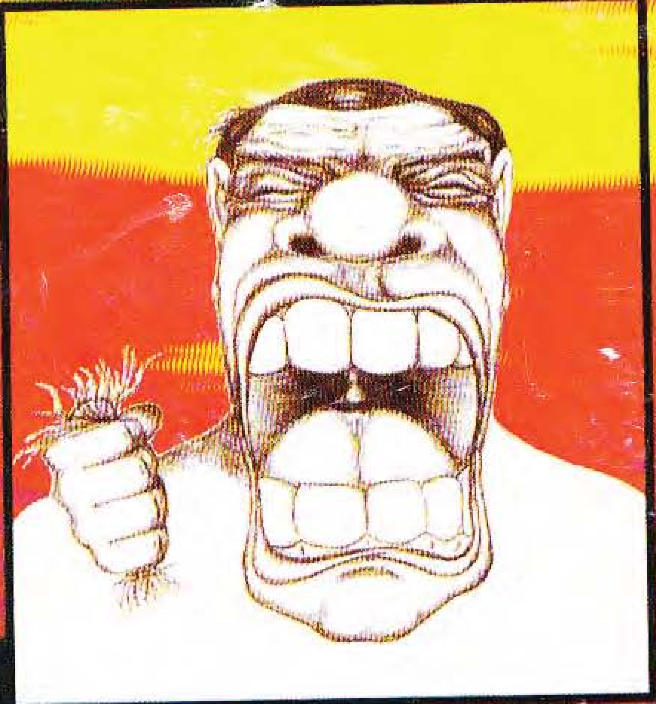
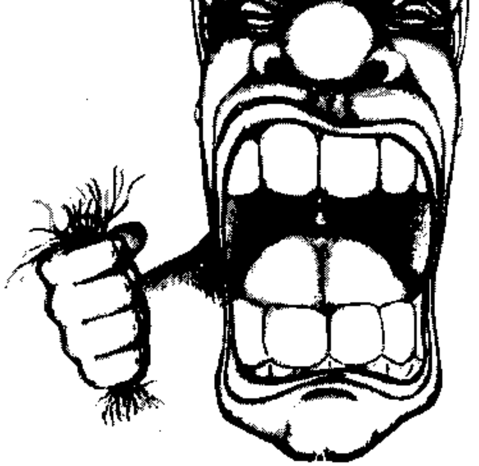
ከአስቸጋሪ ሰው ጋር



አብሮ መኖር፣ መጎራበት፣ መሥራት፣ ማምለክ... ይቻላል?

ዶክተር መለሰ ወጉ

ከአስቸጋሪ ሰው ጋር



አብሮ መኖር፣ መጎራበት፣ መሥራት፣ ማምለክ... ይቻላል?

ዶክተር መለሰ ወጉ

ከእስቶች ጋሪ ሰው ጋር

መኖር፣ መጎራብት፣ መሥራት፣ ማምለክ... ይቻላል?

ዶክተር መለሰ ወጉ

በዶ/ር መለስ ወጉ ተጽፈው የቀረቡ ሌሎች መጻሕፍት

- ስሜት ያለቦታው
- ስንነካከስ እንዳንጠፋፋ
- በጸሎት፥ የማይቻለው ይቻላል
- እግዚአብሔር ስምን ዝም ይላል?
- የአዕምሮ ጭንቀት
- መንፈሳዊ ውጊያ
- ከእውነት መሳይ እምነቶች ተጠንቀቁ
- የእግዚአብሔርን ፈቃድ ማወቅና ማድረግ
- ጋብቻ፥ እስከ ሞት ወይስ እስከ መፋታት?
- የመንፈስ ቅዱስ ስጦታዎችን ማወቅና በአግባቡ መጠቀም
- እስቲ ምላስህ!
- የዘመናችን ቤተ ክርስቲያንና አገልጋዮቿ - *ክፍል አንድ*

ከአስቸጋሪ ሰው ጋር መኖር፣ መጎራበት፣ መሥራት፣ ማምለክ... ይቻላል?
"Kə'äschəgäri səw Gäar Mənor, Məgorabət, Məsrat, Mămlək...Yichalal?"
"Is It Possible To Live with, Be a Neighbor to, Work with, Be In Christian Fellowship with... a Difficult Person?"

የመጀመሪያ እትም፤ ሰኔ ፲፱፻፺፰ ዓ.ም.
First Edition, June 2006

በዚህ መጽሐፍ ውስጥ የሚገኙት የመጽሐፍ ቅዱስ ጥቅሶች የተወሰዱት ከመጀመሪያውና ከሁለተኛው እትም የአማርኛ መጽሐፍ ቅዱሶች፥ እንዲሁም በኢንተርናሽናል የመጽሐፍ ቅዱስ ማሕበር ከታተመው 'አዲሱ መደበኛ' መጽሐፍ ቅዱስ ነው።

ይህን መጽሐፍ በከፊልም ይሁን በሙሉ፥ በማንኛውም ዓይነት መንገድ ለማባዛት፥ በቅድሚያ ከኢትዮጵያውያን የወንጌል አገልግሎት ዋና ጽሕፈት ቤት የጽሑፍ ፈቃድ ማግኘት ያስፈልጋል።

Copyright © 2006 by Ethiopian Outreach Ministry
All rights reserved. No part of this book may be reproduced in any manner without written permission from Ethiopian Outreach Ministry except in the case of brief quotations in critical articles and reviews.

Produced by:

Ethiopian Outreach Ministry
P.O.Box 2241
York, PA 17405
United States of America

http://www.eomusa.org

Ethiopia Office Address:
P.O.Box 7888
Addis Ababa, Ethiopia
Phone: 011-251-1-156-4268

Printed in Ethiopia

ማውጫ

መግቢያ 7
1. አስቸጋሪ ሰው እንዴት ይታወቃል? 13
2. አስቸጋሪ ሰውና የሰው ተፈጥሮአዊ ባሕሪ (Temperament) 40
3. አስቸጋሪ ሰዎች የሚያሳዩት ጠባይ 59
   (3.1) ተጠራጣሪነት 60
   (3.2) ንዴተኛነት 67
   (3.3) ነቃፊነት 73
   (3.4) ስለ ሌላው ስሜት ግዴለሽ መሆን 78
   (3.5) አኩራፊነት 81
   (3.6) "ለእኔ ብቻ ይደረግልኝ" ባይነት 87
   (3.7) ተለዋዋጭነት 92
   (3.8) ሌላውን የመቆጣጠር ፍላጎት 93
   (3.9) ቂመኝነትና ተበቃይነት 99
4. የአስቸጋሪ ሰዎች አድራሻ 101
   (4.1) አብረውን ይኖራሉ 102
   (4.2) አብረውን ይሠራሉ 111
   (4.3) አብረውን ያመልካሉ 122
   (4.4) ይጎራበቱናል 135
5. ሰዎች ግጭታቸውን የሚፈቱት እንዴት ነው? 140
6. ሁሉንም አሳብ "እሺ" የማለት መፍትሄ የለሽነት 179
7. አስቸጋሪውን ሰው እንደ ጠባዩ ሙያዝ የሚቻለው እንዴት ነው? 208
8. ከአስቸጋሪ ሰው ጋር መኖር የማይቻል ከሆነስ? 249
9. ድንበር (Boundary) ማበጀትና ማስከበር 279
10. "ድንበር የደረሰ የባሕሪ ቀውስ" (Borderline Personality Disorder) ያለባቸው አስቸጋሪ ሰዎች 307
መደምደሚያ 336
ዋቢ ጽሁፎች 339

መግቢያ

አስቸጋሪ ሰዎች የሌሉበት ሥፍራ የለም። በአንድ ጣራ ሥር አብረውን የሚኖሩ፣ አንድ መሥሪያ ቤት አብረውን የሚሠሩ፣ በአንድ አጥቢያ ቤተ ክርስቲያን ውስጥ አብረውን የሚያመልኩና የሚያገለግሉ፣ እንዲሁም የተጎራበቱን ሊሆኑ ይችላሉ። እነዚህ አስቸጋሪ ሰዎች ተለይተው የሚታወቁበት የራሳቸው የሆነ የተለያየ ባሕሪ አላቸው። ከቁጥጥር ያለፈ ቁጣ፤ ጎጂ የሆነ ምላስ ያላቸው ናቸው። በቀላሉ የመከፋትና የማዘን ባሕሪ ይታይባቸዋል። የራሳቸውን ማንነት የሚጠራጠሩ፤ ነገር ሁሉ ተወላግዶ የሚገባቸውና የሚታያቸው ናቸው። ለሚሰሙት ንግግር ሁሉ ልዩ ትርጉም የሚሰጡ፣ "የስሜት ኸርዋኸርዌ" (emotional roller coaster) የሚታይባቸው፣ አሁን ስቀውና ተጫውተው እንደሆነ ባልታወቀ ምክንያት ወዲያው የሚያለቅሱና የሚያኮርፉ ናቸው። ዛሬ ያመሰገኑትና ያደነቁትን ሰው፤ በሌላ ጊዜ የሚነቅፉና የሚተቹ፣ አሁን በጣም የወደዱትን፤ ትንሽ ቆይተው በጣም የሚጠሉ ናቸው። ስለ ራሳቸው ፍላጎትና ፈቃድ እንጂ ስለ ሌላው ሰው ፍላጎት ፍጹም ግድ የላቸውም። ተጠራጣሪዎች፣ ሰጉዎች፣ እንዲሁም በየጥቃቅኑ ምክንያት ብዙ ጊዜ የሚነጫነጩ፣ የሌላው ሰው ጉዳት የማይሰማቸውና የማይቆረቁራቸው፣ "የእኔ ፍላጎትና ፈቃድ ብቻ ይሁን" የሚሉ፣ "እሺ!" እንጂ "እምቢ!" መባልን ፈጽሞ መቀበል የማይሆንላቸው ናቸው። አብሮአቸው የሚኖረው ሰው፤ በመካከላቸው ግጭት እንዳይፈጠር በመፍራት የሚይዛቸው ሁልጊዜ እንደሚሰበር ዕንቁላል በጥንቃቄ ነው። ምንም ያህል ቢጠነቀቅ፤ ምክንያት ፈልገው ግጭት መፍጠራቸው የማይቀር ነው።

የመሠረታችሁት ግንኙነት (relationship) ከላይ የገለጽነውን ዓይነት ባሕሪ ከሚታይባቸው ሰዎች ጋር ከሆነ፤ በሰላም መኖር ቢያቅታችሁ *"የችግሩ ምክንያት እኔ እሆን?"* ብላችሁ ግራ በመጋባት ራሳችሁን አታስጨንቁ። የመሠረታችሁት ግንኙነት አስቸጋሪ ከሆነ ሰው ጋር እንደሆነ እወቁ። በመካከላችሁ ተደጋጋሚ የሆነ ግጭት ሲፈጠር፤ በሁኔታው ግራ በመጋባትና በመጨነቅ፤ "ይህን ሰው ከሕይወቴ ፍጹም ላስወግደው ወይም ልሸሽ ስለማልችል፤ አብሬው በሰላም መኖር የምችለው እንዴት ነው?" ብላችሁ መጠየቃችሁ አይቀርም። አስቸጋሪ ከሆነባችሁ ሰው ጋር መኖር የምትችሉት፤ የአስቸጋሪውን ሰው ጠባይ በመለወጥ መሰሏችሁ ብዙ ጥረት አድርጋችሁ ልትለውጡት እንዳልቻላችሁ ራሳችሁ ምስክሮች ናችሁ። አስቸጋሪውን ሰው መለወጥ ካልቻላችሁ፤ ሌላ ያላችሁ አማራጭ፤ ስለ አስቸጋሪው ሰው ያላችሁን የግል አቋምና አስተሳሰብ መለወጥ ብቻ ነው። *"የአስቸጋሪውን ሰው ጠባይ መለወጥ ካልቻ*

ልኩ፤ እንግዲያውስ ስለ አስቸጋሪው ሰው ያለኝን አቋምና አስተሳሰብ መለወጥ
የምችለው እንዴት ነው?" ብላችሁ መጠየቃችሁ አይቀርም። የዚህም መጽ
ሐፍ ዓላማ ይህንኑ ማድረግ የምትችሉበትን አንዳንድ መመሪያዎችንና አሳቦ
ችን ለመስጠት ስለሆነ፤ ጊዜ ወስዳችሁ በጥንቃቄ አንብቡት።

እግዚአብሔር የሰጣችሁን የመምረጥና የመፍቀድ ነጻነታችሁንና እንዲ
ሁም መብታችሁን ገፍፎ በራሱ ቁጥጥር ሥር ሊያውላችሁ የሚሞክር፤ "አስቸ
ጋሪ ሆነብን" በምትሉት ሰው ምክንያት በሚፈጠረው ተደጋጋሚ ግጭት ተማ
ርራችሁ፤ ከመኖር ይልቅ ሞትን እንድትመርጡ አድርጓችሁ ይሆን? ልታስወ
ግዱት ወይም ልትሸሹት የማትችሉት አስቸጋሪ የሆነ ሰው በሕይወታችሁ
ይኖር ይሆን? ከላይ በገለጽነው ዓይነት ኑሮአችሁን መራራና ከባድ ያደረገባችሁ
አስቸጋሪ የሆነ ሰው በሕይወታችሁ ካለ፤ ይህ መጽሐፍ ታስቦ የተዘጋጀው
ለእናንተ ነውና በጥንቃቄ አንብባችሁ ተጠቀሙበት። እዚህ ላይ በቅድሚያ
መግለጽ የምንወደው ነገር ቢኖር፤ "ይህን መጽሐፍ ካነበባችሁ በኋላ፤ አስቸጋ
ሪው ሰው ከሚፈጥርባችሁ ችግር ሁሉ ፍጹም ነጻ ሆናችሁ መኖር ትችላላችሁ"
ብለን ለመናገር የማንደፍር መሆናችንን ነው። የአስቸጋሪውን ሰው ክፉ ባሕሪ
ተቋቁማችሁ ለመኖር፤ በዚህ መጽሐፍ ውስጥ የሰጠናቸውን አንዳንድ መመሪ
ያዎች በተግባር ላይ ብታውሉም የጠበቃችሁትን ዓይነት ውጤት ወዲያው
ማየት አትችሉም ይሆናል። የአስቸጋሪውን ሰው ጎጂ ባሕሪ ተቋቁሞ ወይም
ችሎ ለመኖር በቂ ልምምድ፤ ድፍረትና ቆራጥነት ስለሚጠይቅ፤ የጠበቃችሁ
ትን ዓይነት ውጤት ቶሎ ባታዩም ተስፋ አትቁረጡ። ይህ መጽሐፍ ከአስቸጋሪ
ሰዎች ጋር ለሚኖሩት ጠቃሚ የሆነ ምክርና አሳብ የያዘ ስለሆነ፤ እንደሚገባው
አንብባችሁ በውስጡ የያዘውን መመሪያ በተግባር ላይ ማዋል ከቻላችሁ፤ አስ
ቸጋሪው ሰው ባይለወጥም፤ እናንተ ግን ራሳችሁን ከጉዳት መጠበቅ ትችላላ
ችሁ። ሁኔታዎችን አጨልማችሁ በማየት ዓለም በላያችሁ ላይ የተደፋ ባይመ
ስላችሁ፤ ያጋጠማችሁን ክፉ ነገር ለበጎ ለመጠቀም ራሳችሁን ካለማመዳችሁት፤
ፍሬያማ የሆነ ሕይወት መኖር ትችላላችሁ።

አስቸጋሪ ከሆነባችሁ ሰው ጋር ያላችሁን ግንኙነት ሰላማዊ ለማድረግ፤ በየ
ጊዜው በመካከላችሁ የሚፈጠሩትን ግጭቶች በተለያየ መንገድ ለመፍታት
የተቻላችሁን ሁሉ ሞክራችሁ አቅቷችሁ ይሆናል። የራሳችሁን ፍላጎት ትታ
ችሁ አስቸጋሪው ሰው የጠየቀውን ሁሉ "እሺ!" በማለት ሰላም ለመፍጠር ሳት
ሞክሩ እንዳልቀራችሁ እንገምታለን። "እሺ! አንተ እንዳልክ" በማለት የራሳች
ሁን ፈቃድ መስዋዕት ብታደርጉም በመካከላችሁ ያለውን ግጭት ማቃለል
እንዳልቻላችሁ ስትረዱ፤ "ሰላም ማምጣት የሚቻለው በደካማነት ሳይሆን በብ
ርቱነት ነው" ብላችሁ በማመን ኮስተር ብላችሁ ጽኑ የሆነ አቋም ለመያዝ ሞክ
ራችሁም፤ ያም የምትፈልጉትን ዓይነት ውጤት ስላላስገኘላችሁ፤ "አሁንስ

አልቻልኩም! አቃተኝ!" ብላችሁ ተስፋ ቆርጣችሁ ይሆን? ሁኔታው የበለጠ
እየከፋ ሲመጣባችሁ፤ ያ አስቸጋሪ የሆነባችሁ ሰው፤ የእናንተን ሕይወት መራራ
በማድረግ እናንተን ለመቅጣት ታስቦ የተፈጠረ፤ እናንተ ደግሞ የእርሱን ሕይ
ወት ለማመቻቸት ብቻ እግዚአብሔር "የመስዋዕት በግ" አድርጎ የፈጠራችሁ
መስሎ ይሰማችሁ ይሆን? በቀመሳችሁት መራራ ሕይወት ምክንያት ከላይ
የጠቀስነውን ዓይነት ስሜት ቢሰማችሁ፤ ከአስቸጋሪው ሰው በስተቀር የሚፈር
ድባችሁ ሌላ ሰው ይኖራል ብለን አንገምትም።

አስቸጋሪ ሰዎች እንዴት ዓይነት ናቸው? ተለይተው የሚታወቁበትስ ምል
ክታቸው ምንድነው? አስቸጋሪ ሰዎች ተለዋዋጭ ባሕሪ ስላላቸው፤ ምን እንደ
ሚወዱና ምን እንደሚጠሉ፣ ምን እንደሚያስደስታቸውና እንደማያስደስታ
ቸው ለይቶ ማወቅ በጣም አስቸጋሪ የሚሆንበት ጊዜ አለ። አስቸጋሪ ሰዎች
እውነተኛ ማንነታቸው እንዳይታወቅባቸው በቀልጣፋ ንግግራቸው ራሳቸውን
የመደበቅ ልዩ ችሎታ ያላቸው በመሆናቸው ቀረብ ብለው ካላዩአቸው በስተቀር
ሰላማዊ ሰው በመምሰል ብዙዎችን ያስስታሉ። "አስቸጋሪ" የምንላቸው ሰዎች
በባሕሪያቸውና እንዲሁም የአስቸጋሪነታቸው መጠን የተለያየ ይሁኑ እንጂ
ሁሉም የሚመሳሰሉበት አንድ ነገር አላቸው። ያም፤ ከእነርሱ ጋር ተቀራርቦ
መኖር፣ አብሮ መሥራትም ሆነ በአንድ ቤተ ክርስቲያን ውስጥ አብሮ ማምለ
ክና ማገልገል በጣም ከባድ መሆኑ ነው። ይህ መጽሐፍ አስቸጋሪ ሰዎች አብረ
ውን የሚኖሩ፣ አብረውን የሚሠሩ፣ የሚጎራበቱን፣ በአንድ ቤተ ክርስቲያን
ውስጥ አብረውን የሚያመልኩና አብረውን የሚያገለግሉ ሊሆኑ እንደሚችሉ
ያሳያል። እንዲሁም አስቸጋሪ ሰዎች ምን ዓይነት አስተሳሰብና ጠባይ እንዳላ
ቸው ለማሳየት፤ ጎልቶ የሚታዩትን ዘጠኝ ጠባዮችን (...ተጠራጣሪነት፣ ንዴ
ተኛነት፣ ነቃፊነት፣ ስለ ሌላው ሰው ስሜት ግዴለሽነት፣ አኩራፊነት፣ ለእኔ
ብቻ ይደረግልኝ ባይነት፣ ተለዋዋጭነት፣ ሌላውን የመቆጣጠር ፍላጎትና ተበ
ቃይነትን) ዘርዝሮ ያሳያል። እያንዳንዱን ጠባይ እንደሚገባው በመግለጽ፤
አንባቢው ሳይሰለቸው እንዲያነብና ሀሳቡን የበለጠ መረዳት እንዲችል በማለት
እውነትነት ያላቸው ብዙ ምሳሌዎች ታክለውበታል። ምናልባት እናንተን ያጋ
ጠሟችሁ አስቸጋሪ ሰዎች በመጽሐፉ ላይ የዘረዘርናቸውን ጠባዮችን ሁሉንም
ባታዩባቸውም፤ አስቸጋሪ የሆኑባችሁን ሰዎች ለይታችሁ እንድታውቋቸው
መጠነኛ መረዳትን ይሰጣችኋል ብለን እናምናለን። በተጨማሪ አስቸጋሪውን
ሰው እንደ ጠባዩ ለመያዝ እንድትችሉ፤ አራቱን ዓይነት የሰው ተፈጥሮአዊ
ባሕሪዎች (Temperament) በአጭሩ ተገልጸዋል። ይህን መጽሐፍ አንድ ጊዜ
አንብባችሁ የምታስቀምጡት ሳይሆን፤ የተሰጡት መመሪያዎችና ሀሳቦች ከሕ
ይወታችሁ ጋር እንደሚገባው እስኪዋሃዱ ድረስ ደጋግማችሁ ማንበብ አለባ
ችሁ።

በዚህ መጽሐፍ ውስጥ "አስቸጋሪ ሰው" ያልነው፥ በሩቅ ያለውን፣ በቀላሉ
ልንሸሸው ወይም ከሕይወታችን ልናስወጣው የምንችለው ሳይሆን፥ በጣም
ቅርባችን የሆነ፥ በሕይወታችን ውስጥ ከፍተኛ ሥፍራ ያለውን ሰው ነው። ይሄ
አስቸጋሪ የሆነብን ሰው፥ የኑሮ ጓደኛችን፣ ከአብራካችን የወጣ ልጃችን፣
ወላጅ እናታችን ወይም አባታችን፣ የቅርብ ጎረቤታችን፣ ለረጅም ጊዜ ያወቅ
ነው ወዳጃችን፣ የሥራ ባልደረባችን ወይም አለቃችን ሊሆን ይችላል። የሥራ
ተኛውን ነጻነት ገፍፎ በቁጥጥሩ ሥር ማድረግ የሚፈልግ አለቃ፣ ዕድሜው
ቢገፋም ራሱን ችሎ መቆም ያቃተው፣ ሁልጊዜ የወላጆቹን ዕርዳታ የሚፈልግ
ልጅ፣ በኩርፊያው ሚስቱን የሚያስመርረው ባል፣ በቁጠኛነቱ ልጆቹ የሚፈ
ሩት አባት፣ ያለአግባብ ሁልጊዜ ባሏን የምትነቅፍና የምትጨቀጭቅ ሚስት፣
ራሷን ከመጠን በላይ የምትወድ፣ "እኔ ያልኩት ካልሆነ ሞቼ እገኛለሁ" የም
ትል ወላጅ እናት፣ የአስቸጋሪነት ጠባይ የሚታይባቸው እንደሆኑ ግልጽ
ነው። አስቸጋሪ ሰው በሚያሳየው ተለዋዋጭ ጠባይ፣ በሚናገረው ንግግርና
ባለው የስሜት አለመረጋጋት፣ አብሮት የሚኖረውን ሰው ሕይወት ጤናማ
ባልሆነ ሁኔታ የመንካት፣ ኑሮው መራራና ጨለማ እንዲሆንበት የማድረግ
ኃይልና ዝንባሌ ያለው ነው።

ከአስቸጋሪ ሰው ጋር የሚኖር ማንኛውም ሰው በቅድሚያ ማወቅ ያለበት፣
አስቸጋሪ የሆነበት ሰው ያለውን የአስቸጋሪነት ጠባይና እንዲሁም ከአስቸጋ
ሪው ሰው ጋር አብሮ ሲኖር ሁልጊዜ ለጥቃት የተጋለጠ መሆኑን ነው። የዚህ
መጽሐፍ ሌላው ዓላማ፥ አስቸጋሪ ሰዎችን ለመምከር ወይም የአስቸጋሪ ሰዎ
ችን ባሕሪ ለመለወጥ ሳይሆን አስቸጋሪ ሰዎች ተለይተው የሚታወቁበትን
ምልክቶችን ለመጠቆምና እንዲሁም አብሮአቸው የሚኖረው ሰው፥ በአስቸ
ጋሪ ሰዎች ባሕሪና ድርጊት እንዳይጎዳ ራሱን መጠበቅ የሚችልባቸውን አንዳ
ንድ መንገዶችንና መመሪያዎችን ለመስጠት ነው። ይህ መጽሐፍ የሥነ ልቦ
ምሮ ሊቅ (Psychologist) ባያደርጋችሁም፥ አስቸጋሪ የሆኑ ሰዎችንና ጎጂነት
ያለውን ጠባያቸውን ለይታችሁ እንድታውቁና እንዲሁም አብራችሁ እንዴት
መኖር እንደምትችሉ ጠቃሚ የሆነ ምክርና መመሪያ ይሰጣችኋል ብለን እና
ምናለን። ከአስቸጋሪ ሰው ጋር የሚኖር ሰው ይህንን መጽሐፍ አንብቦ ሕይወ
ቱን መራራ ያደረገበትን ሰው ጠባይ መለወጥ ባያስችለውም፥ በሕይወቱ ተስፋ
እንዳይቆርጥ፣ በተረጋጋ መንፈስ ሕይወቱን መምራት እንዲችል፣ ዓላማውን
እንዳይስት፣ እግዚአብሔር የሰጠውን የመምረጥና የመወሰን ነጻነቱን እንዳይ
ለቅ፣ እንዲሁም በአስቸጋሪ ሰዎች እንዳይጎዳ አስፈላጊውን ድንበር ማበጀትና
ድንበሩን እንዴት ማስጠበቅ እንዳለበት ጠቃሚ የሆነ ምክርና መመሪያ ሊያገ
ኝበት እንደሚችል አንጠራጠርም። አስቸጋሪ ከሆነበት ሰው ራሱን ከጉዳት
የሚጠብቅበት፥ በዚህ መጽሐፍ ውስጥ በሰፊው ከተጠቀሱት ሐሳቦች አንደኛው

"ድንበር ማበጀትና ድንበር ማስከበር" ነው። ድንበር ምን እንደሆነ፣ እንዲሁም
ድንበር የሌለው ሕይወት ምን ያህል ለጥቃት የተጋለጠ መሆን እንደሚችል፣
ከአስቸጋሪ ሰው ጋር የሚኖሩ አንዳንድ ሰዎች ለምን ድንበራቸውን ማስጠበቅ
እንዳለባቸው፣ እንዲሁም ድንበር ማበጀትና ድንበር ማስጠበቅ ጠቃሚ መሆኑን
እያወቁ ለምን እንደማይጠቀሙበት በዚህ መጽሐፍ ውስጥ ምክንያቶቹ ተዘር
ዝረው ተጠቅሰዋል።

ከአስቸጋሪ ሰው ጋር የሚኖሩ ሰዎች አንድ የማይረዱት ነገር ቢኖር፥ አስ
ቸጋሪ የሆነባቸው ሰው "መካከለኛ የባህሪ ቀውስ" (Borderline Personality
Disorder) ያለበት ሰው ሊሆን እንደሚችል ነው። ይህ መጽሐፍ 1ኛ፥ "መካከ
ለኛ የባህሪ ቀውስ" (Borderline Personality Disorder) ምን እንደሆነ፥
2ኛ፥ "መካከለኛ የባህሪ ቀውስ" (BPD) ያለባቸው ሰዎች ተለይተው የሚታወቁ
በትን ባሕሪዎች፥ 3ኛ፥ "መካከለኛ የባህሪ ቀውስ" (BPD) ካለባቸው ሰዎች ጋር
አብሮ መኖር የሚቻልባቸውን መንገዶች ይዘረዝራል። በተጨማሪ መጽሐፉ
"መካከለኛ የባህሪ ቀውስ" (BPD) ያለበትን ሰው መለወጥ ባይችልም፥ እነር
ሱም "ችግር አለብን" ብለው ስለማያምኑ፥እነዚህ አስቸጋሪ ሰዎች በሚያመጡት
ችግር ምክንያት ራሳቸውን "ከስሜት ኸርዋኸርዌ" (emotional roller coaster)
ለመጠበቅ፥ እንዲሁም ከአስቸጋሪው ሰው ጋር የሚኖሩ ሰዎች ፣ራሳቸው ሕይወ
ትና አቋም ላይ ምን ዓይነት ለውጦችን ማድረግ እንዳለባቸው አንዳንድ ሀሳቦ
ችን ይሰጣል።

ከሰው ሁሉ ጋር ሁልጊዜ በሰላም መኖር የሚቻል ቢሆን ጥሩ ነበር። ይሁን
እንጂ ከልምምዳችን እንደተረዳነው ከሰው ሁሉ ጋር ሁልጊዜ በሰላም መኖር
አይቻልም። ቢቻል ኖሮ ሐዋርያው ጳውሎስ *"ሚቻላችሁ ቢሆን ከሰው ሁሉ
ጋር በሰላም ለመኖር በእናንተ በኩል የሚያስፈልገውን ሁሉ አድርጉ"* (ሮሜ
12፥18) ብሎ ባልጻፈም ነበር። እግዚአብሔር ለብቻችን እንድንኖር ስላልፈ
ጠረን፥ ከሰው ጋር ያለን ግንኙነት አስቸጋሪ ሲሆንብን፥ ከሰው ሁሉ ሸሽተን
ለብቻችን ለመኖር ከማሰብ ይልቅ ተቻችለን መኖር የምንችልበትን መንገድ
መፈለግ አለብን። ከምንጊዜውም የበለጠ በተለይ በአሁኑ ጊዜ ቤተ ሰብ እርስ
በርሱ ሲጋጭና ሲለያይ፥ በጣም የሚዋደዱ ጓደኞች ሲራራቁ፣ ለረጅም ጊዜ
ወዳጆች የነበሩ ጠላቶች ሲሆኑ፣ በቤተ ክርስቲያን ውስጥ እንድነትና ሰላም
ሲጠፉ ስናይ፥ ችግራችን ምንድነው? ብለን መጠየቃችን አይቀርም። ችግሩን
ብቻ ማውራት የማይጠቅም መሆኑን በመረዳት፥ ከሰዎች ጋር በሚኖረን
ግንኙነት ውስጥ ሊያጋጥሙን የሚችሉ አንዳንድ ችግሮችን በመጠኑም ቢሆን
የሚቀረፉበትን መንገድ ለማሳየት ይህችን እነስተኛ መጽሐፍ አዘጋጅተን
ለአንባቢዎች አቅርበናል።

ግጭትን በመፍራት ብቻ ከሰው ሁሉ ሸሽተን ለብቻችን መኖር ችግራችንን አያቃልለውም። ባለን ግንኙነት ውስጥ አስቸጋሪው ሰው ሕይወታችንን በቁጥጥሩ ውስጥ እንዲያውል ልንፈቅድለት አይገባም። አስቸጋሪው ሰው፥ ዕለታዊ ኑሮአችንን መራራ እንዲያደርግብን እግዚአብሔር የሰጠንን የመምረጥና የመፍቀድ ነጻነታችንን እንዲገፍ ልንፈቅድለት አይገባም። የአስቸጋሪውን ሰው ጠባይ መለወጥ ባንችልም፥ ከአስቸጋሪው ሰው ጋር ያለንን አቋምም ሆነ መውሰድ የሚገባንን እርምጃ ግን መለወጥና ማስተካከል እንችላለን። ይህ መጽሐፍ፥ከአስቸጋሪው ሰው ጋር በሚኖረን ግንኙነት ውስጥ የራሳችንን አቋም እንዴት እንደምናስተካክል፣ እንዲሁም ከአስቸጋሪ ሰው ጋር እንዴት መኖር እንደምንችል መጠነኛ የሆነ ሀሳብ ይሰጣል ብለን እናምናለን። በቂ ጊዜ ወስዳችሁ መጽሐፉን በጥንቃቄ እንድታነቡትና በተግባር ላይ እንድታውሉት እግዚአብሔር የበለጠ ማስተዋሉን እንዲሰጣችሁ የዚህ ጸሐፊ ምኞትና ጸሎት ነው።

በመጨረሻ፥ ይህን በጣም ጠቃሚና ወቅታዊ የሆነውን መጽሐፍ አዘጋጅቼ ማቅረብ እንድችል በገንዘባቸው፣ በጸሎታቸውና በምክራቸው አስፈላጊውን እገዛ ያደረጉልኝን የአገልግሎታችን ተባባሪ የሆኑትን፣ ብዙ ሰዓት ወስደው ረቂቁን በጥንቃቄ አንብበው ጠቃሚ የሆነ አስተያየት የሰጡኝን፣ እንዲሁም ከጎኔ የተሰለፉትን የአገልግሎት ባልደረባዎቼን ከልብ አመሰግናለሁ።

1

አስቸጋሪ ሰው እንዴት ይታወቃል?

የምንኖርበት ዓለም የእርስ በርስ ጦርነት የበዛበት፥ በቤተሰብ አባላት መካከል እውነተኛ የሆነ ሰላም፣ ፍቅርና አንድነት የጠፋበት፥ አንዱ ሌላውን በክፉ ድርጊቱና በክፉ ምላሱ የሚጎዳበት ዓለም ነው። ከምንጊዜውም የበለጠ በአሁኑ ጊዜ የሰዎች አንድነትና ሕብረት የደፈረሰበት፥ በአብዛኛው አብያተ ክርስቲያናት ውስጥ የአማኞች መለያየትና መከፋፈል ጎልቶ የሚታይበት፥ ከፍቅር ይልቅ ጥላቻ ያየለበት ዘመን ነው። በሁኔታው ተደንቀን "ምክንያቱ ምን ይሆን?" ብለን መጠየቃችን አይቀርም። ይሁን እንጂ፥ ለዚህ ጥያቄ ሁሉን የሚያረካ መልስ መስጠት ቀላል አይደለም። እግዚአብሔር ሰውን የመፍቀድም ሆነ የመምረጥ ሙሉ ነጻነት ሰጥቶት እንደ ፈጠረው ቢረዳም፥ ተፈጣሪ የሆነው ሰው በማወቅም ሆነ ባለማወቅ፣ እግዚአብሔር መጀመሪያ ሰውን ሲፈጥረው የሰጠውን የመምረጥና የመፍቀድ መብቱንም ሆነ ነጻነቱን ለመግፈፍ፥ እንዲሁም በራሱ ቁጥጥር ሥር እንዲውል ለማድረግ ሲሞክር ይታያል። በግለሰብም ሆነ በአገር ደረጃ ጤናማ የሆነ ግንኙነትና አንድነት መመሥረት

የሚቻለው፥ አንዱ የሌላውን ምርጫ ሲያከብር፣ እንዲሁም ሁለቱም ወገን የፈቀደውን ለማድረግም ሆነ ላለማድረግ ሙሉ መብትና ነጻነት ሲኖረው ብቻ ነው። ለዚህ ነው ሰው ነጻነቱን ከሚገፍፈውና ፈቃዱን ከሚጫ ነው ሰው ጋር ተቀራርቦ ለመኖር ፈቃደኛ የማይሆነው። በሰዎች መካከል ሊኖር የሚገባውን ጤናማ የሆነ ግንኙነትና አንድነት ሊያበላሹ ከሚችሉት ዋና ዋና ምክንያቶች መካከል ከላይ እንደገለጽነው አንደኛው፥ በቀጥታም ሆነ በተዘዋዋሪ አንዱ ሌላውን ሰው በቁጥጥሩ ሥር ለማዋል ወይም ነጻነቱን ለመጋ ፋፍ ሲሞክር ነው።

"ክፉ ናቸው" ከምንላቸው አንዳንድ ሁኔታዎች፥ እንዲሁም ከማንወዳቸውና ከማይወዱን፥ ወይም አስቸጋሪ ከሆኑብን ሰዎች ሁልጊዜ ሸሽተን ወይም ተደ ብቀን መኖር እንደማንችል የታወቀ ነው። በተለይ አስቸጋሪ የሆኑብን ሰዎች ቅርባችን የሆኑ፥ ወይም አብረውን የሚኖሩ ከሆኑ፥ በቀላሉ ከሕይወታችን ልናስወግዳቸው ወይም ልንሸሻቸው አንችልም። ይህ እውነት ከሆነ፥ "የስሜ ስብራት ወይም በሕይወታችን ከፍተኛ ጉዳት ሳይደርስብን እንዴት አብረና ቸው መኖር እንችላለን?" ይህ የብዙዎቻችን ጥያቄ ነው። የዚህም ጸሐፊ ዋና ዓላማ፥ ለዚህ ጥያቄ ሁሉንም የሚያረካ መልስ ለመስጠት ሳይሆን፥ ለአንባብ ያን የውይይት መድረክ ለመክፈት ነው። አንዳንድ አስቸጋሪ ሰዎች በሕይወ ታችን የሚፈጥሩትን ውዥንብር ተቋቁመን ፍጹም ሰላማዊ የሆነ ሕይወት ሁልጊዜ መኖር እንደማንችል ግልጽ ነው። ለሕይወታችን አቅጣጫ ወሳኞቹ እኛው ራሳችን ብንሆንም፣ አንዳንድ አስቸጋሪ ሰዎች በሕይወታችን ከፍተኛ ኃይል የሚኖራቸው ጊዜ አለ። ለምሳሌ፥ አስቸጋሪ ባል ያላት ሴት፥ ኑሮ ሲከብ ድባት፥ "አሁንስ አቃተኝ!.. በቃኝ!..." በማለት ትዳሯን አፍርሳ ለመሄድ የሚ ቃጣት ጊዜ ቢኖርም፣ "ልጆቼ ያለአባት እንዲያድጉ አልፈልግም..." በማለት ለልጆቿ ስትል ብቻ አስቸጋሪ በሆነ ኑሮ ውስጥ ለመቀጠል ራሷን መስዋዕት አድርጋ ትሰጣለች። ለልጆቿ ያላትን ፍቅር የተረዳው ያ አስቸጋሪ ባል፥ ሁኔ ታዎችን በማስተካከል ፈንታ፥ "የፈለግሁትን ባደርግ የትም አትሄድም" በማ ለት ኑሮዋ የበለጠ ከባድና መራራ እንዲሆንባት ማድረጉን ይቀጥላል። "ለል ጆቿ ስትል.." ስንል ችግሩ ልጆቹ ላይ አይፈናጠቅም ማለታችን አይደለም። እንዲሁም አስቸጋሪ የሆነ የሥራ አለቃ ያለውም ሠራተኛ በየቀኑ የሚኖረው ኑሮ ከባድ ሲሆንበት፥ ሥራውን ለቅቆ በመሄድ ፈንታ፥ "ሥራዬን ጥዬ ብሄድ ሌላ ሥራ በቀላሉ ማግኘት ስለማልችል ልጆቼን ምን አበላቸዋለሁ?" በማለት፥ ስለ ልጆቹ ሲል የአስቸጋሪው ሰው ባርያ ሆኖ መኖርን የሚመርጥበት ጊዜ አለ። ከአስቸጋሪ ሰው ጋር የሚኖሩ አንዳንድ ሰዎች፥ "ሁሉን ችዬ ዝም ብል፥ አሁን ከማደርገው የበለጠ በጎ ነገር ባደርግ፥ ራሴን ከምንጊዜውም የበለጠ መስ ዋዕት አድርጌ ብሰጥ፥ ምናልባት የአስቸጋሪው ሰው ሁኔታ ተለውጦ መልካም

ነገር ይፈጠር ይሆናል" ብለው በማሰብ ራሳቸውን ለመለወጥ ከፍተኛ ጥረት የሚያደርጉ አሉ። ይሁን እንጂ ምንም ያህል ቢጥሩ የአስቸጋሪውን ሰው ባሕሪ ለመለወጥ እንደማይችሉ፥ ሁኔታቸውም እየከፋ እንጂ እየተሻሻለ እንደማይ መጣ ግልጽ ነው።

1. አስቸጋሪዎቹ እኛ እንሆን?

በሁለት ሰዎች መካከል ያለው ግንኙነት (relationship) ጤናማ መሆኑ ንና አለመሆኑን በቅድሚያ ለይቶ ማወቅ፥ አስቸጋሪው ሰው ማን እንደሆን ለይ ተን እንድናውቅ ይረዳናል። ብዙ ጊዜ ጤናማ ባልሆነ ግንኙነት ውስጥ ታግሶ መቆየት ከጥቅሙ ይልቅ ጉዳቱ የበለጠ የሚያመዝንበት ጊዜ አለ። ከአስቸጋ ሪው ሰው ጋር ያለንን ግንኙነትን ጤናማ ለማድረግ ፈጽሞ የማይቻል ከሆነ፥ በቃል ኪዳን ጋብቻ ከተሳሰሩት በቀር፥ ለጊዜውም ሆነ እስከ መጨረ ሻው ድረስ ራስን አስቸጋሪ ከሆነው ሰው ገለል ማድረጉ የሚመረጥበት ጊዜ አለ። ለመሆኑ ጤናማ ያልሆነ ግንኙነት ምን ይመስላል?

- በሁለት ሰዎች መካከል የተመሠረተው ግንኙነት፥ አንደኛው ወገን ከመ ጠን በላይ በሌላው የሚደገፍ፥ ወይም "ያለእርሱ ምንም ነገር ማድረግ አልችልም"የሚል ከሆነ፥
- በሁለት ሰዎች መካከል የተመሠረተው ግንኙነት፥ ሁለቱንም ወገን በሚ መለከት ጉዳይ ላይ፥ የሁለቱም ፍላጎትና ምርጫ መጠበቅ ሲገባው፥ ሁል ጊዜ በአንደኛው ሰው ፍላጎትና ምርጫ ብቻ ላይ ያተኮረ ሲሆን፥
- በሁለት ሰዎች መካከል የተመሠረተው ግንኙነት፥ አንዱ ሌላው ባደረ ገው ወይም ባላደረገው ነገር ላይ ብቻ የሚያተኩር ከሆነ፥ ወይም አንዱ በሌላው ላይ "አጸፋዊ መልስ" የማሳየት ባሕሪ (reactive behavior) ካለው፥
- በሁለት ሰዎች መካከል የተመሠረተው ግንኙነት፥ አንዱ ሌላውን ልክ እንደ ባሕሪው በመቀበል ፈንታ ለመለወጥ ሲፈ ጊዜ፥ ብርቱ ጉልበትና ልዩ ልዩ ዘዴ ለመጠቀም የሚሞክር ከሆነ፥
- በሁለት ሰዎች መካከል የተመሠረተው ግንኙነት፥ አንዱ ሌላውን ከመጠን በላይ የሚያማርር ወይም ሁልጊዜ የሚወቅስ ከሆነ፥ ግንኙነታቸው ትክ ክለኛ ወይም ጤናማ እንዳልሆነ መረዳት እንችላለን።

በሁለት ሰዎች መካከል ያለው ግንኙነት የተበላሸበት ምክንያት፥ አንዱ ከሌላው ብዙ ነገር በመጠበቁ ይሆን? ወይስ በእርግጥ አብሮት የሚኖረው ሰው

የአስቸጋሪነት ጠባይ ስላለበት ይሆን? "አስቸጋሪ ሆነብን" ብለን የምንለው ሰው፣

- *የራሱን እንጂ፣ የሌላውን አሳብ መስማት የማይፈልግ ነው? ይህን ሰው አስረድቶ ማሳመን ከባድ ይሆን?*
  - *በራሱ ላይ ያተኮረ፣ ወይም ራሱን ከመጠን በላይ የሚወድ ሰው ነው?*
    - *ማንኛውም ነገር በእርሱ ቁጥጥር ውስጥ እንዲሆን ይፈልጋል?*
      - *ትንሹን ነገር ትልቅ አድርጎ በማቅረብ፣ በጥቃቅኑ ነገር ሁሉ ምክንያት እየፈጠረ የሚጨቃጨቅ ነው?*
        - *ራሱን አተልቆ (አሳንቦ) ለማቅረብ የሚሞክር ነው?*
          - *እምነት የሚጣልበት አይደለም?*
            - *ሁልጊዜ ሌላውን የመንቀፍ፣ በሌላው ላይ የማማረር ልማድ ያለው ነው?*
- *የሚነቅፈው "ከሌላው የበለጠ አውቃለሁ፣ የተሻለ ልምምድ አለኝ፣ በተፈጥሮዬ አስተዋይ ነኝ" በማለት ነው ሌላውን የበደለኛነት ስሜት እንዲሰማው በማድረግ የሚፈልገውን ለማግኘት የሚሞክር ነው?*
  - *"ተሳስቻለሁ! ይቅርታ አድርጉልኝ" ማለት የማይሆንለት ነው?*
    - *በምርጫው ለሚያበላሸው ነገር ተጠያቂ መሆን የማይፈልግ ነው?*

ከላይ ለዘረዘርናቸው ጥያቄዎች የምንሰጠው መልስ ለአብዛኞዎቹ "አዎን" የሚል ከሆነ፣ አብረነው የምንኖረው፣ አብረነው የምንሠራውና የምናመልከው፣ ወይም የተጎራብትነው ሰው አስቸጋሪ ሰው እንደሆነ ያሳየናል። እንዲሁም፣

- *ቀኑን ሙሉ በሥራ ደክመን በውነታችንን ለማሳረፍ ስንሞክር የአንድ ሰው ክፉነት ወደ አዕምሮአችን እየመጣ ዕንቅልፍ የሚነሳን፣ ከሞቀ ስንኃታ ወደ እንቅልፋችን የሚቀሰቅሰን፣ ወይም ጥዋት ከተኛንበት ሰንኃታ ወደ አዕምሮአችን ብቅ ብሎ ውስጣችንን የሚረብሽን ትዝታ አለ?*
- *አንድ ሰው ደውሎ ቢያጣንና መልዕክት ቢተውልን፣ የደዋዩን ማንነት ስናውቅ፣ ስለዚያ ሰው ስናስብ "ዛሬስ ምን ሊለኝ ፈልጎ ይሆን?" በማለት ልባችን በድንጋጤና በፍርሃት ይሞላል?*

- *ወደ ቤታችን፣ ወደ መሥሪያ ቤታችን፣ ወይም ወደ ቤተ ክርስቲያን ለመሄድ ስናስብ የምንፈራው፣ ወይም ለማየት የማንፈልገው ሰው አለ?*
- *በጭቅጭቁ ብዙ ያደከመን፣ ጉልበታችንንና ጊዜያችንን ያለአግባብ ያባከነ፣ ሁልጊዜ "አምጣ!" እንጂ፣ "እንካ!"፣ "እምቢ!" እንጂ "እሺ!"፣ "ተበደልኩ" እንጂ "በደልኩ" ማለት ፈጽሞ የማይሆንለት ሰው በሕይወታችን አለ?*
- *አለቃችን አንኳኩቶ ቢሮአችን በገባ ወይም ስልክ በደወለልን ቁጥር ልባችን በድንጋጤና በፍርሃት ይሞላል?*

አሁንም ከላይ ለጠቀስናቸው ጥያቄዎች ለአብዛኞዎቹ የምንሰጠው መልስ "አዎን!" የሚል ከሆነ፣ በሕይወታችን አስቸጋሪ ሰዎች እንዳሉብን ግልጽ ነው። አስቸጋሪነታቸው መጠኑና ዓይነቱ ይለያይ እንጂ፣ አስቸጋሪ የሆኑ ሰዎች የሌሉበት ሥፍራ የለም። ከአስቸጋሪ ሰው ጋር በመኖር መራራ ጽዋ መጠጣት ስልችቷችሁ፣ ልባችሁ በተስፋ መቁረጥ መንፈስ ተሞልቶ፣ *"...እከሌ ከተባለው ሰው ጋር በሰላም ለመኖር ያላደረግሁት ምንም ነገር የለም፤ አሁንስ ተሸንፍኩ...ፍጹም አቃተኝ፤... ከእንዲህ ዓይነቱ ሰው ጋር በመኖሬ ሕይወቴ ምስቅልቅል አለብኝ። ለእንደ እኔ ዓይነቱ ሰው ዕርዳታ ከየት ይገኛል?"* የሚል ጥያቄ በውስጣችሁ ይመላለስ ይሆን? የዚህ መጽሐፍ ዋና ዓላማ፣ ለእነዚህና እነዚህን ለመሳሰሉ ጥያቄዎች መልስ ለመስጠት ነው። በቅድሚያ ግን ሌላውን "አስቸጋሪ ሰው" ከማለታችን በፊት *"አስቸጋሪው ሰው፣ ምናልባት እኔው እራሴ እሆን?"* ብለን ራሳችንን መመርመሩ ሌላውን ያለአግባብ ከመውቀስ ሊያድነን ይችላል። አስቸጋሪ የሆኑ ሰዎች ባደረሱባቸው የሥነ-ልቦናና የስሜት ጉዳት ምክንያት መራራ የሆነ ኑሮ የቀመሱ *"...ከእከሌ ጋር አብሮ መኖር...፣ ...አብሮ ማምለክ...አብሮ ማገልገል...አብሮ መሥራት...በጉርብትና መኖር ፍጹም አቃተኝ፣ ...ኑሮዬን መራራና ከባድ አደረገብኝ"* በማለት አንዳንድ ሰዎች ብሶታቸውን ሲገልጹ መስማት በአሁኑ ጊዜ ለብዙዎቻችን አዲስ ነገር አይደለም። አስቸጋሪ ሰዎች አብረዋቸው በሚኖሩት ሰዎች ሕይወትና ስሜት ላይ የሚያደርሱት ጉዳት ምንም ያህል ከፍተኛ ቢሆንም፣ የደረሰባቸው ጥቃት በሰው ዐይን ጉልህ ሆኖ ስለማይታይ፣ በየቀኑ የሚያልፉበትን አስቸጋሪ ሕይወት የሚረዳላቸው ሰው በማጣታቸው ምክንያት ሀዘን የሚሰማቸው ብዙዎች ናቸው። የአስቸጋሪ ሰዎችን እውነተኛ ባሕሪ የማያውቁ አንዳንድ ሰዎች፣ ከውጪ የሚያሳዩትን መልካም ጠባይ በመመልከት ብቻ፣ አብረዋቸው በሚኖሩት ሰዎች ሕይወት ላይ ይህን ያህል ችግር ይፈጥራሉ ብለው ማመን ይከብዳቸዋል። ለምሳሌ፣ ሚስቱን ከመጠን በላይ እያስጨነቀ የሚኖረው አስቸጋሪ ባሕሪ ያለው ሰው፣ በአደባባይ ሚስቱን እያቆላመጠ ሲጠራ የሚሰሙ፣ እያቀፈ ሲስም የሚያዩ ሰዎች፣ *"ባሌ አስቸጋሪ ሆነብኝ፤ አሁንስ ከእርሱ ጋር መኖር አቃተኝ"* በማለት

ዕርዳታ ለመፈለግ ብሶቷን የምታስማዋን ሴት፥ ችግሯ "እውነት ነው" ብሎ የሚቀበላት ሰው አታገኝም። በዚህ ዓይነት፣ አስቸጋሪ የሆነው ባሏ በየዕለቱ ከሚያደርሰባት ጉዳት ይልቅ፥ ያለችበትን ሁኔታ የሚረዳላት ሰው ማጣቷ የበለጠ ስሜቷን ይጎዳዋል።

2. አስቸጋሪ ሰዎች፥ የአስቸጋሪነታቸው ምክንያት የአዕምሮ ሕመም ወይስ ጠባይ?

በሰው ሕይወት ውስጥ ስለሚታዩት ልዩ ልዩ መጥፎ ባሕሪዎች በመጽሐፍ ቅዱስ ውስጥ ብዙ ተጽፏል። ለምሳሌ በመጽሐፈ ምሳሌ ውስጥ በተፈጥሮአቸው ሰንፍና ስለሚያጠቃቸው፥ ...ክፉ የሆነ ምላስ ስላላቸው፥ ...ውሸት ስለሚናገሩት፥ ...ስለ ቁጡዎች፥ ...ስለ አመጸኞች ወዘተ. በተደጋጋሚ በሰፊው ተጽፏል። እነዚህና እነዚህን የመሳሰሉ መጥፎ ጠባዮች የሚታዩባቸው አስቸጋሪ ሰዎች፥ "አስቸጋሪ" የሆኑበት ምክንያት አዕምሮአቸውን የሳቱ ወይም የታመሙ በመሆናቸው ሳይሆን፥ በምርጫቸውና በፈቃዳቸው በሚያደርጉት ነገር እንደሆነ የተረጋገጠ ነው። እስከ ቅርብ ጊዜ ድረስ፥ የአዕምሮ ጤና ጥበቃ ባለሞያዎች "የተቃወሰ ገጸባሕሪ" (character disorder) ያላቸውን ሰዎች የአዕምሮ ሕመምተኞች እንደሆኑ አድርገው ይቆጥሯቸው ነበር። ከቅርብ ጊዜ ወዲህ ግን አስቸጋሪነታቸው ከተፈጥሮ የመጣ እንዳልሆነ አረጋግጠዋል። መጥፎ ባሕሪያቸው እንደ በሽታ ከታየ፥ ሳይፈልጉ በግድ የደረሰባቸው፥ ወይም ከራሳቸው ቁጥጥር ውጪ በሆነ ኃይል የመጣባቸው በመሆኑ፥ እነርሱ ሁኔታቸውን ለማሻሻልም ሆነ ለመለወጥ ምንም ማድረግ እንደማይችሉ ታስቦ ከተጠያቂነት ነጻ ይሆኑ እንደነበረ የታወቀ ነው። አብዛኛዎቹ የተቃወሰ ገጸባሕሪ ሊኖራቸው የቻለው፥ ሊቋቋሙት ከማይችሉት፥ ከእነርሱ ውጪ በሆነ አንድ ዓይነት ኃይል ከፍተኛ ተጽእኖ ደርሶባቸው ሳይሆን፥ ከላይ እንደገለጽነው በራሳቸው የግል ምርጫ እንደሆነ ግልጽ ነው። ለምሳሌ ግብረ ሰዶማዊነትን የሚለማመዱ፥ (homosexuals) ...የመጠጥ ሱሰኛ የሆኑ፥ የተቃወሰ ገጸባሕሪ የሚታይባቸው ናቸው። እነዚህ በሕይወታቸው የሚታዩት መጥፎ ባሕሪዎች ራሳቸው ፈቅደው ወይም መርጠው የሚያደርጉት በመሆኑ፥ የአዕምሮ በሽተኞች እንደማያሰኛቸው ግልጽ ነው። አስቸጋሪ ሰዎችን "የአዕምሮ በሽተኞች ናቸው" የምንል ከሆነ፥ መጥፎ የሆነውን ባሕሪያቸውን ለማስተካከል ወይም ለመለወጥ አስፈላጊውን ሙከራ እንዳያደርጉ መከልከላችን ወይም በያዙት መጥፎ ጸባይ እንዲቀጥሉ ሙሉ ፈቃድ መስጠታችን እንደሆነ ማወቅ አለብን።

አስቸጋሪ ሰዎች እኛ የምንጠላባቸውን ባሕሪ የሚመለከቱት እንደ መጥፎ ጠባይ ሳይሆን፥ ሊያጠቃቸው የሚመጣውን ኃይል እንዲከላከሉበት ከእግዚአብሔር የተሰጣቸው መልካም ስጦታ እንደሆነ አድርገው ነው። ሥርዓት-አልባ በሆነው ባህሪያቸው ምክንያት ሌላው ሰው የሚጎዳውን ያህል እነርሱ አይጎዱም። ከቀረባቸው ሰው ሁሉ ጋር እየደጋገመ የሚያጋጫቸውን ጤናማ ያልሆነውን ባሕሪያቸውን ለማስተካከል ሙከራ የማያደርጉበት ዋናው ምክንያት፥ ከአቅማቸው በላይ ስለሆነባቸው ሳይሆን፥ "ምንም ዓይነት ድካም የለብንም... ችግሩ ያለው ሌሎች ላይ ነው..." ብለው ስለሚያምኑ ብቻ ነው። ሕያወታችንን መራራ ያደረጉብንን፥ ወይም አስቸጋሪ የሆኑብንን ሰዎች ለመውደድና ለመቀበል፥ ልባችን እውነተኛ በሆነው የእግዚአብሔር ፍቅር የተሞላ መሆን አለበት። ፍቅር ስንል፥ "ስሜታዊ" የሆነውን "ፍቅር" ማለታችን ሳይሆን፥ "ብልሁነት" ወይም "ዕውቀትና ጥበብ" ያልጎደለውን እውነተኛውን ዓይነት ፍቅር ማለታችን ነው። እውነተኛ ፍቅር፥ አስቸጋሪ የሆኑብንን፥ በመጥፎ ጠባያቸው ያስመረሩንን ሰዎች ዝቅ አድርገን በመመልከት ፈንታ ከሌላው ሰው ባላነሰ ሁኔታ አስፈላጊውን አክብሮት ሳናጓድል የምናሳያቸው ፍቅር ነው። ከእኛ ጋር የማይስማማ ጠባይ ያላቸውን ለመውደድና ለመቀበል የምንችለው፥ በልባችን ውስጥ እውነተኛ የሆነ ፍቅር ሲኖረን ብቻ ነው። ልባችን በእውነተኛው ፍቅር ካልተሞላ፥ የጎዱንን፥ ሕይወታችንን መራራ ያደረጉብንን ሰዎች ከነድካማቸው መቀበል ያስቸግረናል። አስቸጋሪ የሆኑብንን ሰዎች እግዚአብሔር በሚያያቸው ዓይን ካላየናቸው፣ ጨካኞች፥ ክፉዎች፥ እንዲሁም አስቸጋሪ ጠባይ ያላቸው እንደሆኑ ብቻ አድርገን ካየናቸው፥ በመውደድ ፈንታ እንደምንጠላቸው፥ በመቅረብ ፈንታ የበለጠ እንደምንሸሻቸው የታወቀ ነው። እግዚአብሔር ሰውን ብቻውን እንዲኖር ካልፈጠረው፥ ታዲያ ከሌላው ሰው ጋር ተቀራርቦና ተስማምቶ መኖር ከባድ የሚሆንበት፥ እንዲሁም በተለይ ከአንዳንድ ሰዎች ጋር ዘላቂነት ያለው ግንኙነት መፍጠር የማይችልበት ምክንያት ምን ይሆን? የሚል ጥያቄ በውስጣችን ይመላለስ ይሆናል። የሰውን ማሕበራዊ ኑሮ በሚመለከት አሳብ ላይ ብዙዎቻችን መልስ ካላገኘንላቸው ልዩ ልዩ ጥያቄዎች መካከል አንደኛው ይሄ ነው። ልጆች ሆነን ብዙ ጊዜ እርስ በርሳችን በጥቃቅኑ ምክንያት እንጋጭ ነበር። ብንጋጭም፥ ለመታረቅና አንድነታችንን እንደገና ለማደስ ግን ይህን ያህል ብዙ መድከም አያስፈልገንም ነበር። ተጣልተን ያለአስታራቂ ወዲያው እንታረቅ ነበር። በዕድሜ እየጎለመስን ስንመጣ ግን ከሰው ጋር መቀራረቡ እያስፈራን፥ እንዲሁም "እንወደዋለን...ይወደናል" የምንለው ሰው እንኳን እያጠራጠረን ይመጣ ጀመር። አስፈላጊውን ጥንቃቄ ሳናደርግ፥ ማንነታቸውን በደንብ ሳናጣራ፥ በልጅነት ዕድሜያችን እናደርግ እንደነበረው ዝም ብለን ከሰው ሁሉ ጋር ሕብረት ወይም አንድነት የመፍጠር ድፍረትም ሆነ ፍላጎቱ የለንም።

3. ከሰው ሁሉ ጋር አብሮ መኖር ቀላል አይደለም

ከአንዳንድ ሰዎች ጋር ሕብረት መፍጠር ወይም ተቀራርቦ በሰላም መኖር "ፍጹም አይቻልም" ብለን ባንደመድምም፣ "ቀላል ነው" ግን አንልም። ምክን "ፍጹም አይቻልም" ብለን ባንደመድምም፣ ... ያቱም እምነታችንን የጣልንባቸው አንዳንድ የቅርብ ወዳጆቻችን ባልተረዳ ነው አንዳንድ ምክንያት ተለውጠው ሲሸሹን፣ ወይም ችላ ሲሉን ብዙዎቻችን ሰላየን ነው። በዕለት ሥራችን ላይ በምናደርገው ትጋት "እንመሰገናለን" ወይም "የደሞዝ ጭማሪ እናገኛለን" ብለን ስንጠብቅ፣ የምንሠራው መልካም ሥራ ያልታያቸው የሥራ አለቆቻችን፣ በሥራችን ባለመደሰታቸው ይሁን ወይም በሌላ ምክንያት፣ ባልጠበቅነው ጊዜና ሁኔታ "ከዚህ ቀን ጀምሮ ከሥራ ተሰናብተሃል" የሚል ደብዳቤ የላኩልን እንኖር ይሆናል። ከአብራካችን የወጡት፣ ብዙ የደከምንላቸውና የለፋንላቸው ልጆቻችንም ድንገት ጠላት ሆነውብን ያመጹብን ወላጆች እንጠፋም። የውጪው ዓለም ሲገርመን፣ በቤተ ክርስቲያ ንም ውስጥ የቀረብናቸውና ልባችንን የሰጠናቸው አንዳንድ ክርስቲያን ወንድሞችና እህቶች በጠላትነት ተነስተውብን ያለአግባብ በሚወረውሩብን የነቀፌታ ቃል ውስጣችን የተጎዳብን ብዙዎች እንሆናለን። በዚህ ዓይነት ተደጋጋሚ የሆነ ግጭት ሲያጋጥመን፣ ከሰው ሁሉ ጋር ያለንን ግንኙነት ቆርጠን ጥለን፣ ለብቻችን ለመቀመጥ የምንፈተን ሰዎች እንደማንጠፋ የታወቀ ነው። ከሰው ጋር ተቀራርቦ መኖር ብዙ ችግር ያለበት ይሁን እንጂ፣ ብቻችንን መኖር አንችልም። ለመሆኑ በህይወቱ ምንም ዓይነት "አስቸጋሪ ሰው" ያላጋጠመው ይኖር ይሆን? ካለ፣ ያ ሰው በጣም ዕድለኛ ነው።

ሁላችንም በህይወታችን አንዳንድ አስቸጋሪ የሆኑ ሰዎች ሊያጋጥሙን እንደሚችሉ ጠቅሰናል። ለመሆኑ አስቸጋሪ የምንላቸው ሰዎች እንዴት ዓይነቶች ይሆኑ? አስቸጋሪ የሆነውን ሰው ለይተን የምናውቅበት መንገድ ይኖር ይሆን? "አስቸጋሪ" ስንል ምን ማለታችን ነው? "አስቸጋሪ" የሚለውን ቃል የእንግሊዝኛው ቋንቋ "difficult" (ዲፊከልት) ይለዋል። የእንግሊዝኛው መዝገበ ቃላት፣ ይህንን ቃል፣ "ሊረዱት የማይቻል፣ የሚያም፣ ሁከተኛ፣ ረባሽ፣ ሀሳበ ግትር" በማለት ይገልጸዋል። ስለዚህ አስቸጋሪ ሰው፣

~ ብዙ ጊዜ አሳቡ ምን እንደሆነ በግልጽ የማይታወቅ፣

~ ሰው በቀላሉ ሊጠጋው የማይችል፣

~ ለቀረበው ወይም ለተጠጋው ሰው ሰላም የማይሰጥ፣

~ ትንሹን የሀሳብ ልዩነት ከመጠን በላይ አተልቆና አጋኖ የሚያይ፣

~ ችኩነት ባህሪ የሚታይበት፣

~ የሌላው ድካም እንጂ ብርታቱ የማይታየው፣

~ "እኔን ብቻ ስሙኝ" የሚል፣ ሌላውን ለመስማት ግን ጆሮውን የማይሰጥ፣

~ መስማት የሚፈልገውን ብቻ እየመረጠ የሚሰማ፣

~ የሚናገረውን የማይመርጥ፣

~ መቼ መናገር እንዳለበትና እንደሌለበት የማያውቅ፣

~ "አዝናለሁ! ይቅርታ! ተሳስቻለሁ! አንተ ልክ ነበርክ!" ማለት የማይሆንለት ሰው ነው።

ከላይ የዘረዘርናቸው መግለጫዎች አስቸጋሪ የሆኑትን ሰዎች ባሕሪ በመጠኑም ቢሆን ያሳያሉ ብለን እንገምታለን። እነዚህ አስቸጋሪ የሆኑብን ሰዎች፣ የሩቅ ብቻ ሳይሆኑ የቅርባችን ሰዎች ሊሆኑ ይችላሉ። ...የሚፈልጉትን ለማግኘት ሲሉ ሁልጊዜ የሚዋሹን፣ ...ከፈቃዳችን ውጪ በመኖር፣ ...ከሥርዓት ውጪ የሆነ ኑሮ በመምራት፣ ..."የምፈልገውን ለምን አላገኙሁም" በማለት በማበሳጨት የጨጓራችን መላጥ ምክንያት የሆኑብን፣ ከአብራካችን የወጡ ልጆቻችን፣ እንዲሁም በትንሹም በትልቁም ምክንያት በማኩረፍ ኑሮአችንን መራራና ጨለማ የሚያደርጉብን የኑሮ ጓደኞቻችን የእኛ አስቸጋሪ ሰዎች ሊሆኑ ይችላሉ። አስቸጋሪ ሰዎች አሳባቸውን በቃላት አይግለጹት እንጂ በሚያሳዩት ጠባይ "እኔ የነገርኩህን ብቻ ብታደርግ፣ 'አድርግ' ባልኩህ ጊዜና ሰዓት ያዘዝኩህን ብታደርግ፣ 'እኔ ሁን' እንዳልኩህ ብትሆን፣ ተስማምተን እንኖራለን፤ ምንም የሚያጣላን ነገር የለም" የሚሉ ይመስላሉ። የሚያስደንቀው ነገር ግን፣ እንደሚፈልጉት ለመሆን ጥረት ብናደርግም፣ ወይም ሆነን ብንገኝም፣ የማይረኩ መሆናቸው ነው። ለዚህም ዋናው ምክንያት፣ ፍላጎታቸውና ምርጫቸው ቶሎ ቶሎ የሚለዋወጥ በመሆኑ ነው። አሁን "ጥሩ ነው" ያሉትን፣ ትንሽ ቆይተው "መጥፎ ነው" ስለሚሉት፣ ምን እንደሚወዱና ምን እንደሚጠሉ፤ ምን እንደሚያስደስታቸውና ምን እንደማያስደስታቸው ለማወቅ በጣም አስቸጋሪ የሚሆንበት ጊዜ አለ። የሚፈልጉትን በቀጥታ ማግኘት ካልሆነላቸው፣ ሌላውን ሰው የበደለኛነት ስሜት (guilt) እንዲሰማው በማድረግ የሚፈልጉትን ለማግኘት የሚሞክሩ ናቸው።

በዚህ መጽሐፍ ውስጥ "አስቸጋሪ ሰዎች" ያልናቸው፣ አንዳንድ ጊዜ በመንገዳችን ላይ የሚያጋጥሙን፣ ለአጭር ጊዜ ብቻ የምናያቸው፣ ወይም በቀላሉ ልንሸሻቸውም ሆነ ልናስወግዳቸው የምንችላቸውን ሰዎች ማለታችን እየደለም። ለምሳሌ ዕቃ ለመግዛት ገበያ ሄደን ነጋዴው ቢሰድበን፣ ልንሸሸው ወይም

ሁሰተኛ ከዚያ ነጋዴ ተመልሰን ዕቃ ሳንገዛ ውሳኔ ማድረግ ስለምንችል ያ ሰው
"ለእኔ አስቸጋሪ ሰው ነው" ማለት አንችልም።

- *"አስቸጋሪ ሰዎች" ስንል፣ ለረጅም ጊዜ አብረውን የሚቆዩ፣ በአንድ
ጣሪያ ሥር አብረውን የሚኖሩ፣ አንድ መሥሪያ ቤት አብረውን የሚ
ሠሩ፣ እንዲሁም አንድ ቤተ ክርስቲያን ውስጥ አብረውን የሚያመል
ኩና የሚያገለግሉ፣ በቀላሉ ልንርቃቸው ወይም ልንሸሻቸው የማንችላ
ቸውን ሰዎች ማለታችን ነው።*

አስቸጋሪ ከሆኑ ሰዎች ጋር የተቀራረበ ግንኙነት ያላቸው፣ ወይም በአንድ
ጣራ ሥር አብረው የሚኖሩ፣ የአስቸጋሪ ሰዎችን ባህሪና ድርጊት፣ እንዲሁም
በሌላው ሰው ስሜት ላይ የሚያደርሱትን ከፍተኛ ጉዳት ከሌላው ሰው የበለጠ
ያውቃሉ። ከላይ እንደጠቀስነው እነዚህ አስቸጋሪ የተባሉ ሰዎች የሩቅ ሰዎች
ብቻ ሳይሆኑ፣ በጣም ቅርባችን ናቸው የምንላቸው፣ ወይም የተዛመዱን ሰዎች
ሊሆኑ ይችላሉ። በህይወታችን አስቸጋሪ ሆኑብን የምንላቸው ሰዎች አለቃችን፣
የሥራ ባልደረባችን፣ የቅርብ ጓደኛችን፣ ከልጆቻችን መካከል አንዱ ወይም
ሁሉም ሊሆኑ ይችላሉ። *ከሁሉም የበለጠ ሕይወታችንን የበለጠ መራራ የሚያ
ደርግብን፣ አስቸጋሪ የምንለው ሰው አብሮን በአንድ ገበታ ላይ የሚበላ፣ አንድ
የብርድ ልብስና አንሶላ ለብሶ አብሮን በአንድ አልጋ ላይ የሚተኛ የኑሮ ጓደ
ኛችን የሆነ ወይም የሆነች እንደሆነ ነው።*

4. አስቸጋሪ ሰው አብሮት የሚኖረውን ሰው ሕይወት መራራ የማድረግ ኃይል አለው

ጥሩ ጠባይ ካላቸው፣ ወይም ከሰው ሁሉ ጋር ተስማምተው በሰላም መኖር
ከሚችሉ ሰዎች ጋር አብሮ መኖር ይህን ያህል ከፍተኛ ጥረት ወይም ልዩ
እውቀት እንደማይጠይቅ የታወቀ ነው። አብረዋቸው ከሚኖሩት፣ አብረዋ
ቸው ከሚሠሩት፣ እንዲሁም አብረዋቸው ከሚያመልኩትና ከሚያገለግሉት
ጋር አንድነታቸውን የሚያደፈርስ ምንም ዓይነት ግጭት ሳያጋጥማቸው በሰ
ላም የሚኖሩ ሰዎች፣ ያላቸው የሰላም ኑሮ በራሳቸው ጥረት ወይም መልካም
ነት ያገኙት እንዳልሆነ መረዳት አለባቸው። እንዲሁም ከአስቸጋሪ ሰዎች ጋር፣
በአስቸጋሪ ሁኔታ ውስጥ የሚኖሩ፣ *"የችግራቸው ምክንያት ተስማምቶ የመኖር
ጥበብ ወይም ችሎታ ስለጎደላቸው ነው"* ብሎ ማሰብም ሆነ በሌላው መፍረድ
አግባብነት ያለው አይደለም። ለላማዊ ከሆኑ ሰዎች ጋር በሰላም የሚኖሩ ሰዎች
ምንም ሳይለፉ እንዲሁ በእግዚአብሔር ጸጋ የሆነላቸው በመሆኑ እግዚአብሔ
ርን ከልብ ሊያመሰግኑት ይገባል። እንዲሁም በሕይወታቸው አስቸጋሪ የሆኑ

ሰዎች ኢጋጥመዋቸው፣ መራራ ጽዋ እየጠጡ በሚኖሩት ሰዎች ላይ የፍርድ
ቃል ከመናገር መጠንቀቅ አለባቸው። የሚኖሩት ሰላማዊ ኑሮ በራሳቸው
ጥረት ወይም ጥሩነት ያገኙት ስላልሆነ፣ "ከሌሎች የተሻልኩ ነኝ" በማለት
ራሳቸውን ከፍ፣ ሌላውን ዝቅ አድርገው ከመመልከት መቆጠብ አለባቸው።
ሰላማዊ የሆነ ኑሮ የሚኖሩ፣ ኑሮአቸው ብዙ ልፋት የማይጠይቃቸው ቢሆ
ንም፣ አልፎ አልፎ መጠነኛ የሆነ ግጭት አይኖርባቸውም ወይም አያጋጥማቸ
ውም ማለት አይደለም። የአንዳንድ ሰዎች ሕይወት የሚያሳዝነው፣ ብዙዎችን
የሚጠቅም፣ ብዙ ቁም ነገር ያለው ሥራ ሊያከናውኑበት የሚችሉትን ጉልበታ
ቸውንና ጊዜያቸውን፣ በቀላሉ ሊያስወግዱቸው በማይችሏቸው አንዳንድ አስ
ቸጋሪ የሆኑ ሰዎች ያለአግባብ ሲባክንባቸው ማየት ነው።

በአጠቃላይ አስቸጋሪ የሆኑ ሰዎች፣ አብሮአቸው የሚኖረውን ሰው ሕይ
ወት ፍጹም መራራ የማድረግ ችሎታ እንዳላቸው የታወቀ ነው። አስቸጋሪ
ከሆኑ ሰዎች ጋር የሚኖሩ፣ አስቸጋሪ ሰዎች በሚፈጥሩባቸው ችግር ወይም
እንቅፋት ምክንያት በራስ ምታት፣ በጨጓራ ሕመም በመሰቃየታቸው፣ እንዲ
ሁም ሰላም በሌለበት ኑሮ ውስጥ በመኖራቸው ሊታዘንላቸው እንጂ ሊፈረድባ
ቸው አይገባም። "አይዟችሁ" ብለን በማጽናናት ፋንታ ከፈረድንባቸው፣ የበ
ለጠ የመኖር ትርጉም እንዲጠፋባቸው፣ ጉዳታቸው የበለጠ እንዲሰማቸው፣
በቁስላቸው ላይ አሲድ የመነስነስ ያህል በጣም እንዲያቃጥላቸው ማድረጋችን
ይሆናል። ከአስቸጋሪ ሰዎች ጋር የሚኖሩ ሰዎች፣ ጤናማ የሆነ አዕምሮ ይዘው
ለመቀጠል ከእግዚአብሔር ልዩ የሆነ ዕርዳታ ቢያስፈልጋቸውም፣ በግላቸው
የራሳቸውን ጥረት ማድረግ አለባቸው። የዚህም መጽሐፍ ዋና ዓላማ፣ ቀደም
ሲል እንደገለጽነው፣ አስቸጋሪ የሆኑትን ሰዎች "አስቸጋሪነታችሁን ተው" ብሎ
ለመምከር ወይም የአስቸጋሪ ሰዎችን ባሕሪ ለመለወጥ ሳይሆን፣ ከአስቸጋሪ
ሰዎች ጋር ለሚኖሩት ሰዎች "ይረዳቸዋል" ብለን የምናስባቸውን አንዳንድ
ጠቃሚ ምክሮችን ወይም አሳቦችን ለመስጠት ነው።

ከአስቸጋሪ ሰው ጋር መኖር የታከታቸው፣ ችግራቸውን ገላልጠው ቢና
ገሩና ምክር ቢጠይቁ፣ ከተለያዩ ሰዎች፣ የተለያየ አሳብ እንደሚያገኙ የታወቀ
ነው። ከሚያገኙት ልዩ ልዩ ምክሮች መካከል *"ፊትህን አዙርበት... ፊት አትስ
ጠው... ከጠላህ መልሰህ ጥላው... ቢጠላህም መልሰህ ውደደው... ቁጭ አድር
ገህ አነጋግረው... ስምህን ሳትጽፍ በደብዳቤ ልክ ልኩን ንገረው"* የሚል ሊሆን
ይችላል። ይሁን እንጂ፣ ትክክለኛ ካልሆነ ሰው፣ ትክክል ያልሆነ ምክር ሰም
ተን ራሳችንን ትልቅ ችግር ውስጥ በመክተት ልንጎዳ ስለምንችል፣ በዚህ
አቅጣጫ አስፈላጊውን ጥንቃቄ ማድረግ አለብን። በተጨማሪ ማድረግ ያለ
ብን ነገር ቢኖር፣ እኛም ራሳችን አስቸጋሪ የመሆን ዝንባሌ ወይም ችሎታ
ያለን በመሆናችን፣ ሌላውን ሰው "አስቸጋሪ ሆነብን" ከማለታችን በፊት ችግሩ

ከእኛው ከራሳችን መሆን አለመሆኑን ለማወቅ በጥንቃቄ ራሳችንን መመር መር እንዳለብን ነው።

- *ሁልጊዜ፣ ለሰው ሁሉ አስቸጋሪ የሚሆን ሰው የለም፤ ሁልጊዜ ለሰው ሁሉ፣ አስቸጋሪ የሆኑ ሰዎች ምናልባት ቢኖሩ፣ ቁጥራቸው በጣም ጥቂት እንደሚሆን እርግጠኞች ነን።*

"ለሰው ሁሉ አስቸጋሪዎች አይሆኑም" ስንል፣ ለአንድ ሰው አስቸጋሪ ሰም ቢሆኑ፣ ለሌላው ሰው ደግሞ የሚመቹ ሊሆኑ ይችላሉ ማለታችን ነው። ስም ቢሆን፣ ለሌላው ሰው ደግሞ የሚመቹ ሊሆኑ ይችላሉ ማለታችን ነው። ልጅ ሳሌ፣ ከአብራካችን የወጣው ልጃችን ለእኛ አስቸጋሪና በጣም ያስመረረን ልጅ ሳሌ፣ ከአብራካችን የወጣው ልጃችን ለእኛ አስቸጋሪና በጣም ያስመረረን ልጅ ቢሆንም፣ ለጓደኞቹ ግን ጥሩ ሰው ሊሆን ይችላል። ለእነርሱ በሚያሳየው መል ካም ባሕሪ "መልአክ" የሚል የቅጽል ስም ሊያወጡለት ይችላሉ። እንዲሁም፣ ምክንያት እየፈለገ ልጆቹን በመደብደብ የሚያስጨንቅ፣ ልጆቹ የተማረሩበት አባት ለልጆቹ አስቸጋሪ ሰው ሲሆን፣ ቀረብ ብለው ለማያውቁት ጓደኞቹ ግን ምቹ ሰው ሊሆን ይችላል።

- *"ሁልጊዜ አስቸጋሪ አይሆንም" ስንል ደግሞ፣ ቶሎ ቶሎ የሚለዋወጥ ባሕሪ ያላቸው አንዳንድ ሰዎች መኖራቸውን ለመግለጽ ነው። ዛሬ መጥፎ ሆነው እንደሆነ፣ ነገ ጥሩ ሆነው ይታያሉ።*

አስቸጋሪ ሰዎች ያልሆኑትን መስለው መታየት ይችሉበታል። እውነተ ኛው ማንነታቸው እንዳይታወቅባቸው ከፍተኛ ጥረት ስለሚያደርጉ፣ ቀረብ ብለው ካላዩአቸው በስተቀር አስቸጋሪነታቸው በግልጽ አይታወቅም። ለምሳሌ ሚስቱን እየደበደበ የሚያሰቃይ ወንድ፣ ትክክለኛውን ማንነቱን ደብቆ ሳያፍር "ሚስቶቻችንን እንደሚሰበር ዕንቁላል ተጠንቅቀን በፍቅር መያዝ አለብን" የሚልበት ጊዜ አለ። እንዲሁም ባሏን ከፍ ዝቅ አድርጋ የምትሳደበዋ ሴት፣ እውነተኛውን እርሷነቷን ደብቃ "ሣራ አብርሃምን ጌታዬ ብላ አክብራ እንደኖ ረችው፣ እኛም በአሁኑ ጊዜ ያለነው ሚስቶች፣ ባሎቻችንን በአክብሮት መያዝ አለብን" ብላ ለሴቶች ምክር ስትሰጥ ትሰማለች። እንደነዚህ ዓይነት ሰዎች አስ ቸጋሪነታቸው፣ ተጠግተዋቸው ወይም አብረዋቸው ለሚኖሩት ሰዎች እንጂ ላልቀረቧቸው ወይም ሩቅ ላሉ ሰዎች እንዳልሆነ ግልጽ ነው።

5. አስቸጋሪ ሰዎችና የአስቸጋሪነታቸው መጠን

አስቸጋሪ ሰዎች በባሕሪያቸው፣ እንዲሁም አብረዋቸው በሚኖሩት ሰዎች ላይ የሚያደርሱት ጉዳት፣ ወይም የአስቸጋሪነታቸው መጠን ይለያያል። ይኸውም፣

1ኛ/ <u>እጅግ በጣም አስቸጋሪ የሆኑ</u>

እነዚህ እጅግ በጣም አስቸጋሪ የሆኑት፣ ትልቅ የመንፈስ መረበሽ የሚታ ይባቸው ናቸው። እነዚህም የአዕምሮ ህመምተኞች (psychotic) የሆኑ ሲሆኑ፣ ከእውነት (reality) ውጪ የሚኖሩ ናቸው። ሁልጊዜ በፍርሃትና በጥርጣሬ የሚኖሩ ቢሆኑም፣ የአዕምሮ ሕመምተኝነታቸው እንደሌሎቹ በቀላሉ የሚታ ወቅ አይደለም። ምክንያቱም ፍርሃትና ጥርጥር ያለባቸው (paranoid individuals) ሰዎች፣ ከውጪ ሲታዩ ብዙ ጊዜ ጤናማ መስለው ስለሚታዩ ነው። እጅግ በጣም አስቸጋሪ የሆኑ ሰዎች፣ በሌላው ሰው ሕይወት ውስጥ ችግር ለመ ፍጠር፣ ሌሎችን ሰዎች ከመስመር ለማስወጣት ትልቅ ፍላጎት ያላቸው ናቸው። ሐዋርያው ጳውሎስ የኤፌሶን ቤተ ክርስቲያን መሪዎችን የመከራቸው እነ ዚህን ከመሰሉ አስቸጋሪ ሰዎች እንዲጠነቀቁ ነበር። *"መንፈስ ቅዱስ እናንተን የመንጋው ጠባቂ አድርጎ ሾሞአችኋል፤ እንግዲህ ለራሳችሁና ለመንጋው ተጠን ቀቁ፤ ጌታ በገዛ ደሙ የዋጃትን ቤተ ክርስቲያን ጠብቁ። እኔ ከሄድሁ በኋላ ለመ ንጋው የማይራሩ እንደ ተኩላ ጨካኞች የሆኑ ሰዎች እንደሚገቡባችሁ ዐውቃ ለሁ። እንዲሁም አንዳንድ ሰዎች ከመካከላችሁ ተነሥተው ጠማማ ትምህርት በማስተማር ብዙ አማኞችን ወደ እነርሱ ይስባሉ"* (የሐዋ. 20፥28-30)።

2ኛ/ <u>በጣም አስቸጋሪ የሆኑ</u>

እነዚህኞዎቹ ከላይ እንዳየናቸው አስቸጋሪ ሰዎች በአዕምሮአቸው በጣም የተረበሹ አይደሉም። ቢሆንም አልፎ አልፎ ከላይ ካየናቸው ጋር የሚመሳሰሉ በት ጊዜ አለ። ከላይኛዎቹ ይልቅ እነዚህ የማመዛዘን ችሎታ ያላቸው ናቸው። በሀሳብ ከተለያዩት ሰው ጋር ለመወያየት ፈቃደኞች ናቸው። በጣም አስቸጋሪ የሆኑ ሰዎች የገጸባሕሪ ቀውስ (character disorder) የሚታይባቸው ናቸው። የአዕምሮ ሕመምተኞች አይሁኑ እንጂ፣ አብረዋቸው ለሚኖሩት ሰዎች አስቸ ጋሪዎች ናቸው። ያልተረጋጋ መንፈስ፣ ስጋት ያለባቸው፣ እንዲሁም ዕርካታ ቢስ ይሁኑ እንጂ፣ ለመለወጥ ፍላጎት ያላቸው ናቸው።

3ኛ/ <u>መካከለኛ አስቸጋሪነት ያለባቸው</u>

እነዚህ ከላይኛዎቹ የሚለዩበት ሁለት ነገር አላቸው። አንደኛው፣ ግጭት ለመፍጠር ጀማሪዎች አይደሉም። እንዲሁም በሌላው ሰው ላይ ችግር ለመፍ ጠር ሲሉ ብቻ ከመንገዳቸው አይወጡም። የሚወዳደራቸው ሰው ያለ ከመሰላ ቸው ግን ለመቅደም ሲሉ ሌላውን መጉዳታቸው አይቀርም። ሁለተኛ፣ የሚፈ ልጉትን ለማግኘት እንደ ሌሎቹ ከፍተኛ ጥረት የሚያደርጉ አይደሉም። የግል

የባሕሪ ችግር (personality disorder) ይታይባቸው እንጂ፥ እንደላይኞቹ የከፉ አይደሉም። ከነርሱ የበለጠ አስቸጋሪ የሆነውን ሰው የመከተል ባሕሪ ቢኖራቸውም፥ ለመለወጥ ፍላጎት ያላቸው ናቸው። ማንኛውም ሰው አልፎ አልፎ የአስቸጋሪነት ጸባይ የሚያሳይበት ጊዜ አለ። ይኸውም፥ አልፎ አልፎ የራስ ወዳድነት ባሕሪ የሚታይበት፥ እንዲሁም በማወቅም ሆነ ባለማወቅ በማልማት ፋንታ የሚያጠፋበት ጊዜ አለ። በሕይወቱ አንዴ ወይም ሁለቴ ይህን ዓይነት ባሕሪ የሚታይበትን ሰው ሁሉ "አስቸጋሪ ነው" ማለቱ ትክክል አይደለም። ትክክለኛው አስቸጋሪ ሰው ግን፥ አንዳንድ ጊዜ ብቻ ሳይሆን ብዙ ጊዜ በሌላው ሰው ሕይወት ውስጥ ችግር የሚፈጥር ነው። አስቸጋሪ ሰው ለሚፈጠረው ግጭት (conflict) ምክንያት ይሁን እንጂ፥ ማንኛውም ግጭት ሁልጊዜ መጥፎ ነው ማለት አይደለም። መጥፎ ግጭት እንዳለ ሁሉ፥ ጥሩ ግጭትም አለ። በየትኛውም ኅብረተሰብ ውስጥ አልፎ አልፎ አጥፊም ሆነ ገንቢ ግጭት ሊኖር ይችላል። ግጭት በሰዎች መካከል የሚፈጠረው አስቸጋሪ ሰዎች ስላሉ ብቻ ሳይሆን፥ አስቸጋሪ ሰዎች በሌሉበትም ሊኖር እንደሚችል ማወቅ ይገባናል። አስቸጋሪ የሆኑትን ሰዎች ለይቶ ማወቅ፥ በሀሳብ ከእኛ ጋር ያልተስማማውን ሁሉ "አስቸጋሪ ሰው" ብለን እንዳንጠራው ይጠብቀናል።

6. አስቸጋሪ ሰዎችን ቀረብ ብለው ካላዩአቸው በቀላሉ አይታወቁም

"አስቸጋሪ" ሰዎች ለመሆኑ ምን ዓይነት ባሕሪ የሚታይባቸው ናቸው? አስቸጋሪ ሰዎች፥ "አስቸጋሪ" የሚያሰኛቸውን ባሕሪያቸውን የመደበቅ ልዩ ችሎታ ያላቸው በመሆናቸው፥ ቀረብ ብለው ካላዩአቸው በስተቀር ለላማዊ ሰው በመምሰል ብዙዎቹን እንደሚያሳስቱ የታወቀ ነው። ያም ሆነ ይህ፥ አስቸጋሪ የሆኑ ሰዎች የሌሉበት ሥፍራ የለም። በአንዳንድ የተፈጥሮ ባሕሪያቸውና አስቸጋሪ በሆነው ጠባያቸው የሚመሳሰሉበት አንዳንድ ሁኔታዎች ይኑራቸው እንጂ፥ አስቸጋሪ ሰዎች ሁሉም ተመሳሳይ ባሕሪ ያላቸው አይደሉም። አንዳንድ "አስቸጋሪ" ሰዎች፥ ምን ዓይነት መጥፎ ባሕሪ እንዳላቸውና በሌላው ሰው ሕይወት ላይ ሊያደርሱ የሚችሉት ጉዳት ምን ያህል ከባድ እንደሆነ ከማንም ሰው የበለጠ ሊያውቁ የሚችሉት፥ አብረዋቸው የሚኖሩ፥ ወይም ቅርብ የሆነ ግንኙነት ያላቸው ሰዎች ብቻ ናቸው። እነዚህ አስቸጋሪ የሚባሉ ሰዎች፥ ከማንኛውም ሰው ጋር በቀላሉ ተስማምተውና ተቻችለው መኖር የሚሆንላቸው አይደሉም። እንዳይስማሙም ከሚያደርጋቸው ምክንያቶች መካከል መሠረታዊ የሆኑትን ሦስቱን እንመለከታለን።

1ኛ) አስቸጋሪ ሰዎች፥ "የጠራ አመለካከት" ያላቸው አይደሉም። ማየት የሚፈልጉትን ብቻ እየመረጡ የሚያዩ ይመስላሉ። ይኸውም፥ የሌሎችን ድካም፥ ክፋትና ሽንፈት እንጂ፥ ብርታታቸው፥ በጎነታቸውና አሸናፊነታቸው ፈጽሞ አይታያቸውም። በሌላው ሰው ሕይወት ውስጥ ያለውን ጥሩ ነገር ማየት ስለማይችሉ፥ ሁልጊዜ መንቀፍ እንጂ፥ ማመስገንና ማደነቅ አይሆንላቸውም።

2ኛ) አስቸጋሪ ሰዎች፥ "አጥርተው መስማት የሚችሉ" አይደሉም። ይህን ስንል ጆሮአቸው አይሰማም ማለት ሳይሆን፣ ትክክለኛ የሆነውን አሳብ የመረዳት ችሎታቸው አነስተኛ ነው ማለታችን ነው። በትክክል መረዳት፥ ወይም አጥርተው መስማት የማይሆንላቸው መሆናቸውን የምንረዳው፥ ሌላው ሰው የሚናገረውን ንግግር ትክክለኛ አሳቡን፥ ወይም ልክ እንዳለ የተባለውን በመስማት ፈንታ የሚሰሙት ያልተባለውን፣ ለተነገረው ነገር ሁሉ ልዩ ትርጉም የሚሰጡት መሆናቸውን ስናይ ነው። መስማት የሚፈልጉትን ብቻ እየመረጡ የሚሰሙ መሆናቸው ብቻ ሳይሆን፥ የሚረዱትም ትክክል ባልሆነ መንገድ ነው።

3ኛ) አስቸጋሪ ሰዎች ጤናማ ምላስ ያላቸው አይደሉም። ጊዜውን ያልጠበቀና ልክ ያልሆነ ነገር የመናገር ዝንባሌ ያላቸው ናቸው። ሌላውን ምንም ያህል ቢጎዱ፥ "ጎዳሁህ! ...አዝናለሁ! ...አንተ ልክ ነህ፣ ...ስህተቱ የእኔ ነው" ማለት ፈጽሞ አይሆንላቸውም። እንደነዚህ ዓይነት ሰዎች የማንንም ሰው ሕይወት መራራ ወይም አስቸጋሪ የማድረግ ዝንባሌ እንዳላቸው የታወቀ ነው።

6.ሀ. "አስቸጋሪ ሰዎች" የተቃወሰ ገጸ ባሕሪ የሚታይባቸው ናቸው

"አስቸጋሪ ናቸው" የምንላቸው ሰዎች፥ "የተቃወሰ ገጸባሕሪ" (character disorder) በግልጽ የሚታይባቸው ናቸው። ገጸባሕሪ (character) የሚለው አሳብ በቅድሚያ በትክክል ካልገባን፥ "የተቃወሰ ገጸባሕሪ" ምን እንደሆነ፥ እንዲሁም የአስቸጋሪ ሰው የድካሙ ምክንያት ከምን የመጣ እንደሆነ መረዳት ያስቸግረናል። ገጸባሕሪ (character) ለመሆኑ ምንድነው?

- ገጸባሕሪ የአንዱን ሰው የአዕምሮና የሥነ-ምግባር አቋም የሚያሳይ፥ አንዱ ከሌላው ሰው ተለይቶ የሚታወቅበት፥ ወይም የአንዱ ሰው ትክክለኛ ማንነት የሚለይበት እውነተኛው ጸባይ ነው።

- ገጸባሕሪ (character) ከላይ ከገለጽነው በተጨማሪ፥ አንድ ሰው የሚኖርበትን ዓለም የሚመዝንበት ልማዳዊ የሆነ አመለካከቱ፥ ውስጣዊ ስሜቱን የመቆጣጠር ችሎታው፥ እንዲሁም ከሰው ጋር የሚኖረውን ግንኙነት የሚወስን ነው።

"*የተቃወሰ ገጸባሕሪ*" (character disorder) የሚታይባቸው ሰዎች፥ ብዙ ጊዜ ከሰው ጋር የመጋጨት ዝንባሌ ያላቸው ናቸው። ራሳቸውን የሚመለከቱት ምንም ዓይነት ችግር እንደሌለባቸው አድርገው ሲሆን፥ ለግጭታቸው ምክንያት የሚያደርጉት ሁልጊዜ ሌላውን ሰው ነው። "ችግር አለብኝ" ብለው አይመኑ እንጂ፥ የባሕሪ ችግር እንዳለባቸው በተለይ አብረዋቸው ለሚኖሩ፥ ወይም በአካባቢያቸው ላሉት ሰዎች ይህን ያህል የተሰወረ አይደለም። ከሰው ጋር በሚኖራቸው ግንኙነት ውስጥ አለመስማማት ሲገጥማቸው፥ "የችግሩ ምክንያት እኔ እሆን ይሆን?" ብለው ራሳቸውን ለመመርመር ፈቃደኞች ስለማይሆኑ፥ ምን ጊዜም ቢሆን ራሳቸውን ማረም ወይም ማስተካከል አይችሉም።

ዶክተር ፖል ሽሚት፥ የሳውዘርን ቴዎሎጂካል ሴሚናሪ ፕሮፌሰር የነበሩ በጻፉት መጽሐፋቸው፥ "*የተቃወሰ ገጸባሕሪ*" (character disorder) ምን እንደሆነ ለማስረዳት ሦስት ዋና ዋና ነገሮችን አስፍረዋል።[1] "*የተቃወሰ ገጸባሕሪ*" (character disorder) ያለው ሰው፥

1ኛ/ ጎልቶ የሚታይ የሥነ-ልቡና ቀውስ (Psychiatric Disorder) *የማይታይበት፥–ሁኔታዎችን በትክክል ማየት ባለመቻሉ ምክንያት ሌላ ዓለም ውስጥ የሚኖር የማይመስለው፥ ከቁጥጥር የወጣ ሥጋት ወይም ፍርሃት የሌለበት፥ በአንጎሉ ላይ በበቀለ ዕጢ ምክንያት አስተሳሰቡ ያልተዛባበት ነው። ይሄም በአዕምሮውም ሆነ በአካሉ ምንም ዓይነት የጤና ቀውስ የለበትም ማለት ነው።*

2ኛ/ ትክክለኛ ያልሆነ ውስጣዊ ስሜት ስላለው፥ "ሌሎች ሰዎች ይጎዱኝ ይሆናል" የሚል ፍርሃቱ ወይም ሥጋቱ፥ ከሰዎች ጋር ጤናማ የሆነ ግንኙነት እንዳይኖረው የሚያደርገው ነው።

3ኛ/ ቀደም ሲል ከሰው ጋር ጥሩ ግንኙነት ለመፍጠር ሞክሮ ሙከራው የከሸፈበት፥ ግንኙነቱ ጥሩ እንዲሆንና ዘላቂነት እንዲኖረው ከበፊቱ በተሻለ ሁኔታ ሲሞክር፥ የበለጠ መረበሽና ግራ መጋባት ይደርስበታል። ስለሆነም ራሱን ለመከላከል ሲል የተጠጋውን ሰው ሁሉ የመገፍተር ባሕሪ ይታይበታል።

[1] Schmidt, F. Paul. Coping With Difficult People, The Westminister Press, Philadelphia, c1980.

"*የተቃወሰ ገጸባሕሪ*" (character disorder) የሚታይባቸው ሰዎች በጸባያቸው አስቸጋሪዎች ይሁኑ እንጂ፥ "ለሕብረተሰቡ አደገኛ ናቸው" ከሚባሉት ጋር የሚደመሩ አይደሉም። እንዲሁም የአዕምሮ ሕመም እለባቸው ተብለው ልዩ የአዕምሮ ሕክምና የሚያስፈልጋቸው እይደሉም። ከሌሎች ሰዎች ጋር ጤናማ የሆነ ግንኙነት ወይም መቀራረብ እንዳይኖራቸው የአስተሳሰባቸው ሁኔታ፥ ስሜታቸውን የሚገልጹበት ትክክል ያልሆነ መንገድ እንቅፋት ይሁንባቸው እንጂ፥ "የሥነ-ልቦና ቀውስ" (Psychiatric disorder) ካለባቸው ሰዎች የተለዩ ናቸው። "*የተቃወሰ ገጸባሕሪ*" (character disorder) ያለባቸው ሰዎች አብረዋቸው የሚኖሩትንና እንዲሁም በአካባቢያቸው ያሉትን ሰዎች የሚያስጨንቁ ቢሆኑም፥ ስለ ራሳቸው ያላቸው አመለካከት ግን ጥሩ ነው። ብርታታቸው እንጂ ድካማቸው ስለማይታያቸው፥ ለውጥ የሚፈልጉ አይደሉም። በሥነ-ልቦና ሕክምና የረቀቀ እውቀት ያለው የትኛውም ምሁር ቢሆን ሊረዳቸው አይችልም። ስለዚህ ጥረት መደረግ ያለበት እነዚህ "*የተቃወሰ ገጸባሕሪ*" (character disorder) የሚታይባቸውን ሰዎች ለመለወጥ ሳይሆን፥ አብረዋቸው የሚኖሩትንና እንዲሁም በእነርሱ አካባቢ የሚገኙትን ሰዎች ከነዚህ አስቸጋሪ ከሆኑ ሰዎች ጋር እንዴት መኖር እንደሚችሉ ጠቃሚ ትምህርት (መመሪያ) መስጠት ላይ መሆን አለበት። የዚህ መጽሐፍም ዋና ዓላማ ደጋግመን እንደገለጽነው፥ እነዚህ አስቸጋሪ የሚባሉትን ሰዎች ለመለወጥ ሳይሆን ከአስቸጋሪ ሰዎች ጋር የሚኖሩትን ሰዎች ለመርዳት ነው። እነዚህ አስቸጋሪ ሰዎች ሥርዓተ-እልባ የሆነው ገጸባሕሪያቸው፥ ከሌሎች ሰዎች ጋር በሚኖራቸው ግንኙነት በሌላው ሰው ሕይወት ላይ ምን ያህል ከፍተኛ ጉዳት ሊያደርሱ እንደሚችሉ መረዳት አለባቸው።

6.ለ. <u>አስቸጋሪ ሰዎች በባሕሪያቸው ጎጂነት አለባቸው</u>

አስቸጋሪ ሰዎች በባሕሪያቸው ጎጂነት እንዳላቸው ማንም የማይክደው እውነት ነው። አስቸጋሪ ሰዎች ሆን ብለው ሌላውን የሚጎዱ፥ በራስ ወዳድነት መንፈስ የተሞሉ፥ ጎጂ በሆነ መንገድ ሌላውን የሚተናኮሉ ናቸው። እንዲህ ዓይነት ባሕሪ ያላቸው ሰዎች ቤተሰብ ውስጥ ካሉ፥ በቤተሰቡ ውስጥ ብዙ ጊዜ ሰላም አይኖርም። ቤተ ክርስቲያን ውስጥ ካሉ፥ በአማኞች መካከል መከፋፈልና መለያየት ጎልቶ ይታያል። አንዳንዶቹ የሚያደርሱት ጉዳት ከፍተኛ ነው። መጠንቀቅ ያለብን ነገር ቢኖር፥ አስተሳሰባቸው፥ ምርጫቸውና ፍላጎታቸው ከእኛ የተለየ በመሆኑ ብቻ "እስቸጋሪዎች" ብለን መጥራት እንደሌለብን ነው። አስቸጋሪ ሰዎች ተለይተው የሚታወቁበትን አንዳንድ ሁኔታዎች ቀደም ሲል የገለጽን ቢሆንም፥ ማንነታቸውን የበለጠ ለመለየት ተጨማሪ ምልክቶችን ከዚህ ቀጥለን እንመለከታለን፥

1) **ጠብ ለመጫር ትልቅ ምክንያት አያስፈልጋቸውም** – የሚከራከሩት በጣም እውነት የሚመስል ትንሽ ነገር ይዘው ነው። የሚቃወሙትን ሰው አቋምም ሆነ የሚሰጠውን አሳብ አጣም ወይም አበላሽቶ ማሳየት አንደኛው ባሕሪያቸው ነው። ትክክል መሆን አለመሆኑን ለማረጋገጥ የማይቻለውን አሳብ ይዘው በኃይል ይከራከራሉ፤ ትክክለኛ አለመሆኑን ማረጋገጫ ካልተሰጣቸው፣ የሚያቀርቡት አሳብ "ልክ ነው" ብለው ያምናሉ።

2) **ለሌላው ሰው አስቸጋሪ ለመሆን ሲሉ ብቻ ከመንገዳቸው ይወጣሉ** – አስቸጋሪ ሰዎች ችግር እስኪመጣ ድረስ አይጠብቁም። ችግሩን ራሳቸው ይፈጥሩታል። ከመጠን በላይ ስሜታዊ (hypersensitive) ናቸው። ብዙ ጊዜ የሌላው ቀና የሆነ ንግግር እነርሱን የሚነካ ይመስላቸውና አጸፋውን ለመመለስ ከባድ እርምጃ ከመውሰድ ወደ ኋላ አይሉም። ለምሳሌ፣ አንድ ሰው በማወቅም ሆነ ባለማወቅ ሰላምታ ሳይሰጣቸው ቢያልፍ የሚያበሳጫቸውን ያህል፣ በሰላም የተሞላ የእግዚአብሔር ሰላምታም ሲያቀርብላቸው ልዩ ትርጉም ሰጥተውት የሚቆጡበት ጊዜ አለ።

3) **'ቢቃኝን' የማያውቁ ናቸው** – አስቸጋሪ ሰዎች በቀላሉ አይረኩም። አስቸጋሪ ለሆነ ሰው "ስንዝር ብትሰጡት፣ አንድ ክንድ ይፈልጋል" የሚል አባባል አለ። አስቸጋሪ ሰዎችን ማባበያ መስጠት፣ የበለጠ እንዲጠይቁ ማድረግ ነው። አንዳንድ አስቸጋሪ ሰዎች ሁሉ ነገር አልቆ ፍርፋሪው እስኪቀር ድረስ የሚፈልጉትን ለማግኘት መታገላቸው አይቀርም።

4) **የማጥቃት ባሕሪ ያላቸው ናቸው** –አስቸጋሪ ሰዎች ሌላው ቀርቶ ነቀፋቸው እንኳን አፍራሽ ነው። እነርሱንም ሆነ ሌላውን፣ ምንም ያህል ዋጋ ቢያስከፍላቸውም፣ ከፍተኛ ጥረታቸው ሌላውን ሰው በቁጥጥራቸው ሥር ለማዋል ነው።

5) **ራሥ ወዳድነት ባሕሪ አለባቸው** – አስቸጋሪ ሰዎች ሌላውን የሚጎዱት ራሳቸውን ለመጥቀም ሲሉ ነው። ትክክለኛውን ማንነታቸውን ለማያውቅ ሰው፣ ስለ እውነት ሲሉ የሚታገሉ ይመስላሉ። የሚታገሉበት ምክንያት እነርሱን የማይጠቅም፣ ወይም ፍላጎታቸውን የማያሟላ ከመሰላቸው፣ ወዲያው ትግላቸውን ያቆማሉ።

6) **ባሕሪያቸው መገንባት ሳይሆን ማፍረስ ነው** – የአስቸጋሪ ሰዎች የእንቅስቃሴያቸው ውጤት መገንባት ሳይሆን ማፍረስ ነው። ሰውን እርስ በእርሱ በማቀራረብ ፈንታ፣ የሚለያዩ ናቸው። የተከፋፈለ ቤተ ክርስቲያን ካለ፣ በመካከላቸው አንድ ወይም ሁለት አስቸጋሪ የሆኑ ሰዎች መኖራቸው ፍጹም የማያጠራጥር እውነት ነው።

6.ሐ. <u>አስቸጋሪ ሰዎች፣ በግል ባሕሪያቸው ይታወቃሉ</u>

አስቸጋሪውን ሰው ለይተን ለማወቅ፣ የአንድን ሰው የግል ባሕሪ አመልካች (Personality Characteristics) መመልከት ይጠቅማል።

(1) <u>ስለ ራሳቸው ግራ የሆነ (Negative) አስተሳሰብ ያላቸው ናቸው</u>

የራስ ምስል (self-image) ወይም ሰው ስለ ራሱ የሚኖረው አመለካከት፣ ስለ ራሱ በሚያውቃቸውና በማያውቃቸው ስሜቶቹና አሳቦቹ ላይ የተመሠረተ ነው። ሰው ኑሮን ለመለማመድ ስለ ራሱ የሚኖረው አመለካከት በጣም አስፈላጊ ነው። ይኸውም ስለ ራሱ ያለው አመለካከት ጥሩ ወይም ጤናማ ከሆነ፣ አጠገቡ የሚኖሩት ሰዎች፣ ያለበት ሕብረተሰብና እንዲሁም በጠቅላላው በሕይወት መኖር መልካም ሆኖ ይታየዋል። ስለ ራሱ ያለው አመለካከት ጥሩ ካልሆነ ግን፣ ዓለም የሚያስፈራ፣ ጠላት የበዛበትና እንዲሁም ሰው ሁሉ እርሱን ሊቃወመው የተነሳበት መስሎ ይታየዋል። ሰው ስለ ራሱ ጥሩ አመለካከት ሲኖረው፣ ሌሎችን ሰዎች በቀና ዓይን እንዲያይ፣ ተስማሚ ጠባይ እንዲኖረው፣ እንዲሁም በሕብረተሰቡ ውስጥ ጥሩ ግንኙነት ወይም ቅርበት እንዲኖረው በር ይከፍትለታል። ስለ ራሱ ጥሩ አመለካከት የሌለው ሰው፣ ዓለምን የሚያየው አጨልሞ ስለሆነ፣ ብዙ ጊዜ ከሌሎች ጋር ጥሩ ግንኙነት ለመፍጠር አስቸጋሪ ይሆንበታል። ለምሳሌ፣ በውበቷ ጥርጣሬ ያላት ሴት፣ ቆንጆ በመሆኗ ተቀባይነት የማታገኝ ከመሰላት፣ ስለ ራሷ የሚኖራት አመለካከት ዝቅተኛ ይሆናል። የዝቅተኝነት ስሜቷ እያየለ ከመጣ፣ ሰው ሁሉ የሚጠላት ስለሚመስላት በተለይ "ቆንጆ ናቸው" ብላ ከምታስባቸው ሴቶች መራቅ ትፈልጋለች። በአካል ባትሸሽም፣ በማኩረፍ ለመሸሸ ትሞክራለች። የማትሸሸ ከሆነ፣ "ከመጠቃቴ በፊት አስቀድሜ ላጥቃ" በሚል አሳብ ይመስላል፣ በየጥቃቅኑ ምክንያት ግጭት ስትፈጥር ትታያለች። አስቸጋሪ ያልሆኑ አንዳንድ ሰዎችም እርግጥ ነው ስለ ራሳቸው ጥሩ የሆነ አመለካከት የሌላቸው አሉ። ሆኖን እንጂ፣ እነዚህኞዎቹ ችግራቸውን የሚያሳዩት፣ ከሕብረተሰቡ ተገልለው ላብቻቸው በመሆን ነው። አስቸጋሪ ሰዎች ግን ራሳቸውን ለመገንባት የሚሞክሩት የሌላውን ሰው ሕይወት በማፍረስ፣ በሌላው ሰው ሕይወት አስቸጋሪ የሆነ ነገር በመፍጠር ነው። ትልቅነታቸውን የሚያሳዩት፣ ወይም የሚሰማቸውን ዝቅተኛነት መንፈስ ለመሸፈን የሚሞክሩት ሁልጊዜ ሌሎችን በመንቀፍ ነው። ሌሎችን ሲዋጉ፣ ዝቅ አድርገው ሲመለከቱ፣ በውስጣቸው የሚካሄደውን ዝቅተኛነት ስሜት መግለጻቸው መሆኑን ግን አይረዱም። የራሳቸውን ድክመት ውድቀት ወደ ሌላው መግፋታቸው እንደሆነ የምናውቀው፣ በሌላው ሰው ላይ ክፉ ነገር ሲደርስበት የሚሰማቸውን የደስታ ስሜት ስናይ ነው።

(2) በራሳቸው ፍቅር የተሞሉ ናቸው (Narcissism)

"ራስን ከመጠን በላይ መውደድ (ማምለክ)፣ በእንግሊዝኛ 'ናርሲስዝም' (Narcissism)" የሚለው ቃል ሲሆን፣ ቃሉም የመጣው "ናርሲሰስ" ከሚለው የግሪክ ቃል ነው።[2] ናርሲሰ የተባለ አንድ ግሪካዊ ወጣት አንድ ቀን ውሃው ውስጥ የራሱን ምስል (መልክ) አይቶ፣ ከዚያ ካየው ከራሱ ምስል ጋር ልዩ የሆነ ፍቅር አደረበት። በዚህ ምክንያት ከዚያ ምስል ጋር የተቀራረበ ግንኙነት ለመፍጠር እየሞከረ ፍላጎቱ ስላልተሳካለት፣ ዕድሜውን ሙሉ እየተበሳጨና እያዘነ እንደኖረ የግሪክ ጥንታዊ የልብ ወለድ ታሪክ ይናገራል። አሜሪካውያን የሥነ-ልቦና ምሁራን (ሳይኮሎጂስቶች) በዘመናችን ራሳቸውን የሚወዱ ሰዎች መብዛታቸውን ተመልክተው፣ ይህን ዘመን "የናርሲስቶች ዘመን" ብለው ይጠሩታል። ራሱን አተልቆ ለማሳየት የሚጥር፣ የሰዎችን አድናቆት ከመጠን በላይ የሚራብና የሚጠማ፣ ምክንያት እየፈለገ ሁልጊዜ የራሱን ታላቅነትና የሠራውን ጀብዱ ለመግለጽ ጥረት የሚያደርግ፣ በሰው ሁሉ ፊት ጎልቶ ለመታየት ጥማት ያለው ሰው "ራሱን የማምለክ ባሕሪ እንዳለው ወይም በራሱ ፍቅር የሰከረ ሰው" እንደሆነ ይታወቃል። እነዚህ በራሳቸው ፍቅር የሰከሩ ሰዎች ከውጪ ሲታዩ፣ የደስ ደስ ያላቸው፣ ከሰው ጋር መሆንን የሚመርጡ፣ ስለ ሌሎች የሚያስቡ፣ እንዲሁም በርህራሄ የተሞላ ልብ ያላቸው ይመስላሉ። ይሁን እንጂ፣ ከሰው ጋር መሆን የሚፈልጉት እንዲያሞጋግሷቸውና ረቂቅ በሆነ መንገድ ወይም ሳይታወቅባቸው በእጉት የሚፈልጉትን ሙገሳና አድናቆት ከሌሎች ካላገኙ ለመጠቀም ብቻ ነው። በተለይ በሰዎች ዘንድ ተደናቂና ተወዳጅ የሆነውን ሰው ለማጥላላት ትልቅ ሙከራ ሲያደርጉ ይታያሉ። እንደነዚህ ዓይነት ሰዎች እግዚአብሔር ከሚጠላቸው ሰባቱ መርዘኛ ኃጢአቶች መካከል "ኩራት" የተባለው ኃጢአት ያጠቃቸው ናቸው። ራሳቸውን ከፍ አድርገው የሚመለከቱ ስለሆነ፣ ሌላ ሰውም ሆነ እግዚአብሔር የሚያስፈልጋቸው አይመስላቸውም። እንደነዚህ ዓይነቶቹ በማመስታወት ፊት ለፊት ቆመው ራሳቸውን እያደነቁ እጃቸውን የሚስሙ፣ በሞካሽት የራሳቸውን ስም የሚጠሩ ናቸው። ራሳቸውን ከመጠን በላይ የሚወዱ ሰዎች፣ ከራሳቸው በስተቀር ሌላ ሰው ማየት የማይሆንላቸው፣ በራሳቸው ፍላጎት ብቻ የተሞሉ፣ የራሳቸውን መብት ብቻ ለማስጠበቅ የሚታገሉ ናቸው። የሚያልተረዱት ነገር ቢኖር፣ ስለ ራሳቸው ሲታገሉ፣ ሳያውቁት ራሳቸውን የሚያጠፉ መሆናቸውን ነው። ራሳቸውን ከመጠን በላይ የሚወዱ ሰዎች ምንም ያህል ቢሰጧቸውና ቢያደርጉላቸው፣ "ተደረገልኝ..." በማለት ፈንታ፣ በቀጥታም ሆነ በተዘዋዋሪ ሁልጊዜ "ተጎዳሁ... ተነካሁ፣... በደል ደረሰብኝ...አልታቀ

---

[2] Oates, E. Wayne. Coping With Difficult People. The Westminister Press, Philadelphia, PA. c1980.

ፍኩም... ተገፋሁ... እኔ የምፈልገውን ነገር ሊታደርጉልኝ ይገባል... ያለእኔ መቆምም ሆነ መኖር አትችሉምና ሁልጊዜ እኔ አስፈልጋችኋለሁ..." በማለት የሚያጉረመርሙ ናቸው።

ይህን ዓይነቱ መጥፎ ባሕሪ በሰው ሕይወት ውስጥ የሚታየው፣ ሰው ራሱን ከመጠን በላይ ከፍ ከፍ ሲያደርግ ነው። ራሱን ከፍ አድርጎ ለማሳየት የሚሞክረውም በእርግጥ ትልቅ ሆኖ ሳይሆን፣ በውስጡ ብቃት የሌለው መሆኑን ስለሚያውቅ ያንን ድካሙን ለመሸፈን፣ የዝቅተኝነት ስሜቱን ለማጥፋት ሲል የሚያደርገው ጥረት ነው። እንዲህ ዓይነት ባሕሪ ያለው ሰው፣ አንድ ነገር ሠርቶ በአደባባይ "ይህን ሠርቷል" ተብሎ ካልታወጀለት፣ ሰው ሁሉ ካላጨበጨበለት፣ ዓለም በላዩ ላይ የተደፋበት መስሎ ይሰማዋል። የራሱን ዋጋቢስነትና ዝቅተኛነት የሚሸፍነው ከሆነው በላይ ራሱን አተልቆ በማሳየት ነው። ይህን ዓይነቱን ሙገሳና በሰው ዓይን ጎልቶ መታየትን በጣም ይፈልጉት እንጂ የሚገባቸው ሆነው አይደሉም። የሚያደርጉት በጎ ምግባር እንኳን ከርህራሄ የመጣ ባይሆን ስማቸውን ለማስጠራት የሚያደርጉት ጥረት ነው። እነዚህ ራሳቸውን የማምለክ ጠባይ ያላቸው አስቸጋሪ ሰዎች፣ ስለ ሌላው ሰው ስሜትም ሆነ መብት ግድ የላቸውም። ለመታወቅ፣ ዝናንን ለማትረፍ የረቀቀ መንገድ ስለሚጠቀሙ፣ እነዚህ ራሳቸውን የማምለክ ባሕሪ ያላቸው አስቸጋሪ ሰዎች በራሳቸው ፍቅር የተሞሉ መሆናቸው በብዙዎች ዘንድ ወዲያው አይታወቅም። ከሰው ጋር የሚያደርጉት ግንኙነት ሁሉ፣ እውነትነት ያለው ይመስላል። ይሁን እንጂ ሌሎችን ሰዎች የሚፈልጉበት ዋና ምክንያት የፍቅር ሰዎች ሆነው ሳይሆን የራሳቸውን ፍላጎት እንዲያሟሉላቸው ብቻ ነው። እነዚህ ራሳቸውን የማምለክ ጠባይ ያላቸው አስቸጋሪ ሰዎች ራሳቸውን ፍጹም አድርገው ስለሚያዩ፣ በምንም ዓይነት ጥፋተኛነታቸውን አምነው አይቀበሉም። ስለዚህ ሁልጊዜ ጥፋተኞች የሚያደርጉት ሌሎችን ነው።

ሁላችንም መጠኑ ይለያይ እንጂ፣ ለሌሎች ሰዎች እውነተኛውን እኛነታችንን የምንሸፍንበት የራሳችን የሆነ መሸፈኛ (mask) አለን። አንዳንድ ጊዜ ያልሆንነውን ነገር ለሌሎች ማሳየት ብቻ ሳይሆን፣ ያልሆንነውን "ነን" ብለን የምናምንበትም ጊዜ አለ። የሚያሳዝነው ራሳቸውን የሚያመልኩ ሰዎች ያልሆኑትን "ነን" ማለታቸው ብቻ ሳይበቃ፣ በራሳቸው ፍቅር የሚሰክሩ መሆናቸው ነው። እንደነዚህ ዓይነቶቹ ከዚህ ችግር ነጻ መሆን የሚችሉት፣ ከማስኩሥር ያለውን እውነተኛውን እነርሱነታቸውን ሰዎች እንዲያውቁ ራሳቸውን ገልጠው በማሳየት ወይም እውነተኛውን እነርሱነታቸውን ወደ ብርሃን በማውጣት ነው። እንዲሁ ባለማወቅ ሲያደንቋቸው የነበሩትን አድናቂዎቻቸውን "እስካሁን ያያችሁት እውነተኛውን እኔነቴን አይደለም" ብለው በግልጽ መናገር ሲችሉ ነው። በዚህ ዓይነት አድናቂ ሲያጡ ያልሆኑትን መስለው መታየት

እንደሌለባቸው እየተረዱት ይመጣሉ። አስቸጋሪ ሰዎች ራሳቸውን የሚያዩት
የሁሉ ነገር ቁንጮ (መካከለኛ) አድርገው ነው። ዓለምና በውስጡ ያሉት ነገ
ሮች ሁሉ እነርሱን ብቻ ለማስደሰት የተፈጠሩ ይመስላቸዋል። የሚያዩት ወደ
ራሳቸው እንጂ ከራሳቸው ውጪ ሌላ ነገር አያዩም።–ሌላውን መውቀስ፥ ተጠ
ያቂ ማድረግ፥ ሌላውን ሀፍረት፥ የበደለኛነት ስሜት እንዲሰማው ማድረግ
ከሚጠቀሙበት ዘዴያቸው መካከል ጥቂቶቹ ናቸው። አብሮአቸው የሚኖረው
ሰው ስለ ራሱ ያለው እምነት ስብርብሩ ቢወጣም፥ ለእነርሱ ፊቃድ ራሱን እስካ
ስገዛ ድረስ ግድ የላቸውም።

(3) የጠብ ጫሪነት (Aggression) ባሕሪ ይታይባቸዋል

አስቸጋሪ ሰዎች ሁልጊዜ ሌላውን ማጥቃት የሚፈልጉ እንጂ የሰላም ሰዎች
እይደሉም። በራሳቸው፥ በዓለም፥ በሁኔታዎችና እንዲሁም በሰዎች ላይ የተ
ቆጡ ናቸው። እውነት ይሁንም አይሁንም፥ ሰዎች "አደረሱብን" የሚሉትን
በደል ሁልጊዜ የሚቆጥሩና ፈጽሞ የማይረሱ ናቸው። በሌላው ሰው ላይ ያላ
ቸው ቁጣም በቀላሉ የሚቀሰቀሰው፥ የተፈጸመባቸው በደል ትዝ ስለሚላቸው
ነው። ማንኛውም ሰው እልፎ አልፎ የኃይለኛነት መንፈስ ሊታይበት ይች
ላል፤ አስቸጋሪ የሆነ ሰው ግን "ኃይለኛነት" የሁልጊዜ ጸባዩ ነው። "የጎዳኝን
መልሼ መጉዳት አለብኝ" የሚል የተበቃይነት ዝንባሌ ስላላቸው፥ ሁልጊዜ
በውስጣቸው መራራነትንና ቅሬታን ያጠራቅማሉ። አስቸጋሪ ሰዎች ከሰዎች
ጋር ሲጋጩ፥ በሌላው ላይ የሚፈጽሙት ድርጊት ትክክል እንደሆነ ራሳቸው
ንም ሆነ ሌላውን ለማሳመን ይሞክራሉ። ሁልጊዜ የኃይለኛነት ስሜት ቁስ
አካላዊ በሆነ ወይም በንግግር የሚገለጽ አይደለም። በሰላማዊ መንገድ የሚፈ
ጸም ተቃውሞ (Passive aggressive) አለ። ይሄም በአደገኛነቱ በግልጽ ከሚ
ታየው ጥቃት የበለጠ የከፋ ሊሆን ይችላል። ለምሳሌ በሰላማዊ መንገድ ለማጥ
ቃት የሚፈልግ አስቸጋሪ ሠራተኛ የታዘዘውን ሥራ "አልሠራም" ሳይል፥ በተ
ለያየ ምክንያት እየጎተተ፥ ወይም ሥራውን አጥጋቢ ሳልሆን መልክ እየሠራ
አለቃውን በማበሳጨት ሊያጠቃ ይችላል። ይሄም በሰላማዊ መንገድ የሚፈ
ጸም ጥቃት ነው። እንዲሁም የአቋም ችኮነት (Rigidity) ይታይበታል። ሰው
በአዕምሮው ማደግ ሲያቆም፥ በአቋሙ ችኮ ወይም ደረቅ ይሆናል። በአቋሙ
ችኮ የሆነ ሰው ዓለም አንድ ቦታ ቀጥ ብላ የቆመች ይመስለዋል። ሁኔታዎችን
የሚያየው ሁልጊዜ በአንድ አቅጣጫ ወይም ዓይነት ብቻ ነው። እርሱ "ነው"
ከሚለው ውጪ ሌላ "እውነት" አለ ብሎ እምኖ መቀበል አይሆንለትም። በአ
ቋሙ ደረቅ (ችኮ) የሆነ ሰው በጠባዩ አስቸጋሪ የሚሆነው፥ አንደኛ~ ስላምና
አንድነት እንዲመሠረት ፈቃደኛ የሚሆነው እርሱ በሚሰጠው አሳብ ብቻ ነው።
ከእርሱ አሳብ ውጪ ሌላ አሳብ ያቀረበውን ወይም አሳቡን ያልተቀበለውን

ሰው ማጥቃት ይጀምራል። ሁለተኛ~ አሳቡን (አቋሙን) የማስለወጥ ኃይልና
ጉልበት አለው ብሎ በሚያስበው ሰው ላይ ከፍተኛ ቅናት አለው። "መሆን
አለበት" ብሎ የሚያምንበትን ሀሳብ የማይቀበሉትን፥ እንዲሁም እርሱ የሚያ
ወጣውን ሕግና ሥርዓት ለመከተል ፈቃደኛ ያልሆኑትን ለማጥቃት ወደ ኋላ
አይልም።

(4) በሌላው የሚደገፉ (ጥገኞች) ናቸው

አስቸጋሪ ሰዎች የሚታወቁበት ሌላው መንገድ ራሳቸውን ችለው የማይ
ቆሙ፥ በሌላው ሰው ላይ ከመጠን በላይ የሚደገፉ መሆናቸው ነው። በዕድሜ
የገፉ ቢሆንም፥ የህጻንነት ባህሪያቸውን ገና ያልተው ይመስላሉ። ልጆች በህጻ
ንነታቸው ለማንኛውም ነገር የወላጆቻቸውን ዕርዳታና ድጋፍ ስለሚፈልጉ፥
ከወላጆቻቸው ጋር በጣም የተጣበቁ ናቸው። አንዳንድ ወላጆችም ከልጆቻቸው
ጋር መላቀቅ ስለሚያቅታቸው፥ ልጆቻቸው ሁልጊዜ የእነርሱን ዕርዳታ እንዲ
ጠብቁ (እንዲፈልጉ) ያደርጓቸዋል። ይህንን በማድረጋቸው፥ ልጆቻቸው በራ
ሳቸው ላይ እምነት የሌላቸው ወይም ራሳቸውን የሚጠራጠሩ እንዲሆኑ፥ የተስ
ፋቢስነትና የዋጋቢስነት ስሜት እንዲሰማቸው የሚያደርጓቸው መሆናቸውን
ግን አይረዱም። በተጨማሪ ከእናትና ከአባታቸው በስተቀር ሌላ ሰው እንዳ
ያምኑ ወይም ሌሎችን እንዲጠራጠሩ ምክንያት ይሆኗቸዋል። አንዳንድ
ልጆች ምንም ያህል የወላጆቻቸውን እንክብካቤ ቢያገኙም፥ ራሳቸውን ችለው
እንዳይቆሙ እንዳደረጓቸው ሲሰማቸው፥ በተለይ በምዕራቡ ዓለም ውስጥ የሚ
ኖሩት "ራሴን ችዬ መቆም አለብኝ" በማለት የወላጆቻቸውን ቤት ጥለው የሚ
ወጡበት ጊዜ አለ። ይሁን እንጂ፥ ቀደም ሲል በቂ የሆነ ዝግጅት ስለሌላቸው፥
ራሳቸውን የበለጠ መከራ ውስጥ ይከታሉ። ብቻቸውን መኖር ስላልለመዱ፥
በዕድሜያቸው ለትዳር ያልደረሱም ቢሆኑ፥ ተቻኩለው ያገኙትን ሰው አግብ
ተው መኖር ይጀምራሉ። በወላጆቻቸው ላይ ማድረግ እንደለመዱት፥ ባገቡት
ሰው ላይም ከመጠን በላይ መደገፍ ይጀምራሉ። ሴቷ ያገባችውን ባል እንደ
አባቷ እንዲሆንላት፥ ባልም ያገባትን ሚስት እንደ እናቱ እንድትሆንለት ይጠ
ብቃል። ሁኔታው ሲበዛባቸውና ኑሮው ሲመራቸው፥ ሴቷም ባሏን "እኔ ሚስ
ትህ እንጂ እናትህ አይደለሁም"፥ እንዲሁም ወንዱም ሚስቱን "እኔ ባልሽ
እንጂ አባትሽ አይደለሁም" በማለት ትዳሩን ለቀው ይወጣሉ። እነዚህ ራሳቸ
ውን ችለው የማይቆሙ፥ በሌላው ሰው ላይ ከመጠን በላይ የሚደገፉ ሰዎች
ምንጊዜም ስሜታዊ ብስለት አይታይባቸውም። ሠርቶ መኖር የተፈጥሮ ግዴ
ታቸው መሆኑን ቢያውቁም፥ ከባድ ሥራ ከሠሩ ጉዳት የደረሰባቸው ስለሚመ
ስላቸው፥ አብሮአቸው የሚኖረውን ሰው "እንደዚህ ስሰቃይ እንዴት ዝም
ብለህ ታየኛለህ? እንደ ባሪያ ስሠራ ዝም የምትለኝ ስለማትወደኝ ነው" ብለው

ይወቅሱታል። ሠርተው በመብላት ፈንታ፥ ተሠርቶ እንዲቀርብላቸው ይጠብ ቃሉ። የሚያሳዝነው፥ እንደሚፈልጉት ወይም እንደሚጠብቁት ያላደረገ እንደ ሆነ፥ ያ ሊረዳቸው ጎንበስ ቀና የሚለውን ሰው ሰላም የሚነሱት መሆኑ ነው። እርሱም እንደሚፈልጉት ካላደረገ የሚያስቀይማቸው መሆኑን በተደጋጋሚ ስለተነገረው፥ "ሰላሜን ከማጣ፥ የሚፈልጉትን ነገር ዝም ብዬ እየሠራሁ ባቀርብላቸው ይሻላል" በማለት ለአስቸጋሪው ሰው እጁን ሰጥቶ "እሺ!" እያለ መኖር ይጀምራል። ይህ ሰው ያልተረዳው ነገር ቢኖር፥ "እሺ-ታው" የአስቸጋ ሪውን ሰው ጠባይ በመለወጥ ፈንታ፥ የበለጠ አስቸጋሪ ሰው የሚያደርገው መሆኑን ነው።

በሌላው ሰው ላይ የሚደገፉ ሰዎች *"ስሜተ-ሰንካላ"* (emotional cripple) ናቸው። ሌላውን ሰው እንደ ምርኩዝ ካልተደገፉ፥ በራሳቸው መቆም የማይ ችሉ ናቸው። አካለ ሥንኩል የሆነ ሰው፥ ደካማ የሆነውን የአካል ክፍል በልም ምድ ካላጠነከረው፥ ወይም እንዲሁ ከተወው የበለጠ ደካማ እንደሚሆን የታ ወቀ ነው። ስሜተ-ሰንካላ የሆነውም ሰው ችግር ሲያጋጥመው ችግሩን በራሱ ለማቃለል ካልተለማመደ፥ በችግሩ መታገስን ካልተማረ ከስሜተ-ስንካላነት አቋም መውጣት አይችልም። እንደነዚህ ዓይነቶቹ ራሳቸውን ችለው በመቆም ፈንታ፥ ሌላው ሰው ችግራቸውን እንዲያቃልልላቸው የሚጠብቁ ናቸው። 'ይመስላቸ ትንሽ ችግር ሲያጋጥማቸው ዓለም በላያቸው ላይ የተደፋባቸው ዋል። ፍርሃታቸው የሚጨምረው፥ የተማመኑበት ወይም እንደ ምርኩዝ የሚ ጠቀሙበት ሰው አጠገባቸው የማይገኝ መስሎ ሲሰማቸው ነው። መረጋጋት ሲያቅታቸው፥ ስሜታቸው በቀላሉ ሰብርብሩ ይወጣል። ካሉበት ሁኔታ ካላወ ጧቸው፥ የበሰጠ ተስፋ በመቁረጥ፥ *"ያለአንተ የጠፋሁ ነኝ!...ተስፋ የለኝም... ብቻዬን መሆን አልችልም...አዕምሮዬን የምስት መስሎ ይሰማኛል...የእኔ በሕ ይወት መኖር ማንንም አይጠቅምም... ከመኖር መሞት ይሻለኛል..."* ማለ ትን እንደ ልማድ አድርገው ይዘውታል። አጠገባቸው ሆኖ በየጊዜው ይህንን ዓይነቱን እሮሮአቸውን የሚሰማው ሰው፥ "ካሉበት ሁኔታ ሊያወጣቸው እርሱ ፈቃደኛ ካልሆነ፥ ሌላ ማን ሊረዳቸው ይችላል?" ብሎ መጠየቁ አይቀርም። ይህን ዓይነት ጥያቄ የሚያቀርበው፥ ያለ ሰው ዕርዳታ በራሳቸው ጉልበት ካሉ በት ሁኔታ የመውጣት አቅም አይኖራቸውም ብሎ በማመን ነው። ይሁን እንጂ ያልተረዳው ነገር ቢኖር፥ የተለመደውን እሮሮአቸውን ባለሙ ቁጥር የዕርዳታ እጅን መዘርጋት እነርሱን በመጥቀም ፈንታ ያለሰው ዕርዳታ ራሳቸ ውን ችለው እንዳይቆሙ ዕድል የሚከለክላቸው መሆኑን ነው። በስሜታቸው ማደግ ካልቻሉ፥ እንዲሁም ሁልጊዜ እነርሱን የሚያስቸግሩ ከሆነ፥ ከዚህ በፊት ለእነርሱ የነበራቸውን ፍቅር እያጠፋ የሚሄድ መሆኑን ሌላው ያልተረዱት እውነት ነው።

ስሜተ-ሰንካላ የሆኑ ሰዎች፥ በሌላው ሰው ላይ መደገፍን የለመዱ በመሆና ቸው፥ ችግር ባይኖርም በተለያየ መንገድ ሆን ብለው ችግርን የሚፈጥሩ ናቸው። ልጆች ሲታመሙ ወላጆች ብዙ ጊዜ ከወትሮው የተለየ እንክብካቤ እንደሚያደርጉላቸው የታወቀ ነው። ይህንን የለመዱ ልጆች፥ የወላጆቻቸውን እንክብካቤ ሲፈልጉ፥ ብዙ ጊዜ ሳያማቸው "እመመኝ" ማለት ያዘወትራሉ። አንዳንድ ሰዎች ይሄን ዓይነቱ የልጅነት ባሕሪያቸው ካደጉም በኋላ ተከትሏ ቸው የሚመጣ መሆኑ የታወቀ ነው። የባሏን እንክብካቤ የምትፈልገዋ ሴት፥ ሳያማት "እመመኝ" ብላ አልጋ ትይዛለች። እተኛችበት አልጋዋ ድረስ ምግብ ሲቀርብላት "አስቸገርኩ" በማለት ፈንታ የበለጠ ደስ ይላታል። ብቻዋን መሆን የፈራች ሴት፥ ልጆቿን *"እኔ እናታችሁ ዛሬ ታምሜአለሁና፥ አጠገቤ ሆኖ የሚያስታምመኝ ሰው እፈልጋለሁ"* ትላቸዋለች። አንድ ጊዜ አንዲት ሴት ባሏን "ከአንተ ጋር መኖር በቃኝ! ፍቺ እፈልጋለሁ" ስትለው፥ "የልብ ድካም ደረሰብኝ" ብሎ ሆስፒታል ገባ። ይሁን እንጂ፥ አስፈላጊው ምርመራ ሲደረግ ለት ምንም ዓይነት የልብ ችግር እንደሌለበት ተረጋገጠ። እነዚህ በሌላው ሰው ላብ፣ በሌላው ሰው ድጋፍ የሚኖሩ፥ ከሰው ትከሻ ወርደው ራሳቸውን ችለው መቆም የማይፈልጉ ሰዎች፥ አብረዋቸው የሚኖሩትን ሰዎች ምን ያህል እንደ ሚያስቸግሩና እንደሚያስጨንቁ ይህን ያህል የተረዱ አይመስሉም። አንዳን ዶቹ ሌላው ጎንበስ ቀና ብሎ እነርሱን ማገልገል ግዴታው እንደሆነ፥ እንዲ ሁም አብሮአቸው በሚኖረው ሰው ጉልበት መገልገል መብታቸው መስሎ የሚሰማቸው ናቸው። እንደጠበቁትና እንደሚፈልጉት ካልሆነላቸው፥ ያንን ሰው ስቃዩን ያበሉታል።

(5) ደንታ ቢሶች ናቸው

"ስሜታዊ" (emotional) የሚባለው ሰው፥ ጊዜ ወስዶ ሳያስብ በድንገት ስሜቱን የሚገልጽ፣ በአዕምሮው ሳያመዛዝን ስሜቱን ብቻ እየተከተለ ከውሳኔ የሚደርስ ሰው ነው። አንዳንድ ሰዎች ሁኔታዎችን በጥንቃቄ ሳያስቡና ሳያ ጤኑ ልክ እንደ ሕጻን ልጅ ዝም ብለው መኖር የሚፈልጉ፣ ስሜታቸውን እየ ተከተሉ ውሳኔ የሚያደርጉ አሉ። የራስን ስሜት በትክክል ማወቅ፥ እንዲሁም ስሜትን ብቻ ተከትሎ መሄድ በሕይወት ውስጥ የሚያስከትለውን ጉዳት መረ ዳት ይጠቅማል። በአንድ ዓይነት ምክንያት ስሜታቸው የተዘጋባቸው ሰዎች፥ ከሌሎች ዘንድ የደረቀና የሚያሳዝን ሕይወት እንዳላቸው ሆነው መታየታቸው የታወቀ ነው። "ለስሜታችን ነጻነት ብንሰጠው፥ ያልጠበቅነው ክፉ ነገር ከውስ ጣችን ብቅ ይል ይሆናል" ብለው በማሰብና በመፍራት ስሜታቸውን ደብ ቀው፥ ለማንኛውም ነገር ደንታ የሌላቸው ሆነው መኖርን ይመርጣሉ። እር

ግጥ ነው በትክክል ያልተገለጸ ስሜት ጉዳትን ያመጣል። ይሁን እንጂ፥ አን
ዱን ስሜታችንን ብንዘጋው፥ በሌላ አቅጣጫ ያለውን ሕይወታችንን የደረቀና
ትርጉም የሌለው ሊያደርገው እንደሚችል መረዳት አለብን። በአሁኑ ጊዜ
ለምንም ነገር ፍጹም ግድ የሌላቸው አንዳንድ ሰዎች አሉ። በዕድሜያቸው
ልጆች ያልሆኑ፥ ተገቢውን ትምህርት ቢጨርሱም፥ ራሳቸውን ለመርዳት ወይም
ራሳቸውን ችለው ለመቆም ምንም ዓይነት ጥረት ማድረግ የማይፈልጉ ልጆች
ያሏቸው ወላጆች ብዙ ናቸው። ዕድሜያቸው ሃያውን አልፎ ወደ ሰላሳው የተ
ጠጋም ቢሆንም፥ ራሳቸውን ለመቻል ሥራ አይሠሩም ወይም የሥራ ዕድል
የሚከፍትላቸውን ትምህርት አይማሩም። እንደነዚህ ዓይነት ልጆች ለወላጆቻ
ቸው በጣም አስቸጋሪዎች ናቸው። ከቤታቸው ቢያባርሯቸው፥ በረንዳ አዳሪ
ዱሪዬዎች ይሆናሉ ብለው ይፈራሉ። ዝም ቢሏቸው ደግሞ ይመቻቸውና ራሳ
ቸውን ለመርዳት ምንም ዓይነት ጥረት አያደርጉም ብለው ያስባሉ። ለምንም
ነገር ፍጹም ደንታ (ግድ) የሌላቸውን ሰዎች መለወጥ በጣም አስቸጋሪ ነው።
ቁጭ ብለው መብላት መልመዳቸው ብቻ ሳይሆን፣ በጣምም ተመችቷቸዋል።
እንዲያውም ሠርተው በላባቸው የሚኖሩትን የሚያዩአቸው እንደ ሞኞች
ነው። ሠርተው ራሳቸውን በመርዳትና በማሻሻል ፈንታ፥ ለድካማቸው ሁል
ጊዜ ምክንያት የሚያደርጉት ሌሎችን ነው። አንዳንዶቹ "የሰውን እጅ ቁጭ
ብዬ አላይም" በማለት ራሳቸውን ለመርዳት በመታገል ፈንታ፣ "የእኔ አምላክ
ቁጭ አድርጎ ይመግበኛል" በማለት አለመሥራትን እንደ በረከት የሚቆጥሩም
አሉ። አስፈላጊውን ትግል ታግለው ራሳቸውን ለመደገፍ በመጣር ፈንታ፥
"እናቴ፥ አባቴ... በቂ ፍቅር ሰጥተው ስላሳደጉኝ ነው..." በማለት ሠርቶ መኖር
ያልቻሉበትን ምክንያት ሌሎችን የሚያደርጉ፥ ድካማቸውን ለመደበቅ የሚ
ሞክሩ አሉ። *ከደንታቢሶች (ከግዴለሾች)* መካከል አስቸጋሪ የሚሆኑት፥ *ብቸኛ
መሆንን የሚመርጡ፥* ራሳቸውን ከሰው ሁሉ ገለል የሚያደርጉ ናቸው።

ብቸኛ የሆነ ሰው፥ በአካባቢው ሰው ቢኖርም፥ ከሰው ሁሉ ሸሽቶ ለብቻው
መኖርን የመረጠ ነው። እንዲህ ዓይነት ባሕሪ ያለው፥ *"አንዱ ሌላውን የሚፈ
ልግበት ምክንያት፥ የራሱን ጥቅም ለማግኘት ሲል ብቻ ነው"* የሚል እምነት
በውስጡ ያለው ነው። በዚህ ምክንያት ሰውን ሁሉ ስለሚጠራጠር ከሰው ሁሉ
ሸሽቶ ለብቻው መሆንን ይመርጣል። አንዳንዶች ይህን ዓይነቱን ባሕሪ የሚለ
ማመዱት ገና ከህጻንነት ዕድሜያቸው ጀምሮ ነው። በዚህ ላይ ወላጆችም የራሳ
ቸው የሆነ አስተዋጽኦ አለበት። ይኸውም ልጆቻቸው እንዳይጎዱባቸው፥
ከእነርሱ ውጪ ሌላውን ሰው እንዳያምኑ በማድረጋቸው ነው። ከእነርሱ የበ
ለጠ የሚወዳቸው፥ የሚጠነቀቅላቸውና የሚታገላቸው ሌላ ሰው እንደሌለ እየነ
ገሩ ያሳድጓቸዋል። በሌላ በኩል ደግሞ ወላጆች ለልጆቻቸው "እንሆንላችኋለን"
ያሉትን መሆን ሲያቅታቸው ወይም ያለአግባብ ሲይዟቸውና ሲጎዱቸው ካዩ፥

ሰው ሁሉ እንደ ወላጆቻቸው የሚጎዷቸው ይመስሏቸውና ከሰው ሁሉ ሸሽ
ተው ለብቻቸው መኖርን ይመርጣሉ። በባሕሪያቸው ብቸኞች የሆኑ፥ በሕይወ
ታቸው ደስታን ያልቀመሱ፥ ከሰው ጋር ጥሩ ሕብረት መሥርተው መኖርን
ያላዩ በመሆናቸው፥ በሚያሳዩት እንግዳ ጠባይ አብሮአቸው ለሚኖር ወይም
በቅርብ ለተጠጋቸው ሰው አስቸጋሪዎች ይሆናሉ።

አስቸጋሪ ሰውና
የሰው ተፈጥሮአዊ ባሕሪ
(Temperament)

ሰው ሁሉ በእግዚአብሔር አምሳል የተፈጠረ ይሁን እንጂ፣ እግዚአብሔር ሁሉንም አንድ ዓይነት አድርጎ አልፈጠረም። በመልኩ፣ በቁመቱ፣ በቆዳው ቀለምና ወዘተ. ብቻ ሳይሆን፣ በተፈጥሮ ባሕሪውም የተለያየ አድርጎ ነው የፈጠረው። በዓለም ውስጥ ካለው ስድስት ቢሊዮን ሰው መካከል በሁሉም ነገር የሚመሳሰሉ ሁለት ሰዎች እንደማይገኙ የታወቀ ነው። እግዚአብሔርን ድንቅ ከሚያደርጉት ነገሮች መካከል አንደኛው ይሄ ነው። ከዚህ በፊት በአዘጋጀ ኋቸው መጽሐፍቶችና ልዩ ልዩ ጽሁፎች ውስጥ ከሁለት ሺ ዓመት በፊት ስመ ጀመሪያ ጊዜ ሂፖክራተስ (Hippocrates) የተባለው ሐኪምና ፈላስፋ ገልጾ ስለ ጻፈው ስለ አራቱ ዓይነት የሰው ተፈጥሮአዊ ባሕሪዎች፣ (Temperaments) መግለጼን ጽሁፉን አግኝታችሁ ያነበባችሁ እንደምታስታውሱ አም

ናለሁ።[8] የአስቸጋሪ ሰዎችን ባሕሪ የበለጠ ለመረዳት፣ የሰውን ተፈጥሮአዊ ባሕሪ ማወቅ ጠቃሚ እንደሆነ የተለያዩ የሥነ-ልቦና ምሁራን ይገልጻሉ። ሰው ሁሉ አንድ ዓይነት ባሕሪ ያለው ስላልሆነ፣ በአንድ ዓይነት ሁኔታ መመልከት አንችልም። የተለያየ ተፈጥሮአዊ ባሕሪዎች ያላቸውን ብርታትና ድካም ምን እንደሆነ ማወቅ ለጥናታችን ጠቃሚ ሆኖ አግኝተነዋል።

ሂፖክራተስ ግሪካዊው ሐኪምና ፈላስፋ የሰውን ተፈጥሮአዊ ባሕሪ በአ ራት ክፍል ይከፍለዋል፣

(ሀ) <u>ሳንግዊን (SANGUINE)</u>

ሳንግዊን ባሕሪ ያለው ሰው ሁልጊዜ ደስተኛ፣ ተጫዋችና ፍልቅልቅ ነው። ራሱ ደስተኛ ሆኖ በአካባቢው ያሉትን ሁሉ ደስ ለማሰኘት የሚፈልግ ነው። ሰውን የመማረክ ኃይል ወይም ችሎታ አለው። በንግግሩ ብዙዎችን የመሳብ ኃይል ያለው በመሆኑ፣ ባለ ብዙ ወዳጅ ነው። ብቻውን ከመሆን ይልቅ ከሰው ጋር መሆን የሚወድ ነው። ብቻውን መሆን በጣም ይጠላል። በራሱ ሙሉ እምነት ያለው፣ እንዲሁም የሌላውን ሰው ሀዘንና ደስታ እንደ ራሱ አድርጎ የመውሰድ ባሀሪ ያለው ነው። ሲሳሳት እንኳን "ተፈጥሮው ነው" በማለት በቀላሉ ይታለፋል። ሰው ሁሉ ለእርሱ ትኩረት እንዲሰጠው ይፈልጋል። ብዙ ጊዜ የጀመረውን አይጨርስም። እንዲሁም ያለውን ችሎታ ሁሉ እንደሚገ ባው አይጠቀምበትም። ደስታን ሁልጊዜ የሚፈልግ ሰው ነው። ይሀን ዓይነት የተፈጥሮ ባሕሪ ያለው ሰው ብዙ ጊዜ የትዳር ጓደኛ ሲመርጥ "የሜላንኮሊ" የተፈጥሮ ባሕሪ ያላትን ሴት ነው። በባሕሪው ዝርክርክነት የሚያጠቃው በመ ሆኑ፣የኑሮ ጓደኛው ሥርዓት ልታስይዘው ስትሞክር ፈቃደኛነቱን አያሳይም።

አዳነችና ፈለቀ *የሳንግዊን* (SANGUINE) የተፈጥሮ ባሀሪ ያላቸው፣ የአንድ አጥቢያ ቤተ ክርስቲያን አባሎች ናቸው። ሁለቱም በቤተ ክርስቲያ ኒቱ ውስጥ ሁልጊዜ መካከለኛውን ሥፍራ መያዝ ወይም የሰው ሁሉ ዓይን በእ ነርሱ ላይ እንዲያርፍ የሚፈልጉ ናቸው። በተፈጥሮአቸው ተግባቢ የሆነ ባሕሪ ስላላቸው፣ እንዲሁም ሰው በቀላሉ የሚቀርባቸው በመሆኑ፣ ባለብዙ ወዳጆች ናቸው። ይሁን እንጂ፣ ፈለቀ ጎልቶ የሚታይ የራሱ የሆነ ደካማ ባሀሪ አለው። ይኸውም፣ ሳያስብ የመጣለትን ስለሚናገር፣ በተለይ *የሳንግዊን* (SANG-UINE) የተፈጥሮ ባሕሪ የሌላቸው ሰዎች ያዝኑበታል። በመበሳጨት "ይሀ ሰው ጠባዩን ማስተካከል አለበት..." ይሉታል። ፈለቀ አልቻለም እንጂ ሰዎች ያልወደዱለትን ባሕሪውን ለመለወጥ ሳይሞክር አልቀረም። *የሳንግዊን* (SANGUINE) ባሕሪ ያላቸው ሰዎች የሚታይባቸው ባሕሪ፣ ካደጉ በኋላ ያገ

[8] ጋብቻ እስከ ሞት ወይስ እስከ መፋታት? ከመለሰ ወጉ

ኙት ሳይሆን፥ ከሕጻንነት ዕድሜያቸው ጀምሮ የነበረ ነው። አብዛኛዎቹ በልጅ
ነት ዕድሜ ውስጥ በነበሩበት ዘመን የሚወደዱ፥ ቀልደኞችና ተጫዋቾች፥
እንዲሁም እንደፈለጋቸው የሚሆኑ ልጆች በመሆናቸው የብዙዎችን ልብ የመ
ማረክና የመሳብ ችሎታ ያላቸው ነበሩ። አንዳንድ የሚሠሩት ነገር ትክክል
ያልሆነ ቢሆንም እንኳን፥ በሳቅ ብቻ ይታለፉሉ። ሁልጊዜ የሌላውን ሰው
ዕርዳታ ስለሚያገኙ ከኃላፊነት ያመልጣሉ። በትምህርት ቤት ውስጥ በቀላሉ
ታዋቂነትን የሚያገኙ ናቸው። ከውጪ ሲታዩ ሁሉ ነገር የሞላቸው፥ ደስተኞ
ችና የተሳካላቸው ይምሰሉ እንጂ፥ ከውስጣቸው ግን አለመረጋጋት (insecu
rity) የሚሰማቸው ናቸው። ፈለቀን የመሳሰሉ አንዳንድ የሳንጉዊን የተፈጥሮ
ባህሪ ያላቸው ሰዎች "ከላይ ሳቅ፥ ከውስጥ ለቅሶ" ያላቸው ናቸው። ፈለቀ በተፈ
ጥሮው ተፈላጊነትንና እንዲሁም ተደማጭነትን የመፈለግ ጥማት ያለው ሰው
በመሆኑ፥ ስጦታ ቢኖረውም ባይኖረውም በቤተ ክርስቲያኒቱ ውስጥ ባሉት
አገልግሎቶች ውስጥ ሁሉ ገብቶ ማገልገል ስለሚፈልግ፥ ቀደም ቀደም በሚለው
ባሕሪው ብዙዎቹን ያበሳጫቸውና ያሳዝናቸው ነበር። በዚህ ምክንያት በተደጋ
ጋሚ ከብዙዎች ጋር ስለሚጋጭ፥ አንዳንዶች የሚያዩት እንደ አስቸጋሪ ሰው
ነው። አልፎ አልፎ ጥሩ ነገር ያለው ቢሆንም ከላይ የገለጽነው መጥፎ ባሕሪው
በጎ ሥራውን ያበላሽበታል። በተፈጥሮው ምስጋና ከመጠን በላይ የተጠማ
ነው። ጥቂት ነቀፋ ሲደርስበት፥ ስብርብሩ ይወጣል። በዚህ ምክንያት "ከፈለቀ
ጋር ማገልገል፥ አብሮ መሥራት፥ በጉርብትና መኖር አልፈልግም" የሚሉ
ሰዎች ጥቂቶች አይደሉም። ብዙዎቻችን "ፈለቀ የተፈጥሮ ባሕሪው ከሌሎች
የተለየ በመሆኑ ነው ወይስ በእርግጥ አስቸጋሪ ሰው ሆኖ ነው?" ብለን መጠየቃ
ችን አይቀርም።

አዳነችም እንደ ፈለቀ የሳንግዊን የተፈጥሮ ባሕሪ ያላት ብትሆንም፥
ከፈለቀ የተለየ የራሷ የሆነ የግል ባሕሪ ያላት ሴት ናት። ብዙ ማውራት ብቻ
ሳይሆን፥ እየቀጣጠለችና እያስማመረች ማውራት የምትወድ፥ አሉባልታ የም
ታስራጭ በመሆኗ ብዙዎች የሚያዩአት እንደ አስቸጋሪ ሰው ነው። ገና ከሕጻ
ንነቷ ጀምራ በንግግሯ ብዙዎችን የመሳብና የማሳቅ ችሎታ ስላላት፥ ብዙ ሰዎች
ጆሮቻቸውን ከፍተው ያዳምጧታል። አዳነች ክርስቲያን ስትሆን፥ በቤተ ክርስ
ቲያን ውስጥ የሚካሄዱትን ነገሮችን ማወቅ፥ በቤተ ክርስቲያን ውስጥ የሚወሩ
ትን ወሬዎች በቀላሉ መስማት የምትችል ብቻ ሳትሆን፥ የሰማችውን ወሬ
ላልሰሙት ሰዎች በማዳረስ የታወቀች ሆነች። በቤተ ክርስቲያኒቱ ውስጥ የሚ
ካሄደውን ነገር ለማወቅ የሚፈልጉ፥ "ምን እየተወራ ነው?" ብለው ቢጠይቋት፥
ክፉውንም ሆነ ደጉን ዜና ታሰማቸዋለች። አዳነች ለመሆኑ ፍላጎቷ ምንድ
ነው? ታዋቂነትና ተፈላጊነትን የተጠማች መሆኗን ማወቅ ይህን ያህል ከባድ
አይደለም። እውነት የሆነውንም ሆነ ያልሆነውንም እየፈጠረች ስታወራ

የምትፈልገውን መካከለኛ ሥፍራ ማግኘት የሚያስችላት ይመስላታል። ይህን
ዓይነት የተፈጥሮ ባሕሪ ካላት ከአዳነች ጋር በሰላም ለመኖር የሚፈልግ ሰው፥
በምን ዓይነት ሁኔታ ቢይዛት የተሻለ ይሆናል? ብለን መጠየቃችን አይቀ
ርም። "ውሸታም፥ አሉባልተኛ" ብሎ ፊት ለፊት መጥራት ትክክል አይሁን
እንጂ የወሬዋ ወይም የአሉባልታዋ ተባባሪ መሆን አያስፈልግም። "ሰው ሁሉ
ቢሰማው ግድ የለኝም" ከምንለው ወሬ በቀር ስለእርሷ መንገርም ሆነ ስምታሰራ
ጫቸው ወሬዎች ሁሉ ጆሮን መስጠት አያስፈልግም። አዳነች ያወራችውን
ሁሉ እንደ እውነት ተቀብሎ ወሬውን ላልሰሙት ማስተላለፍ አያስፈልግም።
ስለ ሌላው ሰው ስታወራ፥ "...ያ ሰው በሌለበት ስለ እርሱ ማውራት መልካም
አይደለም..." ብሎ አሉባልታውን ማስቆም ያስፈልጋል። አዳነች አሉባልታ
የማውራት ባሕሪዋ በአንድ ምሽት የማይለወጥ ቢሆንም፥ የአሉባልታ ማስተ
ላለፊያ መሣሪያዋ ባለመሆን እርሷንም ሆነ ራሳችንን መርዳት እንችላለን።

(ለ) ሜላንኮሊ (MELANCHOLY)

ሜላንኮሊ፥ የሳንግዊን ተቀራኒ ባህሪ ነው። የሜላንኮሊ ባሕሪ ያላቸው ሰዎች
ከሰው ጋር ብዙ የማይቀላቀሉ፥ በጣም ዝምተኞች የሆኑ ናቸው። ብዙ ወዳጅ
ማፍራት አይሆንላቸውም። ሰው ወደ እነርሱ ዘንድ ካልመጣ፥ እነርሱ ወደ
ሰው ዘንድ መሄድ ይከብዳቸዋል። ሜላንኮሊ የተፈጥሮ ባሕሪ ያላቸው ሰዎች
ከፍተኛ ተመራማሪዎች፥ በኪነ ጥበብ ከፍተኛ ችሎታ ያላቸው ናቸው። አቅማ
ቸውን መመዘን ስለሚችሉ ከሚችሉት በላይ ኃላፊነት አይወስዱም። ነቃፊ
ዎች ብቻ ባይሆኑ፥ ፍጹምነትንም ከሌሎች የሚጠብቁ ናቸው። ስሜታቸው
ቶሎ ይጎዳል፤ በቀላሉ ይከፋቸዋል። የሚያደርጉትን ነገር ሁሉ "በጣም ጥሩ
በሆነ ሁኔታ ማድረግ አለብኝ" ይላሉ። በአካባቢያቸው ያሉት ሁኔታዎችም ሆኑ
ሰዎች ሥርዓት ያላቸው እንዲሆኑ ይፈልጋሉ። ለገሠ የሜላንኮሊ የተፈጥሮ
ባሕሪ ያለው ሰው ነው። ምንም ያህል ረጅም ሰዓት ቢፈጅበትም ጥርት ያለ
ሥራ መሥራት የሚወድ ሰው ነው። ልጅ በነበረበት ዘመን ከልጆች ጋር ተቀ
ላቅሎ መጫወት አይፈልግም ነበር። ከልጆች ጋር ተቀላቅሎ ከመጫወት ይልቅ
ለብቻው መቀመጥን ይመርጥ ነበር። ካደገም በኋላ በጠባዩ ከዚህ የተለየ አል
ሆነም። "ሁሉም ነገር ፍጹም ይሁን" ባይ ነው። ካልሆነ በቀላሉ ያዝናል። ፍጹ
ምነትን ከሌሎች የሚጠብቅ በመሆኑ፥ ፍጹምነት ያላትን ሴት ለማግኘት ሲል
ሳያገባ ለረጅም ጊዜ ቆይቷል። አንዳንድ የሜላንኮሊ ባሕሪ ያላቸው ሰዎች፥
የእነርሱን ዓይነት የተፈጥሮ ባሕሪ ያላቸውን ሲያገቡ፥ በአንዳንድ ሁኔታዎች
ላይ ጠባያቸውና ምርጫቸው ስለሚመሳሰል በአንዳንድ ነገር ላይ ይስማማሉ።
ይሁን እንጂ ሁለቱም የሚያሳዝን ወይም ክፉ ነገር ሲደርስባቸው፥ አንዱ ሌላ
ውን የማጽናናት ችሎታ ስለሌለው፥ ኑሮአቸው የበለጠ የከፋ ይሆንባቸዋል።

አንደኛው ከሌላው ፍጹምነትን ስለሚጠብቅ፣ ታቻችሎ መኖር ለሁለቱም ከባድ
ይሆንባቸዋል። ብዙ ጊዜ የሚላንኮሊ የተፈጥሮ ባሕሪ ያላቸው ሰዎች ከነርሱ
ተቃራኒ የሆነ የተፈጥሮ ባሕሪ ያላቸውን ሰዎች እንደሚያገቡ፣ ለገሠም የሳን
ግዊን የተፈጥሮ ባሕሪ ያላትን ወላንሳን አገባ። ለጥቂት ጊዜ ትዳራቸው ሰላም
ያለበት ይሁን እንጂ ቀስ በቀስ ተደጋጋሚ የሆነ ግጭት እያጋጠማቸው ሁለ
ቱም የገቡበት ትዳር እየመረራቸው መጣ። አንዱ ሌላውን "አስቸጋሪ ሰው"
ማለት ጀመሩ። በእርግጥ አስቸጋሪ ሰዎች ሆነው ነው ወይስ አንዱ የሌላውን
የተፈጥሮ ባሕሪ ባለማወቃቸው፣ ወይም እንደ ባሕሪያቸው መቀባበል ባለመቻ
ላቸው ይሆን?

ወላንሳ የሳንግዊን የተፈጥሮ ባሕሪ ስላላት፣ የአደባባይ ሴት ነች። ጊዜዋን
ከሰው ጋር እንጂ ብቻዋን ማሳለፍ አትችልም። በር ዘግታ ከመቀመጥ ይልቅ
ሁልጊዜ ሰው ባለበት አካባቢ መሆን ትፈልጋለች። የምትገዛው ነገር ባይኖራ
ትም፣ በየሱቁ መዞር፣ የሰዎች ግርግርና ጩኸት በአለበት አካባቢ መሆን
ትወዳለች። ብዙ መናገሯ አንዳንድ ሰዎችን ያስቀይማቸዋል። ከመሥራት
ይልቅ ማውራት ስለምትወድ ብዙ ጊዜ ኃላፊነቷን ትረሳለች። ቤቷ ሥርዓት
ባይኖረው፣ ወንበሮች በትክክል ባይቀመጡ፣ አልጋው በሥርዓት ባይነጠፍ፣
ለምታደርገው ነገር ፕሮግራም ባይኖራት፣ የምትሠራው ሥራ ቅደም ተከተ
ሉን ያልጠበቀ ቢሆን ግድ የላትም። ቤታቸው እንግዳ ቢመጣ አብዛኛውን
ጊዜ የምትናገረው እርሷ ነች። ለገሠ ግን ከማዳመጥ በስተቀር ብዙ ጊዜ አይና
ገርም። በውይይቱ ውስጥ ጥቂት ቃል ለመናገር ሲጀምር ወላንስ በመካከል
እየገባች ንግግሩን ታቋርጣለች። የሚላንኮሊ የተፈጥሮ ባሕሪ ያለው ለገሠ
ዝምተኛ ሰው በመሆኑ የወላንሳ ብዙ መናገር፣ እንዲሁም ለመናገር ሲሞክር
ንግግሩን ማቋረጧ ብዙ ጊዜ ያበሳጨዋል። "ከአንቺ በስተቀር ሌላ ሰው መና
ገር የለበትም እንዴ?" በማለት ቁጣውን የሚገልጽበት ጊዜ አለ። በባሕሪው
"ሁሉ ነገር በሥርዓትና መልክ ባለው ሁኔታ መሆን አለበት" ብሎ የሚያምነው
ለገሠ፣ እርሱ እንደሚፈልገው የቤቱ ዕቃዎች ሥርዓት አለመያዛቸው፣ አል
ጋው በደንብ አለመነጠፉ ሁልጊዜ ያስቆጣዋል። ወላንሳ ያለፕሮግራም፣ ያለቅ
ደም ተከተል መሥራቷ፣ ሁልጊዜ ውጪ ውጪ ማለቷ ያሳዝነዋል። ለገሠ ከሰው
ጋር ለመቀራረብ ጊዜ የሚወስድ፣ ወዳጆቹን የሚመርጥ፣ ብዙ የማይናገር፣
በበጀት መኖር የሚፈልግ ሲሆን፣ ወላንሳ ግን ወዳጆቿን ለመምረጥ ጊዜ የማ
ትወስድ፣ ከሁሉ ሰው ጋር የምትወዳጅ፣ ያለአግባብ ገንዘብ የምታወጣ በመ
ሆኗ በብዙ ሁኔታዎች ላይ ያላቸው ተቃራኒ ባሕሪ ምክንያት ሆኖ ብዙ ጊዜ
ይጋጫሉ።

ወላንሳም በለገሠ የተፈጥሮ ጠባይ ደስተኛ አይደለችም። ሁልጊዜ ዝም
ተኛ፣ ሳቅና ፈገግታ የሌለው፣ መስማት የሚፈልገውን ብቻ የሚሰማ፣ ራስ ወዳ

ድና በራሱ አሳብ የተዋጠ ባሕሪ ያለው ሰው ነው በማለት ትበሳጫለች። ከሰው
ጋር መቀራረብ የማይሆንለት፣ ነገር ሁሉ ልክ ካልመጣለት በቀላሉ የሚከፋው፣
በጥቃቅኑ ነገር ሁሉ የሚያኮርፍ፣ ገለልተኛነት የሚያጠቃው፣ ፍቅሩን መግለጽ
በፍጹም የማይሆንለት፣ በሁሉ ነገር ተጠራጣሪ በመሆኑ ብዙ ጊዜ ያበሳጫታል።
ለገሠ በተፈጥሮው የተበቃይነት ባሕሪ ያለው ሰው ነው። አንድ ቀን ወላንሳ
ገበያ እንደተለመደው ስትዞር በጣም ደስ ያላትን ልጇን የማረከውን ቀሚስ
ገዝታ አመጣችና፣ "ለጌ! ይኸውልህ ይሄ ቀሚስ በቅናሽ ዋጋ የሚሸጥ በመሆኑ
ልቤ በጣም ስለወደደው እንዳያመልጠኝ ብዬ በማሰብ በ$50 ብር ገዛሁት" ብላ
አሳየችው። ለገሠ "ጥሩ ወይም መጥፎ ነው፣ ከባጀታችን ውጪ ነው። ለምን
ይህን ታደርጊያለሽ?" አላላትም። ከውስጡ ግን በጣም ተናዶ የሚበቀልበትን
መንገድ ማሰብ ጀመረ። ሳይውል ሳያድር፣ ልክ ንግግሯን እንደጨረሰች፣ ገበያ
ሄዶ ሁለት ሙሉ ልብስ በአራት መቶ ብር በዱቤ (በክሬዲት ካርድ) ለራሱ
ገዝቶ መጣ። "ወላንሳ ሃምሣ ብር ካወጣች፣ እኔ ደግሞ አራት መቶ ብር ወጪ
አድርጌ የምፈልገውን በመግዛት ትምህርት እንድታገኝ ማድረግ አለብኝ" አለ።
ለገሠ በዚህ ዓይነት የሚወስደው የበቀል እርምጃ ወላንሳን ብዙ ጊዜ ምሬት
ውስጥ ይከታታል። ለገሠ በተፈጥሮ ባሕሪው ነገር አይረሳም። እንዴ ከነከለ
አይለቅም። ወላንሳ ለጊዜው በለገሠ ሁኔታ ብትቆጣም ሁሉን ነገር ወዲያው
ትረሳለች። እርሱ ግን የደረሰበትን ጉዳት የሚመዘግብበት የራሱ የሆነ መዝገብ
አለው። ይቅርታ ማድረግ በቀላሉ አይሆንለትም። በተቃራኒ አሳብ የተሞላ
ነው። ከእርሱ አሳብ ጋር የማይስማማውን ሰው ይጠላል። በማህበር ከሰው ጋር
ለመኖር በራሱ እምነት የለውም። ሁልጊዜ በጥርጣሬ የተሞላ ነው። ይሄን
ዓይነት ባሕሪው ከእርሷ የተፈጥሮ ባሕሪ ጋር ስለማይሄድ፣ ወላንሳ "ባሌ አስ
ቸጋሪ ሰው ነው" ብላ ደምድማለች።

ወላንሳና ለገሠ፣ ሁለቱም በተፈጥሮ ባሕሪያቸው ደካማ ጎን ብቻ ሳይሆን፣
ብርቱ ጎንም አላቸው። ይሄ እውነት ከሆነ፣ ሁለቱም ተቻችለው የሚኖሩበት
መንገድ ይኖር ይሆን? ለመሆኑ እንዱ ከሌላው የሚፈልገው ምንድነው? ብለን
መጠየቃችን አይቀርም። የብዙ ሰዎች ችግር እንደሆነው ሁሉ፣ የለገሠና የወላ
ንሳም ችግር፣ ሁለቱም እርስ በርሳቸው በመቀባበል ፈንታ አንዱ የሌላውን
ሰው የተፈጥሮ ባሕሪ ለመለወጥ የሚሞክሩ መሆናቸው ነው። ለገሠ ከሰው ተለ
ይቶ ለብቻው መሆን፣ ገበያ ከመዞር ይልቅ ቤቱ ተቀምጦ ቴሌቪዥን ማየትን
የሚመርጥ ከሆነ፣ ወላንሳ ለገሠን "ከእኔ ጋር ገበያ መሄድ አለብህ" ብትለው፣
የተፈጥሮ ባሕሪውን እንዲለውጥ ማስገደዷ እንደሆነ ማወቅ አለባት። ሁለቱም
የሚወዱትን እንዲያደርጉና እንዲሆኑ ነጻነት መስጠት፣ ሁለቱንም ከመጨቃ
ጨቅ ያድናቸዋል። ቤታቸው በሰላም የተሞላ እንዲሆን፣ የሚላንኮሊ የተፈ
ጥሮ ባሕሪ ያለው ለገሠ ቤቱ በሥርዓት እንዲሆን የሚፈልግ መሆኑን ወላንሳ

ተረድታ የተቻላትን ያህል ቤታቸውን በሥርዓት ለመያዝ መሞከር፥ ከፕሮግ ራም ውጪ መሥራት ለገሡን ጭንቀት ውስጥ የሚከተው ከሆነ፥ በፕሮግራም ለመሄድ መሞከር ይጠቅማል። የሜላንኮሊ የተፈጥሮ ባሕሪ ያላቸው ሰዎች በቀላሉ ከሰው ጋር መቀላቀሉ የሚከብዳቸው በመሆኑ፥ ለገሡን እነእከሌ ቤት እንሂድ፥ በማለት ማስጨነቅ የለባትም።

ወላንሳም የሳንግዊን የተፈጥሮ ባሕሪ ስላላት፥ ለገሡ ምን እንደምትፈልግ አውቆ መሆን የምትፈልገውን እንድትሆን ነጻነት መስጠት አለበት። ለገሡ ከእርሱ የተለየ የተፈጥሮ ጠባይ ያላት መሆኗን አውቆ "የእኔን ዓይነት ጠባይ መያዝ አለብሽ" በማለት ከመንቀፍ መጠንቀቅ አለበት። የሳንግዊን የተፈጥሮ ባሕሪ ያላቸው ሰዎች መመስገን ደስ የሚላቸው፥ ነቀፋ ግን በቀላሉ ስብርብራ ቸውን የሚያወጣቸው በመሆኑ ብርቱ ጎናቸውን እየጠቀሱ ማመስገን የበለጠ ሊያቀራርባቸው ይችላል። ለምሳሌ ለገሡ "ከሰው ጋር የምታቀራርበኝ ወላንሳ ነች። እርሷ ከሰው ጋር የመግባባት ችሎታ ባይኖራት ኖሮ፥ ከሰው ሁሉ ጋር ተቆራርጬ ብቻዬን የምኖር ሰው እሆን ነበር...." በማለት ጠንካራ ጎኗን እያነሳ ቢያሞጋግሳት፥ ፍቅራቸውን የበለጠ ሊያዳብርላቸው እንደሚችል የታወቀ ነው።

(ሐ) ኮለሪክ (CHOLERIC)

የኮለሪክ የተፈጥሮ ጠባይ ያለው ሰው በጠባዩ ፈጣን፥ ትጉህ የሥራ ሰው ነው። በተፈጥሮው የመሪነት ስጦታ ያለው ነው። በራሱ እንጂ በሌላ ሰው አይደገፍም። ለራሱም ሆነ ለሌሎች ውሳኔ መወሰን አያስቸግረውም። በራሱ ህባብና ፕላን የሚንቀሳቀስ ታታሪ ሰው እንጂ፥ በአካባቢው ሁኔታ እየተመራ የሚሄድ አይደለም። ተቃዋሚዎቹን አይፈራም፥ ወይም ለተንኮላቸው አይደነ ግጥም። በውሳኔው የሚጸና ብርቱ ሰው በመሆኑ ሌሎች በወደቁበት መንገድ እርሱ አይወድቅም። በተፈጥሮው የመምራት ችሎታ አለው። ልቡ ርህራሄና ሀዘኔታ የለውም። ብዙ ጊዜ የበላይነት ስሜት የሚሰማው፥ ትዕግስት የሌለው፥ በራሱ ፈቃድ የሚመራ፥ ሌሎችን የመጫን ኃይልና ችሎታ ያለው፥ ወይም ሌሎችን ዝቅ አድርጎ የመመልከት ጠባይ ያለው ሰው ነው። "ሁሉም ነገር እኔ በምለው ዓይነት ብቻ መሠራት አለበት" ባይ ነው።

ለመሆኑ በምትሠሩት ሥራ ደስ የማይላችሁ ትኖሩ ይሆን? ካላችሁ፥ በሥ ራችሁ ደስታ ያጣችሁት እናንተ ብቻ አይደላችሁም። ጥሩ ሥራ ቢኖራቸ ውም፥ በሥራቸው ደስተኞች ያልሆኑ ብዙ አሉ። መሥሪያ ቤታቸው ለመሄድ ፍርሃትና ድንጋጤ ይሰማቸዋል። አሜሪካ ውስጥ በቅርቡ በተደረገው ጥናት 46% (አርባ ስድስት ከመቶ) የሚሆኑ አሜሪካውያን በሥራቸው ደስተኞች እንዳልሆኑ ተረጋግጧል። አብዛኞዎቹ ሥራቸውን የሚሠሩት ተዝናንተውና

ደስ ብሏቸው ሳይሆን በጭንቀትና በግፊት መንፈስ ተሞልተው ነው። አለቆቻ ቸውንና ቀጣሪዎቻቸውን ደስ ለማሰኘት ሲሉ በከፍተኛ ትግል ውስጥ ያልፋሉ። የሥራ ቦታቸው የሰላም ቦታ ከመሆን ይልቅ የጦርነት ሥፍራ ሆኖባ ቸዋል። ከእነዚህ መካከል አንደኛው ታዲዮስ ነው። ታዲዮስ ደስ የሚለው ሥራ ላይ የተሰማራ ቢሆንም፥ በአለቃው በአሰግድ ምክንያት መሥሪያ ቤቱን እየጠላው መጣ።

አሰግድ፥ የታዲዮስ አለቃ የኮለሪክ የተፈጥሮ ባሕሪ ያለው ሰው ነው። አሰ ግድን ለመጀመሪያ ጊዜ ሰው ሲተዋወቀው፥ በተጫዋችነቱ ሰው ሁሉ ስለሚወ ደው የቅርብ ጓደኛው እንዲሆን ይመኘዋል። አሰግድን መሥሪያ ቤቱ ሲቀጥ ረው ጥሩ የሥራ ፍሬ ያባያል ብሎ ያመነበት ሰው ነው። በእርሱ ሥር ያሉት ሠራተኞችም መጀመሪያው ላይ ለሠራተኞች የሚያስብ ጥሩ አለቃ ነው ብለው አምነውበት ነበር። ከጥቂት ወራት በኋላ ግን ሁኔታዎች እየተለዋወጡ መጡ። አሰግድ በጥቃቅኑ ምክንያት ሁሉ መከራከር የሚወድ ሰው እንደሆነ ሠራተኞች ሁሉ እያወቁት መጡ። ሠራተኞች አሳባቸውን ገልጸው ሲናገሩ፥ አሳባቸው ከእርሱ የተለየ ከሆነ ይቆጣል። ሠራተኞቹ አሳባቸውን ገልጸው ሲናገሩ የሚሰማ ይምሰል እንጂ፥ የሚያስበው ቀደም ሲል ለተናገሩት ነገር ምን ዓይነት መልስ መስጠት እንዳለበት ነው። ሌሎች የሚናገሩት ነገር ምንም ያህል ትክክል ቢሆን፥ በምንም ዓይነት አሳቡን አይለውጥም። ዋናው ምክንያት እርሱ ብቻ ትክክል እንደሆነ በለሚያስብ ነው። ምርጫ የሌላቸው ሠራተኞች ጸጥ ለጥ ብለው፥ አንገታቸውን ደፍተው፥ ደስ ባይላቸውም ደስ ያላቸው መስለው እየ ሠሩ ይኖራሉ። ምርጫ ያላቸው ግን መሥሪያ ቤቱን እየለቀቁ ይወጣሉ። ሠራተኞች ዋና ጥረታቸው የሚሠሩትን ሥራ በትክክል መሥራት ሳይሆን፥ አለቃቸውን አሰግድን ማስደሰት ብቻ ነው። ሠራተኞች የሚያቀርቡትን ምክ ንያት አሰግድ አይቀበልም። ቀኑን ሙሉ ምንም ያህል በትጋት ቢሠሩም፥ ለአ ምስት ደቂቃ መጸዳጃ ቤት ሲሄዱ ካያቸው፥ ቀኑን ሙሉ ሲዝናኑ እንደዋሉ አድርጎ ይመለከታቸዋል።

አሰግድ የኮለሪክ ተፈጥሮአዊ ጠባይ ያለው ሰው ሲሆን፥ ሠራተኞቹ የሚ መለከቱት እንደ አስቸጋሪ ሰው ነው። አሰግድ በተፈጥሮው ለሠራተኞች የሚራራ ልብ የሌለው ሰው ነው። "አለቃ ልሁን" ባይ፥ ትዕግሥት የሌለው፥ በቀላሉ የሚናደድ፥ ልክ ነው ብሎ ካመነበት ንቅንቅ የማይል፥ በሀተትን ታግሶ ማለፍ የማይሆንለት፥ "ሁሉን አውቃለሁ" የሚል፥ ከሁሉ የተሻለ የሚሠራ የሚመስለው፥ በራሱ አሳብ ብቻ የሚመራ ሰው ነው። በአሰግድ ሥር የሚሠ ሩት ሠራተኞች ሁሉ የሚሠሩት ደስ ብሏቸው ሳይሆን፥ ሳይሠሩ መኖር ስለማ ይችሉ ብቻ ነው። ጥፋቱ የእነርሱ ባይሆንም፥ ከአለቃቸው ጋር ቢጋጩ የሚያ ገኙት የሹመት ደብዳቤ ባይሆን፥ ከሥራ መባረር እንደሆነ ያውቁታል። ስለዚ

ህም እንዲህ ዓይነቱ ዕጣ እንዳይደርሳቸው፥ ሁልጊዜ የሚኖሩት በሥጋትና በፍርሃት ተሞልተው ነው። ታዲያ ይህን ዓይነት አስቸጋሪ ባሕሪ ካለው ከእለ ግድ ጋር ሲኖር ታዲዮስ የስሜት ጉዳት እንዳይደርስበት ምን ማድረግ አለ በት? ብዙ ሰዎች በእነርሱ ሥር የሚሠሩትን ሠራተኞች በስጋትና በጭንቀት ሳምንቱን ሙሉ እንዲያልፉ ማድረጋቸውን አለመረዳታቸው ያሳዝናል። ስለ ዚህ እንደ አሰግድ ያሉ፥ ዛሬ ሰቀው እንደሆነ ነገ ያለምክንያት ፊታቸውን ከሚ ያጠቁሩ አስቸጋሪ ሰዎች ጋር በሰላም መኖር እንዴት ይቻላል? ብለን መጠየ ቃችን አይቀርም።

አሰግድ ደካማ ብቻ ላይሆን፥ ጠንካራ ጎንም ያለው ሰው ነው። በተፈጥሮ የመሪነት ችሎታ ያለው፣ ታታሪና ትጉህ፣ ለውሳኔ ቀራጥ፣ ሰሚታዊነት የማያ ጠቃው፣ በቀላሉ ተስፋ የማይቆርጥ፣ የማስተዳደርና የማሠራት ችሎታ ያለው፣ የዓላማ ሰው እንዲሁም ለሥራ ሰዎችን ማነቃቃት ችሎታ ያለው ቢሆንም ሰዎች የሚፈሩት ሰው ነው። ነገር ግን ትዕግስት የሌለው፥ መነታረክና መከራ ከር ደስ የሚለው፥ ሌላውን ማመስገን የማይሆንለት፥ የርህራሄ ስሜት ፈጽሞ የማይታይበት፥ ስህተትን ማለፍ የማይችል፥ ሰዎችን በቁጥጥሩ ሥር የሚያ ውል፥ በራሱ አሳብ ብቻ የሚመራና "ተሳስቻለሁ..." የማይል ሰው ነው። የኮለ ሪክ ተፈጥሮአዊ ባሕሪ ያላቸው ሰዎች ሁሉን ነገር በቁጥጥራቸው ሥር የማድ ረግ ባሕሪ እንዳላቸው ገና ከሕጻንነት ዕድሜያቸው ጀምሮ ይታወቃሉ። ሕጻን ሆነው መታቀፍ ከፈለጉ በለቅሶ ፍላጎታቸውን ይገልጻሉ። ጡጦ ቢሰጧቸው፥ ዳያፐር (የሽንት ጨርቅ) ቢቀይሩላቸው፥ መጫወቻ ቢሰጧቸው ጥያቄያቸው ስላልተሟላ ጩኸታቸውን አያቆሙም። ብድግ አድርገው ሲይዟቸው ግን፥ ፍላጎታቸው ያ ስለሆነ ወዲያው መሳቅና መጫወት ይጀምራሉ። ስለዚህ ባለቀሱ ቁጥር ወላጆቻቸው ወዲያው ማንሳት አለባቸው። እንግዲያውስ ታዲዮስና እርሱን ከመሳሰሉ ሰዎች፥ ኮለሪክ የተፈጥሮ ጠባይ ካላቸው ሰዎች ጋር እንዴት መኖር ይችላል?

የኮለሪክ የተፈጥሮ ባሕሪ ያላቸው ሰዎች እንደ ሳንግዊን የተፈጥሮ ባሕሪ እንዳላቸው ሰዎች መመስገን የሚፈልጉ ወይም ምስጋና የተጠሙ አይደ ሉም። የሚፈልጉት አንድ ነገር ቢኖር፥ በአካባቢያቸው ያለው ሰው ሁሉ እን ዲታዘዛቸው ነው። ከእነርሱ የተለየ አሳብ የሚያቀርብላቸው ሰው ቢኖር፥ ሀሳባ ቸውን እንደተቃወማቸው፥ ወይም እንዳመጸባቸው መስሎ ይሰማቸዋል። አሳ ባቸውን ለውጠው የመጸጸት ምልክት ያሳያሉ ብሎ መጠበቅ ትልቅ ስህተት ነው። ደካማነትን፥ ተጸጽቶ ማልቀስን በጣም ይጠላሉ። ስለዚህ ከእነርሱ ጋር በሰላም ለመኖር የሚፈልግ ሰው የግድ እነርሱ በሚፈልጉት መንገድ የሚሠራ መሆን አለበት። እንዲሁም ስህተታቸውን እንዲያዩ ማድረግ የለበትም። "ብርታት እንጂ ድካም የለብንም" ብለው የሚያምኑ ናቸው። የክሎሪክ የተፈ ጥሮ ባሕሪ ያላቸው ሰዎች ከምንም ነገር የበለጠ ሥልጣን የሚፈልጉ በመሆና ቸው ከእነርሱ የተለየ አሳብ የሚኖረውን ሰው የሚመለከቱት፥ ሥልጣናቸውን እንደሚጋፋ አመጸኛ ሰው ነው።

(መ) ፍሌግማቲክ (PHILEGMATIC)

ፍሌግማቲክ ባህሪ ያለው ሰው ረጋ ያለ፥ ለስላሳ፥ ከሁሉም ሰው ጋር አብሮ መኗዝ የሚችል፥ ሚዛኑን ያለቀቀ ባህሪ ያለው ሰው ነው። ምንም ያህል ቢና ደድ ንዴቱን አያሳይም፤ ስሜቱን የመቆጣጠር ችሎታ አለው። ተለዋዋጭ አይደለም። ሁልጊዜ አንድ ዓይነት ነው። ከዳር ሆኖ ሌሎች የሚያደርጉትን መመልከት እንጂ ራሱን ኃላፊነት ውስጥ ቶሎ አያስገባም። ፍሌግማቲክ ባህሪ ያለው ሰው ችግር ፈጣሪ አይደለም። ሰላማዊ፥ ከሰው ጋር ተስማምቶ መኖር የሚችል በመሆኑ በብዙዎች የተወደደ ነው። "መሀል ሰፋሪ" በመሆኑ፥ ማንንም ማስቀየም ስለማይፈልግ "ጥሩ ሰው" ተብሎ ይጠራል። በትዕግስትና በጸጥታ የሚያዳምጥ በመሆኑ፥ ብዙ መናገር የሚወዱ፥ የሳንጉዌን የተፈጥሮ ባሕሪ ያላ ቸው ሰዎች በተለይ ይወዷቸዋል። ማንኛውንም ሰው እንደ ጠባዩ የመያዝ ችሎታ ስላላቸው፥ የሜላንኮሊ የተፈጥሮ ጠባይ ያላቸውም ሰዎች ይጠጓቸ ዋል። ሚዛናዊ የሆነና እምብዛም ጠላቶች የሌሉት ሰው ነው። ይሁን እንጂ፥ ብዙ ጊዜ ውሳኔ መወሰን የማይደፍር፥ ንቃት የሌለው፥ ሌሎች ለሚያወጡት ዕቅድ ግድ የሌለው ሰው ነው። በሌላ በኩል ደግሞ ሌላው ሰው ዘሎ ሲገባ፥ እነርሱ በውሳኔ አሰጣጣቸው ረጋ በማለት ራሳቸውን ከችግር በመጠበቃቸው ሁኔታው ካለፈ በኋላ ብዙዎች ስለወሰዱት እርምጃ ያደንቋቸዋል። ልቀው መሄድ ሳይሆን፥ መካከለኛ ሆኖ መገኘት ያረካቸዋል። የሥልጣን ደረጃ ላይ የሚወጡትም ራሳቸው ፈልገውና ታግለው ሳይሆን፥ ተጠይቀው ነው። እነዚህ የፍሌግማቲክ የተፈጥሮ ባሕሪ ያላቸው ሰዎች አንዳንድ ችግራቸው ከኃላፊነት መሸሽ፥ የተግባር ሰው የሆኑትን ግን ከዳር ሆነው መንቀፍ ቢሆንም፥ ይህን ዓይነቱን ባሕሪያቸውን እንደ ድካም አያዩትም። እነዚህ ረጋ ብለው የሚታዩ ሰዎች የሌላውን መነቃቃት ወደ ኋላ የሚጎትቱ ናቸው። አንዳንዶቻችን ፍሌግማቲክ የተፈጥሮ ባሕሪ እንዳላቸው ሰዎች ረጋ ብለን መኗዝና በብዙዎች ዘንድ መወደድን እንፈልጋለን። ይሁን እንጂ የተፈጥሮ ባሕሪያችን ከእነርሱ የተለየ በመሆኑ እነርሱን ለመምሰል ብንሞክርም አንችልም።

የፍሌግማቲክ የተፈጥሮ ባሕሪ ያላቸው ሰዎች ችግራቸው ምንድነው? ኮለሪክና ፍሌግማቲክ የተፈጥሮ ባሕሪ ያላቸው ሰዎች እርስ በርሳቸው ይፈላለ ጋሉ። ይሁን እንጂ፥ በግንኙነታቸው ያዝናሉ። ኮለሪክ የተፈጥሮ ባሕሪ ያለው ሰው በእርሱ መሪነት "ቀስ የሚለውን" ፍሌግማቲክ ባሕሪ ያለውን ሰው ለመቀ ሰቀስ ምንም ያህል ከፍተኛ ትግል ቢያደርግም ነቅንቅ ሊያደርገው እንደማይ

ችል የታወቀ ነው። ፍሌግማቲክ የተፈጥሮ ባሕሪ ያለው ሰው፣ ሌላው ለመሥራት ያለውን ፍላጎትና ስሜት የሚገድል በመሆኑ፣ ከእርሱ ጋር ምንም ዓይነት ሥራ እቅዶ ለመሥራት የማይቻል ነው። በቤተ ክርስቲያን ውስጥ ራሳቸው የማይሠሩ፣ የሚሠራውን ግን ቁጭ ብለው የሚነቅፉና የሚተቹ መሃል ለፉሪዎች ብዙዎች አሉ። የሽማግሌዎች ቦርድ ውስጥ እንደ እነዚህ ዓይነቶች ካሉ፣ በአንድ ነገር ተወያይቶ፣ የአንዱን ራዕይ ተቀብሎ በሥራ ላይ ለማዋል፤ ፍሬ ያለው አገልግሎት ለመስጠት ከፍተኛ መሰናክል ይሆናሉ። ማንንም ሳያስቀይሙ ሁልጊዜ መካከለኛውን መንገድ ይዘው ለመሄድ ስለሚፈልጉ፣ አብረዋቸው ለሚሠሩት ወይም ለሚያገለግሉ ሰዎች አስቸጋሪዎች ናቸው። ከላይ እንደ ገለጽነው የፍሌግማቲክ የተፈጥሮ ባሕሪ ያላቸው ሰዎች "እሺ!" ብለው ኃላፊነት መቀበል አይፈልጉም። በአንድ ኮሚቴ ውስጥ እነርሱ ካሉበት፣ ብዙ መሥራት ስለማይፈልጉ ሥራውን ወደ ኋላ ይጎትቱታል። በደንብ ያዳምጣሉ፤ በመሠረተ እሳቡ ይስማማሉ። ይሁን እንጂ፣ የተባለውን ወይም የተወሰነውን በተግባር ላይ ማዋል ግን አይሆንላቸውም። አብሮአቸው የሚሠራው ሰው በለፌው ሲታየው እነርሱ ግን የሚታያቸው እንድ ነገር ወይም በጠባቡ ነው። ፍሌግማቲክ የተፈጥሮ ባሕሪ ያላቸው ሰዎች ችግርን ለማቃለል የሚመርጡት መንገድ፣ ችግሩን ለማቃለል ሳይሆን ችግሩን መደበቅን ነው። ችግሩን ወደ ጎን ገፋ አድርገው ሲተውት፣ ችግሩ የጠፋ መስሎ ይታያቸዋል። የሰዎችን ተፈጥሮአዊ ባሕሪ ማወቅ ጥቅሙ፣ በተፈጥሮ ባሕሪያቸው ምክንያት የሚፈልጉት ምን እንደሆን አውቆ እንደ ጥያቄያቸው መያዝ እንዲቻል ነው። ስለ እነዚህ እራት የተፈጥሮ ባሕሪያት የበለጠ ለመረዳት ከዚህ ምዕራፍ መጨረሻ ላይ ያለውን ሠንጠረዥ ማጥናት ይጠቅማል።

የሰዎችን የተፈጥሮ ባሕሪ ለይተን ማወቅ ጥቅሙ፣ አስቸጋሪ የሆኑብን ሰዎች ምን እንደሚፈልጉ ወይም ከሰዎች ምን እንደሚጠብቁ፣ ያን ዓይነት አስቸጋሪ ባሕሪም ለምን እንደሚያሳዩ መረዳት ያስችለናል። ለምሳሌ፣

- *ሳንግዊን የተፈጥሮ ባሕሪ ያላቸው ሰዎች በተፈጥሮአቸው መመስገን፣ መደነቅ፣ የሰው ሁሉ ዓይን በእነርሱ ላይ እንዲሆን ይፈልጋሉ።*
- *ሜላንኮሊ የተፈጥሮ ባሕሪ ያላቸው ሰዎች ከማንኛውም ነገር የበለጠ ሁኔታዎች ሥነ ሥርዓት ይዞ እንዲሄድ ይፈልጋሉ።*
- *ኮለሪክ የተፈጥሮ ባሕሪ ያላቸው ሰዎች ከሌሎች ታዛዥነትን ያጠብቃሉ፤ በአካቢያቸው ያለው ሰው የተግባር ሰው እንዲሆን ይፈልጋሉ።*
- *ፍሌግማቲክ የተፈጥሮ ባሕሪ ያላቸው ሰዎች ሁልጊዜ ሰላምና ጸጥታ እንዲኖር ይፈልጋሉ።*

የሰዎችን የተፈጥሮ ባሕሪ ተረድተን በተግባር ላይ የምናውለው ለመሆኑ እንዴት ነው? ለምሳሌ የመሥሪያ ቤት አለቃችን "ኮለሪክ" የተፈጥሮ ባሕሪ ያለው መሆኑን ከተረዳን፣ መከበርንና መፈራትን ቢፈልግ፣ እንዲሁም የአለቅነት መንፈስ ቢያሳየን "ለምን?" ብለን በመበሳጨት ፋንታ የተፈጥሮ ባሕሪው ነው ብለን እንድናልፈው ያስችለናል።

ሁላችንም የራሳችን ድካም ስላለን፣ ሌላውን ሰው "አስቸጋሪ" ብለን ለመጥራት ማመንታታችን አይቀርም። አንዳንድ ሰዎችን ስንመለከት፣ ሁልጊዜ በሁሉም አቅጣጫ ከሚያጋጥማቸው ሰው ሁሉ ጋር የሚጋጩ ወይም ከመስመር የሚወጡ አለመሆናቸውን እንገነዘባለን። ከሰው ጋር ባላቸው ግንኙነት ሰው ሁሉ የሚያደንቃቸው ይሆኑና ከአንድ ወይም ከሁለት ሰው ጋር ግን ችግር ይኖርባቸው ይሆናል። እነዚህ አስቸጋሪ ሰዎች አይደሉም። አንድ ሰው ከሰው ጋር በሚኖረው ግንኙነት አስቸጋሪ ነው የምንለው አዘውትሮ ትክክል ያልሆን ምርጫ የሚያደርግ፣ ትክክል ያልሆን ድርጊት የሚፈጽም፣ ሌላውን ሰው በመጠቀም የራሱን ፍላጎት የሚያሟላ፣ ጸያፍ ንግግር የሚናገር፣ ኃይለኛ፣ ቁጡ ሲሆን ነው። አስቸጋሪ ሰዎች አዕምሮአቸውን የሳቱ ሳይሆኑ ጤናማ አዕምሮ ያላቸው፣ ሁልጊዜ ትክክል ባልሆነው ምርጫቸው፣ መልሳቸውና ድርጊታቸው ሌላው ሰው በቁጥጥር ሥር እንዲውል፣ የተሰፋቢስነት ስሜት እንዲሰማው የሚያደርጉ ናቸው። አስቸጋሪ ሰዎችን እንደ ሞተር የሚያንቀሳቅሳቸው ኃይል "ሌላውን በቁጥጥራቸው ሥር የማድረግ ፍላጎታቸው" ነው። ስለዚህም ይህን የሚፈልጉትን ኃይልም ሆነ ሥልጣን ሌላውን ሰው በመክሰስ፣ የበደለኛነት ስሜት እንዲሰማው በማድረግ፣ ሀፍረት ውስጥ በመክተት ለማግኘት ይጥራሉ። በዚህ ግንኙነት ውስጥ እየተጠቃ መኖርን የተለማመደው ሰው፣ ስለ ራሱ ያለው አመለካከት እየቀነሰና እየተበላሸ ይመጣል።

<u>አራቱ ተፈጥሮአዊ ባሕሪዎች</u>[4]

<u>ደካማ ጎን...</u>

	ሳንጓይን	ኮሌሪክ
የስሜቱ	ሁልጊዜ መናገር ይወዳል	"አለቃ ልሁን" ባይ ነው
አጻም	ሁኔታዎችን አጋኖ ያወራል	ትዕግስት የለውም
	በጥቃቅን ነገር ላይ ጊዜን ያባክናል	በቀላሉ ይናደዳል

[4] Littauer, Florence. How to Get Along with Difficult People, Harvest House Publishers, Eugene, Oregon, c1971.

	የሰዎችን ስም ማስታወስ አይችልም	መዝናናት አይሆንለትም
	ሰዎች ፈርተው እንዲሸሹት ያደርጋል ለአንዳንድ ሰዎች በጣም ደስተኛ ነው	እርምጃ ለመውሰድ ችኩል ነው መነታረክና መከራከር ደስ ይለዋል
	ሠርቶ አይደክምም	ሲሸነፍ እጁን አይሰጥም
የስሜቱ አቋም	"እኔ" ባይ ነው	ሁሉን ነገር በኃይል ማድረግ ይፈልጋል
	የማስፈራራትና የማጉረምረም ጠባይ አለው	ንቅንቅ አይልም
	ገራገርና የሚታለል ነው	ሌላውን ማመስገን አይሆንለትም
	ጮክ ያለ ድምጽ ያለውና ሳቂታ ነው	የሚያለቅስና ስሜቱን የሚገልጽ አይወድም
	በሁኔታዎች ቁጥጥር ውስጥ ይሆናል	ርህራሄ የለውም
	በቀላሉ ይቆጣል	
	በእንዳንዶች ዘንድ አስመሳይ ሆኖ ይታያል	
	ምንጊዜም ዕድገት አይታይበትም	
	ከመሥራት ይልቅ ማውራት ይወዳል	ለሀተትን ታግሶ ማለፍ አይችልም
	ግዴታውን ይረሳል	ጥቃቅኑን ነገር አበጥሮ አያይም
	ሁኔታዎችን እስከ መጨረሻው አይከታተልም	አላስፈላጊ ትንታኔ በቀላሉ ይሰለቸዋል
ለሥራ ያለው አቋም	ቶሎ በራሱ እምነት ያጣል	በችኮል ይወስናል
	ራሱን በሥነ ሥርዓት አይመራም	ሥርዓተ-አልባና ብልሃት የጎደለው ነው
	ቅደም ተከተሉን አይጠብቅም	ሰዎችን ወደ ራሱ ፍላጎት ይጫናል
	ስሜቱን ተከትሎ ይወስናል	ከሌሎች ብዙ ይጠብቃል
	በቀላሉ ከዓላማው ይወጣል	ውጤቱ እስካማረ ድረስ ግድ የለውም
	በማውራት ጊዜውን ያጠፋል	"ሥራ" አምላኩ ነው
		ከሥሩ ካሉት ታማኝነትን ይጠብቃል
	ብቻውን መሆን ይጠላል	ሰዎችን ለራሱ ጥቅም ያውላል
	መካከለኛ (ቁንጮ) መሆን ይፈልጋል	ሰዎችን በቁጥጥሩ ሥር ያውላል
	ታዋቂ መሆን ይፈልጋል	ለሌሎች መወሰን ይፈልጋል
	ምስጋና (ክብር) ይፈልጋል	"ሁሉን የሚያውቅ" ይመስለዋል
ከሰው ጋር ያለው ግንኙነት	በውይይት ውስጥ የበላይ መሆን ይፈልጋል	ከሁሉ የተሻለ የሚሠራ ይመስለዋል
	ሌሎች ሲናገሩ ያቋርጣል፣ አያዳምጥም	በራሱ ሀሳብ ብቻ የሚመራ ነው
	ሳይጠየቅ ይመልሳል	ወዳጆቹን ሁሉ በቁጥጥሩ ሥር ያደርጋል
	ተለዋዋጭና ዝንጉ ነው	"አዝናለሁ!" ማለት አይችልም
	ምክንያት ፈላጊ ነው	ትክክል ቢሆንም፣ ተወዳጅነት የለውም
	የተናገረውን መልሶ ይናገራል	

ደካማ ጎን...

	ሚላንኮሊ	ፍሌግማቲክ
	ተቃራኒ የሆኑትን ነገሮች ያስታውሳል	ትጋት የጎደለው ነው
	የቀፈፈውና ተለዋዋጭ ባሕሪ ያለው ነው	ፈሪና ተጨናቂ ነው
የስሜቱ አቋም	ሲጎዳ ደስ ይለዋል	ውሳኔ ለማድረግ ያመነታል
	እውነትነት የሌለው ትህትና ያሳያል	ኃላፊነትን ይሸሻል
	በሀሳቡ የራሱ ዓለም አለው	ጽኑ (ብርቱ) ፈቃድ ያለው ነው
	የዝቅተኛነት ስሜት አለው	ራስ ወዳድ ነው
	መስማት የሚፈልገውን ብቻ ይሰማል	ዝምተኛና ዓይን አፋር ነው

	ራስ ወዳድ ነው	በጣም ያመነታል
	በራሱ አሳብ የተዋጠ ነው	ተመጻዳቂ ነው
	የበደለኛነት ስሜት የሚያጠቃው ነው	
	በሰነ ልቦናው ሁሉም የሚያሳድደው ይመስለዋል	
	የመጨነቅ ዝንባሌ ያለው ነው	

ለሥራ ያለው አቋም	ከሰው ጋር መቀራረብ አይሆንለትም	የዓላማ ሰው አይደለም
	ሁሉ ነገር ልክ ካልመጣለት ይከፋዋል	በራሱ መነቃቃት የለውም
	ከባድ ሥራ መሥራትን ይመርጣል	ወደ ፊት መግፋት ያዳግተዋል
	አዲስ ነገር ለመጀመር ያመነታል	ያለፍላጎቱ ሲገፋፉት አይወድም
	ዕቅድ በማውጣት ብዙ ጊዜ ያጠፋል	ለንፍናና ግዴለሽነት ያጠቃዋል
	ከመሥራት ይልቅ ሁኔታዎችን ያሰላስላል	ሌሎችን ተሰፋ ያስቆርጣል
	ራሱን ዝቅ አድርጎ ያያል	ተመልካች መሆንን ይመርጣል
	እርሱን ማስደሰት ከባድ ነው	
	የደረጃ መመዘኛው ከፍ ያለ ነው	
	የሚሠራውን ሌሎችን እንዲያጸድቁለት ይፈልጋል	

ከሰው ጋር ያለው ግንኙነት	በሌሎች ድጋፍ መኖር ይፈጋል	የሌላውን መነቃቃት ያጠፋል
	በማህበር ለመኖር በራሱ እምነት የለውም	በአንድ ጉዳይ ውስጥ ራሱን አያስገባም
	ገለልተኛነት ያጠቃዋል	ስሜቱ የሚቀሰቀስ አይደለም
	ሌሎችን መንቀፍ ይወዳል	ዕቅድ ለማውጣት ግድ የለውም

...ሰው ጋር ያለው ግንኙነት	ፍቅሩን አይገልጽም	በሌሎች ላይ ይፈርዳል
	የሚቃወሙትን ይጠላል ሰዎችን ይጠራጠራል	አሽሙረኛና ቀልደኛ ነው ለውጥን ይቃወማል
	ጠበኛና ተበቃይ ነው	
	ይቅርታ ማድረግ አይሆንለትም	
	በተቃራኒ ሀሳብ የተሞላ ነው	
	የሰዎችን ምስጋና ይጠራጠራል	

...ንካራ ጎን...

	ሳንጓይን	ኮሌሪክ
...ስሜቱ ...ቋም	ደስ ደስ የሚል ቁመና ያለው ነው	በተፈጥሮው የመሪነት ችሎታ ያለው ነው
	የመናገር ችሎታ አለው	ታታሪና ትጉህ ነው
	ፈንጠዝያ ይወዳል	ለውጥ ፈላጊነቱ ብርቱ ነው
	ቀልደኛና ተጫዋች ነው	ስህተት አይቶ አያልፍም
	ቀለም የማስታወስ ችሎታ አለው	ለውሳኔ ቆራጥ ነው
	ለሚናገረው ነገር አድማጭ አለው	ስሜታዊነት አያጠቃውም
	ስሜታዊና ስሜቱን የሚገልጽ ነው	በቀላሉ ተስፋ አይቆርጥም
	የተነቃቃና ራሱን መግለጽ ይችላል	በራሱ ብቃት የሚለማው ነው
	ደስተኛና ፍልቅልቅ ነው	በራሱ ትምክህት አለው
	የማወቅ ፍላጎት ያለው ነው	የማስተዳደር/የመምራት ችሎታ አለው
	የመድረክ ሰው ነው	
	የዋህነት ያለው ሰው ነው	
	"ለዛሬው" ብቻ ትኩረት ሰጥቶ የሚኖር ነው	
	ተለዋዋጭ ባሕሪ ያለው ነው	
	ከልቡ እውነተኛነት አለው	
	ሁልጊዜ የልጅነት ባሕሪ ይታይበታል	

	ለሥራ ፈቃደኝነትን ያሳያል	የዓላማ ሰው ነው
	አዳዲስ ሥራዎችን ያመነጫል	ሁኔታዎችን በስፋት ማየት ይችላል
	ከውጪ ሲታይ ያማረ ይመስላል	የማደራጀት ችሎታ አለው
	የፈጠራ ችሎታ አለው	በተግባር ላይ የሚውል መፍትሄ ይሰጣል
ለሥራ ያለው አቋም	ጉልበትና መነቃቃት አለው	አሳብን በተግባር ላይ ለማዋል ፈጣን ነው
	አጀማመሩ ከውጪ ያማረ ነው	ሥራ ያከፋፍላል (ይወክላል)
	ሌሎችን የማነቃቃት ችሎታ አለው	ውጤት ላይ ትኩረት ይሰጣል
	ሌሎች ደስ ብሏቸው እንዲሠሩ ያደርጋል	ግብ ያወጣል
		ሌሎች ለሥራ ማነቃቃት ይችላል
		ተቃውሞን ለዕድገቱ ያውላል

	በቀላሉ ወዳጅ ያፈራል	ጓደኛ ባይኖረውም ግድ የለውም
	ሰው ይወዳል	በማኅበር መሥራት ይወዳል
	የሰዎች ምስጋና ይፈልጋል	መምራትና ማደራጀት ይችላል
	የተነቃቃ ሰው ነው	ብዙ ጊዜ ትክክል ነው
ከሰው ጋር ያለው ግንኙነት	ሌሎች ይቀኑበታል	በችግር ጊዜ ብርቱ ሆኖ ይታያል
	ቂም አይዝም	
	ቶሎ ይቅርታ ይጠይቃል	
	የቸከ ጊዜ እንዳይኖር ያደርጋል	
	ያልታቀደ ነገር ሲያጋጥመው ደስ ይለዋል	

ጠንካራ ጎን...

	ሜላንኮሊ	ፍላግማቲክ
	የአሳብ ሰው ነው	በተፈጥሮ ባሕሪው ረጋ ያለ ነው
	የማስላሰል ችሎታ አለው	ተግባቢና ተዝናንቶ የሚኖር ሰው ነው
	ኮስታራና የዓላማ ሰው ነው	ረጋ (ዝግ) ያለ ሰው ነው
	የተፈጥሮ ችሎታ ያለው ነው	ትዕግስተኛና ሚዛኑን የጠበቀ ነው
ስሜት	የሥነ ጥበብ ሰው ነው	ተለዋዋጭነት የሌለው ሰው ነው
	የፍልስፍናና የቅኔ ሰው ነው	ሩሕሩህና ደግ ሰው ነው
	የተፈጥሮን ውበት አድናቂ ነው	ዝምተኛና የጥበብ ሰው ነው
	ስለ ሌሎች ስሜት ግድ ይለዋል	ስሜቱን ገልጾ አያሳይም
	ራሱን መስዋት ያደርጋል	ኑሮውን በደስታ የሚኖር ነው
	ታታሪ ሰው ነው	ዓላማ ያለው ሰው ነው
	በፕሮግራም የሚሄድ ነው	ችሎታ ያለውና ጽኑ ሰው ነው
	"ፍጹም ይሁን" ባይ ነው	ሰላማዊና ተስማሚነት ያለው ነው
	ለጥቃቅኑ ነገሩ ሁሉ ጠንቃቃ ነው	የአስተዳደር ችሎታ አለው
	የጠለቀ አሳብ ያለውና ጽኑ ነው	ግጭትን ይሸሻል
ሥራ	ሥርዓት የጠበቀና የተደራጀ ነው	በውጥረት ውስጥ ጥሩ ውጤት ያመጣል
	ንጹህና ያማረ ነው	ቀለል ያለ መንገድ ያገኛል
	ቆጣቢ ነው	
	ችግሩ የት እንዳለ ያውቃል	
	ጥሩ መፍትሄ የማግኘት ችሎታ አለው	
	የጀመረውን ይጨርሳል	

ከሰው ጋር ያለው ግንኙነት	ወዳጅ ለመያዝ ጠንቃቃ ነው	በቀላሉ መስማማት የሚችል ሰው ነው
	ጎልቶ ባይታይም ግድ የለውም	የደስ ደስ ያለው ነው
	ልታይ ባይነት ባሕሪ የለውም	ማንንም ማስከፋት አይፈልግም
	ታማኝነትና ራሱን የሰጠ ሰው ነው	ጥሩ አድማጭ ነው
	የሌሎችን ቅሬታና ስሞታ ያዳምጣል	ቀልዱ ደረቅ (የማይጥም) ነው
	የሌሎችን ችግር መፍታት ይችላል	ሰዎችን ማየት ደስ ይለዋል
	ለሌሎች በጣም አሳቢ ነው	ባለ ብዙ ወዳጅ ነው
	በርህራሄ የተሞላ ነው	ስለ ሌሎች ይራራል፣ ግድ ይለዋል

አስቸጋሪ ሰዎች የሚያሳዩት ጠባይ

ሰዎች በትዳራቸው ውስጥ፣ አስቸጋሪ በሆኑ የኑሮ ጓደኞቻቸው ምክንያት ጋብቻቸው ሊያልፉት የማይችሉት ልዩ ልዩ ችግሮች ሲያጋጥማቸው፣ ዕለታዊ ኑሮአቸው ፍጹም መራራ ሲሆንባቸው፣ የሚያሰሙት የራሳቸው የሆነ ዕሮሮ ወይም ብሶት አላቸው። አስቸጋሪ የሆነ ባል ያላት ሴት፣ *"...ባሌ በጣም አስቸጋሪ ሰው ሆነብኝ፣...ችግሩ ይሄና ያ ነው ብዬ በቀላሉ መናገር ባልችልም፣ አንድ ባለ ያልሆነ አስቸጋሪ ባህሪ እንዳለበት ግን አውቃለሁ..."* ትላለች። "ችግሬ ሚስቴ ናት" የሚለውም ባል፣ *"....በፍጹም ላውቃት አልቻልኩም... ተለዋዋጭ የሆነ ባሕሪ ያላት ሴት ናት!... አሁን ስቃና ተጫውታ እንደሆነ፣ ከጥቂት ደቂቃ በኋላ ስትበሳጭና ስትቆጣ ኢያታለሁ.."* ይላል። እንዲሁም አስቸጋሪ ጎረቤት ያጋጠማቸው ሰዎች የሚያሰሙት የራሳቸው የሆነ ዕሮሮ አላቸው። ቤተ ክርስቲያንም ከአስቸጋሪ ሰዎች ፍጹም ነጻ ስላልሆነች፣ በአማኞች መካከል በአንዳንድ አስቸጋሪ ሰዎች ምክንያት የሚካሄደውን የማያቋርጥ ጦርነት፣ መለያ

“...ሁለተኛ ቤተ ክርስቲያን አልሄ
የትና መከፋፈል ማየት የመረራቸው
ድም...”በማለት ቤታቸው የተቀመጡ እንዳሉ ይታወቃል። ያም ሆነ ይህ፥ በየ
ትኛውም ሥፍራ፥ በሰለጠነውም ሆነ ባልሰለጠነው ዓለም፥ አስቸጋሪ ሰዎች
የሌሉበት የለም። አንድ-ሦስተኛው የአሜሪካ ሕዝብ በየቀኑ አስቸጋሪ የሆኑ
ሰዎች ሕይወታቸውን መራራ እንደሚያደርጉባቸው በቅርቡ በተደረገው ጥናት
ተደርሶበታል። ይህንን እውነት የተረዱ ጸሐፊዎች፥ ከአስቸጋሪ ሰዎች ጋር
መኖር የሚቻልበትን መንገድ የሚያመለክቱ ልዩ ልዩ መጽሐፍት ጽፈው ለአ
ንብብያን አቅርበዋል። የእኛም ሕብረተሰብ ከዚህ ችግር ነጻ አለመሆኑን በመ
ረዳት፥ እኔም በበኩሌ ከአስቸጋሪ ሰዎች ጋር ለሚኖሩ አንዳንድ ሰዎች በመጠ
ኑም ቢሆን ትምህርት ይሰጣል ብዬ በማመን ይህንን መጽሐፍ አዘጋጅቼ አቅር
ቤአለሁ።

እነዚህ አስቸጋሪ የሚባሉት ሰዎች ለመሆኑ ምን ዓይነት አስተሳሰብና ጠባይ
የሚታይባቸው ናቸው? ሁላችንም ለዚህ ጥያቄ መልስ እንደምንፈልግ የታወቀ
ነው። ይሁን እንጂ፥ ሁሉም አንድ ዓይነት ወይም ተመሳሳይ የሆነ ባሕሪ ያላቸው
ስላልሆኑ፥ ጠያቂዎችን ሁሉ የሚያረካ አንድ ዓይነት መልስ መስጠት አስቸ
ጋሪ ነው። ቀደም ሲል እንደገለጽነው እነዚህ አስቸጋሪ የሚባሉ ሰዎች ራሳቸ
ውን የመደበቅ ባሕሪ ስላላቸው፥ ከማንኛውም ሰው የበለጠ ማንነታቸውንና
ባሕሪያቸውን ገልጸው መናገር የሚችሉት ከአስቸጋሪ ሰዎች ጋር ተቀራርበው
የሚኖሩት እንደሆኑ ግልጽ ነው። አስቸጋሪ ሰዎች ከሚያሳዩአቸው ልዩ ልዩ
ጠባዮች መካከል ጎልተው የሚታዩትን ጥቂቶቹን ከዚህ ቀጥሎ ለመግለጽ እን
ሞክራለን።

1 ~ ተጠራጣሪነት

አንዳንድ አስቸጋሪ ሰዎች፥ አስቸጋሪ ከሚያደርጓቸው ምክንያቶች መካ
ከል አንደኛው፥ በብዙ ነገር ተጠራጣሪ መሆናቸው ነው። ዶክተር ፖል ሴፍ.
ሽሚት (Dr. Paul F. Schmidt) የጥርጣሬያቸውን ዓይነትና ሁኔታ በመጽሐ
ፋቸው ጥቂቶችን ገልጸዋቸዋል።[5] አንዳንድ አስቸጋሪ የሆኑ ሰዎች በተፈጥሮ
አቸው “*የመጠራጠርና ያለማመን ባሕሪ* (**Paranoia**) ይታይባቸዋል። እነዚህ
የመጠራጠርና ያለማመን ባሕሪ ያላቸው ሰዎች በሁለት ዋና ዋና ክፍል ይከፈ
ላሉ። በአንደኛው ክፍል ያሉት መለስተኛ ጥርጣሬ ያላቸው ሲሆኑ፥ በሁለተ
ኛው ክፍል ያሉት ደግሞ በጣም የሚጠራጠሩ ናቸው። በሁለተኛው ክፍል
ውስጥ ያሉት ቁጥራቸው ጥቂት ሲሆን፥ እነርሱም በአዕምሮ ሕመም ውስጥ

[5] Schmidt, F. Paul. Copint with Difficult People. The Westminister Press, Philadelphia, c1980.

*ያሉ ናቸው። ጥርጣሬያቸውና አለማመናቸውም” የአዕምሮ ሕመምተኞች የሚ
ያሳዩት ጥርጣሬና ያለማመን* (Paranoid Schizophrenia) ተብሎ ይጠራል።
አስቸጋሪ ሰዎች በነዚህ በሁለቱ መካከል ያሉ ናቸው። ሰውን የመጠራጠር
ባሕሪ ስላላቸው፥ ማንኛውም ሰው ለሚናገረው ነገር ሁሉ የተደበቀ ትርጉም
ይኖረው ይሆናል ብለው ያስባሉ። ቀና የሆነውን ንግግሩን እንኳን “*እንዲህ
ብሎ የተናገረው፥...እንዲህ ለማድረግ አስቦ ነው...*” ብለው በጥርጣሬ ተሞል
ተው ስሜታቸውን ይገልጻሉ። እነዚህ አስቸጋሪ ሰዎች ብዙ ጊዜ ጥርጣሬና
አለማመን ቢኖርባቸውም፥ አዕምሮአቸውን ፍጹም የሳቱ ባለመሆናቸው በሕ
ብረተሰቡ ውስጥ ተቀላቅለው መኖር አስቸጋሪ አይሆንባቸውም። ይሁን እንጂ
ከብዙዎች ጋር በሀሳብ ስለማይግባቡ እየተጨቃጨቁ መኖር ልማዳቸው ነው።
አስቸጋሪ ሰዎች የሚያደርጋቸውም አንደኛው ባሕሪያቸው ይሄ ነው። በተለይ
አብሯቸው ከሚሠራው ሠራተኛና እንዲሁም ከሥራ አለቃቸው ጋር መስማማት
አይሆንላቸውም። “ችግር አለብኝ” ብለው ስለማያስቡ፥ የሌላ ሰው ምክርም
ሆነ በሥነ ልቡና የሰለጠኑ ምሁሮች ሊያደርጉላቸው የሚችሉትን ዕርዳታ አይ
ፈልጉም። አንድ ሰው በፍቅርና በጥበብ ተሞልቶ፥ ዕርዳታ እንዲፈልጉ አሳብ
ቢያቀርብላቸው፥ ይህን ዓይነቱ ምክር ከቀና ልብ የመጣ ነው ብለው ስለማያ
ስቡ በጣም ያስቆጣቸዋል። እንደነዚህ ዓይነት አስቸጋሪ ሰዎች ራሳቸው የሚያ
ስቡትን መጥፎ አሳብ አዙረው፥ ሌላውን "እንዲህ ዓይነት መጥፎ አሳብ ያስ
ባል" ማለት ሌላው ተፈጥሮአዊ ባሕሪያቸው ነው። ሰው ሁሉ፥ በተለይ በሥል
ጣን ላይ ያለ፥ በእነርሱ ላይ የሚያሴር ወይም ለማጥቃት የተነሳባቸው መስሎ
ይሰማቸዋል። አለቃቸው ምናልባት ሳያያቸው ቀርቶ ወይም በሌላ ምክንያት
ሰላምታ ሳይሰጣቸው ቢቀር፥ “አለቃዬ እኔን አይወደኝም” ብለው ይደመድ
ማሉ። እንዲህ ዓይነት ከመሠመር የወጣ ጥርጣሬ ከሰው ጋር በሰላም እንዳን
ኖር የማድረግ ኃይል አለው።

ጥርጣሬ ጥሩ የሆነውንም ትዳርን የማፍረስ ጉልበት እንዳለው የታወቀ
ነው። ከመስመር በወጣ ጥርጣሬያቸው ምክንያት ትዳራቸው የፈረሰ፥ ከሚወ
ዱቸውና ከሚጠነቀቁላቸው ሰዎች ጋር ተቆራርጠው የቀሩ ብዙዎች ናቸው።
ለብዙዎች ትምህርት እንዲሆን፥ በዚህ ችግር ውስጥ ካለፉትና ከተጎዱት ሰዎች
መካከል የአንዱን ቤተሰብ ሁኔታ ከዚህ ቀጥሎ እናቀርብላችኋለን። ታሪኩ
እውነተኛ ቢሆንም፥ ማንነታቸውን ላለመግለጥ ስንል፥ ስማቸውንና አንዳንድ
ሁኔታቸውን ለውጠነዋል። ቲመርጋና ብርቄ በአሥራ አምስት ዓመት ጋብቻ
ቸው አምስት ልጆች ወልደው ደስ ብሏቸው የሚኖሩ ባልና ሚስት ናቸው።
ከወጣትነት ዕድሜያቸው ጀምሮ ክርስቲያን የነበሩ በመሆናቸው፥ ባሉበት አጥ
ቢያ ቤተ ክርስቲያን ውስጥ እንደ ምሰሶ የሚታዩ፥ በተለያየ የአገልግሎት ዘርፍ
ውስጥ እየገቡ የሚያገለግሉ ናቸው። በመካከላቸው ልዩ የሆነ ፍቅር ያለ መሆኑ

ብቻ ሳይሆን፥ ይህንኑ ፍቅራቸውን በሰው ፊት ለመግለጽ የሚፈሩ ባለመሆና
ቸው፥ በአካባቢያቸው ያሉት ሁሉ፥ *"...እነርሱ ፍቅራቸውን የሚገላለጡት እንደ
ፈረንጅ ነው..."* በማለት ያደንቋቸዋል። እንደ ማንኛውም ባልና ሚስት መለሰ
ተኛ ግጭት አልፎ አልፎ ይኑራቸው እንጂ፥ የከፋ ነገር በመካከላቸው ተፈጥሮ
አያውቅም። በአንድ ወቅት ግን አንዳንድ ሁኔታዎች መልካቸውን እየለወጡ
መታየት ጀመሩ። በብርቄ ልብ ውስጥ *"ቲመርጋ ከጋብቻው ክልል ውጪ ከሌላ
ሴት ጋር ግንኙነት ማድረግ ጀምሯል"* የሚል ጥርጣሬ በውስጧ እየተፈጠረ
ባት መጣ። ጥርጣሬዋ እያየለ ሲመጣ፥ ቲመርጋ ልብሱን አውልቆ ሲተኛ፥ ከእ
ንቅልፏ ሌሊት እየተነሳች አንዳንድ መረጃ የሚሆናትን ነገር ለማግኘት ኪሱን
መበርበር ጀመረች። ጥርጣሬዋ ልክ እንደሆነ የሚያሳምኗት አንዳንድ መረጃ
ናቸው ብላ የምታስባቸውን ነገሮች መሰብሰብ ጀመረች። *"ሥራ እሄዳለሁ...
እያለ ከሚወዳት ሴት ጋር ይሄዳል..."* ብላ ስለምትጠራጠር፥ የሥራ ሰዓቱ እስከ
እኩለ ሌሊት ስለሚያስቀየው፥ አልፎ አልፎ ታክሲ ተኮናትራ ድንገት መሥ
ሪያ ቤቱ ብቅ ትላለች። ይሄ ጥርጣሬዋ እየበረታ ሲመጣ፥ እርዳታ ለመፈለግ
አንድ ቀን ብርቄ ደወለችልኝ። ስሟንም ብትነግረኝ ከዚህ በፊት ያላየኋት
በመሆኗ ማንነቷን አላወቅሁም። ምስጢራቸው እንዳይገለጥ የሚፈልጉ ሰዎች
ስላሉ፥ ይህን ያህል ማንነቷንም አጥብቄ አልጠየቅሁም። ብርቄ በምናለተላል
ፊው ትምህርት ለረጅም ጊዜ ከፍተኛ ትምህርት እያገኘች ያደገችበት መሆኗን
በመግለጽ ከልቧ አመሰገነችኝ። በመቀጠል የልቧን ስታጫውተኝ፥ *"...ዛሬ
እውነተኛ የክርስትና ሕይወት የማይኖርበት፥...በቤተ ክርስቲያን ውስጥ ስለ
ቅድስና...ስለ ኃጢአት የማይሰበከበት...ጩኸትና ኃሌሉያ ማለት ብቻ የበዛ
በት ዘመን ነው።...በጣም ያሳዝናል። በአሁኑ ጊዜ ክርስቲያኖች ከምንጊዜ
ውም የበለጠ በሕይወታቸው ዝሙት የሚለማመዱበት ዘመን ነው..."* አለችኝ።
ብርቄ ያለችው ሁሉ ከእውነት የራቀ ስላልሆነ፥ ጊዜ ሰጥቼ በጥሞና አዳምጣት
ነበር። ንግግሯን በመቀጠል *"...ዛሬ የደወልኩልህ፥ እንድትጸልይልኝና ጌታ
በልብህ ውስጥ ያኖረውን ምክር እንድትሰጠኝ ነው..."* አለችኝ።

*"የእኔ ባል ቤተ ክርስቲያን ውስጥ አገልጋይ ነው። ይሁን እንጂ፥ የዘመኑ
ክርስቲያኖችን የተጠናወተው የዝሙት በሽታ እርሱንም ይዞታል..."* በማለት
ባሏን ለምን እንደተጠራጠረችው በሰፊው አጫወተችኝ። ብዙ ጊዜ በሁለት
ሰዎች መካከል ችግር ሲፈጠር፥ አንዱን ወገን ብቻ ሰምቶ በሌላው ሰው ላይ
መፍረድ ትልቅ ችግር እንደሚያመጣና ትክክል እንዳልሆነ *"በሥነ ምክር"*
ትምህርቴም ሆነ ልምምዴ ስለማውቅ፥ *"የነገርሽኝ ነገር ሁሉ ከእውነት የራቀ
ነው"* ሳልላት፥ እንዲሁም *'ምን ዓይነት አስመሳይ ክርስቲያን ነው?'* ብዬ በባሏ
በቲመርጋ ላይ ሳልፈርድበት፥ ብርቄን *"ለማንኛውም ባልሽ፥ ቲመርጋ እንዲደ
ውልልኝ ንገሪው..."* ብያት በስልክ ውስጥ ለእርሷና ለባሏ ጸልዬላቸው ተለያ

የን። ከአንድ ሳምንት በኋላ ቲመርጋ መልዕክቴ ደርሶት ደወለልኝ። በእርሱ
በኩል የቀረበልኝን ታሪክ ስሰማ፥ ታሪካቸው ፈጽሞ ስለማይመሳሰል፥ እነዚህ
ሁለት ሰዎች በአንድ ቤት፥ በአንድ አልጋ ላይ አንድ ብርድ ልብስና አንሶላ
ለብሰው የሚተኙ መሆናቸው ቀርቶ ፈጽሞ የማይተዋወቁ፥ በተለያየ ከተማ
ውስጥ የሚኖሩ ይመስላሉ። ከዚያን ጊዜ ጀምሮ ብርቄ በሳምንት ሁለት ወይም
ሦስት ጊዜ ትደውልልኝ ነበር። ለዚህ ችግር "የአዕምሮ ጭንቀት" (depress-
ion) ከፍተኛ አስተዋጽኦ እንዳለው ለመረዳት አላስቸገረኝም። በጥበብና በዘዴ
ብርቄን ለማስተማር የምችልበትን መንገድ ስፈልግ፥ አንድ ቀን ብርቄ ያጋጠ
ማትን ሁኔታ ይዛ ደወለችልኝ። የሆነውን ስታጫውተኝ፥ *"...ይኸውልህ ትናን
ትና እሥራዬ ላይ እያለሁ መንፈስ ቅዱስ ወደ ቤትሽ ሂጂ ብሎ ቀሰቀሰኝና
ከሥራዬ ላይ ተነስቼ በምሳ ሰዓት ወደ ቤት ሄድኩ። ስገባ ሳሎን ሰዎች ተቀ
ምጠዋል። ሰዎቹን ቲመርጋስ የት ሄደ? ብዬ ስጠይቃቸው፥ መኝታ ቤት
ነው!... ተኝቷል... አሉኝ። ስመግባት ፈልጌ መንፈስ ቅዱስ አትግቢ ብሎ
ከለከለኝና መኝታ ቤት ሳልገባ ተመልሼ ወደ ሥራዬ ሄድኩ..."* አለችኝ።

የነገረችኝን ታሪክ ባለመቀበሌ ቅር እንደሚላትና እንደምትጠላኝ ባው
ቅም፥ ከዚህ የበለጠ ጥሩ አጋጣሚ የማገኝ ስላልመሰለኝ፥ የሚሰማኝን እንዲህ
ብዬ ነገርኳት። *"...ብርቄ! አንቺንና ቲመርጋን አንድ ያደረገው መንፈስ ቅዱስ፥
አንድነታችሁን ያጠነክራል እንጂ፥ አያጋጭም... ትዳራችሁን አያፈርስም...
መኝታ ቤት እንዳትገቢ የከለከለሽ መንፈስ ቅዱስ አይመስለኝም... ምክንያቱም
ብትገቢ ኖሮ ቲመርጋ ከሌላ ሴት ጋር ተኝቶ ስለማታገኝው፥ ጥርጣሬሽ ይጠፋ
ነበር። እቤት ውስጥ ሰው እያለ፥...ካልጠፋ ሥፍራ ሌላ ቦታ ሊያደርገው ሲችል
እንዴት አንቺ አልጋ ላይ ሌላ ቤት ይዞ ይተኛል ብለሽ ትገምቻለሽ... በሰይ
ጣን ማመካኘት ባልወድም፥ የእኔ እህት፥ ሰይጣን መልካሙን ጋብቻችሁን
ለማፍረስ እየታገለ ነውና አስፈላጊውን ጥንቃቄ ማድረግ አለብሽ"* አልኳት።
ኩበት እሰቴት ድረስ ሄጄ ልረዳቸው እንደምፈልግም ነገርኳት። ይሁን እንጂ
የነገረችኝን ታሪክ ያልተቀበልኳት ስለመሰላት፥ ከዚያን ጊዜ ጀምሮ መደወሏን
አቋረጠች። ይሄ ሁኔታም በጋብቻቸው ላይ ምን ዓይነት ሁኔታ እንዳስከተለ
እስከ ዛሬ አላውቅም። ብርቄ አስፈላጊውን ዕርዳታ ካላገኘች፥ ትዳሯን ለማፍ
ረስ ወደ ኋላ እንደማትል ግልጽ ነው። የሥነ ልቦና መረዳት የሌላቸው አንዳንድ
ሰዎች፥ እውነተኛ ችግሩን አውቀው በመፍታት ፈንታ፥ ጥፋተኛ ያልሆነውን
ጥፋተኛ ነው" በማለት የበለጠ እንዲራራቁ በማድረግ፥ እንዲሁም እውነተኛ
ችግሩን ባያውቁ "...ታረቁ... ታረቁ.." ብቻ በማለት ለማስማማት ቢሞክሩ፥
ዘላቂ የሆነ መፍትሄ እንደማይሰጧቸው የታወቀ ነው።

መስመር የለቀቀ ጥርጣሬ ትዳር ማፍረስ ብቻ ሳይሆን ከሚወዱትም የቅ
ርብ ጓደኛ ጋር ያጋጫል። ለዚህ ጥሩ ምሳሌ የሚሆነን ገመቹ ነው (ስሙ የፈ

ጠራ ይሁን እንጂ፣ ታሪኩ እውነት ነው።) ገመቹ ክርስቶስን እንደ ግል መድ
ኃኒቱ አድርጎ የተቀበለ ክርስቲያን ወንድም ነው። የሚኖረው ሌላ እሰቴት
ውስጥ ስለነበረ አልፎ አልፎ በስልክ የሚያጋጥመውን ችግር ያጫውተኛል።
"አንዳንድ ሰዎች አደረሱብኝ፣ ...ፈጸሙብኝ..." የሚላቸው አንዳንድ እንግዳ
ነገሮች አሉት። በጣም ቅርብ ከሆኑ ወዳጆቹ መካከል የአንዱን ስም ጠቅሶ፣
"እከሊት ምግቡ ላይ መርዝ ጨምራበት ስትሰጠኝ መንፈስ ቅዱስ አትብላ ብሎ
ከለከለኝና አልበላም ብዬ ወጣሁ... እከሌ ስልክ ደውሎ እዚህ ቦታ እንገናኝ ብሎ
ሲጠራኝ... ገደል ውስጥ ገፍቶ እንደሚጥለኝ በውስጤ ተነግሮኝና ቀረሁ... እከሌ
ስለ እኔ ሁልጊዜ የሚያስበው ክፉ ነገር ነው..." እያለ በስልክ ያጫውተኛል፤
እንድጸልይለትም ይጠይቀኛል። ይህ ወንድም ችግር እንዳለበት ለመረዳት
ይህን ያህል ጊዜ አልፈጀብኝም። በእዕምሮው መታወክ ምክንያት እንጂ እርሱ
እንደሚለው ጠላቶች ተነስተውበት እንዳልሆነ በተቻለኝ መጠን ላስረዳው
ብሞክርም አምኖ ሊቀበለኝ አልቻለም። በመጨረሻም በቅርብ ልረዳው እንድ
ችል ብዬ እኔ ወዳለሁበት እሰቴት እንዲመጣ ነገርኩት። ስድስት ወር ያህል
አብሮኝ ኖረ። ሥራ አስገባሁት። ራሱን እንዲያሻሽል ብዬ ግማሽ ቀን የሙያ
ዕውቀት እንዲያገኝ ትምህርት አስጀመርኩት። አንድ ሳምንት ያህል ከተማረ
በኋላ አንድ ቀን እንዲህ አለኝ። "እነዚህ የኤሌክትሮኒክስ አስተማሪዎች ተንኮ
ለኞች ናቸው። ለተማሪዎቹ ሁሉ ትክክለኛውን ቀመር (Formula) ያስተም
ሩና ለእኔ ግን የተሳሳተውን ይሰጡኛል" አለኝ። ይህን ዓይነት እዕምሮ ይዞ
መማር እንደማይችል ስለተረዳሁ፣ "አሁን ለትምህርት አዕምሮህ የተዘጋጀ
ስላልሆነ፣ ዝም ብለህ ገንዘብህን አንዳታባክን ትምህርትህን አቁምና ሥራህን
ብቻ ስራ፤ ወደ ፊት ስትረጋጋ ትማራለህ" አልኩት። ደስ ብሎት ትምህርቱን
አቋርጦ ሥራውን ብቻ መሥራት ጀመረ።

ገመቹ በየጊዜው ከሥራ ሲመጣ አንዳንድ እንግዳ ነገር ያጫውተኛል።
"ፖሊሶች እዚህ ድረስ ተከታተሉኝ...ሥራ ቦታ ሁለት ሰዎች እንግደለው ብለው
ሲመካከሩብኝ ሰማሁ..." ይለኛል። ይህንን ሰው በተለያየ መንገድ ልረዳው
ብሞክርም የጠበቅሁትን ዓይነት ውጤት ማግኘት አልቻልኩም። አንድ ቀን
እንደተለመደው ሰዎች ሊገድሉኝ ነው ሲለኝ፣ ስሙን ጠራሁና፣ "ገመቹ! የም
እንደማታ ትሞት ከሆነ፣ ሙት! ስትሞት እኮ አያምህም፤ እንቅልፍህን ስትተኛ
ውቀው ሁሉ፣ ስትሞትም ምንም አይሰማህም። ክርስቲያን ስለሆንክ ስትሞት
የምትሄደው መንግሥተ ሰማይ ስለሆነ ለምን ትፈራለህ? የምትሞት መስሎ
ከተሰማህ፣ አገር ቤት ያሉትን ዘመዶችህን ሁሉ ተሰናበትና ና!" አልኩት። ይሄ
አባባሌ ለውጦት ይሆን፣ ወይም በሌላ ምክንያት አላውቅም፣ ያ ወንድም
ከዚያን ቀን ጀምሮ ወደ ህሊናው ተመልሶ ቀደም ሲል ወደነበረበት እስቴት

ሄዶ ጤናማ ኑሮ መኖር ጀመረ። የዚህ ወንድም ችግሩ ሌላ ነገር ሳይሆን የመ
ጠርጠርና ያለማመን ባሕሪ (Paranoia) ነበር።

የገመቹን ዓይነት ችግር ያለባቸው ሰዎች አዕምሮአቸው የሚነግራቸውን
በመስማት ፈንታ ስሜታቸው የሚነግራቸውን የሚሰሙና የሚከተሉ ናቸው።
ሊያጠፉቸው የተነሳ ጠላት ያለባቸው ይመስላቸዋል። ስሜታቸውና ልማድ
የሆነው ጠባያቸው ቶሎ አይለወጥም። አስተሳሰባቸው፣ ስሜታቸው ወዳደላበት
አቅጣጫ ይሳባል። እንደ እነዚህ ዓይነት አስቸጋሪ ሰዎች ከአዕምሮአቸው ይልቅ
ስሜታቸውን የሚያዳምጡ ናቸው። ስሜታቸው ጎልቶ ይታይ እንጂ፣ የስሜ
ታቸውን አቅጣጫ የሚወስን፣ ስለ ራሳቸውም ሆነ በአካባቢያቸው ስላለው ዓለም
የማይለወጥ አስተሳሰብ ያላቸው አይደሉም። መሠረታዊ ከሆነው የአስተሳሰባ
ቸው አቋም ይልቅ፣ ድርጊታቸውና ስሜታቸው ለውጥ ያታይበታል። ከነዚህ
ሰዎች ጋር ለመኖር በቅድሚያ የአስተሳሰባቸውን ዘይቤ (style of thinking)
መረዳት ያስፈልጋል። ሰዎችን ያለማመን ባሕሪ ስላላቸው፣ "ሰዎች ሊያጠቁኝ
ተነስተውብኛልና፣ በምንም ዓይነት መሸነፍ የለብኝም" ይላሉ። ይህን ዓይነት
ባሕሪ ያላቸው ሰዎች ችግራቸው በራሳቸው ስሜት የተሞሉ በመሆናቸው ነው።

ለምሳሌ የቁጣ፣ የህዘን ወይም የሩካቤ ሥጋ ፍላጎት ስሜት ቢሰማቸው፣
ውጤቱ አደገኛ ይሆናል ብለው ይፈራሉ። የሚፈሩበትም ምክንያት ከቁጥጥር
ውጪ የሚወጡ፣ ሞኝ መስለው የሚታዩ፣ በሌሎች ሰዎች የሚጠቁ፣ በመጨረ
ሻም እዕምሮአቸውን የሚስቱ መስሎ ስለሚሰማቸው ነው። ይህንን ፍርሃታቸ
ውን መስመር እንዳይለቅ ለማድረግ፣ ስሜታቸውን አጥብቀው ለመቆጣጠር
ይሞክራሉ። ስሜታቸውንም የሚቆጣጠሩት፣ የራሳቸውን ስሜት በሌላው ሰው
ላይ በመወጣት (Projection) ነው። ይኸውም ራሳቸው ክፉ ነገር ያስቡና፣
"እከሌ ክፉ ያስብብኛል" ይላሉ። በውስጣቸው አንድ ዓይነት ስሜት ሲፈጠር፣
ውስጥ ያለውን ፍርሃታቸውን በሌላው ላይ "በመቆጣት" ይገልጹታል። የችግ
ራቸው ምክንያት ሁልጊዜ ሌሎች ሰዎች እንደሆኑ አድርገው ስለሚመለከቱ
"ሰው ሁሉ እነርሱን የሚያሳድዳቸው" መስሎ ይሰማቸዋል። ከመጠን በላይ
የመጠራጠርና ሌላውን ያለማመን ባሕሪ (Paranoia) ያላቸው ሰዎች ራሳቸ
ውን እንደ መሲህ ወይም ክርስቶስን እንደሆኑ የሚያዩበት፣ እንዲሁም ክፉው
ዓለም እነርሱን ለማሳደድ የተነሳባቸው መስሎ የሚሰማቸው ጊዜ አለ። ስለሆ
ነም፣ "እውነቱን ተናግሬ ዓለም ቢጠላኝ ግድ የለኝም" ይላሉ። "ከብዙ ሰው ጋር
የምጋጨው ለምንድነው?" ብለው ራሳቸውን በመመርመርና በመጠየቅ ፈንታ፣
"እውነትን አጥብቄ በመያዜ ነው" በማለት ራሳቸውን እያጽናኑ ይኖራሉ።

ሌላው "የመጠራጠርና ያለማመን ባሕሪ" (Paranoia) ያለባቸው ሰዎች፣
እጅግ በጣም እዋቂ በመሆናቸው፣ አንዳንድ ሰዎች ያላቸውን አሳብ ለመስረቅ
ያደፈጡባቸው መስሎ ይሰማቸዋል። እንዲህ ዓይነቶች የአዕምሮ በሽተኞች

"የመጠራጠርና ያለማመን ባሕሪ" (Paranoia)
(psychotic) ናቸው። ይኼ "የመጠራጠርና ያለማመን ባሕሪ" እንዳይታወቅ የማድ
ከፍተኛ ደረጃ ላይ የደረሰ ቢሆንም፥ ችግር እንዳለባቸው እንዳይታወቅ የማድ
ረግ ባሕሪ ወይም ችሎታ ያላቸው ናቸው። በዙሪያቸው ተጨባጭነት ያለውን
እውነት አያዛቡም። በሌሎች ላይ የሚያዩትን ሁኔታ ግን ሊያጣምሙት ይች
ላሉ። ለምሳሌ አንድ ሰው ቤት ሄደው ምግብ ቢቀርብላቸው፥ "እከሌ እኔን
ስለሚጠላኝ፥ ምግቡ ውስጥ መርዝ ጨምሮበታል" ብለው በማሰብ መብላት
አይፈልጉም። ሰውየው መድኃኒት ያልጨመረበት መሆኑን ቢያውቁም፥ "አሰ
ተሳሰቤ ልክ አይደለም" ብለው ምንም ዓይነት ቅሬታ አይሰማቸውም። ይህን
ያደረጉት ራሳቸውን ለመጠበቅ ወይም ለመከላከል ስለሆነ፥ "ልክ ነኝ" ብለው
ሽንጣቸውን ይዘው ይከራከራሉ። እንዲህ ዓይነት ሰዎችን "ልክ አይደላች
ሁም" ብሎ ለማሳመን መሞከር፥ ጥርጣሬያቸውን ማጠናከር ይሆናል። በእነ
ርሱ አስተሳሰብ ዓለም በሙሉ በጠላትነት የተነሳባቸው ስለሚመስላቸው ሁልጊዜ
ራሳቸውን ለመከላከል በተጠንቀቅ ይቆማሉ። ሳይታሰብ በድንገት የሚሆን
ነገር፥ ይኸውም መሳቅ፥ ማልቀስ፥ መጫወት በጣም ያስቸግራቸዋል። የሚያደ
ርጉት ነገር ሁሉ አስቀድሞ የታቀደ፥ ዓላማ ያለው መሆን አለበት። የሚያስገ
ርመው ነገር ሰው ሁሉ እንደ እነርሱ የሆነ የሚመስላቸው መሆኑ ነው።

"የመጠራጠርና ያለማመን ባሕሪ" (Paranoia) ካላቸው ሰዎች ጋር በሰ
ላም ለመኖር፥ መሠረታዊ ባሕሪያቸው የማይለወጥ መሆኑን በቅድሚያ ማወቅና
መቀበል ያስፈልጋል። በጣም የሚወዷቸውና የሚጠነቀቅላቸውን ሰው፥ የት
ዳር ጓደኛቸውንም ቢሆን፥ ሌላው ቀርቶ የራሳቸውንም ስሜት የሚጠራጠሩና
የሚፈሩበት ጊዜ መኖሩን ማወቅ ያስፈልጋል። የትኛው ስሜታቸው እንደ
ተነካ ካወቅን፥ ያንን ላለመቆስቆስ አስፈላጊውን ጥንቃቄ ማድረግ ያስፈል
ጋል። አንዳንድ ጊዜ እነዚህ የመጠራጠርና ያለማመን ባሕሪ (Paranoia)
ያላቸው አስቸጋሪ ሰዎች፥ ሌሎችም እነርሱ፥ የሚሰማቸውን ዓይነት ስሜት
እንዲሰማቸው ለማድረግ ይፈልጋሉ። ለምሳሌ፥ "እከሌ በጣም ውሽታም ነውI
አይደለም?" ብለው ይጠይቃሉ። የሚጠብቁት "አዎን! ውሽታም ነው" የሚለ
ውን መልስ ነው። ዓላማቸው እኛም እነርሱ እንደሚያስቡት እንድናስብ ለማ
ድረግ ነው። "አይደለም!" ብለን መልስ ብንሰጣቸው፥ ከፍተኛ ችግር እንደሚ
ፈጠር ስለምናውቅ፥ "ሊሆን ይችላል። ሰው ፍጹም ስላልሆነ፥ በጎ በጎውን ብቻ
እያየን ከሰው ሁሉ ጋር በሰላም መኖር አለብን" የሚለውን መልስ መስጠቱ
የሚሻልበት ጊዜ አለ።

ተጠራጣሪ የሆኑ ሰዎች "በአንድ ነገር ወይም አሳብ የመያዝ ባሕሪ"
ያላቸው፥ የግል ስሜታቸው ከቁጥጥር ውጪ እንዳይሆን ጥረት የሚያደርጉ
ናቸው። ማንኛውም ዓይነት ስሜት፥ ለምሳሌ ከመስመር የወጣ ፍርሃት፥
ብርቱ የሥጋ ፍላጎት የሕይወታቸውን አቅጣጫ እንዲወስንባቸው አይፈ
ልጉም። በሕይወታቸው እንዲሆን የሚፈልጉት ማንኛውም ነገር፥ ሆን ተብሎ
የታቀደ፥ በደንብ ታስቦበት የሚሆን እንጂ፥ ከእነርሱ ቁጥጥር ውጪ የሆነ
መሆን እንደሌለበት ያምናሉ። ቀደም ሲል እንዳየነው የመፍራትና የመጠራ
ጠር ባሕሪ የሚታይባቸው ሰዎች፥ ትክክል ስላልሆነው ስሜቶቻቸውን ምክን
ያት እያደረጉ የሚነቅፉት ሌሎችን ነው። በአንድ አሳብ የመያዝ ባሕሪ ያላቸው
ግን ጽኑ ፍላጎታቸውን የሚገልጹበት የተለየ፥ የራሳቸው የሆነ መንገድ አላ
ቸው። ይኸውም፥ ለጥቃቅኑ ነገር ሁሉ ተጨንቆና ተጠንቅቆ መሥራት ይፈል
ጋሉ። ሁሉ ነገር ልክ መምጣት አለበት። አዕምሮአቸው በጥቃቅኑ ነገር ሁሉ
ይያዛል። የሚያሳዝነው ግን በጥቃቅኑ ነገር ላይ ትኩረት ሲሰጡ፥ ትልቁን ነገር
ችላ የሚሉት መሆኑ ነው። ጥቃት ያደርስብናል ብለው የሚፈሩት ሌላውን ሰው
ሳይሆን፥ ራሳቸውንም ጭምር ነው። ከሌላው ሰው ጋር የሚጋጩበት ዋናውና
ትልቁ ምክንያት ልማዳዊ የሆነውን ድርጊታቸውን የሚያደናቅፍባቸው ሲመ
ስላቸው ነው። ለምሳሌ ከላይ የገለጽነውን ዓይነት የተፈጥሮ ባሕሪ ያላት ሴት
ባሏ ለእራት በተባለው ሰዓትና ደቂቃ ባይደርስ፥ ሁሉ ነገር የተበላሸ ስለሚመ
ስላት፥ ከባሏ ጋር ከፍተኛ ግጭት ትፈጥራለች። በዚህ ዓይነት ሁኔታ ለሚፈጠ
ረው ግጭት መፍትሄ መሆን የሚችለው፥ የሰውየውን ባሕሪ በመረዳት በትዕግ
ስትና በፍቅር ለመያዝ በመጣር ብቻ ነው።

2 ~ ንዴተኛነት

ብዙዎቻችን "ቁጣ" በአግባቡ ወይም በሥርዓቱ ሲገለጽ እያየን አላደግንም።
ወላጆቻችን ግጭቶቻቸውን በመደባደብና በመጨቃጨቅ እንጂ፥ ሰላማዊ በሆነ
መንገድ ሲፈቱት አላየንም። በሌላ በኩል ደግሞ አሁንም ሆነ በልጅነታችን
የሚሰጠን ምክር *"በምንም ምክንያት እንዳትቆጣ"* የሚል ነው። በቤተ
ክርስቲያንም ውስጥ እየሰማን ያደግነው ትምህርት *"መቆጣት ኃጢአት ነው"*
የሚል ነው። ይሁን እንጂ፥ አንዳንድ ሳይገባቸው ምንም ነገር መቀበል
የሚያቅታቸው ሰዎች፥ "ይህ እንዴት ይቻላል? የሚያስቆጣ ነገር ሲያጋጥመኝ
እንዴት አልቆጣም" የሚል ጥያቄ በውስጣቸው እንደሚመላለስ የታወቀ
ነው። "ቁጣ" ከስሜቶቻችን መካከል አንዱ ሲሆን፥ ስንፈጠር ከእግዚአብሔር
የተሰጠን ጥሩ የሆነ ስጦታ ነው። ለምሳሌ ሆዳችን ባዶ ሲሆን፥ የረሀብ ስሜት
እንደሚሰማን ሁሉ፥ የሚያስቆጣ ነገር ሲያጋጥመንም በተፈጥሮአችን ጤናማ
ዎች ከሆንን መቆጣታችን አይቀርም። ሆዳችን ባዶ ሲሆን የመራብ ስሜት
ባይኖረን ኖሮ፥ ብዙ ጊዜ ሳንበላ በመቆየት ራሳችንን ጉዳት ላይ እንጥል ነበር።
ልክ እንደዚሁ የሚያስቆጣ ምክንያት ሲያጋጥመን የመቆጣት ስሜት ባይኖ
ረን፥ ክፉ ሲሰለጥን ዝም እንል ነበር። መቆጣት በተፈጥሮአችን ከእግዚአብ
ሔር የተሰጠን ስሜት በመሆኑ፥ የሚያስቆጣ ምክንያት ሲያጋጥመን ማናችንም

ብንሆን "እልቆጣም" ማለት አንችልም። እኛ ልንቆጣጠረው የምንችለው ቁጣ ችንን ሳይሆን፥ ቁጣችንን የምንገልጽበት መንገድ ወይም ሁኔታን ብቻ ነው። ሐዋርያው ጳውሎስ ***"ተቆጡ! ኃጢአት ግን አትሥሩ"*** (ኤፌ. 4፥26) ሲል፥ መቆ ጣት ኃጢአት እንዳልሆነ መረዳት እንችላለን። መራብ ኃጢአት አይደለም። ኃጢአት የሚሆነው ግን ረሀባችንን ለማስታገስ ሠርቀን ስንበላ ብቻ ነው። ልክ እንደዚሁ መቆጣትም ኃጢአት አይደለም። ኃጢአት የሚሆነው፥ ቁጣችንን ትክክል ባልሆነ መንገድ የገለጽን እንደሆነ ብቻ ነው። ለምሳሌ ተንኮለኛ የሆነ ሰው እያወቀ እግራችን ላይ ቢቆም፥ የሰውየው ድርጊት እንደሚያስቆጣን የታ ወቀ ነው። ያለአግባብ ስንረገጥ "እልቆጣም" ብለን የቁጣ ስሜት እንዳይሰማን ማድረግ እንችልም። ነገር ግን ስንቆጣ፥ የረገጠንን ሰው ላለመሳደብ ወይም በጥፊ ላለመምታት ግን ራሳችንን መቆጣጠር እንችላለን፤ አስፈላጊም ነው። በመሳደብ ወይም በመደባደብ ፋንታ ሰላማዊ በሆነ መንገድ "የእኔ ወንድም እረገጥከኝ... እባክህን እግርህን ከእግሬ ላይ አንሳ..." ማለት እንችላለን። ይሄም ጨዋነት ነው።

ማንኛውም ሰው ደስ የማያሰኘው ነገር ሲደርስበት እንዲቆጣ ሆኖ የተ ፈጠረ ይሁን እንጂ፥ "አግባብ ባልሆነ ሁኔታና መንገድ ቁጣቸውን የሚገልጹ ሰዎች የሉም" ማለት አይደለም። አንዳንድ ሰዎች ከመጠን በላይ ቁጠኞች መሆናቸው ብቻ ሳይሆን፥ መቼና ምን እንደሚያስቆጣቸውም ማወቅ አዳጋች ነው። እንደ እሳተ ገሞራ ቁጣቸው ድንገት ሲፈነዳ፥ አጠገባቸው ያለውን ሰው፥ ለቁጣቸው ምክንያት የሆነውንም ሆነ ያልሆነውን ይጎዳል። አንድ ጊዜ፥ ቁጣ ውን በአግባቡ መግለጽ የማይችል አንድ ሰው፥ በሞተር የሚሠራውን ሣር ማጨጃ ለማስነሳት ሲሞክር ሞተሩ እልነሳም ስላለው፥ በጣም ተናደደና ከቤቱ ጠመንጃውን አውጥቶ ጥይቱን አቀባብሎ በመተኮስ ያንን ሣር ማጨጃ ብትን ትኑን አወጣው። እንዲህ ዓይነቱ ሰው አዕምሮውን የሳተ እንጂ ጤነኛ አይመስ ልም። ቁጣቸውን በአግባቡ መግለጽ ከማይችሉ ሰዎች ጋር የሚኖሩ ሰዎች፥ የቁጠኛ ሰው ባሕሪ ምን ዓይነት እንደሆነ ከማንኛውም ሰው የበለጠ ያውቃሉ። ቁጣውን በአግባቡ መግለጽ የማይሆንለት ሰው፥ ጠረጴዛ ላይ ምግብ ቀርቦለት ሲበላ፥ ሚስቱ ያስቆጣዋል ብላ ያልገመተችውን አንድ ቃል ስትናገር፥ የም ግብ ጠረጴዛውን ከነምግቡ የሚገለብጥ፥ የመኪናው ሞተር አልነሳ ካለው መኪ ናውን በርግጫ የሚረግጥ፥ ወይም ሽጉጥ ተኩሶ የመኪናውን ጎማ የሚያተን ፍስ፥ ተናዶ የአምስት ዓመት ልጁን በቦክስ መትቶ መሬት ላይ የሚዘርር፥ ሚስቱን ከግድግዳ ጋር የሚያጋጭ ሰው ይኖራል። እንዲሁም ባሏ "በረሀብ ማለቄ ነው" ብሎ ቅሬታውን ሲያሰማ ቁጣዋ ገንፍሎ "ገረድህ መሰልኩህ! እንዴ!" በማለት ወጥ የያዘውን ሳህን ከነወጡ በላዩ ላይ የምትወረውር፥ የፈ ላ ጭቆ ውሃ ፊቱ ላይ የምትደፋ ሴት ትኖራለች። ከሥርዓት ውጪ የሆነ ቁጣ

ምን ያህል የሚያስመርር እንደሆነ አብረዋቸው የሚኖሩ፥ ጉዳቱን የቀመሱ ሰዎች የበለጠ ያውቃሉ።

ከላይ የገለጽነውን ዓይነት ቁጣ ያለባቸው ሰዎች አብሯቸው ለሚኖረው፥ አብሯቸው ለሚሠራው፥ እንዲሁም አብሯቸው ለሚያመልከውና ለሚያገለግ ለው ሰው አስቸጋሪዎች እንደሆኑ ግልጽ ነው። እግሮቹ በተነቃነቁ ወይም ሲወ ድቅ በደረሰ ወንበር ላይ ብንቀመጥ ለጊዜው አንወድቅ እንጂ፥ ሳንወድቅ ምን ያህል ጊዜ እንደምንቆይ ስለማናውቅ፥ ሁልጊዜ በፍርሃትና በስጋት እንጂ ተዝ ናንተን መቀመጥ አንችልም። ልክ እንደዚሁ ቁጠኛ የሆነ ሰው ምን እንደሚያ ስቆጣው ስለማይታወቅ፥ በአካባቢው ያለው ሰው የሚኖረው በፍርሃትና በስጋት ውስጥ ነው። ምንጊዜም ቢሆን አብሯቸው የሚኖረው ሰው ሳይፈራና ሳይሰጋ መኖር አይችልም። ከመጠን በላይ የሚቆጡ ሰዎች፥ ብዙ ጊዜ ሁኔታዎችን አጨልመው እንጂ፥ በቅንነት የመመልከት ባሕሪ የላቸውም። የሰዎችን በጎ አሳብ ሁሉ የሚጠራጠሩ ናቸው። ለምሳሌ ታመው አንድ ሰው ሲጠይቃቸው ቤታቸው ቢመጣ፥ "በመታመሜ ደስ ብሎት ሁኔታዬን ለማጣራት ነው የመ ጣው" ብለው ያስባሉ። ያልሆነው እንደሆነ ሆኖ የሚታያቸው፥ በሰዎች ድክ መት ላይ ብቻ የሚያተኩሩ ናቸው። ሰውን ሁሉ ክፉ ያደርግብኛል ብለው ይጠራጠራሉ፤ ሁልጊዜ ይፈራሉ። ሰው ሁሉ እነርሱን ለመጣል፥ እነርሱን ለመጉዳት የተነሳባቸው ይመስላቸዋል። ሲናደዱ ከአፋቸው የሚወጣውን ቃል አይመርጡም። የመጣላቸውን ይናገራሉ። ንግግራቸው ሌላውን ቢጎዳ ባይጎዳ ፊጽሞ ግድ የላቸውም። አብዛኛዎቹ መጉዳታቸውን የሚያውቁ አይመስሉም። ከመጠን በላይ ተበቃይ ናቸው። የራሳቸው እንጂ የሌላው ሰው ፍላጎት አይታ ያቸውም። የሚፈልጉትን ካላገኙ፥ በቁጣ ተሞልተው የበቀል እርምጃ ይወስ ዳሉ።

አንዳንድ ሰዎች ትንሹ ነገር የሚያበሳጫቸው፥ የሚያስቆጣቸው ምክን ያት ምን ይሆን? ይህንን በቀላሉ ማስረዳት አይቻልም። የሥነ ልቦና ምሁራን ብዙ ጊዜ እንዲህ ዓይነት ባሕሪ የሚያሳዩ ሰዎች በልጅነታቸው ያለአግባብ እየ ተነቀፉ ያደጉ፥ ተገቢ ያልሆነ አድራጎት የተፈጸመባቸው ሲሆኑ፥ ራሳቸውን ለመከላከል ቁጣን እንደ መሣሪያ አድርገው የሚጠቀሙ ናቸው ብለው ይናገ ራሉ። ከአደጉ በኋላም ልክ ያልሆነ ነገር የተፈጸመባቸው መስሎ ሲሰማቸው ለማጥቃትም ሆነ ለመከላከል የሚጠቀሙት "ቁጣን" ነው። ከሰው ጋር የሚኖራቸው ግንኙነት አደገኛ መስሎ ሲሰማቸው ራሳቸውን የሚከላከሉበት ወይም ከጉዳት የሚጠብቁበት መሣሪያ ቁጣን ነው። ዶክተር ጄምስ ዶብሰን በመጽሐፋቸው ሰውን ሊያስቆጡት የሚችሉትን አራት ዋና ዋና ምክንያቶችን

ገልጸዋል።[6] እንደኛ፥ ድካም ነው። ሰዎች ሲደክማቸው፥ ያላቸው ኃይል ሲያ
ልቅ፥ እንዲሁም ሲርባቸው በቀላሉ ስንዴት የተጋለጡ ይሆናሉ። ሁለተኛ፥
ሀፍረት (Embarrassment) ሲሰማቸው ነው። የዝቅተኛነት ስሜት እንዲሰማ
ቸው የሚያደርግ፥ ቅስማቸውን የሚሰብር፥ ወይም በራስ መተማመንን የሚያ
ሳጣ ምክንያት ወይም ሁኔታ ሲያጋጥማቸው በቁጣ ይገነፍላሉ። ሦስተኛ፥ የሰ
ዎችን ንዴት የሚቀሰቅስ፥ ተስፋ አስቆራጭ ሁኔታ ሲያጋጥማቸው ነው።
ማንኛውም ሰው ያቀደውና "ይሆንልኛል" ብሎ የጠበቀው ሁኔታ ሲጨናገፍ
በት በኃይል ይናደዳል (ይቆጣል)። አራተኛው፥ መገፋት ሲደርስበት ነው።
ብዙ ጊዜ ሰው ጉዳት ሲደርስበት ንዴቱ (ቁጣው) ከውስጡ ይፈልቃል። በአጠ
ቃላይ ቁጣ (ንዴት) ሁላችንም የምናልፍበት የተፈጥሮ ስሜት ነው። ስሜት
በራሱ "ክፉ ወይም ደግ" አይደለም። "ክፉ ወይም ደግ" የሚያደርገው፥ ሰው
ስሜቱን የሚገልጽበት መንገድ ነው። አስተዋይ የሆነ ሰው፥ ቁጣው ከቁጥጥር
ውጪ የወጣ ሰው ሲያጋጥመው፥ ከአጠገቡ ዞር ይላል፥ ወይም ቁጣውን የሚያ
በርድበት መልካም ቃል ይናገራል እንጂ፥ ፊት ለፊት በመጋጠም የሰውየውን
ቁጣ አያባብስም። የአንዳንድ ሰዎችን ከቁጥጥር የወጣ ቁጣ ስናይ፥ "ምን
ሆነዋል? ችግራቸው ምንድነው?" ብለን መጠየቅ ብቻ ሳይሆን፥ "እኔ ምንም
ዓይነት ቁጣ የለብኝም" ማለት የሚቃጣን ሰዎች አንጠፋም። ሁልጊዜ እንደሚ
ቆጡትና ቁጣቸው ከቁጥጥር ውጪ እንደማይሆኑት ሰዎች አንሁን እንጂ፥ ጤናማ
ሰዎች ከሆንን፥ የሚያስቆጣ ነገር ሲያጋጥመን መቆጣታችን አይቀርም።
ቁጣችንን የምንገልጽበት ሁኔታና መንገድ የተለያየ ይሁን እንጂ፥ ምን ጊዜም
ቢሆን ከቁጣ ነጻ የሆነ ሥጋ የለበሰ ሰው የለም።

በ2ኛው የዓለም ጦርነት ጊዜ ከተወረወሩት ቦምቦች መካከል በወቅቱ ሳይ
ፈነዱ ቀርተው፥ ከሃምሣ ዓመት በኋላ በአንዳንድ ሥፍራ እየፈነዱ ብዙ ሰዎ
ችን እንደገደሉ፥ ብዙዎቹን አካለ ስንኩል እንዳደረጉ ይነገራል። አዳዲስ ሕንጻ
ዎች በሚሠሩበት ቦታዎች፥ እንዲሁም ሰዎች ዓሣ ለማጥመድ ባሕሩ ዳር ቆመው
መረባቸውን ወደ ባህሩ ሲጥሉ የተቀበሩት ቦምቦች እየፈነዱ ብዙዎችን አካለ
ስንኩል አድርገዋል። ልክ እንደዚሁ አንዳንድ ሰዎች የሚያስቆጣ ነገር ሲያጋ
ጥማቸው፥ ቁጣቸውን በወቅቱ በአግባቡ በመግለጽና በመናገር ፈንታ፥ ቁጣቸ
ውን በውስጣቸው ቀብረውት ያልፋሉ። የተቀበረ ቁጣ ባልታሰበና ባልተጠበቀ
ወቅት ድንገት የሚፈነዳበት ጊዜ አለ። እንደ እሳተ ገሞራ በቁጣ ስለሚገነፍለው
አስቸጋሪ ሰው ስናስብ፥ የራሳችንን የቁጣ ስሜት በውስጣችን ቀብረን "ሁሉም
መልካም ነው" ብለን የምናልፍበት ጊዜ እንዳለ እንገነዘባለን። ቁጣን በውስጥ
ቀብሮ ማለፍ የአንዳንድ ሰው ተፈጥሮአዊ ባሕሪ ነው። አስቸጋሪ የሆነብን ሰው

---

[6] Dobson, James. Emotions Can You Trust Them. Regal Books, Venture, CA. c1980.

በየጊዜው የቁጣ ቦምብ ሲያፈነዳብን፥ ለሰላም ሰንል ብዙ ዋጋ እንከፍላለን።
"በውስጤ የሚሰማኝን ስሜት ባልገልጽ፥ ሁልጊዜ ዝም ብል፥ ምናልባት ከቁጣ
ቸው መለስ ይሉ ይሆናል" የሚል ትክክል ያልሆነ አቋም የምንከተል አለን።
አስቸጋሪ የሆነ ባል ያላቸው ሚስቶች፥ ባላቸው በቁጣ እየገነፈለ ጉዳት ሲያደ
ርስባቸው፥ ውስጣቸው በቁጣ ቢሞላም፥ ስሜታቸውን በውስጣቸው የሚደብቁ
አሉ። በሌላ በኩል ደግሞ ቁጣ (ንዴት) ሲሰማቸው በሌላው ሰው ላይ ካልጮሁ
ወይም ዕቃ አንስተው የቁጣቸው ምክንያት በሆነው ሰው ላይ ካልወረወሩ "ጤና
ችን የተጠበቀ አይሆንም" ብለው የሚያምኑ አሉ። ያም ሆነ ይህ ቁጣን በው
ስጥ መቅበርም ሆነ ያለአግባብ ቁጣን መግለጽ ለእውነተኛ ግንኙነት ወይም
አንድነት ጎጂነት እንዳለው ማወቅ አለብን።

አንዳንዶቻችን ቁጣችንን ለጊዜው በውስጣችን ቀብረን ሰላማዊ ሰዎች እን
ምስል እንጂ፥ አንድ ቀን ባልተጠበቀ ሁኔታና ጊዜ መፈንዳቱ አይቀርም። እር
ግጥ ነው ይሄ በውስጣችን የተቀበረው ቁጣ ራሱን የሚገልጸው በተለመደው
ዓይነት ላይሆን ይችላል። ለምሳሌ፥ ለረጅም ጊዜ በባሏ የተረሳች ሚስት፥ ቁጣ
ዋን በውስጧ ደብቃ ምንም ሳይታወቅባት እስከተወሰነ ጊዜ ድረስ መኖር ትች
ላለች። ቅሬታዋን ባለመናገሯ ምክንያት ባሏ "ሁሉም ነገር ሰላም ነው" በማለት
በሌላ ነገር ላይ ጊዜውን ሲያሳልፍ፥ አንድ ቀን በውስጧ የተጠራቀመው ንዴት
ይፈነዳና ዕቃ አንስታ በራሱ ላይ መወርወር፥ ከዚህ በፊት አድርጋው በማታው
ቀው ሁኔታ መሳደብ ትጀምራለች። የከፋ እንደሆነም፥ አንድ ቀን ድንገት
ብድግ ብላ "የእኔና የአንተ እህልና ውሃችን አብቅቷል" ብላ ሻንጣዋን ይዛ
ቤቱን ለቃ ትወጣለች። ያም ባል ፍጹም ይሆናል ብሎ ያልጠበቀው በመሆኑ፥
ዓለም በራሱ ላይ የተደፋበት መስሎ ይሰማውና ሁኔታዎችን ለማስተካከል
መሯሯጥ ይጀምራል። ሊመልሳት ካልቻለ "ለችግሩ ምክንያት እኔው ራሴ ነኝ"
በማለት ፈንታ "ጥላኝ ሄደች" በማለት ለሚያውቀው ሁሉ ያወራል። ምክንያ
ቱም፥ መንዳቷን በጊዜው ግልጽ አድርጋ ስላልተናገረች፥ ትታው የሄደችበት
ምክንያት ምን እንደሆነ ለማወቅ ስለማይችል ነው። ይህቺ ሴት በወቅቱ በደል
በውስጧ ባታጠራቅም፥ የሚሰማትን ጉዳት በውስጧ እየደበቀች መልካም
ሳይሆን "ሁሉም ምልካም ነው" ባትልና ስሜቷን በወቅቱ ገልጻ ብትናገር ኖሮ፥
ምናልባት በወቅቱ አንዳንድ ሁኔታዎችን ማስተካከልና መሰወጥ ይቻል ነበር።

ሰው የሚሰማውን የቁጣ ስሜት የሚገልጽበት መንገድ ይፈልጋል። በተ
ለይ ቁጣን ጎጂ በሆነ መንገድ እየተለማመዱ ሳይቆረቁራቸው የሚኖሩ ሰዎች፥
አብረዋቸው ለሚኖሩት የኑሮ ጓደኞቻቸውም ሆነ ለሌሎች ሰዎች ምን ያህል
አስቸጋሪዎች እንደሆኑ አይታወቃቸውም። ለቁጣቸው ምክንያት ባይሆኑም
ብዙ ጊዜ "ደካማ ነው" ብለው በሚያስቡት ሰው ላይ ቁጣቸውን መግለጽ የሰ
ዎች ተፈጥሮአዊ ባሕሪ ይመስላል። ለምሳሌ ቀኑን ሙሉ የሥራ አለቃው ሲያ

በሳጩው የዋለ ወንድ፣ ቁጣውን በአለቃው ላይ ቢገልጽ ሥራውን እንደሚ
ያጣ ስለሚያውቅ፣ ቀኑን ሙሉ በትእግስት ውሎ ልክ እቤቱ ሲገባ፣ ማሸነፍ
በሚችለው ሚስቱ ላይ ምክንያት እየፈለገ ቁጣውን መግለጽ ይጀምራል።
*"ቤቱ ለምን በደንብ አልተጠረገም?... እራት ለምን ቶሎ አልቀረበልኝም?
...ልጆቹ ጽዳታቸው ለምን አልተጠበቀም?"* በማለት ሚስቱ ላይ ይጮኻል..
ሚስቱን ይደበድባል። ሚስትየዋ ደግሞ ባሏ ሲያበሳጫት፣ ቁጣዋን በእርሱ
ላይ ብትገልጽ፣ የባሰ ነገር ይመጣ ይሆናል ብላ በመፍራት ቁጣዋን የምትገል
ጸው ልታሸንፋቸው በምትችላቸው፣ አጸፋውን ሊመልሱላት በማይችሉ ሕጻን
ልጆቿ ላይ ነው። እርሷም ልጆቿን ምክንያት እየፈለገች መስደብና መግረፍ
ትጀምራለች። ምስኪን ልጆቿ ደግሞ እናታቸው ያለአጥጋቢ ምክንያት ስትደ
በድባቸው ተበሳጭተው ቁጣቸውን የሚገልጹት እቤታቸው ውሻ ካለ፣ ውሻቸ
ውን በመርገጥ እንደሆነ የሥነ አዕምሮ ምሁራን ይናገራሉ። ቁጣቸውን ባስቆ
ጣቸው ሰው ላይ በመግለጽ ፈንታ፣ ደካማ ነው ብለው ባሰቡት ላይ ቁጣን መወ
ጣት የተለመደ ነው። ይህንን ዓይነቱ ባህሪ ዋጋ መክፈል የማይገባውን ዋጋ
ማስከፈል ወይም ያለጥፋቱ ጥፋተኛ ማድረግን የሚገልጸው የእንግሊዝኛው
ቋንቋ "እስኬፕ ጎት" (Scapegoat) ይለዋል። ይህ ቃል የመጣው በብሉይ
ኪዳን ዘመን ለሰዎች ኃጢአት ማስተሰርያ እንዲሆን ሊቀ ካህኑ እንከን የሌለበ
ትን ፍየል በመሰውያው ላይ ካሰተኛው በኋላ፣ ሁለቱን እጆቹን በፍየሉ ራስ
ላይ አድርጎ የሰዎችን ኃጢአት ከዘረዘረ በኋላ፣ ኃጢአታቸውን እንደተሸከመ
ወደ በረሃ እንዲሄድ ይለቀዋል። ይሄም የሚያመለክተው ያ ፍየል የሰዎችን
ኃጢአት ሁሉ ይዞ እንደ ጠፋ ነው።

ከአስቸጋሪ ሰው ጋር የሚኖሩ ሰዎች ራሳቸውን የሚያዩት እንደዚያ እን
ከን እንደሌለበት፣ የሰዎችን ኃጢአት ተሸክሞ ወደ በረሃ እንደ ጠፋው ፍየል
ነው። ያለአንዳች ጥፋታቸው አስቸጋሪ በሆነውና ቁጣ በተሞላ ሰው፣ ከውስ
ጥም ከውጪም እየደሙ እንደሚኖሩ ይሰማቸዋል። ከአስቸጋሪ ሰው ጋር የሚ
ኖሩ ሰዎች ይህንን እውነት መረዳታቸው በሁለት መንገድ ይጠቅማቸዋል።
አንደኛ፣ የአስቸጋሪው ሰው እንደዚያ በቁጣ መገንፈል ዋና ምክንያት እነርሱ
አለመሆናቸውን አውቀው እንዲጽናኑ ያደርጋቸዋል። "ችግሩ የራሱ እንጂ
የእኔ አይደለም" ብለው ስለሚያምኑ ህሊናቸው ያለምክንያት እንዲቆረቁራቸው
አይሆንም። ሁለተኛ፣ የቁጣቸውን ምክንያት እንዲያውቁ በማድረግ በእነር
ሱና በአስቸጋሪው ሰው መካከል የገደብ መስመር (boundary) ማበጀት ያስች
ላቸዋል። "መቆጣት ትችላለህ፤ ይህን ዓይነቱን ነገር ግን በእኔ ላይ እንድታደር
ግብኝ አልፈቅድም" ሲሉት ይችላሉ። ከአስቸጋሪ ሰው ጋር የሚኖሩ አንዳንድ
ሰዎች፣ በቁጣ እየገነፈለ የሚያስቸግራቸውን ሰው እንደ አመጣጡ መመለስ
አለብኝ ብለው የሚያምኑ አሉ። ይኸውም፣ "ስድብን በስድብ፣ ጥፊን በጥፊ
መመለስ አለብን" የሚሉ ናቸው። ይሁን እንጂ፣ በዚህ ዓይነት ዘዴ ራሳቸውን
አስቸጋሪው ሰው ከሚያደርስባቸው ጉዳት መጠበቅ እንደማይችሉና እንዲሁም
አጸፋውን ለመመለስ የሚወስዱት እርምጃ የእግዚአብሔር ቃል እንደሚደግ
ፈው የተረዱት አይመስሉም። ሐዋርያው ጳውሎስ *"መራራነትን ሁሉ፣ ቁጣንና
ንዴትን፣ ጭቅጭቅና ስድብን ከማንኛውም ክፋት ጋር ከእናንተ ዘንድ አስ
ወግዱ..."* (ኤፌ. 4፥31-32) ሲል የሰጠንን ምክር መዘንጋት የለብንም። ይቅር
ማለት፣ የጎዳንን ሰው መልሰን ለመጉዳት መብት ቢኖረንም፣ ያንን መብታችንን
መተው ማለት ነው። በንዴት የተሞላ ሰው ያለአግባብ ክፉ ቃል ሲወረውርብን
አጸፋውን መመለስ ተገቢ ቢሆንም፣ ያንን ሰው ይቅር ማለት እንዳለብን መጽ
ሐፍ ቅዱስ ይመክረናል። በቀል የእግዚአብሔር እንጂ የሰው አለመሆኑን መረ
ዳት፣ ክፉ ለሚያደርግብን ሰው ክፉ እንዳንመልስ ይጠብቀናል።

ቁጣ ልማዱ የሆነው አስቸጋሪያችን ሰው ያለአንዳች ማስጠንቀቂያ ሲደነ
ፋብን፣ እኛም "የነገር ጠብ-መንጃ" ይዘን፣ ጥይታችንን አቀባብለን ሰውየውን
ለማጥቃት ጦርነት ውስጥ ከመግባታችን በፊት የጦርነቱ ምክንያት ምን እንደ
ሆነ ለማወቅ ራሳችንን መግታት አዋቂነት ነው። አንዳንድ ጊዜ የጦርነቱ ምክን
ያት ምን እንደሆነ ሳናውቅ ያጠቃንን ሰው መልሰን ለማጥቃት በመሞከራችን
ሥር-ነቀል የሆነ ችግር በእኛም ሆነ በሌላው ሰው ሕይወት ልንፈጥር እንደም
ንችል መዘንጋት የለብንም። ለመበቀል ከውስጣችን የሚሰማንን ግፊት ያዝ
በማድረግ የግጭቱ ምክንያት ወይም ሰውየውን ያስቆጣው ነገር ምን እንደሆነ
ለማወቅ እንሞክር። መቆጣት ልማዱ የሆነውን ሰው "ምን እንዳበሳጨህ እልገ
ባኝም... ለመሆኑ ያስቆጣህ ነገር ምንድነው?" ብለን እንጠይቀው። አለመግባባ
ቱን ምን እንዳመጣው ለማወቅ በመሞከር አንዳንድ አግባብ ያልሆነውን ግጭት
ማስወገድ ይቻላል። ሌላው ቁጣውን አግባብ ባልሆነ መንገድ ሲገልጽ፣ ወይም
ቁጣ ሲል፣ ከመስመር የወጣ ቁጣ ሊያደርስ የሚችለውን ችግር ከማስወገዱም
በላይ፣ በመታገሳችን ግጭታችንን ፍሬያማ ማድረግ ያስችለናል።

3~ ነቃፊነት

*"...ቀኑን ሙሉ ቴሌቪዥን ከማየት በስተቀር ሌላ ነገር መሥራት አት
ችይም?..."*

*"...ልጆቹን እንደ አባት ጥናታቸውን ማጥናታቸውን፣ የተሰጣቸ ውን
የቤት ሥራ መሥራታቸውን ስትቆጣጠራቸው አንድም ቀን አይቼ አላ
ውቅም...."*

"...ጨው ረከሰ ብለሽ ነው ወጡ ውስጥ ሁልጊዜ መአት ጨው የምት ጨምሪው?..."

ከላይ የሰማናቸውን ንግግሮች የተናገሩት ሰዎች፥ ለማስተላለፍ የፈለጉት መልዕክት ለመሆኑ እውነትነት ያላቸው ይሆን? ንግግራቸው በነቀፋ የተሞላ በመሆኑ ለሚውን "ያስከፋ ይሆን?" ብለው አስበው የተናገሩት እንዳልሆነ ግልጽ ነው። ከላይ የሰማናቸው አስተያየቶች ሙሉ በሙሉ እውነትነት ያላ ቸው አይደሉም። ...ሚስቱ ቀኑን ሙሉ ቴሌቪዥን አታይም። ባልም... ልጆ ቹን ብዙ ጊዜ ይቆጣጠራል። .... እንዲሁም ሚስቱ የምትሠራው ወጥ ሁልጊዜ ጨው የበዛበት አይደለም...። ሁልጊዜ ሌላውን መንቀፍ ደስ የሚላቸው ሰዎች የሚነቅፉት፥ ለማስተላለፍ የሚፈልጉት፥ ሌላ መልእክት ስላላቸው ነው። በግልጽ አይናገሩት እንጂ ለማለት የፈለጉት *"...መጥፎ ሰው ነህ ...አትረባም ...ዋጋ የለህም...በአንተ በጣም ተናድጃብሃለሁ..."* ማለታቸው ይሆናል። አስ ቸጋሪ ሰዎች በመንቀፍ ካልሆነ በቀር በሰላም ሀሳባቸውን መግለጽ አይሆንላ ቸውም። ድካማቸውን ሌላው እንዳያውቅባቸውም የሚጠቀሙት ዘዴ ሌላ ውን መንቀፍ እንደሆነ፥ የሥነ ልቦና ምሁሮች ይናገራሉ።

"በሕይወቴ ውስጥ አስቸጋሪ የሆነችብኝ እናቴ ናት። የምሠራው ነገር ሁሉ ስለማይጥማት ሁልጊዜ ትነቅፈኛለች። አሁንስ ራሴን ጠላሁት። 'ነሽ' እንደም ትለኝ ከሆንኩ፥ ምንም ዓይነት ተስፋ የለኝም" ብለው በማሰብ የወደፊት ሕይወ ታቸው ጨለማ ሆኖ የሚታያቸው ልጆች ብዙ ናቸው። መንቀፍ አስቸጋሪ ሰዎች ተለይተው የሚታወቁበት አንደኛው ጸባያቸው ነው። ራሳቸው የተሻለ ነገር ሠርቶ ማቅረብም ሆነ ማሳየት ባይችሉም፥ ሌላውን መንቀፍ ግን ደስ የሚ ላቸው ናቸው። መጠኑና ዓይነቱ ይለያይ እንጂ ስለ ሌላው ሰው አስተያየት ከመስጠት ነጻ የሆነ ሰው የለም። ያለን የሕይወት ፍልስፍና፥ እምነት፥ እንዲ ሁም ሁኔታዎችን የመመዘን ችሎታችን የተለያየ በመሆኑ እንዱ የሚሠራው ሥራ፥ የሚሰጠው አስተያየት፥ የሚያስበው አሳብ ሁሉንም ሰው ላያስደስተው ይችላል። ስለሆነም፥ "እንዲህ አድርጎ ቢሠራው የተሻለ ነበር" በማለት አስተያየት ቢሰጥ ማንንም እንደማይጎዳ ግልጽ ነው። ነቀፋው ገንቢ እስከ ሆነ ድረስ የሚሰጠው አስተያየት ሰውን አስቸጋሪ አያሰኘውም። የምንሠራው ሥራ ሁሉንም እኩል ላያስደስት ይችላል። አንዱ "ግሩም ነው" ያለውን ጽሑፍ፥ ሌላው ደግሞ "አይረባም" ሊለው ይችላል። ሁለቱም፥ ይኸውም "ጥሩ ነው" ያሉትና እንዲሁም "መጥፎ ነው" ያሉትም የሚለማቸውን አስተያየት መስጠት መብታቸው ነው። ጤናማዎች ከሆንን፥ "መጥፎ ነው" ያለውን ሰው እንደ ጠላት አንመለከተውም። "መጥፎ ነው" ያለበትን ምክንያት ከገለጸልን፥ ጥሩ እንዲሆን ለማድረግ የበለጠ ጥረት እንድናደርግ ምክንያት ይሆነናል። ምንም

ያህል ጥሩ አድርገን ብንሠራም ነቃፊ ምንጊዜም ቢሆን የማናጣ መሆናችንን ግን ምንጊዜም ቢሆን መዘንጋት የለብንም።

ምንም ያህል ጥሩ አድርገን ብንሠራም፥ የመንቀፍ ልማዳ ያላቸው አንዳ ንድ አስቸጋሪ ሰዎች ሁልጊዜ እንደማይጠፉ እናውቃለን። "ጥሩ ትምህርት ብናስተምር፥ ረጋ ብለን የሰከነ ስብከት ብንሰብክ፥ ሥጋዊ ዕውቀት እንጂ መን ፈስ ቅዱስ የለበትም" ይሉናል። እንዲሁም እየጮኽን ብንሰብክ፥ "ስሜታዊ እንጂ ጠቃሚ ትምህርት የለውም" ማለታቸው አይቀርም። በውሳኔ አሰጣጣ ችን ጠንካራ ብንሆን "እምባ ገነን ነው" እንዲሁም በውሳኔ አሰጣጣችን ላላ ካልን፥ "የውሳኔ ሰው አይደለም" ይሉናል። በተለይ አስቸጋሪ ሰዎች ምንጊዜም ቢሆን የሚነቅፉበት ምክንያት አያጡም። የምናቀርበውን ማንኛውንም ዓይነት አሳብ መቀበል ያቅታቸዋል። ለሕይወታችን የራሳቸውን ዕቅድ ያወጡልናል። እንዲህ ዓይነቶቹ የመንቀፍ አመል ያለባቸው አስቸጋሪ ሰዎች ናቸው። ዓለም ካደነቃቸው ታላላቅ ሰዎች መካከል በህይወቱ ነቀፋ ያላጋጠመው ሰው እንደ ሌለ ማወቅ አለብን። የታወቀው እንስታይን "ደደብ፥ የማይረባ" የተባለበት ጊዜ ነበር። አሜሪካ ውስጥ በአስተማሪነቱ የተደነቀው ቻርለስ ስዊንድልን "መንፈሳዊ ምግብ በማጣት ተራብኩ" ብለው የሚነቅፉት የቤተ ክርስቲያን አባሎቹ እንደማይጠፉ የታወቀ ነው። ምንም ያህል ብርቱና ታታሪ ሠራተኛ ብንሆን፥ ብዙ ጠቃሚ ሀሳቦችን የምናፈልቅ ብንሆንም፥ የሚደነቅ የተፈጥሮ ችሎታ ያለን ብንሆንም፥ መንቀፍ ልማዳቸው በሆኑ አንዳንድ ሰዎች መነቀፋ ችን አይቀርም። ፍጹም የሆነው ኢየሱስ ክርስቶስ እንኳን በሰዎች ተነቅፏል። እንደ "በልቶ የማይጠግብ" (የማቴ. 11፥19፥ ሉቃ. 7፥34)፥ በሌላ ጊዜ ደግሞ ከኃጢአተኞች ጋር የሚበላና የሚጠጣ (ማቴ. 9፥11) በማለት ነቅፈውታል። በነቀፋቸው ሕይወታችንን ያስመረሩት ሰዎች፥ በቅርብ የማያውቁን፥ ወይም የሩቅ ሰዎች ብቻ ሳይሆኑ፥ አብረውን የሚኖሩ የኑሮ ጓደኞቻችን፥ አብረውን የሚያመልኩ፥ አብረውን የሚሠሩ፥ ጎረቤቶቻችን ሊሆኑ ይችላሉ። ዓይነቱና መጠኑ የተለያየ ይሁን እንጂ፥ ሁላችንም የራሳችን የሆነ ነቀፋና እንዲሁም ነቃ ፊዎች አሉን። ነቃፊዎቻችንን ምን ጊዜም ልናስደስታቸው ስለማንችል፥ ለእነ ርሱ ስንል አቋማችንን ለመለወጥም ሆነ እነርሱን ደስ ለማሰኘት መድከም የለ ብንም። እንዲሁም ነቃፊዎች የሌሉበት ሥፍራ ስለሌለ፥ ከእነርሱ ለመደበቅ ወይም ለመሸሽ መድከም የለብንም።

"መነቀፍ" የመረራቸው፥ "ከዚህ በኋላ እየተነቀፍኩ መኖር አልችልም" በማለት ከትዳራቸው ለመውጣት ጫፍ የደረሱ ሰዎች እንደሚኖሩ የታወቀ ነው። አብሯቸው ከሚኖረው ሰው ፍጹምነት የሚጠብቁ፥ ሁሉም ነገር "ፍጹም ይሁን" ባዮች፥ (perfectionists) አሉ። ለምሳሌ፥ ተተኩሶ የሚቀርብላቸው

ሸሚዝ "በትክክል አልተተኮሰም..."፣ የሚቀርብላቸው ምግብ "...በደንብ አል
ተሠራም... አልጋው በደንብ አልተነጠፈም..."፣ ታጥቦ የቀረበላቸውን የምግብ
ሳህን እገላብጠው እያዩ "በደንብ አልታጠበም... ቤቱ በደንብ አልተጠረገም...
የልጆቹ ጫማ በደንብ አልታሰረም..." የሚሉ፣ ልጆቹ በጊዜ ከተኙ ሚስታቸ
ውን "...ለምን ሳላያቸው አስተኛሻቸው..." ሳይተኙ ከደረሰ ደግሞ "...ለምን
በጊዜ ልጆቹን አላስተኛሻቸውም?..." ሥጋ ሲቀርብላቸው "ሥጋ ሰለቸኝ...
ሌላ ነገር መሥራት አትችይም እንዴ?..." ቦዘና ሽሮ ሲቀርብላቸው "..በሽሮ
ልትገድይኝ ነው..." በማለት ሚስቶቻቸውን በመንቀፍ ስቃይ የሚያበሉ
አንዳንድ አስቸጋሪ የሆኑ ባሎች በየቤቱ አሉ። እነዚህ የመንቀፍ ልማድ የተጠ
ናወታቸው ሰዎች ለመሆኑ የራሳቸው አቋም ምን ዓይነት ይሆን? ብለን መጠየ
ቃችን አይቀርም። ሌላውን ይንቀፉ እንጂ በራሳቸውም የረኩ ሰዎች አይደ
ሉም። ምንም ያህል ጥሩ ቢሆን፣ እነርሱ በሚፈልጉትና በሚያስቡት መንገድና
ሁኔታ ካልተሠራ መቀበል አይሆንላቸውም።

እነዚህ አስቸጋሪ ሰዎች ችግራቸው መንቀፍ ብቻ ሳይሆን፣ የትልቅነት
ወይም የአለቅነት መንፍስ የሚያሳዩ (bossy) ናቸው። አስተያየት ሲሰጡ፣
"...እንዲህ ሆኖ ቢሠራ ኖሮ ጥሩ ይሆን ነበር" ላይሆን፣ *"...እንዲህ ሆኖ መሠራት
አለበት..."* የሚሉ ናቸው። ራሳቸው በፈጠሩት ዙፋን ላይ እንደ ንጉሥ ተቀም
ጠው *"...እንዲህና እንዲህ መሠራት አለበት..."* በማለት ሁልጊዜ ትዕዛዝ መስ
ጠት የሚወዱ ናቸው። የሚያስደንቀው ነገር፣ እንዳሉት ተሠርቶ ቢቀርብላቸው
እንኳን ምክንያት ፈልገው የሚነቅፉ መሆናቸው ነው። ይህን ከመሰለ አስቸ
ጋሪ ሰው ጋር መኖር እግዚአብሔር ጸጋውን ካልሰጠ በስተቀር በጣም ከባድ
ነው። ሁልጊዜ "እኔ ልክ ነኝ" የሚሉ ናቸው። እንዲህ ዓይነቶቹ ሰዎች፣ በራሱ
እምነት የነበረውን ሰው እንኳ በራሱ እምነት እንዳይኖረውና ራሱን እንዲጠራ
ጠር የማድረግ ኃይል አላቸው። አንዳንድ ሰዎች በተደጋጋሚ መነቀፍ ሲደርስ
ባቸው፣ "እውነትም የማልረባ ነኝ..." ብለው ማመንና መቀበል ይጀምሩና የዝ
ቅተኛነት መንፈስ ያድርባቸዋል። እነዚህ አስቸጋሪ የሆኑ ሰዎች በነቀፋቸው
ሌላውን አሳንሰው፣ ራሳቸውን አተልቀው በማቅረብ፣ ሌላው ሰው ራሱን
እንዲጠራጠር ያደርጉታል።

መንቀፍ ልማዳቸው የሆኑ ሰዎች፣ ራሳቸውን ከሰው ሁሉ የበላይ አድርጎ
ማቅረብ እንደኛው ጠባያቸው ነው። "አድርጊ እንዳልኩሽ እንዳደረግሽ አምና
ለሁ..." በማለት በነቀፋ ቃል ንግግራቸውን ይከፍታሉ። ንግግራቸው እብሪት
የተሞላ ነው። "አያውቁም" እንዳይባሉ፣ የማያውቁትን ነገር ጠይቀው ለመረ
ዳት አይፈልጉም። በማንኛውም ነገር ራሳቸውን የሚያሳዩትና የሚያቀርቡት
ሁሉን እንደሚያውቅ አድርገው ነው። የሚያሳዝነው ነገር ይነቅፉና "ነቀፋዬ
የሚያንጽ ነው" ማለታቸው ነው። ነቀፋቸውን ሌላውን ሰው የዝቅተኛነት ስሜት
እንዲሰማው የሚያደርግ መሆኑን ግን አያውቁም። ነቃፊዎች ራሳቸውን እንደ
ሊቅ አስተማሪ፣ ሌላውን ግን ምንም የማይገባውና የተማረውን በቀላሉ እንደ
ሚረሳ ደካማ ተማሪ አድርጎ ማሳየት ጠባያቸው ነው። ነቃፊዎች ጥቃቅን የሆነ
ውን፣ ይታያል ተብሎ የማይገመተውን እንከን ለቃሚዎች ናቸው። መኪና
ስትነዱ አጠገባችሁ የተቀመጡ እንደሆነ፣ ሰላሳ ዓመት የመኪና መንዳት ልም
ምድ ያላችሁም ብትሆኑ፣ ለአነዳዳችሁ አቃቂር ያወጡለታል። አቋቋማችሁ፣
ምልክት አሰጣጣችሁ፣ ቤንዚን አሰጣጣችሁ፣ መኪናው አውቶማቲክ ካልሆነ፣
ማርሽ አቀያየራችሁ... በጠቅላላው በሹፌርነታችሁ እምነት እንዳይኖራችሁ
የማድረግ ችሎታ አላቸው። እነዚህ ነቃፊዎች "...አስተያየት መስጠት አልፈ
ልግም... ግን..." ይላሉ። ነቀፋቸው ከጥቅም ይልቅ ጉዳት እንደሚያመጣ
አይረዱም። የሚነቀፈው ሰው የተወረወረበትን ነቀፋ ለመከላከል ጥረት ያደ
ርጋል እንጂ፣ ከነቀፋው ውስጥ ትምህርት አገኝበታለሁ ብሎ አያስብም። ይሄ
የሰው ሁሉ ጸባይ ነው። ብዙ ለውጦች መታየት የሚችሉት በነቃፊዎች ሳይ
ሆን፣ በትዕግሥት ትምህርት በሚሰጡ ሰዎች አማካኝነት ነው።

መንቀፍ ልማድ የሆነባቸው ሰዎች የሚነቅፉት ለችግሩ መፍትሄ እንሰጣ
ለን ብለው በማመን አይደለም። አንድ ነገር ለእነርሱ ትክክል መስሎ ካልታያ
ቸው ወዲያው የራሳቸውን አስተያየት ይሰጣሉ። ያ የሚሰጡት አስተያየት
ጠቃሚ መሆኑ ቀርቶ ተራ የሆነ ነቀፋ ብቻ ይሆናል። ነቃፊ የሆኑ ሰዎች እንደ
መጣላቸው፣ የተሰማቸውን ይናገሩ እንጂ፣ "ይጠቅማል... አይጠቅምም..."
ብለው አስበው አይደለም። የሰዎችን ስህተት ፈልጎና ለቅሞ መናገር ተግባራ
ቸው ወይም ግዴታቸው ይመስላቸዋል። ሁሉን አገላብጠው፣ ማንኛቸውንም
ድንጋይ ፈንቅለው ስህተት ለቅመው ካላወጡ ማረፍ አይሆንላቸውም። በጣም
ጥሩ ሥራ ብንሠራም፣ የሚነቅፉበት አንድ ዓይነት እንከን ለማግኘት ጥረት
ያደርጋሉ። ለምሳሌ አስቸጋሪ የሆነ ባል ያላት ሴት፣ "ዛሬ የሚነቅፍበት ምክን
ያት እንዳያገኝ በማለት ቀኑን ሙሉ ስትለፋ ውላ ባል ከሥራ ሲመጣ የቀረበለ
ትን እራት እየበላ "በጣም ጥሩ ወጥ ሠርተሻል፤ ግን የወጡ ቅመም የተመጣ
ጠነ አይደለም... እንጀራው ትንሽ ወፍሯል... የጠረጴዛው ልብስ ከተቀረው
የቤቱ ዕቃ ጋር አይሄድም... የውሃው ብርጭቆ በደንብ አልታጠበም..." ይላ
ታል። የመንቀፍ ልማድ ካለባቸው ሰዎች ጋር የሚኖሩ፣ አዕምሮአቸውን ሳይ
ስቱ በጤንነት ለመቆየት የሚያስችላቸው ብልሃት ወይም መንገድ ሊኖራቸው
ይገባል። አንዳንድ ጊዜ "እንደዚህ ዓይነት አስቸጋሪ ከሆኑ ሰዎች ጋር መኖር
አይቻልም፤ በምንም ዓይነት አይለወጡም" ከማለት ደረጃ የምንደርስበት ጊዜ
አለ። ይሁን እንጂ፣ ጥሩውን ከመጥፎው መለየት ከቻልን፣ ከነቃፊዎቻችን
በሚወረወርብን ነገር መጠቀም የምንችልበት ጊዜ እንዳለ መዘንጋት የለብንም።

4 ~ ስለ ሌላው ስሜት ግዴለሽ መሆን

ሳምሶን በመካከለኛ ዕድሜ ውስጥ ያለ፣ የሁለት ልጆች አባት፣ እጅግ በጣም ታጋሽ የሆነች ሚስት ያለው ሰው ነው። ሚስቱ አልጋነሽ ብዙ ነገር ታግሳ፣ ትዳሯን አክብራ የምትኖር ሴት ነች። የሳምሶንን ጭቅጭቅ፣ ስድብና ቁጣ ሁሉ ታግሳ መኖር የቻለችው ስለ ልጆቿ ስትልና ጌታን ስለ ፈራች ብቻ እንደ ሆነ ትናገራለች። ሳምሶን ይህን ዓይነት ጠባይ እንዲኖረው ያደረገውን ምክንያት በደንብ ታውቃለች። ወላጅ አባቱ ሳምሶን ጎበዝ ተማሪ እንዲሆን ይፈልጉ ስለነበር፣ እንዲያጠና የሚያደርጉት ሁልጊዜ በመሳደብና በመጮኽ ነበር። የልጅነት ዘመኑን ያሳለፈው የአባቱን ፍቅር እያገኘ ሳይሆን፣ እየተና ቀና እየተሰደበ ነው። በሚደርስበት ነገር መጎዳቱን በመናገር ፈንታ፣ በውስጡ መራራነትና ቅሬታን ያጠራቅም ነበር። ሳምሶን ካደገ በኋላ በውስጡ ያጠራቀ መውን ቁጣ፣ ደካማ ነው ብሎ በሚገምተው ሰው ላይ መወጣት ጀመረ። በመ ሥሪያ ቤቱ እልቅና ያለው ባለመሆኑ፣ አብረውት በሚሠሩ ሠራተኞች ላይ መጮኽና መቆጣት አልቻለም። ወደ ቤቱ ሲመጣ ግን ደካማ ናቸው ብሎ በሚገምታቸው፣ ይኸውም በሚስቱና በልጆቹ ላይ ንዴቱን ይወጣ ነበር።

አንዳንድ አስቸጋሪ ሰዎች የሌላውን ሰው ስሜት ምን ያህል እንደሚጎዱ ሳያውቁ የመጣላቸውን ቃል ከአፋቸው አውጥተው ይወረውራሉ።

~ "...የቤት ራስ ነኝ ማለትህ ነው? ....መጽሐፍ ቅዱስ የቤት ራስ ያለው እንደ አንተ ያለውን ወንድ አይደለም...."

~ "...አንዳንተ ዓይነቱ ከእኔ ማህጸን ወጣ ብዬ መናገር አፍራ ለሁ... ምነው ማህጸኔ ውስጥ ውሃ ሆነን በቀረህ...."

~ "...በሕይወቴ እንደ አንቺ ዓይነት ሰነፍ ሴት አይቼ አላውቅም...."

~ "...እንዳንተ ዓይነት ደደብ ሰው አይቼ አላውቅም...."

እነዚህንና እነዚህን የመሳሰሉ ክፉ ንግግሮች ከአንዳንድ ሰዎች አፍ ሲወጣ መስማት ለብዙዎቻችን አዲስ ነገር አይደለም። አንዳንዶች ይህን ዓይነቱን ስድብ እየለሙ ነው ያደጉት። እነዚህ ስድቦች እንኳን የተሰደበውን ሰው ቀርቶ፣ ከዳር ቆሞ የሚሰማውንም ሰው የሚዘገንኑ ናቸው። የሚያሳዝነው፣ ከአፋቸው የሚወጣው ቃል በሌላው ሰው ሕይወት ላይ የሚያደርሰው ጉዳት ምን ያህል ከፍተኛ እንደሆነ ሳያስቡ የመጣላቸውን ቃል የሚወረውሩ ዓለማውያን ብቻ ሳይሆኑ ክርስቲያኖችም ጭምር መሆናቸው ነው። እኛም ከእነርሱ መካከል እንዴት እንሆን ይሆን? በሚናገሩት ኃይለኛ ቃል የሚፈሩ ወላጆች፣ የሥራ አለ ቆች፣ የቤተ ክርስቲያን መሪዎች በየቦታው አሉ። የሚያስደንቀው ነገር በሰዎች ዘንድ ለምን እንደሚፈሩ ጠይቀው በመረዳት ፈንታ አንዳንዶቹ መፈራታቸው ደስ የሚያሰኛቸው ወይም የሚኩሩበት መሆናቸው ነው። *"እኔ ድንገት ብቅ ያልኩ እንደሆን ልጆቼ የሚገቡበት ነው የሚጠፉቸው"* በማለት በኩራት የሚና ገሩ አሉ። አባታችን "መጣልን" ብለው ደስ ሊላቸው ሲገባ፣ "አባታችን መጣብን" በማለት እንዲፈሯቸው የሚፈልጉ አባቶች አሉ። ይሄም ደካማነት እንጂ ብርታት አለመሆኑን የተረዱት አይመስሉም።

በመወደድ ፈንታ መፈራት ደስ የሚላቸው፣ እንደነዚህ ዓይነቶቹ ሰዎች የፈለጋቸውን ክፉ ቃል ሳይመርጡ ወርውረው የሌላውን ሰው ስሜት ሲጎዱ አይታወቃቸውም። እነዚህ አስቸጋሪ ሰዎች ከአንደበታቸው በሚሰነዘረው ክፉ ቃል የሌላው ሰው ስሜት ቢጎዳ ባይጎዳ በፍጹም ግድ የላቸውም። ክፉ ቃል ሌላው ላይ ይወረውሩና "እኔ የተናገርኩት እውነቱን ነው። እውነቱን በመናገሬ ሰዎች ቢቀየሙኝ ግድ የለኝም" ይላሉ። ከአፋቸው ለሚወጣው ጎጂ ቃል መከ ላከያ እንዲሆናቸው ኢየሱስ ፈሪሳውያንን "እናንተ የእፉኝት ልጆች" ብሎ ስለ ተናገራቸው "እኔም አንዱን ሰው ሌባ ብለው እውነት ከሆነ፣ እውነት መናገሬ እንጂ መሳደቤ አይደለም" ብለው የሚከራከሩ አሉ። እነዚህን ከመሰሉ አስቸ ጋሪ ሰዎች ጋር የምትኖሩ፣ ምላሳቸው በሰው ላይ ሊያደርስ የሚችለው ጉዳት ምን ያህል ከፍተኛ እንደሆነ አምነው እንዲቀበሉ እናደርጋለን፣ ወይም ይህን የተፈጥሮ ጠባያቸውን እንለውጣለን ብላችሁ አትድከሙ። በዚያ ፈንታ፣ እንደ ጦር የሚዋጋው፣ ከአፋቸው የሚወጣው ክፉ ቃል ወደ ውስጣችሁ ገብቶ እንዲያቆስላችሁ ፈቃድ አትስጡት። ከእንደዚህ ዓይነት ሰዎች ከሚመጣው ጉዳት ራሳችሁን ለመጠበቅ አንደኛው መንገድ፣ እነዚህ ስለ ሌላው ሰው ስሜት ግድ የሌላቸው አስቸጋሪ ሰዎች ያላቸውን እውነተኛ ተፈጥሮአዊ ባሕሪን መረ ዳት ይጠቅማል። ለምሳሌ፣ ላቡ እስኪንጠባጠብ ድረስ በኃይል የሚሠራውን ሠራተኛ፣ በተለይ እንግዳ የሆነ ሰው ቢሯቸው ሲመጣ፣ አለቃ መሆናቸውን ያላወቀ ከመሰላቸው ሠራተኛውን ጠርተው፣ "....ስትሠራ ለምን ታለምጣለህ ...በደንብ ለምን አትሠራም..." በማለት ይጮኹበታል። ዓላማቸው ይሄ ካል ሆነ ደግሞ፣ ምናልባት ሠራተኛ ሲሰደብ፣ ሲጮኽበት በመፍራት በኃይል ይሠራል ብለው ስለሚያምኑ ይሆናል። ምንም ዓይነት ምክንያት ይኑራቸው፣ ስለ ሌላው ሰው ስሜት ፍጹም ግድ የሌላቸው፣ አስቸጋሪ ሰዎች እንደሆኑ ግልጽ ነው።

ስለ ሌላው ሰው ስሜት ግድ የሌላቸው ሰዎች አብሪተኞች ናቸው። ይህ ባሕሪያቸው ብዙ ጊዜ ከሰው ጋር ስለሚያጋጫቸው፣ ከሰው ጋር በሚኖራቸው ግንኙነት ወይም ሕብረት ደስተኞች አይደሉም። ባሕሪያቸውን አይውደዱት

እንጂ ከመጠን በላይ ራሳቸውን የሚወዱ ሰዎች ናቸው። አብዛኞዎቹ ይህን ዓይነት ጠባይ የሚያሳዩት የራሳቸውን ድካም ለመሸፈን እንደሆን ማወቅ አለብን። "ሳይቀድሙኝ፣ ልቅደም" በማለት ራሳቸውን ለመከላከል የሚወሰዱት እርምጃ እንደሆነ የሥነ አዕምሮ ምሁራን ይናገራሉ። ሌላውን በመሰደብና በማዋረድ ከዚያ ከሚሰድቡት ሰው በልጠው ለመታየት ስለሚፈልጉ ነው። "ሌላ ሰው አልፈልግም፤ ለብቻዬ ብቁ ነኝ" የማለት ጠባይ ይታይባቸዋል። የማንንም ምክር፣ አስተያየትና ድጋፍ የሚፈልጉ አይደሉም። ከእነርሱ የተሻለ አሳብ ያለው ሰው ይኖራል ብለው ስለማያምኑ፣ የማንንም ሰው አስተያየት ለማዳመጥ የተዘጋጁ አይደሉም። በራሳቸው አሳብ ብቻ የሚመሩ ከመሆናቸው ሌላ ብዙ ጊዜ ኃላፊነትን ለመውሰድ ፈቃደኞች አይደሉም። ስለሆነም፣ አንድ ነገር የተበላሸ ከመሰላቸው ግን፣ በሌላው ሰው ላይ የማመካኘት ወይም ሌላ ነገር ምክንያት የማድረግ ባሕሪ አላቸው። አንድ አሳብ አፍልቀው ውጤቱ ልክ ካልመጣ፣ "አሳቡን በትክክል ተግባር ላይ ስላላዋሉት ብቻ ነው" በማለት ሁልጊዜ ጣታቸውን በሌሎች ላይ ይጠቁማሉ። ራሳቸውን ሁልጊዜ ፍጹም፣ ሌሎችን ግን ዝቅ አድርገው ስለሚመለከቱ፣ "የእኔን ምክር ወይም አሳብ ብትቀበል ኖሮ እንዲህ ዓይነቱን ስህተት አትፈጽምም ነበር" ይላሉ። ይህን ዓይነት አስተያየት ሲሰጡ፣ በዕድሜ የገፋውን ሰው፣ በዕውቀቱ የላቀውን ሰው ያለአግባብ የትንሽነት መንፈስ እንዲሰማው ማድረጋቸው እንደሆነ ፈጽሞ አይታወቃቸውም።

ስለ ሌላው ሰው ስሜት ግድ የሌላቸው አስቸጋሪ ሰዎች፣ የሕይወታቸው ዋና ዓላማ ሁልጊዜ አሸናፊዎች መስለው ወይም ሆነው መታየትን ነው። በአካባቢያቸው ማን ኃይልና ሥልጣን እንዳለው፣ ወይም የሥልጣኑ ቁልፍ ማን ዘንድ እንዳለ ያውቃሉ። አንዳንዶቹ ሰውን የሚጠጉት ለግል ጥቅማቸው ሲሉ እንደሆነ ግልጽ ነው። ከሌሎች ቀድመው መሄድ፣ ወይም ለመብለጥ የሚያስችላቸውን ሁሉ ለማድረግ ወደ ኋላ አይሉም። ራሳቸውን አተልቀው ለማሳየት ደካማ መስሎ ለሚታያቸው ሰው ራሳቸውን ከፍ አድርገው ማሳየት ከባህሪያቸው አንደኛው ነው። እንዲህ ዓይነቶቹ ብዙ ጊዜ ባሕሪያቸው ከሁኔታዎች ጋር ቶሎ ቶሎ ይለዋወጣል። በብዙ ነገር ውስጥ እጃቸውን ስለሚያስገቡ፣ የአካባቢውን ሰላም በቀላሉ ያደፈርሳሉ። ከማንም ጋር የማያስማማቸው አመጸኛ ጠባያቸው በግልጽ ስለሚታይ፣ አስቸጋሪ ሰዎች መሆናቸው በቀላሉ ይታወቃል። እነርሱ በሚገኙበት አካባቢ ሁኔታዎች ቶሎ ቶሎ ሲለዋወጡ ይታያሉ። የሰዎች ሰላምና አንድነት በቀላሉ ይደፈርሳል። የራሳቸውን ፍላጎት ብቻ ለመፈጸም እንጂ ስለ ሌላው ፍላጎት ግድ የላቸውም። በአንድ ነገር ላይ ዓይናቸውን ካሳረፉ፣ "እንዲህ ነው" ብለው ካመኑ፣ ተከራክሮ ሊያሳምናቸውና አሳባቸውን ሊያስለውጣቸው የሚችል ማንም የለም። ሌላው ሁሉ የተሳሳተ፣ እነርሱ ብቻ ልክ የሆኑ ስለሚመስላቸው ከእነርሱ ጋር መደራደር ፈጽሞ አይቻልም። አንዳንድ ጊዜ ከአፋቸው የሚወጣው መጥፎ ቃል፣ አዕምሮ ካለውና ማሰብ ከሚችል ሰው አፍ የወጣ ነው ብሎ ማመን ያስቸግራል። እናንተን ያጋጠማችሁ አስቸጋሪ ሰው፣ ከላይ እንደገለጽነው፣ ስለ ሌላው ሰው ስሜት ፍጹም ግድ የሌለው ሰው ይሆን? ከእንደዚህ ዓይነቱ ሰው ጋር "ስሜቴ ሳይጎዳ፣ ራሴን ሳልጠላ መኖር የምችልበት መንገድ ወይም ዘዴ ይኖር ይሆን?" የሚል ጥያቄ በውስጣችሁ ይመላለስ ይሆናል። ለዚህ ጥያቄያችሁ ምዕራፍ ሰባት ላይ፣ "ሁሉንም እንደ ጠባያቸው መያዝ ነው" በሚለው ነጥብ ሥር መጠነኛ አሳብ ያሰፈርን ስለሆነ፣ ያንን ክፍል መመልከት ይጠቅማችኋል።

5 ~ አኩራፊነት

~ "...ምን ብዬ ይሆን?...ሳላውቅ ምን ብዬ ተናግሬ... ምን አድርጌ አስቀይሜው ይሆን?..."

~ "...ባኮረፈች ቁጥር ሁልጊዜ እርሷን መለማመጡ አሁንስ ሰለቸኝ?..."

~ "...አሁንስ ኩርፊያው ሊገድለኝ ነው..."

ይህን ዓይነቱ አነጋገር ብዙዎች በየቤታቸው የሚያሰሙት እሮሮ ነው። መጠኑና ዓይነቱ ይለያይ እንጂ፣ ደስ የማይል ነገር ሲያጋጥማቸው ስሜታቸውን ዝም በማለት መግለጽ የሚፈልጉ አንዳንድ ሰዎች እንዳሉ የታወቀ ነው። የዝምታቸው ርዝመት እንደ ሰው የተለያየ ነው። የአንዳንዶቹ ከጥቂት ደቂቃዎች ወይም ሰዓቶች አያልፉም። የሌሎች ደግሞ በወራት ይቆጠራል። ለረጅም ጊዜ "አስቀየመን" ብለው ከሚሉት ሰው ጋር በአካል መሸሽ፣ የስልክ ግንኙነታቸውን ማቋረጥ፣ በአካል የሚገናኙበት አጋጣሚ ሁኔታ የተፈጠረ እንደሆን ደግሞ በተቀየሙት ሰው ላይ ፊታቸውን ሲያዞሩ፣ ወይም ዝም ሲሉት ይታያል። "አስቀየመን" ከሚሉት ሰው ጋር አብረው የሚኖሩ፣ አብረው የሚሠሩ ከሆነ፣ በአካል መሸሽ ስለማይችሉ ስሜታቸውን የሚገልጹት፣ ከተቀየሙት ሰው ጋር ያላቸውን ሰላምታም ሆነ ንግግር በማቆም ነው። የአኩራፊነት ጠባይ ያላቸው ሁሉም የራሳቸው የሆነ የተለያየ ምክንያቶች አሏቸው፣

(5.ሀ) <u>*ባልታወቀ ምክንያት የሚሸሹና የሚያኮርፉ ሰዉ*</u>

በማወቅም ሆነ ባለማወቅ ገንቢ ያልሆነ ቃል ተናግሮ አንዱ ሌላውን ሰው የሚያስቀይምበት ጊዜ አለ። ፊት ለፊት *"...እንዲህ ዓይነት ቃል ተናግረህ ለምን ትጎዳኛለህ?"* በማለት ፊንታ፣ ማኩረፍ የሚቀናቸው ሰዎች አሉ። ባልና ሚስት

አልፎ አልፎ በሀሳብ መገናኘት ወይም መስማማት ሲያቅታቸው፥ ከሁለቱ አንደኛቸው ሌላውን የሚጎዳ፥ ወይም አግባብ ያልሆነ ክፉ ቃል የሚወረውሩበት ጊዜ አለ። በተወረወረው ቃል የተጎዳው ሰው አጸፋውን በመመለስ ፈንታ፥ ሁለቱም በረድ አስከሚሉ ድረስ በንግግሩ ሳለመቀጠል በወቅቱ የተጎዳው ሰው ዝም ቢል ወይም ከመናገር ራሱን ቢቆጥብ፥ ብልህነት እንጂ አኩራፊነት አይደለም። አልፎ አልፎ በሚቀራረቡ ሰዎች መካከል አንዳንድ ግጭት መፈጠሩ አይቀርም። ወዳጆች በመሆናቸው ብቻ ሁልጊዜ አንድ ዓይነት አስተሳሰብ፥ አንድ ዓይነት ምርጫ ይኖራቸዋል ማለት አይደለም። ወዳጅነታቸው ዘላቂነት እንዲኖረው ይህን አውነት ማመንና መቀበል ይኖርባቸዋል። በአሳብ ሰንስማማ ብቻ ወዳጆች፥ ካልተስማማን ግን እንደ ጠላቶች መተያየት ትክክል አይደለም። "ላለመስማማትም" መስማማት አለባቸው። ይህንን ባለመረዳት ሌላው ሰው በአሳብ ከእነርሱ የተለየ ሲሆን፥ የተሰማቸውን ስሜት በመግለጽ ፈንታ በቀላሉ የሚያኮርፉ ከሆነ፥ ወዳጅነታቸው ዕድሜ ሲኖረው አይችልም።

ዘገየና ዋሲሁን የትምህርት ቤት ጓደኛማቾች ናቸው። ትምህርታቸውን ጨርሰው ወደ ሥራው ዓለም ከገቡም በኋላ ጓደኝነታቸው አልቀረም። ከሥራ ሲወጡ ብዙ ጊዜ የሚያመሹት አንድ ላይ ነው። ሌላው ቢቀር በስልክ በቀን ውስጥ ቢያንስ ቢያንስ ሁለት ጊዜ ይገናኛሉ። ትዳር ሲይዙ አንዱ የሌላው ሚዜ ነበር። ወዳጅነታቸው በእነርሱ መካከል ብቻ ሳይሆን በቤተሰብ ደረጃም እንዲቀጥል ፍላጎት ነበራቸው። በሁለቱም ወገን ከሞት በስተቀር ሊለያያቸው የሚችል ነገር ይኖራል ብለው አያምኑም ነበር። ይሁን እንጂ፥ በመካከል አንዳንድ ለውጦች መታየት ጀመሩ። ዘገየ ራሱን ከዋሲሁን ማሸሽ ጀመረ። ሌላው ቀርቶ ለስልክ ጥሪው እንኳን መልስ አይሰጥም ነበር። "ምነው ተጠፋፉን" ሲለው፥ ዘገየ ቀና አይመልስለትም። "ሥራዬን ትቼ ሁልጊዜ አንተን መፈለግ አለብኝ እንዴ!..." የሚል መልስ ይሰጠዋል። ወዳጅነት የሚጸናው ሁለቱም ወገን ሲፈላሰግ እንጂ፥ የአንዱ ወገን መፈለግ ብቻ ሊያቀራርባቸው ስለማይችል፥ ቀስ በቀስ ዘገየና ዋሲሁን እየተራራቁ መጡ። በዋሲሁን አዕምሮ ውስጥ ልዩ ልዩ ጥያቄዎች መፈጠር ጀመሩ፥ *"ምን ተናግሬ አስቀይሜው ይሆን?... ምን አድርጌው ይሆን?..."* በማለት ራሱን ይጠይቅ ነበር። ለነዚህ ጥያቄዎች መልስ ሲያገኝላቸው ስላልቻለ፥ በአዕምሮው ውስጥ ትልቅ ውጥረትን ፈጠሩበት። እንዲህ ዓይነት ሁኔታ ብዙዎቻችን ደርሶብን አይተነዋል። በጣም የቀረብናቸው፥ የወደድናቸውና ራሳችንንና ገበናችንን ገላልጠን ያሳየናቸው ወዳጆቻችን እኛ በማናውቀው ምክንያት ድንገት ተለዋውጠው ሲሸሹን፥ ሲያኮርፉን ስላየን፥ የኩርፊያ ጠባይ ካለባቸው አስቸጋሪ ሰዎች ጋር የሚኖሩ ሰዎች ምን ዓይነት ስሜት እንደሚሰማቸው በመጠኑም ቢሆን እናውቃለን።

እንዲህ ዓይነቱ መራራቅ (ኩርፊያ) ሁለት ዓይነት መልክ አለው። አንደኛው፥ ከላይ በዘገየና በዋሲሁን መካከል ተፈጥሮ እንዳየነው ድንገት የሚሆን፥ ምክንያቱ በግልጽ ያልታወቀ መራራቅ ነው። ከአንዳንድ ሰዎች ጋር ትላንትና ማታ አብረን በልተን፥ ተሳስቀን፥ አብረን አምሽተን፥ ዛሬ ባልታወቀ ምክንያት ድንገት ግንኙነታችን የሚቋረጥበት ጊዜ አለ። መሸሽ የመረጠው አንደኛው ወገን ለመራቅ የፈለገበት የራሱ ምክንያት ይኖረዋል። ምክንያቱን ግን ገልጾ መናገር ፈቃደኛ አይሆንም። በዚህ መካከል ልቡን የሚከብደው፥ የራሱ ምክንያት ኖሮት የሸሸው ሰው ብቻ ሳይሆን፥ ምክንያቱን ያልተረዳው፥ በሌላው ወገን ያለውም ሰው ጭምር ነው። ይህን ዓይነቱ ኩርፊያ በአንድ ቤት ውስጥ የማይኖሩ በመሆናቸው፥ ግንኙነታቸውን ከሌሎች ሰዎች ጋር በማድረግ ቀስ በቀስ ሊረሱት ስለሚችሉ፥ የሚያስከትለው ጉዳት ይህን ያህል አሳሳቢ ላይሆን ይችላል። ሁለተኛው ዓይነት ኩርፊያ ግን አብረው በአንድ ጣራ ሥር በሚኖሩ፥ አንዳንዴም አንድ የብርድ ልብስና አንሶላ ለብሰው አንድ አልጋ ላይ በሚተኙ ባልና ሚስት መካከል የሚፈጠረው ነው። ይሄኛው ከመጀመሪያው የበለጠ ከባድ ነው።

(5.ለ) <u>ሌላው በሚናገረው ንግግር "ተጎዳሁ" በማለት የሚያኮርፉ አሉ</u>

ኃይሉና በላይነሽ ቅዳሜ ማታ ወዳጆቻቸውን ዕራት ጋብዘው ስለ ነበረ ቀኑን ሙሉ ቤታቸውን ሲያሳምሩ፥ ምግብ ሲያዘጋጁ ዋሉ። በተባለው ሰዓት ተጋባዦቹ መጡ። ምግቡ ተበላ፤ ጨዋታው፥ ሳቁ፥ ሌላ ነበር። ተጋባዦቹ ብቻ ሳይሆኑ፥ ኃይሉና በላይነሽም ደስ አላቸው። ወደ መጨረሻው ገደማ፥ ቁጭ ብለው ሲጫወቱ፥ በላይነሽ አንዳንድ ነገር እያነሳች ማውራት ጀመረች። ገና ንግግሯን ሳትጨርስ ኃይሉ አቋረጣትና "ታሪኩ እንደዚያ አይደለም" በማለት እያስተካከለ ማውራት ጀመረ። በላይነሽ ያ ቀይ ፊቷ በርበሬ መሰለ። በተቻላት መጠን በውስጧ የተሰማትን ስሜት እንግዶቹ እንዳያውቁባት ከፍተኛ ጥረት አደረገች። በላይነሽ ፊት ላይ አንዳንድ ሁኔታዎችን ቢያዩም፥ ኃይሉም ሆነ የተጋበዙት ሰዎች ስሜቷን ምን እንደለወጠው፥ ምን ቅር እንዳሰኛት አልተረዱም ነበር። ሰዓቱ መምሸቱን በመመልከት ሁሉም ጋባዦቹን እያመሰገኑ ወደ ቤቱ ሄደ። በበላይነሽ ልብ ውስጥ ምን እየተካሄደ እንደሆነ ያላወቀው ኃይሉ፥ "በጣም ጥሩ ጊዜ ነበረን አይደል?...." ሲል በላይነሽን ጠየቃት። በላይነሽ ግን የጠበቀውን ዓይነት መልስ አልሰጠችውም። ልክ እንግዶቹ እንደወጡ መናገሯን አቆመች። ኃይሉ መልስ በማጣቱ "...ምነው? ምን ሆንሽ?..." ብሎ ጠየቃት። "...ምንም!.." የሚል አጭር መልስ ሰጠችው። አሁንም በመደጋገም "...ምን ተናግሬ አስቀይሜሽ ይሆን?..." በማለት ቢጠይቃት መልስ ከለከለችው። ብዙ ጊዜ እንግዶች ተጋብዘው ሲሄዱ፥ ዕቃውን አነሳስተውና አጥበው

ነው ወደ መኝታቸው የሚሄዱት። በዚያን ዕለት ግን ሁሉም ዕቃ እንደተዝረከ ረከ ትታ መኝታ ቤት ገብታ ጥቅልል ብላ ተኛች።

ኃይሉ አዕምሮው በጥያቄ ተሞላ። "ምን ሆና ይሆን?" በማለት ማሰብ ጀመረ። "እርሷ የተበላበትንና የተጠጣበትን ዕቃ እንዳለ ትታ ከተኛች እኔም ትቼው እተኛለሁ" ሳይል፣ ዕቃዎቹን አጥቦና በየቦታቸው አስቀምጦ ከጨረሰ በኋላ ለመተኛት ወደ መኝታ ቤት ገባ። አሁንም በድጋሚ "ምን ሆንሻል?" ብሎ ጠየቃት። "ደክሞኛል!" በማለት አጭር መልስ ሰጠችው። ለመተኛት አልጋው ላይ ልክ ሰውነቱን ሲያሳርፍ፣ ሰውነቱ ሰውነቷን እንዳይነካው ፈንጠር ብላ ርቃ ተኛች። አሁንም ተስፋ ሳይቆርጥ፣ እቅፍ አድርጎ "...በልዬ! ምን ሆንሽ?" አላት። ለጥያቄው መልስ ሳትሰጠው፣ እጁን ከላዩዋ ላይ አስለቅቃ፣ ከአልጋው ወርዳ ሳሎን ሄዳ ሶፋው ላይ ጋቢ ለብሳ ተኛች። ኃይሉም በዚህ ሁኔታ ምንም ማድረግ ስላልቻለ፣ ዝም ብሎ ተኛ። ጥዋት ወደ ሥራ ለመሄድ ሲነሳ፣ ያለወት ሮዋ እንደተኛች ነች። ማታ ከሥራ ሲመለስም ሊያነጋግራት ሞክሮ አሁንም እንዳኮረፈች ነች። እርሱ መኝታ ቤት ይተኛል፣ እርሷ ሳሎን ሶፋ ላይ ትተኛ ለች። በዚህ ዓይነት ጥቂት ቀናት ካያት በኋላ፣ "ከእኔ ጋር መተኛት ካልፈለግሽ፣ ባይሆን እኔ ሶፋው ላይ ልተኛ፤ አንቺ መኝታ ቤትሽን አትልቀቂ..." አላት። መልስ ሳትሰጠው ሳሎን መተኛቷን ቀጠለች። በላይነሽ በዚህ ዓይነት ኩርፊ ያዋ ሦስት...አራት...አምስት ሳምንታት አለፈው። በዚህ ዓይነት ለምን ያህል ጊዜ እንደምትቀጥል ኃይሉ ግራ ገባው። ነፍሱ ተጨነቀች። ኑሮአቸው እንደ በረዶ ቀዘቀዘ። ከስድስት ሳምንት ኩርፊያ በኋላ አንድ ቀን ከሥራ ሲመጣ፣ "ላነጋግርህ እፈልጋለሁና ቁጭ በል.." አለችው። "ደስታውን አልችለውም" ብሎ ተቀመጠ።

"በጣም እዝኜብሃለሁ... በጣም ተቀይሜሃለሁ..." አለችው። "ምን አድር ጌሽ ነው?" ሲል ጠየቃት። "...እኮ አትችኩል... ዝም ብለህ አዳምጠኝ" አለ ችው። "...እነ እከሌን እራት የጋበዝን ምሽት ታስታውሳለህ?... በእነርሱ ፊት ውሽታም ነው ያለኝሽኝ... በሕይወቴ እንደዚያን ቀን አፍሬ አላውቅም... አንድ ነገር ስናገር ንግግሬን አቋርጠህ የተናገርከውን ታስታውለዋለህ?... አንተ አዋቂ፤ እኔ ግን ደንቆሮ እንድመስል ለማድረግ ብለህ ነው እንደዚያ በሰው ፊት ያዋረድከኝ..." አለችው። "ይኸው ነው?..." ሲል ጠየቃት። "አዎን!... የአ ንተ ችግርህ ሁልጊዜ ስትጎዳ አይታወቅህም... ሲነግሩህ ደግሞ ኢቃለህ ታዋ ለህ...ለዚህ ነው ለመናገር ፈቃደኛ የማልሆነው" አለችው። "...ይህን ያህል ሳምንት ከምታኮርፊና ቤታችን፣ ኑሮአችን እንዲቀዘቅዝ ከምታደርጊ ለምን ወዲያው አልነገርሽኝም?...ከጎዳሁሽ ይቅርታ እጠይቅሽና ኑሮአችንን እንቀ ጥል ነበር... ለምን ሁልጊዜ በኩርፊያሽ ታስቸግሪኛለሽ?...." አላት። "... አ

ኸው!... አየኸው!...ችግሩን ወደ እኔ መልሰህ ስታመጣው.... ሁልጊዜ ሌላውን ጥፋተኛ ማድረግ ልማድህ ነው..." አለችው።

በላይነሽ በቀላሉ የማኩረፍ ጠባይ ስላላት፣ ኃይሉ የሚኖረው ሁልጊዜ በፍርሃትና በስጋት ነው። ኩርፊያዋን ስለሚጠላ፣ አንድ ነገር ሳላውቅ ተናግሬ እንዳላስቀይማትና እንዳላስኮርፋት ብሎ ከመጠን በላይ ይጠነቀቃል። ምንም ያህል ቢጠነቀቅም፣ የማያስቀይመው ሲያስቀይማትና ሲያስኮርፋት ስለሚያይ፣ አስቸጋሪ ሰው ሆናበታለች። አንድ ቀን የአንድ ሰው ስም አነሳችና፣ "እርሱ እኮ እንዲህ ዓይነት ሰው ነው..." ብላ ተናገረች። ይህን በመሰለ ምክንያት ከዚህ በፊት ስታኮርፍ ስላላያት፣ ያስቀይማት ይሆናል ብሎ ሳያስብ፣ "አይ! አንቺ እንደገለጽሽው ዓይነት ሰው አይደለም... እንዲህና እንዲህ ዓይነት ሰው ነው" አላት። ወዲያው ፊቷ ተለዋውጦ፣ "...እኔን ሚስትህን ከማመን፣ የሩቅ ሰው ማመንና መደገፍ ልማድህ ነው..." አለችው። ኃይሉ ግራ ግብት ይለውና፣ "አሁንስ ግራ ገባኝ። ሁሉ ነገር ስለሚያስኮርፍሽ መቼ ዝም ማለት፣ መቼ መና ገር እንዳለብኝ ማወቅ አቃተኝ። የአንቺን አስተያየት ከመስማት በስተቀር ሀሳ ቤን መግለጽ አልችልም ማለት ነው?" አላት። በዚህ ትንሽ ምክንያት አንድ ወር ሙሉ አኮረፈችው።

(5.ሐ) <u>የሚፈልጉትን ለማግኘት ኩርፊያን የሚጠቀሙ ሰዎ</u>

"ኩርፊያ" በተለይ በአንዳንድ ባልና ሚስት መካከል ጎልቶ የሚታይ ችግር ነው። ከሁለቱ መካከል አንደኛው የሚፈልገውን ነገር ካላገኘ፣ ወይም ለጠየቀው ጥያቄ "እሺ!" ካልተባለ፣ ፈቃዱን አልፈጽምም ካለው ወይም ከተቀየመው ሰው ጋር የነበረውን የንግግር ግንኙነት ያቆማል። በተለይ በአንድ ጣራ ሥር ከሚኖሩት ሰው ጋር የንግግር ግንኙነት ሲቆም፣ አብሮት የሚኖረውን ሰው የማስጨነቅ ኃይል እንዳለው በዚህ ልምምድ ውስጥ ያለፉ ሁሉ ያውቁታል። ይህንን የተረዱ አንዳንድ ሰዎች ሌላውን ለማጥቃት ኩርፊያን እንደ መሣሪያ እንደሚጠቀሙበት እናውቃለን። ለምሳሌ፣ ከባሏ የምትፈልገውን ነገር በትክ ክል ጠይቃ ማግኘት ያቃታት ሴት፣ "ባሌ ኩርፊያዬን ስለሚፈራ አድርግ ያል ኩትን ሁሉ ያደርጋል" ብላ ስለምታምን፣ ሁልጊዜ የባሏን ፈቃድ ለመጫን ኩርፊያን ትጠቀምበታለች። ኩርፊያን እንደ መሣሪያ አድርገው የሚጠቀሙ በት ሴቶች ብቻ ሳይሆኑ፣ አንዳንድ ወንዶችም እንዳሉ የታወቀ ነው። የማኩ ረፍ ጠባይ ያለው ወንድ፣ ሚስቱ የምታደርገው አንዳንድ ነገር ደስ ካላሰኘው፣ "የምትሠሪው ሥራ አላስደሰተኝም" በማለት ፈንታ ስሜቱን በመደበቅ ዝም ይላል። ለጊዜው የፈቀደችውን ስታደርግ ዝም ይበል እንጂ፣ በውስጡ ምሬትና ቅሬታ እያጠራቀመ መሆኑ ግልጽ ነው። ይሄም አንድ ቀን ሲፈነዳ፣ እርሱንም ሆነ እርሷን ከመጠን በላይ የሚጎዳ መሆኑን ሁለቱም የተረዱት አይመስሉም።

ዝም ማለት ወይም ማኩረፍ፣ በሁለት ሰዎች መካከል የተፈጠረውን ግጭት የሚፈታ ትክክለኛ መፍትሔ እንዳልሆነ የታወቀ ነው። ዶክተር ሌስ ፓሮት፣ (Les Parrott) በመጽሐፋቸው የአኩራፊዎችን ጠባይ ሲገልጹ እንዲህ አሉ፣[7]

"የአዕምሮ ሕክምና ጥናት ተማሪ (Medical Psychologist) በነበርኩበት ጊዜ ከፍተኛ የእሳት ቃጠሎ ለደረሰባቸው በሽተኞች ሕክምና የሚሰጡትን ሀኪሞች አንዳንድ ነገር እየጠየቅሁ እማር ነበር። በእሳት የተቃጠለው ሰውነታቸው ለመዳን ብዙ ጊዜ ስለሚፈጅና ሕክምና ሲደረግላቸው በጣም ስለሚያማቸው፣ አንዳንዶቹ በሕይወት ለመኖር ፍጹም ተስፋ የቆረጡ ነበሩ። አስታማሚዎች እነዚህን በሽተኞች ትልቅ የገላ መታጠቢያ ሳህን ላይ አስቀምጠው በጥንቃቄ የተቃጠለውን ቆዳቸው እንዳይመረቅዝ መድሐኒትነት ያለው ቅባት ሲቀቧቸው፣ '...አትንኩኝ... አትንኩኝ...' ብለው ይጮኻሉ። ልክ እንደዚሁ የማኩረፍ ጠባይ ያላቸውም ሰዎች በተለያየ ምክንያት ማንም እንዳይጠጋቸው በሽሽት የሚኖሩ ናቸው። የሚያስደንቀው፣ ከሰው የሚሸሹት፣ ከምንጊዜውም የበለጠ ሰው በሚያስፈልጋቸው ጊዜ መሆኑ ነው።"

(5.መ) *<u>የውስጥ ችግር ሲኖርባቸው የሚያኮርፉ አሉ</u>*

አንዳንድ አኩራፊዎች፣ ካሉበት ሕብረት ተፈናጥረው ለብቻ መሆንን የሚመርጡት፣ የግል ምክንያት አላቸው። ያኮረፉት ሰው እነርሱ እንደሚሉት አጥፍቶ ወይም ነድቷቸው ሳይሆን፣ በራሳቸው የግል ሕይወት ውስጥ አንዳንድ ነገር ልክ ሳይመጣላቸው ሲቀር፣ የራሳቸውን ችግር በሌላው ላይ ለማመካኘት ሲሉ ነው። ለምሳሌ ከላይ የገለጽናት በላይነሽ በባሏ በኃይሉ ላይ ያኮረፈችው፣ የኃይሉ በደል ከፍተኛ ሆኖ ሳይሆን፣ በውስጧ የዝቅተኛነት ስሜት ስለሚሰማት ብቻ ነው። እርሷን የሚመለከት ጥቂት ነገር ሲያጋጥማት፣ "ዝቅተኛ ነቷን..." የነካባት ይመስላትና ቶሎ ታኮርፋለች። አንዳንድ ጊዜ አንዳንዶች በውስጣቸው የተፈጠረውን ችግር ራሳቸውም ምክንያቱን የማያውቁበት ጊዜ እንዳለ የታወቀ ነው። ይሁን እንጂ፣ ሌላውን በመግፋታቸው፣ ወይም በመሸሻቸው፣ ራሳቸውን የተከላከሉ ይመስላቸዋል። ከላይ ሲታዩ ምንም የጎደላቸው መስለው አይታዩም። ከውስጣቸው ግን እርካታም ሆነ ሰላም የሌላቸው ናቸው። በውስጣቸው የዝቅተኛነት ስሜት ስለሚሰማቸው፣ በተለይ አብረውት የሚሠሩት፣ ወይም የተጎራበቱት ሰው በኑሮው፣ ሌላው ቀርቶ በመልክ እንኳን ከእነርሱ የተሻለ መስሎ ከታያቸው፣ በሰዎች ዘንድ ተወዳጅነትና ተቀባይነት ካለው፣ ሰዎች እያደነቁ ስለ እርሱ መልካም ነገር ከተናገሩ በዚያ ሰው ላይ ከፍተኛ ሠራራነትና ጥላቻ በውስጣቸው ይፈጠራል። ሌላ የሚያጠቁበት መንገድ ስለሌላቸው፣ ያንን ሰው ምክንያት እየፈለጉ ያኮርፉታል። አብረዋችሁ የሚሠሩ፣ በአንድ ጣራ ሥር አብረዋችሁ የሚኖሩ፣ በትንሹም ሆነ በትልቁ ምክንያት እየፈለጉ የሚያኮርፉ በመሆናቸው፣ "ምን በድዬ ይሆን?" እያላችሁ ሁልጊዜ ራሳችሁን መመርመር የሰለቻችሁ ትኖሩ ይሆን? ችግሩ ያለው እናንተ ላይ ሳይሆን፣ አኩራፊዎቹ ላይ ነውና ራሳችሁን አታስጨንቁ። ኩርፊያ የአንዳንድ አስቸጋሪ ሰዎች ባሕሪ ሲሆን፣ እንዴት አብራችሁ መኖርና መሥራት እንደምትችሉ ለእናንተም የሚጠቅም አሳብ እዚህ ምዕራፍ መጨረሻ ላይ ለመስጠት ሞክረናልና በጥንቃቄ ያንን ክፍል ተመልከቱት።

6 ~ "ለእኔ ብቻ ይደረግልኝ" ባይነት

ቁጥራቸው ጥቂትም ቢሆን ሌላውን ሰው የመርዳት፣ የማገልገል፣ በችግሩ ሰዓት የመድረስ ልዩ የሆነ ስጦታ ያላቸው ሰዎች አሉ። በተፈጥሮአቸው ዕርዳታ የሚያስፈልገውን ሰው እያዩ ዝም ማለት አይሆንላቸውም። ጊዜ ቢኖራቸውም፣ ባይኖራቸውም የተቸገረ ሰው ሲያዩ የዕርዳታ እጃቸውን ሳይዘረጉ ፈጽሞ የማያልፉ ሰዎች አሉ። በሌላ በኩል ደግሞ ሁልጊዜ እንዲደረግላቸው ከሌላው የሚጠብቁ፣ እነርሱ መሥራት ያለባቸውን ሥራ ሌላ ሰው እንዲሠራላቸው የሚጠብቁ፣ የራሳቸውን ኃላፊነት ወደ ሌላው የሚያስተላልፉ አሉ። ሲጠማቸው ተነስተው ውሃ ቀድተው መጠጣት፣ የሚፈልጉትን ዕቃ ማምጣት ሲችሉ፣ ሁልጊዜ ተቀምጠው፣ ሌላ ሥራ እየሠራች መሆኗን እያዩ፣ ሚስታቸውን "ውሃ ስጪኝ... ያንን አቀብይኝ... በሩን ዝጊው..." በማለት ትዕዛዝ ሲሰጡ ይሰማሉ። አንዳንዶቹ ሰነፎች ሆነው አይደለም። በተለይ አንዳንድ ኢትዮጵያውያን ወንዶች ሥልጣናቸውን፣ ወይም የቤት ራስ መሆናቸውን ለማሳወቅ ለሚስቶቻቸው ትእዛዝ በመስጠት የሚመስላቸው አሉ። እንደነዚህ ዓይነቶቹ ራሳቸው ማድረግ ሲችሉ ሁልጊዜ እንዲደረግላቸው ማዘዝ ደስ የሚላቸው ናቸው። ሁልጊዜ "ይደረግልኝ... ያንን አምጪ... ያንን አቀብይኝ...." የሚሉ ወንዶች ብቻ አይደሉም፤ ከሴቶችም መካከል ቁጭ ብለው ትዕዛዝ የሚሰጡ አሉ። ደብሪቱና ሁነኛው ከሌሎች ባልና ሚስቶች የበለጠ አብረው ጊዜ ያሳልፋሉ። ሁልጊዜ አብሮ መሆኑ በትክክለኛው መንገድ እስከ ሆነ ድረስ መጥፎነት የለውም። ነገር ግን አንዱ ሌላውን እንደ ምርኩዝ አድርጎ ሊጠቀምበት ከሆነ፣ አንድነታቸው ጤናማ አይደለም። ደብሪቱ ሁነኛውን "በእኔና በአንተ አንድነትና ሁልጊዜ አብሮ መሆን የማይቀናብን ሰው የለም" ትለዋለች። ባሏ ሌላ ነገር ተሰምቶት የሚሰጣትን አገልግሎት እንዳያቋርጥባት ይሆን ትበል እንጂ፣ ባሏን እንደ

[7] Parrott, Les. High-Maintenance Relationships, Tyndale House Publishers, In., Wheaton, ILL, c1996.

አሽከሯ "ተነስ...ተቀመጥ" እያለች ስታዘው የሚያዩአት ሁሉ ከመታዘብ በስተ ቀር በእነርሱ አንድነት የሚቀና ሰው የለም።

ደብሪቱ ራሷን ችላ የምትሠራው ሥራ አለ ብሎ መገመት ያስቸግራል። በሁሉ ነገር ሁነኛው መግባት አለበት። የዕለቱን ሥራ ጨርሶ ወደ ቤት ሲመጣ፥ ገና በሩን ከፈት ሲያደርግ፥ "ሁነኛውዬ! እንደ ዛሬ ታምሜ አላውቅም፤ ከባድ ጊዜ ነው ያሳለፍኩት። እንኳን እራት መሥራት መጸዳጃ ቤት መሄድ እንኳን አልቻልኩም። ምንእንደነካኝ አላውቅም..." ትለዋለች። በሌላ መንገድ "እራት አልሠራሁምና አንተ እራት ሥራ...." ማለቷ ነበር። ይህን ዓይነቱ ሁኔታ ለሁነ ኛው አዲስ ነገር ስላልሆነ፥ የራሱንና የቤተሰቡን ሰላም ለመጠበቅ ሲል፥ ምንም ዓይነት የቅሬታ መልክ ሳያሳይ፥ "ግድ የለም... እኔ እሠራለሁ..." ይልና እራት ለማዘጋጀት ወደ ወጥ ቤት ይሄዳል። ደብሪቱ ያ ብቻ ሳይሆን በጥቃቅኑ ነገር ሁሉ ስሜቷ በቀላሉ የሚጎዳ በመሆኑ፥ በዚያም አቅጣጫ እርዳታ የምትፈልግ ነች። በውስጧ የሚሰማትን ሰላም ማጣት፥ የበደለኛነት ስሜትና ወዘተ. እንዲ ያረጋጋላት ስለምትፈልግ፥ የሚሰማትን ስሜት ሁሉ በምክር ለሚረዳት ለሁነ ኛው ታፈስለታለች። ምክር በመስጠት፥ በማጽናናት፥ በጠቅላላው እርሷን ለማረጋጋት በየዕለቱ የሚፈጀው ጊዜ ትንሽ አይደለም። "በጥቃቅኑ ነገር ሁሉ አንተን አስቸገርኩህ" በማለት ፈንታ፥ ለእርሱ ካላት ፍቅር የተነሳ የምታደር ገው አስመስላ "አንተን የማምነውን ያህል በጌታ ብታመን ብዙ በረከትን አገኝ ነበር" ትለዋለች።

በሕይወታችሁ ደብሪቱን የመሳሰሉ፥ ራሳቸውን ችለው የማይቆሙ፥ ለሁ ሉም ነገር የእናንተን እርዳታ የሚፈልጉ፥ ፍላጎታቸውን መሟላቱን እንጂ "ይደክመዋል፥ ጊዜ የለውም፥ አስለቸዋለሁ" የማይሉ፥ ሁልጊዜ መቀበል እንጂ መስጠት የማይሆንላቸው አንዳንድ ሰዎች አጋጥሟችሁ ይሆን? እንደነዚህ ዓይነት አስቸጋሪ ሰዎች የትኛውም ቦታ መኖር ስለሚችሉ፥ ቢያጋጥማችሁ አትደነቁ። እነዚህ መቀበል እንጂ መስጠት ፈጽሞ የማይሆንላቸው አስቸጋሪ ሰዎች፥ ማብቂያ ለሌው ጥያቄዎቻቸው ሁሉ መልስ መስጠት እጅግ አድካሚ እንደሆነ የታወቀ ነው። እነዚህ አስቸጋሪ ሰዎች ለሚጠይቋችሁ ጥያቄ ሁሉ ሁልጊዜ "እሺ!" ማለት እንደሌለባችሁ ማወቅ ይገባችኋል። ግጭትን ለማስወ ገድ ስትሉ ሁልጊዜ "እሺ!" ማለታችሁ የበለጠ ያበላሻቸዋል እንጂ አያሻሽላቸ ውም። የጠየቁትን ሁሉ "እሺ!" በማለት ብታሟሉላቸው እንኳን ሁልጊዜ ልታስደስቷቸው እንደማትችሉ ማወቅ አለባችሁ። ሁልጊዜ "እሺ!" ስትሏቸው ኖራችሁ ከአቅማችሁ በላይ በሆነ ምክንያት አንድ ቀን "አልችልም" ብትሏ ቸው፥ ጠርነት እንደሚያስቡባችሁ እወቁ። በዚህ ዓይነት አስቸጋሪ ለሆኑባቸው ሰዎች፥ ገንዘብ እየተከፈላችሁ እንደምታገለግሉ አሽከሮቻቸው ወይም ገረዶ ቻቸው ሳትሆኑ፥ ጥሩ ጓደኛና ወዳጅ ልትሆኗቸው ትችላላችሁና መጠቀሚያ እንዳያደርጓችሁ አስፈላጊውን ጥንቃቄ ማድረግ ይገባችኋል።

ማንኛውም ግንኙነት (አንድነት) ጤናማ መሆን የሚችለው፥ ሁለቱም ወገን እኩል ነጻነት ሲኖረው ብቻ ነው። በማንኛውም ግንኙነት ወይም ሕብ ረት ውስጥ አንዱ ብቻ ሳይሆን ሁለቱም ወገን ማደግ አለበት። በእኩልነት ላይ ያልተመሠረተ አንድነት ዘላቂነቱ ያጠራጥራል። ከላይ የገለጽናቸው አስቸጋሪ ሰዎች፥ ወዳጅ ያደረጉትን ሰው ነጻነቱን ከልክለው፥ ራሱን ችላ ብለው የእ ነርሱን ፍላጎት ብቻ የሚፈጽሙ መሣሪያዎች ሲያደርጓቸው እናያለን። በሌላ በኩል ደግሞ ያ ሁልጊዜ ፍላጎታቸውን የሚፈጽመው ሰው ከሌሎች ሰዎች ጋር ከተቀራረበ ወይም ወዳጅ ከሆነ፥ በቀላሉ ይከፋቸዋል። ማንም ሰው አንዲ ጋራባቸው አይፈልጉም። እነዚህ አስቸጋሪ ሰዎች ከሌላው ጋር ወዳጅነት ሲመሠርቱ፥ ወዳጅነቱ እንዲጸና እነርሱ የሚያደርጉት አስተዋጽኦ ባይኖርም፥ ከሌላው ወገን ግን ሁልጊዜ ብዙ እንዲደረግላቸው ይጠብቃሉ። የሚያስገር መው የእነዚህ ሰዎች ፍላጎትና "ይደረግልኝ" ባይነት ምንጊዜም ቢሆን ማቆሚያ የሌለው መሆኑ ነው። የጎደላቸው ምንም ነገር ባይኖርም፥ ምን ጊዜም ቢሆን እርካታ ያላቸው አይደሉም። አንዱን ሲያገኙ፥ ሌላ ነገር ይፈልጋሉ። የማይ ጠቀሙበትን ዕቃ እንኳን፥ ሌላው ሰው ይጠቀምበት ብለው አውጥቶ መስጠት ወይም መጣል፥ ከሥጋቸው ቦጭቆ እንደመውሰድ ያህል ይሰማቸዋል። አንድ ነገር እንዲደረግላቸው ጠይቀው ካልተደረገላቸው፥ "እምቢ!" ያለውን ሰው የበደለኛነት ስሜት እንዲሰማው የማድረግ ልዩ ጥበብና ዘዴ ያላቸው ናቸው። ለምሳሌ ሆስፒታል ቀጠሮ ሲኖራቸው ብቻቸውን መሄድ ካልፈለጉ፥ "አብረሽኝ ሂጂ" ብለው በመጠየቅ ፈንታ፥ "የምርመራዬን ውጤት ሀኪሙ የሚነግረኝ ዛሬ ነበር፤ ብቻዬን ብሄድና መስማት የማልፈልገውን ቢያሰማኝ አንድ ነገር እሆና ለሁ ብዬ እፈራለሁ" ይላሉ። ባሏ ይህንን ሲል የምትሰማዋ ሚስት፥ "እኔ አብ ሬህ እሄዳለሁ" ሳትለው ብቻውን ቢሄድ፥ ከፍተኛ የበደለኛነት ስሜት እንደሚ ሰማት የታወቀ ነው።

ሁልጊዜ "ይደረግልኝ" ባዮች በራስ ላይ ያተኮረ ሕይወት ያላቸው በመሆና ቸው፥ ስለ ራሳቸው እንጂ ስለ ሌላው ሰው ፍላጎት እንዲሁም ስለ ሌላው ሰው ስሜት ፍጹም ግድ የሌላቸው ናቸው። ከመጠን በላይ ራሳቸውን የሚወዱ መሆናቸው እንዳይታወቅባቸው አስመስለው ለመኖር ቢሞክሩም፥ አብረዋቸው ከሚኖሩት ሰዎች ባሕሪያቸው የተሰወረ አይደለም። "ይጠቅመናል" ብለው ከሚያስቡት ሰው ጋር መራራቁ ጭንቀት ውስጥ ይከታቸዋል። የሚጨነቁት ለዚያ ሰው ካላቸው ፍቅር የተነሳ ሳይሆን፥ ራሳቸውን ችለው ለብቻቸው መቆም እንደማይችሉ ስለሚያውቁ፥ እንዲሁም በዚያ ሰው አማካኝነት የሚያገኙትን ጥቅም የሚያጡ ስለሚመስላቸው ብቻ ነው። ስለዚህ እንደ ምርኩዝ የሚጠቀ

ሙብት ሰው ሁልጊዜ ከአጠገባቸው እንዳይርቅ የተቻላቸውን ያህል ከፍተኛ ጥረት ያደርጋሉ። ያ መጠቀሚያ ያደረጉት ሰው በአንድ ምክንያት አጠገባቸው ባልተገኘበት ወቅት ጥቂት በጎ ያልሆነ ነገር ድንገት ካጋጠማቸው፣ በቀላሉ ይበረግጉና በአካባቢያቸው ካለው ሁሉ ዕርዳታ ለማግኘት ለሚሰማቸው ሁሉ ጉዳታቸውን ያውጃሉ። በዚህ ዓይነት ሁኔታ ሁሉም የእርዳታ እጁን ስለሚዘረጋላቸው፣ አንዳንድ አስጊ ሁኔታ (crisis) ሲፈጠር ደስ የሚላቸው ጊዜ አለ። ሰዎችን ወደ እነርሱ የሚስብላቸው ስለሚመስላቸው፣ ችግረኛ (needy) ሆኖ መታየት ደስ ይላቸዋል። ይሄም ሌላውን ሰው መጠጋት የሚችሉበት አንዱ መንገዳቸው ነው። ተረጂነታቸው (ችግረኛነታቸው) ቁሳቁሳዊ ነገር ብቻ ሳይሆን፣ ሥነ-ልቦናዊ (psychological) ነገር ጭምር ነው። ይሄም ከውስጣቸው የሰው ዕርዳታ የመፈለግ ኃይለኛ የሆነ ጥማት እንዳላቸው የሚያሳየን ነው። ከውጪ በሚያዩዋቸው ሰዎች ዘንድ ትልቅ መስለው ለመታየት ይሞክሩ እንጂ፣ ከውስጣቸው ግን የዝቅተኛነት ስሜት ያጠቃቸው እንደሆነ ግልጽ ነው። ሰው ስለ እነርሱ የሚሰጠውን አስተያየት ስለሚፈሩ፣ ራሳቸውን ችሰው መቆም አለመቻላቸውን፣ ሁልጊዜ ሌላውን ሰው መፈለጋቸውን ማንም ሰው በምንም ዓይነት እንዲያውቅባቸው አይፈልጉም።

"ለዚህ ዓይነቱ ባሕሪያቸው ምክንያት የሆነው ምን ይሆን?" ብለን መጠየቃችን አይቀርም። ኃላፊነት ሳይማሩ ያደጉ ልጆች ከመጠን በላይ የሚፈሩት ነገር ቢኖር አንደኛው፣ ሥራ ሠርተው፣ ራሳቸውን ችሰው መኖርን ነው። እንደእነዚህ ዓይነቶቹ ቢሠሩ ሥጋቸው የሚፈራርስ ስለሚመስላቸው ከሥራ የሚሸሹበትን ምክንያት ይፈልጋሉ። አንዳንዶቹ ደግሞ ከወላጆቻቸው ስለ ሥራ ክቡርነት እየተነገራቸው ያደጉ አይደሉም። የሚፈስ ውሃ ቀና ሳታደርግ፣ ተቀምጣ አሽከር እያዘዘች ብቻ የኖረችውን እናትዋን እያየች ያደገች ሴት፣ አግብታ በተራዋ ቤተ ሰብ ስትመሠርት፣ ሥራ መሥራት ውርደት መስሎ ስለሚታያት፣ ተቀምጣ ሁሉን ነገር ሌላው ሰው እንዲሠራላት እያዘዘች መኖር ትፈልጋለች። አልፎ አልፎ ጥቂት የሠራች እንደሆነ የተበደለች ስለሚመስላት በቤተ ሰቡ ላይ ትነጫነጫለች። እንዲሁም ቁጭ ብላ "ወይኔ! ገረድ ሆንኩ አኮ!" እያለች ለራሷ ታለቅሳለች። እንደነዚህ ዓይነቶቹ አብረዋቸው ለሚኖሩ ሰዎች አስቸጋሪና ሸክም መሆናቸው ብቻ ሳይሆን፣ ላሉበትም ሕብረተሰብ ሸክም እንደሚሆኑ ግልጽ ነው።

ስንፍናቸውን ለማስቀምና ለሕብረተሰቡ ጠቃሚ አካል እንዲሆኑ ምክር ቢሰጣቸው፣ የሰደቧቸውን ያህል የሚቆረቁራቸው ናቸው። ብዙ ሳይሠሩና ብዙ ሳይለፉ፣ የሌሎችን ሰዎች ጉልበት በልዩ ልዩ ዘዴ ተጠቅመው የተሳካላቸው ከሆነ ደግሞ፣ "ምንም ሳልደክም የእኔ ጌታ ከሰው ሁሉ በላይ አንቀባሮ ያኖረኛል" በማለት እውነት ያልሆነ ምስክርነት ይሰጣሉ። ይህን ሲሉ እግዚአብሔር ስንፍናን የሚደግፍ አስመስለው ማቅረባቸው እንደሆነ ያወቁት ግን አይመስሉም። ሌላው ያልተረዱት ነገር ቢኖር፣ "አለን" የሚሉት ነገር፣ እንዲሁ የበቀለ ሳይሆን፣ የተጠጉት ሰው የለፋበት መሆኑን ነው። እነርሱ አይሥሩ እንጂ፣ ሌላው ሰው ለፍቶበታል። ምንም ሳይሠሩ፣ በሰዎች ተጠቅመው ባገኙት ፍሬ የሚታበዩ መሆናቸው የበለጠ ያሳዝናል። በራሳቸው ማፈር ሲገባቸው፣ በትጋት የሚሠራውን ሰው "እንዲሁ ትደክማለህ...." ብሎ መንቀፍ ሌላው የሚያስገርም ጠባያቸው ነው። እነዚህ ሁልጊዜ እንዲደረግላቸው ከሌሎች ሰዎች የሚጠብቁ፣ የሚፈልጉትን ለማግኘት፣ ሰው እንዲያዝንላቸው ራሳቸውን ምስኪን አድርገው ማቅረብ የሚያውቁበት ናቸው። ለራስ ቁጭ ብሎ በማዘን፣ የተጎዱ መስለው በመታየት፣ በአካባቢያቸው ያሉት ሰዎች ለጊዜው የእርዳታ እጃቸውን እንዲዘረጉላቸው ያድርግ እንጂ፣ ቀስ በቀስ ሁኔታቸውን ሰዎች እየተረዱ ሲመጡ እንደሚሸሿቸው የታወቀ ነው። ጊዜያዊ ዕርዳታ ማግኘታቸውን እንጂ፣ የሰው ሸክም መሆናቸውን ግን የተረዱት አይመስሉም። በሕይወታቸው የደረሰባቸውንም ሆነ፣ ያልደረሰባቸውን ክፉ ነገር ለሚሰማቸው ሰው ሁሉ እያስተዛዘኑ ያወራሉ። "...ባሌ ጨቁኖኝ፣...አስርቦኝ... ...ከለበስኩት ልብስ በስተቀር መቀየሪያ እንኳን የለኝም... የማደርገው ጫማ የተጣመመና የወለቀ ነው..." በማለት እሮሮአቸውን ያሰማሉ። ይህን የሚያደርጉት እነርሱ ሳይደክሙ፣ ሌሎች የደከሙበትን ነገር "በወርቅ ሳህን" ዕርዳታ ለመቀበል አስበው ነው። ቁሳቁሳዊ ነገር እንኳን ባይጠብቁም፣ የሞራል ድጋፍ እንዲያገኙ፣ ሰው እንዲያዝንላቸው፣ ከውስጥ ያልተረጋጋ ስሜታቸውን (insecurity) እንዲደግፉላቸው በማሰብ ነው።

እንደነዚህ ዓይነት ሰዎችን ለመርዳት በጣም ያስቸግራል። ሳያውቁት እግዚአብሔር የሰጣቸውን ችሎታ የሚጠራጠሩ የሥነ-ልቦና ሰንካላዎች ሆነዋል። እንዲህ ዓይነቶቹ ትዳር ይዘው እንደሆነ፣ ትዳራቸውን ለማቆም የራሳቸውን ኃላፊነት በመወጣት ፈንታ፣ ሁሉን ነገር ለኑሮ ጓደኛቸው ጥለው የሚኖሩ ናቸው። የሚያስደንቀው የኑሮ ጓደኛቸውን በማገዝ ፈንታ፣ ያ አንዱ ሰው የሁለት ሰው የሥራ ድርሻ ለመፈጸም እየታገለ፣ ምናልባት አንድ ነገር የጎደለ እንደሆነ፣ "ይሄ እንዲህ ሊሆን ያልቻለው እኔ ኃላፊነቴን ባለመወጣቴ ነው" በማለት ፈንታ "...ይሄ የለኝም...ያ የለኝም... ይሄ አልተሳካልኝም..." ብለው ሁልጊዜ እያጉረመረሙ የሚኖሩ መሆናቸው ነው። ለምሳሌ፣ "...እከሌ ለሚስቱ የሚገዛላትን ልብስና ጫማ አታይም... እኔ ከእርሷ ጋር ስታይ፣ ከገረድ እንኳን አንሳለሁ..." በማለት ባሏ "ማድረግ የሚገባኝን አላደረግሁም" በማለት የበደለኛነት ስሜት (guilt) እንዲያጠቃው ለማድረግ ትሞክራለች። የጠቀሰችው ሰው ያንን ማድረግ የቻለው እንዴት እንደሆነ ቢያውቅም፣ "መልስ ብሰጣት የበለጠ ሰላም ትነሳኛለች..." በማለት ነቀፋውን ሰምቶ ዝም ይላል። የሚያሳ

ዝነው መልስ ሳይሰጥ ዝም በማለቱ፥ ያለችው ነገር ልክ ነው ብሎ የተቀበላት መስሎ የሚሰማት መሆኑ ነው። ያቺ የጠቀስቻት ሴት፥ የምትሰብሰው ልብስ፥ የምታደርገው ጫማ እንዲሁ ከሰማይ የመጣ ሳይሆን፥ ካለባት የቤት ኃላፊነት በተጨማሪ በሳምንት 30 ሰዓት እየሠራች የቤተ ሰቡን ገቢ ከፍ የምታደርግ መሆኗን ብታውቅም፥ ያላወቀች መስላ ለመታየት ትሞክራለች። እቺ "ይሄና ያ አልተደረገልኝም" የምትለዋ ሴት፥ እንኳን ተጨማሪ ሥራ ለመሥራት ቀርቶ ከተቀመጠችበት ድረስ ምግብ ተሠርቶ ይቅረብልኝ የምትል ነች። እንዲህ ዓይነቶቹ ሰዎች ሠርተው ከማግኘት ይልቅ በሰንፍና ተቀምጠው ከሰው የሚያገኙት ወይም የሚቀበሉት ደስ ያሰኛቸዋል፤ እንደ በረከትም ይቆጥሩታል። የማይሠሩበትን ምክንያት ሲገልጹ "ሰነፍ ነው..." እንደማይባሉ የታወቀ ነው። አብዛኞዎቹ የሚሰጡት ምክንያት፥ "...ታምሜአለሁ..." በማለት፥ ሕመማቸውን እየገለጹ "...እንዴት በዚህ ሁኔታ መሥራት እችላለሁ?..." ይላሉ። ሕመማቸው ግን እንደሚሉት ዓይነት ሳይሆን የሥነ-ልቦና ሕመም ነው። ራሳቸውን ከፍ አድርገው ስለሚያዩ፥ ዝቅ ብለው መሥራት ለእነርሱ ሞት ነው። እንዲህ ዓይነቶቹ በተለይ አብሯቸው ለሚኖረው ሰው አስቸጋሪዎች ናቸው። እነዚህን መርዳትና ከእነርሱ ጋር አብሮ መኖር እንዴት ይቻላል? ለዚህ ጥያቄ ወደ ፊት መልስ ለመስጠት እንሞክራለን።

7 ተለዋዋጭነት

አንዱን ሰው አስቸጋሪ ከሚያደርጉት ባሕሪዎች መካከል አንደኛው ተለዋዋጭ የሆነ ባሕሪው ነው። ይኸውም፥ አሁን ጥሩ ሆኖ እንደሆነ፥ ጥቂት ቆይቶ መጥፎ ይሆናል። ለአንድ ሳምንት ያህል ሰላማዊ ሆኖ ቆይቶ እንደ ሆነ፥ ድንገት ባልታወቀ ምክንያት ተሰውጦ አብሮት የሚኖረውን፥ ወይም አጠገቡ ያለውን ሰው መኖር እንዲያስጠላውና እንዲያንገሸግሸው ያደርገዋል። አንድ ሰው ከባድ የሆነ የአዕምሮ ህመም ከሌለበት በስተቀር፥ ሁልጊዜ አስቸጋሪ ሰው እንዴት ይሆናል? ብለን መጠየቃችን አይቀርም። መልካም በሆነበት ወቅት የተዋወቀው ሰው፥ ያለውን ተለዋዋጭ የሆነ ባሕሪ ስለማያውቅ፥ ያለፍርሃት ከዚያ ሰው ጋር ወዳጅነት ይመሠርታል። ከቀኑ መጀመሪያ ላይ፥ አጠገቡ ባለው ሰው ላይ የሚያስመርር ክፉ ድርጊት ፈጽሞበት እንደሆነ፥ ከሰዓት በኋላ አቋሙ ፍጹም ተሰውጦ ሌላ በጎ ነገር ለማድረግ ሲሞክር ይታያል። ሊላው የሚገርመው ነገር፥ የአንዳንድ አስቸጋሪ ሰዎች ጠባይ በየሰዓቱ የሚለዋወጥ መሆኑ ነው። አሁን መጥፎ ሆነው እንደሆነ፥ ጥቂት ቆይተው ጥሩ ሰዎች ሆነው ይገኛሉ። በሌላ ጊዜ ደግሞ "ጥሩ ናቸው" ሲባሉ፥ ባልታወቀ ምክንያት ወዲያው ተሰውጠው ክፉ ሆነው ይገኛሉ። አንዳንድ ጊዜ ያደረጉት ክፉ ነገር ቆርቁሯቸው በመጸጸት ያለቅሳሉ። ጥቂት ቆይተው ደግሞ "እኔ ልክ ነኝ!

አመጽ ተሠራብኝ" ብለው ሽንጣቸውን ገትረው ይከራከራሉ። ባህሪያቸው ቶሎ ቶሎ ስለሚሰዋወጥ፥ አብሯቸው የሚኖረው ሰው "ሁሉም መልካም ነው" ብሎ ተዝናንቶ መኖር አይችልም። "ዛሬ ደግሞ ምን ዓይነት ችግር ይፈጠር ይሆን?" በማለት ሁልጊዜ በፍርሃትና በስጋት ውስጥ ይኖራል። ጥዋት በሠራው መጥፎ ሥራ አልቅሶና ተጸጽቶ ይቅርታ ጠይቆ እንደሆነ፥ ከሰዓት በኋላ ተመሳሳይ የሆነ ወይም ሌላ የባሰ ክፉ የሆነ ነገር ሲፈጽም ይታያል።

እነዚህ አስቸጋሪ ሰዎች፥ ባሕሪያቸው ቶሎ ቶሎ ስለሚለዋወጥ፥ አሁን ሰቀውተ ተጫውተው እንደሆነ፥ ባልታወቀ ምክንያት ድንገት ሲያኮርፉ ወይም ሲቆጡ ይታያሉ። አብሯቸው የሚኖረው ሰው "ጊዜ ጠብቆ በሚፈነዳ" (Time bomb) ፈንጂ ላይ የቆመ መስሎ እስኪሰማው ድረስ በፍርሃት ውስጥ ይኖራል። ባልታሰበ ጊዜ በአካባቢው ያለውን ሰላም እነዚህ አስቸጋሪ ሰዎች ሊያደፈርሱት ስለሚችሉ አብረዋቸው የሚኖሩት ሰዎች ሕይወታቸው በስጋትና በፍርሃት የተሞላ ነው። እስካሁን ከዘረዘርናቸው አስቸጋሪ ሰዎች ውስጥ በጣም አሳሳች የሆኑ እነዚህ ተለዋዋጭ ባሕሪ ያላቸው ናቸው። አንድ ነገር ላይ ተንጠልጥሎ ወደ ፊትና ወደ ኋላ እንደሚወዛወዘው ዓይነት ዕቃ፥ የእነዚህም የአስቸጋሪ ሰዎች ስሜት ልክ እንደዚያው ይለዋወጣል። አሁን የወደዱትን ሰው ከጥቂት ጊዜ በኋላ ሲጠሉት ይገኛሉ። ጤናማ ሰው ለመሆን ሁሉም ዓይነት ስሜቶች ያስፈልገናል። ይኸውም፥ ደስ ሲለን ወይም የሚያስቅ ነገር ሲያጋጥመን መሳቅ፥ የሚያሳዝን ወይም የሚያስለቅስ ነገር ሲያጋጥመን ማልቀስ መቻል አለብን። ችግር የሚፈጠረው በአንድ ዓይነት ስሜት ውስጥ ብቻ ሁልጊዜ ሰመቆየት ስንፈልግ ነው። ማልቀስ በሚገባን ሰዓት በማልቀስ ፈንት ሁልጊዜ መሳቅ ከፈለግን፥ በውስጣችን አንድ ዓይነት ግጭት ይፈጠራል። እነዚህ ተለዋዋጭ ባሕሪ ያላቸው ሰዎች፥ ብዙ ጊዜ ከሌላው ሰው ጋር ጤናማ የሆነ ግንኙነት መፍጠር አስቸጋሪ ይሆንባቸዋል። ምክንያቱም ሚዛን የጠበቁ ባለመሆናቸው፥ ወይም ወደ አንድ አቅጣጫ የበለጠ ያንጋደዱ በመሆናቸው ነው።

8. ሌላውን የመቆጣጠር ፍላጎት

ሰው ብዙ ጊዜ ግጭት የሚያጋጥመው፥ "በጣም ቅርቤ ነው" ከሚለው ሰው ጋር እንደሆነ ግልጽ ነው። ስለዚህም ባልና ሚስት በጣም ተቀራርበው ስለሚኖሩ፥ ብዙ ጊዜ ግጭት ይበዛባቸዋል። ለግጭቶቻቸው ምክንያት ከሚሆኑት ነገሮች መካከል አንደኛውና ትልቁ አንዱ በሌላው ላይ የሚያሳየው ሥልጣን ወይም ኃይል ነው። ባልና ሚስት ቤታቸውን መምራት ያለባቸው በእኩልነት ደረጃ መሆን እንዳለበት ቢያውቁም፥ አንዱ የሌላውን ፈቃድ ተጭኖ የራሱን ፈቃድ ለማስቀደም ሲታገል ይታያል። ቤተ ሰብን በሚመለከት ነጥብ ላይ እግ

ዚአብሔር ለወንድና ለሴት የሰጠው መመሪያ መጽሐፍ ቅዱስ ላይ በግልጽ ተጽፏል። እግዚአብሔር ለወንዶች የሰጠው መመሪያ፣ ***"ባሎች ሆይ! ክርስቶስ ቤተ ክርስቲያንን እንደወደዳት፥ ሚስቶቻችሁን ውደዱ"*** የሚል (ኤፌ. 5፥25) ሲሆን፣ ለሴቶች ደግሞ ***"ሚስቶች ሆይ! ለጌታ እንደምትገዙ ለባሎቻችሁ ተገዙ፤ ክርስቶስ የቤተ ክርስቲያን ራስ እንደ ሆነ ባል የሚስት ራስ ነው"*** የሚል ነው (ኤፌ. 5፥22-23)። እግዚአብሔር ከደነገገው መመሪያ ውጪ ሲሆኑ፣ ወይም የሰጠውን መመሪያ ችላ ሲሉ፣ የሚጣፍጠው ይመራል፤ የሚያምረው ያስቀይማል፤ የሚወደደው ይጠላል። በአጠቃላይ ብዙ ነገር ይበላሽባቸዋል።

ድንቂቱ በዕለታዊ ሕይወቷ ነቀፋ የሌለበት የክርስትና ሕይወት ለመኖር ከፍተኛ ጥረት የምታደርግ ሴት ነች። ይሁን እንጂ፣ አንዳንዶች እንደሚሉት የክርስትና ሕይወት ቀላል ሆኖ አላገኘችውም። ኑሮ አስቸጋሪ እንዲሆን ያደረገባት እንደኛውና ትልቁ ምክንያት ትዳሯ ነው። ክርስቲያን ባል በማግባቷ ሁሉም ነገር "መልካም ይሆናል" ብላ ገምታና ጠብቃ ነበር። ይሁን እንጂ፣ እንደጠበቀችው አልሆነላትም። ያገባችው ባል፣ "ግማሽ አካሌ ነው" ያለችው ሰው ኑሮ እንዲመራትና አስቸጋሪ እንዲሆንባት ምክንያት ሆነባት። ከመጋባታቸው በፊት ለአራት ዓመት ያህል የተቀራረበ ግንኙነት ስለነበራቸው፣ ጥሩውንም ሆነ መጥፎ የሆነውን ባሕሪውን በደንብ ያወቀች መስሏት ነበር። ነገር ግን "ይሆናል" ወይም "ነው" ብላ እንደጠበቀችው አልሆነላትም። ከአስቸጋሪ ሰው ጋር መኖሯን ያወቀችው ገና በጫጉላ ሽርሽር (honeymoon) ላይ ሆነው ነው።

የድንቂቱ ባል፣ ሌላውን የመቆጣጠር ፍላጎት ያለው ሰው (control freak) ነው። ከጫጉላ ሽርሽር ሲመለሱ ድንቂቱ "...አንተ ብዙ ስለነዳህ ሳይደክምህ አይቀርምና በተራዬ እኔ ልንዳ..." አለችው። ድንቂቱ ከአሥር ዓመት በላይ መኪና የነዳች በመሆኗ ጠንቃቃ ነጂ ነች። እያቅማማ እንድትነዳ ፈቀደላት። ገና መሪውን እንደያዘች ትእዛዝ መስጠት ጀመረ። "...ቀስ በይ.... ይህን መኪና ቀድመሽው እለፊ...ፍጥነት ጨምሪ...ፍጥነት ቀንሽ... ፍሬን ያዢ... ቀኝሽን ያዢ... ቀይ መብራት በርቷል... ቁሚ..." በማለት መኪና መንዳት የመጀመሪያዋ ቀን እንደሆነ አድርጎ ትዕዛዝ በመስጠት ነፍሷን አስጨነቃት። ድንቂቱ የአባቡላ ሁኔታ በጣም ቢያስቆጣትም እንዳላስቀየመው ብላ ቅሬታዋን በውስጧ ለመደበቅ ሞከረች። ሲበዛባት መኪናውን ወደ ዳር አቆመችና "ከዚህስ አንተው ብትነዳ ይሻላል..." ብላ ለቀቀችለት። የአባቡላ ችግር ይህ ብቻ አይደለም። ራሱን የሚያየው ሁሉን ነገር የሚያውቅ አድርጎ ስለሆነ እንደ ኃይለኛ አለቃ ለማንኛውም ነገር ትዕዛዝ መስጠት ይፈልጋል። ይህን ዓይነት ባሕሪው ድንቂቱን ቅር ያሰኛት ይሆን? ብሎ ፈጽሞ አያስብም። ድንቂቱን ግን ፍጹም መሯታል። ምን ማድረግ እንዳለባትም ግራ ገብቷታል።

አባቡላ በኑሮአቸው ውስጥ አለቃው ማን እንደሆነ ለድንቂቱ ለማሳወቅ ይህን ያህል ጊዜ አልፈጀበትም። አንዳንድ ቦታ ለመሄድ የቤተሰቡን መኪና የያዘች እንደሆነ ምን ያህል ርቀት ያለው መንገድ እንደሄደች ለማወቅ አስቀድሞ መኪናው የተጓዘበትን ርቀት መለኪያውን (odometer) ይመዘግባል። ከሄደችበት ስትመለስ፣ ከሚገምተው ርቀት በላይ የሄደች ከመሰለው "የት ሄደሽ ነበር...?" ብሎ ይጠይቃታል። "ሱቅ ሄጄ ነው..." ስትለው፣ "ሱቅ ደርሶ ለመምጣት ይህን ያህል ኪሎ ሜትር ይፈጃል እንዴ?" በማለት በቁጣ ተሞልቶ ይናገራታል። የአባቡላ ችግሩ ይሄ ብቻ አይደለም። ከቤቷ የምትወጣበትንና የምትገባበትን ሰዓት ወስኖ ሰጥቷታል። *"...እኔ እቤት እያለሁ በምንም ዓይነት እኔን እቤት አስቀምጠሽኝ የትም መሄድ የለብሽም... እንዲሁም "እኔ እቤት ከመግባቴ በፊት ቀድመሽ እቤት መገኘት አለብሽ... ከዚህ ሰዓት በፊት እቤት መግባት አለብሽ... ከዚህ ሰዓት በኋላ ብትመጪ እኔ እንቺን እያደርገኝ... እዚያው የቆየሽበት እደሪ እንጂ ወደ ቤት ለመግባት እግርሽን እንዳታነሺ..."* በማለት የቀጠነ ትዕዛዝ ይሰጣታል። አባቡላ የአምባገነንነት ባሕሪ ስላለው "ሁሉን አውቃለሁ.... ሁልጊዜ እኔ ብቻ ልክ ነኝ..." ብሎ የሚያምን ሰው ነው።

ሌላውን የመቆጣጠር ፍላጎት ያለው የሥራ አለቃም፣ ከሥሩ ያሉትን ሠራተኞች በጥቃቅኑ ነገር ሁሉ የሚቆጣጠር፣ ሥራ ማከፋፈል የማይሆንለት፣ ሠራተኛው ራሱን ችሎ እንዲሠራ የማያደርግ፣ ለጥቃቅኑ ነገር ሁሉ መመሪያ የሚሰጥ... ሌላው ቀርቶ መጸዳጃ ቤት ለመሄድ እንኳን "ከእኔ ፈቃድ መውሰድ አለባችሁ..." የሚል አለቃ ነው። እንዲህ ዓይነት አለቃ ያለው አንድ ሰው፣ አንድ ቀን አለቃው ከአለቃዎቹ ጋር ስብሰባ ላይ እያለ እንኳኩቶ "...እቶ እከሌ መጸዳጃ ቤት ልሂድ?..." ብሎ ፈቃድ በመጠየቅ አሳፈረው። ስብሰባውን ጨርሶ ሲወጣ፣ ወደዚያ ሠራተኛ ቢሮ ሄዶ፣ "...ሁለተኛ መጸዳጃ ቤት ቀርቶ የፈለግህበት ድረስ...እኔን ፈቃድ አትጠይቀኝ..." አለው። እንዲህ ዓይነቱ አምባገነን አለቃ ሠራተኞች ደስ ብሏቸው እንዲሠሩ በማድረግ ፈንታ ሥራቸውን እንዲጠሉት ያደርጋል። በዚህ ምክንያት ጥሩ የሥራ ውጤት አያሳዩም። አንዳንድ አምባገነን የሆኑ አሠሪዎች እንደ ውሃ የቀጠነ ትዕዛዝ በመስጠት የሚያሠሩት ከላይ ፈገግ እያሉ ነው። ሌሎች ደግሞ ጎጂ የሆነ ከባድ ቃል በመጠቀም ነው። ሁለቱም ዓይነቶች ከሰው ጋር የሚኖራቸው ግንኙነት በጣም የሻከረ ወይም የተበላሸ ነው። ከላይ እንደገለጽነው እንደ አባቡላ አምባገነን ባሕሪ ያላቸው አስቸጋሪ ሰዎች፣ ቤተ ክርስቲያንም ውስጥም ሆነ መሥሪያ ቤታችን ውስጥ እናያቸዋለን። አልፎ አልፎ የምናያቸው ወይም በቅርብ አብረውን የሚኖሩና አብረውን የሚሠሩ ሊሆኑ ይችላሉ። እንዲህ ዓይነቶቹን ለይቶ ማወቅ ይህን ያህል ከባድ አይደለም። አምባገነን ባሕሪ ያላቸው ሰዎች ሁሉንም በቁጥጥራቸው ሥር ለማዋል የሚፈልጉ፣ ሌላውን የሚጎዳ ባሕሪ ያላቸው ናቸው። ሌላ

ውን በቁጥጥራቸው ሥር ማዋል ስለሚፈልጉ፣ ከሰዎች ጋር ጥሩ የሆነ ግንኙነት መፍጠር አይችሉም። የሌላውን አሳብ፣ ምንም ያህል ጥሩና ትክክል ቢሆንም መቀበል አይፈልጉም።

ሌላውን የመቆጣጠር ፍላጎት ባሕሪ የሚያጠቃቸው ወንዶችን ብቻ ሳይሆኑ አንዳንድ ሴቶችም አሉ። አቻምየለሽ ሁልጊዜ በየትኛውም ሥፍራ ቁንጮ ሆና መታየት የምትፈልግ ሴት ነች። ለምሳሌ ከባሏ ከታመነ ጋር ሽር ሽር ለመሄድ ከፈለጉ፣ የት መሄድ እንዳለባቸው፣ ምን ዓይነት ሆቴል ቤት መግባት፣ ምን ዓይነት ምግብ መብላት እንዳለባቸው፣ ሌላው ቀርቶ ምግብ ቤት ከገቡ በኋላ እንኳን የትኛው ጠረጴዛ ላይ መሆን እንዳለባቸው ወሳኟ እርሷ ነች። ከእርሷ ምርጫ ውጪ ባሏ ለመምረጥ ምንም ዓይነት መብት የለውም። አቻምየለሽ የምትፈልገውን ካላገኘች፣ የባሏ ሰላም እስኪደፈርስ ድረስ ከፍተኛ ሁከት ትፈጥራለች። ታመነ ይህንን ስለሚፈራ ሁልጊዜ ምርጫዋ ደስ ባይለውም "እሺ!" ብሎ ተቀ ታመነ ... ብሎ ይኖራል። የአቻምየለሽን አምባገነን ባሕሪ የሚያውቁ ጓደኞቿ ቀስ በቀስ እየሸሿት ይሄዱ ነበር። ባሏ ግን ሚስቱ በመሆኗ እንደ ሌሎቹ ሊሸሻት እንደማይችል ስለሚያውቅ እያዘነ ባሕሪዋን ተቀብሎ ይኖራል። በአምባገነን ባሕሪዋ ምክንያት ሰዎች እንደሚሸሿት፣ ባሏ ቅር እያለው እንደሚኖር እያወቀች፣ ለምን ይህን ዓይነት ጠባይ ታሳያለች? ብለን መጠየቃችን አይቀርም። አቻምየለሽን የሚመስሉ ሰዎች ይህን ዓይነት ጠባይ የሚለማመዱት በሌላው ሰው ላይ የሚያደርሱት ጉዳት ስለማይታያቸው ነው። አምባገነን ባሕሪ ያላቸው ሰዎች ይህን ባሕሪያቸውን ቢተዉ፣ ሁሉ ነገር ከቁጥጥራቸው የሚወጣ፣ የሚፈልጉትን ነገር የሚያጡ ስለሚመስላቸውና ስለሚፈሩ ነው።

ሌላውን የመቆጣጠር ፍላጎት ያላቸው ሰዎች፣ የትም ሥፍራ ስለሚገኙ ብዙዎቹ ይህ ባሕሪያቸው በቀላሉ ይታወቃል። ይሁን እንጂ ይህን ዓይነት አስቸጋሪ ባህሪ ያላቸውን ሰዎች በምን ዓይነት ሁኔታ መያዝ እንዳለባቸው ብዙ ሰዎች አያውቁም። አምባገነን ባሕሪ ያላቸው ሰዎች ሁሉን ነገር በቁጥጥራቸው ሥር ለማዋል የሚፈልጉት ራሳቸውን ከሌሎች ለመጠበቅ የሚጠቀሙበት ዘዴ መሆኑን የሥነ ልቦና ምሁራን ይናገራሉ። ስለዚህ የፈለጉትን ነገር ለማግኘት ባለመቻላቸው ምክንያት ሲቆጡ ወይም ሲበሳጩ ስናይ ምክንያቶቹ እኛ ነን ብለን ማሰብና ራሳችንን መወንጀል የለብንም። "አምባ ገነን ሆንከብኝ.. ሆንሺብኝ..." ብሎ መውቀስም የበለጠ ፍርሃትና አምባገነንነት እንዲሰማቸው ያደርጋል። ከዚህ ይልቅ ግን "ምናልባት አላስተዋልከው/አላስተዋልሽው እንደ ሆነ ነው እንጂ ለምናደርገው ነገር ሁሉ የእኔ ምርጫና ፈቃድ የለበትም..." በማለት የሚሰማንን ትክክለኛ ስሜት መግለጽ መቻል አለብን።

ሌላውን የመቆጣጠር ፍላጎት ያላት ሴት ራሷን ለባሏ ማስገዛት አይሆንላትም። የቤት ራስ መሆኑን በቀጥታም ሆነ በተዘዋዋሪ አጥብቃ ትቃወማለች።

ስለሆነም፣ በእርሷና በባሏ መካከል ከፍተኛ የሥልጣን ትግል ጎልቶ ይታያል። ቤታቸው መሪ፣ አስተዳዳሪ የሌለበት፣ ሁለቱም ደስ ያላቸውን የሚያደርጉበት ይሆናል። በግልም ሆነ በሰው ፊት በባሏ ላይ ንቀት ታሳያለች። የምትኖረው "የሴቶች እንቅስቃሴ" ባየለበት ዘመን ስለሆነ፣ የባሏን የቤት ራስነት መቀበል አይሆንላትም። "ሚስቶች ሆይ! ለባሎቻችሁ ተገዙ" የሚለው ቃል ከጊዜው ጋር የማይሄድ አባባል ነው ትላለች። ራሷን ለባሏ የማታስገዛ ሴት ያለባሏ ፈቃድና ምክር የፈቀደችውን የምታደርግ፣ እንደ ልቧ የምትሆን ሴት ነች። "እኔ ያልኩት ብቻ ይሁን..." የምትለዋን አስቸጋሪ ሴት በፈቃደኝነት ራሷን ካላስገዛች ወንድ በኃይል እንድትገዛ ማድረግ እንደማይችል ስለሚያውቅ ቀስ በቀስ እጁን እየሰጠ ይመጣል። ትዳሩን ላለማፍረስ አንገቱን ደፍቶ ይኑር እንጂ ደስተኛ አይደለም። አንዳንድ የራሳቸውን ፍላጎት ብቻ ለማሟላት የሚፈልጉ ሴቶች "የእኔ ባል የፈቀድኩትን ባደርግ ምንም አይልም" ሲሉ ይሰማሉ። ምንም የማይለው የምታደርገው ነገር ደስ ብሎት ሳይሆን፣ "ሁልጊዜ እኔ ያልኩት ብቻ ይሁን ብላ ስለምትል ብናገርም አትሰማኝም፤ እሺ አትለኝም" ብሎ እንደሆነ ግን አልተረዱትም። ይህን ዓይነት ትዳር ውስጥ ያለ ወንድ፣ ኑሮው ከባድና ትግል የበዛበት ነው። ሁልጊዜ "እኔ ያልኩት ብቻ ይሁን..." የምትለው ሚስቱ ሕይወቱን መራራና አስቸጋሪ ታደርግበታለች።

ሌላውን የመቆጣጠር ፍላጎት ያላቸው ሴቶች ብቻ ሳይሆኑ፣ ከወንዶችም ይህ ዓይነቱ ችግር የተጠናወታቸው ብዙ አሉ። በኃይልና በሥልጣን ሚስቱን እንቀጥቅጦ ለመግዛት የሚሞክር፣ "ቁጭ በይ!" ሲላት ቁጭ እንድትል፣ "ተነሺ!" ሲላት እንድትነሳ የሚፈልግ ነው። የራሱ ንጉሥ፣ የራሱ ጌታ የሆነ፣ እምባ ገነንነት የሚያጠቃው ነው። "ወንድ የሴት ራስ ነው" የሚለው ቃል ትርጉሙ በትክክል ያልገባው፣ ሚስቱን በደሞዝ እንደ ቀጠራት የቤት ሠራተኛ እያዘዘ ለመኖር የሚፈልግ ነው። ሽር ጉድ እያለች የእርሱን ፈቃድ ብቻ እንድታሟላ ይፈልጋል። እርሱ ካልፈቀደላት ምንም ማድረግ አትችልም። ሁለቱም ሠርተው የሚያገኙትን ገንዘብ፣ ባንክ የሚያስገባና የሚያስወጣ እርሱ ብቻ ነው። ሚስቱ በገንዘባቸው ላይ ምንም ዓይነት ሥልጣንና መብት የሌላት ነች። በፈለገው ጊዜ የፈለገውን ያህል ገንዘብ ከባንክ ያወጣል፤ ሌላው ቀርቶ ለምን እንኳን እንደሚያወጣ አታውቅም። "ለምን እንዲህ ይሆናል ብላ ጥያቄ ብታነሳ "ይቆጣል" ብላ ስለምትፈራ ብሶቷን በሆዱ ታጠራቅማለች።

ኃይል የተጠሙ፣ ሌላውን የመቆጣጠር ፍላጎት ያላቸው ሰዎች፣ የተለያየ መልክ አላቸው። አንዳንዶቹ መጥፎ ተግባራቸውን ሥራ ላይ የሚያውሉት፣ ሰላማዊ መስለው በፈገግታ ነው። አንዳንዶቹ ደግሞ ሌላውን የሚጎዳ ቃል በመወርወር ነው። ሚስትየዋ ሲበዛባት ባሏን፣ "አሁንስ ገቢያችንና ወጪያችን ምን ያህል እንደሆን አላውቅም..." ብትለው፣ "...መደመርና መቀነስ የማታውቂ

ለአንቺ ብነግርሽ ምን ይገባሻል?...." በማለት በክፉ ቃል አፍ አፏን በማለት ስብርብሯን ያወጣዋል። "እኔ ያልኩት ብቻ ይሁን..." የሚሉ፣ ሥልጣን የተጠሙ ሰዎች የትም ቦታ ስለሚገኙ በቀላሉ እናውቃቸዋለን። አብረውን የሚኖሩ፣ አብረውን የሚሠሩ፣ ቤተ ክርስቲያን ውስጥ አብረውን የሚያገለግሉ ሊሆኑ ይችላሉ። እነዚህ ኃይል የተጠሙ ሰዎች ማንኛውንም ሰው በቁጥጥራቸው ሥር ካላደረጉ የማይረኩ፣ አብሯቸው ለሚሠራውም ሆነ ለሚኖረው ሰው ሰላም የማይሰጡ፣ በቀላሉ የሚነጫነጩ፣ ሁሉንም የሚነቅፉ፣ ሁልጊዜ "አምጡ" የሚሉ፣ የሰው መብት የማያከብሩ፣ ከማንም ጋር የማይስማሙ አስቸጋሪ ሰዎች ናቸው።

ባንቺ ዓለም ሌላውን የመቆጣጠር ፍላጎት ያላት ሴት ናት። ከባሏ ከታመነ ጋር ወደ ገበያ ሲሄዱ ምን መግዛት እንዳለባቸው ወሳኟ እርሷ ነች። ጭውውታቸውን በቁጥጥሯ ሥር የምታደርገው እርሷ ነች። ሁኔታቸውን ለሚመለከተው ሰው፣ ከመጀመሪያው እስከ መጨረሻው ስትናገር የምትታየው እርሷ ብቻ በመሆኗ፣ ታመነ ዲዳ ሰው ሳይመስላቸው እንደማይቀር እንገምታለን። እንዲሁም አንዳንድ ጊዜ ታመነ ለራሱ ልብስ ለመግዛት ሲፈልግ፣ እርሷ የምትመርጥለትን ልብስ ካልገዛ ታኮርፋለች። አንድ ጊዜ ምርር ሲለው "ልብሱን ገዝቼ የምለብሰው እኔ ከሆንኩ፣ መልበስ ደስ የሚለኝን እንድገዛ ነጻነት አትከልክይኝ..." የሚል ቃል ደፍሮ በመናገሩ አንድ ወር ሙሉ በኩርፊያ ስለቀጣችው፣ ከዚያን ጊዜ ጀምሮ ኩርፊያዋን በመፍራት እርሷ የመረጠችለትን ልብስ ባይወደውም ገዝቶ ወደ ቤቱ ይገባል።

የሚያሳዝነው ይህን ዓይነት ጠባዩዋ በሰዎች ላይ የሚያመጣውን ተጽእኖ መገንዘብ አለመቻሏ ነው። ይህን ዓይነት ጠባይ የምታሳየው ለመሆኑ ሳታውቅ ነው ወይስ እያወቀች ነው? ብለን መጠየቃችን አይቀርም። ይህን ዓይነቱ ጠባይ ከመጠን ያለፈ ባይሆን ኖሮ፣ "እሺ! አንተ እንዳልክ!" ከማለት የተሻለ ነው። "የራሳቸውን ዕድል በራሳቸው ቁጥጥር ሥር ማዋል" የቻሉ ሰዎች በሕይወታቸው ደስተኞች እንደሆኑ "የሥነ-ልቦና" ምሁሮች ይናገራሉ። ይሁን እንጂ፣ ከመጠን በላይ ካለፈ፣ ጎጂነት አለው። የሌላውን ፈቃድ ስለሚጫኑ፣ ከሰው ጋር በሰላም እንዳይኖሩ፣ አስቸጋሪ ሰዎች እንዲሆኑ ያደርጋቸዋል። የሚያደርጉት ነገር ያስነቅፈኛል ብለው ስለሚፈሩ፣ ተዝናንቶ መኖር አይችሉም። የሚያደርጉትን፣ የሚናገሩትን በጠቅላላው የሚሠሩትን ሁሉ ሰው የሚመርጥላቸውና የሚወስንላቸው ቢሆን እንደማያስደስታቸው እያወቁ፣ በእነርሱ ላይ እንዲደረግ የማይፈልጉትን፣ በሌላው ላይ ሲያደርጉ የሚሰማቸው አለመሆኑ ያሳዝናል። ሌላውን "በቁጥጥሬ ሥራ አደርጋለሁ" ሲሉ፣ እነርሱ ከቁጥጥር ውጪ እንደሚወጡ ግን አያውቁትም።

9. ቂመኛነትና ተበቃይነት

አሳመነች በመካከለኛው የዕድሜ ክልል ውስጥ ያለች ሴት ነች። ከሴት ልጅ የሚፈለገው ቁመናና ውበት ያልጎደላት ብትሆንም ትዳር አልያዘችም። እስከ ዛሬ ለምን እንዳላገባች ስትጠየቅ የምትሰጠው መልስ፣ *"...ማንነው የማገባው? ያላገባሁት ጠያቂ በማጣት አይደለም። ብዙ ወንዶች ለትዳር ጠይቀውኛል። ይሁን እንጂ፣ ለዓይን የሚሞላ፣ ልብን የሚያረካ ወንድ አንድም ለማግኘት ሁም...."* የሚል ነው። አጥብቆ ለጠየቃት ሰው፣ ለትዳር ስለ ጠየቋት ወንዶች ስለ እያንዳንዳቸው የምትሰጠው ዝርዝር መግለጫ አላት። ማንነታቸውን ስትዘረዝርና ስትገልጽ ለሚያዳምጣት ሰው በጽሁፍ ያሰፈረችውን የምታነብ እንጂ በቃሏ የምትናገር አትመስልም። አሳመነች በተፈጥሮዋ በጎ ያልሆኑትን ነገሮች ሁሉ በአዕምሮዋ መዝገብ የምታጠራቅም ሴት ነች። ከህጻንነት ዕድሜዋ ጀምሮ "...ጎዱኝ...አስቀየሙኝ..." የምትላቸውን ሰዎች ሁሉ አንድ በአንድ ታስታውሳለች። በዚህ አቅጣጫ የማስታወስ ችሎታዋ እጅግ የሚደነቅ ነው። የአንደኛ ክፍል ተማሪ ሆና "ውሃ ልጠጣ" ብላ ፈቃድ ስትጠይቀው የከለከላትን አስተማሪ "ክፉ ናቸው" ከምትላቸው ሰዎች መዝገብ ውስጥ አስገብታዋለች። ከዘመዶቿ መካከል አንዱ "..አሳመነች ፈሪና ድንጉጥ ልጅ ነች... ይሄ ጠባይዋ አብሯት ያድጋል ብዬ እፈራለሁ..." ስትል የሰጠችውን አስተያየት አልረሳችውም። የዘጠነኛ ክፍል ተማሪ ሆና የጻፈችውን ግጥም ክፍል ውስጥ ለተማሪዎች ስታነብ ስቆ ያሳቀባትን አስተማሪ እስከ ዛሬ ድረስ ቂም ይዛበታለች። ጊዜው ሃያ ዓመት ያለፈው ቢሆንም፣ አንድ ጊዜ ቤተ ክርስቲያን ውስጥ ምስክርነቷን ለመስጠት ፈልጋ "ለምስክርነት ጊዜ የለንም..." በማለት እንድትመሰክር ባልፈቀዳላት የስብሰባ መሪ ላይ ቅሬታ አላት። አሳመነች "ቅር ያሰኘሽን ሰው ሁሉ በፍጹም አትርሺ፤ ይቅር አትበይ..." ተብላ ትዕዛዝና ምክር የተሰጣት ሴት ትመስላለች። አሳመነች "ዓለም በክፉ ሰዎች ብቻ የተሞላች" መስሎ ስለሚታያት፣ ውስጧ በቂም የተሞላ በመሆኑ፣ ሕይወቷ ደስታ የሸሸው ነው። በዚህ ምክንያት የቀረባትን ሰው ሁሉ የምትመለከተው በፍርሃትና በጥርጣሬ ነው። አሳመነችን የመሰሉ አንዳንድ ሰዎች እንዲህ ከክስ የማይለቁ በመሆናቸው፣ "ከመጠቃቴ በፊት ላጥቃ" በማለት አንዳንድ እርምጃ ስለሚወስዱ፣ አብረዋቸው ለሚኖሩት ሰዎች አስቸጋሪዎች ናቸው።

"ማንኛውም ሰው በደል ወይም ጉዳት አደረሰብኝ የሚለውን ሰው አጸፋውን የሚመልስበት የራሱ የሆነ መንገድ አለው። አንዳንዱ *"ዓይንን በዓይን፣ ጥርስን በጥርስ"* የሚለውን የብሉይ ኪዳን ሕግ በመከተል አስፈላጊ ነው ብሎ ያመነበትን መልስ የሚሰጥ ይሆናል። አጸፋን በመመለስ የማያምነው ደግሞ "አንደኛውን ጉንጭ በጥፊ ለሚመታህ ሌላውን ጉንጭ ስጥ" የሚለውን የአዲስ

ኪዳን ሕግ የሚከተል ይሆናል። እንዲህ ዓይነቱ ሰው "በቀል የጌታ ነው" በማ ለት የደረሰበትን በደል በልቡ የማያጠራቅም ሰላማዊ ሰው ነው። አንዳንዱ ደግሞ "በደለኝ" የሚለውን ሰው ባይበቀልም፣ የጎዳው ሰው በበደለኛነት ስሜት እንዲጨነቅ ያደርጋል። ሌላው ደግሞ የተበደለውን በደል እግዚአብሔር በመ ዝገቡ ውስጥ እንዲያጠራቅምለት፣ "እግዚአብሔር ሆይ! እንዲህ ዓይነት ጉዳት ሲያደርሱብኝ ዝም ትላለህ? አትፈርድበትም?" በማለት በእግዚአብሔር ፊት በዳዩን የሚከስ አለ። በተበቃይነታቸው አስቸጋሪ ሰዎች ናቸው የምንላቸው ከላይ ከገለጽናቸው በጣም ይለያሉ። በተበቃይነታቸው አስቸጋሪ የሆኑ ሰዎች ራሳቸውን ለመከላከል፣ ወይም "አጠቃን" ብለው በሚያስቡት ሰው ላይ የሚወ ሰዱት እርምጃ ትክክል መሆኑን ለማሳመን "እኔ ጥቃት አልወድም፤ ያጠቃ ኝን መልሼ ሳላጠቃ እንቅልፍ አይወስደኝም" ሲሉ ይሰማሉ። በመሠረቱ ጥቃት ሲደርስበት የማይቆረቆረው ሰው ማንም የለም። ይሁን እንጂ፣ ጥቃት የደረ ሰበት ሁሉ ጥቃቱን በጥቃት ላለመመለስ ይችላል። በተበቃይነታቸው አስቸጋሪ የሆኑ ሰዎች ከባሕሪያቸው አንደኛው ማንኛውም በጎ ነገር፣ በጎ ሆኖ አይታያ ቸውም። ሌላውን ሰው ደስ የሚያሰኘው ነገር እነርሱን ደስ አያሰኛቸውም።

4

የአስቸጋሪ ሰዎች አድራሻ

ፍጹምነት በሌለው ዓለም ውስጥ ስለምንኖርና አብረናቸው የምንኖራቸው ሰዎችም ሆኑ እኛም ራሳችን ፍጹማን ስላልሆንን፣ ምንም ዓይነት ግጭት ሳያጋ ጥመን ከሰው ሁሉ ጋር በሰላም መኖር እንደማንችል የታወቀ ነው። በተፈጥሮ ባሕሪ፣ በአነጋገር፣ በአስተሳሰብ፣ በምርጫ፣ በውሳኔ አሰጣጥ፣ ወዘተ. የተለያየን እስከሆንን ድረስ፣ ሌላው ቀርቶ "ቅርባችን ናቸው... ይወዱናል፣ እንወዳቸዋ ለን..." ከምንላቸው ሰዎችም ጋር እንኳን በአሳብ መጣጣም አቅቶን መጣላታ ችንና መጋጨታችን አይቀርም። ታዲያ አንድ ዓይነት አመለካከት ስለሌን ብቻ አስቸጋሪ ሰዎች ያሰኙናል ማለት ይሆን? "አስቸጋሪዎች" የምንላቸው ሰዎች በእርግጥ አስቸጋሪዎች ሆነው ነው? ወይስ የእኛ አሳብ ከእነርሱ አሳብ ጋር፣ የእኛ ውሳኔ ከእነርሱ ውሳኔ ጋር አንድ ዓይነት ባለመሆኑ፣ ወይም በተፈጥሮ ባሕሪያችን የተለያየን በመሆናችን ይሆን? በመጀመሪያው ምዕራፍ ላይ አስ ቸጋሪ ሰዎች ምን ዓይነት እንደሆኑ ስንገልጽ፣ አንዳንድ ጊዜ በመንገዳችን ላይ

ኪዳን ሕግ የሚከተል ይሆናል። እንዲህ ዓይነቱ ሰው "በቀል የጌታ ነው" በማ ለት የደረሰበትን በደል በልቡ የማያጠራቅም ሰላማዊ ሰው ነው። እንዳንዱ ደግሞ "በደለኝ" የሚለውን ሰው ባይበቀልም፣ የጎዳው ሰው በበደለኛነት ስሜት እንዲጨነቅ ያደርጋል። ሌላው ደግሞ የተበደለውን በደል እግዚአብሔር በመ ዝገቡ ውስጥ እንዲያጠራቅምለት፣ "እግዚአብሔር ሆይ! እንዲህ ዓይነት ጉዳት ሲያደርሱብኝ ዝም ትላለህ? አትፈርድበትም?" በማለት በእግዚአብሔር ፊት በዳዩን የሚከስ አለ። በተበቃይነታቸው አስቸጋሪ ሰዎች ናቸው የምንላቸው ከላይ ከገለጽናቸው በጣም ይለያሉ። በተበቃይነታቸው አስቸጋሪ የሆኑ ሰዎች ራሳቸውን ለመከላከል፣ ወይም "እጠቃን" ብለው በሚያስቡት ሰው ላይ የሚወ ሰዱት እርምጃ ትክክል መሆኑን ለማሳመን "እኔ ጥቃት አልወድም፤ ያጠቃ ኝን መልሼ ሳላጠቃ እንቅልፍ አይወስደኝም" ሲሉ ይሰማሉ። በመሠረቱ ጥቃት ሲደርስበት የማይቆረቆረው ሰው ማንም የለም። ይሁን እንጂ፣ ጥቃት የደረ ሰበት ሁሉ ጥቃቱን በጥቃት ላለመመለስ ይችላል። በተበቃይነታቸው አስቸጋሪ የሆኑ ሰዎች ከባሕሪያቸው እንደኛው ማንኛውም በጎ ነገር፣ በጎ ሆኖ አይታያ ቸውም። ሌላውን ሰው ደስ የሚያሰኘው ነገር እነርሱን ደስ አያሰኛቸውም።

4

የአስቸጋሪ ሰዎች አድራሻ

ፍጹምነት በሌለው ዓለም ውስጥ ስለምንኖርና አብረናቸው የምንኖራቸው ሰዎችም ሆኑ እኛም ራሳችን ፍጹማን ስላልሆንን፣ ምንም ዓይነት ግጭት ሳያጋ ጥመን ከሰው ሁሉ ጋር በሰላም መኖር እንደማንችል የታወቀ ነው። በተፈጥሮ ባሕሪ፤ በአነጋገር፤ በአስተሳሰብ፤ በምርጫ፤ በውሳኔ አሰጣጥ፤ ወዘተ. የተለያየን እስከሆንን ድረስ፣ ሌላው ቀርቶ "ቅርባችን ናቸው... ይወዱናል፣ እንወዳቸዋ ለን..." ከምንላቸው ሰዎችም ጋር እንኳን በአሳብ መጣጣም አቅቶን መጣላታ ችንና መጋጨታችን አይቀርም። ታዲያ እንድ ዓይነት አመለካከት ስለሌን ብቻ አስቸጋሪ ሰዎች ያሰኙናል ማለት ይሆን? "አስቸጋሪዎች" የምንላቸው ሰዎች በእርግጥ አስቸጋሪዎች ሆነው ነው? ወይስ የእኛ አሳብ ከእነርሱ አሳብ ጋር፣ የእኛ ውሳኔ ከእነርሱ ውሳኔ ጋር አንድ ዓይነት ባለመሆኑ፣ ወይም በተፈጥሮ ባሕሪያችን የተለያየን በመሆናችን ይሆን? በመጀመሪያው ምዕራፍ ላይ አስ ቸጋሪ ሰዎች ምን ዓይነት እንደሆኑ ስንገልጽ፣ አንዳንድ ጊዜ በመንገዳችን ላይ

የሚያጋጥሙን፥ ለአጭር ጊዜ ብቻ የምናያቸው፥ ወይም በቀላሉ ልንሸሻቸውም ሆነ ልናስወግዳቸው የምንችላቸውን ሰዎች ማለታችን እንዳልሆነ ጠቅሰናል። "አስቸጋሪ ሰዎች" ስንል፥ ለረጅም ጊዜ አብረውን የሚቆዩ፥ በአንድ ጣራ ሥር አብረውን የሚኖሩ፥ አንድ መሥሪያ ቤት አብረውን የሚሠሩ፥ እንዲሁም አንድ ቤተ ክርስቲያን ውስጥ አብረውን የሚያመልኩና የሚያገለግሉትን፥ በቀላሉ ልንርቃቸው ወይም ልንሸሻቸው የማንችላቸውን ሰዎች ማለታችን... እንደሆነ ተመልክተናል። ከአስቸጋሪ ሰዎች ጋር መኖር ምን ያህል ከባድ እንደሆነ ከማንኛውም ሰው የበለጠ የሚያውቁት አብረዋቸው የሚኖሩት ሰዎች እንደሆኑ ደጋግመን ገልጠናል። ከአስቸጋሪ ሰዎች ጋር ያለውን መራራ ኑሮ ከቀመሱት ሰዎች መካከል አንዱ፥ "አስቸጋሪ ሰዎች የሌሉበት፥ ሥፍራው ምንም ያህል ደረቅ ወይም ፍጹም ምድረ በዳ ቢሆንም፥ እንደ ገነት ይቆጠራል" አለ። ይህም ማለት በዚህ ዓለም ውስጥ አስቸጋሪ ሰዎች የሌሉበት ሥፍራ የለም ማለት ነው።

1. አብረውን ይኖራሉ

አስቸጋሪ የምንላቸው ሰዎች በአንድ ጣራ ሥር አብረውን የሚኖሩ፥ የምንወዳቸው፥ በጣም ቅርባችን ናቸው የምንላቸው ልጆቻችን፥ የኑሮ ጓደኞቻችን ወይም ልባችንንና ቤታችንን ከፍተን ያስጠጋናቸው የሥጋ ዘመዶቻችን ሊሆኑ ይችላሉ። እነዚህ በጣም ቅርባችን የሆኑ ሰዎች ሕይወታችንን መራራ፥ እንዲሁም ራሳችንን እንድንጠላ የሚያደርጉት ለምን ይሆን? የሚለውን ጥያቄ ብዙዎች ይጠይቃሉ። እርግጥ ነው ሰዎች ተቀራርበው ሲኖሩ መጋጨታቸው አይቀርም። በቤተሰብ መካከል፥ በባልና በሚስት፥ በልጆችና በወላጆች መካከል፥ ጎረቤት ከጎረቤት፥ ሠራተኛ ከአለቃው ጋር፥ ሠራተኞች እርስ በርሳቸው መጋጨታቸው አይቀርም። ነገር ግን ከአስቸጋሪ ሰው ጋር መኖር መጋጨት ብቻ ሳይሆን፥ እንዱ በሌላው ሰው ምክንያት ከመመረር፥ ራስን ከመጥላት ደረጃ የሚደርሱ መሆናቸው ነው። በተለይ "በጣም ቅርባችን ናቸው" የሚሉት ሰው አስቸጋሪ የሚሆንባቸው ለምን ይሆን? ይህንን እውነት አስቀድማ የተረዳች አንዲት አስተዋይ ሴት እህቷ አሜሪካ የመምጣት ዕድል አጋጥሟት የምትኖርበትን ሁኔታ ለማመቻቸት ስትሯሯጥ ያየች ሌላዋ ሴት፥ "ለምን ከአንቺ ጋር አትኖርም?" ብላ ጠየቀቻት። ያቺም ሴት፥ "እህቴን እወዳታለሁ፥ ግን አብራኝ እንድትኖር አልፈልግም። ምክንያቱም እህቴ ከእኔ ጋር ከኖረች ሌላው ቀርቶ እንደ ልቤ ከባሌ ጋር መጣላት እንኳን አልችልም..." አለቻት። ለማለት የፈለገችው፥ "እህቴ ትታዘበኛለች ብዬ ስለምፈራ፥ የሚያስቆጣ ነገር ሲያጋጥመኝ ቁጣዬን በመግለጽ ፈንታ በልቤ ውስጥ አጠራቅማለሁ፤ ይሄም ለባሌም ሆነ ለእኔ ጥሩ አይደለም..." ማለቷ ነበር።

ትእግስትና አደፍርስ የተባሉ ባልና ሚስት፥ ከአስራ አምስት ዓመት በላይ ትዳር ላይ የኖሩ፥ እንዲሁም በመንፈሳዊ ሕይወት ብዙ የቆዩ ክርስቲያኖች ሲሆኑ፥ በብዙዎች ዘንድ እንደ ምሳሌ የሚጠቀሱ ባልና ሚስት ናቸው። አደፍርስ የቤተ ክርስቲያን ሽማግሌ ሲሆን፥ ትዕግስት ደግሞ የሰንበት ትምህርት ክፍል ኃላፊ ናት። በተጨማሪ በክርስትና ህይወታቸው ችግር የሚያጋጥማቸውን አንዳንድ ክርስቲያኖችን በምክር ያገለግላሉ። በትዳራቸውም ሆነ በግል ህይወታቸው ውስጥ ችግር ይኖርባቸዋል ብሎ የሚገምት ማንም ሰው የለም። የሚናገሩት መንፈሳዊ ቋንቋ፥ ከውጪ የሚያሳዩት ጠባይ ብርቱ ክርስቲያኖች ያስመስላቸዋል። በሰው ፊት "ትእግስትዬ! ... አደፍርስዬ!..." ሲባባሉ የሚሰማ ሁሉ ባላቸው ፍቅር በጣም ከመደነቅ የተነሳ፥ እንደ ምሳሌ ይጠቀባሉ። ትዳር ያልያዙት "የእነርሱን ዓይነት ትዳር እግዚአብሔር በሰጠኝ" ሲሉ፥ ያገቡት ደግሞ "ጌታ ትዳሬን የእነርሱን ዓይነት ትዳር ባደረገልኝ" በማለት ምኞታቸውን ይገልጻሉ። ትእግስትና አደፍርስ ከውጪ ለሚያያቸው ሰው ምንም ዓይነት እንከን ያለባቸው አይምሰሉ እንጂ፥ እውነተኛው መንፈሳዊ ሕይወታቸውም ሆነ እርስ በርስ ያላቸው መቀራረብ ግን ሌላ ዓይነት መልክ ያለው ነው። ሁለቱም እያዘኑ የሚኖሩ በመሆናቸው ትዳራቸው ባለፉት አስራ አምስት ዓመታት ውስጥ ለምን እንዳልፈረሰ አይታወቅም። ምናልባት ከሁለቱ መካከል አንደኛው በመታገሱ ምክንያት፥ ወይም "ሰዎች ምን ይሉናል?" ብለው በመፍራት ይሆናል። በወቅቱ ያሉበትን አስቸጋሪ ሁኔታ የውጪው ሰው በግልጽ ባያውቀውም፥ እነርሱ ሁለቱ ግን እውነተኛውን ኑሮአቸውንና ያሉበትን መንፈሳዊ አቋም ያውቁታል። በአሁኑ ወቅት ግን በተለይ ትዕግሥት፥ በዚህ ዓይነት እያስመሰሉ መኖር የሰለቻት፥ "ከዚህ በኋላ መታገስ አልችልም" ማለት ደረጃ ላይ የደረሰች ትመስላለች።

አደፍርስ ሁለት ዓይነት መልክ አለው። አንደኛው ከቤቱ ውጪ ላሉት ሰዎች የሚያሳየው ጠባይ ሲሆን፥ ሁለተኛው ደግሞ አብሯቸው ለሚኖሩት ሰዎች የሚያሳየው ጠባይ ነው። ከቤቱ ውጪ ያሉት ሰዎች የሚያዩት፥ በትህትና የተሞላ፥ በአነጋገሩ ጨዋ፥ ሰው አክባሪ መሆኑን ነው። ሲናገር ድምጹን ለዘብ አድርጎ የሚናገር፥ መናደዱን ለማንም የማያሳይ፥ የሚያስቆጣ ነገር ሲያጋጥመው እንኳን ቁጣውን በጩኸት የማይገልጽ ሰው ነው። ለቸገረው የሚለጥ፥ የሌላውን ሰው ሸክም ለመሸከም፥ የሌላውን ችግር ለማቃለል ፈቃደኛነትን የሚያሳይ ነው። በመንፈሳዊ ሕይወቱ በጣም ብርቱ ይመስላል። ሲዘምር፥ እጁን ዘርግቶ ሲያመልክና ሲጸልይ፥ ፍጹም ሌላ ነው። ሕይወቱ ሁልጊዜ ከላይ የገለጽነውን ዓይነት ቢሆን ኖሮ ፍጹም፥ ግሩም ድንቅ ይባል ነበር። ይሁን እንጂ፥ አደፍርስ ሁለተኛ መልክ አለው። ያም አብሯቸው ለሚኖራቸው ሰዎች የሚያሳየው መልክ ነው። ሚስቱ፣ ልጆቹ፣ ሠራተኞቹ፣

በጠቅላላው አብረውት የሚኖሩ ሰዎች የሚያዩት የውጪ ሰው ከሚያየው መልክ ፍጹም የተለየ ነው። በሕይወቱ ትህትና የሚለውን ቋንቋ የሚያውቀው አይመስልም። በተዘዋዋሪ *"የቤቱ ጌታ እኔ ነኝና ስእኔ ብቻ ስገዱ…የእኔ ፈቃድ ካልተሟላ፥ ዓለም ግልብጥብጧ ቢወጣ ግድ የለኝም…ሁላችሁም የተፈጠራችሁት የእኔን ፍላጎት ለማሟላት ብቻ ነው…"* የሚል ይመስላል። ትንሹ ነገር ያስቆጣዋል። ቁጣውን መቆጣጠር ባለመቻሉ ሚስቱን በቦክስ ዘርሮ የሚጥልበትም ጊዜ አለ። ልጆቹን በመቅጣት ፈንታ የንዴቱ መወጫ ያደርጋቸዋል። ዘቅዝቆ ሰቅሎ ይገርፋቸዋል። ካልጮኸ ሀሳቡን በጨዋ ደንብ መግለጽ አይሆንለትም። ምክንያት እየፈለገ ያለአግባብ ስለሚቆጣ፥ ሚስቱም ሆነች ልጆቹ የሚኖሩት ሁልጊዜ በፍርሃትና በስጋት ነው። ስለሆነም፥ ልጆቹም ሆኑ ሚስቱ አደፍርስ ቤቱ ውስጥ አለመገኘቱን ይመርጣሉ።

አደፍርሰ በተፈጥሮ ባህሪው ችኩ፥ ሁልጊዜ እርሱ መካከለኛውን ስፍራ ካልያዘ ዓለም ጨልሞ የሚታየው፥ ፍላጎቱን ለሟሟላት ሌላውን እያስጨነቀ ሲኖር ትንሽም የማይቆረቁረው ሰው ነው። የትእግስት ድካም ደግሞ ከአደፍርስ በጣም የተለየ ነው። ከአደፍርስ የሚመጣውንም ሆነ በሌላ ሰው ምክንያት የሚደርስባትን ማንኛውንም ዓይነት ግፊት በትክክለኛው መንገድ በመፍታት ወይም ለችግሯ መፍትሄ በመፈለግ እንዲሁም መብቷን በማስከበር ፈንታ፥ ሁሉ ነገር ልክ እንደሆነ ደብቃና አስመስላ የምትኖር ሴት መሆኗ ነው። ለሁሉም ነገር "እሺ!" እንጂ፥ "እምቢ!" ማለት ያለባት አይመስላትም። *"አሁን ከሆንኩት የበለጠ ጥሩ ሚስት ሆኜ ብገኝ፥ ባሌን ላስደስተው እችል ይሆናል"* በማለት ከዚህ በፊት ካደረገችውና ከሆነችው የበለጠ ለማድረግና ለመሆን የምትጥር ሴት ናት። ይሁን እንጂ፥ አደፍርስ ምንም ያህል ቢደረግለት በቀላሉ የሚረካ ሰው ባለመሆኑ ምክንያት "እርሱን ደስ ይበለው" ብላ የራሷን ፍላጎት መስዋዕት አድርጋ በሰጠችው ቁጥር፥ ሌላ የበለጠ ነገር የሚፈልግ መሆኑን ግን የተረዳች አትመስልም። ትዕግስት የተቻላትን ሁሉ ብታደርግም፥ አደፍርሰ ደስተኛ ሰው አለመሆኑን እያየች፥ ግራ ግብት ብሏት *"ችግሩ ያለው እኔ ላይ ይሆን? ከዚህ የበለጠ ምን ባደርግለት፥ ምን ብሆንለት ደስ ይለው ይሆን?"* በማለት ራሷን የምትጠይቅበት ጊዜ አለ። እግዚአብሔርም እንዲያሳያት አጥብቃ ትጸልያለች። በዚህ ሁሉ ውስጥ የበለጠ ልትጎዳ የቻለችበት ምክንያት ቢኖር፥ ያለችበትን ሁኔታ ገልጻ ለማንም አለመናገሯና ዕርዳታ አለመፈለጓ ነው።

አደፍርሰ አስተዳደጉ የጎዳው (የበደለው) ሰው ነው። ለእናትና ለአባቱ አንድ ልጅ ብቻ በመሆኑ፥ "እንዳልክ" እየተባለ ከመጠን በላይ እየተሞላቀቀ ያደገ፥ ከራሱ ፍላጎትና ምቾት በስተቀር ስለ ሌላው ሰው ፍጹም ግድ የሌለው፥ የሚፈልገውን ነገር ካላገኘ ወላጆቹን የሚያሰቃይ አስቸጋሪ ልጅ ነበር። የሚፈልገውን ካላገኘ የሚያደርስባቸውን ሁከት በመፍራት ወላጆቹ ሁልጊዜ "አንተ እንዳልክ" በማለት እየተሽቆጠቆጡ ያቀርቡለት ነበር። ካደገና ሙሉ ሰው ከሆነም በኋላ፥ ከዚያ ባህሪው መላቀቅ አልቻለም። የሚያሳዝነው ግን አስቸጋሪ ባህሪ ያለው ሰው መሆኑን ማንም ደፍሮ የነገረው ሰው ስለሌለ፥ ችግር እንዳለበት የማያውቅ መሆኑ ነው። ሚስቱን ትእግስትን የሚያየት እንደሚስቱ ሳይሆን፥ እንደሚያሞላቅቁት እንደ እናቱ ነበር። የሚፈልገውን ሁሉ የግድ ማቅረብ ያለባት ይመስለዋል። ስለሆነም፥ የሚፈልገውን ነገር ካላገኘ በእናቱ ላይ እንደሚጮኸው፥ በሚስቱም ላይ ይጮኽ ነበር። ትዕግሥት ጠንካራ ሴት ብትሆን ኖሮ፥ ትዳር እንደ ጀመሩ ይህን ዓይነቱን ጠባይ ሲያሳይ *"እኔ ሚስትህ እንጂ እናትህ አይደለሁምና እኩል ተከባብረን እንኑር"* ብትለው ኖሮ፥ ጊዜ ቢፈጅም ባሕሪውን ማስተካከል ይችል ነበር። አደፍርስ፥ ሚስቱ ትዕግሥት ብቻ ሳትሆን ቤተሰበቡ ሁሉ፥ እርሱን እንዲመቸው የማድረግ ኃላፊነት፥ እንዲሁም የሚፈልገውን ሁሉ እየተሽቆጠቆጠ የማቅረብ ግዴታ ወይም ኃላፊነት ያለበት ይመስለዋል። አደፍርስ በየጊዜው በትዳሩ ላይ የሚያጋጥመው ግጭት፥ ወይም ችግር ምክንያቱ ሌላው ሰው ነው ብሎ በፍጹም ልቡ ያምናል። አንድም ቀን "የዚህ ሁሉ ችግር ምክንያት እኔ እሆን ይሆን?" ብሎ ጠይቆ አያውቅም። ትዳር ለምን መያዝ እንዳለበት በትክክል የገባው ሰው አልነበረም። አደፍርስ ሚስት ያገባው፥ የሚፈልገውን ሁሉ እየተሽቆጠቆጠች እንድታቀርብለት ይመስለዋል። ስለሆነም፥ ቢመቻትም ባይመቻትም፥ ብትወድም ባትወድም ሁልጊዜ የግድ የእርሱን ፍላጎት ብቻ ማሟላት አለባት ብሎ ያስባል። ካልሆነ ግን በቤታቸው ውስጥ ሰላም አይኖርም። አደፍርስ ያደገበትን የተበላሸ ባህሪ በደንብ ያልተረዳችው ትእግስት፥ ለሰላም ሰትል ለጥያቄው ሁሉ፥ ሁልጊዜ "እሺ!" ወይም "እንዳልክ" ማለት ጀመረች። ያልተረዳችው ነገር ቢኖር ግን የእርሷ ሁልጊዜ "እሺ!" ወይም "እንዳልክ!" ማለት የእርሱን አስቸጋሪ ባህሪ የበለጠ የሚያባብሰው መሆኑን ነው። ትዕግሥት የእርሱን ፍላጎት ለማሟላት ስትል፥ የግድ የራሷንም ሆነ የልጆቿን ፍላጎት መተው ነበረባት። ያም ሆኖ አደፍርስን ደስተኛ ሰው አላደረገውም።

አደፍርስ ከሚስቱ ጋር የሰላም ውይይት ማድረግ ፈጽሞ አይችልም። ምክንያቱም እርሱ ሲናገር፥ ትዕግስት ከማዳመጥ በስተቀር ለተናገረው ነገር በምንም ዓይነት መልስ መስጠት የለባትም ብሎ ስለሚያምን ነው። ሀሳቧን ለመግለጽ ብትፈልግ የመናገር ዕድል ስለሌላት ከዝምታ በስተቀር ሌላ አማራጭ መንገድ አልነበራትም። ሲብስባት "ደብዳቤ ጽፌ ልስጠው ወይ?" ብላ የምታስብበት ጊዜ አለ። የሚያሳዝነው ግን ዝምታዋ እርሱ በሚለውና በሚያደርገው ነገር ሁሉ ተስማምታ የተቀበለችው የሚመስለው መሆኑ ነው።

ሁልጊዜ ንግግሩን የሚጀምረው "የምነግርሽን አትለሚም" በሚል ነቀፋ ነው። እርሱ መናገር ብቻ እንጂ መስማትም እንዳለበት የተረዳ ሰው አይደለም። በራሱ ፍላጎት ላይ ብቻ ያተኮረ ሰው በመሆኑ፣ ንግግሩ ሁልጊዜ "የእኔ ፍላጎት አልተሟላም...ይሄና ያ አልተደረገልኝም" በሚል ወቀሳ የተሞላ ነው። አደፍርስ ያለጭቅጭቅና ያለንትርክ መነጋገር እንደማይችል የተረዳችው ትዕግስት፣ "ቁጭ ብለን መነጋገር አለብን" ባለ ቁጥር፣ ትዕግስት ውስጧ በጭንቀትና በፍርሃት ይሞላል። መወያየቱን ጠልታው ሳይሆን ውይይታቸው የበለጠ ጭቅጭቅ የሚፈጥር መሆኑን ስለምታውቅ ነው። ሁልጊዜ የሚወረውራቸው ገንቢነት የሌላቸው ቃላት የትዕግስትን ልብ የሚያሳዝኑናቸው። ይሁን እንጂ፣ የሚሰማትን ቅሬታና በዘን ገልጸ የመናገር መብት የላትም። በተቻላት መጠን ከውስጥ የሚሰማትን ቁጣዋን ወይም ንዴቷን ላለማሳየት ከፍተኛ ጥረት ስለምታደርግ፣ አደፍርስ ተመችቷትና ደስ ብሏት የምትኖር ይመስለዋል።

የሚያሳዝነው ትዕግስት የሚሰማትን ስሜት በውስጧ ዋጥ አድርጋ ይዛ "ሁሉም ሰላም ነው" ብላ ማለፏ፣ ትዳራቸውን ሊያፈርስ ምክንያት የሚሆነውን ችግር ማሻሻል እንደማይችል ያልተረዳችው መሆኗ ነው። በዚህ ዓይነት አደፍርስ በሚፈጥረው ጭቅጭቅ፣ እንዲሁም እርሷ ራሷ ድንበሯን ባለማስጠበቋ ምክንያት በሚደርስባት ግፊት ሁልጊዜ ስሜቷ እየተጎዳ ከመኖር በስተቀር ሌላ ምርጫ ያላት አይመስላትም። አደፍርስንና ትእግስትን የሚያነጋግራቸው ምክንያት ምንም ያህል ትንሽ ወይም ቀላል ነገር ቢሆንም፣ የሚያልፋበት መንገድ ግን ሁልጊዜ አንድ ዓይነት ነው። የተፈጠረው ሁኔታ የማያስቆጣ፣ ወይም የማያጨቃጭ ትንሽ ነገር ቢሆንም፣ አደፍርስ አሳቡን የሚገልጸው በስድብ፣ በቁጣና በጩኸት ብቻ ነው። ትዕግስትና አደፍርስ፣ ራሳቸውን ደብቀውና ያልሆኑትን መስለው በመኖራቸው ምክንያት ለችግራቸው እውነተኛ መፍትሄ ሳያገኙለት ብዙ ጊዜ ቆይተዋል። የሚያስደንቀው፣ አንዱ አጥቂ ሌላው ተጠቂ ቢሆንም፣ ሁለቱም ያልተመቻቸው፣ ሰላምና ደስታ የጎደላቸው መሆናቸው ነው። በአሁኑ ጊዜ እንደ አደፍርስና ትዕግስት ራሳቸውን ደብቀው፣ ሁሉም መልካም እንደሆነ አስመስለው የሚኖሩ ባልና ሚስቶች ምን ያህል እንደሆኑ ቤታቸው ይቁጠራቸው። ትእግስት የተቻላትን ሁሉ ጥሩ አድርጋ ለመሥራት ብትሞክርና ብትጠነቀቅም፣ ባሏ አደፍርስ የሚጨቃጨቅበት ምክንያት ሁልጊዜ አያጣም። አንድ ቀን አደፍርስ ትእግስትን "አንቺ ሴትዮ! ልጆቹን በጊዜ አስተኚያቸው ብዬ ከሚሊዮን ጊዜ ባላይ አልነገርኩሽም? ከምሽቱ ሁለት ሰዓት ላይ ወደ አልጋቸው ይሂዱ፤ በቂ እንቅልፍ ካላገኙ ትምህርታቸውን እንደሚገባ መከታተል አይችሉም' አላልኩሽም?። ለመሆኑ አንቺ ያለሽ አንጎል ምን ዓይነት ነው? ያለችሽንም ትንሿን አንጎልሽን አውልቀሽ የምታስቀምጪት ይመስለኛል። እግዚአብሔር ሲፈጥርሽ ያለ አንጎል ደደብ አድርጎ የፈጠረሽ ትመስያለሽ። አሁንስ ለአንቺ ደጋግሞ መንገሩና ማስጠንቀቁ ሰለቸኝ፤ ከአንቺ ጋር መኖር ምን ያህል አስቸጋሪ እንደሆነ ይታይሻል?" አላት። ትእግስት መልስ ብሰጠው የበለጠ ችግር ይፈጠራል፤ ስድብና ዱላ ይከተላል ብላ በማለብና በመፍራት ለሰላም ሰትል፣ ውስጧ እያዘነ፣ ዓይኖቿ በእንባ ተሞልተው ዝም ብላ ራሷን አቀረቀረች። ሲሰድባት ለሰላም ስትል ዝም ብትልም፣ መልስ ባለመስጠቷ የበለጠ አስቆጥቶት "መልስ አትሰጪኝም እንዴ! አፍሽ ተዘግቷል? ወይስ ንቀት ነው?" አላት። ትእግሰትም ሳለማልቀስ እየታገለች፣ "ሰምቼሃለሁ! አደፍርስ ትንሹን ነገር ለምን ትልቅ ታደርገዋለህ? ትእዛዝህ በየጊዜው ስለሚለዋወጥ ግራ ይገባኛል። የምትለው ነገር ልክ ቢሆን እንኳን ሳትሳደብና እኔን ዝቅ የሚያደርግ አስተያየት ሳትጨምርበት ያለውን ሁኔታ ለምን አትናገርም? ደግሞስ ንግግር ሁልጊዜ የጠብ ንግግር ብቻ ለምን ይሆናል?" አለችው።

"አንቺ የማትረቢ ሴት ነሽ! ራስሽን ችለሽ የምትሰሪው ምንም ነገር የለም። ለአንቺ አስታዋሽ መቅጠር ሊኖርብኝ ነው? አሁንስ ሰለቸኝ። አንቺን መንገሩ ምን ጥቅም አለው። በአንድ ጆሮሽ ሰምተሽ፣ በሌላው ጆሮሽ ታስወጭዋለሽ። ምንም አያደርገኝም ብለሽ ንቀሽኝ አይደለም? ብትፈሪኝና ብታከብሪኝ ኖሮ፣ አድርጊ ያልኩሽን ነገር ሁሉ ታደርጊ ነበር። ሌላው የሚያሳዝነኝና የሚያስቆጣኝ ምክንያት፣ ስህተትሽን አምነሽ የማትቀበይ መሆንሽ ነው። ከዚህ በኋላ ምን ያህል ጊዜ መታገስ እንዳለብኝ አላውቅም" አላት። አደፍርስ እንዲህ የሚላት በኑሮዋ ተደሰታ፣ ሁሉም ነገር ተሟልቶላት የምትኖር ስለሚመስለው ነው። ምን ያህል እንደመረራት ነቁጥ የሚያክል አሳብ የለውም። ትዕግስትም ትዕዛዙ የሚለዋወጥ መሆኑን ስትገልጽ፣ "ሰማኝ አደፍርስ! ሰኞ ዕለት ከሥራ ዘግይተህ ስትመጣ ልጆቹን ተኝተው ሰላገኘሃቸው፣ 'ሳላያቸው ተኙ' ብለህ ተቆጥተህ የተናገርከውን ታስታውሳለህ? ዛሬ ደግሞ ሳይተኙ ቢጠብቁህ፣ እኔ ከመምጣቴ በፊት ልጆቹ ለምን አልተኙም ብለህ ትጨቀጭቀኛለህ። እንግዲህ አንተን እንዴት አድርጌ ማስደሰት እችላለሁ? እኔም እኮ ሰው ነኝ፤ በየቀኑ የስድብ መዓት ስታወርድብኝ ደስ ብሎኝ ኑሮዬን መምራት የምችል ይመስልሃል? ይህን ሁሉ ስድብ ችዬ የምኖረው ለጌታና ለልጆቼ ብዬ እንደሆነ ይገባሃል? የሰው ሁሉ ትዕግስት የሚያበቃበት ጊዜ እንዳለ እንድታውቅ እፈልጋለሁ" አለችው። ይሄን ዓይነት ንግግሯ አደፍርስን በማስደንገጥ ፈንታ በጣም ሊያስቆጣው ስላየች፣ "ከዚህ በኋላ ምን ይመጣ ይሆን?" በማለት በፍርሃትና በመንቀጥቀጥ ትጠብቅ ጀመር።

ትዕግስት የፈራችበትና የተንቀጠቀጠችበት ምክንያት አደፍርስ ብዙ ጊዜ በጣም ሲናደድ አጠገቡ ያለውን እቃ አንስቶ እንደሚወረውርባት፣ ከዚያም አልፎ እንደሚደበድባት ስለምታውቅ ነው። አስራ አምስት ዓመት በጋብቻ በቆዩበት ጊዜ ውስጥ፥ አደፍርስ ትንሹን ነገር ትልቅ በማድረግ በቤተሰቡ ውስጥ ሁከት የፈጠረ መሆኑን ታውቃለች። ሕይወቷን ሁልጊዜ በዚህ ዓይነት ጭንቀትና ፍርሃት ውስጥ መምራት እንደሌለባትም ታምናለች። ይሁን እንጂ፣ ችግራቸውን ለመፍታት ምን ማድረግ እንዳለባትና እንደሌለባት ባለማወቅ ግራ ተጋብታለች። "በዚህ ዓይነት ሕይወት እስከ ምን ያህል ጊዜ መቀጠል አለብኝ?" ብላ ራሷን ብዙ ጊዜ ትጠይቃለች። ጥቃቅን ምክንያት ፈልጎ ጭቅጭቅ እንዳይፈጥርና እንዳይጣላት፥ የተቻላትን ሁሉ ለማድረግ ትሞክራለች። አንድ ቀን ትእግስት የአደፍርስ ጩኸትና ቁጣ ሲበዛባት፥ *"ሰማኝ አደፍርስ! እኔና አንተ በሰላም መነጋገር ፈጽሞ አልቻልንም። ትንሹን ነገር ትልቅ ታደርገዋለህ። እባክህን ሌላ ሰው እንዲረዳን አንድ ነገር እናድርግ። ለቤተ ክርስቲያናችን መጋቢ ችግራችንን እንንገረውና እርሱ ይምከረን"* አለችው። አደፍርስም በጣም ተናድዶ *"አንቺ የማትረቢና ዋጋ የሌለሽ ሴት ነሽ። የአንቺን አሳብ የሚደግፍልሽ፥ 'ፓስተርዬ! ፓስተርዬ' የምትዪው፥ ሁልጊዜ ጎንበስ ቀና የምትይለት ሰው ነው ለመሆኑ እኔን የሚመክረኝ? እንኳን እኔን ራሱንም መርዳት አይችልም። የሚረዳሽ ከሆ ችግሩ ያለው አንቺ ዘንድ ስለሆነና እርዳታ የሚያስፈልግሽ አንቺ ስለሆንሽ ሂጂና ይርዳሽ"* አላት።

የአደፍርስ ችግር ከላይ የገለጽነው ብቻ አይደለም። *"በኑሮዬ ከጓደኞቼና ከጎረቤቶቼ ሁሉ በልጬ መታየት አለብኝ"* ብሎ ስለሚያምን፥ ብዙ ሰዓት ሠርቶ ብዙ ገንዘብ ለማግኘት ቀንና ማታ ጭምር ስለሚሠራ፣ ከልጆቹም ሆነ ከሚስቱ ጋር የሚያሳልፍበት ጊዜ የለውም። ዓላማው ለቤተሰቡ የሚያስፈልገውን ነገር ለመስጠት ሳይሆን፥ *"ብዙ ገንዘብ አለኝ"* በማለት ስለ ራሱ ትልቅነት እንዲሰማው ብቻ ነው። በቤተሰቡ ውስጥ በሚፈጠረው በማንኛውም ዓይነት ችግር ውስጥ እጁን ማስገባት አይፈልግም። እንደ አባት ልጆቹን ተቆጣጥሮ ለማሳደግ ጊዜ የለውም። "ስለ ልጆቹ ጉዳይ ተጠያቂነትም ሆነ ኃላፊነት ያለባት እናትየዋ ናት" ብሎ ደምድሟል። ሌላው ቀርቶ ልጆቹ ስንተኛ ክፍል እንደደረሱ እንኳን አያውቅም። አንዳንዴ ልጆቹን በሚመለከት ጉዳይ ውስጥም ከገባ፥ ሁኔታውን ለመለወጥ የሚሞክረው፥ ልጆቹን በመደብደብ፥ "ለምን ይህን አላደረግሽም?" ብሎ በሚስቱ ላይ በመጮኸ ነው። አደፍርስ ሁሉን ነገር በቁጥጥሩ ሥር ለማድረግ የሚፈልግ፥ በትንሹም ሆነ በትልቁ ሌላውን መንቀፍ የሚቀናው፥ ነገርን ሁልጊዜ አጨልሞ የሚያይ፥ በልጆቹም ሆነ በሚስቱ ላይ ከመጠን በላይ በንዴት ተሞልቶ የስድብና የእርግማን

ቃል የሚወረውር ሰው በመሆኑ፣ አደፍርስ አብረውት ለሚኖሩት ለልጆቹም ሆነ ለሚስቱ በጣም አስቸጋሪ ሰው ነው። "መጣልን" ተብሎ የሚናፈቅ ሳይሆን፣ "መጣብን" ተብሎ የሚፈራ ሰው ነው። የሚያሳዝነው አደፍርስ በዚህ ጠባዩ ልጆቹም ሆኑ ሚስቱ ሲፈሩት ደስ የሚለው መሆኑ ነው።

ማንኛውም ሰው፣ ከሥራ አለቃው ጋር አብሮ መሥራት ካቃተው ወይም አለቃው አስቸጋሪ ሰው ከሆነበት፣ መሥሪያ ቤቱን ለቅቆ ይወጣል። ጎረቤቱ አስቸጋሪ ሰው ሆኖበት ከመረረው፣ ቤቱ የኪራይ ቤት ከሆነ፣ ሌላ ቤት ተከራይቶ ይኖራል። የራሱ ቤት እንኳን ቢሆን፣ ጎረቤቱ ከመጠን በላይ አስቸጋሪ ከሆነበት ወይም ካስመረረው፣ ቤቱን ሸጦ ሌላ ሥፍራ፣ ሌላ ቤት ገዝቶ ይኖራል። ዓለማውያን አስቸጋሪ የሚሉት ሰው ባላቸው ከሆነ፣ ወይም ሚስታቸው ከሆነች፣ "ሁልጊዜ በዚህ ዓይነት መኖር አልችልም" በማለት ትዳራቸውን አፍርሰው ሌላ ሚስት ወይም ሌላ ባል አግብተው መኖር ይጀምራሉ። ያለዝሙት ምክንያት ጋብቻን ማፍረስ ትክክል እንዳልሆነ የሚያምኑ፣ ሕይወታቸውን በእግዚአብሔር ፈቃድ ሥር ለማኖር የመረጡ እውነተኛ ክርስቲያኖች ግን እንደ ዓለማውያን አስቸጋሪ ሚስት ወይም ባል ሲያጋጥማቸው፣ እንደ ፈስጉት መፍታትና ሌላ ማግባት እንደማይችሉ ያውቃሉ። የሚያሳዝነው አንዳንድ አስቸጋሪ የሆኑ ሰዎች ይህንን ሁኔታ ያለአግባብ የሚጠቀሙበት መሆናቸው ነው። "ክርስቲያን በመሆኗ ስለማትፈታኝ፣ የፈለግሁትን ነገር ማድረግ እችላለሁ..." ብለው የሚያስቡ አስቸጋሪ ሰዎች እንዳሉ የታወቀ ነው። አንድ ጊዜ በሚስቱ ምርር ያለው ሰው ሚስቱን አስቀመጠና፣ *"...ስሚኝ፣ መጽሐፍ ቅዱስ 'ፈትተህ እንደ ገና አታግባ' አለ እንጂ፥ 'አትፍታ' አላለም። በዚህ ዓይነት እየተሰቃየሁ ከምኖር ፈትቼሽ የተቀረውን ዘመኔን ሳላገባ እኖራለሁና...ብታስቢበት ይሻላል..."* በማለት ብርቱ ማስጠንቀቂያ ሰጣት። ምክንያቱ ይሄ ይሁን ወይም ሌላ አይታወቅም፣ ከዚያን ጊዜ ጀምሮ ትዳራቸው መልክ እየያዘ መጣ። እንግዲህ በዚህ ዓይነት "አስቸጋሪ ከሆነ ሰው ጋር ለረጅም ጊዜ እንዴት መኖር ይችላል?" ይሄ ብዙዎች የሚጠይቁት፥ መልስ የሚያስፈልገው ጥያቄ ነው።

በቤተሰብ ውስጥ እልፎ እልፎ የእርስ በርስ ግጭት መኖሩ የታወቀ ነው። ከዚህ ነጻ ሆኖ መኖር የሚችል ባልና ሚስት ይኖራል ብለን አናምንም። "ግጭት አጋጥሞን አያውቅም" የሚሉ ቢኖሩ ግን፣ በሁለት ምክንያት ሊሆን ይችላል። ይኸውም አንደኛው፥ እውነቱን በመናገር ፈንታ እየዋሹ ይሆናል። ሁለተኛው፣ የሚያጋጭ ነገር ሲያጋጥማቸው፣ ከሁለት አንዳቸው እውነተኛውን ስሜታቸውን እየደበቁና እያስመሰሉ በመኖራቸው ሊሆን ይችላል። *"ቅር የሚያሰኘኝን ነገር ገልጬ ብናገር፣ የበለጠ ችግር ውስጥ ስለሚከተኝ፣ ደስ ባይለኝም፣ ደስ እንዳለው ሰው ሆኜ ልኑር"* በማለት ቅሬታቸ

ውን ከሁለት አንዳቸው፥ ወይም ሁለቱም እየደበቁ የሚኖሩ ባልና ሚስቶች ሊሆኑ ይችላሉ። እንዲህ ዓይነቱ ባህሪያቸው ለጊዜው ችግራቸውን ያስወገደላቸው ይምስላቸው እንጂ፥ በውስጣቸው የሚያጠራቅሙት ቅሬታ ሲሞላ አንድ ቀን ፈንድቶ ሁለቱንም እንደሚጎዳቸው የታወቀ ነው። ጤናማ ለሆነ ቤተሰብ ግጭት (አለመስማማት) በመካከላቸው የሚፈጠርበት ምክንያት፥ አንዱ ሌላውን ለመጉዳት አስቦ የሚያደርገው ሳይሆን፥ ሁለቱም ወገን በምርጫ፥ በአሳብ ሁልጊዜ አንድ ዓይነት መሆን ስለማይችሉ ልዩነታቸው ሊያመጣ የሚችለው ሁኔታ ብቻ ነው። በጋብቻ አንድ መሆን "እንካ!... አምጣ!..." ወይም "መስጠትና መቀበል" ያለበት ሕይወት እንጂ፥ ሁልጊዜ የአንድ ሰው ፍላጎት ብቻ የሚጠበቅበት አይደለም።

በመሠረቱ ስው ቤቱ ከሌላ ሥፍራ የበለጠ ምቾት የሚያገኝበት፥ ከውጪ ያለውን ክፉ ነገር ሸሽቶ የሚጠለልበት፥ በሰላም የሚኖርበት፥ ሌላ ቦታ የማ ይናገረውን መናገር የሚችልበት፥ ሌላ ቦታ የማይጠይቀውን ጥያቄ የሚጠ ይቅበት ሥፍራ ነው። ጤናማ የሆነ ቤተሰብ፥ "ግጭት ያመጣ ይሆናል" ብሎ በመፍራት ስሜቱን በመደበቅ ፋንታ፥ የሚሰማውን ስሜት ያለፍርሃት በግ ልጽ ተናግሮ መፍትሄ ለማግኘት ይሞክራል። ቤተሰብ ውስጥ የሚፈጠረው አንዳንድ ግጭት ከቁጥጥር ከወጣ ግን፥ በቤተሰቡ ላይ ጉዳት ማድረሱ ብቻ ሳይሆን፥ በውጪ ከምናየው ግጭት በጣም የከፋ፥ ይኸውም መፈናከት፣ በጩቤ መዋጋት፣ በጥይት መታኮስ፣ ማጥፋትና መጥፋት ያስበት በጣም አደገኛ ሥፍራ ሊሆን ይችላል። የሚያስደንቀው ጠቡ፥ እርስ በርስ በጩቤ መዋጋቱና መፈነካከቱ የሚታየው ከማያውቁት ሰው ጋር ብቻ ሳይሆን፥ አንድ አካል በሆኑና በጣም ተቀራርበው በሚኖሩ ባልና ሚስት፥ እንዲሁም ከአብራካቸው ከወጡ ልጆቻቸው ጋር መሆኑ ነው። በቤተሰብ ውስጥ ብርቱ የሆነው ደካማውን በሥጋውም ሆነ በሥነ ልቦናው ላይ ጥቃት ማድረስ የለ በትም። በአካል ላይ የሚደርስው ጉዳት ቶሎ ይድናል። በስሜት ወይም በሥነ ልቦና ላይ የሚደርሰው ጉዳት ግን በዓይን የማይታይ ቢሆንም፥ ቁስሉ ወይም ጠባሳው ለረጅም ጊዜ ሊቆይ ይችላል። አንዳንድ አስቸጋሪ ሰዎች በቤተሰባቸው ውስጥ የሚፈጥሩት ችግር ከመጠን ያለፈ ሲሆን፥ ቤተ ሰቡ የግድ የፖሊስ፥ የፍርድ ቤት ዳኛን፥ ወይም የሥነ አዕምሮ ሊቃውንት ዕርዳታን መፈለግ እንዳለበት ግልጽ ነው።

የቤተሰብ ግጭት በጊዜው መስመር እንዲይዝ ካልተደረገ፥ ችግሩ የበለጠ እየከፋ ይሄዳል። የተጎዳው ሰው "ተጎዳሁ" ካላለ፥ ስሜቱን ውስጡ ደብቆ መኖር ከጀመረ፥ ከውጪ ሲታይ ሁሉም ነገር መልካም የሆነ፥ ሰላም ያለ ይምሰል እንጂ፥ ከሁለት አንዳቸው በውስጣቸው ቅሬታና መራራነት

እያጠ ራቀሙ በመሆናቸው፥ ቀደም ሲል እንደገለጽነው፥ አንድ ቀን ሞልቶ ሲፈስ ከከፋ ችግር ውስጥ ሁለቱንም ሊከታቸው እንደሚችል ማወቅ አለባቸው። የመራራነት መንፈስ ሥር ሳይሰድ ቶሎ በውይይት ካልተፈታ፥ ችግሩ በአ ጭሩ አይቆምም። ጥላቻና መራራነት በስው ልብ ውስጥ በቆየ ቁጥር ቁስሉ ያመረቅዝና፥ ሁለቱን ወገን ለማስታረቅ አስቸጋሪ የሚሆንበት ጊዜ አለ። ሐዋርያው ጳውሎስ ***"ምንም ያህል ብትቆጡ ኃጢአት አትሥሩ፤ ቁጣችሁም ሳይወገድ ጸሐይ አይጥለቅባችሁ"*** (ኤፌ. 4፥26) ያለው ለዚህ ነው። ይህንን ቃል በትክክል ባለመረዳት ብዙ ጉዳት ውስጥ ያለፉ ሰዎች አሉ። ጳውሎስ ይህን ሲል *"ለሰላም ስትሉ፥ አስቸጋሪ ለሆነው ሰው ሁልጊዜ እሺ በሉ፤.... እጃችሁን ስጡ...አስቸጋሪው ሰው ይረጋግጣችሁ፥ ወይም ጉዳት ሲያደርስባ ችሁ፥ ዝም በሉ..."* ማለቱ አይደለም። የእግዚአብሔር ዓላማና ፍላጎት፥ በቤ ተሰቡ ውስጥ አንዱ ብቻ በሰላም እንዲኖር፥ የአንዱ ፍላጎት ብቻ እንዲሟላ፥ ሌላው ግን እየተጨነቀ፥ ራሱን የመሆን መብት እየተነፈገው እንዲኖር አይ ደለም። የእግዚአብሔር ዓላማና ፈቃድ ሁሉም በእኩልነት ተስማምተው እን ዲኖሩ ነው። *"የእኔ ፍላጎት ብቻ ይጠበቅ፥ እኔ የምለው ብቻ ይሰማ፥ እኔን እስከተመቸኝ ድረስ ሌላው ባይመቸው ግድ የለኝም..."* የሚል ሰው አብሮት ለሚኖረው ሰው "አስቸጋሪ" ነው። ከእንዲህ ዓይነቱ ሰው ጋር መኖር ታዲያ የምንችለው እንዴት ነው? ለዚህ ጥያቄ መልስ ይሆናሉ ብለን ያመንባቸውን አንዳንድ አሳቦች በሚቀጥሉት ምዕራፎች ላይ በሰፊው ስለገለጽን በጥንቃቄ ይመልከቱ።

2. አብረውን ይሠራሉ

የሥራ ማጣት ችግር ጎልቶ በሚታይበት በአሁኑ ዘመን፥ ኑሮአቸውን የሚያሸንፉበት፥ ራሳቸውንና ቤተሰባቸውን የሚያስተዳድሩበት የገቢ ምንጭ ያላቸው ሰዎች ባላቸው የዕለት ሥራ ደስ ሊላቸው ሲገባ፥ ብዙዎች በሥራቸው ደስተኞች አይደሉም። በቅርቡ በተደረገው ጥናት፥ ከመቶ አርባ ስድስቱ (46%) አሜሪካውያን ሥራቸውን እንደሚጠሉ ተረጋግጧል። ጥዋት ከእንቅልፋቸው ነቅተው ወደ መሥሪያ ቤታቸው ለመሄድ ሲያስቡ፥ ውስጣቸው በጭንቀትና በፍርሃት ይሞላል። ምክንያታቸው ምን ይሆን? ምክንያታቸው የሚሠሩት የሥራ ዓይነት ሳይሆን፥ አብረዋቸው የሚሠሩት የሥራ ባልደረባዎቻቸው ወይም፥ የሥራ አለቆቻቸው "አስቸጋሪ ሰዎች" ስለሆኑባቸው እንደሆነ፥ ጥናቱ ያረጋግጣል።

(1) *አስቸጋሪ የሆነብን ሰው የሥራ ባልደረባችን ይሆን?*

አንዳንድ ሠራተኞች፣ ሥራቸውን ሠርተው እንዲጨርሱ በተሰጣቸው የጊዜ ገደብ ውስጥ ሠርተው ለመፈጸም የሚያደርጉት ትግል፣ አለቆቻችውን ለማስደሰት የሚያሳዩት ጥረት ከአቅማቸው በላይ በመሆኑ፣ እንዲሁም ሠርተው እንዲጨርሱ የተሰጣቸው ሥራ፣ ካላቸው የተወሰነ ሰዓት ጋር የማይመጣጠን በመሆኑ፣ ከፍተኛ ውጥረት ስለሚሰማቸው በሥራቸው ደስተኞች አይደሉም። በዚህ ዓይነት ሁኔታ ውስጥ የሚሠሩ ሠራተኞች ብዙ ጊዜ እርስ በርሳቸው ተስማምተውና ተቻችለው ለመሥራት ከባድ ይሆንባቸዋል። በዚህ ምክንያት አንዱ ለሌላው አስቸጋሪ ሰው ይሆናል። የእርስ በርስ ፉክክር ጎልቶ ይታያል። አንዱ ከሌላው ቀድሞ ለመሄድ ይፈልጋል። በትክክለኛው መንገድ ቀድሞ ለመሄድ ካልቻለ ደግሞ፣ የሥራ ባልደረባውን ጠልፎ ወደ ኋላ ለማስቀረት ይሞክራል። በሚሠራው ሥራ ደስ በመሰኘት ፈንታ አንዱ የሌላውን ሥራም ሆነ ደሞዝ ይመኛል። ስምንት ሰዓት አብሯቸው የሚሠራው ሰው፣ አሉባልታ የሚያሰራጭ ተንኮለኛ የሆነ የሥራ ባልደረባ ከሆነ፣ ሥራቸውንና የሥራ ቦታቸውን በጣም እንዲጠሉት ምክንያት ይሆንባቸዋል። ሥራውን ትተውት እንዳይሄዱ፣ ኑሮአቸውን የሚያሸንፉበት ሌላ አማራጭ መንገድ የላቸውም። ሥራቸውን ትተው ከሄዱ፣ ራሳቸውንና ቤተሰባቸውን የሚደግፉበት ገቢ አይኖራቸውም። ስለዚህ የሚሠሩት ሥራ ደስ ቢላቸውም፣ ባይላቸውም የግድ በሥራቸው ላይ መቆየት አለባቸው። በዚህ ዓይነት መንፈስ ሆነው የሚያስገኙት የሥራ ውጤት እንኳን ቀጣሪቸውን፣ ራሳቸውንም ደስ እንደማያሰኛቸው የታወቀ ነው።

ሞገስ ከአሠሪዎቹና አብረቻው ከሚሠራቸው ሠራተኞች ጋር ጥሩ ግንኙነት ያለው ሰው ነው። በጥሩ ጠባዩና በታታሪ ሠራተኝነቱ የተወደደና የተደነቀ ነው። ከሠራተኞቹ መካከል ዕርዳታ የሚፈልግ ሰው ቢኖር፣ ፈጥኖ የዕርዳታ እጁን የሚሰነዝረው ሞገስ ነው። የታዘዘውን ሥራ በተጠየቀበት ጊዜ ውስጥ ጥሩ አድርጎ ሠርቶ በማቅረብ ችሎታው፣ በአለቆቹ ዘንድ የተወደደና የተመሰገነ ነው። በየዓመቱ የደሞዝ ጭማሪ አልፎት አያውቅም። በቤቱ ውስጥ ያለውም የግል ኑሮው በሰላም የተሞላ ነው። ይሁን እንጂ፣ በሥራው ደስተኛ አይደለም። ወደ ሥራው ለመሄድ ሲያስብ ውስጡ በጭንቀትና በፍርሃት ይሞላል። መሥሪያ ቤቱን በጣም ይጠላዋል። የግል እንጀራውን የሚያገኝበት በመሆኑ ብቻ እንጂ፣ ጥሎ ቢጠፉ ደስ ይለው ነበር። አለቆቹ ከወደዱት፣ አብረውት የሚሠሩት ከተቀበሉትና ካከበሩት፣ ጥሩ ደሞዝ ካገኘ፣ ችግሩ ምንድነው ብለን መጠየቃችን አይቀርም። የሞገስ ትልቁ ችግር፣ ሌላ ነገር ሳይሆን አብሮት የሚሠራው ታከለ የተባለው የሥራ ባልደረባው ነው። በቀን ስምንት ሰዓት ከታከለ ጋር አብሮ መቆየት ተራራ መግፋት ያህል ከባድ የሚሆንበት ጊዜ አለ። የታከለን መጥፎ ባህሪ ችላ ብሎ የራሱን ሥራ ብቻ እንዳይሠራ፣ የሚሠሩት ሥራ እርስ በርስ የሚያገናኛቸው ነው። በዚህ ምክንያት ሞገስ መሥሪያ ቤቱን በጣም ስለጠላው፣ አንዳንድ ቀን ከእንቅልፉ ላይነቃ እዚያው እተኛበት ቢቀር ደስ የሚለው መሆኑን በቅርቡ ላሉት ሰሚዎቹን ይናገራል።

ታከለ ለሞገስ አስቸጋሪ የሆነው በምን ምክንያት ይሆን? ታከለ በጣም ተለዋዋጭ የሆነ ባሕሪ አለው። ያለአንዳች ምክንያት ያኮርፋል። ምክንያቱን ሲጠየቅ፣ የሚሰጠው መልስ ወይም ምክንያት ሁልጊዜ አያጣም። መልሱ አጥጋቢ አለመሆኑ ብቻ ሳይሆን፣ ሁልጊዜ ተቃራኒ ሰው መሆኑን የሚያሳይ ነው። ሞገስ "ጥሩ ነው" ካለ፣ ታከለ "መጥፎ ነው" ይላል። ሞገስን ያስደሰተው፣ እርሱን አያስደስተውም። ሞገስን ሰዎች ሲያመሰግኑት ከሰማ ታከለ ይበሳጫል። በጥሩ ሥራው ሠራተኞችም ሆኑ አለቆቻቸው "በጣም ጥሩ ነው" በማለት ያመሰገኑትን፣ "በጥሩ ሁኔታ አልሠራኸውም" ይለዋል። ታከለ ሁልጊዜ ሞገስን ተንኮለኛ አድርጎ ስለሚመለከተው፣ የሚያደርገው ነገር ሁሉ ያጠራጥረዋል። ሌላው ቀርቶ የሚያቀርብለትን ሰላምታ እንኳን ይጠራጠራል። በቀና ልብ "ታከለ እንደምን አደርክ?" ብሎ ሰላምታ ቢያቀርብለት፣ "ይህን ስትል ምን ማለትህ ነው?" ብሎ በጥርጣሬ ይጠይቀዋል። ቢሮአቸው ውስጥ የተፈላውን ቡና ቀድቶ ቢሰጠው፣ "ቡናው ውስጥ መርዝ ጨምሮበት ይሆናል" ብሎ በማሰብ መጠጣት በጣም ይከብደዋል። ቀምሶ እንዲሰጠው ያደረገበትም ጊዜ አለ። ይሄን እያየ ሞገስ ልቡ ያዝናል። የሚያሳዝነው፣ ታከለ ሞገስን መጥላት ብቻ ሳይሆን፣ ሌሎችም ሰዎች እንዲጠሉት ከፍተኛ ጥረት ያደርጋል። ሞገስ ጥሩ ነገር ሲሆንለት፣ በጣም ይከፋዋል፤ ፊቱ ይጠቁራል። ምክንያት እየፈለገ ይተናኮለዋል። በሆነውና ባልሆነው ምክንያት እየፈለገ ያኮርፈዋል። ሞገስ ታከለን "ዛሬስ ምን ሆንክ?" ብሎ መጠየቁ በጣም ስለ ሰለቸው፣ "ይውጣለት" ብሎ ዝም ይለዋል። በሞገስ ሕይወት ውስጥ ድካምም ሆነ ስህተት ለማግኘት አጉልቶ በሚያሳይ መነጽር በማየት ሕይወቱን ይመረምራል። አንድ ትንሽ ድካም የሚመስል ነገር ቢያገኝ፣ ተራራ አሳክሎ ያቀርበዋል። ከላይ እንዳየነው ታከለ ለሞገስ አስቸጋሪ ሰው እንደሆነ ግልጽ ነው።

ሠራተኞችን "በሥራችሁ ላይ የሚያስደስታችሁ ነገር ወይም ሥራችሁን እንድትጠሉት የሚያደርጋችሁ ምንድነው?" ተብለው ሲጠየቁ፣ አብዛኞዎቹ ሥራቸውን የሚጠሉበት ዋናው ምክንያት በሥራ ባልደረባቸው ምክንያት እንደሆነ ይናገራሉ። በሥራቸው ላይ ደስተኛ የሚያደርጋቸው የሚያገኙት ጥሩ ደሞዝ ሳይሆን፣ ከሥራ ባልደረቦቻቸው ጋር ያላቸው ጥሩ ግንኙነት እንደሆነ ይገልጻሉ። ሰውን ደስ የሚያሰኘው፣ ጥሩ ግንኙነት ከሆነ፣ ታዲያ ብዙ

ጊዜ የሚኖረንን ግንኙነት ሻካራ የሚያደርገው፣ ኑሮአችንን አስቸጋሪ የሚያደርግብን ምክንያቱ ምን ይሆን? ከሁሉም የበለጠ መልስ ልናገኝለት የምንፈልገው ጥያቄ ቢኖር፣ ሕይወታችንን መራራ ከሚያደርጉብን አስቸጋሪ ሰዎች ጋር መኖርም ሆነ አብሮ መሥራት እንዴት እንችላለን? ለሚለው ጥያቄ እንደሆነ ብዙዎች ያምናሉ። ይሄን መጽሐፍ ለማዘጋጀት የተነሳሁበትም ዋናውና ትልቁ ምክንያት፣ ለዚህ ጥያቄ ሁሉንም የሚያረካም ባይሆን፣ የተወሰኑትን ሰዎች ሊጠቅም ይችል ይሆናል ብዬ ያሰብኩትን አንዳንድ አሳብ ለመሰንዘር ብቻ ነው። አብረናቸው ከምንሠራቸው ሠራተኞች መካከል "አስቸጋሪ" የሚሆኑብን ሰዎች፣ የተለያየ የጠባይ ችግር ያለባቸው ሊሆኑ ይችላሉ። ለምሳሌ በዕድሜ ትላልቆች ሆነው የህጻንነት ባሕሪ የሚታይባቸው ይሆናሉ። እንደሚፈልጉት ካልሆነላቸው፣ በጥቃቅኑ ነገር ሁሉ እንደ ሕጻን ልጅ የሚነጫነጩ፣ የሚያጉረመርሙ ይሆናሉ። በቀላሉ የሚያኮርፉ፣ አለቆቻቸው "ጎሽ!" ካላሏቸው ዓለም በላያቸው ላይ የተገለበጠባቸው መስሎ የሚሰማቸው ይሆናሉ። ስሜታቸው ቶሎ ቶሎ የሚለዋወጥ፣ አሁን ስቀውና ተጫውተው እንደሆነ፣ ባልታወቀ ምክንያት ወዲያው የሚከፋቸውና የሚያኮርፉ ይሆናሉ። "ምን ሆንክ?" ተብለው የተጠየቁ እንደሆነ፣ የበለጠ ይበሳጫሉ። ሌላው ሰው ሲመሰገን የሰሙ እንደሆነ በጣም ይከፋቸዋል። ምንም ያህል ጥሩ ቢሆን የሰው ሀሳብ መቀበል አይሆንላቸውም። በሥራቸው ታታሪነት ቢታይባቸውም፣ በባሕሪያቸው ግን አብረቻቸው ለሚሠራው ሰው አስቸጋሪ የሆነ ባህሪ ያላቸው ናቸው። ከእንደነዚህ ዓይነቶቹ ጋር ያለማጭት ማለፍ አስቸጋሪ ነው። ለእነርሱ ስንል መሥሪያ ቤቱን ጥለን እንሂድ? ካልሆነ፣ እንዴት አብረናቸው መሥራት እንችላለን?

ከላይ ታሪኩን የገለጽነው ሞገስ፣ አንድ ቀን በጣም አስቸጋሪ ወደሆነበት ወደ ታከለ ቢሮ ሄዶ ፊት ለፊት፣ *"ታከለ! የተነሳሀበት ዋና ዓላማ የእኔን ሕይወት መራራና አስቸጋሪ ለማድረግ ከሆነ፣ እውነቱን ልንገርህና ፍላጎትህ ተፈጽሞልሃል... ደስ ይበልህ..."* አለው። ሞገስ በዚህ ዓይነት መልክ ተናግሮት ስለማያውቅ፣ ታከለ በመደነቅ ቀና ብሎ ተመለከተው። ቃል አውጥቶ ባይናገረውም፣ በሁኔታው *"...በጣም አዝናለሁ! ...ይህን ያህል አስቸጋሪ ሰው እንደሆንኩብህ አልተረዳሁትም ነበር..."* የሚለው ይመስላል። ሞገስ የተናገረው በቁጣና በንዴት ተሞልቶ ቢሆንም፣ በድፍረት መናገሩ የጠቀመው ይመስላል። ከዚያን ቀን ጀምሮ ታከለ ሞገስን ማስቸገሩን ፍጹም አቆመ። ከአስቸጋሪ ሰው ጋር በሰላም መኖር የሚያስችል ሌላ የተሻለ መንገድ ቢኖርም፣ ከላይ የገለጽነው ሁኔታ ለሞገስ ውጤት አስገኝቶለታል። እርግጥ ነው ታከለን ወዳጁ አላደረገውም። ወዳጅነታቸው ላይ ላዩን (tangential) ነው። በአንዳንድ መሥሪያ ቤት ውስጥ "የአዋቂ ህጻን" (adult child) የሆኑ ሰዎች እልፍ አልፍ እይጠፉም። እነዚህን ከመሳሰሉ ሰዎች ጋር በየቀኑ መሥራት ምን ያህል አስቸጋሪና ከባድ እንደሆነ ልምምዱ ያላቸው ሰዎች ያውቁታል። ሁልጊዜ የተናደደ የፊት ገጽታ ያሳዩናል። ያለአግባብ ይጮኹብናል፤ ሁኔታዎች እንደሚፈልጉት ካልሆነላቸው ይነጫነጫሉ፤ ያጉረመርማሉ። ለአለቆቻቸው ጠራ ያመላልሳሉ። ጥቂት ወይም ቀላሉ ነገር ያስቀይማቸዋል። ከእንደዚህ ዓይነት ሰዎች ጋር በሰላም ለመኖር የሚቻልበትን መንገድ በርናርድ ባንግሊ (Bernard Bangley) የተባሉ ጸሐፊ አራት ምክሮችን ሰንዝረዋል፤

1ኛ) በመጀመሪያ ለማስተካከል ቀላል የሆነውን፣ አስቸጋሪው ሰው "ይቀበለናል" ብለን የምናስበውን ነገር ለመሥራት እንሞክር። በእለፋላጊነታቸው ሁሉም ሁኔታዎች እኩል አይደሉም። ለጥቂቱ ነገር "እሺ!" ማለት፣ ለትላልቁ ነገር በር ይከፍታል። ስለሆነም፣ ትንሹንም ብለን ለምናስበው ነገር "እጅ እንስጥ"። ይሄም የአስቸጋሪውን ሰው ልብ በመጠኑም ቢሆን ሊያለሰልስ ይችላል።

2ኛ) ጠርነት ሊያስከትል የሚችለውን ከባድ ቃል ከመናገር ይልቅ፣ ለሰላም ስንል ገንቢ የሆነ መልካም ቃል ለመናገር እንሞክር። በአስቸጋሪው ሰው ሕይወት ውስጥ ያለውን መልካሙን ባሕሪውን ጠቅሰን እንናገር። በንግግራችን እውነተኞች ከሆንን፣ አስቸጋሪውን ሰው በቀላሉ ወዳጃችን ልናደርገው እንችላለን።

3ኛ) ሀቀኛና በተቻለን መጠን ለስሜታችን የማንሸነፍ እንሁን። ውይይታችን ሌላውን ሰው ዝቅተኛ አድርጎ የሚያሳይ አይሁን። አስቸጋሪውን ሰው ይጎዳል ብለን የምናስበውን ነገር ከመናገር እንቆጠብ።

4ኛ) አስቸጋሪው ሰው ስለ ራሱ ጥሩ ስሜት (አስተያየት) እንዲኖረው የተቻለንን ሁሉ እናድርግ። ዝቅተኛ ስሜት እንዳይሰማው እንጠንቀቅ። ከወቀሳ ይልቅ ምስጋና የተሻለ ውጤት አለው።[*]

(2) <u>አስቸጋሪ የሆኑብን ሰው የሥራ አለቃችን ይሆናል</u>

አስቸጋሪ ሊሆኑብን የሚችሉት አብረውን የሚሠሩ ሠራተኞች ብቻ ሳይሆኑ፣ የሥራ አለቆቻችንም ሊሆኑ ይችላሉ። ስለ ሠራተኛው የስሜት መጎዳት ፍጹም ግድ የሌለው፣ በትንሹም ሆነ በትልቁ ምክንያት እየፈለገ የሚጮኽብን፣ ሠርተን የምናቀርብለት ሥራ የማይጥመው፣ "ውሃ ቀጠነ" የሚል፣ እድሎኛ የሆነ፣ ሠራተኛውን ዝቅ አድርጎ የሚያይ የሥራ አለቃ

[*] Bangley, K. Bernard. <u>Getting Along When You Feel Like Getting Even</u>. Harold Show Publishers, Wheaton, IL. C1993.

ለሠራተ ኛው አስቸጋሪ ሰው ነው። ይህንን ከመሰለ የሥራ አለቃ ጋር በቀን ስምንት ሰዓት ማሳለፍ ቀላል አይደለም። ለመሆኑ አስቸጋሪ የሚያስኛቸው ምን ዓይ ነት ባሕሪያቸው ይሆን? አንዳንድ የሥራ አለቆች እነርሱ ካቀረቡት አሳብ የተለየ አሳብ የሚሰጠውን ሠራተኛ እንደ ተቃዋሚያቸው አድርገው ይመለ ከቱታል። የታዘዘውን "እሺ!" ብሎ መሥራት እንጂ "ለምን?" ብሎ ከጠየቀ አለቃውን የሚደፍር፥ አክብሮት የጎደለው ሠራተኛ ያሰኘዋል። "እኔ አለ ቃህ ስለሆንኩ፥ ገደል ግባ ብዬ ባዝህም ጥያቄ ሳታቀርብ ገደል መግባት አለ ብህ" የሚሉ አለቆች አይጠፉም። በበኩሌ አለቃን በሚመለከት ፍጹም የማ ልረሳው አንድ መጥፎ የሆነ ትዝታ አለኝ። አንድ ጊዜ አለቃዬ አድልዎ ያለ በትን ነገር እንድሠራ ጠየቀኝ። መንፈሴ ስላልተቀበለው በአክብሮት "ይሄማ እንዴት ይሆናል? ፈጽሞ አላደርገውም" ብዬ መለስኩለት። እርሱም በቁጣ ቃል ተሞልቶ፥ "አለቃህ እኮ ነኝ! አድርግ ብዬ ያዘዝኩህን ሁሉ ማድረግ አለብህ" አለኝ። እኔም ከዚህ በፊት ተሰምቶኝ የማላውቀውን ዓይነት ቁጣ በውስጤ ነደደና፥ *"ስማኝ! አንተ ለስሙ አለቃዬ ሁን እንጂ፥ እኔ በአስተዳደር ችሎታም ሆነ በሌላ ነገር ከአንተ መቶ በመቶ እበልጣለሁ። ዝም ብለህ አለ ቃህ ነኝ አትበል" አልኩት።* ትክክል ያልሆነ ነገር አድርግ ሲለኝ *"እምቢ!"* ማለቴ ትልቅ ብርታት ቢሆንም፥ መልሴ ግን ብስለት የጎደለው በልጅነት ዕድሜ ውስጥ በነበርኩበት ጊዜ የተናገርኩት ደካማ የሆነ ንግግር ነበር። ዛሬ ቢሆን ኖሮ፥ በዕድሜና በልምምድ በበሰልኩበት ዘመን የምሰጠው መልስ ከዚህ የተለየ እንደሚሆን እርግጠኛ ነኝ። አነጋገሬ ትህትና የጎደለው ቢሆ ንም፥ አለቃዬ በጣም ምልስ ሰው ስለነበረ፥ እለቅነቱን ለማሳመን በትእዛዙ ሳይገፋበት ቀረ።

አንዳንድ አስቸጋሪ የሆኑ አለቆች፥ ሠራተኛው እነርሱን ለማስደሰት ብቻ የተቀጠረ የሚመስላቸው አሉ። ሠራተኛ ምን እንደሠራ ብቻ ሳይሆን፥ 'በዚህ ቀን፥ በዚህ ሰዓት' ምን ይሠራ እንደነበረ ሪፖርት እንዲሰጣቸው ይጠ ይቃሉ። በውስጣቸው ለሠራተኛው ምንም ዓይነት ርህራሄ የላቸውም። በዚህ ዓይነት አለቃ ሥር የሚሠሩት በሥራቸው ተደስተውና ረክተው ሳይሆን፥ ሌላ አማራጭ መንገድ ስለሌላቸው፥ ወይም ሌላ ሥራ ማግኘት ስለማይችሉ ብቻ ነው። አስቸጋሪ አለቃ ያጋጠማቸው ተንገሽግሸው ሥራቸውን ጥለው መውጣት ቀላል መንገድ ይሆን ነበር። ይሁን እንጂ፥ በቀላሉ ሌላ ሥራ አያ ገኙም፤ ቢያገኙም ከዚያ የበለጠ አስቸጋሪ አለቃ ያጋጥመናል ብለው መፍ ራታቸው አይቀርም። ስለዚህ አስቸጋሪ አለቃ በገጠመን ቁጥር ሥራችንን ጥለን ከመውጣት ወይም ከመሸሽ ሌላ የተሻለ መንገድ ይኖር ይሆን?

❶ አስቸጋሪ የሆነ አለቃ በጭካኔ ተሞልቶ የሚወረውርብን ቃላት ወደ ውስጣችን ዘልቆ እንዳይገባ ልባችንን መጠበቅ አለብን። የሚያስቆጣ ነገር ኖሮ ሳይሆን በባሕሪው ጸብ ጫሪና አስቸጋሪ ሰው መሆኑን ተገን ዝበን እንደ አመጣጡ በቁጣ መልስ በመስጠት ፋንታ ለጊዜው በዝምታ ማሳለፍ አስተዋይነት ነው። አንዳንዶቹ አለቃ ማን እንደሆነ ለማሳየት ሲሉ ብቻ ምክንያት እየፈለጉ የሚቆጡና የሚጮኹ እንዳሉ ማወቁ ይጠቅማል። በተለይ በትምህርትም ሆነ በዕውቀት የሚበልጧቸው መስሎ ከተሰማቸው፥ ሥልጣናቸውን ለማሳየት ወይም ማንነታቸውን ለማሳወቅ በሠራተኛው ላይ እየጮኹ ጎጂ የሆነ ቃል ይወረውራሉ። እንዲህ ዓይነቱ አስቸጋሪ አለቃ የሚወረውረው ክፉ ቃል ውስጣችን ዘልቆ እንዳይገባ ራሳችንን መጠበቅ ይገባናል። ለምሳሌ "የማትረባ፥ ፈጽሞ የማይገባህ ሰው ነህ" ብሎ በቁጣ መንፈስ ተሞልቶ ሲሳደብ፥ የስ ውየውን ትክክለኛ ማንነት ስለምናውቅ፥ "ይህ ሰው የራሱ የሆነ ችግር ስላለበት ነው እንጂ እርሱ እንደሚለው እውነትም ደደብ ወይም የማይ ገባኝ ሆኜ አይደለም" በማለት ለራሳችን መንገር ያስፈልገናል። ችግሩ የአለቃችን እንጂ፥ የራሳችን አድርገን መውሰድ የለብንም። ይህን ስና ደርግ፥ በብረት አጥር ዙሪያችንን አጥረን ራሳችንን መከላከላችን ነው። ያበሳሸነው ነገር ቢኖር እንኳ፥ "ይሄ ተበላሽቷል፥ ይሄ ልክ አይደለም" በማለት በሥርዓት ራሱን መግለጽ ሲችል፥ የስድብ ቃል መወርወሩ፥ አስቸጋሪ ሰው መሆኑን በግልጽ ያሳያል። አጸፋውን ከመመለስ "ይህ ሰው ያልታረመ ምላስ ያለው ሰው ነው" ብሎ በመገንዘብ ችላ ብሎ ማለፍ ሽንፈት ሳይሆን፥ አሸናፊነት ነው።

❷ አስቸጋሪ የሆነው አለቃ ክፉ ቃል ሲወረውርብን፥ "ራሴን በእርሱ ደረጃ አላውልም" በማለት፥ ይጠቅማል ብለን የምናስበውን መልካም አስተያ የት መለገስ የሚጠቅምበት ጊዜ አለ። በቁጣ ተሞልቶ እየጮኸ ሲናገር ምንም ዓይነት መልስ የማይሰጠው ከሆነ፥ የተናገረው ንግግር ልክ ነው ብለው የተቀበሉት የሚመስለው ጊዜ ስለሚኖር፥ ጨዋነት ያልጎደለውን መልስ መስጠት፥ የተናገረው ነገር ልክ እንዳልሆነ እንዲያውቅና እንዲ ሁም ራሱን እንዲያይ ሊያደርገው ይችላል። ከንግድ ሥራ ትምህርት ቤት እንደተመረቅሁ፥ የተማሪዎች ዲን፥ ቀጥሎም የትምህርት ቤቱ አስተዳዳሪ ሆኜ ስምንት ዓመት ሠርቼአለሁ። ብዙ ጊዜ ወደ ኋላ መለስ ብዬ ያሳለፍኩትን ሕይወቴን ስመረምር እነዚያን ስምንት ዓመታት ያለ አግባብ ያቃጠልኩት መስሎ የሚሰማኝ ጊዜ አለ። ይሁን እንጂ፥ አንዳ ንድ ጠቃሚ የሆኑ ትምህርቶችን የቀሰምኩበት ጊዜያት እንደሆኑ አል ክድም። እንደምናውቀው የተለያዩ የአስተዳደር ዓይነቶች አሉ። በተ

ለይ በአገራችን በኃላፊነት ወይም በሥልጣን ላይ ያሉ አንዳንድ ሰዎች የሚጠቀሙበት፥ ውጤታማ ነው ብለው የተቀበሉት የአመራር ሥልት አለ። ያም ሠራተኛውን በማስፈራራትና በማስደንገጥ (Management by Terror) ማስተዳደር ነው። ይህን ዓይነት የአመራር ሥልት ይጠቀሙበት ከነበሩት ሰዎች መካከል አንደኛው የንግድ ሥራ ትምህርት ቤት ዋና ድሬክተር የነበሩት ሰው ናቸው። እኚህ ድሬክተር ሰው ሁሉ እንዲፈራቸውና እንዲንቀጠቀጥላቸው የሚያደርጉበት የራሳቸው የሆነ መንገድ የነበራቸው ሰው ነበሩ። ስምንት ዓመት አብሬአቸው ስለ ሠራሁ በደንብ አውቃቸዋለሁ። በተፈጥሮዬ በራሴ የምተማመን ሰው ብሆንም፥ በዕድሜ ገና ልጅ ስለነበርኩ ቢሮአቸው ጠርተውኝ ከፊታቸው ስቆም የምፈራበት ምክንያት ባይኖረኝም እንዲሁ በጣም እፈራና እደነግጥ ነበር። ሌላው ቀርቶ በስልክ እንኳን ድምጻቸውን ስሰማ፥ ምንም ያጠፋሁት ነገር ባይኖርም፥ እንዲሁ እደነግጥ ነበር። የፈራሁት ልጅ በመሆኔ ነው ብዬ እንዳልል፥ ከእኔ በዕድሜ ብዙ የሚበልጡና ብዙ ዓመት የሠሩትም ሲፈሯቸውና ሲንቀጠቀጡላቸው አይ ነበር። "ለምን እንደዚህ እፈራቸዋለሁ?" በማለት ራሴን ብዙ ጊዜ የታዘብኩበት ጊዜ ነበር። ወደ ሥራ ለመሄድ ጥዋት ከዕንቅልፌ ስነሳ ወደ አዕምሮዬ እየመጡ ደስታ እንዲሸሸኝ ከሚያደርጉኝ ሰዎች መካከል አንደኛው እኚህ ሰው ነበሩ።

ለረጅም ጊዜ በድሬክተርነት ስላገለገሉ፥ ተማሪ በነበርኩበት ዘመን ስለማውቃቸውና እንደ እኔ ዓይነት ትንሽ ልጅ ቢፈራቸውና ቢንቀጠቀጥላቸው ምንም አይደለም። የሚደንቀው ግን በዕድሜ የገፉትም ሰዎች ቢሮአቸው ሲሄዱ በፍርሃት የሚንቀጠቀጡ መሆናቸው ነው። እኚህ ድሬክተር ሰው ሁሉ እንደሚፈራቸው ያውቁታል። ይሁን እንጂ እርሳቸውን ስለጠቀማቸው "እኔ ጅብ አይደለሁምI ለምን ትፈሩኛላችሁ?" በማለት ሰውን እንዲዝናና አያደርጉትም። እንዲያውም በመፈራታቸው ደስ የሚላቸው ይመስላሉ። አንድ የማልረሳው ትዝታ አለኝ። ከእኔ በፊት አስተዳዳሪ የነበሩት ሰው በዕድሜ የበሰሉ፥ በሰውነታቸው በጣም ተለቅ ያሉ ሰው ነበሩ። እኚህ ሰው ወደ ድሬክተሩ ቢሮ ተጠርተው ሲሄዱ እየፈሩና እየተንቀጠቀጡ ነበር። ድሬክተሩ የበለጠ እንዲፈሩና እንዲከበሩ ለማድረግ ይመስላል፥ እኛ ሰው ቢሮአቸው ሲመጡ "ቁጭ በል" ሳይሏቸው ሁለት ሰዓት ሙሉ እግራቸውና ወገባቸው እስኪንቀጠቀጥባቸው ድረስ ያስቆሟቸው ነበር። እኛ ሰው ወንበር ስበው ቢቀ መጡ "ተነስ!" ብለው እንደማያስነሷቸው እርግጠኛ ነኝ። ይሁን እንጂ ከፍርሃታቸው የተነሳ "ተቀመጥ" ሳይሉኝ እንዴት እቀመጣለሁ?" በማለት ብቻ ለመቀመጥ ድፍረት አልነበራቸውም።

እኚህ ድሬክተር በወቅቱ ለብዙዎች ሠራተኞች አስቸጋሪ አለቃ ነበሩ። በእርሳቸው አካባቢ ሰው ተዝናንቶ ያለፍርሃት መኖር አይችልም። እንደ እርሳቸው ዓይነት ሠራተኛውን በማሸቆጥቆጥ የሚያምን፥ የራሱን ድካም ወደ ሌላው ለመግፋት የሚሞክር አለቃ የሚወረውረው የሰድብ ቃል፥ ወይም ስለ ሠራተኛው የሚሰጠው አስተያየት ወደ ውስጣችን ገብቶ እንዳይጎዳን የምንከላከልበት መንገድ፥ ድፍረት ሳናጣ፥ ጤናማ የሆነ አስተያየት ወይም ሥርዓቱን ያልለቀቀ መልስ በመስጠት ነው። ሥርዓት ያለው መልሰ መስጠት በቁጣ ተሞልቶ ክፉ ቃል የሚሰነዝረውን አለቃ ሲገታ አይቻለሁ። አንድ ቀን አንዱን በቅርቡ የተቀጠረ አዲስ አስተማሪ እኚሁ ድሬክተር ቢሮአቸው ጠርተው በቁጣና በንዴት ተሞልተው "አንተንና ጓደኞችህን በመቅጠሬ የራስ ምታት አተረፍኩኝ" አሉት። እኚህ ሰው በዚህ ዓይነት ሁኔታ አዲሱን አስተማሪ ማስደንገጥ የፈለጉት ምናልባት "እንዳትደፍረኝ! እዚህ ግቢ እኔ አምላክህ ነኝ!" በማለት ኃይላቸውንና ሥልጣናቸውን እንዳይንቅ ለማድረግ ይሆናል። ወይም ሌላ ምክንያት ይኖራቸዋል! ያም ሆነ ይህ፥ ያ አዲስ አስተማሪ እርሳቸው እንዳሰቡትና እንደጠበቁት አልደነገጠላቸውም። ምንም ዓይነት ድንጋጤና ፍርሃት ሳያሳይ፥ *"ራስ ምታት ከሆነብዎት፥ ሊያሰናብቱን ይችላሉ እኮ!..."* አላቸው። ስምንት ዓመት በቆየሁበት ጊዜ ውስጥ ይህን ዓይነት መልሰ ደፍሮ ለእኚህ ድሬክተር ሲሰጥ ያየሁት ደፋር ሰው ቢኖር ያ ወጣት አስተማሪ ብቻ ሳይሆን አይቀርም። እርሳቸውም የሰጣቸው መልስ አበሳጭቷቸው የበለጠ በመቆጣትና በዚያ አስተማሪ ላይ ሌላ እርምጃ በመውሰድ ፈንታ፥ ከዚያን ቀን ጀምሮ ትምህርት ቤቱን ለቅቆ እስከ ሄደበት ጊዜ ድረስ ያንን አስተማሪ ያከብሩት ነበር።

ያ ወጣት አስተማሪ ለድሬክተሩ የሰጣቸው መልስ ሥርዓት በለቀቀ ሁኔታ፥ ጨዋነት በጎደለው መልክ አልነበረም። እንደ ትምህርት ቤቱ ባለሥልጣን የሚገባቸውን አክብሮት አልነፈጋቸውም። ይሁን እንጂ፥ እንደ አስተማሪ የሚገባውን ክብር እንዲከለክሉት ደግሞ አልፈቀደላቸውም። ያንንም እንዲያውቁ ያደረገው ተቆጥቶ በመናገር ሳይሆን፥ ጨዋነት ባልጎደለው መልክ ተገቢውን መልስ በመስጠት ነው። ብዙ ሰዎች ሥርዓት በለቀቀ መንገድ የሚናገሯቸውን፥ የሰድብ ቃል የሚወረውሩባቸውን አለቆቻቸው አስፈላጊውን መልስ በመስጠት ፈንታ የሚያስተናግዱቸው በፊታቸው በፍርሃት በመንቀጥቀጥ ነው። ይሄን ዓይነት ባሕሪያቸው፥ አስቸጋሪ ባሕሪ ያላቸውን አለቆቻቸውን አይለውጥም። እንዲህ ዓይነት አስቸጋሪ አለቃ ያላቸው ሰዎች ዘወትር ወደ መሥሪያ ቤታቸው ለመሄድ ሲያስቡ ሁልጊዜ ውስጣቸው በጭንቀት የተሞላ

ይሆናል። ትክክል የሆነ ሥርዓት ያልጎደለው መልስ ለአለቃ መስጠት ከሥርዓት ውጪ መሆን ወይም አጉል ድፍረት አይደለም።

❾ ለአስቸጋሪው አለቃ ዝም ብሎ መልስ መስጠት ብቻ ሳይሆን፣ አማራጭ የሆነ፣ ትክክለኛ ሆኖ የተሰማንን አሳብ መስጠት ይጠቅማል። ያ ከላይ ያየነው አስተማሪ ለድሬክተሩ የሚሰማውን በድፍረት መግለጹ ብቻ ሳይሆን፣ አማራጭ የሆነ አሳብ ሰጣቸው። ይኸውም "በእኛ ካልተደሰቱ እኛን አሰወጥተው ሌሎች አስተማሪዎችን ቅጠሩ" ማለቱ ነበር። ይህን ዓይነት መልስ መስጠቱ ለአስቸጋሪ አለቃ አማራጭ የሆነ መንገድ መክፈቱ ነው። ለምሳሌ፣ ባለን ኃይልና ጉልበት ሠርተን የማንጨርሰው ሥራ እያለን ተጨማሪ ሌላ ሥራ ወይም ኃላፊነት ሲሰጠን፣ ".... ከአቅሜ በላይ ነው፤ ይህን ሥራ አንድ ሰው ብቻውን ሠርቶ የሚጨርሰው አይደለም" ማለት መቻል አለብን። ይህን ዓይነቱን መልስ በድፍረት ለመስጠት እርግጥ ነው ልምምድ ይጠይቃል። አስቸጋሪ የሆኑ አለቆች የሌሎች ጭንቀት፣ በሥራ መወጠር ተሰምቷቸው ልባቸው ይራራል ብሎ መጠበቅ ትልቅ ስህተት ነው። ስለዚህ አስቸጋሪ በሆኑ አለቆች አንዳንጎዳ ራሳችንን የምንከላከልበት መንገድ መፈለግ አለብን።

❿ ምንም ዓይነት ዘዴ ተጠቅመን አስቸጋሪ የሆነው አለቃችን በጅ የማይል ከሆነ በጭንቀት ነፍሳችን ልትወጣ ከደረሰች፣ ጭካኔ አንጂ ርህራሄ የማናይበት ከሆነ ግን፣ ከአንድ ዓይነት ውሳኔ የግድ መድረስ አለብን። ደሞዙ በጣም ጥሩ እንኳን ቢሆን፣ "ይህ ሥራ ምን ያህል ያስፈልገኛል? ይህን ያህል ዋጋ ከፍዬ የምበላው እንጀራ ይጣፍጠኛል ወይ?" ብለን ራሳችንን መጠየቅ አለብን። ከአቅማችን በላይ ከሆነ፣ በግድ ሥራውን ማቆም ሊኖርብን ነው። የስንብት ወረቀታችንን ጽፈን ከማስገባታችንና ሥራውን ለቀን ከመውጣታችን በፊት ከተቻለ በርትቶ ሌላ ሥራ መፈለጉ የተሻለ የሚሆንበት ጊዜ አለ።

ፖል ሜየርና ሮበርት ዋይዝ (Paul Meier & Robert Wise) በጻፉት መጽሐፍ አስቸጋሪ የሆኑ ሰዎችን እንዴት መያዝ እንደምንችል ለማሳየት ቦክሰኞች ተወዳዳሪያቸውን ለማሸነፍ፣ ራሳቸውን ከጥቃት ለመጠበቅና ተወዳዳሪያቸውን ለማሸነፍ የሚጠቀሙበትን ሦስት ዓይነት ዘዴዎችን ጠቁመዋል።

- *አንደኛው፣ በቦክስ ውድድር ውስጥ "ዳክ" (Duck) ይሉታል። ይኸውም "ጎንበስ" ማለት ነው። ስለሌላው ሰው ስሜት ግድ የሌላቸው አስቸጋሪ ሰዎች የሚያደርሱት ጥቃት እንዳይነካን ጎንበስ እንበል፣ ወይም ራሳችንን እንጠበቅ። እነዚህ አስቸጋሪ ሰዎች የራሳቸው የሆነ ችግር እንዳለባቸው አንዘንጋ። በእኛና በእነርሱ መካከል ያልተስማማንበት ነገር ቢኖር፣ የሚወረውሩብን ጥቃት ቀላል እንደማይሆን እንወቅ። የአስቸጋሪውን ሰው ዓይን ትክ ብለን እያየን በውስጣችን፣ "ይሄ ሰው ሊጎዳኝ የመጣው በቁጣና በንዴት ተሞልቶ ነው" ነው በማለት የሚወረውርብን ጥቃት እንዳይደርስብን ወደ ጎን ዞር እንበል። ለራሳችን ይህንን ማለታችን አስቸጋሪው ሰው በሚናገረው ክፉ ቃል ራሳችንን ግራ ከመጋባት ለመጠበቅ ነው። ዋናው ዓላማ በዙሪያችን የሚከላከልልን አጥር ለማጠር ነው።*

- *ሁለተኛው፣ በቦክስ ውድድር "ባቢንግ" (Bobbing) የሚሉት ነው። ትርጉሙም "ጎንበስ ቀና/ብቅ ጥልቅ" ማለት ነው። ይሄም የሚረዳው፣ አጥቂው አነጣጥሮ እንዳይመታን ነው። ወዲህ ወዲያ እያለ የሚንቀሳቀሰውን ቦክሰኛ መምታት ከባድ እንደሆነ ሁሉ፣ ለአስቸጋሪውም ሰው ሌላ ኢላማ ላይ እንዲያነጣጥር የምናደርገውን እኛን ማጥቃት ከባድ ይሆንበታል። ለምሳሌ፣ በኃይል በመጮኽ ቁጣውን የሚገልጸውን አለቃ፣ "ለምን ትጮኽብኛለህ?" ብሎ በማለት ፈንታ፣ "ምነው? መሥሪያ ቤት ውስጥ ያበሳጨህ ሰው አለ እንዴ?...ሌላ ያበሳጨህ ነገር አለ?..." ብሎ መጠየቁ፣ አስቸጋሪውን አለቃ ያበርደዋል። አለቃን ይህን ዓይነት ጥያቄ መጠየቁ፣ ከሥርዓት ውጪ መሆን ቢመስልም፣ በጥሩ ሁኔታና በንጹህ ልብ ከጠየቅን ከሥርዓት መውጣት አይሆንም። ችግሩ በእኛ ላይ መስሎት ከማነጣጠር፣ የችግሩ ምክንያት ሌላ እንደሆነ እንዲያውቅ እናደርገዋለን።*
- *ሦስተኛው፣ በቦክስ ውድድር "ዊቭ" (Weave) ይሉታል። ትርጉሙም "መሽሎክሎክ" ማለት ነው። አለቃው ለሠራተኛው ከሚችለው በላይ ሥራ ሲቆልልበት፣ "...በዚህ ጊዜ ውስጥ ይሄን ሁሉ ሥራ ሠርቼ መጨረስ አልችልም... ከዚህ ውስጥ በቅድሚያ እንድሠራው የምትፈልገው ነገር አለ?" ማለት አለቃው ዕቅድ እንዲኖረው ያደርገዋል። ለአጥቂው አማራጭ ነገር ስንሰጠው፣ ምን ማድረግ እንዳለበት ምርጫ ስንሰጠው፣ አስቸጋሪው ሰው ከሚወረውረው የጥቃት ቡጢ በመሽለኩለክ ማምለጣችን ይሆናል። የሰጠነውን አማራጭ ነገር የማይቀበል ከሆነ፣ "አዝናለሁ! የጠየቅኸኝን ሁሉ በአንድ ጊዜ ሠርቼ መጨረስ አልችልም..." ለማለት ድፍረት ያስፈልገናል። ይሄም ከመጠቃት ያድነናል። ከላይ የገለጽናቸውን ብልሃቶች ለመጠቀም እንደ ቦክሰኛው ብዙ ልምምድ ያስፈልገናል። ቦክሰኛው በቂ ልምምድ ከሌለው፣ በተወዳዳሪው እጅ ተመትቶ ሊወድቅ እንደሚችለው ሁሉ፣ እኛም በአስቸጋሪው አለቃችን በቂ ልምምድ*

ከሌለን መጠቃታችን አይቀርም። ይሁን እንጂ፥ ስሁትት አሥራ ይሆናል ብለን መፍራት የለብንም።[9]

3. አብረውን ያመልካሉ

አስቸጋሪ ሰዎች የትም ቦታ የሚገኙ ከሆነ፥ ቤተ ክርስቲያንም ውስጥ ይገኛሉ ማለት ነው። የአንዳንዶቻችን "አስቸጋሪ ሰዎች" አብረውን ከሚያመልኩ፥ አብረውን ከሚያገለግሉ፥ እንዲሁም አገልግሎት ከሚሰጡን ሰዎች መካከል ሊሆኑ ይችላሉ። በእነርሱ ምክንያት ብዙ ጤናማ ያልሆነ፥ ወይም ብዙ ጎጂ የሆነ ነገር ሊደርስብን ይችላል። ቤተ ክርስቲያን ውስጥ ባሉ አንዳንድ አስቸጋሪ ሰዎች የልብ ስብራት፥ ተስፋ መቁረጥ፥ ራስን መጥላት የደረሰባቸው ብዙ ሰዎች ጥንት ብቻ ሳይሆን፥ አሁንም እንዳሉ የታወቀ ነው። በቤተ ክርስቲያን ውስጥ የአስቸጋሪ ሰዎች መኖር የእግዚአብሔርን መገኘት ይሸፍናል። ምዕመናንን ሁሉ ጭንቀት ውስጥ ይከታል። በአንድነት ፈንታ መከፋፈልን ይፈጥራል። ችግሩ የሚደርሰው ደካማ ነው በሚባለው ምዕመን ላይ ብቻ ሳይሆን፥ ሕዝቡን እንዲመራ እግዚአብሔር በመረጠውና ባስቀመጠው መሪም ላይ ሊደርስ ይችላል። ታላቅ ሐዋርያ የነበረውም ሐዋርያው ዮሐንስ በአንዳንድ አስቸጋሪ ሰዎች መጎዳቱን አልሸሸገም። ***"ከዚህ በፊት ለቤተ ክርስቲያን ደብዳቤ ጽፌላለሁ፤ ነገር ግን የቤተ ክርስቲያን መሪ መሆን የሚፈልገው ዲዮትራፊስ ሐሳቤን አልተቀበለም። ስለዚህ ወደ እናንተ ስመጣ እርሱ እየሰደበንና እያዋረደን ያደረገውን ክፉ ሥራ ሁሉ ለሁሉም እናገራለሁ፤ እርሱ የሚያደርገው ይህን ብቻ አይደለም። እርሱ ራሱ ወንድሞችን አይቀበልም። ሌሎችም እንዳይቀበሉ አቸው ይከለክላል። ከቤተ ክርስቲያን ያስወጣቸዋል"*** አለ (3 ዮሐ. 9-10)።

- *"ውስጤ በቁጣ የሚሞላበት አንዳንድ ጊዜ አለ። ለችግሬ ምክንያት ነው ብዬ በማስበው ግለሰብ ወይም፥ በመላው ምዕመናን ላይ፥ በራሴም ላይ፥ 'አብረውኝ ሰምን አልቆሙም' ብዬ በቤተ ክርስቲያን ሽማግሌዎች ላይ፥ ሌላው ቀርቶ 'አስቸጋሪ በሆነ ሰው ምክንያት ስሰቃይ እያየ ለምን ዝም ይላል?' በማለት በእግዚአብሔርም ላይ እቆጣለሁ። አንዳንድ ጊዜ ደግሞ ልቤ በፍርሃት የሚሞላበት ጊዜ አለ። ከዚህ ችግር ውስጥ መውጣት እችል ይሆን? ሰዎች ስለ እኔ ምን ይሉ ይሆን? ሥራዬን አጣ ይሆን? በማለት እፈራለሁ አለ። በሌላ በኩል ደግሞ "ኢቃተኝ! ተሸንፌአለሁ!" ብዬ አገልግሎቴን ትቼ ለመውጣት የሚቃጣኝ ጊዜ አለ። እግዚአብሔርንም "ስለ እኔ ግድ የማይልህ ከሆነ፥ እነዚህ አስቸጋሪ ሰዎች በሕይወቴ የፈለ ጋቸውን ነገር እንዲያደርሱብኝ ግድ የለም ተዋቸው!" የምልበት ጊዜም አለ። በደረሰብኝ ሁኔታ ቆጭ ብዬ ለራሴ የማዝንበት ጊዜ አለ። እነዚህን አስቸጋሪ ሰዎች የመበቀል መንፈስ በውስጤ መኖሩን ደግሞ ሳይ በራሴ እፍራለሁ። አዕምሮዬ ሁልጊዜ የሚያስበው አስቸጋሪ ስለሆኑብኝ ሰዎች ብቻ በመሆኑ በጣም አዝናለሁ። በዚህ ምክንያት ዕንቅልፍ አይወስደ ኝም። በየቀኑ በውስጤ የሚሰማኝ ውጥረት እየጨመረ ሲመጣ ይታወቀ ኛል። መራራነት በሕዋሳቶቼ ሁሉ እየተሰራጨ ሕይወቴን ሲበክለው ይሰማኛል። በዚህ ምክንያት በቤተሰቦቼ ላይ፥ በቤተ ክርስቲያን ምዕመ ናን ላይ በቀላሉ እቆጣለሁ። 'ክፉ ያስብብኛል' እያልኩ ሰውን ሁሉ መጠራጠር እጀምራለሁ። የሚጠሉኝ ሰዎች 'ነው' እንደሚሉኝ የሆንኩ ይመስለኛል። የሚያሳዝነው፥ እነርሱ 'ነው' እንደሚሉኝ 'ነኝ' ብዬ ማመን እጀምራለሁ። ብዙ ጊዜ 'አገልግሎቴን ልተውና ልውጣ፤ ከእኔ ይልቅ ሌላ ሰው ቢሠራው ይሻላል' የምልበት ጊዜ አለ። በዚህ አሳብ ውስጥ ስሆን፥ የመንፈስ ጭንቀት ይሰማኛል። ምን ማድረግ እንዳለብኝም ፍጹም ግራ ግብት ይለኛል..." አለ።*

ቤተ ክርስቲያን የሰላም እንጂ ጦርነት የሚካሄድበት ሥፍራ ነው ብለው ብዙዎች አይገምቱም። ይሁን እንጂ፥ በተለይ በአሁኑ ዘመን ከምንጊዜውም የበለጠ በዓለም ውስጥ ከሚታዩት መከፋፈልና መለያየት ይልቅ፥ በአንዳንድ ቤተ ክርስቲያን ውስጥ የሚታዩት መከፋፈል አሳሳቢ ደረጃ ላይ እንዳለ የታ ወቀ ነው። ያልታሰቡና ያልተጠበቁ አንዳንድ ጤናማ ያልሆኑ ነገሮች ድን ገት ሲፈጠሩ፥ የሚያዩትና የሚሰሙት ነገር እያስደነገጣቸው ከቤተ ክርስቲ ያን የሚሸሹት ሰዎች ቁጥር ትንሽ አይደለም። በበር ከሚገባው ይልቅ በጓዳ በር ከቤተ ክርስቲያን የሚወጣው ሰው የሚበልጥበት ጊዜ አለ። አንዳንድ ተንኮለኞችና አስቸጋሪ ሰዎች በመጋቢውም ሆነ በሽማግሌዎች ላይ ሐሰተኛ ወሬ ስለሚያወሩ፥ ቤተ ክርስቲያን በከተማው ውስጥ የዓለማውያን መሳቂያ የምትሆንበት ጊዜ አለ። ቤተ ክርስቲያን በምትወስደው አንዳንድ እርምጃ ያልተደሰቱ ሰዎች ፈቃዳቸው ስላልተፈጸመ ሁከት ፈጥረው ቤተ ክርስቲያኒ ቱም ለሁለት የምትከፈልበት ጊዜ አለ። ልዩነታቸውን በውይይት ለማስታረቅ በመሞከር ፈንታ ሌላ አዲስ ቤተ ክርስቲያን መፍጠር በአሁኑ ጊዜ የተለመደ ነው። "ቤተ ክርስቲያን የራሷ ሕንጻ ያስፈልጋታል፥ አያስፈልጋትም" በሚል ክርክር ብቻ ብዙ የአሜሪካውያን ቤተ ክርስቲያናት መከፈል እንደደረሰባቸው ይታወቃል። ችግራችን ለመሆኑ ምን ይሆን?

---

[9] Meier, Paul & Wise, Robert. Crazy Makers. Thomas Nelson Publishers, Nashville, TN. c.2003.

[10] Haugk, C. Kenneth. Antagonists in the Church. Augsburg Publishing House, Minneapolis, c1988.

መልሱ፥ ጥቂቶችም ቢሆኑ "አስቸጋሪ ሰዎች" ቤተ ክርስቲያንም ውስጥ የሚኖሩ በመሆናቸው ነው። ሕዝቡ የእግዚአብሔርን ቃል ስለሚሰማ፥ እግዚአብሔርን የሚወድ፥ እርስ በእርሱም ሆነ በዓለም ውስጥ ያለውን ሰው የሚያፈቅር፥ ምንም ዓይነት ግጭት የማይታይበት ሊሆን ይገባ ነበር። እንዲሁም ቤተ ክርስቲያን የፍቅር ቦታ፥ አንዱ ለሌላው የሚጠነቀቅበት፥ እርስ በእርሱ ይቅር የሚባባልበት ሰላም የሞላበት ሥፍራ ሊሆን ይገባ ነበር። ይሁን እንጂ፥ ቤተ ክርስቲያንም ከግጭት ነጻ አይደለችም። ጸሎታችን ከላይ የገለጽነው ሁኔታ እንዲፈጠር፥ የሰላምና የፍቅር ቦታ እንዲሆን ነው። ቤተ ክርስቲያን፥ በሕይወታቸው ብዙ ጥያቄ ባለባቸው፥ ልዩ ልዩ ዓይነት ሰብራት በሕይወታቸው ደርሶባቸው ዕርዳታ በሚፈልጉ ሰዎች የተሞላች አካል ነች። ከእነዚህም መካከል ዓለም ውስጥ በነበሩበት ዘመን ቤተ ክርስቲያን ውስጥ ባዩት ጥሩ ጥሩ ነገር ተማርከው የመጡ ይኖራሉ። ስለሆነም እነዚህ ሰዎች እውነተኛ የሕይወት ለውጥ እስከሚያገኙ ድረስ ከዓለም ይዘውት የመጡት ክፉ ጠባይ አብሮአቸው እንደሚቆይ መዘንጋት የለብንም። ብዙ ሰዓት ስለጸለዩ፥ እጃቸውን ዘርግተው ጎንበስ ቀና እያሉ ስላመለኩ፥ አስቸጋሪ ባሕሪ የለባቸውም ማለት አይደለም።

አንዳንድ ክርስቲያኖች ከማንኛውም ሰው የበለጠ መንፈሳውያን፥ የቤተ ክርስቲያን ምሰሶ መስለው የሚታዩ ናቸው። ይሁን እንጂ፥ ውስጥ ውስጡን በጣም ችግር ፈጣሪዎች ሊሆኑ ይችላሉ። መሰሉ በጌታ ቤት ረጅም ዘመን የኖረች፥ ቤተ ክርስቲያን ውስጥ ካሉት እህቶች ሁሉ የበለጠ ጎልታ የምት ታይ እህት ነች። በመንፈሳዊ ሕይወቷ ብርቱ የምትመስል፥ ለቤተ ክርስቲ ያን ከመጠን በላይ የምትቆረቆር፥ ቤተ ክርስቲያን ውስጥ ባሉት ልዩ ልዩ አገልግሎቶች ውስጥ ከፍተኛ ተሳትፎ ያላት ነች። ቤተ ክርስቲያኒቱ ውስጥ የቆዩት ክርስቲያኖች ቀርቶ አዳዲስ ክርቲያኖችም ቢሆኑ መሰሉን የማያው ቃት የለም። እንዲያውም ከቤተ ክርስቲያኒቱ ሽማግሌዎች የበለጠ የምትታ ወቀው እርሷ ነች። ሠርግ ቢኖር ወገቧን ታጥቃ ጎንበስ ቀና እያለች ብዙዎ ችን ደግሳ የዳረች፥ለቅሶ ቢኖር ሀዘንተኞችን የምታስተዛዝን፥ የወለደች እህት ብትኖር፥ አስተባባሪና ጠያቂ ነች። መሰሉ "አገልግሎት" የመንፈስ ቅዱስ ስጦታዋ እንደሆነ ለማንም ሰው ግልጽ ነው። ይሄ ሁሉ የሚደነቅ የአገልግ ሎት ተሰጥኦ ያላት ትሁን እንጂ፥ የራሷ ችግር ያላት እህት ነች። ፊት ለፊት አይንገሯት እንጂ ብዙዎች መሰሉን "አስቸጋሪ ሴት ነች" ይሏታል። በአገል ግሎት ለፍታ ለፍታ መጨረሻ ላይ ተበሳጭታ ስታለቅስ፥ ስታጉረመርም ትሰማለች። ወቅቱ ሠርግ እንደሆነ፥ ድግሱ እንዳለቀ፥ ዕቃው ሲሰበሰብ ቅሬ ታዋን መግለጽ ትጀምራለች።

ይሄ ባሕሪዋ ብዙዎቹን ብዙ ጊዜ ግራ ያጋባ ነበር። መሰሉ ለፍታ ለፍታ ለምን መጨረሻው ላይ እንዲህ ዓይነት ጠባይ ታሳያለች? በማለት ይጠይ ቃሉ። ችግሯ ምን እንደሆነ በደንብ የገባቸው ጥቂቶች ብቻ ናቸው። ጆሮአ ቸውን ለጥተው ይሰሟታል እንጂ የተናገረችው ነገር ለዓለም ሁሉ ይሰራጫል ብለው ስለሚፈሩ በእርሷ ፊት ምንም ዓይነት አስተያየት መስጠት አይፈል ጉም። መሰሉ ጎንበስ ቀና እያለች የምትሰጠውን አገልግሎት ዓለም ሁሉ አይቶ እንዲያደንቃት ትፈልጋለች። ግርግሩ ላይ ሰው ሁሉ ስለሚያያት ችግር የለባትም። ግርግሩ ካለቀ በኋላ፥ "ድንቅ ነሽ" የሚሏትና የሚያጨበጭ ቡላት ሰዎች ትፈልጋለች። ያን የምትፈልገውን እንደ ጠበቀችው ያህል ካላ ገኘች ምክንያት ፈልጋ ዕንባ አውጥታ ማልቀስ ትጀምራለች። ጭብጨባ ውን የከለከሏት መሰሎ የታዩአትን ሽማግሌዎችንም ሆነ ሌሎችን መንቀፍ፥ መተቸት ትጀምራለች። ቤተ ክርስቲያኒቱ ላይ ድካምም ሆነ ነቀፋ የሚፈልግ ሰው ቢኖር መሰሉ ዘንድ ቢሄድ ብዙ ያገኛል። "አንድ ወሬ እንዲሰራጭ፥ ወይም ሰው ሁሉ እንዲሰማው ከተፈለገ፥ ማስታወቂያ መናገር አያስፈልግም። ለመሰሉ ብቻ መንገር ነው፤ እርሷ ታሰራጨዋለች" የሚሉ አሉ። የሚያሳዝ ነው መሰሉን ቁጭ አድርጎ "ችግር አለብሽ" ብሎ የነገራት ሰው አለመኖሩ ነው። ስለሆነም፥ ብዙ ጊዜ ራሷን የምትመለከተው፥ በተለይ ብዙ ዓመት ቤተ ክርስቲያን ውስጥ በመቆየቷ "የቤተ ክርስቲያኒቱ ምሰሶ" አድርጋ ነው። የሚያስደንቀው ከብዙ ዓመታትም በኋላ መሰሉ ያልተለወጠች መሆኗ ነው። ማንነቷን አውቀው ለተቀበሏት የቤተ ክርስቲያን መሪዎች ጋሻ ጃግሬ ነች፤ ለጠላቻቸው ሰዎች ደግሞ የውስጥ እግር እሳት ነች።

በሌላው ቤተ ክርስቲያን ውስጥ ጎልቶ የሚታየው *እንይህ አንተነህ* የተባለው ክርስቲያን ወንድም ሲሆን፥ ብዙዎችን የሚያስቀይም ወይም የሚ ያስከፋ ንግግር የሚናገር ሰው ነው። በጸሎት ጊዜ እጁን ዘርግቶ ጮክ ብሎ ሲጸልይ፥ እንዲሁም "የሠራዊት ጌታ እንዲህ ይላል..." ብሎ በሕዝቡ ፊት ቆሞ ሲተነብይ፥ የብዙዎች አዕምሮ በጥያቄ እንዲሞላ ያደርጋል። በእርሱ ላይ ብቻ ሳይሆን፥ በጌታም ላይ ጥያቄ እንዲፈጠርባቸው ያደርጋል። እግዚ አብሔር የሚናገር ከሆነ "በእንይህ አንተነህ በኩል እንዴት ይናገራል" ብለው ይጠይቃሉ። *"ሕዝቤ ጩኸቱን ወደ እኔ ቢያቀርብ፥ የምነግረውንም ቢሰማኝ፥ ከሰማይ ወርጄ በረከቴን አፈስላችኋለሁ... ድምጼን ስሙኝ... የተባረካችሁ ትሆናላችሁ..."* በማለት ትንቢት ይናገራል። እንይህ አንተነህ "...ድምጼን ስሙኝ..." ሲል፥ ጌታን ሳይሆን፥ "መንፈሳዊነቴን እዩልኝ..." ማለቱ ነው ይላሉ። እንይህ አንተነህ ትንቢቱ ሁልጊዜ አንድ ዓይነት በመሆኑ፥ ለመተን በይ ሲነሳ ምን እንደሚል አስቀድመው ያውቃሉ። ቤተ ክርስቲያን ውስጥ በአንዳንድ ክርስቲያኖች መካከል አለመስማማት ወይም ግጭት ከተፈጠረ፥

የሰማውን ወሬ መሠረት በማድረግ "..የሠራዊት ጌታ እንዲህ ይላል... በመካከላችሁ ፍቅር የለም... እርም አለ... አጸያፊ የሆነ ዝሙት የምትፈጽሙ አላችሁ...." በማለት ትንቢት ይናገራል። ብዙዎች የቤተ ክርስቲያኑን ዜና የሚሰሙት እንተነህ በሚተነብየው ትንቢት ስለሆነ ሰልችቷቸዋል።

አንድ ዕሑድ መጋቢው ስብከቱን ጨርሶ ከመድረኩ ሲወርድ፥ ሕዝቡ በሰማው መልዕክት መደሰቱን ያየው ወንድማችን *እንይህ እንተነህ* ጠጋ ብሎ ለአንድ ወንድም፥ "መድረክ ላይ ሆኖ ሲሰብክ ልክ እንደ መልአክ ነው። የግል ሕይወቱ ግን... አይወራ... ታሪኩ ብዙ ነው" አለ። ይህንን የሰማው ወንድም ተበሳጭቶ "...ምን ማለትህ ነው? ...ታሪኩ ብዙ ነው..." የምትለው፥ ከብዙ ውስጥ አንዱን እስቲ ንገረኝ..." አለው። እንይህ እንተነህም ምንም እንደሌለው ስለሚያውቅ፥ የተናገረው በጥላቻና በቅንአት ስለሆነ ራሱን መንፈሳዊ አድርጎ ለማሳየት "...ብነግርህ ምን ያደርጋል?... ጸጋ ያለው አይደለም..." ይለዋል። የሌላውን ሰው አዕምሮ ካቆሸሸና በጥያቄ ከሞላ በኋላ "ተወው... አንተ የማታውቀው ብዙ ነገር አለ... እዚሁ ላይ እንተወው" ይላል። እንይህን በምዕመናን አዕምሮ እንክርዳድ የሚዘራ፥ በቤተ ክርስቲያን ውስጥ ቅሬታ እንዲኖር የሚያደርግ አስቸጋሪ ሰው መሆኑ በግልጽ ይታያል። እንይህ እንተነህ በዐይኑ ውስጥ ያለውን ግንድ ሳይመለከት በሌሎች ዐይን ያለውን ጉድፍ አጉልቶ በሚያሳይ መነጽር የሚያይ ሰው ነው (የማቴ. 7፥3-5)።

አንድ ጊዜ ወንድማችን *እንይህ እንተነህ* መንፈሳዊነት የበለጠ ስለተሰማው፥ "ሥራዬን አቁሜ አገልግሎት ውስጥ መግባት አለብኝ" አለ። ጥሪው ምን እንደሆነ ሲጠየቅ "የጸሎት አርበኛ መሆን ነው" አለ። ሥራውን አቁሞ ሙሉ ጊዜ አገልግሎት ውስጥ ለመግባት የፈለገው ሌላ መንፈሳዊ ሥራ ለመሥራት ሳይሆን ቀኑን ሙሉ በጸሎት ስማሳለፍ እንደሆነ ገለጸ። ደሞዝ የሚያገኝበትን ሥራውን ከተወ፥ ቤተ ክርስቲያን ሙሉ ደሞዙን የመስጠት ኃላፊነት እንዳለባት ገለጸ። የቤተ ክርስቲያኒቷ መሪዎች የወንድማችን እንይህን ጥያቄ ማስተናገድ ፈቃደኞች አለመሆናቸውን ሲያውቅ፥ አስቸጋሪ ሰዎች ምን ጊዜም ቢሆን ተከታይ ስለማያጡ፥ የሚደግፉትን ጥቂት ሰዎች ይዞ ቤተ ክርስቲያኒቱን ጥሎ ወጣ። "ለምን ቤተ ክርስቲያንህን ጥለህ ትወጣለህ?..." ተብሎ ሲጠየቅ፥ "የምፈልገውን ስላላገኘሁ" በማለት ፈንታ፥ "እዚህ ቤተ ክርስቲያን መንፈስ ቅዱስ አይሠራም፤ ጌታ የሚጠቀምባቸው ሰዎች የአገልግሎት በር አይከፈትላቸውም" ይላል። ወንድማችን እንይህን የመሰሰሉ አንዳንድ አስቸጋሪ ሰዎች ቤተ ክርስቲያናቸውን ጥለው ከወጡም በኋላ እርፈው አይቀመጡም። በቤተ ክርስቲያኒቱ ላይ ክፉ ወሬ ማስራጨት፥ በተለያየ ምክንያት ያኮረፉትን ክርስቲያኖች ስልክ እየደወሉ እነርሱ ጥለው እንደወ

ጡት ጥለው እንዲወጡ በመገፋፋት ቤተ ክርስቲያኒቱን ለማዳከም ጥረት ያደርጋሉ። የሚያሳዝነው እንደነዚህ ዓይነት አስቸጋሪ ሰዎች ለእግዚአብሔር ቤት የሚያስቡና የሚቆረቆሩ መምሰላቸው ነው።

ከላይ የገለጽኳቸው ታሪኮችና በታሪኩ ውስጥ ያየናቸው ስሞች እኔው የፈጠርኳቸው ናቸው። ፈጠራ ታሪክ ይሁን እንጂ፥ በአሁኑ ጊዜ የቤተ ክርስቲያንን ሁኔታ በትክክል የሚያንጸባርቁ ናቸው። ከዚህ ቀጥሎ ያለው ታሪክ ግን ፈጠራ ሳይሆን አሜሪካ ውስጥ ባለችው አንድ አጥቢያ ቤተ ክርስቲያን ውስጥ የተፈጠረ እውነተኛ ታሪክ ነው። የቤተ ክርስቲያኒቱ መጋቢ ፓስተር ሮበርት ዋይስ ይባላሉ። በፓስተር ሮበርት አገልግሎት መላው ቤተ ክርስቲያንና እንዲሁም አብረዋቸው የሚያገለግሉ ሰዎች፥ በቤተ ክርስቲያኒቱ አመራርና ፕሮግራም ሁሉም ደስተኞች ነበሩ። አብረዋቸው ከሚያገለግሉት ጋር በሁሉም ነገር ይስማማሉ ማለት ባይሆንም፥ እስከዚህ ድረስ አብረው እንዳይሠሩ እንቅፋት የሚሆን ነገር አልነበራቸውም። በቤተ ክርስቲያኒቱ ውስጥም ሆነ አብረዋቸው ከሚያገለግሏቸው ጋር ፍጹም ሰላም ነበር። ቢሮ ውስጥ ከሚሠሩት ሰዎች መካከል አንደኛው ሰው ግን ከበላዩ የሆኑትን ሰዎች ሲያመናጭቅ ይታይ ነበር። ይሁን እንጂ፥ ይህን ያህል ምንም የሚያሳስብ ነገር እንዳልሆነ የተቀሩት ሠራተኞች ለፓስተር ሮበርት ስላረጋገጡላቸው እግዚአብሔር ለቤተ ክርስቲያናቸው የሰጣቸውን ራዕይ ተከትለው አገልግሎታቸውን ቀጠሉ። በክርስቶስ ልደት በዓል ቀን በነበረው ልዩ ፕሮግራም ደስ ተሰኝተው፥ ምዕመናኑ ሁሉ እርስ በርሳቸው ሥጦታ ተለዋውጠው ተለያዩ። ፓስተር ሮበርትና ባለቤታቸውም የዓመት ፈቃዳቸውን ወስደው ለዕረፍት ሄዱ።

ከአስር ቀን በኋላ ፓስተር ሮበርት የዕረፍት ጊዜያቸውን ጨርሰው ሲመለሱ፥ እግረ መንገዳቸውን እርሳቸው ባልነበሩበት ቀናት የመጡትን ደብዳቤዎቻቸውን ለመውሰድ ወደ ቢሮአቸው ጎራ አሉ። ወደ ቢሮአቸው ሲሄዱ ያለወትሮው ቢሮዎቹ ሁሉ ክፍት ሆነው አገኟቸው። ከዚህ ሁሉ የበለጠ ያስደነቃቸውና ያሳሰባቸው የአምስቱ ሠራተኞች ቢሮ ባዶ መሆኑ ነው። የቢሮ ጠረጴዛዎችና ወንበሮች የሉም። መጽሐፍቶችም ሆኑ መጽሐፍ መደርደሪያዎችም፥ እንዲሁም ግድግዳው ላይ ተሰቅለው የነበሩት ስዕሎች ሁሉ ተወስደው ክፍሎቹ ወና ሆነው ነበር። በመገረም "ዕቃዎቹ ሁሉ የት ተወሰዱ?" በማለት ራሳቸውን ይጠይቁ ነበር። ሠራተኞቹ ሁሉ ዕቃቸውን ከቢሮአቸው ጥርግ አድርገው ማውጣታቸውን ለመረዳት ጥቂት ጊዜ ፈጀባቸው። ወደ ቢሮአቸው ገብተው ከተጠራቀሙት ደብዳቤዎች መካከል አንዱን ከፍተው ሲያነቡ፥ ከነዚህ አምስት ሠራተኞች ለቤተ ክርስቲያኒቱ ምዕመናን ሁሉ የተጻፈ ደብዳቤ መሆኑን ተረዱ። ደብዳቤው የሚለው፥ እምባ ግን በሆኑት

ፓስተር ሮበርት ምን ያህል መከራና ችግር እንደደረሰባቸው፥ ከዚህ በላይ መታገስ ከአቅማቸው በላይ ስለሆነባቸው ሥራውን ጥለው መሄዳቸውንና ወደ ፊት ፓስተር ሮበርትንና ቤተ ክርስቲያኗን እንደሚከሱ የሚገልጽ ነው። ፓስተር ሮበርትም ደብዳቤው ከሌላ ፕላኔት የመጣ እንጂ፥ አብረዋቸው ይሠሩ ከነበሩት ሠራተኞች የመጣ መስሎ አልታያቸውም ነበር። "የዚህ ሁሉ ችግር ምክንያት ምንድነው? ከየት የመጣ ነው?" በማለት ራሳቸውን ጠየቁ።

ከአንድ ሳምንት በኋላ አንዳንድ ሁኔታዎች ተገለጹ። ከሠራተኞቹ መካከል አንዱ፥ በሄደበት ስፍራ ሁሉ ችግር መፍጠር ልማድ የነበረ ሰው፥ የዚህ ሁሉ ችግር ምክንያት እንደሆነ ታወቀ። ቤተ ክርስቲያኒቱን የሚከፋፍል ክፉ የሆኑ አሉባልታዎችን በቤተ ክርስቲያኒቱ ውስጥ ይረጭ እንደነበረ ብዙዎች ተናገሩ። ሰላማዊ የነበሩት ሠራተኞች ሁሉ የዚህን ተንኮለኛ ሰው ማንነት በደንብ ባለማወቃቸው ምክንይት፥ የሚያስራጨውን ወሬ አምነው ተቀበሉ። "ያለን ችግር ይሄ ነው..." ብለው አሳባቸውን ሳያቀርቡ፥ ጓዛቸውን ጠቅለው ከቤተ ክርስቲያንና ከሥራቸው ወጡ። ይህን የመሰለ ችግር ሊፈጠር የቻለው፥ በባሕሪው አስቸጋሪ የሆነ ሰው ክፉ ወሬ በምዕመናኑና በሠራተኞች መካከል በማሰራጨቱ ምክንያት ነው። ይህን ዓይነቱ ታሪክ ብዙዎቻችንን አያስደንቀንም። ምክንያቱም በዘመናችን በየአብያተ ክርስቲያናቱ የሚፈጠረው ችግር ምክንያቱ ይህንን ስለሚመስል ነው።

ቤተ ክርስቲያን ውስጥ ቁጥራቸው ጥቂትም ቢሆኑ፥ ሁልጊዜ አስቸጋሪ ሰዎች የማይጠፉ ከሆነ፥ ለመሆኑ ተለይተው የሚታወቁት እንዴት ነው? ሁሉም አንድ ዓይነት አይደሉም። የተለያየ ባሕሪና መልክ ያላቸው ናቸው። ከዚህ ቀጥሎ ተለይተው የሚታወቁበትን አንዳንድ ባሕሪያቸውን ለመጥቀስ እንሞክራለን፥

(1) *<u>ሁልጊዜ መንቀፍ የሚወዱ ናቸው</u>*

እዚህ ላይ ነቀፋ ስንል፥ ገንቢ የሆነውን ማለታችን አይደለም። ነቀፋ ስንል የሌላውን ሰው ተግባር ወይም አስተያየት መተቸት፥ የሌላውን ሰው ስህተት መጠቆም፥ ሌላውን የሚጎዳ ወይም ትክክል ያልሆነና ቀና ያልሆነ አስተያየት መስጠት ማለታችን ነው። ጤናማ ያልሆነ ነቀፋ ማስተጋባት ከጥንት ዘመን ጀምሮ የነበረ የሰዎች ባሕሪ ነው። ከሌዊ ነገድ የነበረው ቆራሕ 250 ደጋፊዎቹን ይዞ በሙሴ ላይ ያሰማው ነቀፋ ከጥንት ጀምሮ የነበረውን የሰዎችን ክፉነት የሚያንጸባርቅ ነው። በትህትናው እግዚአብሔር ራሱ ያደነቀውን ሙሴን ቆራሕ *"...እናንተ እኮ ከልክ አልፋችኋል! የዚህ ጉባኤ አባላት የሆኑት ሕዝብ ሁሉ ለእግዚአብሔር የተለዩ ናቸው፤ እግዚአብሔርም ከእኛ ሁሉ ጋር ነው፤ አንተ ሙሴ ታዲያ በእግዚአብሔር ጉባኤ ላይ ራስህን ከፍ ከፍ የምታደርገው ስለምንድነው..."* ሲል ተናገረው (ዘኁልቁ 16፥3)። በዚህ ዓይነት ቤተ ክርስቲያንም ውስጥ መንቀፍ ልማዳቸው የሆነ አስቸጋሪ ሰዎች አሉ። ነቀፋቸውን የሚያሰሙበት ልዩ ልዩ ምክንያት አላቸው። ተንቃፊው በእርግጥ የሚያስነቅፍ ነገርኖሮት ሳይሆን፥ በጥላቻ ምክንያት ሊሆን ይችላል። በሚጠሉት ሰው ላይ ድካም ወይም ጉድፍ ለማግኘት ሲሉ መብራት አብርተው የሚፈልጉ ናቸው። እውነት የሆነ ነገር ካጡ፥ በሀሰት ይከሱታል። ለጊዜው የጠሉትን ሰው ያሸነፉት ይምስላቸው እንጂ፥ ተንኮላቸው ዋጋ ያስከፍላቸዋል። *"ለሌሎች ወጥመድን የሚዘረጉ ሰዎች ራሳቸው ይያዙበታል፤ በሰው ላይ የሚሰዱት የድንጋይ ናዳ እነርሱን መልሶ ይጎዳቸዋል። የምትጠላውን ሰው በሐሰት ልትጎዳው ትችል ይሆናል! ነገር ግን ሐሰት የሆነ ልዝብ ንግግር ከጥፋት በቀር የሚያስከትለው ነገር የለም"* ይላል (ምሳሌ 26፥27-28)።

እነዚህ የነቀፋ ባሕሪ በሕይወታቸው ጎልቶ የሚታይባቸው አስቸጋሪ ሰዎች ሌላውን የሚነቅፉበት ሌላው ምክንያት ልባቸው በቅናት የተሞላ በመሆኑ ነው። መጽሐፍ ቅዱስ ቅናትን ሲገልጽ፥ *"ፍቅር እንደ ሞት የበረታች ናት፤ ቅንዓትም እንደ መቃብር የከፉች ነች፤ በምትነድበትም ጊዜ እንደ እሳት ወላፈን ትገርፋለች"* ይላል (መኃልየ መኃልይ 8፥6)። በቅናት መንፈስ የተሞላ ሰው ያን የሚቀናበትን ሰው ለማጥፋት ባለው ኃይልና ጥበብ ይታገላል። የቀናበትን ሰው ለመጉዳት የማያስወራው ወሬ፥ የማያደርገው ነገር የለም። በቅንአት ተነሳስተው ከሕይወታችን ውስጥ ጉድፍ ለሚለቃቅሙ አንዳንድ አስቸጋሪ ሰዎች ባንደናገጥም፥ የሚነቅፉበትን ምክንያት ላለመስጠት፥ ወይም ቀዳዳ ላለመክፈት በሕይወታችን ጠንቃቃ ኑሮ መኖር ያስፈልገናል። ጳውሎስ በሕይወቱ እንዲህ ዓይንት አስቸጋሪ ሰዎች እንዳሉበት አልሸሸገም። *"አገልግሎታችን እንዳይነቀፍ በምንም ነገር ለማንም መሰናከያ አንሆንም"* ይላል (2 ቆሮ. 6፥3)።

(2) *<u>በቤተ ክርስቲያን ውስጥ የሌሎችን ጉድለት የሚቆፍሩ ናቸው</u>*

ቤተ ክርስቲያን ውስጥ ልክ ያልሆነ ነገር የሚያዩ፥ የሚነፍሰውን ወሬ ሁሉ የሚሰሙ፥ በቤተ ክርስቲያን ውስጥ የሚነፍሰውን መጥፎ ነገር የሚያሸቱ ናቸው። ያዩትንና የሰሙትንም መጥፎ ነገር ለራሳቸው ይዘው የሚቀመጡ ብቻ ሳይሆኑ፥ ለሚመለከታቸውና ለማይመለከታቸው ሁሉ የሚያወሩ ናቸው። "...እከሊት ትልቅ ችግር ውስጥ ናት፤ ...ሁኔታዋ አላስደሰተኝም... እከሌ በኃጢአት ውስጥ እየኖረ ነውና ማጋለጥ ያስፈልጋል..." በማለት ክፉ ወሬ ያሰራጫሉ። ይህን የሚሉት ለቤተ ክርስቲያኒቱ ተቆርቋሪ መስለው ነው። ለቤተ ክርስቲያን መሪዎች "...ይህን የምነግራችሁ የነገሩን

እሳሳቢነት ተገንዝባችሁ አንድ ነገር እንድታደርጉ ነው…" ይላሉ። እንደነ ዚህ ዓይነቶቹ እንደ ተላላፊ በሽታ፥ ከፋ ወሬ ወደ ሌሎች የሚያስተላልፉ ናቸው። ሁኔታን አጨልመው የሚያወሩ፥ ብዙዎች ተስፋ እንዲቆርጡ የሚ ያደርጉ ናቸው። ዓላማቸው ለማስተካከል ሳይሆን ለማበላሸት ነው።

እሰቸጋሪ ሰዎች ያሉት በምዕመናን መካከል ብቻ ሳይሆን፥ መጋቢዎችና ቤተ ሰቦቻቸውም የችግር ምክንያት ሊሆኑ እንደሚችሉ ማወቅ ይጠቅማል። የእርሱን አሳብ የሚደግፉ የማይመስሉትን፥ ያልተስማማቸውን ነገር በግ ልጽ "አልተስማማኝም" የሚሉትን ምዕመናን የሚጠላ፥ በኃይልና በሥል ጣን ቤተ ክርስቲያንን ለማስተዳደር የሚሞክር መጋቢ ይኖራል። "ቤተ ክር ስቲያኒቱን እንድመግብና እንድመራ እግዚአብሔር ጠርቶኛል" ከሚሉ አስ ቸጋሪ ሰዎች መካከል አንደኛው ፓስተር አሳምነው ነው። በመጋቢነት አም ስት ዓመት ያህል በአንድ ቤተ ክርስቲያን ውስጥ አገልግሏል። የቤተ ክርስ ቲያን መጋቢ ከመሆኑ በፊት አሳምነው በአንዳንድ ዓይነት አገልግሎት ውስጥ ሆኖ በሚያሳየው እንቅስቃሴ፥ ለቤተ ክርስቲያን የተሰጠ ሰው በመምሰል ብዙዎቹን ወደ ራሱ ሰቧል። ጠጋ ብለው ሲያዩት ግን፥ አሳምነው አንዳንድ ሁኔታዎች ልክ እርሱ እንደሚፈልጋቸው ካልሆኑለት፥ የሚፈልገውን ነገር ካላገኘ፥ በቀላሉ የሚበሳጭ፥ የሚፈልገውን እንዳያገኝ ምክንያት ነው ብሎ ያሰበውን ሰው የመበቀል ወይም የመጉዳት ዝንባሌ ያለው ሰው ነው። ሕብረ ቱን ከጀመሩት ሰዎች መካከል አሳምነው አንዱ ስለ ነበረ፥ ቀደም ሲል እንዲ ደግፉት ላዘጋጃቸው ሰዎች ድጋፍ በቀላሉ የቤተ ክርስቲያኒቱ መጋቢ ሆነ። ለጥቂት ጊዜ ሁሉ ነገር ቤተ ክርስቲያኒቱ ውስጥ ሰላም ነበር። ቤተ ክርስቲያ ኒቱም በቁጥር እያደገች መጣች። ቁጥሩም የጨመረው አዳዲስ ነፍሳት ድነው ሳይሆን፥ ከሌላ ሥፍራ የሚመጡ አማኞች ቁጥራቸው እየጨመረ በመምጣቱ ብቻ ነበር።

ፓስተር አሳምነው አልፎ አልፎ በቤተ ክርስቲያኒቱ ሽማግሌዎች ላይ አንዳንድ ቅሬታ ያሰማ ነበር። "እነዚህ ሽማግሌዎች አላሠራ አሉኝ" እያሰ እንዳንድ ቅሬታ ያሰማ... ደጋፊዎቹ ለሆኑት ለአንዳንድ ሰዎች ማውራት ጀመረ። በፑልፒት (መድ ረክ) ላይ በትምህርት መልክ የሚወረውራቸው ቃላት በቤተ ክርስቲያኒቱ ውስጥ ችግር እንዳለ የሚያሳይ ነበር። ይጠቅማል ብሎ የሚያስተምረው ትምህርት ሁሉ አንዳንድ የቤተ ክርስቲያኒቱን ምዕመናን ቅር እያሰኘና እያስቆጣ መጣ። ተጋብዘው የሚመጡት አንዳንድ ሰባኪዎችም "እግዚአብ ሔር በቀባቸው ላይ እጃችሁን አታንሱ…" በማለት ለፓስተሩ ድጋፋቸውን እንዳያነፍጉት ሕዝቡን ይመክሩና ይገስጹ ነበር። የእንግዳ ሰባኪዎች ትምህ ርት በማሻሻል ፈንታ የበለጠ ሁኔታዎችን እያበላሸ መሆኑን ፓስተር አሳም ነው መረዳት አቃተው። የሕዝቡ ቅሬታ እየጨመረ ሲመጣ፥ የችግሩ ምክ

ንያት ናቸው ብሎ የሚያስባቸውን አንዳንድ ሰዎች የሚዋጋበትን መንገድ ማሰብ ጀመረ።

ከሽማግሌዎች መካከል አንደኛው፥ ወንድም እስጢፋኖስ፥ ጥሩ ምስክ ርነት ከነበራት ከአስቻለች ጋር በእጮኝነት አምስት ዓመት ያህል ቆይተው በቅርቡ ጋብቻቸውን ለመፈጸም በዝግጅት ላይ ነበሩ። በሁለቱ መካከል የነበ ረውን ፍቅርና አንድነት ፓስተር አሳምነው በደንብ ያውቃል። ይሁን እንጂ የችግሩ ምክንያት ከሆኑት ሰዎች መካከል አንደኛው እስጢፋኖስ ነው ብሎ ስላመነ፥ እርሱን የሚያጠቃበት መንገድ ይፈልግ ነበር። አንድ ቀን የእስጢ ፋኖስን እጮኛ አስቻለችን፥ "ለብርቱ ጉዳይ በጣም እፈልግሻለሁና ነገ በዘ ጠኝ ሰዓት ቢሮዬ ድረስ እንድትመጪ" አላት። ሌሊቱን ሙሉ "ምን ይሆን ጉዳዩ?" እያለች ስትጨነቅ አደረች። በማግስቱ በቀጠራት ሰዓት ቢሮው ሄደች። በአክብሮት ከተቀበላት በኋላ፥ *"እህታችን አስቻለች፥… እኔ በጣም ከማከብራቸውና በክርስትና ሕይወታቸው ከማደንቃቸው እህቶች መካከል አንደኛዋ አንቺ ነሽ… ለብዙ ዓመት ሕይወትሽን በቅርብ አይቸዋለሁ… ጌታ በአንቺ ሕይወት ውስጥ ወደ ፊት ትልቅ ዓላማ እንዳለው ጌታ ነግሮኛልና በትዕግስት ጠብቂው። ይሁን እንጂ፥ በሕይወትሽ አንድ ትልቅ ዕንቅፋት ሊሆንብሽ የሚችል ፊት ለፊትሽ ተደቅኖ ይታየኛል። ያንን እንቅፋት በጊ ዜው ካላስወገድሽ፥ የእግዚአብሔር ፈቃድ በሕይወትሽ እንዳይፈጸም የሚያ ደርግ ከመሆኑም በላይ፥ ልትወጪው የማትችይው ታላቅ ችግር ያጋጥም ሻል… እስጢፋኖስን በጣም የምወደውና የማከብረው፥ ብዙ ዓመት አብሬው ያገለገልኩ ወንድም ነው… ከአንቺ የበለጠ ለብዙ ጊዜ ቀረብ ብዬ አውቀዋ ለሁ። ይሁን እንጂ ስለ አንቺና ስለ እርሱ ጋብቻ ሳስብ ግን ውስጤ ሰላም ያጣል… የእግዚአብሔርም መንፈስ ያስጨነቀኛል… እህቴ አስቻለች፥ ይቅ ርታ አድርገልኝና እስጢፋኖስ ለአንቺ ባል መሆን የሚችል ሰው አይደ ለም… አንቺ የማታውቂው እኔ ብዙ የማውቀው ነገር አለ… ይሄና ያ ብልሽ ለአንቺ ምንም አይጠቅምሽም… መናገሩ ለሰሚው ጸጋ አይሰጥም። ሳላስ ጠንቅቅሽ ብቀር ሀሊናዬ እረፍት አያገኝምና ልትገቢበት ያለው ጋብቻ ለአንቺ የሚሆን አይደለም። ምክሬንም ሆነ ሀሳቤን ላትቀበይው ትችያለሽ። ባትቀበይው ግድ የለኝም። የእኔ ኃላፊነት የእግዚአብሔር መንፈስ ተናገር ያለኝን ብቻ መናገር ነው…"* ብሎ በውስጧ እንክርዳድ ዘርቶ አሰናበታት።

አስቻለችም የፓስተር አሳምነው ምክር ተንኮል ይኖርበታል ብላ ፈጽሞ ስላልተጠራጠረች፥ እጮኛዋን እስጢፋኖስን፥ "ጌታ ስለ እኔና ስለ አንተ ጋብቻ ተናገረኝ…" አለችው። እርሱም ምን ይሆን ብሎ በማሰብ "ምን አለሽ?" ብሎ ጠየቃት። እርሷም "ልትገቢበት የምታስቢው ትዳር ልክ አይደለም። የእኔ ፈቃድ የለበትም አለኝ…" አለችው። ሁኔታው አስገርሞት "ይህን ዓይነ

ቱን መልዕክት ከእግዚአብሔር ተቀብሎ ያመጣልሽ ነብይ ለመሆኑ ማን ነው?" ብሎ ጠየቃት። እርሷም ምንም ሳትደብቅ "ፓስተር አሳምነው ነው" አለችው። "ታዲያ እምነሽ ተቀበልሽው ወይ?" ብሎ ጠየቃት። አስቻለችም፥ *"አዎን! ጌታ ቀብቶ ያስቀመጠው ፓስተር አይደለም እንዴ? እርሱን ካልተቀበልኩ ማንን ልቀበል ነው?"* አለችው። ፓስተር አሳምነው ያለበትን ችግር ሊነግራት ቢሞክርም፥ አስቻለች ስላልተቀበለችው፥ ከዚያን ጊዜ ጀምሮ እጮኛነታቸው ፈረሰ። እስጢፋኖስም፥ ፓስተር አሳምነው ይህን ያደረገው እርሱን ለማጥቃት አስቦ እንደ ሆነ ስላወቀ ልቡ እያዘነ፥ *"ፓስተር አሳምነው ይህን ዓይነት ተንኮል ተጠቅሞ በደለኝ ብዬ ብናገር ማንም የሚያምነኝና የሚቀበለኝ አይኖርም"* ብሎ ስላሰበ፥ ምንም ነገር ሳይናገር ከዚያን ጊዜ ጀምሮ ከቤተ ክርስቲያን ቀረ። የዚያ ሽማግሌ ከቤተ ክርስቲያን መቅረት ፓስተር አሳምነውን ደስ አሰኘው። ከመድረክ ላይ ሆኖ፥ "ለጌታ ሥራ የማይመቹትን ሁሉ ለራሱ ሲል እየነቀለ ያስወግዳል" አለ። ይህን የተናገረው እስጢፋኖስን ማለቱ እንደሆነ ከአስቻለች በስተቀር ሌላ ያወቀ ሰው አልነበረም።

ከላይ በገለጽነው መንገድ ፓስተር አሳምነው እስጢፋኖስን ያስወግድ እንጂ፥ የቤተ ክርስቲያኒቷ ችግር አልተቃለለም። በቤተ ክርስቲያኒቷ ይዞታና በፓስተር አሳምነው አመራር ብዙዎቹ ስላልተደሰቱ ቀስ በቀስ ከቤተ ክርስቲያን በመቅረታቸው፥ ከመቶ ሃምሣ ምዕመናን ከሃያ የማይበልጡ፥ የፓስተር አሳምነው ብርቱ ደጋፊዎች ብቻ ቀሩ። ብዙም ሳይቆይ እነዚያ ቤተ ክርስቲያኒቱን ለቀው የወጡት ተሰባሰቡና ሌላ ቤተ ክርስቲያን አቋቋሙ። ፓስተር አሳምነውም ሃያ ሰዎች ብቻ ቀለቡን ሊሰፍሩለት እንደማይችሉ ስለ ተረዳ፥ "ጌታ አገልግሎት እንድጀምር ጠርቶኛል" ብሎ የቀረውን ሕዝብ ጥሎ ሄደ። በመጨረሻም እነዚያ ሃያዎቹ ከተቀሩት አማኞች ጋር በመቀላቀል አምልኮታቸውን ቀጠሉ። እስጢፋኖስም ሌላ ክርስቲያን እህት አግኝቶ ትዳር ይዞ የልጆች አባት ሆነ። አዲስ ከተጀመረው ቤተ ክርስቲያን ጋር ተቀላቅሎ ከነቤተሰቡ ማምለክ ጀመረ። አስቻለች ግን ለጋብቻ ሌላ የጠየቃት ወንድ ስላልነበረ፥ ዕድሜዋ እየገፋ ሲመጣ በውስጧ ሀዘንና መራራነት እየተፈጠረ መጣ። አሳምነው በእጁ ይዛው የነበረውን ዕንቁ፥ ከእጁ ፈልቅቆ በማውጣት እንደወረወረባት የተረዳችው የእስጢፋኖስን ትዳርና ልጆቹን ስታይ ነው። በአንድ ቤተ ክርስቲያን ውስጥ ይህን ሁልጊዜ እያየሁ መኖር አልችልም ብላ ቤተ ክርስቲያኑን ጥላ ወጣች። ክርስትና ሕይወቷን ትታ ከዓለማውያን ወንዶች ጋር ስትገባና ስትወጣ መታየት ጀመረች። እንግዲህ አሳምነውን የመሰለ ተንኮለኛ ሰው፥ ትልቅ ኃላፊነት ሲወስድ በሕዝቡ ላይ ሊያስከትል የሚችለውን ችግር በዚህ ታሪክ ውስጥ ማየት እንችላለን። እዚህ ታሪክ

ላይ የተጠቀሱት ስሞች የፈጠራ ይሁን እንጂ፥ ታሪኩ በእሁኑ ጊዜ የተፈጸመ እውነተኛ ታሪክ ነው።

እንደማንኛውም ሰው ክርስቲያኖችም "የሥነ-ልቦና" (psychological) ችግር ሊኖርባቸው ይችላል። ቤተ ክርስቲያን ውስጥ አስቸጋሪ ሰዎች ሲያጋጥሙን ማድረግ ያለብን ምን ይሆን? ዶክተር ሜየርና ዶክተር ዋይዝ በጋራ በጻፉት መጽሐፋቸው ላይ አራት ጠቃሚ የሆነ ምክር አስፍረዋል።[11]

1ኛ/ ቤተ ክርስቲያንም ውስጥ ችግር ሊኖር እንደሚችል እንወቅ። በምናየው ችግር አንደናገጥ። ቤተ ክርስቲያን ውስጥ የሚሰበሰቡት ሰዎች ሲጋለባሸቸ፥ ሊሳሳቱ የሚችሉ፥ እንዲሁም የተፈጠረው ችግር ሊታረምና ሊስተካከል እንደሚችል እንወቅ። አስቸጋሪ ሰዎች ሁሉ ቦታ ስለሚገኙ፥ ቤተ ክርስቲያንም ከዚያ ነጻ እስመሆኗን መረዳት ይጠቅማል።

2ኛ/ አንድ ዓይነት ችግር ተፈጥሮ ሁለት ያልተስማሙ ወገኖች እርስ በርሳቸው ሲጋጠሙ ሊፈጠር የሚችለው ሁኔታ ምን ዓይነት እንደ ሆነ ማወቅ ይጠቅማል። መድረኩ ላይ ቆሞ የሚያስተምረው መጋቢ፥ ሽማግሌዎችና እንዲሁም ምዕመናን ችግር እንዴት ሊፈጠርና ሊያድግ እንደሚችል በተለያየ መንገድ ትምህርት በመስጠት እንዲታወቅ ማድረግ ይረዳል።

3ኛ/ ማንኛውም የቤተ ክርስቲያን ሰው በቂ መንፈሳዊ ዝግጅት እንዲኖረው ማድረግ ነው። መጽሐፍ ቅዱስ አስቸጋሪ ከሆነው ሰው ጋር በኃይል ፊት ለፊት መጋጨት ወይም መጋጠም እንደማያስፈልግ ይመክረናል። *"ትዕቢተኛን ሰው ብታርመው ስድብን ታተርፋለህ፤ ክፉውን ሰው ብትገሥጸው ጉዳት ይደርስብሃል። ትዕቢተኛን ሰው ብታርመው ይጠላሃል፤ ጠቢብን ሰው ብታርመው ግን ይወድሃል። ጠቢብን አስተምረው፥ በይበልጥ ጥበበኛ ይሆናል፤ ደግን ሰው አስተምረው ዕውቀትን ይጨምራል"* (ምሳሌ 9፥7-9)። አስቸጋሪ ሰዎች ከእኛ የበለጠ ኃይለኞች ስለሆኑ፥ በኃይል በእነርሱ ላይ መምጣት ከጥቅሙ ይልቅ ጉዳቱ ያመዝናል። በተቻለ መጠን፥ ለስለስ ባለ መንገድ ልናስተላልፍላቸው የምንፈልገውን መልዕክት ለማስተላለፍ መሞከር አለብን። አስቸጋሪውን ሰው ፊት ለፊት "አንተ እንዲህ ዓይነት ሰው ነህ..." ከማለት በጥበብ ችግሩን ለማሳየት መሞከር የባሰ ችግር ውስጥ እንዳንገባ ይጠብቀናል።

---

[11] Meier & Wise. Crazy Makers. Thomas Nelson Publishers, Nashville, c2003.

ፓስተር ገነነው ብዙ ጊዜ ከጸሐፊው ከዙርያሽ ወርቅ ጋር ይጋጫል።
ሁኔታው እየተደጋገመ ሲመጣ ወደ ሥራ የምትሄድበትን ጊዜ እየ
ጠላችው መጣች። ከዕንቅልፏ ስትነሳ ወደ አዕምሮዋ የሚመጣው፣
"ፓስተር ገነነው ዛሬስ ምን ምክንያት ፈልጎ ይጮኽብኝ ይሆን?"
እያለች ታስብ ነበር። ለዙሪያሽ ወርቅ አስቸጋሪው ሰው ፓስተር
ገነነው ነው። ፓስተር ሆኖ እንዴት አስቸጋሪ ሰው ይሆናል ለሚ
ለው ጥያቄያችን ከላይ መልስ ያገኘን ይመስለኛል። የፓስተር ገነ
ነው ችግር በቀላሉ የሚናደድ ሰው መሆኑ ነው። ተናዳጅነቱን የቤተ
ክርስቲያኒቱ ምዕመናን አብዛኛዎቹ እያወቁበት ስለመጡ፣ የልባቸ
ውን ሊያጫውቱት አይፈልጉም። አንዳንዶቹም ቤተ ክርስቲያኒ
ቱን እየለቀቁ መውጣት ጀምረዋል። ይህንን መጥፎ ጠባዩን በደንብ
የምታውቀው ሚስቱ አሳመረች ባሏን የምትረዳበት መንገድ መፈ
ለግ ጀመረች። "የቁጣ ችግር አለብህ፤ ካላስተካከልክ አገልግሎ
ትህን የሚቀበል ሰው አይኖርም" በማለት ፊት ለፊት ብትነግረው፣
ራሱን ለመከላከል ሲል እርሷንም ሊጎዳት እንደሚችል ታውቃ
ለች። አንድ ማታ ፓስተር ገነነውን ሚስቱ አሳመረች "ቤተ ክር
ቲያን ውስጥ ስለተፈጠረ አንድ ችግር ላነጋግርህ እፈልጋለሁ።
በዚህ ጉዳይ ላይ የአንተን ምክርና አስተያየት እፈልጋለሁ" አለ
ችው። ገነነውም "ደስ ይለኛል። ምን ልርዳሽ?" አላት። "ቤተ ክር
ስቲያኑ ውስጥ ችግሩ የተፈጠረው በአንድ ሰው ምክንያት ነው።
ይህ ሰው በጣም ስለሚናደድ ብዙ ጊዜ ከጸሐፊው ጋር ይጋጫል።
የሚያሳዝነው የዚህ ሰው ከቁጥጥር የወጣ ቁጣው በምዕመናኑ ሁሉ
እየታወቀ ስለሆነ ከፍተኛ ችግር ሊፈጠር ነው" አለችው።

ፓስተር ገነነው ለጥቂት ደቂቃ ምንም ቃል ሳይናገር ትክ ብሎ
ካያት በኋላ፣ ቁና ቁና እየተነፈሰ "ይሄ የቁጣ ችግር ያለበትና ከጸሐ
ፊው ጋር ይጋጫል ያልሺው ሰው እኔ እሆን?" ብሎ ጠየቃት። አሳ
መረችም ለጥያቄው መልስ በመስጠት ፋንታ "ይሄ ሰው አንተን
ይመስላል እንዴ?" ብላ ጥያቄውን በጥያቄ መለሰችለት። የሰማው
በውስጡ እያብላላ፣ እራሱን እየመረመረ መልስ ሳይሰጥ ጥቂት
ከቆየ በኋላ መጨረሻ ላይ "አዎን!" የሚል መልስ ሰጣት። "ተናደህ
ሌላውን የሚጎዳ ኃይለኛ ቃል አንዳንድ ጊዜ ትናገራለህ?" ብላ
ስትጠይቀው፣ ገነነው "አዎን እንደምናደድ ታውቂያለሽ፤ ራሴን
መግታት ብችል በጣም ደስ ይለኝ ነበር። አንዳንድ ጊዜ ሳላውቀው
ከቁጥጥሬ ውጪ የሚሆንብኝ ጊዜ አለ" አላት። አሳመረችም "አዎ
ይገባኛል፤.. ልፈርድብህ አይደለም። ለዚህ ችግርህ የግድ ዕርዳታ

ማግኘት እንዳለብህ ስለተሰማኝ ነው" አለችው። አሳመረች ፓስተር ገነነውን "እንዲህ ዓይነት ሰው ነህ..." ብላ ፊት ለፊት በመጋፋት ፈንታ፣ ናታን ዳዊትን እንደተናገረው በጥበብ ለማስተላለፍ የምትፈልገውን ትምህርት ሰጠችው። ይሄም ሁኔታ መፍትሄ ለመፈለግ በር ከፋች ሆነለት። ፓስተር ገነነው ሚስቱ አሳመረች ያለችው እውነት መሆኑን ተገንዝቦ ያለበትን ሁኔታ መመርመር ጀመረ። በዚህ ዓይነት አሳመረችና ፓስተር ገነነው ለጥቂት ጊዜ ከተነጋገሩ በኋላ በቤተ ክርስቲያኑ ውስጥ የተፈጠረውን አንዳንድ ቅሬታ እንዴት ማሻሻል እንደሚችል ጠየቀችው። ቀደም ሲል ተቆጥቶ የጎዳቸውን ሰዎች ሁሉ ይቅርታ በመጠየቅ ሁኔታውን መለወጥ፣ ወደ ፊትም የሚያስቆጣ ነገር ሲያጋጥመው፣ አስፈላጊውን ጥንቃቄና ትዕግሥት ማድረግ እንዳለበት ራሱን ዝቅ አድርጎ ተናገረ።

4ኛ/ አስቸጋሪው ሰው በቀላሉ በጅ የማይል ከሆነ፣ የተለየ ዕቅድ ማውጣት ያስፈልገናል። ኢየሱስ ለደቀ መዛሙርት በዚህ ነጥብ ላይ ጥሩ መመሪያ ሰጥቷቸዋል (የማቴ. 18፥15-17)። ይህንን መመሪያ መከተል እርምጃችን ከመጽሀፍ ቅዱስ መመሪያ ውጪ እንዳልሆነ ያሳውቀናል። ቤተ ክርስቲያን የአምልኮት፣ የፍቅር ቤት ይሁን እንጂ፣ ሊደርስ የሚችለውን አለመግባባት አቃለን ልናየው አይገባም። በየምክንያቱ ራሳቸውን ሲገልጹ አስቸጋሪ የሆኑ ሰዎች እነማን እንደሆኑ ማወቅ በጣም አስፈላጊ ነው። አንዳንድ አስቸጋሪ ሰዎች ሊለወጡ ይችላሉ። ነገር ግን አስቸጋሪነታቸውን የግድ ማላወቅ ያስፈልጋል። አካባቢው ሰላም እንዲሆን፣ እኛም ሆንን ሌሎች በሰላም መኖር እንዲችሉ፣ አስቸጋሪውን ሰው "ተው! አበዛኸው!" ለማለት ድፍረት ያስፈልገናል። ከማንኛውም ነገር የበለጠ በአስቸጋሪ ሰዎች እንዳንጎዳ ጉልበትና ጥበብን እንዲሰጠን ሁሉን ማድረግ የሚችለውን ጌታ መጠየቅ አለብን።

4. ይጎራበቱናል

ጥሩ ጎረቤት መሆን የሚያስችለንን መንገድ መረዳት በጣም ቀላል ነው። ይኸውም ለራሳችን በጎ ነገር እንደምናስበው ሁሉ ለሌላው ሰው በጎ የሆነውን ማሰብ ነው። በእኛ ላይ እንዲደረግብን የማንፈልገውን በሌላው ላይ አለማድረግ ነው። የሌላው ሰው መብትና ደህንነት እንዳይገፋ፣ ፈቃዱ እንዳይጣስ የሚያስጠነቅቁ ሕጎችና ደንቦች መሠረታቸው ሌላ ነገር ሳይሆን "ፍቅር" ነው። "ኢታመንዝር፤ አትግደል፤ አትስረቅ፤ አትመኝ፤ የሚሉትና ሌሎች

ትእዛዛት ቢኖሩም 'ባልንጀራህን እንደ ራስህ አድርገህ ውደድ' በሚለው በዚህ በአንድ ሕግ ተጠቃለዋል" የሚለው ቃል ነው (ሮሜ 13፥9)። መጽሐፍ ቅዱስ ውስጥ ያሉት ሕጎችና እንዲሁም በዓለም ውስጥ በየጊዜው በሕግ አውጪው የመንግሥት ክፍል የሚወጡት ሕጎች ሁሉ የሚያዘነብሉት ወደ አንድ አቅጣጫ ነው። ያም "ስለ ሌላው ሰው አስብ፥ ወይም ተጠንቀቅ" የሚል ነው። ልዩ ልዩ የሃይማኖት ክፍሎችም ሆኑ መንግሥት የሚያወጣቸው ሕጎች ዋና ዓላማቸው፥ የሌላው ሰው መብት፥ ፈቃድና ምርጫ እንዳይጣስ ነው። አብዛኛዎቹ ሕጎች መሠረታዊ የሆነው የሰው መብት እንዴት መጠበቅ ወይም መከበር እንዳለበት የሚገልጹ ናቸው። መጽሐፍ ቅዱስ እንደሚያዘው ሰው ሁሉ ጎረቤቱን እንደ ራሱ አድርጎ ቢወድ፥ ሌላ ሕግ ባላስፈለገም ነበር። ምክንያቱም ፍቅር ያለው ሰው በጎረቤቱ ላይ ምንም ዓይነት ክፉ ነገር ስለማይፈጽም ነው።

የብዙዎቻችን ችግር በክርስቶስ ዘመን ጎረቤቶቻቸው እነማን እንደሆኑ ማወቅ እንዳቃታቸው ሰዎች አይደለም። የእኛ ችግራችን ጎረቤቶቻችንን አለማወቅ ሳይሆን፥ በሰላምና በፍቅር መኖር አለመቻላችን ነው። አንድ የሜክሲኮ አገር ልብ ወለድ ታሪክ አለ። ሳን ያሲድሮ የተባለ ገበሬ እርሻውን በማረስ ላይ እያለ መልአክ ተገለጠለትና "እግዚአብሔር ሊያነጋግርህ ይፈልጋልና ተከተለኝና ና" አለው። ያሲድሮም "ብዙ ሥራ አለኝና ሥራዬን ትቼ መሄድ አልችልም" አለው። ለሁለተኛ ጊዜ መልአኩ ተገለጠለትና "ያሲድሮ! እሺ ብለህ ባትመጣ በእርሻህ ላይ ምንም ዓይነት ፍሬ እንዳታገኝ ንፋስና ድርቅ እልክብሃለሁ ብሏል" አለው። ያሲድሮ ይህን ሲሰማ ትንሽም አልደነገጠም። ከዚህ በፊት ኃይለኛ ነፋስን መቋቋም ችያለሁ። ድርቅም ቢኖር በመስኖ ውሃ ችግሬን ማቃለል እችላለሁ ብሎ አሰበ። በዚህ ዓይነት በተጨማሪ ሁለት ጊዜ መልአኩ "ጌታ ይፈልግሃል" እያለ ቢጠራው ያሲድሮ "ሥራዬን ትቼ አልመጣም" በማለት መልአኩን "እምቢ" አለው። ለመጨረሻ ጊዜ መልአኩ ያሲድሮን "ትእዛዜን ተቀብለህ ቶሎ ባትመጣ ክፉ ጎረቤት እልክብሃለሁ" አለው። ያሲድሮም ሥራውን አቁሞ ጥቂት ካሰበ በኋላ፥ ከእግዚአብሔር ዘንድ የተላከውን መልአክ፥ "እሺ! አብሬህ እሄዳለሁ። ማንኛውንም ዓይነት ክፉ ነገር ታግዬ ማሸነፍ እችላለሁ። ክፉ ጎረቤትን ግን አልችልም" አለው። ታሪኩ ተረት ይሁን እንጂ፥ ትልቅ ትምህርት አለው። ክፉ ጎረቤት ምን ያህል አስቸጋሪ ሰው እንደሆነ የበለጠ መረዳት የሚችሉት፥ ልምምዱ ያላቸው እንደሆነ ግልጽ ነው።

ብዙ ጊዜ ጎረቤቶቻችን ምን ዓይነት ሰዎች፥ ወይም እነማን መሆን እንዳለባቸው የመወሰን ችሎታ የለንም። ጠባያቸው ምን ዓይነት መሆን እንዳለበት ወሳኞቹ እኛ ሳንሆን እነርሱ ራሳቸው ናቸው። እኛ መቆጣጠር የምንችለው የራሳችንን ጠባይና የአኗኗር ሁኔታ ብቻ ነው። የእኛ ድርሻ ጥሩ ጎረቤቶች መሆን ነው። አንዳንድ ጊዜ ይሄ ራሱ በእኛና በጎረቤቶቻችን መካከል ትልቅ ለውጥ ሊያመጣ ይችላል። የእኛ በጎ መሆን ብቻውን ምንም ዓይነት ለውጥ የማያመጣበትም ጊዜ አለ። ይሁን እንጂ፥ በእኛ በኩል ከሰው ሁሉ ጋር በሰላም ለመኖር ከፍተኛ ጥረት ማድረግ ይገባናል። ለጎረቤታችን እኛ ሊኖሩን የምንፈልገውን ዓይነት ሆነን እንገኝ። ብዙ ጊዜ ለሌላው ሰው በጎ ሆኖ መገኘት ሊያመጣ የሚችለውን ኃይል እንዘነጋለን። ከሌላው ጋር ተጎራብቶ መኖር ከባድ የሚሆንበት ጊዜ ይኑር እንጂ፥ ፈጽሞ አይቻልም ማለት አይደለም። "ይህን የምትለው ምን ዓይነት አስቸጋሪ የሆነ ጎረቤት እንዳለኝ ስለማታውቅ ነው" ልትሉኝ ትችላላችሁ። በእኔ ላይ ባይደርስም አስቸጋሪ የሆኑ ጎረቤቶች ያጋጠማቸውን አንዳንድ ሰዎች አውቃለሁ። አንዳንድ ጎረቤቶች ብዙ የሚናገሩ፥ ሁሉ ጊዜ ቢፈለጉም፥ ባይፈለጉም ሁሉ ቦታ የሚገኙ ናቸው። አንዳንዶች ደግሞ ምንም የማይናገሩ፥ በፊታቸው ላይ ምንም ዓይነት ፈገግታ የማይታይባቸው፥ ሁልጊዜ ያኮረፉና የተቆጡ ናቸው። ከግቢያቸው ወይም ከቤታቸው ሲገቡና ሲወጡ በስተቀር፥ ለአካባቢው ማንነታቸውን ማሳወቅ የማይፈልጉ ናቸው። ክፉ ነገርም ሆነ በጎ ነገር ቢደርስባቸው አይታወቅም። ማንም እንዲጠጋቸው የማይፈልጉ መሆናቸው ብቻ ሳይሆን፥ ራሳቸውም ከማንም ጋር መቀራረብ አይፈልጉም። ማንንም አይነኩም፥ ማንም እንዲነካቸው አይፈልጉም።

ሌሎች ደግሞ የጸብ ጫሪነት ባሕሪ የሚታይባቸው ናቸው። ንግግራቸው ሁልጊዜ በቁጣ ነው። በትንሹም በትልቁም መጨቃጨቅ አመላቸው ነው። ከጎረቤታቸው ከተጣለ ቆሻሻ ውስጥ አንድ ባዶ ቆርቆሮ በንፋስ ኃይል ተገፍቶ ቤታቸው አጠገብ ቢወድቅ "ተደፈርኩ" የሚሉ፣ "የግቢህ አጥር ረዝሞ የእኔ ቤት እንዳይታይ ሸፈነው፣ የውሻህ ጩኸት አስቸገረኝ" ብለው የሚጨቃጨቁ፣ ሁልጊዜ "እከሳለሁ" እያሉ የሚያስፈራሩ ናቸው። በመሠረቱ ጥሩ ጎረቤት፥ ሩቅ ካለ የሥጋ ዘመድ እንደሚበልጥ የታወቀ ነው። ከጎረቤቶች ጋር አብሮ መብላት፥ አብሮ መጠጣት፥ በክፉ ጊዜ ደርሶ መረዳዳት በአገራችን በጣም የተለመደ ነው። የአሁኑን አላውቅም፥ እኛ ልጆች በነበርንበት ጊዜ፥ ታዛዥነታችን ለአሳዳጊዎቻችን ብቻ ሳይሆን፥ ለጎረቤቶቻችንም ጭምር ነበር። ትክክል ያልሆነ ነገር ስንፈጽም ያዩ ጎረቤቶች፥ የመቅጣት መብት ነበራቸው። "የእኔ ልጅ አይደለም፤ የፈለገውን ቢያደርግ ምን አገባኝ" አይሉም። ለመቅጣት ድፍረት ከሌላቸው ደግሞ ወላጆቻችን ሲመጡ፥ "ልጃችሁ እከሌ እንዲህ ዓይነት መጥፎ ነገር ሲያደርግ አየሁት" በማለት ይነግሩብን ነበር። ስለዚህም ልክ ያልሆነ ነገር ለማድረግ ስንነሳ ወላጆቻችን አለመኖራቸውን ብቻ ሳይሆን፥ የሚያውቁንና የምናውቃቸው የጎረቤት ሰዎች

መኖር አለመኖራቸውን አስቀድመን እናረጋግጥ ነበር። የሚጠቅመን ጎረቤት ባይኖረን እንኳን "መራራ ጽዋ" የሚያጠጣን ጎረቤት አንፈልግም። በእስቶ ጋሪ ጎረቤት ምክንያት ሲፈጠር የሚችለውን እርስ በርስ መጎዳዳት የሚያ ሳይ፣ በቅርቡ በሬዲዮ ፕሮግራማችን ላይ ያቀረብነው አንድ ታሪክ አለ። በአሜሪካ፣ኬንታኪ በተባለው እስቴት ውስጥ በአንድ ወቅት ሁለት ቤተሰቦች ተጎራብተው ይኖሩ ነበር። የሚለያቸው በመካከላቸው ያለው አጥር ብቻ ነበር። እነዚህ ሁለት ጎረቤቶች ብዙውን ዘመናቸውን ያሳለፉት በሰላም ሳይ ሆን እርስ በርሳቸው በመጣላት፣ በመጋጨትና በመደባደብ ነው። አንድ ቀን የአንደኛው ሰው ላም አጥሩን አልፋ ከሌላው ግቢ ገብታ የተከለውን በቆሎ በላችበት። ባለቤቱ ይህን ሲያይ ተናዶ በጥይት መትቶ ያቺን ላም ገደላት። የላሟ ባለቤት ይህን ሲያይ ተናዶ ብድሩን ለመመለስ፣ የላሙን ገዳይ፣ የልጆች አባት የሆነውን ሰው በጥይት መትቶ ገደለው። ከሟቹ ልጆች አንደኛው ልጅ ብድሩን ለመመለስ አመቺ ጊዜ ሲጠባበቅ፣ ድንገት ወደ ጦር ሜዳ እንዲሄድ ታዝዞ ሄደ። ቤተሰቡን የሚያስተዳድረው አባት ድንገት በመገደሉ፣ ታላቁ ልጅ ደግሞ ወደ ጦር ሜዳ በመዝመቱ፣ እናትየዋ ብቻዋን የተቀረውን ቤተሰብ ማብላትና ማጠጣት ከአቅሟ በላይ ሆነባት። ቤተሰቡ በሙሉ፣ የሚበላ እስኪጠፉ ድረስ ትልቅ ችግር ላይ ወደቀ።

አንድ ጊዜ፣ የክርስቶስ ልደት በሚከበርበት ቀን፣ ያ ላሙን የገደለበትን ሰው የገደለ ሰው ሚስቱንና ልጆቹን ወደ ቤተ ክርስቲያን ይዟቸው ሄደ። ብዙ ጊዜ ቤተሰቡን ከቤተ ክርስቲያን በራፍ ላይ ጥሏቸው መኪና ውስጥ ቁጭ ብሎ ይጠብቃቸዋል እንጂ እርሱ ገብቶ ፕሮግራሙን አይካፈልም ነበር። በዚያን ዕለት ግን በጣም በረዶ ስለነበረና ስለሚቀዘቅዝ ውስጥ ገብቶ ለመጠበቅ ወሰነ። በዕለቱ ሰባኪው ይሰብክ የነበረው መልዕክት "ክርስቶስ የሰላም አለቃ፣ የሰላም ልዑል" የሚል ነበር። በዚያን ቀን የተሰበከው መልዕክት ልቡን በጣም ነካው። ንስሀ ገብቶ፣ ሕይወቱን ሙሉ በሙሉ ለጌታ ሰጠ። ፕሮግራሙ አልቆ ወደቤታቸው ሲሄዱ፣ በጎረቤቱ ቤት በኩል ሲያልፉ፣ የዚያን ቤተሰቡ ልጆች አባት በመግደሉ ልጆቹ ያለአባት፣ ሚስቱን ያለባል እንዳስቀረ፣ የቤተሰቡ መጋቢ የነበረውን ሰው በመግደሉ፣ ቤተሰቡን በሙሉ ችግር ውስጥ መጣሉ ተሰምቶት፣ ከልቡ አዝኖና ተጸጽቶ ለዚያ ቤተሰብ መልካም ነገር ለማድረግ በእግዚአብሔር ፊት ቃል ገባ። ከዚያን ቀን ጀምሮ ያን ቤተሰብ ማንነቱን ሳያሳውቅ በሚያስፈልጋቸው ሁሉ ለመርዳት ቆርጦ ተነሳ። አንድ ትንሽ ልጅ ቀጥሮ በየቀኑ ለዚያ ቤተሰብ ዳቦ እንዲያመላልስ አደረገው። ጦርነቱ አልቆ ያ ታላቁ ልጅ ወደ ቤተሰቡ ሲመለስ፣ በፍቅርና በርህራሄ የተሞላ ማንነቱን የማያውቁት ሰው በችግራቸው ዘመን ምንም ነገር ሳይጎድልባቸው እንደረዳቸው ነገሩት። ያም ልጅ ሁኔታው አስገርሞት፣ ያን በጎ አድራጊ ሰው ማንነቱን አውቆ ለማመስገን ቆርጦ

ተነሳ። ለዚህ ቤተሰብ ምግብ እንዲያመላልስ የተቀጠረው ትንሽ ልጅ እንደተለመደው ወስዶ እንዲሰጥ የተሰጠውን አድርሶ ሲመለስ፣ ታላቁ ልጅ፣ ቀስ ብሎ እየተከተለ የት እንደሚገባ አየ። በመጨረሻም የአባቱ ገዳይ የነበረው ጎረቤቱ ከሆነው ሰው ቤት ሲገባ በማየቱ ይህንን በጎ ነገር ያደረገው እርሱ መሆኑን ሲያውቅ ማመን አቃተው። ተመልሶ በመሄድ ፊንታ እንኳኩቶ ወደ ቤቱ በመግባት የአባቱን ገዳይ፣ "ከፈለግህ ተኩስና ግደለኝ!" ካለው በኋላ እርሱ በጦር ሜዳ በነበረባቸው ክፉ ጊዜያት ለቤተሰቡ ስላደረገው በጎ አድራጎት ከልቡ አመሰገነው። ያም ሰው ምስጋናውን ከተቀበለ በኋላ፣ የዚህ ሁሉ ምክንያት ምን እንደሆነ ነገረው። በክርስቶስ ልደት ቀን ቤተ ክርስቲያን ሄዶ 'የሰላም አለቃ ስለሆነው ልዑል' የሰማው መልዕክት ምን ያህል ልቡን እንደለወጠውና አዲስ ሰው እንዳደረገው መሰከረለት። በየጊዜው የሚወጣው የዓለም ሕግ ለጎረቤቶቻችን ምቹዎች እንድንሆን የሚያሳስብ ቢሆንም፣ እርስ በርሳችን የምንዋደድ፣ አንዱ ለሌላው የምናስብ አይደለንም። "ጎረቤተህን እንደ ራስህ አድርገህ ውደድ" የሚለውን የመጽሐፍ ቅዱስ ሕግ እንደሚገባው አንጠብቅም።

፭

ሰዎች ግጭታቸውን የሚፈቱት እንዴት ነው?

- *"...ባል ሚስቱን በሽጉጥ መትቷት የሞተች ስለ መሰለው፥ ራሱን ገደለ። ሚስቱም በአስጊ ሁኔታ ላይ ትገኛለች።"*
- *"...የ18 ዓመት ወጣት በወላጆቹ ተቆጥቶ፥ ቤታቸውን በእሳት አቃጠለው። ወላጆቹም በእሳቱ ተቃጥለው ሞቱ።"*
- *"... አንድ አባት የ8 ወር ልጁ እያለቀሰ ሲያስቸግረው፥ ልጁን ወርውሮ ከግድግዳ ጋር አጋጭቶ ገደለው።"*

በምዕራቡ ዓለም ውስጥ የዕለቱን የጋዜጣ አምዶች የሞሉት፥ የቴሌቪዥኑንና የሬዲዮኑን ፕሮግራሞች ያጣበቡት፥ ከላይ ያየናቸውን ዓይነት ዜናዎች ናቸው። እነዚህ ለሰሚው በጣም የሚዘገንኑና አሳዛኝ የሆኑ ወንጀሎች፥ በሰዎች መካከል በተፈጠሩ ግጭቶች (conflicts) ምክንያት የደረሱ ናቸው። እነዚህ ወንጀሎች፥ በስሜታቸው መጎዳት ምክንያት የደረሰባቸውን ግጭት ሥርዓት ባለው መንገድ መፍታት ያቃታቸው፥ በጥላቻ መንፈስ የተሞሉ አንዳንድ ሰዎች የሚፈጽሟቸው ናቸው። ከውስጣቸው የሚሰማቸውን የስሜት ጉዳት መታገስ አቅቷቸው፥ አጥፊ በሆነ መንገድ ጎዳን በሚሉት ሰው ላይ አጸፋውን ለመመለስ የሚነሳሱ ሰዎች፥ ከምንጊዜውም የበለጠ ቁጥራቸው የበዛበት ዘመን ቢኖር፥ ይሄ እኛ ያለንበት ዘመን እንደሆነ ግልጽ ነው። ይሄን ዓይነቱ ችግር ያለው በምዕራቡ ዓለም ውስጥ ብቻ ሳይሆን፥ በዓለም ዙሪያ የሚታይ "ወረርሽኝ በሽታ" (epidemic) ነው። የግጭቱ ጥልቀትና ስፋት ይለያይ እንጂ፥ ከግጭት ነጻ የሆነ ሰውም ሆነ አካባቢ የለም።

1. ከግጭት ነጻ የሆነ ሰው የለም

ከላይ እንደ ምሳሌ የጠቀስናቸውን ግጭቶችን የመሳሰሉ አይሁኑ እንጂ፥ ከጥዋት እስከ ማታ ድረስ የእኛን ውሳኔ የሚጠይቅ የተለያየ ዓይነት ግጭት ሁላችንም በየጊዜው ያጋጥመናል። ጥዋት ገና ከዕንቅልፋችን ስንነቃ፥ "ልነሳ ወይስ ትንሽ ልተኛ?" ብለን ከራሳችን ጋር ሙግት የምንገጥምበት ጊዜ አለ። በአንድ በኩል ተኝቶ ማርፈዱ ደስ ሲለን፥ በሌላ በኩል ደግሞ ተነስተን ወደ ሥራችን ካልሄድን ሥራችንን የምናጣ መሆናችንን እናውቃለን። "መነሳት... ወይም አለመነሳት..." በሚለው ሁለት የተለያዩ ምርጫዎች ምክንያት በውስጣችን ትግል ይፈጠራል። ይሄ ቀላል ጉዳይ ቢሆንም፥ በውስጣችን መለስተኛ የሆነ ግጭትን ሊፈጠር እንደሚችል የታወቀ ነው። በዚህ ዓይነት ሰው በራሱ የግል ህይወት ውስጥ ሁለት ዓይነት ምርጫዎች ወይም አሳቦች ይኖሩና በውስጡ ከፍተኛ ግጭት ሊፈጠር እንደሚችል ግልጽ ነው። በዚህ ዓይነት ቀኑን ሙሉ ትላልቅ፥ መለስተኛና እንዲሁም ጥቃቅን የሆኑ ግጭቶች ሊያጋጥሙን ይችላሉ። አንዳንዶቹ በመጠኑ አዕምሮንና ስሜትን የሚጠይቁ ሲሆኑ፥ አንዳንዶቹ ደግሞ ጨጓራን እስከ መላጥ ሊያደርሱ እንደሚችሉ የታወቀ ነው። ማናችንም ብንሆን፥ ከማን ጋር፥ ወይም እንዴት መጋጨት እንዳለብን ቁጭ ብለን ዕቅድ አውጥተን እንደማንጋጭ የታወቀ ነው። ለምሳሌ፥ *"ዛሬ በዚህ ሰዓትና በዚህ ሁኔታ ከኑሮ ጓደኛዬ ጋር እጣላለሁ"* ብለን ፕሮግራም አናወጣም። ምክንያቱም ማንም ግጭትን፥ ጠብን፥ ወይም ጠርነትን ሆን ብሎ የሚፈልግ ሰው ስለሌለ ነው። ይሁን እንጂ በዓለም ውስጥ በሕይወት እስከ ኖርን ድረስ ከግጭት ነጻ ሆነን መኖር እንደማንችል እናውቃለን። "ዛሬ ጥሩ ቀን ነው" የምንለው፥ ምንም ዓይነት ግጭት ሳይደርስብን በሰላም የምናልፍበት ቀን ይሆን? ይህ ከሆነ ለመሆኑ ፍጹም ባልሆነ ዓለም ውስጥ ፍጹም የሆነ ቀን ሊኖር ይችል ይሆን?

ወደድንም ጠላንም፥ ክርስቲያኖች ብንሆንም ባንሆንም፥ ምን ጊዜም ቢሆን ከግጭት ነጻ ሆነን መኖር አንችልም። አንዳንዶቻችን ግጭት ሲገጥመን፥ ግጭቱ እንዳልተፈጠረ አድርገን ችላ ብለነው ለማለፍ እንሞክራለን። ይሁን እንጂ፥

ያጋጠመንን ችግር በጊዜውና በአግባቡ መስመር ካላስያዝነው፥ የበለጠ እያመረቀዘ ወደ ከፋ ችግር ውስጥ ሊያስገባን እንደሚችል ማወቅ አለብን። በተፈጥሮአችን አንዳንዶቻችን የሚያጋጥሙንን ችግሮች *"ችላ ብለን ከተውናቸው፥ በራሳቸው አውቀው ይጠፋሉ"* በማለት መፍትሄ ሳንፈልግላቸው ችላ ብሎ የማለፍ ዝንባሌ ያለን ነን። ችግሮቻችን ለተወሰነ ጊዜ የጠፉ ይምሰሉን እንጂ፥ ጊዜያቸውን ጠብቀው እንደ ገና ተመልሰው መምጣታቸው እንደማይቀር ማወቅ አለብን። አስፈላጊውን እርምጃ በወቅቱ ባለመውሰዳችን ምክንያት ከበፊቱ የበለጠ አድገው እናገኛቸዋለን። ስለዚህ ትናንሽም ይሁኑ ትላልቅ፥ በየቀኑ ለሚያጋጥሙን ግጭቶች በጊዜው መፍትሄ መፈለግ አለብን። በየትኛውም ሕብረተሰብ ውስጥ፥ በዓለማውያን መካከል ግጭትና አለመስማማት እንዳለው ሁሉ በክርስቲያኖችም መካከል ግጭቶች ሊኖሩ ይችላሉ። *"በክርስቲያኖች መካከል ጠብና ግጭት ፈጽሞ መኖር የለበትም"* ብሎ የሚያስብ ሰው ቢኖር፥ ትልቅ ስሁተት ይሠራል። በግጭቱ ምክንያት ከሚደርሰው ጉዳት የበለጠ፥ ግጭት እያለ ግጭቱን ሸፍኖ "ሁሉም ሰላም ነው" ብሎ ማለፍ ነው። ምክንያቱም ግጭቱን መካድ፥ ለግጭቱ ጥሩ መፍትሄ እንዳንፈልግ እንቅፋት ስለሚሆንብን ነው።

አንዳንድ ክርስቲያኖች ለችግራቸው መፍትሄ ሳያገኙ ሁልጊዜ በችግር ውስጥ እንዲኖሩ የሚያደርጋቸው አንደኛውና ትልቁ ምክንያት፥ *"ክርስቲያን ሆነን መጋጨታችንን ሌሎች ሰዎች ቢያውቁ፥ ብርቱ ክርስቲያኖች አይደሉም ብለው የአገልግሎት በር አይከፍቱልንም ይሆናል"* ከሚል ፍርሃት የተነሳ ችግራቸውን የሚደብቁ መሆናቸው ነው። አንዳንዶቹ ችግራቸው ሲያይል ምክር ፍለጋ ይመጡና፥ "ክርስቲያኖች ሆነን፥ ይህን ዓይነት ችግር በመካከላችን መኖሩ ያሳፍረናል" ካሉ በኋላ ችግራቸውን ለምን እንደሚደብቁ ምክንያታቸውን ይገልጻሉ። ለምሳሌ ባሏ በጣም አስቸጋሪ የሆነባት ክርስቲያን እህት፥ *"...እኔና ልጆቼ በባለቤቴ ምክንያት የሚደርስብን ችግር እጅግ በጣም ብዙ ነው። ያለንበትን ችግር ገልጬ መናገር ያልፈለግሁት፥ ባለቤቴ የቤተ ክርስቲያን ሽማግሌ ስለሆነ፥ በአገልግሎቱ ላይ እንቅፋት እፈጥርበት ይሆናል ብዬ በመፍራት ነው..."* ትላለች። በዚህ ዓይነት ለረጅም ጊዜ ብዙዎች ችግራቸውን ሸፍነው፥ ሰላም ሳይኖራቸው "ሰላም አለን" እያሉ እስመስለው የሚኖሩ ናቸው። አንዳንዶቹ ብዙ ከተሰቃዩ በኋላ ግጭታቸው ከቁጥጥር ሲወጣባቸው፥ ዕርዳታ ለመፈለግ ሲሉ የግድ ራሳቸውን ይገልጣሉ። ከላይ እንደገለጽነው ብዙ ክርስቲያኖች ግጭት ወይም አለመስማማት ሲደርስባቸው ዕርዳታ ፍለጋ የማይሄዱበት ዋናው ምክንያት፥ "ክርስቲያን ከማንኛውም ዓይነት ግጭት ወይም አለመስማማት ነጻ ነው" ብለው ስለሚያስቡ ነው።

ሁለት ወይም ከዚያ በላይ የሆኑ ሰዎች የተለያየ ዓላማ ወይም ግብ ሲኖራቸውና ከዚያ ግብ ለመድረስ ሁለቱም ወገን የተለያየ መንገድ ሲመርጡ፥ ያ የሀሳብ ልዩነት በመካከላቸው አለመስማማትን ሊፈጥር ይችላል። ስለዚህ ከሌላው ሰው ጋር በሀሳብ፥ በአመለካከትና በምርጫ እስከተለያየን ድረስ፥ አለመስማማት በማንኛችንም ላይ ሊደርስ የሚችል መሆኑን ማወቅ አለብን። ለምሳሌ፥ ገና ከምሽቱ ሁለት ሰዓት ላይ ዕንቅልፍ፥ ዕንቅልፍ የሚለው ባል፥ "የቤተሰባችን የጸሎት ጊዜ ማታ ከሚሆን ጥዋት ቢሆን ይሻላል" ቢል፥ በሌላ በኩል ደግሞ ጥዋት መነሳት የማይሆንላት ሚስቱ "የለም! ማታ ማታ መሆን አለበት" ብትል፥ እነዚህ ሁለት ባልና ሚስት በምርጫቸው የተለያዩ መሆናቸውን በግልጽ እናያለን። በምርጫቸው የተለያዩ በመሆናቸው ብቻ ኃጢአት ሠርተዋል፥ ወይም በመካከላቸው ፍቅር የለም ማለት አይደለም። "አለመስማማት" ብቻውን በራሱ ኃጢአትነት የለውም። ኃጢአት የሚሆነው፥ ሰዎች አለመስማማታቸውን ትክክል ባልሆነ መንገድ ሲገልጹት ብቻ ነው። ከላይ እንደ ምሳሌ የጠቀስናቸው ባልና ሚስት የምርጫቸው ልዩነት ወደ ግጭት እንዳያመራ፥ ሁለቱም የሚደግፉት አስታራቂ የሆነ ሀሳብ ወይም መፍትሄ መፈለግ ሁለቱም ኃላፊነት አለባቸው። ልዩነታቸውን ጤናማ በሆነ መንገድ መስመር በማስያዝ ፈንታ እርስ በርሳቸው ቢሰዳደቡ፥ ወይም አንዱ ሌላውን ቢያጠቃ፥ አንዱ ብቻ ሳይሆን ሁለቱም ሊጎዱ ይችላሉ።

2. ግጭት (Conflict) ማለት ምን ማለት ነው?

የእንግሊዝኛው መዝገበ ቃላት፥ ግጭት ለሚለው ቃል (Conflict)፥ *"የሁለት ነገር መጋጨት፥ ጭቅጭቅ፥ መጣላት፥ ብርቱ የሆነ አለመስማማት፥ ቅራኔ፥ በሁለት የተለያዩ ኃይሎች መካከል የሚፈጠር ልዩነት...."* የሚለውን ገለጻ ይሰጣል። "ግጭት" ከሌላው ሰው አሳብ፥ ምርጫና አመለካከት ጋር ባለመስማማት የሚመጣ ነው። ግጭት በሁለት ሰዎች መካከል በሚፈጠረው አለመስማማት የሚመጣ ብቻ ሳይሆን፥ በማህበር ወይም በድርጅትም መካከል ሊፈጠር ይችላል። ቤተ ክርስቲያንም መንፈሳዊ አካል ብትሆንም፥ ከግጭት ነጻ አይደለችም። በሁለት ሰዎች፥ መካከል አንዳንድ የአሳብ ልዩነት ይፈጠርና፥ ልዩነቱን ለማስታረቅ አንዱ የሌላውን ፍላጎት በመጠበቅ ፈንታ፥ ሁለቱም የራሳቸውን ፍላጎት ብቻ ለማሟላት፥ እንዲሁም አንዱ ሌላውን በቁጥጥሩ ሥር ለማዋል በሚያደርጉት ትግል ምክንያት አንዳንድ ጤናማ ያልሆነ ነገር በመካከላቸው ሊፈጠር ይችላል። በማንኛቸውም ዓይነት ግንኙነት ውስጥ፥ ሰዎች የተለያየ አመለካከትና አስተሳሰብ፥ እንዲሁም ምርጫ እስካላቸው ድረስ በዚህ ዓለም ውስጥ ምን ጊዜም ቢሆን "ከግጭት" ነጻ ሆኖ መኖር አይቻልም። "ግጭት" በሰዎች መካከል ያለውን ግንኙነት ሊያጠነክር ወይም ሊያዳክም፣ ሊያራርቅ ወይም ሊያቀራርብ፣ ሊያበጅ ወይም ሊያበላሽ ይችላል። ለዚህ ወሳኙ ሰዎች ግጭታቸውን ሥርዓት የሚያስይዙበት ሁኔታና መንገድ ነው። ከውጪ

ኀልቶ አይታይ እንጂ፥ ሰው በራሱ የግል ህይወት ውስጥም ሁለት የተቃረኑ ምርጫ ወይም አሳብ ይኖርና ከፍተኛ ግጭት በውስጡ ሊፈጠርበት ይችላል። ራሳቸውን ከሚገድሉ ሰዎች መካከል አብዛኞዎቹ ምክንያታቸው ከራሳቸው ጋር በመጣላታቸው እንደሆነ የሥነ አዕምሮ ሊቃውንት ይገልጻሉ።

በሰዎች መካከል የሚፈጠረው ግጭት ዋናው ምክንያት ምን ይሆን? ያዕቆብ፥ *"በእናንተ መካከል ያለው ጦርነትና ጠብ ከየት የመጣ ነው? በውስጣችሁ ከሚዋጉት ምኞታችሁ አይደለምን? ትመኛላችሁ፤ ነገር ግን አታገኙም። ትገድላላችሁ፤ በብርቱም ትመኛላችሁ፤ ልታገኙም አትችሉም። ትጣላላችሁ፤ ትዋጋላችሁ፤ አትለምኑምና ለእናንተ አይሆንም"* በማለት የግጭቱ ምክንያት ምን እንደሆነ ይገልጻል (ያዕ. 4፥1-2)። በአስተሳሰብ፥ በምርጫ መለያየት የሰው ተፈጥሮአዊ ባሕሪ ነው። ሁላችንም አንድ ዓይነት አለመሆናችን በብዙ አቅጣጫ ደስ የሚያሰኝ ቢሆንም፥ ልዩነታችንን በአግባቡ ካልተጠቀምንበት ደግሞ ከፍተኛ ችግር ሊያደርስብን እንደሚችል የታወቀ ነው። ሰዎች በሕይወታቸው የተለያየ "ግጭት" ሲያጋጥማቸው ግጭታቸውን መስመር የሚያስይዙበት የራሳቸው የሆነ ምርጫ አላቸው። በኃይል ታግሎ በማሸነፍ ብቻ ሳይሆን፥ ከመጠን በላይ ልስልስ ብሎ በመቅረብ ግጭታቸውን መስመር ለማስያዝ የሚሞክሩም አሉ። በዚህ ዓይነት የራሳችንንም ሆነ የሌሎችን ግጭት መፍቻ ዘዴዎችን አስቀድሞ ማወቅ ጠቃሚ ነው። አንዳንድ ሰዎች ኃይለኝነታቸውን በማሳየት፥ የራሳቸውን ፍላጎትና ፈቃድ ለሰላም ሲሉ አሳልፈው የሚሰጡትን ሰዎች ያለአግባብ በመጫን፥ የራሳቸውን ፍላጎትና ፈቃድ እንዲፈጸም ያደርጋሉ። ይሁን እንጂ ችግራቸውን በመፍታት ፈንታ በመካከላቸው ያለውን ልዩነት የበለጠ የሚያሰፋው መሆኑን የሚረዱት አይመስለንም። አንድ አለቃ በባሕሪው ለስላሳ ከሆነ ሠራተኛው ጋር በአንድ ምክንያት ቢጋጭ፥ የተፈጠረውን ግጭት መስመር ለማስያዝ የሚሞክረው፥ "ልክ ነው፥ ልክ አይደለም" በሚል ውይይት ሳይሆን፥ ኃይሉንና ሥልጣኑን በመጠቀም ብቻ ነው። ሠራተኛውም *"አለቃዬ ስለሆነ የፈለገውን ማድረግ ይችላል። ልክ አይደለም ብዬ ብከራከረው በጣም ስለሚናደድ ራሴን የበለጠ ችግር ውስጥ እከታለሁ። ስለዚህ በውሳኔ አለማጡ ይሀን ያህል ደስ ባይለኝም፥ ያለውን ሁሉ "አሜን" ብዬ ብቀበል ይሻላል"* በማለት በቀላሉ እጁን ይሰጣል። ብዙ ጊዜ ክርስቲያኖች በመካከላቸው የተፈጠረውን አለመስማማት (ግጭት) ቶሎ መስመር በማስያዝ ፈንታ፥

1) *ሁሉንም መንፈሳዊ አድርገው በመመልከት፥ "በነገሩ መጸለይ አለብን" ብለው ውሳኔ ሳይሰጡበት ያልፉታል።*

2) *"እኔ ከማንም ጋር ችግር የለብኝም...." በማለት ምንም ዓይነት ችግር እንደሌለ ለማስመሰል ይሞክራሉ።*

3) *"...ነገሩን ችላ ብለን በማለፍ ፋንታ በትናንሹ ነገር ለምን እንጣላለን?....." በማለት ነገሩን አቃለው ያዩታል።*

4) *ራሳቸውን ነጻ አድርገው የችግሩን ምክንያት በሌላው ሰው ላይ ያኖራሉ።*

3. ሰዎች ግጭታቸውን የሚፈቱበት መንገዶች

እኔና እናንተ የምንኖረው ውጫዊና ውስጣዊ ግጭት በበዛበት ዓለም ውስጥ ነው። የሚያጋጥመን ግጭት (አለመስማማት) በራሱ ኃጢአት ባይሆንም፥ በአግባቡ ካልያዝነው ወደ ኃጢአት ሊመራን እንደሚችል ግን ግልጽ ነው። ለመሆኑ ግጭት ሲያጋጥመን እንሸሻለን? ወይስ ሁልጊዜ "ማሸነፍ አለብኝ" ብለን በኃይል እንታገላለን? ከተጋጩነው ሰው ጋር ፊት ለፊት ለመነጋገር ድፍረት አለን? ወይስ ከፍርሃታችን የተነሳ የሚሰማንን ቅሬታ በከውስጣችን ደብቀን፥ ሁሉም መልካም እንደሆነ አድርገን በፈገግታ ለማለፍ እንሞክራለን? ግጭታችንን መስመር ለማስያዝ ከተጋጨነው ሰው ጋር በምናደርገው ውይይት ሁልጊዜ በቀጥታም ባይሆን በተዘዋዋሪ፥ "የእኔ ፍላጎት ብቻ መሟላት አለበት" እንላለን? ስለ ሌላው ሰው ፍላጎትም ሆነ ስሜት ግድ ይለናል? በመሠረቱ ግጭትን በሥርዓት መፍታት የምንችለው በእኛም ሆነ በሌላው ወገን ያለውን ሁኔታ በአግባቡ መረዳት ስንችል ብቻ ነው። ብዙዎቻችን እኛ በምንፈልገው መንገድ ግጭታችን ካልተፈታ፥ ሰላም መመሥረት አንፈልግም። "ሁልጊዜ ማሸነፍ አለብኝ" የምንል ከሆነ፥ አስቸጋሪው ሰው ሌላው ሳይሆን እኛው ራሳችን መሆናችንን ማወቅ አለብን። ሰዎች ለግጭታቸው መፍትሄ ይሆናል ብለው የሚወስዱት እርምጃ የተለያየ ነው። የአንዳንዱ ገንቢ ሲሆን፥ የሌላው ደግሞ ገንቢነት የሌለው ነው። ጄምስ ፌርፊልድ (James Fairfield) የተባሉ ክርስቲያን ጸሐፊ በመጽሐፋቸው ሰዎች ግጭታቸውን የሚፈቱበትን አምስት ዓይነት መንገዶችን አስፍረዋል።[12]

3.ሀ. ከሁኔታው ሸሽቶ መውጣት (Withdraw)

አንዳንድ ሰዎች ግጭትን በንቀት፥ ወይም ምንም ዓይነት ጉዳት እንደማያስከትልባቸው አድርገው ይመለከቱታል። የገጠማቸውን አለመስማማት ለመለወጥ ኃይልም ሆነ ጉልበት እንደሌላቸው ስለሚያምኑ፥ ምንም ዓይነት ሙከራ

---

[12] Fairfield, James. When You Don't Agree. Herald Press, Scottdale, PA, c1977.

ሳያደርጉ ችላ ብለው ማለፍን ይመርጣሉ። "እስኪ እንደሆን ሁልጊዜ ጠብ ላይ ጭር ምንም ነገር ማድረግ አይሆንለትም። ለምን እንደዚህ እንደሚሆን አላውቅም። ስለ እርሱ ሁኔታ በማሰብ ጊዜዬንና ጉልበቴን ማባከን አልፈልግም። ስለ ዚህ በተቻለኝ መጠን ሸሽቼ መኖር አለብኝ። በመሸሼ ምክንያት ሰዎች ስለ እኔ የፈለጋቸውን ዓይነት አስተያየት ቢሰጡ ፍጹም ግድ የለኝም" ይላሉ። ከሰው ጋር አንዳንድ አለመስማማት ሲያጋጥማቸው፣ ሊያስማማቸው የሚችለውን መፍትሄ በመፈለግ ፈንታ፣ ምንም ዓይነት ግጭት እንዳልተፈጠረ አድርገው በማሰብ፣ ከሁኔታው የሚወጡበትን ወይም የሚሸሹበትን መንገድ ይፈልጋሉ። ከማንም ሰው ጋር ፊት ለፊት መጋጠም (confrontation) ይፈራሉ። በሀሳብ ባልተስማሙበት ነገር ላይ መወያየት፣ ለችግሩ መፍትሄ መፈለግ፣ መፍትሄ ተብሎ የተመረጠውን አሳብ ተቀብሎ በተግባር ላይ ማዋል አይፈልጉም። "ማሸ ነፍ ካልቻልኩ፣ መሸሽ ወይም ከሁኔታው መውጣት ይሻለኛል" የሚለውን ዘይቤ የተከተሉ ይመስላሉ።

ዋቅጅራ ሁልጊዜ ለእራት በሰዓቱ እቤቱ አይደርስም። ሠራተኛው ሁሉ በተወሰነው ሰዓት ከቢሮው እየወጣ ሲሄድ፣ ማለቅ ያለበት አስቸኳይ ሥራ ባይኖርበትም እንኳ ሦስት ወይም አራት ሰዓት በተጨማሪ መሥራት ልማዱ ነው። ባለቤቱ አሰለፈች በሰዓቱ ይደርሳል ብላ የደረደረችው ምግብ ቀዝቅዞ እንደገና የምታሞቅበት ጊዜ ይበዛል። ይሄ ሁኔታ በጣም እያበሳጫት ምክንያቱን ስትጠይቀው፣ በቁጣ ተሞልቶ "ከሥራ እንጂ፣ ከጨዋታ ቦታ አልመጣሁም" የሚል መልስ ይሰጣታል። ዋቅጅራ ይህን የሚያደርገው ሥራ በዝቶበት ሳይሆን ከአስለፈች ለመሸሽ ሲል ብቻ ነው። ብዙ ጊዜ ዋቅጅራና አሰለፈች በሀሳብና በምርጫ ሲለያዩ፣ ረጋ ብለው በሥርዓት ልዩነታቸውን በውይይት መፍታት አይችሉም ነበር። በአሳብ የተለያዩ እንደሆነ፣ አንዱ ሌላውን ለማሸነፍ ከፍተኛ ጥረት ስለሚያደርግ፣ ሁልጊዜ በመካከላቸው ግጭት ይፈጠራል። ዋቅጅራ "አሰለፈች የምነግራትን የማትሰማ ከሆነ፣ ከእርሷ ጋር ሁልጊዜ ምን ያጨቃጭቀኛል" ብሎ በማሰብ፣ በተቻለው መጠን ከአሰለፈች ጋር የሚያሳልፍበትን ጊዜ ምክንያት እየፈጠረ ለማሳጠር ይሞክራል። ግጭትን በዚህ ዓይነት መንገድ፣ ይኸውም በመሸሽ ለማስወገድ መሞከር ትክክል እንዳልሆነ ግልጽ ነው። አንዳንድ ዓለማውያን ቤታቸው በጊዜ በመግባት ፈንታ በየመሸታ ቤቱ የሚዞሩት፣ ከግጭት ራሳቸውን ለመጠበቅ ሲሉ እንደሆን ግልጽ ነው። ከሁኔታው መሸሻቸው፣ ለጊዜው ችግሩን ይሸፍነው እንጂ፣ ዘለቄታ ያለው መፍትሄ ሊሰጥ እንደማይችል የተረዱት አይመስሉም።

አንድ ጊዜ አንዱ ከሚስቱ ጋር ስላለው የሰላም ኑሮ እያደነቀ ሲያወራ፣ "እኔና ሚስቴ ጥዋት ጥዋት እንደ ብዙ ባልና ሚስቶች ተጋጭተን ወይም ተጣልተን አናውቅም" አለ። ይህንን ቱከራ የሰማ ሌላ ሰው ሁኔታው አስደንቆት እንዴት እንዲህ ሊሆን እንደ ቻለ ጠየቀው። ሰውየውም ምክንያቱን ሲገልጽ ለት፣ "እኔ ወደ ሥራ ለመሄድ ጥዋት ስነሳ፣ ሁልጊዜ ሚስቴ በእንቅልፍ ላይ በመሆኗ ነው" ሲል መለሰለት። አንዳንድ ሰዎች ከሌላው በመሸሽ ብቻ በቤታቸው ሰላም ለማምጣት የሚሞክሩ አሉ። አስቸጋሪ ነው ከሚሉት ሰው ጋር ለመኖር የሚሞክሩት፣ አብረው አስቸጋሪ ነው ካሉት ሰው ጋር የሚያሳልፉትን ጊዜ በመቀነስ ወይም በአካልም ሆነ በሥነ ልቦና በመሸሽ ነው። ይምሰለን እንጂ ይሄ ግጭትን መስመር ለማስያዝ ትክክለኛው መንገድ እንዳልሆነ ግልጽ ነው። አንዳንዶች ደግሞ በአካል ከሁኔታው ባይሸሹም በሥነ አዕምሮ ግን ሆን ብለው ይርቃሉ። "ጠብ ውስጥ ይከተኛል" ብለው ስለሚያስቡ፣ በውይይት ችግራቸውን ለመፍታት ምንም ዓይነት ሙከራ አያደርጉም። ሀሳባቸውን ከመግለጽ ይልቅ ሁልጊዜ ዝምታን ይመርጣሉ።

ታፈሰች ባሏ "ለምን በበጀት አትኖሪም" እያለ በጣም እየጨቀጨቀ እንዳስመረራት ለጓደኛዋ ለሁሉነሽ አጫወተቻት። ሁሉነሽም ጓደኛዋን ለመምከር ፈልጋ ስለ ራሷ ባል እንዲህ ስትል አወራቻት። "እኔስ እግዚአብሔር ይመስገን እንቺ ያለብሽን ዓይነት ችግር የለብኝም። የፈለግሁትን ገዝቼ ብገባ ምንም አይለኝም። እንዲያውም የሚያበሳጨኝ፣ ምንም ዓይነት አስተያየት ስለማይሰጠኝ ነው" አለቻት። የሁሉነሽ ባል፣ እርሷ እንደፈለገችው እንድትሆን የሚተዋት፣ የፈለገችውን ስትገዛ ዝም የሚላት፣ መደበኛ የገንዘብ አቅማቸው (በጀታቸው) ከሚፈቅደው ውጪ ስትኖር ምንም የማይላት፣ ገንዘብ ስለተረፈው፣ በጣም ቸር ወይም ለጋስ በመሆኑ "ደስ ያሳትንና የፈለገችውን ትግዛ ብሎ" ሳይሆን፣ "የምነግራትን ነገር የማትሰማ ከሆነ ከእርሷ ጋር ምን አጨቃጨቀኝ" በማለት ከሁኔታው መሸሹ ወይም መራቁ ነው። ይህን ዓይነት መንገድ ይምረጥ እንጂ፣ በትክክለኛው መንገድ ችግሩን መፍታቱ አይደለም። እርግጥ ነው አንዳንድ ጊዜ ከሁኔታው መራቅ (መሸሽ) የሚጠቅምበት ጊዜ አለ። ጉዳዩ ይህን ያህል የሚረባ ካልሆነ፣ ጊዜ አጥፍቶ ከመጨቃጨቁ፣ ችላ ማለቱ ይመረጣል። እንዲሁም በጣም ተጎድተን እንደሆን ለጥቂት ጊዜ ከሁኔታው ገለል ማለት ጥሩ የሚሆንበትም ጊዜ አለ። በሌላ በኩል ደግሞ አንዳንድ ሁኔታዎች (ችግሮች) በፍጹም መፍትሄ የማይገኝላቸው ሲሆኑ፣ እነዚህን ሁኔታዎች አውቀን መሸሽ ብልህነት ነው። እንዲሁም ክርክር ውስጥ ገብተን ብናሸንፍም የምናተርፈው ትርፍ ይህን ያህል ጎልቶ የማይታይ ሲሆን፣ በክርክሩ ውስጥ የምንጎዳው ጉዳት የሚበልጥ ከሆነ፣ ከሁኔታው መራቅ ወይም መሸሽ ክፉ አይደለም።

አንዳንድ ሰዎች በመካከላቸው በአንድ ዓይነት ምክንያት ግጭት ሲፈጠር፣ ያጋጫቸውን ምክንያት አንስተው በረጋ መንፈስ ተነጋግረው መስመር በማስያዝ ፈንታ፣ እርስ በርሳቸው ይኮራረፋሉ፤ ወይም የንግግሩን አርዕስት ለመለወጥ ይሞክራሉ። በተቻላቸው መጠን በውስጣቸው የሚሰማቸውን ቁጣ ወይም

ንዴት ደብቀው፥ ከውጪ ፈገግታ በማሳየት ምንም ዓይነት ችግር በመካከላቸው እንደሌለ የሚያስመስሉበት ጊዜ አለ። ውስጣቸው ግን ያልተፈወሰ፥ በመራራነትና በቅሬታ መንፈስ የተሞላ እንደሆነ ግልጽ ነው። ዝም በመባባላቸው ለጊዜው ቁጣቸውን ያበረዱ ሊመስላቸው ይችላል። ለችግራቸው መፍትሄ ለመፈለግ በመወያየት ፈንታ ስሜታቸውን በውስጣቸው ቀብረው ሲያስቀሩት፥ ቀስ በቀስ መራራነት በውስጣቸው እየበቀለና እያደገ እንደሚመጣና እንዲሁም ጊዜ ጠብቆ አንድ ቀን ሲፈነዳ፥ ሁለቱንም ወገን ሊጎዳ እንደሚችል የተረዱት አይመስሉም። እንዳንዶቻችን አንድ ዓይነት ቅሬታ በሌላው ሰው ላይ ሲኖረን፥ ቅር ያሰኘንን ሰው ፊት ለፊት መናገር ወይም መውቀስ ስለምንፈራ፥ ጉዳታችንን በውስጣችን ደብቀን ማስቀመጥ ልማዳችን አድርገነዋል። እንዲህ ዓይነት ባህሪ ሊኖረን የቻለበት ምክንያት ምን ይሆን? ከእደግንበት ሕብረተሰብ እምነት የመጣ ሊሆን ይችላል። ኢትዮጵያ ውስጥ ተወልደው ያደጉ ልጆች ምንም ያህል ጉዳት ቢደርስባቸው፥ ጉዳታቸውን ገልጸው እንዲናገሩ ምንም ዓይነት ነጻነት አይሰጣቸውም። ያላጠፉትን እንኳን "አጥፍታችኋል" ሲባሉ፥ "ለአዋቂ መልስ መስጠት ትክክል አይደለም" ስለሚባል፥ "አላጠፋሁም" ብለው ምክንያታቸውን እንዲገልጹ ዕድል አይሰጣቸውም። ያላቸው ምርጫ ዝም ማለት ብቻ ነው። ይሄ ሁኔታ ካደጉም በኋላ ተከትሏቸው ስለሚመጣ፥ የበደላቸውን ሰው "በደልከኝ! ጎዳኸኝ!" ብለው በመናገር ፈንታ፥ ጉዳታቸውን ችለው ዝም ማለቱን ይመርጣሉ። የሚያሳዝነው፥ ችግራችንን ለበደለን ወይም ላስቀየመን ሰው ለመንገር ድፍረት አይኑረን እንጂ፥ ጉዳታችንን አካባቢያችን ላሉት ሰዎች፥ ነገሩ ለማይመለከታቸው ሁሉ ነጻነት ተሰምቶን ማውራታችን አይቀርም። ከሌሎች ሰዎች ጋር ነጻ ሆነን በማውራታችን ችግራችንን ያቃለልን መስሎ ሊሰማን ይችላል። ይሁን እንጂ፥ ችግሩ ከሚመለከተው ሰው ጋር ለመወያየት ፈቃደኞች እስካልሆንን ድረስ፥ ችግራችንን ለጊዜው ደበቅነው እንጂ፥ እውነተኛ መፍትሄ አልሰጠነውም። ከሌላው ሰው ጋር ያጋጠመንን ችግር ገልጸ ለመወያየት አስቸጋሪየሚሆንብን ሌላው ምክንያት፥ ልናነጋግረው የምናስበው ሰው አስቸጋሪ፥ በቀላሉ በንዴት የሚገነፍል፥ ከሰላም ይልቅ ጠብ የሚቀናው ሰው መሆኑን ስለምናውቅ ይሆናል። ይሁን እንጂ፥ አለመስማማታችንን መደበቅ፥ ከሁኔታው መሸሽ ግጭታችንን የምንፈታበት ጤናማ የሆነ መንገድ አይደለም።

በግልጽ ከመወያየት ይልቅ ሁልጊዜ መሸሽ የሚያመጣው ጉዳት ከፍተኛ እንደሚሆን ግልጽ ነው። የእኛ መሸሽ፥ አስቸጋሪ የሆኑትን ሰዎች አይለውጣቸውም። ሁልጊዜ በአካል ወይም በውስጠ አዕምሮአችን ከሁኔታው የምንሸሽ ከሆነ፥ ሌሎች ያለንን ሀሳብና የሚሰማንን ስሜት ማወቅ ያቅታቸዋል። በጉዳዩ ላይ ምን ዓይነት አቋም እንዳለን አይታወቅም። የራሳችን ፍላጎት ሊሟላልን ስላልቻለ ብቻ የምንሸሽ መስለን ልንታይ እንችላለን። የማንወደውን ነገር "አልወደውምI ትክክል አይደለም" ለማለት ፈርተን ዝም ማለታችን ራሳችንን እንድንጠላና እንድንታዘብ ያደርገናል። "አልረባም! ፈሪ ነኝ! ስረገጥ 'ተረገጥኩ' ለማለት እንኳን ድፍረት የሌለኝ ሰው ነኝ" በማለት ራሳችንን መጥላት እንጀምራለን። ሌላው ደግሞ "ግጭት ያመጣብኛል" ብለን በመፍራት ዝም ስንል፥ አንድ ቀን ያልጠበቅነው ክፉ ነገር በህይወታችን ሊደርስብን ይችላል። በተጨማሪ "አስቸጋሪ" ለሆነብን ሰው የፈቀደውን ነገር በእኛ ላይ እንዲያደርግ ነጻነት መስጠታችን ይሆናል። ይሄም መከራችንን (ችግራችንን) ያብሰዋል እንጂ አይቀንሰውም። በየቤቱ ስንቱ ይሆን ችግሩን ዋጥ አድርጎ ሁሉም ነገር ሰላም የሆነ እስመስሎ የሚኖር? የሽሽት ኑሮ ለአንዱ ብቻ፥ ያውም አስቸጋሪ ለሆነው ሰው የፈለገውን እንዲያደርግ ዕድል ይሰጠዋል እንጂ፥ ለተቸገረው ሰው ዘላቂ የሆነ መፍትሄ አያስገኝለትም።

ኬን ሳንዲ (Ken Sande) የተባሉ ጸሐፊ፥ ሰው ግጭት ሲያጋጥመው ከሚወስዳቸው ሦስት ዓይነት እርምጃዎች ውስጥ አንድኛው "መሸሽ" (Escape) እንደሆነ ጠቅሰዋል።[13] ሰዎች ግጭት ሲያጋጥማቸው፥ ላጋጠማቸው ግጭት መፍትሄ በመፈለግ ፈንታ፥ በተለይ በክርስቲያኖች መካከል ወይም በቤተ ክርስቲያን ውስጥ ከሁኔታው መሸሽን ይመርጣሉ። የዚህ ትልቁ ምክንያት ማንኛውም ዓይነት ግጭት ትክክል አይደለም፥ ወይም አደገኛ ነው ብለው ስለሚያምኑ ነው። ክርስቲያኖች ሁልጊዜ መስማማት አለባቸው፥ ወይም ግጭት ያላቸውን ግንኙነት ያበላሻል ብለው ስለሚፈሩ ነው። ስለ ግጭት ከላይ እንደ ገለጽነው የተሳሳተ እምነት ስላላቸው፥ ግጭት ሲያጋጥማቸው ግጭቱን የሚያስወግዱበት የራሳቸው መንገድ አላቸው። ይኸውም፥

- *አንደኛ፥ ክህደት (Denial) ነው – ግጭትን ለማስወገድ የሚሞክሩበት አንደኛው መንገድ፥ ግጭት እንደሌለ አድርጎ ማመን ነው። በአግባቡ ለግጭቱ መፍትሄ አይፈልጉለትም። "ግጭቱ የለም" ብለው በመካዳቸው፥ ለጊዜው ግጭቱን በመሸፈናቸው ምክንያት ግልጽ ሆኖ አይታይ እንጂ፥ ዘለቄታ ያለው መፍትሄ አያስገኝላቸውም።*
- *ሁለተኛ፥ ሽሽት (Flight) ነው – ግጭትን የሚያስወግዱበት ሌላው መንገዳቸው ሸሽቶ መሮጥ ነው። ይኸውም ከተጣሉት ሰው ጋር ያላቸውን ግንኙነት ማቋረጥ፥ ሥራን ጥሎ መሄድ፥ ጋብቻን ማፍረስ ወይም ቤተ ክርስቲያን መቀየር ይሆናል። ፈጽሞ ሊስተካከል ወይም ሊታረቅ በማይቻልበት ሁኔታ ላይ ሽሽት አስፈላጊ ሆኖ የሚገኝበት ጊዜ አለ።*

---

[13] Sande, Ken. The Peacemaker. Baker Books, Grand Rapids, MI c1991.

ከዚያ ውጪ ግን ከችግሩ መሸሽ፣ ለችግሩ ትክክለኛ መፍትሄ እንደማ ይሆን ግልጽ ነው።

- *ምስተኛ፣ ራስን የመግደል ሙከራ (Suicide) ማድረግ ነው - አንዳንድ ሰዎች ግጭታቸው የማይፈታ ወይም የማይታረቅ ከመሰላቸው፣ ራሳቸውን በመግደል ከሁኔታው ለማምለጥ ይሞክራሉ። ራስን መግደል ምን ጊዜም ቢሆን ግጭትን መስመር ለማስያዝ ትክክለኛ መንገድ አይደለም።*

፬.ለ. <u>የራስን መብት ለሌላው መተው (አሳልፎ ማስጠት) (Yield)</u>

አንዳንድ ሰው ከሌላው ሰው ጋር ያለው ግንኙነት የሚበላሽበት መስሎ ከተሰማው፣ ምንም ዓይነት ዋጋ ቢያስከፍለውም፣ የራሱን መብት ወይም ፈቃድ ስለ ሌላው ሲል ይተዋል። ስህተቱ የራሱ እንኳን ባይሆን፣ ከሌላው ሰው ጋር የሚያጣላው፣ ወይም ያለውን ግንኙነት የሚያሻክርበት መስሎ ከተሰማው፣ ቶሎ እጅ ይሰጣል። ሁኔታውን አይደግፈውም፤ አይስማማበትም፤ ለሰላም ሲል ግን "*ተስማምቻለሁ*"እያለ ይኖራል። የራሱን እውነተኛ ስሜትና አስተያየት በውስጡ ደብቆ እውነተኛ ያልሆነ ፈገግታ እያሳየ ይኖራል። ከሰው ጋር ያለውን ግንኙነት እንዳያሻክርበት ሲል ወቀሳ ለመቀበል፣ የሌሎችን ፍላጎት ለማሟላት የማይስማማው አሳብ ቢሆንም "ተስማምቶኛል" ለማለት ወደ ኋላ አይልም። እርግጥ ነው፣ የራስን መብት አሳልፎ መስጠት የሚጠቅም በት ጊዜ አለ። ይኸውም፣

(1) ስህተተኞች መሆናችንን ስናውቅ፣

(2) ጉዳዩ ይህን ያህል በእኛ ላይ ከፍተኛ ጉዳት የማያመጣ፣ ሌላውን ወገን ግን የሚጎዳ፣ ወይም በጣም የሚጠቅም መሆኑን ስናውቅ፣ እንዲሁም

(3) መጋጨቱ ወደፊት የማይታደስ ከባድ ጉዳት የሚያደርስብን መስሎ ከተሰማን የራስን መብት ለሌሎች መተው መጥፎ አይደለም።

ይሁን እንጂ፣ ሁልጊዜ የራስን መብት አሳልፎ መስጠት የሚያስከትለውን ጉዳት መርሳት የለብንም። ሁልጊዜ "እሺ! አንተ እንዳልክ" የምንል ከሆንን፣ "ፈሪዎች፣ አቋም የለሾች" ያሰኘናል። የሁሉ ሰው መረጋገጫ እንሆናለን። የሌላውን ሰው ፍላጎት ስናሟላ፣ የራሳችን ፍላጎት ሳይሟላ ይቀራል። በዚህ ዓይነት ሕይወት ውስጥ ስንኖር፣ ስለ ራሳችን ዝቅተኛ አስተያየት እንዲኖረን፣ ወይም የዝቅተኛነት ስሜት እንዲሰማን ያደርገናል። ሁልጊዜ የራሳችንን መብት ሰጥተን ካልኖርን ተቀባይነት የምናገኝ መስሎ አይሰማንም። መረዳት ያለብን ሌላው እውነት ግን ሁልጊዜ መብታችንን አሳልፈን በመስጠታችን፣ የአስቸጋ

ሪዎችን ሰዎች ልብ እንደማናሰስልስ ነው። እንዲያውም የበለጠ እንዲረግጡ ንና እንዲጫኑን ይሆናል።

፬.ሐ. <u>ሁልጊዜ "ማሸነፍ አለብኝ" (Win) የሚል አቋም</u>

አንዳንዶች የሚያጋጥማቸውን ግጭት ወይም አለመስማማት መስመር ማስያዝ የሚፈልጉት *"ሌላውን ሰው ምንም ያህል ከፍተኛ ዋጋ ቢያስከፍልም፣ እኔ ብቻ ላሸንፍ፣ ሌላው ሰው ግን ይሸነፍልኝ፣ ሌላው ቢያገኝ ፍጹም ግድ የለኝም፤ እኔ ግን ሁልጊዜ የምፈልገውን ማግኘት አለብኝ"* በማለት ነው። *"በግጭት ውስጥ አሸንፌ ካልወጣሁ ሰዎች ስለ እኔ የሚኖራቸው አስተያየት ዝቅተኛ ይሆናል"* ብለው በማሰብ ሁልጊዜ አሸናፊዎች መሆን ያለባቸው ይመስላቸዋል። ለማሸነፍም ሌላውን ማጥቃት አለብን ብለው ያምናሉ። ማሸነፍን እንጂ ሌላውን "ገንዘብ ስለ ማድረግ" ግድ የላቸውም። ይህን ዓይነት አቋም ያላቸው ሰዎች ግጭትን የሚመለከቱት ከሌላው ጋር የሚወዳደሩበት፣ መብታቸውን የሚያስጠብቁበት ዕድል ከፋች፣ ሌሎችን በቁጥጥራቸው ውስጥ ለማድረግ የሚችሉበት፣ ካጋጠማቸው ሁኔታ ትርፍ የሚያገኙበት ምክንያት እንደ ሆነ አድርገው የሚያምኑ ናቸው። ማጥቃትን የግጭት መፍቻ አድርገው የሚወስዱት ብርቱዎች ወይም ኃይለኞች የሆኑት ብቻ አይደሉም። ደካማዎች፣ በራሳቸው እምነት የሌላቸው፣ ፈሪዎችም ጭምር ናቸው። የሚያጠቁበትም መንገድ፣

(1) ***መክሰስ*** *(Litigation) – እርግጥ ነው አንዳንድ ግጭቶች በክስ ወይም በዳኛ ፊት መቅረብ የሚያስፈልግበት ጊዜ አለ (ሮሜ 13፥1-5)። ሌላውን ከሰሶ ፍርድ ቤት ማቅረብ፣ በተጋጩት ሰዎች መካከል ያለውን ግንኙነት እስከ መጨረሻው ድረስ ሊያበላሽ እንደሚችል ግን አንዳንዶች የሚረዱት አይመስሉም።*

(2) ***ኃይልን መጠቀም*** *(Assualt) – አንዳንድ ሰዎች ግጭታቸውን መፍታት የሚፈልጉት የተለያየ ኃይልን በመጠቀም ነው። በስድብ፣ በአሉባልታ፣ ስም በማጥፋት ሌላውን ለማጥቃት ይሞክራሉ። ጉልበትን በመጠቀም፣ የሌላውን ሀብትና ንብረት በማጥፋት የተጋጫቸውን ሰው ለማሸነፍ ይሞክራሉ። እንዲህ ዓይነቱ እርምጃ፣ ግጭቱን የበለጠ ያባብሰዋል እንጂ፣ መፍትሄ አይሰጠውም።*

(3) ***ሌላውን መግደል*** *(Murder) —የባሰ እንደሆነ አንዳንድ ሰዎች የተጋጫቸውን ወይም የተቃወማቸውን ሰው ለማሸነፍ፣ በዚያ ሰው ላይ ግድያ ለመፈጸም ሙከራ ያደርጋሉ (የሐዋ. 7፥54-58)። ክርስቲያኖች ሌላውን ባይገድሉም፣ በሌላው ሰው ላይ መራራና ጥላቻ በልባችን ውስጥካለ፣ ነፍስ እንደ መግደል እንደሚቆጠር መዘንጋት የለብ*

ንም። አንዳንድ ሰዎች ወደ ማጥቃቱ የሚሄዱት ልክ ግጭት እንዳጋጠማቸው ሲሆን፥ ሌሎች ደግሞ ግጭታቸውን በሌላ መንገድ መፍታት የማይችሉ ሲመስላቸው ነው። ከዚህ በኋላ ግጭታቸውን በምንም ዓይነት ችላ ብለው ማለፍ፥ መሸሽ፥ ወይም መሸፈን እንደማይችሉ ሲያውቁ፥ በማጥቃት ግጭታቸውን ለመፍታት ይሞክራሉ።

ሁልጊዜ "ማሸነፍ አለብኝ" የሚሉ ሰዎች ትኩረት የሚያደርጉት በራሳቸው ላይ ብቻ ነው። አሸናፊዎች ካልሆኑ፥ እንኳን ሰው እግዚአብሔርም የሚቀበላቸው አይመስላቸውም። "ሁልጊዜ ትክክል መሆን አለብኝ" ብለው ያምናሉ። እንዲህ ዓይነቶቹ ግጭትን መሰመር ለማስያዝ የሚመርጡት መንገድ "ሁል ጊዜ በማሸነፍ" ነው። "ዝም አልልም፤ ወደ ኋላ አላፈገፍግም፤ ትንሽም ብትሆን የራሴን አላስነካም" የሚሉ ናቸው። የሚፈልጉትን ካላገኙ፥ ሁልጊዜ ካላሸነፉ ሰላም አይኖራቸውም። ለሌላውም ሰላም አይሰጡም። ዓላማቸው ሁልጊዜ ማሸነፍ ስለሆነ፥ የሌላው ሰው አሳብ ከነርሱ ይበልጣል ብለው በምንም ዓይነት አምነው አይቀበሉም። የአሳብ ልዩነት ተፈጥሮ ውይይት ሲያደርጉ ሁልጊዜ እነርሱ ማሸነፍ አለባቸው። በአሳባቸው የማይስማማ ሰው ቢኖር፥ ከፍተኛ ጦርነት ያካሂዱበታል። ሁልጊዜ ማሸነፍ ስለሚፈልጉ በንግግራቸውና በቁጣቸው ብዙዎቹን ያሰቀይማሉ። የሌላውን አሳብ ለመቀበል አዕምሮአቸው በመዘጋቱ፥ እነርሱን ተናግሮ ማሳመን ስለማይቻል፥ ውይይቱን ማራዘም ጥቅም የለውም። በማንኛውም አለመስማማት ውስጥ አሸናፊና ተሸናፊ አለ። የእነዚህን አስቸጋሪ ሰዎች ፈቃድ ለመፈጸም "እምቢ!" የሚል ሰው ከፍተኛ ጦርነት ይገጥመዋል። አስቸጋሪ ሰዎች፥ በመካከላቸው አለመስማማት ሲፈጠር የሚች ሰው በሌላ ምክንያት ሳይሆን፥ የእነርሱን ትክክለኛ አሳብ ሰዎች መረዳት ስለሚያቅታቸው ነው ብለው ያምናሉ። ትኩረታቸው ማሸነፍ ላይ ስለሆነ፥ የሚፈልጉትን ለማግኘት የማያደርጉት ነገር የለም። ለውይይት ፈቃደኛ ቢሆኑም እንኳን ውይይቱን ሊመሩ የሚፈልጉት በእነርሱ አሳብ ዙሪያ እንጂ፥ ትክክል በሆነው ነገር ላይ አይደለም።

ታፈሰና እመቤት አንድ ቀን ከአንድ ወዳጆቻቸው ቤት ራት ተጋብዘው፥ ጥሩ ምሽት አሳልፈው ሲመለሱ፥ ከልጆቹ መካከል አንደኛው አባቱን "አባባ አይስ ክሬም እፈልጋለሁ" አለ። ታፈሰም "ጠግበህ ከበላህ በኋላ አይስ ክሬም ተሰጥቶህ በልተህ የለም እንዴ! እንዴት ለሁለተኛ ጊዜ አይስ ክሬም ብለህ ትጠይቃለህ" አለው። በዚህ ወቅት እመቤት ጣልቃ ትገባና፥ "የጠየቀውን ግዛለት" ትለዋለች። ታፈሰም "የለም በልቷል! አልገዛለትም" አለ። እዚህ ላይ ታፈሰና እመቤት የተለያየ አሳብ እንደነበራቸው በግልጽ ይታያል። ታፈሰ "አይሆንም" በማለቱ፥ እርሷ ያለችው ባለመሆኑ ተበሳጭታ፥ መኪናውን ይነዳ የነበረው ታፈሰ ስለነበረ፥ "አንተ እምቢ ካልክ እኔ እገዛለታለሁና ወደ አይስክሬም ሱቅ ንዳ" አለችው። ታፈሰም "አይሆንም ያልኩት ገንዘብ ስለሌለኝ ሳይሆን፥ አሁን በልቶ ወጥቶ እንደገና ይገዛልኝ እንዴት ይላል በማለት ትምህርት እንዲሆነው ብዬ ነው" ይላታል። በዚህን ጊዜ እመቤት ተቆጥታ "እርሱ የራስህ ጉዳይ ነው! ውሰደኝ ብዬሃለሁ፤ የማትወስደኝ እንደሆነ ዋ!" አለችው። እመቤት በተፈጥሮዋ ሁልጊዜ "በማሸነፍ" የምታምን ነች። የምትፈልገውን ነገር ካላገኘች፥ ዓለም ይገለባበጣል እንጂ፥ በቀላሉ አትተውም። ታፈሰ ብዙ ጊዜ ለሰላም ሲል "እሺ!" እያለ እጁን ይሰጣል። በዛን ዕለት ግን ምን እንደነካው አይታወቅም፥ "አይሆንም" ብሎ ቀጥ ብሎ ይዟቸው ወደ ቤት ሄደ።

ሁልጊዜ "በማሸነፍ" የምታምነዋ እመቤት፥ በዚያን ዕለት ባለማሸነፏ፥ እንደምትፈልገው ስላልሆነላት፥ ታፈሰ "ሁለተኛ አይለምደኝም! የጠየቅሽውንና የፈለግሽውን ሁሉ አደርጋለሁ" እስከሚል ድረስ በከፋ ሁኔታ ተበቀለችው። እየተሳደበችና እየተመናጨቀች መኝታ ቤት ገብታ ከውስጥ ቆለፈችበትና ሳሎን ሶፋ ላይ እንዲተኛ አደረገችው። ሁለት ሳምንት ሙሉ አኮረፈችው። "ሁልጊዜ ማሸነፍ አለብኝ" የሚሉ ሰዎች ከሌሎች ሰዎች ጋር ያላቸውን ግንኙነት እንደሚያበላሽባቸው፥ ለሌላው ሰው "አስቸጋሪዎች" እንደሚያደርጋቸው የሚገነዘቡት አይመስሉም። እንደነዚህ ዓይነት ሰዎች የሚፈልጉትን ለማግኘት ልዩ ልዩ ዘዴዎችን ይጠቀማሉ። በማባበል፥ በማግባባት፥ በማልቀስና በማኩረፍ፥ ካልሆነላቸው ደግሞ ባላቸው ኃይል በመጠቀም የሚፈልጉትን ሁሉ ለማግኘት ይሞክራሉ። ከሰው ጋር የሚኖራቸውን ግንኙነት እንደሚያበላሽባቸው ግን አይገነዘቡትም። ሁልጊዜ "ማሸነፍ አለብኝ" የሚል አቋም መያዝ፥ ግንኙነትን እንደሚያሻክር፥ ኅብረትን እንደሚያፈርስ፥ ጥርጣሬንና አለመተማመንን እንደሚፈጥር ብዙዎች የተረዱት አይመስሉም። እርግጥ ነው "ማሸነፍ አለብኝ" የሚለውን አቋም መያዝ የሚያስፈልግበት ጊዜ አለ። ይኸውም፥

(1) በጣም ዋናና እንዲሁም አስፈላጊ የሆኑ ውሳኔዎችን እንዲሁም፥ በጣም አስቸጋሪ የሆኑ ውሳኔዎችን በምንወስንበት ወቅት፥

(2) ትክክለኛው የእኛ ውሳኔ (አሳብ) መሆኑን መቶ በመቶ እርግጠኞች ስንሆን፥

(3) ውሳኔ ለመወሰንና የተወሰነውን ውሳኔ በሥራ ላይ ለማዋል ሙሉ ስልጣን ሲኖረን፥ እንዲሁም

(4) ሌሎችን መንገዶች ሁሉ ተጠቅመን ከውሳኔ መድረስ ሲያቅተን ይህንን መንገድ መጠቀም እንችላለን።

፫.መ. መደራደር (Compromise)

አንዳንድ ሰዎች ከሌላው ሰው ጋር አለመስማማት ወይም ግጭት ሲገጥማቸው 'በመደራደር' መንገድ መስመር ለማስያዝ ይሞክራሉ። "ትንሽ ለማግኘት፣ ትንሽ መልቀቅ ያስፈልጋል" ብለው ያምናሉ። ሁልጊዜ "መሸነፍ" እንዲሁም ሁልጊዜ "ማሸነፍ" ይቻላል ብለው አያምኑም። ይህን ዓይነቱን መፍትሄ መደራደር (Compromise) ይሉታል። አንዳንድ ሰው፣ ከሰው ጋር ያለው ግንኙነት እንዳይበላሽበት ወይም እንዳያጋጨው ስለሚፈልግ ምንም ዓይነት ዋጋ ቢያስከፍለውም፣ ቶሎ መደራደር ውስጥ ይገባል። "ሁልጊዜ እኔ ያልኩት ይሁን ብሎ መኖር አይቻልም። የምፈልገውን ነገር ለማግኘት፣ እኔም መተው አለብኝ። የሌላውን ሰው ጥያቄ እሺ ብዬ ብቀበል፣ እኔም የምፈልገውን ሌላ ነገር አገኛለሁ" ብሎ ያስባል። እርግጥ ነው "መደራደር" የሚጠቅምበት ጊዜ አለ። ይኸውም፣

(1) ጉዳዩ ይህን ያህል አሳሳቢ ወይም አስፈላጊ ካልሆነ፣

(2) ከአንድ ዓይነት ስምምነት አለመድረሱ የበለጠ የሚጎዳ ሲሆን፣

(3) ተወያይቶ ሁለቱም ወገን ጠቃሚ ከሆነበት ደረጃ ላይ ለመድረስ የሚያስችል በቂ ጊዜ የሌለ እንደሆነ፣

(4) ሁለቱም ወገን "የእኔ አሳብ ይቅደም (ይሁን) በማለት ችክ የሚሉ ከሆነ፣

(5) ሁለቱም ወገን መተውና መቀበል ካልቻሉ ይህ መንገድ ይጠቅማል።

መደራደር (Compromise)፣ ሁለቱም ወገን "የእኔ ጥያቄ ብቻ ይሟላ" በማለት ግጭቱ እንዳይሰፋ ያደርጋል። እንዲሁም አንድነታቸው እንዳይሻክር ይጠብቃል። በተለይ ባልና ሚስት ትዳራቸውን ለመጠበቅ "የሚይዙትና የሚለቁት" ብዙ ነገር አለ። ለምሳሌ ተሾመ ከማግባቱ በፊት፣ ከቁጥጥሩ ውጪ የሆነ ምክንያት ካላጋጠመው በስተቀር፣ ሁልጊዜ ቅዳሜ ጥዋት ቴኒስ መጫወትን ያዘወትር ነበር። ሚስቱ አየለች ደግሞ ቅዳሜ ቅዳሜ የምትገዛው ነገር ባይኖራትም በየገበያ አዳራሹ መዞርን ትወድ ነበር። ተሾመና አየለች ከተጋቡ በኋላ ያላቸውን የዕረፍት ቀን አንድ ላይ ለማሳለፍ ሲወስኑ ሁለቱም የሚወዱትና የሚጠሉት ነገር የተለያየ በመሆኑ፣ እንድነታቸውን የሚፈታተን ነገር አጋጠማቸው። አየለች ስፖርት የሚባል ነገር አትወድም። ስፖርት መሥራት ያለአግባብ ጊዜ ማጥፋት መስሎ ይሰማታል። ተሾመ ደግሞ ገበያ መሄድ፣ በየሱቁ መዞር በጣም ይጠላል። እንዲያውም ከመጋባታቸው በፊት "አብረሽኝ ገበያ ሂድ ብቻ እንዳትይኝ። ከፈለግሽ ብቻሽን መሄድ ትችያለሽ" ብሎ አስቀድሞ አስጠንቅቋታል። ይሁን እንጂ፣ ሁልጊዜ ቅዳሜ ቅዳሜ፣ አየለች ተሾመን "ስፖርትህን ተውና ከእኔ ጋር አብረን ሱቅ እንሂድ" እንዲሁም ተሾመ አየለችን "በየሱቁ መዞሩን ተይናᎉ ስፖርት ለጤንነትሽ ጥሩ ስለሆነ አብረን ቴኒስ እንጫወት" በማለት ይጨቃጨቁ ነበር። ሁለቱንም የሚያረካ መንገድ ካልተገኘ፣ ማንኛቸውም ቢሆኑ የሚወዱትን ለመተው፣ የማይወዱትን ለማድረግ ፈቃደኞች አልነበሩም።

እዚህ ላይ ተሾመና አየለች "በመደራደር" (Compromise) ወደ መስማማት ስመምጣት ወሰኑ። "ጥዋት አብረን ቴኒስ እንጫወትና ከሰዓት በኋላ ደግሞ አንድ ላይ ወደ ገበያ አዳራሽ እንሂድ" በሚለው አሳብ ሁለቱም ተስማሙ። አየለች ስፖርት ባትወድም፣ እንዲሁም ተሾመ በየሱቁ መዞር በጣም ቢጠላም፣ ለሰላምና ለአንድነት ሲሉ የግድ "መደራደር" እንዳለባቸው ሁለቱም አመኑ። በዚህ መንገድ ማናቸውም አልተጎዱም። "አሳቤን አልለውጥም፤ የማልወደውን ነገር አላደርግም" በማለት ችክ ቢሉ፣ የአንድነታቸው ቀዳዳ እየሰፋ መምጣቱ አይቀርም ነበር። "መደራደር"፣ መቀበልና መስጠት ያለበት ስለሆነ፣ በተለይ ባልና ሚስት የአሳብ ልዩነታቸውን የሚያስታርቁበት ጥሩ መንገድ የሚሆንበት ጊዜ አለ። ይሁን እንጂ፣ የሚያጋጥሙንን የአሳብ ልዩነት ሁልጊዜ የምናስታርቅበት መንገድ ይሄ ብቻ ነው ማለት አይደለም። ይሄኛው መንገድ የሚጎዳበት ጊዜ አለ። ለምሳሌ ሚስትየዋ "መኪናችን ስላረጀች፣ ባጠራቀምነው ገንዘብ ጥሩ መኪና እንግዛ" ትላለች። ባል ደግሞ "በዓመት ፈቃዳችን ጊዜ ኢትዮጵያ እንሂድና ትንሽ እረፍት አድርገን እንምጣ" የሚል አሳብ ያቀርባል። እዚህ ላይ ባልና ሚስት ፍጹም የተለያየ ሁለት ዓይነት አሳብ ማቅረባቸውን እንረዳለን። ሁለቱንም በአንድ ጊዜ ለማድረግ፣ ይኸውም መኪና ለመግዛትና ኢትዮጵያ ለመሄድ የገንዘብ አቅማቸው አይፈቅድም። ስለዚህ የግድ ከሁለት አንደኛውን መምረጥ አለባቸው። ሁለቱም "የእኔ አሳብ ይሻላል" የሚሉበትን ምክንያት በመግለጽ አንዱ ሌላውን ለማሳመን ቢሞክሩም አይሳካላቸው ይሆናል። ሚስት "ኢትዮጵያ ለዕረፍት ባንሄድ ምንም አንሆንም። ጥሩ መኪና ባይኖረን ግን፣ ሌላው ቀርቶ ሥርተን መኖር አንችልም" በማለት አሳቧን ትገልጻለች። ባል ደግሞ፣ "ዘመዶቼ ናፍቀውኛል። ሄጄ እይቻቸው ካልመጣሁ ውስጤ በናፍቆት እየተረበሸ መሥራት አልችልም" ይላል። እዚህ ላይ ሁለቱንም ለማስደሰት በማሰብ ብቻ ችግራቸውን "በመደራደር" ለመፍታት ቢሞክሩ ክጥቅሙ ይልቅ ጉዳቱ ያመዝናል።

አስቸጋሪ የሆኑ ሰዎች "በመደራደር" የሚያምኑ አይደሉም። የሌላውን ሰው ነጥቀው መውሰድ እንጂ፣ የራሳቸውን አይለቁም። እነርሱ የሚፈልጉት ነገር ሁልጊዜ መሆን አለበት። የሚፈልጉትን ነገር ካላገኙ ዓለም ይገለባበጣል።

"ለማግኘት፣ መተው (መልቀቅ) ያስፈልጋል" የሚለው አባባል አይዋጥላቸውም። ሁልጊዜ ማሸነፍ እንጂ፣ መሸነፍ አይፈልጉም። ከእነርሱ ጋር በመደራደር ሰላም መፍጠር አይቻልም። አንደኛው ወገን "ለማግኘት፣ መተው ያስፈልጋል" በማለት ጥቂት ነገር ቢለጥ (ቢተው) አስቸጋሪ የሆነው ሰው በዚያ አይረካም። ለምሳሌ፣ አንዱን ጣታችንን ብንሰጠው፣ ሁለተኛውን ጣታችንን ይፈልጋል። ቀጥሎ ሦስተኛውን...አራተኛውን... እያለ ይወስዳል። በመጨረሻ ሙሉ በሙሉ ጠቅልሎ ይወስደንና በቁጥጥሩ ውስጥ ያውለናል። ብዙ ዓመት በትዳር ላይ የቆዩ፣ ከሁለት አንዳቸው ትዕግሥታቸው ያልቅና፣ "ትዳሩ በቃኝ" ብለው የጋብቻ መዝገባቸውን ዘግተው መውጣት ይፈልጋሉ። "በቃኝ" ያለችውን ሚስት "ምነው?" ተብላ ስትጠየቅ፣ "ጥፋተኛው እኔ ነኝ። ለሰላም ስል ይህን ስተው፣ ያን ስተው፣ ፍጹም እኔነቴን አጣሁ... ይሄም ሆኖ ላስደስተው አልቻልኩም። እርሱ እንጂ፣ ሌላ ሰው መኖር ያለበት መስሎ አይሰማውም። ገና ከመጀመሪያው ለሰላም እያልኩ 'እንዳልክ' ባልል፣ መብቴን አስከብሬ ቢሆን ኖሮ ምናልባት ገና ከመጀመሪያው የእኔና የእርሱ አንድነት አንድ ደረጃ ላይ ይደርስ ነበር" ትላለች። ስለዚህ አስቸጋሪ ከሆኑ ሰዎች ጋር ሰላም ለመፍጠር ብቻ፣ ወይም ጠብ ይጭራሉ ብሎ በመፍራት ብቻ ሁልጊዜ የራስን መብት መተው (መልቀቅ) ትክክል አይደለም። "መደራደር" ማለት መሠረታዊ መመሪያ (principle) እንዳይኖረን፣ እንዲሁም ያለንን የግብረገብ (ethical) አቋም ዝቅ እናደርጋለን ማለት አይደለም።

3.ሠ. በውይይት ከውሳኔ መድረስ (Resolution)

የመጨረሻው አለመስማማትን በውይይት ከውሳኔ መድረስ ነው። ይህ መንገድ ሁለት ያልተስማሙ ሰዎች፣ ተቀራርበው በመወያየት፣ ሁለቱም የሚስማሙበትን መፍትሄ እንዲፈልጉ ያደርጋል። ግጭትን በመፍራት ብቻ አሳባቸውን በውስጣቸው ሳይደብቁ የሚለማቸውን ሀሳብ ገልጸው ካስረዱ፣ አንዱ ሌላው የሚለውን አሳብ ካዳመጡና ከተወያዩ በኋላ፣ ተስማሚ ነው የሚሉትን አሳብ ይመርጣሉ። "የእኔ ፍላጎት ለምን አልተሟላም?" እንዲሁም "አሳባችን ለምን የተለያየ ሆነ" በማለት አንዱ በሌላው ላይ ቅሬታ አያሰማም። በውይይት ከውሳኔ ላይ መድረስ ሁለቱም አሸናፊዎች ይሆናሉ እንጂ፣ በተናጥል አንዱ "አሸናፊ" ሌላው "ተሸናፊ" አይሆንም። በውይይት የምናምን ከሆነ፣ "ግጭት" ለዕድገታችን ስለሚጠቅመን፣ በሀሳብ መለያየታችን ጎጂ ሳይሆን፣ ለዕድገታችን በር ከፋች ነው። አመሃና ብርቅነሽ ሁለቱም የዕለት ሥራቸውን ጨርሰው ቤታቸው የሚገቡት ሁለቱም በተመሳሳይ ጊዜ ነው። ብርቅነሽ ልክ እቤት እንደገባች ልብሷን ቀይራ ለቤተሰቡ ዕራት ለማዘጋጀት ወደ ወጥ ቤት ትገባለች። አምሃ ደግሞ ቴሌቪዥንን ከፍቶ ቁጭ ብሎ ዜና ያዳምጣል። ብርቅነሽ "ሁለታችንም እኩል ሠርተን ከገባን፣ እኔ ቆሜ ምግብ በማዘጋጀት ስደክም፣ ሳህን በማጠብና የሚበላበትን ዕቃ በማዘጋጀት ፈንታ ለምን ቁጭ ብሎ ቴሌቪዥንን ያያል" በማለት በውስጧ ከፍተኛ ቅሬታ ይሰማታል። የሚሰማትን ስሜት ገልጸ ብትናገር ግጭት ይፈጥራል ብላ ስለምትፈራ ሁሉንም ነገር በውስጧ አፍና ትይዛለች። ገልጸ የልቧን አትናገር እንጂ፣ በፊቷ ላይ የሚታዩ አንዳንድ ሁኔታዎች ደስተኛ አለመሆኗን መግለጻቸው አልቀረም።

የእራት ጊዜው አልቆ ወደ መኝታቸው ሲሄዱ፣ በብርቅነሽ ላይ አንዳንድ የባህሪ ለውጥ አምሐ እያየ "ምን ሆናለች?" ብሎ ምክንያቱን ለማወቅ በውስጡ ያስላስላል። መኝታቸው ላይ ሊያቅፋት ሲል፣ "ተወኝ ደክሞኛል" ትለዋለች። በዚህ ዓይነት የሩካቤ ሥጋ ግንኙነታቸው እየቀነሰ መጣ። አልፎ አልፎ "ምን ሆንሻል?" ብሎ ቢጠይቅም፣ "ደክሞኛል" የሚል እንጂ ሌላ መልስ አያገኝም። ብርቅነሽ ገልጣ ለአምሃ አትንገረው እንጂ፣ በውስጧ የሚመላለስ ጥያቄና ቅሬታ አላት። "አምሃ አይወደኝም። ቢወደኝ ኖሮ ቀኑን ሙሉ ልክ እንደ እርሱ በሥራ ደክሜ፣ እቤቱ ስመጣ ደግሞ እንደገና በምግብ ቅቀላ ስለፋ እያየ፣ በርህራሄ ተሞልቶ 'ምን ልርዳሽ?' በማለት ቴሌቪዥንን ማየቱን ትቶ ሊረዳኝ ይገባ ነበር። ልንተኛ ስንል 'ልቀፍሽ' የሚለው ወዶኝ ሳይሆን፣ የራሱን የሥጋ ፍላጎት ለማርካት ብቻ ነው። ለማይወደኝ ባል ራሴን መስጠት ያስቸግረኛል" ትል ነበር። ከዚህ በፊት አንድ ጊዜ ሁኔታውን አንስታ ስትናገር፣ "ማጉረምረም ልማድሽ ነው" ብሎ ስለ ነቀፋት፣ በዚያው ነጥብ ላይ መናገሩ ጥቅም የለውም ብላ በማሰብ ነበር። ይሁን እንጂ፣ ይሄ ሁኔታ ሁለቱንም ከፍተኛ ቅሬታ ውስጥ ስለከተታቸው፣ በጊዜው አንድ ነገር ካላደረጉ ትዳራቸው ችግር ላይ እንደሚወድቅ ሁለቱም ተገንዝበውታል። በመጨረሻ ብርቅነሽ ቅሬታዋን ተናገረች። ቅሬታዋን በመናገር ላይ አላበቃም። እርሷ ራት ስትሠራ ቁጭ ብሎ ቴሌቪዥንን በማየት ፈንታ ኃላፊነት ተሰጠው። ገበታ መሥራት፣ የተበላበትን ሳህን ካጠበ በኋላ አድርቆ ማስቀመጥ፣ የቤት ጽዳትና እንዲሁም ቆሻሻ ማውጣት የእርሱ የሥራ ድርሻ ሆነ። ይሄ ውሳኔ ሁለቱንም ደስ አሰኛቸው። የብርቅነሽና የአምሃ ችግር ሊፈታ የቻለው፣ ችግሩን ተነጋግረው ሁለቱንም የሚያስደስት ሚዛናዊ የሆነ መፍትሄ በማግኘታቸው እንደሆነ ግልጽ ነው።

ከግጭት ነጻ ሆኖ መኖር አይቻል እንጂ፣ የአንዳንድ ግጭቶቻችን ምክንያቶች ይህን ያህል ክብደት ያላቸው አይደሉም። አንድ ጊዜ ሁለት ወንድማማቾች ጊዜው መሸት ሲል ለመዝናናት ከቤታቸው ወጡ፤ ጨረቃና ከዋክብት ብርሃናቸውን ሲፈነጥቁ ወደ ሰማይ እያዩ፣ ከሁለቱ አንደኛው የሰማይን ስፋት እያደነቀ "የሰማይን ያህል ሰፊ መስክ እግዚአብሔር እንዲሰጠኝ እመኛለሁ" አለ። ሁለተኛው ደግሞ እርሱም ወደ ሰማይ አንገቱን ቀና አድርጎ በሰማይ ላይ ያሉትን የከዋክብት ብዛት እያደነቀ፣ "እኔ ደግሞ የሰማይን ከዋክብት ያህል ብዛት

ያላቸው ከብቶች እንዲሰጠኝ እመኛለሁ" አለ። የመጀመሪያው ሰው ወንድሙ የተመኘውን ሲሰማ፣ "ይህን ያህል ብዛት ያላቸው ከብቶች እግዚአብሔር እንዲሰጥህ የተመኘኸው ምን ልትመግባቸው ነው?" ብሎ ጠየቀው። ለተጠየቀው ጥያቄ መልስ ሲሰጥ፣ "ሣር እንዲግጡ ወደ አንተ መሰክ ከብቶቼን እልካቸዋለሁ" አለው። ወንድምየውም ይህን ሲሰማ ተናዶ፣ "ምቼ ነው ቆሜ ያንተ ከብቶች እኔ መሰክ ገብተው የሚግጡት" አለው። በዚህ ምክንያት በመካከላቸው ከፍተኛ ጭቅጭቅና ጠብ ተነስቶ አንደኛው ሌላውን ወንድሙን ገደለው። ምሳሌው ተረት ይምሰል እንጂ፣ ብዙዎች እርስ በርሳቸው የሚጋጩበት ምክንያት ምን ያህል ደካማ እንደሆነ ያሳያል።

አንዳንድ ግጭቶች በምንም ዓይነት ሊወገዱ አይችሉም። ግጭቱ እንዳይፈጠር ምንም ያህል ብንጥር፣ ሁላችንም የተለያየ ምርጫና ፍላጎት ያለን በመሆናችን፣ ፍላጎታችን ከሌላው ሰው ፍላጎት ጋር የማይስማማ ከሆነ፣ መጋጨታችን አይቀርም። በህይወታችን ምንም ያህል ግልጽ የሆነ ዓላማና መመሪያ ያለን ብንሆንም፣ ዓላማችንን ከግቡ ለማድረስ ስንታገል፣ በመንገዳችን ላይ አንዳንድ እንቅፋቶች ሊያጋጥሙን ይችላሉ። ከሌላው ሰው አንድ ነገር በጠየቅን ቁጥር እምቢ ከተባልን፣ ወይም ሌላው ሰው እኛን አንድ ነገር በጠየቀን ቁጥር፣ መልሳችን "እምቢ!" የሚል ከሆነ፣ ፍላጎቱ ባልተሟላለት ሰው ምክንያት በመካከላችን ግጭት ሊፈጠር እንደሚችል ግልጽ ነው። ችግራችን ማናችንም "እሺ!" እንጂ "እምቢ!" መባልን ስለማንፈልግ ነው። ግጭትን ማስወገድ የማንችለው ከሆነ፣ ግጭታችንን (አለመስማማታችንን) በአግባቡ መያዝ ወይም መጠቀም የምንችልበት መንገድ ምን ይሆን? ብለን መጠየቃችን አይቀርም። ከማንኛችውም ዓይነት ግጭት ነጻ ሆኖ የኖረ ወይም የሚኖር ሰው የለም። ሁላችንም ነፍስ ካወቅንበት፣ ማለትም ከልጅነታችን ዘመን ጀምሮ፣ አሁን እስከደረስንበት ዕድሜ ድረስ፣ በተለያዩ ግጭቶች ውስጥ አልፈናል። አልፈን የመጣንበትን ሕይወት ወደ ኋላ መለስ ብለን ስንመለከት፣ ብዙዎቹን በቀላሉ ያለፍናቸው ሲሆኑ፣ አንዳንዶቹ ግን መራራና ሥር ነቀል የሆነ ለውጥ በሕይወታችን ያስከተሉብን ግጭቶች እንደ ነበሩ እናስታውሳለን። በአንዳንዶቹ ግጭቶች ውስጥ ብርቱዎች ሆነን በመገኘታችን አሸናፊዎች አንሁን እንጂ፣ ከሌሎች ጋር ያለንን ግንኙነት እንዳሻከሩብንና ፍጹም የሆነ መራራቅን እንዳስከተሉብን እናውቃለን። "ችላ ብንላቸው በራሳቸው ይጠፋሉ" ብለን በማሰብ አልፎ አልፎ ንቀን ያለፍናቸውም ግጭቶች አሉ። ከነዚህ ውስጥ እርግጥ ነው ችላ ስንላቸው አውቀው የጠፉም አንዳንድ ግጭቶች እንደነበሩ እናስታውሳለን።

መኖር ብዙ አስተምሮናል። ግጭትን (አለመስማማትን) ትክክለኛ የሆነ መስመር በማስያዝ ወይም በመፍታት አሳብ ላይ ከሌሎች ሰዎች ብዙ ተምረናል። ወላጆቻችን፣ ዘመዶቻችን፣ አስተማሪዎቻችን አለመስማማትን ለማስወገድ መፍትሄ ሲሰጡ አይተናል። "ሌላው በአንተ ላይ ሊያደርግብህ የማትፈልገውን፣ በሌላው ሰው ላይ አታድርግ" የሚለውንም ወርቃማውን ሕግ ጠንቅቀን አውቀናል። "ጥርስን በጥርስ፣ ዓይንን በዓይን" የሚለውን የብሉይ ኪዳን ሕግ በመከተል ፈንታ፣ "አንዱን ጉንጭህን ለሚመታህ፣ ሌላውን ጉንጭህን ስጠው" የሚለውን የወንጌሉን ቃል በተግባር ለመተርጎም ሞክረናል። "የዋሆች ብፁዓን ናቸው፤ ምድርን ይወርሳሉ" (የማቴ. 5፥5) የሚለውን የክርስቶስን የተራራው ትምህርት በሕይወታችን ለመለማመድ ሞክረናል። በዚህ ምክንያት አንዳንዶቻችን ማንኛውንም ግጭት መፍታት የምንችለው ሁልጊዜ የሌላውን ሰው ጥያቄ "እሺ!" በማለት፣ ፍላጎቱን በማሟላት ብቻ ይመስለናል። ከማንም ሰው ጋር ያለመስማማት ማሳየት የለብንም በማለት ለተጠየቅነው ነገር ሁሉ፣ እኛን ቢጎዳንም እንኳን "እሺ!" የሚል መልስ መስጠት ያለብን ይመስለናል።

ሁላችንም በግጭት ውስጥ የምናልፍበት ምክንያቶች ብዙ ናቸው። አሳባችን፣ ምርጫችን፣ ውሳኔያችን ከሌሎች ሰዎች የተለየ እስከ ሆነ ድረስ፣ ከግጭት ነጻ ሆነን መኖር አንችልም። እግዚአብሔር ሁላችንንም በመልክ፣ በቁመት፣ በምርጫ ወዘተ. አንድ ዓይነት አድርጎ አልፈጠረንም። ቢሆን ኖሮ ዓለም በጣም የሚሰለች ወይም የሚቸከ ስፍራ ይሆን ነበር። በሌላ በኩል ደግሞ ይሄ ልዩነታችን የግጭታችን ምክንያት ሊሆን እንደሚችል መዘንጋት የለብንም። የሁላችንም "የመገንዘብ ችሎታ" (perception) - ሁኔታዎችን የምናይበት፣ የምንሰማበት፣ የምናሸትበት፣ የዓለምን ሁኔታ ለይተን የምናውቅበት ችሎታችን ይለያያል። ሁለት ሰዎች አንዱን ነገር የሚያዩት በተለያየ ሁኔታ ነው። አንዱ ያየውንና የሰማውን፣ ሌላው ጎረቤቱ አያይም፤ አይሰማም። የሰው ሁሉ አመለካከቱና አስተያየቱ በተፈጥሮ የተለያየ ቢሆንም፣ የግጭታችን ምክንያት መሆኑ በጣም ያስደንቃል። ከአብራኩ የወጡ፣ በአንድ ጣራ ሥር ያደጉ፣ ከአንድ ገበታ የተመገቡ አራት ልጆች አሉኝ። አራቱም ልጆቼ እኔን አባታቸውን ሁሉም እኩል ያውቁኛል ብዬ አምናለሁ። ይሁን እንጂ፣ "አባታችሁ ምን ዓይነት ሰው ነው?" ተብለው ቢጠየቁ የአራቱም አስተያየት መቶ በመቶ አንድ ዓይነት ይሆናል ብዬ ግን አልጠብቅም። አንዱ "ሁላችንንም እኩል ይወደናል" ቢል፣ ሌላው ደግሞ "ለሁላችንም እኩል የሆነ ፍቅር የለውም። ልጆቹን ያበላልጣል፤... ለወንድማችን እከሌ ያደላል..." ማለት ይችላል። ልጆቼ ስለ አባታቸው የተለያየ አመለካከትና ግምት ስላላቸው፣ እርስ በርሳቸው ጠላቶች ናቸው ማለት አይደለም። ይህንን እውነት ካልተረዱ፣ በመካከላቸው ትልቅ ግጭት ሊፈጠር እንደሚችል የታወቀ ነው።

ሰውን ከሌላው የተለየ የሚያደርገው ሌላው ምክንያት የሚኖረው የእምነት አቋም ነው። ሁላችንም አንድን ነገር በተደጋጋሚ ስናይ፣ ያን ያየነውን ነገር "እንዲህ ነው" ብለን የማመን ዝንባሌ አለን። ለምሳሌ፣ ከልጆቼ መካከል

ለአንደኛው ልጄ የጠየቀውን ሁሉ ስሰጠው ብዙ ጊዜ የሚያይ ሌላው ልጄ፣ ለምን እንደምሰጠው ጠይቆ ካልተረዳ፣ "አባታችን ለእከሌ ያደላል፤ ወይም እከሌን የበለጠ ይወደዋል" ብሎ ሊያምን ይችላል። እኔ ልጆቼን ሁሉ እኩል የምወድ ብሆንም፣"አባታችን ለአንደኛው ልጁ ያደላል" ብሎ በማመኑ፣ የእኔና የእርሱ "እምነት" የተለያየ እንደሆነ አያለሁ። ይህን ልዩነታችንን በአግባቡ ካልያዝነው፣ ይኸውም በውይይት ካልፈታነው፣ "ስለ እኔ እንዲህ ዓይነት አስተ ሳሰብ ሊኖርህ አይገባም" ብዬ ያለአግባብ ብቆጣውና ብጮኽበት፣ በሁለታችን መካከል የበለጠ የልብ መራራቅን ወይም ግጭትን ሊፈጥር ይችላል። ልጄም ደግሞ "ነው" ብሎ ያመነውን ነገር፣ "በአባቴና በእኔ መካከል ግጭት ያመጣል" ብሎ በመፍራት ብቻ የሚሰማውን ስሜት በውስጡ ደብቆ ቢያስቀረው፣ ችግሩ ተሸፈነ እንጂ ተቃለለ ማለት አይደለም። በዚህ ዓይነት *"የሚሰማኝን ገልጬ ብናገር፣ ወይም ለምን እንዲህ ይሆናል? ብዬ ብጠይቅ የበለጠ ግጭት ሊፈጥር ብን ይችል ይሆናል"* ብለው በመፍራት አንዳንድ አስቸጋሪ ሰዎች በላያቸው ላይ ሲረባረቡባቸው ዝም የሚሉ ብዙዎች ናቸው። ዝምታቸው፣ ያለባቸውን ችግር ለጊዜው ይሸፍን እንጂ፣ ቋሚ የሆነ መፍትሄ ስለማያስገኝላቸው አንድ ቀን መፈንዳቱና የበለጠ ጉዳት በሁለቱም ወገን እንደሚያደርስ የታወቀ ነው።

4. ግጭትን፥ መጽሐፍ ቅዱስ የሚመለከተው እንዴት ነው?

ግጭትን በመሸሽም ሆነ በማሸነፍ ለመፍታት በመሞከር የሚደርሰውን ችግር መቋቋም የምንችለው መጽሐፍ ቅዱስ ግጭቶቻችንን እንዴት መስመር ማስያዝ እንዳለብን የሚያስተምረውን እውነት አውቀን መከተል ስንችል ብቻ ነው። ግጭት በምን ምክንያት እንደሚፈጠርና እንዲሁም እንዴት አድርገን ልንፈታው እንደምንችል እግዚአብሔር በቃሉ አስተምሮናል (ያዕ. 4፥1-2)። የእግዚአብሔር ቃል ምን እንደሚል በደንብ ከንባንና ቃሉን መታዘዝ ከቻልን፣ ከሰዎች ጋር ያለንን አለመስማማት (አለመግባባት) በሥርዓቱ መያዝ እንችላ ለን። ግጭትን መስመር የምናስይዝበት መጽሐፍ ቅዱስ መመሪያ ይሰጠናል። ማወቅ ያለብን እውነት ቢኖር፣ የምንኖረው በኃጢአት በወደቀ፣ ፍጹምነት በሌለበት ዓለም ውስጥ ነው። በአሳብ፣ በአስተያየት፣ በዓላማ፣ በግብና በፍላጎት እርስ በርሳችን የተለያየን እስከ ሆንን ድረስ፣ የሌላው ሰው አሳብና ስሜት በግ ልጽ እስካልገባን ድረስ ክርስቲያኖች በመሆናችን ብቻ ከግጭት ነጻ ሆነን መኖር እንችላለን ማለት አይደለም። መጽሐፍ ቅዱስ ብዙ ያለመስማማት (ግጭት) ታሪክ የያዘ መጽሐፍ ነው። በግለሰብ ውስጥ ለሚታየው ግጭት ጥሩ ምሳሌ የሚሆነን በአቤልና በቃየል መካከል (ዘፍ. 4)፣ እንዲሁም በአብርሃምና በሎጥ

መካከል የነበረው አለመስማማት ነው (ዘፍ. 23፥8)፣ በአዲስ ኪዳን ደግሞ በጳ ውሎስና በበርናባስ መካከል የነበረው አለመስማማት (የሐዋ. 15፥36-41)፣ ለጊ ዜውም ቢሆን አንድ ላይ እንዳያገለግሉ መሰናክል ሆኖባቸው እንደ ነበር ይታ ወቃል። እንዲሁም ጳውሎስና ጴጥሮስ በአንድ ወቅት ያልተስማሙበት ነገር እንደነበረ መጽሐፍ ቅዱስ ይናገራል (ገላት. 2፥11)። ግጭት በግለሰብ መካከል ብቻ ሳይሆን በማሕበር ወይም በድርጅትም መካከል ሊኖር ይችላል። ቤተ ክር ስቲያንም ከግጭት ነጻ እንዳልሆነች ቀደም ሲል ገልጸናል።

ግጭት ሁሉ መጥፎ ነው ብሎ መጽሐፍ ቅዱስ አያስተምርም። አንዳንድ ግጭት ከጉዳቱ ይልቅ ጥቅሙ የሚያመዝንበት ጊዜ አለ። እግዚአብሔር ሁላ ችንንም የተለያየን አድርጎ ስለፈጠረን፣ በአሳብ፣ በአቋም፣ በፍላጎት እንለያ ያለን። ስለዚህ አንድነት እንዲኖረን ጥረት እናድርግ እንጂ፣ አንድ ዓይነት እን ሁን አንልም (ኤፌ. 4፥1-13)። ግጭትን ለማስወገድ በመጣር ፋንታ፣ ወይም ሌሎች ሁልጊዜ ከእኛ አሳብ ጋር መስማማት አለባቸው በማለት ፈንታ፣ እግዚ አብሔር የተለያየን አድርጎ ስለ ፈጠረን ደስ ሊለን ይገባል። እኛ ካለን አስተያ የትና አመለካከት የተለዩትን ሰዎች መቀበልና አብረን መሥራትን መለማመድ አለብን። ይሁን እንጂ፣ ግጭት ሁሉ ጥሩ ነው ወይም ጠቃሚ ነው ማለት አይ ደለም። ብዙ ግጭቶች ከሥጋ ፍላጎት የተነሳ የሚፈጠሩ መሆናቸውን መጽ ሐፍ ቅዱስ ይናገራል (ያዕ. 4፥1-2)። ግጭት በተለይ በሥጋ ፈቃድ ምክንያት ሲፈጠር፣ በአግባቡ መስመር በማስያዝ ፋንታ ችላ ብለን ልናልፈው አይገባም። ግጭት ሲያጋጥመን ለግል ጥቅማችን በማዋል ፈንታ የእግዚአብሔርን መገኘ ትና እንዲሁም ኃይሉን የምንገልጽበት ምክንያት አድርገን ልንቀበለው ይገ ባል። ሐዋርያው ጳውሎስ *"እንግዲህ ስትበሉም ሆነ ስትጠጡ ወይም ማናቸው ንም ነገር ስታደርጉ፣ ሁሉንም ነገር ለእግዚአብሔር ክብር አድርጉ። አይሁዳ ውያንንም ቢሆን ግሪካውያንንም ቢሆን የእግዚአብሔርንም ቤተ ክርስቲያን ቢሆን ማንንም አታሰናክሉ። እኔ ሁሉም እንዲድኑ የሌሎችን ጥቅም እንጂ የራሴን ጥቅም ሳልፈልግ ሁሉን ሰው በሁሉ ነገር እንደማስደስት እናንተም እን ዲሁ አድርጉ"* ሲል ይመክረናል (1 ቆሮ. 10፥31-33)።

4.ሀ. <u>በግጭታችን እግዚአብሔርን እናከብርበታለን</u>

ግጭት ብዙ ጊዜ እግዚአብሔርን የምናከብርበትን ዕድል ይከፍትልናል። እንድንወደው፣ እንድናከብረውና እንድንታመንበት ዕድል ይሰጠናል። በሌላ በኩል ደግሞ እግዚአብሔር ፍቅር፣ አዋቂ፣ ኃያልና ታማኝ መሆኑን እንድናይ ምክንያት ይሆንናል። ግጭት ሲያጋጥመን፣ "ተሸንፌአለሁ" ብለን እጃችንን በመስጠት ፈንታ፣ ወይም ያጋጠመንን ግጭት በራሳችን ጥበብና ማስተዋል ለመፍታት በመሞከር ፈንታ፣ በእግዚአብሔር ጸጋ እንድንታመን፣ የእግዚአብ

ሔር ቃል በሚያስተምረው መመሪያ ላይ እንድንደገፍ ያደርገናል (ምሳሌ 8፥ 5-7)። እግዚአብሔርን የምናከብርበት አንደኛውና ትልቁ መንገድ እርሱ የሚሰጠንን ትእዛዝ በመጠበቅ ነው። የእግዚአብሔርን ትእዛዝ ስንጠብቅ፥ በእርሱ መታመናችንና እንዲሁም ለእርሱ ያለንን ፍቅር መግለጣችን ነው። ኢየሱስ ***"ትእዛዜን የሚቀበልና በሥራ የሚያውለው ይወደኛል፤ እኔን የሚወደኝን አባቴ ይወደዋል፤ እኔም እወደዋለሁ፤ ራሴንም እገልጥለታለሁ"*** ይላል (የዮሐ. 14፥31)። እግዚአብሔር እንደሚወደን እኛስ እንወደዋለን ወይ? እግዚአብሔርን የምንወደውና የምናከብረው ከሆን እርሱን መምሰል አለብን። ሐዋርያው ጳውሎስም የሚሰጠን ምክር እርሱን እንድንመስል ነው። ***"እንግዲህ እግዚአብሔር የሚወዳችሁ ልጆቹ እንደመሆናችሁ መጠን እርሱን ምሰሉ"*** ይላል (ኤፌ. 5፥1)። ክርስቶስን የምንመስል ከሆነ፥ ግጭት ሲያጋጥመን እርሱ ያደረገውን ለማድረግ፥ እርሱ የሰጠንን ትዕዛዝ በተግባር ላይ ለማዋል ፈቃደኞች ስንሆን ነው። ይኸውም፥ ***"...ጠላቶቻችሁን ውደዱ፤ ለሚጠሏችሁም መልካም ነገር አድርጉ፤ የሚረግሙአችሁን መርቁ፤ ለሚበድሉአችሁም ጸልዩላቸው፤ አንዱን ጉንጭህን በጥፊ ለሚመታህ ሌላውንም ጉንጭህን እንዲመታ አዙርለት፤ ካባህን ለሚወስድብህ እጀ ጠባብህንም ጨምረህ ስጠው..."*** (የሉቃ. 6፥27) የሚለውን ትዕዛዝ ስንፈጽም ነው። ግጭቱ ባጋጠመን ቁጥር፥ ከእግዚአብሔር ጋር ያለን የተቀራረበ ግንኙነት ምን ዓይነት እንደሆን ለመመስከርም ሆነ ለማሳየት ዕድል ይሰጠናል። የምንታመንበትን አምላክ የምንታዘዘው ከሆነ፥ ታዛዥነታችን ለእርሱ ያለንን ፍቅር መግለጻችን ነው። በፍጹም ልባችን፥ በፍጹም ነፍሳችን፥ በፍጹም አሳባችን እርሱን መውደዳችን፥ እግዚአብሔርን ማክበራችን ነው። በግጭታችን ውስጥ እግዚአብሔርን ስናከብር እኛም ተጠቃሚዎች እንሆናለን። ብዙ ጊዜ ጠብ የሚጀምረው ወይም የሚያድገው፥ ከተጋጩት ሰዎች መካከል አንዳቸው የራሳቸውን ፈቃድ ወይም ስሜት በመከተላቸው እንደሆን የታወቀ ነው። ይሁን እንጂ፥ እግዚአብሔርን የሚያከብሩ ከሆነ፥ ከጥቂት ጊዜ በኋላ ያደረጉት ነገር፥ የወሰዱት እርምጃ ትክክል አለመሆኑን ይረዱታል። እግዚአብሔርን በመታዘዝ፣ በመተማመን፣ ተስፋ በማድረግና እንዲሁም እርሱን በመምሰል ላይ ትኩረት ሲሰጡ፥ የሰላምን መንገድ የሚከተሉ በመሆናቸው በመንገዳቸው አይሰናከሉም (መዝ. 37፥31)።

እግዚአብሔር በሚወደው አሳብ ላይ በማተኮር ግጭቶቻችንን መስመር የምናስይዝ ከሆነ፥ በውጤቱ ላይ ትኩረት አንሰጥም። ይኸውም ሰላም ለመፍጠር የምናደርገውን ጥረት ሌላው ወገን ባይቀበለውም፥ ወይም የጠበቅነውን ዓይነት ውጤት ባያስገኝልንም፥ በመታዘዛችን ምክንያት ብቻ እግዚአብሔር ደስ እንደተሰኘብን በማወቅ በዚያ እንጽናናለን። በግጭታችን ውስጥ የራሳችንን ፍላጎት ብቻ የምናስቀድም ከሆነ፥ ድርጊታችን የሚያሳየው ኃያል የሆነውን እግዚአብሔርን ችላ ማለታችንን ነው። ከእግዚአብሔር ፈቃድ ይልቅ የራሳችንን ፈቃድ ስንከተል፥ በግጭታችን ውስጥ እግዚአብሔርን የማናከብረውና የማናስከብረው መሆናችን ብቻ ሳይሆን፥ እኛንም ትልቅ ችግር ውስጥ ሊጥለን እንደሚችል መረዳት አለብን። እንዲሁም በእግዚአብሔር ፈቃድ በማተኮረ ፈንታ በራሳችን ፈቃድ ላይ ስናተኩር፥ እግዚአብሔርን በሁለተኛ ደረጃ ላይ ማስቀመጣችን እንደሆነ ግልጽ ነው። በእግዚአብሔር ፈቃድ ሥር መሆንን ከመረጥን፥ "በአጋጠመኝ ግጭት ውስጥ እግዚአብሔርን የማስደስተውና የማከብረው እንዴት ነው?" የሚለውን ጥያቄ መጠየቅ አለብን። ኢየሱስ የሕይወቱ ዓላማ ምን እንደሆነ ሲገልጽ፥ ***"...ዘወትር የማደርገው እርሱን ደስ የሚያሰኘውን ነገር ስለሆነ ብቻዬን አልተወኝም..."*** ይላል። (የዮሐ. 8፥29)። የእኛስ የሕይወታችን ዓላማ ምንድነው? ዓላማችን ራሳችንን ከማስደሰት ይልቅ እግዚአብሔርን ብቻ ለማስደሰት ከሆነ፥ በእርሱ መታመን፣ እርሱን መታዘዝና እርሱን ወደ መምሰል ደረጃ መድረስ ያስችለናል። እንዲሁም ይህን ዓይነቱ አስተሳሰብና መንፈሳዊ ባሕሪ፥ በግጭታችን ውስጥ እግዚአብሔርን የምናከብርበትን በር ይከፍትልናል።

4.ለ. <u>በግጭታችን ሌሎችን እናገለግልበታለን</u>

ሐዋርያው ጳውሎስ ለቆሮንቶስ ምዕመናን ግጭት ሌሎችን ለማገልገል በር (ዕድል) እንደሚከፍት ጽፎላቸዋል (2 ቆሮ. 3፥18)። ይሄን ዓይነቱ አባባል ለዓለማውያን የሞኝነት ንግግር እንደሚሆን ግልጽ ነው። ምክንያቱም የክርስቶስ ሕግ ከዓለም ሕግ ፍጹም የተለየ በመሆኑ ነው (የሉቃ. 6፥27-28)። የሚጠላን ሰው ያለአግባብ ቢያስቃየን እንኳን፥ እርሱን ላለመውደድ ወይም ለመጥላት ነጻነት አልተሰጠንም። ቢጠላንም እንኳን፥ መልሰን ከመጥላት፥ ወይም ከመበቀል ይልቅ፥ ክርስቶስ ለሚጠሉት ምህረትንና ርህራሄን እንዳሳየ፥ እኛም ምሕረትና ርህራሄ እንድናሳይ ይጠበቅብናል። ***"አባታችሁ መሐሪ እንደሆነ እናንተም እንዲሁ መሐሪዎች ሁኑ"*** ይለናል (የሉቃ. 6፥36)። በአንዳንድ ሁኔታዎች ውስጥ የሚጠላን ሰው ችግሩን ለመፍታት፥ እኛ የተሻለ መፍትሄ እንድንሰጠው የሚጠብቅበት ጊዜ አለ። ለመንፈሳዊ ሕይወቱም ሆነ ለሥጋው የሚያስፈልገውን በመስጠት፥ የጠላታችንንሸክም እንድንሸከም እግዚአብሔር ዕድል የሚሰጠን ጊዜ አለ (ገላት. 8፥2, 9-10)። እንዲሁም ሌሎች ስህተታቸውን አይተው እንዲለወጡ መርዳት እንድንችል እግዚአብሔር ሊጠቀምብን ይችላል። ከሁሉም የበለጠ በግጭታችን ውስጥ፥ ሌሎች በክርስቶስ ላይ እንዲታመኑ፥ እነርሱን የምናበረታታበትን ዕድል የሚሰጠን መሆኑን ማወቅ አለብን። በግጭት ውስጥ ስንሆን፥ የተጋጨን ሰውም ሆነ ከዳር ሆነው የሚመለከቱ አንዳንድ ሰዎች በቅርብ ሆነው ሕይወታችንን ለማየትና ለመመዘን ዕድል

ይሰጣቸዋል። ግጭታችንን ለመፍታት የዓለማዊነት ባሕሪ የምናንጸባርቅ ከሆነ፥ የማያምኑት በክርስትና ላይ እንዲያሾፉና ክርስቶስን ላለመቀበል ምክንያት እንሆናቸዋለን። በሌላ በኩል ግን በጥበብና በማስተዋል የምንራመድ ከሆነ፥ ዓለማውያን የወንጌልን መልዕክት ለመስማትና ለመቀበል ልባቸው የተከፈተ ይሆናል (1 ጴጥ. 3፥15-16)።

ሌሎችን የምናገለግልበት ሌላው መንገድ በሕይወታችን ምሳሌ በመሆን፥ በማጽናናትና በማደፋፈር ነው። በብዙ ሁኔታዎች ውስጥ የሚያጋጥመንን ግጭት እንዴት መስመር እንደምናስይዝ ሌሎች ክርስቲያኖች ይመለከቱናል። ሥጋችን አይሎ ጠላቶቻችንን ስንዋጋ የሚያዩን ከሆነ፥ በክፉ ሥራቸው የማይጸጸቱ ይሆናሉ። ራሳችንን የምንገታና ክፉን በክፉ በመመለስ ፈንታ ፍቅር የምናሳይ ከሆነ፥ ሌሎችም የእኛን ምሳሌ የሚከተሉ ያሆናሉ (1 ቆሮ. 4፥12-13)። በተለይ ወላጆች ለልጆቻችን በዚህ ዓይነት መልካም ምሳሌዎች ለመሆን በጣም መጠንቀቅ አለብን። ብዙ ጊዜ ልጆቻችን ግጭታችንን እንዴት መስመር እንደምናስይዝ ይመለከቱናል። ሁልጊዜ ነቃፊዎች፥ ስህተታችንን የማንቀበል፥ ስሜታችን የሚቀድም ከሆነ፥ እነርሱም ግጭታቸውን ለመፍታት የሚሞክሩት እኛው ባሳየናቸው መንገድ ይሆናል። መንፈሳዊ በሆነ መንገድ ግጭታችንን ለመፍታት ስንሞክር ካዩን ግን፥ እንደ እኛው ለመሆን ጉልበት ያገኛሉ።

4.ሐ. *__በግጭታችን ክርስቶስን በመምሰል እናድግበታለን__*

አንዳንድ ግጭቶች ክርስቶስን የምንመስልበትን ዕድል ይሰጡናል። ጳውሎስ *"እኔ ክርስቶስን እንደምመስል እናንተም እኔን ምሰሉ"* (1 ቆሮ. 11፥1) ብሎ ይመክረናል። ይህንኑ አሳብ ለቆሮንቶስ ክርስቲያኖች በጻፈው 2ኛው መልዕክት ላይ ሰፋ አድርጎ ሲገልጸው እናያለን። *"ስለዚህ ሁላችንም የጌታን ክብር ባልተሸፈነ ፊታችን እናንጸባርቃለን፤ መንፈስ ከሆነው ጌታ የሚገኘው ይህ ክብር፥ በክብር ላይ ክብርን እየጨመረ፥ ልክ ጌታን እንድንመስል ያደርገናል"* ይላል (2 ቆሮ. 3፥18)። እግዚአብሔር ለእኛ ያለው ትልቅ ዕቅድ፥ እኛን ማመቻቸት፥ ሀብታሞችና ደስተኞች ማደረግ አይደለም። እምነት ካለን እግዚአብሔር ለእኛ ከዚህ የበለጠ ትልቅ ዕቅድ አለው፤ ያም ልጁን ኢየሱስ ክርስቶስን ከመምሰል ደረጃ እንድንደርስ ነው። ራሳችንን ለእርሱ ሙሉ በሙሉ መስጠት ስንጀምር፥ ሕይወታችን መለወጥ ይጀምራል። ክርስቶስን የመሰለ ባሕሪ ከሚቀርጽበት መሣሪያዎቹ መካከል አንደኛው በሕይወታችን ውስጥ በሚያጋጥመን አንዳንድ ግጭት ነው። በዚህ ምክንያት እግዚአብሔር በሕይወታችን ግጭት እንዲደርስብን የሚፈቅድበት ጊዜ አለ። የዚህም ዋና ምክንያት፥ በመጀመሪያ ደረጃ ደካማዎች መሆናችንን ተገንዝበን በእርሱ ብቻ እንድንታመን ለማድረግ ነው። በጸጋው፥ በጥበቡና በኃይሉ ከታመንን ኢየሱስን እየመሰልን እንመጣለን (ሉቃ. 22፥41-44)። እግዚአብሔር ኃጢአታችንና ጤናማ ያልሆነውን ልማዳችንን ለመግለጥ "ግጭትን" የሚጠቀምበት ጊዜ አለ። አልሰበር ያለውን ትዕቢታችንን፥ በመራራነትና በቅሬታ የተሞላውን ልባችንን፥ ክፉ የሆነውን ምላሳችንን ለመግራት በግጭት ውስጥ እንድናልፍ የሚፈቅድበት ጊዜ አለ። በሚደርስብን ግጭት ምክንያት ሕይወታችን ሲታሽና ሲጨመቅ፥ ሥጋዊ የሆነው ባሕሪያችን ከተደበቀበት ብቅ እያለ በግልጽ መታየት ይጀምራል። መታየቱ ብቻ ሳይሆን፥ እነዚህን ኃጢአቶች ለማሸነፍ የሚያስችለንን ኃይል እንዲሰጠን እግዚአብሔርን እንድንጠይቅ ያደርገናል።

ኢየሱስን የምንመስለው ድካማችንን በመገንዘብና ኃጢአታችንን በመናዘዝ ሲሆን፥ በመንፈሳዊ ሕይወታችንም ለማደግ፥ አዳዲስ የሆኑ ጥሩ ልማዶችንና ሁኔታዎችን መለማመድ አለብን። ስፖርተኞች በስፖርት ውድድር አሸናፊ ለመሆን፥ ብርቱ ልምምድ በማድረግ ጡንቻዎቻቸውን ማዳበርና እንዲሁም ጠቃሚ የሆኑ ጥበቦችን መለማመድ አለባቸው። ልክ እንደዚሁ አልፎ አልፎ ሰዎች ሲተናኮሉን፥ በመጎዳት ፈንታ ፍቅርንና ይቅርታን በሕይወታችን ለመለማመድ ዕድል ይሰጠናል። ሰዎች እንደጠበቅናቸው ሳይሆኑልን ደግሞ፥ በዚህ ውስጥ ትዕግሥትን እንለማመድ። በሰዎች ተስፋ ስንቆርጥ፥ ታማኝነትን እንለማመድ። ግጭት እነዚህን ከላይ የገለጽናቸውን መልካም ፍሬዎች በሕይወታችን እንዲታዩ የማድረግ ኃይል አለው። እያንዳንዳቸው ባሕሪያችንን ያጠነክራሉ፤ እንዲሁም ያጠራሉ። በግጭት ውስጥ በሚያጋጥሙን ችግሮች ውስጥ እግዚአብሔር ባሕሪያችንን ይቀርጻል። ግጭት ሲያጋጥመን ከመጨነቅና ከመበሳጨት ይልቅ፥ በግጭት ሂደት ውስጥ እግዚአብሔር ሊያስተምረን የሚፈልገው ነገር ምን እንደሆነ እያሰብን እንጠብቅ።

5. ከሰው ሁሉ ጋር በሰላም መኖር ይቻላል?

ግጭት ሲያጋጥመን፥ እራሳችንን በመግዛት ጌታ ኢየሱስን በሕይወታችን እንድናከብር፥ ጎዱን የምንላቸውን ሰዎች እንድንጠቅም፥ በባሕሪያችን ዕድገት እንድናሳይ፥ እግዚአብሔር ዕድሉን ይሰጠናል። እነዚህ ሁኔታዎች ሊፈጸሙ የሚችሉት፥ በሰማያዊው አባታችን ዘንድ ሰላም ምን ያህል አስፈላጊ እንደሆነ መረዳት የቻልን እንደሆነ ነው። እግዚአብሔር ሰላምን እንደሚወድ መጽሐፍ ቅዱስ በሰፊው ያስተምረናል። ሰላም ከእግዚአብሔር ባሕሪዎች መካከል አንደኛው ነው። መጽሐፍ ቅዱስ ውስጥ እግዚአብሔር "የሰላም አምላክ" ተብሎ ሲጠራ ብዙ ሥፍራ እናነባለን (2 ቆሮ. 13፥11፥ ዕብ. 13፥20)። ሰላም እርሱን

ለሚከተሉትና በእርሱ ለሚታመኑት እግዚአብሔር የሚሰጣቸው ትልቅ በረከት ነው። የኢየሱስ ክርስቶስ አገልግሎት ከመጀመሪያው እስከ መጨረሻው ድረስ ሰላምን መስበክና ለሚከተሉትም ሁሉ ሰላምን መስጠት ነው (ዮሐ. 14፥27፤ ኤፌ. 2፥17)። በክርስቶስ በኩል እግዚአብሔር የሚሰጠን ሰላም ሦስት ዓይነት ነው። ይኸውም፤

5.ሀ. ሰላም ከእግዚአብሔር ጋር

ሁላችንም ከእግዚአብሔር የተለየንበት ጊዜ ነበር። የተለየነውም በኃጢአታችን ምክንያት ነው። ኢሳያስ “...*ልትቀርቡት ስትፈልጉ እናንተን ከእግዚአብሔር የለያችሁ የኃጢአታችሁ ብዛት ነው*” ይላል (ኢሳ. 59፥2)። ከእርሱ ጋር ፍጹም የሆነ ግንኙነት ኖሮን ደስ ብሎን በሰላም በመኖር ፈንታ፥ በሕይወታችን መቆሸሽ ምክንያት ከእርሱ ርቀንና ለዘላለም ተለይተን መኖር የሚገባን ነበርን። ከእግዚአብሔር ጋር የሚኖረን ሰላም እንዲሁ የሚመጣ ሳይሆን፥ ከፍተኛ ዋጋ የሚያስከፍል ነው። እግዚአብሔር አንድያ ልጁን ስለ እኛ ኃጢአት መስዋዕት አድርጎ በመስጠት፥ በእኛና በእግዚአብሔር መካከል የነበረውን የጥል ግድግዳ አፍርሶ በመካከላችን ሰላምን መሠረተ። ይህንን የምስራች ሐዋርያው ጳውሎስ ሲያበስር “*እንግዲህ እኛ ጽድቅን ያገኘነው በእምነት ስለሆነ፥ በጌታችን በኢየሱስ ክርስቶስ ከእግዚአብሔር ጋር ሰላም አለን*” ይላል (ሮሜ 5፥1)።

5.ለ. ሰላም ከሌላው ሰው ጋር

ክርስቶስ ራሱን በመስቀል ላይ መስዋዕት አድርጎ በከፈለው ዋጋ ከእግዚአብሔር ጋር ሰላም እንዲኖረን ማድረጉ ብቻ ሳይሆን እርስ በርሳችንም ሰላም እንዲኖረን አደረገ። ሰላም ስንል ግጭት ወይም ጠብ የሌለበት ማለት አይደለም። ክርስቶስን በማወቃችን አልፎ አልፎ ግጭት አያጋጥመንም ማለት አይደለም። መጋጨት ፈጽሞ የማይኖር ቢሆን ኖሮ፥ ሐዋርያው ጳውሎስ “*የሚቻላችሁ ቢሆን ከሰው ሁሉ ጋር በሰላም ለመኖር በእናንተ በኩል የሚያስፈልገውን ሁሉ አድርጉ*” ብሎ ባልጻፈም ነበር (ሮሜ 12፥18)። ይህን ዓይነት ሰላም ሊኖረን የሚችለው እንድናደርግ ያዘዘንን ሁለተኛውን ታላቅ ሕግ ይኸውም፥ “*...ሰውን ሁሉ እንደ ራስህ አድርገህ ውደድ...*” (የማቴ. 22፥39) የሚለውን መታዘዝ የቻልን እንደሆን ነው። ክርስቲያን ቢሆንም ባይሆንም፥ በተቻለን መጠን ከሰው ሁሉ ጋር በሰላም እንድንኖር ይጠበቅብናል። ምስክርነታችን በማያምኑት ዘንድ ተቀባይነት እንዲያገኝ፥ ከሌሎች ጋር የሚኖረን አንድነትና ሰላም የጸና መሆን ይገባዋል።

5.ሐ. ሰላም ከራሳችን ጋር

በክርስቶስ አማካኝነት በውስጣችን እውነተኛ ሰላም መለማመድ እንችላለን። ውስጣዊ ሰላም ሙሉነትን፥ ዕርካታ ያለው ሕይወትን፥ ፍጹም የሆነ ዕረፍትን፥ መረጋጋትንና ሥርዓትን ያካትታል። ሁሉም ይህን ዓይነቱን ሰላም የሚመኘው ይሁን እንጂ፥ ብዙዎች አያገኙትም። እውነተኛ ውስጣዊ ሰላም በራሳችን ጥረት የምናገኘው ሳይሆን፥ እግዚአብሔር በልጁ ለሚያምኑትና ለሰጠው ሕግ ታዛዥ ለሆኑት ሁሉ በነጻ የሚሰጠው ስጦታ ነው (1 ዮሐ. 3፥21-24)። ስለዚህ እውነተኛ ሰላም፥ የቅድስና (የጽድቅ) ፍሬ እንደሆነ እናያለን። “*በአንተ በመታመናቸው በዓላማቸው ለጸኑ ሁሉ ፍጹም የሆነውን ሰላምህን ትሰጣቸዋለህ*” (ኢሳ. 26፥3) ይላል። ከእግዚአብሔርና ከሌሎች ጋር ሰላም ሳይኖረን፥ በውስጣችን እውነተኛ ሰላም ሊኖር እንደማይችል የእግዚአብሔር ቃል ያረጋግጥልናል። ውስጣዊ ሰላም ሊኖረን የሚችለው የእግዚአብሔርን ሕግ መታዘዝ ስንችል ብቻ ነው። “*የእግዚአብሔር ትዕዛዝ በልጁ በኢየሱስ ክርስቶስ ስም እንድናምንና ክርስቶስ ባዘዘንም መሠረት እርስ በርሳችን እንድንዋደድ ነው*” ይላል (1 ዮሐ.3፥23)። እነዚህ ሦስት ዓይነት ሰላሞች በተናጥል የሚታዩ አይደሉም። ሦስቱም አንድ ላይ የሚሄዱ ናቸው። ስለዚህ ውስጣዊ ሰላም እንዲኖረን ከፈለግን፥ ከእግዚአብሔርና በአካባቢያችን ካለው ሰው ጋር መስማማት አለብን።

ከሌሎች ጋር የሚኖረን አንድነት፥ ለውስጣዊ ሰላማችንና እንዲሁም ለምስክርነታችን በጣም አስፈላጊ (ቁልፍ) ነው። በውስጣችን ሰላም ሲኖር፥ እንዲሁም ከሰዎች ጋር የሚኖረን ግንኙነት ጤናማ ከሆነ፥ እግዚአብሔር በሕይወታችን እንዳለ ያረጋግጥልናል። ከሌሎች ጋር ያለንን ግጭት በአግባቡ መስመር ካላስያዝነው፥ ስለ ክርስቶስ የምንሰጠው ምስክርነት በሌሎች ዘንድ ተቀባይነት ስለማያገኝ፥ በምስክርነታችን አጥጋቢ ውጤት አናገኝም። ኢየሱስ የእርሱ ለሆኑት በመጨረሻ ጊዜ የጸለየው ጸሎት፥ እንዲበለጽጉና ደስተኛ እንዲሆኑ ሳይሆን እርስ በርሳቸው እንዲስማሙና አንድ እንዲሆኑ ነው (የዮሐ. 17፥20-23)። ሰላምና አንድነት በጣም አስፈላጊ መሆኑን የምንረዳው፥ በልባችን ውስጥ በሌላው ሰው ላይ ቅሬታ እያለን እግዚአብሔርን በትክክል ማምለክ እንደማንችል ስንረዳ ነው። “*እግዚአብሔር አስቀድሞ ስለፈቀረን፥ እኛም እናፈቅራለን። እግዚአብሔርን እወዳለሁ እያለ ወንድሙን የሚጠላ ሐሰተኛ ነው፤ ያየውን ወንድሙን የማይወድ ከሆነ፥ ያላየውን እግዚአብሔርን ሊወድ አይችልም። ስለዚህ ክርስቶስ የሰጠን ትእዛዝ እግዚአብሔርን የሚወድ፥ ወንድሙን ይውደድ የሚል ነው*” (1 ዮሐ. 4፥19-21)። ለምስክርነታችን ከሌሎች ጋር የሚኖረን አንድነትና ሰላም በጣም አስፈላጊ ስለሆነ፥ በአማኞች መካከል ግጭትና መከፋፈል እንዲኖር ሰይጣን ከፍተኛ ጥረት ያደርጋል። ሰይጣን በተለያየ መንገድ ግጭትን ይፈጥራል። ልባችንን በስስትና በሸፍጥ መሙላት ብቻ ሳይ

ሆን፥ በውስጣችን ሰላምና ደስታ እንዳይኖር ከፍተኛ ጥረት ያደርጋል። ለዚህ ነው ሐዋርያው ጳውሎስ ለሰይጣን ስፍራ አትስጡት ብሎ የመከረን (ኤፌ. 4፥26-27)። እንዲሁም ሰይጣን በግጭታችን ውስጥ እርሱ የሚጫወተውን ሚና እንዳናይ የሚያደርገው ለዚህ ነው። ግጭት ሲያጋጥመን፥ ለግጭታችን ምክንያቱ ሰይጣን መሆኑን ዘንግተን ሰዎችን እንደ ጠላቶቻችን አድርገን በመውሰድ፥ እነርሱን ለመበቀል ስንነሳ ደስ ይለዋል። ጠላታችን ማን እንደሆነ፥ ወይም ውጊያችን ከማን ጋር መሆን እንዳለበት ሐዋርያው ጳውሎስ ሲያሳስበን፥ *"...የእኛ ውጊያ ከሰዎች ጋር ሳይሆን በዚህ በጨለማ ዘመን ከሚሠሩት ገዦችና ከክፉ ሥልጣናትና ከዓለም ኃይሎች ይህም ማለት በሰማይ ካሉት የርኩሳን መናፍስት ሠራዊት ጋር ነው"* ይለናል (ኤፌ. 6፥12)።

6. ሰይጣን በመካከላችን ሰላምና አንድነት እንዳይኖር ከፍተኛ ጥረት ያደርጋል

ሰይጣን በአማኞች መካከል ሰላምና አንድነት እንዳይኖር ከፍተኛ ጥረት እንደሚያደርግ የተረዱ ሐዋርያት፥ ለሰላም ስንል ማድረግ ያለብንን ሁሉ እንድናደርግ በመልዕክቶቻቸው ምክርና ማስጠንቀቂያ ሰጥተውናል። በአማኞች መካከል ሊኖር የሚገባው አንድነትና ሰላም ምን ያህል እንዳሳሰባቸው የምንረዳው፥ በመልዕክቶቻቸው ሁሉም እርስ በርሳችን በሰላም መኖር እንዳለ ብን የጻፉትን ስናነብ ነው።

- *"እናንተ የኢየሱስ ክርስቶስ ተከታዮች በመሆናችሁ፥ የትዕግሥትና የመጽናናት አምላክ፥ የአንድነትን መንፈስ ይስጣችሁ። እንዲሁም የጌታችን የኢየሱስ ክርስቶስ አባት የሆነውን አምላክ በአንድ ልብና በአንድ ቃል እንድታከብሩ ያድርጋችሁ። እንግዲህ ሰዎች እግዚአብሔርን እንዲያከብሩ ክርስቶስ እናንተን እንደተቀበላችሁ፤ እናንተም እርስ በርሳችሁ ተቀባበሉ" (ሮሜ 15፥5-7)።*
- *"ወንድሞቼ ሆይ! መለያየት በመካከላችሁ አይኑር፤ ሁላችሁ ተስማምታችሁ በአንድ አሳብና በአንድ ዓላም ጸንታችሁ ኑሩ ብዬ በጌታችን በኢየሱስ ክርስቶስ ስም እለምናችኋለሁ" (1 ቆሮ. 1፥10)።*
- *"እርስ በርሳችሁ ታገሡ፤ ከእናንተ አንዱ በሌላው ላይ ቅር የተሰኘበት ነገር ቢኖር ይቅር ተባባሉ፤ ክርስቶስ ይቅር እንዳላችሁ እናንተም ይቅር በሉ" (ቆላ. 3፥13)።*

- *"...እናንተም እርስ በርሳችሁ በሰላም ኑሩ... ማንም ሰው በክፉ ፋንታ ክፉ እንዳይመልስ ተጠንቀቁ፤ ይልቅስ ከእናንተ እያንዳንዱ ለሌላው መልካም ለማድረግ ይትጋ፤ እንዲሁም ለሌሎች ሰዎች ሁሉ መልካም ለማድረግ ይትጋ" (1 ተሰሎ. 5፥13, 15)።*

ሐዋርያው ጳውሎስ ለኤፌሶን ቤተ ክርስቲያን ከጻፈው መልዕክቱ ግማሹ የሚናገረው ስለ ሰላም ነው። በመጀመሪያ ሦስት ምዕራፎች ላይ እግዚአብሔር ስለ እኛ ደህንነት ያለውን ዕቅድ ከዘረዘረ በኋላ አራተኛው ምዕራፍ ላይ ክርስቶስ በፈጸመው ሥራ እንዴት መኖር እንዳለብን ይዘረዝራል። *"እንግዲህ ስለ ጌታ ፍቅር እረኛ የሆንሁ እኔ፥ የተጠራችሁበትን ጥሪ የሚያስመሰግን ሕይወት ይኑራችሁ ብዬ እለምናችኋለሁ። በፍቅር እርስ በርሳችሁ እየተረዳዳችሁ ዘወትር በትሕትናና፥ በገርነትና በትዕግሥት ኑሩ። በሰላም ተሳስራችሁ ከመንፈስ ቅዱስ የሚገኘውን አንድነት ለመጠበቅ ትጉ"* ይላል (ኤፌ. 4፥1-3)።

7. አማኞች እርስ በርሳቸው በፍርድ ቤት መካሰስ ይገባቸዋል?

ሐዋርያው ጳውሎስ የቆሮንቶስ ክርስቲያኖች እርስ በርሳቸው በመካሰሳቸው ምክንያት ምን ያህል ልቡ እንዳዘነ በጻፈላቸው መልዕክቱ ገልጾታል። ይሄ ድርጊታቸው ክርስቶስ ካስተማረው ትምህርት ውጪ በመሆኑ፥ በዓለም ዘንድ ቤተ ክርስቲያን ጥሩ የሆነ ምስክርነት እንዳይኖራት ሊያደርግ እንደሚችል ጠቅሶ በኃይል ገስጿቸዋል፤

- *"ከእናንተ አንዱ ክርስቲያን ከሆነው ወንድሙ ጋር ቢጣላ፥ ጉዳዩ የእግዚአብሔር ሰዎች በፍርድ እንዲያዩት በማድረግ ፈንታ ለክስ ወደ አረማውያን የፍርድ ሸንጎ ለመሄድ እንዴት ይደፍራል?...እንግዲህ እርስ በርሳችሁ ብትጣሉ ከክርስቲያናዊ ማኅበር ውጪ በሆኑትና በተናቁት ሰዎች ፊት ቀርባችሁ እንዴት ትካሰሳላችሁ? ይህን የምለው እንድታፍሩ ብዬ ነው፤ እረ ለመሆኑ በመካከላችሁ ለአስታራቂነት የሚበቃ ሽማግሌ አይገኝምን? ታዲያ አንድ ክርስቲያን ሌላውን ክርስቲያን ከሶ ወደ አረማውያን ፍርድ ቤት መውሰድ ይገባዋልን?" (1 ቆሮ. 6፥1-6)።*

ሌላው ቀርቶ በመካከላቸው መካሰስ መኖሩ ራሱ ተሸናፊነታቸውን የሚያሳይ በመሆኑ ምን ያህል አሳፋሪ እንደሆነ በኃይለኛ ቃል ሲናገራቸው እንሰማለን።

◆ *እንዲያውም እርስ በርሳችሁ መሟገት ራሱ ለእናንተ ውርደት ነው፤ ይልቅስ እናንተ ብትበደሉ አይሻልምን? እንዲሁም እናንተ ብትጨቆኑ አይሻልምን? እናንተ ግን ወንድሞቻችሁ በሆኑት ክርስቲያኖች ላይ በደልና ግፍ ታደርጋላችሁ" ይላቸዋል (1 ቆሮ. 6፥7-8)።*

ሐዋርያው ጳውሎስ በቤተ ክርስቲያን ውስጥ፥ በአማኞች መካከል ግጭት ፈጽሞ መኖር የለበትም ወይም አይኖርም አላለም። ግጭት ሲኖር፥ ግጭታቸውን መፍታት ያለባቸው ራሳቸው እንጂ እንደ አረማውያን ፍርድ ቤት ሄደው በመካሰስ መፍትሄ ለማግኘት መሞከር እንደሌለባቸው ያሳሰባቸዋል። የቆሮንቶስ ቤተ ክርስቲያን አማኞች ግን ግጭታቸውን ለመፍታት የሞከሩት ኢየሱስ ካስተማረው ትምህርት ውጪ በመሆኑ ሥራቸው እንዲያሳፍራቸው ለማድረግ በኃይል ገስጿቸዋል። ግጭታቸውን በምን ዓይነት መልክና ሁኔታ መፍታት እንዳለባቸው ሲመክራቸው፥ ኢየሱስ ቀደም ሲል ያስተማራቸውን ትምህርት መሠረት በማድረግ ነው። በአማኞች መካከል የሚፈጠረውን ግጭት፥ በፍርድ ቤት ለመፍታት ከመሞከር ይልቅ በቤተ ክርስቲያን መፍታቱ ብዙ ጥቅም አለው።

(1) ብዙ ጊዜ መካሰስ የተካሰሱትን ሰዎች ውጥረት ውስጥ እንደሚጨምር፥ በመካከላቸው ያለውንም መለያየት እንደሚያሰፋ የታወቀ ነው።

(2) ቤተ ክርስቲያን ግን በሁለት አማኞች መካከል የተፈጠረውን ግጭት የምትፈታው በይቅርታና በዕርቅ እንዲያልቅ በማድረግ ስለሆነ፥ በሁለቱ መካከል ያለውን አንድነትና ግንኙነት አያጠፋም።

(3) ጉዳያቸው ፍርድ ቤት ከደረሰ ብዙ ጊዜ የግጭቱ ዋና ምክንያት ምን እንደሆነ በግልጽ አይታወቅም። ግጭታቸው በቤተ ክርስቲያን የሚታይ ከሆነ ግን፥ የግጭቱ ዋና ምክንያት ይታወቃል። እንዲሁም ሰዎች ጎጂ የሆነውን ተግባራቸውን እንዲተው ይመከራሉ። ያልተስማሙበትና ያልተግባቡበትን ነገር አንድ ላይ ሆነው በመወያየት እንዲፈቱት ዕድል ይኖራቸዋል።

8. ግጭታችንን የምንፈታው እንዴት ነው?

ኢየሱስም ሆነ ሐዋርያት እንዳስተማሩት፥ ግጭታችን ትንሽም ሆነ ትልቅ፥ የእግዚአብሔር ዋና ምርጫ የሰላም ሰዎች እንድንሆን ነው። ስለዚህ የሰላም ሰው ለመሆን አማኞች ደስ ካላቸው ብቻ የሚያደርጉት ሳይሆን፥ ታዘው የሚፈጽሙት ነው። ሕይወቱን ለክርስቶስ ሙሉ በሙሉ ያስረከበ አማኝ ለሰላምና ለአንድነት በሕይወቱ ቅድሚያ እንዲሰጥ፥ ሰላም ለመፍጠርም፥ ከፍተኛ ጥረት እንዲያሳይ ይጠበቅበታል።

8.ሀ. የራሳችንን ጉድለት በቅድሚያ መመርመር

ኢየሱስ ከሰዎች ጋር የሚያጋጥመንን ግጭት እንዴት መፍታት እንደምንችል ብዙ አስተምሯል። ካስተማራቸው ትምህርቶች መካከል አንደኛው፥ የሌላውን ጉድለት ከማየታችን በፊት በቅድሚያ የራሳችንን ጉድለት እንድናይ ነው። *"በእናንተ ላይ እንዳይፈረድባችሁ በማንም ሰው ላይ አትፍረዱ፤ ምክንያቱም በሌሎች ላይ በምትፈርዱበት ዐይነት በእናንተም ላይ ይፈረድባችኋል፤ እንዲሁም በምትሰፍሩበት መስፈሪያ ይሰፈርባችኋል። በአንተ ዐይን ያለውን ግንድ ሳታይ ስለምን በሌላ ሰው ዐይን ያለውን ጉድፍ ትመለከታለህ"* የሚለው ነው (የማቴ. 7፥1-3)።

ይህንን ቃል ስንሰማ አንዳንዶቻችን የምንረዳው፥ የሰዎችን ጉድለት ወይም ድካም ፊት ለፊት መናገር ትክክል እንዳልሆነ አድርገን ነው። ይሁን እንጂ፥ በጥንቃቄ ብናነበው፥ ኢየሱስ የሚመክረን የሰዎችን ድካም ፊት ለፊት እንዳን ናገር ሳይሆን፥ እንደሚገባው ሳናስብ፥ ወይም በችኮላ በሌሎች ላይ እንዳንፈርድ ነው። የሌላውን ሰው ድካም ከማሳየታችን በፊት የራሳችንን ድካም በቅድሚያ ማየት ከብዙ ስህተት ይጠብቀናል። ለግጭቱ እኛ ያደረግነው አስተዋጽኦ ምን እንደሆነ ከመረመርን በኋላ፥ ቀጥለን የሌላውን ወገን ድካም መመልከት፥ በሌላው ከመፍረድ ያድነናል። ሁለቱም ወገን ለግጭቱ ያደረገውን አስተዋጽኦ ካወቅን በኋላ ደግሞ የራሳችንን አሳንሰን፥ የሌሎችን ድካም ከሆነው በላይ አተልቀን እንዳናይ አስፈላጊውን ጥንቃቄ ማድረግ አለብን። የግጭቱን ምክንያት ካወቅን በኋላ ቀጥሎ መጠየቅ ያለብን ጥያቄ ቢኖር፥ "ይሄ አጥጋቢ ምክንያት ሆኖ የሚያጋጭ ነው ወይ?" ብለን ነው። መጽሐፍ ቅዱሳዊ በሆነ አመለካከት ካየነውና ከመዘንነው በኋላ፥ ምክንያታችን የማይረባ ከሆነ፥ በተቻለን ፍጥነት ከወንድማችን ጋር ሁኔታውን ትክክለኛ መስመር እንዲይዝ ማድረግ አለብን።

8.ለ. ጥቃቅን የሆኑ የሰዎች ድክመቶችን ችላ ብሎ ማለፍ

በብዙ ሁኔታዎች ውስጥ፥ ግጭትን የመፍቻ ጥሩ መንገድ የሌሎችን ድካም ችላ ማለት ወይም ይቅር ብሎ ማለፍ ነው። ይህንን አሳብ በመደገፍ መጽሐፍ ቅዱስ ውስጥ በተለያየ ሥፍራ ተጠቅሷል፥

- *"የቁጣን ስሜት መቆጣጠር አስተዋይነት ነው፤ በበደለም ይቅርታ ማድረግ ጨዋነት ነው"* (ምሳ. 19፥11)።
- *"የምኝ ቁጣ ወዲያው ይታወቃል፤ ብልኅ ሰው ግን በእርሱ ላይ የተሰነዘረውን ስድብ ችላ ይላል"* (ምሳ. 12፥16)።
- *"የጥል መነሻ መፍረስ እንደ ጀመረ ግድብ ነው፤ ስለዚህ ጥል ከማስነሣቱ በፊት ክርክርን አቁም"* (ምሳ. 17፥14)።
- *"እርስ በርሳችሁ ታገሡ፤ ከእናንተ አንዱ በሌላው ላይ ቅር የተሰኘበት ነገር ቢኖር ይቅር ተባባሉ፤ ክርስቶስ ይቅር እንዳላችሁ እናንተም ይቅር በሉ"* (ቆላ. 3፥13)።

የበደለንን ሰው በይቅርታ ወይም በደሉን ችላ ብለን ስናልፍ፣ አስደናቂ የሆነውን የእግዚአብሔርን ይቅርታ በሕይወታችን ማንጸባረቃችን ነው። *"እግዚአብሔር መሐሪና ይቅር ባይ ነው፤ ቶሎ የማይቆጣና ፍቅሩ የበዛ ነው፤ ተግሣጹን አያስረዝምም፤ ለዘላለምም አይቆጣም። በኃጢአታችን መጠን አልቀጣንም፤ በበደላችንም ልክ አልከፈለንም"* (መዝ. 103፥8-10)። እኛ ኃጢአት በሠራን ቁጥር እግዚአብሔር በርህራሄና በይቅርታ ተሞልቶ እንደሚይዘን፣ እኛም ሌሎችን በዚያው መልክ መያዝ አለብን። የበደለንን ሰው ጥቃቅን በደል፣ በውስጣችን ለረጅም ጊዜ በመያዝ፣ መጥፎ የሆነ ስሜት በውስጣችን ተፈጥሮ በእኛና "በደለን" በምንለው ሰው መካከል የሚቆም ግድግዳ እንዳይሆንብን መጠንቀቅ አለብን። ስለ በደለን ሰው መራራነት በልባችን ተፈጥሮ ምስክርነታችንን እንዳያበላሽብን አስፈላጊውን ጥንቃቄ ማድረግ አለብን። የበደለንን ሰው በደል ችላ ብሎ ማለፍ ስንል፣ ሌላ ጊዜ አንስተን ለመጠቀም በልባችን ውስጥ ማጠራቀም ማለት ሳይሆን፣ መጽሐፍ ቅዱስ እንደሚያዘን ለበደለን ሰው ሙሉ ይቅርታን መስጠት ማለት ነው። ይቅር ካልን በኋላም፣ ያንን በደል ወደ ፊት ደግመን ላለማንሳት፣ ወይም በልባችን ማህደር ውስጥ ይዘን ላለማስቀመጥ በእግዚአብሔር ፊት ቃል ኪዳን መግባት አለብን።

8.ሐ. <u>*ሰቋማችንን ከመረመርን በኋላ፣ አስፈላጊ ከሆነ ሰቋማችን መለወጥ አለበት*</u>

አንድ ሰው በድሎን፣ ያደረሰብን በደል ሁልጊዜ የሚቆረቁረንና የሚሰማን ከሆነ፣ በደሉን ይቅር ማለት በጣም አስቸጋሪ ይሆንብናል። ከሚገባው በላይ ወይም በቀላሉ ሌሎች የፈጸሙብን በደል የሚሰማን ከሆንና እንዲሁም ሁልጊዜ በደላቸውን በልባችን የምናሰላስል ከሆነ፣ በደላቸውን ይቅር ለማለት የበለጠ አስቸጋሪ ይሆንብናል። ከእንዲህ ዓይነቱ ችግር ራሳችንን ለመጠበቅ እንደ እግዚአብሔር ቃል አቋማችንን መመርመር አለብን። ጳውሎስ ፊልጵስዮስ ቤተ ክርስቲያን ውስጥ በሁለት አማኝ ሴቶች፣ ይኸውም በኤዎድያና ሲንጢኪ መካከል የተፈጠረውን ግጭት ሰምቶ፣ እነርሱን የሚያስማማ ምክር ለቤተ ክርስቲያኒቱ ጽፏል (ፊልጵ. 4፥2-9)። በዚህ መልዕክት ውስጥ በሁለት ሰዎች መካከል እውነተኛ ሰላም እንዲፈጠር የሚያደርጉ ጠቃሚ መመሪያዎች ተዘርዝረዋል። ጳውሎስ የእነዚህ የሁለት ሴቶች ግጭት ለእግዚአብሔር ክብር፣ ሌሎች እንዲገለገሉበትና እንዲሁም በክርስቶስ ውስጥ ለማደግ ምክንያት እንደሚሆናቸው ገልጿል። እነዚህ ሁለት ሴቶች ራሳቸው ልዩነታቸውን ማስታረቅ ካልቻሉ ቤተ ክርስቲያን እንድትረዳቸው ያሳስባል። በመካከላቸው ሰላም ለመፍጠር ምን ዓይነት እርምጃ መውሰድ እንዳለባቸው ጳውሎስ አልዘረዘረም። ነገር ግን በሁኔታው ውስጥ ሲያልፉ ምን ዓይነት አቋም መያዝ እንዳለባቸው የሚገልጽ መመሪያ ሰጥቷቸዋል። የሰጣቸውም ምክር፣

- *"<u>የጌታ በመሆናችሁ ሁል ጊዜ ደስ ይበላችሁ፤ ደግሜም የምላችሁ 'ደስ ይበላችሁ' ነው።</u> <u>ምሕረት የተሞላበት ደግነታችሁ</u> <u>በሰው ሁሉ ዘንድ የታወቀ ይሁን፤</u> ጌታ ሊመጣ ቀርቦአል። ስለዚህ የሚያስፈልጋችሁ ነገር ቢኖር <u>ምስጋና በተሞላበት ጸሎት እግዚአብሔርን ለምኑ እንጂ በምንም አሳብ አትጨነቁ።</u> የኢየሱስ ክርስቶስ በመሆናችሁ ከሰው ማስተዋል በላይ የሆነው የእግዚአብሔር ሰላም ልባችሁንና አእምሮአችሁን በጤንነት ይጠብቃል። በመጨረሻም ወንድሞቼ ሆይ! <u>አእምሮአችሁ በእነዚህ ከሁሉ በሚበልጡና ክብርን በሚያስጡ መልካም ነገሮች የተሞላ ይሁን፤ እነዚህም መልካም ነገሮች እውነትን ጨዋነትን፣ ትክክለኛነትን፣ ንጽሕናን፣ ፍቅርን በመጥሩነትን የያዙ ናቸው።</u> <u>እኔ ሳስተምር ስምታችሁ የተቀበላችሁትንና በሥራም ያያችሁትን ሁሉ በሥራ ላይ አውሉት፤</u> ይህን ብታደርጉ ሰላም የሚሰጥ እግዚአብሔር ከእናንተ ጋር ይሆናል"* (ፊልጵ. 4፥4-9)

እኛም በግጭት ውስጥ ስናልፍ እነዚህን መመሪያዎች ብንከተል የእግዚአብሔር ፈቃድና ዓላማ በሕይወታችን ይፈጸማል። ጳውሎስ ለፊልጵስዮስ አማኞች በሰጠው መመሪያ መሠረት ግጭት ሲያጋጥመን፣

1ኛ/ <u>ደስ ይበለን፣ *"...የጌታ በመሆናችሁ ሁልጊዜ ደስ ይበላችሁ..."*</u>

በግጭታችን ውስጥ እግዚአብሔር ሊከብር እንደሚችል በመረዳት፣ ጳውሎስ እንደተለመደው ይመክረናል። የደስታችንም ምክንያት ሌላ ነገር ሳይሆን ጌታ እንዲሆን ነው። በግጭት መካከል "ሁልጊዜ ደስ ይበላችሁ" ብሎ

መምከር ለዓለም ሰው እንግዳ እንደሚሆን የታወቀ ነው። ለእኛ ለምናምን ግን በክርስቶስ ላይ ያለን ትምክህት፣ በሕይወት መዝገብ ስማችን የተጻፈ በመሆኑ ደስ ሊያሰኘን ይገባል። ስለሆነም፣ በግጭት ምክንያት ያጋጠሙን አንዳንድ አስቸጋሪ ሁኔታዎች በክርስቶስ ውስጥ ለኃጢአታችን ባገኘነው ይቅርታ ምክንያት የሚሰማንን ደስታ ሊሸፍኑብን ወይም ሊያጨልሙብን አይገባም። ባገኘነው ይቅርታ ደስተኞች በሆንን ቁጥር፣ የበደሉንን ይቅር ለማለት ከባድ አይሆንብንም። ሌላው ደስ የምንሰኝበት ምክንያት፣ በሕይወታችን የተፈጠረው ሁኔታ እንዲሁ የሆነ፣ ወይም እግዚአብሔር ሳያውቀው የደረሰብን ሳይሆን፣ ግጭታችን ለበጎ እንዲሆን እግዚአብሔር የሚያደርገው መሆኑን ስለምናውቅ ነው።

2ኛ/ ደግነታችን ይታወቅ፣ <u>*"ምሕረት የተሞላበት ደግነታችሁ በሰው ሁሉ ዘንድ የታወቀ ይሁን"*</u>

ስለሚያጋጥመን ግጭት ትክክለኛ አቋም እንዲኖረን የምንወስደው የሚቀጥለው እርምጃ፣ "...ደግነታችን በሰው ሁሉ ዘንድ እንዲታወቅ.." ማድረግ ነው። "ደግነታችሁ" የሚለው ቃል በግሪክ ቋንቋ ሰፊ ሀሳቦችን ያካተተ ነው። ይኸውም፣ "..ትዕግሥተኛ፣ ሰፊ ልብ ያለው፣ ጨዋነት የሚታይበት፣ ወዘተ. ...." ማለት ነው። በአጠቃላይ ደግነት ማለት ብስጩ ያልሆነ፣ ከሥነ ሥርዓት ውጪ ያልወጣ ማለት ነው። ከላይ የተገለጸውን ዓይነት ባሕሪ ያለው ሰው በጎነቱ በሰው ሁሉ ዘንድ የሚታይበት ሰው ነው። ክርስቶስ በሕይወታችን የሚኖር ከሆነ፣ የጨዋነት ባሕሪ ይታይብናል። በግጭት ውስጥ ሆኖ የደግነት ባሕሪ የሚታይበት አማኝ፣ በተለይ ደግነቱ በሰው ሁሉ ዘንድ የሚታወቅ ከሆነ፣ ብዙ ጥሩ ፍሬዎችን ያፈራል። ይኸውም በሕይወቱ ውስጥ የክርስቶስን መገኘትና እንዲሁም ኃይሉን ያሳያል። ይሄም ክርስቶስን የሚያስደስትና የሚያከብር ይሆናል። በተጨማሪ የጎዳውን ሰው በኃይለኛ ቃል እንዳይናገር ይጠብቀዋል። ይህን ዓይነቱ ባሕሪ የተቃራኒውንም ወገን ሊለውጥ ይችላል። በግጭቱ ውስጥ የደግነትን ባሕሪ ማሳየት የበለጠ የሚጠቅመው፣ የግጭቱ ምክንያት ከሆኑት ውስጥ በሕይወቱ አንደኛው ድካም ወይም ውጥረት ውስጥ የሆነ እንደሆነ ነው። በውጥረት ውስጥ ያለ ሰው በንግግርም ሆነ በድርጊት ሌላውን የሚጎዳ ሲሆን፣ ያ ሰው በሕይወቱ በግልጽ የማይታይ ሌላ የበለጠ ችግር ያለበት መሆኑ ግልጽ ነው። በድካም ወይም በውጥረት ውስጥ ያለውን ሰው ደግነት በተሞላ መንፈስ ማነጋገር፣ የሰውየውን ውስጣዊ ችግር ተገንዝቦ ትልቅ ዕርዳታ እንደማድረግ ይቆጠራል።

ወግደረስ መሥሪያ ቤቱ ውስጥ በጣም አስቸጋሪ የሆነ አለቃ ስላጋጠመው፣ በሥራው ላይ ከፍተኛ ውጥረት ነበረበት። ጥዋት ወደ መሥሪያ ቤቱ ለመሄድ ሲነሳ፣ ከዚህ በፊት ተሰምቶት የማያውቀውን ዓይነት ጭንቀትና ፍርሃት ይሰማው ነበር። ብዙ ጊዜ መሥሪያ ቤቱ ላለመሄድ ዕንቅልፍ ላይ እንዳለ መቅረት ወይም መሞት ይመኝ ነበር። ይህንን የነበረበትን ጭንቀትና ውጥረት ለሚስቱ ለዘርፍነሽ አልነገራትም። ይሁን እንጂ፣ ጠባዩ ትንሽ ስለተለወጠባት አንዳንድ ሁኔታዎች ሳይገባት አልቀረም። በቀላሉ ይቆጣል፤ ለምትጠይቀው ጥያቄ ሁሉ ቀና መልስ አይሰጣትም። የተከራከረችው እንደሆነ ድምጹን ከፍ አድርጎ ይጮኻል። በሰው ፊት ይነቅፋታል። ይህን ዓይነቱ የወግደረስ ጠባይ አልነበረም። ይህን ዓይነት መጥፎ ባሕሪ ሲያሳይ ዘርፍነሽ፣ ፊት ለፊት ልትናገረውና "...አሁንስ አበዛኸው..." ማለት ትችል ነበር። ነገር ግን እግዚአብሔር ጸጋውን ስላበዛላት፣ ድካሙን ሁሉ ችላ ብላ በመንቀፍ ፈንታ መልካም ቃል ትመልስለት ነበር። በመሥሪያ ቤቱ ውስጥ የገጠመው አስቸጋሪ ሁኔታ ስለገባት፣ አንድ ቀን ለስለስ ባለ ድምጽ፣ በደግነት መንፈስ ተሞልታ *"ወግደረስ! ሰሞኑን ምን ሆነሃል?...መሥሪያ ቤት ውስጥ ያጋጠመህ ችግር አለ ወይ? አንድ ዓይነት ችግር እንዳለብህ ይሰማኛል። ንገረኝና እንመካከር። ከእኔ በስተቀር ሌላ የቅርብ ሰው የለህም። እግዚአብሔር እኔና አንተን አንድ ያደረገን እርስ በርሳችን እንድንደጋገፍ ነውና ያጋጠመህን ሁሉ ንገረኝ..."* አለችው። ወግደረስ ይህን ዓይነቱን በጎ ቃል ከሚስቱ ከዘርፍነሽ ሲሰማ፣ ምንም ሳይናገር ማልቀስ ጀመረ። ራሱን ትንሽ ካረጋጋ በኋላ *"...ለሚ ዘርፍነሽ! ባሕሪዬ በጣም እንደተለወጠ አውቃለሁ። ብዙ ክፉ ቃል ተናግሬሻለሁ። የስድብም ቃል ከአፌ ወጥቷል። በዚህ ሁሉ ትዕግስትሽ ያስደንቀኝ ነበር። ከዚያ የበለጠ ደግሞ አሁን እኔን ለማጽናናት የተናገርሽው ቃል ልቤን ነካኝ... እባክሽን ስለ መጥፎ ንግግሬ ሁሉ ይቅር በዪኝ..."* አላት። የዘርፍነሽ "...ምሕረት የተሞላው ደግነት..." በወግደረስና በእርሷ መካከል የነበረውን ሁኔታ ለወጠው። የመንፈስ ቅዱስ ፍሬ አንዱ የሆነው 'ደግነት' በዘርፍነሽ ሕይወት ውስጥ ባይኖር ኖሮ፣ በመካከላቸው ትልቅ ግጭት ተፈጥሮ፣ ትዳራቸው እስከ መፍረስ ደረጃ ይደርስ ነበር።

3ኛ/ እንጸልይ እንጂ፣ በሁኔታው አንጨነቅ፣ <u>*ምስጋና በተሞላበት ጸሎት እግዚአብሔርን ለምኑ እንጂ በምንም አሳብ አትጨነቁ።"*</u>

ግጭታችንን መስመር ለማስያዝ የምንወስደው ሦስተኛ እርምጃ፣ ስላጋጠመን ችግር እያሰብን እንዳንጨነቅ ነው። አንዳንድ ሰዎች ከሰው ጋር የሚያጋጭ ጥቂት ነገር ካጋጠማቸው ዓለም በላያቸው ላይ የተደፋባቸው ስለሚመስላቸው፣ ዕንቅልፍ መተኛት፣ እህል መብላት አይችሉም። ጳውሎስ "በምንም አሳብ አትጨነቁ..." ሲል፣ ጥቃቅኑ ነገር ብቻ ሳይሆን፣ ከባድ ችግር፣ ቀውጢ ሁኔታ፣ ከፍተኛ የሕይወት ውጥረት... ሲደርስባችሁም አትጨነቁ ማለቱ ነው። ስጋት፣ ፍርሃት፣ ጭንቀት በሕይወታችን የበለጠ ከባድ የሚሆኑት ከሰው ጋር ግጭትና

ጠብ ሲኖረን፥ በተለይ የተጋጨን ሰው ቅርባችንና በሕይወታችን ከፍተኛ ስፍራ የሰጠነው ሰው ከሆነ ነው። በግጭት ምክንያት በአዕምሮአችን የተፈጠሩ ሁኔታዎች ምንም ያህል ችላ ብንላቸውም፥ እየደጋገሙ በመምጣት አዕምሮአችንን የሚረብሹት መሆናቸውን ጳውሎስ ስለተረዳ፥ በእነርሱ ምትክ ምን ማድረግ እንዳለብን ምክር ይሰጠናል። ይኸውም፥ *"ምስጋና በተሞላበት ጸሎት እግዚአብሔርን እንድንለምን"* ነው። ብዙ ጊዜ ከሰው ጋር የሚያጋጭ ሁኔታ ሲያጋጥመን፥ አዕምሮአችን የሚያዘው "ጎዳን" የምንለው ሰው ያደረገብንን ነገር በማለብ ነው። ይህን ዓይነቱን ተቃራኒ ሀሳብ ከአዕምሮአችን የምናስወግደው፥ በአንዳንድ ሁኔታዎች ውስጥ እግዚአብሔር ያደረገልንን በጎ ነገር በማሰብና እንዲሁም አሁን ባለንበት ሁኔታ ውስጥ እንዲረዳን በመጠየቅ ነው። ከዚህ በፊት እግዚአብሔር በሕይወታችን ምን ያህል በጎነትና ታማኝነት እንዳሳየን እያሰብን፥ በአሁኑ ጊዜ ከእርሱ ጋር ያለንን ግንኙነት አጽንተን ስንቆም፥ ስጋትና ጭንቀታችን ይጠፋና በእርሱ ላይ ታምነን እንቆማለን። በጸሎት አሳባችንን በእግዚአብሔር ላይ ስናሳርፍ፥ ያልጠበቅናቸው፥ ይሆናሉ ብለን ያልገመትናቸው ሁኔታዎች ይፈጠራሉ። በውስጣችን የነበረው ሁከት፥ ስጋት፥ የበቀልና የጥላቻ መንፈስ ከልባችን ውስጥ እየለቀቀ፥ በምትካቸው ሰላም ይሞላብናል። ይሄ ሰላም መጀመሪያ ውስጣዊ ሕይወታችንን የሚመለከት ቢሆንም፥ ያድግና ውጫዊ የሆነውን ሰላም፥ ይኸውም ከተጋጨነው ሰው ጋር ዕርቅን ወይም ሰላምን ይፈጥራል።

4ኛ/ ሁኔታዎችን እንዳሉ መቀበል፥ <u>*"...ወንድሞቼ ሆይ! አእምሮአችሁ በእነዚህ ከሁሉ በሚበልጡና ክብርን በሚያስጡ መልካም ነገሮች የተሞላ ይሁን..."*</u>

በስጋትና በጭንቀት ፈንታ መጸለይና ማመስገን ስንጀምር፥ ስለተጋጨን ሰው የነበረን መጥፎ እሰተየየት ተለውጦ፥ ሁኔታዎችን በጠራ ዓይን፥ ወይም ሁኔታዎቹን ልክ እንዳሉ ማየት እንጀምራለን። ለግጭታችን መፍትሄ የምንፈልገው እንደ ዓለማውያን ከሆነ፥ የተጋጨንን ሰው ሁልጊዜ የምናየው በክፉ ዓይን ብቻ ነው። ያደረገውን ትንሽ መጥፎ ነገር አተልቀንና አጋነን እናየዋለን። አንዳንድ በጎነት ቢኖረውም፥ በጎነቱ ፈጽሞ አይታየንም። መልካም አስቦ የሚያደርገው ነገር እንኳን የሚገባን መጥፎ እንዳደረገ ሆኖ ነው። ጥሩ አሳቡና መልካም ድርጊቱ ያጠራጥረናል። በዚህ ምክንያት ያለአግባብ እንፈርድበታለን። ስለተደረገብን ክፉ ነገር፥ ስለደረሰብን ጉዳት ቁጭ ብለን ያንኑ ብቻ የምናስብና የምናሰላስል ከሆነ፥ ብዙ ጊዜ ይሄን ዓይነቱ ስሜት ቀስ በቀስ መራራ ወደ መሆን ይመራናል። ራሳችንን ከመራራነት መጠበቅ የምንችልበት አንደኛውና ትልቁ መንገድ፥ በደለን የምንለው ሰው ያደረገብንን ክፉ ነገር በመቁጠር ፈንታ፥ ያደረጋቸውን መልካምና በጎ ነገሮችን በመቁጠር፥ እንዲሁም ያለውን ጥሩና የሚደነቁ ባሕሪዎችን በማሰብ ነው። ይህንን ማለት ስላለበት ድክመት ፈጽሞ አናስብም፥ ወይም ፊት ለፊት ቀርበን ኃጢአቱን በመናገር በቀና መንፈስ አናቀናውም ማለት አይደለም። ይህ ባይሆን ኖሮ ሐዋርያው ጳውሎስ *"ወንድሞቼ ሆይ! ሰው ማናቸውንም ስሕተት አድርጎ ቢገኝ፥ መንፈሳውያን የሆናችሁት እናንተ እንዲህ ዐይነቱን ሰው በገርነት አቅኑት..."* (ገላት. 6፥1) ብሎ አይመክረንም ነበር። ስለዚህ መረዳት ያለብን ነገር ቢኖር ማንኛውም ሰው ድካም ብቻ ሳይሆን፥ ብርታትም ስላለው በሁለቱ መካከል ሚዛኑ ትክክል ይሁን ማለታችን ነው። ስለዚህ "በደለን" የምንለው ሰው ክፋት ብቻ ሳይሆን፥ ደግነትም እንዳለው እንወቅ። በደለን በምንለው ሰው ላይ መልካም ነገር ማየት ለአንዳንዶቻችን ከባድ ሊሆንብን ይችላል። ይህንን ለመለወጥ ከፍተኛ ጥረት በግላችን ማድረግ ይገባናል። በሌላው ሰው ሕይወት ውስጥ ክፉ ነገር የምንፈልግ ከሆነ፥ ብዙ ጊዜ የምንፈልገውን እናገኛለን። በሌላ በኩል ደግሞ ደግ የሆነውን ነገር በሌላው ሰው ሕይወት ውስጥ ከፈለግን፥ አሁንም የምንፈልገውን በጎ ነገር ማግኘት እንችላለን። ይሁን እንጂ፥ አመለካከታችን ሚዛኑን እየጠበቀ ሲመጣ፥ ጥቃቅን የሆኑትን ድክመቶች ችላ ማለት እንጀምራለን። ይህን ዓይነቱ ሁኔታ በተለይ በቃል ኪዳን ጋብቻ በተሳሰሩት ባልና ሚስት መካከል በጣም ጠቃሚ ነው።

9. መብታችንን መተው ያለብን እንዴት ነው?

አንዳንድ ሰዎች ስለ መብታቸው ከመጠን በላይ ይቅረቀራሉ። የመፍቀድና የመምረጥ ነጻነታቸውን በምንም ዓይነት ማስነካት አይፈልጉም። በዚህ ምክንያት መብታቸውን የሚነካውን ሰው በቀላሉ ይቅርታ መስጠትና በደሉን መተው አይሆንላቸውም። አንዳንድ ሰዎች ብዙ ጊዜ "መብቴ ነው" ብለው ሲከራከሩ ይሰማሉ። ክርስቲያኖችስ ስለ መብታቸው መከራከር ይኖርባቸው ይሆን? ይሄ የብዙዎቻችን ጥያቄ ነው። የመብት ነገር ከተነሳ፥ ትክክለኛ ወይም ሀቀኛ የሆነ ፍርድ መኖር አለበት ብለን የምንል ከሆነ፥ ሀቀኛ የሆነው እግዚአብሔር በእኛ ላይ ሀቀኛ የሆነ ፍርድ ቢያስተላልፍ ኖሮ እኔና እናንተ በኃጢአታችን ገናድሮ ተፈርዶብን ሲኦል በተጣልን ነበር። እግዚአብሔር እንደ ኃጢአታችን በእኔና በእናንተ ላይ አልፈረደብንም። በእርሱ ለታመንነው ምሕረቱንና ርህራሄውን ገለጸልን። እርሱ በእኛ ላይ ምሕረቱን ካሳየን፥ እኛም እርሰ በእርሳችን እንዲሁ ማድረግ እንዳለብን መጽሐፍ ቅዱስ ያስተምረናል። *"የሰማዩ አባታችሁ መሐሪ እንደሆነ እናንተም እንዲሁ መሐሪዎች ሁኑ"* ይላል (የሉቃ. 6፥36)። ብዙ ግጭቶች የሚፈጠሩትና የሚባባሱት ሰዎች ያለአግባብ "መብቴ ነው" ብለው ስለሚከራከሩ ነው። ኢየሱስ "መሐሪዎች ሁኑ" ሲል ምን ማለቱ ነው? ምሕረት ማድረግ ማለት ለተቸገረው ወይም እርዳታ ለሚያስፈልገው ሰው፥ የማይገባውም እንኳን ቢሆን ርህራሄን፥ ሀዘኔታን፥ ደግነትን ማሳየት ማለት

ነው። ይህንን ማድረግ የሚቻልበት አንደኛው መንገድ፣ የራስን መብት ስለዚያ ሰው ሲባል በመተው ብቻ ነው። ይህን ዓይነት ምሕረት ለሌሎች ያሳዩ ብዙ ሰዎች እንዳሉ መጽሐፍ ቅዱስ ውስጥ እናያለን። በአብርሃምና በሎጥ ሠራተኞች መካከል በተፈጠረው ግጭት ምክንያት ወደ በለጠ ግጭት እንዳያደርሳቸው አብርሃምና ሎጥ የግድ መለያየት ነበረባቸው። አብርሃም ለሎጥ የመጀመሪያውን ምርጫ ሲሰጠው፣ የራሱን መብት መተው እንደነበረበት ግልጽ ነው (ዘፍ. 13፥5-12)። እንዲሁም ዮሴፍ ባሪያ እንዲሆን ለግብጻውያን የሸጡትን ወንድሞቹን ላደረሱበት ጉዳት ብድራታቸውን መመለስ ሲገባው፣ እንደበደላቸው አልተበቀላቸውም (ዘፍ. 50፥19-21)። ኢየሱስም በራሱ ሕይወት ብዙ ምሳሌዎችን ትቶልናል።

በሌላ በኩል ግን መብታችንን ከመተው ይልቅ መብታችንን ማስጠበቁ ወይም ምህረት አለመስጠቱ በሌሎች ሰዎች ሕይወት ውስጥ የተሻለ ውጤት የሚያስገኝበት ጊዜ አለ። ይኸውም፣

(1) አንዳንድ ጊዜ አንዳንድ ሰዎች ግዴለሽነት ለሞላበት ሕይወታቸው ዋጋ መክፈል እንዳለባቸው፣ በወሰኑት ውሳኔ ምክንያት ለሚደርሰው መጥፎ ነገር ተጠያቂ መሆናቸውን እንዲማሩ ምሕረት አለማሳየቱ የሚጠቅምበት ጊዜ አለ። መጽሐፍ ቅዱስም ይህንን አሳብ ይደግፈዋል። *"ቁጡ ሰው ቢኖር፣ የቁጠኛነቱን ዋጋ እንዲያገኝ ተወው፤ አንድ ጊዜ ከችግሩ ሊታወጣው ብትሞክር፣ ሌላ ጊዜም እንዲሁ ማድረግህ አይቀርም"* ይላል (ምሳሌ 19፥19)።

(2) አንዳንዴ የራስን መብት ማስጠበቅ፣ ለቤተሰባችን ደህንነት አስፈላጊ የሚሆንበት ጊዜ አለ። *"ስለ ክርስቶስና ስለ እግዚአብሔር መንግሥት ስል ሁሉን እተዋለሁ"* በማለት፣ ያለአግባብ ቤተሰቦቻችን እንዳይጎዱ የመጠበቅ ኃላፊነት እንዳለብን መዘንጋት የለብንም።

የራሳችንን መብት የምንተውበት ምክንያት እንዲሁ ሳይሆን፣ የእግዚአብሔርን መንግሥት ለማስፋፋት፣ ለሰዎች በጎነትና ለእግዚአብሔር ክብር ሲባል መሆን አለበት። የራሳችንን መብት እያጉረመረምን ሳይሆን ደስ ብሎን መተዋችን፣ የክርስቶስን መንግሥት እንዳናስፋፋ እንቅፋት ሊሆንብን ከሚችለው፣ አስፈላጊ ካልሆነ ግጭት ሊያድነን ይችላል።

6

ሁሉንም ሃሳብ "እሺ" የማለት መፍትሄ የለሽነት

በኢትዮጵያውያን ሕብረተሰብ መካከል አንድ ሰው የሚሰማውንና የሚያስበውን ነገር ሳይደብቅ በግልጽ ቢናገር "ምላሰኛ"፣ ወይም "ለፍላፊ" ያሰኘዋል። የሚሰማውን ገልጾ ካልተናገረ ግን፣ "ጨዋ" ወይም "ጥሩ ሰው" የሚል ስም ይሰጠዋል። በተለይ ሴት ልጅ፣ ብዙ የማትናገር ከሆነ፣ ወይም ዓይን አፋር ከመሰለች፣ *"ከብሯን ጠብቃ የምትኖር ጨዋ ሴት"* ተብላ ትጠራለች። መጽሐፍ ቅዱስም ይህንኑ አሳብ የሚደግፈው ይመስላል። *"ከብዙ ንግግር ውስጥ ስሕተት አይጠፋም፤ ስለዚህ አስተዋይ ሰው ብዙ ከመናገር ይቆጠባል"* (ምሳሌ 10፥19) ... *"ሳያስብ በችኮላ ከሚናገር ሰው ይልቅ አእምሮ የጎደለው ሰነፍ ሰው የተሻለ ተስፋ አለው"* ይላል (ምሳሌ 29፥20)። ይሁን እንጂ፣ መጽሐፍ ቅዱስ "ከብዙ ንግግር ውስጥ ስሁተት አይጠፋም" ሲል፣ "ንግግራችን ሚዛኑን የለቀቀ አይሁን" ማለቱ ነው እንጂ፣ ጨርሶ መናገር የለብንም ማለቱ አይደለም። ስለዚህ

ነው። ይህንን ማድረግ የሚቻልበት እንደኛው መንገድ፥ የራስን መብት ስለዚያ ሰው ሲባል በመተው ብቻ ነው። ይህን ዓይነት ምሕረት ለሌሎች ያሳዩ ብዙ ሰዎች እንዳሉ መጽሐፍ ቅዱስ ውስጥ እናያለን። በአብርሃምና በሎጥ ሠራተኞች መካከል በተፈጠረው ግጭት ምክንያት ወደ በለጠ ግጭት እንዳያደርሳቸው አብርሃምና ሎጥ የግድ መለያየት ነበረባቸው። አብርሃም ለሎጥ የመጀመሪያውን ምርጫ ሲሰጠው፥ የራሱን መብት መተው እንደነበረበት ግልጽ ነው (ዘፍ. 13፥5-12)። እንዲሁም ዮሴፍ ባሪያ እንዲሆን ለግብጻውያን የሸጡትን ወንድሞቹን ላደረሱበት ጉዳት ብድራታቸውን መመለስ ሲገባው፥ እንደበደላቸው አልተበቀላቸውም (ዘፍ. 50፥19-21)። ኢየሱስም በራሱ ሕይወት ብዙ ምሳሌዎችን ትቶልናል።

በሌላ በኩል ግን መብታችንን ከመተው ይልቅ መብታችንን ማስጠበቅ ወይም ምህረት አለመስጠቱ በሌሎች ሰዎች ሕይወት ውስጥ የተሻለ ውጤት የሚያስገኝበት ጊዜ አለ። ይኸውም፥

(1) አንዳንድ ጊዜ አንዳንድ ሰዎች ግዴለሽነት ለሞላበት ሕይወታቸው ዋጋ መክፈል እንዳለባቸው፥ በወሰኑት ውሳኔ ምክንያት ለሚደርሰው መጥፎ ነገር ተጠያቂ መሆናቸውን እንዲማሩ ምሕረት አለማሳየቱ የሚጠቅምበት ጊዜ አለ። መጽሐፍ ቅዱስም ይህንን አሳብ ይደግፈዋል። *"ቁጡ ሰው ቢናርር የቁጠኛነቱን ዋጋ እንዲያገኝ ተወው፤ አንድ ጊዜ ከችግሩ ልታወጣው ብትሞክር፥ ሌላ ጊዜም እንዲሁ ማድረግህ አይቀርም"* ይላል (ምሳሌ 19፥19)።

(2) አንዳንዴ የራስን መብት ማስጠበቅ፥ ለቤተሰባችን ደህንነት አስፈላጊ የሚሆንበት ጊዜ አለ። *"ስለ ክርስቶስና ስለ እግዚአብሔር መንግሥት ስል ሁሉን እተዋለሁ"* በማለት፥ ያለአግባብ ቤተሰቦቻችን እንዳይጎዱ የመጠበቅ ኃላፊነት እንዳለብን መዘንጋት የለብንም።

የራሳችንን መብት የምንተውበት ምክንያት እንዲሁ ሳይሆን፥ የእግዚአብሔርን መንግሥት ለማስፋፋት፥ ለሰዎች በጎነትና ለእግዚአብሔር ክብር ሲንል መሆን አለበት። የራሳችንን መብት እያጉረመረምን ሳይሆን ደስ ብሎን መተዋችን፥ የክርስቶስን መንግሥት እንዳናስፋፋ እንቅፋት ሊሆንብን ከሚችለው፥ አስፈላጊ ካልሆነ ግጭት ሊያድነን ይችላል።

6

ሁሉንም ሃሳብ "እሺ" የማለት መፍትሄ የለሽነት

በኢትዮጵያውያን ሕብረተሰብ መካከል አንድ ሰው የሚሰማውንና የሚያስበውን ነገር ሳይደብቅ በግልጽ ቢናገር "ምላሰኛ"፥ ወይም "ለፍላፊ" ያሰኘዋል። የሚሰማውን ገልጾ ካልተናገረ ግን፥ "ጨዋ" ወይም "ጥሩ ሰው" የሚል ስም ይሰጠዋል። በተለይ ሴት ልጅ፥ ብዙ የማትናገር ከሆነ፥ ወይም ዓይን አፋር ከመሰለች፥ *"ክብሯን ጠብቃ የምትኖር ጨዋ ሴት"* ተብላ ትጠራለች። መጽሐፍ ቅዱስም ይህንኑ አሳብ የሚደግፈው ይመስላል። *"ከብዙ ንግግር ውስጥ ስሕተት አይጠፋም፤ ስለዚህ አስተዋይ ሰው ብዙ ከመናገር ይቆጠባል"* (ምሳሌ 10፥19) … *"ሳያስብ በችኮላ ከሚናገር ሰው ይልቅ አእምሮ የጎደለው ሰነፍ ሰው የተሻለ ተስፋ አለው"* ይላል (ምሳሌ 29፥20)። ይሁን እንጂ፥ መጽሐፍ ቅዱስ "ከብዙ ንግግር ውስጥ ስህተት አይጠፋም" ሲል፥ "ንግግራችን ሚዛኑን የለቀቀ አይሁን" ማለቱ ነው እንጂ፥ ጨርሶ መናገር የለብንም ማለቱ አይደለም። ስለዚህ

ሁልጊዜ ዝም ማለት፥ ወይም በልባችን ውስጥ ያለውን እውነት፥ እንዲሁም የሚሰማንን መጥፎም ሆነ ጥሩ ስሜት ገልጦ አለመናገር የአስተዋይነት ወይም የጥሩ ሰውነት መመዘኛ ወይም ምልክት እንዳልሆነ መረዳት ይገባናል። መናገር ሲገባቸው በግልጥ የማይናገሩትን፥ ወይም እውነቱን በውስጣቸው የሚሸሽጉትን መጽሐፍ ቅዱስ በማመስገን ፈንታ "ሁከት ፈጣሪዎች" በማለት ይገልጻቸዋል። *"እውነትን በግልጥ የማይናገር ሰው ሁከትን ይፈጥራል፤ በግልጥ የሚነቅፍ ግን ሰላም እንዲገኝ ያደርጋል"*(ምሳሌ 10፥10) ይላል። ጨዋነት በመናገር ወይም ባለመናገር ላይ የተመሠረተ ሳይሆን፥ መናገር በሚገባ ጊዜ አስፈላጊውን ነገር በመናገር፥ እንዲሁም ዝም ማለት በሚያስፈልግበት ጊዜ ደግሞ ዝም በማለት ላይ የተመሠረተ ነው። ይህንኑ አሳብ ጠቢቡ ሠለሞን ሲገልጽ፥ *"ተገቢውን ቃል በተገቢው ቦታ መናገር እጅግ ያስደስታል"* ይላል (ምሳሌ 15፥23)።

1. የሚሰማንን አለመናገር መንፈሳዊነት አይደለም

ያለአግባብ የሚገፋንና የሚያስጨንቁንን፥ መብታችንን የሚገፉትን፥ እንዲሁም እግዚአብሔር የሰጠንን የመፍቀድና የመምረጥ ነጻነታችንን የሚወስዱብንን ሰዎች ዝም ማሰት ፈሪነትና ሞኝነት እንጂ መንፈሳዊነት ወይም ጨዋነት አይደለም። ለምሳሌ አንድ ሰው በማወቅም ሆነ ባለማወቅ እግራችን ላይ ቢቆም፥ *"እረገጥከኝ፥ እባክህን እግርህን ከእግሬ ላይ አንሳ"* ብሎ አለመናገር፥ ሞኝነት እንጂ ጨዋነት እንዳልሆነ ከማንም የተሰወረ አይደለም። የሚቆረቁረን ነገር ሲያጋጥመን "ቆረቆረኝ" አለማለት፥ መጽሐፍ ቅዱስ እንደሚለው በተገቢው ጊዜ ተገቢውን ቃል አለመናገር እንጂ፥ ትዕግሰተኛ መሆን አይደለም። ግጭትን በመፍራት ብቻ አንዳንዶቻችን አግባብ ያልሆነ ነገር ሲደረግብን ዝም ማለታችን፥ ለጊዜው ዝምታችን ሰላምን የሚያመጣ ይምሰለን እንጂ፥ በዚያ ሰው ላይ በውስጣችን የምናጠራቅመው ቅሬታ ሞልቶ አንድ ቀን ሲፈነዳ፥ እኛንም ሆነ ቅሬታ የያዝንበትን ሰው እንደሚጎዳ የታወቀ ነው።

አንዳንድ ሰዎች ዝም በማለታቸው ትዕግሰተኛ ይምሰሉ እንጂ፥ በውስጣቸው በደልን የማጠራቀም ዝንባሌ ሊኖራቸው እንደሚችል መዘንጋት የለብንም። በደልን በውስጣቸው ከሚያጠራቅሙ ሰዎች መካከል እንደ ምሳሌ አድርገን ያቀረብናት ሴት፥ ሐረግ ወይን ትባላለች። ሐረግ ወይን በመካከለኛ ዕድሜ ውስጥ ያለች ሴት ስትሆን፥ በአካባቢዋ ባሉት ሰዎች ዘንድ የምትታወቀው በዝምተኛነት ባሕሪዋ ነው። የልቧን ገልጻ ሰለማትናገር በኑሮዋ ደሰተኛ መሆን አለመሆኗን ማንም ሰው አያውቅም። እውነተኛውን እርሷነቷን በደንብ የማያውቁ፥ ዝምተኛነቷን ብቻ በማየት ሁሉ ነገር የተሟላላት፥ በኑሮዋ ደስተኛ ሴት እንደሆነች አድርገው የሚገምቷት ሰዎች እንደሚኖሩ እርግጠኞች ነን።

ይሁን እንጂ፥ ሐረግ ወይን በሰው ዓይን የማይታይ የራሷ የሆነ ችግር አለባት። ይኸውም፥ ውስጧ በቁጣ፥ በንዴት፥ በመራራነትና እንዲሁም በአዕምሮ ጭንቀት (depression) የተሞላ፥ እውነተኛ ደስታ የሌላት ሴት ናት። ሐረግ ወይን ቁጣቸውን መቆጣጠር እንዳቃታቸው ሰዎች በመጮኽ፥ በመሳደብ፥ ዕቃ አንስቶ በመወርወር ቁጣዋን ሰለማትገልጽ፥ "ትዕግሰተኛ፥ በሰላም የተሞላች ሴት ናት" ብለው የሚያስቡ አንዳንድ ሰዎች እንደሚኖሩ ግልጽ ነው። "ሰላማዊ ሴት" ናት ብለው የሚያስቡትም ቁጣዋን ከላይ በገለጽነው ዓይነት ሁኔታ ሰትገልጽ ሳላላዩ ነው። ሐረግ ወይን አሁን ያላትን ዓይነት ጠባይ፥ ይኸውም የሚደርስባትን ክፉም ሆነ ደግ በልቧ ይዛ መቀመጥ የቻለችው፥ ያደገችበት ቤተሰብና እንዲሁም በአሁኑ ጊዜ ያለችበት የኑሮ ሁኔታ እንደዛ አድርጎ ሰለቀረጻት ነው።

ሐረግ ወይን ወላጅ አባቷ የሞተው በሕጻንነቷ ስለ ነበር፥ ያደገችው ከወላጅ እናቷና ከእንጀራ አባቷ ጋር ነው። የእንጀራ አባቷ፥ *"ልጆች ሥርዓት ያላቸው እንዲሆኑ፥ ወይም ጥሩ ጠባይ እንዲኖራቸው፥ በደንብ ተቀጥተው ማደግ አለባቸው"* የሚል እምነት ያለው ሰው ነበር። በመሠረቱ ልጆች ጥሩ ጠባይ ይዘው እንዲያድጉ ማድረግ መጥፎ አይደለም። ነገር ግን "ፍጹምነትን" ከልጆች ጠብቆ፥ እንደ ልጆች ተጫውተው እንዳያድጉ አስፈላጊውን ነጻነት መከልከል ግን፥ ካደጉ በኋላ በሕይወታቸው ላይ ምን ዓይነት ተጽንኦ ሊያሳድር እንደሚችል የሐረግ ወይን ወላጅ እናትም ሆነች የእንጀራ አባቷም የተረዱት አይመሰለንም። ለምሳሌ ሐረግ ወይን ስትጫወት የለበሰችው ልብስ ትንሽ ቆሻሻ ቢነካው የሚደርሰባት ቅጣት ምን ያህል ከባድ እንደሚሆን ሰለምታውቅ፥ እንደ ልጆች እንደ ልቧ ተዝናንታ ተጫውታ አታውቅም። ምግብ ሰትበላ፥ ውጥ ድንገት ልብሷ ላይ ጠብ ቢል፥ "ዝርክርክ" ተብላ ሰለምትገረፍ፥ ከፍርሃት የተነሳ የሚቀርብላትን ምግብ እንኳን ደስ ብሏት አትበላም ነበር። የእንጀራ አባቷ *"ልጅ ለአዋቂ መልስ መስጠት የለበትም"* የሚል ጥብቅ እምነት ሰለ ነበረው፥ ያለጥፋቷ እንደ ጥፋተኛ ሆና ስትቀጣ፥ ስሜቷን ገልጻ ለመናገር ነጻነት አልነበራትም። ሌላው ቀርቶ ሐረግ ወይን ስሟ ሲጠራ ፈጥና "አቤት!" ወይም "እመት!" ባትል፥ ከፍተኛ ቅጣት ይደርሰባት ነበር። ሐረግ ወይን የልጅነት ዘመኗን ያሳለፈችው ከላይ እንደ ገለጽነው በፍርሃትና በሰጋት ውስጥ ነው። "ጥሩ ልጅ" ለመባል ምንም ያህል ጥረት ብታደርግ፥ የእንጀራ አባቷን ደስ ማሰኘት አትችልም ነበር። በትንሹም በትልቁም፥ ምክንያት እየፈለገ ነፍሷ እሰኪወጣ ድረስ ይገርፋት ነበር። በወቅቱ ከፍተኛ መራራነት፥ ሀዘንና ቂም የነበራት በእንጀራ አባቷ ላይ ብቻ ሳይሆን፥ በወላጅ እናቷ ላይም ነበር። ምክንያቱም አስፈላጊውን ፍቅር እንደ እናት በማሳየት ፈንታ ባሏን ብቻ ለማስደሰት ሰትል ሐረግ ወይንን ከእንጀራ አባቷ ባላነሰ ሁኔታ የምታሰጨንቃት

በመሆኑ ነው። ሐረገ ወይን በወቅቱ የሚሰማትን ሀዘንም ሆነ ቅሬታ በድፍረት ገልጾ መናገር ባለመቻሏ፥ መራራነት በውስጧ ይጠራቀም ነበር።

ሐረገ ወይን ለጥቂት ጊዜም ቢሆን የምትዝናናው፥ እናቷም የማታስጨንቃት የእንጀራ አባቷ በሌለበት ጊዜ ብቻ ነው። እናቷ የሐረገ ወይንን የእንጀራ አባት በጣም ስለምትፈራ፥እርሱ እቤት በሚገኝበት ወቅት ከእርሱ ባሳነሰ ሁኔታ "ውሃ ቀጠነ" እያለች ታስጨንቃት ነበር። እርሱ በሌለበት ጊዜ ግን ሁሉም ሰላም ነው። ለምሳሌ ሐረገ ወይን ትምህርት ቤት ውላ ስትመጣ፥ እናቷ እንደ ልቧ እንድትጫወት፥ የምትፈልገውን ሁሉ እንድታደርግ ትፈቅድላታለች። የእንጀራ አባቷ የመምጫው ሰዓት ሲቃረብ ግን የእናቷም ሁኔታ ወዲያው ተለውጦ ፍጹም ሌላ ሰው መሆን ትጀምራለች። በሐረገ ወይን ላይ ለስለስ ብላ ካገኛት ስለሚቆጣት፥ ቁጣውን ፈርታ ከመጠን በላይ በሐረገ ወይን ላይ ኃይለኛ ትሆንባታለች። እናትየው ይህን ዓይነት ተለዋዋጭ የሆነ ጠባይ የምታሳየው፥ በተቻላት መጠን ቤቱ ውስጥ ሰላም እንዲኖር ስለምትፈልግ ነበር። ሰላሙ ግን ሐረገ ወይንን ከፍተኛ ዋጋ እያስከፈላት መሆኑን አልተገነዘበችውም። ሐረገ ወይን አስተዳደጓን፥ የምትኖረውን ኑሮ ባትወደውም፥ በተቻላት መጠን ስሜቷን ደብቃ፥ ደስ ባይላትም ደስ ያላት መስላ መኖርን ተለማምዳዋለች። በመጨረሻም፥ ዕድሜዋ ለጋብቻ ሲደርስ፥ ካለችበት አስከፊ ኑሮ ውስጥ ለመውጣት ሳትል ብቻ፥ ምን ዓይነት ባሕሪ እንዳለው በደንብ ሳታጠናና ሳታጣራ፥ በዕድሜ ከአስራ አምስት ዓመት በላይ የሚበልጣትን አንድ ሰው በችኮላ አግብታ የራሷን ኑሮ መኖር ጀመረች። ወዲያው ሁለት ልጆች በተከታታይ ወለደች። የሚያሳዝነው ያገባችው ሰው ልክ እንደ እንጀራ አባቷ "ውሃ ቀጠነ" የሚል፥ ተለዋዋጭ ባሕሪ ያለው፥ስለ ራሱ ብቻ እንጂ፥ ስለ ሌላው ሰው ፈቃድና ምርጫ ፈጽሞ ግድ የሌለው፥ የሚፈልገውን ነገር ካላገኘ ለማንም ሰላም የማይሰጥ አስቸጋሪ ባሕሪ ያለው ሰው መሆኑ ነው።

ሐረገ ወይን የራሷን ፍላጎት ችላ ብላ፥ ከጥዋት እስከ ማታ ድረስ ባሏ የጠየቀውን ሁሉ በሟሟላት፥ እርሱን ብቻ ደስ ለማሰኘት ከፍተኛ ጥረት ታደርግ ነበር። ያም ሆኖ፥ እርሱን ለማስደሰት ዋጋ ከፍላ የምታደርገው ነገር ሁሉ አይጥመውም ነበር። ከመንቀፍ በስተቀር "ጎሽ! ጥሩ ሥራ ሠርተሻል" የማይላት፥ ምንም ያህል ጥሩ ብትሠራም፥ መልካም አስተያየት የማይሰጣት ሰው ነበር። ይህ ሰው ሐረገ ወይንን የሚያያት በእኩልነት፥ የኑሮ ጓደኛው እንደሆነች አድርጎ ሳይሆን፥ የእርሱን ፍላጎት ብቻ እንድታሟላ የቀጠራት ሠራተኛው አድርጎ ነበር። የምስጋና ቃል ከአፉ የማይወጣበት ምክንያት "ጎሽ! ጥሩ ነው የሠራሽው ብላት፥ ስለምትዝናና፥ በጣም የበለጠ እንዳትሠራ ማድረግ ይሆናል" ብሎ ስለሚያምን ነው። የጠየቀውን ነገር ካላገኘ፥ መሳደብና መራገም ብቻ ሳይሆን፥ አጠገቡ ባገኘው ዕቃ ወርውሮ የሚማታ ሰው በመሆኑ፥ ሐረገ ወይን የእንጀራ አባቷን ከምትፈራው የበለጠ ባሏን በጣም ትፈራው ነበር። ሠርታ ያቀረበችለት ምግብ ካልጣፈጠው እላይዋ ላይ ገልብጦባት ይነሳል። ይህንን ፈርታ ተጨንቃ ጥሩ አድርጋ ሠርታ ታቀርብለታለች። ይሁን እንጂ፥ በማመስገን ፈንታ፥ ሌላ ያልሠራችውን ነገር ይፈልጋል። በጥሩ ሁኔታ አዘጋጅታ የምታቀርብለትን ጥሩ ምግብ በልቶ በማመስገን ፈንታ፥ የውሃ ብርጭቆው በደንብ መታጠቡን ብድግ አድርጎ በማየት "ለምን በደንብ አልታጠበም" በማለት ይቆጣታል።

ሐረገ ወይን፥ "ይህን ሰው ምንም ያህል ጥሩ ብሠራ ምን ጊዜም ቢሆን ላስደስተው አልችልም" ብላ ችላ በማለት ፈንታ፥ "ከዚህ የበለጠ በኃይል ብሠራ ላስደስተው እችል ይሆናል" ብላ በማመን ሁልጊዜ ከአቅሟ በላይ ትታገል ነበር። ሐረገ ወይን የእንጀራ አባቷ በጣም አስቸጋሪ ሰው ቢሆንም እናቷ እርሱን ለማስደሰት የጠየቀውን ሁሉ ስታሟላለት እያየች ያደገች በመሆኗ፥ አሁንም ሐረገ ወይን የራሷን ኑሮ መኖር ስትጀምር፥ ልክ እንደ እናቷ አስቸጋሪ ከሆነው ባሏ ጋር በሰላም መኖር የምትችለው፥ የራሷን ፍላጎት ወደ ጎን አድርጋ፥ የባሏን ፍላጎት ብቻ ያሟላች እንደሆነ ይመስላት ነበር። ይሁን እንጂ፥ እርሱን ለማስደሰት የምታደርገው ጥረት ከአስቸጋሪነት ጠባዩ ትንሽም ቢሆን ሊለውጠው ወይም ሊያሻሽለው አልቻለም። በአሁኑ ጊዜ ሐረገ ወይንን የሚመስሉ፥ በሕይወታቸው አስቸጋሪ የሆነባቸውን ሰው "እሺ አንተ እንዳልክ..." ወይም "አንቺ እንዳልሽ..." እያሉ የራሳቸውን ፈቃድ ለሌላው አስገዝተው፥ አንገታቸውን ደፍተው የሚኖሩ ወንዶችም ሴቶችም አሉ። ያልተረዱት እውነት ቢኖር፥ የራስን ፈቃድና ፍላጎት ችላ ብሎ፥ አስቸጋሪውን ሰው ሁልጊዜ "እንዳልከ" በማለት ሰላማዊ ሰው ማድረግ የማይቻል መሆኑን ነው።

2. ጤናማ ግንኙነት በእኩልነት ላይ የተመሠረተ ነው

እግዚአብሔር ሰውን ከሌላው ሰው ጋር በሕብረት እንዲኖር ሲፈጥረው፥ አንዱ ሌላውን በቁጥጥሩ ሥር እንዲያደርግ፥ አንዱ ሌላውን እንዲረግጥና እንዲገፋ፥እንዲሁም አንዱ የሌላውን መብትና ፈቃድ እንዲጫን ሳይሆን፥ ሁሉም በእኩልነት እርስ በእርሱ እየተደጋገፈ እንዲኖር ነው። ይሁን እንጂ፥ አንዳንዶች የተለያየ ዘዴና መንገድ እየተጠቀሙ ሌላውን ሰው በቁጥጥራቸው ሥር ለማድረግ ሲታገሉ ይታያሉ። ሌሎችን በቁጥጥራቸው ሥር የማድረግ ጥማት ያለባቸው ሰዎች እንዳሉ ሁሉ፥ በቁጥጥሩ ሥር ሊያውላቸው ለሚፈልገው ሰው ራሳቸውን ምቹ አድርገው እንዲያቀርቡ፥ የራሳቸውን ፍላጎት ችላ ብለው ሌላውን ሰው ደስ እያሰኙ እንዲኖሩ እግዚአብሔር የፈጠራቸው የሚመስላቸውም ሰዎች እንዳሉ የታወቀ ነው። ሌላውን በቁጥጥር ሥር ማዋል፥ የሌላውን መብ

ትና ፈቃድ መግዛት መጥፎ የሆነውን ያህል፥ ሁልጊዜ "እሺ! አንተ እንዳልክ..." ማለትም በዚያው መጠን ትክክል አይደለም። ሌላውን ሰው በትህትናና ዝቅ ብሎ ማገልገል፥ርህራሄና ቸርነት ማሳየት፥ ከሌላው ጋር በሰላም ለመኖርና ጤናማ የሆነ አንድነት ለመፍጠር ይረዳል። ሌላውን በቁጥጥሩ የማዋል ፍላጎትና ጥማት ባለውና፥እንዲሁም ሌላውን ደስ ለማሰኘት ሲል የራሱን ፈቃድ ችላ በሚል ሰው መካከል የሚመሠረተው ሕብረት በእኩልነት ላይ የተመሠረተ ሳይሆን፥ በአንድ አቅጣጫ ሚዛኑ ያጋደለ፥ አንዱን ጠቅሞ ሌላውን የሚጎዳ እንደሆነ ግልጽ ነው። የራሱን ፍላጎት ወደ ጎን አድርጎ ሁልጊዜ ሌላውን ደስ እያሰኘ የሚኖር ሰው፥ በፍርሃት፥ በቅሬታና በበደለኛነት ስሜት ተሞልቶ የሚኖር እንጂ ደስተኛ ሰው አይደለም።

ለትምህርታችሁ እንዲሆን በልጅነቴ ካደረግሁት የሞኝነት ሥራ፥ ምንጊዜም ከአዕምሮዬ የማይጠፋውን አንዱን ታሪኬን ላጫውታችሁ። በተለያዩ ጽሑፎቼም ሆነ በማስተምረው ትምህርት ላይ ደጋግሜ እንደገለጽሁት፥ የወላጆቼን ፍቅር አግኝቼ አላደግሁም። አባቴ በልጅነቴ ስለ ሞተ ያደግሁት ከአባቴ እኅት ጋር ነው። ወላጆቼ አለመሆናቸውን ስለማውቅ፥ ልጆች በወላጆቻቸው ላይ እንደሚሞላቀቁት፥ እኔም ወላጆቼ ባልሆኑት አሳዳጊዎቼ ላይ ያንን ዓይነት ጠባይ ማሳየት እንደሌለብኝ፥ የህጻን አዕምሮዬ በደንብ አውቆታል። በመሞላቀቅ ፈንታ፥ አሳዳጊዎቼን በጣም ማስደሰት አለብኝ ብዬ ስላመንኩና ስለተቀበልኩ፥ እነርሱን ለማስደሰት ከመስመሬ ወጥቼ የማላደርገው ነገር አልነበረም። ስለ ራሴ ፍላጎት፥ ስለ ራሴ ምቾት ፈጽሞ አላስብም ነበር። እኔ የተፈጠርኩት፥ እግዚአብሔር እኔን ሲሠራኝ፥ ዋና ዓላማው፥ አሳዳጊዎቼን ብቻ ደስ አሰኝቼ እንድኖር መስሎ ይሰማኝ ነበር። እንደ ማንኛውም ልጅ የራሴ ፍላጎት ቢኖረኝም፥ የምፈልገውን ነገር ለራሴ ማድረግ ባለመቻሌ ሁልጊዜ ውስጤ ያዝን ነበር። ከውስጤ ባርነት እንጂ፥ ነጻነት ፈጽሞ አይሰማኝም ነበር። ጓደኞቼ የሚፈልጉትን ወላጆቻቸው የሚሰጧቸው መሆናቸው ብቻ ሳይሆን፥ የራሳቸው የሆነውንም በነጻነት የሚጠቀሙ መሆናቸውን ሳይ፥ እኔ ግን የሚሰጠኝ ባይኖር እንኳን፥ የራሴ የሆነውን እንደ ፈለግሁት መጠቀም ባለመቻሌ ልቤ እጅግ በጣም ያዝን ነበር።

በአንድ ወቅት መንደራችን ውስጥ የአንድ ዕድር ጸሐፊ ነበርኩ። የጸሐፊነቱን ኃላፊነት ከመቀበሌ በፊት፥ የዕድሩ ዳኛ በየሳምንት ለምሰጣቸው አገልግሎት በዓመቱ መጨረሻ ላይ እያንዳንዱ የዕድሩ አባል ሃያ አምስት ሳንቲም እንደሚሰጠኝ ተነገረኝ። ያ በወቅቱ በጣም ትልቅ ገንዘብ ነበር። የዕድሩ አባሎች ከመቶ በላይ ስለሆኑ፥ እያንዳንዳቸው ሃያ አምስት ሳንቲም የሚሰጡ ከሆነ ቢያንስ ሃያ አምስት ብር ወይም ከዚይ በላይ እንደማገኝ ተነገረኝ። በዚሁ ስምምነት የጸሐፊነት ሥራዬን ጀመርኩ። ዓመቱ መጨረሻ ላይ የተወሰኑ ሰዎች ለጸሐፊው የሚገባውን የተጠየቁትን ሃያ አምስት ሳንቲም ሰጡ። ይሁን እንጂ፥ የተጠየቁትን ገንዘብ የከፈሉት ሰዎች በጣም አነስተኛ ስለነበሩ የጠበቅሁትን ያህል ገንዘብ አላገኘሁም። ብዙም ሆነ ትንሽ ባገኝ ተጠቃሚው እኔ ሳልሆን አሳዳጊዎቼ በመሆናቸው ይህን ያህል ሊያሳስበኝ አይገባም ነበር። እኔን ግን በጣም አሳሰበኝ። "ሁልጊዜ ማስደሰት አለብኝ" የሚል እምነት ስለነበረኝ፥ በገንዘቡ ማነስ አሳዳጊዎቼ ቅር እንዳይላቸው አንድ ነገር ማድረግ እንዳለብኝ ተሰማኝ። ተጨማሪ ገንዘብ የማገኝበት ሌላ መንገድ ስላልነበረኝ፥ ያለችኝን የለበስኳትን አንድ ጥሩ ሹራብ አውልቄ ጨርቅ ተራ ወስጄ ሸጥኳት። ገንዘቡን ካገኘሁት የዕድር ገንዘብ ጋር ጨምሬ ላሳዳጊዎቼ "በዕድር ጸሐፊነት ያገኘሁት ነው" ብዬ ሰጠኋቸው። ይህንን ሳደርግ ደስ ብሎኝ ሳይሆን፥ ውስጤ በጣም እያዘነና ቅር እያለኝ ነበር።

ከላይ የልጅነት ታሪኬን እንደ ገለጽኩላችሁ፥ ልክ እንደ እኔ አንዳንድ ሰዎች ሁልጊዜ ሌላውን ሰው ለማስደሰት የሚሞክሩ፥ ኃላፊነት በሌላቸው ነገር ሁሉ ላይ ኃላፊነትን በራሳቸው ላይ ሲጭኑና ራሳቸውን ጎድተው ሌላውን ሲጠቅሙ ይታያሉ። በመሠረቱ በሁለት ሰዎች መካከል መልካም የሆነ ግንኙነት ለመፍጠር፥ ሁለቱም ወገን እያንዳንዱ በራሱ በኩል ያለበትን ኃላፊነት በትክክል መወጣት አለበት። ለምሳሌ ቁጡ ባሕሪ ያለው ሰው፥ ቁጣውን አለአግባብ በመግለጽ ሌላውን ሰው ቢጎዳ፥ "ጎጂ በሆነ መንገድ ቁጣዬን በመግለጼ ትክክል አይደለሁም። ምንም እንኳን ሁኔታው የሚያስቆጣ ቢሆንም፥ ስሜቴን በአግባቡ መግለጽ ነበረብኝ" ማለት ሲገባው፥ የተጎዳው ሰው ራሱን ለሰውየው ተቆጪነት ተጠያቂ ማድረግ የለበትም። ሰውን ሁልጊዜ አስደስተው መኖር የሚፈልጉ፥ ሌሎች ሰዎች ለሚፈጥሩት ችግር ራሳቸውን ተጠያቂ ወይም ምክንያት ማድረግ ባሕሪያቸው ነው። እነርሱ ተጎድተው ሌላው ሰው ጥሩ ስሜት እንዲሰማው ማድረግ ግዴታ ያለባቸው መስሎ ይመስላቸዋል። ይህን ዓይነት አስተሳሰብ እንዲኖራቸው ምክንያት የሆነባቸው፥ አስቸጋሪ የሆነው ሰው የሚያደርስባቸው ግፊት እንዲሁም የሚሰማቸው የበደለኛነት ስሜት ነው። በእነርሱና በሌላው ሰው መካከል ሊኖር የሚገባው ግንኙነት፥ ወይም ሰላም የተጠበቀ እንዲሆንና እንዲዘልቅ ኃላፊነቱ እነርሱ ላይ ብቻ የተጣለ ይመስላቸዋል። ከላይ ታሪኳን እንደሰማነው ሐረገ ወይን፥ አስቸጋሪ የሆነው ባሏ የሚያሳየው ጠባይ የቤቱን ሰላም የሚያደፈርስ በመሆኑ፥ ስለ መጥፎ ጠባዩ ራሱ ተጠያቂ መሆን ሲገባው፥ የቤተሰቡን ሰላም ለመጠበቅ ስትል ሁልጊዜ የጠየቀውን ወይም የፈለገውን ነገር "እሺ!" ማለቷ ትክክል አይደለም። ምንም ያህል ዋጋ ቢያስከፍላትም ቁጣውን ስለምትፈራ ብቻ እንዳይቆጣ ወይም እንዳይበሳጭ የማድረግ ኃላፊነት ያለባት ይመስላታል። የራሱን መጥፎ ባሕሪ መቆጣጠር የተሳነው ባሏ ተጠያቂ መሆን ያለበት እርሱ ራሱ እንጂ፥ እርሷ እንዳልሆነች አልተገነዘበችም።

ሁልጊዜ ሌላውን ደስ እያሰኙ የሚኖሩ ሰዎች ያለአግባብ የሌላውን ሰው ኃላፊነት እንደራሳቸው አድርገው በመውሰዳቸው፥ አስቸጋሪ ሰዎችን በመጥፎ ባሕሪያቸው እንዲቀጥሉ እንደሚያደርጉ፥ እንዲሁም ከበለጠ ችግር ውስጥ ራሳቸውንም ሆነ ሌላውን እንደሚከት የተረዱት አይመስሉም። ጤናማ በሆነው ዓለም፥ ለሌላው ለምናደርገው መልካም ነገር፥ ተመሳሳይ የሆነ በጎ ነገር፥ ሌላው ቢቀር ምስጋናን እንጠብቃለን። "በጎ ስላደረግሁልህ አንተም በተራህ በጎ ልታደርግልኝ ይገባል" በማለት ገልጠን ባንናገርም፥ የምንጠብቀው እንዲህ ዓይነት መሆኑ ግልጽ ነው። ይሁን እንጂ ያለንበት ዓለም እንደምናስበውና እንደምንጠብቀው ሆኖ አናገኘውም። ምክንያቱም ዓለማችን ምስጋና ቢስች፥ ስካፎች፥ የራሳቸውን መንገድ ብቻ የሚፈልጉ፥ በሰው ትከሻ የሚኖሩ ሰዎች የበዙበት ዓለም በመሆኑ ነው። ሰውን ሁልጊዜ ደስ ለማሰኘት የሚደክሙ ሰዎች፥ ራስ ወዳዶችንና ስለሌላው ሰው ግድ የሌላቸውን ሰዎች ስሁተታቸው እንዳይታያቸው እያደረጉ እንደሆነ አልተረዱትም። እንዲህ ዓይነቱ ሁኔታ ያበላሻቸው አንዳንድ አስቸጋሪ ሰዎች፥ ለሚደረግላቸው በጎ ነገር በማመስገን ፈንታ፥ ሌላው ሰው ለእነርሱ የማድረግ ግዴታ ያለበት ይመስል፥ ሁልጊዜ "ይደረግልኝ..." ይላሉ። ከመጠን በላይ ራሰ ወዳዶች በመሆናቸው፥ በልዩ ዓይነት ሁኔታ መያዝ መብታቸው፥ እንዲሁም ሌላው ሰው እነርሱን የማገልገልና የማስደሰት ግዴታ ያለበት ይመስላቸዋል።

ሁልጊዜ ልጆቻቸውን ለማስደሰት ሲሉ ጤናማ ያልሆነውን ነገር እንዲያደርጉ የሚፈቅዱ፥ ወይም ልጆቻቸውን "እምቢ!" ለማለት አቅም የሚያጡ ወላጆች፥ ሳያውቁት ራሳቸውን በልጆቻቸው ቁጥጥር ውስጥ ያውላሉ። እንዲሁም አለቃቸውን ለማስደሰት ሲሉ ብቻ ሠርተው ሊጨርሱት የማይችሉትን የሥራ ኃላፊነት ሲቀልሉባቸው ዝም የሚሉ ሠራተኞች፥ በሥራቸው ይህን ያህል ደስተኞች አይደሉም። ከሌላው ሰው ጋር ያላቸው ወዳጅነት እንዳይበላሽባቸው ብለው እንጂ፥ የሚያደርጉት ነገር ልክ እንዳልሆነ ማወቅ አቅቷቸው አይደለም። ከላይ ያየናቸው አንዳንድ ሰዎች ያላቸው ግንኙነት በእኩልነት መንፈስ ላይ የተመሠረተ ስላልሆነ ጤናማ አይደለም። በጎ ናቸው የሚሏቸውን ነገሮች የሚያደርጉት ደስ ብሏቸው ሳይሆን፥ "ጥሩ ሰው" የመባል ጥማት ወይም ፍላጎት ስላላቸው ብቻ ነው። እንዲሁም ሌላው ወገን ሲያበላሽ "ልክ አይደለህም!" ብለው የማይናገሩት፥ ቅር ይሰኝብናል፥ ወዳጅነታችን ይበላሽብናል ብለው በመፍራት ነው። "እሺ" የማይባለውን "እሺ" ሲሉ፥ ትክክል ካልሆነ ድርጊት ጋር መተባበራቸው መሆኑን ግን አልተገነዘቡም። ሌላውን ለማስደሰት ከመሥመር የወጣውን ነገር ይፈጽሙ እንጂ፥ በሚያደርጉት ነገር ደስተኞች አይደሉም።

3. ሰውን ሁልጊዜ ደስ የማሰኘት ኃላፊነት የለብንም

በየትኛውም ቤተሰብ ውስጥ፥ አጥቢያ ቤተ ክርስቲያን፥ መሥሪያ ቤትም ሆነ የሕዝብ ማሕበር ውስጥ፥ እያንዳንዱ አባል ለሕብረቱ ዕድገት ወይም ጥቅም በግሉ የሚያደርገው አስተዋጽኦ አለ። አጥጋቢ የሆነ ዕድገት የሚታየው፥ እያንዳንዱ በድርጅቱ ውስጥ ያለው ሰው የሚሠራው ሥራና እንዲሁም ኃላፊነቱ በግልጽ ሲታወቅና ሁሉም ኃላፊነቱን በሚገባ ሲፈጽም ነው። ማንኛውም ሰው በየቀኑ የሚፈጽመው የሥራ ድርሻ፥ አንድ ነገር ብቻ ሳይሆን፥ ብዙ እንደሆነ የታወቀ ነው። ለምሳሌ አንድ ሰው፥ ለልጆቹ ወላጅ፥ ለጓደኞቹ ጓደኛ፥ እንዲሁም በዕለታዊ ሥራው የተለያየ የሥራ ድርሻ ያለው ሰው ይሆናል። በተሰጠው የሥራ ድርሻ ላይ ተሰልፎ ከእርሱ የሚጠበቅበትን መፈጸም አለበት። የተሰጠውን የሥራ ድርሻ ወይም ኃላፊነት ሲፈጽም፥ "እንዲህ መሆን አለበት" በማለት እንዲሠራ ትእዛዝ የሚሰጡትና እንዲሁም ከእርሱ አስፈላጊውን ውጤት የሚጠብቁ ሰዎች አሉ። እርሱም ኃላፊነቱን ለመወጣት በሚሞክርበት ወቅት፥ ሁለት ምርጫዎች አሉት። ይኸውም አንደኛ፥ በመረጠው ምርጫ ደስ ብሎት ኃላፊነቱን መወጣት ሲሆን፥ ሁለተኛ፥ ደስ ባይለውም "ማድረግ አለብህ" ስለተባለ፥ ወይም ከእኔ ይጠበቅብኛል ብሎ በማሰብ ብቻ የሚፈጽመው ኃላፊነት አለ። ሰውን ሁልጊዜ ለማስደሰት የሚፈልጉ ሰዎች "የምናደርገው በምርጫችን፥ ወይም ደስ ያለንን ነው" ይበሉ እንጂ፥ እንሠራለን የሚሉትን ሥራ የሚሠሩት በሁለተኛው ነጥብ ላይ በተገለጸው ምክንያት፥ ይኸውም "ሌሎች ከእኔ ይህን ይጠብቃሉ" ብለው በማሰብ ነው። የሌላው ግፊትም ሆነ "ከእኔ ይጠበቅብኛል" የሚለው አሳብ ውሳኔ አሰጣጣችንን በጣም የሚነካ እንደሆነ የታወቀ ነው። የምንሠራው ሥራ በሌላው ግፊት ምክንያት እንደሆነ በግልጽ አይታወቅ እንጂ፥ በሕይወታችን ትልቅ ተጽእኖ የማድረግ ኃይል እንዳለው ግን እናውቃለን። ሁልጊዜ ሰውን ለማስደሰት ብቻ የመፈለግ አቋም እንዳለንና እንደሌለን ለመለየት እንድንችል፥ ዶክተር ሊስ ካርተር ልንጠይቃቸው የሚገቡንን አንዳንድ ጥያቄዎችን ጽፈዋል።[14]

- ♦ *ሌሎች ሰዎች እንድናደርግ ስለ ነገሩን፥ ወይም ከእኛ ይጠብቃሉ በማለት ብቻ ደስ የማይለንን፥ ማድረግ የማንፈልገውን ነገር የምናደርግበት ጊዜ አለ?*
- ♦ *ከአቅማችን በላይ የሆነውን፥ ወይም በጊዜ ጥበት ምክንያት ልንሠራው የማንችለውን ኃላፊነት ወስደን ይሆን?*

---

[14] Carter, Les. People Pleasers, Broadman & Holman Publishers, Nashville, Tennessee, c2000.

- *"እኔ ካልሠራሁት ሌላ ሰው አይሠራውም" በማለት ብቻ የምንሠራው ሥራ አለ?*
- *የወሰንነው ውሳኔ ላይ የደረስነው ሌላው ሰው እንዳይቀየመን፣ እንዳያዝንብን ብቻ ብለን ነው?*
- *ሥራውን በማከናወን ላይ እያለን፣ አሁን የምንሠራውን ሥራ በመሥራት ፈንታ ሌሎች መሥራት ያለባቸው ነገሮች ይታዩን ይሆን?*

ብዙ ጊዜ ሰውን ደስ የማሰኘት ፍላጎት ያላቸው ሰዎች፣ ምን መሠራት፣ እንዴት መሠራት እንዳለባቸው የሚወስኑት፣ ያላቸውን ጊዜና ጉልበት የሚያጠፉት እነርሱ አስፈላጊ ነው ብለው ባመኑበት ነገር ላይ ሳይሆን፣ ለማስደሰት የሚፈልጓቸው ሰዎች በመረጡት ነገር ላይ ብቻ ነው። አንድ ነገር ልክ ባይመጣ ማስተካከል፣ ወይም አንድ ሰው የሚያስፈልገው ነገር ቢኖር ያንን ማቅረብ የእነርሱ ኃላፊነት ይመስላቸዋል። ሰውን ፈጽሞ ቅር ማሰኘት ስለማይፈልጉ፣ እንዲሠሩ የተጠየቁትን፣ ማድረግ የማይችሉትን ሁሉ "እሺ!" በማለት ኃላፊነት ይወስዳሉ። ቀደም ሲል የተቀበሏቸው ሌሎች ሥራዎችና ኃላፊነቶች ጊዜያቸውን ስለሚሻሙባቸው፣ "እሺ!" ብለው የተቀበሉት ሌላው ሥራ ሳይሠራ ይቀርና፣ የገቡትን ተስፋ ባለመፈጸማቸው ምክንያት እናስደስታለን ያሉትን ሰው ያስቀይሙታል። እንደገቡት ተስፋ ከሠሩ ደግሞ፣ ሌሎች ሥራዎች ሳይሠሩ ይቀሩና ሌሎችን ያስቀይማሉ። ስለዚህ ሰውን ሁልጊዜ ለማስደሰት የሚፈልጉ ሰዎች፣ በማስደሰት ፈንታ ብዙዎችን ቅር እንደሚያሰኙ ብዙ ጊዜ አያስተውሉትም። በሌላ በኩል ደግሞ እናስደስታለን ብለው የደከሙት ድካም ፍሬ ሲያጣ ሰዎች ቅር ሲሰኙባቸው እያዩ በራሳቸው ደስ እንዳይላቸው ይሆናሉ። ይህንን የተረዱ፣ በሰው ጉልበት መኖር ፍጹም ቅር የማይላቸው አንዳንድ አስቸጋሪ ሰዎች፣ ሰውን "እምቢ! አልችልም! ከአቅሜ በላይ ነው" ማለት የማይችሉትን ሰዎች አቅማቸው ከሚፈቅድላቸው በላይ ሲጠቀሙባቸው ይታያሉ። ድፍረት አግኝተው "አልችልም" ቢሉ፣ የበደለኛነት ስሜት እንዲሰማቸው የማድረግ ችሎታ አላቸው። እተኙበት ድረስ ምግብ ሠርተው እንዲያቀርቡላቸው፣ *"እንዲህ ታምሜ ስሰቃይ ዝም ብለህ ታየኛለህ"....."* በማለት ጨካኝ የሆነ መስሎ እንዲሰማው ያደርጉታል። የሚያሳዝነው፣ ስለዚህም ሰውን ሁልጊዜ በማስደሰት የሚያምኑ ሰዎች፣ ሌሎችን ለማስደሰት በሚሠሩት ሥራ ደስተኞች አይሆኑም።

4. ሌላውን ለማስደሰት፣ የራስን ፍላጎት ችላ ማለት ትክክል አይደለም

ሁሉ ነገር የተሟላለት፣ "ከሰው ምንም አልፈልግም፣ ለብቻዬ ብቁ ነኝ" ማለት የሚችል በዓለም ውስጥ ማንም የለም። ከተወለድንበት ጊዜ ጀምሮ፣ እሁን እስከ ደረስንበት ዕድሜ ድረስ፣ ፍላጎታችንን ለማርካት በሕይወታችን የሰዎች ዕርዳታ አስፈልጎናል። በሕይወታችን ዕርካታና እንዲሁም የምንፈልገውን ዓይነት ውጤት ለማግኘት የሰዎች ፍቅር፣ የሰዎች ሕብረትና ግንኙነት፣ እንዲሁም ልዩ ልዩ የማበረታቻ ቃል ያስፈልገናል። እንዲሁም ገንዘብ፣ ምግብ፣ መጠለያና ልብስ ያስፈልገናል። ሲከፋንም ሆነ ደስ ሲለን ስሜታችንን የምናካፍላቸው፣ ለሕይወታችን ዕድገት ምክንያት የሚሆኑን ሰዎች ያስፈልጉናል። እነዚህ ነገሮች የሚያስፈልጉን እኛ ብቻ ሳንሆን፣ ሌሎችም ሰዎች እንደሚያስፈልጋቸው ማወቅ አለብን። ሰውን ሁልጊዜ በማስደሰት የሚያምኑ አንዳንድ ሰዎች፣ እነዚህ ከላይ የዘረዘርናቸው ነገሮች፣ ለእነርሱም እንደሚያስፈልጋቸው ማወቅ የሚያቅታቸው አይደሉም። ስህተታቸው፣ የራሳቸውን የተፈጥሮ ፍላጎት ችላ ብለው ሁልጊዜ በሌሎች ፍላጎት ላይ ብቻ ትኩረት መስጠታቸው ነው።

ተዋበች ከመጠን በላይ ራሷን የምትወድ ሴት በመሆኗ፣ ሌላውን ሰው ምንም ዓይነት ዋጋ ቢያስከፍልም፣ "የምፈልገውን ሁሉ ማግኘት አለብኝ" ብላ የምታምን ነች። የምትፈልገውን ነገር በኃይልም ሆነ በሌላ ዘዴ ካላገኘች፣ "እምቢ!" ያለውን ሰው የመበቀል ልብ አላት። ያጋጠማት ባል ደግሞ ከአቅሙ በላይ እንዲያደርግ ሲጠየቅ "አልችልም" ማለት የማይሆንለት፣ ወይም "እምቢ!" ቢል ኃጢአት የሚመስለው ሰው ነው። ተዋበች በራሷ ላይ ብቻ ያተኮረች ብቻ ሳትሆን፣ የምትፈልገውንም ካላገኘች ለማንም ሰላም የማትሰጥ ነች። ባሏ፣ ታፈሰ ከዚህ በፊት "አልችልም" በማለቱ ከፍተኛ ችግር እንደ ደረሰበት ስለሚያስታውስ፣ ቢወድም ባይወድም ለጠየቀችው ጥያቄ ሁሉ "እሺ!" ማለት እንዳለበት አምኖ የተቀበለ ይመስላል። ተዋበች ሁልጊዜ ምሳ ከበላች በኋላ ለሁለት ሰዓት ያህል ዕንቅልፍ መተኛት ለምዳለች። ሁለቱ ልጆቿ ትምህርት ቤት በሚውሉበት፣ እንዲሁም ባሏ ታፈሰ ሥራ በሚሆንባቸው ቀናት፣ ይኸውም ከሰኞ እስከ አርብ የእርሷ መተኛት በቤተ ሰቡ ላይ ይህን ያህል የሚያመጣው ተጽእኖ አይኖርም። ሁሉም እቤት በሚገኙበት ቀናት፣ ይኸውም ቅዳሜና ዕሁድ ግን ትልቅ ችግር እየፈጠረ ነው። ተዋበች መተኛት በለመደችበት ሰዓት ባሏን ታፈሰን ጠርታ "ልጆቹ እንዳይንጫጩና እንዳይቀሰቅሱኝ ጠብቅ" ብላው ወደ መኝታዋ ትሄዳለች። እርሱ ሊሠራው ያለበው ሥራ መኖር አለመኖሩን ጠይቃ ለመረዳት አትፈልግም። ቢኖረውም ግድ የላትም። የግድ የእርሷን ፍላጎት ማሟላት አለበት ብላ ታምናለች።

ተዋበች መተኛት በምትፈልግበት ሰዓት፥ ታፈሰ በዚያን ወቅት ለመሥራት ያሰበውን ሥራ ትቶ፥ "እናታችሁ ተኝታለችና አትንጫጩ" እያለ ልጆቹን መጠበቅ ነበረበት። ድንገት ልጆቹ ድምጽ ቢያሰሙና እንቅልፏን ሳትጨርስ ብትነቃ፥ የተዋበች ቁጣ ልጆቹ ላይ ሳይሆን፥ ታፈሰ ላይ እንደሚሆን የታወቀ ነው። "ምን ትጠብቃለህ?" ብላ ትጮኽበታለች። ለዚህ ዓይነት ባሕሪዋ "መልስ ብሰጥ የበለጠ የከፋ ይሆንብኛል" ብሎ ስለሚፈራ፥ በውስጡ እያዘነ፥ "ለመሆኑ እኔ ባል ነኝ ወይስ ሚስት?" ብሎ ራሱን ይጠይቃል። ይሄም ሁኔታ ለራሱ ዝቅተኛ የሆነ ግምት እንዲኖረው ምክንያት ሆኖበታል። ታፈሰ "አድርግ" የተባለውን ነገር የሚያደርገው ደስ ብሎት አይደለም። ሁልጊዜ ለሚጠየቀው ጥያቄ ሁሉ "እሺ!" ባይ በመሆኑ በራሱ ላይ ቅሬታ ያለው ሰው ነው። ተዋበች "ልተኛ ነው" ብላ የመኝታ ጊዜዋን ስታመቻች፥ ከታፈሰ ጋር ተማክራ፥ እርሱ ሌላ ነገር ለመሥራት ያሰበው እንዳለና እንደሌለ አጣርታ አይደለም። እርሷ በፈለገችበት ሰዓት የመተኛት መብት፥ እርሱ ደግሞ እርሷ ስትተኛ ጸጥታ የማስጠበቅ ግዴታ ያለበት ይመስላታል። *"ሥራ አለኝ! አንቺ ተኝተሽ እኔ ልጆቹን መጠበቅ የለብኝም... አልችልም..."* ቢል፥ ተቆጥታ ከፍተኛ ጸብ ይነሳል ብሎ ስለሚፈራ፥ የቤተሰቡንና የራሱን ሰላም ለመጠበቅ ሲል፥ ደስ ባይለውም "አድርግ" የተባለውን ሁሉ ያደርጋል። ታፈሰ በእሺታው ለቤተሰቡ ሰላም ያመጣ ይምሰለው እንጂ፥ ተዋበች መቆጣቷ ሁልጊዜ የምትፈልገውን ነገር የሚያስገኝላት ስለሚመስላት፥ በዚህ ዓይነት መጥፎ ባሕሪዋ እንድትቀጥል፥ ኃላፊነቷን በትክክል መወጣት እንዳለባት እንዳትማር እንቅፋት እንደሚሆንባት፥ እንዲሁም የራሱን ፍላጎት ችላ በማለቱ በሕይወቱ የዝቅተኛነት መንፈስ እንዲሰማው እያደረገ መሆኑን ግን አልተረዳውም።

ታፈሰ የተዋበችን ፍላጎት ብቻ ይሟላላት ሲል፥ የራሱን ፍላጎት ሁልጊዜ ወደ ጎን ገፍቶ እንዲያደርግ የተጠየቀውን ሁሉ "እሺ!" ብሎ ያድርግ እንጂ፥ የሚያደርገው ነገር ሁሉ ቅር እያለው እንጂ ደስ ብሎት አይደለም። ደስ ሳይለው፥ በልቡ ውስጥ ቅሬታ እየተሰማው ከማድረግ፥ ወይም እንዲያደርግ የተጠየቀው ነገር ከራሱ ዕቅድ ጋር የሚጋጭ ከሆነ "አልችልም! ለመሥራት ያሰብኩት ሌላ ሥራ አለኝ" ለማለት ድፍረት እንዲኖረው ራሱን የግድ ማለማመድ አለበት። "እምቢ!" ማለት ሲገባ "እሺ!" ማለት የጥሩ ጠባይ ምልክት አይደለም። ጨለማን ጥቂት ብርሃን እንጂ ሌላ ጨለማ እንደማያጠፋው የታወቀ ነው። ልክ እንደዚሁ *መጥፎ ጠባይ፥ በሌላ መጥፎ ጠባይ ሊሻሻል አይችልም።* ስለሆነም፥ የእርሷን መጥፎ ጠባይ (ተቆጪነትና ኃይለኛነት)፥ በእርሱ መጥፎ ጠባይ፥ ይኸውም (ሁልጊዜ እሺ ባይነት) ሊያስተካክለው እንደማይችል መረዳት አለበት። ሁልጊዜ "እሺ!" ማለት ያስቸጋሪውን ሰው ጠባይ ምን ጊዜም ቢሆን ሊለውጠው እንደማይችል ከአስቸጋሪ ሰዎች ጋር የሚኖሩ ሁሉ ሊያውቁት ይገባል። አስቸጋሪ ሰዎች "እምቢ!" የሚለውን ቃል መስማት የማይወዱት፥ የማይዋጥላቸው ይሁን እንጂ፥ የግድ እንዲሰሙት ማድረግ ያስፈልጋል። ለመጀመሪያ ጊዜ "እምቢ!" የሚሰውን ቃል ሲሰሙ፥ ዓለም በራሳቸው ላይ የተገለበጠባቸው ሊመስላቸውና ትልቅ ችግር አብሯቸው በሚኖረው ሰው ላይ ሊፈጥሩ ይችላሉ። ይሁን እንጂ፥ በግዳቸው፥ ሳይወዱ ይለምዱታል። "እምቢ!" መባልን መቀበል የማይሆንላቸው ከሆነ፥ ለአንዴና ለመጨረሻ ጊዜ የሕይወታቸውን አቅጣጫ ቢለውጠውም የግድ መስማት አለባቸው።

ንጉሤ ያለውን የዓመት የሥራ ፈቃዱን ወስዶ ሁለቱን ልጆቹን ፍሎሪዳ ያለውን ዲዝኒ ወርልድ ለማሳየት ብዙ ጊዜ ይመኝ ነበር። ይህንን አሳቡን ለሚስቱ ለዳርምየለሽ ነገራት። አሳቡ መጀመሪያ ከእርሷ ስላልመጣ "ይሁን" ለማለት አመነታች። መጨረሻ ላይ ግን ስለተስማማች የሚሄዱበት ቀን ተወሰነ። ልጆቹም ተነግሮአቸው በናፍቆት መጠበቅ ጀመሩ። ለጉዟቸው የሚያስፈልጋቸውን ነገር ሁሉ አዘጋጁ። ለመሄድ በወሰኑበት ቀን ጥዋት ንጉሤ ዳርምየለሽን "ለግማሽ ሰዓት ቢሮ ሄጄ እመጣለሁና ተዘጋጂና ጠብቂኝ። ልክ እንደመጣሁ ጉዞ እንጀምራለን" አላት። ንጉሤ ባለው ቃል መሠረት በግማሽ ሰዓት ውስጥ ቢሮው ደርሶ ተመለሰ። የሚወስዱትን ዕቃ መኪና ውስጥ ካስገቡ በኋላ ከቤታቸው ግቢ ወጡ። እስከ አሁን ሁሉም ነገር ሰላም ነው። ቤንዚን ማደያ ቆም አድርገው ንጉሤ ቤንዚን እየቀዳ ሳለ፥ ዳርምየለሽ አዕምሮ ውስጥ ለካ አንዳንድ ነገር ይመላለስ ኖሮ፥ መኪና ውስጥ ገብቶ እንደተቀመጠ፥ *"አንዳንድ ነገር አዕምሮዬን ረብሾኛልና ጉዞ ከመጀመራችን በፊት አንድ ጊዜ እቤት ሄደን እንነጋገር..."* አለችው። ንጉሤም *"ጊዜው በጣም ረፍዷል፤ ቶሎ መድረስ እንድንችል ብንሄድ ይሻላል። እየነዳንም እኮ መነጋገር እንችላለን..."* አላት። ንጉሤ ዳርምየለሽን "እምቢ!" ቢል ምን እንደሚደርስበት ስለሚያውቅ በጣም እያዘነና ቅር እያለው ሰላም ለመፍጠር ሲል፥ እየነዱ ወደ ቤታቸው መጡ። ልጆቹን መኪና ውስጥ ትተው ሁለቱ ብቻ ወደ ቤት ገቡ። ንጉሤ ዳርምየለሽን ተከትሎ ወደ መኝታ ቤት ገባ። ምንም ቃል ሳትናገር አልጋ ላይ ወጥታ ተኛች። "...ለምን ትተኛለሽ? እንነጋገር እንጂ..." አላት። ዳርምየለሽ ግን ምንም ዓይነት መልስ አልሰጠችውም። "እንግዲያውስ እንሂድ አላት..." አሁንም ፈቃደኛነቷን አላሳየችም። በዚህ ዓይነት ግማሽ ሰዓት ያህል ከለመናት በኋላ ልጆቹን *"...አንሄድም... በቃ ቀርተናል... እናታችሁ መሄድ አልፈለገችም..."* ብሎ ከመኪናው እንዲወጡ ነገራቸው። ልጆቹም ዓመት ሙሉ ሲመኙትና ሲጠብቁት የነበረ ቀን በመሆኑ በጣም ተበሳጩ። *"እርሷ መሄድ ካልፈለገች፥ ታዲያ እኛ ለምን አንሄድም? ሁልጊዜ የእርሷ ፍላጎት ብቻ ለምን ይፈጸማል?.."* በማለት እየተበሳጩ ተናገሩ። ንጉሤ በሁለቱ መካከል ከፍተኛ ውጥረት ተሰማው። በአንድ በኩል ልጆቹ ያሳቸውን ዓይነት ወኔ፥ ይኸውም "ካልፈለገች የራሷ

ጉዳይ ነው…" ብሎ ማለት አለመቻሉ፥ ምን ያህል ደካማ እንደሆነ ተሰማው። "ትቶ ቢሄድ ደግሞ፥ እንዲህ ዓይነቱን ውሳኔ አድርጎ ስለማያውቅ፥ ዓለም በላዩ ላይ የሚገለበጥበት መስሎ ተሰማው።

ንጉሤ ይህን ትልቅ ውሳኔ ለብቻው መወሰን እንደማይችል ስለተገነዘበ፣ በጣም ወደሚቀርበው ክርስቲያን ጓደኛው ምክረ ጋ ሰልክ በመደወል ሁኔታውን አጫወተው። *"በዚህ ዓይነት ሁኔታ፥ አንተ እኔ ያለሁበት ቦታ ብትሆን ኖሮ ምን ታደርግ ነበር?"* ብሎ ጠየቀው። ምክረም፥ *"እኔ አንተ ያለህበት ቦታ ብሆን ኖሮ፥ ዳርምየለሽ 'አልሄድም' ካለች' በወጣው ፕሮግራም መሠረት እርሷን እቤት ትቼ፥ ልጆቼን ብቻ ይዤ እሄድ ነበር…"* ሲል መለሰለት። በአሥራ አምስት ዓመት ጋብቻቸው ውስጥ ንጉሤ ዳርምየለሽን "እምቢ!" ብሎ ስለማያውቅ፥ ነገሩን ቢደግፈውም ባይደግፈውም፥ ቢወድም ባይወድም ሁልጊዜ እርሷ የምትፈልገውን ብቻ ስለሚያደርግ፥ ምክረ እንደ መከረው ካደረገ ዓለም በላዩ ላይ የሚገለበጥበት እስኪመስለው ደረሰ በጣም ፈራ። ከፍርሃቱ የተነሳ፥ *"…ለመጨረሻ ጊዜ አንድ ዕድል ብሰጣት ምን ይመስልሃል?…"* ብሎ ጠየቀው። *"የህሊናህን ክስ የሚያቃልልህ ከሆነ፥ …ምን አለ አንድ የመጨረሻ ዕድል ስጣት…"* አለው። ንጉሤም ልጆቹን መኪና ውስጥ እንዲቆዩ አድርጎ ከአረጋጋቸው በኋላ ለዳርምየለሽ የመጨረሻ ዕድል ለመስጠት ወደ መኝታ ቤት ሮጦ ገባ። እንደተለመደው፥ *"…እባክሽን ልጆቹ ተንገላቱ… ተነሺና እንሂድ…"* አላት። ዳርምየለሽ ግን ምንም ዓይነት መልስ አልሰጠችውም። በመጨረሻም *"…ከዚህ በኋላ የአሥር ደቂቃ ጊዜ እሰጥሻለሁ… መኪና ውስጥ ሆነን እንጠብቅሻለን። በአሥር ደቂቃ ውስጥ ባትመጪ ትተንሽ እንደምንሄድ እወቂ…"* ብሏት ወጣ። ዳርምየለሽ የንጉሤን ልብ ስለምታውቅ፥ በልቧ *"…ይህን ያህል የወንድነት ወኔ የት አለህ?…"* ብላ ሳታስብ እንዳልቀረች እንገምታለን። ይግረማትና የሰጣት አሥር ደቂቃ ልክ ሲያልፍና አለመምጣቷን ሲያይ፥ ልጆቹን ይዞ ወደ ዲዝኒ ወርልድ ሄደ። ንጉሤና ልጆቹ በጣም ጥሩ ጊዜ አሳልፈው መጡ። ይህን ዓይነቱ ጠንካራ ውሳኔው ለአንዴና ለመጨረሻ ጊዜ የንጉሤንና የዳርምየለሽን የሕይወት አቅጣጫ ቀየረው። ንጉሤም ከዚያን ቀን ጀምሮ "ሁልጊዜ ለጥያቄዋ ሁሉ 'እሺ!' ማለት አለብኝ" የሚለውን እምነቱን ትቶ፥ ሚዛናዊ የሆነ መልስ መስጠት ጀመረ።

ንጉሤን የመሳሰሉ ሰዎች፥ ደስ ሳይላቸውና ሳይወዱ፥ እንዲሁም እየቆረቆራቸው "እምቢ!" ማለት ሲገባቸው "እሺ!" የሚሉበት ዋናው ምክንያት፥ የእነርሱም ሆነ የሌላው ሰው ሰላም እንዳይደፈርስ ሲሉ ብቻ እንደሆነ የታወቀ ነው። ይሁን እንጂ፥ ትክክለኛ ባልሆነ መንገድ የሚገኝ ሰላም፥ እውነተኛና ዘለቄታ ያለው ሰላም አይሰጥም። ቀደም ሲል ምሳሌ እንዲሆነን የጠቀስነው የተዋበችና የታፈሰ ታሪክ ትዝ ይለናል። ሁልጊዜ ስለ ራሷ ምቾት ብቻ የምታስበው ተዋ

በች፥ ባሏን ታፈሰን "እኔ ልተኛ ነውና ልጆቹን ጠብቅ" ስትለው፥ "ለመሥራት ያሰብኩትን ነገር ትቼ ልጆቹን መጠበቅ አልችልም" ቢላት፥ ከፍተኛ ጦርነት እንደሚያመጣበት ግልጽ ነው። ይሁን እንጂ፥ ጊዜያዊ የሆነ ሰላም መፈለጉ ብቻ ተዋበች አስቸጋሪ የሆነውን ባሕሪዋን እንዳታሻሽል ዕንቅፋት ሆኗል። እንዲህ ዓይነቱ ግንኙነት በእኩልነት መንፈስ ላይ የተመሠረተ ስላልሆነ፥ ጤናማ አይደለም። ተዋበች ታፈሰን መጠቀሚያ የምታደርገው፥ *"…ባሎች ሆይ! ክርስቶስ ቤተ ክርስቲያንን እንደ ወደዳት፥ ሚስቶቻችሁን ውደዱ.."* የሚለውን የመጽሐፍ ቅዱስ ጥቅስ በመጥቀስ ነው። እዚህ ላይ ታፈሰና እንዲሁም እርሱን የመሰሉ አንዳንድ ሰዎች ያልተረዱት እውነት ቢኖር፥ "መውደድ" ማለት፥ ራሳቸውን ከመጠን በላይ ለሚወዱ ሰዎች መጠቀሚያ መሆን ማለት እንዳልሆነ ነው። ሚስቱ "አድርግልኝ" ለምትለው ነገር ታፈሰ "እምቢ!.." ያለ እንደሆነ፥ "…ሕይወቴን ከእግዚአብሔር ቃል ውጪ አደረግሁ…" ብሎ በማሰብ ህሊናውን የሚቆረቁረው መሆኑን በደንብ ታውቃለች። ታፈሰም ሆነ እርሱን የሚመስሉ አንዳንድ ሰዎች ያልተረዱት ነገር ቢኖር "እምቢ!" ማለት ኃጢአት እንዳልሆነ፥ ኃጢአት የሚሆነው፥ "እምቢ!" ማለት ሲገባን "እሺ!" ስንል እንደሆነ ማወቅ ያስፈልጋል።

5. "እምቢ!" ማለት አክብሮት መከልከል አይደለም

ሰውን ማክበር በአገራችን የተለመደ ጥሩ ባህል ነው። በተለይ በዕድሜ ከእኛ የበለጡትን፥ እንዲሁም እናትና አባትን ማክበር አስፈላጊ ነው። ይሁን እንጂ፥ ትክክል ያልሆነ ነገር፥ ወይም ከአቅማችን በላይ የሆነ ትዕዛዝ ሲሰጥን "አልችልም" ማለት አለማክበር አይደለም። ዳኛቸው ከእናቱ ጋር ያለው ግንኙነት እንዳይበላሽበት በጣም ይፈራል። የፈራው መጥፎ ጠባይ ስላላቸው ሳይሆን፥ ብዙ ጊዜ ፍቅራቸውን ለመግለጽ ሲሉ ከመንገዳቸው ወጥተው ማድረግ ከሚችሉት በላይ ሲያደርጉ፥ የሚደረግለትን ነገር "አልፈልግም" ያለ እንደሆነ፥ በጣም ይጎዳሉ ብሎ ስለሚፈራ ነው። ከዳኛቸው በስተቀር ሌላ ልጅ ስለ ሌላቸው፥ አግብቶ የራሱን ቤተሰብ መሥርቶ ልጆች ወልዶ የሚኖር ቢሆንም፥ ሁልጊዜ ከአጠገባቸው እንዲርቅ አይፈልጉም። ለዳኛቸውም ሆነ ለልጅ ልጆቻቸው ብዙ መልካም ነገር የሚያደርጉ እናት ናቸው። ለልጃቸው ለዳኛቸው ብቻ ሳይሆን፥ ለልጅ ልጆቻቸው ልብሰም ሆነ ልዩ ልዩ መጫወቻዎችን እየገዙ ያመጡላቸዋል። እንዲሁም በልቶ የሚጠግብ ስለማይመስላቸው፥ ብዙ ጊዜ ምግብ እየሠሩ ያመጣሉ። ይሁን እንጂ የዳኛቸው ሚስት "እኔ ምግብ መሥራት አልችልም ወይ?" በማለት ብዙ ጊዜ ቅሬታ ይሰማታል። እናቱ በሚያደርጉት ነገር ሚስቱ ደስተኛ አለመሆኗን የተረዳው ዳኛቸው፥ እናቱን "እባክሽን

ምግብ እየሠራሽ አታምጪ" ብሎ ለመንገር "እናቴን አስቀይማት ይሆናል" በማለት ይፈራል።

ችግሩ የዳኛቸው ድፍረት ማጣት ብቻ ሳይሆን፥ እናቱም *"እምቢ!... አይቻልም... አልችልም... አይሆንልኝም"* የሚለውን ቃል መስማትም ሆነ መቀበል የማይችሉ መሆናቸው ነው። ሌላው ቀርቶ ስጦታ ሲያደርጉ እንኳን "በቃኝ! አልፈልግም!" የሚለውን ቃል ከሰሙ በጣም ያዝናሉ። "እሺ!" እንጂ "እምቢ!" እንዲባሉ አይፈልጉም። ዳኛቸውና ቤተሰቡ ቀደም ሲል ያወጡት ፕሮግራም እንዳላቸውና እንደሌላቸው ሳይጠይቁ አንድ ቀን ስልክ ይደውሉና *"ዛሬ ጥሩ እራት አዘጋጅቻለሁና እራት የምትበሉት እኔ ዘንድ ነው"* አሏቸው። እንደ አጋጣሚ ሆኖ በዚያን ቀን የዳኛቸው አለቃ እራት ጋብዟቸው ለመሄድ እየተዘጋጁ ነበር። እየፈራና እየተንቀጠቀጠ ዳኛቸው *"እማዬ! ዛሬ ማታ አለቃዬ ራት ጋብዞን ለመሄድ እየተዘጋጀን ነው"* አላቸው። ይህንን ሲሰሙ እናትየው በቁጣ፥ *"በምንም ዓይነት መምጣት አለባችሁ! ልጆቼም ናፍቀውኛል... ቀኑን ሙሉ ለፍቼ የሠራሁትን ምግብ እንዴት አንበላም ትላላችሁ?... ለአለቃህ የምትሰጠውን አክብሮት ለእኔ ለእናትህ የማትሰጠኝ እንዴት ብትንቀኝ ነው?...."* አሉት። *"መናቄ፥ ወይም ከአንቺ የበለጠ አለቃዬን ማክበሬ አይደለም። ቀደም ሲል የወጣ ፕሮግራም ነው..."* በማለት ሊያቀዘቅዛቸው ቢሞክር በጅ አልል አሉ። "ሁልጊዜ ማስደሰት አለብኝ" ብሎ ለሚያምነው ዳኛቸው ይሄ ሁኔታ በጣም አስቸጋሪ ሆነበት። ዳኛቸው እናቱ የጠየቁትን ሁሉ ካላደረገ፥ *"ልፋቴ ሁሉ ከንቱ ቀረ! ለመሆኑ ለአንተ ያላደረግሁት ነገር ምን አለ?"* በማለት የበደለኛነት ስሜት እንዲሰማው የማድረግ ችሎታ አላቸው።

እንደ ዳኛቸው እናት የተለያየ መንገድና ዘዴ በመጠቀም "እምቢ!" መባል የማይፈልጉ፥ ያለፍላጎታችንና ያለፈቃዳችን "እሺ!" የሚያስኙን አስቸጋሪ ሰዎች በሕይወታችን ይኖሩ ይሆን? የእኛን ለስላሳነትና "እሺ!" ባይነት የተረዱ ሰዎች ሁልጊዜ የእነርሱን ፈቃድ ብቻ እንድንፈጽም በማድረግ ኑሮ እንዲሰለቸንና እንዲመረን ሆነን ይሆን? እንደነዚህ ዓይነት አስቸጋሪ ሰዎች የሩቅ ሳይሆኑ፥ ወላጆቻችን፥ የኑሮ ጓደኞቻችን፥ ከአብራካችን የወጡ ልጆቻችን፥ የሥራ አለቆቻችን፥ ወዘተ. ሊሆኑ ይችላሉ። እንዲሁም "እምቢ! ከአቅሜ በላይ ነው" ማለት አቅቶን ቤተ ክርስቲያን ውስጥ ከምንችለው በላይ ልዩ ልዩ አገልግሎት ውስጥ በመግባታችን በጣም የተጣበበ ሕይወት ውስጥ እንኖር ይሆን? ድካማችንን የተረዱ የኑሮ ጓደኞቻችን "ያለ አንተ/አንቺ ምንም ማድረግ አይሆንልኝም" በማለት ሆዳችንን አራርተውት ይሆን? ሁልጊዜ ለሚጠይቁን ነገር ሁሉ "እሺ!" ብለን እጆቻችንን ስንሰጣቸው፥ ከእኛ ጋር እንዲጣበቁ፥ ራሳቸውን ችለው እንዳይቆሙና እንዳይንቀሳቀሱ የምናደርጋቸው መሆናችንን ለመሆኑ ተገንዝበነው ይሆን? ሰዎች በተቸገሩበት ወቅት ደርሶ መርዳት መቻል፥ ጥሩ

ዕድል ነው። ይሁን እንጂ፥ ችግሩ ከእኛ አቅም በላይ ከሆነ፥ "አልችልም" ለማለት አቅም ካነሰን፥ ራሳችንን ከመጉዳታችንም ሌላ፥ ሌላውም ራሱን ችሎ እንዳይንቀሳቀስ እንደምናደርግ ማወቅ አለብን። "እምቢ" መባልን በማይፈልጉ ሰዎች ጉዳት እንዳይደርስብን መጠንቀቅ አለብን። "እምቢ!" ለማለት ድፍረት የሌላቸው ሰዎች ዋናው ምክንያታቸው በእምቢታቸው ሌላውን የሚያስቀይሙ ስለሚመስላቸው ነው። የሌላው ሰው ስሜት ከሚጎዳ የነርሱ ስሜት መጎዳቱን የሚመርጡ ሰዎች አሉ። የሌላው ስሜት ጉዳት በራስ ወዳድነት ምክንያት የመጣ እንጂ፥ የእነርሱ "እምቢታ!" ያደረሰበት እንዳልሆነ አይረዱትም።

ሰውን ሁልጊዜ በማስደሰት የሚያምኑ ሰዎች ብዙ ጊዜ ሕሊናቸው በቀላሉ የሚቆረቁራቸው ናቸው። እምቢታቸው ሌላውን ሰው ካላስደሰተው፥ ቅር ካሰኘው፥ ወይም ካስቆጣው ከፍተኛ በደል በዚያ ሰው ላይ የፈጸሙ መስሎ ይሰማቸዋል። በቀላሉ ሕሊናቸው የሚቆረቁራቸው ሰዎች ለመሆኑ እንዴት ዓይነቶች ይሆኑ?

- *ትምህርቱን በማጥናት ፈንታ ብዙ ሰዓት ቁጭ ብሎ ቴሌቪዥን በማየት ጊዜውን የሚያጠፋውን ልጁን ትምህርት ባለበት ቀን "ቴሌቪዥን አታይም" በማለት አባትየው ቢከለክለው፥ "በልጄ ላይ ጨከንኩበት... ነጻነቱን ከለከልኩት..." በማለት በራሱ ላይ ቅሬታ የሚሰማው አባት፥*
- *"የምሳ ሳህን ይዤ አልሄድምና ምሳዬን መሥሪያ ቤት ድረስ ይዘሽልኝ እንድትመጪ..." ሲል ትእዛዝ ለሰጣት ባሏ፥ "...ሌላውን ሥራዬን ትቼ ለአንተ ምሳ ለማቅረብ ከምመጣ ራስህ ይዘህ ለምን አትሄድም..." ብትለው፥ የጠየቀውን ባለማግኘቱ ቢያኮርፋት፥ "...ባሌን አልታዘዝኩም...." በማለት ሕሊናዋን የሚቆረቁራት ሚስት፥*
- *የሚያገኘውን ገንዘብ በአግባቡ የማይጠቀም፥ አቅሙ ከሚፈቅድለት በላይ ውድ የሆነ ዕቃ የሚገዛ ሰው ጓደኛውን "እንግዳ ስለመጣብኝ ሆቴል ወስጄ እንድጋብዘው ገንዘብ አበድረኝ" ብሎ ጠየቀው። የጓደኛውን ጠባይ የሚያውቀው ሰው "ገንዘብ ከሌለህ ለምን ሆቴል ትጋብዘዋለህ? ቤት ውስጥ ያለውን ለምን አትጋብዘውም?" በማለት የጠየቀውን ገንዘብ ከለከለው። ከጥቂት ደቂቃ በኋላ ለምን ከለከልኩት በማለት ቅር የሚለው ጓደኛ፥*

ከላይ ባየናቸው ምሳሌዎች፥ የፈለጉትን ነገር ያላገኙ ሰዎች ቅር ቢላቸውም፥ ጥያቄው የቀረበላቸው ሰዎች የሰጡት ቁርጥ ያለ ውሳኔ ትክክለኛነቱ አጠያያቂ አይደለም። ያለአግባብ ሰውን ሁልጊዜ ለማስደሰት የሚሞክሩ ሰዎች የጠያቂዎችን ፈቃድ ካላሟሉ፥ "ስሜታቸውን ጎድቻለሁ" በማለት በቀላሉ

የሚቆረቁራቸው ናቸው። መረዳት ያለባቸው እውነት ቢኖር፣ ስሜታቸውን የጎዱት እነርሱ ሳይሆኑ፣ ጠያቂዎቹ ራሳቸው መሆናቸውን ነው።

6. አቅማችን የተወሰነ ስለሆነ ሰውን ሁሉ ማስደሰት አንችልም

ሰው *"አለኝ፣ የእኔ ነው"* የሚለው ነገር ሁሉ የተወሰነ ነው። ያለው ጉልበት፣ ያለው ገንዘብ፣ ያለው ጊዜ፣ የተወሰነ ነው። ወሰን የሌለው ነገር ያለው እግዚአብሔር ብቻ ነው። ሀብቱ፣ ጊዜውና ጉልበቱ ወሰን የለውም። ውስንነታችን ሁሉን ማድረግ፣ ሁሉን መስጠት፣ በሁሉም ቦታ በአንድ ጊዜ መገኘት፣ ሁሉን ሰው ማስደሰት፣ አያስችለንም። ውስንነታችን የትኛውን መያዝ፣ የትኛውን መተው፣ የትኛውን ማስደሰት፣ የትኛውን ቅር ማሰኘት እንዳለብን የግድ እንድንመርጥ ያደርገናል። ሰውን ሁልጊዜ በማስደሰት የሚያምኑ ሰዎች፣ ውስን መሆናቸውን ይረሱና ሁሉንም ለማስደሰት ሲሞክሩ፣ ያልጠበቁትን ዓይነት ውጤት ያገኛሉ። ከሚያስደስቱት ሰው ይልቅ የሚያስቀይሙት ሰው ይበልጣል። ንግድ ሥራ ትምህርት ቤት በምሠራበት ዘመን አንድ በጣም የሚቀርበኝ አስተማሪ ነበር። ይህ ሰው ሁልጊዜ ሰውን ሁሉ ማስደሰት ያለበት መስሎ የሚሰማው ሰው ነበር። በአንድ ወቅት የከፍተኛ ትምህርት ዕድል አግኝቶ ውጪ አገር ሊሄድ የቤት ዕቃውን እየሸጠ ነበር። ጥሩ ሶፋ ስለ ነበረው፣ አንዳንድ ሰዎች እየመጡ *"ሶፋውን እኔ መግዛት እፈልጋለሁና ለማንም እንዳትሸጥብኝ"* ይሉታል። እርሱም የጠየቁትን ሁሉ ደስ ማሰኘት ስለፈለገ፣ "እሺ! መግዛት ትችላለህ" የሚል መልስ ለሁሉም ይሰጣቸው ነበር። መሄጃው ቀን ሲደርስ፣ ሁሉም ሶፋውን ለመውሰድ ገንዘባቸውን ይዘው መጡ። ሶፋው አንድ ሲሆን፣ ሊገዙ የመጡት ሰዎች ግን አራት ነበሩ። የሰውየውን ጠባይ ስላልተረዱ፣ ሁሉም "ለመሸጥ ተስፋ የገባው ለእኔ ነው" አሉ። መጨረሻ ላይ ግን የገዛው አንድ ሰው ብቻ ሳይቀየም ሲሄድ፣ ሦስቱ ግን መቀየም ብቻ ሳይሆን፣ ለድበውትና ተጣልተውት ሄዱ። ያ ሰው ሶፋውን ለአራት ሰው ለመሸጥ ቃል የገባው፣ *"እከሌ ከእናንተ በፊት ጠይቆኝ እሸጥልሃለሁ ብዬ ቃል ስለገባሁለት፣ አዝናለሁ አልችልም"* ብሎ መልስ ያልሰጣቸው "ይቀየሙኛ ይሆናል" ብሎ ስለ ፈራ ብቻ ነው። ይሁን እንጂ፣ በመጨረሻ "አስደስታለሁ" ብሎ ያሰባቸውን፣ ከአንዱ ከገዛው ሰው በስተቀር ሁሉንም አስከፋቸው።

ሁላችንም በአንድ ቀን ውስጥ ማከናወን የምንችላቸው ነገሮች የተወሰኑ ናቸው። ምክንያቱም በአንድ ቀን ውስጥ ተወስኖ የተሰጠን ጊዜ 24 ሰዓት ብቻ በመሆኑ ነው። ተወስኖ የተሰጠን ጊዜ ብቻ ሳይሆን፣ አቅማችንም የተወሰነ ነው። ውስን በሆነው አቅማችንና ጊዜያችን መፈጸም የምንችለው የተወሰነ ሥራ ብቻ ነው። ስለዚህ በጊዜና በአቅም ማጣት ምክንያት ሳንሠራ የምንተዋቸው ነገሮች እንደሚኖሩ የታወቀ ነው። ሰውን ሁልጊዜ ደስ ለማሰኘት የሚሞክሩ ሰዎች ችግራቸው፣ በአንድ ጊዜ ሁሉን የማድረግ፣ ሁሉን የማስደሰት ችሎታም ሆነ አቅም እንደሌላቸው የማይረዱ መሆናቸው ነው። ከሚችሉት በላይ ሌላውን ለማስደሰት ሲሉ ራሳቸውን ይገፋሉ። ሲያቅታቸው፣ "ለምን አልቻልኩም?" በማለት በራሳቸው ያዝናሉ። ማንነታችንን ከሚያሳዩ ነገሮች መካከል አንደኛው፣ በሕይወታችን "ተቀዳሚነት" በምንሰጠው ነገር ነው። ትክክል ያልሆነ ቅደም ተከተል (priority) ካለን፣ ከሰው ጋር መጋጨት ብቻ ሳይሆን በሌሎች ዘንድ ጥሩ ምስክርነት እንዳይኖረን ምክንያት እንሆናለን። ለምሳሌ ቤተሰቡን እያስራበ፣ ለውጪ ሰው የሚበትን፣ "የታረዙትን አለብሳለሁ" ብሎ የራሱን ልጆቹ ራቁት የሚያስኬድ፣ "የተራቡትን ድሆች አበላለሁ" ብሎ የራሱን ልጆች የሚያስርብ ሰው ቢኖር፣ በመደነቅ ፈንታ ያደንቁኛል ብሎ ባሰባቸው ሰዎች ዘንድ "ግብዝ" ያሰኘዋል። ፍላጎታችን ብዙ ሲሆን፣ ያንን ፍላጎታችንን የምናሟላበት ነገር ግን በጣም የተወሰነ ስለሆነ፣ ከፍላጎቶቻችን መካከል መርጠን ጥቂቶቹን ብቻ ለማርካት መጣር አዋቂነት ነው።

ውስንነታችን ያ ብቻ አይደለም። በሌላው ሰው አዕምሮ ውስጥ ያለውን የማወቅም ሆነ የመረዳት ችሎታ የለንም። በሌላው ሰው አዕምሮ ውስጥ ያለውን ነገር "እናውቃለን" በምንልበት ጊዜ ችግር ይገጥመናል። ሌላው ችግራችን፣ እኛ በምንፈልገው ዓይነት እንዲያስቡ ሰዎችን ማድረግ የማንችል መሆናችንን በመዘንጋት፣ "ለምን እንደ እኔ አላሰባችሁም ወይም እኔ የማስበውን ለምን አላሰባችሁም" ማለታችን ነው። እኛ ብቻ ሳንሆን፣ ሌሎችም በሌላው ሰው አዕምሮ ውስጥ ያለውን የማወቅ ችሎታ ያለን ይመስል፣ ከእኛ ብዙ የሚጠብቁ ሰዎች እንደሚኖሩ የታወቀ ነው።

- *ባሏ በሰው አዕምሮ ውስጥ ያለውን የማወቅ ችሎታ ያለው ይመስል፣ የፊቷን ገጽታ ብቻ አንብቦ ስሜቷን እንዲያውቅላት ከባሏ የምትጠብቅ ሴት ትኖራለች።*
- *ቀደም ሲል ያወጣው ፕሮግራም ቢኖረውም፣ በአንድ ጊዜ ሁሉ ቦታ መገኘት የሚችል ይመስል "ዛሬ ማታ አብረን እናምሽ" ለሚለው ጥያቄ "አልችልም! ዛሬ ሌላ ፕሮግራም አለኝ!" የሚለውን መልስ ከሰጠ፣ የሚቀየሙ ሰዎች እንደሚኖሩ የታወቀ ነው።*
- *የሠራተኛውን ውሱን መሆን ያልተረዳ የሥራ አለቃ፣ በአንድ ቀን ተሠርቶ የማያልቀውን ሥራ በአንድ ሰዓት ውስጥ ሠርቶ እንዲያቀር ብለት ሠራተኛውን የሚጠይቅ አለ።*

በዚህ ዓይነት የግል ሕይወታችንን ስንመለከት በብዙ ነገር የተወሰንን መሆናችንን እናያለን። ስሁሉም ሰው "ሁሉ ነገር" መሆን አንችልም። ሁሉን ነገር ማድረግ እንደማንችል፥ ወይም ውሱኖች መሆናችንን እንዳያውቅብን የምንፈልገው ሰው ይኖር ይሆን? ውስን መሆናችንን ቢያውቁም እኛ "እሺ!" እስካልን ድረስ፥ ከምንችለው በላይ ወይም የማንችለውን ነገር እንድናደርግ ሊገፉን የሚሞክሩ ሰዎች አይጠፉም። ሰውን ሁልጊዜ ማስደሰት አለብን ብለው የሚያምኑ አንዳንድ ሰዎች አቅማቸው ከሚፈቅደውና ከሚችሉት በላይ ለመሆን ሲሞክሩ ደስታ የሸሻቸው ይሆናሉ። ራሳቸውን ችለው በመቆም ፈንታ ሁልጊዜ በሰው ትከሻ ወይም በሰው ድካም መገልገል የሚፈልጉ አንዳንድ አስቸጋሪ ሰዎች ደግሞ "አልችልም.... ከአቅሜ በላይ ነው... ሌላ ኃላፊነት አለብኝ... " የሚለውን ቃል መስማት አይፈልጉም። የሚፈልጉትን ወይም የጠየቁትን ካላገኙ፥ ትእዛዛቸውን ለመቀበል ፈቃደኛነቱን ያላሳየውን ሰው በመቆጣት፥ በማኩረፍ፥ ወዘተ. ሊቀጡት ይሞክራሉ። ቀደም ሲል "እሺ" ባለማለቱ ምክንያት ልዩ ልዩ ቅጣት የደረሰበት፥ ተመሳሳይ ነገር ሁለተኛ እንዳይደርስበት፥ ከአቅሙ በላይ የሆነውን ሁሉ ለማድረግ ይሞክራል። ይሁን እንጂ፥ አስቸጋሪ ሰዎችን የእርሱ እሺታ እንደማይሰውጣቸው መረዳት አለበት። እሺ ቢባሉም፥ ሌላ ምክንያት ፈልገው ሰላም መንሳታቸው የማይቀር መሆኑን መዘንጋት የለባቸውም። "አስቸጋሪ ባሕሪ ያለውን ሰው ጸጥ ለጥ ብዬ በመታዘዝ፥ የጠየቀውን ነገር ሁሉ ተሽቆጥቁጬ በማቅረቤ ልለውጠው ችያለሁ" የሚል ሰው ይኖራል ብዬ አልገምትም። አስቸጋሪ ሰዎችን እንዲገቡ በሩን ብትከፍቱላቸው፥ የተከፈተውን በር ትተው በተዘጋው መስኮት ልግባ ማለታቸው አይቀርም።

እነዚህ አስቸጋሪ ሰዎች የራሳቸው ፍላጎት መሟላቱን እንጂ፥ ስለ ሌላው ሰው ፈጽሞ ግድ የላቸውም። መስጠትና መቀበል የሌለበት ማሕበራዊ ኑሮ ጤናማ አይደለም። አስቸጋሪ ሰዎች "ይደረግልኝ" እንጂ፥ "ላድርግ" ማለት አያውቁበትም። ታዲያ ሁልጊዜ "ይደረግልኝ" ለሚለው ጮሌ መበለጥ ትክክል ነው ወይ? ማርክ ትዌይን አንድ ቀን ከመኖሪያ ቤቱ አጠገብ ከነበረው መጽሐፍት ቤት ሄዶ የሚፈልገውን መጽሐፍ ልዋስ ብሎ የቤተ መጽሐፍት ኃላፊዋን ሲጠይቃት፥ *"ከፈለግህ እዚሁ ማንበብ ትችላለህ፤ መዋሰን ግን የቤተ መጽሐፍቱ ሕግ አይፈቅድም"* አለችው። ከጥቂት ቀናት በኋላ ያቺው ሴት አንድ ቀን የግቢዋን ሣር ለማጨድ ፈልጋ ማርክ ትዌይንን፥ "ሣር ማጨጃህን ልዋስ" ብላ ጠየቀችው። ማርክ ትዌይንም *"ሣር ማጨጃዬን ላውስሽ ደስ ይለኛል፤ ግን ሣር ማጨጃዬ ከግቢዬ እንዳይወጣ የሚል ሕግ ስላወጣሁ፥ ከፈለግሽ እዚሁ ልትጠቀሚበት ትችያለሽ"* አላት።

7. ያልሆንነውን "ነን" ብለን አናስመስል

ሁልጊዜ ሰውን ለማስደሰት ጥረት የሚያደርጉ ሰዎች፥ ሁሉም "ውሸታሞች" ናቸው ማለት አንችል ይሆናል። የሚሰማቸውን እውነተኛ ስሜት ገልጸው እንደማያሳዩ ግን የታወቀ ነው። በግልጽ ውሸት ባይናገሩም፥ ሁኔታቸውን በመመልከት፥ ሌሎች ያልሆኑትን እንደ ሆኑ አድርገው እንዲመለከቷቸው ወይም "እንዲህ ናቸው" ብለው እንዲደመድሙ ያደርጓቸዋል። ሰውን ሁልጊዜ ለማስደሰት የሚፈልጉ ሰዎች፥ አንድ ነገር እንዲያደርጉ ሲጠየቁ "አልችልም" በማለት ፈንታ ጊዜ ባይኖራቸውም፥ ጊዜ እንዳለው ሰው "እሺ! ደስ ይለኛል" በማለት ፈገግ ይላሉ። በፊታቸው ላይ የሚያሳዩት ፈገግታ ለመሥራት ደስተኛ መሆናቸውን የሚያሳይ ይሁን እንጂ፥ ከውስጣቸው የሚሰማቸው እውነተኛው ስሜት በፊታቸው ገጽታ ላይ ከሚታየው የተለየ ነው። ተጨማሪ ኃላፊነት ውስጥ በመግባታቸው በጣም ያዝናሉ። ማንንም ሰው ለማስቀየም ስለማይፈልጉ፥ "ሌላ የምሠራው ብዙ ሥራ አለኝ፤ አልችልም" በማለት ፈንታ "እሺ!" ይላሉ።

የግል ፍላጎትን፥ ፈቃድና ምርጫን አስትቶ በሌላው ፈቃድ ሥር በሚያስኖር፥ ራስን የመሆን ነጻነት በሚያሳጣ ግንኙነት (ሕብረት) ውስጥ የሚኖር ሰው፥ ራሱን የመሆን ወይም እርሱነቱን (identity) ሳይለቅ መኖር ይችል ይሆን? ከአስቸጋሪ ሰው ጋር የሚኖር ሰው የሚኖረው ግንኙነት፥ ሳይሞት ከነ ሕይወቱ የሚቀብር፥ ስለ ራሱ ያለው እምነት ገንቢ ባልሆነ ነቀፋ መንፈስን የሚያኮላሽ፥ የራስን ማንነት፥ ዓላማና ግብ የሚያስጥል ነው። አስቸጋሪ በሆነው ግንኙነት (relationship) ውስጥ እየኖሩ አሸናፊ የሆኑ ሰዎችን ለይቶ ማወቅ ቀላል ነው። እነዚህም አብረኋቸው የሚኖረውን አስቸጋሪ ሰው ምንም ያህል ቢጥሩ ሊለውጡት እንደማይችሉ ተገንዝበው፥ ከእነርሱ የሚጠበቅባቸውን ኃላፊነት ሳይተው፥ ሁኔታው የውስጥ ሰላማቸውን ሳይሰርቅ መኖር ያወቁበት ሰዎች ናቸው። "አስቸጋሪ ከሆነው ሰው ጋር በምኖረው ኑሮ ውስጥ እኔ ምን ማድረግ እችላለሁ?" ብለው ራሳቸውን የሚጠይቁ አሉ። መልሱ ግልጽ ነው። አስቸጋሪ የተባለው ሰው ባይለወጥም፥ ራሳችንንና ከአስቸጋሪው ሰው ጋር ያለንን ግንኙነት ግን መለወጥ እንችላለን።

የአስቸጋሪውን ሰው ባሕሪውንና ድርጊቱን መለወጥ ባንችልም፥ የራሳችንን ተግባርና ጠባይ ግን ከቁጥጥር ውጪ እንዳይወጣ ማድረግ እንችላለን። አስቸጋሪ ከሆነው ሰው ጋር የሚኖሩ ሰዎች፥ ጉልበታቸውና እቋማቸው አስቸጋሪው ሰው ካለው የተለያየ ቢሆንም፥ ሕይወታቸው እንደ ብሎንና እንደ ብሎን ማሠሪያ የተያያዘ (የተሳሰረ)፥ ወይም መለያየት የማይችል ነው። የተያያዙበት ሁኔታ ቀስ በቀስ እየተበላሸ ሲመጣ፥ ትክክል ያልሆነ ድርጊትና ሁኔታ

እየፈጠረ ይመጣል። የሥነ ልቦና ምሁራን ይህን ዓይነቱን የተወሳሰበ ግንኙነት "አንዱ በሌላው መደገፍ" (codependency) ብለው ይጠሩታል። የአንዱ ጤናማ ያልሆነ ድርጊት፥ እንዲሁም ሌላው ለድርጊቱ የሚመልሰው ጤናማ ያልሆነ ምላሽ አንዱ በሌላው ላይ ተጽእኖ እያደረገ ግንኙነቱን ውስብስብና የሻከረ ያደርገዋል። ደግነቱ ብሎኑን ከብሎን ማሠሪያው መለያየት እንደሚቻል ሁሉ፥ ጤናማ ያልሆነ ግንኙነትም አንዱ ሌላውን እንዳይጎዳ ሊከላከሉበት የሚችሉበት መንገድ መኖሩ ነው። ለዚህም የመጀመሪያው እርምጃ አስቸጋሪው ሰው ማን እንደሆነ ለይቶ ማወቅ ነው። ይኼም ቀላሉ ክፍል ሲሆን፥ ሁለተኛውና ከባዱ ደግሞ፥ በግንኙነቱ ውስጥ የተፈጠረውን አንዳንድ ትርምስ ወይም ጦርነት ማምከን ወይም ማክሸፍ ነው።

ከአስቸጋሪ ሰው ጋር የሚኖረን ግንኙነት፥ ከቁጥጥር ውጪ እንደሆነ በሽታ ወይም እንደማይድን ነቀርሳ (ካንሰር) ነው። ጤናማ ባልሆነ ግንኙነት ውስጥ ያለ ሰው፥ ግንኙነቱን አፍርሶ ከመሄድ በስተቀር ሌላ የተሻለ አማራጭ ያለው አይመስልም። ጤናማ በሆነውና በተበላሸው ግንኙነት መካከል ያለው አንደኛውና ትልቁ ልዩነት፥ በተበላሸው ግንኙነት ውስጥ ያሉት ሰዎች ራሳቸውን ለመሆን የማይችሉ እንዲሁም የሚሰማቸውን ስሜት ለመግለጽ ነጻነት የማይኖራቸው መሆኑ ነው። ግንኙነቱ ጤናማ ከሆነ እያንዳንዱ ሰው ራሱን ለመሆን ነጻነት እንዲኖረው ዕድል ይሰጣል። ሁለቱም ወገን ኃላፊነትና ተጠያቂነት እንዲሰማው ያደፋፍራል። ጤናማ ያልሆነው ግንኙነት ግን ራሱን ችሎ በመቆም ፈንታ በሌላው ላይ መደገፍን ያመጣል። መስዋዕትነትና አንዱ ለሌላው ሲል የያዘውን መልቀቅ አልፎ አልፎ በጤነኛ ግንኙነት ውስጥ ካሉ ሰዎች የሚጠበቅ ባሕሪ ነው። በዓይን ጭፍን አንዱ ሌላውን "እንዲህ መሆን አለብህ" የሚል መመሪያ ወይም ትዕዛዝ የሚያበዛበት ከሆነ፥ ግንኙነቱ የተበላሸ መሆኑን ያሳያል። የራስን ፍላጎትና ምኞት ስለ ሌላው ሲሉ መተው በራስ ምርጫ እንጂ፥ ሌላው ወገን "በግድ መሆን አለበት" ስላለ ብቻ የሚደርስ መሆን የለበትም። ሌላውን ደስ ለማሰኘት፥ ሌላውን ለመርዳት እኛነታችንን ካጣን ግንኙነቱ የተመረዘ እንጂ፥ ጤናማ አለመሆኑን ያሳያል። ሚስቱን ለማስደሰት ከመጠን በላይ ይጥር የነበረው እንዳልካቸው ታመነ የሚሰማውን ስሜት ሲገልጥ፥

"ሚስቴን ለማስደሰት፥ የምትፈልገውን ሁሉ ለማድረግ እሞክራለሁ። ይሁን እንጂ፥ ሁልጊዜ በማደርገው ነገር ሁሉ ደስ ስትሰኝ አላያትም። አብሮ አደግ ጓደኞቼን ሁሉ ስለጠላቻቸው፥ እርሷን ደስ ይበላት ብዬ ሁሉንም እርግፍ አድርጌ ትቼ ለብቻዬ እኖራለሁ። በብዙ መንገድ እርሷ እንደምትፈልገው በመሆን ደስ ላሰኛት ሞከርኩ። ይሁን እንጂ፥ የማደርገው ነገር ሁሉ ሊያረካት ወይም ደስ ሊያሰኛት አልቻለም። ምን ባደርግ ደስ ይላት ይሆን? ብዬ ብዙ ጊዜ ራሴን እጠይቃለሁ። ከዚህ በኋላ፥ የማደርገው ነገር ሁሉ ካላስደሰታት፥ እርሷ ብቻ ትኑር፤ እኔ ከዛሬ ጀምሮ መኖሬን አቁሜአለሁ ብዬ ውሳኔ ያደረኩበት ጊዜ ብዙ ነው። ያም ሆኖ ደስተኛ አይደለችም" አለ።

እንዳልካቸው ያልተረዳው ነገር ቢኖር፥ የሚኖረው ከአስቸጋሪ ሰው ጋር መሆኑን ነው። አስቸጋሪ ባሕሪ ባለው ሰው ቁጥጥር ሥር ሙሉ በሙሉ የዋለ መሆኑን፥ የግል ፈቃዱን ትቶ በሌላው ሰው ፈቃድና ፍላጎት ሥር የሚኖር መሆኑን አልተረዳም። ስለዚህም ችግሩ ሙሉ በሙሉ ከሚስቱ የመጣ ብቻ ሳይሆን፥ የራሱም ድርሻ አለበት። የራሱን የግል ፈቃድ ትቶ ሌላው ወገን ሁል ጊዜ "እንዲህ ሁን! እንዲህ አድርግ!" ሲለው፥ የተባለውን ሁሉ ለማድረግና ለመሆን ራሱን የሰጠ መሆኑ ትልቅ ስሁተት ነው። ምንም ያህል ጥረት ቢያደርግ፥ አስቸጋሪ የሆነውን ሰው ምንጊዜም ማስደሰት የማይችል መሆኑን ተገንዝቦ በውሳኔ አሰጣጡ ቆራጥ መሆን አለበት። መቶ በመቶ ራስን ለሌላው መስጠት ተገቢ ነው፤ ተገቢ የሚሆነው ግን በሌላ ወገን ያለውም ልክ እንደዚሁ ራሱን ሙሉ በሙሉ የሰጠ እንደሆነ ብቻ ነው። አንዱ ወገን ብቻ የተሰጠ ከሆነ፥ አንደኛው ፍላጎቱ ተሟልቶለት ሲኖር፥ ሌላው ወገን ያለው ግን ሁልጊዜ እያደረገ እንዲኖር ይጠበቅበታል። ይሄም ሚዛናዊነት የጎደለው ነው። ሁልጊዜ "እሺ" ማለት የበለጠ ተወዳጅ አያደርግም። እንዲያውም ሁልጊዜ "እሺ!" ማለት እንደ ቁሻሻ ጨርቅ፥ ያስቆጥራል፤ እንዲሁም መረማመጃ ያደርጋል። በሁለት ሰዎች መካከል ያለው ግንኙነት፥ አንደኛው ወገን መሬት ተደፍቶ የሌላውን ጫማ ሲስም ሳይሆን፥ በእኩልነት ደረጃ በሁለቱም ወገን መተሳሰብና መከባበር ሲኖር ነው።

የሰዎች ግንኙነትም ሆነ፥ የሰዎች ጠባይ የሚበላሸው ቀስ በቀስ እንጂ፥ በአንድ ጊዜ አይደለም። ስለሆነም፥ በሁለት ሰዎች መካከል ያለው ግንኙነት (ሕብረት) ሚዛኑን እየለቀቀ ሲመጣ አይታወቅም። እርስ በርስ መጨቃጨቅ፥ አንዱ በሌላው ማጉረምረም፥ አንዱ ከሌላው መሸሽና መደበቅ የተለመደ ነው። ችግር ባለበት ሕብረት ውስጥ የሚኖሩ ሰዎች በየጊዜው የባልና ሚስት ፍቺ፥ በልጆችና በወላጆች መካከል አለመስማማት መኖሩ፥ የወዳጆች እርስ በርስ መጋጨትና መለያየት ይህን ያህል አያስደንቃቸውም። አስቸጋሪ የሆነባችሁ ሰው ሊያሳብዳችሁ ትንሽ የቀረው ቢሆንም፥ ከዚያ ሰው ጋር ተያይዛችኋል። በግንኙነታችሁ ወደ ፊት መቀጠል ብቻ ሳይሆን፥ ጤናማና ደስተኛ ሆናችሁ መኖርም ትፈልጋላችሁ። ከአስቸጋሪው ሰው ጋር ያለው ግንኙነታችሁ አስቸጋሪ መሆኑ ብቻ ሳይሆን፥ ከሌላውም ሰው ጋር የሚኖራችሁን ግንኙነት እያበላሸባችሁ ነው። ከአስቸጋሪው ሰው ጋር ባላችሁ ግንኙነት ውስጥ ጊዜ፥ ጉልበትና የስሜት መጎዳት፥ መለወጥ የማይፈልገውን አስቸጋሪ ሰው ለመለወጥ የምታጠፉት ጉልበት ምን ያህል ከፍተኛ እንደሆነ ስታዩ ልባችሁ ያዝናል። ደስታ የሌለው ሕይወት በመኖራችሁ፥ የሚሰማችሁ የበደለኛነት ስሜት በየቀኑ

የውስጣችሁ ጉዳት እያደከማችሁ ሲታዩ ራሳችሁን "...የውጪው ዓለም ምንም ዓይነት ቢሆን ውስጣዊ ደስታ ከእኔው ከራሴ የሚመነጭ ወይም በእኔ ምርጫ የሚገኝ ነው" ማለት ደረጃ ሊያደርስ ይችላል።

አብረን ከምንኖረው ሰው ጋር ያለን ግንኙነት የተበላሸ ሆኖ ስናገኘው መጠየቅ ያለብን ጥያቄ ቢኖር "...ችግሩ የእኔ ነው... ወይስ የሌላው ሰው ነው?... ወይስ ችግሩ የሁለታችንም ነው?...."የሚል መሆን አለበት። ብዙ ጊዜ ሰዎች ፍላጎታቸው እንዲሟላ ከሌላው ሰው ሲጠብቁና የጠበቁትን ማግኘት ሲያቅታቸው ግራ የተጋቡ፣ በቁጣና በንዴት የተሞሉ ይሆናሉ። አንዳንድ ጊዜ ችግሩ የሌላው ሰው ሳይሆን፣ ከሌላው ሰው ብዙ መጠበቃቸው ሊሆን ይችላል። እነርሱን ደስ ማሰኘት የሌላው ሰው ኃላፊነት መስሎ ይሰማቸዋል። እርካታችን በሌላው ሰው አማካኝነት ለማግኘት ከጠበቅን፣ ከአስቸጋሪ ሰው ጋር የሚኖረን ግንኙነት ተስፋ የሚያስቆርጥ ይሆናል። ከራሳችን በስተቀር እኛን ሙሉ በሙሉ ሊያስደስት የሚችል የለም። "ደስታ" የግለሰቡ የምርጫውና የውሳኔው ውጤት ነው። "ዱላና ድንጋይ እንጂ፣ ምላስ አጥንትን አይሰብርም" የሚለው አነጋገር ትክክለኛ አይደለም። ሰዎች የስድብ ቃል እየወረወሩ፣ ሌላውን ዝቅ የሚያደርግ የነቀፋ ንግግር የሚናገሩ ከሆነ፣ ክፉ ቃል የተወረወረበት ጨዋራው መድማት የሚጀምር መሆኑ የታወቀ ነው። ጉዳታቸውን በውስጣቸው እየሸፈኑ ለጊዜው ሁሉም መልካም የሆነ ቢያስመስሉም፣ ውስጣቸው ቀስ በቀስ እየተጎዳ ይመጣል። "...ምንጊዜም ትክክል መሆን አትችልም...ፈጽሞ ዋጋ የለህም...ምንም መሆን አትችልም... እንደጠበቅሁህ ሆነን አላገኘሁህም... ዋጋ የሌለህ ፍጹም ውዳቂ ነህ..." የሚለው አባባል፣ ከድንጋይና ከዱላ የበለጠ የሰውን ሕይወት ያደማል.. ይጎዳል። በድንጋይና በዱላ የተሰበረ አጥንት ቶሎ ይድናል፤ በክፉ ምላስ የተሰበረ ልብ ግን በቀላሉ አይድንም።[15] በክፉ ቃል የተደበደበና መንፈሉ የተሰበረ፣ በሕይወቱ ዘመን ሁሉ እያነከሰ ይኖራል። እንደተባለው አለማሆኑን ለማሳየት አጸፋውን ለመመለስ ይሞክራል። ደህንነቱን ለማሳየት ያልሆነውን መስሎ ለመገኘት፣ ትልቅ መስሎ ለመታየት ትክክል ያልሆኑ ሙከራዎችን ያደርጋል።

በዓለም ውስጥ ያለው ማንኛውም ነገር ሥርዓቱንና ቀደም ሲል የያዘውን ሕልውናውን እየለቀቀ (እየቀነሰ) የመሄድ ዝንባሌ አለው። ያለማቋረጥ ብርሃናቸውን የሚፈነጥቁት ጨረቃና ከዋክብት ቀስ በቀስ ብርሃናቸው እየቀነሰ እንደሚመጣ ሳይንቲስቶች ይናገራሉ። በሰው እጅ የሚሠሩ ቁስ አካሎችም እያረጁና ዋጋቸው እየቀነሰ ይመጣል። ለምሳሌ ዛሬ የገዛነውን መኪና ነገ መልሰን ብንሸጠው ዋጋው በጣም ይቀንሳል። ሰውነታችንም ዕድሜያችን ከፍ ባለ ቁጥር እያረጀ፣ ቆዳችን እየተጨማደደ፣ በዚህ ዓይነት እየቀጠለ መጨረሻ የሚሞት መሆኑ የታወቀ ነው። ይሄ የተፈጥሮ ሕግ ነው። በሰውና በሰው መካከል ያለው ግንኙነትም አስፈላጊውን ጥንቃቄና እንክብካቤ ካላገኘ እየፈራረሰ ወይም እየተራራቀ እንደሚመጣ ምሁራን ይገልጻሉ። እየተራራቁ መሄድ የተፈጥሮ ባህሪ ሲሆን፣ መያያዝና መቀራረብ ግን በሰው ምርጫ የሚሆን ነው። ሌላውን በመጉዳት ላይ የተመሠረተ ግንኙነት፣ በመፈራረስ ላይ ያለ ግንኙነት ነው። ልክ እንደ በሽታ ወደ ሌላው ሰው የሚጋባ ወይም የሚተላለፍ ነው። በሌላው መጎዳት የደረሰባቸው ሰዎች እየተጎዱ መኖር ትክክል እንደሆነ እያመኑ ይመጣሉ። ጉዳታቸውን ከውጪ ሆኖ የሚያይ ሰው ወዳጅ ዘመድ፣ ወይም ጓደኛ ዓይናቸው ተገልጦ እንዲያዩ ካላደረጋቸው በስተቀር፣ ዘመናቸው ጤናማ ባልሆነ ግንኙነት ውስጥ እንዲያሳልፉት ይሆናሉ።

አስቸጋሪ ሰው በንግግሩም ሆነ በድርጊቱ አብሮት በሚኖረው ሰው ላይ የሚያደርሰው ጉዳት ምን ዓይነት እንደሆነ መረዳት የምንችለው አብሮት የሚኖረውን ሰው በቁጥጥሩ ውስጥ አድርጎት ስናይ ነው። ብዙ ጊዜ አስቸጋሪ ሰዎች "ይህን የማደርገው ስለማስብለት፣ ስለምጠነቀቅለት ነው" በሚል አነጋገር እውነተኛውን ባሕሪያቸውን ለመሸፈን ሲሞክሩ ይታያሉ። ይሁን እንጂ፣ ንግግራቸውም ሆነ ድርጊታቸው አጥንት ሰብሮ የሚገባ ነው። የሚወረውሩት የስድብ ቃል ውስጥን ሰንጥቆ በመግባት የሌላውን ሰው ጨዋራ የማቁሰል ኃይል ያለው ነው። ንግግራቸው ሌላው ሰው የዝቅተኝነት መንፈስ እንዲያድርበት፣ ዋጋ ቢስና እርባና የሌለው ሰው ሆኖ እንዲሰማው የሚያደርግ ነው። እንዲህ ዓይነቶቹ ለምን ይህን ዓይነት ክፉ ቃል እንደሚወረውሩ ሲጠየቁ፣ "ስህተት አይቼ ማለፍ አልፈልግም... በተፈጥሮዬ እንደሌሎች ሰዎች አስመስዬ መኖር አልፈልግም...እንዲታረሙ...እንዲሻሻሉ መንገሬ ነው..." ይላሉ። ያልተረዱት ነገር ግን የሚወረውሩት ቃል በሌላው ላይ የሥነ-ልቦና ጉዳት የሚያደርስ መሆኑ ነው።

8. አስቸጋሪውን ሰው ለማስደሰት ከመንገዳችን መውጣት ጥቅም የለውም

አንዳንድ ሰዎች ከሰው ጋር በሚያደርጉት ግንኙነት ውስጥ ከመንገዳቸው በመውጣትና ብዙ ዋጋ በመክፈል ሁሉንም ሰው ደስ ለማሰኘት ይሞክራሉ። ማንም ሰው በእነርሱ ላይ ቅሬታ እንዲሰማው አይፈልጉም። ነገር ግን ምንም ያህል ጥረት ቢያደርጉ፣ ሁሉንም ሰው ደስ ማሰኘት ስለማይችሉ በዚህ ምክንያት "እናስደስተዋለን" ብለው ባሰቡት ሰው ተደጋጋሚ ጉዳት በሕይወታቸው ሲደርስባቸው እናያለን። ጤናማ የሆነ ግንኙነት ሊመሠረት የሚች

[15] እሰቲ ምላስህ፣ ከመለሰ ወጉ

ሰው፥ ሁለቱም ወገን የሚያገኘው ብቻ ሳይሆን የሚሰጠው ነገር ሲኖር ነው። አንደኛው ወገን ሰጪ፥ ሌላው ተቀባይ ብቻ ከሆነ፥ ሕብረቱ (ግንኙነቱ) ወደ አንድ ወገን ያጋደለ ስለሚሆን፥ ኃላፊነት የተጫነበት ወገን ደስተኛ ሳይሆን፥ ወይም ቅር እያለውና እያዘነ እንዲኖር ይሆናል። ጤናማ በሆነ ሕብረት (ግንኙነት) ውስጥ ያሉ ሁሉ፥ ሁለት ዓይነት ምርጫ አላቸው። አንደኛ፥ የሚያደርጉትን ነገር በፈቃዳቸው፥ መርጠውና ደስ ብሏቸው ማድረግን፥ ሁለተኛ፥ "ከእኔ ይጠበቅብኛል..." በሚል ስሜት ብቻ ደስ ሳይላቸው የሚያደርጉት ናቸው። "ሁልጊዜ ሰውን ሁሉ ደስ ማሰኘት አለብኝ" ብለው የሚያምኑ ሰዎች ከላይ ከገለጽናቸው ከሁለቱ መካከል፥ ከልባቸው የሚፈልጉት የመጀመሪያውን ቢሆንም፥ ሁለተኛውን እንደ መመሪያ አድርገው ሲይዙት ይታያሉ። ውሳኔ አሰጣጣቸው በምርጫ ሳይሆን፥ *"ግዴታዬ ነው!... ማድረግ ያለብኝ ነው... ከእኔ የሚጠበቅ ነው..."* በሚል ስሜት ነው። ከእነዚህም መካከል ለሚያደርጉት ነገር ምክንያቱ የዚህ ዓይነቱ ስሜት መነሳሳት እንደሆነ እንኳ የማያውቁ አሉ።

ሁሉን ለማስደሰት የሚፈልጉ ሰዎች፥ የሌላውን ሰው ሕይወት በቁጥጥሩ ሥር ማድረግ ከሚፈልግ፥ ሰውን መውቀስ እንጂ ማመስገን ከማይሆንለት፥ የተለዋዋጭነት ባሕሪ ከሚታይበት ሰው ሕይወት ጋር ሕይወታቸው የተያያዘ ነው። ከአስቸጋሪው ሰው ጋር ያላቸው ሁኔታ አሁን ካሉበት የበለጠ የከፋ እንዳይሆን፥ በመካከላቸው ጦርነት እንዳይፈጠር፥ ሕይወታቸውን በቁጥጥሩ ሥር ላደረገው ኃይለኛ ሰው እጆቻቸውን ሰጥተው የጠየቀውን ሁሉ አሟልተው ከመኖር በስተቀር ሌላ ምርጫ የሌላቸው ይመስላቸዋል። ፈቃዳቸውን ሌላው ሰው ስለሚጫነው፥ የተሰፋቢስነት ስሜት የሚያጠቃቸው ናቸው። ሌላውን ሰው ደስ ለማሰኘት ይሞክሩ እንጂ፥ ራሳቸው ደስተኞች አይደሉም። የግል ፈቃድና ምርጫ እንዳይኖራቸው፥ በሌላው ፈቃድ ሥር እንዲኖሩ በእግዚአብሔር የተወሰነባቸው መስሎ ይሰማቸዋል። አብሯቸው ስለሚኖረው አስቸጋሪ ሰው ሲናገሩ፥ *"ከእንቅልፌ ከተነሳሁበት ሰዓት ጀምሮ፥ መሽቶ ወደ አልጋዬ ተመልሼ እስከምሄድበት ጊዜ ድረስ እርሱን ደስ ለማሰኘት ምንም ያህል ብደክም፥ ላስደስተው አልቻልም። ተለዋዋጭ ባሕሪ ስላለው ሥራ ሄዶ ወደ ቤት ሲመለስ ምን ዓይነት ሰው ሆኖ እንደሚመጣ አላውቅም። አሁን ስቆና ተጫውቶ እንደ ሆነ ጥቂት ቆይቶ ሲበሳጭና ሲያማርር እሰማዋለሁ። ስለ ራሱ ፍላጎት እንጂ ስለ እኔ ፍላጎት ፍጹም ግድ የለውም። እንዲህ ዓይነቱ ሁኔታ ፍጹም እየታከተኝ ነው"* ይላሉ። ሰውን ለማስደሰት የሚጥር ሰው ከላይ በገለጽነው ሁኔታ ደስተኛ ባይሆንም፥ አብሮት ለሚኖረው አስቸጋሪ ለሆነበት ሰው ቅሬታውን ሳይገልጽ፥ ደስተኛ መስሎ ለመኖር ይሞክራል። ሕይወት እንደሌለው እሻንጉሊት እንደፈለጉት ቢያደርጉት፥ መሬት አስተኝተው ቢረማመዱበት፥ "ተንዳሁ!" ብሎ ስሜቱን ገልጾ አይናገርም። ከላይ እንደገለጽነው ሰው በአስቸጋሪው ሰው ምክንያት የግል ነጻነታችንን አጥተን የምንኖር መሆናችንን ለማወቅ ከዚህ በታች የዘረዘርናቸውን ጥያቄዎች ራሳችንን እንጠይቅ፥

- *ብዙውን ጊዜዬን የማጠፋው ሌላውን ለማስደሰት ነው?*
- *ችግር ይፈጥራል፥ ወይም ጦርነት ያስነሳል ብዬ በመፍራት ስሜቴን ገልጬ መናገር ድፍረት የለኝም?*
- *ቅሬታዬን ባሰማ፥ ወይም ስሜቴን ገልጬ ብናገር የሚቀበለኝ ሰው አይኖርም የሚል ፍርሃት አለኝ?*
- *"በዚህ ዓይነት ሁኔታ ውስጥ መኖር አለብህ" ተብዬ በተሰጠኝ ክልል ወይም ገደብ ውስጥ መኖር ያለብኝ መስሎ ይሰማኛል?*
- *የማደርጋቸው ውሳኔዎች ሁሉ እኔን ደስ የሚሉኝን ሳይሆን፥ ሌላውን ደስ እንዲለው ነው?*
- *የትኛው እንደሚበጀኝና እንደማይበጀኝ የሚወስንልኝ ሌላ ሰው ነው?*
- *ምንም ያህል ጥሩ አድርጌ ብሠራ፥ መነቀፌ አይቀርም የሚል ፍርሃት በውስጤ አለ?*
- *ከሌላው ሰው ጋር በሰላም መኖር እንድችል ስል ብቻ የማላምንበትን ነገር አደርጋለሁ?*

ለእነዚህ ጥያቄዎች ለአብዛኛዎቹ የምንሰጣቸው መልሶች "አዎን!" የሚል ከሆነ፥ እግዚአብሔር ራሱ የሰጠንን የግል ፈቃዳችንንና ነጻነታችንን የሚጫን፥ ሕይወታችንን በቁጥጥሩ ሥር የሚያደርግ አስቸጋሪ ሰው በሕይወታችን እንዳለ እንረዳለን።

9. አስቸጋሪውን ሰው ለማስደሰት ነጻነታችንን ማጣት የለብንም

ለማንኛውም ጤናማ ግንኙነት (relationship) ነጻነት በጣም አስፈላጊ ነው። በባዕድ አገዛዝ ሥር የኖረ ሕዝብ ለነጻነቱ የሚሰጠው ሥፍራ ከፍተኛ ነው። በምዕራቡ ዓለም የሚኖሩ ሰዎች የግል ነጻነታቸው እንዲነካባቸው አይፈልጉም። በኃይልና በሥልጣን ሲገዛቸው ወይም ሲያስተዳድራቸው ለሚ

ፈልግ ባለሥልጣን ምቹ አይደሉም። እግዚአብሔር ለሰው ሙሉ ነጻነትን ሰጥቶ እንደ ፈጠረው ያምናሉ። በሥልጣን ላይ የሚቀመጡትም ሰዎች ኃላፊነታቸው ያንን ነጻነት መጠበቅ ነው። ነጻነት በአገር ደረጃ ብቻ ሳይሆን በግልም፣ ሰዎች እርስ በርስ በሚኖራቸው ግንኙነትም ላይ አስፈላጊ መሆኑን ብዙዎቻችን የተረዳን አንመስልም። ሰውን ሁልጊዜ ለማስደሰት የሚሞክሩ ሰዎች፣ ከሌላው ሰው ጋር በሰላም ለመኖር ሲሉ ብቻ የግል ነጻነታቸውን ቢያጡ ፈጽሞ ግድ የሌላቸው ናቸው። ሌላውን በቁጥጥራቸው ሥር የማዋል ጥማት ያሰባቸው አንዳንድ ሰዎች፣ አብረዋቸው የሚኖሩትን ሰዎች ለእነርሱ እንዲመቹ አድርገው ለመቅረጽ ሲሞክሩ ይታያሉ። ሰውን ሁሉ ለማስደሰት የሚጥሩ ሰዎች፣ መንገዳቸው ሻካራ ሲሆንባቸው፣ ሌላውን ለማስደሰት ሲሉ ነጻነታቸውን አሳልፈው እንደሚሰጡ የታወቀ ነው። የመጨረሻ ውጤታቸውም የአዕምሮ ጭንቀት፣ ተስፋ መቁረጥ፣ በፍርሃትና በስጋት መሞላት ነው።

ሰው የግል ነጻነቱን ሲያጣ፣ በሌላው ወገን ተቀባይነት እንዳላገኘ ይሰማዋል። ራሱን በሌላው ሰው ቁጥጥር ውስጥ ሲያስገባ፣ "አሁን ባሰሁበት ሁኔታ ከእርሱ ጋር ለመሆን ብቁ አይደለሁም..." የሚሰውን አሳብ የሚያስተላልፍ መሆኑን መረዳት ያስፈልጋል። ሰውን ለማስደሰት ጥረት የሚያደርጉ ሰዎች ያልተረዱት እውነት ቢኖር፣ ምንም ያህል ጥረት ቢያደርጉ፣ አስቸጋሪ ሰዎችን ሊያስደስቷቸውና ልክ እንዳሉ እንዲቀበሏቸው ማድረግ የማይችሉ መሆናቸውን ነው። እንዲሁም ሌላውን ለማስደሰት ሲሉ ፈቃዳቸውንና ነጻነታቸውን መስዋዕት ቢያደርጉ፣ እግዚአብሔር ልዩ አድርጎ የሰጣቸውን ተፈጥሮ አልቀበልም ማለታቸው እንደሆነ አይገነዘቡትም። በግል ነጻነታችን የምናምን ከሆነ፣ ራሳችንን ልክ እንዳለነው መቀበል መቻል አለብን። ሌላው እንዲመቸው ብቻ መሠረታዊ የሆነውን እኛነታችንን ፍጹም ለውጠን ማቅረብ አለብን ማለት አይደለም። በምን ዓይነት ሁኔታ መለወጥ እንዳለብን ለማወቅ፣ በአዕምሮአቸው ውስጥ የሚመላለሰውን አሳብ አንብበን መረዳት አያስፈልገንም። የሆንነውን ሆነን ለመገኘት ሙሉ ነጻነት ሊኖረን ይገባል። አስቸጋሪ ሰዎች ዓላማቸው፣ እነርሱ እንደሚፈልጉት ሆነን እንድንገኝላቸው ብቻ ነው።

ሰው በአስቸጋሪ ሰው አማካኝነት ነጻነቱን ሲያጣ፣ ወይም በሌላው ሰው ቁጥጥር ውስጥ ሲውል፣ መሠረታዊ የሆነውን መታመንን (trust) ያጣል። አስቸጋሪው ሰው በግልጽ፣ "አልተማመንብህም... አላምንህም... እምነት አልጥልብህም..." ባይልም፣ በድርጊቱ የሚያስተላልፈው መልዕክት ግን ይህንኑ ይመስላል። "እንግዳ ሲመጣ፣ እንዲህ ማለት አለብህ... ስትነገር ትልቅ ትልቁን አትጉረስ... እየበላህ አታውራ... ቀና ብለህ ተቀመጥ..." የሚል ምክር መሳይ ትዕዛዝ ይሰጠዋል። ሰውን ማስደሰት የሚፈልገው ሰው፣ "ራሴን በትክክሉ መምራት፣ ችሎታ እንዳለኝ በእኔ እምነት የለህም ወይ?...ምን መናገር እንዳለብኝና እንደሌለብኝ.. ሕጻን ይመስል ምን ዓይነት ልብስ መልበስ እንዳለብኝና እንደሌለብኝ እንዴት ትነግረኛለህ?" ብሎ ቢጠይቅ ደስ ይለው ነበር። ነገር ግን "አስቀይመው ይሆናል" ብሎ በማሰብ የሚሰማውን ስሜት በውስጡ ይዞ ፈገግ ብሎ ማለፍ ይፈልጋል። ማድረግ ያለበትም ነገር ካለ ጦርነት እንዳይፈጠር ሲል የተባሰውን ሁሉ ያደርጋል። ይሁን እንጂ፣ "ራሴን ችዬ ማሰብ እንደማልችል ቆጠረኝ..." በማለት ከልቡ ያዝናል። ሰውን ለማስደሰት የሚጥሩ አንዳንድ ሰዎች አስቸጋሪው ሰው የሚሰጣቸውን ምክርም ሆነ ትዕዛዝ ባይወዱትም፣ እምነት የማይጣልባቸው ሆነው ቢታዩም፣ እራሳቸውን ችሰው ማሰብ እንደማይችሉ ቢቆጠሩም፣ "ማሰብ የማልችል፣ እምነት የማይጣልብኝ አድርጎ ቢመለከተኝም፣ ጸብ እንዳይፈጠር ስል ብቻ ማድረግ ያለብኝን አደርጋለሁ..." የሚሉ አሉ። ሕይወታቸውን የሚቆጣጠረውን ሰው ጠባይ ባይወዱትም፣ በሌላ በኩል ግን እርሱን ደስ ለማሰኘት ጥረት ሲያደርጉ ይታያሉ። አስቸጋሪው ሰው "አድርጉ" ያላቸውን ሁሉ ዝም ብለው ሲያደርጉ፣ የግል ነጻነታቸውን መስዋዕት ከማድረጋቸውም ሌላ፣ ያም ሰው አስቸጋሪ የሆነውን ጠባዩን ይዞ እንዲቀጥል የበለጠ ነጻነት መስጠታቸው እንደሆነ አይረዱትም።

7

አስቸጋሪውን ሰው እንደ ጠባዩ መያዝ የሚቻለው እንዴት ነው?

የአስቸጋሪ ሰዎች ባሕሪ የሁሉም አንድ ዓይነት እንዳልሆነ በምዕራፍ ሦስት ላይ ተመልክተናል። አስቸጋሪ የሆኑብን ሰዎች፣ ችግር የሚፈጥሩብን በምን ዓይነት ባሕሪያቸው እንደሆነ አውቀን፣እንደ ባሕሪያቸው ለመያዝና እንዲሁም በሚያሳዩን ባሕሪ ጉዳት ላይ ላለመውደቅ ራሳችንን ማስተማር ወይም ማለማመድ ይገባናል። *"የተቃወሰ ገጸባሕሪ" (character disorder)* ያለባቸው ሰዎች፣እውነተኛው ማንነታቸው እንዳይታወቅ የተቻላቸውን ያህል ራሳቸውን ለመደበቅ እንደሚሞክሩ ማወቅ ያስፈልጋል። አስቸጋሪ የሆነብንን ሰው የተለማማጭነት፣ የማባበል ባሕሪ ወይም፣ ስሜታዊ የሆነ ፍቅር በመስጠት ልንለውጠው እንደማንችል ማወቅ አለብን። አስቸጋሪ የሆነውን ሰው ፍቅር ልናሳየው ይገባል። ይሁን እንጂ፣ አስቸጋሪውን ሰው ለመርዳትም ሆነ ራሳችንን ለመጠበቅ ልናሳየው የሚገባው ፍቅር ምን ዓይነት መሆን እንዳለበት ማወቅ ያስፈልገናል። ስለሆነም፣ ለአስቸጋሪው ሰው የምናሳየው ፍቅር ለስላሳውን ዓይነት ሳይሆን፣ "ጠንካራውን ፍቅር" (tough love) መሆን አለበት። ይህን ዓይነቱን ፍቅር የግሪኩ ቋንቋ "አጋፔ" ብሎ ይጠራዋል። የአጋፔ ፍቅር፣ ከሌላው ወገን ምንም ዓይነት ምላሽ ወይም ብድር የማይጠብቅ ነው። ለአስቸጋሪው ሰው ፍቅር የምናሳየው መልሶ ያፈቅረናል ወይም ይወደናል ብለን መሆን የለበትም። ከአስቸጋሪው ሰው ፍቅር እንዲያሳየን ከጠበቅን፣ በሚያሳየን ባሕሪ የፍቅር ምልክት ስለማናይበት ቶሎ ተስፋ እንቆርጣለን። ለአስቸጋሪ ሰዎች መስዋዕትነት የሚጠይቀውን ዓይነቱን ፍቅር በስጠን ቁጥር፣ ፍቅራችን እያደገ እንጂ እያለቀ አይመጣም። የአጋፔ ፍቅር ሌላውን ሰው የመለወጥ፣ ሙሉ ሰው የማድረግ ባሕሪ አለው። የአጋፔ ፍቅር በቀላሉ አይደነግጥም ወይም አይፈራም። ታጋሽና ሩህሩህ ነው። ሐዋርያው ጳውሎስ ለቆሮንቶስ ቤተ ክርስቲያን በጻፈው መልዕክቱ ጥሩ አድርጎ ዘርዝሮታል። *"...ፍቅር ታጋሽ ነው፤ ፍቅር ደግ ነው፤ ፍቅር አይመቀኝም፤ ፍቅር አይታበይም፤ ፍቅር አይከራም፤ ፍቅር ሥርዓት ቢስ አይደለም፤ ፍቅር የራሱን ጥቅም ብቻ ፈላጊ አይደለም..."*(1 ቆሮ.13-4-7) ይላል። አስቸጋሪ የሆነብንን ሰው በአጋፔ ፍቅር ስናፈቅረው፣ እንታገሰዋለን፤ ደግነት እናሳየዋለን። ይሁን እንጂ፣ አስቸጋሪ ሰዎችን አስቸጋሪ የሆነውን ባሕሪያቸውን እንዳያሳዩን "የእጅ ጓንቲ አጥልቄ ልያዝ" ማለት አይጠቅምም። ይህን ዓይነቱ ጥንቃቄ የበለጠ ያበላሻቸዋል እንጂ አይጠቅማቸውም።

1. የተጠራጣሪነት ባሕሪ ያለውን ሰው እንዴት እንያዘው?

የተጠራጣሪነት ባሕሪ ያላቸው አስቸጋሪ ሰዎች፣ አንድ ነገር ከመሰላቸው፣ ጥርጣሬያቸው አግባብነት ያለው እንደሆነ ማረጋገጫ ለማግኘት አካባቢውን መቃኘት ይጀምራሉ። አንድ ትንሽ ፍንጭ ካገኙ፣ ጥርጣሬያቸው ትክክል ነው ብለው ስለሚያምኑ አስጊ ነው ብለው ያሰቡት ሁኔታ እንዳይነካቸው ራሳቸውን መከላከል ይጀምራሉ። አንድ ሰው የተቆጣቸው፣ወይም ቂም የያዘባቸው ከመሰላቸው ራሳቸውን ለመከላከል ሲሉ "ተቆጥቶናል" ብለው የተጠራጠሩትን ሰው በኃይል ማጥቃት ይጀምራሉ። ችግሩን የፈጠሩት እነርሱ ሳይሆኑ "ሌላው ወገን ነው" ብለው ስለሚያምኑ፣ በሌላው ሰው ላይ ጥቃት ሲፈጽሙ ምንም ዓይነት የበደለኛነት ስሜት (guilt) አይሰማቸውም። ምክንያቱም የወሰዱት እርምጃ ራሳቸውን ለመከላከል (Self-Defense) ያደረጉት መስሎ ስለሚሰማቸው ብቻ ነው። ለምሳሌ "እከሌ ለእጮኝነት አሰቦኛል..." የሚል ጥርጣሬ ካላቸው፣ ያንን ሰው የማይፈልጉት ከሆነ ስሙን ያለአግባብ ያጠፉታል። ይህን በማድረጋቸው ምንም ዓይነት ቅሬታ አይሰማቸውም።

የተጠራጣሪነት ባሕሪ ካላቸው ጋር መኖር የበለጠ አስቸጋሪ የሚሆነው፣ "እንዴት እንዲህ ታስባለህ?... እንዴት እንዲህ ታስቢያለሽ? ..." የሚል ጥያቄ ከቀረበላቸው፣ የበለጠ ስለሚያገረሽባቸውና "ነው..." ብለው ያሰቡትን ነገር የበለጠ እንዲያምኑት የሚያደርጋቸው መሆኑ ነው። "ጥርጣሬህ ...ጥርጣሬሽ...ትክክል አይደለም..."ከተባሉ፣ ለጥርጣሬያቸው ተጨማሪ መረጃ እንዳገኙ አድርገው ይቆጥሩታል። ጥርጣሬያቸውን ለማፍረስ በሞከርን ቁጥር የበለጠ ዙሪያቸውን አጥር እያጠሩ፣ እየሸሹና እየራቁ ይሄዳሉ። ሰዎችን የመጠርጠርና ያለማመን ባሕሪ ያላቸው ሰዎች (paranoia)፣ "ከአዕምሮአቸው" ይልቅ "ለስሜታቸው" የሚነግራቸውን የበለጠ የሚያዳምጡ ናቸው። ለዚህ ነው በቀላሉ ስጉ፣ መራራና ጠብ ጫሪ የሚሆኑት። ስሜታዊ (emotional) በሆኑ ቁጥር በሌሎች ሰዎች ስሜት ጥቃት እንደ ደረሰባቸው አድርገው ይመለከቱታል። ዓለም ሁሉ በእነርሱ ላይ የተነሳባቸው ስለሚመስላቸው፣ ሁልጊዜ ራሳቸውን ለመጠበቅ (ለመከላከል) በተጠንቀቅ ይቆማሉ። ብዙ ጊዜ ተጨባጭ ባልሆነ ምክንያት እንዲሁ ሲስቁ ወይም ሲያለቅሱ ይታያሉ። ለሚያደርጉት ነገር ሁሉ ዓላማና ዕቅድ አላቸው። የቀረባቸው ሁሉ የሚጠቀምባቸው ስለሚመስላቸው፣ ወደ ሰው መጠጋት አይፈልጉም።

(1) *"ሰዎችን የመጠርጠርና ያለማመን ባሕሪ ካላቸው ሰዎች" ጋር ለመኖር፣ የሚጠራጠሩት፣ አጠራጣሪ የሆነ ተጨባጭ ምክንያት አጋጥሟቸው ሳይሆን፣ ከሥነ-ልቡና ችግር የመጣ መሆኑን በቅድሚያ መገንዘብ ያስፈልጋል። ጥርጣሬያቸው ትክክል አለመሆኑን ለማሳመን በመታገል ፈንታ፣ "ችግር ያለባቸው ሰዎች ናቸው" ብሎ በማሰብ፣ ልክ እንዳሉ መቀበል ያስፈልጋል።*

(2) *"ሰዎችን የመጠርጠርና ያለማመን ባሕሪ ካላቸው ሰዎች" ጋር ለመኖር፣ ጠባያቸውን ማወቅ ብቻ ሳይሆን፣ ይህንን ዓይነት ጠባያቸውን በቀላሉ መለወጥ የማይቻል እንደሆነ ጨምሮ ማወቅ ያስፈልጋል። ሌላው ቀርቶ ቅርባቸው የሆነው የኑሮ ጓደኛቸውም ሆነ አብሮ አደግ ጓደኛቸውም እንኳን "...ያጠቃኛል! ...ይጎዳኛል!.." የሚል ፍርሃት ያላቸው ናቸው።*

(3) *"ሰዎችን የመጠርጠርና ያለማመን ባሕሪ ስላላቸው ሰዎች" ማወቅ ያለብን እውነት ቢኖር፣ እነዚህ ሰዎች የራሳቸውን የግል ስሜታቸውን እንኳን የሚፈሩ መሆናቸውን ነው። ይህንን ተረድተን፣ ያንን የፍርሃት ስሜታቸውን ላለመቀስቀስ አስፈላጊውን ጥንቃቄ ማድረግ አለብን። ሰዎችን የመጠርጠርና ያለማመን ባሀሪ ላላቸው አስቸጋሪ ሰዎች እኛን ለማጥቃት የሚያስችላቸውን ምክንያት ላለመስጠት አስፈላጊውን ጥንቃቄ ማድረግ አለብን። በተቻለን መጠን ከጌታ ጋር ያለን ግንኙነት ልክ መሆኑን፣ ሀሊናችንን የሚቆረቁረን ኃጢአት በውስጣችን መኖር አለመኖሩን ራሳችንን በጥንቃቄ መመርመር ያስፈልገናል። ይህን የምናደርገው የእነርሱን ጥርጣሬ ለማጥፋት ብቻ ሳይሆን፣ ልብ ሳንለው ከእግዚአብሔር ጋር ያለንን ቅርብ ግንኙነት ኃጢአት እንዳያበላሽብን አስፈላጊውን እርምጃ ለመውሰድ እንዲረዳን ነው። በተጨማሪ ማወቅ ያለብን እውነት ቢኖር በሕይወታችን ድካም ቢኖር እንኳን እግዚአብሔር እንደሚወደንና አሁንም ሆነ ለዘለዓለም የሚቀበለን መሆኑን ነው።*

(4) *"ሰዎችን የመጠርጠርና ያለማመን ባሕሪ ካላቸው ሰዎች" ጋር ለመኖር ሌላ የምንወስደው እርምጃ፣ በውስጣችን መራራነት እንዳይበቅል፣ ከሳሾችንን ሁልጊዜ በይቅርታ መንፈስ መቀበል ነው። በየጊዜው ጥሩ ስማችንን በጭቃ የሚለውሰውን፣ እውነትነት በሌለው ነገር ሁልጊዜ የሚከሰንን፣ በአሉባልታ ወሬ ዝናችንን የሚያበላሸውን የመቀበል ጉልበት ይኖረን ይሆን? ማወቅ ያለብን፣ እንዲህ ዓይነቱን አስቸጋሪ ሰው ይቅር ማለት ካልቻልን እግዚአብሔርም የእኛን ድካም ይቅር የማይል መሆኑን ነው። በዳዩን ይቅር ማለት ሲያቅተን፣ ክሱን ወደራሳችን ማዞራችን እንደሆነ ማወቅ አለብን። ይቅርታ በማድረግ ከአስቸጋሪው ሰው ጋር ሰላም መፍጠር፣ ከእግዚአብሔር ጋር በሰላም መኖር ማለት እንደሆነ እንርሳ። እግዚአብሔር እኛን እንደ ወደደን ከሳሾችንንም መውደድ አለብን። የምንወደውም ከሚከሰን ሰው መልካም ነገር ለማግኘት፣ ፍቅር መልሰን ከእርሱ ለመቀበል አይደለም። ከእርሱ መልካም ነገር ለማግኘት ፍላጎታችን ሲቀንስ፣ የሚሰማንም ጉዳት እየቀነሰ ይመጣል። ልናስወግደው የማንችለው ጉዳት፣ የተሰቃየውን የክርስቶስን ፍቅር የመግደል ኃይል የለውም።*

"ሰዎችን የመጠርጠርና ያለማመን ባሕሪ" ያለባቸው አስቸጋሪ ሰዎች ሁልጊዜ እንደ ነጭ ለባሽ (ሰላይ) እጅ ከፍንጅ ለመያዝ በጥርጣሬ ዓይን በመመልከት የሚጠብቁን እንደ ሆነ የታወቀ ነው። "ናቸው..." ለሚሉት ነገር ፍንጭ ብቻ ሳይሆን፣ መረጃም ለማግኘት አድፍጠው ይጠብቃሉ። ምዕራፍ ሁለት ላይ የጠቀስንላችሁን ባልና ሚስት ታሪክ ታስታውሳላችሁ። ብርቄ ባሏ ዝሙት ሲሠራ እጅ ከፍንጅ ለመያዝ የወሰደቻቸውን እርምጃዎች እናስታውሳለን። እነዚህ አዕምሮአቸው በጥርጣሬ የተሞሉ ሰዎች የማይገቡበት ቀዳዳ፣ የማይወስዱት እርምጃ የለም። የሚፈልጉትን ነገር ለማግኘት የሚጠብቁት፣ ክስ ያቀረቡበትን ሰው ነው። ራሳቸውን የሚያዩት እንደተከዱ፣ ግፍ እንደተሰራባቸው አድርገው ነው። መረጃ ለማግኘት የሚወስዱት እርምጃ የሚያደርጉት ነገር ያስደንቀናል።

አንዳንዶች ባላቸው ከሌላ ሴት ጋር ተኝቶ እጅ ከፍንጅ ለመያዝ ከሥፍራ ወደ ሥፍራ ከአንዱ ሆቴል ወደ ሌላው ሆቴል እየገቡ ሳይታክቱ የሚሰልሉ እንዳሉ የታወቀ ነው። አንድ ጊዜ ወሰላ ታማ ሆስፒታል ተኝታ በህክምና ላይ ነበረች። ባሏ ሳምሶን ሆስፒታል ከእርሷ ጋር አምሽቶ ተሰናብቷት ቤተሰቦቿ ዘንድ ለማምሸት ሄደ። ባሏ ሳምሶን ክርስቲያን መሆኑን ብታውቅም "ከሌላ ሴት ጋር ያመነዝራል" የሚል ጥርጣሬ ስለነበራት፣ የሆስፒታሉን ልብስ እንደሰበሰች፣ ከሆስፒታሉ ፈቃድ ሳታገኝ በዚያ በጨለማ ታክሲ ይዛ ባሏን ሴት ይዞ ሲገባ "እጅ ከፍንጅ እይዘዋለሁ" ብላ በማመን የተዘጋውን በራቸውን ከፍታ፣ መብራት አጥፍታ ሳሎን ቁጭ ብላ ጠበቀችው። ሳምሶን ወላጆቿ ዘንድ አምሽቶ ወደ ቤቱ መጣ። በሩን ከፍቶ የሳሎኑን መብራት ሲያበራው ሆስፒታል በህክምና ላይ ያለችው ወለላን ሳሎን ቁጭ ብላ አገኛት። ሁኔታው ማስደንገጥ ብቻ ሳይሆን አስገረመው። "ለምን መጣሽ? ለምን እንዲህ ታደርጊያለሽ?" ብሎ ሳይወቅሳት ያለችበትን የሥነ ልቦና ችግር ስለሚያውቅ፣ ሆስፒታል አድርሷት ተመለሰ። በአሜሪካን አገር የሚጠረጥሩትን ባላቸውን እንዲከታተልና መረጃ እንዲያገኙላቸው ብዙ ገንዘብ ከፍለው የግል ሰላይ (detective) የሚቀጥሩ እንዳሉ የታወቀ ነው። ጥርጣሬያቸው "እውነት ነው" ብለው ስለሚያምኑ፣ ጊዜያችንና ገንዘባችን ያለአግባብ ይባክናል ብለው አያስቡም። በዚህ ዓይነት የስለላ ተግባራቸው እንዲያውም ደስ ይላቸዋል። እነዚህን ተጠራጣሪ ሰዎች የበለጠ የሚያበሳጫቸው፣ መረጃቸውን የበለጠ በሰበሰቡና ባጠራቀሙ ቁጥር፣ ያ የከሰሱት ሰው ከበፊቱ የበለጠ እየሸሸና እየራቀ ሲመጣ ሲያዩ ነው። እነዚህ ከሳሾች ያልተረዱት ነገር ቢኖር፣ ክሳቸውና ጥርጣሬያቸውን ባጠናከሩት መጠን የተከሰሰው ሰው ከእነርሱ እየራቀ የሚሄድ መሆኑን ነው። ወደ እነርሱ ሊያቀርባቸው የሚችለው ክሳቸው ሳይሆን፣ ክሳቸውንና ጥርጣሬያቸውን ሲያቆሙ ብቻ መሆኑን አይገነዘቡም።

2. የቁጠኛነት ባሕሪ ካለው ሰው ጋር እንዴት መኖር ይቻላል?

የአንዳንድ አስቸጋሪ ሰዎች ጠባይ፣ በቀረባቸው ወይም አብሯቸው በሚኖረው ሰው ላይ ያለአግባብ ቁጣቸውን የሚገልጹ መሆናቸው ነው። ስለሆነም፣ አብሯቸው የሚኖረው ሰው ቁጣውን በሥርዓት መግለጽ የማይችለው ሰው ሊያደርስበት ከሚችለው ጉዳት ራሱን መጠበቅ አለበት። መቆጣትን እንደ ተፈጥሮ ባሕሪው አድርጎ የተቀበለ ሰው፣ ቁጣውን ትክክል ባልሆነ መንገድ የሚገልጸው በቀን ውስጥ አንድ ወይም ሁለት ጊዜ ብቻ ሳይሆን፣ በተደጋጋሚ ነው። ቁጣውን ጤናማ ባልሆነ መንገድ የሚገልጽ ሰው፣ አብሮት በሚኖረው ሰው ሕይወት ላይ የሚያደርሰው ጥፋት ምን ያህል ጎጂ እንደሆነ ከአስቸጋሪው ሰው ጋር ኖሮ ከቀመሰው ሰው የበለጠ ማወቅ የሚችል ሌላ ሰው የለም። ቁጠኛ ከሆነው አስቸጋሪ ሰው ጋር መኖር፣ ያልተገራ ፈረስ እንደ መጋለብ ነው። ያልተገራ ፈረስ የሚጋልብ ሰው ልጓሙን ምንም ያህል አጥብቆ ቢይዝና ቢታገል፣ ብዙ ጊዜ ራሱን የሚያገኘው መሬት ላይ ተንከባሎ ነው። ፈረሱ ወደ ላይ በዘለለና በተንፈራገጠ ቁጥር ጋላቢው ልቡ በድንጋጤና በፍርሃት ይሞላል። በዕድሜ የገፋ ሰው ይህን ዓይነቱን ፈረስ ለመጋለብ ድፍረት አይኖረውም። ልክ እንደዚሁ ያልተገራ ምላስ ካለው ሰው ጋር ቅርብ የሆነ ወዳጅነት ወይም ግንኙነት መፍጠር የሚፈልግ የለም። ማንኛውም ግንኙነት ጥሩና ዘለቄታ ያለው መሆን የሚችለው፣ አንዱ ሌላውን ላለመጉዳት አስፈላጊውን ጥንቃቄ ማድረግ የቻለ እንደሆነ ነው።

ቁጣ ከተፈጥሮ ስሜቶቻችን መካከል አንደኛው ስለሆነ፣ ሁላችንም ደስ የማያሰኘን ወይም ጎጂ ነገር ሲያጋጥመን እንቆጣለን። "እኔ ፈጽሞ አልቆጣም" ማለት የሚችል የለም። ጤናማ የሆነ ሰው ሁሉ በተፈጥሮው የቁጣ ስሜት አለው። ስንቆጣ አንዳንድ ሁኔታዎች በአካላችን ላይ ይታያሉ። ከኩላሊት በላይ ባሉ እጢዎች የሚፈጠር ኬሚካል (adrenaline) በሰውነታችን ውስጥ ይረጫል፤ የልባችን መምታት ይጨምራል፤ የደም ግፊታችን ከፍ ይላል። ቁጣ ክፉም ሆነ በጎ የሆነ እርምጃ እንድናደርግ ይገፋፋናል። ሰዎች የቁጣ ስሜት ሲሰማቸው ቁጣቸውን በክፉ ከመግለጽ ይልቅ በአግባቡ ቢጠቀሙበት፣ ጠቃሚ የሆነ እርምጃ ለመውሰድ እንደሚረዳቸው የታወቀ ነው። በጣም ቁጠኛ የሆነ ሰው ቁጣውን መሸሸግ አይችልም። በኃይል በመጮኽ፤ ዕቃ በመወርወር፣ አጠገባቸው ያለውን ማንኛውንም ነገር በእግራቸው በመርገጥ፣ በመራገም፣ በመሳደብ ወዘተ. ቁጣቸውን ስለሚገልጹ፣ መቆጣታቸው በግልጽ ይታወቃል። ብዙ ነገር በውስጣቸው ስላጠራቀሙ፣ የሚፈልጉትን ካልሰጧቸው፣ ወይም እንደሚፈልጉት ካላደረጉላቸው፣ አጠገባቸው ባለው ሰው ላይ ቁጣቸውን ያለአግባብ በኃይል ይገልጻሉ። ሰዎች ቁጣቸውን በተለያየ መንገድ ይገልጻሉ፣

(ሀ) <u>ቁጣቸውን በኃይል የሚገልጹ</u>

ምክንያት እየፈለጉ ቁጣቸውን ያለአግባብ በእኛ ላይ ለመወጣት ከሚፈልጉት አስቸጋሪ ሰዎች ራሳችንን ከጉዳት መጠበቅ እንዴት እንችላለን? በቁጣ እንደ እሳተ ጎሞራ ሲፈነዱ፣ ከአፋቸው የሚወጣውን ክፉ ቃል፣ ወይም እውነት ያልሆነ ነገር ሲናገሩ፣ የተናገሩትን ለማረም፣ ወይም ለመምከር መሞከር ከጥቅሙ ይልቅ ጉዳቱ ያመዝናል። በቁጣ የተሞላ ባል ሚስቱን እየጮኸ፣ "...ገንዘብ ታባክኛለሽ... ባቅምሽ አትኖሪም..." ቢላት፣ የተናገረው ንግግር

እውነትነት ያለው ቢሆንም፥"...ልክ አይደለህም... እኔ ግዘብ አላባከንም..." ብላ መልስ ብትሰጠው፥ በዚያን ወቅት የሚሰማ ጆሮ ስለሌለው፥ ሁኔታውን የበለጠ ስለሚያብሰው ለጊዜው ዝም ማለቱ የተሻለ ይሆናል። ቁጣው ከበረደለት በኋላ፥ እልባት ሳይደረግለት ቀርቶ፥ ተጠራቅሞ እንደ ገና በቁጣ ከመፈንዳቱ በፊት ቁጭ ብሎ መነጋገር ያስፈልጋል። እንዳንድ ጊዜ ሰው ቁጣውን የሚገልጸው በወቅቱ በተፈጠረው ሁኔታ ሳይሆን በሌላ ምክንያት ሊሆን ስለሚችል፥ የቁጣውን ዋና ምክንያት መፈለግ ይጠቅማል። ሀሳቡን መግለጽ ሲጀምር ምንም ሳያቋርጡ በጸጥታ መስማት ያስፈልጋል። ቁጠኛው ሰው ቢለወጥም ባይለወጥም እንደ አመጣጡ ክፉውን በክፉ መመለስ አይጠቅምም። በቁጣ ሲገነፍል ከተቻለ ከአጠገቡ ዞር ማለት፥ ወይም ለጊዜውም ቢሆን ዝም ማለት ጎጂነት የለውም። ከምላስ ጉዳት አልፎ በስውነት ላይ ጉዳት እንዳያደርስ ራስን መከላከል ግን አስፈላጊ ነው። ቁጣው ገንፍሎ እስኪሰክን ድረስ ከተቆጪው ሰው እጠገብ ዞር ማለት ብልህነት እንጂ ደካማነት አይደለም።

(ለ) ***ቁጣቸውን በውስጣቸው የሚቀብሩ***

እንዳንዶች ደግሞ ውስጣቸው በቁጣ የተሞላ ቢሆንም፥ ከላይ ቁጣቸውን ፈጽሞ ገልጠው የማያሳዩ ሰዎች አሉ። ይሁን እንጂ፥ ሥር የሰደደ መከፋት ወይም የአዕምሮ ጭንቀት የሚታይባቸው ናቸው። ይሄም የሚታወቀው ራሳቸውን ሲጠሉና፥ ለማንኛውም ክፉ ነገር ራሳቸውን ተጠያቂ ሲያደርጉ ስንሰማ ነው። ቁጣቸውን የሚገልጹት በሌላው ሰው ላይ ሳይሆን በራሳቸው ላይ ነው። ስሜታቸውን በትክክል በመግለጽ ፈንታ ስለሚደብቁ፥ ቁጣቸው በውስጣቸው ታምቆ ይቆያል። ይሄም ራስ ምታት፥ የአንጀት መታጠፍ፥ የደም ግፊት፥ ወዘተ. እንዲደርስባቸው ምክንያት ይሆናል። እንዲሁም ራሳቸውን ችለው ያለመቆም ባሕሪያቸው፥ ወይም ሁልጊዜ የሌላውን ሰው ዕርዳታ በመፈለጋቸው ምክንያት ሰዎች በመለልቸት እንዲሸሿቸው ይሆናል። ቁጣቸውን በውስጣቸው የሚቀብሩትና ቁጣቸውን የሚገልጹ፥ ሁለቱም የሚመሳሰሉበት አንድ ነገር አለ። ይኸውም፥ አሁን የሚያሳዩትን ጠባይ፥ በሕጻንነታቸው "መቆጣት ትክክል አይደለም......ጥሩ ልጆች ራሳቸውን መቆጣጠር የሚችሉ፥ ታዛዦች እንጂ ፈጽሞ አይቆጡም" የሚለውን ትምሕርት የተማሩ መሆናቸው ነው። ይሄም ተፈጥሮአዊ የሆነውን የቁጣ ስሜታቸውን እንዴት በሥርዓት መግለጽ እንደሚችሉ መመሪያ ያላገኙ መሆናቸውን ያሳያል። በዚህ ምክንያት ቁጣቸውን በውስጣቸው ለማስቀረት በመሞከራቸው ሊፈነዳ ትንሽ ነገር እንደቀረው ፈኛ ሆነዋል። አንዳንዶቹ ቁጣቸውን በአግባቡ መግለጽ ስላልተማሩ፥ በቁጣ በመገንፈል አጠገባቸው ያለውን ሰው ይጎዳሉ። ቁጣቸውን በውስጣቸው የሚቀብሩትም ደግሞ ራሳቸውን ያለአግባብ ሲጎዱ ይታያሉ። ከሁለቱም ዓይነት ቁጠኞች ጋር መተባበር ወይም ወዳጅ መሆን የሚፈልግ ሰው የለም። በቁጣቸው ኑሮ እንዲመረን፥ ራሳችንን እንድንጠላ ካደረጉን አስቸጋሪ ከሆኑብን ሰዎች ጋር መኖር የምንችልበት መንገድ ይኖር ይሆን? ይሄ የብዙዎቻችሁ ጥያቄ እንደሚሆን አልጠራጠርም። ጥቂቶቹን ከዚህ በታች ለመግለጽ እንሞክራለን፥

1ኛ/ <u>የቁጣቸውን ምክንያት ማወቅ ይጠቅማል</u>

ሰዎች ወደ ቁጣ (ንዴት) የሚመራቸው ምክንያት ምን እንደ ሆነ ማወቅ፥ በቁጣ የተሞሉ ሰዎችን የበለጠ እንድንረዳቸው ያደርገናል። ችግራቸውና ምክንያታቸው ከገባን፥ እንደ ሁኔታው ልንይዛቸው እንችላለን። ዶክተር ጄምስ ዶብሰን ስለ ስሜት በጻፉት መጽሐፋቸው ሰውን እንዲቆጣ የሚያደርጉትን አራት ምክንያቶችን ምዕራፍ ሁለት ላይ ገልጸናል። እነርሱም፥

(1) ***ድካም*** *(fatigue)* ~ ማንኛውም ሰው በውስጡ የሕጻንነት ባሕሪ ብቻ ሳይሆን፥ ወንዱ የሴትነት ባሕሪ፤ ሴቷም የወንድነት ባሕሪ እንዳላቸው የሥነ ልቦና ምሁራን ይገልጻሉ። ወንዱ ሲያለቅስ፥ በውስጡ ያለው "የሴትነት ባሕሪው" ሲታይ ነው። ሴትም ኃይለኛና እምባ ገነን ስትሆን፥ በውስጧ ያለው "የወንድነት ባሕሪዋ" መገለጹ እንደሆነ ያሳያል። ልክ እንደዚሁ በዕድሜ የገፋው ሰው የደከመው መሆኑን በቃላት መግለጽ ሲችል በውስጡ ባለው "የሕጻንነት ባሕሪው" ይኸውም በመቆጣትና በመበሳጨት ሲገልጸው ይታያል።

(2) ***የሚያሳፍር ነገር ሲያጋጥም*** *(embarrassment)* ~ በሰው ፊት የሚያሳፍረን ወይም እንሰን እንድንታይ የሚያደርገን ነገር ሲደር ስብን ውስጣችን በቁጣ ይሞላል።

(3) ***ተስፋ አስቆራጭ ስሜት*** *(frustration)* ~ ትንሽም ሆነ ትልቅ፥ ተስፋ የሚያስቆርጥ ነገር ሲደርስብን ቁጣችን በቀላሉ ይቀስቀሳል።

(4) ***መጠላት (መወገድ)*** *(rejection)* ***ሲደርስብን...*** ~ ሰው አለመፈለጉን ሲያይ ስሜቱ ይጎዳና ያስቆጣዋል። በዚህ ዓይነት "ቁጣ" ማናችንም ሊሰማን የሚችል ስሜት እንደ ሆነ ተረድተን፥ በቁጣ የሚገነፍል ሰው ሲያጋጥመን፥ የተቆጣበትን ምክንያት ተረድትን ቁጣውን በቁጣ በመመለስ ፈንታ በትዕግስት ማለፉ ይጠቅማል።

2ኛ/ ሁልጊዜ ደካማዎች ሆነን እንታይ

ሌላው መረዳት ያለብን እውነት ቢኖር ብዙ ጊዜ በቁጣ የሚገነፍሉ ሰዎች ቁጣቸውን የሚገልጹት ደካማ ነው ብለው በሚያስቡት ሰው ላይ መሆኑን ነው። ከልክ ያለፈ ደፋር ወይም ስለ ሥራው ግድ የሌለው ካልሆነ በቀር፥ አለቃው ከሥራ ሊያባርረው እንደሚችል ስለሚያውቅ ቁጣውን በአለቃው ላይ ሊወጣ የሚሞክር ሠራተኛ የለም። ብዙ ጊዜ ሰዎች ቁጣቸውን የሚገልጹት "እናሸንፈዋለን" ብለው በሚያምኑት ላይ ነው። ለዚህ ነው ባሎች በሚስቶቻቸው ላይ፥ ሚስቶችም በልጆቻቸው ላይ በቁጣ የሚጮኹት። አብረናቸው የምንኖራቸው ሰዎች ሁልጊዜ ቁጣቸውን በእኛ ላይ የሚገልጹት፥ በቃላት አይግለጹት ወይም አይናገሩት እንጂ "ምንም ሊያደርገኝ አይችልም፤ አቅም ስለሌለው ምንም ሊጎዳኝ አይችልም..." ብለው በማሰብ እንደሆነ እንዘንጋ። በእንግዳ ላይ ወይም በማይደፍሩት ሰው ላይ ቁጣቸውን የማይገልጹ መሆናቸውን ስንረዳ፥ እነዚህ በቁጣ ሕይወታችንን መራራ ያደረጉብን ሰዎች ቁጣቸውን ፈርተን የፈለጉትን (የጠየቁትን) ሁሉ የምናደርግ ስለሚመስላቸው ይሆናል። ሲቆጡ በቀላሉ የምንርበተበትላቸውና የፈለጉትን ነገር የምንፈጽምላቸው ከሆነ፥ ቁጣቸው የሚፈልጉትን ነገር ሁልጊዜ እንደሚያስገኝላቸው ስለሚያውቁ፥ ይህንን መጥፎ የሆነውን ጠባያቸውን እንዳያስተካክሉ ምክንያት እንሆናቸዋል። የእኛ ዝም ማለት፥ ወይም ቁጣቸው ምን ያህል እያስመረረን መሆኑን አለመናገር፥ "ጠባያችሁ ተስማምቶናል፥ የሚያንቀሳቅሰን የእናንተ ቁጣ ነው...በርቱ ቀጥሉበት" ማለታችን እንደሆነ ማወቅ አለብን።

3ኛ/ ተቆጪነት እንዳይጋባብን ራሳችንን እንጠብቅ

አስቸጋሪው ሰው ምክንያት እየፈለገ ቁጣውን ያለአግባብ ሲገልጽ፥ በቁጣ ገንፍሎ ክፉ ቃል ሲወረውርና ክፉ ነገር ሲያደርግ ሁልጊዜ ዝም ማለት፥ ተቆጪው የሚያሳየው መጥፎ ጠባይ የተስማማን መሆናችንን መግለጻችን ብቻ ሳይሆን፥ ቁጣውን ፈርተን የጠየቀውን ሁሉ ማድረጋችን፥ ሳናውቀው "ቁጣን ከስርአት ውጪ መግለጽ ይቻላል" የሚል መልዕክት ማስተላለፋችን መሆኑን የተገነዘብነው አንመስልም። እኛም እራሳችን ሳናውቀው ያለአግባብ መቆጣት የምንፈልገውን ነገር የሚያስገኝልን ጠቃሚ ነገር እንደሆነ እያመንን እንመጣለን። አስቸጋሪው ሰው በእኛ ላይ እንደሚጮኸው፥ እኛም በተራችን "እናሸንፈዋለን" ብለን በምናስበው ሰው ላይ መጮኽ እንጀምራለን። መጽሐፍ ቅዱስ *ከንዴተኛና ከቁጡ ሰው ጋር ባልንጀራ ሆነህ አትተባበር፤ ምክንያቱም የእርሱን ጠባይ ከተማርህ መላቀቅ አትችልም* (ምሳሌ 22፥24-25) ያለው ለዚህ ነው። ንዴተኛነት እንደተላላፊ በሽታ ወደ ሌሎች መራባት የሚችል ባሕሪ እንዳለው ዶክተር ለስ ፓሮት መጽሐፋቸው ላይ የሰጡትን ምስሌ መጥቀስ እፈልጋለሁ።[16]

ቢሊ ማርቲን፥ የኒው ዮርክ ያንኪ የቤዝ ቦል ቡድን ማኔጀር፥ ከታወቀው የቤዝ ቦል ተጫዋች ከነበረው ከሚኪ ማንቲል ጋር፥ ቴክሳስ ውስጥ ከማንቴል ጓደኛ የከብት እርባታና እርሻ ማዚያ ውስጥ ገብተው ለማደን አንድ ቀን አብረው ሄዱ። ሚኪ ማንተል ማርቲንን "ጓደኛዬን እርሻ ሜካው ውስጥ ገብተን እንድናድን እንዲፈቅድልኝ ጠይቄ እመጣለሁ፤ አንተ መኪና ውስጥ ቁጭ ብለህ ጠብቀኝ" አለውና ሄደ። የማርቲን ጓደኛም እንዲያድኑ ፈቃደኛ መሆኑን ከገለጸለት በኋላ አንድ ነገር እንዲያደርግለት ጠየቀው። ያም አንድ ዓይኑ ሥውር የሆነ በቅሎ እንዳለውና ከስቃዩ እንዲገላገል ጨክኖ መግደል ስላቃተው፥ በጥይት መጥቶ እንዲገድልለት ጠየቀው። ማንተልም ጓደኛው ወደነበረበት መኪና ውስጥ ገባ። በንዴት የተሞላ አስመስሎ በሩን በኃይል መትቶ ዘጋው። "ምነው? ምን ሆንክ?" ብሎ ጠየቀው። ማንቴልም፥ "ፈቃድ አልሰጣችሁም ብሎ ስለከለከለኝ፥ በጣም አናዶኛል። ከብቶቹ ካሉበት በረት ውስጥ ገብቼ ከበቅሎዎቹ መካከል አንዱን በጥይት መትቼ መግደል አለብኝ" አለውና ጠመንጃውን ይዞ ሄደ። ማርቲን "ተው እንጂ! ምን ማድረግህ ነው?... ደህናም አይደለህ እንዴ?" በማለት ሊከለክለው ሞከረ። ማንተል ግን "እምቢ!" ብሎ ሄደና ያቺን ዓይነ ስውር በቅሎ ለመግደል ወደ በረቱ ሲሄድ ሁለት የተኩስ ድምጽ ሰማና ሮጦ ወደ መኪናው ሲሄድ፥ ጓደኛው ጠመንጃ ይዞ ሲያየው "ምን እያደረግህ ነው?" ብሎ ጮኾ ጠየቀው። ማርቲንም ሲመልስ "...ይህን ያህያ ልጅ አሳየዋለሁ... እንዴት እምቢ ይላል? እኔም ተናድጄ ሁለቱን ላሞቹን በጠመንጃ መትቼ ገደልኳቸው" አለው። ጓደኛው ተናዶ ከገደለ፥ የጓደኛውን አርአያ ተከትሎ እርሱም ንዴቱን መግለጹ ነበር።

4ኛ/ ቁጣን በቁጣ እንመልስ (እንበቀል)

በጥቃቅኑ ነገር ሁሉ የመቆጣት ባሕሪ ያለበት የሥራ አለቃችሁ ቢሮው አስጠርቶ እናንተን በማይመለከታችሁና ጥፋታችሁ ባልሆነው ነገር ማመን እስከሚያቅታችሁ ድረስ "...የማትረባ ደደብ..." ብሎ ያለአግባብ ንዴቱን በጩኸት ሲገልጽባችሁ፥ አዳማዊ ተፈጥሮአችሁ፥ "ጩኸትን በጩኸት፥ ስድቡን በስድብ" አጸፋውን እንድትመልሱ የሚገፋፋችሁ፥ ደማችሁ በውስጣችሁ የሚፈላበት ጊዜ እንዳለ ግልጽ ነው። "ራሴን ለመከላከል፥ የግድ ድንበሬን ማስጠበቅ አለብኝ" ብላችሁ፥ አለቃችሁ ላይ መጮኽና መልሳችሁ

---

[16] Parrott III, Les.

መሳደብ እንደሚቃጣችሁ የታወቀ ነው። የወጋንን መልሶ መውጋት፣ የሰደበንን መልሶ መሰደብ፣ የጎዳንን መልሶ መጉዳት ተፈጥሮአዊ ባሕሪያችን ነው። ይሁን እንጂ፣ እንደ እሳተ ጎሞራ በቁጣ ከሚገነፍለው ሰው ጋር ጠርነት መግጠም፣ ማንም አሸናፊ መሆን በማይችልበት ጦርነት ውስጥ ገብቶ እንደመሳተፍ ነው። በተቻለን መጠን ቁጣን በቁጣ ላለመመለስ ከፍተኛ ጥረት ማድረግ አለብን።

መጽሐፍ ቅዱስ በቀልን ሁሉ ለእግዚአብሔር እንድንተውለት ሲያዝን፣ ክፉ ላደረገብን ሰው መልሰን ክፉ እንዳናደርግበት መምከሩ ነው። በቁጣ የተሞላ ሰው መጥቶ ያላደረግነውን እንዳደረግን፣ ያልተናገርነውን እንደተናገርን አድርጎ፣ ጣቱን ፊታችን ላይ አድርጎ የስድብ ቃል ሲያወርድብን፣ ደማችን በውስጣችን ሲፈላ ምን ማድረግ አለብን? ራሳችንን ለመከላከል ሰንል፣"የወረወረብን ቃል እውነት አይደለም" በማለት ከእርሱ ጋር መከራከር ይኖርብን ይሆን? ሥጋ የለበስን ሰው በመሆናችን የሚጣላንን መጣላት፣ የሚሰድበንን መልሶ መስደብ ውስጣችን ይከጅላል። በክፉ አድራጊው ላይ መልሰን ክፉ ለማድረግ የምንሰጠው ምክንያት፣ ክፉ አድራጊው እንደ ክፉ ብድራቱን ማግኘት አለበት በሚል አሳብ ነው። ይሁን እንጂ፣ መጽሐፍ ቅዱስ ክፉን በክፉ እንዳንመልስ አንድ ጥሩ መመሪያ ሰጥቶናል። ይኸውም፣ *"ለሰው ሁሉ ፊት መልካም የሆነውን ነገር አድርጉ እንጂ፣ ሰዎች ክፉ ነገር ሲያደርጉባችሁ እናንተም መልሳችሁ ክፉ ነገር አታድርጉባቸው። የሚቻላችሁ ቢሆን ከሰው ሁሉ ጋር በሰላም ለመኖር በእናንተ በኩል የሚያስፈልገውን ሁሉ አድርጉ። ወንድሞቼ ሆይ! አትበቀሉ፤ ምክንያቱም የምበቀልና የበቀልንም ብድራት የምከፍል እኔ ነኝ ይላል እግዚአብሔር ተብሎ ተጽፎአል"* የሚለው ነው (ሮሜ 12፥17-19)። እግዚአብሔር ትክክለኛ ፈራጅ ስለሆነ፣ በቀልን ሁሉ ለእርሱ ልንተውለት ይገባል። ቁጣን በቁጣ መመለስ፣ ራሳችንን ከአስቸጋሪው ሰው የጠባይ ደረጃ እኩል ማድረጋችን እንደሆነ ማወቅ አለብን።

3. የነቃፊነት ባሕሪ ያለውን ሰው መያዝ የሚቻለው እንዴት ነው?

በሕይወታችን ምንም ዓይነት ነቀፋ ደርሶብን ባናውቅ፣ "ድካምም ሆነ ስህተት አለባችሁ" ባንባል፣ ምን ያህል ደስ ባለን ነበር? ይሁን እንጂ፣ ምን ጊዜም ቢሆን ከነቀፋ ነጻ ሆነን መኖር አንችልም። በሕይወታችን ፍጹም ስላልሆንን፣ አንዳንድ ሰዎች ድካማችንንም ሆነ የምንሠራውን ስህተት አይተውም ሆነ ሳያዩ መንቀፋቸው አይቀርም። የእግዚአብሔር ቃል አንዱ በሌላው እንዳይፈርድ ቢያዝም፣ ስለ እግዚአብሔር ቃል ፍጹም ግድ በሌላቸው ነቃፊዎች መነቀፋችን አይቀርም። እርግጥ ነው አንዳንድ ጊዜ ከመስመር መውጣት ስለምንችል፣ ስህተታችንን ያዩ ሰዎች በአግባቡ እንዲያቃኑን ያስፈልጋል። መነቀፋችንን የምናውቅ ከሆነ፣ ማንኛውንም ዓይነት ነቀፋ የምናስተናግደው እንዴት ነው? እንዲሁም አስቸጋሪ የሆነብን ሰው ሁልጊዜ የሚወረውርብንን ነቀፋ የምንቀበለው በምን ዓይነት ሁኔታ ነው? አስቸጋሪ የሆኑ ሰዎች ያላቸውን ጠባይ የማይረዱ አንዳንድ ሰዎች፣ አስቸጋሪ በሆነባቸው ሰው እንዳይነቀፉ ራሳቸውን ፍጹም ለማድረግ፣ እንዲሁም ነቃፊዎቻቸውን ደስ ለማሰኘት ከፍተኛ ጥረት ያደርጋሉ። ይሁን እንጂ፣ ምንጊዜም ቢሆን ራሳቸውን ፍጹም ማድረግ አይችሉም። ቢያደርጉም አስቸጋሪ ሰዎች ምክንያት ፈልገው መንቀፋቸው አይቀርም።

መጽሐፍ ቅዱስ ውስጥ ነቀፋ ከተወረወረባቸው ሰዎች መካከል ጎልቶ የሚታየው ኢዮብ ነው። የኢዮብ ወዳጆች ወደ ቤቱ የመጡት፣ "...እንሂድና ኢዮብን በነቀፋችን ሰብርብሩን እናውጣና እንምጣ..." ብለው እንዳልሆነ ግልጽ ነው። ረጅም ጉዞ ተጉዘው የመጡት በደረሰበት ጉዳት ከልባቸው አዝነው ሊያጽናኑት ፈልገው ነው። *"...በኢዮብ ላይ የደረሰውን ሥቃይ በሰሙ ጊዜ ሐዘናቸውን ሊገልጹለትና ሊያጽናኑት ከየአገራቸው ተጠራርተው በአንድነት ወደ ኢዮብ መጡ። ገና በሩቅ ሳሉ ኢዮብን አዩት ሆኖም እርሱ መሆኑን ለይተው ሊያውቁት አልቻሉም። እርሱ መሆኑን ባወቁ ጊዜ ግን በሐዘን ልብሳቸውን ቀደዱ፤ ትቢያ ወደ ሰማይ እየበተኑና በራሳቸውም ላይ እየነሰነሱ በመሪር ማልቀስ ጀመሩ"* (ኢዮብ 2፥11-12)። ኢዮብ በሕይወቱ ይህን ዓይነቱ አሳዛኝ ሁኔታ ለምን ሊደርስበት እንደቻለ፣ የሚመስላቸውን በአዕምሮአቸው ሲያሰላስሉ፣ ኢዮብ ኃጢአት በመሥራቱ ይሆናል ብለው ደመደሙ። አስተሳሰባቸው በወቅቱ ከመሥመር የወጣ አልነበረም። መከራ የእግዚአብሔር ፍርድ ከሆነ፣ እግዚአብሔርም የሚፈርደው እንዲሁ ዝም ብሎ ሳይሆን ኃጢአት የሚሠራውን ሰው ከሆነ፣ ኢዮብ ይኼ ሁሉ መከራ ሊደርስበት የቻለው፣ እግዚአብሔር የማይወደውን ኃጢአት ቢሠራ ነው ብለው ደመደሙ። *"ንጹሕ ሰው ሆኖ መከራ የደረሰበት ቅን ሰው ሆኖም የተደመሰሰ አይተህ ታውቅ እንደ ሆን እስቲ ወደ ኋላ መለስ ብለህ አስብ..."* አሉት (ኢዮብ 4፥7)። ሁኔታው ይምሰል እንጂ፣ ስለ ኢዮብ የነበራቸው ግምት ትክክል አልነበረም።

ኢዮብ መከራ የደረሰበት ምክንያት ወዳጆቹ እንዳሰቡት በእግዚአብሔር ፊት ከባድ ኃጢአት በመሥራቱ አልነበረም። እግዚአብሔር ስለ ጽድቁ ሲመሰክርለት፣ *"እግዚአብሔር ሰይጣንን እንዲህ አለው፤ አገልጋዬን ኢዮብን ልብ ብለህ አየኸውን? እርሱን የመሰለ ታማኝና ደግ ሰው በምድር ላይ አይገኝም፤ እርሱ ከክፉት ሁሉ ርቆ እኔን የሚፈራ ቅን ሰው ነው አለ"* (ኢዮብ 1፥8)። በዚህ ዓይነት እግዚአብሔር የመሰከረለትንና ያጸደቀውን ማን ሊኮንነው ይችላል?

የኢዮብ ወዳጆች ኢዮብን የነቀፉት ከላይ እንደገለጽነው ሊጎዱት ሳይሆን፥ ትክክል የሆነ አመለካከት ስለሌላቸው ብቻ ነበር። ዛሬም አንዳንድ ሰዎች ሌላውን የሚነቅፉት ጠባብ የሆነ ወይም ትክክል ያልሆነ አመለካከት ሰለሚኖራቸው ነው። ሊቀ ካህኑ ኤሊ ሀናን ***"እንዲህ ስክረሽ የምትቆይው እስከ መቼ ነው? ይህን ስካርሽን ወዲያ አስወግደሽ ጤናማ ሰው ሁኚ"*** በማለት እንደ ነቀፋት እናስታውሳለን (1 ሳሙ. 1፥14)።

መጽሐፍ ቅዱስ ውስጥ ነቀፋ ከተወረወረባቸው ሰዎች መካከል ጎልቶ የሚታየው ሌላው ሰው ሙሴ ነው። ሙሴ እስራኤላውያንን ከግብጽ እንዲያወጣ እግዚአብሔር ኃላፊነቱን ሰጠው እንጂ፥ ሥልጣኑን ታግሎ እንዳላገኘው የታወቀ ነው። ሙሴ እግዚአብሔር ያዘዘውን ለመሥራት ቢሞክርም፥ በዙሪያው የነበሩ አንዳንድ ሰዎች ይወረውሩበት የነበረውን ነቀፋ በአግባቡ እንዳሰተናገደው መጽሐፍ ቅዱስ ውስጥ እንብበናል። ከሌዊ ነገድ የነበረው ቆራሕ ሁለት መቶ ሃምሳ ሰዎችን ይዞ ሙሴን እንዲህ በማለት ነቀፋት። ***"እናንተ እጅ ከልክ አልፋችኋል! የዚህ ጉባኤ አባላት የሆኑት ሕዝብ ሁሉ ለእግዚአብሔር የተለዩ ናቸው፤ እግዚአብሔርም ከእኛ ሁሉ ጋር ነው፤ አንተ ሙሴ ታዲያ በእግዚአብሔር ጉባኤ ላይ ራስህን ከፍ ከፍ የምታደርገው ስለምንድነው?"*** (ዘኁ. 16፥3)። በሙሴ ላይ ይህን ዓይነት አመጽ ያስነሱትን በሚያስደነግጥና በሚያስፈራ ሁኔታ እግዚአብሔር እንዳጠፋቸው እናውቃለን (ዘኁ. 16፥31-35)። የእግዚአብሔርን የፍርድ በትር ያየው ሕዝብ ብዙም ሳይቆይ፥ በማግሥቱ ***"የእግዚአብሔር ወገኖች የሆኑትን ሕዝብ ገደላችኋ በማለት በሙሴና በአሮን ላይ አጉረመረሙ"*** (ዘኁ. 16፥41)። በዚህ ሁኔታቸው እግዚአብሔር ተቆጥቶ፥ ***"ሙሴን እንዲህ አለው። ከእነዚህ ሕዝብ ርቃችሁ ቁሙ፤ እኔ እነርሱን በአንድ ጊዜ አደመስሳቸዋለሁ!"*** አለ (ዘኁ. 16፥44-45)። ሙሴም ይህን ሲሰማ፥ "...ጌታ ሆይ! ደምስሳቸው..." በማለት ፈንታ ቸነፈሩ እንዲቆም በእግዚአብሔር ፊት አሮን እንደ ቆመ እናስታውሳለን (ዘኁ. 16፥48)።

አንዳንድ ነቃፊ የሆኑ ሰዎች የሚነቅፉት ለምን ይሆን? ነቀፌታቸው ሌላውን ሰው "ይጠቅማል" ብለው ስለሚያምኑ ነው። አንዳንዶቹ ደግሞ መንቀፍ ግዴታቸው መስሎ ሰለሚሰማቸው ነው። እንደነዚህ ዓይነቶቹ ብዙ ጊዜ "...መንቀፍ አልፈልግም፤ ...ይሁን እንጂ...ስህተት አይቼ ማለፍ አልችልም" ሲሉ ይሰማሉ። "መንፈስ ቅዱስ የሰጠኝ ስጦታ ነው" የሚሉም አሉ። ያልተረዱት ግን ነቀፋቸው "እንጠቅመዋለን" ብለው የሚያስቡትን ሰው በመጥቀም ፈንታ የሚጎዳው መሆኑን ነው። ማናችንም ብንሆን ገንቢ እንኳን ቢሆን ነቀፋን ደስ ብሎን አንቀበልም። የነቀፋ ቃል ሲወረወርብን፥ ነቀፋው ምንም ያህል ጠቃሚም ቢሆን ነቀፋውን አመስግነን የመቀበል ዝንባሌ ብዙዎቻችን የለንም። ነቀፋውን ከመቀበል ይልቅ፥ ለተነቀፍንበት ነገር መከላከያ መልሳችንን ወዲያው እንደምንሰጥ የታወቀ ነው። እውነተኛ የሆነ ለውጥ በሰዎች ላይ ሲፈጸም ያየነው፥ ነቃፊዎች በሚሰነዝሩት የነቀፋ ቃል ሳይሆን፥ "ለውጥ ያስፈልገዋል" ብለው ያሰቡትን ሰው ተገቢውን ጥንቃቄ በሚያደርጉና ጠቃሚ የሆነውን ትምህርት በሚሰጡ ሰዎች አማካኝነት ነው። ስለዚህ ነቀፋ፥በተለይም ገንቢ ያልሆነ ነቀፋ፥ የሰዎችን አንድነት የሚያበላሽ መሆኑ ብቻ ሳይሆን፥ ተነቃፊውን ወደ አዕምሮ ጭንቀት ውስጥም ሊከት የሚችል እንደሆነ የታወቀ ነው። ነቀፋ ከሚሰጠው ጥቅም ይልቅ የሚያደርሰው ጉዳት ያመዝናል። ነቃፊዎች ብዙ ጊዜ የሚነቅፉት ተነቃፊው ከሚያየው የበለጠ እነርሱ አጥርተው ማየት የሚችሉ ስለሚመስላቸው ይሆናል። ለዚህ ነው አንድ ትንሽ ስህተት የሚመስል ነገር በሌላው ሰው ላይ ሲያዩ፥ "ልክ አይደለም" በማለት በችኮላ አስተያየት የሚሰጡት። ይሁን እንጂ፥ የሚሰጡት አስተያየት ጠቃሚ ሳይሆን ጎጅነት ያለው ነቀፋ መሆኑን ግን የመረዳት አቅም የላቸውም። ብዙ ጊዜ ነቃፊዎች ከመናገራቸው በፊት በአዕምሮአቸው ስለሚናገሩት ነገር ጊዜ ወስደው እንደሚገባው ስለማያብላሉት፥ ወይም የመጣላቸውን ወዲያው ስለሚናገሩ ሌላውን ይጎዳሉ።

ከላይ እንደገለጽነው ስህተት ሲያዩ ስህተትን የመጠቆም ኃላፊነት ያለባቸው የሚመስላቸው አንዳንድ ነቃፊዎች አሉ። በእነርሱ ግምት ስህተት ነው ብለው ያሰቡትን ካልተናገሩ ይጨንቃቸዋል። "በተፈጥሮዬ ስህተት አይቼ ማለፍ አልችልም..." ሲሉ፥ ለሌላው ሰው አሳቢና ተቆርቋሪ የሆኑ ይመስላሉ። ይሁን እንጂ፥ የሚነቅፉበት ዋና ምክንያት ያ አይደለም። ምንም ያህል ጥሩ ሥራ ብንሠራ አንዳንድ ሰዎች መንቀፍ የተፈጥሮ ባሕሪያቸው ስለሆነ የሚነቅፉበት ጥቃቅን ምክንያቶች ፈልገው መንቀፋቸው አይቀርም። ብዙ ነቃፊዎች የአሳዳጊዎቻቸው ፍሬዎች (ውጤቶች) ናቸው። ለምሳሌ ከባሏ ጋር የተለያየች ሴት፥ ለብቻዋ ልጆቿን ለማሳደግ ስትታገል፥ በኑሮዋ ውስጥ ብዙ ችግሮች ያጋጥማታል። በኑሮዋ ላይ ያላት ብስጭት ከሰው ጋር የሚኖራትንም ግንኙነት ያበላሸዋል። በሁሉም ነገር ስታጉረመርም የሚያዩዋት ልጆቿ እናታቸውን እየመሰሉ ያድጉና በአካባቢያቸው መልካም መስሎ ያልታያቸውን ሁሉ መንቀፍና መተቸት ይጀምራሉ።

ነቃፊዎች ሁሉም አንድ ዓይነት አይደሉም። የምንሠራውን ሁሉ በጥንቃቄ በመሥራታችን "ሁሉም ነገር መልካም ነው" ብለን ብናስብም፥ ነቃፊዎች በሥራችን ላይ "ልክ አይደለም" የሚሉት ነገር እንደማያጡ የታወቀ ነው። ነቃፊዎች የሚያሳዩት ባሕሪ የሁሉም የተለያየ ነው፥

(1) ***"ሁሉ ነገር ፍጹም መሆን አለበት" የሚሉ*** (perfectionists) ***ነቃፊዎች አሉ፥እንዲህ ዓይነቱን ባል ያገባች ሴት ምንም ያህል ብትጥር እርሱን ማስደሰት በጣም ከባድ ይሆንባታል። የሠራችውን በጎ***

ነገር ማየት ትቶ የሚነቅፍበት ምክንያት ለማግኘት ያልሠራቻቸውን ጥቃቅን ነገሮችን ይፈልጋል። ጥሩ ምግብ ሠርታ አቅርባ እንደሆነ፥ "ምግቡ ጥሩ ነው" ብሎ በማመስገን ፈንታ፥ "ብርጭቆው ለምን በደንብ አልታጠበም?" ብሎ ይነቅፋል። የምግብ ጠረጴዛውን በአማረ የጠረጴዛ ልብስ ብታሳምረው፥ "ጥሩ ነው" በማለት ፈንታ፥ "የጠረጴዛው ጨርቅ ከግድግዳው ቀለም ጋር አይሄድም" ብሎ ይነቅፋል። እንዲህ ዓይነቱ ባል ሚስቱን በነቀፋ የሚያሰጨንቅ ሰው ነው።

(2) ''ሁሉን አውቃለሁ" የሚሉ ነቃፊዎች ናቸው፥ "ሁሉን አውቃለሁ" የምትል እናት ያላት ሴት፥ ልጅ ትዳር መሥርታ ልጆች ወልዳ፣ ራሷን ችላ የምትኖር መሆኗን ብታውቅም፥ "ሁሉን አውቃለሁ" ስለምትል ልጇን "እንዲህና ...እንዲያ አድርጊ" ብላ ትዕዛዝ ትሰጣለች። ችግሯ ትእዛዝ መስጠቷ ብቻ ሳይሆን፥ ሁልጊዜ በኑሮአቸው ጣልቃ የምትገባ መሆኗ ነው። ይህቺ ሴት እናቷ አስቸጋሪ የሆነችባት ምክርና ሀሳብ በመስጠቷ ሳይሆን፥ "የሠራሽው ልክ አይደለም... በዚህ ዓይነት አይሠራም..." እያሰች በየጊዜው በምትሰነዝረው ነቀፋና እንዲሁም በምትሰጠው ትዕዛዝ ነው። ይህቺ እናት ልጇ የምትሠራው ሥራ ሁልጊዜ አይጥማትም። ትዕዛዟን ተቀብላ ካልሠራች ደግሞ ታኮርፋታለች። ይህቺ እናት ለልጇ አስቸጋሪ ሰው እንደምትሆንባት ግልጽ ነው። በነቀፋዋ ለልጇ ማስተላለፍ የምትፈልገው መልዕክት "እኔ ልክ ነኝ፤ አንቺ ልክ አይደለሽም" የሚል ነው። በልጇ ላይ ያላትን ሥልጣንዋንም ማሳየት የምትሞክረው ልጇን በመንቀፍ እንደሆነ ግልጽ ነው።

(3) እብሪተኛ የሆኑ ነቃፊዎች ናቸው፥ ስራሳቸው ያላቸው ግምት በጣም ከፍተኛ ስለሆነ፥ ሁልጊዜ ራሳቸውን የሚያዩት እንደ አዋቂ ነው። ለምሳሌ እብሪተኛ የሆነች ነቃፊ ሴት፥ አንዷ ስቤቷ የመስኮት መጋረጃ ስትሰፋ ብትደርስ፥ "ይሄን የመጋረጃ ጨርቅ ነው ብለሽ መስኮቱ ላይ ላደርግ ነው እንዳትይኝ ብቻ..." በማለት በእብሪተኛነት መንፈስ ተሞልታ ነቀፋዋን ታሰማለች። ይህቺ ሴት የነቃፊዎችን ጠባይ የማታውቅ ከሆነ፥ የዚህች ሴት አነጋገር በራሷ እምነት እንዳይኖራት እንደሚያደርጋት ግልጽ ነው። እብሪተኛ የሆኑ ነቃፊዎች ሁሉንም የሚያውቁ መስሎ ስለሚሰማቸው፥ ምን ጊዜም ቢሆን ጥያቄ ጠይቀው መረዳት አይፈልጉም። ቀላል የሚሆናቸው ሌላውን መንቀፍ ነው። ነቃፊዎቻችሁ እንዲህ ዓይነቶቹ ይሆኑ?

(4) ነቃፊዎች በጣም አድካሚዎች ናቸው፥ ነቃፊ የሆነ አለቃ ያለው ሰው፥ ልክ ያልሆነ ነገር ካየ የሠራው እርሱ ራሱ ቢሆንም ሁልጊዜ ምክንያት የሚያደርገው ሠራተኛውን ነው። በየጊዜው የሚወረውረው ነቀፋ ሠራተኛውን በሥራው ላይ ፍሬያማ እንደማያደርገው የሚያውቅ አይመስልም። "ሠራተኛው በሚሰማው ነቀፋ የሚጎዳው፥ በተፈጥሮው ሁሉ ነገር በቀላሉ የሚሰማው ሰው በመሆኑ እንጂ፥ ነቀፋው ገንቢነት የሌለው በመሆኑ አይደለም" ይላል። ቀኑን ሙሉ ይህንን በሚመስል አለቃ እየተነቀፉ መዋል ሠራተኛውን በጣም እንደሚያደክመው የታወቀ ነው።

በሕይወታችን አስቸጋሪ የሆኑ ሰዎች በሚወረውሩት የነቀፋ ቃል እንዳንጎዳ፥ ዕለታዊ ኑሮአችን መራራ እንዳይሆንብን ምን ማድረግ አለብን?

☛1ኛ/ <u>ራሳችንን በጥንቃቄ እንመርምር</u>

እኛም ሳናውቀው ነቃፊዎች እንሆን ይሆን? ሌላው ሲሠራው የምንጠላውን ነገር እኛም ራሳችን እንሠራው ይሆን? እኛ በተጎዳንበት ሁኔታ ሌሎች እንዳይጎዱ ለማድረግ፥ እኛም ራሳችን ሌሎችን የምንነቅፍ መሆን አለመሆናችንን በጥንቃቄ ራሳችንን መመርመር አለብን። መጠኑ ይለያይ እንጂ፥ ሁላችንም ሌላውን የምንነቅፍበት ጊዜና ምክንያቶች አሉን። "ተጨቃጭቄ፥ ሌላውን ነቅፌ አላውቅም" የሚል ሰው ለመሆኑ ይኖር ይሆን? የምንፈልገውን ለማግኘት ሰንል ብቻ ነቀፌታን ያልተጠቀምን እንኖር ይሆን? ልጆቹን፥ የኑሮ ጓደኛውን የማይነቅፍ አለ? የራሳችንን ነቃፊነት መረዳት ስንችል፥ የሌላውን ነቀፋ መቀበልና እንዳመጣጡ ማስተናገድ እንችላለን። እኛም ሆንን ሌሎች ለመንቀፍ የምንፈልገውን ሰው ፊት ለፊት በመንቀፍ ፈንታ ነቀፋው በሌላው ሰው በኩል እንዲደርስ የምናደርግበት ጊዜ እንዳለ እናውቃለን።

☛2ኛ/ <u>ነቃፊዎቻችን ለምን እንደሚነቅፉን ለማወቅ እንሞክር</u>

አንዳንድ ጊዜ የሚነቅፉን ሰዎች በግልጽ የማይታይ የራሳቸው የሆነ ትልቅ ችግር በሕይወታቸው ያለባቸው ሊሆኑ ይችላሉ። እኛን የሚነቅፉት የራሳቸውን ድካም ስመሸፈን፥ ወይም በግልጽ አይናገሩት እንጂ "...እባካችሁን ችግር አለብኝና እርዳታ እፈልጋለሁ..." ማለታቸው ይሆናል። በራሳቸው እምነት በማጣታቸው ምክንያት፥ ወይም ስለ ራሳቸው ዝቅተኛ አስተያየት (ግምት) ስላላቸው፥ ወይም ራሳቸውን ስለሚጠሉ፥ ውስጣዊ ስሜታቸውን የሚገልጹት ሌላውን በመንቀፍ ነው። ስለ ራሳቸው ያላቸውን ዝቅተኛ ግምት ከፍ ለማድረግ የሚሞክሩት ሌላውን በመንቀፍ ነው። እጥንታችን ውስጥ

ሰርጉዶ ሊገባ ከሚችለው ነቀፋቸው ላይ ትኩረት ከመስጠት ይልቅ፥ ያሉብ
ትን አሳዛኝ ሁኔታ ለመረዳት መሞከር ትልቅ መንፈሳዊነት ነው። ይህንንም
ማድረግ የምንችለው በእኛ ኃይል ሳይሆን በእግዚአብሔር ጸጋ ብቻ ነው።
እኛ ልክ እንደሆንን፥ እነርሱ ግን ስሁተተኞች እንደሆኑ በመንገር ፈንታ በይ
ቅርታ፥ በትዕግስትና በርህራሄ መንፈስ ተሞልተን ልክ እንዳሉ መቀበል ከቻ
ልን፥ በእግዚአብሔር ፊት ሞገስ እናገኛለን። የነቃፊዎቻችንን አስተዳደግ፥
በሕይወታቸው ያለፉበት ችግር ምን እንደሆነ ስናውቅ፥ በምን ምክንያት
ይህን ዓይነት ጠባይ ሊኖራቸው እንደቻለ ስለምናውቅ፥ በእነርሱ በማዘን
ፈንታ የበለጠ እናዝንላቸዋለን። በሚወረውሩብን የነቀፋ ቃል በማዘን ፈንታ
የምሕረት እጆቻችንን ዘርግተን እንረዳቸዋለን።

በጣም የቀረብነው ሰው ሲነቅፈን፥ "በሕይወቱ ምን አስቸጋሪ የሆነ ነገር
አጋጥሞት ይሆን? ስሜቱን የጎዳው ምን ይሆን? ያልተሟላለት ወይም የጎደ
ለው ነገር ምን ይሆን? የማስብለት መሆኑን እንዲያውቅ ምን ማድረግ እችላ
ለሁ?" ብለን ራሳችንን መጠየቅ ይገባናል። ብዙ ጊዜ ጎጂነት ባለው ነቀፋው
ውስጣችንን ለማድማት ስለሚሞክረው ሰው ቀና ነገር ማሰብ በጣም አስቸ
ጋሪ ነው። ቀና ለማሰብ እግዚአብሔር ጸጋውን እንዲያበዛልን ያስፈልጋል
(2 ቆሮ. 12፥9)። በአንድ ከተማ ውስጥ "በማን አለብኝ መንፈስ" የተሞላ
አንድ የሕግ ጠበቃ፥ በፍርድ ቤቱ ዳኛ ላይ ብዙ ጊዜ ያላግጥ ነበር። ይህንን
ከሚመለከቱ ሰዎች መካከል አንዱ፥ ዳኛውን እንዲህ ዓይነት ጠባይ ሲያሳይ
ለምን እንደማይቀጣው፥ ወይም እንደማይገስጸው ጠየቀው። ዳኛውም ሲመ
ልሱ፥ "በእኛ ከተማ ውስጥ አንድ ውሻ ያላት ሴት አለች። ማታ ማታ የጨረቃ
ብርሃን ስታይ፥ ከቤቷ ወጥታ ሌሊቱን ሙሉ በጨረቃው ላይ ትጮኻለች..."
ብለው ከተናገሩ በኋላ፥ ለጀመሩት ንግግር ማሰሪያ ሳያደርጉለት፥ ሌላ ነገር
መናገር ጀመሩ። ጥያቄውን የጠየቀው ሰው ከተቀመጠበት ብድግ ብሎ
"...ክቡርነቶ ስለ ውሻውና ስለ ጨረቃው ለመናገር የጀመሩት አሳብ ከምን
ደረሰ?..." ብሎ ጠየቃቸው። ዳኛውም ሲመልሱለት፥ "..ውሻዋ ትጮኽ
እንጂ፥ ጨረቃዋ ብርሃኑን መስጠቷን አላቆመችም..." አሉት።

ነቃፊያችን እንደሚለው ስህተት ሠርተን ከሆነ፥ ራሳችንን መከላከል የለ
ብንም። ለመታረም ልባችን የተከፈተ እንዲሆን፥ እግዚአብሔር ከእኛ ይጠ
ብቃል። ልክ ከሆንን ግን ራሳችንን ለመከላከል መታገል የለብንም። ከምንጊ
ዜውም በበለጠ ሁኔታ እግዚአብሔርን በመተማመን ፈቃዱን ለመፈጸም
የምንሠራውን መልካም ነገር መሥራታችንን መቀጠል አለብን። የአስቸ
ጋሪ ሰዎች ነቀፋ ስብርብራችንን በማውጣት ፈንታ የበለጠ ወደ እግዚአብሔር
እንድንጠጋ፥ በአዲስ ኃይልና ጉልበት፥ እንዲሁም በሙሉ ልብ ከምንጊዜ
ውም የበለጠ እንድናገለግለው ያስችለናል።

3ኛ/ <u>ነቀፋ ላለመስማት ጆሮቻችንን አንዝጋ</u>

ምላሳችን የምግብን ጣዕም የመለየት ችሎታ እንዲኖረው አድርጎ የሠ
ራውን እግዚአብሔርን ምን ያህል አመስግነነው ይሆን? ጥሩ ጣዕም ያለውን
ምግብ መብላት ደስ እንደሚለን ያህል የማይጣፍጠንን መብላት አንፈል
ግም። ይሁን እንጂ፥ ሁልጊዜ የሚጣፍጠንን ምግብ ብቻ የምንበላ ብንሆን፥
ሰውነታችን የተመጣጠነ ምግብ በማጣቱ ምክንያት ችግር ይደርስብን ነበር።
ልጆች ሁልጊዜ መብላት የሚፈልጉት ጣፋጭ ነገሮችን ብቻ ነው። ልጆቻቸ
ውን የሚወዱ ወላጆች ሁልጊዜ መብላት የሚፈልጉትን ጣፋጭ ነገር ብቻ
ለልጆቻቸው እንደማይሰጧቸው የታወቀ ነው። ባይጣፍጥም፥ ለሰውነት
ጠቃሚ የሆኑትን እንዲበሉ ያስገድዷቸዋል። እግዚአብሔር ሌላ የሰጠን
ትልቅ ስጦታ የመስማት ችሎታን ነው። ምላሳችን የሚጣፍጠውን ከማይጣ
ፍጠው መለየት እንደሚችለው ሁሉ፥ ጆሯችንም ጥሩውን ከመጥፎ የመለ
የት ችሎታ አለው። *"ምላስ የምግብን ጣዕም ለይቶ እንደሚያውቅ፥ ጆሮም
የንግግርን ዓይነት ይመረምራል"* ይላል (ኢዮብ 12፥11)። ስለዚህ የምንሰ
ማው ነቀፋ ገንቢ የሆነውን ካልሆነው መለየት ስለምንችል፥ በአጠቃላይ ነቀፋ
ላለመስማት ጆሮቻችንን መዝጋት የለብንም። በእኛ ላይ የሚሰነዘሩትን ነቀ
ፋዎች ሁሉ ላለመስማት ጆሮቻችንን ከዘጋን፥ ገንቢ ከሆኑ አንዳንድ ነቀፋዎች
መጠቀም አንችልም። ብዙ ጊዜ ነቃፊዎቻችንን በቀና ዓይን ማየት አስቸጋሪ
የሚሆንብን ጊዜ አለ። ነቃፊዎች አስቸጋሪ ሰዎች ይሁኑ እንጂ፥ አንዳንድ
ጊዜ ጠቃሚ አሳብ የሚሰጡበትም ጊዜ እንዳለ አንክድም። በጠቅላላው የሚ
ሰጡትን ትችትም ሆነ አስተያየት አንሰማም ከማለት፥ ጥሩውን ከመጥፎው
ለይተን በማውጣት በጥሩው ለመጠቀም ራሳችንን ማስተማር ይገባናል።

የሚነቅፉን ሁሉ ሊጎዱን ቆርጠው የተነሱ አይደሉም። ገንቢ የሆነ ነቀፋ
ሊሰጡን የሚፈልጉ እንዳሉ መርሳት የለብንም። ነቀፋን በጸጥታና በትእግስት
ማዳመጥ ቀላል አይደለም። የሚነቅፉን የሚወዱን ሰዎች መሆናቸውን ብና
ውቅም አንዳንዶቻችን ራሳችንን ለመከላከል ስንል፥ ገና መናገር ሲጀምሩ፥
ወይም የጀመሩትን ሳይጨርሱ ለሰጡት ነቀፋ የምንሰጠውን ምላሽ ማሰብ
እንጀምራለን። ወይም መካከል ላይ ንግግራቸውን አቋርጠን ለሰጡት አስተ
ያየት መልስ እንሰጣለን። ጠቢቡ ሠለሞን *"መልስ ከመስጠትህ በፊት አዳ
ምጥ! አለበለዚያ ሞኝና የተናቅህ መሆንህን ታሳያለህ"* ይለናል (ምሳሌ 18፥
13)። የነቀፈን ሰው እኛን ስለነቀፈበት ነገር ምናልባት ብዙ ጊዜ ፈጅቶ አስ
ቦበት ይሆናል። በሚናገረው ነገር እኛን ቅር እንደሚለን፥ ፍጹም እንደማያ
ስደስተን ያውቃል፤ ይሁን እንጂ ስለ እኛ በጎነት ግድ ስለሚለው ብቻ ባይወ
ደውም የሚሰማውን፥ ስንስት ያየውን ይነግረናል። ሙሴ የእሥራኤልን
ሕዝብ ለብቻው ለመዳኘት ወይም ለመምራት ሲሞክር ያየው አማቱ "ምን

ማድረግህ ነው?" በማለት ነቀፈው። ሙሴም በጥሞና ካዳመጠው በኋላ የሰማውን በተግባር ላይ እንዳዋለው እናውቃለን (ዘጸ. 18፥24-26)። በዚህ ዓይነት ሙሴ ገንቢ የሆነውን ነቀፋ ለጥቅሙና ለትምሕርቱ ሆነለት።

☛4ኛ/ <u>የሚወረወርብንን ነቀፋ ሁሉ እውነት ነው ብለን አንቀበል</u>

አስቸጋሪ ሰዎች ከሚታይባቸው ባሕሪዎች መካከል አንደኛው ምክንያት እየፈለጉ ሌላውን መንቀፍ ነው። "...አትችልም፥ ...አትረባም... አይሆንልህም..." የሚለውን ቃል በየጊዜው ስንሰማ፥ ቀስ በቀስ እውነት ነው ብለን የማመንና የመቀበል ዝንባሌ ሊኖረን ይችላል። አንድ የምንዘነጋው ነገር ቢኖር፥ ከላይ የሰማነውን ዓይነት አስተያየት ስለ እኛ አንድ ሰው ይሰጥ እንጂ፥ በሌላ በኩል ብዙዎች ብርታታችንን እያደነቁ የሚናገሩ ሰዎች እንዳሉ ነው። ብዙዎች እንደሚያመሰግኑንና እንደሚያደንቁን እያወቅን፥ የአንድ ሰው ነቀፋ ለምን ይህን ያህል ሕይወታችንን እንዲያናውጠው እንፈቅድለታለን? የአስቸጋሪያችን ሰው ነቀፋ ይህን ያህል ኃይል እንዲኖረው ከፈቀድንለት፥ በሌላ ነገር ላይ ልናውለው የምንችለውን ጊዜያችንን፥ ገንዘባችንንና እንዲሁም ጉልበታችንን ያንን አስቸጋሪውን ሰው ለማስደሰት ወይም ነቀፋ እንዳይኖረው ለማድረግ አለአግባብ እናባክናለን። መጠንቀቅ ያለብን ነገር ቢኖር አስቸጋሪ ሰዎች በሚወረውሩት የነቀፋ ቃል ተጎድተን የእግዚአብሔር ዓለማ በሕይወታችን እንዳይፈጸም መሰናክል እንዳይሆንብን ነው።

ሁላችንም በክፉ ንግግራቸው፥ በነቀፋቸው ሕይወታችንን እንዲመረው የሚያደርጉ አስቸጋሪ ሰዎች እንዳሉን ሁሉ፥ ሐዋርያው ጳውሎስም የራሱ የሆኑ አስቸጋሪ ሰዎች ነበሩበት። ሐዋርያው ጳውሎስ በክፉ ንግግሩ፥ ወይም በነቀፋው አስቸጋሪ የሆነበትን ሰው ስም ጠርቶ ከእርሱ እንዲጠነቀቅ ጢሞቴዎስን ሲመክረው እንሰማለን። ***የናስ አንጥረኛው እስክንድር ብዙ ክፉ ነገር አደረገብኝ፤ ጌታ እንደ ሥራው ይከፍለዋል። እርሱ እኛ የምንናገረውን በብርቱ ስለተቃወመ አንተም ራስህ ከእርሱ ተጠንቀቅ"*** አለው (2 ጢሞ. 4፥14)። አስቸጋሪ ሰው እኛን እየነቀፈ የሚወረውርብንን ገንቢ ያልሆነ ቃል እንደ እውነት ተቀብለን ደስታችንን እንዳይሠርቅብን፥ ሰላማችንን እንዳያደፈርስብን መጠንቀቅ አለብን። እነዚህ አስቸጋሪ የሆኑብን ነቃፊዎቻችን የሚነቅፉብን ነገር እውነት ነው ብለን እንድንቀበል ከፍተኛ ጥረት ስለሚያደርጉ፥ እውነተኛውን እኛነታችንን ማወቅ ይገባናል። በነቀፋቸው ሕይወታችንን መራራ እንዲያደርጉብን እንፍቀድላቸው። ብዙ ጊዜ ነቀፋቸው የሚያበሳጨን መሆኑን ሲያዩ፥ የተነሱበትን ዓላማ የፈጸሙ ስለሚመስላቸው ደስ ይላቸዋል። ይህ እንዳይሆን፥ ነቀፋቸው የጎዳን መሆኑን እነርሱ እንዳያውቁ ብርቱ ጥንቃቄ ማድረግ አለብን።

4. ስለ ሌላው ሰው ስሜት ግድ ከሌለው ሰው ጋር መኖር እንዴት ይቻላል?

ስለ ሌላው ሰው ስሜት ፍጹም ግድ የሌላቸው፥ ጎጂ የሆነ አድራጎት (abusive) የሚፈጽሙ አስቸጋሪ ሰዎች እንዳሉ ቀደም ሲል ተመልክተናል። ፍላጎታቸው ወይም የሕይወታቸው ዋና ዓላማ ሁልጊዜ በማንኛውም ነገር አሸናፊዎች መሆን፥ በልጠው መታየት ወይም መካከለኛውን ሥፍራ መያዝ ነው። አንዳንዶቹ ሰውን የሚጠጉት፥ ከዚያ ሰው አንድ የሚጠቅማቸውን ነገር የሚያገኙ ሲመስላቸው ብቻ ነው። በዚያ ሰው ለመጠቀም ሲፈልጉ *"ማአት አሰከት ሆንብኝ ድረስ ከአንተ ጋር ተጣበቅሁ"* ይሉታል። መጣበቃቸው እውነት ሲሆን፥ የተጣበቁበት ምክንያት ግን ያንን ሰው ወድደውት ሳይሆን፥ ከእርሱ የሚፈልጉት ነገር ስላለ ብቻ እንደሆነ ግልጽ ነው። የሚፈልጉትን ለማግኘት የሌላውን ጊዜ፥ ጉልበትም ሆነ ገንዘብ ቢያባክኑ ይህን ያህል የሚሰማቸው አይደሉም። ለብቻቸው መቆም የማይችሉ፥ ሁልጊዜ የሌላው ሰው ጥገኛ ቢሆኑም፥ ደካማ መስለው እንዳይታዩ፥ ሁልጊዜ ራሳቸውን ከሌላው የተሻሉ እንደሆኑ አድርገው ማቅረብ ከባህሪያቸው አንደኛው ነው። ከእንደነዚህ ዓይነት ሰዎች ጋር ስሜታችን ሳይጎዳ፥ ራሳችንን ሳንጠላ መኖር የምንችልበት መንገድ ወይም ዘዴ ይኖር ይሆን?" ብለን መጠየቃችን አይቀርም።

"ድንጋይና ዱላ እንጂ ከሰው አፍ የሚወጣው ቃል (ምላስ) አጥንትን አይሰብርም" የሚል እውነተኛነት የሌለው አነጋገር አለ። ሰዎች እርስ በርሳቸው ክፉ የሆነ ቃል ሲለዋወጡ፥ ሲነቃቀፉ፥ አንዱ ሌላውን ዝቅ የሚያደርግ ወይም የሚያዋርድ የቃላት ልውውጥ ሲያደርጉ፥ ውስጣቸው እርር፥ ኩምትር ሲል፥ ሳያውቁት ጨጓራቸው መላጥና መድማት ይጀምራል። ጉዳታቸውን ሸፍነው፥ ምንም እንዳልሆኑ አስመስለው ፈገግታ ቢያሳዩ፥ ውስጣቸው ለንበር (bruise) ማውጣቱ አይቀርም። የሌላውን ሰው ስሜት ሳይጠብቁ፥ *"...አንድም ትክክል የምትሠራው ነገር የለም፤ ...እንደጠበቅሁህ ሆነህ አላገኘሁህም፤ ...ውዳቂና የማትረባ ነህ..."* የሚለውን ክፉ ንግግር ስንሰማ መንፈሳችን ከውስጥ መድከም ይጀምራል። አስፈላጊ ሕክምና ከተደረገለት፥ የተሰበረ አጥንት በመጠኑ ወይም ሙሉ በሙሉ የመዳን ተስፋ አለው። ሰዎች በሚወረውሩት ክፉ ቃል መንፈሱ (እርሱነቱ) የተሰበረ ሰው ግን፥ በሕይወቱ ዘመን ሙሉ እያነከሰ ይኖራል። ያንን ለመካስ፥ ራሱን የሚገነባበትን መልካም ወይም አዎንታዊ ነገር እየፈለገ ይኖራል። ካላገኘ ግን፥ "...ደህና ነኝ ...ከሌላው የምበልጥና የተሻልኩ ነኝ..." በማለት ሲታገል፥ ሌላውን የሚገዳ ሰው ይሆናል። አንዳንዶቻችን የሚሰማንን የምንገልጽበት የተለያየ ቋንቋ አለን። ለምሳሌ፥

- *"እርዳታ መፈለግ እንዳለብኝ አውቃለሁ፤ ይሁን እንጂ አቃተኝ..."*
  - *"ብቸኝነት በጣም ይሰማኛል..."*
    - *"ምን ማድረግ፣ ምን ማለት እንዳለብኝ ግራ ግብት ብሎኛል..."*
      - *"ጥሩ ነው ብዬ የማደርገው ነገር ሁሉ ችግር ያመጣብኛል ብዬ እፈራለሁ..."*
        - *"ዝም ለማለት ስሞክር እንኳን ራሴን መቆጣጠር እስከሚያቅተኝ ድረስ በቁጣ እሞላለሁ..."*
- *"የማደርገው ነገር ሁሉ ልክ አይመጣልኝም..."*
  - *"በመካከላችን ለተፈጠረው ችግር ጀማሪው እኔ አይደለሁም ..."*
    - *"ምን አለበት ሞቶ ባረፍኩት...."*
      - *"እርሷ የምትለወጥ ብትሆን ኖሮ፣ ሁሉ ነገር መልካም ይሆን ነበር..."*

ከውስጣችን የሚሰማንን ጉዳት የምንገልጽበት መንገድና ሁኔታ ከላይ ባየነው ሁኔታ ከሆነ፣ በሕይወታችን አስቸጋሪው ሰው በፈጠረብን ችግር ምክንያት ሕይወታችንን ለብቻችን ለማስተካከል አቅም ያጣን ስለሆንን፣ የሌሎች ሰዎች እርዳታ በግድ ያስፈልገናል ማለት ነው። ስለራሳችን ያለን ግምት፣ ሌሎችን የምንቀርብበት፣ ወይም ሌሎች እንዲቀበሉን የምንፈልግበት ዓይነትና ሁኔታ፣ በህጻንነታችን ዘመን በተማርነው፣ ባየነውና በተለማመድነው ዓይነት ነው። ስለራሳችን ጥሩ አቋም ኖሮን እንድናድግ እያበረታቱ ካሳደጉን፣ በራሳችን ሙሉ እምነት ያለን ሰዎች እንሆናለን። እየተመሰገንን ካደግን፣ በመንቀፍ ፈንታ ሌሎችን የምናነቃቃና የምናደፋፍር እንሆናለን። "ጎሽ!" እየተባልን ካደግን፣ የዓላማ ሰው እንሆናለን። ከለጋሶች ጋር ካደግን፣ በቸርነት ተሞልተን ያለንን ለሌሎች እናካፍላለን። እውነትንና ሀቀኝነትን በሚወዱ ሰዎች ሥር ካደግን፣ እውነትና ሀቀኝነትን የምንወድ እንሆናል። ነገር ግን እየተነቀፍንና እየተገፋን ካደግን፣ ከፍርሃት የተነሳ ሁኔታዎች አስቸጋሪ ከመሰሉን ቶሎ የምንሸሽበትን መንገድ እንፈልጋለን። አልፈን የመጣንበትን ሕይወት አሁን ያለንበትን የሕይወት አቋም ይወስናል። ተገቢ ያልሆነ ድርጊት (abuse)፣ ሰውን ቀስ በቀስ እያዳከመ (እየሰባበረ) የሚጥል ነው። ስለዚህ ተገቢ ያልሆነ ድርጊት እየተፈጸመበት ያደገ ሰው፣ ሁልጊዜ ራሱን እንደ ጥፋተኛ፣ ክፉ አድራጊውን ግን ምንም ዓይነት ስህተት እንደሌለበት አድርጎ የማሰብና የመቀበል ዝንባሌ አለው። ከሰው ጋር መኖር ሁልጊዜ ጉዳት ይኖረዋል ብሎ በማመን፣ ሁኔታውን እንዳለ ተቀብሎ ይኖራል። ተገቢ ያልሆነ ተግባር በሌላው ላይ የሚፈጽሙት፣

"...ለአንተ ብዬ ነው... ግድ ስለሚለኝ ነው...." በሚል አነጋገር እየሸፈኑ ነው። በምላሳቸው ውስጡን ሲያደሙት፣ "...ሌላ ሰው ቢሆን ምንም አይነግርህም... እኔ ግን ስለምወድህ ለጊዜው ቅር ቢልህም፣ ልክ ያልሆነ ነገር ስትሠራ ሳይ በግልጽ እነግርሃለሁ..." ይሉታል። ይህን ይበሉ እንጂ በንግግራቸው (በንቀፋቸው) ያ ሰው ችሎታ የሌለው፣ ለምንም ነገር የማይበቃ፣ ዝርክርክ፣ ዝቅተኛ የሆነ፣ ተወዳጅነት የሌለው ሰው እንደሆነ መስሎ እንዲሰማው ያደርገዋል።

ጎጂ የሆነ አድራጎት እየተፈጸመባቸው የኖሩ ሰዎች፣ እውነትን በትክክል ማየት አይችሉም። ሌላው ለስሜታቸው ሳይጠነቀቅ የፈለገውን ሲያደርግባቸው ብዙ ጊዜ የኖሩ ስለሆነ፣ ድርጊቱ ትክክል መስሎ ይሰማቸዋል። ማንም በእግሩ ቢረጋግጣቸውና ቢጨፈልቃቸው የሚሰማቸውን ስሜት እፍነው የሚይዙ፣ ክፉ እየተደረገባቸው የክፉ አድራጊውን እጅ እየሳሙ የሚኖሩ ናቸው። በሚማው አንዱ ጥርሳቸውን ቢያራግፈው፣ የራሳቸውን ጉዳት ማሰብ ትተው፣ የረገጣቸውን ሰው "በጥርሴ እግርህን ጎዳሁህ ወይ?..." ብለው የሚጠይቁ ናቸው። እንዲህ ዓይነቶቹ ነቅተው ራሳቸውን ከመረገጥ ነጻ ማውጣት ስለማይችሉ፣ ሌላ የሚቆረቆርላቸውና ከዚህ ሁኔታ ሊያወጣቸው የሚችል ሰው ያስፈልጋቸዋል።

ለምታደርጉት ነገር ሁሉ ይቅርታ የምትጠይቁ ከሆነ፣ ሌሎች የፈለጋቸውን ነገር ሲያደርጉባችሁ፣ ዝቅ አድርገው ሲያዩዋችሁ ዝም የምትሉ፣ ሕይወታችሁን የምትመረምሩት እናንተ በምትፈልጉት ዓይነት ሳይሆን ሌላው ሰው በሚፈልገው ዓይነት ከሆነ፣ ሌላው ለሚሠራው መጥፎ ሥራ ራሳችሁን ተጠያቂ ወይም ምክንያት የምታደርጉ ከሆነ፣ "የምሰጠው እሳብ ለማንም የሚጠቅም አይደለም፤ የማይረባ ነው" የሚል ስሜት የሚሰማችሁ ከሆነ፣ ስለራሳችሁ ዝቅተኛ አስተያየት (ግምት) ያላችሁ መሆናችሁን እወቁ። እንዳንዶቻችን ብዙ ጊዜ ጎጂ የሆነ ድርጊት ሲፈጸምብን ራሳችንን የማንከላከልበት ምክንያት ምን ይሆን? ትልቁ ምክንያት የሚደረግብን ነገር ክፉ መስሎ ስለማይታየን ይሆናል። በሌላ በኩል ዝም ማለታችን "ጥሩ ሰው፣ ጨዋ ሰው" የሚያሰኘን፣ ወይም በዕድሜና በደረጃ ከእኛ የበለጡትን ማክበራችን መሰሎ ስለሚሰማን ይሆናል። ስሜታችን ሲጎዳ "ለምን ይሄን ዓይነት ነገር ይደረግብኛል?" ብለን የተናገርን እንደሆን ያንን ሰው እናስቆጣው ይሆናል የሚል ፍርሃት ይሰማን ይሆናል። የሚደርስብን ጎጂ ነገር ስሜቱ በቀላሉ የማይጠፋ መሆኑን መረሳት የለብንም። በድርጊቱ የተጎዳው ሰው ስለራሱ ያለው አስተሳሰብ ዝቅ እያለ ሲመጣ፣ አጥቂውም ባደረገው ነገር በመጸጸት ፈንታ በአቋሙ እየጠነከረ ይመጣል። ይህን ጉዳት ለማስቆም፣ በቅድሚያ አጥቂው የሚፈጽመው ድርጊት ትክክል እንዳልሆነ ማወቅና ማሳወቅ ያስፈልጋል። ይህን ዓይነቱ ድርጊት አብረናቸው ከምንኖራቸውም ሆነ አብረናቸው ከምንሠራቸው ሰዎች የመጣም

ቢሆን፥ ትክክል አይደለም። ሌላው ሰው በተደጋጋሚ እንዲጎዳን ከፈቀድንለት እኛነታችንን እያጣን እንደምንመጣ ማወቅ አለብን። ለምሳሌ ባሏ እየረገጣት ዝም ብላ የምትኖር ሚስት ብትኖር፥ ይህንን እያዩ የሚያድጉ ልጆቿ የእርሷን ሕይወት እንደ መመሪያ አድርገው የሚከተሉ በመሆናቸው፥ እነርሱም እየተጎዱ ጸጥ ብሎ መኖር ትክክል ይመስላቸዋል። ስለዚህ ለምናደርገውም ሆነ ሌሎች በእኛ ላይ እንዲያደርጉብን ለምንፈቅደውም ነገር ተጠያቂነት ወይም ኃላፊነት እንዳለብን ማወቅ ይገባናል።

"አሁን ከሆንኩት የበለጠ ጥሩ ብሆን፥ የማደርገው በጎ ነገር ከበፊቱ የበለጠ ቢሆን፥ የአስቸጋሪው ሰው ሁኔታ ምናልባት ይለወጥ ይሆናል" ብለን የምናምንና የምንጠብቅ ይሆናል። ይሁን እንጂ፥ አንድ ዓይነት ተአምር ከሰማይ ካልተፈጠረ በቀር አስቸጋሪ ሰዎችን የመለወጥ ኃይል እንደሌለን ማወቅ አለብን። እነዚህ አስቸጋሪ ሰዎች፥ ስለራሳቸው እንጂ ስለሌላው ሰው ስሜት ፍጹም ግድ የሌላቸው፥ በተፈጥሮአቸው አንድ ነገር የጎደላቸው የሚመስሉ ናቸው። እኛ እንዲለወጡ መፈለጋችን ብቻ አይለውጣቸውም። እንግዲያውስ ምን ማድረግ እንችላለን? ስሜታችንን በውስጣችን መቅበር ለአዕምሮአችን ጥሩ ስላልሆነ፥ ደስ ሳይለን ደስ ያለው ሰው መስሎ መታየት ብቻ እኛንም ሆነ እነርሱን አይለውጣቸውም። ስለዚህ ሕይወታችንን ሌላው ሰው እንዲቆጣጠረው አንፍቀድ። በተለያየ መንገድና ዘዴ እንገታችንን ብንሰጣቸው፥ ወይም ፈቃዳችንን ብናስገዛላቸው፥ የወደፊቱ ሕይወታችንን የታነቀ እንዲሆን ያደርጉታል። ስለሆነም፥ አስቸጋሪውን ሰው ለመለወጥ የምናደርገውን ጥረት ወይም ትግል አቁመን፥ አዕምሮአችንን ሳንስት ከአስቸጋሪው ሰው ጋር በምን ዓይነት ሁኔታ መኖር እንደምንችል ማወቅ ይጠቅመናል።

ከአስቸጋሪ ሰው ጋር ባለን ግንኙነት ውስጥ መስመር ያሳስያዝነው ነገር ካለ፥ በስሜታችን ላይ ፍንዳታ እንዲሆን አንድ ዓይነት ተፅእኖ ማድረጋችን እንደሆነ ማወቅ አለብን። ብዙዎቻችን በሕይወታችን ውስጥ ሁልጊዜ ጥሩ ዓይነት ስሜት ካልተሰማን መጥፎ ይመስለናል። ከአንድ ሰው ጋር ያለን ግንኙነት ደስ የማያሰኘን ከሆነ፥ ግንኙነቱ በጠቅላላው መጥፎ የሆነ መስሎ ይሰማናል። እንዲህ ማሰቡ በአንድ በኩል ልክ ነው። ስሜታችን ያለንበት ሁኔታ ምን ዓይነት እንደሆነ የምንመዝንበት ወይም የምንለካበት ነው። በሌላ በኩል ደግሞ ስሜታችን እንደ ልጅ ጠባይ ተለዋዋጭ መሆኑ ነው። ልጆች ተጫውተው ይደክማሉI ሲደክማቸው ጥሩ ስሜት አይሰማቸውም። ልክ እንደዚሁ ከአንድ ሰው ጋር የሚኖረን ግንኙነት ጤናማ መስሎ ካልተሰማን ለግንኙነታችን ዕረፍት ሰጥተን ደስ የሚለንን ነገር ማድረግ ጤናማነት አለው። አንድ ሰው ያለአግባብ ሲይዘን የሚሰማን መጥፎ ስሜት ትክክል እንዳልሆነ አድርገን አንቁ

ጠር። ይኸውም ለምሳሌ አንድ ሰው እግራችን ላይ ቢቆምብን፥ ጤናማዎች ከሆንን የህመም ስሜት ይሰማናል። እግራችን ላይ ሲቆም የሚያመን ከሆነ፥ "የተሰማኝ ስሜት ልክ አይደለም" በማለት ብቻ እያመመን ዝም ማለት ትልቅ ሞኝነት ነው። እግሩን ከእግራችን ላይ እንዲያነሳ እናደርገዋለን።

እዚህ ላይ ማወቅ ያለብን እውነት ቢኖር፥ የሚቆጣጠረን ስሜታችን እንዳንንቀሳቀስ ሊያደርገን እንደሚችል ነው። አስቸጋሪ በሆነ ግንኙነት ውስጥ ስናልፍ፥ ሚዛናችንን መጠበቅ አስቸጋሪ ይሆንብናል። "ከዚህ አስቸጋሪ ሰው ጋር ያለኝን ሁኔታ መለወጥ አልችልም" እንላለን። ይሁን እንጂ፥ እየደጋገምን ለራሳችን መንገር ያለብን *"...እችላለሁ ...ከዚህ እንዳታልፍ ብዬ ገደብ ማበጀት እችላለሁ... ራሴን ችዬ ቀጥ ብዬ መቆም እችላለሁ...."* ማለት አለብን። በአጠቃላይ "አልችልም" የሚለው እምነታችን ተለውጦ "እችላለሁ" ስንል ልዩ ኃይል በውስጣችን ይሰማናል። ስሜታችንን እንዲቆጣጠረን ወይም እንዲገዛን ከፈቀድንለት፥ ሕይወታችንን ሰንካላ ሊያደርገው እንደሚችል ማወቅ አለብን። ከአስቸጋሪ ሰው ጋር ያለን ግንኙነት ሚዛኑን ያልለቀቀ እንዲሆን ስንፈልግ፥ የሚሰማን ልዩ ልዩ ዓይነት ስሜት እንደሚሰማንና እንዲሁም ስሜታችንን እንዴት አድርገን ለጥቅማችን ልናውለው እንደምንችል ኤልዛቤት ብራውን በመጽሐፋቸው ውስጥ ጥሩ አድርገው አስቀምጠውታል።

(1) "አልችልም!" እንላለን። በአጠቃላይ "አልችልም" የሚለው እምነታችን ተለውጦ "እችላለሁ" ስንል ልዩ የሆነ ኃይል በውስጣችን ይሰማናል። ድምጻችንን ከፍ አድርገን፥ "ራሴን ችዬ መቆም እችላለሁI ገደብ አበጅቼ አስቸጋሪውን ሰው 'ከዚህ እንዳታልፍ' ማለት እችላለሁ" እንበል።

(2) "እኔ ብቻ ነኝ!" እንላለን። ይህንን ስንል፥ "ከእኔ በስተቀር ይህን ዓይነት ችግር የደረሰበት ሌላ ሰው የለም" ማለታችን ነው። ይሁን እንጂ በትክክል ማሰብ ስንችል፥ በአስቸጋሪ ሰው ምክንያት ችግር የደረሰብን እኛ ብቻ ሳንሆን ሌሎችም በተመሳሳይ ሁኔታ ወይም ከእኛ የበለጠ አስቸጋሪ ሰዎች በሕይወታቸው የሚያጋጥማቸው ሰዎች እንዳሉ እንረዳለን። ይሄንንም ማወቅ፥ ራሳችንን ብቻ ሳይሆን ሌሎችንም ለመርዳት የበለጠ እንድንዘጋጅ ያደርገናል።

(3) "እኔ የተለየሁ ነኝ" እንላለን። ይህንን ስንል፥ "ከሰው የተለየሁ በመሆኔ ማንም ሰው አይወደኝም..." ማለታችን ነው። እርግጥ ነው እግዚአብሔር ሁላችንንም አንድ ዓይነት አድርጎ አልፈጠረንም። ይሁን እንጂ፥ ሁላችንም የምንመሳሰልባቸው ነገሮች እንዳሉ ማወቅ አለብን። ከም

ንመሳሰልባቸው ነገሮች ውስጥ አንደኛው ከሰው ጋር ባለን ግንኙነት ውስጥ ሁላችንም የራሳችን የሆነ ችግር ያለን መሆናችን ነው።

(4) *"አሁንስ አዕምሮዬን ልስት ነው" እንላለን። "ነገሮችን በቀላሉ አረሳሁ... በትክክል ማሰብ አልችልም... እንቅልፍ በቀላሉ አይወስደኝም..." እንላለን። ከሰው ጋር ያለን ግንኙነት አስቸጋሪ ሲሆንብን፥ በጉዳት ውስጥ ስናልፍ፥ አንዳንድ ሁኔታዎችን ማስታወስ ከባድ ይሆንብን እንጂ፥ ቀጥተኛ የሆነ አስተሳሰባችንን አናጣም።*

(5) *"ተጎጂሁ!" እንላለን። ይህንን ስንል "..እጅግ በጣም ጎዳኝ/ጎዳችኝ.. ይህን ዓይነት ጉዳት በእኔ ላይ ያደርሳል/ታደርሳለች ብዬ አላምንም ነበር" ማለታችን ነው። እርግጥ ነው ስንገፋ፥ ያስአግባብ ስንያዝ ሰዎች የገቡልንን ቃል ሲዳን ሲያጥፉብን...ውስጣችን ይጎዳል። ይሁን እንጂ፥ ይህን ዓይነቱ ስሜት ሀቀኞች፥ እውነተኞች፥ የፍቅር ሰዎች እንድንሆን ትምህርት ይሰጠናል። በጉዳት ውስጥ ካለፍን፥ ሌላው በተመሳሳይ ሁኔታ ለሚያልፍ ሰው የማዘንና የመራራት ልብ እንዲኖረን ያደርጋል።*

(6) *"ከደለኛ ነኝ" እንላለን። የበደለኛነት ስሜት ሲሰማን፥ "...ይህ እንዳይሆን ምን ማድረግ ነበረብኝ?" ብለን እንጠይቃለን። የበደለኛነትን ስሜት በትክክል ከተጠቀምንበት፥ ምን መለወጥና እንዲሁም ምን ማድረግ እንዳለብን ሊያሳየን ይችላል። ከማንኛውም ዓይነት ስሜት የበለጠ ይሄኛው ገንቢ ነው። ምክንያቱም እኛ ለፈጸምናቸው ድርጊቶች ሁሉ ኃላፊነት ወይም ተጠያቂነት እንዳለን የሚያመለክተን ስለሆነ ነው።*[17]

ስለ ስሜታችን ሌላው ሰው ግድ ከሌለው፥ እኛ ስሜታችንን ለበጎ ልንጠቀምበት ይገባል። ከአስቸጋሪ ሰው ጋር ባለን ግንኙነት ምክንያት ስሜታችንን በትክክል ካልገለጽን፥ ከውስጥ እንደተቀቀለ እንቁላል እንሆናለን። ዕንቁላል ሲቀቀል፥ ውጪው ከመቀቀሉ በፊት ያለውን ዓይነት ይመስላል። ከውስጡ ግን ፈሳሽ በመሆን ፈንታ የጠጠረ ወይም የጠነከረ ይሆናል። ሰውም የሚሰማውን ስሜት ከውስጡ ቀብሮ ዝም ሲል፥ ልቡ በመራራነት፥ በቅሬታ፥ በጥላቻ፥ በአዕምሮ ጭንቀት ወዘተ. የጠጠረ ሊሆን ይችላል።

[17] Elizabeth B. Brown. Living Successfully with Screwed-up People. Fleming H. Revell, Grand Rapids, Michigan, c1999.

5. የአኩራፊነት ባሕሪ ካለው ሰው ጋር እንዴት መኖር ይቻላል?

"ኩርፊያ" አስቸጋሪ በሆኑ ሰዎች ውስጥ ከሚታዩት ልዩ ልዩ ጠባዮች መካከል አንደኛው ነው። በተለይ ኩርፊያ ከባድ የሚሆነው በአንድ ጣራ ሥር አብረው የሚኖሩ፥ አንድ ገበታ አብረው የሚቀርሱ፥ አንድ አልጋ ላይ፥ አንድ አንሶላና የብርድ ልብስ ለብሰው በሚተኙ ባልና ሚስት መካከል የሚታይ ከሆነ ነው። አስቸጋሪው ሰው የሚፈልገውን ነገር ካላገኘ፥ ወይም ለጠየቀው ጥያቄ "እሺ!" ካልተባለ፥ የኑሮ ጓደኛውን ወይም የሥራ ባልደረባውን ለማጥቃት ብዙ ጊዜ ኩርፊያን እንደማጥቃያ መሣሪያ አድርጎ ሲጠቀምበት ይታያል። ኩርፊያ የሌላውን ሰው ሕይወት እንደሚያጨልም፥ ምን ያህል ውስጡን እንደሚያስጨንቅ ስለሚያውቅ፥ ሌላውን ሰው በቁጥጥሩ ሥር ማድረግ አቅም ሲያጣ፥ የሚፈልገውን ሥልጣን በትክክል ማግኘት ሲያቅተው፥ ኃይሉን ማሳየት የሚፈልገው በማኩረፍ ነው። ማኩረፍን እንደ መሣሪያ አድርጎ የሚጠቀም አስቸጋሪ ሰው፥ የሚፈልገውን ነገር በትክክል ጠይቆ ማግኘት ካልቻለ፥ ጥቃቅን ምክንያት እየፈለገ ያኮርፋል። "ኩርፊያው... ኩርፊያዋ ፈጽሞ መረረኝ..." የሚሉ ሰዎች ቁጥራቸው ጥቂት አይደለም። አስቸጋሪ የሆነች ቤት "ኩርፊያዬን ስለሚፈራ አድርግ ያልኩትን ሁሉ ያደርጋል" ብላ ስለምታምን፥ ከባሏ የምትፈልገውን ነገር ለማግኘት ኩርፊያን ብዙ ጊዜ ትጠቀማለች። ብዙ ጊዜ ኩርፊያ ከሴቶች ጋር የተያያዘ ይሁን እንጂ፥ ማኩረፍን እንደ መሣሪያ አድርገው የሚጠቀሙበት ሴቶች ብቻ ሳይሆኑ፥ አንዳንድ ወንዶችም እንደሚጠቀሙበት የታወቀ ነው።

ኩርፊያ ሰዎች የሚፈልጉትን ነገር ለማግኘት ብቻ የሚጠቀሙበት መሣሪያ አይደለም። አንዳንዶቹ ከአንዳንድ ነገር የሚሸሹበት መንገድ ነው። ችግራቸውን ገልጠው በመናገር ፈንታ፥ በዝምታ ወይም በኩርፊያ ከሁኔታው ለመሸሽ ይሞክራሉ። በተለያየ ምክንያት ከሚስቱ ጋር የሩካቤ ሥጋ ግንኙነት መፈጸም የሚፈራ ወንድ፥ ችግሩን ገልጾ ከሚስቱ ጋር በመነጋገርና ዕርዳታ በመፈለግ ፈንታ ከሁኔታው ለመሸሽ የሚሞክረው በኩርፊያ ነው። ይሄ ችግር በወንዱ ወገን ብቻ ሳይሆን በሴቷም በኩል ሊኖር እንደሚችል ሳንጠቅስ ማለፍ አንፈልግም። ይሄን ዓይነት ችግር ያለባቸው ባልና ሚስት ንግግራቸው በጣም የተወሰነ ነው። አብረው ማዕድ ሲቀርሱ "...ጨውን አቀብይኝ.. አቀብለኝ" ከማለት ያለፈ አይደለም። ኩርፊያን የሚጠላ ሰው ከአኩራፊው ጋር የሚኖረው ሁልጊዜ በፍርሃትና በስጋት ነው። ብዙ ጊዜ ምን እንደሚያስኮርፈው አይታወቅምና እንዳያኮርፍ በማለት የሚናገረውን በጣም እየመረጠ፥ የሚያደርገውን ነገር ሁሉ እየተጠነቀቀ ነው። ይሄም ሆኖ አስቸጋሪውን ሰው እንዳያኮርፍ አያ

ደርገውም። እንዲህ ዓይነቱን አስቸጋሪ ሰው ለመለወጥ ምን ያህል ከባድ እንደሆነ በዚህ ሕይወት ውስጥ አልፋችሁ ያያችሁት ታውቃላችሁ። ይሁን እንጂ፥ ደስታችሁ እንዳይደፈርስ፥ ሰላማችሁን እንዳታጡ ራሳችሁን የምትከላከሉበት የተለያዩ መንገዶች አሉ። አስቸጋሪ ሰዎች ኩርፊያቸውን ለመጠቀም ሲፈልጉ፥ ያኮረፉትን ሰው የሚመለከቱት፥ አብሯቸው አንድ ክፍል ውስጥ፥ አንድ አልጋ ላይ ቢሆንም፥ ፍጹም እንደሌለ አድርገው ነው። ሊያስተላልፉለት የሚፈልጉት መልዕክት በንግግር ሳይሆን በመላ ሰውነታቸው ነው። ቀኑን ሙሉ አንድ ክፍል ውስጥ አብሯቸው ቢቀመጥ፥ ዓይናቸው በዝምታቸው ሊቀጡት የፈለጉትን ሰው አያይም። ጥያቄ ጠይቋቸው መልስ መስጠት የግድ ካለባቸው፥ ወይም እነርሱ የሚጠይቁት ጥያቄ ካለ መሬት መሬቱን፥ ግድግዳውን፥ በመስኮት በኩል ውጪ ውጪውን እንጂ፥ ዓይናቸውን ዓይኑ ላይ አሳርፈው አይደለም። በዚህ ዓይነት ላኮረፉት ሰው ማስተላለፍ የሚፈልጉት መልዕክት፥ "...አትረባም! ደካማ ነህ... ላይህና ላነጋግርህ አልፈልግም..." የሚል ነው።

በዝምታቸው ሊቀጡት የፈለጉትን ሰው የሚያስጨንቁት ምን እንደሚያስቡ፥ ለምን እንዳስኮረፈው ፍንጭ በመከልከል ነው። በወቅቱ ምን እንደሚያስቡ በአፋቸው ገልጸው ባይናገሩም፥ የሚያስቡት አፍራሽ እንጂ ገንቢ እንዳልሆነ ግልጽ ነው። ማንም ችላ መባልን ወይም መኮረፍን የሚወድ የለም። ይሁን እንጂ፥ በሌላው ሰው ላይ የሚጠላውን መጥፎ ጠባይ የመለወጥ ኃይል ያለው ሰው የለም። ይህ የሚቻል ቢሆን ኖሮ ብዙዎች ሰላም በማጣት ሕይወት ውስጥ አይኖሩም ነበር። ሌላውን ሰው መለወጥ አይቻሉ እንጂ፥ ራሳቸውን ከሁኔታው ጋር ማስተካከል፥ ወይም የአስቸጋሪ ሰዎች የመቅጫ በትር እንዳይጎዳቸው የማድረግ ችሎታ አላቸው። የማኩረፍ ጠባይካላቸው አስቸጋሪ ሰዎች ሰላማቸው ሳይደፈርስ መኖር የሚችሉበት የተለያየ መንገድ አለ። ጥቂቶቹን ከዚህ በታች ለመጠቆም እንሞክራለን።

(1) <u>የደስታችንን ማብሪያና ማጥፊያ ቁልፍ አንስጣቸው</u>

አስቸጋሪ ሰዎች በፈለጉበት ጊዜ እንዲያበሩን፥ ባልፈለጉበት ጊዜ ደግሞ እንዲያጠፉን አንፍቀድላቸው። ይሄ እኔ የፈጠርኩት ቋንቋ ስለሆነ ምን ማለቴ እንደሆነ ትንሽ ግር ሳይላችሁ አይቀርም። ሐዋርያው ጳውሎስ አንድ ጥሩ የሕይወት መመሪያ ሰጥቶናል። ያም *"በቀረውስ በጌታ ደስ ይበላችሁ"*(ፊልጵ. 3፥1) የሚለው አሳብ ነው። "...በጌታ ደስ ይበላችሁ..." ሲል፥ የደስታችንን ማብሪያና ማጥፊያ ቁልፍ የያዘው ጌታ ኢየሱስ እንደሆነ መግለጹ ነው። በውስጣችን ለሚሰማን ደስታ ወሳኝ ሌላ ነገር ሳይሆን እርሱ ብቻ ነው። የሁኔታዎች መለዋወጥ የእኛን ደስታ ሊወስኑት አይገባም። አንድ ሰው ሲያነጋግረን ደስ የሚለን፥ ሲያኮርፈን ደግሞ እንድናዝን የሚያደርገን ከሆነ፥ የደስታችንን ቁልፍ በእጃቸው መስጠታችን ይሆናል። በሕይወታችን አስፈላጊ የሆነውን ቁልፍ እንዲይዙ ከፈቀድንላቸው፥ መቼ ደስ እንዲለንና ደስ እንዳይለን ወሳኞቹ እነርሱ እንዲሆኑ ማድረጋችን ነው። ማብሪያና ማጥፊያውን በእጃቸው ከሰጠናቸው፥ እነርሱን ደስ ሲላቸው ደስ እንዲለን፥ እነርሱን አንድ ነገር ቅር ሲያሰኛቸው ደግሞ እኛም ቅር እንዲለንና እንድናዝን የማድረግ ችሎታና ኃይል ይኖራቸዋል ማለት ነው። ለመሆኑ በሕይወታችን ይህን ዓይነቱን ትልቅ ሥልጣን የሰጣቸው ማን ነው? ብለን መጠየቅ አለብን። ይህን ስንል ሌላው በሚያደርገው ክፉ ነገር እኛ አንጎዳም ማለታችን አይደለም። ይሁን እንጂ፥ ምክንያት ፈልገው ባኮረፉ ቁጥር እኛ ላይ የሚጨልምብን፥ ዓለም በላያችን ላይ የተደፋብን ከመሰለን፥ በሳቁና በተጫወቱ ቁጥር ደግሞ ዓለምን በእጃችን የጨበጥን መስሎን ደስ የሚለን ከሆነ፥ የሕይወታችንን አቅጣጫ ወሳኞቹ፥ በሕይወታችን ከፍተኛ ሚና የሚጫወቱ እነርሱ ናቸው ማለት ነው። የደስታችንን ማብሪያና ማጥፊያ ቁልፍ በእጃቸው አንስጣቸው ያልነው ለዚህ ነው።

(2) <u>ራሳችንን እንመርምር</u>

በሁለት ሰዎች መካከል ኩርፊያ ሲኖር፥ ኩርፊያውን የጀመሩት ከሁለት አንዳቸው መሆን እንዳለባቸው ግልጽ ነው። አልፎ አልፎ የኩርፊያውን ምክንያት ብቻ ሳይሆን፥ ኩርፊያውንም የጀመረው ማን እንደሆነ በግልጽ የማይታወቅበትም ጊዜ አለ። ለዚህ ነው ብዙ ጊዜ አንዱ ሌላውን "...ያኮረፈው እርሱ ነው...እርሷ ነች" በማለት ዝምታውን ለመስበር አንዱ ከሌላው የሚጠብቀው። አስቸጋሪ ሰው ለምን እንዳኮረፈ ሲጠየቅ፥ ለጥያቄው ትክክለኛ መልስ በመስጠት ፈንታ በቁጣ "...ራስህን ጠይቅ... እኔን አትጠይቀኝ..." የሚል መልስ የሚሰጥበት ጊዜ አለ። ይህ ከሆነ ኩርፊያው ከመጀመሩ በፊት የተፈጸሙ አንዳንድ ሁኔታዎችን፥ ለኩርፊያው ምክንያት ይሆናል ብሎ የሚታሰቡትን ነገሮች መመርመር ይጠቅማል። ይህን ማድረግ የሚገባው ለአስቸጋሪው ሰው የሚያኮርፍበትን ምክንያት ወይም ቀዳዳ ላለመስጠት ብቻ ነው። ራስን መመርመር አስፈላጊ ነው። ይሁን እንጂ፥ አስቸጋሪ ሰዎች በአኮረፉ ጊዜ ሁሉ "ምን ተናግሬ ይሆን?... ምን አድርጌ ይሆን?..." እያልን ራሳችንን ማስጨነቅ አለብን ማለት አይደለም። ይሄ የሚያስጨንቀን መሆኑን ሲያዩ አስቸጋሪ ሰዎች ብዙ ጊዜ እንደ ማጥቂያ መሳሪያ አድርገው እንደሚጠቀሙበት የታወቀ ነው። ብዙ ጊዜ ችግሩ ከእኛ ሳይሆን ከራሳቸው የመነጨ ስለሚሆን በኩርፊያቸው ይህን ያህል መጨነቅ የለብንም።

(3) <u>ለመነጋገር ዕድል አለመከልከል</u>

ቀደም ሲል አስቸጋሪው ሰው በአንዳንድ ሁኔታዎች ላይ ለመነጋገር ፈልጎ ዕድል ሲያጣ፥ ፈቃዱን የሚያስፈጽምበት አንደኛው መንገድ ማኩረፍ ይሆናል። ቀደም ሲል ለመነጋገር ፈቃደኛ ያልነበረው ሰው፥ ኩርፊያው ሲያስጨንቀው "ምን ሆንክ? ለምን አኮረፍክ?" በማለት ለመነጋገር ፈቃደኛ ይሆናል። አንዳንድ ጊዜ ችግር የሚፈጠረው የተቀራረቡት ሰዎች አስቸጋሪ ስለሆኑ ብቻ ሳይሆን፥ ከሁለት አንዳቸው ለመነጋገር ፈቃደኛ ባለመሆናቸው ምክንያት ሲሆን ይችላል። ያኮረፈው ሰው "ከዚህ በፊት በአንዳንድ ሁኔታዎች ላይ ቁጭ ብለን እንነጋገር ስልህ ፈቃደኛ አልሆንክም። ያለኝ ምርጫ ልቤ ቢያዝንና ቅር ቢለኝም፥ ያለኝ ምርጫ ዝም ማለት ብቻ ነው" የሚል መልስ ይሰጣል። ይህን ዓይነቱን ችግር ለማስወገድ ቀደም ሲል አስፈላጊ በሆነበት ጊዜ መነጋገሩ ይጠቅማል። ይሄም በአጠቃላይ ያኮረፈው አስቸጋሪ ሰው ስለሆን ብቻ ነው ብሎ ከመደምደም ያድናል።

(4) <u>አመቺ ሰዓት መርጦ ማነጋገር ይጠቅማል</u>

የኩርፊያው ምክንያት "እርሱ ነው... እርሷ ናት... ንግግሩን መጀመር ያለባት እርሷ ናት..." በማለት አልህ መገባበት፥ ወይም መፎካከር ለችግሩ መፍትሄ አይሰጠውም። "ሊያነጋግረኝ፥ ወይም ዓይኔን እንኳን ለማየት ከማይፈልገው ሰው ጋር ምን አነጋገረኝ" ብለን የራሳችንን ውሳኔ ከመወሰናችን በፊት መነጋገር ይጠቅማል። በሁኔታው ውስጥ የተሰማንን ስሜት ከገለጽን በኋላ መልስ እንዲሰጥ ዕድል መስጠት ያስፈልጋል። ይህን የምናደርገው ቁጣውን በስድብ ወይም ክፉ ቃል በመናገር እንዲገዳን ዕድል ለመስጠት አይደለም።

(5) <u>እንደ ጠባዩ እንቀበለው</u>

ማኩረፍ የአስቸጋሪው ሰው ጠባይ መሆኑን ከተረዳን፥ ለመለወጥ ከመታገል ይልቅ "...ባሕሪው ነው" በማለት ተቀብለን መኖር መቻል አለብን። ሥቃያችን የከፋ የሚሆነው መለወጥ የማይችለውን ለመለወጥ ስንታገል ነው። ኢየሱስ በምድር በነበረበት ዘመን አንዳንዶቹ ሊቀበሉት ስላልቻሉ፥ በመካከላቸው ዝም ብሎ አለፈ እንጂ በሌላ ሥፍራ የሚያደርገውን ዓይነት ተአምራት አልሠራም (የማር. 6፥5)። ደቀመዛሙርቱንም ካልተቀበሏቸው የእግራቸውን ትቢያ አራግፈው ወደሚቀጥለው መንደር እንዲሄዱ የመከራቸው መሆኑን እናውቃለን (የማር. 6፥11)። አስቸጋሪ የሆነብንን ሰው የመለወጥ ኃይል እንደሌለን ተረድተን በነገሩ ሰላም እንዲሰማን ራሳችንን ማለማመድ አለብን።

(6) <u>በራችንን እንዝጋባቸው</u>

አስቸጋሪ የሆኑብን ሰዎች መነጋገር ፈቃደኛ ካልሆኑ መተው አስፈላጊ የሚሆንበት ጊዜ አለ። ይሁን እንጂ፥ መናገር ሲፈልጉ የእኛ በር ሁል ጊዜ እንዳይዘጋባቸው መጠንቀቅ አለብን።

6. "ሁልጊዜ ለእኔ ብቻ ይደረግልኝ" የሚለውን ሰው እንዴት መያዝ ይቻላል?

ከሌሎች ሰዎች ጋር የሚኖረን ግንኙነት ጤናማ የሆነ፥ ሚዛኑን ያልለቀቀ መሆን እንዳለበት ግልጽ ነው። አንዳንድ ሰዎች ራሳቸውን ችለው በመቆም ፈንታ ሁልጊዜ በሌላ ሰው ትከሻ ወይም ጥላ ሥር ብቻ ለመኖር የሚፈልጉ አሉ። ይህን ዓይነት ጠባይ ሊኖራቸው የቻለው፥ በልጅነት ዘመናቸው ፍላጎታቸው በጣም ቅርባችን ነው ከሚሉት ሰው ማግኘት ባለመቻላቸው በብስጭት ውስጥ ያለፉ በመሆናቸው እንደሆነ የሥነ ልቦና ምሁራን ይናገራሉ። ስለዚህ እንደነዚህ ዓይነት ሰዎች ሁልጊዜ ሌላውን ሰው የሚጠጉት፥ የሚፈልጉትን ነገር እንዲያስገኝላቸው ነው። በሌላው ላይ የሚደገፉ ወይም ጥገኝነት (dependent) የሚያጠቃቸው ሰዎች "ብርቱ ናቸው" ብለው የሚያምኗቸው ሰዎች አንድ ነገር ካላደረጉላቸው፥ ሁሉ ነገር ልክ አይሆንም ብለው የሚያምኑ ናቸው። በዚህ ምክንያት እውነተኛ ስሜታዊ ብስለት (emotional maturity) አይታይባቸውም። እንደነዚህ ዓይነቶቹን ለመርዳት ከተፈለገ፥ ጥሩው መንገድ ችግር ሲያጋጥማቸው የራሳቸውን ችግር በራሳቸው ታግለው እንዲወጡት በመተው፥ ከዳር ሆኖ "አይዞህ በርታ!..." በማለት ነው። በዚህ ዓይነት የገጠማቸውን ችግር ከተወጡ በኋላ ወደ ኋላ መለስ ብለው በመመልከት ያላቸውን ጉልበትና ችሎታ ምን ያህል ትልቅ እንደነበረ መገንዘብ ይችላሉ። ብልህ ወፍ ሕጻናቶቹዋን ከጎጆአቸው ሆን ብላ ገፍታ ለማስወጣት ድፍረት ባይኖራት፥ ምን ጊዜም ቢሆን ራሳቸውን ችለው መብረር እንደማይችሉ ታውቃለች።

በሕይወታችን "እምቢ" ማለት ተምረናል? አንዳንዶቻችን ሰዎች አንድና ደርግላቸው ለሚጠይቁን ጥያቄ "እምቢ!" የሚል መልስ ብንሰጥ ራስ ወዳድ የሆንን መስሎ የሚሰማን፥ ትልቅ ኃጢአት እንደ ሠራን አድርገን በማየት በጣም የሚቆረቁረን ነን። ብዙዎቻችን "ጥሩ ሰው" መባል ስለምንፈልግ፥ "ሁልጊዜ

ይደረግልኝ" ለሚሉ ሰዎች መጠቀሚያ እንሆናለን። ለተጠየቅነው ነገር ሁሉ "እሺ!" ማለት ጠባያችን ሆኗል። ይህንን የሚያውቁ ራስ ወዳዶች መጠቀሚያ ያደርጉናል። ጊዜያችን፥ ጉልበታችን ያለአግባብ ራሳቸውን በሚወዱ ሰዎች ይባክናል። ይህ እንዳይሆን ራሳችንን የንዳንድ ሰዎች መጠቀሚያ እንዳንሆን ራሳችንን የምንጠብቅበት መንገድ ምን ይሆን?

(i) <u>*እኛም በሌሎች የመጠቀም ባህሪ እንዳለብን ራሳችንን እንመርምር*</u>

እነዚህ "ሁልጊዜ ይደረግልኝ' ባዮች ምንም ጊዜ ቢሆን በቃኝን የማያውቁ፥ ፍላጎታቸው የማይሟላቸውና እርካታ የሌላቸው መሆናቸውን አውቀን ይሆን? "እምቢ!" እንዳንል የበደለኛነት ስሜት እንዲለማን የማድረግ በዴያቸውን ተጠቅመው ጊዜያችንን፥ ጉልበታችንን፥ ሌላ ጠቃሚ ነገር ላይ ልናውለው የሚገባውን ነገር በእነርሱ ላይ እንድናጠፋው ያደርጉ ይሆን? በሌሎች ላይ የምንጠላውን ዓይነት ጠባይ እኛው ራሳችን ላይ ይኖር ይሆን? በሌሎች ጊዜና ጉልበት ያለአግባብ እንጠቀም ይሆን? ይህን ስንል ዕርዳታ በሚያስፈልገን ጊዜ ዕርዳታ አንጠይቅ ማለታችን አይደለም። ሌሎች የሚፈልጉትን ነገር እኛም ያስፈልገን ይሆን? "...ደክሞኛል ልረፍI አንተ ሥራዬን ሥራልኝ..." ሲሉን፥ እነርሱ የሚፈልጉት ዕረፍት እኛ አያስፈልገንም? እኛም ራሳችን ይህን ዓይነት ባህሪ ካለብን፥ ሌሎችን በትዕግሥት ማስተናገድ ይገባናል። ራሳችንን መርምረን ከላይ የገለጽነው ዓይነት ባሕሪ እንደሌለብን ከተረዳን፥ ሌሎችም መጠቀሚያ ሲያደርጉን ሲሞክሩ "እምቢ!" የምንልበት ጉልበትና አቅም ሊኖረን ይገባል።

(ii) <u>*ለምን ለሌላው ለማድረግ እንደምንፈልግ ራሳችንን እንመርምር*</u>

"እኔ ሁልጊዜ ለሌሎች አደርጋለሁI ለእኔ ግን የሚያደርግልኝ የለም... የሌሎችን ችግር ልቤን ከፍቼ አዳምጣለሁ... እኔን ግን የሚያዳምጠኝ የለም..." በማለት ጉሮሮ የሚያሰሙ አሉ። የዚህ ዋና ምክንያት ማድረግ እንጂ ሌሎች እንዲያደርጉላቸው የማይጠብቁ በመሆናቸው ይሆናል። በውስጣቸው ሁልጊዜ ለሌሎች የማድረግ ግፊት ስለሚሰማቸው ይሆናል። "እኔን ከሚያስፈልገኝ የበለጠ ሌሎች ያስፈልጋቸዋል..." የሚል የተሳሳተ እምነት ያላቸው ይሆናሉ። እንደ እውነት ከሆነ የእነርሱም ፍላጎት ወይም ጥያቄ በጣም አስፈላጊ ነው። በመሠረቱ እኛ ራሳችን የሚያስፈልገን ነገር ምንና ምን እንደሆን ካላወቅን፥ የሌሎችን ፍላጎት አውቀን በትክክል ማሟላት አንችልም። የሌላውን ሰው ፍላጎት (ጥያቄ ከማሟላታችን በፊት፥ የራሳችን ፍላጎት ምን እንደሆነ ዝርዝር እናውጣ። እኛ ተርበን ሌሎችን ማብላት፥ እኛ ተራቁተን ሌላውን ማልበስ፥ እኛ ሳይምቸን ሌላውን ማመቻቸት፥ እኛ ዕረፍት አጥተን ሌላውን ማሳረፍ፥ መንፈሳዊነት ሳይሆን ሞኝነት ነው። ይህንን ስንል በጎ ልናደርግላቸው ለሚገባ አናድርግ፥ ዕርዳታ ለሚያስፈልጋቸው ዕርዳታ አንስጥ ማለት አይደለም። እኛን መጠቀሚያ ከሚያደርጉን ሰዎች ራሳችንን እንጠብቅ ማለታችን ነው። ፍላጎታቸው እንዲሟላላቸው የሚፈልጉ መጠቀሚያ የሚያደርጉን ሰዎች ብቻ አይደሉም። እኛም ፍላጎታችን እንዲሟላልን እንፈልጋለን። ይህን እውነት ከተረዳን፥ "...ካላደረግሁልህ፥ ካልሰጠሁህ..." የሚለው ውስጣዊ ግፊታችን ወይም ልማዳችን ይቆማል። መስጠት ብቻ ሳይሆን መቀበልም እንዳለብን እንወቅ። ሚዛኑ ከተዛባ ግንኙነታችን ጤናማ አይሆንም። እኛ መስጠት እነርሱ መቀበል፥ እኛ ማገልገል፥ ሌሎች መገልገል ብቻ ከሆነ ግንኙነታችን ሚዛኑን የጠበቀ ስላልሆነ ግንኙነቱ የመፍረስ ዝንባሌ ሊኖረው ይችላል።

(iii) <u>*የሌሎች መጠቀሚያ መሆን፥ "ጥፍቅር ሰው" መሆን እንዳልሆነ እንወቅ*</u>

አንዳንዶቻችን ብዙ ጊዜ ሰዎች የማያስፈልጋቸውን ነገር ለመስጠት ከመንገዳችን ስንወጣ እንታያለን። "መስጠት አለብን" የምንለው ነገር አስፈላጊያቸው ላይሆን ይችላል። ይህን መረዳት ካቃተን፥ እግዚአብሔር ሁኔታዎችን የመለየት ስጦታ እንዲሰጠን መጸለይ ያስፈልገናል። አስፈላጊነቱን በጥንቃቄ ሳንመረምር፥ ወሰን በሌለው የርህራሄ ስሜት በመገፋት ብቻ ምንም ዓይነት እርምጃ እንዳንወስድ መጠንቀቅ ይገባናል። ፍቅራችንን እንገልጻለን ወይም እናሳያለን ብለን ስንካላ፥ ራሳቸውን የማይረዱ፥ በሌላው ሰው የመጠቀም ባሕሪ የተጠናወታቸው እንዲሆኑ እንዳናደርጋቸው መጠንቀቅ አለብን።

(iv) <u>*መጠቀሚያ ለሚያደርጉን ሰዎች ከመንገዳችን እንውጣ*</u>

ብዙ ጊዜ ጽጌረዳ ራሷን ችላ የምትሠራው ምንም ነገር የለም። ሁልጊዜ የሌላውን ሰው ዕርዳታ ትፈልጋለች። የምትፈልገውን ነገር ለማግኘት ብዙ ጊዜ ችግሯን አተልቃ በማውራት በአካባቢው ያሉት ሰዎች የዕርዳታ እጃቸውን ባይዘረጉላት የበደለኛነት ስሜት እንዲለማቸው ታደርጋለች። ጽጌረዳ እንደተለመደው ለቤተሰቡ ዕራት ሳታዘጋጅ የዕራት ሰዓት ደረሰ። ባሏ ቸኮል ልጆቹን ከትምህርት ቤት አውጥቶ ወደ ቤቱ መጣ። የዕራት ሰዓት ስለነበረ ጽጌረዳ ዕራት በማዘጋጀት ላይ ነች ብሎ ወደ ምግብ ቤት፥ ከዚያም ወደ ወጥ ቤት ቢገባ ጽጌረዳ የለችም። ምድጃው ላይ ምንም የተጣደ ነገር አላየም። ወደ መኝታ ቤት ሲገባ ጽጌረዳ ተኝታለች። "ምነው? ምን ሆንሻል?" ብሎ ጠየቃት። "ቸኮልዬ ዛሬ ቀኑን ሙሉ ጤንነት አልተሰማኝም... አሁንም ራስ ምታት ሲገድለኝ ነው..." አለችው። ቸኮልም በዚህ ዓይነት ዘዴዋ ብዙ ጊዜ እንደተጠቀመች ስለሚያውቅ፥ "...መቼ ነው ይሄ ጠባይዋ ተለውጦ ለቤተሰቡ ኃላፊነት ተሰምቷት

ማድረግ የሚገባትን በትክክል የምታደርገው? እስከ መቼ ድረስ ነው እኔ የእርቧን ኃላፊነት የምሸከመው?..." ብሎ በውስጡ ማሰብና መጠየቅ ጀመረ። ወዲያው "ይህ ዓይነት ጠባይዋ የግድ ከዛሬ ጀምሮ መለወጥ አለበት" ከሚል ውሳኔ የደረሰ ይመስላል። እንደተለመደው "...ግድ የለም ዕራት እኔ እሠራለሁ..." በማለት ፈንታ፣"ያልጨረስኩት ሥራ ስላለኝ ወደ ቢሮ ተመልሼ መሄዴ ነው..." ብሎ ባለችበት ሁኔታ ልጆቹን ትቶላት ወጣ። ዘዴዋ የለመደችውና ዓይነት ውጤት እንዳላስገኘላት ስታውቅ፣ ከተኛችበት ተነስታ እራት ሠርታ ልጆቿን አበላች።

(V) *"እምቢ!" ለማለት አንፍራ*

"እምቢ!" ማለት መቻል ድፍረትን ይጠይቃል። ጊዜያችንና ጉልበታችንን በአግባቡ መጠቀም ያስችለናል። በእኛና በሌሎች መካከል ያለውን ግንኙነት ጤናማነቱን ይወስናል። "እምቢ!" ማለት ያለአግባብ በሰዎች መጠቀሚያ እንዳንሆን ይረዳናል። ከእኛ ፍላጎት፣ ጊዜና ሁኔታ ጋር የሚጋጨውን፣ አስፈላጊ ያልሆነውን፣ እንዲሁም አግባብነት የሌለውን መምረጥ ያስችለናል። "ጓደኛዬ ታገባለች። ከእኔ ስጦታ ትጠብቃለች። እኔ ደግሞ ገንዘብ የለኝም። ስጦታ የምገዛበት ገንዘብ እባክሽን ስጪኝ" ብላ ለምትጠይቀዋ ሴት የምትሰጣት መልስ ምን ዓይነት ይሆን? "ገንዘብ ቢኖርሽም፣ ያንን ገንዘብ ያጠራቀምሽው የቤት ዕቃ ለመግዛት ብለሽ ይሆናል። ታዲያ ለዚያች ሴት የምትሰጪት መልስ "አልችልም" ነው? በዚህ ዓይነት "እምቢ! አልችልም" የሚል መልስ ቢሰጡ የበደለኛነት ስሜት የሚያስጨንቃቸው ሰዎች አሉ። መልስሽ "እሺ!" የሚል ከሆነ፣ የግል ፕሮግራምሽ፣ እንዲሁም የራስሽ ፍላጎት ሳይሟላ ይቀራል። ኃላፊነት ከሌለብን ለተጠየቅነው ጥያቄ "እሺ!" የሚል መልስ ባለመስጠታችን የበደለኛነት ስሜት ሊሰማን አይገባም። ከራሳችን የተረፈ ጊዜም ሆነ ገንዘብ ሳይኖረን ለሌሎች ማድረግ ትክክል አይደለም። በትህትና "አልችልም..." ለማለት ድፍረት ይኑረን። የተጠየቅነውን ባለማድረጋችን የበደለኛነት ስሜት ቢሰማን፣ የተሰማን ስሜት ትክክል አለመሆኑን እንወቅ።

(vi) *ልባችንን ብቻ ሳይሆን አዕምሮአችንንም እንጠቀም*

አንዳንዶቻችን ለሰዎች የሚያዝን ልብ ስላለን፣ ችግራቸውን ሲነግሩን ልባችን ስለሚራራ የሚጠይቁንን "እምቢ!" ለማለት ይከብደናል። ልባችን ከአእምሮአችን ጋር በሕብረት ካልሠራ፣ ትልቅ ችግር ውስጥ ራሳችንን እንጥላለን። አንድ ጊዜ አንድ ሰው ስልክ ደወለና እያለቀሰ የደረሰበትን ችግር አጫወተኝ። ሁኔታው በጣም ልቤን ስለነካኝ አዕምሮዬን ሳላማክር፣ ወይም እንደሚገባው ሳላስብ፣ በርህራሄ ስሜት ተሞልቼ ያ ሰው የጠየቀኝን ነገር አደረግሁለት። ከአእምሮዬ ጋር ብማከር ኖሮ፣ ያ ሰው ገንዘቡን ያለአግባብ፣ ወይም አስፈላጊ ባልሆነ ነገር ዝም ብሎ የሚያባክን መሆኑን ተረድቼ፣ "...አዝናለሁ.... ልረዳህ አልችልም..." እለው ነበር። ይህን ማለት ብችል ኖሮ ገንዘቤንም ሆነ ከዚህ ሰው ጋር ያለኝን ግንኙነት ማዳን እችል ነበር። ይህ ሰው በችግሩ ጊዜ የደረስኩለት ባለውለታ አድርጎ በማየት ፈንታ ገንዘቡን ባለመክፈሉ የተነሳ በተቻለው መጠን ከእኔ እንደሚሸሽ የታወቀ ነው። ልባችንን በማስቀደም ለውሳኔ ከመሮጣችን በፊት፣ የሰውየውን ሁኔታ ለመመርመር አዕምሮአችንን እንጠቀምበት። ልባችን ከአዕምሮአችን ጋር ሕብረት ሳይኖረው በምንወስደው እርምጃ መታለላችን ብቻ ሳይሆን፣ እንረዳዋለን ያልነውን ሰው የምናበላሸው መሆናችንን፣ ራሱን ችሎ እንዳይቆም የምናደርገው መሆናችንን ማወቅ አለብን።

(vii) *ፊት ለፊት መጋፈጥ (confrontation) የሚያስፈልግበት ጊዜ እንዳለ እንወቅ*

የብዙዎቻችን ችግር 'አስቸጋሪ ነው" ከምንለው ሰው ጋር ፊት ለፊት መጋፈጥ ድፍረት ስለማይኖረን ነው። ፊት ለፊት ለመጋፈጥ ድፍረት በማጣት የአስቸጋሪው ሰው መጠቀሚያ በመሆናችን፣ በውስጣችን የምናጠራቅመው ቅሬታ ትልቅ ጉዳት ላይ የሚጥለን መሆኑን አንገነዘብም። በውስጣችን ያጠራቀምነው እያደገ ሄዶ አንድ ቀን ፈንድቶ ችግር ውስጥ ይጥለናል። "...ከራስህ በስተቀር ሌላ ማየት አትችልም... አሁንስ ልታሳብደኝ ነው..." ብለን የምንጮኽበት ጊዜ ይመጣል። ትክክለኛው መንገድ አስቸጋሪውን ሰው ፊት ለፊት በመግጠም መጥፎ ስሜት እንዲሰማን ያደረገን መሆኑን መግለጽ ይገባል። "ፊት ለፊት መግጠም" የሚያስፈራ ቢሆንም፣ በውስጣችን ቅሬታ ከማጠራቀም ግን ይሻላል። ፊት ለፊት መግጠም፣ አስቸጋሪ ሰዎች ራሳቸውን እንዲያዩ ፊት ለፊታቸው መስታወት ማቅረብ ማለት ነው። አንዳንዶቹ ጠባያቸው የሚፈልጉትን ነገር ያስገኝላቸው እንጂ፣ በሌላው ሰው ሕይወት ውስጥ የሚያመጣው ጉዳት ምን ያህል ትልቅ እንደሆነ ግን አያውቁም። እነርሱ ያጋጠማቸውን ችግር በነጻነት ለመናገር ድፍረት ካላቸው፣ እኛም የራሳችንን ችግር ለመናገር የምንፈራበት ምክንያት የለንም።

7 የተለዋዋጭነት ባሕሪ ካለው ሰው ጋር እንዴት መኖር እንችላለን?

አንዳንድ አስቸጋሪ ሰዎች ስሜታቸው ቶሎ ቶሎ ስለሚለዋወጥ እውነተኛው አቋማቸው በትክክል አይታወቅም። የግልፍተኛነት፣ የማኩረፍ፣ "አትንኩኝ" ባይነታቸውና፣ እንዲሁም ቶሎ ቶሎ የመለዋወጥ ባሕሪ ያላቸው በመሆናቸው

ከእነርሱ ጋር ተዝናንቶ መኖር ከባድ ነው። እንዲህ ዓይነት የተፈጥሮ ባሕሪ ያላቸውን ሰዎች፥ እንግሊዝኛ ተናጋሪዎች፥ "ስሜቷን በእጅጌዋ ለብሳዋለች" "She wears her feelings on her sleeve" የሚል አነጋገር አላቸው። ስሜታዊነታቸው ተገልጾ ሲታይ መካከለኛነትን የያዘ ሳይሆን፥ ሁልጊዜ ከመጠን ያለፈ (extreme) ነው። ስሜታዊነት ያለባቸው ሰዎች የሚሰጡትም መልስ ሆነ፥ ሆነው የሚገኙት "ናቸው" ተብለው እንደሚጠበቁት አይደለም። አብሯቸው ያለ ሰው ሁልጊዜ "ዛሬ ምን ይሆኑ ይሆን?" እያለ በስጋትና በፍርሃት የሚኖር ነው። ከላይ የገለጽነውን ዓይነት ተለዋዋጭ ባሕሪ ካለው ሰው ጋር ታርቆ በሰላም መኖር ማለት፥ "ሚስማር የቀደደውን ጎማ በዓየር እንደ መሙላት" ነው። አሁን ደህና ናቸው ሲባሉ፥ ትንሽ ቆይተው ይተነፍሳሉ። አብረዋቸው የሚኖሩ ሰዎች ውሳኔ አሰጣጣቸው የእነርሱን ስሜት እየተከተሉ እንዳይሆን አስፈላጊውን ጥንቃቄ ማድረግ አለባቸው። ምናልባት "ዛሬ" ጥሩ ሆነው ሲያገኟቸው መለወጣቸው ነው ብለው በማሰብ ራሳቸውን ዝርግፍግፍ አድርገው ለአስቸጋሪው ሰው እንዳይሰጡ፥ ወይም ያበጁትን ድንበር (boundary) እንዳያፈርሱ መጠንቀቅ አለባቸው።

ስሜታቸው በተለዋወጠ ቁጥር አብሯቸው የሚኖረውም ሰው ስሜት መለዋወጥ የለበትም። እነርሱ የሀዘን ስሜት ከተሰማቸው፥ በአካባቢያቸው የሚኖሩት ሰዎች ሁሉ ሀዘንተኛ እንዲሆኑ የማድረግ ዝንባሌ ያላቸው ስለሆኑ፥ የደስታቸውም ሆነ የሀዘናቸው ማብሪያና ማጥፊያውን ለአስቸጋሪ ሰዎች መስጠት የለባቸውም። እነርሱ ካዘኑ፥ ሌላው ሁሉ ማዘን አለበት፥ እነርሱ ከተጨነቁ፥ ሌላው ሁሉ መጨነቅ አለበት። እነርሱ ካላቸው ስሜት ውጪ የተለየ ስሜት ካለው ያ ሰው የችግራቸው ሁሉ ምክንያት አድርገው ስለሚመለከቱት በትንሹም ሆነ በትልቁ "ውሃ ቀጠነ" በማለት ሲቃዩን ያበሉታል። ከአስቸጋሪ ሰዎች፥ ጠባያቸው እንደ እስስት በየደቂቃው ከሚለዋወጥ ሰዎች ጋር ተቀራርበው የሚኖሩ ሰዎች በተቻላቸው መጠን፥ የአስቸጋሪው ሰው ስሜት እነርሱ ላይ እንዳይረጭ ራሳቸውን መከላከል አለባቸው። በስሜታቸው ተለዋዋጭ የሆኑ ሰዎች የራሳቸውን ጉልበት በሚረባውና በማይረባው ነገር ጨርሰው፥ አጠገባቸው የሚኖረውን ሰው ጉልበት ለማዳከም የሚፈልጉ ናቸውና ለእነርሱ "የእጅ ጥም ዘዛ ዘዴ" እምቢ! ማለት መቻል ያስፈልጋል።

ተለዋዋጭ ባሕሪ እንዳላቸው የሚታወቀው ድንገት በሚያሳዩት ቁጣ ወይም ንዴት ነው። ብዙ ጊዜ ምን እንደሚያስቆጣቸው አይታወቅም። ቀረብ ብሎ ለማያውቃቸው፥ ወይም ለሩቅ ሰው ደግ፥ ትሁት፥ ፍጹም ልዝብ ምላስ ያላቸው፥ በጥሩ ጠባያቸው ተወዳዳሪ የሌላቸው ይመስላሉ። አብሯቸው ለሚኖረው ሰው ግን "እንደ እሳተ ጎሞራ" የሚፈነዳ ቁጣ የሚታይባቸው ናቸው። በአንድ ዓይነት ምክንያት ቁጣቸው ከውስጥ ሲገነፍል፥ ለቁጣቸው ምክንያት ነው ብለው በሚያስቡት ሰው ላይ አጠገባቸው ያለውን ዕቃ አንስተው ሲወረውሩ፥ ከአፋቸው የሚወጣው ስድብ፥ ክፉ ቃል ፍጹም ሌላ ነው። ራሳቸውን መቆጣጠር ፈጽሞ አይችሉም። ይሁን እንጂ ቁጣቸው ሲበርድ፥ አንዳንዶቹ በራሳቸው ድርጊት አዝነው ቁጭ ብለው ያለቅሳሉ። የጎዱትንም ሰው ይቅርታ ይጠይቃሉ። ይህን ዓይነት ባሕሪ ካላቸው ጋር ቁጭ ብሎ መወያየት፥ ወይም አጸፋውን ስመመለስ ከእነርሱ ጋር መጯጯኽ ፈጽሞ ጥቅም የለውም። በጸጸት አልቅሰው ይቅርታ ሲጠይቁ፥ "ተለወጡ! ከዚህ በኋላ ችግር አይኖርባቸውም..." ብሎ ማሰብና መገመት ትክክል አይደለም። ከጥቂት ሰዓት በኋላ ቀደም ሲል ካደረጉት የበለጠ የከፋ ነገር ሲያደርጉ ይታያሉ። እንደነዚህ ዓይነቶቹን ይለወጣሉ ብሎ ማሰብም ሆነ ለመለወጥ መሞከር በጣም ከባድ ነው። ሆኖም በሚያደርሱት ጉፋት ምክንያት ከጉዳት ለማምለጥ አብሯቸው የሚኖረው ሰው ብርቱ ጥንቃቄ ማድረግ አለበት።

በቁጣቸው ወቅት የሚወረውሩት አፍራሽ ቃል፥ አጠገባቸው ሆኖ የሚያዳምጠው ሰው፥ "ስለ እኔ የተናገረው ነገር ልክ ነው..." ብሎ እንዳይቀበል ራሱን መጠበቅ አለበት። እነዚህ ከተደባደቡ፥ ከተሳደቡ፥ የልባቸውን ካደረሱ በኋላ መልሰው የሚያለቅሱ *"የተቃወሰ ገጸባሕሪ" (character disorder)* ያለባቸው ሰዎች የሥነ-ልቦና ችግር ያለባቸው ሰዎች በመሆናቸው፥ አብሯቸው በሚኖረው ሰው ላይ የበለጠ አደጋ ሊያደርሱ ስለሚችሉ ተገቢውን ጥንቃቄ ማድረጉ ይጠቅማል። የፈለጉትን ለማድረግ ድፍረት ያላቸው ሰዎች መሆናቸውን ተመልክተን፥ ብርቱዎች፥ ሁሉን ነገር በቁጥጥራቸው ማዋል የቻሉ ይምሰሉን እንጂ፥ ገልጸው ባይናገሩትም ስለ ራሳቸው ያላቸው አስተያየት በጣም ዝቅተኛ፥ ደስታ የሸሻቸውና ሁኔታዎች እንደሚፈልጉት ያልሆነላቸው ሰዎች ናቸው። ባደረጉት ነገር ተጸጽተው ቢያለቅሱ ይቅርታ መስጠት እንጂ፥ "ተለውጠዋል... መጥፎ ጸባያቸው ከዚህ በኋላ አይታይም..." በሚል እምነት ከእነርሱ ጋር የነበረውን የገደብ መስመር ማፍረስ፥ ራስን ችግር ውስጥ መክተት ይሆናል። ይቅርታ ሲጠይቁ መከልከል የሌለባቸው ምክንያት፥ ተጠቃሚዎቹ ይቅርታ ሰጪው ሳይሆን እነርሱ ናቸው። ይቅርታ መስጠት ማለት በጥፋ ሲጠፋፉ፥ በእርግጫ ሲረገጡ፥ እርግጫውንም ሆነ ጥፊውን ዝም ብለው መቀበል አለባቸው ማለት አይደለም። እንዲህ ዓይነቱ ሁኔታ እነርሱንም ቢሆን ይጎዳቸዋል እንጂ አይጠቅማቸውም።

8. ሌላውን በቁጥጥሩ ሥር የማዋል ባሕሪ ያለውን ሰው እንዴት መያዝ ይቻላል?

ሌላውን የመቆጣጠር ፍላጎት ያላቸው ሰዎች፥ የሌላውን ሰው ፈቃድ ስለ ሚጫኑ፥ ስለራሳቸው ፍላጎት እንጂ ስለ ሌላው ሰው ፍላጎት ግድ የላቸውም። ይኸው ጠባያቸው ነው ከሰው ጋር በሰላም እንዳይኖሩ የሚያደርጋቸው። ይህን ዓይነቱ ጠባያቸው የሚፈልጉትን ነገር ማግኘት ያስችላቸው እንጂ፥ በሌላ በኩል ግን ሲጎዳቸው ይታያል። "የማደርገው ነገር ያስነቅፈኝ ይሆናል" ብለው ስለ ሚፈሩ፥ ሁልጊዜ ተዝናንተውና ደስ ብሏቸው መኖር የሚችሉ አይደሉም። እነርሱ ራሳቸው የሚያደርጉትንና የሚናገሩትን፥ በጠቅላላው የሚሠሩትን ማንኛውንም ዓይነት ሥራ ሌላ ሰው ቢመርጥላቸውና ቢወስንላቸው ደስ እንደ ማይላቸው እያወቁ፥ በእነርሱ ላይ እንዲደረግባቸው የማይፈልጉትን በሌላው ሰው ላይ ሲያደርጉ እንዴት አይሰማቸውም ብለን በመደነቅ መጠየቃችን አይ ቀርም። የሌላውን ሰው ፈቃድ "በቁጥጥሬ ሥር አደርጋለሁ" ሲሉ፥ ይኸው ጠባያቸው እነርሱ ራሳቸውን ከቁጥጥር ውጪ እንዲሆኑ የሚያደርጋቸው መሆኑን የሚገነዘቡት አይመስሉም።

ሌላውን የመቆጣጠር ፍላጎት ያላቸው አስቸጋሪ ሰዎች፥ ሌላውን በቁጥጥ ራቸው ሥር የሚያውሉት በአዕምሮአቸው በመጫወት ነው። ያም ፍርሃትን በውስጣቸው በመዝራት ነው። ብዙዎቻችን አስቸጋሪ ሰዎችን እንደ አስፈላ ጊነቱ ፊት ለፊት ለመጋፈጥ ድፍረት የምናጣው ይጎዱን ይሆናል በሚል ፍር ሃት እንደሆነ የታወቀ ነው። የምንፈልገውን ነገር፥ ይኸውም፥ ገንዘብ፥ የሰዎ ችን ፍቅርንም ሆነ ተቀባይነት፥ እንዲሁም በሰዎች ዘንድ መከበርን ወዘተ. በአ ንዳንድ አስቸጋሪ ሰዎች ምክንያት ማጣትን አንፈልግም። አንዳንዶቻችን ሞትን ከምንፈራው የበለጠ አስቸጋሪውን ሰው እንፈራዋለን። ከመጠን በላይ ኃይለኛ፥ ልናሸንፈው የማንችለው፥ እንዲሁም ከሆነው በላይ እንደሆነ አድር ገን የምናየው ሰላማችንን ያደፈርሰብን ይሆናል ብለን ስለምንፈራ ብቻ ነው። ሌላውን የመቆጣጠር ፍላጎት ያላቸው አስቸጋሪ ሰዎች ፍላጎታቸው፥ የጫወታ ውን ሕግ ሳይጠብቁ ተወዳድሮ ማሸነፍ ብቻ ነው። ጥማታቸው ሁልጊዜ ከሌላው ሰው ቀድሞ መገኘት፥ የራሳቸውን ፈቃድ ብቻ መፈጸም ስለሆነ ስለ እውነተኛነትና ሀቀኝነት ፍጹም ግድ የላቸውም። ጤናማ የሆነ አመለካከት ያላቸው ሰዎች ግን ሕጉንና ደንቡን ተከትለው እንጂ ከሕጉ ውጪ ምንም ነገር ማድረግ አይፈልጉም። ታዲያ ሕጉን ከማይጠብቁ፥ ትክክለኝነት ከሌላቸው ሰዎች ጋር እንዴት ታግሰን ማሸነፍ እንችላለን? በመካከላችንስ ያለውን ልዩነት እንዴት መፍታት እንችላለን? ሌላውን የመቆጣጠር ፍላጎት ያላቸው፥ የራሳቸ ውን ፍላጎት ለመፈጸም ሲሉ የሌላውን ፍላጎት ለመጫን ከሚፈልጉ ሰዎች ጋር መኖር እንዴት እንችላለን?

(1) መጀመሪያ ባሕሪያቸውን በትክክል እንወቅ። ሌላውን የመቆጣጠር ፍላጎት ያላቸው ሰዎች፥ (ሀ) የሚጠላ ወይም የሚገፋተር ጠባይ (obnoxious) *ያላቸው ናቸው። ይኸው ጠባያቸው ከሰው ጋር የሚኖራቸ ውን ግንኙነት ያሻክረዋል። የሚያዩት የራሳቸውን ጥቅም ብቻ ነው። ስለ ሌላው ሰው ግድ የላቸውም። መጽሐፍ ቅዱስ ውስጥ የዮሐንስና የያዕቆብ እናት "በመንግሥትህ እነዚህ ሁለቱ ልጆቼ አንዱ በቀኝህ፥ አንዱ በግራህ እንዲቀመጡ አድርግልኝ..." (የማቴ. 20፥21) በማለት ለልጆቿ ሥልጣን በመጠየቃ የተቀፉትን አሥር ደቀ መዛሙርት እን ዳስቆጣ (የማቴ. 20፥24) እናውቃለን። (ለ) ሌላውን የመቆጣጠር ፍላ ጎት ያላቸው ሰዎች ሌላው የሚታይባቸው ጠባይ ግትርነት ነው። ማን ኛውም ነገር መሠራት ያለበት እነርሱ በሚፈልጉት መንገድና ሁኔታ ብቻ ነው። የእነርሱ መንገድ ትክክል እንዳልሆነ ቢያውቁም፥ "ያ ካል ሆነ ሞቼ እገኛለሁ" የሚሉ ይመስላሉ። (ሐ) ሌላውን የመቆጣጠር ፍላ ጎት ያላቸው ሰዎች፥ ስለሌላው ሰው መብት ግድ የላቸውም። ሁሉን ማወቅ ያለባቸው ይመስል በሰው ግላዊ ሕይወት ውስጥ በመግባት እንደ መርማሪ* (detective) *የሚሆኑበት ጊዜ አለ። (መ) ሌላውን የመቆጣ ጠር ፍላጎት ያላቸው ሰዎች፥ በአንድ ነገር ወይም አሳብ የሚወሰዱ* (obsessive) *ናቸው። አንድን ነገር ከተጠራጠሩ በቀላሉ አይተውም። ይሄም በብዙ ነገር ትክክል የሆነ አመለካከት እንዳይኖራቸው ያደርጋ ቸዋል። (ሠ) ሌላውን የመቆጣጠር ፍላጎት ያላቸው ሰዎች፥ ብዙ ጊዜ ሌላውን መንቀፍ ደስ ይላቸዋል። ስለሌላው ሰው በጎ ያልሆነ ነገር ቢናገሩ በቀላሉ የሚቆረቆራቸው አይደሉም። ነቀፋቸውን የሚሰነዝ ሩት፥ ችግሩን ያቃልላል ብለው በማሰብ ነው። ይሁን እንጂ፥ ነቀፋ ችግሩን በመፍታት ፈንታ ሌላውን የመቆጣጠር ፍላጎት እንዳላቸው ያሳያል። አንዳንድ ሁኔታዎች ከቁጥጥር ውጪ እንዳይወጡ ማድረግ መጥፎ ነገር አይደለም። ይሁን እንጂ፥ ቁጥጥሩ ከበዛ፥ ሁኔታዎች ከቁጥጥር ውጪ ሲሆኑ ከሚያደርሰው የበለጠ ጎጂነት አለው።*

(2) ሌላውን የመቆጣጠር ፍላጎት ያላቸው ሰዎች፥ ይህን ዓይነት ጠባይ የሚያሳዩት ለመጉዳት ሳይሆን፥ ራሳቸውን ለመከላከል ሲሉ በመሆኑ የግል አድርገን አንውሰደው። እንደ ፈለጉት ሳይሆንላቸው ሲቀር የመ በሳጪት መልክ ወይም ሁኔታ ሲያሳዩ ራሳችንን በደለኞች አድርገን አንውሰድ። "በቁጥጥርህ ውስጥ አታድርገኝ" ወይም "ሥልጣንህን አታ

ሳዋኝ..." ብለን እንውቀሳቸው። ይሄ ሁኔታውን የበለጠ ያባብሰዋል እንጂ ኢያሻሽለውም።

(3) ሌላውን የመቆጣጠር ፍላጎት ላለው ሰው፥ የበለጠ እንዲያውቀን ዕድል እንስጠው። ለጥቃቅኑ ነገር ሁሉ መመሪያ መስጠትና መቆጣጠር ለሚፈልግ የሥራ አለቃ ተበሳጭተን፥ "...ሥራዬን እንድሠራ፥ ኃላፊነቴን እንድፈጽም... ራሴን ችዬ እንድሠራ ለቀቅ አድርገኝ...." ማለቱ አይጠቅምም። ራሳችንን ችለን፥ እንዲሁም ጥሩ አድርገን እንደምንሠራ እንዲያይ ለአለቃችን ዕድል እንስጠው። ሌላውን የመቆጣጠር ፍላጎት ወይም ጥማት ካላቸው ሰዎች ጋር በመጠኑም ቢሆን ከተባበርን፥ መዝናናት ስለሚችሉ ቁጥጥራቸውን ማላላት ይጀምራሉ። ሊቆጣጠሩን ሲሉ ረጋ ብለን ሥራችንን መሥራታችንን ሲያዩ፥ በእኛ ላይ ያላቸው እምነት ይጨምርና በእኛ ላይ የሚያደርጉትን ቁጥጥር ይቀንሳሉ።

(4) ሌላውን የመቆጣጠር ፍላጎት ያላቸው ሰዎች፥ ቁጥጥራቸውን የምናከሽፍበት ሌላው መንገድ ከእኛ ምን እንደሚፈልጉ ለናውቅ ነው። አንዳንድ ሰዎች አለቃ መሆናቸውን፥ኃይልና ሥልጣን እንዳላቸው ሌላው ሰው እንዲያውቅላቸው ይፈልጋሉ። የራሳችንን ፍላጎት ችላ ሳንል፥ የሚፈልጉትን አውቆ መስጠት በመካከላችን ያለውን ግንኙነት ኢያሻክርም።

(5) ሌላውን የመቆጣጠር ፍላጎት ካላቸው ሰዎች ጋር የተቀራረበ ግንኙነት ካለን፥ በአንድ ጉዳይ ላይ በመደጋገም መጨቃጨቃችን ወይም መከራከራችን አይቀርም። ሁልጊዜ የምንከራከርበትን ጉዳይ ለይተን ካወቅን፥ ቁጭ ብለን መወያየት ይጠቅማል። ለምሳሌ "መኪና ስትነዳ እንዲህና እንዲያ አድርግ..." ኢያለ የሚተች ከሆነ፥ ይህንን በማድረግ ፈንታ፥ አብረው በሚሄዱበት ሥፍራ ሁሉ የተሻለ ሹፌር ነው የሚባለው ሰው እንዲነዳ ማድረግ የተሻለ ነው። በስምምነት አንዱ እንዲነዳ ከተደረገ በኋላ በሌላ ጊዜ መተቸት ሲጀምር፥ "ከዚህ በፊት ተወያይተን እኔ መኪና እንድነዳ ስለተወሰነ አንተ ምንም ማለት የለብህም..." ማለት እንችላለን። በዚህ ዓይነት በመካከላችን ግጭት እንዳይፈጠር ማድረግ እንችላለን።

(6) በአንዳንድ ሁኔታዎች ላይ፥ ሌላውን የመቆጣጠር ፍላጎት ያላቸው ሰዎች ምንም ብናደርግ አይለወጡም። ሁሉን ነገር ሞክረን የማይለወጡ መስሎ ከታየን፥ እነርሱን ለመለወጥ ወይም ለማሻሻል ዝም ብለን መታገሉ መልሶ የሚጎዳው እኛኑ ነው። ለምሳሌ የመሥሪያ ቤት አለቃችን እንዲህ ዓይነት ባሕሪ ካለው፥ ሥራችንን እንድንጠላው እንደሚያደርገን የታወቀ ነው። መሥሪያ ቤቱን ጥለን ብንሄድ የሚደርሰብን ጉዳት የበለጠ መስሎ ከታየን፥ ሁኔታውን ተቀብለን በትዕግሥት ማለፍ አለብን።

9. የተበቃይነትና የቂመኛነት ባሕሪ ካለው ሰው ጋር እንዴት መኖር እንችላለን?

በደል ወይም ጉዳት ባደረሰበት ሰው ላይ የበቀል እርምጃ መውሰድ የሰው ሁሉ ዝንባሌ ነው። አጸፋውን የሚመልሰበትም የራሱ የሆነ መንገድ አለው። አንዳንዱ የበደለውን ሰው በመበቀል ፈንታ "በቀል የጌታ ነው" በማለት ነገሩን የተወ ይምሰል እንጂ፥ የደረሰበትን በደል በልቡ የማያጠራቅም፥ ቂም የሚይዝ አለ። ሌላው ደግሞ "በደለኝ" የሚለውን ሰው ባይበቀልም፥ የጎዳው ሰው በበደለኛነት ስሜት እንዲጨነቅ የሚያደርግ ነው። በተበቃይነታቸውና በቂመኛነታቸው አሰቸጋሪ ሰዎች ናቸው የምንላቸው ከላይ ከገለጽናቸው በጣም ይለያሉ። በተበቃይነታቸው አሰቸጋሪ የሆኑ ሰዎች ራሳቸውን ለመከላከል፥ ወይም "አጠቃን" ብለው በሚያስቡት ሰው ላይ የሚወሰዱት እርምጃ ትክክል መሆኑን ለማሳመን "እኔ ጥቃት አልወድም፤ ያጠቃኝን መልሼ ሳላጠቃ እንቅልፍ አይወስደኝም" በማለት የራሳቸውን እርምጃ ይወስዳሉ። በመሠረቱ ጥቃት ሲደርስበት ደስ የሚለው ወይም የማይቆረቁረው ሰው ማንም የለም። ይሁን እንጂ፥ ጥቃት የደረሰበት ሁሉ "አጠቃኝ" የሚለውን ሰው መልሶ ማጥቃት በግንኙነታቸው ላይ ያለውን ችግር ያቃልላል ማለት አይደለም።

በቀል ለጊዜው ራስን ከጥቃት የሚጠብቅ፥ እርካታን የሚሰጥ ይምሰል እንጂ፥ እንዴ ከገቡበት መውጣት አስቸጋሪ ነው። ቻይናዎች "ለመበቀል ራሱን የሚያዘጋጅ ሰው አስቀድሞ ሁለት መቃብር መቆፈር አለበት" የሚል አባባል አላቸው። ይህንን ሲሉ አንዱ መቃብር ለራሳቸው፥ ሌላው ደግሞ ለሚበቀሉት ሰው ማለታቸው ነው። ለመበቀል የሚሰማን ግፊት፥ ጠላታችን በእኛ ላይ ኃይል እንዲኖረው ጉልበቱን ያጠነክርለታል። አንድ ሰው "አሲድ የበለጠ የሚጎዳው የፈሰሰበትን ሰው ሳይሆን፥ አሲዱን የያዘውን ዕቃ ነው" አለ። ብዙ ጊዜ በቀልን "በቀል" ብለን በመጥራት ፈንታ፥ "ራስን መከላከል፥ ሊጎዳን ከሚሞክረው ሰው ራስን መጠበቅ ነው እንላለን። አንድ ክርስቲያን ጸሐፊ "ራስን መከላከል ለተጠቃሚው ጥሩ ይምሰል እንጂ፥ ሌሎች እንዳይጠጉን የሚያደርግ ነው። ራስን መከላከል ልባችንን ይሸፍናል፤ እንዲያውም ለሚያጠቁን ሰዎች መሳሪያ ያስታጥቃል" አለ። እርግጥ ነው የምንኖረው "ያጠቃውን መልሶ ማጥቃት" የሚል ፍልስፍና ባየለበት ዘመንና ሕብረተሰብ ውስጥ ነው። "ክብራ

ችን እንዳይደፈር መከላከል አለብን" በሚል ካባ ሰዎች እርስ በርሳቸው ጥርስ ሲሳበሩ ማየት የተለመደ ሆኗል።

ከሁሉም የተሻለው የክርስቶስ መንገድ ነው። ያም በቀልን በበቀል በመመለስ ፈንታ አስቸጋሪ የሆነብንን ሰው ለመውደድ ራስን በማለማመድ ነው። አስቸጋሪ ሰዎች በጣም የሚጠቅማቸውን ሰው፣ "ያለ እርሱ መኖር አልችልም" የሚሉትን ሰው፣ "ሊጎዳኝ ይህንና ያንን አድርጎብኛል..." በማለት መበቀል ይፈልጋሉ። እነርሱ እንደሚያደርጉት መልሶ እነርሱን መበቀል ክርስቲያናዊ መንገድን መከተል አይደለም። ኢየሱስ የመረጠልን መንገድ መበቀል ሳይሆን፣ መውደድ ነው። *"...እኔ ግን እንዲህ እላችኋለሁ፤ ጠላቶቻችሁን ውደዱ፤ ስደትና መከራ ለሚያደርጉባችሁ ጸልዩላቸው"* ይላል (የማቴ. 5፥44)። ጠላቶቻችንን መውደድ በሰው ግምት የሚቻል አይመስልም። ይሁን እንጂ፣ ኃይል ሳይሰጠን እንዲሁ የማንችለውን ነገር "አድርጉ" ብሎ ስለማያዘን፣ ጠላትን መውደድ ይቻላል። ኢየሱስ ከሞተና ከተቀበረ አራት ቀን ያለፈውን፣ ሕይወት የሌለበትን ሰው "አልአዛር ና ውጣ..." አለው። ለሞተ ሰው ይህን ዓይነት ትዕዛዝ መስጠት በሰው ዘንድ ሞኝነት ይመስላል። ይሁን እንጂ፣ ኢየሱስ በውስጡ ሕይወትንና ኃይል እንደ ገና ስላኖረ አልአዛር በመታዘዝ ከመቃብር ወጣ። ልክ እንደዚሁ ኢየሱስ "ጠላቶቻችሁን ውደዱ..." የሚል ትዕዛዝ ሲሰጥ፣ መውደድ የምንችልበትን ኃይል ይሰጠናል። እዚህ ላይ ጥያቄው ጠላታችንን መውደድ እንችላለን ወይ? የሚል ሳይሆን፣ ለመውደድ ፈቃደኞች ነን ወይ? የሚል መሆን አለበት። ማየት ያለብን ስሜታችንን ሳይሆን፣ ፈቃደኞች መሆናችንን ነው።

8

ከአስቸጋሪ ሰው ጋር መኖር የማይቻል ከሆነስ?

አስቸጋሪ ከሆነብን ሰው ጋር ያለን ግንኙነት አሳሳቢ የሚሆንብን፣ በእኛና "አስቸጋሪ ሆነብን" በምንለው ሰው መካከል ያለው ግንኙነት (relationship) ወይም አንድነት በሕይወታችን ውስጥ ከፍተኛ ሥፍራ የምንሰጠው ሲሆን ብቻ ነው። ከዚህ ሰው ጋር ያለን ግንኙነት ይህን ያህል የማያስፈልገን ከሆነ፣ ስለሚያደርገውና ስለማያደርገው ነገር ይህን ያህል አንጨነቅም። ግንኙነቱ (አንድነቱ) ይህን ያህል በጣም የሚያስፈልገን መስሎ ካልታየን፣ ከሁኔታው ገለል ብለን ትርፋችንና ኪሳራችንን መመዘን እንችላለን። እንዲሁም እንዳንንዳ ከአስቸጋሪው ሰው አካባቢ መሸሽ የምንችልበትን ሁኔታም ሆነ ዘዴ እንፈልጋለን። በግንኙነቱ ውስጥ ምን እንደምንፈልግ ራሳችንን ጠይቀን ከተረዳን በኋላ፣ በሌላው ወገን ያለው እንጂ እኛ የምንፈልገውን ማግኘት የማንችል መስሎ ከተሰማን፣ በግንኙነቱ ውስጥ ወደ ፊት ላለመቀጠል መወሰን እንችላለን። ባለን ግንኙነት (relationship) ውስጥ ኃይለኛ ግፊት ወይም ችግር እንዳለ ሲሰማን፣ ራሳችንን

መጠየቅ ያለብን ነገር ቢኖር፥ "አሁን በማድረግ ላይ ያለሁትን ነገር የማደርገው ትክክል ነው ብዬ አምኜበት ነው? ወይስ በዚህ ሁኔታ ውስጥ በሌላው ወገን ያለው ሰው እንዳይጎዳ ብዬ በማሰቤ ነው? አሁን ባለሁበት ሁኔታ የምኖረው፥ በዘለቄታው ይጠቅመኛል ብዬ ነው ወይስ በእኔ ሥር ለሚኖሩት ሰዎች ይጠቅማል ብዬ ነው? ሁኔታውን እንዳለ ተቀብዬ ለመኖር ብመርጥ፥ ይህን የመረጥኩበት ምክንያት ሌላ አማራጭ የሆነ ነገር ስለሌለኝ ብቻ ነው?" ብለን ራሳችንን መጠየቅ አለብን። ለውሳኔያችን እንዲረዳን እነዚህንና እነዚህን የመሳሰሉ ጥያቄዎዎችን ራሳችንን ጠይቀን አስፈላጊውን መልሰ ማግኘት አለብን።

በአዕምሮም ሆነ በሥጋ ጤናማ የሆኑ ሰዎች፥ ሕግን ጠብቀው በሥርዓት ከማይሄዱ አስቸጋሪ ሰዎች ጋር ጦርነት መግጠም በጣም ከባድ እንደሚሆንባቸው ግልጽ ነው። ከባድ የሚያደርገውም፥ አስቸጋሪ ሰዎች ምን ጊዜም በትክክል (በሀቅ) ስለማይሄዱ ነው። ታዲያ ከአስቸጋሪ ሰው ጋር አብሮ መኖር ወይም ኅብረት ማድረግ የሚቻለው እንዴት ነው? ለዚህ ጥያቄ ቀላል የሆነ መልሰ መስጠት ይቻላል። ይሁን እንጂ ዘላቂነት ያለው መፍትሄ አይሆንም። ቀላል የሆነው መልስ፥ ከአስቸጋሪ ሰው ጋር ተጋጥሞ ማሸነፍ የሚቻልበት መንገድ አንድ ብቻ ነው፤ ያም ከእነርሱ ጋር ጦርነት አለመግጠም ብቻ ነው። ጥያቄው ግን ይቻላል ወይ? የሚል ነው። አስቸጋሪ ሰዎች ሁልጊዜ "ማሸነፍ አለብን" ስለሚሉ፥ ከእነርሱ ጋር ተከራክሮ ማሸነፍ የሚችል የለም። ሁልጊዜ የሚያሸንፉበትም ምክንያት ሕግን (ሥርዓትን) ተከትለው ስለማይከራከሩ ብቻ ነው። ውይይት በአንድ ሰው ብቻ ሳይሆን በሁለት ሰዎች መካከል የሚካሄድ ነው። አንዱ ብቻ የሚናገር ከሆነ፥ ያ ውይይት አይደለም። የውይይትን ሕግ ለመጠበቅ በሁለቱም ወገን አሳባቸውን መናገርና እንዲሁም የሌላውን አሳብ መስማት ሲችሉ ብቻ ነው። አስቸጋሪ ሰዎች ግን እነርሱ ብቻ እንጂ ሌላው መነጋገር ያለበት አይመስላቸውም። እነርሱ ብቻ ከተናገሩ ሁልጊዜ አሸናፊዎቹ እነርሱ እንደሚሆኑ ግልጽ ነው። ከአስቸጋሪ ሰዎች ጋር ውይይት ማካሄድ የማይቻልበት ሌላው ችግር ግጭት የተፈጠረበት ዋናው ምክንያት ይቀርና ከሁኔታው ጋር ፈጽሞ የማይገናኝ አሳብ ስለሚሰጡ ነው። የሚከራከራቸው ሰው በዚህ ሁኔታ "የትም አልደርስም" ብሎ ተስፋ ቆርጦ ወይም ተሸንፎ ይውጣ እንጂ እነርሱ በምንም ዓይነት ወደ ዋናው ነጥብ ተመልሰው ችግሩ አይፈታም።

አስቸጋሪ ሰዎች ውጊያቸውን የሚጀምሩት የሚያጠቁትን ሰው መፈናፈኛ ካሳጡት በኋላ ብቻ ነው። በዚህ ዓይነት ኃይል ያለው ማን እንደሆነ ለማሳየት ይፈልጋሉ። እንደሚያሸንፉ የሚያውቁት ሊያጠቁት የሚፈልጉት ሰው ከእነርሱ አንድ ነገር እንደሚፈልግ፥ እንዲሁም ያለውን የእምነት አቋም ሲያውቁ ነው። ለምሳሌ፥ በባልና ሚስት መካከል አንደኛው አስቸጋሪ ሰው ከሆነ፥ ከአስቸጋሪው ሰው ጋር የሚኖረው ሰው "በፍቺ የማያምን" መሆኑን ካወቀ፥ አስቸጋሪው ሰው ያንን በመጠቀም፥ በዚያ ሰው ላይ የፈለገውን ነገር የማድረግ ነጻነት እንዳለው መስሎ ይሰማዋል። አስቸጋሪ ሰው አብሯቸው የሚኖረው ሰው መከራው ሲበዛበት ጥሏቸው የሚሄድ መሆኑን ካወቁ፥ ሌላውን እንደሚገፉት ይሄኛውን ሰው በኃይል አይገፉትም። አስቸጋሪ ይሁኑበት እንጂ ያ ሰው ምርኩዛቸው ስለሆነና ሊያጡት ስለማይፈልጉ የግንኙነታቸው ገመድ ቶሎ እንዳይበጠስ በተቻላቸው መጠን "ጥሩ መስለው ለመታየት" ከፍተኛ ጥረት ያደርጋሉ።

ወሰን የለሽ ከባሏ እናት ጋር ሁልጊዜ ትጋጫለች። ምንም ያህል ጥረት ቢያደርጉ በእርሷ ዘንድ ተቀባይነት ማግኘት አልቻሉም። "ካልወደደችኝ... ካልተቀበለችኝ ሁለተኛ አጠገቧ አልደርስም..." ማለት አይችሉም። ምክንያቱም የልጃቻቸውን ልጆች በጣም ስለሚወዱ፥ ከእርሷ መራቅ ማለት ከነርሱ መራቅ እንደሆነ ስለሚያውቁ ነው። ወሰን የለሽ ይህንን በደንብ ታውቃለች። በመካከላቸው ሰላም እንዲፈጠር ብዙ ሰዎች ጥረት አድርገዋል። ግን የተፈለገውን ዓይነት ውጤት ማግኘት አልተቻለም። ወሰን የለሽ አስታራቂዎች ሲመጡ፥ "...እኔ በጣም እወዳቸዋለሁ... እናትነታቸው ለባለቤቴ ብቻ አይደለም፤ ለእኔም እናት ናቸው። የልጆቼ አያት ናቸው..." በማለት በጥሩ ንግግሯ በመካከላቸው የገቡትን ሰዎች ልብ ትበላለች። "...እንዲህ ዓይነት ፍቅርና ልብ ካላት ጋር ለምን በሰላም አይኖሩም..." ብለው ለማስታረቅ የመጣው ሁሉ ይፈርድባቸዋል። አስታርቋቸውም ከሄዱ በኋላ፥ "..እነዚህ የመጡት ሰዎች ቅር እንዳይላቸው ብዬ ነው እንጂ፥ ዓይንዎን ማየት አልፈልግም..." በማለት ፊት ለፊት ትናገራቸዋለች። ለሁለተኛ ጊዜ "...እንዲህ አለችኝ..." ብለው ቢናገሩ፥ "...አርፈው ተቀመጡ፤ ነገረኛ አሮጊት..." ስለሚባሉ፥ ችግራቸውን በውስጣቸው ይዘው ይኖራሉ። ከአስቸጋሪ ሰው ጋር የተቀራረቡ ሰዎች ከሚደርስባቸው ልዩ ልዩ ችግሮች በተጨማሪ፥ ከውጪ ሁኔታውን በሚመለከቱ ሰዎች እንደ ጥፋተኛ ሆነው መታየታቸው ነው። "....አስቸጋሪ ጠባዩ መረረኝ..." ብለው ቅሬታቸውን ቢያሰሙ፥ "...ችግር እንዳለበት ታውቃለህ... ለምን እንደ ጤነኛ ሰው ተመልክተኸው ከእርሱ ትልቅ ነገር ትጠብቃለህ?... ከሚናገረው ክፉ ንግግር ውስጥ ግማሹንም እርሱ ራሱ እንደማያምንበት የታወቀ ነው። ይህንን እያወቅህ እንዲህ አለኝ እያልክ ሁልጊዜ ለምን ቅሬታ ታሰማለህ?" ይባላል።

በዚህ ዓይነት በአስቸጋሪ ሰው ጥቃት የደረሰበት ሰው፥ ያለበትን ሁኔታ የሚረዳለት ሰው ያጣል። በዙሪያው ያሉት፥ ችግሩን በደንብ ያልተረዱ መከራውን የበለጠ የከፋ እንዲሆን ያደርጉበታል። ተስፋ በመቁረጥ "ችላ ብዬ ከመተው በስተቀር ምንም ማድረግ አልችልም፤ ችግሬን የሚረዳልኝ ማንም የለም..." ይላል። አስቸጋሪ ሰዎች፥ ወንዶችም ሆኑ ሴቶች አስቸጋሪነታቸውን የሚገልጹት ሁሉም በተለያየ መንገድና ሁኔታ ነው። ይሁን እንጂ፥ የሁሉም ዓላማ ለማሸነፍ፥ የሚፈልጉትን ነገር ለማግኘት ነው። በሌላው ሰው ሕይወት ላይ

ምንም ዓይነት ከባድ ጉዳት ቢያደርሱም፣ የሌላውን ሰው ሕይወት መራራ ቢያደርጉም፣ ዓላማቸው ሁልጊዜ ለማሸነፍ፣ የራሳቸውን ፈቃድ ለማስፈጸም ስለሆነ፣ ቁጣን፣ ክህደትን፣ ነቀፋን በሌላው ላይ እንደ መሣሪያቸው አድርገው ይጠቀሙበታል። ምንም ያህል ቁም ነገር ቢኖረውም፣ ሌላው ሰው የሚናገረውን መስማት ፈጽሞ አይፈልጉም። ሊያጠቁት የሚፈልጉት ሰው ጎልቶ የሚታይ ድካም ካላገኙበት፣ ያ ሰው የሚወዳቸውን ሰዎች በመዋጋት ሊያጠቁት ይሞክራሉ። አስቸጋሪ የሆነ ባል ሚስቱን በቀጥታ ለማጥቃት መንገድ ካጣ፣ ልጆቿን የምትወድ መሆኗን ስለሚያውቅ፣ እርሷን ለማበሳጨትና የሚፈልገውን ከእርሷ ጨምቆ ለመውሰድ ሲል ያለአግባብ ልጆቻቸውን ማጥቃትና ማስመረር ይጀምራል። ይህን የሚያደርገው ልጆቹ አጥፍተው ሳይሆን እርሷን ለማበሳጨት ሲል ብቻ ነው።

አስቸጋሪ ሰዎች ክርክራቸው ሥርዓትና እውነትን የጠበቀ አይደለም። ማሸነፍ የሚያስችላቸውን መንገድ ሁሉ ይጠቀማሉ። ሌላውን ይንቃሉ፤ ዝቅ አድርገው ያያሉ። የተናገሩትን "አልተናገርኩም"፣ ያደረጉትን "አላደረግሁም" ብለው ይክዳሉ። እነርሱ እንጂ ሌላው ሰው ፍሬ አሳቡን የሚረዳ አይመስላቸውም። ሌላውን መወንጀል፣ የበደለኛነት ስሜት እንዲሰማው ማድረግ፣ አስቸጋሪ ሰዎች ከሚጠቀሙባቸው መሣሪያዎች ጥቂቶች ናቸው። ጠባያቸው ወይም ድርጊታቸው ትክክል እንደሆነ ለማሳመን የሚሞክሩት፣ ከመቆርቆር የተነሳ እንደሆነ አድርገው ለማሳየት ይሞክራሉ። "ተሳስቻለሁ" ብለው ስለማያምኑ፣ ምንጊዜም ቢሆን ይቅርታ አይጠይቁም። መጉዳታቸው ፈጽሞ ስለማይታወቃቸው፣ "አዝናለሁ... ይቅርታ..." ማለት አይችሉም። በመመስገን ፈንታ መወቀሳቸው ሁልጊዜ ስለሚገርማቸው፣ አንዳንድ ሰዎች በእነርሱ ላይ ቅሬታ ካሰሙ፣ ዓለም ሁሉ በእነርሱ ላይ በጠላትነት የተነሳባቸው ይመስላቸዋል። ከአስቸጋሪ ሰዎች ጋር ለመኖር፣ "ፈጽሞ አይቻልም" ብለን ከመደምደማችን በፊት በአንዳንድ ሁኔታዎች ውስጥ ማለፍ ያስፈልጋል፤

1. በቅድሚያ ራስን መመርመር ያስፈልጋል

አንድ ጊዜ አንድ ሰው ከዚህ በፊት ሄዶበት በማያውቀው አካባቢ መኪናውን እየነዳ ሲሄድ፣ አካባቢውን በዓይኑ ይቃኝ ነበር። አካባቢው ጥቁር አሜሪካኖች፣ ስፓኒሾችና ዝቅተኛ የኑሮ ደረጃ ያላቸው ነጮች የሚኖሩበት አካባቢ ነበር። የአካባቢው ሁኔታ ስላስፈራው፣ የመኪናው በሮች በደንብ የተዘጉ መሆናቸውን ካረጋገጠ በኋላ አንዱን መንገድ ይዞ መንዳቱን ቀጠለ። በየመንገዱ ዳር የቆሙትና በእግራቸው ይሄዱ የነበሩ ሰዎች እየጮኹ በእጃቸው አንዳንድ ምልክት ያሳዩት ነበር። ወደ ፊት በሄደ ቁጥር ከሰዎች የሚሰማው ጩኸት እየበረከተ መጣ። "እንዲህ ዓይነት አካባቢ መምጣት የምጠላው ለዚህ ነው" እያለ ከራሱ ጋር ይነጋገር ነበር። ብዙ ከነዳ በኋላ በተሳሳተ መንገድ እየነዳ መሆኑንና ሰዎች ይጮኹ የነበሩትም "በተከለከለ መንገድ እየሄድክ ነውና ተመለስ" ማለታቸው እንደሆነ መጨረሻ ላይ ተረዳ። ትኩረቱን ሰዎቹ ላይ በማድረግ ፋንታ መንገዱ ላይ ቢያደርግ ኖሮ "በተከለከለ መንገድ" አይነዳም ነበር። ሌላውን መውቀስ፣ በሌሎች የተጠቃን፣ ችግራችን ሌሎች ሰዎች የሆኑ መስሎ የሚሰማን ጊዜ አለ። "ሌሎች ሰዎች ሰላማዊ ቢሆኑልን ኖሮ ሁሉ ነገር መልካም ይሆን ነበር" ብለን የምናስብበት ጊዜ አለ። ከላይ እንዳየነው ሰው ራሱን በትክክል መመዘን ወይም ማየት ቢችል ኖሮ ብዙ ጊዜ የሚያጋጥመው ችግር በሌሎች ሰዎች ምክንያት የሚመጣ አለመሆኑን፣ እርሱ ራሱ ባደረገው ነገር እንደሆነ ይረዳ ነበር።

"አስቸጋሪው ሰው ማን ነው? እኔ ነኝ ወይስ ሌላው ሰው?" የሚለውን ጥያቄ ማንኛውም ከሌላው ሰው ጋር ጤናማ ያልሆነ ግንኙነት (ሕብረት) ያለው ሰው ሊጠይቀው የሚገባ የመጀመሪያው ጥያቄ ነው። የራሳችንን የግል ድካም ለይተን ሳናውቅ፣ ሌላውን ሰው አስቸጋሪ ሰው ማለት ትክክል አይደለም። ስለዚህ በቅድሚያ ራሳችንን በጥንቃቄ መመርመር አለብን። *"እንግዲያውስ መንገዳችንን መርምረን እንፈትን፣ ወደ አምላካችንም እንመለስ"* ይላል (ሰቆ. ኤርምያስ 3፥40)። ኢየሱስም የሌላውን ድካም ከማየታችን በፊት የራሳችንን ድካም በቅድሚያ ማየት እንዳለብን ሲመክረን፣ *"...በአንተ ዐይን ያለውን ግንድ ሳታይ ስለምን በሌላ ሰው ዐይን ያለውን ጉድፍ ትመለከታለህ? ደግሞስ በአንተ ዐይን ያለውን ግንድ ሳታይ ሌላውን ሰው እስቲ በዐይንህ ያለውን ጉድፍ ላውጣልህ እንዴት ትለዋለህ? አንተ ግብዝ አስቀድመህ በአንተ ዐይን ያለውን ግንድ አውጣ፤ ከዚያም በኋላ በሌላ ሰው ዐይን ያለውን ጉድፍ ለማውጣት አጥርተህ ታያለህ"* ይለናል (የማቴ 7፥3-5)። ራሳችንን መመርመር ያለብን፣ እንከን የሌለብን መሆናችንን ለማረጋገጥ፣ የምንፈልገውን ነገር ማግኘት እንድንችል ብልሃትና ዘዴ ለመፍጠር ሳይሆን፣ በተፈጠረው አለመግባባት ወይም ችግር ውስጥ የእኛ አስተዋጽኦ ምን እንደሆነ በትክክል ለማወቅ ነው። ድካማችንን ሌላው ሰው ከሚነግረን ይልቅ፣ የራሳችንን ድካም ብንገነዘብ፣ በተፈጠረው ችግር ውስጥ ኃላፊነት መውሰድ አይከብደንም። ብዙ ጊዜ የራስን ድካም መረዳት፣ በሌላው ወገን ያለውን ሰው ልቡን የማለስለስ ኃይል አለው።

ዶክተር ሀሮልድ ስሚዝ የተባሉት አሜሪካው ፓስተር፣ በስብከታቸውና በማስተማር ችሎታቸው ብዙ ሰዎች ያደንቋቸው ነበር። ይሁን እንጂ፣ ቁጥራቸው አነስተኛም ቢሆን እኚህን ሰው የሚጠሉና የሚቃወሙ አንዳንድ ሰዎችም ነበሩ። በመጋቢነት የሚያገለግሉበት አጥቢያ ቤተ ክርስቲያን የአምስተኛ ዓመት በዓሉን ለማክበር ትልቅ በዓል ተዘጋጅቶ ነበር። በዚህ በዓል ላይ በተ

ላይ በዕሁድ ምሽት ስብሰባቸው ላይ፥ ዶክተር ሀሮልድ ስሚዝ ባለፉት አም ስት ዓመት በቤተ ክርስቲያናቸው ውስጥ በጣም ትልቅ ችግር ያደረሰባቸውን ሰው ስም ገልጠው የሚናገሩ መሆናቸውን ዕሁድ ዕሁድ በሚወጣው የከተማው ሳምንታዊ ጋዜጣ ላይ ማስታወቂያ አወጡ። ይህም ብዙዎችን ያስደነቀና ያስደ ነገጠ ማስታወቂያ ነበር። ይሁን እንጂ፥ በቅርብ ከሚያውቋቸው ሰዎች መካከል ዶክተር ሀሮልድ ይህን አያደርጉም ብሎ የተጠራጠራቸው ሰው አልነበረም። ከቤተ ክርስቲያኒቱ አባሎች መካከል "አስቸጋሪ ሰው የሚለው እኔን ከሆነ እከ ሳለሁ" በማለት የራሳቸውን የሕግ ጠበቃ ቤተ ክርስቲያን ይዘው የመጡ ክርስ ቲያኖችም ነበሩ። በዚያን ምሽት ቤተ ክርስቲያኗ ጢቅ ብላ ሞልታ ነበር። ዶክተር ሀሮልድ ስሚዝ የምሽቱ የስብከታቸው ክፍል ከሮሜ 7፥24 ላይ የተወ ሰደ፥ *"...እኔ ምንኛ ጎስቋላ ሰው ነኝ፥ ወደ ሞት ከሚወስደኝ ከዚህ ሰውነትስ ማን ያድነኛል?..."* የሚለው ነበር። ሕዝቡም ማንን ሊጠቅሱ ነው ብሎ በስጋትና በድንጋጤ ላይ እያለ፥ *"ባለፉት አምስት ዓመት በዚህች ቤተ ክርስቲያን ውስጥ ትልቅ ችግር የፈጠረብኝ ሰው፥ ሀሮልድ ስሚዝ ነው..."* በማለት የራሳቸውን ስም ጠቀሱ። እኚህ ታላቅ ሰባኪ በአገልግሎቴ ውስጥ አስቸጋሪ የሆነብኝ ሰው ሌላ ሰው ሳይሆን እኔው እራሴ ነኝ" ማለታቸው ነበር። የብዙዎቻችን የችግራ ችን ዋና ምክንያት ሌላ ሰው ሳይሆን፥ እኛው ራሳችን ልንሆን እንችላለን። ስለ ዚህ ከሰዎች ጋር ያለን ግንኙነት ጤናማ ያልሆነበት ምክንያት እኛው ራሳችን መሆን አለመሆናችንን በቅድሚያ ራሳችንን መመርመሩ፥ ለችግራችን አፋጣኝ የሆነ መፍትሄ ሊያስገኝልን ይችላል።

አንድ ሌላ የቤተ ክርስቲያን መጋቢ፥ *"ቃሉን ፊት ለፊት በግልጽ በማስተ ማሬ ምክንያት ከአገልግሎቴ ተባረርኩ"* በማለት ለአንድ ሰው አጫወቱት። ያ ሰው አኛ ፓስተር ሲሰብኩ ሰላልሰማቸው "እንዴት ቃሉን በመስበካቸው ከአገ ልግሎታቸው ያባርሯቸዋል?" በማለት በጣም አዘነላቸው። አንድ ቀን የእኛን መጋቢ ስብከት ለመስማት ዕድል አጋጠመው። የእኚህ መጋቢ ስብከት የራብ መመጻደቅ የበዛበት፥ ሌላውን የሚኮንን፥ መሆኑን ከሰማ በኋላ የቤተ ክርስቲ ያኑ ምዕመናን እኚህን ሰው ማባረራቸው ልክ ነው፤ እኔም ድምጽ ስጥ ብባል 'ይሂዱ' እል ነበር አለ። ብዙዎቻችን ብዙ ጊዜ አዕምሮአችን በብዙ ነገር ስለተሞላ፥ የራሳችንን ሕይወት ለማየትም ሆነ ለመመርመር ጊዜ የለንም። ዳዊት ከእግዚአብሔር ጋር የድብብቆሽ ጨዋታ በሚጫወትበት ዘመን፥ ኃጢአቱን ሸፍኖ፥ አረሳስቶ ለማለፍ ያደረገውን ከፍተኛ ጥረት እናስታውሳለን። እግዚአ ብሔር መልዕክተኛውን ናታንን ልክ አንድ ሃብታም ሰው የድኻውን አንዲት በግ አርዶ እንግዳውን እንዳስተናገደበት ሲነግረው፥ ያን ዓይነት ግፍ የሚሠራ ሰው "እኔ አሆናለሁ..." ብሎ ሰላልገመተ፥ *"...ዳዊት በሀብታሙ ሰው ታሪክ ኢጅግ ተቆጥቶ ይህን ያደረገው ሰው ሞት እንደሚገባው በሕያው እግዚአብሔር ስም እምላለሁ..."* (2 ሳሙ. 12፥5) በማለት ፍርዱን ወዲያው ማስተላለፉን እናው ቃለን። የዳዊትን ፍርድ ከሰማ በኋላ ናታን "ያ ሰው አንተ ራስህ ነህ!" አለው። ዳዊት ያ ሰው እርሱ ራሱ መሆኑን አስቀድሞ ቢያውቅ ኖሮ ያንን የመሰለ ፍርድ አያስተላልፍም ነበር። አስቸጋሪው ሰው በሌላው ወገን ያለው ሰው ነው ከማለት በፊት "ችግሩ ያለው እኔው ላይ ይሆን?" በማለት በቅድሚያ ራሳችንን መመርመር ጠቃሚ ነው።

ከአስቸጋሪ ሰው ጋር ስንኖር፥ ወይም ስንቀራረብ ራስን መመርመር በጣም ጠቃሚ ነው። ራሳችንን መርምረን ችግር ካለብን፥ ችግራችንን ከማስተካከ ላችን ወይም ራሳችንን ከማረማችን በፊት ሌላው ሰው አስቸጋሪ የሆነበትን ምክንያት መረዳት ይከብደናል። ነገር ግን በጥንቃቄ ራሳችንን መርምረን ሌላው ሰው በእኛ ሕይወት ውስጥ የሚጠላው ባሕሪ ምን እንደሆነ አውቀን ራሳችንን ስናስተካክል፥ የመለወጥ ተስፋ ያለው ሰው ከሆነ፥ ራሱን ለመለወጥና ለማስተካ ከል በበኩሉ ጥረት ያደርጋል። የማይስተካከልም ከሆነ፥ የራሳችን ሀሊና ፍጹም ንጹህና የሚቆረቁረን ምንም ነገር እንደሌለ ለማረጋገጥ፥ ካለም በእግዚአብሔር ፊት ንስሀ ለመግባትና እርምጃችንን ለማረም ይረዳናል። ራሳችንን ስንመረምር በጥንቃቄ መመልከት ያለብን ሁኔታዎች አሉ፥

1.1. የምንሠራው ትክክል ያልሆነ ነገር እንዳለ ራሳችንን እንመርምር

አስቸጋሪ ሰዎች ሁልጊዜ በደለኞችና የችግራቸው ሁሉ ምክንያት የሚያ ደርጉት እኛን እንደሆነ የታወቀ ነው። እነዚህ አስቸጋሪ ሰዎች ከአፋቸው የሚ ወጣውን ስድብ፥ ወይም "እንዲህ ናችሁ" ብለው የሚከሱንን በመስማት ራሳች ንን ተጠራጥረን ሳይሆን፥ በእግዚአብሔርም ሆነ በሰው ፊት ሁልጊዜ ያለነቀፋ መሆን ስላለብን፥ ልባችንን መመርመርና መጠበቅ የግድ ያስፈልገናል። ራሳ ችንን ስንመረምር ከሰው ጋር ያለንን ግንኙነት ሊያሻክር የቻለ በደል በውስጣ ችን ቢኖር፥ በጌታ ፊት ንስህ ገብተን ራሳችንን እናስተካክላለን። አስቸጋሪ በሆ ነብን ሰው ላይ ያደረግነው ትክክል ያልሆነ ነገር ከሌለ፥ ሀሊናችንን የሚቆረቁ ረን በደል በእነርሱ ላይ ካልሠራን ግን፥ የሚሰድቡን ስድብም ሆነ ክስ እንዳይ ቆረቁረንና ወደ ውስጣችን እንዳናስገባ ራሳችንን መጠበቅ ያስችለናል። የመ ጠራጠርና ያለማመን ችግር (Paranoia) ያለባት ሴት፥ ባሏን "ከሌላ ሴት ጋር ያመነዝራል..." በማለት ትከሰዋለች። ይህን ዓይነት ክስ የሚቀርብበት ባል፥ ሚስቱ እንድትጠራጠር የሚያደርጋት በደል በውስጡ መኖሩን ራሱን መመር መር እንዳለበት ግልጽ ነው። ጤናማው ሰው ራሱን መመርመርና ራሱን ከኃ ጢአት መጠበቅ ያለበት ለአስቸጋሪው ሰው ሲል ሳይሆን፥ ለራሱ የግል መንፈ ሳዊ ሕይወት ሲል መሆን አለበት። ያለማመንና የመጠራጠር ችግር ያለባቸውን ሰዎች ለመርዳት በጣም አስቸጋሪ ነው። አንድ ጊዜ ያለማመንና የመጠራጠር

ችግር ያለባትን ሚስቱን ለመርዳት አስቦ በተቻለው መጠን፥ ሌላው ቀርቶ ከቤት ዘመዶቹም ጋር እንኳን አብሮ ሳለመታየትና ሳለማንጋገር ወስኖ በጥንቃቄ የሚራመድ ሰው ነበር። ይሁን እንጂ፥ አስቸጋሪ ከሆንችው ሚስቱ ክስና ስድብ አላመለጠም። ከሌላ ሴት ጋር ሲነጋገር ስላላየችው፥ምክንያት ስታጣበት "አንተ ግብረ ሰዶማዊ ነህ" (homosexual) አለችው።

ራሳችንን የምንመረምረው ጎልቶ የሚታይ ትላልቅ ኃጢአቶች በሕይወታችን መኖራቸውን ለማወቅ ብቻ አይደለም። ለግጭታችን ወይም ለችግራችን አስተዋጽኦ የሚያደርጉ እኛ የምናደርጋቸው፥ የምናሳያቸው ጥቃቅን የሆኑ መጥፎ ጠባዮች ይኖሩብን ይሆን? ቀኑን ሙሉ ደክማ ሠርታ ምግብ ስታቀርብልን፥ ፊታችንን በማጨማደድ፥ ወይም በፊታችን ላይ በሚነበብ ሁኔታ፥ "የሠራሽው ምግብ አይረባም..." የሚል መልዕክት ያስተላልፍ ይሆን? "የግል ሕይወታችንን መመርመር አለብን" ስንል፥ በቅድሚያ ኃጢአት ምን እንደሆነ በደንብ መረዳት ያስፈልገናል። ኃጢአት ማለት ምን ማለት ነው? "ኃጢአት" የሚለው ቃል በግሪክ "ሃማርትያ" የሚለው ቃል ሲሆን የዚህም ቃል ትክክለኛ ትርጉም፥ "ዓላማን መሳት" ማለት ነው። በዚህ ቃል መሠረት "ኃጢአት" እግዚአብሔር እንድንሆን የሚፈልገውን አለመሆን፥ እንድናደርግ የሚያዘንን አለማድረግና እንዲሁም እግዚአብሔር እንዳናደርግ ያዘዘንን ማድረግን ያጠቃልላል። ***"ኃጢአት የሚሠራ ሁሉ የእግዚአብሔርን ሕግ ያፈርሳልI ምክንያቱም ኃጢአት ማለት የእግዚአብሔርን ሕግ ማፍረስ ነው"*** ይላል (1 ዮሐ. 3፥4)። ኃጢአት ማንንም የማይነካ የሃይማኖት ደንብ ወይም ሕግ ማፍረስ ማለት አይደለም። ነገር ግን በእግዚአብሔር ፈቃድና ፍላጎት ላይ ማመጽ ነው። አሳባችን፥ ድርጊታችን፥ ንግግራችን ሆን ብለን የፈጸምነው ባይሆንም፥ በቀጥታ እግዚአብሔርን የማይነካ ቢሆንም ኃጢአት ስንሠራ በእግዚአብሔር ላይ ማመጻችን ነው። ኃጢአት የምንሠራው "በድርጊት" ብቻ ሳይሆን፥ "በመተውም" (omission) ጭምር ነው። ጥሩ ነገር ማድረግ ሲገባን፥ ያላደረግን እንደሆንያም ኃጢአት ነው። ያዕቆብ ***"እንግዲህ መልካም ነገር ማድረግን ኢያወቀ የማያደርግ ሰው፥ አለማድረጉ ኃጢአት ይሆንበታል"*** ይላል (ያዕ. 4፥17)። አስቸጋሪ ለሆነብን ሰውም እንኳን ቢሆን በጎ የማድረግ ዕድሉ ሲያጋጥመን ባናደርግ፥ ቢበድለንም በደሉን በፍቅር መንፈስ ተሞልተን ባንናገር በእግዚአብሔር ዓይን ኃጢአተኞች መሆናችን ነው። ማወቅ ያለብን እውነት ቢኖር፥ የእኛ ኃጢአት አስቸጋሪ በሆነብን ሰው ኃጢአት የማይሰረዝ መሆኑ ነው። አስቸጋሪው ሰው በእኛ ላይ የሚፈጽመውን ክፉ የሆነ ድርጊት እያየን፥ "የእኔ ኃጢአት ትንሽ ናት" በማለት ራሳችንን ማጽናናት የለብንም።

ከአስቸጋሪ ሰው ጋር ተደጋጋሚ የሆነ ግጭት የሚያጋጥማቸው አንዳንድ ሰዎች፥ በሌላ ወገን ያለውን ሰው ምክንያት ከማድረጋቸው በፊት ግራ በመጋ

ባት "...ችግሬ ምንድነው? ይህንን ሰው እንዲህ እንዲሆን ሊያደርገው የቻለው የእኔ ድርሻ ምንድነው? ያደረግሁት ኃጢአት ወይም በደል ምንድነው?" ብለው ይጠይቃሉ። ራስን አለመመርመር ጥሩ ውጤት አያስገኝልንም። ኃጢአታችንን አውቀን ራሳችንን በንስሃና ይቅርታ በመጠየቅ ለማስተካከል ብንፈልግም፥ ኃጢአታችን ወይም በደላችን አልታይም የሚለን ጊዜ አለ። በደላችን አልታይም ካለን፥

1ኛ) አስቸጋሪ የሆነብን ሰው ምንም ዓይነት በደል ቢፈጽምብንም፥ ንስሀ እንድንገባና ሕይወታችንን እንድናስተካክል እግዚአብሔር ኃጢአታችንን እንዲያሳየን ከልባችን እንጸልይ። ዳዊት ***"አምላኬ ሆይ! መርምረኝ፥ ልቡናዬንም ዕወቅ። በእኔ ውስጥ በደል እንዳለ ተመልከትI በዘላለማዊውም መንገድ ምራኝ"*** (መዝ. 139፥23-24) ብሎ እንደጸለየው እንጸልይ። እግዚአብሔር ኃጢአታችንን የሚያሳየን እንደኛው መንገድ በቃሉ አማካኝነት ስለሆነ በጥንቃቄ ቃሉን እናጥና። ብዙ ጊዜ ከአስቸጋሪው ሰው ጋር ሳለን ግንኙነት፥ ከየት ላይ እንደሳትን ቃሉ ሊጠቁመን እንደሚችል ማወቅ አለብን።

2ኛ) በደላችንና ኃጢአታችን አልታይ ካለን፥ በክርስትና ሕይወቱ የበሰለውን አማኝ ምክር መጠየቅ ጠቃሚ ነው። ጠቢቡ ሠለሞን ***"ምክርን ብትሰማና ለመማርም ፈቃደኛ ብትሆን፥ የኋላ ኋላ ጥበብ መገብየትህ አይቀርም"*** ይላል (ምሳሌ 19፥20)። እንዲሁም ምሳሌ 12፥15 ላይ ***"ማስተዋል የጎደላቸው ሰዎች ሁልጊዜ ትክክል የሆኑ ይመስላቸዋልI ጠቢብ ግን መልካም ምክርን ይቀበላል"*** ይላል። ምክር የምንጠይቀው ሰው ድፍረት ያለውና ስተን እንደሆን ፊት ለፊት "ስተሃል... ይሄ የራስህ ጥፋት ነው..." የሚለን ሀቀኛ ሰው መሆን አለበት። ችግራችንን ማየት ቢያቅተን፥ ምክር የጠየቅነው ሰው፥ የችግሩ ምክንያት እኛው ራሳችን መሆናችንን እያሳየን ለመለወጥ አስፈላጊውን እርምጃ ለመውሰድ ፈቃደኞች ካልሆንን፥ ሌላውን "አስቸጋሪ ሰው" ብንለው፥ የምንፈልገውን ዓይነት ውጤት እንደማያስገኝልን ማወቅ አለብን። ***"ኃጢአትህን ለመደበቅ ብትሞክር በኑሮህ ሁሉ ነገር አይቃናልህምI ኃጢአትህን ተናዝዘህ ዳግመኛ ኃጢአት ከመሥራት ብትቆጠብ ግን የእግዚአብሔርን ምሕረት ታገኛለህ"*** (ምሳሌ 28፥13)።

1.2. ክፉ ቃል ካፋችን እንዳይወጣ እንጠንቀቅ

አስቸጋሪ ሰዎች ክፉውንና ደጉን፥ ጠቃሚውንና ጎጂውን ሳይመርጡ የመጣላቸውን ቃል በመወርወር ሌላውን መጉዳት እንደኛው ባሕሪያቸው ነው። ሌላው ወገን ከእነርሱ ለወጣው ክፉ ቃል አጸፋውን ለመመለስ በማሰብ ጎጂ

የሆነውን ቃል መናገር፥ ለአስቸጋሪ ሰዎች እንዲነቅፉበት ምክንያት መስጠት ይሆናል። አስቸጋሪ ሰዎች ስድባቸውን በስድብ ሲመልሱላቸው ደስ ይላቸዋል። "...እንዲህ አለኝ..." ብለው ለማለት እንዲችሉ ዕድል መስጠት ነው። አስቸጋሪ ሰዎች በእኛ ላይ በወረወሩት ክፉ ቃል በተደጋጋሚ ሕይወታችንን ምን ያህል እንደ ጎዱት ስለምናውቅ፥ ክፉ ምላስ በሰው ሕይወት ውስጥ የሚያደርሰውን ጉዳት መረዳት አያቅተንም። ***"ምላስም እንደ እሳት ናት፤ ምላስ በአካል ክፍሎች መካከል የምትገኝ ክፉ ዓለም ናት፤ ሥጋችንንም ሁሉ ታረክሳለች፤ እንደ ገሃነም እሳት ሰውነታችንን ሁሉ ታቃጥላለች"*** ይላል (ያዕ. 3፥6)። ኃጢአተኛ ምላስ የተለያየ መልክ አለው። ብዙ ጊዜ የማይረባ ቃል ከአፋችን ይወጣል። አስቸጋሪው ሰው ክፉ ቃል ሲወረውርብን፥ አጸፋውን ለመመለስ እኛም በተራችን ክፉ ቃል እንወረውራለን። ይህንን ማድረግ ቀደም ሲል የነበረው ግጭትም ሆነ አለመስማማት የበለጠ ያተልቀዋል እንጂ አያሻሽለውም። ብድራችንን ለመመለስ ስንል ከአፋችን ክፉ ቃል እውጥተን ባንወረውር ኖሮ፥ ግጭታችንና አለመስማማታችን እየሰፋ አይመጣም ነበር። መጽሐፍ ቅዱስ ከአፋችን ክፉ ቃል እንዳይወጣ መጠንቀቅ እንዳለብን ይመክረናል። ***"ያለጥንቃቄ የተነገረ ቃል እንደ ሰይፍ ያቆስላል፤ በጥበብ የተነገረ ቃል ግን ይፈውሳል"*** ይላል (ምሳሌ 12፥18)።

ሁልጊዜ ማጉረምረምና ቅሬታን መግለጽ አንድነትና ሕብረትን ያበላሻል። ለዚህ ነው መጽሐፍ ቅዱስ ከእንዲህ ዓይነቱ ንግግር እንድንቆጠብ እየደጋገመ የሚያስጠነቅቀን። ***"ማናቸውንም ሥራ በምትሠሩበት ጊዜ አታጉረምርሙ ወይም በቁጣ አትከራከሩ"*** ይላል (ፊልጵ. 2፥14)። መንቀፍና ማጉረምረም ሌሎችን መጉዳት ብቻ ሳይሆን፥ እነርሱንም እንዲያጉረመርሙና እንዲነቅፉ ያደርጋቸዋል። በማንወደውና በማንደሰትበት ነገር ላይ የበለጠ ባተኮርን ቁጥር፥ ያላቸውን ጥሩ ወገን መመልከት ያቅተናል። ሌሎች ሁልጊዜ የምንነቅፋቸው መሆናችንን ሲያውቁ፥ ወይም ለሚያደርጉት መልካም ነገር የማናመሰግናቸው መሆናችንን ሲረዱ፥ ስለ እኛ መጥፎ ስሜት ስለሚኖራቸው በመካከላችን በቀላሉ ግጭት ይፈጠራል። ጤናማ ያልሆነ ምላስ ወይም ንግግር ከሌላው ሰው ጋር የሚኖረንን ግንኙነት የሚያበላሽ መሆኑ ብቻ ሳይሆን፥ መንፈሳዊ ሕይወታችንንም ይጎዳል። ለዚህ ነው ጳውሎስ ጢሞቴዎስን ***"ዓለማዊና ከንቱ ከሆነ ልፍለፋ ራቅ፤ ምክንያቱም እንዲህ ዐይነቱ ልፍለፋ ሰዎች ከእግዚአብሔር እንዲርቁ ያደርጋቸዋል"*** (2 ጢሞ. 2፥16) ሲል የመከረው። ለመንፈሳዊ ዕድገትና ለሰላም ስንል ምላሳችንን መቆጣጠር ያስፈልገናል።

1.3. <u>ኃላፊነታችንን (የሚጠበቅብንን) በአግባቡ እንፈጽም</u>

ብዙ ጊዜ ሰዎች ስለ መብታቸው እንጂ፥ ስለ ግዴታቸው አያስቡም። የግጭታቸው ምክንያት ምን እንደሆነ ሲገልጹ፥ "መብታችን ስላልተጠበቀልን ነው" ይላሉ እንጂ፥ "ኃላፊነታችንን (ግዴታችንን) ባለመፈጸማችን ነው" አይሉም። በዚህ አቅጣጫ ሁለት ዓይነት ችግር አለብን። <u>አንደኛው</u>፥ ቃላችንን አለመጠበቃችን ነው። ብዙ ጊዜ አብረውም ሆነ ተቀራርበው በሚኖሩ ሰዎች መካከል አለመስማማት ወይም ግጭት የሚፈጠረው፥ አንደኛው ወገን ያለበትን ግዴታ መጠበቅ ወይም መፈጸም ስለሚያቅተው ነው። በቃል ኪዳን ጋብቻ የተሳሰሩ ባልና ሚስት ሁለቱም የሚጠበቅባቸው ኃላፊነት ወይም ግዴታ አለባቸው። ግዴታውን መፈጸም ያቃተው ባል፥ ሚስቱ በእርሱ ግዴለሽነት ምክንያት እንቅፋት ሲያጋጥማት ቅሬታዋን ብታሰማ፥ "ሚስቴ አስቸጋሪ ሰው ሆነችብኝ" ብሎ እሮሮውን ከማሰማቱ በፊት፥ "እንደ ባል ግዴታዬን ያልፈጸምኩት ነገር አለ ወይ?" በማለት ራሱን በጥንቃቄ መመርመር አለበት። እቤቱ ውስጥ ያለበትን ኃላፊነት ችላ ብሎ ውጪ የሚባክን ከሆነና ቤቱ ውስጥ አንዳንድ ችግር ቢፈጠር፥ እርሱ ራሱ ያበላሸውን መልሶ በማስተካከል ፈንታ፥ "ቤተሰቡ ተጎዳ..." ብላ እሮሮ በማሰማቷ "ተጨቃጫቂ... አስቸጋሪ ሴት..." ቢላት፥ ችግሩን የበለጠ ያባብሰዋል እንጂ፥ ለችግሩ መፍትሄ አይሰጠውም።

<u>ሁለተኛው</u> ችግር፥ ያለንን ሥልጣን ያለአግባብ መጠቀም ነው። እግዚአብሔር በቤተሰብ፥ እንዲሁም በቤተ ክርስቲያን ውስጥ ሥርዓት እንዲኖር፥ ለአስተዳደር እንዲመች ሥልጣን የሰጣቸው ሰዎች አሉ። እግዚአብሔር ይህንን ያደረገው አንደኛውን ከሌላው ለማበላለጥ ሳይሆን፥ ለአሠራር እንዲመች ብቻ ነው። ለምሳሌ፥ ባል "የቤት ራስ ነው" ሲል፥ እንዲሁም ሴቶችን "..ሚስቶች ሆይ! ለባሎቻችሁ ተገዙ..." ሲል የባልን የበላይነት ለማሳየት እንዳልሆነ ግልጽ ነው። በመሠረቱ ባልና ሚስት እኩል ናቸው። አንዱ ከሌላው አይበልጥም፥ ወይም አያንስም። አንዳንድ ወንዶች ይህንን እውነት በትክክል ባለመረዳት፥ "...ለብቻዬ የመወሰን፥ የፈለግሁትን የማድረግ ሥልጣን አለኝ..." በማለት ትናንሽ እግዚአብሔሮች ለመሆን የሚሞክሩ አሉ። ይህንን መቀበል ያቃታቸው ሚስቶች እሮሮ ቢያሰሙ፥ ወይም ጸጥ ለጥ ብለው ካልተገዙላቸው፥ "...ሚስቴ አስቸጋሪ ሰው ነች..." የሚሉ አሉ። ጣቶቻችንን ሌላው ሰው ላይ ከመሰንዘራችን በፊት፥ ሌላውን ሰው "አስቸጋሪ ሰው" ብለን ከመጥራታችን በፊት፥ "እምባ ገነን ሆኛለሁ ወይ?... ያለአግባብ ሥልጣኔን እጠቀማለሁ ወይ?..." በማለት ራሳችንን በጥንቃቄ መመርመር አለብን።

1.4. ልባችንን እንጠብቅ

ከአፋችን የሚወጣው ክፉ ቃል፥ በሌላው ላይ የምንፈጽመው ክፉ ተግባር፥ ለግጭታችን (ላለመስማማታችን) ምክንያት ይሁኑ እንጂ፥ ችግራችን ሌላ ነገር ሳይሆን፥ የልብ ጉዳይ ነው። ያዕቆብ *"በእናንተ መካከል ያለው ጦርነትና ጠብ ከየት የመጣ ነው? በብልቶቻችሁ ውስጥ ከሚዋጋው ከሥጋዊ ምኞታችሁ አይደለምን? የምትፈልጉትን ነገር ማግኘት ሲያቅታችሁ ሰውን ትገድላላችሁ፥ በብርቱ ተመኝታችሁ ማግኘት ሲያቅታችሁ ትጣላላችሁ፥ ትጋደላላችሁ"* ይላል (ያዕ. 4፥1-2)። ያዕቆብ እንዳስጠነቀቀን ከአፋችን ለወጣው ክፉ ቃል፥ ላደረግነው መጥፎ ሥራ ብቻ ንስሀ መግባት በቂ አይደለም። ስላማችን የተጠበቀ እንዲሆን፥ አስፈላጊውን ለውጥ ለማምጣት ፍላጎታችን፥ እንቀሳቃሽ ምክንያታችን (motive)፥ ያደረግነውን ክፉ ነገር እንድናደርግ የቀሰቀሰን ምን እንደሆነ በትክክል ማወቅ አለብን። ኢየሱስ ክፉ ነገሮች ሁሉ ከልብ የሚወጡ መሆናቸውን ተናግሯል። *"...ክፉ ማሰብ፥ ሰው መግደል፥ ማመንዘር፥ ዝሙት ማድረግ፥ መስረቅ፥ ሐሰት መናገር፥ የሰው ስም ማጥፋት፥ ይህ ሁሉ ከሰው ልብ ይወጣል"* አለ (የማቴ. 5፥19)። ስለዚህ ራሳችንን በትክክል ለማወቅ ልባችንን በጥንቃቄ መመርመር አለብን። ይኸውም፥

(1) በሕይወታችን ጣኦት የሆነብን ነገር አለ? ጣኦት ስንል በእንጨት ወይም በድንጋይ የተቀረጸ ምስል ማለታችን ሳይሆን፥ በልባችን ውስጥ ከፍተኛ ሥፍራ የሰጠናቸው ነገሮችን ማለታችን ነው። ጊዜያችንን፥ ገንዘባችንን፥ ያለንን ቅደም ተከተል ያዛባብን ነገር፥ በልባችን ከፍተኛ ሥፍራ የሰጠነው ነገር አለ? እነዚህና እነዚህን የመሳሰሉ ነገሮች አብረን ወይም ተቀራርበን ከምንኖረው ሰው ጋር ሊያጋጩን የሚችሉ ምክንያቶች ስለሆኑ፥ ሌላውን "አስቸጋሪ ሰው" ከማለታችን በፊት የራሳችንን ልብ በጥንቃቄ እንመርምር።

(2) ኩራትና እብሪተኝነት አለብን? በዕውቀታችን፥ በትምህርታችን፥ በሥልጣናችን፣ በዝናችን፣ በደሞዛችን እንኮራ ይሆን? ትዕቢተኛ የሆኑ ሰዎች ብዙ ጊዜ የሌላውን አሳብ መስማት አይፈልጉም። "እኔ ሁልጊዜ ልክ ነኝ.." የሚሉ ናቸው። ምክር ሊሰጣቸው ከሚሞክረው ጋር ይጋጫሉ። ከሌሎች ምክርና አሳብ ስለማይቀበሉ ብዙ ጊዜ በውሳኔያቸው ይሳሳታሉ። በዚህና በሌላ ምክንያት ችግር ሲፈጠር በሌላው ማመካኘትና ሌላውን መውቀስ የምንፈልገውን ጥሩ ውጤት አያስገኝልንም።

2. ድጋፍ ሊሰጡ ከሚችሉ ሰዎች ምክርና ዕርዳት መፈለግ

በሥጋዊም ሆነ በመንፈሳዊው ዓለም ሥነ ምክር (counseling) በምዕራቡ ዓለም ብዙዎች ዕርዳታ የሚያገኙበት አገልግሎት እንደሆነ የታወቀ ነው። በአገራችን የታወቀ ስላልሆነ ብዙዎች አይገለገሉበትም። አስቸጋሪ ሰዎች የራሳቸውን ችግርም ሆነ ድካም ማየት ስለማይችሉ፥ ከሥነ ምክር ምሁራን ምክር ቢጠይቁ ከፍተኛ ዕርዳት ያገኙ እንደነበረ ግልጽ ነው። ይሁን እንጂ እንኳን ኢትዮጵያውያን፥ በሰለጠነው ዓለም ውስጥ የሚኖሩት አስቸጋሪ ሰዎች፥ የችግሩ ምክንያት እነርሱ ሳይሆኑ ሌላው ሰው ነው ብለው በጣም ስለሚያምኑ፥ በምንም ዓይነት ዕርዳታ ለመፈለግ አይሄዱም። "ድጋፍ ሊሰጡ ከሚችሉ ሰዎች ምክር መጠየቅ" ያልነው ለአስቸጋሪ ሰዎች ሳይሆን፥ ካስቸጋሪ ሰዎች ጋር ከሚኖሩት ማለታችን ነው። አስቸጋሪ ሰዎች የምክር እርዳታ አንፈልግም ቢሉ፥ አብሯቸው የሚኖረው ሰው የግድ ዕርዳታ ፍለጋ መሄድ አለበት። አንዳንድ ሰዎች በሌላ ምክንያትም ሆነ አስቸጋሪ ሰዎች በሚፈጥሩባቸው ችግር ምክንያት ሰላማቸውንና አንድነታቸው ሲያጡ፥ ከየት ማግኘት እንደሚችሉ ባያውቁም፥ እርዳታ እንደሚያስፈልጋቸው ግን ያምናሉ። ሌላው ትልቁ እንቅፋታቸው፥ የሚሰማቸውንና የሚያልፉበትን ችግር በትክክለኛው የሚረዳላቸው ሰው ማጣት ነው።

(1) ከአስቸጋሪ ሰው ጋር የሚኖር ሰው ምክር የሚሰጠውን ሰው ሲያገኝ፥ በብዙ አቅጣጫ ዕርዳታ ያገኛል። ያለበትን ሁኔታ የሚረዳላቸው ብቻ ሳይሆን፥ የቅርብ ጓደኛ ወይም ወዳጅም ይሆንዋል። በምንም ዓይነት ሁኔታ ውስጥ ቢያልፍ ያ የምክር አገልግሎት የሚሰጠው ሰው አብሮት ይቆማል። ብዙ ጊዜ ከአስቸጋሪ ሰዎች ጋር የሚኖሩ ሰዎች ያሉበትን ሁኔታ የሚረዳላቸው ሰው ስለሚያጡ፥ ዓለም ሁሉ የሸሻቸውና የጠላቸው መስሎ ይሰማቸዋል። የምክር አገልግሎት የሚሰጣቸው ሰው የቅርብ ጓደኛ በመሆን እስከ መጨረሻው ድረስ አብሯቸው ይቆማል።

(2) ከአስቸጋሪ ሰዎች ጋር የሚኖሩ ሰዎች በየቀኑ የሚያልፉበትን መከራ ጊዜ ሰጥቶ የሚያዳምጣቸው ሰው ይፈልጋሉ። በአሁኑ ወቅት ሁሉም የራሱን የሕይወት ቀዳዳ ለመድፈን በሚሯሯጥበት ዘመንና ዓለም ውስጥ ጆሮውን ከፍቶ "ተጎድቻለሁ" የሚለውን ሰው የሚያዳምጥ የለም። አንዳንድ ጊዜ "ለማን ልንገረው ጭንቀቴን? ውስጤ ሊፈነዳ ነውና ወደ ማን ሄጄ የሚሰማኝን ልተንፍስ?" የሚሉበት ጊዜና ሁኔታ አለ። ከአስቸጋሪ ሰው ጋር የሚኖሩ ሰዎች የሚያስፈልጋቸው ሁልጊዜ ምክር የሚሰጣቸው ብቻ ሳይሆን፥ ጊዜውን ሰጥቶ፥ ጆሮውን ከፍቶ የሚያዳምጣቸው ሰው ነው።

በጣም የሚያሳዝነው ግን፣ ብዙዎች "ገበናዬን ለሰው ገልጬ አላወራም በማለት" ሁሉንም ነገር እንደ ሚስጥር ይዘው ለብቻቸው የሚሰቃዩ መሆናቸው ነው። በዚህ ዓይነት ችግር ውስጥ የሚያልፉ ሰዎች የግድ የሚረዳቸው ሰው ያስፈልጋቸዋል።

(3) አስቸጋሪ ባል ያላት ሴት በየቀኑ ቤቷ ውስጥ ብዙ መጥፎ ሁኔታዎች ይከናወናሉ። ዱላ፣ ስድብ፣ መጮኽ፣ ዕቃ እንስቶ መወርወር፣ አስቸጋሪው ሰው በሚፈጥረው ሁከትና ጭቅጭቅ እንቅልፍ ማጣት የተለመዱ ናቸው። መሽቶ ሲነጋ የዚያች ሴት ሥጋዋ ብቻ ሳይሆን፣ መንፈሷም (emotion) ይሰባበራል። ለሚቀጥለው ቀን ጉልበት አግኝታ መኖር እንድትችል የግድ ስሜቷን የሚደግፍ (emotional support) ነገር ያስፈልጋታል።

(4) ብቸኞች ከአስቸጋሪ ሰውና ራሱን ከመጠን በላይ ከሚወደው ጋር በሚኖራቸው ትግል ውስጥ እሸናፊ ሆኖ መቆም በጣም ከባድ ይሆንባቸዋል። ብቸኛ ሰው ፍርሃት ያጠቃዋል። የሚረዳላቸውና ከጎናቸው የሚቆም ሰው እንዳላቸው የሚያውቁ ሰዎች ጉልበታቸው ይታደሳል። ሁሉም ሰው "አይዞህ! በርታ" የሚለው፣ የስሜት ድጋፍ (emotional support) የሚሰጠው ያስፈልገዋል።

(5) አስቸጋሪ ሰዎች አብረቻቸው የሚኖረውን ሰው ስለሚጎዱና ስለሚያቆስሉ፣ ጉዳት የደረሰበት ሰው የሚያሰቅስበት፣ ስሜቱን ገልጾ የሚያሳይበት ሥፍራና ሰው ይፈልጋል።

(6) አስቸጋሪ ሰዎች አብረቻቸው የሚኖረውን ሰው ማስጨነቅ ብቻ ሳይሆን፣ ራሱን እንዲጠራጠርና ራሱን እንዳያምን የማድረግ ኃይል አላቸው። በስድብ መልክ "...አትረባም... ደደብ... ፍጹም ዋጋ የሌለህ ሰው ነህ... እከሌን አታየውም ሁሉ ነገር ተሳክቶለት... ቤተሰቡን ቀጥ አድርጎ ይዞ ሲመራ..." እየተባለ ሲኖር ቀስ በቀስ ይህንን ውሸት "እውነት ነው" እያለ መቀበል ይጀምርና ከበታችነት ስሜት አዘቅት ውስጥ ይገባል። በዚህ ዓይነት ካለበት ሁኔታ ውስጥ ብቻውን ሊዘልቀው ስለማይችል፣ እጁን ጎትቶ የሚያወጣው ሌላ ሰው ያስፈልገዋል። በራሱ ላይ እምነት እንዲኖረው የሚረዳው ሰው ያስፈልገዋል።

(7) ከአስቸጋሪ ሰዎች ጋር በመኖር እየተሰቃዩ የሚኖሩ ሰዎችን ፈልጎ ማግኘት ይጠቅማል። አስቸጋሪ ሰዎች በብዙ አቅጣጫ የሚመሳሰሉበት መንገድ ስላለ፣ እርስ በርሳቸው ለመደጋገፍና ሀሳብ ለመለዋወጥ ይረዳቸዋል። የሚያሳዝነው ግን በተለይ ኢትዮጵያውያን ራሳቸውን ደብቀው ስለሚኖሩ፣ በዚህ ዓይነት ሁኔታ ውስጥ የሚያልፉትን ማግኘት የማይቻል መሆኑ ነው። በምዕራቡ ዓለም ውስጥ የሚኖሩ፣ በዚህ ችግር ውስጥ የሚያልፉ ሰዎች እርስ በርሳቸው ለመደጋገፍ ሲሉ የፈጠሩት የኢንተርኔት ኅብረት ስላለ፣ በዚያ ኅብረት መገልገል ይቻላል።

(8) የቤተ ክርስቲያናችው መጋቢ በአዕምሮው የነቃ ከሆነ፣ የሥነ ልቦና ችግርና የአዕምሮ ጭንቀት ያለበትን ሁሉ ከአጋንንት ጋር የማያያይዝ ከሆነ፣ ለዚህ ችግር ባለሞያ የሆኑትን እዋቂዎች (ምሁራንን) እየጠራ ትምህርት እንዲሰጥ ቢያደርግ ብዙዎች ዕርዳታ ማግኘት ይችሉ ነበር። በአሁኑ ጊዜ ብዙዎች በጋብቻቸው ላይ ችግር ያለባቸው ናቸው። የሁሉም ችግር ምክንያቱ የጋብቻ ችግር አይደለም። ብዙዎች በአዕምሮ ጭንቀት ውስጥ ስለሚያልፉ፣ አብረቻቸው ከሚኖረው ሰው ጋር በሰላም መኖር ያቅታቸዋል። የችግራቸውን ትክክለኛ መነሻ ሳይረዱ፣ በደፈናው "ታረቁ!... ተስማሙ... በሰላም ኑሩ... ይህን አድርግላት... ይህን አድርጊለት" ማለት ብቻ ለችግሩ መፍትሄ አይሰጠውም። የሆድ ቁርጠት ለሚያንፈራፍረው ሰው የራስ ምታት መድሃኒት እንደመስጠት ይቆጠራል።

3. በሰላም መኖር የማይቻል ከሆነስ?

በዓለም ውስጥ ከሰው ሁሉ ጋር በሰላም፣ በስምምነት መኖር የሚቻል ቢሆን ኖሮ፣ ዓለማችን ልዩ መልክ ይኖራት ነበር። ኃጢአት በበዛበት ዓለም ውስጥ ኃጢአተኛ የሆነውን አካል ይዘን ከሰው ሁሉ ጋር ምንጊዜም በሰላም መኖር አንችልም። ይህ እውነት ከሆነ፣ በሰላም መኖር ባልቻሉት ሰዎች ላይ ለምን እንፈርድባቸዋለን? ከሰው ሁሉ ጋር በሰላም መኖር የሚቻል ቢሆን ኖሮ፣ ሐዋርያው ጳውሎስ *"የሚቻላችሁ ቢሆን ከሰው ሁሉ ጋር በሰላም ለመኖር በእናንተ በኩል የሚያስፈልገውን ሁሉ አድርጉ"* (ሮሜ 12፥18) ብሎ ባልመከረንም ነበር። በዚህ ቃል ውስጥ ሁለት ዋና ዋና ክፍሎችን እናያለን። አንደኛው፣ *"...የሚቻላችሁ ቢሆን..."* የሚለው ነው። ይሄም ከሰው ሁሉ ጋር በሰላም መኖር እንደማይቻል ያሳየናል። ሁለተኛው *"..በእናንተ በኩል የሚያስፈልገውን ሁሉ አድርጉ"* ሲል፣ በሁለት ሰዎች መካከል ጤናማ የሆነ ግንኙነት ለመፍጠር፣ የአንድ ሰው ጥረት ብቻ የሚፈለገውን ዓይነት ሰላምና እርቅን ሊያመጣ እንደማይችል እንረዳለን። በሌላው ወገን ያለውን ሰው መለወጥ ባንችልም፣ ራሳችንን መለወጥ ስለምንችል፣ በእኛ በኩል አስፈላጊውን ሁሉ ማድረግ እንዳለብን እንረዳለን።

አንዳንድ ጊዜ በእኛ በኩል የሚፈለግብንንና የሚጠበቅብንን ሁሉ በጥሩ ሁኔታ ብንፈጽምም፣ በእኛና አስቸጋሪ ሆነብን በምንለው ሰው መካከል ሰላምን ለማምጣት ፈጽሞ አንችልም። ይ' ን እውነት ምንጊዜም መርሳት የለብንም። አንዳንድ ሰዎች ለአስታራቂነት ·ልእከ መጥቶ ቢነግራቸውና ቢመክራቸው

ዕርቁን ፈጽሞ "እሺ" ብለው እንደማይቀበሉት የታወቀ ነው። ሁላችንም ትዕግ ስተኞች አይደለንም። አንዳንዶቻችንን በቶሎ ትዕግስታችን ያልቅና፣ "...እሁ ንስ በቃኝ.." ከማለት ደረጃ እንደርሳለን። በሁለት ሰዎች መካከል ግጭት ቢፈ ጠር ግጭታቸውን መስመር ለማስያዝ በሚያደርጉት ውይይት ላይ ሁለት ዓይ ነት ሁኔታዎች ይፈጠራል። አንደኛ፣ ውይይታቸውን ለጊዜውም ቢሆን መቀ ጠል የማይችሉበት ሁኔታ (impasse) የሚያጋጥማቸው ሲሆን፣ ሁለተኛ፣ ምንም ያህል ቢወያዩም በውሳኔ አሰጣጣቸው ከአንድ ዓይነት ስምምነት ላይ የማይደርሱበት (deadlock) ጊዜ አለ። የመጀመሪያው ጊዜያዊ ሲሆን፣ ሁለተ ኛው ግን እስከ መጨረሻው ነው። ችግራቸውን ለመፍታት በሚያደርጉት ውይይት ውስጥ ሰላም መፍጠር የማይችሉ ከሆነ፣ ዶክተር ብራየንና ዶክተር ሊንዳ ጆንስ አምስት ዓይነት አማራጭ አሳብ ይሰጣሉ።[18]

3.1. ጊዜ መውሰድ (Incubation)

በእኛና በአስቸጋሪው ሰው መካከል ሰላም ለመፍጠር፣ እንዲሁም በሰላም ለመኖር የምንችለውን ሁሉ አድርገን ሁኔታዎችን መለወጥ ከማንችልበት ወይም "አቃተኝ" ከምንልበት ደረጃ የምንደርስበት ጊዜ አለ። የምንችለውን ሁሉ አድርገን ሁኔታውን ለመለወጥ ከእኛ አቅም በላይ ሲሆንብን፣ "ይህንና ያንን ባደርግ ኖሮ ሁኔታው ይለወጥ ነበር" ብለን በማሰብ ቅሬታ እንዳይሰማን ሁሉን ነገር ካደረግን በኋላ የምንፈልገውን ሰላም ማግኘት አለመቻላችንን ስንኸዘብ፣ ያኔ ለእግዚአብሔር በጸሎት አሳልፈን ከሰጠነው በኋላ መልሱን ከእርሱ ለማግኘት በትዕግሥት እንጠብቅ። ይህንን ካደረግን በኋላ አንዳንድ ለውጥ አስቸጋሪ በሆነብን ሰው ሕይወት ውስጥ እየተመለከትን ዕለታዊ ኑሮአ ችንን መኖር እንቀጥል። ከአስቸጋሪው ሰው ጋር ያለብን ትግል ለእግዚአብሔ ርም አደራ ሰጥተን በእርሱ እንታመን። ዘማሪው *"እግዚአብሔር ታመን፤ በርታ፤ ተስፋ አትቁረጥ፤ በእግዚአብሔር ታመን"* (መዝ. 27፥14) በማለት ያበ ረታታናል።

3.2. አስቸጋሪውን ሰው እንዳለ መቀበል (Adaptation)

አስቸጋሪ ከሆነብን ሰው ጋር በሰላም መኖር የሚያስችለንን ሁሉ ብናደር ግም፣ በአስቸጋሪው ሰው ሕይወት ውስጥ የምንጠብቀውን ዓይነት ለውጥ ማም ጣት የማንችልበት ጊዜ አለ። ችግራችንን በውይይት እንዳንፈታው፣ ምንም ዓይነት ነገር መቀብለ የማይሆንለት፣ ችግሩ የሌላ ሰው ነው ብሎ የሚያምንና የራሱን ድካም ማየትና መቀበል የማይሆንለት ከሆነ ከእንዲህ ዓይነቱ ጋር

---

[18] G. Brian Jones & Linda Jones. A Fight to the Better End, Victor Books, Wheaton, IL 1960.

መወያየትም ሆነ መደራደር አይቻልም። በተለይ ከሕይወታችን ልናስወግ ደው ወይም ልንርቀው የማንችለው ሰው ከሆነ፣ በጋብቻ ቃል ኪዳን የተሳሰር ነው ሰው ከሆነ፣ እንዲሁም "በፍቺ" የማናምን ከሆነ፣ ያለን ምርጫ አንድ ብቻ ነው። ቀላል ነው ባንልም፣ ያለን ምርጫ አስቸጋሪውን ሰው እንዳለ መቀበልና መኖር ብቻ ነው። ይሄ ለብዙዎች ሞኝነት ይመስላል። ይምሰል እንጂ ቃል ኪዳናችንን መጠበቃችን እግዚአብሔርን ያስከብረዋል።

3.3. ለማስታረቅ መሞከር (Mediation)

ሁለት ተቀራርበው የሚኖሩ ሰዎች፣ በአንዳንድ ምክንያት ተስማምተው መኖር ሲያቅታቸው፣ በሁለቱም ወገን ተቀባይነታ ያላቸው አስታራቂ ሽማግ ሌዎች ችግራቸውን ለማየትና ለማስማማት ጣልቃ ይገባሉ። ይህ በኢትዮጵያ ውያን ሕብረተሰብ መካከል በጣም የተለመደ ነው። እዚህ ላይ ጎልቶ የሚታየው ችግር፣ የተጋጩበት ምክንያት እንደሚገባው ሳይፈታ ዝም ብሎ "...ሁሉን ትታችሁ ታረቁ..." የሚለው አባባል ነው። በሁለት ሰዎች መካከል ችግር ሲፈ ጠር በመካከላቸው ሽማግሌዎች በነገሩ ገብተው ማስታረቅ መጽሐፍ ቅዱስ ውስጥ በጣም የተለመደ ነው (ዘዳ. 21፥5)።

3.4. ሽምግል (Arbitration)

በሰላም መኖር ባቃታቸው ሁለት ሰዎች መካከል ገብተው ነገራቸውን እን ዲያዩላቸው፣ ሁለቱም ወገን የተስማሙበት መካከለኛ ሰው ይመርጣሉ። ይኼ ኛው ከላይኛው የሚለየው፣ አስታራቂው ነገራቸውን ከማየቱ በፊት፣ የሚሸመ ግለው ሰው የሚወስነውን ውሳኔ ሁለቱም ወገን በቅድሚያ የሚስማሙበት መሆኑን ማረጋገጣቸው ነው። ሽምጋዩ ከተጋጩት ሰዎች ጋር በቅድሚያ ለየ ብቻቸው ያነጋግራቸዋል። የሁለቱንም ወገን አሳብ ከሰማ በኋላ ማድረግ ያለባ ቸውን ነገር ይወስናል።

3.5. ከአስቸጋሪው ሰው መለየት (Separation)

ከላይ ያየናቸው እርምጃዎች መወሰድ ያለባቸው፣ አስቸጋሪው ሰው ሊለወጥ ይችል ይሆናል የሚል ተስፋ በመያዝ ነው። ከዚህኛው የመጨረሻ ደረጃ ላይ መድረስ የሚቻለው፣ አስቸጋሪው ሰው የመለወጥ ተስፋ ያለቀለት ሲሆን ብቻ ነው። ኢየሱስም ፈሪሳውያን ትምህርቱን አንቀበልም ሲሉት፣ እንዲሁም ሊያ ጠቅምጹት ወጥመድ ሲዘረጉ፣ ከአጠገባቸው ዞር ከማለት በስተቀር የተሻለ ምርጫ አልነበረውም። *"ፈሪሳውያን ወደ ኢየሱስ መጡና ከእርሱ ጋር መከራከር ጀመሩ፤ ሊፈትኑትም አስበው ከሰማይ አንድ ተአምር እንዲያሳያቸው ጠየቁት። ኢየሱስ በመንፈሱ በመቃተት የዚህ ዘመን ሰዎች ተአምር እንዲያደርግላቸው ስለ*

*ምን ይፈልጋሉ? በእውነት እላችኋለሁ፤ ምንም ተአምር ሊደረግላቸው አላ
ቸው። ትቶአቸውም እንደገና በጀልባ ሆኖ ወደ ማዶ ተሻገረ"* (የማር. 8፥11-
13)። ጊዜ ወስደን ብንጠብቀውም ካልተለወጠ፣ እኛም በትዕግሥት ተሞል
ተን ልክ እንዳለ መቀበል የማንችል ከሆነ፣ ያለን ምርጫ አንድ ብቻ ነው።
ያም ከዚያ ሰው መለየት ነው። ይህንን እንደ አማራጭ አድርገን የማንቀበለው
አስቸጋሪ የሆነብን ሰው በቃል ኪዳን ጋብቻ የተሳሰርነው ከሆነ ብቻ ነው።

4. የሕይወታችንን ቁልፍ ለአስቸጋሪው ሰው አንስጠው

እስቸጋሪ ሰዎች ቀደም ሲል እንዳየናቸው ሁሉም አንድ ዓይነት ጠባይ፣
እስተሳሰብና አቋም ያላቸው አይደሉም። የአስቸጋሪነታቸውም መጠን ይለያ
ያል። እንደነዚህ ዓይነት ሰዎችን መውደድ፣ መቅረብ፣ አብሮ መኖርም ሆነ
አብሮ መሥራት ከባድ ነው። አንዳንዶቹ አስቸጋሪነታቸው በኃይልም ባይሆን፣
የተጠጋቸው ሰው ሁሉ ለረጅም ጊዜ አብረዋቸው መቆየት አይፈልግም። እነ
ዚህ አስቸጋሪ የሆኑብን ሰዎች የኑሮ ጓደኞቻችን፣ ወላጆቻችን፣ ልጆቻችን
ወይም የሥራ አለቆቻችንና የሥራ ባልደረቦቻችን እንዲሁም ጎረቤቶቻችን
ሊሆኑ ስለሚችሉ፣ ሕይወታችን ከሕይወታቸው ጋር የተያያዘ በመሆኑ በቀላሉ
ልናስወግዳቸው ወይም ከሕይወታችን ልናስወጣቸው የምንችላቸው አይደ
ሉም። ሁኔታው ይህን ባይመስል ኖሮ ችግራችን ቀላል ይሆን ነበር። እግዚአብ
ሔር ሲፈጥረን ሙሉ ነጻነት ሰጥቶ የፈጠረን ብንሆንም፣ እነዚህ አስቸጋሪ
ሰዎች ነጻነታችንን ገፍፈው በቁጥጥራቸው ሥር ሊያደርጉን እንደሚሞክሩ
የታወቀ ነው። እነዚህ አስቸጋሪ ሰዎች የሚያጠቁት ወይም የሚገፉት ለመሆኑ
ምናችንን ነው? ስሜታችንን፣ ያለንን አቋምም ሆነ ይዞታችንን የመጫን
ኃይል አላቸው። ልንጠጋቸው፣ ልናዝንላቸው ብንፈልግም ጥረታችን አይሳ
ካም። የምናሳያቸውን ፍቅር መቀበል ስለማይሆንላቸው፣ በስሜታቸው ሲሸሹን
ይሰማናል። ወይም የሚናገሩት ነገር ከሚያሳዩት ባሕሪ ጋር አብሮ ስለማይ
ሄድ፣ ከእነርሱ ጋር ጤናማ የሆነ ግንኙነት መፍጠር የማይቻል መስሎ ሲሰማን፣
ሁኔታቸውን አይተን እኛም በመቅረብ ፈንታ እንሸሻቸዋለን።

ከእስቸጋሪ ሰዎች ጋር ያለንን ግንኙነት፣ መጥፎም ሆነ አስቸጋሪ የሆነብ
ንን ጠባያቸውን ለመለወጥ እቅም እናጣለን። ፊት ለፊት በማነጋገር፣ ችግራቸ
ውን ስማሳመን በመጣር፣ ጥሩ ጥሩ ነገሮችን እናደርጋለን። ይሄም የማይሠራ
ከመሰለን በማስፈራራት አስቸጋሪነታቸውን ለመለወጥ ብዙ እንጥራለን። ይሁን
እንጂ አይሳካልንም። ማንኛውንም ነገር በቁጥጥራቸው ሥር ስለሚያደርጉት፣
እኛ ምንም ዓይነት ምርጫ አይኖረንም። ጤናማ በሆነ ግንኙነት ውስጥ

ሁለቱም ወገን ኃላፊነቱ፣ ለችግሩ መፍትሄ መፈለጉ፣ ምርጫው በአንድ ወገን
ያጋደደ ሳይሆን፣ በእኩልነት ደረጃ ሲሆን ነው። ከአስቸጋሪ ሰው ጋር የሚ
ኖረን ግንኙነት ግን፣ አንደኛው ወገን፣ ምንም ማድረግ የማይችል፣ አቅም የሌ
ለው ሆኖ ራሱን ስለሚያገኘው ብስጨነትና ተስፋ መቁረጥ ይሰማዋል። በመካ
ከላቸው መልካም ነገር እንዲፈጠር ይፈልጋል፤ ይሁን እንጂ፣ ሁኔታውን የሚ
ለውጥበት መንገድ ያጣል። ብዙ ጊዜ አስቸጋሪውን ሰው ለመለወጥ ከባድ
ይሁንበት እንጂ፣ የራሱን የግል ሕይወት ማስተካከል የሚችልበት ብዙ አማራጭ
መንገዶች አሉት። ሁላችንም የራሳችን የሆነ ደካማ ጎን አለን። ከአስቸጋሪው
ሰው ጋር ስንሆን፣ ብዙ ጊዜ የማንወደውን ዓይነት ጠባይ በውስጣችን እና
ያለን። ከአስቸጋሪው ሰው ጋር ስንሆን፣ ቁጣችን ከቁጥጥር ውጪ ሊሆን ይች
ላል። ውስጣችን በሀዘን ይሞላል፤ ከሁኔታው ሸሽተን ዳር መቆምን እንመ
ርጣለን።

ሁሉን ነገር ሞክረን ሲያቅተን፣ የሚያስከትለውን ችግር ባለመረዳት ለእነ
ዚህ አስቸጋሪ ለሆኑብን ሰዎች ሕይወታችንን እንዲቆጣጠሩ፣ ወደፈለጉት አቅ
ጣጫ እንዲያዞሩት የምንፈቅድበት፣ የሕይወታችንን ቁልፍ በእጃቸው የምንሰ
ጥበት ጊዜ አለ። ይህንን ስናደርግ በሕይወታችን መሆን ያለበትን ሁሉ ወሳኞቹ
እነርሱ ይሆናሉ። የሕይወታችንን ቁልፍ እንዲይዙ ኃይል ስንሰጣቸው፣ ስሜ
ታችን ከእነርሱ ስሜት ጋር አብሮ ይለዋወጣል። ይኸውም፣ ደስ ሲላቸው ደስ
ይለናል፤ ሲከፉቸው፣ ይከፋናል። ሙሉ በሙሉ በቁጥጥራቸው ሥራ እንዲያ
ደርጉን የሕይወታችንን ቁልፍ የምንሰጣቸው ለምን ይሆን? ከአስቸጋሪ ሰዎች
ጋር የሚኖሩ ሰዎች፣ የግል ሕይወታቸውን ለመምራት የሚችሉት፣ ሕይወታ
ቸው በማን ቁጥጥር ሥር እንደሆነ ራሳቸውን መርምረው ያሉበትን አቋም
መረዳት ሲችሉ ነው። ከአንዳንድ አስቸጋሪ ሰዎች ጋር የሚኖሩ፣ አስቸጋሪ
የሆኑባቸው ሰዎች የሚሰነዘሩባቸውን ስድብ እየሰሙ ያንን ማመን ሲጀምሩ፣
ተወዳጅነት የሌላቸው፣ በተስፋ መቁረጥ የተሞሉ፣ ደስታ የሸሻቸው፣ ደካማ
ዎች እንደሆኑ መስሎ ይሰማቸዋል። እንዲህ ዓይነት ስሜት ከተሰማቸው የሕ
ይወታቸውን ወርቃማውን ቁልፍ የያዙት እነዚያ አስቸጋሪ የሆኑባቸው ሰዎች
እንደሆኑ ግልጽ ነው። አስቸጋሪው ሰው ስለ እነርሱ ያለውን አስተያየት ለውጦ
ካልተባበራቸው፣ ፍጹም ተስፋ የሌላቸው፣ ሕይወታቸው በመከራ የተሞላ
መስሎ ይሰማቸዋል። ለመሆኑ እነዚህ አስቸጋሪ ሰዎች ሕይወታችንን ለመቆጣ
ጠር የሚያስችላቸውን ኃይል ከየት አገኙ? ማን ሰጣቸው? በተለያዩ ምክንያ
ቶች ነው። ብዙዎቹ ይህን ዓይነቱን ኃይልና ሥልጣን ያገኙት በአንድ ጊዜ
ሳይሆን ቀስ በቀስ ነው።

ትልቁ ምክንያት እውነተኛ የሆነ መረዳት በማጣት ነው። ይህ ሁኔታ ሊፈ
ጠር የሚችለው በረጅም ጊዜ ውስጥ፣ ቀስ በቀስ የግል ሕይወታቸውን የመቆ

ጣጠር ወይም የመምራት ኃይል አስቸጋሪው ሰው በሚፈጥራቸው አንዳንድ ችግሮች ምክንያት እንደተወሰደባቸው ይገነዘባሉ። ቀደም ሲል ከዚህ አሁን አስቸጋሪ ከሆነባቸው ሰው ጋር ጥሩ ኅብረትና አንድነት በነበራቸው ወቅት የራሳቸው የሆነ የሚወዱትና የሚጠሉት፥ ወይም "የእኔ ነው" የሚሉት ነገር ነበራቸው። ግንኙነታቸው በመቆየት እየዳበረ ሲሄድ፥ የራሳቸውን ፍላጎት ወደ ጎን አድርገው፥ ያ ሰው የሚፈጥረውን ችግር መስመር ለማስያዝ ሲጣጣሩ የራሳቸውን ፍላጎት መተው ወይም ወደ ጎን ማድረግ ይጀምራሉ። ይህን ለውጥ ሁሉም ወዲያው አይገነዘቡም። "አሁንማ የራሴን ነገር ትቼ የማስበው ስለ እርሱ ወይም ስለ እርሷ ችግር ብቻ ነው..." የማለት ግንዛቤ አይኖራቸውም። እንዲህ ዓይነቱ ሁኔታ የሚፈጠረው ቀስ በቀስ ስለሆነ፥ ብዙው ጊዜያቸውና ጉልበታቸው አስቸጋሪው ሰው የሚፈጥረውን ችግር ለመፍታት ወይም መስመር ለማስያዝ የሚያጠፉ መሆናቸውን ብዙዎች አይገነዘቡትም። ሕይወታችን የተለያዩ ችግሮችን ለመፍታት ከምናደርገው እንቅስቃሴ ጋር የተያያዘ ነው። ብዙ ጊዜ ጉልበታችንን እና ጊዜያችንን መስዋዕት አድርገን በመስጠት ብዙ አስቸጋሪ የሆኑትን ነገሮች በተሳካ ወይም ውጤት ባለው ሁኔታ መስመር እናስይዛለን። በመሥሪያ ቤታችን አንዳንድ ችግር ሲያጋጥመን፥ ከሚመለከተው ሰው ጋር ተገናኝተን በውይይት እንፈታዋለን። ከጓደኞችን ጋር አንዳንድ ያልተስማማንበት ነገር ካለ ፊት ለፊት ተገናኝተን በመነጋገር ሁኔታዎችን እናስተካክላለን። ከአስቸጋሪ ሰው ጋር የሚኖረንን ችግር ለመፍታት ከላይ እንዳየናቸው ሁኔታዎች ቀላል አይሆኑልንም። ጤናማ የሆነ ውይይት በማካሄድ አስቸጋሪው ሰው እንዲረዳ ለማድረግ የምናደርገው ጥረት ውጤት አይኖረውም። የአስቸጋሪ ሰዎችን ባሕሪና ሁኔታ ትክክለኛ የሆነ መረዳት ስለሌለን፥ "እነዚህ ሰዎች የተለዩ ናቸው" ብለን ዞር በማለት ፈንታ፥ ፍላጎታቸውን ለማሟላት የበለጠ ጥረት እናደርጋለን። ይዘን የነበረውን አንዳንድ ነገር ቀስ በቀስ ለእነርሱ እየለቀቅን እንመጣለን። "ምናልባት ይህን ባደርግ በመካከላችን ሰላም ማምጣት እችል ይሆናል" ብለን ከመንገዳችን ወጥተን እነርሱን ለማስደሰት አንዳንድ ነገሮችን እናደርጋለን። አስቸጋሪ የሆኑብን ሰዎች አማኞች ከሆኑ፥ ምናልባት ዓይናቸውን ይከፍትላቸው ይሆናል ብለን የመጽሐፍ ቅዱስ ጥቅስ እናነብላቸዋለን። በአጋጣመን ችግር ላይ ምክር እንዲሰጡን አንዳንድ ሰዎችን እንጠይቃለን።

ከላይ ያየናቸውን ነገሮች ሁሉ ማድረጋችን ክፉ አይደለም። "ይህን ባደርግ ኖሮ ሁኔታው ይለወጥ ነበር" በማለት ሀሊናችንን እንዳይቆረቁረን በጣም ይረዳናል። ይሁን እንጂ አንዳንድ ጊዜ ከመስመር እንወጣለን። ያለን ጊዜ የተወሰነ ቢሆንም፥ ከምንችለው በላይ ጊዜያችንን እነርሱን ብቻ ለማስደሰት በምናደርገው ጥረት ላይ እናጠፋለን። አስቸጋሪ ሰዎች የሚፈጥሩብንን ችግር ለመፍታት የምናደርገው ጥረት ያለንን ጉልበት ሁሉ ሙጥጥ አድርጎ ስለሚወስድብን፥ ራሳችንን ከሁኔታው ለማላቀቅ አቅም ያንሰናል። ሁኔታችን ልብ ብሎ የሚመለከት ጓደኛ ወይም ወዳጅ ካለን፥ "...ምን ነካህ? የራስህን ሕይወት መምራት አቅቶህ ሌላው ሰው የሚመራህ ትመስላለህና ተጠንቀቅ!" በማለት ይመክረናል። እዚህ ላይ አመለካከታችን ጠባብ መሆኑና አለመሆኑን ራሳችንን መመርመር ይገባናል። ሁልጊዜ የምናስበው አስቸጋሪው ሰው ስለሚያደርስብን ችግር ወይም እንዴት አድርገን ደስ እንደምናሰኘው ብቻ ይሆን? በዚህ ምክንያት ሰፊውን ዓለም እንዳናይ አድርጎን ይሆን? የምናስበውና የምናወራው ሁሉ አስቸጋሪ ስለሆነብን ሰው ብቻ ይሆን? ከላይ ለጠየቅናቸው ጥያቄዎች የምንሰጠው መልስ "አዎን!" የሚል ከሆነ፥ ሕይወታችንን በተሳሳተ አቅጣጫ እየመራነው ስለሆነ፥ በአስተሳሰባችንና በአኗኗራችን "ቀኝ ኋላ" መዞር አለብን። ሕይወታችንን መልካምና ትርጉም ባለው ነገር ማዋል አለብን።

5. አስቸጋሪ የሆነብንን ሰው መበቀል? ወይስ በጎ ማድረግ...?

"ክፉ አደረገብኝ" የሚለውን ሰው መበቀል የሰው ሁሉ ተፈጥሮአዊ ባሕሪ እንደ ሆነ የታወቀ ነው። የዕለቱን ጋዜጣ ገለጥ አድርገን ስናይ፥ *"ከሥራ የተባረረው ሠራተኛ ከሥራ ያስወጣውን አለቃ ከቢሮ ድረስ መጥቶ ገደለው... ጥላው የሄደችውን ሚስቱን በሽጉጥ መትቶ ገደላት..."* የሚሉትን ዓይነት አርዕስተ ዜናዎችን ስናነብ እንግዳ አይሆንብንም። ከአስቸጋሪ ሰው ጋር መኖር የሰለቸውና የመረረው አንድ ሰው፥ *"ከዚህ በፊት '...ባሏን በሽጉጥ መትታ ገደለች ...ሚስቱን አንቆ ገደላት...' የሚለውን አሳዛኝ ታሪክ ስሰማ፥ 'ሰዎች ይህን ዓይነት ወንጀል ለምን ይፈጽማሉ?' ብዬ እጠይቅ ነበር... አሁን ግን ምክንያታቸው ይገባኛል..."* አለ። አስቸጋሪ የሆነ የሥራ አለቃ ያለው ሰው ለረጅም ጊዜ ውስጡ በደልና ቂም ያጠራቅምና መጨረሻው ደረጃ ላይ ሲደርስ የበቀል እርምጃ ለመውሰድ እንደሚከጅለው የታወቀ ነው። ይሁን እንጂ የሚወስደው የበቀል እርምጃ የሚጎዳው የሥራ አለቃውን ብቻ ሳይሆን የሚበቀለውን ሠራተኛ ውንም ጭምር ነው። ያንን ሰው በመግደሉ በስቅላት ይቀጣል ወይም የተቀረውን ዘመኑን ወህኒ ቤት ያሳልፋል። ከአስቸጋሪ ሰው ጋር በመኖር ብዙ የተሰቃየ ሰው፥ "አስቸጋሪ ሆነብኝ" የሚለውን ሰው ከላይ ባየነው ዓይነት ደረጃ ባይበቀለውም፥ በተለያየ ሁኔታ የበቀል እርምጃ ለመውሰድ ሊቃጣው እንደሚችል የታወቀ ነው። ሰው መራራነት በልቡ ሲያጠራቅም፥ መጨረሻ ላይ በቁጣ ገንፍሎ ከፍተኛ የሆነ እርምጃ ለመውሰድ እንደሚቃጣው አስቀድሞ ማወቅ ያዳግታል።

ከአስቸጋሪ ሰው ጋር እየኖሩ፣ በየጊዜው የሚደርስባቸውን ጥቃት እያዩ፣ ከምሬት ሁሉ ነጻ ሆኖ መኖር ይቻላል ወይ? ክርስቲያኖች በሕይወታችን ግጭትና ጥቃት ሲደርስብን ሊረዳን ወደሚችለው ጌታ መሮጥ ልማዳችን ነው። ወደ ጌታም ይዘን የምንመጣው ጉዳታችንን ብቻ ሳይሆን፣ ንዴታችንን፤ የሚሰማንን ምሬትና በዚያ ሰው ላይ ያለንን ጥላቻ ጭምር ነው። ታዲያ ጥላቻ፤ መራራነትና ቂም በልብ ይዞ ክርስቲያን መሆን፣ ጸሎት መጸለይ ይቻላል ወይ? እኔ የማውቀው መጽሐፍ ቅዱስ "ይቻላል" አይልም። የሚቀጥለው ጥያቄ ደግሞ "ከአስቸጋሪ ሰው ጋር እየኖሩ፣ በደልና ግፍ እየተሠራባቸው፣ ከመራራነትና ከጥላቻ ነጻ ሆኖ መኖር ይቻላል ወይ?" የሚለው ነው። መልሳችን "ቀላል ባይሆንም፣ አዎን! ይቻላል" የሚል ነው። የሚቻለውም የእግዚአብሔር ጸጋ ሲበዛልን ብቻ ነው። ክርስቲያኖች ከሆንን፤ በሕይወታችን ጌታን ደስ ለማሰኘት የምንፈልግ ከሆነ፤ አስቸጋሪ የሆነብንን ሰው ከመበቀል፣ በጎ ማድረግ የተሻለ ነው። በጎ የምናደርግለት ያ አስቸጋሪ ሰው ይለወጣል ብለን ወይም የበለጠ በበደለኛነት ስሜት (guilt) እንዲሰማው ለማድረግ፣ "እኔ ከአንተ የተሻልኩ ነኝ" ለማለት ሳይሆን ራሳችንን ከመራራነትና ከቂም ለመጠበቅ ነው።

ሶፍያ አስቸጋሪ በሆነ ባሏ ብዙ የተሰቃየች ሴት ናት። ያንን ሰው ለማስደሰት ያላደረገችው ምንም ነገር የለም። የሶፍያ ባል ተዘራ ሚስቱ በሴቶች አገልግሎት ውስጥ መሪ መሆኗን ስለሚያውቅ፣ ያንን አገልግሎቷን እንደማጥቂያ መሣሪያ አድርጎ በጣም ይጠቀምበታል። የሚፈልገውን ካላገኘ፣ "...አንቺን ብሎ አገልጋይ..." ብሎ ይሰድባታል። ከዚህ ሌላ ሶፊያ አገልግሎቷን ስለምታከብር፣ "ለአገልግሎቷ ስትል የፈለግሁትን ነገር ባደርግባት ምንም አትልም" ብሎ በማሰብ አገልግሎቷን እንደማጥቂያ መሳሪያ ይጠቀምበታል። ይሁን እንጂ አገልግሎቱ የእርሷ እንዳልሆነና "ውሸት እግዚአብሔርን ማሸነፍ የሚችል ከሆነና እንዲሁም አገልግሎቱ የእኔ ከሆነ፣ለምን ብትንትኑ አይወጣም..." እያለች ብዙ ጊዜ ብትነግረውም፣ ሊገባው አልቻለም። አንድ ቀን ለእራት በጥሩ ስጎ የተሠራ ፓስታ አቀረበችለት። ያቀረበችለትን ምግብ ለጥቂት ደቂቃ ካየው በኋላ፣ "...እኔ ነኝ ይህን የምበላው?" ብሎ ሳህኑን ብድግ አድርጎ ፊቷ ላይ መረገው። ሶፍያ ምንም ዓይነት ቃል ሳትናገር ባኞ ቤት ገብታ ፊቷን ታጥባ ወጣች። መኝታ ቤት ገብታ፣ ፓስታና የፓስታ ስጎ ያበላሸውን ልብሷን አውልቃ ሌላ ልብስ ለውጣ መጣችና "ይህን የመሰለ ግፍ ለምን ትሠራለህ?" ብላ በመውቀስ ፈንታ፣ "ይህን ምግብ ካልወደድከው፣ ዛሬ እራት ውጪ እንብላ" ብላ ይዛው ወጣች። ይህንን ምሳሌ እዚህ ላይ ያስፈርነው፣ "አስቸጋሪ ሰዎች ለሚሠሩት መጥፎ ሥራ ሁሉ፣ በጎ በማድረግ ሽልማት እንሸልማቸው" ለማለት ሳይሆን፣ ራስን ከመራራነትና ከቂም ለመጠበቅ "በክፉ ፋንታ፣ ደግ ነገር ማድረግ" የሚረዳ መሆኑን ለማሳየት ብቻ ነው። አስቸጋሪ የሆኑ ሰዎች "ጠላትህ

ቢራብ አብላው" የሚለውን ጥቅስ እንደሚጠቀሙበት እናውቃለን። ይሁን እንጂ ክፉ ባደረጉብን ቁጥር በጎ ማድረጋችን "...የምታደርጉብን ነገር ተስማምቶናልና በርቱ ቀጥሉ..." የሚል መልዕክት እንዳይሆን፣ የግድ ገደብ ማበጀት አስፈላጊ ነው። ይህንን እሳብ በሚቀጥለው ምዕራፍ ላይ በሰፊው ለመግለጥ እንሞክራለን። "

የክርስትና ሕይወት አጸፋዊ መልስ ያለስት ሕይወት ነው። ሰው ኃጢአት ቢሠራ፣ ኃጢአት የሚያስከፍለውን ዋጋ ይከፍላል (ሮሜ 6፥23)። ብዙ ጊዜ ሁኔታዎች ትክክል ሲሆኑልን፣ ብዙዎቻችን ልክ የሆነውን ነገር እናደርጋለን። ነገር ግን ጎጂ ወይም ተቃራኒ ሁኔታ ሲያጋጥመን የምንሰጠው አጸፋዊ መልስ ምን እንደሆነ፣ ችግር ሲያጋጥመን ችግሮቻችንን እንዴት እንደምንፈታ ዓለም ለማወቅ ይፈልጋል። በ2ኛ ሳሙኤል ምዕራፍ 12 ላይ ስለ ዳዊት ልጅ ሞት ተጽፏል። ነብዩ ናታን ዳዊትን በእርሱ ኃጢአት ምክንያት በኃጢአት የተወለደው ልጁ እንደሚሞት ነግሮት ስለነበረ፣ ሲታመም እግዚአብሔር ምሕረት እንዲያደርግለት ምንም ምግብ ሳይበላ መሬት ላይ ተኝቶ የሕጻኑ ሕይወት እንዲተርፍ አጥብቆ ይጸልይ ነበር። ልጁ ሲሞት የዳዊት ባለሟሎቹ መርዶውን ለመንገር ፈርተው ነበር። "..ሕጻኑ በሕይወት በነበረበት ጊዜ እንኳ ዳዊት ስንመክረው አልሰማንም፤ ታዲያ አሁን የልጁን መሞት እንዴት አድርገን ልንነግረው እንችላለን? ምክንያቱም በራሱ ላይ አንዳች ጉዳት ማድረስ ይችል ይሆናል አሉ" (2 ሳሙ. 12፥18)። መጨረሻ ግን ዳዊት የልጁን መሞት ሲሰማ፣ "ከተኛበት መሬት ተነሥቶ ሰውነቱን ታጠበ ቅባት ተቀባ፤ ልብሱንም ቀየረ፤ ከዚያም ወደ እግዚአብሔር ቤት ሄዶ ሰገደ፤ ወደ ቤተ መንግሥቱም ሲመለስ ምግብ እንዲያቀርቡለት ጠየቀ፤ እንደቀረበለትም ወዲያውኑ ተመገበ" (2 ሳሙ. 12፥20)። እዚህ ላይ ዳዊት ስለ ኃጢአቱ ዋጋ መክፈል እንዳለበት ያመነ ይመስላል። ሰው የዘራውን ማጨድ ካለበት፣ "እነዚህ አስቸጋሪዎች ሰዎች በሕይወታችን ለሚፈጽሙት በደል ዋጋ እንዲከፍሉ ለምን እናደርጋቸውም?" የሚል ጥያቄ መነሳቱ አይቀርም። ሰው የዘራውን የሚያጭድ ከሆነ፣ ውሳኔውን ማስተላለፍ ያለበት እግዚአብሔር እንጂ እኛ ስላልሆንን፣ ዳኛና ፈራጅ እንዳንሆን ሁኔታውን ለእግዚአብሔር አሳልፈን መስጠት አለብን።

6. ዕርቅ ሳያደርጉ ይቅርታ መስጠት ይቻላል?

ተብቃይ በሆነ "..ጥርስን በጥርስ... ዓይንን በዓይን..." የሚለውን አቋም አጥብቆ በያዘ ሕብረተሰብ ውስጥ፣ ይቅርታ መስጠትም ሆነ መቀበል፣ ...ወኔቢስነት፣ ...ወሻወሼነት፣ ...ደካማነት መስሎ በሚታይበት ዓለም ውስጥ እየኖርን፣ "ሕይወታችንን መራራና ጨለማ ላደረጉብን፣ በሕይወታችን ፍጹም አስ

ችጋሪ ለሆኑብን ሰዎች ይቅርታ መስጠት ለመሆኑ ይቻላል? አስቸጋሪ ለሆኑብን ሰዎች ይቅርታ መስጠት የበለጠ በራሳችን ላይ እንዲረባረቡብን፣ የፈቀዳቸውን እንዲያደርጉብን፣ ያላቸውን መጥፎ ነገር ሁሉ በላያችን ላይ እንዲደቆብን የፈቃድ ወረቀት መስጠት አይሆንም ወይ?" ብለን መጠየቃችን አይቀርም። ሁላችንም በሕይወታችን መስማት የምንፈልገው ነገር ቢኖር፣ ከበደልነው፣ ከአስቀየምነው፣ ኑሮውን በማወቅም ሆነ ባለማወቅ መራራ ካደረግንበት ሰው "...ይቅር ብዬሃለሁ..." የሚለውን ቃል ነው። ይህንን ቃል መስማት የምንችለውና እውነተኛ የሆነ፣ ከልብ የወጣ መሆኑን የምናውቀው፣ እኛ በዳዮቹ "...በድዬአለሁ...ይቅር በለኝ..." የሚለውን ቃል ከልባችን መናገር ስንችል ነው። የብዙዎቻችን ጥያቄ አስቸጋሪው ሰው "...በድያለሁ... ጎድቼሃለሁ... ሕይወትህን ጨለማ አድርጌብሃለሁና ይቅር በለኝ..." ሳይል፣ ይቅርታ መስጠት ለመሆኑ ይቻላል ወይ? ትክክልስ ነው ወይ? እዚህኛው ክፍል ላይ ለነዚህና እነዚህን ለመሳሰሉ ጥያቄዎች መልስ ለመስጠት እንሞክራለን።

ኢየሱስ ባስተማረው ትምህርት ውስጥ *"ይቅርታ"* የሚለው አሳብ ከፍተኛ ሥፍራን ይዟል። ደቀ መዛሙርቱን ስለ ጸሎት ባስተማራቸው፣ "በአባታችን ጸሎት ውስጥ፣ *"...ስምህ ይቀደስ፤ ...መንግሥትህ ትምጣ፤ ...ፈቃድህ ይሁን... የዕለት እንጀራችንን ስጠን... ወደ ፈተና አታግባን... እኛ የበደሉንን ይቅር እንደምንል፣ በደላችንን ይቅር በልልን..."* በማለት ከተዘረዘሩት ስድስት ልመናዎች መካከል አንደኛው ስለ "ይቅርታ" እንደነበረ እናያለን። ከስድስቱ ልመናዎች መካከል ኢየሱስ ሰፋ ያለ ማብራሪያ የሰጠበት ስለ ይቅርታ ብቻ ነው። ሲያብራራም፣ ***"...የሰዎችን በደል ይቅር ብትሉላቸው እናንተም የሰማዩ አባታችሁ ይቅር ይላችኋል"*** አለ (የማቴ. 6፥14)። ኢየሱስ ደቀ መዛሙርቱ ጸሎታቸው መልስ እንዲያገኝ፣ ቂም በልባቸው እንዳይዙ አስጠነቀቃቸው። ***"በሰማይ ያለው አባታችሁ ኃጢአታችሁን ይቅር እንዲልላችሁ እናንተ ለጸሎት በምትቆሙበት ጊዜ በሰው ላይ የያዛችሁትን ቂም ተው"*** (የማቴ 11፥25)። ኢየሱስ በሰበካቸው ስብከቶች፣ ባስተማራቸው ትምህርቶች፣ በሰጣቸው ምሳሌዎች፣ ከእግዚአብሔር ጋር ለሚኖረን የተቀራረበ ግንኙነት "ይቅር ማለት" በጣም አስፈላጊ እንደሆነ አስተምሯል። በተራራው ስብከቱም ስለ ጽድቅ ስንል መከራንና ስደትን በትዕግሥት እንዴት መቀበል እንዳለብን አስተምሯል (የማቴ. 5፥21-24)። ***"...መባህን በመሠውያው ላይ ለእግዚአብሔር በምታቀርብበት ጊዜ ያበደልከው ሰው መኖሩን ብታስታውስ፣ መባህን በመሠውያው ፊት አስቀምጠውና ሄደህ በመጀመሪያ ከዚያ ሰው ጋር ታረቅ፤ ከዚህም በኋላ ተመልሰህ መባህን አቅርብ"*** (የማቴ. 5፥24)። ክርስቶስ ሥጋ ለብሶ ወደ ምድር የመጣበት፣ በመስቀል ላይ የተሰቀለበት ዋናው ምክንያት ለኃጢአተኞች ይቅርታን ለመስጠት ነው። ልቡ በይቅርታ የተሞላ መሆኑን የምናየው፣ መስቀልም ላይ ሆኖ *"...አባት ሆይ! የሚያደ* ***ርጉትን ስለማያውቁ ይቅር በላቸው"*** ብሎ የጸለየውን ጸሎት ስንሰማ ነው (ሉቃ. 23፥34)።

ኢየሱስ በምድር ላይ በነበረበት ዘመን ልንከተለው የሚገባንን ትምህርት በግል ሕይወቱ በመለማመድ አስፈላጊ የሆነውን መመሪያ ትቶልናል። ሐዋርያው ጴጥሮስ ስለ ኢየሱስ ምሳሌነት ሲጠቅስ፣ ***"ሲሰድቡት መልሶ አልተሳደበም፤ መከራን ሲቀበል ጻድቅ ፈራጅ በሆነው አምላክ ተስፋ አደረገ እንጂ አልዛተም"*** ይላል (1 ጴጥ. 2፥23)። ሐዋርያው ጳውሎስም ***"ይልቅስ እርስ በርሳችሁ ደጎችና አዛኞች ሁኑ፤ እግዚአብሔር በክርስቶስ ይቅር እንዳላችሁ እናንተም እርስ በርሳችሁ ደጎችን አዛኞች ሁኑ፤ እግዚአብሔር በክርስቶስ ይቅር እንዳላችሁ እናንተም እርስ በርሳችሁ ይቅር ተባባሉ"*** (ኤፌ. 4፥32)፣ እንዲሁም ለቆላስያስ አማኞች በጻፈው መልዕክቱ ***"እርስ በርሳችሁ ታገሡ፤ ከእናንተ አንዱ በሌላው ላይ ቅር የተሰኘበት ነገር ቢኖር ይቅር ተባባሉ፤ ክርስቶስ ይቅር እንዳላችሁ እናንተም ይቅር በሉ"*** ይላል (ቆላ. 3፥13)። ክርስቶስን የምንመስልበት አንደኛው መንገድ የበደሉንን ይቅር ማለት ስንችል ነው።

7. ይቅርታ "አይደለም" የምንለው

"ይቅርታ" ምን እንደ ሆነ በደንብ ለመረዳት፣ "ይቅርታ" ምን እንዳልሆነ መረዳት ይጠቅማል።

◈ *1ኛ/ ይቅርታ ስሜታችንን ተከትለን የምናደርገው ሳይሆን አውቀን፣ ፈቅደንና መርጠን የምናደርገው ነው። አንዳንዶች "ይቅር ለማለት ምንም ዓይነት ስሜት የለኝም..." የሚሉ አሉ። ይቅርታ ሌላው ሰው ያደረሰብንን በደል ላለማሰላሰል፣ ላለመቁጠር አውቀንና ወደን የምንወስደው ውሳኔ ነው። ስሜታችን ቢደግፈውም ባይደግፈውም እግዚአብሔር ይቅር እንድንል ያዘናል። የሚያስደንቀው የእግዚአብሔርን ትዕዛዝ አክብረን ይቅር ስንል፣ ስሜታችን የሚለወጥ መሆኑ ነው።*

◈ *2ኛ/ "ይቅር" ማለት "መርሳት" አይደለም። መርሳት በረጅም ጊዜ ሂደት ውስጥ የሚሆን፣ ቀስ እያለ የሚሆን ነው። "ይቅርታ" ግን ግቢር* (active) *ሂደት ነው። ሰው ፈቅዶ በራሱ ውሳኔ የሚያደርገው ድርጊት ነው። ኢሳይያስ "...ኃጢአታችሁን አልቆጥርባችሁም"* (ኢሳ. 43፥25) *ሲል፣ እግዚአብሔር ኃጢአታችሁን ማስታወስ አልችልም ማለቱ ሳይሆን፣ ኃጢአታችሁን ሆን ብሎ ላለማስታወስና ላለመቁጠር ቃል መግባቱ ነው። እግዚአብሔር ይቅር ሲለን፣*

ያለፈውን ኃጢአታችንን ወደ ኋላ ተመልሶ እየቆፈረ የማይወቅለን መሆኑን ይገልጻል። እኛም ይቅር ስንል፥ የበደሉንን ሰዎች ከዚህ በፊት ያደረጉብንን በደል፥ ያደረሱብንን ጉዳት መልሰን ላለመጥቀስ ውሳኔ ማድረግ አለብን። በተለይ የደረሰብን ጉዳት በቅርብ ጊዜ የተፈጸመ ከሆነ፥ ላለማስታወስ ወይም በቀላሉ ለመርሳት በጣም ከባድ ነው። ያለፈውን በደል ደጋግመን ላለማምጣት ከሞከርን፥ ጉዳታችን ቀስ በቀስ ከአዕምሮአችን እየጠፋ ይሄዳል።

◊ 3ኛ/ *ይቅርታ ማድረግ፥ በዳዩን ስለአደረጋቸው ክፉ ነገሮች ከኃላፊነት ወይም ከተጠያቂነት ነጻ ማድረግ ማለት አይደለም። በዳዩን "...ምንም አይደለም..." ስንለው፥ "የሠራኸው ሥራ መጥፎ አይደለም..." ወይም "...ከአንተ ቁጥጥር ውጪ ነው..." ማለታችን ይሆናል። ይቅርታ መስጠት የዚህ አሳብ ተቃራኒ ነው። በመሠረቱ ይቅርታ አስፈላጊ የሆነበት በዳዩ የሠራው ሥራ ትክክል ያልሆነ፥ ከኃላፊነት ወይም ከተጠያቂነት ነጻ የማያደርገው በመሆኑ ነው። ይቅርታ ስጪው፥ "...ያደረግኸው ነገር በጣም መጥፎና ክፉ እንደሆነ እኔ ብቻ ሳልሆን፥ አንተም ታውቃለህ። ይቅር የምልህ እግዚአብሔር እኔን ይቅር ስላለኝ ብቻ ነው" ማለቱ ነው።*

8. ይቅርታ ምንድነው?

"ይቅርታ" በግሪክ "ኤፌሚ" (aphemi) የሚለው ቃል ሲሆን፥ ትርጉሙም "እንዲሄድ መልቀቅ...መተው...መፍታት..."ማለት ነው። ሌላው የግሪክ ቃል *"ካሪዞማይ"* (Charizomai) ሲሆን፥ ትርጉሙም፥ ተገቢው ባይሆንም በነጻ መስጠት ማለት ነው።[19] በብሉይ ኪዳን ሊቀ ካህኑ ***"ሁለት እጆቹን በፍየሉ ራስ ላይ ይጭናል፤ የሕዝቡን ክፋት፥ ኃጢአትና ዐመፅ ሁሉ በመናዘዝ አዛውሮ በፍየሉ ራስ ላይ ያሸክመዋል፤ ከዚህ በኋላ ፍየሉ ለዚህ ሥራ በተመደበው ሰው ተነድቶ ወደ በረሃ ይሰደዳል"*** (ዘሌዋ. 16፥22)። ይሄም ክርስቶስ የእኛን ኃጢአት እንዴት እንደተሸከመ ያሳያል። እኛ የበደለንን ይቅር ስንል በውስጣችን የያዝነውን ቅሬታ፥ ለመበቀል ያለንን ፍላጎት እንተዋለን፤ መክፈል የነበረበትን ዋጋ እንዳይከፍል ነጻ እናደርገዋለን ማለት ነው። የእኛና የእግዚአብሔር ይቅርታ አንድ ዓይነት አይደለም። እግዚአብሔር ይቅር ሲል በዳዩ የሚሰማው የበደለኛነትን ስሜት ያጠፋል። እኛ ግን የበደለንን ይቅር ስንል፥ የበደለኛነትን ስሜቱን ልናጠፋለት እንችልም። ያን ለማድረግ ኃይል ያለው እግዚአብሔር ብቻ ነው። እኛ ይቅር ብንለውም የመጸጸቱንና የማዘኑን ስሜት ከውስጡ የማጥፋት ኃይል ወይም ችሎታ የለንም።

መዘንጋት የሌለብን እውነት ቢኖር "ይቅርታና... ዕርቅ.." አንድ ዓይነት አለመሆናቸውን ነው። ይቅርታ ማድረግ ቀደም ሲል የነበረውን የጠብ ግድግዳ ማፍረስ ነው። በክርስቲያኖች አካባቢ አንዳንዶች ይህንን እውነት ባለመረዳታቸው ምክንያት "ይቅርታ" ብቻውን በእግዚአብሔርና በሰው መካከል ዕርቅን የሚያመጣ የሚመስላቸው አሉ። በመጽሐፍ ቅዱስ "ይቅርታ' ከእግዚአብሔር ጋር የተቀራረበ ግንኙነት እንዳይኖረን አግዶን የነበረውን ግድግዳ የሚያፈርስ ነው። ይኼም ከእግዚአብሔር ጋር ለሚኖረን ዕርቅ በር ከፋች ነው።[20] እግዚአብሔር ይቅርታ መስጠቱ ብቻ ሳይሆን፥ የበደለው ሰው የተደረገለትን ይቅርታ ካልተቀበለ፥ በእግዚአብሔርና በሰው መካከል እውነተኛ ዕርቅ፥ የተቀራረበ ግንኙነት (ሕብረት) ሊኖር አይችልም። ልክ እንደዚሁ፥ እኛም የበደለንን ሰው 'ይቅር" ልንለው እንችላለን። ይሁን እንጂ፥ ያ ይቅር ያልነው ሰው ስለ እኛ ያለው ስሜት፥ በእኛ ላይ የሚያደርሰው ጥቃት ካልተለወጠና ይቅርታችንን ካልተቀበለ፥ የእኛ ይቅር ማለት ብቻ የሚፈለገውን ዕርቅ፥ ወይም በመካከላችን ላለው መራራቅ ቅርበት አይሰጠውም። መዘንጋት የሌለብን እውነት ቢኖር፥ የበደለንን ሰው ይቅር ስንል፥ የሚለውጠው እኛኑ ራሳችንን እንጂ የበደለንን ሰው መለወጥ አይችልም። ይቅር ማለታችን መራራነት በውስጣችን እንዳይበቅል ይረዳናል። የአሁኑንና የወደፊቱን እንጂ ያለፈውን መለወጥ አይችልም። ተጠያቂነታችን በሌላው ወገን ያለው ሰው ለተደረገለት ይቅርታ ለሚሰጠው ምላሽ ሳይሆን፥ እኛ ለምናደርገው ይቅርታ ብቻ ነው።

ሰዎች ላደረግንላቸው ይቅርታ ይቀበሉትም አይቀበሉትም፥ ይለወጡም አይለወጡም በእኛ በኩል ሁልጊዜ ይቅር ማለት አለብን። ይቅር የምንልበት ዋና ምክንያትም፥እግዚአብሔር እኛን ይቅር ስላለን ብቻ ነው። ይቅር የማይል ክርስቲያን ቢኖር፥ በሕይወቱ የእግዚአብሔርን የጸጋ ሥራ ያልተለማመደ ብቻ ነው። ይቅር የምንለው፥ የበደለን ሰው ይቅርታ የሚገባው ሆኖ ሳይሆን፥ እግዚአብሔር ይቅር እንድንል ስለሚያዝን ብቻ ነው። የበዳዩ ሰው ሁኔታ ወይም ድርጊት ይቅርታን የምንሰጥበት፥ ወይም የምንከለክልበት ምክንያት መሆን አይችልም። ይቅር የምንለው፥ ይቅር ስለተባልን፥ እንዲሁም ሌላ ምርጫ ስለሌለን ብቻ ነው። ይቅርታ መስጠት ቀላል የሚሆነው፥ በዳዮቹ ሲጠይቁ እንደሆነ ግልጽ ነው። ይቅር ማለት በጣም ከባድ ወይም አስቸጋሪ የሚሆንበት ምክንያት ምን ይሆን? ብዙ ምክንያቶች አሉ። ከምክንያቶቹ ሁሉ ግን ጎልቶ

---

[19] Ken Sande, The Peacemaker. Baker Books, Grand Rapids, MI. 1991.

[20] Dunn, <u>Ronald, Surviving Friendly Fire</u>, Thomas Nelson Publishing, Nashville, TN. C2001.

የሚታየው፣ እኛም ራሳችን ይቅርታ የሚያስፈልገን ኃጢአተኞች መሆናችንን መርሳታችን ነው። ጆን ማካርተር (John MacArthur)፣

"ሁላችንም ኃጢአት የመሥራት ብቻ ሳይሆን፣ የሌሎችን ኃጢአት አተልቆ፣ የራስን ግን አሳንሶ የማየት ዝንባሌ ያለን ነን። ሌሎች ለሚሠሩት በደል ዋጋ መክፈል አለባቸው ስንል፣ ራሳችን ግን የምናየው በምሕረት ዓይን ነው። ከሌሎች ኃጢአትና በደል የበለጠ የራሳችን መተላለፍ እንዲያንገፈግፈን ራሳችንን ብናለማምድ፣ ጤናማ የሆነ መንፈሳዊ ሕይወት ይኖረን ነበር" አሉ።[21]

ከዚህ ዓይነት ስህተት ማናችንም ነጻ አይደለንም። የሌሎችን እንጂ፣ የራሳችንን ኃጢአት ማየት አንችልም። የታወቀው የሥነ መለኮት መምህር ዲትሪች ባንሆፈር ደግሞ እንዲህ አለ፣

"የሰውን ልብ በደንብ የማያውቅ፣ በክርስቶስ መስቀል ሥር ከሚኖረው ክርስቲያን የበለጠ ሌላ የለም። ሰዎች በኃጢአታቸው ምክንያት እንደሚጠፉ፣ በክርስቶስ መስቀል ብቻ ደህንነት እንደሚያገኙ የትኛውም የሥነ ልቦና ዕውቀት (Psychology) ትክክለኛ መረዳት የለውም። የመስቀሉን ትርጉም ያየ ማንኛውም ክርስቲያን፣ ፈሪሃ እግዚአብሔር የሌለበትን ዓለም አስከፊነት፣ እንዲሁም የግል ኃጢአቱ ትልቅነት የሚያደናግጠውን ያህል፣ በክርስቶስ ውስጥ ባሉት ወንድሞቹና እህቶቹ ኃጢአት ይህን ያህል አይደናገጥም። ይሄም በሌላው ላይ የመፍረድን መንፈስ ከሥር ከመሠረቱ ነቅሎ ይጥላል" አለ።[22]

ኢየሱስ ደቀ መዛሙርቱን ስለ ጸሎት ባስተማራቸው ትምህርት ውስጥ ይቅርታን የጠቀሰበትና ያብራራበት ምክንያት፣ በመንፈሳዊ ሕይወት ይቅርታ መስጠት ጠቃሚ መሆኑን ለማሳየት ብቻ ሳይሆን፣ ይቅርታን በሕይወታችን ለመለማመድ አስቸጋሪ ወይም ከባድ መሆኑን ስለሚያውቅ ነው። የታወቀው ክርስቲያን ጸሐፊ ሲ. ኤስ. ሉዊስ (C.S. Lewis) ይቅር ማለት ምን ያህል ከባድ እንደሆነ ሲገልጽ፣ *"በደል ደርሶበት ሌላውን ይቅር ከማለት ደረጃ ከመድረሱ በፊት፣ ማንኛውም ሰው "ራሱ የተቀበለውን ይቅርታ ማሰብ አለበት"* ይላል። ስለዚህ ይቅር ከማለታችን በፊት ይቅር መባል አለብን። ኃጢአተኛውን ከኃጢአቱ ከማቅናታችን በፊት ከእግዚአብሔር ጋር ያለን ግንኙነት ትክክል መሆኑን እንመርምር። በዓለም ውስጥ በጣም "ይቅር" የተባልን ክርስቲያኖች ነን። ስለዚህ ነው ከማንኛው ሰው የበለጠ እኛ ክርስቲያኖች ይቅር ባዮች መሆን ያለብን። በሕይወታችን ተለማምደን እንዳየነው ከልብ ወይም ከእውነት የበደሉንን ይቅር ማለት በጣም ከባድና አስቸጋሪ ነው። ብዙ ጊዜ መጽሐፍ ቅዱሳዊ ያልሆነውን፣ ሙሉ ፈውስ ሊሰጠን የማይችለውን ዓይነት "ይቅርታ" እንለማመዳለን። ትክክል ካልሆኑት ይቅርታዎች መካከል አንደኛው፣ *"...ይቅር ብዬሃለሁ፤ ሁለተኛ ግን ዓይኑን ማየት አልፈልግም..."* የሚለው ነው። እኛንም እግዚአብሔር *"ይቅር ብዬሃለሁ፣ ግን ሁለተኛ ዓይንህን ማየት አልፈልግም"* ቢለን ምን ይሰማናል? ይህን የመሰለ ይቅርታ የሚሰጣቸው ሰዎች በእርግጥ "ይቅርታ አገኘን" ብለው ደስ እንደማይላቸው የታወቀ ነው። መጽሐፍ ቅዱሳዊ የሆነው ይቅርታ እግዚአብሔር ለእኛ የሚሰጠውን ዓይነት ይቅርታ ስንሰጥ ብቻ ነው። *"...ክርስቶስ ይቅር እንዳላችሁ እናንተም ይቅር በሉ..."* (ቆለ. 3፥13)።

9. በዳዩን ይቅር የምንለው መቼ ነው?

ይቅር ማለት የሚመቸው፣ ብዙ ጊዜ በዳዩ በደሉ ተሰምቶት ሲጸጸት እንደሆነ ግልጽ ነው። *"...ወንድምህ ቢበድልህ ገሥጸው፣ በበደሉ ከተጸጸተም ይቅር በለው"* (የሉቃ. 17፥3) ይላል። ይሁን እንጂ በደሉ ይህን ያህል ጎልቶ የማይታይ ወይም ጥቃቅን ከሆነ፣ በዳዩ ይቅርታ ባይጠይቅም የተበደለው ሰው ይቅር ብሎት ሊያልፈው ይገባል። ተበዳዩ በወቅቱ በዳዩን ይቅር ማለት ሲችል (spontaneous forgiveness)፣ በዳዩ ያጠፋውን ጥፋት ለአንዴና ለመጨረሻ ጊዜ በደሉን ላለማስታወስ ጉልበት ያገኛል። ይሄም ከጎዳው ሰው ጋር ቅራኔ እንዳይኖረው ይጠብቀዋል። በደሉ ከባድ ከሆነ፣ ወይም በቀላሉ ችላ ተብሎ የማይታለፍ ከሆነ፣ በዳዩ በደሉ ተሰምቶት ካልተጸጸተ ተበዳዩ ምን ማድረግ አለበት? ብለን መጠየቃችን አይቀርም። ኬን ሳንዴ (Ken Sande) በሁለት ደረጃ ይከፍሉታል።[23] የመጀመሪያውን *"ፖዚሽናል ፎርጊቭነስ"* (Positional Forgiveness) ብለውታል። ይኸውም ምንም ዓይነት ቅድመ ሁኔታ ሳይታከልበት የበደሉንን ይቅር ለማለት ለእግዚአብሔር የምንገባው ቃል ኪዳን ነው። *"...ለጸሎት በምትቆርቡበት ጊዜ በሰው ላይ የያዛችሁትን ቂም ተዉ"* (የማር. 11፥25) ይላል። ይህም ማለት በዳዩም ተጸጽቶ ይቅርታ ባይጠይቅም፣ ለበዳዩ ይቅርታ መስጠት ማለት ነው። ይህም ማለት ለበደለን ሰው ልባችን እንዳይሻክር፣ ቅሬታ በውስጣችን እንዳይፈጠር የራሳችንን ጥረት ማድረግ ማለት ነው። ይቅር ለማለት የምንገባው የመጀመሪያው ተስፋ ሲሆን፣ ይህም የበዳዩን በደል

---

[21] John MacArthur, The Freedom and Power of Forgiveness. Wheaton. IL; Crossway, 1997.
[22] Dietrich Bonhoeffer, Spiritual Care. trans. J.C. Rochelle, Philadelphia: Fortress Press, 1955.

[23] Ken Sande. The Peacemaker.

እንዳንቆጥር፥እንዲሁም በተግባርም ሆነ በእሳብ የመበቀል ስሜት በውስጣችን እንዳይፈጠር ማለት ነው። በእግዚአብሔር ጸጋ ይቅር የማለት አቋም እንይዛ ለን። ይህም ማለት ለበዳዩ እንጸልይለታለን፤እንዲሁም በዳዩ በደሉ ተሰምቶቅ ሲጸጸትና እርቅ ሲፈልግ ለመቀበል ልባችንን ክፍት እናደርጋለን። ይህን ዓይ ነት አቋም ሲኖረን፥ በዳዩ ተጸጽቶ ይቅርታ ለመጠየቅ ረጅም ጊዜ ቢወስድበት እንኳን፥ መራራነትና ቅሬታ በልባችን እንዳይፈጠር ይጠብቀናል።

ሁለተኛውን *"ትራንሳክሽናል ፎርጊቭነስ" (Transactional Forgiveness)* ብለው ጠርተውታል። ይህም ማለት በዳዩ በበደሉ ተጸጽቶ ይቅርታ ሲጠይቅ የሚሰጥ ይቅርታ ነው። *"ከቀን ሰባት ጊዜ ቢበድልህና በቀን ሰባት ጊዜም ወደ አንተ እየመጣ 'በበደሌ ተጸጽቼአለሁ ቢልህ ይቅር በለው"* ሲል፥ በበዳዩና በተበዳዩ መካከል የሚፈጸም መሆኑን ያሳያል (የሉቃ. 17፥4)። ተበዳዩ በዳዩን ይቅር ሲለው፥ *"(1) ስለ ሁኔታው አላስብም፥ (2) የተፈጸመውን ሁኔታ በማስታ ወስ በዳዩን መጉጃ አድርጌ አልጠቀምበትም፥ (3) ስለተፈጸመው በደል ለሌ ሎች አልናገርም፥ (4) ከዚህ በፊት የፈጸምክብኝ በደል በእኔና በአንተ መካከል ሆኖ ግንኙነታችንን እንዲያበላሽ አልፈቅድም"* የሚለውን ተስፋ መግባቱ ነው። በዳዩ ተጸጽቶ ይቅርታ ሳይጠይቅ፥ የመጀመሪያዎቹን ሦስት ተስፋዎችን ተበዳዩ የግድ መጠበቅ አለበት። አስቸጋሪ ሰው ይቅርታ መጠየቅ ከባድ ስለሚ ሆንበት፥ ይቅርታ ባይጠይቅም ከላይ ከገለጽናቸው አራት ተስፋዎቹ ውስጥ የመጀመሪያ ሦስቱን ልንፈጽም ግድ ነው። አራተኛውን ተስፋ መፈጸም የሚገ ባን ግን፥ አስቸጋሪው ሰው በበደሉ ተጸጽቶ፥ ይቅርታ ጠይቆ እውነተኛ የንስሀ ፍሬ ሲያሳይ ብቻ ነው። ይህም ማለት አስቸጋሪ ከሆነው ሰው ጋር የተቀራረበ ግንኙነት አይኑረን እንጂ፥ ይቅርታ ቢጠይቅም ባይጠይቅም ይቅር ማለት እን ዳለብን እናውቃለን።

፱

ድንበር ማበጀትና ድንበር ማስከበር ይጠቅማል

ሁላችንም ሰውን ሁሉ ደስ ለማሰኘት እንዲሁም "ጥሩ ሰው" ለመባል እንፈ ልጋለን። በመሠረቱ ሰውን ደስ ለማሰኘትና ጥሩ ሰው ለመባል ጥረት ማድረግ መጥፎ ባይሆንም፥ ሁልጊዜ የጠበቅነውን ዓይነት ጥሩ ውጤት ግን ያስገኝል ናል ማለት አይደለም። ጥሩ ሰው ለመባል ስንል ብቻ የራሳችን ያልሆነውንና እንዲሁም ከአቅማችን በላይ የሆነውን ሸክም መሸከም፥ ከጥቅሙ ይልቅ ጉዳቱ ያመዝናል። ሌሎችን አስደስተን "ጥሩ ሰው" ብንባል፥ የራሳችንን የግል ሕይ ወት ግን ችላ ብንል ምን ይጠቅመናል? የሚያሳዝነው ጊዜና አቅም በማጣት እንደሚገባው መሥራት ባለመቻላችን፥ "እናስደስተዋለን" በማለት የለፋንለትን ሰው ከቁጥጥራችን ውጪ በሆነ ምክንያት ልናስቀይመው የምንችል መሆና ችን ነው። እንዲሁም የሌላውን ሰው ሸክም ስንሸከም፥ ሌላውን እናስደስታለን ብለን መውሰድ የማይገባንን ኃላፊነት ወስደን ቀንና ሌሊት ስንለፋ፥ የራሳች ንን ኃላፊነት መፈጸም አቅቶን መበሳጨታችንና ማዘናችን አይቀርም። በመሠ