ሕማሙን በማሰብ ሰውነታችንን እንጎስም

1,ጌታ ሆይ ስለኔ የከፈልከውን በማሰብ በብዙ ደስታ ዋጋ ከፍላለው

2,አባት ሆይ ስለኔ የተቀበልከውን መከራ እንደአቅሜ እካፈል ዘንድ እወዳለው

3, አይሁድ ያቃለሉህ የጎተቱህ ሆይ

ስለኔ መድከም መንገላታትህን እያሰብኩ

(ጀርባዬን እገርፋለው)

4,ደዌአችንን የያዝክ ህመማችንን የተሸከምክ ሆይ

ስለኔ መቁሰልህን ደዌዬን መሸከምህን እያሰብኩ

(ጀርባዬን እገርፋለው)

5, በቁስልህ ቁስላችንን ያከምክ ሆይ

ህማምህንእያሰብኩ

(ጀርባዬን እገርፋለው)

6, የሁሉ ገዢ በ 30 ብር የተሸጥክ ሆይ

በወዳጅ መከዳትህን እያሰብኩ

(ጀርባዬን እገርፋለው)

7, ስለኔ የኋሊት የታሰርክ በየመንገዱ የተጣልክ የተረገጥክ ሆይ
መውደቅ መነሳትህን መንገላታትህን እያሰብኩ
(ጀርባዬን እገርፋለው)

8, የክብርን ሐክሊል ልታቀዳጀኝ የእሾህን አክሊል የተቀዳጀህ ሆይ
አጥንትህን ሰርስሮ የገባውን የእሾህ ሐክሊል እያሰብኩ
(ጀርባዬን እገርፋለው)

9, የኔን ሐፍረት ለመሸፈን ልብስህን የተገፈፍክ ሆይ
ስለኔ ቀይ ግምጃ መልበስህን እያሰብኩ
(ጀርባዬን እገርፋለው)

10, ከሀጢያት ቀንበር ልትፈታኝ መስቀል ተሸክመህ የተንገላታህ ሆይ
ስለኔ ወዝህ በመሬት መንጠፍጠፉን እያሰብኩ
(ጀርባዬን እገርፋለው)

11, ለጋስ እጆችህን የተቸነከርክ ሆይ
በ5 ችንካር መቸንከርህን እያሰብኩ
(ጀርባዬን እገርፋለው)



12,ስጋህ አልቆ አጥንትህ እስኪቆጠር የተገረፍክ ሆይ

ስለኔ የተቆረሰውን ስጋህን እያሰብኩ

(ጀርባዬን እገርፋለው)

13, ውሐ ከአለት አመንጭተህ ያረካህ አሳውን አበርክተህ የመገብክ በመስቀል ላይ የተጠማህ ሆይ

መራራ ሀሞት መጠጣትህን እያሰብኩ

(ጀርባዬን እገርፋለው)

14, በሲኦል ወድቆ በዲያቢሎስ ተረግጦ የሚቀጠቀጠውን የሰውን ልጅ ለማዳን ራስህን በሸንበቆ በትር የተመታህ ሆይ

ወዝህ እስኪጠፋ በበትር መመታትህን እያሰብኩ

(ጀርባዬን እገርፋለው)

15, እጃቸው በደም ጣቶቻቸው በበደል በረከሱ በአይሁድ እጅ በጥፊ የተመታህ ሆይ

ለምለም ጉንጭህን በጥፊ መጠፍጠፍህን እያሰብኩ

(ጀርባዬን እገርፋለው)

16, በባህሪህ መታመም የሌለብህ ስለኔ የታመምክ ሆይ

ፍፁም ፍቅርህን እያሰብኩ

(ጀርባዬን እገርፋለው)

17, በባህሪህ ምት በመንግስትህ ሽረት የሌለብህ ህያው አምላክ ሆይ

ስለኔ ወደመቃብር መውረድህን እያሰብኩ

(ጀርባዬን እገርፋለው)

18, ሁሉ ለፍርድ በፊትህ የሚቆሙ ሆይ

በህናና በቀያፋ ፊት ስለኔ መቆምህን እያሰብኩ

(ጀርባዬን እገርፋለው)

19, ከስራህ ስህተት ከቃልህ ሀሰት የሌለብህ እውነተኛ ሆይ

ስለኔ በሀሰት መከሰስህን እያሰብኩ

(ጀርባዬን እገርፋለው)

20, ልብና ኩላሊትን የምትመረምር አይንህን በጨርቅ የታሰርክ ሆይ

ማነው የመታህ እያሉ የተዘባበቱብህን እያሰብኩ

(ጀርባዬን እገርፋለው)

21, በሀጢያት የቆሸሸኩ የእኔን ህይወት ለማፅራት የመጣህ ንፁህ ባህሪ አምላክ ሆይ

አይሁድ እርኩስ ምራቅ በፊትህ እንትፍ ማለታቸውን እያሰብኩ

(ጀርባዬን እገርፋለው)



22, ውሀ ከአለት መና ከሰማይ የመገብክ ሆይ

ተጠምተህ የነፈጉህን ውሀ እያሰብኩ

(ጀርባዬን እገርፋለው)

23, በእግረ ኢጋንንት ተቀጥቅጦ በእሳት አለንጋ የሚገረፈውን የአዳም ዘር ለማዳን ጀርባህን ለግርፋት የሰጠህ ሆይ

ሔሮድስና ጲላጦስ ያስገረፉህን ግርፋት እያሰብኩ

(ጀርባዬን እገርፋለው)

24, ፀሀይንና ከዋክብትን ብርሀን አልብሰህ የፈጠርክ ሆይ

ስለኔ ልብስህ ተገፎ ራቁትህን መቆምህን እያሰብኩ

(ጀርባዬን እገርፋለው)

25, የሞት መውጊያ በሆነ ሀጢያት የሞትኩ እኔን ለማዳን ጎንህን በጦር የተወጋህ ሆይ

የሮም ወታደሮች 6666 ጊዜ የገረፉህን እያሰብኩ

(ጀርባዬን እገርፋለው)

26, በዲያቢሎስ የሀጢያት ሰንሰለት የታሰርኩ እኔን ልትፈታ የኃሊት የታሰርክ ሆይ

አይሁድ በመሬት እየጎተቱ ስላሰቃዩህ ስቃይ እያሰብኩ

(ጀርባዬን እገርፋለው)

==========

27, ሲቃህን ጩኸትህን እያሰብኩ

(ጀርባዬን እገርፋለው)

28, ሰባቱን የመስቀል ቃላትና ተአምራት እያሰብኩ

(ጀርባዬን እገርፋለው)

29,የፂምህን መነጨት እያሰብኩ

(ጀርባዬን እገርፋለው)

30, ትከሻህን ከ20 ጊዜ በላይ መመታትህን እያሰብኩ

(ጀርባዬን እገርፋለው)

31, ደረትህን ከ 30 ጊዜ በላይ መመታትህን እያሰብኩ

(ጀርባዬን እገርፋለው)

32, የእግርህን በሰንሰለት መታሰር እያሰብኩ

(ጀርባዬን እገርፋለው)

33, ስለኔ የተቆረሰውን ስጋህን እያሰብኩ

(ጀርባዬን እገርፋለው)





34, አቤቱ ዬ..ዬ..ዬ.. ራስህን በዘንግ መቱህ እኮን

35, አቤቱ ዬ..ዬ..ዬ.. በጥፊ መቱህ እኮን

36, አቤቱ ዬ..ዬ..ዬ.. ጀርባህን ገረፉህ እኮን

37, አቤቱ ዬ..ዬ..ዬ.. ጎንህን በጦር ወጉህ እኮን

38, አቤቱ ዬ..ዬ..ዬ.. እጅና እግርህን ቸነከሩህ እኮን

39, አቤቱ ዬ..ዬ..ዬ.. ምራቃቸውን ተፉብህ እኮን

40, አቤቱ ዬ..ዬ..ዬ.. መራራ ሐሞት አጠጡህ እኮን

41, አቤቱ ዬ..ዬ..ዬ.. ልብስህን አራቆቱህ እኮን

42, አቤቱ ዬ..ዬ..ዬ.. የኋሊት አስረው ጎተቱህ እኮን

43, አቤቱ ዬ..ዬ..ዬ.. ስለኔ በ 30 ብር ተሸጥክ እኮን

44, አቤቱ ዬዬዬ ስለኔ በደል የእሾህ አክሊል ደፋህ እኮን

45,ነፍሴ ሆይ በማንኛቸው እርሻ ሊያውሉሽ ተቃጠሩሽ

46,ነፍሴ ሆይ ኋላ ዋጋሽን ሰጥሻለው ያለሽ ማነው

47,ነፍሴ ሆይ ለማን ብለሽ ደከምሽ

48, የእናትህ የማርያምን ፅኑ ልቆሶ እያሰብኩ

(ጀርባዬን እገርፋለው)

49, እንዲህ ስትል ያለቀሰችውንም ልቅሶ አስባለው

ልጄ ልጄ አንተ የሞትህን መስቀል ተሸክመህ ሆዴ ተቃጠለች አንጀቴም እንደእሳት ነደደ

ልጄ ነገርከኝ ..በኩሬ መለስክልኝ.. የማህፀኔ ፍሬ ተናገርከኝ.. አንተን ካላዳንኩ በፅበፅ ሀገር ለምን ተሰደድኩ። አንተን ካላዳንኩ በደብረ ቁስቋም ውስጥ ስለምን አደርኩ ብላ ያለቀሰችውን

50, ዳግም መልአክትን የገሰፀችባቸውን ቃላቶች አስባለው

ገብርኤል ሆይ የአይሁድ ህዝብ የሚዘብቱበትን ጌታህን ና እየው እነሆ እጆቹንና እግሮቹን ቸንክረውታል

ሐዋርያት ቢሸሹ እናንተ ረቂቃን ስለምን ልጄን ተዋችሁት

መሬታውያን ሞትን ቢፈሩ ሰማያውያን ስለምን ከርሱ ራቃችሁ

ከወንጀለኞች ከከሀዲያን ዘንድ የጌታችሁን በቀል እንዴት አትመልሱም

ሙሴ ስለግብፃውያ ለመነ እናንተ ስለምን ዘገያችሁ እያለች ያለቀሰችውን

51, በዮሐንስ ቤት ተቀምጣ ሳለች የደረሳትን መርዶ እያሰብኩ

(ጀርባዬን እገርፋለው)

52, ከመቃብር ፈልጋ ባጣችህ ጊዜ ልጄ ወዳጄ እያለች ያለቀሰችውን ልቅሶ እያሰብኩ

(ጀርባዬን እገርፋለው)

53, በዮሴፍና ኒቆዲሞስ ልመና ከመስቀል የወረድክ ከሸቱ ጋር በነጭ መጎናፀፊያ ተገንዘህ እንደሰው መቀበርህን እያሰብኩ

(ጀርባዬን እገርፋለው)

54, ሶስት መአትልት ሶስት ሌሊት በመቃብር ማደርህን እያሰብኩ

(ጀርባዬን እገርፋለው)

55, አቤቱ አንተን የያዙ እጆች ማዕዳቸው ወጥመድ ትሁንባቸው

56,በመከራቸውም እንቅፋት ይክበባቸው

57, አይንህን ያሰሩ እጆች አይኖቻቸው የታሰሩ ይሁኑ

58, ጀርባህን የገረፉ እጆች የመአት ግርፋት ያግኛቸው

59, ከቤትህ ያሰደዱህ ሀገራቸው ምድረበዳ ትሁን በቤታቸውም ማንም አይኑር

60, በበደል ላይ በደል ጨምርባቸው

61, በፅድቅህም ቦታ አይግቡ

62, ከህያዋን መፀሀፍ ይደምሰሱ

63, ከፃድቃን ጋራ አይፃፉ

ይህንን የህማማትህን ቀን ያሰበና ያከበረ አንተን ከጲላጦስ ለምነው የተቀበሉ የዩሴፍና የኒቆዲሞስ ጓደኛ ዮሆናል እንዳልክ እኛንም የጥምቀት ልጆችህን ህማማህን በማሰብ ከማገኘው በረከት አሳትፈን ዛሬም ዘወትርም እስከ ዘለአለሙ ድረስ አሜን



ዝግጅት

1, ወንድማችን አማኑኤል

2,ወንድማችን ቃልአብ

3,ወንድማችን ሰለሞን

4,ወንድማችን ዮሴፍ