



ሥርዓተ አምልኮ ዘኦርቶዶክስ ተዋህዶ

ከነሐሴ ፳ እስከ ፲፬ ቀን ባለው ሰንበት ቢውል

የቃሉ ትርጉሜ ስርዓት ቃሉ ከርመ፣ ከረመ ካለው የግእዝ ቃል የተገኘ ሲሆን ትርጉሜውም ወርታ ዝናም፣ ወርታ ነጐድጓድ፣ ዘመነ ባሕር፣ ዘመነ አፍላግ፣ ዘመነ ጠል፣ ዘመነ ደመና፣ ዘመነ መብረቅ ማለት ነው። የክረምት ዘመን ከሰኔ ፳፮ እስከ መስከረም ፳፮ ቀን ድረስ ነው።

የዕለቱ ምስባክ

አዋልደ ንግሥት ለክብርክ
 ወትቀውም ንግሥት በየግንክ
 በአልባወ ወርቅ ኡጽፍት ወሐብርት

የንግሥት ልጆች ለክብርሽ ናቸው
 በወርቅ ልብስ ተጐናጽፋና ተሸፋፍና
 ንግሥቲቱ በቀኝህ ትቆማለህ

መዝ ፵፬፻፱

ወንጌል፣ ሉቃ ፩፻፳፮-፵፭
 ቅዳሴ፣ የአመቤታችን

የዕለቱ ትምህርት

ክርስቲያናዊ ጸም

ጸም ቃሉ የግእዝ ሆኖ ፍቺው ጦም ማለት ነው። ጦም ማለት ሰውነትን ከመብል ከመጠጥና ከክፉ ስራ ሁሉ መከልከል ማለት ነው። የጦም ጊዜ ራስን የማዋረድ የኃዘን የጸሎት የንስሐና የኑዛዜ ጊዜ እንደሆነ መጽሐፍ ቅዱስ እንዲህ ይላል።

1. «በአምላካችን ፊት ራሳችንን እናዋርድ ዘንድ፣ ከእርሱም የቀናውን መንገድ ለእኛና ለልጆቻችን ለንብረታችንም ሁሉ በአኅዋ ወንዝ አጠገብ ጦም አወጅሁ ስለዚህም ነገር ጦምን፤ ወደ እግዚአብሔርም ለመንን እርሱም ተለመነን።» ዕዝራ 8፡21
2. «ይህንን ቃል በሰማሁ ጊዜ ተቀምጬ አለቀሰሁ አያሌ ቀንም አዝን ነበር በሰማይም አምላክ ፊት እጸምና እጸልይ ነበር፣ እንዲህም አልሁ፣ አቤቱ የሰማይ አምላክ ሆይ ለሚወዱህና ትእዛዝህን ለሚያደርጉ ቃል ኪዳንንና ምህረትን የምትጠብቅ ታላቅና የተፈራህ አምላክ ሆይ በአንተ ላይም ያደረግኸውን የእስራኤልን ኃጢአት እናዘዝልሃለሁ፤ እኛ በድለናል እኛም በአንተ ላይ እጅግ ክፉ ሠርተናል» ነሀ. 1፡4-7
3. «ማቅ ለብሼ በአመድም ላይ ሆኖ ስጦም እጸልይና እለምን ዘንድ ፊቴን ወደ ጌታ ወደ አምላክ አቀናሁ። ወደ አምላኬም ወደ እግዚአብሔር ጸለይሁ ተናዘዝም እንዲህ አልሁ ኃጢአትን ሠርተናል በድለንማል ክፉትንም አድርገናል አምጸንማል ከትእዛዝህና ከፍርድህም ፈቀቅ ብለናል» ይላል። ዳንኤል 9፡3-20

የዕለቱ የቅዱስ ያሬድ መዝሙር ርዕስ

«ዛቲ ይእቲ»

በቅዳሴ ሰዓት የሚነበቡ የመጽሐፍ ቅዱስ ክፍሎች

	ንባብ	አንባቢ
1	ዕብ ፱፻፱-፲፮	ዲያቆን (ገባሬ ሰናዩ)
2	፪ኛ ዮሐ ፩፻፩-ፍጻሜ	ዲያቆን (ንፍቅ ዲ.)
3	የሐዋ ሥራ ፩፻፩-፲፭	ረዳቱ ቄስ (ንፍቅ ካህን)

በዚህ የእግዚአብሔር ቃል መሠረት የጦም ጊዜ በንስህ የመመለስና በኃጢአት የመናዘዝ ራስን የማዋረድና የጸሎት ጊዜ ነው ማለት ነው።

የጸም ሰዎች

ጸምን የሚጠሙ ሰዎች በሁለት ይመደባሉ። እነሱም፡

1. የጸም ጊዜያቸው እስኪፈጸም ድረስ ያለምንም እህል ውሃ በባዶ ሆድ የሚጠሙ ሲሆኑ
2. ከጥሉላት ማለት ከሥጋ ከቅቤና ከእንቁላል እንዲሁም ከሚያስክር መጠጥ በመክልከል እስከ ተወሰነ ሰዓት በባዶ ሆድ ቆይተው ሰዓታቸው ሲደርስ ለሥጋ ኃይል ሰጭ ያልሆነ መናኛ ምግብ በመመገብ የሚጠሙ ናቸው። ለዚህም መጽሐፍ ቅዱሳዊ መረጃዎች አሉ።

ያለ ምንም እህል ውሃ

1. «እግዚአብሔርም ሙሴን በእነዚህ ቃሎች መጠን ከአንተና ከእስራኤል ጋር ቃል ኪዳን አድርጎአለሁና እነዚህን ቃሎች ጻፍ አለው። በዚያም አርባ ቀንና አርባ ሌሊት ከእግዚአብሔር ጋር ነበረ እንጂራም አልበላም ውሃም አልጠጣም በጽላቶቼም አሥሩን የቃል ኪዳን ቃሎች ጻፈ» ዘዳ 34፡27 ሙሴ አርባ ቀንና አርባ ሌሊት ያለምንም እህል ውሃ የጠመው የእግዚአብሔር ትእዛዛት የተጻፉባቸው ሁለቱን ጽላቶች ከመቀበሉ በፊት ስለጽላቶች ነው።
2. እስራኤል በፋርስ ባቢሎን በሰደት ላይ እንዳሉ ጠላት ተነስቶባቸው በያሉበት ታድነው እንዲገደሉ በተወሰነባቸው ጊዜ እንደ እግዚአብሔር ፈቃድ ከሰደተኞች መካከል የንጉሠ ሚስት ለመሆን በበቃች አስቴር በምትባል ቅድስት ሴት አማካኝነት ሦስት ቀንና ሶስት ሌሊት እስራኤል በያሉበት እህል ውሃ ሳይቀምሱ ጠመው በይግባኝ የሞት ፍርድ ወደ ነጻነት ተለውጦላቸዋል። መጽ አስቴር 4፡13-17

3. የነነዌ ሰዎች በዮናስ ስብከት እንሰሳት እንኳ ሳይቀሩ ያለ ምንም እህል ውሃ ሦስት ቀንና ሦስት ሌሊት በመጠማቸው እግዚአብሔር ይቅርታውንና ምሕረቱን ልኮላቸዋል። ዮናስ 3፤1-10

4. አምላካችን ኢየሱስ ክርስቶስ ወደዚህ ዓለም የመጣውና በሥጋ የተገለጠው ስለ ሁለት ዐበይት ነገሮች ነው። ይኸውም 1ኛ ራሱን መስዋእት አድርጎ እኛን ለማዳን ሲሆን 2ኛው እኛ ክርስቲያኖች ማድረግ የሚገባንን መልካም ነገር ሁሉ ሠርቶ ሊያሳየን ለአርአያነትና ለምሳሌነት ነው። አርአያና ምሳሌ ሆኖ ካሳየን ነገሮች ውስጥ አንዱ ጦም ነው። ጌታችን ኢየሱስ ክርስቶስ ስለኛ አርባ ቀንና አርባ ሌሊት በጦመ ጊዜ ያለምንም እህል ውሃ ነው። ለዚህም መጽሐፍ ቅዱስ እንዲህ ይላል

«ከዚያ ወዲያ ኢየሱስ ከዲያብሎስ ይፈተን ዘንድ መንፈስ ወደ ምድረ በዳ ወሰደው አርባ ቀንና አርባ ሌሊትም ከጦመ በኋላ ተራበ። ፈታኝም ቀርቦ የእግዚአብሔር ልጅ ከሆነህ እነዚህ ድንጋዮች እንጀራ እንዲሆኑ በል አለው። ኢየሱስም መልሶ ሰው ከእግዚአብሔር አፍ በወጣ ቃል ሁሉ እንጅ በእንጀራ ብቻ አይኖርም ተብሎ ተጽፏል አለው» ይላል። ማቴ 4፤1-5 ሉቃ 4፤1-14

እንግዲህ እስካሁን የጠቀስናቸው በሙሉ አቅም ላላቸውና ያለምንም እህል ውሃ መጦም እንፈልጋለን ለሚሉ ሰዎችና ያለምንም እህል ውሃ ለሚጠመው ጦም መረጃዎች ናቸው። ነገር ግን በአሁኑ ወቅት በዚህ የጦም ስልት የሚጠቀሙ በጣም ጥቂቶች ናቸው። ያውም ቢሆን በግል ደረጃ እንጂ በቤተ ክርስቲያን ደረጃ ከትንሳኤ ዋዜማ፣ ከቀዳም ስዑርና ከአንዲት ቀን ከገሀድ ጦም በቀር ያለ ምንም እህል ውሃ የሚጠም ጸም የለም።

በመናኛ ምግብ

እስካሁን ድረስ ያለምንም እህል ውሃ ለሚጠመው ጦም ስንጋገር ቆይተናል። አሁን ደግሞ ሥጋን የሚያፋፋና ለሥጋ ኃይል ሰጪ ከሆኑ ከጥሉላት ማለትም ከሥጋ፣ ከቅቤና ከማለፊያ እንጀራ እንዲሁም ከሚያሰክር መጠጥ በመክልከል በመናኛ ምግብ ስለሚጠመው ጦም ከመጽሐፍ ቅዱስ ማስረጃዎችን እንጠቅሳለን።

1. «በዚያም ወራት እኔ ዳንኤል ሦስት ሳምንት ሙሉ ሳዝን ነበርሁ። ማለፊያ እንጀራም አልበላሁም ሥጋና ጠጅም በአፌ አልገባም፤ ሦስቱም ሳምንት እስኪፈጸም ድረስ ዘይት አልተቀባሁም» ይላል። ዳን 10፤2። በመጽሐፈ ነህምያ 1፤4 ለይ የጦም ጊዜ ማለት የኃዘን ጊዜ ማለትም የጦም ጊዜ ማለት መሆኑን እያስታወሰን ይህ ነቢይ (ዳንኤል) በምዕራፍ 9፤3 ላይ «ማቅ ለብሼ በአመድም ላይ ሆኜ መጸም ጀመርሁ» ካለ በኋላ በምዕራፍ 10፤2 ላይም ደግሞ ይህ የጦም ጊዜ የኃዘን ጊዜ እንደሆነና ቀኖቹም ሦስት ሳምንታት እንደሆኑ ገልጦልናል። ታዲያ በነዚህ ሦስት ሳምንታት ውስጥ ሥጋና ማለፊያ እንጀራ አልበላሁም ጠጅም በአፌ አልገባም በማለት በጦም ጊዜ ሥጋንና ሥጋ ነክ የሆኑ ነገሮችን እንዲሁም ማለፊያ እንጀራና የሚያሰክር መጠጥን ለመተዋቸን መረጃና መሠረት ሆኖልናል።

2. «እንዳለፈ ጥላ አለቅሁ እንደ አንበጣም እረገፍሁ ጉለበቶቹ በጦም ደከሙ ሥጋየም ቅቤ በማጣት ከሳ ነፍሴን (ሥጋየን) በጸም አስመረርኋት» ይላል። መዝ 108፤23-25፤

መዝ 68፤10 ይህን ቃል የተናገረውና በተግባር የፈጸመው ቅዱስ ዳዊት ነው። በዚህ ቃል መሠረት «ጉልበቶቹ በጸም ደከሙ ሥጋየም ቅቤን በማጣት ከሳ ሲል በጦም ጊዜ ቅቤንና ቅቤ ነክ የሆኑ ነገሮችን ላለመብላታችን በቂ መረጃ ነው።

3. ለመንፈሳዊ እንቅስቃሴያችን ሁሉ መሠረታችን መጽሐፍ ቅዱስ በመሆኑ በጸማችን ጊዜ ያለ ምንም እህል ውሃ መጸም እንችላለን ለሚሉ ጠንካሮች መረጃዎች አይተናል።

እውነተኛ ጸም

«ቡኑ ዘጸምክሙ ሊተ ጸምስ አኮ ጸዊም እምኅብስት ወማይ ባህቲቱ ይጹም ልሳንክሙ እምነገረ ውዴት ...መኮንከ ዘኢትክል ትጹም እመባልእት ጹም እንከ እምኅሊናት እኪት» ዘካ 7፤5 ስንክ ታኅ 13 ፊለክ 240

ይህም ማለት ፣በእውነትም ጸምን ጸማችሁለንን? ከሆነስ ጸም ማለት ከሙብል ከመጠጥ ብቻ አይደለም እንደበታችሁን ከነገር ሥራ ከሐሜት ከመጥፎ ቃልና ንግግር እንዲሁም ሰውነታችሁን ከክፉ ሃሳብና ከኃጢአት ሁሉ ከልክሉ ማለት ነው።

በኢሳይያስ 58፤3-13 ደግሞ እንዲህ ይላል፡ «ስለምን ጸምን አንተም አልተመለከትክንም ሰውነታችንንስ ስለምን አዋረድን አንተም አላወቅም ይላሉ። እነሆ በጸማችሁ ቀን ፈቃዳችሁን ታደርጋላችሁ፤ ሠራተኞቻችሁን ሁሉ ታስጨንቃላችሁ፤ እነሆ ለጥልና ለክርክር ትጸማላችሁ በግፍ ጡጫም ትማታላችሁ እኔ የመረጥሁት ጸም ይህ ነውን? ሰውነ ነፍሱን የሚያዋርደው እንደዚህ ባለ ቀን ነውን? በዉኑ ራሱን እንደ እንግጫ ዝቅ ያደርግ ዘንድ ማቅንና አመድንም በበታቹ ያነጥፍ ዘንድ ነውን? በውኑ ይህን ጸም በእግዝአብሔርም ዘንድ የተወደደ ቀን ትለዋለህን? እኔስ የመረጥሁት ጸም ይህ አይደለምን? የበደልን እስራት ትፈቱ ዘንድ የቀንበርንስ ጠፍር ትለቁ ዘንድ የተገረፉትንስ አርነት ትሰዱ ዘንድ ቀንበሩንስ ሁሉ ትሰብሩ ዘንድ አይደለምን? እንጀራህንስ ለተራብ ትቆርስ ዘንድ፣ ስደተኞቹን ድሆች ወደ ቤትህ ታገባ ዘንድ የተራቆተውንስ ብታይ ታለብሰው ዘንድ ከሥጋ ዘመድህስ እንዳትሸሸግ አይደለምን? የዚያን ጊዜ ብርሃንህ እንደ ንጋት ይበራል ፈውስህም ፈጥኖ ይበቅላል፤ ጽድቅም በፊትህ ይሄዳል። የእግዚአብሔርም ክብር በኋላህ ሆኖ ይጠብቅሃል፤ የዚያን ጊዜ ትጣራለህ እግዚአብሔርም ይሰማሃል ትጫሃለህ እርሱም እነሆኝ ይላል፤ ከመካከልህ ቀንበርን ብታርቅ፣ ጣትህንም መጥቀስ ብትተው፣ ባታንጎራጉርም፣ ነፍስህንም ለተራብ ብታፈስስ የተጨነቀውንም ነፍስ ብታጠግብ ብርሃንህ በጨለማ ይወጣል ጨለማህም እንደ ቀትር ይሆናል፤ እግዚአብሔርም ሁል ጊዜ ይመራሃል ነፍስህንም ከመላካም ነገር ያጠግባል አጥንትህንም ያጠናል፤ አንተም እንደሚጠጣ ገነት ውሃውም እንደማያቋርጥ ምንጭ ትሆናለህ ከዱሮ ዘመን የፈሰሱት ሥፍራዎች ይሠራሉ የብዙ ትውልድም መሠረት ይታነጻል አንተም ሰባራውን ጠጋኝ የመኖሪያ መንገድን አዳሽ ትባላለህ።»...

ትምህርት በአባ ወልደ ትንሣኤ አያልኑህ