መንፈሳዊ ናይ ጽምዋ ግዜ

“ክትጽሊ ክለኻ ንኣምላክ ዶ ኣይኮንካን ትዛረቦ ዘለኻ? እንታይ ዓይነት ትዕድልቲ እዩ እዚ? (ቅዱስ ዮሓንስ ኣፈወርቅ) እዚ እዩ ናይ ጽምዋ ግዜ ዝበሃል፥ ነዚ ትዕ ድልቲ ከተስተማቅሮ ምፈተካዶ?”

ደብረ መዊዕ አቡነ አረጋዊ ማይተመናይ

[ሓምለ 1 2010]

መንፈሳዊ ናይ ጽምዋ ግዜ



ኣዳላዊ ኣባ ዘካርያ ብጥሮስ

“ኦ ኣምላኽ ንስካ ኣምላኽይ ኢካ፡ ኣንጊሀ እደልየካ ኣለኩ፡ ኣነ ናትካ ጽምኢ ኣለኒ። ከምቲ ደረቕን ንቑጽን ምድሪ ማይ ዚጸምእ፡ ኣነ ንዓካ ሃረር እብለካ ኣለኩ።” መዝሙር ዳዊት63፡1

በስመ ኣብ ወወልድ ወመንፈስ ቅዱስ ኣሓዱ ኣምላክ። ኣሜን!

ትሕዝቶ

መእተዊ

1. መንፈሳዊ ናይ ጽምዋ ግዜ እንታይ ማለት እዩ፤
2. ኣገዳስነት ናይ ጽምዋ ግዜ።
3. ዕላማ ናይ ጽምዋ ግዜ።
4. ጥቅሚ ናይ ጽምዋ ግዜ።
5. ዉጥን ናይ ጽምዋ ግዜ።
6. ቦታ ናይ ጽምዋ ግዜ።
7. መደብ ናይ ጽምዋ ግዜ፡-
   - ቀዳማይ ፡ ልብካ ምድላው፡
   - ካልኣይ ፡ መጽሓፍ ቅዱሳዊ ኣስተንትኖ፡
   - ሳልሳይ ፡ ጸሎት፡
   - ራብዓይ ፡ መደምደምታ ናይ ጽምዋ ግዜ፡

8. ደፋእቲ ሓይሊ ናይ ጽምዋ ግዜ።
9. ንዉሓት ወይ ናይ ጽምዋ ግዜ ዝወስዶ ሰዓታት።
10. ምሉእ መዓልቲ ዝወስድ ናይ ጽምዋ ግዜ።
11. ውጽኢት ናይ ጽምዋ ግዜ።
12. ምምዝጋብ ናይ ጽምዋ ግዜ።
13. ንድፋዊ ምስሊ (ኣብነት) ምምዝጋብ ናይ ጽምዋ ግዜ።
    ኣብነት ዝተመዝገበ ናይ ጽምዋ ግዜ ጸሎት፡
    ኣብነት ውልቃዊ ጸሎት፡
    ኣብነት ጸሎት ንካልኦት፡
    ሰሙናዊ ጸሎት ዘርኢ መደብ፡
14. ርእስካ ትፍትነሉ መለክዒታት።
    ቀዳማይ ፡ ን- መርቲ(ወጣንያን)፡
    ካልኣይ ፡ ንማእከለሎት፡
    ሳልሳይ ፡ ንመምሃራን፡
    ራብዓይ ፡ ሕይወት ስድራቤት፡
15. መዓልታዊ ምንባብ መጽሓፍ ቅዱስ ናይ ዓመት።
16. መደምደምታ።

መቕድም

ሓንቲ ፍርያምን ልምዕትን ተኽሊ ርኢካ ምሥጢር ናይቲ ልምዕቲ ምኳናውን ክትፈልጥ ደሊኻ ንበል። እቲ ቐዳማይ ዝቕልቀለካ ሓሳብ እቲ ነቲ ሱር እታ ተኽሊ ዘስብሐ ፍርያም መሬት እዩ። ነቲ ንሓደ ኣማኒ ከኣ ከምኡ እዩ።

ስለዚ እዩ ከኣ ጐይታ ንኩሉ ኣማኒ ከምዚ ኢሉ ዝኣዘዘ፡ "ንስካ ግና ክትጽሊ ከለኻ ኣብ ቤትካ እቶ፡ ማዕዶካ ዓጺኻ ናብቲ ብስውር ዘሎ ኣቦኻ ጸሊ እቲ ብስውር ዝርኢ ኣቦካ ከኣ ብግልጺ ክፈድየካ እዩ።"(ማቴ 6፥6)

እዛ "መንፈሳዊ ናይ ጽምዋ ግዜ" እትብል መጽሓፍ እምበኣር ብቐንዱ ብዛዕባ ጸሎት ኣብ ዝብል ክፍሊ ዘተኮረት ኣብ መዓልታዊ ሕይወትና ኣብ ህላወ ኣምላኽ በረከት ንክትረክብ ከኣ ትሕግዘና።



ኩሉ ተስፋይ ነዛ መጽሓፍ ፍልጠት ክትረክብ ወይ መሕለፊ ግዜ ኢልካ ከይተንብባ ኢዩ። እንታይ ደኣ ነፍስካ ምስዛ መጽሓፍ ኩተላሊ መ- መርያ ብምልእታ ኣንብባ ብድሕሪኡ ንግሆ ንግሆ ነቲ ምስ ኣምላኽ እትገብሮ ናይ ጽምዋ ግዜ መምርሒት ክትኮነካ ኣብ መደቀሲካ ኣንብራ። በዚ መንገዲ ከኣ እቲ ዝበለጸ ረብሓ ካብዛ መጽሓፍ ክትረክብ ትክእል።

ሕጂ እምበኣር ኣብቲ መንፈሳዊ ናይ ጽምዋ ግዜኩም ኮነ ሕይወትኩም ክመርሓኩም ኣብ ኢድ መንፈስ ቅዱስ እገድፈኩም። ነዛ መጽሓፍ ንዓኩም ንምብርታዕ ክጥቀመላ ከኣ ጸሎተይ የቕርብ።

ጐይታ ምሳኹም ይኹን። ጐይታ ክባርከኩም ከኣ ብምሉእ ልበይ እጽሊ።
ብጥዕና ንበሩ!!!

1. ናይ ጽምዋ ግዜ እንታይ ማለት እዩ?



ናይ ጽምዋ ግዜ ንስካ ካብ ጫውጫውታ እዛ ዓለም ሪሒቅካ በይንካ ምስ ጐይታ ኢየሱስ እተሕልፎ ግዜ ኢዩ። ኣብዚ ግዜ እዚ ንስካ ኣምላኽ ብመገዲ መጽሓፍ ቅዱስ ክዛረበካ ከሎ ትሰምዕ ኣምላኽ ውን ብጸሎት ክትዛረቦ ከለኻ ይሰምዕ ብዑዕ ጻጋስ ዮናስ ከምዚ ኢሉ ኣቕሚጥዎ ኣሎ **“ኣብ ጸሎት ንሕና ንኣምላኽ ንዘረቦ ኣብ መጽናዕቲ መጽሓፍ ቅዱስ ድማ ንሱ ንዓና ይዛረበና”።**

እታ ኣብ መኃልየ መኃልይ ዘላ መርዓት ከምዚ ዓይነት ናይ ጽምዋ ግዜ ተስተማቕር ነበረት ዘለዓለማዊ ድላያ ኢዩ ከኣ ዝነበረ። ስለዚ ከኣ እዩ ከምዚ ክትብል ንሰምዓ “ፈታዊየይ ኣብ ማእከል ኣወዳት ከምቲ ኣብ ማእከል ኣእዋም ዱር ዘሎ ቱፋሕ ኢዩ ኣብ ጽላሉ ባህ ኢሉኒ ይቕመጥ ፍሪኢውን ንትንሓገይ ጥዑም ኢዩ” መኃ መኃ 2፥3 ቦቲ ምቁር ቃላት ኣፉ ባህታ ክትረክብ ንኩሉ ገዲፋ ኣብ ጽላል ፍትዋ ክትቅመጥ መጸት።

ሓወየ ኣብ እግሪ ጐይታ ምቅማጥ (ኮፍ ምባል) እቲ ዝበለጸን ዝዓበየን ክፋል ናይ ሕይወቱ ምኳኑ ኣይትፈልጥን'ዶ ? ጐይታ እምበኣር ንማርታ ክዛረባ ከሎ ነዚ ኣነጺሩዎ ኢዩ “ማርታ ማርታ ብብዙሕ ነገር ትጭነቕን ትሰርሕን ኣሎኺ፡ እቲ ዘድሊ ግና ሓደ ነገር ጥራይ ኢዩ። ማርያም'ሲ ካብኣ ዘይውሰድ ሠናይ ግደ ኃርያ ኣላ” ጐይታ ንማርያም ከምዚ ዝበለ በየናይ ምክንያት ኢዩ፡ እንተ ኢልና፡ “ንሳ ከኣ ቓሉ ክትሰምዕ ኣብ ጥቓ እግሪ ጐይታ ኢየሱስ ተቐሚጣ ነበረት ”ሉቃ 10፥39-42

2. ኣገዳስነት ናይ ጽምዋ ግዜ

እቲ ኣማኒ ክንደይ ዝተባረከ መስል ኢዩ ዘለዎ ኣብቲ ጐይታዘለዎ ኮፍ ክብል ምስኡ ሕብረት ክህልዎ! እዚ እዩን ንዮውሓንስ ኣፈወርቅ ከምዚ ኢሉ ክድነቕን ክጭድርን ዝደፍኣ “ ክትጽሊ ከሎካስ ንኣምላኽዶ ኣይኮንካን ትዛረቦ ዝለካ ? እንታይ ዓይነት ትዕድልቲ ኢዩ እዚ ” እዚ ኢዩ ናይ ጽምዋ ግዜ ዝበሃል ነዚ ትዕድልቲ እዚ ኩተስተማቕር ምፈተካዶ?

ንኣገዳስነት ናይ ጽምዋ ካብ ሕይወት እቲ ጐይታክብሪ ክትርዳእ ትክእል ኢካ። ንሱ ኣሰሩ ምእንቲ ክንስዕብ ኣብነት ገዲፍልና እዩ “1ይ ጴጥ2፥21” ንሱ ወትሩ ኣንጊሁ ይትንሥእ ኣብ ጽምዋ ቦታ ከይዱ ድማ ይጽሊ ነበረ “ማር 1፥35” ብዙሕ ለይቲ'ውን ኣብ ጸሎት ኣሕሊፍዎ ኢዩ “ሉቃ 6፥12” ከምኡ'ውን ኣብ በረካ (ገዳም) ወጺኡ ይጽልይ ነበረ “ሉቃ 5፥16” ግን ኢየሱስ ምጽላይ የድልዮ ኔሩ ዲዩ?

ብዛዕባ ባህርን ሓድነትን እቲ ዘይስበር ሰለስትነት ናይ ስላሴ ጥርጥር የለን። ስለዚ በዚ ምክንያት ወልድ ንኣቦ ከምዚ ክብሎ ይክእል ኔሩ ኢዩ “ኣ ኣቦይ ኩሉ ናተይ ናትካ ኩሉ ናትካ ናተይ እዩ ... ንስካ ኣባይ ኣለካ ኣነውን ኣባካ ”ዮሓ17 ጐይታኢየሱስ ክርስቶስ ነዚ ዝገበረ ነቶም ኣሰሩ ዝስዕቡ ምስ ኣምላኽ ምሕዝነት ምግባር ክንደይ ኣገዳሲ ምኳኑ ክርኢ ኢዩ።

ኣብ መጽሓፍ ቅዱስ ሕይወት እቶም ናይ ኣምላኽ ሰባት እንተ ሪኢና ኣገዳስነት ናይ ጽምዋ ጊዜ ኣብ መንፈሳዊ ሕይወት ክንርዳእ ንክእል። ውሑዳት ኣብነት ክንርኢ፡-

1. **ነቢይ ዳዊት** ዋላኳ ንጉሥ መራሒ ፈራዲ ስለዝነበረ ጻዕቂ ስራሕ እንተነበሮ ምስ ኣምላኽበይኑ ዝዛረበሉ ግዜ ወሲኑ። ኣንጊሁ ይትንሥእ ነበረ “ኦ እግዚኣብሔር ኣንጊህካ ንድምጸይ ትሰምየ ኢካ እሞ፡ ክትምልሰለይ ይጽበ ኣሎኩ” መዝ5፥3
2. **ነቢይ ዳኒኤል** ምስ ኣምላኽ በይኑ ግዜ ከሕልፍን ክጽልን ልማዱ ኢዩ ዝነበረ። ንጉሥ ምስ ከልከሎ ውን እንተኮነ ኣይገደሶን። ከምዚ እዩ ዝነበረ “ዳኒኤል ድማ ነዚ ሕጊ እዚ ከምዝተጻሕፈ ምስ ፈለጠ ናብ ቤቱ ከደ እታ ኣብ ደርቢ ዝነበረት ቤቱ ናብ ኢየሩሳሌም ኣቢለን ዝጥምታ መሳኩቲ ነበራኣ። እተን መሳኮቲ ብኩፉታቱን ከኣ ከምቲ ቀደም ዝገብሮ

ዝነበረ ሠለስተ ግዜ ኣብ መዓልቲ ኣብ ቅድሚ ኣምላኽ ብብርኩ እናተንበርከከ ጸለየን ኣመስገነን" ዳን 6፥10

".....ከምቲ ቀደም ዝገብሮ ዝነበረ ....." ኣብ ዝብል ቃል ኣተኩር። ናይ ጽምዋ ግዜ ልማዱ እዩ ዝነበረ።

3. ሓዋርያ ቅዱስ ጴጥሮስ ኣብ ልዕሊ እቲ ኣብ ቤተክርስትያን ዝገብሮ ናይ ማሕበር ጸሎት (መዓልታዊ ብተወሳክ ዉን) ብጸሎት ክነቅሕ ከሎ ኢና ንርኢ። " ጴጥሮስ ብሳልሰይቲ ሰዓት ክጽሊ ናብ ናሕሲ ደየበ" ግብ 10፥9 ኣብዞም ኣብ ላዕሊ ዝተጠቕሱ ኣብነታት ከምኡውን ካልኦት ምርኩስ ብምግባር ኣገዳስነት ናይ ጽምዋ ግዜ ምስ ኣምላኽ ብመንፈስ ዝተመልኣ ሕይወት ክህልወና እምበኣር ምስ ኣምላኽ ዕርክነት ምግባር ዓቢ ኃይሊ ኢዩ።

3) ዕላማ ናይ ጽምዋ ግዜ

ቅድሚ ኩሉ ክንፈልጦ ዘሎና ናይ ጽምዋ ግዜ መጽሓፍ ቅድስ እተጽንዓሉ ሥርዓት ኮነ ሥነ ሃይማኖት እትመሃረሉ ግዜ ኣይኮነን፣ እዚ ከምዚ ዓይነት መጽናዕቲ ናቱ ግዜ ኣለዎ።



ዕላማ ናይ ጽምዋ ግዜ እምበኣር ምስ ኣምላኽ ዕርክነት ክህልወካ፣ ኣብ ህላወ ኣምላክ ኣቲካ ቃሉ ድምጹ፣ ክትሰምዕ ትእዛዙን ናይታ መዓልቲ መምርሒታት ክትወስድ እዩ። ናይ ሳሙኤል ጭርሑ ናትካ ግበሮ " ባርያካ ይሰምዕ ኣሎ እሞ ተዛረብ " 1ሳሙ 3፥4

ምስ ኣምላኽ ዕርክነት ማለት ሕብረት ሓድነት ክህልወካ ብመንፈስ ዝተመላእካ፣ ሕይወትካ ምሉእ መዓልቲ ክመርሓካ ንዅሉ ተግባራትካ፣ ሳባትካ ክቆጻጸሮ ማለት እዩ።

ናይ ጽምዋ ግዜካ ዕላማኡ በጺሕዎን ኣይበጽሖን ኣረጋግጽ፣ ምስ ኣምላኽ ኮፍ ክትብልን ቃሉ ክትሰምዕን መዓልታዊ ሕይወትካ ምሉእ ሕይወትካ ምስኡ ክትካፈሎ ምሳካ ክህሉ ኣባካ ክነብር ክቆጻጸረካን ክመርሓካ ንነፍስካን ክከላከለልካን እዩ።

4) ጥቕሚ ናይ ጽምዋ ግዜ

ጥቕሚ ናይ መንፈሳዊ ናይ ጽምዋ ግዜ ብዙሕን ዝተባረከን እዩ ንጐይታ መዓልታዊ ብምትጋህ ከኣ እዩ ዝርከብ። ነዚኣቶም ከኣ የጠቃልል፡–

ቀዳማይ ፡ መንፈሳዊ መኣዛ



ከምቲ ኣካላትና ክዓቢ መግቢ ዘድልዮ፣ መንፈስና ከኣ መንፈሳዊ ዕቤት ክረክብ ቃል ኣምላክን ጸሎትን ከም መግቢ የድልዮ ስለዚ ጐይታክብሪ ከምዚ ይብል "ሰብ ካብ ኣፍ ኣምላኽ ብዝወጽእ ኩሉ ቃል ድኣ እምበር ብእንጌራ ጥራይ ኣይነብርን እዩ፡፡" ማቴ 4፥4

ቃል ኣምላኽ እምበኣር መበራትዒ ጸሎት ከኣ ካልእ ዓይነት መንፈሳዊ መኣዛ እዩ። ቅዱስ አዉግስበረን ካብ ተመኩሩኡ ከምዚ ይብል "ኣካላትና ብዘይ መግቢ ክነብር ኣይክእልን ከምኡ ከኣ ጸሎት ደመ ነፍሲ ኢዩ። እዚ መንፈሳዊ መግቢ ንመንፈሳዊ ዕቤት ኣገዳሲ እዩ። ሓደ ኣማኒ እምብኣር ቀጻሊ ክዓቢ ይግባእ ብናይ ይታናን መድሓኒናን ኢየሱስ ክርስቶስ ጸጋን ንዑኡ ብምፍላጥን ግና ዓበየ "2ይ ጴጥ 3፥18 ስለዚ ከምቲ ቅዱስ ጴጥሮስ ዘመልክቶ መንፈሳዊ መግቢ የድሊ እዩ "ብእኡ ኣብ ድሕነትኩም ምእንቲ ክትዓብዩ፣ ከምቶም ሕጂ ዝተወልዱ ሕጻናት ኑቲ ጽሩይ መንፈሳዊ ጸባ ብሃግዎ "1ይ ጴጥ 2፥2

ብሓቂ እቲ ንቃል እግዚኣብሔር ዝናፈቅ ብመንፈስ ይዓቢ ከም ዘሎ ብግብሪ የርኢ ኣሎ ቅዱስ ዩሓንስ ኣፈወርቅ ነዚ ሓቂ ከምዚ ክብል ይገልጾልና "ሃረርታኩምን ድሌትኩምን ኑቲ መንፈሳዊ መግቢ ዘሎኩም ናፍቆትን ምስ ረኣኩ ብስነምግባር ትዓብዩ ከምዘለኩም በሪሁለይ። ምክንያቱ ከምቲ ሥጋና ብመኣዛታት መግቢ ተሃኒጻ ምስ ረኣና ኣብ ጽቡቅ ጥዕና ከም ዘላ ንፈርድ ንቃል ኣምላክ ክትብህጉን ክትሃርፉን ከለኩም ከኣ ነፍስኩም ድልውትን ምሉእ ጥዕና ዘለዋን ከም ዝኾነት ንፈልጥ"።

ካልኣይ ፡ ዕርክነት ምስ ኣምላክ

እቲ ኣማኒ ካብ ኩሉ ፍጥረት ተፈልዩ እንታይ ዓቢ መሰል እዩ ተዋሂብዎ። ኣምላኽ ባዕሉ ኣብ ሕይወቱ ይካፈል፡ ምስኡ ይጎዓዝ፡ ንጸገማቱ የኣልየሉ፡ ይመርሖ ይመክሮ ውን። ነቢይ ሙሴ ብዛዕባ እዚ ክቡር መሰል ከምዚ ይብል “ንስካ ምሳና ዘይትከይድ እንተ ኬንካስ ካብዚ ኣይተውጸኣና፡ ኣነን ሕዝብካን ኣብ ዓይንካ ጸጋ ከም ዝረከብና፡ ኣነን ሕዝብካን ድማ ኣብ ገጽ ምድሪ ካብ ዘለው ኩሎም ሕዝብታት ፍሉያት ከም ዝኾንና ደኣ ብምንታይ ኪፈልጥ እዩ፡ ንስካ ምሳና ብምካድካዶ ኣይኮነን “ዘጽ 33፥16።

ኣብዚ ናይ ጽምዋ ግዜ እቲ ኣማኒ ንኩሉ ሓሳቡ ስርሑ ኩነታቱ ኣብ ቅድሚ ኣምላኽ የወፍዮ እሞ ኣምላኽ ይቕበሎ ስለዚ ጐይታ ባዕሉ ብጥበቡ ይመርሖ። እዚዶ ኣይኮነን ዝበለ ዳዊይ ክጽሊ ከሎ “ብኣካ እዉከል ኣለኩ እሞ፡ ንጉሆ ንጉሆ ምሕረትካ ኣስምዓኒ ጸሎተይ ናባካ የዕርግ ኣለኩ እሞ፡ እቲ ዝከዶ መንገዲ ኣፍልጠኒ ”መዝ 143፥8 ዳዊት ክጽሊ ከሎ እምበኣር ክሳብ ክንድዚ ዕምቆት ነበሮ፡ ጐይታ ድማ ከምዚ ኢሉ መለሰሉ፡ “ኣነ ክምህረካ ነታ ትከደላ መንገዲ ድማ ከርእየካ እየ ክዕዘበካን ክመክረካን እየ” መዝ 32፥8።

ሳልሳይ ፡ ኣንጻር መጥቃዕቲ ዲያብሎስ ምስላፍ እዩ።

እቲ ኣማኒ ብርእሱ ድኩም ምኳኑ ዘጠራጥር ኣይኮነን፡ ከምቲ ነቢይ ዳዊት ዝበሎ “ኦ እግዚኣብሔር ደኪመ እየ መሓረኒ”መዝ6፥2 ሓዋርያ ጳዉሎስ ዉን ኣብሪህዎ ኣሎ “እንተድኣ ክምካሕ ኮይነ ብድካመይ ክምካሕ እየ” 2ይ ቆሮ 11፥3

ጸላኢና ዉን ብልሓተ መታለሊ ምኳኑ ዘጠራጥር ኣይኮነን፡ ቅዱስ ጴጥሮስ ከምዚ ክብል ጽሒፉ ኣሎ” ዲያብሎስ እቲ መጻርርትኩም ዝዉሕጠ ደልዩ ከም ዝንዝም ኣንበሳ ይዘወር ኣሎ 1ጴጥ 5፥8 ስለዚ እቲ ኣማኒ ንዲያብሎስ ምእንቲ ክጻረርን ካብ ኣምላኽ ዉሽጣዊ ኃይሊ ምእንቲ ክረክብን ናብ ኣምላኽ ክጽጋዕን ክጠብቕን ይግባእ ስለዚ እዩ ቅዱስ ሓዋርያ ጳዉሎስ” ስለዚ ኃይሊ ክርስቶስ ኣብ ልዕለይ ምእንቲ ክሓድር ብብዙሕ ታሕጓስ ብድካመይ ክምካሕ እየ” 2ቆሮ 12፥9።

ኃይሊ ክርስቶስ ኑቲ ኣማኒ ክድግፎ ብጸሎት ኣብ ዉሽጢ ሰብነታትና ይሕደር (ኤፈ3፥16) ንነፍሱ ከኣ ቡቲ በላሕቲ ኵናት ቃል ኣምላኽ ይሕልዋ “ናይ መንፈስ ቅዱስ ሴፍ'ዉን ማለት ቃል ኣምላኽ ሓዘ” ኤፈ 6፥”17 እዉ ጐይታና በዚ በሊሕ ሴፍ ገይሩ እዩ ልቢ ሰይጣን ዝወግእ። ማቴ4፥1-11። ኣብ ጊዜ ፈተና ከመይ ጌርና ከመ እንዕወት ዉን ምሂሩና እዩ።

ንዕቤት ዝከዉን መንፈሳዊ መግቢ ምስ ኣምላኽ ዕርክነት ምግባር፡ ኣንጻር ጸላኢ ምስላፍ እዚኣቶም እምበኣር ገለ ካብቶም ጥቕምታት ናይ ጽምዋ ግዜ እዮም።



5) ውጥን ናይ ጽምዋ ጊዜ

ምስ ኣምላኽ ናይ ጽምዋ ግዜ ከተሕልፍ እቲ ዝመችኣ ኣየናይ ሰዓት ናይ መዓልቲ እዩ? ገሊኣቶም ቅድሚ ምድቃሶም፡ ገሊኣቶም ኣብ ፍርቂ መዓልቲ ይመርጹ ኮይኑ ግን እቲ ዝበለጸ ክፍሊ ጊዜ ንግሆ ምኳኑ ዘጠራጥር ኣይኮነን፡፡ ሓንጎል ናጻ ከሎ ብዝኾነ ስራሕ ከይተታሕዘ ኣካላትና ከይደከመ ምስ ሙሉእ ኃይልና ከለና እዩ።

ብተወሳኪ ንእግዚኣብሔር ኣንጊህካ እንተረኪብካዮ ነታ ኣብታ መዓልቲ እትገብሮ ንጥፈታት ክተወፍየሉ ብዛዕባ ስራሕካ ምስኡ ክትማከር ንኩሉ ክትገጥም ከኣ ሓይሊ ክትቅበል ትክእል ኢካ። ብሓጺሩ ጐይታ ምሳካ ይውዕል ማለት እዩ።

ናይ ወጋሕታ ጊዜ ኣብ ሕይወት ዘለዎ ብልጫ ኣብ መጽሓፍ ቅዱስ ዘለዉ ቅዱሳን ኣቦታት ከምኡ ዉን መግለጺ ናይ ቤተክርስቲያና ምስ ረኣካ ክበርሃልካ ይክእል።

ሓደ ሓደ ኣብነታት ክንወስድ፡--

1.ጐይታ**ኢየሱስ** ጐይታ ኢየሱስ መዓልታዊ ናይ ጽምዋ ጊዜ ንግሆ ወጋሕታ እዩ ዝገብሮ ዝነበረ፡ ሓዋርያ ማርቆስ ከም ዝጸሓፎ “ኢየሱስ ገና ለይቲ ከሎ ኣንጊሁ ወጸ ናብ ጽምዋ ቦታ ከይዱ ድማ ኣብኡ ጸለየ” ማር.1፥35

2. **ነቢይ ዳዊት** ኣብ መዝሙር ዳዊት ናይ ጽምዋ ጊዜ ንግሆ የሕልፎ ከም ዝነበረ ብዙሕ ጊዜ ጠቒሱ ኣሎ “ኦ እግዚኣብሔር

ኣንጊህካ ንድምጸይ ትሰምየ ኢካ፡ ኣነ ከኣ ኣንጊሀ ናባካ እምህለል ኣሎኩ እሞ፡ ክትምልሰለይ እጽበ ኣሎኩ”። መዝ.5÷3

3. **ነቢይ ሕዝቅኤል** ንጐይታ ቃላቱ ክሰምዕ ኣንጊሁ ከም ዝረክቦ ጠቒሱ ኣሎ። ኣብ መጽሓፉ ከምዚ ክብል ጺሒፉ ኣሎ “ንጽባሒቱ ከምዚ ዝብል ቃል እግዚኣብሔር መጸኒ” ት.ሕዝ 6÷1

4. **ቅዱስ ባሲል ዓቢ** ካብ መዓልታዊ ተመኩሮኡ ተመርኩሱ ነቲ ኣማኒ ከምዚ ኢሉ ይመክር “ወጋሕታ ኮይኑ እዩ እሞ ተንሥእ ብርሃን መዓልቲ ንዘሃበና መዓልታዊ ስራሕና ክንፍጽም ጸሓይ መዓ ልቲ ንዘብረቐልና ኣመስግን” በዚ ከኣ ኣንጊህካ ምስ ኣምላኽ ምዝርራብ ክንደይ ጠቕሚ ምኳኑ ይምህረና።

5. **ጳጳስ ዮናስ ዳሕራዊ ናይ ኣል ጋልብያ ምምሕዳር** ኣብ ጽሑፉ፡ እታ ቀዳመይቲ ፍረ ናይታ መዓልቲ፡ ንኣምላኽ ክትህባ ክንደይ ኣገዳሲ ምኳኑ ጺሒፉ ኣሎ።“ቃላቱ ኣብ ሓንሳእም ዝዓበየ ቦታ መታን ክህልዎ ደቂ መዛሙርቱ ንመምህሮም ኢየሱስ ክርስቶስ ዝረክቡሉ ፍሉጥ ጊዜ ሰዓታት ክህልዎም ይግባእ፡ ንጐይታእታ ቀዳመይቲ ፍረ ካብ ጊዜና ክንህቦ ይግባእ፡ እዚኣ ከኣ እታ ቀዳመይቲ ሰዓት ናይ መዓልቲ እያ። ምክንያቱ ኣብ መዓልታዊ ንጥፈታትና እንተ ኣቲና ብድሕሪኡ ሕልናካ ክትጥርንፍ ኣሸጋሪ ኢዩ። እቶም ቅዱስ ከምዚ ኢሎም ይቕጽሉ፡ እስራኤላውያን ነቲ መና ካብቲ በረካ ቅድሚ ጸሓይ ምብራቕ ይእክብዎ ነበሩ፡ ብድሕሪኡ ግና ይስወር ወይ ይመክክ ነበረ። ብተመሳሳሊ ንሕናውን ቕድሚ ምቕራስና ኣብ መጽናዕቲ መጽሓፍ ቅዱስ ገለ ጊዜ ክንወስድ ይግባእ። ኣብዚ ጊዜ እዚ ነቲ መንፈሳዊ መና ክንእክቦ ንክእል መግቢ ነፍስና ኣብ ጎደናታት ዓለም ክንነዓዝ ከለና።

ክቡር ዓርከይ ብልጫ ናይ ንግሆ ዝግበር ናይ ጽምዋ ጊዜ ተረዲኡካ ክህሉ ተስፋ እገብር። ኣብ መ- መርታ ኣጸጋሚ ኮይኑ ክትረክቦ ትክእል ኢካ። ንግሆ ቀልጢፍካ ምእንቲ ክትትንሥእ ቀልጢፍካ ምድቃስ የድልየካ እዩ።



6. ቦታ ናይ ጽምዋ ግዜ

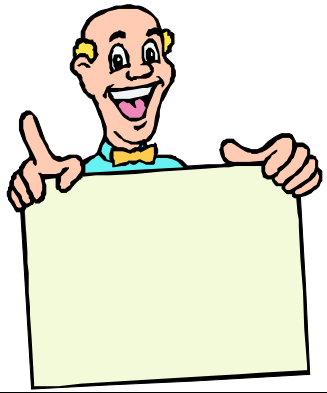
ሕልናካ ጠርኒፍካ ብዘይ ረበሻ እታ ግዜ መታን ክተሕልፋ እዛ ናይ ጽምዋ ግዜ ኣብ ሓደ ፍሉጥ፡ ዉሱን ፡ ቦታ እንተ ገበርካዮ ተመራጺ እዩ። ኣብ ገዛካ ቦታ እንተዘይ ተረከበ ኣብ ጥቓካ ኣብ ዘላ ቤተ ክርስቲያን ቦታ ርኣ፡ እቲ ቦታ ድማ ከምቲ ጐይታ ኢየሱስ ክርስቶስ ክወጽእ ዝመረጸ “ናብ ጽምዊ ቦታ ከይዱ ከኣ ኣብኡ ጸለየ” ማር1÷35 ይኹን።

ኦራ ን ዝተባህለ ምሁር ብዛዕባ ቦታ ናይ ጽምዋ ግዜ ተዛረቡ ኔሩ። ምክሩ ከኣ ከምዚ ይብል
“ብዛዕባ ቦታ ክንዛረብ እንተኮይና“ኣብ ኩሉ ቦታ ብስመይ ዕጣን ክዕ ጠን እዩ” ከም ዚብል ጐይታ ዚኾነ ቦታ መሥዋእቲ ጸሎት ንምቕራብ ይከውን እዩ። ስለዚ ዝኾነ ሰብ ኣብ ዝኾነ ቦታ ክጽሊ ይክእል እዩ። ብሰላም ብዘይ ረበሻ ክጽሊ እንተደልዩ እምበኣር ኣብ ገዝኡ ፍልይቲ መጸለዪ እትከውን ቦታ ከዳሉ ይግባእ። ኣብኡ ከኣ ጸሎቱን ኣምልኾኡን ይፍጽም። ቅዱስ እስጢፋኖስ ኣብ ፍሉጥ ምዱብ ቦታ ምጽላይ ክንደይ ጥቕሚ ከም ዘለዎ ኣብሪሁዎ ኣሎ። “ሓደ ምዱብ ብዙሕ ብርሃን ዘይኣትዎ፡ ብህድኣት ብደጋዊ ነገራት ከይተጸለካ እትጽልየሉ ቦታ ተመራጺ እዩ። ግን ብደጋዊ ነገራት ከይተጸለካ ክትጽሊ ትክእል እንተኮይንካ ኣብቲ ዘሎካዮ ቦታ ቁም”።

ብዛዕባ ናይ ጽምዋ ቦታ ግዜ እንተሓሲብካ እምበኣር ምዱብ፡ ጽምዋ ፍሉጥ ክከውን ጽቡቕ እዩ። ምድቡን፡ ፍሉጥን ክከውን ዝተደልየ ካብ ረበሻን ግዜ ምጥፋእን ምእንቲ ክትድሕን እዩ።

7. መደብ ናይ ጽምዋ ግዜ

ብዙሓት ሰባት ዋላ እኳ ኣገዳስነት ናይ ጽምዋ ግዜ እንተተረድኦም ከመይ ጌርካ ከም እትትግብሮ ግና ኣይፈልጡን እዮም። ስለዚ መዓ ልታዊ ዘወትር ከተግብርዎ ኣይክእሉን በዚ ድማ ዝኾነ ጥቕሚ ኣይረክቡን።እቲ ኣማኒ እምበኣር ከመይ ጌርካ ከም እትትግብሮ እንተፈሊጡ ክተባባዕን ምስ ኣምላኽ ክዘራረብ ብናፍቕት ክጽበን ይገብሮ።



ናይ ጽምዋ ግዜ ኣርባዕተ ክፋላት ኣለውዎ፡–

ቀዳማይ ፡ ልብካ ምድላው
ካልኣይ ፡ መጽሓፍ ቅዱሳዊ ኣስተንትኖ
ሳልሳይ ፡ ጸሎት
ራብዓይ ፡ መደምደምታ ጽምዋ ግዜ።



1. ልብካ ምድላው

ቅዱስ ይስሓቅ ከምዚ ይብል “ቅድሚ ብጸለ◌ት ንኣምላኽ ምልማንካ፣ ርእስካ ብግቡእ ኣዳሉ” ናይ ጽምዋ ግዜ ዕላምኡ ክወቕዕ እንተኮይኑ ናብ ህላወ ኣምላኽ ክትኣቱ ልብካ ምድላው፣ ምቕራብ ኣገዳሲ እዩ። እዚ ከኣ ምስ ኣምላኽ ከተዕልል ብዛዕ ባ ሕይወትካ ከተካፍሎ እዩ።

ኣብ ቅድሚ ኣምላኽክትቀውም ንልብካ ብከመይ ተዳልዎ

ሀ. ማዕጾ ደጋውያን ህዋሳት ምዕጻው።

ጐይታ ነዚ ክገልጽ ከሎ“ንስካ ግን ክትጽሊ ከለኻ ናብ ቤትካ እቶ ማዕጾካ ዕጸ” ማቴ.6፥6 ቅዱስ ኣውግስጢኖስ ውን ብዛዕባ እዚ ገለ ዝብሎ ኣለዎ “ እቲ ማዕጾ ተባሂሉ ዘሎ ማዕጾ ልብና እዩ እምበር ካልእ ኣይኮነን፣ መንፈሳዊ ማዕጾ ኣብ ውሽጢ ሰብነትና ዘሎ እዩ”።

ቅዱስ ዮሓንስ ውን ግብራዊ ዝኾነ መረዳእታ ብዛዕባ እዚ ትርጉም ሂቡ ኣሎ “ኣብ ገዛና ንእቶ ማዕጾ ንዕጾ ሽዑ ንጸሊ፣ ግን እዚ ብግብሪ ዲና እንገብሮ ሕልናና ካብ ከንቱነት ናይ ዓለም ርሒቕና ምስ ኣምላኽ ምትዕራክን ምቕርራብንዶ ኣይኮነን ?”።

ልብካ ምድላው እምበኣር ናብ ህላወ ኣምላኽ ክትኣቱ ሓንጎልካ ናጻ ምግባር ካብ ኩሉ ጉዳያት፣ ግዴታትካ፣ ስራሕካ ኩሉ ኣውጺእካ ኣብ እግሪ ጐይታ ምቕማጥ እዩ።

ለ. ኣእምሮካ ምንቃሕን ማዕጾ ውሽጣዊ ህዋሳትካ ምክፋትን ፡-

ሓደ ካብቲ ኣገዳሲ ረቒሒ ልብካ ናይ ምድላው ትኩረት እዩ። እዚ እግዚኣብሔር ኣብቲ ናይ ጸሎት ቦታ ከምዘሎን ህልው ከምዝኾነን ክትዝክርን ክትፈልጥን እዩ። ኣምላኽ ብዘይ ጥርጥር ኣብ ኩሉ ኣሎ፣ ዝዝንግዕን ኣምላኽ ኣብኡ ከምዘሎ ዝርስዕን እቲ ኣማኒ እዩ በዚ እዩ ከኣ በረከት ዝሓልፎ። ቅድሚ ነዊሕ እዋን ያዕቆብ እቲ ፓትርያርክ ኣቦ እቶም ነገዳት እስራኤል ብተመሳሳሊ ተመኩሮ ሓሊፉ ኔሩ። ምሉእ መዓልቲ ኣብ በረካ ክሳዕ ጸሓይ እትዓርብ ተጓዕዘ። ምስ መሰየ ከኣ እምኒ ተተርኢሱ ደቀሰ። ምስ ተንሥአ ግና ድሒሩ ዝተረድኦ ዓቢን ኣገዳስን ሓቂ ፈለጠ። ከምዚ ድማ በለ“ኣነ ደኣ ኣይፈለጥኩን ነይረ እምበር ብሓቂ እግዚኣብሔር ኣብዛ ቦታ እዚኣ ኣሎ ” ዘፍ.28፥16

ብዙሓት ሰባት ኣብ ቤት ጸሎት ይኣትዉን፣ ጐይታ ኣብኡ ከምዘሎ ኣየስተውዕሉን። ኣብ ሞንጎ ፓትርያርክ ያዕቆብን፣ ነቢይ ዳዊት ዓቢ ናይ ኣተሓሳስባ ፍልልይ ኣሎ። ዳዊት ኣብ ዝከዶ ኩሉ ኣምላኽ ይስዕቦ ከም ዝነበረ የስተውዕል ነበረ ብኩሉ ወገን ከበብካኒ ብኃይልካ ትሕልወኒ ካባካ ናበይ ክከይድ እየ ካብ ገጽካስ ናበይ ክሃድም እየ፣ ንሰማይ እንተዓረግኩ ንስካ ኣብኡ ኣሎካ ኣብ ዓዲ ምዉታት እንተ ከድኩ እንሆ ንስካ ኣብኡ ኣሎካ ”መዝ 139፥5-8።

ቅዱስ ነስትርዮን እቲ ኣማኒ ህላው ኣምላኽ ክኣምንን ከስተውዕ ልን ክሳዕ ክንደይ ኣገዳሲ ምኳኑ ከረድኡ በዚ ጽቡቕ ቃላት ገሊጾም ኣለዉ” ከም ትርእዮ ዘሎካ ገርካ ናብ ኣምላኽ ጸሊ ምክንያቱ ብሓቂ ንሱ ኣብኡ ኣሎ” ጳጳስ ዮናስ ውን ነዛ ተፈታዊት ጥቕሲ ሂቡና ኣሎ፣ “ኣብ ቅድሚ ኣምላኽ ደው ኢልካ ከም ዘሎካ ኣስተውዕል ኣምላኽ ይርእየካን ይሰምዓካን ኣሎ ንሱ ኣብ ጥቓካ እዩ ዘሎ ኣትኩሩ ከኣ ይጥምተካ”።

ሥነ ሓሳብ ጣዕሳ (ንስሓ) ከብርህ ከሎ ከኣ፣ “ህላው ኣምላኽ ምስትውዓል ልክዕ ከምቲ እሙን ዓርኪ ምርካብ እዩ። ብፍቕሪ ምስኡን ንዕኡን ብምዝራብ ፍቱው ዓርኪ ከም ዝረከብካ ተስተማቕሮ። ንኣምላኽ ብከምኡ ኣቀራርባ ኢና ክንቀርቦ ዝግብኣና ከምቲ ምስ ሰብ ንተዓራረኩ። ምስ ዓርክና እንገብሮ ምሕዝነት ስለ ንርእዮ እዩ ምስ ኣምላኽ እንገብሮ ዕርክነት ግን ብእምነት እዩ።

ስለዚ ናብ ህላው ጐይታ ክትኣቱ ልብካ ከተዳሉ እንተኪና ሓሳባትካ ጠርኒካ ማዕጾ ውሽጣዊ ህዋሳትካ ክትከፍት ሓቀ ህላው ጐይታ ኣብታ ናይ ጸሎት ቦታ ከተስተዉዕል ይግባእ። ስለዚ ኣብቲ ናይ ጸሎት ቦታ ኴይንካ ብእምነት “ጐይታ ሕጂ ምሳይ ኣሎ ንሱ ይሰምዓኒ ይርእየኒ የፍቕረኒ ውን እዩ”።

ብጽኑዕ እምነት ዓሚቕ ልባዊ ስምዒትን ንጐይታ ከም ፍቱው ዓርክካ መርሓባ በሎ። “ኦ ኣምላከይ ናብ ቤተይ ይዕድመካ ኣሎኩ፣ ብቀደሙ ውን ናትካ እዩ ናብ ልበይ ውን መርሓባ እብለካ ንሱውን ቤት መቕደስካ እዩ ” በሎ።

ሐ. ልብካ ምንጻህ ።

ካልእ ኣገዳሲ ረቛሒ ልብካ ኣዳሊካ ናብ ቅድሚ ኣምላኽክትቐርብ ልብካ ምንጻህ እዩ። “ንጹሓት ልቢ ንኣምላኽ ክርእይዎ እዮም እሞ፡ ብፁዓን እዮም” ልብካ ከየንጸህካ ንኣምላኽ ክትርእዮ ህላዌኡ ከተስተማቕር ኣይክኣልን እዩ። ዳዊት ውን ኣብ መዝሙሩ ነዚ እዩ ጠቒሱልና “ናብ እምባ እግዚኣብሔር ዝድይብ መን እዩ ? ኣብቲ ቅዱስ ቦታኡ ዝቀውምከ መን እዩ ? እቲ ንጹሕ ዝግብሩን ንጹሕ ዝልቡን እቲ ንጣያት ዘየምልክ እቲ ብሓሶት ዘይምሕል ሰብ እዩ። ”መዝ 24፥3-4 መሊሱ ውን ከምዚ ይብል “ኃጢያተይ ከይተነሳሕኩ ኣብ ልበይ እንተ ዝሕዞ እግዚኣብሔር ኣይሰምዓንን” መዝ 66፥18 ጐይታ ስለምንታይ ብዓይኒ መንፈስ ከም ዘይንርኢ ብነቢይ ኢሳይያስ ምሥጢር ክገልጽ ከሎ እዩ። ኣይፋልኩምን ንዓካትኩምን ንኣምላኩምን ኣብ መንነኩም ኣበሳኩም እዩ፡ ከይሰምዓኩም ከኣ ኣብ ቅድሚኩም ኮይኑ ገጽ እግዚኣብሔር ዘሓበኣልኩም ዘሎ ኃጢኣትኩም እዩ “ኢሳ 1፥2”

ስለዚ እዩ ነቢይ ዳዊት ንኣምላኽ ክርኢ ልቡ ክጸርን ክነጽህን ዝናፍቕ ዝነበረ ምእንቲ ክነጽህ ከኣ ይጽሊ ነበረ “ኦ ኣምላኽ መርመረኒ ልበይ ከኣ ፈለጥ ፈትነኒ ሓሳበይ እውን ፈለጥ መገዲ ዓ መጻ እንተ ኣልዩኒ ረኢ ኣብቲ ናይ ዘለዓለም መገዲ መረሓኒ ”መዝ 139፥23-24

ንርእስካ ብዛዕባ ኃጢኣትካ ፈትና ተነሰሓሎም ውን ኣብ ቅድሚ ጐይታ ውን ተናዘዝ። ጳጳስ ዮናስ ከምዚ ክብል ገሊጽዎ ኣሎ፡ ኃጢኣትካ ከምዝከበደ ሽከሙ ከምዝከብደካ እንተፈሊጥካ፡ ማዕጾ ዕጾ ምስ ጐይታ ኢየሱስ ከኣ ኣብቲ ጸልማት ለይቲ ተዘራረበሉ ኣብ ጸሎትካ ኩሉ ዝገበርካዮ ግለጸሉ፡ ነቢይ ዳዊት ከምዚ ይብል “ሽዑ ኃጢኣተይ ኣፍለጥኩካ በደለይ'ውን ኣይሰወርኩልካን ኣበሳይ ክናዘዘልካ መደብኩ ንስካውን እከይ ኃጢኣተይ ይቕረ በልካለይ” መዝ 32፥5።

ንስካ ገለ ገለ ካብ ኃጢኣትካ ክትዝክር ትክእል መንፈስ ቅዱስ ግን ንኩሉ ዝተከወለን ዝተሓብኣን ኣብ መሽጎራጉር ልብካ ዘሎ ከይተረፈ ይቕልያ። ስለዚ ንሱ ኣብ ውሽጥካ ክዓይይ ሕደጎ። ንውሽጣዊ ሰብነት ንኣምላክ ምርኣይ ዝክልክሎ ዘሎ እንታይ ምኳኑ ክዕዘብ ክቕልብ ግበሮ። ኃጢኣትካ ክርኣየካን ገበነ ከም ዝኾንካ ክስመዓካ ከሎን ተስፋ ኣይትቑረጽ ንኩሉ ኃጢኣትካ ኣብ ምሕረት ኣምላኽ ተወኪልካ ኣብ ትሕቲ ደም ኢየሱስ ኣንብሮ ካብ ኩሉ ርስሓት ናይ ልብካ ክንጽሆ እዩ። መብጽዓ መጽሓፍ ቅዱስ እዚ እዩ። ኃጢኣትና እንተ ተናዘዝና ኣምላኽ እሙንን ጻድቅን ስለ ዝኾነ ንኃጢኣትና ይቕረ ክብለልና ካብ ኩሉ በደልና ውን ክንጽሓና እዩ” 1 ዮሓ 1፥9 ኣብ ካህን ክትናዘዘ ዕድል ኣብ ዝረኸብካሉ ኣብ ቀረባ ጊዜ ሕሰብ። **ኃጢኣትካ ክትፈልጥ ኪኢልካዶ** ? ገጽ ኣምላኽ ከዊሉልካ፡ ሓቢኡልካ ዘሎ ኃጢኣት ኣየናይ ምኻኑ ፈሊጥካ'ዶ ? ክትፈልጥ እንተዘይኪኢልካ ኣብ ምዕራፍ 14 ናይዚ መጽሐፍ “ርእስካ ምምርማር ” ኣንብብ። እቲ መንፈስ ሓደ ወይ ልዕሊ ሓደ ኃጢኣትካ ከዘክረካ ህላው ኣምላኽ ምርኣይ ዝክልክለካ ዉን ከመልክተልካ እዩ።

መ. ግቡእ ክዳን ምልባስ

ብርግጽ ደጋዊ ክዳንካ ክትቅይር ኣይኮነን ዝብል ዘለኩ ኣብ ቅድሚ ጐይታ ክትኣቱ መሰረታዊ ረቛሒ ዝኾነ ልብካ ምድላው እየ ዝብል ዘለኩ። እቲ ኣማኒ ብዙሕ ግዜ ኣብ ህላው (ቅድሚ) ኣምላኽ ክኣቱ ዘይብቑዕ ዘይግብኦ ምኳኑ እዩ ዝሓስብ። እዚ ስምዒት ከኣ ሓቂ እዩ። ንዝኾነ ሰብ ከኣ እዚ ክሓስብ ይግባእ ነዚ ክርስዕ የብሉን። እቲ ኣማኒ ኣብ ዝኾነ መዓልቲ ኣብ ህላው ኣምላኽ ክኣቱ ብቑዕ ኣይኮነን ብተወሳኪ ኣብ ቅድሚ ኣምላኽ ብዘይ ጸገም (ከልካሊ) ከምዝኣቱ ብዘይ ቅድመ ኩነት እቲ ማዕጾ ንዕኡ ክፉት ምኳኑ ዝሓስብ እንተኾይኑ ብዉድቀት ንድሕሪት ከምዝምለስ ፉሉጥ እዩ። ዋላእኳ ንነብሱ ምስ ኣምላኽ ይዘራረብ ከምዘሎ ከእምና እንተደለየ ሕልንኡ ግን ይቃወሞ ሓሳዊ ድማ ይገብሮ።

ኢያሱ እቲ ልዑል ሊቀ ካህናት ሓደ መዓልቲ ግቡእ ክዳን ኤፎድ ሓደ ሰብ ኣብ ቅድሚ ኣምላኽክኣቱ ዘብቅዕ ልብሲ ከይተከድነ ኣብ ቅድሚ ጐይታ ቀረበ። ስለዚ እቲ መልኣክ ነቲ ረሳሕ ክዳዉንቲ ካብኡ ኣልጊሱ ብሉጽ ክዳዉንቲ ዉን ከደኖ። ዘካ13፥1-15

እቲ ክዳን መርዓ ከይተከድነ ናብ መርዓ ዝመጸ ሰብኣይ እንታይ ከም ዘጋጠሞ ትዝክር'ዶ? ናብቲ ድቕድቕ ጸላም ከምዝተደርበየዶ ኣይትፈልጥን? ማቴ 22፥11-14

ናይ ልብሲ ነገር ተጋጫዊ ስለዘይኮነ ካብ ሥነ ሃይማኖት ወይ ኣብ ናይ ስርዓት ኣልዒልና ክንዛረብ ኣየድልየናን እዩ። እዚ ልብሲ እዚ ልብሲ ክርስቶስ እዩ ጸጋ ክርስቶስ እዩ። ኣብ ቅድሚ ኣምላኽ ክቕርብ ዝግብኦ ዋላ ሓደ የለን ብዘይካ እቲ ሰብ ኢየሱስ ክርስቶስ፡ እቲ ሓደ ንበይኑ ኃጢኣት ዘይብሉ ንጹህ ባህሪ ብኡኡን ኣብ ጸጋኡን

ተመርኩስናን ናብ ኣምላኽ ክንኣቱ ንክእል “ብኡኡ ኢና ናብ ኣቦ ንኣቱ ” ኤፌ2፥18
“ንሕና ክኣ ብኡኡ ማለት ብክርስቶስ ብምእማን ብትብዓትን ብእምነትን ምእንቲ ናብ ኣምላኽ ክቕርበና ኢሉ እዩ “ኤፌ 3፥12።

ናብ ህላው ኣምላኽ ክትኣቱ ልብካ ምድላው እምበኣር ሓደ ሓቂ እዩ ዘብርሃልካ ንሱ ክኣ ንስካ ኣብ ህላው ኣምላኽ ዋላ እኳ ኣማኒ እንተኮንካ ክትኣቱ ብቕዕ ዘይምኳንካ እዩ ብዘይ ክርስቶስ ኣቢልካ። ኩሉ ሳዕ ኣብ ቅድሚ ኣምላኽ ክትኣቱ እንተደሊካ እምበኣር እዚ ዘክር።ነቲ ናይ ሓድሽ ኪዳን መንጎ ምስ ትበጽሑ ጸጋኡ (ብቕዓቱ) ኣብ ልዕሌካ ምስ ኣፍሰሶ ናቱ ልብሲ ንጽህና የልብሰካ ንኩሉ በደልካ ይክውሎ፣ ንድክመትካ ይድግፎ ሽው ንስካ ባዕልካ ኣብቲ መለኮታዊ ህላው ክትኣቱ ብቕዕ ትከውን። ብከምዚ ጥራይ ኢና ምስ ኣምላኽ ክንራኸብ ገጹ ክንርኢ ንክእል።

እዚ ልብሲ ንጽህና ለቢስካ ጥራይ ኢካ ንንጉሥ ነገሥታት ክትርእዮ ትክእል ብዘይ እዚ ቅዱስ ልብሲ ኣብ ቅድሚኡ ክትኣቱ ብቕዕ ኣይትከውንን። ክርስቶስ ውን ነዚ ነጥቢ እዚ ከረድኣና ኢሉ እዩ ከምዚ ዝበለ “እቲ ነቦ ብስመይ ዝለመንኩሞ ዘበለ ክህበኩም እዩ” ዮሓ 15፥16።

ስለዚ መምህርና ሓዋርያ ቅዱስ ጳውሎስ ጽሒፉልና ኣሎ “ ብኡኡን ምእንቲ ስሙን ጸጋ ሓዋርያነትን ተቐበልና” ሮሜ1፥5 ብዛዕባ እዚ ሓቂ ዘሎካ ኣፍልጦ ኩተዕቢ ኣይተቕልብ እንታይ ደኣ ብናይ ክርስቶስ ደም ናብ ህላው ኣምላኽ ንክትኣቱ ግብራዊ ስጉምቲ ክትወስድ ተበገስ። መጽሓፍ መኽሳት ውን ከምዚ ይብል “ ብዘይ እዚ ስም እዚ ብርግጽ ድሕነት የለን ብመሰረት ቃላት ጴጥሮስ ውን ብኡኡ ክንድሕን ዝግባእ ካልእ ስም ኣብ ትሕቲ ሰማይ ንደቂ ሰብ ኣይተዋህበን ስለዚ ድሕነት ብሓደ ካልእ ኩቶ የልቦን ስለዚ ሕዝቢ ምስ ኣምላኽ ክዘራረብ ዝክእል ብጐይታ ኢየሱስ ክርትስቶስ ጥራይ ምኳኑ ኣሚንና ኢና”።

ረ. ምሕረትን ፍቕርን ኣምላኽ ዘክር

ከም ኣቦ ብፍቕሪ ክርእየካ፣ ይከላከለልካ፣ ይስዕበካ ምኳኑ ምዝካር ህላው ኣምላኽ ኩተስተማቕር ይሕግዘካ እዩ። እዚ ድማ ንፍርሒ የባርራ“እታ ፍጽምቲ ፍቕሪ ንፍርሓት ኣውጺኣ ትድርብያ ደኣ እምበር ኣብታ ፍቕርስ ፍርሓት የልቦን” 1ዮሃ4፥18 ዳዊት ውን ናብ ቅድሚ ጐይታ ክኣቱ እንተደለየ ነዚ እዩ ብዓውታ ዝዝምሮ ዝነበረ “እ እግዚኣብሔር ኣመስግነካ ኣሎኩ ኑቲ ዝተገበረለይ ኩሉ ሠናይ ከኣ ኣይርስዖን እየ ንስካ ንኩሉ ኣበሳይ ትሓድገለይ ንኩሉ ሕማመይ ትፍውስ ንሕይወተይ ካብ ጥፍኣት ትብ- ዋ ብዘለዓለማዊ ምሕረትን ርህራሄን ትክልለኒ ንስካ ንሕይወተይ ብጽቡቕ ነገር ተጽግባ ኣነ ከኣ ከም ንስሪ ተሓዲሰ ድልዱል ኮይነ ይነብር።”መዝ103፥2-5።

ሰ. ምዝማር መዝሙር



መዝሙር ምዝማር ኣብ ህላው ኣምላኽ ንክትኣቱ ካብ ዝገብሩ ኣገደስቲ ንልቢ ዘዳልዉ ረቓሒታት እዩ። ዘማራይ ዳዊት ብተመስጦ ከምዚ ይብል “ንእግዚኣብሔር ብሓጎስ ተገዝእዎ ዕልል እናበልኩም ናብኡ ምጹ” መዝ 100፥2 እቲ ኣገዳሲ ነጥቢ ኣብ ትርጉም ናይቲ መዝሙር ምትኳር እዩ ትደጋግሞም ጥራይ እንተኳንካ ረብሓ ከይትረክበሉ ትክእል ኢካ መንፈሳዊ መዝሙር ተመኩሮ፣ ሓደ ልቡ በዞም ቃላት ዝተማረከ ሰብ ምስ ኣምላኽ ዝተዘራረቦ እዩ ዝገልጸልካ ከም ውጽኢቱ ሓደ መዝሙር ብትርጉሙ ምስ እግዚኣብሔር ተመሳሳሊ ርክብ ክህልወካ ይገብረካ።

ኣብ ገዛካ ከለኻ ምስቲ ንስካ ዘለካዮ ዝከይድ መዝሙር ምረጽ ዘምሮ ከኣ፣ ንስካ ካብቲ ትርጉም ረብሓ ክትረክብ ኢዩ እቲ ዕላማ ዋላ ሓደ ሰብ ዝሰምዕ የለን ድምጸይ ከምዚ እንድዩ ኣይትበል።

ሸ. እምነት

ኣብ ደጋውያን ህዋሳትካን ስምዒትካን ዘይኮነ ኣብ ዉሽጣውያን ህዋሳትካ ተሞርኮስ። ብእምነት እግዚኣብሔር ኣብታ ትጽልየላ ገዛ ጥራይ ዘይኮነ ከም መብጽዓኡ ኣብ ውሽጥካ ከም ዘሎ እመን። “ምስኣቶም ክነብር ኣብ ሞንጎኦም ውን ክመላለስ ኢየ” 2 ቆሮ6፥16 ጐይታ ክብሪ ኢየሱስ ውን ከምዚ ይብል “እቲ ዘፍቅረኒ ቃለይ ክሕሉ እዩ ኣቦይ ከኣ ከፍቅሮ እዩ ናብኡ መጺእና ከኣ ማሕደር ክንገብር ኢና” ዮሓ 14፥23። መሊሱ ውን ከምዚ ይብል “እንሆ ኣብ ኣፍ ደገ ደው ኢለ ማዕጾ ኪሕኪሕ ኣብል ኣለኩ ሓደ እኳ ንድምጸይ ሰሚዑስ ማዕጾ እንተከፈተለይ ናብኡ ክኣቱ ምስኡ ኣብ መኣዲ ክቕመጥ እየ ንሱ ውን ምሳይ ክቕመጥ ኢዩ”። ራኢ፥20 ነዚ ምርኩስ ብምግባር

መምህርና ጳዉሎስ ከምዚ ኢሉ ይሓትት “ቤት መቐደስ ኣምላኽ ምኳንኩምን መንፈስ ኣምላኽ ኣባኩም ሓዲሩ ምህላዉንዶ ኣይትፈልጡን ኢኩም”። 1 ቆሮ 3፥16

እቲ ቅድሚ ኣምላኽ ኣትዩ ዘስተማቐሮ ነዚ ሓቂ እዚ ይፈልጦ ኢዩ። ቅዱስ ዮሓንስ መንፈሳዊ መራሒ ከምዚ ጽሒፉ ኣሎ “ብዉሽጦም ንዓካ ዝጥምቱ ብፁኣን እዮም እቶም ኣብ ዉሽጦም ዝደልዩካ እዉን ብፁኣን እዮም ኣብ ደገ እትደልዮ መቐደሱ ኣብ ዉሽጥካ እዩ።

ስለዚ ጳጳስ ዮናስ ውን ከምዚ ይብል “ብዙሓት ሰባት እግዚኣብሔር ኣብ ኩሉዩ ዝርከብ ይብሉ ንዓና ግን ከምኡ ኣይኮነን፡ ካብዚ ኣድማስ ምስ ኣምላኽ እትዘራረበሉ ቦታ ሓደ ጥራይ ኢዩ ኣብ መዓሙቕ ልብና ንስካ ንባዕልካ መቐደስ ኣምላኽ ኢካ ኣብኡ ይጽበየና ኣብኡ ይረክበና ኣብኡ ከኣ ምሳና ይዘራረብ። ስለዚ ክንረክቦን ክንዛረቦን ናብ ማዓሙቕ ልብና ንኪድ ህላወ ኣምላኽ ከነስተማቕር እንተደሊና እምበኣር ኣብ ውሽጥና እምበር ኣብ ደገ ክንርኢ የብልናን። ብሓሳባትና ኣብ ደገ ክንርእዮ ሃሰው ኣይንበል። ዋላ እኳ ኣብኡ እንተሎ ክንረክቦ ከነዘራርቦ ኣይንክእልን ኢና። እነዘራርቦ ኣብ ልብና ጥራይ ኢዩ ” እዚ እምነት እዚ ኣለካ ዶ? ኣብ ህላወ ኣምላኽከም ዘሎካን ኣብ ልብካ መቐደስ ከም ዘለዎን ብሓቂ ኣሚንካ ዲካ ?

2. መጽሓፍ ቅዱሳዊ ኣስተንትኖ



ልብካ ኣዳሊካ ኣብ ህላወ ኣምላኽ ምስ ኣተካ ኣብ ቅድሚኡ ውን ደው ምስ በልካ እቲ ካልኣይ ክፋል ናይቲ ናይ ጽምዋ ግዜካ ድምጺ እግዚኣብሔር ካብ መጽሓፍ ቅዱስ ምስማዕ እዩ። ንጐይታ ሕተዮ “እንታይ ክገብር ትደልየኒ ኣለካ ግብ 9፥6። በሎ።

ድምጺ እግዚኣብሔር ብንጹር ክትሰምዕ ምእንቲ ክትክእል እዞም ዝስዕቡ ደረጃታት ከንብረልካ

1. ብሕጽር ዝበለ ጸሎት ልብካ ኣልዒልካ ኑቲ ምሳካ ዘሎ ጐይታ ከምዚ በሎ “ ጐይታ ኣብ መጽሓፍ ቅዱስ ድምጽካ ክሰምዕ ሃበኒ ሎሚ ከመይ ኢለ ክነብር ከም ትደልየኒ ከኣ ንገረኒ ” ከምዚ ውን በሎ “ኑቲ ኣብ ሕግካ ዘሎ ተኣምራት ክርእስ ኣዒንተይ ክፈተለይ” መዝ 119፥18።

2. ኑቲ ኣቐዲምካ ዝመደብካዮ መጽሓፍ ቅዱሳዊ ምዕራፍ ንኣስተንትኖ ክኾነካ ኣንብቦ። ኣብዚ ክንግንዘቦ ዝግበኣና መጽሓፍ ቅዱሳዊ ኣስተንትኖ መንፈስና ከነዕብን ከነባራትዕን እንንብቦ ደኣ እምበር ኑቲ መዓልታዊ መጽናዕቲ መጽሓፍ ቅዱስ ፍልጠትና ከነዕሙቕ ቅዱስ ታሪክ ኣብ መጽሓፍ ቅዱስ ዘለዉ ቅዱሳት ሰባት ከተጽንዕ ትገብሮ መደብ ዝትክእ ኣይኮነን። ንመጽናዕቲ ብዝጥዕም ንመጽሓፍ ቅዱስ ኣብ ዓመት ወይ ክልተ ዓመት ከም እትዉድኦ ከከም ኩነታቱ ሰሪዐልኩም ኣሎኩ። ኣብ ምዕራፍ 15 ናይዚ መጽሓፍ ክትረክብዎ ኢኩም።

መጽሓፍ ቅዱሳዊ ኣስተንትኖ ኣብ ናይ ዉልቂ ናይ ጽምዋ ግዜካ ብሠለስተ መንገዲ ከተተግብሮ ትክእል ብምርጫካ ከምቲ ናትካ ድሌት ኑቲ መደብ ስርዓዮ። እቶም ሰለስተ መገድታት

ሀ. ካብቲ ንመጽናዕቲ መጽሓፍ ቅዱስ ዝተመደበ መዓልታዊ ገለ ክፋል እናወሰድካ ብሪጋ ክትከይድ ትክእል።

ለ. ካብ መጽሓፍ ቅዱስ ዝተዋጽኡ ጥቕስታት ምዉሳድ ንኣብነት ዘበራትዑ ጥቕስታት ወይ ውን ብኣርእስቲ ዝተፈልዩ (ንኣብነት ትርጓሜ ወንጌል ሕታም ናይ 2005 ዓ.ም.ፈ) ኣብቲ መንፈሳዊ ድሌታትካ ኣብ ዝብል ክፍሊ ክትሓርቕ፡ንጽህና ክትደሊ ዝብሉ ክትረክብ ትክእል። ሓንቲ ጥቕሲ ኣብ ሓደ ናይ ኣስተንትኖ ግዜ ክትወስድ ትክእል

ሐ. ካብ ናይ ሰሙናዊ መጽናዕቲ መጽሓፍ ቅዱስ ሓንቲ ጥቕሲ (ንዓ ካ እትምልከት ወሲድካ ተስተንትን)። ሓንቲ ጥቕሲ ኣብ ሓደ ናይ ጽምዋ ግዜ።

3. ነታ ጥቕሲ እግዚኣብሔር ይዛረበካ ከም ዘሎ ሓሲብካ ደጋጊምካ ኣንብባ (ንኣብነት 3 ግዜ) እቲ ቀንዲ መልእክቲ ናይታ ጥቕሲ ውን ውሰዶ።

4. እንተተካኢሉ ነታ ጥቕሲ ብካልእ ሕታም መጽሓፍ ቅዱስ ውን ኣንብባ። እዚ ከኣ ኣምላኽ ዕላምኡ እንታይ ምኳኑ ኣጸቢቕካ ክትርዳእ ክሕግዘካ እዩ።
5. ኣብ ሕይወትካ ኣምጺእካ ኣብ ልብካ እንታይ ጽልዋ ከምዘለዋ ኣስተማቕራ በቲ ዝተዋህበካ ቃል ነታ መዓልቲ ንበር።
እዚኣቶም ውሑዳት ካብቶም ኣብ ኣስተንትኖ ክሕግዙካ ዝክእሉ መልእኽቲ ናይ ሓደ ጥቕሲ ኣብ መንፈስካ ዘለዎ ጽልዋ እዮም ሓደ ወይ ካብ ሓደ ንላዕሊ ካብዞም ኣብ ልዕሊ ዝተዘርዘሩ ነቲ ጥቕሲ ዝገልጽ ንካልእ ክትረክብ ትክእል። እቲ ዘገድስ በቲ ጥቕሲ ኣቢሉ ገይታ ይዛረበካ ከም ዘሎ ምርዳእ ኣብ ቅድሚ መናፍስቲ ገይታ ምህላውካ ኣይትረስዕ “ንሱ ዝበለኩም ኵሉ ግበሩ” ዮሓ 2፥5 ቃል ገይታ ዘይትሰምዓሉ ፍቃዱ ክትገብርውን ዘይትተግህ እንተኾይንካ ናይ ጽምዋ ግዜ ምስ ኣምላኽ ምሕላፍ ጥቕሚ የብሉን።

3. ብጸሎት ምስ ገይታምዝራብ



በቲ ናይ ኣስተንትኖ ጥቕሲ ንገይታ ምስ ሰማዕካዮ ሕጂ ንገይታ ክትዛረቦ ጊደካ ኢዩ። ገይታ እታ ርግቢ ኣብ መሃልየ መሃልይ ከምዝተዛረበ ድምጽካ ክሰምዕ ኣዝዩ ኢዩ ዝናፍቕ ዘሎ “እቲ ከም ርግቢ ኣብ መቓቕሮ ከውሒ ኣብ መሕብኢ ጸድፊ ዘለኺ እቲ ጥዑም ድምጽኪ ኣስምዕኒ እቲ ጽቡቕ ገጽክውን ኣርእይኒ”መሃ2፥14 ምስ ገይታ ብዛዕባ ብዙሕ ክትዘራረብ ትክእል ኢካ። ንኣብነት
* ብዛዕባ መልእኽቲ እታ ናይ ኣስተንትኖ ጥቕሲ
* ውልቃዊ ጉዳያትካ
* ንካልኦት ትልምነሎም እንተለካ
* ጸሎት ብዛዕባ ከባብያዊ ሃገረ ስብከት
* ጸሎት ብዛዕባ ዓለማዊ ሃገረ ስብከት

1. መልእኽቲ እታ ናይ ኣስተንትኖ ጥቕሲ

ሀ. በቲኣ ጥቕሲ ኣቢሉ ገይታ ብዛዕባ ሓደ ሓጢያት የመልክተልካን ክትናዘዘሉን ክትሓድነን ክነግረካ ይክእል።
ለ. ኣብታ ጥቕሲ ክትገብሮ ዘለካ መነሳዊ ትእዛዝ የመልክተልካ
ሐ. እታ ጥቕሲ ሓደ በረከት ወይ ብኢየሱስ ክርስቶስ እትረክቦ መሰል ጸጋ እትነግረካ ንጎይታውን ኩተመስግን ተመልክተልካ ክትክእል ትከውን።
መ. ገይታ ሓደ መብጽዓ የመልክተልካ እሞ ንስካ ምእንቲ ነቲ በረከት ክትረክብ ክትጽሊ በታ ጥቕሲ ይሕብረካ።
ሰ. እታ ጥቕሲ ሓደ ብሉጽ ክብሪ ወይ ዕብየት ባህሪ ገይታ ትገልጸልካ እሞ ንስካ ንእግዚኣብሄር ክብሪ ትህብ።
ረ. እታ ጥቕሲ ሓደ ናይ መጽሓፍ ቅዱስ ኣብነት ዝከውን ሰብ እንተኣዘኪራትካ ንስካ እታ መዓልቲ ከምቲ ንሱ ምስ ኣምላኽ ዝነበሮ ክትነብር ከተመልክተልካ ትክእል።

በታ ናይ ኣስተንትኖ ጥቕሲ ኣቢሉ ገይታ ብዛዕባ እዞም ኣብ ላዕሊ ዝተጠቕሱ ሕጢያት፡ትእዛዝ፡መሰልወይ ሃለፋ፡መብጽዓ፡ብሕሪኡ ወይ ክንክተሎ ዘለና ኣብነት ክዛረበና ይክእል።
ሕጂ እምበኣር ብዛዕባ እቲ ዝነግረካ መልእኽቲ ክትዛረቦ ጊደካ እዩ። እዚ ከኣ ንስሓ፡ ልመና፡ምስጋና፡ክብሪ ክከውን ይክእል።
ሀ. ኑዛዜ (ንስሓ)
ኣምላኽ በታ ጥቕሲ ብዛዕባ ሓደ ሓጢኣት እንተ ነጊሩካ ተናዘዝ ምሕረት ክገብረልካዉን ሕተቶ ብደም ኢየሱስ ምሕረት ሕተት ምክንያቱ “ሓጢኣትና እንተተናዘዝና ኣምላኽ እሙንን ጻድቕን ስለዝኾነ ንሓጢኣትና ይቕረ ክብለልና ካብ ክሉ በደልና ዉን ከንጽሃና ኢዩ” 1ዮሓ 1፥9 ቅ,ኣንጠንዮስ ከምዚ “ይብል ንዝገበርካዮ ሓጢኣት ኣይትሕብኣዮ እቲ ጽበለጸ ሰብ ሓጢኣቱ ንኣምላኽ ክናዘዘሉ ንርእሱ ከዋርድ ኢዩ።

ለ. ልመና (ጸሎት)
ገይታ በታ ጥቕሲ ኣቢሉ ሓደ ሓጢኣት ክትገድፍ ወይ ሓደ ትእዛዝ ክትፍጽም እንተድኣ ነጊሩካ ነቲ ትእዛዝ ክትፍጽም

ሓይሊ ክህበካን ክሕግዘካን ለምኖ። ንሱ ከምዚ ይብል “ ብዘይ ብኣይ ሓንቲኺ ክትገብሩ ኣይትክእሉን ኢኩም ” ዮሓ 15፥5

ቅዱስ ኢሳይያስ ጳጳስ ብዛዕባዚ ጽቡቕ ሓሳብ ሂብና ኣሎ“ ናብ ኣምላኽ ክትጽሊ ከለኻ ከምዚ በሎ ጎይታይ ኢየሱስ ክርስቶስ ሓገዘይን ተስፋይን ንስካ ኢካ። ኣነ ኣብ ኢድካ ኢየ ዘለኩ ንዓይ ጽቡቕ እንታይ ምኪኑ ንስካ ትፈልጥ ኢካ። ንዓካ ከይነጽግ ብመንገደይ ከም ድላየይ ከይጉዓዝ ንስካ ባዕልካ ደግፈኒ። ድኩም ኢየ እሞ ኣይትመንነኒ። ንጸላእተይ ከኣ ኣሕሊካ ኣይትሃበኒ ኣባካ ተዓቕኑ ኣለኩሞ ብፍቕርካን ብለዉሃትካን ኣድሕነኒ”

ሐ. ምምስጋን

በታ ናይ ኣስተንትኖ ጥቕሲ ጐይታ ሓደ መሰል ወይ ሓለፋ ወይ በረከት እንተሂቡካ ከምቲ መጽሓፍ ቅዱስ ዝብሎ ብዛዕባኣ ኣመስግኖ“ብኩሉ ኣመስግኑ ከመይ ኣብቲ ብክርስቶስ ኢየሱስ ዘለኩም ሂወት ኣምላኽ ዝደልዮ እዚዩ” 1ይ ተሰ 5፥18 ቅዱስ ኢሳኞ ከምዚ ይብል ???????????

ብተወሳኪ ዉን ከምዚ ይብል ፡-

“ እቲ ኩሉ ግዜ እተመስግን መልሓስ (ኣፍ) ካብቲ ሓያል ኣምላኽ በረከት ትረክብ እታ ብዘይ ምቁራጽ ምስጋናን ክብርን እህብ ልቢ ዉን ብጸጋ ትበጽሕ ወይ ጸጋ ትረክብ ”

መ. ክብርን ልዕልናን ምሃብ

እታ ጥቕሲ ሓደ ብልዑልን ሰናይን ዝኾነ ባህሪ እንተድኣብሪሃትልካ ንኣብነት ፍቕሪ ወይ ምሕረት ኣምላኽ ከምቲ ዳዊት ዝገበሮ ንኣምላኽ ክብርን ልዕልና ሃብ።“ ንእግዚኣብሄር ኣመስግንዎ እግዚኣብሄር ሰናይ ኢዩ ምሕረቱ እዉን ንዘልኣለም ይነብር ኢዩሞ ኣመስግንዎ” መዝ 106፥1

ካብታ ናይ ኣስተንትኖ ጥቕሲ ተበጊስና ክንጽልየሉ ንክእል ነገራት እዚኣቶም ኢዮም። ቅ.ባሲል ከምኡዉን ኦሪ- ን ዝተባህለ ሙሁር ነዚኣቶም ኣብ ኣርባዕተ ?????????? ከፊሎም ጸሚቕም ኣቕሪቦም።

- ብመ- መርያ ቅድሚ ኩሉ ንኣምላኽ ብሙሉእ ሓይልና ክሳብ እቲ ዝተኽለና ከነ ክብሮ ይግባእ። ከምዚ ዓይነት ስምዒት ኣብ መዝሙር ዳዊት 103,104 ክትረክብ ትክእል ኢካ።
- ብድሕሪኡ ኣብ ልዕሊ ደቂ ሰብ ብዘለዎ ፍቕርን ርህራሄ ውን ከነመስግኖ ንውልቅካ ብፍላይ ብዘለዎ ፍቕርውን ተመስግን(ዳዊት ከመይ ኢሉ ከምዘመስግን ኣብ 2ይሳሙኤል22 ርእ)
- ካብዚ ቀጺሉ ዘሎ ትእዛዝ ኣምላኽ ብምጥሃስካ ብሓጥያት ምንዛዝን ብዝሃለፉ ሓጥያትካ ይቅረታ ምሕረት ምሕታት ካብ መንረሳዊ ሕማምካ ቁስልካ ክፍውሰካን ከህውየካን ምልማን ኢዩ።
- ኣብ መወዳእታ እቲ ዘድሊ ዘሎ ውልቃዊ ኮነ ናይ ካልኦት መንፈሳውን ነገራውን ልመና የቅርብ።
- ኣብ መጨረሽታ እቲ ጸሎት ንእግዚኣብሄር ብምውዳስን ብምምስጋንን ይፍጸም።

2.ናትካ ውልቃዊ ልመና(ጸሎት)

እቲ ካልእ ክንጽልየሉ ምስ ኣምላኽ ክንዘራረበሉ ዝግብኣና ውልቃዊ ጉዳያትና እዩ እቲ ዝርርብ ብዛዕባ ኣገደስቲ ነጥብታት ክከውን ይክእል ንኣብነት

ሀ. ኣገደስቲ ውሳነታት

ሓደ ዓቢ ኣገዳሲ ውሳነ ዝድለ ወይ ከቢድ ጸገም እንተረኪብካ ነዚ ነገር ኣብ ቅድሚ ጐይታ ኣቕርቦ።ብመጽሓፍ ቅዱሳዊ ጥቕሲ ኣቢሉ ከምቲ ናቱ ፍታው ክትውስን ክመርሃካ ምእንቲ ለምኖ። ንሱ እዚ ተስፋ እዩ ሂቡና እዩ “ኣነ ክምህረካ ነታ እትከደላ መንገዲ ድማ ከርእየካ እየ ክዕዘበካን ክመክረካን እየ ”መዝ 32፥8

ለ. ዕላማታት ሕይወትካ ምውሳን

መደባት ሕይወትካ ምስ ፍቃድ ኣምላኽ ይስነዩ እንተኾይኖም ምስ ጐይታ ተዘራረበሉም ንጐይታ ዝተወፈዩ ምስቲ ኣባካ ዘሎ መለኮታዊ ሓሳብ ይከዱ ዲዮም? ሓዋርያ ጳውሎስ ከምዚ ይብል “ካባና ንርዕሱ ኢሉ ዝነብር ወይ ንርዕሱ ኢሉ ዝመውት ሓደ እኳ የልቦን።ብሕይወት እንተነበርና ንጐይታ ኢና ንነብር።እንተሞትናውን ንጐይታ ኢና እንመውት ስለዚ ብሕይወት እንተነበርና ወይ እንተ ሞትና ናይ ጐይታ ኢና ስለዚ ከኣ ክርስቶስ ጐይታምዉታትን ሕያዋንን ምእንቲ ኪከውን ሞይቱ ተንሲኡ።” ሮሜ 14፥7-9

ሐ. ብዛዕባ መዓልታዊ መደባትካ ምስ ኣምላኽ ምዝርራብ ።

ንኩሉ ኣብታ መዓልቲ ክትገብሮ ዝመደብካዮ ንጥፈታት፡ምብጻሕካ ኣብ ቅድሚ ጐይታ ኣቕርቦ። ኩሉቲ ግዜካ ናይ ኣምላኽ ንዝኾነ ነፍስ ወከፍ ደቂቅ ከም ሓሳብ ኣምላኽ ከም መደቡን ክትሓልፍ ዲያ?መዓ ልታዊ መደባትካ ኣብ ቅድሚኡ ኣቕርቦ እቲ ዘይደልዮ ክድምስስ እቲ ኣገዳሲ ኢሉ ዝሓስቦ ከኣ ክምልኣሉ "ከመይ ንሕና ነቲ ኣምላኽ ኣቀዲሙ ዘዳለወልና ሰናይተግባራት እናፈጸምና ምእንቲ ክንነብር ብክርስቶስ ኢየሱስ ዝተፈጠርና ፍጡራት ኣምላኽ ኢና።" ኤፌ2፥10 እቲ ሎሚ ንስካ እትሰርሆ ምስቲ ንሱ ኣቕሪቡ ዘዳለዎ ሰናይ ተግባራት ሓደ እዩ።

3. ልመና(ጸሎት) ብዛዕባ ካልኦት።

ኣብ ቅድሚ ኣምላኽ ከለኻ ከም ሓያርያ ያዕቆብ ዝኣዘዞ ብዛዕባ እቶም ከማካ ኣብ ስቅያት፡ ጻዕሪ ዘለዉ ኣሕዋትካ ክትነግሮ ሰናይን ጽቡቅን እዩ። "ምእንቲ ንሕድሕድኩምውን ጸልዩ"ያዕ5፥16

ሓዋርያ ጳውሎስ ከምዚ ይገብር ከም ዝነበረ ከምዚ ይብል "ኩሉ ሳዕ ንዓካትኩም ክዝክር ከለኩ ንኣምላኸይ ኣመስግኖ ኣብ ኩሉ ጸሎተይ ምእንቲ ኩሉኺትኩም እጽሊ ኣለኩ" ፊሊ 1፥3-4

ንቅዱስ ባርሶሳፎስ ሓደ እዚ ሕቶ ቀሪቡሎም "ሓደ ሰብ ክጽልየሉ እንተሃተተኒ ክጽልየሉ ዶ ዋላ ክነጽን? "

ንሱውን ከምዚ ኢሉ መለሰ "ጸልየለይ ንዝበለካ ክትጽልየሉ ሰናይ ኢዩ ምክንያቱም እቲ ሓዋርያ ከምዚ ይብል"ምእንቲ ክትፍወሱ ንሕድሕድኩም ጸልዩ "እቶም ሕዝቢውን ነቶም ሓዋርያት ይጽልዩሎም ነይሮም ኢዮም።እንተኮነ ብቑእ ከም ዘይኮንካን ድኩም ከም ዝኮንካን ጌርካ ጸሊ "

ንጐይታ ብዛዕባ ኣባላት ስድራኻ፡ ኣዝማድካ፡የዕርክቱካ፡ጎረባብትካ ከምኡውን ብክርስቶስ ኣሕዋትካ ብዛዕባ ዝክዕኑ ንገሮ።ብዛዕብኡም ምስ ኣምላኽ ትገብሮ ዝርርብ ኣብዞም ዝስዕቡ ዘተኮረ ክከውን ይክእል።

ሀ. ንዕኡም ዘገድስ ፍሉይ ጉዳይ ንኣብነት ህልው ኩነታቶም ጸገማቶም፡ ሕማም፡ ሓዘን፡ ቁጠባዊ ጸገማቶም ወዘተ...

ለ. ኣብ ክንድኡም ኮይንካ ለምን ከምቲ ንርዕስክእ እትልምነላ

ሐ. ነቶም ንጐይታ ዘይፈለጡ ብምድሓኑ ምእንቲ ክበጽሆም ምእንትኡም ለምን።

መ. ነቶም ንጐይታ ዝፈለጥዎ ኣብ መንገዱውን ዅርጎዓዙ ዘለዉ ከኣ ብጸጋን ብፍልጠት ኣምላክን ብመንፈስ ምእንቲ ክዓብዩ ምእንትኡም ለምን።

እዚኣቶም ገለ ካብቶም ምስ ኣምላኽ ብዛዕባ ካልኦት ክትዘራረብ ከለኻ ካብ ዝሕግዙካ ዛዕባታት ኢዮም። ናይቶም ክትጽልየሎም ዘለካ ዝርዝር ኣስማት ሓዝ፡እቲ ትጽልየሎም ዝዕባውን መዝግብ ከምኡውን በየናይ ጥቅሲ ተንበርኪካ ኢካ ነዚ ጸሎት ትገብሮ ዘለካ (ጥቅሲ ዝሰማምዖ እንተ ረኪብካ) ብዛዕብኡ ክትጽልየሉ ዝ- መርካሉ ዕለትን ዝተመለሰልካ ዕለት ውን ከምኡ።

4. ልመና (ጸሎት) ብዛዕባ ሃገረ ስብከት ።

ሓደ ካብቶም ምስ ጐይታ ክትዘራረበሉ እትክእል ዛዕባታትውን ብዛዕባ እቲ ንስካ እትነብረሉ ከተማ ወይ ሃገር ዘሎ ከባቢያዊ ሰበካ ኢዩ። ቤተክርስቲያንው ብቅዳሴ ሕብረት ከምዚ ኢልና ጸሎትን ከነዕርግ ኢና ትምህረና "ኣ ጐይታ ነዛ ናትካ ዝክዕነት ቅድስቲ ቦታ ዘክር... እቲ ዲያቆን ውን ከምዚ ይብል ምእንቲ ከተማናን ካልኦት ከተማታት፡ ሃገራት፡ ወደባትን ጸልዩ..."

ስለዚ ብዛዕባ እዞም ዝስዕቡ ክትጽሊ ትክእል።

ሀ. ምበዛዕባ ሰበካ እታ ንስካ እትጽልየላ ዘለካ ቤተክርስቲያን ወይ ካልእ ቤተ ክርስቲያን ኣብታ ከተማ ወይ ኣብ ዕድካ ዘሎ።ንሓንቲ ከተማ በይና በብሓደ እንተጸሊካ ዝምረጽ ይከውን።

ለ. ኣቦ ነብስካ፡ ሰበክቲ፡ መምህራን፡

ሐ. ትምህርቲ ሰንበት፡ማሕበር መንእሰያት ከምኡውን ኣኬባ ህዝቢ(ኣመንቲ)

መ. ኩሎም ዓይነት ህዝቢ ኣብቲ ቤተክርስቲያን ዝሳተፉን ዘይሳተፉን

ሰ. መልእክቲ ብስራተ ወንገል ኣብ ነፍሲ ወከፍ ገዛን ልብን መታን ክሰፍሕ

ረ. ኣመሓደርቲ፡ሓለፍቲ ኩሎም ኣብ ኦፊስ ሕዝባዊ ቤት ጽሕፈት ዝሰርሑ።

ንልቢ ኣምላክ ባህ ዘብሎ እዚ ኢዩ እሞ እዚኣምን ካልኦት ከምዚኣም ዝኣመሰሉ ዛዕባታት ምስ ጐይታ ተዘራረበሎም።

2. ልመና(ጸሎት) ብዛዕባ ዓለም ለካዊ ሰበካ

ኣምላኽ ንዓለም የፍቅራ ኢዩ ብዘይ ጥርጥር ዮሓ3፥16 "ንኩሉ ፍጡር ወንጌል ክሰብኩ ደቂ መዛሙርቱ ናብ ሙሉእ ዓለም ለኣኸ" ማር16፥15 ስለዚ ብዛዕባ ዕላምኡ ምስ ኣምላኽ ንምዝርራብ ኢዩ። ምዝርራብካ ኣብዞም ዝስዕቡ ዘተኮረ ክከውን ይክእል።

ሀ. ድሕነት መላእ ዓለም

ለ. ምስፋሕ ወንጌል ኣብ ኩሉ ስፍራ።ንኩለን ኣህጉራት በብሓደ እንተጠቀስካየን ተመራጺ ይከውን።(ኣፍሪቃ፣ኣሜሪካ፣ኤስያ፣ኣውስትራልያ፣ኤውሮጳ)

ሐ. ነቲ እክሊ ኣምላኽ ዓየይቲ ክልእከሉ ለምን።

መ. ዕንወት፣ እሳተጎሞራ፣ ኮናት፣ ጥሜት፣ ተላገብቲ ሕማም ንዓለም ዘናውጽዋ እዚኣቶም ዉን ገለ ቁሩብ ንጐይታብዛዕባ ዓለም እትዛረቦ ነገራት እዮም።

4. ናይ ጽምዋ ግዜ መደምደምታ

ኣብ መወዳእታ ናይ ጽምዋ ግዜ እዞም ዝስዕቡ ነጥብታት ኣብ ግምት ክኣትዉ ኣለዎም፣

1. ከም ዉጽኢት ናይ ጽምዋ ግዜካ ምስ ኣምላኽ ምዝርራብ ኣብታ መዓልቲ ከተተግብሮ እትዉዕል ሓሳብ ብኣእምሮካ ናብ ክርስቶስ ከተተኩርን ኣብ ህላወ ኣምላኽ ክትነብርን ይሕግዘካ ከምኡ ክትገብር ኣምላኽ ክሕግዘካ ለምኖ።

2. ብውልቂ ንበይንካ ምስኡ ኮፍ ክትብልን ክትዛረብን ዕድል ስለዝሃበካ ንኣምላኽ ኣመስግኖ።

3. ከምዚ ናይ ሎሚ ካልእ ግዜ ከተስተማቕር ምእንቲ ክህበካ ንኣምላኽ ለምኖ።

4. ካብቲ ናይ ጸሎት ቦታካ ከይወጻእካ ከሎካ መዓልታዊ ነቲ ናይ ጽምዋ ግዜካ መዝግቦ።

8. ደፋእቲ ሓይሊ ናይ ጽምዋ ግዜ ፡



ናይ ጽምዋ ግዜካ ክብ ከተብሎን ኣዝዩ ኣገዳሲ ክትገብሮን ዝደፋፍኡካ ረቛሒታት ኣለዉ። ገለ ካብኣቶም ኣብ ታሕቲ ተጠቒሶም ኣለዉ።

1. ጐይታ ንዓካ ይጽበየካን ክረክበካ ዉን ይናፍቕ ከም ዘሎን እመን እታ መርዓት ዉን ከምዚ ትብል “ኣነ ናይ ፍትወይ እየ ሃረርታ ፍትወይ ከኣ ናባይ ኢዩ” መኃ መኃ 7፥10

2. ከም መብጽዓኡ ኣብ ናይ ጽምዋ ግዜካ በረከት ክትረክብ ተጸበ (ሕሰብ) ለምኑ ክወሃበኩም እዩ ድለዩ ክትረክቡ ኢኩም፣ ማዕጾ ኪሕኪሕ ኣብሉ ክከፈተልኩም እዩ፣ እብለኩም ኣሎኩ። ምክንያቱ ዝልምን ዘበለ ይቕበል እዩ ዝደሊ ድማ ይረክብ እዩ፣ ማዕጾ ኪሕኪሕ ንዘብል እዉን ይክፈተሉ እዩ ሉቃስ 11፥9።

3. ናይ ጽምዋ ግዜ ምሽት ከምዝጅምር ፍለጥ። ስለዚ ኣንጊህካ ምእንቲ ክትትንሥእ ቀልጢፍካ ደቅስ

4. ካብ ቁጽጽርካ ወጻኢ ብዝኾኑ ነገራት ናይ ጽምዋ ግዜካ ከይገበርካያ እንተ ዉሲልካ፣ ተስፋ ኣይትቑረጽ። ብጉድለትካ ተኣረም ብሓድሽ መንፈስ ዉን ተበገስ። ኣንጻር ሓይሊ ዲያብሎስ ካልኣይ መድረክ ቃልሲ፣ ውግእ ኣልዕል “ከምዚ ዉን በል” <u>ኣቱም ጸላእትና እንተወደቕና እኳ ክንትንሥእ፣ ኣብ ጸልማት እንተተቐመጥና ዉን እግዚኣብሔር ብርሃንና ክከውን እዩ’ሞ፣ ብኣና ኣይትትሓጎሱ፣</u>

ሚክ 7፥8 ድክመታትካ ንጐይታ ተናዘዘሉ።

5. ኣብታ እትጽልየላ ቦታ መጽሓፍ ቅዱስካን፣ ናይ መዝሙር ጥራዝካን ምሳካ ከም ዘሎ ኣረጋግጽ። ከምኡ ዉን ዉጽኢት ናይቲ ናይ ጽምዋ ግዜ እትጽሕፈሉ ኣ- ንዳን ፒሮን ዉን ተማላእ።

6. ናይ ጽምዋ ግዜ ብተካታታሊ ጽሓፎ እዚ ከኣ ክትቅጽል ከተባብዓካዩ።

9.ንውሓት ወይ ናይ ጽምዋ ግዜ ዝወስዶ ሰዓታት

ናይ ጽምዋ ግዜ ክንደይ ይወስድ ዘይምፍላጥ ንሓደ ሰብ ናይ ጽምዋ ግዜ ካብ ምስትምቓር ክክልክሎ ይክእልዩ። ዝኣክል ግዜ ስለዘየጥፈአ ከኣ ንርእሱ ከም ገበነ ክቑጽራ ይፍትን። ስለዚ እየ እምበኣር ናብቲ ኣገዳሲ ዝኾነ ሓቂ ኩተተኩሩ ዝደለኩኩም። ናይ ጽምዋ ግዜ ብዓይነት ደኣ እምበር ብብዝሒ ሰዓታት ኣይዕቀንን ኢዩ። ክንደይ ዝኣክል ግዜ ኣጥፊእካ ብዙሕ ኣየገድስን እዩ፡ ዘገድስ ምስ ኣምላኽ ተዘራሪብካዶ ኣይተዛረብካን እዩ። ብሓቂ ምስ ኣምላክዶ ጸኒሕካ ድምጹ ሰሚዕካዶ ነዛ መዓልቲ ፍቓዱ እንታይ ምካኑ ፈሊጥካዶ ከምቲ ምስ ሙሴ ዝተዘራረበ፡ ገጽ ንገጽ ምስኡ ዶ ተዛሪብካ መጽሓፍ ቅዱስ ከምዚ ይብል “ሰብ ምስ ፈታዊኡ ከም ዝዘራረብ እግዚኣብሄር ድማ ምስ ሙሴ ገጽ ንገጽ ይዛረብ ነበረ” ዘጸ 33፥11።

መ- መርያ እምበኣር ብዉሑዳት ደቓይቕ ትጅምር እሞ፡ ፍቕሪ ኣምላኽ ኣብ ልብካ እናዓበየ ክከይድ ከሎ እናማዕበልካን እቲ ሰዓታት ዉን እናወሰክካ ትከይድ። ካብዚ ቀጺልና እምበኣር ኣብነት ትከዉን ናይ ዓሰርተ(10) ደቒቕ፡ ፍርቂ ሰዓት፡ ሓደ ሰዓት መደብ ናይ ጽምዋ ግዜ ነቕርበልኩም። እዚ መደብ እምበኣር ናትካ መደብ ናይ ጽምዋ ግዜ ንምውጻእ ተጠቕመሉ።

መ- መርያ-መደብ ናይ ዓሰርተ ደቓይሕ ናይ ጽምዋ ግዜ	
1. ልብካ ምድላዉ	1. ደቒቕ
2. ምስትንታን ሓንቲ ጥቅሲ	5. ደቒቕ
3. ጸሎት	4. ደቒቕ
ካልኣይ መደብ ናይ ፍርቂ ሰዓትናይ ጽምዋ ግዜ	
1. ልብካ ምድላዉ	5. ደቒቕ
2. ምስትንታን ሓንቲ ጥቕሲ	10. ደቒቕ
3. ጸሎት	15. ደቒቕ
ሓደ ሰዓት መደብ ናይ ጽምዋ ግዘ	10 ደቒቕ
1. ልብካ ምድላዉ	20 ደቒቕ
2. ምስትንታን ሓንቲ ጥቅሲ	5. ደቒቕ
3. ጸሎት	25 ደቒቕ

10. ምሉእ መዓልቲ ዝወስድ ናይ ጽምዋ ግዜ ፡

በብግዚኡ ሓደ ኣማኒ መዓልቲ ወሲኑ ምሉእ መዓልቲ ምስ ኣምላኽ ክከዉን ይግባእ። ያዕቆብ እቲ ፓትርያርክ ሙሉእ ለይቲ በይኑ ምስ ኣምላኽ የሕልፍ ነይሩ (ዘፍ 32፥22-32) ሙሴ እቲ ነቢይ ውን ክልተ ጊዜ ኣርብዓ መዓልቲ ኣብቲ እምባ (ዘጸ 34፥28፡24፥18) ከምኡ ውን ኤልያስ ከምኡ ጌሩ እዩ (1ነገ 9፥8) ዮይታኢየሱስ ክርስቶስ ውን ኣብ እምባ ቆሮንቶስ እናተፈተነ ክንድኡ መዓልቲ ኣሕሊፉ ነይሩ እዩ። ማቴ 4፥2 ቅዱሳን ኣቦታትና ውን ነዚ ስዒቦም እዮም ኣብ ቅዱስ ታሪክ ከም ዝተጻሕፈ ቅዱስ ኣርሳኒዮስ ሙሉእ ለይቲ ክጽልዩ ይሓድሩ ከም ዝነበሩ ይነግረና ።

ሓደ ኣማኒ እምበኣር ኣብ ርእሲ እቲ መዓልታዊ ናይ ጽምዋ ግዜ ናይ ጽምዋ መዓልቲ ክህልዎ ይግባእ። እዘን መዓልታት ብዙሕ ረብሓ እዩ ዝርከበን ። ንኣብነት

1. ምሕዳስ መንፈሳዊ ኣእምሮካ ካብ ኩሉ ሓሳባትን መከራን ዓለም ርሒቕካ መንፈስካ ተሕድስ፡ ከምኡውን ካብ ኣገልግሎትን ዕዮ ስብከትን

2. መንፈሳዊ ጉዕዞካ ምዕራይ ኣብ ሓሳብን ንግድን ዓለም ክንኣቱ ከሎና መንፈሳዊ ኣካይዳና ካብቲ ዕላማ ኣምላኽ ይርሕቕ፡ ስለዚ

መንፈሳዊ ጉዕዞና ንምዕራይ ኣብ ሓሳብ ዓለም ተፈሊና ሂወትና ንመርምር

3. ምስ ጐይታ ናይ ጽምዋ ግዜ ተስተማቐር፣ ተመስግን ክብሪ ትህብ ምስኡ ትተኣሳሰር።

4 .ኣብ ክንዲ ካልኦት ናይ ማልዶት ጸሎት ተቐርብ ኣብ ሙሉእ ዓለም ዘሎ ዕዮ ኣምላኽ ክዓቢ ውን ትጽሊ።

5. ተወፋይነትና ምሕዳስ ንውህበት ኣምላኽ ምብራህ

6. ነቲ ሓድሽ መድረክ ናይቲ ቅዱስ ጉዕዞ ብሓድሽ ሓይሊ ተመሊእካ ክትብገስ

ንኣብነት ናይ ሙሉእ መዓልቲ ናይ ጽምዋ ግዜ፣

ካብ	ናብ	ዕዮ ንጥፈታት
7፡00	8፡00	ናይ ንግሆን ናይ ሰዓት 3(9)ጸሎት መዝ.ዳዊት ምጽላይ
8፡00	9፡00	ካብ መጻሕፍቲ ገድሊ ኣቦታት ወይ ናብራ ቅዱሳን ምንባብ
9፡00	9፡15	ዕረፍቲ
9፡15	10፡00	ልብካ ምድላው
10፡00	11፡00	መጽሓፍ ቅዱሳዊ ኣስተንትኖ(ድምጺ ጐይታምስማዕ)
11፡00	1፡00	ጸሎት ልመና (ምስ ጐይታ ምዝርራብ ብዛዕባ እታ ጥቕሲ፣ ውልቃዊ ልመና፣ ብዛዕባ ካልኦት ከባብያዊ ሰብካ፡ዓለምለካዊ ሰብካ)
1፡00	2፡00	ናይ ሰዓት ሽዱሽተ (ፋዱስ)ን ሰዓት 9(3) መዝ ዳዊት ምጽላይ
2፡00	4፡00	ምሳሕን ዕረፍትን
4፡00	6፡00	ጸሎትን ነቲ ዝመጽእ ሕይወትካ መደብ ምውጻእ (ዕላምኡ፡መደብ፣ ገደብ ግዜ፣ ስለምንታይ እቲ መደብ ተመዲቡ)
6፡00	7፡00	ብዛዕባ እታ መዓልቲ ጸብጻብ ምጽሓፍ እቲ ኣብ ተግባር ክተውዕሎ ዘሎካ ምግንዛብ
7፡00		መዕጸዊ ጸሎት

11. ውጽኢት ናይ ጽምዋ ግዜ ፣

ናይ ጽምዋ ግዜ ቃል ኣምላኽ ክተጽንዕ ወይ ክትጽሊ ኢልካ ምስ ኣምላኽ እተሕልፎ ግዜ እዩ ኢለ ኣይኣምንን እየ። ከምዚ እንድሕር ኮይኑ እዚ ዓይነት ኣተሓሳስባ ነቲ መደብ ሓደ ዘይውጽኢታዊ ትእዛዝ ወይ ግድነት ይገብሮ።

ኣብታ ንግሆ እምበኣር ብመሰረቱ ናይ ጽምዋ ግዜ ሙሉእ መዓልቲ ምሳካ ዝውዕል ምኳኑ ክትፈልጥ ኣለካ። ምስ ኣምላኽ ዕርክነት ከኣ ኣብታ ናይ ጸሎት ቦታ ምስኡ ምዝርራብ ዘይኮነ ነቲ ተሪፉ ዘሎ መዓልቲ ውን ምስኡ ምውዓል እዩ። ምስ ኣምላኽ ክትጓዓዝ ከሎካ ንሕይወትካ ከም ናቱ ኣተሓሳስባ ትገጥማ፣ ካብ ትሕቲ ኩሉ ኩነታት፣ ኣጋጣሚታት፣ ግዴታ፣ ርክብ ምሳካ ከም ዘሎ ህላወኡ ተስተማቐር። ከም ውጽኢቱ ሕይወትካ ናይ ጸሎት ይቐየር ይልወጥ "ምጽላይ ኣብ ኩሉ ኩነታት ኣጋጣሚታት ሂወትካ ምስ ኣምላኽ ምትእስሳር እዩ። ስለዚ ሕይወትካ ናይ ሓደ ዘይልወጥ ዘይርበሽ ጸሎት ትልወጥ" ቅዱስ ባሲል እቲ ዓቢ ብኣድናቆትን ብትመስጠን ዘቀመጥዎ ሓቂ እዩ።

"prayer is to bend with God in all moments and situations of life.thus life turns into a single ceaseless,undisturbed prayer"

እቲ ዘማራይውን ተመሳሳሊ ሓሳባት እዩ ጽሒፉልና ዘሎ "እግዚኣብሔር ኩሉ ሳዕ ምሳይ ከም ዝኾነ እፈልጥ እየ ምሳይ ስለዝኾነ ድማ ኣይክናወጽን እየ "መዝ 16፥8።

ናይ ንግሆ ናይ ጽምዋ ግዜ እምበኣር ኣብ ህላወ ኣምላኽ ንክትውዕል መ- መሪ እያ። በዚ መንገዲ ድማ ብሓሳባትን በኣእምሮናን ምስኡ ንመክር እሞ፣ ንኩሉ እቲ ክንገብሮ ዝመደብናዮ ፍቓዱ እንታይ ምኳኑ ንፈልጥ። ሓደ ብመንፈስ ዝተመልአ ኣቦ ከምዚ ይብል "ዕላማ ናይ ጸሎት ሕይወት ኣብ ህላወ ኣምላኽ ክንኣቱሞ ኣብ ኩሉ ሓሳባትናን ዕዮናን ንኣምላኽ ከነሳትፎ ብኡኡ ኣቢልና ፍቓዱ ክንፈልጥ እዩ "።

ኣብታ መዓልቲ ነዞም ዝስዕቡ ሕሰብን ኣረጋግጽን

1. ምሉእ ሕይወትካ ንጐይታ ከም ዝሃብካን ከምዝወፈካን ንሱ ከም ዝኣልየካን ዘክር “ድሌትኩም ዘበለስ ብጸሎትን ልመናን ምስ ምስጋና ኣብ ኣምላኽ ይፈለጥ ድኣ እምበር ብገለ እኳ ኣይትጨነቑ። እቲ ንኩሉ ምርዳእና ጸብለል ዚብል ሰላም ኣምላኽ ድማ ንልብኩምን ሓሳብኩምን ብክርስቶስ ኢየሱስ ገይሩ ክሕልዎ እዩ ”ፊል 4፥6።
2. ካብ ህላዌኡ ኢካ ትነብር ዘለካ ካብ ኩሉ ኃጢኣት ተሓሊኾን ኣስተውዕልን
3. በቶም ናይ መዓልቲ ንጥፈታት ንሕወትካ ይመርሓ እዩ'ሞ፥ ኣብ ነፍሲ ወከፍ ዕዮ ፍቓዱ እንታይ ምኳኑ ምፍላጥካ ኣረጋግጽ።
4. ብመንፈሱ ኣብ ውሽጥካ ይነብር ከም ዘሎን ብኣካ ጌሩውን ንሕይወት ይገጥማ ከምዘሎ ዘክር። ስለዚ እዚ ኣረጋግጽ
   ሀ. ንደቂ ሰባት ብዓይኒ ጐይታ ትርእዮም፥
   ለ. በእዛኡ ትሰምየም፥
   ሐ. ንደቂ ሰባት ብልቡ ተፍቅሮም፥
   መ. ምስ ደቂ ሰብ ብልሳኡ ትዘራረብ፥
   ሰ. ንደቂ ሰባት ብኣእምሮ ጐይታ ትሓስቦም፥
5. ምሉእ መዓልቲ ዝተናገረካ ቃል (ድምጺ) ዘክር። ነቲ ካብኡ ዝወሰድካዮ መልእክቲ ብትግሃት ኣተግብሮ።
6. ምስ መሰየ ክንደይ ግዜ ተዓዊትካ ክንደይ ግዜ ወዲቕካ ምእንቲ ክትፈልጥ ርእስካ መርምር። ነቲ ውድቀትካ ኣብ ቅድሚ ኣምላኽይቕረ ሕተት ስለቲ ዓወታትካ ከኣ ኣመስግን። ንጽባሒቱ ከኣ ኣብ ህላወ ኣምላኽ ምንባር ንሕይወትካ ኣላምዳ። ብከምዚ ናይ ጽምዋ ግዜ ፍረ ክትረክበሉ በረከትውን ኣብ ሕይወትካ ክትሓፍስ ትክእል።

12. ምምዝጋብ ናይ ጽምዋ ግዜ፥

ናይ ጽምዋ ግዜ ምምዝጋብ ጐይታ እንታይ ክብለካ ከም ዝደለየ ንክትርዳእ ይሕግዘካ። እዚ ድማ ኣብ እዋን ናይ ጽምዋ ግዜ ብትኩረት ሓሳባትካ ከይተሰረቕካ ክትዘራረብ ይሕግዘካ። ብተወሳኪ ምምዝጋብ ከየቋረጽካ ናይ ጽምዋ ግዜ መዓልታዊ ክትካፈል ይሕግዘካ እዩ። ምክንያቱ ከም መዘካከሪ ስለ ዝጠቕመካ ንግሆ ንግሆ ናይ ጽምዋ ግዜ እንተዘይ ጌርካ ክትፈልጥ ኢካ። ክንደይ መዓልቲ ምስ ኣምላኽ ከም ዘይተዘራረብካ ክትፈልጥን ዳግም ክትትንሥእ ከም ዘሎካ ከተስተውዕል ትክእል።

እዚ ጥራይ ዘይኮነ ናይ ጽምዋ ግዜ ምምዝጋብ ንካልኦት ቃል ከተካፍል ይጠቕመካ እዩ። በዚ ኣቢሉ ድማ ነቲ ምስ ኣምላክ ዘሎካ ምውሳእ መዘካከሪ ይኸነካ ንካልኦት ከተካፍልውን ዝሓጸረን ዝቕለለን ይኸነልካ።

ስለዚ እየ “ናይ ጽምዋ ግዜ ጋዜጣ ”እትብል ጋዜጣ ኣዳልየልኩም ዘለኩ
ናይ ጽምዋ ግዜ መመዝገቢ ክትኾነኩም ብጠለብ ክትረክብዋ ትክእሉ፥ ነፍሲ ወከፍ ኣብ ዓመት ዘላ መዓልቲ ሓደ ገጽ ተመዲቡላ ኣሎ። ኣብ ነፍሲ ወከፍ ገጽ እዞም ዝስዕቡ ትረክብ።

1. **ላዕለወይቲ ርቡዕ ኩርናዕ፥-** ኣብ ላዕለዋይ ገጽ ዘሎ ኮይኑ ኣብ ሰለስተ ተከፊሉ ኣሎ
ሀ. ኣብ ጸጋማይ ገጽ ንእሽቶ ርቡዕ ኩርናዕ ኣሎ ነታ ናይ ተዘክሮ ጥቕሲ ምስ ደገምካያ ምልክት (+) ትገብረላ።
ለ. ኣብ ማእከል ዓቢ ርቡዕ ኩርናዕ መዓልታዊ ጭርሖ ናይ ጽምዋ ግዜ ዝሓዘት ኣላ “ ኢየሱስ ገና ለይቲ ከሎ ተንሲኡ ኣንጊሁ ወጸ ናብ ጽምዊ ቦታ ከይዱ ከኣ ኣብኡ ጸለየ ” ማር 1፥35
ሐ. ንእሽቶ ርቡዕ ኩርናዕ ኣብ የማናይ ሽነክ ኣላ። ኣብቲ ናይ ጥቕሲ ባንክ ክትወስክ ሓድሽ ቁጽሪ ጥቕሲ መጽሓፊ ኢዩ። (ኣብ ሰሙን ሓደ መዓልቲ ሓድሽ ጥቕሲ ንምዝካር መድብ) ።
2. **ዕለትን መዓልትን፥-** ዕለት ናይቲ ናይ ጽምዋ ግዜ ጸሓፍ እዚ ከየባተክካ ናይ ጽምዋ ግዜ ከተተግብር ይሕግዘካ።
3. **መጽሓፍ ቅዱሳዊ ምዕራፍ፥-** ኣብቲ ናይ ጽምዋ ግዜ ወይ ምሉእ መዓልቲ ዘንበብካዮ ምዕራፉት መጽሓፍ ቅዱስ ጸሓፍ።
4. **ናይ ኣስተንትኖ ጥቕሲ፥-** ከተንብብ ከለኻ ብፍሉይ ዘቕለብካላ ዘስተንተንካያ በኣኣ ኣቢሉ ዉን ጐይታ ዝተዛረበካ ጥቕሲ ጽሓፉ። ምዕራፍ ዉን ጸሓፍ።
5. **እታ ጥቕሲ ብካልእ ቋንቋ፥-** ነታ ጥቕሲ ብግቡእ ክትርድኣ ብጽቡቕ ከተተግብራ ኣብ ካልእ ሕታም መጽሓፍ ቅዱስ ኣንብባ። ብፍላይ በቲ መሰረታዊ ጥንታዊ ቋንቋ(እብራይስጥ ወይ ግሪክ) ከተንብብ ትክእል እንተኳንካ ጽቡቕ ኣዩ። ብመ- መርያ በዚ ቋንቋ

ስለዝተጻሕፈ ቅብጥ፣ ፍሬንች፣ - ርመን ወዘተ ዉን ሓጋዚ እዩ። ጽቡቕን ተኣማኒ ዝኾነ ናይ መጽሓፍ ቅዱስ ትርጉም ኑቲ ጥቕሲ ብግቡእ ክትርዳእ ይሕግዘካ እዩ ኣብ ካልእ ሕታም ክትምርኮስ ዘይትክእል እንተኴንካ ከም ዝተረዳኣካ ጽሓፍ

6. ቀንዲ ዕላማ፦ እቲ ቀንዲ መልእክቲ ናይታ ጥቕሲ ብሕጽር ዝበለ ግለጾ እዚ ነታ መልእክቲ ሙሉእ መዓልቲ ክትዝክራ ይሕግዘካ እዩ።

7. ጽልዋ ተግባራውነትን ናይቲ ጥቕሲ፦ ብእኡ ምእንቲ ነታ መዓልቲ ኩተሕልፋ እታ ጥቕሲ ኣባካ ዘለዋ መልእክቲ ጸሓ።ኣጸቢቕካ ንክርስቶስ ምእንቲ ክትመስል እታ ጥቕሲ ብግብሪ እንታይ ክትሕግዘካ ትክእል ክተልጥ ፈትን። ንኣብነት

ሀ. ሓደ ዓይነት ሓጢያት ከወግድ መጠንቀቕታ ክከውን ይክእል፣

ለ. መለኮታዊ ግድነት ወይ ትእዛዝ ኩተማልኡ ወይ ክትገብሮ ዝግባኣካ ፣

ሐ. ንኣምላኽ ኩተመስግን ዝገብረካ ውህበት(መሰል) ፣

መ. ምእንቲ ክትረክቦ ክትጽሊ ዝግባኣካ መብጽዓ ፣

ሰ. ባህሪ ናይ ጐይታ ትገልጽ እንተኾይና ንኣምላክ ክብሪ ትህብ፣

ረ. ሓደ ኣብነት ንስካ ክትክተሎ ዝግባኣካ።

8. ጸሎት (ልመና)፦ ኣብ ናይ ጽምዋ ግዜካ ክጽልየሉ እትደሊ ነገራት መዝግብ።

ሀ. <u>ብዛዕባ እታ ጥቕሲ፣</u> እታ ጥቕሲ ኩተተግብራ እቲ ሕቶ ጸሚቕካ ጸሓፍ።

ለ. <u>ካልኦት ኣርእስቲ</u> ንኣብነት ንካልኦት ዝጽለ ናይ ኣማልዶት ጸሎት፣ ን ኣዝማድካ፣ ንዓዕሩክትካ፣ ቤተክርስቲያን፣ ዓለም፣ ጸገማት ወዘተ።

ሐ. <u>ናይ መዓልቲ መደብካ፣</u> ናይ መዓልቲ መደብካ ጸሓፍ ብጸሎትውን ኣብ ቅድሚ ጐይታ ኣቕርቦ። ብምሉኡ ግዜካ ናይ ክርስቶስ ኢዩ ብሓላፍነት ክወሃበካ ኢዩ። ስለዚ መደብካ ኣርእዮ ንክብሩ ብከመይ ክትጥቀመሉ ከምዘለካ ውን ሕተቶ።

* ውዳበ ግዜካ ክትቆ ጸጸሮ ይገብረካ ኢዩ። ስነስርዓትን ነሲ ምቁጽጻር ከይተጥፍእ ከኣ ይሕግዘካ። ነፍስካ ንሓደ ንጹር ዝኾነ መደብ እንተወፈካዮ ግን ብእኡ ትምራሕ፣ብፍላይ ኣብ ሓለዋ ጐይታ እንተ ኣማዕጅብካዮ።

* ክትሰርሕም ኣትክእል ካልኦት ብዙሓት ነገራት ክጋጥሙካ ይክእሉ እዮም።ኣብ ኣምዚ ኣጋጣሚ ኣብቲ ዘለካ ሓጺር ግዜ እንታይ ከም ትገብር ክጠፍኣካ ይክእል። ኣብዚ ከምዚ እዋን ቀዳምነታትን ፣ምርጫን ትወስድ ካብቲ ብዙሕ ዘየገድስ ንጥፈት ነት ኣገዳሲ ንጥፈት ቅድም ትሓሪ ብድሕሪኡ ነቲ ሓደ ትሰርዕግዜ ዝሓጽረካ እንተኮይኑ ግና ነቲ ውሑድ ኣገዳስነት ዘለዎ ናብቲ ዝመጽእ መዓልቲ ኣሰጋግሮ።በዚ መንገዲ ብፍላጥን ብጥበብን ዕላማ ክትበጽሖም ትክእል።

መዘኻኸሪ፦-

1. እዚ ጋዜጣ ጸሚዱ ክሕዘካ ኣይተፍቕደሉ፣ ምስ ኣምላኽ ዘለካ ዕርክነት ክዓግት ዕድል ኣይትሃቦ።
2. ቀጻሊ ኣይትጠቀመሉ፣ ኣብ ጐይታ ንከይተተኩር ክሕዘካ እዩ ተዳልዩ ዘሎ
3. ምምዝጋብ ናይ ጽምዋ ግዜ ንባዕሉ ዕላማ ኣይትግበሮ፣ ቀጻልነትን ውሕስነትን ዘረጋግጹ መንገድታት እዮም።
4. እቲ ኣብታ ናይ ጽምዋ ግዜ ዝመዝገብካዮ ተጠቒምካ ምስ ዓርክካ የዕሩክትካ ክትዘራረብ ቃል ኣምላኽ ክትካፈል ትክእል ኢካ።
5. ኣብነት ናይ ጽምዋ ግዜ ኣብ ምዕራፍ 13 ክትረክብ ትክእል ኢካ።

13. ንድፋዊ ምስሊ (ኣብነት) ምምዝጋብ ናይ ጽምዋ ግዜ ፣

1. ንድፊ ምምዝጋብ ናይ ጽምዋ ግዜ፣
2. ንድፊ ዉልቃዊ መደባትካ፣
3. ንድፊ ብዛዕባ ካልኦት ዝግበር ልመና፣
4. መደብ ሰሙናዊ ጸሎት፣

(1) ንድፊ ምምዝጋብ ናይ ጽምዋ ግዜ፦-

“ኢየሱስ ገና ለይቲ ከሎ ተንሢኡ ኣንጊሁ ወጸ፣ ናብ ጽምዊ ቦታ ከይዱ ድማ ኣብኡ ጸለየ” ማር 1፥35

<u>ረቡዕ 7 ለካቲት 2002</u>

1. መጽሓፍ ቅዱሳዊ ምዕራፍ ዮሓ 1፥6-13
2. ናይ ኣስተንትኖ ጥቕሲ ዮሓ 1፥12“ ነቶም ዝተቐበልዎ ዘበሉ ብስሙ ንዝኣምኑ ኩሎም ግና ዉሉድ ኣምላኽ ክኾኑ መሰል ሃቦም።
3. ካልእ ሕታም

4. ቀንዲ መልእክቲ ውሉድ ኣምላኽ ምኳና
5. ኣብ ሕይወት ዘለዎ ጽልዋን ተግባራዉነትን ዉሉድ ኣምላኽ ክከውን ስለዝተቐበለኒ ስለዚ ክቡር መሰል እዚ ንኣምላኽ ከመስግን ይግባእ።
6. ጸሎት ልመና

ሀ. ብዛዕባ እታ ጥቕሲ ኣቦ ክኾነኒ መሰል ስለዝሃበኒ ንኣምላኽ ኣመስጊነ።

ለ. ካልእ ኣርእስቲ ኣባላት ስድራ ቤተይ፣ ቤተ ክርስቲያን፣ ዕዮ ኣምላኽ ኣብ ዓለምለካዊ

ሐ. ናይ መዓልቲ መደብ፣

ኣርእስቲ	ሰዓት (ግዜ)
1. ናይ ጽምዋ ግዜ	ካብ 7-7፣30
2. ስራሕ ወይ መጽናዕቲ	ካብ 8-2፣00
3. ዕረፍቲ ወይ ምሳሕ	ካብ 2-5፣00
4. መጽናዕቲ ወይ	ካብ 5-10፣00
5. ድራርን ጸሎትን	ካብ 10-11፣00
6. ድቃስ	11፣00፣00

(2) ንድፊ ውልቃዊ መደባትካ፣-

እቲ ክትጽልየሉ ደሊካ ዘለካ ኣርእስቲ ክትጽልየሉ ዝ- መርካሉ ዕለት ገይታ ዝመለሰልካ ዕለት ብንጹር ክትገልጾ ጽቡቕ እዩ። እታ ናይ መወዳእታ ክፍሊ ገይታ ክሳብ ብምሃብ ወይ ብምክላእ ንሕቶካ ብምምሕያሽ ክሳብ ዝምልሰልካ ባዶ ቦታ ግደፎ። ሽዑ ነታ ዕለት ክትጽሕፍ ትክእል ኢካ።

ምክንያት ናይ እትገብሮ ጸሎት	ልመና ዝ- መርካሉ ዕለት	ዝተመለሰልካ ዕለት	
እዚ መዝገብ እዚ ምስቲ ክትጽልየሉ ዝመደብካዮ ዕላማ ከም ትከይድ ይገብረካ።			

(3) ንድፊ ብዛዕባ ካልኦት ዝግበር ልመና

ቁጽሪ	ስም	ምክንያ ጸሎት ወይ ልመና	መበገሲ ዝኾነካ ጥቕሲ	ዝ- መርካሉ ዕለት	ዝተመለሰልካ ዕለት

(4) መደብ ሰሙናዊ ጸሎት

መዓልቲ	ብዛዕባ ካልኦት እትገብሮ ጸሎት	ከባብያዊ ሰበካ	ዓለም ለካዊ ሰበካ
ሰንበት			ኣፍሪቃ
ሰኑይ			ኣመሪካ
ሰሉስ			ኤስያ
ረቡዕ			ኣውስትራልያ
ሓሙስ			ኣውሮጳ
ዓርቢ			ኣህዛብ
ቀዳም			ኮናት፣ጥሚት፣ጥፍኣት

14. ርእስካ እትምርምረሉ መለክዒታት ፡



ንጽህና ሓደ ካብቶም ኣብ ህላወ ኣምላኽ ክንኣቱ እንተኮና ልብና ከነዳሉ ዝጠቕሙና ኣገደስቲ ባእታታት እዩ። ንጽህና ካበየናይ ኃጢኣት ክትነጽህ ከም ዘለካ መታን ክትፈልጥ ርእስካ ኣብ ምምርማር ይምርኮስ። መጽሓፍ ቅዱስ ከምዚ ይብል “ኣብ እምነት ምህውኩምን ዘይምህውኩምን ምእንቲ ክትርድኡ ንገዛእ ርእስኩም መርምሩ ከምኡ'ዉን ፈትኑ” 2ይ ቆሮ13፥5

በዚ ምክንያት እዩ እምበኣር ርእስና ክንምርምር እዞም ዝስዕቡ ሕቶታት ዝተዳለዉ። ኣበየናይ ደረጃ ከምዘለካ ክትፈልጥ ነቲ መንፈሳዊ መራሒካ ክትሓትት ኣቐዲምና ነተሓሳስብ እንተዘይ ኮይኑ ከምዚ ዓይነት ሕቶ ናብ ተስፋ ምቕራጽ ከምርሓካ ይክእል እዩ። ብኣጠቓላሊ እዚ ሕቶታት ኣብ 2 ተከፊሉ ኣሎ

1. ናይ - መርቲ መልክዒ እዚ ናይ ሓደሽቲ ኣመንቲ እዩ።
2. ናይ ኣገልገልቲ እዚ ናይቶም ብጸጋን ብፍልጠት ኣምላክን ክዓብዩ ዝሓስቡ ዘለዉ እዩ።

1. ናይ - መርቲ መለክዒ፡-

1. ኣምላኽኣባኻ ዘለዎ ቦታ ወይ ግደ፡-

ሀ. እግዚኣብሔር ኣቦካ ንስካዉን ወዱ ምኳንካ ትኣምን ዲካ ? ወይ ብዛዕባ እዚ ትጠራጠር ዲካ ?

ለ. እግዚኣብሔር ከምዝተቐበለካን ኃጢኣትካ ከምዝሓደግልካን ብሞቱዉን ከምዘድሓነካን ትኣምን ዲካ ? ወይስ በዚዉን ትጠራጠር ኢካ ?

ሐ. እምነትካ ኣብቲ ጽኑዕ መሰረት ሓቀ መብጽዓታት ኣምላኽዲካ ሃኒጽካዮ ዘሎካ ወይስ ኣብቲ ተለዋዋጢ ዝኾነ መሰረት ስምዒትካ?

2. ናይ ጽምዋ ግዜ፡-

ሀ. ነቲ ቃል ኣምላኽ ከየባተክካዶ ተንብብ? ካብ መጽሓፍ ቅዱስ ድምጺ ኣምላኽ ትሰምዕ፡ ወይስ ብሰንኪ ሕመቕካ ዘይምግዳስ ወይ ኣብ ስራሕ ጽሙድ ብምኳን ተሕልፎ መዓልትታት ኣሎ?

ለ. ብቐጻሊ ምስ ኣምላኽ ትዘራረብዶ? ኣብ ህላዌኡ ብጸሎት ትኣቱዶ? ወይስ ነዚ ውን ትነጽግ ኢካ

ሐ. እቲ ጉዳይ ብዘየገድስ ንእግዚኣብሔር ኣብ ሕይወትካ ኢዱ ከእቱ ምሉእ መዓልቲ ተፍቅድዶ?

መ. ሰሙናዊ ሓድሽ ጥቕሲ ከተጽንዕ ትውፈዶ ወይስ ነዚዉን ኣይትገብርን ኢካ ?

3. ዉሽጣዊ ሕይወትካ፡-

ሀ. እግዚኣብሔር ከምዝርእየካ፡ ከምዝሕልወካ፡ ከም ዝከላከለልካ ትኣምንዶ ወይስ ጸቕጢ ዘለዎ ጭኑቕን ርቡሽን ሕይወት ኢካ ትመርሕ?

ለ. (1ዮሃ1፥9) ትለማመድ ዲካ? ወይስ ብሰንኪ ኃጢኣትካን ድክመትካን ንውድቀትን ተስፋ ምቕራጽን ትዕድም ?

ሐ. ነቲ መንፈስ ቅዱስ ናይ ቀደም ኃጢኣትካ ክትገድፍ ካብ ዉሽጥካ ዝቕስቅሰካ ትምልሰሉዶ? ንኣብነት ሽጋራ ምትካክ፡ ዘይጥዑያት (ሥነ ምግባር) ዝነደሎም ኣዕሩክ ምርካብ፡ ወይስ ነቲ ናይ መንፈስ ቅዱስ መልእኽቲ ሸለል ትብሎ?

4. ምስቶም ኣመንቲ ዘለካ ዕርክነት፡-

ሀ. ቤተ ክርስቲያን፡ ንስሓ፡ ቅዱስ ቁርባን፡ ከየባተክካ ብቐጻሊዶ ትካፈልን ትወስድን ?

ለ. ምስ ኣመንቲ ዕርክነት ኣለካዶ ?

5. ፈተነታትካ፡-

እቲ ዘጋጠመካ፡ ዘጋጥመካ ፈተነታት ምስ ዝኾነ ሰብ ተዘራሪብካሉ ትፈልጥዶ? ወይስ ብሕፍረት ወይ ስለዘይበዳህዮ ሒዝካዮ ስቕ ኢካ ትብል?

2. ናይ ማእከሎት

1. ክርስቶስ ኣባካ ኣብ ሕይወትካ ዘለዎ ግደ፡-

ሀ. ክርስቶስ ኣባካ ዘለዎ ጎይትነት ከመይ እዩ?

ለ. ኣብ መዓልታዊ ሕይወትካ ኣሰር ኣሰር ክርስቶስ ትስዕብዶ?

ሐ. ክብርታትካ ግዜካ፡ መጻኢካ ዝምድናታትካ፡ ዝምባሌካ፡ ስራሕካ፡ ስድራቤትካ፡ ንባብካ.....ንዑኡ ወፈካዮ ዲካ ?

2. ምስ ኣምላኽዘለካ ዝምድና ኣብ ግዜ ናይ ጽምዋ፡-

ሀ. ኣብ ሕይወትካ እቲ ምስ ኣምላኽዘለካ ዕርክነት ድዩ ዝለዓለ ቀዳምነት ትህቦ?

ለ. ናይ ጽምዋ ግዜ መዓልታዊ ብዘይ ምቑራጽዶ ተተግበር?
ሐ. ናይ ጽምዋ ግዜካ ኣብ ኣተሓሳስባካ ዘለዎ ጽልዋ ካብ መዓልቲ ናብ መዓልቲ ከመይ እዩ ወይስ
እታ ግዜ ሕልፍ ምስ በለት ንኩሉ ትርስያ ኢካ?
መ. ሰሙናዊ ሓንቲ መጽሓፍ ቅዱሳዊ ጥቅሲ ተጽንዕዶ?
ሰ. ቃል ኣምላኽ ኣብ ሕይወትካ ናይ ሥነምግባር (ጠባይ) ሕጊዶ ኮይኑ ኣሎ?

3. ውሽጣዊ ሕይወትካ፡-

ሀ. ርእስካ ምክሓድን ብትሕትና ምንባርን፡

1. በሊሕ፡ሓያል፡ጽቡቅ/ቲ፡ተውህቦ ዘለዎ፡ክቡር፡ሃብታም ወይ “መንፈሳዊ” ብምኳንካ ብውሽጥካ ስምዒት ኩርዓት ርእሰ ኣድናቑት ይስማዓካዶ?
2. ናይ ካልኦት ኣቓልቦ ንምስሓብ ወይ ዘለካ ናይ ዘረባ ክእለትን ምልከትን ኩተርኢ ውሽጣዊ ድሌት ኣሎካዶ?
3. ሰባት ክውዱኡካ ከለዉ ጽቡቅ'ዶ? ይስማዓካ ሃረር ዶ ትብል? ክነድለካ ከሎኻ ሕማቅ'ዶ ይስማዓካ ? ነቶም ዝነቅፉካ ትጸልኦምዶ?
4. ብመገድካ ውዳሴ ክትረክብ ተተባብዕዶ ሓሳባትካ ብዘይ ሕቶን ርእይቶን ቅቡላት ኮይኖም ይስምዑካ ወይስ ደጊምካ ክትሓስበሉ ትክእል ዲካ?
5. ክትተዓጻጸፍ ትክእልዶ? ወይስ ሰባት ምሳካ ክዛረቡን ክሰርሑን ኣዝዮም ይጽገሙ?
6. ብርእስካ ኩሉ ኣማሊእካ ተርዊ ክትጉዳእውን ኣይትደልይን ዲካ?
7. ሓራቅ፡ ቀልጢፉዝቑጣዕ፡ ዘይሀዱእ (ዘይጸውር) ዲካ? ነፍስካ ምቁጽጻር ስኢንካ ብሓንሳእ ንድድ'ዶ ትብል?

ለ. ንጽሕና

1. ንጹሕ ዘይኮነ ኣካላዊ ፍትወትን ርኩስ ስምዒት፡ተግባራት ወይድላይ ኣብ ልብካ ኣሎዶ ?
2. በዞም ተግባራት እዚኣቶም ተገዚእካ ዲካ ትነበር? ወይከ ትነጸንም ኢካ?
3. እዞም ፍትወት እዚኦም ኣብ ሓንጎልካ ተጻሒፎም ክሳዕ ዘጨንቑካ ኮይኖም'ዶ?
4. በዞም ፍትወታት እዚኣቶም ትፍሳህ ትሕጎስ'ዶ? መመሊስካ ትውስኮም ዶ ወይስ ትነጸንም? ካብ ኦምውን ትሃድም ዲካ?
5. ሥነ ኣእምሮኣዊ ወይስ ብሓሳብ ክትፍተን ከሎካ ይማርኩካ (ይስሕቡካ) ዲዮም? ወይስ ይርብሹካ እሞ ቀልጢፍካ ተወግዶም?
6. ንጹህ ብዘይኮነ ሕልሚ ቐትሪ ስምዒታትካ ተርዊ'ዶ?
7. እዞም ክፋኣት ሓሳባት ናብ ቅጽበት ህርፋን ጸታዊ ርክብ ኣቢሎም እቲ ግብራዊ ኃጢኣት ክትፍጽም ደሪኮምካ'ዶ?
8. ኣዒንትካ ኣብ ኣንጻር ጾታ ኣትኮረን ክጥምታን ቀንፈዘው ክብላን ትሓድገን ዶ?
9. በዒንትካ ሰሰሪቕካ ትጥምት'ዶ?
10. ዘይ ሥነ ምግባራዊ ፍጻሜ ወይ ትርኢት ክትርኢ ትሃርፍ'ዶ? ጽዩፍ ኣሳእል፡ ወይ ፊልም ክትርኢ ትናፍቕ ዶ? ንዕኡ ብምርኣይካ ከ ትፍሳህ ወይ ሓጎስ ይስመዓካ'ዶ?
11. ጽዩፍ ዝኮነ ፊልም ስእሊ ወይ መጋዚን ትፈቱ ዶ ገለ ካብኣቶም ዝሓዝካዮም ኣለዉ ዶ?
12.ናይ ቀደም መዓልታትካ ዘርእዩ (ዘዘከሩ) ቅድሚ ናብ ክርስቶስ ምምጻእካ ዝሓዝካዮም ዘይቅዱሳት ኣሳእል ብምርኣይ ግዜ ተሕልፍ ዶ? እዞም ኣሳእል ክሳዕ ሕጂ ሒዘካዮም ኣለካ ማለት ዲዩ?
13. ዘይእሩም ዜና፡ ዛንታ፡ ዋዛ፡ ዕንደራ፡ ዝርርብ፡ ወይ ደርፊ፡ ተረት ክትሰምዕ ትደሊ'ዶ ?
14. ዘይ ቅዱስ ኣብ ዝኮነ ዝርርብ ትሳተፍ ዶ? ዘይ ቅዱስ ዋዛ ትጥቀም ዶ? ንካልኦት ናብ ኃጢኣት ምድፍፋእ ጸገም ዘይብሉ ጌርካ'ዶ ትሓስቦ ?
15. ምስ ኣንጻር ጾታ ኮፍ ክትብል፡ ምብጻሕ ክትገብር፡ ክትዛረብ፡ ዝኮነ ዘኮነ ቅድመ ኩነት ክትጸሓሓፍ ደስ ይብለካ'ዶ ?
16. ብኣጋጣሚታት ተገዲድካ ምስ ኣንጻር ጾታ ኮፍ ምስ እትብል ንኩነታትካ መንፈስ ቅዱስ ድዩ ዝቆጻጸር ወይስ ብሥጋዊ ኣታሓሳስባካ ኢካ ትግዛእ?
17. ምስ ኣንጻር ጾታ ዘለካ ዝምድናን ንቅድስናን ንጽህናን ዝመርሕ ዲዩ? ወይስ ንስምዒት ዘለዓዕል እዩ?
18. ናብ ጾታዊ ኃጢኣት ወዲቕካ ትፈልጥ'ዶ? ብምትንካፍ፡ ብምትሕሓዝ፡ ምድርራዝ ብቕንዱ ጾታዊ ርክብ?

ሐ. ቅንዕና

1 ኣብ ቃላትካ እሙን ዲካ? ወይስ ትሕሱ? ተጋንን ዶ?ሓቂ ክንዲ ምዝራብ ነቲ ሓቂ ገዲፍካ ወሰን ወሰንዶ ትብል? ሓቂ ትጉዕጽጽ ዲካ (twist)ወይ ትጠዊ ዶ? ዘየጋጠመ ነገራት መስሪሕካ ተቐርቦ ዶ?
2. ኣብ ዘይጠቅም ዘረባ ተህተፍትፍ ዲካ ?
3. ኣብቲ ትዛረቦ ሓቀ ዲካ?

4. ምስሉይ ዲካ? ንሰባት ኩተምስል ትውድስ ካብ ልብካ ዘይነቀለ ምስጋና ተቅርብሎ?
5. ካብ ሽግር ክትወጽእ ብምባል ናብ ሓሶት ትኣቱ ዶ?
6. ናይ ሕማም ፍቓድ ክወሃበካ ከም ዝሓመምካ ትመስል ዶ?
7. ግብሪ ቀረጽ ወይ ቲኬት ኣውቶብስ ከይከፈልካ ትሕባእ ዶ?
8. ካብ ካልኦት ትሰርቕ ዶ? ገንዘብ ወይ ውልቃዊ ጸዕሪ ዝገበሩሉ ነገር ?
9. ንብረት ተለቂሕካ ዘይመለስካዮ ኣሎ ዶ? መጽሓፍ ወይ ካልእ መሳርሒ ?
10. ዕሽር ወይ ብጽሒት ኣምላኽ ትሰርቕ ዶ?
11. ናይ ካልኦት ንብረት ዋንነት ንዝኾነ ነገር እሙን ዲካ? መኪና፡ ገዛ፡ ሓይሊ ኤሌክትሪክ፡ ቀረብ ማይ?
12. ብዘይሕጋዊ መንገዲ ገንዘብ ተምጽእ ዶ? ብስርቂ፡ ምትላል፡ ስስዐ፡ ጽዮፍ ስራሕ? ዘይሕጋዊ ንግዲ ዘይሕጋዊ ድለላ፡
13. ናይ ካልእ ሰብ ገንዘብ ትምነ ዶ?
14. በቃቕ (ጠማዕ) ወይስ ሓሻሺ (ዘራዊ) ዲካ?
15. እቶም እትውንኖም ንብረት ከም ናትካ ጌርካ ዲካ ትርእዮም ወይስ ንጐይታ ስለዝወፈካዮም ንነፍስካ ከም ወካሊ ትርእያ?
16. ንክዳውንቲ ንመጋየጺ ኢልካ ገንዘብ ተባክን ዶ?
17. ንግዲ ወይ ቢዝነስ ክትገብር ከለኻ ብዓለማዊ ትምኒት ዲካ ትምራሕ ወይስ ንክብሪ ኣምላኽ ኢካ ትገብሮ ?
18. ገለ ክፋል ካብ ገንዘብካ ነቶም ሕጊ ክትከናከኖም ዘገድደካ ኣዝማድካ ትህቦም ዶ? እዚ ተግባር ቅኑዕ እኳ እንተኾነ ካብ ብቂ ክብገስ ከሎ ከ?

19. ነዝማድካን ነቶም ብሕጊ ክትሕግዞም ዝግባኣካን ዕሽር ትህብዶ፡ ዕሽር ምሃብ ቅኑዕ ምኳኑ ትፈልጥ ግን ብብቂ ዝገበርካዮ ኮይኑ ይስምዓካ ዶ ፡
20. ዕሽርካ ኣብ ገዛታት ምስራሕ፡ዓቢ መደባት ምስልሳልን ፍሉጥ ሰብ ክገብሩካ ዝክእሉ ነገራት ምግባርን ዶ ተበርክቶ ወይስ ጽቡቕ ዜና ንምትሕልላፍ ፡
21. ኣብቲ ንክርስቶስ ዝሃብካዮ ወውይ ዘወፈካዮ ግዜ እሙን ዲካ፡
22. ብጸዮ እዝጊኣብሔር ክትከውን እኹል ግዜ ትምድብ ዶ፡ ኣብ ጽምዋ ግዜ ኣብ ጸሎትን ኣብ ኣስተንትኖን፡
23. ግዜካ ንእግዚኣቢሔር ከክብርዎ ዘይክእሉ ነገራት ዶ ተጥፍኦ፡ ንእምነትካ ከጽንዑ ዘይክእሉ ነገራት ከም ፊልም ዓለማዊ ዘረባታትን ምጅሓፍቲ ምንባብን፡፡
24. ግዜካ ኣብ ዕላማ ዘይብሉ ነገራት ዶ ተባክኖ፡ ግዜ ኩተጥፍእ (ክትቀትል) ኢልካ“ዶ ጥቕሚ ኣብ ዘይብሉ ምብጻሓት ተሕልፎ፡
25. ንስድራካ ኣብ ምሕብሓብን ፍቕርካ ኣብ ምርኣይን ምስኦም ምምቓልን፡ ኣብ ምምልክን እኹል ግዜ ተጥፍእ ዶ፡
26. ንምብጻሓትን ንዓበይቲ ኣቕሽሽትን ግዜ ትህብ ዶ፡
27. ግዜካ ኣብ ቤተ ክርስቲያናት ምካድን ኣብ ጉባኤታት ምስታፍን ”ዶ ተሕልፎ ወይስ ኣብ ዘየድሊ ነገራት ተባክኖ፡
28. ኣብ ናይ ስራሕካ ጊዜ እሙን ዲካ፡ ወይስ ተታልል ኢካ፡
29. ኣብ ፍርድካ ርትዓውን ቅኑዕን ዲካ፡ ወይስ ብኣድልዎ ዝዘንበልካ ኢካ፡
30. ብማዕረ”ዶ ንሰባት ትሕግዝ፡ ከምቲ ኣምላክኄሩ ዝርእዮም ጌርካ ”ዶ ትርእዮም፡
31. ንሓቂ ትዓብጣ ዲካ ፡ ጌጋታት ትሓብኦም ዲካ ፡
32. መታለሊ ዲካ፡
33. ንዝተዋህበካ ሓላፍነታት ክትስከም ትክእል”ዶ ወይ እሙን ዲካ፡
34. ግዜ ተክብር ዲካ ፡

መ. እምነት

1. ሕይወትካን መጻኢካን ኣምላኽ ከም ዝወሕሳ ትኣምን ዲካ ፡ወይስ ጭንቕን ሽጉርን ኢካ፡
2. ኩሉ ንእግዚኣብሔር እንዳ ኣመስገንካ ዶ ትቕበሎ ዲካ ዋላስ ብምሕማምካ፡ ብምስኣንካን፡ ብምዝራፍካን ሕማቕ ይስመዓካ እዩ ንዕ ድልካ ትረግሞ ዲካ ፡
3. ጐይታ ንጸሎትካ ብምቕባል ብምምሕያሽ ወይ ድማ ብምንጻግ ከም ዝምልሰልካ ትኣምን ”ዶ ወይሲ ኣምላኽ ነቲ ዝረኣዮ ከም ዝሰምዕ ዝፈልጥን ከም ዝገብርን ትጠራጠር ኢካ፡
4. ኣምላኽ ኣብ ሕይወትካ መደብ ከም ዘለዎን ንመዓልታዊ ሕይወትካ ድማ ምልኣት ከም ዝህቦን ትኣምን ዶ፡ ብመደቡ ’ዶ ትምራሕ፡ ወይስ ትቃወም ፡

5. ምስ ኣምላኽ ብፍጹም ምትእምማን' ዶ ትከይድ ወይሲ ከይረኣካዮ ፡ ከይጨበጥካዮን ፡ ከይዳህሰስካዮን ኣይትኣምንን ኢካ ፡ ብእምነት ዲካ ምስኡ ትጽጋዕ ወይሲ ብምትንካፍን ምድህሳስን፡
6. ኩሉ ሽግራትካ ንእግዚኣብሔር ኣሕሊፍካ ዶ ትህቦ፡ ወይሲ ኣብ ፍሊዮ ናትካ ጥበብን ፡ ክእለትን ኢካ ትምርኮስ ፡

(ረ) **<u>ኣብ ምሕዝነት (ብጻይነት) ዝተሞርከሰ ፍቕሪ</u>**

1, ንስድራቤትካ ከምቲ ንነብስካ ጌርካ ትሓልየላ ጌርካ ዶ ትሓልየሎም ፡
2. ንደቂ ቤተክርስቲያንካን ነቶም ካህናትን ተፍቅሮም ዶ ፡ ኣብ ቤተ ክርስቲያን እቲ ግቡእካ ከ ትገብር ዶ ፡
3. ንማኞበረ ሰብካ ተፍቅሮም ዲካ ፡ ምስኦም ከ ጥቡቕ ዝምድና ኣለካ ዶ ፡
4. ምስኦም ብግሁድ ትማቀል ዲካ ፡
5. ምስ ካልኦት ዕጉስ ዲካ ፡ ወይስ ኣብ ዝርርባት ቀልጢፍካ ሓሪቕካ ምሕዝነት ትበትክ ፡
6. ምስቶም ካባካ ዝደክሙ ርህሩህ ዲካ ፡
7. እንድሕር ሰባት ተዓዊቶም ፡ንስካ ዘይተዓወትካ ፡ወይ ድማ ካብ ናትካ ዝልዕል ቦታ ክረክቡ ከለዉ ቅንኢ ይስመዓካ ዩ ፡
8. ንካልኦት ሰባት ክተትሕትን ፡ ክተሕርቕን ፡ ክትህውክን ትፍትን ዲካ ፡
9. ንካልኦት ተስተናዕቕን ኣይተክብሮምን ዲካ ፡
10. ናይ ካልኦት ሰባት ስራሕ ተስተናዕሕን ተጸልም ዲካ፡
11. ናይ ሰባት ስራሕ ተካፋን ጌጋኦም ተቃልዓሎምን፡ ንዕኦም ድማ ትሓምዮም ዲካ ፡
12, ምስቶም ትዛረቦም ሰባት ቀልጢፍካ ዶ ትሓርቅ ፡ ብዛዕባ ንሶቶም ዘለውዎ
ኩነታትከ ትሓስበሎም ወይ ትሓልየሎም ዶካ፡
13, ናብ ሕሰምን ቆይቃን ዘዘምባልካ ዲካ ፡
14, ናይ ሰባት መሰላት ነጺልካ ፡ ኣብ ናትካ መሰላት ክትእትዎም ጸቅጢ
ትገብር ዲካ ፡
15, ናይ ሰባት ግብርን ውጥንን ኣይትኣምንን ዲካ ፡ ብዛዕባ ናቶም ኣተሓሳስባ
ኣቀዲምካ ኣጽኒዕካ ፡ ብኡኡ ድማ ክትሕዞም ትፈቱ ዲካ ፡
16, ጽቡቅ ጌርካ ከም ትፈልጦም እንዳነገርካ ፡ ሕማኞ ጌርካ ትሕዞም ዲካ፡
17, ነቶም ዝወዳደሩካ ሰባት ብሕማኞ ዕድሎም ኣቑዶምካ ትነግፎም ዶካ፡
18, ጸርፍታት ትጻወር ዶ ፡ ነቶም ዝጸርፉካ ሰባት ትሕድገሎም ዶ ፡
19, ዋና ንኡሽተይ ነገር ትኩን ንዝበደልካዮም ሰባት ይሕዘ ትሓትት'ዶ ፡
20, ንካልኦት ሰባት ከምቲ ንነብስካ ትምነየላ'ዶ ፡
21, ንሰባት ከምቲ ንዓካ ጌሮም ክሕዙካ ትደልዮም ጌርካ'ዶ ትሕዞም፡
22, ንመርገምን ጸርፍታትን ብዓኞሊ'ዶ ትጽመም ፡
23, ንፍቕሪ ኢልካ ካልኣይቲ ምዑዓርትካ'ዶ ትጠውየሎም ፡
24, ንካልኦት ካብ ልብካ'ዶ ትፈትዎም ፡ ፍቕርካ ሓያል ድዩ ፡
25, ኣብ ሞንጎካን ፡ ኣብ ሞንጎ ካልኦትን ዘሎ ጋግ ናይ ሓባር ነገራት ብምርካብ'ዶ ፡
26, ንፍቕሪ ኢልካ ትሰርሕ'ዶ ፡ ኣገልጋሊት ልቢ ኣላትካ'ዶ ፡

ሳልሳይ ፡- **<u>ንካህናትን ኣገልገልቲ ቤተ ክርስቲያንን ፡-</u>**

1, ኣቃጫጭ ናይ ምስክርነት ኣለኩም ድዩ ፡ ንነፍሲ ጸር ዲካ ፡
2, ጐይታ ንዘድልያ ነፍሲ ትጽልየላ'ዶ ፡
3, ናይ ወንጌል መልእክቲ ንሰባት ኣካፊልካዮም ትፈልጥ'ዶ ፡ ንጐይታ
ተቐቢልካዮ ዲካ ፡
4, ብክርስቶስ ንክትሰዕሮም ንገለ ሰባት በጺሕካዮም ትፈልጥ'ዶ ፡
5, ነቲ ግቡእነት ናይ ክህነት ወይ ኣገልግሎት ኣሊካዮ ዲካ ፡
6, ጐይታ ስብከት ከተታሓላልፍ ከም ሰባኺ ተጠቂምልካ ይፈልጥ ድዩ
መልእክቱ ኣብ ምምሕላላፍከ እሙን ኴርካ ዲካ ፡ ወይሲ ሰባት ንክትስሕብ ጌርካዮ ፡
7, ነብስካ ንጐይታተቐቢልካዮ'ዶ ወይሲ ነቲ ንሱ ዝሃበካ ውክልና ነጺግካዮ ፡
8, ንጉጅለካ ኣብ ምምራሕ እሙን ዲካ ፡ ትጽልየሎም'ዶ ፡
9, ኣብ ናይ ዓለም ምሕረት ከም ናይ እግዚኣቢሔር ኣረኣእያ ኣለካ'ዶ፡
ንፍጻሜኡ ትጽሊ ዲካ ፡ ናብኡ ንነብስካ ወፈካያ ዲካ ፡

ራብዓይ ፦ <u>ናይ ስድራ ሕይወት</u>
<u>1, ሰብኣይ ምስ ሰበይቱ</u>

1, ከም ነብስካ ጌርካ'ዶ ንሰበይትካ ተፍቅራ ፡
2, ከተሐጉሳን ከተጣጥሓላን'ዶ ትሕልን'ዶ ፡ ወይ ንሳ ከተሐጉሰካ ትጽበ ፡
3, ብክብረትን ብሕያውነትን ዲካ ትሕዛ ፡
4, ጽቡቅ ጌርካ ሽግራ ክትፈልጦ ፡ ንክትሰምዓን ፡ ንክትካናከናን ግዜ ትህባዶ ፡ ወይሲ ንነብስካ ኣብ ስራሕ ጸሚድካ ትንጽላ ፡
5, ንኣረኣእያኣን ኣተሓሳስብኣን ትርድኦ'ዶ ፡ ወይሲ ነቒጽካ እቲ ናትካ ሓሳባት ጥራይ ከም ናይ ሽግር መፍትሒ ጌርካ ትወስዶ ፡
6, ብዛዕባ ኣታኣላልያ ቆልዑት፡ገንዘብ፡ዝምድና ምስ ማሓዙትን ኣዝማድን ብዛዕባ መንፈሳውነትን ምስኣ ትገራጮ ዲካ ፡ ወይሲ ብናይ ሓባር ሓሳብ ክትረዳዳእ ትፍትን ፡
7, ብዛዕባ ነብስካን ፡ ስድራካን ፡ተገዳስነትካን ሓሳባትካ ተካፍላ'ዶ ፡
8, ኣብኣ ምሉእ ብምሉእ ትተኣማመን ምኒንካ ብቑዳምነት ተታባብዓ ዲካ ፡ወይሲ ኣብ ምንቃፍን ምትሕሓታን ኢካ ተተኩር ፡
9, ኣብቲ ልክዕ ግዜ ናብ ጌጋ ከተድህብ ትገብራ ዲካ ፡ ወይሲ ኣብ ቅድሚ ኣዝማድ ፡ ቆልዑን ፡ ማሓዙትን ዓው ኢልካ ትዛረብን ዘይምርድዳእ ትፈጥርን
10, ካልኦት ኣብ ዘለዉሉ ግዜ ክብረት ተርእያን ክትዛረብ ተታባብዓን ዲካ ፡ ወይስ መምስ ተዛረበት ትነጽጋን ነቲ ዝተዛረበቶ ተታሓሕተላን ኢካ ፡
11, ነብስካ ዘማእከልካ ዲካ ወይሲ ናታ ድሌየታትን፡ ስምዒታትን የገድሰካ እዩ ፡ብፍላይ ኣብ ኣካላዊ ዝምድና ፡
12, እሙን ዲካ ፡ ወላስ ካልኦት ዝምድናታት ድልየታትካ ከማልኡ ኣለዉካ ፡
13, ብቅንኢ ተደሪክካ ንገዛካ ናብ ገሃንም ትቅይራ ዲካ ፡ ወይስ ንገይታ ንዓኣ ክሕልዋ ንዓካ ድማ ካብ ጽላል ምጥርጣር ቅንእን ከውጽእካ ትልምኖ ፡
14, ነዝማዳ ትፈትዎምን ምስኦም ምሕዝነት ትገብርን'ዶ፡ ወይሲ ትጸልኦምን ትነጽነምን ፡
15, ምስኦም ምስ ገይታ ተሕልፎ ግዜ ተወሃ'ዶ ዲካ ፡ ምክንያቱ ምስ ክልቲኦም ወጅሃላይ ኮንካ ከይትርከብ ፡

<u>(ሀ) ምስ ደቁ</u>

1, ንደቅካ ተፍቅሮም'ዶ ፡ ንየኦም ክትብል መስዋእትታት ትገብር'ዶ፡
2, ንከተዕብዮም ትግደስ'ዶ ፡ ወይሲ እቲ ጽዕነት ናብ ሰበይትካ ትገድፎ ፡
3, ምስኦም ኮፍ ኢልካ ሽግሮምን ሓሳባቶምን ትካፈል'ዶ ፡
4, ምስኦም ተኣኪብካ ብሓባር ትጽሊ'ዶ ፡
5, ማሓዝኦም ዲካ ፡ ምስኦም ትዘራረብ ዲካ ፡ ወይሲ ንስካ ከም ኣዛዚ ናቶም ሕቶ ዘይብሉ ምእዛዝ ትደሊ ኢካ ፡
6, ንስካ ምስኦም ከም ዘለካ መታን ክስምዖም እኩል ግዜ ትህቦም'ዶ፡
7, ማእከላይ ዝኾነ መንገዲ ጌርካ'ዶ ትሕዞም ፡ ወይሲ ሕቑፍ ኢካ ማለት ምሕንቃቅ ወይ ትረት ፡
8, ፍቕሪ ኣብ መንነኦም ክሰፍን'ዶ ትገብር ፡ ወይ ኣድልዎ ናትካ ዝልኢን ፡ ቅንኣትን የምጽኣሎም ድዩ ፡
9, ካብ ቆልዑትካ ንሓደ ብጭካነን ፡ ብጽክእን ትሕዞ ዲካ ፡ ሽዑ ንሱ ነቲ ስድራ ከማርር ሲጋዕ ዝጅምር ትገብሮ ዲካ ፡
10, ንደቅካ ኣዕሩክቶም ናይ ምልላይ ባህጊ ኣለካ'ዶ ፡ ምስ ኣመንቲ ክማሓዘዎ'ዶ ትገብሮም ወይሲ
11, ምስ ካልኦት ሰባት ብምውድዳር ፡ ጽልኢ ኣብ ነንሕድሕዶም ከም ዝነግስ ትገብር ዲካ ፡
12, ዋላ ዘይምሉእ ሰራሕም ከለዉ ብኣወንታ'ዶ ተረጋግጸሎም'ዶ ፡ መታን ነብሰ ክብሪ ኣብ ገዛእ ርእሶም ክህልዎም ፡
13, ንድልየታቶምን ተገዳስነቶምን ጸብጺብካ ንደቅካ ትጽልየሎም ዶካ፡
14, ኣብ ፍላይ መዓልታት ፡ ከም ዕለተ ልደቶምን ትምህርቲ ክሓልፉ ከለውን ገጸ በረከት ወይ ህያብ ትህቦም'ዶ ፡
15, ብዛዕባ መጻኢኦም መንፈሳዊ ሓሳብ ኣለካ'ዶ ፡ ወይስ ብዛዕባ ትምህርቶምን ስርሖምን ዝተደረተ እዩ ፡

<u>2. ሰበይቲ ምስ ሰብኣይ</u>

1, ከምቲ ንገይታዝተምበርከክሉ ንሰብኣይኪ'ከ ትምብርከክሉ ዲኪ (ኤፌ5፡22) ተክብርዮ ዲኪ፡ ካብ ልብኪ ተባጭውሉን ኣይተክብርዮን ዲኪ ፡ ከም ርእስኪ ተክብርዮ ዲኪ (ኤፌ 5፡22) ፡ ወይሲ ማዕርኡ ዝኾንኪ ንስኪ ሰብኣይ ከም ዝኾንኪ ትሕዝዮ ፡ ንድልየታቱን ንዕኡን ትከናከንዮ'ዶ ፡ ወይስ ነብስኪ ኣብ

ምክንካን ዝተጸመድኪ ኢኪ ፡ ንደቅኪ ኣብ ምሕብሓብ ንሰብኣይኪ ትንጽልዮ ዲኪ ፡ ንስራሕ ናይ ገዛኪ ክትገድፊ ኢልኪ ኣብ ረብሓ ዘይብሉ ምብጻሕ ምግዛእ ግዜኪ ትሕልፍዮ ዲኪ ፡ ብሰብኣይ ብምብላልክን ጓል ብምኳንክን ንኣምላኽ ተምርርዮ ዲኪ ፡
2, በተሓሳስባን ብመንፈሳውነትን ልዕልነት ኣብ ሰብኣይኪ ይስማዓኪ ድዩ ወይ ልዕልነት ኣብ ኣታውን ንብረትን ፡ ካልእ ሰብኣይ ዘይተመርዓኪ ትጠዓሲ'ዶ ወይ ሰብኣይኪ ዘይረብሕ ሰብ ኮይኑ ይስምዓ ኪ ድዩ ፡ ኣብ ቅድሚ ካልኦት ንጠባዩ ትነቅፍዮ ዲኪ ፡ ንድልየትኪ ከማልእ ብቁዕ ብዘይ ምኳኑ ትከስዩ ዲኪ ፡
3, ትም ኢልኪ ብክያትን ሕጎቃንን ስለ ትፈትዊ ፡ ንሰብኣይኪ በዚ ተነድርዮ ዲኪ ፡ ሕርቃንን ቃንዛን ናይ ሰብኣይኪ የሐጉሰኪ ድዩ ፡ ምስጢራቱ መዝሚዝኪ ዘረባታት ከተውጽኢ ትደልይ ዲኪ ፡ ናይ ሰብኣይኪ ዕልወትን ኣብ ርእሲኡ ድማ ተቃውሞ ተካይዲ ዲኪ ፡ ምስ ካልኦት ኣንስቲ ናይ ተቃውሞ ግንባር ትምስርቲ ዲኪ ፡
4, ነቀፌታቱ ትቐበልዮ'ዶ ወይሲ በዚ ከም ዘይፈትወክን ከምዘይርድኣክን ጌርኪ ትወስድዮ ፡ መሰል ከም ዘይህበክን ከም ዝዕ ምጸክን ኢልኪ ዲኪ ተስተምስሊ፡
5, ካብ ንሰብኣይኪ ጊዜ ምሃብ ፡ ምስ ካልኦት ኣንስቲ ዲኪ ትወዳደሪ ፡ ብቅንኢ ዝኣክል ኣብ ገዛኪ ጸቕጢ ዘለዎ ሃዋህው ትፈጥሪ ዲኪ ፡ ትቀንእሉ ዲኪ ፡ ንካልኦት ኣንስቲ ከመይ ጌሩ ከም ዝቀርበን ምስ ነብስኪ ተወዳድርየን ዲኪ ፡
6, ነቲ ንዕኡ ዝግብኦ መሰላት ትቐንጥጥሉ ዲኪ ፡ ሽዑ ነቲ ኣብ ቅዱስ መጽሓፍ ዘሎ ሕጊ ተፍርስዮ ፡ ንጸለኦት ዚከውን ጊዜ ምእንቲ ክትረክቡ ኢልኩም ትውስኑለው እዋን ብስምምዕ ክልቴኩም እንተዘይኮይኑ ሓደ ነቲ ሓደ ናይ መውሰቦ ግቡእ ኣይክልኣዮ፡፡ ቆሮ 7፡5 ነቲ ኣብ መጽሓፍ ቅዱስ ዘሎ ቃል ከይፈለጥኪ ፡ መርዓ ሓጥያት ወይ ክፋእ ኮይኑ ይስማዓኪ ኔሩ ድዩ ፡ መውሰቦ ኣብ ኩሉ ክቡር ይኩን ፡ እቲ ዓራት ኣሚን ከኣ ንጹሕ ይኩን ዕብራውያን 13፡4 ፡ንካልኦት ልብኪ ክፋእ ድዩ ዋላስ ንሰብኣይኪ እምንቲ ኢኪ ፡
7, ዘይሕጉስ ፡ ዝተጨነቐ ውሽጣዊ ፍርሓት ፡ ናይ መጻኢ ሓደጋታትን ሞትን ሂወት ዲኪ ትመርሑ ፡
8, ንስድራ ሰብኣይኪ ተክብርዮም'ዶ ፡ ዋላስ ንበይንኪ መታን ክትሓዝእዮ ካብ ስድርኡ ትንጽልዮ ፡
9, ንሰባት ብዘይ ኣድናቆት መስዋእትታት ትከፍሊ ኣደን ሰበይትን ምኳንኪ ተስተማስሊ'ዶ ፡
10, ካብ ግጉይ ኣተሓሳስባ ናይ መርዓ ምግልጋልኪ ሕማቐ ይስማዓኪ ድዩ ፡

ለ) ምስ ደቃ

1, ብዛዕባ ናይ ደሕኪ መንፈሳውነትን ጸሎትን ትግደሲ ዲኪ ፡ ዋላስ ኣብ መጽናዕቶም ኣካዳማዊ ትምህርቶም ጥራይ ኢኪ ትግደሲ ፡
2, ከምቲ ኣብ ድራር ጌርኪ ትቅርብዮም ጌርከ'ዶ ኣብ ናይ ጸሎት ጊዜ ትቕርብዮም ፡
3, ንስድራኪ ናብ ቤተክርስትያን ኬይዶም ደቂ ማሕበር ክኾኑ ተታባብዕዮም'ዶ፡
4, መሓዛ ደሕኪ ዲኪ ብፍላይ ምስተን ኣዋልድ ፡ ሽግራተን ከም ዘዕ ልላኪ ትገብሪ'ዶ ፡
5, ንሓደ ቆልዓ ብፍላይ እንዳፈተኪ ፡ ክልተ መሳቱ ተባእሲ ዲኪ ፡
6, ቆልዑት ኣብ ምሓዝ ምስ ሰበኣይኪ ብመምርሒኩም ትረዳድኡ ዲኩም ፡ምስ ሰብ ኣይኪ ብሓባር ተማቂልኩም'ዶ ትካናከንዎም ፡

3.ቆልዑ ምስ ስድራኣም

1, ንስድራካ እዙዝ ዲካ ፡ ተክብሮም ትእዘዞም ዲካ ፡
2, ብቅንዕና ንሂወትካ ምስኣም ተካፍላ ዶካ ፡ ወይሲ ገለ ገለ ነገራት ካብኣም ትሓብእ ኢካ ፡
3, ንምዕዶታት ኣባካን ኣዲካን ብክፉት ልቢ ትሰምዖ ዲካ ፡
4, ብተውጽኦ ወጻኢታት ናይ ስድራካ ኣብታ ስድራካ ኣታዊ ትውድኦ ዲካ ፡
5, ስድራካ ምኳኖም ሕጉስ ኣይኮንካን ዲካ ፡ ብእኣም ትሓፍር ዲካ ፡ ስድራካ ካልኦት ኔሮም ተዝኾኑ'ዶ ምሸካ ዋላስ ንሶም ፡
6, ኣምልክ ንጽቡቕካ ኣብታ ስድራ ከም ዝፈጠረካ ትፈልጥ'ዶ ፡ ወይስ ዝኾነ ነገር ክትገብር ምስ ተሓተትካ ተዕዘምዝም፡

(ለ) ምስ ኣሕዋት

1, ንናይ ገዛካ ዓበይቲ ክብረት ተርእይ'ዶ ፡
2, ንዓበይቲ ኣሕዋትካ ትሕግዝ'ዶ ፡
3, ምስ ኣሕዋትካ ትባኣስ ዲካ ፡
4, ትጸልኦም ወይ ትቕንኣሎም ዲካ ፡
5, ፍሉይ ወይ ሕንቁቅ ክትከውን ደስ ይብለካ ድዩ ፡
6, ነሕዋትካ ዝኾነ ነገር ትህቦምዶ ወይሲ ዝኾነ ካባካ ምስ ወሰዱ ብስሰዐ ትጸርፎም ፡

7, ናይ ጸሎት ስዓት ኣክቢርካ ዝኾነ ነገር ትማቐል'ዶ ፡ ቤተ ክርስትያን ክከዱ ከለዉ ምስኦም ትከይድ'ዶ ፡

15 - ዓመታዊ ናይ መጽሓፍ ቅዱስ ምምባብ መደብ

ዝኾነ ኣማኒ መጽሓፍ ቅዱስ ምንባብ ዘቋርጸሉ ምክንያት እንታይ ከም ዘንብብ ምስ ስም ውን ብየናይ ስም ዝጅምር ንሱ ወይ ንሳ ስለ ዘይፈልጡ ክከውን ይክእል እዩ ፡፡ እዚ መደብ እዚ ድማ ነዚ ሽግር እዚ ንምፍታሕ ዝተዳለወ እዩ።

- ቀዳማይ ፡- **ዕላማ ናይ'ዚ መደብ**

1, ናይ መዓልታዊ ቅዱስ መጽሓፍ ኣናብባካ መንገዲ ንምትዕርራይ ፡

2, ዝለዓለ ደረጃ መጽናዕቲ ናይ መጽሓፍ ቅዱስ ምስ መዓልታዊ ምንባብ መጽሓፍ ቅዱስ ከም ዝፍለ ምኳኑ ንምርኣይ ፡በዚ መደብ ወይ ኣገባብ መዓልታዊ ምንባብ መጽሓፍ ቅዱስ ግና ኣምላኽ ምሳካ/ኪ ምህላዉ'ውን ንስካ/ኪ ድልዱል ርክብ ዝህልዎ ምስ ኣምላኽ መንገዲ ጥራይ ንምርኣይ እዩ ፡፡

- ካልኣይ ፡- **ናይ'ዚ መደብ ሓሳብ**

በቲ ንዓካኻ/ኺ ዝሰማማዕ ኩነታት መጽሓፍ ቅዱስ ሓድሽን ብሉይን ኪዳን ኢልካ ምፍልላይ ፡ ኣብ ዓመት ወይ ኣብ ክልተ ዓመት ምንባብን ፡

1. ናይ ሓደ ዓመት ምንባብ መደብ ፡ ኣብ ሓደ ዓመት ክትውድእ ምእንቲ ክትክእል ኣብ ክልተ ክፍለ ግዜ ክፈሎ ናይ ምንባብ ነቲ መደብ ፡

(ሀ) ናይ ንግሆ ክፍለ ግዜ (ቅድሚ ቀትሪ) ፡-

- ኣብዚ ግዜ እዚ ካብ ኣብ ሓደ እዋን ሓደ ምዕራፍ ብሉይ ኪዳን ኣንብብ ፡ እዚ ማለት ካብ ኦሪት ዘፍጥረት - ሚርካ ክሳብ መጽሓፍ ኣስቴር ፡
- ኣብ ሓደሽ ኪዳን ድማ ካብ ወንጌል ማቴዎስ - ሚርካ ክሳብ ወንጌል ዮሓንስ

(ለ) ናይ ምሸት ክፍለ ግዜ (ድሕሪ ቀትሪ) ፡-

- ኣብዚ ግዜ እዚ ሓደ ምዕራፍ ኣንብብ ፡ ካብ ብሉይ ኪዳን ካብ መጽሓፍ እዮብ ክሳብ ትንቢት ሚልክያስ ፡
- ኣብዚ ግዜ እዚ ካብ ሓድሽ ኪዳን ሓንቲ ምዕራፍ እዚ ድማ ካብ ግብሪ ሓዋርያት ክሳብ ራእይ ዮሓንስ ፡

መዘካከሪ ፡ እዚ መደብ እዚ ነዊሕ ግዜ ዝወስድ ክመስለካ ይክእል እዩ ፡ ግን ጽቡቕ ጌርካ ተለማመድካዮ ካልእ ኣዝዩ ዝበለጸ ክትረክብ ኢካ ፡

2. ናይ ክልተ ዓመት ምንባብ መደብ ፡

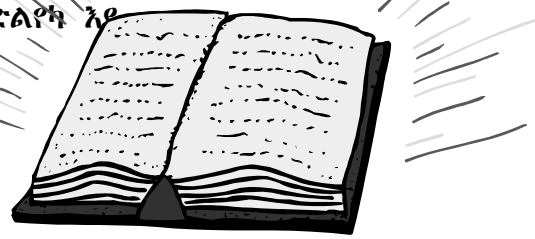
እንድሕር ኣብ ፍሎዮ ሓደ ዓመት ክትውድኣ መድብ ዘይብልካ ኮይኑ ግን ኣብ ክልተ ዓመት ኣንብብ ፡-

(ሀ) ኣብ ቀዳመይቲ ዓመት ፡- ናይ ምሸት ክፍለ ግዜ ድሕሪ ቀተሪ ጥራይ ኣንብብ ፡

(ለ) ኣብ ካልኣይቲ ዓመት ፡- ናይ ምሸት ክፍለ ግዜ ድሕሪ ቀትሪ ጥራይ ኣንብብ ፡ ዓመት ዓመት ነቲ ሓድሽ ኪዳን ክፍሊ ንባብ ኣንብብ ፡ ናይ
ሓድሽ ኪዳን ክፍለ ንባብ ናብቲ ናይ መዓልታዊ ምንባባትምሸት ወስኽ፡

- ሳልሳይ ፡- **ከመይ ጌርካ ከም ተንብብ ፡**

- ካብ ናይ ሎሚ መዓልቲ መደብ ምንባብ - ምር ፡ ንኣብነት እንድሕር ሎሚ መዓልቲ ሓምለ ሰለስተ ኮይኑ ፡ ካብታ ናይታ መዓልቲ መደብ - ሚርካ ኣንብብ፡ እንተኪኢልካ ኮይኑ ግና መደብ ግድን ካብ ጥሪ ክትጅምሮ የብልካን ፡ ድሕሪ ናይ ቁሩብ መዓልታት ባዕሉ እቲ መደብ ከተዓራርየልካ ስለዝኾነ ኣይትጨነቐሉ ፡
- ነተን ብጣዕሚ ኣብ ሂወትካ ዘገድሳካ ጥቕስታት ኣስምረለን ወይ ብርሳስ ኣድምቀን ፡ እዘን ኣብ ናይ ጽምዋ ግዜካ ክሕግዘካ ይክእላ እየን።
- ነቲ ኣብ የማናይ ወገን ዘሎ ፡ ነቲ ጥቕሲ ዘራጉድ ነጥብታት ክትጽሕፎ የድልየካ እዩ



መደምደምታ

ክቡራት ኣሕዋት እዛ መጽሓፍ ክተንብብዋን ክትማሃርዋን ዘይኮነስ ከም መምርሒት ክትጥቀሙላ ይግባኣኩም ። እዛ መጽሓፍ እዚኣ ንእግዚአቢሔር ከመይ ጌርኩም ትሰምዕዎ ክትምህረኩም እያ ። ኣብ ናቱ ህላውነት ክትነብሩ ውን ክትምህልኩም እያ።

1, ነዛ መጽሓፍ ማዓልታዊ ኣንብባ ፡
2, ነቲ ሕቶታት እንዳንበብካ ቅድሚ ጽምዋ ግዜካ ኣስተንትኖም ፡
3, በቲ ተጌሩ ዘሎ መደብ ሓንቲ ናይ ጽምዋ ግዜ እዚ ማለት ሓንሳብ ኣብ ወርሒ ኣካይድ ፡
4, ናይ “ ጽምዋ ግዜ መጽሔት” ተጠቀመላ።
5, ብዛዕባ ትጽልየሉ ነገራት ክትፈልጥ ምእንታን ነቲ ተሓንጺጹ ዘሎ መደብ ተከቲልካ ኣንብብ።

ብናይ እግዚኣብሄር ፍልጠትን በረከትን ዝበዝሐ ሕይወት ክህልወኩም ይምነ።ኣብ ጸለትኩም ኣይትረስዑኒ ። ናይ ሰላም ኣምላኽብመንፈሳዊ በረከት ንልብኩም ይምልኣዮ።

(ኣምላኽ ቀረባ እዩ... ማራንኣታ)
ኣሜን