በስመ አብ ወወልድ ወመንፈስቅዱስ

አሐዱ አምላክ አሜን፡፡

# የክርስቲያናዊ ትዳር ሀ ሁ... - ክፍል 10


**መምህር፡- ቀሲስ ሰሎሞን ሙሉጌታ**

**E-mail:** kesisolomon4@gmail.com


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

በየሳምንቱ ረቡዕ ምሽት ከ12፡30 – 1፡30

ግንቦት ፩ ቀን ፳፻፬ ዓ.ም.

# የክርስቲያናዊ ትዳር ሀ ሁ… - ክፍል 10

## ትሕትና

- ‹‹ቀንበሬን በላያችሁ ተሸከሙ ከእኔም ተማሩ፥ እኔ የዋህ በልቤም ትሑት ነኝና፥ ለነፍሳችሁም ዕረፍት ታገኛላችሁ፡፡›› *ማቴ 11:29፡፡*

## በርካታ ባለትዳሮች ስለምን ሰላምን እንዲሁ የሚበዙ ነፍሳትስ ስለምን ‹‹እረፍትን›› ያጣሉ?

- ምናልባት ዋናው ምክንያት ከሁሉም ይልቅ ውድ የሆነውን ‹‹በልብ ትሑት›› የመሆን ሀብት ስለሌላቸው ሊሆን ይችላል፡፡
- በልቡ ትሑት የሆነ ሰው በሰው ሁሉ ዘንድ እየተመሰገነ በደስታ፣ በሰላምና፣ በእርካታ የሚኖር ነው፡፡
- በልቡ ትሑት የሆነ ሰው በጥቂቱ ደስ የሚሰኝና ነገሮችንም ሁሉ ሳያከብዳቸው አቅሎ የሚቀበል ነው፡፡
- **በልቡ ትሑት የሆነ ሰው፡-**
    - ነገሮች ሁሉ መልካም እንደሆኑ አድርጎ ያስባል፡፡
    - ስለራሱ ድክመትና ጉድለት አስቀድሞ በመረዳት ማንንም የማይወቅስና የማይከስ ነው፡፡
    - ሁሉን የሚያገለግል፣ ሁሉን የሚያመሰግን ነው፡፡
    - በነገሮች ሁሉ ፈገግታ የሚነበብበት ነው፡፡

# የክርስቲያናዊ ትዳር ሀ ሁ… - ክፍል 10

## ትሕትና

- በልቡ ትሑት የሆነ ባል ወይም በልብዋ ትሑት የሆነች ሚስት በእውነት የእግዚአብሔር ስጦታ ናቸው።
- በልቡ ትሑት የሆነ ባል ሚስቱ ያዘጋጀችለትን ሁሉ በደስታ ይቀበላል፣ መልካም ወዳልሆነ ሁኔታ የተለወጠ ነገር እንኳ ቢኖር በተሻለ መንገድ እንድታስተካክለው ያበረታታል፣ አስፈላጊ ሲሆን በቤት ውስጥ በሚኖር ሥራ ሁሉ ይራዳታል፣ ምንም ዓይነት ስሕተት ብትሠራ ይቅር ለማለት ዝግጁ ነው፣ ከሚስቱ ለመማር ስንዱ ነው፣ በሚስቱ ስኬትና ውጤታማነት ይደሰታል፣ በመካከላቸው በሚፈጠር ማንኛውም አለመግባባት ወይም ስህተትራሱን ለመውቀስ ዝግጁ ነው፣ ሚስቱን ወደ ሚያስደስታት ነገር ይፋጠናል እንጂ ዘወትር በሚስቱ ስህተት ላይ እጁን ሲጠቁም አይገኝም፡፣
- በልብዋ ትሑት የሆነች ሚስት ስፍር ቁጥር በሌላቸው የፍላጎቶች ጥያቄ ባልዋን አታስመርረውም፣ የሌሎች ባሎች ለሚስቶቻቸው የሚያደርጉትን እያየች ራስዋን በዚህ ነገር ውስጥ በመጨመር ስታነጻጽር አትገኝም፣ አጋዥና አበረታች ናት፣ ይቅር የምትልና ነገርን ሁሉ የምትረሳ ናት፣ የባልዋን ንዴት በሥራው ቦታ ከገጠመው ነገር ወይም በመንገድ ካገኘው ክስተት የመጣ…

# የክርስቲያናዊ ትዳር ሀ ሁ… - ክፍል 10

## ትሕትና

- … ነው የሚል ይቅር ለማለት የሚያስችላት ምክንያት እያዘጋጀች ለመቀበል የተዘጋጀች ናት፣ የባልዋን ምክር በረጋ መንፈስ የምትቀበል ናት፣ ለባልዋ የሚያስደስተውን ለማድረግ ትፋጠናለች፣ ባልዋን ደስ ለማሰኘት ስትል የራስዋን ደስታ ለመተው የተዘጋጀች ናት፣ ባልዋ ወሳኝ ቀናቶች (የልደትዋን፣ የጋብቻቸውን፣ የሠርጋቸውን ቀን… ወዘተ) መርሳቱን ይቅር የምትልና በአጠቃላይ ወንዶች በዚህ ጉዳይ በጣም ጥሩ አለመሆናቸውን የምትረዳ ሆና ባልዋ በሚደርስበት የስኬት ሕይወት ሁሉ አድናቆትዋን የምትገልጽ፣ ብርታትና እገዛን ማድረግንም የማታጓድል ናት፡፡

## ታዲያ ‹‹በልብ ትሑታን›› ካልሆን ይህም ሕይወት የሌለን ከሆን የልብ ትሕትናን እንዴት ልንጎናጸፈው እንችላለን?

- ይህን የእውነተኛ ደስታ ብሎም የአእምሮና የልብ ሰላም የምንጎናጸፍበት ቁልፍ የሆነውን በረከት ለማግኘት ከሚያስችሉን መንገዶች ውስጥ ቢያንስ የሚከተሉትን ሦስት ልምምዶች ማድረግ ይጠበቅብናል፡፡ እነዚህም፡-

# የክርስቲያናዊ ትዳር ሀ ሁ… - ክፍል 10

## 1. ሳያቋርጡ ማመስገን

- ባለትዳሮች በሕይወታቸው የሚከሰተው ምንም ይሁን ምን ተቀብለው እያመሰገኑ ለመኖር ወስነው በሁሉና ስለሁሉ ጌታችንን የሚያመሰግኑት ከሆኑ በርግጥም ጌታችን በልቦና ትሑታን የመሆንን በረከት ይሰጣቸዋል፡፡ በዚሁም በረከት የተነሳ ፍጹም የአእምሮ ሰላምና የልቦና እረፍት አግኝተው በምድር ላይ ይኖራሉ ዘላለማዊ ሕይወትንም ይወርሳሉ፡፡ ‹‹ሳታቋርጡ ጸልዩ፤ በሁሉ አመስግኑ፤ ይህ የእግዚአብሔር ፈቃድ በክርስቶስ ኢየሱስ ወደ እናንተ ነውና፡፡›› ***ቀዳ ተሰ 5፡17-18፡፡***

## 2. ራስን መመርመር

- ባልና ሚስት እያንዳንቸው ራሳቸውን በመመርመር የሠሩትን ስህተታቸውን ሁሉ አውቀው ስህተታቸውን፣ ጥፋታቸውንና፣ ኃጢአታቸውን ሁሉ ተረድተው ጌታችን እንዲያርማቸውና ይቅርም እንዲላቸው በእውነተኛ ንስሐ ሆነው ሁሉን በእግሩ ሥር በመጣል ቢጠይቁት በርግጥም ይህን ታላቅ መንፈሳዊ የትሕትና በረከትና ሕይወት ይሰጣቸዋል፡፡
- የንስሐ እንባና ጸጸት መንፈስን ያነጻል የደነደነውንም ልብ አለስልሶ ወደ ንጹሕና ትሑት ልብ ይለውጠዋል፡፡ ‹‹የእግዚአብሔር መሥዋዕት የተሰበረ መንፈስ ነው፥ የተሰበርውንና የተዋረደውን ልብ እግዚአብሔር አይንቅም፡፡›› ***መዝ 50፡17፡፡***

# የክርስቲያናዊ ትዳር ሀ ሁ… - ክፍል 10

## 3. ራስን መስጠት

- ባለትዳሮች ራስን ለመስጠት የሚያስችለውን መንፈሳዊ ሀብት ለማግኘት እጅግ ከፍ ያለ ጥረት ሲያደርጉ ከጌታችንና ከአምላካችን የትሕትናን መንፈሳዊ ሀብት፣ ጸጋና በረከት ይቀበላሉ። የኃጢአትና የክፋት ሁሉ እናት በሆነችው በትዕቢት ወይም በኩራት ተጠልፈን እንዳንወድቅ የምንጠነቀቀውም ለዚሁ ነው።
- አቤቱ!!! አስፈሪ በሆነው የትዕቢት ኃጢአት የተነሳ ስንት ትዳር ፈረሰ!!!
- በበዛ ትምክህትና ኩራት ተውጠው ‹‹ፈጽሜ ተሳስቼ አላውቅም…፣ መሥራት ያለብኝን ሁሉ ሠርቻለሁ…፣ ከእኔ የሚጠበቀውን ሁሉ ሙሉ በሙሉ አድርጌአለሁ…፣ሁልጊዜ ትክክል ነኝ…፣ በቀላሉ አይገባህም/አይገባሽም…›› በማለት የሚገኙ ባል ወይም ሚስት ስናይ ምንነታቸውን በንግራቸው ደካማነት የተነሳ ለይተን ማወቅ እንችላለን።
- ፈራጅነት፣ ቁጣ፣ ስድብ፣ ነውጠኝነት፣ አሽባሪነት… ወዘተ ኃጢአቶች የሚወለዱት ከትዕቢት ነው። ‹‹ለራሱ ጠቢብ የሆነ የሚምስለውን ሰው አየኸውን? ከእርሱ ይልቅ ለሰነፍ ተስፋ አለው።›› *ምሳ 26፡12።* ትዕቢት የልቡናን ትሕትና የመሰለ መንፈሳዊ ሀብት በመጎናጸፍ ካልሆነ በቀር ፈጽሞ ሊታከም የሚችል አይደለም። የልብ ትሕትናም በፍጹም መሻት፡ በቅን  ልቦና ሆኖ በመጣጣርና በማያቋርጥም ጸሎት በመትጋት ይገኛል።
- የተወደዳችሁ ሆይ! ጌታችን የልብ ትሕትናን ሕይወት በፈተና ውስጥ አልፈን እናገኘው ዘንድ ፈቅዶ እንደሆነ ካልተፈተንን ላናገኘው እንችላለን።

# የክርስቲያናዊ ትዳር ሀ ሁ… - ክፍል 10

## የውስጡን መመልከት

- ‹‹እግዚአብሔር ግን ሳሙኤልን፦ ፊቱን የቁመቱንም ዘለግታ አትይ ሰው እንዲያይ እግዚአብሔር አያይምና ናቅሁት ሰው ፊትን ያያል፥ እግዚአብሔር ግን ልብን ያያል አለው።›› *ቀዳ ሳሙ 16፡7።*
- ባለትዳሮች አንድ ነፍስ ሆነን እንኖር ዘንድ የሚያስችለን ነገሮችን በመንፈሳዊ ጨረር በነፍሳችን በጥልቀት የምንመለከትበት ውስጣዊ አመለካከት ማዳበር አለብን።
- ተራ ሰዎች በውጫዊ ነገሮች (ተክለ ቁመና፣ ውድ ልብሶች፣ ውብ መልክ፣ የተወደዱ ጌጣጌጦች፣ ከልክ ያለፉ የተትረፈረፉ ቁሶች የበዙባቸው መኪናዎች … ወዘተ) የሚሸነፉ ሲሆን ጌታችን አምላካችን ክርስቶስ ግን ውሳጣዊ ልቦናችንንና ነፍሳችንን ይመለከታል።
- እኛም ደስተኛ ሕይወት ለመምራት እንዲያስችለን ማዳበር የሚያስፈልገን እንደጌታችን ያለውን የውስጡን የመመልከት ሕይወት ነው። ‹‹መንፈሳዊ ሰው ግን ሁሉን ይመረምራል ራሱ ግን በማንም አይመረመርም።›› *ቀዳ ቆሮ 2፡15።*
- የተወደዳችሁ ወንዶች! በሚስቶቻችሁ ንዴት ውስጥ የእናንተን ፍቅር፣ ክብካቤና እገዛ ለማግኘት መራባቸውንና መናፈቃቸውን ተመልከቱ።
- የተወደዳችሁ ሴቶች! በባሎቻችሁ ፍጹም ምሬትና ንዴት ውስጥ ባለማቋረጥ ጥያቄያቸውንና ፍላጎታቸውን ቸል በማለታችሁ የተከተለውን ነገር ተመልከቱ።

# የክርስቲያናዊ ትዳር ሀ ሁ… - ክፍል 10

## የውስጡን መመልከት

- የተወደዳችሁ ወንዶችና ሴቶች! በልጆቻችሁ ንዴት ወይም እረፍት አልባነት ውስጥ ችግሩ የመነጨው በፈለጋችሁ ጊዜ አብራችሁ ካለመሆናችሁ እንደሆነ በጥልቀት ተመልከቱ፡፡
- ‹‹ቅን ፍርድ ፍረዱ እንጂ በመልክ አትፍረዱ፡፡›› *ዮሐ 7፡24፡፡* እንደተባልነው ለማድረግ ከእያንዳንዱ እንግዳ ጠባይ ወይም ነገር በስተጀርባ ያለውን ምክንያት መርምረን መረዳት የሚያስችለን ጥበብ ይሰጠን ዘንድ ጌታችንን በጸሎት እንጠይቀው፡፡ *ካል ቆሮ 4፡6፡፡*
- ይህም ጥበብ አብዝቶ በመጸለይ፣ ቅዱሳት መጻሕፍትን በማጥናትና ምስጢራቸውንም ለመረዳት የሚያስችለውን የመጻሕፍቱን ትርጓሜ በማጥናት ካልሆነ በቀር በቀላሉ አይገኝም፡፡ ‹‹የማይታየውን እንጂ የሚታየውን ባንመለከት፥ ቀላል የሆነ የጊዜው መከራችን የክብርን የዘላለም ብዛት ከሁሉ መጠን ይልቅ ያደርግልናልና፤ የሚታየው የጊዜው ነውና፥ የማይታየው ግን የዘላለም ነው፡፡›› *ካል ቆሮ 4፡18፡፡*
- የተወደዳችሁ ባሎች! ትኩረታችሁን በሚስቶቻችሁ ውጫዊ ገጽታ ላይ ሳይሆን በልቦናቸውና አእምሮአቸው ላይ አድርጉ፡፡
- የተወደዳችሁ ሚስቶች! ትኩረታችሁን በባሎቻችሁ ገንዘብና ሥልጣን ላይ ሳይሆን በመንፈሳቸውና ጠባያቸው ላይ አድርጉ፡፡

# የክርስቲያናዊ ትዳር ሀ ሁ... - ክፍል 10

**የውስጡን መመልከት**

- የተወደዳችሁ ባሎችና ሚስቶች! ትኩረታችሁን በምታገኙት ገንዘብ ወይም ባላችሁ ቁሳዊ ሀብት ላይ ወይም በሕወታችሁ ባገኛችሁት ስኬት ላይ ሳይሆን በጋራ በምትመሩት ሕይወታችሁ ስላላችሁ ንጹሕና ይሁን፡፡
- ‹‹ለሁለት ጌቶች መገዛት የሚቻለው ማንም የለም፤ ወይም አንዱን ይጠላል ሁለተኛውንም ይወዳል፤ ወይም ወደ አንዱ ይጠጋል ሁለተኛውንም ይንቃል፤ ለእግዚአብሔርና ለገንዘብ መገዛት አትችሉም፡፡ስለዚህ እላችኋለሁ፥ ስለ ነፍሳችሁ በምትበሉትና በምትጠጡት፥ ወይም ስለ ሰውነታችሁ በምትለብሱት አትጨነቁ፤ ነፍስ ከመብል ሰውነትም ከልብስ አይበልጥምን?ወደ ሰማይ ወፎች ተመልከቱ፤ አይዘሩም አያጭዱምም በጎተራም አይከቱም፥ የሰማዩ አባታችሁም ይመግባቸዋል፤ እናንተ ከእነርሱ እጅግ አትበልጡምን?›› ***ማቴ 6፡24-26፡፡***

# ይቆየን።

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

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