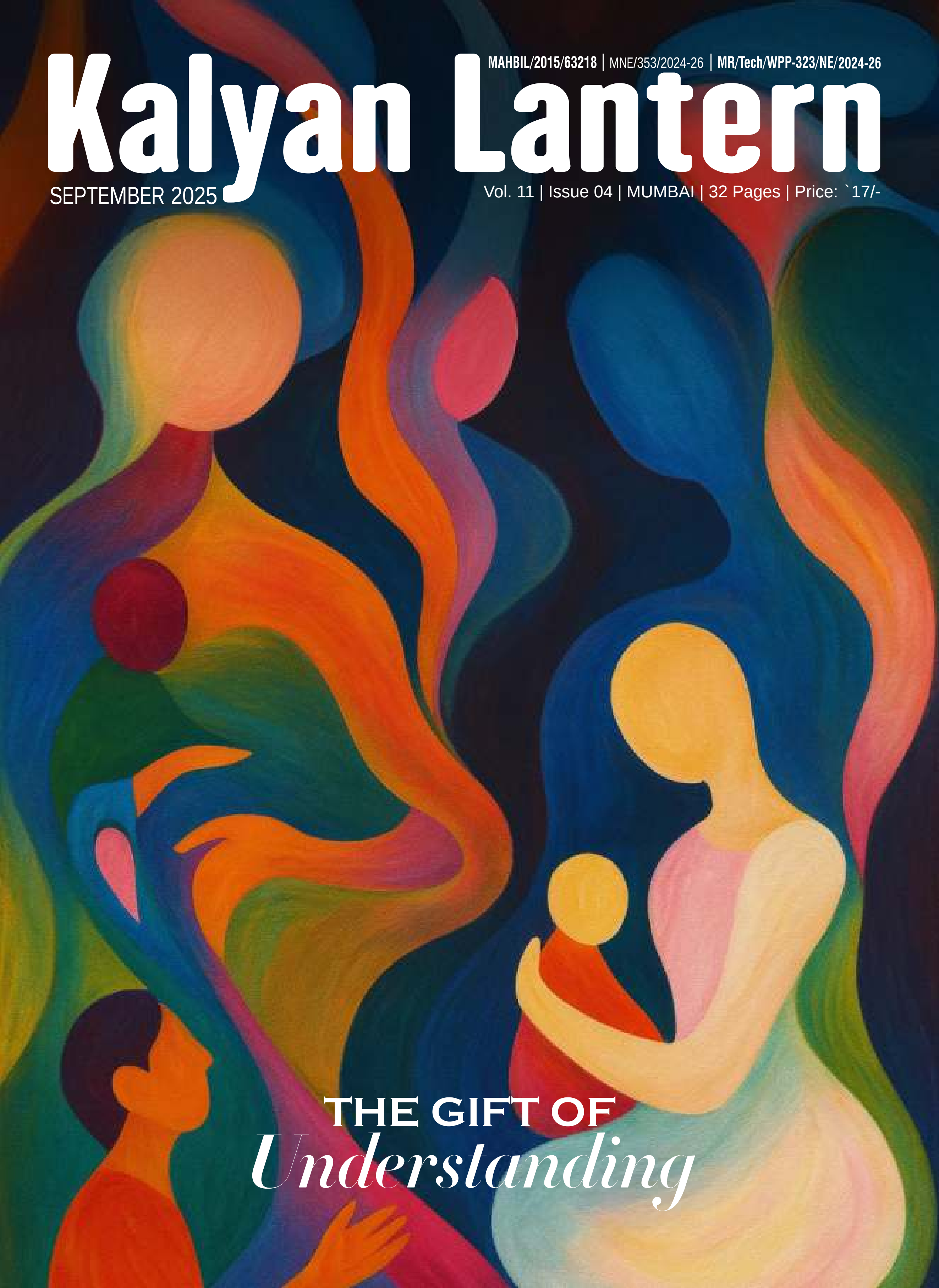
MAHBIL/2015/63218 | MNE/353/2024-26 | MR/Tech/WPP-323/NE/2024-26

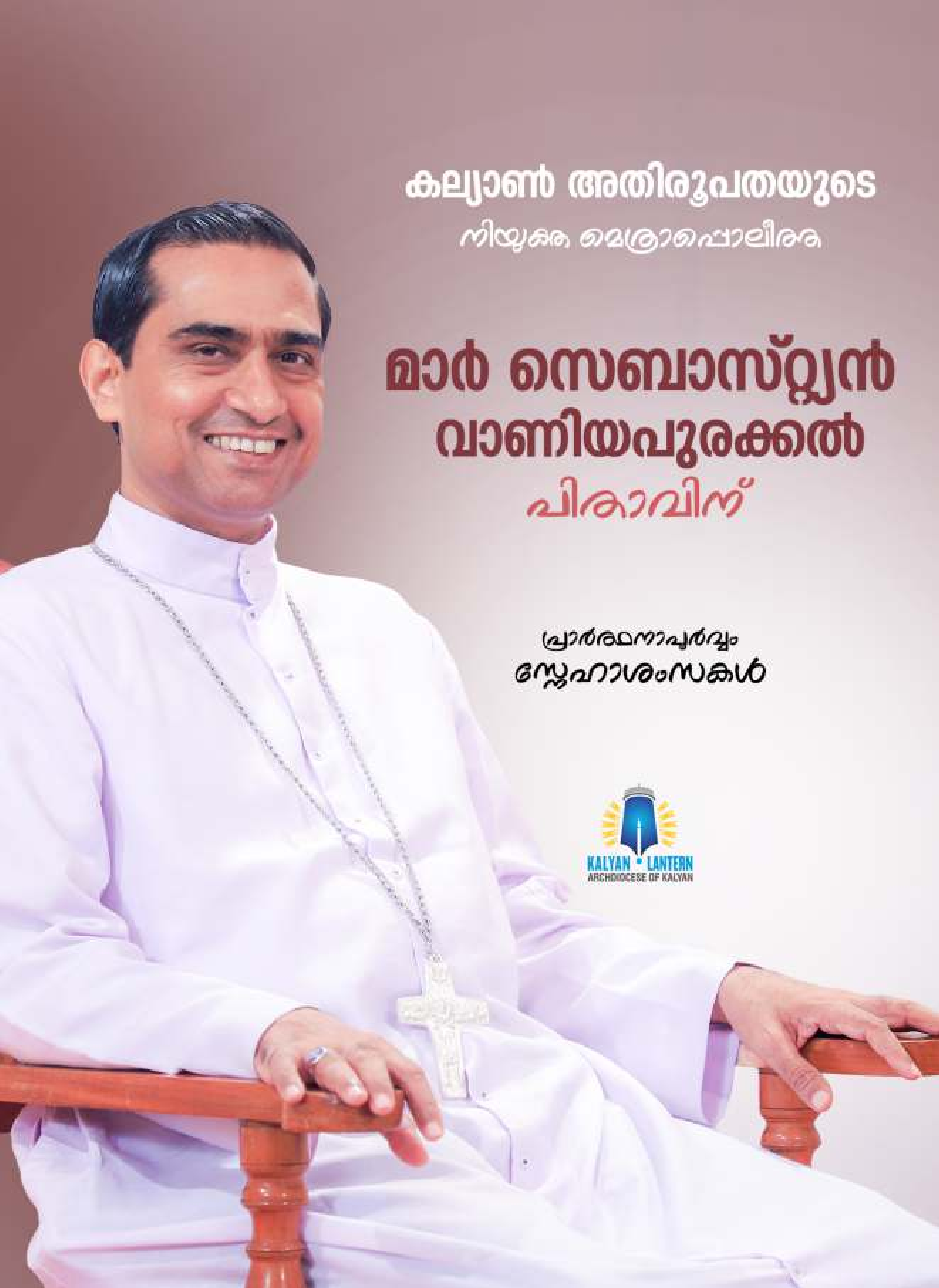
Kalyan Lantern

SEPTEMBER 2025

Vol. 11 | Issue 04 | MUMBAI | 32 Pages | Price: `17/-



THE GIFT OF *Understanding*


കല്യാൺ അതിരൂപതയുടെ
നിയുക്ത മെത്രാപ്പോലീത്ത
മാർ സെബാസ്റ്റ്യൻ
വാണിയപുരക്കൽ
പിതാവിന്
പ്രാർത്ഥനാപൂർവ്വം
സ്നേഹാശംസകൾ
KALYAN • LANTERN
ARCHDIOCESE OF KALYAN

EDITORIAL

The Foundation of Family Bonds

What makes a family truly a place of joy, peace, and love? The answer, though simple, is often overlooked: understanding. Love within a family is never accidental; it is the fruit of sincere efforts to know, accept, and support one another.

In today's world of busy schedules and endless responsibilities, it is easy to lose sight of this truth. We rush through routines, juggle commitments, and manage relationships—yet, in the midst of all the noise, we often forget the quiet strength that holds us together. That strength is understanding.

Understanding is more than tolerance. It is the glue that binds spouses, parents, and children in a web of trust and affection. It means choosing to see beyond our own perspective, to listen with empathy, and to respond with compassion. Where understanding dwells, family members feel safe, valued, and loved.

In marriage, understanding is the solid ground upon which a lifelong union is built. When spouses listen with patience, respect each other's needs and fears, and offer support without judgment, they cultivate a love that can withstand life's storms.

Between parents and children, understanding becomes the bridge of trust. When parents truly listen to their children—validating their feelings, guiding them with gentleness, and encouraging their dreams—they nurture resilience and confidence. Children who grow up in such an atmosphere learn to love others in the same way.

How do we cultivate this spirit? By slowing down, listening more, and speaking with patience. By sharing meals, conversations, and prayers. By choosing empathy over impatience, dialogue over silence.

This month, 'The Lantern' dedicates its reflection to this quiet but powerful virtue. Understanding may not make headlines, but it is the heartbeat of family life. Let us approach one another with compassion and patience, seeking to understand before being understood. In doing so, we will create homes that radiate peace, joy, and love—homes that reflect the very heart of our Christian faith.

To all our readers: may these pages inspire you to deepen the bonds within your family, and may your homes be filled with the light of understanding.

Rev. Dr. Rajesh Mathew
Editor-in-Chief

KALYAN LANTERN
DIOCESE OF KALYAN

YOUR WORD IS A LAMP TO
MY FEET & A LIGHT TO MY PATH

SEPTEMBER 2025
Vol. 11 | Issue 04

PATRON
Bishop Mar Thomas Elavanal

CHAIRMAN
Msgr. Cyriac Kumbattu

EDITOR-IN-CHIEF
Rev. Dr. Rajesh Mathew

ASSOCIATE EDITOR
Fr. Jojit Johny

MARKETING MANAGER
Rev. Dr. George Vattamattathil

CIRCULATION MANAGER
Fr. Jins Kannadippara

EDITORIAL BOARD
Fr. Albin Koonammavu
Fr. Akhil Kalappurackal
Mr. Jose Mathew
Mr. Austine Jose Vattakkattu
Mr. V S Chacko
Dr. Manu Lopus
Mr. John Kurian
Ms. Rini Kunjuvareed
Ms. Divya Joseph
Ms. Clara Vadakkan
Mr. Samuel Cecil

OFFICE SECRETARY
Mr. Joseph Chiramal

DESIGN & LAYOUT
Mr. Josemon Vazhayil

Diocese of Kalyan, Plot No. B/38, P.B. No. 8434, IIT P.O., Powai,
Mumbai, Maharashtra, India 400076. Tel. (+91) (022) 2578 5515, 2578 2385
E-mail: kalyanlantern@gmail.com | Website: www.kalyandiocese.com
Matrimonial: www.godsownchoice.com MAHBIL/2015/63218 | MNE/353/2024-26

കുടുംബജീതത്തിലെ മനസിലാക്കലുകൾ

Moly Thomas
San Jos Church, Wagle Estate

കുടുംബജീവിതത്തിൽ പരസ്പര മനസ്സിലാക്കലാണ് (Understanding) സന്തുലിതമായ ബന്ധത്തിന്റെയും മാനസിക ക്ഷേമത്തിന്റെയും അടിസ്ഥാനം. പരസ്പരം അറിയുക എന്നതിന് അതീതമായി, മനസ്സിലാക്കുക എന്നത് ഒരാളുടെ ഉള്ളിലേക്ക് കടക്കുകയും, സഹാനുഭൂതി, ആശയവിനിമയം, ബഹുമാനം, ക്ഷമ, കൂടാതെ ഒരുമിച്ച് വളരാനുള്ള പ്രതിജ്ഞ എന്നിവ ഉൾക്കൊള്ളുന്ന, സജീവവും ബഹുമുഖവുമായ ഒരു പ്രക്രിയയാണ്.

ദൈവ കൃപയാൽ, സൃഷ്ടിക്കപ്പെട്ടവരും, രക്ഷിക്കപ്പെട്ടവരാണ് നാം ഓരോരുത്തരും. ആ ദൈവസ്നേഹത്തിന്റെ പാരമ്യതയിൽ പുരുഷനും സ്ത്രീയുമായി സൃഷ്ടിച്ചു കുടുംബം എന്ന മഹത്തതായ പദ്ധതിക്കു ദൈവം രൂപം കൊടുത്തു. ഓരോ കുടുംബവും, ഒരു സ്ത്രീയും പുരുഷനും ഒന്ന് ചേർന്ന്, ഭാര്യ ഭർത്താക്കന്മാരായി ജീവിച്ചു, പിന്നീട് അവരുടെ സ്നേഹത്തിന്റെ ഒത്തുചേരലിൽ മക്കൾക്ക് ജന്മം നൽകി, പിന്നെ അവരുടെ മനസികവും, ശരീരികവുമായ വളർച്ച, വിശ്വാസപരിശീലനം, സ്വഭാവരൂപീകരണം ഇവയൊക്കെ ഒരു കൂട്ടുതരവാദിത്വമായി ഏറ്റെടുത്തു മാതാപിതാക്കൾ ഒരു കുടുംബത്തെ പരിപോഷിപ്പിക്കുന്നു. ഓരോ കുടുംബത്തിനും മാതൃകയാകേണ്ടത് തീർച്ചയായും തിരുക്കുടുംബം തന്നെയാണ്. നീതിമാനായ യൗസേപ്പിതാവും സ്ത്രീകളിൽ അനുഗ്രഹീ

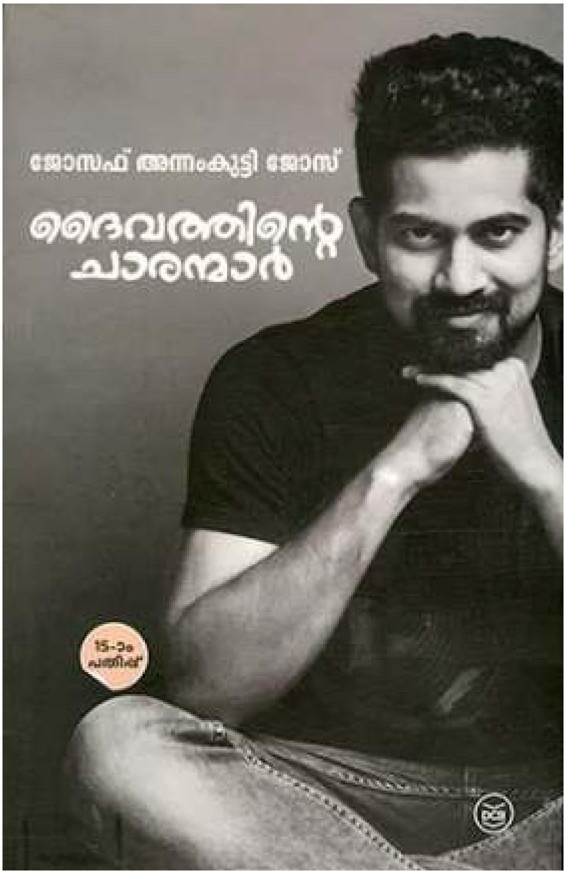
യായ മറിയവും ചേർന്നപ്പോൾ സകല പുണ്യങ്ങളുടെയും നിറകുടമായ ദൈവപുത്രൻ പിറന്നു. എന്നാൽ ഈ തിരുക്കുടുംബത്തിൽ നിലനിന്നിരുന്ന, പരസ്പര സ്നേഹം, വിശ്വാസം, ആദരവ്, അതിലുപരി പരസ്പരം 'മനസ്സിലാക്കൽ' ഇവയൊക്കെ ഇന്ന് നമ്മുടെ കുടുംബങ്ങളിലുണ്ടോ എന്ന് ആത്മശോധന ചെയ്യേണ്ടിയിരിക്കുന്നു.

ഈ കാലഘട്ടത്തിൽ നാം സ്ഥിരം കേൾക്കുന്ന ഒരു വാചകം ആണ് 'അവൾക്കു ഞാൻ പറയുന്നത് മനസ്സിലാകുന്നില്ല' 'എന്നെ മനസ്സിലാക്കാൻ അയാൾക്ക് പറ്റുന്നില്ല' എന്നൊക്കെ.

എന്നാൽ മറ്റൊരാളെ 'മനസ്സിലാക്കാൻ' ഒരു വ്യക്തിക്കുള്ള കഴിവ്, അയാളിലുള്ള ആ നന്മ ഒരു 'കൃപ' യാണെന്നു തിരിച്ചറിയേണ്ടതും ഈ കാലഘട്ടത്തിന്റെ ആവശ്യമാണെന്ന് തോന്നുന്നു. 'Grace of understanding' എന്ന വിഷയം കേൾക്കുമ്പോൾ നിസ്സാരമെന്നു തോന്നാമെങ്കിലും, എത്രയോ ആഴത്തിലാകണം അത് വ്യാഖ്യനിക്കപ്പെടേണ്ടത് എന്ന് തിരിച്ചറിയുന്നു. ഇന്നത്തെ പല ബന്ധങ്ങളും, പ്രത്യേകിച്ച് കുടുംബ ബന്ധങ്ങൾ, ശിഥിലാമായിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ, അതിന്റെ അടിസ്ഥാന കാരണം തന്നെ പരസ്പരം മനസ്സിലാക്കുന്നതിൽ സംഭവിച്ച പരാജയം ആണെന്ന് നിസ്സംശയം പറയാം. ഇംഗ്ലീഷിൽ ഒരു ചൊല്ലുണ്ട്, 'Standing in other's shoes' എന്ന്. നമ്മുടെ വാഗ്വാദങ്ങളിൽ, നമ്മൾ മാത്രമാണ് ശരിയെന്ന മനോഭാവത്തിൽ നിന്ന്, അപരന്റെ മനോഗതം കൂടി തിരിച്ചറിയുന്ന ആ നിമിഷങ്ങളിലാണ് 'പരസ്പരം മനസ്സിലാക്കുന്നതും, മനസ്സിലാക്കപ്പെടുന്നതും 'ഒരു കൃപയായി നാം തിരിച്ചറിയേണ്ടത്. അപരന്റെ ചിന്തകൾ, വികാരങ്ങൾ, അനുഭവങ്ങൾ നാം മാനിക്കുന്നത് വഴി സഹജീവികളോടുള്ള, സ്നേഹം, കരുണ, സഹാനുഭൂതി എന്ന വലിയ നന്മ നമ്മളിൽ ജനിക്കുകയല്ലേ.

മനസിലാക്കുക, മനസ്സിലാക്കപ്പെടുക

ഒരു കുടുംബത്തിൽ ഭർത്താവ് ഭാര്യയെയും, ഭാര്യ ഭർത്താവിനെയും, മാതാപിതാക്കൾ മക്കളെയും, തിരിച്ചും പരസ്പരം മനസ്സിലാക്കാതെ പോകുമ്പോൾ അവിടെ പ്രശ്നങ്ങൾ ഉണ്ടാകുന്നു. തിരിച്ചാണെങ്കിൽ അവിടെ സ്നേഹവും സമാധാനവും നിലനിൽക്കും.



ഏതാനും ദിവസം മുൻപ് ഒരു പുസ്തകം വായിക്കാനിടയായി. 'ദൈവത്തിന്റെ ചരന്മാർ' എന്ന തലക്കെട്ടുള്ള ആ പുസ്തകത്തിൽ, ഗ്രന്ഥകർത്താവിന്റെ കുറെ ഓർമ്മക്കുറിപ്പുകളും ചില സാഹചര്യങ്ങളിൽ അദ്ദേഹത്തിന് ലഭിച്ച തിരിച്ചറിവുകളും ആണ് പ്രതിപാദ്യം. അതിൽ 'ഇരട്ട ലജ്ജ' എന്ന തലക്കെട്ടുള്ള കുറിപ്പിൽ, അദ്ദേഹത്തിന്റെ ചെറുപ്പകാലങ്ങളിൽ സ്വന്തം അമ്മയോടുള്ള വെറുപ്പും അകൽച്ചയും മറ്റുമാണ് വിവരിക്കുന്നത്. എന്നാൽ ജീവിതത്തിന്റെ ഏതോ ഒരു ഘട്ടത്തിൽ അമ്മയെ 'മനസ്സിലാക്കാൻ' തുടങ്ങിയപ്പോൾ അമ്മ എന്തുകൊണ്ട് ഇങ്ങനെയൊക്കെയായി എന്ന് അദ്ദേഹത്തിന് വ്യക്തത ലഭിച്ചത്രെ. അവസാന ഭാഗത്തു അദ്ദേഹം എഴുതി വച്ചിരിക്കുന്നു 'ഈ ലോകത്തിൽ ഞാൻ ഏറ്റവും അധികം സ്നേഹിക്കുന്ന വ്യക്തി ഇപ്പോഴും അമ്മയല്ല. പക്ഷെ ഏറ്റവും കൂടുതൽ ബഹുമാനിക്കുന്ന വ്യക്തി അമ്മ തന്നെയാണ്. എഴുത്തുകാരൻ, റേഡിയോ ജോക്കി എന്നീ മേഖലകളിൽ അറിയപ്പെടുന്ന ജോസഫ് ജോസ്, പിന്നീട് അമ്മയുടെ പേരും കൂട്ടിച്ചേർത്തു, ജോസഫ് അന്നംകുട്ടി ജോസ് എന്ന് അറിയപ്പെട്ടു തുടങ്ങി. (ഒരുപക്ഷെ അമ്മയെ മനസ്സിലാക്കാൻ ശ്രമിച്ചത് തന്നെ, അപ്പൻ അമ്മയോട് കാണിക്കുന്ന സ്നേഹവും ആദരവും കണ്ടിട്ടാകാം)

ഓരോ ക്രിസ്ത്യാനിയും, ക്രിസ്തിയതയുടെ ബാലപാഠങ്ങൾ സ്വായത്തമാക്കുന്നതു, കുടുംബത്തിൽ നിന്ന് തന്നെയാണ്. എന്നാൽ സമൂഹമാധ്യമങ്ങളുടെ സ്വാധീനം, പുതിയ പുതിയ സാങ്കേതിക വിദ്യകളുടെ അതിപ്രസരം ഇവയൊക്കെ കാരണം, വിശ്വാസജീവിതത്തിൽ മൂല്യച്ച്യുതി സംഭവിച്ചിട്ടുണ്ടെങ്കിലും, നമ്മുടെ ധാർമികതയെ കവർന്നെടുക്കാൻ മാത്രം അവയെ വളരാൻ നാം അനുവദിച്ചിട്ടുണ്ടോ? ഇല്ലെന്നാണെന്റെ വിശ്വാസം. കാരണം ആത്മാവിന്റെ

ദാനങ്ങളും, വരങ്ങളും കൃപമാരിയായി ദിനംപ്രതി നമ്മിലേക്ക് വാർഷിക്കപ്പെടുകയല്ലേ. മറ്റൊരാളെ ആ വ്യക്തി ആയിരിക്കുന്ന അവസ്ഥയിൽ മനസ്സിലാക്കാൻ ആത്മാവിനാൽ നാം സ്ഥിരപ്പെടേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. ഒരു കുടുംബത്തിന്റെ കെട്ടുറപ്പിനും, ഭദ്രതക്കും, ധാർമികമായ ഉത്തരവാദിത്വം ഏറെക്കുറെ ഏറ്റെടുക്കേണ്ടത് പിതാക്കന്മാരേക്കാൾ കൂടുതൽ മാതാക്കൾ ആണ്. അവർ അതിൽ പരാജയപ്പെടുമ്പോൾ കുടുംബ സംവിധാനം താറുമാറാകും. സ്ത്രീ കുടുംബത്തിന്റെ വിളക്ക്, ഐശ്വര്യം എന്നൊക്കെ എത്രയോ വട്ടം പഴമക്കാർ പറഞ്ഞു നാം കേട്ടിരിക്കുന്നു.

'മനസിലാക്കുക' എന്ന വാക്ക് കേൾക്കുമ്പോൾ വളരെ നിസ്സാരമായി തോന്നിയാലും നാലു പ്രധാന കാര്യങ്ങളാണ് അതിനു പൂർണമായ ഒരു അർത്ഥം തരുന്നത്.

പരസ്പര സ്നേഹവും പരസ്പര ബഹുമാനവും

നമുക്ക് ഒരാളെ മനസ്സിലാക്കണമെങ്കിൽ, നമുക്ക് അയാളോട് സ്നേഹം ഉണ്ടായിരിക്കണം. കാരണം സ്നേഹം ഒരർത്ഥത്തിൽ വിട്ടുകൊടുക്കലല്ലേ. ജീവിതം എങ്ങനെ പോകുന്നു എന്ന് ആരെങ്കിലും ചുമ്മാ ചോദിച്ചാൽ ഏറ്റവും ലളിതമായി നമ്മൾ പറയും, 'അങ്ങനെ adjust ചെയ്തു പോകുന്നു' എന്ന്. സത്യ ത്തിൽ ഈ 'adjustment ന്റെ മറ്റൊരു വാക്കല്ലേ സ് നേഹം. ജീവിത പങ്കാളിയുടെ ഇഷ്ട്ടങ്ങൾക്കുവേ ണ്ടി സ്വന്തം ഇഷ്ട്ടങ്ങൾ മാറ്റിവെക്കുന്നു. 'എനിക്ക് മലയാളം സിനിമ കാണാൻ ഇഷ്ടമാണ്, പക്ഷെ അവ ൾക്കു ഇഷ്ടമില്ലാത്തത് കൊണ്ട് കാണാറില്ല.

ഒരു സുഹൃത്തു പറഞ്ഞുകേട്ടപ്പോൾ തോന്നി,

ഇഷ്ട്ടങ്ങളുടെ നഷ്ടം = സ്നേഹം. പരസ്പരം മനസ്സിലാക്കുന്നതിൽ സ്നേഹത്തിനു സുപ്രധാന പങ്കുണ്ട്.

പരസ്പരം ബഹുമാനിക്കുക എന്നാൽ, മറ്റൊരാൾ ആയിരിക്കുന്ന അവസ്ഥയിൽ ആ വ്യക്തിയെ അംഗീകരിക്കുക എന്ന അർത്ഥമുണ്ട്. പണ്ട് കാർന്നോന്മാർ വീട്ടിലേക്കു വരുമ്പോൾ, ബഹുമാനർത്ഥം എഴുന്നേറ്റു നിൽക്കുമായിരുന്നു, അവർ കഴിച്ചിട്ടേ ബാക്കിയുള്ളവർ ഭക്ഷണം കഴിക്കുമായിരുന്നുള്ളു, എന്നാൽ ഈ കാലഘട്ടത്തിൽ ഇതൊന്നും പ്രാധാന്യം അർഹിക്കുന്നില്ല. ഇന്ന് ഒരു white collar ജോലി ചെയ്യുന്ന അപ്പനെ എല്ലാവരും ബഹുമാനിക്കും. പക്ഷെ പുലരും മുതൽ അന്തി വരെ വീട്ടുകാര്യങ്ങൾ നോക്കുന്ന അമ്മ വെറും പാഴ്. ഇങ്ങനെ ചിന്തിക്കുന്ന തലമുറ വിരളമല്ല. പക്ഷെ ഒന്ന് മനസ്സിലാക്കാൻ ശ്രമിച്ചാൽ അവർ ഇങ്ങനെയൊക്കെ ആയതു കുടുംബത്തിന് വേണ്ടിയല്ലേ. സർട്ടിഫിക്കറ്റുമായി, ഒരു ജോലിയും സ്വപ്നം കണ്ടു മുംബൈ നഗരത്തിലെത്തിയ പല ഭാര്യമാരും ഇന്ന് വീട്ടമയായി കഴിയുന്ന

ത് അവർക്കു സ്വപ്നങ്ങൾ ഇല്ലാതിരുന്നതുകൊണ്ടല്ല മറിച്ചു കുടുംബത്തിന്റെ കേട്ടുറപ്പിന് വേണ്ടിക്കൂടെയാണ്. അത് 'മനസ്സിലാക്കുന്ന' ഭർത്താവ് തീർച്ചയായും അവളെ ബഹുമാനിക്കും, അമ്മമാരെ തരംതാഴ്ത്തി, വിലകുറച്ചു സംസാരിക്കുന്നതിൽ നിന്ന് മക്കളെ തടയും.

പരസ്പരമുള്ള ആശയവിനിമയം

ഭാര്യാഭർത്താക്കന്മാർ തമ്മിലും മക്കളും മാതാപിതാക്കളും തമ്മിലും ഉള്ള ഒരു 'തുറവി' കുടുംബത്തിൽ നഷ്ട്ടപ്പെടുന്നതും ഇതുപോലെ 'മനസ്സിലാക്കപ്പെടാതെ' പോകുന്നതിന്റെ പരിണിത ഫലങ്ങളാകാം. കുടുംബത്തിലെ ചില താളപ്പിഴകൾ, അപസ്വരങ്ങൾ പരസ്പരം മനസ്സിലാക്കാതെ പോകുന്നതിന്റെ പോരായ്മ ആയി മാറുമ്പോൾ, ചില തിരിച്ചറിവുകൾ, തിരിച്ചുപിടിക്കലുകൾക്ക് വഴിയൊരുക്കും.

മറ്റൊരാളുടെ വികാരവിചാരങ്ങളെ മനസ്സിലാക്കി (കുടുംബ പശ്ചാത്തലത്തിൽ) അവസരോചിതമായി പെരുമാറുന്നതിലൂടെ, വലിയ കോളിളക്കങ്ങൾ സൃഷ്ടിക്കാവുന്ന പ്രശ്നങ്ങൾ നിസ്സാരമായി പരിഹരിച്ചു പോകാം. പതിവായി കോളേജിൽ നിന്ന് വൈകി വരുന്ന മകനോ, മകളോ, എന്തുകൊണ്ട് വൈകി എന്ന് ചോദിച്ചാൽ, അവർക്കു പറയാനുള്ളത് കേൾക്കാതെ മുൻവിധിയോട് അവരെ സമീപിച്ചാൽ, നമ്മളെ പേടിച്ചു ഉടൻ ഉത്തരം പറയാൻ അവർ ജീവിക്കുന്നത് എഴുപതുകളിലും, എൺപതുകളിലും അല്ല മറിച്ചു 2K25 ഇൽ അല്ലേ. അറിവും, ജ്ഞാനവും ഉള്ള ഒരു അമ്മ അത് വേണ്ടവിധത്തിൽ ആലോചിച്ചു, ആത്മസംയമനത്തോടെ കാര്യങ്ങളെ വിദഗ്ദ്ധമായ കയ്യിലെടുക്കുന്നു. അതിന്റെ ഫലമായി ആ കുടുംബത്തിൽ സ്നേഹം, സന്തോഷം സമാധാനം എന്നീ ആത്മാഫലങ്ങളുടെ സമന്വയഒരു ഉളവാക്ക

പ്പെടുന്നു. പലരും അവരുടെ നടക്കാതെപോയ സ്വപ്നങ്ങൾ മക്കളിലൂടെ നേടിയെടുക്കാൻ ശ്രമിക്കും. 'തുമ്പിയെ കൊണ്ട് കല്ലെടുപ്പിക്കുന്നത് പോലെ'. 25 വർഷം കൂടെജീവിച്ചാലും, പരസ്പരം ഇഷ്ടങ്ങൾ എന്താണെന്നു മനസ്സിലാകാതെ പോകുന്നത്, വേണ്ടത്ര ആശയവിനിമയം ഇല്ലാത്തതു കൊണ്ടല്ലേ. മക്കൾ എന്തു പഠിക്കണം, ഏതു ജോലി തിരഞ്ഞെടുക്കണം എന്നു തുറന്നു പറയാനുള്ള സ്വാതന്ത്ര്യം കൊടുക്കാത്തത് കൊണ്ട് മാത്രം പരാജയപ്പെട്ടുപോകുന്നവരില്ലേ.

കുടുംബത്തിൽ നിന്നും അകന്നുപോകുന്നവരെ കുറ്റപ്പെടുത്തുന്നതിനു മുൻപ്, നാം സ്വയം ചോദിച്ചു നോക്കേണ്ട ഒന്നുണ്ട്. അവരുടെ സന്തോഷങ്ങളും, സങ്കടങ്ങളും, വേദനകളും പങ്കുവക്കപ്പെടാൻ, തുറന്നു സംസാരിക്കാൻ, നമ്മുടെ സാമീപ്യം അവർക്കു ആശ്വാസമായിരുന്നോ, മറിച്ചു നമ്മുടെ തിരക്കുകൾ അവരെ കേൾക്കുന്നതിന് പ്രതിബന്ധമായിരുന്നോ.

മനശാത്രഞ്ജർ പറയുന്നതുപോലെ കുടുംബത്തിൽ നിന്ന് കിട്ടണമെന്ന് പ്രതീക്ഷിക്കുന്നത് കിട്ടാതെ വരുമ്പോൾ, അത് കിട്ടുന്നിടം തേടി കുഞ്ഞുങ്ങൾ പോയെന്നിരിക്കും. അതിൽ ഒട്ടും അതിശയോക്തി ഇല്ല. ചുരുക്കത്തിൽ അവരുടെ കൊച്ചു നേട്ടങ്ങളിൽ പോലും (അത് അവർക്കു അനുഭവവേദ്യമാവുകയും വേണം) അഭിനന്ദിക്കുകയും സമ്മർദ്ദങ്ങളിൽ ചേർത്തു നിർത്താൻ, തെറ്റുകുറ്റങ്ങളിൽ, its ok എന്ന്

പറയാനും മാതാപിതാക്കൾക്ക് കഴിയണം. ദിവസവും കുറച്ചുനേരം കുടുംബങ്ങൾ എല്ലാവരും ഒരുമിച്ചിരുന്നു സംസാരിക്കുന്ന ഒരു ശീലം നമ്മൾ വളർത്തിയെടുക്കണം.

മറ്റൊരാളെ 'മനസിലാക്കുക' അതനുസരിച്ചു പെരുമാറുക ഇതൊക്കെ നിസ്സാരമായി ചിലപ്പോഴെങ്കിലും തോന്നിയേക്കാം. എന്നാൽ അതിനു ഏറ്റവും ഉചിതമായതു, ക്ഷമയോടെ, സംയമനത്തോടെ അവസരോചിതമായ ഇടപെടലുകളാണ്. ക്ഷമയുണ്ടെങ്കിലേ മറ്റൊരാളെ ശ്രവിക്കാൻ നമുക്ക് സാധിക്കൂ. ആ കേൾവി, കുടുംബത്തിൽ ഭാര്യയുടെയോ ഭർത്താവിന്റെയോ, മക്കളുടെയോ ചോദ്യങ്ങൾക്കു ഉത്തരമാകാം, പ്രശ്നങ്ങൾക്ക് പരിഹാരമാകം, സങ്കടങ്ങൾക്കു ആശ്വാസമാകാം, സന്തോഷങ്ങളിലെ പങ്കുചേരലാകാം.

വീട് എന്നത് നാല് ചുവരുകൾക്കുള്ളിൽ ഓരോരുത്തരുടെയും ഭാവനക്കാനുസരിച്ചു പണിതുണ്ടാക്കുന്ന ഒരു രൂപം മാത്രമാണ്. എന്നാൽ 'കൂടുമ്പോൾ ഇമ്പം ഉള്ളതല്ലേ' കുടുംബം. നമ്മുടെ വികാരവിചാരങ്ങൾ, തർക്കങ്ങൾ, ചിന്താഗതികൾ, എന്തിനു, മക്കൾക്ക് ഒരു പ്രണയം വരെ തുറന്നുപറയാനുള്ള സ്വാതന്ത്ര്യം കൊടുക്കേണ്ട ഇടമല്ലേ നമ്മുടെ കുടുംബങ്ങൾ.

2021 ൽ പുറത്തിറങ്ങിയ ഒരു മലയാളം സിനിമയുണ്ട്, 'HOME' അതിൽ കേന്ദ്രകഥാപാത്രമായ, ആന്റണി ഒലിവർ ട്വിസ്റ്റ് സിനിമയുടെ ഒടുവിൽ പറഞ്ഞു വയ്ക്കുന്ന ഒരു വാചകം ഉണ്ട് 'I am not a perfect person' പക്ഷെ ഇതെല്ലാം ഞാൻ കാണിക്കുന്നത്, ഈ ലോകത്തു എനിക്ക് ഇതൊക്കെ കാണിക്കാൻ സ്വാതന്ത്രമുണ്ടെന്നു വിശ്വസിക്കുന്ന ഒരു സ്ഥലത്താണ്, at my home. കാരണം അവിടെയുള്ളവർ ഞാൻ എന്തെങ്കിലും തെറ്റ് ചെയ്താൽ ദേഷ്യപ്പെടില്ല, പരിഹസിക്കില്ല, ചീത്തവിളിക്കില്ല. പകരം ആ തെറ്റ് തിരുത്തിത്തരും. ഇങ്ങനെയുള്ള കുടുംബങ്ങളാണ്, പരസ്പരം മനസ്സിലാക്കി ജീവിക്കുന്നതിൽ വിജയം കണ്ടെത്തുന്നത്.

ഇങ്ങനെയുള്ള കുടുംബങ്ങളിലാകണം നമ്മുടെ മക്കൾ സന്തോഷം കണ്ടെത്തേണ്ടത്.

നിസ്സാര കാര്യങ്ങളാൽ കുടുംബങ്ങളിൽ വിള്ളലുകൾ സംഭവിക്കുമ്പോൾ, പൊട്ടിത്തെറിക്കുന്നതിനു മുൻപ് ഒരു നിമിഷം ചിന്തിക്കണം, ഓർക്കണം ഈ വാചകം, 'standing in other's shoes'. മറ്റുള്ളവരെ മനസ്സിലാക്കാനുള്ള വലിയ കൃപ ദൈവമേ ഞങ്ങൾക്ക് നൽകണേമേയെന്ന്, ആത്മാവിന്റെ ദാനങ്ങളും, ഫലങ്ങളും ഞങ്ങളിൽ നിറക്കണമെന്നും നമുക്ക് പ്രാർത്ഥിക്കാം. അതുവഴി സുദൃഢമായ കുടുംബബന്ധങ്ങൾ ദൈവിക പദ്ധതിയുടെ ഭാഗമായി ഉടലെടുക്കുട്ടെന്ന് നമുക്ക് പ്രാർത്ഥിക്കാം.

My Parents Don't Get Me,
Here's What I Did to Change That

Clara Vadakkan
Editorial Member,
Kalyan Lantern

If you are a parent, I am sure you must have heard the phrases, "Ugh, you don't get it, Mom!" or "Why is it so hard for you to understand, Dad?" Because, as a Gen-Z child to Baby Boomer parents, I find it very difficult to connect with my parents, and in many instances, we have found each other at crossroads that were just too difficult to navigate.

As kids, we didn't know any better, but as we grow up, we adapt, embrace, and absorb information from multiple sources to eventually become independent adults who are capable of

making our own decisions. But to our parents, we will always be their children- children they want to protect from the evils of the world.

This puts us in a weird mental and emotional state. On one hand, we have to be decisive and independent at work, but at home, we are not heard- even on the most trivial topics. Growing up is already hard; we are often confused about our identities, personalities, and our place in the world. On top of that, when parents undermine our decisions and choices, it further deepens our self-doubt.

To a great extent, being self-assured and secure is our responsibility, and as a part of that responsibility is setting limits and boundaries on other people's actions towards us- even our own parents. Some people might think that setting boundaries within the family might be a little harsh, but it helps parents and children transition from being co-dependent entities to independent individuals. Parents need to learn how to let go of some of the control, and children need to come out of their shells to plan a future with their partners and consider starting their own family.

So, how does one set healthy boundaries? Before that, let's understand what boundaries are.

What Are Boundaries?

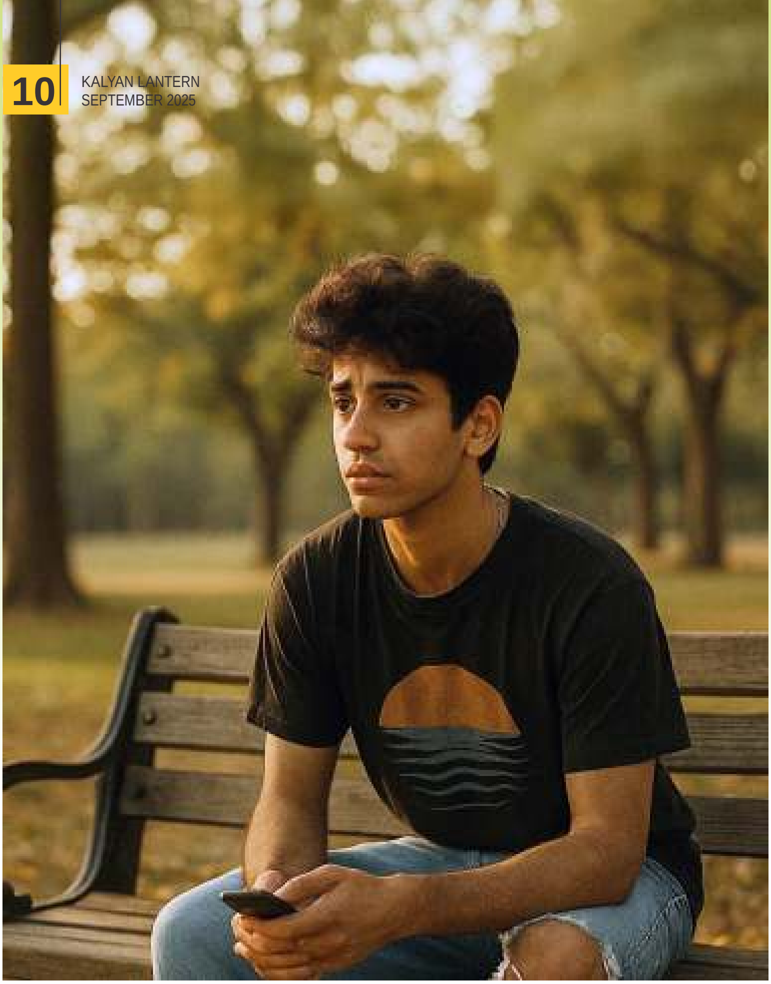
Boundaries are limits that, when crossed- whether through words, gestures, responses, actions, and reactions-can disregard / disrespect one's emotions, feelings, and experiences. Boundaries are not meant to distance people from each other; rather, they help one understand the other better and acknowledge their feelings better. Respecting boundaries reflects the respect we bestow on others.

How To Set Boundaries as Kids?

Talk to your parents about what's bothering you. Tell them all the things that hurt you. If you don't like a comment made about your eating habits or that sudden (and unknown) weight gain, voice it out. If you don't want them telling you not to take that trip with your friends, have a conversation about their fears. If they're forcing you into an alliance, giving you a panic attack, reflect within and communicate your anxieties and plans for the future with them.

How To Respect Your Kid's Boundaries?

Parents already have several boundaries and rules that the kids respect as they grow up. But when kids grow up to be



free-spirited individuals, a mutual bridge of respect and understanding can only spring when parents and kids sit down to exchange thoughts and sentiments.

If your child tells you that something bothers them-whether it's a physical action or words of discouragement-try to stop doing it to make them feel heard. When you dismiss their concerns, it makes them lose confidence and self-esteem.

If your kid looks visibly uneasy or uncomfortable, avoid putting them in those situations again. They may not be able to verbalize it, but as parents who understood them at an age when they could speak, with a little effort and heart-to-heart later, those silent conversations will speak volumes.

Why Is Maintaining & Respecting Boundaries Important?

As it so rightfully states in Colossians 3:21: "Fathers, do not embitter your children, or they will become discouraged." Our grandparents and their parents chose physical punishment as a way to discipline them, but we have come far from that. Since modern parenting is all about having an open dialogue, a conversation about boundaries is the need of the hour.

Modern problems require modern solutions. In the early days, asking children to stay indoors was a huge punishment, but today, getting them out of their rooms is a task. Since our environments have changed, our outlook towards life has changed-so must our approach towards raising children. Every new generation is smarter than their predecessors, and thus, to succeed as parents and live a harmonious, fruitful life, one has to view and treat children as equals when it comes to their upbringing and future.

The right way to look at this is that change is inevitable; there is always going to be a new thing to try, a new rule to follow, and a new parenting style to explore. If you ask your children what makes them comfortable and happy, respect their physical and emotional boundaries, and be open to interacting and not overreacting, it will lead children to have better relationships with their parents than ever before. I conclude this ambitious and hopeful letter to all the parents trying their best with this: "Start children off on the way they should go, and even when they are old, they will not turn from it" (Proverbs 22:6).

പറഞ്ഞതും പറയാത്തതും, പിന്നെ പറയാൻ മറന്നതും!

V S Chacko
Editorial Member,
Kalyan Lantern

വിവാഹം ഒരു പങ്കാളിത്തമാണ്. എന്നാൽ അത് നന്നായി വളരാൻ ഒരാൾ തന്റെ പങ്കാളിയെ ആഴത്തിൽ മനസ്സിലാക്കേണ്ടത് അനിവാര്യമാണ്. പലപ്പോഴും വിവാഹത്തെക്കുറിച്ചുള്ള ചർച്ചകൾ ഭർത്താവിനായി ഭാര്യ ചെയ്യേണ്ട കാര്യങ്ങളിലേക്കാണ് കേന്ദ്രീകരിക്കുന്നത്. എന്നാൽ ഭാര്യയെ മനസ്സിലാക്കുന്നതും അത്ര തന്നെ പ്രധാനമാണ് – അവളുടെ ആവശ്യങ്ങൾ, വികാരങ്ങൾ, ചിലപ്പോൾ അവൾ പറയാതെ പറയുന്ന സന്ദേശങ്ങൾ എന്നിവയൊക്കെ മനസ്സിലാക്കുക എന്നത് ഒരു ചെക്ക്‌ലിസ്റ്റ് ടിക്ക് ചെയ്തു സാധിക്കാവുന്നതല്ല മറിച്ച് അവളെ കാണുന്ന, അംഗീകരിക്കുന്ന, സ്നേഹിക്കുന്ന ഒരാത്മബന്ധമാണ്.

രണ്ടു വർഷം മുൻപ് Chronic Kidney Disease (CKD) മൂലം രണ്ടു കിഡ്നിയും നശിച്ച് അവ മാറ്റി വക്കാൻ ഹോസ്പിറ്റലിൽ അഡ്മിറ്റ് ആണ് എന്റെ ഭാര്യ. വളരെ ഗൗരവമായ പ്രോസസ്സിന്റെ ഭാഗമായി ഒരിക്കൽ പോലും ഭാര്യയുടെ മനസ്സും ശരീരവും തളരാതെ ഞാൻ എപ്പോഴും കൂടെയുണ്ട്. ഒരു ദിവസം രാവിലെ എന്റെ കണ്ണിലേക്കു നോക്കി എന്റെ ഭാര്യ ഇങ്ങനെ പറഞ്ഞു ‘നിങ്ങൾ എന്നെ ഇതുപോലെ, ഇത്രയേറെ സ്നേഹിക്കുമെങ്കിൽ ഞാൻ ഒരു രോഗിയായി തന്നെ കഴിയാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നു’. ഇരുപതു വർഷത്തിലേറെയായ വൈവാഹിക ജീവിതത്തിൽ ഒരു നല്ല ഭർത്താവാണെന്നു സ്വയം വിശ്വസിക്കുകയും മറ്റുള്ളവരെ ഉപദേശിക്കുകയും ചെയ്തിരുന്ന എന്റെ മിഥ്യാബോധത്തെ തുറന്നു കാട്ടിയ ഒരു അധ്യായം ആയിരുന്നു അത്. അന്നുവരെ ഞാൻ തുടർന്നുവന്നിരുന്ന മുകളിൽ പറഞ്ഞ ചെക്ക്‌ലിസ്റ്റ് റീവിസിറ്റ് ചെയ്യാൻ എന്നെ പ്രേരിപ്പിച്ച ഒരു വാചകം.

1. ഭാര്യയെ പങ്കാളി ആയി മാത്രം കാണാതിരിക്കുക

പലപ്പോഴും ഭാര്യയെ വീട്ടുവേല, കുട്ടികൾ, ഭക്ഷണം, കുടുംബകാര്യങ്ങൾ എന്നീ ചുമതലകളിലൂടെ മാത്രമാണ് പുരുഷന്മാർ കാണുന്നത്. പക്ഷേ അവർ അതിലും കൂടുതലാണ്. അവർക്ക് സ്വപ്നങ്ങളും, കഴിവുകളും, ഭയങ്ങളും, ആഗ്രഹങ്ങളും ഉണ്ട്.

അവർക്ക് എന്താണ് ഇഷ്ടം? എന്താണ് അവരുടെ ലക്ഷ്യം? അവളെ രാത്രി ഉറങ്ങാൻ അനുവദിക്കാത്ത

ചിന്തകൾ എന്തൊക്കെ? – എന്നിങ്ങനെയുള്ള ചോദ്യങ്ങളും വിചിന്തനങ്ങളും ഭാര്യയെ കൂടുതൽ മനസ്സിലാക്കാനും ഒരു വ്യക്തി എന്നനിലയിൽ കൂടുതൽ ബഹുമാനിക്കാനും സഹായിക്കും.

2. വാക്കുകൾക്കപ്പുറം കേൾക്കുക

സ്ത്രീകൾ കൂടുതൽ സംസാരിച്ചാലും അവർ എല്ലാം തുറന്നു പറയണമെന്നില്ല. പലപ്പോഴും അവർ പ്രവൃത്തികളിലൂടെയോ മൗനത്തിലൂടെയോ ആണ് സംസാരിക്കുന്നത്.

ഉദാഹരണത്തിന്, പെട്ടെന്ന് അവർ മിണ്ടാതെയാകുമ്പോൾ എല്ലാം ശരിയാണെന്നർത്ഥമില്ല – അവൾ ക്ഷീണിച്ചിരിക്കുകയോ വിഷമിച്ചിരിക്കുകയോ ആകാം.

നന്നായി കേൾക്കുക എന്നാൽ ശ്രദ്ധ മുഴുവൻ അവളിലേക്ക് തിരിക്കുക, പ്രശ്നപരിഹാരം നിർദ്ദേശിക്കാതെ, "താൻ വളരെ ഇമോഷണൽ ആണ്" എന്നൊക്കെ പറഞ്ഞു അവളുടെ വികാരങ്ങളെ നിരസിക്കാതിരിക്കുക എന്നിവയാണ്.

3. അവളുടെ വികാരങ്ങളെ മാനിക്കുക

ഭാര്യയുടെ വികാരങ്ങൾ ശക്തമായിരിക്കാം – സന്തോഷം, ആശങ്ക, നിരാശ, ആവേശം ഇവയൊക്കെ വളരെ ശക്തമായി പ്രകടിപ്പിക്കും. പക്ഷെ അത് ദൗർബല്യമല്ല എന്ന് മനസിലാക്കുക.

അവർ തന്റെ ചുറ്റുപാടുമായി, ബന്ധങ്ങളുമായി വളരെ ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു.

അവളുടെ വികാരങ്ങളെ മാനിക്കുക എന്നത് പരിഹസിക്കാതെയും, "calm down" എന്ന് പറഞ്ഞ് അവഗണിക്കാതെയും, പകരം "നിനക്ക് വിഷമമുണ്ടെന്ന് മനസ്സിലാക്കുന്നു, നമുക്ക് സംസാരിക്കാം" എന്ന് പറയുന്നതുമാണ്. ഈ ഒരു ചെറിയ മതിപ്പു (validation) വലിയ മാറ്റങ്ങൾ കൊണ്ടുവരും.

4. വളർച്ചക്ക് പിന്തുണ നൽകുക

വിവാഹം ഒരു സ്ത്രീയുടെ വ്യക്തിപരമായ വളർച്ചയുടെ അവസാനം ആകരുത്.

പഠനം, ജോലി, ബിസ്സിനസ്, ഹോബികൾ – എന്തായാലും ഭർത്താവിന്റെ പിന്തുണ വലിയ കാര്യമാണ്. ഇത് സാമ്പത്തിക പിന്തുണ മാത്രമല്ല; ചില വീട്ടു ചുമതലകൾ പങ്കുവെച്ച് അവൾക്ക് സമയം നൽകുക, അവളുടെ നേട്ടങ്ങളിൽ താൽപര്യം കാണിക്കുക എന്നിവയും ഉൾപ്പെടുന്നു.

5. കാണാതെ പോകുന്ന ചെറിയകാര്യങ്ങൾ ശ്രദ്ധിക്കുക

ഭാര്യ ദിവസേന അനവധി ചെറു കാര്യങ്ങൾ ചെയ്യുന്നു – ബില്ലുകൾ അടക്കുക, ജന്മദിനങ്ങൾ ഓർത്തു വിഷ്ചെയ്യുക, ഭക്ഷണം ഒരുക്കുക, വീട് പരിപാലിക്കുക – പലതും ആരും ശ്രദ്ധിക്കാത്തവയാണ്.

ഇത് അംഗീകരിച്ച് ആത്മാർത്ഥമായി "നീ ചെയ്യുന്ന എല്ലാറ്റിനും നന്ദി" എന്ന് പറയുന്നത് അവൾക്ക് വലിയ പ്രോത്സാഹനമാണ്.

6. ചുമതലകൾ പങ്കിടുക

ഭാര്യയെ മനസ്സിലാക്കുക എന്നാൽ അവർ വഹിക്കുന്ന ഭാരം മനസ്സിലാക്കുക എന്നാണ്.

പല വീട്ടിലുമുള്ള ഭാരത്തിന്റെ ഭൂരിഭാഗവും – ശാരീരിക പ്രവർത്തനവും മാനസിക പദ്ധതികളും – ഭാര്യയുടെ ചുമലിലാണ്. ഭക്ഷണം, കുട്ടികളുടെ ദൈനംദിന ആവശ്യങ്ങൾ, മരണം, അടിയന്തിരം, വീട്ടിലെയും നാട്ടിലെയും മറ്റു ഫങ്ഷനുകളുടെ പങ്കാളിത്തം അങ്ങനങ്ങനെ.

ഭർത്താവ് സ്വയം ഇതിൽ ചില ചുമതലകൾ ഏറ്റെടുക്കുമ്പോൾ അത് ഭാര്യക്ക് "ഞാൻ നിന്റെ പങ്കാളിയാണ്, അതിഥിയല്ല" എന്ന സന്ദേശം നൽകുന്നു.

7. വികാരസുരക്ഷ നൽകുക

സ്ത്രീകൾക്ക് വികാരപരമായ സുരക്ഷ ശാരീരിക സുരക്ഷയോളം പ്രധാനമാണ്.

അവളുടെ വികാരങ്ങൾ വിമർശനമില്ലാതെ പങ്കുവെക്കാൻ കഴിയുന്ന അന്തരീക്ഷം, സ്വകാര്യമായി അഭിപ്രായഭിന്നത പരിഹരിക്കൽ, അവളുടെ ദൗർബല്യങ്ങൾ ഒരിക്കലും അവൾക്കെതിരായി ഉപയോഗിക്കാതിരിക്കുക എന്നിവയാണ് വികാരസുരക്ഷയുടെ അടിസ്ഥാനം.

8. അവളുടെ 'സ്നേഹഭാഷ' മനസ്സിലാക്കുക

ഒരാൾ സ്നേഹം അനുഭവിക്കുന്ന രീതികൾ വ്യത്യസ്തമാണ് – ചിലർക്കു വാക്കുകളുടെ പിന്തുണ, ചിലർക്കു സമയം, ചിലർക്കു സഹായം, ചിലർക്കു സ്നേഹസ്പർശം, ചിലർക്കു സമ്മാനങ്ങൾ ഒക്കെയാണ്.

ഭാര്യയുടെ സ്നേഹഭാഷ മനസ്സിലാക്കുന്നത് ഏറ്റവും വിലപ്പെട്ട രീതിയിൽ നമ്മുടെ സ്നേഹം പ്രകടിപ്പിക്കുകയാണെന്ന് ഉറപ്പാക്കുന്നു.

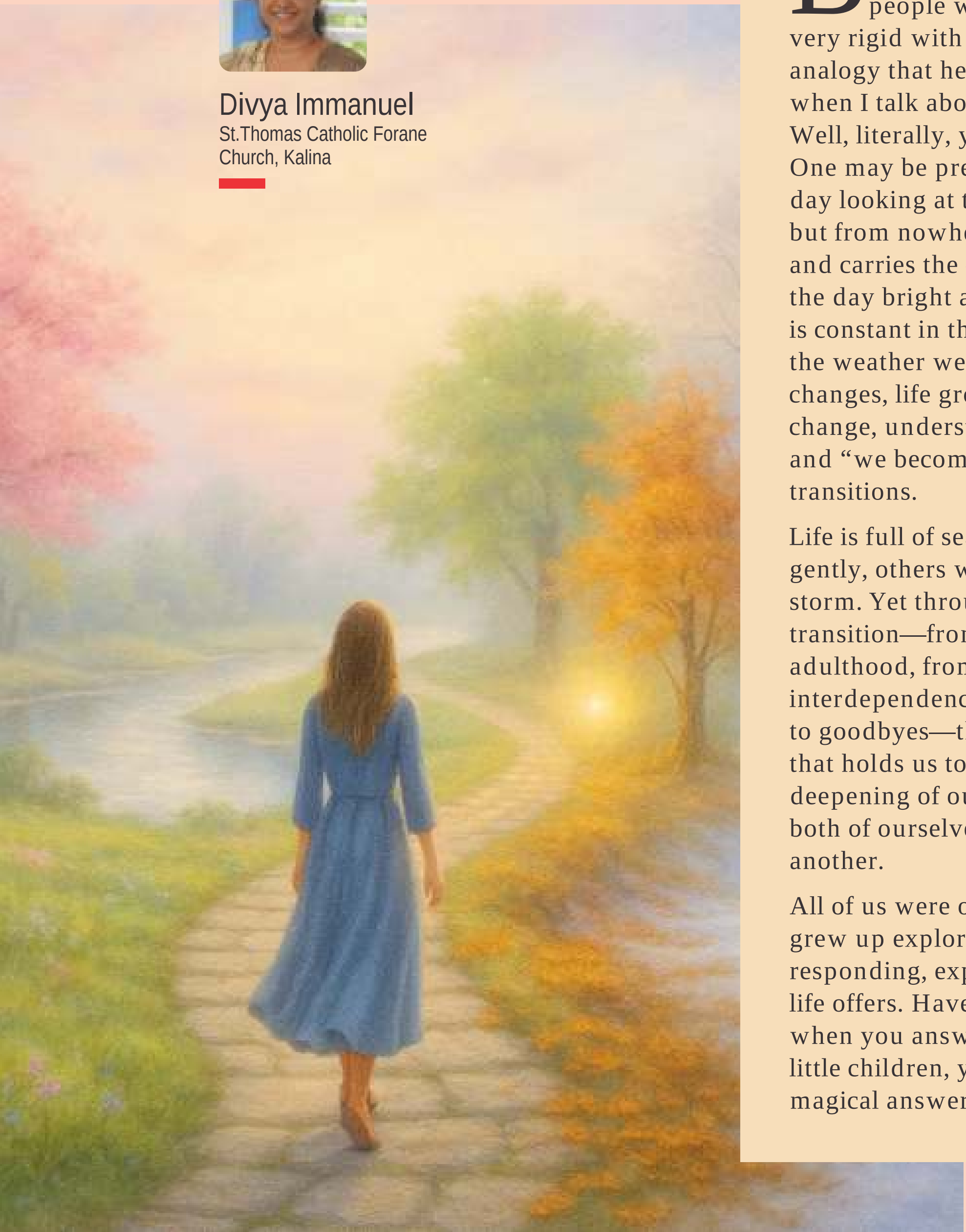
ഭാര്യയെ മനസ്സിലാക്കൽ വലിയ കാര്യമല്ല, ചെറുതായെങ്കിലും സ്ഥിരതയുള്ള മനസ്സിലാക്കലും ബഹുമാനവും പങ്കാളിത്തവുമാണ്.

അവളുടെ മൗനസന്ദേശങ്ങൾ ശ്രദ്ധിക്കുക, സ്വപ്നങ്ങൾക്ക് പിന്തുണ നൽകുക, അവളുടെ പരിശ്രമം അംഗീകരിക്കുക – ഇവ നിങ്ങളെ ആഴത്തിലുള്ള സന്തോഷകരമായ ബന്ധത്തിലേക്ക് നയിക്കും. ഭർത്താവ് ഭാര്യയെ മനസ്സിലാക്കാൻ സമയം ചിലവഴിക്കുമ്പോൾ അത് ഭാര്യയെ മാത്രം സന്തോഷിപ്പിക്കുന്നില്ല മറിച്ചു ഭർത്താവിന്റെ ജീവിതത്തെയും കൂടുതൽ സമ്പന്നവും പൂർണ്ണവുമാക്കുന്നു.

മനസ്സിലാക്കപ്പെട്ട ഭാര്യ തന്റെ സ്നേഹവും വിശ്വസ്തതയും കരുതലും ഇരട്ടിയായി തിരികെ നൽകുന്നു.

‘WE BECOME’
THROUGH LIFE’S TRANSITIONS

Divya Immanuel
St.Thomas Catholic Forane Church, Kalina



Being a mental health professional, I come across people who are sometimes very rigid with their beliefs and one analogy that helps them open up is when I talk about the weather. Well, literally, yes, the weather. One may be prepared for a rainy day looking at the dark gloomy sky but from nowhere a wind blows and carries the clouds away making the day bright and sunny. Nothing is constant in this world, just like the weather we too change, life changes, life grows, meanings change, understanding deepens, and “we become” through life’s transitions.

Life is full of seasons. Some arrive gently, others with the force of a storm. Yet through each transition—from childhood to adulthood, from independence to interdependence, from beginnings to goodbyes—there is one thread that holds us together: the deepening of our understanding, both of ourselves and of one another.

All of us were once a child who grew up exploring, learning, responding, experiencing all that life offers. Have you noticed that when you answer the questions of little children, you can create magical answers and they love it

but as they grow, just as their questions change, our answers too change. As we begin to make sense of the world around us, through the grace of God, every transition becomes a step closer to who we were always meant to be. I remember how as a child I would cry for little things and a silent prayer rose from my heart, "God, please make me strong". And over the years that is who God has transformed me into, through all the difficult moments He taught me to be strong. Our life's transitions teach us many valuable lessons. From being in the cocoon of a school to spreading wings in college, from being supported by parents, to being responsible for the time and money we spend, these and other transitions transform us.

As you ponder on the different routes that you have taken in your life, let me share with you some valuable insights that life's transitions may teach us.

Moving with Trust

One of the hardest things about transitions is the loss of control. We crave clarity, stability, and predictability. But God often leads us through seasons that challenge our assumptions and stretch our faith. As I moved from one Indian state to another in my first year of marriage, I was without a job and I craved stability. Sitting at home was not my way and it was during this long wait that I lost my first unborn child. Even before the pain sunk in, I had to begin a treatment for cancer. The transition period seemed rather long but as Romans 8:28 reminds us (We know that in everything God works for the good of those who love him, whom he has called according to his plan) it is God who makes everything good. This trust that we have in God that God works everything for the good of his people, helped me to navigate the difficult and uncertain time with trust and hope. God calls us to release our grip on what was, even when we don't yet see what will be. I had to let go and trust completely in God for what he had planned for me through this. This surrender is not weakness; it is an act of faith. It's acknowledging that God sees the end from the beginning and that His purposes, though sometimes hidden, are always good.

Growth in the Unknown

Transitions strip us of our comforts. Whether it's a job loss, a new relationship, or stepping into a new calling, we are faced with the unfamiliar. Yet it is often in this space—the space of the unknown—that God does His deepest work in us. As we navigate through the changes, God helps us explore areas that we have never before. Imagine being a person who lacked communication skills, who did not know how to fight for what you deserved, or you were someone who was always ready to voice strong opinions. When you allow yourself to be tested,

you grow in the unknown. Maybe now you find yourself being confident in spaces that you never have before, maybe now you are someone who stands up for what is rightly deserving and maybe now you have now learnt how to listen and respond. Look back and see how you have grown into the unknown.

Our life's transitions refine the way we grow as humans, more so as children of God, if only we allow God to work and lean not on our own understanding but submit to God (Proverbs 3:5-6). When we allow God, we understand more about who we are, not defined by our roles or circumstances but by our identity in Christ.

I am reminded here to share about a 12 year old child whose mother left home when he was very young and who

lost his father very recently. He sat crying bitterly missing the most loving person of his life. Though he had questions, he knew he had to overcome this grief and live his life. His loss was a transition period for him to do better in studies and lead his friends to goodness and trust in God. The growth of a wise and mature leader is what I saw in him. Transitions do affect us, it may be smooth or chaotic but when with Christ, the result is beautiful.

Finding your tribe

Often transition involves shedding or letting go of many of the identities and also embracing new ones. Understanding in transition is rarely achieved in isolation. God often uses others to bring clarity, encouragement, and confirmation. When the disciples faced persecution, they gathered to pray and encourage one another.

Being part of a tribe helps one to lift themselves up and support each other. When we look at the world around us though well connected there is a lot of isolation and this isolation brings with it many mental health concerns. The people who surround you during your transition period, the period where you may be most vulnerable to loneliness are the people who will define your tribe. All of us transitioned through the Pandemic and the collective efforts or the support from our dear and near ones helped us navigate through this great shift the world witnessed.

A child in the first few years of their life goes through so many life transitions and as the child tries to make sense of the world around it, it learns, it moves ahead with trust and grows into the person he is meant to be. It does not grow alone and as the african proverb says, 'it takes a tribe to raise a child'

Your tribe matters, people that you are surrounding yourself with during your transition period matters. Sometimes, understanding doesn't come in answers but in shared burdens, mutual prayer, and faithful companionship.

Embracing the New with Hope

Finally, Christian understanding through life's transitions is rooted in hope. Not wishful thinking, but confident assurance in God's promises. Revelation 21:5 declares, "Behold, I am making all things new." God is a God of new beginnings. Every transition, no matter how painful, holds the potential for renewal and redemption. This hope allows us to move forward—not with fear, but with expectancy. We may not know what the future holds, but we know the One who holds the future.

Transitions teach us that life is not static. As we walk through these seasons with Jesus, we gain something far greater than understanding of our circumstances—we gain understanding of His presence, His unchanging love and the hope that He gives us through His life, death and resurrection.

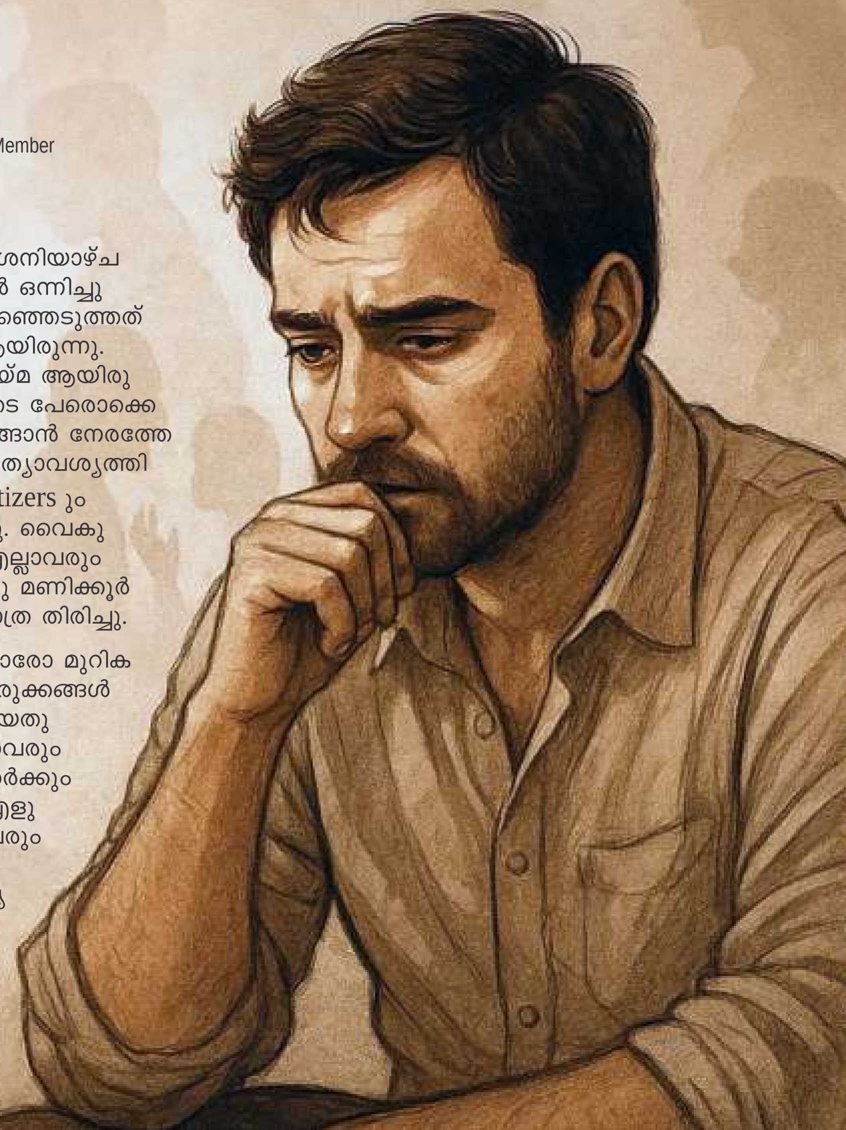
Each one of us has a story and we are all part of it. When we leave our earthly life, we leave behind a legacy that was formed with trust, growth, support and that which translates hope to reality; a legacy built on faith. We become who we are meant to be through Life's Transitions. Looking back at our lives may we see how God used every transition to shape our trust, renew our purpose, and remind us who we are in Him. and 'we become' who God has meant us to be through life's transitions.

"He who began a good work in you will carry it on to completion until the day of Christ Jesus."
— Philippians 1:6

വെളിപ്പെടുത്താൻ മടിക്കുന്ന ജീവിതാനുഭവങ്ങൾ

– ഒരു ഭർത്താവിന്റെ വീക്ഷണം

Babu Peter
Rtd. Airline Executive and Board Member
St. Joseph's Church, MC Road



എല്ലാവർക്കും സൗകര്യമുള്ള ഒരു ശനിയാഴ്ച വൈകുന്നേരം ഞങ്ങൾ കുറച്ചുപേർ ഒന്നിച്ചു കൂടാൻ തീരുമാനിച്ചു. അതിന് തിരഞ്ഞെടുത്തത് ഒരു കൂട്ടുകാരന്റെ ഫാം ഹൗസ് ആയിരുന്നു. ആണുങ്ങൾ മാത്രമുള്ള ഒരു കൂട്ടായ്മ ആയിരുന്നതുകൊണ്ട് കൂടെ പോരുന്നവരുടെ പേരൊക്കെ പറഞ്ഞ് ഭാര്യമാരുടെ സമ്മതം വാങ്ങാൻ നേരത്തേ തന്നെ ഏർപ്പാട് ചെയ്തുവെച്ചു. അത്യാവശ്യത്തിനുള്ള ഭക്ഷണസാധനങ്ങളും, appetizers ും നേരെത്തേ തന്നെ ശരിയാക്കി വച്ചു. വൈകുന്നേരം 6 മണി ആയപ്പോഴേക്കും എല്ലാവരും ഒന്നിച്ചു കൂടി 4 കാറുകളിലായി ഒരു മണിക്കൂർ ദൂരത്തുള്ള ഫാം ഹൗസിലേക്ക് യാത്ര തിരിച്ചു.

ഫാം ഹൗസിലെത്തി എല്ലാവരും ഓരോ മുറികളിലായി രാത്രി താമസത്തിനുള്ള ഒരുക്കങ്ങൾ നടത്തി. പരസ്പരം പരിചയക്കാരായതുകൊണ്ടും വിട്ടുവീഴ്ചകൾക്ക് എല്ലാവരും തയ്യാറായതുകൊണ്ടും ഓരോരുത്തർക്കും സ്ഥലം കണ്ടുപിടിക്കാൻ വളരെ എളുപ്പത്തിൽ കഴിഞ്ഞു. ശേഷം എല്ലാവരും പുറകുവശത്തെ പുൽത്തകിടിയിൽ വട്ടം കൂടിയിരുന്ന് ഓരോരോ കാര്യങ്ങൾ സംസാരിക്കാൻ തുടങ്ങി. കൂട്ടത്തിൽ 40 മുതൽ 75 വയസ്സ് വരെയുള്ള ആളുകൾ ഉണ്ടായിരുന്നതുകാരണം പലരുടേയും സംസാരം വെവ്വേറെ കാര്യങ്ങളെ

പ്പറ്റിയായിരുന്നു. മോദി സർക്കാരിന്റെ നയങ്ങളും ട്രംപിന്റെ തീരുവ വ്യത്യാസങ്ങളും ഓഹരി വിപണിയുമെല്ലാം സംസാരവിഷയങ്ങളായി. മക്കളുടെ പഠിത്തത്തെപ്പറ്റിയും അവരുടെ ജോലിസാധ്യതകളെപ്പറ്റിയും ചെറുപ്പക്കാർ സംസാരിച്ചപ്പോൾ കൊച്ചുമക്കളുടെ പെരുമാറ്റരീതികളും ജനറേഷൻ ഗ്യാപ്പും അവരുടെ ജീവിതത്തിൽ വരുത്തുന്ന ജീവിതപ്രശ്നങ്ങളും മറ്റുമായിരുന്നു പ്രായമായവരുടെ സംസാരവിഷയം. കുറച്ച് സമയം കഴിഞ്ഞപ്പോഴേക്കും, appetizers ന്റെ സഹായത്തോടെ ആയിരിക്കാം പലരും തങ്ങളുടെ കുടുംബത്തിൽ സംഭവിക്കുന്ന കാര്യങ്ങളെപ്പറ്റി സംസാരിക്കാൻ തുടങ്ങി. മക്കളെല്ലാം വലുതായപ്പോൾ വീട്ടിൽ ആരും ഞാൻ പറഞ്ഞാൽ കേൾക്കുന്നില്ല, ആരോട് പരാതി പറയും, എന്തെങ്കിലും പറഞ്ഞാൽ തന്നെ ഈയിടെയായി നിങ്ങളുടെ ചെവിക്ക് കുറച്ച് പതം വന്നിട്ടുണ്ടെന്നും ഒരു ഡോക്ടറെ കാണിച്ചാൽ നന്നായിരിക്കും എന്നും പറഞ്ഞ് ഭാര്യ ഒഴിവാകും. ഇനി എല്ലാകാര്യത്തിനും അപ്പൻ ഇടപെടേണ്ട ആവശ്യമില്ല. ഞങ്ങളുടെ കാര്യങ്ങൾ നോക്കാൻ പ്രാപ്തിയായി എന്നു പറഞ്ഞ് മക്കളും ഒഴിവാകും. എന്നിങ്ങനെയുള്ള സംസാരം നടക്കുന്നതിനിടയിൽ പ്രായത്തിൽ കുറവുള്ളവനും ജോലിയിലും സാമ്പത്തികമായി നല്ല നിലയിലുമുള്ള ഒരുത്തൻ മൗനം അവലംബിച്ച് മാറിയിരിക്കുന്നതായി കണ്ട് അടുത്ത് ചെന്ന് ചോദിച്ചു. എന്താ നീ ഒന്നും മിണ്ടാതിരിക്കുന്നത്? എന്തെങ്കിലും പ്രയാസം ഉണ്ടോ? മറുപടി കേട്ട് ഞാൻ ഞെട്ടിപ്പോയി. എനിക്കൊന്ന് ഉള്ളു തുറന്നു കരയണമെന്നുണ്ട്. പക്ഷേ സാധിക്കുന്നില്ല. പുരുഷനായ ഞാൻ കരഞ്ഞാൽ അത് ദൗർബല്യത്തിന്റെ ലക്ഷണമായി തീരുകയില്ലേ? വിവാഹത്തിന് ശേഷം ഭാര്യക്കാണ് എല്ലാ കഴിവുകളും ഉള്ളതെന്ന് എനിക്ക് മനസ്സിലായി. അത് സമ്മതിച്ചു കൊടുക്കുവാൻ എനിക്ക് ഒരു ബുദ്ധിമുട്ടും തോന്നിയില്ല. പക്ഷേ മാതാപിതാക്കന്മാരുടെ മുമ്പിലും അടുത്തറിയാവുന്നവരുടെ ഇടയിലും ഞാനല്ല കുടുംബനാഥൻ എന്ന് സമ്മതിച്ചു കൊടുക്കുവാനാകുമോ? കുടുംബത്തിൽ ഒരു നായകൻ വേണം പക്ഷേ അത് ഭർത്താവ് ആകണമെന്ന് നിർബന്ധമില്ലെന്ന് മന:ശാസ്ത്രവിദഗ്ധരുടെ സമ്മേളനങ്ങളിലും ധ്യാനപ്രസംഗങ്ങളിലും മറ്റും കേട്ടിട്ടുണ്ട്. എങ്കിലും അത് ജീവിതത്തിൽ പ്രാവർത്തികമാക്കാൻ ബുദ്ധിമുട്ടുണ്ട്. ഇത് കേട്ടപ്പോൾ എനിക്ക് ഓർമ്മ വന്നത് കോളേജിൽ പഠിക്കുമ്പോൾ ഇംഗ്ലീഷ് പഠിപ്പിച്ചിരുന്ന സാറിനെയാണ്. സാറിന് സുന്ദരിയായ ഒരു ഭാര്യ ഉണ്ടായിരുന്നു. സാർ henpecked ആണെന്ന് കോളേജിൽ പരക്കെ ഒരു സംസാരം ഉണ്ടായിരുന്നു. അത് സാറിനും അറിയാമായിരുന്നു.

ഫൈനലിയർക്കാരുടെ യാത്രയയപ്പിന് പ്രസംഗിച്ചപ്പോൾ സാർ പറഞ്ഞു, എന്റെപോലെ സുഖമായി ജീവിതം നയിക്കണമെങ്കിൽ ഭാര്യമാർ പറയുന്നത് അക്ഷരം പടി കേൾക്കണം. ബാക്കി കാര്യങ്ങൾ എല്ലാം അവർ നോക്കിക്കൊള്ളും. കാര്യം ശരി തന്നെ. പക്ഷേ പുരുഷ മേധാവിത്വത്തിൽ വളർന്നു വന്ന നമുക്ക് ഒരു പെൺകോന്തൻ എന്ന പേര് കേൾപ്പിച്ച് ജീവിക്കുവാൻ പറ്റുമോ?

സംസാരം ഇത്രയെല്ലാം ആയപ്പോൾ കൂടുതൽ ആളുകൾ അടുത്തുകൂടി. അവരുടെ ജീവിതാനുഭവങ്ങൾ പങ്കുവക്കുവാൻ തുടങ്ങി. മനസ്സിൽ തോന്നുന്ന പല കാര്യങ്ങളും ഭാര്യയോടും മക്കളോടും തുറന്നുപറയണമെന്നുണ്ട്. പഴയകാലത്ത് ഉണ്ടായ മോശമായ അനുഭവങ്ങൾ, ജോലി രംഗത്തും സാമ്പത്തിക കാര്യങ്ങളിലും ഉണ്ടായ പരാജയങ്ങൾ,

നല്ലൊരു ഭർത്താവും പിതാവുമായി കുടുംബത്തെ സംരക്ഷിക്കാനുള്ള കഴിവുണ്ടോ എന്ന സംശയം, ഇതെല്ലാം തുറന്നു പറഞ്ഞാൽ ഏതുവിധത്തിൽ ആയിരിക്കാം എല്ലാവരുടെയും പ്രതികരണം? ഇതെല്ലാം ഓർത്ത് ഒന്നും മിണ്ടാതിരിക്കുകയും, ഒറ്റപ്പെടുത്തലിന്റെ അനുഭവങ്ങളിലേക്ക് പലരും എത്തിപ്പെടുകയും ചെയ്യുന്നു. അനുഭവങ്ങൾ പങ്കുവെച്ചപ്പോൾ പലരുടെയും കണ്ണുകളിൽ നിന്ന് കണ്ണുനീർ ഒഴുകുന്നത് കാണാമായിരുന്നു. എന്തിനു പറയുന്നു അടിച്ചുപൊളിക്കാൻ വന്നവർ ഒരു കൂട്ടക്കരച്ചിലിൽ അവസാനിച്ചു. ജീവിതാനുഭവങ്ങളിൽ ഉണ്ടായ സന്താപം കൊണ്ടാണോ അവ തുറന്നു പറഞ്ഞപ്പോളുണ്ടായ സന്തോഷം കൊണ്ടാണോ ധീരന്മാരായ ഭർത്താക്കന്മാർ കരഞ്ഞതെന്ന ചോദ്യം മാത്രം അവശേഷിച്ചു.

]ck]capÅ Xpd¶ kwkmc¯neqsSbpw, PohnX]¦mfnbpsS kwkmcw{i²tbmSpw £atbmSpw IqsS tI«cp¶ DÅnÂ InS¡p¶ sXän²mcWIfpw t]SnIfpw]pd¯psImï hcp¶XneqsSbpw {]i\§Ä¡ Hcp]cn[n hsc]cnImcw Ip]nSn¡m³ km[n¡pw.

ചെറിയ കാര്യങ്ങളിൽ തുടങ്ങി പരിഹരിക്കാൻ സാഹചര്യങ്ങൾ ഇല്ലെങ്കിൽ വിഷാദരോഗങ്ങളിലേക്കും ചിലപ്പോഴെങ്കിലും ആത്മഹത്യാപ്രവണതകളിലേക്കും ഒട്ടും പ്രതീക്ഷിക്കാത്തവരെപോലും കൊണ്ട്ചെന്ന് എത്തിച്ചേക്കാം. കേരളത്തിലെ ആത്മഹത്യാ കണക്കുകളിൽ 80 ശതമാനം ആണുങ്ങളാണെന്ന് കാണുമ്പോൾ അതിന് ഇതും ഒരു കാരണമല്ലേ എന്ന് സംശയിക്കേണ്ടിയിരിക്കുന്നു. എല്ലാറ്റിനും ഓരോ ദിവസങ്ങളും മാസങ്ങളും മാറ്റിവക്കപ്പെടുന്ന ഈ കാലഘട്ടത്തിൽ പുരുഷന്മാരുടെ മാനസികാരോഗ്യബോധവൽക്കരണത്തിന് മാറ്റിവച്ചിരിക്കുന്ന ജൂൺ മാസത്തിൽ ആയിരുന്നു ഞങ്ങളുടെ കൂട്ടായ്മ എന്നുള്ളത് വെറും യാദൃശ്ചികം ആയിരുന്നു.

പ്രശ്നങ്ങൾ മാത്രം പറഞ്ഞാൽ പോരല്ലോ, അതിനു പരിഹാരവും പറയണ്ടേ? ഏതോ ഒരു മാനേജ്മെൻറ് പുസ്തകത്തിൽ വായിച്ച ഒരു സംഭവകഥ എനിക്ക് ഓർമ്മ വന്നു. മുംബൈയിൽ താമസിക്കുന്ന ഒരു ബിസ്സിനസുകാരനും ചെന്നൈയിൽ താമസിക്കുന്ന അയാളുടെ സഹപാഠിയും. അയാൾക്ക് സൗത്ത് ഇന്ത്യൻ ഫിൽട്ടർ കോഫി നല്ല ഇഷ്ടമായിരുന്നു. ബിസ്സിനസ് ആവശ്യത്തിനായി ചെന്നൈയിൽ കൂടി സിംഗപ്പൂർ പോകുമ്പോൾ അയാൾ കൂട്ടുകാരനെ കാണാനും ഫിൽട്ടർ കോഫി കുടിക്കാനും ആയി അദ്ദേഹത്തിന്റെ വീട്ടിൽ പോകുമായിരുന്നു. അങ്ങനെ ഒരു ദിവസം മുൻവശത്ത് മുറിയിൽ രണ്ടുപേരും വർത്തമാനം പറഞ്ഞിരുന്നപ്പോൾ കൂട്ടുകാരന്റെ ഭാര്യ അടുക്കളയിൽ നിന്നും പുറത്തേക്ക് ഒരു കുപ്പി കാപ്പി പൊടി ആയിരിക്കാം കയ്യിൽ കൊടുത്തിട്ട് ഭർത്താവിനോട് അത് തുറന്നു കൊടുക്കാൻ പറഞ്ഞു. ഭർത്താവ് ഉടൻ തന്നെ മസ്സിൽ പിടിച്ച് ശക്തി ഉപയോഗിച്ച് കുപ്പിതുറന്ന് ഭാര്യയുടെ കയ്യിൽ കൊടുത്തു. ദിവസങ്ങൾക്ക് ശേഷം സിംഗപ്പൂരിൽ നിന്ന് തിരിച്ചു പോന്നപ്പോൾ എന്തെങ്കിലും ഉപകാരം ഉള്ള ഒരു സമ്മാനം സുഹൃത്തിന്റെ വീട്ടിലേക്ക് വാങ്ങണ്ടേ എന്ന് കരുതി ഒരു ബോട്ടിൽ ഓപ്പണർ വാങ്ങി അത് അവർക്ക് സമ്മാനിക്കുകയും ചെയ്തു. കുറെ നാളുകൾ കഴിഞ്ഞ് അയാൾ വീണ്ടും ചെന്നൈയിലെ സുഹൃത്തിന്റെ വീട്ടിൽ കാപ്പി കുടിക്കാൻ എത്തി. സംസാരം പകുതി ആയപ്പോഴേക്കും പഴയതുപോലെതന്നെ ഭാര്യ കുപ്പി തുറക്കാനായി ഭർത്താവിന്റെ അടുത്തെത്തി. ഞാൻ കൊടുത്ത ബോട്ടിൽ ഓപ്പണറിന് എന്തെങ്കിലും പറ്റിക്കാണുമോ എന്നായി എന്റെ ചിന്ത. കൈ കഴുകാൻ പോയ സമയത്ത് ബോട്ടിൽ ഓപ്പണറിന് എന്തുപറ്റിയെന്ന് ചോദിച്ചപ്പോൾ അവരുടെ ഉത്തരം കേട്ടു ഞാൻ അമ്പരന്നു പോയി. ഇത്രയും തണ്ടും തടിയുമുള്ള എനിക്ക് ആ കുപ്പി തുറക്കാൻ കഴിയില്ലെന്ന് നിങ്ങൾക്ക് തോന്നുന്നുണ്ടോ? ഈ വീട്ടിലെ ശക്തിമാൻ അങ്ങ് ആണെന്നും, ബുദ്ധിമുട്ടുള്ള എല്ലാ കാര്യങ്ങളും പുള്ളിക്കാരനാണ് ചെയ്യുന്നതെന്നും മറ്റുള്ളവരുടെ മുമ്പിൽ വച്ച് ധരിപ്പിക്കാനുള്ള ഒരു പൊടിക്കൈ.

പരസ്പരമുള്ള തുറന്ന സംസാരത്തിലൂടെയും, ജീവിതപങ്കാളിയുടെ സംസാരം ശ്രദ്ധയോടും ക്ഷമയോടും കൂടെ കേട്ടിരുന്ന് ഉള്ളിൽ കിടക്കുന്ന തെറ്റിദ്ധാരണകളും പേടികളും പുറത്തുകൊണ്ട് വരുന്നതിലൂടെയും പ്രശ്നങ്ങൾക്ക് ഒരു പരിധി വരെ പരിഹാരം കണ്ടുപിടിക്കാൻ സാധിക്കും. സംഗതികൾ കൈവിട്ടു പോകുമെന്നു തോന്നിയാൽ ഈ മേഖലയിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്ന വിദഗ്ധരുടെ സഹായം തേടാനും മടിക്കരുത്. പരസ്പരം കഴിവുകളും കഴിവുകേടുകളും മനസ്സിലാക്കാൻ കഴിഞ്ഞാൽ ഭാര്യഭർത്താക്കന്മാർക്ക് പ്രശ്നങ്ങൾക്ക് പരിഹാരം കണ്ടുപിടിച്ച് ഒന്നിച്ചിരുന്ന് കരയാതെ, ഒന്നിച്ചിരുന്ന് ചിരിച്ചുകൊണ്ട് കുടുംബജീവിതം മുന്നോട്ടു കൊണ്ടു പോകാൻ സാധിക്കും. അതിന് ദൈവം നമ്മെ അനുഗ്രഹിക്കട്ടെ.

In today's world, every family yearns for unity, yet understanding within households remains a real challenge. Growing up in a modern Syro-Malabar Catholic family, I have experienced firsthand the push and pull between generations, between respecting tradition and embracing new ideas.

Understanding Across Generations

Angela Aricatt
Mother of Victory Shrine, Tikujiniwadi

Each generation has a unique outlook on life, making misunderstandings inevitable, especially when traditional spirituality clashes with contemporary life. While the young question, “Why do we have to do it this way?”, elders worry that the youth are losing touch with the faith and culture that sustained

previous generations. For instance, Syro-Malabar Catholics treasure traditions like the family rosary or attending the Qurbana. As a child, I often resisted participating in Mass and catechism when my mother insisted. However, when I started living alone in a foreign country, I understood the value in her wisdom, as these early practices became a lifeline during uncertain times.

Similarly, we must share our experiences of faith with our elders. Perhaps we connect with God through art, dance, or by finding meaning in volunteer work.

Understanding grows through these exchanged experiences. The Bible reminds us to "Honor your father and your mother" (Exodus 20:12) as a commandment for the young and "Fathers, do not provoke your children to anger, but bring them up in the discipline and instruction of the Lord" (Ephesians 6:4) as guidance for the old. Therefore, respect and patience must flow both ways.

Communication and Empathy

Understanding begins with communication, not just talking but listening. As James 1:19 advises, "Let everyone be quick to listen, slow to speak, slow to anger." How often do we, young or old, do the opposite? I've been guilty of tuning out my parents because I assumed, "They just don't get it." And I've seen parents dismiss a teenager's feelings with "You're too young to understand." Such snap judgments build walls, not understanding.

Saint Paul urges us to interact "with all humility and gentleness, with patience, bearing with one another in love" (Ephesians 4:2). Humility and gentleness mean admitting we don't have all the answers, but recognizing that other person's viewpoint matters. When family discussions get tense, these virtues act like oil on a rusty hinge, easing friction. Ultimately, love underpins true understanding. As 1 Corinthians 13:4-5 states, "Love is not envious or boastful or arrogant or rude. It does not insist on its way; it is not irritable or resentful." In practical terms, love means not insisting that "my way is the only way." Therefore, we must seek to understand our family members' perspective and not react blindly.

Loneliness, Respect, and the Bonds of Family

Understanding also requires recognizing the silent struggles family members may carry. Modern family

dynamics have shifted rapidly, with many seniors living in isolation and reporting frequent loneliness. As a healthcare worker in geriatric care, I often encounter elders living increasingly isolated lives. When asked, they often admit that they are unable to spend time with their families-an honest expression of hurt, not accusation. Our elders won't always come out and say, "I feel lonely"—it often shows in hints: reminiscing about "the old days" or withdrawing from activities.

Understanding also goes alongside forgiveness, as many families carry wounds from the past years. A gentle word, an apology, or an expressed appreciation can heal misunderstandings that have lingered too long. We can show small acts of love by helping our grandparents navigate technology or sitting with our parents without phones or an agenda to ask about their day.

Alternatively, elders can strive to understand our struggles: competitive careers, information overload, and social changes that are hard to navigate. When our elders' express interest and acknowledge our struggles, it tells us, "I see you, I'm trying to understand you." This builds trust, so that when they do give advice or set boundaries, we know it comes from love, not mere authority.

A Home of Love and Understanding

In conclusion, understanding within our family is a journey that requires effort, vulnerability, and above all, love. Think about Jesus washing his disciples' feet and saying, "Just as I have loved you, you also should love one another" (John 13:34). When we see Christ in each other, we create an atmosphere where differences become enrichments instead of divisions. As a youth, I realized that my elders aren't trying to be difficult; often, they are holding onto what gave them meaning. And elders are making efforts to understand our more complex world and that our quest to make sense of it is not a rejection of them but an effort to integrate faith with new realities.

Our Christian faith provides the perfect model of understanding love: Jesus himself, who welcomed everyone, and even from the Cross, forgave those who misunderstood him. Striving to imitate even a fraction of that love at home will make our households the little domestic churches that the Syro-Malabar tradition cherishes, bringing the light of understanding to the world.

HERStory

മനസ്സിലാക്കൽ

ഒരു അമ്മയുടെ ജീവിതത്തിലൂടെ

– ബൈബിളിന്റെ വീക്ഷണത്തിൽ

Sara Jolly
St. Alphonsa Church ,
Mankhurd

ഒരു അമ്മയുടെ ജീവിതം സ്നേഹം, ത്യാഗം, സഹിഷ്ണുത, ആഴത്തിലുള്ള ധാരണ എന്നിവയാൽ അടയാളപ്പെടുത്തിയ ഒരു യാത്രയാണ്. ഗർഭധാരണ നിമിഷം മുതൽ അവളുടെ ജീവിതത്തിന്റെ അവസാന നിമിഷം വരെ, ഒരു അമ്മയുടെ ഹൃദയം അവളുടെ കുട്ടികളുടെയും അവളുടെ വീടിന്റെയും വിശ്വാസത്തിന്റെയും ആവശ്യങ്ങളാൽ നിരന്തരം രൂപപ്പെടുന്നു. ബൈബിളിന്റെ ഇതളുകളിലൂടെ ഒരു അമ്മയുടെ ജീവിതത്തെ നോക്കുമ്പോൾ, അവളുടെ ധാരണ വെറും മാനുഷികമല്ലെന്ന് നമുക്ക് കാണാം – അത് ദിവ്യജ്ഞാനത്തിന്റെയും ക്ഷമയുടെയും ശക്തിയുടെയും പ്രതിഫലനമാണ്.

മനസ്സിലാക്കൽ വിശ്വാസത്തോടെ ആരംഭിക്കുന്നു

യഥാർത്ഥ ധാരണ കർത്താവിനോടുള്ള ഭയത്തോടെ ആരംഭിക്കുന്നുവെന്ന് ബൈബിൾ നമ്മെ പഠിപ്പിക്കുന്നു:

"ദൈവഭക്തിയാണ് ജ്ഞാനത്തിന്റെ ഉറവിടം; പരിശുദ്ധനായവനെ അറിയുന്നതാണ് അറിവ്.

—സുഭാഷിതങ്ങൾ9:10

മാതൃത്വത്തിന്റെ ആദ്യ നാളുകൾ മുതൽ, വിശ്വാസം ഒരു അമ്മയുടെ ധാരണയുടെ അടിത്തറയായി മാറുന്നു. സന്തോഷത്തിലായാലും കഷ്ടപ്പാടിലായാലും, അവൾ ആദ്യം ദൈവത്തെ അന്വേഷിക്കാൻ പഠിക്കുന്നു. ഉത്തരങ്ങൾ വ്യക്തമല്ലാത്തപ്പോൾ, അവൾ പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു. പാത അനിശ്ചിതമാകുമ്പോൾ, അവൾ വിശ്വസിക്കുന്നു. അനുഭവത്തിൽ നിന്ന് മാത്രമല്ല, ദൈവവുമായുള്ള ബന്ധത്തിൽ നിന്നും അവളുടെ ഗ്രാഹ്യം വളരുന്നു.

ത്യാഗത്തിലും സേവനത്തിലുമുള്ള ഗ്രാഹ്യം

ഒരു അമ്മയുടെ ജീവിതം പലപ്പോഴും തന്റെ കുട്ടികൾക്കുവേണ്ടി ഉറക്കം, സമയം, ആശ്വാസം, ചിലപ്പോൾ വ്യക്തിപരമായ സ്വപ്നങ്ങൾ പോലും ഉപേക്ഷിക്കുന്ന ദൈനംദിന ത്യാഗങ്ങളാൽ അടയാളപ്പെടുത്തപ്പെടുന്നു. ബൈബിൾ ഈ നിസ്വാർത്ഥ സ്നേഹത്തെ ബഹുമാനിക്കുന്നു. 1 കോറിന്തോസ് 13:7-ൽ, പൗലോസ് സ്നേഹത്തെ ഇങ്ങനെ വിവരിക്കുന്നു:

" സ്നേഹം സകലതും സഹിക്കുന്നു സകലതും വിശ്വസിക്കുന്നു സകലതും പ്രത്യാശിക്കുന്നു സകലത്തെയും അതിജീവിക്കുന്നു"

ഒരു അമ്മ ചൊരിയുന്ന സ്നേഹം ഇതാണ്.

പൂർണത ആവശ്യപ്പെടുന്നതിൽ നിന്നല്ല, മറിച്ച് സ്നേഹത്തിൽ സ്ഥിരോത്സാഹം കാണിക്കുന്നതിൽ നിന്നാണ് അവളുടെ ധാരണ വരുന്നത്. ശക്തി നിയന്ത്രണത്തെക്കുറിച്ചല്ല, മറിച്ച് ദൈവഹിതത്തിന് കീഴടങ്ങുന്നതിനെക്കുറിച്ചാണെന്ന് അവൾ മനസ്സിലാക്കുന്നു. മറ്റുള്ളവരെ താഴ്മയോടെ സേവിച്ച യേശുവിനെപ്പോലെ, ഒരു അമ്മ തന്റെ കുടുംബത്തെ ഒന്നും പ്രതീക്ഷിക്കാത്ത സ്നേഹത്തോടെ സേവിക്കുന്നു.

ബൈബിളിലെ അമ്മമാരുടെ മാതൃകകൾ

ദൈവീക ഗ്രാഹ്യത്താൽ ജീവിതം രൂപപ്പെടുത്തിയ അമ്മമാരുടെ ശക്തമായ ഉദാഹരണങ്ങൾ ബൈബിൾ നൽകുന്നു:

അബ്രഹാമിന്റെ ഭാര്യയായ സാറാ ഒരു കുഞ്ഞിനായി വളരെക്കാലം കാത്തിരുന്നു. അവൾ അവിശ്വാസത്താൽ ചിരിച്ചെങ്കിലും, ദൈവത്തിന്റെ വാഗ്ദാനം മനസ്സിലാക്കി, വാർദ്ധക്യത്തിൽ ഇസഹാക്കിനെ പ്രസവിച്ചു (ഉല്പത്തി 21:1–2).

മോശയുടെ അമ്മയായ യോഖേബെദ് തന്റെ മകന്റെ ജീവിതത്തിൽ, ദൈവത്തിൽ വിശ്വസിക്കുന്നതിന്റെ പ്രാധാന്യം മനസ്സിലാക്കി. കുഞ്ഞ് മോശയെ ഒരു കൊട്ടയിലാക്കി നൈൽ നദിയിലേക്ക് വിട്ടതിലൂടെ, അവൾ ധീരമായ വിശ്വാസം കാണിച്ചു (പുറപ്പാട് 2:1—10).

യേശുവിന്റെ അമ്മയായ മറിയം വിശ്വാസം നിറഞ്ഞ ഹൃദയത്തോടെ ദൈവത്തിന്റെ പദ്ധതി സ്വീകരിച്ചു. തെറ്റിദ്ധാരണയും അപകടസാധ്യതയും ദുഃഖവും അവൾ സഹിച്ചു, വിശ്വസ്തയായി തുടർന്നു. ലൂക്കോസ് 2:19 പറയുന്നു,

'മറിയമാകട്ടെ ഇവയെല്ലാം ഹൃദയത്തിൽ സംഗ്രഹിച്ച് ഗാഢമായി ചിന്തിച്ചു കൊണ്ടിരുന്നു.'

അവളുടെ ധാരണ ഉച്ചത്തിലോ പരസ്യമായോ ആയിരുന്നില്ല - അത് നിശബ്ദവും ചിന്തനീയവും വിശ്വാസത്തിൽ വേരൂന്നിയതുമായിരുന്നു.

ജീവിതത്തിന്റെ കാലഘട്ടങ്ങളിലെ മനസ്സിലാക്കൽ

ഒരു അമ്മ പ്രായമാകുമ്പോൾ, അവളുടെ കർത്തവ്യം മാറുന്നു, പക്ഷേ അവളുടെ ധാരണ ആഴമേറിയതാകുന്നു. അവൾ ഇനി ഡയപ്പറുകൾ മാറ്റുകയോ സ്കൂൾ ഉച്ചഭക്ഷണം പായ്ക്ക് ചെയ്യുകയോ ചെയ്തേക്കില്ല, പക്ഷേ അവൾ വഴികാട്ടുകയും പ്രാർത്ഥിക്കുകയും പിന്തുണയ്ക്കുകയും ചെയ്യുന്നത് തുടരുന്നു. സുഭാഷിതങ്ങൾ31:28–29 പറയുന്നു:

"അവളുടെ മക്കൾ എഴുന്നേറ്റു അവളെ ഭാഗ്യവതി എന്നു വിളിക്കുന്നു; അവളുടെ ഭർത്താവും അവളെ പ്രശംസിക്കുന്നു."

ദൈവിക ധാരണയോടെ ജീവിച്ച ഒരു ജീവിതത്തിന്റെ പ്രതിഫലമാണിത്. ലൗകിക വിജയത്താലല്ല, മറിച്ച് ദൈവത്തോടുള്ള വിശ്വസ്തതയും കുടുംബത്തോടുള്ള സ്നേഹവുമാണ് അതിനെ അളക്കുന്നത്. അവളുടെ ജീവിതം ഒരു സാക്ഷ്യമായി, അവളുടെ പ്രവൃത്തികളിലൂടെയും വാക്കുകളിലൂടെയും പ്രാർത്ഥനകളിലൂടെയും ,അവളുടെ കുട്ടികൾ വായിക്കുന്ന ഒരു ജീവനുള്ള ബൈബിളായി മാറുന്നു.

ഒരു അമ്മയുടെ ധാരണയുടെ, മനസ്സിലാക്കലിന്റെ പൈതൃകം

ഒരു ദൈവഭക്തയായ അമ്മ പാരമ്പര്യങ്ങളെയോ ഓർമ്മകളെയോക്കാൾ കൂടുതൽ ധാരണ കൈമാറുന്നു. അവളുടെ മാതൃകയിലൂടെ, ദൈവത്തെ എങ്ങനെ അന്വേഷിക്കാമെന്നും പരീക്ഷണങ്ങളെ എങ്ങനെ സഹിക്കാമെന്നും നിരുപാധികമായി എങ്ങനെ സ്നേഹിക്കാമെന്നും ജ്ഞാനത്തിൽ എങ്ങനെ നടക്കാമെന്നും കുട്ടികൾ പഠിക്കുന്നു.

സങ്കീർത്തനം 111:10-ൽ, നമ്മെ വീണ്ടും ഓർമ്മിപ്പിക്കുന്നു:

"ദൈവഭക്തിയാണ് ജ്ഞാനത്തിന്റെ ആരംഭം അത് പരിശീലിക്കുന്നവർ വിവേകികൾ ആകും അവിടുന്ന് എന്നേക്കും സ്തുതിക്കപ്പെടും."

കർത്താവിനെ ഭയപ്പെടുന്ന ഒരു അമ്മ ധാരണയിൽ നടക്കുന്നു - തനിക്കുവേണ്ടി മാത്രമല്ല, വരും തലമുറകളിലേക്കും.

ഉപസംഹാരം

ബൈബിളിലൂടെ നോക്കുമ്പോൾ, ഒരു അമ്മയുടെ ജീവിതം വിശ്വാസം, വിനയം, സ്നേഹം എന്നിവയാൽ രൂപപ്പെടുത്തിയ ഒരു ധാരണയുടെ യാത്രയാണ്. അവളുടെ ഗ്രാഹ്യം അവൾക്ക് അറിയാവുന്ന കാര്യങ്ങളെ മാത്രമല്ല, അവൾ ആരെ വിശ്വസിക്കുന്നു എന്നതിനെ അടിസ്ഥാനമാക്കിയുള്ളതാണ്. തൊട്ടിലിൽ നിന്ന് കുരിശ് വരെ, യൗവനം മുതൽ വാർദ്ധക്യം വരെ, ഒരു അമ്മയുടെ ഗ്രാഹ്യം ദൈവത്തിന്റെ ഹൃദയത്തിന്റെ പ്രതിഫലനമായി മാറുന്നു.

അത്തരം അമ്മമാരെ നമുക്ക് ബഹുമാനിക്കാം, അവരുടെ മാതൃക നമ്മെ ദൈവത്തിന്റെ സത്യത്തിലേക്ക് കൂടുതൽ അടുപ്പിക്കട്ടെ.

HERStory

HE IS MY ROCK

Mary Joseph

As I sit here, reflecting on my marriage, I wonder... what does it mean to be truly understood by your partner? As a working woman, juggling office stress and ego clashes with colleagues, I crave that understanding glance from my husband. When he gets it, life's chaos somehow becomes manageable. But when he doesn't, the tension spills over into our home, affecting our children, our relationship, and the entire atmosphere.

I think back to one of the most challenging periods of my life - pursuing my PhD while working and pregnant with our second child. It was like being pulled in three different directions at once. My boss, my PhD guide, and even my own body seemed to have a mind of their own. But my husband... he was my rock.

There were times when I couldn't put into words the frustration I felt with my guide or the emotional rollercoaster I was on due to my pregnancy hormones. But he seemed to intuitively know when I needed support. He'd help out with household chores, and we'd pray together. His eyes would lock onto mine, and he'd say, "We'll get through this together, till death do us part. God will reward us."

Looking back, I realize how much his understanding and support meant to me. He didn't just offer a helping hand; he offered a listening heart. And in those moments, I felt seen, heard, and loved.

This experience has taught me that being understood by your partner isn't just about grand gestures; it's about the little things - the knowing glance, the supportive word, the helping hand. It's about creating a safe space where you can be yourself, without fear of judgment or rejection. My husband, he's not just my partner; he's my confidant, my friend, and my soulmate. Together, we've faced life's ups and downs, and I'm grateful for every moment we've shared.

Leadership Orientation Program

for Forane & Unit presidents and Dioscean executives.
KMS is organising an orientation program during Sept 27 - 28 at ARC, Panvel.

Mathrusangam - ARMONIA 2025

Kalyan Mathrusangam competitions will be conducted on Sunday 16th November at ARC, Panvel.

Painting & Essay writing competitions will be held on Oct 5th in all the foranes.

Rules and regulations of competitions have been circulated through the KMS circular.

Events:
1) Street Play
2)Divya Spandana
3) Bible Quiz
4) Mono Act
5) Extempore Speech

Family: God's Gift of Love

KIDS CORNER

A family is God's special gift where we learn to love, share, and care for one another. Families are not perfect. There can be misunderstandings, hurt feelings, or disagreements. But God calls us to be patient, forgiving, and understanding, just as He is with us. When we listen with our hearts, show kindness, and help each other, we make our family a place of joy, peace, and love.

Here are a few people from the Bible who loved, understood, and forgave even when it was challenging, and in the end, their choices brought comfort, healing, and unity.

Read the clues, check the Bible verse, and guess who I am!

My brothers hurt me, but I forgave them and gave them food when they were hungry. I knew God had a bigger plan.
Clue— Genesis 50:20
Who am I? ______________________

I made a lot of mistakes, but my father ran to welcome me home. He loved me even when I messed up.
Clue — Luke 15:20
Who am I? ______________________

I risked my life to save my people, even though it meant approaching the king without being called. My cousin had encouraged me to be brave for such a time as this.
Clue — Esther 4:14
Who am I? ______________________

My mother-in-law lost everything, but I stayed with her and took care of her. I didn't leave her side.
Clue— Ruth 1:16
Who am I? ______________________

My brother died and I was very sad. Jesus came, understood my feelings, and gave me hope again.
Clue— John 11:35
Who am I? ______________________

Extra Challenge:

Write one way you can show understanding to your family this week:

____

____

____

____

Mail your answers to lanternkidsroom@gmail.com mentioning your name, catechism section and parish before 20th September, 2025. Names of selected winners will be published in the next issue of Kalyan Lantern.

Sophia Cyril
St. Bartholomew Church,
Kalyan (E)

KNOW YOUR Faith

Joseph Chittilapilly
Christ The King Parish, Bhandup

"He will come again to judge the dead and the living."

In his first letter, St. Peter writes that Jesus "has gone into heaven and is at the right hand of God" (3:22). "When He made purification for sins, He sat down at the right hand of the Majesty on high" (Heb. 1:3) "Being seated at the Father's right hand signifies the inauguration of the Messiah's Kingdom" (CCC #664) with Christ as the King, fulfilling prophet Daniel's vision: "to Him was given dominion and glory and kingdom…His dominion is an everlasting dominion, which will not pass away and His kingdom one that shall not be destroyed" (7:14)

Up till now, the Creed has been teaching us the life of our Lord on earth, His life in the spirit-world, and His Ascension to heaven, as completing His Resurrection. But there is yet a final revelation of Jesus for which we wait, and we proceed to profess: From the right Hand of God, where He is seated, He shall come to judge the living and the dead.

"Since Ascension, God's plan has entered into its fulfilment. We are already at 'the last hour'" (CCC #670) and His "coming in glory has been imminent" (CCC #673) Sacred Scriptures informs us, that there are two comings of Christ, the one, when he assumed human flesh, for our salvation, in the womb of the Virgin; the other, when He shall come in glory, at the end of the world, to judge the living and the dead. This coming is called, in Scripture – "The day of the Lord".

"The day of the Lord" St. Paul warns "shall come, as a thief in the night" (1Thess 5:2) and our Lord himself says: "Of that day and hour nobody knows" (Mt 24:36) The Apostle cautions us: "For we must all appear before the judgement seat of Christ, so that each one may receive good or evil, according to what he has done in the body" (2Cor 5:10) Jesus Christ is the Lord of eternal life and has the full right to pass definitive judgement on the works and hearts of men. He has obtained this right by His Cross. (cf. CCC #679)

The Father has given "all judgement to the Son" (Jn 5:22), however has "sent the Son into the world, not to condemn the world, but the world might be saved through Him" (Jn 3:17) "By rejecting grace in this life, one already judges oneself, receives according to one's works, and can even condemn oneself for all eternity by rejecting the Spirit of Love" (CCC #679) The Father has given the Son "authority to execute judgement" (Jn 5:27) At Cornelius' house, St. Peter testifies that Jesus "is the one ordained by God to be judge of the living and the dead." (Acts 10:42)

The Swiss theologian Fr. Hans Urs von Balthasar writes: "According to the German word *entscheiden*, judging means separating things out from each other; without a separation into right and left, there is no judgement." His book Credo: *Meditations on the Apostles' Creed* adds: "We all stand under judgement, except the Mother of our Lord, to whom we plead to intercede to her judging Son – Pray for us sinners, now and at the hour of our death."

We can find solace in St. James – "Judgement is without mercy to one who show no mercy, yet mercy triumphs over judgement" (2:13) Fr. Balthasar concludes: "In the end, what is left to all of us is a unity of fear and hope, an attempt to throw ourselves blindly into the arms of the Lord, who knows us and loves us".

Pastoral Council Meeting, July 19, 2025

The First meeting of the Fifteenth Pastoral Council was held on July 19, 2025, at ARC, Panvel. Bishop Mar Thomas Elavanal presided over the meeting. The term of the newly constituted Pastoral Council is for two years, 2025-27. The meeting started with a prayer service led by Rev.Fr. Kuriakose Kalaparambath. The report of the last Pastoral Council meeting was presented by the Secretary, Pastoral Council, and then it was submitted to His Excellency for his assent and signature.

The new Pastoral Council members were welcomed by Msgr. Cyriac Kumbattu. Rev. Fr. Joju Arackal gave a brief presentation on the duties and responsibilities of Pastoral Council members. This was followed by a quick round of self-introduction by the new Pastoral Council members, and the election of the new office-bearers.

The Fifteenth Pastoral Council re-elected Dr. Joseph Kanayamplakal as the Secretary for a further term of two years. Mrs. Sajitha Joseph was elected the Joint-Secretary. The other members of the Executive Committee are Mrs. Mini Thomas of Borivli Forane and Mr. George Joseph of Antop Hill Forane.

In his presidential address, Mar Thomas Elavanal thanked the new members for coming forward to serve the Church, and His Excellency also reminded the Pastoral Council members of the need to work together in the spirit of synodality, and in communion with the mission of the Church.

Being the Year of Diakonia – Year of Renewed Pastoral Care in the Diocese, a discussion was initiated on the 'Effectiveness of Pastoral Care'. Fr. Joju Arackal presented to the Council the results of the discussions and deliberations on the subject at the Forane Councils. The responses received from the Foranes on three questions posed in this connection threw up some interesting results. The number of inactive parishioners may be somewhere in the range of 5 % to 20 % across parishes. The reasons why people drift away or become inactive is due to various factors like the timings of church services, logistical challenges, work schedules, dislike for traditional religious services,personal expectations or disappointments, inter- caste marriages, lengthy sermons, language barrier, a lack of proper awareness about sacraments etc. to name a few.

The suggestions, concrete steps:

Identify and reintegrate those who are inactive or drifted away persons and families at the parish and family unit level.

Parish priest's personal contact, follow ups and personal relationship with the family / members will help to make the inactive people/family more active.

Visits by priests and religious sisters to their homes.

Constitute a small parish team/ volunteers equip and train them to deal with the issue

It is to be promoted and make sure that there is the celebration of one Holy Qurbana other than Malayalam preferably English if there are two Qurbana in the parish on Sundays. It is to be implemented in this year of Diakonia.

Bring out the awareness that Church is a place for celebrating and deepening the faith.

The faith formation should be collaborative endeavour of all associations. Therefore, all associations and movements should work collaboratively in the process of imparting the faith.

The formative programme in the Parish, Forane and Eparchial level in collaboration with associations is to be organised.

For the pastoral care of the elderly who form a good number of the entire faithful, a monitoring system is to be initiated in order to help them, and inform and remind timely the parish priest with regard to their spiritual needs.

A special attention to the families of mixed or disparity of cult marriage has to be rendered in collaboration with the family unit executives / parish team to practice their Christian faith in the fruitful and meaningful way.

Organize special youth prayer meetings / online prayer meetings to attract and motivate youth.

We need a better pastoral time management to tackle this issue.

Parishes have to formulate a specific action plan based on the suggestions.

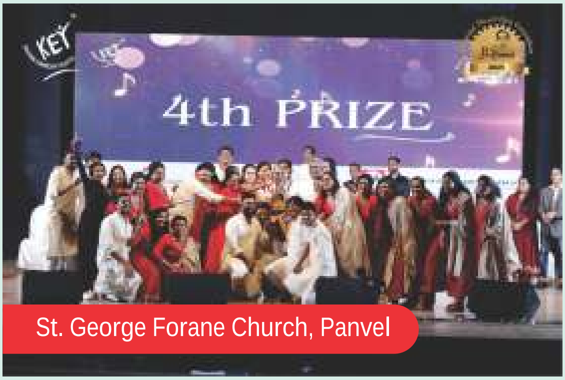
An update on all important eparchial projects was placed before the Council by Rev.Dr. George Vattamattathil, the Finance Officer of the Eparchy.

WINNERS

St. Thomas Forane Church, Borivali

St. Kuriakose Elias Chavara Church, Dighi

Carmel Parish, Vadagonsheri



St. George Forane Church, Panvel

Sacred Heart Church, Goregaon -West

Raincamp 2025

Raincamp 2025, held from 1st to 3rd August, was a perfect blend of adventure, bonding, and self-discovery. The first day set the tone with getting to know each other. Followed by on the very next day, we had an exhilarating trek to Duke's Nose, Lonavla. After resting our hearts and minds, we capped with fun bonding sessions and interactive games. The final day focused on self-awareness and ended on a high with the much-awaited treasure hunt, leaving everyone with warm memories and fuller hearts.

First Death Anniversary

In the loving memory of

Bijoy Mathew

Compassionate God, heal our hearts as we grieve the loss of our loved ones. Fill the void with your love and give us the strength to move forward while cherishing their life..

1st Nov 1972 – **21st Sep 2024**

You are deeply loved and cherished by your family and friends.

St. Thomas Cathedral Church, Kalyan (w)

TRINITY STUDY ABROAD PVT.LTD.

A Unit of Trinity Air Travel & Tours Pvt.Ltd Since 1982

UK | USA | IRELAND | FRANCE | AUSTRALIA | CANADA

- Personalised Guidance
- Experienced Team
- Scholarship Assistance
- Visa / Forex Assistance
- Inhouse Ticketing / Insurance
- Post Arrival Support

APPLY NOW

Scan the QR Code
For More Information

+91 84-5304-5304 / 022-69-655-855

A-41, Silver Astra, JB Nagar Circle, Near Chakala-JB Nagar Metro Station, Andheri East, Mumbai - 400059, Maharashtra, India www.trinitystudyabroad.com @trinity.study.abroad

Household and Car Shifting People

Door to Door

വീട്ടുസാധനങ്ങൾ
പ്രൊഫഷണലായി
പായ്ക്ക് ചെയ്ത്
ഇൻഷൂറൻസോടുകൂടി
കേരളം ഉൾപ്പെടെ
ഇന്ത്യയിലെവിടെയും
തിരിച്ചും എത്തിക്കുന്നു.

തിരുവല്ല, അടൂർ, കോട്ടയം,
കൊച്ചി, തൃശ്ശൂർ, കണ്ണൂർ, തിരുവനന്തപുരം

- Packing
- Handling
- Unpacking
- Transportation
- Insurance
- Warehousing
- Car Transportation

COCHIN + MUMBAI + BANGALORE
CHENNAI + DELHI + KOLKATA

JOLLY SPEED CARGO PACKERS AND MOVERS

An ISO 9001 : 2015 Certified Company

Associated with MHPM

Domestic / International / Local

JOLLY SPEED CARGO

No. 6, Trishla Apartment, P. K. Road. Mulund (W),
Mumbai 400080. Off.: 022 - 2591 5959 / 2591 3737
Email: jollyspeedcargo@ymail.com
Web: www.jollyspeedcargo.com

Andheri: 9892 191 241
Kalyan: 9833 696 920
Navi Mumbai: 9833 697 030

सत्या गोल्ड ॲण्ड डायमंड
SATYA GOLD & DIAMOND
സത്യാ ഗോൾഡ് & ഡയമണ്ട്

MANUFACTURER & WHOLESALERS

MEGA OFFER
FOR
ONAM & GANESH CHATURTHI

MAKING CHARGES UPTO 6%

Valid Till : 25th August to 25th September 2025

MAKING CHARGES **6%**

MAKING CHARGES **4%**

MAKING CHARGES **3.5%**

MAKING CHARGES **3%**

T & C APPLY *

Shop No.2, Prem Ganga, Plot No.1A, Vijay Marg, Sector 4, New Panvel, Navi Mumbai - 410206.

9619160916

Printed and Published by Fr. (Dr.) VARGHESE ABRAHAM VATTAMATTATHIL on behalf of ST. BARTHO CHARITABLE FOUNDATION, Printed at SBM PRINTERS, C-130, ANSA INDUSTRIAL ESTATE, SAKI VIHAR ROAD, SAKI NAKA, ANDHERI (EAST), MUMBAI 400 072 and Published from ST. BARTHO CHARITABLE FOUNDATION, PLOT NO. B-38, BISHOP'S HOUSE, IIT PO, HANUMAN MANDIR ROAD, POWAI, MUMBAI 400 076. Editor: Fr. Rajesh Mathew Kalyan Lantern Regn No.: MAHBIL/2015/63218 | Postal Regn. No.: MNE/353/2024-26 | WPP No. MR/Tech/WPP-323/NE/2024-26 Posted at IIT Post Office, on 10th of every month