

ትምህርት

5. ለኤድስ ሕመም ክርስቲያናዊ ምላሽና ኅላፊነት

I. ቀዳሚ መረጃ

የተማሪው ዐላማዎች

1. ከኤች አይ ቪ/ኤድስ ጋር የሚኖር ሰው ሁሉ ወሲባዊ ኅጢአት ፈጽሟል ብሎ ማሰብ ስሕተት እንደሆነ ልብ ይበሉ። ኤድስ በሽታ እንጂ ኅጢአት አይደለም፤
2. እግዚአብሔር የወሲብ ኅጢአትን ይቅር እንደሚልና ይቅርታ እናደርግ ዘንድ እንደሚፈልግብን መዘንጋት የለብንም፤
3. ኤድስ ባለባቸው ወገኖች በጎ አመለካከት እንዲኖረን ጥረት ማድረግ፤
4. በሽታው ኤድስ ደረጃ ላይ ደርሶ ለሚገኝ ሰው

- እንዴት ክብካቤ ማድረግ እንደሚቻል ማወቅ፤
5. ከኤች አይ ቪ/ኤድስ ጋር የሚኖሩ ሰዎች በስሜታዊ፣ በማኅበራዊና በመንፈሳዊ ረገድ ያላቸውን አንዳንድ ፍላጎቶች መረዳት፤
  6. ከኤች አይ ቪ/ኤድስ ጋር ለሚኖሩ ሰዎች ሊሰጥና እነርሱም ገንዘብ ሊያደርጉት የሚገባውን ተስፋ ልብ ማለት፤
  7. ክርስቲያኖች ለኤድስ በሽታ ከሚሰጡት ምላሽ ጋር የተያያዙትን ተፈጻሚ ቃላት መግለጽ መቻል።

ትምህርቱን ከሕይወት ጋር ለማዛመድ የቀረቡ ሐሳቦች

1. ኤድስ ብዙ ጊዜ የኅጢአት መዘዝ ቢሆንም፣ በራሱ ግን ኅጢአት አለመሆኑን ወይም ለኢግብረገባዊ ባሕርይ ሙሉ በሙሉ ከእግዚአብሔር የመጣ ቅጣት አለመሆኑን ልብ ማለት አለብን። ሁላችንም ኅጢአት ሠርተን እያለ ነገር ግን ከኅጢአት የተነሣ በኤድስ የተያዘን አለመሆናችንን ልብ ማለት አለብን። እንዲሁም አንዳንድ ገጹሐን ሰዎች ወሲባዊ ኅጢአት ሳይፈጽሙ ኤች አይ ቪ/ኤድስ የተላለፈባቸው መሆኑን ማስተዋል አለብን፤
2. ኤድስ ባለባቸው ሰዎች ላይ ከመፍረድ፣ እነርሱም ከማግለል ይልቅ፣ ለእነርሱ ርገራጌን፣ አክብሮትንና ፍቅርን ለማሳየት ቤተ ክርስቲያና ክርስቲያኖች ቀዳሚውን

- ስፍራ መያዝ አለባቸው፤
3. እግዚአብሔር ለሩካቤ ሥጋ የሰጠውን ትእዛዝ ሳያከብሩ ቀርተው ኤድስ የያዛቸው ሰዎች፣ ከእግዚአብሔርና በኅጢአተኛ ተግባራቸው በደል ካደረሱባቸው ሰዎች ይቅርታን ያገኙና እርቅን ያደርጉ ዘንድ ማበረታታት አለብን፤
  4. የኤድስ በሽታ ያለባቸው መሆኑን ለምናውቃቸው ሰዎች ክብካቤና ርዳታ ለማድረግ በንቃት መሳተፍ ያስፈልገናል፤
  5. አንድ ሰው ተመርምሮ ኤች አይ ቪ ያለበት መሆኑ ከታወቀ በኋላ፣ ትርጉም ያለው ሕይወት መኖርና ለዓመታት ለገብረተ ሰቡ አስተዋፅኦ ማድረግ እንደሚችል ልብ ማለት አለብን።

# የመጽሐፍ ቅዱስ ጥቅሶች

1ዮሐንስ 1÷9፤ ዮሐንስ 9÷1-3፤ 8÷1-11፤ ሉቃስ 10÷30-37፤ 2ቆሮንቶስ 4÷16-18 በተጨማሪም ዘፀ 32÷5-9፡7-14፡30-32፤ ዘኁ 16÷41-50፤ አስ 4÷15-16፤ ኢዮ 29÷11-12፡15-16፤ መዝ 41÷1-3፤ ምላ 24÷10-12፤ ኢላ 58÷1-12፤ ማቴ 25÷31-46፤ ያዕ 1÷27 ይመልከቱ።

| አዲሱ መደበኛ ትርጉም                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | የ1980 ዓ.ም. ገትመት ትርጉም                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>1ዮሐንስ 1÷9</p> <p>9 ኅጢአታችንን ብንናዘዝ ኅጢአታችንን ይቅር ሊለን፤ ከዐመፃ ሁሉ ሊያነጻን እርሱ ታማኝና ጻድቅ ነው።</p> <p>ዮሐንስ 9÷1-5</p> <p>1 በመንገድ ሲያልፍም ከተወለደ ጀምሮ ዐይነ ስውር የሆነ ሰው አየ።</p> <p>2 ደቀ መዛሙርቱም፤ «ረቢ፤ ይህ ሰው ዐይነ ስውር ሆኖ እንዲወለድ ኅጢአት የሠራ ማን ነው? እርሱ ራሱ ወይስ ወላጆቹ?»</p> <p>3 ኢየሱስም እንዲህ ሲል መለሰ፤ «እርሱ ወይም ወላጆቹ ኅጢአት አልሠሩም፤ ይህ የሆነው ግን የእግዚአብሔር ሥራ በእርሱ ሕይወት እንዲገለጥ ነው።</p> <p>4 ቀን ሳለ፤ የላከኝን ሥራ መሥራት አለብኝ፤ ማንም ሊሠራ የማይችልበት ሌሊት ይመጣል፤</p> <p>5 በዓለም ሳለሁ የዓለም ብርሃን እኔ ነኝ።</p> <p>ዮሐንስ 8÷1-11</p> <p>1 ኢየሱስ ግን ወደ ደብረ ዘይት ሄደ።</p> <p>2 በማለዳም በቤተ መቅደስ አደባባይ እንደ ገና ታየ፤ ሕዝቡም በዙሪያው ተሰበሰቡ፤ ሊያስተምራቸውም ተቀመጠ።</p> <p>3 የአሪት ሕግ መምህራንና ፈሪሳውያን በምንዝር የተያዘች ሴት አመጡ፤ በሕዝቡም ፊት አቁመዋት፤</p> <p>4 ኢየሱስን እንዲህ አሉት፤ «መምህር ሆይ፤ ይህች ሴት ስታመነዝር ተያዘች፤</p> <p>5 ሙሴም፤ እንደዚህች ያሉ ሴቶች በድንጋይ እንዲወገሩ በሕጉ አዞናል፤ አንተስ ምን ትላለህ?»</p> <p>6 ይህን ጥያቄ ያቀረቡለት፤ እርሱን የሚከሰብት ምክንያት ለማግኘት ሲፈትኑት ነው። ኢየሱስ ግን</p> | <p>1ዮሐንስ 1÷9</p> <p>9 ኅጢአታችንን ለእግዚአብሔር ብንናዘዝ፤ እርሱ ታማኝና ጻድቅ ስለሆነ ኅጢአታችንን ሁሉ ይቅር ይልልናል፤ ከበደላችንም ሁሉ ያነጻናል።</p> <p>ዮሐንስ 9÷1-5</p> <p>1 ኢየሱስ በመንገድ ሲያልፍ፤ ፅውር ሆኖ የተወለደውን ሰው አየ።</p> <p>2 ደቀ መዛሙርቱ ኢየሱስን፤ «መምህር ሆይ፤ ይህ ሰው ፅውር ሆኖ የተወለደው በማን ኅጢአት ምክንያት ነው? በራሱ ኅጢአት ነውን? ወይስ በወላጆቹ?» ሲሉ ጠየቁት።</p> <p>3 ኢየሱስም እንዲህ ሲል መለሰ፤ «ይህ የታወረው በእርሱ ወይም በወላጆቹ ኅጢአት ምክንያት አይደለም፤ ነገር ግን የእግዚአብሔር ሥራ በእርሱ እንዲገለጥ ነው።</p> <p>4 ቀን ሆኖ ሳለ የላከኝን ሥራ መሥራት አለብኝ፤ ማንም ሰው ሊሠራ የማይችልበት ሌሊት ይመጣል</p> <p>5 በዓለም ላይ ሳለሁ እኔ የዓለም ብርሃን ነኝ።</p> <p>ዮሐንስ 8÷1-11</p> <p>1 ከዚህ በኋላ ኢየሱስ ወደ ደብረ ዘይት ሄደ።</p> <p>2 በማግሥቱም ጠዋት በማለዳ ወደ ቤተ መቅደስ ተመልሶ መጣ፤ ሕዝቡም ሁሉ ወደ እርሱ መጡ፤ እርሱም ተቀምጦ ያስተምሮ ጀመር።</p> <p>3 የሙሴ ሕግ መምህራንና ፈሪሳውያን፤ ስታመነዝር የተያዘች ሴት አመጡና በሕዝቡ መካከል አቆሙአት።</p> <p>4 ኢየሱስንም እንዲህ አሉት፤ «መምህር ሆይ፤ እነዚህ ይህች ሴት ስታመነዝር ተይዛለች፤</p> <p>5 እንዲህ ዐይነትዋ ሴት በድንጋይ ተወግራ እንድትሞት ሙሴ በሕጋችን አዝዞናል፤ አንተስ ስለ እርስዋ ምን ትላለህ?»</p> <p>6 ይህንንም ያሉት በእርሱ ላይ የባለ ምክንያት እንዲያገኙ ሊፈትኑት ፈልገው ነበር፤ ኢየሱስ</p> |

| አዲሱ መደበኛ ትርጉም                                                                                               | የ1980 ዓ.ም. ጎትመት ትርጉም                                                                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ጉንበስ ብሎ በጣቱ በምድር ላይ ይጽፍ ጀመር።                                                                                | ግን ጉንበስ ብሎ በጣቱ በመሬት ላይ ይጽፍ ጀመር፤                                                                                                              |
| 7 በጥያቄ ሲወተውቱት ቀና ብሎ፤ «ከእናንተ ገጢአት የሌለበት እርሱ አስቀድሞ ድንጋይ ይወርውርባት» አላቸው።                                        | 7 ደጋግመው በጠየቁት ጊዜ ቀና አለና «ከእናንተ መካከል ኃጢአት የሌለበት በመጀመሪያ ድንጋይ ይወርውርባት» አላቸው።                                                                    |
| 8 እንደ ገናም ጉንበስ ብሎ በምድር ላይ ጻፈ።                                                                               | 8 ከዚያም በኋላ እንደገና ጉንበስ ብሎ በመሬት ላይ ጻፈ።                                                                                                         |
| 9 ይህን እንደ ሰሙ፤ ከሽማግሌዎች ጀምሮ አንድ በአንድ ወጡ፤ ሌትዮም እዚያው ፊቱ እንደ ቆመች ኢየሱስ ብቻውን ቀረ።                                   | 9 እነርሱም ይህን በሰሙ ጊዜ ከሽማግሌዎች ጀምሮ ሁሉም አንድ በአንድ ከዚያ ሄዱ፤ ስለዚህ ኢየሱስ ከሌትዮዋ ጋር ብቻውን ቀረ።                                                              |
| 10 ኢየሱስም ቀና ብሎ፤ «አንቺ ሴት፤ ሰዎቹ የት ሄዱ? የፈረደብሽ የለምን?» አላት።                                                      | 10 ከዚያም በኋላ ኢየሱስ ቀና ብሎ «አንቺ ሴት ከላሾችሽ የት አሉ? የፈረደብሽ ማንም የለምን?» አላት።                                                                           |
| 11 እርሷም፤ «ጌታ ሆይ፤ አንድም የለም» አለች።<br>ኢየሱስም፤ «እኔም አልፈርድብሽም፤ በይ ሂጂ፤ ከእንግዲህ ግን ገጢአት አትሥራ» አላት።                   | 11 እርሷም «ጌታ ሆይ፤ ማንም የለም» አለች።<br>ኢየሱስም «እኔም አልፈርድብሽም፤ ሂጂ፤ ጻግመኛ ኃጢአት አትሥራ» አላት።                                                               |
| ሉቃስ 10፡30-37                                                                                                | ሉቃስ 10፡30-37                                                                                                                                 |
| 30 ኢየሱስም እንዲህ ሲል መልስ ሰጠው፤ «አንድ ሰው ከኢየሩሳሌም ወደ ኢያሪኮ ሲወርድ በወንበዴዎች እጅ ወደቀ፤ ልብሱንም ገፈው ደበደቡት፤ በሞት አፋፍ ላይ ጥለውት ሄዱ። | 30 ኢየሱስም እንዲህ ሲል መለሰለት፤ «አንድ ሰው ከኢየሩሳሌም ወደ ኢያሪኮ ሲወርድ በመገድ ላይ ሳለ ወንበዴዎች አግኝተውት ልብሱን ገፈፉት፤ ከደበደቡትም በኋላ ሊሞት ሲያጣጥር ጥለውት ሄዱ።                      |
| 31 አንድ ካህን በአጋጣሚ በዚያው መገድ ተላላሽ ሲወርድ አየውና ገለል ብሎ አለፈ።                                                        | 31 እንደ አጋጣሚ አንድ ካህን በዚያ መገድ ይሄድ ነበር ተደብድቦ የተጣለውን ሰው ባየው ጊዜ ምንም ሳያደርግለት በሌላ በኩል አልፎ ሄደ።                                                       |
| 32 ደግሞም አንድ ሌዋዊ እዚያ ቦታ ሲደርስ አየውና እርሱም ገለል ብሎ አለፈ።                                                           | 32 እንዲሁም ከካህናት ወገን የሆነ አንድ ሌዋዊ በዚያ መገድ ይሄድ ነበር፤ እርሱም ሰውየውን ባየው ጊዜ ምንም ሳያደርግለት በሌላ በኩል አልፎ ሄደ።                                                |
| 33 አንድ ሳምራዊ ግን እግረ መገዳን ሲሄድ ሰውየው ወዳለበት ቦታ ደረሰ፤ ባየውም ጊዜ አዘነለት፤                                               | 33 አንድ ሳምራዊ ግን በዚያ በኩል ሊያልፍ ወደ ሰውየው መጣ፤ ባየውም ጊዜ ራራለት፤                                                                                        |
| 34 ቀርቦም ተሰሎቹ ላይ ዘይትና የወይን ጠጅ አፍሰሰ አሰረለት፤ በራሱም አህያ ላይ አስቀምጦት ወደ እንግዶች ማረፊያ ቤት ወሰደው፤ በዚያም ተንከባክበው።            | 34 ወደ እርሱም ቀርቦ ዘይትና የወይን ጠጅ በተሰሎ ላይ አፈሰሰ፤ በጨርቅም ጠምጥሞ አሠረለት፤ ከዚያም በኋላ በገዛ ራሱ አህያ ላይ አስቀምጦት ወደ አንድ የእንግዶች ማደሪያ ቤት ወሰደው፤ በዚያም በልዩ ጥንቃቄ ተንከባክበው፤ |
| 35 በማግሥቱም ሁለት ዲናር አውጥቶ ለማረፊያ                                                                                | 35 በማግሥቱም ሁለት ብር አውጥቶ ለእንግዳ                                                                                                                  |

| አዲሱ መደበኛ ትርጉም                                                                             | የ1980 ዓ.ም. ጎትመት ትርጉም                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
| ቤቱ ባለቤት ሰጠና፤ «ይህን ሰው አደራ አስታመው፤ ከዚህ በላይ የምታወጣውንም ወጪ እኔ ስመለስ እከፍልሃለሁ» አለው።                 | ማደርያው ባለቤት ሰጠና፤ «ይህን ሰው በጥንቃቄ አስታምልኝ፤ ተጨማሪ ወጪ ብታደርግም በምመለስበት ጊዜ እከፍልሃለሁ» አለው።              |
| 36 እንግዲህ፤ ከእነዚህ ከሦስቱ በወንበዴዎቹ እጅ ለወደቀው ሰው ባልንጀራ የሆነው የትኛው ይመስልሃል?»                         | 36 «ታዲያ፤ ከእነዚህ ከሦስቱ ሰዎች በወንበዴዎቹ ተደብደቦ ለወደቀው ሰው ባልንጀራ የሆነለት የትኛው ይመስልሃል?»                   |
| 37 ሕግ ዐዋቂውም፤ «የራራለት ነዋ» አለ። ኢየሱስም፤ «አንተም ሂድና እንዲሁ አድርግ» አለው።                              | 37 የሕግ መምህሩም «ያ የራራለትና የረዳው ነዋ!» ሲል መለሰ፤<br>ኢየሱስም «እንግዲያውስ ሂድ፤ አንተም እንዲሁ አድርግ» አለው።        |
| <b>2ቆሮንቶስ 4፥16-18</b>                                                                     | <b>2ቆሮንቶስ 4፥16-18</b>                                                                      |
| 16 ስለዚህ ተስፋ አንቁርጥም፤ ውጫዊው ሰውነታችን እየጠፋ ቢሄድም እንኳ፤ ውስጣዊው ሰውነታችን ዕለት ዕለት ይታደሳል፤                | 16 ስለዚህ ተስፋ አንቁርጥም፤ ምንም እንኳ ውጫዊው ሰውነታችን ቢጠፋ፤ ውስጣዊው ሰውነታችን በየቀኑ ይታደሳል።                      |
| 17 ምክንያቱም ቀላልና ጊዜያዊ የሆነው መከራችን ወደር የማይገኝለት ዘላለማዊ ክብር ያስገኛልናል።                             | 17 ይህም ቀላልና ጊዜያዊ የሆነ መከራችን ወደር የሌለውን እጅግ የሆነ ዘላለማዊ ክብር ያስገኛልናል።                            |
| 18 ስለዚህ ዐይናችን የሚያተኩረው በሚታየው ነገር ላይ ሳይሆን በማይታየው ላይ ነው፤ የሚታየው ጊዜያዊ ነውና፤ የማይታየው ግን ዘላለማዊ ነው። | 18 እኛ የምንመለከተው የማይታየውን ነገር እንጂ የሚታየውን አይደለም፤ ምክንያቱም የሚታየው ነገር ጊዜያዊ ነው፤ የማይታየው ግን ዘላለማዊ ነው። |

## II. ዳራዊ መረጃ

### አስተዋፅኦ

#### I. እግዚአብሔር ሕመምን ለምን እንደሚፈቅድ መረዳት

- ሀ. የውድቀት ውጤት (ሮሜ 6፥23)
- ለ. እግዚአብሔር ሥራውን የሚያሳይበት ሁኔታ ነው (ዮሐ 9፥1-5)
- ሐ. ክርስቲያናዊ ፍቅርና ጎላፊነት የሚገለጹበት ዕድል ነው (ማቴ 25፥34-40)

#### II. ለፈፀሙት ወሲባዊ ኅጢአት ይቅርታን መቀበል (1ዮሐ 1፥9)

- ሀ. እግዚአብሔር ኅጢአታችንን እንድንናዘዝ ይፈልጋል (1፥9)
- ለ. እግዚአብሔር ኅጢአታችንን ይቅር እንደሚል ተስፋ ሰጥቶናል (1፥9)

#### ሐ. እግዚአብሔር እርስ በርስ ይቅር እንድንባባል ይፈልጋል።

- 1. ወሲባዊ ኅጢአት በመፈጸማችን ራሳችንን ይቅር በማለት የእግዚአብሔርን ይቅርታ ደግሞ መቀበል አለብን፤
- 2. በሽታ ያለባቸውን ጨምሮ ወሲባዊ ኅጢአት የፈጸሙትን ሰዎች ይቅር ማለት አለብን።

#### III. ለኅጢአተኞች ርኅራኄ ማሳየት

- ሀ. በምንገዢ የተያዘች ሴት (ዮሐ 8፥1-11)
- 1. በሰው ላይ ላለመፍረድ የቀረበ ጥሪ (ቍ 7)፤
- 2. ለንስሐ የቀረበ ጥሪ (ቍ 11)፤

ለ. አንድን ኅጢተኛ ከገጢአቱ የሚመልስ ማንኛውም ሰው ቢኖር፤ ከሞት ያድነዋል፤ ብዙ ኅጢአትንም ይሸፍናል (ያዕ 5፡19-20)

IV. ኤድስ ለሚፈጥረው ቀውስ በአግባቡ ምላሽ መስጠት

ሀ. የደጉ ሳምራዊ ምሳሌነት (ሉቃ 10፡30-37)

1. በዘወትር ሕይወታችን ብዙ መቀራረብ ለሌለንና ለማናውቃቸው ሰዎች ርዳታ የማድረግ አስፈላጊነት
2. ርዳታ እናደርግ ዘንድ ፍርሃታችንን ማሸነፍ አስፈላጊ መሆኑ
3. መሥዋዕት የሚያስከፍል አገልግሎት የመስጠት አስፈላጊነት

ለ. የቤተ ሰብ ምላሽ፤ ኤድስ በቤተ ሰብ ላይ የሚያደርሰው ተጽዕኖ

1. ኤድስ ላለበት የቤተ ሰብ አባል ክብካቤ ማድረግ
2. ማግለልንና በጎ ያልሆኑ አመለካከቶችን መቋቋም
3. ሐዘንና እጦትን በትዕግሥት ማላለፍ
4. ወላጅ አልባ የሆኑትን ልጆች መንከባከብ

ሐ. የማኅበረ ሰብ ምላሽ

1. ግንዛቤ ማግኘት

2. ርኅራኄ ማሳየት

3. እድልዎን ማስወገድ

V. በሽታው ኤድስ ደረጃ ላይ የደረሰባቸውን ሰዎች መንከባከብ

ሀ. ለኑሮ በሚያስፈልግ ነገርና በሕክምና ረገድ ርዳታ ማድረግ

ለ. ስሜታቸው እንዳይጉዳ መደገፍ

ሐ. ከመንፈሳዊ ሕይወት አንጻር ክብካቤ ማድረግ

VI. ኤድስ ከፍተኛ የሕይወትና የኑሮ ቀውስ እየፈጠረ ባለበት ሁኔታ ውስጥ ተስፋ መስጠት

ሀ. በእውነተኛ ተስፋና በሐሰተኛ ተስፋ መካከል ያለውን ልዩነት ማሳየት

1. ትክክለኛ ተስፋ ነፍስን የሚፈው ሰውን እውነት መንገር ነው።

2. የውሸት ተስፋ ደግሞ አንድ ሰው እውነት ያልሆነውን ነገር ያምን ዘንድ መምራት ነው።

ለ. የኤድስ ሕሙማን ትርጉም ያለው ሕይወት ሊኖሩ እንደሚችሉ መግለጽ

ሐ. አማኞች ሁሉ ወደዘላለም ሕይወት አሻግረው ይመለከቱ ዘንድ ማበረታታት (2ቆሮ 4፡16-18)።

## ዕጥርታ

በጋብቻ ዐውድ ውስጥ ጤናማ የሆነ ወሲባዊ ግንኙነት ይኖር ዘንድ የእግዚአብሔር ሕግ ምን እንደሚል በመናገር ጀመርን። ይሁን እንጂ ብዙ ጊዜ ኅሊናችን እየወቀሰን የሚገኘው እውነታ ሰዎች እንደ እግዚአብሔር ዕቅድ ሳይኖሩ መቅረታቸው ነው። በኤድስ ወረርሽኝ እውን ሆኖ እንደሚታየው አጥፊ መዘዝ የሚያስከትለውን ምርጫ፤ ይኸውም የወሲብ ምርጫን እናደርጋለን። ርግጥ ነው ታሞ ከመጻን አስቀድሞ መከላከሉ የተሻለ ነው፤ ሆኖም አንድ ባልንጀራ ወይም የቤተ ሰብ አባል ኤድስ ያለበት ሆኖ ቢገኝ ምን እናደርጋለን? ወይም አንተ ራስህ

ኤች አይ ቪ ያለብህ ሆነህ ብትገኝ ኖሮስ? ያ ሰው የሞተ ያህል ነው የምንቈጥረው፤ ተስፋም የለውም እንላለን? ክርስቲያኖች እንደ መሆናችን መጠን እንደዚህ ማሰብ የለብንም። ቀጥሎ የቀረቡት ሐሳቦች ለኤድስ ወረርሽኝ የክርስቲያን ምላሾች ናቸው። (Adopted from HIV/AIDS from a Biblical Perspective: Guide for Class Leaders, Desma Lewis, Ethiopia).

1. «ኅጢአት የሠራ ማን ነው?» ብላችሁ አትጠይቁ (ዮሐ 9፡1-5) ምክንያቱም የኢየሱስ ደቀ መዛሙርት አንድ ሰው ዕውር የሚሆነው ከኅጢአት የተነሣ ነው ብለው ያምኑ

ስለነበር፤ «ይህ ሰው ዐይነ ሰው ሆኖ እንዲወለድ ገጢአት የሠራው ማን ነው?» (ዮሐ 9፥2) በማለት ጠየቁት። ይሁን እንጂ ይህን ጥያቄ ሲያቀርቡ ተሳስተው ነበር። ሰውየው ፅውር ሆኖ የተወለደው ማንም ከሠራው ገጢአት የተነሣ አልነበረም። ብዙ ሰዎች ከሴሰኝነት ወይም ከዝሙት የተነሣ የኤድስ ሕሙማን መሆናቸው እውነት ቢሆንም እንኳ፤ የዝሙት ገጢአት ሳይሠሩ ቫይረሱ የተላለፈባቸው ብዙ ሰዎች አሉ። ስለዚህ፤ «የማን ስሕተት ነው?» የሚለውን ጥያቄ መጠየቅ አስፈላጊ አይደለም። ኢየሱስ ለጸቀ መዛሙርቱ ሰውየው ፅውር ሆኖ የተወለደው የእግዚአብሔር ሥራ በእርሱ ሕይወት እንዲገለጽ ነው በማለት ነግሮአቸዋል። የእግዚአብሔር ሥራ በኤድስ አማካይነት እንኳ ሊታይ ይችላል? እውነት ነው የኤች አይ ቪ/ኤድስ መኖር ክርስቲያኖች የእግዚአብሔርን ፍቅርና ቸርነት በበሽታው ለሚሠቃዩት ሰዎች የሚያሳዩበት ዕድል ነው። እንደዚሁም ንስሐ ለሚገቡት የእግዚአብሔርን ይቅርታና ቸርነት እንዲያውቁ ለማድረግ መልካም አጋጣሚ ነው። በኤድስ ምክንያት እግዚአብሔር በብዙ ሰዎች ሕይወት ውስጥ እየሠራ ነው። ስለዚህ መጠየቅ የሚገባቸው ትክክለኛ ጥያቄዎች፤ «ይህ ሁኔታ የእግዚአብሔር ሥራ ሊገለጥበት የሚችለው እንዴት ነው? በችግር ላይ የሚገኝ ይህን ሰው ወይም ቤተ ሰብ ለመርዳት ምን ማድረግ እችላለሁ?» የሚሉት ናቸው።

2. ለወሲባዊ ገጢአት የእግዚአብሔርን ይቅርታ መግለጽ እና መቀበል (ዮሐ 1፥9)፤ አለመታደል ሆነና ሰዎች ወሲባዊ ገጢአት ይፈጽማሉ። አንድ ሰው ወሲባዊ ገጢአት ቢፈጽም ምን ማድረግ ይገባዋል። እግዚአብሔር ቸርና መሐሪ አምላክ ነው። መጽሐፍ ቅዱስ እንዲህ ይሰናል፤ «ገጢአታችንን ብንናዘዝ፤ ገጢአታችንን ይቅር ሊሰን፤ ከዐመፃ ሁሉ ሊያነጻን እርሱ ታማኝና ጸድቅ ነው» (ዮሐ 1፥9)። ወሲባዊ ገጢአት የከፋ በደል ቢሆንም እንኳ፤ እኛ ገጢአታችንን ለእርሱ የምንናዘዝ

ከሆነ እግዚአብሔር ይቅር ይላል፤ ደግሞም ይቅር ብሎአል። እግዚአብሔር ለዚያ ሰው አዲስ የሕይወት ምዕራፍ ሊሰጠው ይችላል፤ ያለፈውንም ሁኔታ ከቶ እንዳልተከሠተ እድርጎ መቀጠር ይችላል። እግዚአብሔር የወሲብ ገጢአትን ይቅር የሚል ቢሆንም እንኳ፤ አንዳንድ የበሽታው ዘር በሰውታችን ውስጥ ተዘርቶአል፤ ከዚህም የተነሣ በአካላችን ላይ የደረሰውን ጉዳት ተሽከመን መኖር ግድ ይሆንብናል፤ ወይም ጉዳቱን እንደ ተሽከምን እንሞታለን። እንደ ኤድስ ያለው በሽታ የአንድን ሰው ሕይወት ባጭር የሚያስቀር ቢሆንም እንኳ በኤድስ የሚሠቃይ ሰው ይቅርታን ሊያገኝና ወደ መንግሥተ ሰማይ ሊገባ ይችላል (ዮሐ 3፥16)። ስለዚህ የወሲብ ገጢአትን ጨምሮ ገጢአትን ሁሉ ያላንዳች መሸማቂቅ በእግዚአብሔር ፊት አቅርቦ ንስሐ እንዲገባበት ያስፈልጋል፤ እስከ ወዲያኛውም መተው አለበት። ቀደም ሲል የጠቀስነው የሮሜ 6፥23 ሌላው ቀሪ ክፍል እንዲህ ይላል፤ «የእግዚአብሔር ስጦታ ግን በጌታችን በክርስቶስ ኢየሱስ የዘለለም ሕይወት ነው።»

እግዚአብሔር እኛን ይቅር ለማለት ፈቃደኛ ከሆነ፤ እኛም የወሲብ ገጢአት የፈጸሙትን ሰዎች ጨምሮ የበደሉንን ሰዎች ይቅር ለማለት ፈቃደኞች መሆን አለብን (ማር 11፥25፤ ሉቃ 17፥4 ኤፌ 4፥32)። የወሲብ ገጢአት የፈጸመ ሰው በተለይ ደግሞ በወሲብ በሚተላለፍ በሽታ የተያዘ ሰው ለፈጸመው በደል ከፍተኛ ዋጋ እየከፈለ ነው። አሁን መደረግ ያለበት አስፈላጊው ተግባር ያ ሰው ይቅርታ ያደርግሁለት መሆንን እንዲረዳ ማድረግ፤ በፍቅርና በርኅራኄ መንፈስ መንከባከብ ነው፤ ጌታ ይቅር እንዳላችሁ እናንተም ሌላውን ይቅር በሉ» (ዳላ 3፥13)።

3. በሌሎች ላይ አትፍረዱ (ዮሐ 8፥1-11)፤ በምንዝር የተያዘቸው ሴት ትቀጣ ዘንድ ይገባ ነበር። ሆኖም ኢየሱስ በእርሷ ላይ አለመፍረድን መረጠ። ሁላችንም በደል የፈጸምን

በመሆናችን በሌሎች ላይ መፍረድ የእኛ ንላፊነት አይደለም። ይልቁንስ መጽሐፍ ቅዱስ ጎረቤቶቻችንን እንደ ራሳችን እንድንወድ (ማቴ 19፡19፤ 22፡39)፤ የደካሞችን ሽክም እንድንሸከም (ሮሜ 15፡1፤ 1ተሰ 5፡14)፤ በደለኛውንም ወደ ቦጎ መንገድ እንድንመልሰው (ገላ 6፡1) ይነግረናል። እንዲሁም ሰለዎች ሁሉ ቦጎ ማድረግና (ገላ 6፡10) ሽክማቸውን ማገዝ (6፡2) አለብን። በማንበረሰባችን ውስጥ ኤድስ ያለባቸውን ሰዎች ልብ ማለትና በተለየ ሁኔታ ርዳታ የምናደርግበትን መንገድ ማሰብ አለብን። ኤድስ ያለባቸው ሰዎች ሁሉ ቫይረሱ የተላለፈባቸው ወሲብ በመፈጸም ብቻ አለመሆኑን ልብ ማለት ይገባል።

4. የደጉ ሳምራዊን ምሳሌነት መከተል (ሉቃ 10፡25-37)፤ በደጉ ሳምራዊ ምሳሌ ውስጥ የተጠቀሱ ሁለት ሰዎች አሉ፤ እነርሱም በችግር ላይ የነበረውን ሰው ዝም ብለው ያለፉትና የተቸገረውን ሰው የረዳው ናቸው። ጉዳት የደረሰበትን ሰው እንዲሁ ዐልፈውት የሄዱት ሰዎች ሃይማኖተኛ ሰዎች ነበሩ። ምናልባት እግዚአብሔርን ለማምለክና ለማገልገል ወደ ቤተ መቅደሱ እየተጣደፉ የነበሩ ሳይሆኑ አይቀርም። ይሁን እንጂ ጎረቤቶቻቸውን ስለ መውደድ ምንም ነገር እንደማያውቁ ኢየሱስ ይነግረናል። በአሁኑ ዘመን እኛ ክርስቲያኖች ከካህኑና ከሌዊው የተሻልን ሆነን እንገኛለን? ኤድስ ያለባቸውን ሰዎች ቸል ብለናቸው ይሆን? የእኛን ርዳታ የሚፈልጉትን ሰዎች ቸል ብለን ወደ አምልኮ ስብሰባ ዝም ብለን ስንጣደፍ እግዚአብሔር አይደሰትም።

በኢየሱስ ዘመን አይሁድና ሳምራውያን እርስ በርስ አይተባበሩም ነበር። ስለዚህ በዚህ ታሪክ ውስጥ እጅግ አስደናቂው ነገር ይሁዲውን ለመርዳት ሳምራዊው ጉዞውን አቋርጦ መገኘቱ ነው። ሳምራዊው የተቸገረውን ለመርዳት ጊዜውን መሥዋዕት አደረገ። የሰውየውን ቍስል ለማከም የራሱን ንብረት ማለትም ዘይቱን፤ የወይን ጠጃን እና ልብሱን አገልግሎት ላይ

አዋለ። ይሁዲውን በአህያው ላይ አስቀምጦ እርሱ በእግሩ ተጓዘ። ለሰውየው የሚያስፈልገውን ውጭ የራሱን ገንዘብ ለሆቴሉ ባለቤት ክፈለ። ይህን ሁሉ ያደረገው ለምንድ ነው? ምክንያቱም ለተቸገረው ሰው ስላዘነለት ነው (ቍ 33)። በኤድስ በሽታ ታመው በከባድ ችግር ላይ ለሚገኙት ልባችን ርኅራኄ ያደርጋልን? እነርሱን ለመርዳት ጊዜያችንን፤ ንብረታችንንና ገንዘባችንን ለመስጠት ፈቃደኞች ነን? ከእነዚህ ሰዎችና ከችግራቸው ፊታችንን በመመለስ እንደ ካህኑና ሌዊው አንሁን።

ካህኑና ሌዊው በችግር የነበረውን ሰው ለመርዳት ቆም ያላሉበት አንዱ ምክንያት ስለ ፈሩ ሊሆን ይችላል። ምናልባት ወንዝዴዎች ተመልሰው እኛንም ይደበድቡናል ብለው ፈርተው ሊሆን ይችላል። በኤድስ የሚሠቃዩትን ወገኖቻችንን እንዳንረዳ የሚደርገን ብዙ ጊዜ ፍርሃት ነው። እስፈረው በሽታ ወደ እኛም ይተላለፋል ብለን ብዙ ጊዜ እንሰጋለን።

ኢየሱስ በዚህ ምድር በነበረበት ጊዜ ሰዎች የለምጽ በሽታን እጅግ ይፈሩ ነበር። ተላላፊ በሽታ ስለነበር ለምጽ ያለባቸው ሰዎች ከሌሎች ጋር እንዲኖሩ አይፈለግም ነበር። ሰዎች ወደ እነርሱ በቀረቡ ጊዜ ለምጽም ሰዎች «ርኩስ! ርኩስ!» ብለው እየጮኹ ማስጠንቀቅ ነበረባቸው። ነገር ግን ለምጽ ያለበት ሰው ኢየሱስ ያድነው ዘንድ በመጠየቅ ወደ እርሱ በመጣ ጊዜ፤ ኢየሱስ እርሱን ማነጋገር ብቻ ሳይሆን ዳስሰው (ሉቃ 5፡13)። እኛም ከኤች አይ ቪ/ኤድስ ጋር የሚኖርን ሰው ለመዳሰስ መፍራት የለብንም። ኤች አይ ቪ/ኤድስ የሚተላለፍ ከቫይረስ የሚመጣ በሽታ ቢሆንም እንኳ፤ በመዳሰስ ከሰው ወደ ሰው አይተላለፍም። እግዚአብሔር ፍቅር ወደሚያስፈልጋቸው ሰዎች ሄዳችሁ የእርሱን ፍቅር እንድትገልፁ ይልካችሁ ዘንድ ፍርሃታችሁን እንዲያስወግድላችሁ ለምኑት።

5. ከኤች አይ ቪ/ኤድስ ጋር የሚኖሩትን ሰዎች ትንክባክቡ ዘንድ እነዚህን

ተግባራዊ መመሪያዎች ልብ በሉ! ከኤች አይ ቪ/ኤድስ ጋር የሚኖሩትን ሰዎች በምትገነዘቡበት ጊዜ የሚከተሉትን ነገሮች ካደረጋችሁ ኤድስ አይተላለፍባችሁም!

- በባዶ እጃችሁ እንደ ደም፣ ትውኪያ፣ ዐይነ ምድርና ሽንት ያሉትን ፈሳሾች ከመገነት ተቈጠቡ። የቆሽሽ ፋሻን፣ ልብስን፣ ደምን፣ ትውኪያን ወይም ዐይነ ምድርን ለማስወገድ ባንትን፣ ከረጢትን፣ ፕላስቲክ ነገርን ወይም ወረቀትን ተጠቀሙ።
- ደም ሊነካቸው የሚችል እንደ ምላጭ፣ መርፌ፣ የጥርስ ቡርሽ፣ ወይም ማንኛውም ቆዳን የሚቋርጥ ነገር ከሌላ ሰው ጋር አትጋሩ። በተቻለ መጠን አዲስ ምላጭ ወይም መርፌ ተጠቀሙ። ልጅ ሲወለድ የልጁን እትብት ለመቀረጥ፣ እንዲሁም ሌላ ቆዳን በመቀረጥ የሚከናወን ባህላዊ ልማድን ለመፈጸም አዲስ ወይም የተቀቀለ ምላጭ ለመጠቀም ልዩ ጥንቃቄ አድርጉ፤ መርፌዎችን ወይም ምላጮችን ወይም ሌሎች የስለት መሣሪያዎችን መጋራት ካለባችሁ በውሃ ውስጥ ለ20 ደቂቃ ቀቅሏቸው።
- ከኤች አይ ቪ/ኤድስ ጋር የሚኖሩትን ሰዎች ቊስልና ለእነርሱ ክብካቤ የሚያደርጉትን ሰዎች በንጹሕ ጨርቅ ወይም ፋሻ ሸፍኑ።
- ሊታጠብ የማይችለውን ቆሻሻ ፋሻ አቃጥሉት ወይም ቅበሩት።
- የጀርሞችን ሥርጭት ለመከላከል እጃችሁን በሳሙና ታጠቡ (የሳንባ በሽታ፣ ወይም ጉንፋን የመሳሰለው ሕመም ካለባችሁ፣ በእነዚህ በአንዱ መያዝ ለኤድስ ሕመምተኞች የሞት አደጋን ሊያስከትል ይችላልና እስከም ትድኑ ድረስ እነርሱን አትጠይቁ)።
- አልጋንና የአልጋ ልብሶችን በንጹሕና ጠብቁ፤ ይህ ለታመሙት ሰዎች

ምችትን ይሰጣል! የቆዳ ሕመም ችግርንም ይከላከላል።

- ሕመምተኛውን ሰው ለመጠየቅ፣ ከእርሱ ጋር መጽሐፍ ቅዱስ ለማገባበና ለመጸለይ ጊዜ ይነሱት። እጁንም በመያዝ እነጋግሩት።
- የሚቻል ከሆነ ሰውነትን ለማፍታታት ከኤች አይ ቪ/ኤድስ ጋር ከሚኖር ሰው ጋር አብራችሁ የእግር ጉዞ አድርጉ። አልጋው ወይም ወንበር ምቹ መሆኑን አረጋግጡ።
- የተፈላ ወይም የተጣራ ብዙ ውሃ መጠጣቱን ርግጠኞች ሁኑ።
- በአንድ ጊዜ መብላት የሚችለው በትንሹ ሊሆን ይችላል፤ ስለዚህ በቀኑ ውስጥ በሚያስፈልገው ጊዜ ለሰውየው የሚበላውን ምግብ አቅርቡ። ከሦስቱ ዐበይት የምግብ ምድቦች ውስጥ የተወጣጣውን አንድ ደንበኛ ምግብ አቅርቡለት።

1. አካልን የሚገነባ የምግብ ዐይነት፡- ባቂላ፣ ሽንብራ፣ ዕንቁላል፣ ሥጋ፣ ዓሣ፣ ወተት፤
2. ጎይል ሰጪ ምግብ፡- በቆሎ፣ ሩዝ፣ ስኳር ድንች፣ ድንች፣ ከሳቫ፣ ጻብ፣ ገንፎ፤
3. ሰውነት በበሽታ እንዳይያዝ የሚከላከል ምግብ፡- ፍራፍሬና አትክልት።
6. ከኤች አይ ቪ/ኤድስ ጋር ለሚኖሩ ሰዎች ተስፋን ሰጡ፤ እንደ ኤድስ ያለ አጥፊ በሽታ ባለበት ሁኔታ ውስጥ እንኳ እኛ ክርስቲያኖች እንደ መሆናችን መጠን፣ ሰዎች ተስፋን የሚያ ገኙበትን መንገድ ማሳየት እንችላለን። በኢግብረ ገባዊ ድርጊታቸው ኤች አይ ቪ የተላለፈባቸው ሰዎች ንስሐ ሲገቡ ከእግዚአብሔር ሰላምንና የዘላለምን ሕይወት ተስፋ ሊያገኙ ይችላሉ። ይሁን እንጂ ሕመምተኛው ሰው ከበሽታው ይፈወሳል ብለን የማይሆን ተስፋ መስጠት የሰብንም። በርግጥ

እግዚአብሔር ሊፈውስ ይችላል፤ ይህ ማለት ግን ሁሉንም ይፈውሳል ማለት አይደለም። ከመጽሐፍ ቅዱስ እውነተኛውን ተስፋ መስጠት ይሻላል፤ ይኸውም በአካል ሥቃይ ቢደርስብንም እንኳ፤

ተስፋ መቀራጥ አያስፈልገም። እግዚአብሔር ውስጣዊ ሕይወታችንን በየቀኑ ሊያድስ ይቻለዋል (2ቆሮ 4፥16-18)።

### ቀላፍ ቃላት

- መገለል፤ ካለመግባባት (ከግጭት) የተነሣ ከወዳጆች ወይም ከቤተ ሰብ መለየት። አንድን ሰው ለወዳጅነት ወይም ለማግበራዊ ኑሮ ብዙ ጊዜ ዋጋ የሌለው፤ የማያስፈልግ ወይም ጥቅም የሌለው የሚያደርግ ነው።
- ማጽናናት፤ ተስፋ የቁረጡትንና ያዘኑትን ሰዎች መርዳት ነው። ይህን የምናደርገውም የእነርሱን ማንነት በመቀበል፤ ከእነርሱ ጋር በመቀመጥ፤ የሚሉትን በአክብሮት በማዳመጥ፤ እነርሱን በማነጋገርና በመዳሰስ እንዲሁም ተስፋን በመስጠት ነው።
- ርገራጌ፤ በሥቃይ ላይ ለሚገኙት ችርነትና ለዘኔታ ማሳየት ነው። ማጽናናትና ርገራጌ

ማሳየት ማለት አንድ ነው።

- ይቅር ማለት፤ ሌላውን ሰው ያላዘነን ግለሰብ መጥፎ ድርጊቱ ካስከተለው መረበሽና የጎሊና ወቀሳ ወይም አሉታዊ ድርጊት እፎይታን እንዲያገኝ ማድረግ ነው። በደል በደረሰባቸው ሰዎች ላይ ያለው መጥፎ ስሜት እንዲጠፋ ማድረግ ነው።
- እርቅ፤ ሁለት ወይም ከሁለት በላይ የሆኑ ሰዎች በጠብ ውስጥ ካለፉ በኋላ ተመልሰው መልካም ግንኙነት የሚፈጥሩበት ሁኔታ ነው።
- ጎጠላ መግባት፤ ከጎጠላት ዘወር ማለት ወይም ጎጠላት ማድረግን መተው ነው።

## III. ለትምህርት ዝግጅት የሚረዱ አስፈላጊ ነገሮች

### ትምህርቱን ለማስተዋወቅ የቀረበ ሐሳብ

1. በጥቁር ሰሌዳው ላይ የሚከተለውን ጻፍ፡- «ከኤድስ ወረርሽኝ በኋላ ነገር ሊገኝ ይችላልን?» ለዚህ ጥያቄ መልስ እንዲሰጡ ተማሪዎችን ጠይቅ። መሸጋገሪያ ሐሳብ፡- ኤድስ የሚያስከትለውን አሉታዊ ተጽዕኖ በሚመለከት በሰፊው ተነጋግረናል። ዛሬ ለኤድስ ችግር እንዴት አወንታዊ ምላሽ መስጠት እንደምንችልና በኤድስ በመሠቃየት ላይ የሚገኙትን ሰዎች እንዴት መርዳት እንደምንችል እንወያያለን።
2. እነዚህን ጥያቄዎች ጠይቅ፡- «ከእናንተ መካከል ኤድስ ያለበትን ሰው የያ ወይም ኤድስ ያለበትን ሰው የሚያውቅ አለን? ያላችሁት ምላሽ ምን ይመስል ነበር? ኤድስ ላለባቸው ሰዎች እግዚአብሔር እንድንሰጥ የሚፈልገው ምላሽ ምንድነው?» መሸጋገሪያ ሐሳብ፡- ኤድስ ያለባቸውን ሰዎች በተመለከተ

የምናገኘው ቁጥር በየቀኑ እየጨመረ ይሄዳል። ስለዚህ ለእነርሱ ተገቢውን ምላሽ የምንሰጥበትን መንገድ በሚገባ ልብ ማለት አለብን።

3. በጥቁር ሰሌዳው ላይ የሚከተለውን ጻፍ፡- «በእግብረገባዊነት ለሚኖሩ ሰዎች ኤድስ ከእግዚአብሔር የመጣ ፍርድ ነው?» ለዚህ ጥያቄ መልስ እንዲሰጡ ሁለት ወይም ሦስት ዕድል ስጥ። መሸጋገሪያ ሐሳብ፡- ኤድስ በሽታ እንጂ ጎጠላት አለመሆኑን ማስተዋል ይገባናል። ኤድስ ያለባቸው ሰዎች ሁሉ ወሲባዊ ጎጠላት ፈጽመዋል ማለት አይደለም። የፈጸሙት እንኳ ቢሆን፤ እግዚአብሔር ጎጠላታቸውን እንጂ እነርሱን የሚጠላ አለመሆኑን ልብ ማለት አለብን። ስለዚህ ክርስቲያኖች እንደ መሆናችን መጠን እነርሱን በርገራጌ ዐይን የማየት ግዴታ አለብን።

# የትምህርት አቀራረብ ዘዴ

## 1. ትንታኔያዊ ዘዴ

ሀ. ዐይነ ስውር ሆኖ የተወለደው ሰው ታሪክ

(ዮሐ 9፡1-7)፤

አስተዋፅኦውንና ዕጥርታውን ልብ በል።  
ከኢዲሱ መደበኛ መጽሐፍ ቅዱስ ትርጉም አንድ ተማሪ ድምፁን ክፍ አድርጎ ጥቅሶቹን እንዲያነብ አድርግ። ከዚህ በታች የተመለከቱትንም ጥያቄዎች ጠይቅ፡-

- ደቀ መዛሙርቱ ኢየሱስን የጠየቁት ጥያቄ ምንድን ነው?
- ለዐይነ ስውርነቱ ምክንያት የነበረው ኅጢአት ነውን?
- አንድ ሰው በኤድስ የመታመሙ ምክንያት ሁልጊዜ ንጢአት ነውን? ለመልሳችሁ ማብራሪያ ስጡ።
- ሰውየው ዐይነ ስውር ሆኖ የተወለደው በምን ምክንያት ነበር?
- የእግዚአብሔር ሥራ በዚህ ሰው ሕይወት ላይ የተገለጠው በምን መንገድ ነው? ዮሐ 9፡6-7፤ 9፡30-33፤ 9፡35-38 ተመልከቱ።
- እግዚአብሔር በኤድስ ሕመም ሊሠራ የሚችልባቸውን አንዳንድ መንገዶች ጥቀሱ።

ለ. በምንዝር የተያዘችው ሴት ታሪክ (ዮሐ

8፡1-11)፤ አንድ ተማሪ ታሪኩን እንዲያነብ አድርግ። አማራጩ ደግሞ አንድ ተማሪ ትረካውን ሲያነብ፤ ሌሎች ተማሪዎች ተራ በተራ የኢየሱስን፤ የሴትዮዋን፤ በታሪኩ ውስጥ የሚገኙትን የሌሎች ሰዎች ታሪክ እንዲያነቡ ማድረግ ነው። ከዚህ በታች የተመለከቱትን ጥያቄዎች ጠይቅ፡-

- ሴትዮዋ የሠራችው ኅጢአት ምን ነበር?
- በሙሴ ሕግ መሠረት ለሴትዮዋ የሚገባት ፍርድ ምን ነበር?

• ኢየሱስ የነገራት ሁለት ነገሮች ምን ነበሩ (ቀ፡ 11) ?

• ከንጢአታቸው የተነሣ በኤድስ ለታመሙ ሰዎች ያላችሁ አመለካከት ምን መሆን እንዳለበት፤ ከዚህ ታሪክ ምን ልትማሩ ትችላላችሁ?

ሐ. የደጉ ሳምራዊ ታሪክ (ሉቃ 10፡25-37)

ታሪኩን አንብብና የሚከተሉትን ጥያቄዎች ጠይቅ፡-

- ከኢየሩሳሌም ወደ ኢያሪኮ ሲወርድ በነበረው ሰው ላይ ምን ደረሰበት?
- ካህና ሴዋዊው የሃይማኖት ሰዎች ነበሩ፤ ሰውዬውን ለመርዳት ምን አደረጉ?
- ሰውየውን ያልረዱበት ምክንያት ምን ይመስላችኋል?
- ድንገተኛ አደጋ ደርሶበት በችግር ላይ ለነበረው ሰው ሳምራዊው ምን አደረገለት? ከ33-35 ያሉትን ጥቅሶች ተመልከቱ።
- ከዚህ ምሳሌ ኢየሱስ የሚያስተምረን ትምህርት ምንድን ነው?
- ሳምራዊው ለእኛ እርዳታ የሚሆነው በምን መንገድ ነው?

## 2. ትራኬያዊ ዘዴ ከውይይት ጋር

• የቤተ ሰቡን በኤድስ በሽታ መሞት እየጠበቀ የሚገኘውን የክፍል ጓደኛ ቸውን እንዴት መንከባከብ እንዳለባቸው ለመነጋገር፤ «በቤተ ሰብ ውስጥ ኤድስ ያስከተለውን ሞት» የሚለውን ታሪክ ተጠቀም።

• ከኤች አይ ቪ ጋር የሚኖር አንድ ክርስቲያን ምን ተስፋ ሊያገኝ እንደሚችል ለመወያየት፤ «የደቻላ ተስፋ» የሚለውን ታሪክ ተጠቀም።

3. ውይይታዊ ዘዴ

ውይይት 1:- ኤች አይ ቪ ያለባቸውን የሚከተሉትን ሰዎች ለመርዳት ምን የተለየ ነገር ማድረግ አለብን?

• ራሳቸው ባልሠሩት ስሕተት የኤች አይ ቪ ቫይረስ የተላለፈባቸው ክርስቲያኖች፣ ብዙዎች ወዳጆቻቸው ቤተ ሰባቸው እንኳ ሳይቀር ላገለሉአቸው ለእነዚህ ሰዎች እውነተኛ ፍቅርና ክብካቤ ማድረግ እንዳለብን ተማሪዎቹ መገንዘባቸውን ርግጠኛ ሁኑ። ኤድስ በሽታ እንጂ ኅጢአት አለመሆኑን አሁንም ልብ በል። እነዚህን ሰዎች መርዳት ለእኛ ትልቅ ዕድል ነው። ኢየሱስ እንዲህ ይላል፤ «ከእነዚህ አነስተኛ ከሆኑት ወንድሞቼ ለአንዱ ያደረጋችሁት ለእኔ እንዳደረጋችሁት ነው» (ማቴ 25:34-40)።

• የቤተ ክርስቲያን ምዕመናን የሆኑ በወሲባዊ ኅጢአት በኤድስ የተያዙ ክርስቲያኖች፤ እነዚህ ሰዎች በተለይ የሚያስፈልጋቸው የእግዚአብሔርን ይቅርታ መቀበል መሆኑን ተማሪዎች መረዳታቸውን ርግጠኛ ሁኑ። ስለ ኅጢአታቸው መናዘዝ አለባቸው። ስለ ዳዊት ኅጢአትና ንስሐ መግባት ከ እነርሱ ጋር መነጋገሩ መልካም ነው (ትምህርት 3 ተመልከት)። ከኤድስ በሽታ ፈውስን አያገኙ ይሆናል፤ ነገር ግን የእግዚአብሔርን ይቅርታና እርሱ የሚሰጠውን የዘላለም ሕይወት ማግኘት እንደሚቻል ሊያውቁ ይችላሉ። የያዕቆብ መልእክት 5:19-20 እንዲህ ይላል፤ «ወንድሞቼ ሆይ፤ ከእናንተ አንዱ ከእውነት ቢስትና ሌላው ቢመልሰው ይህን አስተውሉ፤ ኅጢአተኛን ከተሳሳተበት መንገድ የሚመልስ ሰው ነፍሱን ከሞት ያድነዋል፤ ብዙ ኅጢአትንም ይሸፍናል።»

• ኢላማንያን፤ ሰዎች ሁሉ ኅጢአት የሠሩ መሆናቸውን ተማሪዎች እንደሚረዱ ርግጠኛ ሁኑ። ኤድስ ያለባቸው ሰዎች በሽታው የተላለፈባቸው ከወሲባዊ ኅጢአት የተነሣ ይሁንም አይሁን እግዚአብሔር ልጁን ጌታ ኢየሱስን ወደዚህ ምድር ልከት እንዲሞትና ከኅጢአታቸው እንዲያድናቸው ያደረገ መሆኑን ማወቅ አለባቸው። ኅጢአታቸውን ለእርሱ ቢናዘዙ፤ በእርሱም ቢያምኑና እርሱን ቢቀበሉ፤ ይቅርታን የሚያገኙ መሆናቸውን መስማት ያስፈልጋቸዋል። በእነርሱ ላይ አትፍረዱባቸው፤ ነገር ግን እግዚአብሔር ለሚጠሩት ሁሉ የሚሰጠውን ታላቅ ፍቅርና ምሕረት ንገራቸው። ለእነዚህ ሰዎች ኤድስ የዘላለም ሕይወት የሚያገኙበት ምክንያት ሊሆንላቸው ይችላል።

ውይይት 2:- በሚከተሉት ጥያቄዎች መልስ ላይ ተወያዩ:-

- ለወሲባዊ ኅጢአት ይቅርታን ማግኘት ይቻላል?
- ለወሲባዊ ኅጢአት ይቅርታን ለማግኘት አንድ ሰው ምን ማድረግ አለበት?
- ይቅርታ ማግኘት ማለት የኅጢአት መዘዝ ሁሉ ይወገዳል ማለት ነው?
- ወሲባዊ ኅጢአት ለፈጸሙት ሰዎች የእኛ አመለካከት ምን መሆን አለበት?

4. መረጃ የሚሰጥ ሰው፤ ኤድስ ያለበትን ሰው መንከባከብ ማለት ምን ማለት እንደ ሆነ ለክፍሉ ግንዛቤ ይሰጥ ዘንድ በኤድስ በሽታ የሞተን ሰው ዘመድ ጋብዝ፤ ወይም ለክፍሉ ንግግር ያደርግ ዘንድ ኤድስ ያለበትን ሰው ጋብዝ።

5. አጉልቶ የማሳያ ዘዴ፤ አጉልቶ ለማሳየት የሚከተሉት ቊሳሳቶች ያስፈልጉሃል:- ሁለት የላስቲክ ክረጢት (Iceda)፤ ጥንድ የፕላስቲክ ጓንቶች፤ አንድ ባልፋ ውሃ፤

አንድ ጠርሙስ ጂክ (JIK) ወይም የፓራዞን መርዝ እና መለኪያ ስኒ።

- ለተማሪዎቹ ይህን ንገራቸው፤ «ኤድስ ያለበትን ሕመምተኛ ትውኪያ ወይም ተቅማጥ መጥረግ ካለባችሁ የላስቲክ ከረጢት ወይም የላስቲክ ባንት በእጃችሁ ላይ ማጥለቅ ይኖርባችኋል፤ ይህም በቤታችሁ የሚገኝ ከሆነ ነው።» አንድ ተማሪ በእጁ ላይ ከረጢቱን ወይም ባንቱን በማጥለቅ እንዲያሳይ ጠይቅ።

- ከዚያም ለተማሪዎቹ የሚከተለውን ንገራቸው፤ «ሕመሙ ኤድስ ደረጃ ላይ የደረሰበትን ሰው አንሳላ ስታጥቡ በ9 የጆግ ውሃ ውስጥ አንድ ስኒ ጂክ ወይም የፓራዞን መርዝ መጠቀም አለባችሁ (10% የመርዝ ውሕድ) «የባልዲውን ውሃና መርዙን በመጠቀም ይህ የማጠቢያ ውሕድ እንዴት እንደሚበጠበጥ ለክፍሉ አሳይ።

## ናሙና የክፍል ሥራዎች

1. ከኤድስ ጋር በተያያዙ ርእሰ ጉዳዮች ላይ ተከራክሩ (አንዱን ምረጡ)፤
  - ሰዎች ተመርምረው ኤድስ ያለባቸው መሆኑ ከተረጋገጠ መገለል ይኖርባቸዋል፤
  - ኤድስ በኢግብረገባዊነት ምክንያት በሰው ዘር ላይ ከእግዚአብሔር የመጣ ርግማን ነው።
2. ከኤች አይ ቪ ጋር የሚኖሩ ሰዎች በሚያውቋቸው ሰዎችና በማህበረሰባቸው ዘንድ ብዙ ጊዜ እንዴት እንደሚታዩ ተወያዩ።
3. ከኤች አይ ቪ ጋር የሚኖር ሰው ማህበራዊ፣ ሥነ ልቦናዊና መንፈሳዊ ፍላጎት ምን እንደ

ሆነ ተማሪዎች በወረቀት ላይ እንዲዘረዝሩ ጠይቃቸው፤ ተወያዩበት።

4. ከኤች አይ ቪ/ኤድስ ጋር ለሚኖር ሰው ክብካቤ ማድረግ እንዴት እንደ ሆነ የሚገልጽ ድራማ ተማሪዎች እንዲያሳዩ አድርግ፤ ወይም አንድ ተማሪ ከኤች አይ ቪ/ኤድስ ጋር ለሚኖር ሰው ክብካቤ ሲያደርግ ሳለ፤ ሌሎች ሰዎች ግን አሉታዊ በሆነ መንገድ ምላሹን የሚሰጡ መሆናቸውን የሚያመለክት ድራማ የቀሩት ተማሪዎች አሰናድተው እንዲያቀርቡ አድርግ። ተማሪዎቹ ለክፍሉ ከማቅረባቸው በፊት በደንብ የተዘጋጁበትና የተለማመዱት መሆናቸውን አረጋግጥ።

## ታሪኮችና አጉልቶ ማሳያዎች

በኤድስ ሕመም በቤተ ሰብ ላይ የደረሰ ሞት  
(በኤድስ ሕመም የሞቱትን ሰዎች ቤተ  
ዘመዶች ተማሪዎች መቀበል ይችሉ ዘንድ  
ለማገዝ የቀረበ ታሪክ።)

ሕፃኑ መብራቴ ሲወለድ በቦጋለች ቤተ  
ሰብ ውስጥ የነበረው ደስታና ፍንደቃ የተለየ  
ነበር፤ ይሁን እንጂ ልጁ ማደግ የሚገባውን  
ያህል እያደገ አለመሆኑን ሲያስተውሉ ደስታው  
ወደ ሐዘን ተለወጠ። ሁኔታዎች ሊሻሻሉ

አልቻሉም፤ በመጨረሻም ባለፈው ሳምንት  
መብራቴ ሞተ።

መብራቴ በኤድስ ሕመም የሞተ  
መሆኑን የሐኪሙ ማስረጃ በመጣ ጊዜ የቤተ  
ሰብ ሐዘን ወደ ቊጣ ተለወጠ። የቦጋለች  
ወላጆች እርስ በርስ በቊጣ ተባሉ። ቤቱ  
የችግርና የጦርነት መድረክ ሆነ። ዘመዱ ሁሉ  
መጣ። ቦጋለችና እግቷ ሊካፈሉባቸው ያልቻሉ  
ረጅም ስብሰባዎች ተደረጉ። ቦጋለች ወላጆቿ  
እንደ ተመረመሩና ኤድስ እንዳለባቸውም  
ታውቃለች።

ሕፃኑ መብራቴ ከሞተ በኋላ በጋለች አዝናና ግራ ተጋብታ ነበር። የእርሱ ሞት አባትና እናቷ በቅርቡ እንደሚሞቱ አስነገዘባት። አባትየው ጤንነት እንደማይሰማቸው ምልክት እየታየ ነው። ልቧ ተሰብሮአል፤ ፍቅርን፤ ባልንጀርነትና ድጋፍን ትፈልጋለች።

ሰኞ ዕለት በጋለች ወደ ትምህርት ቤት ስትመለስ በወንድሟና በቤት ውስጥ ባለው ችግር ተሰላጭታ ነበር፤ ይሁን እንጂ ባልንጀርቿን ዳግም ለማግኘትና ትምህርቷን ለመከታተል ትናፍቅ ነበር። ሌላው ቢቀር ሕይወት በትምህርት ቤት ውስጥ ጤነኛ ሂደት ስላለው የወደፊቱን ተስፋ ልታደርግና በትምህርት ቤት ፈተናዋም ጥሩ እሠራለሁ ብላ ልታስብ ትችላለች።

በዚያው ሰዎን ሰኞ ማለዳ ወደ ትምህርት ቤትዋ ሄደች፤ በበሩ ስትገባም ባልንጀርቿን አግኝታ በፈገግታ ሰላም አለቻቸው፤ ሆኖም ሁሉም ወደ እርሷ የተመለከቱት ፊታቸውን በማጥቁር ነበር። ከዚያም እርስ በርስ በመንሸካከል ከእርሷ ሸሹ፤ «ተጠንቀቁ! ኤድስ አለባት! ኤድስ አለባት!» በጋለች ከትምህርት ቤቱ መግቢያ ላይ ብቻዋን ቆመች።

በእነዚህ ጥያቄዎች ላይ ተወያዩባቸው።

- በጋለች ኤች አይ ቪ ሊኖርባት የማይችለው በምን ምክንያት ነው?
- የበጋለች ታሪክ እንዴት የሚደመደም ይመስላችኋል?
- ዳግም በባልንጀርቿ ዘንድ ተቀባይነትን አግኝታ ይሆን? ይህ እንዴት ሊሆን ቻለ?

---

የአበራ ተስፋ፤ እውነተኛ ታሪክ

---

(እግዚአብሔር እንደ ኤድስ ያለውን ለስከፊ በሽታ የራሱን ክብር ለመግለጥ እንደሚጠቀምበት የሚያሳይ ታሪክ)

አበራን እጠይቀው ዘንድ ከባልንጀርቹ አንዱ ወደ እርሱ በወሰደኝ ጊዜ በሽታው ከኤድስ ደረጃ ላይ ደርሶ ነበር። እርሱም ወንበር ላይ

ተቀምጦ ትራስ ተደግፎአል፤ ከአፋ ላይ ያለውን ቊስል አሁንም አሁንም የሚጠርግበትን ፎጣ በአንጉቱ ላይ ተደርጉለታል። ወጣት ልጁ ባሕሩ ምንጊዜም አጠገቡ ነበር፤ ደግሞም አይለያዩም ነበር። የአበራ ወንድም ምግብ ለማብሰልና ጽዳት ለመጠበቅ እንዲሁም አበራ በጣም ሲታመም ርዳታ ለማድረግ እዚያው ነበር። ዶሮዎቹ ወደ ውጭ እንዳይወጡ ከቤቱ ጀርባ ማድቤት አካባቢ ያለው አጥር በሚገባ ታጥሮአል። አበራ በዚህ ጊዜ መተዳደሪያ ያደረገው የዶሮ ርቢን ነበር፤ ቀደም ሲል የተዋጣለት የሒሳብ ባለሙያና የንግድ ሰው ስለነበር፤ የመኪናና የቤት ባለቤት ሊሆን ችሏል፤ አሁን ግን የቀረለት ብቸኛ የገቢ ማስገኛ ይህ የዶሮ ርቢ ነበር።

አበራን ልንጠይቀው ሄደን ሳለ ታሪኩን ነገረኝ። እርሱም የከፍተኛ ሁለተኛ ደረጃ ተማሪ እያለ ለወላጆቹ እምነት ጀርባውን የሰጠ ነበር፤ ምክንያቱም የክርስትና እምነት ከዓለም ለሚገኘው ደስታ እንቅፋት የሚሆን ብዙ ውስብስብ ደንቦችን የያዘ መሰለው። አበራ በትምህርቱ ጉብዝ ተማሪ ነበር። የሥነ ጽሑፍና የድራማ ችሎታ ያለው ከመሆኑም በላይ የተማሪዎች መሪ ነበር። ሆኖም በተቃራኒ ጾታዎች ግፊት ተሸንፎ ከልዩ ልዩ ልጃገረዶች ጋር ወሲብ ፈጸመ። ሚስት ካገባ በኋላ እንኳን ለሥራ ጉዳይ ሲንገዝ ለሚስቱ ታማኝ ሰው አልነበረም። ለጊዜው የተሳካለት ሰው ሆኖ ብዙ ሀብት በማከማቸት ከገጢአት የሚገኘውን ጥቂት ደስታ ለጊዜው አጣጣመ። ውሎ እድሮ ግን የሠላሳ ዓመት ሰው ሲሆን የሕይወት ዘይቤው ባስከተለው መዘዝ ተጠመደ። በኤድስ በሽታ ታመመና ሥራውን ማቋረጥ ግዴታ ሆነበት። ሚስቱም ታመመች፤ የመጨረሻ ልጃቸውም በዚሁ በሽታ ሞተ።

ሕይወት በአበራ ላይ በሚያሳዝን ሁኔታ ተለወጠበት። ሥራ መሥራት አልቻለም፤ ለሕክምና የሚሆን ገንዘብ ለማግኘት ከዚህም ከዚያም ዘወትር ብድር ይጠይቅ ነበር። በሐኪሞች የታዘዘው መድኃኒት መፍትሄ አላስገኘለትም፤ ስለዚህ አበራና ባለቤቱ የባህል

መድኃኒት ለማግኘት ያልሞከሩት ነገር አልነበረም። ፊውስ ታገኛላችሁ በሚል አጉል ተስፋ መታለላቸውን በተገነዘቡ ጊዜ፣ ተስፋቸው እንደ ጉም በንኖ ጠፋ።

በዕንቅርት ላይ ጆሮ ደግፍ ሆነና ወዳጆቹ ቀስ በቀስ እርሱን መጠየቃቸውን አቆመ። አሁንም እርሱን ለመጠየቅ ወደ ቤቱ የሚመጡት አባትየውና ከቤተ ክርስቲያን ጥቂት የቤተ ሰቡ ወዶጆች ብቻ ነበሩ። እነዚህ ሰዎች አበራ ሕይወቱን ለእግዚአብሔር አሳልፎ እንዲለጥና በእርሱም እንዲያምን ዘወትር ይነግሩት ነበር። ይህ ደግሞ አበራን አስቈጣው። «በቤተ ክርስቲያን ውስጥ ግብዝ የሆኑ ብዙ ክርስቲያኖች አሉ፤ ከእነርሱ ጋር አንድ ላይ የምሆንበት ምክንያት አይታየኝም በማለት ነገራቸው። በሕይወቱ ላይ አያሌ ችግር በማምጣቱ አበራ በእግዚአብሔር ላይ እርሮ ያሰማ ነበር። እነዚህ ታማኝ ጠያቂዎቹ እንዳይደርሱበት ለመንገር ፈለገ፤ ነገር ግን ችግሩ ውሉ አድሮ እየባሰበት መጣ። የርዳታ እጃቸውን የዘረጉለትም እነዚህ ሰዎች ብቻ ነበሩ።

ከባለቤቱ ሞት በኋላ አንድ ሌሊት አበራ ብቻውን ሐዚም ቤት ተችቶ እያለ፣ የምድር ሕይወቱ እያከተመ መሆኑን በመጨረሻ ተገነዘበ፤ ሁሉንም ሞክረ፤ ግን መፍትሄ ያስገኘ ለት ነገር የለም፤ በዚህ ጊዜ የእግዚአብሔርን ይቅርታ ለማግኘት ዝግጁ ነበር።

ከዚያን ጊዜ በኋላ አበራ ለእግዚአብሔር ቃል አዲስ ረሀብና ጥማት አደረበት። ደካማ ቢሆንም አዲስ ተስፋ ነበረው። ጊዜውን ሁሉ በመጽሐፍ ቅዱስ ጥናትና በጸሎት ማሳለፍ ጀመረ። በዚህ ጊዜ አባቱና ከቤተ ክርስቲያን ጠያቂዎቹ ሲመጡ በመዘመርና ቃሉን በማጥናት መልካም ጊዜ አሳለፉ። ይሁን እንጂ አበራ እምነቱን በእግዚአብሔር ላይ አድርጎ እያለ እንኳ ተስፋ የቆረጠባቸው ጊዜያት ነበሩ። አንድ ጊዜ የብዙዎችን ምክር ችላ ብሎ የሌድስ ዐዋቂዎች ከተባሉት ሰዎች ዘንድ ፊውስ

ለማግኘት ሲል ረጅምና ርባና የሌለው ጉዞ አደረገ። ከጉዞው ጠቃሚ የሆነ ነገር አልተገኘም፤ ከዚያ ተመክሮ በኋላ ምድራዊ ፊውስን ለማግኘት ጥረት እንዲያደርግ የሚመጣበትን ፈተና ዝም ብሎ ማለፍ እንዳለበት ተገነዘበ። በአቅራቢያው ባለው ሁለተኛ ደረጃ ትምህርት ቤት ውስጥ ለአንዳንድ ወጣቶች የመጽሐፍ ቅዱስ ጥናትን ለመምራት ያለውን ዐቅም ያውል ዘንድ እንደሚረዳው ሙሉ በሙሉ በእግዚአብሔር በመተማመን ወሰነ። መጽሐፍ ቅዱስን ለማጥናት በሳምንት ሁለት ቀን ወደ ቤቱ ለሚመጡት ሰዎች ንጹሕና ቅዱስ ሕይወት እንዲኖሩ ለማበረታታት ምስክርነቱን እካፈላቸው። እንዲሁም ወጣቶች ያነቡት ዘንድ ምስክርነቱን በመጽሐፍ መልክ ማዘጋጀት ጀመረ።

በሁኔታው እጅግ ላዝን እችላለሁ የሚል ሐሳብ እንደ ያዘሁ አበራን ለመጠየቅ ሄድሁ፤ ግን እንዳሰብሁት ሳይሆን በታላቅ ተስፋ ተሞላሁ። በሌድስ ወይም ባልታሰበ አደጋ ወይም በሌላ በሽታ ሁላችንም አንድ ቀን እንደምንሞት አበራ አሳሰበች። በ2ኛ ቆሮንቶስ 4፡16-18 ላይ በሚገኙት በእነዚህ ቃላትም አጽናናች።

ስለዚህ ተስፋ አንቈርጥም፤ ውስጣዊው ሰውነታችን ዕለት ዕለት ይታደሳል፤ ምክንያቱም ቀላልና ጊዜያዊ የሆነው መከራችን ወደር የማይገኝለት ዘላለማዊ ክብር ያስገኛልናል። ስለዚህ ዐይናችን የሚያተኩረው በሚታየው ነገር ላይ ሳይሆን በማይታየው ላይ ነው፤ የሚታየው ጊዜያዊ ነውና፤ የማይታየው ግን ዘላለማዊ ነው።

የአበራ የምድር ሕይወት አሁን አብቅቶአል፤ ሆኖም በሰላምና በደስታ ለዘላለም ከአዳኝ ጋር ይኖራል። ይህ ብቻ ሳይሆን እግዚአብሔር አሁን ከወንድ አያቱ ጋር የሚኖረውን ወጣት ልጁን ባሕሩን አትርፎለታል። አበራም አንድ ሰው በሌድስ በሽታ ታሞ ባለበት ሁኔታ እንኳ፤ በኢየሱስ ክርስቶስ ተስፋ ሊኖረው እንደሚችል እኛን ለማስገዝብ ታሪኩን ትቶልን ዐልፎአል።

**በእነዚህ ጥያቄዎች ላይ ተወያዩባቸው፡-**

- አበራ በኤድስ በሽታ ባይታመም ኖር ሕይወቱ በምን ሁኔታ ይቀጥል እንደ ነበር አስቡ፡፡
- አበራ የእግዚአብሔርን ሰላም ከማግኘቱ በፊት ተስፋውን በምን ላይ ጥሎ ነበር?
- የአበራ አባትና ክርስቲያን ወዳጆቹ በሕይወቱ ምን ዐይነት ሚና ነበራቸው?
- አበራ ራሱን ለእግዚአብሔር አሳልፎ ከሰጠ በኋላ ሕይወቱ እንዴት ተለወጠ? ሕመሙና ተስፋ መቁረጡ ከእርሱ ጠፍቶታል? ተስፋ የመጣለት ከየት ነበር?
- ከአበራ ታሪክ የተማራችሁት ትምህርት ምንድን ነው?

ከኤች አይ ቪ/ኤድስ ጋር ለሚኖር ሰው የሚደረገውን ክብካቤ የሚያሳይ ድራማ

(ድራማው የተተወነው ሁለት ጊዜ ሲሆን፣ አተዋወት ግን በተለየ መንገድ ነው፡፡ ከእያንዳንዱ ትወና በኋላ ተመሳሳይ ጥያቄዎች ቀርበዋል፡፡ ዐላማው ኤች አይ ቪ ያለበት ሰው ሲያጋጥም ምን ማድረግ እንደሚገባ ተማሪዎች እንዲያስቡበትና እንዲወያዩበት ለማድረግ ነው፡፡ ከትወናው ፍጻሜ በኋላ ተማሪዎች የትኛው አመለካከት ስሕተት እንደ ሆነ ማየት መቻል አለባቸው፤ የክርስቲያን ምላሽ ምን መሆን እንዳለበትም ማወቅ ይገባል፡፡ በዳሰሳና ኤድስ ካለበት ሰው አጠገብ በመሆን በኤች አይ ቪ እንደማንያዝ መገንዘብ አለባቸው፡፡ የታመመውን ሰው ስሜት ለመረዳትም መቻል አለባቸው፡፡)

የመጀመሪያው ትወና፤ አንዲት ተማሪ ኤድስ ያለባትንና ከሞት አፋፍ ላይ የምትገኘውን ቤት ልጃቸውን እየተንከባከበች ከአጎቷ ጋር ትኖራለች፡፡ ግን በእርሷ ላይ ብስጭት አድርባታል፡፡ ይህች ልጅ በቤት ውስጥ እንድትኖር አትፈልግም፡ «ሸርሙጣን» መንክ ባከብ አትፈልግም፡፡ የታመመችውን ልጅ በቤት ውስጥ በመተው ቤቱን ዘግታ ባልንጀርቿን

ለመጠየቅ ትወጣለች፡፡ ከባልንጀርቿ ጋር አንድ ላይ በምትሆንበት ጊዜ የታመመችውን ልጅ በመንከባከቧ ትመረራለች፤ እነርሱም የእግዚአብሔር ፍርድ በእነርሱ ላይ ደርሶአል፤ መሞትም ይገባቸዋል በማለት ኤድስ ባለባቸው ሰዎች ላይ ያፈሳሉ፡፡

መሸትሸት ሲል ተማሪዋ ወደ ቤት ስትመለስ በሽተኛዋ አሁንም በሕይወት ላይ ሆና ታገኛታለች፤ መኝታዋ ግን እንዳልነበረ ሆኖአል፡፡ አጎቷ ወደ ቤት ሲመለስ ጥቂት ሻይ ይጠጣሉ፡፡ የታመመችውን ልጃቸው፤ «እንደምን ነሽ?» አይሉም፤ ወይም አጠገቧ አይቀመጡም፡፡ ነገር ግን ልጃቸው ለአሳቸው ከተዘጋጀው ምግብ አንዳች አለመቅመሷን ያረጋግጣሉ፡፡ «ስትሞት ችግር እንዳይገጥመን፤ እርሷን ሆስፒታል የማስተኛበት ብዙ ገንዘብ ቢኖረኝ ጥሩ ነበር» እያሉ ያስባሉ፡፡

**በእነዚህ ጥያቄዎች ላይ ተወያዩባቸው**

- እንደዚህ ሊሆን ይችላል?
- ተማሪዋ የአጎቷን ልጅ ስታስታምም መልካም ነገር አድርጋለች? በምን ምክንያት? ወይም ለምን አላደረገችም?
- ክርስቲያንነቷን በተግባር ያሳየችው እንዴት ነው?
- ባልንጀርቿ ትክክል የሆነውን ነገር ነገሯትን?
- ከኤች አይ ቪ/ኤድስ ጋር ከሚኖር ሰው ጋር አብራችሁ በመባላት ኤች አይ ቪ ሊይዛችሁ ይችላል?
- ሕመምተኛዋ ምን የተለማት ይመስላችኋል?
- በኤድስ የታመመ ሰው በሐኪም ቤት መሞት ይሻለዋል ወይስ በመኖሪያ ቤት?

ሁለተኛው ትወና፤ አንዲት ተማሪ ኤድስ ያለባትንና ከሞት አፋፍ ላይ የምትገኘውን ቤት ልጃቸውን እየተንከባከበች ከአጎቷ ጋር ትኖራለች፡፡ የታመመችውን ልጅ ስለምትንከባከብ ባልንጀርቿን ወጥታ ለመጠየቅ እንኳ አትችልም፡፡ ሕመምተኛዋን በርኅራኄ መንፈስ

ትንከባከባለች! ሳትጨነት ዐርፋ እንድትተኛም ታብረታታለች።

የተማሪዋ ባልጀርች እርሷን ለመጠየቅ ከትምህርት ቤት መጡ፤ ሕመምተኛዋን «እንደምን ነሽ?» ለማለት ግን ፈቃደኞች አልነበሩም፤ ደግሞም ጋጠ ወጦች ነበሩ። ጊዜዋን በከንቱ እያጠፋች መሆኗና እነርሱ እያገኙት ያለውን ደስታ የቀረባት መሆኗን ነገሯት። ከትምህርት በኋላ የአጅ ኳስ ከአነርሱ ጋር ለመጫወት ካልመጣች ዳግመኛ

እንደማይጠይቁት ነገሯት። በቤት ውስጥ የታመመች ዘመዱን በማስታመም ላይ መሆኗን ብትነግራቸውም አይቀበሏትም።

አጎቷ ወደ ቤት ሲመለሱ እርሷንና የታመመች ልጃቸውን፤ «እንደምን አላችሁ?» ይላሉ። በአንድ ላይ ተቀምጠው ራት ይበላሉ። በቀጠሮ ቀን ልጅቱን ወደ ሐኪም ቤት ይወስዷታል።

ከላይ በቀረቡት ተመሳሳይ ጥያቄዎች ላይ ተወያዩባቸው።

### ተማሪዎች ሊሠሩት የሚገባ ሥራ

1. በቤተ ሰባችሁ ውስጥ ኤች አይ ቪ/ኤድስ ላለበት ሰው እንዴት ከብካቤ እንደምታደርጉ በመግለጽ ድርሰት ጻፉ።
2. ተማሪዎች የሚያውቁት አንድ ኤች አይ

ቪ/ኤድስ ያለበትን ሰው እንዲጠይቁ አደፋፍር።

3. ኤድስ ያለበትን ሰው የሚያበረታታ አንድ ደብዳቤ ድፉ።

### ተማሪዎች የሚጠይቋቸው ጥያቄዎች እና መልሶች

1. ከኤች አይ ቪ/ኤድስ ጋር የሚኖሩ ሰዎች ለፈጸሙት ወሲባዊ ኅጢአት ይቅርታን ቢለምኑ፤ ከኤድስ በሽታ ሲፈወሱ ይችላሉን?

ጎጢአት መንፈሳዊና ሥጋዊ መዘዝ አለው። እግዚአብሔር አንድን ሰው ከጎጢአቱ ይቅር ሲለው ያ ጎጢአት በእርሱና በዚያ ሰው መካከል አደናቃፊ ግድግዳ እንዲሆን አይፈልግም ማለት ነው። ሰውየው ጎጢአት እንዳልፈጸመ ያህል ሆኖ እግዚአብሔርን ማምለክ፤ ማወደስና ወደ እግዚአብሔር መጸለይ ይችላል ማለት ነው። ይሁን እንጂ ይቅርታ ሲባል ግን ያ ጎጢአት በአካል ላይ የሚያደርሰው መዘዝ ከመቅጽበት ይወገዳል ማለት አይደለም። ለምሳሌ አንድ ሰው መጠጥ ጠጥቶ በመስከር በመንገድ ላይ ይወድቅና በመኪና ይገጫል። አደጋውም እግሩን ያሳጣዋል። ሰከሮ ያደረገውን ጎጢአት እግዚአብሔር ይቅር ሊለው ይችላል፤ አዲስ እግር ዳግም ለእርሱ መቀጠሉ ግን የማይመስል ነው። ግብረገባዊ ጎጢአት ለፈጸመ ሰውም እንደዚህ ነው። እግዚአብሔር ያ ጎጢአት

በእርሱና በሰውየው መካከል ግድግዳ እንዳይሆን ሊያስወግደው ይችላል። ይሁን እንጂ ሰውየው ከዚያ መጥፎ ባሕርይ የተነሣ ኤድስ ወይም ሌላ በወሲብ የሚተላለፍ በሽታ ይዞት ከሆነ፤ ይህ ሊሆን የሚችል ጎጢአት የሚያስከትለው መዘዝ ነው። ሌላው ቢቀር እግዚአብሔር በሥጋ ፈቃዳችን የምንፈጽመው ጎጢአት የሚያስከትለውን አካላዊ መዘዝ የማያስወግድበት አንዱ ምክንያት፤ ሌሎች ሰዎች የዚህ ዐይነቱን አካሄድ እንዳይከተሉ ዘላቂ ማስጠንቀቂያ እንዲሆን ነው።

2. ሰዎች ሁሉ እንዲመረመሩ አድርጎ በኤድስ የታመሙት ካልታመሙት ተለይተው ለምን አይታወቁም?

መገለል አንዳንድ ጊዜ በሽታ እንዳይዛመት ተግባር ላይ ይውላል። ነገር ግን ይህ ፈፅሞ የማይመች፤ ከመጠን በላይ ደንታ ቢሰነት፤ ምናልባትም ሕገ ወጥነት ስለሆነ፤ ጨርሶ ተግባር ላይ ሊውል የማይችልና ከቶ አሳስፈላጊ ነገር ነው። ምርመራው ቢካሄድም እንኳ በኤድስ የታመሙ ሰዎች ሳይታወቁ ይቀራሉ፤ ምክንያቱም በዝምታው ወቅት በኤድስ

የታመሙትን ሰዎች ለይቶ ማወቅ አስቸጋሪ ነው። ኤድስ አለብን ብለው የሚያስቡት ደግሞ የሚንቀሳቀሱት ውስጥ ውስጡን ነው። ኢትዮጵያ ከኤች አይ ቪ/ኤድስ ጋር የሚኖሩትን ሰዎች ሁሉ ለብቻ ለማስቀመጥ ብታስብ፤ መገገሥት በሚሊዮን የሚቆጠሩትን ለይቶ ማስቀመጡ ከዐቅሙ በላይ ይሆንበታል። ሌላ አገርም ይህን ያህል ሕዝብ ለብቻ ያስቀምጣል ተብሎ አይታሰብም። ከዚህም በላይ በኤድስ የታመሙት ሰዎች ካልታመሙት ተለይተው የሚቀመጡ ከሆነ፤ ባልና ሚስት እንዲሁም ሌሎች የቤተ ሰብ አባላት ይለያያሉ።

በምርመራ ኤች አይ ቪ ያለባቸው መሆኑን ተረድተው በዚሁ ሁኔታ ውስጥ የሚኖሩ ሰዎች ወደ ፊት ባላቸው የቤና ዓመታት ለማግበረሰባቸውና ለቤተ ሰባቸው ብዙ አስተዋፅኦ ሊያደርጉ እንደሚችሉ ልብ ማለት አለብን። በሕክምና በኩል አንድ አመርቂ መፍትሄ ካልተገኘ ወይም ከመለከት የሆነ ታምር ካልተከሠተ በቀር፤ ውሎ አድሮ በኤድስ መሞታቸው አይቀራ ነው፤ ሆኖም የቤተ ሰብን ፍቅርና ክብካቤን መንፈጉ በደል መፈጸም ይሆናል። ማንኛችንም ኢግብረገባዊ በደል

ባንፈጽምም በኤድስ ልንታመም እንችላለን። ለደካሞች ፍቅርንና ክብካቤን የሚለግስ፤ ለሰው ችግር መፍትሄ ለማግኘት ከገደል ይልቅ ዕውቀትን የሚጠቀም ኅብረተ ሰብ ያስፈልገናል።

3. አንድ ሰው ኤች አይ ቪ/ኤድስ ካለበት ሰው ጋር በአንድ ቤት ቢኖር ምን ችግር ያጋጥመዋል?

ኤድስ ካለበት ወይም ከኤች አይ ቪ ጋር ከሚኖር ሰው ጋር ብትኖር ኤች አይ ቪ አይተላ ለፍብህም። እርስ በርስ የወሲብ ጓደኛ እስካልሆኑ ድረስ፤ የአካል ፈሳሽንም (በተለይ ደምን) በጥንቃቄ እስካስወገደህ ድረስ ኤች አይ ቪ ካለበት ሰው ጋር ያለስጋት በአንድ ቤት ውስጥ መኖር ትችላለህ።

4. ከኤች አይ ቪ/ኤድስ ጋር ይኖር የነበረ ሰው ከሞተ በኋላ አንድ ሰው ኤች አይ ቪ ሊተላለፍበት ይችላልን?

የኤድስ ሕመምተኛ ከሞተ ከብዙ ሰዓት በኋላ እንኳ አንዳንድ መሀረታዊ ጥንቃቄዎችን ማድረጉ አስፈላጊ ነው። ከሞቱት ሰዎች አካል ውስጥ የሚወጣ ልዩ ልዩ ፈሳሽ ሰዎቹ ሕይወታቸው ካለፈ በኋላም ለተወሰነ ጊዜ የኤች አይ ቪ ቫይረስን ይዞ ይገኛል።

### የትምህርት መርጃ መሣሪያዎች

1. አንድ ባልዲ ውሃ
2. አንድ ጠርመስ የጂክ ወይም የፓራዞን መርዝ

3. መስኪያ ስኒ
4. ሁለት የላስቲክ ከረጢቶች
5. ጥንድ የፕላስቲክ ጓንቶች

### IV. ሰፋ አድርጎ ለማስተማር የበለጠ ግንዛቤ ማግኘት

#### ተጨማሪ ግንዛቤ ለማግኘት የሚረዱ የትኩረት ጽሑፎች

እግዚአብሔር ጻዊትን ቀጣው  
 GOD DISCIPLINES DAVID  
 W. Phillip Keller, David: The Shepherd King,  
 1986, world Books pp. 95-99

ጻዊት የፈጸማቸው ወራዳ ተግባሮች በረቂቅ ተንኩሎ ከአይታ የተሰወሩና በብልጉቱ የተደበቁ ሊመስሉ ይችላሉ። ከእግዚአብሔር

ዓይን ግን የተሰወሩ አልነበሩም! ማደሪያው በዚህ ሰው ውስጥ የነበረው የልዑሉ አምላክ መንፈስ በጣም አዝኖ ነበር። የጻዊት የዘወትር ወዳጅ የነበረው የሕያው ጌታ የእግዚአብሔር መንፈስ በጻዊት ክፋት አዝኖ ነበር። እንዲያውም ይህ ጉዳይ በጥልቀት ሲታይ፤ ጻዊት እጅግ በሚያሳዝን ሁኔታ በእግዚአብሔር ላይ በደል የፈጸመው በራሱ ሕይወት ላይ ብቻ ሳይሆን፤

በቤርሳቤህ ሕይወት ላይ፣ በኦርዮና በኢዮአብ ሕይወት ላይ፣ በአጠቃላይ ደግሞ በእስራኤል ሕዝብ ላይ ነበር።

የሚያሳዝነውም ውጤት በሚሊዮን ቤት የሚቈጠሩትና ከሺህ ዓመታት በላይም የእግዚአብሔር ጠላት የነበሩት፣ ከዚህ ከአንድ ሰው ጸያፍ ድርጊት የተነሣ በዘላለሙ አምላክ ላይ የስድብ ቃል ይናገራሉ፤ በእርሱም ላይ ይሳለቃሉ። ይህ ሰው ካደረገው ነገር የተነሣ የአባታችን የእግዚአብሔር ክብር፣ ስምና ኀይልነት ይቃለላል።

በሥነ ጽሑፍ ክፍለ ጊዜ አስተማሪዬ ይህን ታሪክ ሲያነብ የነበረው ሁኔታ ፈጽሞ አልረሳውም። ገጹን በንይል አስጨሆ በመዘጋት በመነጽሩ ውስጥ ዐይኑን በእኛ ላይ እንዲፈጠጠና በቀጣም እንደ ገነፈለ እንዲህ በማለት ተናገረ፤ «የእግዚአብሔር ሰዎች የተባሉት ይህን ዐይነት ክፉ ሥራ የሚሠሩ ከሆነ፣ ሌላ ነገር ማድረግ ይቅርና ስለ እግዚአብሔር መስማት አልፈልግም!» ይህ ወሽመጤን የቈረጠ ጭካኔ የተሞላበት ክስ ነበር። በዳዊትም ዘመን እንደዚሁ ያለ ሁኔታ ፈጥሮአል።

እግዚአብሔር እንደዚህ ያለውን አድራጎት ዝም ብሎ አያልፈውም። አጥፊውን ለመቅጣት ከባድ ርምጃ መውሰድ አለበት። ነቢዩ ናታን አስቸኳይ መልእክት እንዲናገር ወደ ዳዊት ተላከ። ናታን ጠንከር ያለ መልእክት ይዞ ዳዊትን ለመጋፈጥ በሄደ ጊዜ ጥበበኛ ስለ ነበር ጉዳዩን በምሳሌ መልክ አቀረበው። ይህ በጥንታውያን ኅብረተ ሰቦች ዘንድ ተቀባይነት ያለውና የታወቀ የመልእክት ማስተላለፊያ መንገድ ነበር። መንፈሳዊ እውነትን ለአይበገራ ሰዎች ለማስተላለፍ ኢየሱስ የተጠቀመበት የመግባቢያ መንገድም ይኸው ነበር፤ የራሱን እውነተኛ ማንነት ለማየት በሰው ነፍስ ፊት መስተዋት እንደ መዘርጋት ያህል ነበር።

ልብ የሚነካው ታሪክ በጣም የታወቀ ነው። አንድ ድኻ ሰው ውድ ንብረቱ የሆነች ለማዳ በግ ነበረችው። የቤተ ሰቡ አንድ አባል

እስከምትሆን ድረስ ከራሱ ልጆች ጋር እያጉረሰና እየተንከባከበ በፍቅር አሳድጓታል። በዚያው ከተማ አንድ ሀብታም ሰው ነበር። ድንገት እንግዶች ወደ ቤቱ በመጡ ጊዜ ከነበረው የበግ መንጋ ውስጥ አንዱን ለማረድ ሳላ። በምትኩ ግን በሽፍጥ ተሞልቶ የድኻውን ውድ በግ ወስዶ ዐረደ፤ ከዚያም ለእንግዶቹ መስተንግዶ አድርጎ አቀረበ።

ምሳሌው ዳዊትን አስቆጣው፤ «ሕያው እግዚአብሔርን ይህን ያደረገው ሰው ሞት ይገባዋል!» አለ። በቀጣ መጮኹንም ቀጠለ፤ «እንዲህ ያለውን ነገር በማድረጉና ባለማዘኑም ስለ በጌቱ አራት ዕጥፍ መክፈል አለበት» በማለት ፈረደ። ነቢዩ በቀጣ የተሞላውን የዳዊትን ፊት ትኩር ብሎ በመመልከት ለዘብ ባለ ድምፅ «ያ ሰው አንተ ነህ!» አለው።

ጠንካራ መንግሥት ያለው ይህ ዝነኛ ንጉሥ ዐይኑን በጦር የተወጋ ያህል ተሰማው። በርግጥም የተፈጸመው ይኸው ነበር! ወደ ነፍሱ፣ ወደ መንፈሱና ወደ ኅሊናው ጠልቆ የገባው የሕያው እግዚአብሔር የቃሉ ሰይፍ ነበር። ግልጽና ጉልህ በሆነ መንገድ እንዲሁም የሥቃይን ስሜት በሚያንፀባርቅ መልክ ራሱን በዘግኘኝ ክፉት ውስጥ አየ። «እዘኔታ አልነበረውም!»።

በትዕቢቱ፣ በበላይነቱና በሥልጣኑ ዳዊት በቤርሳቤህ ላይ እፍረተ ቢስ ዝሙት ፈጽሞባታል። በፍትወታዊ ስሜቱና በልበ ደንዳናነቱ ይህን ግልጽ የሆነውን የኦርዮን ሞት ዐቀደ። ከራስ ወዳድነት የተነሣ ባውጠነጠነው ነገር ውስጥ ኢዮአብን የወንጀሉ ተባባሪ እንዲሆን ሆን ብሎ ጠልፎ አስገባው። በእግዚአብሔርና በሰው ላይ በፈጸመው ወንጀል ዳዊት የእግዚአብሔርን ክብር የሚያቃልል ጸያፍ የስድብ ቃል እንዲነገር ምክንያት ሆነ።

ዳዊት ከእነዚህ በአንዱ ብቻ በደለኛ ሆኖ ከተገኘ ሞት ይገባዋል። ይህም በሚገባ በሚያውቀውና በተገነዘበው በዘሊዋውያን የሕግ መጽሐፍ ላይ በግልጽ ተመልክቶአል (ዘሊ 20÷10፤ 24÷16÷17)። ዳዊት በሞት ፊት

ቆሟል፤ የተፈረደበት ሰው ሆኖአል፤ በትዕቢቱ ችላ ባለውና በተላለፈው ነገር ግን በማይሻረው የእግዚአብሔር ሕግ አማካይነት ከአፈር የሚቀላቀልበት አደጋ ላይ ቁሞአል። እጅግ የከበረውና ልዑል የሆነውን አምላክ በሚገቅ፤ ፈቃዱንና መሻቱን ችላ በሚል በማንኛውም ሰው ላይ የሚደርሰው አደጋ ምንጊዜም ይኸው ነው።

ቤዛዊ በሆነው ምሕረቱ፤ ከሰው መረዳት በላይ በሆነው ሐዘኔታው ዳዊት የሠራውን በደል ይቅር ማለት የሚችለው እግዚአብሔር ብቻ ነው። እርሱ ርገሩን፤ ተንከባካቢ፤ አፍቃሪ፤ ለዘላለም ቸር የሆነ አምላክ ነው። ዳዊት ይህን አይቶአል፤ አውቋልም፤ ተስፋው ይህ ብቻ መሆኑን ተገንዝቦአል፤ በናታን ፊት ምንም አልተናገረም፤ ጸጥ አለ፤ መንፈሱ እጅግ ተሰብሮ ነበር። ለሌሎች አዘኔታ ያልነበረው ይህ ሰው በዚህ ጊዜ ዘላለማዊና ምሕረቱ ብዙ በሆነው በእግዚአብሔር አምላክ ፊት ራሱን ሙሉ በሙሉ አቀረበ።

የነፍስ ሥቃይ፤ የመንፈስ ጭንቀት እና ከዳዊት ቅኔያዊ ሰውነት የሚወጣው ከባድ የሕመም ድምፅ ተንቁርቶሮ የሚገኘው በመዝሙር 51፤1-2 ላይ ነው፤ «እግዚአብሔር ሆይ፤ እንደ ቸርነትህ መጠን ምሕረት አድርግልኝ፤ እንደ ርገራችሁም ብዛት፤ መተላለፊን ደምስስ። በደሉን ፈጽሞ እጠብልኝ፤ ከጎጢአቲም አንጻኝ።» እንዲህ ያለው የኑዛዜ ጩኸት ከእግዚአብሔር ዘንድ ፈጣን ምላሽ ያገኛል። ከዳዊት መንፈስ የወጣው እንዲህ ያለው እውነተኛ ንስሐ የልዑልን ቤዛዊ ልብ እንደሚነካ ርግጠኛ ነበር። እንዲህ ያለው የልብ ስብራት መጠገኑ የማይቀር ነበር። ለምሕረትና ለሕይወት መታደስ የሚያበቃው የዚህ ዐይነቱ የጎጢአት ኑዛዜ ነው።

ነገር ግን አንድ ከባድ እውነት ቀርቷል። የመለኮት ተግሣጽ የሆነ አንድ ጥልቅ መርሕ በዘላቂነት ይኖራል። አንድ አስፈሪ ቅጣት መፈጸም አለበት። «ሰው የዘራውን ያጭዳል።» እንደሚለው ዳዊት ከበደሉ ሁሉ ይቅር የተባለና ሕይወቱም ወዲያውኑ ከመቀጨት የዳነ ቢሆንም

እንኳ፤ በቀሪው ዘመኑ ሁሉ የክፉ ድርጊቶችን መሪር መዘዝ መቀበል ነበረበት። ለሠራው በደል ሁሉ ቅጣት ከመቀበል አላመለጠም፤ ተግሥጾአል፤ ታርሟል፤ በጽኑ ሁኔታም ልክ እንዲገባ ተደርጓል። ይህ የማይሻረው የእግዚአብሔር ሕግ የማይቀር ብድራት ነበር። የዘመኑ ሰው፤ «ሰብና ውጤት» ይለዋል። አባታችን እግዚአብሔር ደግሞ ለማይሰሙና ዘልዛላ ለሆኑት የሰው ልጆች የአስገራሚ ጸጋው ቸር ሥራ አድርጎ ይመለከተዋል፤ «ምክንያቱም ጌታ የሚወደውን ይገሥጻል፤ እንደ ልጅ የሚቀበለውንም ይቀጣል» (ዕብ 12፥6)።

ነቢዩ ናታን በእግዚአብሔር መንፈስ ቅባትና ምሪት በዳዊት ላይ ስለሚደርሰው አስከሬ የጎጢአት መዘዝ የተናገረው ያለምንም ጥርጣሬና ስጋት ነበር። ይህ የሆነው እግዚአብሔር ተበቃይ በመሆኑ አይደለም። እርሱን የናቀውንና ሕጉን ችላ ያለውን ልጁን መገሠጽና መቅጣት ስላለበት ነው። ይህን ያደረገው ለተሰበረው ሰው እጅግ ስለሚራራና ግድ ስለሚለው ነው።

ለዳዊት ያለውን ነገር ሁሉ የሰጠው እግዚአብሔር ራሱ መሆኑን ናታን አስታወሰው። ሀብቱ፤ ሥልጣኑ፤ ተደማጭነቱ፤ ሚስቶቹ፤ ቤተ ሰብ፤ ዝና፤ ልዩ ችሎታና ግዛት ሁሉ የተሰጠው ለጋስና ቸር ከሆነው ከሕያው እግዚአብሔር እጅ ነው። እርሱ በተራ ሰውነቱ ትዕቢተኛ፤ ማን አለብኝ ባይ ወይም ኩራተኛ የሚሆንበት ምክንያት የለም። ከእኛ ማንኛውም ሟች የሆነው ሰው የሚኩራበት አንዳች ነገር የለውም። ማንኛችንም ብንሆን፤ «ራሳችንን ወንዶች ወይም ሴቶች አድርገን የሠራን አይደለንም።» ይህ እውነትን አጭቦርብሮ ማቅረብ ነው፤ ከሰው ኩራትም የመገጨ ክፉ ውጤት ነው። ዳዊት ላላየው ትዕቢት የሚከፍለው ዋጋ በጣም መሪር እንደሚሆን ደፋሩ ነቢይ በአጭርና ዘልቆ በሚወጋ ቃል ዳዊትን አስጠነቀቀው። በቀሪ የሕይወት ዘመኑ ማለትም ለሃያ ዓመታት ዘገናኝ የደም መፋሰስ፤ ጦርነት፤ ሤራ እና አድማ ያጋጥመዋል።

በቀሪው ዘመን ዳዊት የሚሸከመው አያሌ ብጥብጥ፣ ሁከትና ሐዘን የሚመጡት ከራሱ ቤተ ሰብና ከራሱ ልጆች ነው። ንጉሡ በራሱ ቤተ ሰብ ይዋረዳል፤ በጨካኝና በተንኩለኛ ልጆቹ ተስፋ ወደ መቀራረጥ ደረጃ ይደርሳል። እርሱ በድብቅ ለልጁማቸው አስከፊ በደሎች በገህድ ቅጣት እንዲቀበል ተደረገ። በመጨረሻም ቤርሳቤህ የፀነሰችው ልጅ ይሞታል።

ናታን ከንጉሡ ፊት ሲሄድ በቤተ መንግሥቱ ላይ ታላቅ የጸጥታ ጨለማ የወረደ መሰለ። ዳዊት በጉዳዩ ላይ ከነቢዩ ጋር አልተከራከረም፤ የእግዚአብሔር መንፈስ ሰተና ገረው ቃል ጥበበኛ አመለካከትና መንፈሳዊ መረዳት የነበረው ሰው በመሆኑ ለፈጸመው ዘግናኝ በደል ምክንያት ለማቅረብ አልደፈረም።

---

ሰሙ፤ ተማሩ፤ ኑሩ!!! ክፍል II  
LISTEN, LEARN, LIVE!!! Part II  
The HIV/Aids Global Epidemic: with special  
reference to Africa and Nigeria  
C. Jean Garland R.N

---

**አንድ ሰው ከኤች አይ ቪ/ኤድስ ጋር የሚኖርን ሰው የሚንከባከበው እንደምን አድርጎ ነው?**

ኤድስ የአንድን ሰው ሁለንተና ይጉዳል። ፍርሃት፣ ቀጣ፣ ጎፍረትና በደል በኤድስ የሚሠቃይን ሰው ስሜት ይቁጣጠራሉ። በማንበራዊ ሕይወት ረገድም ኤች አይ ቪ ያለበት ሰው ብዙ ጊዜ ይገለጻል፤ ምናልባትም ትዳሩ ይፈርሳል፤ ብቻውን የቀረም ሰው ሊሆን ይችላል። የሕክምናና የክብካቤ ወጭም በራሱ በሰውየው፣ በቤተ ሰቡና በጠቅላላው ኅብረተ ሰብ ላይ ከባድ ሽክም ይሆናል። በመንፈሳዊ ረገድ ደግሞ ብዙ ጊዜ ተስፋቢነትና ከንቱነት ይከሰታሉ።

ከኤች አይ ቪ/ኤድስ ጋር የሚኖሩ ሰዎች በሰው ዘንድ ተቀባይነትን እንዲያገኙና እንዲወደዱ ይፈልጋሉ። እነርሱን ለመጠየቅ ከእነርሱ ጋር ለመነጋገር ወይም አጠገባቸው ተቀምጦ

እጅን ለመያዝ ጊዜህን መሥዋዕት ማድረግ ይጠይቅሃል። ከኤች አይ ቪ/ኤድስ ጋር ለሚኖሩ ሰዎች ክብካቤ ሲደረግ እጅን መጨበጥ ወይም አካልን መዳሰስ በጣም አስፈላጊ ነው፤ ይኸውም የመገለል ስሜት እንዳይሰማቸው ይረዳል። ኤች አይ ቪ/ኤድስ ያለባቸው ሰዎች በፍቅርና በአክብሮት ክብካቤ እንዲደረግላቸው ያስፈልጋል።

ከኤች አይ ቪ ጋር የሚኖሩ ሰዎች ሕመማቸው ወደ ኤድስ ደረጃ ከመድረሱ በፊት ለረጅም ጊዜ ጤነኞች ሊሆኑ ይችላሉ። በዚያ የጤንነት ወቅት የተመጣጠነ ምግብ በመብላት፣ ብዙ ጊዜ ዕረፍት በማድረግ፣ በሽታን በመከላከል ሥርዐታቸው ላይ ተጨማሪ ሽክም የሚያመጣን ተደራቢ ሕመም በማስወገድ ጤንነታቸውን ጠብቀው ለመኖር ራሳቸውን መርዳት ይችላሉ።

አንድ ሰው ሕመሙ ከኤድስ ደረጃ ከደረሰበት በኋላ፣ ቤት ውስጥ በቤተ ሰብ ክብካቤ ሊደረግለት ወይም ሊደረግላት ይችላል። ለሌላ በሽታ እንዳይጋለጡ ነፋሻ አየርና ጉዳሕ አካባቢ ያስፈልጋቸዋል። ይህ ከፍተኛ ውን ፍቅርና ድጋፍ የሚያገኙበት ቦታ መሆን አለበት። ምልክቶቹ በጣም ከባድ እየሆኑ የሚመጡ ከሆነ፣ ዐልፎ ዐልፎ ወደ ሆስፒታል ሄደው መታከም ያስፈልጋቸዋል። ሕመምተኛውን ማግለል ከቶ አያስፈልግም። የቤተ ሰብ አባላት በመዳሰስ ወይም ኤድስ ያለበትን ሰው ድንገት በመንኳት ኤድስ ሊተላለፍባቸው አይችልም። እነስተኛ ጣፋጭ ምግብ ብዙ ጊዜ ጠቃሚ ነው። ብዙ ጉዳሕ ውሃ መጠጣት ለክብካቤ እስቸጋሪ የሆነውና ከኤድስ በሽታ ጋር ተያይዞ የሚመጣው ተቅማጥ የሚያስከትለውን ሆድ ድርቀት ለመከላከል ይረዳል። እንዳንድ ጊዜ 'የኦራል ሪሃደ ድሬሽን ሶሉሽን' (Oral Rehydration Solution) አስፈላጊ ነው።

### መደረግ ያለባቸው ጥንቃቄዎች

ከኤች አይ ቪ/ኤድስ ጋር የሚኖርን ሰው የምትንከባከብ ከሆነ፤ ደምን ወይም ተቅማጥን ወይም ማንኛውንም የሰውነት ፈሳሽ ስታጸዳ፤ የሚቻል ከሆነ የላቡቲክ የ እጅ ጓንት ማድረግ አለብህ። ይህም በአካልህ ላይ ትንሽ ቊል ወይም ቆዳህ በትንሹም እንኳ ቢሆን ተቂርጦ ከሆነ ቫይረስ እንዳይገባብህ ለማድረግ ነው። እነዚህ አስፈላጊ ጉዳዮች በትንሽ ገንዘብ ከመድንገት ቤት ሊገዙ ይችላሉ። ለቤት ገጽሕና የሚያገለግል መርዝ (1 ለ10 በሆነ የውሃ መጠን ተዘጋጅቶ) በወለል ላይና ወይም አንጣላ ላይ ያለውን ኤች አይ ቪ ይገድላል። መርዙ ከተበጠበጠ በኋላ ከ20 እስከ 30 ደቂቃ መቆየት አለበት። አንድን ሰው በግል ገጽሕናው ከረዳህ በኋላ በሳሙና እጅህን መታጠብ አለብህ።

ከኤች አይ ቪ/ኤድስ ሕመም ጋር የተያያዙትን ተደራቢ በሽታዎች ለመታከምና ኤች አይ ቪ ያለበት ሰው የሚሰማውን ዕረፍት የሚነሳ ነገር ለማለዘብ የሚጠቅሙ አያሌ መድንገቶች አሉ። በተቻለ መጠን እነዚህ መድንገቶች በመሠቃየት ላይ ያለውን ሰው ሕመም ለማስታገሥ አገልግሎት ላይ መዋል አለባቸው። የቤተ ሰብና የባልንጀሮች ፍቅር፣ ድጋፍና ክብካቤ ኤች አይ ቪ/ኤድስ ያለበት ሰው ጥሩ ስሜት እንዲለማውና በበሽታው የተነሳ መሪር ጭንቀት እንዳይገባው ያግዘዋል። ኤድስ ያለበትን ሰው በመንከባከብ በሽታው እንደማይተላለፍ ማስተዋሉ ተገቢ ነው።

### የተስፋ ጭላንጭል

በዚህ የኤድስ ቀውስ ውስጥ ለኢትዮጵያ ተስፋ አለ፤ ወረርሽኙን ለማቆም ሁላችንም የመፍትሄው አካሎች ልንሆን እንችላለን። አፍሪካና ኢትዮጵያ በእንጦርጦስ አፋፍ ላይ ናቸው። ሕዝባችን ከመጥፋቱ በፊት

በእግዚአብሔር ርዳታ ጉትተን ልናወጣው እንችላለን።

ስለ ኤድስ ትክክለኛውን መልእክት የሚያስፈልገውና፤ «ከኤድስ ነጻ ሆኖ እንዲቆይ» ማመን ያለበት ከኤድስ ነጻ የሆነ ትውልድ በዚህ «የተስፋ ጭላንጭል ውስጥ» አለ። በእነዚህ ወጣቶች ላይ ማተኮር እንፈልጋለን። እነዚህ የኢትዮጵያ የወደፊት ተስፋዎች ናቸው።

ስለ ወሲብ አወንታዊ የሆነ ሐሳብ እስከ ተሰጣቸው ድረስ እነዚህ፤ «ከኤድስ ነጻ በሆነ ትውልድ» ውስጥ የሚገኙት ሊጠበቁ ይችላሉ ብለን እናምናለን። ማስተማር የምንፈልገው ስለ ኤድስ ብቻ ሳይሆን፤ በሕይወት ውስጥ አወንታዊ ፋይዳን ገንዘብ ስለ ማድረግ፤ ለመለወጥ አወንታዊ ተነሣሽነትን ስለማዳበር፤ ኤድስን ለመከላከል የአቻዎች ግፊት መጠቀም ስለሚቻልበት መንገድ ነው። አስተሳሰብን የሚለውጠው ዕውቀት ብቻ አይደለም። በባሕርይ ላይ ለውጥ ይመጣ ዘንድ ተነሣሽነት ያስፈልጋል። እግዚአብሔር ለሕይወትና ለግንኙነት ያለውን ዕቅድ በመገንዘብ፤ ስለ ኤድስ የሚሰጠው ትምህርት በባሕርይ ለውጥ ዐውድ ውስጥ መሆን አለበት። ይኸው ዕቅድም በክርስትና ትምህርት ውስጥ ቊልጭ ብሎ ይገኛል።

እንደ ኡጋንዳ ባሉት አገሮች ከ15-19 የዕድሜ ክልል ውስጥ በሚገኙት ልጃገረዶች ዘንድ በኤድስ የመታመም መጠን ባለፉት አሥር ዓመታት በሚያስገርም ሁኔታ ወርዶአል። ሌሎች የአፍሪካ አገሮች የባሕርይን ለውጥ ለማምጣት በትምህርት ረገድ በብርቱ መሥራት እንዳለባቸው በማሳየት አንጻር ኡጋንዳ ቀዳሚ ምሳሌ ሆና መንገዱን መርታለች።

ኤድስ የግብረገባዊና የቤተ ሰባዊ ፋይዳዎች አለመከበር ምልክት እንጅ የነፃነት ምክንያት አይደለም። እንዲህ ያለ ቀላል መፍትሄ

ያለው አስፈሪ የሆነ ወረርሽኝ እስከ አሁን ከቶ አልታየም!!! ብቸኛውም መፍትሔ ቀጥሎ ያለው ነው። እያንዳንዱ ሰው በሚያደርገው ግንኙነት እንደ እግዚአብሔር ፈቃድ የሚኖር ከሆነ ኤድስ ይጠፋል።

ኤድስን ለመከላከል የሚያስችል ክትባት ለማግኘት ብዙ ንግግር ይሰማል (ክትባቱን እንድናገኝ ጸሎቱ ነው)፤ ነገር ግን ረጅም ርቀት በመጓዝ የኤድስን ሥርጭት ለመከላከል የሚያስችል ክትባት እንደ እውነቱ ከሆነ ድርድሩም አለን። ይህ የሚጠይቀው እስከ ጋብቻ ዕለት ድረስ ከወሲብ መታቀብና ለጋብቻ ታማኝ መሆን ብቻ ነው።

በአኗኗራችን ለሌሎች አርአያ በመሆንና በሽታው ላለባቸው ክብካቤ በማድረግ ወደ ቤተ ሰባቸን፣ ወደ ትምህርት ቤቶቻችንና ወደ ጎረቤቶቻችን ሄደን ስለ ኤድስ በማስተማር የኅብረተ ሰባችንን ሥርዓት እንድንመሠርት ተስፋይና ጸሎቱ ነው። የኤድስ ሕመምተኞች የሚወዷቸውና የሚረዷቸው ሰዎች ያሉ መሆናቸውን ካወቁ መደበኛ አይኖርባቸውም። በአንድነት ሆነን ለውጥ ማምጣት እንችላለን። ሕዝቦቻችን ይሰሙ፣ ይማሩና፣ ይኖሩ ዘንድ አንድነታችንን እናጠንክር። (በጸሐፊው ፈቃድ አገልገሎት ላይ የዋለ)።

## ለክፍል I ና II ማጣቀሻ ጽሑፎች

Achineku, Iyortyom. "The AIDS Situation in Nigeria." *CRUDAN NEWS* (April - June, 1994) 10, p.3.

*AIDS 200 Questions and Answers for the Family*. Social Welfare Research Unit, Jos, 1997.

*AIDS Seminar Handbook*. Jos: ECWA AIDS Awareness Program, 1997.

Brand, Paul. "Leprosy and AIDS," *Pain: The Gift Nobody Wants*, Harper and Collins, 1993.

Cunningham, David. "The Window of Hope," *In The AIDS-FREE Generation*. Vol 1. Issue 1, Ghana, 1997.

\_\_\_\_\_. *Choose Freedom: Leader's Guide*. Fellowship of Christian Students - Aid for AIDS, Jos (first published 1994).

\_\_\_\_\_. *Adventure Unlimited. Growing Up in Today's World*. Fellowship of Christian Students - Aid for AIDS, Jos. (first published 1993)...

Dixon, Patrick, *The Truth about AIDS*. Eastbourne: Kingsway Publications, 1994.

Dixon, Patrick, *AIDS and You*, Revised Edition.

Eastbourne, Kingsway, 1991.

Dixon, Patrick. *AIDS: An Exploding Threat*. Footsteps, TEARFUND, 2000.

Fountain, Daniel. "AIDS: The 15/45 Window."

*Evangelical Missions Quarterly*, January 1998.

\_\_\_\_\_. *History-Taking and Physical Examinations in SODS. Workshop on STDs in General Practice*, Jos University Teaching Hospital. July 22, 1995.

McDowell, Josh. *Why Wait? Here's Life Publishers*. 1987.

McSweeney, Leonie. *AIDS Your Responsibility*. Ibadan: Ambassador Publications. 1991.

McSweeney. *A Challenge to Love ... Changing Behaviour*. Ibadan: Ambassador Publications.

Osafor-Kantonka, Kwabena, and Theresa Afamefuna. "Preventing HIV/AIDS:

Who is Responsible?" *RURCON Newsletter* (Oct.-Dec. 1997) 102, p. 7, and (Jan.-March 1998), pp. 6-7.

Report on the *Global HIV/AIDS Epidemic*. UNAIDS, June 1998.

"T.B. and AIDS" an article in *Footsteps*, a *TEARFUND* Publication. June 1994.

Thacher, Tom. *Are Condoms the Answer?* Jos, 1997.

*The HIV/AIDS Situation in Mid-1996*. UNAIDS and WHO Fact Sheet, I July 1996, Geneva, Switzerland. (as quoted in "AIDS: the 15/45 Window.")

"Will 'Safe Sex' Education Effectively Combat AIDS?" Department of Education position paper (January 22, 1987) cited in Josh McDowell, *The Myths of Sex Education*. Here's Life Publishers, 1990.

World Book Multimedia Encyclopedia, 1997.

#### ተስፋ

**Helpers for a Healing Community:  
A Pastoral Counseling Manual for AIDS,  
MAP International. Kenya**

አማካሪዎች ብዙ ጊዜ ሰዎች ልባቸው በተስፋ እንዲሞላ አጥብቀው ስለሚፈልጉ፣ እውነት ያልሆነውን ነገር ተቀብለው እንዲያምኑ ያደርጋሉ። ወይም ደግሞ እውነት ያልሆነውን ነገር ይነግሯቸዋል። እውነተኛ ተስፋ ነፍስን የሚፈውሰውን እውነት መንገር ነው።

አማካሪ የሆነ ሰው በእውነተኛ ተስፋና በሐሰተኛ ተስፋ መካከል ያለውን ልዩነት ማወቁ አስፈላጊ ነው። አንድን ሰው እውነት ያልሆነውን ነገር ያምን ዘንድ ማድረጉ ሐሰተኛ ተስፋ ነው። አንዳንድ ክርስቲያኖች አንድ ሰው እግዚአብሔርን ከልቡ ቢያምን የሚጠይቀው ሁሉ

እንደሚፈጸምለት በመንገር ተስፋ ሊሰጡ ይሞክራሉ። ኤድስ ባለበት ሰው ሁሉ ላይ እጃችንን ጭንጥ መጸለይ ብንችል፣ ከዚህም የተነሣ ፈውስ እግኝቶ ብናየው በጣም አስደናቂ ነገር ሊሆን ይችል ነበር። ይሁን እንጂ ጌታ ኢየሱስ እንኳ ሁሉን ሰው አልፈወሰም። ጌታ ኢየሱስ ቢፈልግ ኖሮ ለነፋሱና ለማዕበሉ ፀጥ ይሉ ዘንድ በሥልጣን እንደ ተናገረው፣ ለሕመም ሁሉ፣ «አታውክ፣ ፈጽሞ ተወገድ» ይል ነበር። ሞትና ሕመም እንደ አረም ወይም እንደ ምጥ የጎጠኢነት ርግማን ውጤቶች ናቸው። ኢየሱስ ወደ ሰማይ ሲያርግ ሕመም በእኛው ዘንድ ቀርቷል። እንባ የሚታበሰው፣ ሕመምና ሞት የሚወገደው መንግሥተ ሰማይ ስንደርስ ብቻ ነው። ኤድስ ያለጥርጥር ወደ ጌታ እንድንመለከት ያደርገናል!

ከኤች አይ ቪ/ኤድስ ጋር የሚኖሩ ቤተ ሰቦች እግዚአብሔር የሚሰጣቸው እውነተኛ ተስፋ እርሱ ከእነርሱ ጋር እንደሚሆን፣ እንደሚያጽናናቸው፣ እንደሚያበረታታቸው፣ መግባቱን እንደሚቆራቸውና እንደሚፈውሳቸው ነው። ነገር ግን የእነዚህ ተስፋዎች መኖር እግዚአብሔር የሚፈልጉትን ሁሉ ይሰጣቸዋል፤ ወይም ከበሽታ ሁሉ ይፈውሳቸዋል፤ ወይም የኤድስ ቫይረስ እንዳያሠቃያቸው በጣም ብርቱዎች ያደርጋቸዋል ማለት አይደለም። እግዚአብሔር ማዳን ይችላል፤ ሁሉንም ሰው ይፈውሳል ብሎ መናገሩ ግን የውሸት ተስፋ ማሳደር ነው። እግዚአብሔር በእርሱ ሆነን እንድንኖርና እንድንሞት ይረዳናል። ለማንኛውም ለሚያስፈልገን ነገር ጸጋ ይሰጠናል። ነገር ግን ኤድስ ያለባችሁ አንተ ወይም ባልንጀራህ ወይም ዘመድህ እውነተኛ ተስፋችሁን የምታገኙት ከክርስቶስ ጋር ህያው የሆነ ግንኙነት ሊኖራችሁ ብቻ መሆኑን ርግጠኛ ሁን።

ተስፋ ከሚሰጡት ነገሮች መካከል አንዳንዶቹ የሚከተሉት ናቸው፡-

- ከክርስቶስ ዘንድ ብርታትና ርዳታ የማግኘት ተስፋ

- ዐላማ ያለው ሕይወት
- ቤተ ሰቦችና ባልንጆሮች ማግኘት
- ጤናማ የሆነ ግንኙነት
- በክርስቶስ የዝላለም ሕይወት
- በሰላምና በደስታ መኖር (ሕመም እያለ እንኳ)

መጽሐፍ ቅዱስ በ1ቆሮንቶስ 10÷13 እና በመዝሙር 37 ላይ ምን ተስፋ እንደሚሰጥ እንብብና ከሌላ ዘንድ ሊሰጥ የሚችለውን ሐሰተኛ ተስፋ ጻፍ፤ ከዚያም እውነተኛው ተስፋ ምን እንደ ሆነ ጻፍ፡፡

ኤድስ ያለባቸውን ሰዎች መንከባከብ፤  
በቤት ውስጥ የሚደረግ ክብካቤ  
The ECWA AIDS Ministry

#### 1. ልቦ መሉ ሁን፤ አትፍራ

ኤድስ የሚተላለፈው በሚከተሉት መንገዶች ነው፡-

- በሽታው ካለበት ሰው ጋር ወሲብ በመፈጸም፤
- በበሽታው ከተያዘች እናት በማሕፀን ውስጥ ወደሚገኝ ልጅ ወይም ተወልዶ ወደሚገኝ ሕፃን፤
- በተበከለ ደም (ደም በመቀበል፤ መርፌ በመወጋት፤ ቆዳን በመቀረጥ ወይም በመብሻ መሣሪያዎች፡፡

ኤች አይ ቪ/ኤድስ በሚከተሉት መንገዶች አይተላለፍም፡-

- በርግማን፤
- በወባ ትንኝና በሌሎች ትንኞች፤
- በማቀፍ፤
- የመብያ ሣሕንን፤ አሻንጉሊትን፤ መፀዳጃ ቤትን በመጋራት

#### 2. ብዙ ፍቅር ማሳየት

ኤድስ ያለበት ማንኛውም ሰው በቤተ ሰቡ ውስጥ የተወደደና ተቀባይነት ያለው መሆኑን ማወቅ ይፈልጋል፡፡ ልትጻሰለው፤ እጁን ልትይዘው፤ ልታቅፈው፤ ምግብ አብረኸው ልትበላ ትችላላሁ፡፡

#### 3. ንጹሕና አስተማማኝ መኖሪያ እንዲኖረው አድርግ

ኤድስ ያለባቸው ሰዎች አካል በሽታን በሚገባ መቋቋም አይችልም፤ በመሆኑም በበሽታ ጀርምች በቀላሉ ይጠቃሉ፡፡ ስለዚህ የሚከተሉትን ልብ ማለት አስፈላጊ ነው፡፡

- ሁልጊዜ የሕመምተኛውን ሰውነትና አልጋ በንጽሕና መጠበቅ፤
- በየዕለቱ ክፍሉን ማጽዳትና ማጠብ፤
- ወደ ክፍሉ የወባ ትንኝ እንዳይደርስ ማድረግ ወይም መረብ መጠቀም፤
- በበራሪ ነገሮች ያልተበከለ ንጹሕ ውሃና በደንብ የበለለ ምግብ ማቅረብ፤
- የበሽታውን ሥርጭት ለማስቆም እጅህን በሳሙና ታጠብ፡፡

#### 4. ራስህን ጠብቅ

በቀላሉ የሚከናወኑ ነገሮች የሕመምተኛውን ቤተ ዘመዶች ሊጠብቁ ይችላሉ፤

- ሁልጊዜ እጅህን በሳሙና ታጠብ፤
- በሰውነትህ ላይ ቊስል ወይም መቁረጥ ካለ፤ መሸፈን አስፈላጊ ነው፤
- በሕመምተኛው ላይ ወይም ልብስ ወይም አንሳላ ላይ ያለውን ደም ወይም ዐይነ ምድር ስታጸዳ የፕላስቲክ ጓንት (ወይም የፕላስቲክ ከረጢት) አጥልቅ፤
- ማንጫ መርዝን ተጠቀም፤ ልብስንና አንሳላን ወይም ሌላ የሰውነት ፈሳሽን በበቂ ሳሙናና ውሃ እጠብ፡፡ ፀሐይ ላይ በደንብ አድርቃቸው፡፡ በደም ወይም በሌላ የሰውነት ፈሳሽ ቆሽሸው ከሆነም የመርዝ ውሕድን በመጠቀም እጠባቸው፡፡

አንድ እጅ መርዝ (ጂክ ወይም ፓራዞን) በ9 እጅ ውሃ፤ ወይም አንድ መሰኪያ መርዝ በግማሽ ባልፋ ውሃ ማዘጋጀት)፡፡

(ሕመምተኛው ከሞተ በኋላ እንኳ እነዚህን ቀላል ጥንቃቄዎች ለብዙ ሰዓት ሳታቋርጥ አድርግ)፡፡

**5. የተለመዱ ምልክቶች ሲከሰቱ በቤት ውስጥ ርዳታ ማድረግ**

ከባድ የጤና ችግር ሲከሰት ነርሰን ወይም ሐኪምን ማማከር አስፈላጊ ነው። ይሁን እንጂ ተራ ችግሮችን ለማቃለል በቤት ውስጥ ልትፈጽማቸው የምትችል አያሌ ነገሮች አሉ።

**ሀ. ተቅማጥ ወይም ትውኪያ**

- የሕመምተኛው ሰውነት ንጹሕ ይሁን፤ አልጋውም በንጽሕና ይጠበቅ፤ እርጥበትም እንዳይደርስበት አድርግ። ፍራሹን በወፍራም ፕላስቲክ ሸፍነው፤ ይህንንም በጋዜጣ ወይም በፎጣ ሸፍነው፤ ከዚያም በአንሰላ ወይም በመጠቅለያ ወረቀት ሸፍነው።
- ለበሽተኛው ብዙ ፈሳሽ ነገር ስጠው።
- የሆድ ድርቀትን የሚከላከል ፈሳሽ ስጠው (ORT ወይም የአፍ ጠብታ ፈሳሽ)። ሕመምተኛው በቂ ምግብ መብላት በማይችልበት ጊዜ አሁንም አሁንም በማንኪያ ምግብ ስጠው። ንጹሕ ውሃና ልዩ የሆነውን የሚጠጣ ነገር ስጠው።

**የሆድ ድርቀትን ለመከላከል የሚያገለግል ፈሳሽ ለማዘጋጀት**

**2 ጠርመሰ የፈላ ውሃ**

**1 የሻሂ ማንኪያ ጨው**

**10 ማንኪያ ስኳርን አዋሕደህ በጥብጥ።**

**ለ. የላንባ በሽታንና (ኒምኒያን) የአልጋ ቱሰልን መከላከል**

- ሕመምተኛው በወንበር ላይ እንዲቀመጥ አዝዘው፤ ወይም በተቻለ መጠን አልጋ ላይ ይቀመጥ።
- ሕመምተኛው እንዲራመድ አዝዘው።
- ሕመምተኛው በአንድ በኩል ብቻ አይተኛ፤ ሲገላበጥም አዝዘው።
- የአልጋ ቱሰል እንዳይከሰት የሕመምተኛውን ትኩሻ፣ ጀርባ፣ ዳሌና ተረከዝ በሱሽን ወይም ፓሜድ በተባለ ቅባት

እሽለት። ይህንንም በየቀኑ ብዙ ጊዜ ፈጽም።

**ሐ. የሰውነትና የአፍ ቱሰል**

- በምላስ ሲቀመስ እንባ እንባ እስከሚል ድረስ በማደባለቅ የጨውና የሙቅ ውሃ ውሕድ ሥራ። አፍን ለማጠብ ተጠቀ ምበት። ቱሰልንም በዚሁ ጥረግ።
- በተቻለ መጠን የሰውነት ቱሰል አየር እንዲያገኝ አድርግ።
- ሁለት የሻሂ ማንኪያ ጀንሽን ቫየለትን (GV) ከሁለት የሻሂ ማንኪያ ንጹሕ ውሃ ጋር አደባልቅ፤ ቱሰልን ጥረግበት። ይህም አፍን ለመጥረግ ጥቅም ላይ ሊውል ይችላል።
- በየቀኑ ሁለት ጊዜ የአፍ ቱሰልን ለመጥረግ በቂ ጂቪ (G.V) ያለውን ውሕድ ተጠቀም።

**መ. ሥቃይን መጽጽም**

- ሕመምተኛው ሥቃይ ሲለማው ሐኪሙ ባዘዘው መሠረት በየዕለቱ ማስታገሻ መድኃኒት ስጥ።
- ሥቃዩ እስከሚበረታ ድረስ አትዘግይ።

**6. ከኤች ላይ ቪ/ኤድስ ጋር የሚኖሩትን እናትና ሕፃን መርዳት**

- የኤድስ ሕመምተኛ የሆነችው እናት ጤንነት ሲለማት ልጇን ጡት እንድታጠባ አበረታታት።
- እናቲቱ ዐቅም ስታጣ ሕፃኑን ለማጥባት የእናት ምትክ መፈለግ።
- ይህ የማይቻል ከሆነ ለሕፃኑ የጡጦ ወተት ይሰጠው።
- ጡጦውንና የጡጦውን ጫፍ መቀቀል፤ ወተቱም ማፍላት አለብህ። ጡጦውን በደንብ ካልቀቀልከው በቀር የጡጦ አመጋገብ ከባድ ሕመም ሊያስከትል እንደሚችል ልብ በል።

**ለሕፃናትና ለዐዋቂዎች የሚለጥ ፈሳሽ ምግብ ለማዘጋጀት**

**2 ማንኪያ ሽንብራ**

4 ማንኪያ አተር

2 ማንኪያ ለቸሎኒ

አንድ ላይ ፍሬፊው አጥልልና ገንፎ አገንፉ።

7. መንፈሳዊ ክብካቤ ማድረግ!

መንፈሳዊ ክብካቤ ማድረግ የታመመን ሰው በሚከተለው መንገድ ይረዳዋል፡-

- ከእግዚአብሔር፣ ከቤተ ሰቡና ከባልን ጀርባ ጋር ሰላም እንዲኖረው፤
- የጎጠአት ይቅርታ፣ ድኅነት፣ መንግሥተ ሰማይ፣ በጭንቅ ጊዜ ጌታ አጠገብ እንደሚሆን የተሰጠውን የእግዚአብሔር ተስፋ በርግጠኝነት ለመቀበል፤
- ሞትን እንዲጋፈጥና የክብር ሞት እንዲሞት፣ ይህም ኑዛዜ ማድረግን፣ የመታሰቢያ ጸሎትን፣ ለባል ወይም ለሚስት፣ ለልጆችና ለንብረት ዕቅድ ማውጣትን ሊያካትት ይችላል።

ስለ ኤድስ ጤነኛ የሆነ አመለካከት

- የተከበሩ ሰዎች ኤች አይ ቪ ሊተላለፍባቸው ይችላል።  
የቊጣ ስሜት እንዲያሸንፍ አያስፈልግም፤ አንች ታማኝ ብትሆንም እንኳ፤ ኤች አይ ቪ ታማኝ ካልሆነ የትዳር ጓደኛ ሊመጣ ይችላል።
- ካልተጠነቀቅሁ እኔንም ኤድስ ሊይዘኝ ይችላል።  
ለኤድስ አደጋ የሚያጋልጥህ ማንነትህ ሳይሆን የምታደርገው ነገር ነው። ሀብታሞች፣ ድሾች፣ የተማሩ፣ ያልተማሩ፣ ወጣቶች፣ ሽማግሌዎች፣ ልጃገረዶች ወይም ወጣት ወንዶች በኤድስ ሊያዙ ይችላሉ።
- በሌላ ሕመም የተጉዳ ሰው በክብካቤና በአክብሮት እንደሚያዝ ሁሉ ኤድስ ያለበትም ሰው እንደዚሁ መያዝ አለበት።  
ኤድስ በሽታ እንጂ ቅጣት አይደለም፤ ከኤች አይ ቪ/ኤድስ ጋር የሚኖሩ ሰዎች በሽታቸው ምንም ያህል ከባድ ይሁን በተመሳሳይ ክብካቤና አክብሮት መያዝ

አለባቸው። ኤች አይ ቪ ላለባቸው ሰዎች ክብካቤና ድጋፍ ማድረግ ኤች አይ ቪ በሰፊው እንዳይሠራጭ ያግዛል፤ ምክንያቱም ክብካቤና ድጋፍ ኤች አይ ቪ ያለባቸው ሰዎች አደጋ እንዳያስከትሉ ይረዳል።

ጤነኛ ያልሆነ አመለካከት

- ለኤች አይ ቪ የሚጋለጡት መጥፎ ሰዎች ብቻ ናቸው፤  
እስንድዶ መደፈር የደረሰበትን? ወይም በሐኪም ቤት ውስጥ የተበከለ ደም የተሰገሰው ሰውስ? ወይም ከኤድስ ጋር የተወለዱ ሕፃናትስ? ወይም ታማኝ ሚስት ታማኝ ባልሆነው ባሏ በሽታው የተላለፈባትስ? እነዚህ ሰዎች ሁሉ መጥፎ ናቸውን?
- ኤች አይ ቪ ሊተላለፍብኝ አይችልም ምክንያቱም፡-
  - እኔ ዕድለኛ ነኝ፤
  - እኔ ጥሩ ሰው ነኝ፤
  - እኔ ንጹሕ ክርስቲያን ነኝ፤
  - ወሲብ የምፈጽመው ከማውቃቸው ሰዎች ጋር ብቻ ነው፤
  - እኔ በጣም ወጣት ነኝ፤ ኤድስ እንደ እውነቱ ከሆነ የለም።
- የኤድስ ሕመም የሚመጣው ኤች አይ ቪ በተባለ ቫይረስ ነው። ይህ ረቂቅ ቫይረስ አንተ ዕድለኛ፣ አማኝ ወይም ጥሩ አሊያም መጥፎ ሰው ብትሆን ግድ የለውም። ኤች አይ ቪ ከአንተ የሚፈልገው ነገር ቢኖር፣ ኤች አይ ቪ/ኤድስ ካለበት ሰው ጋር ወሲብ እንድትፈጽም ነው። ከዚያም ቫይረሱ ወደ አንተ ይተላለፋል።
- ከኤች አይ ቪ/ኤድስ ጋር የሚኖር ሰው ከቤተ ሰብና ከማገበረ ሰብ እንዲርቅ መደረግ አለበት፤  
ያ ሰው አንተ! እናትህ፣ ወይም አባትህ፣ ወንድምህ ወይም እሳትህ ልትሆን ትችላለች።

በኢትዮጵያ ውስጥ ኤድስ ያለባቸው ሰዎች በሚሊዮን ቤት ይቆጠራሉ። እነዚህ ሁሉ ወይም ይሄዳሉ? ኤድስ ያለባቸው ሰዎች የሚባረሩ ከሆነ፣ ስለ ሕይወታቸው ግድየለሾች ይሆናሉ፤ ስለዚህ ከዚህም ከዚያም ወሲብ ሊፈጽሙና በሽታውን በፍጥነት ወደ ሌላ ሰው ሊያስተላልፉ ይችላሉ።

ስለ ኤች አይ ቪ ማድረግ የምችለው ምንም ነገር የለም፤

ልትሠራው የምትችል ብዙ ነገር አለ፤ ሐቆቹን ልብ በል፤ ለሌሎች ተናገር፤ ከኤድስ ራስህን እንዴት እንደምትጠብቅ ማወቅህን ርግጠኛ ሁን።

የኤድስ መንስኤው ጥንቂላ ነው፤ ኤድስ የሚመጣው በረቂቅ ጀርም ነው። ሰዎች ከትዳር ቅጂኛቸው ጋር ካልሆነ በቀር ከወሲብ ሲርቁ፤ በኤድስ የሚያዙት ከሰንት አንድ ነው፤ ስለዚህ ጠንቆኖች ኤድስን አያመጡም።

የክርስትና ሃይማኖት ትምህርት አስተማሪ ከትምህርት ክፍሉ ውጭ ራሱን ደፍቶ ሲንከላወስ ይታያል፤ ተጨንቆአል፤ ቆዳው ተሽብሽቦአል፤ ዝጋልም። በእርሱ ዘንድ ሁሉን ነገር ርግፍ አድርጎ መተውጥሩ ሐሳብ ይመስላል።

ሌላው አስተማሪ ተረጋግቶና ልቦ መሉ ሆኖ፤ ጸጥ ብሎና የመረታት ስሜት ሳያሳይ ከዚያው የትምህርት ክፍል ወጣ። ከመጽሐፍ ቅዱስ አስተማሪነት መሸሽ ለእርሱ አእምሮ እንግዳ ነገር ነው።

የከበረውን የእግዚአብሔር ቃል በማስተማር ረገድ እንዲህ ያለ ልዩነት ለምን ተፈጠረ? ልዩነቱን ያመጣው ምንድን ነው?

የመጽሐፍ ቅዱስን ትምህርት ስኬታማ ወይም ስኬት አልባ የሚያደርጉት ብዙ ሁኔታዎች አሉ። አንዱም ምክንያት፣ ያላንዳች ልዩነት ማለት ይቻላል በቂ የትምህርት ዝግጅት የማድረግና ያለማድረግ ጉዳይ ነው።

## I. ዝግጅት ለምን ያስፈልጋል?

ከክፍሉ ጋር ተጣብቆ ያልመጣ መምህር በሚገባ ያልተዘጋጀ መምህር ነው። በአንጻሩ ደግሞ በመጽሐፍ ቅዱስ ክፍለ ጊዜ ሐሄት የሚያደርግ መምህር በትጋትና ሙሉ በሙሉ የተዘጋጀ መምህር ነው።

ቤንጃሚን ፍራንክሊን ይህን በተመለከተ እንዲህ ሲሉ ተርበዋል፤ «ሳትዘጋጅ በመቅረትህ ለመውደቅ ተዘጋጅተሃል።»

በምታቀርበው ትምህርት ልዩነቱን ያለጥርጥር አስተውለሃል። በአንዱ ሳምንት በመንፈሳዊ፣ በአኢምኔሪካዊና በጥበባዊ ረገድ በሚገባ ተዘጋጅተሃል። ጌታ የትምህርት ክፍለ ጊዜህን ባርኮልሃል። በሌላው ሳምንት ዝግጅትህ በጥድፊያና በይድረስ ይድረስ የተደረገ ነበር፤ ክፍለ ጊዜውም እየተንከላወሰ የሚጓዝ ይመስላል። እንዳልተሳካልህ ይሰማሃል።

በመጽሐፍ ቅዱስ ክፍለ ጊዜ ስኬት አልባ መሆን፣ በሳምንቱ ውስጥ በግድየለሽነት ያለፈውን ጊዜና ሕይወት ያመለክታል። ትምህርቱ ከመቅረቡ በፊት በሚገባ ጥረት ካደረገህ፣ ትምህርቱ ሲቀርብ ያለጭንቀት ትሆናለህ። አንዳንዶች እንዲህ በማለት ምላሽ ይሰጡ ይሆናል፤ «በመምህሩ የትምህርት ዝግጅት ላይ ከመጠን በላይ የሆነ አጽንዖት ማድረግ በሰው ብልጎት ላይ መተማመን፣ በሥጋ ብርታትም ላይ መደገፍ አይደለም?»

ይህ አመለካከት፣ የእግዚአብሔርን ቃል ማስተማር ሥጋ በለበሰ መምህር በኩል ለማስተማር የሚፈልገውን መለኮት የሆነው መምህርን (መንፈስ ቅዱስን) የሚያካትት ሂደት የመሆኑን ሐቅ የዘነጋ ነው። በሠራተኛ እጅ እንደሚገኝ የተሳለ መሣሪያ መምህሩ የመንፈስ ቅዱስ መሣሪያ በመሆን የውጤታማነቱ እድገት የተያያዘው ከዝግጅቱ ጋር ነው።

ሐዋርያው ጳውሎስ መንፈሳዊ እድገት እውን የሚሆነው ዞሮ ዞሮ በእግዚአብሔር ብቻ መሆኑን ተረድቶአል። ይሁን እንጂ ሰው የእግዚአብሔር አገልጋይ ሲሆን ሚናው ምን እንደ ሆነም ዐውቆአል፤ ይህንንም ከሚከተለው አባባሉ መረዳት ይቻላል፤ «እኔ ተከልሁ፤ አጽሎስ ውሃ አጠጣ፤ ያሳደገው ግን

እግዚአብሔር ነው» (1ቆሮ 3÷6)። ለጳውሎስ ብርቱ እገልግሎት፤ መንፈሳዊ ጎይልን የሰጠው መንፈስ ቅዱስ ነው (1ተሰ 1÷5)።

ስለዚህ በሚያስተምሩበት ጊዜ በቂ ዝግጅት ማድረግ የክርስቲያን መምህርን መንፈሳዊ ችሎታ ያሳድጋል፤ በሚገባ አለመዘጋጀት ግን ይህን ችሎታ ይቀንሳል። ሙሉ በሙሉ የተዘጋጀው መምህር ሁለት ዐበይት ጥቅሞችን ያስገኛል፤ እነርሱም ምሪትና ልቦ መሉነት ናቸው።

የመምህሩ የትምህርት ዝግጅት እንደ ሕንፃ መሐንዲሱ ንድፍ፤ እንደ ተጓዥ የመገንድ ካርታ፤ እንደ ምግብ ሠራተኛው የምግብ መመሪያ ማለት ነው። የትምህርት ዝግጅት መምህሩን ደረጃ በደረጃ ወደ ግቡ ይመራል። የቤት ንድፍ ሳይኖር ግንባታ መጀመር፤ የጉዞ ካርታ ሳይዘጋጅ ለጉዞ መነሣት፤ የምግብ መመሪያ ሳይኖር ሾርባ መሥራት መጀመር ውድቀትን መጋበዝ ነው።

ወደምታስተምርበት ክፍል በደንብ ተዘጋጅተህ ሂድ፤ አስተማማኝ ዋስትና ይኖርሃል፤ በዝግጅትህም በመንፈስ ቅዱስ እጅ የላቀ እሽ ባይ መሆንህን ትገነዘባለህ።

## II. አራት ደረጃዎች

በመንፈሳዊ ረገድ ውጤታማ በሆነ መልኩ የእግዚአብሔርን ቃል ለማስተማር በመጽሐፍ ቅዱስ ትምህርት ዝግጅት ውስጥ አራት መሠረታዊ ነገሮች አስፈላጊዎች ናቸው። እነዚህ አራት ደረጃዎችም መጸለይ፤ መመዘን፤ ማጥናትና ማቀድ ናቸው።

ይሁን እንጂ መጽሐፍ ቅዱስን ማስተማር የተወሰኑ ደረጃዎችን በትጋት ከመከታተል የላቀ ነው፤ ይህም ዝግጁ በሆነ ሕይወት ይጀምራል።

ዕዝራ የእግዚአብሔርን ቃል በደንብ ከማጥናቱና ከማድረጉ በፊት የእግዚአብሔርን ሥርዐትና ሕግ ለአይሁድ ለማስተማር አልተነሣም (ዕዝ 7÷10)። ሌሎች የእግዚአብሔርን እውነት ያከብሩ ዘንድ በሚገባ ለማበረታታት፤ መንፈስ ቅዱስ የሚለውን በመታዘዝና በሕይወት ተግባራዊ በማድረግ አንተ ራስህ ይህን እውነት አጉልተህ ማሳየት አለብህ።

ኢየሱስ ክርስቶስን የግሉ አዳኝ እንደሆነ በተግባር የማይገልጽ መምህር ሌሎችን ወደ ድኅነት ሊመራ አይችልም። በየዕለቱ ከክርስቶስ ጋር የጠበቀ ኅብረት በማድረግ የማይጓዝ መምህር፤ ሌሎች በተሰጠ ሕይወት እንዲመላለሱ ሊያበረታታ አይችልም። በመንፈሳዊ ረገድ ጤናማ ያልሆነ መምህር ተማሪዎቹ ከክርስቶስ ጋር ሕያውና ጠንካራ ግንኙነት እንዲኖራቸው ማድረግ አይችልም።

ዝግጅትህ መጀመር ያለበት መንፈሳዊ ሁኔታህን በመገምገም ነው። እንዲያነቃቃህ እንዲሁም ሰሚ ብቻ ሳትሆን የቃሉ ፈጻሚ እንድትሆን መንፈስ ቅዱስ እንዲረዳህ ጠይቅ (ያዕ 1÷25)።

ለሕይወትህ የሚያስፈልጉህ ነገሮች በመጽሐፍ ቅዱስ እውነቶች መሠረት እንዲጓዙ ባደረግህ መጠን፤ ብቃት ላለው የመጽሐፍ ቅዱስ ትምህርት በይበልጥ ትዘጋጃለህ። ይኸው ዝግጅትም የሰንበት ትምህርት ጉባኤዎችን፤ የመምህራንን ሥልጠናና ስብሰባዎችን፤ እንዲሁም ልዩ ልዩ ትምህርቶችን ስትከታተል እየጉለበተ ይሄዳል። በማስተማር ሙያ ላይ የሚያተኩሩ መጻሕፍትን፤ መጽሔቶችንና የቴፕ ክሮችን ማንበብና ማድመጥ ለመጽሐፍ ቅዱስ አስተማሪነት እድገት አስተዋፅኦ ያደርጋሉ።

## ሀ. ጸልይ

በየሳምንቱ የትምህርት ዝግጅት ለማድረግ ስትነሣ በጸሎት ጀምር:: ምክንያቱም መጽሐፍ ቅዱስን ማስተማር መንፈሳዊ ሥራ ስለሆነ፤ በትጋት በመጸለይ የሚገኘው መንፈሳዊ ጎይል ያስፈልግሃል::

ያለ ጸሎት፤ ዝግጅትህ እንደ ተራ ነገር ይቁጠራል፤ ትምህርቱም ሕይወት አልባ ይሆናል:: በጸሎት በተማሪዎችህ ሕይወት ላይ ውጤታማ የሆነ መንፈሳዊ ለውጥ የሚያመጣውን ጎይል ታገኛለህ::

### 1. ስለ ራስህ ጸልይ

ቃሉን ስታጠና እንዲባርክህ፤ ጠባይህንና አስተሳሰብህን ከሕጉ ጋር ተስማሚ እንዲያደርግልህ ለምነው::

ትምህርቱን ስታስተምር ሳለ በአንተ በኩል እንዲናገር በመጀመሪያ በትምህርት ዝግጅትህ ሂደት እንዲባርክህ ለምነው::

ያነጻህ ዘንድና እነዚህን በደሎች ለመተው ጎይሱን ይሰጥህ ዘንድ በመጠየቅ በሕይወትህ የተፈጸሙትን፤ ተለይተውም የሚታወቁትን በደሎች ተናዘዝ (ምሳ 28÷13፤ 1ዮሐ 1÷9):: አንገትህን የሚያስደፋህን፤ ሙሉ መንፈሳዊ ሐሄትንና የመንፈስ ቅዱስ ጎይል እንዲታገኝ ደንቃራ የሆነህን ማገኛውንም ገጢአት ፈጽመህ ተወው (ዕብ 12÷1፤ ኤፌ 5÷18፤ 1ተስ 5÷19)::

ለእግዚአብሔር፤ ለቃሉ፤ ለምታስተምረው ክፍልና ለሌሎች ሰዎች ተገቢ አክብሮት እንዲኖርህ ጌታን ጠይቅ፤ ምክንያቱም በምክርህ እንደምታስተምር ሁሉ በመልካም አኗኗርም ታስተምራለህና::

ተማሪዎችህ ለእግዚአብሔር ቃል ጉጉት እንዲኖራቸው ትፈልጋለህ? እንግዲያውስ አንተም ለእርሱ ናፍቆት ይኑርህ፤ ደግሞም «ለጌታ እንደሚገባ እንድትኖሩና በሁሉም ደስ እንድታሰኙት ነው» (ቄላ 1÷10) በተባለው መሠረት ተማሪዎችህ እንዲመላለሱ ትፈልጋለህ፤ እንግዲያውስ አንተም በዚሁ መንገድ መመላለስ አለብህ! ተማሪዎችህ ቃሉን እንዲያጠኑ ከፈለገህ አንተም እንዲሁ ማድረግ አለብህ!

### 2. ለተማሪዎችህ ጸልይ

እግዚአብሔር የእርሱን የግል ፍላጎት ያሟላ ዘንድ ለእያንዳንዱ ተማሪ በስም በመለየት መጸለይ ማለት፤ ፍላጎቱን ለማወቅ እርሱን በደንብ ማወቅ አለብህ ማለት ነው:: ከትምህርት ክፍለ ጊዜ በፊትና በኋላ ከእነርሱ ጋር መነጋገር በሳምንቱ ውስጥ በስልክ መነጋገር፤ ቤታቸው በመሄድ እነርሱን መጠየቅና ከቤተ ሰባቸውም ጋር መተዋወቅ፤ በመንፈሳዊ ረገድ የት ላይ እንዳለ ማወቂያ መገንደቅ ናቸው::

አንዳንድ መምህራን ለእያንዳንዱ ተማሪ አንድ ገጽ በመመደብ ጠቅላላ መረጃ የሚጽፉበት፤ መንፈሳዊ ፍላጎቶችና አንዳንድ አግባብነት ያላቸውን ሐቆች የሚመዘግቡበት እነሰ ያላች ማስታወሻ ደብተር አላቸው::

### 3. ያለፈውን ትምህርትህንና የሚቀጥለውን ትምህርትህን በተመለከተ ጸልይ

በዝግጅትህ ውስጥ የሚቀጥለውን ርምጃ ከመውሰድህ በፊት፤ ባለፈው ትምህርት ተማሪዎችህ የተማሯቸውን እውነቶች ጌታ በልባቸው እንዲያሳድር ጸልይ፤ እንዲሁም ያጠኗቸውን እውነቶች እንዴት መታዘዝ እንዳለባቸው ያውቁና የተወያዩባቸውንም ጉዳዮች ፍጻሜ ላይ እንዲያደርሱ ወደ ጌታ ጸልይ::

ከዚያም የሚቀጥለውን ትምህርት እያጠኑ ሳለ መንፈሳዊ ብርሃን እንዲያገኙ ጸልይ:: ለጥናትህና ለዝግጅትህ እግዚአብሔር የሚሰጠውን ክሂልና አርቆ አስተዋይነት ለማግኘት ጸልይ::

## ለ. መዝን

ከእያንዳንዱ የማስተማር ጊዜ በኋላ! ያን ክፍለ ጊዜ በተመለከተ የራስህ ግምገማ አካሂድ! የሚከተሉትን ጥያቄዎች መሠረት በማድረግ ራስህን ጠይቅ:-

- በጣም ብርቱ ጉኔ ምን ነበር? ደካማ ጉኔስ?
  - ያን ትምህርት እንደ ገና ባስተምር የማሻሻላቸው ነገሮች ምንድን ናቸው?
  - መግቢያው ልብንና ፍላጎትን ሊማርክ የቻለው እስከምን ድረስ ነበር?
  - የተሳትፎ ዘዴ ሥራ ላይ የዋለው በጥበብ ነበር?
  - የተጠቀምኩባቸው የትምህርት መርጃ መሣሪያዎች የቱን ያህል ውጤታማ ነበሩ? ተማሪዎቹ የተደሰቱት ምን ያህል ነበር?
  - የየዕለቱ መጽሐፍ ቅዱሳዊው ትምህርት በበቂ ሁኔታ ተዳሰ ነበር?
  - የትምህርቱ ዐላማዎች ተከናውነዋል?
  - ትምህርቱ ከክፍለ ጊዜው ጋር የተመጣጠነ ነበር?
- «እንዴት ተካሂዶ ነበር?» የሚለውን ግምገማ ስታደርግ ዝርዝር ጉዳዮችን መጻፍ! የሚቀጥለውን ትምህርት ለማቀድ ያስችልሃል።

## ሐ. አጥና

### 1. መጽሐፍ ቅዱስን አጥና

በመጀመሪያ ለጥናት የሚቀርበው የራሱ የመጽሐፍ ቅዱስ ምንባብ ነው። የታተመውን የመምህሩ መመሪያ ከማንበብ በፊቱ ቃሉን ራሱን ማጥናትህ የግልህ ሊሆን የሚችል አዲስ «ግንዛቤ» ይሰጥሃል። ይህ ስለምታቀርበው ትምህርት የሚኖርህን ዕውቀት ያበለጽግልሃል፤ በመሆኑም አስፈላጊ የሆነ ርምጃ ነው።

ከዝግጅትህ ከፍተኛ ጥቅም ታገኝ ዘንድ ትምህርትህን ከማቅረብ በፊት በቂ ዝግጅት አድርግ። ወደ ትምህርት ክፍሉ ከመግባቱ በፊት ትንሽ ቀደም ብሎ የሚዘጋጅ መምህር «ሐሳብን ለማብላላት» ጊዜ አይኖረውም። የሚቀርበውን ትምህርት ለማጥናት ጊዜ ስትወስድ ትምህርቱ እንዲጠላላ! ሐሳቦች በቅለው ፍሬ ላይ እንዲደርሱ ጊዜ ይኖርሃል፤ እንዲሁም አጉልቶ ማሳያዎችን! ለዐይን ጉልተው የሚታዩ ነገሮችንና ሌሎች የትምህርት መርጃ መሣሪያዎችን ለመሰብሰብ ጊዜ ይኖርሃል። ብዙዎች የመጽሐፍ ቅዱስ መምህራን ዝግጅታቸውን ዘግይተው ስለሚጀምሩ የቀረቡትን እውነቶች በበቂ ሁኔታ በሐሳባቸው አማትረው ሳይዩና በቂ ገላጭ ነገሮች ሳይጠቀሙ ያስተምራሉ።

የመጽሐፍ ቅዱስ ምንባብ ጥናትህን በሚከተሉት መንገዶች ተከታተል:-

#### በጉጉት

የእግዚአብሔርን ቃል ማጥናት ያለብህ ግዴታ ሆኖብህ ሳይሆን! በጉጉትና አዲስን ነገር እንኛለሁ በሚል ተስፋ መሆን አለበት። መጽሐፍ ቅዱስን በጉጉት ማጥናት ትምህርትህን እንደ ሥራ የምትቁጥረው ሳይሆን ሐሴት የምታደርግበት መንገድ ይሆንልሃል።

#### በግልህ

መጽሐፍ ቅዱስን ከእግዚአብሔር በቀጥታ ለአንተ የተላከ የፍቅር ደብዳቤ አድርገህ አጥናው። በምንባቡ ውስጥ እግዚአብሔር ለአንተ ምን እንደሚናገርህ ለይተህ ዕውቅ። የእግዚአብሔር ቃል ሲባርክህ ሌሎች ለራሳቸው መንፈሳዊ በረከቶችን እንዲያገኙ ትረዳቸዋለህ።

ተግቶ በመፈለግ

እንደ ተመራማሪ በምንባቡ ውስጥ የሚገኙትን ሐቆች ሁሉ በጥንቃቄ ለመረዳት ሞክር። ጽሑፉን ለመጀመሪያ ጊዜ እንደምታየው ሆነህ አንብበው። ገጽ ባሕርያቱን፣ ቦታዎቹንና ድርጊቶቹን በዐይነ ገሊህ ተመልከት። ለእነዚህ ጥያቄዎች መልስ በመስጠት ቅዱሳት መጻሕፍትን መርምር፡-

ማን? (የተጠቀሱት ሰዎች ወይም ቡድኖች እነማን ናቸው?)

ምን? (ምን ሁኔታዎች ተከናወኑ? ሰዎቹ የተላተፋባቸው ድርጊቶች ምን ነበሩ?)

የት? (የተጠቀሱት ቦታች ወይም መልክዐ ምድራዊ ገጽታዎች ምንድን ናቸው?)

መቼ? (ምን ዐይነት ወቅት ነው የተጠቀሰው - ዓመት? ወር? ቀን? የቀኑ ወይም የሌሊቱ ጊዜ ወዘተ?)

ለምን? (የተገለጸው ወይም በእንድምታ መልክ የቀረበው ምን ዐላማ ምንስ ፍላጎት ነው?)

እስተምህርዳዊ ወይም ትራኬያዊ ያልሆነ ምንባብ የምታስተምር ከሆነ የሐሳብ አካሄዱ (ፍሰቱ) ምን እንደሚመስል? ምን ዐይነት የሥነ ጽሑፍ ዘር ወዘተ እንደ ሆነ (ይኸውም እንደ ሰበቦች፣ ውጤቶች፣ ምክንያቶች፣ ጡዘቶች፣ ልዩነቶች፣ ማወጃሪያዎች ያሉትን ነው) በሚገባ ተመልከት።

በጥልቀት በመመራመር

በምንባቡ ውስጥ ግልጽ ላይሆን የሚችለውን ነገር በተመለከተ ጥያቄዎችን ጻፍ። ስታነብ ስለ ተማሪዎችህ ዐስብ። ትምህርቱ ከእነርሱ ችሎታ ጋር የሚመጣጠን እንዲሆን ለማድረግ ይረዱህ ዘንድ ከምንባቡ ውስጥ ሊጠይቁቸው ይችላሉ ብለህ የምታስባቸውን ጥያቄዎች ጻፍ።

በማስተዋል

ምንባቡን ደጋግመህ ስታነብ! በአእምሮህ ይሥረጽ። ከይዘቱ ማግኘት የሚገባውን ያህል ታገኝ ዘንድ ጽሑፉን በተመስጠ አንብብ። በጣም በላል የሆኑት የመጽሐፍ ቅዱስ ተማሪዎች እንኳ በእያንዳንዱ ምንባብ ላይ ትኩረት ባደረጉ ቊጥር አንድ አዲስ ነገር ያገኛሉ። የምንባቡን ዐይነተኛ መንፈሳዊ እውነት ታገኝ ዘንድ መንፈስ ቅዱስ ምሪት እንዲሰጥህ ለምን! ወደ ሥራ ስትሄድ ምንባቡን አሰላስል። በየቀኑ ልዩ ልዩ የሥራ ድርሻህን ስታከናውን ወይም ለምሳ እረፍት ስታደርግ ትርጉሙን አሰላስል።

ከማስተማርህ ቀደም ብሎ ጥናትህን በመጀመር! ምንባቡን እንደገና ለማየት! በየጊዜው በተለየ መልክና በላቀ ሁኔታ ደስ ብሎህ ለማቅረብ ብዙ ጊዜ ይኖርሃል።

## 2. የመምህሩን መምሪያ አጥና

በመምህሩ መምሪያ ላይ የሰፈሩት ማስተማሪያ ጽሑፎች! ለመጽሐፍ ቅዱስ የማስተማር አገልግሎትህ በጣም ጠቃሚ አጋጥሞች ሊሆኑ ይችላሉ።

የአንተን ጥረትና ሥራ እድካሚ እንዳይሆን ያደርጋሉ! ጊዜንም ይቆጥባሉ። ጥቂት የመጽሐፍ ቅዱስ መምህራን የራሳቸውን የማስተማሪያ ጽሑፍ ለማዘጋጀት አሰፈላጊ የሆኑት ጊዜ፣ የገንዘብ ዐቅምና ዕውቀት አሏቸው። መምህራን ያላቸው ጊዜ፣ ተዘጋጅቶ ከቀረበው ማስተማሪያ ጽሑፍ ትምህርቶችን በማዘጋጀት ይበልጥ ውጤታማ በሆነ መልክ ሊውል ይችላል።

እነዚህ ጽሑፎች ስለ እያንዳንዱ የትምህርት ርእሰ ግንዛቤ የሚሰጡ ሐሳቦችን ይዘው ይገኛሉ። በመምህሩ መምሪያ ላይ የሚገኙት ጽሑፎች ለትምህርት ዐላማዎች የሚሆኑትን ዝርዝር ሐሳቦች፣ ትምህርቱ የሚተዋወቅበትን ዘዴ፣ የትምህርት አቀራረብ መንገዶችን፣ አጉልቶ ማሳያዎችን፣ ትግበራዎችን፣ የክፍል እንቅስቃሴዎችን ከማካተታቸውም በላይ፣ ለተማሪዎች የሚሰጠውን የክፍልና የቤት ሥራ በተመለከተ መሪ ሐሳቦችና የትምህርት መርጃ መሣሪዎች እንዴት መቅረብ እንዳለባቸው የሚያመለክቱትን ጉዳዮች ይዘዋል።

በመምህሩ መምሪያ ላይ የሚገኙትን ማስተማሪያ ጽሑፎች በአድናቆት አንብብ። በማስተማሪያ ጽሑፎች ላይ የሰፈሩት ሐሳቦች ከታለመላቸው ተማሪዎች ዕድሜ አኳያ የእነርሱ የማስተዋል ችሎታና ፍላጎት ልብ በማለት በጥንቃቄ የተጻፉ መሆናቸውን አስተውል። እነዚህ የማስተማሪያ ጽሑፎች በአንተ የእእምሮ መከፈቻ ብቻ በሐላው ወደ ተማሪዎቹ አእምሮ እንዲሠርፁ ሆነው አልተዘጋጁም። የመምህሩ መምሪያ ብዙ የትምህርት ምንጮችን ያዘለ ነው። የማስተማሪያ ጽሑፎች በሚበጅ መልክ ለማሰናዳት የምታስተምረው ትምህርት በቂ ጊዜ ይሰጠው ዘንድ ይፈልጋል። ልትጠቀምበት የምትችለውን ሐሳብ ምረጥ፤ ከትምህርትህ ጋር እንዲጣጣም አድርግ፤ ለምታስተምረው ክፍል ላይጠቅም የሚችለውንም ተወው።

### 3. ሌሎች ምንጮችን ተጠቀም

እንደ አስፈላጊነቱ አጋዥ የሚሆኑትን ሌሎች የመጽሐፍ ቅዱስ ትርጉሞችን፣ የመጽሐፍ ቅዱስ መዝገበ ቃላትን፣ ትርጓሜዎችን፣ ካርታዎችን እና የጥቅስ ማውጫዎችን ተመልከት። የሌላ ሰው እገዛ የሚያስፈልግህ ሆኖ ካገኘኸው፣ ትምህርቱን ለማስረዳትና ለማቅረብ መጋቢውን ወይም ሌሎች የሥራ ባልደረቦችህን ጠይቅ።

## መ. ዐቅድ

አሁን የትምህርት ዕቅድህን ምን እንደሆነ በዝርዝር ተረድተህ ተግባራዊ የምታደርግበት ደረጃ ላይ ነህ፤ ከመጸለይህ፣ ምዘና ከማድረግህ እና ከማጥናትህ በፊት ይህን አራተኛውን ደረጃ ተግባራዊ ለማድረግ መሞከር፣ የድርጊት መርህ ግብርህን የሚያዳክም ይሆናል።

### 1. የትምህርቱን ዐላማዎች ዕውቅ

የትምህርት ዕቅድህን በዝርዝር ለማጻበር ስትጀምር፣ ይኸው ዕቅድ ከመጽሐፍ ቅዱስ ጥቅሶች ወይም ምንጣቦች ጋር እንዴት እንደሚዛመድ ልብ በል።

በመሠረቱ እያንዳንዱ ትምህርት ተማሪዎችህን በሦስት የመንፈሳዊ ሕይወት ዘርፎች እንዲያድጉ ማገዝ አለበት። ይኸውም በሚያውቁት፣ በሚፈልጉትና በሚያከናውኑት ነገር ነው። እነዚህም ከዕውቀት፣ ከስሜትና ከተግባር ወይም ከልዩ ሙያ ጋር የተያያዙ ናቸው። አእምሮን፣ ልብንና ፈቃድን ይፈትናሉ።

ዐላማህ፣ «ተማሪው ያውቅ ዘንድ ለማገዝ» ወይም «ተማሪው ይገነዘብ ዘንድ ለማገዝ» ብቻ ከሆነ፣ የተወጣኸው ከፊሉን የማስተማር ግዴታህ ብቻ ነው። ጳውሎስ የቄላስይስ አማኞች፣ «በመንፈሳዊ ጥበብና መረዳት ሁሉ» የአግዚአብሔርን ፈቃድ እንዲያውቁ ጸለዩ፤ (ቄላ 1፡9)። ነገር ግን ከዚያም ዐልፎ ተመኝ፤ በዚያ ዕውቀትና ማስተዋል ውስጥ በጠባያችሁ «እንደሚገባ እንድትኖሩና» በተባለው መሠረት እንዲለወጥ ነው (1፡10)። ስለዚህ ጳውሎስ ስለ ሐሳባቸውና ስለ ተግባራቸውም በጣም ተጨንቆ ነበር።

### 2. አስተዋፅኦ አውጣ፤ የትምህርቱን ታሪክ ወይም ይዘት ዘልቀህ አንብብ

ለእያንዳንዱ አንቀጽ ወይም ዋና ሐሳብና ንሑስ ሐሳብ አንድን ሐረግ ወይም ዐረፍተ ነገር በመጻፍ፣ ለመጽሐፍ ቅዱስ ታሪክ ወይም ለጽሑፉ ንድፋዊ ቢጋር አዘጋጅ። እነዚህን ማስታወሻዎች በመጠቀም በሚያስፈልገው መጠን ተጨማሪ ማስታወሻዎችን በማክል፣ ወይም በተቻለ መጠን የሚያስፈልጉትን በመሰረዝ፣ ታሪኩን ለመገንገር ወይም የትምህርቱን ይዘት ለማስተማር ተለማመድ። አንዳንድ መምህራን የሚያቀርቡትን ትምህርት ሙሉ በሙሉ ሲጻፉ ሌሎች ግን አስተዋፅኦውን ብቻ

ይጽፋሉ። ዐላማ ማስታወሻህን ሳታነብ ማስተማር መሆን አለበት። የመምህሩን መምሪያ ወደ ማስተማሪያ ክፍል ይዘህ መግባት የለብህም።

### 3. ስለ ቅድመ ክፍለ ጊዜ ተግባራትና ስለ ትምህርቱ መግቢያ ውሳኔ አድርግ

ከመምህሩ መምሪያ ቅድመ ክፍለ ጊዜ ተግባራትን ምረጥ፤ ወይም ይህንን ጉዳይ በተመለከተ የራስህን ምረጥ። ብዙ የመጽሐፍ ቅዱስ መምህራን ከተመደበው ክፍለ ጊዜ በፊት ያለው የዐሥር ወይም የዐሥራ አምስት ደቂቃ ጊዜ ተጠቃሚ ሳይሆኑ ይቀራሉ። የመጀመሪያው ተማሪ ክፍል ውስጥ ከገባ በኋላ ባለው ወቅት ከተማሪዎችህ ጋር የምታደርገው ትውውቅ ተማሪዎቹ ከትምህርቱ ጋር ግንኙነት ባለው መልክ በልዩ ልዩ ተግባራት ላይ እንዲጠመዱ፣ ያለፈውን ትምህርት በሚማርክ መልኩ መልሰው እንዲቃኙ፣ ለዕለቱ የመጽሐፍ ቅዱስ ትምህርት ይዘጋጁ ዘንድ ሐሳባቸው እንዲነቃቃ ለማድረግ ያግዝሃል።

ጥሩ የሆነው ልምድ ክፍለ ጊዜው ከመጀመሩ በፊት መምህሩ በጥቁር ሰሌዳው ላይ ጥያቄ፣ ማራኪ ሐሳብ ወይም የመጽሐፍ ቅዱስ ጥቅስ መጻፉ ነው።

ተማሪዎቹ ለክፍል ተሳትፎ ያላቸውን የግድየለሽነት ስሜት አስወግዶ ማነቃቃት የሚችል የትምህርትን መግቢያ አዘጋጅ። «ያለፈው ሳምንት ትምህርት ምን ነበር?» በማለት አትጀምር። በእውነተኛ ታሪክ፣ በስሜት ቀስቃሽ ጥያቄ፣ መፍትሄ በሚሻ ጉዳይ፣ በአስደናቂ ሐሳብ፣ በገልጦ ማሳያ (ሥዕል፣ ካርታ፣ ፎቶግራፍ)፣ ወይም በቀልድ ጀምር።

### 4. ገልጦ ማሳያዎችና ትግበራዎች

ከመምህሩ መምሪያ፣ ከጋዜጦች፣ ከመጽሔፎች፣ ከሬዲዮ፣ ከቴሌቪዥንና ከሌሎች ሰዎች ጋር ከሚደረግ ንግግር የሚገኙትን ገልጦ ማሳያዎች ተጠቀም። «ጌታ ሆይ፣ የዚህን እውነት ገጽታ ለክፍል ተማሪዎቹ ላይ ዘንድ ላካፍል የምችለው ምንድን ነው?» በማለት ጸልይ። የራስህን ልዩ ልዩ መንፈሳዊ ትግልና ድሎች በማካፈል ረገድ ግልጽ ሁኑ።

መላው የትምህርት ይዘት የሚያመራው ወደዚህ መሆኑን ልብ በማለት፣ የትምህርቱን ትግበራ በጥንቃቄ ዐቅድ። ትምህርት ሆነው የቀረቡትን እውነቶች ለመተግበር በመወለን ረገድ የክፍል ተማሪዎችህን ምራ፣ ተማሪዎችህ እነዚህን ትግበራዎች በዚያኑ ሳምንት በሥራ እንዲተረጉሙ አበረታታቸው። «ወሳኝ» የሚለው የትምህርቱ ዝግጅት ዘርፍ፣ «ይህ የመጽሐፍ ቅዱስ እውነት በዚህ ሳምንት ውስጥ በሕይወቴ ላይ ምን ለውጥ አምጥቷል? የሚል ሲሆን «በተግባር ግለጽ» የሚለው ዘርፍ ደግሞ፣ «ይህን እውነት በተግባር ለማዋል በተለይ ማድረግ ያለብኝ ምንድን ነው?» የሚል ነው።

መጽሐፍ ቅዱስ ማስተማር በእግዚአብሔር መለኮታዊ እውነት ውስጥ ተባብሮ መስራት እንዲችሉ ተማሪዎችህን ለመርዳት አንተ ኅላፊነት የምትወስድበት መንፈሳዊ ሥራ ነው። በአጠቃላይ አላማህ ተማሪዎች በመንፈሳዊ ሕይወታቸው እንዲያድጉ፣ የእግዚአብሔርን እውነት በመታዘዝ እንዲኖሩ ማበረታታት ነው።

### 5. የተሳትፎ ዘዴዎችን፣ የክፍል እንቅስቃሴዎችን፣ የውይይት ጥያቄዎችን ምረጥ፤

ተማሪዎች ከሰሙት ውስጥ 10 መቶኛውን (10%) ብቻ እንደሚይዙ፣ ነገር ግን ከሚሰሙት፣ ከሚያዩትና ከሚያከናውኑት 90 መቶኛውን (90%) እንደሚይዙ ወይም በአእምሮአቸው እንደሚያሳድሩ የምርምር ጥናቶች አመልክተዋል። ይህም ተማሪዎችን የሚያሳትፍ ዘዴ መምረጡ አስፈላጊ መሆኑን

በአጽንዖት ያመለክታል። ብዙዎቹ የትምህርት ዕቅድ ሐሳቦች፣ ተማሪዎች ከችሎታቸው አንጻር ተሳትፎ እንዲያደርጉ የሚያስችል እንዲህ ያለ ዕቅድ እንዲኖር ሐሳብ ይሰጣሉ።

ለውጤታማ ማስተማር ቊልፍ የሆነው ሐሳብ፣ የመወያያ ጥያቄዎችን አስቀድሞ ማዘጋጀት ነው። ትርጉም ያለውን ውይይት የማያስገኝ በዘፈቀደ የተዘጋጁ ጥያቄዎች፣ ምንም ዐይነት ጥያቄ ካልቀረበበት የትምህርት ዝግጅት የባሉ መጥፎዎች ናቸው። ከ«ማን»፣ «ምንድን»፣ ወይም «መቼ?» ከሚሉት ጥያቄዎች ይልቅ «እንዴት?» እና «በምን ምክንያት?» የሚሉት ጥያቄዎች የሚያነሳሱና የሚያመራምሩ ናቸው።

ሳይጠየቁ አይቀርም ተብለው ለሚገመቱ ጥያቄዎች የተዘጋጁ መልሶች፣ በክፍል ውይይት ሂደት ውስጥ ግራ እንዳትጋባ ይረዱሃል።

## 6. የትምህርት ዝግጅትህ በተወሰነው የጊዜ ገደብ እንዲጠናቀቅ አድርግ

አያንዳንዱ የትምህርት ዝግጅት ዘርፍ ምን ያህል ጊዜ እንደሚወስድ አስብ። ታሪኩን እየተናገርክ ወይም የመጽሐፍ ቅዱስን ይዘት በመግለጽ ልምምድ አያደረግህ ሳለህ ምን ያህል ጊዜ እንደሚፈጅ በትክክል ዕውቅ። ለውይይት ጥያቄዎችና ለሌሎች ተግባሮች በቂ ጊዜ እንዲኖር አድርግ። የትግበራውን ጊዜ (ወስንና ፈጽሞ የሚለውን) አታጥበው። ሰፋ ያለ የትምህርት ዝግጅት ካለህ እንዳስፈላጊነቱ ከልሰው፣ ትምህርትህን በጊዜ መገደቡ ተራ የማስተማር ችግርን ለማስቀረት ይረዳሃል። ይኸውም የትግበራው ዘርፍ በሚገባ ሳይዳሰስ ከፍለ ጊዜው እንዳያልቅብህ ያግዝሃል።

## 7. የትምህርት መርጃ መሣሪያዎችን ሰብስብ፤ አዘጋጅሞ

በዐይን የሚታዩ የትምህርት መርጃ መሣሪያዎችን መጠቀም ትምህርቱ በአእምሮ ውስጥ ይቀረጽ ዘንድ በማድረግ አምስት ጊዜ ያህል የላቀ አገልግሎት መስጠት ያስችላል። ስለዚህ አስተዋይ የሆነ መምህር፣ «ተማሪዎቼ የሚያዩት ምን ነገር ሊኖረኝ ይችላል?» ብሎ ይጠይቃል። አያሌ በዐይን የሚታዩ የትምህርት መርጃ መሣሪያዎች አሉ፤ እነዚህም ማስተማሪያ ሥዕሎች፣ በስስ ጨርቅ ላይ የተዘጋጁ ግራፍ፣ ጥቁር ሰሌዳ፣ አሻንጉሊቶች፣ ካርታዎች፣ ሌሎች፣ አጫጭር ፊልሞች (ፊልም ስትሪፕስ Film Strips)፣ ሰላይዶች፣ 'ኦቨርሄድ ትራንስፓረንሲስ'፣ ፊልሞች፣ የአሸዋ ሠንጠረዦች፣ 'ዳፍራማስ'፣ ቁሳቁሶች፣ ማራኪ ማእከሎች፣ ማግኔታዊ ሰሌዳዎች፣ ጉልሕ ሥዕሎች የመሳሰሉት ናቸው።

በአፍሪካ ውስጥ ለሚገኙ ለብዙዎቹ መምህራን ጥቁር ሰሌዳ ሥዕሎችን ለመሣል፣ የትምህርቱን አስተዋፅኦ ለመጻፍ፣ በውይይት ውስጥ የቀረቡትን ልዩ ልዩ አስተያየቶችን፣ በቃል የሚጠናውን ጥቅስ እና ጥያቄዎችን ለመጻፍ የሚያገለግል ሁለገብ የትምህርት መርጃ መሣሪያ ነው።

ሁሉም ነገር በሚገባ የተዘጋጀ መሆኑን ርግጠኛ ለመሆን የክፍል ትምህርት ከመጀመሩ በፊት የሚቻል ከሆነ ሥዕሎችን፣ በተገቢውና በአመች ቦታ ላይ አስቀምጥ፤ በማስታወቂያ ሰሌዳ ላይ የሚታዩትን ነገሮች አዘጋጅ፤ ወይም ሌላ የትምህርት መርጃ መሣሪያ አዘጋጅ።

ምስጉን የመጽሐፍ ቅዱስ መምህር ለመሆን ትፈልጋለህ? እንግዲያውስ ጸልይ፤ ገምግም፤ አጥና፤ ደግሞም ለክፍል ተማሪዎችህ ዕቅድ አውጣ። ሀል ኮከራን የተባለ ምሑር አንድ ጊዜ እንዲህ በማለት ተናግሯል፤ «በመጀመሪያ ወደ ፊት ሮጦ ግራ ከመጋባት ይልቅ አስቀድሞ ተዘጋጅቶ መሮጥ የተሻለ ብልህነት ነው» ደግሞም ጳውሎስ እንዲህ ሲል አሟላ፤ «ማስተማርም ከሆነ ያስተምር ... ጌታን ለማገልገል ... እንጂ ከዚህ ትጋት ወደ ጊላ አትበሉ።» (ሮሜ 12:7-11)።

## አባሪ ለ፡- የትምህርት ዕቅድ ናሙና

አስተማሪዎች ትምህርት እንዴት ማዘጋጀት እንዳለባቸው የሚገልጽ ናሙና የትምህርት ዕቅድ

| ትምህርት      |    |    |    |            |            | የክርስትና ሃይማኖት ትምህርት |                 |              |             |
|------------|----|----|----|------------|------------|--------------------|-----------------|--------------|-------------|
| የመማሪያ ክፍሎች |    |    |    | ቀኖች        |            | ክፍለ ጊዜዎች           |                 | ጊዜያት (ከ-እስከ) |             |
| 3ሀ         | 3ለ | 3ሐ | 3መ | 02/01/2006 | 04/01/2006 | 3 <sup>rd</sup>    | 5 <sup>th</sup> | 9:40-11:00   | 11:10-11:40 |

|                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ርእስ               | እግዚአብሔር ወንድና ሴት አድርጎ ፈጠራቸው                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| የመጽሐፍ ቅዱስ ጥቅስ     | ዘፍ 1÷26-27፤ 2÷20-25፤ 4÷1-2፤ ዘዳ 22÷5፤ ገላ 3÷28                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| ዓላማዎች             | <p>ከትምህርቱ በኋላ ተማሪው የሚከተሉትን ማድረግ መቻል አለበት</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• በወንዶችና በሴቶች መካከል ያለውን ልዩነት ማወቅ</li> <li>• የወንዶችና የሴቶችን የተለያዩ ተግባራት መግለጽ</li> <li>• እግዚአብሔር ወንዶችና ሴቶችን ልዩ አድርጎ የፈጠረበትን ሁኔታ ሳይገነዘቡ መቅረት የሚያስከትለውን አደጋ መረዳት</li> <li>• ወንድና ሴት ሆኖ መፈጠር ጥቅሙና በረከቱ ምን እንደ ሆነ ለማብራራት</li> </ul>                                                                                     |
| የትምህርት መርህ መሣሪያዎች | የሙሽሪትና የሙሽራው ትልቅ የሰርግ ፎቶግራፍ፤ ይህም ተማሪዎች በሙሽሪትና በሙሽራው መካከል ያለውን አካላዊና ስነግብራካዊ ልዩነት ማወቅ እንዲችሉ ነው።                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| የተሳተፍ ሁኔታ         | ተማሪዎች በማግበረሰባቸው ውስጥ የወንዶችና የሴቶችን ተመሳሳይነት፤ ልዩነት እንዲሁም ተደጋጋሪ ሚናዎች አስተውለዋል።                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>አ ቀ ራ ረ ብ</b>  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| መግቢያ              | እግዚአብሔር ክብሩን፤ ዘላለማዊ ጎይቱን፤ ጥበቡንና ቸርነቱን ለመግለጥ ዓለምን የፈጠረ መሆኑን በማብራራት መምህሩ ትምህርቱን ያስተዋውቃል፤ ለዐላማው የሚሆኑትን የምድራዊ ሕይወት ዐበይት ምድቦችን ከፈጠረ በኋላ፤ እግዚአብሔር በራሱ መልክና አምሳል ወንድና ሴትን ፈጠረ (ዘፍ1÷26-27)                                                                                                                                                                                                                  |
| ደረጃ 1             | በወንዶችና በሴቶች መካከል ያሉ ልዩነቶች፡- በወንዶችና በሴቶች መካከል የሚገኙት ልዩነቶች በአካላዊ፤ በስነግብራካዊ፤ በተግባራዊ ሚናዎቻቸው ግልጽ ሆነው ይታያሉ። ከዚህ ቀጥሎ ያለው ሰንጠረዥ አንዳንድ ልዩነቶቻቸውን ይገልጻል።                                                                                                                                                                                                                                                       |
|                   | <p style="text-align: center;"><b>ወንዶች</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ወንድ ከዐፈር የተፈጠረ በመሆኑ የተፈጥሮ አንድ አካል ነው (ዘፍ 2÷7)፤</li> <li>2. ወንድ የላቀ አካላዊ ብርታትና ጥንካሬ አለው፤</li> <li>3. የወንድ ሕይወት በሥራው ወይም በእንቅስቃሴው ውስጥ ጣልቃ ሊገባ በሚችል ወርጎዊ የአካል ሁኔታ የተገደበ አይደለም፤</li> <li>4. ወንድ ብዙ ጊዜ ጉች ጉች ያለ ጡት የለውም።</li> <li>5. ወንድ ብዙ ጊዜ ጠብ ጫሪና ራስ ወዳድ ነው።</li> <li>6. ወንድ ብዙ ጊዜ ጉርናና ድምፅ አለው።</li> </ol> |

|         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|         | <p><b>ሴቶች</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ሴት የተፈጠረችው ከወንድ ነው፤ «እነሆ፤ ይህች ዐጥንት ከዐጥንቴ፤ ሥጋም ከሥጋዬ ናት»</li> <li>2. ሴት ሕፃናትን የምታሳድግና የምትንከባከብ ደካማ ሽክላ ናት፤</li> <li>3. የሴት ሕይወት በኮረዳነት የዕድሜ ዘመን መጀመሪያ ላይ እውን የሚሆነውን የሰውነት እድገትን፤ ዕርግዝናን፤ ልጅ መውለድን እና የወር አበባ ማየትን ጨምሮ በልዩ ልዩ ሁኔታዎች የተገደበ ነው።</li> <li>4. ሴት ትልቅ ጡት አላት፤ የተወሰነ የዕድሜ ደረጃ ስትደርስ ደግሞ የወር አበባ ታያለች።</li> <li>5. ሴት ደግና ሩጎሩጎ ናት።</li> <li>6. ሴት ለሰለስ ያለ ድምፅ አላት።</li> </ol>                                                        |
| ደረጃ II  | <p><b>የወንዶችና የሴቶች ልዩ ልዩ ሚናዎች</b></p> <p><b>ወንዶች</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. የአባትነት ሚና</li> <li>2. የባልነት ሚና</li> <li>3. ቤተ ሰቡን ለማኖር የሚሠራ</li> <li>4. የቤተሰብ ራስ</li> <li>5. ለቤተሰቡ ፍላጎት ሁሉ የሚሆነውን የሚሰጥ</li> <li>6. ???</li> </ol> <p><b>ሴቶች</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. የእናትነት ሚና</li> <li>2. የሚስትነት ሚና</li> <li>3. ረዳት፤ ጓደኛ</li> <li>4. አጋዥ</li> <li>5. የቤተ ሰብ ተንከባካቢ</li> <li>6. ???</li> </ol>                                                              |
| ደረጃ III | <p>እግዚአብሔር ወንድና ሴትን ልዩ አድርጎ የፈጠረበትን መንገድ ባለመረዳት ሊመጡ የሚችሉት አደጋዎች የሚከተሉት ናቸው-</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ረዳት፤ አንድ አካል፤ አንድ ጎብረት የሚለውን ጽንሰ ሀሳብ ጨምሮ የትዳር ጓደኝነት ይጠፋል።</li> <li>2. የመስገብነት፤ የማጭበርበር፤ የሌላውን ልዩነት ያለመቀበል፤ ሌላውን ሰው ያለማክበር፤ የእርሱነቱን ዋጋና የየግል ሚናን ያለመቀበል ሁኔታ የየዕለቱ ተግባር ወይም ልምድ ይሆናል።</li> <li>3. የበላይነትና የአለመግባባት ስሜት ውስጥ ውስጡን እየተብሰለሰለ መሄድ፤ በቤተሰብ ውስጥ አንዱ ለሌላው አስፈላጊ የመሆኑ ጉዳይ ውሉ አድሮ እየቀነሰ ይመጣል።</li> <li>4. እነዚህ ሁኔታዎችና መገለጫዎች ወደ ብጥብጥ፤ ወደ መራራትና ቆይቶም ወደ ፍች ያመራሉ</li> </ol> |

|        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ደረጃ IV | <p>ወንድና ሴት ሆኖ የመፈጠር ጥቅሞችና በረከቶች፡- በእግዚአብሔር ዕቅድ መሠረት በአግባቡ የሚገለጹ ከሆነ፤ ወንድና ሴት ሆኖ የመፈጠር አንዳንድ ጥቅሞች የሚከተሉት ናቸው፡፡</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. በቤተሰብ ግንኙነት ውስጥ የሚኖረውን ደስታና ርካታ ከፍ ያደርጋል፡፡</li> <li>2. በመጨረሻ ዘላቂ አመኔታ ወዳለው አንድነት የሚያመራውንና ይህንን እውን የሚያደርገውን ግንኙነት ይፈጥራል፡፡</li> <li>3. እግዚአብሔርን በመፍራት የሚያድጉ ልጆችን ለመውለድ ያስችላል፡፡</li> <li>4. የአጋርነትንና የጋብቻ አንድነትን መንፈስ ይበልጡኑ ያጠነክራል፡፡</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| ደረጃ V  | <p>ወንድና ሴት የእግዚአብሔር ልዩ ፍጡሮች ናቸው (ዘፍ 1+27)፡፡ ወንድና ሴት የእግዚአብሔር ልዩ ፍጡሮች ናቸው፤ ምክንያቱም በራሱ መልክ ወይም አምላል ፈጥሮአቸዋል (ዘፍ 1+27)፡፡ የአሪት ዘፍጥረት ታሪክ ሰው የእግዚአብሔርን አምላል እንዴት እንደያዘ ለመረዳት ያስችላል፡፡</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ሰው ነፍስ አለው (ዘፍ 2+7) እግዚአብሔር በአዳም ላይ የሕይወትን እስትንፋስ እፍ ባለበት ጊዜ፤ እግዚአብሔር ነፍስ ብለን የምንጠራውን መንፈሳዊ ዘርፍ ሰጠ፡፡ ይህኛው የሰው ክፍል ለዘላለም የሚኖር ነው፡፡</li> <li>2. ሰው አእምሮ አለው (ዘፍ 1+28)፤ ሰው ምድርን እንዲገዛ እግዚአብሔር ሥልጣን ሰጠው፡፡ የሰው ተግባር ምድርን መጠበቅና መንከባከብ ነበር፡፡</li> <li>3. ሰው ማግብራዊ ኑሮ ይፈልጋል! (ዘፍ 2+18) እግዚአብሔር ለሰው ከሌሎች ጋር የመግባባትና ግንኙነት የማድረግ ችሎታን ሰጠው፡፡ እግዚአብሔር ሴትን የወንድ ጓደኛና ረዳት ትሆን ዘንድ ሰጠው፡፡</li> <li>4. ሰው ግብረገባዊ ነው (ዘፍ 2+16-17)፤ ከመጀመሪያው አንስቶ እግዚአብሔር ለሰው ምርጫ የማድረግን ነጻነት ሰጠው፡፡ አዳም እግዚአብሔርን ለመታዘዝ ወይም ላለመታዘዝ መምረጥ ይችል ነበር፡፡ እግዚአብሔር መልካም ዕቅድ ነበረው፤ እግዚአብሔር ዓለምን የሰራበት መንገድ ለሰው ያለውን የግል ፍቅርና ክብካቤ ያሳያል፡፡</li> </ol> |
| ደረጃ VI | <p>እንቅስቃሴ፡- የዛሬው ትምህርት ዐቢይ ሀሳብ ምን እንደ ሆነ በመግለጽ አንድ አንቀጽ እንዲጽፉ ለተማሪዎች ገብረው፡፡ ደጋፊ የሚሆኑ ዝርዝር ጉዳዮችን እንዲያቀርቡ ጠይቃቸው፡፡ እነዚህም በቃል በክፍል ውስጥ ሊቀርቡ ወይም በድርሰት መልክ ቀርበው ውጤት ሊሰጣቸው ይችላል፡፡</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| ትግበራ   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ወንዶችና ሴቶች አንዳንድ አካላዊ፤ ስነግብራካዊና ተግባራዊ ልዩነታቸው እንደ ተጠበቀ ሆኖ በእግዚአብሔር መልክና አምላል ተፈጥረዋል፤ ወንዶችና ሴቶች ሁሉ ይህን መሠረታዊ ሐቅ ማስተዋልና ማክበር አለባቸው፡፡</li> <li>2. በባልና በሚስት መካከል ጥልቅ የሆነ አርኪ ደስታና የጠበቀ አንድነት እንዲኖር እግዚአብሔር ወሲባዊ ግንኙነትን ፈጠረ፡፡ ስለዚህ ከጋብቻ በፊትና ከጋብቻ ውጭ የሚፈጸመው ወሲብ ፀያፍና ጎጢአት ሊሆን እግዚአብሔርን የሚያሳዝን ነው፡፡ ስለዚህ ወንድም ሆነ ሴት ጎሳፊነት የሚሰማው ማንም ሰው ከእንዲህ ያለው አስጸያፊ ነገር መሸሽ አለበት፡፡</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

|                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ግምገማ              | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. በወንድና በሴት መካከል ያሉትን ሦስት አካላዊ፣ ስነግብራዊ ወይም ማኅበራዊ ልዩነቶችን ዘርዝሩ።</li> <li>2. በቤተ ሰብ ውስጥ የወንድና የሴት ልዩ ልዩ ሚናዎችን ግለጹ።</li> <li>3. እግዚአብሔር ወንዶችንና ሴቶችን ልዩ አድርጎ የሠራበትን መንገድ አለመረዳት ሲኖር ሊከተሉ የሚችሉትን አደጋዎች ለይታችሁ አመልከቱ፤ ተወያይበትም።</li> <li>4. ወሲብ በባልና ሚስት የጋብቻ ኅብረት በሚገባ ሲገለጽ፣ እግዚአብሔር መልካም ናቸው ብሎ ያቀዳቸውን ሦስት ጥቅሞች ግለጹ።</li> </ol>                 |
| ተማሪዎች የሚያከናውኑት ሥራ | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ዘፍጥረት 1፡26-27፤ 2፡20-25፤ 4፡1-2፤ ዘዳግም 22፡5 እና ገላትያ 3፡28 አንብቡ። በወንዶችና በሴቶች መካከል ያሉትን ልዩነቶች የሚያሳዩ ቃላትንና ሀረጎችን ሁሉ ዘርዝሩ።</li> <li>2. በኅብረተ ሰብ ውስጥ የወንዶችና የሴቶች ሚና ምን እንደሆነ በመግለጽ ለእያንዳንዳቸው አንዳንድ አንቀጽ ጻፉ።</li> <li>3. ወላጆቻችሁ በእናንተ ዕድሜ በነበሩ ጊዜ ያልፈጸሟቸውን፣ በዛሬው ዘመን ግን ሌሎች የሚፈጽሟቸውን 5 ልዩ ልዩ ሚናዎችን ልብ በማለት ለእያንዳንዳቸው አንድ ዐረፍተ ነገር ጻፉ።</li> </ol> |
| መደምደሚያ            | <p>ለጓደኝነት፣ ለኅብረትና በጋብቻ ጥምረት ውስጥ ተገቢ ለሆነ ወሲባዊ ግንኙነት እግዚአብሔር ወንድንና ሴትን ፈጠረ። ከጋብቻ በፊትና ከጋብቻ ውጭ የሚፈጸም ወሲብ ጸያፍና ኅጢአት ሲሆን እግዚአብሔርንም የሚያሳዝን ነው።</p>                                                                                                                                                                                                                                     |