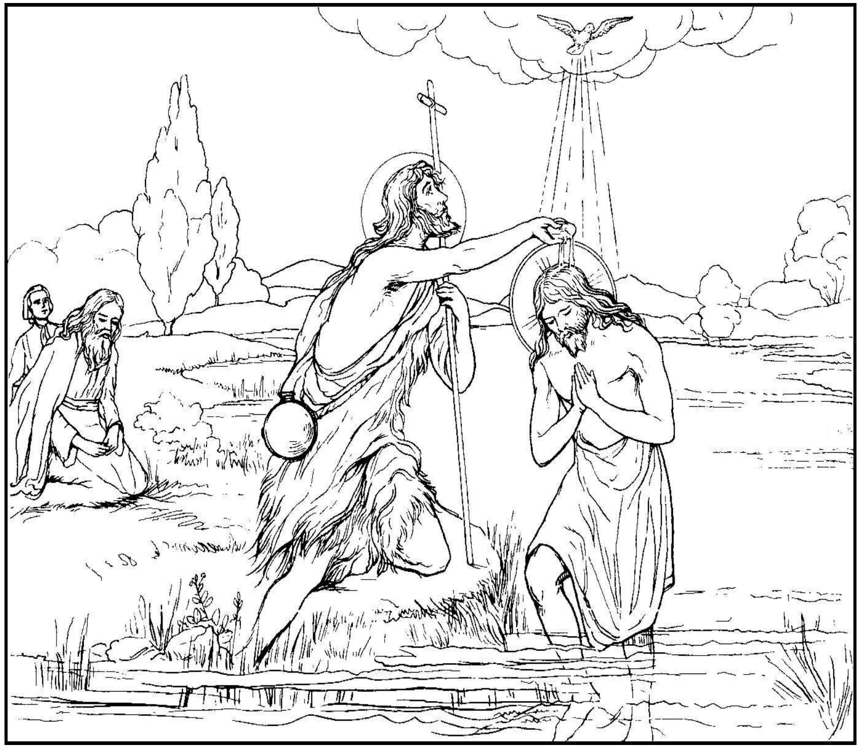
SPLASH YOUR COLOUR



Full Name : ____

House Name : ____

Father's Name : ____

Phone No. ____

Class ________________ Unit ________________

This competition is only for students from Class 1 to 5

Edited printed and published by Parish bulleting Little Flower Forane Church
Nerul, Printed by ; Vin Art Printers # 9930 837 433

VIVA Teresa.... *A Way to Sanctity*

Little Flower Forane Church, Nerul
(Diocese of Kalyan)
Sector 20, Nerul (W), Navi Mumbai 400706
Tel.: 2772 2628
E-mail : vivateresabulletin@gmail.com
Website : www.littleflowerchurchnerul.org

Bi-monthly News Bulletin of Syro-Malabar Catholic Church, Nerul, Kalyan Diocese

Patron
Mar Thomas Elavanal

Managing Editor
Fr. Biju Kollamkunnel

Executive Editor
Fr. Sinto Enanickal

Editor-in-Charge
Sr. Mollykutty Edackadu

Chief Editor
Mrs. Sheena George

Editorial Board
Mr. P. J. Antony
Mr. C. J. Nelson
Mrs. Bea Thomas
Mr. E. P. Devassy
Mr. Sanju Thomas

ഉള്ളടക്കം

എഡിറ്റോറിയൽ
ഇടയശബ്ദം
Letter to my Little Friends...
Parish News ...
കാരുണ്യ ജൂബിലി ...
തണൽ ...
പുരോഹിതൻ, കാരുണ്യത്തിന്റെ
വേലക്കാരൻ ...
ഇരിപ്പിടങ്ങൾ ...
St. Elizabeth Ann Seton ...
Sanctify your secret life ...
Christmas joy is Antidote
to Skepticism ...
ആത്മനാഥൻ ...
ഓർമ്മിക്കാൻ ആചരിക്കാൻ ...
Disability shouldn't be a denial
of opportunity ...
Parents, bring Christ into
the lives of children ...
കേരളം ദൈവത്തിന്റെ സ്വന്തം നാട് ...
സഹനം ...
How silence and
I became best friends ...
The name of God is Mercy ...
Health Corner ...
Bible Quiz ...
Splash your colour ...

Private Circulation only.

January - February 2016

Editorial

On December 8, Pope Francis opened the holy doors of St Peter's Basilica in Vatican before 50,000 people, performing a ritual that has been part of the Catholic Church since the 1500s. Pope Francis' predecessor, Pope Emeritus Benedict 16th, followed him through the holy doors of St Peter's Basilica. Holy doors are only opened during a special year designated by a pope called a Jubilee Year. This time it's the extraordinary Jubilee year of Mercy. The last Jubilee Year was in 2000.

The special holy year the Pope has called for the Catholic Church from December 8 through November 20, 2016 is to focus on the boundless nature of God's mercy. It's a special year celebrated by the church to receive blessing and pardon from God and remission of sins. Vatican says Catholics around the world should use the ongoing Jubilee year of mercy to "open wide" the doors of their hearts to forgive others and to work against social exclusion, even of those who may have caused them bother or upset. The year should lead to true conversion of our heart. Undoubtedly, the holy year won't be very effective if the doors of our heart do not let Christ enter, who pushes us to go towards others. The door is Jesus, and Jesus is free.

Pope Francis also asked people to consider going to confession during the holy year. God forgives all. God understands us, even in our limits, and understands us even in our contradictions. With his love he tells us that when we recognize our sins he is yet closer to us and spurs us to look ahead. "When we recognize our sins and we ask forgiveness there is a party in Heaven. Jesus throws a party. This is His mercy: Do not be discouraged," he said.

Jesus wants us to recognize that His mercy is greater than our sins, so that we will call upon Him with trust, receive His mercy, and let it flow through us to others. Thus, all will come to share His joy. This message and devotion to Jesus as the Divine Mercy is based on the writings of St. Faustina Kowalska, an uneducated Polish nun who, in obedience to her spiritual director, wrote a diary of about 600 pages recording the revelations she received about God's mercy. Even before her death in 1938, the devotion to The Divine Mercy had begun to spread. She wrote the words of the Saviour: "Speak to the world about My mercy; let all mankind recognize My unfathomable mercy. It is a sign for the end times; after it will come the day of justice. While there is still time, let them have recourse to the fount of My mercy; let them profit from the Blood and Water which gushed forth for them."

As we enter this holy year, let us keep our soul and mind set for receiving this unfathomable mystery of God's mercy and enter into the newness of spirit.

Glory to our Lord Jesus Christ !

- Chief Editor

ഇടയശബ്ദം

ഈശോയിൽ സ്നേഹം നിറഞ്ഞവരേ,

എല്ലാവർക്കും പുതുവർഷത്തിന്റെ എല്ലാവിധ ഐശ്വര്യവും നന്മകളും നേരുന്നു.

ചെയ്യുന്ന ഓരോ പ്രവൃത്തിയുടെയും പറയുന്ന ഓരോ വാക്കിന്റെയും പിന്നിൽ ന്യായീകരിക്കാവുന്ന നന്മയുടെ ഒരു കാരണമുണ്ടാവണമെന്ന് വാശി പിടിച്ചവരായിരുന്ന നമ്മുടെ പൂർവ്വികന്മാർ. കുടുംബത്തിൽ എന്തെങ്കിലും ചെയ്യുന്നതിനു മുമ്പെ അനുവാദം ചോദിക്കുമ്പോൾ ''എന്തിന് '' എന്ന ഒരു ചോദ്യം എപ്പോഴും പ്രതീക്ഷിക്കാമായിരുന്നു ഉത്തരവാദിത്വപ്പെട്ടവരിൽ നിന്ന്. നന്മയുണ്ടാവുമെന്നും, നന്മയ്ക്കായിട്ടാണിതെന്നും ഉറപ്പുവരുത്തുവാനായിരുന്നു അത്തരം മറുചോദ്യങ്ങൾ. ഇപ്രകാരം എല്ലാറ്റിനും കാരണം അന്വേഷിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്നതു കൊണ്ടാകുമോ, വീട്ടിലെ മുതിർന്നവരെ ''കാരണവന്മാർ'' എന്ന് വിളിച്ചിരുന്നത് എന്ന് ഞാൻ പലപ്പോഴും ചിന്തിച്ചിട്ടുണ്ട്.

ഈ പ്രക്രിയയുടെ പിന്നിൽ ഒത്തിരി നന്മയുണ്ടായിരുന്നു. നല്ലതേ നടക്കാവൂ, സ്വാർത്ഥതയും തന്നിഷ്ടവും നടക്കരുത് തുടങ്ങിയ നല്ല ചിന്തകൾ. ഇന്ന് നമ്മൾ ചെയ്യുന്നതും, പറയുന്നതുമായ പലതിന്റെയും പിന്നിൽ നന്മയുടെ ഒരു കാരണം കണ്ടുപിടിക്കാൻ ബുദ്ധിമുട്ടാണ്. എനിക്കാരെയും ബോധിപ്പിക്കാനില്ല എന്ന താൻപോരിമ, ഈ കാലഘട്ടത്തിൽ നമ്മെ ഒത്തിരി സ്വാർത്ഥരും, തന്നിഷ്ടക്കാരുമാക്കുന്നുണ്ട്. മറ്റുള്ളവരെക്കുറിച്ചുള്ള ചിന്ത, കുടുംബ ബന്ധങ്ങളെക്കുറിച്ചുള്ള താൽപര്യം, ഇടവകയെക്കുറിച്ചുള്ള, സമൂഹത്തെക്കുറിച്ചുള്ള നമ്മുടെ കാഴ്ചപ്പാട് ഈ വർഷത്തിൽ നമ്മുടെ പ്രവർത്തികളെയും സംസാരത്തെയും മനോഹരമാക്കട്ടെ എന്ന് ആശംസിക്കുന്നു.

എന്റെ സ്വാർത്ഥ താൽപര്യത്തിനുമപ്പുറം നന്മയുടെ കാരണമന്വേഷിക്കുന്ന ഒരു സമൂഹ മനസാക്ഷിയുടെ ഭാഗമാകാൻ നമുക്കും സാധിക്കട്ടെ. എനിക്ക് എപ്പോഴും നന്മ വരണമെന്ന് ആഗ്രഹിക്കുന്നതുപോലെ, മറ്റുള്ളവർക്ക് നന്മയുണ്ടാകണമെന്ന് ആഗ്രഹിക്കാൻ നമുക്കാകണം.

പുതുവർഷം പുതു ചൈതന്യത്തിന്റെയും പുത്തൻ കാഴ്ചപ്പാടുകളുടെയും വർഷമാകട്ടെ.

സ്നേഹത്തോടെ,

ബിജു അച്ചൻ

LETTER TO MY LITTLE FRIENDS

A king had decided to settle his accounts with his servants. As he began, he spoke to a man who owed him the equivalent of ten thousand bags of gold. The servant could not pay, so the master ordered that he and his family be sold to repay the debt. The servant fell to his knees and begged: "Be patient with me and I will pay back everything." The master pitied him, cancelled the debt and released him. So the servant got off free. As the forgiven servant was strolling down a lane, he met a fellow servant who owed him the equivalent of a hundred silver coins. The forgiven servant grabbed the fellow servant and started to choke him, demanding, "Pay back what you owe me." The fellow servant fell to his knees and said, "Be patient with me and I will pay you back."

The forgiven servant did not act in the same way as his master. He refused the fellow servant's request and threw him into prison until he could pay the debt. The other servants were outraged and reported the forgiven servant's behavior to his master and told them what had happened. The master was angry and said: "You wicked servant. I canceled all that debt of yours because you begged me to. Shouldn't you have had mercy on your fellow servant just as I had on you?" And with that, he had the man thrown into jail.

The Bible includes many parables of mercy. Mercy is fundamental to our Christian faith. The greatest example is that of God in HIS infinite mercy having sent HIS Son, so mankind could be saved.

The Holy Father has declared Dec 8, 2015 till Nov 20, 2016 as the Year of Mercy. I find that very interesting. As Christians aren't we supposed to be merciful? Isn't that supposed to be one of our virtues?

The fact it has been called out makes me think if this virtue is starting to lack amongst us, at a time when we all need it the most.

Mercy is not something we talk about much these days. Instead, we talk about avenging the wrong that has been done. We want revenge when a wrong has been done to us, but when we do a wrong, we instantly ask GOD for HIS mercy. We all love to receive mercy, but find ourselves challenged when we have to give it. If we do not extend mercy and forgive then how can we expect the same from our GOD?

After all isn't what we give, what we receive?

Cultivating a spirit of mercy is for the strong hearted, as it requires strength of character to show forgiveness and kindness towards someone who has hurt or wronged us.

Pope Francis writes about Mercy as, "It is the force that reawakens us to new life and instills in us the courage to look to the future with hope." Mercy is all about second chances. There are people all over the world struggling today with issues in their lives. People trying to overcome an addiction, people with family problems, people suffering from ill health, people struggling with all sorts of disappointments, people living a life of crime, and so much more.

In this Jubilee year of mercy, are we willing to show them mercy?

Can we hear their cries? Can we stop judging them? Are we willing to extend our hands of mercy towards them even when we think they don't deserve it? Can we not forget that GOD is always extending HIS mercy to us even when we don't deserve it? So children, let us pray to him, Lord have mercy on us sinners.

Yours Sintoachan

United in Marriage

1.	Robin Mathew And Priya Tharakan	-	14 Nov 2015
2.	Sheldon Louis And Dismi Poruthour	-	22nd Nov 2015
3.	Anish Thomas And Sherene Jose	-	26th Dec 2015
4.	Vikas Sebastian Varghuese		
	And Rose Mary Xavier	-	27th Dec 2015
5.	Jossen Jose And Teena Jose	-	2nd Jan 2016

Baptism

1.	Nathan Netto	-	26th Dec 2015
2.	Jovan Vazhaparambil	-	26th Dec 2015
3.	Joanna Maria Kallarakal	-	2nd Jan 2016
4.	Reuben Puthenpurackal	-	3rd Jan 2016

PARISH NEWS AT A GLANCE

Bible Mega Quiz

Three teams from our catechism section participated in the Forane level Bible mega quiz competition which was held at the Presentation convent school on November 8. They won second, third and fourth prizes in the competition. Congratulations to the teams.

Talentia

On November 11, Diocesan Talentia competition was held at the Cathedral church, Kalyan West. Our Youth team won first prize in group dance and Mr. Cijoy Jose secured third prize in photography. Congratulations to the young talents.

Catechism Picnic

Catechism students had great fun, going for a picnic to Shangrila water park, Thane on November 21. As many as 85 students were accompanied by respected priests, sisters and catechism teachers from the parish.

Parish Day

The biggest event of our church, Parish Day, was held on November 29 with much joy and enthusiasm. The beautiful performances by different sections of the parish community gave colour and gaiety to the event. Vicar general Rev Msgr Emmanuel Kadankavil was the chief guest of the day.

Forane Convention

The Navi Mumbai Forane Convention was held in our church from December 11 to 13. Rev Fr Mathew Asariparambil, Director of Mother Home Retreat Centre, Pariyaram, Kannur was the preacher of the 3-day convention. His interesting way of presentation of spiritual truths made the audience pay attention in all eagerness.

Charity Visit

Pithruvedi members made a charity visit to Balakalyan Nagari at Mankhurd on December 19. They prepared food and served it to the mentally challenged and other inmates of the institute. The entire parish appreciates the Pithruvedi team for this benevolent act.

Faithfest

The diocesan level catechism competitions were held at St. Xavier's school Kanjurmarg West on 26th December. Chiara Ben won first prize in Psalms recitation, Aleesha Joykutty got second prize in Bible crossword and from Sanpada centre, Dennis Thomas got third prize in Bible crossword and Kevin Basil third in instrumental music. Congratulations to the prize winners.

Catechism Camp

On December 29 and 30, Eucharitia 2015, camp for catechism students, was held in the church. Our assistant parish priest Rev Fr Sinto Enanickal conducted study sessions on the fruits of the Holy Spirit and organised many games for children. As many as 120 students participated in the camp. The students had a good time at the camp.

Priestly Ordination

The first priestly ordination from our parish was held on January 3. Fr Martin Pattathanam was ordained as a priest by Bishop Mar Thomas Elavanal. The provincial of MCBS Emmaus province, Rev Fr Dominic Mundatt and respected priests from Kalyan diocese and Kerala were present during this solemn occasion. It was indeed a mega spiritual celebration.

Unit annual get together

Feast celebrations and unit annual get together of St. Francis Xavier Unit (November 8), Holy Family Unit (November 15), and St John Unit (November 22) were held with various cultural programmes. Respected priests, sisters and trustees were present on these occasions.

St. Sebastian's Feast

The feast of St. Sebastian was celebrated from January 8-10 with much splendour and piety. Parishioners and people from other parishes were present in large numbers for the feast and the procession around the town. On the main feast day, Rev Fr Antony Thekkiniyeth OFM Cap. was the main celebrant for the Holy Mass while Rev Fr CD Sebastian MST delivered the enlightening feast message. It was followed by a sumptuous agape.

■

കാരുണ്യ ജൂബിലി

Sr. Lizy Joseph, Apostolic Oblates

2015 മാർച്ച് 13-ാം തീയതി സെന്റ് പീറ്റേഴ്സ് ബസിലിക്കയിൽ വെച്ച് ഫ്രാൻസീസ് മാർപാപ്പ ഒരു അസാധാരണ വിശുദ്ധ വർഷാചരണം പ്രഖ്യാപിച്ചു. ഈ ''കാരുണ്യ ജൂബിലി'' 2015 ലെ അമലോത്ഭവ തിരുനാളിൽ (ഡിസംബർ 8) സെന്റ് പീറ്റേഴ്സ് ബസിലിക്കയിലെ 'വിശുദ്ധ കവാടം' തുറന്നുകൊണ്ട് ആരംഭിച്ച് 2016 നവംബർ 20ന് ക്രിസ്തുരാജത്വ തിരുനാളിൽ സമാപിക്കും. ദൈവത്തിന്റെ അനന്തമായ കരുണയോടു ബന്ധപ്പെടുത്തി ഒരു ജൂബിലി വർഷം.

രണ്ടാം വത്തിക്കാൻ കൗൺസലിന്റെ സമാപനത്തിന്റെ അമ്പതാം വാർഷികത്തിലാണ് ഈ ജൂബിലിക്ക് തുടക്കം കുറിക്കുക. ഇത് വളരെ പ്രധാനമാണ്. എന്തെന്നാൽ രണ്ടാം വത്തിക്കാൻ കൗൺസിലിൽ ആരംഭിച്ച പ്രവർത്തനം തുടരുവാൻ സഭയെ അതു നിർബന്ധിക്കുന്നു.

ജൂബിലിയുടെ ആദ്യത്തെ അനുഷ്ഠാനം വിശുദ്ധ കവാടം തുറക്കലാണ്. വിശുദ്ധവർഷത്തിൽ മാത്രം തുറക്കപ്പെടുന്നതാണ് ഈ വാതിൽ. മറ്റെല്ലാ വർഷങ്ങളിലും ഇത് അടഞ്ഞു കിടക്കും. റോമിലെ നാല് മേജർ ബസിലിക്കകളിലും - St. Peters, St. John Lateran, St. Paul, St. Mary Major - ഓരോ വിശുദ്ധ കവാടം ഉണ്ട്. ഈ കവാടങ്ങൾ തുറക്കുന്നത് വിശ്വാസികൾക്ക് രക്ഷയിലേക്ക് 'അസാധാരണമായ ഒരു പാത' ലഭ്യമാക്കുന്നതിന്റെ പ്രതീകമായിട്ടാണ്.

സ്നേഹം തന്നെയായ പരി. ത്രിത്വത്തെ മനുഷ്യൻ ദർശിച്ചത് മനുഷ്യനായി അവതരിച്ച ഈശോമിശിഹായിലാണ്. നസ്രായനായ ഈശോ ദൈവകാരുണ്യത്തിന്റെ മനുഷ്യമുഖമാണ്. അവിടുത്തെ വാക്കുകളിലും പ്രവൃത്തികളിലും നിഴലിച്ചത് പിതാവായ ദൈവത്തിന്റെ കാരുണ്യം തന്നെയായിരുന്നു. അവിടുന്നിൽ ദൈവത്തിന്റെ കരുണ സ്നേഹമായും അലിവായും, അനുകമ്പയായും ക്ഷമയായും അനുഭവവേദ്യമായി.

വി. ലൂക്കായുടെ സുവിശേഷത്തിൽ നായിമിലെ വിധവയുടെ മകനെ പുനർജീവിപ്പിക്കുന്ന സംഭവം നമുക്ക് കാണുവാൻ സാധിക്കും (ലൂക്ക. 7:11-15). തന്റെ ഏക ആശ്രയമായിരുന്ന പുത്രനെ നഷ്ടപ്പെട്ടതിന്റെ ദുഃഖഭാരവും പേറി വിലാപയാത്രയിൽ നടന്നുനീങ്ങിയ വിധവയെ കണ്ടപ്പോൾ ഈശോയുടെ മനസ്സലിഞ്ഞു. ഈ മനസ്സലിവ് വികാരത്തിന്റെ തലത്തിൽമാത്രം ഒതുങ്ങി നിന്നില്ല; അത് വാക്കിലും പ്രവൃത്തിയിലും കൂടി പ്രകാശിതമായി. 'കരയണ്ട' എന്നു പറഞ്ഞ് അവളെ ആശ്വസിപ്പിച്ച അവിടുന്ന് ശവമഞ്ചത്തിൽ സ്പർശിച്ച് മരിച്ചവനെ ഉയിർപ്പിച്ച് മാതവിനു തിരികെ നൽകി. നമ്മുടെ ചുറ്റുമുള്ള വേദനിക്കുന്നവരോട് നമുക്കു തോന്നുന്ന കരുണ പ്രവൃത്തിപഥത്തിലെത്തുമ്പോൾ മാത്രമേ യഥാർത്ഥമാവൂ എന്ന് ഈ സംഭവം നമ്മെ അനുസ്മരിപ്പിക്കുന്നു.

ദൈവത്തിന്റെ വ്യവസ്ഥയില്ലാത്ത കാരുണ്യത്തിനു നമ്മൾ പാത്രീഭൂതരാകണമെങ്കിൽ നമ്മുടെ സഹോദരരോടു നാം കരുണ കാണിക്കണമെന്ന് വ്യക്തമാക്കുന്നതാണ് നിർദയനായ ഭൃത്യന്റെ ഉപമ (മത്താ. 18:23-24).

കൊടുത്തുവീട്ടാൻ നിർവാഹമില്ലാതിരുന്ന ഭൃത്യന്റെ യാചനയിൽ അനുകമ്പ തോന്നിയ യജമാനൻ പതിനായിരം താലന്തുവരുന്ന കടം ഇളവുചെയ്തു. പക്ഷേ ആ ഭൃത്യൻ തനിക്ക് വെറും നൂറു ദനാറ കടപ്പെട്ടിരുന്ന സഹഭൃത്യനോട് സമാനമായ അനുകമ്പ കാണിച്ചില്ല. സംഭവമറിഞ്ഞു കോപിച്ച യജമാനന്റെ വാക്കുകൾ നമ്മൾ ഓരോരുത്തരോടുമുള്ള ഈശോയുടെ വാക്കുകൾ തന്നെയാണ് - ''ദുഷ്ടനായ സേവകാ, നീ എന്നോടു കേണപേക്ഷിച്ചതുകൊണ്ട് നിന്റെ കടമെല്ലാം ഞാൻ ഇളച്ചുതന്നു. ഞാൻ നിന്നോട് കരുണകാണിച്ചതുപോലെ നീയും നിന്റെ സഹസേവകനോടു കരുണ കാണിക്കേണ്ടതായിരുന്നില്ലേ? ഉപമയുടെ ഗുണപാഠവും ഈശോ തന്നെ വ്യക്തമാക്കി. ''നിങ്ങൾ സഹോദരരോടു ഹൃദയപൂർവ്വം ക്ഷമിക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ എന്റെ സ്വർഗ്ഗസ്ഥനായ പിതാവ് നിങ്ങളോടും ഇതുപോലെ പ്രവർത്തിക്കും'' (മത്താ. 18:34). സ്വർഗ്ഗീയ പിതാവിന്റെ യഥാർത്ഥ മക്കളെ തിരിച്ചറിയുന്നതിനുള്ള അടയാളം പരസ്പരം കാരുണ്യമാണ്.

നാം ഏതെല്ലാം മേഖലകളിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്നുവോ അവിടെയെല്ലാം ഈ കരുണാർദ്ര സ്നേഹം നൽകാൻ സാധിക്കണം. ഈശോയുടെ കരുണ ഏറ്റവും കൂടുതൽ അനുഭവിച്ചത് പാപികളും രോഗികളുമാണ്. നല്ല സമരിയാക്കാരന്റെ ഉപമയിലൂടെ കാരുണ്യ പ്രവൃത്തികളാണ് നല്ല അയൽക്കാരന്റെ ലക്ഷണമായി കർത്താവ് പറയുന്നത്. പാപിനിയായ സ്ത്രീയോട് ഈശോ കാണിച്ച കരുണയാണ് അവളെ വിശുദ്ധയാക്കിയത്. സഖേവൂസിനോട് കർത്താവ് കാണിച്ച കരുണാർദ്രസ്നേഹം അവനെ കാരുണ്യപ്രവർത്തികളിലേക്കു നയിക്കുന്നു.

ജീവിച്ചിരുന്നപ്പോൾ തന്നെ ജീവിക്കുന്ന വിശുദ്ധയെന്ന് മദർ തെരേസയെ വിളിക്കാൻ കാരണം ഈശോയടെു കാരുണ്യത്തിന്റെ മുഖം ലോകത്തിനു കാണിച്ചുകൊടുത്തു എന്നതാണ്.

വി. ലൂക്കായുടെ സുവിശേഷത്തിൽ ഈശോ പറയുന്നു : ''നിങ്ങളുടെ പിതാവ് കരുണയുള്ളവനായിരിക്കുന്നതുപോലെ നിങ്ങളും കരുണയുള്ളവരായിരിക്കുവിൻ'' (ലൂക്ക. 6:36). ഈ കാരുണ്യവർഷത്തിൽ നമുക്കും ഈശോയുടെ കരുണയുടെ മുഖമായി ജീവിക്കാം.

''കരുണയെന്നത് സ്നേഹത്തിന്റെ പൂവാണ്.

സ്നേഹം വെളിവാകുന്നതും പുഷ്പിക്കുന്നതും കരുണയിലൂടെയാണ്. ദൈവത്തിന്റെ സ്നേഹമെന്നത് പുഷ്പമാണെങ്കിൽ കരുണയെന്നത് കനിയാണ്''. (വി. ഫൗസ്റ്റീന). ■

പുരോഹിതൻ കാരുണ്യത്തിന്റെ വേലക്കാരൻ

Fr. Martin Pattathanam MCBS

തലമുറകളുടെ സുകൃതം, ഒരു ദേശത്തിന് ഒരു ജനതക്ക് ദൈവം നൽകുന്ന സമ്മാനം അതാണ് പുരോഹിതൻ. കാത്തിരിപ്പിന്റെ വഴിയിൽ അനുഗ്രഹങ്ങളുടെ മഴമേഘങ്ങളായ് പെയ്തിറങ്ങാൻ, ഇരുൾ അടയുന്ന വഴിയിൽ നിലാവെളിച്ചമേകാൻ, കാലിടറും വഴികളിൽ നല്ല സമരായനാകാൻ വഴിയാത്രക്കാർക്ക് തണൽ മരങ്ങളാകാൻ, മുമ്പെ പറക്കുന്ന പക്ഷിയാകാൻ നിയോഗിക്കപ്പെട്ടവനാണ് പുരോഹിതൻ. ''അച്ചാ, സ്വർഗ്ഗത്തിൽ പ്രവേശിക്കുന്നതിനോ ഭൂമിയിൽ ജീവിതം തുടർന്നു പാപികളെ മാനസാന്തരപ്പെടുന്നതിനൊ ഉള്ള അനുവാദം ദൈവം അങ്ങേയ്ക്ക് ഇപ്പോൾ നൽകിയാൽ അച്ചൻ ഏത് തിരഞ്ഞെടുക്കും?'' ''രണ്ടാമത്തേത്.'' ''സ്വർഗ്ഗത്തിൽ വിശുദ്ധർ സൗഭാഗ്യമനുഭവിക്കുന്നു. അവർക്ക് കഷ്ടപ്പാടുകളും പ്രലോഭനങ്ങളും ഇല്ലല്ലോ. ശരി തന്നെ, സ്വർഗത്തിൽ വിശുദ്ധർ ആനന്ദമനുഭവിക്കുന്നു ! എന്നാൽ അദ്ധ്വാനം കൊണ്ട് ആത്മാക്കളെ തേടുവാൻ നമുക്ക് സാധിക്കുന്നതുപോലെ അവർക്ക് സാധിക്കുകയില്ല''. ഒരു ജനതയുടെ മുഴുവൻ രക്ഷ തന്റെ കർത്തവ്യമെന്നോർത്ത് വ്യാകുലപ്പെടുന്ന ഒരു മനസ് സ്വന്തമാക്കിയ ആർസിലെ വിശുദ്ധ വിയാനിയച്ചന്റെ വാക്കുകളാണിവ.

ചില മനസുകൾക്ക് മുകളിൽ മാത്രം തമ്പുരാൻ പതിച്ച് നൽകുന്ന മുദ്രയാണ് പൗരോഹിത്യം. ഈ മുദ്രവെക്കലിലൂടെ ഓരോ പുരോഹിതനും മൂന്നിൽ വയ്ക്കപ്പെട്ടവനാക്കുകയാണ്. ഓരോ പൗരോഹിതനും സഞ്ചാരിയാണ്. ബലിക്കല്ലിൽ നിന്ന് കാരുണ്യത്തിന്റെ പൊതിച്ചോറുകൾ കെട്ടി യാഥാർത്ഥ്യങ്ങളിലേക്കുള്ള യാത്ര. ഈ യാത്രയിൽ കണ്ടെടുത്ത അനേകരുടേ ജീവിത കുരിശുകൾക്ക് കരുതലോടെ കാവലിരിക്കാൻ കണ്ണീരും വിയർപ്പുംകൊണ്ട് ജീവിതത്തിന്റെ ക്യാൻവാസിൽ സഹനങ്ങളുടെ ചിത്രം വരയ്ക്കുന്ന ജന്മങ്ങൾക്ക് ആശ്വാസത്തിന്റ തണലേകാൻ ഒരു പ്രയാണം. അതുകൊണ്ടുതന്നെ എതെങ്കിലും തരത്തിൽ നൊമ്പരപ്പെടുന്ന ആത്മാക്കളെല്ലാം അവന് സ്വന്തക്കാരാവുകയാണ് ഈ പ്രയാണത്തിൽ.

പൗരോഹിത്യത്തിന്റെ അടിസ്ഥാനഭാവം കാരുണ്യമാണ്. സ്വന്തം ജീവിതം കൊണ്ട് അജഗണങ്ങളോട് കാരുണ്യത്തിന്റെ കഥ പറയുകയാണ് ഒരോ ഇടയനും. ഒരു പുരോഹിതന്റെ ജീവിതത്തിന്റെ നിറം കാരുണ്യത്തിന്റെ നിറമാണെന്നുള്ളതാണ് സത്യം. കാരണം അല്ലയോ പുരോഹിതാ, നീ കരങ്ങളിൽ എടുക്കുന്നത് ദിവ്യകാരുണ്യമാണ്. നീ കയറിയിരിക്കുന്നത് കരുണയുടെ കൂടാരത്തിലാണ്. ഒരു കരം ദൈവത്തതിന്റെയും മറ്റൊന്ന് മനുഷ്യരുടെയും തോളത്താക്കി തുടരേണ്ട യാത്രയാണിത്. ദൈവഹിതവും മനുഷ്യഹിതവും തമ്മിലുള്ള യുദ്ധത്തിനിടയിൽ വേദനിക്കാൻ ഒത്തിരിയുണ്ടാകും. വിളി ജീവിതത്തിലെ വേദനകളെല്ലാം സക്രാരിക്കുള്ളിലെ ദിവ്യകാരുണ്യ വൈദ്യനാൽ സുഖപ്പെടുന്നത് കൂടെയായിരന്ന് വിളിക്കുള്ളിലെ നിയോഗങ്ങളും, വിലക്കുകളും ധ്യാനമാക്കുമ്പോഴാണ്. വിളികളൊന്നും ഒരു സുപ്രഭാതത്തിൽ പൊട്ടിമുളച്ചതല്ല, മറിച്ച് മാതാവിന്റെ ഉദരത്തിൽ ഉരുവാകുന്നതിന് മുമ്പേ നടന്ന ഒരു തിരഞ്ഞെടുപ്പായിരുന്നു.

ദൈവം വാർത്തെടുത്ത് മാറ്റി നിർത്തിയിട്ട് അവിടുത്തെ നിയോഗങ്ങൾക്ക് മുൻപിൽ 'ആമ്മേൻ' പറയുമ്പോൾ നാളിന്നുവരെ സ്വന്തമായി കണ്ടതിനോടെല്ലാം വിട പറയുകയായി. ആത്മാവിന്റെ അന്തരംഗങ്ങളിൽ ഒരു മലവെള്ളപ്പാച്ചിൽ പോലെ ദൈവം അനുഗ്രഹം ചൊരിയുമ്പോൾ പിൻമാറാൻ അവന് കഴിയില്ല. കാരണം അനുഗ്രഹത്തിന്റെ പുതിയ വഴികളാണ് അവന്റെ മുമ്പിൽ തെളിയുന്നത്. പിതൃദേശം അന്യമാകുന്നു. ബന്ധുജനങ്ങൾ അകലെയാകുന്നു. അങ്ങനെ വിലയേറിയ പലതും പൗരോഹിത്യത്തിന്റെ സൗഭാഗ്യങ്ങൾ ഒരുവന്റെ ജീവിതത്തിലേക്ക് ചാടിക്കയറുമ്പോൾ ചില പ്രിയപ്പെട്ടതൊക്കെ അവന്റെ ജീവിതത്തിൽ നിന്ന് പടിയിറങ്ങാൻ തുടങ്ങും.

'ബസാലേൽ' എന്ന നോവലിൽ ആ ആറുമീറ്റർ കുപ്പായത്തിനുള്ളിലെ മജ്ജയും മാംസവുമുള്ള ഒരു മനുഷ്യന്റെ നൊമ്പരങ്ങൾ അക്ഷരങ്ങളായി ജന്മം കൊണ്ടിട്ടുണ്ട്. ഒരിറ്റ് നൊമ്പരത്തോടെ ബസാലേൽ അനേകം വൈദീകരുടെ മനസിൽ ആൾരൂപമായി ചോദിക്കുന്നുണ്ട്. ''അവർക്കായി മാറ്റിവെക്കപ്പെട്ടവനായിരുന്നിട്ടും അവർ എന്നെത്തന്നെ ഒറ്റപ്പെടുത്തുന്നതെന്ത് ?'' എല്ലാവരെയും സ്നേഹിച്ചിട്ടും ആരാലും സ്നേഹിക്കപ്പെടാതിരിക്കുക എന്നതും, മറ്റുള്ളവർക്ക് തണലായിരിക്കുമ്പോഴും അൽപം തണൽ ചൂടാൻ സാധിക്കാതിരിക്കുക എന്നതും എത്ര നൊമ്പരപ്പെടുത്തുന്നതാണ്. മറ്റുള്ളവരെ ഹൃദയത്തിൽ സൂക്ഷിക്കുക എന്നതും അവരാൽ തന്നെ തിരസ്കരിക്കപ്പെടുക എന്നതും വേദനയേറിയതാണ്. ചുറ്റുമുള്ളവരുടെ ഇടർച്ചകൾക്ക് വിശുദ്ധ കുരിശിൽ മുദ്രിതമായ പൊറുതി നൽകുമ്പോഴും അവരാൽ തന്നെ പൊറുക്കപ്പെടാതെ പോകുന്ന എന്റെ സങ്കടങ്ങൾ പറയുന്നത്, ഞാനൊരു അന്യൻ എന്നല്ലേ? അവന്റെ സങ്കടം മാത്രം ബാക്കിയാവുകയാണിവിടെ. ഒരു മനുഷ്യനിൽ നിന്നും വൈദീകനിലേക്കുള്ള ദൂരം ഒരു വിളിക്കും പിന്നെ വർഷങ്ങൾ നീണ്ട പരിശീലനകാലത്തെ തപസ്സുകൊണ്ടും പ്രാർത്ഥന കൊണ്ടും രൂപാന്തരപ്പെടുത്തിയ, ആർക്കും പ്രവേശിക്കാൻ തുറന്നിട്ടിരിക്കുന്ന ഒരു മനസും മാത്രമാണെന്ന് തിരിച്ചറിഞ്ഞ്, പുരോഹിതനിലെ മനുഷ്യനെ മറക്കാതിരിക്കാൻ ശ്രമിച്ചാൽ വലിയൊരു പുണ്യമാകും.

നമ്മിൽ നിന്നും തിരഞ്ഞെടുത്ത് മുന്നിൽ വെയ്ക്കപ്പെട്ടവനാണ് പുരോഹിതൻ. ജനത്തിന്റെ പ്രാർത്ഥനകളും പരിദേവനങ്ങളുമായി അവൻ മുമ്പെ യാത്രയാകുന്നു. എല്ലാം ദൈവത്തിന്റെ മുമ്പിൽ അർപ്പിക്കാൻ, അവന്റെ കരം സ്വർഗ്ഗത്തിലേക്കുയരുമ്പോൾ എന്റെ പ്രാർത്ഥനകളാണ്, എന്റെ ബലികളാണ് അന്വർത്ഥമാകുന്നത്. ആശിർവദിക്കാൻ ഉയർത്തുന്ന ആ കരങ്ങളിൽ നിന്നാണ് ദൈവാ നുഗ്രഹങ്ങൾ എന്നിലേക്ക് പടർന്ന് കയറുന്നത് എന്ന് തിരിച്ചറിയാം. പൗരോഹിത്യം എന്ന ദാനം തന്നെ ദൈവത്തിന് സ്തുതിയുണ്ടായിരിക്കട്ടെ.

തണൽ

Sr. Merlit, Apostolic Oblates

രാത്രിമാഞ്ഞതില്ല പുലരിതൻ പാദസ്പന്ദമറിഞ്ഞില്ല
ധരയൊരു ഹിമകാണ്ഡം കണക്കെ വിറപൂണ്ടതിലായിരങ്ങൾ
പിടയുന്നു, മനമുഴറുന്നു, തപ്തനിശ്വാസമുതിർക്കുന്നു
ഹാ, കഷ്ടം ! ഒരാശ്വാസമെവിടെയെൻ കിളിമകളെ

ഭൂമിദേവിയാണമ്മയാണു സർവ്വം സഹയാണവൾ തൻ-
ഉദരത്തിൽ പിറന്നവരേകോദരം പങ്കിട്ട സോദരർ
പെറ്റമ്മ പോറ്റുന്നൊരീക്ഷിതിയിൽ നമ്മൾ -
ക്കറിയാവതില്ലെന്നോ മനുഷ്യബന്ധങ്ങൾക്കൽപമിടം നൽകുവാൻ ?

അണ്ഡകടാഹങ്ങൾക്കുമേലധികാരമുള്ളവൻ സർവ്വ-
ശക്തനാമീശന്റെ സ്വപ്നം മരീചികയാക്കിത്തീർക്കുന്ന
മനുജന്റെ ചെയ്തികൾ കണ്ടു നിർവികാരനാകുവാ-
നല്ലാതെ മറ്റെന്തു വഴിയുള്ളൂ ഓർക്കുകിലീശന്

തെറ്റിനെ ശരിയാക്കിയും ശരികളെ തെറ്റുകളാക്കിയും വിഷ-
മൂറും വാക്കുകൾകൊണ്ട പരനവമാനം വരുത്തിയും
മർത്ത്യ സാഹോദര്യം വെറുമൊരു മിഥ്യയായ്ത്തോന്നുമാ-
റുള്ള സ്പർദ്ധ വളർന്നു മനസ്സുകൾ വെട്ടിമുറിയ്ക്കപ്പെടുന്നു.

സർവ്വേശമുഖം സ്നേഹമതല്ലയോ പിന്നെ നമ്മ-
ളെങ്ങനെ വെറുക്കും സഹജനെ, ഘാതകരാകുമിളയിൽ ?
വിദ്വേഷചിന്തവളർത്തുമൊരു ദൈവത്തിൻ മക്കളല്ല നാം
സ്നേഹത്തിലൊരുമനമായ്ത്തീർക്കുമവന്റെ പ്രിയരല്ലയോ

കരുണയും കരുതലും കൊണ്ടപരനു കാവൽക്കാരനായ്
മാറണം നാമെന്നാളുമിതു താൻ ദൈവഹിതമറിക നാം
ഇതുതാൻ മഹിതമാം സർവ്വേശ പൂജയെന്നോർക്കേണം
അണയാത്തൊരഗ്നിയായീ വിമല ചിന്തകൾ നിലകൊള്ളണം.

വചനമൊരു നെരിപ്പോടായ് ജ്വാല പകരണമാത്മാവിൽ
''മമ താതൻ കാരുണ്യവാനതുപോൽ നിങ്ങളുമീ ധരയിൽ
കരുണതൻ പൂമഴപൊഴിക്കണേ''മപരനാശ്വാസമായ്
നിറയട്ടെ വചനമിതു ഹൃത്തിൽ മധുരതരമൊരു ഗീതകമായ്.

അരുതരുതു ദൈവനിയോഗങ്ങൾക്കപ്പുറമൊരു വഴി-
തേടുവാൻ തുനിയരുതിനിമേൽ നമ്മളീ ചെറുജീവിതത്തിൽ
ഇനിയെത്ര നാളുകളുണ്ടാവാം നമുക്കെന്ന ചിന്തിയിൽ നാം
സ്നേഹത്തണൽ തീർക്കണമവനിയിൽ നാൾക്കുനാൾ.

THE MESSENGER OF DIVINE MERCY - ST. FAUSTINA

Saint Faustina was born Helena Kowalska in a small village west of Lodz, Poland on August 25, 1905. She was the third of ten children. When she was almost twenty, she entered the Congregation of the Sisters of Our Lady of Mercy, whose members devote themselves to the care and education of troubled young women. The following year she received her religious habit and was given the name Sister Maria Faustina, to which she added, "of the Most Blessed Sacrament", as was permitted by her congregation's custom. In the 1930's, Sister Faustina received from the Lord a message of mercy that she was told to spread throughout the world. She was asked to become the apostle and secretary of God's mercy, a model of how to be merciful to others, and an instrument for reemphasizing God's plan of mercy for the world. It was not a glamorous prospect.

Her entire life, in imitation of Christ's, was to be a sacrifice - a life lived for others. At the Divine Lord's request, she willingly offered her personal sufferings in union with Him to atone for the sins of others; in her daily life she was to become a doer of mercy, bringing joy and peace to others, and by writing about God's mercy, she was to encourage others to trust in Him and thus prepare the world for His coming again. Her special devotion to Mary Immaculate and to the sacraments of Eucharist and Reconciliation gave her the strength to bear all her sufferings as an offering to God on behalf of the Church and those in special need, especially great sinners and the dying.

She wrote and suffered in secret, with only her spiritual director and some of her superiors aware that anything special was taking place in her life. After her death from tuberculosis in 1938, even her closest associates were amazed as they began to discover what great sufferings and deep mystical experiences had been given to this Sister of theirs, who had always been so cheerful and humble. She had taken deeply into her heart, God's gospel command to "be merciful even as your heavenly Father is merciful" as well as her confessor's directive that she should act in such a way that everyone who came in contact with her would go away joyful. The message of mercy that Sister Faustina received is now being spread throughout the world; her diary, Divine Mercy in my Soul, has become the handbook for devotion to the Divine Mercy. She was canonized by Pope John Paul II on March 10,2000.

Source : Catholic online

ഇരിപ്പിടങ്ങൾ

NELSON C. J., DON BONSCO UNIT

നമുക്കെല്ലാവർക്കും വേണം ഇരിപ്പിടങ്ങൾ
മുൻപിൽ തന്നെ വേണം; ഇച്ഛിച്ചതിലെന്താ തെറ്റ്
പിൻപന്മാർ മുമ്പന്മാരായതു പഴയകാലം
ഇന്ന്, മുമ്പന്മാർക്കേ മുമ്പന്മാരാകാൻ പറ്റൂ
പിമ്പിൽ നിന്നാരെങ്കിലും മുൻപിലെത്താൻ ശ്രമിച്ചാൽ
കഷ്ടം ! അതവരുടെ വൃഥാ മോഹം
പേരെഴുതിവച്ച ഇരിപ്പിടങ്ങൾ കാണാമിന്ന്
രാജ്യഭരണത്തിന്റെ കൂത്തരങ്ങുകളിൽ
അപ്പീസുകളിൽ, ഉന്നതകേന്ദ്രങ്ങളിൽ
നമുക്കെല്ലാവർക്കും വേണം ഇരിപ്പിടങ്ങൾ

ഞാൻ പട്ടുമെത്തയിലിരിക്കുമ്പോൾ, നീ–
വെറും തറയിലിരിക്കണം നഗ്നനായി
ഞാൻ മട്ടുപ്പാവിലുലാത്തുമ്പോൾ, നീ–
പണിയെടുത്ത് വിയർപ്പൊഴുക്കണം
പേരെഴുതാത്ത ഇരിപ്പിടങ്ങൾ കാണാം, വരിക.
പള്ളിയി,ലമ്പലങ്ങളിൽ, സിനിമാശാലകളിൽ
തൂവാലയിട്ട്, അടയാളം വച്ചുറപ്പിക്കുന്ന ഇരിപ്പിടങ്ങൾ
ആളെത്തിയാൽ, കൃത്യം അവിടയേ ഇരിപ്പൂ !
വെറെയാരെങ്കിലുമിരുന്നാൽ അക്കളിതീക്കളി !!
പൂമുഖവാതിൽക്കൽ താഴെശുനകനിരിപ്പിടം
കിങ്ങിണിപൂച്ചക്കിടം അടുക്കള തിണ്ണയിൽ
അടിനുമാടിനുമെല്ലാം അതാതിടങ്ങൾ
പാവം മനുഷ്യനും വേണ്ടേ ഇരിപ്പിടങ്ങൾ
നമുക്കെല്ലാവർക്കും വേണം ഇരിപ്പിടങ്ങൾ

പണ്ട് പീലാത്തോസിനുമുണ്ടായിരുന്നു മിന്നുപതിച്ച ഇരിപ്പിടം
ന്യായവും നീതിയും കൽപ്പിക്കുന്ന ചോരപുരണ്ട സിംഹാസനം
അരികെ, കൈ കഴുകാനൊരു വെള്ളം നിറച്ച കൽതളികയും !
വിധി പാളിയാൽ കൈകഴുകി നീതിമാനാകാം !!
സെബദിയുമാഗ്രഹിച്ചു മക്കൾക്ക് ഇരിപ്പിടങ്ങൾ
യാക്കോബിനും യോഹന്നാനും ഉന്നത ശ്രേണിയിൽ വേണം –
ഇടതും വലതും ഉയർന്ന അധികാര ഇരിപ്പിടങ്ങൾ
നമുക്കെല്ലാവർക്കും വേണം ഇരിപ്പിടങ്ങൾ

ഒരു വേള തള്ളിപ്പറഞ്ഞവന്റെ നിരപരാധിത്വം
പത്രോസേ നീ പാറയാകുന്നു എന്നുരവിട്ടവന്റെ കരുതലും സ്നേഹവും
അരയന്റെ മനസിലെ കാറും കോളും കണ്ടവൻ
പത്രോസിനു നൽകി ക്രിസ്തുരാജ്യത്തിന്റെ സിംഹാസനം
ഒടുവിലത്തെ അത്താഴ സമയത്ത് നെഞ്ചിൽ ചാരിക്കിടന്ന്
അധികാരമുറപ്പിക്കുന്ന യോഹന്നാൻ ഒരു വശത്ത്.
അരികിൽ ചേർന്നിരുന്നുകൊണ്ട് ഗുരുവിനു സ്തോത്രമോതി
ഒന്നാമനായി ഭവിച്ച് ഒറ്റിക്കൊടുത്ത യൂദാസ് മറുവശത്ത്.
നമുക്കെല്ലാവർക്കും വേണം ഇരിപ്പിടങ്ങൾ

അന്ന് ധനവാന് ഉണ്ടായിരുന്നു പേരില്ലാത്ത ഇരിപ്പിടം
ചുവന്ന പട്ടുവസ്ത്രങ്ങളണിഞ്ഞ് മാളികയിൽ വാഴുന്നവൻ
തീൻമേശയിൽ നിന്നും വീഴുന്ന അപ്പകഷണങ്ങൾ
പെറുക്കിയെടുത്ത് വിശപ്പടക്കാൻ കൊതിക്കുന്ന ലാസർ
താഴെ പൊടിപിടിച്ച തറയിൽ അവനിരിപ്പിടം.
തർക്കമിതാണ് ആരാണ് വലിയവൻ
ഒരു നാളും ഫലം തരാത്ത അത്തിവൃക്ഷമോ
നിറനിറയെ വളർന്നു പന്തലിച്ച കാട്ടുമുന്തിരിയോ
കൊച്ചുകാശ് കാണിക്കയർപ്പിച്ച പാവം വിധവയോ ?
സ്വത്തിന്റെ പാതി ദരിദ്രർക്കായി വീതിച്ച സക്കേവൂസോ ?
ഒന്നാമനാകാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നവൻ ഒടുവിലത്തവനാകണം
ഏവരുടെയും ഏളിമയുള്ള ദാസനാകണം
സ്വജീവൻ അപരനായി മോചനദ്രവ്യമാകണം
ഇരിപ്പിടങ്ങളെ സ്വസ്തി ! സുഖിനോ ഭവന്തു !
നമുക്കെല്ലാവർക്കും വേണം ഇരിപ്പിടങ്ങൾ

A Way To Sanctity – 16

SAINT ELIZABETH ANN SETON

Elizabeth Ann Bayley, born on August 28, 1774, was the second child of a socially prominent couple, Dr Richard Bayley and Catherine Chalton of New York city. The Bayley and Chalton families were among the earliest European settlers in the New York area. Elizabeth's mother Catherine died in 1777 when Elizabeth was three years old. Elizabeth's father then married Charlotte Amelia Barclay, a member of the Jacobus James Roosevelt family, to provide a mother for his two daughters.

The new Mrs Bayley participated in her church's social ministry, and often took young Elizabeth with her on charitable rounds. She visited the poor in their homes to distribute food and essential items. The couple had five children, but the marriage ended in separation. During the break-up, their step-mother rejected Elizabeth and her sister. As their father then travelled to London for further medical studies, the sisters lived temporarily with their parental uncle and his wife. Elizabeth experienced a period of darkness during this time, as she later reflected in her journals.

At 19, Elizabeth married William Magee Seton of New York. Five children were born of their happy union. After her husband's death, the Filicchi (life-long friends) welcomed the grieving widow to their home in Italy. Elizabeth returned to New York in 1804 and entered the Catholic Church on March 14, 1805. She accepted an invitation from Archbishop Caroll to establish a girls' school in Baltimore.

Several women joined her in the religious life, and she became known as “Mother Seton”. They were known as Sisters of Charity and lived in Emmitsburg. A school opened for the children of the parish was the first parochial school in the United States. Elizabeth died on Janury4, 1821. In 1963, she became the first American-born citizen to be beatified and on September 14, 1975, she was canonized by Pope Paul VI.

SANCTIFY YOUR SECRET LIFE…
Mene, mene, tekel, parsin,
God warns

Sheena George, St.Mary's unit

Do we have a secret life? Yes, most of us have a bad and evil secret side. We don’t disclose this evil life to anyone. Not even to priests or pastors. But Bible says very clearly that we need to sanctify our secret life. We need to confess our sins, repent our sins and reconcile with God.

Mene, mene, tekel, parsin: This is God’s warning (Daniel 5:25) to everyone, not to King Belshazzar alone. When translated, these words literally mean: “numbered, numbered, weighed, divided.”

We indulge in lot of things that God doesn’t want us to do. This can be an adulterous life, addiction to porn, living a sinful life without a sense of sin, violation of God’s commandments and refusal to repent the sins, murder, character assassination etc. etc. Then we keep away from people and society. We hide somewhere. We remain lonely, like Elijah in a cave.

We must come out of that dark cave to the sunlight. We must sanctify our secret life. Yes, sanctification through confession, repentance and reconciliation. Sadly, we live like modern-day Cains.

God asked Cain: “where’s your brother Abel?” God is not questioning Cain alone – He’s asking us also. Where’s the baby that I had given life in your wife’s womb? You must ask yourself about the aborted child. It can be your aborted child or your own father whom you despise or your neighbour with whom you have an enmity. Your Abel may be your father, neighbour, brother or your own kids.

Rev Fr Nelson Job OCD, one of my favourite charismatic preachers, vividly explained this recently on a television programme. Fr Nelson quoted some good examples from Bible to drive home the importance and necessity for sanctification of our secret life.

When you read King David’s story, you come across an incident. When David was ruling as a “Mr Clean”, Prophet Nathan came to his palace and told him a story. “There were two men in a certain town, one rich and the other poor. The rich man had a very large number of sheep

and cattle, but the poor man had nothing except one little ewe lamb he had bought. He raised it, and it grew up with him and his children. It shared his food, drank from his cup and even slept in his arms. It was like a daughter to him.

"Now a traveler came to the rich man, but the rich man refrained from taking one of his own sheep or cattle to prepare a meal for the traveler who had come to him. Instead, he took the ewe lamb that belonged to the poor man and prepared it for the one who had come to him." David burned with anger against the man and said to Nathan, "As surely as the Lord lives, the man who did this must die! He must pay for that lamb four times over, because he did such a thing and had no pity." Then Nathan said to David, "You are the man." Then King David repented. He had earlier despised the word of the Lord by doing what was evil in his eyes. David struck down Uriah, his army chief, with the sword and took his wife to be his own. David had violated commandments 9, 6 and 5 and ruled as a "Mr Clean". King David had a secret life which Nathan pointed out to him and he repented.

Let's move to Daniel 5:25: "This is the inscription that was written: mene, mene, tekel, parsin."

These words were written by a mysterious hand on the wall of Belshazzar's palace, and interpreted by Daniel as predicting the doom of the king and his dynasty.

Holy Bible says: Once when King Belshazzar was giving a banquet to his lords and drinking wine from the golden vessels of the Temple of Yhwh, a man's hand was seen writing on the wall certain mysterious words. The king got frightened by the apparition and ordered his astrologers to explain the inscription; but they were unable to read it. Daniel was then summoned to the royal palace; and the king promised him costly presents if he would decipher the inscription.

Daniel read it "Mene, mene, tekel, parsin" and explained it to mean that God had "numbered" the kingdom of Belshazzar and brought it to an end; that the king had been weighed and found wanting; and that his kingdom was divided and given to the Medes and Persians.

Yes, these words -- Mene, mene, tekel, parsin – are supposed to sanctify our secret life. These are warning words against your evil secret life.

Come to 2 Kings 20:1: Hezekiah became ill and was at the point of death. The prophet Isaiah son of Amoz went to him and said, "This is what the Lord says: Put your house in order, because you are going to

die; you will not recover." Hezekiah then knew that God had come to know about his secret life. He repented and prayed. Amoz then came back and said God had extended his life by another 15 years.

When he was able to sanctify his life, God extended his life span.

Fr Nelson narrated an incident. Once a lady, with foul-smelling wounds came for a charismatic prayer retreat. After the retreat, she was admitted to the hospital from where she requested him to come and pray for her. When he went there, he understood her physical condition was very weak and struggled to sit in the room because of the intense bad odour from her festering wounds. She gave a long confession that lasted for 20 minutes. She told the priest about many secret deeds that she committed over several years --- things she had never disclosed so far. She repented. The he got a message from Jesus that she is being healed. After around 20 days, all her wounds were healed and she regained normal health.

The message is simple: sanctify your secret life and God will shower His blessings. But you have committed several sins and still living with these sins.

Lets turn to John 4:16: "Jesus told her (Samaritan woman), "Go, call your husband and come back." "I have no husband," she replied. Jesus said to her, "You are right when you say you have no husband. The fact is, you have had five husbands, and the man you now have is not your husband. What you have just said is quite true."

When Jesus revealed her secret life, she confessed. Jesus gave her a spring of water welling up to eternal life.

Jesus makes it clear: Sanctify your secret life.

John 8:7 says: "When they kept on questioning him, he straightened up and said to them, "Let any one of you who is without sin be the first to throw a stone at her." People who were about to throw stones at a prostitute were taken aback. Their hands went down, stones fell.

Jesus revealed their secret life. They were all big-time sinners. The woman – believed to be Mary Magdalene – repented and turned to God. She became a new creation after the sanctification of her secret life.

In short, sanctification is a key process to achieve eternal life. We need to realize it before it's too late.

POPE FRANCIS

CHRISTMAS JOY IS ANTIDOTE TO SKEPTICISM

The joy we receive from Christ's birth has the power to counteract doubt and indifference, in a world that is "merciless to the sinner and lenient to the sin," Pope Francis said during Midnight Mass for Christmas.

"Joy and gladness are a sure sign that the message contained in the mystery of this night is truly from God," Pope said in his December 24 homily for Mass celebrated in St. Peter's Basilica.

"There is no room for doubt; let us leave that to the skeptics who, by looking to reason alone, never find the truth. There is no room for the indifference which reigns in the hearts of those unable to love for fear of losing something," he said.

Pope Francis went on to observe how Christ, born in the poverty of a stable, teaches us to reject worldly riches amid a consumerist and hedonistic society, as a "culture of indifference." "In a society so often intoxicated by consumerism and hedonism, wealth and extravagance, appearances and narcissism, this Child calls us to act soberly, in other words, in a way that is simple, balanced, consistent, capable of seeing and doing what is essential," he said.

"In a world which all too often is merciless to the sinner and lenient to the sin, we need to cultivate a strong sense of justice, to discern and to do God's will," Pope said.

"Amid a culture of indifference which not infrequently turns ruthless, our style of life should instead be devout, filled with empathy, compassion and mercy, drawn daily from the wellspring of prayer."

Before the liturgy began in Saint Peter's Basilica, there was the chanting of "Kalenda" – a traditional chant recounting the events leading up to Christ's birth. After this, the Holy Father unveiled and prayed before a small statue of the Child Jesus which laid in front of

the main altar above St. Peter's tomb.

The statue, which itself rested upon a stand holding the Scriptures as a symbol of the Word Made Flesh, was then venerated with flowers by a group of children from around the world. Each child represented one of the countries visited by the Pope during 2015, such as the Philippines, Kenya, Cuba, and the United States.

"All sadness has been banished, for the Child Jesus brings true comfort to every heart," Pope Francis continued in his homily, reflecting on the readings for the Mass. "Everything changes" with the birth of the Son of God, who partakes in our human nature, he said.

We are no longer "alone and forsaken," he explained, adding that the Virgin Mary offers her Son to us "as the beginning of a new life."

"The true light has come to illumine our lives so often beset by the darkness of sin. Today we once more discover who we are! Tonight we have been shown the way to reach the journey's end." Putting away "all fear and dread," Pope Francis said we must not remain idle, but go out to see "our Savior lying in a manger" in Bethlehem.

Having heard of Christ's birth, we should be "silent and let the Child speak," for he brings us "unending peace of heart" and teaches us what is truly important in our lives, the Pope said.

He recalled how Jesus was born into poverty, having to find shelter in a stable where he was placed in a manger. "And yet, from this nothingness, the light of God's glory shines forth. From now on, the way of authentic liberation and perennial redemption is open to every man and woman who is simple of heart."

Pope Francis concluded by inviting the faithful to follow the example of the shepherds at Bethlehem and, like them, "with eyes full of amazement and wonder, gaze upon the Child Jesus, the Son of God."

SOURCE: CNA/EWTN

ആത്മനാഥൻ

Babykutty, Cherupushpam Unit

ഒരു കുഞ്ഞിപ്പൂവിനുപോലും
അനുപമ സൗന്ദര്യമേകും
അളവറ്റ സ്നേഹമാണല്ലോ
അഖിലേശ്വരൻ എന്റെ നാഥൻ

ഒരു മഞ്ഞുതുള്ളിയിൽപോലും
മഴവില്ലുതീർക്കും മഹത്വം
ഒരു മൃദു മന്ത്രണം പോലെ
എന്റെ ആത്മാവിലെന്നും വസിപ്പൂ...

വാനിലെ വാർതിങ്കൾ പോലും
നിൻമുഖ ശോഭയിൽ മങ്ങും
ആ ദിവ്യ തേജസ്സാണല്ലോ
എന്റെ ആത്മാവിലെന്നും വസിപ്പൂ...

സൗരയൂഥങ്ങളെപ്പോലും
തൻ വിരൽത്തുമ്പിൽ നിറുത്തും
ആ വിൺപ്രഭാവമാണല്ലോ -
എന്റെ ആത്മാവിലെന്നും വസിപ്പൂ...

BIBLE QUIZ ANSWERS (NOV - DEC 2015

1. Drawn out of water
2. Out of Acacia wood
3. Mount Horeb
4. Tent of Meeting
5. Aaron
6. 7 Days
7. Festival of Unleavened Bread
   Festival of Harvest
   Festival of Ingathering
8. When ever the cloud was taken up from the Tabernacle
9. 5 Cubits Long, 5 Cubits Wide and 3 Cubits high
10. 430 Years

ഓർമ്മിക്കാൻ ...
ആചരിക്കാൻ ...

ജനുവരി 2016

1 ആദ്യവെള്ളി
നമ്മുടെ കർത്താവിന്റെ നാമകരണം
ദൈവമാതൃത്വ തിരുനാൾ
വർഷാരംഭം
2 വി. ചാവറ കുര്യാക്കോസ് ഏലിയാസ്
6 ദനഹാത്തിരുനാൾ
8 വി. യോഹന്നാൻ മാംദാന
15 വി. പത്രോസ്, പൗലോസ്
18 സഭൈക്യവാരം ആരംഭിക്കുന്നു
മൂന്ന് നോമ്പാരംഭം
20 വി. സെബസ്തായനോസ്
22 വി. സുവിശേഷകന്മാർ
23 വി. ഫ്രാൻസിസ് സാലെസ്
25 വി. പൗലോസിന്റെ മാനസാന്തരം
26 വി. തിമോത്തിയോസും വി. തീത്തൂസും
28 വി. തോമസ് അക്വിനാസ്
29 വി. എസ്തപ്പാനോസ്
ഗ്രീക്കു സഭാ പിതാക്കന്മാർ
സുറിയാനി സഭാ പിതാക്കന്മാർ
30 ലോക സമാധാന ദിനം

ഫെബ്രുവരി 2016

2 നമ്മുടെ കർത്താവിന്റെ ദൈവാലയ പ്രവേശനം
പ. കന്യാമറിയത്തിന്റെ ശുദ്ധീകരണത്തിരുനാൾ
4 വി. ജോൺ ബ്രിട്ടോ
5 ആദ്യവെള്ളി
സകല മരിച്ചവരുടെയും ഓർമ്മ
11 ലൂർദ്ദുമാതാവ് (രോഗീദിനം)
23 വി. പൊലിക്കാർപ്പ്

DISABILITY SHOULDN'T BE A DENIAL OF OPPORTUNITY

How many of us get uncomfortable when we come across someone who is disabled or differently abled? We either feel sorry for them and assume that they are bitter about their disabilities or are afraid to say the wrong thing. This is not true. Differently-abled people are enriched by their experiences with their disabilities and are well-versed in dealing with their condition.

What we should do is respect the person and look at them beyond their disability.

The International Day of Persons with Disabilities (IDPD) is promoted every year on December 3 by the United Nations to create awareness and support critical issues relating to the inclusion of persons with disabilities in society. The theme for this year is “Inclusion matters: access and empowerment for people of all abilities.” Differently-abled people face many barriers to inclusion in many key aspects of society. Let us do our bit and try to make them feel included in our lives.

Globally, over one billion people, about 15 per cent of the world's population, are living with disabilities. Between 110 million and 190 million adults have significant difficulties in functioning. For helping the disabled, follow these general rules:

* In whichever way you assist them, make sure that the disabled people have control over the services they get and the support they need.

* Treat differently abled people as equals. Don't be afraid to approach. Do not assume they need help in everything. Ask if they need your assistance. Never make disability the basis for their every action. Never stare and make them feel conscious about their disability. Respect their privacy. Ask their permission to discuss the disability.

* Read on specific ways to behave and help when you come across people with various types of disabilities.

1. Helping someone who is visually impaired: Take the name of person whom you are addressing in a group conversation. Describe the surroundings if necessary. Offer to read written information if permissible. Do not pet, play, feed, or talk to a guide dog when it's helping its master. Approach and offer help if the person looks disoriented. Offer your arm as opposed to taking his as it will help him retain his balance

2. Helping someone who is in a wheel chair: Do not handle or sit on their wheelchair. Feel comfortable to kneel or sit down to get on their level and make eye contact during conversations. Rearrange objects in a workplace to accommodate mobility aids. Include physical obstacles such as stairs while giving directions.

3. Helping someone who uses crutches: Do not assume they are struggling and ask before you offer help. Avoid handling their equipment and respect them by respecting their aids. Do not get embarrassed to offer them help when they accidentally fall down.

4. Helping someone with speech impairment: Be patient and do not interrupt them while they speak. Ask them to repeat if you don't understand and if you are not sure what is being said, repeat it to them for verification.

5. Helping someone with hearing impairment: Speak slowly and clearly without raising your voice. They can read lips. Attract the individual's attention before speaking. Make eye contact with them and not their sign language interpreter.

6. Helping someone with learning impairment: Repeat information, use simple language; listen actively and do not get impatient. Provide one piece of information at a time. Provide information in a written or spoken format as desired by them. Give them their space and let them focus in quiet if required.

Did you know? Rates of disability are increasing due to population aging. Co-morbid conditions, age-related conditions, engaging in health risk behaviors and higher rates of premature death are experienced in people with disability.

Source: WHO

Compiled by : **Johnson Ambatt,**
Don Bosco unit

Parents, bring Christ into the lives of children

Irene Samson, St. Paul Unit

Imagine a father who finds out his son has been killed. He tracks down the murderer and then kills him. We call that 'vengeance'.

Now imagine that the boy's father calls the police and the murderer is arrested, tried, convicted and punished. We call that 'justice'.

Think of another situation. The father pleads with the judge that the guilty man's life be spared. We call that 'mercy'.

Now imagine that the father asks for custody of his son's murderer. He takes the man to his home, adopts him and loves him as his own son. It seems unthinkable, but that's exactly what God has done for us. It's called 'grace'.

The family is the community and most powerful influence on the faith of children and teenagers. Parents are the first educators of their children, providing the foundation for a spiritual and religious life. A family needs to be the vital part of the process of lifelong faith formation at all stages of development, and their parents need to help them to assume their roles in fostering faith and deeper spirituality within their homes. We are quite aware of the tremendous changes family life has undergone in the past 40 years.

We know that families are stretched and stressed in many challenging ways, putting new demands on family life and congregational ministry. We know that family time and shared family activities such as daily meals have suffered because of work demands, busy schedules, and a rise in individual activities. We are sadly aware of the decline in family religious activities -- at home or in church. Some of the parents may be increasingly unconcerned about sharing religious traditions with their children.

A growing body of empirical research demonstrates that a family religious involvement directly benefits children, teens and adults in numerous significant ways. David Dollahite and Jennifer Thatcher found in a survey the following benefits of family religious involvement:

* Divorce rates are lower and marital satisfaction and quality score highest among religiously involved couples.

* Religious practices are linked with family satisfaction and closer

parent-child relationship.

* There is less domestic violence among more religious couples, and religious parents are less likely to abuse their children.

* Religious involvement promotes involved and responsible parenting.

* Greater religious life in parents and youth is associated with a variety of protective factors for adolescents. Adolescent religiosity reduces high-risk behaviours, all of which have the potential to greatly influence the adolescents' current and future family relationships.

Dollahite and Thatcher finally said, "Since many studies now show the beneficial consequences of religious belief, practice, and community support on health, mental health and relationships, it seems to be that one of the most important things that parents can do for their children is to bring Christ into their lives."

When we look at today's generation, 'God's grace through Jesus Christ' is the only answer to their problems. Parents should bring Christ into the lives of children for this grace.

From YOUCAT

What does it mean to say, "Forgive us our trespasses, as we forgive those who trespass against us"?

Merciful forgiveness - the mercy that we show to others and the mercy that we ourselves seek - is indivisible. If we ourselves are not merciful and do not forgive one another, God's mercy will not reach our hearts. Many people have a lifelong struggle with their inability to forgive. The deep blockade of being unreconciled is resolved only by looking to God, who adopted us "while we were yet sinners" (Rom 5:8). Because we have a kind Father, forgiveness and reconciliation in life are possible.

(YOUCAT, or The Youth Catechism, which is written in language suitable for young people deals with the entire Catholic faith as it was presented in the Catechism of the Catholic Church (CCC)

കേരളം ദൈവത്തിന്റെ സ്വന്തം നാട്

P. M. Jose, Holy Family Unit

ഭാരതരാജ്യം വിശ്വപ്രതിഭയിൽ
ഭാസുരമാം മണിദീപം പോൽ
സ്വാതന്ത്ര്യത്തിന് രണാങ്കണങ്ങളിൽ
സമരം ചെയ്ത് ജയിച്ചവർ നാം

കേരളമെന്നാൽ കായിക കലയുടെ
കേളി കൊട്ടുണരും മലനാട്
കൃഷിയും, കലകൾ, നാടൻ ശീലുകൾ
കഥകളി തൻ പദമുദ്രകളാടി

വിരുന്ന് വന്നു ഋതുക്കളോരോ
വിസ്മയ വർണം ചാലിച്ചു
വസന്തഋതുവും, ശിശിരവും മെല്ലെ
വർണ്ണപൂക്കൾ വിരിയിച്ചു.

ഇവിടെ ജനിച്ചു വളർന്നവരോരോ
ഇതിഹാസങ്ങൾ സൃഷ്ടിച്ചു.
ഇവിടെ ജനിച്ചു, മരിച്ചു, വിശുദ്ധർ
പുണ്യം പകർന്ന് വിശുദ്ധരായ്

ജാതി മതങ്ങൾക്കില്ല വിരോധവും
ഭേദവിചാരവും ഇവിടെ
ഒരേ ജാതി, ഒരേ മതമെന്നൊരു
ഐക്യമുണർത്തും ദൃഢ മന്ത്രം

വിവിധ ജനങ്ങൾ ഒത്തു വസിക്കും
വാഗ്ദാനത്തിൻ ഭൂമിയിതാ !
ഇതു ദൈവത്തിൻ സ്വന്തം നാട്
ദൈവത്തിൻ പ്രിയ മക്കൾ നാം.

Thanksgiving...

Novena To St. Jude

Most Holy Apostle, St. Jude, faithful servant and friend of Jesus, the Church honors and invokes you universally, as the patron of difficult cases, of things almost despaired of, Pray for me, I am so helpless and alone. Intercede with God for me that He bring visible and speedy help where help is almost despaired of. Come to my assistance in this great need that I may receive the consolation and help of heaven in all my necessities, tribulations, and sufferings, particularly -
(make your request here)
- and that I may praise God with you and all the saints forever. I promise, O Blessed St. Jude, to be ever mindful of this great favor granted me by God and to always honor you as my special and powerful patron, and to gratefully encourage devotion to you.

Amen

Inserted by :

Mrs. Josephine Tharakan

With Best Compliments from :

T. A. Devassy

A-702, Meridian CHS Ltd, Plot No. 25, 26 & 27,
Sector - 6, Nerul West, Navi Mumbai - 400 706.

Mob.: 98199 23438

VIVA Teresa

JANUARY - 2016

SUN.	MON.	TUE.	WED.	THU.	FRI.	SAT.
31 Is.46;5-13 Jn.2;1-11 Heb.7;23-28					**1** Rom.16;17-27 Lk.1;39-45	**2** 1Pet.4;12-19 Mt.5;1-12
3 Is.49;1-6 2Tim.2;16-26 Lk.2;21-35	**4** Is.11;1-5 Eph.4;7-12 Mt.6;16-21	**5** Gal.6;1-10 Lk.2;41-52	**6** Tit.3;1-7 Mt.3;13-17	**7** 1Cor. 2;6-10 Lk.7;11-17	**8** Eph.2;19-3;7 Mk.6;14-29	**9** Rom.9;30-33 Jn.10;31-39
10 Is44;28-45;4 2Tim.3;10-15 Lk.4;16-22	**11** Acts14;8-15 Jn.14;1-6	**12** Tit.3;8-11 Lk.13;23-30	**13** Eph.2;11-19 Jn.21;15-19	**14** 1Pet.5;5-9 Mk.4;35-41	**15** 2Cor.11;21-31 Mt.16;13-19	**16** Rom.10;10-20 Mk.1;21-28
17 Is.45;11-17 Heb.3;1-6 Jn.1;14-18	**18** 1Tim.2;1-7 Jn.17;6-11	**19** Is.49;1-4 Rom.12;1-8 Lk.18;9-14	**20** Rom.9;19-29 Mt.6;1-4	**21** 1Cor.9;24-27 Mk.10;17-22	**22** 1Cor.4;9-16 Mt.10;1-15	**23** Eph.3;8-13 Jn.15;9-17
24 Is.45;18-46 Heb.4;1-10 Jn.1;29-34	**25** 1Cor.15;1-10 Mt.20;1-16	**26** Rom.15;14-21 Jn.17;6-11	**27** Gal.1;6-10 Jn.10;1-6	**28** 2Cor.5;11-14 Jn. 1;35-42	**29** 2Cor.4;8-18 Mt.23;34-39	**30** 1Jn.5;13-21 Jn.8;39-47

FEBRUARY - 2016

SUN.	MON.	TUE.	WED.	THU.	FRI.	SAT.
	1 Acts 16;25-34 Lk.5;12-16	**2** Ro.9;30-10;4 Lk.2;22-38	**3** Col .2;6-10 Mt.12;15-21	**4** Eph .6;10-17 Mk.9;33-37	**5** 1Cor.15; 39-49 Mt.25;31-40	**6** 1Cor.3;10-17 Lk.11;14-23
7 Is.58; 1-10 Eph.4;17-24 Mt.4;1-11	**8** Rom. 1; 16-25 Mt.5;17-26	**9** Rom .2; 1-6 Mt.5;38-42	**10** Rom. 2; 12-24 Mt.6;5-8	**11** Rom .3;9-20 Mt6;25-34	**12** Rom.4;13-25 Mt.27;1-6	**13** Rom.3;21-26 Mt.6;9-15
14 Josh 58;1-10 Rom.6;15-23 Mt.7;21-27	**15** Tit.3;1-7 Mk.7;14-23	**16** Rom.8;18-25 Mt.7;7-12	**17** Rom 6;15-23 Mt.9;1-8	**18** Rom.3;1-8 Mt.5;33-37	**19** Rom.7;7-12 Mk.11;27-33	**20** 1Cor.5;9-13 Mt.11;16-19
21 Josh 4;15-24 Rom.7;14-25 Mt.20;17-28	**22** Rom.7;1-6 Mk.12;28-34	**23** 1Cor.10;1-13 Lk.21;29-36	**24** 1Pet. 3; 8-12 Mt.5;43-48	**25** Eph .6;1-9 Mk.12;35-40	**26** Rom. 8;1-6 Mk.12;18-27	**27** Gal.1;6-10 Mt.21;28-32
28 Josh 7; 10-15 Rom.8;12-17 Mt.21;33-44	**29** Rom. 9;1-13 Jn.5;1-18					

സഹനം

Babykutty, Cherupushpam Unit

കദനം വിങ്ങി, ഹൃദയം നുറുങ്ങുമ്പോൾ
കുരിശിലേയ്ക്കൊന്ന് മിഴി പായ്ക്കുക ...
കാരിരുമ്പാണി പഴുതുള്ള കൈകളെ
മനസ്സിൽ പതിച്ചെടുക്ക

കുരിശിൻ ചുവട്ടിലെ അമ്മയോളം
സഹനം ചുമന്നോ നീ .... ?
അരുമ സുതന്റെ പീഢകൾ കണ്ടുകൊ–
ണ്ടരികിൽ നിൽക്കേണ്ടിവന്നോ ... ?

മിഴി കവിഞ്ഞൊഴുകും ചുടുനീർ കണങ്ങളെ
അമ്മതൻ പാദതാരിൽ കാഴ്ചയേകൂ ...
ജീവിത വ്യഥകളാൽ മനസ്സുഴലുമ്പോൾ
കർത്താവിൽ 'ദൃഢമായ്' ശരണപ്പെടൂ ...

TESTMONY

എന്റെ കൊച്ചുമകളുടെ കല്യാണം നടക്കുന്നതിനായി 9 ആഴ്ച കൊച്ചുത്രേസ്യാ പുണ്യവതിയുടെ നൊവേന കൂടി ഞാൻ പ്രാർത്ഥിച്ചു. ഇത് മറ്റാരേയും ഞാൻ അറിയിച്ചിരുന്നില്ല. കല്യാണം ശരിയായി, എന്നാൽ അത് ഇടയ്ക്ക് വെച്ച് തടസ്സപ്പെട്ടു. അപ്പോൾ, ഈ കല്യാണം നടന്നാൽ അത് സാക്ഷ്യപ്പെടുത്തുമെന്ന് ഞാൻ തീരുമാനിച്ചു. കല്യാണം പെട്ടെന്ന് തന്നെ നടന്നു. അതും ഏറ്റവും നന്നായി കഴിഞ്ഞു.

കൊച്ചുത്രേസ്യാ പുണ്യവതിയുടെ മാധ്യസ്ഥതയിലൂടെ ഇത് നടത്തി തന്നെ കർത്താവിന് ഒരായിരം നന്ദി.

Treesa Paul, St. Jude Unit

HOW SILENCE AND I BECAME BEST FRIENDS

Bincy Davis, St. Alphonsa Unit

Silent night, holy night. All is calm, all is bright. It's a well-known Christmas carol song. But have you ever experienced this, in the literal sense? Silent night? Holy night? I never did, not until one of my many travels took me to Finland.

A company assignment was that landed me in Finland. It was a Sunday in May 2007. I flew into Helsinki around noon, cleared immigration, picked my luggage and stepped out. The city was beautiful. My company driver dropped me at my hotel. I opened the door of the hotel entrance expecting to see a grand lobby with a smiling front desk, but there wasn't any. Just a note, a key and instructions for me that said – Being Sunday, the reception was closed. "Walk to the next building around the corner, open the door by keying in the mentioned pin, take the elevator and go to the 3rd floor. Use the key and open the second room," it said.

The note also said about what to do in case of an emergency and that I should have a pleasant stay.

I followed the instructions religiously and successfully ended up in my room. The only English-speaking channel on TV in my room was about football, the rest were Finnish. While I sat watching the game, I realized other than my driver, the passengers at the Helsinki airport and the few airport officials, I hadn't seen a single human being -- nobody at the airport, nobody on the way to the hotel, nobody at the hotel, and all I could hear was deafening silence.

It felt like everything had stopped. I had never experienced anything like this before. Very uncomfortable I must say. After some thought I came to the conclusion that there must be a nationwide strike called by some political outfit. After all aren't politics and politicians the same world over? I decided to look it up online. Numerous google searches later, my conclusion wasn't holding

true. No strike. And the silence wasn't helping. I decided, I was going to venture out and see if I can figure it out. No one on the streets, I walked around a few blocks but had no luck. I was about to give up when I finally saw a lady at a distance walking a baby stroller. As I got closer, the lady was Indian. It was a miracle. I can't start to express how happy and relieved I felt when I saw her. I ran to her and said, ‘Hello’. It turned out she was staying at the same hotel as me. We quickly exchanged pleasantries and I asked her why there was no one around and why it was so eerily silent? She asked me if I had done any research about Finland before getting there. I said, I sure did. I read about Finland on Wikipedia. She asked me what it said about the country's population. I said, give or take five million. Then she asked how many in the city you come from, back home? I said for sure more than double.

She said, well that's it. I was stunned. Can people make such a huge difference? Is it this silent every day? She just smiled and said, “You will get used to it.” Tervetuloa Suomi. Welcome to Finland!!

She was right, I did get used to it, so much so that it is now an integral part of who I am. After the first few weeks, I moved out of the hotel into a company allocated apartment and stayed in Finland for almost 2 years. In the two years, not only did I get acquainted with silence, but Silence and I became best friends.

Coming from one of the most populated countries to one of the least populated is a paradigm shift. The only time I got to meet people was when I was at work. I'm usually in-control kind of a person and don't let emotions overwhelm me. But I have to say there were times when it did truly feel like a lonely planet. With the winter setting in, the sun was out for just about 3–4 hours. All I could do was be with myself. It was a very difficult experience and wasn’t getting any easier.

With all the alone time, I slowly realized I was free to be me. I realized I was free from having to keep up with social expectations. I didn't have people watching me and telling me all the time how I was supposed to be. Somewhere in the solitude and hours of silence, I found a whole new me. I became aware of the level of exhaustion I

never knew existed in me from keeping up the pretense to fit social norms. I was finally free to be my true self. I could be who I was always meant to be. I became aware not just of all the external compulsions but also my own internal addictions to thoughts and behaviours that I falsely believed were needed to help me to be me.

With silence came a sense of awareness of the infinity of the universe and the littleness of me. An awareness of something greater than me, the presence of my Creator. How small I am and how big HE is, and that HE has everything under control. Silence helped me connect with me and through me, my Creator. Everything suddenly felt right. The more I became aware of HIM, the more I wanted to hear HIM. The more I heard HIM, the more I wanted to know HIM. The more I knew HIM, the more I wanted to be like HIM. The more I tried being like HIM, the more holy I became. I realize there is a long way to go before I become anything like HIM, but I believe it’s a start. The start of a journey towards knowing and listening to my creator.

When I think of my time in Finland, I’m reminded of a restless kid who tries to listen to the radio, but isn't able to do so due to the interference in the air. But once the kid fine-tunes the radio to the right frequency, melodious music starts to play and is overjoyed. That kid is me and that radio is my life and through silence I was able to tune myself to listen to HIM rather than the world. This is a continuous process though as I keep falling out of sync and every now and then I need to again fine-tune myself. I find myself being able to do that in the silence of my thoughts and then once again, all is calm and all is bright.

As another year passes by, here's wishing everyone an amazing year filled with:

Silent Nights, holy nights
Sleep in Heavenly peace
Sleep in Heavenly peace
May you find your Finland.

■

The Name of God is Mercy

"The Name of God is Mercy" is the title of a new book released in 86 countries on Tuesday, in which Pope Francis reveals his vision of God's mercy in a series of interviews with Vatican reporter Andrea Tornielli.

Several extracts were made available by the publisher, Piemme, ahead of its official release.

"The Pope is a man who needs the mercy of God," the Holy Father says in the book-length interview. "I said it sincerely to the prisoners of Palmasola, in Bolivia, to those men and women who welcomed me so warmly. I reminded them that even Saint Peter and Saint Paul had been prisoners. I have a special relationship with people in prisons, deprived of their freedom. I have always been very attached to them, precisely because of my awareness of being a sinner."

"Every time I go through the gates into a prison to celebrate Mass or for a visit, I always think: why them and not me? I should be here. I deserve to be here. Their fall could have been mine. I do not feel superior to the people who stand before me. And so I repeat and pray: why him and not me? It might seem shocking, but I derive consolation from Peter: he betrayed Jesus, and even so he was chosen," he said.

The Holy Father also remembers being touched by the writings of his predecessor Pope John Paul I, Albino Luciani. "There is the homily when Albino Luciani said he had been chosen because the Lord preferred that certain things not be engraved in bronze or marble but in the dust, so that if the writing had remained, it would have been clear that the merit was all and only God's. He, the bishop and future Pope John Paul I, called himself 'dust'."

"I have to say that when I speak of this, I always think of what Peter told Jesus on the Sunday of his resurrection, when he met him on his own, a meeting hinted at in the Gospel of Luke. What might Peter have said to the Messiah upon his resurrection from the tomb? Might he have said that he felt like a sinner? He must have thought of his betrayal, of what had happened a few days earlier when he pretended three times not to recognise Jesus in the courtyard of the High Priest's house. He must have thought of his bitter and public tears."

"If Peter did all of that, if the gospels describe his sin and denials to us, and if despite all this Jesus said [to him], 'tend my sheep' (John 21), I don't think we should be surprised if his successors describe themselves as sinners. It is nothing new," he said.

Source: Vatican Radio

HEALTH CORNER

LOVE YOUR BONES, MAKE THEM BREAK FREE

Did you know that osteoporosis, a bone disease, has caused more disability than many cancers and chronic conditions? A decrease in bone density and reduction in bone quality can increase your risk of fractures. Fracture rates have gone up three fold (over the last 30 years) in Asia and India tops this chart! Osteoporosis causes a reduction in the density and quality of the bones, which increases the risk of fractures.

Are you at risk?

Being aged above 50 years, menopause, family history of osteoporosis, being underweight or thin, deficiency of vitamin D and calcium, inactive lifestyle, smoking and too much alcohol, high protein, caffeine and sodium intake are some risk factors which can expose you to developing osteoporosis.

Protect your bones while you can:

Although we cannot do anything about some of these risk factors, lifestyle and diet are modifiable and can help in reducing the risk of osteoporosis and strengthen our bones.

Exercise regularly: Practice moderate impact weight-bearing exercises like jogging, hiking, brisk walking and high impact weight-bearing like rope skipping, racquet sports for at least 30 minutes, 3-5 days per week.

2. Maintain a healthy lifestyle: Stop smoking, reduce your alcohol intake and maintain a healthy weight to reduce the risk of fracture.

3. Consume bone healthy nutrients: Regular intake of dairy foods such as milk, yoghurt, and cheese, some vegetables like broccoli, apricots, fish like sardines keep your calcium and protein levels to maintain a good bone health. Vitamin D is another important nutrient obtained from sunlight and some foods like egg yolk, salmon and tuna.

Since nutrition is an important "modifiable" factor in the development and maintenance of bone mass and in the prevention of osteoporosis, we list some dietary modifications which are advised for

healthy and strong bones:

• Dairy foods: Dairy foods are an excellent source of several essential nutrients that work together to help protect bones, including calcium, magnesium, phosphorus, potassium, proteins, and vitamin D. Three servings of low-fat or fat-free milk, yogurt or cheese every day as part of an overall healthy diet is ideal for bone health and can reduce the risk of osteoporosis.

- **Vegetables:** Getting enough calcium is necessary for stronger bones. Vegetables that are rich in calcium include green leafy vegetables, mustard greens, broccoli, fennel, cabbage, brussels sprouts, asparagus, peppermint leaves, and garlic.
- **Pulses and cereals:** Pulses and cereals are also essential for bone health as these are rich sources of minerals and proteins. These include soy foods, green beans, white beans, black-eyed peas, baked beans, and sesame seeds.
- **Salt:** Salt speeds up the body's loss of calcium. The recommended limit of salt consumption is 6 g/day, which is just a teaspoonful. Crisps, cheese, cooking sauces and processed foods such as pies, pizzas, and soups are all high in salt. Hence, it is ideal to stick to the recommended limit of salt consumption for bone health.
- **Alcohol:** Long-term alcohol consumption can interfere with bone growth and replacement of old bone tissue (remodelling), resulting in decreased bone density and increased risk of fracture. Hence, limiting alcohol consumption is beneficial to keep the bones strong and healthy.
- **Caffeine:** Coffee, tea, and soft drinks (sodas) contain caffeine, which may decrease calcium absorption and contribute to bone loss. Drinking more than 3 cups of coffee every day may interfere with calcium absorption and cause bone loss. Therefore, moderate consumption of these drinks is ideal for bone health.

The simple dietary and lifestyle changes can increase energy levels, enhance mobility and bone mass, and help keep the bone healthy.

Sources: WORLD HEALTH ORGANIZATION, INTERNATIONAL OSTEOPOROSIS FOUNDATION, NATIONAL INSTITUTE OF HEALTH

***Johson Ambatt,** Don Bosco Unit*

Bible Quiz

January - February 2016
(The book of EZEKIEL)

1. The living creature had the face of a _______ on the right side
2. The book of Ezekiel has ______ principal parts.
3. Each creature in Ezekiel's vision had ______faces.
4. The living creature had the face of a ______ on the left side
5. God addressed Ezekiel as _______
6. Ezekiel son of ______
7. God asked Ezekiel to weigh the hair on scales and divide it into _____ parts.
8. Where was Ezekiel's first vision of God?
9. God asked Ezekiel to eat _____ in chapter 3.
10. Scratch lines on the bricks represent the city of_____

CONGRATULATIONS !!!

Winner of **SPLASH YOUR COLOUR** Competition

(Nov - Dec. 2015)

Clint Loyed (Holy Family Unit)