EN/03/ May-June 2026

BELIEVERS EASTERN CHURCH

World Church Headquarters, St Thomas Community
Thiruvalla - 689 103, Kerala, India

गोठालोको पत्र

मे-जुन २०२६

मेरा प्रिय गोठालाहरु तथा विश्वभरि छरिएर रहनुभएका पवित्र चर्चका सम्पूर्ण विश्वासयोग्य जनहरु, हाम्रो प्रभु र मुक्तिदाता येसु ख्रिस्टको अनुग्रह, कृपा र शान्ति तपाईहरु सबै जनासँग रहिरहोस्।

ख्रिस्ट जीवित भई उठ्नुभएको छ!

हाम्रो चर्चको लिटर्जीको क्यालेन्डरअनुसार हामी अहिले हाम्रा प्रभु येसु ख्रिस्टको पुनरुत्थान कालमा छौं। हाम्रो वरिपरिको संसारले अशान्ति र अनिश्चयताको अनुभव गरिरहेको भए पनि, हामीलाई हाम्रा मुक्तिदाताको स्थिर आशा र आनन्दमा जिउन बोलाइएको छ। हामी सबैले एक साथ भन्न सक्छौं: "ख्रिस्ट जीवित भई उठ्नुभएको छ!" किनकि उहाँ जीवित हुनुहुन्छ, त्यसकारण मैले भोलिको सामना गर्न सक्छु। म यो कुरा साहस र हिम्मतका साथ भन्न सक्छु कि पुनर्जीवित ख्रिस्टले आफ्ना चेलाहरुलाई पठाउनुभयो, यसैले कि तिनीहरुले इस्टरको आनन्द तथा हाम्रा प्रभु येसु ख्रिस्टको पुनरुत्थानको आशा यस संसारमा प्रकट गर्न सकुन्। ख्रिस्टले प्रतिज्ञा गर्नुभएअनुसार उहाँका चेलाहरुमाथि पवित्र आत्मा आउनुभयो र तिनीहरुलाई परमेश्वरको प्रेम प्रकट गर्न सामार्थ्य प्रदान गर्नुभयो।

अनि प्रेरितहरु, "जसलाई पठाइएको थियो", टाढा-टाढासम्म – यहाँसम्म कि पृथ्वीको अन्तसम्म गएर सुसमाचार प्रचार गरे। ती बाह्र प्रेरितहरुका सम्मानका निम्ति, जसले पवित्र आत्माद्वारा सामर्थी तुल्याइएर सारा संसारमा गएर ख्रिस्टको साक्षी दिए, चर्चले एक पवित्र उपवासको समय छुट्याएको छ, जसलाई "प्रेरितहरुको उपवास" भनिन्छ।

यो उपवास कसरी सुरु भयो?

प्रेरितहरुका कामको पुस्तक १:४ मा, हामी देख्छौं, प्रभु येसुले प्रेरितहरुलाई भन्नुभएको थियो कि पहिले तिनीहरुले पवित्र आत्माको प्रतिज्ञाको प्रतीक्षा गरुन् र त्यसपछि तिनीहरु महान् आज्ञा पूरा गर्न जाउन्। चर्चको पवित्र परम्पराले हामीलाई बताउँछ कि त्यसपछि प्रेरितहरुले उपवास सुरु गरे र तिनीहरुलाई सुम्पिएको मिसनको कार्य पूरा गर्न तिनीहरुलाई सामर्थ्य प्रदान गर्नका लागि परमेश्वरसँग प्रार्थनामा लागिरहे। तिनीहरुले पेन्तिकोसको दिनमा पवित्र आत्माको भरपुरी नपाउन्जेलसम्म निरन्तर उपवास प्रार्थना जारी राखे।

त्यस समयदेखि चर्चले उपवासको यस समयलाई पालन गरेको छ, जसलाई मुख्य रुपले “प्रेरितहरुको उपवास” भनिन्छ। प्रेरितहरुको उपवास हरेक वर्ष जुन महिनाको १६ तारिखदेखि सुरु हुन्छ र १३ दिनसम्म अर्थात जुन २८ तारिखसम्म रहिरहन्छ। त्यसपछि हामीले दुईओटा पर्वहरु मनाउँदछौं - जुन २९ तारिखका दिन सन्त पत्रुस र सन्त पावलको पर्व र जुन ३० तारिखका दिन प्रेरितहरुका पर्व।

हामी यो उपवास कसरी पालन गर्छौं?

चर्चका सबै उपवासहरुका समयमा झैं, प्रेरितहरुका उपवासले पनि हामीलाई प्रार्थना, उपवास र दानमा हाम्रा ध्यान केन्द्रित गर्न आह्वान गर्दछ, यसैले कि हामी परमेश्वरमा केन्द्रित र विश्वासयोग्य जीवन जिउन सकौं। तर यो उपवास चर्चका अन्य उपवासहरुभन्दा फरक छ, किनभने यसले हामीलाई प्रेरितहरुको मिसनमा निरन्तर रुपमा अघि बढ्न आह्वान गर्दछ। त्यसकारण म तपाईंहरु, मेरा छोराछोरीलाई, उत्साह दिन चाहन्छु कि यस पवित्र समयलाई अलग गर्नुहोस् र “प्रेरितहरुका कामको पुस्तक” पुरै पढ्नुहोस्। जसरी हाम्रा प्रिय धन्य स्मृतिका मेट्रोपोलिटन अथनेसियस योहान प्रथमले भन्ने गर्नुहुन्थ्यो, “प्रेरितहरुका कामको पुस्तक पवित्र चर्चको मार्गचित्र (ब्लुप्रिन्ट) हो।” र यो प्रेरितहरुको सेवकाइ बुझ्न र सुसमाचार बाँड्ने तिनीहरुको अटल समर्पणमाथि मनन गर्नका लागि मुख्य स्रोत हो।

यस लगनशील अभ्यासद्वारा हामी प्रेरितहरुका पाइला पछ्याउने प्रयास गर्छौं र प्रभुसँग प्रार्थना गर्छौं, यसैले कि हामीले सबै मानिसकहाँ सुसमाचार प्रचार पुऱ्याउने कार्यलाई जारी राख्नका लागि उहाँले सामार्थ्य र शक्ति प्रदान गर्नुभएको होस्।

प्रेरितहरुको उपवास पालन गर्ने तीन व्यवहारिक विधिहरु

सेवा गर्नुहोस्: प्रेरितहरुको उपवासले हामीलाई हरेक वर्ष प्रेरितहरुको जीवन र उदाहरणमाथि मनन गर्ने अवसर प्रदान गर्दछ। तिनीहरुलाई सम्झनु मात्र तिनीहरुलाई सम्मान गर्नका लागि पर्याप्त छैन। तिनीहरुले सुरु गरेको कार्यलाई निरन्तरता दिएर मात्र प्रेरितहरुको स्मृतिको सम्मान गर्नुपर्छ।

हामी - जो उहाँका अनुयायी र आत्मिक वंश हौं – लाई यो कार्य सुम्पिएको छ, यसैले कि हामीले पुनर्जीवित ख्रिस्टको आशा र आनन्दलाई आफ्ना वरिपरिका मानिसहरुसँग बाँड्न सकौं। त्यसकारण, यस पवित्र समयमा, आउनुहोस्, हामीले विशेष रुपले आफ्ना सबै प्यारिस र डायोसिसहरुमा दया र करुणाका कार्यहरु जारी राख्न सकौं।

प्रार्थना गर्नुहोस्: सन्त पावलले एफिसी ६:१९–२० मा हामीलाई स्मरण गराउँछन् कि हामीले हाम्रा याजक र मिसनरीहरुका लागि प्रार्थना गर्नुपर्छ, यसैले कि उनीहरुले आफ्नो जीवनलाई फेरि समर्पण गर्न सकुन्, र विभिन्न प्रकारका कठिनाइहरुका बिचमा पनि सुसमाचारको कार्यलाई निरन्तर रुपमा अघि बढाउनका निम्ति उनीहरु उत्साहित र सामर्थी बन्न सकुन्। आउनुहोस्, हामी प्रार्थना गरौं, हाम्रा धेरै छोराछोरी र युवाहरुले आफ्नो जीवन

पवित्र चर्चको सेवाका लागि समर्पण गर्न सकुन्। स्मरण गरौं, पवित्र चर्च ख्रिस्टको देह हो – यस संसारमा येसुको साँचो आयाम।

दान दिनुहोस्: हाम्रा दशांश र भेटीबाहेक हामीलाई हाम्रा आर्थिक साधनद्वारा मिसनका कार्यमा सहयोग गर्नका लागि बोलाइएको छ। फिलिप्पी ४:१८ मा, सन्त पावलले बताउँदछन्, यी भेटीहरु "परमेश्वरलाई मनपर्दो र ग्रहणयोग्य बलिदान" हुन्।

यसकारण, प्रेरितहरुको उपवास हाम्रा लागि एक महत्वपूर्ण अवसर हो, यसैले कि हामीले उपवासद्वारा केही प्रकारका खानेकुराहरुबाट बचत गरेर जुन धन बचत गर्छौं, त्यसलाई अलग गरेर हाम्रो चर्चको सेवकाइका कार्यहरुमा सहयोग गर्न सकौं।

मेरा प्रिय छोराछोरी हो, सधैं झैं, यी पवित्र दिनहरुमा मैले तपाईहरु प्रत्येकलाई मेरा प्रार्थनाहरुमा स्मरण गर्दछु। आउनुहोस्, हामी प्रेरितहरुका उदाहरण पछ्याउन र येसु ख्रिस्टको सुसमाचारद्वारा हामीलाई दिइएको आनन्द र आशालाई हाम्रो परिवार, समुदाय र पृथ्वीको पल्लो छेउसम्म प्रकट गर्नका लागि हाम्रो समर्पणतालाई नवीकरण गरौं। यदि हाम्रो उपवासलाई केवल प्रार्थना गर्ने वा केही खानेकुराबाट अलग बस्ने कुरामै सीमित राख्यौं भने, हामीले प्रेरितहरुको उपवासको उद्देश्यलाई गुमाउँदछौं। हामीले वचन र कर्ममा प्रेरितहरुलाई पछ्याउँदै तिनीहरुको सम्मान गर्न परमेश्वरले हामीलाई अनुग्रह प्रदान गर्नुभएको होस्। परमप्रभु हाम्रा परमेश्वरले तपाईंलाई उहाँको ईच्छा बुझ्ने बुद्धि, उहाँका आज्ञाहरु पालन गर्ने सामर्थ्य र उहाँको दया प्रकट गर्ने प्रेम प्रदान गर्नुभएको होस्।

पवित्र त्रिएक परमेश्वर — पिता, पुत्र र पवित्र आत्मा - ले हामीलाई उहाँको प्रशस्त अनुग्रह र दयाद्वारा मार्गदर्शन गर्नुभएको होस् र सबै सन्त र पवित्र थियोटोकोसको मध्यस्थता परमेश्वरको सिंहासनको सामुन्ने, अहिले र सदासर्वदा, हाम्रो लागि सुरक्षा बनोस्। ✠ आमेन।

पितृत्वपूर्ण प्रेम र प्रार्थनासहित,

✠ मोरान मोर समुएल थिओफिलस मेट्रोपोलिटन

मितिः ५ मे २०२६
स्थानः वर्ल्ड चर्च हेडक्वार्टर्स

निर्देशन: कृपया यो सुनिश्चित गर्नुहोस्, कि यो पत्र सबै क्षेत्रीय भाषाहरुमा अनुवाद गरियोस्, र सबै विश्वासीहरुका प्रोत्साहनका लागि सबै प्यारिसहरुमा वाचन गरियोस्।