



## ईश्वर की अनुपम कृति

मैं ईश्वर की अनुपम कृति हूँ, उसका सुंदर उपहार,  
उसकी कृपा से मिला है मुझे जीवन का संसार।  
हर रंग में उसकी छवि है, हर श्वास में उसका प्यार,  
मेरे भीतर चमकता है उसका दिव्य प्रकाश अपार।  
कमियों के बीच भी मैं उसकी श्रेष्ठ रचना कहलाता हूँ,  
गर्व से कहता हूँ, मैं ईश्वर की उत्कृष्ट कृति हूँ।

*With Best Compliments from*



## Child Care Bishop Conrad School

Harunagla, Near Golden Green Park, Bareilly  
Phone : 0581 - 2522220



बरेली धर्मप्रांतीय पत्रिका

# चेतना

वर्ष 32

जुलाई 2026

अंक 07



## मेश निर्माण अपूर्व है !

निजी प्रसारण हेतु



संत अंथोनी पर्व - ज्योलीकोट



सि. अनीता मेन्डोसा नूतन प्रधानाचार्या - पिथौरागढ़



विवाह पूर्व प्रशिक्षण - सितारगंज



क्षेत्रीय युवा आयोग बैठक - अजमेर



रांची धर्मभाइयों का आश्रम अनुभव



नूतन धर्मसंघ - ईसाईनगर



धर्माध्यक्षीय भेंट - धमोला



शीघ्रकालीन शिविर - मोतीनगर



धर्मप्रांत की ओर से  
भावभीनी श्रद्धांजलि

Bro. Chandan Lima

Birthday : 16-02-2008

Died : 27-05-2026



महिलाओं की सरधना तीर्थयात्रा - ज्योलीकोट, काठगोदाम



BEST LOPIAN GIRL



BEST LOPIAN BOY

“ Speak, Lord, your servant is listening. ”  
1 Samuel 3:10

जीवन निर्माण शिविर, 2026 - किच्छा



संगीत साधना - सितारगंज



युवा धर्मशिक्षा - पिपरिया



पारिवारिक चंगाई साधना - सितारगंज



# चेतना



## Patron

Most Rev. Ignatius D'Souza

## Editor

Fr. Gregory Frank

## Editorial Board

Fr. Ivan Crasta

Fr. Vivian Fernandes

Fr. Arun Saldanha

Fr. Francis Pinto

Fr. Vijay Tellis

Mrs. Sumita James

Miss Shweta D Cruze

Whatsapp No. : 8533886703

Publishing Head Quarters:

Bishop's House

63, Cantt., Bareilly - 243 001

website: www.bareillydiocese.org

Design & Printing

Conrad Publishing House

P-1/B-15, Opp. Dominos,

D.D. Puram, Bareilly

Phone: 0581-2300802



## अनुक्रम

|                                                 |                                     |    |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------|----|
| 1. सम्पादकीय                                    | फा. ग्रेगरी फ्रैंक                  | 2  |
| 2. Bishop's Message                             | Most Rev. Ignatius D'Souza          | 3  |
| 3. धर्माध्यक्ष का संदेश                         | अति मान्यवर डा. इग्नेशियस डिस्सूज़ा | 4  |
| 4. Bishop's Engagements                         | Fr. Charles P.                      | 5  |
| 5. He Holds and Moulds our Hearts               | Sr. Esme da Cunha, FDCC             | 6  |
| 6. Can I carry a Little Bit of Summer...        | Sr. Rekha Punia, UMI                | 8  |
| 7. Catechism as Formation For Life              | Sr. Theresa Antony BS               | 9  |
| 8. Growing in the Experience of Jesus...        | Sr. Smitha, FCC                     | 10 |
| 9. Impact of Social Media in Youth Formation... | Sr. Helen UFS                       | 11 |
| 10. Spiritual Formation in Children...          | Nisha John Masih                    | 13 |
| 11. The Need for Family Catechism               | Sr. Lavina Dabre, MSI               | 14 |
| 12. Spiritual Secrets of Human Formation        | Fr. Ajay Lobo                       | 15 |
| 13. युवावस्था की दौड़                           | फा. फ्रांसिस पिन्टो                 | 17 |
| 14. पारिवारिक प्रार्थना की आवश्यकता             | एलिजाबेथ पैट्रिक                    | 19 |
| 15. मैग्नीफिका ह्यूमैनिटस ( भव्य मानवता)        | संत पिता लियो XIV                   | 20 |
| 15. समाचार दर्शन                                |                                     | 22 |
| 16. बाइबिल प्रश्नोत्तरी                         | सुश्री श्वेता डिक्कूज़              | 27 |

**संत पिता का मतलब : जुलाई 2026**

**मानव जीवन के सम्मान के लिए:**

आइए, हम ईश्वर के उपहार के रूप में मानव जीवन को एक अनमोल उपहार मानते हुए, उसके सभी चरणों में सम्मान और संरक्षण के लिए प्रार्थना करें।

**Holy Father's General Intention:  
July 2026**

**For respect for human life:**

Let us pray for the respect and protection of human life in all its stages, recognizing it as a gift from God.



## सम्पादक की कलम से

## सस्ती चीजों से चरित्र निर्माण

गजेंद्र सिंह की एक भवन निर्माण कंपनी थी जो लोगों के लिए घर बनाकर देती थी। राजन उस कंपनी में लगभग 25 वर्ष से काम कर रहा था। उसने एक दैनिक मजदूर के रूप में कंपनी में काम करना शुरू किया था। अब वह गजेंद्र का विश्वासपात्र ठेकेदार बन गया था। उसे घर निर्माण के हर काम का अच्छा अनुभव था।

अब 25 वर्ष के काम के बाद राजन सेवानिवृत्त होना चाहता था। वह अपनी बचत के पैसे से अपने गाँव में एक घर बना कर बच्चों के साथ रहना चाहता था। उसकी बात सुन कर गजेंद्र ने कहा कि बस, अब वह एक घर का निर्माण करें और उसके बाद अवकाश ग्रहण करें। यह तीन कमरे, किचन, बाथरूम का घर राजन के गाँव में ही बनना था। इसलिए आधे मन से राजन ने यह काम करने की हामी भरी।

मालिक के कहने पर राजन ने घर बनवाने का फैसला किया था लेकिन इस काम में अब उसका मन नहीं था। वह जल्दी से यह काम पूरा करना चाहता था। चूंकि यह घर बनाना उसका आखरी ठेका था इसलिए वह इसके परिणाम से चिंतित नहीं था। उसने घर के निर्माण में सस्ती लकड़ी लगवाई। सिमेंट, बजरी, रेत में दोयम दर्जे की सामग्री उपयोग की। छः महीने लगने वाले घर का निर्माण तीन महीनों में ही पूरा किया।

काम पूरा करके घर की चाबी सौंपने का दिन आया। राजन ने घर की चाबी गजेंद्र के हाथों में दी। लेकिन गजेंद्र ने चाबी राजन को लौटते हुए कहा, “भाई राजन। तुमने इतने वर्ष ईमानदारी से हमारे साथ काम किया है। यह घर मैंने तुम्हारे लिए बनवाया है। तुम्हारी मेहनत और ईमानदारी के लिए तोहफे के रूप में यह घर मैं तुम्हें दे रहा हूँ। नया घर मुबारक हो।”

गजेंद्र की बात सुनकर राजन का दिल बैठ गया। जिस घर के निर्माण में उसने सस्ती सामग्री लगवाई, जल्दबाजी में काम निपटाया और घोर लापरवाही बरती, अब उसी घर में उसे जिदंगी के बाकी दिन गुजारने थे। काश, मैंने पहले से यह सब सोच लिया होता। वह मन

मसोस कर रह गया।

राजन की कहानी हमारे अधिकतर युवाओं की कहानी है। मत्ती के सुसमाचार में लिखा है, “जो मेरी ये बातें सुनता है, किन्तु उन पर नहीं चलता, वह उस मूर्ख के सदृश है जिसने बालू पर अपना घर बनवाया। पानी बरसा, नदियों में बाढ़ आयी, आँधियाँ चलीं और उस घर से टकरायी। वह घर ढह गया और उसका सर्वनाश हो गया।” (मत्ती 7:26-27) युवावस्था के जोश में युवा भूल जाते हैं कि जिदंगी नाम के घर के निर्माण में अनुशासन, लगन, कठिन परिश्रम, प्रार्थना, ईश्वर पर आस्था जैसे कठिन और महंगी सामग्रियों की जरूरत होती है। आलस्य, मौजमस्ती, नशाखोरी, आवारापन, उदासीनता, मोबाइल, सोशल मीडिया जैसी सस्ती और निरर्थक चीजों से चरित्र और जीवन निर्माण नहीं हो सकता। दुखद बात यह है कि हमारे बच्चे और युवा इस बात पर ध्यान नहीं देते हैं और जब दुखद परिणाम सामने आता है तब कुछ करने में बहुत देर हो चुकी होती है।

मनुष्य के जीवन में चरित्र और विश्वास का अत्यंत महत्वपूर्ण स्थान होता है। चरित्र ही वह आधार है जो व्यक्ति के विचारों, व्यवहार और व्यक्तित्व को दिशा प्रदान करता है। धन, ज्ञान और पद-प्रतिष्ठा जीवन में महत्वपूर्ण हो सकते हैं परन्तु यदि व्यक्ति का चरित्र उत्तम नहीं है तो ये सभी उपलब्धियाँ अधूरी रह जाती हैं। इसलिए चरित्र निर्माण का कार्य बचपन से ही आरंभ होना चाहिए।

बचपन जीवन का सब से संवेदनशील और सीखने योग्य चरण होता है। इस अवस्था में बच्चे का मन कोमल मिट्टी के समान होता है, जिसे जिस प्रकार ढाला जाए, वह उसी रूप में विकसित होता है। हमारे ख्रीस्तीय माता-पिता का यह दायित्व है कि बच्चों को बाल्यकाल से ही प्रार्थना, यूखरिस्त, संस्कार, शिक्षा, धर्मशिक्षा जैसे माध्यमों द्वारा अच्छे चरित्र निर्माण की नींव डाल दें। याद रखें, जिस सामग्री का उपयोग से जीवन नामक घर का निर्माण होता है, वही आपके जीवन भर का निवास होगा।

ग्रेगरी फ्रैंक



## Building Character: The Foundation of a Child's Future



**“Intelligence plus character - that is the goal of true education.” - Martin Luther King Jr.**

The greatest gift we can offer our children is not merely a good education, material comfort, or professional success, **but a strong and virtuous character.** Knowledge equips a person to earn a livelihood, but character enables one to live a meaningful life. In an age marked by rapid technological advancement, moral ambiguity, and increasing individualism, the urgent need of our time is to form young people who are not only intellectually competent **but also morally upright, spiritually rooted, and socially responsible.**

Character formation is a lifelong process that **begins in the family - the first school of life.** Children learn values less from instruction and more from observation. They imitate the attitudes, habits, and choices of their parents and elders. A home where love is lived, truth is honoured, prayer is cherished, and forgiveness is practised becomes fertile ground for nurturing integrity, compassion, humility, and resilience.

**Schools, too, have a sacred mission that extends far beyond academic achievement.** They are called to shape the whole person by fostering discipline, responsibility, respect, empathy, and a spirit of service. Every classroom should become a place where moral values are taught, good habits are cultivated, and every child is inspired to become a person of honesty and excellence.

**For us as Christians, authentic character formation finds its deepest source in Jesus Christ,** the perfect model of humanity. Through daily prayer, the reading of Sacred Scripture, participation in the Sacraments, and the practice of Christian virtues, children learn to make choices guided by faith and conscience.

As the Book of Proverbs wisely reminds us: **“Train up a child in the way he should go; even when he is old he will not depart from it”** (Proverbs 22:6).



In a world where children are constantly influenced by social media, consumerism, and conflicting ideologies, they need wise guidance and credible role models. **They must be encouraged to value honesty over convenience, service over selfishness, humility over pride, and truth over popularity.** When these values become habits, they gradually shape a character that can withstand life's trials and positively influence society.

Let us, therefore, renew our commitment as **parents, teachers, priests, religious, and all who share in the ministry of education, to form children of character.** Academic excellence may open doors, but it is integrity that sustains success, compassion that enriches relationships, and faith that gives life its deepest purpose. Our children are not merely the leaders of tomorrow; they are the disciples of Christ today. By nurturing their character with love, wisdom, discipline, and prayer, we prepare them to become responsible citizens, faithful Christians, and compassionate builders of a just, peaceful, and hope-filled world. May every family become a school of love, every school a sanctuary of values, and every parish a community that nurtures faith and virtue. **Let us work together to raise a generation that not only excels in knowledge but also radiates integrity, compassion, and holiness.** Only then will our children become true ambassadors of Christ, bringing light, hope, and lasting transformation to our nation and to the world.

† **Ignatius D' Souza**  
Bishop of Bareilly



धर्माध्यक्ष का संदेश

## चरित्र निर्माण एक बच्चे के भविष्य की नींव

“बुद्धि और चरित्र - यही सच्ची शिक्षा का लक्ष्य है।”-मार्टिन लूथर किंग जूनियर

सबसे बड़ा उपहार जो हम अपने बच्चों को दे सकते हैं, वह केवल एक अच्छी शिक्षा, भौतिक सुख-सुविधा या व्यावसायिक सफलता नहीं है, बल्कि एक मजबूत और सदाचारी चरित्र है। ज्ञान व्यक्ति को जीविका कमाने के योग्य बनाता है, लेकिन चरित्र उसे एक सार्थक जीवन जीने में सक्षम बनाता है। तीव्र तकनीकी प्रगति, नैतिक अस्पष्टता और बढ़ते व्यक्तिवाद के इस दौर में, हमारे समय की सबसे बड़ी आवश्यकता ऐसे युवाओं को तैयार करना है जो न केवल बौद्धिक रूप से सक्षम हों, बल्कि नैतिक रूप से सीधे, आध्यात्मिक रूप से जुड़े हुए और सामाजिक रूप से जिम्मेदार हों।

चरित्र निर्माण एक जीवन भर चलने वाली प्रक्रिया है जो परिवार से शुरू होती है - जो जीवन का पहला विद्यालय है। बच्चे मूल्यों को उपदेशों से कम और देखकर ज्यादा सीखते हैं। वे अपने माता-पिता और बड़ों के दृष्टिकोण, आदतों और विकल्पों का अनुकरण करते हैं। एक ऐसा घर जहाँ प्यार जिया जाता है, सच्चाई का सम्मान किया जाता है, प्रार्थना को संजोया जाता है, और क्षमा का अभ्यास किया जाता है, वह ईमानदारी, करुणा, विनम्रता और लचीलेपन (संकटों से उबरने की क्षमता) को पोषित करने के लिए उपजाऊ भूमि बन जाता है।

विद्यालयों का भी एक पवित्र मिशन है जो शैक्षणिक उपलब्धि से कहीं आगे तक जाता है। उन्हें अनुशासन, जिम्मेदारी, सम्मान, सहानुभूति और सेवा की भावना को बढ़ावा देकर पूरे व्यक्तित्व को आकार देने के लिए बुलाया गया है। हर कक्षा एक ऐसी जगह होनी चाहिए जहाँ नैतिक मूल्य सिखाए जाएँ, अच्छी आदतें विकसित की जाएँ, और हर बच्चे को ईमानदारी और उत्कृष्टता का प्रतीक बनने की प्रेरणा मिले।

हमारे लिए ख्रिस्तीयों के रूप में, प्रामाणिक चरित्र निर्माण का सबसे गहरा स्रोत येशु मसीह में मिलता है, जो मानवता के आदर्श हैं। दैनिक प्रार्थना, बाइबिल का पठन, संस्कारों में भागीदारी और ख्रिस्तीय गुणों के अभ्यास के माध्यम से, बच्चे विश्वास और अंतरात्मा से प्रेरित होकर निर्णय लेना सीखते हैं। जैसा कि सुक्ति ग्रंथ हमें बुद्धिमानी से याद दिलाती है: **“बच्चे को उस मार्ग की शिक्षा दे जिसमें उसे चलना चाहिए, और बुढ़ापे में भी वह उससे नहीं भटकेगा।”** (सुक्ति ग्रंथ 22:6)

एक ऐसी दुनिया में जहाँ बच्चे लगातार सोशल मीडिया, उपभोक्तावाद और विरोधी विचारधाराओं से प्रभावित होते हैं, उन्हें बुद्धिमान मार्गदर्शन और विश्वसनीय आदर्शों (रोल मॉडल्स) की आवश्यकता होती है। उन्हें सुविधा के ऊपर ईमानदारी को, स्वार्थ के ऊपर सेवा को, अहंकार के ऊपर विनम्रता को और लोकप्रियता के ऊपर सच्चाई को महत्व देने के लिए प्रोत्साहित किया जाना चाहिए। जब ये मूल्य आदतें बन जाते हैं, तो वे धीरे-धीरे एक ऐसे चरित्र को आकार देते हैं जो जीवन की परीक्षाओं का सामना कर सकता है और समाज पर सकारात्मक प्रभाव डाल सकता है।

इसलिए, आइए हम माता-पिता, शिक्षकों, पुरोहितों, धर्मसंघियों और उन सभी के रूप में अपनी प्रतिबद्धता को नवीनीकृत करें जो शिक्षा के इस कार्य में शामिल हैं, ताकि हम चरित्रवान बच्चों का निर्माण कर सकें। शैक्षणिक उत्कृष्टता दरवाजे खोल सकती है, लेकिन यह ईमानदारी (सत्यनिष्ठा) है जो सफलता को बनाए रखती, करुणा जो रिश्तों को समृद्ध करती है, और विश्वास जो जीवन को उसका सबसे गहरा उद्देश्य देता है। हमारे बच्चे केवल कल के नेता नहीं हैं; वे आज मसीह के शिष्य हैं। प्यार, बुद्धिमत्ता, अनुशासन और प्रार्थना के साथ उनके चरित्र का पोषण करके, हम उन्हें जिम्मेदार नागरिक, (क्रमशः पृ. 6)



# CATHOLIC DIOCESE OF BAREILLY

## Bishop's Engagements

### July 2026

| Date                                | Day       | Time  | Programme |                                                                                              |
|-------------------------------------|-----------|-------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 <sup>st</sup>                     | Wed       | AM    | Office    |                                                                                              |
| 2 <sup>nd</sup>                     | Thu       | AM    | Office    |                                                                                              |
| 3 <sup>rd</sup>                     | Fri       | 08:00 | AM        | Visits Banda Mission                                                                         |
|                                     |           | 06:00 | PM        | Holy Eucharist: Feast of St. Thomas, Nawabganj                                               |
| 4 <sup>th</sup>                     | Sat       | 11:30 | AM        | Blessing of St. Mary's Convent (FSLG), Sitarganj                                             |
| 5 <sup>th</sup>                     | Sun       | 10:00 | AM        | <b>Pastoral Visit: St. Peter, the Apostle Church, Bailparao</b>                              |
| 6 <sup>th</sup>                     | Mon       | 10:00 | AM        | Governing body meeting of SUCHETNA, BDSSC, Kathgodam                                         |
| 7 <sup>th</sup>                     | Tue       | 11:30 | AM        | Blessing and Inauguration of the New Block of De Vito School, Bhowali                        |
| 8 <sup>th</sup> – 9 <sup>th</sup>   | Wed - Thu |       | AM        | Office                                                                                       |
| 10 <sup>th</sup>                    | Fri       |       | AM        | Office                                                                                       |
|                                     |           | 02:00 | PM        | Leaves for Agra                                                                              |
| 11 <sup>th</sup>                    | Sat       | 10:00 | AM        | Attends ARCC Executive Committee Meeting at Archbishop's House, Agra                         |
| 12 <sup>th</sup>                    | Sun       | 09:00 | AM        | <b>Confers the Sacrament of Confirmation: St. Aloysius Church, Pilibhit</b>                  |
| 13 <sup>th</sup>                    | Mon       | 08:30 | AM        | Workshop on Fostering Christian and Muslim Relations: st. Alphonsus Cathedral Hall, Bareilly |
| 14 <sup>th</sup> – 17 <sup>th</sup> | Tue - Fri |       |           | Office                                                                                       |
| 18 <sup>th</sup>                    | Sat       | 05:00 | PM        | <b>Pastoral Visit: St. Bonaventure Church, Ranikhet</b>                                      |
| 19 <sup>th</sup> – 24 <sup>th</sup> | Sun - Fri |       | AM        | Office                                                                                       |
| 25 <sup>th</sup>                    | Sat       | 05:00 | PM        | Holy Eucharist: Feast of St. Anne Church, Rudrapur                                           |
| 26 <sup>th</sup>                    | Sun       | 10:00 | AM        | <b>Confers the Sacrament of Confirmation: Holy Cross Church, Baheri</b>                      |
|                                     |           | 05:00 | PM        | Feast of St. Lawrence of Brindisi, Izatnagar, Bareilly                                       |
| 27 <sup>th</sup>                    | Mon       |       |           | Office                                                                                       |
| 28 <sup>th</sup>                    | Tue       |       | AM        | Office                                                                                       |
|                                     |           | 06:30 | PM        | Holy Eucharist: Feast of St. Alphonsa, St. Alphonsa Convent, Fatehganj                       |
| 29 <sup>th</sup> – 31 <sup>st</sup> | Wed - Fri |       | AM        | Office                                                                                       |

Fr. Charles P. Secretary



## He Holds and Moulds our Hearts



Thinking about Jesus mingling with the crowds that spontaneously gathered around Him, it is marvellous to note how differently He deals with them.

He invites the **little children** to come to Him, and He plays with them. He enjoys the innocence that sparkles in their eyes.

As **simple people** sit around Him to listen to His words, He unfolds to them the mysteries of God, through stories they can understand. He cites homely examples so that through them, they may grasp heavenly realities – the sower and the seed, the lost coin, vineyards, weeds among the wheat, the prodigal son ... and so many more.

Sometimes He shows His Power through the **miracles** He works: He cures the sick, cleanses lepers, even raises the dead, walks on the water, multiplies bread, turns water into wine ... He draws their hearts to Him, and sympathizes with their sufferings.

Then there was another category of people - those **despised and marginalised**: lepers, those possessed by evil spirits, sinners, the blind, the lame, the paralysed... Jesus reached out to them in their suffering and healed them. He raised from the dead the only son of a widow. He conversed with a Samaritan woman and changed her whole outlook on life. He dined with Zacchaeus a

tax-collector. He called Mathew, another tax-collector, to whom He said: *Come, follow Me!* And he left everything and followed Jesus.

And there are those who followed Him, not to learn from Him, but to find fault with Him – the **Scribes, the Sadducees and Pharisees, the Priests and Levites** – those who should have been the first ones to recognise Him, and the mission He was sent for. But they came to contradict Him and belittle Him before the crowds. With these, He sometimes spoke harshly. He exposed their hypocrisy, pride and greed. But He came as Saviour even for them. When the time came, He submitted to the atrocities they heaped upon Him, silently, without a word of reproach, praying all the time for them and for all sinners. *Father forgive them ... He even found an excuse for them ... for they do not know what they are doing!*

This was the Jesus who came to teach us the way to heaven. So full of goodness, forgiveness, patience and love!

But then there was still another category – the persons He chose to be His **disciples**, His closest followers. He captured their hearts. They willingly left everything to follow Him – family, friends, home and profession – to go with Him, listen to Him, learn from Him, live with Him. They had no idea where He was leading them or what He was preparing them for. But He drew them to Himself, and gradually prepared them to continue His mission on earth. There were women too, who followed Him and provided

### (पृष्ठ 4 का शेष)



वफादार निष्ठावान ख्रीस्तीय और एक न्यायपूर्ण, शांतिपूर्ण व आशा से भरे समाज के दयालु निर्माता बनने के लिए तैयार करते हैं। कामना है कि हर परिवार प्रेम का विद्यालय बने, हर विद्यालय मूल्यों का अभयारण्य बने, और हर पल्ली एक ऐसा समुदाय बने जो विश्वास और सद्गुणों को पोषित करे। आइए हम मिलकर एक ऐसी पीढ़ी को तैयार करने

के लिए काम करें जो न केवल ज्ञान में उत्कृष्ट हो, बल्कि ईमानदारी, करुणा और पवित्रता से भी चमकती हो। तभी हमारे बच्चे मसीह के सच्चे राजदूत बनेंगे, जो हमारे देश और दुनिया में प्रकाश, आशा और स्थायी बदलाव लाएंगे।

† इग्नेशियस डिसूजा,  
धर्माध्यक्ष



for Him and for His followers, from their own means. A Man for All! Goodness and Godliness personified!

Yet these favoured ones too were scattered and shattered by His arrest, crucifixion and death. The Resurrected Jesus came in search of them. He gathered them together once again. No word of reproach, no self-pity at being abandoned and left alone in His Hour of need. He continued preparing them and strengthening them. Before returning to His Father, He promised them the Holy Spirit who would stay by them, teach them, comfort them and empower them to fulfil the mission He had been sent for.

He did not show Himself to those who had arrested, tortured and killed Him. No need to gloat over His Victory! These were His creatures too, and He would draw them in too, when they were ready for it. Luke tells us in the Acts of the Apostles: *The number of disciples in Jerusalem grew larger and larger, and a great number of priests too accepted the faith* (Acts 6:7). Jesus would also turn Saul a

persecutor, into Paul an ardent apostle.

It is this Jesus we have the fortune to encounter. Some of us just inherited Him and all His teachings, through no great personal effort of ours – having been born and brought up in the Faith from childhood. Others, like Paul, He called and still calls in diverse and often stupendous ways.

He promises to be with us until the end of time, until each of us enters into the heavenly bliss we were created for.

Let us cherish this great condescension of Our God. In its Liturgy, the Church presents to us and celebrates the bounty and mercy of our God, who is Lord and Father of all Creation. Our Faith in Jesus is not something reserved for us alone, but a reality that includes the whole human race.

*In Him we live and move and have our being!*

*To Him be all honour and glory, forever and ever. Amen!*

**Sr. Esme da Cunha Fdccc, Prayagraj**



## हरियाली का पर्व-हरेला

पहाड़ का आँचल, खुशियों की हरियाली  
रिमझिम फुहारों के संग, सावन का पैगाम आ गया,  
सज गई देवभूमि फिर से, देखो 'हरेला' आ गया।  
मिट्टी की वो सौंधी खुशबू, तिनकों का वो मुस्कराना,  
टोकरी में बोए सात अनाजों का, चुपके से जी उठना।  
यह सिर्फ हरी पत्तियाँ नहीं, यह धरती का श्रृंगार है,  
यह बूढ़े दाज्यू का आशीष, और चौली का प्यार है।  
सिर पर धरकर हरी पत्तियाँ, सब दुआएं मांगते हैं,  
'जी रया, जागि रया' कह, सब सुख-दुख बांटते हैं।  
ऊंचे पहाड़ों के माथे पर, बादलों का डेरा है,  
हर घर की दहलीज पर, खुशियों का सवेरा है।  
इस बार एक संकल्प लें, प्रकृति का ऋण चुकाएंगे,  
हर एक कटे वृक्ष की जगह, हम नए प्राण लगाएंगे।  
हरेला है सिंचन जीवन का, रिशतों को जोड़ने का बहाना,  
चलो मिलकर आज गाएं, उत्तराखंड का गौरव गान पुराना।



**सार्वी जेम्स,**  
संत एंथोनी इंटर कॉलेज,  
ज्योलीकोट





## Can I carry a Little Bit of Summer into the Rest of the Year?



There was a time when I thought **being busy** was almost a **badge of honour**. If someone asked, “*How are you?*” my usual reply would be, “*Busy...very busy!*” Somehow, it sounded important. There were deadlines to meet, reports to complete, phone calls to answer, issues to be resolved, celebrations to organize, crises to handle... For a while, it all seemed manageable. I told myself, “*I am fine,*” even when the soul felt tired, the eyes felt heavy, and the heart kept quietly pleading for rest.

For months, I ignored the little signals...*a persistent leg pain...a stiff neck...a tiredness that sleep couldn't cure...a heaviness within, that no amount of pushing through could hide.* Skipping lunch because there ‘*wasn't enough time.*’ Telling myself, ‘*I'll drink water after completing this task at hand.*’ None of these seemed serious. After all, the mind kept functioning, the heart kept caring, and the body - this wonderfully God-crafted body - kept cooperating.

The body has a language of its own. At first, it whispers... then it nudges... **eventually, it declares an emergency.** And when that happens, our carefully planned schedules suddenly become irrelevant. Hospital visits replace meetings. Medicines replace to-do lists. The body quietly reminds us of something we had forgotten: “*I have been carrying you all this while. Could you not take care of me too?*”

**This summer vacation I tasted a bit of healing!**

I paused. I breathed. I slept a little longer. I ate a little slower. I laughed a little more. I spent unhurried moments with loved ones, with nature, with God, and with my own self too. **That quiet space became a balm.**

The heart softened. The mind slowed down. The body began to exhale. It was as if the soul whispered, “*Ah, this is how life should feel.*” It wasn't that responsibilities disappeared; they simply stopped chasing me every minute of the day.

And now, as I prepare to return to my regular schedules from July onwards, **the real challenge for me is this:** *Not to lose this detoxified state. Not to allow the peace of vacation to vanish into the noise of routine. Not to rush right back into the same frantic rhythm, as though I have learned nothing from the warning signs.* Let me carry home not merely memories of rest, but a new rhythm of living. A rhythm where I do not glorify exhaustion. A rhythm where I listen before I collapse. A rhythm where I learn that small daily acts of care are not 'extras' - they are ESSENTIALS.

*A glass of water. A few quiet breaths. A short walk. A healthy meal. A brief pause before the next task. A prayer in the middle of pressure. A bedtime that is not stolen by screens and worries. A gentle 'no' when the soul is already overfull.* These simple acts may seem tiny, but they are powerful seeds of life. They say, “*I am worthy of care.*” They say, “*My body is not a machine.*” They say, “*My heart deserves kindness.*” They say, “*Even I am God's beloved.*”

**Perhaps self-care isn't about expensive holidays or luxury retreats.** Perhaps it is choosing to eat lunch before it becomes evening...drinking enough water instead of surviving on endless to-do lists...stretching for five minutes between tasks...saying, “*I'll call you back,*” instead of answering every phone call immediately... taking one day off without apologizing for it...going to bed before midnight...laughing more...comparing less... praying without watching the clock.

**The beautiful truth is this:** when we care for ourselves wisely, we become more



available for others lovingly. A rested person serves better. A peaceful person listens better. A nourished person gives better. A healed person loves better.

**On this International Self-care Day (24<sup>th</sup> July),** let us make a gentle promise: Not to wait for the breaking point, not to wait for the body to shout, not to wait for exhaustion to become our teacher. Let us begin now. Let us choose balance over burnout, wholeness over hurry, and grace over guilt. **Self-care is holy care.** Rest is not a reward; it is a right. Pause is

not weakness; it is wisdom. And you, dear heart, are worth caring for.

May this 24th July awaken in us a new tenderness toward ourselves - *so that we may live not only busily, but beautifully; not only productively, but peacefully; not only for others, but also in loving fidelity to the gift of our own life.* This 24th July, let's choose ourselves - not instead of others, but so that we can continue to be God's joyful blessing to them. **Happy International Self-care Day!**

Sr. Rekha Punia, UMI, Greater Noida



## Catechism as Formation For Life



**"Faith Begins in Childhood: Catechism is the Path to Lifelong Formation."** Children are the greatest gift of God and the future of both the Church and society. While academic education equips them

with knowledge and skills for a career, catechism forms their hearts, minds, and souls for a meaningful and virtuous life. It provides a strong spiritual and moral foundation that guides them throughout their journey.

**Catechism is not simply a subject taught on Sundays; it is a process of faith formation.** It introduces children to the love of God, the life and teachings of Jesus Christ, the importance of prayer, the sacraments, and the values of the Gospel. Through catechism, children learn that faith is not only something to believe but also something to live every day.

The world today presents many challenges to young minds. Children are exposed to social media, peer pressure, materialism, and conflicting values that can easily influence their thoughts and actions. Catechism helps them develop the wisdom to distinguish right from wrong and the courage to make decisions based on christian values. It

nurtures virtues such as honesty, kindness, forgiveness, respect, humility, and compassion.

**Formation through catechism also strengthens a child's relationship with God and with others.** It teaches them the importance of family, community, and service. They learn that every person is created in the image of God and deserves love and dignity. This understanding inspires them to become caring individuals who contribute positively to society.

**Parents are the first teachers of faith,** while catechists and the Church continue this mission by guiding children in their spiritual growth. Together, they help children develop habits of prayer, participation in the Eucharist, reading the Scriptures, and living according to the teachings of Christ. Such formation shapes not only good christians but also responsible citizens and compassionate leaders.

Moreover, catechism provides children with hope and purpose. It teaches them that God is always with them in moments of joy and difficulty. This faith gives them strength to overcome challenges, confidence to face the future, and a sense of responsibility to serve others.

**In conclusion,** Catechism is an essential formation for life because it nurtures



the whole person-mind, heart, and spirit. It builds character, strengthens faith, and prepares children to live with integrity, love, and service. By investing in catechism today, we are building a generation that will uphold

Christian values and become a blessing to the Church, their families, and the world

**"Shaping Young Hearts to Become Tomorrow's Faithful Leaders."**

**Sr. Theresa Antony BS, Khatima**



## Growing in the Experience of Jesus

### A Journey of Faith and Presence



In our fast-paced world, I have often found it challenging to nurture my personal relationship with Jesus. However, my spiritual growth has been profoundly enriched by the experience of God's

constant presence in my life. This journey has not only been about understanding Him on a mental level; it has been about truly feeling the love, guidance, and comfort that come from walking closely with Jesus Christ.

As the years have passed, my experience of God has deepened within me slowly and gradually, and for this, I remain ever grateful to Him. I often remember the wise words of my novice mistress, who once told me that as the years go by, I should be drawing ever closer to God, so that when I reach my silver jubilee year and look back, I may feel contented that I have known Him closely and have had a deeper experience of Him, not the reverse. As I look back on my life's journey, I see it as a gentle unfolding of grace, where God has patiently formed me, corrected me, strengthened me, and drawn me closer to Himself. The years have taught me that growth in spiritual life is not about moving away from the first love, but about returning to it again and again with deeper trust and surrender.

I am also moved by the remembrance of all the blessings that have accompanied my path: the gift of vocation, the support of those

who have journeyed with me, the lessons learned through both joy and suffering, and the countless hidden graces through which God has made Himself known to me. Truly, when I pause and reflect, I can say with gratitude that every stage of life has been an invitation to know Him more closely and to love Him more deeply.

Recently, in a time of deep despair and inward darkness, I cried out to Jesus, asking why, at times when I pray, I do not feel His grace flowing to me or find the satisfaction I long for. In that still, searching place, I felt Jesus telling me that when I rely only on my own words in prayer, they seem feeble and powerless; but when I pray with His own words, those sacred words become living and active, able to stir my soul and awaken grace in others. I took this to the inner core of my heart and began to pray with fewer of my own words, holding on to the Word of God instead. Since then, I have seen it working actively in me. Through my day-to-day experiences, God has been speaking to me like a close friend, gently leading me through paths that were uncertain and unknown to me.

Life has taught me too that spiritual dryness does not mean spiritual abandonment. In fact, I have come to see such times as moments when God is doing a deeper work beneath the surface. One writer describes the dark night as "a crisis and pathway to greater spiritual maturity," with the assurance that "God is still with you." That message gave language to what I was experiencing: not a loss of God, but an invitation to rely more fully on Him.



The more I held on to Him, the more I understood that Jesus was drawing me into a more intimate relationship with Him. I was not only asking for relief; I was being taught dependence. I was not only seeking comfort; I was learning to hear His voice through His Word.

As I reflect on my journey of growing in the experience of Jesus, I hold close to my heart a beautiful song for God:

**You are my light, my breath, my song  
In You my weary heart is strong  
Through every step, You Walk with me  
My Jesus, now and endlessly**

The words of Saint Augustine come to mind: "You have made us for yourself, O Lord, and our hearts are restless until they rest in you." Embracing this rest in Christ has

invited me to experience His love more profoundly, drawing me deeper into an understanding of who He is. With every moment of stillness, surrender, and connection, I find that my relationship with Jesus continues to flourish, drawing me ever closer to His heart.

What gives me the greatest peace is the realization that, as the years advance, I must not expect my experience of God to diminish, but rather to grow richer, gentler, and more intimate. If I remain faithful, then even in the quietness of later years, I can look back with serenity and say that my heart has become more at home in God, and that His presence has been the constant thread running through all the seasons of my life.

**Sr. Smitha FCC,**  
Lucknow



## Impact of Social Media in Youth Formation

### A Psychological Perspective



**Introduction:** At the outset, while approving the immense constructive impact of social media, one cannot deny its destructive bearing particularly, on youth and its formation. This is

because the youth engages itself more passionately with the social media. In and through youth formation – a dynamic process – young people develop their identity, values, beliefs, and sense of purpose. From a psychological perspective, the stage is crucial for human development since it is marked by significant emotional, cognitive, social, and moral growth. During this period, young individuals strive to understand who they are and how they fit into the world around them. Amidst this pursuit, the youth is often seen to be at the crossroads. This article explores intricacies surrounding the above-noted theme with an object to encouraging self-formation of

the youth.

**A Painful and Helpless Context:** The NDTV news of 17.06.2026 illustrated the lamentations of an Italian mother. She had lost her only child of 12 years old. The reason for the loss is exposure to self-harm content on social media. It was also alleged that social media platforms use reward mechanisms modelled on slot mechanisms to foster dependency, by repeatedly triggering dopamine, a brain chemical linked to pleasure and reward. A large number of parents facing similar concerns brought a lawsuit against Instagram and Facebook-owner Meta and its biggest social media rival TikTok. While directly challenging social media companies and their algorithms, the families sought tighter limits on minors' access to life-threatening social media content.

In answer, these platforms not only denied any negative impact on the minors, but also argued that the social media entails

'parental control' measures. However, parents maintain that the safeguards provided by the platforms fall short, i.e., children can easily find online tutorials showing how to by-pass filters or avoid time limits by switching devices. Besides, parents contend that 'monitoring social media use' is a full-time job; it would require parents to spend all their time doing it, and that it is simply unrealistic'.

### Other Ramifications of Social Media:

Social media has been exerting other side-effects, such as, (a) the World Health Organization warns that problematic social media use – marked by addiction-like behaviour – is increasing among adolescents and is linked to lower well-being, poor sleep and broader health risks. (b) Studies in JAMA Paediatricians, a US-based journal points to measurable differences in brain development among heavy social media users, particularly teenagers whose brains are still developing. (c)

Europeans had the habit of reading at free time especially during travel; the practice has been stopped completely among adolescents with the access to cell phones. The side-effects of social media would certainly be many more...

**Concrete Measures:** In answer to the plea of helpless parents, Europe is intensifying the security of digital platforms. The European Union regulators are stepping up enforcement of the *Digital Service Act*, pressing online platforms to better protect minors and curb harmful content. Britain has gone a step further

and announced banning social media for children under 16. In the United States, a US-ruling found Meta and Alphabet's Google negligent in designing platforms deemed harmful to young people. It has to be noted that while taking up the measures, these nations underline that the goal is not to dismiss the benefits of social media, but to remove the technological and marketing mechanisms that make it harmful to the most vulnerable users.

**Conclusion:** According to the WHO, adolescence begins at 10 (10-13: early adolescence; 14-16: middle adolescence; 17-24: late adolescence) and ends at 24; youth stage begins at 15 and ends at 24. Youth formation, a holistic psychological journey that shapes an individual's identity, emotional well-being and future orientation takes place at this stage of one's life. No doubt, it requires support, encouragement, and opportunities for self-discovery from components

they are associated with – family, peers, education, culture, personal experiences... Positive relationships with parents, mentors, friends etc., enhance emotional security and guidance, helping young people develop self-confidence and resilience. The pressing question at this juncture is, 'is not 14-24, the age to know what is good and bad for oneself and make meaningful choices?' In other words, is not self-formation is far better than bothering the already over-burdened parents?

Sr. Helen UFS, Nawabganj



सोच को बदलिए, सितारे बदल जायेंगे। नज़र को बदलिए नाज़ारे बदल जायेंगे।  
कश्तियों को बदलने की जरूरत नहीं है। दिशायें बदल दीजिए, मंजिलें अपने आप मिल जायेंगी।



## Spiritual Formation in Children and Youth



**"Train up a child in the way he should go; even when he is old he will not depart from it." - Proverbs 22:6**

We live in a fast-changing world filled with technology, social media, competition, and endless distractions. Children and young people today have access to more information than any previous generation. Yet, many struggle with anxiety, loneliness, confusion, and a lack of purpose. While academic success and physical growth are important, they alone cannot help a young person to face every challenge of life. What is equally important is **spiritual formation**.

Spiritual formation is the process of helping children and youth grow in faith, values, character, and their relationship with God. It teaches them to distinguish right from wrong, to love others, to forgive, to serve, and to live with hope. A spiritually formed person develops not only a strong mind but also a strong heart.

There is a famous story about the Chinese bamboo tree. After planting the seed, a gardener waters and cares for it every day. For the first year, nothing appears above the ground. The second year, there is still no visible growth. The same happens in the third and fourth years. Many people would think the seed has failed. But the gardener continues to nurture it faithfully. Then, in the fifth year, the bamboo suddenly grows nearly eighty feet in just a few weeks.

Did the bamboo grow only in those few weeks? No. During the previous years, it was developing a strong root system underground. Without those deep roots, it could never have grown so tall.

Children and youth are like the

bamboo tree. Spiritual formation builds deep roots of faith, integrity, discipline, and trust in God. These roots may not always be visible, but they prepare young people to stand firm when difficulties come.

**Building Strong Roots for Life:** The story of the bamboo reminds us that true growth begins from within. In the same way, spiritual formation helps young people to develop inner strength before they face life's challenges.

When children learn to pray, read Scripture, and practice kindness, they are building roots. When they learn honesty, respect, gratitude, and compassion, they are building roots. When they understand that God loves them and has a purpose for their lives, they are building roots. These roots become especially important during adolescence and young adulthood. At this stage, young people face peer pressure, academic stress, identity struggles, and difficult decisions. Those who have strong spiritual foundations are often better equipped to make wise choices and remain hopeful during setbacks.

Spiritual formation also encourages service. It teaches young people that life is not only about personal success but also about helping others. A child who learns to care for the poor, respect elders, and support friends grows into a responsible and compassionate adult. Parents, teachers, and faith communities all play an important role in this journey. By setting good examples and creating opportunities for prayer, reflection, and service, they help shape future generations with strong moral and spiritual values.

*Therefore; the future of society depends not only on educated minds but also on well-formed hearts. Children and youth need guidance that goes beyond academic achievement. They need spiritual formation*



*that helps them to discover God's love, develop good character, and find purpose in life. Just as the bamboo tree needs strong roots before it can grow tall, young people need strong spiritual foundations before they can face the challenges of the world. Investing in their spiritual growth today will help them*

*become confident, compassionate, and faithful leaders tomorrow.*

**"Let no one despise your youth, but set the believers an example in speech, in conduct, in love, in faith, and in purity." 1 Timothy 4:12**

**Nisha John Masih, Bareilly**



## The Need for Family Catechism



***"Parents are the first heralds of the Gospel to their children by word and example."*** - St. John Paul II

In today's fast-changing world, families face many challenges.

Children and young people are exposed to various influences through social media, television, friends, and the internet. While these can offer valuable opportunities, they can also weaken faith and family values if not guided properly. In such a situation, Family Catechism becomes not merely an option but a necessity. The family is often called the "Domestic Church" because it is the first place where children encounter God. Long before a child enters a church or catechism class, he or she learns about love, forgiveness, prayer, and faith within the family. Parents are the first teachers of faith. Through their words, actions, and example, children come to understand who God is and how He works in their lives.

Family Catechism is more than teaching prayers or Bible stories. It is a way of living and sharing faith together. It creates opportunities for family members to pray, reflect on God's Word, discuss moral values, and strengthen their relationship with one another. When faith becomes part of daily family life, children learn that God is not distant but present in every moment of their lives.

Today many parents are busy with work and responsibilities, while children are

occupied with studies and technology. As a result, family prayer and faith-sharing often take a back seat. Yet, it is precisely in these circumstances that families need to come together around Christ. A few minutes of prayer, reading the Gospel, or discussing faith-related matters can make a profound difference in the spiritual growth of the family. Family Catechism helps children develop a strong foundation of faith. It teaches them values such as honesty, respect, compassion, forgiveness, and responsibility. These values become guiding principles that help them make wise choices when faced with temptations and pressures. A child who grows up in a faith-filled home is more likely to remain rooted in Christian values throughout life. Moreover, Family Catechism strengthens family bonds. When families pray together, they learn to listen to one another, support each other, and trust God together. Shared faith creates unity and helps family members face difficulties with courage and hope. Homes that pray together often become places of peace, understanding, and love.

Family Catechism also plays a vital role in passing on the faith from one generation to another. Faith cannot be inherited automatically; it must be nurtured and witnessed. Children are more deeply influenced by what they see their parents do than by what they hear others teach. When parents regularly pray, participate in the sacraments, and live according to Christian values, they become living catechists for their children.



The future of the Church depends greatly on the faith of today's families. Vibrant parishes are built upon strong Christian families. If faith is alive in our homes, it will flourish in our churches and communities. Family Catechism is not about adding another burden to busy schedules; it is about inviting Christ to be at the center of family life. As families gather around the dining table, celebrate joys, face challenges, and share daily experiences, they are called to make room for God. Through simple acts of prayer, faith-sharing, Scripture reading, and Christian witness, every home can become a school of

faith and love.

Let us therefore renew our commitment to Family Catechism. May every family become a place where faith is lived, shared, celebrated, and passed on with joy. For when families grow in faith, the Church grows stronger, and society becomes a better reflection of God's Kingdom.

*"The family that prays together stays together; and the family that stays together grows together in faith."*

**Sr. Lavina Dabre MSI,**  
Motinagar, Haldwani



## Spiritual Secrets of Human Formation



"Do not be conformed to this world, but be transformed by the renewing of your minds" (Rom 12:2). Human life is often understood through achievements, education, relationships, or social status. Beneath

these visible realities lies an invisible process that quietly shapes every person from within. This hidden work may be called **formation**, a lifelong journey in which the human person grows intellectually, emotionally, morally, and spiritually. From a spiritual perspective, this formation is guided not merely by personal effort but by the gentle action of divine. The **unseen and unknown sculptor**, who patiently shapes every human heart according to His purpose. Like a sculptor who chisels away unnecessary stone to reveal a masterpiece. The world often measures success by achievements, wealth and recognition. However, Scripture teaches that God is more concerned with the formation of the heart than with external accomplishments. Modern society often emphasizes external success, but as Christians spirituality reminds

us that authentic formation begins in the interior life. Character, values, conscience, and faith shape a person more deeply than wealth or reputation. God shapes individuals through experiences of joy, suffering, prayer, silence, relationships, and service. Therefore human formation is not simply self-improvement but cooperation with God's transforming grace.

The hidden years of Jesus at Nazareth beautifully illustrate this mystery. Before beginning His public ministry, Jesus spent years growing in wisdom, obedience, and communion with the Father (Luke 2:52). His hidden life reminds every Christian that authentic greatness is born in faithful formation rather than public recognition. Likewise, every Christian vocation begins with inner transformation. The Sacred Scripture frequently uses the image of the potter and the clay to describe God's relationship with humanity. Clay has no shape until it is placed in the hands of the potter. Likewise, every human person possesses immense potential that unfolds when surrendered to God's loving guidance. The spiritual life teaches that God does not force transformation but patiently invites

cooperation. Every challenge, disappointment, success, and encounter can become an instrument through which God forms the human heart. Human formation is a lifelong journey of growth and transformation. From a Christian perspective, it is not merely about acquiring knowledge or developing skills but about becoming the person as God wants us to be.

**The role of suffering in formation:** No sculpture is created without the sound of the chisel striking stone. Similarly, human growth often occurs through difficulties. Illness, failure, loneliness, rejection, and loss can become opportunities for deeper faith and maturity. The Christian tradition sees suffering not merely as punishment but as a school of transformation. When accepted with trust, suffering refines the human spirit and teaches dependence upon God. It deepens compassion toward others and strengthens hope beyond earthly circumstances. The CROSS of Christ stands as the greatest example that pain embraced in love can become the source of new life. Human formation is never complete. Every stage of life offers new lessons and fresh opportunities for growth. Childhood forms innocence, youth develops identity, adulthood shapes responsibility, and old age cultivates wisdom and surrender. The spiritual life teaches that becoming more fully human is also becoming more fully united with God. This journey continues until one's life reflects the image of Christ in thought, word, and action.

**Challenges to human formation today:** Contemporary culture presents many obstacles to authentic formation. Materialism, excessive technology, individualism, and constant distractions often leave little room for silence, reflection, and prayer. Many young people struggle with identity, loneliness,

anxiety, and uncertainty about the future. The Church responds by inviting believers to rediscover the value of contemplation, community, and personal encounter with Christ. Formation today requires courage to resist superficial values and embrace the deeper call to holiness.

**The goal of formation:** The ultimate purpose and goal of formation is to become fully human. Becoming human is to identify oneself in holiness and union with God. It seeks to transform individuals into living images of Christ who witness to the Gospel through their lives. Such people become instruments of peace, justice, reconciliation, and hope in society. The modern society is in need of such transformation. The mature Christian becomes a person whose life reflects

the fruits of the Holy Spirit: love, joy, peace, patience, kindness, generosity, faithfulness, gentleness, and self-control (Galatians 5:22-23).

**"Before I formed you in the womb I knew you, and before you were born I consecrated you." (Jer 1:5)** These words of the

prophet Jeremiah reveal one of the deepest truths about the human person: our existence begins not at birth but in the loving knowledge and eternal plan of God. Before we entered this world, before we spoke our first word or took our first step, God already knew us, loved us, and called us for a unique purpose. Human life is not an accident but a divine vocation. Every person is created with dignity, meaning, and a mission that unfolds through the journey of formation. Therefore human formation is not simply about becoming better people but about becoming more like Christ. As we allow Him to shape us day by day, our lives become a living testimony of His love and a source of hope for the world.

**Fr. Ajay Lobo,**  
Bangalore



## युवावस्था की दौड़



पवित्र बाइबिल में हम पढ़ते हैं कि एक व्यक्ति दौड़ता हुआ येशु के पास आया (मारकुस 10:17-22)। दौड़नेवाला वह व्यक्ति कोई वृद्ध, बीमार या कोई छोटा बच्चा नहीं था बल्कि एक युवा था। सामान्य रूप से लोग दौड़

कब लगाते हैं? जब कोई आध्यात्मिक काम हो या फिर कोई खतरा हो। बाइबिल का यह व्यक्ति जिंदगी का महत्वपूर्ण सवाल लेकर येशु के पास दौड़ कर आता है। आज के युवा वर्ग में भी जिंदगी के साथ जुड़े हुए बहुत सारे सवाल हैं। इन सवालों को लेकर वे कहाँ की दौड़ लगाते हैं? दुनिया की ओर दुनिया के तमाम सुख सुविधाओं को हासिल करने की ओर। धरती पर जीवन बिताने वालों में एक मात्र व्यक्ति सफल रहा और वह व्यक्ति है प्रभु येशु मसीह जिसने मृत्यु को हराया, शैतान को हराया, अन्धकार को हराया और सब के सामने जीत हासिल की। इसलिए प्रभु येशु के सामने हर घुटना झूकेगा और हर जुबान बोलेगी कि येशु ही प्रभु है। येशु का नाम आकाश, धरती तथा अधोलोक में सर्वश्रेष्ठ है। संभवतः बाइबिल का यह युवा व्यक्ति इस बात को भली भाँति जानता था। इसलिए वह येशु की ओर दौड़ लगाते हुए, येशु से यह सवाल करता है, “भले गुरु अनंत जीवन प्राप्त करने के लिए मुझे क्या करना चाहिए?” कितनी सुंदर बात है। इस युवक ने क्षणभंगुर दुनिया में रहते हुए अनंत जीवन के बारे में सोचा और उसके लिए मेहनत भी की। दुनिया में रहते हुए तमाम प्रकार की उपलब्धियों तथा सफलता के बावजूद हम सब इस बात को याद रखें कि हम सब इस धरती पर एक मेहमान हैं। एक दिन हमें सबकुछ छोड़कर चले जाना है। इसलिए समय रहते ही हम येशु की ओर दौड़ लगाये। प्रस्तुत लेख में युवा लोगों को युवा धर्मशिक्षा को ग्रहण करने के लिए बुलावा दिया गया है।

**युवा धर्मशिक्षा क्या है?:** युवाओं को ख्रीस्तीय विश्वास, बाइबिल का ज्ञान, संस्कारों में अभिरुचि, प्रार्थना में दिलचस्पी और मसीह जीवन के मूल्यों की ऐसी शिक्षा देना, जिससे वे केवल जानकारी ही न प्राप्त करें, बल्कि येशु

मसीह के साथ व्यक्तिगत संबंध भी विकसित कर सकें। साथ ही साथ अपने दैनिक जीवन में विश्वास को जी सकें। इस शिक्षा को युवा धर्मशिक्षा कहते हैं। इस धर्मशिक्षा का केंद्र बिंदु स्वयं प्रभु येशु हैं। इस धर्मशिक्षा का मुख्य मकसद येशु के सच्चे शिष्य बनकर समाज में प्रभु येशु के सुसमाचार का गवाही बनना। इस के लिए उन्हें केवल धर्मशिक्षा पढ़ाना पर्याप्त नहीं है, बल्कि उन्हें प्रेम, संवाद और जीवंत विश्वास का अनुभव कराना आवश्यक है।

**प्रेम और अपनापन से शुरूआत करें:** हम एक-दूसरे से प्यार करें क्योंकि उसने पहले हमसे प्यार किया है (1 योहन 4:19)। सामान्य रूप से युवा लोग तब आकर्षित होते हैं जब वे स्वयं को स्वीकार किया हुआ और महत्वपूर्ण महसूस करते हैं। इसलिए पहले उनके मित्र बनें, फिर उन्हें शिक्षा दें। प्रभु येशु की तरह संवाद की पद्धति अपनाएँ। प्रभु येशु ने शिष्यों को केवल उपदेश नहीं दिये बल्कि उनके साथ चले प्रश्न पूछे और उदाहरणों के द्वारा सिखाया। योहन बपतिस्ता ने जब अपने शिष्यों को प्रभु येशु को दिखाकर कहा, “देखो! ईश्वर का मेमना! तो वे येशु के पीछे चलने लगे।” तब येशु ने उनसे पूछा, “क्या चाहते हो?” उन्होंने उत्तर देते हुए कहा, “गुरुवर आप कहाँ रहते हैं।” येशु ने उत्तर में कहा, “आओ और देखो” (योहन 1:39)। युवाओं को प्रश्न पूछने, अपने अनुभव को साझा करने और खुलकर चर्चा करने का अवसर दें।

**जीवन की गवाही से प्रभावित करें:** युवा लोग शब्दों से अधिक जीवन की गवाही से प्रभावित होते हैं। प्रार्थना, सेवा और प्रेमपूर्ण जीवन का उदाहरण उनके लिए प्रेरणा का स्रोत बन सकता है। “तुम संसार की ज्योति हो” (मत्ती 5:14)। असीसी के संत फ्रांसिस ने कहा, “अपने जीवन के उदाहरण से सुसमाचार प्रचार करो और जरूरत पड़ने पर ही शब्दों का प्रयोग करो।”

**ईश्वर के वचन को जीवन से जोड़ें:** युवाओं को सिखाना है कि बाइबिल कैसे हमसे बात करता है। विशेष रूप से जब युवा लोग तनाव, डर, रिश्ते, भविष्य, सोशल मीडिया आदि समस्याओं का सामना करते हैं तो उन्हें बाइबिल से सीख लेते

हुए आगे बढ़ने के लिए प्रेरित करना है। “तेरा वचन मेरे पाँव के लिए दीपक है और मेरे मार्ग के लिए ज्योति” (स्तोत्र 119:105)। युवा लोग प्रतिदिन बाइबिल पढ़ते हुए, बाइबिल से मार्गदर्शन पायें।

**धर्मशिक्षा को रोचक बनाएँ:** यह कार्य आसान नहीं है। लेकिन इसके बिना धर्मशिक्षा युवा लोगों को देना संभव नहीं है। इसलिए युवा लोगों को धर्मशिक्षा के प्रति दिलचस्पी लेने के लिए उन्हें गीत, खेल, समूह चर्चा, बाइबिल क्विज, नाटक और सेवा जैसे गतिविधियों के माध्यम से जीवंत बनाएँ। उन्हें जिम्मेदारी सिखायें और जिम्मेदार बनाएँ। अलग-अलग गतिविधियों में उन्हें नेतृत्व करने का अवसर दें।

**उनके लिए निरंतर प्रार्थना करें:** प्रभु येशु ने कहा, “बच्चों को मेरे पास आने दो। उन्हें मत रोको” (मारकुस 10:14)। विश्वास भरी प्रार्थना के द्वारा हम युवाओं को प्रभु के हाथों में

सौंप दें। प्रार्थना के द्वारा पवित्र आत्मा युवाओं के हृदय को स्पर्श करता है। परिवर्तन अंततः ईश्वर का कार्य है।

युवा लोगों को धर्मशिक्षा की ओर आकर्षित करने का सबसे प्रभावी तरीका है उन्हें प्रेम देना, उनकी बात सुनना, अपने जीवन से गवाही देना, और उन्हें यह अनुभव कराना कि येशु मसीह आज भी उनके जीवन का सच्चा मित्र और मार्गदर्शक है। “मैं तुम्हें नया हृदय दूँगा और तुम्हारे भीतर नई आत्मा डालूँगा” (येज़े. 36:26)। युवा साथियों, प्रभु येशु की इस बात को हम सब हमेशा याद रखें, “मनुष्य को इससे क्या लाभ होगा? यदि वह सारे संसार को अपने वश में कर लें लेकिन अपनी आत्मा ही गँवा दें? इसलिए अपनी आत्मा बचाने के लिए प्रभु येशु के पास जायें, उसी की ओर दौड़ लगायें। प्रभु के मार्ग पर चलें। प्रभु की गवाही बनकर जीवन बितायें।

**फा. फ्रांसिस पिन्टो, दाह फार्म**



## पारिवारिक प्रार्थना की आवश्यकता



परमेश्वर ने परिवार को अपने प्रेम और जीवन का प्रतिबिंब बनने के लिए स्थापित किया है। काथलिक कलीसिया परिवार को केवल सामाजिक संस्था नहीं मानती, बल्कि उसे “घरेलू कलीसिया” (Domestic Church)

कहती है, जहाँ माता-पिता प्रथम शिक्षक और बच्चे विश्वास के प्रथम शिष्य होते हैं।

आज का युग विज्ञान, तकनीक और भौतिक प्रगति का युग है। मनुष्य के पास पहले से अधिक सुविधाएँ हैं, परन्तु शांति, संतोष और पारिवारिक एकता पहले की अपेक्षा कम होती जा रही है। परिवारों में संवाद की कमी, बढ़ती प्रतिस्पर्धा, तनाव, अकेलापन और आध्यात्मिक शून्यता गंभीर समस्याएँ बनती जा रही हैं। ऐसे समय में पारिवारिक प्रार्थना केवल एक धार्मिक परंपरा नहीं, बल्कि परिवार के अस्तित्व और आध्यात्मिक विकास की आवश्यकता है। पारिवारिक प्रार्थना परिवार को ईश्वर के निकट लाती है, आपसी प्रेम को मजबूत करती है और घर

की एक जीवित कलीसिया में परिवर्तित करती है। बाइबिल में परिवार को ईश्वर की योजना का महत्वपूर्ण अंग बताया गया है। पुराने नियम से लेकर नए नियम तक हम देखते हैं कि ईश्वर अपने लोगों को परिवार सहित उसकी आराधना करने के लिए बुलाता है। “मैं और मेरा घराना प्रभु की सेवा करेंगे।” (योशुआ 24:15) योशुआ की यह घोषणा केवल व्यक्तिगत विश्वास की नहीं थी, बल्कि पूरे परिवार की सामूहिक प्रतिबद्धता थी। नए नियम में प्रभु येशु कहते हैं: “जहाँ दो या तीन मेरे नाम पर इकट्ठे होते हैं, वहाँ मैं उनके बीच उपस्थित रहता हूँ।” (मत्ती 18:20) जब परिवार एक साथ प्रार्थना करता है, तब स्वयं मसीह उनके बीच उपस्थित रहते हैं। यही पारिवारिक प्रार्थना की सबसे बड़ी शक्ति है।

काथलिक कलीसिया की शिक्षा के अनुसार परिवार ‘घरेलू कलीसिया’ है।

काथलिक कलीसिया का धर्मशिक्षा ग्रंथ (CCC 1656) कहता है: “ख्रीस्तीय परिवार को घरेलू कलीसिया कहा जा सकता है क्योंकि यह विश्वास, आशा और प्रेम का समुदाय है।”



घर वह स्थान होना चाहिए जहाँ बाइबिल पढ़ी जाए, रोज़री प्रार्थना की जाए, संतों के जीवन से प्रेरणा ली जाए, बच्चों को विश्वास सिखाया जाए, और मसीह के प्रेम को व्यवहार में लाया जाए। यदि गिरजाघर में सप्ताह में एक बार आराधना होती है, तो घर में प्रतिदिन ईश्वर की उपस्थिति का अनुभव होना चाहिए। आज अनेक परिवार बाहरी रूप से साथ रहते हैं, लेकिन भावनात्मक रूप से दूर होते जा रहे हैं। प्रार्थना परिवार के सदस्यों को एक-दूसरे के निकट लाती है। जब माता-पिता, बच्चे और दादा-दादी एक साथ घुटने टेककर प्रार्थना करते हैं, तब वे केवल परमेश्वर से नहीं जुड़ते, ईश्वर से जुड़ते हैं। संत पौलुस कहते हैं: “एक-दूसरे के प्रति सहनशील रहो और यदि किसी को शिकायत हो तो एक-दूसरे को क्षमा करो।” (कलोसियों 3:13)

प्रार्थना क्षमा करना सिखाती है, प्रार्थना अहंकार को कम करती है, प्रार्थना परिवार में प्रेम को बढ़ाती है। जहाँ प्रार्थना होती है, वहाँ विभाजन कम और एकता अधिक होती है। माता-पिता को बच्चों का प्रथम धर्मशिक्षक माना जाता है। धर्मशिक्षा ग्रंथ (CCC 2226) कहता है: “माता-पिता अपने बच्चों के लिए विश्वास के प्रथम शिक्षक हैं।”

यदि माता-पिता बच्चों को केवल धर्मशिक्षा कक्षा या गिरजाघर भेज दें, लेकिन घर में प्रार्थना न करें, तो विश्वास की जड़ें गहरी नहीं हो पातीं। जब बच्चे देखते हैं कि माता-पिता रोज़री प्रार्थना करते हैं, भोजन से पहले धन्यवाद देते हैं, बाइबिल पढ़ते हैं, कठिन समय में प्रभु पर भरोसा रखते हैं, तो वे विश्वास को केवल सुनते नहीं, बल्कि जीना सीखते हैं। परिवारिक प्रार्थना अगली पीढ़ी को विश्वास में मजबूत बनाने का सबसे प्रभावी साधन है।

धन्य कुंवारी मरियम ने अनेक अवसरों पर परिवारों को रोज़री प्रार्थना करने के लिए प्रेरित किया है। संत जॉन पॉल द्वितीय ने कहा था: “रोज़री परिवारों के लिए और परिवारों के साथ की जाने वाली प्रार्थना है।”

जब परिवार प्रतिदिन एक साथ रोज़री प्रार्थना करता है, तब परिवार में शांति आती है, विश्वास मजबूत होता है, बच्चों को आध्यात्मिक सुरक्षा मिलती है, और

परिवार मसीह के जीवन के रहस्यों पर मनन करता है। रोज़री केवल शब्दों की पुनरावृत्ति नहीं, बल्कि येशु और मरियम के जीवन पर ध्यान है। हर परिवार कभी न कभी संकटों का सामना करता है, बीमारी, आर्थिक कठिनाई, बेरोजगारी, परीक्षा का तनाव, पारिवारिक मतभेद, प्रियजनों की मृत्यु, इन परिस्थितियों में मनुष्य अपनी सीमाओं को अनुभव करता है।

येशु कहते हैं, “मेरे बिना तुम कुछ भी नहीं कर सकते।” (योहन 15:5)

पारिवारिक प्रार्थना परिवार को यह विश्वास दिलाती है कि ईश्वर उनके साथ है। प्रार्थना परिस्थितियों को हमेशा तुरंत नहीं बदलती, लेकिन लोगों को परिस्थितियों का सामना करने की शक्ति अवश्य देती है। नाज़रेथ का पवित्र परिवार येशु, मरियम और यूसुफ हर ख्रीस्तीय परिवार का आदर्श है। संत योसेफ, माता मरियम और बालक येशु का परिवार प्रार्थना, आज्ञाकारिता, प्रेम और विश्वास का आदर्श था। परिवारों को पवित्र परिवार की ओर देखकर अपने जीवन को ढालना चाहिए। पारिवारिक प्रार्थना किसी ख्रीस्तीय परिवार के लिए वैकल्पिक नहीं, बल्कि आवश्यक है। यह परिवार को ईश्वर के निकट लाती है, पति-पत्नी के संबंधों को मजबूत करती है, बच्चों के विश्वास का निर्माण करती है, कठिनाइयों में आशा देती है और घर को वास्तविक ‘घरेलू कलीसिया’ बना देती है।

आज जब संसार अनेक प्रलोभनों और चुनौतियों से भरा हुआ है, तब प्रत्येक परिवार को प्रतिदिन कुछ समय एक साथ प्रार्थना करने का संकल्प लेना चाहिए। हम योशुआ के शब्दों को अपना पारिवारिक आदर्श बनाएं: “मैं और मेरा घराना प्रभु की सेवा करेंगे।” (योशुआ 24:15) और संत जॉन पॉल द्वितीय के इन शब्दों को अपने जीवन में उतारें: “जो परिवार साथ मिलकर प्रार्थना करता है, वह साथ बना रहता है।”

ईश्वर करे कि हमारे सभी परिवार प्रार्थना, विश्वास, प्रेम और एकता के केंद्र बनें तथा पवित्र परिवार की तरह प्रभु की महिमा के जीवित साक्षी बनें।

एलिजाबेथ पैट्रिक, रानीखेत



## संत पिता लियो XIV के पहले विश्वपत्र का सारांश मैग्नीफिका ह्यूमैनिटस (भव्य मानवता) AI (कृत्रिम बुद्धिमत्ता) के समय में मानव की सुरक्षा पर

प्रिय भाइयों और बहनों,

**प्रस्तावना-** संत पिता लियो XIV ने 15 मई 2026 को अपना पहला विश्वपत्र, मैग्नीफिका ह्यूमैनिटस (भव्य मानवता) प्रकाशित किया, जो संत पिता लियो XIII के ऐतिहासिक विश्वपत्र 'रेरुम नोवारम' की 135वीं वर्षगांठ के उपलक्ष्य में है। यह महत्वपूर्ण दस्तावेज़ आधुनिक दुनिया की सबसे जरूरी चिंताओं में से एक को संबोधित करता है: आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस (AI) का तेजी से विकास और मानवता, समाज, नैतिकता, काम और शांति पर इसका प्रभाव।

यह विश्वपत्र न केवल काथलिकों को बल्कि सभी अच्छे विचारों वाले लोगों को संबोधित है। संत पिता लियो XIV एक ऐसी दुनिया में नैतिक और आध्यात्मिक मार्गदर्शन देना चाहते हैं जो डिजिटल तकनीक और आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस से तेजी से प्रभावित हो रही है। वे न तो वैज्ञानिक प्रगति को खारिज करते हैं और न ही तकनीकी विकास से डरते हैं। इसके बजाय, वे इस बात पर दृढ़ता से जोर देते हैं कि तकनीक को हमेशा मानव और सामाजिक भलाई की सेवा में ही रहना चाहिए, मैग्नीफिका ह्यूमैनिटस में एक प्रस्तावना, पांच अध्याय और एक निष्कर्ष शामिल हैं। इसमें आधिकारिक वेटिकन संस्करण में लगभग 245 पैराग्राफ और करीब 42,000 शब्द हैं जो लगभग 105 पेजों में फैले हुए हैं। यह विश्वपत्र डिजिटल युग में काथलिक सामाजिक शिक्षा में एक बड़ा योगदान है।

### अध्याय 1 : काथलिक सामाजिक शिक्षा का विकास

पहले अध्याय में, संत पिता लियो XIV संत पिता लियो XIII से लेकर आज तक काथलिक सामाजिक शिक्षा के विकास पर विचार करते हैं। वे बताते हैं कि गिरजाघर ने सुसमाचार के प्रकाश में बदलती ऐतिहासिक स्थितियों का लगातार जवाब दिया है। जिस तरह 'रेरुम नोवारम' ने औद्योगिक क्रांति के कारण पैदा हुई समस्याओं का समाधान

किया था, उसी तरह गिरजाघर को आज आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस और डिजिटल तकनीक द्वारा पैदा की गई नैतिक और सामाजिक चुनौतियों का जवाब देना चाहिए।

संत पिता पाठकों को याद दिलाते हैं कि सामाजिक शिक्षा केवल राजनीतिक या आर्थिक विचार नहीं है, बल्कि मानव गरिमा की रक्षा करना और न्याय, शांति और एकजुटता को बढ़ावा देना गिरजाघर के मिशन का हिस्सा है।

### अध्याय 2: मानव गरिमा और मौलिक सिद्धांत

दूसरा अध्याय काथलिक सामाजिक शिक्षा के मूलभूत सिद्धांतों पर केंद्रित है: मानव गरिमा, सामान्य भलाई, एकजुटता, पूरकता न्याय और भागीदारी।

संत पिता लियो XIV इस बात पर दृढ़ता से जोर देते हैं कि हर इंसान ईश्वर के स्वरूप और समानता में बनाया गया है और इसलिए उसके पास एक अटूट गरिमा है जिसे कोई मशीन या एल्गोरिदम नहीं बदल सकता। मानव बुद्धिमत्ता केवल गणना या डेटा प्रोसेसिंग तक सीमित नहीं है; इसमें विवेक, नैतिक निर्णय, करुणा, रचनात्मकता और ईश्वर के प्रति आध्यात्मिक खुलापन शामिल है।

संत पिता इंसानों को केवल उपभोक्ताओं, श्रमिकों या डिजिटल पहचानों में बदलने के प्रति चेतावनी देते हैं। तकनीक को कभी भी मानवता पर हावी नहीं होना चाहिए या मानव जीवन के पवित्र मूल्य को कम नहीं करना चाहिए।

### अध्याय 3: आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस और मानव श्रम

इस अध्याय में, संत पिता रोजगार और वैश्विक अर्थव्यवस्था पर AI के प्रभाव की जांच करते हैं। स्वास्थ्य सेवा, शिक्षा, संचार और वैज्ञानिक अनुसंधान में AI के कई लाभों को स्वीकार करते हुए, वे बड़े पैमाने पर नौकरियों के जाने, आर्थिक असमानता और कुछ कॉर्पोरेट्स के हाथों में धन के इकट्ठा होने पर भी चिंता व्यक्त करते हैं।



संत पिता बताते हैं कि मानव श्रम केवल आय अर्जित करने का साधन नहीं है। यह ईश्वर की रचनात्मक गतिविधि में एक भागीदारी और मानव गरिमा की एक आवश्यक अभिव्यक्ति है। इसलिए, तकनीकी प्रगति को श्रमिकों की रक्षा करनी चाहिए, उचित वेतन को बढ़ावा देना चाहिए और यह सुनिश्चित करना चाहिए कि आर्थिक लाभों का समान रूप से वितरण हो।

संत पिता सरकारों, उद्योगों और अंतर्राष्ट्रीय संगठनों से श्रमिकों की सुरक्षा करने और उभरती तकनीकों के लिए नैतिक नियम प्रदान करने का आह्वान करते हैं।

#### अध्याय 4 : सत्य, स्वतंत्रता और लोकतंत्र

चौथा अध्याय संचार, सत्य, लोकतंत्र और मानवीय स्वतंत्रता पर AI के बढ़ते प्रभाव को संबोधित करता है।

संत पिता लियो XIV गलत सूचनाओं, डिजिटल हेरफेर, निगरानी प्रणालियों और जनमत को प्रभावित करने के लिए एल्गोरिदम के दुरुपयोग पर गहरी चिंता व्यक्त करते हैं। वे चेतावनी देते हैं कि तकनीक तब खतरनाक हो सकती है जब यह मानवीय स्वतंत्रता में हेरफेर करती है या नैतिक जिम्मेदारी को कमजोर करती है।

संत पिता इस बात पर जोर देते हैं कि सत्य को मशीनों या तकनीकी कॉर्पोरेट्स द्वारा नियंत्रित नहीं किया जा सकता है। मनुष्यों को नैतिक मूल्यों और विवेक द्वारा निर्देशित आलोचनात्मक सोच, नैतिक समझ और जिम्मेदार स्वतंत्रता का उपयोग करना जारी रखना चाहिए।

#### अध्याय 5 : मानव-केंद्रित भविष्य का निर्माण

अंतिम अध्याय भविष्य के लिए एक आशावादी और रचनात्मक दृष्टिकोण प्रस्तुत करता है। संत पिता लियो XIV अंतर्राष्ट्रीय सहयोग, नैतिक शासन और जिम्मेदार नवाचार का आह्वान करते हैं ताकि आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस वास्तव में मानवता की सेवा कर सके।

एक विशेष रूप से कड़ा खंड स्वायत्त हथियारों की निंदा करता है और इस बात पर जोर देता है कि मशीनों

को कभी भी जीवन और मृत्यु के निर्णय नहीं लेने चाहिए। तकनीक के उपयोग के लिए इंसान हमेशा नैतिक रूप से जिम्मेदार होना चाहिए।

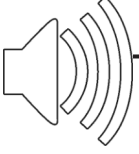
संत पिता वैज्ञानिकों, शिक्षकों, सरकारों, धार्मिक नेताओं और व्यवसायों को न्याय, एकजुटता, बंधुत्व और शांति पर आधारित सभ्यता के निर्माण में मिलकर काम करने के लिए प्रोत्साहित करते हैं। तकनीक को मानवीय संबंधों को बदलने के बजाय उन्हें मजबूत करना चाहिए।

**निष्कर्ष:** मैग्नीफिका ह्यूमैनिटास इक्कीसवीं सदी के सबसे महत्वपूर्ण गिरजाघर दस्तावेजों में से एक है। भविष्यवाणिय स्पष्टता और प्रेरितिक ज्ञान के साथ, संत पिता लियो XIV काथलिक सामाजिक शिक्षा को डिजिटल युग में विस्तारित करते हैं और आर्टिफिशियल इंटेलिजेंस की चुनौतियों से निपटने के लिए मानवता को एक नैतिक दिशा-निर्देश प्रदान करते हैं।

यह विश्वपत्र दुनिया को याद दिलाता है कि केवल तकनीकी प्रगति मानवता को नहीं बचा सकती। नैतिकता, करुणा, सत्य और आध्यात्मिक मूल्यों के बिना, वैज्ञानिक प्रगति आसानी से विभाजन, शोषण और विनाश का कारण बन सकती है। इसलिए संत पिता मानवता से आह्वान करते हैं कि वे सभी तकनीकी विकास के केंद्र में मानव को रखें न कि लाभ, शक्ति या मशीनों को।

औद्योगिक क्रांति के दौरान 'रेरुम नोवारम' की तरह, मैग्नीफिका ह्यूमैनिटास मानव इतिहास में एक निर्णायक मोड़ को संबोधित करता है। यह गिरजाघर और दुनिया को बुद्धिमत्ता, जिम्मेदारी और ईश्वर में विश्वास के साथ नए बदलावों को अपनाने के लिए आमंत्रित करता है। संत पिता लियो XIV अंततः पुष्टि करते हैं कि मानवता का भविष्य एल्गोरिदम या मशीनों द्वारा तय नहीं किया जाएगा, बल्कि सत्य और प्रेम द्वारा निर्देशित मनुष्यों के नैतिक विकल्पों, करुणा और आध्यात्मिक दृष्टिकोण से तय होगा। प्रार्थनामय शुभकामनाओं के साथ,

† इग्नेशियस डिसूजा,  
धर्माध्यक्ष



## समाचार दर्शन



### जीवन निर्माण शिविर 2026

**किच्छा:** बरेली धर्मप्रांत के युवा आयोग ने 26 मई से 3 जून 2026 तक किच्छा में धर्मप्रांतीय जीवन निर्माण शिविर 2026 का आयोजन किया। कुल 56 छात्र-छात्राएं, कक्षा 9 से 12 तक, 'एफ्फाथा' विषय के अंतर्गत एकत्र हुए। मारकुस 7:34 में येशु का यह आदेश है जिसका अर्थ है 'खुल जा'। 9 दिवसीय इस शिविर का उद्देश्य था युवाओं को ईश्वर के वचन के लिए कान खोलना, मसीह में अपनी पहचान के लिए आँखें खोलना, और दूसरों की सेवा के लिए हृदय खोलना।

प्रत्येक दिन प्रार्थना और व्यावहारिक निर्माण का संगम था। दैनिक मिस्सा, आराधना, माला विनती और परिवारों के साथ समय बिताने से आध्यात्मिक विकास को मजबूती मिली, वहीं सत्रों में रिश्ते, व्यक्तित्व विकास, स्वास्थ्य संबंधी मुद्दे और करियर विकल्प जैसी वास्तविक चुनौतियों पर चर्चा हुई। रचनात्मक गतिविधियाँ, समूह में साझाकरण, सांस्कृतिक संध्या और एक मार्मिक चंगाई सेवा ने युवाओं को विश्वास को दैनिक जीवन से जोड़ने में मदद की। बहुतों के लिए यह वर्षों बाद पापस्वीकार का पहला अनुभव था, या उन परिवारजनों को क्षमा करने का अवसर जिन्हें उन्होंने अपने जीवन से दूर कर दिया था। प्रभाव स्पष्ट था। 90% प्रतिभागियों ने कहा कि वे अब अपने विश्वास के बारे में बात करने में अधिक आत्मविश्वासी महसूस करते हैं। धर्माध्यक्ष इग्नेशियस डिसूजा के आशीर्वाद और किच्छा पल्ली के सहयोग से, DLOP 2026 ने 56 युवाओं को समर्पित साक्षी बनाकर वापस भेजा। यह इस बात का जीवंत प्रमाण है कि 'एफ्फाथा' केवल एक विषय नहीं, बल्कि जीवन जीने का एक तरीका है।

श्वेता बेंजामिन, बाजपुर



### वर्मी कम्पोस्ट निर्माण प्रशिक्षण

**शाहजहाँपुर, खजरा, कुठार ब्लॉक:** सुचेतना सामाजिक संस्था द्वारा जैविक खेती को बढ़ावा देने के उद्देश्य से कुठार ब्लॉक के खजरा गांव में वर्मी कम्पोस्ट निर्माण पर एक प्रशिक्षण कार्यक्रम आयोजित किया गया। कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य ग्रामीण किसानों को जैविक खेती के प्रति जागरूक करना तथा वर्मी कम्पोस्ट जैसे पर्यावरण-अनुकूल और कम लागत वाले जैविक उर्वरक के बारे में जानकारी प्रदान करना था, जिससे वे स्वस्थ जीवन और टिकाऊ कृषि को अपनाकर बेहतर उत्पादन प्राप्त कर सकें। कार्यक्रम में पिपरिया केंद्र के सभी कार्यकर्ताओं ने सहयोग प्रदान किया। इस अवसर पर कम्युनिटी मोबिलाइज़र श्री राम कुमार ने वर्मी कम्पोस्ट के बारे में विस्तारपूर्वक जानकारी दी। किसान समूह के सदस्यों को वर्मी कम्पोस्ट बेड तैयार करने, उसकी देखभाल करने तथा खाद तैयार होने तक की पूरी प्रक्रिया का प्रशिक्षण दिया गया। किसानों ने इस विषय में विशेष रुचि दिखाई और वर्मी कम्पोस्ट की तैयारी, उपयोग एवं लाभों से संबंधित प्रश्न पूछकर अपनी शंकाओं का समाधान प्राप्त किया। कार्यक्रम के अंत में किसानों ने जैविक खेती और वर्मी कम्पोस्ट के लाभों को समझते हुए स्वयं वर्मी कम्पोस्ट तैयार करने और अपनी खेती में इसका उपयोग करने का संकल्प लिया। इस पहल से क्षेत्र में जैविक खेती को बढ़ावा मिलने के साथ-साथ किसानों की आजीविका एवं स्वास्थ्य में भी सकारात्मक सुधार होने की उम्मीद है।

सि. फाउस्तीन DSS, सुचेतना केंद्र पिपरिया



### संगीत साधना

**सितारगंज:** धर्मप्रांतीय धार्मिक संगीत आयोग के निर्देशक फा. अशोक मसीह के निर्देशन में दिनांक 03 जून से 21 जून 2026 तक 22 दिवसीय ग्रीष्मकालीन संगीत शिविर 2026 का आयोजन अनुग्रह आश्रम में संपन्न हुआ। शिविर में बरेली धर्मप्रांत से आए 22 बच्चों ने भाग लिया। बच्चों को भारतीय शास्त्रीय संगीत, गायन एवं विभिन्न वाद्ययंत्रों का प्रशिक्षण प्रदान किया गया। प्रशिक्षण कार्य श्री सागर फ्रांसिस (पंजाब) द्वारा गिटार एवं कीबोर्ड, श्री अभिषेक (बाजपुर) द्वारा गायन एवं हार्मोनियम तथा श्री शरद जॉन (नैनीताल) द्वारा तबला एवं ढोलक में दिया गया। 21 दिनों तक चले इस प्रशिक्षण में बच्चों ने संगीत के विभिन्न रागों का अभ्यास किया तथा वाद्ययंत्रों के वादन की व्यावहारिक शिक्षा प्राप्त की। शिविर के दौरान प्रतिदिन श्रद्धेय फा. अशोक मसीह द्वारा पवित्र मिस्सा बलिदान अर्पित किया गया, जिससे प्रतिभागियों को आध्यात्मिक मार्गदर्शन भी प्राप्त हुआ।



शिविर के समापन अवसर पर 22 जून 2026 को एक संगीत कार्यक्रम का आयोजन किया गया, जिसमें पोलीगंज डीनरी के पुरोहितों एवं अन्य अतिथियों ने सहभागिता की। बच्चों ने अपने सीखे हुए गायन, रागों एवं वाद्ययंत्र वादन का उत्कृष्ट प्रदर्शन कर सभी का मन मोह लिया। अंत में श्रद्धेय फा. अशोक मसीह ने सभी प्रशिक्षकों, विद्यार्थियों एवं सहयोगियों का धन्यवाद करते हुए बच्चों को कलीसिया में संगीत सेवा के लिए निरंतर आगे बढ़ने हेतु प्रोत्साहित किया। यह शिविर बच्चों के संगीत, व्यक्तित्व एवं आध्यात्मिक विकास के लिए अत्यंत लाभदायक सिद्ध हुआ।

श्री गोल्डी, सितारगंज



## संत अंथोनी पर्व

**ज्योलीकोट:** दिनांक 13 जून 2026 को ज्योलीकोट पल्ली के संरक्षक संत अंथोनी का पर्व पूरे हर्षोल्लास के साथ मनाया गया। ज्योलीकोट पल्ली के लिए यह अत्यंत प्रसन्नता का अवसर था क्योंकि आगरा के महाधर्माध्यक्ष राफी मंजली और धर्माध्यक्ष इग्नेशियस डिसूजा संरक्षक संत अंथोनी का पर्व मनाने हेतु हमारे मध्य उपस्थित रहे। संत अंथोनी ने प्रभु येशु को उनके बाल रूप में अपनी गोद में दर्शन पाए, यह ईश्वर के प्रति उनका प्रेम दर्शाता है। धर्माध्यक्ष ने सभी को संत अंथोनी के समान बाइबिल को पढ़ने व निरंतर प्रार्थना करने के लिए प्रेरणा दी।

पर्व के शुभ अवसर पर अनेक स्थानों से आए धर्मबहनों, पुरोहितों व अतिथि जनों ने अपनी गरिमामयी उपस्थिति से सभी को कृतार्थ किया। मिस्सा बलिदान के पश्चात् धर्माध्यक्ष इग्नेशियस ने सभी को बधाई देते हुए अपने वचनों से आशीषित किया। उन्होंने कहा कि संत अंथोनी एक चमत्कारी संत थे जिन्होंने अपने जीवन काल में अनेक चमत्कार किए। वह हम सब के लिए एक प्रेरणा स्रोत हैं। पल्ली पुरोहित फा. डेरिक पिंटो ने सभी को कृतज्ञ हृदय से धन्यवाद व्यक्त किया एवं ईश्वर से सभी के लिए प्रार्थना की। अंत में पल्लीवासियों के द्वारा धर्माध्यक्ष इग्नेशियस एवं महाधर्माध्यक्ष राफी मंजली को पौधा भेंटकर आभार व्यक्त किया गया। धर्माध्यक्ष ने सभी को एंथोनी के बंद प्रसाद स्वरूप भेंट किये। सभी ने प्रीतिभोज में भाग लेकर खुशी शांति व प्रेम से विदा ली।

सरिता जेम्स, ज्योलीकोट



## सरधना तीर्थ यात्रा

**काठगोदाम:** दिनांक 28 मई 2026 को काठगोदाम तथा ज्योलीकोट की 45 महिलाओं ने सि. प्रीति, श्रद्धेय फा. डेरिक पिंटो, फा. अरीश, सि. रोशमी के साथ मिलकर कृपाओं की माता सरधना की पवित्र तीर्थ यात्रा में भाग लिया। यात्रा का शुभारम्भ काठगोदाम से प्रातः 6 बजे श्रद्धेय फा. राजेश की प्रार्थना के द्वारा हुआ। तत्पश्चात् मार्ग में रोजरी बोलते हुए और माँ मरियम के गीत गाते हुए हम लोग दिन में 12 बजे सरधना पहुँचे। उसके बाद श्रद्धेय फा. डेरिक पिंटो के द्वारा 12:15 पर सरधना गिरजाघर में पवित्र मिस्सा बलिदान चढ़ाया गया जिसमें सभी महिलाओं ने भक्तिपूर्वक भाग लिया तथा अपने निवेदन प्रभु को अर्पित किए। पवित्र मिस्सा बलिदान के पश्चात् श्रद्धेय फा. डेरिक पिंटो के द्वारा हमारे धर्मप्रांत के सभी पल्ली परिवारों के लिए विशेष प्रार्थना की गई तथा उपस्थित सभी लोगों को पवित्र जल से आशीष दी गई। तदुपरांत सभी लोगों ने दोपहर का भोजन ग्रहण किया और सभी महिलाओं ने वहाँ से रोजरी, माँ मरियम की मूर्ति, तथा प्रभु येशु की फोटो खरीदी। इसके बाद सभी महिलाओं ने वापसी के लिए प्रस्थान किया। इस प्रकार सि. प्रीति के अथक प्रयास से हमारी कृपाओं की माता की पवित्र तीर्थ यात्रा खुशी से पूरी हुई।

आशा जॉर्ज, काठगोदाम



## क्षेत्रीय जीवन निर्माण शिविर

हमारे धर्मप्रांत के 10 प्रतिभागियों ने अजमेर में आयोजित क्षेत्रीय एलओपी 2026 में भाग लिया, जो युवाओं के लिए एक आध्यात्मिक रूप से समृद्ध और परिवर्तनकारी अनुभव रहा। प्रार्थना, साधना, सत्रों, सहभागिता, सांस्कृतिक कार्यक्रमों तथा विभिन्न गतिविधियों के माध्यम से प्रतिभागियों ने अपने विश्वास को और गहरा किया, नई मित्रताएँ स्थापित कीं तथा व्यक्तिगत और आध्यात्मिक विकास प्राप्त किया। इस शिविर ने युवाओं में नेतृत्व क्षमता, सेवा-भावना और दल में कार्य करने की भावना को भी प्रोत्साहित किया। सभी प्रतिभागी सुखद स्मृतियों, बहुमूल्य सीखों और ईश्वर, कलीसिया तथा समाज की सेवा के प्रति नए उत्साह के साथ अपने घर लौटे।

अरुणिमा पैट्रिक दास (धर्मप्रान्तीय युवा सचिव)

## ग्रीष्मकालीन शिविर

**मोतीनगर:** दिनांक 24 जून 2026 को गडेरियाबाग में ग्रीष्मकालीन शिविर प्रतियोगिताओं का सफलतापूर्वक आयोजन किया गया। इस कार्यक्रम में छह ट्यूशन केन्द्रों के बच्चों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। प्रत्येक गाँव से लगभग पाँच से सात बच्चे आए, जिससे लगभग 40 बच्चों की सहभागिता रही। बच्चों, ट्यूशन शिक्षकों एवं आयोजकों सहित कुल लगभग 50 लोग कार्यक्रम में उपस्थित थे। इस कार्यक्रम का आयोजन जीवनदान सामाजिक कार्य केंद्र द्वारा किया गया। कार्यक्रम का मार्गदर्शन सि. अन्नम्मा एवं जीवनदान अस्पताल की निर्देशिका सि. एन्सी ने किया तथा सभी ट्यूशन शिक्षकों ने इसके सफल संचालन में महत्वपूर्ण सहयोग प्रदान किया। सि. अन्नम्मा एवं सभी ट्यूशन शिक्षकों के सहयोग से विभिन्न प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया। बच्चों के ज्ञान, रचनात्मकता एवं आत्मविश्वास को बढ़ावा देने के लिए भाषण प्रतियोगिता (शिक्षा एवं स्वच्छता), चित्रकला प्रतियोगिता (समानता एवं पर्यावरण) तथा प्रश्नोत्तरी प्रतियोगिता (समानता, शिक्षा, मौलिक अधिकार, प्रमुख त्योहार एवं महत्वपूर्ण दिवस) आयोजित की गई। इसके अतिरिक्त बच्चों के लिए विभिन्न खेल एवं नृत्य कार्यक्रम भी आयोजित किए गए, जिनमें बच्चों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया। बच्चों के शारीरिक एवं मानसिक स्वास्थ्य को बढ़ावा देने के उद्देश्य से एक विशेष योग सत्र भी आयोजित किया गया। बच्चों ने पूरे उत्साह के साथ योगाभ्यास में भाग लिया और स्वस्थ जीवनशैली के महत्व को समझा। पूरे कार्यक्रम का संचालन कु. काजल द्वारा बहुत ही सुंदर एवं प्रभावशाली ढंग से किया गया। उन्होंने कार्यक्रम को सुव्यवस्थित रूप से संचालित करते हुए बच्चों को पूरे समय उत्साहित एवं सक्रिय बनाए रखा। प्रतियोगिताओं के विजेताओं को जीवनदान अस्पताल की निर्देशिका सि. एन्सी द्वारा पुरस्कार प्रदान किए गए। उन्होंने बच्चों की प्रतिभा एवं प्रयासों की सराहना करते हुए उन्हें भविष्य में भी अपनी क्षमताओं को विकसित करने के लिए प्रेरित किया। कार्यक्रम के अंत में सभी प्रतिभागियों को जलपान वितरित किया गया। इस कार्यक्रम की सफलता में सभी ट्यूशन शिक्षकों का विशेष योगदान रहा, जिन्होंने अपने-अपने केन्द्रों से बच्चों को लाने तथा कार्यक्रम को सफल बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। यह दिन सीखने, मनोरंजन, योग, स्वस्थ प्रतिस्पर्धा एवं रचनात्मक गतिविधियों से भरपूर रहा। बच्चों को अपनी प्रतिभा प्रदर्शित करने, आत्मविश्वास बढ़ाने तथा शिक्षा, समानता और स्वच्छता जैसे महत्वपूर्ण मूल्यों को समझने का अवसर मिला। यह कार्यक्रम सभी के लिए एक प्रेरणादायक, ज्ञानवर्धक एवं यादगार अनुभव सिद्ध हुआ।

सि. एन MSI, मोतीनगर

### एक अमूल्य स्मृति



मेरा नाम आदित्य सिंह है और मैं रुद्रपुर पल्ली से हूँ। जीवन निर्माण शिविर 2026 का मेरा अनुभव बहुत ही अच्छा और यादगार रहा। पहले मैं ऐसे कार्यक्रमों में भाग लेने से थोड़ा झिझकता था। जब मैं यहाँ आया, तब पहले दिन मैं बहुत घबराया हुआ था और मेरे अंदर आत्मविश्वास की कमी थी। मंच पर जाने से भी मुझे डर लगता था। लेकिन LOP में भाग लेने के बाद मेरा सारा डर और घबराहट धीरे-धीरे दूर हो गया। पहले मैं सत्रों में प्रश्नों के उत्तर देने से भी हिचकिचाता था, पर यहाँ आकर मेरा आत्मविश्वास बढ़ा और मैं खुलकर अपनी बात रखने लगा। मुझे नए लोगों से मिलने, उनके साथ बातचीत करने और नए मित्र बनाने का अवसर मिला। मुझे आराधना का समय भी बहुत अच्छा लगा। उस दौरान मैंने अपने मन में शांति का अनुभव किया और प्रभु की उपस्थिति को महसूस किया। इस समय ने मुझे आध्यात्मिक रूप से और अधिक मजबूत बनाया तथा प्रभु के और निकट आने में सहायता की। पहले मैं मंच पर जाने से डरता था, लेकिन यहाँ आकर मैं अधिक सक्रिय और आत्मविश्वासी बन गया। मैंने विभिन्न गतिविधियों और सत्रों से बहुत कुछ सीखा। विशेष रूप से "Ephphatha" विषय का अर्थ समझकर उसे अपने जीवन में अपनाने की प्रेरणा मिली। इस अनुभव ने मुझे स्वयं को बेहतर ढंग से जानने और अपने व्यक्तित्व को निखारने में सहायता की। अंत में, मैं LOP 2026 के सभी आयोजकों, मार्गदर्शकों और साथियों का हृदय से धन्यवाद करता हूँ। यह अनुभव मेरे जीवन की एक अमूल्य स्मृति बनकर हमेशा मेरे साथ रहेगा। **आदित्य सिंह, रुद्रपुर**

### जीवन निर्माण अनुभव



हर अनुभव हमें आगे बढ़ाना और परिपक्व होना सिखाता है। जीवन निर्माण शिविर 2026 हम सभी के लिए एक खूबसूरत और यादगार अनुभव रहा। अजमेर के मदार स्थित नवीनता सोशल सर्विस सोसाइटी में आयोजित इस शिविर का हिस्सा बनना हम सभी के लिए किसी आशीर्वाद से कम नहीं था। इस शिविर ने हम सभी के जीवन में अनेक सकारात्मक परिवर्तन लाए। यहाँ आयोजित प्रत्येक सत्र अत्यंत प्रेरणादायक और विचारोत्तेजक था, जिसने



हमें जीवन को एक नई दृष्टि से देखने की प्रेरणा दी। इन सत्रों के माध्यम से हमने केवल जीवन कौशल ही नहीं सीखे, बल्कि यह भी जाना कि जीवन में कार्य के साथ-साथ अपने मन को शांत रखना और मित्रों के साथ समय बिताना भी उतना ही आवश्यक है। वाटर पार्क पिकनिक ने हमें यही सुंदर संदेश दिया। इसके अतिरिक्त, मिशनरीज ऑफ चैरिटी के साथ बिताया गया समय हमारे जीवन का अविस्मरणीय अनुभव रहा। उनके बीच रहकर हमने परिवार, प्रेम और सेवा के वास्तविक महत्व को और गहराई से समझा। यदि आध्यात्मिक मार्गदर्शन की बात करें, तो तीन दिवसीय साधना ने हमारे मन और आत्मा को शांति प्रदान की। इस दौरान हमने ईश्वर, विश्वास, पाप और आध्यात्मिक जीवन के बारे में बहुत कुछ सीखा। विशेष रूप से, मेल मिलाप संस्कार ने हमें ईश्वर के और अधिक निकट आने का अवसर दिया। आंतरिक चंगाई प्रार्थना के दौरान ऐसा अनुभव हुआ मानो स्वयं ईश्वर हमसे कह रहे हों, "मैं तुम्हारा ईश्वर हूँ। शांत रहो, चिंता मत करो।" इसी प्रकार तैजे प्रार्थना में ऐसा महसूस हुआ जैसे स्वयं प्रभु येशु हमारे बीच बैठकर कह रहे हों "जीवन की उलझनों से मत घबराओ, मेरे पास आओ, मैं तुम्हें विश्राम दूँगा।" इन सबके साथ-साथ हमारे क्षेत्रीय कार्यकारी समिति और स्थानीय आयोजन समिति ने पूरे 20 दिनों के इस कार्यक्रम में हर कदम पर हमारा मार्गदर्शन किया। हमें विभिन्न धर्मप्रांतों के युवाओं से मिलने, नये मित्र बनाने और यह जानने का अवसर मिला कि वे किस प्रकार ईश्वर के वचन का प्रचार-प्रसार कर रहे हैं। अंत में मैं केवल इतना कहना चाहूंगी कि यह बात सच है- "LOPIans आते हुए भी रोते हैं और जाते समय भी रोते हैं।" यह शिविर हम सभी के लिए जीवन भर याद रहने वाला अनुभव रहेगा। अंत में, मैं हमारे ICYM के अध्यक्ष धर्माध्यक्ष इग्नेशियस डिसूजा का हृदय से धन्यवाद व्यक्त करती हूँ, जिन्होंने हमें क्षेत्रीय जीवन निर्माण शिविर में भाग लेने का यह अमूल्य और सुंदर अवसर प्रदान किया। साथ ही, मैं ICYM बरेली धर्मप्रांत का भी हार्दिक आभार व्यक्त करती हूँ, जिनके मार्गदर्शन, सहयोग और विश्वास के कारण हमें इस प्रेरणादायक कार्यक्रम का हिस्सा बनने का सौभाग्य प्राप्त हुआ।

क. रोजी, बरेली



## अविस्मरणीय अनुभव



अजमेर में आयोजित 43वें एलओपी में भाग लेना मेरे लिए एक जीवन-परिवर्तनकारी और अविस्मरणीय अनुभव रहा। यद्यपि मैं कई प्रश्नों और थोड़ी झिझक के साथ इस शिविर में शामिल हुई थी, लेकिन ये दिन मेरे जीवन के सबसे अर्थपूर्ण क्षणों में बदल गए। विभिन्न सत्रों, गतिविधियों और सहभागिता के माध्यम से मेरे विश्वास को मजबूती मिली, ईश्वर पर मेरा भरोसा और गहरा हुआ तथा मुझे व्यक्तिगत और आध्यात्मिक रूप से विकसित होने का अवसर मिला। करुणालय आश्रम की यात्रा और भोजन वितरण सेवा में भाग लेने से मैंने करुणा, कृतज्ञता और दूसरों की सेवा के महत्व को सीखा। सांस्कृतिक संध्याओं, पिकनिक और आनंदमय उत्सवों ने इस यात्रा को और भी विशेष एवं यादगार बना दिया। इस शिविर से मिली यादें, सीख और मित्रताएँ सदैव मेरे हृदय में विशेष स्थान बनाए रखेंगी।

एंजेल मेरी, बाजपुर



## एक यादगार सफर



मैं लिंसी रुद्रपुर पल्ली से हूँ। जब मैंने पहली बार जीवन निर्माण शिविर के बारे में सुना तो मुझे लगा कि शायद वहाँ जाकर मैं खुद को सहज महसूस नहीं कर पाऊँगी। लेकिन कुछ लोगों के प्रोत्साहन और मेरे माता-पिता की इच्छा के कारण मैंने अपना पंजीकरण कराया और एलओपी का हिस्सा बनी। पहले दिन मैं थोड़ी सी घबराई हुई थी और घर की याद भी आ रही थी लेकिन धीरे-धीरे मुझे एहसास हुआ कि यहाँ आने का मेरा निर्णय बिल्कुल सही था। मेरे नए मित्र बने अलग-अलग पल्ली के युवाओं से मिलने का अवसर मिला और यहाँ आकर मैंने बहुत कुछ नया सीखा। सभी सत्र मेरे लिए प्रेरणादायक रहे विशेषकर 'नेतृत्व और दूसरों की सेवा करना' विषय का सत्र। इस सत्र से मुझे एक नया नेता बनने और दूसरों की सेवा करने की प्रेरणा मिली। मेल मिलाप संस्कार और प्रार्थना ने मुझे आध्यात्मिक रूप से और मजबूत बनाया। फादर द्वारा दिए गए तीन प्रश्नों ने मुझे अपने जीवन पर और अधिक सोचने के लिए प्रेरित किया। एलओपी 2026 की सबसे बड़ी सीख मेरे लिए Ephphatha अर्थात खुल जा रही। जिसने मुझे अपने मन विचारों और विश्वास को और अधिक खोलने की प्रेरणा दी। अंत में मैं एलओपी 2026 के सभी आयोजकों को पुरोहितों, धर्मबहनों और सभी प्रतिभागियों को धन्यवाद देना चाहूंगी। एलओपी 2026 की यह सुंदर यात्रा मेरे लिए एक यादगार सफर बन गया है।

लिंसी, रुद्रपुर

## विवाह तैयारी प्रशिक्षण

**सितारगंज:** अनुग्रह आश्रम में दिनांक 21 जून से 24 जून 2026 तक चार दिवसीय विवाह तैयारी प्रशिक्षण का सफल आयोजन किया गया। इस प्रशिक्षण में बरेली धर्मप्रांत के विभिन्न क्षेत्रों से आए 25 प्रतिभागियों ने भाग लिया। प्रशिक्षण का उद्देश्य प्रतिभागियों को **विवाह संस्कार, पारिवारिक जीवन, वैवाहिक संबंधों तथा कलीसिया की शिक्षाओं** के विषय में समुचित मार्गदर्शन प्रदान करना था। कार्यक्रम के दौरान श्रद्धेय फा. मौरिस डेसा ने **धर्मशिक्षा, संबंध विकसित करने और आवश्यकताओं की खोज करने तथा भिन्नताओं के बीच प्रगति करने** के विषयों पर प्रभावशाली सत्र प्रस्तुत किए। श्रद्धेय फा. जॉनी के.वी. ने **विवाह-एक संस्कार तथा वैवाहिक मुद्दे एवं चुनौतियाँ** विषयों पर प्रतिभागियों का मार्गदर्शन किया। सि. सुकेशिनी ने **लैंगिकता द्वारा एकात्मकता** विषय पर महत्वपूर्ण एवं ज्ञानवर्धक सत्र लिए। वहीं श्रद्धेय फा. जॉन बॉस्को ने **धर्मविधान और विवाह** विषय पर कलीसिया के वैवाहिक नियमों एवं प्रावधानों की जानकारी प्रदान की। प्रशिक्षण के अंतिम दिन श्रद्धेय फा. अशोक मसीह ने **विवाह संस्कार की पवित्रता तथा बाइबिल में विवाह संस्कार** विषयों पर शिक्षाप्रद सत्र प्रस्तुत किए। साथ ही प्रतिभागियों को मेल-मिलाप संस्कार के माध्यम से आध्यात्मिक तैयारी का अवसर प्रदान किया गया।

प्रतिदिन पवित्र मिस्सा बलिदान एवं सामूहिक प्रार्थनाओं के माध्यम से प्रतिभागियों को आध्यात्मिक रूप से सुदृढ़ बनाया गया। प्रशिक्षण के अंत में सभी प्रतिभागियों ने इस कार्यक्रम को अपने भावी वैवाहिक जीवन के लिए अत्यंत उपयोगी एवं प्रेरणादायक बताया। यह प्रशिक्षण कार्यक्रम प्रतिभागियों को एक सफल, जिम्मेदार एवं विश्वासपूर्ण वैवाहिक जीवन के लिए तैयार करने में महत्वपूर्ण सिद्ध हुआ।

श्रद्धेय फा. अशोक मसीह, सितारगंज



## धर्मभाइयों का आध्यात्मिक अनुभव

**सितारगंज:** अनुग्रह आश्रम में राँची से आए 21 धर्मभाइयों ने दस दिवसीय आध्यात्मिक एवं प्रेरितिक अनुभव कार्यक्रम में सहभागिता की। यह कार्यक्रम उनके पुरोहिताई प्रशिक्षण का एक महत्वपूर्ण भाग था, जिसका उद्देश्य उन्हें प्रार्थना, सेवा तथा लोगों के बीच रहकर कलीसिया के मिशन का व्यावहारिक अनुभव प्रदान करना था।

अपने प्रवास के दौरान धर्मभाइयों ने प्रतिदिन दो शिक्षाप्रद सत्रों में भाग लिया, जिनमें आध्यात्मिक जीवन, सेवाकार्य, कलीसियाई नेतृत्व तथा पुरोहिताई जीवन के विभिन्न आयामों पर चिंतन और मार्गदर्शन प्राप्त किया। इसके साथ ही वे प्रतिदिन प्रार्थना कुटीर में दो घंटे तक पवित्र परमप्रसाद के समक्ष मौन आराधना एवं व्यक्तिगत प्रार्थना में समय व्यतीत करते थे। रात्रि के समय वे बारी-बारी से पवित्र परमप्रसाद के समक्ष आराधना में सहभागी बनते रहे। प्रेरितिक प्रशिक्षण के अंतर्गत धर्मभाइयों ने प्रतिदिन दो-दो के समूह में विभिन्न परिवारों से भेंट करने जाते थे जिससे उन्हें परिवारों के जीवन, उनकी चुनौतियों, विश्वास यात्रा तथा कलीसिया के प्रति उनकी प्रतिबद्धता को निकटता से समझने का अवसर मिला। इस अनुभव ने उन्हें भविष्य की पुरोहिताई सेवकाई के लिए व्यावहारिक रूप से तैयार करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। दस दिवसीय यह अनुभव कार्यक्रम धर्मभाइयों के लिए अत्यंत प्रेरणादायक एवं लाभदायक सिद्ध हुआ। यह अनुभव निश्चय ही उनके भविष्य के पुरोहिताई जीवन में एक मजबूत आधार सिद्ध होगा।

श्रद्धेय फा. अशोक मसीह, सितारगंज



## अनमोल सीख



अजमेर में आयोजित 43वाँ क्षेत्रीय एल.ओ.पी. मेरे जीवन का एक अत्यंत यादगार और समृद्ध अनुभव रहा। शुरुआत में परिवार से दूर रहने को लेकर मैं थोड़ा घबराया हुआ था, लेकिन वहाँ मिले प्रेम, स्नेह और मित्रता ने मुझे घर जैसा अपनापन महसूस कराया। मुझे विशेष रूप से सांस्कृतिक संध्या तैजे प्रार्थना, साधना और पिकनिक बहुत पसंद आए। विभिन्न सत्रों ने मुझे आध्यात्मिक रूप से विकसित होने, ईश्वर में अपने विश्वास को और गहरा करने तथा अपने जीवन में सकारात्मक परिवर्तन लाने के लिए प्रेरित किया। यद्यपि यह साधना मुझे बहुत छोटा लगा, फिर भी यह आनंद, सार्थक सीख और अविस्मरणीय क्षणों से भरपूर था। मैं अपने साथ सुंदर यादें, मजबूत मित्रताएँ, जीवन की अनमोल सीखें और कृतज्ञता से भरा हृदय लेकर लौटा। यह मेरे जीवन के सबसे श्रेष्ठ अनुभवों में से एक रहेगा।

समर्थ बक्स, बरेली



## बाइबिल प्रश्नोत्तरी - 129

### राजाओं का दूसरा ग्रन्थ (अध्याय 13-25)

- अध्याय एवं पद संख्या का उल्लेख करें। कृपया अपने उत्तर 24 जुलाई 2026 तक भेज दें।
1. अमस्या का शेष इतिहास कहाँ लिखा है ?
  2. राजा हिज़किया के महल - प्रबंधक एवं सचिव का क्या नाम था ?
  3. मनस्से को कहाँ दफनाया गया ?
  4. सिदकिया कितने वर्ष का था, जब वह राजा बना ?
  5. इसायाह फोड़े पर क्या लगाने से अच्छा हो गया ?
  6. .... यरोबआम के सब पापों का अनुकरण करते रहे।
  7. यहोआहाज़ के पुत्र का क्या नाम था ?
  8. प्रभु ने ..... को कोढ़ी बना दिया।
  9. "जब योशीया राजा बना, तो उसकी उम्र आठ वर्ष थी।" सही या गलत ?
  10. कौन जब तक जीत रहा तब तक उसे राजा से प्रतिदिन दैनिक भत्ता मिलता रहा ?
  11. "राजा पहाड़ पर खड़ा हो गया और उसने प्रभु के सामने यह प्रतिज्ञा की कि हम प्रभु के अनुयायी बनेंगे।" सही या गलत ?
  12. जब हिज़किया शासन करने लगा तो उसकी अवस्था .. ..... वर्ष थी।

Prepared by: Miss Shweta D Cruze

सूचना: कृपया अपने उत्तर इस इमेल पते पर भेजें: [chetnabareilly1989@gmail.com](mailto:chetnabareilly1989@gmail.com)

अथवा इस नम्बर के वाट्सएप पर भेजें: 8533886703 उत्तर के साथ अपना

और अपनी पल्ली का नाम अवश्य लिखें।



## MY FAITH (CATECHISM QUIZ) - 129

### CATECHISM OF THE CATHOLIC CHURCH: ARTICLES (2534-2557)

Please send your answers latest by 24 July 2026. Kindly send your answers only:

1. \_\_\_\_\_ be banished from the human heart.
2. Which commandment enforce and complete the ninth commandment?
3. What is a preparation for the blessedness of the poor?
4. "The economy of law and grace turns men's hearts away from avarice and envy" True or false?
5. Which precept is obligatory for entrance into the Kingdom of heaven?
6. Envy often comes from \_\_\_\_\_.
7. What leads us to desire pleasant things we do not have?
8. What can lead us to the worst crimes?
9. "The ninth commandment forbids greed and the desire to amass earthly goods without limits." true or false?
10. Who should direct there affections rightly?
11. Who gave an example of God's poverty when he says "for your sakes he became poor."?
12. The \_\_\_\_\_ and the \_\_\_\_\_ call whoever hears them.

Prepared by: Miss Shweta D Cruze

**बाइबिल प्रश्नोत्तरी - 128 के उत्तर**

- |                              |                                |
|------------------------------|--------------------------------|
| 1. एलीशा 2:17                | 7. राजा ने सैनिकों से 7:12     |
| 2. अरामी छापामार 5:2         | 8. सेना नायक 1:9               |
| 3. अहाब के पुत्र यहोराम 8:29 | 9. अहाब के पुत्र यहोराम ने 3:2 |
| 4. बेत-एकेद 10:14            | 10. हण्डे 4:41                 |
| 5. सही 12:10                 | 11. सही 6:2                    |
| 6. ग्यारहवें 9:29            | 12. अतल्या 11:13               |

**मेरा विश्वास (धर्मशिक्षा प्रश्नोत्तरी) - 128 के उत्तर**

- |                              |                                     |
|------------------------------|-------------------------------------|
| 1. Heart CCC 2517            | 7. Ninth Commandment CCC 2529       |
| 2. Baptism CCC 2520          | 8. Pastor Hermae CCC 2517           |
| 3. Modesty CCC 2521          | 9. True CCC 2524                    |
| 4. St John CCC 2514          | 10. Prayer CCC 2532                 |
| 5. Pure in heart CCC 2519    | 11. In charge of Education CCC 2526 |
| 6. Christian Purity CCC 2525 | 12. Concupiscence CCC 2515          |

**बाइबिल प्रश्नोत्तरी - 128 के विजेता**

- प्रथम पुरस्कार - अजीत, पिथौरागढ़  
द्वितीय पुरस्कार - अजय, किच्छा  
तृतीय पुरस्कार - प्रेरणा, सितारगंज

**My Faith (धर्मशिक्षा प्रश्नोत्तरी) - 128 के विजेता**

- प्रथम पुरस्कार - सि. अनुपा, काठगोदाम  
द्वितीय पुरस्कार - सि. ग्रेसी, रानीखेत  
तृतीय पुरस्कार - विपिन, काशीपुर

**BIRTHDAYS**

|   |                                   |         |
|---|-----------------------------------|---------|
| 1 | Rev. Fr. Uday Kumar D'Souza       | July 03 |
| 2 | Rev. Fr. Julian Pinto             | July 06 |
| 3 | Rev. Fr. Vijay Tellis             | July 07 |
| 4 | Rev. Fr. Pius Menezes             | July 11 |
| 5 | Rev. Fr. Robert Mathias           | July 19 |
| 6 | Rev. Fr. Roman Dias               | July 21 |
| 7 | Rev. Fr. Abhinow Gyan Prakash     | July 27 |
| 8 | Rev. Fr. Marian Faustine Pinto    | July 29 |
| 9 | Rev. Fr. Preetam Santosh Monteiro | July 29 |