BELIEVERS EASTERN CHURCH WORLD HEADQUARTERS
Office of the Metropolitan, St. Thomas Community, Thiruvalla, Kerala, India.

चरवाहे का पत्र

January/February 2025

मेरे प्रिय चरवाहों और पवित्र कलीसिया के सभी विश्वासियों,

हमारे प्रभु और उद्धारकर्ता, यीशु मसीह की ओर से अनुग्रह, दया और शांति आपको मिलती रहे।✠

पुरातन काल से, महा-दु:खभोग एक ऐसा काल रहा है जिसे पवित्र कलीसिया ने हमारी आत्माओं की शुद्धिकरण, परमेश्वर के साथ हमारे संबंध को गहरा करने, स्वयं को विनम्र बनाने, हमारे प्रभु की अपार करुणा पर मनन करने और फसह (ईस्टर) के महिमामय उत्सव के लिए अपने हृदय को तैयार करने के लिए निर्धारित किया है।

जब हम इस पवित्र यात्रा की शुरुआत करने के लिए तैयार होते हैं, तो मैं, आपके आध्यात्मिक पिता के रूप में, आपका ध्यान कुछ विशिष्ट दिशानिर्देशों की ओर ले जाना चाहता हूँ, जो आपको इस पर्व का विश्वासयोग्यता और अर्थपूर्ण रूप से पालन करने में सहायक होंगे:

1. **उपवास:** महा-दु:खभोग के दौरान उपवास का अनुशासन, पश्चाताप और आत्म-संयम का एक कार्य है। हमारे प्रभु यीशु मसीह ने संत मत्ती रचित सुसमाचार 4:17 में कहा: ''मन फिराओ, क्योंकि स्वर्ग का राज्य निकट आ गया है।'' पश्चाताप केवल हमारे पापों को स्वीकार करना ही नहीं है, बल्कि अपने सम्पूर्ण अस्तित्व को परमेश्वर की ओर मोड़ना है—अपने हृदय को खोलना ताकि हम उसकी अनुग्रह, करुणा और शुद्धिकरण को प्राप्त कर सकें। इसलिए, हम केवल भोजन से दूर रहने पर ही ध्यान न दें, बल्कि उन सब बातों से भी दूर रहने का प्रयास करें जो हमें परमेश्वर और हमारे साथी मनुष्यों से दूर करती हैं—अहंकार, क्रोध, लालच, कटुता और वे सभी बातें जो हमारी आत्मा के आंतरिक मंदिर को नुकसान पहुँचाती हैं।

2. **अधिक प्रार्थना:** आइए हम प्रार्थना के माध्यम से परमेश्वर के साथ अपने संबंध को गहरा करने के लिए स्वयं को समर्पित करें।

   - **दैनिक प्रार्थना:** हर दिन व्यक्तिगत प्रार्थना का एक नियमित समय बनाएं।
   - **लिटर्जिकल प्रार्थना:** अपनी कलीसिया में आयोजित दैनिक आराधनाओं और प्रार्थनाओं में सक्रिय रूप से भाग लें, जैसे कि वे मनन और आराधना के लिए गंभीर अवसर प्रदान करती हैं।
   - **यीशु की प्रार्थना:** जितना अधिक हो सके यीशु की प्रार्थना का अभ्यास करें: ''हे प्रभु यीशु मसीह, परमेश्वर के पुत्र, मुझ पापी पर दया कर।''

3. **दान देना:** महान उपवास हमें जरूरतमंदों की देखभाल करने का आह्वान करता है। हमारे प्रभु के इन वचनों को स्मरण करें: ''जो कुछ तुमने मेरे इन छोटे से छोटे भाइयों और बहनों में से किसी एक के लिए किया, वह तुमने मेरे ही लिए किया।'' (संत मत्ती 25:40)

   क. अपनी आय और संसाधानों का एक भाग अपने समुदाय में गरीबों और जरूरतमंदों की सहायता के अलग रखें।

   ख. कलीसिया द्वारा आरम्भ किए गए कार्यों में सक्रिय रूप से भाग लें, अपना समय, प्रतिभा और धन अर्पित करके योगदान दें।

   ग. पीड़ितों के प्रति करुणा दिखाएं और अपने प्रत्येक कार्य में दयालुता, सहानुभूति और सांत्वना प्रकट करें।

स्मरण रखें, हमारे द्वारा की गई प्रत्येक प्रार्थना, प्रत्येक दान का कार्य, और प्रत्येक प्रलोभन पर विजय पाने का प्रयास हमें पुनरुत्थान के प्रकाश की ओर निकट ले जाती है।

महा-दु:खभोग केवल एक व्यक्तिगत अनुशासन नहीं है, बल्कि यह सामूहिक प्रयास भी है। हम एक कलीसिया हैं, और हम मिलकर अपने प्रभु यीशु मसीह के नमूने का अनुसरण करने का प्रयास करें, जिन्होंने जंगल में चालीस दिन उपवास किया और हमें अपने आप का इनकार करने व आध्यात्मिक नवीनीकरण का मार्ग दिखाया।

पवित्र कलीसिया द्वारा प्रदान किए गए उपवास के संसाधनों का उपयोग करना न भूलें, जैसे कि प्रतिदिन के लिए वचन का पाठ और हमारे प्रिय मेट्रोपॉलिटन पिता, मोरान मोर अथनेसियस योहान प्रथम (धन्य स्मृति) के लेखन, ताकि आप अपनी आत्मा का पोषण कर सकें।

होने दें कि यह पर्व समय हो:

- व्यक्तिगत मनन, आध्यात्मिक विकास, और जिसमें संबंधों को ठीक किया जाए।
- यदि परमेश्वर और दूसरों के साथ अपने संबंध में असफल हो गए हैं तो, अपने अंत:करण को ईमानदारी से जांच कर पश्चाताप करने का समय हो।
- दीनता के साथ पाप स्वीकरण विधि में सहभागी हों कि परमेश्वर के अनुग्रह से अपनी आत्मा को शुद्ध कर सकें।
- जिन्होंने आपके साथ गलत किया है, उन्हें क्षमा करने का और जिनको आपने कष्ट पहुँचाया है, उनसे क्षमा माँगने का समय बनें।
- परमेश्वर और दूसरों के सामने स्वयं को दीन बनाने का अवसर बनें।
- जहाँ विभाजन हो वहाँ शान्ति स्थापित करें।
- मसीह की एक देह के रूप में जीने का प्रयास करें।

मैं आप प्रत्येक के लिए प्रार्थना करता हूँ कि परमेश्वर का अनुग्रह आपको इन पवित्र उपवास के दिनों में सामर्थी बनाए। वह आपको अपनी इच्छा को समझने की बुद्धि, अपनी आज्ञाओं का पालन करने की सामर्थ, और सभी पर अपनी करुणा प्रकट करने के लिए प्रेम प्रदान करे।

पवित्र त्रिएक–पिता, पुत्र और पवित्र आत्मा, हम सभी को अपने अपार अनुग्रह और दया से अगुवाई प्रदान करें, और सभी संतों व थियोटोकोस की मध्यस्थता परमेश्वर के सिंहासन के समक्ष हमारी रक्षा करती रहे, अब सदा और सर्वदा। ✠ आमीन।

पितृत्वपूर्ण प्रेम और प्रार्थनाओं के साथ,

मोरान मोर सैमुअल थियोफिलस मेट्रोपॉलिटन

तिथि : 11 फरवरी 2025
स्थान : विश्व कलीसियाई मुख्यालय

निर्देश: कृपया यह सुनिश्चित करें कि यह सभी क्षेत्रीय भाषाओं में अनुवादित है और विश्वासियों के प्रोत्साहन के लिए सभी स्थानीय कलीसियाओं में पढ़ा जाए।