ദൈവം തന്റെ പുത്രനെ ലോകത്തിലേയ്ക്കയച്ചത്
ലോകത്തെ ശിക്ഷയ്ക്കു വിധിക്കാനല്ല,
പ്രത്യുത, അവൻ വഴി ലോകം രക്ഷപ്രാപിക്കാനാണ്.
(യോഹന്നാൻ 3:17)

2024

ടച്ച് മീ

MY LORD AND MY GOD

TOUCH ME

ഡിസംംബർ 2023

19-ാം
ചരമവാർഷികം
09-12-2023

ഡോ. സി.എൽ. ജോസ്

ചുങ്കത്ത് ഹൗസ്
കുന്നംകുളം

സ്നേഹസ്മരണകളോടെ...
സന്തപ്ത കുടുംബാംഗങ്ങൾ

ടച്ച് മീ
TOUCH ME

പാരിഷ് ബുള്ളറ്റിൻ

പുസ്തകം : 16 – 2023 ഡിസംബർ – ലക്കം : 4

സെന്റ്. സെബാസ്റ്റ്യൻസ് കാത്തലിക് ചർച്ച്,
കുന്നംകുളം 680 503
മറ്റം ഫെറോന – തൃശ്ശൂർ അതിരൂപത
kunnamkulamch@adtcr.org
www.touchmekkm.in

ESTD : 1747

എഡിറ്റോറിയൽ ബോർഡ്

ചീഫ് എഡിറ്റർ
ഫാ. ദാവീദ് വിതയത്തിൽ
70120 43479

എഡിറ്റർ
ജോണി ബെപ്പോ
93493 79009

സബ്ബ് എഡിറ്റേഴ്സ്
സിസ്റ്റർ അൻസ ജോസ് CMC
80869 50771

M.K. ദേവസ്സി
94953 28758

ജോൺസൺ പാവു
94476 54230

സെക്രട്ടറി, ഇടവക PRO
V.C. ജോസി
98470 17297
E-mail : vcjosy@gmail.com

ട്രഷറർ
M.L. സുനിൽ
98464 34411

അംഗങ്ങൾ
ഡോ. പോൾ C. റാഫേൽ 94467 22050
ജോയ്സി തോംസൺ തച്ചിൽ 81295 34205
ബിന്ദു രാജു 98478 31110
ആനന്ദി സുനിൽ 94958 55053

കൈക്കാരന്മാർ
എം.എൽ. മാണി 94463 91580
ജോപോൾ വി. ആലപ്പാട്ട് 94467 23804
പോയ്സ് ജേബി 99611 18927

താളുകൾ മറിയ്ക്കുമ്പോൾ

എഡിറ്റോറിയൽ	2
ഇടയമൊഴി	3
വിശ്വാസപരിശീലനം	5
സഭാ വാർത്തകൾ	6
Everlasting Christmas	7
വിശ്വാസപരിശീലനദിനം	9
വിശ്വാസപരിശീലന അവാർഡ്	11
പക്ഷാഘാതത്തിന്റെ ആദ്യ...	14
പ്രതിനിധിയോഗ വാർത്തകൾ	16
ഓർമ്മിക്കേണ്ട ദിനങ്ങൾ	17
സെന്റ് സേവിയർ കുടുംബ...	18
നമുക്കും നക്ഷത്രങ്ങളാകാം	19
ഉണ്ണീശോയും ഞാനും	21
വദനാർബുദം	23
ധന്യതയുടെ കയ്യൊപ്പ്	25
പാചക കോർണർ	28
നിറംകൊടുക്കാമോ	29
ചിത്രശാല	30
അടിക്കുറിപ്പ് മത്സരം	31
വചന കലണ്ടർ	32

വിശുദ്ധ കുർബാന

ഞായർ 6.00 am & 9.00 am
സാധാരണ ദിവസം 6.30 am

എഡിറ്റോറിയൽ...

മഞ്ഞുപെയ്യുന്ന രാവിൽ മാനവകുലത്തിന്റെ രക്ഷയുടെ അടയാളമായി വാനിൽ ഉദിച്ച പൊൻതാരകം... ക്രിസ്തു പുൽത്തൊഴുത്തിലെ മഞ്ഞു കണങ്ങളാൽ തണുത്തു വിറച്ച ആ കുഞ്ഞു കരങ്ങൾ പിന്നീട് പതിനായിരങ്ങൾക്ക് അപ്പം വിളമ്പി, സ്വയം സ്നേഹത്തിന്റെ അപ്പമായി തീർന്നു.

പുൽക്കൂട്ടിലേക്ക് വീശിയടിച്ച കുളിർകാറ്റിൽ തണുത്തു മരച്ച ആ കുഞ്ഞു പാദങ്ങളാണ് പിന്നീട് കടൽപ്പരപ്പിലെ ഓളങ്ങൾക്ക് മുകളിൽ നടന്ന് നീങ്ങിയത്., അലറുന്ന കടലിനെ വാക്കുകൊണ്ട് ബന്ധിച്ചത്....!

ബലഹീനതകൾക്കും ഏകാന്തതകൾക്കും നടുവിൽ നമുക്ക് കരുത്ത് പകരുന്ന, നമ്മെ ചേർത്തുപിടിക്കുന്ന, ഒരു ദൈവമുണ്ട് എന്ന ഓർമ്മപ്പെടുത്തലാണ് ക്രിസ്തുമസ്....!

പുൽക്കൂടിന്റെ ഇല്ലായ്മയിൽ, പിള്ളക്കച്ചയിൽ സ്വയം ആവൃതനാകുന്ന ദൈവം....

നാം ചെറുതാവാതിരിക്കാൻ നമ്മെക്കാൾ ചെറുതായവൻ, ബെത്‌ലഹേമിലെ കൺമണിയെ പിള്ളക്കച്ചകൾ കൊണ്ട് പൊതിഞ്ഞ് പുൽത്തൊട്ടിലിൽ കിടത്തുന്നതുവരെയേ ഉണ്ടായിരുന്നുള്ളൂ അവരുടെ നൊമ്പരങ്ങൾ ഒക്കെയും....

മരുഭൂമിയിലെ യാത്രയിലെ പൊള്ളുന്ന ചൂടിനെയും രാത്രിയിലെ മരംകോച്ചുന്ന തണുപ്പിനെയും കൊട്ടിയടയ്ക്കപ്പെട്ട വാതിലുകളുടെ അവഗണനകളെയുമൊക്കെ മറക്കുന്ന നേരം.... തിരുപ്പിറവിയുടെ ആ നിമിഷത്തിൽ എല്ലാ ദുഃഖങ്ങളും സന്തോഷമായി മാറുന്നു... ആനന്ദം സിരകളിൽ അലതല്ലുന്ന നിമിഷം....! എപ്പോഴൊക്കെയോ നമ്മുടെ ജീവിതത്തിൽ നമ്മെ തേടിയെത്തുന്ന നോവുകളുടെ അവസാനത്തിൽ ആനന്ദത്തിന്റെ ഒരു മധുരം ദൈവം കരുതിവച്ചിട്ടുണ്ടാകും എന്ന പ്രത്യാശയോടെ ആകട്ടെ ഈ ക്രിസ്തുമസ്... അതോടൊപ്പം കയ്യിൽ എന്താണെന്ന് നോക്കിയിട്ട് ഇടം കൊടുക്കുന്ന സത്രം ആവാതെ, കയ്യിൽ ഒന്നും ഇല്ലെങ്കിലും അപരനെ ചേർത്ത് പിടിക്കുന്ന കാലിത്തൊഴുത്തുകളാവാനും ഈ ക്രിസ്തുമസ് നമ്മെ ഓർമ്മപ്പെടുത്തുന്നുണ്ട്... സ്നേഹത്തിന്റേയും സന്തോഷത്തിന്റേയും ആനന്ദത്തിന്റേയും അതിരില്ലാത്ത നിമിഷങ്ങൾ ലോകം മുഴുവൻ നിറയട്ടെ എന്ന് പ്രാർത്ഥിച്ചുകൊണ്ട് ഏവർക്കും ക്രിസ്തുമസ് പുതുവത്സരാശംസകൾ!

ടച്ച് മീ
TOUCH ME
എഡിറ്റോറിയൽ ബോർഡ്

ഇടയമൊഴി

സന്മനസ്സുള്ളവർക്ക്...

ആബേലിന്റെ കൊലപാതകം മുതൽ
ദൈവം സൃഷ്ടിച്ച ഈ ഭൂഗോളം,
രക്തം സ്രവിച്ചിട്ടുണ്ട് അനേകം തവണ...
ഗോത്രവർഗ്ഗ കലഹങ്ങളും,
മദ്ധ്യകാലഘട്ടത്തിലെ,
രാജകീയ തേരോട്ടങ്ങളും,
ഒന്നും രണ്ടും ലോകമഹായുദ്ധങ്ങളും,
ഈ ഭൂമിയെ രക്തത്തിൽ കുളിപ്പിച്ചു...
ഈ ആധുനിക കാലഘട്ടത്തിലും,
സ്ഫോടനങ്ങളും, കഴുത്തറുക്കലുകളും,
വെടിവെപ്പുകളും തുടരുന്നു...
മനുഷ്യരക്തം ചിതറിക്കപ്പെടുന്നു.
മതങ്ങളും, മതസ്ഥാപകരും,
രക്തദാഹികളായ ഈ ലോകചരിത്രത്തിൽ,
സമാധാനത്തിന്റെ, ശാന്തിയുടെ,
ഒരു വെള്ളിനക്ഷത്രമാണ്,
ബെത്‌ലഹേമിൽ ഉദിച്ചത്...
ക്രിസ്തുമസ്സ് ഒരു സംഭവമല്ല...
ഒരു അനുഭവമാണ്...
മഞ്ഞ് പെയ്യുന്ന പശ്ചിമ ദേശത്തും,
വെടിയുണ്ടകൾ ചീറിപായുന്ന,
പൂർവ്വദേശത്തും... മാലാഖമാർ പാടുന്നു...
സന്മനസ്സുള്ളവർക്ക് ഭൂമിയിൽ,
സമാധാനം...

സസ്നേഹം
ദാവീദച്ചൻ

കുന്നംകുളം സെന്റ് സെബാസ്റ്റ്യൻസ് ചർച്ച്

ക്രിസ്തുമസ് പുതുവത്സര ആശംസകൾ

25 നോമ്പ് ആരംഭം (30 – 11 – 2023 വ്യാഴം)

വൈകീട്ട് 5.30ന് : വി. കുർബാന

| ക്രിസ്തുമസ് ട്രീ തെളിയിക്കൽ | നക്ഷത്രദീപം കൊളുത്തൽ | വർണ്ണമഴ |

- ✯ *ക്രിസ്തുമസ് നോമ്പ്കാലത്ത് മുടക്കം കൂടാതെ വി. കുർബാനയിൽ പങ്കെടുക്കുന്ന കുട്ടികൾക്ക് സമ്മാനങ്ങൾ*
- ✯ *ഞായറാഴ്ചകളിൽ വിശ്വാസപരിശീലന വിദ്യാർത്ഥികളുടെ കരോൾ നൃത്തം*
- ✯ *ക്രിസ്തുമസ് കരോൾ, ക്രിസ്തുമസ് ഈവ്*

ക്രിസ്തുമസ് തിരുക്കർമ്മങ്ങൾ

23–12–2023 ശനി

വൈകീട്ട് 4 മുതൽ 6.30 വരെ : **വി.കുമ്പസാരം (പുറമെനിന്നുള്ള വൈദികർ)**

24–12–2023 ഞായർ

രാവിലെ 6നും 9നും വി. കുർബാന

രാത്രി 11.45 ന് : **പിറവിത്തിരുനാൾ തിരുക്കർമ്മങ്ങൾ**
തുടർന്ന് വി. കുർബാന, നോമ്പ് വീടൽ

25–12–2023 തിങ്കൾ

രാവിലെ 6 മണിക്ക് : **വി. കുർബാന**

പുതുവത്സര തിരുക്കർമ്മങ്ങൾ

31–12–2023 ഞായർ

രാത്രി 11.30ന് : **വർഷാവസാന പ്രാർത്ഥന, വർഷാരംഭ പ്രാർത്ഥന, വി. കുർബാന**

ക്രിസ്തുമസ് കരോൾ

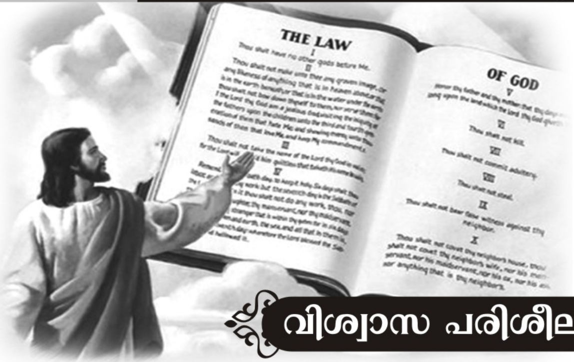
കുന്നംകുളം സെന്റ് സെബാസ്റ്റ്യൻസ് ഇടവകയുടെ നേതൃത്വത്തിൽ
2023 ഡിസംബർ 23 ശനി വൈകീട്ട് 7 മണി മുതൽ
ഇടവകയുടെ വിവിധ വീഥികളിൽ
ആഘോഷമായ ക്രിസ്തുമസ് കരോൾ

നിരവധി ക്രിസ്തുമസ് പാപ്പമാർ

കരോൾ ഗാനങ്ങൾ | **ടാബ്ലോ**

ക്രിസ്തുമസ് ഈവ്

ഡിസംബർ 24 ഞായർ
രാത്രി 10 മണി മുതൽ
ദൈവാലയ അങ്കണത്തിൽ



പി.എ. ലില്ലി
(പ്രിൻസിപ്പാൾ)

വിശ്വാസ പരിശീലനം

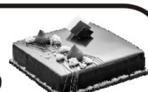
പ്രിയ കുഞ്ഞുങ്ങളെ,

എല്ലാവർക്കും സുഖമെന്നു കരുതുന്നു. നമ്മുടെ വിശ്വാസ പരിശീലനദിനാഘോഷം വളരെ ഭംഗിയായി നടന്നു. അതിൽ പങ്കെടുത്ത എല്ലാ കുഞ്ഞുമക്കൾക്കും ആയിരമായിരം നന്ദി. അവരെ അതിൽ പങ്കെടുപ്പിക്കുകയും അവരോടൊപ്പം പരിശീലനത്തിന് ഇവിടെ വന്ന് സമയം ചെലവഴിക്കുകയും ചെയ്ത മാതാപിതാക്കളോടും ഈ ഇടവകയ്ക്ക് കടപ്പാടുണ്ട്. അതുപോലെ അവരെ തയ്യാറാക്കിയ അധ്യാപകർക്കും അഭിനന്ദനങ്ങൾ.

ഈ മാസത്തിന്റെ പ്രത്യേകത നമുക്കറിയാം. ക്രിസ്തുവിന്റെ തിരുപ്പിറവി ആഘോഷിക്കുന്ന മാസമാണിത്. മഞ്ഞിന്റെ കുളിരും നക്ഷത്രങ്ങളുടെ ദീപ്തിയും നമ്മുടെ രാവുകളെ സുന്ദരമാക്കുന്ന സമയം. ഈ ക്രിസ്തുമസിനായി നമുക്ക് നന്നായി ഒരുങ്ങാം. യേശുനാഥന് ജനിക്കാൻ നമ്മുടെ മനസ്സിൽ ഇടം കൊടുക്കാം. എല്ലാവർക്കും ക്രിസ്തുമസ്സിന്റേയും പുതുവത്സരത്തിന്റേയും ആശംസകളോടെ...

ലില്ലിടീച്ചർ

കുന്നംകുളം സെന്റ് സെബാസ്റ്റ്യൻസ് ചർച്ച്
2024 തിരുനാളാഘോഷ കമ്മിറ്റിയുടേയും
ഇടവക മാതൃവേദിയുടേയും സംയുക്താഭിമുഖ്യത്തിൽ



തൃശൂർ മാംഗോ ബേക്കേഴ്സുമായി സഹകരിച്ച്
2023 ഡിസംബർ 24 ഞായറാഴ്ച
ക്രിസ്തുമസ് കേക്ക് മേള

വിവിധങ്ങളായ രുചിയൂറും
ഫ്രഷ് ക്രീം കേക്കുകൾ | ഡ്രൈഫ്രൂട്ട് കേക്കുകൾ

നിങ്ങളുടെ ഓർഡറുകൾ മുൻകൂട്ടി ബുക്ക് ചെയ്യുക

കെ.ജി. ബാബു	വി.ജെ. മിക്കി	ആനന്ദി സുനിൽ	റിയ മിക്കി	വി.ജെ. സുനിൽ	വി.സി. ജോസി
99619 99487	94478 32713	94958 55053	94978 02788	94476 15901	98470 17297

സഭാ വാർത്തകൾ

ജെ.ബി കോശി കമ്മീഷൻ റിപ്പോർട്ട് ഉടൻ നടപ്പിലാക്കണം

കൊച്ചി: ക്രൈസ്തവ സമൂഹത്തിന്റെ വിവിധ തലങ്ങളിലെ പിന്നോക്കാവസ്ഥയെ കുറിച്ച് സമഗ്രമായി പഠിക്കുകയും പരിഹാര മാർഗങ്ങൾ നിർദ്ദേശിക്കുകയും ചെയ്ത ജസ്റ്റിസ് ജെ. ബി കോശി കമ്മീഷൻ റിപ്പോർട്ട് ഉടൻ നടപ്പിലാക്കണമെന്ന് വരാപ്പുഴ അതിരൂപതാ വൈദിക സമിതി. റിപ്പോർട്ടിനോടുള്ള സർക്കാരിന്റെ അവഗണനയിലും മെല്ലെപോക്കിലും വൈദിക സമിതി പ്രതിഷേധിച്ചു.

ക്രൈസ്തവർ പതിറ്റാണ്ടുകളായി നേരിടുന്ന നീതി നിഷേധവും അവഗണനയും പരിഹരിക്കുക എന്ന ലക്ഷ്യത്തോടെ വിവിധ കേന്ദ്രങ്ങളിൽ സിറ്റിംഗ് നടത്തി സർക്കാരിന് സമർപ്പിച്ച കമ്മീഷൻ റിപ്പോർട്ടിൻ മേൽ വിവിധ വകുപ്പുകളിൽ നിന്ന് ശുപാർശകൾ ക്ഷണിച്ചുവെങ്കിലും നടപടികൾ ത്വരിതപ്പെടുത്തിയിട്ടില്ല. റിപ്പോർട്ടിന്റെ പൂർണ്ണരൂപം ഇപ്പോഴും പുറത്തു വിട്ടിട്ടില്ല. റിപ്പോർട്ടിൽ സൂചിപ്പിച്ചിരിക്കുന്ന ശുപാർശകൾ ഗുണഭോക്താക്കളുമായി ചർച്ച ചെയ്ത് അടിയന്തരമായി നടപ്പിലാക്കാൻ സർക്കാർ തയാറാകണമെന്ന് വൈദിക സമിതി ആവശ്യപ്പെട്ടു.

മദർ ഏലീശ്വ ധന്യപദവിയിൽ

കൊച്ചി: ദൈവദാസി മദർ ഏലീശ്വയെ ധന്യപദവിയിലേക്ക് ഉയർത്തി. വത്തിക്കാനിലെ വിശുദ്ധരുടെ നാമകരണ നടപടികൾക്കായുള്ള കാര്യാലയത്തിന്റെ പ്രീഫെക്ട് കർദിനാൾ മാർസെലോ സെമേറാരോയാണ് ഇതു സംബന്ധിച്ച പ്രഖ്യാപനം നടത്തിയത്. കോൺഗ്രിഗേഷൻ ഓഫ് തെരേസ്യൻ കാർമലൈറ്റ് (സിടിസി) സന്യാസിനി സമൂഹത്തിന്റെ സ്ഥാപകയാണ് മദർ ഏലീശ്വ.

വൈപ്പിൻ ഓച്ചന്തുരുത്ത് സ്വദേശിയാണ് മദർ ഏലീശ്വ. 1913 ജൂലൈ 18-ന് നിത്യസമ്മാനത്തിനായി യാത്രയായ മദറിനെ 2008 മെയ് 31-നാണ് ദൈവദാസിയായി പ്രഖ്യാപിച്ചത്.

Everlasting Christmas

സിസ്റ്റർ ജെസ്റ്റിന CMC

പകുത്തു നൽകാനും പകർന്നേകാനും തന്നെ തന്നെ നൽകാനും മനസ്സു കാണിച്ച ദിവ്യനാഥന്റെ ദിവ്യജനനത്തിന്റെ ഓർമ്മ യാണ് ക്രിസ്തുമസ്, തന്റെ ഏകജാതനെ നൽകാൻ തക്കവിധം ഈ ലോകത്തെ സ്നേഹിച്ച ദൈവപിതാവിന്റെ സ്നേഹവാത്സല്യം മാനവരിലേക്ക് ഒഴുക്കപ്പെട്ടതിന്റെ ഓർമ്മയാണ് ക്രിസ്തുമസ്. ക്രിസ്തുമസ് - അതെ പങ്കുവെച്ചുതന്നതിന്റെ നല്ല ഓർമ്മ. പങ്കുവെക്കലിന്റെ അനുഭവത്തെക്കുറിച്ച് ആഴത്തിൽ ചിന്തിക്കുമ്പോൾ രണ്ട് ചെറുകടലുകളുടെ പ്രത്യേകതകളാണ് മനസ്സിൽ വരുന്നത്, ഗലീലിയ കടലും, ചാവുകടലും. ജോർദാൻ നദിയുടെ രണ്ട് അറ്റത്തായി സ്ഥിതി ചെയ്യുന്ന ഈ കടലുകൾ തമ്മിൽ വളരെ അന്തരമുണ്ട്. ഗലീലിയ കടലിലേക്ക് യോർദ്ദാൻ നദി ഒഴുക്കി വിടുന്ന ശുദ്ധജലത്തെ ആ കടൽ തെക്കോട്ടുള്ള താഴ്ന്ന പ്രദേശങ്ങളിലേക്ക് നിരന്തരം ഒഴുകുന്നു. യോർദ്ദാൻ നദി തന്നെയാണ് ചാവുകടലിലേക്കും വെള്ളം എത്തിക്കുന്നത്. എന്നാൽ ചാവുകടലിൽ നിന്ന് പുറത്തേക്ക് ജലനിർഗമന ചാലുകൾ

അഭിനന്ദനങ്ങൾ

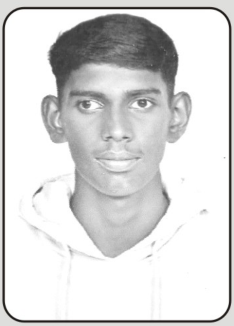
ആലപ്പുഴയിൽ വെച്ച് 2023 ജൂലായ് മാസത്തിൽ നടത്തിയ
55–ാമത് കേരള സംസ്ഥാന ഷൂട്ടിംഗ് ചാമ്പ്യൻഷിപ്പിൽ
Open Sight 10 Meter Air Rifle
Junior Women, Youth Women വിഭാഗത്തിൽ
സംസ്ഥാന തലത്തിൽ മൂന്നാം സ്ഥാനം നേടി
വെങ്കല മെഡൽ കരസ്ഥമാക്കിയ
സെന്റ് ജോർജ്ജ് കുടുംബകൂട്ടായ്മ കോട്ടയിൽ റോഡ്
കിഴക്കൂട്ട് സാജു – ഷീമ മകൾ
Chinju Kizhakkoot –ന്
കുന്നംകുളം സെന്റ് സെബാസ്റ്റ്യൻസ് ഇടവകയുടേയും
ടച്ച് മീയുടേയും അഭിനന്ദനങ്ങൾ

ഇല്ല. വെള്ളം കെട്ടിനിൽക്കുന്നു. ഉപ്പ് ഘനീഭവിക്കുന്നു.

പങ്കുവെക്കലിന്റെ കാര്യത്തിൽ ഏത് കടലിനോട് എന്നെ ഉപമിക്കാനാകും. ഗലീലിയ കടൽ ശുദ്ധമാണ്. ഒഴുകിവരുന്ന ജലത്തെ മറ്റു പ്രദേശങ്ങളിലേക്ക് ഒഴുക്കുന്നതിനാൽ ജലം മലിനമായ അവസ്ഥയിൽ ഇപ്പോഴും നിലനിൽക്കുന്നില്ല. ചാവുകടൽ അശുദ്ധമാണ്. ഒഴുകിവരുന്ന ജലത്തെ മറ്റു പ്രദേശങ്ങളിലേക്ക് ഒഴുക്കാത്തതിനാൽ ജലം മലിനമായ അവസ്ഥയിൽ തുടരുന്നു.

ദൈവം നൽകിയ ദാനമായ ജീവിതം, കഴിവുകൾ, സമ്പത്ത് അത് മറ്റുള്ളവർക്കും കൂടിയാണെന്ന് ചിന്തിച്ച് അപരർക്കായി ജീവിച്ചാൽ പരസ്നേഹത്തിന്റെ, പങ്കുവെക്കലിന്റെ, സുകൃതം അഭ്യസിച്ച് മുന്നേറാം. മറിച്ചായാൽ സ്വാർത്ഥതയുടെ വേലിക്കെട്ടിനുള്ളിൽ കിടന്ന് സ്വയം മതിലുകൾ സൃഷ്ടിച്ച് ചുരുങ്ങിപോകാം. അതെ നമ്മിലെ രണ്ട് സാധ്യതകളാണ് ഈ രണ്ട് കടലുകൾ. ആദ്യത്തേതിനെ സ്വീകരിക്കാനും രണ്ടാമത്തേതിനെ തള്ളിക്കളയുവാനും ഈ ക്രിസ്തുമസ് കാലഘട്ടത്തിൽ നമ്മെതന്നെ നമുക്ക് ഒരുക്കാം. അപരനുവേണ്ടി മുറിയപ്പെടുമ്പോൾ, നൽകപ്പെടുമ്പോൾ മാത്രമാണ് മറ്റുള്ളവരുടെ ഹൃദയത്തിലും നാം ക്രിസ്തുമസ്പോലെ കുളിർമയുടെ ഓർമ്മയാകുന്നത്. ക്രിസ്തുമസിന് പരസ്പരം സമ്മാനങ്ങൾ കൈമാറുന്നതും പങ്കുവയ്ക്കണം എന്ന ആഗ്രഹത്തിന്റെ പൂർത്തീകരണമാണല്ലോ. അപരനുവേണ്ടി മാറ്റിവയ്ക്കപ്പെടുന്ന സമയത്തിനും ആരോഗ്യത്തിനും കിഴിവിനും മധ്യേ ക്രിസ്തു പിറക്കുന്നുണ്ട്. അതെ അനുദിനം നമുക്ക് ക്രിസ്തുമസ് ആഘോഷിക്കാം.

Let there be no day in your life without doing good to others.
(St. Kuriakose Elias, Chavara)



അഭിനന്ദനങ്ങൾ

ഇടുക്കിയിൽ വെച്ച് 2023 നവംബർ 10ന് നടത്തിയ
കേരള സംസ്ഥാന സ്കൂൾ ടെക്ഫെസ്റ്റിൽ
PRODUCTS USING, WASTE MATERIALS വിഭാഗത്തിൽ
സംസ്ഥാന തലത്തിൽ **A GRADE** നേടിയ
സെന്റ് ജോർജ്ജ് കുടുംബകൂട്ടായ്മ
പുലിക്കോട്ടിൽ റൊണാൾഡ് – ഷോബി മകൻ

Ashlin P. Ronald –ന്

കുന്നംകുളം സെന്റ് സെബാസ്റ്റ്യൻസ് ഇടവകയുടേയും
ടച്ച് മീയുടേയും അഭിനന്ദനങ്ങൾ

തൃശൂർ അതിരൂപതാ പബ്ലിക് റിലേഷൻസ് ഡിപ്പാർട്ട്മെന്റ് നടത്തിയ പാരിഷ് ബുള്ളറ്റിൻ മത്സരത്തിൽ
അതിരൂപതയിലെ ഏറ്റവും മികച്ച പാരിഷ് ബുള്ളറ്റിനുള്ള മൂന്നാം സ്ഥാനം കരസ്ഥമാക്കിയ
കുന്നംകുളം സെന്റ് സെബാസ്റ്റ്യൻസ് ഇടവകയുടെ ടച്ച്-മീ പാരിഷ്ബുള്ളറ്റിനുള്ള സമ്മാനം
തൃശൂർ അതിരൂപത മെത്രാപ്പോലീത്ത
അഭിവന്ദ്യ മാർ ആൻഡ്രൂസ് താഴത്ത് പിതാവിൽനിന്നും സ്വീകരിക്കുന്നു

KERALA LABOUR MOVEMENT
KLM

കുന്നംകുളം സെന്റ് സെബാസ്റ്റ്യൻസ് ഇടവക

K L M

(കേരള ലേബർ മൂവ്മെന്റ്)

ക്രിസ്തുമസ് സമ്മാന കൂപ്പൺ

ആകർഷകമായ സമ്മാനങ്ങൾ

നറുക്കെടുപ്പ് : 2023 ഡിസംബർ 25 തിങ്കളാഴ്ച
ക്രിസ്തുമസ് ദിനത്തിൽ, ദൈവാലയ അങ്കണത്തിൽ

KLM കുന്നംകുളം യൂണിറ്റിന്റെ നേതൃത്വത്തിൽ
ഇടവക തിരുനാളിനോടനുബന്ധിച്ച്

അച്ചപ്പം കുഴലപ്പം

ഓർഡറുകൾ സ്വീകരിച്ച് വിതരണം ചെയ്യുന്നു

വിതരണം : 2024 ജനുവരി 11 വ്യാഴാഴ്ച മുതൽ ദൈവാലയ അങ്കണത്തിൽ

ഓർഡറുകൾക്ക്

കെ. എൽ. ലോയ്ഡ് 89212 45453
കെ. ടി. ബൈജു 97449 37836
എം. ജെ. അഭിലാഷ് 92497 12666
സി. എൻ. ഇമ്മാനുവൽ 95390 30439

പാവനസ്മരണയ്ക്ക്

16-ാം ചരമവാർഷികം

17-12-2023

ചാലിശ്ശേരി ജോസ് ഭാര്യ

എലിസബത്ത്

കിഴൂർ

പ്രാർത്ഥനകളോടെ... ബിജു, ലിസ, ആൽബിൻ, അൽന

സ്നേഹാഞ്ജലി

18-ാം ചരമവാർഷികം

29-12-2023

ചീരൻ

കുരിയാക്കു

ദേവസ്സി

ശാന്തിനഗർ

കാണിപ്പയ്യൂർ

സ്നേഹസ്മരണകളോടെ

സന്തപ്തകുടുംബാംഗങ്ങൾ

കുന്നംകുളം സെന്റ് സെബാസ്റ്റ്യൻസ് ഇടവക

വിശ്വാസ പരിശീലന ദിനം

കുന്നംകുളം സെന്റ് സെബാസ്റ്റ്യൻസ് ഇടവക വിശ്വാസ പരിശീലനദിനം നവംബർ 12 ഞായറാഴ്ച വൈകീട്ട് സെഹിയോൻ ശാലയിൽ (ഇടവക പാരിഷ് ഹാൾ) സമുചിതമായി ആഘോഷിച്ചു. ഇടവക വികാരി റവ. ഫാ. ദാവീദ് വിതയത്തിലിന്റെ അദ്ധ്യക്ഷതയിൽ കൂടിയ യോഗം, മങ്ങാട് സെന്റ് ജോസഫ് & സെന്റ് സിറിൽ ഹയർ സെക്കണ്ടറി സ്കൂൾ മാനേജർ റവ. ഫാ. ജോസഫ് താഴത്തേൽ ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു.

വിശ്വാസ പരിശീലന പ്രിൻസിപ്പാൾ പി.എ. ലില്ലി സ്വാഗതം പറഞ്ഞ യോഗത്തിൽ സെക്രട്ടറി ജിനി ജെയ്മോൻ റിപ്പോർട്ട് അവതരിപ്പിച്ചു. ചിറളയം ഹോളി ചൈൽഡ് കോൺവെന്റ് സിസ്റ്റർ സുപ്പീരിയർ സിസ്റ്റർ ആൻജോസ് സിഎംസി, കൈക്കാരൻ എം.എൽ. മാണി എന്നിവർ ആശംസകൾ നേർന്ന് സംസാരിച്ചു. വിദ്യാർത്ഥികളുടെ വൈവിധ്യങ്ങളായ കലാപരിപാടികൾ അരങ്ങേറി. വിശ്വാസ പരിശീലന ക്ലാസ്സുകളിൽ ഒന്നും രണ്ടും സ്ഥാനങ്ങൾ നേടിയവരേയും, ക്ലാസ്സുകളിൽ മുടങ്ങാതെ വന്നവരേയും, വിവിധ രംഗങ്ങളിൽ മികവ് തെളിയിച്ച വിദ്യാർത്ഥികളേയും, അധ്യാപകരേയും സമ്മാനങ്ങൾ നൽകി ആദരിച്ചു.

വിശ്വാസപരിശീലന ദിന ആഘോഷങ്ങൾക്ക് ഇടവക വികാരി റവ. ഫാ. ദാവീദ് വിതയത്തിൽ, കൈക്കാരന്മാരായ എം.എൽ. മാണി, ജോപോൾ ആലപ്പാട്ട്, പോയ്സ് ജേബി, പ്രിൻസിപ്പാൾ പി.എ. ലില്ലി, പിടിഎ പ്രസിഡണ്ട് എം.എൽ. സുനിൽ, അദ്ധ്യാപകർ, പിടിഎ അംഗങ്ങൾ എന്നിവർ നേതൃത്വം നൽകി.

പിടിഎ പ്രസിഡണ്ട് എം.എൽ.സുനിൽ നന്ദി പറഞ്ഞു. സ്നേഹവിരുന്നോടെ യോഗം സമാപിച്ചു.

2022 – 23 വർഷത്തിൽ വിശ്വാസപരിശീലനത്തിന് ഒന്നാംസ്ഥാനവും രണ്ടാംസ്ഥാനവും കരസ്ഥമാക്കിയവർ

STD : I

FIRST

ANTHONIES ANTU E

SECOND

THABITHA JOHN

STD : II

FIRST

ALWIN LEON

SECOND

AMAL JOE ALAPPAT

STD : III

FIRST

ABINA C.S.

SECOND

AGNA JOY

STD : IV

FIRST

GRACE V MANOJ

SECOND

ADHEENA JAMES

STD : V

FIRST

ABEL ROSE

SECOND

EVA ROSE FOBIN

2022 – 23 വർഷത്തിൽ വിശ്വാസപരിശീലനത്തിന് ഒന്നാംസ്ഥാനവും രണ്ടാംസ്ഥാനവും കരസ്ഥമാക്കിയവർ

STD : VI

FIRST

CHRISTY V.J.

SECOND

LIS MYSTICA

STD : VII

FIRST

ANNA JOHNSON

SECOND

ISABEL ROSE JOY

STD : VIII

FIRST

ANNRICH THERESA JOY

SECOND

AARON FRANCIS

STD : IX

FIRST

MARIYA SURESH

SECOND

ANN ROSE C.F.

STD : X

FIRST

ANGEL MARIYA GEORGE

SECOND

ANUKOOL ALPHONSE

2022 – 23 വർഷത്തിൽ വിശ്വാസപരിശീലനത്തിന് ഒന്നാംസ്ഥാനവും രണ്ടാംസ്ഥാനവും കരസ്ഥമാക്കിയവർ

STD : XI

FIRST

SANDRA V.M.

SECOND

SANIYA V.M.

STD : XII

FIRST

ALEENA C BABU

SECOND

ALEESHA BIJU CHUNGATH

ACC

FIRST

MERLIN GEEJO

SECOND

ANN MARIYA S. THARAYIL

LOGOS QUIZ 2022-23

FIRST

TINI SIBU

SECOND

SUSY RAJU

TEACHERS APTITUDE EXAM

FIRST

NIMMY C. DOMINIGOSE

SECOND

Sr. SANI THERES

2022–23 വർഷത്തിൽ
വിശ്വാസപരിശീലനത്തിന്, ഫുൾ അറ്റന്റൻസ് നേടിയവർ

Nursery

ANGEL C. BINNY

Nursery

IVANJLOS

STD : II

GRACE N. LOLAC

STD : V

ABEL ROSE

STD : VII

ALDRIN A. SAJI

STD : VII

NIDHIN P.B.

STD : VIII

KAMILA MARIYA

STD : IX

AMAL DEV

STD : IX

ALONA BABU

STD : IX

MARIYA SURESH

STD : XI

SHIYON JOSY V.

TEACHERS

P.A. LILLY

P.J. JOHN PAUL

SEENA RAJU

പക്ഷാഘാതത്തിന്റെ ആദ്യ ലക്ഷണങ്ങൾ (F.A.S.T.)

നിത ഡിന്റോ (ഫിസിയോതെറാപ്പിസ്റ്റ്)

ഉടൻ തന്നെ ചികിത്സ ലഭിച്ചില്ലെങ്കിൽ പൂർണ്ണമായും ഒരു ഭാഗം തളർച്ചയിലേക്ക് തള്ളിവിടാൻ മാത്രം ശേഷിയുള്ള അസുഖമാണ് പക്ഷാഘാതം അഥവാ സ്ട്രോക്ക്.

ആയതിനാൽ തന്നെ ഇതിന്റെ ആദ്യ സമയങ്ങളിൽ കാണപ്പെടുന്ന ലക്ഷണങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കുന്നതും അവ നിസ്സാരമായി തള്ളാതിരിക്കേണ്ടതും പ്രധാനമാണ്.

ഇന്ത്യയിൽ ഒരു മിനിട്ടിൽ 3 പേർക്ക് പക്ഷാഘാതം ഉണ്ടാകുന്നു എന്നാണ് കണക്കുകൾ സൂചിപ്പിക്കുന്നത്. എന്താണ് പക്ഷാഘാതം? നമ്മുടെ തലച്ചോറിലുണ്ടാകുന്ന രക്തയോട്ടക്കുറവ്, അല്ലെങ്കിൽ രക്തസ്രാവം. ഇത് കാരണമായി തലച്ചോറിന്റെ ചില ഭാഗങ്ങൾക്കു തകരാർ ഉണ്ടാവുകയും അത് ശരീരത്തിൽ പലലക്ഷണങ്ങളായി പ്രതിഫലിക്കുകയും ചെയ്യുന്നതിനെയാണ് സ്ട്രോക്ക് എന്ന് പറയുന്നത്.

പക്ഷാഘാതത്തിന്റെ ആദ്യലക്ഷണങ്ങൾ

1) നല്ല ആരോഗ്യത്തോടെ നടന്നിരുന്ന ഒരു വ്യക്തിക്ക് പെട്ടെന്ന് മുഖം ഒരു വശത്തേക്ക് കോടിപോകുന്നത്. ഒരു വശത്തെ കൈക്കോ, കാലിനോ ഉണ്ടാകുന്ന തളർച്ച അല്ലെങ്കിൽ കാലിന്റെ ചെറിയ മുടന്ത്.

2) സംസാരിക്കാൻ ബുദ്ധിമുട്ട്, പറയുന്ന കാര്യങ്ങൾ തിരിയാത്തതു പോലെ ആകുന്നത്.

3) പെട്ടെന്ന് ഉണ്ടാകുന്ന കാഴ്ചമങ്ങൽ. ഈ ലക്ഷണം ഉണ്ടാകുമ്പോൾ ഷുഗർ കുറഞ്ഞതാണെന്നും പ്രഷർ കൂടിയതാണ് എന്നും കരുതുന്നവർ ഉണ്ട്. ഇതിനാൽ തന്നെ ചികിത്സ തേടാൻ വൈകുന്നതും പതിവാണ്.

4) നന്നായി വിയർക്കുക, ക്ഷീണം, ബാലൻസ് നഷ്ടമാവുക. മനസ്സിൽ വിചാരിക്കുന്നതുപോലെ കാര്യങ്ങൾ ചെയ്യാൻ കഴിയാതെ വരുക. എന്നതെല്ലാം പ്രാരംഭ ലക്ഷണങ്ങൾ ആയി കാണാറുണ്ട്.

എന്താണ് F.A.S.T മെത്തേഡ്?

ഒരു വ്യക്തിക്ക് പക്ഷാഘാതത്തിന്റെ ലക്ഷണങ്ങൾ ഉണ്ടോ എന്നറിയാൻ നമുക്ക് വീട്ടിൽ തന്നെ ചയ്യാവുന്ന ടെസ്റ്റാണ് F.A.S.T.

F - Face (മുഖം)	A - Arms (കൈ)
S - Speech (സംസാരം)	T - Time (സമയം)

F - Face (മുഖം)

പക്ഷാഘാതം ഉണ്ടെന്നു സംശയിക്കുന്ന വ്യക്തിയുടെ മുഖം പരിശോധിക്കുക. റിലാക്സ് ആയി ഇരിക്കാൻ പറയുക. ഈ സമയത്ത് ഒരു വശം കോടിയാണ് ഇരിക്കുന്നതെങ്കിൽ, ഇതു പക്ഷാഘാതത്തിന്റെ ലക്ഷണമാണ്.

A - Arms (കൈകൾ)

ലക്ഷണങ്ങൾ ഉള്ള വ്യക്തിയുടെ കൈകൾ രണ്ടും, ഒരുമിച്ച് പൊന്തിക്കാൻ ആവശ്യപ്പെടുക. ഈ സമയത്ത് രണ്ടു കൈയ്യും ഒരുപോലെ പൊന്തുന്നില്ലെങ്കിൽ, ഏതെങ്കിലും ഒരു കൈ താഴ്ന്നിരിക്കുന്നതായി കാരണപ്പെട്ടാൽ ആ വ്യക്തിയെ ഉടനെ ചികിത്സക്കു വിധേയമാക്കുക.

S - Speech (സംസാരം)

ആ വ്യക്തിയോട് ഏതെങ്കിലും വരി വീണ്ടും വീണ്ടും പറയാൻ പറയുക. വാക്കുകൾ തിരിയാതെ വരുകയോ... തുടർച്ചയായി പറയാൻ കഴിയാതെ വരികയോ ചെയ്താൽ അതു പക്ഷാഘാതത്തിന്റെ ലക്ഷണമാണ്.

T - Time (സമയം)

അവസാനത്തെ പോയിന്റ് സമയം ആണ്. സ്ട്രോക്കിനു ലക്ഷണങ്ങൾ കാണിച്ചു തുടങ്ങുന്ന ആദ്യമണിക്കൂറുകൾ വളരെ നിർണ്ണായകമാണ്. മേൽപറഞ്ഞ ലക്ഷണങ്ങൾ ഒരു വ്യക്തിയിൽ കണ്ടാൽ ഉടനെ ഒട്ടും സമയം പാഴാക്കാതെ ഉടനെ ചികിത്സ ലഭ്യമാക്കണം. ഇങ്ങനെയാണെങ്കിൽ ശരീരം തളർന്നുപോകാതെ രക്ഷിച്ചെടുക്കാനും പക്ഷാഘാതത്തിന്റെ ഗുരുതരാവസ്ഥയിൽ നിന്നു രക്ഷ നേടാനും സാധിക്കും. സമയം വൈകുതോറും ഉണ്ടാകുന്ന ആഘാതവും കൂടുതൽ ആയിരിക്കും.

ഗോൾഡൻ അവർ ഓഫ് സ്ട്രോക്ക്
(പക്ഷാഘാതത്തിന്റെ സ്വർണ്ണ മണിക്കൂർ)

പേരുപോലെതന്നെ ലക്ഷണങ്ങൾ കാണിച്ച് ആദ്യത്തെ നാലരമണിക്കൂർ അതി നിർണ്ണായകമാണ്. ആദ്യത്തെ നാലരമണിക്കൂറിനുള്ളിലാണെങ്കിൽ മരുന്നുകൾ കൊണ്ട് രക്തം കട്ടപിടിച്ചുണ്ടാകുന്ന ബ്ലോക്കുകളെ അലിയിച്ചെടുക്കാൻ കഴിയും. നൂതന സാങ്കേതിക വിദ്യകൾ ഉള്ള ആശുപത്രിയിൽ ആറുമണിക്കൂർ വരെ സമയത്തിനുള്ളിൽ രക്തകുഴലിനകത്തു നിന്ന് കട്ടപിടിച്ചത് വലിച്ചെടുക്കാൻ കഴിയും.

എന്നാൽ ഈ മണിക്കൂറുകൾക്ക് ശേഷം ചികിത്സ ലഭ്യമാക്കുന്നതുവഴി ഗുരുതരാവസ്ഥയിൽ നിന്നു രക്ഷനേടിയാലും രോഗിക്കു തളർച്ച ഉണ്ടാകുകയും, അംഗപരിമിതിയിലേക്കു നയിക്കുകയും ചെയ്യാം.

പ്രതിനിധിയോഗ വാർത്തകൾ

1. ഒക്ടോബർ മാസത്തെ വരവ് ചെലവ് കണക്കും റിപ്പോർട്ടും വായിച്ച് പാസ്സാക്കി.
2. ക്രിസ്തുമസ് കരോൾ ഡിസംബർ 23 ശനിയാഴ്ച നടത്തുന്നതിനും, ക്രിസ്തുമസ് ഈവ് ആഘോഷങ്ങൾ ഡിസംബർ 24 ഞായറാഴ്ച നടത്തുന്നതിനും, നോമ്പ് വീടൽ ഭക്തസംഘടന ഏകോപന സമിതിയുമായി ആലോചിച്ച് നടത്തുന്നതിനും തീരുമാനിച്ചു.
3. പള്ളി റിനോവേഷൻ നടത്തിയ കൺസ്ട്രക്ഷൻ ടീമുമായി സംസാരിച്ച് പള്ളി മണിമാളികയുടെ കേടുപാടുകൾ തീർക്കുന്നതിന് തീരുമാനിച്ചു.
4. 2024 തിരുനാൾ കമ്മിറ്റിയുടെ പ്രവർത്തന പുരോഗതിയെക്കുറിച്ച് ജനറൽ കൺവീനർ വി.ജെ. സുനിൽ വിശദീകരിച്ചു.

ഇടവക പ്രതിനിധി യോഗം

2023 ഡിസംബർ 17 ഞായർ രാവിലെ 7.30ന്

കുന്നംകുളം സെന്റ് സെബാസ്റ്റ്യൻസ് കത്തോലിക്കാ ദൈവാലയത്തിൽ

277-ാം തിരുനാൾ മഹാമഹം

പരിശുദ്ധ കന്യകാമറിയത്തിന്റേയും
വി. സെബസ്ത്യാനോസിന്റേയും
വി. ഏവുപ്രാസ്യമ്മയുടെയും

സംയുക്ത തിരുനാൾ

2024 ജനുവരി 13, 14, 15 (ശനി, ഞായർ, തിങ്കൾ) തിയ്യതികളിൽ

07-01-2024 ഞായർ

06.00 am വി. കുർബാന, തിരുനാൾ കൊടികയറ്റം, ലദീഞ്ഞ്, നൊവേന
9.00 am വി. കുർബാന, പ്രസുദേന്തി വാഴ്ച

തുടർന്നുള്ള ദിവസങ്ങളിൽ വൈകീട്ട് 6 മണിക്ക് നവനാൾ കുർബാനകൾ

13-01-2024 ശനി

അമ്പ് സമാപനം | *സംയുക്ത മേളം* | *വർണ്ണപ്പൂമഴ*

14-01-2024 ഞായർ

ആഘോഷമായ തിരുനാൾ പാട്ടുകുർബാന | ഭക്തിനിർഭരമായ തിരുനാൾ പ്രദക്ഷിണം

---------------------- ഗാനമേള ----------------------

ഓർമ്മിക്കേണ്ട ദിനങ്ങൾ

ഡിസംബർ

1	വെള്ളി	ഇരുപത്തഞ്ച്നോമ്പ് ആരംഭം, പള്ളിക്കൂദാശ നാലാം വെള്ളി
2	ശനി	വി. ഫ്രാൻസീസ് സേവ്യർ (3 ഞായർ) സെന്റ് മേരീസ് കപ്പേളയിൽ ലദ്ദീഞ്ഞ് നൊവേന **6.30** PM
5	ചൊവ്വ	കക്കാട് സെന്റ് ആന്റണീസ് കപ്പേളയിൽ ലദ്ദീഞ്ഞ് നൊവേന **6.30** PM
7	വ്യാഴം	മംഗളവാർത്ത ഒന്നാം വ്യാഴം വി. അംബ്രോസ് മെ. മ.
8	വെള്ളി	മംഗളവാർത്ത ഒന്നാം വെള്ളി, പ.ക. മറിയത്തിന്റെ അമലോത്ഭവ തിരുനാൾ
14	വ്യാഴം	മംഗളവാർത്ത രണ്ടാം വ്യാഴം, കുരിശിന്റെ വി. യോഹന്നാൻ പു. മ.
18	തിങ്കൾ	മംഗളവാർത്ത മൂന്നാം തിങ്കൾ മൈലാപ്പൂരിലെ അത്ഭുത ശ്ലീവ
25	തിങ്കൾ	മംഗളവാർത്ത നാലാം തിങ്കൾ നമ്മുടെ കർത്താവീശോമിശിഹായുടെ പിറവിത്തിരുനാൾ
26	ചൊവ്വ	പിറവി ഒന്നാം ചൊവ്വ, വി. എസ്തപ്പാനോസ് വേ.
27	ബുധൻ	പിറവി ഒന്നാം ബുധൻ, യോഹന്നാൻ ശ്ലീഹ
28	വ്യാഴം	പിറവി ഒന്നാം വ്യാഴം, കുഞ്ഞിപ്പൈതങ്ങൾ (ശിശുദിനം)
29	വെള്ളി	പിറവി ഒന്നാം വെള്ളി, ദൈവമാതൃത്വ തിരുനാൾ
31	ഞായർ	പിറവി ഒന്നാം ഞായർ, വർഷാവസാനം

കുടുംബകൂട്ടായ്മ സമ്മേളനങ്ങൾ

തിയ്യതി	സമയം	കുടുംബകൂട്ടായ്മ	വസതി
03-12-2023	3.00 pm	സെന്റ് ജോസഫ്	**മഠത്തിപറമ്പിൽ റപ്പായി ആന്റോ** (നെഹ്റു നഗർ II[nd] അവന്യൂ, റോയൽ ഹോസ്പിറ്റൽ റോഡ്)
03-12-2023	4.30 pm	മേരിമാതാ	**വീരമ്പുള്ളി ജോസഫ് സണ്ണി** (രാജീവ് നഗർ)
10-12-2023	3.00 pm	സെന്റ് ആന്റണീസ്	**പാണ്ടിമറ്റത്തിൽ റാഫേൽ സജി** (കക്കാട്)
10-12-2023	4.30 pm	സെന്റ് തോമസ്	**കല്ലൂക്കാരൻ തോമസ് ബൈജു** (കിഴൂർ)
17-12-2023	3.00 pm	സെന്റ് ജോർജ്ജ്	**പുലിക്കോട്ടിൽ കൊച്ചപ്പൻ റൊണാൾഡ്** (അടുപ്പുട്ടി സ്കൂളിന് സമീപം)
17-12-2023	5.30 pm	സെന്റ് സേവ്യർ	**മഠത്തിപറമ്പിൽ ലോനപ്പൻ സുനിൽ** (Near YWCA, AKG റോഡ്, Green Zone)

കുന്നംകുളം സെന്റ് സെബാസ്റ്റ്യൻസ് ഇടവക

സെന്റ് സേവിയർ കുടുംബ കൂട്ടായ്മ വാർഷികം

കുന്നംകുളം സെന്റ് സെബാസ്റ്റ്യൻസ് ഇടവക സെന്റ് സേവ്യർ കുടുംബ കൂട്ടായ്മ വാർഷികം 2023 നവംബർ 19 ഞായറാഴ്ച വൈകീട്ട് സെഹിയോൻ ശാലയിൽ (പാരിഷ് ഹാളിൽ) സമുചിതമായി ആഘോഷിച്ചു. കുടുംബകൂട്ടായ്മ പ്രസിഡണ്ട് എം.എൽ. സുനിലിന്റെ അദ്ധ്യക്ഷതയിൽ കൂടിയ യോഗം ഇടവക വികാരി റവ. ഫാ. ദാവീദ് വിതയത്തിൽ ഉദ്ഘാടനം ചെയ്തു. വൈസ് പ്രസിഡണ്ട് സിജോ ജോസഫ് സ്വാഗതം പറഞ്ഞ യോഗത്തിൽ സെക്രട്ടറി സാന്ദ്ര എം. സുനിൽ വാർഷിക റിപ്പോർട്ട് അവതരിപ്പിച്ചു. സിസ്റ്റർ സുപ്പീരിയർ സിസ്റ്റർ ആൻജോസ് സി.എം.സി. കൈക്കാരന്മാരായ എം.എൽ. മാണി, പോയിസ് ജേബി, കുടുംബകൂട്ടായ്മ കേന്ദ്രസമിതി പ്രസിഡണ്ട് ലിയോൺ ജോർജ്ജ്, കുടുംബകൂട്ടായ്മ ഭാരവാഹികളായ വി.എ. ജോസ്, പി.ആർ. സജി, വി.ജെ. സുനിൽ, മിനി പോൾ, പി.ആർ.ഒ. വി.സി. ജോസി എന്നിവർ ആശംസകൾ നേർന്ന് സംസാരിച്ചു. ഫിസിയോതെറാപ്പിസ്റ്റ് നിത ഡിന്റോ മുട്ടുവേദനയെക്കുറിച്ച് ക്ലാസ്സെടുത്തു. കുട്ടികളുടേയും മുതിർന്നവരുടേയും വൈവിധ്യങ്ങളായ കലാപരിപാടികളും അരങ്ങേറി.

കുടുംബകൂട്ടായ്മ അംഗങ്ങളുടെ സജീവ സാന്നിദ്ധ്യം വാർഷികത്തിന് മാറ്റ് കൂട്ടി. സമ്മാനദാനത്തിന് ശേഷം ട്രഷറർ തോംസൺ തച്ചിൽ നന്ദി പറഞ്ഞു. സ്നേഹവിരുന്നോടെ വാർഷികാഘോഷങ്ങൾ സമാപിച്ചു.

നമുക്കും നക്ഷത്രങ്ങളാകാം

സിസ്റ്റർ അൻസ ജോസ് CMC

നമ്മുടെ ജീവിതത്തിൽ മിന്നിത്തിളങ്ങുകയും നമ്മെ നയിക്കുകയും ചെയ്യുന്നവയായി അനേകം നക്ഷത്രങ്ങൾ ഉണ്ട്. ഇവയിൽ ഏതിനെയൊക്കെയാണ് പിന്തുടരേണ്ടതെന്ന് നാമാണ് തിരഞ്ഞെടുപ്പ് നടത്തേണ്ടത്. ഒരിക്കൽ 1989ൽ അർമേനിയായിൽ അതിഭയങ്കരമായ ഒരു ഭൂകമ്പം ഉണ്ടായി. ദുരന്തത്തിന് ഇരയായവരെ സഹായിക്കാൻ ഓടിയെത്തിയവരുടെ കൂട്ടത്തിൽ മദർ തെരേസയും സഹോദരിമാരും ഉണ്ടായിരുന്നു. ഒരു സ്ത്രീയും കുട്ടിയും ജീവനോടെ കുഴിച്ചുമൂടപ്പെട്ടതുപോലെ കെട്ടിടാവശിഷ്ടങ്ങൾക്കിടയിൽ നീണ്ട പതിനെട്ട് ദിവസങ്ങൾ കഴിച്ചുകൂട്ടിയശേഷമാണ് രക്ഷാപ്രവർത്തകരുടെ കണ്ണിൽപെട്ടത്. അപ്പോൾ കഷ്ടിച്ച് ജീവനുണ്ടെന്നേ പറയാനാവൂ. അവസാന ദിവസങ്ങളിൽ ആ സ്ത്രീ തന്റെ വിരലുകൾ ഓരോന്നിലും മുറിവുകളുണ്ടാക്കി കുഞ്ഞിന്റെ വായിൽ വെച്ചു കൊടുക്കുകയായിരുന്നുവത്രെ. കുഞ്ഞിന്റെ ജീവൻ രക്ഷിക്കുന്നതിന് പാലിനു പകരം ജീവരക്തം തന്നെ അവർ ദാനം ചെയ്തു.

ആ അമ്മയെ ചുംബിക്കുവാൻ മദർ തെരേസ മെല്ലെ കുനിഞ്ഞപ്പോൾ ക്ഷീണിത കരങ്ങളാൽ ആ സ്ത്രീ മദർ തെരേസയുടെ കഴുത്തിൽ കിടന്ന കുരിശുരൂപത്തെ പിടിച്ചുകൊണ്ട് മന്ത്രിച്ചു. ഇതാ ഈ മനുഷ്യനാണ് എന്നെ എന്തു ചെയ്യണമെന്നും എങ്ങനെ ചെയ്യണമെന്നും പഠിപ്പിച്ചത്. പ്രിയമുള്ള കുഞ്ഞുമക്കളെ, ഡിസംബർ ഇരുട്ടിൽനിന്ന് വെളിച്ചത്തിലേക്ക് ലോകം കടക്കുന്ന സമയമാണ്. ആഗമനകാലം ക്രിസ്തുവിന്റെ തിരിച്ചുവരവിന്റെ പ്രതീക്ഷയും അവിടെ ചരിത്രപരമായ വരവിന്റെ ഓർമയും നമ്മിൽ ഉണർത്തുന്ന അതിവിസ്മയാവഹമായ ഒരു സമയമാണ്. “ഇതായിരിക്കും നിങ്ങൾക്ക് അടയാളം. പിള്ളക്കച്ചകൊണ്ട് പൊതിഞ്ഞ്, പുൽത്തൊട്ടിയിൽ കിടത്തിരിക്കുന്ന ഒരു ശിശുവിനെ നിങ്ങൾ കാണും” (ലൂക്ക. 2:12) ആ ശിശുവിലേക്കെത്തണമെങ്കിൽ എന്തു ചെയ്യണമെന്ന് വി. ഗ്രന്ഥം പറയുന്നുണ്ട്. “നക്ഷത്രത്തിലേക്ക് കണ്ണുകൾ ഉയർത്തുക. വഴിയിൽ ജ്ഞാനികളെ സഹായാത്രികരായി കണ്ട് യാത്രയിൽ അവരെ പിൻതുടരുക”.

പ്രകാശത്തിലൂടെ പ്രകാശത്തെ തിരയുന്നു. ആകാശത്ത് പ്രത്യക്ഷപ്പെട്ട നക്ഷത്രം അവരുടെ മനസ്സിലും ഹൃദയത്തിലും ഒരു തിരികൊളുത്തി. വിശ്വസ്തതയോടെ നക്ഷത്രത്തെ പിന്തുടർന്നപ്പോൾ അവർ കർത്താവിനെ കണ്ടുമുട്ടി. കൂട്ടുകാരെ, നമുക്കും നക്ഷത്രങ്ങളാകണ്ടേ? മറ്റുള്ളവരെ ബേത്‌ലേഹമിലേക്ക് നയിക്കുന്ന നക്ഷ

ത്രങ്ങൾ. അതിനായി നാം എന്തുചെയ്യണം? ക്രിസ്തുമസ് ശരിയായി അനുഭവിക്കുന്നതിന് നമ്മെ തയ്യാറാക്കുന്ന മൂന്ന് മനോഭാവങ്ങളാണ് ആനന്ദവും പ്രാർത്ഥനയും കൃതജ്ഞതാ പ്രകടനവും. ഒന്നാമത് എപ്പോഴും ആനന്ദിക്കുക. രണ്ടാമത് പ്രാർത്ഥനയിൽ സ്ഥിരതയുണ്ടാവുക. മൂന്നാമത് അവിരാമം കൃതജ്ഞതാ പ്രകടനം നടത്തുക. ഇതിനായി ഈ ഡിസംബർ മാസം നമുക്ക് പ്രത്യേകമായി പരിശ്രമിക്കാം. ദിവസവും വി. കുർബാനയിൽ സംബന്ധിച്ച്.... കുമ്പസാരിച്ച്.... വി. കുർബാന സ്വീകരിച്ച് ഈശോയെ നമുക്ക് സ്വന്തമാക്കാം. കൊച്ചു കൊച്ചു ത്യാഗ പ്രവൃത്തികളിലൂടെ ഉണ്ണീശോയ്ക്ക് ഹൃദയത്തിൽ നമുക്ക് പുൽക്കൂടൊരുക്കാം. നാം കണ്ടുമുട്ടുന്ന ചിലരുടെയെങ്കിലും ജീവിതങ്ങളിൽ പ്രത്യാശയേകുന്ന നക്ഷത്രശോഭ പകരുവാൻ നന്മയുടെ പ്രകാശ കിരണങ്ങൾ നമുക്ക് സ്വന്തമാക്കാം. അതൊരു പക്ഷേ സൗഹൃദഭാവത്തിന്റെ ചെറുപുഞ്ചിരിയാവാം. സാന്ത്വനസാമീപ്യമാവാം. ചേർത്തുപിടിക്കുന്ന വാത്സല്യമാവാം. സമയവും സമ്പത്തും ആരോഗ്യവും പങ്കുവെയ്ക്കുന്ന സന്മനസ്സാവാം. അങ്ങനെ നമുക്കും സ്റ്റാർ ആകാം. സ്റ്റാർ ആകാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്നവരാണല്ലോ എല്ലാ കൂട്ടുകാരും. ക്ലാസ്സിൽ... വിദ്യാലയത്തിൽ... വീട്ടിൽ... ദേവാലയത്തിൽ... വിശ്വാസ പരിശീലന ക്ലാസ്സിൽ... യേശുവിനെ കാണിച്ചു കൊടുക്കുന്ന നക്ഷത്രങ്ങൾ! അങ്ങനെ ഈ ക്രിസ്തുമസ് ഒരു പുത്തൻ ക്രിസ്തുമസ്സാകട്ടെ... Are You Ready?

അഭിനന്ദനങ്ങൾ

അനി ലിയോൺ

കുടുംബകൂട്ടായ്മ കേന്ദ്രസമിതി, കുടുംബകൂട്ടായ്മ ഭാരവാഹികൾക്കായി സംഘടിപ്പിച്ച മത്സരങ്ങളിൽ വചനമെഴുത്തിന് മറ്റം ഫൊറോന തലത്തിൽ മൂന്നാം സ്ഥാനം നേടിയ അനി ലിയോണിനും, സംഘഗാനത്തിന് മറ്റം ഫൊറോന തലത്തിൽ ഒന്നാം സ്ഥാനവും അതിരൂപതാതലത്തിൽ പ്രോത്സാഹന സമ്മാനവും നേടിയ കുന്നംകുളം സെന്റ് സെബാസ്റ്റ്യൻസ് ഇടവക കുടുംബകൂട്ടായ്മ ഭാരവാഹികൾക്കും അഭിനന്ദനങ്ങൾ...

ഉണ്ണീശോയും ഞാനും

റീന ടീച്ചർ

ഏശയ്യ (40:6,7,8) പ്രവാചകനിലൂടെ മനുഷ്യന്റെ നേരെ സ്വരമുയർത്തി കർത്താവ് അരുളിച്ചെയ്യുന്നു. "ഉദ്ഘോഷിക്കുക! ഞാൻ ആരാഞ്ഞു: ഞാൻ എന്തുദ്ഘോഷിക്കണം? ജഡം തൃണം മാത്രം. അതിന്റെ സൗന്ദര്യം വയലിലെ പുഷ്പം പോലെ ക്ഷണികവും! കർത്താവിന്റെ ശ്വാസം ഏൽക്കുമ്പോൾ പുല്ലുകരിയുകയും പുഷ്പം വാടിപ്പോവുകയും ചെയ്യും. മനുഷ്യൻ പുല്ലുമാത്രം. പുല്ലുകരിയുന്നു; പുഷ്പം വാടുന്നു, നമ്മുടെ ദൈവത്തിന്റെ വചനമാകട്ടെ എന്നേക്കും നിലനിൽക്കും. "പ്രിയ സഹോദരരേ മനുഷ്യ ശരീരത്തെ പുല്ലിനോടും ശരീര സൗന്ദര്യത്തെ രാവിലെ വിരിഞ്ഞ് വൈകുന്നേരമാകുമ്പോഴേക്കും വാടിക്കരിയുന്ന പുഷ്പത്തിനോടും അവിടുന്ന് ഉപമിക്കുന്നു. ദൈവത്തിന്റെ ശ്വാസമേറ്റാൽ കരിയുകയും വാടുകയും ചെയ്യുന്ന ഈ ശരീരത്തെ അലങ്കരിക്കാൻ പുരുഷനും സ്ത്രീയും ഒരുപോലെ സൗന്ദര്യവർദ്ധക വസ്തുക്കൾ ഉപയോഗിക്കുകയും ബ്യൂട്ടിപാർലറുകളിൽ ക്യൂ നിൽക്കുകയും ചെയ്യുന്നത് കാണുമ്പോൾ ലഹരിപോലെ തന്നെ മറ്റൊരു അടിമത്തം അല്ലേ ഇത് എന്ന് തോന്നിപ്പോകും. പിന്നീട് അലർജി കാൻസർ പോലുള്ള രോഗങ്ങൾക്ക് ഇത് കാരണമാകുന്നു.

എന്നാൽ എന്നും നിലനിൽക്കുന്ന ദൈവത്തിന്റെ വചനം അഥവാ യേശുക്രിസ്തുവിനെ സ്വന്തമാക്കി ജീവിതത്തിന്റെ വ്യത്യസ്ഥ മേഖലകളിൽ സന്തോഷത്തിന്റേയും സങ്കടത്തിന്റേയും അനുഭവങ്ങൾ അവിടുത്തെ ഹിതത്തിന് വിട്ടുകൊടുത്ത് പരിശുദ്ധ അമ്മയെപ്പോലെ ഇതാ കർത്താവിന്റെ ദാസി എന്ന് സ്വയം ദൈവത്തിന്റെ മുൻപിൽ താഴ്ത്തി ശാന്തമായി ജീവിക്കാൻ കഴിഞ്ഞിരുന്നെങ്കിൽ ആത്മാവേ നീ എത്രഭാഗ്യമുള്ളത്! ജീവിച്ചിരിക്കുമ്പോൾ യേശുവിൽ മാത്രം ആനന്ദിച്ച ആത്മാവ് ജഡം ചലനമറ്റ നിമിഷം തന്നെ സ്വർഗ്ഗത്തിലെ യേശു സാന്നിധ്യത്തെ തിരഞ്ഞ് യാത്രയാവുകയാണ്. അതിനാൽ നിത്യമായ സന്തോഷം യേശു മാത്രമാണെന്ന് ദൈവജനമേ നീ തിരിച്ചറിയുക. ആ

ഞങ്ങൾ വരവായ്

- ✤ പുളിയംപറമ്പിൽ മേജോ + ജിൻസി
  മകൾ **മറിയം (ഹെലന)**
- ✤ മഠത്തിപറമ്പിൽ അജിൻ + ശാലിനി
  മകൾ **ബ്രിജിറ്റ് (മിറിയം റോസ് അജിൻ)**

യേശുവിന്റെ ഉള്ളം തുറന്നു കാണിക്കുന്ന വിശുദ്ധ ബൈബിൾ നമ്മുടെ ലഹരിയാകണം. വചനവായന, വചന സന്ദേശങ്ങൾ കേൾക്കുക, വചനം പഠിക്കുക തുടങ്ങിയ വചനാധിഷ്ഠിത ജീവിതം, യേശുവിലുള്ള ഊർജ്ജം നമുക്ക് പ്രദാനം ചെയ്യുന്നു. ഉത്സാഹവും ശക്തിയും സന്തോഷവും നൽകി നമ്മുടെ രോഗാവസ്ഥയിലും ഭാരപ്പെടുമ്പോൾ തകർച്ചയിലും ആശ്വസിപ്പിച്ച് കൂടെനിൽക്കുന്ന ആ സ്നേഹത്തെ നമുക്ക് അനുഭവിക്കാം. മനുഷ്യന്റെ സ്നേഹം വ്യവസ്ഥകൾ ഉള്ളതും തിരിച്ച് പ്രതീക്ഷിക്കുന്നതും ആകയാൽ നമ്മെ മടുപ്പിക്കുന്നതുമാണ്. എന്നാൽ പെറ്റമ്മ മറന്നാലും അതിരുകളോ വ്യവസ്ഥകളോ ഇല്ലാതെ നമ്മെ സ്നേഹിക്കുന്ന ഈശോയിലേക്ക് പ്രിയരേ നമുക്ക് ഏറ്റവും വേഗത്തിൽ അണയാം. പ്രഭാഷകൻ 5:7 പറയുന്നു. കർത്താവിങ്കലേക്ക് തിരിയാൻ വൈകരുത്. നാളെ നാളെ എന്ന് നീട്ടിവെക്കുകയുമരുത്. അവിടത്തെ ക്രോധം അവിചാരിതമായി ഉണരുകയും ആ ശിക്ഷയിൽ നീ നശിക്കുകയും ചെയ്യും.

അതിനാൽ നമ്മുടെ ദൈവത്തിന്റെ പിറന്നാൾ ആഗതമാകുന്ന ഈ വേളയിൽ നമുക്ക് പ്രാർത്ഥിക്കാം. ഉണ്ണീശോയെ എന്റെ ഹൃദയത്തിൽ വന്ന് പിറക്കണമേ. എന്നെ നിന്റെ സ്വന്തമാക്കണമെ. അങ്ങനെ നിന്റെ വചനങ്ങൾ എന്റെ ഹൃദയത്തിലും അധരത്തിലും നിറഞ്ഞ് ശക്തിയായി ഉത്ഭവിക്കട്ടെ. തിന്മയെ ചെറുത്ത് നിൽക്കാനുള്ള ധൈര്യം അതുവഴി ലഭിക്കട്ടെ. ഈശോയെ ഞങ്ങൾക്ക് നൽകിയ പിതാവായ ദൈവമേ അങ്ങയെ ഞങ്ങൾ സ്തുതിക്കുന്നു. പരിശുദ്ധ അമ്മയെ ഞങ്ങൾക്കു നൽകിയ ഈശോയെ ഞങ്ങൾ അങ്ങയെ ആരാധിക്കുന്നു. ഈ പ്രാർത്ഥന പുൽക്കൂട്ടിൽ ഉണ്ണിയേശുവിന് സമർപ്പിച്ച് നമുക്ക് കർത്താവിൽ ആനന്ദിക്കാം.

കുന്നംകുളം സി.എൽ.സിയുടെ ചികിത്സാ സഹായം

കുന്നംകുളം സെന്റ് സെബാസ്റ്റ്യൻസ് ഇടവക സിഎൽസിയുടെ നേതൃത്വത്തിൽ നിർധനരായ ഡയാലിസിസ് രോഗികളുടെ ചികിത്സയ്ക്ക് സഹായം നൽകുന്നതിനായി ഇടവകയിലെ വീടുകളിൽ നിന്നും മറ്റുമായി ആക്രിസാധനങ്ങൾ സമാഹരിച്ചു.

സമാഹരണത്തിന് സിഎൽസി ഭാരവാഹികളും സജീവ പ്രവർത്തകരുമായ ആൽഫിൻ റൊണാൾഡ്, ജെറിൻ ജെയ്മോൻ, ആഷ്‌ലിൻ റൊണാൾഡ്, രാഹുൽ സുരേഷ്, ജോയൽ ജെയ്മോൻ, ഷിയോൺ ജോസി, സന്ദീപ് എം. സുനിൽ, അമൽദേവ്, ജെസ്‌വിൻ, അമൽറോഷ് എന്നിവർ നേതൃത്വം നൽകി.

വദനാർബുദം

ഡോ. പോൾ സി. റാഫേൽ

പുരുഷന്മാരിൽ ഭാരതത്തിൽ രണ്ടാം സ്ഥാനത്തും സ്ത്രീകളിൽ അഞ്ചാം സ്ഥാനത്തുമുള്ള അർബുദമാണ് വായിലെ കാൻസർ.

തുടക്കത്തിലെ കണ്ടെത്തിയാൽ 80 ശതമാനത്തിലേറെപ്പേരിലും സുഖപ്പെടുത്താവുന്ന സാധ്യത കൂടുതലാണ്. നിർഭാഗ്യവശാൽ അവസാന ഘട്ടത്തിലാണ് പലരിലും രോഗം കണ്ടുപിടിക്കപ്പെടുന്നത്. അത് ചികിത്സയുടെ വിജയസാധ്യത കുറയ്ക്കുന്നു.

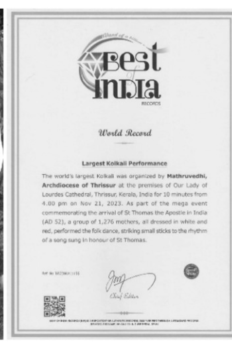
എന്താണ് വായിലെ കാൻസർ?

ശിരോഗള അർബുദത്തിൽ പ്രധാനപ്പെട്ട ഒന്നാണ് വായിലെ കാൻസർ. ചുണ്ട്, നാവിന്റെ എല്ലാ പ്രതലങ്ങൾ, കവിളിന്റെ ഉൾഭാഗം, അണ്ണാക്ക്, വായുടെ തറഭാഗം, മോണ, തൊണ്ടയുടെ ഉൾഭാഗം, മേലണ്ണാക്ക് തുടങ്ങിയ സ്ഥലങ്ങളിൽ വരുന്ന എല്ലാ കാൻസറും വായിലെ കാൻസറായി ഉൾപ്പെടുത്തുന്നു.

കാരണങ്ങൾ

1. പുകയില ഉൽപന്നങ്ങളുടെ വ്യാപകമായ ഉപയോഗം.
2. മദ്യപാനം. ഇത് പുകവലിക്കുന്നവരിൽ കാൻസർ സാധ്യത ത്വരിതപ്പെടുത്തുന്നു.

അഭിനന്ദനങ്ങൾ



Best of India Records

World Record

Largest Kolkali Performance

The world's largest Kolkali was organized by **Mathruvedhi, Archdiocese of Thrissur** at the premises of Our Lady of Lourdes Cathedral, Thrissur, Kerala, India for 10 minutes from 4.00 pm on Nov 21, 2023. As part of the mega event commemorating the arrival of St Thomas the Apostle in India (AD 52), a group of 1,276 mothers, all dressed in white and red, performed the folk dance, striking small sticks to the rhythm of a song sung in honour of St Thomas.

Chief Editor

തൃശൂർ അതിരൂപത മാതൃവേദി സംഘടിപ്പിച്ച
ബെസ്റ്റ് ഓഫ് ഇന്ത്യ വേൾഡ് റെക്കോർഡ് നേടിയ
മെഗാ കോൽക്കളിയിൽ പങ്കാളികളായ
കുന്നംകുളം സെന്റ് സെബാസ്റ്റ്യൻസ് ഇടവക
മാതൃവേദി അംഗങ്ങൾക്ക് അഭിനന്ദനങ്ങൾ

3. ചുണ്ടുകൾ സൺസ്ക്രീൻ ഉപയോഗിക്കാതെ വളരെനേരം പൊരി വെയിലത്ത് ജോലി എടുക്കുന്നവരിൽ.
4. കുടുംബത്തിൽ മുൻപ് വായിലെ കാൻസർ വന്നവരിൽ.
5. ജനനേന്ദ്രിയത്തിൽ അരിമ്പാറ ഉണ്ടാക്കുന്നതരം ഹ്യൂമൻ പാപ്പിലോമ വൈറസുകൾ മുഖാന്തരം
6. പോഷകകുറവ്
7. വിഷാദരോഗം
8. മാനസിക സമ്മർദ്ദം
9. ചികിത്സിക്കാത്ത മോണരോഗത്തിന്റെ അവസാനഘട്ടങ്ങളിൽ.
10. ജങ്ക് ഫുഡിന്റെ അമിതമായ ഉപയോഗം.

ലക്ഷണങ്ങൾ

1. ചുരണ്ടിക്കളഞ്ഞാലും മായാത്ത വെളുത്ത പാടുകൾ - ധവളപടലം (Leukoplakia)
2. മുറിപ്പെടുന്ന ചുവന്ന നിറത്തിലുള്ള പാടുകൾ - ശോണപടലം (Erythroplakia)
3. രണ്ടാഴ്ചയിലേറെ ഉണങ്ങാതെ നില്ക്കുന്ന മുറിവുകൾ.
4. ചവയ്ക്കാനുള്ള ബുദ്ധിമുട്ട്.
5. വായിലും അനുബന്ധ ഭാഗങ്ങളിലും മരവിപ്പ്
6. നാവ് അനക്കാനും നീട്ടാനും ബുദ്ധിമുട്ട്
7. പെട്ടെന്നുണ്ടാകുന്ന ഭാരകുറവ്
8. ചെവി വേദന
9. സ്ഥിരമായ വായ്നാറ്റം

എങ്ങനെ തടയാം?

1. പുകയില ഉത്പന്നങ്ങൾ ഒഴിവാക്കുക.
2. മദ്യപാനം കുറയ്ക്കുക.
3. പൊരിവെയിൽ സൺസ്ക്രീൻ ലേപനങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുക.
4. പോഷക സമ്പുഷ്ടമായ സമീകൃതാഹാരം ശീലമാക്കുക.
5. ദിവസവും പല്ല് തേയ്ക്കുമ്പോൾ വായിലെ എല്ലാ ഭാഗവും പരിശോധിക്കുക.
6. വർഷത്തിൽ രണ്ടുതവണ ദന്തപരിശോധന നിർബന്ധമായും ചെയ്യാം.

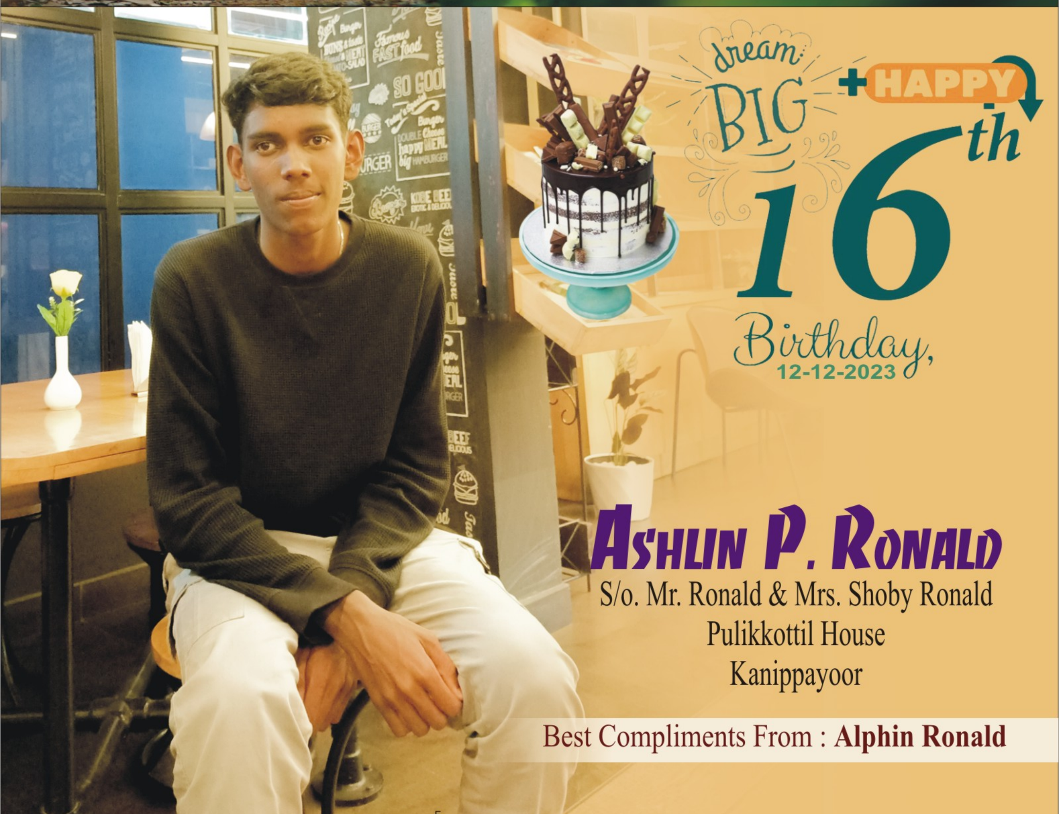
ലദ്ദീഞ്ഞ്, നൊവേന

02-12-2023 ശനി 06-01-2024 ശനി	6.30 pm സെന്റ് മേരീസ് കപ്പേള
05-12-2023 ചൊവ്വ 02-01-2024 ചൊവ്വ	6.30 pm സെന്റ് ആന്റണീസ് കപ്പേള

23rd Happy Birthday
Sonnet Sunil
17th Happy Birthday
Senit Sunil
24 ANNIVERSARY
26-12-2023
V.J. SUNIL
&
ANANDHI
Vakayil House
Kanippayur
Kunnamkulam

7
HAPPY
Birthday!
20-12-2023
Angel C. Binny
D/o. Binny C.D.
& Anupama Binny
Chungath House
Kakkad - Kunnamkulam
Best Compliments From :
Appapa, Ammama & Aunty

JUST DO IT
ANNIVERSARY
2
YEARS
30 - 12 - 2023
Augustine & Akhila
Vazhappilly House
Chiralayam, Kunnamkulam
Sharing Happiness :
Chechi & Jeeju | Appachan & Ammachi


dream BIG
+HAPPY
16th
Birthday,
12-12-2023
Ashlin P. Ronald
S/o. Mr. Ronald & Mrs. Shoby Ronald
Pulikkottil House
Kanippayoor
Best Compliments From : Alphin Ronald

ധന്യതയുടെ കയ്യൊപ്പ് : മാർ തോമസ് കുര്യാളശ്ശേരി

ബ്രദർ ആകാശ് ജെ. വെട്ടികാട്

ക്രൈസ്തവ ജീവിതത്തിന്റെ കേന്ദ്രമായ വി. കുർബാനയിൽ അധിഷ്ഠിതമായ ജീവിതം നയിച്ച് തന്റെ അജഗണങ്ങളുടെ ആദ്ധ്യാത്മികവും ഭൗതികവുമായ ജീവിത രംഗങ്ങളിലേക്ക് കടന്നുചെന്ന് ഒരു നവലോക സൃഷ്ടിക്കുവേണ്ടി ജീവിതം ഉഴിഞ്ഞുവെച്ച നല്ല ഇടയൻ - മാർ തോമസ് കുര്യാളശ്ശേരി പിതാവ്. "ക്രിസ്തുവിൽ എല്ലാം നവീകരിക്കുക" എന്ന ആദർശസൂക്തം സ്വന്തമാക്കി കാൽനൂറ്റാണ്ടു കാലത്തെ തന്റെ അജപാലന ശുശ്രൂഷ ലക്ഷ്യം വെച്ചത് കേരള സഭയുടെ ആദ്ധ്യാത്മിക നവോത്ഥാനമായിരുന്നു. വർണ്ണ വർഗ്ഗ വ്യത്യാസമില്ലാതെ സകലർക്കും എല്ലാമായി തീരാനുള്ള പരസ്നേഹചൈതന്യം ആ ജീവിതത്തിന്റെ ധന്യതയായിരുന്നു.

ചമ്പക്കുളത്ത് കുലീനമായ കുര്യാളശ്ശേരി കുടുംബത്തിൽ ചാക്കോച്ചന്റേയും അക്കമ്മയുടേയും ആറാമത്തെ സന്താനമായി 1873 ജനുവരി 14-ാം തിയ്യതി മാർ തോമസ് കുര്യാളശ്ശേരി ഭൂജാതനായി. മാമ്മോദീസാ വേളയിൽ 'തോമസ്' എന്ന നാമം നൽകപ്പെട്ടു. "കുഞ്ഞുതോമാച്ചൻ" എന്നായിരുന്നു. ഓമനപ്പേര്, ചെറുപ്പം മുതലുള്ള ദൈവവിചാരവും മറ്റ് ബോധ്യങ്ങളും ശ്രദ്ധേയമായിരുന്നു. പ്രാഥമിക വിദ്യാഭ്യാസം സ്വന്തം നാട്ടിൽ നിർവ്വഹിച്ചശേഷം ചങ്ങനാശ്ശേരി ഗവൺമെന്റ് സ്കൂളിൽ ഇംഗ്ലീഷ് പഠനം. ആയിടയ്ക്കാണ് കുഞ്ഞുതോമാച്ചന്റെ പിതാവ് ദിവംഗതനായത്. കുറച്ച് നാളുകൾക്ക് ശേഷം മാന്നാനം സെന്റ് എഫ്രേം സ്കൂളിൽ ചേർന്ന് പഠനം തുടർന്നു. ഇക്കാലത്താണ് ദൈവസേവനത്തിനു വേണ്ടി സമ്പൂർണ്ണ സമർപ്പണം ചെയ്യുന്നതിനുള്ള തീരുമാനം അദ്ദേഹം എടുത്തത്.

അന്നത്തെ വികാരി അപ്പസ്തോലിക്കായിരുന്ന മാർ ചാൾസ് ലദീഞ്ഞ് പിതാവ് തോമാച്ചനെ 1890 ജനുവരി 18-ാം തിയ്യതി ആസ്തപ്പാട് പട്ടം നൽകി റോമിലെ ഉർബൻ കോളേജിൽ (പ്രൊപ്പഗാന്ത)

വൈദിക വിദ്യാഭ്യാസത്തിനായി അയച്ചു. കുര്യാളശ്ശേരി തോമ്മാ ശെമ്മാശ്ശൻ ദൈവത്തോടും സഭാധികാരികളോടും ശ്രേഷ്ഠരോടും പൂർണ്ണ അനുസരണത്തോടും വിധേയത്വത്തോടും കൂടെ വൈദീക പരിശീലനം പൂർത്തിയാക്കി, ശേഷം 1879 മെയ് 27-ാം തിയ്യതി സെന്റ് ജോൺ ലാറ്ററൻ ദൈവാലയത്തിൽ വെച്ച് കർദ്ദിനാൾ കസേന്തയിൽ നിന്ന് തിരുപ്പട്ടം സ്വീകരിച്ചു. മെയ് 28ന് റോമിലെ ജേസു ദേവാലയത്തിൽ പ്രഥമ ദിവ്യബലിയർപ്പിച്ചു.

നാട്ടിൽ തിരിച്ചെത്തിയ ശേഷം ചങ്ങനാശ്ശേരി സെന്റ് ബർക്കുമൻസ് സ്കൂൾ ബോർഡിംഗിൽ വൈസ് റെക്ടറായും പിന്നീട് പല ഇടവകകളിലും വികാരിയായും സേവനമനുഷ്ഠിച്ചു. ചമ്പക്കുളം വികാരിയായിരുന്നപ്പോഴാണ് വി. പത്താം പീയുസ് മാർപ്പാപ്പ അദ്ദേഹത്തെ ചങ്ങനാശ്ശേരി വാകാരിയത്തിന്റെ വികാരി അപ്പസ്തോലിക്കായും പെല്ലായുടെ മെത്രാനുമായി നിയമിച്ചത്. 1911 ഡിസംബർ 3-ാം തിയ്യതി കാർഡിയിൽ വെച്ച് (ശ്രീലങ്ക) മെത്രാഭിഷിക്തനായി. ചങ്ങനാശ്ശേരി വികാരിയാത്തിന് രൂപതാ പദവി ലഭിച്ചപ്പോൾ അദ്ദേഹം ചങ്ങനാശ്ശേരിയുടെ പ്രഥമ മെത്രാനായി.

"ക്രിസ്തുവിൽ എല്ലാം നവീകരിക്കുക" എന്ന മുദ്രാവാക്യവുമായി വി. കുർബാനയിൽ കേന്ദ്രീകൃതമായ ഒരു നവീകരണമാണ് അദ്ദേഹം നിദർശനം ചെയ്തത്. വി. കുർബാനയുടെ ആരാധന സഭാ സ്ഥാപനകൻ, എസ്.ബി. കോളേജ്, വാഴപ്പിള്ളി ട്രെയിനിംഗ് സ്കൂൾ തുടങ്ങിയ സ്ഥാപനങ്ങൾക്ക് രൂപം കൊടുത്തുകൊണ്ട് വിദ്യാഭ്യാസ രംഗത്ത് നിസ്തുല സേവനം അനുഷ്ഠിച്ച പ്രതിഭാധനൻ, മതബോധനത്തിന്റെ പ്രവാചകൻ, സർവ്വോപരി നിലം തികഞ്ഞ മനുഷ്യസ്നേഹി എന്നീ നിലകളിലെല്ലാം തന്റെ അജഗണങ്ങൾക്കു വേണ്ടി അത്യധ്വാനം ചെയ്ത നല്ല ഇടയനാണ് മാർ തോമസ് കുര്യാളശ്ശേരി. കുടുംബസമാധാനത്തിനും സാമ്പത്തിക സുസ്ഥിതിക്കും ഹാനികരമാക്കുന്ന മദ്യപാനത്തിനും മറ്റ് അസാന്മാർഗ്ഗിക പ്രവണതകൾക്കും എതിരായി അദ്ദേഹം കർശനമായ നടപടികൾ സ്വീകരിക്കുകയുണ്ടായി. 113 ഇടയലേഖനങ്ങളിലൂടെ സഭാമക്കളുടെ

ക്രൈസ്തവ ജീവിതത്തെ പ്രോജ്ജ്വലമാക്കുവാൻ കുര്യാളശ്ശേരി പിതാവ് തീക്ഷ്ണമായി പരിശ്രമിച്ചു. വൈദികർക്കുവേണ്ടിയും സന്യസ്തർക്കുവേണ്ടിയും പ്രത്യേക സർക്കുലറുകൾ എഴുതിയും ധ്യാനം, കോൺഫറൻസുകൾ ഇവ നടത്തിയും അവരുടെ അദ്ധ്യാത്മിക നിലവാരം മെച്ചപ്പെടുത്തുവാൻ ശ്രമിച്ചു.

1925 ജൂൺ 2-ാം തിയ്യതി റോമിൽ വെച്ച് കുര്യാളശ്ശേരി പിതാവ് ദിവംഗതനായി. പ്രൊപ്പഗാന്ത സെമിത്തേരിയിൽ കബറടക്കിയ അദ്ദേഹത്തിന്റെ ഭൗതികാവശിഷ്ടങ്ങൾ പിൻഗാമി മാർ ജെയിംസ് കാളാശ്ശേരി നാട്ടിൽ കൊണ്ടുവന്ന് 1935 ജൂലൈ 25-ാം തിയ്യതി ചങ്ങനാശ്ശേരി മെത്രാപ്പോലീത്തൻ ദൈവാലയത്തിൽ സംസ്കരിച്ചു. അന്നുമുതൽ കത്തീഡ്രൽ ഒരു തീർത്ഥാടനകേന്ദ്രമായി മാറി. പിതാവിന്റെ ജീവിത വിശുദ്ധിയെക്കുറിച്ച് ജീവിതകാലത്തുതന്നെ തികഞ്ഞ അവബോധം പുലർത്തിയിരുന്ന ദൈവജനം മരണാനന്തരവും അദ്ദേഹത്തിൽ ആശ്രയം കണ്ടെത്തി.

വേണ്ടത്ര പഠനത്തിനുശേഷം കുര്യാളശ്ശേരി പിതാവിന്റെ നാമകരണ പരിപാടി തുടങ്ങുന്നതിനുള്ള ഔദ്യോഗിക അപേക്ഷ ചങ്ങനാശ്ശേരി മെത്രാപ്പോലീത്ത അഭിവന്ദ്യ മാർ ആന്റണി പടിയറ പിതാവിന് സമർപ്പിച്ചു. 1985 ജനുവരി 25 മുതൽ കുര്യാളശ്ശേരി പിതാവ് ദൈവദാസനായി അംഗീകരിക്കപ്പെട്ടു. 2011 ഏപ്രിൽ മാസം 2-ാം തിയ്യതി ബനഡിക്ട് പതിനാറാമൻ മാർപാപ്പ കുര്യാളശ്ശേരി പിതാവ് ക്രിസ്തീയ പുണ്യങ്ങളെല്ലാം വീരോചിതമായ രീതിയിൽ അഭ്യസിച്ചിരുന്നുവെന്ന് അംഗീകരിച്ച് 'ധന്യൻ' എന്ന പദവിയിലേക്ക് ഉയർത്തി.

ക്രിസ്തീയ ജീവിതത്തിന്റെ മാതൃകയും വിശുദ്ധിയുടെ നിറകുടവും, വി. കുർബാനയിൽ കേന്ദ്രീകൃതമായ ആദ്ധ്യാത്മികതയുടെ പ്രേഷിതനുമായ കുര്യാളശ്ശേരി പിതാവ് വിശുദ്ധരുടെ ഗണത്തിലേക്ക് ഉയർത്തപ്പെടുന്നതിനുള്ള ദൈവാനുഗ്രഹത്തിനായി നമുക്ക് കാത്തിരിക്കാം.

അഭിനന്ദനങ്ങൾ

മറ്റം ഫൊറോന സി.എൽ.സി.
വൈസ് പ്രസിഡന്റ് ആയി തെരഞ്ഞെടുക്കപ്പെട്ട
കുന്നംകുളം സി.എൽ.സി. വൈസ് പ്രസിഡന്റ്
സ്നേഹ ലോയ്ഡ്-ന്
അഭിനന്ദനങ്ങൾ

പാചക കോർണർ

നെയ്മീൻ ബിരിയാണി

ബിന്ദു രാജു

നെയ്മീൻ	അര കിലോ		
മീൻ വറുക്കാനുള്ള അരപ്പ്			
മഞ്ഞൾപ്പൊടി	1/2 ടീസ്പൂൺ	പട്ട	ഒരു കഷണം
മുളകുപൊടി	2 ടീസ്പൂൺ	ഗ്രാമ്പൂ	2 എണ്ണം
പെരുംജീരകം	1/2 ടീസ്പൂൺ	ഏലക്ക	2 എണ്ണം
കുരുമുളക്	1 ടീസ്പൂൺ	ചെറുനാരങ്ങ	1 എണ്ണം
ഇഞ്ചി	ഒരു കഷണം	ഉപ്പ്	പാകത്തിന്
വെളുത്തുള്ളി	6 അല്ലി		

മേൽപറഞ്ഞ മസാലകൾ എല്ലാം നല്ലവണ്ണം അരയ്ക്കുക. മീൻ കഷണമാക്കി കഴുകി എടുത്ത് ചെറുനാരങ്ങാനീര് പുരട്ടി മേൽ പറഞ്ഞ അരപ്പ് പുരട്ടി അര മണിക്കൂർ വെയ്ക്കുക. അതിനുശേഷം പകുതി വേവിൽ വറുത്തെടുക്കുക.

സബോള-3, ഇഞ്ചി-1 കഷണം, പച്ചമുളക് - 4 (ചതയ്ക്കണം), വെളുത്തുള്ളി-6 അല്ലി, മഞ്ഞൾപൊടി-1/4ടീസ്പൂൺ, മുളകുപൊടി -1ടീസ്പൂൺ, മല്ലിപൊടി-1ടീസ്പൂൺ, തേങ്ങാൽ-1കപ്പ്, തക്കാളി-2, മല്ലിഇല-1കെട്ട്, തൈര്-1/2 കപ്പ്, പട്ട-1, ഗ്രാമ്പൂ-2, ഏലക്ക-2, നെയ്യ് വറുക്കാനുള്ളത്.

പാത്രത്തിൽ നെയ്യ് ഒഴിച്ച് സവോള വഴറ്റി ചതച്ചതെല്ലാമിട്ടു വഴറ്റി മൂത്തമണം വരുമ്പോൾ പൊടികൾ അരച്ചത് ഇട്ട് മൂപ്പിച്ച് തേങ്ങാപാൽ ഒഴിച്ച്, തക്കാളി, മല്ലിഇല, തൈര്, പട്ട, ഗ്രാമ്പൂ, ഏലയ്ക്ക മുതലായവ ഇട്ട് വെട്ടിത്തിളയ്ക്കുമ്പോൾ വറുത്ത മീൻ കഷണങ്ങൾ ഇടുക തിളച്ചാലുടൻ തീ അണക്കുക.

അരി-2കപ്പ്, പട്ട, ഏലക്ക, ഗ്രാമ്പു-1 വീതം, ഉപ്പ് പാകത്തിന് മേൽപ്പറഞ്ഞ മസാലകളിട്ട് വെള്ളം തിളയ്ക്കുമ്പോൾ ഉപ്പിട്ട് അരി മുക്കാൽ വേവിന് ഊറ്റിയെടുക്കണം.

ഒരു പരന്ന കുഴിയുള്ള പാത്രത്തിൽ ചോറും, മീൻ ലെയറാക്കി ദം ചെയ്യുക, അരിയ്ക്ക് വേവു കുറവാണെങ്കിൽ തേങ്ങാപാൽ തെളിച്ചു ദം ചെയ്യുക.

ജനുവരി 3

വി. ചവറ കുരിയാക്കോസ് ഏലിയാസ് അച്ചന്റെ തിരുനാൾ

ഏവർക്കും തിരുനാൾ ആശംസകൾ

ചിൽഡ്രൻസ് കോർണർ

നിറം കൊടുക്കാമോ

ഈ ചിത്രത്തിന് നിറം കൊടുത്ത് പേരും,ക്ലാസ്സും, യൂണിറ്റും, ഫോൺ നമ്പറും എഴുതി ടച്ച്മീ ബോക്സിൽ 15-ാം തിയ്യതിക്ക് മുമ്പ് നിക്ഷേപിക്കുക

(ഈ മത്സരം 7-ാം ക്ലാസ്സ് വരെയുള്ള വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് മാത്രം)

പേര് : …………………………………… ക്ലാസ്സ് : ……………

കുടുംബകൂട്ടായ്മ : …………………………… ഫോൺ നമ്പർ :……………………

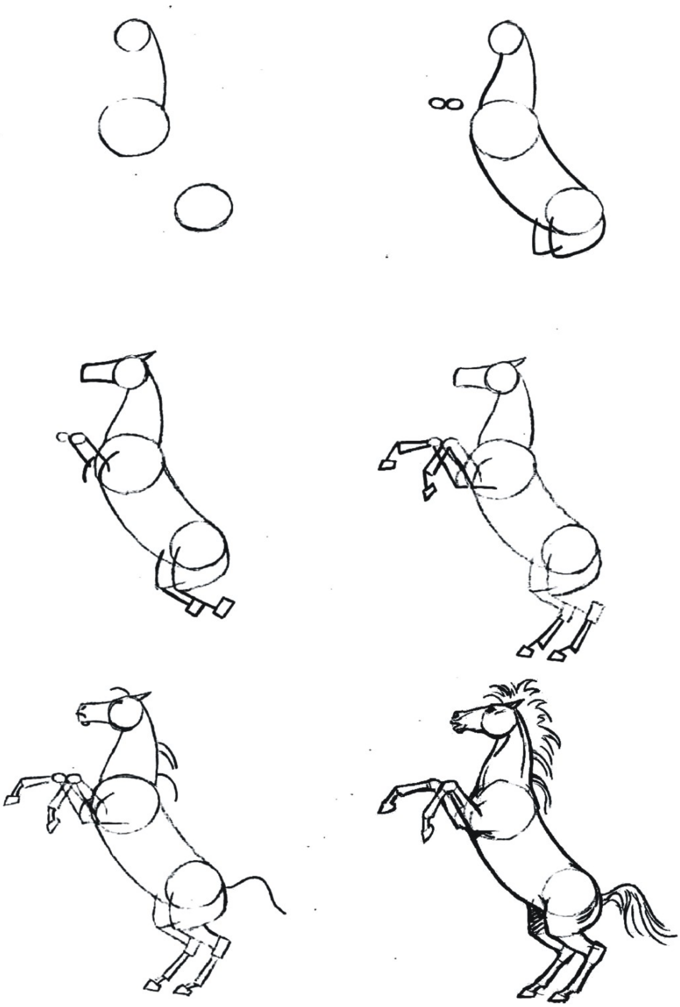
കഴിഞ്ഞ ലക്കം നിറം കൊടുക്കാമോ വിജയി

Irin C.S., Class : 4 , St. Antony's Kudumba Koottayma

ചിൽഡ്രൻസ് കോർണർ

ചിത്രശാല

ചിത്രരചന ലളിതമായി... ഘട്ടംഘട്ടമായി...



ചിൽഡ്രൻസ് കോർണർ

അടിക്കുറിപ്പ് മത്സരം

ഈ ചിത്രത്തിന് അടിക്കുറിപ്പെഴുതി പേരും, ക്ലാസ്സും, യൂണിറ്റും ഫോൺ നമ്പറും എഴുതി ടച്ച് മീ ബോക്സിൽ 15–ാം തിയ്യതിക്ക് മുമ്പായി നിക്ഷേപിക്കുക

(ഈ മത്സരം 7–ാം ക്ലാസ്സ് വരെയുള്ള വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് മാത്രം)

പേര് : .... ക്ലാസ്സ് : ....

കുടുംബകൂട്ടായ്മ: .... ഫോൺ നമ്പർ :..................................

കഴിഞ്ഞ ലക്കം അടിക്കുറിപ്പ് മത്സരം വിജയി

Nadal Lolac

Std : IV, St. Joseph Kudumbakoottayma

“കൊച്ചമ്മ ഇന്നലത്തെ പഴങ്കഞ്ഞി
കളഞ്ഞോ ആവോ”

വചന കലണ്ടർ

2023 ഡിസംബർ DECEMBER

ഞായർ	തിങ്കൾ	ചൊവ്വ	ബുധൻ	വ്യാഴം	വെള്ളി	ശനി
					1 വെളി 14:1 – 7 ലൂക്കാ 19:45 – 48	**2** 1 പത്രോ 4:1 – 10 യോഹ 12:37 – 43 2കോറി 6:3 – 10 മർക്കോ 6:7 – 13
3 ഉത്പ 17:1 – 5,15 – 19 മലാ 2:17 – 3:5 ഹെബ്രാ 11:1 – 12 ലൂക്കാ 1:5 – 20	**4** റോമാ 4:1 – 12 മത്താ 7:21 – 27	**5** റോമാ 4:13 – 21 യോഹ 1:1 – 8	**6** കൊളോ 1:24 – 29 യോഹ 5:31 – 36	**7** 2 തിമോ 4:1 – 8 ലൂക്കാ 14:25 – 33	**8** ഹെബ്രാ 1:1 – 3 2:16 – 18 ലൂക്കാ 1:46 – 55	**9** 1 യോഹ 4:7 – 12 യോഹ 3:16 – 21
10 ഉത്പ 3:8 – 24 ജറെ 33:14 – 26 വെളി 5:1 – 5 ലൂക്കാ 1:26 – 38	**11** റോമ 1:1 – 7 മത്താ 22:41 – 46	**12** എഫേ 3:1 – 13 ലൂക്കാ 1:39 – 45	**13** എഫേ 3:14 – 21 ലൂക്കാ 1:46 – 56	**14** 1 യോഹ 5:13 – 20 ലൂക്കാ 1:67 – 75 1കോറി 2:1 – 10 ലൂക്കാ 14:25 – 33	**15** റോമാ 12:9 – 21 ലൂക്കാ 6:27 – 36	**16** കൊളോ 1:12 – 19 യോഹ 8:48 – 58
17 ഉത്പ 21:1 – 12 ഏശ 40:1 – 11 1 കോറി 1:26 – 31 ലൂക്കാ 1:57 – 66	**18** എഫേ 2:14 – 22 യോഹ 14:1 – 6	**19** 2 കോറി 3:1 – 11 മത്താ 11:7 – 15	**20** 1പത്രോ 2:1 – 10 മർക്കോ 3:31 – 35	**21** 1കോറി 10:23 – 33 ലൂക്കാ 7:30 – 35	**22** റോമാ 2:1 – 9 ലൂക്കാ 6:37 – 42	**23** ഗലാ 4:12 – 20 യോഹ 3:22 – 30
24 പുറ 34:1 – 9 സഖ 2:7 – 13 വെളി 21:1 – 7 മത്താ 1:18 – 24	**25** ഉത്പ 1:1 – 13, 26 – 31 2 സാമു 7:8 – 17 ഹെബ്രാ 1:1 – 14 ലൂക്കാ 2:1 – 14	**26** ശ്ലീഹ 6:8 – 10 7:54 – 59 മത്താ 10:16 – 22	**27** റോമാ 8:35 – 39 യോഹ 21:20 – 24	**28** ഹെബ്രാ 11:32 – 38 മത്താ 2:13 – 18	**29** ഗലാ 4:1 – 7 ലൂക്കാ 8:19 – 21, 11:27 – 28	**30** 1 കോറി 1:4 – 9 ലൂക്ക. 2:36 – 40
31 ഉത്പ 18:1 – 8 ഏശ 11:1 – 12 റോമാ 15:7 – 13 മത്താ 2:1 – 12 1 തിമോ 6:6 – 12 ലൂക്കാ 13:6 – 9	**1** ഏശ 52:7 – 12 എഫേ 4:17 – 24 മത്താ 6:25 – 34	**2** ഹെബ്രാ 3:1 – 6 യോഹ 1:19 – 28	**3** 1 കോറി 3:5 – 9 21 – 23 ലൂക്കാ 11:27 – 32	**4** റോമാ 3:21 – 26 ലൂക്കാ 3:1 – 9	**5** റോമാ 16:17 – 20 25 – 27 ലൂക്കാ 1:39 – 45	**6** 2 തിമോ 1:6 – 10 മർക്കോ 1:1 – 11

സ്വർഗ്ഗത്തിൽ
2-ാം പിറന്നാൾ

ജനനം
01– 07 – 1963

മരണം
30 – 12 – 2021

കാട്ടൂകാരൻ കുരിയൻ
റാഫി

കോട്ടയിൽ റോഡ്
കുന്നംകുളം

G

MONO PERC
HALF CUT SOLAR PANEL
AVAILABLE

ALL KERALA
INSTALLATION
AVAILABLE

വൈദ്യുതി വീട്ടിലുണ്ടാക്കി വിൽക്കാം... KSEB യിൽ നിന്ന് വരുമാനം സ്വന്തമാക്കാം...!

40% സബ്സിഡിയോടു കൂടി ഇപ്പോൾ സോളാർ പ്ലാന്റ് സ്ഥാപിക്കാം

SOLAR PLANS

Bill Amount	Unit
Upto 5500	3 KW
5500 - 10,000	5 KW
10,000 - 17,000	8 KW
17,000 - 24,000	10KW

MONO PERC HALF CUT SOLAR PANEL

43,000 മുതൽ 92,000 രൂപ വരെ സബ്സിഡി ലഭ്യമാണ്

PAVOOS
Power Solutions

Door XV/84-11
FIrst Floor
Pavoos Shopping Center
Wadakkanchery Road
Kunnamkulam

Director
Pearlju Baby Chungath
M: 98470 31110

+91 97447 22274
+91 98470 52203
+91 97782 31441

Published by : Chief Editor, Touchme, Kunnamkulam - for Private Circulation only
Printed at : Nirmala Hiprint Pvt. Ltd. Thrissur - Layout : Mcube Graphics KKM