የሕይወት መንገድ

ከፖፕ ሺኖዳ ሣልሳዊ

ትርጉም፡- በሰሎሞን በቀለ

ሚያዝያ 1994 ዓ.ም.

www.ethiopianorthodox.org

የመጽሐፉ መታሰቢያነት

ሥነ-መለኮትን እና ነገረ-ሃይማኖትን በስፋት እና በጥልቀት ለተማርኩበት ለቅድስት ሥላሴ መንፈሳዊ ኮሌጅ (Holy Trinity Theological College) ይሁንልኝ።

ምስጋና

የዚህን መጽሐፍ ትርጉም ሥራ በከፍተኛ ሁኔታ ለረዳኝና በሀሳብ ላልተለየኝ ለቅ/ሥላሴ መ/ኮሌጅ 4ኛ ዓመት ደቀመዝሙር ለዲ/ን ዘሪሁን ሙላቱ ዘዝዋይ መንፈሳዊ ምሥጋናዬን ከልብ አቀርባለሁ።

መብቱ በሕግ የተጠበቀ ነው።

All Rights Reserved

ሥጦታ

ለ ______________

ከ ______________

ቀን ______________

ማውጫ

መቅድም — ገጽ

ምዕራፍ አንድ፦

- ዝምታ ---------- 1
  - 1- ዝምታ አለመናገር ነውን? ---------- 2
  - 2- ዝምታ የተቀለበሰ ትዕግስት አይደለም ---------- 4
  - 3- ዝምታ ሰው ሠራሽ ሰላም ሳይሆን ውስጣዊ ሰላም ነው! ---------- 6
  - 4- ዝምታ በተፈጥሮ ባህርይ ብቻ ይገኛል? ---------- 7
- ከዝምታ ጋራ ተዛማች የሆኑ ሥነ ምግባራት ---------- 11
  - ፍቅር ---------- 11
  - ሰላም ---------- 21
  - ትህትና ---------- 29
  - እምነት ---------- 32
  - ጨዋነት ---------- 37
  - ብስለት ---------- 39
  - ዕውቀት ---------- 41
- የህይወት መስታወቶች ---------- 46
  - 1.1- እግዚአብሄር ---------- 46
  - 1.2- ሰማዕታት ---------- 57
  - 1.3- ጻድቃን ---------- 58
  - 1.4- መላእክት ---------- 64

ምዕራፍ ሁለት

- ዝምታ ዓይነቶቹ እና መገለጫዎቹ ---------- 67
- ሰሜታዊ እርጋታ ---------- 68
- አንደበትን መግታት ---------- 70
  - የአንደበት ርኩሰት ---------- 71
    - ሀ ወሬኛነት ---------- 71
    - ለ ትችት ---------- 74

www.ethiopianorthodox.org

- ○ የአንደበት ቅድስና ---- 75
  - ሀ ማድመጥ ---- 75
  - ለ ትክክለኛ ሂስ ---- 81
- አካላዊ አደብ ---- 85
- ሀዋሳዊ ስክነት ---- 88
- ፈገግታ ---- 91

ምዕራፍ ሦስት ----
- ውስጣዊ ሰላም ---- 94
- አለመረጋጋት የራሱ መንስኤዎች አሉት ---- 97
- ውስጣዊ መንሥኤዎች ---- 97
  - ○- ችግሮችን ማጋነን ---- 97
  - ○- ክፉ ሀሳብ ---- 99
  - ○- ጽልመታዊ አመለካከት ---- 101
  - 1 አጉል እምነት ---- 102
  - 2 ተመሳሳይ የውርስ በሽታ ---- 106
  - 3 ጥንቆላዊ ሞት ---- 107
  - ○- ምናባዊ ፍርሃት ---- 108
  - ○- ጥርጣሬ ---- 112
  - ○ ፍትወት ---- 118
  - ○ የመንፈስ ዝለት ---- 120
  - ○ ገደብ የለቀቀ ቁጣ ---- 125
- ውጫዊ መንሥኤዎች ---- 127

ሀ ስሜታዊ መታወክን የሚያስከትሉ ---- 127
- የመኖሪያ ቤት እና አካባቢ ---- 128
- ጩኸት ---- 136
- ቀለሞች ---- 141
- ብርሃን ---- 142
- ማሽኖች ---- 142

ለ- ነፍስ፣ ሥጋንና መንፈስን የሚያውክ ---- 145
- ኃጢአት ---- 145

ምዕራፍ አራት
ታላቅ ምክር ---- 150

የዚህ መጽሐፍ ርዕስ በእንግሊዝኛው ቋንቋ "Calmness" ይባላል። ይህንን ርዕስ ቃል በቃል ሊተካው የሚችል ፍች "ጽሙና" የሚለው የግእዝ ቃል ሲሆን ወደ አማርኛው ሲመለስ ደግሞ እርጋታ፣ ዝምታ፣ ሰላም፣ ጸጥታ፣ አደብ፣ ስክነት እና የመሳሰሉትን ትንታኔዎች ያነትታል።

ከነዚህ ትንታኔዎች አንዱ ተነጥሎ ርዕስ ቢሆን የመጽሐፉን ይዘት መወከል አይችልም፤ አልያም ጽሙና የሚለው የግእዙ ቃል ለርዕስነት ቢመረጥም ቃሉ ከግእዝነቱ የተነሣ ለብዙዎች የመጽሐፉን ሐሳብ አይገልጽላቸውም።

በዚህም ምክንያት የመጽሐፉን ጠቅላላ ይዘትና የአዘጋጁን ሙሉ ሐሳብ ማስተላለፍ እንዲቻል ይህ መጽሐፍ "የሕይወት መንገድ" የሚል ርዕስ ተሰጥቶታል።

ሰሎሞን በቀለ

ስለ መጽሐፉ አስተያየት ያላችሁ
አድራሻ፡- ሰሎሞን በቀለ
ፖ.ሣ.ቁ. 14412
አዲስ አበባ ኢትዮጵያ

www.ethiopianorthodox.org

መቅድም

ይህ መጽሐፍ ከፍተኛ ዝግጅትን የጠየቀኝ እና አዕምሮዬን የተጠቀምኩባቸው የአራት ትምህርቶች ውጤት ነው። ሁለቱን ትምህርቶች መዲናችን በሆነችው ካይሮ ውስጥ ባለው ካቴድራል የሰጠኋቸው ሲሆኑ ቀሪዎቹን ደግሞ አንዱን ነሐሴ 27 ሌላኛውን መስከረም 3/1983 እ.ኤ.አ. በተለያየ ዐውደ-ምሕረት ያስተማርኳቸው ናቸው።

እነዚህም አራቱ ትምህርቶቼ አገልግሎት እንዲሰጡ በካሴት ተቀርጸው በየገዳማቱ፣ በየአድባራቱ እና በየአብያተ-ክርስቲያናቱ ቤተ መጻሕፍት ከመቀመጣቸው በተጨማሪ በሕዝብ ቤተመጻሕፍት እና የትምህርት ተቋማት ይገኛሉ።

የነዚህ አራት ትምሕርቶች ጥምቀ የሆነው ይህ መጽሐፍ ደግሞ ሰው በዚህ ዓለም ኑሮው ስኬታማ የሚሆንበትን የሰላም አቅጣጫ ሲጠቁም የወዲያኛውንም የዓለም ክብር እንዲቀዳጅ የሕይወት መንገድን ያሳያል።

ፓፓ ሺኖዳ ሣልሳይ

ምዕራፍ አንድ

ዝምታ

አንደበትን መግታት፣ ሀሊና ነገሮችን እንዲያጤን ማድረግ ሲሆን፣ ሀሊናን ዝም ማሰኘት ደግሞ ሁሉን ቻይ እግዚአብሔር እንዲናገር መፍቀድ ነው። ዝምታ በራሱ ቋንቋ ስለሆነ ከንግግር ባልተናነሰ መልኩ ኃይልና ጉልበት አለው። ዝምታ ከአስተያየት ጋር ዝምታ ከእንቅስቃሴ ጋር፣ ዝምታ ከብቸኝነት ጋር የራሱ የሆነ ስሜትን እያቀሳቀሰ ያስተላልፋል።

ቅዱስ አርሳኒዎስ ስለዝምታው እና ስለብቸኝነቱ ሲጠየቅ "በተመሳሳይ ጊዜ ከእግዚአብሔር እና ከሰዎች ጋር መሆን አልችልም" ሲል ምላሽ ሰጥቷል። ከዚህ ምላሹም እንደምንረዳው አጋጣሚ ሆኖ አንድ ቀን መጽሐፍ ቅዱስ ጨብጦ ሲያነብ ባናየው እንኳን ሲቀመጥ ሲቆም ሲሄድ ሲመጣ ስለ እግዚአብሔር ቸርነት በጎነት ፍቅር ሰላም ስለሚያስብ ከእግዚአብሔር ጋር እየተነጋገረ ወይም አሁንም መጽሐፍ ቅዱስ እያነበበ ነው ማለት እንችላለን።

ዳግመኛም አርሳኒዎስ "ብዙ በተናገርኩ መጠን እጸጸታለሁ በዝምታዬ ግን አንድም ቀን ተቆጭቼ አላውቅም" ሲል ምላሹን ያጋላልናል።

ከአርሳኒዎስ የዝምታ ሕይወት ዝምታ የብስለት ነጸብራቅ እና የቅድስና ሕይወት መሆኑን ስንረዳ በሆነ ባልሆነው ብዙ ማውራት

www.ethiopianorthodox.org

ይገባል የባሕርይ ውጤት እና የውስጥ ሰላም መናጋት ምልክት መሆኑ
እንገነዘባለን።

እንደ ቅዱስ አርሳኔዎስ የዝምታ ሕይወትን አያሌዎች ረክተውበታል ስለ ዝምታቸውም ተጨባጭ ምክንያትን ሰጥተዋል ወርቃማ ብሒሎችንም ተናግረዋል።

ምንአልባት "ዝምታ ወርቅ ነው" "ዝም ባለ አፍ ዝንብ አይገባበትም" የመሳሰሉት ሥነ-ቃሎች የተባሉት ከዚህ አንጻር ይሆን ለማንኛውም በዚህ አነስተኛ መጽሐፍ ዝምታ ምንድን ነው? ከሚለው መጠይቅ ተነሥተን ተዛማች የሆኑ ብዙ ጥያቄዎችን ከነመልሳቸው አቆራኝተን በዝርዝር እንመለከታለን።

<u>እውነተኛ ዝምታ</u>

የሰውን ማንነት የምናውቅበት እና እውነተኛ ዝምታ የምንለካበት አራቱ ፍቱን መስፈርቶች።

1ኛ) <u>ዝምታ አለመናገር ነውን?</u>

አንድ ሰው ዝም ስለአለ ብቻ ዝምታው እስከ አልተፈተነ እና የሰውየውን ማንነት እስካልገለፀ ድረስ እገሌ የተረጋጋ እና ሰላማዊ ነው ብለን ስለዚያ ሰው ማንነት መናገር አንችልም።

ይህ ሰው ሰላማዊነቱን እና እርጋታውን በዝምታ የገለፀበት ምክንያት በአካባቢው የሚታዩትም ሆነ የማይታዩት እሱን የከበቡት ሁኔታዎች ለመረጋጋቱ የተመቻቹ እና የተሳኩ ስለሆነ ነው።

ይሁን እንጂ በእርስዎ እና በእርሱ መካከል አለመግባባት ቢፈጠር በዚህ ጊዜ በሚታይበት ሁኔታው ማለትም መልካምም ሆነ ክፉ ማንነቱን ማወቅ ይችላሉ እርሱም በሚያሳየው አድራጎቱ ባሕርይውን ይገልፃል። ምክንያቱም አንድ ሰው ከሌሎች ጋር የሀሳብ አለመግባባት የባሕርይ አለመጣጣም ሲገጥመው ወይም ለጆሮ የሚሰቀጥጥ ለህሊና የሚሰነቁጥ ስድብ ሲሰድቡት ሲያሸማቅቁበት፣ ከአቅሙ በላይ የሆነ ጉዳት ሲያጋጥመው፣ ተፈጥሮአዊ መቅሰፍት ወይም ሰው ሰራሽ መሰናክል ሲደርስበት የሰውየው እውነተኛ ማንነት ይታወቃል።

የዚህ ሰው በዚህ አይነት ፈታኝ የፈተና ጊዜ እንዴት እንደሚናገር፣ እንዴት ተቃውሞውን እንደሚገልጽ ከታወቀ እገሌ ሰላማዊ እና የተረጋጋ ነው ወይም አይደለም ማለት ይቻላል። ምክንያቱም በዚህ የችግር ወቅት ይህ ሰው ትእግስተኛ ነውን? ያጋጠሙትን እክሎች በጥሞና መፍትሔ አስገኝቶላቸዋልን? የሚሉትና የመሳሰሉት ጥያቄዎች ምላሽ ያገኛሉ።

ለምሳሌ መልካም ዛፍ መልካምነቱ በፍሬው እንጂ በግንዱ አይታወቅም ስለሆነም የአንድ ዛፍ መጥፎነትን ወይም ጥሩነትን ለመለየት ዛፉ ፍሬ እስኪያፈራ ድረስ መጠበቅ የግድ ነው፤ እንደዚሁም

www.ethiopianorthodox.org

ሁሉ ሰውም መልካምነቱ እና ደግነቱ በዝምታው ብቻ ሳይሆን በሚናገረው ወርቃማ ቃላት ይታወቃል።

ከዚህ ባሻገር የሰው አነጋገሩ የሚያመለክተው ጠባዩን ብቻ ሳይሆን እውቀቱን፣ ባህሉን፣ ሀገሩን እና ዜግነቱንም ጭምር ያነትታል። ይህም ከአነጋገር ይፈረዳል፣ ከአያያዝ ይቀደዳል የሚለውን የአበውን ብሂል ይጋራል። ስለዚህ አነጋገር የአንድን ሰው ማንነት የምናውቅበት የመጀመሪያው የዝምታ መስፈርት ነው።

2ኛ) ዝምታ የተቀለበሰ ትዕግስት አይደለም።

ሁለተኛው የዝምታ መስፈርት እውነተኛ ዝምታ ልክ እንደ አንድ ነገር መለያ ለዘለቄታው ትዕግስትን መሠረት ያደረገ መሆን አለበት።

ዝምተኛ ሰው ችግር ሲደርስበት ትዕግስቱን የሚያጣ፣ ሰላሙን የሚያናጋ እና እርጋታውም ለተወሰነ ጊዜና ወቅት ከሆነ እንደዚህ አይነቱ ዝምታ ትዕግስት የጐደለውና ዘላቂነት የሌለው በመሆኑ እውነተኛ ዝምታ አይደለም፤ እውነተኛ ዝምታ ትዕግስት ነውና።

ለምሳሌ አንድ የጤፍ ነጋዴ መቶ ኪሎ ጤፍ በመቶ ሃምሳ ብር ገዝቶ መቶ ብር ለማትረፍ ሲል በሁለት መቶ ሃምሳ ብር መሸጥ ይፈልጋል። ይህ አትራፊ ነጋዴ ወደሱ ለሚመጡት ሸማቾች ሁሉ ዋጋ ሲጠይቁት ሁለት መቶ ሃምሳ ብር ይላቸዋል እርግጠኑ ሲሉት አይቀነስም ብሎ ፍንክች ይላል፣ ሸማቾቹም ሃምሳ ብር ቀንስና ሁለት

መቶ ብር ሽጥልን ይሉታል እርሱም በሁለት መቶ ብርማ እኔም ባገኝ እገዛለሁ እኔ እራሴ ይህንን መቶ ኪሎ ጤፍ የገዛሁት በሁለት መቶ ሃያ አምስት ብር ሲሆን ሃያ አምስት ብር ብቻ ለማትረፍ ብዬ ነው እዚህ የቆምኩት በማለት የውሸት አይነት ይቀባጥራል። ሸማቾቹም የበዙላቸውን ይናገራሉ የዋጋው ንረት ያበሳጫቸው ይህንን ጤፍ በሌሊት ነው ዋጋውን ሰማይ ያወጣኸው? ይሉታል፣ ሌሎችም በየትራቸው እንደዚሁ ያንጓጥጡታል፣ ይህም ነጋዴ ግን ጤፉን ሸምሽጦ ያሰበውን ትርፍ ላለማጣት የሸማቾቹን ግልምጫና ክብረ ነክ ንግግር ቁብ አይሰጠውም ታዲያ እርስዎ እንዲህ አይነቱን ቻይነት ትዕግሥት ይሉታልን? እኔ ግን አልዎታለሁ ይህ የንግድ ዘዴ እንጂ ትዕግስት አይደለም፤ ምክንያቱም ትዕግስት ማለት ለራሳችን ጥቅም ብቻ ለተወሰነ ወቅትና ጊዜ የምንለማመደው የኑሮ ዘዴ ሳይሆን፤ ይልቁንም ዘመናት ቢረዝሙና ሁኔታዎች ባልተጠበቁት መንገድ ቢቀያየሩ ችግር ቢሆኑ እንኳን እስከመጨረሻው የሚዘልቅ ጽናት ነው።

ዳግመኛም ትዕግስት በፈተና እና በመከራ ጊዜ መልካምነታችንን የምንገልጽበት መሳሪያ እንጂ ተቀብዣባዥ እና ብኩን ባሕርያችንን እንዲሁም ክፉ ምኞታችንን የምንደብቅበት ጭምብል አይደለም።

ስለሆነም እውነተኛ ዝምተኛ ሰው ትዕግስተኛ ስለሚሆን ምንም ዓይነት ችግሮችና መሰናክሎች ሰላሙን አያደፈርሱበትም፣ እንዲያውም ችግሮቹ ለጋስነቱን፣ ጨዋነቱንና የልቡን ቅንነት ያሳያሉ።

www.ethiopianorthodox.org

ሐዋርያው ቅዱስ ጳውሎስም በእክልና መሰናክል ውስጥ ባለፈ ጊዜ "ነገር ግን በሁሉ እንደ እግዚአብሔር አገልጋዮች እራሳችንን እናማጥናለን በብዙ መጽናት በመከራ በችግር፣ በጭንቀት፣ በመገረፍ፣ በወህኒ በሁከት..." ሲል የእውነተኛ ዝምታ መሠረቱ ትዕግስት እንደሆነ ያብራራልናል። ሐዋርያው ይህንን ሁሉ የመከራ ዓይነት ካተተ በኋላ መግቢያና መደምደሚያ ያደረገው "በታላቅ ትዕግስት ራሳችንን እናማጥናለን" የሚለውን ሐረግ ነው (2ኛ ቆሮ. 6፥4-5) ይህም እውነተኛ ዝምታ የተቀለበሰ ትዕግስት ሳይሆን ዘላቂነት ያለው ፅናት መሆኑን እንድንገነዘብ ያደርገናል።

3ኛ) ዝምታ ሰው ሰራሽ ጠባይ ሳይሆን ውሳጣዊ ሰላም ነው፣

የእውነተኛ ዝምታ እና የውጭአዊ ዝምታ (ሰላም) መሠረት ውስጣዊ ሰላም ነው። በእርግጥ አንዳንድ ሰዎች በውስጣቸው ትንኮል፣ ቅንዓት፣ እና ምቀኝነት ሸክፈው በአንደበታቸው የዋህና ሰላማዊ እንደሆኑ ለማንፀባረቅ የሚታትሩ አሉ። እንደዚህ አይነቶቹ ሰዎች ደስተኞች ቢመስሉም ኃዘንተኞች ናቸው። ምክንያቱም የእውነተኛ ዝምታ እና የውጫዊ እርጋታ መሠረት ሰው ሰራሽ ሰላም ሳይሆን ውስጣዊ ሰላም ነውና።

ውስጣዊ ሰላም የሌላቸው ሰዎች ላዩን ሰላም የሚመስል ነገር ግን ውስጥ ውስጡን ንዳድ ባልተለየው እና እሳተ ገሞራ ባለበት ምድር ይመስላሉ። ይህን በተመለከተ በሰፋት እና በጥልቀት ውስጣዊ ሰላም በሚለው ርዕስ ሥር ኋላ እንመለስበታለን።

4ኛ) ዝምታ በተፈጥሮ ባሕርይ ብቻ የሚገኝ ነውን?

ምንም እልባት የአንዳንድ ሰው ባሕርይ ከዕለተ ልደቱ ጀምሮ በተፈጥሮው ሰላማዊነት ሊታይበት ይችላል። እንደዚህ አይነቱ ሰው ገና ከሕይወቱ ጅምሩ መሠረታዊ ሰላም ስላለው ፍጹም የተረጋጋ እና ትዕግስተኛ ለመሆን ብዙ ትግልና ከፍተኛ ጥረት አያሻውም ይሁን እንጂ በተቃራኒው ገጽታ ደግሞ አንድ ሰው ከዕለተ ልደቱ ጀምሮ ሙራራነት በቀል፣ ጠብ፣ ቅንዓት፣ ቂጣ እና የመሳሰሉት መጥፎ ባሕርያት ሊኖሩበት ይችላሉ። እነዚህ መጥፎ ባሕርያት በሰው ላይ ቢኖሩም የሚያሳድሩት ተጽዕኖ እና የሚያስከትሉት ጉዳት ግን እንደየሰው የተፈጥሮ ባሕርይ (Temperament) ይለያያል።

ለምሳሌ፡-

ሀ. ሳንጉዊን ባሕርይ ያላቸው (Sanguines)
ቁጣቸው ግልጽ ነው፣ ይሁን እንጂ ያስቆጣቸውን መንሥኤ ወዲያው ይረሱታል

ለ. ክሎሪክ ባሕርይ ያላቸው (Chlorics)
ሳንጉዊን ባሕርይ ካላቸው የሚለዩት ቂም ከያዙ ስለማይረሱ፣ በቀለኞች ናቸው። የቂማቸውን መንሥኤ እና የንዴታቸውን ሁኔታ ባስታወሱ ቁጥር ይነጫነጫሉ።

ሐ. ሜላኮሊክ ባሕርይ ያላቸው (Melanchlies)
ግልፍተኞች አይደሉም፣ ይሁን እንጂ ያስቆጣቸውን ይበቀሉታል፣ የንዴታቸውን ሁኔታ እና የቁጣቸውን መንሥኤ ለረጅም ጊዜ ስለሚያብሰለስሉት አይነጫነጩም።

www.ethiopianorthodox.org

መ. ፍሊግማቲክ ባሕርይ ያላቸው (Phlegmatics)

የቁጣቸው ሁኔታ በውል አይታወቅም

እንግዲህ ለምሳሌ እነዚህን አራት የባሕርይ አይነቶች ተመልክተናል። ታዲያ ከእነዚህ ባሕሪያት መካከል የእርስዎ ባሕርይ የትኛውን ዓይነት ይመስላል?

በእርግጥ ማንኛውም ሰው ሁለት ወይም ሦስት ባሕርይ እንዳለው ይታወቃል፣ ለምሳሌ ሜላንኮሊክ ባሕርይ ያለው ሰው በተጨማሪ የሳንጉኤን ባሕርይ ሊኖርበት (ሊታይበት) ይችላል። ይህም አንድ ሰው በእርሱ ላይ ከሚታዩት ባሕርያት አንዱን ዓይነት ባሕርይ በማጉላትና በማሳደግ የራሱ ማድረግ እንደሚችል እንጂ የእኔ ባሕርይ ይህ ነው ብሎ መወሰን እንደማይችል ያስረዳል። ሰው አስቃቂ እና መጥፎ ነው የሚባል ባሕርይ ቢታይበት እንኳን ከጊዜ በኋላ በራሱ ጥረት፣ ትግል እና ልምምድ ክፉውን ወደ መልካም ባሕርይ ይለውጠዋል። ከዚያም ፍጹም ሰላማዊና የተረጋጋ የአኗኗር ዘይቤን ለመኖር እንደመጀመሪያው ከፍተኛ ጥረት ስለማይጠይቀው። ዝምታው እና እርጋታው ማንነቱን የሚገልጽበት ባሕሪው ከመሆኑም ባሻገር በሕይወት ተሞክሮው ልምዱን ያካበተ እና ጽኑ መሠረት ያለው ይሆናል።

ወይም እርሱ ከእግዚአብሔር አጋዥነት ጋር በብዙ ጥረት ዝምታውን እና እርጋታውን የራሱ ባሕሪይ መገለጫ እንዳደረገ ያውቃል።

በብዙ ትግልና ልምምድ እንዲሁም በእግዚአብሔር ጸጋ ወደዚህ ፍጹም ሰላማዊና የተረጋጋ የአኗኗር ደረጃ ከደረሱት ብዙዎች መካከል የጻድቁ ሙሴ ግብጻዊው ለአርዓያነት የሚጠቀስ ነው።

ሙሴ ሕላዌውን አሐዱ ብሎ ሲጀምር ባሕርይው እርጋታን እና ጭምትነትን የተላበሰ አልነበረም። እንዲያውም አድራጎቱ ጭካኔን የተላበሰ እና ሁኔታውም ነፍስ ገዳይ ነበር። በዚህ ባሕርይው ኩብላይ፣ ተቅበዝባዥ እና ብኩን ነበር። ይሁን እንጂ ኋላ ኋላ ወደ ገዳም ገብቶ በሕገ እግዚአብሔር ሥጋውን መነሰም እና ነፍሱን ማንጻት ጀመረ። ያለምንም ማጉተምተምና ማጉረምረም በእሺታ (ገዞታ) መንፈስ ለሁሉም ሰው ታዛዥነትን አሳየ፤ ትንሹንም ትልቁንም አክባሪ ሆነ ፈሪሀ እግዚአብሔርም አደረበት በአጠቃላይ አስከፊ የሆነው ባሕርይው እስኪሻሻል ብቻ ሳይሆን እስኪለወጥ ድረስ መንፈሳዊ ሕይወቱን ተያያዘው። በዚህም የሕይወት አኗኗር ለውጥ ከፈጣሪው ጋር ቃል ለቃል መነጋገር ጀመረ፣ መላእክትም የማር ወለላን እስኪመግቡት ድረስ ብቃትን አገኘ።

ዛሬም ቢሆን ይህ ዓይነቱ አስደናቂ ክስተት ለተጠራንለት መንፈሳዊ ዓለም አዲስ ስላይደለ እርስዎም በተፈጥሮ ባሕሪይዎ ጥሩ ሥነ ምግባርና ግብረገባዊ አድራጎት ከሌለዎ ምን ማድረግ እችላለሁ? ስለድም እንዲህ ዓይነት መጥፎ እና አስከፊ ባሕርይ ነዉ ያለኝ ምንስ መሆን እችላለሁ? የአርባ ቀን ዕድሌ ነው እያሉ አይማረሩ። ምንም እንኳ ባሕሪይዎን በደም ሐረግ ከወላጆችዎ የወረሱት እና ከአካባቢዎና

www.ethiopianorthodox.org

ከአስተዳደግዎ የተጸናወተዎ ቢሆንም ይህንን በውርስ የመጣ እስከፊ ባሕርይዎን በብርቱ ጥረት እና ከፍተኛ ትጋት አማካይነት በጥሩ ስነምግባር እና በመልካም ባሕርያት መተካት ይችላሉ። ከዚያም ተረጋግተው የእፎይታን ኑሮ ይኖራሉ (ሕዝ. 36፥26)።

ማንኛውም ሰው በተፈጥሮ የወረሳቸው ማንነቱን የሚገልጹት መጥፎም ሆነ ጥሩ ባሕርያቱ ዝንተ ዓለም ከእርሱ ጋር የተጣበቁ እና የማይለወጡ መታወቂያዎቹ ናቸው ማለት አይቻልም።

ለዚህም ሁለተኛ አማናዊ ምሳሌ የሚሆነን የወንጌላዊው የቅዱስ ዮሐንስ የሕይወት ለውጥ ነው።

ቅዱስ ዮሐንስ ቁጣ፣ ንዴት፣ መራራነት፣ በቀል የመሳሰሉት እስከፊ ባሕርያት ነበሩበት ይህ መጥፎ ባሕርይ የእርሱም ብቻ ሳይሆን የታላቅ ወንድሙ የያዕቆብም ነበር።

በአንድ ወቅት ሳምራውያን ኢየሱስ ክርስቶስን አንቀበልም ሲሉ ያዕቆብና ዮሐንስ በጣም ተቆጥተው "ኤልያስ እንዳደረገ እሳት ከሰማይ ወርዶ ያጥፋቸው እንል ዘንድ ትወዳለህን?" ሲሉ ጌታን ጠይቀውታል።

የፍቅር አምላክ ኢየሱስ ክርስቶስ ግን ጥያቄያቸውን ውድቅ አድርጎ ገስፃቸው በዚህ መጥፎ ባሕርያቸውም ቦአኔርጌስ ብሎ ሰየማቸው ትርጉሙም የነጎድጓድ ልጆች ማለት ነው (ሉቃስ 9፥54) ይሁን እንጂ የኋላ ኋላ ይህ መጥፎ ባሕርያቸው በመንፈስ ቅዱስ ኃይል እና ምሪት ወደ መልካም ባሕርይ ተለወጠ። እንዲያውም "ቦአኔርጌስ" የተባለው ዮሐንስ የጌታ ወዳጅ (ፍቁረ እግዚእ) ጌታ የሚወደው፣ ስለፍቅር የሚናገር ሰው ወዳጅ የሚል ስም እጠራር አገኘ።

እስከአሁን እንደተከታተሉት የተፈጥሮን ባሕርይ በልምድ ባሕርይ መቀየር እንደሚችሉ እና በተፈጥሮ ባሕርይ እና በልምድ ባሕርይ መካከል ሰፊ ልዩነት እንዳለ ተገንዝበዋል።

ይኸውም፡- አንድ ዛፍ በነፋስ ኃይል ታግዞ የነፋሱን አቅጣጫ በመከተል አቅጣጫውን እንደሚቀይር ሁሉ በልምድ የሚገኘው ባሕርይም በጥረትና በትጋት አቅጣጫውን የቀየረ ነው። የተፈጥሮ ባሕርይ ግን ያለምንም ጥረትና ትጋት በደም ሐረግ ከወላጆች የሚወረስ ነው።

የሆነው ሆኖ ክፉ ምግባራት በብዙ ጥረትና ትግል በጥሩ ምግባራት ከተተኩ እርስዎም እራስዎን ለለውጥ ያዘጋጁ እንጂ ምናብዎ የፈጠረውን ዓለም እየተከተሉ ስለራስዎ የተሳሳተ ግንዛቤ አይኑርዎ።

የተረጋጋ ኑሮን ለመኖር እና መልካም ለመሆን የሚደረገው ማንኛውም እመርታ እና ጥረት የራሱ ዋጋ አለው።

ከዝምታ ጋር ተዛማጅ የሆኑ ሥነ-ምግባራት

ፍቅር

ሐዋርያው ቅዱስ ጳውሎስ "በሰዎች እና በመላእክት ልሳን (ቋንቋ) ብናገር ፍቅር ከሌለኝ...ከንቱ ነኝ" እንዳለ ያለ ፍቅር እግዚአብሔርን

www.ethiopianorthodox.org

ማምለክ አይቻልም። እውነተኛ ፍቅር ለሰው ልጅ የቅድስናው ማረጋገጫ ሲሆን፣ የእግዚአብሔር ደግሞ ዋነኛ ባሕርይ ነው።

በእርግጥ በዓለማችን ላይ እውነተኛ ፍቅር የሚል ርዕስ ያላቸው መጣጥፎች እና ጋዜጦች ቢኖሩም እውነተኛ ፍቅር ግን እስ ለማለት ያዳግታል። በጠቅላላው በዓለማችን ስለፍቅር ያልተባለ ብሒል ያልተቀረጸ ምስል የለም።

ከሁሉ በማስበለጥ ግን የእውነተኛ ፍቅርን ትንታኔ እና ትርጉም ልናገኝ የምንችለው ከኢየሱስ ክርስቶስ የመስቀል ጉዞ ነው።

ይህንን የመስቀል ጉዞ በደንብ ለመረዳት አስቀድመን የመጀመሪያዎቹ ሰዎች በገነት ውስጥ የነበራቸውን ሕይወት እና ኋላም የመጣባቸውን ውድቀት በአጭሩ እንመልከት።

እግዚአብሔር አምላክ የመጀመሪያዎቹን ሰዎች አዳምና ሔዋንን ለትዳር ሕይወት በፍቅር አቆራኝቶ ኑሮአቸውን በዔደን ገነት አደረገላቸው። የሚተዳደሩብትም ነጻ ፈቃድ እና ሕግ ሰጣቸው።

ሕጉም "ከገነት ዛፍ ሁሉ ትበላላችሁ ነገር ግን መልካምና ክፉውን ከሚያስታውቀው ዛፍ አትብሉ ከእርሱም በበላችሁ ቀን ሞትን ትሞታላችሁ" የሚል ነበር። ትዕዛዙ በእንዲህ እንዳለ በገነት ያለው ሕይወታቸው እጅግ አስደሳች ነበር። ኑሮአቸው እግዚአብሔርን ከማምለክ እና ሥራን ከመሥራት ጋር የተያያዘ ስለሆነ አዳም እንደ እግዚአብሔር ትዕዛዝ ገነትን እንደሚኮተኩታት እና እንደሚንከባከባት

ሁለቱ ሔዋንም ለምግባቸው ፍራፍሬ ትለቅም ነበር። አብዛኛውን ጊዜ ኑሮአቸው እንዲህ ይመስላል። አንድ ቀን ሔዋን ከበለሱ አቅራቢያ ፍሬ ስትለቀም ሳለች የወደቀው መልአክ ሰይጣን በእባብ ላይ አድሮ ሰይም ተሰውሮ ወደ እርሷ አመራ። ከዚያም ከሥራ ገበታዋ ላይ አገኛት፤ የእባቡንም አንደበት ተጠቅሞ በተቀላጠፈ ንግግር "በውኑ እግዚአብሔር ከገነት ዛፍ እንዳትበሉ አዟልን?" አላት። እርሷም "ከገነት ካለው ዛፍ ፍሬ እንበላለን ነገር ግን እንዳንሞት እግዚአብሔር በገነት መካከል ካለው ዛፍ (በለስ) አትብሉ ብሎ አዞናል" አለችው። ሰይጣንም ከእርሱ በበላችሁ ቀን ዓይኖቻችሁ እንዲከፈቱ እና እግዚአብሔርም እንደ እርሱ መልካምና ክፉውን እንደምታውቁ ስለሚያውቅ ነው እንጂ ሞትን አትሞቱም በማለት እግዚአብሔር ለእነርሱ ፍቅር እንደሌለው ነገራት፤ ወይም ሕጉ በፍቅር ላይ እንዳልተመሠረተ አስመስሎ አዋያት።

ፍቅሩ እርሷ ግን ወሰን በሌለው በእግዚአብሔር ፍቅር እተማመናለሁ ይህን የሚጠቅመኝ ቢሆን ኖሮ እርሱ አይከለክለኝም ነበር። ስለዚህ አንተ ሰይጣን ከእኔ ወግድ ማለት ሲገባት በተቀላጠፈ ንግግሩ እና ገለጻው ስለተመሰጠች ሐሳቡን አመነችበት ከዚያም ማንም ሳያቀብላት የበለሱን ፍሬ በራሷ እጅ ቀጥፋ በላች፤ ለባሏ ለአዳምም ሰጠችው በዚህን ጊዜ ሁለቱም በአንድነት እግዚአብሔርን በደሉ ከነበራቸውም ጸጋ ተራቆቱ በፍጥረታት ላይ ያላቸውን የበላይነት አጡ፣ ሰላማቸው፣ ደስታቸው፣ ክብራቸው፣ ማዕረጋቸው፣ የዋህነታቸው፣ ንጽሕናቸው ሁሉም በአንድነት ተተዋቸው ሸሸ።

[illegible]

www.ethiopianorthodox.org

እግዚአብሔርን መደበቅ ባይቻልም እነርሱ ግን ላለመታየት ከገነት ዛፎች መካከል በመግባት እራሳቸውን ሸሸጉ በአዳም ፈንታ ሺህ አዳሞችን መፍጠር የሚችል የፍቅር አምላክ ግን አዳም! አዳም! ሲል እነርሱን ፍለጋ በፍቅር ድምጽ ጥሪውን አሰማቸው። ሕግ ነውና ባጠፉት ጥፋት በሠሩት ስሕተት ፍርዱን አስተላለፈባቸው፤ እነርሱም ፍርዱን ተቀብለው ከገነት ተሰደዱ፣ ተራቡ፣ ተጠሙ፣ ታረዙ ይሁን እንጂ የፍቅር አምላክ በሞት መንገድ ለዘላለም እንዲኖሩ አልተዋቸውም፣ ከወደቁበት ሊያነሣቸው፣ ከኃጢአት ሊያነጻቸው እና የሕይወት መንገድ ሆኖ ሊታደጋቸው አሰበ።

አስቦም አልቀረ "አዳም መልካምና ክፉውን ለማወቅ ከእኛ እንደ አንዱ ሆነ" (ዘፍ. 3፥22) ሲል በትንቢቱ ሐሳቡን ወሰነ፤ ይህ ትንቢትም ጊዜውን ጠብቆ የዘመኑም ፍጻሜ በደረሰ ጊዜ ከቅድስት ድንግል ማርያም ለኃጢአት ሥርየት የሚፈስ ደምን እና ለኃጢአት ሥርየት የሚሠዋ ሥጋን ወስዶ (ከሥጋዋ ሥጋ ከነፍሷ ነፍስ ነስቶ) በቤተልሔም ተወለደ በዚህን ጊዜ እርሱ የማይታይ አምላክ ሳለ እንደ አዳም በአጭር ቁመት በጠባብ ደረት ሆኖ ታየ፣ ተዳሰሰ፣ ዘመን የማይቆጠርለት አምላክ ሳለ እንደ ሁለት ተብሎ ዘመን ተቆጠረለት። በዚህም ከሕግ በታች ሆኖ ሕግን አከበረ።

ሰማይና ምድርን በቃሉ የፈጠረ ሆኖ ሳለ ለእርሱ ቦታ ጠፍቶ በከብቶች ግርግም ተወለደ ሰማያትን በከዋክብት ምድርን በሰነጽጌያት ያሸበረቀ እርሱ በዚያ ብብርድ ወራት የሚለብሰው ጠፍቶ በጨርቅ ተጠቀለለ፣ ሁሉ የእርሱ ሆኖ ሳለ ሲሞት በሰው መቃብር ተቀበረ፤ በ[illegible] አንደበት የሚመሰገን እርሱ በወንበዴዎች መካከል ተሰቀለ ብዙዎች ተሳለቁበት እርሱ የሕይወት ውኃ ሆኖ ሳለ ተጠማሁ ሲል ሐሞትና ከርቤ ቀላቅለው ሰጡት በዚህ ሁሉ የመስቀል ጉዞ ስለ አዳም የእኛንም መከራ ተካፈለ።

[illegible] ወገኖቹ የመስቀል ጉዞውን ከባድ እና አስቸጋሪ አደረጉበት ከባድ መስቀል አሸክመው እንዴ ከፊት ሲያዳፉት፣ እንደገና የኋሊት ሲጎትቱት አደከሙት፣ ከድካሙ የተነሣ ቀራንዮ ሳይደርስ እንዳይሞትባቸው ስላሰቡ ከመንገድ የቀሬናው ስምኦንን ሲያገኙት መስቀሉን እንዲያግዘው አስገደዱት ከጥቂት ጉዞ በኋላ ደግሞ መልሰው ለራሱ አሸከሙት።

[illegible] የሰው ዘር በአጠቃላይ ጌታን ለማጥፋት ተነሣሣ፣ ሰዱቃውያን እና ፈሪሳውያን ተጣምረው፣ ሕግ አዋቂዎች ሕግ እያወቁም ከሚሏቸው ከተራ ሕዝብ ጋር ተባብረው ካህናት ከጲላጦስ ጋር ተማክረው የሮማ ወታደሮችም ከተሰቀሉት ወንበዴዎች ጋር ሳይቀር ተቀናጅተው ሥቃዩን ሊያጸኑት ሁሉም የየድርሻቸውን የክፋት መንገድ አፋጠኑ።

አንዱ ችንካሮችን ያዘጋጃል ሌላኛው ሆምጣጤ ያሰናዳል፣ ለንጊኖስ ጦሩን ይስላል፣ ሌላውም የሾህ አክሊል ይጎነጉናል። አያሌዎች ደግሞ ይሰቀል! ይሰቀል! እያሉ ይጮኻሉ። የፍቅር አምላክ እርሱ ግን ይህንን ሁሉ የመከራ መሰናዶ እና ድምጽ ስለ አዳም በዝምታ እና በፍቅር ተቀበለው።

www.ethiopianorthodox.org

በዚህ የመከራ ሰዓት ስለ እርሱ የሚከራከር ከተቃዋሚዎች ቀርቶ ከተከታዮቹ ወገን አልተገኘም። ቀድሞ አዳም የበደለው እርሱ አሁን ደግሞ በዚህን ሰዓት ብዙዎች በደሉት፤ ጴጥሮስ ካደው፣ ይሁዳ ሸጠው፣ ማርቆስ ሸሸው፣ ሌሎችም እንዲሁ በየፊናቸው አፈገፈጉ እርሱ ግን ተሰቅሎ ሳለ ሁሉንም ከማፍቀሩ የተነሣ መከራውን በመርሳት የእነዚህን ሁሉ የመመለስ ድምጽ ለመስማት ፈቃዱ ነበር። ይህን ፍቅሩን ለተከታዮቹ ብቻም ሳያደርገው ሥቃዩን ላጸኑበት እና መከራውን ላበረቱበት ተቃዋሚዎቹ ሁሉ "አባት ሆይ የሚያደርጉትን አያውቁም እና ይቅር በላቸው" እያለ በደላቸውን አይቆጥርባቸውም ነበር። ሐዋርያው ቅዱስ ጳውሎስ "ፍቅር በደልን አይቆጥርም" ያለው ለዚህም አይደል? ጌታ በመስቀል ላይ ሳለ ፍቅሩን የገለጸበት የመጀመሪያው ቃል ይህ "የሚያደርጉትን አያውቁምና ይቅር በላቸው" የሚል ሲሆን ሌሎች ስድስት ተከታዮች የፍቅር ድምጾች (አጽርሐ-መስቀል) አሉ። ይሁን እንጂ አሁን ለዚህ ርዕስ መነሻ እና መድረሻ አንዱን ከተጠቀምን ይበቃናል።

ጌታ በመስቀል ላይ መከራው ጸንቶበት በስተመጨረሻ እራሱን አዘነበለ፣ ነፍሱንም ሰጠ (ሞተ)። ሞቶም አልቀረ በሦስተኛው ቀን ሞትን ድል ነሥቶ ተነሣ፣ በትንሣኤውም የመስቀል ጉዞውን ደመደመው።

ክብርና ምስጋና ለእርሱ ይሁንና በዚህ በመስቀል ጉዞ እና በነገረ ድኅነት ውስጥ ካየነው ፍቅር እና የፍቅር ትርጉም፤

➢ ፍቅር ማለት በቃላት የሚገለጽ የድምጽ ቅላጼ ሳይሆን ሞትን እስከመስዋዕትነት የሚያበቃ ደስ የሚል ሥቃይ እንደሆነ እንረዳለን፤

➢ ዳግመኛም ፍቅር በማዕረግ በመተካከል እና በሥልጣን እኩል በመሆን፣ በጉርብትና በመጠያየቅ እና በውለታ በመተዋወቅ እንዲሁም በዝምድና ትሥሥር የሚገታ ሳይሆን ስለሌሎች ደረጃን መልቀቅ እንደሆነ እናውቃለን።

ዛሬም እውነተኛ ፍቅር አለኝ የሚል እንዲህ ዓይነት የፍቅር ሕይወት እና ትርጉም ይጠበቅበታል፤ እውነተኛ ፍቅር ያለው ሰው በኃጢአተኞች እና በተቃዋሚዎቹ ላይ እንኳ ሳይቀር ጥላቻ እንደማይኖረው ግልጽ ነውና። ጥላቻ ማለት የፍቅር ተቃራኒ ገጽታ ሲሆን ወደሰው ህሊና ከገባ በኋላ ቂም፣ በቀልን፣ መራራነትን የሚያላብስ የጠላት ዲያብሎስ የጥፋት መንገድ ነው።

በጥላቻ ምክንያት ብቻ ችግር ከደረሰባቸው መካከል አንዱ ነቢየ እግዚአብሔር ዳዊት ነው። ዳዊት ከወላጆቹ እና ከቤተሰቦቹ በስተቀር እውቅና ያልነበረው ሲሆን፣ የእሥራኤል ንጉሥ ሳኦል እና ሠራዊቱ በተዋረዱበት እና ባፈሩበት ሰዓት ደርሶ ፍልስጥኤማውያንን የመታ መንፈሳዊ አርበኛ ነው (1ሳሙ. 17)።

ዳዊት ጎልያድን ስለመታ እሥራኤላውያን ፍልስጥኤማውያንን ድል ባደረጉ ጊዜ ንጉሥ ሳኦልን ሊቀበሉ ከእሥራኤል ከተሞች ሁሉ የወጡ እንስቶች ዳዊት ያገኘውን ድል እና ዕውቅና ሰምተው ተማረኩበት። ከዚያም ሳኦል ሺህ ገዳይ ዳዊት ግን እልፍ ገዳይ እያሉ

www.ethiopianorthodox.org

ዳዊትን እያሞገሱ እና እያሞካሹት ጉታቸውን እና አልልታቸውን እየተቀባበሉ አቀለጡት። ሳኦልም ይህ ነገር እጅግ አስከፋው ከዚያም እየተቆጣ ለዳዊት እልፍ ሰጡት ለእኔ ግን ሺህ ብቻ ሰጡኝ ታዲያማ ከንግሥናው በቀር ምን ቀረበት? አለ።

ከዚያን ቀን ጀምሮም ሳኦል በዳዊት ላይ ጥላቻ አደረበት ዳዊት በእግዚአብሔር መለኮታዊ ምሪት እና ፈቃድ ሆኖ ጎልያድን መግደል እና ፍልስጤማውያንን ማሸነፍ ቻለ እንጂ ንግሥና ፈልጎ እና ዕውቅና ጠምቶት አልነበረም። ነገር ግን ሳኦል ስለዳዊት ትክክለኛ አመለካከት እንዳልነበረው እንገነዘባለን።

የሳኦል ችግር ለራሱ የተመኘውን ጀግንነት እና ክብር ያጣው ስለመሰለው ነበር፣ በዚህም ሳቢያ በራሱ ችሎታ እና ዕውቀት የማይተማመን ሆነ፣ በዳዊት ላይም የነበረው መራር ጥላቻ አደገ እና ዕድሜውን ሁሉ ለዳዊት ጠላት ሆነ። ዳዊትን ለመጣል እና ለማጥፋት ብዙ ጥረቶችን አደረገ። ከጥረቶቹም መካከል የሚከተሉት ይገኙበታል።

- ዳዊትን ከግንብ ጋር በጦር አጣብቆ ለመግደል ሁለት ጊዜ ጦሩን ወረወረበት ዳዊት ግን ሁለት ጊዜ ዞር እያለ አመለጠ።
- ዳዊትን ሺ አለቃ (የወታደሮች አዛዥ) አድርጎ ሾመው (1ሳሙ. 18፥3) ሳኦል ይህንን ሹመት የሰጠበት ምክንያት ዳዊትን ወደፈለገው ሀገር እና ቦታ ለመላክ እንዲመቸው እና ከፊቱ ለማራቅ ስለፈለገ ብቻ ነበር።

- ዳዊትን - "ታላቂቱ ልጄ ሜሮብ እነኋት እርሷን እድርልሃለሁ ብቻ የቀልጣፋ ልጅ ሁነልኝ ስለ እግዚአብሔርም ጦርነት ተጋደል" ማለው። ይህን ያደረገበት ምክንያት በጦርነት ጊዜ እርሱ ከድሙ የጎዱሉ ሆኖ ፍልስጥኤማውያን ዳዊትን ይገላሉ ብሎ በማሰብ ነበር (1ሳሙ. 18፥17)።
- ልጁን ሜልኮልን ለዳዊት ከመዳሩ በፊት እንደ መቶ ፍልስጤማውያንን ገድሎ ሸለፈታቸውን እንደ ጥሎሽ እንዲያመጣ ጠየቀው። ይህን ያደረገበት ምክንያት ዳዊት በፍልስጤማውያን እጅ እንዲገደልለት በማቀድ ነበር። ነገር ግን ዳዊት እራሱ "አቤቱ ከኃጢአተኞች እጅ ጠብቀኝ እርምጃዬንም ሊያሰናክሉ ከመከሩ ከአመጸኞች አድነኝ፤ ትዕቢተኞች ወጥመድን ሰወሩብኝ ለእግሮቼም የወጥመድ ገመድን ዘረጉ በመንገድ እንቅፋትን አኖሩ" ሲል እያለ እንደጸለየው (መዝ 140፥4) በወጥመዱ ውስጥ ሁሉ እግዚአብሔር ከእርሱ ጋር ነበርና ሳኦል የዘረጋቸው የሞት ወጥመዶች እና የጥፋት መረቦች ዳዊትን ሊይዙለት አልቻሉም።

ለሰው ልጆች መዳኛ ሳይሆን መጥፊያ የሆኑትን አጋጣሚዎች የሚፈጥሩ እና በኑሮአቸው አለመረጋጋት የሚታወኩት ለወገን እና ለወንድም ፍቅር የሌላቸው ሰዎች እንደሆኑ የሳኦል ሕይወት ያስረዳል። እንደገናም የሚጠሉን ሰዎች ሊጎዱን ሲፈልጉ ያለበደላችን በደለኛ ማድረጋቸው ብቻ ሳይሆን ከምድረ ገጽ እስክንወገድ ድረስ እኛንም የጠቀሙ በመምሰል ሊያጠፉን እንደሚችሉ ያስገነዝበናል።

www.ethiopianorthodox.org

ይህ ግንዛቤአችን ግን እንድንፈራቸው እና እንድንሸማቀቅ ወይም የበቀል እርምጃ እንድንወስድ ሳይሆን እንደ ዳዊት በአምላካችን ታምነን እንድንኖር እና ወንድሞቻችንን ብቻ ሳይሆን ጠላቶቻችንንም እንድንወድ ነው። ምክንያቱም ሁላችንም ፍቅርን በጥላቻ ለውጠን የተረጋጋ ኑሮን መኖር ስለማንችል እውነተኛ ፍቅር እና ሰላም ያስፈልገናልና።

ሥለዚህ ፍቅር የማይጠግነው ስብራት እና የማያስተካክለው ውልቃት ከሌለ ሰዎች ሁሉ ምንም እንኳ አላማቸው እና አስተሳሰባቸው የማይጣጣም ቢመስልም ውይይታቸው እና ግንኙነታቸው በፍቅር ከሆነ ለችግሮቻቸው መፍትሔ እና ለስሕተታቸው እርምት በማግኘት ወደ አንድ ነጥብ መድረስ ይችላሉ።

ነገር ግን በውይይታቸው ጊዜ ጥላቻ እንጂ ፍቅር ከሌላቸው ውይይታቸው ከመፍትሔ ይልቅ ወደ አንባ ጓሮ ይቀየራል። ምክንያቱም ፍቅር ከጥላቻ ጋር ኅብረት የለውምና። እርስዎ ሰላማዊ እና ፍቅር ያለውን ሰው መውደድ ይችላሉ፣ ሌላው ቀርቶ ከመላ አድራጎቱ በተጨማሪ "ከፍትፍቱ ፊቱ" እንዲሉ የፊቱ ፈገግታ ብቻ እንዲወዱት ያስገድድዎታል።

እጋጣሚ ሆኖ ከዚህ ዓይነት ሰላማዊና ሰው አፍቃሪ ሰው ጋር በአንድ ርዕሰ-ጉዳይ ቢጋጩ እንኳን በዚህን ጊዜ የአነጋገሩ የፍቅር ቅላጼ ችግሮችን ሲፈታ ያለው ብስለት እና ሁኔታዎችን ሲያጤን ያለው መረጋጋት ይማርክዎታል። ከእርስዎም ላይ ብስጭትዎን እና ቁጣዎንም

ያርቅልዎታል። ይህ ዓይነቱ ሰው በምድራዊ ኑሮው ስኬታማ ሲሆን የሚመጣውንም ዓለም ዘላለማዊ ክብር የሚቀዳጅ ነው።

"እውነትን በፍቅር መግለጽ ቅድስና ነው"

__ሰላም__

ሰላም ለምንኖርበት ዓለም በጣም አስፈላጊ እንደሆነ አጠያያቂ አይደለም። የሰላም ሥረ-መሠረቱ እግዚአብሔር በመሆኑ ሰላም ዓለም ሳይፈጠር ዘመን ሳይቆጠር ነበር።

ዓለም ከተፈጠረ ሴኮንድ፣ ደቂቃ፣ ሰዓት፣ ቀን፣ ሳምንት፣ ወር፣ ዓመት እና ምዕተ ዓመት ባስቆጠሩት የጊዜ ቀመር አማካይነት ብዙ ዘመናት አልፈዋል። ብዙ ወራትም ተፈራርቀዋል። በእርግጥ ዘመን ከመቆጠሩ አስቀድሞ እና የዘመናት ልካቸውና ወሰናቸው ከመታወቁ በፊትም እግዚአብሔር በፍፁም ሰላም አለ።

እግዚአብሔር በሰላም ማንነቱን በመግለፅ ሥራውን ጀመረ። የመጀመሪያው ሥራውም ይህንን ዓለም ካለመኖር ወደመኖር ማስገኘት ሆኖ (ዘፍ. 1፥1) ከዕለተ እሑድ እስከ ዕለተ ዓርብ ማለት በእያንዳንዱ ዕለት የሥነ ፍጥረት ሂደት በፍጹም ሰላም ተከናውኗል።

በሰማያትም በሰላም ያለምንም ሁከት ለተልዕኮ የሚንቀሳቀሱ ሰማያውያን ኃይላት አሉ። እነዚህም ንጹሐን መላዕክት ናቸው።

www.ethiopianorthodox.org

የአንድን ሰዓት ደቂቃ፣ ሴኮንድና ሰዓት ቆጣሪውን አስተካክለው ከሞሉት በኋላ ሰዓቱ እንደሚሠራ ሁሉ የሚታየውም ሆነ የማይታየው እያንዳንዱ ፍጥረት በተመደበለት እና በተሰጠው የተፈጥሮ ሕግ ይተዳደር ጀመር። ሌሊቱ በቀን ቀኑ በሌሊት እየተተካ እና ያለምንም የተፈጥሮ መዛባት ይህ የምንኖርበት ዓለም ሰላሙን ጠብቆ ለብዙ ጊዜያት ቆየ የተፈጥሮ ሰላም እንዲህ ከሆነ ዓለም ሰላሙን ያጣውና ሁከት የነገሰበት መቼ ነው ያስብላል።

የዚህ ጥያቄ ምላሽም እነሆ፦

ዓለም ሰላሙን ያጣው እግዚአብሔር እያንዳንዱን ፍጥረት ነጻ ፈቃድ እና አዕምሮ ሰጥቶ ከፈጠረ በኋላ ነው። ለመጀመሪያ ጊዜ ሁከት የተወጠነው እና ሰላም የደፈረሰው በሰማያት በመላእክቱ ማኅበር ነው።

አስቀድሞ ዕውቀት እና ነጻ ፈቃድ ያላቸው የሰማያት ሠራዊት ያለተቃውሞና ያለመለያየት በሰላም ብዙ ጊዜያትን በአብሮነት አሳልፈዋል። በመካከላቸውም ተቃዋሚ ወይም ሁከት ፈጣሪ አልያም ሥርዓት አልበኛ አልነበረም።

ይሁን እንጂ የመላእክት አለቃ የነበረው ሳጥናኤል በበደለ ወቅት በሰማያት በመላእክቱ መካከል ሰላምና መረጋጋት ጠፍቶ ሁከት አለመግባባት ተፈጠረ።

በመሠረቱ ሳጥናኤል የመላእክት አለቃ ቢሆንም ፍጡር እንጂ በራሱ ኃይል የተገኘ አይደለም። ፍጡርነቱንም የሕዝቅኤል መጽሐፍ

በመንገድህ ከተፈጠርህበት ጊዜ አንስቶ ክፋት ማድረግ እስከጀመርህበት ጊዜ ድረስ ፍጹም ነበር" (ሕዝ. 28፥15) ሲል ያረጋግጣል።

በእርግጥ እግዚአብሔር በሥነ-ፍጥረት ጉልቁ መግፍርት መላእክትን ሲፈጥር ሳጥናኤልም ከመላእክቱ አንዱና ዋነኛ አድርጎት ነበር። ሁሉም መላእክት የተለያየ የሥራ ድርሻ እንዳላቸው ይታወቃል። ለምሳሌ ያህል፦ የቅ/ሚካኤል እና የቅ/ገብርኤልን የሥራ ድርሻ እንመልከት።

ቅ/ሚካኤል ለሰው ልጆች ምሕረትን እና ይቅርታን የሚያሰጥ እና ለኃጢአተኞች ጥብቅና የሚቆም መልአክ ነው መልአከ ምሕረት (የምሕረት መልአክ) ያሰኘውም ይህ አገልግሎቱ ነው።

ቅ/ገብርኤል ደግሞ በሕይወታቸው ተስፋ ቆርጠው የባዘኑትን የሚያረጋጋ የደከሙትን የሚያበረታ፣ ያዘኑትን የሚያጽናና፣ በመከራ የወደቁትን ፈጥኖ የሚታደግ፣ መልአክ ነው። ይህም የሥራ ድርሻው አስደሳች መልአክ (መልአከ-ብሥራት) የሚል ስያሜ አስጥቶታል። እንደዚሁ ሁሉ በሕዝ. 8፥14 "አንተ እንደጠባቂ ኪሩብ አድርጌ በመሾም በዚያ መደብሁህ በተቀደሰው ተራራዬ ላይ ትኖር ነበር። እጅግ በሚያብረቀርቁ የከበሩ ድንጋዮች መካከል ትመላለስ ነበር።" ተብሎ እንደተገለጸው ሳጥናኤልም የመላእክት አለቃ ከመሆኑ ባሻገር የእግዚአብሔርን ዙፋን እንዲጋርድ የተቀባ ኪሩብ ነበር። ይህም ሥልጣኑ እና የሥራ ድርሻውም ከሌሎቹ ይልቅ የእግዚአብሔር ብቸኛ ቀራቢ አሰኝቶት ነበር (ቀሩብ እግዚአብሔር)።

www.ethiopianorthodox.org

በእርግጥ መላእክት እንደዚህ ያለ ታላቅ ሥልጣን እና ሰፊ የሥራ ድርሻ ቢኖራቸውም ሥልጣናቸውና የሥራ ድርሻቸውን በባሕሪያቸው እና በራሳቸው ጥረት ያገኙት ሳይሆን ከእግዚአብሔር የተሰጣቸው ጸጋ ነው።

ነገር ግን የመላእክት አለቃ ሳጥናኤል ሥልጣኑ እና የሥራ ድርሻው የመመለክ ስሜት ስላሜረበት እግዚአብሔርን ወይም የእግዚአብሔር እኩያና አቻ ለመሆን ምኞት አደረበት። የተመኘሁትንም እሆናለሁ፣ የፈለኩትን አደርጋለሁ ማለትንም ጀመረ። በዚህም አላበቃም የራሱን ነገድ በማሳመጽ ፈጣሪ እኔ ነኝ ከእኔ በላይ ማንም የለም። እያለ ክፉ ምኞቱንና አድራጎቱን ለማሳካት ቢሞክርም ተፈጻሚ ሊሆንለት አልቻለም።

እርሱ ከመለኮታዊ ኃይል ጋር የሚያገዳድረው አቅምም ሆነ ሥልጣን ባይኖረውም እንኳን የተሰጠውን ነጻ ፈቃድና የማሰብ ችሎታ ያለ አግባቡ በተጠቀመ ጊዜ በሰማያት በመላእክቱ ማኅበር ዐመጽና ሁካታን አስነሣ፣ በመቀጠልም በመካከላቸው አለመግባባት ተፈጠረ።

የእርሱ ዐመጽና ትዕቢት እርሱን ጨምሮ ከእርሱ ጋር የተባበሩትን ነገደ መላእክት ከሥልጣናቸው አዋረዳቸው፣ ከማዕረጋቸው አሻራቸው፣ እግዚአብሔርም እርሱን እና ተከታዮቹን ከሰማያት ከመላእክት ከተማ አምዘግዝጎ ወደ መሬት ጣላቸው። የመላእክት ከተሞች ሰማያትም እንደቀድሞው ሰላም ሰፈነባቸው።

የሰላም ሃገር የሆነው ያኔው ጥንት ጠላታችን ሳጥናኤል በሰማያት የወጠነው ምኞቱ ሳይሳካለት ሲቀር ደግሞ በእግዚአብሔር አርአያና አምሳል የተፈጠረው ሰው ወዳለበት ወደ ዔደን ገነት አቀና በዔደን ገነትም የነበረውንም ሰላም አደፈረሰ። ዔደን ገነትም የተዘጋችው ምድርም (ምድረ ፋይዳ) የሆነችው ነዋሪዎቹም በቋንቋ፣ በጎሳ ተለያይተው ሰላምን ያጡበት ዋነኛው ምክንያት የሰውን ልጅ የገነት ኑሮ ታሪክን ይመለከታል።

በገነት ለመኖር ቀዳሚው ሰው አዳም ነው። አዳምም በመጀመሪያ በገነት ሳለ አይሞቀውም አይበርደውም ሰው ሰራሽ ልብስም አላስፈለገውም። በአጠቃላይ መሠረታዊ ፍላጐቱ ተሟልቶለት በፍጹም ሰላምና ደስታ ይኖር ነበር።

አዳም በገነት ሳለ በእርሱና በእንስሳቱ መካከል ምንም ዓይነት ጠላትነት አልነበረም። እነርሱም አዳምን ጨምሮ ከእነርሱ በቁመት የሚያንሱትን በኃይል የሚደክሙትን ፍጥረታት ለምግብነት ሊበሉ አይሿቸውም። አዳምም እነርሱን ለምግብነት አያድንም። ይልቁንም አብሮነታቸው አቀራረባቸውና አወዳደቻው እንጂ እንዲፈሩሩ አላደረጋቸውም። አዳም በገነት ሳለ የቤት እንስሳት ብቻ ሳይሆኑ አሁን የምንፈራቸው የዱር አራዊት እንኳን እየታዘዙት እና እየተባበሩት ከእርሱ ጋር በፍጹም ሰላም ይኖሩ ነበር።

www.ethiopianorthodox.org

በአጠቃላይ አዳም እስከበደለበት እና የምኖርበት ዓለም ሰላሙን እስካጣበት ጊዜ ድረስ "አዳኝ አውሬ" የሚል ስም አጠራር ያላቸው አራዊት አልነበሩም።

እግዚአብሔር "እነሆ መብል ይሆናችሁ ዘንድ በምድር ፊት ሁሉ ላይ ዞሩ በእርሱ ያለውን ሐመልማል ሁሉ የዛፉን ፍሬ የሚያፈራውን እና ዘር ያለውን ዛፍ ሁሉ ሰጠኋችሁ፤ ለምድርም አራዊት ሁሉ ለሰማይም ወፎች ሁሉ ሕያው ነፍስ ላለው ለምድር ተንቀሳቃሾችም ሁሉ የሚበቅለው ሐመልማል ሁሉ መብል ይሁንላቸው" (ዘፍ. 1፥29-30) ሲል እንዳዘዘው በዚያን ጊዜ ሰውም ሆነ እንስሳት ሥጋ በል አልነበሩም። እንስሳቱ ለምግብነት የሚጠቀሙት ሳር ግጦሽ ሲሆን ሰው ደግሞ አዝርዕትን እና ፍራፍሬን ይመገብ ነበር።

ይሁን እንጂ ውሎ እያደር የሚያሳዝን ክስተት ተፈጠረ። ይህም ክስተት አዳም በገነት ሳለ ኃጢአትን በሰራ ጊዜ ሰላሙን ማጣቱ ነው።

ሰላሙንም በማጣቱ የማይፈራው አዳም ፈራ፤ ሰው ሰራሽ ልብስ ያልነበረው እርሱ ከእግዚአብሔር ጸጋ ተራቆተ፤ እራቁትነቱንም (መለመላውን) ለመሸፈን የበለስ ቅጠላ ቅጠል ሰብስቦ ልብሱን ሰፋ።

የሰላም አምላክ እግዚአብሔር ሳጥናኤልን ከነሠራዊቱ ከሰማያት እንዳስወገደ ሁሉ አዳምና ሚስቱ ሔዋንንም ከገነት አስወጣቸው። እነርሱም ከገነት ከወጡ በኋላ ሰላማቸው ተናጋ፤ ጭንቀታም ሆኑ። አዳምና ሔዋን ብቻ ሳይሆኑ ከዚያም ዘመን አንስቶ በአጠቃላይ የሰው

[illegible] በየጊዜው በምድር ላይ ምግባረ ብልሹ፣ ሰላሙን ያጣ እና ያልተረጋጋ ሆነ።

ይህም የሰው ዘር በመንሻው ሕግ ጥሶ በሰላም ከሚኖርበት ቦታ እና ከሚኖርበት ሕይወት ወጥቶ አሁን ወዳለበት ተቅበዝባዥ ኑሮ የመምጣቱ ሂደት በጣም አሳዛኝ ነው።

ሰው ከእግዚአብሔር ከተለየ ደግሞ ሰላም የለውም። ሰላምን ማጣቱም አለመረጋጋትን ያስከትልበታል። በአንጻሩ ደግሞ አካሄዱን ከእግዚአብሔር ጋር ያደረገ ሰው ሰላምና መረጋጋት ይታይበታል። በመሆኑም የተረጋጋ ሰው ሰላማዊ ነው። ሰላማዊ ሰውም የተረጋጋ ነው ማለት ይቻላል። ምክንያቱም የሰላማዊ ሰው የአኗኗር ሥርዐቱ የተረጋጋ ስለሆነ ጸብ አጫሪና ሁከት ፈጣሪ አይደለም።

ሰላማዊ ሰውም ለችግሮች የመፍትሔ ውሳኔ ሲያመጣ እንኳን ሰላምን ማስረፃ በማድረግ እንጂ በኃይል ወይም በዐመጽ አይደለም፤ ሰላምን ግብረገብነት በሌላቸው በሁለት ሰዎች መካከል ማግኘት አይቻል ይሆናል። ነገር ግን አንድ ግብረ ገብነት በሌለው ሰው እና በአንድ ሰላማዊ ሰው መካከል ሰላምን ማግኘት ይቻላል። ሰላማዊ ሰው ግብረ ገብነት የጎደለውን እና ያልተረጋጋውን ሰው በፍቅሩ እና በሰላሙ መለወጥ ይችላል። ይህም ሁኔታ "እሳትን በውሃ እንጂ በእሳት ማጥፋት አይቻልም፤" ይሉትን የግብጾች ብሂል ያስታውሰናል። ይህም አገላለጽ ሰላም በሁለት ሰላማውያን ሰዎች መካከል ብቻ ነው የሚገኘው እንዳንል ያስችለናል።

www.ethiopianorthodox.org

አንቱታን ያተረፈው ጸሐፊም "ጓደኛህን ንገረኝና ማንነትህን እነግርሃለሁ" ሲል እንደተናገረው።

ከተጠራጣሪ ጋር የሚውል ተጠራጣሪ ይሆናል። እንዲሁ ከሰላማዊ ሰው ጋር የሚውል ሰላማዊ ይሆናል። ይህም አብሮ በመኖር በመቀራረብና በመለማመድ አማካይነት ሥነ ልቦናዊ ተጽእኖዎች ሆኑ አስተዋጽኦዎች ከአንዱ ወደ ሌላው እንደሚሠራጩ ያስረዳናል።

ለምሳሌ፦ እርስዎ አስቃቂ ወሬ ሰምተው ይጨነቃሉ እንበል ልክ እንደዚሁ እርስዎ ያስጨነቀዎትን አስቃቂ ወሬ ሰምቶ ግን ምንም ያልተጨነቀ ሰው ያገኛሉ። ይህም ሰው የሰማውን አስቃቂ ወሬ ሲነግርዎ ያለውን ሰላምና መረጋጋት ጭንቀትዎን አስወግዶ እና አዕምሮዎን አረጋግቶ ሰላማዊ ያደርግዎታል።

ከሰላማውያን ሰዎች ጋር የሚውሉና የሚኖሩ ከሆነ እነርሱም ስለሚያበረታትዎትና ስለሚያረጋጋዎት እርስዎም ስለሚወዱአቸው የእነርሱን አሠርና ፈለግ ይከተላሉ። በመሆኑም እነርሱን መምሰል ብቻ ሳይሆን እነርሱን ወደ መሆን ያድጋሉ። ችግር እንኳን ቢገጥምዎ የእነርሱ አዕምሮ ችግሮችን ተቀብሎ ሁኔታዎችን እንዴት እንደሚያጤናቸውና እንደሚረዷቸው፣ እንዴት መፍትሔ እንደሚያስገኙላቸው በማየት ከእውቀታቸው ብዙ ይማራሉ። የመፍትሔ ዘዴዎችንም ይጠቀማሉ።

ከእነርሱ ጋር በመኖርዎ ብቻ ተግባራዊ የሰላምና የመረጋጋት ሕይወት እንዲኖሩ ያስችልዎታል። ስለዚህ ሁላችንም ዘምታ ከውስጣዊ ሰላም መገለጫዎች ብቻ ሳይሆን የውስጥ ሰላምንም መቆጣጠሪያ እንደሆነ እንረዳለን።

ትሕትና

ትሕትና ሰዎች ሊገነዘቡት የሚችሉት በእግዚአብሔር ፊት የምናሳየው የተሰበረ ልብ ነው።

አንድ ታላቅ ቅዱስ (ሊቅ) "ትሑት ሰው በማንም አይቀየምም እርሱም ሌሎችን አያስቀይምም" ሲል እንደተናገረው ትሑት ሰው ከሌሎች ሰዎች ለጉድለቱ በረከትን፣ ለሕይወቱ ጸሎትን፣ ለድክመቱ ጥንካሬን፣ ለስሕተቱ እርምትን ይሻል። ምክንያቱም ማንኛውም ሰው ከእርሱ በአንድ ነገር እንደሚበልጠው ያምናልና።

ለዚህም የአጵሎስ ሕይወት ሕያው ምሳሌ ነው። አጵሎስ የተማረ፣ ብዙ መጻሕፍትን ጠንቅቆ ያጠናና ጥሩ የአነጋገር ችሎታ ያለው እንደበተ-ርቱዕ ሰው ነበር። ይሁን እንጂ በሥርዐተ ጥምቀት ዙሪያ ከዮሐንስ ጥምቀት በስተቀር ሌላ ዕውቀት ባይኖረውም እርሱ በድፍረት በምኩራብ መናገር ጀመረ። ነገር ግን ጵርስቅላ እና አቂላ በሰሙት ጊዜ ወደቤታቸው ወሰዱት እና የእግዚአብሔርን መንገድ ከፊት ይልቅ በትክክል አብራርተው ገለጡለት። እርሱም ሐሳባቸውን እና አስተያየታቸውን ተቀበለ እንጂ እንዴት ከተራ ምዕመናን ከእነርሱ

www.ethiopianorthodox.org

እማራለሁ በማለት አልተበሳጨም። ትምህርታቸውንም አልተቃወመም። (የሐዋ. ሥራ 18፥24-28)።

ትሑት ሰው የችግሮች ሁሉ መንሥኤ እርሱ እንደሆነ ስለሚያስብ ይህ ችግር የተፈጠረው በእኔ አለማወቅ ነው። ይህ ስሕተት የሆነው በእኔ ኀጢአት ነው እያለ ይጸጸታል።

ሐሳቡን የሚረዳው እንኳን ከሌለ ሽንጡን ገትሮ ከመነታረክ እና ወደ ጭቅጭቅ ከመግባት ዝምታን ይመርጣል። አንዳንድ ጊዜ አስቀድሞ ካጠፋሁ ይቅርታ የሚልና ሲበድል በደልኩ ሲስት ሳትኩ የሚል ነው።

ይህም ትሑት ሰው የትሕትና እንጂ የትዕቢት መንፈስ እንደሌለው የምስጋና እንጂ የስድብ አፍ እንዳልተሰጠው ያስረዳናል። ምክንያቱም ትሕትና እና ትዕቢት፣ ስድብና ምስጋና እርስ በእርሳቸው ይቃረናሉ። ስለዚህ ትሑት ሰው ከአድራጎቱ መንፈስ እና በንግግሩ ለዛ ይታወቃል።

ትሑት ሰው ራሱን ዝቅ ማድረግ ስለሚችል ከማኅበረሰቡ ጋር በሰላም እና በፍቅር ይኖራል። ትሕትናውን ካጣ ግን ማኅበራዊ ኑሮው ከመቃወሱ በተጨማሪ የራሱ ሰላም እና እርጋታም ይናጋል። ብዙውን ጊዜ እንደሚታወቀው አያሌ ሰዎች ለሥልጣናቸው ገደብ ስለሚቆረቆሩ እና ለክብራቸው ስለሚታገሉ ይታወካሉ።

ትሑት ሰው ግን ተጨባጭነት የሌለው ምኞቱን እየተከተለ ለዕውቀና ለሥልጣን እና ለክብሩ ብሎ ትሕትናውን አያጣም። ሥልጣን እና ዕውቀት በእርሱ ዘንድ ትሕትናውን የሚገልጽበት እንጂ የበላይነቱን የሚያሳይበት መሣሪያ አይደለም። ምክንያቱም ትሑት ሰው በመንፈሳዊነቱ እንጂ ኃላፊ በሆነው በቁሳዊነቱ አይመካም።

ይሁን እንጂ ብዙዎቻችን ለክብራችን ሟች ለሥልጣናችን ተሟጋች በመሆናችን ትሕትናችንን አጥተን፣ ሰላማችንን ተናግቶ ለመኖር እንገደዳለን።

ባለን ሥልጣን እና ዕውቀት እንዲሁም በምንሰጠው አገልግሎት እንድንከበር ብቻ ሳይሆን እንድንመለክ የምንፈልግበት ጊዜ አለ። ይህ ዓይነቱ እራስን ማተለቅ ደግሞ አደገኛ ኃጢአት ስለሆነ ውድቀትን ያስከትልብናል።

ሐዋርያት በሚያስተምሩበት ዘመን ቅዱስ ጳውሎስ እና በርናባስ እንደ አማልክት (እንደ እግዚአብሔር) ለመታየት ዕድል አጋጥሞአቸው ነበር። ይሁን እንጂ እንደ ሔሮድስ ይገባናል ግድ የለም ያክብሩን አላሉም ነገር ግን በኀዘን ልብሳቸውን ቀደው እየጮሁ "እናንተ ሰዎች ለምን ይህን ታደርጋላችሁ? እኛ ደግሞ እንደ እናንተ የምንሰማ ሰዎች (ፍጡሮች) ነን በማለት ከለከሏቸው።" (የሐዋ ሥራ 14፥15)። ይህም ታሪክ ትሑት ሰው የውዳሴ ከንቱ ሰለባ እንደማይሆን ይገልጻል።

"ትሕትና ማለት እራስን መካድ እና በራስ ፍቅር ከመስከር መሸሽም ነው።"

www.ethiopianorthodox.org

እምነት

እምነት ማለት እንደ እግዚአብሔር ፈቃድ የበኩላችንን ችሎታ መጠቀም እና ከችሎታችን በላይ የሆነውን ዕውቀት ለእግዚአብሔር መተው ማለት እንጂ ምናባዊ ዓለምን የምናስብበት ምሁራዊ ክስረት ወይም ሥራ ፈት የምንሆንበት ንዝህላልነት አይደለም።

እምነት ሁሉን ቻይ በሆነው በእግዚአብሔር ላይ ሲያተኩር አለማመን ግን የእግዚአብሔርን ሁሉን ቻይነት ከመመልከት ይልቅ በራስ ጥረት እና ዕውቀት ብቻ ይወሰናል።

ያም ሆነ ይህ ሰው በሀዘኑም ሆነ በደስታው ጊዜ ከራስ ጥረት እና ዕውቀት በተጨማሪ መላ ሕይወቱን ለእግዚአብሔር ሰጥቶ በእምነት መኖር አለበት። የእግዚአብሔር ሰው ደግሞ የፈለገውን ሁሉ ከእግዚአብሔር እጅ በእምነት መቀበል ይችላል። በዚህም ሰላማዊና የተረጋጋ ኑሮን ይኖራል። የእግዚአብሔር ሰው ያኑሮ አለመሳካት ቢገጥመው እንኳ የእግዚአብሔር መለኮታዊ ዕቅዶች በሕይወቱ እስኪገለጡ ድረስ በዝምታ ይጠብቃል እንጂ አይበሳጭም ወይም በመከራው ጊዜ አይደናገጥም።

ምክንያቱም ችግሮችን ሁሉ እግዚአብሔር ወደ መልካም እንደሚለውጥለት ስለሚያምን "ሁሉ ነገር ለበጎ ነው" ይላል ወይም አስደንጋጭ እና አስቃቂ ሁኔታ ሲገጥመውም "እከክ የሰጠ ጥፍር አይነሳም" በሚል ብሂል በችግሮች ላይ የበላይነቱን ያረጋግጣል።

ከመዝሙረኛው ጋርም "ሠራዊትም ቢሰፍርብኝ ልቤ አይፈራም ሰልፍም ቢነሳብኝ በዚህ እተማመናለሁ" ሲል እምነቱን ይገልፃል።

ለዚህም እሥራኤላውያን በፈርኦን እና በሠራዊቱ በተከበቡ ጊዜ የጸኑበት የእምነት ሕይወት ትምህርት ይሆናል።

እግዚአብሔር የግብጽን ንጉሥ ፈርኦንን ሕዝቤን ልቀቅ ስላለው ከብዙ ተአምራት እና ምልክት በኋላ ፈርኦን የእግዚአብሔርን ሕዝብ እሥራኤላውያንን ለቀቃቸው። እሥራኤላውያንም ከግብጽ ወጥተው ወደ ሀገራቸው አቀኑ፣ ይሁን እንጂ ፈርኦን እና አገልጋዮቹ እንዲሁም መላው ግብጻውያን እሥራኤላውያን በመለቀቃቸው ተፀፀቱ። እሥራኤላውያንም ምንም ከግብጽ ቢርቁ እንኳ ግብጻውያን ለአንዴ እና ለመጨረሻ ጊዜ ተስፋ ሳይቆርጡ ሊመልሷቸው ወሰኑ። ከዚያም ፈርዖን ሰረገላውን አሰናድቶ እግረኞች እና ፈረሰኞችን በየፈርጁ አሰልፎ ገሰገሰ። እሥራኤላውያንም ዐይናቸውን ወደኋላ ሲያነሱ እነሆም ግብጻውያን በኋላቸው ደርሰውባቸው ነበር። በዚህን ጊዜ እጅግ ፈሩ የሚያደርጉትንም ነገር አጥተው ከፊት ለፊታቸው ቀይ ባሕር ነበርና ከባሕሩ ዳርቻ ቆሙ። ይህ ለእነሱ እምነታቸው የሚገለጽበት አስቃቂ የፈተና ጊዜ ነው። ምክንያቱም ከፊታቸው ለዐይናቸው ኾው ያለ ቀይ ባሕር አለ በኋላቸው የፈርኦን ሰራዊት ገስግሶ ደርሶባቸዋል። ከግራና ከቀኝ ሰማይን የሚታከኩ የሚመስሉ ታላላቅ ተራሮች ተደቅነውባቸዋል።

www.ethiopianorthodox.org

ምንም እንኳን ይህ አስቸጋሪ እና አስቃቂ የፈተና ሰዓት ቢሆንም ሁሉም የሆነው በእግዚአብሔር ፈቃድ እና ትዕዛዝ ነው። ለምን? ቢባል የእግዚአብሔር ሰዎች በመከራ እና በፈተና ውስጥ ሲያልፉ የእግዚአብሔርን ታላቅ ቸርነት እና መለኮታዊ ኃይል የሚያዩበት የእምነት ዓይን ይኖራቸዋል። ወይም እግዚአብሔር ብዙውን ጊዜ መለኮታዊ አሠራሩን ሊገልጥላቸው ሕዝቡን ወደ አስቸጋሪ እና ፈታኝ የሕይወት ጎዳና ይመራቸዋል።

ለእሥራኤላውያን በዚህን የፈተና ወቅት ከእግዚአብሔር መለኮታዊ ምሪት እና ጣልቃ ገብነት በስተቀር እራሳቸውን የሚታደጉበት አሳቻ መንገድ የለም። አልያም ዝምታ እንጂ ሰው ሰራሽ ፍልስፍና እና ጥረት በዚህን ጊዜ ቦታ የለውም።

በዚህን ጊዜ መሪያቸው ነቢዩ ሙሴ

"ቁሙ፣ ዛሬ ለእናንተ የሚያደርጋትን የእግዚአብሔርን ማዳን እዩ እግዚአብሔር ስለ እናንተ ይዋጋል። እናንተም ዝም ትላላችሁ። አላቸው" (ዘጸ. 14፥13-14)።

እግዚአብሔርም በሙሴ አማካይነት ለሕዝቡ ያስተላለፈው ይህ መለኮታዊ መመሪያ ለማያምን አዕምሮ የጸነነ ቢመስልም እስራኤላውያን ግን ትዕዛዙን በእምነት ተቀብለው ባሕሩን እንደ ብለው በሙሴ ቀዳሚነት ተራመዱ፤ ከዚያም የሚያዩት ውሃ በተራመዱ ቁጥር ደረቅ መሬት እየሆነላቸው ተሻገሩ። ፈርኦን እና ሠራዊቱ (ግብጻውያን) ግን በእምነት ሳይሆን እኛም እንችላለን በማለ ብሂል እሥራኤላውያን

የረገጡትን ዱካ እየተከተሉ ባሕሩን ለመሻገር እና እነርሱ ላይ ለመድረስ ሞከሩ። ቢሆንም አልተሳካላቸውም ምክንያቱም ያ ለእስራኤላውያ እንደ ግድግዳ የቆመላቸው ባሕር ፈርኦንን እና ሠራዊቱን አሰጠማቸው። መቃብራቸውም ሆነ።

ይህ የእሥራኤላውያን እና የግብጻውያን ታሪክ አለማመን የሞት መንገድ እንደሆነ ሲያስረዳን ማመን ግን የሕይወት መንገድ እንደሆነ ያሳየናል። ዳግመኛም ከእሥራኤላውያን ታሪክ ዝምታ ማለት የሰው ዕውቀት ኃይል እና ጥረት ሲሻር በእምነት እግዚአብሔር እንዲሠራ ቦታን መልቀቅ እንደሆነ እንገነዘባለን።

ቢሆንም አሁንም ባለንበት ዘመን ብዙዎች እንደግብጻውያን ባለማመን እኔም እችልዋለሁ በማለት ብቻ እና በራሳቸው ብቃት የሚጓዙ ሕይወትን ሳይሆን ሞትን ያገኛሉ። እንደ እሥራኤላውያን የእግዚአብሔርን ሕልውና የሚያምኑ የእግዚአብሔር ሰዎች ግን እግዚአብሔር በመከራቸው ጊዜ እንደሚታደጋ ቸው እና ለችግራቸው መፍትሔ እንደሚሆናቸው እርግጠኞች ናቸው። ምንም እንኳ የየዋህ ሰዎች መሠቃየትና የክፉዎች ለጊዜው ስኬታማ መሆን ለሚጠራጠሩ ሰዎች መሠናከል ቢሆንባቸውም የእግዚአብሔር ሰዎች ግን "የምድር ሁሉ ፈራጅ በቅን ይፈርዳል ሲሉ" እግዚአብሔር በክፉዎች እንደ ሚፈርድባቸው ለደጋጎች እንደሚፈርድላቸው ያምናሉ። የእግዚአብሔር ሰዎች በእሳት መካከል እንኳ ቢጣሉ በእምነት ሕይወታቸውን ያተርፋሉ።

www.ethiopianorthodox.org

ከዚያም ከነቢዩ ከዳዊት ጋር

"የኤርትራን ባሕር በየክፍሉ የከፈለ

ምሕረቱ ለዘላለም ነውና

እስራኤልን በመካከሉ ያሳለፈ

ምሕረቱ ለዘላለም ነውና

ፈርኦንን እና ሠራዊቱን በኤርትራ ባሕር የጣለ

ምሕረቱ ለዘላለም ነውና" (መዝ. 135፥13-15)

እያሉ አፋቸውን በምስጋና እና በዝማሬ ይሞላሉ። ዳግመኛም "ከአንተ ጋር እሆናለሁ አልጥልህም" (ኢያሱ 1፥5) የሚለውን መለኮታዊ የማበረታቻ ቃል ስለማይረሱ ዘወትር በኑሮአቸው የእግዚአብሔርን መለኮታዊ ጣልቃ ገብነት ይቀበላሉ።

ስለዚህ የእግዚአብሔር ሰዎች በኑሮአቸው አለመረጋጋት እና መታወክ አይታይባቸውም።

ይህ እንዲህ ከሆነ ታዲያ እያንዳንዱ ሰው በኑሮው እርጋታ እና ሰላም ያጣው ለምንድን ነው ስንል መልሱ በመለኮታዊ ጣልቃ ገብነት አለማመኑ ነው።

ምክንያቱም በእግዚአብሔር መለኮታዊ አሠራር የማያምን ሰው በራሱ ብቃት እና ዕውቀት ብቻ እንጂ በእግዚአብሔር ቃል ስለማይመራ ዘወትር መቋጫ የለሽ ሀሳቡ (ፍላጉቱ) ያታክተዋል። ይህም ሐሳቡ ላለመረጋጋቱ መንስኤ ይሆንበታል። ሐዋርያው "ያለ እምነት እግዚአብሔርን ደስ ማሰኘት አይቻልም" (ዕብራ. 11፥6) እንዳለ

ሰው በኑሮው የተረጋጋ እና ስኬታማ እንዲሆን በእግዚአብሔር መታመን አለበት። ምክንያቱም በእምነት በሚደረግ ሥራ ውስጥ ሁሉ እግዚአብሔር ስላለበት ለተሳተፈበትም ሁሉ አለመረጋጋትን እና ጭንቀትን ያስወግዳል።

እርስዎ በእምነት በሚጸልዩ ጊዜ በመለኮታዊ ኃይል እንደታጠሩ እና እግዚአብሔርን እንደሚያነጋግሩ ይሰማዎታል። በዚህ እግዚአብሔር በእርስዎ እና በችግርዎ መካከል መፍትሔ እንደቆመ ያምናሉ። ስለዚህ ማንኛችንም ብንሆን ወደዚህ የእምነት ጽናት እና እርጋታ ወዳለበት የሕይወት መንገድ እንምጣ።

ጨዋነት

ጨዋነት የዝምታ ባሕርይ ውጫዊ ነጸብራቅ ብቻ ሳይሆን ዋነኛ ምልክትም ነው። ጨዋነትና ዝምታ እንደ አንድ ሳንቲም ገጽታዎች ተወራራሾች እንጂ ተፈላላጊዎች ወይም የተለያዩ አይደሉም።

ስለዚህ ጨዋ ሰው ጭምት እና ዝምተኛ ስለሚሆን፣ የተረጋጋ ነው ማለት እንችላለን። (ማቴ. 12፥20) ጨዋ ሰው "በራስ ወዳድነት ፍቅር" የሰከረ አይደለም። በክርክር ርዕስ ጉዳይ ላይ እንኳን ሲወያይ በኩራት ሳይሆን በትሕትና፣ በመደፋፈር ሳይሆን በመከባበር፣ በሚያሳምን መልኩ ሐሳቡን ያብራራል እንጂ እኔ ልክ ነኝ እያለ ስለራሱ በማውራት የውይይት ርዕሱን አይለቅም፣ አልያም ከመናገር ይልቅ በዝምታ የሌሎችን ሐሳብ ይከታተላል እንጂ የሌሎችን ወሬ

www.ethiopianorthodox.org

በማቋረጥ አይሟገትም። ጨዋ ሰው በኑሮው ደስተኛነት እንጂ ብስጭት፣ አክብሮት እንጂ ጋጠወጥነት፣ እርጋታ እንጂ ብኩንነት አይታይበትም። ይህም ጨዋ ሰው ጭምት ብቻ ሳይሆን ትዕግስተኛ እንደሆነ ያስረዳናል።

ጨዋ ሰው ሌሎችን ለጠብና ለኃጢአት አያነሣሣም ወይም የራሱን ምኞትና ፍላጎት ብቻ ለማሟላት ሲል ለሌሎች ግትርነት እና መጥፎ ልማድ መንሥኤ አይሆንም። አንድ ጊዜ ነፋስ እና ፀሐይ በኃያልነት ይፈታተናሉ። እኔ ነኝ ኃያል እኔ ነኝ ኃያል እያሉ ስለራሳቸው እየተከራከሩ ሳለ አንድ ጐልማሳ ከርቀት ሲመጣ ይመለከቱታል።

"ወይዘሪት ፀሐይ!" አለ አቶ ነፋስ
"ተመልከቺ አሁን ያንን ሰው ልብሱን አስወልቄ እርቃኑን ሳስቀረው።
"እስቲ ሞክር" አለችና ፀሐይ ከደመናው ውስጥ ተደብቃ ሁኔታውን ትከታተል ጀመር።

ነፋስ እያፏጨ እና እያስገመገመ ወደ ሰውየው ተጉዞ ያውለበልበው ጀመር። ሰውየውም እርቃኑን ላለመቅረት ያለ የሌለ ኃይሉን አሰባብሮ መከላከል ጀመረ። ነፋስ ደግሞ ደጋግሞ ቢሞክርም አልተሳካለትም። ሙከራውን ያበቃና ለፀሐይ ተራውን ይለቃል።

ፀሐይም በዝግታ እና በእርጋታ ደመናውን ሰንጥቃ በመውጣት ፈገግ ትላለች፣ በፈገግታዋ እያማለለች የብርሃኗን ሙቀት ቀስ በቀስ

እየጨመረች ስትሄድ ያ ጎልማሳ ሰው ወበቁን ስላልቻለው ልብሱን ያወልቃል በዚህ ጊዜ ወ/ሪት ፀሐይ አቶ ነፋስን

ጨች *"አየህ የጨዋነት ባሕርይ እና መልካም አቀራረብ ካለህ የምትፈልገውን ሁሉ ማድረግ ትችላለህ"* አለችው።

ጨዋ ሰው በትሕትና እንደሚያምን ያስረዳናል። ጨዋ ሰው ትሑት ልብ ስላለው እራሱን እንደፍጹም አድርጎ እና አተልቆ ሌሎችን በስሕተታቸው አይቆጣም፣ አልያም በሌሎች ስሕተት አይበሳጭም። እንዲያውም ያለምንም መሰላቸት የሌሎችን ጉድለት ለመቅረፍ እና የሌሎችንም ሕይወት ለመለወጥ ብቃት አለው፣ ይጥራል።

መልካምን ሁሉ ለማድረግ ለእርሱ ቀላል ስለሆነ በመንፈሳዊ ሕይወቱ የጸና እና በሥጋዊ አኗኗሩም ስኬታማ ነው። ስለዚህ ስለተረጋጋ እና ዝምተኛ ሰው ሲያወሩ ስለጨዋ ሰው ማውራትዎ ነው። በጨዋነት እና በዝምታ መካከል ያለውን ዝምድና ሲናገሩ በምልዓትም ሆነ በተናጠል የዝምታን እና የጨዋነትን ዝምድናን መግለጽዎ ነው።

ብስለት

በዚህ ርዕስ ስር ስለብስለትና ዝምታ ከብስለት ጋር ያለው ዝምድና እንነጋገራለን። ዝምተኛ ሰው የማገናዘብ ተሰጥኦ እና የሕይወት ልምድ ካለው ወደ ፍጹም የብስለት ደረጃ ይደርሳል። ነገር ግን ዝምተኛ ሰው ብስለት አለው በማለት ሙግት መፍጠር አግባብ

www.ethiopianorthodox.org

አይደለም። ይሁን እንጂ ብስለት ያለው ሰው ዝምታን ይመርጣል ብንል ያስኬዳል።

ብስለትን በተመለከተ አንድ ታላቅ መንፈሳዊ አባት የተጠቀሙትን ምሳሌ ላቅርብልዎ።

ምሳሌውም እነሆ እግዚአብሔር ወደ ሕይወት ባሕር ውስጥ እንደጠጠር በወረወረኝ ጊዜ በሕይወት ባሕሩ የላይኛው ገጽታ ላይ አረፋዎችን ፈጠርኩ አረፋዎቹም ክቦችን፣ ክቦቹም ትንሽ ሞገድን ፈጠሩና ባሕሩ ተናወጠ፣ ወደታችኛው የባሕር ወለል በደረስኩ ጊዜ እንደ ልቤ መሆን ስለቻልኩ ተረጋጋሁ።

በዚህን ወቅት ማዕበል፣ ሞገድና ሁከት የነበረው በባሕሩ የላይኛው ገጽታ እንጂ የታችኛው የባሕር ወለል ላይ አልነበረም። የታችኛው የባሕር ወለልማ ያለመናወጥ ጸጥ ያለ ነው።

የሰው የኑሮ ሂደትም ልክ እንደዚሁ ነው። ማንኛውም ሰው ገና ሕላዌውን አንድ ብሎ ሲጀምር እና እራሱንም የመኖር ያለመኖር የማንነት ጥያቄ ሲጠይቅ በመነሻው የውጣ ውረድ አረፋዎችን መፍጠሩ አይቀሬ ነው። እኚህም አረፋዎች በሕይወት ጅምር ላይ ያለምንም ማቋረጥ መኖራቸውም ሀቅ ነው። ቢሆንም ይህ ሰው ከሕይወት ልምዱና ተሞክሮው ብዙ ሲማር በእድሜውም ሲጎለምስና ሁኔታዎችን ሁሉ ከየአቅጣጫው ማመዛዘን ሲችል ፍጹም የተረጋጋና ብስለት ያለው ይሆናል። የሕይወት ልምድና ተሞክሮ የሌለው ግን ሁል ጊዜ በኑሮው ተሸናፊ ስለሆነ ይጨነቃል። ተሸናፊ ሰው ብስለት

የሌለው ሲሆን ራሱንም ወዳድ ከመሆኑ የተነሳ ይታወካል ሥጋዊ ምኞቱንም ለማሳካት ላይ ታች እያለ ሲባትል ተቅበዝባዥ ይሆናል እንጂ አይሳካለትም።

ከላይ እንደተገለጸው በዕድሜም ሆነ በዕውቀት በሳል መሆን የተረጋጋ ኑሮን ለመኖር በጣም እንደሚጠቅም ማወቅ አያዳግተንም።

ዕውቀት

በዚህ ርዕስ ሥር የብስለትን እና የዕውቀትን ልዩነት እንዲሁም ከዝምታ እና ከእርጋታ ጋር ያላቸውን ዝምድና አብራራለሁ። በገሀዱ ዓለም የምርምር ተሰጥኦ እና ትምህርታዊ ዕውቀት ያላቸው ብዙ ምሁራን አሉ።

ስለእነዚህ ምሁራን ትምህርታዊ ዕውቀት እና የምርምር ተሰጥኦ "ብዙ ሰዎች ይመረምራሉ ዕውቀትም ይበዛል" ተብሎ ትንቢት ተነግሯል (ት.ዳን. 12፥4)። ትንቢቱም ትምህርታዊ ዕውቀታቸው ከጊዜ በኋላ ከሌላ ሰው፣ ከቤተሰብ፣ ከት/ቤት ከተፈጥሮ ወዘተ እንዳገኙት ይጠቁማል።

በዚህም የሰው ልጅ በባሕር፣ በዕጽዋት፣ በእንስሳት እና በግዑዛን ፍጥረታት ላይ ያለው ጠቅላላ ዕውቀት እና ምርምር ዓለምን ሲጠቅም ይታያል። ነገር ግን ይህ ዕውቀት ፍጹም መንፈሳዊነት ካልታከለበት ዓለምንም ሊጎዳ ይችላል።

www.ethiopianorthodox.org

ፍጹም መንፈሳዊነት እና እግዚአብሔርን መፍራት ዕውቀትን ወደ ብስለት ያሳድገዋል። ብስለት ስንል አካላዊ፣ ሥነ ልቦናዊ እና መንፈሳዊ መረጋጋትን ያካተተ ነው። ወይም ሁለንተናዊ የሆኑ ተለዋዋጭ የሕይወት ገጠመኞችን የምንጋፈጥበት ኃይል ነው።

ምሁር የተባለ ሁሉ ብስለት አለው ማለት አይቻልም። ነገር ግን ብስለት ያለው ሰው ምሁር ሊሆን ይችላል። ምክንያቱም በብስለት ውስጥ ከሳይንሳዊ ቀመር እና ሕግ በተጨማሪ በበላይነት መለኮታዊ ምሪት እና እውነት ሲኖር፣ በጥቂት ትምህርታዊ ዕውቀት ውስጥ ያለው ግን በተፈጥሮ ሕግ የሚሠራ ሳይንሳዊ ቀመር ብቻ ነው።

ብስለት የጎደለው ትምህርታዊ ዕውቀት ብቻ ያላቸው ምሁራን ዕውቀታቸው እና ምርምራቸው ለብኩንነት እና ለእብደት እንደሚዳርጋቸው ይረዳሉ። ዘወትር አዕምሮአቸውም ሆነ መንፈሳቸው በአንድ ሀሳብ እና ምርምር ላይ የሚያተኩር እና የሚገደብ ሳይሆን ለምን? እንዴት በሚል ጥያቄ ውጤት አልባ ሆነው ግራ ሲጋቡ እና ሲባትቱም ይመለከቱአቸዋል። የሰው አዕምሮ በራሱ አዳዲስ እውነቶችን እና ቀመሮችን ለማግኘት በጣም ስለሚመረምር ይናውዛል። ይህም የአዕምሮ መነካት ያስከትላል።

አንዳንድ ጊዜ በዕውቀቱ ብቻ የሚመካ እና የሚታበይ ምሁር ሰው ዕውቀቱ የባሕርይው እንጂ ከጊዜ በኋላ ያገኘው ስለማይመስለው በራሱ የአንድ ቀን ዕውቀት እና ቀመር (formula) መመራት እና

መተዳደር ይጀምራል። ይሁን እንጂ በመለኮታዊ ምሪት እና እውነት ውስጥ ግን የአንድ ቀን ዕውቀት ለሁል ጊዜ አይሆንም።

ለዚህም ነቢዩ ሳሙኤል ኤልያብ ለንግሥና ቅብዐ-ነገሥት ሊቀባ ሲል በእግዚአብሔርና በነቢዩ መካከል የተደረገው ውይይት ዓይነተኛ ምሳሌ ነው።

በንጉሡ በሳኦል ፈንታ ለእሥራኤል ሕዝብ ሌላ ንጉሥ ከእሴይ ልጆች መካከል እንዲቀባ እግዚአብሔር ነቢዩ ሳሙኤልን በላከው ጊዜ ነቢዩ ንጉሥ ማን መሆን እንዳለበት በህሊናው የራሱ የሆነ የንግሥና መሥፈርት ቀምሯል፣ መስፈርቱም አንድ ሰው ንጉሥ ለመሆን ተክለ ቁመናው ዘለግ ያለ፣ ትከሻው ሰፊ እና መልከ መልካም፣ መሆን አለበት የሚል ነበር። ነቢዩ ይህንንም መስፈርት ያገኘው በመጀመሪያው ተሞክሮ ሳኦልን ለንግሥና ሲቀባ የሳኦልን ተክለ ቁመናና መልከ መልካምነት መሠረት በማድረጉ ነው።

ነቢዩ በዚህ ተሞክሮው ወደ እሴይ ቤት አመራ ከዚያም ሲደርስ እሴይም ልጆቹን ለንግሥና ምርጫ በነቢዩ ፊት ባቀረባቸው ጊዜ የመጀመሪያ ሰው ኤልያብ ነበር። ነቢዩም ኤልያብን ሲመለከት በመስፈርቱ መሠረት የፊቱን ገጽታ እና የቁመናውን ዘለግታ አይቶ በእውነት እግዚአብሔር ለንግሥና የሚፈልገው ይህንን ነው አለ። እግዚአብሔር ግን ለነቢዩ ሳሙኤል አይሆንም ኤልያብን ናቅሁት ሰው ፊትን ያያል እግዚአብሔር ግን ልብን ይመለከታል አለው። ከዚህ በኋላ ነቢዩ ሳሙኤል በራሱ መሥፈርት ሳይሆን በመለኮታዊ ምሪት እና

www.ethiopianorthodox.org

ፈቃዱ ታናሹን ብላቴና የእሴይን ልጅ ዳዊትን ቀባው (1ኛ ሳሙ. 16፥6-13)።

ትምርታዊ ዕውቀት ያለው ሰው እንዲህ በራሱ ቀመር መመራት ብቻ ሳይሆን እራሱን ፍጹም እና አዋቂ ስለሚያደርግ አልተማረም የሚለውን እና ደካማ ጎን ያለበትን ሁሉ እንደተራ ሰው የበታቹ አድርጎ ይመለከታል።

እኔ ብቻ አዋቂ ነኝ ስለሚል እገሌ እንዲህ ዓይነት ስሕተት ሠራ፣ እገሌ ትክክል አይደለችም እያለ የሌሎችን ስሕተት እና ድክመት በሄደበት ቦታ ሁሉ ያውጃል።

ብስለት ያለው ሰው ግን የሰዎችን ስሕተት እና ድክመት ሲመለከት እንኳን ስሕተታቸውን በሚረዱት መልክ ስሜታቸውን ሳይጎዳ እና ክብራቸውን ሳይነካ አጠይሞ ይነግራቸዋል እንጂ በሰው ፊት አያዋርዳቸውም።

ስሕተታቸውን ሲነግራቸው እንኳን ከስሕተታቸው እንዲማሩ እንጂ የእርሱን የበላይነት እና ዐዋቂነት ለማንጸባረቅ አይደለም።

ንጉሥ ዳዊት ኬጢያዊውን ኦርዮን አስገድሎ ሚስቱን ቤርሳቤህንም ለራሱ ሚስት በማድረግ ኃጢአት በሠራ ጊዜ ነቢዩ ናታን ለንጉሡ ያስተላለፈበት የአነጋገር ፈሊጥ ትምህርት ይሆነናል።

ይኸውም ነቢዩ ናታን ወደ ንጉሥ ዳዊት መጥቶ እውነት መሰል አሳዛኝ ድርጊት ነገረው "በአንድ ከተማ አንዱ ባለጠጋ አንዱም ደሀ የሆኑ ሁለት ሰዎች ነበሩ። ባለጠጋውም እጅግ ብዙ በግና ላም ነበረው። ለደሃው ግን ከገዛት አንዲት ታናሽ በግ በስተቀር አንዳች አልነበረውም። እየተንከባከባትም ከልጆቹ ጋር በእርሱ ዘንድ አደገች። እንጀራውንም ትበላ ከዋንጫውም ትጠጣ በብብቱም ትተኛ ነበር። እንደ ልጅም ነበረች። ወደ ባለጠጋውም እንግዳ በመጣ ጊዜ ባለጠጋው ከበጉና ከላሙ ወስዶ ለዚያ ወደ እርሱ ለመጣ እንግዳ ለማዘጋጀት ሳሳ ነገር ግን የዚያን የደሀውን ሰው በግ ወሰደበት እና ለዚያ ለመጣው ሰው አዘጋጀ።"

ንጉሥ ዳዊትም ይህንን አሳዛኝ ድርጊት በሰማ ጊዜ በባለጸጋው እጅግ ተቆጥቶ ናታንን ሕያው እግዚአብሔርን ይህን ያደረገ የሞት ልጅ ነው። ያለምንም አዘኔታ ይገደል አለው። ናታንም ዳዊትን ያ ሰው አንተ ነህ ምክንያቱም እግዚአብሔር ሁሉን ሰጥቶህ ሳለ አንተ ግን ኦርዮንን አስገድለህ ሚስቱን ለራስህ በማድረግ አትግደል፣ አታመንዝር፣ አትመኝ የሚለውን የእግዚአብሔርን ትዕዛዝ ጥሰሃልና አለው። ዳዊትም ነቢዩን እግዚአብሔርን በድያለሁ ሲል ተናዘዘ። ናታንም ዳዊትን በደልህን ስለአመንክ ኃጢአትህን ስለተናዘዝክ እግዚአብሔር ደግሞ ኃጢአትህን አርቆልሃል አትሞትም አለው።

በዚህ ታሪክ ውስጥ የነቢዩ ናታን የብስለት አቀራረብ እና ፈሊጣዊ አነጋገር ዳዊትን በጸጸትና በልቅሶ ኃጢአቱን በመናዘዝ ሴት

www.ethiopianorthodox.org

ተቀን አቤቱ እንደቸርነትህ መጠን ማረኝ እያለ ወደ እግዚአብሔር እንዲጮህ አስቻለው።

እንደ ነቢዩ ናታን የብስለት አቀራረብ እና ፈሊጣዊ አቀራረብ የሌለው ሰው ምንም እንኳን ምሁር ቢሆንም የሌሎችን ስሕተትና ኃጢአት ማስተጋባቱ እራሱን ከማበሳጨቱ አልፎ ከባለሥተቶቹም ጋር ያጋጨዋል በዚህም ሳቢያ ይህ ሰው ዕውቀቱን የሚመነዝረው ለትችት ስለሆነ የውስጥ ሰላሙን ያናጋል "ብዙ ቢተቹ ይሰለቹ" እንደሚባለው በማኅበረሰቡ ዘንድም ለእግዚአብሔር ሰላምታ እንኳን አባ ክና የሚለው ያጣል። በአምልኮው ደግሞ ከእግዚአብሔር ጋር ያለው ግንኙነት ይቋረጣል።

ስለዚህ ትምህርታዊ ዕውቀት እና የምርምር ተሰጥኦ ብቻ ያለው እግዚአብሔር የዋህነትን እና ትሕትናን እንዲሰጠው ይጸልይ። ምክንያቱም ትምህርታዊ ዕውቀት እግዚአብሔርን በመፍራት ካልታገዘ አካላዊም ሆነ ሥነ-ልቦናዊ መታወክን ያስከትላል እንጂ ወደ መረጋጋት እና ብስለት አያመጣም።

የሕይወት መስታወቶች

➢ እግዚአብሔር

በሥነ-ፍጥረት ሂደት መጽሐፍ ቅዱስ እንደሚተርክልን እግዚአብሔር በፍጹም ሰላምና ጸጥታ ይህንን ዓለም ከሚታይ ሳይሆን

ከማይታይ ነገር እንዳስገኘ ስናጤን ክብር ምስጋና ለእርሱ ይሁንና እግዚአብሔር እራሱ ለእርጋታ እና ለዝምታ የአሯሯር ዘይቤ በአማናዊ ምሳሌነቱ የሚታወቅ ቀዳሚ ተጠቃሽ ነው።

ለምሳሌ፡- መጽሐፍ ቅዱስ "እግዚአብሔርም ብርሃን ይሁን አለ ብርሃንም ሆነ፤ እግዚአብሔርም ብርሃኑ መልካም እንደሆነ አየ እግዚአብሔርም ብርሃንና ጨለማን ለየ" (ዘፍ. 1፥3)። ሲል የብርሃንና የጨለማን አፈጣጠር ሂደት ገለጸልን።

ይሁን እንጂ ይህ ድንቅ ድርጊት እና ፍጥረት "ብርሃንም ሆነ" በሚል ቀላል አገላለጽ እና አጭር ዐረፍተ ነገር መገለጹን ስናጤን በዝምታ እና በሰላም ውስጥ ያለው የእግዚአብሔር መለኮታዊ አሠራር ፍጹም ያስደምማል።

ብዙዎች ግን የሠሩት ሥራ እና ያገኙት ግኝት አለመረጋጋትን እና ጭንቀትን ይፈጥርባቸዋል። ሥራቸውና ግኝታቸው ጠቃሚ ቢሆንም በአደባባይ ካልታወጀላቸው እና በመገናኛ ካልተላለፈላቸው ይታወካሉ። ለምሳሌ የቴሌቪዥን መስኮቶች የእነርሱን ምስል ካላስተላለፉ፣ ጋዜጦች እና መጽሔቶች የእነርሱን ፎቶ ብቻ ካላስተናገዱ እርካታ የላቸውም።

ሁኔታው ተመቻችቶላቸው በመገናኛ ብዙሐን ስማቸው ሲነሳ እንኳን እራሳቸውን ለማተለቅ ሲሉ ስለ ሥራዩ የተገለጸው በጥቂቱ ነው፣ እኔነቴን አልገለጸኝም በማለት በተላለፈው ፕሮግራም እርካታ

www.ethiopianorthodox.org

እንደሌላቸው ይገልጻል። የእግዚአብሔር ሰው ግን እርካታው የሚገባውን ስለሠራ እንጂ ስለታወቀ አይደለም።

እግዚአብሔር በሥነ ፍጥረት ታሪክ ብቻ ሳይሆን ፍጹም ሰው ሆኖ ከቅድስት ድንግል ማርያም በተወለደ ጊዜ በነበረው ተአምራዊ ክስተት ውስጥ ያለውን መለኮታዊ ሰላም እና ፍጹም ጸጥታ ያስተውሉ።

የእግዚአብሔር ወልድ የኢየሱስ ክርስቶስ አመጣጥ ለጉብኝትም ሆነ ለሥራ ጉዳይ ወደ አንድ ሀገር እና ቦታ ሲሄዱ ከአጃቢዎቻቸው በተጨማሪ የበታቾቻቸውን ሠራተኞች ከየሥራ መስካቸው እና ከያሉበት ቦታ በመጥራት ለሥራ መበደል ምክንያት እና ለመጨናነቅ መንሥኤ እንደሚሆኑት ምድራውያን ባለሥልጣናት አልነበረም።

ወይም በሌላ አገላለጽ እግዚአብሔር ወልድ በማይመረመር መለኮታዊ ጥበብ እና በሚያስደንቅ ትሕትናው ፍጹም ሰው ሆኖ ከቅድስት ድንግል ማርያም በቤተልሔም ተወለደ እንጂ ዘወትር ቅዱስ ቅዱስ ቅዱስ ብለው የሚያመሰግኑት እና ሥራቸው ምሥጋና የሆነላቸው መላእክትን እንኳን በማዘዝ ፊት እና ኋላ አሰልፎ ነጋሪት እያስጎሰመ እና ከበሮ እያስደለቀ በእልልታ እና በዝማሬ ታጅቦ አልመጣም በዚህም ምክንያት ምሥጋዌውን ያላወቁ መላእክት እና ሰዎች ነበሩ። ለምሳሌ ያህል ኢየሱስ ክርስቶስ የት አካባቢ እና ቦታ እንደተወለደ ካላወቁት ሰዎች መካከል ብንመለከት አምባገነኑ ንጉሥ

ሔሮድስ አንዱ ነበር። እርሱም ብዙዎችን ኢየሱስ ክርስቶስ የት እና መቼ እንደተወለደ ለማወቅ በጥያቄ ያፈጠጠው ለዚህ ነበር።

ጌታ "ቀንበሬን በላያችሁ ተሸከሙ ከእኔም ተማሩ" (ማቴ. 11፥29) ሲል እንደተናገረው ይህ የነገረ ሥጋዌ ታሪክ ታናናሾችም ሆንን ታላላቆች ባለሥልጣንም ሆንን ሥልጣን አልባ ባለን ሁኔታ ሥልጣን፣ ሹመት፣ ዕውቀት ሳንታወክ በፍፁም ሰላም እና ጤና እንድንኖር ያስገድደናል።

ብዙ ሰዎች ግን ባላቸው ሥልጣን እና ሹመት ግርግር ይፈጥራሉ፣ ሌሎችንም ያዋክባሉ። ይኸውም ወደ አሰቡበት ቦታ እና ሀገር በሚሄዱ ጊዜ ሲደርሱም ሆነ ከመድረሳቸው በፊት ሁካታን ይፈጥራሉ። ከመድረሳቸው በፊት በዜና መምጣታቸውን፣ ከደረሱ በኋላ በትርምስ፣ በግርግርታ እና በፉጨት መድረሳቸውን ይገልጻሉ። በዚህም ምክንያት ብዙዎችን ሥራ ስለሚያስፈቱ የሥራ ፈትነት እና የሁካታ መንስኤ ይሆናሉ።

ሥልጣን የባሕርዩ የሆነው ንጉሠ ነገሥት ኢየሱስ ክርስቶስ ግን ወደ እኛ ወደ ወገኖቹ በመጣ ጊዜ እኛን ለማዳን እና ለመምራት አምላክ ሳለ እንደ እኛ ፍጹም ሰው ሆነ፣ እንደ እኛም ተራበ፣ ተጠማ፣ አለቀሰ፣ መከራችንን ሁሉ ተካፈለ፣ በዚህም ሥልጣኑን ሳይሆን ፍቅሩን ገለጸልን።

በዘመነ ብሉይም ሆነ በዘመነ ሐዲስ እግዚአብሔር ድንቃ ድንቅን እና ተአምራትን ሲያደርግ ምን ያህል በፍጹም ጸጥታ እና

www.ethiopianorthodox.org

ሰላም በጽሞና እንደሆነ ይገንዘቡ። እግዚአብሔር በራሱ የጊዜ ቀመር እና በራሱ ፈቃድ ተአምራትን ይከስታል እንጂ ሰዎች ምልክት ለማየት ፈልገው ስለጠየቁት ብቻ ወይም ያላመኑትን ለማሳመን ብቻ ተአምራት አያደርግም። ምክንያቱም ተአምር እምነትን የምንፈበርክበት መሳሪያ ሳይሆን የእግዚአብሔርን ጌትነቱን እና መለኮታዊነት የምንረዳበት ኃይል ነው። የእግዚአብሔርን አምላክነት የሚያምኑ፣ ተአምራት የጌትነቱ መገለጫ እንደሆነ ይቀበላሉ፣ ከዚያም ከተአምራቱ ለሕይወታቸው መልካም አቅጣጫን የሚቀይሱበትን የእግዚአብሔር ሐሳብ ይረዳሉ።

ነባቤ መለኮት ዮሐንስ "ኢየሱስ ያደረገው ብዙ ሌላ ነገር ደግሞ አለ ሁሉ በእያንዳንዱ ቢጻፍ ለተጻፉት መጻሕፍት ዓለም እራሱ ባልበቃቸውም ይመስለኛል" ብሎ እንደጻፈልን (ዮሐ. 21፥25)። ኢየሱስ ክርስቶስ ከእናቱ ከቅድስት ድንግል ማርያም እና ከጻድቁ ከዮሴፍ ጋር ወደ ግብጽ ሀገር በተሰደዱ ጊዜ የተከሰቱት ብዙ ምስጢራዊ ተአምራት እንደ ምሳሌነት ሊጠቀሱ ይችላሉ።

ብዙዎቻችን ከእነዚህ ተአምራት መካከል የምናውቃቸው ግን በወንጌላት እና በአዋልደ መጻሕፍት የሰፈሩትን ጥቂቶቹን ብቻ ነው።

በዚህ ዓለም በእግዚአብሔር ፊንታ እንጨት ጠርበው ድንጋይ አለዝበው ጣዖትን የሚያመልኩ አሉ። ይሁን እንጂ በጣዖት አምላኪዎች ላይ ከእግዚአብሔር የተቃጣ መቅሰፍት ከሰማይ ሰራዊትም የተነሳ

ተቃውሞ የለም ወይም እግዚአብሔር እነርሱን ለማጥፋት ከሰማይ እሳት አላዘነበም።

ሌሎች ደግሞ የእራሳቸውን ምናባዊ ፍልስፍና ተከትለው እግዚአብሔር የለም በማለት በእግዚአብሔር ላይ የስድብን ቃል ይሰነዝራሉ። አሁንም ድረስ በኃጢአታቸው ውስጥ የራሳቸውን ኑሮ ይኖራሉ እንጂ እግዚአብሔር ከቸርነቱ ብዛት ሁሉም እርሱን እስኪያውቁት ድረስ ዝምታን መርጧል። ይህም እግዚአብሔር የለም በሚሉት ፊት የእግዚአብሔር ዝምታ ፍጹም የሚያስደምም ነው።

ምክንያቱም ሰዎች የተሰጣቸውን ዕውቀት እና ነጻ ፈቃድ ተጠቅመው አሁንም ያለንበት ዘመን ድረስ እግዚአብሔርን ቢቃወሙም እግዚአብሔር ግን አሁን ዘመኑ የምሕረትና የይቅርታ ስለሆነ እጅ በእጅ በኃጢአታቸው ሊቀጣቸው አልፈለገም። ሁሉንም እስከ መጨረሻም የፍርድ ቀን ድረስ ይታገሳቸዋል። በተጨማሪም ከኃጢአታቸው እንዲነጹ ዘመን ለፍስሐ የሰጣቸውን ያህል ዕድሜ ለንስሐ ሰጥቶ ንስሐ እንዲገቡ ወደ እርሱ የመመለስ አጋጣሚዎችን እየፈጠረላቸው ነው።

ከዚህ በላይ የሚያስደንቀን የእግዚአብሔር ቸርነት ደግሞ ቅዱስ ማቴዎስም "እርሱ በክፉዎችና በበጎዎች ላይ ፀሐይን ያወጣልና በጻድቃን እና በኃጢአተኞች ላይ ዝናቡን ያዘንባልና" (ማቴ. 5፥45) ሲል ስለ እግዚአብሔር ቸርነት እንዳብራራው ኃጢአተኞች እና እግዚአብሔር የለም ባዮች አመጸኞች ምንም እንኳን ለእግዚአብሔር

www.ethiopianorthodox.org

ሕግ የማይታዘዙና እግዚአብሔርንም የማያውቁ ቢሆንም የበረከቱ ተሳታፊዎች እና ተቋዳሾች ናቸው።

አስቀድሞ በትዕቢትና በአመጽ የእግዚአብሔር እኛ ለመሆን ምኞት ያደረበት እና አሁን ደግሞ በተንኮሉ ምዕመናንን ከሕይወት መንገድ የሚያርቅ በምድር ላይ ጦርነትን ሁካታን፣ ጥፋትን የሚያመጣው የሰይጣንን ሕልውና ስናጤን የእግዚአብሔር ዝምታ አሁንም በእጅጉ ያስገርማል። ምክንያቱም ሰይጣን አሁንም አለ እየኖረ ነው።

ምንም እንኳ እግዚአብሔር ሰይጣንን እንደ ጢስ የሚያጨልብቅ እና እንደ ትቢያ የሚያበንበት መለኮታዊ ኃይል ቢኖረውም ኃይሉን ሰይጣንን ለማጥፋት ሲል አልተጠቀመውም። እንዲያውም ሰይጣን ከነሠራዊቱ ቅጣቱን በሚቀበልበት እስከ መጨረሻይቱ የፍርድ ቀን ድረስ እግዚአብሔር ምዕመናንን የሚመረምርበት እና የሚፈትንበት መሣሪያው ስላደረገው አሁን ሰይጣን የመኖር መብቱ የሰፋ ነው። ይህም የእግዚአብሔርን ትዕግስት ከመረዳታችን በተጨማሪ ሰው በምርጫው የሰይጣን ተገዥ የመሆን አጋጣሚ ቢኖረው ሰይጣን ግን ምንግዜም የእግዚአብሔር አገልጋይ እንደሆነ ያመለክተናል።

ይሁንና ሰይጣን አንዳንድ ጊዜ መለኮታዊ ባሕርይ ውስጥ ገብቶ ከአቅሙ በላይ ሊመረምር ይውተረተራል። ከዚያም መናገር የፈለገውን ይናገራል፣ ማድረግ የፈለገውን ለማድረግ ይሞክራል።

እግዚአብሔር ግን በመለኮቱ ቀናተኛ ስለሆነ ሰይጣንን በመለኮታዊ ባሕርዩ ሲመጣ ያስቆመዋል። ባያስቆመውም እንኳን አቅሙ፣ ችሎታው እና ባሕርዩው ያግደዋል። ለምሳሌ ሰይጣን ያለመለኮት ልመለክ ቢል ባሕርዩው አይፈቅድለትም፣ እግዚአብሔር የሰይጣንን አለመታዘዝና ዓመጽ ዛሬም ድረስ መታገሡ ያም ሆነ ይህ በእጅጉ ያስገርማል።

ከእኛ ከሰዎች ግን ዘወትር የሰይጣንን ተንኮልና ሸር ያስወግድልናል። ምክንያቱም እኛ የሰይጣንን ሐሳብ ሰይጣናዊ መሆኑን አንረዳም፣ ብንረዳም የሰይጣንን ሸርና ተንኮል በትዕግስት አንቋቋምም።

ዝምታ ክፋትን ቂም በቀልን የምንሸፋፈንበት መግነዝ ሳይሆን ሥነ-ምግባራዊ ባሕርያችንን እና መንፈሳዊ ሕይወታችንን የምንገልጽበት ቋንቋ ነው።

ይህንንም ቋንቋ

"ለመታረድ እንደሚነዳ ጠቦት
በሸላቾቹም ፊት ዝም እንደሚል በግ
እንዲሁ አፉን አልከፈተም"

ተብሎ ዝምታው በትንቢት ከተመሰከረለት ከኢየሱስ ክርስቶስ እንማራለን።

የአምላክን ዝምታ የምንረዳው በዘመነ ብሉይ ብቻ ሳይሆን በዘመነ ሐዲስም የሰው ልጆችን ለማዳን በአጭር ቁመት፣ በጠባብ ደረት ተወስኖ የሚራብ የሚጠማ የሚሰቃይ ሥጋን ከድንግል ማርያም

www.ethiopianorthodox.org

ከነሳ በኋላም ነውና። ይኸውም ኢየሱስ ክርስቶስ በሥጋዊ ዘመኑ ምድረ እሥራኤልን ተዘዋውሮ በሚያስተምርበት ጊዜ ከጸሐፍት፣ ከፈሪሳውያን፣ ከሰዱቃውያን፣ ከካህናት አለቆች እና ከሕዝብ ሽማግሌዎች በአጠቃላይ ከቤተ ክህነቱ፣ ከቤተ መንግሥቱ እና ከማኅበረሰቡ አባላት የተውጣጡ ባላጋራዎች (ተቃዋሚዎች) ከእጁ ተአምራት ጉድለት ከቃሉ ትምህርት ሕጸጽ ፈልገው ሲፈታተኑት እና ሲጠይቁት ከልባዊ ትሕትና ጋር የሚመልስላቸውን ትክክለኛ ምላሽ ምን ያህል ልብን የሚመስጥ እንደሆነ ያስተውሉ።

ዳግመኛም የኃጢአተኞች እና የቀራጮች ወዳጅ ጠጪ (ሰካራም) ነው እያሉ ሲሰድቡት እና ፊቱን በጨርቅ ሸፍነው ትንቢተኛው ነቢዩ ትንቢት ተናገር እያሉ ሲሳለቁበት አጋንንትን በአጋንንት አለቃ ያወጣል እያሉ ሲዘልፉት በአይሁድ ሸንጐ አቅርበውት "ለቄሳር ግብር አይከፈል" ብሏል "የሰሎሞንን ቤተመቅደስ አፍርሱት በሦስት ቀን እሠራዋለሁ" ብሏል "እራሱን ከእግዚአብሔር ጋር ያስተካክላል" በማለት የሐሰት ክስ ሲከሱት የነበረው ዝምታ ከአዕምሮው በላይ ሲሆን ማንነቱን የሚገልጽበት ቋንቋው ነበር። ክሱን የመረመረው ገዥው ጳንጤናዊው ጲላጦስም እንኳን የኢየሱስ ክርስቶስ ዝምታ ከማስገረም አልፎ ግራ ስላጋባው ለሞት የሚያደርስ በደል አላገኘሁበትም ስለዚህ ቀጥቼ እፈታዋለሁ ሲል ንጽሕናውን መሠከረለት።

ልብን የሚነካው ሌላኛው ክስተት ደግሞ ሦስት ዓመት ከሦስት ወር ከዋለበት እየዋለ ካደረበት እያደረ ተማሪው እና ወዳጁ የነበረው

የአስቆሮቱ ይሁዳ ለካህናት አለቆች አሳልፎ በሰጠው ጊዜ ያሳየው ትዕግስት ነው።

ቅዱስ ማቴዎስ "ወዲያውም ወደ ኢየሱስ ቀረበና መምህር ሆይ ሰላም ላንተ ይሁን ብሎ ሳመው ኢየሱስም ወዳጄ ሆይ ለምን ነገር መጣህ አለው?" ብሎ እንደዘገበልን ጌታ የአስቆሮቱ ይሁዳን ስሜት ሳይጐዳ የክህደት ሰላምታውን በፍቅር ተቀብሎ አስተናገደ፣ ጠላቱ ሆኖ ሳለ እርሱ ግን ወዳጄ አለው።

ሌላው ኢየሱስ ክርስቶስ የሮማ ወታደሮች በያዙት ጊዜ የነበረውን ትዕግስት ያስተውሉ በእርግጥ ኢየሱስ ክርስቶስ ሳያውቀውና በአጋጣሚ የሆነበት አንዳች ነገር አልነበረም።

ስለዚህ እርሱ ይህቺን የመከራ እና የእንግልት ሰዓት በፍጹም ትዕግስት ይጠባበቃት እንደነበር ሁሉ በፍጹም ትዕግስት አሳለፋት። ሊይዙት ሰይፍና ገመድ ይዘው የመጡትን ጭፍሮችና ወታደሮች ማንን ነው የምትፈልጉት? ብሎ ጠየቃቸው እነርሱም የናዝሬቱን ኢየሱስ ብለው መለሱለት። እርሱም "እኔ እርሱ ነኝ" ሲላቸው የአነጋገሩ ለዛ እና የአድራጎቱ ትሕትና ወታደሮቹን እና ጭፍሮቹን የኋሊት አፈግፍገው እንዲወድቁ አደረጋቸው (ዮሐ. 18፥5-8)።

በዚህ የመከራ እና የእንግልት ጊዜ የኢየሱስ ክርስቶስ ትዕግስትና ትሕትና ቅዱስ ዮሐንስ "እንግዲህ እኔን ትፈልጉ

www.ethiopianorthodox.org

እንደሆናችሁ እነዚህ ይሂዱ ተዋቸው" (ዮሐ. 18፥8) ሲል እንደገለጸው ለተከታዮቹ ደኅንነት በማሰብ ነበር።

መድኃኔዓለም ክርስቶስ ለቀራቢዎቹ እና ለተከታዮቹ ነጻነት እና ደኅንነት ብቻ ሳይሆን የሁሉም ሰው ሰላም እና መብት እንዲነካም አይፈልግም። እንዲሁም ስለሆነ የሐዋርያት አለቃ ቅዱስ ጴጥሮስ የራሱን ኃይልና ጉልበት ተጠቅሞ ሰይፉን ከሰገባው በመምዘዝ የክርስቶስ ተቃዋሚ ከሆኑት ወገን የሊቀ ካህናቱን አገልጋይ ጆሮ በሰይፉ በቆረጠው ጊዜ ጌታችን የተከታዮቹም ሆነ የተቃዋሚዎቹ ሰላም እንዳይደፈርስ ጴጥሮስን ሰይፍህን ወደ ሰገባው መልስ አብ የሠጠኝን ጽዋ አልጠጣትምን ሲል ገስጸው። የሊቀ ካህናቱንም አገልጋይ ጆሮም አዳነለት።

የኢየሱስ ክርስቶስ ዝምታ እና ትሕትና በዚህ አላበቃም በሞቱ እና በትንሣኤው ጊዜም ታይቷል። ከሙታን ተለይቶ ከተነሣ በኋላ በአካል ያዩት አይሁድ እንኳን እርሱ አይደለም ብለው ትንሣኤውን እስኪጠራጠሩ ድረስ እርሱም መቃብር ከፈቱልኝ መግነዝ ፍቱልኝ ሳይል ያለምንም አዋጅ እና እወቁልኝ ሞትን ድል አድርጐ መነሳቱ ይጹም ያስደምማል። በዚህም የትንሣኤው ምሥጢር ሰው ሲሞት ፈርሶ በስብሶ ይቀራል የሚል እምነት ያላቸው ሀብታሞች ሰዱቃውያን እንኳን ግራ ተጋብተው እምነታቸው እንዳይናጋ ብቻ ለመቃብር ጠባቂዎች ገንዘብ በመስጠት ኢየሱስ ከሙታን አልተነሣም ነገር ግን ደቀመዛሙርቱ ሌሊት መጥተው ሰረቁት የሚል የሐሰት ወሬ (Propaganda) እንዲስተጋባ አደረጉ።

ጌታችን ኢየሱስ ክርስቶስ በፍጹም ዝምታ ያከናወናቸው ድርጊቶች ዕጹብ ድንቅ ናቸው። በእርግጥ ከብዛታቸው የተነሣ ግን ለመተንተን ቃላትና ችሎታ ሲያንስን ጊዜም አይበቃንም።

➢ ሰማዕታት

ሌላው ደግሞ ለሕይወታችን ጽናትና ዝምታን የምንማረው ከሰማዕታት ተጋድሎ ነው። ኢየሱስ ክርስቶስ አብነት በማድረግ በዓላውያን ነገሥታት ፊት በማሆት እና በእስራታቸው ጊዜ፣ በእንግልትና በስቃያቸው ወቅት፣ በሞታቸውም ሰዓት ሰማዕታት የነበራቸው ጽናት እና ዝምታ ፍጹም የሚያስደንቅ ነው።

በእርግጥ ሐዋርያው ቅዱስ ጳውሎስ እና ሲላስ እንዳደረጉት (ሐዋ 16፥24) ሰማዕታት በመከራቸው እና በእስራታቸው ወቅት ይዘምራሉ። ከልብ በመነጩም ስሜት እግዚአብሔርን ያመሰግናሉ።

ምክንያቱም ሰማዕታት በእምነታቸው ከሞት በኋላ ያለው ዘላለማዊ ሕይወት በጣም ይናፍቃቸዋል። ዘላለማዊ ሕይወትን ለማግኘት ለእነርሱ መገረፍ፣ መታሠር፣ እንቅልፍ ማጣት መሞት ምንም ማለት አይደለም።

ይህ ብዙ ገጽታ ያለው እና ትምህርት ሰጪ የሆነው የሰማዕታት ገድላቸው በእምነት እግዚአብሔርን እንድናመልክ እና

www.ethiopianorthodox.org

እንድንጸና ይጠቅመናል። እንዲሁም ዘላለማዊ ሕይወት እንዳለን በእምነት ለሕሊናችን ማረጋገጫን ይሰጠናል።

> **ጻድቃን**

ከሰማዕታት ገድል በተጨማሪ ሌላው ትዕግስትን እና ትሕትናን የምንማረው ከጻድቃን ታሪክ ነው።

ሁሉን ትተው እርሱን በመከተል ራሳቸውን ክደው ዳዋ ጥሰው ቅጠል በጥሰው ለዓለም ሰላም በጾምና በጸሎት ተወስነው በጽድቅ መንገድ የሚጓዙ ጻድቃን ይባላሉ።

እነዚህም ገዳማውያን ጻድቃን የቀን ሀሩርን የሌት ቁርን ታግሰው ጸብአ አጋንንትን ተቋቁመው የሚኖሩበት ዋሻ እና ሜካ ደግሞ ለነፍሳቸው እረፍት ለሕይወታቸው እርካታን ለሐሳባቸው እርጋታ፣ ለጸሎታቸው ተመስጦ መንስኤ ነው። በአጠቃላይ ይህ ቦታ ፍጹም መረጋጋትና ሰላም ይለግሳቸዋል።

ስለዚህ ከሰውም ሆነ ከርኩሳን መናፍስት የሚመጣ ነቀፋ፣ ትችት እና የሀሰት ክስ ቢደርስባቸው እንኳ ችግሮችን በችኮላ ሳይሆን በእርጋታ፤ በአመጽ ሳይሆን በሰላም የሚቋቋሙበት የሕይወት የአኗኗር ዘይቤ እና ልምድ አላቸው። ይህም የአኗኗር ሥርዓታቸው ምድራውያን መላእክት ያሰኛቸዋል።

የጻድቃን ተጋድሎ እና የሕይወት ታሪካቸው መጠነ ሰፊ ነው። ለምሳሌ ያህል ግን የቅድስት መሪናን ታሪክ ብቻ እንመልከት።

የቅድስት መሪና እናት እና አባቷ ክርስቲያኖች ነበሩ። ቅድስት መሪና ገና ሕፃን ሳለች እናቷ ሞተችባት። በዚህን ጊዜ አባቷ ቅድስት መሪናን እንደ እናትም አባትም ሆኖ በስርዓት ቀጥቶ ሕገ እግዚአብሔርን አስተምሮ አሳደጋት።

ቅድስት መሪና ለአቅመ ሔዋን በደረሰች ጊዜ አባቷ እርሷን በጋብቻ አስተሳስሮ እርሱ ወደ ገዳም ለመሄድ እንደወሰነ ሐሳቡን አማከራት። ቅድስት መሪናም አባቷን አባቴ ሆይ እኔን እዚህ በኃጢአት የተሞጠ ዓለም ውስጥ ጥለኸኝ ለብቻህ ወደ ጽድቅ ጐዳና ልትሄድ ነውን? እኔም እዚህ አልቀርም ከአንተ ጋር እሄዳለሁ አለችው።

አባቷም ልጄ ሆይ አንቺ ሴት ነሽ ለሴቶች የሚሆን ገዳም ደግሞ የማውቀው የለም አላት። እርሷም አባቴ ሆይ እኔ ጾታዊ ፆር የለብኝም ስለዚህ እኔ የወንዶችን ልብስ አድርጌ ልከተልህ አለችው። አባቷም ጽናቷን እና አላማዋን አይቶ ልጄ ሆይ መልካም በለሻል ልብስሽን እና ጸጉርሽን ብቻ ሳይሆን ስምሽም ማርያም መባሉ ቀርቶ በወንድ ጾታ መሪና ይባል አላትና ስሟን መሪና ብሎ ሰየመላት (የቅድስት መሪና የመጀመሪያ ስሟ ማርያም ይባል ነበር)። የወንድ ልብስም አለበሳት እና ወደ አንድ ገዳም ገቡ። ከዚያም እንደ ወንዶቹ ሥርዐት ቅድስት መሪና አባ መሪና በሚል ስያሜ መነነሰች። እንደ

www.ethiopianorthodox.org

ገዳሙ ሥርዐት እና ደንብ በጾም በጸሎት ተወስነች በገዳሙ ውስጥ ግን ቅድስት መሪና ሴት መሆኗን የሚያውቅ አንድም ሰው አልነበረም። አንዳንድ ጊዜ እንኳን ድምጿ ሴትነቷን ቢያንጸባርቅም ገዳማውያኑ ግን አባ መሪና በጾም በጸሎትና በስግደት ብዛት ከመድከማቸው የተነሣ ድምጻቸው ይቀያየራል ይላሉ እንጂ አንድም ቀን ሴት መሆኗን ጠርጥረው አያውቁም።

ከብዙ ጊዜያት በኋላ የቅድስት መሪና አባት በሚሞትበት ሕመም ታሞ ሳለ የገዳሙን አበምኔት አስጠርቶ "አባ መሪና ከገዳሙ እንዳይወጣ አደራ አባቴ" በማለት ለአበ ምኔቱ ተናገ አረፈ። ከዚህ በኋላ በጉዛዜው መሠረት አባ መሪናን አበ ምኔቱ በአደራነት ተቀበሉ።

በጊዜ ብዛትም የገዳሙ መነኩሳት ይህ ወጣት መነኩሴ አባ መሪና ከእኛ ጋር ለገዳሙ አገልግሎት የማይወጣው የማይወርደው ለምንድን ነው? በማለት በአበምኔቱ ላይ አጉረመረሙ አበ ምኔቱንም በአባ መሪና ምክንያት የመነኩሳቱ ማጉረምረምና ማጉተምተም ስለበዛባቸው አባ መሪናን ከመነኩሳቱ ጋር ከገዳሙ ውጪ ለአገልግሎት አሰማሯቸው። ከገዳሙ ውጪ ደግሞ ለገዳሙ አገልግሎት የሚሰጥ የአንድ ምዕመን ቤት አለ ይህም ምዕመን ገዳሙን ለመርዳት ለመነኮሳቱ የሚሆነውን ቀለብ የሚያከማችበት እንግዶች የሚያርፉበት እና የሚያድሩበት ቤት አዘጋጅቷል። መነኮሳቱም በሚመጡ ጊዜ ከእርሱ ቤት አድረው እህላቸውን ይጭናሉ።

ይሁን እንጂ ይህ የእንግዶች ማረፊያ ቤት ለመነኮሳቱ ብቻ ሳይሆን የመሸበት መንገደኛ እንግዳ ሁሉ ያድርበት ነበር። እነዚህም መነኩሳት ለአገልግሎት እህል ለመጫን ወጥተው ባደሩበት በዚያች ዕለት ከጉረቤት አንድ ጉልማሳ መጥቶ ከዚህ ምዕመን ቤት አደረ። ታዲያ ምዕመኑም አንዲት ድንግል የሆነች ሴት ልጅ ነበረችው እና ያ የጉረቤት ጉልማሳ ክብረ ንጽሕናዋን አጉደፈባት እና ሴቲቱን አባትሽ ይህንን ጉዳይ ተረድቶ ከማን ጋር ነው እንደዚህ አይነቱን ድርጊት የፈጸምሽው ቢልሽ አሲያም ማን ደፈረሽ ቢልሽ እዚህ ካደሩት መነኮሳት መካከል ወጣቱ መነኩሴ አባ መሪና ደፈረኝ በይ አላት።

ውሉ እያደርም የሴቲቱ መጸነስ ታወቀ። አባቷ ልጄ ሆይ ማን ነው የደፈረሽ ቢላት እርሷም ወጣቱ መነኩሴ አባ መሪና ነው አለች። አባቷም በእጅጉ ተቆጥቶ ወደ ገዳሙ ሄደ ከዚያም መነኮሳቱን ይረግም ጀመር ለአበምኔቱም እኔ አጸድቅ ብዬ ቤቴን ለእንግዶች ማረፊያ እና ለገዳሙ አገልግሎት እንዲሰጥ ባደርግ አባ መሪና ልጄን ደፍሮ ጉድ አደረገኝ ብሉ ነገሩቸው።

አበ ምኔቱም እውነት መስሏቸው በእጅጉ አዘኑ ከዚያም ልጄ ሆይ በአንድ ሰው በደልና ኃጢአት ንጹሐኑን መነኩሳት በሕዝባውያን ፊት አታዋርዳቸው የገዳሙንም ክብር ለመጠበቅ ይህ ጉዳይ በእኔ እና በአንተ ይቅር ብለው ምዕመኑን አጽናንተው አረጋጉት። ከዚህ በኋላ አበምኔቱ አባ መሪናን ጠርተው ገሰጿት እርሷ ግን ምንም የምታውቀው ነገር አልነበረም። ለምንድን ነው እንዲህ የሚገስጹኝ ብላ ስትጠይቅ ለአገልግሎት ከመነኩሳቱ ጋር በወጡ ጊዜ እንደዚህ

www.ethiopianorthodox.org

ኃጢአት ሰርተዋል አሏት። እርሷም ሁኔታው ስለገባት አዎ ልክ ነው በእርግጥ ይህን አይነት ኃጢአት በሠራውም ወጣት ነኝ እና በደሌን ይቅር በሉኝ ብላ ለመነች።

አበምኔቱም እንዲህ ኃጢአትዎን ካመኑ ለሌሎች መነኩሳት የኃጢአት መምህር ስለሚሆኑ ከገዳሙ መቀመጥ የለብዎም ብለው ከገዳሙ አስወጧት (አባረሯት)። እርሷም ከገዳሙ ውጪ ያለ ኃጢአቷ የደረሰባትን መከራ በጽናት በመወጣት ተጋድሎዋን ቀጠለች።

ያቺ የአነሰችው የምዕመኑ ልጅም ወንድ ልጅ ወለደች የልጅቷ አባትም (ምዕመኑ) ለቅድስት መሪና የተወለደውን ሕጻን አምጥቶ ሰጣት። ቅድስት መሪናም ምንም ሳታጉረመርም እግዚአብሔርን እያመሰገነች ሕጻኑን ተቀበለችው። ከእረኞችም የላምና የበግ ወተት እየለመነች ሕጻኑን አሳደገችው ከሦስት ዓመት በኋላ የገዳሙ መነኩሳት ለአባ መሪና ቀኖና ተሰጥቶአቸውና ይቅርታ ተደርጉላቸው ወደ ገዳሙ ይመለሱ ብለው አበ ምኔቱን ለመኗቸው። አበ ምኔቱም የመነኩሳቱን ልመና ሰምተው አባ መሪና ወደ ገዳሙ እንዲመለሱ ፈቅጄአለሁ አሉ።

ቅድስት መሪናም ከአበ ምኔቱ የተሰጣትን ከባድ ቀኖና ከፈጸመች በኋላ ከመነኩሳቱ ጋር ተቀላቀለች። ከዚያም ለመነኩሳቱ ምግብ ማዘጋጀት ውሃ መቅዳት ጀመረች፣ ደካሞችን መርዳት፣ ገዳሙን ማገልገል ቀጠለች። ያም የተወለደው ሕጻን አድጎ ሕገ እግዚአብሔርን ተምሮ መነኩሰ። ከዚህ በኋላ ቅድስት መሪናም በሦስት ቀን በሽታ ከዚህ ዓለም በሞት ተለየች።

የገዳሙ መነኩሳትም ሲገንዟት ሴት እንደሆነች አወቁ። ለአበምኔቱም ነገሯቸው፤ አበምኔቱም ሴት መሆኗን በአወቁ ጊዜ ያለ ኃጢአቷ ከባድ ቀኖና ስለሰጧት በእጅጉ አዘኑ። ለዚያም ሴት ልጅ ለተደፈረችበት ምዕመን አባ መሪና (ቅድስት መሪና) ሴት እንደሆነች ተነገረው።

ከበድና ይቅር ብያችኋለሁ የሚል ድምፅ እስኪሰሙ ድረስ መነኩሳቱ ሁሉ አስከሬኗን ተሸክመው "አቤቱ አምላካችን ማረን" እያሉ ጸለዩ ሁሉም በበደሏቸው እያለቀሱ በዝማሬ እና በማኅሌት ፈጣሪያቸውን አመስግነው ከሥጋዋ ተባርከው ቀበሩአት።

በዚህን ጊዜ ከእግዚአብሔር የታዘዘ ክፉ መንፈስ ያቺን ሐሰተኛ የተደፈረችውን ሴት እና የደፈራትን ጐልማሳ ያዛቸው እየጐተታቸውና እያስንራቸው ይቀጣቸው ጀመር። ወደ ቅድስት መሪና መቃብር ሄደው ኃጢአታቸውን በህዝብ ፊት እስኪያምኑ ድረስ በእግዚአብሔር የታዘዘ ክፉ መንፈስ እጅግ አሰቃያቸው።

ከመቃብሯም ስፍር ቁጥር የሌላቸው ተአምራት ተከሰቱ ከዚህ ከቅድስት መሪና የጽድቅ ጉዞና የቅድስና ሕይወት የምንረዳው በመከራ ጊዜ ትዕግስትን፣ በፈተና ጊዜ ጽናትን፣ ትሕትናን ለሥጋዊም ሆነ ለመንፈሳዊ ሕይወታችን ገንዘብ ማድረግ እንዳለብን ነው።

www.ethiopianorthodox.org

➤ *መላእክት*

በሰማያትም በመላእክት አገልግሎት ውስጥ መላእክቱ እግዚአብሔርን ሲያመልኩ ያለውን ሰላም እና የመንፈስ መረጋጋት እንዲሁም ዝምታን ያስተውሉ። እነዚህም ንጹሐን መላእክት ለእርጋታ እና ለዝምታ ሕይወት ፍጹም ተምሳሌቶች ናቸው።

ቅዱስ ጳውሎስ "ሁሉ መዳንን ይወርሱ ዘንድ ስላላቸው ለማገዝ የሚላኩ የሚያገለግሉ መናፍስት አይደሉምን?" (ዕብ. 1፥14) ሲል ስለመላእክት አገልግሎት እንደገለጸው። መላእክት ምንም እንኳን ለተፈጥሮአዊ (ሥጋዊ) ዓይናችን ባይታዩንም እንኳን በሰማያት እግዚአብሔርን እያመለኩ ሳለ በዚያው ቅጽበት እኛንም ዘወትር በምድር ይረዱናል።

እምነት ለሌላቸው እና የእግዚአብሔርን መለኮታዊ አሠራር ላልተረዱ ይህ ከአዕምሮ በላይ የሆነ ሃይማኖታዊ ክስረት ይመስላቸው ይሆናል። ነገር ግን አይደለም። በመሠረቱ በሁሉም ቦታ በባሕርዩ መገኘት የሚችል እግዚአብሔር ብቻ ነው። ምክንያቱም እግዚአብሔር መንፈስ ነውና (ዮሐ. 4) መንፈስ ማለት ደግሞ ቦታ ሳይወስነው በሁሉ ቦታ የሚገኝ ማለት ነው። ይህም እግዚአብሔር ነው።

መላእክትም በእግዚአብሔር መለኮታዊ አሠራር አማካይነት በሁሉም ቦታ መገኘት ይችላሉ። ወይም መንፈስ ይሆናሉ፣ ይህ ማለት

ግን እግዚአብሔርን ይሆናሉ ወይም እናመልካቸዋለን ማለት አይደለም።

ለምሳሌ፦ የሀገራችን ፕሬዝዳንት (መሪ) ስለ ሀገራችን ሰላም እና መረጋጋት መግለጫ ይሰጣሉ እንበል ከዚያም ሁሉም ሰው መግለጫውን በተመሳሳይ ሰዓት እና ጊዜ እንዲሰማ እርሳቸውንም እንዲመለከት ፕሬዚዳንቱ ወደ ቴሌቭዥን ስቱዲዮ ቅንብር ውስጥ የግድ መግባት አለባቸው። ከዚህ በኋላ ቴሌቭዥን ያለው ሰው ሁሉ እቤቱ ቁጭ ብሎ በቴሌቭዥን መስኮት አካላዊ ምስላቸውን በማየት እና ንግግራቸውን በማድመጥ መግለጫውን መረዳት ይችላል። በዚህም ጥበብ እኚህ የሀገር መሪ በአካል ውስን ሆነው ሳለ በእስቱዲዮ የአሠራር ጥበብ ቴሌቭዥን ካለበት ቦታ ሁሉ መገኘታቸው ያስደንቃል።

እነዚሁ ሁሉ መላእክትም በተፈጥሮአቸው ቦታ የሚወስናቸው በአካል ውሱንነት ያላቸው ቢሆኑም እንኳ ነቢዩ ዳዊት መላእክቱን መንፈስ የሚያደርግ እግዚአብሔር ነው (መዝ. 103፥4) እንዳለ እግዚአብሔር ብቻ መንፈስ ሆኖ ሳለ መላእክቱንም በሁሉም ቦታ እንዲገኙ ያደርጋቸዋል ወይም በፈቃዱ እና በመለኮታዊ አሠራሩ አማካይነት መላእክት በሁሉም ቦታ ለጠሯቸው ሁሉ በተመሳሳይ ሰዓት እና ቅጽበት መገኘት ይችላሉ። ይህም ከእግዚአብሔር የተሰጣቸው ጸጋ ነው።

www.ethiopianorthodox.org

ለምሳሌ የቅዱስ ገብርኤል ቤተክርስቲያን ባለበት ቦታ ሁሉ እና ስሙ በተጠራበት ቦታ ቅዱስ ገብርኤል ይገኛል። ስለ መላእክት ይህን ያህል አብራራን እንጂ ቅዱሳንም በአጸደ ነፍስ ያላቸው ጸጋ እና አገልግሎት እንደ መላእክቱ ነው።

ምዕራፍ ሁለት

ዝምታ ዓይነቶቹ እና መገለጫዎቹ

ዝምታ ውጫዊውንም ሆነ ውስጣዊውን፣ የሚታየውንም ሆነ የማይታየውን የሰውን ማንነት መግዛት የሚችል ኃይል ነው። የሚታይ እና የማይታይ የሰው ማንነት ስንል ምን ማለታችን ነው። ይህም የሚከተሉትን ንዑስ ርዕሶች ያካትታል።

1. ዝምታ ውስጣዊ ሰላም ነው፤ ይህም ከአዕምሮ ዕረፍት፣ ከመንፈስ መረጋጋት እና ከህሊና ሰላም ይመጣል።

2. ዝምታ የሰውነት መረጋጋትን እና የስሜት ሕዋሳት ስክነትን (እንቅስቃሴን) ያካተተ አካላዊ አደብ ነው።

3. ዝምታ የደስታ መንፈስን ከፊት ፈገግታ ጋር የሚያቆራኝ ስሜታዊ እርጋታ ነው።

4. ዝምታ አንደበትን መግታት ነው፤ ይህም በንግግር ጊዜ የድምጽ ቀላጤን እና ለዛን ሲያካትት በዝምታ ጊዜ ደግሞ የውስጥ ስሜትን ይቆጣጠራል።

5. ዝምታ በኑሮ ውጣ ውረድ እና በግል ባሕርይ ላይ የሚፈጠሩ ችግሮችን እና ተለዋዋጭ ገጠመኞችን የምንጋፈጥበት ስልት ነው።

www.ethiopianorthodox.org

ስሜታዊ ርጋታ

ስሜታዊ ርጋታ ማለት በአዕምሮአችን እና በሌላው የሰውነታችን ክፍል መልእክትን በሚያመላልሱ የስሜት ሥሮች (nerves) አማካይነት የሚታይብን መረጋጋት ነው።

ስሜታዊ ርጋታ የሚታይባቸው ሰዎች እንዳሉ ሁሉ በአንጻሩ ደግሞ ስሜታዊ መታወክ የማይለያቸውም አሉ። ስሜታዊ ርጋታ የሚታይበት ሰው አጥጋቢ ባልሆነ ምክንያት አይበሳጭም። ይልቁንም ይህ ሰው በባሕር እና በሐይቅ መካከል ባሉ ደሴቶች ይመስላል። ይኸውም ብዙ ማዕበላት እና ሞገድ እነዚህን ደሴቶች ከአየአቅጣጫው ቢላተሟቸውና ቢጋጩአቸውም እንኳን ደሴቶችን ከሉበት ሊያንቀሳቅሷቸው እና ፈቀቅ ሊያደርጓቸው አይችሉም።

እንደዚሁ ሁሉ ስሜታዊ መረጋጋት ያለው ሰው በእጅጉ አስተዋይና ትዕግስተኛ ስለሆነ የሚታዩም ሆነ የማይታዩ እክሎች እና መሰናክሎች ሲደርሱበት እንኳ በዝምታ እና በጽናት ይቋቋማቸዋል እንጂ አይደናገጥም። ወይም አይታወክም። አሰቃቂ መከራዎችን እና አስደንጋጭ ፈተናዎች ቢያጋጥሙትም በጽናት ይወጣቸዋል እንጂ ምንም አይነት ሰው ሰራሽ እንክብሎችን እና ማስታገሻዎችን አይጠቀምም። ይህ ሰው እራሱን ከማረጋጋቱ ባሻገር ሌሎችንም ለማረጋጋት ብቃት አለው። ዘወትርም ኑሮውን በአሸናፊነት ከመምራቱ በላይ በአኗኗር ሥርዓቱ፣ በዝምታው፣ በጽናቱ ለብዙዎች ሕያው አርአያ ስለሚሆን ብዙዎች አድናቆትን እና ክበሬታን ይቸሩታል።

በተቃራኒው ደግሞ ስሜታዊ መታወክ ያለበት ሰው ከራሱ የውስጥ አለመረጋጋት፣ ጥርጣሬ እና ግምታዊ አስተሳሰብ ብቻ በመነሣት በቀላሉ ይታወካል። ስሥነ ልቦናዊ ተጽኖዎች ሰለባ ስለሚሆን ለአዕምሮ መነካት ለልብ ድካም እና ለደም ግፊት በሽታዎች ይጋለጣል።

ይህም የሚያስረዳው ስሜታዊ መታወክ የሚጎዳው ሌሎችን ብቻ ሳይሆን ባለቤቱንም ጭምር መሆኑንም ነው። በጥቅሉ ለስሜታዊ መታወክ ተጠቂ የሆነ ሰው ከመታወኩ ብዛት ሰድቦ፣ አርግሞን፣ ዛቻንና የመሳሰሉት ከአፉ አይጠፉም። በኑሮውም ተሸናፊ እና እርካታም የሌለው ሲሆን በዚህ የአኗኗር ሥርዓቱ የብዙዎች መዘባበቻ እና መሳለቂያ ይሆናል።

ምናልባትም ስሜታዊ መታወኩ ሲብስበት ብዙውን ጊዜ ራሱን ለማረጋጋት ለጊዜው የእንቅልፍ ኪኒን እና የተለያዩ የሕመም ወይም የጭንቀት ማስታገሻዎችን ይጠቀም ይሆናል። ይሁን እንጂ ጭንቀቱ እና አለመረጋጋቱ እንደገና ከኪኒኑ ኃይል ሲነቃ በሥነ ልቦናዊ መንሥኤ (በትውስታ ምክንያት) መታወኩ በውስጡ ያመረቅዛል። በተከታታይም የሕመም እና የጭንቀት ማስታገሻዎችንም ከመውሰዱ የተነሣ የስሜት ስሮቹ እንደ ፕላስቲክ ፊኛ እንደ የሚለጠጡ ሌላ ጊዜ የሚሸበሸቡ ስለሚሆኑ ሳለጠ የጤና መታወክ ያጋልጡታል።

www.ethiopianorthodox.org

በእርግጥ ኪኒን (የሕመምና የጭንቀት ማስታገሻ) ለጊዜው ጭንቀትን የማስወገድ እና ሕመምን የማስታገስ ኃይል ቢኖረውም ዋናው ጠቃሚ መፍትሔ ግን ነስ መረጋጋቱ በስተጀርባ ያለውን ሥነ ልቡናዊም ሆነ ተፈጥሮአዊ ምንሥኤ ማከም መቻል ነው። ምክንያቱም ስሜታዊ ርጋታም ሆነ ስሜታዊ መታወክ በሁለት መሠረታዊ ዐምዶች ላይ ማለትም በተፈጥሮ እና በሥነ ልቡናዊ ሁኔታ ላይ የተመረኮዘ ነው።

እንደበትን መግታት

እንደበት ከሰውነት ክፍላችን አንዱ ሲሆን የቃል መፍለቂያ አካል ነው።

ሐዋርያው ያዕቆብ በመልዕክቱ፡-

እንደበት፡- 1) ፈረሶችን በምናገዘበት ልጓም

2) የመርከቦች አቅጣጫ በምናስቀይስበት መቅዘፊያ

3) ትልቅ ጫካን በምታቃጥል እሳት እየመሰለ የእንደበትን ኃይል ነግሮናል።

ይህም ማብራሪያ እንደበት የዕውቀት፣ የጠባይ የስሜት እና የአምልኮ መገለጫ ከመሆኑ በተጨማሪ የሕይወትም ይሁን የሞት መንገድን የምንቀይስበት ኃይል መሆኑን ይገልፃል።

ጠቢቡ ሰሎሞንም "ሞትና ሕይወት በአንደበት ኃይል ውስጥ ነው የሚወዱትም ፍሬዋን ይበላሉ።" (ምሳሌ 18፥21)። ሲል ይህንኑ ሐሳብ ያጠናክረዋል።

ስለሆነም አንደበቱን ገትቶ እና ስሜቱን ተቆጣጥሮ በዝግታ መንፈስ የሚናገር ሰው ከንግግሩ የተነሣ በሁሉ ዘንድ ተወዳጅ ሲሆን አንደበቱን የማይገታ ለፍላፊ ግን ለአንደበት ርክሰት ስለሚጋለጥ በኃጢአት ውስጥ ይኖራል።

➢ *የአንደበት ርኩሰት*

ሀ) ወሬኛነት

ስለሚያውቀውም ሆነ ስለማያውቀው ጉዳይ መናገር የሚወድ ለፍላፊ ሰው ወሬኛ ይባላል። ጠቢቡ "በቃል ብዛት ውስጥ ኃጢአት ሳይኖር አይቀርም" (ምሳሌ 10፥19)። ሲል የተናገረው ቃል ባላወቅነው እና ባልተረዳነው ጉዳይ ላይ ማውራት ኃጢአት እንደሆነ እና ከእግዚአብሔርም በረከትን እንደሚያሳጣን ያስገነዝበናል። ወሬኛ ሰው በወሬው ለጓደኞችና ለባለትዳሮች ኅብረት መለያየት ዋነኛ ምክንያት ነው። መለያየት ደግሞ ኃጢአት ነው። ወሬኛ ሰው ከአቅሙ እና ከእውቀቱ አድማስ በላይ በሆነው ነገር ሳይቀር ሁሉን ቻይ እና ሁሉን አዋቂ የሆነ ይመስለዋል።

እኛ የእግዚአብሔር ሰዎች ግን መንፈሳዊ ሕይወትን የምንኖረው ራስን በመግዛት እና እውነትን በመግለጥ እንጂ እንዲሁ

www.ethiopianorthodox.org

በሆነው ባልሆነው ርዕስ ጉዳይ ብዙ በማውራት ታዋቂነትን ለማትረፍ አይጺለም።

በእርግጥ ወሬኛ ሰው ያወራው ሁሉ ተቀባይነት ያለውና መፍትሔ ያስገኘ ስለሚመስለው እንደበቱን መግታት (ዝም ማለት) አይሆንለትም። ወሬ እንኳን ቢያጣ ምላሱን በጥርሶቹና በከንፈሮቹ መካከል ያንቀሳቅሳል። አንገብጋቢና አከራካሪ በሆኑ በፖለቲካና በሳይንስ ጉዳይ ሳይቀር ማብራሪያ ለመስጠት ጉሮሮውን ይስላል። አንደበቱን ያሾላል ሐዋርያው ያዕቆብ በመካከላችን እንዲህ ዓይነት ወሬኛ እንዳይኖር "ወንድሞቼ ሆይ ከእናንተ ብዙዎች አስተማሪዎች አይሁኑ፣ እንሰናከላለን በቃል የማይሰናከል ማንም ቢኖር እርሱ ሥጋውን ሊገታ የሚችል ፍጹም ሰው ነው" (ያዕ. 3፥1-3) ሲል መመሪያ ሰጥቷል። ሌላኛው ሰላምን ነስቶ አለመረጋጋትን የሚያስከትል የወሬ ማስተናገጃ ደግሞ የመገናኛ ብዙሃን ነው።

እስኪ በሬዲዮ፣ በቴሌቪዥን፣ በመጽሔቶች የሚተላለፈውን አስደንጋጭ እና መልእክት አስቃቂ መልእክት አዘል ወሬ ያስተውሉት። በዚህም ውስጥ የተፈጥሮ መዛባቶችን እና ጦርነቶችን ምክንያት በማድረግ እንደየስሜታቸው አቅጣጫ ማራኪ የሆኑ ዜናዎችን በመዘገብ ሕዝቡን እንደፈለጉት የሚጠመዝዙ አንዳንድ አንደበታውያን ጋዜጠኞች ሲኖሩ፣ በሃይማኖት ስበብም የራሳቸውን ልፋፌ ጽድቅ የሚሰብኩ "ባሕታውያን" እና "ናዝራውያን" አይታጡም።

አንደበታውያን ጋጤኞቹ ከትንሽ እውነት ተነሥተው ስሜትን ገዝቶ ቀልብን የሚስብ አስደናቂ ርዕሶችን በመምረጥ እና ከርዕሳቸው ጋር የሚመስሉ ነገር ግን እውነት ያልሆኑ ጉብረተሰቡ እና እነርሱ ብቻ በራሳቸው ጊዜ ያዛመዷቸውንና ያመሳሰሉአቸውን የመከራ እና የመቅሰፍት አፈ ታሪክን በመጠቀም በብዕራቸውም ሆነ በአንደበታቸው የሕዝቡን ሀሊና ያናውዛሉ። በአስደንጋጭ የጦርነት ዘገባዎቻቸው ምክንያትም አንዳንድ ሰዎች ሰማይና ምድር ሊያልፍ የተቃረበ ስለሚመስላቸው ቃሉ ተፈጸመ፣ 8ኛው ሺህ ገባ እያሉ ሲጨነቁና ሥራ ሲፈቱ ይታያሉ። የጦርነት ወሬ በመስማት ብቻ ጦር ሜዳ ሳይሄዱ ጦርነት ውስጥ ተገትተው የገቡትም ብዙዎች ናቸው። በተመሳሳይ መልኩም ባሕታውያን እና ናዝራውያን ነን በሚሉ ሐሰተኞች አማካይነት እግዚአብሔር ገና ፍርዱን ሳይፈርድባቸው፣ በቁማቸው ገሃነም ገብተው የሚሰቃዩ ኃይማኖተኞችም አልጠፉም።

ይህም ሁኔታ በገሃዱ ዓለም በጦር መግሪያዎች እና በተፈጥሮ መዛባቶች ከሚሞቱት ሰዎች ይልቅ በወሬኞች እና በውሸተኞች አንደበት የሚሞቱት መብለጣቸውን ያስረዳል።

ያም ሆነ ይህ ሰላሙን ጠብቆ በጸጥታ መኖር የሚፈልግ ሰው መታወክን ከሚያስከትሉበት ወሬ እና ወሬኞች እራሱን መጠበቅ አለበት። ዳግመኛም ሐዋርያው "አንደበቱን ሳይገታ ልቡን እያሳተ እግዚአብሔርን የሚያመልክ የሚመስለው ማንም ቢኖር የእርሱ አምልኮ ከንቱ ነው" ሲል እንዳረጋገጠው እግዚአብሔርን አመልካለሁ

www.ethiopianorthodox.org

የሚሏ ሁሉ ከወሬና ከወሬኞች መጠበቅ ብቻ ሳይሆን እራሱም ወሬኛ እንዳይሆን እንደበቱን መግታት አለበት። አንደበቱን መግታት ያልቻለ ማንኛውም ሰው ቢኖር ከነቢዩ እግዚአብሔር ከዳዊት ጋር "አቤቱ ለአፌ ጠባቂ አኑር ለከንፈሮቼንም መዝጊያ ጠብቅ" ብሎ ይጸልይ (መዝ. 140፥3)።

ለ) ትችት

መድኃኒታችን ከንቱ ንግግርን ማስወገድ እንዳለብን ሲነግረን "ሰዎች ስለተናገሩት ከንቱ ንግግር መልስ ይሰጡበታል" ብሎናል።

ከንቱ ንግግር ማለት ፌዝ፣ ቧልት፣ ሥላቅ ሲሆን እነዚህም ትችት፣ ነቀፋ፣ አሽሙር አዘል መልእክት ያላቸው ናቸው። ከእነዚህም ዋነኛው ትችት ነው። ከጦዘ ወንጭፍ ላይ በቅጽበት ተወንጭፎ ነፍሳትን እንደሚያጠፋ ድንጋይ (ሩር) እንዲሁ የትችት መንፈስ ከተዋረሰው ሰው አንደበት የሚወጡ ቃላት ስሜትን የሚጎዱ እና ህሊናን የሚያቆስሉ ናቸው።

ምን አልባት ይህ የትችት መንፈስ የተጸናወተው ሰው ትችቱን በለሰለሰ ቃላት ሊያብራራው ቢችልም እንኳን ንግግሩ ሁሉ እንዲህ ነበረ እንጂ እንዲህ አይደለም የሚል ስለሆነ የትችቱ መርዛማነት እንዳለ ነው።

ይህ የትችት ሰው ምን ጊዜም በሰዎች ዕድገት እና በሁኔታዎች መስተካከል ስለማይደሰት በማይመለከተውና ባልተረዳው ጉዳይ ሳይቀር

ይበሳጫል። በዚች ምድር ላይ የማያውቀው ነገር ያለ ስለማይመስለው የማይተቸው ነገር የለም። ከሆነለት ይተቻል ካልሆነለት ደግሞ አጉረምራሚ ስለሚሆን የራሱን ሰላምና መረጋጋት ያጣል።

ትችቱም ተቀባይነትን ያጣ ከመሰለውም ያንን ትችቱን ወደሌሎች ጆሮ በማዛመት እገሌ እኮ ተሳስቷል እንዲህ ማድረግ ነበረበት አሁን እንደ አደረኩ ማለቱ ነው "ወግ ነው እሉ ሲዳሩ ማልቀስ" እያለ ትችቱን በተረት እያጀበ ብዙዎችን ለማሳመን ይሞክራል። በዚህም አድራጎቱ ቢረካም ባይረካም የብዙዎችን ስሜት ግን ይጎዳል።

በጠቅላላ የትችት መንፈስ የተዋረሰው ሰው ችግር መፍጠርን እና ቀውስ ማስነሳትን ያስወድደዋል። ስልጣንማ ካገኘ ይህን አድርጉ ይህን አታድርጉ በሚል ደረቅ ሕግን እና ትዕዛዝን ተጠቅሞ የበታቾቹን ሰራተኞች በማያስፈልግ ስራ ላይ እንዲጠመዱ በማድረግ ያታክታቸዋል። ስሕተት ካገኘባቸውም እንደ እሳተ ገሞራ ስለሚፈነዳ አካባቢውን ሆነ ሰዎችን ያውካል።

➢ የአንደበት ቅድስና

ሀ) ማድመጥ

"እግዚአብሔር ሁለት ጆሮ እና አንድ ምላስ የፈጠረልን ብዙ እንድናደምጥ እና ጥቂት እንድንናገር ነው" እንዲሉ እያንዳንዱ ሰው አስቀድሞ ከመናገር ይልቅ የማድመጥ ልምድ ቢኖረው መልካም ነው።

www.ethiopianorthodox.org

ልክ እንደ ዐይነ ስውሩ ቅ.ደዲሞስ በኑሮው የተረጋጋ እና በማንኛውም ውይይት እና ክርክር ውጤታማ ለመሆን የማይመጥ ልምድ ያስፈልጋል።

ዐይነ ስውሩ ዲዲሞስ በአንድ ወቅት ሐልዎተ እግዚአብሔርን የሚክዱ ተመራማሪዎች የራሳቸውን ዕውቀት ማስረጃ በማድረግ የእግዚአብሔርን አለመኖር ከነገሩት በኋላ እስኪ አንተ እግዚአብሔር መኖሩን በተጨባጭ አስረዳን ሲሉ ጠየቁት። እዚህ ላይ ዲዲሞስ ተመራማሪዎቹ ጭልጥ ብለው መሳሳታቸውን ቢያውቅም ንግግራቸውን እስኪጨርሱ በጥሞና ያዳምጣቸው ነበር እንጂ አልተበሳጨም። ሐሳባቸውንም ከተረዳ በኋላ ለጠየቁት ጥያቄ ምላሽ ለመስጠት ምሽት ተመልሳችሁ ኑ አላቸው። እነርሱም የቀጠሮአቸውን ጊዜ አክብረው ሲመሽ ተመልሰው መጡ።

ዲዲሞስም እንግዲህ አሁን እስኪ ወደላይ አንጋጣችሁ የሰማዩን ገጽታ ተመልከቱ አላቸው እነርሱም እንዳላቸው ሰማዩን ተመለከቱ። እርሱም "በሰማይ ላይ ምን እና ምን ይታዩአችኋል" አላቸው።

እነርሱም፡- "ከዋክብት" ብለው መለሱለት

እርሱም፡- "በሥጋዊ ዐይናችሁ የማየት ችሎታ እነዚህን ከዋክብት በቀን ማየት ትችላላችሁን?" ሲል ጠየቃቸው

እነርሱም "አንችልም" አሉ

እርሱም "ለምን ማየት ያቅታችኋል" ሲል ጥያቄውን በጥያቄ ደገመላቸው

እነርሱም "ከዋክብቱን ለማየት የግድ መምሸት አለበት" አሉት።

እርሱም "በእርግጥ ትክክል ናችሁ የመለሳችሁት ምላሽ ትክክል ነው፤ ይሁን እንጂ በተፈጥሮ እንደምናውቀው የተሰወረን ነገር ለማግኘት ብርሃን ያስፈልጋል እነዚህን የምታዩአቸውን ከዋክብት ለማየት ግን ብርሃን ሳይሆን ጨለማ ሊኖር የግድ ነው። እንደዚሁ ሁሉ እግዚአብሔርንም ለማየት ቁሳዊ ነገርን ማየት በሚቻልበት በሳይንስ መሣሪያ እና ፍልስፍና ሳይሆን በእምነት ብቻ ማረጋገጥ እንደሚቻል ልነግራችሁ እወዳለሁ" በማለት አስረዳቸው።

ከዚያም እርሱ በተራው በሰማያት ገጽታ ላይ ከዋክብት እንደሚታዩ ነግራችሁኛል። ይሁን እንጂ እኔ ዓይነ ስውር ስለሆንኩ በምን ታረጋግጡልኛላችሁ ሲል አዲስ የጥያቄ ርዕስ ከፈተላቸው። እነርሱም ግራ ተጋብተው ምላሽ አጡ እና ከመናገር ይልቅ ዝምታን መረጡ።

እርሱ ግን የእኔ ዐይነ ስውርነት የከዋክብቱን አለመኖር አያረጋግጥም እኔ አየሁም አላየሁም ከዋክብቱ ዘወትር አሉ። እኔም ምንም ዐይነ ስውር ብሆንም እንኳን ከዋክብቱን ሳልመለከት እናንተ አይታችሁ በነገራችሁኝ ምስክርነት ብቻ የከዋክብቱን መኖር አምኜ ተቀብዬአለሁ አላቸው። እኔ አንዳች ከዋክብት ሳልመለከት የከዋክብቱን መኖር እንዳመንኩ እናንተም በሥጋዊ ዓይናችሁ ባትመለከቱትም እንኳ በእምነት እግዚአብሔር መኖሩን አታምኑምን? ብታምኑ መልካም ነው ሲል በትሕትና ጠየቃቸው።

www.ethiopianorthodox.org

እነርሱም በጥያቄ መልክ ያቀረበላቸውን አስተሳሰቡን እና ምስክርነቱን ተቀብለው የእግዚአብሔርን መኖር በእምነት አረጋገጥን አሉት።

በዚህ የክርክር እና የውይይት ሁኔታ ዐይነ ስውሩ (በድክመቱ እና በትሕትናው) የተናገሩትን አድምጦ የእነርሱን ዕውቀታቸውን እና አስተሳሰባቸውን ተጠቅሞ ክብራቸውን ሳይጋፋ የእግዚአብሔርን መኖር በማሳመን ረታቸው። ክርክራቸውም በዚሁ ተደመደመ።

ከዚህ ከዐይነ ስውሩ የዲዲሞስ የክርክር ውጤት የምንረዳው ሰዎችን ወደአሰብነው ውጤት እና የሕይወት መንገድ (እውነት) ለማምጣት ጥሩ አድማጭ በመሆን እና የእኛን ዕውቀት ብቻ ሳይሆን የእነርሱንም ዕውቀት መጠቀም እንዳለብን ነው።

ምክንያቱም የምንከራከራቸውን ሰዎች አስቀድመን ካላደመጥናቸው እና ዕውቀታቸውን ካልጠቀስንላቸው ክብራቸው የተቀነሰ እና ስለ እራሳቸው ያላቸው ከፍተኛ ግምት ገዝቅ ያለ ስለሚመስላቸው እውነተኛ ሐሳባችንን ሊቀበሉን ቀርቶ ይጣሉናል።

የምንወያያቸው እና የምንከራከራቸው ሰዎች የማይመስል እና የተቃወሞ ሐሳብ ቢሰነዝሩብን እንኳን እንዲሁም የበላይነታቸውን ሲያንጸባርቁብን ለእኛ ወደ ስሕተት መግባት ቢቀለንም እኛ ግን የተቃወሞ ሐሳባቸውን በትዕግስት አድምጠን በጭፍንነት ሳይሆን በምክንያት፣ በትዕቢት ሳይሆን በትሕትና ልናስረዳቸው ያስፈልገናል።

እንዲህ ካደረግን ከተማጋቾቻችን፣ ከተከራካሪዎቻችን እና ከተቃዋሚዎቻችን ጋር ሳንጋጭ በውይይታችን እና በክርክራችን ውጤታማ እንሆናለን።

ዛሬ ግን የመናገር ብቻ እንጂ የማድመጥ ልምድ ከሌለን ውይይታችን ወደ ውጤት ሳይሆን ወደ አታካሮ ይቀየራል። ክርክራችንም ያለምንም ውጤት ጉንጭ አልፋ ሆኖ ይቀራል።

ጥሩ አድማጭ አለመሆን በራሱ የዕውቀት ማነስ እና ያለመረጋጋት ምልክት ነው። የማድመጥ ልምድ የሌለው ሰው ምን እንደተባለ ሳይሰማ እና ሳይረዳ የተናገረው ሁሉ መልስ ስለሚመስለው በንግግሩ የሌሎችን ህሊና ያቆሽሻል።

እንደዚህ ዓይነት ሰው በአንድ ርዕሰ ጉዳይ ላይ ከእርስዎ ጋር ውይይት ቢያደርግ እንኳን ሐሳብዎን ለመረዳት እና ወደ አዲስ እውነት ደርሶ ዕውቀት ማግኘት ሳይሆን ድክመትዎን አውቆ ሊተችዎ እና ያለዎትን ዕውቀት በማጣጣል ያቀረቡትን የውይይት ሐሳብ ለመበታተን ይሆናል። ከዚያም እገሌን እኮ አፉን አስያዝኩት እያለ በየአውራ ጎዳናው በማወጅ መሣለቂያ እና መተረቻ ሊያደርግዎ ነው። ምንአልባት ይህ ሰው በማያውቁት አጋጣሚ ቂም ይዞብዎ ከሆነማ በዚህ ዓይነት ሁኔታ ሊበቀልዎ ይፈልጋል።

ጥሩ የመደማመጥ ልምድ ያለው ሰው ግን ሲያወያይዎት እንኳ አቀራረቡ እንደ ጓደኛዎ እና ወዳጅዎ ስለሆነ ንግግርዎን ሳያቋርጥ በጥሞና ያዳምጥዎታል። ምን ለማለት እንደፈለጉ ለመረዳት ሐሳብዎን

www.ethiopianorthodox.org

ያስጨርሳል። በውይይቱ እና በክርክሩም ምንም ዓይነት የሽንፈት እና የበታችነት ስሜት ሳይሰማው በሐሳቡ እንዲስማሙ ስለሚያደርገው ይረቱለታል።

የመደማመጥ ልምድ የሌላቸው ሰዎች ሁሉ በውይይታቸው ጊዜ ስለማይደማመጡ እያንዳንዳቸው ቢያንስ ቢያንስ አንድም አምስትም ናቸው ሁሉም ስለማያወሩ እና ስለማይደማመጡ ወደ መግባባት አይመጡም።

የመደማመጥ ልምድ ያላቸው ሰዎች ግን በአንድ ውይይት ውስጥ ከመቶ በላይ እንኳን ቢሆኑ ምንም አይነት የጩኸት እና የጫጫታ ድምጽ አይሰማዎትም።

በመሠረቱ ሁላችንም በውይይት እናበክርክር ጊዜ የየራሳችን ሐሳብ ትክክል እና ቅዱስ ቢመስለንም እንኳን መደማመጥ ካለ የማይጣጣሙ ሐሳቦችን በማንሸራሸር ወደ አንድ እውነት ነው መድረስ እንችላለን።

ስለዚህ ሰዎችን ላለማጣት፣
የተረጋጋ ኑሮ ለመኖር፣
ወደ እውነት ለመምጣት
የማድመጥ ልምድ ይኑረን።

ለ) ትክክለኛ ሒስ

ስለ መደማመጥ እና ስለመወያየት ከተነጋገርን አሁን ደግሞ ስለሒስ መነጋገር አለብን። ትክክለኛ ሒስ ከልብ የመነጨ ልባዊ ምክር ሲሆን የእውነት እና የፍቅር መገለጫ ነው። ትክክለኛ ያልሆነ ሒስ ግን ነቀፋ ወይንም ትችት ሲሆን የቅናት እና የምቀኝነት ስሜትን ያንጸባርቃል። ትክክል ያልሆነ ሒስ ጠብን እና መከፋፈልን የሚያባብስ ሲሆን ትክክለኛ ሒስ ግን ሁሉንም ሰው ወደ ሰላም እና መፍትሔ የሚያመጣ ነው። ትክክለኛ ሒስ ሰዎች ጥፋታቸውን በተዘዋዋሪ መልኩ እንዲረዱት የሚያደርግ ኃይል ነው።

ትክክለኛ ሒስ የሰላማዊ ሰው መለያ ምልክቱ ነው። ምክንያቱም ሰላማዊ ሰው ዘወትር ሰዎች በስሕተታቸው እንዳይጠፉ ትክክለኛ ሒስ ይሰነዝርላቸዋል። አትኩሮቱም ስሕተትን ከመፈለግ ይልቅ መፍትሔን ወደማምጣት ነው። ሰው ስሕተት ሲሰራ ቢያጋጥመው እንኳን ይህን አታድርግ ይህንን አትሥራ ጳግመኛ እንዲህ አትሁን ብሎ ሲያዝ አይሰማም ነገር ግን በሌላ አገላለጽ ይህ ጉዳይ የሚሆን ይመስልሃል። "...እንዲህ ብታደርግ ይስማማሃል?" በማለት በጥያቄ መልኩ ሐሳቡን ያቀርባል። ሁሉም ሰው በነጻነት እንዲኖር ይፈቅዳል። ከበታቹ የሚሠሩ ረዳቶችንም ቢሆን አድርጉ አታድርጉ በሚል ደረቅ ሕግና ትእዛዝዝ አያታክታቸውም። ፍላጎቱ ሰዎች በስሕተታቸው እንዲጠፉ ሳይሆን ከስሕታቸው እንዲማሩና እንዲሻሻሉ ማድረግ ብቻ ነው።

www.ethiopianorthodox.org

ለዚህ አማናዊ ምሳሌ የሚሆነን ለቅ.ጴጥሮስ የተሰነዘረ የኢየሱስ ክርስቶስ መጠይቅ ነው። ኢየሱስ ክርስቶስ ከትንሣኤው በኋላ ቅ/ጴጥሮስን ሲያገኘው "ሌሎች እንኳን ቢክዱህ አልክድህም ብለህ ቃል የገባ'ከው ጴጥሮስ ውሸታም ነህ! ምንም ሥልጣን እና ግርማ የሌላትን አንዲት ገረድ ሴት ፈርተህ ከደኸኸኛልና ከዳተኛ፣ አጭበርባሪ እና ጥቅም ፈላጊ ነህ" በማለት ስሕተቱን እያሰሰ በሚቆጠቁጥ ቃል አልገለጸውም፤ ወይም ከእንግዲህ በኋላ ከእኔ ጋር መሆን ከፈለክ ዳግመኛ እንዲህ አታድርግ እንዲህ አትሁን ሲል አልወቀሰውም። ይልቁንም የጴጥሮስን ስሕተት በመተው በጥያቄ መልኩ "የዮና ልጅ ስምኦን ሆይ ከእነዚህ ይልቅ ትወደኛለህን?" ሲል ጠየቀው።

ቅዱስ ጴጥሮስም እንደቀድሞው አዎ ወይ አይደለም ዓይነት ሳይሆን መልሱ "ጌታ ሆይ እንደምወድህ አንተ ታውቃለህ" የሚል ነበር። ኢየሱስም ግልገሎቼን አሰማራ በጎቼን ጠብቅ አለው። ቅ.ጴጥሮስ ተረጋግቶ ሐሳቡን እስኪረዳው ድረስ ሦስት ጊዜ በአጽንኦት ጠየቀው እንጂ የቅ.ጴጥሮስን ስሜትን የሚጎዳ እና ክብሩን የሚነካ ቃላትን አልተናገረውም። ይህም የክርስቶስ መጠይቅ የጴጥሮስን ህሊና ያቆሰለ ሳይሆን ጴጥሮስን ባለ አደራ በማድረግ <u>ሥልጣንን</u> የሰጠበት እና ፍቅሩን የገለጸበት ነው።

ይህም ትክክለኛ ሒስ ሰው ከሠራው ስህተት፣ ካጠፋው ጥፋት በተዘዋዋሪ እንዲማር እና እንዲመለስ የማድረግ ኃይል እንዳለው ያስረዳል። እርስዎም ሰዎች ጥፋት ሲያጠፉ ስሕተት ሲሰሩ ሰው ናቸውና አይበሳጩባቸው። እርስዎም አይታወኩ እንዲያውም ኢየሱስ

ለጴጥሮስ እንዳደረገው ሁሉ ትኩረትዎ በስሕተት ላይ ከመሆን ይልቅ ወደ መፍትሔው ይሁን። ለጥፋተኞች እና ለስሕተተኞች ቀጥተኛ ትእዛዝ ከመስጠት ይልቅ ጥያቄዎችን ይጠይቁ። ሰዎች ሲበድሉ እና ሲሳሳቱ ጸያፍ ቃላትን እና ክብረ ነክ ንግግር አይናገሯቸው።

ይሁንና ሒስ ማለት የሌሎችን ስሕተት እና ጥፋት እንዲህ ተረድተን ከጥፋታቸው እንዲማሩ የምናደርግበት አቀራረብ ብቻም ሳይሆን በማናውቀው መልኩ ሰዎች በሠሩት ሥራ ተጸጽተው ስሕተታቸውን ሲነግሩን ስሕተታቸውን አስወግደን ሕይወታቸውን የምናንጽበት የፍቅር መልስ ነው። ለዚህም ምሳሌ የሚሆነን ደግሞ የንስሐ አባቶች የክህነት ተልዕኮ ነው። በእርግጥ የንስሐ አባቶች የተለያየ ዓይነት ዓላማና ግብ ሊኖራቸው ይችላል። እነርሱንም በሁለት ከፍለን ማየት እንችላለን።

የመጀመሪያዎቹ ጥሪያቸው ከእግዚአብሔር የሆነ እና አርዓያ ክህነታቸውን የጠበቁ ናቸው። የንስሐ ልጆቻቸው በኃጢአታቸው ተጸጽተው ወደ እነርሱ ሲመጡ ኃጢአተኞች በንስሐ አዲስ ኑሮ (ሕይወት) መኖር እንደሚችሉ፣ እግዚአብሔር ያለፈው ኃጢአታቸው ይቅር እንደሚላቸው በሚቀጥለውም የሕይወት ጉዞ እንደሚጠብቃቸው በመንገር የእግዚአብሔርን ቸርነት፣ መሐሪነት እና ፍቅር ይገልጹላቸዋል።

ከዚያም የኃጢአተኞችን ኑዛዜ ተቀብለው ተመጣጣኝ ቀኖና ይሰጧቸዋል። በበኩላቸው የንስሐ ልጆቻቸው (ንስሐ የሚገቡት) ዳግመኛ

www.ethiopianorthodox.org

ወደ ኃጢአት እንዳይመለሱ ስለ እነርሱ ወደ ፈጣሪያቸው ይጸልያሉ። በዚህም አማካይነት ለኃጢአታቸው ስርየትን እና ለነፍሳቸው እረፍትን፣ ለህሊናቸው ሰላምን ያስጣሉ። እነዚህ የንስሐ አባቶች ዓላማቸው ሰዎች ሁሉ በኃጢአታቸው እንዳይታወኩ መጣር ነው፤ ግባቸው ደግሞ ኃጢአተኞች ንስሐ ገብተው የእግዚአብሔርን መንግሥት እንዲወርሱ ማድረግ ነው።

ሌለኛዎቹ የንስሐ አባቶች ደግሞ ጥሪው ሳይኖራቸው በራሳቸው አጀንዳ ወደ ክህነት ጎራ የገቡ ናቸው። እነዚህም በክርስትና ሕይወታቸውም ሆነ በቃል የንስሐ ልጆቻቸውን አያስተምሩም፣ የንስሐ ልጆቻቸው እንኳን በበደላቸው ተጸጽተው ኃጢአታቸውን ሲናዘዙላቸው አሁንኑ በኃጢአታቸው እንደተፈረደባቸው እና እንደሚቀሰፉ ይናገራሉ፣ በዚህም የንስሐ ልጆቻቸውን ተስፋ ስለሚያስቆርጡአቸው ለበለጠ ኃጢአት እና ጥፋት ይዳርጉአቸዋል።

ለምሳሌ ያህል በክህነት አገልግሎት ስላሉት ይህንን ሁኔታ ተናገርን እንጂ እንደዚሁ ሁሉም ሰው በየሥራ መስኩ፣ የቆመለትን ዓላማና ግብ ሲስት የሚታይበት ጉድለት ነው።

በመሠረቱ የአንዱ ስሕተት ለሌላው ጠንቅ እና መሠናክል መሆኑ ሊታወቅም ሐዋርያው "ሰው በማናቸውም በደል እንኳ ቢገኝ መንፈሳውያን የሆናችሁ እናንተ እንደዚህ ያለውን ሰው በየውሃት መንፈስ አቅኑት አንተ ደግሞ እንዳትፈተን እራስህን ጠብቅ" (ገላ. 6፥1) እንዳለ። ማንኛችንም ብንሆን ስሕተተኞችን በስሕተታቸው

እየወቀስናቸው እንዲህ አትሁኑ እንዲህ አታድርጉ ከምንላቸው ይልቅ ዳግመኛ ስሕተት እንዳይሰሩ ማድረግ ያለባቸውን ብቻ ብናሳያቸው መልካም ነው። መልካም ጎናቸውን በመተው ስሕተታተቸውን ብቻ ከተከታተልን እራሳችንም ታውከን የእነርሱንም ሕይወት እናናጋለን።

አካላዊ አደብ

በሕዋሳታችን ንቅናቄ እና በሰውነት ክፍላችን እንቅስቃሴ አማካይነት መረጋጋታችን (ሰላማችን) የሚታወቅበት መንገድ ነው።

ሰው ያለምንም ምክንያት በአንድ ቦታ የማይቀመጥ እና በአንድ ቦታ የማይረጋ ከሆነ ውስጣዊ አለመረጋጋቱ ለአካላዊ መታወክ ሰለባ አድርጎታል ያሰኛል።

ይህ ዓይነቱ ሰው ከጭንቀቱ ለመገላገል ብቻ ከአንድ ቦታ ወደሌላ ቦታ፣ ከአንድ ሀገር ወደ ሌላ ሀገር ይሄዳል፣ ይመጣል፣ መቀመጥ መነሳት፣ መግባት መውጣት ያበዛል። ለረዥም ጊዜና ሰዓት በቤቱ ውስጥ እንኳን አይቆይም፣ በአጋጣሚ በቤቱ ውስጥ በአንድ ወንበር ላይ ተወስኖ ቢቀመጥ እንኳን የሰውነት ክፍሉቹን ለቅጽበት አያረጋጋቸውም። ይኸውም እግሩን ያንዘፈዝፋል፣ አልያም ከንፈሩን ያኝካል (ይመጣል) ወይም ራሱን ይነቀንቃል።

በር ከፍቶ ሲዘጋ እንኳን ሁከት ይፈጥራል፣ ሲራመድ ከላባ ስለሆነ አካሄዱ ከእርሱ አልፎ ሌሎችን ያውካል።

www.ethiopianorthodox.org

ፈሳሽ ነገር ሲጠጣ ፉት ሲል ከንፈሮቹ የሚፈጥሩት ድምጽ ሰውን በፉጨት የሚጣራ እንጂ መጠጥ የሚጠጣ አያስመስለውም። ሻይ በሚጠጣ ጊዜም ሻይ ውስጥ ያለውን ስኳር እንኳን ለማዋሐድ ሲያማስል መረዋ የሚያቃጭል እንጂ ስኳሩን ለማዋሐድ የሚያማስል አይመስልዎትም። ከሌሎች ጋር ሲነጋገርና ሲወያዩም አለአግባብ እጁን ሲያውተረትር ጣቱን ሲቀስር እና ጭንቅላቱን ሲነቀንቅ ያስተውሉታል። ይህ ሰው በጠቅላላ ሁኔታው እና በመላ አድራጎቱ አካላዊ መታወክ ይታይበታል።

ይህ ዓይነት አካላዊ መታወክ ደግሞ ለወታደራዊ ሥርዐት እና መመሪያ ፈጽሞ ተቃራኒ ነው። በወታደራዊ መመሪያ መሠረት አንድ ወታደር ሐሳቡን በሚያስተላልፍ ጊዜ በተጠንቀቅ ሊቆም ይገደዳል ሐሳቡን ካስተላለፈ በኋላም እንደዚሁ በጥንቃቄ ያለምንም ትርፍ እንቅስቃሴ ወደ ኋላ ዞሮ ይመለሳል።

ወይም በሌላ አባባል አንድ ወታደር ለበላዩ ሐሳብ ሊያቀርብ ሲል ተጠንቀቅ! ጆሮባል ሐሳቡንም ሲጨርስ አሳርፍ! ይባላል፤ በዚህም ሳያበቃ ቀኝ ኋላ ዙር! ይባላል፤ በተሠጠው መመሪያ መሠረት ያለምንም ትርፍ እንቅስቃሴ ወደ ኋላ ዞሮ ወደ ቦታው ይመለሳል።

ከእስከ አሁኑ ገለጻ በአካላዊ እንቅስቃሴ አማካይነት አካላዊ መታወክን ብንረዳም አስፈላጊ በሆነ ጊዜ እና ቦታ አካላዊ እንቅስቃሴ አያስፈልግም ማለታችን አይደለም።

ለምሳሌ አንድ ሰባኪ ስለ እግዚአብሔር ኃያልነት እና ሉዓላዊነት ሲናገር እጁን ወደ ሰማይ ቢያመለክት ስለሰው ሟችነት ደግሞ ሰው ሆይ አፈር ነህና ወደ አፈር ትመለሳለህ ሲል ወደምድር ቢያሳይ እንቅስቃሴው በአስፈላጊው ሁኔታ ስለሆነ ስብከቱን በምስል የተቀነባበረ ያስመስልለታል።

ውስጣዊ ሰላም ያለውን ሰው በአድራጎቱ እና በስራ መስኩ ሲመለከቱት አካላዊ መታወክ ሳይሆን እንዲህ ዓይነት ተገቢ እንቅስቃሴን ያዩበታል። ይህ ዓይነቱ ሰላማዊ ሰው (አካላዊ አደብ ያልተለየው ሰው) በአጠገብዎ ቢያልፍ ወይም ቢቀመጥ እንኳን በማንኛውም ሰዓት እና ጊዜ እንዳለፈ ወይም እንደተቀመጠ ላያውቁ ይችላሉ።

ስለ አካላዊ አደብ ትክክለኛ ምሳሌ የሚሆኑት በተለይ ሐሳባቸውን ሰብስበው በአንድ ቦታ ተወስነው እግዚአብሔርን የሚማጸኑትን የመነኮሳት ሕይወት እና የአኗኗር ዘይቤ ስናጤን እንገረማለን።

በተለይ አንድ መናኝ በበዓቱ (በጸሎት ቤቱ) ያለምንም እንቅስቃሴ ለሰዓታት እና ለዕለታት ይቆያል፣ እንዲያውም በራዕይ እና በህልም ከተረዳው የአገልግሎት ዘርፍ በስተቀር ከበዓቱ ፈጽሞ አይወጣም።

ይህ አደብ እና እርጋታን የተላበሰ የአኗኗር ሥርዐት ከሀገር ወደ ሀገር ይዛመታል፤ ከትውልድ ወደ ትውልድ ይተላለፋል። እንዲህ

www.ethiopianorthodox.org

ዓይነቱ የአኗኗር ሥርዓት እና ባሕል ካለበት እና ፍጹም ሰላም እና መረጋጋት በሰፈነበት ሀገር በኅብረት የሚደረጉ የተቃውሞ ሰልፎች እንኳን ስላማውያን ናቸው። በመሠረቱ እንደመዝገበ ቃላት ፍቺ እና ትንታኔ የተቃውሞ ሰልፍ ማለት ተቃዋሚዎች በቡድን በቡድን በመሆን ክንዳቸውን እያወራጩ፣ መፈክሮችን በማሰማት እና ለውጥ ፍለጋ በሕይወት እና በንብረት ላይ አደጋ በማድረስ ሁከትን መፍጠር ቢሆንም፣ ሰላም እና ነጻነት በሰፈነበት ሀገር ግን የተቃውሞ ሰልፈኞች (ተቃዋሚዎች) ትዕይንተ ሕዝብ ሲያደርጉ በህብረ ቀለማት እና በምስል ተቀናብሮ በሰሌዳ ላይ የሰፈረውን የተቃውሞ ሐሳባቸውን እና አመለካከታቸውን ተሸክመው ያለምንም ሁከት እና ጩኸት በከተማው ዋና ዋና መንገዶች በመዘዋወር ተቃውሞአቸውን በጽሑፍ እና በምስል ብቻ ይገልጻሉ።

ይህም ሰላም እና ነጻነት ባለች ሀገር ፍጹም መረጋጋት እና ሰላም እንዳለ ያስገነዝበናል።

ሕዋሳዊ ስክነት

በስሜት ሕዋሳታችን አማካይነት ብቻ ውሳጣዊ ሰላማችን የሚገለጽበት መንገድ ሕዋሳዊ ስክነት ይባላል። ሕዋሳዊ ስክነት (የስሜት ሕዋሳት መረጋጋት) ከአካላዊ አደብ ጋር የማይነጣጠል ወይም በአካላዊ አደብ ሥር የሚካተት ቢሆንም በዚህ ርዕስ ስር ግን ሕዋሳዊ ስክነትን ብቻ ነጥለን እንመለከታለን።

የማየት፣ የመስማት፣ የማሽተት እና የመዳሰስ የስሜት ሕዋሳት መቅበዝበዝ በህሊና ውስጥ ብዙ ሐሳቦች እንዲወለዱ ያደርጋል፤ ሐሳቦቹም በውስጣዊ ሰላም ላይ እስከፊ ተጽእኖ ይኖራቸዋል።

ለምሳሌ እርስዎ በማዕድ፣ በጉባኤ፣ በስብሰባ፣ በትምህርት ላይ ሊሳተፉ ወይም ሊቀመጡ ይችላሉ። ይሁን እንጂ ዐይኖችዎ እዚህ እና እዚያ፣ ላይ እና ታች፣ ግራ እና ቀኝ እየተቅበዘበዙ የሚያጮልቁ ከሆነ ምልከታዎም ይህ ሰውዬ ማን ነው? ያ ነገርስ ምንድን ነው? ማንስ ሠራው? የሚል ሐሳብ ሐሳብን እየወለደ በህሊናዎ ጥያቄ ስለሚፈጥርብዎ ይታወካሉ። ምክንያቱም ለሰው ልጅ በሚያየው እና በሚመለከተው ነገር መሳብ በጣም ቀላል ነው።

ዳግመኛም በምልከታዎ እና በእይታዎ ብቻም ሳይወሰኑ አልፎ ተርፎም አፍዎም ዛሬ ምን አዲስ ነገር ወይም ክስተት አለ ለማለት በጥያቄ መክፈት ይጀምራል። ጆሮዎም በቀን የተከናወኑትን እንግዳ ዜና እና አዳዲስ ወሬዎችን ለመስማት ይፈጥናል። በዚህም አዕምሮዎ በአዳዲስ ነገሮች እና ክስተቶች ይታጨቃል። እነዚህም ክስተቶች እና እንግዳ እውነቶች በሥራ ጊዜዎም ይሁን በዕረፍት ጊዜዎ ያባክኑዎታል። በጸሎትዎ ጊዜ እንኳን ሳይቀር ሐሳቦቹ በህሊናዎ ስለሚመላለሱ ከእግዚአብሔር ጋር የወጠኑት የአምልኮ ግንኙነትም ይቋረጣል፣ የህሊና ሰላምንም ያጣሉ።

www.ethiopianorthodox.org

ለሰው ዘር በሙሉ በሕዋሳዊ አገልግሎት ሥር መሆን በጣም ቀላል ስለሆነ ሰው በሚያየው፣ በሚያሸተው፣ በሚነካው . . . ነገር አማካይነት በቀላሉ ይሳባል፤ ከዚያም ይታወካል። በሕዋሳቶቻችን አማካይነት እንዳንታወክ ሕዋሳዊ ስክነትን በተመለከተ ገዳማውያን አበው "ወደ ወንድምህ ቤት በገባህ ጊዜ እዚያ እና እዚህ እያማተርክ አትመልከት፤ በማዕድም ላይ ስትቀመጥ እንኳን ፊትህ የቀረበውን ተመገብ እንጂ ዐይኖችህን ወዲያና ወዲህ እያቅበዘበዝክ አትቀላውጥ" ሲሉ ይገስጻሉ።

አበው የስሜት ሕዋሳትን ተጠቅሞ የሌሎችን ምሥጢር ማወቅ እና ገበናን መመልከት በራሱ "ሕዋሳዊ ዝሙት" ይሉታል። ጆሮ ማድመጥ የሌለበትን ነገር ሲያዳምጥ "የጆሮ ዝሙት" ይባላል። ምክንያቱም እንዲህ ዓይነቱ የጆሮ አጠቃቀም በሥውር ከማድመጥ አይለይምና።

ዐይንም ማየት የማይገባውን አጮልቆ ወይም አማትሮ ሲመለከት "የዐይን ዝሙት" ይባላል። የሌሎቹም ሕዋሳቶች ክንዋኔ እንዲሁ አለ አግባብ ከሆነ ይህንን ስያሜ ያገኙታል ለዚህ ዓይነቱ ሕዋሳዊ ዝሙት ወይም ክንዋኔ ተጠቂ መሆን ደግሞ እንደሰይጣን ቅናትን ተላብሶ ለጥፋት መሰለፍ ማለት ነው። "ሰይጣንም በምድር ላይ ዞርሁ በእርስዎም ተመላለስሁ ብሎ መለሰ" (ኢዮብ 2፥2)።

ስለዚህ ሁላችንም በስሜት ሕዋሳቶቻችን አማካይነት እንዳንታወክ እና ለጥፋት እንዳንሰለፍ "ከሕዋሳዊ ዝሙት" መታቀብ አለብን።

ፈገግታ

ፈገግታ በፊት ገጽታችን አማካይነት ውስጣዊ ሰላም እና ደስታ የሚታወቅበት የመረጋጋት ዓይነት (ምልክት) ነው። ይህም ከውስጥ የመነጨውን ፈገግታ እንጂ ሰው ሠራሽ የሆነው የለበጣ ፈገግታ ማለታችን አይደለም።

የፊት ገጽታችን ወይንም ዓይን ውሃችን የውስጥ ስሜታችን የሚንጸባረቅበት መስታወት እና በህሊናችን የሚመላለሱት ሐሳቦች የሚነበቡበት ሰሌዳ ነው። ይህም መወደዳችን፣ ጥላቻችን፣ ሀዘናችን፣ ደስታችን፣ ፍርሃታችን፣ ድፍረታችን፣ የውስጥ ስሜታችን ሁሉ በፊት ገጽታችን እንደሚታወቅ ያስረዳናል።

አንዳንድ ሰዎች ውስጣቸው ሲረበሽ ወይም ወንጀል ለመሥራት ሲፈልጉ የውስጥ ሐሳባቸው እና ስሜታቸው እንዳይታወቅ ለዐይናቸው ጥቁር መነጽር እና ለፊት ገጽታቸው ቅባት ይጠቀማሉ፣ ወይም ለዐ ይናቸው መነጽር ለፊታቸው ቅባት ባይጠቀሙ እንኳን ውስጣዊ ፍርሃታቸው፣ ጭንቀታቸው እና አለመረጋጋታቸው እንዳይታወቅባቸው ብዙ ይጥራሉ።

www.ethiopianorthodox.org

ኢየሱስ ክርስቶስ እነዚህ ዓይነት ሰዎችን "እናንተ ግብዞች ጻፎችና ፈሪሳውያን በውጭ አምረው የሚታይ በውስጥ ግን የሙታን አጥንት ርኩሰትም ሁሉ የተሞሉ በኖራ የተለሰኑ መቃብሮችን ስለምትመስሉ ወዮላችሁ። እንዲሁ እናንተ ደግሞ በውጭ ለሰው እንደጻድቃን ትታያላችሁ በውስጣችሁ ግን ግብዝነትን እና ዓመፀኝነት ሞልቶባችኋል።" (ማቴ. 23፥27) ሲል ገስጿቸዋል። ያልተረጋጋ ሰው ውስጡ ተንኮል፣ ቅናት፣ ክፋት እርግዝ የአለባበስ ደረጃውን በመጠበቅ ውጫዊ ገጽታውን ለማሳመር ቢጥርም አይቻለውም፣ ብዙውን ጊዜ አለመረጋጋቱን ያስከተለበትን መንስኤም አያምንም።

ይህንን ሰው ምን አልባትም ዛሬ ልክም አይደለህም ምን ሆነህ ነው? ብለው ቢጠይቁት ምንም አልሆንኩም ሰላም ነኝ በማለት የክሕደት መልሱን ይሰጥዎታል። አለመረጋጋቱን ይካድ እንጂ የአነጋገሩ የድምጽ አወጣጥ፣ የእጁ እንቅጥቃጤ፣ የከንፈሩ ንቅናቄ፣ የጉንጩ መቅላት መታወኩን ያሳይዎታል። በጥቅሉ ያልተረጋጋ ሰው ስለማን እና ስለምን እንደሚያወራ እራሱ በውል አያውቀውም።

ጠቢቡ ሰሎሞን "ፊት በውኃ ላይ ለፊት እንደሚታይ እንዲሁ የሰው ልብ ለሰው ይታያል" (ምሳሌ 27፥19) ሲል እንደአብራራልን እርስዎም ልብዎም በፊት ገጽታዎ ወይም በዓይን ውኃዎ አማካይነት የያዘውን ውስጣዊ ስሜትዎን የሚገልጽ መሆኑን ይመኑ እንጂ የማይታዩ ብዙ አስደናቂ እና ታሪካዊ ነገሮች ተሰብቀውበት እንደታሸግ የቅርስ ግምጃ ቤት (ማህደር) አድርገው አይገምቱት።

እስከ አሁን እንደተረዳት ለውጫዊ የፊት ገጽታዎ እና ለዓይን ውኃዎ መረጋጋት አስፈላጊው የራስ ጥረት፣ የዐይን መነጽር፣ ቅባት እና የመሳሰሉት ሳይሆኑ ወሳኙ ውስጣዊ ሰላም መሆኑን ያስተውሉ።

ውስጣዊ ሰላም ያለው ሰው ፈገግታን የተላበሰ ገጽታ እና የተረጋጋ አቋም ይታይበታል። ለእርስዎም ከተረጋጋ ሰው ጋር መዋልዎ መንፈስዎን ይማርካል፣ ሕይወትዎን ያድሳል። ከውስጥ ፈንጥቆ በፊት ላይ የሚነበበው ፈገግታ የውስጥ ሰላምን እና ቅድስናን ከመመስከሩ በላይ በሕይወት የመኖር ትርጉም ነው።

ፈገግታን የተላበሰ ሰው ሲመለከቱ ከፊቱ በሚያዩት ሁኔታ ማንነቱን ከመረዳትዎ በላይ ኃይል፣ ጥንካሬ፣ በራስ መተማመን ያነቡበታል።

የአባ እንጦንስ ደቀ መዝሙር በአንድ ወቅት መምህሩ አባ እንጦንስን "መምህር ሆይ ለእኔ የአንተን ጽድቅ እና ቅድስና ለመረዳት አንዳች ሳትናገር የፊትህን ገጽታ ብቻ መመልከት በቂዬ ነው። ምክንያቱም አንተን በተመለከትኩ ቁጥር እርጋታ እና እርካታ ይሰማኛል" አለው።

www.ethiopianorthodox.org

ምዕራፍ ሦስት

ውስጣዊ ሰላም

ሁሉም ሰው ውስጣዊ ሰላም ሊኖረው ይጠበቅበታል። ምክንያቱም ውጫዊ የስሜት እና የመንፈስ መረጋጋት ከነፍሳችን ጋር ቁርኝት ያለው የውስጥ ስሜት ውጤት ነው። ለአዕምሮ ሁከት፣ ለአካላዊ አለመረጋጋት በጠቅላላው ለውጫዊ ብኩንነታችን ምክንያት የውስጥ ሰላማችን መናጋት ነው።

ነገር ግን አንድን ሰው በውጫዊ ገጽታው እና ስሜቱ ማለትም በአነጋገሩ ለዛ እና በአድራጎቱ እርጋታ ብቻ ሰላማዊ እና ደስተኛ ነው ማለትም ያዳግታል። ሰው ውስጣዊ ስሜቱን ተቆጣጥሮ እና ገድቦ በውጫዊ ስሜቱ የሚገልጸው ሰላም እና ደስታ እውነተኛነቱ አጠራጣሪ ነውና።

ስለዚህ የሰው ውጫዊ ሰላም ከእውነት ይሁን ከውሸት ለማወቅ ውስጡን የሞላውን እና የተቆጣጠረውን ትክክለኛ ስሜት መለየት ያስፈልጋል።

ለምሳሌ ሰው ዘመድ አዝማድ፣ ሀብት ንብረት፣ ዕውቀት ቢኖረውም ውስጣዊ ሰላም እና ደስታ ከሌለው በሕይወቱ እርካታ እና እፎይታ አይኖረውም። ለሰው ትክክለኛ ሰላም እና ደስታ የሚለግሰው ያካበተው ገንዘብ፣ የያዘው ሥልጣን፣ በማኅበረሰቡ ዘንድ የተቸረው ክበሬታ እና ዕውቅና ሳይሆን ለነዚህ ነገሮች ያለው አመለካከት ነው።

ውስጣዊ ሰላም የሌለው ሰው ዕድሜ ልኩን ይባክናል። ልክ እንደሚንጣጣ እና እንደሚፈነጣጠር የከሰል እሳት በማንኛውም ጊዜ፣ ቦታ እና ሁኔታ ጭንቀት ውጥረትና ብኩንነት ይታይበታል።

ይህንን ዓይነቱን ሰው የሚያዩት ሁሉ እርስ በእርሳቸው እየተጠቃቀሱበት አምላኬ ሆይ እንደዚህ ሰው ጭንቀታም እና ብኩን ከመሆን ጠብቀኝ፣ ተመስገን አምላኬ እንደዚህ ሰው ያላደረከኝ ምን ይከፈልሃል እያሉ ይጠቋቆሙበታል።

ውስጣዊ ሰላም ያለው ሰው ግን በማንኛውም ጊዜ እና ሁኔታ ደስተኛ ነው፤ ከማንኛውም ሰው ጋር የመግባባት ችሎታ አለው። ይህም ችሎታው ከሰዎች ጋር ያለውን የሰመረ ግንኙነት አጠንክሮ እንዲኖር እና በሕይወቱም መልካም ፍሬ እንዲያፈራ ያደርገዋል።

ይህንን ሰላማዊ እና ደስተኛ ሰው የሚመለከቱት ሁሉ ሊጠጋጉበት ይቅርና በአነጋገሩ ለዛ እና በአካሄዱ ግርማ ሞገስ ተማርከው የእርሱን ባሕርይ እና አድራጎት ለመውረስ ይሽቀዳደማሉ።

ውስጣዊ ሰላምን ማጣት የአዕምሮ ብኩንነትን ያስከትላል

በእግዚአብሔር ቃል ውስጥ ብኩንነት የእግዚአብሔር ሕግ ካለማክበር የመጣ የሰይጣን የአኗኗር ሥርዓት እና የኑሮ ልምዱ እንደሆነ እንረዳለን (ኢዮ. 1፥7)። ለሰው ልጅ የእግዚአብሔር ሐሳብ ሰዎች በእፎይታ እንዲኖሩ እንጂ እንዲባክኑ አልነበረም። ይሁን እንጂ

www.ethiopianorthodox.org

ሰው በራሱ ጊዜ በህሊናው የሚፈጠሩበት ተለዋዋጭ ሐሳቦች ሲያባክኑት ይታያል።

በህሊናው ከሚፈጠሩት ከነዚህ ሥፍር ቁጥር ከሌላቸው ሐሳቦች መካከል አንዱ ሐሳብ አንድ አቅጣጫ ሲያስይዘው ሌላኛው ሐሳብ ደግሞ ሌላ አቅጣጫ ያስቀይረዋል። በዚህ ዓቢያ ከአንድ ሐሳብ ወደ ሌላ ሐሳብ፣ ከአንድ ትምህርት ወደ ሌላ ትምህርት ይዘዋወራል፣ ከቦታ ወደ ቦታ ይቅበዘበዛል፣ ከከተማ ወደ ከተማ፣ ከሀገር ወደ ሀገር ይባዝናል። በጠቅላላው የብስን ሲዞር፣ ባሕርን ሲሻገር ዕድሜውን ሁሉ ሲኳትን ይኖራል። ይህ ሰው በአንድ ቦታ ተወስኖ ሲጸልይ እንኳን ሐሳቡ ይበታተናል። ለዚህም ነው የብኩንነት ሰለባ የሆኑ አንዳንድ ሰዎችም "ስጸልይ ሐሳቤን መግታት አልቻልኩም" ሲሉ የሚደመጡት።

ውስጣዊ ሰላም የሌለው ሰው ወላዋይነትም ይታይበታል

ወላዋይነት ደግሞ እንደ እግዚአብሔር ፈቃድ አለመመራት ነው። በባሕር ዳርቻ ላይ ወዲያና ወዲህ ላይና ታች እንደሚዋዥቅ ማዕበል ወላዋይ አዕምሮ ያለው ሰውም አሁን አንድ ውሳኔ ይወስናል። ወዲያው ውሳኔውን በውሳኔ ይሽራል። አንድ ነገር ለማድረግ ፍላጎት ያድርበታል ጥቂት ቆይቶ ስለዚያ ነገር ጥላቻ ይኖረዋል። አሁን ይስማማል በኋላ ይቃረናል። ይህ ወላዋይነቱ ያለ ምንም እሮይታ እና ውጤት ዕድሜ ልኩን ያባትለዋል። የኑሮ መሰላቸትም ያስከትልበታል።

በአንጻሩ ደግሞ ወላዋይ አዕምሮ የሌለው ሰው ልክ በባሕር ላይ አቅጣጫውን ሳይስት እንደሚጓዝ መርከብ ያለ አንዳች ግራ መጋባት ወደ አሰበበት ደረጃ ይደርሳል እንጂ በኑሮ መሰላቸት አይታወክም።

ስለዚህ ሰው ለምን ይታወካል?
ለምን ይጨነቃል?
ለምን ይባዝናል?

በጠቅላላው የሰው ዘር ሰላምን አግኝቶ በእርጋታ እና በእፎይታ እንዴት መኖር ይችላል? አለመረጋጋትና ጭንቀትን የሚያስከትሉ መንሥኤዎች የትኞቹ ናቸው? እነዚህን ጥያቄዎች እና እነዚህን የመሰሉ በኑሮ ውጣ ውረድ ላይ ያሉ ጉዞመኞችን በዚህ ምዕራፍ ስር አብራራለሁ። በተለይ ከአዕምሮ ብኩንነት ጀምሮ ሰላምን ነስተው አለመረጋጋትን የሚያስከትሉ ውጫዊ እና ውስጣዊ መንስኤዎችን ከነ መፍትሔዎቻቸው አሠባጥረን እንመለከታለን።

አለመረጋጋት የራሱ መንስኤዎች አሉት

- ***ውስጣዊ መንሥኤዎች***
  - ***ችግሮችን ማጋነን***

ችግሮችን ማጋነን ለሰዎች አዕምሮ መጨናነቅ እና መባከን አንዱ ምክንያት ነው ስሕተቱን የሚያጋንን እና ችግሩን የሚያሰፋ ሰው በፍርሃት፣ በሥጋት እና በጭንቀት ይከበባል።

www.ethiopianorthodox.org

በአንድ ወቅት አንዲት ጸሐፊት በአንድ የሠርግ የእራት ግብዣ ላይ ከአለቃዋ ጋር በርቀት ይተያያሉ ይሁን እንጂ አጋጣሚዎችን ተጠቅማ ለአለቃዋ ሰላምታ ማቅረብ ስትችል አላቀረበችም። በዚህም አሁን ምን ይለኛል በሚል ሐሳብ ግራ ተጋብታለች። ይህ በእንዲህ እንዳለ የሠርጉ የእራት ግብዣ ተጠናቆ ሁሉም እድምተኛ ወደየቤቱ ሲያቀና ደግሞ ብዙ ትርምስ ሳለ ይህች ሴት እንደ ድንገት ያስነጥሳታል በምታስነጥስበትም ጊዜ ከአፍንጫዋ የተወናጨፈው ምራቅ መሰል ከአለቃዋ ጫማ ላይ ያርፋል፣ አለቃዋ ግን ሲያስነጥሳት አልሰማትም፣ ምራቅ መሰሉንም ከጫማው ላይ ሲወድቅ አልተመለከተም።

ዳሩ ግን ይህቺ ሴት በመጀመሪያ በእራት ግብዥው ላይ አይታው ሰላም አለማለቷ እያሳሰባት ሳለ ዳግመኛ ይህ ሁኔታ በአጋጣሚ መፈጠሩ በይበልጥ ረበሻት

አሁን እኮ አውቄ የተፋሁበት ይመስለዋል የናቅሁትም ሊመስለው ይችላል አልያም ከባላጋራዎቹ ከእነ እገሌ ጋር ተባባሪ ያደርገኛል በዚህም ሳቢያ ከሥራዬም ሊያባርረኝ ይችላል ታዲያ ምን ባደርግ ይሻለኛል? በማለት ሳታውቅ የሠራችውን ስሕተት እያጋነነች እና ሆን ብላ እንደሰራችው እራሷን እያሳመነች ጭንቀት ውስጥ ገብታለች። በአጋጣሚ የተፈጠረውን ስሕተቷን ማጋነኗ ሳትወድ በግድ የአዕምሮ መባከንን እና ስሜታዊ መታወክን አስከተለባት።

የዚች ሴት ችግር የብዙዎቻችን የጋራ ችግር እንጂ የእርሷ ብቻ አይደለም። ብዙውን ጊዜ ሁላችንም አውቀን በድፍረት ሳናውቅም በስሕተት የምንፈጽመው ድርጊት ይኖራል ታዲያ ያደረግነው ድርጊት ስሕተት ከማይዛመዱ እና ከማይመሳሰሉ ሁኔታዎች ጋር እያቀራረቡ ማ ማን ሳይሆን ጉዳዩ በቀጥታ የሚመለከተውን ክፍል ወዲያው ይቅርታ መጠየቅ ብቻ ነው። ከይቅርታ በኋላም እራሳችንን ማረጋጋት ያሻናል።

➢ ***ክፉ ሐሳብ***

ታላቁ እንግሊዛዊው ሊቅ ዊልያም ሼክስፒር "ምንም ነገር መጥፎም ጥሩም ሊሆን ይችላል ለአንድ ነገር ከሁለቱ አንዱን ትርጉም ሊያሰጠን የሚችለው አስተሳሰባችን ነው" እንዳለ።

በዓለማችን ላይ ሁለት ዓይነት አስተሳሰብ ያላቸው ሰዎች አሉ። የመጀመሪያዎቹ ሰዎች ሰናይ ራዕይ ስላላቸው የሁኔታዎች ሁሉ መልካም ውጤት ይታያቸዋል። እነዚህ ሰዎች በችግሮቻቸው እና በመከራቸው ጊዜ እንኳን ትክክለኛ መፍትሔ ያገኛሉ።

ሌሎቹ ዓይነት ሰዎች ደግሞ ዓሉታዊ አስተሳሰብ ስላላቸው የሁኔታዎች ሁሉ መጥፎ ገጽታ ይታያቸዋል። በዓለማችን በዚህ አሉታዊ ክፉ ሐሳብ አያሌዎች ይጠቃሉ፤ መሠረት በሌለው ፍርሃት እና ስጋት ይሰቃያሉ፤ ከዚህም የተነሣ ብዙ ሥነ-ሥርዓታዊ ድርጊቶችን ያከናውናሉ። ከሚያከናውኗቸው ድርጊቶች መካከል ጀርሞችን ለማስወገድ ከሚገባው በላይ ደጋግሞ እጅን መታጠብ፣ የተናገሯቸውን

www.ethiopianorthodox.org

ዐረፍተ-ነገር እና ቃላት መቁጠር የመሳሰሉት ሊከተቱ ይችላሉ። እነዚህ ሰዎች በመከራና በችግር ጊዜ ይቅር እና በተመቻቸ ሁኔታ ላይ እንኳን ሳሉ ይታወካሉ።

ለምሳሌ አንዲት እናት ሁል ጊዜ በመኪና ሲሄዱ የሚታሰባቸው የመኪናው መጋጨት፣ መገልበጥ እና የእራሳቸውም አካል ስንኩል መሆን አልያም መሞት ነው። ስለዚህም እኚህ እናት ዘወትር በመኪና ሲጓዙ እግረ መንገዳቸውን ያዩትን ቤተ ክርስቲያን ሁሉ በመማጸን በሰላም እቤቴ ከገባሁ እንዲህ አደርጋለሁ እንዲህ አመጣለሁ እያሉ ከፈጠሩት ክፉ ሐሳብ ለመዳን የስዕለቱን ዓይነት ያኸገነደጉዱታል።

ምን አልባት እኚህን እናት እግዚአብሔር እኮ ለሰው የሚያስበው ሐሳብ መልካም ነው (ት.ኤር. 29፥11)። እርስዎ ግን ለምን ክፉ ክፉውን ያሳስብዎታል ሲሏቸው ይችላሉ እርሳቸው ግን ትክክለኛ መልስ ሊመልስልዎ ባይችሉም ምላሹ በእግዚአብሔር አለመታመን ነው።

ይህ ዓይነቱ ችግር ከጥቂት ጠንካሮች በስተቀር የብዙዎቻችን ችግር ነው በእግዚአብሔር ባልታመንን ቁጥር ጥንተ ጠላታችን ሳጥናኤል ድክመታችንን በመጠቀም በህሊናችን ክፉ ሐሳብን ይዘራብናል። በዚህም ሳቢያ የሁኔታዎች እና የችግሮች ሁሉ መጥፎ ገጽታ እና ውጤት በሰሚታየን ከመፍትሔ ይልቅ ወደ ተወሳሰበ ችግር ውስጥ እንገባለን።

ብዙዎቻችን በራሳችን ድክመት እና በሰይጣን አጋዥነት ከፈጠርነው ክፉ ሃሳብ ለማምለጥ እንሞክራለን። ነገር ግን አይቻለንም፤ በዚህም ምክንያት ይህ ክፉ ሀሳብ በህልማችን ሲያባንነን በእውናችን ደግሞ በጸሎት ጊዜ፣ በሥራ ሰዓት እና በዕረፍት ቦታ ስለሚያስጨንቀን እንታወካለን።

በእርግጥ ክፉ ሐሳቦችን በማቅረብ ሰይጣንን የሚተካከለው ስለሌለ መቋሚ የሌላቸው ክፉ ሀሳቦች ሁል ጊዜ በእግዚአብሔር እንዳንታመን ከእርሱ የሚወረወሩብን ፍላጻዎች ናቸው። በዚህም ሌት ተቀን ከሰይጣን ጋር የማያቋርጥ ጦርነት አለን።

ከሰይጣን በሚወረወርብን ክፉ ሀሳብ ስለምንጨነቅ በጸሎት ወደ እግዚአብሔር እንድንጮህ በምክርም ከባለሙያዎች እንድንወያይበት እንኳን ፋታ አይሰጠንም። በዚህ አድራጎታችን የባከንን እና በኑሮአችን ተስፋ የቆረጥን እንሆናለን። የተረጋጋ ሕይወትን እንድንኖር በመጀመሪያ በእግዚአብሔር እንታመን። ከአሉታዊ አስተሳሰብ እራሳችንን እንጠብቅ። ዳግመኛም ለአዕምሮ ብኩንነት የሚዳርጉን አሉታዊ አስተሳሰቦች ሲከቡን እና ሲያስጨንቁን የሥነ አዕምሮ ባለሞያዎችን እናማክር።

➢ ***ጽልመታዊ አመለካከት***

ጽልመታዊ አመለካከት ማለት መጥፎ ልማድን እና አጉል ባሕልን ምክንያት በማድረግ በተዘዋዋሪ ለሰይጣን መገዛት ነው። ወይም

www.ethiopianorthodox.org

ረቡዕ እና አርብ አይሆኑኝም ምን ይሻለኛል? ቀኝ እግሬን እንቅፋት መታኝ አይቀናኝም የመሳሰሉትን ጎጂ ልማዶችን በመቀበል ሰው መሠረት በሌለው ፍርሃት የሚሠቃይበት አስተሳሰብ ነው።

ስለዚህ መጥፎ ልማድ፣ የቤት ጣጣ እና አጉል ባሕል ያላቸው ሁሉ የጽልመታዊ አመለካከት ተከታዮች ስለሆኑ እኛቸውን ለሰይጣን የሰጡ ምርኮኞች ናቸው። ከዚህም የተነሣ

1ኛ) የአጉል እምነት ተገዥዎች ይሆናሉ፤

2ኛ) ለተመሳሳይ የውርስ በሽታ ይጋለጣሉ፤

3ኛ) በጥንቆላዊ ምት ይቀሰፋሉ፤

1ኛ) <u>የአጉል እምነት ተገዥዎች</u>

በጽልመታዊ አመለካከት አማካይነት የሚመጣ አጉል እምነት ተምረዋል የምንላቸውን ሰዎችን ሳይቀር ያጠቃል።

እነዚህም ሰዎች እንደ ዐውደ-ነገሥት ያሉ የኮከብ ቆጠራ (Astrology) ጋዜጦችን እና መጽሔቶችን በተለይ ስለ ጠባያቸው እና ባሕርያቸው የሚናገረውን የኮከብ ክፍል በማየት እና በማንበብ ይታወካሉ።

በመሠረቱ ከመጽሐፍ ቅዱስ በስተቀር ስለ ሰው ነገንትና ዛሬነት የሚናገር እንዲሁም የወደፊት ዕድል - ፈንታን የሚተነብይ መጽሐፍም ሆነ አንዳች ቁሳቁስ የለም።

ለሰው ዘር የሕይወት መዝገበ ቃላት መጽሐፍ ቅዱስ ብቻ እንደሆነ ማመን ይገባል። ማንኛውም የቋንቋ መዝገበ ቃላት አንድን ግስ (አንቀጽ) በተለያየ ዓይነት መልኩ እንደሚፈታ ግልጽ ነው። ለምሳሌ የአመርኛ ቋንቋ መዝገበ ቃላት በላ የሚለውን ግስ

1. ተመገበ
2. አላመጠ/አኘከ
3. ነከሰ (ውሻ እንዳይበላህ ተጠንቀቅ)
4. አሳከከ/ቆጠቆጠ
5. አሸነፈ/ረታ/ገቢ አገኘ (ለቁማር)
6. ጨረሰ/ፈጀ (መኪናዋ ቤንዚል ትበላለች)
7. ተቀበለ/ወሰደ (ካሳ በላ)
8. አቃጠለ/ፈጀ (እሳት በላው) እያለ እንደየአገባቡ በተለያየ ዓይነት ይተነትነዋል።

እንደዚሁ ሁሉ የሕይወት መዝገበ-ቃላት የሆነው መጽሐፍ ቅዱስም ስለጋብቻ፣ ስለ ምንኩስና፣ ስለ ኑሮ፣ ስለ ደስታ፣ ስለጭንቀት በጥቅሉ ሰው ማወቅ ስለሚያስፈልገው ነገር ሁሉ የራሱ የሆነ መለኮታዊ ትንታኔ አለው።

መጽሐፍ ቅዱስ ለችግር የእግዚአብሔር መፍትሔ፣ ለሥጋዊም ሆነ ለመንፈሳዊ ጥያቄዎች የእግዚአብሔር መልስ ነው። ፊደል የቆጠሩ ሰዎች በዚህ ዓለም ዕድል ፈንታቸውን ለማወቅና የሚመጣውንም ዓለም ዘላለማዊነት ለመረዳት መጽሐፍ ቅዱስን ማንበብ እንጂ እንደ

www.ethiopianorthodox.org

ዐውደ-ነገሥት ያሉ የኮከብ ቆጠራ እና የጥንቆላን መጣጥፎችን ማንበብ ፋይዳ አይሰጣቸውም።

ከጽልመታዊ አመለካከት የመነጩ አጉል እምነት የተማሩትን ይህን ያህል ሲያጠቃቸው ከኀ ገነዘቡን ያልተማሩትን ደግሞ እንዴት እንደሚጎዳቸው እንመልከት።

አንዲት እናት መሠረተ-ትምህርት እንኳ ሳይማሩ የፊደል ጠላት ተብለው ተፈርጀው ሳለ ቡና ከተጠጣ በኋላ የተጠጣበትን ስኒ ዘቅዝቀው ረቂቅ (Abstract) የሆነውን የሰይጣን እጅ ጽሑፍን ማንበባቸው በእጅጉ ያስደንቃል።

ወይም አንድ ሰው ምንም ባይማር እና ማንበብ እንኳን ባይችልም የዕለት ውሎውን እና ዕድል ፈንታውን ጠይቆ ለማወቅ ከጠንቋይ ዘንድ ይሄዳል። ከዚያም ያ ጠንቋይ እኮ እኩይ ወርኀ ጥቅምት ነው! ጥር እና ግንቦትማ ፀርህ ናቸውና ተጠንቀቅ ብሎኛል እያለ እነዚህን ወሮች እንኳን ኖሮባቸው ሲያስታውሳቸው ይታወካል።

ዳግመኛም ማንኛውም ወር በባተ (በገባ) በ13ኛው ቀን መቅሰፍት ወይም መብረቅ ያስፈራሃል ብሎኛል ሲል መሠረት በሌለው ፍርሃት 13 ቁጥርን ሲመለከታት እና ስም አጠራሯን ሲሰማ ይጨነቃል። ለምሳሌ የዕለቱ ቀን 13 ከሆነ በካርታ ጫወታ 13 ቁጥር ከደረሰችው በካላንደር ላይ ያለው 13 ቁጥር በቀይ ከተጻፈች 13 ቁጥርን ያከተተ የስልክ ቁጥር ያለው አድራሻ ካለው 13 ቁጥር የከተማ

አውቶብስን ሲመለከት የመቀመጫ ቁጥሩ፣ የመታወቂያ ቁጥሩ 13 ከሆነ ዕድሜው ከ13 ቁጥር ክፍልፋይ እና ብዜት ላይ ሲደርስ በአጠቃላይ ከ13 ቁጥር ጋር ተመሳሳይ እና ተዛማች የሆነ ነገር ካጋጠመው እንደ መጥፎ ዕድል ስለሚቆጥረው አዕምሮው ይታወካል።

ዕኩይ ነገርን ብቻ በህሊናው ስለሚቀርጽ ሕሊናው የፈጠረው ምናባዊ አደጋ በታሰበው ጊዜ እራሱ ለራሱ በስመ አብ ወወልድ ወመንፈስ ቅዱስ! እምላኬ አደራህን ከዚህ አደጋ ጠብቀኝ ይላል።

በአጉል እምነት የተተበተበው ይህ ሰው ዕድሜ ዘመኑን ሁሉ ለዋሾ ደብተራ አስማት እና ለስሑት "ፍቱራ" ከታብ ተገዥ ስለሆነ ለአዕምሮ ብኩንነት እና ጭንቀት ይጋለጣል።

እኛ የእግዚአብሔር ሰዎች የሆንን ግን እንደዚህ ሰው የጠንቋይን ቃል ሰምተን እንድንታወክ ሳይሆን የእግዚአብሔርን ቃል ሰምተን እንድንረጋጋ ይጠበቅብናል። ምክንያቱም የእግዚአብሔርን ቃል መስማት ማለት ከእግዚአብሔር እና ከቅዱሳን ጋር መነጋገር ሲሆን የጠንቋይን ድምጽ መስማት ማለት ግን የሳጥናኤል እና የሠራዊቱ ተገዥ መሆን ነውና።

በአጠቃላይ ማንኛችንም ተማርንም አልተማርንም ሰይጣንን እንቢ እግዚአብሔርን ግን እሺ ልንለው ይገባል (ያዕ. 4፥7-8)።

www.ethiopianorthodox.org

2ኛ) ተመሳሳይ የውርስ በሽታ

ጽልመታዊ አመለካከት ያለው ለውርስ በሽታ የተጋለጠ ይሆናል። ከውርስ በሽታ በስተጀርባ ደግሞ የሞት እና የጥፋት መንገድን የሚያመቻች ዲያብሎስ አለ። ይህም ዲያብሎስ የሚዳሰስ ሳይሆን የማይዳሰስ ቁሳዊ ሳይሆን ረቂቅ ነው።

ይሁንና ተመሳሳይ የውርስ በሽታ ከወላጅ ወደ ልጅ ይተላለፋል። ለምሳሌ አንድ አማናዊ ታሪክ ላቅርብ።

አንዲት ሴት ባለትዳር ከሆነች ዓመታት አስቆጥራለች ይህቺ ሴትና ባለቤትዋ አዘውትረው ወደ ቤተ እግዚአብሔር ይሄዳሉ። ከቤተ እግዚአብሔር ሲደርሱ ሁለቱም በተናጠል ይጸልያሉ።

ሚስት፡- አቤቱ የነገሩህን የማትረሳ፣ የለመኑህን ማትነሳ አምላኬ ሆይ ለእኔ ልጅ ስለማያስፈልገኝ ልጅ አትስጠኝ (ማኅጸኔን ዝጋው) ብላ ጸለየች። ባሏ ደግሞ በተቃራኒው ልጅ ወልዶ ዘር መተካት እንደሚፈልግ በመግለጽ ልመናውን ወደ እግዚአብሔር አቀረበ። እነዚህ ባለትዳሮች ልመናቸው የተለያየ እና የሚቃረን ነው ለልመናቸው መለያየት መንሥኤው በውስጣቸው ለየቅል የሚሰማቸው ፍራቻ (ጽልመታዊ አመለካከት) ነው። ሚስት አያቷ እናቷን ስትወልድ እንደሞተች እናቷም እርሷን ስትወልድ እንደሞተች ስለምታስታውስ ከአያቷ ጀምሮ በውርስ እየተላለፈ የመጣ የወሊድ አደጋ እንዳለ ታውቃለች። ይህ የወሊድ አደጋ እንደሚነካት ስለተረዳች

ወደ እግዚአብሔር ትሮጭሃለች ኋላ ኋላ ግን ትዳዩን መጀመሪያ ከባሏ ጋር ከተወያየች በኋላ እንደገናም በመቀጠል ለንስሐ አባታቸው ሁለቱም ኃጢአታቸውን ተናዘዙ የንስሐ አባታቸውም በእርሷ ላይ ያለው በሽታ ከወላጆቿ ተወራራሽ እንደሆነ በመረዳታቸው ይህ የውርስ መንፈስ ከሴቲቱ እንዲርቅ ለሁለቱም ባለትዳሮች ቀኖና ሰጡአቸው ቀኖናውን ሲጨርሱ ሁለቱም የፈውስ ጥምቀትን ተጠመቁ በዚህን ጊዜም በሴቲቱ ላይ የነበረው ርኩስ መንፈስ ተለይቷት ሄደ። ሴቲቱም በእግዚአብሔር ኃይል በውርስ ከተላለፈው መርገም ነጻ ነኝ በማለት ሃሴቷን ገለጠች።

ከዚህ በኋላም ሦስት ልጆች ወልዳ ከቤተሰቦቿ ጋር በደስታ መኖር ጀመረች።

እንግዲህ ከዚህ የምንረዳው ሁላችንም ከውርስ የመርገም ውጤቶች ነጻ መሆን የምንችለው ኃጢአታችንን ስንናዘዝ እና እራሳችንን ለእግዚብሔር ስናስረክብ ብቻ ነው።

3ኛ) ጥንቆላዊ ሞት

ድልመታዊ አመለካከት ብዙዎችን በጥንቆላዊ ሞት እንዲቀሰፉ ያደርጋል። በዚህ ዓይነት ሞት የሚጠቁ ሰዎች ብዙውን ጊዜ የሚሞቱበትን ዕለትና ሰዓት ቁርጥ በማድረግ ይተነብያሉ። ያም ሆኖ ግን ከዚህ ከተነበዩት መቅሰፍት እራሳቸውን የማዳን ችሎታ አይኖራቸውም። ምክንያቱም የተናገሩት ዕለትና ቀን ጊዜውን ጠብቆ

www.ethiopianorthodox.org

ሲደርስ ውስጣቸውን የተቆጣጠረው አጋንንታዊ ሥርዓት እና መንፈስ ራሳቸውን እንዲያጠፉ ያዛቸዋል።

ለምሳሌ፡- አንዳንዶች አባቴ በዚህ ዓይነት ሞት በእዚህ ቀን ስለሞተ ያ ለእኔም አይቀርልኝም የሚል ጽልመታዊ አመለካከት ስላላቸው በዚያው ዓይነት ጥንቆላዊ ሞት (መቅሰፍት) ሕይወታቸው ያልፋል። ይህም ሰይጣን ጽልመታዊ አመለካከትን መጠቀም የሚችል ነፍሰ ገዳይ እንደሆነ ማረጋገጫ ነው (ዮሐ. 8፥44)።

ስለዚህ ሁላችንም ሰዎች ነፍሳችን ለእግዚአብሔርም ሆነ ለሰይጣን የማስረከብ መብቱ ቢኖረንም ቅሉ የእግዚአብሔር ሰዎች ግን ክርስቶስ በመጨረሻይቱ ሰዓት ነፍሱን ሊቀራመት ቀርቦ የነበረውን ሰይጣንን በማሳፈር ነፍሱን ለአባቱ እንደሰጠ ሁሉ ነፍሳችንን ሥጋችንን እና ሕሊናችንን ለአምላካችን ለእግዚአብሔር ለማስረከብ ቁርጠኞች መሆን ይጠበቅብናል።

➢ ***ምናባዊ ፍርሃት***

ፍርሃት በራሱ እውነተኛ ፍርሃት እና ምናባዊ ፍርሃት በመባል በሁለት ሊከፈል ይችላል።

እውነተኛ ፍርሃት

እግዚአብሔር ተንቀሳቃሽ ፍጥረቶችን ሁሉ ሲፈጥራቸው በውስጥ ካኖራቸው ስሜቶች መካከል አንዱ እውነተኛ ፍርሃት ነው።

እውነተኛ ፍርሃት በተለይ ለሰው ሕይወት ጠቃሚ ነው። እውነተኛ ፍርሃት ለሰው ጠቃሚ ባይሆን ኖሮ እግዚአብሔር ሰውን ሲፈጥረው ፍርሃት እንዳይሰማው ማድረግ ይቻለው ነበር።

እውነተኛ ፍርሃት የተፈጥሮ ሕግን እና በጽሑፍ እና በቃል የተላለፈ ደንብን እንድናከብር ያደርገናል። በዚህም ከሰማያዊ መቅሰፍትም ሆነ ከምድራዊ አደጋ እንድናለን።

ለምሳሌ አንድ ሰው ሊሰርቅ ሲል የሚፈራው በሰማያዊው ሕግ እንዳይኮነን ብቻ ሳይሆን በምድራዊው ሕግም ወደ ወህኒ እንዳይወርድ ነው። አልያም በአጋጣሚዎች እንዳይሞት ነው። ይህ ዓይነቱ ፍርሃት እውነተኛ ነው። እውነተኛ ፍርሃት ለመንፈሳዊ ሕይወታችን እና ለሥጋዊ ጤንነታችን አስፈላጊ መሆኑን ምሳሌው ያኀላዋል።

አሁን ደግሞ በሰፋት እና በጥልቀት የምንነጋገርበት ሁለተኛው የፍርሃት ዓይነት ምናባዊ ፍርሃት ነው። ምናባዊ ፍርሃት ያልተማረውን እንደተማረ፣ ኃጥአንን ጻድቅ፣ ብርሃኑን ጨለማ፣ ትንሹን ትልቅ፣ የሌለውን እንዳለ አድርገን እንድንቆጥር ይገፋፋናል። ይህ ዓይነቱ ፍርሃት የውስጥ ሰላምን አናግቶ የአዕምሮ መታወክን ያመጣል።

ይህንንም ሙሴ የከነአንን ምድር እንዲሰልሉ በላካቸው በዐሥራ ሁለቱ ሰላዮች የሕይወት ታሪክ ውስጥ እናያለን። ከዐሥራ ሁለቱ መካከል በእግዚአብሔር የታመኑት ኢያሱ እና ካሌብ የስለላ ተግባራቸውን ሲናገሩ "በሀገሪቱ ላይ አሁኑኑ አደጋ በመጣል እንውረሳት

www.ethiopianorthodox.org

ምክንያቱም እነርሱን ድል ለመንሳት በቂ ኃይል አለን" በማለት እምነታቸውን ሲገልጹ (ዘኍ. 13፥30)።

የተቀሩት ዐሥሮቹ ሰላዮች ግን በምናባዊ ፍርሃት እየተንቀጠቀጡ እና እየተብረከረኩ "እኛ በእነርሱ ላይ አደጋ ለመጣል ከቶ በዚያ የሚኖሩት ሕዝብ ከእኛ ይበልጥ ብርቱዎች ናቸው። ቁመተ ረጃጅሞች የሆኑ ጦረኞች ናቸው። በዚያም ግዙፋን የሆኑትን የዔናቅን ዝርያዎች አይተናል። እኛ በእነርሱ ፊት ልክ እንደ ፌንጣ (አንበጣ) ሆነን ነበር የታየነው እነርሱም እንደዚያ አድርገው ሳይመለከቱን አይቀሩም።" በማለት ፍርሃታቸውን ገለጹ (ዘኍ. 13፥28-33)።

ሁለቱ ሰላዮች ኢያሱና ካሌብ በእምነታቸው እንዳሰቡት ያቺን ማርና ወተት የምታፈሰውን ምድር ሲወርሱ እነዚያ ዐሥሩ ሰላዮች በምናባዊ ፍርሃታቸው ምክንያት ሌሎችንንም አስፈራርተው እነርሱም ተሸብረው በምድረ በዳ ቀርተዋል። እንዲህ ዓይነቱ ፍርሃት ያለበት ሰው ዘወትር ሰላሙ ይናጋል። ይከብደኛል፣ ያስፈራኛል፣ አልችልም በማለት ማግኘት የነበረበትን ያጣል፣ መሆን የነበረበትን ይስታል። ስል አንድ ጉዳይ ባሰበ ቁጥር በፍርሃት እና በድንጋጤ ይዋጣል ፍርሃቱም የውስጥ ስሜቱ የፈጠረው ምናባዊ እንጂ ከውጪ የመጣ (እውነተኛ) አይደለም።

እግዚአብሔርን የሚፈራ እና በእግዚአብሔር የሚታመን ግን በራሱ ምናባዊ (የሌለ) ፍርሃትን አይፈጥርም። ብዙ አዋኪ አደጋዎች

እና አስቸጋሪ ችግሮች ቢከቡትም እንኳን አይፈራም ወይም አይሸበርም።

ፈሪሀ-እግዚአብሔር ያደረበት የእግዚአብሔር ሰው ጌታ እንደተናገረው በአሸዋ ላይ ሳይሆን በዐለት ላይ እንደታነጸ ቤት ጽኑዕ እና ጠንካራ ነው። ይህንንም የቅዱስ ጴጥሮስ በእስር ቤት ሳለ ያሳየውን የእምነት ጽናት ከሚገልጸው ታሪክ መረዳት እንችላለን።

ቅ/ጴጥሮስ በታሰረ ጊዜ (ወደ ወህኒ በተወረወረ ጊዜ) ንጉሥ ሔሮድስ ሊገድለው ወስኖ ነበር። ይሁን እንጂ ቅ/ጴጥሮስ በእግዚአብሔር ስለሚታመን በዚህ የእስሩ ሁኔታ አንዳች ፍርሃት አልነበረበትም።

ለዚህም ነው የእግዚአብሔር መልአክ ቅዱስ ጴጥሮስን ከተኛበት ከሁለት ወታደሮች መካከል ቀስቅሶ አነቃውና ከታሠረበት ሰንሰለት ፈታው ከዚያም ከሔሮድስ የሞት ውሳኔ የታደገው (የሐዋ. ሥራ 12፥6-7)።

ምናባዊ ፍርሃት ፈጽሞ በሌለ እና በማይደርስ ነገር አዕምሮን የሚሞላ እና የማሰብ ችሎታን ፈጽሞ የሚያሰናክል ነው። ስለዚህ ፈሪ ሰው ከምናባዊ ፍርሃቱ የተነሣ የሚያስበው እና የሚያጋጥመው ሁኔታ ሁሉ የተወሳሰበ እና መፍትሔ የለሽ ይሆንበታል።

ለምሳሌ አንድ ሰው ለጤና ምርመራ ወደ ሐኪም ዘንድ ሲሄድ በውስጡ በሽታ ኖረበትም አልኖረበትም በጣም ይፈራል። ከፍርሃቱም የተነሣ አሁን ኤድስ ቢገኝብኝስ? እንዴት እሆናለሁ? እሞታለሁ ማለት

www.ethiopianorthodox.org

ነው? ከሞትኩስ? በኃቢአቴ ሲያል ልገባ ነው? ተኮንኜ በእሳት አለንጋ ልገረፍ ነው? እኔ ከሞትኩ ቤተሰቦቼን በምድር ማን ያስተዳድራል? ልጆቼንስ ማን ያሳድጋል? በማለት ይጨነቃል። በዚህ ምናባዊ ፍርሃቱ ብቻ የጤና መታወክ ይገጥመዋል በኑሮው ተስፋ የቆረጠ ይሆናል። ስውነቱም ለገጠመው ችግር ሁሉ ይሸነፋል፣ ይህም ምናባዊ ፍርሃት መንፈሳዊ ሕይወታችንን የሚያቀጭጭ ብቻ ሳይሆን ሥጋዊ ኑሮአችንንም ማደናቀፉን ያስረዳል።

በመሠረቱ ሰው እራሱን ካልጠበቀ እና በእግዚአብሔር ሕግ ካልተመራ ያሰበው ችግር ሊገጥመው ይችላል። ይሁን እንጂ በእንደዚህ ያለ መፍትሔ የለሽ ችግር ውስጥ ቢገባ እንኳን ወደ እግዚአብሔር ከተመለሰ መፍትሔ ያገኛል።

ምክንያቱም እግዚአብሔር የማይፈውሰው ደዌ የማይመልሰው ጥያቄ የለምና። ወደ እግዚአብሔር መመለስ ሰው በፈራና በተጨነቀ ጊዜ ዋነኛው መፍትሔ ሲሆን ሌላኛው ደግሞ ከባለ ሙያዎች ምክርን መቀበል ነው። <u>የባለሙያዎች ምክር በሰው ሕሊና የመረጋጋትን እና በራስ የመተማመንን ኃይል ያሳድራልና።</u>

➢ <u>*ጥርጣሬ*</u>

የውስጥ ሰላምን ከሚነሱ መንስኤዎች አንዱ ጥርጣሬ ነው። የጥርጣሬ ተጠቂ የሆነ ጠርጣራ ሰው ያለማቋረጥ ጥርጣሬዬ ትክክል ነው ወይስ አይደለም። ግምቴ ውሸት ነው ወይስ እውነት እያለ ዘወትር

ጥርጣሬውን እውን ለማድረግ በራሱ ሐሳብ ይባትታል። በዚህም ለአዕምሮ መታወክ ይጋለጣል።

ያለምንም ውጤት ጥርጣሬውም ጥርጣሬ ሆኖ ይቀራል፣ ይታክታል ወይንም ይደክማል እንጂ መፍትሔ አያገኝም። ድካሙም በጥርጣሬው ላይ ሲታከልበት የበለጠ አለመረጋጋቱ ይባባስበታል። የሰው ልጅ ጥርጣሬ ብዙ ይዘት ያለው እና የተለያየ ዓይነት ሊሆን ይችላል። ከጓደኞቹ ጋር ያለውን መቀራረብ በተመለከተ እውነት እገሌ የወደደኝ ከልቡ ነው ሲል ጓደኛውን ይጠራጠራል። በዚህም ከወዳጆቹ ሁሉ ጋር ያለው ወዳጅነት ይሻክራል።

በትዳር ውስጥም ሚስቴ አሁን ለእኔ ታማኝ ናት! ሲል የጋብቻ ሕይወቱን ይጠራጠራል። ጥርጣሬውም በስተመጨረሻ የትዳር መናጋትን ያመጣል። በዚህም ጥርጣሬው ከቤተሰቡ ዝምድና አንስቶ እስከ ጎረቤቶቹ ድረስ ያለው ማኅበራዊ ኑሮ ይቃወስበታል።

እንደገናም የእግዚአብሔርንም መለኮታዊ አሠራር በእምነት በመቀበል ፈንታ ለምን? እንዴት የሚል ጥያቄን በማንሣት ጥርጣሬን ይፈጥራል፡

በተለይ ይህ ዓይነቱ ጥርጣሬ ወይም መለኮታዊ አሠራር ከአዕምሮ በላይ ሲሆን በእምነት ይደረግልኝ ብሎ አለመቀበል የእግዚአብሔርን ሐሳብ መቃወም ስለሆነ ከመታወክ በላይ ለአደጋ ያጋልጣል።

www.ethiopianorthodox.org

ያም ሆነ ይህ በማንኛውም መልኩ የሚጠራጠር ሰው ሰላም የለውም። ከጻድቁ እና ከካህኑ ከዘካርያስ ሕይወት የጥርጣሬን ጉዳት በጥቂቱ መማር እንችላለን። ዘካርያስ በእግዚአብሔር ፊት ጻድቅ የሆነ እና የቤተመቅደሱ አገልጋይ ካህን ነበር። ሕዝቡም ሁሉ ከአንደበቱ ሕግን የሚጠብቁበት በመሆኑ የብሉይ ኪዳን መጻሕፍትን ጠንቅቋል። በተለይ የአብርሃምን እና የሣራን ታሪክ በእምነታቸው በስተርጅና እግዚአብሔር ልጅ እንዴት እንደሰጣቸው ያውቃል። የእነርሱንም ሆነ የሌሎችን የብሉይ ኪዳን ሰዎች (ቅዱሳን) ታሪክ ለሕዝቡ ያስተምራል።

ብሉይ ኪዳንን እና የብሉይ ኪዳንን የእምነት ሰዎች ታሪክ ይህን ያህል አውቆ ሳለ የመልአኩ የቅ/ገብርኤልን "በስተርጅና ልጅ ትወልዳለህ ስሙንም ዮሐንስ ትለዋለህ" የሚለውን አስደሳች ብሥራት እንዴት ይሆናል ብሎ ጥያቄ ማንሳቱ አለመረዳቱ ሳይሆን የእግዚአብሔር መለኮታዊ አሠራር መጠራጠሩ ነበር። በዚህም ምክንያት ጥርጣሬው እውን እስኪሆን ድረስ በመልአኩ ትዕዛዝ ዲዳ ሆነ (ሉቃ. 1፥12-20)።

በመሠረቱ ሰው ያላወቀውን እና ያልተረዳውን ቢጠይቅ መጠራጠር አይሆንበትም። ቅድስት ድንግል ማርያም ቅዱስ ገብርኤልን የጠየቀችበት የጥያቄ ሁኔታ ያላወቅነውን መጠየቅ እንዳለብን ማስረጃ ይሆናል።

መልአኩም "ማርያም ሆይ በእግዚአብሔር ፊት ጸጋ አግኝተሻልና አትፍሪ። እነሆም ትጸንሻለሽ ወንድ ልጅም ትወልጃለሽ ስሙንም ኢየሱስ ትይዋለሽ" አላት።

እርሷም መልአኩን "ወንድ ስለማላውቅ እንዴት ይሆናል" አለችው?

ይህም ጥያቄዋ አግባብ ያለው ስለሆነ መልአኩ ሊያስረዳት ሞከረ እንጂ እንደዘካርያስ ዲዳ እንድትሆን አልያም እርሷን ለማሳመን ተአምራዊ ክስተት አላሳያትም። ምክንያቱም በመጽሐፍ ቅዱስም ሆነ በሌሎች መጻሕፍት በሰዎች ዓለም ቀርቶ በእንስሳትና በዕጽዋት ፍጥረት እንኳን ያለ ወንዴ እና ሴቴ መራባት አለመቻሉ ይታወቃል። በተለይ ደግሞ ሰው ያለ ጾታዊ ግንኙነት (ሩካቤ ሥጋ) ዘር መተካት እንደማይቻል ድንግል ማርያም ጠንቅቃ ታውቃለች።

ይህ ዕውቀቷም የመልአኩን ብሥራት እንግዳ እውነት አደረገባት። መልአኩንም ወንድ ሳላውቅ መውለድ እንዴት ይሆንልኛል ስትል እንድትጠይቀው አስቻላት። መልአኩም ለዚህ ጥያቄዋ ምላሽ ሳይሰጣት ብሥራቱን በመቀጠል "መንፈስ ቅዱስ በአንቺ ላይ ይመጣል የልዑልም ኃይል ይጸልልሻል ስለዚህ ደግሞ ከአንቺ የሚወለደው ቅዱስ ቅዱስ የእግዚአብሔር ልጅ ይባላል።" ሲል ስለሚወለደው ቅዱስ አብራራላት። ዳግመኛም ለእግዚአብሔር ድንቅ አሠራር እና ለብሥራቱ ማስረጃነት ዘመዷ ኤልሳቤጥ በስተርጅና እንደጸነሰች ነገራት። ይሁን እንጂ ይህ ማስረጃ ሊያሳምናት እንማይችል እርሱም ያውቀዋል። እርሷም በበኩሏ ከኤልሳቤጥ እና ከዘካርያስ ታሪክ ሌላ የአብርሃምን

www.ethiopianorthodox.org

እና የሣራን የማኑሔን እና የእንትኩን ልጅ የመውለዳቸውን ታሪክ ፈጽማ ብታውቅም ከመልአኩ በሥራት አንጻር የእነርሱ የመውለድ ታሪክ ከእርሷ የመውለድ ሁኔታ ጋር ፈጽሞ እንደተለየ ተረድታለች። እነርሱ ከወንድ ዘር ነው የወለዱት እርሷ ግን ከዚህ በተለየ መልኩ በግብረ መንፈስ ቅዱስ ነው። እነርሱ ዕሩቅ ብእሲ (ተራ ሰው) ነው የወለዱት እርሷ ግን ከሦስቱ አካል አንዱን እግዚአብሔርን ወልድን ነው የምትወልደው ይህ መረዳቷ እና የብሥራቱም ከተፈጥሮ ሕግ ውጪ መሆኑ ሌላ ጥያቄ አሁንም በህሊናዋ እንደሚፈጥር ይታወቃል። መልአኩም ይህ ዓይነቱ ጥያቄ በድጋሚ ከእርሷ እንደሚመጣበት ስለተገነዘበ ብሥራቱን ለእግዚአብሔር የሚሳነው ነገር የለም በማለት ቋጨው።

እርሷንም "ለእግዚአብሔር የሚሳነው ነገር የለም" የሚለው የብሥራቱ መቋጫ ዐረፍተ ነገር አሳመናት። ይህም መቋጫ እግዚአብሔር በማይመረመር ጥበብ እና ክህሎቱ አዳምን እንደ አበጀው እና በአብርሃም ቤት ያለምንም ምክንያት በሰው አምሳል እንደተገለጸ አስታውሳት ከዚያም በህሊናዋ ውስጥ የነበረውን ጥያቄ ሁሉ ፈታላት። እርሷም እግዚአብሔር አሁንም ቢሆን እኔን ምክንያት አድርጎ ይቅርና በክሂሎቱ ሰው መሆን ይችላል ስትል አመነች በዚህም እምነቷ "እንደ ቃልህ ይደረግልኝ እኔ ለእግዚአብሔር ባሪያው ነኝ" ብላ ብሥራቱን ተቀበለች (ሉቃ. 1፥26-38)።

እስከ አሁን እንደተገነዘብነው የሰው ልጅ ለምን? እንዴት? ብሎ የሚያነሳቸው ጥያቄዎች ይኖሩታል። ጥያቄዎቹ ከጥርጣሬ የጸዱ

እና ያላወቀውን ለማወቅ ከሆነ መጽሐፍ ቅዱስ ለእያንዳንዱ ጥያቄዎቹ መልስ ይሰጠዋል። በአንጻሩ ግን ጥያቄው ከላይ እንደተገለጸው የእግዚአብሔርን አሠራር ከመጠራጠር የመነጨ ከሆነ ለኀጢአት እና ለአደጋ ያጋልጠዋል። ብዙዎች በብዙ ነገር ስለሚጠራጠሩ ግራ ይጋባሉ፣ በዚህም ከመታወካቸው የተነሳ የአዕምሮአቸው ይዘት ይዛባል። አንዳንዶቹ ተጠራጣሪዎች ጥርጣሬያቸው ያድግና በሚታየው ነገር ብቻ ሳይወሰን በማይታየውም እውነት መጠራጠር ይጀምራሉ። አሁን ሲያል አለ የሚባለው እውነት ነው? መንግሥተ ሰማያትስ አለ? እኔስ ከሞትኩ ዳግመኛ በትንሣኤ እነሣለሁ? ይህ ሁሉ እውነት አይመስለኝም በማለት ይጠራጠራሉ። እግዚአብሔር እራሱ ማነው? ሃይማኖትስ ምንድን ነው? በማለት የአምላክን ሕልውና ሳይቀር አይቀበሉም። ለጥያቄአቸው ምላሽ ሃይማኖት ማለት እኮ ተፈጥሮ ከራሷ በላይ በሆነ መለኮታዊ ኃይል የምትገዛና የምትመራ ናት በሚል ቀኖና ላይ የተመሠረተ ኢሳይንሳዊ አመለካከት እንጂ እግዚአብሔር የለም ወይም ተፈጥሮን የሚቆጣጠር የበላይ ኃይል የለም ሲሉ መልስ ለመስጠት ይዳዳሉ።

አልያም ሰዎች ሃይማኖተኞች የሚሆኑት እና በእግዚአብሔር የሚያምኑት ስለተፈጥሮ በቂ ዕውቀት ስለሌላቸው ነው በማለት ብቻ ምላሻቸው መላምት እና ግምት ሆኖ ይቀራል እንጂ መልስ አይሆንም።

በመሠረቱ አለመረዳት እና አለማወቅ ይኖራል እንጂ መልስ የሌለው ጥያቄ አይኖርም። ለዚህም መጽሐፍ ቅዱስ ለጥያቄዎች ሁሉ ምላሽ ይሰጣል። በተለይ ስለ እግዚአብሔር እና ስለ እግዚአብሔር

www.ethiopianorthodox.org

መለኮታዊ አሠራር ስንነጋገር እግዚአብሔር በተፈጥሮ ሕግ የማይተዳደር እና በተወሰነ ቀመር የማይገዛ መሆኑን ማመን አመርቂ መልስ ነው። አሁን ግን ወደ ሁሉም ጥያቄ ና ምላሽ ዝርዝር ውስጥ አንገባም ምክንያቱም የዚህ መጽሐፍ አላማ ለሚያጠራጥረን እና ጥያቄ ለሆነብን ሁሉ መልስ ለመስጠት ሳይሆን ጥርጣሬ ስሜታዊ መታወክን እና ብኩንነትን እንደሚያስከትል ለመጠቆም ነው።

➢ ፍትወት

ፍትወት ሌላ ነገር ሳይሆን የሩካቤ ሥጋ ግንኙነትን በተግባር ለመተርጐም የሚዳረግ ፍላጎት ወይም ስሜት ነው። በትክክለኛው መንገድ ከሆነ የሩካቤ ሥጋ ስሜት (ፍትወት) በራሱ መጥፎ አይደለም።

በጋብቻ ክልል ውስጥ ባል ከሚስቱ ሚስትም ከባሏ ጋር ሩካቤ ሥጋ ለማድረግ ቢፈልጉ ወይም ቢያደርጉ ኃጢአት አይሆንባቸውም። ሩካቤ ሥጋ ከጋብቻ ክልል ውጭ ሲያመራ ግን ኃጢአት ከመሆኑ በላይ ሱስ መሆን ይጀምራል። ስም አጠራሩም "ዝሙት" ይባላል። ከእንስሳት በተለየ መልኩ በዝሙት ኃጢአት የሚጠቃው ደግሞ ሰው ብቻ ነው። ከሌሎች ፍጡራን በይበልጥ የሰው አዕምሮ ኃይል እጅግ ያስደንቃልና።

የሴት ልጅ አስተያየቷ፣ አካሄዷ፣ አድራጎቷ እና ደምግባቷ አንድን ወንድ ቢማርከው በአዕምሮው ሌላ ትርጉም ይኖረዋል እንጂ ተፈጥሮዋን በማድነቅ ብቻ አይወሰንም። በአዕምሮው ውስጥ

የተፈጠረው ትርጉምም ፍትወት ይባላል (ማቴ. 5፥28)። የሰው ልጅ ፍትወት የሚቀሰቀስበት መንገድ በዚህም ብቻ አይገታም፣ ወንድ የሴትን ልጅ ማንኛውንም ዓይነት የሰውነት ክፍሏን አይደለም በአካል፣ ቤቱ በሰጣጠፋቸው ስዕሎች እና አልበሙ ውስጥ በሸነቃቀራቸው ፎቶዎች እንዲሁም በየማስታወቂያው ሰሌዳ ላይ ባለው ምስል አማካይነት ሲመለከት ሁሉ ፍትወቱ ይቀሰቀስበታል። ይህም የሰው ፍትወት የሚጠነሰሰው በአዕምሮው ውስጥ እንደሆነ ያረጋግጣል፣ አዕምሮ ደግሞ ፍትወትን በትክክል መተርጎምና አቅጣጫ ማስያዝ ሲያቅተው ሰላምን ያናጋል፣ ለዝሙት ኃጢአት ያጋልጣል።

አንድ ታዋቂ የሥነ ልቡና ምሁር "ለማከናወን የምንፈልገው ነገር ሁሉ የሚመነጨው ካለን የሩካቤ ሥጋ ፍትወት እና ታዋቂ ሰው ለመሆን ካለን ጉጉት ነው።" ሲሉ እንደገለጹት።

ፍትወት ሰላማችንን ከሚያናጉ እና ለኃጢአት ከሚያጋልጡን የሥጋ ምኞቶች አንዱ መንሥኤ መሆኑን አስቀድመን ተናገርን እንጂ ሰው እንዲሟላለት የሚፈልገው ሌሎችም ዓይነት የሥጋ ምኞቶች አሉ። ምኞቶቹም ማኅለቅት የሌላቸው እና መጠነ ሰፊ ናቸው።

የሰው ልጅ አንዱን ምኞቱን ሲያሳካ ተከታይ ምኞቱ ብቅ ማለት ይጀምራል። ወደደም ጠላም በመጀመሪያ ግን መሠረታዊ ፍላጎቱ ምግብ፣ ልብስ፣ መጠለያ፣ ጤና እንዲሟላለት ይጥራል ከዚህ በኋላ ነው ሌላኛው የፍላጎት ዓይነቱ የሚገተለተለው።

www.ethiopianorthodox.org

በኑሮው ስኬታማ ለመሆን ይታገላል። ኑሮው ስኬታማ ሲሆን ደግሞ በሁሉም ሰው ተወዳጅነትን ለማትረፍ ይጓጓል። በዚህም ሳያበቃ ከበሬታ፣ ዕውቅና እና የመሳሰሉት የሥጋ ምኞቶቹ ሁሉ ተራቸውን ጠብቀው ይከተሉታል። እነዚህን ሁሉ ምኞቶቹን ለማከናወን በሚያደርገው ውጣ ውረድ ይታወካል።

አበው ይህን ዓይነቱን የሥጋ ምኞት በኩንነት "የኃጢአት ውጤት" ይሉታል

አንድ ምሁርም "በዚህ ዓለም አንዳች የምፈራው እና የምመኘው ነገር ስለሌለ ዓለም ሳትንቀኝ ንቄአታለሁ" እንዳለ በተለይ አበው መናንያን እግዚአብሔር የሚያስፈልጋቸውን ሳይለምኑት እንደሚሰጣቸው ስለሚያውቁ የሥጋ ምኞት ተገዥዎች አይደሉም። በሥጋ ምኞትም አይታወኩም።

> ## *የመንፈስ ዝለት*

መረጋጋት ሰንል በፍጹም ሰላምና ደስታ መኖር ማለት ነው። ምክንያቱም መረጋጋት በራሱ የስኬታማነት እና የጤና ምልክት ነው አለመረጋጋት ግን የመታወካችን ውጤት ነው። ስላለመረጋጋታችን ከውስጣዊ መንሥኤዎች አንዱ ድካም (የመንፈስ ዝለት) ነው። ድካም ብዙዎቻችንን ወደ ቁጣ ሽንፈት፣ አለመቻቻል፣ እና ተስፋ መቁረጥ ውስጥ ይከተናል።

ድካም ከሥራ ብዛት ወይም ከሕመም አልያም ከሥነ- ልቦናዊ ተጽዕኖዎች እና በጣም ከማሰብ እና ያለዕረፍት ለብዙ ሰዓት ከማንበብ ሊመጣ ይችላል። ሰው ሲደክመው በሰውነቱ ውስጥ ያለው የነርቭ ሥርዐት ስለሚዛባ ሁኔታዎችን ማጤን እና ማገናዘብ ይሳነዋል። ትዕግስትም አይኖረውም። በድካማችን ወቅት ወደ ክርክር ትምህርት እና የሥራ መስክ መሰማራት መልካም አይደለም፣ ብንገባ እንኳን በተሰማራንበት መስክ ውጤታማ አንሆንም።

በተለይ ባለሥልጣናት በድካም ሁኔታ ላይ ካሉ የሌሎችን ዕድል ፈንታ በተመለከተ ውሳኔ ባያስተላልፉ መልካም ነው። አንድ ሰው እንደ ደከመው ከተረዱ ከእርሱ ጋር አይከራከሩ፣ አጭርም ሆነ ረጅም ወይም ማንኛውንም አይነት ጥያቄ አይጠይቁት ምክንያቱም ስለደከመው መበሳጨት እና መቆጣት ይጀምራል፣ እንጂ ሐሳብዎን ሊረዳ እና ምላሽ ሊሰጥዎ አይችልም።

ለምሳሌ አንድ አባወራ (ባል) በሥራ ደክሞ ወደ ቤቱ ሲመለስ ሚስቱ ወይይት የሚያሻው ጥያቄ ትጠይቀዋለች ምን አልባትም ጥያቄዋ የወር አስቤዛን የተመለከተ አልያም የልጆችን የትምህርት ጉዳይ የመሰለ ሊሆን ይችላል። በጥያቄዋ ባልየው ስለሚበሳጭ ይቆጣታል፣ ጸያፍ ቃላትን በመጠቀምም ኃይለ ቃላትን ይናገራታል፣ ይሁን እንጂ ይህ አባወራ ጥያቄዋን ያልተቀበላት ሃሳቧን ለመቃወም ሳይሆን በድካም መንፈስ ላይ ስላለ ብቻ ነው። ምክንያቱም እርሱ አሁን ዕረፍት እንጂ ሌላ ነገር አያስፈልገውም እርሷ ግን የድካሙን ስሜት ስለማትረዳለት ጥያቄዋን ያጣጣለበት ይመስላታል። በዚህም ውደ

www.ethiopianorthodox.org

ባለቤቷን ለትዳሩ ታማኝ እና ለፍቅሯ ተገዥ እንዳልሆነ አድርጋ ትገምተዋለች ይህም ግምቷ ቅናት፣ ጥርጣሬ፣ ምቀኝነት... ስለሚያስከትል ፍቅራቸው እንዲቀዘቅዝ ትዳራቸው እንዲናጋ መንስኤ ይሆናል። ይህንን ለምሣሌ አቀረብኩኝ እንጂ በዚህ ዓይነት ሁኔታ የብዙ ባለትዳሮች ሁለትዮሽ (ኅብረት) ሞቶ ተቀብሮአል።

እኔ ግን ድካም በተሰማዎ ጊዜ ጥፋትና ስሕተት እንዳይፈጽሙ የምለግስዎ ምክር ቢኖር እነሆ፦

ደከመው ኀለ ከማንም ጋር ቃለ ምልልስ እና እሰጥ አገባ አይጀምሩ፣ በተለይ ሐሳብ ግትሮች ከሆኑ እና በቀላሉ ሀሳብዎን ሊረዱ ከማይችሉ ይራቁ በዚህን ጊዜ የልብ ወዳጅዎ እንኳን ሊጠነቀቅልዎ የግድ ነው።

በድካም ጊዜ፣ ለችግሮች መፍትሔ ለማግኘት አንዳንድ ጉዳዮችን ለማከናወን እና ጥያቄዎችን ለመመለስ መታተር ውጤቱ አመርቂ ስላልሆነ ሁሉንም ነገር ለሌላ ቀን ወይም ሰዓት ያዘዋውሩት።

ሲደክምዎት ለድካምዎ መፍትሔ ይሆን ዘንድ ትንሽ እንቅልፍ እና እረፍት ያስፈልግዎታል፣ ድካምን አስወግዶ ስሜታዊ እና አዕምሮአዊ መረጋጋትን ለመፍጠር ሌላኛው ዘዴ ደግሞ የደስታን እና የሀሴትን መንፈስ በህሊናዎት መፍጠር መቻል ነው።

ለመደሰት እና ለመሳቅ ብቻ ከመጽሔት፣ ከጋዜጣ፣ ከተረት መጻሕፍት ቁምነገር አዘል አስቂኝ ቀልዶችን እና ለዛ ያላቸው ወጎችን

ሁልጊዜ የሚያነቡ ሰዎች አሉ። እነዚህ ሰዎች ውስጣቸው በደስታ አፋቸው በሳቅ ስለተሞላ ከአስቃቂ ወሬዎች የተነሳ ስሜታዊ መታወክ አይገጥማቸውም ምክንያቱም ደስታ የሰው ልጅ ፍጹም መረጋጋት እንዲኖረው የሚያስችሉ ያስችላል።

አፉን በሳቅ፣ ውስጡን በደስታ የሞላ ሰው ስሜታዊና አዕምሮአዊ መረጋጋት አለው፤ ይህ ሰው በቀላሉ አይበሳጭም፣ ወይም ለጸብም አይጋበዝም ይልቁንም ጸብን ሁሉ ወደ ቀልድ ለመቀየር ይቻለዋል፣ ይቀይራል።

ቁጣን ወደ ሳቅ የመለወጥም ብቃት ስላለው የሚቆጣውን እና የሚበሳጭበትን ሰው እንኳ በሚመልስለተ ምላሽ በሳቅ ያንከተክተዋል ከዚህ በኋላ በመካከላቸው በቁጣና በብስጭት ፈንታ ሳቅና ሰላም ያነግሳል። በጥቅሉ የማንንም ክብር እና መብት ሳይነካ ጥርስን የሚያስገልጥ ውስጥን የሚያፍነከንክ አስቂኝ ሰውን ሁሉም ይወደዋል።

በማንኛውም ጊዜ፣ ቦታ እና ሁኔታ ከሰዎች ጋር ያለው መቀራረብ የሰመረ ነው። ብዙዎች ይህን አስቂኝ ገና ከንፈሮቹን ሲያንቀሳቅስ በማየታቸው ብቻ ይሥቃሉ፤ ምክንያቱም የሚያስፈነድቃቸው እና የሚያስደስታቸውን ቃላት እንደሚጥል አስቀድመው ይገምታሉና ገና ጎህ ሲቀድ በጠዋት ካገኙትማ ቀኑን ሙሉ ደስተኛ ሆነው ይውላሉ።

ይሁንና በአንጻሩ ግን መሳቅ የኃጢአት ስሜት እና ውጤት እንደሆነ የሚያስቡ አንዳንድ ሰዎች አይታጡም።

www.ethiopianorthodox.org

እነዚህ ሰዎች ዕውቀታቸው ጥራዝ ነጠቅ ሲሆን አዕምሮአቸው ጠባብ አስተሳሰባቸው ደግሞ ቀሊል ነው፣ በሄዱበት ቦታ ሁሉ ከአገኙት ሰው ጋር ሁሉ ሲወያዩ ገጻቸውን ስለሚያደምኑት እና ፊታቸውን ስለሚቋጥሩት እነርሱም ግራ ተጋብተው ለሌሎችም አለመረጋጋት መንስኤ ይሆናሉ። ትክክለኛ ኑሮአቸውንም ተቀምተው ለመኖር ይገደዳሉ። እንደ መጽሐፍ ቅዱስ ምስክርነት መሣቅ ኃጢአት ወይም የኃጢአት ውጤት ነው በማለት ደስታን ተነፍጎ እና ኑሮን ተቀምቶ እንዲህ መኖር ከባድ የፍልስፍና ክስረት እንጂ ክርስትና አይደለም።

ጠቢቡ ሰሎሞን ለማልቀስም ለመሳቅም ጊዜ አለው ሲል እንደተናገረው ስንደሰት እንድንስቅ ስናለቅስ እንድናዝን ያስተምረናል፣ ተፈጥሮም በራሱ ያስገድደናል። በእግዚአብሔር ቃል ውስጥ ስለሳቅ በሁለት ዓይነት መንገድ ተገልጿል። አንደኛው ከፍተኛ በሆነ አዋኪና አስቸጋሪ ሁኔታ ውስጥ ስንገባ እግዚአብሔር በእምነታችን እርዳታን ሲሰጠን አፋችንን በሳቅ ይሞላዋል (መዝ. 126፥1-2) እንደዚህ አይነቱ ሳቅ የእምነት እና የደስታ ውጤት ስለሆነ በግልጽ ለመናገር እንደፍራለን።

ሌላኛው ዓይነት ሳቅ ደግሞ የእግዚአብሔር አሠራር ለፍጥረታዊው አዕምሮአችን ሲከብደን ባለማመን አፋችንን የሚሞላው ሳቅ ነው። ይህ ዓይነቱ ሥላቅ ዋዛ ፈዛዛ ማላገጥ ይባላል። ይህም ወደ ኃጢአት ስለሚመራን አንቀበለውም። ያም ሆነ ይህ የትክክለኛ ደስታ መገለጫ የሆነው እውነተኛ ሣቅ ባሕርይ እንጂ የኃጢአተኝነት ምልክት አይደለም።

➢ ገደብ የለቀቀ ቁጣና ብስጭት

ትክክለኛ ቁጣ በሰው ውስጥ ያለ የስሜት ዓይነት ነው። ገደብ የለቀቀ ቁጣ ግን ያለመረጋጋት ሌላኛው ገጽታ ነው። አንዱ ለአንዱ መንስኤ እና ውጤት ነው የተቆጣ ሰው ይታወካል፣ የታወከም ይቆጣል።

አንዳንድ ሰው በባሕርይው ትዕግስት የጎደለው ስለሚሆን ብስጩ እና ቁጡ ነው። ለእንደዚህ ዓይነቱ ሰው አስቃቂ ወሬ ቢነግሩት በውጫዊ ገጽታው የቁጣ እና የብስጭት ስሜቶች ይነበቡበታል። ዐይኑም ፊቱ በርበሬ ሲመስል፣ የአንገቶቹ የደም ስሮች ሲገታተሩ፣ ለመናገር ፈልጎ ቃላት ሲያጥረው፣ ሲንተባተብ፣ ብሾር ስለሚልበት አጥርቶ ማየት ሲሳነው ይመለከቱታል።

እርስዎም ይህንን ሁኔታውን በማገናዘብ አይዞህ! ተረጋጋ! ምንም አይደል! አዲስ የሚፈጠር ችግር የለም ይሉታል ወይም የጀመሩለትን ወሬ ሳይጨርሱለት ያቆሙታል፣ እርሱ ግን ንግግርዎን እንኳን እስከመጨረሻው ሳያዳምጥ እራሱንም ሊስት ይችላል።

እኔ ግን እልዎታለሁ እንደዚህ ዓይነት ሰው አይሁኑ። ኢየሱስ ክርስቶስ "ልባችሁ አይታወክ አይፍራ" (ዮሐ. 14፥27) ሲል እንደተናገረው በቀላሉ አይታወኩ በሆነ ባልሆነው አይደናገጡ። የሚያስቆጣዎ እና የማያበሳጭዎ ሁኔታ ቢገጥምዎ እንኳን ራስዎን

www.ethiopianorthodox.org

ለማረጋጋት ከእርስዎ ሌላ ለእርስዎ የሚቀርብ ስለሌለ ብስጭትዎን እና ቁጣዎን ገደብ ያበጁለት እና እራስዎን ያረጋጉ።

እስኪ ድንጋይ አንስተው ወደ አንድ ተራራ ቢወረውሩ ተራራ ካለበት ቦታ ይንቃነቃል? አይንቃነቅም፤ ነገር ግን ያንኑ ድንጋይ ወደ መስታወት ቢወረውሩት መስታወቱ በቀላሉ ተሰባብሮ ይደቃል። እርስዎም እንደ ተራራው ጽኑዕ እና ጠንካራ ይሁኑ እንጂ መስታወቱ በቀላሉ እንደተሰበረ በሆነ ባልሆነው አይቆጡ ወይም አይበሳጩ።

ጽኑዕ ጠንካራ፣ ትዕግስተኛ፣ ሰው አፍቃሪ እና ትሑት ከሆኑ ብዙ ተጽኖዎች ቢከብዎትም እንኳን ይቋቋሟቸዋል እንጂ አይቆጡም። የአጋጠመዎትን ችግሮች ከመፍታትዎ አልፈው ለችግሮችዎ እና ለመሰናክልዎ መንስኤ የሆኑ ሰዎችን ሲያነጋግሩ እንኳ በፈገግታ ይሆናል። ፈገግታ ደግሞ የቁጣ ስሜት ሳይሆን የመረጋጋት ውጤት ነው።

ሐዋርያው ቅ/ጳውሎስ "ምንም ያህል ብትቆጡ ኃጢአት አትሥሩ" እንዳለው የሚቆጡበት አጋጣሚ ቢፈጠርና ቢቆጡም ቁጣዎ ከፍቅር ባኮ ውስጥ የወጣ እና በፍቅር የተለወሰ ስለሚሆን ለብዙዎች ሕይወት መታነጽ እንጂ መባዘን ምክንያት አይሆንም።

ምክንያቱም ቁጣ ሰዎችን ለጥፋት እና ለኃጢአት የሚያጋልጠው ቂም በቀልን፣ ጥላቻን እና የመሳሰሉትን ያዘለ ከሆነና ገደብ የለቀቀ ሲሆን ብቻ ነው። ለጤና ችግር እና ላለመረጋጋት እንዳይጋለጡ ቁጣዎ ገደብ የለቀቀ አይሁን።

◆ *ውጫዊ መንሥኤዎች*

ለስሜታዊ መታወክ፣ ለአዕምሮአዊ ብኩንነት እና ለአካላዊ አለመረጋጋት ውጫዊ መንሥኤዎች ብዙ ናቸው። አንድ መንፈሳዊ (ጽኑዕ) ሰው ግን በኋላ በትንታኔው እንደማብራራው እነዚህን ሁሉ ውጫዊ መንስኤዎች ማስወገድ እና ማሸነፍ ይቻለዋል።

አሁን በጣም አስፈላጊ የምንላቸው እና የምንዘረዝራቸው ከአካላት፣ ከስሜት ሕዋሳት፣ ከአዕምሮ፣ ከመንፈስ እና ከነፍስ ጋር ቁርኝት ያላቸውን ብቻ ነው።

ሀ) ስሜታዊ መታወክ፣ አዕምሮአዊ ብኩንነት እና አካላዊ አለመረጋጋት የሚያስከትሉ ጎልቶ መሳፍርት ምክንያቶች አሉ። ብዙዎቹ ምክንያቶች ከመኖሪያ ቤታችን እና ከምንኖርበት አካባቢ ጋር የተያያዙ ናቸው።

እነርሱም፡-
1. ጩኸት
2. ብርሃን
3. ቀለሞች
4. ማሽኖች

የመሳሰሉት ናቸው።

www.ethiopianorthodox.org

> *<u>የመኖሪያ ቤት እና የምንኖርበት አካባቢ</u>*

1. የሕዝብ ብዛት በእጅጉ በሚኖርበት እና በሚስተናገድበት በማንኛውም ከተማና ቦታ ሁሉም ሰው ስሜታዊ መታወክ፣ አዕምሮአዊ ብኩንነት እና አካላዊ አለመረጋጋት ይታይበታል። በተለይ ሰዎች ጥቅጥቅ የሚሉባቸው እና የሚተራመሱባቸው አካባቢዎች እና ቦታዎች ለመታወክና ላለመረጋጋት ዋነኛ ተጠቃሾች ናቸው።

   እነዚህ ቦታዎች ሻጮችና ሸማቾች የሚነታረኩበት የመገበያያ ስፍራ እና ቦታ፣ ሰራተኞች የሚሠሩባቸው ፋብሪካዎች፣ ተማሪዎች የሚውሉባቸው የትምህርት ተቋማት፣ (ዩንቨርስቲዎች፣ እና ት/ቤቶች)፣ በሽተኞች የሚስተናገዱባቸው ሆስፒታሎች በጠቅላላው ዕለት ተዕለት ለማኅበረሰቡ አገልግሎት የሚሰጡ ሥፍራዎች እና የንግድ ማዕከሎች ናቸው።

2. ሌላው ደግሞ የሥራ መግቢያና መውጫ ሰዓት ለብዙ ሰዎች መታወክ ምክንያት ነው። በዚህን ጊዜ በከተማ ውስጥ የትራፊክ የፊሽካ ድምጽ፣ የተማሪዎችም ሆነ የሰራተኞች መመላለስ ግማሾቹ በእግር፣ አንዳንዶቹ በግል መኪና፣ ሌሎቹ በታክሲ እና በሕዝብ ማመላለሻ እውቶብስ ወደ ቤታቸውም ሆነ ወደየሥራ መስካቸው በሚገቡና በሚወጡበት ሰዓት የሚፈጠረው ግርግር እና ጫጫታ ከተማውንም ሆነ ነዋሪዎቹን ያውካል።

ይህንን የሥራ መግቢያ እና መውጫ ሰዓት ብዙዎች "የወከባ ሰዓት" (Rush hour') ይሉታል።

በዚህ የወከባ ሰዓት የሕዝብ ብዛት ባለባቸው ዋና ዋና ከተሞች አንዳንድ ጊዜ ትራንስፖርት እንኳን በሰዎች ብዛት ሊጓረጥ ይችላል። ይህም ለሥራ መበደል ለሠራተኞችም አላማ አለመሳካት ምክንያት ከመሆኑም ባሻገር ለመታወክ እና ላለመረጋጋት መንስኤ ነው።

3. ይህ ሁሉ ሁከት እና ወከባ የሚታየው አብዛኛውን በቀን ነው። ቅዱስ ይስሐቅ "ሌሊት ለጸሎት የተሠራ ጊዜ ነው" እንዳለ እግዚአብሔር ቀኑን በሥራ ለሊቱን ደግሞ በጸሎት እንድናሳልፈው ሌት እና ቀንን ለየልን። አበው ገዳማውያን ሁል ጊዜ ለጸሎት ከቀን ሁካታ ይልቅ የሌሊቱን ጸጥታ የሚመርጡት ለዚህ ነው። ምክንያቱም ጸሎታቸው ከቀን ይልቅ በሌሊት ጠሊቅ እና ምጡቅ ነውና።

   ይሁን እንጂ አሁን አሁን አንዳንድ ከተሞች የሌቱን ጸጥታ ለማደፍረስ ሌሊቱን በምሽት የጭፈራ ቤቶች እና የመጠጥ ቤቶች አማካይነት የሁከት ማስተናገጃ አድርገውታል። በዚህም አድራጎታቸው የእግዚአብሔርን ሕግ እየጣሱ አምላካቸውን ይበድላሉ። በዚች ዓለም ጫጫታ እና ሁካታ የተዋጡት እና የሚታወኩት ምድራውያን ብቻ ቢሆኑም ሰማያውያን መላእክትም እንኳን ተቀን ሁካታ የሚስተናገ ድባትን እና አለመረጋጋት የሚታይባትን ይህቺን ምድር እና ምድራውያንን ሲመለከቱ ይገረማሉ፤ ከዚያም በዚህች ምድር ላይ

www.ethiopianorthodox.org

የሚስተናገደው ሁካታ ምንድነው? ሰውስ እንደዚህ አይነት ሁካታ ውስጥ ለምን ይኖራል? የሰው ልጅ ተረጋግቶ የሰላምና የፍቅር አየርን እየተነፈሰ መኖር የሚችልበት ጊዜስ መች ይሆን? ሲሉ መገረማቸውን በጥያቄ ይገልጻሉ።

በመሰረቱ የሰው ልጅ እኛ የምንኖረውን የኑሮ ሥርዐት የራሱ ካላደረገና የምናመልከውን አምላክ ካላመለከ መቼውም ቢሆን ተረጋግቶ መኖር ስለሚያቅተው በሁካታ ውስጥ ባለው ኑሮ የሕይወትን ጣዕምና ትርጉም ሊረዳ አይችልም። ምክንያቱም ሰላም እና ጸጥታ ሰማያዊ ኑሮን የምንኖርበት የሕይወት መንገድ ነው ሲሉ አማራጭ የሌለው መልስ ይሰጣሉ። መልሳቸውም በምድር ላይ የሚኖረው የሰው ልጅ ሰላሙ መናጋቱ እና በሁካታ ውስጥ የመኖሩ ዋነኛ መንሥኤ ሕገ እግዚአብሔርን አለመጠበቅ መሆኑን ያሳያል።

4. ሕገ እግዚአብሔርን ለመጠበቅ ሁካታን እና ጫጫታን ለመሸሽ ሲሉ ብቻ ብዙዎች የከተማ ነዋሪዎች ሙዚቃ ቤቶች፣ ወፍጮ ቤቶች፣ ተሽከርካሪዎች ፋብሪካዎች እና የንግድ ድርጅቶች ካሉበት እና ሕዝብ ከሚበዛበት ከደመቀ ከተማ ይልቅ ለመኖሪያ ቤታቸው በከተማ ዳርቻዎች ጸጥ ረጭ ያለ ቦታን ይመርጣሉ።

ለምሳሌ የለንደን ከተማ ሕዝብ ከ12 ሚሊዮን አልፎአል በዚህም ሳቢያ ብዙዎች የለንደንን ከተማ እየለቀቁ ከከተማው ውጪ "ሱብሪያ" በተባለ ቦታ መኖሪያቸውን እየመሠረቱ ነው።

5. አንዳንድ ከተሞች ደግሞ በከተማው ውስጥ ሰላም እና ጸጥታ ለማስፈን ጭንቀት፣ ሁከት እና አለመረጋጋትን ለማስወገድ ለነዋሪዎቻቸው ሕግና ደንብ አውጥተዋል። ይኸውም ሕግ ነዋሪዎች ለመኖሪያ ቤት መሥሪያ የተመሩትን ቦታ ድርጅቶችን እንዳይከፍቱባቸው እና ትልልቅ የንግድ ሕንጻዎችን እንዳይሠሩ ያግዳል።

በሌሎች ከተሞች ያለው ሕግ ደግሞ አንድ ሰው ለመኖሪያ ቤት የተመራውን ቦታ አንድ ሦስተኛውን ተጠቅሞ መኖሪያ ቤት እንዲሠራ እና ቀሪውን ቦታ የአትክልት እና የመናፈሻ ሥፍራ እንዲያደርግ ብቻ ይፈቅዳል።

ይህም የመኖሪያ ቤቶች ከፋብሪካዎች፣ ከንግድ ድርጅቶች ርቀው በተመቻቸ ስፍራ መሠራታቸው እና በውስጣቸውም ቀልብን የሚስብ፣ ዐይንን የሚማርክ፣ እና ስሜትን አድሶ ሰላምን የሚሰጥ የአትክልት እና የመናፈሻ ሥፍራ መደረጉ ለሁከታችን መፍትሔ መሆኑን ያረጋግጣል።

ይሁንና በአሁኑ ወቅት ከነዋሪዎች ብዛት አንጻር ተስማሚ፣ ምቹ እና ጸጥታ የሰፈነበት የመኖሪያ ቤት ማግኘት ከጥቂት ባለጸጎች እና ሰላም ወዳዶች በስተቀር ለብዙዎች በጣም ይከብዳል።

6. ይህንንም ችግር ለመቅረፍ አንዳንድ ከተሞች ለማኅበረሰቡ ጠቃሚ የሆኑ የመናፈሻ ቦታዎችን አዘጋጅተዋል። ይሁን እንጂ እነዚህ

www.ethiopianorthodox.org

የመናፈሻ ቦታዎች ውብ የተፈጥሮ ገጽታዎችን በማስተዋወቅ ለጤንነት ተስማሚ ቢሆኑም ሁከት እና ግርግር ዘወትር አልጠፉባቸውም።

ምክንያቱም እንደ አንዳንድ ግለሰቦች ግንዛቤ የመናፈሻ ቦታዎች ለድካም፣ ዕረፍትን ለጭንቀት ደስታን የሚያገኙባቸው ሥፍራዎች ሳይሆኑ ጽተቃራኒው ሁከት እና ግርግር መፍጠሪያዎች እና ማስተናገጃዎች በመሆናቸው ነው። በዚህም ምክንያት ብዙዎች ጭንቀት፣ ሁከት፣ አለመረጋጋት በከበባቸው ጊዜ እና በዕረፍት ቀናቸው እንዲሁም በዘዓላት ወቅት ለመናፈስ ይህን ዓይነቱን ሰው ሠራሽ አዕምሮን የማሳረፊያ ቦታ እየተው ተፈጥሮአዊ ወደሆነ የከተማ ዳርቻ ወይም ገጠራማ ክፍል ይሄዳሉ። ይህንንም ለማድረግ ሁኔታው ካልተመቻቸላቸው በመኖሪያ ቤታቸው ውስጥ በጠረጴዛ ወይም በጌጣጌጥ ማስቀመጫ ላይ ቢቻላቸው ሰው ሠራሽ ሳይሆን ተፈጥሮአዊ አበቦችን ያስቀምጣሉ፣ የማይቻላቸው ከሆነ ተፈጥሮን የሚወክሉ ሰው ሰራሽ ጌጣጌጦችን ገዝተው ያኖራሉ። በዚህም ተፈጥሮን በማድነቅ ከጭንቀቃቸው ይገላገላሉ።

ያም ሆነ ይህ በጭንቀትና በሁከት ጊዜ ጸጥ ረጭ ባለ ገለልተኛ ቦታ ጊዜን ማሳለፍ እና ተፈጥሮን ማድነቅ መፍትሔ ይሆናል። ተፈጥሮ በራሱ የአንድን ሰው አለመረጋጋትና ጭንቀትን ማስወገድ ይችላል። ከዚህም የተነሳ ብዙ ሰዎች ወደ መናፈሻ ቦታዎች፣ የአትክልት ሥፍራዎች እና የባሕር ዳርቻዎች ዛሬም ድረስ ይጓዛሉ ምክንያቱም በዚያ ያለው ተፈጥሮአዊው የመልክዐ ምድሩ

አቀማመጥ እንዲሁም የሰማዩ ገጽታ ለሥጋዊ ሕይወታቸው ጤንነትን፣ ለመንፈሳዊ ሕይወታቸው ጽናትን ይሰጣቸዋል።

ስለ አሜሪካው ፕሬዝዳንት አይዘን ሐወር ከነበበኩት አንድ አስገራሚ ታሪክ ላካፍልዎ።

ኤይዘን ሐወር የአሜሪካን ፕሬዝዳንት ሳሉ በአንድ ወቅት ከባድ ጦርነት ነበር። ጦርነቱም እየተፋፋመ እልቂትን ባስከተለ ጊዜ እርሳቸው በዓል ለማክበር እና የበዓሉን ዕለት ለማሳለፍ ወደ አንድ ሐይቅ ይጓዙ ነበር። በዚያም ተፈጥሮን እያደነቁ በጀልባ እየተጓዘና ዓሣም እያሰገሩ፣ ፎቶ ይነሱ ነበር።

ምንም እንኳን በዚያን ጊዜ እንደ ሀገር መሪነታቸው ከባድ ኃላፊነት እና ተጠያቂነት ቢኖራቸውም እርሳቸው ግን በእንደዚህ ዓይነት የተፈጥሮ ገጽታ መንፈሳቸውን ያድሱ ነበር። ይህንንም ያደረጉት እራሳቸውን ማረጋጋታቸው እና አዕምሮአቸውን ማደሳቸው ለሥልጣናቸው የአሠራር ሂደት እንደሚያግዛቸው እና በጭንቀት ወይም በውጥረት ጊዜ ጽናትን እንደሚሠጣቸው ስለሚያውቁ ነበር።

በቅዱሳት መጻሕፍት ደግሞ እንደተጻፈው መድኃኔዓለም ክርስቶስ ተከታዮቹ ደቀ መዛሙርቱ በተጨነቁ እና በታወኩ ጊዜ ተፈጥሮን እንዲያደንቁና ከዚያም እንዲረጋጉ ለማድረግ ወደ ገለልተኛ ቦታ ይወስዳቸው ነበር። ይኸውም አንዳንድ ጊዜ አበቦች ወዳሉበት የአትክልት ሥፍራ ሲወስዳቸው ሌላ ጊዜ በእርሻ (ማሳ) መካከል

www.ethiopianorthodox.org

እንዲያልፉ ያደርጋቸዋል። አንዳንድ ጊዜ ደግሞ ወደረጃጅም ተራራዎች ያወጣቸዋል በሌላ ጊዜም ወደ ባሕር ዳርቻዎች ይወስዳቸዋል። አምስቱን እንጀራ እና ሁለቱን ዓሣ ባርኮና አበርክቶ የሰጣቸውም በእንደዚህ አይነቱ ገለልተኛ ሥፍራ ነው። ይህም ተፈጥሮን ከማድነቅ በተጨማሪ ከተፈጥሮ ጋር የነበረውን ግንኙነት ስንገነዘብ ልብን የሚመስጥ ነው።

7. ሌሎቹ የእግዚአብሔርን ድንቅ አሠራር እና ተፈጥሮን ከምናደንቅባቸው ዋነኞቹ ቦታዎች ገዳማት ናቸው።

በተለይ ብዙዎች ሰላምንና ዕረፍትን ሽተው ወደ ገዳማት መሄድ ጀምረዋል፣ በእርግጥ ገዳማቱ በሰው ሥራት ብቻ ሳይሆን በተፈጥሮአቸውም ሰላምና ጸጥታ የሰፈነባቸው ቦታዎች እንደሆኑ ይታወቃል። ነገር ግን ወደ ገዳማቱ በሚሄዱ ሰዎች ምክንያት አብዛኛው ገዳማት ግርግር እና ወኸንብር አይታጣባቸውም።

በዚህም ገዳማውያኑ መናንያን የጽሞና ሕይወታቸውን እንዲያጡ ተገደዋል። ስለዚህም ገዳማቱ ጸጥታቸውን እና ሰላማቸውን ላለማጣት ለነብኚዎችም ሆነ ለተሳላማዎች የጠበቀ እና የጸደቀ ሥርዐትና ደንብ ማውጣት አለባቸው። እንደገናም ለነብኚዎች፣ ለተሳላሚዎች፣ ለመንገደኞች፣ ለመንፈሳዊ ጉዞ ተጓዦች፣ ከገዳማውያኑ መኖሪያ ጋር የማይቀራረብ የእንግዶች ማረፊያ ማዘጋጀት ያስፈልጋቸዋል።

ይህም ለተሳላሚዎቹና ለነብኚዎቹ የገዳማቱን ሕልውና ሰላም እና ጸጥታ እንዲላመዱት ያደርጋቸዋል። ሰዎች ከከተማው ሁከት እና ግርግር እንዲሁም ኃጢአትን ከሚጋብዙ ሁኔታዎች ርቀው ወደ ገዳም የሚሄዱበት ዋነኛው ዓላማቸው በሰላም እና በጸጥታ ጊዜያቸውን ከእግዚአብሔር ጋር ማሳለፍ እንዲችሉ ነው።

ይልቁንም እኛ ክርስቲያኖች በበዓላት ምክንያት እና በራሳችን ጊዜ መንፈሳዊ ጉዞን የምንጓዘው እንደነብኚዎች ሀገርና ቦታ ለማየት እንዲሁም ታሪክ ለማጥናት ብቻ ሳይሆን ቅዱሳት መጻሕፍትን ለማንበብ፣ በተመስጦ ለመጸለይ፣ ለመስገድ፣ እራሳችንን ለመመርመር እና ኃጢአታችንን ለመናዘዝ መሆን አለበት። አቅሙ ከፈቀደልን ወይም ሁኔታዎች ከተመቻቹልን ወደ ገዳማት ስንሄድ በማኅበር ሄዶ ወግና ባሕል ዋዛ ፈዛዛ ከመፍጠር ይልቅ በነፍስ ወከፍ ለየብቻችን ብንሄድ ተመራጭ ነው።

በማኅበር ወደ ገዳማት በሚሄዱና በነፍስ ወከፍ ለየብቻቸው ወደ ገዳማት በሚሄዱ ክርስቴያኖች መካከል ሰፊ ልዩነት አለ።

በማኅበር ወደ ገዳማት የሚሄዱት "ቦታውን አይቼው አላውቅም" በሚል ሰበብ ከነፍሳቸው ይልቅ ለሥጋቸው የሚያደሉ ሥጋውያን ክርስቲያኖች ይበዛሉ።

ስለዚህም ለሥጋቸው ድሎት የሚይዙት የምግብና የአልኮል መጠጥ አይነት እንዲሁም የሙዚቃ ቁሳቁስ የገዳማቱን ሥርዓት እና ደንብ ያፋልሳል። ከብዛታቸውም የተነሣ የገዳማቱን የአኗኗር ሥርዐት

www.ethiopianorthodox.org

ካለመልመድ በገዳማቱ ውስጥ ግርግር፣ ሁከት እና አዳዲስ ችግሮችን ይፈጥራሉ።

ለየብቻቸው በነፍስ ወከፍ የሚሄዱ ግለሰቦች ግን ሥራ እንኳን ቢኖርባቸው ከሥራ ኃላፊዎቻቸው አስፈቅደው ለተወሰነ ጊዜ ሱባኤ ለመግባት ቀኖና ለመያዝ፣ በጾም በጸሎት ለመወሰን ይሄዳሉ ከዚያም የገዳሙን አበምኔት አስፈቅደው የእንግዶች ማረፊያ ስፍራ ይሰጣቸዋል። ሱባኤያቸውን ሲጨርሱ ለኃጢአታቸው ሥርየትን አግኝተው ይመለሳሉ።

ስለዚህ ሁላችንም ወደገዳማት በማኅበር ስንሄድ የገዳማቱን ሥርዐት እና ደንብ ጠብቀን መንፈሳዊ የሆኑ መርሀ-ግብሮችን ብቻ በመከታተል ማሳለፍ ይጠበቅብናል።

➢ ***ጩኸት***

ሁከት የሚፈጥር ድምጽ ጩኸት ይባላል።፣ የመኪና፣ የባቡር፣ የአውሮፕላን፣ የሞተር ሳይክል፣ የድምጽ ማጉያ፣ የመሳሰሉት ወይም በስብሰባ እና በፓርቲ ላይ የሚፈጠር አልያም የመንገደኞች እና በየአውራ ጎዳና ላይ ያሉ የነጋዴዎች ድምጽ ሊሆን ይችላል። ይህም ድምጽ ያለማቋረጥ ሊሆን ስለሚችል ለስሜት ይሰቀጥጣል። ሁከትን መፍጠር ብቻ ሳይሆን አለመረጋጋትንም ያስከትላል።

ለዚህ ርዕስ ቡቴስቢያዊው በነቢዩ ኤልያስ እና ሁሉን ቻይ በሆነው በእግዚአብሔር መካከል የተጻፈውን ውይይት በምሳሌነቱ ላቅርብልዎ።

"እነሆ እግዚአብሔር አለፈ በእግዚአብሔር ፊት ትልቅና ብርቱ ነፋስ ተራሮችን ሰነጠቀ አለቶቹንም ሰባበረ እግዚአብሔር ግን በነፋሱ ውስጥ አልነበረም፤ ከነፋሱም በኋላ የምድር መናወጥ ሆነ እግዚአብሔር ግን በምድር መናወጥ ውስጥ አልነበረም፤ ከምድር መናወጥ በኋላ እሳት ሆነ እግዚአብሔር ግን በእሳት ውስጥ አልነበረም፤ ከእሳቱም በኋላ ትንሽ <u>የዝምታ ድምጽ ሆነ</u> ኤልያስም ያን በሰማ ጊዜ ፊቱን በመጎናጸፊያው ሸፈነ። ወጥቶም በዋሻው ደጃፍ ቆመ እነሆ ኤልያስ ሆይ በዚህ ምን ታደርጋለህ የሚል ድምጽ ወደ እርሱ መጣ። ይህም የእግዚአብሔር ድምጽ ነበር" (1ኛ ነገሥት 19፥11-13)። ይህም የእግዚአብሔርን ድምጽ መስማት የምንችለው በሁካታ ውስጥ ሳይሆን በዝምታ ጊዜ እንደሆነ ያስገነዝበናል።

ዳግመኛም ከዚህ ታሪክ እንደምንረዳው ሁሉ አንድ ሰላማዊ ሰው ለጤና ተስማሚ የሆነ ንጹሕ ዓየርን ስንቆ ሽው እንደሚል ነፋስ አነጋገሩ በለሆሳስ እና አድራጎቱ በለዘብ ሲሆን፣ አካሄዱ ደግሞ ግርማ ሞገስን የተላበሰ በመሆኑ ይታወቃል። ይህ ዓይነቱ ሰው ረድኤተ እግዚአብሔር ያልተለየው እና ፍጹም ሰላማዊ ነው።

የታወከ ሰው ግን ልክ አጠገብዎ ከመድረሱ በፊት ድምጹን በማሰማት በሚያስገመግም እና ያገኘውን ሁሉ እያነሳ በሚጥል በውሎ

www.ethiopianorthodox.org

ነፋስ ይመስላል። ይህ ሰው ዐይኑ ትዕቢተኛ፣ ምላሱ ሐሰተኛ፣ ልቡ ተንኮለኛ ነው። በአካሄዱም ከላባ እና በአነጋገሩም ወሽካታ ነው። ፀጥቅሉ በመላ አድራጎቱ እግዚአብሔር የተለየው ጸብ ጫሪ እና ሁከት ፈጣሪ ነው። ምክንያቱም እግዚአብሔር የሌለበት ዕውቀቱ፣ ሀብቱ፣ ትጋቱ እና ማንኛውም ድርጊቱ ባዶ እና ከንቱ ነውና።

ለምሳሌ አንዳንድ ሰባኪዎች መስበክ ማለት መጮህ፣ መስበክ ማለት መወራጨት እና በመንፈስ ቅዱስ የሰከረ መስሎ መታየት ይመስላቸዋል።

ስለዚህም በሚሰብኩበት ጊዜ ዛር ከዚህ እዚያ ከዚያ እዚህ እያሉ ወዲያ እና ወዲህ ይወናጨፋሉ። እራሳቸውንም ፍጹም በማድረግ የሕዝቡን ኃጢአት ብቻ እየተናገሩ ይበሳጫሉ። በስብከታቸውም እግዚአብሔርን መሐሪነት ሳይሆን ጨካኝነት የእግዚአብሔርን ፍቅር ሳይሆን ጥላቻን ይሰብካሉ። ይኸውም ለምሳሌ በኃጢአታችሁ ምክንያት ሰማይ እሳት ቋጥሮአል፣ ከዚህን ቀን እስከዚህ ቀን ዝናም ይቆማል፣ እያሉ መጽሐፍ ቅዱስን ስበብ በማድረግ የራሳቸውን የኑሮ ዘዴ ይሰብካሉ። በዚህ ዓይነቱ ስብከትም ታዳሚዎች ተስፋ ቆርጠው እና ተበሳጭተው የእግዚአብሔርን ቃል የሰሙ ሳይሆን አስፈሪ እና አስደንጋጭ ትርዒት አይተው የተመለሱ ያህል ይጨንቃቸዋል። ስብከቱም ከተፈጸበት ሲያባንናቸው በእውናቸው ሲያውካቸው ይታያል። ይህ ዓይነቱ ስብከት ነፍሳትን የሚያስበረግግ እንጂ የሚያረጋጋ አይደለም።

ምን አልባት ብዙ ሰዎች የዚህ አይነት ስብከትን በሚሰብክ ሰባኪ ስሜታዊ እና አካላዊ እንቅስቃሴ ብቻ ይማረኩ ይሆናል። የቋንቋ አጠቃቀሙን፣ የዓረፍተ ነገር ቅንብሩን እና የቃላት አሰካኩንም ያደንቁለታል። ይሁን እንጂ ከጥቂት ደቂቃ በኋላ የማረካቸውን እና በውስጣቸው የተሰማቸውን ውጤት ያጡታል።

ሰባኪውም የሚናገራቸው ቃላት የሸመደዳቸው እና ያጠናቸው እንጂ ከሕይወቱ እና ከመጽሐፍ ቅዱስ ጋር የተስማሙ አይደሉም። ስለሆነም ምን እንደተናገረ ምን እንደሚናገር ለሰሚዎቹ ብቻ ሳይሆን ለራሱም አይገባውም።

ትክክለኛ ሰባኪ ግን በእግዚአብሔር አጋዥነት ታዳሚዎቹን በመንፈሳዊነቱ እና በመጽሐፍ ቅዱሳዊ ትምህርቱ አማካይነት ሰብኮ ያሳምናቸዋል። ይኸውም በመንፈስ ቅዱስ ምሪት እንጂ በራስ ስሜት በመስከር እና ገደብ የለቀቀ አካላዊ እንቅስቃሴን በመጠቀም አይደለም። ትክክለኛ ሰባኪ በስብከቱ እግዚአብሔር ዓለሙን እንዲሁ እንደወደደ እና አንድያ ልጁን እንደሰጠን በማብራራት እግዚአብሔር ለሰዎች ያለውን ፍቅር፣ መሐሪነት እና ይቅር ባይነት ይገልጻል።

ስብከቱም ሁል ጊዜ በሰሚዎች የልብ ሰሌዳ የተከተበ እና የተተከለ ይሆናል። ውጤቱም በእውናቸው ይቅርና በሕልማቸው አይረሱትም። ለአጭር ጊዜ በአካለ ሥጋም ሊረሱት ይቅርና በወዲያኛውም ዓለም በአካለ ነፍስም ሆነው ዝንተ ዓለም አይረሱትም።

www.ethiopianorthodox.org

ይሁን እንጂ በአስፈላጊው ቦታና ጊዜ ድምፅን አሰምቶ መናገር አያስፈልግም ማለት አይደለም።

አንዳንድ ጊዜ ሰባኪው አይጩህ እንጂ አስፈላጊ በሆነ ጊዜ እና ቦታ እንደ አድማጮቹ ርቀት፣ ብዛት እና የእውቀት ችሎታ ድምጽ አሰምቶ መናገር ይችላል። ለምሳሌ ዐዋጅ ሲያውጅ፣ ቁጣን ሲገልጽ ድምጹን አሰምቶ ቢናገር መልካም ነው። ይህ አይነቱ የድምጽ አወጣጥ እና የአቀራረብ ስልት የውስጣዊ ሰላም የሰላማዊ ሰውም ምልክት ነው። ምክንያቱም ሰላማዊና የተረጋጋ ሰው በውይይት በንግግር ጊዜ የአድማጮችን ችሎታ እና ስሜት መጥኖ ይናገራል እንጂ ከአድማጩ መጠን በላይ ድምጹን ከፍ አያደርግም። አድማጮቹም ምን ለማለት እንደፈለገ እንኳን ተናግሮ ከመናገሩ በፊት ይረዱታል።

በአንጻሩ ደግሞ አንዳንድ ያልተረጋጉ ሰዎች በውይይታቸው ጊዜ ድምጻቸውን ከፍ ከማድረጋቸው የተነሣ ለጠብ የሚዘጋጁ በከስ የሚጨብጡ እና ቡጢ የሚሰነዝሩ አድርገው ሊገምቷቸው ይችላሉ።

ምክንያቱም ያልተለመደ እንቅስቃሴ እና እንግዳ ድምጽ አዕምሮን ወደልዩ ሐሳብ እና ውሳኔ ይወስዳልና።

ቅዱስ አርሳኔዎስ በአንድ ወቅት በነፋስ የተፈጠረውን የሸንበቆ ድምጽ በሰማ ጊዜ "ይህ የምሰማው የመሬት ንቅናቄ ምንድን ነው? ሲል በመገረም ተናገረ"። ቅ.አርሳኔዎስ ይህን ያለበት ምክንያት የሚኖርበት ቦታ ሹክታ እና ኮሽታ እንኳን የማይሰማበት ከመሆኑ

የተነሣ። ጆሮዎቹ ጸጥታን ብቻ ስለለመዱ ጥቃቅን ድምጾችን ለመስማት በጣም ንቁዎች እና ፈጣኖች ስለሆኑ ነው።

➢ *ቀለሞች*

ቀለሞች ለመታወክም ሆነ ለመረጋጋት የሚለግሱት አስተዋጽኦ ወይም የሚያመጡት ተጽእኖ ቀላል አይደለም።

ለምሳሌ አረንጓዴ መስህብነት ያለው እና ማራኪ ቀለም ነው። በተቃራኒው ደግሞ ስሜትን አውከው አለመረጋጋትን የሚያስከትሉ የቀለም አይነቶች አሉ፣ ከእነዚህም አንዱ ቀይ ቀለም ነው።

ቀይ ቀለም አስፈላጊ በሆነ ቦታ፣ ለጌጥ እና ለሚያስተላልፈው ትርጉም ብቻ ካልተጠቀምንበት በስተቀር ሁለመናው ቀይ የሆነ ነገር ስሜትን ያውካል።

ከዚህም የተነሳ ብዙ ሰዎች አልባሳትን የቤት ቁሳቁስን ሲገዙ፣ ለቤታቸው የግድግዳ ውበት ሲያስቡ፣ ለድርጅታቸው አርማ ሲፈልጉ ለመናፈሻ፣ እና ለአትክልት ሥፍራዎች አበቦችን ለመትከል ሲዘጋጁ አትኩሮትን የሚስቡ እና ማራኪ የሆኑ የቀለም ዓይነቶችን ይመርጣሉ። ምክንያቱም ለመረጋጋት ማራኪ የሆኑ እና መስህብነት ያላቸው የቀለም ዓይነቶች ለዓይናችን ተስማሚ ምግብ ናቸው።

www.ethiopianorthodox.org

➢ *ብርሃን*

ብርሃን ለመታወክም ሆነ ለመረጋጋት የራሱ የሆነ አስተዋጽኦ ወይም ተጽእኖ አለው።

ለዚህም ተብሎ (በዚህም ምክንያት) አንዳንድ ታላላቅ እና ዋናዋና ከተሞች በአውራ መንገዶቻቸው ላይ ለዓይን ማራኪ እና ለስሜት ተስማሚ የሆኑ የተለያዩ ቀለማት ያሉአቸው መብራቶች ተሰርተውላቸዋል።

በቤተክርስቲያንም ውስጥ በቅዳሴ እና በአምልኮ ጊዜ የሚበሩት የጧፍ እና የሻማ መብራቶች ለጸሎት እና ለተመስጦ ኪነ-ጥበብ ከፈራቸው የኤሌክትሪክ መብራቶች ይልቅ አመቺና ተስማሚ ናቸው።

ለዓይን ተስማሚ ያልሆነ የመብራት ብርሃን ስሜትን የሚያውክ እና አደጋ የሚያደርስ ነው።

ለምሳሌ ኃይለኛ መብራትን አብርቶ የሚጓዝ ቹፌር በተቃራኒው ገጽታ የሚመጣውን ቹፌር ዐይን ባበራው ከመጠን ያለፈ መብራት ስለሚያውከው አደጋ ሊያደርስ (ሊፈጥር) ይችላል።

➢ *ማሽኖች*

ማሽኖች አንድን ተግባር በቀላሉ እና በፍጥነት ለማከናወን የሚያስችሉ በነዳጅ በጋዝ፣ በኤሌክትሪክ ኃይል... የሚንቀሳቀሱ

ዘመናዊ መሣሪያዎች ናቸው። ለምሳሌ ኮምፒውተር፣ የልብስ ስፌት መኪና፣ የጫማ መስፊያ ማሽን፣ የመሳሰሉት የማሽን አይነቶች ናቸው። አገልግሎታቸውም በቤት ውስጥ ወይም ከቤት ውጭ በየቢሮው እና በየፋብሪካው ሊሆን ይችላል።

ማሽኖች ምንም እንኳን ለምንኖርበት ዓለም የምርት ውጤቶችን በተቀላጠፈ መልኩ ቢያቀርቡ እና የስልጣኔ መኖር መገለጫዎች ቢሆኑም ስሜታዊ መታወክ ከሚያስከትሉ እና አለመረጋጋትን ከሚያመጡ መንስኤዎች ይመደባሉ። በዚህም የሰው ልጅ ውስጣዊ ሰላሙ ይናጋል።

አሁን ባለንበት ዘመን ማሽኖች ያለማቋረጥ ሌት ተቀን ይሠራሉ ማሽኖቹንም የሚቆጣጠሩ ሠራተኞች (Operators) ያለ ዕረፍት ከማሽኖቻቸው ጋር ስለሚሠሩ ሕዋሳቶቻቸው ይዝላሉ፣ አካላዊ ድካምትም ይታይባቸዋል። በዚህም ምክንያት ሠራተኞቹ ሥሕተት ይፈጥራሉ። አልያም ማሽኖቹ አደጋ ያደርሱባቸዋል፣ ይህም የምርት ውጤትን የሚያሽቆለቁል ሲሆን፣ እነርሱንም የሚያገኙትን ትርፍ ክፍያ ያሳጣቸዋል። በሥራ አለቆቻቸው ዘንድም ታታሪነታቸው ስለሚጎድፍ የግል ማኅደራቸው ታይቶ በግምገማ መልኩ ከሥራቸው ሊታገዱ ይችላሉ።

ለእነርሱም ከዚህ በኋላ መኖር ሞት መስሎ ይታያቸዋል፣ ወይም መኖር አለመኖር በእነርሱ ዘንድ አጠያያቂ ይሆናል። በዚህ ሁሉ ይታወካሉ፣ ሰላማቸውን ያጣሉ።

www.ethiopianorthodox.org

ባላደጉ ሀገሮች እና የተማረ እና የሠለጠነ ኃይል በሌለባቸው ከተሞች የማሽን አጠቃቀም እምብዛም አይደገፍም። ማሽኖች ሰው አልባ ሆነው ከመሠራታቸው በዘለል አንድ ማሽን ብቻ ሃያ ወይም ሠላሳ አልያም ሀምሳ ሠራተኞች ከሚሠሩት ይልቅ የመሥራት ኃይልና ፍጥነትም አለው። በዚህም አብዛኛውን ጊዜ ማሽኖች ለሰዎች ሥራ አጥነት እና ሥራ ፈትነት ችግር ተጠቃሽ መንስኤዎች ናቸው።

ሥራ አጥነት ደግሞ ያለምንም ጥርጣሬ የሀገርንም ሆነ የማኅበረሰቡን ሰላም ያናጋል። ከአምስት መቶ አመት በፊት ገና ከመነሻው ማሽኖች ብቅ ያሉበት ጊዜ በታሪክ "የኢንዱስትሪ አብዮት" (Industrial Revolution) በመባል ይታወቃል። አሁን ባለንበት ዘመን ግን የማሽኖች ዕድገት የሚያስደንቅ ፍጥነት ከዕለት ወደ ዕለት መምጠቁ ከስያሜ በላይ ስለሆነ ዕጹብ ድንቅ ያስብላል። ታላቁ የነጻነት ሰው ማሕተመ ጋንዲ የማሽኖችን አጠቃቀም ስለማይቀበል ሕዝቦቹን በእጃቸው እንዲሠሩ አጥብቆ አዟቸዋል።

ምክንያቱም ይላል ማሕተመ ጋንዲ በጥንታዊ ዘመን አንድ ገበሬ በደስተኛነት በውሃ ማጠጫ ጎማ አማካይነት የእርሻ መስኩን በማጠጣት ወይም ውሃውን በቦይ አማካይነት ተጠቅሞ ውስጥ ለውስጥ በሚያርስርስበት ጊዜ እና ፈጣን ኃይል ያለው ከአንድ የቦታ ገጽታ ወደ ሌላኛው እየተሽከረከረ የሚያጠጣ ሰው አልባ ማጠጫ ባለበት በአሁኑ ዘመን የሰው ልጆች በሥራ ያላቸው እርካታ ይለያያል።

የዚች መጽሐፍ ዓላማ ግን በማሽን እና በእጅ መሥራት መካከል ያለውን ልዩነት ለማብራራት ወይም ማሽኖች የሥልጣኔ ዕድገት አሻራ መሆናቸውን ለመተቸት ሳይሆን የማሽኖች አጠቃቀምና ማሽኖች

- በሰላም እና በጸጥታ ላይ የሚያስከትሉትን ጉዳት
- በሕዋሳት ላይ የሚያመጡትን ውጥረት እና መታወክን
- የአካባቢውን ንጹሕ አየር በመበከላቸው አደገኛ የጤና መታወክን ማስከተላቸው
- ከማሽኖቹ የሚወጣው ድምጽ እንቅልፍን ዕረፍትን ሰላምን መንሳቱን በጭሩ ለማብራራት እና ማሽኖቹ ላለመረጋጋት መንስኤ መሆናቸውን ለመግለጽ ብቻ ነው።

ለ) <u>ነፍስን ሥጋን እና መንፈስን የሚያውክ</u>

- **ኃጢአት**

መረጋጋትን የሚነሱ ትዕግስትን የሚያሳጡ መንስኤዎች አብዛኛውን ጊዜ ኃጢአት እና የኃጢአት ገጽታዎች ናቸው። በኃጢአት ገጽታዎች ውስጥ አለማመን፣ ፍርሃት፣ ስጋት እና የመሳሰሉት ይካተታሉ።

ኃጢአት መንፈሳዊነትን ያደበዝዛል፣ ነፍስን ያውካል ሥጋን ያነሳሳል። ኃጢአተኛም ዕድሜውን ሙሉ በኃጢአቱ ይታወካል ምክንያቱም ኃጢአተኛ ኃጢአትን ሊሠራ ሲል ኃጢአትን እንዴት

www.ethiopianorthodox.org

መስራት እንዳለበት ስለሚያውጠነጥን እና ኃጢአትንም ከሰራ በኋላ በፍርሃት በስጋት በጸጸት ስለሚከበብ ኃጢአትን ከማድረጉ በፊትም ሆነ ኃጢአትን ከሠራ በኋላ ሰላም የለውምና (ኢሳ. 48፥22)።

የቃየን የሕይወት ጉዞ እና የቃየን ዝርያ የላሜህ የሕይወት ታሪክ ለዚህ ዋና ተምሳሌቶች ይሆኑናል። ይህቺ የምንኖርባት ምድር እንኳን ፍቅር፣ ሰላም እና ደስታን የተነጠቀችበት እና በምትኩ ሁከት አለመረጋጋት የነገሠባት አንዱ (ምክንያት) የቃየን ኃጢአት የተመረኮዘ ነው።

ቃየን ከገነት ውጪ የተወለደ እና ለሚኖርባት ምድርም ሆነ ለወላጆቹ ለአዳምና ሔዋን የበኩር ልጅ ነው።

ይህ የበኩር ልጅ ቃየንም በታናሽ ወንድሙ በአቤል ቀናበት፣ ቅናቱም ወደ መግደል አድጎ ወንድሙን አቤልን ገደለው።

ቃየንም ወንድሙን ከገደለ በኋላ እስከ ዕለተ ሞቱ ተቅበዝባዥ፣ ዘዋሪ፣ ኮብላይ፣ ፈሪ እና ጭንቀታም ሆነ። የሚያስፈራው እና የሚያውከው የወንድሙን የአቤልን አድራሻ የጠየቀው እግዚአብሔር ብቻ ሳይሆን የሚያየው ሰው ሁሉ ነበር (ዘፍ. 4፥12-14)።

ጭንቀት ፍርሃት፣ ስጋት እና ግራመጋባት ሥነ ልቡናዊ ተጽእኖዎች ሰላሙን ነሱት፣ እርሱም እነዚህን ሥነ-ልቡናዊ ተጽዕኖዎች ለማኅበረ ሰቡ ያስተዋወቀ ቀዳሚ ሰው ነው።

ጭንቀታምነቱ እና ፍርሃቱም ባለበት ማኅበረ ሰብ ሁሉ በእጅጉ ታወቀ። የእርሱም ዋይታ "ኃጢአቴ ልሸከማት የማልችላት ታላቅ ናት የሚያገኘኝም ሁሉ ይገድለኛል" የሚል ነበር (ዘፍ. 4፥13-14)።

የቃየን ነፍሰ-ገዳይ መሆን በእርሱ ላይ ብቻ መታወክን ያስከተለ ሳይሆን ኋላ ኋላ በምድራችን ላይ ለተከሰቱትና ዓለም ሰላምን ሽቶ ሰላምን ላጣባት መረጋጋትን ፈልጎ ሁከትን ላስከተለባት ጦርነቶች መቅድሞም ሆነ።

በቃየን በኩል ከአዳም ሰባተኛ ትውልድ የሆነው እና ሁለት ሚስት ያገባው የቃየን ዝርያ ላሜህም እንዲሁ ነፍስ ገዳይ እና ሕግ አፍራሽ ነበር።

እርሱም ለሁለቱ ሚስቶቹ ኃጢአቱን ሲናገር "እናንተ የላሜህ ሚስቶች ቃሌን ስሙ፣ ነገሬን አድምጡ እኔ ጎልማሳውን ለቁስሌ ብላቴናውንም ለመዋጋቴ ገድዬዋለሁ፣ ቃየንን ሰባት እጥፍ ይበቀሉታል፣ ላሜህን ግን ሰባ ሰባት እጥፍ።" ሲል አለመረጋጋቱን ያስከተለበትን ሰቆቃ አዘል ኑዛዜ ተናዟል (ዘፍ. 4፥23-24)።

ይህም ሰቆቃ አዘል ኑዛዜ ምድር ቂመኞችን በቀለኞችን እና ጭንቀታሞችን እንደያዘች፣ ዓለምም በክፋት እንደሰጠመች እና በኃጢአተኞች የራሷንም ሰላም እንዳጣች ያመላክታል።

www.ethiopianorthodox.org

ኃጢአተኛ በዚህ ዓለም በሚኖርበት ሥጋዊ ኑሮ ብቻ ሳይሆን ከሞት በኋላ ስላለው ዘላለማዊ ኑሮ ሲያስብም ይታወካል። በዳግም ምጽአት የሚደርስበትን የቅጣት ፍርድ ሲያብሰለስል ይጨነቃል።

በሕገ-እግዚአብሔር የሚኀገዝ መንፈሳዊ ሰው ግን "አሁንም ልጆች ሆይ በሚገለጥበት ጊዜ እምነት እንዲሆንልን በመምጣቱም በእግዚአብሔር ፊት እንዳናፍር በእርሱ ኑሩ" የሚለውን መጽሐፍ ቅዱሳዊ መልእክት ዘወትር ስለሚያነብ በተስፋ ብቻ ደስተኛ ነው።

በእርግጥ ሐዋርያው ቅ/ጳውሎስ "በሕያው እግዚአብሔር እጅ መውደቅ የሚያስፈራ ነው" ሲል እንደነገረን ኃጢአታችንን ላልተናዘዝን እና በኃጢአታችን ንስሐ ላልገባን ከሞት በኋላ ያለው ዘላለማዊ ኑሮ ሕይወት ሳይሆን ሞት ይሆንብናል።

ኃጢአቱን የተናዘዘ እና ንስሐ የገባ ሰው ከእግዚአብሔር ጋር ጥሩ ግንኙነት ስላለው ከቅ/ጳውሎስ ጋር "ልሄድ ከክርስቶስ ጋር ልኖር እናፍቃለሁ ከሁሉ ይልቅ እጅግ የሚሻል ነውና" (ፊል. 1፥23) ይላል። ንስሐ ያልገባ ኃጢአቱን ያልተናዘዘ ሰው ግን ዘወትር በሕግ አፍራሽነቱ በእምነት አልባነቱ ከእግዚአብሔር አሠራር ጋር ይቃረናል።

በዚህም ምክንያት ስለሞት፣ ከሞት በኋላ ስላለው ዘላለማዊ ኑሮ፣ ስለፍርድ፣ ስለኢየሱስ ክርስቶስ ዳግመኛ መምጣት ሲነገር ነፍሱ በጣም ትታወካለች።

እንደዚህ ዓይነት ርዕስ ያላቸውን ወሬዎች ላለመስማት ይወስናል ነገር ግን እነዚህን ዓይነት ወሬዎች ባይሰማም እንኳን በውስጡ ኃጢአቱ የቀረጸበት ፍርሃት እና ሥጋት ያስጨንቀዋል። ስለዚህ በኃጢአት ላለመታወክ መፍትሔው ኃጢአትን መናዘዝ ስለሆነ ዛሬውኑ ንስሐ ገብተው ኃጢአትዎን ይናዘዙ እና በሕይወት ይኑሩ።

www.ethiopianorthodox.org

ምዕራፍ አራት

ታላቅ ምክር

የመጽሐፉ ተጠቃሚ እንዲሆኑ እና አካላዊ፣ አዕምሮአዊና ስሜታዊ መረጋጋትን አግኝተው በፍጹም ሰላም እንዲኖሩ ቀጥለው የተዘረዘሩትን ዐሥራ-ስድስት ጠቃሚ ምክሮችን ተቀብለው በሕይወትዎ ይለማመዷቸው።

1. አካላዊ መረጋጋትን (እድብን) የራስዎ ለማድረግ ወደ ቤትዎ ሲገቡ እና ሲወጡ ወይም በርዎን ሲከፍቱ እና ሲዘጉ የሚያውክ ድምጽ ላለመፍጠር ይሞክሩ። በቤትዎ ውስጥ ያለውን የቤት ዕቃና ቁሳቁስ ከቦታ ወደ ቦታ ሲያዘዋውሩ በዝግታ ይሁን።

2. እንደሞኝ ሳይንገላጀጁም እንደ ባለጌ ሳይዘባነኑም አካሄድዎን እና እንቅስቃሴዎን ግርማ ሞገስ ያለው ያድርጉት። ስሜማቸውን ለማስተዋወቅ፣ የሌሎችን ቀልብ ለመሳብ እና በስሜማቸው ድምጽ አለን! መጥተናል! ተመልከቱን! እንደሚሉ አንዳንድ ሰዎች በአረማመድዎ እና በኮቴዎ አላስፈላጊ ድምጽ አይፍጠሩ።

3. በውይይት ጊዜ ኃይለ-ቃል እና ጸያፍ ቃላት አይጠቀሙ ሲወያዩም በጥድፊያ ሳይሆን በእርጋታ የመናገር ልምድን ያዳብሩ። በሉኖሳስ እና በለዛ እንጂ በመጮህ አይናገሩ። በክርክር ወቅት ጥሩ አድማጭ ከመሆንዎ በተጨማሪ ሲናገሩ የለሰለሰ ቃላትን ይምረጡ። ገና ሲናገሩት ያስቡት ቃል ሰውን ያስከፋል

ወይም ያስቀይማል ብለው ከገመቱ ደግሞ የምላስ ወለምታ በቅቤ አይታሽምና (የንግግርዎ ውጤት መጥፎ ስለሚሆን) እንደበትዎ ያቅቡት እንዳችም አይናገሩ።

4. ደክመው ወይም ታውከው ሳለ የሚያስቆጣ እና የሚያበሳጭ ደብዳቤ ቢጽፉ እንኳ ቢያንስ ቢያንስ ለአንድ ወይም ለሁለት ቀን ያዘግዩት እንጂ ወዲያውኑ ለባለ አድራሻው አይላኩት። ኋላ ሲረጋጉ ደግመው ደጋግመው ያንብቡት ከዚያም መለወጥ የሚያሻውን ሐሳብ ይቀይሩ መሻሻል ያለበትንም አባባል ያስተካክሉ።

5. አዕምሮዎን በመቆንጠጥ አንዳች ድርጊት እንዲፈጽሙ የሚያነሳሳዎ ሐሳብን የጸጥታ ጊዜን ወስደው ከየአቅጣጫው እስኪመረምሩት ድረስ አይታዘዙት።

6. አለመታገስ በራሱ የውስጣዊ ሰላም ዕጥረት ስለሆነ ውስጣዊ ሰላምዎ እንዳይናጋ ይታገሱ እንጂ በቀላሉ ለጥፋት እና ለጠብ አይጋበዙ። ሰው በቀላሉ ከተበሳጨ ሰላሙን ያጣል፤ ትዕግስቱም ይሟጠጣል። በዚህም ምክንያት ሳይረጋጋ እና ሐሳቡን ሳያሰባስብ ወዲያው አንድ ነገር መናገር ወይም ማድረግ ይፈልጋል አልያም አንድ ውሳኔ ለማሳለፍ ይገደዳል። ይህም አድራጎቱ ለመታወክ ይዳርገዋል። ታጋሽነት እና ሰላማዊነትን መነጣጠል ስለማይቻል። አንድ ሰው አሁንስ ትዕግስቴ ተሟጠጠ ቢልዎ እርስዎም ምን ትዕግስትህ ብቻ ሰላምህም ተናግቷል (ተሟጧል) ይሉታል።

www.ethiopianorthodox.org

7. ሰው ሲደከመው በሰውነቱ ውስጥ ያለው የነርቭ ሥርዐት ስለሚዛባ ሁኔታዎችን ማጤን እና ማገናዘብ ይሳነዋል። ስለዚህም ይህ ሰው ያለአንዳች ምክንያት ሲበሳጭ እና ሲቆጣ ያስተውሉታል እርስዎ ግን ደክመው ሳለ ለድካምዎ መፍትሔ ይሆን ዘንድ ትንሽ ዕንቅልፍ እና ዕረፍት ይወሰዱ እንጂ ወደ ክርክር፣ ትምህርት እና የሥራ-መስክ አይሠማሩ።

8. ፍጹም ሰላማዊና የተረጋጉ እንዲሆኑ በአዲስ መንፈስ አዲስ ሕይወትን ዕለት ተዕለት እንዲኖሩ። የተወሰኑ የጾም ጊዜያት ይኑርዎት መጽሐፍ ቅዱስም "ጾምን ቀድሱ" (ኢዩኤል 2፥15) ሲል የጾምን አስፈላጊነት ይነግረናል።

ኢየሱስ ክርስቶስ ሰው በማይደርስበት እና ፍጹም ሰላም በሰፈነበት በቆሮንቶስ ተራራ ላይ አርባ የጾም ቀናትን እንዳሳለፈ ያስተውሉ እርግጥ እኛም በበኩላችን ብዙ የምንጾማቸው የጾም ጊዜያት (አጽዋማት) ቢኖሩንም እንኳ በጾማችን ጊዜ ከየአቅጣጫው በሁከት በጫጫታ መከበባችን ትልቁ ችግራችን ነው በዚህም ምክንያት ከጾም ማግኘት የሚገባንን ሙሉ ጥቅምና ውጤት ላናገኝ እንችላለን።

9. በአዕምሮ ሁከት (አለመረጋጋት) የሚጠቁ ከሆነ ከዚህ ጥቃት ነጻ ለመውጣት ያለመረጋጋትዎ መንስኤዎች ውስጣዊ አልያም ውጫዊ መሆናቸውን በቅድሚያ ያረጋግጡ፣ ከዚህ በኋላ አቅምዎ

www.ethiopianorthodox.org

በፈቀደው መጠን ለብስጭት እና ለቁጣ የሚዳርግዎን ያለመረጋጋት መንሥኤዎች ከነስንኮፋቸው ያስወግዱ። ይልቁንም መንሥኤው ከቀራቢዎችዎ እና ከወዳጆችዎ የሚመጣብዎ ከሆነ ከእነርሱ ጋር ያለዎትን ግንኙነት ያቋርጡ።

ጠቢቡ ሰሎሞን *"ከቁጡ ሰው ጋር ባልንጀራ አትሁን፣*
ከወፈፍተኛም ጋር አትሂድ
መንገዱን እንዳትማር" (ምሳ. 22፥24)
ሲል የሚመክረን ለዚህ አይደል!

አንድ ግብጻዊ ምሁርም ይህንኑ አባባል በተለየ ዐረፍተ ነገራዊ ቅንብር "ጠላት አድርበት ከሚዋጋህ ሰው ጋር ምንም አይነት ቀረቤታ እና ወዳጅነት አይኑርህ" በማለት ዳግመኛ ይመክረናል።

10. ሰዎችን በዕውቀታቸው እና በመንፈሳዊ ሕይወታቸው ፍጹማን ናቸው ብለው አያስቡ። ከእነርሱም ብዙ ነገር አይጠብቁ፤ ሰዎች ሁሉ ሰብአዊ ፍጡር እስከሆኑ ድረስ መጥፎ አልያም ጥሩ ሊሆኑ ይችላሉና። ምንአልባት ጉዳት (መጥፎ ነገር) ቢያደርሱብዎ እንኳን አይበሳጩ፣ እየኖሩ ያሉት ከበቁ ቅዱሳን እና ከንጹሐን መላእክት ጋር ሳይሆን ከተራ ሰዎች ጋር መሆኑንም አይዘንጉ፤ ስለዚህም በሌሎች ክፉት፣ ሥሕተት እና ጥፋት አይታወኩ።

11. ቁጣዎ በነደደ ጊዜ ውይይት እና ክርክር ውስጥ አይግቡ፣ ለማንኛውም አይነት ጥያቄ ምላሽ አይስጡ። ከንዴትዎ ስሜት

ከተላቀቁ በኋላ ግን ያሰቡትን መናገር የወጠኑትን መፈጸም ይችላሉ። ምንጊዜም በንዴት እና በቁጣ ስሜት ውስጥ ሳሉ እራስዎን እስኪያረጋጉ ድረስ ከማንም ጋር በማንኛውም ርዕስ ጉዳይ አልሳተፍም፣ ሐሳብ አልሰጥም የምለው ውሳኔም የለኝም! የሚል ልምድ ይኑርዎ።

12. የውስጥ ሰላምዎ በተናጋ ጊዜ መንፈስዎን ለማደስ ሲሉ የጭንቀት ማስታገሻዎችን፣ የእንቅልፍ እንክብሎችን (ኪኒኖች)፣ አልኮል መጠጦችን፣ አደንዛዥ ዕጾችን፣ የማነቃቀቂያ ንጥረ-ነገሮች እና የመሳሰሉትን ተጠቃሚ አይሁኑ፤ ምክንያቱም እነዚህ ሁሉ ወደ አልሆነ አቅጣጫ እና የጤና መታወክ ሊመሩዎት ይችላሉ እንጂ መፍትሔ አይሆንዎትም።

በእርግጥ የውስጥ ሰላምዎ ሲናጋ ጭንቀት ሲከብዎት፣ እነዚህን ማስታጋሻዎች እንዲጠቀሙ ቢገደዱ እንኳን ማስታገሻዎቹ መፍትሔ ከመሆን ይልቅ ሱስ መሆን ይጀምራሉ። በተጠቀሙአቸው ጊዜ ለጊዜው የተረጋጉ ቢመስልዎትም ከማስታገሻዎቹ ኃይል ሲነቁ ግን እራስዎን እንደ ቀድሞው ያለምንም ሕክምና (መፍትሔ) ከነእክሉ እና ችግሩ ያገኙታል።

አዕምሮዎን ለማደስ እና ሰላምዎን ለመገንባት ትክክለኛ መፍትሔ ማግኘት ከፈለጉ የሚፈሩአቸውን ነገሮች እና በምናብዎ የፈጠሩአቸውን ሐሳቦች በቀጥታ መጋፈጥ መቻል አለብዎ።

13. አዎን በእርግጥ ችግሮችዎን ሁል ጊዜ እንዲህ ሲያስተካክሏቸው እንጂ ሲሸሿቸው መረጋጋት አይኖርዎትም። ከችግሮች በመሸሽዎ ምን አልባት ለተወሰነ ጊዜ የተረጋጉ እና ሰላማዊ የሆኑ ቢመስልዎትም እራስዎን ከእውነተኛ ሰላም ስላገለሉ እና ችግርዎትን ከመፍትሔ ስለራቁአቸው የሚሰማዎ ሰላም ጤናማ አይደለም።

ለምሳሌ በቤትዎ ውስጥ አንድ ችግር አለብዎ ወይም ተፈጠረ እንበል ይህንን ችግር ላለማየት እና ለማምለጥ ቤትዎን ትተው ወደ ቡና ቤት፣ ሆቴል እና የመናፈሻ ቦታዎች ይሄዱ ይሆናል።

ይሁንና ወደ ቤትዎ መመለስዎ ስለማይቀር ሽሽትዎ ዘላቂ መፍትሔ አይሆንዎትም። ለምን ቢባል? ወደ ቤትዎ ሲገቡ ችግሩ ሌላ ችግር ፈጥሮ ከመበራከቱ በላይ ያለ አንዳች መፍትሔ አፍጥጦ ይጠብቅዎታል።

ስለዚህ ትክክለኛ ሰላም እንዲኖርዎ ችግሮችዎን ሳይሸሿቸው በመጋፈጥ ሊያስተካክሏቸው ይገባዎታል።

14. እንቢተኝነት፣ እብሪተኝነት እና የመሳሰሉትን ባሕርያት ከእርስዎ ያርቁአቸው። ሥጋዊ ጤንነትዎንም እንዲያኖሩ መንፈሳዊነትዎንም እንዳያጡ ክፉውን በመልካም ያሸንፉ እንጂ ክፉውን በክፉ በመቃወም አይቃወሙ፣ ለኃጢአትም አይጋለጡ (ሮሜ. 12፥21)።

www.ethiopianorthodox.org

15. ችግሮች ከአቅም በላይ ሆነው ቢወሳሰቡ እና መፍትሔ ቢያጡላቸው እንኳን አይጨነቁ። ስላምዎንም አያደፍርሱ፤ ነገር ግን ሐሳብዎን ሊገነዘብ ወደሚችለው ሰው ወይም ለችግርዎ መፍትሔ ሙያዊ ብቃት ወዳለው ባለሙያ በመሄድ ምክርን ይቀበሉ። በእውነትም ከምክሩ ለችግርዎ መፍትሔ እና የውስጥ ሰላምዎን የሚያድሱበት አዲስ ሐሳብ፣ ትክክለኛ አቅጣጫ እና የሕይወት መንገድ ያገኛሉ።

16. በኑሮ ውጣ ውረድ ውስጥ በምኞት አለመሳካት እና በሕይወት መሰላቸት አማካይነት ሰላሙን ያጣ ሰው የዚህችን ዓለም ውበት እና ጣዕም የናቁትን የመናንያንን ታሪክ ቢያውቅ ወይም የምናኔ መንፈስ በህሊናው ቢያሳድር ፍጹም የተረጋጋ ሰላማዊ ይሆናል።

በእውነት እርስዎም ምኞትዎ ማለቂያ እና መቋጫ ባይኖርምም እንኳን ሁሉም ነገር ጊዜውን ጠብቆ ኃላፊ እና ረጋፊ መሆኑን ከተረዱ የዚህችንም ዓለም ማለፍ ከተቀበሉ ተረጋግተው እና ሰላም አግኝተው ለመኖር አያቅትዎትም።

www.ethiopianorthodox.org