രക്ഷയുടെ പാതയിൽ-6

6

ഈശോയെ അനുഭവിച്ച ജനം

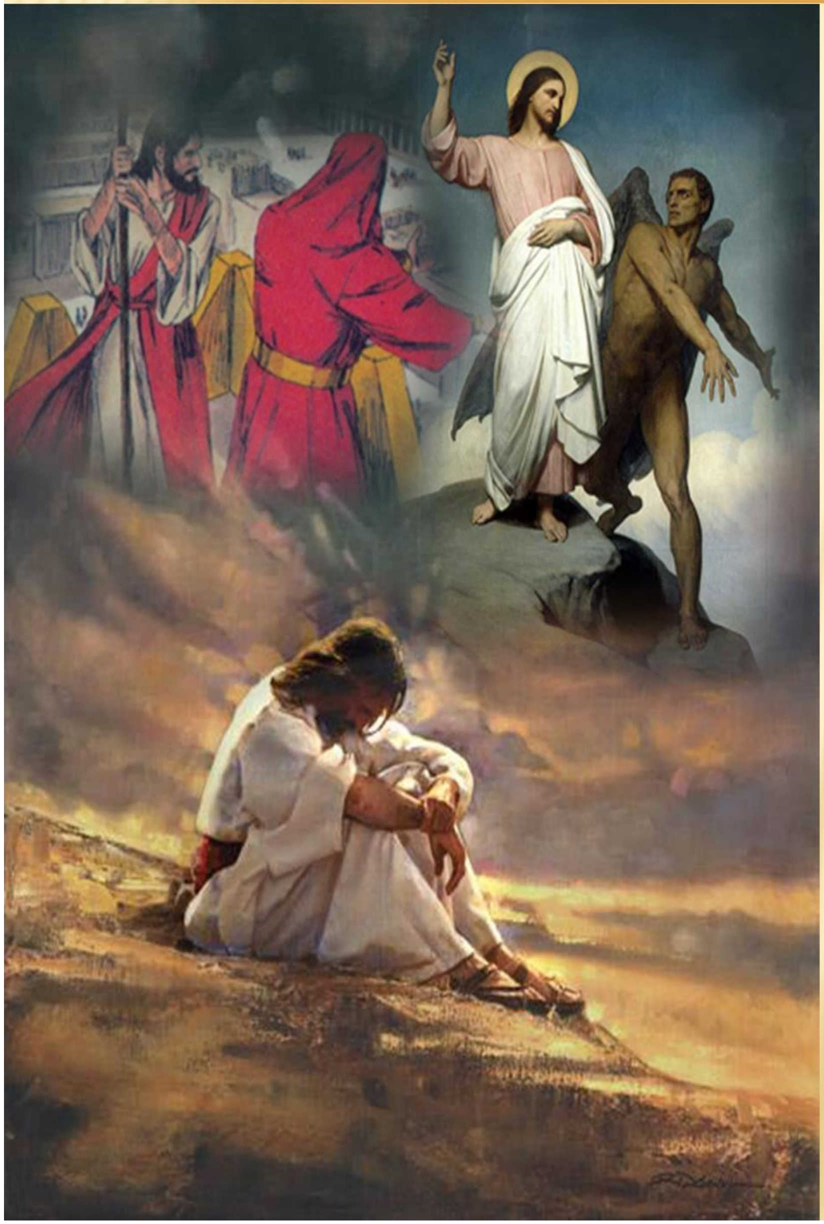
സീറോ മലബാർ സഭയുടെ വിശ്വാസ പരിശീലന പാഠാവലി

ഉള്ളടക്കം

1. പ്രവചനങ്ങൾ പൂർത്തിയാകുന്നു
2. ലോകത്തിന്റെ പാപങ്ങൾ നീക്കുന്ന ദൈവത്തിന്റെ കുഞ്ഞാട്
3. പ്രലോഭനങ്ങളെ അതിജീവിച്ച ഈശോ
4. ദൈവരാജ്യത്തിന്റെ സുവിശേഷമറിയിക്കുന്ന ഈശോ
5. ദൈവികമഹത്വം വെളിപ്പെടുത്തിയ ഈശോ
6. പാപികളെ തേടിവന്ന ഈശോ
7. നമ്മുടെ മുറിവുകൾ ഏറ്റെടുത്ത ഈശോ
8. നമുക്കുവേി മരിച്ച ഈശോ
9. ക്ഷമിക്കാൻ പഠിപ്പിച്ച ഈശോ
10. മരണത്തെ ജയിച്ച ഈശോ
11. എമ്മാവൂസ് അനുഭവം
12. എന്റെ കർത്താവേ, എന്റെ ദൈവമേ
13. സ്വർഗ്ഗാരോഹണവും പ്രേഷിതദൗത്യവും
14. പന്തക്കുസ്തായും വിശ്വാസപ്രഘോഷണവും
15. മഹത്ത്വീകൃതനായ ഈശോ

പാഠം 3

പ്രലോഭനങ്ങളെ അതിജീവിച്ച ഈശോ



മനുഷ്യൻ അപ്പം കൊു മാത്രമല്ല, ദൈവത്തിന്റെ നാവിൽ നിന്നു പുറപ്പെടുന്ന ഓരോ വാക്കുകൊ ുമാണ് ജീവിക്കുന്നത്””

- സുഖലോലുപത, അധികാരം, സമ്പത്ത് എന്നിവയ്ക്കായി ഈശോ പ്രലോഭിപ്പിക്കപ്പെട്ടു.
- നോമ്പും ഉപവാസവും പ്രാർത്ഥനയും വഴി ആത്മബലം നേടിയിരുന്നതിനാലാണ് ഈശോയ്ക്ക് പ്രലോഭകനായ പിശാചിനെ തോല്പിക്കാൻ സാധിച്ചത്.

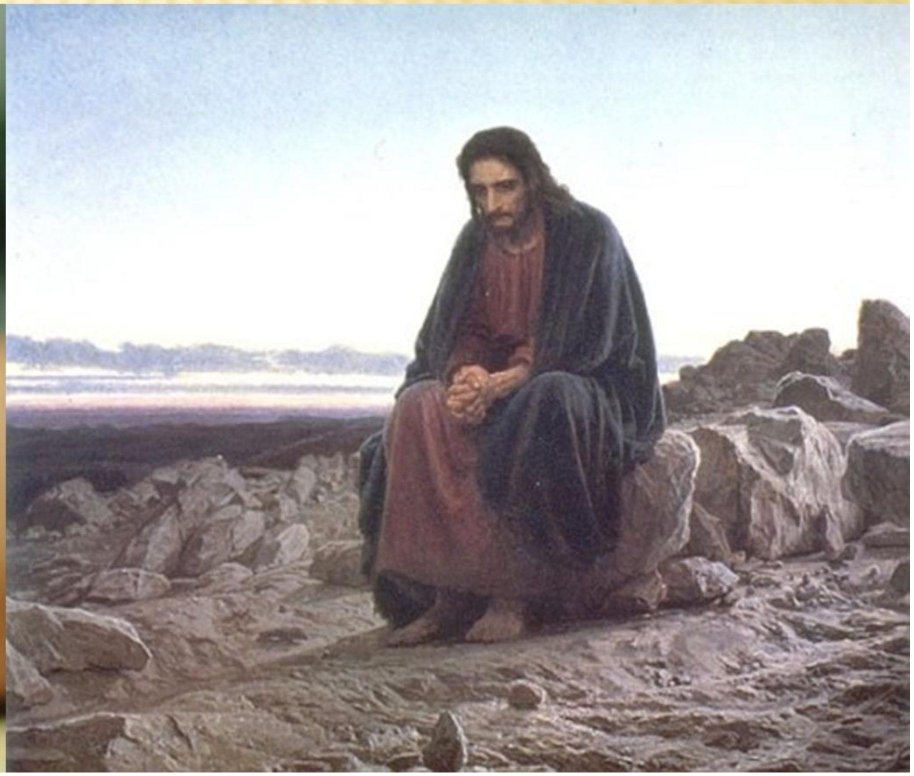
വചനാധിഷ്ഠിത ജീവിതം

- അനുദിനം ദൈവവചനം വായിക്കുകയും അതനുസരിച്ച് ജീവിക്കുകയും ചെയ്യുന്നവന് ഒരിക്കലും വഴിതെറ്റുകയില്ല. "കർത്താവിന്റെ വചനം നമ്മുടെ പാദത്തിനു വിളക്കും പാതയിൽ പ്രകാശവുമാകണം.

നോമ്പും ഉപവാസവും

- പ്രലോഭനങ്ങളെ ജയിക്കാനുള്ള ശക്തി നോമ്പും ഉപവാസവും പ്രാർത്ഥനയും നമുക്കു നൽകും. നോമ്പും ഉപവാസവും അനുഷ്ഠിക്കുന്നതിൽ വളരെ നിഷ്ഠയുള്ള സഭാസമൂഹമാണ് സീറോ മലബാർ സഭ. "നോമ്പിന്റെ സ്നേഹിതർ' ഈശോയുടെ ഉയിർപ്പുതിരുനാളിന് ഒരുക്കമായി അമ്പതുനോമ്പ്; പിറവിത്തിരുനാളിന് ഒരുക്കമായി ഇരുപത്തഞ്ചു നോമ്പ്; മാതാവിന്റെ സ്വർഗാരോഹണത്തിരുനാളിന് ഒരുക്കമായി പതിനഞ്ചു നോമ്പ്; അമ്പതു നോമ്പാരംഭത്തിനു 18 ദിവസം മുമ്പുള്ള 3 നോമ്പ്; മാതാവിന്റെ ജനനത്തിരുനാളിനൊരുക്കമായുള്ള 8 നോമ്പ്.

- “ഉപവാസം” എന്ന വാക്കിന് “കൂടെ വസിക്കൽ” എന്നാണർത്ഥം
- ദിവസം മുഴുവൻ ദൈവത്തോടുകൂടെ വസിക്കാൻ ആഹാരം പോലും ഉപേക്ഷിച്ച് പ്രാർത്ഥിക്കുകയാണ് ഉപവാസദിവസങ്ങളിൽ ചെയ്യുക.



പ്രാർത്ഥന

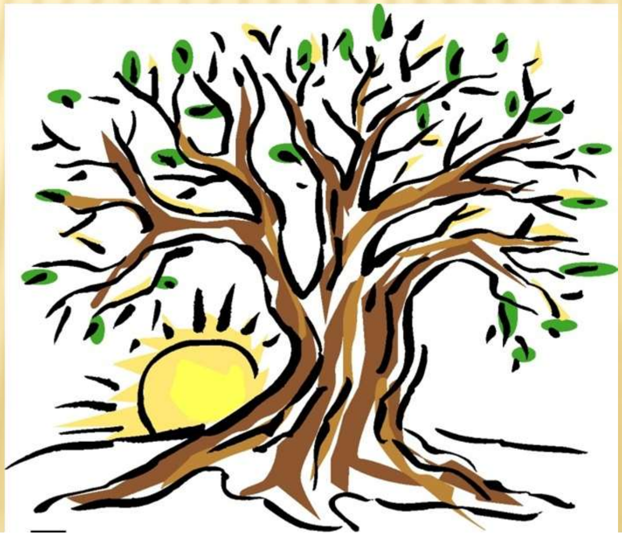
- സ്വർഗസ്ഥനായ പിതാവേ എന്ന പ്രാർത്ഥനയിൽ "ഞങ്ങളെ പ്രലോഭനത്തിൽ ഉൾപ്പെടുത്തരുതേ" എന്നു നമ്മൾ പ്രാർത്ഥിക്കുന്നുല്ലോ. "പ്രലോഭനത്തിൽ അകപ്പെടാതിരിക്കാൻ ഉണർന്നിരുന്നു പ്രാർത്ഥിക്കുവിൻ"

ജീവകാരുണ്യ പ്രവർത്തനങ്ങൾ

- നോമ്പും, ഉപവാസവും, പ്രാർത്ഥനയും നമ്മെ ജീവകാരുണ്യ പ്രവർത്തനങ്ങളിലേക്കു നയിക്കണം. നോമ്പും ഉപവാസവും വഴി മിച്ചം വയ്ക്കുന്ന സമ്പത്ത് ദരിദ്രർക്കു പങ്കുവയ്ക്കാൻ നമ്മൾ തയ്യാറാകണം.
- രോഗികളെ സന്ദർശിച്ചു പ്രാർത്ഥിക്കുക, ചെറിയ ത്യാഗപ്രവൃത്തികളിലൂടെ പണം സമ്പാദിച്ച് പാവങ്ങളെ സഹായിക്കുക, ദാനധർമ്മം ചെയ്യാൻ മാതാപിതാക്കളെ പ്രേരിപ്പിക്കുക തുടങ്ങിയവ കുട്ടികൾക്കും ചെയ്യാവുന്ന സത്പ്രവൃത്തികളാണ്.

നോമ്പുകാലം

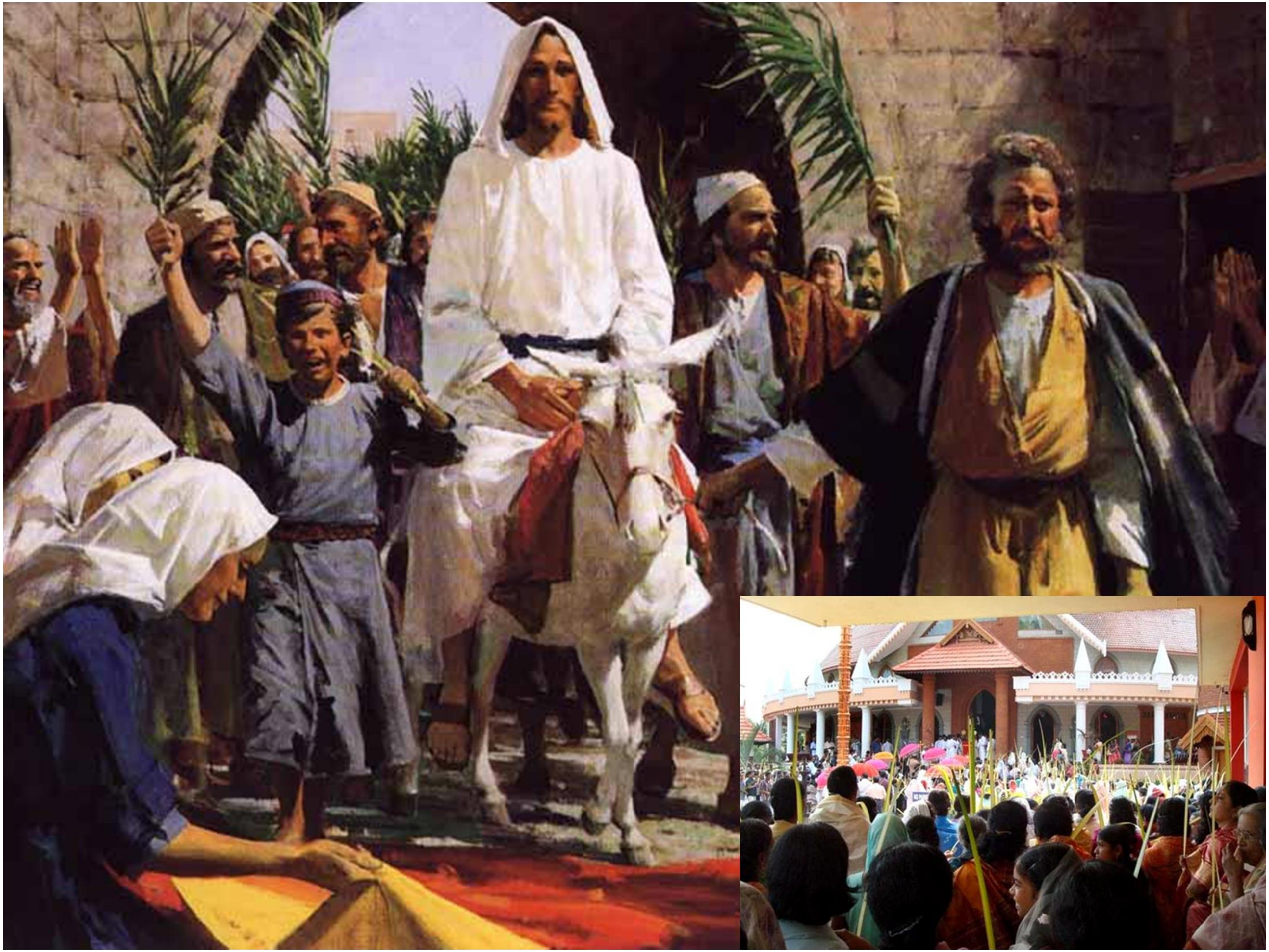
- ആരാധനക്രമവത്സരത്തിലെ നാലാമത്തെ കാലമാണ് നോമ്പുകാലം. മരുഭൂമിയിൽ നടത്തിയ ഉപവാസത്തെയും പ്രാർത്ഥനയെയും അനുസ്മരിച്ചുകൊ് ആരംഭിക്കുന്ന ഈ കാലത്തിൽ അവിടുത്തെ പീഡാനുഭവത്തെക്കുറിച്ച് പ്രത്യേകമായി ധ്യാനിക്കുകയും പ്രാർത്ഥിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. ഉയിർപ്പുതിരുനാളിനൊരുക്കമായുള്ള ഈ നോമ്പാചരണത്തെ വലിയനോമ്പ് എന്നാണു വിളിക്കുന്നത്.



- ഉയിർപ്പുതിരുനാളിന് ഏഴാഴ്ചമുമ്പ് ആരംഭിക്കുന്ന നോമ്പുകാലത്തിന്റെ ആദ്യഞായറാഴ്ചയെ "പേത്തുർത്താ" എന്നു വിളിക്കുന്നു. അന്നു സന്ധ്യമുതലാണ് നോമ്പ് ആരംഭിക്കുന്നത്. നോമ്പാരംഭത്തിൽ ആഘോഷപൂർവ്വകമായ അനുതാപശുശ്രൂഷ (വിഭൂതി ആചരണം നടത്തുന്നു. നമ്മുടെ പാപങ്ങളെ ഓർത്ത് അനുതപിക്കുവാനും അവയ്ക്കു പരിഹാരമനുഷ്ഠിച്ച് ഈശോയിൽ നവീകരിക്കപ്പെട്ട ഒരു പുതുജീവിതം നയിക്കുവാനും നോമ്പുകാലം നമ്മെ അഹ്വാനം ചെയ്യുന്നു.

വിശുദ്ധവാരം

- നോമ്പിന്റെ അവസാനത്തെ ആഴ്ച നാം വിശുദ്ധവാരമായി (വലിയആഴ്ച) ആചരിക്കുന്നു. ജറുസലേം പട്ടണത്തിലേയ്ക്കുള്ള ഈശോയുടെ ആഘോഷപൂർവ്വമായ പ്രവേശനത്തെ അനുസ്മരിക്കുന്ന ഓശാന ഞായർ മുതൽ ഈശോയുടെ പീഡാനുഭവരഹസ്യങ്ങൾ കൂടുതലായി ധ്യാനിക്കുവാൻ ആരംഭിക്കുന്നു. പെസഹാ വ്യാഴാഴ്ച വിശുദ്ധ കുർബ്ബാനയുടെയും പൗരോഹിത്യത്തിന്റെയും സ്ഥാപനം അനുസ്മരിക്കുന്നു. അന്നേ ദിവസം വൈകുന്നേരം ഈശോയുടെ പെസഹാഭക്ഷണത്തെ അനുസ്മരിച്ചു കൊ് വീടുകളിൽ അപ്പം മുറിക്കൽ ശുശ്രൂഷ നടത്തുന്നു. ദുഖവെള്ളിയാഴ്ച ഈശോയുടെ പീഡാനുഭവവും കുരിശുമരണവും സംസ്ക്കാരവും നാം അനുസ്മരിക്കുന്നു. ഞായറാഴ്ച ഈശോയുടെ ഉയിർപ്പും.,



നമുക്കു പ്രാർത്ഥിക്കാം

പരിശുദ്ധാത്മാവിനാൽ മരുഭൂമിയിലേയ്ക്കു നയിക്കപ്പെടുകയും നാല്പതു രാവും നാല്പതു പകലും തപസ്സനുഷ്ഠിക്കുകയും ചെയ്ത കർത്താവേ തപസ്സിന്റെയും പ്രായശ്ചിത്തത്തിന്റെയും അരൂപിയാൽ ഞങ്ങളെ നിറയ്ക്കണമേ.

നമുക്കു പാടാം

നീതി നിറഞ്ഞീടും
കർമ്മം കർത്താവിന്റെ
പ്രീതിസമാർജ്ജിക്കും
നോമ്പിൻ സാരം ഭോജ്യങ്ങൾ
വെടിയുകമാത്രവുമല്ലല്ലോ
കോപാസൂയാദികളെല്ലാം
ഉപവാസത്താൽ വെടിയേണം
കർത്താവിൻ-
കൃപ നാം കത്തെും.

ദൈവവചനം വായിക്കാം

വിവരിക്കാം

(മത്താ.4:1-11)

വഴികാട്ടാൻ ഒരു തിരുവചനം

മനുഷ്യൻ അപ്പംകൊ‌ു മാത്രമല്ല, ദൈവത്തിന്റെ നാവിൽ
നിന്നു പുറപ്പെടുന്ന ഓരോ വാക്കുകൊണ്ടുമാണ്
ജീവിക്കുന്നത്

(മത്താ 4:4).

എന്റെ തീരുമാനം

വലിയനോമ്പുകാലത്ത് ഞാൻ മാംസമെങ്കിലും വർജ്ജിക്കും.

Thank you