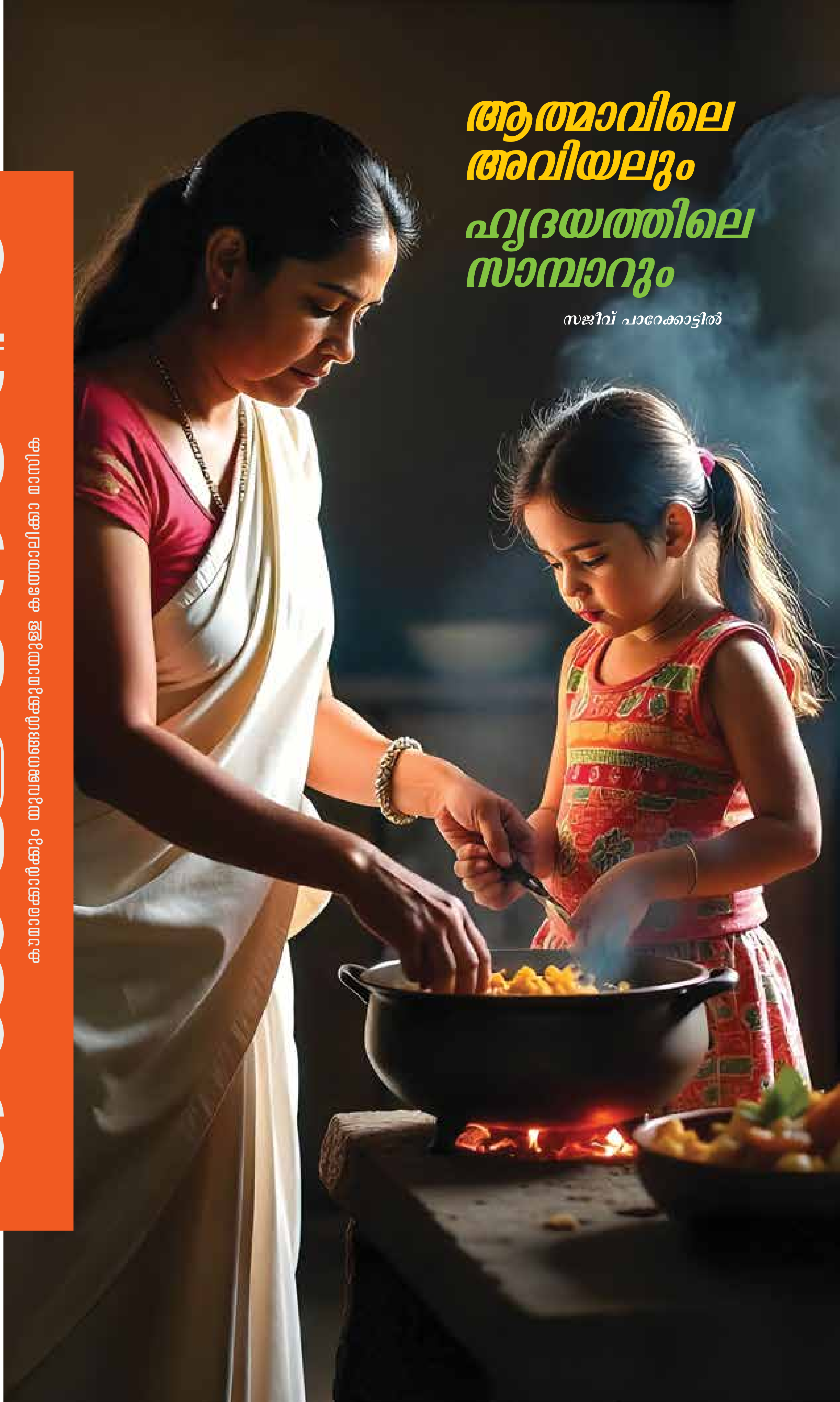
2025 JULY
VOL 24
ISSUE 7
PAGE 48
PRICE ₹50

കെയ്റോസ്

കൗമാരക്കാർക്കും യുവജനങ്ങൾക്കുമായുള്ള കത്തോലിക്കാ മാസിക



ആത്മാവിലെ അവിയലും ഹൃദയത്തിലെ സാമ്പാറും

സജീവ് പാറേക്കാട്ടിൽ

JESUS YOUTH
A MISSIONARY MOVEMENT AT THE SERVICE OF THE CHURCH

www.jykairosmedia.org

വി. കാറ്റേരി ടെകാക്വിത്ത

നൂറ്റാണ്ടുകളായി കത്തോലിക്കാ സഭയും മിഷണറിമാരും മൊഹാക്ക് ജനതയുമായി ഇടപഴകിയിട്ടുണ്ട്. 300-ലധികം വർഷങ്ങൾക്ക് മുമ്പ് ഒരു മൊഹാക്ക് യുവതി കത്തോലിക്കാ വിശ്വാസം സ്വീകരിച്ച് തന്റെ വളരെ ചെറിയ ജീവിതത്തിന്റെ ഭൂരിഭാഗവും ജനങ്ങൾക്കിടയിൽ ജീവകാരുണ്യ പ്രവർത്തനങ്ങളും മറ്റു സേവനങ്ങളും നടത്തി. അവളുടെ പേര് കാറ്റേരി ടെകാക്വിത്ത (Kateri Tekakwitha) എന്നായിരുന്നു. ടെകാക്വിത്ത എന്നാൽ കാര്യങ്ങൾ ക്രമീകരിക്കുക എന്നാണ് അർത്ഥം. അവളുടെ പേരുതന്നെ അവളുടെ ജീവിതവും മരണവും അടയാളപ്പെടുത്തുന്നു. ജീവിതത്തിലുടനീളം അവളെ ബാധിച്ചതും അവളുടെ തീക്ഷ്ണമായ വേദനയ്ക്ക് കാരണമായതുമായ മോശം ആരോഗ്യസ്ഥിതി 1680-ൽ 24 വയസ്സുള്ളപ്പോൾ അവളെ മരണത്തിലെത്തിച്ചു. ക്രിസ്തുവിനോടുള്ള ഭക്തിയിലും ദാനധർമ്മത്തിലും പവിത്രതയിലും ഉള്ള പ്രതിബദ്ധതയും കാരണം കത്തോലിക്കാ സഭ കാറ്റേരി ടെകാക്വിത്തയെ വിശുദ്ധയായി ആദരിച്ചു. ജനനം 1656-ലും, മരണം ഏപ്രിൽ 17, 1680-ലുമാണ്. ഒക്ടോബർ 21, 2012-ൽ പോപ്പ് ബെനഡിക്ട് പതിനാറാമൻ കാറ്റേരി ടെകാക്വിത്തയെ വിശുദ്ധയായി പ്രഖ്യാപിച്ചു. രക്ഷാധികാരി: പരിസ്ഥിതി, ആവാസവ്യവസ്ഥ. തിരുനാൾ: ജൂലായ് 14.

എഡിറ്റേഴ്സ് റൂം -
അഡ്വ. കെ.ജെ. ജോൺസൺ
jjadvocatesjy@gmail.com

ഒഴിവാക്കരുത്, ഓടിക്കയറണം

വക്കീലോഫീസിലേക്ക് ഒരു ചെറുപ്പക്കാരൻ വന്നു. അവന് വിവാഹമോചനത്തിന്റെ നിയമവശങ്ങളെക്കുറിച്ച് അറിയണം. അവന്റെ ചോദ്യങ്ങൾ അവസാനിച്ചപ്പോൾ എന്തിനാണ് വിവാഹ മോചനം നേടണമെന്ന് ആഗ്രഹിക്കുന്നതെന്ന് ഞാൻ തിരക്കി. വിവാഹം കഴിഞ്ഞിട്ട് കുറച്ചു വർഷങ്ങൾ മാത്രമേ ആയിട്ടുള്ളൂ എന്നെനിക്ക് മനസ്സിലായതുകൊണ്ട് കൃത്യമായ കാരണങ്ങൾ അറിയാനുള്ള ജിജ്ഞാസ മൂലമാണ് ഞാൻ ചോദിച്ചത്. ആ ചെറുപ്പക്കാരൻ പല കാര്യങ്ങൾ പറഞ്ഞതിൽ ഒരു കാര്യം എന്നെ ആകർഷിച്ചു. "സാറേ അടുക്കളയിൽ കാലത്ത് ദോശ ചുടാൻ അവൾ എന്നെ നിർബന്ധിക്കുന്നു. അവൾ പറയുന്നത് അവളുടെ പിതാവും വീട്ടിൽ അടുക്കളയിൽ സഹായിക്കാറുണ്ടെന്നാണ്. എന്റെ വീട്ടിൽ ഇതുപറ്റില്ല സാറേ." അയാളുടെ മുഖത്തെ സങ്കടഭാവം ഞാൻ ശ്രദ്ധിച്ചില്ലെങ്കിലും എന്റെ മനസ്സിൽ ചിരിയാണ് വന്നത്. കാലത്ത് വീട്ടിൽ ദോശ ചുട്ടുവന്ന എന്നോടാണ് അയാൾ തന്റെ സ്വകാര്യ സങ്കടം വിവരിക്കുന്നത്.

അടുക്കള സ്ത്രീകളുടെ മാത്രം ഉത്തരവാദിത്വം ആണെന്ന കാഴ്ചപ്പാടൊക്കെ ഇന്ന് പഴഞ്ചനായി. കുടുംബത്തിന്റെ ഇഴയടുപ്പത്തിന്റെ ഇടമായി അത് മാറിക്കഴിഞ്ഞു. കോളേജിൽ പഠിക്കുന്ന ഒരു ചെറുപ്പക്കാരൻ അവന്റെ വീട്ടിലെ വിശേഷങ്ങൾ പങ്കുവച്ചത് ശ്രദ്ധേയമായി തോന്നി. ഞാൻ ആഴ്ചയിൽ ഒരു ദിവസമേ വീട്ടിലെത്താറുള്ളൂ. പക്ഷേ, എന്റെ അമ്മയുടെ കൂടെ ഞാൻ കുറേ സമയം ചിലവഴിക്കും. അമ്മ എപ്പോഴും അടുക്കളയിൽ ആയിരിക്കും. ഞാൻ അവിടെ ചെന്ന് സംസാരിക്കും, പാത്രങ്ങൾ കഴുകി കൊടുക്കും. അതുകൊണ്ടുതന്നെ ചില ഭക്ഷണങ്ങൾ പാചകം ചെയ്യാൻ എനിക്കറിയാം.

ദൈവത്തിന്റെ അനുഗ്രഹത്തിന്റെ ഇടമായാണ് അടുക്കളയെ ബൈബിൾ കരുതിപ്പോരുന്നത്. ഒന്ന് രാജാക്കന്മാരുടെ പുസ്തകത്തിൽ സങ്കടത്തിലും ദാരിദ്ര്യത്തിലും കഴിയുന്ന ഒരു വിധവയെ ഏലിയാ പ്രവാചകൻ വഴി ദൈവം അനുഗ്രഹിക്കുന്നതായി കാണാം. ദൈവത്തിൽ ആശ്രയിക്കുന്നവന്റെ അടുക്കളയിൽ ആവശ്യമായത് അവിടന്ന് ലഭ്യമാക്കും.

അബ്രഹാമിന്റെയും സാറായിയുടെയും ആതിഥ്യ മര്യാദ ബൈബിളിൽ നാം കാണുന്നുണ്ട്. അജ്ഞാതരായ അതിഥികളെ ആത്മാർഥമായി സത്കരിച്ചത് അവരുടെ ജീവിതത്തിന്റെ അനുഗ്രഹത്തിന്റെ വാതിൽ തുറന്ന സന്ദർഭമായിരുന്നു. അടുക്കളയിലെ ജോലി അനുഗ്രഹത്തിന്റെ വാതിലാണെന്ന് ഇവിടെ കാണാനാകും. ക്രിസ്തു പലരുടെ ഭവനങ്ങളിൽ ഭക്ഷണത്തിനായി എത്തിയിരുന്നതായി സുവിശേഷത്തിൽ കാണാനാവും. അവിടെയെല്ലാം അവിടന്ന് അനുഗ്രഹവും അത്ഭുതങ്ങളും വർഷിച്ചതായി സുവിശേഷങ്ങൾ രേഖപ്പെടുത്തുന്നു.

അടുക്കള അനുരഞ്ജനത്തിന്റെ വേദി കൂടിയാണ്. വിവാഹിതയായ ഒരു പെൺകുട്ടി പറഞ്ഞത് ഓർക്കുന്നു, എന്റെ അമ്മായിയമ്മയുമായി എന്തെങ്കിലും ഇഷ്ടക്കേട് വന്നാൽ പിറ്റേദിവസം ഞാൻ നേരത്തെ എഴുന്നേറ്റ് അടുക്കളയിൽ അമ്മയെ സഹായിക്കും. അന്ത്യ അത്താഴത്തിനു മുൻപ് ശിഷ്യരുടെ കാലുകൾ കഴുകിയ മാതൃക ക്രിസ്തു നൽകിയത് ഒരുമിച്ച് ഭക്ഷണം കഴിക്കുന്നതിനു മുൻപേ ചെയ്യേണ്ട പ്രവൃത്തികളെ ഓർമിപ്പിക്കാനാകും. സ്നേഹത്തിൽ ചാലിച്ച സദ്യകൾ സന്തോഷത്തിന്റെ വാതിൽതുറക്കുന്നു. ഉണ്ണുന്നവന്റെ ഉള്ള് നടന്നടുക്കുന്നത് ഹൃദയബന്ധങ്ങളിലേക്കാണ്. ഒഴിവാക്കേണ്ട ഇടമല്ല, അടുക്കള ഓടിക്കയറേണ്ട സ്ഥലമാണ്.

എഡിറ്റർ-ഇൻ-ചീഫ്

Kairos MEDIA

Bp. Mar Raphael Thattil
(Ecclesiastical Advisor, Jesus Youth International)

Patrons
His Beatitude Baselios Cardinal Cleemis
(Patron, Jesus Youth International)
His Grace Archbishop Christopher Charles Prowse
(Patron, Jesus Youth International)

Spiritual Director
Rev. Fr. Simon Cheruvathur *(KJYC Animator)*

Printer and Publisher
Reji J. Karot 9447394142

Managing Trustee
Ginees Francis 9562379515

Executive Director
Mathew Joseph 9447762273 *(KJYC Coordinator)*

Editor-in-Chief
Adv. K.J. Johnson 9447245745

Executive Editor
Sajan C.A 9895711718 (kairosmag@jykairosmedia.org)

Associate Editors
Sunny Kokkappillil 9446890744
Sujamol Jose 9497166591

Editorial Board
Dr. Chackochan Njavallil 9447572513
Arun Antony 9447378547
Shaji Joseph 9895405631
Dr. Nycil Rajesh 9446123934
Joby Thomas 9995213936
Dr. Vineetha Joby 9447499439
Elseena Joseph 9497379891
Jinto John 9495630089
Alfred Wilson 8590834155
Ann Sebastian 7907203851
Chippy Theres Baby 9605895079

Circulation Co-ordinator
Anto L Puthur, Cochin, India +91 9605511644

Associate Circulation Co-ordinators
Australia Mintu Vijoy, Melbourne +61 452 538 785
Bahrain Neenu Maria Jibin +973 337 15472
Bangladesh Tias Victor Palma +880 1717-152023
Combodia Sophearong Ravy, Phnom Penh +855 96 426 5472
Canada Joby Joseph Ontario +1 2899 686 074
East Timor Sr. Julie Antony +670 77827618 +91 97447 32431
Germany Anna Paul, Berlin +49 176 83495451
India Austin Michael, Mangalore +91 8277405251
Ireland Suresh V Joy +353 87 963 0904
Israel Jaison K Thattil, Tel Aviv +972 55 9974339
Italy Anoop P Varghese +39 3884256258
Kuwait Rajeev J Chacko, Ahmadi +965 66388310
Malaysia Sweety Kamala Prasad +60 162568139
Netherlands Jojo Varghese, Utrecht +31 684974552
New Zealand Derick Daniel, Auckland +642 9127 0650
Oman Jino Joy Ghala +968 953 84654
Pakistan Asif Emmanuel +92 3022534254
Papua New Guniea Abin Michael +675 7479 4368
Qatar Jijomon T C, Doha +974 3045 2347
Singapore Savio Francies +65 9021 9798
Srilanka Sonal Fernando +94 77 3818399
Switzerland Anu Jose +41 799177100
Thailand Vineeth Andrew +66 86 372 6601
UAE Seejo, Dubai +971 502782383
Uganda Mboowa Ronald +256 706844152
UK Mathachen Maduckakuzhy +44 7969 365686
USA Denny Joseph +1 (832) 640-3106

Finance Manager
Rani George +91 9446563335 finance@jykairosmedia.org
Office Smitha Jose: smitha.jose@jykairosmedia.org

Mailing Address
INDIA: 8/174, Navodaya Studio Complex,
Thengode P.O, Kochi 682030, Kerala, India.
infoin@jykairosmedia.org
+91 484 2984327

USA: Kairos International Inc.,
3010 Mason Grove Ln, Pearland, TX 77584 USA
info@jykairosmedia.org
+1 832 592 3675

www.jykairosmedia.org
Facebook.com/Readkairos
Twitter.com/kairosmalayalam

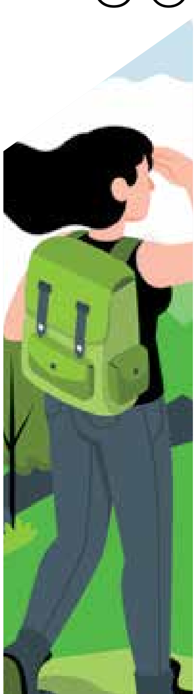
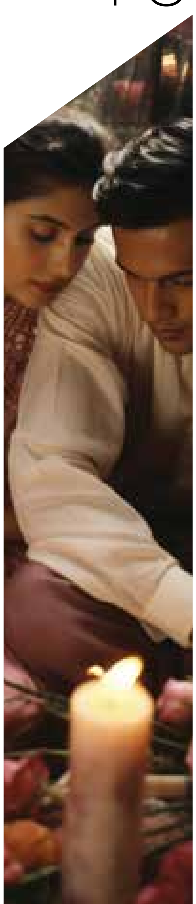
കെയ്റോസ് മലയാളം/കെയ്റോസ് ഗ്ലോബൽ/
കെയ്റോസ്ബഡ്സ് എന്നിവ ലഭിക്കാൻ:

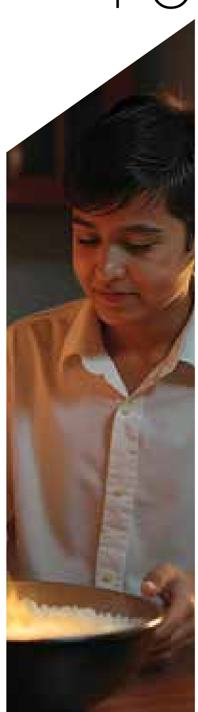
Cloudcatholic Mobile App

Print (Mal, Eng, Buds)

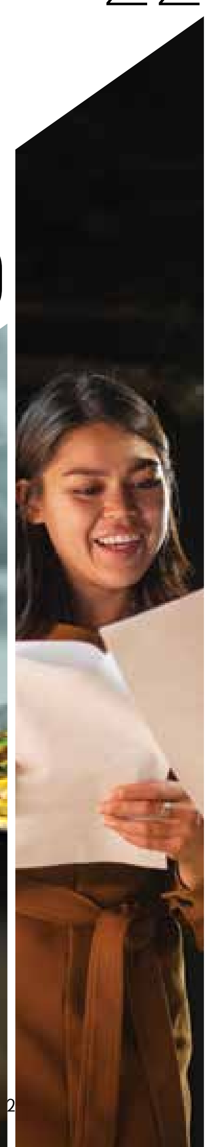
Design: Shaji Joseph Arakkal +91 98954 05631 arakkalshaji@gmail.com

contents

06

10

12

16

18

20

22


കെയ്റോസിന് ബാങ്കുവഴി പണമടക്കുവാൻ:

KAIROSE TRUST,
A/c No. 14690200009621
IFSC- FDRL0001469
FEDERAL BANK, KAKKANAD,
SEAPORT - AIRPORT ROAD

ഓഫീസ് വിലാസം:

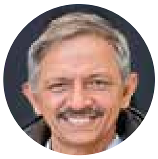
കെയ്റോസ് മീഡിയ, 8/174, നവോദയ
സ്റ്റുഡിയോ കോംപ്ലക്സ്, തെങ്ങോട് പി.ഒ.
കാക്കനാട്, കൊച്ചി 682030
0484 2984327 62382 79115
kairosmag@jykairosmedia.org

letters

ജൂൺ മാസത്തെ കെയ്റോസ് മാസികയിൽ കവർസ്റ്റോറിയായി എടുത്തിരുന്ന ഇരുപത്തിമൂന്നാം സങ്കീർത്തനം വ്യത്യസ്തമായിട്ടുള്ള ചിന്തകൾ സമ്മാനിക്കുന്നതായിരുന്നു. വിശദമായ വിചിന്തന രീതികളിലൂടെ അവതരിപ്പിച്ചത് ഏറെ നന്നായി. ദൈവവചനങ്ങൾ ഇത്തരത്തിൽ വ്യാഖ്യാന സ്വഭാവത്തോടെ വിശദീകരിക്കുന്നതും കൂടുതൽ അറിവ് ലഭിക്കുവാനും ഉൾക്കാഴ്ച ലഭിക്കാനും ഒക്കെ സഹായിക്കുന്നുണ്ട്. മൈ സ്റ്റോറി വിഭാഗത്തിൽ വരുന്ന ജീവിതാനുഭവങ്ങൾ കൂടുതൽ ഉൾപ്പെടുത്തുന്നത് വായനക്കാർക്ക് ഉപകാരപ്പെടും. ദൈവവചനത്തിലൂടെ പ്രചോദിതമായി ജീവിതം മുന്നോട്ടു നയിക്കുന്നതും പ്രതിസന്ധികളും പ്രശ്നങ്ങളും തരണം ചെയ്തു മുന്നോട്ടു പോകുന്നതുമൊക്കെ പ്രചോദനാത്മകമായ അനുഭവക്കുറിപ്പുകളാണ്. തുടരുവാൻ അഭ്യർഥിക്കുന്നു. കുട്ടിക്കഥകളും രസകരമായി തോന്നുന്നുണ്ട്.

ജിസ്മോൻ, ചെറായി

വ്യത്യസ്തവും
വിശിഷ്ടവുമായ
ഈ ഉള്ളടക്കങ്ങളും
ജെ.വൈ. വിചിന്തനം
വഴുതന മാത്തൻ
തുടങ്ങിയ മറ്റു
സ്ഥിരം പംക്തികളും



യാത്ര ചെയ്യാൻ ഇഷ്ടമാണോ? അത് ചെറിയൊരു കാര്യമല്ല.

ഡിഗ്രി പഠനം രണ്ടാം വർഷമായപ്പോൾ എനിക്ക് പുതിയൊരു ദൗത്യം കിട്ടി. കേരളത്തിലെ യുവജനങ്ങളെ ഒത്തുകൂട്ടുക. പിന്നെ തുടരെയുള്ള യാത്രയുടെ തിരക്കായി. കോളേജിലെ പ്രൊഫസർമാർക്കും സഹപാഠികൾക്കും എന്റെ യാത്രാ തിരക്ക് നന്നായി അറിയാമായിരുന്നു. ക്ലാസ്സിലെ പല തമാശ കഥകളിലും എന്റെ യാത്രയുമുണ്ടാകും, എങ്കിലും ആരും ആ നല്ല കാര്യങ്ങൾക്ക് തടസ്സമായില്ല; വേണ്ട സഹായം നൽകുകയും ചെയ്തു. അന്നുമുതൽ ആ ശൈലി മാറാതെ തുടരുന്നു.

മറ്റൊരു കാര്യം, എന്നെ ഏറെ പിന്തുണയ്ക്കാൻ ഒരു നല്ല പ്രാർഥനാ കൂട്ടായ്മ ഉണ്ടായിരുന്നു. അവർ അഭിഷേകം ചെയ്തു പറഞ്ഞയയ്ക്കുന്നതു പോലെയായിരുന്നു എന്റെ യാത്രകൾ. ഇതിനിടെ ഈ യാത്രാ ജീവിതത്തിന് ഇണങ്ങിയ ചില പുത്തൻ കഴിവുകളും എന്നിൽ വളർന്നു. ഉദാഹരണത്തിന്, എന്റെ അധ്യാപന ജീവിതം ആരംഭിച്ച് പിഎച്ച്ഡി നേടാൻ ആഗ്രഹിച്ചപ്പോൾ, എന്നെ നന്നായി അറിയാവുന്ന പലരും എന്നെ കളിയാക്കി, ഈ തിരക്കും യാത്രയുമായി പഠനവും ഗവേഷണവും നടക്കില്ല. പക്ഷേ, എന്റെ യാത്രകൾ തുടർന്നു, ഒപ്പം ഗവേഷണവും. ധാരാളം വായനകൾ ട്രെയിനിലും ബസ്സിലുമൊക്കെ ആയിരുന്നു. അവസാനം, ആ വിമർശകരിൽ ചിലർ ഒരിക്കലും അവരുടെ പഠനം പൂർത്തിയാക്കിയില്ല; പക്ഷേ, അതിശയകരമെന്നു പറയട്ടെ, ന്യായമായ സമയത്തിനുള്ളിൽ എനിക്കത് തീർക്കാൻ കഴിഞ്ഞു.

ഈ മുന്നേറ്റത്തിന്റെ തുടക്കം മുതൽ മിക്ക നേതാക്കളും, കൂട്ടായ്മ വളർത്തുന്നവരായിരുന്നു, ഒപ്പം ഏറെ യാത്ര ചെയ്യുന്നവരും. സ്വന്തം ഇടങ്ങളിലും സംസ്കാരത്തിലും ഒതുങ്ങിക്കൂടാതെ ആളുകളും കൂട്ടായ്മകളും ഒക്കെയായി ബന്ധപ്പെടാൻ അവർ ഇറങ്ങി പുറപ്പെട്ടു. പുതിയ കാര്യങ്ങളുമായി ഇടപഴകാൻ, അപരിചിത സാഹചര്യങ്ങളിൽ കടന്നു ചെല്ലാൻ, ഏത് അവസരവും കൈവിട്ടുപോകാതെ ഉപയോഗിക്കാൻ ഒക്കെയുള്ള ഈ ഉത്സാഹമാണ് ഒരു ജെ.വൈ മുഖമുദ്ര.

ക്രിസ്ത്യാനി ഒരു തീർഥാടകനാണ്

ഇന്ന്, ആളുകൾ പലപ്പോഴും ഉദാസീനമായ ജീവിതശൈലിയുടെ അപകടങ്ങളെക്കുറിച്ച് ചർച്ച ചെയ്യാറുണ്ട്. നടക്കുക, ചലിക്കുക അത് ആരോഗ്യത്തിന് അത്യാവശ്യമാണ്. ഒരുവിധത്തിൽ ആന്തരിക ജീവിതത്തെക്കുറിച്ചും ഇതുതന്നെ പറയാം. ആത്മാവിൽ നവീകരിക്കുന്നില്ലെങ്കിൽ, വചനത്തിന്റെ പുത്തൻ ആഴങ്ങൾ കാണുന്നില്ലെങ്കിൽ, പുതുസുഹൃത്തുക്കൾ, പുതുവഴികൾ, സംസ്കാരങ്ങൾ കാണുന്നില്ലെങ്കിൽ നമ്മിൽ എന്തൊക്കെയോ വാടിക്കരിഞ്ഞു പോകും. കഴിഞ്ഞകാല വൻപുപറഞ്ഞ് നമുക്ക് ദൈവരാജ്യം പണിയാനാകില്ല, മറിച്ച് ഇന്നിനെ പുണർന്ന് നാളേയ്ക്ക് നോക്കിയാലെ നാം കർത്താവിനൊപ്പം ചരിക്കൂ.

ബൈബിളിൽ യാത്രാ കഥകൾ ധാരാളമാണ്. അബ്രഹാം തന്റെ ജന്മദേശം വിട്ടു; ഇസ്രായേൽ മരുഭൂമിയിൽ അലഞ്ഞു. മോശ ഒരു ജനവുമായി വർഷങ്ങൾ നടന്നു. പിന്നെ പത്രോസും പൗലോസും ഒക്കെ സഞ്ചരിച്ചു. യേശു പോലും നിരന്തരം യാത്രയിലായിരുന്നു, ഒരിക്കലും ഒരിടത്തും താമസിച്ചില്ല. വീണ്ടും വീണ്ടും, ആവർത്തിക്കുന്ന ദൈവ കല്പന ലളിതമാണ്: 'പോകുവിൻ.' സഭയും സ്വയം വിളിക്കുന്നത് 'തീർഥാടക' എന്നാണ്.

യാത്രയ്ക്കുള്ള ഈ ആഹ്വാനത്തോടുള്ള ഒരു പ്രധാന പ്രത്യുത്തരമാണ് തീർഥാടനം. ഇതിന് ഏറെ പഴക്കമുണ്ട്. ബൈബിളിൽ തീർഥാടന വിവരണങ്ങൾ ഏറെയാണ്. മറ്റു മതങ്ങളിലും നമുക്കിത് കാണാം. യേശുവാകട്ടെ ജറൂസലേമിലേയ്ക്ക് മാത്രമല്ല യാത്ര ചെയ്തത്. കുടുംബങ്ങൾ സന്ദർശിക്കാനും ദരിദ്രരെയും ആവശ്യത്തിൽ ആയിരിക്കുന്നവരെയുമൊക്കെ കാണാനും അവിടന്ന് എന്നും യാത്രയിലായിരുന്നു.

ഞങ്ങളുടെ പ്രാർഥനാ സമൂഹത്തിൽ ഇടയ്ക്കിടെ ഒരുമിച്ച് തീർഥാടനങ്ങൾ നടത്താൻ ഞങ്ങൾ പരിശ്രമിച്ചു. പിന്നീട് ഒരു ഘട്ടത്തിൽ, ഒരു പുതിയ ബോധ്യം ഞങ്ങൾക്ക് കിട്ടി, പുറത്തുപോകാൻ മടിക്കുന്ന ഒരു സമൂഹം നല്ലൊരു ക്രിസ്തീയ കൂട്ടായ്മയല്ല. അങ്ങനെ കുറച്ച് വ്യത്യസ്തമായ തീർഥാടനങ്ങൾ ഞങ്ങൾ തുടങ്ങി. ആഴ്ചതോറുമുള്ള ചേരി സന്ദർശനമായിരുന്നു അതിൽ ഒന്ന്. ചിലർ യുവാക്കളെ തേടി മറ്റു പല യാത്രകളും തുടങ്ങി. ഏതായാലും, ഈ യാത്രപോക്കിന്റെയും തിരിച്ചു വരവിന്റെയും ശൈലി ഞങ്ങളുടെ സമൂഹ ജീവിതത്തെ അവിശ്വസനീയമാംവിധം ഊർജസ്വലമാക്കി.

പുതിയ കാര്യങ്ങളുമായി ഇടപഴകാൻ, അപരിചിത സാഹചര്യങ്ങളിൽ കടന്നു ചെല്ലാൻ, ഏത് അവസരവും കൈവിട്ടു പോകാതെ ഉപയോഗിക്കാൻ ഒക്കെയുള്ള ഈ ഉത്സാഹമാണ് ഒരു ജെ.വൈ. മുഖമുദ്ര.

പക്ഷേ എനിക്ക് യാത്ര ചെയ്യാൻ പറ്റുന്നില്ലെങ്കിലോ?

അപ്പോഴും നമുക്ക് ദൂരെ പോകാനും ബന്ധപ്പെടാനും സാധിക്കണം. വി. കൊച്ചുത്രേസ്യ ആയിരിക്കും ഇതിന് ഉത്തമ മാതൃക. അവളാണല്ലോ മിഷണറി യാത്രക്കാരുടെ മധ്യസ്ഥ. ചിലർ വിദൂര ദേശങ്ങളിലേക്ക് പോകുന്നു, ചിലർ അപരിചിതമായ ഭാഷകളിലും സംസ്കാരങ്ങളിലും ഉള്ള ആളുകളുമായി ഇടപഴകുന്നു, മറ്റുചിലരോ സ്നേഹ ചിന്തകളും പ്രാർഥനയുംകൊണ്ട് ദൂര യാത്ര ചെയ്യുന്നു. ഏതായാലും എല്ലാ ശിഷ്യരും അയക്കപ്പെട്ടവരാണ്, യാത്ര ചെയ്യേണ്ടവരും.

ജീസസ് യൂത്തിൽ കടന്നുചെല്ലലിന്റെ ഒരു സമ്പന്ന സംസ്കാരമുണ്ട്

രണ്ടാം വത്തിക്കാൻ കൗൺസിൽ ക്രിസ്തുവിനെ ലോകസമക്ഷത്ത് അവതരിപ്പിക്കാൻ വിവിധ വഴികൾ വിഭാവനം ചെയ്തു. അൽമായരോടു കൗൺസിൽ നിർദേശിച്ചു, 'ദേശീയ, അന്തർദേശീയ തലങ്ങളിൽ സുവിശേഷ വേലയുടെ വിശാല മേഖലകളാണ് തുറന്നിരിക്കുന്നത്. അവിടെ പ്രത്യേകമായി അൽമായർ അവരുടെ ക്രിസ്തീയ ജ്ഞാനത്താൽ സഹായം നൽകണം.'

നമ്മൾ ചെയ്യുന്നതെന്തും, ഒരു ചെറു മാറ്റത്തോടെ കൂടുതൽ നന്നായി ചെയ്യാനാണ് കൗൺസിൽ ഉദ്ബോധിപ്പിച്ചത്, "യാത്രചെയ്യുന്നവർ, അവരുടെ മേഖല അന്താരാഷ്ട്ര കാര്യങ്ങളോ, ബിസിനസ്സോ, വിനോദമോ, ഒക്കെ ആയാലും തങ്ങൾ ചെല്ലുന്നിടത്തെല്ലാം ക്രിസ്തുവിന്റെ സന്ദേശ വാഹകരാണെന്ന് ഓർത്ത് അതിനനുസരിച്ച് പ്രവർത്തിക്കണം" (വത്തിക്കാൻ II, അൽമായ ദൗത്യം, 14).

കഴിഞ്ഞ വർഷം, ഞാൻ ഒരു ജെ.വൈ പരിശീലനത്തിനായി ഉത്തരേന്ത്യയിലേക്ക് പോകാനിടവന്നു. വഴിക്ക് ഒരു നഗരത്തിൽ കുറച്ച് ദിവസങ്ങൾ ഉണ്ടായിരുന്നു, അവിടെ പല നേതാക്കളെയും കണ്ടു. പരിപാടി കഴിഞ്ഞ് ആ പ്രദേശത്തെ പല വീടുകൾ സന്ദർശിച്ചു, വൈദികരെയും മറ്റും കണ്ടു. ചുരുക്കത്തിൽ ഏറെ അനുഭവ സമ്പന്നമായ ഒരു യാത്ര. മറ്റു പല ജെ.വൈ നേതാക്കളുടെ സാധാരണ രീതികളുമായി തട്ടിച്ചു നോക്കുമ്പോൾ എന്റെ യാത്രകൾ ഒന്നുമല്ല. വ്യാപകമായ യാത്രകളും സന്ദർശനങ്ങളും അവരിൽ പലരുടെയും പതിവ് ജീവിതശൈലിയാണ്.

ദൈവരാജ്യം വ്യാപിക്കുന്നത് എങ്ങനെയെന്നും സമൂഹങ്ങളും നേതൃത്വവും എങ്ങനെ രൂപപ്പെടുന്നുവെന്നതും ഇത് വ്യക്തമാക്കുന്നു. പിന്നെ മറ്റൊരു കാര്യം, ജീസസ് യൂത്തിന്, മിഷൻ

യാത്രകൾ പരിപാടികൾക്ക് വേണ്ടി മാത്രമല്ല. മറിച്ച് മിക്കവാറും എല്ലാ യാത്രകളും ദൈവരാജ്യ വ്യാപനമായി മാറ്റിത്തീർക്കും. കുറച്ച് വർഷം മുൻപ് എന്നെ എന്റെ കോളേജിൽ നിന്ന് ഒരു യൂറോപ്യൻ സർവകലാശാലയിൽ ഒരു സെമസ്റ്റർ പഠിപ്പിക്കാൻ നിയോഗിച്ചയച്ചു. എന്റെ വാരാന്ത്യങ്ങളും ഒഴിവുസമയങ്ങളും മിക്കവാറും സന്ദർശനങ്ങൾക്കാണ് ഉപയോഗിച്ചത്, നേതാക്കളെ കാണാനും കൂട്ടായ്മകളെ വളർത്താനും. അതുപോലെ തന്നെ, പല നല്ല ജീസസ് യൂത്ത് ബിസിനസ്സുകാരും മറ്റു ജോലിക്കാരും ദീർഘ ദൂര യാത്രകൾ വരുമ്പോൾ ആദ്യം അന്വേഷിക്കുക അവിടെ ജീസസ് യൂത്ത് ഗ്രൂപ്പുണ്ടോ എന്നതാണ്. അങ്ങനെ അവ മിഷണറി ഉദ്യമങ്ങളായി മാറാൻ ഇടവരുകയും ചെയ്യുന്നു.

പിന്നെ നമ്മുടെ ഇടയിൽ നിന്ന് പ്രവാസികളായി മറ്റിടങ്ങളിലേയ്ക്ക് പോയവർ കുറച്ചൊന്നുമല്ലല്ലോ. ഈ യാത്രകളും അവർ ചെന്ന ആ പുത്തൻ സാഹചര്യങ്ങളും നമ്മുടെ കുറേ കൂട്ടുകാർ സുവിശേഷ വ്യാപന അവസരങ്ങളാക്കി എന്നതാണ് അതിശയകരമായ മറ്റൊരു കാര്യം. ഭാരതത്തിന്റെ ഒരു കൊച്ചു മൂലയിൽ ഉദയംകൊണ്ട ഈ ഒരു യുവജന വിസ്മയം ഇന്ന് ലോകത്തിലെ ഒട്ടുമുക്കാൽ രാജ്യങ്ങളിലും എത്തിയിരിക്കുന്നു. അതിന് വഴിയൊരുക്കിയതോ ഈ പ്രവാസി യാത്രകളും.

> **ഭാരതത്തിന്റെ ഒരു കൊച്ചു മൂലയിൽ ഉദയംകൊണ്ട ഈ ഒരു യുവജന വിസ്മയം ഇന്ന് ലോകത്തിലെ ഒട്ടുമുക്കാൽ രാജ്യങ്ങളിലും എത്തിയിരിക്കുന്നു. അതിന് വഴിയൊരുക്കിയതോ ഈ പ്രവാസി യാത്രകളും.**

ജെ.വൈ യാത്രാ വഴികൾ ഇനിയുമുണ്ട്. അതിലൊന്നാണ് വിദ്യാഭ്യാസം. കഴിഞ്ഞയിടെ ഒരു ഗൾഫ് രാജ്യത്ത് ചെന്നപ്പോൾ അവരിൽ ചിലർ പങ്കുവച്ചു, "ഇവിടത്തെ ടീൻസ് മിനിസ്ട്രിയിൽ പരിശീലനം ലഭിച്ച കുട്ടികൾ അടുത്തിടെ പഠിക്കാനായി ഒരു കിഴക്കൻ യൂറോപ്യൻ രാജ്യത്ത് പോയിട്ടുണ്ട്. അവർ അവിടെ ജീസസ് യൂത്ത് കൂട്ടായ്മകൾ ആരംഭിച്ചു കഴിഞ്ഞു."

യാത്രകൾ എങ്ങനെ സുവിശേഷ തീർഥാടനങ്ങളാക്കാം?

ദൈവരാജ്യ നിർമിതി അപൂർവമായേ സൂക്ഷ്മമായ പ്ലാനുകളോടെ ആരംഭിക്കൂ. മറിച്ച് പലപ്പോഴും അത് തുടങ്ങുന്നത് നമ്മുടെ വഴിയിൽ വരുന്ന അവസരങ്ങളോട് പ്രതികരിക്കാൻ തയ്യാറായ ഒരു ഹൃദയത്തോടെയാണ്. ഇക്കാലത്ത്, യാത്രയും സൗഹൃദവും എല്ലാം ദൈനംദിന അനുഭവങ്ങളാണ്. അവിടെ വെല്ലുവിളി, ഇവയെല്ലാം തീർഥാടനങ്ങളാക്കി മാറ്റുക എന്നതാണ്, പ്രത്യേകിച്ച് ദൗത്യപ്രേരിതമായ ചലനങ്ങളുള്ള യാത്രകൾ. രണ്ടാം വത്തിക്കാൻ കൗൺസിൽ നമ്മെ ഓർമിപ്പിക്കുന്നതുപോലെ, നമ്മൾ എവിടെ പോയാലും "ക്രിസ്തുവിന്റെ സന്ദേശ വാഹകരാകാൻ" നാം വിളിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു.

നല്ല യാത്രികരാകാൻ ഒരു വ്യത്യസ്ത ശൈലിയും സമീപനവും വേണം.

1. ഒരു തീർഥാടക മനോഭാവം സ്വീകരിക്കുക: സൗകര്യങ്ങൾ തേടുന്ന ശൈലിയും ആസക്തികളും ഒക്കെ വെടിയുക. നിഷ്ക്രിയത അകറ്റുക.

2. അവസരങ്ങൾ പാഴാക്കരുത്: ദൗത്യ വിളികൾ വരുന്ന വഴികൾ പലതാകാം, ഒരു ജോലി സാധ്യത, പ്രത്യേക ക്ഷണം, ഒരു അത്യാഹിതം, ജോലി നഷ്ടപ്പെടൽ, പുതു ചിന്ത ഒക്കെയാകാമത്.

3. താത്പര്യത്തോടെ പുറപ്പെടുക: അതിരുകടന്ന പ്രതീക്ഷ വെടിയുക, ടീമുകളിൽ ചരിക്കുക, ദൈവാത്മ പ്രേരണകൾക്ക് കാതോർക്കുക.

4. ചുമട് കുറയ്ക്കുക: സന്തോഷകരവും ആയാസ രഹിതവുമായ യാത്രയ്ക്ക് ലാളിത്യവും ദരിദ്ര മനോഭാവവും അത്യാവശ്യമാണ്.

5. വഴിയിൽ ജോലിയിൽ മുഴുകണം: ചുറ്റിനടക്കാതെ ഒരു സ്ഥലത്ത് തുടരുക, സ്നേഹിക്കുക, കൂട്ടായ്മ കെട്ടിപ്പടുക്കുക.

6. മുന്നോട്ടുതന്നെ പോകുക: സമയമാകുമ്പോൾ, ജോലി കൈമാറി യാത്ര തുടരുക.

7. ബന്ധം നിലനിറുത്തുക: വിജയകരവും നിലനിൽക്കുന്നതുമായ ഏതൊരു ദൗത്യ സംരംഭവും നല്ല അടിത്തറയിൽ പണിയണം. അത് സഭയുടെയും സ്വന്ത സമൂഹത്തിന്റെയും ദർശനവും ആ ബന്ധശൃംഖലയുമാണ്.

യേശു പറയുന്നു, 'പോകൂ!'

ആ കല്പനയ്ക്ക് ചെവികൊടുത്ത് നമ്മുടെ അയൽപക്കങ്ങളിലേക്കും, അപരിചിതമായ സംസ്കാരങ്ങളിലേക്കും, വിദൂര സ്ഥലങ്ങളിലേക്കും നമ്മെ നയിക്കുന്ന ഒരു തീർഥാടന ജീവിതശൈലി നമുക്ക് കെട്ടിപ്പടുക്കാം. ദൈവത്തിന്റെ വിളി കേൾക്കുന്ന, അത് വിവേചിച്ചറിഞ്ഞ് പ്രതികരിക്കുന്ന ഒരു യാത്രയിൽ നിരന്തരം മുഴുകേണ്ടവരല്ലേ നമ്മൾ?

ലേഖകൻ ജീസസ് യൂത്ത് മുന്നേറ്റത്തിന്റെ തുടക്കക്കാരിൽ പ്രധാനി. അന്തർദേശീയ പ്രഭാഷകനും എഴുത്തുകാരനുമാണ്. 2018ൽ ഷെവലിയർപട്ടം സ്വീകരിച്ചിട്ടുണ്ട്.

പാഥേയം - ശശി ഇമ്മാനുവേൽ

തുടക്കം മാംഗല്യം പിന്നെ..?

വിവാഹമേ വേണ്ടെന്നു കരുതുന്നത് ഒരു മഹത്തരമായ ആധുനിക ട്രെൻഡായി കൊട്ടിഘോഷിക്കുന്നവർ, തുടർന്ന് സംഭവിക്കാൻ പോകുന്ന സാമൂഹികാഘാതത്തേയും, വ്യക്തിപരമായ തകർച്ചകളേയും കുറിച്ചുള്ള പഠനങ്ങളെ അവതരിപ്പിക്കുന്നേയില്ല.

അകന്ന ബന്ധത്തിൽപെട്ട ഒരു കുടുംബം, ജീവിക്കുന്നത് ഡൽഹിയിലാണ്. അവർ അവധിക്ക് നാട്ടിൽ വരുമ്പോൾ തറവാട്ടിൽ ഞങ്ങളോടൊപ്പമായിരിക്കും മിക്കവാറും താമസം. ഭയങ്കര ഹിന്ദിയാണ് മകനും മകളും. ഭാര്യയും ഭർത്താവും ഇടയ്ക്കൊക്കെ ഹിന്ദിയിൽ കലഹിക്കാറുമുണ്ട്. ആൾ ലേശം മദ്യപാന തത്പരനാണ്, ജോലി സൈന്യവുമായി ബന്ധമുള്ളതായിരുന്നു. മദ്യലഭ്യതക്ക് യാതൊരു ബുദ്ധിമുട്ടുമില്ലായിരുന്നു. പതിയെ പാനോപചാര സദസ്സുകൾ മൂപ്പരെ മറ്റൊരാളാക്കി മാറ്റി. മാന്യമായ രീതിയിൽ അവർ വഴക്കിട്ടു.

ഈ വിഷയത്തിലുള്ള വിയോജിപ്പും, കലഹവുമൊന്നും അവർ ഭാര്യക്കും, ഭർത്താവിനുമിടയിലെ ബോണ്ട് നഷ്ടപ്പെടുത്തി കളഞ്ഞതുമില്ല. ഇടയ്ക്ക് കേട്ടു ആൾക്ക് ഒരു വലിയ അപകടം ഡൽഹിയിൽ വച്ചുണ്ടായി, കഷ്ടിച്ചു രക്ഷപ്പെട്ടു. പക്ഷേ പിന്നെയുള്ള ആ അമ്മയുടെ ജീവിതം ദുഷ്ക്കരമാക്കുന്ന സ്വഭാവത്തിലേക്ക് അദ്ദേഹം മാറാൻ തുടങ്ങി, കൂടെ രോഗങ്ങളും. എന്നിട്ടും അവർ അനുയാത്ര തുടർന്നു, ഇടയ്ക്ക് മക്കളെ ചേർത്തു പിടിച്ച് ആ അമ്മ വിങ്ങിപ്പൊട്ടാറുണ്ടായിരുന്നു. പിന്നീട് അദ്ദേഹത്തിന്റെ റിട്ടയർമെന്റിനു ശേഷം അവർ രണ്ടാളും നാട്ടിലൊരു വീടൊക്കെവച്ച്, താമസം കേരളത്തിലേക്ക് പറിച്ചു നട്ടു. മക്കൾ അപ്പോഴേക്കും പഠിച്ചുയർന്ന് ഉയർന്ന സ്ഥാനങ്ങളിലെത്തിയിരുന്നു. വിവാഹിതരായി, പേരക്കുട്ടികളെത്തുന്നു. ആൾ ലേശം ശാന്തനാവാൻ തുടങ്ങി (മെരുങ്ങാൻ തുടങ്ങി എന്നു പറയുന്നതാവും ശരി). ഒരു രാത്രി ഉറക്കത്തിനിടെ പല രോഗങ്ങളോടും മല്ലടിച്ച് മടുത്തിട്ടെന്നോണം ശാന്തമായി അങ്ങ് യാത്രയായി. വലിയ സങ്കടമായിരുന്നു ഒറ്റക്കായ ആ അമ്മക്ക്. പിന്നെ മക്കളുടെ ഊഴമായിരുന്നു, എത്ര മനോഹരമായാണ് അവർ ആ അമ്മയെ പരിപാലിച്ചത്. തങ്ങളുടെ ജീവിതം ചിന്നിച്ചിതറാതിരിക്കാൻ ആ അമ്മ താണ്ടിയ സഹനപർവം അവർക്ക് മറക്കാനാവുന്നതെങ്ങനെ?

ഈയിടെ മകളോടുകൂടെ ബാംഗ്ലൂരിൽവച്ച് മറ്റൊരു രാത്രി തന്നെ ആ അമ്മയും യാത്രയായി. തിരുവചനം പറയുന്നത് എത്ര ശരിയാണ്. ഭാര്യയാണ് പുരുഷന്റെ ഏറ്റവും വലിയ സമ്പത്ത്; അവന്റെ തുണയും താങ്ങും അവൾതന്നെ. വേലി ഇല്ലാത്ത വസ്തു കൊള്ളചെയ്യപ്പെടും; ഭാര്യയില്ലാത്തവൻ നെടുവീർപ്പിട്ടുകൊണ്ട് അലഞ്ഞുനടക്കും. നഗരംതോറും ചുറ്റിനടക്കുന്ന കൊള്ളക്കാരനെ ആരു വിശ്വസിക്കും? അതുപോലെ വീടില്ലാതെ അലഞ്ഞുനടക്കുകയും എത്തുന്നിടത്ത് അന്തിയുറങ്ങുകയും ചെയ്യുന്നവനെ ആരു വിശ്വസിക്കും (പ്രഭാഷകൻ 36, 24–26) ഈ വചനമൊന്നും കാലാപഹരണപ്പെട്ട ഒന്നല്ല.

കൂരാക്കൂരിരുട്ടത്ത് കാടിന്റെ വന്യതയിൽ അലയുന്നതിനിടയിൽ പെട്ടെന്ന് അകലെയുള്ള ഒരു വീടിന്റെ റാന്തൽ വെട്ടം കാണാനിടയാകുമ്പോൾ കിട്ടുന്ന സൗഭാഗ്യത്തെക്കുറിച്ച് ഗബ്രിയേൽ മാർക്കേസ് എഴുതിയിട്ടുണ്ടത്രേ. സദാ മെഴുതിരി കത്തിയെരിയുന്ന കപ്പേള പോലൊരു വീടും ആ വീട്ടിൽ കാത്തിരിക്കാൻ ആരെങ്കിലുമുണ്ടെങ്കിൽ തിരിച്ചുവരവ് സന്തോഷകരമാണെന്ന അദ്ദേഹത്തിന്റെ നിരീക്ഷണം എത്ര ശ്രേഷ്ഠതരമാണ് (വിൻസെന്റ് വാരിയത്തച്ചനോട് കടപ്പാട്).

ഈയടുത്താണ് അദ്ദേഹം ആ സങ്കടം പങ്കുവച്ചത്. രണ്ട് പെൺമക്കളാണ്, വിവാഹത്തിനു താത്പര്യമില്ലാത്ത ഒരു തരം ജീവിതം നയിക്കുകയാണ് രണ്ടാളും. കത്തോലിക്ക കുടുംബമാണ്, അദ്ദേഹം റിട്ടയർമെന്റായി, എന്തേലും വന്നു പോയാൽ വീട്ടിൽ ഭാര്യയും മുപ്പതിനോടടുത്ത ഈ രണ്ട് പെൺമക്കളും തന്നെയാവില്ലേ എന്നാണ് ആശങ്ക. പുറത്തിറങ്ങുന്ന പല ന്യൂ ജെൻ സിനിമകളും, നവദമ്പതികൾക്കിടയിൽ അരങ്ങേറുന്ന ഭയപ്പെടുത്തുന്ന ക്രൈമുകളും, കുടുംബം ജീവിതം ആവശ്യപ്പെടുന്ന എളിമപ്പെടൽ അചിന്തനീയരായ സെലിബ്രിറ്റി അഭിമുഖങ്ങളുമൊക്കെ കാര്യമായി സ്വാധീനിക്കുന്നുണ്ട് പുതു തലമുറയെ. വിവാഹമേ വേണ്ടെന്നു കരുതുന്നത് ഒരു മഹത്തരമായ ആധുനിക ട്രെൻഡായി കൊട്ടിഘോഷിക്കുന്നവർ, തുടർന്ന് സംഭവിക്കാൻ പോകുന്ന സാമൂഹികാഘാതത്തേയും, വ്യക്തിപരമായ തകർച്ചകളേയും കുറിച്ചുള്ള പഠനങ്ങളെ അവതരിപ്പിക്കുന്നേയില്ല.

തെറ്റായ ബന്ധങ്ങളും, തുടർന്നുള്ള അരുംകൊലകളും ലഹരി, പീഢന, ഇരയാക്കപ്പെടലുകൾക്കുമൊക്കെ പിന്നിൽ ഒരു ജീവിതാന്തസിനോട് ശരിയായ സമയത്ത് 'യെസ്" പറയാത്ത എത്ര പേരുൾപ്പെടുന്നുണ്ട് എന്ന കണക്കെടുപ്പ് നമ്മെ ഞെട്ടിപ്പിക്കും. സദാ മെഴുതിരി കത്തിയെരിയുന്ന കപ്പേള പോലൊരു വീട് ഉണ്ടായിരുന്നതാണ് ഇന്നലെകളിൽ പല ഇടർച്ചകളിലും വീഴാതിരിക്കാനുള്ള പലരുടെയും പിന്നിലെ ശക്തി സ്രോതസ്സ്. ഇന്നാകട്ടെ പ്രാർഥന, സഹനം, ക്ഷമ, ത്യാഗം ഇത്തരം പാറമേൽ പണിത വീടുകൾ നമുക്കില്ലാതായിരിക്കുന്നു. ആരേയും തിരിച്ചുവിളിക്കാത്ത അടഞ്ഞ വാതിലുകൾകൊണ്ട് വീട്ടകങ്ങൾ വല്ലാതെ ശ്വാസം മുട്ടിക്കുകയുമാണ്. പ്രത്യേകിച്ച് ന്യൂ ജൻ!

'ഹോം മേയ്ക്കിങ്ങിന് അ' ത്ര താത്പര്യമില്ലാത്ത, സമയമില്ലാത്ത ഏരിയയാണ്. രണ്ടു വ്യത്യസ്തരായ വ്യക്തികൾ ചേർന്ന് നടത്തുന്ന കുടുംബ ജീവിതമെന്ന അനുയാത്ര ഒപ്പം തൊഴിൽ സമർദങ്ങൾ അതിനിടെ ഒരു പുതിയ തലമുറയുടെ വരവ്, വളർച്ച, ഒരു പുതിയ സംസ്കാരം രൂപപ്പെടുന്ന ഓരോ വീടും ഗാർഹിക സഭയാണെന്ന സഭാപിതാക്കന്മാരുടെ നിരീക്ഷണം അത്ര നിസ്സാരമായി കണ്ടതാണ് പ്രതിസന്ധികളെ (വിവാഹം, ഡിവോഴ്സ്, വിവാഹമേ വേണ്ടാത്തവർ) ഇത്ര രൂക്ഷമാക്കിയത്.

കുടുംബ ജീവിതമെന്ന ദൈവവിളി നിസ്സാരമായി കണ്ട്, മുട്ടുകുത്തി നിന്ന് സ്വീകരിക്കാത്ത പല ദമ്പതികളുടെ ദുർബലമായ വീടുകളിൽ നിന്ന് ജെൻ സി തലച്ചോറുമായി ഒരു പുതുതലമുറ എന്തും കാട്ടാൻ പോന്നവരായി വളർന്നു വരുന്നു.

വി. ജോൺ പോൾ പാപ്പ പറയുന്നത് എത്ര ശരിയാണ്. 'യഥാർഥത്തിൽ ഒരു മനുഷ്യൻ സാധാരണമായി ഈ ലോകത്തിലേക്കു വരുന്നത് ഒരു കുടുംബത്തിനുള്ളിലാണ്. ഒരു വ്യക്തി എന്ന നിലയിലുള്ള അവന്റെ അസ്തിത്വത്തിന് അവൻ കുടുംബത്തോടു കടപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു എന്നുപറയാം. മനുഷ്യൻ കുടുംബമില്ലാതെ ലോകത്തിലേക്കു വന്നാൽ, വേദനയുടെയും നഷ്ടത്തിന്റെയും തീവ്ര വേദനയനുഭവിക്കും. ആ വേദന അവന്റെ ജീവിതത്തെ മുഴുവനും ഭാരപ്പെടുത്തുകയും ചെയ്യും. അത്തരം സാഹചര്യങ്ങളെ അനുഭവിക്കുന്ന എല്ലാവരുടെയും അടുക്കലേക്ക് സ്നേഹാർദ്രമായ താത്പര്യത്തോടെ സഭ കടന്നുചെല്ലുന്നു. കാരണം, കുടുംബത്തിനുള്ള മൗലിക ധർമത്തെപ്പറ്റി സഭയ്ക്കു നന്നായിട്ടറിയാം. 'നല്ല കെട്ടുറപ്പുള്ള കുടുംബങ്ങൾക്കായി, വിവാഹമെന്ന ദൈവവിളി സ്വീകരിച്ച ഓരോരുത്തരും പ്രാർഥിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു.

തൃശ്ശൂർ സ്വദേശിയായ ശശി ഇമ്മാനുവൽ തൃശ്ശൂർ നിർമല മാതാ സെൻട്രൽ സ്കൂളിൽ വാല്യു എഡ്യുക്കേഷൻ ടീച്ചറായി ജോലി ചെയ്യുന്നു. ഭാര്യ അമ്പിളി, മൂന്ന് മക്കൾ.

കവർസ്റ്റോറി - അജി തോമസ്, ഒറ്റപ്പാലം

അടുക്കള

തിരിച്ചെത്തലിന്റെ വിശുദ്ധ ഹൃദയം

യാത്രകൾ അവസാനിക്കുന്നിടത്തു നിന്നും ഓരോ തിരിച്ചുനടത്തവും ചെന്നെത്തുന്നത്, ഒരോ വീടുകളിലേക്കാണ്, എത്ര അകന്നു പോയാലും ഓരോ തിരിച്ചുനടത്തലിനും നമ്മെ ഒരുക്കുന്നത് ചില കാത്തിരിപ്പുകളും പ്രതീക്ഷകളും ഓർമകളും രുചികളും ഗന്ധങ്ങളുമൊക്കെയാണ്. ഓരോ ദിവസവും ഈ യാത്ര നമ്മൾ ആവർത്തിക്കാറുണ്ട്. ഈ യാത്രകൾക്ക് ഒടുക്കം നമ്മൾ ഓരോ ദിവസവും കയറിച്ചെല്ലുന്ന ഒരു വീട് എന്നതിനപ്പുറം ഒരു കുടുംബത്തിലേയ്ക്കാകുമ്പോൾ ചില കാത്തിരിപ്പുകളും ഓർമകളും രുചികളും ഗന്ധങ്ങളുമൊക്കെ നമ്മെ പാകപ്പെടുത്തുന്ന ഘടകങ്ങളാകുന്നു.

'Cooked up' എന്നൊരു പ്രയോഗം തന്നെയുണ്ട്. വീടകങ്ങളിലെ ചില പാകപ്പെടുത്തലുകളിൽ നിന്നും രൂപപ്പെട്ടതാണിത്. എന്റെ വീട്ടിലും എന്നും ആദ്യം വെളിച്ചമെത്തുന്നത് അടുക്കളയിൽ തന്നെ. തിരക്കുകൾക്കിടയിൽ ഞങ്ങൾ ഹൃദയഭാഷയിൽ സംസാരിക്കുന്നതും ഇവിടെ വച്ചുതന്നെ.

കത്തോലിക്കാ ദർശനത്തിൽ അടുക്കളയുടെ പ്രാധാന്യം

കത്തോലിക്കാ സഭയുടെ മതബോധനഗ്രന്ഥം (CCC) 2204 അനുസരിച്ച്, 'The Christian family is a communion of persons, a sign and image of the communion of the Father and the Son in the Holy Spirit.' ഈ കമ്മ്യൂണിയന്റെ നിലനിൽപ്പ് അടുക്കളയിലൂടെ ദിവസേന ഉറപ്പുവരുത്തപ്പെടുന്നു. ഭക്ഷണം ഒരുക്കുന്നതിലും പങ്കുവയ്ക്കുന്നതിലും. അടുക്കളയിൽ അമ്മമാർ ഉണ്ടാക്കുന്ന ഭക്ഷണം മാത്രമല്ല, അവിടെ വരെയെത്തുന്ന അത്യന്തം സാധാരണ ദിവസങ്ങൾക്കുള്ള പ്രാർഥനയും, സ്നേഹവുമാണ് കുടുംബത്തെ ഏകീകരിക്കുന്നത്. ഹൃദയബന്ധത്തോടെ പങ്കുവയ്ക്കപ്പെടുന്ന ഈ രുചി തന്നെയല്ലേ കുടുംബത്തിന് ഉല്ലാസവും ഐക്യവും നൽകുന്നത്.

കുടുംബസമാഗമത്തിന് കേന്ദ്രം

നമ്മുടെ സംസ്കാരത്തിൽ, പലപ്പോഴും വീട്ടിലുള്ളവരും അതിഥികളും അടുക്കളയ്ക്കടുത്തും അതിനുള്ളിലുമായി

കൂടിച്ചേരാറുണ്ട്. കാത്തിരിപ്പുകളും കൂട്ടായ പ്രഭാതങ്ങളും ഇവിടെയാണ് നടക്കുന്നത്. തിരക്കുകൾക്കൊപ്പം ഉണരുമ്പോൾ എന്റെ വ്യക്തിപരമായ പ്രാർഥനയും എഴുത്തിടവും അടുക്കളയ്ക്കടുത്തു തന്നെ. 'Happiness is a small house, with a big kitchen.' ഈ വാചകം ആദ്യം അല്പം അതിശയോക്തിയോടെയാണ് വായിച്ചത്. തുടർവായന ഇങ്ങനെയും 'വീടിന്റെയുള്ളിൽ എല്ലാവരെയും ചേർത്തിരുത്തുന്ന വിശാല ഹൃദയം തന്നെയല്ലേ അടുക്കള' എന്നും. വിശാലമായ ഓപ്പൺ കിച്ചണുകൾ മിക്ക വീടുകളുടെയും ഭാഗമാണിപ്പോൾ. വിശാലമായ തുറന്ന ഹൃദയമുള്ള ഭവനങ്ങളാകട്ടെ ഇവയൊക്കെയും.

സ്നേഹത്തിന്റെയും പരിചരണത്തിന്റെയും പ്രതീകം

മാതാവോ കുടുംബത്തിലെ മറ്റാരോ പാചകത്തിനായി ചെലവഴിക്കുന്ന സമയം അവർക്ക് കുടുംബത്തെക്കുറിച്ചുള്ള സ്നേഹവും പരിചരണവുമാണ് പ്രകടമാക്കുക. മനുഷ്യജീവിതത്തിലെ ഭൗതിക വസ്തുക്കൾ ദൈവത്തിന്റെ അനുഗ്രഹങ്ങൾ ആണെന്നും അതിനാൽ അവ പങ്കിടേണ്ടതും സമത്വത്തോടെ ഉപയോഗിക്കേണ്ടതുമാണ് എന്നതിനെ കുറിച്ച് സഭ പഠിപ്പിക്കുന്നു (CCC 2402). അടുക്കള, ഓരോ കുടുംബം നിത്യജീവിതത്തിൽ ഇത് പ്രായോഗികമായി നടപ്പാക്കുന്ന സ്ഥലമാണ്. ഇവിടം ദാനധർമത്തിന്റെയും കാരുണ്യത്തിന്റെയും ശീലങ്ങൾ വളർത്തുന്ന പ്രായോഗിക ഇടം കൂടിയാണ്.

അടുക്കള വെറും പാചകസ്ഥലം മാത്രമല്ല, അത് വീടിന്റെ ഹൃദയമാണ്. കുടുംബത്തെ ഏകീകരിക്കുന്ന ദൈവിക സന്ദർശനങ്ങളുടെ വേദിയാണത്.

അടുക്കള: ആത്മീയതയുടെ തുടക്കം

കത്തോലിക്ക കുടുംബങ്ങൾ പ്രഭാതജപവും ഉച്ചഭക്ഷണത്തിനുമുമ്പുള്ള പ്രാർഥനയും അനുഷ്ഠിക്കുന്നത് സാധാരണയാണ്. ഈ പ്രാർഥനയുടെ പശ്ചാത്തലമായിത്തന്നെ അടുക്കള രൂപപ്പെടുന്നു. അതിൽ ദൈവസാന്നിധ്യത്തെ അനുഭവിക്കുന്ന ഒരു വിശുദ്ധമായ അന്തരീക്ഷമുണ്ട്. അവിടെ കുട്ടികൾക്ക് ഭക്ഷണത്തിന്റെ പരിശുദ്ധിയെക്കുറിച്ചും ക്ഷമയും കൃതജ്ഞതയും ഉൾപ്പെടുന്ന മൂല്യങ്ങളെയും പഠിക്കാം.

പ്രാർഥനയ്ക്ക് ഉത്തരം

'അന്നന്നുവേണ്ട ആഹാരം ഇന്നു ഞങ്ങൾക്കു നൽകണമേ..' (മത്തായി 6, 11) എന്നു നമ്മൾ പ്രഭാതപ്രാർഥനയിലും സന്ധ്യാപ്രാർഥനയിലും അപേക്ഷിക്കുന്നു. ഈ ദൈവിക പ്രാർഥനയുടെ ഉത്തരം മിക്കപ്പോഴും കുടുംബത്തിൽ ആഹാരം ഒരുക്കുന്ന അമ്മയുടെ കൈകളിലൂടെയാണ് കിട്ടുന്നത്.

അടുക്കള, വെറും ആഹാരത്തിന്റെ നിർമാണശാലയല്ല; മറിച്ച് ആഹാരത്തിൽനിന്നുള്ള ആശ്വാസവും, സന്തോഷവും, ദൈവിക അനുഭവവുമാണ് ഇവിടെ പകരുന്നത്.

കഴിഞ്ഞകാലത്തിന്റെ ഓർമകൾ

ചില മണം, ഒരു ഡിഷ്, ഒരു പാചകശൈലി എല്ലാത്തിലും ചില ഓർമകൾ. കുട്ടിക്കാലത്തെ ഓർമകൾ പലപ്പോഴും അടുക്കളയോട് ബന്ധപ്പെടുന്നതായിരിക്കും. പ്രവാസത്തിലായിരുന്ന സഹോദരി ലീവിനെത്തുമ്പോൾ ആദ്യം ഓടിക്കയറുക അടുക്കളയിലേക്കാണ്. ആദ്യം കിട്ടിയ വിഭവം ഉള്ളിലാക്കി പറയുക, 'അതേ മണം, അതേ രുചി, ഇത് അമ്മച്ചി വച്ചതാണ്. ഈ മാനങ്ങളും രുചികളും ഒന്ന് തന്നെയാണ്.'

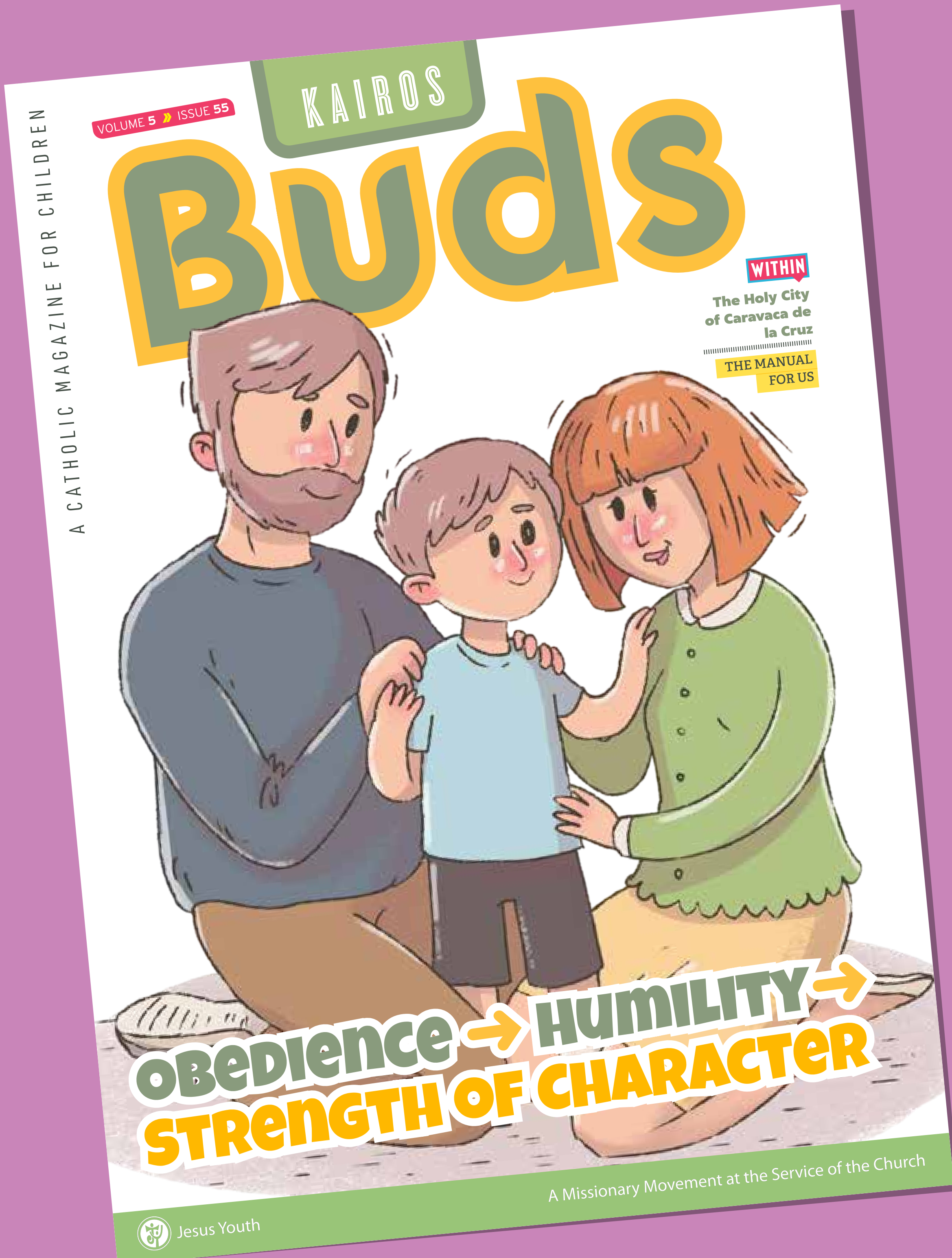
എമ്മാവൂസ് യാത്ര: അടുക്കള ആത്മീയതയുടെ ഉദാത്ത മാതൃക

ലൂക്കാ 24, 30–31: "അവരോടൊപ്പം ഭക്ഷണത്തിനിരുന്നപ്പോൾ, അവൻ അപ്പം എടുത്ത് ആശീർവദിച്ച് മുറിച്ച് അവർക്കുകൊടുത്തു"

അലച്ചിലുകളും സംശയവും നിറഞ്ഞ ഹൃദയങ്ങൾ അപ്പം മുറിച്ച് നൽകിയ ആ ഘട്ടത്തിൽ ഉണരുന്നു. വീട്ടിൽ, പ്രത്യേകിച്ച് അടുക്കളയിലൂടെയാണ് പലതവണ മുറിച്ച് നൽകൽ സംഭവിക്കുന്നത്. അതായത് കുടുംബം യേശുവിൽ ഐക്യപ്പെടുന്നത്. മേശക്കൂട്ടിൽ സ്നേഹത്തോടെയുള്ള പങ്കുവയ്ക്കലാണ് യേശുവിനെ തിരിച്ചറിയുന്നതിന്റെയും കുടുംബത്തെ ആത്മീയമായി ഏകീകരിക്കുന്നതിലുമുള്ള കാതലായ മാർഗം. അവൻ അപ്പം എടുത്ത് ആശീർവദിച്ച് മുറിച്ച് നൽകിയതിലൂടെ നമ്മെ തിരുഹൃദയത്തോടു ചേർത്ത് നിറുത്തിയതുപോലെ നമ്മെ തിരിച്ചുനടത്തുന്ന കാത്തിരിപ്പുകളും, പ്രതീക്ഷകളും ഓർമകളും രുചികളും നിറഞ്ഞ ഒരു വിശാല ഹൃദയമല്ലേ നമ്മുടെ വീടിന്റെ ഉള്ളകങ്ങൾ, അടുക്കളകൾ.

അടുക്കള വെറും പാചകസ്ഥലം മാത്രമല്ല, അത് വീടിന്റെ ഹൃദയമാണ്. കുടുംബത്തെ ഏകീകരിക്കുന്ന ദൈവിക സന്ദർശനങ്ങളുടെ വേദിയാണത്. പ്രതിദിന പ്രാർഥനയും പങ്കിടലും മൂലം, വീട്ടിൽ ആത്മീയത പാകപ്പെടുന്ന വിശുദ്ധ ഹൃദയമാണ് അടുക്കള. അവിടേയ്ക്കു നമ്മെ തിരിച്ചുനടത്തുന്ന ഊഷ്മളമായ രുചികളും, ഗന്ധങ്ങളും നമുക്ക് നിലനിറുത്താം.

അജി തോമസ്: അധ്യാപകൻ, ഭാര്യ ലിസിയോടും മൂന്നു കുട്ടികളോടൊപ്പം പാലക്കാട് താമസിക്കുന്നു. ജീസസ് യൂത്ത് മുന്നേറ്റത്തിൽ സജീവമാണ്, പാലക്കാട് ടീൻസ് ടീം ആനിമേറ്റർ, ഫാമിലി സ്ട്രീം അസിസ്റ്റന്റ് കോഓർഡിനേറ്റർ, കേരള ഫാമിലി മിഷൻ ടീമംഗം എന്നീ മേഖലയിൽ ശുശ്രൂഷ ചെയ്യുന്നു.



Subscribe!

to the best Catholic magazine for children!

To purchase scan QR code or visit: www.jykairosmedia.org/kairosbuds

അടുക്കള വീടിന്റെ തലസ്ഥാനം

'അമ്മയുണ്ടാക്കാറുള്ള നെയ്പ്പായസത്തിനു നല്ല രുചിയാണ്.' ഉള്ളിലെ വേദന കടിച്ചമർത്തി ഉണ്ണിയോട് ഇങ്ങനെ പറഞ്ഞിട്ട് കരച്ചിലടക്കാൻ കഴിയാതെ നായകൻ കുളിമുറിയിലേയ്ക്ക് കയറിപ്പോകുന്നിടത്ത് അവസാനിക്കുന്ന ഒരു കഥയുണ്ട് മാധവിക്കുട്ടിയുടേതായി. ഭാര്യ മരണപ്പെട്ട, മൂന്നു കുട്ടികളുടെ അച്ഛന്റെ മനോഗതങ്ങളിലൂടെ വികസിക്കുന്ന ഹൃദയ സ്പർശിയായ കഥയാണ് 'നെയ്പ്പായസം.'

ഉറങ്ങാതെയിരിക്കുന്ന ഉണ്ണിയോട് താൻ ഉപ്പുമാവ് ഉണ്ടാക്കി തരാമെന്ന് പറഞ്ഞപ്പോൾ അമ്മ ഉണ്ടാക്കിവച്ച നെയ്പ്പായസം മതി എന്നവൻ പറയുമ്പോൾ വായനക്കാരന്റെ നെഞ്ചു പിടയും. കുഞ്ഞുങ്ങളുടെ നിഷ്കളങ്കതയും കഥാ നായകന്റെ ദുഖവും സൃഷ്ടിക്കുന്ന വേദനയിലൂടെയാണ് കഥ അവസാന ഘട്ടത്തിലേക്ക് കടക്കുന്നത്.

കുഞ്ഞുങ്ങൾക്കും കുടുംബത്തിനായി ജീവിക്കുന്ന ഒരുവേള ജീവിച്ച് മരിക്കുന്ന സഹോദരിമാരുടെ ജീവിതം അതീവ ഹൃദ്യമായി അവതരിപ്പിക്കുന്നുണ്ട് മാധവിക്കുട്ടി.

അടുക്കളയെന്നത് സാമ്പ്രദായികമായി സ്ത്രീയുടെ പ്രവർത്തന മണ്ഡലമായി വിലയിരുത്താനും പരിഗണിക്കാനുമാണ് മലയാളിക്ക് താത്പര്യം. ജിയോ ബേബി രചനയും സംവിധാനവും നിർവഹിച്ച ദി ഗ്രേറ്റ് ഇന്ത്യൻ കിച്ചൻ എന്ന സിനിമയുടെ പ്രമേയവും മറ്റൊന്നല്ല.

എന്നാൽ, സ്ത്രീ–പുരുഷ ബന്ധത്തിന്റെ ഇഴയടുപ്പങ്ങൾ നിർണയിക്കാൻ സാധിക്കുന്ന മനോഹരമായ ഒരിടമായി അടുക്കളയെ തിരിച്ചറിയാൻ നമുക്ക് കഴിയുമ്പോൾ മാത്രമേ ഒരു സമൂഹമെന്ന നിലയിൽ നാം സംസ്കാര സമ്പന്നരായി എന്ന് പറയാൻ കഴിയൂ.

അടുക്കള എന്ന പേരിൽ **രേഷ്മ അക്ഷരി**യുടെ മനോഹരമായ ഒരു കവിതയുണ്ട്.

"വീടിന്റെ രുചിക്കൂട്ടുകൾ പാകമാകുന്നിടം സ്നേഹനിലങ്ങൾ,

വെവ്വേറെവേവിച്ചെടുത്ത് സ്വാദോടെ ...

ഓരോ മുറിയും, എത്തിച്ചേരുന്നത് അടുക്കളയിലാണ് ..

കിടപ്പുമുറിയിലെ പ്രണയനോവുകൾ മീൻകറിയിൽ എരിവുകൂട്ടും...

കുട്ടിക്കുറുമ്പുകൾ മെഴുക്കുപുരട്ടിയിൽ ഉപ്പാകും..

ഉപ്പിനും എരുവിനു മിടയിൽ

അച്ഛന്റെ ശാസനകളിൽ, ശകലം കണ്ണുനീരിന്റെ ഉപ്പുകൂടി...

അമ്മയുടെ പരിഭവങ്ങളിൽ മഞ്ഞളിന്റെ സ്പർശമധികം ... എങ്കിലും

പാകമാകുമ്പോൾ, സ്നേഹത്തിന്റെ വറവുമണം ഇറ്റിച്ച്

വീടിന്റെ ഓരോ കോണുകളിലും അടുക്കള ...

അടുക്കള വീടിന്റെ, തലസ്ഥാനമാകുന്നു.."

അതെ; വീടിന്റെ തലസ്ഥാനമായ താള ലയങ്ങളുടെ സംഗമസ്ഥാനമായി അടുക്കളയെ നമുക്ക് വീണ്ടെടുക്കാം. കുടുംബ ബന്ധങ്ങളുടെ പ്രാധാന്യം മനസ്സിലാക്കി, അവ ദൃഢമാക്കി നിലനിറുത്താനും പരസ്പരം താങ്ങും തണലുമേകി മുന്നേറാനും ഒരുമിച്ചുള്ള പാചകവും അടുക്കളയിലെ കളിചിരി നേരങ്ങളും നമ്മെ സഹായിക്കും തീർച്ച. കൂടുമ്പോൾ ഇമ്പമുള്ളതാണ് കുടുംബം എന്നാണല്ലോ. മനുഷ്യ ബന്ധങ്ങൾ യാന്ത്രികമാകുന്ന ഇക്കാലത്ത് ഇമ്പമുള്ള കൂടിച്ചേരലുകൾക്കുള്ള വേദികളായി നമ്മുടെ കുടുംബങ്ങൾ മാറട്ടെ.

(പരിശീലകനും കൗൺസിലറും സ്മാർട്ട് ഇന്ത്യ ഫൗണ്ടേഷൻ എന്ന സന്നദ്ധ സംഘടനയുടെ സഹസ്ഥാപകനും ആണ് ലേഖകൻ)

കവർസ്റ്റോറി - റ്റിഷ മാത്യു

ആഹാരശീലങ്ങളും മാനസികാരോഗ്യവും

നമ്മൾ എന്തിനാണ് ഭക്ഷണം കഴിക്കുന്നത്? വിശപ്പ് മാറാൻ. ആരോട് ചോദിച്ചാലും കിട്ടുന്ന ഉത്തരം ഇതായിരിക്കും. പക്ഷേ ഭക്ഷണം കഴിക്കുന്നതിലും ഒരു മനഃശാസ്ത്ര മുണ്ട്. അതെന്താണെന്ന് ചോദിച്ചാൽ കിട്ടുന്ന ഉത്തരവും വളരെ ലളിതമായിരിക്കും. 'നല്ല രുചിയുള്ള ഭക്ഷണം കഴിച്ചാൽ മനസ്സിന് സന്തോഷം കിട്ടും. നാവിലെ രുചിമുകുള ങ്ങൾക്ക് സുഖം തോന്നിപ്പിക്കുകയും ചെയ്യും.' എന്നാൽ, ഭക്ഷണം കഴിക്കുന്നതിലെ മനഃശാസ്ത്രം അത്ര ലളിതമല്ല.

നമ്മൾ കഴിക്കുന്ന ഭക്ഷണത്തിന് നമ്മുടെ വികാരങ്ങളെ സ്വാധീനിക്കാൻ കഴിയും. ചില ഭക്ഷണങ്ങൾ സന്തോഷം നൽകാനും, മറ്റു ചിലത് വിഷാദം ഉണ്ടാക്കാനും സാധ്യതയുണ്ട്. ഉദാഹരണത്തിന്, ചോക്ലേറ്റ്, ഐസ്ക്രീം പോലുള്ള മധുരപലഹാരങ്ങൾ സന്തോഷം നൽകുന്ന ഹോർമോണുകളുടെ ഉത്പാദനം വർധിപ്പിക്കുന്നു. അതേസമയം, പ്രോസസ്സ് ചെയ്ത ഭക്ഷണങ്ങൾ, കൊഴുപ്പ് അധികമുള്ള ഭക്ഷണങ്ങൾ എന്നിവ വികാരങ്ങളെ പ്രതി കൂലമായി ബാധിക്കാൻ സാധ്യതയുണ്ട്.

നമ്മുടെ വ്യക്തിത്വ രൂപീകരണത്തിലും ഭക്ഷണത്തിന് വളരെ വലിയ സ്വാധീനമുണ്ട്. കൊഴുപ്പടങ്ങിയ ഭക്ഷണങ്ങൾ, പഞ്ചസാര, ഉപ്പ് എന്നിവയൊക്കെ കൂടുതലായി ഉപ യോഗിക്കുകയും പച്ചക്കറികളും പഴങ്ങളും തീരെ ഉപയോഗിക്കാതിരിക്കുന്നതും ഒക്കെ വ്യക്തിത്വ വൈകല്യത്തിന്റെ ഭാഗമായി വരാം.

ആവശ്യത്തിൽ കൂടുതൽ ഭക്ഷണം കഴിക്കു ന്നതും വളരെ കുറഞ്ഞ അളവിൽ കഴിക്കു ന്നതും ചിലപ്പോൾ മാനസിക വൈകല്യ ത്തിന്റെ ഭാഗമായേക്കാം. ഈ അവസ്ഥക്ക് മനഃശാസ്ത്രജ്ഞർ പറയുന്ന പേരാണ് 'eating disorder' അഥവാ ഭക്ഷണക്രമക്കേട്. ഈ അവസ്ഥയെ പലപ്പോഴും പലരും നിസാ രവത്ക്കരിക്കാറുണ്ട്. എന്നാൽ, ഇതിന് പരി ഹാരം കണ്ടില്ലെങ്കിൽ ഭാവിയിൽ ഗുരുത രമായ പല പ്രത്യാഘാതങ്ങളും ഉണ്ടായേക്കാം. ശരിയായ ചികിത്സ കൃത്യ സമയത്ത് ലഭിച്ചാൽ ഈ അവസ്ഥയിൽ നിന്ന് സുഖം പ്രാപിക്കാവുന്നതാണ്.

പോഷകസമൃദ്ധമായ ആഹാരം കഴിക്കുന്നത് ശരീരത്തിന് ആവശ്യമായ ഊർജം നൽകുന്നു, ഇത് മാനസികാവസ്ഥയെ മെച്ചപ്പെടുത്താൻ സഹായിക്കുന്നു.

ഇന്ത്യയിൽ എല്ലാ വർഷവും സെപ്റ്റംബർ 1 മുതൽ 7 വരെ ദേശീയ പോഷകാഹാര വാരം ആചരിക്കുന്നു. ഈ ആഴ്ചയിൽ, പോഷകാഹാരത്തിന്റെ പ്രാധാന്യം, ആരോഗ്യ കരമായ ഭക്ഷണ രീതികൾ, കൂടാതെ പോഷകക്കുറവ് എങ്ങനെ ഒഴിവാക്കാം എന്നുള്ള വിഷയങ്ങളെക്കുറിച്ച് ജനങ്ങൾ ക്കിടയിൽ അവബോധം വളർത്തുന്നതിനായി വിവിധ പരിപാടികൾ നടത്താറുണ്ട്. ആവശ്യ ത്തിനുള്ള പോഷകങ്ങൾ ലഭ്യമാകാതെ വന്നാൽ അത് ഓരോ വ്യക്തിയുടെയും മാനസികാവസ്ഥയെ പ്രതികൂലമായി ബാധി ച്ചേക്കാം. ഉദാഹരണത്തിന്, വിറ്റാമിൻ ഡിയുടെ കുറവ് വിഷാദരോഗത്തിന്റെ ലക്ഷണങ്ങൾക്ക് കാരണമാകുമെന്ന് പഠന ങ്ങൾ കാണിക്കുന്നു. വിറ്റാമിൻ ബി-12, ബി-6, ഫോളേറ്റ് തുടങ്ങിയ മറ്റ് വിറ്റാമിൻ കുറവുകൾ നമ്മുടെ മാനസികാവസ്ഥയെ ബാധിക്കും. ഈ കുറവുകളുടെ ലക്ഷണങ്ങ ളിൽ താഴ്ന്ന മാനസികാവസ്ഥയും ക്ഷീണവും ഉൾപ്പെടാം.

ജങ്ക് ഫുഡ്കളും മധുരവും കൂടുതലായി കഴിക്കുന്ന കുട്ടികളിൽ ഹൈപ്പർ ആക്ടിവിറ്റി വളരെ കൂടുതലായി കാണുന്നുണ്ട്. നമ്മുടെ മനസ്സ്, വികാരങ്ങൾ, ഭക്ഷണ വുമായുള്ള നമ്മുടെ ബന്ധം എന്നിവ തമ്മിലുള്ള സങ്കീർണമായ ഇടപെ ടൽ മനസ്സിലാക്കുക എന്ന ലക്ഷ്യ ത്തോടെ ഉരുതിരിഞ്ഞിരിക്കുന്ന ഒരു മനഃശാസ്ത്ര ശാഖ ആണ് ഫുഡ് സൈക്കോളജി അഥവാ ഭക്ഷ്യ മനഃശാസ്ത്രം. ഭക്ഷണം കഴിക്കുന്നത് ശാരീരിക പോഷണം മാത്രമല്ല, മാനസിക ആരോഗ്യത്തിന്റെയും ശക്തമായ ഉറവിടം കൂടിയാണെന്ന് തിരിച്ചറിയുക എന്നതാണ് ഭക്ഷ്യ മനഃശാസ്ത്രത്തിന്റെ ലക്ഷ്യം.

ചെറുപ്പം മുതൽ സന്തുലിതവും പോഷക സമ്പുഷ്ടവുമായ ആഹാര രീതി ശീലിപ്പിക്കുക എന്ന സന്ദേശമാണ് ഭക്ഷ്യ മനഃശാസ്ത്രം നൽകുന്നത്.

ഇക്കണോമിക്സിലും സൈക്കോളജിയിലും ബിരുദാനന്തര ബിരുദമുള്ള ലേഖിക എറണാ കുളത്ത് വടുതലയിൽ താമസിക്കുന്നു.

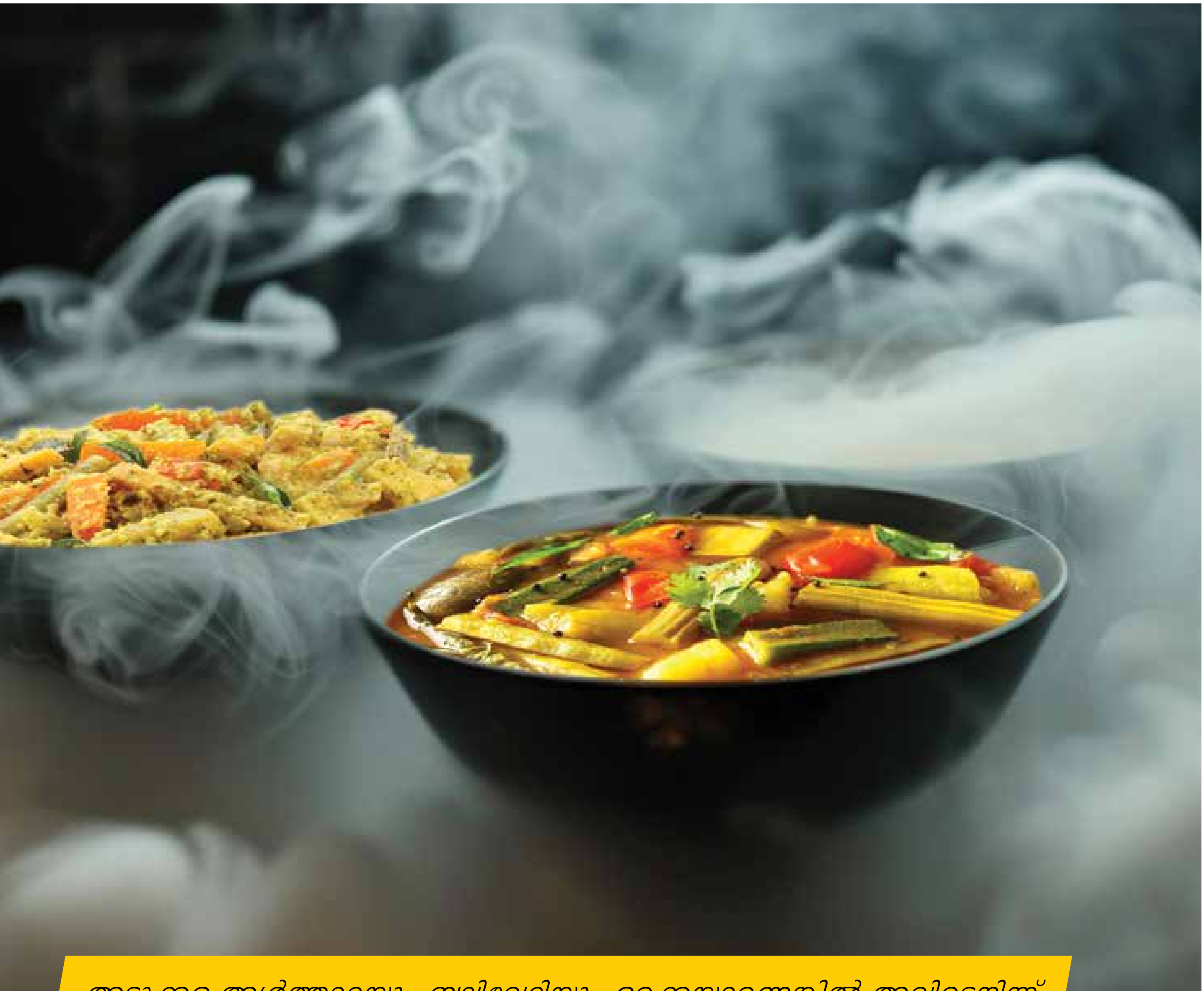
കവർസ്റ്റോറി - സജീവ് പാറേക്കാട്ടിൽ

ആത്മാവിലെ അവിയലും ഹൃദയത്തിലെ സാമ്പാറും

അടുക്കളയിലെ പ്രധാനമന്ത്രി ആരാണ്? അത് അവൾ തന്നെയാണ്. അവൾ മാത്രമാണ്. തിന്നാനായി പോലും അടുക്കളയിൽ കയറാതിരുന്ന പണ്ടത്തെ ഫ്യൂഡൽ പുരുഷനാണ് അവളെ അടുക്കളയിലെ പ്രധാനമന്ത്രിയായി പ്രതിഷ്ഠിച്ചത്. വാഴ്ത്തെന്നു തോന്നിപ്പിക്കുന്ന നിന്ദയായിരുന്നു അത്. തീൻമേശയിൽ അവളുടെ കരവൈഭവങ്ങൾ തലനാരിഴ കീറി അപഗ്രഥിക്കപ്പെട്ടു.

'കൈപ്പുണ്യം' എന്നത് അത്രയ്ക്ക് പുണ്യമില്ലാത്ത പദമാണെന്ന് വെളിപ്പെട്ടത് തീൻമേശയിലെ ദുരന്ത മുഹൂർത്തങ്ങളിലാണ്. രുചിഭേദങ്ങളുടെ പേരിൽ എത്രയെത്ര കലഹങ്ങൾ; എത്ര കണ്ണീർക്കയങ്ങൾ; എത്ര നെടുവീർപ്പുകൾ. 'അടുക്കളയിൽ തേഞ്ഞുതീരുന്ന ഉപകരണമാണ് ഞാൻ' എന്ന വിലാപകാവ്യമൊക്കെ അങ്ങനെ ഉണ്ടായതാണ്. ഇന്ന് ആ കവിതയ്ക്ക് ന്യൂ വേർഷനും ലേറ്റസ്റ്റ് എഡിഷനും ഉണ്ടാകില്ല. അറ്റകൈക്ക് സ്വിഗ്ഗി/സോമാറ്റോ ഡെലിവറി പയ്യനെയും കെട്ടാൻ ഒരുമ്പെട്ടു നിൽക്കുന്ന Gen z, ആൽഫ തലമുറകളിലെ പെൺകുട്ടികൾ ആ ശോകഗീതം ഏറ്റു പാടില്ല. 'കാലം പോയ പോക്കേ' എന്ന് ഫ്യൂഡൽ അവശിഷ്ടങ്ങൾ ഇനിയുമുള്ള മനസ്സുകൾ പുലമ്പുന്നുണ്ടാകാം. കാലം പക്ഷേ, പോകുകയായിരുന്നില്ല; വരികയായിരുന്നു. കേൾക്കുന്നില്ലേ, 'കാലം വന്ന വരവേ' എന്ന് പുതിയ കാലത്തെ പെൺകുട്ടികൾ ഹൃദയത്തിൽ കൊട്ടി പാടുന്നത്? അപ്പോൾ എന്ത് ചെയ്യണം? അടുക്കളയിൽ കയറണം! എന്തിന് കയറണം? തിന്നാനല്ലാതെ പണിയാൻ കയറണം. അവളെ സഹായിക്കണം. ആൺകിടാങ്ങളെയും പെൺകിടാങ്ങളെയും വിളിച്ചു കയറ്റണം. അടുക്കളയിൽ ഒന്നിലേറെ പ്രധാനമന്ത്രിമാർ ഉണ്ടാകുന്നത് അരാജകത്വം സൃഷ്ടിക്കില്ല. ഭരണസ്തംഭനമോ, ഉദരസ്തംഭനമോ ഉണ്ടാകില്ല. അത് ജീവിതത്തെ സരളവും സ്നേഹാർദ്രവുമാക്കും. ദാമ്പത്യം ലയലാവണ്യമുള്ളതാകും. കറി അതീവരുചികരമെങ്കിൽ കലത്തിലെ അവസാനതുള്ളിയും നാം പാഴാക്കാറില്ലല്ലോ? അതുപോലെ, ദമ്പതികളുടെ സമസ്ത ജീവിത മണ്ഡലങ്ങളിലേക്കുമുള്ള കൃപയുടെ രസക്കൂട്ടുകൾ ഒഴുകിയിറങ്ങുന്നത് അടുക്കളയിൽ നിന്നാണ്. സംശയമുണ്ടെങ്കിൽ ഒരാഴ്ച പരീക്ഷണാടിസ്ഥാനത്തിൽ അടുക്കളയിൽ പ്രിയതമയോടൊപ്പം ചേരൂ.

അടുക്കളയിൽ നിന്ന് ഉയർന്നു കേൾക്കുന്ന ശബ്ദം ഏതാണെന്ന് അറിയാമോ? മൺചട്ടികളും സ്റ്റീൽ–അലുമിനിയം പാത്രങ്ങളും കലപില കൂടുന്ന ശബ്ദമാണോ? കറിക്ക് അരിയുന്ന ശബ്ദമാണോ? തേങ്ങ ചുരണ്ടുന്ന ശബ്ദമോ, ചുരണ്ടിയ തേങ്ങ അരയ്ക്കുന്ന ശബ്ദമോ ആണോ? വേവറിയിച്ചുള്ള കുക്കറിന്റെ വിലാപമാണോ? വെന്ത വെളിച്ചെണ്ണയിൽ എറിഞ്ഞ് കടുകിനെ കൊലപ്പെടുത്തുമ്പോഴുള്ള കൗതുകകരമായ ശബ്ദമാണോ? ഇതൊന്നുമല്ല. അടുക്കളയിൽനിന്ന് ഉയരുന്നത് ഒരു ഋഷിയുടെ ശബ്ദമാണ്. അടുക്കളയിൽ ഋഷി ഉണ്ടോ? ഉണ്ട്! സ്വയം മറന്ന് ഉറ്റവർക്കായി തപം ചെയ്യുന്ന ഒരു ഋഷി അവിടെയുണ്ട്. തീയും പുകയുമേറ്റ് വാടിക്കരിയാത്ത ഒരു ഋഷി അവിടെയുണ്ട്. ഹൃദയമോ തലച്ചോറോ കരളോ വൃക്കകളോ അല്ല; രസമുകുളങ്ങൾ ആണ് ശരീരത്തിലെ സുപ്രധാന അവയവം എന്ന് കരുതുന്ന മനുഷ്യർക്കും രുചിയും തൃപ്തിയുമേകാൻ അധ്വാനിക്കുന്ന ഒരു ഋഷി അവിടെയുണ്ട്. മോശ കണ്ട മുൾപ്പടർപ്പ് പോലെയാണ് ഈ ഋഷിയും.



അടുക്കള അൾത്താരയും ബലിവേദിയും ഒക്കെയാണെങ്കിൽ അവിടെനിന്ന് ഉയരേണ്ടത് 'സോളോ' അല്ല; യുഗ്മഗാനവും സംഘഗാനവുമൊക്കെയാണ്.

കത്തുന്നു; ചാമ്പലാകുന്നില്ല. ക്ഷീണിക്കുന്നു; മടുക്കുന്നില്ല. ഒറ്റപ്പെടുന്നു; പരാതിയും പരിഭവവുമില്ല. 'നീ ഉണ്ടില്ലെങ്കിലും ഊട്ടണം' എന്നൊരു ക്ലീഷേ ഡയലോഗ് ഇടയ്ക്കിടെ ഋഷിയുടെ ഓർമയിൽ തെളിയും. ആരോടാണ് അത് പറയപ്പെട്ടത്? അവനോടാണ്! ആരാണത് പാലിക്കുന്നത്? അവളാണ്! അതെ, അവളാണ് ഋഷി. സ്നേഹത്തിന്റെ വല്ക്കലവും സമർപ്പണത്തിന്റെ ഹവിസ്സുമായി അടുക്കളയെന്ന യാഗവേദിയിൽ അർച്ചന ചെയ്യുന്ന ഋഷി അവളാണ്. ഋഷി അമ്മയോ, പെങ്ങളോ, ഭാര്യയോ, മകളോ ആകാം. ആരായാലും ഉറ്റവൾ ആണെന്ന് മറക്കാതിരിക്കുക.

അടുക്കള അവളുടെ അൾത്താരയാണ് എന്ന ക്ലീഷേ കേട്ടിട്ടില്ലേ? ഓർത്താൽ അൾത്താര അല്ലാത്തതായി എന്തുണ്ട് സുഹൃത്തേ? അതിഥികളായി ദൈവദൂതന്മാർ വന്നണയുന്ന വിരുന്നുമുറി അൾത്താരയല്ലേ? വിയർപ്പും സ്നേഹവും 'അപ്പവും വീഞ്ഞുമായി' പരുവപ്പെടുന്ന ഊട്ടുമുറി അൾത്താരയല്ലേ? കിടപ്പറ പവിത്രമായ മറ്റൊരൾത്താരയല്ലേ? അടുക്കള അൾത്താരയാണെങ്കിൽ അത് അവൾക്ക് മാത്രമായി പതിച്ചു കൊടുക്കരുത്! അടുക്കള അൾത്താരയും ബലിവേദിയും ഒക്കെയാണെങ്കിൽ അവിടെനിന്ന് ഉയരേണ്ടത് 'സോളോ' അല്ല; യുഗ്മഗാനവും സംഘഗാനവും ഒക്കെയാണ്.

ആ ഗാനങ്ങൾ ആലപിക്കാൻ അടുക്കളയിൽ കയറാം. സ്നേഹവും കരുണയും ശ്രദ്ധയും സാന്നിധ്യവും സഹായവും ആവോളം പകർന്നു നൽകി മേൽത്തരം അവിയലും സാമ്പാറുമൊക്കെ ഒരുമിച്ച് പാകപ്പെടുത്താം. അടുക്കള സ്നേഹത്തിന്റെ കലവറയാകുമ്പോൾ മാത്രമാണ് ഊട്ടു മേശയിൽ എന്നപോലെ ജീവിതത്തിന്റെ മേശയിലും രുചിയുടെ വസന്തം വിടരുകയുള്ളൂ.

വാൽക്കഷ്ണം: ലേഖകൻ സസ്യാഹാരിയായതിനാലാണ് ആത്മാവിൽ അവിയലും ഹൃദയത്തിൽ സാമ്പാറും നിറഞ്ഞത്. മാംസാഹാരികൾക്ക് യഥാക്രമം ബീഫ് റോസ്റ്റും പോർക്ക് വിന്താലുവും ചേർക്കാവുന്നതാണ്.

എഴുത്തുകാരനും പ്രഭാഷകനുമായ സജീവ് പാറേക്കാട്ടിൽ എറണാകുളം ലിസി ഹോസ്പിറ്റലിലെ പബ്ലിക് റിലേഷൻ ഓഫീസറാണ്.

യുവ/മൈസ്റ്റോറി - സി. ടെസ്സി ജേക്കബ് SSps

ആത്മാർപ്പണത്തോടെ ദൈവാരാജ്യപ്രവർത്തനങ്ങൾക്കായ് മുൻകൈ എടുക്കുനാനും ജീവിതത്തിലെ മറ്റേതു കാര്യങ്ങളേക്കാൾ കൂടുതൽ ദൈവത്തിനു ഒന്നാംസ്ഥാനം നൽകാനും ആഗ്രഹിച്ച അർപ്പിതയെന്ന യുവതിയുടെ തീക്ഷ്ണത നിറഞ്ഞ വിശ്വാസജീവിതവും പ്രാർഥനാനുഭവങ്ങളും.

അർപ്പിതയുടെ അർപ്പണം

മേയ് ഒന്നിന് അർപ്പിത എന്നോട് പറഞ്ഞു: "Sister please pray... All the good colleges are still in the waiting list. I wanted to get into IIFM but due to the CAT percentile I am in waiting list, please pray so that a miracle happens sister."

ഈ ആഗ്രഹം മാർച്ച് മാസം മുതൽ ഞാൻ കേൾക്കുന്നതായിരുന്നു. അവളുടെ ആ വലിയ ആഗ്രഹം ദൈവം സാധിച്ചുകൊടുക്കും എന്നൊരു വിശ്വാസം എനിക്കുണ്ടായിരുന്നു. പക്ഷേ ഓരോ ആഴ്ച്ച കടന്നുപോകുംതോറും അവളോട് വീണ്ടും വീണ്ടും ചോദിക്കാൻ എനിക്ക് ചെറിയ മടിയായിരുന്നു. അവൾക്ക് വേറെ പലയിടത്തും അഡ്മിഷൻ കിട്ടി, എങ്കിലും ആ കുട്ടി ഒരു അത്ഭുതത്തിനായി കാത്തിരുന്നു. അങ്ങനെ ജൂൺ 2 ന്, IIFM യിൽ അവൾക്കു പിജിക്ക് അഡ്മിഷൻ ലഭിച്ചു.

ജീസസ് യൂത്തിലെ സജീവ സാന്നിധ്യമായിരുന്ന അജ്നയുടെ വാർത്ത വായിച്ചപ്പോൾ, ഇങ്ങനെയും തീക്ഷ്ണതയുള്ള യൂത്തുണ്ടോ എന്ന് ഞാൻ അതിശയിച്ചിരുന്നു. അതിനു മറുപടിയായി എനിക്ക് ഈശോ കൺമുൻപിൽ തന്ന വേറൊരു ജീസസ് യൂത്ത് പ്രതിഭാസമായിരുന്നു ഒഡിഷയിലെ XIM യൂണിവേഴ്സിറ്റിയിൽ സ്കൂൾ ഓഫ് സസ്റ്റൈനബിലിറ്റി എന്ന വിഷയത്തിൽ അണ്ടർ ഗ്രാജുവേഷന് പഠിച്ചിരുന്ന അർപ്പിത. വന്ന ആദ്യ ദിവസങ്ങളിൽ തന്നെ യൂണിവേഴ്സിറ്റിയിൽ പ്രയർ ഗ്രൂപ്പുണ്ടോ എന്ന് ചോദിച്ചു. ഒരു കീബോർഡ് കിട്ടുമായിരുന്നെങ്കിൽ എനിക്ക് പ്രെയ്സ് ആൻഡ് വർഷിപ് ലീഡ് ചെയ്യാമായിരുന്നു എന്നും എന്നോട് പറഞ്ഞു. എന്റെ അറിവിൽ ഇവ രണ്ടും ലഭ്യമല്ലായിരുന്നു.

എന്തുകൊണ്ട് തുടങ്ങിക്കൂടാ എന്നോർത്ത്, എല്ലാ ബുധനാഴ്ചയും ഏഴര മണിക്ക് ഞങ്ങൾ ഒത്തുകൂടാം എന്ന് തീരുമാനിച്ചു. അർപ്പിതയുടെ പിതാവ് ഇവാഞ്ചലിക്കൽ സഭയിലെ പാസ്റ്ററാണ്. ചെറുപ്പത്തിൽ കിട്ടിയ പ്രാർഥനാനുഭവം അവൾ തന്റെ കോളേജ് ജീവിതത്തിലേക്ക് കൊണ്ടുവരാൻ ആഗ്രഹിച്ചു.

പഠനത്തിന്റെ തിരക്കിലും അവൾ വളരെ ആത്മാർഥമായിട്ട് പ്രാർഥനയ്ക്ക് മുൻകൈയെടുക്കാൻ പ്രയത്നിച്ചു. ആദ്യം തന്നെ തനിക്കറിയാവുന്ന കുറച്ചു കൂട്ടുകാരെ കൂട്ടി അവൾ ഒരു വാട്സ്ആപ്പ് ഗ്രൂപ്പ് തുടങ്ങി. എല്ലാ ബുധനാഴ്ചയും ഒരു പോസ്റ്റർ ഉണ്ടാക്കി ഗ്രൂപ്പിലിട്ട് ഇൻഫർമേഷൻ എല്ലാവരിലും എത്തിച്ചു. അങ്ങനെ ഞങ്ങൾ ചാപ്പലിന്റെ ഒരു കോർണറിൽ ഒത്തുകൂടി. ചാപ്പലിന്റെ മൗനതയിൽ ജീവിതത്തിലേക്ക് ഒരു ബലം നേടി ആരെങ്കിലുമൊക്കെ

എന്നെങ്കിലും പ്രാർഥിക്കാൻ വരുമായിരുന്നു. ബുധനാഴ്ചകളിൽ അങ്ങനെ വരുന്നവരെ ഞങ്ങൾ കൂട്ടത്തിൽ കൂട്ടും. അവരെ വീണ്ടും വാട്സ്ആപ്പ് ഗ്രൂപ്പിൽ ആഡ് ചെയ്ത് അടുത്ത ബുധനാഴ്ചത്തെ പ്രയർ ടൈമിങ്ങും ടീം മീറ്റിങ്ങും എല്ലാം അവരെ അറിയിച്ചു. മിക്ക ബുധനാഴ്ചകളിലും ആരെങ്കിലും ഒരു പുതിയ ആൾ കൂടിയുണ്ടായിരിക്കും.

90%ത്തിലധികം അക്രൈസ്തവർ ഉള്ള യൂണിവേഴ്സിറ്റിയാണ് ഒറീസയിലെ Xavier Institute of Management University. നല്ലൊരു ശതമാനം കുട്ടികളും ഹോസ്റ്റലിൽ നിന്നാണ് പഠിക്കുന്നത്.

ഏകദേശം ഒരു മണിക്കൂറോളം നീളുന്ന പ്രാർഥനാ യോഗത്തിൽ ബൈബിൾവായന, പാട്ടുകൾ, പേഴ്സണൽ ഷെയറിങ്ങുകൾ, പല ആവശ്യങ്ങൾക്കായുള്ള മധ്യസ്ഥ പ്രാർഥനകൾ, പരസ്പരം പരിചയപ്പെടുത്തലുകൾ ഇവയെല്ലാം നടക്കാറുണ്ട്. ഈ കഴിഞ്ഞവർഷം പുതിയതായി ഈ ഗ്രൂപ്പിൽ ജോയിൻ ചെയ്ത ഒരു പയ്യൻ, കഴിഞ്ഞ മൂന്നുമാസം

അവൻ പറയുന്നത് അവന് അവനെത്തന്നെ കണ്ടെത്താൻ കഴിഞ്ഞു. അതുപോലെ പലരും ഈ ഒരു ചെറിയ ഇൻവിറ്റേഷൻ സ്വീകരിച്ചു ഒത്തിരി സന്തോഷത്തോടെ തിരിച്ചു പോയിട്ടുണ്ട്.

അവന്റെ പ്രാർഥനകളിൽ ഒന്നായിരുന്നു ദൈവമേ അർപ്പിതയും സിസ്റ്ററും ഇവിടെ നിന്ന് പോകരുതേയെന്ന്. അക്രൈസ്തവനായിരുന്നു ഈ കുട്ടി. കോളേജിന്റെ ആദ്യ ദിവസങ്ങളിൽ വളരെയേറെ ബുദ്ധിമുട്ട് അനുഭവപ്പെട്ട ഈ കുഞ്ഞ്, കുറഞ്ഞ സമയങ്ങൾക്കുള്ളിൽ വളരെ സ്മാർട്ടായ ഒരു കുട്ടിയായി മാറി. അവൻ പറയുന്നത് അവന് അവനെത്തന്നെ കണ്ടെത്താൻ കഴിഞ്ഞു. അതുപോലെ പലരും ഈ ഒരു ചെറിയ ഇൻവിറ്റേഷൻ സ്വീകരിച്ചു ഒത്തിരി സന്തോഷത്തോടെ തിരിച്ചു പോയിട്ടുണ്ട്.

ഓരോ പ്രാർഥനാ ദിനവും വളരെ മനോഹരമാക്കാൻ അർപ്പിത, പേഴ്സണലി ഒത്തിരി മുൻകൈ എടുക്കുമായിരുന്നു. ബൈബിൾ ഭാഗം സെലക്ട് ചെയ്ത് അതിനുള്ള വ്യാഖ്യാനം എഴുതി ഓരോ വാക്യങ്ങളും ലൈൻ ബൈ ലൈനായി മറ്റുള്ളവർക്ക് വിശദീകരിച്ചു കൊടുക്കുമായിരുന്നു. പല സമയവും ഞാൻ ഓർക്കുമായിരുന്നു ഇതിനൊക്കെ എവിടുന്ന് ഈ കുട്ടി സമയം കണ്ടെത്തുന്നുവെന്ന്. കോളേജ് ജീവിതം, ധാരാളം പഠിക്കാൻ ഉണ്ട്, അതിനനുസരിച്ച് ഒത്തിരി പ്രോജക്ടുകളും കോമ്പറ്റീഷനും എല്ലാമുള്ള ഒരു ജീവിതത്തിൽ നിന്ന് അവളൊരിക്കലും പ്രാർഥനയെ മാറ്റിവച്ചിട്ടില്ല.

അർപ്പിതയ്ക്കൊപ്പം വേറെയും ഒന്നുരണ്ട് പെൺകുട്ടികളും താത്പര്യമെടുത്തു വരുമായിരുന്നു. അതിലൊരാൾ, കുവൈറ്റിൽ ജനിച്ചുവളർന്ന ഒരു മലയാളി കുട്ടിയായിരുന്നു. അവൾക്കും പ്രാർഥനയെന്നാൽ ജീവിതത്തിന്റെ ഏറ്റവും മഹത്തായ കാര്യമായിരുന്നു. നല്ല പാട്ടുകാരി കൂടിയായിരുന്നു ആ കുട്ടി. ഞങ്ങളുടെ പ്രാർഥന ഗ്രൂപ്പിൽ വളരെ അമൂല്യമായ സംഭാവന അവളുടെ സ്വരംകൊണ്ട് ചെയ്തു. ആ കുട്ടിയും ഗ്രാജുവേഷന്റെ അന്ന് ഗോൾഡ് മെഡൽ സ്വീകരിച്ചു പാസ്സായി, ഇന്ന് നല്ലൊരു നിലയിൽ ജോലി ചെയ്തു ജീവിക്കുന്നു. തന്റെ നാമത്തിന് മഹത്വം നൽകുന്നവർക്ക് ദൈവവും മഹത്വം നൽകുന്ന പോലെ ഗ്രാജുവേഷൻ ദിവസം ഏറ്റവും ആദ്യം വിളിച്ച പേര് ഈ കുട്ടിയുടെതായിരുന്നു. നല്ലൊരു കൈയടിയോടുകൂടി അവൾ സമ്മാനം മേടിച്ചിറങ്ങുമ്പോൾ ഞാനും അത്ഭുതപ്പെട്ടു. ദൈവം തന്നെ സ്നേഹിക്കുന്നവർക്ക് ചെയ്യുന്നത് എത്ര മനോഹരമാണെന്ന്.

സംസ്ഥാന മതനിയമങ്ങളുടെ പരിമിതികൾ ഉള്ളതുകൊണ്ട് ഈ ഒരു പ്രാർഥനാ യൂണിറ്റിന് ഞങ്ങൾ അധികം പോപ്പുലാരിറ്റി കൊടുത്തിട്ടില്ല. എങ്കിലും പലരും കണ്ടും കേട്ടും അറിഞ്ഞു വന്നു. വന്നവർ സന്തോഷമായി തിരിച്ചുപോയി. ആരും ഇതിന്റെ പേരിൽ ഒരു കലഹവും ഉണ്ടാക്കിയിട്ടുമില്ല.

ഒരിക്കൽ പല ഉന്നത മേഖലകളിൽ ജോലി ചെയ്യുന്ന സ്ത്രീകളുടെ ഒരു മീറ്റിംഗ് ഉണ്ടായിരുന്നു. ആ ദിവസങ്ങളിൽ കുറച്ച് സ്ത്രീകൾക്ക് ഞങ്ങളുടെ പ്രാർഥന കൂടുവാൻ അവസരം ലഭിച്ചു. അവർക്ക് അവിടെ കൂടിയിരുന്ന ആ കുട്ടികളോട് വളരെയേറെ മതിപ്പു തോന്നി. അതിലുപരി നല്ലൊരു പ്രാർഥനാനുഭവവും ലഭിച്ചു. നോർത്ത് ഇന്ത്യയിൽ ആദ്യമായിട്ടാണ് ഇങ്ങനെയൊരു ഇനിഷ്യേറ്റീവ് കൂടുന്നതെന്ന് അതിലൊരാൾ പറഞ്ഞു.

എന്റെ ബർത്ത് ഡേ ദിവസം ഒരു ബുധനാഴ്ചയായിരുന്നു. സാറായും അർപ്പിതയും മാത്രമേ അന്നുണ്ടായിരുന്നുള്ളൂ. ഈ രണ്ടു കുട്ടികൾ ഒരു മണിക്കൂറോളം എങ്കിലും പ്രാർഥനയും സ്തുതിയും ഗാനങ്ങളുമായി എനിക്ക് വേണ്ടി പ്രാർഥിച്ചു. അതെനിക്ക് വളരെ വലിയൊരു അനുഭവമായിരുന്നു.

അർപ്പിതയേയും അവളുടെ പ്രാർഥനയോടുള്ള തീക്ഷ്ണതയേയും കാണുമ്പോൾ, എന്നും ഞാൻ അജ്നയെ ഓർക്കുമായിരുന്നു. മോഡേൺ യുഗത്തിലെ, കോളേജ് ക്യാമ്പസുകളിൽ സങ്കടം അനുഭവിക്കുന്ന നമ്മുടെ യൂത്തിനെ നല്ലൊരു വഴിയിൽ കൂടെ നയിക്കുവാൻ അവരിൽ ഒരാളെ ദൈവം ഒരുക്കിവിടും എന്നതിന് ഒരു ഉദാഹരണമാണ് ഞങ്ങളുടെ അർപ്പിതയും സാറയും സിദ്ധാർത്ഥും സൈനയുമൊക്കെ. അർപ്പിത ഏറ്റെടുത്ത ആ സംരംഭത്തെ അതിന്റെ മഹത്ത്വം മനസ്സിലാക്കി കൂടെനിന്ന് സപ്പോർട്ട് ചെയ്തവരാണ് മറ്റു കുട്ടികളും. ഇവിടെ മതമില്ല, ജാതിയില്ല, പഠനത്തിൽ വ്യത്യാസങ്ങളില്ല. എല്ലാവരും ഒന്നേ ആഗ്രഹിച്ചിട്ടുള്ളൂ, ഒന്നിച്ച് കുറേ സമയം ദൈവത്തിങ്കൽ ആയിരിക്കുക. ആ ഒന്നിച്ചിരിക്കുന്ന നിമിഷത്തെ ദൈവവും കണ്ടു. ഉന്നത വിജയവും തുടർന്നുള്ള നല്ല ഭാവിയും നൽകി ദൈവം അവരെ അനുഗ്രഹിച്ചു.

ചൊട്ടയിലെ ശീലം ചുടല വരെ. നമ്മുടെ കുട്ടികൾ എങ്ങനെയുള്ളവർ ആകണമെന്ന് ഓരോ മാതാപിതാക്കളുമാണ് തീരുമാനിക്കുന്നത്. പ്രാർഥനയുടെ സമയമിരുന്ന് പഠിക്കാനല്ല, എന്നും ഒരല്പസമയം ദൈവത്തിനായി മാറ്റിവയ്ക്കാനാണ് മാതാപിതാക്കൾ അവരെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കേണ്ടത്. അതൊരിക്കലും ഒരു നഷ്ടമല്ല. ഈ കുട്ടികളുടെയൊക്കെ ജീവിതത്തെ ദൈവം അനുഗ്രഹിക്കുന്നതിൽ നിന്നും അതെനിക്ക് മനസ്സിലാക്കാൻ സാധിച്ചു. ഇന്ന് അർപ്പിതയെ അനുഗ്രഹിച്ച ദൈവം നാളെ നിങ്ങളെയും അനുഗ്രഹിക്കും. പഠനത്തിനിടയിൽ, ഈശോയ്ക്കായി അല്പം സമയം മാറ്റിവയ്ക്കാം. പഠനത്തിൽ ഗ്രേഡുകൾ വാരി കൂട്ടുന്നതോടൊപ്പം ആത്മീയ ജീവിതത്തിന്റെ ഗ്രേഡും നമുക്കുയർത്താം.

മിഷണറി സിസ്റ്റേഴ്സ് സർവന്റ്സ് ഓഫ് ദ ഹോളിസ്പിരിറ്റ് (SSpS) സഭാംഗമായ സി. ടെസ്സി ജേക്കബ് തലശ്ശേരി രൂപതയിലെ എടൂർ സ്വദേശിയാണ്. കഴിഞ്ഞ 19 വർഷമായി ഒറീസയിൽ മിഷണറിയാണ്. ഇപ്പോൾ ഭുവനേശ്വറിൽ ഉള്ള XIM University – യിൽ മീഡിയ കമ്യൂണിക്കേഷനിൽ പി.എച്ച്.ഡി. ചെയ്യുന്നു.

വൈ നോട്ട്..!?

ചുമ്മാ പറയടോ വിശേഷങ്ങൾ..

പലർക്കുമത് ഉപകാരമാകും.

നിത്യജീവിതത്തിൽ നാം അഭിമുഖീകരിക്കുന്ന വെല്ലുവിളികൾ, നമ്മെ അസ്വസ്ഥപ്പെടുത്തുന്ന അനുഭവങ്ങൾ, ഒന്നും ചെയ്യാനാവാതെ കൺഫ്യൂഷനടിച്ച് നമ്മൾ പെട്ടുപോയെന്നു തോന്നുന്ന സമയങ്ങൾ... നമുക്കു മുന്നിലുയരുന്ന പ്രതിസന്ധികൾ...എന്നിവയും, നമ്മളതൊക്കെ തരണം ചെയ്തതുമായ നമ്മുടെ ജീവിതാനുഭവങ്ങളും വിശേഷങ്ങളുമൊക്കെ കെയ്റോസുമായി പങ്കുവയ്ക്കാൻ ഞങ്ങൾ നിങ്ങളെ ക്ഷണിക്കുന്നു. നമ്മുടെ പങ്കുവയ്ക്കലുകളും സാക്ഷ്യവുമൊക്കെ അനേകം മനസ്സുകൾക്ക് ഉണർവേകും. മാത്രമല്ല വിശ്വാസ ജീവിതത്തിൽ പ്രത്യാശയോടെ മുന്നേറാനും ദൈവത്തിൽ ആശ്രയിക്കുവാനും തീർച്ചയായും അനേകർക്കത് സഹായകരമാകും.

ഓരോ മനുഷ്യരുടെയും ജീവിതാനുഭവങ്ങൾ വളരെ വിലപ്പെട്ടതാണ്. നമ്മൾ പരുവപ്പെടുന്ന, പരിപൂർണതയിലേക്ക് പടിപടിയായി രൂപപ്പെട്ടുവരുന്ന അമൂല്യങ്ങളായ അനുഭവങ്ങളാണവയെല്ലാം എന്നതോർക്കാം.

ഇ-മെയിൽ/വാട്ട്സാപ്പ് വഴി ലേഖനങ്ങളും അനുഭവക്കുറിപ്പുകളും അയക്കാം. നിങ്ങൾക്ക് ഇഷ്ടമുള്ള രീതിയിൽ വൈറ്റ് പേപ്പറിൽ എഴുതിയോ, വാട്ട്സാപ്പിൽ എഴുതിയോ 10 മിനിറ്റിൽ കവിയാത്ത വോയ്സ് ക്ലിപ്പായോ അയക്കാവുന്നതാണ്.

9895 711 718 | **sajanca@gmail.com** *(Exe. Editor Kairos Magazine - Malayalam)*

ഫമിലിയ/മൈസ്റ്റോറി - സോണിയ ടി സണ്ണി

ദൈവത്തിന്റെ പെർഫെക്ട് പ്ലാനിങ്

സ്രഷ്ടാവിന്റെ പ്ലാനിങ് ഓർത്ത് അത്ഭുതപ്പെടാനേ സൃഷ്ടിക്ക് കഴിയൂ. അത്രയ്ക്ക് പെർഫെക്ട് ടൈമിംഗ് ആണ് ഓരോ നിമിഷങ്ങളിലെ കാര്യങ്ങളിൽ പോലും അവിടത്തേക്കുള്ളത്. ഒരു വെക്കേഷന്റെ അവസാന ദിവസത്തിലായിരുന്നു ഞാൻ. പോകുന്നതിനു തൊട്ടുമുമ്പ് ഒന്ന് റിവ്യൂ ചെയ്യണമെന്ന ഡോക്ടറുടെ നിർദേശം ഉണ്ടായിരുന്നതുകൊണ്ട് ഇളയ കുഞ്ഞുവാവയെ ഉറക്കി കിടത്തിയും മൂത്ത ആളെ അമ്മയ്ക്കൊപ്പം മുകളിലത്തെ നിലയിലേക്ക് പറഞ്ഞുവിട്ട് മുൻകൂട്ടി പറഞ്ഞുവച്ച ഓട്ടോയിൽ ഞാൻ അഗസ്ത്യൻമുഴിയിലുള്ള സെന്റ് ജോസഫ് ഹോസ്പിറ്റലിലേക്ക് യാത്ര തിരിച്ചു. മക്കളുടെ കണ്ണുവെട്ടിച്ചു പോകേണ്ടതുണ്ട് വീട്ടിൽനിന്ന് അല്പം മാറി പാർക്ക് ചെയ്യാനാണ് ഓട്ടോക്കാരനോട് പറഞ്ഞത്. എന്നാൽ, വീട്ടിലെ കാര്യങ്ങൾ ക്രമീകരിച്ച് ഇറങ്ങിയപ്പോൾ പറഞ്ഞതിലും നാലു മിനിറ്റ് വൈകിയാണ് സ്പോട്ടിൽ എത്താൻ കഴിഞ്ഞത്. ഓട്ടോക്കാരൻ ചേട്ടൻ നേരത്തെ വന്നിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ ബുദ്ധിമുട്ട് ആകുമല്ലോ എന്നോർത്ത് വിഷമിച്ചാണ് ഞാൻ പോയത്.

എന്നാൽ, വീണ്ടും ഒരു മിനിറ്റ് കൂടി കഴിഞ്ഞാണ് ഓട്ടോക്കാരൻ എത്തിയത്. അതായിരുന്നു അന്നത്തെ ദിവസത്തെ ഈശോയുടെ പെർഫെക്റ്റ് പ്ലാനിങ്ങിൽ ഒന്നാമത്തേത്. അഞ്ചു മിനിറ്റ് ഇവിടെ വൈകിയപ്പോൾ ഡോക്ടറുടെ അടുത്ത് എത്താൻ അഞ്ചു മിനിറ്റ് വൈകുമല്ലോ എന്ന് ഞാൻ ഭയന്നു. കൈയിലിരുന്ന ജപമാല എടുത്ത് ചൊല്ലാൻ തുടങ്ങി. അമ്മ മാതാവിനെ കൂട്ടുപിടിച്ച് ഒപി ടിക്കറ്റ് എടുത്ത് ഡോക്ടറുടെ ക്യാബിനിലേക്ക് ഓടിച്ചെന്ന എനിക്ക് അവിടെ ഡോക്ടറെ കാണാൻ കഴിഞ്ഞില്ല. കൺസൾട്ടേഷൻ കഴിഞ്ഞ് പോയി കാണുമോ എന്ന് ശങ്കിച്ച് അടുത്തുകണ്ട നഴ്സിനോട് അന്വേഷിച്ചപ്പോൾ ഡോക്ടർ ഇതുവരെ എത്തിയില്ല എന്നാണറിയാൻ കഴിഞ്ഞത്. ഇനി ഡോക്ടർ എപ്പോൾ വന്നാലും പതിനഞ്ച് മിനിറ്റെങ്കിലും കഴിഞ്ഞെങ്കിൽ മാത്രമേ എന്റെ ഊഴം ആകുകയുള്ളൂ. അതുകൊണ്ട് തൊട്ട് മുകളിലത്തെ നിലയിലുള്ള ആരാധന ചാപ്പൽ ലക്ഷ്യമാക്കി വേഗത്തിൽ ഞാൻ നടന്നു. രണ്ടാമത്തെ കുഞ്ഞുവാവയുടെ ഡെലിവറി കഴിഞ്ഞ് അഞ്ചു മാസം കഴിഞ്ഞെങ്കിലും ഇതുവരെ ഒരു പത്തുമിനിറ്റ് തികച്ച് ഈശോയുടെ അടുത്ത്

"കുട്ടി എന്താ നോക്കി നിൽക്കുന്നത്? ഡോർ തുറന്ന് കയറൂ.."

ഒറ്റയ്ക്കിരിക്കാൻ അവസരം കിട്ടിയിരുന്നില്ല. ഇതറിഞ്ഞ ഈശോ ഇക്കാര്യവും മനോഹരമായി പ്ലാൻ ചെയ്തു.

തിരിച്ചുപോകാനുള്ള ദിവസങ്ങൾ അടുത്തതുകൊണ്ട് ഇനി എന്തായാലും നടക്കില്ല എന്ന് കരുതി ഞാൻ ഉപേക്ഷിച്ച ഏതാനും ആഗ്രഹങ്ങളിൽ ഒന്നായിരുന്നു ഇത്. ഒത്തിരി സന്തോഷത്തോടെ ഞാൻ ഈശോയോട് പറഞ്ഞു: 'ഈശോയെ...ഐ ലവ് യു.' അതിലും ഉറക്കെ ഈ സൃഷ്ടപ്രപഞ്ചത്തിന്റെ നാഥൻ എന്നോട് പറഞ്ഞു 'എന്റെ കണ്ണിലെ കൃഷ്ണമണി പോലെ ഞാൻ നിന്നെ കാക്കുമെന്ന്.' ഹെബ്രാ 12, 22-24 വചനഭാഗം വായിച്ചുകൊണ്ട് ദൈവസാന്നിധ്യം ഊട്ടിയുറപ്പിച്ചു ഞാനിരുന്നു. ദൈവത്തെ പാടിപ്പുകഴ്ത്തിയും അവിടത്തേക്ക് നന്ദിയർപ്പിച്ചും കുമ്പിട്ടാരാധിച്ചും വചനം വായിച്ചും ഞാനും ഈശോയും മാത്രമായ സ്വകാര്യ സമയം... അഞ്ചര മാസം കാത്തുവച്ച് എനിക്കായി ഒരുക്കിയ സർപ്രൈസ് ഡേറ്റിംഗ് ഞാൻ ശരിക്കും ആസ്വദിച്ചു. അടുത്തയാഴ്ച നടക്കാനിരിക്കുന്ന കുഞ്ഞുവാവയുടെ മാമോദീസ മുഴുവനായും അവിടത്തെ ഏൽപിച്ചു. യൗസേപ്പിതാവിനോടും പരിശുദ്ധ അമ്മയോടും കാര്യങ്ങളെല്ലാം പറഞ്ഞു. എന്റെ ടോക്കൺ വിളിക്കാറായിയെന്ന് മനസ്സിലാക്കി തത്കാലം ബൈ പറഞ്ഞു. ലൈറ്റിന്റെയും ഫാനിന്റെയും സ്വിച്ച് ഓഫാക്കാൻ കൈ ഉയർത്തിയപ്പോൾ ഒരു നഴ്സ് പെട്ടെന്ന് ഡോർ തുറന്നു കയറി വന്നു. ഞാൻ അവിടെ ഇരുന്ന സമയം അത്രയും ആരും വന്നില്ല. അവിടെയും സ്നേഹിക്കുന്ന തമ്പുരാന്റെ പെർഫെക്ട് ടൈമിംഗ്. തിരികെ താഴെ ഒ.പി.യിൽ എത്തിയപ്പോൾ ഡോക്ടർ ലഞ്ച് കഴിക്കുന്നതേയുള്ളൂ. ഭക്ഷണം കഴിച്ചു വന്ന ഡോക്ടർ പത്തു മിനിറ്റിനുള്ളിൽ എന്നെ പരിശോധിച്ചു. എല്ലാം ഓക്കേ ആണെന്ന് പറഞ്ഞ സന്തോഷത്തിൽ ഹോസ്പിറ്റൽ വിട്ടിറങ്ങി. തിരിച്ച് വേഗം വീട്ടിലെത്താൻ ഓട്ടോ വിളിച്ചു വരാനായിരുന്നു അമ്മയുടെ ഓർഡർ. കുറച്ച് പൈസ എടുക്കാൻ വേണ്ടി അടുത്തുള്ള ജംഗ്ഷനിലേക്ക് നടക്കുകയായിരുന്നു. അപ്പോഴാണ് 'സോണിയ എവിടെയാ' എന്ന് ചോദിച്ചു കൊണ്ട് ഞങ്ങളുടെ മുൻ കോർഡിനേറ്ററുടെ വൈഫ് വിളിക്കുന്നത്. ഞാൻ വീട്ടിൽ ഉണ്ടോ എന്നറിയാനായിരുന്നു ആ വിളി. ഞാൻ മുക്കത്താണെന്ന് പറഞ്ഞപ്പോൾ ഞങ്ങളും മുക്കത്ത് ഉണ്ടെന്ന് മറുപടി കിട്ടി. തിരിച്ചുപോകുംവഴി വീട്ടിൽകയറി മക്കളെ കാണാനാണ് അവരുടെ പ്ലാൻ. ആ വണ്ടിയിൽ എനിക്ക് യാത്ര ഒരുക്കിയ ഈശോയുടെ പ്ലാൻ അതിലും സൂപ്പറായിരുന്നു. അവർ നിൽക്കുന്നിടത്തേക്ക് ഓട്ടോ വിളിച്ചു വരാൻ പറഞ്ഞെങ്കിലും നാട്ടിൽ വന്നിട്ട് ബസ്സിൽ കയറിയില്ലല്ലോ എന്ന സങ്കടം മനസ്സിൽ പൊന്തിവന്നു. അതിനെ മറികടന്ന് ഓട്ടോ സ്റ്റാൻഡ് ലക്ഷ്യമാക്കി നടന്നു തുടങ്ങി. ഓട്ടോയുടെ അടുത്ത് എത്തിയപ്പോൾ ആർക്കോ ഇറങ്ങാൻ വേണ്ടി ആനവണ്ടിയുടെ ഡ്രൈവർ വണ്ടി നിറുത്തിയിരിക്കുന്നു. സന്തോഷംകൊണ്ട് എന്റെ മനസ്സ് തുള്ളിച്ചാടി.

കേറാൻ പോലും മറന്നു നിന്ന എന്നെ നോക്കി ബസ്സിന്റെ സൈഡിൽ ഇരുന്ന ഒരു ചേട്ടൻ പറഞ്ഞു: 'കുട്ടി എന്താ നോക്കി നിൽക്കുന്നത്? ഡോർ തുറന്ന് കയറൂ..' എല്ലാ ദിവസവും യാത്ര ചെയ്തിരുന്ന ആ വഴിയിൽ അഞ്ചു മിനിറ്റാണെങ്കിലും ബസ്സിൽ യാത്ര ചെയ്യാൻ സാധിച്ചത് എന്റെ മനസ്സിനെ കുളിരണിയിച്ചു. പഠനവും ജോലിയും എല്ലാമായി ഇരുപത് കൊല്ലം നടത്തിയ ബസ് യാത്രയുടെ ഓർമകൾ മനസ്സിൽ ഓടിയെത്തി. ബസ്സിറങ്ങി എന്നെ അവർ കാത്തിരുന്ന സ്ഥലത്തേക്ക് നടക്കുന്ന വഴിയിൽ എന്റെ കുഞ്ഞുനാളിലെ ഒരു പ്രിയപ്പെട്ട കൂട്ടുകാരിയെയും കുഞ്ഞിനെയും കാണാൻ സാധിച്ചതും അപ്രതീക്ഷിതമായ ദൈവസ്നേഹാനുഭവമായി. നാലു മക്കളുടെ അമ്മയായപ്പോൾ പേരിനു മാത്രം പുറത്തിറങ്ങുന്ന ചേച്ചിക്ക് കഫെയിൽ ഭക്ഷണം കഴിക്കാൻ ആഗ്രഹം കാരണം വണ്ടി നേരെ തിരക്കൊഴിഞ്ഞ ഒരു കഫെയിൽ നിറുത്തി. കോഫി കുടിച്ച് ഫുഡ് ഓർഡർ ചെയ്തപ്പോഴേക്കും വീട്ടിൽ നിന്ന് അമ്മയുടെ കോൾ "കുഞ്ഞുവാവയ്ക്ക് വിശക്കുന്നു." കേട്ടപാതി ഓർഡർ പാർസലാക്കി എല്ലാരും കൂടെ നേരെ വീടുപിടിച്ചു. അവരുടെ നാലു മക്കളും ഞങ്ങളുടെ രണ്ടു മക്കളും ചേർന്ന് കളിയും ചിരിയും എല്ലാമായി ഒരു JY പ്രോഗ്രാം കൂടിയ സുഖം. യാത്ര പറഞ്ഞു പിരിഞ്ഞപ്പോൾ മനസ്സിൽ ഒത്തിരി സങ്കടം തുളുമ്പി. എങ്കിലും ജീവിതത്തിന്റെ ഓരോ നിമിഷത്തിലും ദൈവത്തിന്റെ കൈയൊപ്പ് പതിയുന്ന ചെറിയ ചെറിയ കൃപകളുടെ കുത്തൊഴുക്കിൽ നീന്തുമ്പോൾ നന്ദിയോടെ മനസ്സുറക്കെ മന്ത്രിച്ചു..

"എനിക്ക് നിന്നെ കുറിച്ച് ഒരു പദ്ധതിയുണ്ട് നിന്റെ നാശത്തിനല്ല, ക്ഷേമത്തിനുള്ള പദ്ധതി.. നിനക്ക് ശുഭമായ ഭാവിയും പ്രത്യാശയും നൽകുന്ന പദ്ധതി" ഈ പദ്ധതിയിൽ ലോങ്ങ് ടേം ഗോൾസ് മാത്രമല്ല ഷോർട്ട് ടേം ഗോൾസും നാഥൻ സെറ്റ് ചെയ്തിട്ടുണ്ട്. പിന്നെന്തിന് നാം ഉത്കണ്ഠപ്പെടണം? ആകുലപ്പെട്ടതുകൊണ്ട് നമുക്കെന്തു പ്രയോജനം? ആയുസ്സിന്റെ ദൈർഘ്യം ഒരു മുഴമെങ്കിലും കൂട്ടാൻ ആർക്കെങ്കിലും സാധിക്കുമോ!?

ദൈവഹിതത്തിന് നമ്മെത്തന്നെ വിട്ടുകൊടുത്ത അടുത്ത നിമിഷത്തിൽ എന്തത്ഭുതമാണ് ദൈവം എന്റെ ജീവിതത്തിൽ പ്രവർത്തിക്കുക എന്ന ത്രില്ലിലും എനിക്ക് അപ്രാപ്യമായ ആ നിമിഷത്തിനായി അവിടന്ന് ഒരുക്കിയ പെർഫെക്റ്റ് പ്ലാനിങ്ങിലും ജീവിക്കാൻ സാധിക്കുന്നത് വലിയ കൃപയല്ലേ? ഈ ലോക ജീവിതത്തെ കുറച്ചുകൂടി പോസിറ്റീവായി അപ്രോച്ച് ചെയ്യാൻ ഇതുവഴി നമുക്ക് സാധിക്കും. "ദൈവത്തെ സ്നേഹിക്കുന്നവർക്ക് അവിടത്തെ പദ്ധതി അനുസരിച്ച് വിളിക്കപ്പെട്ടവർക്ക് അവിടന്ന് എല്ലാം നന്മയ്ക്കായി പരിണമിപ്പിക്കുന്നു എന്ന് നമുക്കറിയാമല്ലോ" (റോമാ 8, 28).

നഴ്സ് ആയി സേവനം ചെയ്യുന്ന ലേഖിക ഭർത്താവ് നിധിൻ ജേക്കബിനോടും രണ്ടു കുട്ടികളോടുമൊപ്പം യുകെയിൽ താമസം.

ഫമിലിയ/ഫാമിലി കഫേ - സിൽവി സന്തോഷ്

വരൂ നമുക്ക് അവനോടുകൂടെ ആയിരിക്കാം

അമേരിക്കയിലെ ആദ്യത്തെ സീറോ മലബാർ ദിവ്യകാരുണ്യ കോൺഗ്രസ്

ന്യൂ ജേഴ്സിയിൽ നിന്ന് ഞായറാഴ്ച, ഹൃദയം നിറഞ്ഞ സന്തോഷത്താൽ ഞങ്ങൾ മടങ്ങുമ്പോൾ 2025 മെയ് 23 മുതൽ 25 വരെ അമേരിക്കയിലെ ന്യൂ ജേഴ്സിയിലെ സോമർസെറ്റിലുള്ള സെന്റ് തോമസ് സീറോ മലബാർ കത്തോലിക്ക ഇടവകയിൽ നടന്ന ചിക്കാഗോ സീറോ മലബാർ രൂപതയുടെ ആദ്യ ദിവ്യകാരുണ്യ കോൺഗ്രസിൽ ഞങ്ങൾ അനുഭവിച്ച കൃപനിറഞ്ഞ ദിവസങ്ങളെക്കുറിച്ച് ദൈവത്തിന് നന്ദി പറയുകയായിരുന്നു. വിശുദ്ധ കുർബാനയുടെ ചുറ്റുമിരുന്നുകൊണ്ടുള്ള തിരുസഭയുടെ കൂട്ടായ്മയും സമാധാനവും അനുഭവിച്ചറിഞ്ഞത് എത്ര പേരോട് പങ്കുവച്ചാലും തീർന്നുപോകാത്ത ഒരനുഭവം തന്നെയായിരുന്നു.

202–ൽ ചിക്കാഗോയിൽ സ്ഥാപിതമായ സെന്റ് തോമസ് സീറോ മലബാർ രൂപതയുടെ രജത ജൂബിലിയുടെ ആരംഭവും രൂപതയുടെ ആദ്യത്തെ അധ്യക്ഷനായ അഭിവന്ദ്യ ജേക്കബ് അങ്ങാടിയത്ത് പിതാവിന്റെ രജത ജൂബിലിയുടെ ആരംഭവും കുറിച്ചത് രൂപതയുടെ ആദ്യത്തെ ദിവ്യകാരുണ്യ കോൺഗ്രസോടെയാണ് എന്നുള്ളതുതന്നെ, രൂപത വിശുദ്ധകുർബാനയ്ക്ക് കൊടുത്തിരിക്കുന്ന വലിയ വിലയാണ്.

ഈ ചരിത്രസംഭവം അമേരിക്കയിൽ ഉടനീളമുള്ള സീറോ മലബാർ ഇടവകകളിൽ നിന്നുള്ള ആയിരക്കണക്കിന് വിശ്വാസികളെ നമ്മുടെ കർത്താവിനോട് കൂടെയിരിക്കുവാനും അവനെ ആരാധിക്കുവാനും അവനോടുള്ള സ്നേഹത്തിൽ ആഴത്തിൽ വളരാനും ഒരുമിച്ചുകൂട്ടി. 23 വെള്ളിയാഴ്ച വൈകിട്ട് ബഹുമാനപ്പെട്ട റാഫേൽ തട്ടിൽ പിതാവിന് വളരെ മനോഹരമായ സ്വീകരണം നൽകി. സീറോ മലബാർ സഭയുടെ തലവൻ ആയതിനുശേഷമുള്ള അമേരിക്കയിലേക്കുള്ള പിതാവിന്റെ ആദ്യ സന്ദർശനമാണിത്. അതിനുശേഷം പിതാവിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ വിശുദ്ധ കുർബാന അർപ്പിക്കപ്പെട്ടു. സീറോ മലബാർ സഭയുടെ ആർച്ച് ബിഷപ്പ് മാർ റാഫേൽ തട്ടിൽ, ചിക്കാഗോ സെന്റ് തോമസ് രൂപതയുടെ ബിഷപ്പ് മാർ ജോയ് ആലപ്പാട്ട്, ബിഷപ്പ് എമിരിറ്റസ് മാർ ജേക്കബ് അങ്ങാടിയത്ത് എന്നിവരുടെ സാന്നിധ്യത്തിൽ കോൺഗ്രസ് അനുഗ്രഹിക്കപ്പെട്ടു. അവരുടെ നേതൃത്വവും ആത്മീയ പിതൃത്വവും

ചിക്കാഗോ സീറോ മലബാർ രൂപതയുടെ ആദ്യത്തെ ദേശീയ ദിവ്യകാരുണ്യ കോൺഗ്രസ് വെറുമൊരു ഒത്തുചേരലിനേക്കാൾ യേശുവുമായുള്ള ശക്തമായ ഒരു കൂടിക്കാഴ്ചയായിരുന്നു.

സമ്മേളനത്തിന് ആഴമായ ഐക്യത്തിന്റെയും ലക്ഷ്യത്തിന്റെയും ബോധം നൽകി.

മൂന്നു ദിവസങ്ങളിലായി റവ. ഫാ. ഡാനിയൽ പൂവണ്ണത്തിൽ, പ്രൊഫസർ സ്കോട്ട് ഹാൻഡ്, കെവിൻ മുണ്ടക്കൽ, പോൾ ജെ.കിം, സിസ്റ്റർ ആഗ്നസ് മരിയ സി.എസ്. എം.ഐ. തുടങ്ങി നിരവധി പേരുടെ ക്ലാസ്സുകൾ.. അവരുടെ വാക്കുകൾ വിശുദ്ധ കുർബാനയുടെ ആഴത്തിലുള്ള രഹസ്യത്തിലേക്ക് ഞങ്ങളെ കൂട്ടിക്കൊണ്ടുപോയി. ദിവ്യകാരുണ്യത്തെ അനുദിനം സ്വീകരിച്ച് ജീവിക്കുക എന്നതിന്റെ അർഥം കൂടുതൽ ആഴത്തിൽ മനസ്സിലാക്കാൻ ഞങ്ങളെ സഹായിച്ചു.

വാഷിംഗ്ടൺ JP II institute for marriage and family –യിൽ മോറൽ തിയോളജിയിൽ ഡോക്ടറേറ്റ് ചെയ്യുന്ന ബഹുമാനപ്പെട്ട ജോസഫ് അലക്സച്ചൻ, ജീസസ് യൂത്തിലെ ഡോക്ടർ എബ്രഹാം മാത്യു, ഡോക്ടർ സിന്ധു നടരാജൻ എന്നിവർ ഓരോ സെഷനു ശേഷം ആ സെഷനിൽ വിശുദ്ധ കുർബാനയെ കുറിച്ച് പഠിച്ച കാര്യങ്ങൾ വിചിന്തനം ചെയ്യാൻ വേണ്ടി സഹായിച്ചു. കോൺഗ്രസിന്റെ ഓരോ ദിവസവും ഓരോ ദിവ്യകാരുണ്യ പ്രമേയത്തെ കേന്ദ്രീകരിച്ചായിരുന്നു.

1. ഞാൻ ഞാനാകുന്നു എന്നരുളിചെയ്ത ഈശോയുമായുള്ള കണ്ടുമുട്ടൽ (encounter the great I AM)

2. ഞാൻ ജീവനുള്ള അപ്പമാണ് ഇത് ഭക്ഷിക്കുന്നവന് നിത്യജീവൻ ലഭിക്കും (I am the living bread he who eats this will have eternal Life)

3. ഞാൻ സ്വർഗത്തിൽ നിന്നിറങ്ങി വന്ന ജീവനുള്ള അപ്പമാണ്. (I am the living bread that came down from heaven)

കോൺഗ്രസ് 4 സമാന്തര ട്രാക്കുകളായി ക്രമീകരിച്ച്: മുതിർന്നവർക്ക് മലയാളം ട്രാക്ക്, യുവാക്കൾ ഹൈസ്കൂൾ കുട്ടികൾ എലമെന്ററി പ്രായത്തിലുള്ള കുട്ടികൾ.. ഓരോ ട്രാക്കിലും ദിവ്യകാരുണ്യ രഹസ്യത്തെ കേന്ദ്രീകരിച്ചുള്ള പ്രായത്തിനനുസരിച്ചുള്ള മതബോധനങ്ങൾ ഉണ്ടായിരുന്നു. അവയിൽ 6 ശക്തമായ സെഷനുകൾ ഉൾപ്പെടുന്നു.

- നമ്മുടെ എല്ലാവരുടെയും കർത്താവിന് കുർബാന അർപ്പിക്കുന്നു.
- എമ്മാവൂസിലേക്കുള്ള വഴിയിൽ വച്ച് ഈശോ പഠിപ്പിച്ച പാഠങ്ങൾ.
- കർത്തൃ പ്രാർഥന ദിവ്യകാരുണ്യത്തിന്റെ പൂർത്തീകരണം.
- ജീവന്റെ അപ്പത്താൽ പോഷിപ്പിക്കപ്പെട്ട ഒരു തീർഥാടക ജനത.
- ഇതാ വിശുദ്ധ കുർബാന: നമ്മുടെ ഉറവിടവും ഉച്ചകോടിയും.
- വിശുദ്ധ കുർബാന: ശൂന്യമാക്കലിന്റെയും സ്വയം ദാനം ചെയ്യലിന്റെയും കൂദാശ.

നമ്മുടെ പരിശുദ്ധ അമ്മയുടെ കണ്ണുകളിലൂടെ ദിവ്യകാരുണ്യത്തെ ചിത്രീകരിച്ച the bread of life: our mother's reflection (ജീവന്റെ അപ്പം: നമ്മുടെ അമ്മയുടെ പ്രതിഫലനം) എന്ന വികാരഭരിതമായ ഇംഗ്ലീഷ് നാടകമായിരുന്നു ഒരു ഹൈലൈറ്റ്. സോമർസെറ്റിലെ സെന്റ് തോമസ് സീറോ മലബാർ ഇടവകയിലെ യുവജനങ്ങളും ബഹുമാനപ്പെട്ട ജോസഫ് അലക്സ് അച്ചനും കൂടിയാണ് ഈ നാടകം മനോഹരമായി അവതരിപ്പിച്ചത്. വിശുദ്ധ കുർബാനയുടെ ആഴങ്ങൾ പരിശുദ്ധ അമ്മ ഒരു യുവാവിനെ വെളിപ്പെടുത്തി കൊടുക്കുന്നതാണ് പ്രമേയം.

ഏറ്റവും ചെറിയ കുട്ടികൾ പോലും ആരാധനയിലും വിശുദ്ധ കുർബാനയിലും വളരെ ആത്മാർഥമായി പങ്കെടുക്കുന്നത് കാണുന്നത് ഹൃദയങ്ങളെ ആഴത്തിൽ സ്പർശിക്കുന്നതായിരുന്നു. വിശ്വാസം യഥാർഥത്തിൽ കുടുംബത്തിൽ നിന്നാണ് ആരംഭിക്കുന്നതെന്നും സഭ നമ്മുടെ കുട്ടികളിലൂടെയാണ് ജീവിക്കുന്നതെന്നും അവരുടെ നിഷ്കളങ്കമായ ഭക്തി നമ്മെ ഓർമിപ്പിച്ചു.

ഞായറാഴ്ച വൈകിട്ട് വലിയ ഒരു സമ്മേളനത്തിൽ വച്ച് ചിക്കാഗോ സെന്റ് തോമസ് രൂപതയുടെ രജത ജൂബിലിക്കും ജേക്കബ് അങ്ങാടിയത്ത് പിതാവിന്റെ രജത ജൂബിലിക്കും ആരംഭം കുറിച്ചു. 3200–ലധികം പേർ പങ്കെടുത്ത ഒരു ഗംഭീര ദിവ്യകാരുണ്യ ഘോഷയാത്രയിലാണ് കോൺഗ്രസ് സമാപിച്ചത്. നൂറോളം വൈദികരും നൂറുകണക്കിന് സന്യാസിനികളും നൂറോളം അൾത്താര സേവകരും ഏകദേശം 70 ഓളം ആദ്യ കുർബാന സ്വീകരിച്ച കുഞ്ഞുങ്ങളും മറ്റെല്ലാവരും ഭക്തിയോടെയും സന്തോഷത്തോടെയും നടന്നു. ന്യൂ ജേഴ്സിയിൽ സോമർസെറ്റിലുള്ള ഫ്രാങ്ക്ലിൻ ഹൈസ്കൂളിൽ നിന്ന് ആരംഭിച്ച ഘോഷയാത്ര ദിവ്യകാരുണ്യ ആശീർവാദത്തോടെ സെന്റ് തോമസ് സീറോ മലബാർ കത്തോലിക്ക പള്ളിയുടെ മുൻവശത്ത് സമാപിച്ചു.

മനോഹരമായ ഒരു പ്രതീകാത്മക പ്രവർത്തിയിൽ ഉടമ്പടിയുടെ പെട്ടകത്തെ പ്രതിനിധീകരിക്കുന്ന ഒരു വള്ളത്തിൽ വിശുദ്ധ കുർബാനയെ വഹിച്ചുകൊണ്ട് ഇസ്രായേലിലെ 12 ഗോത്രങ്ങളെയും പന്ത്രണ്ട് അപ്പസ്തോലന്മാരെയും പ്രതീകപ്പെടുത്തുന്ന 12 പുരോഹിതന്മാരോടൊപ്പം ബിഷപ്പ് മാർ ജോയ് ആലപ്പാട്ട് തന്റെ ജനത്തെ അനുഗ്രഹിച്ചുകൊണ്ട് നയിച്ചു. സോമർസെറ്റ് ഇടവക ഇതിനുവേണ്ടി ചെയ്ത നിസ്വാർഥ പ്രവർത്തനങ്ങൾ എടുത്തു പറയേണ്ടൊരു കാര്യം തന്നെയാണ്.

ജ്വലിക്കുന്ന ഹൃദയങ്ങൾ: നമ്മുടെ കുടുംബങ്ങൾക്ക് ഒരു ദിവ്യകാരുണ്യ പുനരുജ്ജീവനം. ചിക്കാഗോ സീറോ മലബാർ രൂപതയുടെ ആദ്യത്തെ ദേശീയ ദിവ്യകാരുണ്യ കോൺഗ്രസ് വെറുമൊരു ഒത്തുചേരലിനേക്കാൾ യേശുമായുള്ള ശക്തമായ ഒരു കൂടിക്കാഴ്ചയായിരുന്നു. ന്യൂ ജേഴ്സിയിൽ നിന്ന് ഞങ്ങൾ വീട്ടിലേക്ക് മടങ്ങുമ്പോൾ ഞങ്ങളുടെ ഹൃദയങ്ങൾ നന്ദിയാൽ നിറഞ്ഞൊഴുകുന്നു. കൃപ നിറഞ്ഞ മൂന്ന് ദിവസത്തേക്ക് കുടുംബങ്ങളും വൈദികരും സന്യാസിനികളും യുവാക്കളും കുട്ടികളും ഒത്തുചേർന്നു. വിശുദ്ധ കുർബാനയിൽ ആരാധിച്ചും പാടിയും പഠിച്ചും സന്തോഷിച്ചും ഈശോയോടുള്ള സ്നേഹത്താൽ ജ്വലിക്കുന്ന ദിവ്യകാരുണ്യ ഭക്തരായി നമുക്ക് മുന്നോട്ടു പോകാം. ഓരോ കത്തോലിക്കാ ഭവനവും പ്രാർഥനയുടെയും സമാധാനത്തിന്റെയും ഒരു ചെറിയ കൂടാരമാകട്ടെ. വിശുദ്ധ കുർബാനയിൽ വസിക്കുന്ന ഈശോയുടെ തിരുഹൃദയമേ, ഞങ്ങളുടെ ഹൃദയങ്ങളെ അങ്ങയുടെ ഹൃദയം പോലെ ആക്കണമേ.

ടെക്സസിലെ കൊപ്പലിലുള്ള സെന്റ് അൽഫോൻസ ഇടവകാംഗമാണ് ലേഖിക. പീഡിയാട്രിക് നഴ്സ് പ്രാക്ടീഷണറായി ജോലി ചെയ്യുന്നു, ഭർത്താവ് സന്തോഷ് കുര്യൻ, മക്കളായ സോഫിയ, സോണിയ, സോളമൻ എന്നിവരോടൊപ്പം ഡാളസിൽ താമസിക്കുന്നു.

കഥയിതൾ - സാജൻ സി എ

ഡിസിപ്ലിൻ

ലൈഫ് ഡിസിപ്ലിൻ, മണി മാനേജ്മെന്റ് എന്നീ വിഷയങ്ങളെക്കുറിച്ചുള്ള സെമിനാറിൽ ക്ലാസ്സെടുത്ത് തിരികെ വീട്ടിലെത്തിയതാണ് അനുപമ. വൈകിട്ട് വീട്ടിലെ ജോലിയൊക്കെ കഴിഞ്ഞ് അത്താഴമൊരുക്കി ഭർത്താവിനോടും രണ്ടു മക്കളോടുമൊപ്പം ഭക്ഷണവും കഴിഞ്ഞ് എല്ലാവരും ടിവിയുടെ മുന്നിലെത്തി. സമയം രാത്രി 9:00 മണി. നാളെ തിങ്കളാഴ്ചയാണ് രണ്ടാൾക്കും ജോലിക്ക് പോകണം, മക്കൾക്ക് സ്കൂളിലും.

ടിവി കണ്ടുകൊണ്ടിരിക്കുന്നതിനിടയിൽ അനുപമ അന്നത്തെ പ്രോഗ്രാമിന്റെ വിശേഷങ്ങൾ വിസ്തരിച്ചു. ക്ലാസ്സുകൾ എടുക്കാൻ പോകുന്നത് അമ്മയുടെ സ്ഥിരം പരിപാടിയായതിനാൽ മക്കൾ അത്ര ശ്രദ്ധിക്കാതെ ടിവിയിലെ സിനിമയിലായിരുന്നു. ഭർത്താവ് അനിൽ താത്പര്യത്തോടെ ഓരോന്ന് ചോദിച്ചുകൊണ്ടിരുന്നു; "എന്തൊക്കെയായിരുന്നു നിന്റെ 'ലൈഫ് ഡിസിപ്ലിനെ' കുറിച്ചുള്ള ടോക്ക്?" "ഓ അതോ... അനിൽ, ലൈഫ് ഡിസിപ്ലിൻ എന്നുവച്ചാൽ ഓരോ ചെറിയ കാര്യങ്ങളിലുമുള്ള നമ്മുടെ ശ്രദ്ധയും അച്ചടക്കവുമാണ് പ്രധാനം. സാമ്പത്തിക കാര്യങ്ങളിലുള്ള അച്ചടക്കവും മിതവ്യയവുമൊക്കെ അതിലുൾപ്പെട്ടതാണ്. ആ പോയിന്റുകൾ ആയിരുന്നു ടോക്കിന്റെ ഹൈലൈറ്റ്." അനിൽ തലയാട്ടി ഓരോ വിശേഷങ്ങളും ശ്രദ്ധയോടെ കേട്ടുകൊണ്ടിരുന്നു.

നേരം പത്തരയോടടുത്തപ്പോൾ അനുപമ പറഞ്ഞു: "അനിൽ, അടുക്കളയിലെ വേസ്റ്റ് ആ പച്ച ബക്കറ്റിലേക്കിട്ട് പുറത്തേക്ക് വച്ചേക്കണേ, എനിക്ക് നല്ല ക്ഷീണം." അനിൽ നേരെ അടുക്കളയിലേക്ക് ചെന്നു. വീണ്ടും അനുപമ മുറിയിൽ നിന്ന് വിളിച്ചുപറഞ്ഞു: "അനിൽ കലത്തിലെ ബാക്കിവന്ന ചോറും കറികളും പച്ച ബക്കറ്റിലേക്ക് ഇട്ടേക്കണേ, ഫ്രിഡ്ജിലിരിക്കുന്ന കേക്കും വേസ്റ്റിൽ ഇട്ടേക്കൂ, പൂപ്പൽ വന്നു കാണും." ഇത് കേട്ട് അനിലിന് ദേഷ്യം വന്നു. "എത്ര പ്രാവശ്യം പറഞ്ഞിട്ടുള്ളതാണ് ഇവളോട്. ഫുഡ് ഒന്നും വേസ്റ്റാക്കരുതെന്ന്. ഒരു വിഷമവുമില്ലാതെയാണ് ബക്കറ്റിലേക്ക് കളയുന്നത്..." അനിലിന്റെ ആത്മഗതമായിരുന്നു. "എടീ ഫ്രിഡ്ജിൽ ഇരിക്കുന്ന ഫ്രൂട്ട്സ് ചീത്തായിട്ടുണ്ടല്ലോ?" "ഓ കളഞ്ഞേക്കൂ... ഞാനതു മറന്നു." അനുപമയുടെ വിളിച്ചുപറച്ചിൽകേട്ട അനിലിന് അവളെ വലിച്ചു കീറാനുള്ള ദേഷ്യം ഉണ്ടായിരുന്നു. ആ രാത്രിയും പച്ച ബക്കറ്റ് നിറഞ്ഞിരുന്നു...

സിമ്പിൾ ടോമിച്ചൻ

ടോമിച്ചൻ നാട്ടിൽ അറിയപ്പെടുന്ന ഒരു യുവാവാണ്. അത്യാവശ്യ രാഷ്ട്രീയ പ്രവർത്തനങ്ങളും പള്ളിയിലെ പല കാര്യങ്ങളിലും വ്യാപൃതനും ആ നാട്ടിലെ വളരെ പഴക്കമുള്ള ഒരു ക്ലബ്ബിന്റെ ഭാരവാഹിയുമാണ്. തിരക്കുപിടിച്ച ദിനചര്യകളാണ് സിബിച്ചനുള്ളതെങ്കിലും വീട്ടിലെ ഒരു കാര്യത്തിനും കുറവ് വരുത്താറില്ല എന്നുള്ളത് ശ്രദ്ധേയമായ കാര്യമാണ്. പൊതുപ്രവർത്തകനും ആധ്യാത്മിക കാര്യങ്ങളിൽ തത്പരനും നല്ലൊരു കുടുംബസ്ഥനുമായ ടോമിച്ചൻ പുതുതായി ഒരു ബിസിനസ്സ് തുടങ്ങുവാനുള്ള തിരക്കിലാണ്. ഭാര്യയും രണ്ടു മക്കളും പ്രായമായ അപ്പനും അമ്മയും അടങ്ങിയതാണ് കുടുംബം. ചെറിയ രീതിയിൽ നടത്തിയിരുന്ന ബിസിനസ്സ് അല്പം കൂടെ വിപുലീകരിച്ച് വരുമാനം കൂട്ടുകയാണ് ഉദ്ദേശ്യം.

ഇക്കാര്യത്തിനായി ഒരു സുഹൃത്തിനെ കാണാനായി എറണാകുളത്തു നിന്ന് കോട്ടയത്തേക്കുള്ള യാത്ര മധ്യേയാണ് വീടിനടുത്ത് തന്നെയുള്ള മറ്റൊരു സുഹൃത്തിന്റെ ഫോൺ കോൾ വരുന്നത്. തൊട്ടടുത്ത ദിവസം വിദേശത്തേക്ക് ജോലിക്ക് പോകാനിരുന്ന സുഹൃത്തിന്റെ അപ്പനു വയ്യാതെയായി. ഹോസ്പിറ്റലിൽ അഡ്മിറ്റ് ചെയ്തിരിക്കുകയാണ്. കുറച്ച് ആഴ്ചകളോളം ഹോസ്പിറ്റലിൽ കിടക്കണം. ബൈസ്റ്റാൻഡർ ആയി നിൽക്കുവാൻ ആളില്ലാത്തതിനാൽ ടോമിച്ചനെ വിളിച്ചതാണ്. പരോപകാരിയും സന്മനസ്സുള്ളവനും ആയതിനാൽ ഏതു കാര്യത്തിനും സഹായത്തിനായി ടോമിച്ചനെയാണ് എല്ലാവരും ബന്ധപ്പെടുന്നത്. ഫോണിൽ സംസാരിച്ച് കാര്യങ്ങൾ അറിഞ്ഞു കഴിഞ്ഞപ്പോൾ വൈകിട്ടുതന്നെ സുഹൃത്തിന്റെ വീട്ടിൽ ചെല്ലാമെന്ന് ടോമിച്ചൻ പറഞ്ഞു. വൈകുന്നേരം ആയപ്പോൾ സ്വന്തം വീട്ടിൽ വന്ന് ഭാര്യയോട് വിവരങ്ങൾ പറഞ്ഞ് ഹോസ്പിറ്റലിലേക്ക് തിരിച്ചു. ടോമിച്ചന്റെ സാന്നിധ്യവും സഹായവും സുഹൃത്തിന് പിറ്റേന്ന് വിദേശത്തേക്ക് പോകാനായിട്ടുള്ള സാഹചര്യം ഒരുക്കി. മറ്റാരും ഇങ്ങനെയൊരു സഹായത്തിന് അടുത്ത് ഇല്ലാത്തതിനാൽ സുഹൃത്ത് നിസ്സഹായനായിരുന്നു. ടോമിച്ചൻ സമ്മതിച്ചില്ലായിരുന്നെങ്കിൽ സുഹൃത്തും കുടുംബവും പെട്ടുപോയേനെ.

ടോമിച്ചന്റെ ധൈര്യത്തിൽ സുഹൃത്ത് വിദേശത്തേക്ക് പോയി. ആഴ്ചകളോളം ടോമിച്ചനായിരുന്നു സുഹൃത്തിന്റെ അപ്പന് സഹായി. ഈ തിരക്കിനിടയിലും വർഷങ്ങളായി ചെയ്തുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന സർക്കാർ ആശുപത്രിയിലെ കാൻസർ വാർഡ് സന്ദർശനവും അവരോടൊത്തുള്ള സമയം ചെലവഴിക്കലും ടോമിച്ചൻ മുടക്കിയിട്ടില്ല.

അങ്ങനെയിരിക്കെ ഇടവക പള്ളിയിലെ കുടുംബയോഗ യൂണിറ്റിന്റെ കേന്ദ്ര സമിതി തെരഞ്ഞെടുപ്പിൽ അതിന്റെ പ്രസിഡന്റായി ടോമിച്ചനെ തെരഞ്ഞെടുക്കുകയുണ്ടായി. അത് ദൈവഹിതമാണെന്ന് തിരിച്ചറിഞ്ഞ ടോമിച്ചൻ, തുടർന്നുവരുന്ന രണ്ടു വർഷത്തേക്കുള്ള ആ ഭാരിച്ച ഉത്തരവാദിത്വം സന്തോഷപൂർവം ഏറ്റെടുത്തു. ചില ദിവസങ്ങളിൽ സന്ധ്യാനേരത്ത് ഇടവക പള്ളിയകത്ത് പ്രവേശിച്ചാൽ അൾത്താരയിലെ ക്രൂശിത രൂപത്തിലേക്ക് നോക്കി തീക്ഷ്ണമായ പ്രാർഥനയിൽ നിരതനായിരിക്കുന്ന ടോമിച്ചനെ കാണാനാവും. തന്റെ മുന്നോട്ടുള്ള ജീവിതയാത്രയിൽ ഊർജം സംഭരിക്കുന്നതും ശക്തിയാർജിക്കുന്നതും ടോമിച്ചന്റെ വ്യക്തിപരമായുള്ള ഈ പ്രാർഥനയിലൂടെ ആയിരിക്കണം.

ടോമിച്ചന്റെ, ഏഴാം ക്ലാസ്സിൽ പഠിക്കുന്ന മെന്റലി ചലഞ്ച്ഡ് ആയ രണ്ടാമത്തെ കുട്ടിയെ ദൈവത്തിന്റെ വലിയൊരു സമ്മാനമായിട്ടാണ് അവർ സ്വീകരിച്ചിരിക്കുന്നത് ടോമിച്ചന്റെയും ഭാര്യയുടെയും ലോകംതന്നെ അവനെ ചുറ്റിപ്പറ്റിയാണ്. അവനാണ് ആ കുടുംബത്തിന്റെ പ്രകാശം. ഇങ്ങനെയൊക്കെ ആണെങ്കിലും ടോമിച്ചൻ സിമ്പിളാണ് പവർഫുള്ളാണ്.

യുവ/ചുവടുകൾ - ഫാ. ദിപിൻ നെല്ലിക്കശ്ശേരി OCD

ഭക്ഷണ മേശയിലെ ഈശോ

ഒരുമിച്ചു ഭക്ഷണം കഴിക്കുകയായിരുന്നു ആവിലായിലെ വി. ത്രേസ്യയും വി. കുരിശിന്റെ യോഹന്നാനും. തിടുക്കപ്പെട്ട് കഴിക്കുന്നതിനിടയിൽ ഭക്ഷണം കഴിക്കാൻ മടിച്ച് അതിൽ നോക്കിയിരിക്കുന്ന യോഹന്നാനെ ത്രേസ്യ ശ്രദ്ധിച്ചു; "അങ്ങെന്താ ഒന്നും കഴിക്കാത്തത് യോഹന്നാൻ?"

"തെരേസാ... നമ്മൾ എപ്പോഴും ദൈവത്തിന്റെ നീതിയെക്കുറിച്ച് ചിന്തിച്ചിരുന്നാൽ നമുക്ക് ഒരിക്കലും ഭക്ഷണം കഴിക്കാൻ പോലും തോന്നില്ല." ത്രേസ്യ ഒന്നു ചിന്തിച്ചു, പിന്നീട് നെടുവീർപ്പിട്ടു. എന്നിട്ട് പറഞ്ഞു. "ഹും... അത് സത്യമാണ്;" ഒന്ന് നിറുത്തിയിട്ട് ത്രേസ്യ തുടർന്നു: "എന്നാൽ മറ്റൊരു സത്യമെന്തെന്ന് നിങ്ങൾക്കറിയാമോ യോഹന്നാൻ?" എപ്പോഴും ദൈവത്തിന്റെ നന്മയെക്കുറിച്ച് ചിന്തിച്ചിരുന്നാൽ, നമുക്ക് എല്ലായ്പ്പോഴും ഭക്ഷണം കഴിച്ചു കൊണ്ടിരിക്കാൻ തോന്നും."

ഇത്തരത്തിൽ ലളിതമായി എന്നാൽ അർഥപൂർണമായി ഈശോയെ കുറിച്ചും ഈശോയുടെ സ്നേഹത്തെക്കുറിച്ചുമെല്ലാം നർമത്തിന്റെ മേമ്പൊടിയോടെ പങ്കുവച്ച ആളാണ് ആവിലായിലെ അമ്മ ത്രേസ്യ.

NB: അമ്മ ത്രേസ്യ എപ്പോഴും ആഘോഷത്തോടെയും ക്രമരഹിത മായും ഭക്ഷണം കഴിച്ചും ജീവിക്കാൻ ആഗ്രഹിച്ചു എന്നല്ല ഈ സംഭവം അർഥമാക്കുന്നത്. മറിച്ച് ദൈവനീതിയെ ഭയപ്പെട്ട് മാത്രം കഴിയാതെ ദൈവകരുണയിൽ ആശ്രയിക്കാനുള്ള ഉപദേശമായി അതിനെ കാണാം. വിശുദ്ധിയുടെ സന്തോഷം ഉൾക്കൊള്ളാനാവു ന്നത് ദൈവസ്നേഹത്തിൽ ആശ്രയിക്കുമ്പോഴാണ്.

OCD സഭാംഗമായ ദിപിനച്ചൻ മുൻ കേരള ആർട്ട്സ് മിനിസ്ട്രി ചാപ്പിൻ ആയിരുന്നു. ചിത്രകലയിലൂടെ ഈശോയെ അനേകർക്ക് പകർന്നു നൽകുന്ന അച്ചൻ ഇപ്പോൾ ഇറ്റലിയിൽ ഐക്കണോ ഗ്രഫിയിൽ ഉന്നത പഠനം നടത്തുന്നു.

ജീസസ് യൂത്ത് വിചിന്തനം

വത്തിക്കാനിലെ സെന്റ് പീറ്റേഴ്സ് സ്ക്വയറിൽ ഏതു ചടങ്ങിനെത്തിയാലും ആദ്യം നമ്മുടെ കണ്ണിൽപ്പെടുന്നത് പലപ്പോഴും അവിടത്തെ സ്വിസ്സ് ഗാർഡുകളുടെ സവിശേഷമായ വേഷവിധാനമായിരിക്കും. സ്വന്തം ജീവൻ ബലികഴിക്കേണ്ടി വന്നാൽ പോലും പാപ്പയെ വിശ്വസ്തതയോടെ സേവിക്കുമെന്ന് പ്രതിജ്ഞയെടുത്തവരാണ് അ വർ. ടൂറിസ്റ്റുകളെ സംബന്ധിച്ച് വത്തിക്കാനിലെ വർണശബളമായ ഒരു കാഴ്ചയാണെങ്കിലും അവർ എല്ലാം തികഞ്ഞ ഒരു സുരക്ഷാ സേന തന്നെയാണ്. പാപ്പയ്ക്കു സംരക്ഷണമൊരുക്കാൻ പരമ്പരാഗത മാർഗങ്ങളും അത്യാധുനികമായ തന്ത്രങ്ങളും കൈവശമുള്ള സൈനികസംഘം. നമുക്ക് വിലപിടിച്ചവയെയാണ് നാം എപ്പോഴുംസംരക്ഷിക്കുന്നത്. ഓരോ രാജ്യവും അവരുടെ നേതാക്കളുടെ സുരക്ഷയ്ക്കായി വലിയ തുകകൾ ചെലവഴിക്കുന്നത് നമുക്ക് അറിയാം. അതുപോലെ തന്നെ നാം സംരക്ഷിക്കേണ്ട ഒന്നിനെക്കുറിച്ച് ബൈബിളും എടുത്തുപറയുന്നുണ്ട്. ജ്ഞാനിയായ സോളമന്റെ വാക്കുകളിൽ, "എല്ലാറ്റിനുമുപരിയായി നിന്റെ ഹൃദയത്തെ സംരക്ഷി

ക്കുക, കാരണം നീ ചെയ്യുന്നതെല്ലാം ഹൃദയത്തിൽ നിന്നാണ് ഉത്ഭവിക്കുന്നത്." നമുക്ക് ഇതിന്റെ പശ്ചാത്തലമൊന്നു മനസ്സിലാക്കാം. "മകനേ, എന്റെ വാക്കുകൾ ശ്രദ്ധിക്കുക; എന്റെ മൊഴികൾക്കു ചെവിതരുക. അവ നിന്റെ ദൃഷ്ടിപഥത്തിൽനിന്നു മാഞ്ഞുപോകാതിരിക്കട്ടെ; അവ നിന്റെ ഹൃദയത്തിൽ സൂക്ഷിക്കുക. എന്തെന്നാൽ അവയെ ഉൾക്കൊള്ളുന്നവന് അവ ജീവനും അവന്റെ ശരീരത്തിന് ഔഷധവുമാണ്. നിന്റെ ഹൃദയത്തെ ജാഗരൂകയോടെ കാത്തുസൂക്ഷിക്കുക; ജീവന്റെ ഉറവകൾ അതിൽനിന്നാണൊഴുകുന്നത്" (സുഭാ 4, 20 23), ദൈവത്തിന്റെ വാക്കുകൾക്കായി നമ്മുടെ ഹൃദയങ്ങളെ തുറന്നുവയ്ക്കാനാണ് വചനം ഇവിടെ നമ്മെ പ്രചോദിപ്പിക്കുന്നത്. കാരണം, യഥാർഥത്തിൽ നമുക്ക് ജീവനും സൗഖ്യവും നൽകുന്നത് ദൈവവചനമാണ്.

ഒരു സ്വിസ്സ് ഗാർഡിന്റെ അച്ചടക്കവും ജാഗ്രതയും ഉടലെടുക്കുന്നത് പാപ്പയുടെ സംരക്ഷണം ഉറപ്പാക്കുമെന്ന പ്രതിജ്ഞയിൽ നിന്നാണ്. അതുപോലെ, നമ്മുടെ ഹൃദയത്തെ ദൈവത്തിനു പ്രതിഷ്ഠിച്ചിരിക്കുന്നതിനാൽ അതിനെ ജാഗ്രതയോടെ സംരക്ഷിക്കേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യകതയുണ്ട്. 'ഹൃദയത്തെ സംരക്ഷിക്കുക' എന്നുവച്ചാൽ സത്യവചനത്താൽ അതിനെ നിരന്തരം പരിപോഷിപ്പിക്കുക എന്നാണർഥം. നിരന്തരമായ വചനധ്യാനം യുക്തിസഹമായി ചിന്തിക്കാനും കൃത്യമായി വിവേചിക്കാനും വിവേകപൂർവമായി തീരുമാനമെടുക്കാനും നമ്മുടെ ബുദ്ധിയെ സഹായിക്കും. സത്യത്തിന്റെ വെളിച്ചത്താൽ നയിക്കപ്പെടുമ്പോൾ നമ്മുടെ തെരഞ്ഞെടുപ്പുകൾ മികച്ചതാവുകയും ജീവിതത്തിന്റെ നിലവാരം അതിശയകരമാം വിധം മെച്ചപ്പെടുകയും ചെയ്യും. നമ്മുടെ ഹൃദയങ്ങളെ സംരക്ഷിക്കാൻ നാം ആദ്യം അവയെ മനസ്സിലാക്കണം. ഓരോരുത്തർക്കും അവരുടേതായ കഴിവുകളും ദൗർബല്യങ്ങളുമുണ്ട്. ചില ഹൃദയങ്ങൾ ആശങ്കയിലേക്കും ഭയങ്ങളിലേക്കും ഇന്ദ്രിയസന്തോഷങ്ങളിലേക്കും വ്യക്തിപരമായ ലക്ഷ്യങ്ങളിലേക്കും നേട്ടങ്ങളിലേക്കുമെല്ലാം ചാഞ്ഞിരിക്കുകയാകും. നന്മയ്ക്കു കാരണമാകുന്ന ചായലുകളെല്ലാം പരിപോഷിപ്പിക്കപ്പെടുകയും ദോഷകരമായവയെ ബോധപൂർവമായ ശ്രമത്തിലൂടെ വഴിതിരിക്കുകയും വേണം. ആശങ്കകളാൽ നിറഞ്ഞ ഒരു വ്യക്തി ദൈവവചനത്തിൽ സ്വയം ആഴ്ന്നിറങ്ങുമ്പോൾ തന്റെ ചിന്തകളും വികാരങ്ങളും കൂടുതൽ വ്യക്തതയോടെ കൈകാര്യം ചെയ്യാൻ പഠിക്കുന്നു.

അയാളുടെ ബൗദ്ധികമണ്ഡലം സത്യത്താൽ രൂപാന്തരപ്പെടുന്നതിനാൽ വീണ്ടും ആശങ്കകളാൽ സ്വാധീനിക്കപ്പെടാൻ അയാൾ അനുവദിക്കില്ല. പകരം, സ്നേഹപിതാവിന്റെ പരിപാലനയിലാണ് താനെന്ന ഉറപ്പിലായിരിക്കും അയാളുടെ ജീവിതം. സ്വിസ്സ് ഗാർഡിനെപോലെ, ശ്രദ്ധാലുവായ ഒരു ഹൃദയം, താൻ ധ്യാനിക്കുന്ന വചനത്തിനനുസൃതമായ ചിന്തകളെ മാത്രമാണ് ഉള്ളിലേക്കു കടക്കാൻ അനുവദിക്കുന്നത്. ഇന്നത്തെ ഡിജിറ്റൽ യുഗത്തിൽ, വിനോദത്തിന്റെയും വിവരങ്ങളുടെയും അതിപ്രസരത്തിലാണ് നാം ജീവിക്കുന്നത്. തൽക്ഷണ സംതൃപ്തിയും സ്വയം പ്രചാരണവും ആഘോഷിക്കുന്ന ഒരു സംസ്കാരം പലപ്പോഴും നമ്മുടെ വികാരങ്ങളെയും ആഗ്രഹങ്ങളെയും നേരിട്ട് സ്വാധീനിക്കുന്നു. നമ്മുടെ ആന്തരികമുറിവുകളും ബലഹീനതകളും കൂടുതലായി നമ്മെ ഈ സ്വാധീനങ്ങൾക്ക് ഇരയാക്കാനിടയുണ്ട്. സത്യത്തിന്റെയും ജ്ഞാനത്തിന്റെയും വെല്ലുവിളിനിറഞ്ഞ ഇടുങ്ങിയ പാത തെരഞ്ഞെടുക്കുന്നതിനു പകരം, ക്ഷണികമായ ആനന്ദത്തിന്റെയും ദ്രുത പരിഹാരങ്ങളുടെയും പാത നമുക്ക് കൂടുതൽ പ്രലോഭനകരമായി തോന്നിയേക്കാം. എന്നാൽ, ഇടുങ്ങിയ വഴികളിലൂടെ നടന്നു പക്വമായ തെരഞ്ഞെടുപ്പുകളിലേക്കെത്താനാണ് യേശു നമ്മെ വിളിക്കുന്നത്. അതുകൊണ്ടാണ് ദൈവവചനം ജീസസ് യൂത്തിന്റെ അടിസ്ഥാന തൂണുകളിലൊന്നായത്.

നമ്മുടെ ഹൃദയം അതിന്റെ ദൗർബല്യങ്ങളിലേക്കു ചായാതെ ജീവദായകമായ വചനത്തിലേക്കു ശ്രദ്ധയൂന്നുമ്പോൾ നാം ദൈവരാജ്യത്തിന്റെ പക്വതയാർന്ന, ധീരരായ സ്ഥാനപതികളായിമാറും. ഇതു തുടർന്നുകൊണ്ടേയിരിക്കുന്ന രൂപീകരണ പ്രക്രിയയാണ്. ഹൃദയത്തിനു കാവൽ ഏർപ്പെടുത്താതിരുന്നാൽ ഇതിനു വിപരീതമായതാണു സംഭവിക്കുക. സോളമൻ രാജാവിനു സംഭവിച്ചതുപോലെ നമ്മുടെ ഹൃദയം സ്വാർഥമായ അന്വേഷണങ്ങളിലേക്ക് തെന്നിമാറും. ഹൃദയം കാത്തു സൂക്ഷിക്കുന്നതിന്റെ പ്രാധാന്യം നന്നായി മനസ്സിലാക്കിയിരുന്നിട്ടും അതിനെക്കുറിച്ച് എഴുതിയിട്ടുപോലും തന്റെ ജീവിതത്തിൽ അതു പ്രാവർത്തികമാക്കുന്നതിൽ അദ്ദേഹം പരാജയപ്പെടുന്നു. നമ്മോടുള്ള ചോദ്യം ഇതാണ്: ദൈവം നമ്മുടെ ഹൃദയങ്ങൾക്കു കൽപിച്ചിരിക്കുന്ന അനന്തമായ മൂല്യം നമ്മുടെ ഹൃദയത്തിനു നാം നൽകുന്നുണ്ടോ?

സ്പോർട്സും വിശ്വാസവും - ജോബി ബേബി, കുവൈറ്റ്

കർട്ട് വാർണർ (Kurt Warner)

"ഉന്നതങ്ങളിലുള്ള എന്റെ കർത്താവിനും രക്ഷകനും സ്തുതിയും മഹത്വവും"

അമേരിക്കയുടെ ചരിത്രത്തിലെ ഏറ്റവും നല്ല National Football League (NFL) കളിക്കാരിൽ ഒരാളായ വാർണർ തന്റെ ക്രൈസ്തവ വിശ്വാസം ലോകത്തോട് തുറന്നുപറയാൻ ഒരിക്കലും മടി കാണിച്ചിരുന്നില്ല. തന്റെ ജീവിതത്തിലെ പ്രതിസന്ധി ഘട്ടങ്ങളിൽ എല്ലാം അദ്ദേഹം ദൈവത്തെയും ദൈവത്തിലുള്ള തന്റെ വിശ്വാസവും മുറുകെ പിടിച്ചിരുന്നു. ബില്ലി ഗ്രഹാമിന്റ ക്രൂസേഡിൽ വച്ചാണ് തന്റെ ജീവിത സാക്ഷ്യം കർട്ട് വാർണർ ലോകത്തോട് വിളിച്ചുപറഞ്ഞത്. ഒന്നാമതായി, ഞാൻ പറയാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നു, "ദൈവം മഹോന്നതനല്ലേ." ബില്ലി ഗ്രഹാമിന്റെ സത്യസന്ധത തന്റെ ജീവിതത്തിൽ വലിയ സ്വാധീനം ചെലുത്തിയതായി കർട്ട് വാർണർ തന്റെ പ്രസംഗത്തിൽ പറഞ്ഞു. 1999 ഒക്ടോബറിൽ സെന്റ് ലൂയിസിൽ വച്ചാണ് അദ്ദേഹം തന്റ സാക്ഷ്യം കാണികളുമായി പങ്കുവച്ചത്.

ഇരിപ്പിടങ്ങൾ നിറഞ്ഞ് കവിഞ്ഞ ഈ സ്റ്റേഡിയത്തിൽ ഞാൻ നിരവധി തവണ വന്നുപോയിട്ടുണ്ട്. പക്ഷേ, ഇപ്പോൾ ഉള്ളതുപോലെ ഞാൻ ഒരിക്കലും ആശ്ചര്യപ്പെട്ടിട്ടില്ല. കാരണം, എനിക്ക് ടച്ച്ഡൗൺ പാസുകൾ (ബേസ് ബോൾ) എറിയാൻ കഴിയുമെന്നും ഫുട്ബോൾ ഗെയിമുകൾ ജയിക്കാൻ കഴിയുമെന്നും ഇവിടെയിരിക്കുന്ന നിങ്ങൾ ഓരോരുത്തർക്കും അറിയാം എന്നതിൽ എനിക്ക് അതിയായ സന്തോഷമുണ്ട്. എന്നാൽ, തന്റെ കർത്താവും രക്ഷകനുമായ യേശുക്രിസ്തുവിനെ കുറിച്ച് ഞാൻ സംസാരിക്കുന്നത് കേൾക്കാൻ നിങ്ങൾ ഇപ്പൊൾ ഇവിടെയുള്ളതിനാൽ ഞാൻ അതിലേറെ സന്തോഷിക്കുന്നു.

നിങ്ങൾക്കറിയാമോ, ചെറുപ്പത്തിൽ പള്ളിയിൽ പോയിരുന്ന ഒരു മതപശ്ചാത്തലം എനിക്ക് ഉണ്ടായിരുന്നു. എന്നാൽ, എന്റെ ജീവിതത്തിലുടനീളം, നിങ്ങൾക്കറിയാമോ, വളരെക്കാലം ജീവിതം എപ്പോഴും ഒരു വശത്തും എന്റെ കർത്താവ് മറുവശത്തും ആയിരുന്നു. എല്ലായ്പ്പോഴും രണ്ട് വ്യത്യസ്ത ധ്രുവങ്ങളിലായിരുന്നു. നിങ്ങൾക്കറിയാമോ, ഞാൻ ഇവിടെയുണ്ടായിരുന്നു. ഞാൻ എന്റേതായ ജീവിതം നയിക്കുകയായിരുന്നു. എനിക്കിഷ്ടമുള്ള കാര്യങ്ങൾ ചെയ്യണമെന്നത് ഞാൻ ചെയ്തുകൊണ്ടിരുന്നു. മാനുഷിക മാനദണ്ഡങ്ങൾക്ക് അനുസൃതമായി ഒരു നല്ല ജീവിതം നയിക്കാൻ ശ്രമിച്ചു. എപ്പോഴെങ്കിലും ഞാൻ അത് തെറ്റിച്ചാലോ, അല്ലെങ്കിൽ എന്റെ അമ്മ എന്നെ പള്ളിയിൽ പോകാൻ പ്രേരിപ്പിച്ചപ്പോഴെല്ലാം, ഞാൻ പോയി പ്രാർഥിക്കുകയും കാര്യങ്ങൾ ചെയ്യുകയും ചെയ്തു. എന്നാൽ, അവയെപ്പോഴും വിശ്വാസത്തിൽ ഉറച്ച കാര്യങ്ങളായിരുന്നില്ല.

ഏകദേശം നാല് വർഷം മുമ്പ്, എന്റെ ഭാര്യയുടെയും (ബ്രിൻഡ) ചില അടുത്ത സുഹൃത്തുക്കളുടെയും സഹായത്തിന് നന്ദി; ഞാൻ വീണ്ടും ദൈവത്തോട് അടുത്തു. എന്റെ ഭാര്യയുടെ വിശ്വാസ ജീവിതം എന്നെ വളരെയധികം സ്വാധീനിച്ചു, പ്രത്യേകിച്ച് സാമ്പത്തികമായി ഞാൻ തകർന്ന അവസ്ഥയിലൂടെ കടന്നുപോയപ്പോഴും, സൂപ്പർ മാർക്കറ്റിൽ സ്റ്റാഫായി ജോലി ചെയ്തപ്പോഴും, നല്ല ടീമുകളിൽ ഇടം കിട്ടാതെ ഞാൻ

പുറന്തള്ളപ്പെട്ടപ്പോഴുമെല്ലാം അവളുടെ ക്രിസ്തുവിലുള്ള വിശ്വാസവും പ്രത്യാശയും എനിക്ക് കരുത്തേകി. എന്റെ കർത്താവും രക്ഷകനുമായ യേശുക്രിസ്തുവിന് എന്റെ ജീവൻ നൽകുക എന്നതിൽ കൂടുതലായി എനിക്ക് ഒന്നും ചെയ്യുവാൻ ഉണ്ടായിരുന്നില്ല, അത് അതിശയകരമായിരുന്നു. എന്റെ ഈ ജീവിതവും ഞാൻ ഭൂമിയിൽ ഉള്ളതിന്റെ കാരണവും സ്വർഗത്തിലുള്ള ദൈവത്തെ സ്തുതിക്കുകയും ആരാധിക്കുകയും ചെയ്യുക എന്നതിനുള്ളതാണ് എന്നതാണ് എന്റ ഏറ്റവും വലിയ തിരിച്ചറിവ്.

ആ സമയം മുതൽ എന്റെ ജീവിതം മാറി. മാത്രമല്ല, ഞാൻ പ്രതീക്ഷിച്ചിരുന്ന രീതിയിൽ അത് എല്ലായ്പ്പോഴും നടന്നില്ല. അത് ഞാനെഴുതിയ തിരക്കഥയായിരുന്നില്ല. എന്നാൽ, ഇന്ന് രാത്രി ഇവിടെയിരിക്കുകയും കഴിഞ്ഞ അഞ്ചാഴ്ചയ്ക്കുള്ളിൽ എന്താണ് സംഭവിച്ചതെന്ന് കാണുകയും ചെയ്തപ്പോൾ, കർത്താവ് എന്നെ അവന്റെ വഴിയിൽ കൊണ്ടുവന്നതിന് ഒരു കാരണമുണ്ടെന്ന് ഞാൻ മനസ്സിലാക്കുന്നു. അവന് എന്നെക്കുറിച്ച് ഒരു മനോഹര പദ്ധതിയുണ്ടായിരുന്നു എന്ന് ഞാൻ മനസ്സിലാക്കുന്നു.

നാല് വർഷം മുമ്പ്, അഞ്ച് വർഷം മുമ്പ്, അല്ലെങ്കിൽ ആറ് വർഷം മുമ്പ് ഞാൻ ഇതിന് തയ്യാറാകില്ലായിരുന്നുവെന്ന് ദൈവത്തിനറിയാമായിരുന്നു. നിങ്ങൾക്കറിയാമോ, ജീവിതത്തിൽ ശരിക്കും പ്രധാനപ്പെട്ട കാര്യങ്ങളിൽ ഞാൻ ശ്രദ്ധ കേന്ദ്രീകരിച്ചിരുന്നില്ല. ടച്ച്ഡൗൺ പാസുകൾ എറിഞ്ഞ് ധാരാളം പണം സമ്പാദിക്കാനും അത്തരം കാര്യങ്ങൾ ചെയ്യുന്നതിലും ഞാൻ സന്തുഷ്ടനായിരുന്നു. എന്നാൽ, ഇപ്പോൾ ഞാൻ ഈ മൈതാനത്ത് ചുവടു വയ്ക്കുമ്പോൾ ചില ടച്ച്ഡൗൺ പാസുകൾ എറിഞ്ഞ് ഫുട്ബോൾ ഗെയിമുകൾ ജയിക്കാൻ കഴിയുമ്പോൾ, ഞാൻ ചിന്തിക്കുന്നത് ഇതെങ്ങനെ എന്റെ കർത്താവിനെയും രക്ഷകനെയും മഹത്ത്വപ്പെടുത്താനും സ്തുതിക്കാനും ഉപയോഗിക്കാം എന്നാണ്.

ഞാൻ ആരാണെന്ന് ആളുകൾ എന്നോട് ചോദിക്കുമ്പോൾ, എനിക്ക് പറയാൻ കഴിയും ഞാൻ ഒരു ഭക്തനായ ക്രിസ്ത്യാനിയാണ്. ഞാൻ ഒരു ഫുട്ബോൾ കളിക്കാരൻ മാത്രമല്ല. അതുമാത്രമായിരുന്നു. എന്നാൽ, ഇന്ന് ക്രിസ്തുവിനുവേണ്ടി ജീവിതം നയിക്കുന്ന ഒരാളാണ് ഞാൻ. ഞാൻ ചെയ്യാൻ ശ്രമിക്കുന്നത് ഇതാണ് – ക്രിസ്തുവിന്റ സ്നേഹം പങ്കിടുകയും ഞാൻ ഉൾപ്പെടുന്ന എല്ലാവരുമായും ക്രിസ്തുവിന്റ ശുശ്രൂഷയും അവന്റെ വചനവും പങ്കിടാനുള്ള എല്ലാ അവസരങ്ങളും പ്രയോജനപ്പെടുത്തുകയും ചെയ്യുകയാണ്.

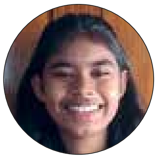
അമേരിക്കയിലെ പ്രസിദ്ധങ്ങളായ St. Louis Rams, Arizona Cardinals, New York Giants തുടങ്ങിയ ടീമുകളിലും ക്ലബ്ബുകളിലും എല്ലാം കർട്ട് വാർണർ പ്രസിദ്ധി നേടിയിട്ടുണ്ട്. നിരവധി പുരസ്കാരങ്ങളും ബഹുമതികളും ഇന്നും തിരുത്താൻ കഴിഞ്ഞിട്ടില്ലാത്ത റെക്കോർഡുകളും അദ്ദേഹം നേടിയിട്ടുണ്ട്.

Curt Warner Autism Foundation–ന്റെ സ്ഥാപക നേതാവും പ്രസിഡന്റും ആണദ്ദേഹം. Camas High School–ലെ കോച്ചായി അദ്ദേഹം ജോലി ചെയ്യുന്നു. അമേരിക്കയിലെ വാഷിങ്ടണിൽ തന്റെ ഏഴ് മക്കളോടും പേരക്കുട്ടികളോടും ഭാര്യയോടുമൊപ്പം കർട്ട് വാർണർ ജീവിക്കുന്നു.

കർത്താവ് അരുളിച്ചെയ്യുന്നു: "നിങ്ങളെക്കുറിച്ചുള്ള പദ്ധതി എന്റെ മനസ്സിലുണ്ട്. നിങ്ങളുടെ നാശത്തിനല്ല, ക്ഷേമത്തിനുള്ള പദ്ധതിയാണത് – നിങ്ങൾക്കു ശുഭമായ ഭാവിയും പ്രത്യാശയും നൽകുന്ന പദ്ധതി" ജെറമിയ (29, 11).

ലേഖകൻ കുവൈറ്റിൽ നഴ്സായി ജോലി ചെയ്യുന്നു.

കർട്ട് വാർണർ തന്റെ ഭാര്യയോടും മക്കളോടും പേരക്കുട്ടികളോടുമൊപ്പം



ടീൻസ്പിരിറ്റ് റെയിൻബോ - പ്രിൻസി റോസ് പി ജി

തിരുവോസ്തിയായി എന്നിൽ അലിഞ്ഞ സ്നേഹം

ഞാൻ ആറാം ക്ലാസ്സിൽ പഠിക്കുമ്പോഴാണ് ലോക്ക്ഡൗൺ വരുന്നത്. പൊതുവേ ഒരു എക്സ്ട്രോവേർട്ട് ആയിട്ടുള്ള ഒരാളാണ് ഞാൻ. ശരിക്കും ലോക്ഡൗൺ സമയത്ത് ഞങ്ങൾ പാവം 'എക്സ്ട്രോവേർട്ടുകൾക്കാണ് പണി കിട്ടിയതെന്ന് പലപ്പോഴും തോന്നിയിട്ടുണ്ട്. ചെല ചെലാന്നു വർത്താനോം പറഞ്ഞ് ഇങ്ങനെ പറന്നു നടക്കുമ്പോ പെട്ടെന്നൊരു ദിവസം പിടിച്ച് കൂട്ടിലിട്ട ഒരവസ്ഥ. ആദ്യമൊക്കെ അഡ്ജസ്റ്റ് ചെയ്യുമായിരുന്നു. ഒരു വെക്കേഷൻ പോലെ. പക്ഷേ പിന്നെ പിന്നെ മടുപ്പായി. ആ പ്രായത്തിന്റേതായിരിക്കാം; 'എന്നെ ആർക്കും വേണ്ട..എന്നെ ആരും ശ്രദ്ധിക്കുന്നില്ല, സ്നേഹിക്കുന്നില്ല' എന്ന തോന്നലൊക്കെ എനിക്ക് തലക്ക് പിടിച്ച് ഇരിക്കുവായിരുന്നു.

അങ്ങനെ നമ്മളെ ആർക്കും വേണ്ടാതെ, നമുക്കുതന്നെ നമ്മൾ ഒരു ഭാരമായി തോന്നിയിരുന്ന സമയം. പ്രത്യേകിച്ച് വേറെ പരിപാടിയൊന്നും ഇല്ലാത്തതുകൊണ്ട് ഞാൻ ആ സമയത്തൊക്കെ ശാലോം ടൈംസ് മാഗസിനിൽ എനിക്ക് ഇന്ട്രസ്റ്റിംഗ് ആയിട്ട് തോന്നുന്ന എന്തെങ്കിലും വായിക്കുമായിരുന്നു.

അങ്ങനെ ഒരു മാസികയിൽ വി. ഫൗസ്റ്റിനയുടെ ഡയറിക്കുറിപ്പുകളിലെ ഒരു കുഞ്ഞു ഭാഗം വായിച്ചു. അതിങ്ങനെ ആയിരുന്നു: ഈശോയെ നീ എന്നെ പൂർണമായും സ്നേഹിക്കുന്നുണ്ടോ? നിനക്കെന്നോട് സ്നേഹത്തിനു എന്തെങ്കിലും കുറവുണ്ടെങ്കിൽ ഇന്നത്തെ കുർബാനയിൽ എന്നിലേക്ക് ഒരു പകുതി ഓസ്തിയായി നീ വന്നാൽ മതി. പക്ഷേ അന്ന് പുണ്യവതിക്ക് ലഭിച്ചത് രണ്ട് പകുതി ഓസ്തി ആയിരുന്നു. ഞാൻ നിന്നെ പൂർണമായും സ്നേഹിക്കുന്നു എന്ന അർത്ഥത്തിൽ. ഇതങ്ങട് വായിച്ച് കഴിഞ്ഞപ്പോ എന്റെയുള്ളിൽ ഒരു ചിന്ത. 'ഓ.. ഫൗസ്റ്റീന പുണ്യവതിക്കൊക്കെ ഈശോ സ്നേഹം തെളിയിച്ച് കാണിച്ചുകൊടുക്കും. ഇതൊക്കെ സത്യം ആണോന്ന് നമുക്കും അറിയണ്ടേ?... 'ഞാനും പറഞ്ഞു: 'അടുത്ത കുർബാനയിൽ വലിയ ഓസ്തിയുടെ ഒരു ഭാഗമാണ് എനിക്ക് കിട്ടുന്നതെങ്കിൽ അത് ഒരു I LOVE YOU ആയിട്ടായിരിക്കും ഞാൻ കാണുന്നതെന്ന്. പിന്നെ ഞാനത് മറന്നു.

കാലം കുറച്ച് മുന്നോട്ട് പോയി. ഞാൻ എട്ടാം ക്ലാസ്സിൽ ആയി. അന്ന് പറഞ്ഞതൊക്കെ അപ്പോൾ തന്നെ മറന്ന ആളാണ് ഞാൻ. പഴയതും പുതിയതുമായ സങ്കടങ്ങളും തരികിടകളും ഒക്കെ മൂർധന്യാവസ്ഥയിൽ ആയിനടക്കുന്ന സമയം. അങ്ങനെ ഞങ്ങളുടെ പള്ളിയിലെ ഒരു തിരുന്നാൾ ദിവസം. അന്ന് കുർബാനയ്ക്കിരുന്നപ്പോൾ എനിക്ക് വല്ലാത്ത സങ്കടം. ഞാൻ കരയുകയാണ്. കൊയറുകാരുടെ സൈഡിൽ തന്നെ ഇരുന്നതുകൊണ്ട് ഇടയ്ക്ക് എങ്ങലടികൾ ഉണ്ടെങ്കിലും ആരും കേൾക്കുന്നില്ലായിരുന്നു. കുർബാന സ്വീകരണ സമയത്തൊക്കെ നല്ല തിരക്കായിരുന്നു. മുഖത്തോടുമുഖം നോക്കി കുർബാന സ്വീകരിക്കാൻ നിൽക്കുമ്പോൾ ഒരു ഗ്യാപ്പിൽ കൂടെ എന്റെ കൈ മാത്രമേ അച്ചന് കാണാൻ പറ്റൂ. എനിക്ക് അച്ചനെ കാണാമായിരുന്നു. ഞങ്ങൾ ആദ്യത്തെ വരിയായിരുന്നു. ഇനിയും ഒത്തിരി പേർക്ക് കുർബാന കിട്ടുവാൻ ഉണ്ട്. എന്റെ തൊട്ടടുത്ത് നിൽക്കുന്ന ചേച്ചി വരെയും അച്ചൻ വളരെ വേഗത്തിൽ വട്ടത്തിലുള്ള കുഞ്ഞ് ഓസ്തികൾ കൊടുക്കുന്നു. എന്റേതായപ്പോൾ അച്ചൻ നിന്നു. മുകളിലുള്ള കുഞ്ഞ് ഓസ്തികൾ അച്ചൻ വകഞ്ഞു മാറ്റുകയാണ്. ഏറ്റവും താഴെ നിന്ന് വലിയ ഓസ്തിയുടെ ഒരു ഭാഗമെടുത്ത് അച്ചൻ എന്റെ കൈകളിലേക്ക് വച്ചു... പെട്ടെന്നാണ് അന്ന് ഞാൻ പറഞ്ഞത് എനിക്ക് ഓർമ വരുന്നത്. എന്റെ മനസ്സിനും ഈശോയ്ക്കുമല്ലാതെ മറ്റാർക്കും അതറിയില്ല. ആ ഓസ്തി എന്റെ നാവിലലിഞ്ഞ് തീരുമ്പോ ഞാൻ അറിയുകയായിരുന്നു ഞാൻ മറന്നുപോയെങ്കിലും ഞാൻ പിന്നീട് ഒരിക്കലും തിരിഞ്ഞു നോക്കിയിരുന്നില്ലായെങ്കിലും അവൻ എന്നെ സ്നേഹിക്കുകയായിരുന്നെന്ന്.

നമ്മൾ വലിയ പുണ്യവാന്മാരൊന്നും അല്ലെങ്കിലും എത്രയൊക്കെ തരികിടയായാലും ഇതുപോലെ ഒന്നവന്റെ അടുത്തിരുന്ന് പൊട്ടിക്കരഞ്ഞാൽ ഈശോ നമ്മളെ 'നമ്മൾ മാത്രമേ അവനുള്ളൂ' എന്നപോലെ സ്നേഹിക്കും. കാരണം, കാണാതെപോയ ആ ഒരാടിനേക്കാൾ വലുതായിരുന്നില്ല അവന് മറ്റൊന്നും!

മനനം – ഡോ. സിന്ധു

മനുഷ്യർ എപ്പോഴും സുഖമായിരിക്കാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നു

കുടുംബത്തിൽ നാം പരസ്പരം മനസ്സിലാക്കിയും പങ്കുവച്ചും സഹായിച്ചും സ്നേഹിച്ചും ഐക്യത്തിൽ ജീവിക്കുമ്പോൾ മനസ്സിന് സമാധാനവും സന്തോഷവും കിട്ടുന്നു. ഇതിനുവേണ്ടി നാം ചെയ്യേണ്ടത് എന്താണെന്നുള്ളത് പ്രധാനമാണ്. പരിശുദ്ധാത്മാവിന്റെ ഫലങ്ങളും ദാനങ്ങളും നമുക്ക് അനുസ്യൂതം ലഭിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കണം. അതിനായി നമ്മുടെ കോപം, വാശി, ദേഷ്യം, വഴക്ക്, അഹങ്കാരം, വെറുപ്പ്, സ്വാർഥത എല്ലാം നീക്കി ഹൃദയത്തിൽ എളിമയും വിനയവും വിശുദ്ധിയും നിറയ്ക്കണം.

നമ്മുടെ ദുർവികാരങ്ങൾ ശരീരത്തിലെ പല ഹോർമോണുകളുടെയും വ്യതിയാനങ്ങൾക്കു കാരണമാകുന്നു. നമുക്കുണ്ടാകുന്ന സമ്മർദങ്ങളും മുറിവുകളും മനസ്സിനെ ബാധിക്കുന്നത് കൂടാതെ വിവിധതരം ഹോർമോണുകളുടെ ഉത്പാദനത്തെയും അതിന്റെ പ്രവർത്തനങ്ങളെയും ബാധിക്കുന്നു. ഇന്ന് പലർക്കും പ്രമേഹം വരാനുള്ളതിന്റെ ഒരു കാരണം അഡ്രിനൽ ഗ്ല ാന്റ് പുറപ്പെടുവിക്കുന്ന ഗ്ല ൂക്കോ കോർട്ടികോയ്ഡ്സ് എന്ന ഹോർമോൺ സ്ട്രെസ്സ് മൂലം കൂടുതലായി ഉത്പാദിപ്പിച്ച് അത് കരളിലെ പ്രവർത്തനങ്ങളെ ബാധിക്കുന്നതാണ്. കരളിലെ കോശങ്ങളിൽ ബ്രേക്ക് ഡൗൺ സംഭവിക്കുകയും ഗ്ല ൂക്കോസ് ആയി മാറുകയും രക്തത്തിലേക്ക് കൂടുതലായി പ്രവഹിക്കുകയും അങ്ങനെ ഡയബറ്റിക്കിൽ ചെന്ന് അവസാനിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. അങ്ങനെ ശരീരത്തിലെ ഓരോ അവയവങ്ങളും മനസ്സും വികാരങ്ങളുമായി ബന്ധപ്പെട്ട് കിടക്കുന്നു എന്ന് കാണാം. ശരീരത്തിൽ നെഗറ്റീവ് ചിന്തകൾ കൊണ്ട് ഉത്പാദിപ്പിക്കപ്പെടുന്ന പല എൻസൈമുകളുമുണ്ട്. Stress and anxiety മൂലം കോർട്ടിസോൾ ഉദ്പാദിപ്പിക്കുന്നു. ഇത് കരളിന്റെ എൻസൈം ലെവലിനെ ബാധിക്കുന്നു. പലകരൾ രോഗങ്ങൾക്കും കാരണം ഇതുതന്നെയാണ്. എല്ലുകളിൽ പോലും പലവിധ രാസവ്യത്യാസങ്ങൾ സംഭവിക്കാൻ ഇത് കാരണമാകുന്നു. ശരീരത്തിന്റെ രാസഘടനകളെ, പേശികളെ, രക്തകോശങ്ങളെ, രക്തധമനികളെ, നാഡീ ഞരമ്പുകളെയെല്ലാം ഇത് ബാധിക്കും. ദീർഘനാളായുള്ള അലർജികൾ, ത്വക്ക് രോഗങ്ങൾ, ഉദരരോഗങ്ങൾ ഇവയ്ക്കെല്ലാം ഇത് കാരണമാകുന്നു. നമുക്ക് ശുദ്ധീകരണം അത്യാവശ്യമാണ്. അത് മനസ്സിനും ആത്മാവിനും ശരീരത്തിനും ആവശ്യമാണ്. അടിച്ചമർത്തിവയ്ക്കുന്ന ദുഃഖം, വൈരാഗ്യം ഇവയെല്ലാം വേറൊരു തരത്തിൽ, വേറൊരു തലത്തിൽ ശരീരത്തിലെ കേടുപാടുകളായി ബഹിർഗമിക്കും. ക്യാൻസർ പോലുള്ള രോഗങ്ങൾ പലതിനും ഇതാണ് കാരണമായി ഭവിക്കുന്നത്.

ഒരുപാട് ജോലി സംബന്ധമായ കാര്യങ്ങൾ ചെയ്തു തീർക്കാനുണ്ടായിരുന്നു. അങ്ങനെ നീളുന്ന ഒരു ലിസ്റ്റ്. ഇതിന്റെ എല്ലാം പരിസമാപ്തി രാവിലെ എഴുന്നേൽക്കുമ്പോഴേ തുടങ്ങുന്ന തലവേദനയും. ശരീരത്തിലെ ഒരു ഭാഗം മാത്രമായ തലയ്ക്കുണ്ടാകുന്ന വേദനയാണെങ്കിലും ആ വേദന ആ വ്യക്തിയെ മുഴുവനായും ബാധിക്കുന്നു. അതുകൊണ്ടുതന്നെ എന്റെ തലയ്ക്ക് വേദന എടുക്കുന്നു എന്നല്ല എനിക്ക് തല വേദനിക്കുന്നു എന്നാണു പറയുന്നത്. അപ്പോൾ എന്റെ ശരീരത്തിനോ ശരീരത്തിന്റെ ഏതെങ്കിലും ഭാഗത്തിനോ അല്ല, ഞാനെന്ന വ്യക്തിക്കാണ് എല്ലാത്തിനുമുപരി പ്രാധാന്യമുള്ളത്. ജീവിത വ്യഗ്രതകൾ കൊണ്ട് നിറഞ്ഞ ഈ ലോകത്തിലെ നമ്മുടെ ജീവിതത്തിൽ മനസ്സിനെയും ആത്മാവിനെയും ശരീരത്തെയും ഒരുപോലെ ശ്രദ്ധിച്ചാലേ ആരോഗ്യത്തോടെയിരിക്കാൻ നമുക്ക് സാധിക്കുകയുള്ളൂ. പരസ്പരം കണ്ടുമുട്ടുമ്പോഴും ഫോണിലൂടെയും ഒക്കെ നാം മറ്റുള്ളവരോട് ആദ്യം

എന്റെ ശരീരത്തിനോ ശരീരത്തിന്റെ ഏതെങ്കിലും ഭാഗത്തിനോ അല്ല, ഞാനെന്ന വ്യക്തിക്കാണ് എല്ലാത്തിനുമുപരി പ്രാധാന്യമുള്ളത്.

അന്വേഷിക്കുന്നത് സുഖമാണോ എന്നല്ലേ. അതിനർഥം മനുഷ്യർ എപ്പോഴും സുഖമായിരിക്കാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നു എന്നതാണ്. സുഖമായിരിക്കുന്നതിന് വേണ്ട ആദ്യവും പ്രധാനവുമായ ഘടകം മനസ്സിന്റെ സന്തോഷവും സമാധാനവും ശാന്തതയുമാണ്.

അതിനാൽ നാമാദ്യം നമ്മുടെ ചിന്തകളെയും പ്രവർത്തികളെയും ശുദ്ധീകരിച്ച് ജീവിതം മുന്നോട്ടു കൊണ്ടു പോകാൻ ശ്രമിക്കണം. പ്രാർഥനയില്ലാതെ ഇത് സാധിക്കുകയുമില്ല. ആകുലചിന്തകളിൽ നിന്ന് മോചനം പ്രാപിച്ച് ആത്മീയ ചിന്തകളിലേക്ക് മനസ്സ് വളരുമ്പോൾ ഹൃദയത്തിൽ ശാന്തതയും സമാധാനവും നിറയും. Taxing organs in anyway can lead to complete distortion of body. ലഹരികളിലേക്ക് നാം അറിഞ്ഞുകൊണ്ട് പോവുകയില്ല, മറിച്ച് വഴുതി വീഴുകയാണ് ചെയ്യാറുള്ളത്. ശ്രദ്ധക്കുറവുകൾ മൂലം തകർച്ചകളിലേക്ക് നിപതിക്കാതെ അതീവ ജാഗ്രതയോടും ഉത്സാഹത്തോടും ജീവിതം മനോഹരമാക്കുകയാണ് വേണ്ടത്. പ്രാർഥനയും വിശുദ്ധിയും ചേർത്ത് ചിട്ടയായ ദൈനംദിന ക്രമങ്ങളിലൂടെയും നമുക്കിത് നേടിയെടുക്കാനാവും. ഇതിനായി സ്നേഹ സമ്പന്നനായ ദൈവം അവിടത്തെ വത്സല മക്കളായ നമ്മെ എപ്പോഴും സഹായിക്കട്ടെ.

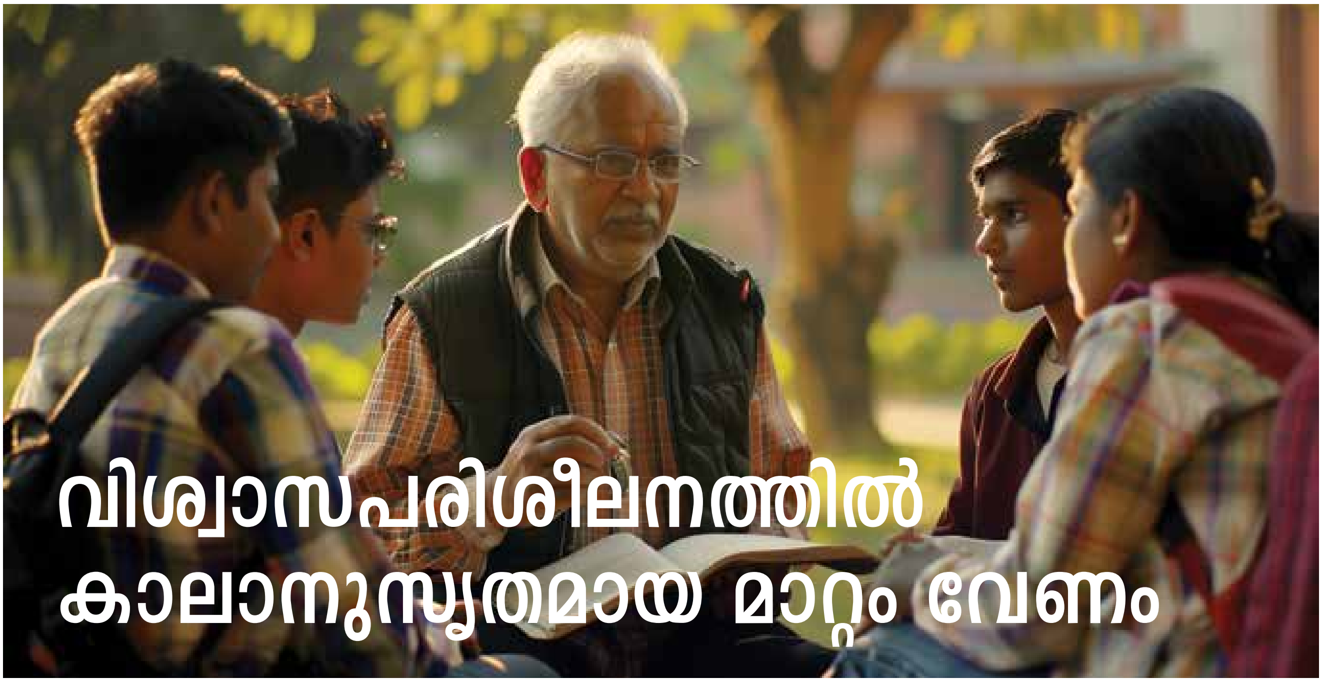
ഡോക്ടർ സിന്ധു, ആശംസ് ഹോമിയോ ക്ലിനിക് പാലക്കാട്. ഭർത്താവിനോടും രണ്ട് മക്കളോടും ഒപ്പം പാലക്കാട് താമസിക്കുന്നു.

ക്രൈസ്തവ മൂല്യങ്ങൾ ഇല്ലാതാകുമ്പോൾ !

ലിംഗഭേദം വേണ്ട, വിവാഹം പഴഞ്ചനാണ്, മക്കളെ വളർത്തുന്നത് ബുദ്ധിമുട്ടാണ്, പ്രസവാരിഷ്ടതകൾ സഹിക്കേണ്ടതില്ല, മാതാപിതാക്കൾ തനിയെ അല്ലെങ്കിൽ സർക്കാർ സംവിധാനങ്ങളിൽ അവസാനകാലത്ത് കഴിഞ്ഞുകൊള്ളണം, എന്റെ ശരീരം എന്റെ സ്വാതന്ത്ര്യം, ഇഷ്ടമുള്ളവരുടെ കൂട്ടത്തിൽ താമസിക്കാനുള്ള സ്വാതന്ത്ര്യം, കുടുംബത്തിന് പ്രസക്തിയില്ല എന്ന് തുടങ്ങിയ ലിബറൽ ചിന്താഗതികൾ ആധിപത്യ മുറപ്പിച്ചതോടെയാണ് യൂറോപ്പ് ഇന്ന് നാശത്തിന്റെ വക്കിലെത്തിയിരിക്കുന്നത്, ഈ കാഴ്ചപ്പാടുകൾ പുരോഗമനം എന്നാണ് വയ്പ്. മതം മനുഷ്യന്റെ സ്വാതന്ത്ര്യത്തെ വരിഞ്ഞുമുറുക്കുന്നു. അതിനാൽ മതമില്ലാത്തവരായി ജീവിക്കുന്നു. എന്താണ് ധാർമികതയെന്ന് ഓരോരുത്തർക്കും തീരുമാനിക്കാം.

നമ്മുടെ നാട്ടിലും പുതുതലമുറയിൽ പെട്ട ധാരാളം പേർ സ്വാതന്ത്ര്യത്തിന്റെ അനന്തവിഹായസിലേക്ക് പറക്കാൻ വെമ്പൽ കൊള്ളുന്നവരാണ്. ക്രൈസ്തവ മൂല്യങ്ങൾ അവരെ വീർപ്പുമുട്ടിക്കുന്നു എന്നാണ് വിവക്ഷ. പാശ്ചാത്യ സംസ്കാരത്തിലേക്ക് പറിച്ചുനടാനാഗ്രഹിക്കുന്ന ചിലരെങ്കിലും മൂല്യങ്ങളെ മാനിക്കാൻ മടികാട്ടുന്നവരാണ്. തങ്ങൾ ഉദ്ദേശിക്കുന്ന സ്വാതന്ത്ര്യത്തിന് ഇവിടത്തെ നിയമങ്ങളും നിയന്ത്രണങ്ങളും വിലങ്ങുതടിയാണെന്ന് അവർ വിശ്വസിക്കുന്നു. മനസ്സിൽ തോന്നുന്നതെല്ലാം പ്രവർത്തിക്കാനുള്ള അവസരങ്ങളാണ് സ്വാതന്ത്ര്യമെന്ന് കരുതുന്നുവെങ്കിൽ ഇയാംപാറ്റകളുടെ അനുഭവത്തിലേക്കായിരിക്കും അവരുടെ വിധി കാത്തിരിക്കുന്നതെന്ന് കരുതേണ്ടിവരും.

ദൈവികമായ സംവിധാനങ്ങളെ എന്നൊക്കെ മാറ്റി നിറുത്തിയിട്ടുണ്ടോ അതെല്ലാം തകർന്നടിഞ്ഞിട്ടുണ്ടെന്നുള്ളതാണ് ചരിത്രം രേഖപ്പെടുത്തിയിരിക്കുന്നത്. നശിച്ചുപോകുന്ന സംസ്കാരത്തിന് പകരം പുതിയത് വരും അല്ലെങ്കിൽ ആ ദേശം നാമാവശേഷമാക്കപ്പെടും. ഗ്രീക്ക്, സുമേറിയൻ, ഈജിപ്ഷ്യൻ, സിന്ധു, റോമൻ എന്ന് തുടങ്ങി എണ്ണിയാലൊടുങ്ങാത്ത സംസ്കാരങ്ങൾ നിലംപൊത്തിയത് നീതിയിൽ നിന്നും വഴിമാറി നടന്നപ്പോഴാണ്. യൂറോപ്പിലെ പല പ്രമുഖ രാജ്യങ്ങളിലും മറ്റു ചില വംശജരുടെ ആധിപത്യം ഇന്നു കടന്നുവരുകയും തനതു രീതികളെ അപ്പാടെ വിഴുങ്ങുകയും ചെയ്യുന്നുണ്ടെങ്കിൽ അടിസ്ഥാന കാരണം ക്രൈസ്തവ മൂല്യങ്ങളെ അവർ തമസ്കരിച്ചതുകൊണ്ടാണ്. ഇത്തരുണത്തിൽ ഹംഗറിയുടെ പ്രധാനമന്ത്രി വിക്ടർ ഓർബാന്റെ വാക്കുകൾക്ക് ഏറെ പ്രസക്തിയുണ്ട്. യൂറോപ്പ് അതിന്റെ ക്രൈസ്തവ മൂല്യങ്ങളിലേക്ക് തിരിച്ചുവന്നില്ലെങ്കിൽ സർവനാശം ആയിരിക്കും ഫലമെന്ന് അദ്ദേഹം പറയുന്നു. ബെൽജിയം, പോളണ്ട് തുടങ്ങിയ രാജ്യങ്ങളൊക്കെ ഇത്തരത്തിൽ ചിന്തിക്കുകയും ക്രൈസ്തവ മൂല്യങ്ങളെ ഉയർത്തിപ്പിടിക്കാൻ പരിശ്രമിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന രാജ്യങ്ങളാണ്. ദൈവം നിർവചിക്കാത്ത ലിംഗഭേദങ്ങളുണ്ടാക്കി സ്വാഭാവിക കുടുംബ സംവിധാനങ്ങളെ പോലും തകർത്തു തികഞ്ഞ രാജകത്വം സൃഷ്ടിച്ച സമൂഹത്തെ സംഘർഷഭരിതമായി നിറുത്താൻ ലിബറൽ ചിന്താഗതികൾക്ക് കഴിഞ്ഞിട്ടുണ്ട്.



വിശ്വാസപരിശീലനത്തിൽ കാലാനുസൃതമായ മാറ്റം വേണം

വിശ്വാസ പരിശീലന രീതിയുടെ അപര്യാപ്തതയെ പറ്റി പല കോണുകളിൽ നിന്നും വിമർശനങ്ങൾ ഉയരുന്നുണ്ട്. കേവലം പുസ്തകത്തിലെ അറിവുകൾ കുട്ടികൾക്ക് പറഞ്ഞുകൊടുക്കുന്നത് മാത്രമായി മതാധ്യാപനം മാറിയാൽ വിമർശനങ്ങൾ ഉയരുന്നതിൽ തെറ്റ് പറയാനാകില്ല. മതബോധന പുസ്തകങ്ങളിലെ അറിവുകൾ വിശ്വാസ രൂപീകരണത്തിലേക്കും ദൈവാനുഭവത്തിലേക്കും നയിക്കുന്നതാവണം. മാത്രമല്ല പ്രായോഗിക ജീവിതത്തിൽ ഉതകുന്നതും അതിനു പ്രചോദിപ്പിക്കുന്നതുമാകണം.

ഈയിടെ വിശ്വാസ പരിശീലനത്തെപ്പറ്റി കുട്ടികളോട് അഭിപ്രായം ചോദിച്ചപ്പോൾ, ശൈലി മാറ്റത്തെപ്പറ്റി അവർ നിരവധി നിർദേശങ്ങൾ വയ്ക്കുകയുണ്ടായി. പാഠ്യവിഷയങ്ങൾ പ്രസംഗശൈലിയിൽ അവതരിപ്പിക്കാതെ ദൃശ്യാവിഷ്കരണം, ചർച്ചകൾ, സംവാദങ്ങൾ എന്നിവയിലൂടെ അവതരിപ്പിക്കണം. സാമൂഹിക ഔട്റീച്ചുകൾ കൂടുതൽ ഫലപ്രദങ്ങളായി മാറുന്നു. അതായത് അനാഥശാലകൾ, വൃദ്ധമന്ദിരങ്ങൾ എന്നിവയിലേക്കുള്ള യാത്രകളും ശുശ്രൂഷകളും പലരുടെയും ഹൃദയത്തെ സ്വാധീനിക്കുന്നു. ഒരു വിഷയം അവതരിപ്പിക്കുന്നത് ആക്ടിവിറ്റികളിലൂടെ ആയിരിക്കണം. വിഷയത്തെ ഹൃദിസ്ഥമാക്കാൻ ആ രീതി എളുപ്പമാണ്. ജീവകാരുണ്യ പ്രവർത്തനങ്ങൾ വിശ്വാസത്തെ പ്രായോഗിക ജീവിതത്തിലേക്ക് രൂപാന്തരപ്പെടുത്തുന്നു. അത്ഭുതങ്ങളും മാതാവിന്റെ പ്രത്യക്ഷപ്പെടലുകളുമൊക്കെ വിശ്വാസം ആഴത്തിൽ വളർത്താൻ പര്യാപ്തമാണ്. ഏറ്റവും പ്രധാനമായി വിശ്വാസ പരിശീലനത്തെ മാതാപിതാക്കൾ എത്രമാത്രം ഗൗരവത്തോടെ സമീപിക്കുന്നു എന്നത് അതിപ്രധാനമായി കുട്ടികളും കാണുന്നുണ്ട്.

ടെക്സാസിന്റെ മാതൃക മഹനീയം

അമേരിക്കയിലെ സംസ്ഥാനമായ ടെക്സാസ് നടപ്പിലാക്കുന്ന പുതിയ നിയമം ക്രൈസ്തവ വിശ്വാസത്തെ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുന്നതാണ്. ക്ലാസ്സ് മുറികളിൽ പത്ത് കല്പനകൾ പ്രദർശിപ്പിക്കണം എന്നാണ് നിയമത്തിൽ പറഞ്ഞിട്ടുള്ളത്. സമസ്ത നിയമങ്ങളുടെയും അടിസ്ഥാനമായ പത്തു കൽപ്പനകളുടെ ഓർമ ജീവിതത്തിലുട നീളം മനസ്സിൽ മായാതെ അവശേഷിക്കും വിധം ആഴത്തിൽ പതിയാൻ ഇതിടയാക്കും. മതേതരന്മാരും മതമില്ലാത്തവരുമായി ഒരു ഗണം മാറുമ്പോൾ, മതത്തിന്റെ പ്രസക്തിയെ എടുത്തുകാണിക്കാനുള്ള നടപടികളും ഉണ്ടാകുന്നു എന്നത് ആശാവഹമാണ്.

10 കല്പനകളിൽ ചിലതിനെ ജീവിതത്തിൽ നിന്നും മാറ്റിനിറുത്തുന്ന ലിബറലുകളുടെ ചിന്താഗതിക്കേറ്റ അടിയാണ് ടെക്സാസ് ഭരണാധികാരികളുടെ പുതിയ നീക്കം. നിലവിലുള്ള മൂല്യങ്ങളെ തള്ളിപ്പറയുന്നതല്ല പുരോഗമനമെന്നു പറയുന്നത്. മൂല്യങ്ങളിൽ വെള്ളം ചേർക്കാതെ സ്നേഹത്തിലും ഐക്യത്തിലും ജീവിക്കാനും ആയാസരഹിതമായി പ്രവർത്തിക്കാനും ഉപകാരപ്പെടുന്ന പ്രക്രിയയായിരിക്കണമത്. പത്തു കല്പനകൾ ദൈവം നൽകിയതായതുകൊണ്ടാണ് ഇന്നും അതിന് പ്രസക്തിയുള്ളത്. മാത്രമല്ല, നിയമത്തിന്റെ സമഗ്രത അതിലുണ്ട്. പ്രായോഗികമായി അതിലും മികച്ച മറ്റൊന്നുണ്ടാക്കാൻ മനുഷ്യന് അസാധ്യമാണുതാനും.

വെങ്കി \ കഥ: സെറീൻ എയ്ഞ്ചൽ

സൗഹൃദമധുരം

സ്കൂളിലെ ഇന്റർവെൽ സമയത്ത് സ്കൂൾ മുറ്റത്ത് തന്നെയുള്ള മാതാവിന്റെ ഗ്രോട്ടോയ്ക്ക് മുന്നിൽ നിറകണ്ണുകളോടെ നിൽക്കുകയാണ് ജോണിക്കുട്ടി. അതുകണ്ട് അവന്റെ ക്ലാസ്സ് ടീച്ചറായ ബീന ടീച്ചർ അവന്റെ അടുത്തെത്തി കാര്യം തിരക്കി. ജോണിക്കുട്ടി സങ്കടത്തോടെ ടീച്ചറിനോട് കാര്യം പറഞ്ഞു; "ടീച്ചർ, ജിത്തുവിന് പഠിച്ചതൊന്നും തലയിലിരിക്കുന്നില്ല. ഓർക്കാനും കഴിയുന്നില്ല. അവനെപ്പോഴും എന്നോട് സങ്കടം പറയാറുണ്ട്. എന്നെപ്പോലെ പഠിക്കാനും നല്ല മാർക്ക് വാങ്ങാനും അവന് ആഗ്രഹമുണ്ടെങ്കിലും അവന് അതുപറ്റുന്നില്ല, അതാണവന്റെ സങ്കടം. മണ്ടൻ ജിത്തു എന്നൊക്കെയാണ് കൂട്ടുകാർ അവനെ വിളിക്കുക. ചിലപ്പോഴൊക്കെ വീട്ടിലുള്ളവരും അവനെ കളിയാക്കും. നിനക്ക് ബുദ്ധിയില്ലേടാ എന്നൊക്കെ അവന്റെയച്ഛൻ അവനോട് ചോദിക്കാറുണ്ടത്രേ. ഞാൻ മാതാവിനോട് പ്രാർഥിക്കുകയായിരുന്നു... എങ്ങനെയെങ്കിലും അവന് നല്ല ബുദ്ധിശക്തിയും ഓർമശക്തിയും നൽകണേയെന്ന്. എന്റെ പഠിക്കാനുള്ള കഴിവിൽ കുറച്ചെടുത്ത് അവനും കൂടി കൊടുക്കണേയെന്നാണ് ഞാൻ മാതാവിനോട് പ്രാർഥിച്ചത്. എനിക്ക് അല്പം ബുദ്ധി കുറഞ്ഞാലും കുഴപ്പമില്ല..."

ജോണിക്കുട്ടിയുടെ നിഷ്കളങ്കമായ ആഗ്രഹവും പ്രാർഥനയും അറിഞ്ഞപ്പോൾ ബീന ടീച്ചർക്ക് സങ്കടവും സന്തോഷവും തോന്നി. "ജോണിക്കുട്ടിയുടെ വിശ്വാസത്തോടെയുള്ള ഈ പ്രാർഥന ദൈവം കേൾക്കും. തീർച്ചയായും ജിത്തുവിനും നന്നായി പഠിക്കാനുള്ള കഴിവ് ദൈവം കൊടുക്കും. അവനും മിടുക്കനാകും." ടീച്ചർ അവനെ പറഞ്ഞ് സമാധാനിപ്പിച്ചു. ബെല്ലടിച്ചപ്പോൾ അവൻ മുഖം തുടച്ച് വേഗം ക്ലാസ്സിലേക്ക് പോയി.

അടുത്ത പിരീഡിൽ കണക്ക് ടീച്ചർ വന്ന് ക്ലാസ്സ് തുടങ്ങിയപ്പോൾ, ജിത്തുവിനോട് ചോദ്യം ചോദിച്ച് എഴുന്നേറ്റു നിന്ന് ഉത്തരം പറയാൻ പറഞ്ഞു. ഉത്തരം അറിയാത്ത ജിത്തു അല്പം പേടിയോടെ എഴുന്നേറ്റു നിൽക്കുന്നത് കണ്ടപ്പോൾ സങ്കടപ്പെട്ടത് ജോണിക്കുട്ടിയായിരുന്നു. ജിത്തുവിനെ സഹായിക്കാനായി ജോണിക്കുട്ടി എഴുന്നേറ്റുനിന്ന് കണക്ക് ടീച്ചറോട് പറഞ്ഞു: "ടീച്ചർ, ജിത്തുവിന് ഇന്നലെ തലവേദനയായി കിടക്കുകയായിരുന്നു. പഠിക്കുവാനോ ഹോംവർക്ക് ചെയ്യുവാനോ അവന് പറ്റിയില്ല. അതാണവന് ഉത്തരം പറയാൻ പറ്റാത്തത്." ജോണിക്കുട്ടിയുടെ വാക്കുകൾ കേട്ട് കണക്ക് ടീച്ചർ അവനെ

ശ്രദ്ധിച്ചു നോക്കി. കൂട്ടുകാരനായ ജിത്തുവിനെ സഹായിക്കാനായി പറഞ്ഞതാണെന്ന് ടീച്ചറിന് നന്നായിട്ട് അറിയാമായിരുന്നു. എങ്കിലും ജോണിക്കുട്ടിയുടെ ആത്മാർഥതയും സത്യസന്ധതയും അതിനേക്കാളുപരി നല്ല സൗഹൃദവും ടീച്ചർ മനസ്സിലാക്കി.

അന്ന് ക്ലാസ്സ് കഴിഞ്ഞ് വൈകിട്ട് വീട്ടിൽ ചെന്നപ്പോൾ ജോണിക്കുട്ടി തന്റെ പപ്പയോടും അമ്മയോടും ക്ലാസ്സിലെ വിശേഷങ്ങൾ പറഞ്ഞു. അടുത്ത ദിവസം മുതൽ താൻ ജിത്തുവിന്റെ വീട്ടിൽ പോയി പഠിക്കാമെന്നും ഞങ്ങൾ ഒരുമിച്ചിരുന്ന് വായിക്കുകയും പഠിക്കുകയും ചെയ്താൽ ജിത്തുവിനും അത് നല്ലതായിരിക്കുമെന്നും ജോണിക്കുട്ടി പറഞ്ഞു. "ഞാൻ പഠിച്ച കാര്യങ്ങൾ അവനെന്നോട് ചോദിക്കുകയും അവൻ പഠിച്ചത് അവനോട് ഞാനും ചോദിക്കാം. ഞങ്ങൾക്ക് ഒരുമിച്ച് പഠിക്കുകയും ചെയ്യാം..." ജോണിക്കുട്ടിയുടെ പ്ലാൻ അവന്റെ മാതാപിതാക്കൾക്കും ഇഷ്ടമായി. അഞ്ച് മിനിറ്റ് നടന്നാൽ ചെല്ലാവുന്നതേയുള്ളൂ ജിത്തുവിന്റെ വീട്ടിലേക്ക്. തനിക്ക് പഠിക്കാൻ കിട്ടിയിട്ടുള്ള കഴിവിൽ പകുതി ജിത്തുവിന് കൊടുക്കണമെന്ന് അവൻ എന്നും മാതാവിനോട് പ്രാർഥിക്കാറുണ്ടെന്ന് ജോണിക്കുട്ടി അവന്റെ അമ്മയോട് പറഞ്ഞു. അത്ഭുതത്തോടെയാണ് അവന്റെ മാതാപിതാക്കൾ അവന്റെ പ്രാർഥനയെക്കുറിച്ച് കേട്ടത്.

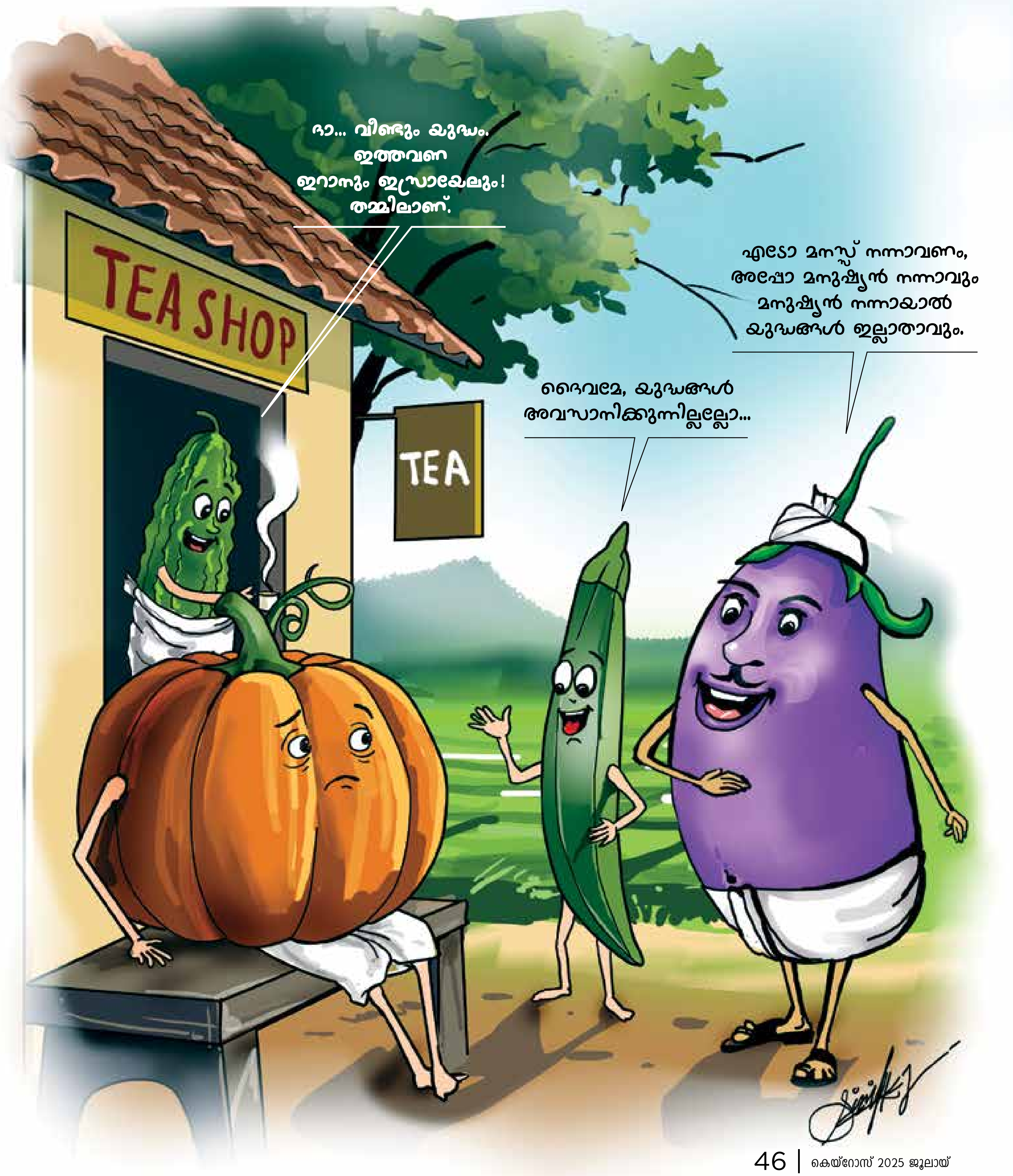
പഠനത്തിനായി ജോണിക്കുട്ടിക്കുവേണ്ടി എന്തെങ്കിലും സാധനങ്ങൾ വാങ്ങിക്കാനുണ്ടെങ്കിൽ ജിത്തുവിനും കൂടി അതു വാങ്ങിക്കണമെന്നാണ് പപ്പയ്ക്കുള്ള ജോണിക്കുട്ടിയുടെ ഓർഡർ. അവൻറെ പപ്പാ അത് കൃത്യമായി ചെയ്യുന്നുമുണ്ടായിരുന്നു.

അങ്ങനെയിരിക്കെ പനി വന്ന് ന്യൂമോണിയയായി ജിത്തുവിനെ ആശുപത്രിയിൽ അഡ്മിറ്റ് ചെയ്തു. കുറച്ചു ദിവസങ്ങൾ അവിടെ ചെലവഴിക്കേണ്ടി വന്നു. ആ ദിവസങ്ങളിലെല്ലാം ജോണിക്കുട്ടിയാണ് ജിത്തുവിന് വേണ്ടി അവന്റെ നോട്ടുബുക്കുകൾ എഴുതി കൊടുത്തിരുന്നത്. കൂടുതൽ സമയം കണ്ടെത്തി രാത്രിയും പകലുമൊക്കെയായി എല്ലാ നോട്ടുബുക്കുകളും എഴുതി പൂർത്തിയാക്കി ജിത്തുവിന് നൽകി. ടീച്ചർമാരും ഇക്കാര്യങ്ങളൊക്കെയറിഞ്ഞു. അവർ അവനെ അടുത്ത് വിളിച്ച് അഭിനന്ദിക്കുകയും ചെയ്തു. ദിവസങ്ങൾ കഴിഞ്ഞ് ജിത്തു ആശുപത്രിയിൽ നിന്ന് തിരികെയെത്തിയ ദിവസം ജോണിക്കുട്ടിയും മാതാപിതാക്കളും അവനെ കാണാൻ വീട്ടിൽ ചെന്നിരുന്നു.

അങ്ങനെ നാളുകൾ കഴിഞ്ഞ്, ഓണപ്പരീക്ഷയുമെത്തി. പരീക്ഷ കഴിഞ്ഞ് പേപ്പറുകൾ കിട്ടിയപ്പോൾ അത്ഭുതമാണ് എല്ലാവർക്കും കാണാൻ കഴിഞ്ഞത്. ക്ലാസ്സിൽ ടോപ് ടെന്നിൽ ജോണിക്കുട്ടിയോടൊപ്പം ജിത്തും ഉണ്ടായിരുന്നു. ജിത്തുവിന്റെ പെർഫോമൻസ് കണ്ട് ആ വിവരം സ്കൂളിൽ അധ്യാപകർക്കിടയിൽ വാർത്തയായി. ജോണിക്കുട്ടിയോടൊപ്പം ജിത്തും അവർക്കിടയിലെ സംസാരവിഷയമായി. പിന്നീട് ടീച്ചേഴ്സ് എല്ലാ ക്ലാസ്സുകളിലും കുട്ടികളോട് ഇക്കാര്യം പറഞ്ഞ് എല്ലാവരേയും പ്രോത്സാഹിപ്പിച്ചു. എങ്ങനെയാണ് ജോണിക്കുട്ടിയും ജിത്തുവും ഒരുമിച്ചിരുന്ന് പഠിച്ചതെന്നും ജോണിക്കുട്ടിയുടെ തീവ്രമായ പഠനവും സഹായമനസ്കതയുമൊക്കെ എല്ലാവർക്കുമിടയിൽ വലിയ സന്തോഷമുളവാക്കി. എന്തിനേറെ പറയുന്നു, ജിത്തും ജോണിക്കുട്ടിയുമങ്ങനെ സ്കൂളിലെ താരങ്ങളായി.

വഴുതന മാത്തൻ

കാർട്ടൂൺ - സിനിൽ കെ.ജെ.

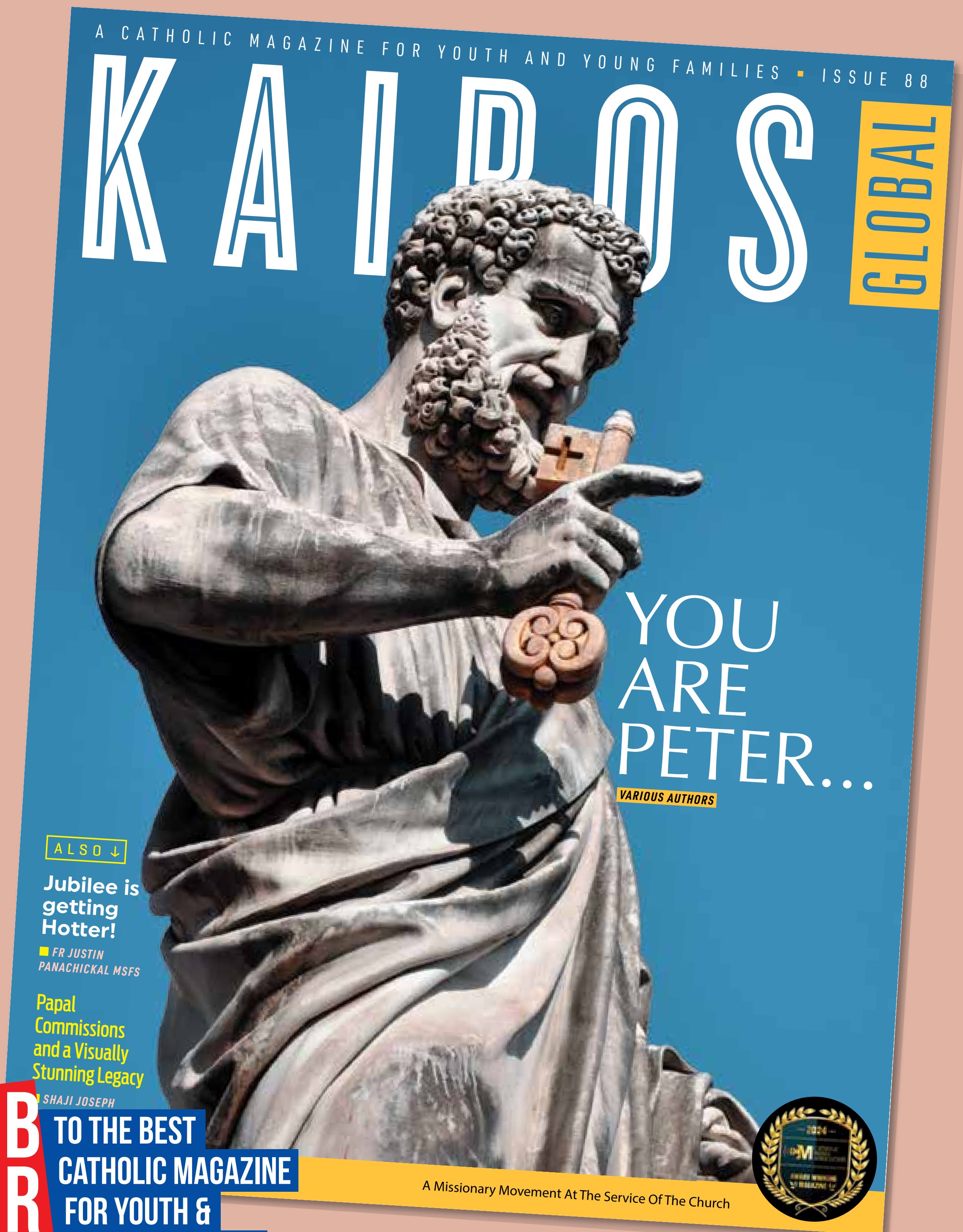


വെല്ലുവിളികളെ തെല്ലുംഭയക്കാത്ത യുവമനസുകൾ...
മൂല്യങ്ങളുയർത്തുന്ന ജീവിതസാക്ഷ്യങ്ങളുടെ നേർക്കാഴ്ചകൾ...
സ്നേഹത്തിന്റെയും പങ്കുവയ്ക്കലിന്റെയും കഥാരസങ്ങൾ...
സഹനത്തിന്റെയും സഹാനുഭൂതിയുടെയും ഹൃദയത്തുടിപ്പുകൾ...

ഹൃദ്യമായ വാനാനുഭവത്തിനായ്:

To purchase:
Scan this QR code

RNI No.KERMAL/2002/12027, Date of publication: 01/07/2025, ₹50.00



SUB SCR IBE!

TO THE BEST CATHOLIC MAGAZINE FOR YOUTH & YOUNG FAMILIES

To purchase scan QR code or visit: www.jykairosmedia.org/kairosglobal

Kairos MEDIA

Kairos Media, 8/174, Navodaya Studio Complex, Thengode P.O, Kochi 682 030, Kerala, India
kairosmag@jykairosmedia.org | +91 484 2984327 | 91 62382 79115 | **www.jykairosmedia.org**

Printed Published by Reji J. Karot on behalf of Kairos Trust Chevayur P.O., Kozhikode-673017, Kerala. Printed at Sterling Print House (P) Ltd. , Door No.49/1849, Ponekkara- Cheranalloor Road, AIMS, Ponekkara P.O, Kochi-682 041 Cell: 98479 00555. Place of Publication Kairos, 8/174, Navodaya Studio Complex, Thengod P.O, Kakkanad, Ernakulam – 682 030. Editor Adv. K.J. Johnson, Kunnathuparambil (H), P.O. Vellangallur, Thrissur 680 662