በስመ አብ ወወልድ

ወመንፈስቅዱስ አሐዱ አምላክ

አሜን፡፡

ችግሮችና መፍትሔዎቻቸው

መምህር፡- ቀሲስ ሰሎሞን ሙሉጌታ

E-mail: kesisolomon4@gmail.com

ቦታ፡- **ቦሌ ደብረ ሳሌም መድኃኔዓለም ቤተ ክርስቲያን አዳራሽ**

በየሳምንቱ ረቡዕ ምሽት ከ12፡30 – 1፡30

የካቲት ፯ ቀን ፳፻፬ ዓ.ም.

ችግሮችና መፍትሔዎቻቸው

መግቢያ

- የተለያየ መልክና መጠን ያላቸውን ችግሮች ማስተናገድ ማንም የማያመልጠው የምድራዊ ሕይወታችን ዋነኛ ገጽታ ነው።
- ችግሩ ከታወቀ በኋላ ችግሩ መፈታት የሚገባው ቢሆንም ‹‹መፍትሔው ምንድር ነው?›› የሚለው ግን በራሱ ሌላ ችግር ይሆናል።
- ማንኛውንም ችግር ለመፍታት የምንሞክርበት ተገቢው መንገድ ግን በተከሰተው ችግርና በምንከተለው መፍትሔ መካከል የእግዚአብሔርን ፈቃድ የምንፈጽምበት ነው።
- ለምሳሌ በጤንነት መጓደል ለገጠመን ችግር የሁልጊዜ መፍትሔ በሽታውን በፈውስ ማስወገድ ሳይሆን በሽታው ለመንፈሳዊ ሕይወታችን ዕድገትና ጽንዓት ከሚሰጠው ጥቅም አንጻር በእግዚአብሔር ፈቃድ የተሰጠን ሊሆን ይችላል።
- በዚህም ሁኔታ ውስጥ የሚኖረው መፍትሔ በሽታውን ተቀብሎ ተሸክሞ መኖር ይሆናል።
- ቅዱስ ጳውሎስ ይህን በመሰለ ሕይወት ለሚኖሩት ‹‹የሥጋዬ መውጊያ፥ እርሱም የሚጎስመኝ ተሰጠኝ፤›› ***2ኛ ቆሮ 12፡7፡፡*** እንዳለው መልካም ምሳሌ ነው።
- ቅዱስ ጳውሎስ ‹‹እርሱም፦ ጸጋዬ ይበቃሃል፥ ኃይሌ በድካም ይፈጸማልና አለኝ። እንግዲህ የክርስቶስ ኃይል ያድርብኝ ዘንድ በብዙ ደስታ በድካሜ ልመካ እወዳለሁ።።›› ***2ኛ ቆሮ 12፡9*** እንዳለው ይህ በግል ከሚኖር መጠን ያለፈ ደስታ የሚጠብቅ በርካታ ራእዮችንና ድንቆችንም ለመመልከት የሚያበቃ መጠበቂያ ግንብ ነው።

ችግሮችና መፍትሔዎቻቸው

ችግሮችን የምንፈታባቸው ስልቶች

1. ***<u>እግዚአብሔርን ቃል መፈለግ፡-</u>*** ችግሮችን የምንመረምርበትና የምንፈታበት ዋነኛ ቁልፍ የእግዚአብሔር ቃል ነው፡፡ የፈጠረን እግዚአብሔር በችግራችን ጊዜ ይረዳን ዘንድ ቃሉን ሰጥቶናል፡፡ ቅዱሳት መጻሕፍትን በአግባቡ መረዳት የክርስቶስ እግዚአብሔር ልብ እንዲኖረን የሚያደርገን ሲሆን ይህም ልብ የእግዚአብሔር ፈቃድ ምን እንደሆነ እንድናውቅና ወደ መፍትሔ እንድንደርስ ያበቃናል፡፡
2. ***<u>የእግዚአብሔርን ቃል ተግባራዊ ማድረግ፡-</u>*** የእግዚአብሔርን ቃል ማወቅ ከቃሉ ጋር ከመስማማትና ቃሉን በተግባር ከመፈጸም ጋር መተባበር እንዲሁም ይቅርታን፣ መግባባትን ከሁሉም በላይ የችግሮች መፍትሔ የሆነውን የፍቅርን ሥርዓትን ከመጠበቅና ከመያዝ ጋር መገናኘት ያስፈልገዋል፡፡ ራስን ዝቅ ማድረግን፣ ከወንበሮች በመጨረሻው ረድፍ መቀመጥንና ለሁሉ አገልጋይ መሆንን የሚያስተምረን መጽሐፍ ብንፈልግ ከመጽሐፍ ቅዱስ በቀር አናገኝም፡፡
3. ***<u>ራስ ወዳድነትን ማስወገድ ወይም ራስን መካድ፡-</u>*** ራስ ወዳድነትና ግትርነት ችግር እንዳይፈታ ዘወትር የሚገድቡ ግድግዳዎች ናቸው፡፡ ግጭት ዘወትር የሚጀምረው ራስ ወዳድነት ካለበት አካሄድ ነው፡፡ ‹‹በእናንተ ዘንድ ጦርና ጠብ ከወዴት ይመጣሉ? በብልቶቻችሁ ውስጥ ከሚዋጉ ከእነዚህ ከምኞቶቻችሁ አይደሉምን?...›› ***<u>ያዕ 4፡1-17፡፡</u>***

ችግሮችና መፍትሔዎቻቸው

ችግሮችን ለመፍታት የምንከተላቸው ቅደም ተከተሎች

1. ***ችግሮቹን ለይቶ ማወቅ፡-*** ፊት ለፊት ተገልጦ የሚታይ ችግር የተደበቀው ችግር መግለጫ ነው፡፡ ግርግርና መጣደፍ ያለበትን የመፍትሔ አቅጣጫ ከመከተል ችግሮቹን በጥልቀት መርምሮ ለይቶ ማወቅ እጅግ አስፈላጊ ነው፡፡ ችግሩ የተከሰተባቸውን ቦታዎች ለሽፋን ወይም ለማሳሳት መቀየር ወይም ሰዎችን ችግር አድርጎ መፈረጅ የሚያደርሰን ወደ ተዘጋ በር ወይም ሞት ወዳለበት ገደል ነው፡፡ ችግር በመሆንና የችግሩ ተጠቂ በመሆን መካከል ከፍተኛ ልዩነት አለ፡፡ በእውነት ሰዎች በሰይጣን አሳሳች አካሄድ ተጠቂዎች ናቸው፡፡ ስለዚህ ፊትለፊት በሚታየው ነገር ፈጥነን ከመታለል ይልቅ ፈጣኖች ሆነን ችግሩን ለመፍታት የሚያስችሉን የሚከተሉትን የሚመስሉ ተገቢ ጥያቄዎች እናቅርብ፡-

   - በችግሩ ተሳትፎ ያላቸው ሌሎች ጎኖች ምንድር ናቸው?
   - ለመፍትሔው እንቅፋት የሚሆኑ ምንድር ናቸው?
   - ችግሩ በትክክል ምን ይመስላል?
   - ችግሩ እንዴት ተከሰተ?
   - ችግሩ ለምን ተከሰተ?
   - የአንዳንድ እንቅስቃሴዎች ወይም አካሄድ ውጤት ምንድር ነው?

ችግሮችና መፍትሔዎቻቸው

ችግሮችን ለመፍታት የምንከተላቸው ቅደም ተከተሎች

2. ***ስሜቶቻችንን መግለጽ፡-*** የተጎዳ ስሜታችንን በተሰበረ ልብ፣ በማልቀስ፣ ወይም ችግሩን ከንስሐ አባት ወይም ከባልንጀራ ጋር ሆኖ መነጋገር እፎይታ የማግኘት እድሎችን በማፋጠን ተጎጂው ሰው እንዲያገግምና ወደ ነበረበት የተስተካከለ ሁኔታ እንዲመለስ ይረዳዋል፡፡ ጌታችን አምላካችን መድኃኒታችን ኢየሱስ ክርስቶስ ሐዘኑን በአልዓዛር መቃብር እና ስለ ኢየሩሳሌም ጥፋት በማልቀስ ገልጧል፡፡ *ዮሐ 11፡35፣ ሉቃ 19፡41-44፡፡* በርግጥ በአንዳንድ ባህሎች ስሜትን በዚህ መልኩ መግለጥን ራስን የሚያስንቅ አጋጣሚ አድርገው ይወስዱታል፤ በዚህም የተነሳ ይህ እንዳይገለጥ ሆኖ የተደበቀ ስሜት ከፍ ወዳለ ጭንቀትና የሕይወት ቀውስ ያደርሳል፡፡
3. ***በጸሎት ወደ እግዚአብሔር መገስገስ (መሮጥ)፡-*** ከእግዚአብሔር መሸሻችን ችግራችንን ወዳልተፈለገ አቅጣጫ ከመምራቱም በላይ በርግጥም ችግሩ ከትውልድ ወደ ትውልድ እየተሸጋገረ እንዲቀጥል ያደርገዋል፡፡ ስለዚህ ጸሎቱ ከሁለቱ አንዱ ዓይነት ሊሆን ይችላል፡-
    - ችግሮቼን ለመፍታት የራሴን እቅድና ውሳኔ ተግባራዊ ለማድረግ እንዲያስችለኝ ወደ እግዚአብሔር መጸለይ
    - ከእኔ የግል ፍላጎት ጋር ባይጣጣምም የእግዚአብሔር ፈቃዱ ይደረግ ይፈጸም ዘንድ ወደ እግዚአብሔር መጸለይ

- ያለ ጸሎት ሰላማዊና የጽድቅ ሕይወት ለመምራት የሚያስችለን ጥበብና መልካም ጣዕም ልናገኝ አንችልም፡፡ በተጨማሪም ጸሎት እምነትን በመጨመር ፍርሐትን ሥጋትን ጭንቀትን ይቀንሳል

ችግሮችና መፍትሔዎቻቸው

ችግሮችን ለመፍታት የምንከተላቸው ቅደም ተከተሎች

4. ***መፍትሔ ሊሆኑ የሚችሉ በርካታ አማራጮችን ማቅረብ ወይም ማዘጋጀት፡-*** በተሳሳተ መንገድ ተሳስተን የምናስባቸውን ወደጎን ትተን ችግሮች መጨረሻ የሌላቸው በርካታ መፍትሔዎች እንዳላቸው አውቀን በመፍትሔዎቹና በአማራጮቹ መካከል መለየት መቻል እንዳለብን እንረዳ፡፡ መፍትሔ ወደ ነጻነት ሲያመራ አማራጮች ግን ወደ ሽሽት፣ አቅጣጫን ወደ መለወጥ ወይም ወደ ጥፋት ሊያመሩ ይችላሉ፡፡ ለአማራጮች የምናቀርባቸው ምሳሌዎች አሉ፡፡ ከነዚህም፡-
    1. ችግሩን ለመፍታት ምንም ነገር አለማድረግ 2. ራስን ሳይሆን ሌሎችን ለመፍትሔ መወከል
    3. የውሳኔዎችን ተፈጻሚነት ማዘግየት 4. ስለመፍትሔዎቹ ማሰብን ለሌላ ጊዜ ማስተላለፍ

- ከሁሉ የሚበልጠው መፍትሔ የእግዚአብሔርን ፈቃድ የያዘውና እግዚአብሔርን የሚያሳትፈው ነው፡፡ ለመፍትሔዎች ገደብ ማስቀመጥ መፍትሔዎቹን ዘገምተኛ ያደርጋቸዋል፡፡ ለምሳሌ ሚስት ከባልዋ ጋር ችግር ገጥሟት ሳለ ችግሩን ለባልዋ መግለጥ ካልፈለገች ወደ መፍትሔው ሊደርሱ አይችሉም፡፡ ቀና አመለካከት ያለው በተስፋ የሚኖር ሰው ዘወትር ለችግሩ መፍትሔ ለመፈለግ የሚጣጣር ሲሆን ጨለምተኛ የሆነ ሰው ግን ዘወትር ችግሩን ከነመፍትሔው ያለድካም አንድ ቦታላይ ሊያገኘው ይፈልጋል፡፡

5. ***እቅድና የጊዜ ሰሌዳን ማዘጋጀት፡-*** ችግሮቻችንን ለመፍታት በምንከተለው አቅጣጫ ውጤታማ ለመሆን እቅድና እቅዱንም በተግባር ለመፈጸም የሚያስችለን የጊዜ ሰሌዳ ማዘጋጀት፡ መፍትሔውን በፍጥነት ተግባራዊ ለማድረግ ከማገዙም በላይ የመፍትሔ አቅጣጫውን እንድንከተል ያግዘናል፡፡
6. ***ሂደቶቹን መገምገም፡-*** መፍትሔ ብለን ያስቀመጥነውን አስመልክቶ የተከተልነውን አቅጣጫ ውጤታማነት እንዲሁም ያደረግነውን ጥረት ወይም ሙከራ በየጊዜው መገምገም ያስፈልገናል፡፡

ችግሮችና መፍትሔዎቻቸው

በችግሮች አፈታት ምሳሌ አድርገን የምንከተለው

- በችግሮች አፈታት ብስለቱ በመጽሐፍ ቅዱሳችን የምናገኘው ታላቁ ሰው መሪውና ለኢየሩሳሌም መታደስ ከፍተኛ ኃላፊነቱን የተወጣው ነህምያ ነው፡፡
- ነህምያ ተግባራዊ መፍትሔዎችን ለማምጣት የሚያስችለውን ስልትና አቅጣጫ በተግባር ላይ ያዋለ ታላቅ መንፈሳዊ ሰው ነው፡፡ በርግጥ ይህ አካሄዱ እርሱ ከነበረው ግላዊ ሕይወትም የመነጨ ነበር፡፡
- ነህምያ ከሁሉ ችግሮቹን ለይቶ አወቃቸው፡፡ *ነህ 1፡1-3፡፡* በዚህም እስራኤላውያንን ለሰባ ዓመት ምርኮ ያበቁት ኃጢአት፣ ተስፋ መቁረጥን ያስከተለ መንፈሳዊ ዝለት፣ ተስፋ መቁረጥና ረዳት አልባ መሆን፣ መሪና አመራር ማጣት፣ የህብት እጦትና የርስ በርስ መቆራቆስ መሆናቸውን አረጋገጠ፡፡
- እንባውን ሳይቆጥብ ፈቃዱ ምን እንደሆነ ይገልጥለት ዘንድ ወደ እግዚአብሔር ያለማቋረጥ ጸለየ፡፡ *ነህ 1፡4፡፡*
- በመቀጠልም በጊዜ የተከፋፈለ ወደ ሥራ የሚያስገባ የመፍትሔ አቅጣጫ አዘጋጅቶ ሕዝቡን በተለያየ መንገድ ከፋፈላቸው፤ የሚሠሩትንም ሥራ ሰጣቸው፡፡ ‹‹ቅጥሩም በኤሉል ወር በሀያ አምስተኛው ቀን በአምሳ ሁለት ቀን ውስጥ ተጨረሰ፡፡›› *ነህ 6፡15፡፡* እንዳለ፡፡
- ሕዝቡን በማበረታታትም ነህምያ ራሱ በሥራው ተሳታፊ ሆነ፡፡
- ነህምያ የተከተለውንም አቅጣጫ ንጉሡ ተቀብሎ ሕዝቡን ነጻ እንዲወጡ ምክንያት ሆናቸው፣ የኢየሩሳሌም ቅጥሮችና ከተማዋም ተገነቡ፡፡

ችግሮችና መፍትሔዎቻቸው

ማጠቃለያ

- ችግሮችን በመፍታት ጥረታችን ውጤታማ እንድንሆንና የእግዚአብሔርም ፈቃድ ያለበትን አቅጣጫ መከተላችንን እንድናረጋግጥ አቅጣጫችን ሊገመገም ያስፈልገዋል፡፡
- ግምገማችንም አእምሮአችንን በሰማያዊ እውቀት ሊሞላ የሚችል የእግዚአብሔርን ቃል መሠረት ያደረገ መሆን ይገባዋል፡፡
- **ጠቢቡ ሰሎሞን ‹‹የትጉህ አሳብ ወደ ጥጋብ ያደርሳል ችኵል ሰው ሁሉ ግን ለመጒደል ይቸኩላል፡፡›› *ምሳ 21፡5፡፡*** በማለት ከጻፈልን የጥበብ ቃል አማካይነት የትጉህ ሰው እቅድ እንዴት ወደ ውጤታማነት እንደሚያደርሰውና የችኩል ሰው አካሄድም እንዴት ደካማ እንደሆነ እንረዳለን፡፡
- ብዙ ጊዜ ችግሮች የሚከሰቱት የሕይወታችን ማዕከል ከሆነውና ግኑኝነታችንንም ከሚያዘውረው ራስ ወዳድነት ነው፡፡
- ራስ ወዳድነት ያለባቸውን አስተሳሰቦችና ፍላጎቶች ወደ ጎን በመተው ቤተሰባዊ ፍቅርን ሊያንጽ ወደ ሚችለው አቅጣጫ ማዘንበል ሰዎች በሰላምና በመደጋገፍ እንዲኖሩ ያደርጋቸዋል፡፡
- መፍትሔዎቻችንን በማቀናጀት ለተግባራዊነታቸውም የጊዜ ገደብ ማስቀመጥ ይህንም እንዴት እንደፈጸምነው መገምገም በሕይወት፣ በአገልግሎት በሥራ ኃላፊነቶቻችን ሁሉ ጠቃሚ ስለሆኑ ከነህምያ ተምረን እነዚህን አቅጣጫዎች እንከተላቸው፡፡

ወስብሐት ለእግዚአብሔር።

For your queries or questions E-mail:
kesisolomon4@gmail.com

To get all the lessons, surf :
www.zeorthodox.org