1. የጸሎት ጊዜያት

ልበ አምላክ ነቢየ ልዑል ቅዱስ ዳዊት"ስብዓ ለእለትየ እሴብሐከ በእንተ ኵነኔ ጽድቅከ ፣ስለ ጽድቅህ ፍርድ በቀን ሰባት ጊዜ አመሰግንሃለው"/መዝ ፻፲8-164/ብሎ እንደተናገረ ክርስቲያን የሆነ ሁሉ ሰባት ጊዜ በየእለቱ እንዲጸልይ ቤተ ክርስቲያን ታስተምረናለች፡፡ሰባቱ የጸሎት ጊዜያትም የሚከተሉት ናቸው፡፡

1.1 ጸሎተ ነግህ

ቅዱስ ዳዊት "አምላኬ አምላኬ በማለዳ ወደ አንተ እገሰግሳለሁ" መዝ 62÷11 እንዳለ ሌሊቱ አልፎ ቀኑ ሲተካ፣ከመኻታችን ስንነሳ ምንጸልየው የጸሎት ዓይነት ጸሎተ ነግህ ይባላል፡፡በዚህ ጊዜ የሚከተሉትን ምስጢራት እያሰብን መጸለይ ይገባናል፡፡

.ሌሊቱን አሳልፎ ቀኑን ስለተካልን እያመሰገንን ወጥተን እስክንገባ በሰላም ጠብቆ ውሎአችንን የተባረከ እንዲያደርግልን እንጸልያለን።

·የመጀመሪያው ሰው አዳም የተፈጠረበትም ሰዓት በመሆኑ ያንን እያሰብን እንጸልያለን፡፡

·የሰውን ልጅ በመዓልትና በሌሊት የሚጠብቁ መላእክት ለተልዕኮ ሲፋጠኑ የሚገናኙበት ሰዓት ነው፡፡የሌሊቱ መልአክ ሲሄድ የቀኑ መልአክ ሲቀርብና ሲተካ የሚገናኙበት በመሆኑ በዚህም ሰዓት እንጸልያለን፡፡

.ጌታችንና መድኃኒታችን ኢየሱስ ክርስቶስ ስለ ሰው ልጆች በደል በጲላጦስ አደባባይ የቆመበት ሰዓት በመሆኑ እንጸልያለን።

1.2 ጸሎተ ሠለስት (3 ሰዓት)

ከነግህ በመቀጠል የምንጸልየው ጸሎት ጸሎተ ሠለስት (የሦስት ሰዓት) ጸሎት ይባላል፡፡ይህ የጸሎት ጊዜ

. ሐዋን የተፈጠረችበት

. እመቤታችን ቅድስት ድንግል ማርያም የቅዱስ ገብርኤልን ብሥራት የሰማችበት

. ጌታችን መድኃኒታችን ኢየሱስ ክርስቶስ ስለ ሰው ልጆች ሲል በጲላጦስ አደባባይ የተገረፈበት

. ነቢዩ ዳንኤል ፊቱን ወደ ኢየሩሳሌም አቅጣጫ መልሶ የቤቱን መስኮት ከፍቶ የጸለየበት

. ለአባቶቻችን ሐዋርያት መንፈስ ቅዱስ የወረደበት /በኢየሩሳሌም ጸንተው በመቆየታቸው ከእግዚአብሔር ዘንድ ይህንን ታላቅ ጸጋ የተቀበሉበት /ሰዓት ነው፡፡

1.3 ቀትር(6 ሰዓት)

በእለቱ እኩሌታ ላይ የምናገኘው ይህ ሰዓትም እንደዚሁ የጸሎት ጊዜ ነው፡፡ይህም ጊዜ

.ሰይጣን አዳምን ያሳተበት

.በዕፀ በለስ ምክንያት ለስሕተት የተዳረገውን አዳምን ለማዳን ጌታችን መድኃኒታችን ኢየሱስ ክርስቶስ በቀራንዮ አደባባይ የዋለበት

.የቀን እኩሌታ በመሆኑ የፀሐይ ሙቀት የሚያይልበት የሰው ልጅ ለድካም የሚዳረግበት በዚህም ምክንያት አጋንንት የሚበረታቱበት ጊዜ ነው።

.ስለዚህ የአዳምን ስሕተት፣ የዳግማዊ አዳም የኢየሱስ ክርስቶስ መሰቀልና መሞት፣እያሰብን የቀን እኩሌታ በመሆኑ መዳከማችንን ተገን አድርጎ አጋንንት እንዳይሰለጥንብን እየለመንን እንጸልያለን፡፡

1.4 ተሰዓተ ሰዓት (9 ሰዓት)

ዘጠኝ ሰዓት ላይ አራተኛውን ጸሎት እናደርሳለን።በዚህ ጊዜ

.ጌታችን መድኃኒታችን ኢየሱስ ክርስቶስ አዳምን ነጻ ለማውጣት በፈቃዱ ቅዱስ ሥጋውን ከቅድስት ነፍሱ የለየበት ሰዓት ነው።

·ቅዱሳን መላእክት የሰው ልጆችን በነም ሆነ ክፉ ተግባር ወደ ፈጣሪ የሚያሳርጉበት ነው

·ቆርኖሌዎስ የተባለ መቶ አለቃ በጸሎት ጸንቶ ደጅ ሲጠና ከሰነበተ በኋላ ከፈጣሪው ምላሽ ያገኘበት ሰዓት ነው (ሐዋ 10÷ 9)

በዚህ ጊዜ የጌታችን የመድኃኒታችን የኢየሱስ ክርስቶስን መከራ እና ሞት አያሰብን ቅዱሳት መላእክት ከፈጣሪያቸው እንዲያስታርቁን እየለመንን የቆርኖሌዎስ እድል እንዲገጥመን እየተማጸንን እንጸልያለን፡፡

1.5 ጸሎተ ሰርክ (11 ሰዓት)

አምስተኛው የጸሎት ጊዜ የሠርክ ጸሎት ነው፡፡ስለዚህ የጸሎት ሰዓት ቅዱስ ዳዊት እንዲህ ይላል፡፡"ጸሎቴን እንደ ዕጣን በፊትህ ተቀበልልኝ እጅ መንሳቴም እንደ ሠርክ መሥዋዕት ትሁን" (መዝ 140 ÷2)

·ጌታችን መድኃኒታችን ኢየሱስ ክርስቶስ ዓለምን ለማዳን በፈቃዱ ነፍሱን ከሥጋው ከለየ በኋላ ወደ መቃብር የወረደበት ሰዓት ነው፡፡ (ማቴ. 27÷ 57)

1.6 ጸሎተ ንዋም (የመኝታ ጊዜ ጸሎት)

ይህ ጊዜ ዕለቱን በሰላም አሳልፈን ለሌሊቱ ዕረፍት የምንዘጋጅበት ነው፡፡በሰላም ላዋለን ፈጣሪ በሰላም አሳድረን ብለን ራሳችንን በእምነት የምናስረክብበት ነው፡፡እኛ ተኝተን የሚሆነውን አናውቅም እርሱ ግን የማያንቀላፋ እረኛ ስለሆነ ይጠብቀናል።ስለዚህ ከመተኛታችን በፊት ሊሌሊቱን እንዲባርከልን እንጸልያለን።

በዚህ ጊዜ፡-

·ጌታችን መድኃኒታችን ኢየሱስ ክርስቶስ ደቀ ዛሙርቱን በጌቴሴማኒ ጸሎት አስተምሯቸዋል፡፡

·ቀኑ አልፎ በሌሊቱ ይተካል

ስለዚህ ጌታችን ኢየሱስ ክርስቶስ ስለጸሎት ማስተማሩን እያሰብን እንጸልያለን፡፡ሰላም አሳድረንም ብለን ለፈጣሪ ራሳችንን በእምነት አደራ እናስረክባለን፡፡

1.7 መንፈቀ ሌሊት (እኩለ ሌሊት)

·እኩለ ሌሊትም እንደ ቀናቱ የጸሎት ሰዓታት የተለያዩ ትርጉሞች አሉት ።

ቅዱስ ዳዊት ''መንፈቀ ሌሊት እትነሣእ ከመ እግነይ ለከ በእንተ ኵነኔ ጽድቅከ""ስለ ጽድቅህ ፍርድ በእኩለ ሌሊት አመሰግነህ ዘንድ እነሳለሁ"/መዝ ፻18-62/በማለት ይህ ሰዓት ከእግዚአብሔር ጋራ የሚነጋገርበት እንደሆነ ገልጿል፡፡

· ጌታችን መድኃኒታችን ኢየሱስ ክርስቶስ በቤተልሔም ዋሻ የተወለደበት ሰዓት ነው።

· ሞትን ድል አድርጎ በታላቅ ኃይልም የተነሳው በሌሊት ነው።

· ጌታችን መድኃኒታችን ኢየሱስ ክርስቶስ ዳግመኛ ለፍርድ ሚመጣበትም ሰዓት ነው።

ከዚህ የተነሳ ለእኛ ሲል ከሰማየ ሰማያት መውረዱን፣ከእመቤታችን ከቅድስት ድንግል ማርያም ከሥጋዋ ሥጋ ከነፍሷ ነፍስ ነስቶ መወለዱን በማሰብ ሞትን ድል እንደነሳልንም አስበን በማመስገን ዳግመኛ ለፍርድ ሲመጣ በቀኙ ከሚያቆማቸው ወገን እንዲያደርገን እየለመንን በዚህ ሰዓት እንጸልያለን፡፡

ሰባቱን የጸሎት ጊዜያት ጠብቀን መጸለይ ካልተቻለንስ?

በሰባቱ የጸሎ ሰዓታት የታቻለንን ያህል እንድንጸልይ ታዘናል፡፡እነዚህን የጸሎት ሰዓታት በገዳም ያሉ መነኮሳት በየበረሃው የሚዞሩ ባሕታውያን ይጠብቋቸዋል፡፡ይጸልዩባቸዋልም፡፡በከተማ በሥራ ምክንያት ሩጫ በዝቶበት በሁሉም ሰዓት መጸለይ የማይችል ክርስቲያን ግን ቢያንስ በማለዳ ከእንቅልፉ ሲነሳ እና ማታ ወደ መኝታው ሲያመራ መጸለይ ይገባዋል።ጠዋት እና ማታ በመጸለይ ከፈጣሪ ጋራ ያለው የአባትና ልጅ ግንኙነት እንዳይቋረጥ ማድረግ ይገባዋል፡፡

ምን እንጸልይ?

በመደበኛነት ልንጸልያቸው የሚገቡ ጸሎታት /በቤተክርስቲያናችን አባቶች በገዳማቱ በአድባራቱ የሚዘወተሩ እለታዊ ጸሎታት/ እነኚህ ናቸው፡፡

ነ.መዝሙረ ዳዊት

መዝሙረ ዳዊት በገዳማት ከሚኖሩ አበው መነኮሳት ባህታውያን ጀምሮ በካህናት፣ምእመናን በሁሉም ዘንድ በየእለቱ የሚጸለይ ጸሎት ነው።አባቶች ከፊደል ቆጠራው ቀጥሎ ዳዊቱን ያጠኑና ከዚህ ጊዜ ጀምረው እየደገሙት፣እየጸለዩበት ይኖራሉ።ዳዊት ሳይደግሙ ወደ ዕለታዊ ተግባራቸው አይሰማሩም።መዝሙረ ዳዊት እንደሌሎች ጸሎታት ሁሉ በየዕለቱ ተለይቶ የሚጸለይ አለው።ቀጥለን እንመልከት

ሰኞ ከ 1 - 30፣ማክሰኞ ከ 31 – 60፣ረቡዕ ከ 61 – 80፣ሐሙስ ከ 81 – 110፣አርብ ከ 111 – 130፣ቅዳሜ ከ 131 – 150

እሁድ- ጸሎተ ነቢያት እና መኃልየ መኃልይ ዘሰሎሞን ይጸለያል፡፡

አንድ ንዑሥ

መዝሙረ ዳዊትን ስንጸልይ ለዕለቱ የታዘዘውን ሃያ እና ሰላሳ መዝሙር ማድረስ ባንችል እንኳን አንድ ንዑሥ ማድረስ ይገባናል። አንድ ንዑሥ የሚባለው፡-አስር መዝሙር ነው፡፡ለምሳሌ ሰከኞ አንድ ንዑስ ለማድረስ ከፈቀዱ ከ 1 – 10 ያለውን ያደርሳሉ፡፡ከማክሰኞ ከሆነ ደግሞ ከ 30 -40 ያውን የመጀመሪያውን አስር መዝሙር ያደርሳሉ ማለት ነው፡፡ይህን ሁሉ ማድረስ ያልተቻለው ግን የተወሰኑ መዝሙራትን መርጦ በየእለቱ ያደርሳል፡፡

2. ውዳሴ ማርያም

ውዳሴ ማርያም ከተቻለ የሰባቱን ዕለታት ካልተቻለ የእለቱን ማድረስ ተገቢ ነው።የዘወትር ጸሎት ካደረስን በኋላ የዕለቱን ውዳሴ ማርያም አድርሰን ይዌድስዋ መላዕክትን ደግመን ከእመቤታችን በረከት ተሳታፊ መሆን ተገቢ ነው፡፡በዋልድባ የሚኖሩ መነኮሳት ውዳሴ ማርያም ከቅዳሴ ማርያም ሳያደርሱ ውለው አያድሩም፡፡በየአብነት ትምህርት ቤቱ የሚገኙ መምህራንና ተማሪዎች እና በየገዳማት ያሉ መነኮሳት ሁሉ ውዳሴ ማርያምን በየዕለቱ ያደርሳሉ፡፡እኛም ከአበው ተምረን ማታ ከመኝታ በፊት ወይም ጠዋት ስንነሳ ይህን ጸሎት ማድረስ ተገቢ ነው፡፡

3. ወንጌል ዘዮሐንስ

የዮሐንስ ወንጌልን በየምዕራፍ ከፋፍለን በየእለቱ ማንበብ ሌላው ጸሎት ነው፡፡አባቶች ይህንን ጸሎት በየእለቱ እያደረሱ ብዙ ተጠቅመውበታል።

4.ሌሎች ጸሎታት

ውዳሴ አምላክ፣ ሰኔ ኅለኃታ፣ መልክአ ኢየሱስ፣ መልክአ ማርያም ፣ በመዝገበ ጸሎት እንዲሁም በመዝሙረ ዳዊት መጽሐፍት ላይ ያሉትን ሌሎች ጸሎታት፣እንዲሁም ገድላት፣ተአምራትን፣እንደ ችሎታችን በየዕለቱ እናደርሳለን፡፡ቢያንስ ግን ይህ ሁሉ ባይሆንልን ከላይ የጠቀስነውን የመዝሙረ ዳዊትና ፣ውዳሴ ማርያምን ጸሎት ማድረስ ይገባናል፡፡

አጭር ጸሎት

በተቻኮልን እና መጻሕፍትን ለማንበብ ጨርሶውን ጊዜ በማይኖረን ሰዓት ይህንን እንድንጸልይ አንዳንድ አባቶች ይመክሩናል።አቡነ ዘበሰማያት፣ጸሎተ ሃይማኖት፣ሰላም ለኪ /ስለ ውዳሴ ማርያም ፈንታ/፣አቡነ ዘመሰማያት፣አንድ ከመዝሙረ ዳዊት/ መዝሙር 150/ በመዝሙረ ዳዊት ፈንታ/በመጨረሻም አቡነ ዘበሰማያት ማድረስ ብንችል መልካም ነው ።ጸሎተ ሃይማኖት የህይማንት መግለጫ በምህኑ እንጸልየዋለን። በመካከል ሰላም ለኪ በመድገማችንም የውዳሴ ማርያም በረከት ይደርሰናል። መዝሙረ ዳዊት 150 ስናደርስ ደግሞ ሁሉንም መዝሙራት የደገምን ያህል ይሆንልንና የዳዊቱን በረከት እናገኛለን፡፡ይህንን ሁሉ ማድረስ ካልተቻለን ግን ቢያንስ ጌታችን ኢየሱስ ክርስቶስ እንዳስተማረን አቡነ ዘበሰማያት ብለን ከቤታችን ልንወጣ ይገባናል።አጭር ጸሎት ከሥፍራ ሥፍራ ሊለያይ ይችላል፡;ዘጠኝ ሰላም ለኪ፣አስራ ሁለት አቡነ ዘበሰማያት በገዳማት ያሉ አበው ያደርሳሉ።

አጭር ጸሎትን እነደ መደበኛ ማድረግ ለፈተና ያጋልጣል

አጭር ጸሎት የምንጸልየው በጣም በተቸገርንበት፣ጊዜ ባጣንበት ሰዓት ነው።ይህንን ጸሎት እንደመደበኛ ይዞ በየእለቱ አንድ አቡነ ዘበሰማያት ብቻ መድገም ግን ስንፍና እንዳይሆን ያስፈራል።ይልቁንም በክርስትና ሕይወት ጅማሬ ላይ ያሉ ምእመናን/ወጣንያን/ክርስትናውን እስኪላመዱ ጸሎታቸው አጭር ሊሆን ይችላል።እየቆዩ ሲሄዱ ግን በጸሎት እየበረቱ ወደ መደበኛው ጸሎት መድረስ አለባቸው።ሁል ግዜ ወተት መመኘት ሁል ግዜ አልበረታውም እያሉ አጭር ጸሎት እያደረሱ መተኛት ተገቢ አይደለም።ይህ አይነቱ አካሄድ የእግዚአብሔርን ቸርነት ለስንፍና ምክንያት አድርጎ መጠቀምም ነው።ከዚህ ጋር በቤተክርስቲያን አገልገሎት ላይ ያለንም ዳዊት መድገም ውዳሴ ማርያም ማድረስ ይጠበቅብናል።የሰንበት ት/ቤት ወጣቶች ፣ዲያቆናት፣ቀሳውስት፣ሰባክያነ ወንጌል፣መዘምራን.....እነዚህን ጸሎታት መጸለይ ይጠበቅባቸዋል።አልያ ግን እያወቅን ጸሎት ማድረስ እንዳለብን ብዙ ጊዜ ተምረን እንዳልተምርን ቸል ብንል ለፈተና መጋለጥ ይመጣል።ከእግዚአብሔርም ቸርነት እንድንርቅ ያደርገናል።

አቡነ ዘበሰማያት የጸሎታችን መነሻና መድረሻ

ጸሎት ስናደርስ የጸሎታችን መነሻ (መጀመሪያ) አቡነ ዘበሰማያት ነው፡፡በመካከል ጸሎት አቋርጠን ከሰው የምንነጋገርበት ጉዳይ ቢገጥመን በአቡነ ዘበሰማያት ማሰር ተገቢ ነው፡፡በአቡነ ዘበሰማያት አስረን የገጠመንን ጉዳይ ፈፅመን እንመለሳለን፡፡ከዚያም አቡነ ዘበሰማያት ብለን ካቆምንበት እንቀጥላለን።ጸሎታችንን በአቡነ ዘበሰማያት ሳናስር በመሃል እንዳሻን እንዳናቋርጥ አበው ያስተምሩናል፡፡

የማህበር ጸሎት

በቤታችን ከምንጸልየው ጸሎት በተጨማሪ በቤተክርስቲያን ተገኝተን ጸሎት ማድረስ ተገቢ ነው።ቤተ ክርስቲያን የእግዚአብሔር ቤት እንደመሆና በእርሱአ የሚጸለይ ጸሎት ከጸሎታት ሁሉ የላቀ ነው።በካህናት እየተመራ ፣በሕብረት ሆነን የምናደርሰው በመሆኑ ታላቅ ኃይል አለው።እግዚአብሔር በቤተ መቅደስ የምንጸልየውን ጸሎት እንደሚሰማ ሲያመለክተን እንዲህ በማለት ነግሮናል።"አሁንም በዚህ ሥፍራ ለሚጸለይ ጸሎት ዓይኖቼ ይገለጣሉ ፣ጆሮቼም ያደምጣሉ።ስሜ ለዘላለም በዚያ ይኖር ዘንድ ይህን ቤት መርጫለሁ ቀድሻለሁም ዓይኖቼ እና ልቤም ዘወትር በዚያ ይሆናሉ።"/2 ዜና መዋ 7-15/ ከዚህ አንጻር በቤተ መቅደስ እየተገኘን መጸለይ ተገቢ ነው።በሰንበት ቀን ኪዳን ማድረስ ፣ ቅዳሴ ማስቀደስ የመጀመሪያው እና ዋነኛው ተግባራችን መሆን አለበት።በሰንበት ያለ በቂ ምክንያት ቅዳሴ የሚያስታጉል በቀደሙ አባቶች /አባ ሚካኤል ወአባ ገብረኤል/ቃል መወገዙን የተአምረ ማርያም መቅድም ይነግረናል።ከዚህ ጋር በሰዓታት ፣በማኅሌት ጸሎታት ላይ በመገኘት ቤተ ክርስቲያናችን ካዘጋጀችልን የማይጠገብ ማእድ ልንሳተፍም ይገባናል።የኢትዮጵያ አርቶዶክስ ተዋሕዶ ቤተ ክርስቲያን ልጆች የሃይማኖታችን ፍጹም ፍቅር የሚኖረን ከእነዚህ ጸሎታት ጋር ስንተዋወቅ ነው።አልያ የእንጀራ ልጅ መሆን ይመጣል።የመናፍቃንን አዳራሽ መናፈቅ ይመጣል።

ወንድማችን ኃይለ ገብርኤል፡፡ከላይ በተመለከተው የጸሎት ጊዜ እየተጠቀምክ፣የጸሎት ዓይነቶችንም በምትችለው መልኩ እያደረስህ፣በቤተ መቅደስ እየተገኘህ ኪዳን እያደረስህ፣ቅዳሴ እያስቀደስህ ከፈጣሪህ ጋራ እለት እለት ተነጋገር ጸሎት ከሌለ

መንፈሳዊነት ጥያቄ ውስጥ ይገባል፡፡ከጀነሬተሩ ተቋርጦ ገመዱ ተበጥሶ ብቻውን እንደተንጠለጠለ አምፖል መሆን ይመጣል፡፡ስለዚህ በርታና ጸልይ ፈጣሪ ለሁላችንም ብርታቱን ያድለን፡፡አሜን