



Prot. No. 0482/2019

March 03, 2019

നോമ്പുകാലചിന്തകൾ

സഭയിലെ ഒരോ രൂപതയിലെയും പിതാക്കന്മാർ നോമ്പുകാലസന്ദേശങ്ങൾ നൽകിയിട്ടുണ്ടല്ലോ. ഏതാനും പൊതുവായ ചിന്തകൾ നിങ്ങളുടെ പരിചിന്തനത്തിനും പ്രാർത്ഥനയ്ക്കും വിഷയമാക്കുവാൻ ഞാനും ആഗ്രഹിക്കുന്നു.

പൗരസ്ത്യസഭകൾ ഉയിർപ്പുതിരുന്നാളിന് ഒരുക്കമായി 50 ദിവസങ്ങളാണ് നോമ്പ് ആചരിക്കുന്നത്. സീറോമലബാർസഭയിൽ ഇത് അമ്പതുനോമ്പ്, വലിയനോമ്പ് എന്നൊക്കെ അറിയപ്പെടുന്നു. വിഭൂതി തിങ്കൾ മുതൽ ഉയിർപ്പുത്തായർ വരെ ആചരിക്കപ്പെടുന്ന നോമ്പായതുകൊണ്ടാണ് 50 നോമ്പ് എന്ന പേരു വന്നത്.

ചില ഭക്ഷണസാധനങ്ങളുടെ വർജനം (മത്സ്യമാംസാദികൾ) ഇക്കാലത്തു പാലിക്കുന്നതുകൊണ്ടാണ് നോമ്പാചരണം എന്നു പറയുന്നത്. നോമ്പിനോടു ചേർന്നുപോകുന്ന ഒരു അനുഷ്ഠാനമാണ് ഉപവാസം. നോമ്പിലെ എല്ലാദിവസങ്ങളിലുമോ, വെള്ളിയാഴ്ച ദിവസങ്ങളിലോ, ഒരു നേരം മാത്രം ഭക്ഷണം കഴിക്കുക എന്ന മാർത്തോമ്മാക്രിസ്ത്യാനികളുടെ പതിവ് ഇന്നും പലരും പാലിക്കുന്നുണ്ട്. നോമ്പും ഉപവാസവും പാലിച്ചും പ്രാർത്ഥനാപൂർവ്വം അനുരഞ്ജന കുദാശ സ്വീകരിച്ചും പശ്ചാത്താപ ചൈതന്യത്തോടെ നോമ്പാചരണം നടത്തുന്നത് ജീവിത നവീകരണത്തിന് ഏറെ ഉപകാരപ്രദമാണ്. സഭയിലെ വിശ്വാസികൾ എല്ലാവരും ഈ വിധത്തിൽ ഫലപ്രദമായ രീതിയിൽ നോമ്പാചരിക്കണമെന്ന് സ്നേഹപൂർവ്വം അഭ്യർഥിക്കുന്നു.

ശരീരവും മനസ്സും ആത്മാവും ഒന്നു ചേർന്നുള്ള ഒരു സത്തയാണ് മനുഷ്യന്റേത്. മനസ്സിന്റെയും ആത്മാവിന്റെയും സംസ്കരണത്തിനും വിശുദ്ധീകരണത്തിനും ശരീരത്തിന്റെ പ്രവണതകളെ നേരായി നിയന്ത്രിക്കേണ്ടത് ആവശ്യമാണ്. തിന്മയുടെ ശക്തി നമ്മിൽ ഒരോരുത്തരിലും മനുഷ്യസമൂഹത്തിൽ പൊതുവേയും പ്രവർത്തിക്കുന്നുണ്ട്. കർത്താവായ ഈശോയുടെ ജീവിതത്തിൽ തന്നെ ഭക്ഷണം, പ്രതാപം, പ്രശസ്തി എന്നീ പ്രലോഭനങ്ങൾ മുനിൽവെച്ച് സാത്താൻ അവിടുത്തെ പരീക്ഷിച്ചതായും സുവിശേഷത്തിൽ നാം വായിക്കുന്നുണ്ടല്ലോ. പത്രോസിനോട് പോലും ഈശോ പറഞ്ഞു: “ ഇതാ, സാത്താൻ നിങ്ങളെ ഗോതമ്പുപോലെ പാറ്റാൻ ഉദ്യമിച്ചു. എന്നാൽ നിന്റെ വിശ്വാസം ക്ഷയിക്കാതിരിക്കാൻ ഞാൻ നിനക്കുവേണ്ടി പ്രർത്ഥിച്ചു” (ലൂക്കാ. 22:31-32).

ഈശോയുടെ നസ്രത്തിലെ സിനഗോഗ് പ്രസംഗത്തിൽ ‘ബന്ധിതരുടെ മോചനം’ മിശിഹായുടെ ഒരു പ്രധാന ദൗത്യമായി അവിടുന്ന് അറിയിക്കുന്നു. തിന്മയുടെ ശക്തി യാണ് നമ്മെ ബന്ധിതരാക്കുന്നത്. പലവിധ ബന്ധനങ്ങളിൽപ്പെട്ട ദൈവമക്കളുടെ സ്വാതന്ത്ര്യം നഷ്ടപ്പെടുത്തുന്ന ജീവിതശൈലി ആത്മപരിശോധനയ്ക്ക് വിഷയമാക്കണം. നന്മയും തിന്മയും തമ്മിൽ തിരിച്ചറിയാനും തിന്മയെ പൂർണ്ണമായി ഉപേക്ഷിക്കാനും അതുവഴി ബന്ധനങ്ങളിൽ നിന്ന് മോചനം നേടാനുള്ള അവസരമാണ് നോമ്പുകാലം. മദ്യപാനം, ലഹരിവസ്തുക്കളുടെ ഉപയോഗം, ലൈംഗികാസക്തി, കീർത്തിദാഹം മുതലായ ദുഷ്കൃത്യങ്ങളുടെ ബന്ധനത്തിൽ

നിന്ന് മോചിതരാകുന്നതിന് വ്യക്തിപരമായി പ്രതിജ്ഞ എടുത്ത് ദൈവത്തിൽ അഭയം തേടുന്നത് നോമ്പുകാലത്തിന്റെ ഫലപ്രദമായ ആചരണമായിരിക്കും.

നോമ്പുകാലത്തെ ആത്മപരിശോധനയിൽ നമ്മൾ ചെയ്യുന്ന സാമൂഹികതിന്മകളെ ഉൾപ്പെടുത്തണം. ആഘോഷങ്ങളുടെയും നിർമ്മാണ പ്രവർത്തനങ്ങളുടെയും രംഗത്തു കൂടുതൽ ധർമ്മം, പരിസ്ഥിതി മലിനീകരണം, പൊതുമുതൽ നശിപ്പിക്കുന്ന പ്രവണത, അഴിമതി മുതലായ സാമൂഹിക തിന്മകളിൽ നിന്ന് മോചനം നേടേണ്ടതും സമൂഹത്തിന്റെ സുസ്ഥിതിക്കും സുഗമമായ നിലനില്പിനും ആവശ്യമാണ്.

ദൈവത്തിന്റെ ദാനമായ പ്രപഞ്ചത്തെക്കുറിച്ചും നമ്മൾ നേരിടുന്ന പരിസ്ഥിതി പ്രതിസന്ധികളെക്കുറിച്ചും ഈ നോമ്പുകാലത്ത് ചിന്തിക്കണം. പരിസ്ഥിതിക്കു ഭീഷണിയാകുന്ന എല്ലാ പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ നിന്നും പിൻതിരിയാനുള്ള ഒരു തീരുമാനം നോമ്പുകാലത്ത് നമ്മളോരോരുത്തരും എടുക്കണമെന്നാണ് എന്റെ ആഗ്രഹം. നമ്മുടെ പരിസരങ്ങളും ജലവും വായുവും മാലിന്യരഹിതമായി കാത്തുസൂക്ഷിക്കേണ്ടത് ജീവന്റെ പരിരക്ഷണത്തിന് അത്യാന്താപേക്ഷിതമാണ്. അത് സൃഷ്ടാവായ ദൈവത്തോടുള്ള നന്ദിയുടെയും വരും തലമുറയോടുള്ള പ്രതിബദ്ധതയുടെയും ഭാഗമാണ്.

ജീവനെതിരെയുള്ള ഭീഷണികളെ സുവിശേഷ മാർഗ്ഗത്തിലൂടെ നേരിടാനുള്ള സാമൂഹികപ്രതിബന്ധത കൂടുതൽ ആർജ്ജിക്കുവാനുള്ള സമയംകൂടിയാണ് നോമ്പുകാലം. ഭ്രൂണഹത്യ, കാരുണ്യവധം, ലിംഗാടിസ്ഥിതവിവേചനം വിശിഷ്ട്യാ, സ്ത്രീ വിവേചനം, ദളിത്-ആദിവാസി സമൂഹങ്ങളോടുള്ള അവഗണന, ഭിന്നശേഷിക്കാരുള്ള അവഗണന എന്നിവയെല്ലാം ജീവനെതിരെയുള്ള ഭീഷണികളാണ്. രാഷ്ട്രീയ സാമൂഹ്യ രംഗങ്ങളിലുള്ള സംഘർഷങ്ങൾ മൂലം ജീവൻ നഷ്ടപ്പെടുത്തുന്നതും ജീവനെതിരെയുള്ള വലിയ തിന്മയാണെന്ന ബോധ്യം ആഴപ്പെടണം. നോമ്പുകാലത്ത് എല്ലാവരോടും ആദരവും ബഹുമാനവും കാത്തുസൂക്ഷിച്ചുകൊണ്ട് ജീവന്റെ എല്ലാ തലങ്ങളിലും അതിന് സംരക്ഷണം നൽകുന്നതിന് നമുക്ക് പരിശ്രമിക്കാം.

ദൈവത്തോടുള്ള അടുപ്പം സഹോദരങ്ങളോട് കൂടുതൽ അടുക്കുവാൻ നമ്മെ സഹായിക്കുന്നു. മിശിഹായുടെ ശരീരത്തിലെ അംഗങ്ങൾ എന്ന നിലയിൽ വിശ്വാസികളായ എല്ലാ സഹോദരങ്ങളോടും, മനുഷ്യസമൂഹത്തിലെ അംഗങ്ങളെന്ന നിലയിൽ എല്ലാ മനുഷ്യരോടും സ്നേഹത്തിൽ കൂടുതൽ ഐക്യപ്പെടുവാനുള്ള സന്ദർഭമായി നോമ്പുകാലം മാറണം. നമുക്കുള്ളവയിൽ നിന്ന് ആവശ്യക്കാരായ സഹോദരങ്ങൾക്ക്, വിശിഷ്ട്യാ അഗതികൾ, അഭയാർത്ഥികൾ, തിരസ്കരിക്കപ്പെട്ടവർ, ഭിന്നശേഷിക്കാർ എന്നിവർക്കായും പങ്കുവയ്ക്കുവാൻ നോമ്പുകാലത്ത് നാം പ്രത്യേകം ശ്രദ്ധിക്കണം.

ദൈവവുമായുള്ള ഐക്യത്തിലും വിധേയത്വത്തിലും നാം നോമ്പിനെ കാണണം. പ്രർത്ഥന, ദൈവവചനധ്യാനം, കുദാശകളുടെ ഒരുക്കത്തോടുള്ള സ്വീകരണം, കാരുണ്യ പ്രവർത്തനങ്ങൾ എന്നിവയിൽ മുന്നേറുവാനുള്ള സന്ദർഭമായും നോമ്പുകാലം ഉപകരിക്കട്ടെ! അപ്രകാരം അനുതാപത്തിന്റെയും ജീവിതനവീകരണ

ത്തിന്റെയും വഴിയിലൂടെ സഞ്ചരിച്ച് കൂടുതൽ വിശുദ്ധിയോടെ ഉയിർപ്പ് തിരുന്നാളിന്റെ മഹത്വത്തിൽ പങ്കുചേരുന്നതിന് നമുക്ക് ഇടയാകട്ടെ.

+ *Fr. A. Leachery*

കർദ്ദിനാൾ ജോർജ്ജ് ആലഞ്ചേരി
സീറോമലബാർസഭയുടെ മേജർ ആർച്ചുബിഷപ്പ്



ഈ കത്തിലെ ചിന്തകൾ രൂപതാബുള്ളറ്റിനുകളിൽ പ്രസിദ്ധീകരിക്കാവുന്നതാണ്. ഇതിലെ ആശയങ്ങൾ വൈദികർ ദൈവാലയത്തിൽ അറിയിക്കുന്നതും നന്നായിരിക്കും.