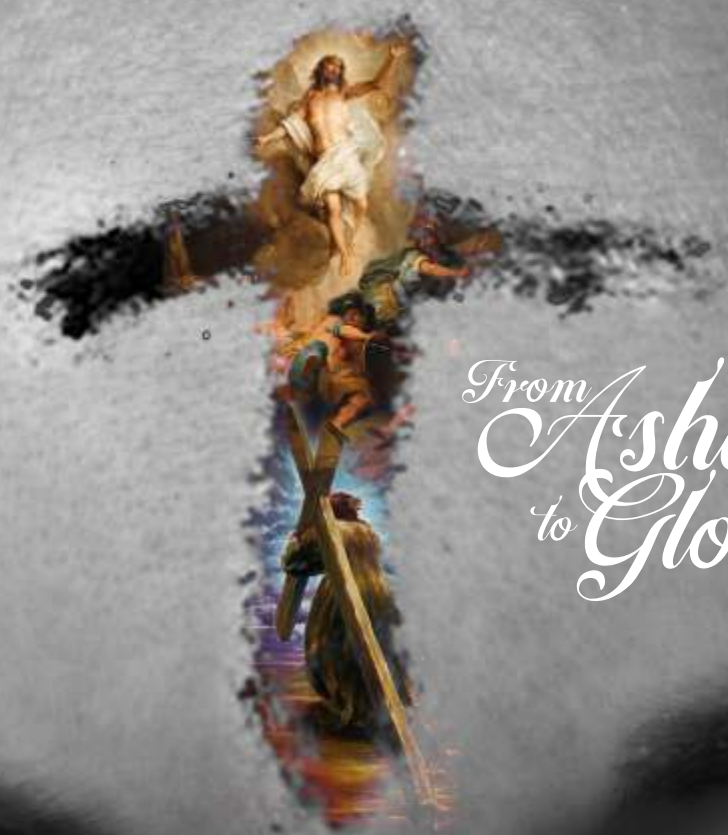


Kalyan Lantern

MAHBIL/2015/63218 | MNE/353/2021-23 | MR/Tech/WPP-323/NE/2021-23

MARCH 2022

Vol. 07 | Issue 10 | MUMBAI | 32 Pages | Price: ₹ 10/-



*From
Ashes
to
Glory*

A LOVELY PERSON BLESSED
BY GOD IN ALL HIS WAYS...

WE ALL WISH A VERY
HAPPY BIRTHDAY



TO OUR
Beloved
BISHOP
**MAR
THOMAS
ELAVANAL**

FROM YOUR
Loving Children
OF THE EPARCHY OF KALYAN

28TH MARCH



നവീകൃതമായ മനസ്സും ഹൃദയവും:

(റോമ. 8:19) “സൃഷ്ടപ്രപഞ്ചം ദൈവമക്കളുടെ വെളിപ്പെടുത്തലിനെ ആകാംക്ഷയോടെ കാത്തിരിക്കുന്നു”.

സൃഷ്ടപ്രപഞ്ചം ജീർണ്ണതയുടെ അടിമത്തത്തിൽ നിന്നും മോചിതമാകുകയും ദൈവമക്കളുടെ സ്വാതന്ത്ര്യം പ്രാപിക്കുകയും വേണം. നവീകൃതമായ മനസ്സും ഹൃദയവുമാണ് ഈ സ്വാതന്ത്ര്യത്തിന്റെ അന്തഃസത്ത. ക്രിസ്തുവിനോടൊപ്പം പാപത്തിൽ മരിച്ച്, അവിടുനിൽ ഊന്നിനില്ക്കുന്ന നവജീവിതമാണ് പുതിയ സൃഷ്ടിയിൽ പ്രതിഫലിക്കുന്നത്. ആത്മാർത്ഥമായ അനുതാപവും ഹൃദയനവീകരണവും വഴി രക്ഷ നേടിയെടുക്കാൻ കഴിയുമെന്ന് നാം പ്രത്യാശിക്കുന്നു. “ഈ പ്രത്യാശയിലാണ് നാം രക്ഷ പ്രാപിക്കുന്നതും”. (റോമ. 8:24) പെസഹാരഹസ്യത്തോട് ഭാവാത്മകമായി പ്രതികരിച്ച് നാമും ഒപ്പം സൃഷ്ടപ്രപഞ്ചവും വീണ്ടെടുക്കപ്പെടുന്നു. ഈ വീണ്ടെടുക്കപ്പെടേണ്ട കാലമാണ് നോമ്പുകാലം. ഓരോ നോമ്പും നമ്മെ കൂടുതൽ കൂടുതൽ രക്ഷയിലേക്ക് അടുപ്പിക്കണം. ദൈവപ്രമാണങ്ങളും തിരുസഭയുടെ കല്പനകളും ജീവിതാനുസ്ഥിതികളിലെ കടമകളെല്ലാം കൃത്യമായി നിർവഹിച്ചും നമുക്ക് നിത്യരക്ഷ സ്വായത്തമാക്കാം. ഈ നോമ്പുകാലം നമുക്ക് ആത്മീയതയിലേക്കുള്ള ഒരു യാത്രയാകട്ടെ. പ്രാർത്ഥനയിലൂടെയും ഉപവാസത്തിലൂടെയും, പശ്ചാത്താപത്തിന്റേയും വഴികളിലൂടെയുള്ള ഒരു ആത്മീയയാത്ര.



YOUR WORD IS A LAMP TO MY FEET & A LIGHT TO MY PATH

MARCH 2022
Vol. 07 | Issue 10

PATRON
Bishop Mar Thomas Elavanal

CHAIRMAN
Msgr. Dr. Francis Eluvathingal

CHIEF EDITOR
Fr. Biju Mannamcheril

ASSOCIATE EDITOR
Fr. Jerry Alex Maleparambil

EDITORIAL BOARD
Dr. C.P. Johnson
Mr. George Chirayath
Ms. Jerin Jacob
Mr. Babu Mathew

MARKETING MANAGERS
Fr. Dr. George Vattamattam
Mr. Roy Philip

CIRCULATION MANAGER
Fr. Fabin Kanjiraparambil

OFFICE SECRETARY
Mr. Joseph Chiramal

DESIGN & LAYOUT
Mr. Josemon Vazhayil

Diocese of Kalyan, Plot No. B/38,
P.B. No. 8434, IIT P.O., Powai,
Mumbai, Maharashtra, India 400076.
Tel. (+91) (022) 2578 5515, 2578 2385
E-mail: kalyanlantern@gmail.com
Website: www.kalyandiocese.com
Matrimonial: www.godsownchoice.com

A PRAGMATIC APPROACH TO LENT



Sr. Vincy Maria CMC
Stann's Convent, Lonand

Lent is a time of contemplation, self-sacrifice and sanctification. It aims at love, freedom and growth. The Great Lent is one of the most solemn days of redemption celebrated by the Church in preparation for the Great Feast of the Resurrection. Pope Benedict XVI beautifully summarizes the meaning, purpose and practicality of Lent: Lent is the weapon that heaven gave us to defeat our enemy, the devil. May our Savior grant grace to overcome the enemy evil through fasting, prayer, and pious deeds. The Church urges us to strengthen these days through prayer, fasting, charity, abandonment and redress.

There is a story about the Naranathu bhranthan (a madman). He started walking with a disciple. First, he went into a hut and ate condiments. The disciple ate too. Secondly, the madman went to a toddy shop and drank toddy. The disciple drank too. Later, he entered the house of a blacksmith. The blacksmith poured the molten metal liquid into the madman's palm. He ate it too. But when he looked back, he did not see the disciple. The disciple ran for his life.

This Lent is a time to walk with the Guru who saved us through his sacrificial life and the cross. It is not only a time of bliss to experience the good fortune and joy of the resurrection, but also a time to endure the heat of Calvary. This article analyzes the attitudes, sacrifices and lifestyles that we need to have during this time of great fasting.

The Spiritual Requisites of Fasting

We need to look at fasting in its integrity. It is not just the abstinence from a few foods, but also the deepening of faith, love and prayer with God. Loving and caring for one another and atonement for one's own sins are the most important, so fasting becomes more meaningful when it is done in its integrity.

We who look to the kingdom of heaven must acquire it through fasting, prayer and pious deeds. Fasting is the way in which we approach God's mercy. In this day and age when unrest and discomfort are raging all over the world, our self-sacrificing actions are most needed. Let this year's fast be the way to it. "When man transgresses all bounds and perishes in the temptations of sin, God accepts our fasting, prayer, and fasting as a solution." Fasting is a sign of complete devotion to God, and trust in God. Fasting becomes good only when it inspires love and comfort in the sorrows of others. This fast should be the day that purifies us. Saint Athanasius says, "Fasting is the entry into the life of angels."

Lent - A Time of Abandonment

Lent asks us to give up something that has overwhelmed us, that we value, and that gives us comfort and happiness. Some examples are -

1.Excessive Online Shopping

Since we are in the digital age, Online shopping has been more widely accessible to a lot of people. It is so easy to shop and get the best deals online anytime through your phone. Most of the time you don't even need that thing you're

buying, but since it's free shipping and cheap you end up buying it anyway. Try giving this up for lent!

2.Social Media

We all know that we just end up spending hours and hours scrolling down through our feeds and putting off so many other important things that we can do in our day. This year try giving up social media for lent

3.Excuses

We've all been there. Having an excuse for things that we don't want to do or don't want to deal with is really unnecessary and can sometimes really block your way to living your life in the image and likeness of God. It's time to stop those excuses and face things head on this Lenten season.

4.Putting Yourself First

One way to deepen your relationship with Christ during Lent is to put others before yourself. After



all, Jesus explained that the two greatest commandments are to “Love the Lord your God with all your heart and with all your soul and with all your mind and with all your strength” and “Love your neighbour as yourself” (Mark 12:30-31). Philippians 2:3 also tells us, “...in humility count others more significant than yourselves.” So, during Lent this year, you can try certain things like praying for other people more than you pray about your own life, asking others questions and listening to their responses instead of talking so much about yourself in conversations etc

5. Certain Meals

Giving up certain meals throughout Lent is also known as fasting. If you choose to skip lunch every Monday and Tuesday, for example, feeling hungry during that time can remind you of your goal to draw closer to God and think about all of the ways that He provides for you. Fasting is one of the most common ways of Lenten participation, and it is a practice that some Christians try to incorporate into their weekly or monthly routines year-round.

6. Gossiping

It's incredibly easy to talk about someone else and pick apart their life choices. Whether the subject is someone you know really well, an acquaintance, or a public figure, vocalizing doubts about their intentions, disagreements with a decision they've made, or plainly insulting something they've done can roll off the tongue effortlessly. Meanwhile, Ephesians 4:29 says, “Let no corrupting talk come out of your mouths, but only such as is good for building up, as fits the occasion, that it may give grace to those who hear.” These 50 days have the potential to help tame and transform your tongue in a beautifully biblical way!

Why should we give up something for Lent?

Giving something up for lent is important, but

we should not forget the real reason behind this practice. As a Catholic, lent is a way to offer up these small difficulties and discomfort in our lives to remember Jesus' love and suffering for us. This is a way to say no to our own will but to say yes to God's will even in the littlest way. Here, we get to deny ourselves, pick up our crosses daily, and have a chance to mould ourselves into a person that is fit for heaven.

St. Francis of Assisi was awaiting death at the age of forty-four. His disciples were waiting around to witness the death of their barren father. The great saint said, "Let us begin again. We have done little so far." This is exactly what the Church reminds us of during this great fast that we begin. May we all renew ourselves in Christ. 'Change' is one of the everlasting phenomena in the world. Change must begin with us. This change must take place during this period of fasting as well. Change in drawing closer to God through sacrificial acts, spiritual practices, and abandonment.

In short St. Francis of Assisi said at the last moment, let us start our lives again with more enthusiasm. Lent is a precious opportunity that God gives us. Lent is an opportunity to give what is due to those who are with you and to those you meet. This Lent is a time to demolish and rebuild life, to light a lamp, to rewrite life. Lent is the time to strip off the old man who was tainted by the deceitful addictions formed from our old way of life and to put on the new man created in the image of God in true holiness and righteousness. This time of Lent is for us apostles to be merciful and merciful to one another, free from all hatred, anger, blasphemy, and all evil, as St. Paul the Apostle exhorted the people of Ephesus. During this Lent, let us pray for the strength to say no to the natural odours of evil.

May we spend this Lent abstaining from sin and opening our hearts to the impulses of the Holy Spirit. That would be the most meaningful preparation for the Feast of the Resurrection.



Lent for Urbanites:

Leave the Ash on for a Little Longer!



Natasha Makuden
Holy Trinity Church, Thane

In a fast-paced city like ours, Lent can sometimes be an inconvenience. But that's what makes it more meaningful. The thing is, whether we live in a techno-savvy city or a rural village, our God requires just one thing from us - to journey through life with Him.

It is that time of the year when almost everyone has journeyed through unrealistic confidence, cutting corners, denial, and has finally admitted defeat against their New Year resolutions. For all those who fall under this category and even for those who don't, the Catholic Liturgical year is here to give you another chance at vowing constructiveness. Only this time, you'll have divine help. A few Sundays before we enter the season of Lent, we are bombarded with sermons, of which, the main message is 'pray more fervently!', 'participate in the Eucharist', 'fast and pray for forgiveness!' or simply 'spend more time with the Lord'. Though I truly wish that we could put this to practice, I still find myself questioning how to make time for it. Lent would have begun, but the number of hours in a day and the number of responsibilities we have on our head remain the same. Even after years of

encountering the same people post the Vibhuthi Qurbana, we would still be greeted by someone who thinks that we accidentally have grease on our foreheads! The world still functions the same, whether it is Lent or not.

In a fast-paced city like ours, Lent can sometimes be an inconvenience. But that's what makes it more meaningful. The thing is, whether we live in a techno-savvy city or a rural village, our God requires just one thing from us - to journey through life with Him. The God of the Old and New Testaments is the same God who sees us dodging prayer-time whilst scrolling through Instagram or binge-watching a Netflix series. These 50 days are a reminder to pause and reflect on our life. If irrational kings were villains of the past, the internet and media can be considered to be those of the present. Without realizing it, it robs us of our time, thus distancing us from prayer. In a culture where procrastinating is normalized, it becomes all the more important for us to rekindle our religious roots.

Choosing something to give up for Lent becomes fancier as we grow old. Partly because we voluntarily indulge in habits that need to be controlled and also because we have a slightly better understanding of what the season of Lent invites us to. Pethrutha calls us to recognize the worldly pleasures that we've tied ourselves to and exhorts us to break free from them. For many of us, our focus is either to choose something very difficult to give up or something meaningless for the sake of it. This year, let our focus be on giving up something necessary, rather than something arbitrary. Let it be a time to practice for a life without that 'something' and may it become our new habit.

Taking small steps is key to having a fruitful Lent. When you truly love someone, you make time for them, you put them first, find ways to be with them, try to share their sorrows, and so much more. Lent calls us to meditate on the love of Christ that He chose to come down to the earth and save us from the clutches of sin. These are

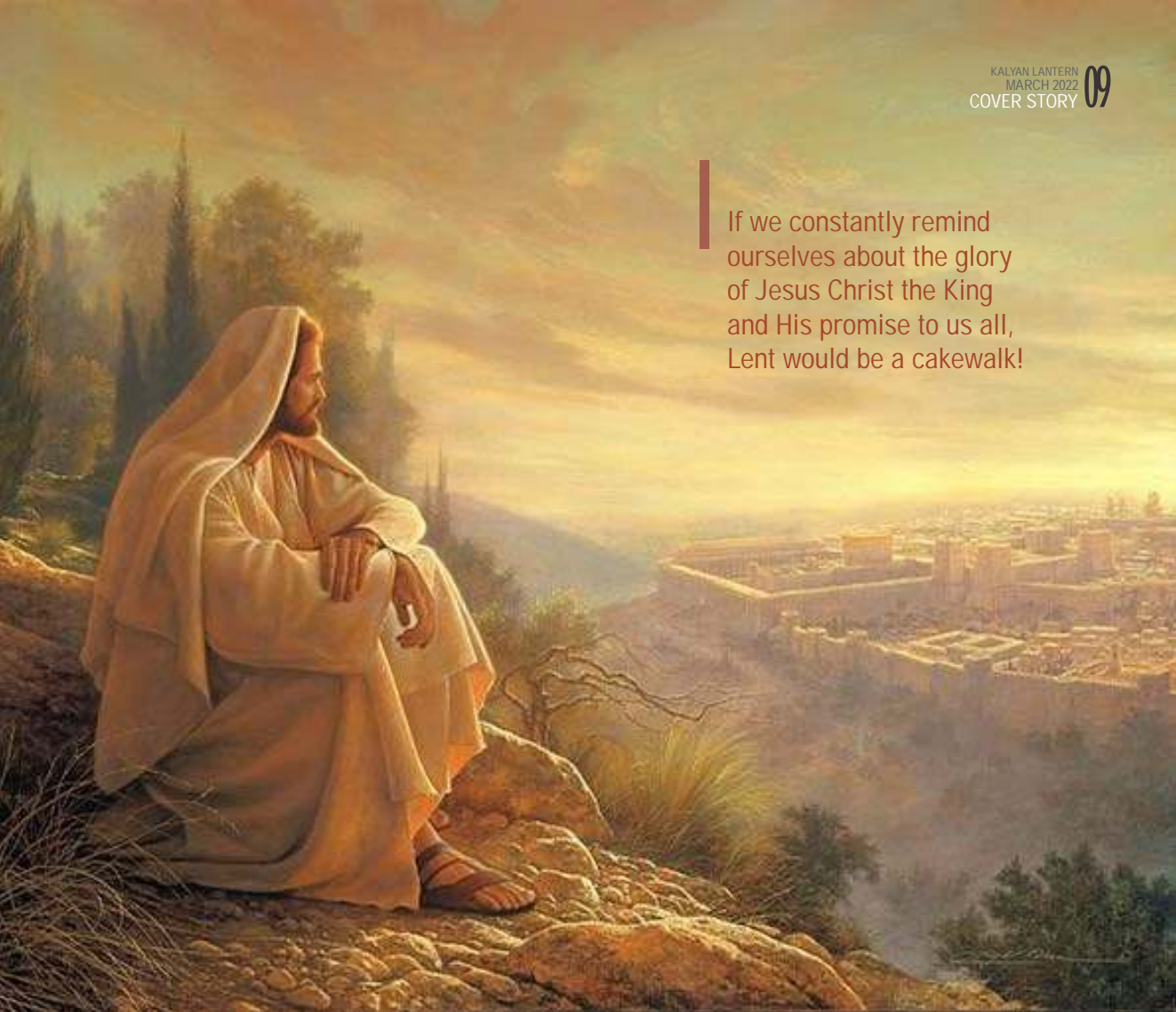
some ways in which we can make small gestures of gratitude:

In putting Him first: When you wake up in the morning, instead of reaching out for your phone, start your day by thanking Him for a safe night. Promise to read at least one chapter from the Bible before looking into your phone. If sleep is your weak point, sacrifice just 5 minutes of sleep by waking up early and calling out to Him. If Lent is interrupting your movie night, don't bother cancelling; just change the genre. There are plenty of brilliant films that can help you meditate on the life of Christ.

In finding ways to be with Him: When you head out, instead of plugging into your earphones, make a prayer in your own words glorifying His creation. Promise to recite at least one decade of the Rosary every day. This way you will have completed 10 Rosaries by Easter Sunday. Easy, right?

In sharing His sorrows: We, urbanites are spoilt for choice when it comes to anything. Give up secular movies or songs. Eat home-cooked meals; bid adieu to Zomato and Swiggy for a while. If you have a habit of taking second helping, offer that desire for the souls in purgatory. If an app on your phone takes up too much time, uninstall it and offer it up for the conversion of hardened sinners. If you love to pamper yourself with cosmetics and beauty products, cut down on them and offer that desire for those who struggle with seeing their worth in Christ. Promise not to spend unnecessarily. Show contrition for sins committed by making frequent confessions. Instead of taking a nap during the day, recite the Divine Mercy Chaplet. In the words of St. Therese of Lisieux, "Miss no single opportunity of making some small sacrifice, here by a smiling look, there by a kindly word; always doing the smallest right and doing it all for love."

When King Solomon prayed for wisdom, he acknowledged that when we attempt to



If we constantly remind ourselves about the glory of Jesus Christ the King and His promise to us all, Lent would be a cakewalk!

comprehend God's will, 'our mortal bodies weigh our souls down.' Often, when we look at various Lent Task Calendars, we overlook them for their simplicity and child-like tasks. But let me remind you that during Lent, we await the resurrection of Christ - Him rising from the dead. Look at the culture around us. Spiritual death is taking more lives than the pandemic. Amidst this, we ought to rise towards holiness as Christ did. Let's leave behind the things that will weigh our souls down - vengeance, anger, betrayal, envy, and everything else that isn't loving.

You don't have to put all of these to practice, but I pray at least one of these helps you have a meaningful Lenten season and a spirit-filled life ahead!

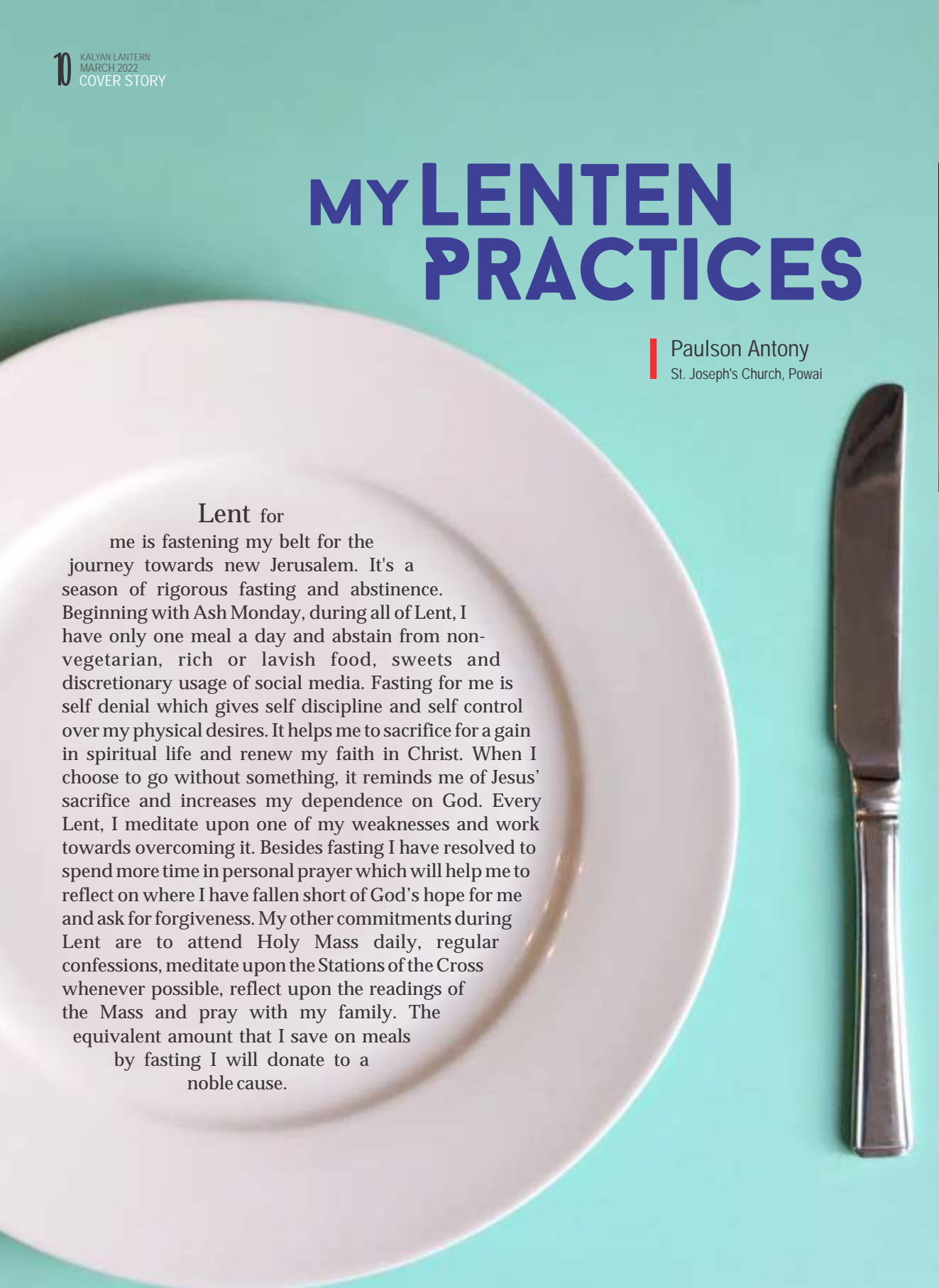
Observing Lent is not all that tedious when we recognize what God wants of us. The beginning of Lent reminds us of the mortality of man, and the end instils in us, a hope that our eternal life awaits us thereafter. If we constantly remind ourselves about the glory of Jesus Christ the King and His promise to us all, Lent would be a cakewalk!

They say it takes 21 days to build a habit. Well, He is giving you 50. And with Him on your side, to guide you every moment, what are you afraid of? Let's prepare to welcome the resurrected Lord, not only in our heart but in the tiniest deeds that we do!



MY LENTEN PRACTICES

Paulson Antony
St. Joseph's Church, Powai



Lent for me is fastening my belt for the journey towards new Jerusalem. It's a season of rigorous fasting and abstinence. Beginning with Ash Monday, during all of Lent, I have only one meal a day and abstain from non-vegetarian, rich or lavish food, sweets and discretionary usage of social media. Fasting for me is self denial which gives self discipline and self control over my physical desires. It helps me to sacrifice for a gain in spiritual life and renew my faith in Christ. When I choose to go without something, it reminds me of Jesus' sacrifice and increases my dependence on God. Every Lent, I meditate upon one of my weaknesses and work towards overcoming it. Besides fasting I have resolved to spend more time in personal prayer which will help me to reflect on where I have fallen short of God's hope for me and ask for forgiveness. My other commitments during Lent are to attend Holy Mass daily, regular confessions, meditate upon the Stations of the Cross whenever possible, reflect upon the readings of the Mass and pray with my family. The equivalent amount that I save on meals by fasting I will donate to a noble cause.



Prince George
Sacred Heart Forane
Church, Malad West

Lenten Reflections

For God so loved the whole world that He gave His only Son to the world, that whoever believes in Him will not die but have "Eternal Life!" - John 3:16

Lent is a time for us to reflect on why each of us are given the gift of life. "Every good and perfect gift is from Above" - James 1:17. Our real call or goal in this life should and must be reaching heaven, the journey beyond this life. Just like the Prodigal son, lent is a time for us to get closer to our Loving and Merciful Father. No matter how further away we may have strayed away, God awaits us to get us back like a loving Shepherd. Many of us struggle with at least one form of weakness or sin that keeps us away from His grace. If we decide to fast, the best kind of fasting would be to abstain from all kinds of sin.

Many have lost their lives during this pandemic. Some may or may not have had the chance to repent. You and I have a chance to repent and get back to Jesus. One of the biggest gifts from the Catholic Church is the sacrament of Confession. Every time we confess, we are born again like a little child. There is Grace in confession. No matter how grave our sin is, if we have repented with a sincere heart, a good confession can bring us close to our loving Father. Fasting with confession is a big weapon against the enemy

who is trying to steal our peace and joy every minute. Many youth today have been going through depression or mental stress that took a leap from the lockdown days.

Today, social media tries to create an illusion in us and tries to divert our attention from our real lives. Fasting from social media or at least adequate use of it can also help regain our peace and focus in this journey of life. The world is constantly changing, but His Word will never change. Keep away from distractions or sins that steal our peace of mind and emotional well being. Focus on God's love and mercy alone. Let go of the wrong company or wrong relationships that are taking your peace away or leading you astray from your eternal journey, fast and battle away from addictions. Read the word of God as much as you can. To make Bible reading more interesting, 'Bible in a year' - a podcast by Fr. Mike Schmitz and God's Word 2022 by St. Paul's publications can help in adding meaning and give us good reflections and insights. Finally, surrender everything in Prayer. God will work miracles in your life!



രക്ഷയുടെ പദ്ധതി



Merrin Plenil
Thalakatukara Parish, Thrissur

“അമ്മേ.... എന്താ എന്റെ ഈശോ എന്റെ റോസുചേച്ചിയെ രക്ഷിക്കണേ ... എനിയ്ക്കു കളിക്കാൻ കൂട്ടായി ചേച്ചി എന്റെ കൂടെ ഉണ്ടായിരുന്നെങ്കിൽ...” അവൾ ഈ സംശയം എന്നെങ്കിലും ചോദിക്കുമെന്ന് എനിയ്ക്ക് ഉറപ്പായിരുന്നു. ജീവിതത്തിൽ ദൈവം സമ്മാനിച്ച ആ കാൽവരി അനുഭവം അവൾക്ക് പറഞ്ഞുകൊടുക്കുവാൻ സമയമായിരിക്കുന്നു. ഈശോ ആർക്കുവേണ്ടിയാണ് കുരിശിൽ മരിച്ചത്? എന്റെ ചോദ്യം കേട്ടപ്പോൾ അവൾ ഉറക്കെ പറഞ്ഞു. “ഈശോ എന്നെ രക്ഷിക്കാൻ വേണ്ടിയാ കുരിശിൽ മരിച്ചത്. അല്ലെ അമ്മേ?..”

അതെ ഈശോയുടെ അപ്പാ, നമ്മുടെ പിതാവായ ദൈവം ഒത്തിരി വേദനയോടെ മകനെ പീഡാസഹനത്തിനും കുരിശുമരണത്തിനുമായി വിട്ടുകൊടുത്തു. അസഹനീയമായ വേദനകളിലൂടെയാണ് നമ്മുടെ ഈശോ കടന്നുപോയത്, പക്ഷേ മരണത്തെ ജയിച്ചുകൊണ്ട് മൂന്നാം ദിനം ഉയിർത്ത ഈശോയെ നമുക്ക് ലഭിച്ചു. ഒപ്പം നമുക്ക് സ്വർഗ്ഗം നേടി തരാൻ ആ കുരിശിലെ മരണത്തിനു കഴിഞ്ഞു.

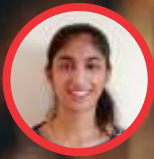
“അമ്മേ.... ഈശോ നമുക്ക് വേണ്ടി ഒത്തിരി സഹിച്ചു അല്ലേ?”

അതേ.... ദൈവപുത്രനായിട്ടും ഈശോ നമ്മുടെ രക്ഷയ്ക്കുവേണ്ടി എല്ലാം സഹിച്ചു. നിന്റെ റോസുചേച്ചിയും ഒത്തിരി വേദനകളിലൂടെ കടന്നുപോയി. അവളെ രക്ഷിക്കാൻ അമ്മ കുറെ പ്രാർത്ഥിച്ചു. എന്നാൽ അവളുടെ രക്ഷ സ്വർഗ്ഗീയ രക്ഷയായിരുന്നു. ദൈവം ശരിയായി എടുത്ത മാർഗ്ഗം അതായിരുന്നു. പിതാവായ ദൈവം തന്റെ മകന്റെ കുരിശുമരണത്തിലൂടെ രക്ഷ നേടി തന്ന പോലെ.... റോസു ഈ വേദനകളുടെ ലോകത്തു നിന്ന് സ്വർഗ്ഗത്തിലേക്ക് പോയി. ഒപ്പം കുരിശിൽ മരിച്ച് ഉയിർത്ത ഈശോയെ നമുക്ക് തന്നുകൊണ്ട് അവൾ പോയി

“അമ്മേ.... അപ്പോൾ റോസുചേച്ചി ഈശോയോടൊപ്പം സ്വർഗ്ഗത്തിൽ ഉണ്ടാവുമോ?” തീർച്ചയായും.... നിന്റെ റോസുചേച്ചി ഈശോയോടൊപ്പം സ്വർഗ്ഗത്തിൽ ഉണ്ട്. മോളും ഈശോ ആഗ്രഹിക്കുന്നപോലെ വളർന്നാൽ സ്വർഗ്ഗത്തിൽ പോവാം.



Prayers and Pious Activities to be followed during Lenten Season



Jisa Xavier
St Thomas Catholic
Church, Mira Road East



Here comes the season, a season of conversion of hearts, repentance, self denial and proclamation of faith, a season for the renewal of the soul - the Lenten Season. Starting from Ash Monday, the Lenten period is celebrated as a replica of Jesus' sacrifice and withdrawal into the desert for 40 days.

Reflecting as a mirror our values and priorities, that drifted us away from God, this season gives each one of us a second chance to return to our loving Father; especially our young generation who has fallen prey to the worldly temptations which makes it very important to genuinely follow the Lenten period. Some of the prayers in accordance with a blessed Lent includes seeking mother Mary's intercession by meticulously praying the Rosary with one's family, enlightening one with the wisdom to refrain from doing or thinking wrong by sparing time to read the Holy Bible, reciting the Our Father and chaplet of Divine Mercy and seeking God's

strength and mercy, personal prayer and examining one's conscience. Also attending the Holy Mass obligatorily on Sundays and on possible days, a sincere confession, attending the Way of the Cross, abstain from meat, sacrificing unnecessary desires, limiting screen time, and refraining from using abusive language or unnecessary anger are some of the pious activities carried out during this period.

It is rightly said that 'bringing one soul close to God by repentance is much better, in the eyes of God, above all offerings, for nothing in this world is better for God than the human soul.' As, a grand Easter celebration is the perfect ending to the Lenten season, a sense of sincerity, repentance, sacrifice and working on self renovation is the perfect start to the season. Keeping these in mind let us all receive with open hearts the love of god and make this Lenten season a fruitful one.



WHY IS LENT IMPORTANT TO YOU?



Lent for me is a time that reminds me of the Lord's passion and suffering which was the most important part in the salvation of the whole human race. The season of Lent reminds me that such a loving God came to this earth and suffered for me. It reminds me to be humble and trust and take refuge in Jesus and turn to a life of compassion and gratitude. I see Lent as a time to stay closer to Jesus and learn from him the wonders of humility. I try to practise a new virtue and try my best to avoid certain sins that would draw me away from Jesus.

Agnel George

St Alphonsa Church, Vasai West



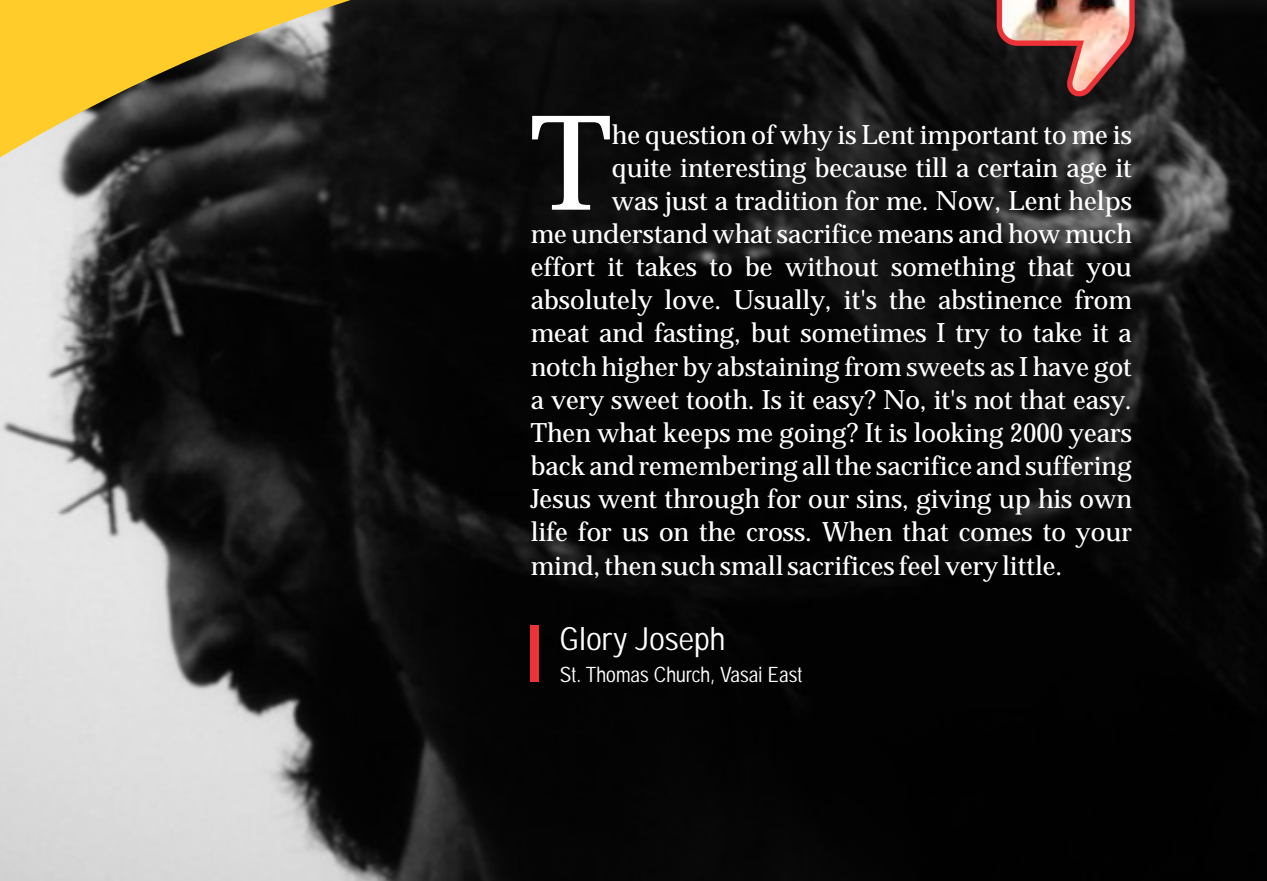
Lent is the time when I repent for my sins through prayer and abstinence, asking for forgiveness and preparing myself to lead my life in a spiritual and divine way that not only refreshes my lifestyle with the changes I make but also freshen up my soul. Lent reminds me of setting a parameter to my habits and overcoming the bad in them. Jesus showed me the way by his own life, now it's the time to bring out the best in me and follow him and lead myself to a holy life during and after this lent.

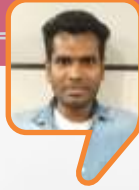
Deljo Johnson
St Sebastian Church, Amboli



The question of why is Lent important to me is quite interesting because till a certain age it was just a tradition for me. Now, Lent helps me understand what sacrifice means and how much effort it takes to be without something that you absolutely love. Usually, it's the abstinence from meat and fasting, but sometimes I try to take it a notch higher by abstaining from sweets as I have got a very sweet tooth. Is it easy? No, it's not that easy. Then what keeps me going? It is looking 2000 years back and remembering all the sacrifice and suffering Jesus went through for our sins, giving up his own life for us on the cross. When that comes to your mind, then such small sacrifices feel very little.

Glory Joseph
St. Thomas Church, Vasai East

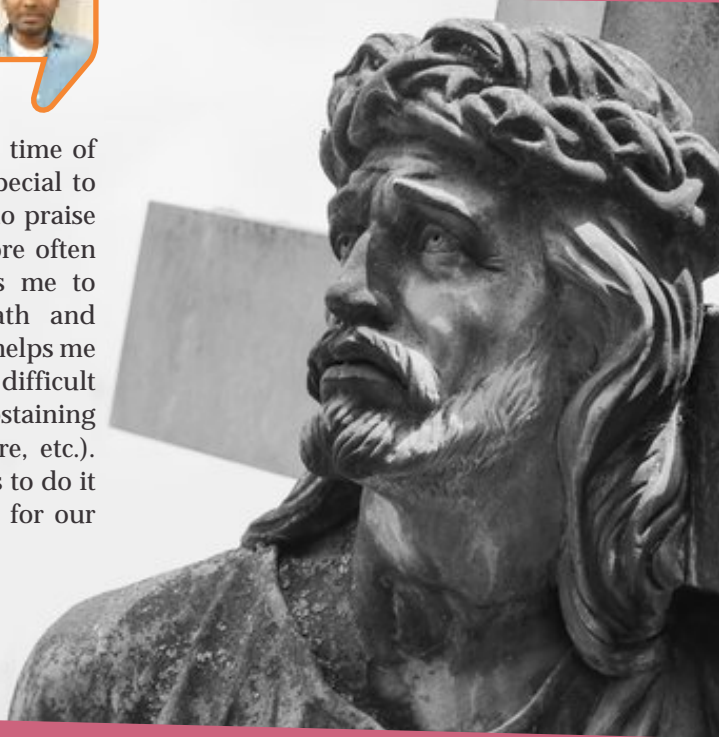




Lent is important to me, as it is a time of repentance. Lent is something special to me as I plan and set aside time to praise and worship the Lord, and to pray more often during this period. This season helps me to remember more about the life, death and resurrection of Jesus in a special way. It helps me to learn how to undertake something difficult (giving to charity, serving the poor, abstaining from certain food, memorizing scripture, etc.). "Jesus calls us to fast, but simply tells us to do it for the right reasons". It should not be for our glory, but for God's.

John Britto

Nirmala Matha Church, Sion



Lent is important to me as it indicates a period of self-reflection and prepares us to ponder on Christ's sacrifice and later triumph. These 50 days are crucial to the crux of being a Christian as we follow Christ's ministry until his death and the resurrection. Furthermore, it is a great time to realize how susceptible we are to temptation and strive to do better. I personally observe this period by giving up on one food item/habit that I may be consuming/ doing in excess. I also try to participate in the Holy Mass regularly and keep more time out in my day for God.

Juanit Thomas

St. Joseph Church, Powai



Lent is the call to renew a commitment grown dull, a commitment of Faith, Hope and Love. Anything we do should be for God's glory and our spiritual growth as Lent is all about spiritual results and not material results. I will prepare for this Lenten season by fasting from conveniences and technologies, practising gratitude and replacing the time on the internet with scripture reading on a daily basis. Let this Holy season break us out of the normal rhythm of our day and remind us of what Christ did for us.



Nelson Wilson
St. Paul Church, Ulhasnagar



Lent is a season of renewal for me. Every year on Ash Monday, I think of the past Lenten seasons and I'm reminded of what I gave up and what He gave me - transforming love and grace. Fasting, mortifications and other practices help me connect myself strongly with Him. It is also a time for personal reflection and prayer preparing oneself for the mysteries of Christ's death and resurrection.

Rosemary Johnson
Little Flower Church, Dahisar

I believe Lent connects and prepares me for divine ecstasy. Lent is an opportunity to go deeper with Christ, partaking with him in his holy suffering for us, a time to repent and believe, for renewing our faith, being conscious in turning away from sins and the happiness of giving away what we saved on our favourite things to others in alms. It's a time of personal reflection that prepares our heart and mind for Good Friday and enhances the wait for Easter

Sini Dalfi
St. Antony Church, Bhosari



Lent is a season that gives you an opportunity to change - change your lifestyle, change your habits, change yourself mentally and spiritually. I always use this opportunity to spiritually change myself and work out on a better relationship with the Almighty. To connect more with Him, to sacrifice things that I love, to abstain from things that I enjoy. When we do all this, we get self-realisation from within that it is okay if these things are not part of our life, we can get used to it. Lent is a season that lets us go in-depth to realise what we can have and what we should have, and that is why Lent is important to me.

Sherry Joseph

Sacred Heart Church, Colaba



The season of Lent is a period of self-reflection and preparation to celebrate the glorious resurrection of our Lord. Although we usually fast from food, social media, celebrations and follow certain practices of mortification, this year, for me, Lent will be the season of going a mile further and connecting myself with the passion of Christ through meditation and reflection by saints and prayers. Discarding some habits and embracing the practice of virtues would be a priority as well. I look forward to having that moment of self-realization that is not only experienced in this Lenten season but sustains throughout my life, of the love of Jesus for me and staying truly connected with Him all my life.

Sophia Joseph

Holy Trinity Church, Thane



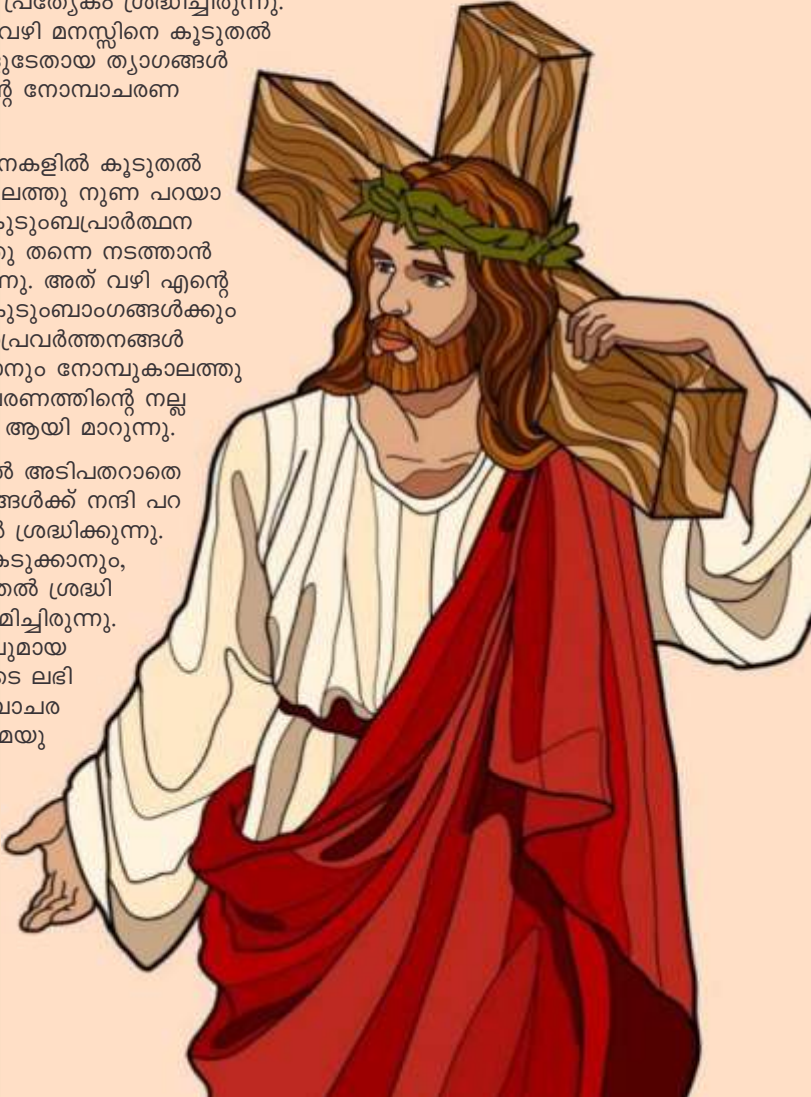
നോമ്പ് എനിക്ക് ദൈവാനുഗ്രഹങ്ങളുടെ നന്ദിപ്രകടനം

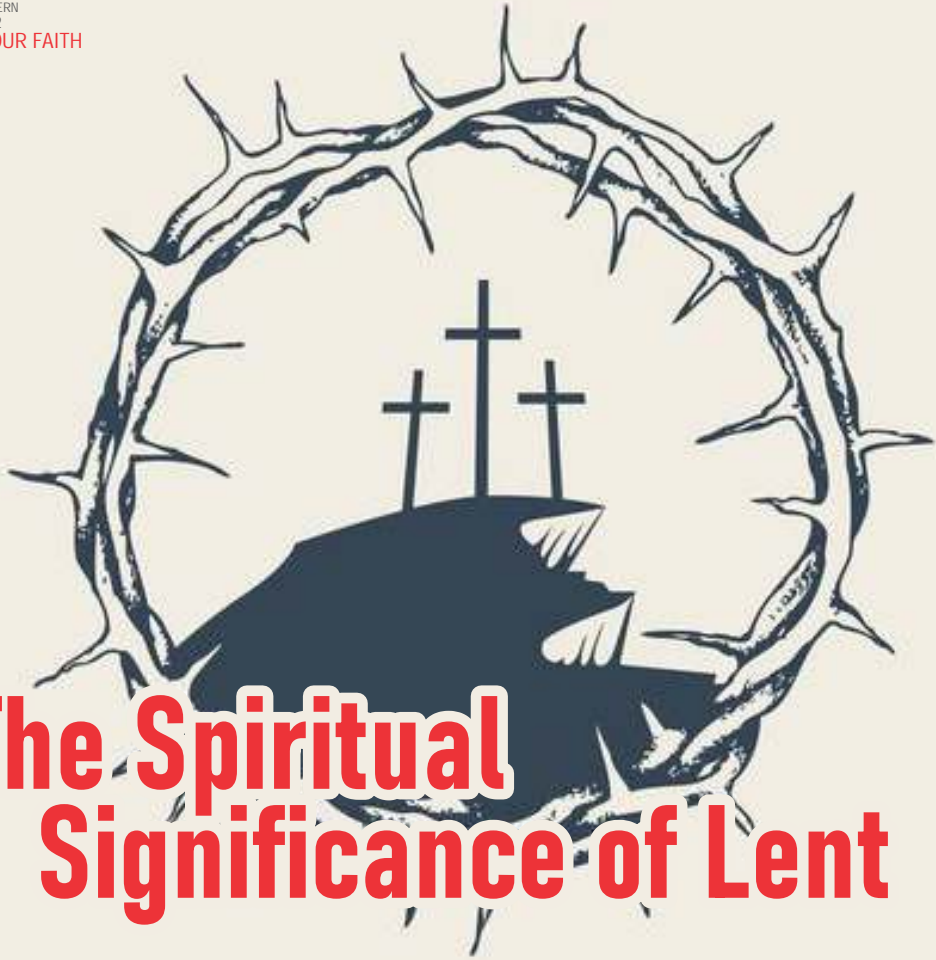
നോമ്പ് എന്നത് ഒരു ത്യാഗമോ സഹനമോ എന്നതിലുപരി എന്റെ ജീവിതത്തിലെ പ്രതിബന്ധങ്ങൾ അതിജീവിക്കാനും പ്രയാസങ്ങളിൽ മുന്നേറാനും ദൈവം തരുന്ന അനുഗ്രഹങ്ങൾക്ക് നന്ദി പറച്ചിലുകളാണ്. എനിക്ക് ഇഷ്ടമുള്ള ഭക്ഷണസാധനങ്ങൾ ഉപേക്ഷിക്കുക, ഇഷ്ടപ്പെട്ട ചെറിയ ചെറിയ ദുശീലങ്ങൾ മാറ്റാനും, ഇഷ്ടവിനോദങ്ങളിൽ നിന്നകലാനും ഞാൻ നോമ്പുകാലത്തു പ്രത്യേകം ശ്രദ്ധിച്ചിരുന്നു. ഇത്തരം ആശയടക്കങ്ങൾ നടക്കുന്നത് വഴി മനസ്സിനെ കൂടുതൽ പാകപ്പെടുത്താനും ആ ഒഴിവാക്കലുകളുടേതായ ത്യാഗങ്ങൾ ഈശോയ്ക്കായ് സമർപ്പിക്കാനും എന്റെ നോമ്പാചരണത്തിലൂടെ എനിക്ക് കഴിയുന്നു.

Reji Mathew
Pithruvedi President,
Sacred Heart Church, Bhayander

അതോടൊപ്പം വ്യക്തിപരമായ പ്രാർത്ഥനകളിൽ കൂടുതൽ സമയം കണ്ടെത്തിയിരുന്നു. നോമ്പുകാലത്തു നൂണ പറയാതിരിക്കാൻ പ്രത്യേകം ശ്രദ്ധിച്ചിരുന്നു. കുടുംബപ്രാർത്ഥന ജപമാലയോടുകൂടി നിശ്ചിത സമയത്തു തന്നെ നടത്താൻ നോമ്പുകാലത്തു കൂടുതൽ ശ്രദ്ധിച്ചിരുന്നു. അത് വഴി എന്റെ നോമ്പാചരണത്തിന്റെ നല്ല ഫലങ്ങൾ കുടുംബാംഗങ്ങൾക്കും ലഭിച്ചിരുന്നു. കൂടുതൽ മനുഷ്യസ്നേഹപ്രവർത്തനങ്ങൾ നടത്താനും, നന്മ പ്രവർത്തികൾ ചെയ്യാനും നോമ്പുകാലത്തു കഴിഞ്ഞിരുന്നതിനാൽ എന്റെ നോമ്പാചരണത്തിന്റെ നല്ല ഫലങ്ങൾ സമൂഹത്തിനുപകരിക്കുന്നവ ആയി മാറുന്നു.

എന്റെ ജീവിതത്തിലെ പ്രതിസന്ധികളിൽ അടിപതറാതെ മുന്നേറാൻ ദൈവം തരുന്ന അനുഗ്രഹങ്ങൾക്ക് നന്ദി പറയാൻ നോമ്പ് കാലത്ത് ഞാൻ കൂടുതൽ ശ്രദ്ധിക്കുന്നു. വിശുദ്ധ കുർബ്ബാനയിൽ കൂടുതൽ പങ്കെടുക്കാനും, പാപപരിഹാരപ്രവർത്തനങ്ങളിൽ കൂടുതൽ ശ്രദ്ധിക്കാനും, നോമ്പുകാലത്ത് കൂടുതൽ ശ്രമിച്ചിരുന്നു. ആത്മീയവും മാനസികവും ശാരീരികവുമായ ഉണർവ്വ് എനിക്ക് നോമ്പാചരണത്തിലൂടെ ലഭിക്കുന്നു. അതുവഴി എന്റെ ഓരോ നോമ്പാചരണത്തിലൂടെ വിട്ടുവീഴ്ചകളുടേതും ക്ഷമയുടേതുമായ ഒരു ജീവിതക്രമം എന്നിൽ ഞാനറിയാതെ തന്നെ വളരുകയും ചെയ്യുന്നു.





The Spiritual Significance of Lent

Fr. Jomet Vazhayil
Diocese of Kalyan

Lent is a period of preparation to celebrate the Resurrection of our Lord at Easter. Lent is the primary penitential season in the Church's liturgical year, reflecting the forty days Jesus spent in the desert in fasting and prayer. By the solemn Lent, the Church unites herself each year to the mystery of Jesus in the desert (ccc 540). "The season of Lent has a twofold character: primarily by recalling or preparing for the celebration of Christian Initiation and by penance, it disposes the faithful, who more diligently hear the word of God and devote themselves to prayer, to celebrate the Paschal Mystery" (SC 109). The spirit of Lent is to grow closer to Christ by renewing our baptismal

commitments. Sin is a hurdle to this positive growth. In order to avoid sins and to better our relationship with Christ the church sets some guidelines as a minimum, but we are free to do more. Traditionally, the penances of Lent are fasting, prayer, and giving which include in the sermon on the Mount (Mathew 6: 1-18).

One question related to Lent we hear in our time is "What shall I get if I observe Lent? Or what is the reward of observing Lent? The answer is greater intimacy with God is the reward of sacrifice and Lent is a time of sacrifice to mend my relationship with God. Any other motive in Lent may disappoint us. So, observing Lent is not an end in itself.

Is Lent Biblical?

In the whole Bible, 40 is the traditional number of judgement and spiritual testing such as Forty days of flood (Genesis 7:4), Moses on the Mount Sinai for forty days without food and drink (Exodus 24:18; 34:28), Forty Years in Wilderness (Numbers 14:33), Fast in Nineveh (Jonah 3:4). But for Christians Lent is indispensably connected to 40 days Christ spent in fasting in the desert before entering into his public ministry (Mathew 4:1-11). Hence, Catholics imitate Christ by spiritual discipline during Lent. We have fasting and abstinence during Lent. Fasting is biblical as we see fasting of Moses in Mount Sinai, fasting of Jesus in the desert, teaching of Jesus about fasting (Mt 6:16-18; 9:14-17) and St. Paul also encourages us by his example in Acts 9:9; 13:2. Moreover, abstinence from 'certain food' is also biblical: "At that time I, Daniel, had been mourning for three weeks. I had eaten no rich food, no meat or wine had entered my mouth, and I had not anointed myself at all, for the full three weeks" (Daniel 10:2-3). Didache indicates that, "In early centuries regular weekly fasts were practiced on Wednesday and Friday, and abstinence from certain foods, especially flesh meats, was established".

Is Lent Mandatory for Catholics?

The fourth precept of the Church states, "You shall observe the days of fasting and abstinence established by the Church". Both western (CIC 1249-1252) and Eastern (CCEO 882) canon laws assertively state that Catholics are obliged to observe Lent. Though, CCEO 882 says that "On the days of penance the Christian faithful are obliged to observe fast or abstinence in the manner established by the particular law of their Church sui iuris, it respects the directives of Particular Law about Lent. According to the Particular Law of the Syro-Malabar Church, fasting is obligatory on Ash Monday and on Passion Friday. Fasting is recommended on all Fridays in Lent (Art. 158). Then the following are the days fixed for Abstinence: §1. Abstinence is



obligatory on all Fridays except the Friday/ s between Christmas and Epiphany and the first Friday after Easter. §2. Abstinence is recommended on all days of Lent, period of Annunciation, all days of Moonnombu, Ettunombu and Pathinanju nombu (Art. 159).

In short during Lent, fasting is obligatory on Ash Monday and Passion Friday and abstinence is obligatory on all Fridays. Fasting on all Fridays and abstinence on all days are recommended.

Church as our mother lovingly invites us to renew our life in this lent and follow Jesus in his footprints by fasting and abstinence thereby, we shall be in greater intimacy with Jesus and be witness to Jesus.



ഞങ്ങളുടെ ഇടയിൽ നിന്റെ സമാധാനം



മാർ തോമസ് ഇലവനാൽ

കല്യാൺ രൂപതയുടെ മെത്രാൻ

പ്രധാനതിരുനാളുകളിൽ കാർമ്മികൻ ചൊല്ലുന്ന 'കർത്താവേ, ഞങ്ങളുടെ ഇടയിൽ നിന്റെ സമാധാനവും' എന്നു തുടങ്ങുന്ന പ്രാർത്ഥനയിൽ പ്രധാനമായും അഞ്ചു കാര്യങ്ങൾക്കായി പ്രാർത്ഥിക്കുന്നതായി കാണാം.

1. "ഞങ്ങളുടെ ഇടയിൽ നിന്റെ സമാധാനവും ഹൃദയങ്ങളിൽ ശാന്തിയും പുലർത്തണം" (ഫിലി. 4 : 6-9; 1 തിമോ. 2:2). അനുരജ്ഞനശുശ്രൂഷയുടെ ആരംഭത്തിലും "നിന്റെ ശാന്തിയും സമാധാനവും പുലർത്തണമേ" എന്ന് പ്രാർത്ഥിച്ചു. ഈശോയുടെ ജനനത്തിലൂടെയും ഉത്ഥാനത്തിലൂടെയും ദൈവം നമുക്കു നൽകിയ ദാനങ്ങളാണ് ശാന്തിയും സമാധാനവും. അതുകൊണ്ട് ദൈവത്തിന്റെ സമാധാനം നമ്മുടെ ഹൃദയങ്ങളേയും ചിന്തകളേയും ക്രിസ്തുവിൽ കാത്തു കൊള്ളും, എന്ന് വി. പൗലോസ് അനുസ്മരിപ്പിക്കുന്നു. (ഫിലി. 4:7). കർത്താവിന്റെ ശാന്തിയും സമാധാനവും നമ്മുടെ ഹൃദയങ്ങളിൽ പുലരുമ്പോൾ മാത്രമേ കത്തുപ്രാർത്ഥന മനോവിശ്വാസത്തോടെ പ്രാർത്ഥിക്കാൻ നമുക്ക് സാധിക്കയുള്ളൂ.
2. "ഞങ്ങളുടെ നാവുകൾ നിന്റെ സത്യം പ്രഘോഷിക്കട്ടെ" (യാക്കോ. 3:14; 1 തിമോ. 6:20). ദൈവം നമുക്ക് നാവ് നൽകിയിരിക്കുന്നത് അവിടുത്തെ സത്യം പ്രഘോഷിക്കാനാണ് എന്ന് ഈ പ്രാർത്ഥന നമ്മെ അനുസ്മരിപ്പിക്കുന്നു. നമ്മൾ പ്രഘോഷിക്കേണ്ട സത്യം ദൈവം ഈശോയെ നമുക്ക് രക്ഷകനായി നൽകി എന്നതാണ്. 'ഈശോമിശിഹായെ രക്ഷകനായി അയച്ചു എന്ന് ഭൂവാസികൾ എല്ലാവരും അറിയട്ടെ' എന്ന് നാലാം പ്രണാമജപത്തിൽ നമ്മൾ പ്രാർത്ഥിച്ചിരുന്നല്ലോ.
3. "ഞങ്ങളുടെ വദനങ്ങളെ പുതിയ

- വീണകളാക്കണം' (വെളി. 5: 8). സാർഗ്ഗീയവൃന്ദം ആലപിക്കുന്ന ഗാനത്തെക്കുറിച്ച് വെളിപാടു പുസ്തകത്തിൽ ഇപ്രകാരം കാണുന്നു. "സാർഗ്ഗത്തിൽനിന്ന് ഒരു സ്വരം ഞാൻ കേട്ടു. വീണക്കാർ വീണ മീട്ടുന്നതുപോലൊരു സ്വരം" (14 : 1-2). നമ്മുടെ വദനങ്ങൾ വീണകളാകുമ്പോൾ നമ്മുടെ സ്തുതികീർത്തനം വീണയുടെ സ്വരത്തേക്കാൾ ശ്രുതിമധുരമായിത്തീരും.
4. "ജലിക്കുന്ന അധരങ്ങൾകൊണ്ട് ഞങ്ങൾ സേതാത്രം ആലപിക്കണം" (ഹെബ്രാ. 13:15; ഹെബ്രാ. 5:9; 14:3) എമ്മാവുസ് ശിഷ്യന്മാരുടെ ഹൃദയം ജലിച്ചിരുന്ന അനുഭവത്തെക്കുറിച്ച് നമ്മൾ വായിക്കുന്നുണ്ട്. (ലൂക്ക. 24 : 32). വി. കുർബ്ബാനയാകുന്ന അഗ്നി, നമ്മൾ സ്വീകരിക്കുന്നതിന്റെ ഫലമായി നമ്മുടെ അധരങ്ങൾ ദൈവസന്തോഷത്തോടെ ജലിക്കുന്നവയായി ഭവിക്കും. ഏശയ്യായുടെ അധരങ്ങളെ അഗ്നിക്കൊണ്ട് വിശുദ്ധീകരിച്ചതിനെ ഓർത്തുകൊണ്ട് ഇതിനുമുമ്പുള്ള പ്രാർത്ഥനയിലും 'ഞങ്ങളുടെ അധരങ്ങളെ പവിത്രീകരിക്കണമേ' എന്ന് കാർമ്മികൻ പ്രാർത്ഥിച്ചിരുന്നു.
 5. "കുരിശ് ഞങ്ങൾക്ക് സംരക്ഷണമായി ഭവിക്കണം" (1 കൊറി. 1 : 18, 23-24; ഗലാ. 6:14; കൊളോ. 2:14-15). റാസക്രമത്തിൽ സ്ത്രീവ ചുംബനത്തിന്റെ സമയത്തുള്ള പ്രാർത്ഥനയിൽ ഇപ്രകാരം ചൊല്ലുന്നു. "സ്ത്രീവ ഞങ്ങൾക്ക് ഉറപ്പുള്ള കോട്ടയായിരിക്കട്ടെ. അതുവഴി ഞങ്ങൾ പിശാചിനേയും അവന്റെ കെണികളേയും പരാജയപ്പെടുത്തട്ടെ". ക്രൈസ്തവവിശ്വാസികളായ നമ്മെ സംബന്ധിച്ച് കർത്താവിന്റെ കുരിശാണ് സംരക്ഷണത്തിന്റെ അടയാളം.

"നിങ്ങൾ ഇപ്രകാരം പ്രാർത്ഥിക്കുവിൻ" (മത്താ. 6:

9; ലൂക്ക. 11 : 2) എന്നുപദേശിച്ചുകൊണ്ടാണ് ഈശോ കത്തുപ്രാർത്ഥന പഠിപ്പിച്ചത് എന്ന് തുടർന്ന് ഇവിടെ അനുസ്മരിക്കുന്നു. കൂടാതെ, നീ പഠിപ്പിച്ച വിശിഷ്ടമായ പ്രാർത്ഥന എന്ന വിശേഷണവും കത്തുപ്രാർത്ഥനക്ക് നൽകിയിട്ടുണ്ട്.

ആവശ്യകമായ ആഹാരം

വി. കുർബ്ബാന സീകരണത്തിനൊരുക്കുമായി കത്തുപ്രാർത്ഥന ചൊല്ലുക ക്രൈസ്തവ ആരാധനക്രമപാരമ്പര്യത്തിൽ പൊതുവേ ഉള്ളതാണ്. ദൈവൈകൃത്യശൃഷ്ടിയുടെ ഒരു പ്രധാന ഘടകമാണ് ഈ കത്തുപ്രാർത്ഥന. തങ്ങളുടെ പാപമോചനത്തിനായി അനുരജ്ഞനശൃഷ്ടിയിൽ പ്രാർത്ഥിച്ചസമൂഹം വീണ്ടും ദത്തുപുത്രസ്ഥാനത്തിന് അർഹരായതിന്റെ അടയാളമായി സ്വർഗ്ഗസ്ഥനായ പിതാവിനെ വിളിച്ചുപേക്ഷിക്കുന്നു. ധൂർത്തപുത്രൻ പിതാവിനോട് അനുരജ്ഞനപ്പെടുപ്പോൾ വീണ്ടും 'പിതാവേ' എന്നു വിളിക്കാൻ അർഹനായതുപോലെയാണിത്. അനുരജ്ഞനശൃഷ്ടിയുടെ ലഭിച്ച പാപമോചനവും മക്കളുടെ സ്ഥാനവുമാണ്, 'നിന്നിൽ നിന്ന് ലഭിച്ച മനോവിശ്വാസത്തോടെ' എന്ന് ചൊല്ലുമ്പോൾ അർത്ഥമാക്കുന്നത്. ദൈവത്തിന്റെ ആത്മാവിനെ സീകരിച്ചവരും ദൈവത്തിൽ നിന്ന് പാപമോചനം ലഭിച്ചവരും ദൈവമക്കളുടെ സ്വാതന്ത്ര്യത്തിലേയ്ക്ക്

വിളിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു, (റോമ. 8: 15-16; ഗലാ. 4 : 5-9) എന്നതിന്റെ അടയാളമായിട്ടാണ് നമ്മൾ കത്തുപ്രാർത്ഥന ചൊല്ലുന്നത്. മക്കളായതുകൊണ്ട് പിതാവിനെ വിളിച്ച് ഞങ്ങൾക്ക് ആവശ്യകമായ ആഹാരം തരണമേ എന്ന് അപേക്ഷിക്കുന്നു. "ഈ അപ്പം ഞങ്ങൾക്ക് എപ്പോഴും നൽകണമേ" എന്ന് ശിഷ്യന്മാർ പ്രാർത്ഥിക്കുന്നുണ്ടല്ലോ (യോഹ. 6:34). ഇവിടെ വി. കുർബ്ബാനയാകുന്ന നിത്യജീവന്റെ അപ്പത്തിനുവേണ്ടിയാണ് അപേക്ഷിക്കുന്നത്.

കടങ്ങളും പാപങ്ങളും ക്ഷമിക്കണമേ

സ്വർഗ്ഗസ്ഥനായ പിതാവേ എന്ന പ്രാർത്ഥനയിൽ ഒരിക്കൽകൂടി 'ഞങ്ങളുടെ കടങ്ങളും പാപങ്ങളും ഞങ്ങളോടു ക്ഷമിക്കണമേ' എന്ന് പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു. അനുരജ്ഞനശൃഷ്ടിക്കുശേഷം 'ഞങ്ങൾ ക്ഷമിച്ചതുപോലെ' എന്ന് അർത്ഥവത്തായി പ്രാർത്ഥിക്കാൻ സാധിക്കുന്നു. ഈ യാചനകളോടൊപ്പം ഒരു കാര്യം പ്രത്യേകമായി അപേക്ഷിക്കുന്നുണ്ട്. ഇനി വീണ്ടും പ്രലോഭനങ്ങളിൽ വീഴാനും പാപത്തിനിടിമപ്പെടാനും ഇടയാക്കരുതേ എന്നതാണ് ആ യാചന. സമൂഹം മുഴുവനും ഒരുമനസ്സോടെ സ്വർഗ്ഗസ്ഥനായ പിതാവിനെ വിളിച്ചുപേക്ഷിക്കുന്ന കത്തുപ്രാർത്ഥന സഭാംഗങ്ങളുടെ സാഹോദര്യത്തിന്റേയും കൂട്ടായ്മയുടേയും ഏറ്റവും മനോഹരമായ പ്രകാശനമാണ്.

Peace in our midst

Mar Thomas Elavanal
Bishop, Diocese of Kalyan

In the prayer of introducing 'Our Father' on feast days the celebrant prays "Lord, let peace flourish in our midsts'. There we see that five petitions are made before God.

1. "Let peace flourish in our midst and tranquility in our hearts" (Phil. 4:6-9; 1 Tim. 2:2). At the beginning of the rite of reconciliation we prayed 'Bring peace and harmony to the world' 'that we may lead... a life in peace and harmony'. Through the birth and the resurrection of Jesus we are bestowed this gift of peace and tranquility. Hence St.

- Paul reminds us 'that peace of God... will guard your hearts and your thoughts in Christ Jesus' (Phil. 4:7). If only the peace and tranquility of God reigns in our heart will we be able to pray the prayer 'Our Father' with confidence.
2. 'May our tongues proclaim your truth' (Jam. 3:14; 1 Tim. 6:20). This prayer reminds us that the purpose of God giving us our tongue is to proclaim His glory. The truth that we have to proclaim is that God has given us Jesus as our Redeemer. In the fourth ghantha we prayed



'Let all people on earth know... that you sent your beloved Son Jesus Christ'.

3. 'Our mouths are turned into new harps' (Rev. 5:8). We read in the book of Revelation about the hymn of the heavenly choir. 'I heard a sound coming out... it seemed to be the sound of harpists playing their harps' (14:1-2). When our mouths are turned into harps our hymn of praise will be more melodious than harps.
4. 'We sing your praises with lips on fire' (Heb. 13:15, 5:9, 14:3). We read about disciples to Emmaus and of their experience of their hearts burning (Lk. 24:32). As we receive the fire that is the Holy Eucharist, our lips too will be on fire of God's love. This is to be understood in relation to the prayer of the celebrant to purify our lips as the lips of Isaiah.
5. 'May your cross be our protection' (1 Cor. 1:18, 23-24; Gal. 6:14; Col. 2: 14-15). In the celebration of Raza during the time of the kissing of the cross there is this prayer referring to the divine power of the cross: 'Let your cross be the strong fortress for us.

May we be able to conquer Satan and his snares by it'. For Christians cross of Christ is the symbol of protection.

We are reminded that Jesus taught us the Lord's prayer saying 'So you should pray like this' (Mt. 6:9; Lk. 11:2). So too this prayer is qualified as 'the magnificent prayer you taught'.

The Bread we need

Commonly in all Christian liturgical traditions the Lord's prayer is recited as preparation for Holy Communion. Lord's prayer is an important part of the rite of communion. The community that received remission of sins through the rite of reconciliation is now made worthy of their call to be children of God and as an expression they pray the Lord's prayer. The prodigal son after getting reconciled with his father became again worthy to call him 'father'. 'With the confidence you have mercifully bestowed on us' refers to the remission of sins and the status of the children of God that we acquired through the rite of baptism and reconciliation. As St. Paul says "The spirit himself and our spirit bear united witness that we are children of God" (Rom 8:16; Gal. 4:5-9). Since we are children of God we call God 'Our Father' and pray 'give us this day the bread we need'. We see the prayer of the disciples of Jesus 'give us that bread always' (Jn. 6:34). Here in this prayer we are praying actually for Holy Eucharist, the bread of eternal life.

Forgive us our debts and sins

In the prayer 'Our Father' once again the community prays 'forgive us our debts and sins'. The phrase 'as we have forgiven those who offended us' is meaningful especially after the rite of reconciliation. The community every time implores the special grace through which they will be protected from falling into temptation and becoming slaves of sin. This prayer 'Our Father' is the beautiful expression of the communion and fraternity of the members as they all together call out and pray to our heavenly Father.



8/02/2022 ചൊവ്വാഴ്ച രാവിലെ 10.00 മണിയോടെ വൈദികരുടെ സമൂഹം അഭിവന്ദ്യ മാർ തോമസ് ഇലവനാൽ പിതാവിന്റെ മെത്രാഭിഷേക രജതജൂബിലി ആഘോഷങ്ങൾക്കായ് കല്യാൺ കത്തീഡ്രൽ ദൈവാലയത്തിൽ ഒത്തുകൂടി. 10.15ന് ദിവ്യകാരുണ്യ ആരാധനയോടെ ആഘോഷങ്ങൾക്കു തുടക്കമായി. ആരാധനക്ക് ബഹു. അനൂപ് പൊയ്യാനിയിൽ അച്ചൻ നേതൃത്വം നല്കി. ആരാധനയിൽ പിതാവിലും പിതാവിലൂടെയും ദൈവം ചൊരിഞ്ഞു കൊണ്ടിരിക്കുന്ന അന്യഗ്രഹങ്ങൾക്ക് ദൈവത്തിന് നന്ദി പറഞ്ഞു. തുടർന്ന് അഭിവന്ദ്യ പിതാവിന്റെ മുഖ്യകാർമ്മികത്വത്തിൽ വി. കുർബ്ബാന. ആദ്യമേ

മാർ തോമസ് ഇലവനാൽ, മെത്രാഭിഷേക രജത ജൂബിലി ആഘോഷ പൊതുസമ്മേളനം

തന്നെ കത്തീഡ്രൽ വികാരി ബഹു. ഷിബു പുളിക്കൻ അച്ചൻ എല്ലാവരേയും കത്തീഡ്രൽ ദൈവാലയത്തിലേക്കും ദിവ്യബലിയിലേക്കും സ്വാഗതം ചെയ്തു. വി. കുർബ്ബാന മധ്യേ ബഹുമാനപ്പെട്ട ജസ്റ്റിൻ അച്ചൻ പിതാവിൽ നിറഞ്ഞിരിക്കുന്ന ഗുണഗണങ്ങളെക്കുറിച്ച് വചനാധിഷ്ഠിതമായും ഇറ്റാലിയൻ ബിഷപ്പ്സ് കോൺഫറൻസിന്റെ ചില പഠനങ്ങളുടെ വെളിച്ചത്തിലും പരാമർശിക്കുകയുണ്ടായി. ദിവ്യബലിക്കുശേഷം സാധാരണക്കാരുടെയും അധസ്ഥിതരുടേയും വിദ്യാഭ്യാസത്തിനു വേണ്ടി വി. മദർ തെരേസായുടെ നാമധേയത്തിൽ രൂപത ആരംഭിക്കുവാൻ പോകുന്ന സ്കൂളിന്റെ തറക്കല്ല് വെഞ്ചിരിപ്പ് കർമ്മവും അഭിവന്ദ്യപിതാവ് നിർവ്വഹിക്കുകയുണ്ടായി. പ്രസ്തുത സ്കൂൾ മാർ തോമസ് ഇലവനാൽ എപ്പിസ്കോപ്പൽ സിൽവർ

ജൂബിലി മെമ്മോറിയൽ സ്കൂൾ എന്നും വിളിക്കപ്പെടാൻ ധാരണയായി. തുടർന്ന് കത്തീഡ്രൽ ദേവാലയ അങ്കണത്തിൽ വൈദികർ എല്ലാവരും ഒത്തുചേർന്ന് അഭിവന്ദ്യ പിതാവിനോടൊപ്പം ഫോട്ടോ എടുത്തു. 12.30 ന് പള്ളിവക ഹാളിൽ പൊതുസമ്മേളനം നടത്തപ്പെട്ടു.

ബഹുമാനപ്പെട്ട ചാൻസലർ ജോജു അറക്കൽ അച്ചൻ എല്ലാവരെയും സമ്മേളനത്തിലേക്കു സ്വാഗതം ചെയ്തു. പ്രാർത്ഥന ഗാനം ബഹു. മാർട്ടിൻ കോമ്പാറ അച്ചൻ ആലപിച്ചു. ശേഷം ബഹു ഫ്രാങ്കിൻ അച്ചന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ അഭിവന്ദ്യ പിതാവിനെ പൊന്നാട അണിയിച്ച് ആദരിച്ചു. തുടർന്ന് അഭിവന്ദ്യ പിതാവ് ജൂബിലി കേക്ക് മുറിച്ച് തന്റെ സന്തോഷം വൈദികരുമായി പങ്കുവെച്ചു. പിന്നീട് ബഹു. മോൺസിഞ്ഞാർ ഫ്രാൻസിസ് എലുവത്തിങ്കൽ അച്ചൻ പിതാവിന് ആശംസകൾ അറിയിച്ച് സംസാരിച്ചു. എല്ലാ വൈദികരും അഭിവന്ദ്യ പിതാവിന്റെ സഹോദരങ്ങളും ഒന്നുചേർന്ന് ആശംസകൾ അറിയിക്കുന്ന ഒരു കൊച്ചുവീഡിയോ അതിനുശേഷം പ്രദർശിപ്പിക്കുകയുണ്ടായി. ആഘോഷങ്ങൾക്ക് മാറ്റുകൂട്ടാനായ് ജൂനിയർ വൈദികർ ഒന്നുചേർന്ന് അണിയിച്ചൊരുക്കിയ ജൂബിലി ഗാനാലാപനം ആയിരുന്നു അടുത്തത്.

അതേ തുടർന്ന് **Presbyterium Secretary** ബഹു. ഡേവിസ് തരകൻ അച്ചൻ നിർധനരെ സഹായിക്കാനായുള്ള അഭിവന്ദ്യ പിതാവിന്റെ **Charity Fund** ലേക്ക് നൽകാനായി വൈദികർ എല്ലാം ഒത്തുചേർന്നു സംഭരിച്ച ഏഴു ലക്ഷത്തോളം വരുന്ന തുകയുടെ ചെക്ക് അഭിവന്ദ്യ പിതാവിന് കൈമാറി. ശേഷം ബഹു. ജോജു അറക്കൽ അച്ചൻ കൈമാറിയ **Eparchial Directory 2022** അഭിവന്ദ്യ പിതാവ് പ്രകാശനം ചെയ്തു. തുടർന്ന് അഭിവന്ദ്യ പിതാവ് തന്റെ വൈദികസമൂഹത്തെ സംബോധന ചെയ്ത് സംസാരിക്കുകയും തന്റെ സന്തോഷം അറിയിക്കുകയും ചെയ്തു. കുരിയായിൽ നിന്നുള്ള അറിയിപ്പുകളായിരുന്നു തുടർന്ന്. അതിനുശേഷം ഭക്ഷണാശീർവ്വാദപ്രാർത്ഥന ചൊല്ലിയ പിതാവ് ദേവാലയങ്കണത്തിൽ ജൂബിലി മരവും നട്ടു. വൈദികരെല്ലാവരും പിതാവിനെ കണ്ട് ആശംസകൾ അറിയിച്ചതിനുശേഷം ഭക്ഷണം കഴിച്ച് 2.30 ഓടു കൂടെ പിരിഞ്ഞു.







KLM General Body Meeting and Election

The General Body Meeting of the Kalyan Laity Movement (KLM) of Kalyan Diocese was held online on 20.02.2022. KLM is an umbrella Association of Pithruvedi, Mathrusangam, Kalyan Eparchy Youth and Jesus Nurses' Fraternity of Kalyan Diocese. Rev. Msgr. Francis Eluvathingal, Vicar General, presided over the meeting wherein Directors and Executive members of all Associations were present. During the meeting the following members from Pithruvedi, Mathrusangam, Youth and Nurses Fraternity have been elected unanimously as office bearers of KLM. Rev. Fr. Francis Eluvathingal, former President Mr. Jose Mathew and President Mr. Rajeev Thomas spoke on the occasion.

The following persons have been elected:

President	-	Rajeev Thomas (Pithruvedi)
Vice President	-	Joycee Thomas (Mathrusangam)
Secretary	-	Biji Thomas (Mathrusangam)
Jt. Secretary	-	Sherry Maria Joseph (Youth)
Treasurer	-	Jose P.O. (Pithruvedi)
PRO	-	Pathrose. P.D. (Pithruvedi)
Ex-Officio	-	Mr. Jose Mathew, Former President (Pithruvedi)
Ex-Officio	-	Mrs. C'na Mathew, Former Secretary (Mathrusangam)
Committee Members:		Samson Scaria (JNF), Rosemary Johnson & Edwin Puthoor (KEY)



MANGALA CARGO CORPN.

HOUSEHOLD PACKERS & MOVERS

മംഗള കാർഗോ കോർപ്പറേഷൻ

നിങ്ങളുടെ വീട്ടുസാധനങ്ങളും കച്ചവട സാമഗ്രികളും പായ്ക്ക് ചെയ്ത് പൂർണ്ണ ഉത്തരവാദിത്വത്തോടും ഇൻഷുറൻസോടും കൂടി ഇന്ത്യയിൽ എവിടെയും എത്തിക്കുന്നതിനും തിരികെ കൊണ്ടുവരുന്നതിനും ഞങ്ങളെ സമീപിക്കുക.



Contact:

C. L. DAVID VALAPPILA
9323196882 / 9821222065

Dombivali
8879229738

Thane
9167534571

Branch Office:

Kannur, Calicut, Trichur, Ernakulam,
Kottayam, Kollam and Trivandrum

Shop No. 1,
Trishul Terraces,
Plot No. 36, 37,
Sector 20, Koparkhairane,
Navi Mumbai - 400 709
Tel.: 022 - 2754 6884

Fair, 26 / 153 / 55 / Bachelor of Mass Media (BMM) / Presently working as Graphic designer / Parents from wyanad / 9987987928 / 8657486114
christyruby15@gmail.com
GOC202173509



Fair, 28 / 165 / 76 / B.Com, LLB, C.S. Executive / Presently as Legal Associate, Mumbai / Parents from Thrissur / 8689801660 / 8652890179
angelinefrancis99@gmail.com
GOC202171806



Fair, 30 / 151 / 48 / PhD Chemistry (final stage) / Parents from Thrissur / 8425952633 / 9967359117 / 7025208380
pritimaleikal@gmail.com
GOC202170938



Medium, 29 / 157 / 72 / Pursuing MBA (HR) / Presently working as HR Recruiter / Parents from Thrissur / 7738733824 / 9892664808
blessyjanes@gmail.com
GOC202166753

Moderate Fair, 30 / 159 / 53 / Engineering in Computer Science / Presently working as Senior Software Engineer / Parents from Ernakulam / 9497236511 / jmichal0102@gmail.com
GOC202174190



Fair, 26 / 160 / 70 / M. Tech IT / Presently working as Senior Software Engineer / Father from Thrissur Mother from Payyanur / 9930754409 / 9619188450 / alexjoset7@gmail.com
GOC202173516



Fair, 30 / 180 / 65 / B. Com. / Own Business / Parents from Kottayam / 9820369350 / 9769752262
cyriacjames0965@gmail.com
GOC202174461



Fair, 28 / 179 / 75 / Bachelors Degree in Mechanical / Presently working as Regional Sales Manager / Parents from Thrissur / 9765678914 / 9822339644
nikhilv3388@gmail.com
GOC202275001

Wheatish, 32 / 162 / 65 / B.E. Electronics & MBA Operations / Presently working as Operations Analyst, Navi Mumbai / Father from Kannur & Mother from Allapuzha / 9967454370 / 9930385976 / cgcejollj@gmail.com
GOC202171133



Fair, 30 / 163 / 80 / Bachelors in Dental Surgeon / Present working as Dentist / Parents from Thrissur / 9594375555 / 9539013555
pothomas5555@gmail.com
GOC202274987



THANKSGIVING TO ST. JUDE

Savitha Jose — Tilak Nagar
Clara Joseph — Dombivli (West)
Lovely Seejo — Kalyan (East)
George Joseph — Jalandhar
Alphonsa Sunny — Kalyan (W)
Jisha Jaison — Kalyan (W)
Mrs. A Johny

THANKSGIVING TO ST. RITA

Savitha Jose — Tilak Nagar

THANKSGIVING TO HOLY FAMILY

Savitha Jose — Tilak Nagar
Mrs. A Johny



THANKSGIVING TO ST. ANTONY

Mrs. A Johny



**KERYGMA
2022
PORTIONS:**

Acts of Apostles - 28 Chtrs.
1 Letter of St. Peter - 5 Chtrs.
Hosea - 14 Chtrs.
TOTAL - 47 Chtrs.



In loving memory of

Mrs. Theresia Devassy

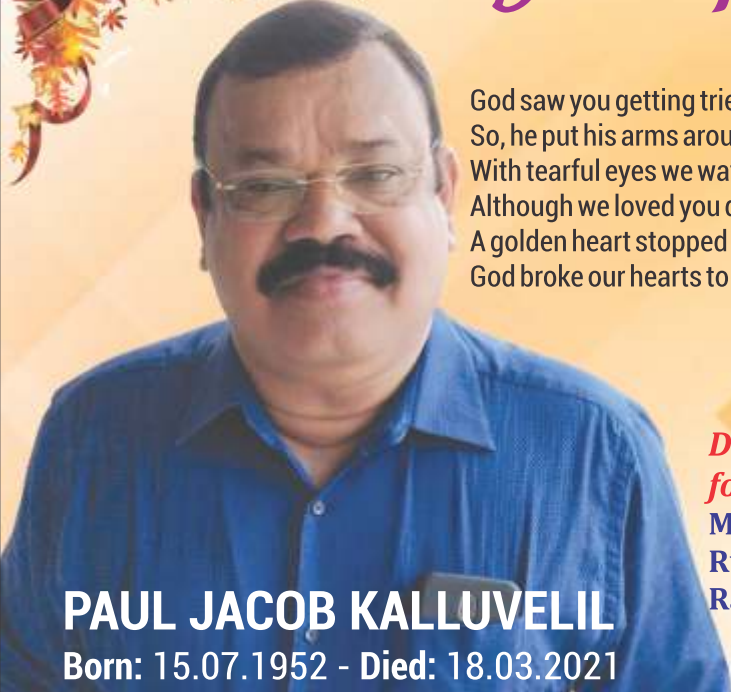
**Amma, your life was a blessing,
You will be missed forever.**

Loved and missed immensely by:
 Husband: Mr. K.A. Devassy
 Children: Joy-Shirley, Jolly-Thomas, Jockey-Reena, Jerome-Shruti
 Grandchildren: Jokim, Joyce, Jerry, Jancy, Jessica, Janice, Joel

Birth: 3/12/1944
 Death: 22/02/2022


1st Death Anniversary
18.03.2022



God saw you getting tried, And a cure was not to be;
 So, he put his arms around you, And whispered, "Come to me".
 With tearful eyes we watched you, And saw you pass away;
 Although we loved you dearly, We could not make you stay.
 A golden heart stopped beating, Hardworking hands to rest.
 God broke our hearts to prove to us, He only takes the best

***Deeply missed and
fondly remembered by:***
 Mrs. Margaret Paul
 Ruby & Robin,
 Ralph, Ruben

PAUL JACOB KALLUVELIL
 Born: 15.07.1952 - Died: 18.03.2021



www.southindianbank.com | [f /thesouthindianbank](#)



LOCK YOUR ACCOUNT BE SAFE

DIGITAL -LOCK



SIB Mirror+

Lock or unlock your account from
anywhere, at the touch of a finger.
Protect all your digital transactions.

Download from



Toll Free (India): 1800-843-1800, 1800-425-1809 (BSNL),
Email: sibcorporate@sib.co.in, CIN : L65191KL1929PLC001017