አብይ ዖም፡-

አብይ ዖም መባሉ ትልቅና ታላቅ ዖም መሆኑን ለማሳወቅ ነው። ይህ ዖም ታላቅ መባሉም ለ፶፭ ቀናት ያህል መፆሙ እና ከሌሎቹ አፅዋማት ጋር ሲነፃፀር በቁጥር መብለጡ ብቻ ሳይሆን ጌታችን አምላካችን መድኃኒታችን ኢየሱስ ክርስቶስ በገዳመ ቆሮንቶስ መፆም ሳይገባው ለእኛ አርአያ እና ትልቅ ምሳሌ ለመሆን የፆመው ፆምም በመሆኑ ነው።

ወንጌላዊው ቅዱስ ሉቃስ በወንጌሉ መልእክት ላይ «የሰው ልጅ የጠፋውን ሊፈልግና ሊያድን መጥቷልና» የተሰኘውን አምላካዊ ቃል (ሉቃ.፲፱፡፲)አስፍሮልን ስንመለከት አምላካችን ወድ ምድር መምጣቱ የሰውን ልጅ ከውድቀቱ ሊያነሣው መሆኑ ሳይነገር የታወቀ ሳይታለም የተፈታ ነው። ዲያብሎስም በበኩሉ ባለው የማጥመጃ መሳሪያና የማሰሪያ ሰንሰለት ተጠቅሞ የሰውን ልጅ ከአምላክ አለያይቶ ፣ ከተድላው አርቆ ፣ ከገነት አውጥቶ ፣ የመንግሥተ ሰማያትን መንገድ አዘግቶ እና ዘላለማዊ ሕይወትን አሳጥቶ መኖርን ስለሚፈልገው በተቻለው ሁሉ ይህንን ግብሩን ሲያደላድል ይኖራል። መድኃኒታችን ኢየሱስ ክርስቶስ ወደ ሕይወት እንድንደርስ ሳያሸልብ እንደሚጠብቀን ሁሉ ከሳሽ ዲያብሎስም ሳያሸልብ መውደቂያችንን ሲያመቻች ይኖራል።

በማቴዎስ ወንጌል ምዕራፍ ፬፡፩-፲፩ አምላካችን ጌታችንና መድኃኒታችን ኢየሱስ ክርስቶስ በዮሐንስ እጅ ከተጠመቀ በኋላ ወደ ገዳመ ቆሮንቶስ በመሄድ ፵ ቀንና ፵ ሌሊት እንደ ጦመ በዚያም በዲያብሎስ እንደተፈተነና ዲያብሎስን ድል እንዳደረገው ተዘግቦ ይገኛል። በፆም ድል ማድረግን ጌታ ያስተማረን ከሳሽ ዲያብሎስ አዳምና ሔዋንን ባሳተበት ግብሩ ፍጹም አምላክ ፍጹም ሰው የሆነውን ጌታ ሥጋ ለብሶ ቢያየው ከመጽሐፍ ጥቅስ እየጠቀሰና የእግዚአብሔርን ቃል እየተናገረ ሊያስተው ቢሞክርም አሳች ዕቅዱ መክኖ መቅረቱን ነው።

ዮሐንስ በአንደኛ መልዕክቱ ምዕራፍ ፫፡፰ ላይ «የዲያብሎስን ሥራ ሊያፈርስ የእግዚአብሔር ልጅ ተገለጠ» እንዳለው ሁሉ በ፵ ቀንና በ፵ ሌሊት ፆም የዲያብሎስ ሥራ ሲፈራርስ ታየ። አዳምን በመብል ያሳተ የቀደመው አባብ ሰይጣን ዲያብሎስ ዳግም በመብል ፈትኖ ገነት እንደተዘጋች እንድትኖር ቢያልምም ኅልሙ እውን ፣ መከራው አዎንታዊ ፣ ጥረቱ ተግባራዊ ሳይሆን ቀርቷል። የዲያብሎስን ሥራ ሊያፈርስ የተገለጠው የእግዚአብሔር ልጅም በፆም ድል ማድረግን ለእኛ አስተምሮናል። እኛም በዚህ በአብይ ፆም የለመነውና የጠየቅነው ነገር ሁሉ ከኃጢአት በስተቀር እንዲከናወንልን ፆምን ገንዘባችን እናድርግ። በፆም የተጠቀሙ ቅዱሳን አባቶችና ቅዱሳን እናቶች እንዳሉን እናስተውል። በተለይ አሁን በቤተ ክርስቲያን ላይ እየደረሰ በሚታየው አስቸጋሪ ፈተና እያንዳንዳችን ልባዊ ፆም በመፆም ልዑል እግዚአብሔር የፀሎታችንን ምላሽ እንዲሰጠን እንማፀን።

ከዚህ በታች ደግሞ ቤተ ክርስቲያናችን የሰምንቱ አበይት ሳምንታትን ስያሜ ቀድማ እንዳዘጋችልን የታወቀ በመሆኑ እኛም ደግሞ የእነኝህን ሳምንታት ስያሜ በማገናዘብ ፣ ምሥጢራቸውንም በመረዳት ፆማችንን እንድናሰብ በቅደም ተከተል አስፍረናቸዋል።

አንደኛ ሰንበት (ሳምንት)፡- ዘወረደ ተብሎ ይታወቃል።

በዚህ ቀን ስለ ኢየሱስ ክርስቶስ ከሰማይ ወደ ምድር መውረድ ይሰበካል ይዘመራል። ሰውም በታላቅ ፍርሃትና ወደ አምላክ መቅረብ እንዳለበት ይነገርበታል።

ምስባኩም፡- መዝ.፸፫፡፲፭ ነው።

ተቀነዩ ለእግዚአብሔር በፍርሃት	ለእግዚአብሔር በፍርሃት ተገዙ
ወተሐሰዩ ሎቱ በረዓድ	በርአድም ደስ ይበላችሁ
አፅንአዋ ለጥበብ ከመ ኢይትመዐፅ	ተግሣጹን ተቀበሉ ጌታ እንዳይቆጣ.

ወንጌሉም ዮሐ.፫፡፲-፳፭ ነው።

በቅዳሴ ጊዜ የሚነበቡት ጥቅሶችም፡-

ዕብ. ፲፫፡፯-፲፮ ፤
ያዕቆብ ፬፡፯- እስከ ፍጻሜ ፤
የሐዋ.ሥራ ፳፭፡፲፫ እስከ ፍጻሜ ።

ሁለተኛ ሰንበት (ሳምንት) ፦ ቅድስት ተብሎ ይታወቃል።

በዚህ ቀን ለእግዚአብሔር መቀደስ እንደሚገባን ቤተ ክርስቲያን ስለ ቅድስና ታስተምረናለች። ስለ እግዚአብሔርም ምሕረትና ስለ ቅድስናው ትምሕርት ይሰጣል።

ምስባኩም፦ መዝ.፺፭፡፮ ነው።

እግዚአብሔርስ ሰማያተ ገብረ — እግዚአብሔር ግን ሰማያትን ሠራ
አሚን ወሠናይት ቅድሜሁ — ምስጋና ውበት በፊቱ
ቅድሳት ወዕበየ ስብሐት ውስተ መቅደሱ — ቅድስንትና ግርማ በመቅደሱ ውስጥ ናቸው

ወንጌልም ማቴ. ፮፡፲፯-፳፭ ነው።

በቅዳሴ ጊዜ የሚነበቡት ጥቅሶችም፦

፩ተሰ.፬፡፩-፲፫ ፤
፩ጴጥ.፩፡፲፫-እስከ ፍጻሜ ፤
የሐዋ.ሥራ ፲፡፲፯-፴ ።

ሦስተኛ ሰንበት (ሳምንት) ፦ ምኩራብ ተብሎ ይታወቃል።

በዚህ ቀን ቤተ መቅደስን አስመልክቶ ትምህርት ይሰጣል። ጌታችንም በምኩራብ ገብቶ ስለማስተማሩ በሰፊው ይነገራል።

ምስባኩም፦ መዝ.፷፭፡፬ ነው።

እስመ ቅንዐተ ቤትከ በልዐኒ — የቤትህ ቅናት በልቶኛል
ትዕይርቶሙ ለእለይትዔየሩከ ወድቀ ላዕሌየ — የሚሰድቡህምስድብ በላዬ ወድቆብኛልና
ወቀጻዕክዋ በጾም ለነፍስየ — ነፍሴን በጾም አስመረርኩአት

ወንጌልም ዮሐ.፪፡፲፪-እስከ ፍጻሜ ነው።

በቅዳሴ ጊዜ የሚነበቡት ጥቅሶችም፦

ቆላ.፪፡፲፯-እስከ ፍጻሜ ፤
ያዕ.፪፡፲፬-እስከ ፍጻሜ ፤
የሐዋ.ሥራ ፲፡፭-፱ ።

አራተኛ ሰንበት (ሳምንት) ፦ መፃጉዕ ተብሎ ይታወቃል።

በዚህ ቀን ኢየሱስ ክርስቶስ በተለያዩ በሽታዎች ተይዘው ያሉትን ድውያንን ስለ መፈወሱ ፤ ስለ ታላቅ ክብሩና ስለ ከሀሊነቱ ይሰበካል።

ምስባኩም፦ መዝ.፶፡፫-፬ ነው።

እግዚአብሔር ይረድአ ውስተ ዐራተ ሕማሙ — እግዚአብሔር በደዌው አልጋ ሳለ ይረዳዋል
ወይመይጥሎቱ ኩሎ ምስካቤሁ እምደዌሁ — መኝታውን ሁሉ ለበሽታው ጊዜ ያነጥፍለታል
አነሰ እቤ እግዚኦ ተሣህለኒ — እኔስ አቤቱ ማረኝ

ወንጌልም ዮሐ.፭፡፭-፲፭።

በቅዳሴ ጊዜ የሚነበቡት ጥቅሶችም፦

ገላ.፭፡፭-እስከ ፍጻሜ ፤
ያዕ.፭፡፲፬-እስከ ፍጻሜ ፤
የሐዋ.ሥራ ፫፡፭-፲፪ ።

አምስተኛ ሰንበት (ሳምንት) ፦ ደብረ ዘይት ተብሎ ይታወቃል።

በዚህ ቀን ስለ መድኃኒታችን ኢየሱስ ክርስቶስ ዳግም ወደ ምድር ስለመምጣቱ (ዳግም ምፅአቱ) ይሰበካል። ይህን ዓለምንም አሳልፎ ለመረጣቸውና ላከበራቸው ዘላለማዊ መንግሥትን ሊያወርሳቸው እንደሚመጣ ይነገርበታል። ይህ ቀንም እኩለ ዖም በመባል

የሚታወቅ ሲሆን በዚህች በተለየች ቀንም ሁሉም እንደ የሥራው ፍርዱን ከአምላክ የሚቀበልበት መሆኑ ፤ መልካም ላደረጉ መልካም እንደሚመለስላቸው ክፉም ላደረጉ የክፋታቸውን ዋጋ እንደሚያገኙ ይሰበካል። ጌታም የአባቴ ቡሩካን የተዘጋጀላችሁን የክብር ቦታ ውረሱ በማለት ወዳጆቹን እንደሚጠራ ይነገራል።

ምስባኩም፦ መዝ.፺፱፡፫ ነው።
እግዚአብሔርሰ ገሀደ ይመጽዕ እግዚአብሔር ግልጥ ሆኖ ይመጣል
ወአምላክነሂ ኢያረምም አምላካችን ይመጣል ዝምም አይልም
እሳት ይነድድ ቅድሜሁ እሳት በፊቱ ይቃጠላል

ወንጌሉም ማቴ.፳፬፡፩-፴፯ ነው።
በቅዳሴ ጊዜ የሚነበቡት ጥቅሶችም፦
፩ተሰ.፬፡-፲፫-እስከ ፍጻሜ ፤
፪ጴጥ.፫፡፯-፲፭ ፤
የሐዋ.ሥራ ፳፬፡፩-፳፪ ።

ስድስተኛ ሰንበት (ሳምንት) ፦ ገብርኄር ተብሎ ይታወቃል።

በዚህ ቀን ስለ ቅን አገልግሎትና ታማኝነት ይሰበካል።

ምስባኩም፦ መዝ.፻፱፡፭ ነው።
ከመ እግበር ፈቃድከ መከርኩ አምላኪየ አምላኬ ሆይ ፈቃድህን ለማድረግ ወደድኩ
ወሕግከኒ በማዕከለ ከርሥየ ሕግህም በልቤ ውስጥ ነው ዜናኩ
ጽድቀከ በማኅበር ዐቢይ በታላቅ ጉባዔ ጽድቅህን አወራሁ

ወንጌሉም ማቴ.፳፭፡፲፬-፴፩ ነው።
በቅዳሴ ጊዜ የሚነበቡት ጥቅሶችም፦
፪ጢሞ.፪፡፩-፲፯ ፤
፩ጴጥ.፭፡፩-፲፪ ፤
የሐዋ.ሥራ ፩፡፮-፱ ።

ሰባተኛ ሰንበት (ሳምንት) ፦ ኒቆዲሞስ ተብሎ ይታወቃል።

በዚህ ቀን ኒቆዲሞስ በሌሊት ወደ አምላካችን ጌታችንና መድኃኒታችን ኢየሱስ ክርስቶስ በሌሊት እየመጣ ስለ መማሩና ጌታም ስለ ምስጢረ ጥምቀትና ስለ ዳግም መወለድ እንዳስተማረው ይነገራል።

ምስባኩም፦ መዝ.፲፯፡፫ ነው።
ሐወጽከኒ ሌሊተ ወፈተንከ ለልብየ ልቤን ፈተንከው በሌሊትም ጎበኘኸኝ
አመከርከኒ ወኢተረክበ ዓመጻ በላዕሌየ ፈተንኸኝ ምንም አላገኘህብኝም
ከመ ኢይንብብ አፋየ ግብረ ዕጓለእመሕያው የሰውን ሥራ አፌ እንዳይናገር ፈቃዴ ነው

ወንጌሉም ዮሐ.፫፡፩-፳ ነው።
በቅዳሴ ጊዜ የሚነበቡት ጥቅሶችም፦
ሮሜ.፮፡፩-፱ ፤
፩ዮሐ.፬፡፲፰-እስከ ፍጻሜ ፤
የሐዋ.ሥራ ፭፡፴፬-እስከ ፍጻሜ ።

ስምንተኛ ሰንበት (ሳምንት) ፦ ሆሣዕና ተብሎ ይታወቃል።

በዚህ ቀን እግዚአብሔር ልባቸው ወደ ተሰበረ ሰዎች እንደሚመለከት ፤ የተናቀውንም እንደሚመርጥ ፤ የታሰሩትንም ከተለያዩ ባርነታቸው እንደሚፈታቸው ፤ ነፃነት በእግዚአብሔር እንደሚገኝ ፤ ሕፃናት ለምስጋና የተዘጋጁ መሆናቸው እና ሌሎችም

ሆሣዕናን በተመለከተ ያሉ ነገሮች ይሰበካሉ። የሆሣዕና ዕለት ከዋዜማው ጀምሮ የሚሰበኩ ምስባኮች ብዙ ናቸውና እያንዳንዱን በቅደም ተከተል እንደ ግጻዌው አውጥተናቸዋል። እነርሱም፦

በቅዳሜ ዋዜማ፦

በመባቻ ቀን በከፍተኛው በዓላችን መለከትን ንፉ..መዝ.፹፡፩
ወንጌሉም ዮሐ.፲፪፡፩፡፲፪ ነው።

የዋዜማው ዕለት የሚነበቡት ጥቅሶችም፦

ዕብ.፰፡፩-እስከ ፍጻሜ ፤
፩ጴጥ.፩፡፲፫-፳፩ ፤
የሐዋ.ሥራ ፰፡፳፯-እስከ ፍጻሜ።

ቅዳሜ የሆሣዕና ሌሊት የሚሰበከው ምስባክ፦

በእግዚአብሔር ስም የሚመጣ የተባረከ ነው.....መዝ.፻፲፯፡፳፮
ወንጌሉም ሉቃ.፲፱፡፩-፲፩ ነው።

በቤተ መቅደስ እየተዘረ የሚሰበከው ምስባክና የሚነበበው ወንጌል ፦

ወደ እግዚአብሔር ቤት እንሂድ ባሉኝ ጊዜ ደስ አለኝ..መዝ.፻፳፩ ፤፩
ወንጌሉም ማቴ.፳፡፳፱-እስከ ፍጻሜ ነው።

ኢየሩሳሌም ሆይ እግዚአብሔርን አመስግኚ....መዝ.፻፵፯፡፩-፫
ወንጌሉም ማር.፲፡፵፯-እስከ ፍጻሜ ነው።

እስከ መሰዊያዊው ቀንዶች ድረስ.....መዝ.፻፲፯፡፳፯
ወንጌሉም ሉቃ.፲፳፡፵፭ ነው።

በጽዮን ለሚኖር ለእግዚአብሔር ዘምሩ....መዝ.፱፡፲፩
ወንጌሉም ማቴ.፳፩፡፩-፲፳ ነው።

ከሚጠቡትና ከሕፃናት አፍ ምስጋናን አዘጋጀህልኝ...መዝ.፰፡፪
ወንጌሉም ማር.፲፩፡፩-፲፫ ነው።

ከፀሐይ መውጫ እስከ መግቢያዋ ድረስ ምድርን ጠራት...መዝ. ፵፱፡፩-፫
ወንጌሉም ሉቃ.፲፱፡፳፯-እስከ ፍጻሜ ነው።

በቅዳሴ ሰዓት የሚሆነው ምስባክ፦ መዝ.፰፡፪ ነው።

እም አፈ ደቂቀ ወሕፃናት አስተዳሎከ ስብሐተ በእንተ ጸላኢ
ከመ ትንሥቶ ለጸላኢ ወለገፋኢ

ከሚጠቡትና ከሕፃናት አፍ ምስጋናን አዘጋጀህልኝ ስለ ጠላትህ
ጠላትንና ቂመኛን ለማጥፋት

ወንጌሉም ዮሐ.፲፩-፵፩ ነው።

በቅዳሴ ጊዜ የሚነበቡት ጥቅሶችም፦

ዕብ.፰፡፩-እስከ ፍጻሜ ፤
፩ጴጥ.፩፡፲፫-፳፩ ፤
የሐዋ.ሥራ ፰፡፳፯-እስከ ፍጻሜ።

በደብረ ሰላም መድኃኔዓለም የኢትዮጵያ ኦርቶዶክስ
ተዋሕዶ ቤተ ክርስቲያን ሰንበት ትምህርት ቤት ትምህርት ክፍል
የካቲት ፲፩/፳፻፩ ዓ.ም