



BELIEVERS EASTERN CHURCH WORLD HEADQUARTERS

Office of the Metropolitan, St. Thomas Community, Kuttapuzha , P. O.Thiruvalla -
689103 Kerala, India.

পালকীয় পত্র

জানুয়ারী/ ফেব্রুয়ারি 2025

আমার প্রিয় যাজকদের এবং পবিত্র মন্ডলীর সকল বিশ্বস্ত ভাই ও বোনেদের কাছে আমাদের প্রভু এবং পরিত্রাতা, যীশু খ্রীষ্টের অনুগ্রহ, দয়া এবংশান্তি আপনাদের সহবর্তী হউক ✠

অনাদিকাল হইতে, মহা উপবাস পর্ব(গ্রেট লেন্ট) হল পবিত্র মন্ডলী দ্বারা আমাদের আত্মার শুদ্ধিকরনের নিমিত্ত পৃথকীকৃত করা হয়েছে, ঈশ্বরের সহিত আমাদের সম্পর্কের গভীরতা, নিজেকে নম্ন করার, আমাদের প্রভুর সীমাহীন করুণা প্রতিফলিত করার এবং গৌরবপূর্ণ পাশকা (ইস্টার) উদযাপনের জন্য আমাদের হৃদয়কে প্রস্তুত করার জন্য ভিন্ন একটি সময় বা ঋতু।

যখন আমরা এই পবিত্র যাত্রা শুরু করার জন্য প্রস্তুত হই, তখন আমি কী, আপনাদের

আত্মিক পিতারূপে, কিছু নির্দিষ্ট নির্দেশনার প্রতি আপনাদের আন্তরিক দৃষ্টি আকর্ষণ করতে পারি? যাহা আপনাদেরকে এই ঋতুটি নির্ভুলভাবে এবং অর্থপূর্ণভাবে পালন করতে সাহায্য করবে ।

১. উপবাস : মহা লেন্টের সময় উপবাসের শৃঙ্খলা হল অনুতাপ এবং আত্ম-নিয়ন্ত্রণের একটি কার্য। আমাদের প্রভু যীশু খ্রীষ্ট সাধু মথি লিখিত সুসমাচার ৪ :১৭ বলেছেন "অনুতাপ করুন, কারণ স্বর্গের রাজ্য সন্নিকট", অনুতাপ কেবল আমাদের পাপের স্বীকারক্তি নয়, বরং আমাদের সমস্ত সত্তাকে ঈশ্বরের দিকে ফিরিয়ে দেওয়া, তাঁহার অনুগ্রহয়, দয়া এবং শুচিতাকে গ্রহণ করার জন্য নিজেদেরকে উন্মুক্ত করা । অতএব, আসুন আমরা কেবলমাত্র খাদ্য পরিহার করার দিকে মনোনিবেশ না করিয়া বরং ঈশ্বর এবং আমাদের সহকর্মীদের সহিত আমাদের সম্পর্ককে বাধাগ্রস্ত করে এমন সমস্ত বিষয় যেমন -অহংকার, ক্রোধ, লোভ, তিক্ততা এবং যাহা আমাদের আত্মার অভ্যন্তরীণ প্রকোষ্ঠকে ক্ষয় করে সেইগুলি হইতে বিরত থাকার দিকে মনোনিবেশ করি।

২. **বর্ধিত প্রার্থনা** : আসুন আমরা প্রার্থনার মাধ্যমে ঈশ্বরের সহিত আমাদের সম্পর্ককে আরও গভীর করতে প্রতিশ্রুতিবদ্ধ হই।

1

* দৈনিক প্রার্থনা : প্রতিদিন ব্যক্তিগত প্রার্থনার একটি রুটিন স্থাপন করুন ।

* লিটারজিক্যাল প্রার্থনা : আপনার প্যারিশে দেওয়া প্রতিদিনের পরিচর্যা এবং প্রার্থনাগুলিতে সক্রিয়ভাবে অংশগ্রহণ করুন, কারণ তারা প্রতিফলন এবং উপাসনার জন্য প্রগাঢ় মুহূর্তগুলি সরবরাহ করে

* যীশু প্রার্থনা : যতবার সম্ভব যীশু প্রার্থনা অনুশীলন করুন: "প্রভু যীশু খ্রীষ্ট, ঈশ্বরের পুত্র, আমি একজন পাপী, আমার প্রতি দয়া কর''

৩. **দরিদ্রদের প্রতি দান**: গ্রেট লেন্ট/ মহা উপবাস আমাদেরকে দুঃস্থদের প্রতি যত্ন নেওয়ার

জন্য আহ্বান জানায়। আমাদের প্রভুর কথাটি মনে রাখবেন: "আমার এই ভাই ও বোনদের

মধ্যে সবচেয়ে ক্ষুদ্রতম এক জনের জন্য আপনি যাহা কিছু করিয়াছিলে, তখন আমারই প্রতি করিয়াছিলে " (সাধু মথি ২৫:৪০)।

ক) আপনার সমাজের মধ্যে দরিদ্র এবং দুঃস্থদের সাহায্য করার জন্য আপনাদের উপার্জন এবং সম্পদের একটি অংশ পৃথক করুন ।

খ) আপনার সময়, প্রতিভা এবং অর্থ ও অন্যান্য বিষয়গুলির সহিত মন্ডলীর দ্বারা গৃহিত উদ্যোগে অংশগ্রহণ করুন।

গ) যাহারা দুঃখ কষ্টের মধ্যে রয়েছেন তাদের প্রতি সহানুভূতি দেখান এবং আপনি যাহা কিছু করেন তাহাতে দয়া, সহানুভূতি এবং সান্ত্বনা প্রদর্শন করুন ।

মনে রাখবেন, প্রদত্ত প্রতিটি প্রার্থনা, দান-প্রদানের প্রতিটি কার্য এবং প্রলোভন কাটিয়ে ওঠার প্রতিটি প্রচেষ্টার মাধ্যমে আমরা পুনরুত্থানের আলোর নিকটবর্তী হই। মহা উপবাস পর্ব শুধুমাত্র একটি ব্যক্তিগত শৃঙ্খলা নয় বরং একটি সাম্প্রদায়িক প্রচেষ্টা। আমরা এক মন্ডলী এবং এক সঙ্গে আসুন আমরা, আমাদের প্রভু যীশু খ্রীষ্ট এর উদাহরণকে অনুসরণ করার জন্য সংগ্রাম করি, যিনি চল্লিশ দিবস ধরিয়া মরুভূমিতে উপবাস করেছিলেন, আমাদেরকে কৃচ্ছসাধন এবং আত্মিক জাগরণের পথ পদর্শন করিয়াছেন ।

পবিত্র মন্ডলী দ্বারা প্রদত্ত লেন্টেন প্রার্থনার বিশেষ উৎসগুলি, যেমন প্রতিদিনের ধর্মগ্রন্থ পাঠ এবং আপনাদের আত্মাগুলিকে পুষ্ট করিতে আমাদের প্রিয় মেট্রোপলিটান, মোরান মোর অ্যাথানাসিয়াস ইয়োহান প্রথম; স্মৃতিধন্য পিতার লিখিত পুস্তকগুলি পাঠ করিতে ভুলে যাবেন না

2

এই ঋতুটি একটি নিম্ন বর্ণিত সময় হতে পারে :

- * ব্যক্তিগত প্রতিফলন, আত্মিক শ্রীবৃদ্ধি এবং সম্পর্কের সুস্থতা ।
- * আপনার বিবেককে নির্মমভাবে পরীক্ষা করা, ঈশ্বর এবং অন্যদের সাথে আপনার সম্পর্কের ক্ষেত্রে আপনি কোথায় পশ্চাৎপদ হয়ে পড়েছেন তার জন্য অনুশোচনা করা ।
- * নম্রতার সহিত স্বীকারোক্তির ধর্মানুষ্ঠানের নিকটে যাওয়া, ঈশ্বরের কৃপায় নিজেদের আত্মাকে পরিশুদ্ধ করা ।
- * যাহারা আপনাদের সহিত অন্যায় করেছেন তাহাদের ক্ষমা করা এবং যাহাদের আপনি আঘাত করেছেন তাহাদের কাছ থেকে ক্ষমা চাওয়া ।
- * ঈশ্বর এবং অন্যদের কাছে নিজেদেরকে নম্র করা ।
- * যেখানে বিভাজন রয়েছে সেখানে শান্তি প্রতিষ্ঠা করা ।
- * খ্রীষ্টের এক দেহ হিসাবে বেঁচে থাকার জন্য সংগ্রাম করা ।

আমি আপনাদের প্রত্যেকের জন্য আমার প্রার্থনা জানাই, ঈশ্বরের অনুগ্রহ উপবাসের এই পবিত্র দিনগুলিতে আপনাকে শক্তিশালী করবেন, তিনি যেন আপনাকে তাঁহার ইচ্ছাকে বোঝার জ্ঞান, তাঁহার আদেশগুলিকে অনুসরণ করার শক্তি এবং সকলের প্রতি তাঁহার দয়া প্রসারিত করার জন্য ভালবাসা প্রদান করেন। পবিত্র ত্রিত্ব ঈশ্বর, পিতা, পুত্র এবং পবিত্র আত্মা তাঁহার অপার অনুগ্রহ ও দয়ার সহিত আমাদের পথ প্রদর্শন করুক এবং সকল সাধুবর্গের ও থিওটোকোসের মধ্যস্থতা ঈশ্বরের সিংহাসনের সম্মুখে এখন থেকে চিরকাল আমাদের জন্য সুরক্ষিত হউক।✠ আমেন।

পৈতৃক ভালবাসা এবং প্রার্থনার সহিত,

তারিখ: ১১ফেব্রুয়ারি ২০২৫



