

የኢትዮጵያ ወንጌላዊት ባፕቲስት ቤተክርስቲያን



**Ethiopian Evangelical
Baptist Church**

2822 S. Jupiter Rd.

Garland, TX 75041

Tel: (214) 703-0100 Fax: (214) 703-0161

WWW.EEBC-DALLAS.ORG

የጋብቻ እንቆቅልሾችና መፍትሔዎቻቸው

ጽሑፍ፡- ብሩስና ካሮል ብሪተን

ትርጉም፡- ጌቱ ግዛው

እርግጥ፡-

ፈቃዱ ገብሬ፣ ዓለማየሁ ማሞና ወርቁ ጋ/ማርያም

1ኛ እትም በ1993 ዓ.ም፥ 2ኛ እትም በ1995 ዓ.ም

ይህ መጽሐፍ ጋብቻቸው የሞቀና እስደላች እንዲሆንላቸው ለሚፈልጉ
አዋቂዎች ያገለግላል።

በእስያ፣ አውስትራሊያ፣ አፍሪካ፣ እሜሪካና እውሮፓ ባልና ሚስቶች
ለትዳራቸው የሚሆኑ መልሶችን ከዚህ መጽሐፍ እግኝተውበታል። እርስዎም
እንዲሁ!



መጽሐፍ ቅዱስን መሠረት ያደረጉ መጻሕፍት

Copyright ©1998 by SIM Ethiopia, Addis Ababa. Originally published
in English under the title of **ANSWERS FOR YOUR MARRIAGE**
third edition by Bruce & Carol Britten © 1998 by World Wide Books,
Florida, 1710, South Africa. All rights reserved.

ለባሎችና ለሚስቶች የሚሆን መጽሐፍ

ከብዙ ዓመታት በፊት በጉርምስና ዕድሜ ክልል ውስጥ ለሚገኙ ወጣቶች የሚሆን መጽሐፍ “LOVE AND MARRIAGE” «ፍቅርና ጋብቻ» በሚል ርእስ ጽፈን ነበር። የዚያ መጽሐፍ ዓላማ እግዚአብሔር ስጋብቻ ያቀደውን ድንቅ ዓላማ ለወጣቶች ማሳየት ነበር። በመጽሐፋችን ውስጥ እግዚአብሔር ከጋብቻ ውጭ የሚደረግ የግብረ ሥጋ ግንኙነትን እንደማይፈቅድ አመልክተናል። መጽሐፉ የተዘጋጀው በጉርምስና ዕድሜ ክልል ውስጥ ለሚገኙ ወጣቶች ለላነበር በጋብቻ ውስጥ ብዙ ጊዜ ሊያጋጥሙ ስለሚችሉ የግብረ ሥጋ ግንኙነት ችግሮች ምንም አላነሳንም ነበር።

“LOVE AND MARRIAGE” (ፍቅርና ጋብቻ) የተባለው መጽሐፋችን በብዙ አገሮች ታትሞ ለለተሠራጨ በሺህ የሚቆጠሩ ደብዳቤዎች ከአንባቢዎች ደርሰውናል። ከደረሱን ደብዳቤዎች ጥቂቶቹ በጉርምስና ዕድሜ ክልል ውስጥ ከሚገኙ ወጣቶች ሊሆን አብዛኛዎቹ ግን ከአዋቂዎች ነበር። ከእነዚህ አዋቂዎች መካከል አብዛኛዎቹ በጋብቻ ውስጥ ሰላስ ፍቅርና የግብረ ሥጋ ግንኙነት ከባድ ጥያቄዎች የነበሯቸው ናቸው።

በመጨረሻ ለአዋቂዎች የሚሆን መጽሐፍ መጻፍ አንዳለብን ተገነዘብን። ስለ ግብረ ሥጋ ግንኙነት መጻፍ የሚያሳፍር ቢሆንም በዓለም ዙሪያ ያሉ ባለትዳሮች በጋብቻ ውስጥ ከፍተኛ ትግል የሚያደርጉባቸውን ጥያቄዎች መመለስ አለብን።

«የጋብቻ አንቆቅልሾችና መፍትሔዎቻቸው» “ANSWERS FOR YOUR MARRIAGE” የተባለውን መጽሐፍ የጻፍነውም ስለዚህ ነው።

የዚህን መጽሐፍ የመጀመሪያ እትም ያነበበች አንዲት ሴት አንዲህ አለችን፡-

«የትዳር ሕይወቴ ጭንቅ ስለነበር ፍቺን ብቸኛ ምርጫ አድርጌ ነበር። “ANSWERS FOR YOUR MARRIAGE” «የጋብቻ አንቆቅልሾችና መፍትሔዎቻቸው» የተባለውን መጽሐፍ አነበብኩ። ከመጽሐፉ ለትዳሪ መልሶችን አገኘሁ። በአርግጥም ያ መጽሐፍ መልሶች ነበሩት። አንድ አሜሪካዊ ባልና ሚስት ለአኔ የትዳር ችግሮች በሆኑት ጉዳዮች ላይ ለመጻፍ መቻላቸው አስደንቆኛል።»

* ኮሎምቢያ፣ ኮትዲቮር፣ ሕንድ፣ ኪንያ፣ ኮሪያ፣ ላይቤሪያ፣ ማላዊ፣ ናይጄሪያ፣ ፖርቱጋል፣ ሰሎሞኒያ፣ ደቡብ አፍሪካ፣ ታንዛኒያ፣ ኡጋንዳ፣ ዛምቢያና ዚምባብዌ።

ማውጫ

ምዕራፍ 1 ፍቅራችን ከሰሙ.....	1
ምዕራፍ 2 ከሠርግ ቀን በኋላ.....	10
ምዕራፍ 3 በትዳር ሕይወት ፍቅርን ማዳበር.....	13
ምዕራፍ 4 መግባባት አቃተን.....	19
ምዕራፍ 5 ጥቂት ስለ ራሳችን ትዳር.....	28
ምዕራፍ 6 ስለ ግብረ ሥጋ ግንኙነት አምስት እውነታዎች.....	35
ምዕራፍ 7 የፍትወት ሥጋ ግንኙነት ሰልፋች.....	42
ምዕራፍ 8 የሠርግ ቀን ምሽት.....	57

ደብዳቤዎችና መልሶቻቸው

ዝሙት፣ ለካርና ዱላ

የሴፍ፡- ስለንድ ጊዜ ብቻ ከእርሱ ሚስት ጋር የግብረ ሥጋ ግንኙነት ግድረግ እፈልጋለሁ.....	70
ኤውጂን፡- ሚስቴ ዝሙትን እየተለግመደች ነው.....	71
ራሔል፡- ከባሌ ጋር መኖር የሚገባኝ ለምንድን ነው?.....	73
ዳዊት፡- ልጆቻችን ያንን ጋጢአተኛ ለው ይመስሉብን ይሆንን?.....	74
ጽሊያ፡- ባሌ ከእርሷ ጋር ተኝቶ አገኘሁት.....	75
ፍሬድ፡- እንድትወደኝ መተት አስደረግሁባት.....	77
ሊና፡- ዱላው ሰለቸኝ.....	77

የልጆች አስተዳደግ

ጆሴፊን፡- ልጃገረድ እንደመሆኔ ስለ ግብረ ሥጋ ግንኙነት እጠይቅ ነበር.....	79
ቤትሪስ፡- ለሴት ልጄ ስለ ግብረ ሥጋ ግንኙነት መናገር ይገባኛል?.....	80
ካረን፡- እናቴ ስለ ግብረ ሥጋ ግንኙነት የነገረችኝ እጅግ ዘግይታ ነው.....	82
አንዲ፡- እስኪያገቡ ድረስ ድንግል ሆነው መቆየት ይችላሉን?.....	82
ጌዴዎን፡- ልጆቻችን ለምን ምግባረ ብልሹ ሆኑብን?.....	82
ጢሞቴዎስ፡- ባለቤቴ ሥራዋን አቆመች.....	85
ከሪስታቤል፡- «ልጆችን በዱላ መምታት ፈጽሞ አያስፈልግም» ትላለች.....	88
አውስቴን፡- አባቴን ፈራሁት.....	86
ግላዲስ፡- ልጄ እርባና-ቢስት እንዳይለግው ልረዳው እችላለሁን?.....	87
ሙሬል፡- ወደ ቤት ወደ ባሌ ዘንድ መመለስ ያለጠላኛል.....	89
ኢሳይያስ፡- ብልቴ በከፊል መቆረጥ አለበት.....	90

እርግዝና

ክርስቲን፡- በእርግዝና ወቅት የግብረ ሥጋ ግንኙነት ግድረግ እንችላለን?.....	90
--	----

ግሪፎም፡- የወንድ የዘር ፈላሽ በግህፀን ያለውን ፅንሊን	
ይገኛው ይሆንን?	91
ብሬንዳ፡- ጡቶቹ ትንንሽ ስለሆኑ በቂ ወተት አይይዙም	91
ሊቴል፡- የጡቱን ወተት ምን ሊመርዘው ይችላል?	92
ጀን፡- አራርቂ መውሰድ እፈልጋለሁ	92
ሳምሶን፡- የቤተሰብ ምጣኔ መልካም ነውን?	93
ኢሊየት፡- እዚያው አልጋዩ ላይ እንድቆይ ነገረችኝ	94
ራያን፡- ባለቤቴ አታራግዝም	95
ሄለን፡- በወር አበባዬ ወቅት የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት	
ብፈጽም ላረግዝ እችላለሁ?	107
ዶርቴ፡- ተፈጥሮአዊ የቤተሰብ ምጣኔን እጠቀማለሁ	107
እነዚህን ገጾች የራሳችሁን ሠንጠረዥ ለመሥራት ተጠቀሙባቸው	
ቤቴ፡- ጡት ግጥባት እርግዝናን ይከላከላልን?	111
ከሌመንት፡- የፍትወተ ሥጋ ተግባርን ግዘግየት የተሻለ ያደርገዋል	111
ዴኒስ፡- የወንድ ዘር ፈላሽን ውጭ ባፈለውም እንኳ አረገዘች	111
አውን፡- የፍትወተ ሥጋ ፍላጎቷ ይቀንስ ይሆንን?	112
አግኑኤል፡- የቤተሰብ ምጣኔ ለእኛ አዲስ አይደለም	112
ዛሌብ፡- አራት ሴቶች ልጆች ቢኖሩንም እንኳ አሁን	
ወንድ ልጅ እንፈልጋለን	113
ግርጋሬት፡- ከግብረ ሥጋ ግንኙነት በኋላ የዘር ፈላሽ	
በብልቴ ውስጥ አይቆይም።	115
አሚሊያ፡- አርጅቻለሁ። ግርግዝ እችል ይሆንን?	
ኢራለመስ፡- ወደ ሐኪም ቤት መሄድ ተገቢ ነውን?	115
በፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ዙሪያ የሚገሡ ጥያቄዎች	
ሮዝሜሪ፡- አልጋችን ይጮኻል	116
ግርከና ዶሪስ፡- ሴትን ለወሲብ የሚቀለቅሱ ነገሮች ምንድን	
ናቸው?	117
ሸርሊ፡- በሥራ ከመድከሜ የተነሣ የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት	
መፈጸም ያቅተኛል።	119
ሊድያ፡- ለባለቤቴ በፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ወቅትም ፍቅሩን	
እንዴት ሊገልጥልኝ እንደሚችል አሳየሁት።	119
ቪክቶር፡- የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ለመፈጸም የትኞቹን	
አቅጣጫዎች መጠቀም እንችላለን ይሆን?	120
ኢለን፡- በእርግዝና ወቅት የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ለመፈጸም	
የትኛው አቅጣጫ ይሻላል?	121
ትሮይ፡- ሻዝሊን መጠቀም አለብኝን?	122

ግሎሪያ፡- ባለቤቴ ከፍተኛ የፍትወተ ሥጋ ፍላጎት አለው	122
ሳሙኤል፡- አዘውትራ የግብረ ሥጋ ግንኙነት ግድረግ እፈልጋለሁ	124
አግኑል፡- የግብረ ሥጋ ግንኙነት አያለደለተኝም	125
እዝራ፡- በአንጻንድ አቅጣጫዎች ወደ ከፍተኛ የእርካታ ደረጃ አትደርሱም	126
አዋጽ፡- ወደ ከፍተኛ የእርካታ ደረጃ ባትደርሱም እንኳ በግብረ ሥጋ	
ግንኙነት ትደለታለች	126
ኮሪኒ፡- ልጃንረዶችን ያሳድዳል?	127
ቪንሰንት፡- የፍትወተ ሥጋ ፍላጎትን የሚጨምሩ መድኃኒቶች	
የትኞቹ ናቸው?	127
አንጂላ፡- የፍትወተ ሥጋ ግንኙነትን አስደላች የሚያደርጉ	
ተግባራት ምን ምን ናቸው?	126
ቪርኒካ፡- ከእንግዲህ ብልቴ ሊቆምለት አይችልም	131
ጳውሎስ፡- ሲጋራ ግጤስ የወሲብን ጋደል ያደከማልን?	134
ዳንኤል፡- የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት የመፈጸሚያ ዕድሜያችን	
አልፎአል	134
ቴኦ፡- በወሲብ ፍላጎቴ ቀዝቀዝ የሚያደርገኝ መድኃኒት ምንድን ነው?	134
አልፍሬድ፡- ጠጪዎች በወሲብ የላቀ ይደሰታሉን?	136
ሉቃስ፡- ብልቴ ትንሽ ነው	136
ሩት፡- እልካገባ ድረስ ድንግልናዬን ጠብቄ እቆያለሁ	137
ኤድጋር፡- የሴት ጓደኛዬ አረገዘችብኝ	136
ሊድያ፡- ያለፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ከፍተኛ የእርካታ ደረጃ ላይ	
መድረስን ተለግምጀያለሁ። እግዚአብሔር በዚህ ይቆጣ ይሆንን?	139
ዳግላስ፡- ባለቤቴ የቀድሞ የወንድ ጓደኛዋን ታፈቅራለች	140
ግርታ፡- የልጆቼን አባት ላገባው ይገባኛልን?	142
ኢያሱ፡- ከዚህ ቀደም የፈጸምኩትን የፍትወተ ሥጋ	
ጋጢአት ይቅር ልትለኝ አልቻለችም	143
ሳርን፡- ከመጋቢያችን ጋር ፍቅር ይዞኛል	144
እንድርያለ፡- ሚስት አለችኝ፤ የከንፈር ወዳጅ እፈልጋለሁ	145
ጽርስቅላ፡- ኤድስ በፍትወተ ሥጋ ግንኙነት መተላለፉ እርግጥ	
ነውን?	146
ኑጋሚን፡- በኤድስ የተለከፉ ሰዎች ምን ይሆናሉ?	146
አብኒር፡- በኤድስ የተያዙ ሰዎችን መርዳት እንፈልጋለን	147
ያዕቆብ፡- በኤድስ እንዳልያዝ ምን ግድረግ እችላለሁ?	148
ዲቦራ፡- ለነርሶች «ንጹሕ ኃልተበከለ መርፌ	
እንዲጠቀሙ» እነግራቸዋለሁ	152

ዶርቃ:- በኃጢአቱ ጥፋተኛ መሆኔን ለሰቶቹ ነገረቻቸው	153
ኔሊ:- ከፍትወተ ሥጋ ግንኙነት የተነሳ ሊይዙኝ	
የሚችሉ በሽታዎች ምን ምን ናቸው?	153
ጌራ:- ኃጢአት ባለ ትዳር ልጅ አልባ እንዲሆን ሊያደርግ ይችላል?	155
ናታን:- የፍትወተ ሥጋ ፍላጎቶቹ በጣም ያይሉብኛል	156
አቤሊሉም:- ልብሷን ለማውለቅ እፈተናለሁ	157

አዲስ ባለትዳሮችና በቅርቡ ትዳር የሚፈጽሙ

ኢጥሮስ:- እግር ኳስ ተጫዋች መሆኔን የማትወድ ይመስለኝ ነበር	158
ዮሐናም:- ዳደኛዬ አይደለም። የፍትወተ ሥጋ ፍላጎትም የለኝም	159
አንቱኒ:- ባለቤቴን እንዴት ልለውጣት እችላለሁ?	160
ኢዮኤል:- ከርሰቲያኖች መሆን አሰብኝ?	161
አቤል:- የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት እንድንፈጽም ላለንድዳት?	162
ቶማስ:- የፍትወተ ሥጋ ችግሮች ፍቅርን ያጠፋሉ?	163
ኤልያስ:- ማሪዋና ወይም ሐሺሽ ማጫሰ የፍትወተ ሥጋ	
ተግባርን ያሻሽላል?	164
ኤማንዳ:- በቤቱ መኖር ልጀምርን?	164
ኤውንቄ:- በአዳዲስ የሴት ዳደኞቹ ተጠምዷልና ጊዜም የለውም	165
ሔኖክ:- ባለቤቴን ወይስ እናቴን?	166
ሚርሊ:- ከወላጆቹ ጋር መኖር አልፈልግም	167
መጋቢ ኢን:- ባለቤቴ ልጃገረዳቱን አለረገዘ	168
ስምያን:- ፈታት	169
ሲንቲያ:- ባለቤቴን ለመውደድ ወሰንኩ	171
ሉይስ:- ላግባ ወይስ ላጢ ሆኜ ልቅር?	171
የኢየሱስ ክርስቶስ ኃይል በሕይወቴ	173

መቅድም

ይህ በዓይነቱና በአቀራረቡ የመጀመሪያ የሆነው መጽሐፍ ከአንባቢዎች ልዩ ልዩ አስተያየቶች እንደሚገጥሙት ይጠበቃል። ምናልባትም ከአስተያየቶቹ በርካታዎቹ ነኝ! እንኳን ይህን መጽሐፍ እፋችሁልን! ለመናገር የምንፈራውን! ለመጠየቅ የምናፍረውን! የቤታችንና የጓዳችን ምሥጢር የሆነውን አንዲሁም የመኝታ ሰፍራ እንቅስቃሴያችንን ሁሉ የነካና የዳሰሰ በመሆኑ እጅግ ተጠቅመናል የሚሉ እንደሚሆኑ ምንም ጥርጥር የለንም።

ጥቂቶቹ ደግሞ እንዲህ ግልጽ መሆን ከባህላችን ጋር ይገጥማል ብላችሁ ነው? ትንሽ ድንበር አላለፋችሁም? አልበዛም? የሚሉ ሊሆኑ ይችላሉ።

ሁለቱም አስተያየቶች መሠረታዊ መነሻ አላቸው። ነኝ፣ እንኳን የሚሉን ብዙ ችግሮችን በጋብቻ ዙሪያ ያዩ፣ ብዙ እንቅስቃሴዎች የተፈራረቁባቸውና መፍትሔም ለመሻት መውጫ መግቢያው የጠፋባቸው ናቸው። አሁን እንዲህ የልብ ጥያቄን የሚመልስና የመኝታ ቤት ጨዋታችንና የትዳር ዳደኞቻችን ፍቅር አለደሳች የሚያደርግ መጽሐፍ በአጅ ላይ ሊገኝ እጅግ ደህ ያለኛልና ደስታው ተገቢ ነው አላለሁ።

በአንጻሩ ደግሞ ግልጽነቱ አልበዛም ወይ? ከባህላችን ጋርስ አይጋጭም ወይ? የሚሉንም ቢሆኑ ምክንያታቸው ማለፊያ ነው። የኢትዮጵያ ባሕል ብዙ ጠንካራ ነጥቦች አንዳሉት ሁሉ አንዳንድ ደካማ ነጥቦችም እንዳሉት አሌ የማይባል ነው። በተለይም ድብቅ መሆናችን፣ የምንፈልገውን አለመናገራችን፣ በትዳራችን ውስጥ የሚያስቸግረንን በግልጽ መጠየቀት አለመቻላችን፣ የጽታ ትምህርትን ከልጅነት ጀምሮ አለመማራችን፣ የግብረ-ሥጋ ግንኙነት ሂደቶችን አለመልከቱ ሥነ-ምግባር የሞላበትና መጽሐፍ ቅዱሳዊ መሠረት ያለው ትምህርት ማጣታችን ሊጠቀሱ ከሚገባቸው ዋና ዋናዎቹ ናቸው።

ለሌሎችም፣ የዚህ ጽሑፍ አቀራረብ ባህላችንን ያገናዘበ፣ ችግሮቻችን ላይም ያተኮረና አንዲሁም በትዳር እንቅስቃሴያችን ላይ ያነጣጠረ በመሆኑ ማናቸውም አስተያየት ሰጪ ተጠቃሚ እንደሚሆን አምናለሁ።

የጋብቻ ዝግጅት በማድረግ ላይ ያሉ፣ በቅርቡ የሚጋቡና የተጋቡ፣ እንዲሁም በትዳር ዓመታትን ያስቆጠሩ ሁሉ ግንባር ቀደም ተጠቃሚዎች ይሆናሉ።

ለሌሎችም፣ ይህን መጽሐፍ ለሚያነሱ አንባቢያን ሁሉ ያለኝ ማሳሰቢያ በደለታ፣ በተከፈተ ልብና አዕምሮ፣ ከባህል እሥራት ነፃ በሆነ መንገድ የአስደሳች ጋብቻ ባለቤት ለመሆን በመዘጋጀት ያነበቡት ዘንድ ነው።

ፍቅራችን ከሰመ

የተወደዳችሁ አቶ ብሪተንና ወ/ሮ ብሪተን

እኔና ባለቤቴ ከርሰቲያኖች ነን። የጋብቻ ሕይወታችን ግን አንድ ችግር ገጥሞታል። ፍቅራችን እንደ በረዶ ቀዝቅዷል። ብዙ ጊዜ እንጣላለን። በእኔ አሰተሳሰብ እውነተኛው ችግር የፍቅራችን መከሰም ነው።

ጋብቻችንን በፈጽሞንበት ወቅት አንዳችን ሰሌላችን ጽኑ መተሳሰብ ያለበት ፍቅር ነበረን። አሁን ግን የእነዚያ ቀናት ስሜቶች ደብዛቸው ጠፍቷል።

አሁን ወዳጅነታችን ቀርቷል። በአንድነት በምናሳልፋቸው ጊዜያት ደስተኞች አይደለንም። በችግሮቻችን ላይ አንነጋገርም። እንዲያውም የምንነጋገረው አልፎ አልፎ ብቻ ነው።

የፍትወተ ሥጋ ግንኙነታችን የሚያስደስተን ሳይሆን በግድ የምንፈጽመው ተግባር ሆኗል።

እኔም ሆንኩ እርሷ ሌላ ሰው አላፈቀርንም። ነገር ግን በመካከላችን የነበረው ፍቅር ከሰሟል።

ሕይወቴን በሙሉ በፍቅር አልባ ትዳር ማጥፋት አልፈልግም። በመካከላችን የነበረው ፍቅር ከሰሞ እያለ አብረን መቆየት ይገባናል? ከፍቅር አልባ ትዳር ፍች አይሻልም? እኔም ሆንኩ እርሷ በእርግጥ የምንወደውን ሌላ የሕይወት ጓደኛ ፈልገን ማግባት አይሻለንም?

እባካችሁን በዚህ ትዳር እንድቆይ አትንገሩኝ። ይህ ትዳር ደለተኛ ሊሆን እንደማይችል አውቃለሁ። ፍቅራችን ከሰሟል።

ምን ጊዜም የእናንተው፤

ኤሪክ

እኔና ካሮል ለኤሪክ ደብዳቤ መልስ ሰንሰጥ አሁን ያለበት ትዳር አለደሳች ሊሆን ስለመቻሉና በአስደናቂ ሁኔታ እርካታና ሐሜት የሚገኝበት እንደሚሆን አበሰርንለት።

እኔና ካሮል የኤሪክን ችግር ተረድተን ነበር። ከብዙ ዓመታት በፊት በትዳራችን ውስጥ ተመሳሳይ ችግር ነበረብን። በዚህ መጽሐፍ ስለትዳራችን ወደፊት እንናገራለን፤ አሁን ግን የኤሪክን ፍቅር አልባ የትዳር ሕይወት እንመልከት።

የኤሪክ የመጀመሪያ ችግር ፍቅር ምን እንደሆነ አለማወቁ ነው። የፍቅርን ምንነት የሚያውቅ ይመስለዋል፤ ነገር ግን ተምታቶበታል።

ብዙ ሰዎች ስለ ፍቅር እውቀት እንደሌላቸው እርግጥ ነው። በየትም ስፍራ የሚገኙ ሰዎች (በአሜሪካ፣ በአፍሪካ፣ በአውሮፓ፣ በአውስትራሊያ ወይም በአለም) ስለ ፍቅር ሊናገሩ ትሰማላችሁ። ምንነቱን ግን በትክክል አልተረዱትም።

ብዙ የጋብቻ ችግሮች የሚነሡት ባልና ሚስት እርስ በርስ ባስመዋደዳቸው ነው። አንዲያውም ፍቅር ራሱ ምን እንደሆነ አያውቁትም።

ፍቅር ምንድን ነው? መልሱ ቀላል ነው። ፍቅር የደግነት ተግባራት ነው። ፍቅር የምናደርገው ነገር ነው። ፍቅር ስሜት አይደለም። ፍቅር የደግነት ተግባራትን ማድረግና መልካም ቃላትን መናገር ነው። ፍቅር ስንል መለጠትና ይቅር ማለት ነው። ፍቅር መርዳት፣ ማመስገን፣ ፈገግ ማለትና ማገዝ ነው። ፍቅር አንዚህ ሁሉ ተግባራትና ከዚህም በላይ ሌሎች ሺህ ተግባራት ናቸው።

ኤሪክ ግን ይህን ተረድቶ ነበርን? ሰው ሁሉ ይህን ይረዳልን? አይረዳም! ብዙ ሰዎች ፍቅር የሚጠፋ ነገር እንደሆነ በማሰብ ይላሳታሉ። ኤሪክ ሊጽፍ «ፍቅራችን ከስመ» ይላል።

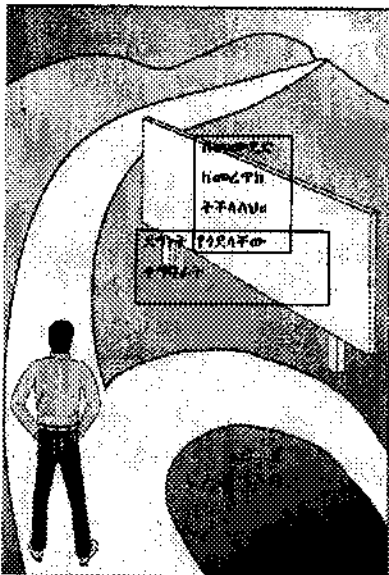
እውነቱ ግን ፍቅር የማይከስም መሆኑ ነው።

ቁልፍ ሊጠፋ ይችላል። በቅርቡ የቤቱ ቁልፍ ጠፋብኝ። ምንም ብለሩ ላገኘው አልቻልኩም። ፍቅር ግን ሊጠፋብኝ አይችልም። ከፈሰግኩ ሁልጊዜ ማፍቀር እችላለሁ። ማፍቀር የምችለው ፍቅር ተግባር ስለሆነና ተግባራቱን መምረጥ ስለምችል ነው።

ደግና ረዳት መሆንን ከመረጥኩ ማፍቀርን መረጥኩ ማለት ነው። አለማፍቀርንም መምረጥ እችላለሁ። ትዕግሥት- የለሽና ይቅርታ-ቢስ መሆን እችላለሁ።

ላስመውደድ ምርጫ ካደረግሁኝ ፍቅራ ጠፋብኝ ወይም «ከስመ» ማለት አልችልም። ባለቤቴን ካልወደድኳት ጥፋቱ የፊሴ ነው።

የእኔ ኃላፊነት ባለቤቴን መውደድ ነው። ይህ ግዴታዬ ነው። ካልወደድኳት ምክንያቱ የፍቅር መጥፋት ወይም መከሰም አይደለም። ነገር ግን በጎና መልካም ተግባራትን ላደርግላት ባለመምረጤ ነው።



የፍቅር ስሜት

ፍቅር ምን እንደሆነ ተነጋግረናል፤ እስቲ ወደ ሌላ ርእሰ እንተላለፍ። ይህም «የፍቅር ስሜት» የሚል ነው። እባካችሁ የፍቅር ስሜት ከማፍቀር ጋር አንድ እንዳልሆነ ልብ በሉ።

«የፍቅር ስሜት» ምንድን ነው? የዚህን ጥያቄ መልስ ሁሉም ሰው ሳያውቀው አይቀርም። የፍቅር ስሜት አስደናቂ፣ አስደላች ስሜት ነው። (ትወደኛሰችና እወዳታለሁ) የምንለው ስሜት ነው። ይህ የፍቅር ስሜት እጅግ አስደናቂ ከመሆኑ የተነሣ በሚሊዮን የሚቆጠሩ ዘፈኖች ተዘፍነውለታል፤ ግጥሞችም ተገጥመውለታል።

ዳሩ ግን ስለ ፍቅር ስሜት ጥቂት ሰዎች ብቻ የሚረዱት አንድ እውነታ አለ። ይህ እውነታ የፍቅር ስሜት የሚመጣና የሚሄድ መሆኑ ነው። አንድ ሰው ዛሬ ጠንካራ የፍቅር ስሜት ሊኖረው ይችላል። ይህ ስሜት ነገ ሊጠፋ ከነገወዱ ሊመሰስ ከዚያ በኋላ ሊጠፋ ቆይቶ ደግሞ እንደገና ሊከሰት ይችላል። ሰዎን? ምክንያቱም የፍቅር ስሜት፣ ስሜት ብቻ ስለሆነ ነው፣ ስሜቶቻችን ደግሞ ይቀያየራሉ።

እኛ ሰዎች ብዙ የተለያዩ ስሜቶች አሉን። አንድ ቀን ልናዝን በሌላ ጊዜ ደግሞ ልንደሰት እንችላለን። አንዳንድ ቀናት ሐሜት ልናደርግ በሌላ ጊዜያት ልንቆጣ፣ አንዳንድ ጊዜ ብቸኝነት ሊሰማን በሌላ ጊዜ ደግሞ በፍቅር እንደተከበብን ሊሰማን ይችላል። ነገር ግን ሁልጊዜ እንድንገኝ ስሜት ሊኖረን አይችልም።

ስለአንድ ወር መላኩ በየዕለቱ የደስተኝነት ስሜት ተሰምቶህ ያውቃልን? ሊሆን አይችልም። የደስተኝነት ጉዳይ ስሜት ስለሆነ ይመጣል ይሄዳል። ስሜቶቻችን ሁሉ ብልጭ፣ ጥፍት ይላሉ፣ ደግሞ እንደገና ብቅ ይላሉ። ይህም የፍቅርን ስሜት ይጨምራል።

ከሠርግ ቀን በኋላ

መሽሪትና መሽራው በሠርጋቸው ቀን እስከ ሞት ድረስ ለመዋደድ ቃል ኪዳን ይገባሉ። ይህ ማለት በየዕለቱ የፍቅር ስሜት እንዲኖራቸው ቃል ገቡ ማለት ነው? አይደለም። ለመዋደድ ቃል ሊገቡ የፍቅር ተግባራትን ስመፈጸም ቃል መግባታቸው ነበር። ደግሞ ርኅሩኅ፣ ረዳት፣ ተገንዛቢ፣ ይቅር ባይ፣ ወዘተ... ስመሆን ቃል መግባታቸው ነው።

የፍቅር ስሜት ይኖራቸዋል? እዎን፤ ነገር ግን ሁልጊዜ አይደለም። አንዳንድ ቀናት ትኩስ የፍቅር ስሜት ይኖራቸዋል። በሌላ ጊዜ ደግሞ በምትኩ ሌላ ስሜት ሊኖራቸው ይችላል። የጭንቀትና ተስፋ የመቁረጥ ስሜት ሊሰማቸው ይችላል። ምንም ዓይነት የፍቅር ስሜት ላይኖራቸውም ይችላል። ይሁን እንጂ ይህ ምንም አይደለም። እግዚአብሔር አንዳንድ የተወሰኑ ስሜቶች እንዲኖሩን አላዘዘም። ያዘዘን እንድንዋደድ ነው።

በሰዚህ ባልና ሚስት በበጎና መልካም ተግባራት ያለማድረግ መዋደድ አለባቸው። ለሚቶቻቸው ይመጣሉ ይሄዳሉ፤ ለሰዚህ መስጋት የለባቸውም። ሥራቸው በመልካም፤ በጎ ቃላትና ተግባሮች መዋደድና ያንንም በየዕለቱ መፈጸም ነው (1ኛ ቆሮ. 13:4ን ተመልከት)።

ለሚቶቻችንን መቆጣጠር እንችልም፤ ነገር ግን ተግባሮቻችንን መቆጣጠር እንችላለን። አንዳንድ ሰሜቶች እንዲኖሩን የመምረጥ መብት የለንም። ነገር ግን አንዳንድ ተግባራትን ለመፈጸም መምረጥ እንችላለን። ለምሳሌ በባለቤቱ ላይ እንድንጮኽባት ብረተንና ይህን ፈተና አሸንፌ በመልካምና በርሳራ ሁሉ ቃላት ብናገራት ልወዳት መሪጥኩ ማለት ነው።

እራሴን የመውደድ ሰሜት በሚይዘኝ ወቅት እንኳ ስትዳር ያደኛዬ እንክብካቤ ማድረግን ልመርጥ እችላለሁ። ስለ ችግሮቼዋ በምትናገርበት ወቅት ልሰማትና ልረዳት መጣር እችላለሁ። እርሷን ማጽናናትና ማረጋገጥን ልመርጥ እችላለሁ። ለሚቶቼ ስስታምና ቂመኛ እንድሆን በሚማጠኑኝ ወቅት እንኳ ፍቅር የሞላባቸው ነገሮችን መፈጸምን መምረጥ እችላለሁ።

አንዳንድ ጊዜ የትዳር ያደኛዬን እንዳገለግል ሲሰማኝ፤ በሌላ ጊዜ ደግሞ እራሴን በማስደሰቱ ላይ እንዳተኩር ሲሰማኝ ይችላል። ፍቅር ማለት በማይሰማኝ ወቅት እንኳ የትዳር ያደኛዬን ማገልገልን መምረጥ ማለት ነው።

የትዳር ያደኛዬን ለማገልገል በምመርጥበት ወቅት በዚያን ቅጽበት ያሉትን ሰሜቶቼን እየታዘዘሁ ላይሆን ይችላል። ነገር ግን በሠርጋችን ዕለት የገባሁትን ቃል ኪዳን እየፈጸምኩ ነው።

በዚያ ቀን እስከ ሞት ድረስ ባለቤቴን ልወዳት ቃል ገብቻለሁ። ያንን ቃል ኪዳን መጠበቅ እችላለሁ። ማፍቀርን መምረጥ እችላለሁ። ማፍቀር ከቁጥጥራ ውጭ የሆነ ነገር አይደለም። «ፍቅሩ ከለመ» ወይም «ፍቅሩ ጠፋ» ልል ፈጽሞ አልቻልም።

የኤሪክ የጋብቻ ሕይወት ተስፋ አለውን?

ኤሪክ «ፍቅሩ ከለመ ወይም ጠፋ» ይላል። እግዚአብሔር ደግሞ «ሚለትህን ውደድ» ይላል።

ኤሪክ ሚስቱን መውደድን ሊመርጥ ይችላል። ደግሞ ታጋሽ፤ ለጋሱ... በመሆን እግዚአብሔርን መታዘዝ ሊመርጥ ይችላል።

«የፍቅር ሰሜትን» በተመለከተስ? የኤሪክ ጋብቻ ከእንግዲህ አስደናቂ፤ ሞቅ ያለና አስደሳች የፍቅር ሰሜት ሊኖረው ይችላልን? በሚገባ!

በዚህ ቅጽበት ኤሪክ የፍቅር ሰሜት የለውም። በጤነኛ የትዳር ሕይወት ውስጥ የፍቅር ሰሜት ይመጣል፤ ይሄዳል! በኤሪክ የጋብቻ ሕይወት ግን ይህ ሰሜት ሙሉ በሙሉ ጠፍቷል። ለሚስቱ የፍቅር ሰሜት የሚሰማባቸው ቀናት እጅግ ርቀውታል።

ነገር ግን ያ ሊለወጥ ይችላል!

ለኤሪክ ትዳር- ለአንተም/ለአንቺም ቢሆን-ለውጥ ሊያመጣ የሚችል ትእዛዝና የተሰፋ ቃል ቀጥሎ ተለጥፏል።

ትእዛዝ

የፍቅር ሰሜትህ/ሽ የጠፋ ቢሆንም እንኳ የትዳር ያደኛህ/ሽን ውደድ/ጂ። የትዳር ያደኛህን/ሽን በመልካም ተግባራት ውደድ/ጂ። አጋዥ፤ ትሑት፤ ለጋሱ፤ ታማኝና ራስን አሳልፎ የሚሰጥ ለመሆን ጥንቃቄ አድርግ/ጊ።

ይህ ከባድ ትእዛዝ ነው፤ አይደል እንዴት? ነገር ግን ታገሥ! ቀጥሎ አስደናቂ የተሰፋ ቃል ታገኛለህ።

የተሰፋ ቃል

የፍቅር ተግባራትህን ያለማድረግ ለትፈጽም ከጥቂት ቆይታ በኋላ ግን ወይም ወዲያውኑ የፍቅር ሰሜትህ ይመለሳል! ልክ ነው፤ በቀረው ዘመንህ በፍቅር አልባ ሰሜት መቀጠል የለብህም። ያ አስደናቂ ሰሜት ሊመለስ ይችላል። የፍቅር ተግባራትን መምረጥ ለትቀጥል ይመለሳል።

የፍቅር ሰሜት ሰሜት ብቻ መሆኑ እርግጥ ነው። በየዕለቱ ላይኖርህ ይችላል። ይመጣል፤ ይሄዳል። ነገር ግን አትጨነቅ...የፍቅር ተግባራትን ለማድረግ መምረጥህን ከቀጠልክ የፍቅር ሰሜት ለረጅም ጊዜ አይሸሽህም።

አለታውሱ፤ ኤሪክ ደብዳቤውን ያጠቃለለው «የጋብቻ ሕይወታችን ከቆደንም ደስተኛ ሊሆን አይችልም...ፍቅራችን ከለሟል (ጠፍቷል)» በማለት ነበር። እውነቱ ግን የከለመው ወይም የጠፋው የፍቅር ሰሜታቸው ብቻ መሆኑ ነው። ያ የፍቅር ሰሜት ደግሞ የፍቅር ተግባራትን መፈጸም ሊጀምሩ ይመለሳል። አለቀድመው የፍቅር ተግባራትን መፈጸም መጀመር አለባቸው፤ ከዚያም የፍቅር ሰሜቶቻቸው ይመለሳሉ።

የፍቅር ሰሜታቸው የጠፋባቸው ለምንድን ነው?

ኤሪክና ባለቤቱ የፍቅር ሰሜታቸውን ያጡት እንዴት ነበር? መልሱ የሚከተለው ለመሆኑ ጥርጥር የለንም፤ የፍቅር ተግባራትን መፈጸም ለላቆሙ የፍቅር ሰሜቶቻቸው አሸቆለቆሉ።

ምናልባት በጋብቻ ሕይወታቸው መጀመሪያ አካባቢ አንዳቸው ለሌላቸው በጣም ትሑትና ደግ ነበሩ። ነገር ግን ቆይተው አንዳቸው ለሌላቸው የሚያደርጉትን የፍቅር እንክብካቤ አቁመው ተቺዎች፤ ተሳዳቢዎች ወይም

ርንፊጌ የተደላቸው ሆኑ። ይህም የፍቅር ሰሜት ከልባቸው እየፈቀ መሄዱ የማይታበል ነው።

ሆኖም ግን የፍቅር ተግባራትን ለመምረጥ ከወሰኑ ያ አለደላች የፍቅር ሰሜታቸው ይመለሳል።

ተግባራችን ሰሜታችንን ይቅደም!

ዛሬ አንድ ባል ለተወዳጅ ሚሊቱ አሰደናቂ የፍቅር ሰሜት አለው እንበል። እጅግ ግፍም ተወዳጅና ውብ ሴት ሆና ትታየዋለች።

አንድ የሚያበሳጭ ነገር አደረገችበት እንበል። በዚህ ተግባሯ እንዴት እንዳስቀየመችው ሊያስብ በልቡ የነበረው የፍቅር ሰሜት በቁጣ ይተካል።

አሁን ምርጫ ማድረግ ያለበት ሁኔታ ውለጥ ይወድቃል። ከፈለገ ትዕግሥቱ ተግባራት ሊጮኽባት ይችላል። ወይም ደግሞ እንዴት እንዳሳዘነችው በዝግታ ሊያለረዳት ይችላል። ከዚያም ይቅርታ አድርገላት ለእርሷ ባለው መልካምነት ሊቀጥል ይችላል።

ምርጫው የእርሱ ነው... ከፈለገ ሊወዳት ይችላል።

ቀጥሎ ምን እንደሚሆን መገመት ትችላላችሁን? ትዕግሥቱ እንዲግጠጥ ፈቅዶ ከጮኽባት የፍቅር ሰሜቱ ይቀንሳል! በፍቅር ተግባራቱ ግን ሊቀጥል ከፈቀደ የፍቅር ሰሜቱ ያድጋል።

ፍቅር እንደዚህ ነው። የፍቅር ተግባራትን ለመፈጸም ስንፈቅድ ወዲያውኑ የፍቅር ሰሜቶቻችንን እናገኛቸዋለን።

የፍቅርን ሰሜት እንዴት መልስን እንደምናገኝ

ኤውንቄ ማርቲንን በማግባቷ በጣም ደለተኛ ነበረች። እንደዚህ ዓይነት አለደናቂ ከርስቲያን ባል በማግኘቷ እግዚአብሔርን እጅግ አመለግና ነበር!

ከጋብቻቸው ጥቂት ቀናት በኋላ «ባል ለምን ለጠሽኝ? ለምንህ እርሱን?» የሚል እግዚአብሔርን የሚከሰ ጥያቄ በውስጡ ተፈጥሮ ለታገኝ መደናገጥ ውስጥ ገባች።

ማርቲን የምትፈልገውን ያህል ሁልጊዜ ማራኪ እንዳልሆነ ተገነዘበች። ስለዚህም ለእርሱ ያላት ሰሜት እየቀዘቀዘ መጣ። በዚህ መካከል ኤውንቄ በሠርን ቀን መጋቢዋ «ይህን ሰው ልትወጃው ቃል ትገቢያለሽን?» በማለት የጠየቃት ጥያቄ ትዝ አላት።

ቀለ በቀለ «ማርቲንን መውደድ አለብኝ» የሚል ግንዛቤ ውለጥ ገባች። የማይሰማማና ስስታም በሚሆንበት ጊዜም እንኳ መውደድ አለብኝ... ከእርሱ ጋር እብራ እኖር ዘንድ እጅግ አለቸጋሪ በምሆንበት ጊዜ እንኳ እንደሚወደኝ ተሰፋ አደርጋለሁ» አለች።

ስለዚህም ለእራሷ እንዲህ አለች፡- «አሁኑኑ አንድ የፍቅር ተግባር ለፈጽሞለት ይገባል፤ በጣም የሚወደውን ምግብ አዘጋጅለታሁ!»

ምግቡን እያዘጋጀችለት ሳለ ሰሜቷ መለወጥ ጀመረ። ለእርሱ የነበራት የፍቅር ሰሜት እንደገና ይቀጣጠል ጀመር!

ለእርሱ የነበራትን የፍቅር ሰሜት እንደገና ያመጣላት የፍቅር ተግባሯ ነበር። (ማለትም የሚወደውን ምግብ ማዘጋጀቷ)።

በተግባር የተገለጠ ፍቅር የፍቅርን ሰሜት እንደገና ያመጣል።

የሚያሳዝነው ነገር ይህን የሚረዱ ባልና ሚስት ጥቂቶች መሆናቸው ነው። ብዙዎች እንደ ኤሪክ ናቸው። የፍቅር ሰሜት ሳይኖር ሊቀር ፍቅራቸው የከለመደ የጠፋ ስለዚህም የትዳር ሕይወታቸው ተሰፋ ቢለ የሆነ ይመስላቸዋል።

ዛሬ በዓለም ዙሪያ የሚገኙ ባልና ሚሊቶች በሙሉ ስለ ፍቅርና ስሜት የሚከተለውን መረዳት አለባቸው።

1ኛ እውነታ	2ኛ እውነታ
ፍቅር ተግባር ነው። የጨዋነት፣ የእርቆ አሳቢነት፣ የታጋሽነት ወዘተ... ተግባር ነው። ማፍቀርን ምርጫህ ማድረግ ትችላለህ።	የፍቅር ሰሜት፣ ሰሜት ብቻ ነው። ስለዚህ ይመጣል ይሄዳል። አንዳንድ ጊዜ ይኖራል፤ በሌላ ጊዜ ደግሞ አይኖርም።
3ኛ እውነታ	4ኛ እውነታ
በተግባር ማፍቀርን ስትተው የፍቅር ሰሜትህ መጥፋት ወይም መከለም ይጀምራል።	የፍቅር ሰሜትህ ከጠፋ መልስህ አግኘው። እንዴት? በተግባር ማፍቀርን ምረጥ። ጀምር!

ፍቾ

ኤሪክ በደብዳቤው ሚስቱን ሊፈታት እንደሚፈልግ ተናግሯል። እኔና ካርል «ፍቾ» የሚለውን ቃል ስንለማ ለታላቅ ወንድሟ የሚከተለውን የውሳኔ አሳቢን የተናገረች የአንዲት ወጣት ሴት ታሪክ ትዝ ይለናል፤ «ባለቤቴን መፍታት እፈልጋለሁ። በዚህም አሳርረዋለሁ» ትለዋለች።

ታላቅ ወንድሟም «ጥሩ ነው። ደኅና አድርገሽ እንዴት እንደምታሳርሪው እንግርሻለሁ። በመጀመሪያ ያሰደስተዋል የምትደውን ነገር ሁሉ ማድረግ ጀምረ። በእርሱ ልታደርጊ የምትችይውን ተጨማሪ በጎ ነገሮች አሰቢ። ሁልጊዜ በአክብሮት አነጋግሪው። ማጉረፍረፍ አቁሚ። ወዲያውኑ ያለ አንቺ መኖር ያስመቻሉን በማሰብ አጥብቆ ይፈልግሻል። ቀጥሎ በሁለተኛ ደረጃ ፍቺውን ፈጽሚ። ይህ በእርግጥ ያሳርረዋል» የሚል መልስ ሲሰጣት በጣም ነበር የተገረመችው።

ከጥቂት ወራት በኋላ «የመጀመሪያውን እርምጃ ወሰጄአለሁ» በማለት ለወንድሟ ነገረችው።

ወንድሟም መልስ «በጣም ጥሩ ነው። ፍችሽን መፈጸም ያለብሽ ጊዜ አሁን ነው» አላት።

አድናቆት በሞላበት ሁኔታ «ፍች! አልቻልም! አሁን በፍቅሩ ተይንፍአለሁ» አለችው።

የፍቅር ተግባራት የፍቅር ሰሜቶችን መልሰው እንደሚያመጡ ተገነዘበች። ብዙ የትዳር ጓደኛዎች ይህን እውነት ሳይገነዘቡ መቅረታቸው እንዴት የሚያሳዝን ነው! «የፍቅር ሰሜታችንን አጥተናል። ስለዚህ ለዚህ ትዳር ምንም ተስፋ አልቀረሰትም። መፋታት አለብን» ይላሉ።

እግዚአብሔር እንዲህ ይላል፡- መውደድን(ፍቅርን) ምረጡ... ፍቺን አትምረጡ። «ፍቅር ለዘወትር አይወድቅም» (1ኛ ቆሮ. 13:8)። «እርስ በርስችሁ እንድትዋደዱ ይህን አዛችኋለሁ» (ዮሐ. 15:17)። «ባሎች ሆይ! ...ሚሰቱቻችሁን ወደዱ» (ኤፌ. 5:25+26)። «እኔ ግን፣ እላችኋለሁ ያለ ዝሙት ምክንያት ሚስቱን ፈትቶ ሌላዬን የሚያገባ ሁሉ ያመነዝራል» (ማቴ. 19:9)።

ለኤሪክ የሰጠው መልስ

ወድ ኤሪክ፡
በሠርግህ ቀን ሞት እስከሚለያችሁ ድረስ ሚስትህን እንደምትወድ ቃል ገብተሃል። ይህ ቃል ኪዳን ለእግዚአብሔር የሰጠው መሐላ ነበር። ስለዚህ ልትጠብቀው ይገባል።
«ለእግዚአብሔር ስእለት በተሳልህ ጊዜ ትፈጽመው ዘንድ አትዘግይ» (መክ. 5:4)።
መውደድ ቀላል ነገር አይደለም። ነገር ግን ሚስትህን ለመውደድ ቃል ገብተሃልና በእግዚአብሔር ርዳታ ልትፈጽመው ይገባሃል።
በተግባር ማፍቀር ስትጀምር ወዲያውኑ ወይም ጥቂት ቆይቶ ሰሜትህ ሲመለስ በማየት ደስተኛ ትሆናለህ። አዎን «ፍቅር ይዘኛል!»

ብለህ እንድትጮህና እንድትዘምር የሚያደርግህን አሰደናቂ ሰሜት እንደገና ታገኛለህ።
ከዚያም በኋላ ዚሆን ሰሜትህ ከፍና ዝቅ ማለቱ የማይቀር ነው። ሰሜትህ በዕለቱ ከፍ ወይም ዝቅ ቢል እንኳ የአንተ ተግባር ሚስትህን መውደድ ነው።
በተግባር የማፍቀርን መልካም ሥራ ከፈጸምክ ዓመታት ባሳለፍክ ቁጥር በጋብቻ ውስጥ የሚኖረው የፍቅር ሰሜት የበለጠ አሰደናቂ እየሆነ ይሄዳል። የሰሜት ከፍና ዝቅ ማለት ሁልጊዜ ይኖራል፤ ነገር ግን ዝቅታው እየቀነሰ ከፍታው የበለጠ አሰደሳች እየሆነ ይሄዳል።
«ከፍቅር አልባ ትዳር ፍች አይሻልም?» ብለህ ጠይቀሃል። መልሱ ሁለቱም አይሻልም ነው። ሚስትህን አትፍታ! ፍቅር አልባ የሆነ የትዳር ሕይወትህንም አትቀጥል። ማፍቀርን ምርጫህ አድርግ። በእግዚአብሔር ርዳታ የትዳር ሕይወትህ ሞቅ ያለና የፍቅር ሰሜት የሞላበት ይሆናል። ታዲያ ፍች ከዚህ ይሻላልን?

ከሠርግ ቀን በኋላ

ውድ ብሩሳና ካርል፡

ትክክለኛዋን ሴት ካገባሁ እውዳት ዘንድ እጅግ ቀላል እንደሚሆን አስብ ነበር። በዚሁ መሠረት ኤውንቄ የተባለች መልካም ክርስቲያን ሴት አገባሁ። ከተጋባን ለድስት ወሬት ሆኖናል። እኔ ቤተ ክርስቲያን ሄጄ ባለውቅም እርሷ ሰለምትሄድ ደለ ይለኛል። እርሷ ጥሩ ሚስት ብትሆንም እንኳ በየሰለቱ ለጭክባት ራሴን አንኛለሁ። ለመሻሻል ብጥርም አቃተኝ። ችግሩ ምን ይሆን?

የእናንተው፡

ለምያን

ውድ ለምያን፡

መውደድ ቀላል አይደለም። እኛ ሰዎች በተፈጥሮአችን ለስታሞች ነን። ብዙ ጊዜ ፍቅር የተደላቸው ተግባራትን መፈጸምና መነጋገር ይቀናናል።

እግዚአብሔር ሊረዳን ይፈልጋል፤ ነገር ግን ችግር አለ። ኃጢአታችን ከእግዚአብሔር ይለየናል። ለሰዚህ ከሁሉ አስቀድሞ የሚያስፈልገን ኃጢአታችንን የሚያስወግድልንን ለው ማግኘት ነው።

ይህን ማድረግ የሚችል ክርስቶስ ብቻ ነው።

ስምያን፡ ለሰዚህ ኃጢአተኛ መሆንህን ለእግዚአብሔር ተናዘዝ። በአንተ ሰፍራ ተሠቃይቶ መሞትን እመን። አዳኝህ እንዲሆን ጠይቀው። የዘላለም ሕይወትን ይለጥሃል።

አፍቃሪ ባል መሆንን እግዚአብሔር ቀላል ያደርጋልሃልን? አያደርግልህም። ማፍቀር ቀላል ነገር አይደለም። ክርስቶስን ከተቀበልክ በኋላ ግን የእግዚአብሔር ኃይል በአንተ ውስጥ ለሰሚሆን ድልን መቀዳጀት ትጀምራለህ።

ከሠርግ ቀን በፊትና ...በኋላ

ትክክለኛ የትዳር ጓደኛ ከመረጥኩ ማፍቀር ቀላል ይሆንልኛል በማለት የሚያለቡ እንደ ስምያን ያሉ ሰዎች በርካታ ናቸው። ከሠርጋቸው ቀን በኋላ ማፍቀር ቀላል እንዳልሆነ ለመገንዘብ ረጅም ጊዜ አደወሰድባቸውም።

ለወጣት ወንድና ሴት ከሠርግ ቀናቸው በፊትና...በኋላ ያሉት ጊዜያት በአብዛኛው ምን እንደሚመለሱ እንመልከት።

አንድ ወጣት ወንድ በአንዲት ወጣት ሴት ላይ ልዩ ስሜት ሲያድርበት ያለውን ሁሉ ሲለጣትና በትሕትና ሊቀርባት ጥንቃቄ የተሞላባቸውን እርምጃዎች ይወስዳል። እርሷም ደግሞ የምትፈልገው ከሆነ እንዳታስቆጣውና ትፅግሥቱን እንዳታሰፈርሰው በመጠንቀቅ መልካም ሴት ሆና ትቀርባለች።

እነዚህ የፍቅር ተግባራት ለወሬት ይቀጥላሉ። እናም ወደ ሠርጋቸው ቀን ያደርሷቸውና ይጋባሉ። ከዚያ በኋላ ምን ይሆናል?

ችላ ማለት ይጀምራሉ!

ሴቲቱም እንዲህ ብላ ታስባለች። «አሁን ባል አለኝ፤ ሕይወቴን በሴተ ላጤነት እገፋው ይሆን የሚል ሰጋት የለብኝም። ስለዚህ ዘና ማለት እችላለሁ።» ችላ ማለት ምን ማለት ነው? ለባሏ ጥሩ ሆና ለመገኘት ብዙ አትጨነቅም ማለት ነው።

ባለቤቷም እንደዚሁ ነው። ከሠርጉ ቀን በኋላ እንዲህ ማለት ይጀምራል። «አሁን ሚስቴ ሆናለች፤ አሁን የራሴ ሴት ናት» እናም እንደማንኛውም ሴት ሊያያት ይጀምራል። ለሰሚያስፈልጋት ነገር መጪነቅ ያቆምና መዝናናት ይጀምራል። ባደረገችው አንድ ነገር ሲጎዳ ይቅርታ ማድረግ ያቅተዋል። እናም እርሷን በሚጎዳ ነገር ምላሹን ለመስጠት ይሞክራል።

እርሷም ተመሳሳይ ድርጊት ትፈጽምበታለች። ለሰዚህ መጎዳዳቱ እያደገ ይመጣል።

ከሁለት አንዳቸው «ጌታ ሆይ፤ የትዳር ጓደኛዬ ለእኔ መልካምና ደግ በማይሆንበት ጊዜ እንኳ በአንተ ርዳታ ደግኖ መልካም እሆንለታለሁ» ብለው ቢጸልዩ የትዳር ሕይወታቸው ሊሻሻል ይችላል። ይህን ማለት ግን ከባድ ነው። ለሰዚህ አያደርጉትም። ይልቁኑ ችላ ማለትን ይቀጥሉበታል።

ወዲያውኑ የፍቅር ለሜታቸው እየወረደ ይመጣል። ከመጋባታቸው በፊት ሁለቱም አስደናቂ የፍቅር ስሜት ነበራቸው። በእነዚያ ቀናት «በፃላም ላይ ከሁሉም የላቀ ሥርዓት ያለው፤ ደግ፤ አሰደናቂ ሰው ሆኖ ሳለ ሊያገባኝ እኔን መረጠ» ብላ ታስብ ለላከበር በሐሜት ትኖር ነበር። እርሱም ከፍተኛ ደስታ ነበረው። ምክንያቱም «በምድር ላይ ከሁሉም የላቀች መልካም ሴት» ለማግባት እየተዘጋጀ ነበርና። አሁን ግን አንዳቸው ለሌላቸው የሚያደርጉትን ጥንቃቄ ይቀንሳሉ። የፍቅር ስሜታቸው እየከለመ ይሄዳል እናም እያንዳንዳቸው «ስምንድን ነው ብዙ ጊዜ የምንጋጫው? በልባችን የነበረው የፍቅር ስሜት የት ደረሰ? ምናልባት ፍቅራችን መሉ በመሉ ጠፍቶ ይሆናል» ይላሉ።

እግዚአብሔር የሚሰጣቸው መልስ «እርስ በእርሳችሁ እንድትዋደዱ አዝዛችኋል» የሚል ነው። ይህ ማለት ከሠርጋቸው ቀን በኋላ አንዳቸው ለሌላቸው የፍቅር ተግባራትን ማድረግን መቀጠል አለባቸው ማለት ነው።

ትዕግሥት ማድረግን፡ . . . ደግነታቸውንና ቸርነታቸውን፤ እና የመላለሱትን ማቆም የለባቸውም።

ይህን ማለት ከሠርጋቸው ቀን በኋላ ችላ ማለት የለባቸውም ማለት ነውን? አዎን እንደዚያ ማለት ነው!

በየዕለቱ የፍቅር ተግባራቸውን ለመቀጠል ጥንቁቅ መሆን አለባቸው። ተግተው መሥራት አለባቸው። ችላ ማለት የለባቸውም።

«ነገር ግን ክርስቶስ በእኔ ከኖረና ጋይሱን ከሰጠኝ ዘና ማለት አልቻልኩም?» አትችልም፤ ከክርስቶስ ጋር መሥራት አሰብህ። አብሮ በመሥራት ድልን ማግኘት ይቻላል።

እንዴ እስቲ ጥቂት እናስብ! የትዳር ጓደኛዬን ለማፍቀር ተግኜ መሥራት ካሰብኝ ይህ ጉዳይ ትዳርን ቀዝቃዛና ለሜት አልባ አያደርገውም?

አያደርገውም። ሞከርና እየወ! ዛሬውኑ ጀምሮ የትዳር ጓደኛህን በማፍቀር። ትጋ! በልዩ እንክብካቤ ለመያዝ ተጨማሪ ጥንቃቄ ውለድ/ጂ። ክርስቶስ እንዲረዳህ ጠይቅ። የትዳር ሕይወታችሁ በፍቅር ያደገ...የመኝታ ጊዜያችሁም ተናፋቂና አስደሳች ይሆናል!

በሚቀጥለው ምዕራፍ አንተና የትዳር ጓደኛህ አንዳችሁ ለሌላችሁ ፍቅር የምትገልጹባቸውን ሦስት ጠቃሚ መንገዶች ትመለከታላችሁ።

በትዳር ሕይወት ፍቅርን ማዳበር

በትዳር ሕይወት ውስጥ ፍቅርን ለማዳበር እንዲቻል የሚደርጉ ተግባራዊ ልምዶችን በዚህ ምዕራፍ ውስጥ እንመለከታለን።

ከትዳር ጓደኛቸው ጋር የምትዋደዱባቸው ሦስት ተግባራዊ የሆኑ ነገሮች ከዚህ በታች ተሰጥተዋል።

1) የአድናቆት ቃላትን መጠቀም

ለው ሁሉ አድናቆትን ይፈልጋል። ሁላችንም የሚከተሉትን ዓይነት አባባሎች መለማት አንወዳለን። «መልካምነትህን/ሽን አደንቃለሁ፤ እንደ አባት/ እናት ስልጆቻችን የምታደርገው/ጊው መልካም ሥራዎች ያስደስቱኛል።»

ለተግባራችን አድናቆት ካላገኘን እንተዳለን። እንዲት የቤት እመቤት እንዲህ ብላ ዳፈች፡ «ባለቤቴ ቤቱ ንጹሕ መሆኑን፤ ሽሚዞቼ በሚገባ መተባባቸውን ልብ የሚል አይመስለኝም፤ ብቻ ከዋለበት ወደ ቤት ሲገባ እራት እስካሁን አልደረሰም? ይላል።»

አድናቆታችንን በግል ብቻ ሳይሆን ሌሎች ባሉበትም መግለጽ አስብን።

ካሌብና ራሔል የእርሱን ዘመዶች ጥያቄ በተገኙበት ቦታ፡ «በመኪናህ ወደ ሱቅ ታደርሰኛለህ? ለልጆቻችን ተጨማሪ የአገንት መሃረብ መግዛት እፈልጋለሁ» ብላ ጠየቀችው።

ካሌብም መለሰና «ለምንድን ነው በሚገባ የተቀናጀ ሥራ የማትሠራው? አስቀድሞ ማቀድ መቼ ትማሪ ይሆን?» በማለት ወረፋት።

ካሌብ ይህን የተናገረው በዘመዶቹ ፊት ነው። ይህም ከየትም በታ ይልቅ ራሔል መልካም ነገር እንዲነገርላት የምትፈልግበት ለፍራ ማለት ነበር።

በዘመዶቹ ፊት ስለ እርሷ መልካም ነገር ተናግሮ ቢሆን ኖሮ ራሔል ምን ያህል እንደተወደደች ይሰማት እንደነበር አስቡ!

አንድ ባል ስለ ሚለቱ በግልም ሆነ በሕዝብ ፊት መልካም ነገሮችን ለመናገር አጋጣሚዎችን መፈለግ ይገባዋል። ሚለትም ደግሞ በተመሳሳይ ሁኔታ ስለ ባሏ መናገር መቻል አለባት።

አንድን ሰው ላደንቀው በፍጹም ባልፈልግ ማድነቅ ግብዝነት አይሆንም? አድናቆት እንዲሁ የሚመጣ ተፈጥሮአዊ ነገር አይደለም? መልሱ አይደለም ነው። አድናቆት እንዲሁ በተፈጥሮ የሚመጣ አይደለም። የእኛ የሰው ልጆች ተፈጥሮ ራስ ወዳድነት ነው። ለግብፃው ተፈጥሮ አድናቆት ማግኘት እንዳለብን መንገሩ ተፈጥሮዊ ቢሆንም አድናቆትን ለሌሎች እንድስጥ ግን አይነግረንም።

አድናቆትን መስጠት የማፍቀር አንዱ መንገድ ነው። ማፍቀር ደግሞ ቀላል አይደለም። ሰማፍቀር መትጋት እንጂ ዘና ግለት አያዋጣም።

አንዴት እንደምንጀምር።

ዛሬ የትዳር ዓደኛህን ግድነት ልትጀምር ትችላለህ፤ አራሳህን ሁለት ጥያቄዎችን ብቻ ጠይቅ።

ሀ. ስለትዳር ዓደኛዬ በእውነት ደስተኛ የምሆንበት ምን ጉዳይ አለ?

ለ. አድናቆቴን አንዴት ላላያት አችላለሁ?

እነዚህን ጥያቄዎች ለመመስሰ ከሁሉ የተሻለው መንገድ መልሱን ወረቀት ላይ መጻፍ ነው።

መጀመሪያ፣ የትዳር ዓደኛህ ጠንካራ ጎኖች ናቸው የምትላቸውን አምስት ነገሮች ጻፍ። (ስለ እርሷ/እርሱ የማትወደው/የማትወጀው በርካታ ነገሮች ቢኖሩ እንኳ አምስት ጠንካራ ጎኖች መኖራቸው አይቀርም።)

በሁለተኛ ደረጃ፣ እነዚህን ጠንካራ ጎኖች የምታደንቅበትን አንድ መንገድ ጻፍ።

ከታች የተሰጠውን ምሳሌ ተመልከት።

አሁኑኑ ይህን መጽሐፍ አጥፊህ አስቀምጠህ በምሳሌው እንደተሰጠው ጻይነት ለትዳር ዓደኛህ ጻፍ።

አሁኑኑ አድርገው። በዚህ ደስተኛ እንደምትሆን አናረጋግጥላለን።

ይሻሻላል/ትሻሻላለች።

የትዳር ዓደኛህን/ሽን አድናቆትን በግላየት ካፈቀርክ/ሽ ደካማ ጎኖች ይሻሻላሉ!

የትዳር ዓደኛን ደካማ ጎን ሰማሻሻል ነቀፋና ትችት ፈጽሞ አይረዳም። በእርግጥ የሚረዳው አድናቆት ነው።

ለምሳሌ፣ ባለቤትሽ ለልጆቼ የሚያደርገው እንክብካቤ በጣም እንደሚያስደስትሽ በመግለጽ ብታደንቁው ለልጆቼ የሚያደርገው እንክብካቤ ይጨምራል።

ስለ ትዳር ዓደኛዬ የምወዳቸው ነገሮች	አድናቆቴን አንዴት እንደምገልጥ
1. ለልጆቻችን ግሩም እንክብካቤ ታደርጋለች።	1. እርሷ እየሰማች ልጆቼን እንዲህ ልላቸው አችላለሁ። ልጆች «በጣም የምትወዳችሁ እናት ሰላሰቻችሁ እድለኞች ናችሁ»።

2. ለእንግዶቻችን የሚያረካ አቀባበል ታደርጋለች።	«እንግዶቻችን ቤታችን እንደ ቤታቸው እንዲሰማቸው የምታደርግበትን አቀባበልሽን አደንቃለሁ» ልላት እችላለሁ።
3. ለወላጆቼ ደግ ናት።	3. ለእነርሱ አንድ ነገር ባደረግኸ ቁጥር ተጨማሪ አድናቆት ልገልጥ አችላለሁ።
4. በአሁኑ ት/ቤት በማስተማር በታማኝነት ታገለግላለች።	4. እግዚአብሔርን ለማገልገል በቂ ጊዜ በመስጠቷ ደስተኛ እንደሆንኩ ልነግራት እችላለሁ።
5. ተጨዋችና ተግባቢ ስለሆነች ሰዎች ይወዷታል።	5. የአክባሪ ልጅ እንደዚህ ጻይነት ተግባቢ ሚስት ስላለህ ዕድለኛ ነህ አለችን ብዬ ልነግራት እችላለሁ።

በቅርብ ጊዜ ለድለት መቶ አስተማሪዎች የትምህርት ቤት ርዕሰ መምህራቸው ተግተው ይሠሩ ዘንድ ምን ግድረግ እንደሚገባቸው ተጠይቀው ነበር። የብዙዎቹ መልስ ለጥረቶቻችን አድናቆት መስጠት ይገባቸዋል የሚል ነበር።

አዎን አድናቆት መምህራን ጥረታቸውን እንዲያሻሽሉ ይረዳቸዋል፤ ለትዳር ዓደኛም ይህ መንገድ በሚገባ የሚሠራ ነው? እስቲ ሞክሩት። ዛሬውኑ አድናቆታችሁን ከሌላ ጊዜ በበለጠ መግለጥ ጀምሩና ምን እንደሚሆን ተመልከቱ!

2. የደግነት ተግባራትን ፈጽሙ።

ፍቅርን በተግባር የመግለጥ ሁለተኛው መንገድ የደግነትን ተግባራት መፈጸም ነው። በትዳር ሕይወታችሁ መጀመሪያ አካባቢ በርካታ የደግነት ተግባራት ለመፈጸም ጥንቁቅ የነበራችሁ ይሆናል።

ያንን አሁን አቁማችኋልን?

ዛሬም ቢሆን ለትዳር ዓደኞቻችሁ ልትፈጽሙ ከምትችሉት የደግነት ተግባራት የሚከተሉት ይገኙባቸዋል።

ባሎች ሆይ

* ለሚስቶቻችሁ «እወድሻለሁ» ማለትን አትዘንጉ። ይህን ስታደርጉ ግልጥ የሆነ ምክንያታችሁንም ተናገሩ። ለሚስቶቻችሁ ደስ የምትሰቅበትን ነገር ለትናገሩ የሚስቶቻችሁ ፊት ይፈካል።

* ከሚሰቀድቸው ጋር በእግር ጉዞ በማድረግ ተንሸራሽሩ። እንደዚህ ዓይነት ድርጊት አብራችሁ የምታጠፉት ጊዜ ደስ እንደሚያስኖችሁ ስሚሰቀድቸው ግረጋገሜ ይሆንላቸዋል።

* ስጦታ ሰጧቸው። ስጦታ በምትሰጡበት ወቅት ምክንያታችሁ «ሰለምትወዱቸው» ብቻ መሆኑን ንገሯቸው። ስጦታውን ያመጣችሁት በዚያን ቀን ምሽት በመኝታችሁ የተሰየ ችርታ በማድረግ እንዲከፍሏቸው አስባችሁ እንዳይደስ ግለጹላቸው።

* በምትቆጡበት ጊዜ እንዴት እንደምትናገሩ ተጠንቀቁ።

* በቤት ውስጥ ሥራ ስርዱቸው። እንዴት እንደምትጠነቀቁላቸው ልጆቻችሁ ሲያዩ ያከብሩአቸዋል። ደግሞም ቤት በፍቅር እንደተሞላ ስለሚሰማቸው የዋስትና ስሜት ይኖራቸዋል።

* ሰወላጆቹ ልጆቸውን እንዴት እንደምታደንቁት ንገሯቸው።

* አብራችሁ ቁጭ ብላችሁ ስመጫወትና ስመነጋገር ጊዜ ውሰዱ። አላባችሁንና ስሜታችሁን ትወቅ።

* በየዕለቱ ሰሁስት መንገዶች ጸሎት አድርጉ፡-

ሀ) ከልጆቻችሁ ጋር፤

ለ) ከሚሰቀድቸው ጋር ብቻ።

ሚስቶች ሆይ

* ባሎቻችሁ ከሥራ በሚመጡበት ወቅት በፈገግታና በመልካም ንግግር ተቀበሏቸው። በጠቀረ ፊት አትቀበሏቸው። ባሎቻችሁን ማየት ደስ እንደሚያስኖችሁ ይወቁ።

* መልካም ነገር ሲያደርጉላቸው አመሰግኑላቸው! ተወዳጅ የሆነ አንድ ቃል ቢኖር «አመሰግናለሁ» ነው።

* ስልጆቻችሁ አባታቸውን እንዴት እንደምታደንቁ ንገሯቸው። አንድ ባል ከሥራ እጅግ ደክሞ ወደ ቤት ሲመጣ ትንሽ ሴት ልጁ እንዲህ አስቸው «አባይ፤ ስለኛ መልካም እንክብካቤ ለማድረግ በጣም እንደምትሠራ እማይ ነገረችኝ።» በዚህ አነጋገር እርሱም ወዲያውኑ ድካሙን ረሳው!

* የሚወዱትን ዓይነት ልብስ ልበሱ። የስበላችሁት ልብስ ምርጫችሁ የሆነው ባሎቻችሁ ስለሚወዱት እንደሆነ ንገሩአቸው።

* ጠንካራ ገናቸውን በመፈለግ እነዚያን ደጋግማችሁ ግለጹላቸው።

* ሌሎች ሰዎች ስለ ባሎቻችሁ መልካም ነገር ሲናገሩ ከሰማችሁ ንገሩአቸው። ይቃብዱ ብላችሁ አትፍሩ።

ከእነዚህ አላባች አንዳንዶቹን አትወዱቸው ይሆናል። ያ ምንም አይደለም። ከባሕላችሁና ከሰብዕናችሁ ጋር የሚጣጣሙትን... የራሳችሁንም አስቡ።

በእያንዳንዱ ቀን ስትዳር ያደኛሽ አንድ መልካም ነገር ለማድረግ ዐቅጂ። ይህ ጥረትን የሚጠይቅ ነው። የሚደረጉ ነገሮችን ለማሰብና ለማድረግ ጥረት ይጠይቃል። አዎን ላውን ማፍቀር ከባድ ሥራ ነው። ነገር ግን አስደናቂ ደስታን ወደ ቤታችሁ ይዞ ያመጣል!

3) የትዳር ያደኛቸችሁን ተቀበሉ

የማፍቀር ሦስተኛው ተግባራዊ መንገድ የትዳር ያደኛን ከነደካማ ጎኑ መቀበል ነው።

በእርግጥ ልንቀበላቸው የማንችላቸው አንዳንድ ነገሮች አሉ። ሰምሳሌ፤ የትዳር ያደኛችሁ ብታመነዝር ወይም ቢያመነዝር ያንን መቀበል አይቻልም። እንዲያውም ሰዚህ አስነዋሪ ተግባር እርምጃ መውሰድ ያስፈልጋል። (ገጽ 72-80 ተመልከቱ)

በትዳር ሕይወት ውስጥ ልንቀበል የምንችላቸውና ግዴታም የሚሆኑ በርካታ ነገሮች አሉ። ቀጥሎ አንድ ምሳሌ ተሰጥቷል።

ውድ ብሩስና ካርል፤

ባለቤቴ በጣም ያበላጩኛል! በየቀኑ ጋዜጣ ካነበበ በኋላ ወለሉ ላይ ይጥሰዋል። እኔ እስካላነሣሁት ድረስ ጋዜጣው ወለል ላይ ይቆያል። ምን ባደርግ ይሻለኛል?

ውድ ፍሎሪንስ፤

መጽሐፍ ቅዱስ «ፍቅር የኃጢአትን ብዛት ይሸፍናል» ይላል (1ኛ ኢፕ. 4፡8)፤ በሌላ አባባል ፍቅር ብዙ ድካም ይሸፍናል።

ፍሎሪንስ፤ በሰዚህ ባለቤትሽን ደካማ ጎኑን በመሸፈን ተቀበዬው። ጋዜጣውን ከመሬት በማያነሣበት ወቅት እንኳ ሰእርሱ ደግና ፈገግተኛ ሁኔታ።

እንዲያሻሽልም ልታበረታቺው ትችያለሽ። በጥሩ አነጋገር ስምን ጋዜጣውን እንደማያነሣ ጠይቄው። በሚያነሣበት ጊዜ ደግሞ አድናቆትሽን ግለጩሽ። ባያነሣውም እንኳ ከደካማ ጎኑ ጋር በመቀበል ውደጄው። ምናልባትም እርሱ ሲቀበሰው የሚገባ ደካማ ነጥብ እንቺም ላይኖርሽ አይቀርምና።

አንድና ባለቤትሽ እንዳችሁ ለሌላችሁ ደግ ሆናችሁ ደካማ ጎናችሁን ልትሸፋፈኑ ከወሰናችሁ ቤታችሁ ሰላም የሞላበት ይሆናል።

ፍሉረንስ፡ ከዚህ ቀደም ጋዜጣውን ማንሣት በነበረብሽ ሰዓት ሁሉ በቁጣ ትነጂ ነበር። «ይህን ደካማ ጎኑን መቀበል አለብኝ። ከርሱቶስ ባሉን እንደሚወደው እኔም ልወደው ይገባል። ይህን ጋዜጣ የማንሣት ጉዳይ ከባድ አይደለም። በደስታ አደርገዋለሁ።» ብትዩ በቤታችሁ ያለው ሁኔታ እንዴት የተሻሻለ እንደሚሆን አስቢ (ቆላ. 3:13) ተመልከቺ።

ፍቅርን ባትቀበሉም እንኳ ሰጡ

ብዙ ሰዎች «አድናቆትን የምገልጽበት፤ የደግነትን ተግባር የማሳይበትና ደካማ ጎንን የምቀበልበት ምክንያት ምንድን ነው? የትዳር ዓደኛዬ ከእነዚህ አንዱንም ለእኔ አያደርግም/አታደርግም! ታዲያ እኔ ሰእርሱ/ሰእርሷ ይህን ሰዎን አደርጋለሁ?» ይላሉ።

ሆኖም ግን ከርሱቶስ ከትዳር ዓደኞቻችን የተቀበልነው ፍቅር ጥቂት ቢሆንም ወይም ምንም ፍቅር ባንቀበልም እንኳ እንድንወዳቸው አዝዞናል።

«እኔ ግን እላችኋለሁ....

ጠላተኞችሁን ውደዱ...

የሚወዱአችሁን ብትወዱ ምን ዋጋ አላችሁ?»

(ማቴ. 5:44-46)

ይህን ማድረግ በጣም አስቸጋሪ ነው። ፍቅርን በማንቀበልበት ሰዓት እንኳ ፍቅርን በመስጠት እንድንቀጥል ኃይልን የሚሰጠን ከርሱቶስ ብቻ ነው።

«ኃይልን በሚሰጠኝ በከርሱቶስ ሁሉን እችላለሁ።» (ፊልጵ.4:13)

ምዕራፍ 4

መግባባት አቃታን

ውድ ብሩስና ካርል፡

ባለቤቴ እንዲያነጋግረኝ ምኞቷ ከፍተኛ ነው። በየዕለቱ ከሥራ መልስ የቀን ውሎዬ እንዴት እንደነበር ልነግረውና የእርሱም ውሎ እንዴት እንደነበር እንዲነግረኝ በጣም አፈልጋለሁ። ነገር ግን እንዳቸም ነገር አይጠይቀኝም፤ ስለምሠራው ሥራም ሆነ ስለሚሰማኝ ሰሜት ደንታ የለውም። ውሎው እንዴት እንደነበር ሰጠይቀው በታቻለ መጠን በጣም አጭር መልስ ይሰጠኛል። ባለፈው ሳምንት ከአምስት ቀን የሥራ ጉዞ ቢመለስ ያሳለፈው ጊዜ እንዴት እንደነበር ሰጠይቀው፤ «አይከፋም» የሚል መልስ ሰጠኝ። ማመን ትችላላችሁ? ከአምስት ቀን በኋላ ያገኘሁት እንድታል ብቻ ነው።

ብዙውን ጊዜ አብረን ለናሳልፍም። ቅዳሜ ጠዋት ከዓደኞቼ ጋር ቴኒስ ይጫወታል፤ እሱም ዕለት አብዛኛውን ጊዜያችንን የምናሳልፈው በቤተ ክርስቲያን ነው። አብረን በምንሆንባቸው ምሽት ከመጫወትና ከመነጋገር ይልቅ «ሻይ አምጧልኝ» ወይም «ያንን ልጅ ዝም አሰኘው» በማለት ይነግረኛል።

ፈጽሞ የማንነጋግርባቸው ጉዳዮች በርካታ ናቸው። የገንዘብ ጉዳይ ስለሚያለቆጣው እንሥቹበት አላውቅም። ስለ ፍትወተ ሥጋ ፍላጎት ጉዳይ ምንም ለማለት አፈራለሁ። እውነቱ ግን ከእርሱ ጋር የምፈጽመው የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ምንም አያስደስተኝም። ለምን? ቢባል እንደማይወደኝ ስለሚሰማኝ ነው። ለሰው የሚገባውን ያህል እንክብካቤ አያደርግልኝም። ነገር ግን እራሴን ለማርካት ለውነቴን መጠቀም ያስደስተዋል።

ጥሩ ሚስት ለመሆን እየሞከርኩ ነው። የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት በጠየቀኝ ጊዜ ሁሉ የፈቀደውን አደርጋለሁ። ሁልጊዜ በሁለት ደቂቃ ውስጥ ያጠናቅቅና ወዲያውኑ ይተኛል። በዚያን ጊዜ ጮኸ ማልቀስ ነው የሚቃጣኝ፤ ምክንያቱም ባለቤቴ እኔን በውስጡ ስብዕና የሌለው አካል አድርጎ ስለሚያለብ።

ስለዚህ ብዙ ጊዜ እራሴን እንዲህ በማለት እጠይቃለሁ። «ባለቤቴ ከእኔ ጋር መነጋገር የማያስደላተው ለምንድን ነው? አስተሳሰቡንና ሰሜቱን ከእኔ ስምን ይደብቃል? ስለ አስተሳሰቤና ሰሜቴስ ጠይቆኝ የማያውቀው ለምንድን ነው? ለሰ እኔ ይገደዋል? ከእርሱ ብለይ የተሻለ ሕይወት አልኖርም? ብሩስና ካርል፡ ብለየው ትልቅ ስሕተት መሥራት ይሆንብኛል ብላችሁ ታሰባላችሁ?

የእናተው ታማኝ፤

ሳሊ

የሳሊ የጋብቻ ሕይወት ቀዝቃዛና ብቸኝነት የሞላበት ነው። ምክንያቱም በእርሷና በባለቤቷ መካከል ያለው መግባባት በጣም አነስተኛ ነው። መግባባት ማለት በነፃነትና በታማኝነት እርስ በርስ መነጋገር ማለት ነው። ሁለት ሰዎች

መግባባት አላቸው ስንላ ስለ ችግሮቻቸው፣ ደስታቸው፣ ሃዘናቸው፣ ለሜተቻቸውና አሳቦቻቸው በግልጽ ይነጋገራሉ ማለት ነው። ባልና ሚስት የማይግባቡ ከሆነ ትዳራቸው የሁለት ብቸኛ ሰዎች በአንድ ቤት በደባልነት የመኖር ያህል ነው። የፍትወተ ሥጋ ግንኙነታቸውም ባል እራሱን አርከቶ ልጆችን የሚያፈራበት መንገድ ብቻ ይሆናል።

በነፃነት እርስ በርሳቸው የሚነጋገሩ ባልና ሚስት ምንኛ ደስተኛ ናቸው! ይህ የእግዚአብሔር ዕቅድ ነው። በመጽሐፍ ቅዱስ ውስጥ ባል ለሚስቱ እንዲህ ይላታል፡-

«ቃልሽ መልካም ፊትሽም ያማረ ነውና

መልከሽን አላዩኝ፤

ድምፅሽንም አሰሚኝ።»

(መጋ. 2:14)

ዛሬ በምድር ላይ ፈሪሃ እግዚአብሔር የሌለበት ሰው ወራሽ ባሕል እንዲህ ይለናል። «እውነተኛ ወንድ ከሚስቱ ጋር ንግግር ያበዛልን?»

ሆኖም ግን በእያንዳንዱ ሰው ውስጥ (በወንድም ሆነ በሴት) የመግባባት/የመነጋገር ጥብቅ ፍላጎት አለ። ሁላችንም በነፃነት የምናሟውተውና፣ አንዴት እንደሚሰማን የሚያውቅልን የቅርብ ወዳጅ እንፈልጋለን፤ ሌላው ሰው አንዴት እንደሚሰማውም ማወቅ እንፈልጋለን። በሌላ አባባል መነጋገር እንፈልጋለን።

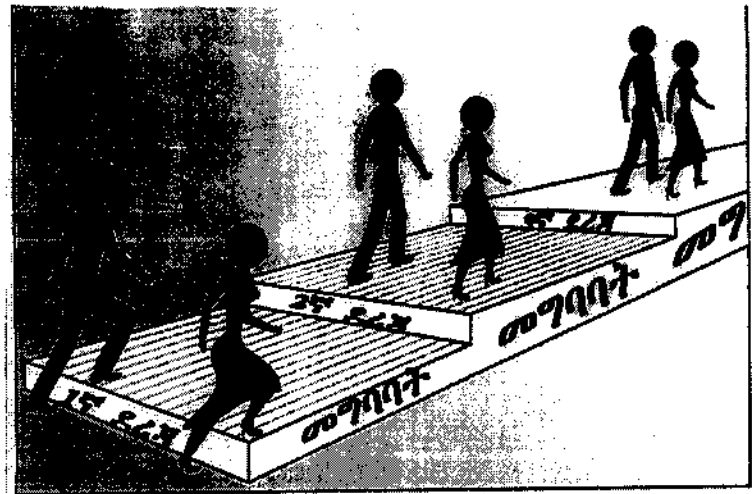
ይህ ፍላጎት ከእግዚአብሔር የሚመጣ ነው።

እግዚአብሔር የፍትወተ ሥጋ ፍላጎት ለጥቀናል። ከምዕራፍ 6-8 ስለ ፍትወተ ሥጋ እንነጋገራለን። በዚህ ምዕራፍ ግን እኩል አስፈላጊ በሆነ ርእስ ላይ እንነጋገራለን። ይህም መግባባትን ከማድረግ አንጻር ባልና ሚስት አንዱ የሌላውን ፍላጎት እንዴት እንደሚያሟላ ነው።

ባልና ሚስት የአላብ ግንኙነት ለማድረግ አንዱ የሌላውን ፍላጎት የማያሟላ ከሆነ በጋብቻቸው ውስጥ የፍትወተ ሥጋ ግንኙነታቸው ቀዝቃዛና የማያስደስት ይሆናል።

የመግባባት ደረጃዎች

ምናልባት አሁን ጋብቻችሁ በጣም አነስተኛ መግባባት የሚደረግበት ቢሆን አትጨነቁ፤ ምክንያቱም ሲሻሻል ይቻላልና።



የመግባባት ደረጃዎች

ሦስት የመግባባት ደረጃዎች አሉ። የሁሉም ባለትዳር ዓላማ 3ኛው ደረጃ ላይ መድረስ መሆን አለበት። የትዳር ጓደኛዎች ከ1ኛው ደረጃ ጀምረው በእግዚአብሔር እርዳታ ወደ 2ኛው ደረጃና 3ኛው ደረጃ ያልፋሉ።

3ኛው ደረጃ ላይ የደረሱ ባለትዳሮች እጅግ የተቀራረቡና የሚዋደዱ ጓደኛዎች የሚኖራቸውን አስደናቂ ደስታ ይሰማሙ።

ሦስቱንም ደረጃዎች እያንዳንዳቸውን በጥንቃቄ እንመልከት።

1ኛ ደረጃ - ስለተፈጸሙ ነገሮች መነጋገር፡- ቀላሉ የመግባቢያ ዓይነት በየዕለቱ በተፈጸሙ ድርጊቶች ላይ መነጋገር ነው። ለምሳሌ፣ አንድ ባል ከሥራ ወደ ቤቱ ሲመለስ በዚያ ቀን አለቃው ጠጥቶ እንደመጣ ለሚስቱ ሲነግራት ይችላል። እርሷ ደግሞ ቆንጆ አድርጋ ስለጋገረችው ድፎ ዳቦ ልትነግረው ትችላለች። ወይም ለትጋግረው ቢበላሽባትም እንኳ ልትነግረው ትችላለች።

የሚያላዝነው ነገር ብዙ የትዳር ጓደኛዎች በዚህ በቀላሉ ደረጃ እንኳ መግባባት አያደርጉም። በቀኑ መግባደጃ በቤታቸው ሲገናኙ ጥቂት ነገር ብቻ ይነጋገራሉ፤ ወይም ተለጉመው ያመሻሉ።

አንተና/ቺና የትዳር ጓደኛህ/ሽ እንዲህ ዓይነት ችግር ካለባችሁ እግዚአብሔር እንዲረዳችሁ በመጠየቅ ዛሬውኑ መነጋገር ጀምሩ! በየዕለቱ አንዳችሁ ለሌላችሁ በዚያን ቀን ስለሆነው ነገር ተነጋገሩ። በመጀመሪያ ይህ

እንደ ከባድ ሥራ ሊመለል ይችላል፤ ከጥቂት ላምንት በኋላ ግን ልማድ ይሆንና ደለ ትስታታላችሁ።

የፈላቸው የቀን ውሉ ምን እንደሚመስል መናገር ብቻ ሳይሆን የትዳር ጓደኛቸው የእርሱን/የእርሷን ደግሞ እንዲነግራቸው ጠይቁ። መጠያየት አስፈላጊ ነገር ነው። ባል ወደ ቤት በሚመጣበት ጊዜ እንዴት እንደዋለ ሚስቱ የግትጠይቅ ከሆነ ገድ የሌላት ያስመለላታል። ባልም ሚስቱን ስለ ውሉ የማይጠይቃት ከሆነ እንደማይወዳት ግለብ ትጀምራለች።

ሰዎች ስለ እኛ ግድ እንደሚላቸው የሚያመለክቱንን ቅን ጥያቄዎች ሊጠይቁን በጣም ደስ ይለናል። ግንኛውም ሰው ስለ ሥራ ወይም ስለ እሳቦቹ ሊጠይቀኝ ይህ ምንኛ ተግባረ ሰው ነው ብዬ አለባለሁ።

በጋብቻ ሕይወት ውስጥ አንዳችን ሌላችን እንደሚገደን የሚያሳዩ ጥያቄዎችን መጠያየት አለብን።

በዕለቱ ለለተፈጸመ ነገሮች ጥያቄዎች መጠያየትና ምልልክ ግድረግ የመግባቢያ ጥሩ ጅምር ነው። ነገር ግን እዚያ ላይ መቆም የለበትም። በእግዚአብሔር ዕርዳታ ወደሚቀጥለው ደረጃ ግለፍ እንችላለን።

2ኛ ደረጃ፤ በጋራ ጉዳይ ላይ መነጋገር፤ ይኸውም ስለ ገንዘባችን፣ ለሰ ልጆቻችን፣ ለሰ ዘመዶቻችንና ወደፊት ስላለን ዕቅድ። ሰዎች ላይ ባል ከሚለቱ ጋር የሚከተሉትን በመላሰሉት ጉዳዮች ላይ መነጋገር አለበት። ልጆቻችን የት ቢግሩ ይሻላል? የእኩስቴ ልጅ ከእኛ ጋር እንዲኖር እንጠይቀው? አዲስ መኪና መግዛት አለብን ወይ?

በጋራ ጉዳዮቻችን ላይ ለሰዎችን ወለዳቸው ውሳኔዎች ስንነጋገር ላንስማግ እንችላለን። ያለመስማማታችን ግን መግባባታችን እንዲያስተዳጉል ጭቀድ የለብንም። ነገር ግን በጉዳዩ ላይ ወደ መስማማት እስከንደርስ ድረስ ውይይታችንን መቀጠል አለብን።

አንድ ቀን አብቴርና ልድያ በእናቱ ጉዳይ ላይ መነጋገር ጀምረው ተጣሉና ውይይታቸውን ለግጭታቸው መፍትሔ ከመስጠታቸው በፊት በማቆም ስሕተት ሠሩ። ከዚያ በኋላ ግጭትን ለማስቀረት «የእናቱን ጉዳይ» ላለማንሣት ሁለቱም ከፍተኛ ጥንቃቄ ግድረግ ጀመሩ።

በሌላ ጊዜ ደግሞ በገንዘብ ጉዳይ ተጣሉና ግጭታቸው መፍትሔ ሳይፈለግለት ያንንም ርእሰ ግንኙነት ተው።

በመጨረሻም የማይነጋገሩባቸው ጉዳዮች ዝርዝር በጣም ብዙ ሆነ። ይህም መግባባታቸውን በከፍተኛ ደረጃ ችግር ላይ ጣለው።

ግጭት መግባባትን እንዲገድል ከመፍቀድ ይልቅ መግባባትን ግጭቶችን ለግርገብና መፍትሔውን ለግግንት ልንጠቀምበት ይገባል። ይህንን ግድረግ የምንችለው ውይይቶችን ፍቅር በተሞላበት መንገድ አንዳችን ሌላችንን መረዳት እስከንችል ድረስ እኛ በውሳኔም እስከንስማማ ለመቀጠል ቆራጥ በመሆን ነው።

ግጭቶችን በውይይት በንፈታ ግንኛውንም ርእሰ ስመነጋገር ነፃ እንሆናለን።

ቀጥሎ ወደ ሦስተኛው ደረጃ ለግለፍ ዝግጁዎች እንሆናለን።

3ኛ ደረጃ፤ ስለ ጋራ ስሜቶቻቸው መነጋገር፤ እዚህ ደረጃ ላይ ስሜቶቻችንን እንጋራለን፤ የልቦቻችንን በር በመክፈት የትዳር ጓደኞቻችን የውስጣችንን እንዲያዩና እርግጠኛ ማንነታችንን እንዲያውቁ እናደርጋለን።

እስጢፋኖስ ሰባሰቤቱ እንዲህ በማለት ተናገረት፤ «ዛሬ ወንድሜ ተቆጥቶ ሮሽብኝ፤ እባቴም እርሱን ደገፈው።» እንደ እነዚህ ዓይነቶቹን የተፈጸሙ ድርጊቶችን መነጋገር 1ኛ ደረጃ መግባባት በመባል ይታወቃል።

በመቀጠል እስጢፋኖስ ባለቤቱ ይህ ከዘመዶቹ ጋር ያጋጠመው ችግር እንዴት ሊቃለል እንደሚችል ተነጋገሩ። ይህ 2ኛ ደረጃ መግባባት ነው። ምክንያቱም እኛና ዘመዶቻችን በማለት የሚነጋገሩበት የጋራ ጉዳይ ነው።

ከዚያ በኋላ ባለቤቱ «ስለ ወንድምህና ስለ አባትህ እሁን የሚለማህ ስሜት ምንድን ነው?» በማለት ጠየቀችው።

እስጢፋኖስም ሲመልስ «የቤተሰቦቼ መልካም ግንኙነት እንዳይበላሽ ስለምፈራ እየተጨነቅሁ ነው» አላት።

እንደዚህ ዓይነት ስሜትን መጋራት ጉዳይ ሦስተኛው ደረጃ መግባባት ነው።

በሦስተኛ ደረጃ መግባባት ላይ ለንደርስ የጋብቻ ሕይወት ግሩም ይሆናል። በአንዳችን ላይ የሆነው እስደሳች ነገር የጋራችን ደለታ ነውና በዚያ ደረጃ መግባባት ስናደርግ ደለታችን እጥፍ ይሆናል። በከመን ስለምንከፋፈል ችግሮቻችን በግግሽ ይቀንሳሉ።

ሰው ብቻውን መሆኑ መልካም አይደለም

እርን እራሱን ከርስቲያን ብሎ የሚጠራና ከባለቤቱ ጋር ዘወትር ወደ ቤተ ክርስቲያን የሚሄድ ሰው ነው። ነገር ግን ችግር ሲያጋጥመው ሰራሱ እንዲህ ይላል። «ዛሬ እንዴት ዓይነት ተስፋ አለቆራጭ ነገር እንደገጠመኝ ለባለቤቱ አልነግራትም። ምክንያቱም ወንድ ነኝ፤ ችግሪን ስማቃለል የማልችል ደካማ ሰው አድርጋ ልትቆጥረኝ እይገባም።»

እርን የሚከተሰውን ጥቅስ ትርጉም አልተረዳም።

«ሰው ብቻውን ይሆን ዘንድ መልካም አይደለም፤ የሚመቸውን

ረዳት እንፍጠርለት።» (ዘፍጥ. 2:18)

ግንኛውም ሰው ስለ ስሜቶቹ ከባለቤቱ ጋር ስመነጋገር ማፈር የለበትም። እትንቀውም። እንዲያውም የበሰጠ ትወደዋለች።

ስሜቶቻችንን እርስ በርስ ስንከፋፈል በከፍተኛ ደረጃ እንግባባለን፤ ትዳራችንም የከበረ ቅርበት ስለሚኖረው የሚያስደስት ይሆናል።

የመግባባት ዕንቅፋቶች

በምድር ላይ በሚኖሩ ሕዝቦች ሁሉ ዘንድ ብዙ ባለትዳሮች በ3ኛው ደረጃ መግባባት ለማድረግ ያለመቻላቸው አላዛኝ እውነታ ነው። አንዳንዶች 1ኛ ደረጃ መግባባትን እንኳ አያደርጉም። ለምን? ምክንያቱም የመግባባት ዕንቅፋት የሆኑ ነገሮች አሉ። አንዳንድ ባለትዳሮች እነዚህ ዕንቅፋቶች ከመግባባት እንዲገቷቸው ይፈቅዳሉ።

አያንዳንዱን የመግባባት ዕንቅፋት በአጭሩ እንመልከት።

ፍርሃት

አንዳንድ ባሎች ሚስቶቻቸው እንዲፈሩላቸው ያደርጋሉ። ይህ የሚያላዝን ነገር ነው። ፍርሃት ጥልቅ መግባባትን ያጠፋል። ሚስት ባሏን አለ አግባብ የምትፈራ ከሆነ ተገቢ መግባባት ማድረግ አይችሉም።

መጽሐፍ ቅዱስ ሚስት ባሏን ታከብር እንጂ አለ አግባብ ትፍራ አይልም።

«ሚስቶች ሆይ፣ በጌታ እንደሚገባ ለባሎቻችሁ ተገዙ»

(ቆላ. 3፡18)

«ፍጹም ፍቅር ፍርሃትን አውጥቶ ይጥላል እንጂ በፍቅር ፍርሃት የለም።»

(1ኛ ዮሐ. 4፡18)

ያለማዳመጥ

የመግባባት ሌላው ችግር ያለመደማመጥ ነው። ካልተደማመጥን (በእርግጥ ካልተደማመጥን) ማለት ነው መግባባት ሊኖር አይችልም።

አንዳንድ ጊዜ የትዳር ዳደኞቹ ለትናገር እኔ ቀጥሎ የምናገረውን ነገር አሰባለሁ። የምትናገረውን እስክትጨርስ እታገሥና ወደ ራሴ ትልቅ አሳብ ዘልዬ እገባለሁ። እየጠበቅኳት ሳለሁ ግን አላጻምጣትም!

ወይም አንዳንድ ጊዜ እርሷ ለትናገር ከዝርዝር ጉዳዮች በአናሳው ለሕተት አንደሠራች አያለሁ። እየተናገረች እያለች እርሷን ለማረም የምጠቀማቸውን ቃላት በማቀድ እጠመዳለሁ። ይህን ላደርግ ማዳመጡ ያመልጠኛል።

የትዳር ዳደኞቹ በምትናገርበት ጊዜ በምትናገረው ነገር ላይ ትኩረት ማድረግ አለብኝ። ምን ማለቷ እንደሆነ እርግጠኛ ካልሆንኩ «እንዲህ ነው ያልሸው? ወይም እንደዚህ ማለትሽ ነው?» በማለት መጠየቅ ይገባኛል።

ማዳመጥ ሥራ ነው። ለሌሊት የማዳመጥን ተግባር ተግተን መፈጸም አለብን።

በጥንቃቄ ማዳመጥ ካልቻልን የትዳር ዳደኞችን ከመግባባት እንድትታቀብ እናደርጋታለን።

የሥራ ብዛት

ኤርነስት «እኔና ባለቤቴ በሥራና በቤተ ክርስቲያን ፕሮግራም ተጠምደናል። አብረን የምንሆንበት ጊዜ እጅግ አነስተኛ ነው። ስለዚህ እንዴት መግባባት እንችላለን?» አለ።

ምክራችን፡- አንዳንድ ሥራዎቻችሁን በመቀነስ አብራችሁ የምታሳልፉትን ጊዜ አላድጉ። ትዳራችሁ እጅግ አስፈላጊና ዋናው ነገር ነው። ባልና ሚስት ለመግባባት/ለመነጋገር እስኪቸገሩ ድረስ በሥራ ከተጠመዱ እግዚአብሔር ከሚፈልጋቸው በላይ በሥራ ተጠምደዋል ማለት ነው።

የአባትነት እና የእናትነት ሚና

ዶናልድና ኖርማ በትዳር ሕይወታቸው መጀመሪያ አካባቢ በጣም ጥሩ መግባባት ነበራቸው። አያንዳንዳቸው «ስለማንኛውም ነገር በፍጹም ነፃነት ማነጋገር የምችለውን የትዳር ዳደኛ ማግኘት እንዴት አለደላች ነው! ዕድለኛ ነኝ» የሚል ለሜት ነበራቸው።

ልጆች ከተወለዱ በኋላ ግን ኖርማ ለልጆቹ እንከብካቤ በማድረግ ለትወጣር ዶናልድ ደግሞ ለእነርሱ እንከብካቤ የሚሆን ገንዘብ ለማግኘት በሥራ ተጠመደ። ለልጆች ጉዳይ ከሚገባው በላይ አትኩሮት በመስጠታቸው እርሷ በርሳቸው የሚያደርጉትን መግባባት ቸል አሉ። ዳደኝነታቸው መቀዝቀዝ ጀመረ። በዚህ ደረጃ የትዳር ሕይወታቸው በአንድ ቤት ውለጥ አብረው እየኖሩ ልጆችን ከማሳደግ ፈቀቅ የማይል ሆነ።

እንደዚህ ዓይነት ትዳር ሁለቱም የትዳር ዳደኞች ክርስቲያን በሆኑባቸው ቤቶች እንኳ የተለመደ ነው። ይህ የእግዚአብሔር ዕቅድ እንዳልሆነ ግን እርግጥ ነው። አንድ ባል ከሚለቱ ጋር መነጋገር እስኪቻላቸው ድረስ ገንዘብ ለማግኘት በሥራ መጠመድ የለበትም። ሚስትም ከባለቤቷ ጋር ያላትን ግንኙነት ቸል እስክትል ድረስ በእናትነት ሥራ መጠመድ የለባትም።

ልጆች በፍቅር እርሷ በርሷ የሚግባቡ ወላጆች ያለፈልጓቸዋል።

በደል

ከሁሉ የከፋ የመግባባት ዕንቅፋት በደል ነው። ለትዳር ዳደኞች እርሷ በርሷ መበዳደል በጣም ቀላል ነው።

ሩት በአውቶቡስ መቆሚያ አጠገብ ሆና አውቶቡስ ለትጠብቅ አዊን ጠዋት ተናግሮ ያስቀየማት ነገር ትዝ አላት። ነገሩ ትንሽ በደል ብቻ ነበር። ያለቀየማት ቃሎቹ ሳይሆኑ የንግግሩ ቃና ነበር። ስለ ጉዳዩ ባለቤች መጠን ቅያሜዋ አደገ። የሌላ ጊዜ ቅያሜዋን ሁሉ አለታወለች።

ከሥራ ወደ ቤቷ ለትመለስ ሩት «ለለዚህ ጉዳት ምን ማድረግ አለብኝ?» በማለት እራሷን መጠየቅ ጀመረች። መርሳት ልምከርን? በፍጹም ይህን ካደረግሁ ከአዊን ጋር በዚህ ምሽት የሚኖረን ንግግር በግማሽ ልብ ይሆናል። በውሰጢ ቅያሜው ላይ ወገኛ ይቀጥላል። ወይም ምናልባት ይቅርታ እለኪላኝ መጠበቅ ይገባኛል። ይህም አይሆንም! ምክንያቱም እንደገዳኝ አይገባው ይሆናል። መልሱ አንድ ብቻ ነው። ለሰ ጉዳዩ ከአርሱ ጋር መነጋገር አለብኝ። ምን እንደተሰማኝ ልነግረው ይገባል። እውነቱን በጥሩ መንፈስ መንገር አለብኝ።

በዚያ ምሽት እርሷና አዊን ብቻቸውን ለመሆን ዕድል እንዳገኙ ሩት በፈገግታ እንዲህ አለችው፡- «ውዴ፣ በዛሬ ጠዋት አነጋገርህ እንዳሳዘንከኝ ልነግርህ የሚገባኝ ይመስለኛል። ቀኑን ሙሉ አዝኜ ነው የዋልኩት። አውቀህ አንዳልሆነ ንብቶኛል። ይህ ትንሽ ነገር ቀኑን ሙሉ አእምሮዬን ይዞ መዋሉ አላፍርኛል።»

አዊንና ሩት ይህን ጉዳት ተነጋግረው ሲጨርሱ እንዴት ቅርበት እንደሚሰጣቸው አለቡ። ምን ዓይነት ግሩም ምሽት እንዳላለፉ ማለብ ይቻላል።

ሩት ጉዳቷን ለመሸፈን ብትሞከር ኖሮ ምን ዓይነት ምሽት (የመኝታ እርፍት ጊዜ) ይኖራቸው ነበር?

ለሳሊ የጻፍነው ደብዳቤ

ይህ ምዕራፍ የጀመረው ከባለቤቷ ጋር መልካም መግባባት እንደሌላት በጻፈችው በሳሊ ደብዳቤ ነበር። የአኛ ምላሽ ከዚህ የሚከተለው ነበር።

ሳሊ፡ የምንመክርሽ ከባለቤትሽ ጋር በግልጽ እንድትነጋገሩ ነው። የተሻለ ግንኙነት እንደምትፈልጊ ይወቀው። በአክብሮት ከዚህ የሚከተለውን የሚመለል ነገር በደው፡-

«ማርቆስ፡ በቅርቡ መግባባታችን ከተሻሻለ የትዳር ሕይወታችን የተሻለ እንደሚሆን እያሰብኩ ነበር። የመጀመሪያው ዓመት የትዳር ሕይወታችንን ታሰታውሳለህን፣ በሰ ሁሉ ነገር በመነጋገር እንዴት ደስተኞች እንደነበርን? አሁን ግን አንዳችን ለሌላችን እንግዳ የሆንን አይመለልምን? ጥሩቷ የአንተ ነው አላልኩም። ነገር ግን ጉዳዩን ለማሻሻል አብረን መሥራት እንደሚያስፈልገን አበባለሁ። ለሰ አንተ ለሰሚገደኝ በመካከላችን ጥሩ መግባባት እንዲኖር እንደምፈልግ እንድታውቅ አሻለሁ።»

ይህን ለማለት ትከክለኛውን ጊዜና ትከክለኛውን ሰፍራ ለመምረጥ ተጠንቀቂ። ይኸውም ባለቤትሽ በራሰው ወይም ድካም በተጫጫነው ጊዜ ላይሆን ዘና ባለበት ጊዜ መሆን አለበት። ቦታው ጸጥ ያለና ሁለታችሁ ብቻችሁን ሆናችሁ ለመነጋገር በቂ ጊዜ የምታገኙበት መሆን አለበት።

ይህ ንግግር ባለቤትሽን በጣም ጥሩ ተግባራ ለው ያደርገዋልን? እንደሚረዳው ተበላ እናደርጋለን። ነገር ግን አንቺ የምትፈልገውን ያህል ጥሩ በመነጋገር የሚግባባ ለው ላይሆን ይችላል። እግዚአብሔር ጋያል በለሆነ

በጸሎት ይወራል፤ ነገር ግን ይህ ማለት የትዳር ዓደኛሽ ፍጹም ይሆናል ማለት አይደለም።

ለለዚህ ባልሽ አንቺ የምትፈልገውን ያህል ጥሩ በንግግር የሚግባባ ባይሆንም እንኳ መቀበልና መውደድ እንዳለብሽ አትርጌ (ደግሞም አንቺም ፍጹም እንዳልሆንሽ ባለቤትሽ ከነድካምሽ ተቀብሎ አንቺን የመውደድ ጋላፊነት እንዳለበት አለታውሺ)።

ሳሊ፡ በመጨረሻ የምንሰጥሽ አሳብ ከባለቤትሽ ሌላ አሳብሽን የምታካፍያቸው ዓደኞች ይኑሩሽ የሚል ነው። እያንዳንዱ ሰው ከትዳር ዓደኛው ሌላ ዓደኞች ያስፈልጉታል። የአንቺ ባለቤት ደግሞ ገና በመነጋገር መግባባትን እየተማረ ያለ ሰው በለሆነ ሌሎች ዓደኞች በጣም ያስፈልጉሃል።

ለምሳሌ፡ ከዘመዶችሽ አንዱ ሞቶ በጣም አዝነሻል እንበል። በእርግጥ የተሰማሽን ጥልቅ ጋዘን ለባለቤትሽ መንገር ይገባሃል። ተረድቶሽ ጎዘንሽን በክፊል ይካፈል ይሆናል። ነገር ግን ፍላጎትሽን ሙሉ በሙሉ እንደሚያሟላ አትጠብቂ። ከባለቤትሽ ጋር ከተነጋገርሽ በኋላ ወደ አንድ የሌት ዓደኛሽ ሄደሽ የተሰማሽን ለሜት አጫውቺያት። በዚያ መንገድ አላብሽን የሚካፈልላሽን የማግኘት ፍላጎትሽን በክፊል በባልሽ፣ በክፊል ደግሞ በሌት ዓደኞችሽ ይሟላል። (ልብ በይ ያልንሽ የሌት ዓደኛ ነው። ጥሩ አድማጭ የሆነ የወንድ ዓደኛ ብታገኝ በዝሙት ትፈተኝ ይሆናል።)

ሳሊ፡ በአጭሩ የምንሰጥሽ አሳብ፡-

- ሀ) ከባለቤትሽ ጋር እውነት የሰፈነበት ንግግር ይኑርሽ።
- ለ) ባለቤትሽ በጣም ጥሩ የአሳብ ተካፋይ ባይሆንም እንኳ በፍቅር ተቀብደው።
- ሐ) ባለቤትሽ አሳብሽን የሚካፈልላሽን የማግኘት ፍላጎትሽን ሁሉ እንደሚያሟላ አትጠብቂ። ሌሎች የቅርብ የሌት ዓደኞች ይኑሩሽ።

ለሁሉም የሚጠቅሙ የመጨረሻ አሳቦች

ይህን መጽሐፍ ለምታነቡ ሁሉ የሚከተለውን እንላለን። ይህን እጅግ በጣም ጠቃሚ የሆነ ምዕራፍ ማንበብ ጨርላችኋል። አሁን የትዳር ዓደኛችሁ ይህን አብሮ/አብራ እንዲያነብ/እንድታነብ ለምን አትጠይቁም? አንዳችሁ ለሌላችሁ በየተራ አንብቡ። ደግሞም የሚከተሉትን በመሰባሰብ ጥያቄዎች ላይ ውይይት አድርጉ። የአሳብ ልውውጥ ደረጃችን 1ኛ፣ 2ኛ ወይስ 3ኛ ደረጃ ላይ ነው? ወደ ሚቀጥለው ደረጃ እንዴት እንደርላለን? ንግግራችንን እንዲያቅብ የፈቀድንለት ዕንቅፋት አለን?

ቀጥሎ ከትዳር ዓደኛችሁ ጋር መግባባታችሁን ለማሻሻል ተግታችሁ መሥራት አለባችሁ። ግንኙነታችሁ ከማንም ጋር ካላችሁ ግንኙነት የተሻለ እለኪሆን ድረስ ገንቡት።

እግዚአብሔር እንደሚረዳችሁ እመኑ። በሚቀጥለው ምዕራፍ ካሮልና እኔ በትዳር ሕይወታችን ውስጥ የነበረውን የአሳብ ልውውጥ ችግር ለማቃለል እግዚአብሔር እንዴት እንደወራ እንነግራችኋለን።

ጥቂት ስለ ራሳችን ትዳር

ብሩሲ:- ካርልን ለመጀመሪያ ጊዜ ያየሁበት ሁኔታ ፈጽሞ አይረላኝም። ባለ ለግያዊ ቀለም ልብለ ለብላ በጣም ታምር ነበር!

ክርስቶስን የተቀበለችው በአንድ የወጣቶች ካምፕ በተደረገ ፕሮግራም ላይ ነበር። ከዚያም በቤተ ክርስቲያናችን መካፈል ጀመረች። ደጋግሜ ባየኋት ቁጥር የበለጠ እየወደድኳት ሄድሁ። ፍንድቅድቅ ተጫዋች ሕይወት የምላባትና በኢየሱስ ስጦታም ደለተኛ ነበረች።

ካርል:- ወደ ቤተ ክርስቲያን መምጣት ለጀምር የወጣቶች ሊቀመንበር የሆነ አንድ ረጅም ወጣት ተመለከትኩ። በሙ ብሩሲ ነበር። ለክርስቶስ የነበረውን ፍቅር አደነቅሁ። ትናንሽ ልጆችንም እንደሚወድ ተመለከትኩ። ለራሴ እንዲህ አልኩ «ይህ ወጣት ጥሩ አባትና ጥሩ ባል ይሆናል...ለታደለችው!»

የቤተ ክርስቲያናችን ወጣቶች በትምህርት ቤቶችና በየቤቶቹ በመመለከር እግዚአብሔርን በሚያገለግሉበት ወቅት እኔና ብሩሲ ወዳጅነታችን እየጨመረ አንዳችን በሌላችን እየተላብን መምጣት ጀመርን።

ትውውቃችን ለሦስት ዓመታት ከዘለቀ በኋላ እንደሚወደኝና ሊያገባኝ እንደሚፈልግ ነገረኝ። ከፍተኛ የደስታ ለሜት ተለምዶኝ ለራሴ እንዲህ አልኩ:- «እንደ ሌሎች ብዙ ትዳሮች የእኛ ፈጽሞ አይቀዘቅዝም፤ እንዋደዳለንና!»

ብሩሲ:- የሚያሳዝነው እያደግሁ በመጣሁ መጠን መጽሐፍ ቅዱስ ለላ ጋብቻ የሚናገረውን አላጠናም ነበር። በዚህ ፈንታ ስለ ትዳር ያሉኝን አላቦች በሙሉ ያገኘሁት የዘመዶቼንና የጎረቤቶቼን ትዳር በማየት ነበር። ወጣት ወንዶች ሲያገቡት ተለፋ ለሚያደርጓት ሌት ብዙ መልካም ነገሮችን እንደሚያደርጉ ነገር ግን ባሎች ደግሞ ሚስቶቻቸውን ቸል በማለት በጣም የተመናመነ ርኅራኄ እንደሚያሳዩአቸው ተመለከትሁ።

በዚህ ዓይነት «ወንድ ማለት እንደዚያ እንደሆነና ሚስቱንም የሚይዘው በዚህ ሁኔታ እንደሚሆን ታየኝ።»

ካርል:- እንደ ግንኙውም ልጃገረድ ጋብቻ አንዴት ደለተኛ እንደሚያደርገኝ የቀን ሕልሜን አልም ነበር። ብዙ ጊዜ ልሰጠው ስለሚገባ ደለታ ሳይሆን ልቀበል ስላለው ደለታ አለብኩ ነበር።

ብዙ ጊዜ «ጋብቻ 50/50 ነው» (እንካ በእንካ) ቢሉ እለማ ነበር። ያንንም አምኜ ተቀብዬ ነበር። ደለተኛ የጋብቻ ሕይወት ይኖረኝ ዘንድ ከምቀበለው ይልቅ ለመስጠት መዘጋጀት እንዳለብኝ አልተገነዘብኩም ነበር።

ብሩሲ:- የሠርጋችን ቀን ውድ በሆኑ ነገሮች ባያሸብርቅም ግሩም ቀን ነበር። ከሠርጉ በኋላ የመጀመሪያው የፍትወተ ሥጋ ግንኙነታችን እጅግ አለደላች ነበር።

ሆኖም ግን ወራት በተቆጠሩ መጠን የትዳር ሕይወት ደለታችን እየጠፋ ሄደ። አንዱ ችግር ካርልን በሕይወቱ ልዩ ለው አድርጌ መያዘን ወዲያውኑ አቆምኩ። «አሁን አግብቻለሁ ለለዚህ ከእንግዲህ እንደ ወንድ እንጂ እንደ አፍላ አፍቃሪ መታየት የለብኝም» በማለት አለብኩ።

ካርል:- ከሠርጋችን በፊት ብሩሲ በተገናኘን ቁጥር ብሩሳ ፈንግታውን ይመግበኝ ነበር። መልካም ነገሮች ለእኔ ማድረግ ይወድ ነበር።

ከሠርጋችን በኋላ ግን ተለወጠ። ከእኔ ይልቅ ለሌሎች ሰዎች ለዘመዶቼ፣ ለቤተ ክርስቲያን አባላት መልካም ማድረግ ጀመረ። ለእኔ ግን ምንም መልካም ነገር አያደርግልኝም። አንድ ቀን በጣም ተናደድኩና ዘጋሁት።

ብሩሲ:- ካርል ለትዘጋኝ በጣም ደነገገሁ። ምን ችግር እንደተፈጠረ ለጠይቃት፣ እንደ ቀድሞው በጥሩ ሁኔታ ለሰማት ይዘኝ ነው አለችኝ።

አዝናለሁ፣ ይቅርታ አድርጌልኝ አልኳት። በልቤ ግን ምን ማለቴ ነው? ወንድ ሚስቱን አንዴት ይያዝ ብላ ይሆን የምታለበው? አልኩ።

ካርል:- ለብሩሲ የሚለማኝን ነገር ሁሉ መንገር ነበረብኝ። «አሁን ተጋብተናል ከዚህ ቀደም በምታደርግልኝ መልካም ተግባርና ወዳጅነት በምላበት አነጋገር ፍቅርህን መግለጽ እንድትቀጥል እፈልጋለሁ» ልሰው ይገባኝ ነበር።

ይህንን ልለው ሲገባኝ ነገር ግን አላልኩትም።

በዚህ ምትክ «እርሱ ለእኔ መልካም እለካልሆነ ድረስ እኔ ለእርሱ ለምን መልካም እሆናለሁ? አልሆንም» የሚል ዝንባሌ አደረብኝ።

ብሩሲ:- ካርልን ፍቅር በምላበት ርኅራኄ መንከባከብ እንዳቆምኩ አልታወቀኝም። ለእኔ ጎልቶ የታየኝ አብሯት ለመኖር እጅግ አስቸጋሪ ለው እየሆነች መምጣትዋ ነበር። ጭራሽ የምትዘጋኝ ቀናት እየበረከቱ መምጣት ጀመሩ። «እነጋግሪኝ ወይም ከዚህ ቤት ውጭ» ልላት ምንም ያህል አልቀረኝም ነበር።

ካርል:- ወደ ለዋዚላንድ ተዛውርንና ብሩሲ በዚያ የሳይንስ ትምህርት ማስተማር ጀመረ። በዚያ ዓመት ሴት ልጆችን ለትወለድ በሚቀጥለው ዓመት ደግሞ ወንድ ልጅ ተጨመረልን። ያገኘነው የልጆች በረከት ትዳራችንን ያሻሽለዋል ብዬ ባለብም እንኳ ሳያሻሽለው ቀረ።

ብሩሲ:- ከካርል ጋር የማሳልፈው ጊዜ አለደላች መሆኑ በየጊዜው እየቀነሰ መጣ። ለለዚህ አብዛኛውን ጊዜዬን በሥራዬና በቤተ ክርስቲያን የኮሚቴ ለብለባዎች ላይ ማጥፋት ጀመርኩ።

ካርል:- ለትዳር ሕይወታችን መጀመሪያ እካባቢ ብሩሲ ብዙውን ጊዜ ከእኔ ጋር ያላልፍ ነበር። በዚህ ጊዜ ግን አዘውትሮ ወደ ሌላ ለፍራ ይሄድ ነበር። እኔም ብቻዬን ከልጆቼ ጋር በቤት አሳልፋለሁ።

በዚህም ከፍተኛ የመጣልና የብቸኝነት ለሜት ይለማኝ ነበር።

ብሩሰ:- በእነዚህ ቀናት «በቤት የምቆይበት ምን ምክንያት አለኝ? በቤት በምሆንበት ወቅት በሆነ ነገር ትበሰባኝና ትዘጋኛለች» በማለት ለራሴ እናገር ነበር።

የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ሕይወታችን እየቀነሰ መጣ። እንዲያውም የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት የምንፈጽመው እጅግ አልፎ አልፎ ሆነ።

ካሮል:- ብሩሰ የሚፈልገኝ ለፍትወት ለሜቱ ብቻ እንደሆነ ይሰማኝ ነበር።

ብሩሰ:- እንደ ክርስቲያን ክፈታኋት በእግዚአብሔር ላይ ማመዜ እንደሆነ አውቅ ነበር። ስለዚህ ፍች የማይሆን ነገር ነው። ልወዳት ይገባኝ ነበር። ነገር ግን እንዴት?

ካሮል:- እጅግ በከፋ ሁኔታ ትዳራችን ለመቀዝቀዝ ክፊል ምክንያቱ እኔ እንደሆንኩ ለረጅም ጊዜ ሊገባኝ አልቻለም ነበር።

ብሩሰ:- ክፊል ምክንያቱ እኔው እንደሆንኩ ለማየት አልቻልኩም ነበር።

የመጽሐፍ ቅዱስ ትምህርቶችን ማስተማርና በተለያዩ ቦታዎች መስበክን ሥራዬ አድርጌ ተያይዘው ነበር። ቤቴ ግን እግዚአብሔር የሚፈልገው ዓይነት አልነበረም!

መጋቢያችን «የእግዚአብሔር ቃል ስለ ፍቅር ምን ይላል?» በሚል ርእሰ ለለድለት ሳምንት ወጣቶችን የሚያስተምር ለው እንደሚፈልግ ነገረኝ።

ይህ ትምህርት የራሴን ሕይወት ምን ያህል ሊለውጠው እንደሚችል ሳላውቅ ለማስተማር ተስማማሁ።

መጽሐፍ ቅዱስን ሳጠና ፍቅር በትክክል ምን እንደሆነ ተረዳሁ። ፍቅር፡ ባለቤቴን በልዩ መንገድ እንድንከባከባት ፍላጎት እንዲኖረኝ የሚያደርግ ስሜት አይደለም። ፍቅር ቢለማኝም ባይለማኝም ባለቤቴን በልዩ መንገድ መንከባከብ ነው።

ከዚያን ጊዜ ጀምሮ ባለቤቴን ልወዳት ወስንኩ። በሚያስፈልጋት ነገር ሁሉ ልረዳት በጥንቃቄ ማለብ ጀመርኩ። አእምሮዬ ምን መልካም ነገር አደረገችልኝ ብሎ እንዲያሰብ ከመፍቀድ ይልቅ ለእርሷ መልካም ነገር ማድረግ ላይ አተኩርሁ።

በእኔ ሕይወት የታየው ይህ ለውጥ ካሮልም እንድትለወጥ ረዳት። የበለጠ ፈገግተኛ እየሆነች መጣች። የበለጠ ያኔ ባገባኋት ጊዜ የነበረችው ዓይነት አሰደናቂ ሴት ሆነች።

በእርግጥ ለትዳር ሕይወታችን በአብዛኛው መቀዝቀዝ ምክንያት የእኔ ስሕተት መሆኑን እንድንነዘብ ይህ ሁኔታ ዓይኖቼን ክፈተልኝ። ለዚህ ያበቃን ካሮልን መጽሐፍ ቅዱስ እንደሚል ከመውደድ ይልቅ የእኔዋ «ሴት» እንደሆነች መቆጠራ እንደነበር ተረዳሁ (ኤፌ. 5:25)።

ካሮል:- አንድ ቀን የመጋቢያችን ባለቤት እንዲህ ሲሉ ሰማሁ።

ጋብቻ የእንኳ በእንኳ ጉዳይ አይደለም።

ይልቁኑም ሁለቱም ወገኖች እያንዳንዳቸው ለመስጠት ፈቃደኞች የሆኑ። የሚለጡና በዚህም ያለማቋረጥ የሚተጉ መሆን አለባቸው። ይህንንም ሲያደርጉ «የምለጠውን ያህል እየተቀበልኩ ነው?» ሊሉ ፈጽሞ አይገባም።

በዚያን ቀን ብዙ ጊዜ ብሩሰ 50% እንዲለጠኝ እንደምጠብቅ ከምቀበለው በላይ ልለጥ ፈቃደኛ እንዳይደለሁ ተገንዝብኩ።

ቀጥሎ «የትዳራችን ችግር የብሩሰ ስሕተት ብቻ አይደለም ማለት ነው?» የሚል አዲስ አሳብ ወደ እኔ መጣ።

ይህ አሳብ ከዚህ በፊት ፈጽሞ ወደ ውስጤ ያለመግባቱ የሚያስደንቅ ነው።

ብሩሰ:- ለካሮል ሳስብላትና ደግ ልሆንላት በእውነት ብፈልግም እንኳ ብዙ ጊዜ ሳደርገው አልቻልኩም። ሳይሳካልኝ ሊቀር የተለመደውን የቀድሞውን «ኩርፊያ» እንደገና ታመጣብኝ ነበር።

ካሮል:- በሴቶች ለብለባ ላይ አንዲት ሴት ባለቤቷን አኩርፋ ለብዙ ቀናት ሳታነጋግረው እንዴት ትኖር እንደነበር ስትናገር ለማሁ። ከዚህ ድካሟ እንድትወጣ እግዚአብሔር እንዴት እንደረዳት መለከረች።

በእርሷ በኩል እግዚአብሔር በቀጥታ እንደተናገረኝ አወቅሁ። በዚያ ቀን «ጌታ ሆይ፣ በአንተ ርዳታ እለወጣለሁ። ብሩሰ እኔ የምፈልገውን ያህል መልካም በማይሆንልኝ ጊዜ እንኳ ፈገግተኛና ደግ ልሆንላት እጥራለሁ። ፍቅርን ባልቀበል እንኳ አለጣለሁ። በማዘንበትና በምገዳበት ጊዜ ከማኩረፍ ይልቅ የሚለማኝን ለሜቶች በቅንነት እነግረዋለሁ» ብዬ ቃል ገባሁ።

ብሩሰ:- ካሮል ሳታከርፈኝ ሳምንታት ሊያልፉ ላይ በጣም ደስተኛ ሆንኩ። ይህ መሻሻል ጊዜያዊ እንዳይሆን ግን ስጋሁ። ፈገግተኛነቴና ተጫዋችነቴ ላይ ወደኋላ እስከ ማይመለሰ፡ ለውጡ ይህን ያህል የበረታ ይሆናል ብዬ ተስፋ ለማድረግ ድፍረት አልነበረኝም። ታዲያ በትክክል የሆነው የፈራሁት አልነበረም፤ ትዳርን የሚያቀዝቅዘውን ያንን ቀዝቃዛ ኩርፊያ ደግሜ ሳላይ ወራትና ዓመታት አለፉ።

ብሩሰ:- አሁን ትዳራችን ምድራዊ ገነት ነው? አይደለም አንዳንድ ጊዜ አሁንም እንጣላለን። ጠባቾችን ግን ከቀድሞ የተለየ ነው።

በቅርብ ጊዜ ክንበረን ጠብ አንዱን እንንገራችሁ።

ካሮል:- በቅርቡ ለብሩሰ እንዲህ አልሁት፡ «በቤታችን ሌላ አንድ ተጨማሪ ክፍል ብንሠራ ምን ይመስልሃል? በተለይ እንግዶች በሚኖሩን ወቅት መመገቢያ ክፍል በጣም ያስፈልገናል።»

ብሩሰ:- እንዲህ በማለት መለስኩላት «ምን ያህል ገንዘብ እንደሚፈጅ አታውቁም? በዚህ ጊዜ ቤት መሥራት በቀላል ወጪ የምንወጣው አይደለም።»

ካሮል:- «ጎረቤቶቻችን ቤታቸውን አስፍተውታል፤ ግን ብዙ ገንዘብ አልፈጀባቸውም።»

ብሩሰ:- «ጎረቤታችን ቤቱን ራው እራሱ ነው። አኔ ግን የሕንፃ ሥራ ባለሙያ አይደለሁም።»

ካሮል:- ከመጋባታችን በፊት የብሩሰን የገንዘብ አያያዝ አደንቅ ነበር። ቤታችንን ለማለፋት ፈቃደኛ ላይሆን ቢቀር ግን ብሩሰ ለሰታምና ለአኔ ፍላጎት የማይገደው ነው ብዬ አላብኩ።

ብሩሰ:- ካሮል «ለል ቤት» ጉዳይ መጀመሪያ ስትናገር «ያዘጋጀሁት የመኖሪያ ቤታችን የማይረባ ነው ብላ የምትተቸኝ» መሰለኝ።

ለሰ ጉዳዩ መነጋገራችንን ለንቀጥል ግን እንዴት እንዳልተወደደች እንደተሰማት ተረዳሁ። ለትልቅ ቤት ሰላላት ፍላጎት ምንም እንደማይገደኝ ነበር ያለበትው።

በተለይ ያለማቋረጥ አዳሪ እንግዶች ይመጡብን ለሰነበር ቤታችን በጣም ትንሽ እንደሆነ አውቅ ነበር። ካሮል በቤታችን እንግዶች የምታለተናግድበትን መንገድ ሁልጊዜ አደንቃለሁ። ለው ሁሉ እንደ ቤቱ እንዲለማው ታደርግ ነበር። በጣም ድሆች የሆኑ ሰዎች እንኳ ሁልጊዜ ጥሩ ምግብና መኝታ እንደምትሰጣቸው ያውቁ ነበር።

ሆኖም ግን በዚህ ቤት ላይ ብዙ ገንዘብ ማውጣት አልፈለግሁም።

ካሮል:- በችግሩ ላይ እየተወያየን ላለ በብሩሰ ላይ የፈረድኩት ያለአግባብ መሆኑን ተረዳሁ። እርሱ ለሜቶቼን ተረድቶም ተጠንቅቆልኝም ነበር።

በዚህ ውይይት በኋላ ብሩሰ ቅርቤ መሆኑ ተለማኝ። ቤቱን ላለማለፋት በወለነው ውሳኔ ተለማማሁ።

በቀጣዩ ቀን ጠዋት እየጸለይን ላለ ለእግዚአብሔርም ቅርብ እንደሆንኩ ተለማኝ።

ብሩሰ:- ለባት የለዎች ለም ዝርዝሮችን ይዘን በላምንቱ በአያንዳንዱ ቀን በአንዱ ዝርዝር ላይ እንጸልያለን። በአንድ ዓመት ውስጥ ለሁሉም የዓለም አገሮች ጸልየን ለመጨረስ እንድንችል በየዕለቱ ለአንድ አገር እንጸልያለን። በጸሎት ጊዜያችን መጨረሻ አንዳችን ለሌላችን እንጸልያለን።

ካሮል:- በዚያ ዕለት ጠዋት ብሩሰ ጸሎቱን ሲያጠቃልል እንደዚህ አለ «እንግዶችን በቤታችን በግሩም ሁኔታ የምታለተናግድ ሚስት ስለሰጠኸኝ አመለግንሃለሁ።» ይህም ጸሎት ልቤን ነካው።

ብሩሰ:- ካሮል በጸለየችው በሚቀጥለው ጸሎት እንዴት እንደተደሰትኩ አስታውሳለሁ። «አባት ሆይ፤ ሕይወትን ካለንት ጋር እንዲህ በጠበቀ ግንኙነት ማሳለፍ ለእኛ አስደናቂ ነው። እንዲሁም በመካካላችን ሰላላው ወዳጅነትና ቅርብነት፤ ለሰምትለጠን ነገር ለላቤታችንም በየዕለቱ እንድናመለግንህ እርዳን።»

ከጸሎታችን በኋላ በአሳብ ያለመስማማታችንን ያስተናገድንበት መንገድ ከብዙ ዓመታት በፊት ካደረግነው ፈጽሞ የተለየ መሆኑን ተረዳን።

ካሮል:- አዎን፤ እግዚአብሔር ይህን በአሳብ ያለመስማማት እንድንነጋገርና እንድንገባባ ባይረዳን ኖሮ ውጤቱ የተለየ ይሆን ነበር። በቤታችን ጥበት የተለማኝ የውጥረት ለሜት ከብሩሰ ጋር ከመነጋገር ይልቅ ለአንድ ወይም ለሁለት ቀን በኩርፍ በመጨረሻ ምን ሆነሻል? ብሎ መጠየቁ የማይቀር ነበር። ምናልባት እንዳነጋግረው በመፈለግ ብቻ ቤቱን ለማለፋት ይለማማ ነበር (ይህንንም እንኳ አጠራጠራለሁ)። ምናልባት ደግሞ ቤቱን የማለፋት አሳቡን ላይቀበል ቢገፋበት ኖሮ ብዙ እንዳንገናኝ አብዛኛውን ጊዜውን ክቤት ውጭ ያጠፋ ነበር። ለሜቶቻችንን ላንነጋገርና ለሰ ጉዳዩም አብረን ላንጸልይ እንቀር ነበር።

ብሩሰ:- ከዓመታት በፊት ካሮል ለሰ ቤቱ ጥበት አማርሬ ቢሆን ኖሮ «ሚስቶች ሁሉ ይህ ነገር የለኝም፤ ያ ነገር የለኝም ማለት ልማዳቸው ነው። እንደ ባል ነገሩን እንደ አመጣጡ መመለስ አለብኝ» የሚል ዝንባሌ ይኖረኝ ነበር።

በመጨረሻ ባለቤቱን ፍቅር በተሞላው ርኅራኄ መንከባከብ እንዳለብኝ እንድንገነዘብ ለሰረዳኝ እግዚአብሔርን አመለግናለሁ። ይህን ማለት የምትፈልገውን ነገር ሁሉ ልገዛላት እችላለሁ ማለት አይደለም። ነገር ግን ለሜቶቻችን ተረድቼ አስፈላጊውን ጥንቃቄ አደርጋለሁ ማለት ነው። ለሰ ሐዘኗና ለሰ ተለፋ መቁረጫ ይገደኛል። እካፈላታለሁም ማለት ነው።

ካሮል:- በነገራችን ላይ በለዋዚላንድ የሚገኘውን ቤታችንን ብትጎበኙ አለፍተን እንደሠራነው ትመለከታላችሁ። ውሩ ባለቤቱ አንድ ክፍል ላይሆን ሁለት ተጨማሪ ክፍሎችን አክሎበታል!

ብሩሰ:- አዎን፤ አንድ ቀን ለራሴ እንዲህ አልኩኝ፤ «መገንባት አትችልም የሚል ማን ነው?»

ብሎኬቶችን እንዴት እንደሚደረደሩ አንድ ጓደኛዬ አሳየኝ። በሲሚንቶ መሥራት የመጀመሪያ ጊዜዬ ቢሆንም እንኳ በታላቅ ደለታ ፈጸምኩት። ከሁሉም በላይ በዚህ ሥራ የተደለተው ግን ልጄችን ነበር። በዚህ ፕሮጀክት ከአባቱ ጋር መሥራትን እጅግ ወድዶት ነበር!

ካሮል:- ቤት ልጄችን ዕድሜዋ አሥራ ስድስት ዓመት በሆናት ወቅት አንድ ቀን እንዲህ አለችን። «ትዳር በምመሠርትበት ጊዜ ከባለቤቱ ጋር የሚኖረኝ ግንኙነት በሁለታችሁ መካከል ያለው ዓይነት እንዲሆን እፈልጋለሁ።»

ይህ ለእኔና ለብሩሰ ያላየን እግዚአብሔር በትዳራችን ውስጥ ያደረገውን አስደናቂ ተግባር ነው።

ብሩሰ:- ታሪካችንን እየተናገርን ላለን ካሮልና እኔ በትዳር ሕይወታችን ውስጥ መራርነት እንዳልነበረን በማለብ ተደንቃችሁ ይሆናል። እውነታው ግን በተጋግንበት ወቅት ክርስቲያኖች የነበርን ቢሆንም እንኳ ክርስቶስ በሕይወታችን ለውጥ ሲያመጣ የሚገባበት ብዙ ክፍል ነበረን።

ካሮል:- ታላቅ እህቴ፤ «ካሮል፤ ክርስቲያን መሆን አለብኸ» በማለት የሚያስገርም ንግግር የተናገረኝኝ የ15 ዓመት ልጄ ገረድ በነበርኩ ጊዜ ነበር።

እኔ ሁልጊዜ የማለበው ክርስቲያን እንደሆንኩ ስለሆነ እንዴት እንደዚህ ልትለኝ ቻለች?

የተጠምቅሁት ገና ሕፃን እያለሁ ነበር። በየእሱድ ቤተ ክርስቲያን እጻዳለሁ። ትልቅ ኃጢአትም ሠርቼ አላውቅም።

ለራሴ እንዲህ አልኩ «ክርስቲያን መሆኔ እርግጥ ነው! እንዴት ክርስቲያን መሆን አለብከ ትለኛለች? እርሷ ማን ነች ብላ ነው ለሰራሷ የምታለበው? እንደ እርሷ እኔም ጥሩ ሰው ነኝ!»

እህቴ ተለፋ አልቆረጠችም። ለሰዚህ ወደ ወጣቶች የካምፕ ፕሮግራም ወሰደችኝ። በዚያም ኃጢአተኛ መሆኔን ተረዳሁ። ይህ እንዴት እንዳበደነቀኝ ልገልጸው አልቻልኩም። በእኔ እመለካከት የተጠመቅሁ ጥሩ ልጃገረድ ነበርሁኝ። በእግዚአብሔር ጻይን ግን ኃጢአተኛ ነበርኩ።

ይህንን አምኜ መቀበል ባልፈልግም ከመጽሐፍ ቅዱስ ሲያነቡ ለሰማ ግን መከራከር አልቻልኩም።

«ሁሉ ተላለተዋል ... ቸርነት የሚያደርግ የለም።» ሮሜ 3:12

በዚያ የወጣቶች የካምፕ ፕሮግራም ለሰ ኢየሱስ ማንነት ጥቂት ነገሮች ተማርኩ። ለምን ወደዚህ ምድር እንደ መጣ ተገነዘብኩ። የመጣው እንዴት ጥሩ ሰው መሆን እንደሚችል ሊያስተምረኝ አይደለም። የመጣው ጥሩ ሰው ለላይደለሁ ነው። ለሰዚህ ኃጢአቴን በሙሉ ሊወስድና ይቅርታን አገኝ ዘንድ በእኔ ፈንታ መከራን ሊቀበል መጣ።

ቀጥሎ ማንም ሰው ለመንግሥተ ሰማያት የሚያበቃ መልካም ነገር ማድረግ እንደማይችል ተገነዘብኩ። መልካም ተግባራ ወደ መንግሥተ ሰማያት ይወለደኛል ብዬ ከማለብ ይልቅ ኃጢአቴን በመናዘዝ በእኔ ምትክ በምተው በኢየሱስ ማመን እንዳለብኝ ተረዳሁ። በመልካምነቴ መታመንን በማቆም በኢየሱስ መታመን እንዳለብኝ አወቅሁ!

በዚያ የካምፕ ፕሮግራም ላይ ከዚህ ቀደም ለኢየሱስ ብዬ የማላውቀውን ነገር ተናገርሁ። «ጌታ ሆይ፣ እኔ ኃጢአተኛ ነኝ! መቀጣት ይገባኛል። ነገር ግን ይቅርታን አገኝ ዘንድ አንተ ስለ እኔ መከራን እንደተቀበልክልኝ መጽሐፍ ቅዱስ ይነግረኛል። ዛሬ ኃጢአቴን ይቅር ትል ዘንድ በአንተ እታመናለሁ። እኔ ለላደረግኩት ማንኛውም መልካም ሥራ ሳይሆን አንተ ለላደረግኸው ሥራ አሁን መንግሥተ ሰማያት እንደምገባ አውቃለሁ።»

«ክርስቲያን ሆንኩኝ» በማለት ለእህቴ ለነግራት ይህ ነው የማይባል ደስታ ተለማት።

ብሩሳ፡- ለሰለጠን የዘላለም ሕይወትና በትዳራችን እየሠራ ስለሆነ እግዚአብሔርን አናመለግንዋለን።

ዛሬ ከርበቶብን አንደ ግል አዳኞችሁ እንድትቀበሉ እናበረታታችኋለን። እርሱ ይወዳችኋል። የሕይወት ዘመናችሁን እግዚአብሔርን በማገልገል አባልፋ።

ስለ ግብረ ሥጋ ግንኙነት አምስት እውነታዎች

በዓለም ዙሪያ የሚገኙ ብዙ ለዎች ለሰ ፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ሁሉን ነገር እንደሚያውቁ ያለባሉ። ሆኖም ግን ከአላባቻቸው አብዛኞቹ ትክክል አይደሉም። እውነታዎቹ ቀጥለው ቀርበዋል፡-

እውነታ 1፡- ባልና ሚስት ሁለቱም የፍትወት ፍላጎት አላቸው።

ባል የሚለቱን የፍትወት ፍላጎት ማርካት ያለበት ሲሆን፣ ሚስት ደግሞ የባሏን የፍትወት ፍላጎት ማርካት አለባት።

«ባል ለሚለቱ የሚገዛትን ያድርግላት፤ እንደዚሁም ደግሞ ሚስቷ ለባልዋ። ሚስት በገዛ ሥጋዋ ላይ ሥልጣን የላትም፤ ሥልጣን ለባልዋ ነው እንጂ፤ እንዲሁም ደግሞ ባል በገዛ ሥጋው ላይ ሥልጣን የለውም፤ ሥልጣን ለሚለቱ ነው እንጂ። ለጸሎት ትተኑ ዘንድ ተለማግታችሁ ለጊዜው ካልሆነ በቀር፤ እርሶ በርላችሁ አትከላከሉ፤ ራሳችሁን ለሰ አለመግዛት ለይጣን እንዳይፈታተናችሁ ደግሞ አብራችሁ ሁኑ።» (1ኛ ቆሮ. 7:3-5)

በጋብቻ ሕይወት ውስጥ ራሶ ወዳድነት ሊኖር አይገባም። ከላይ የተመለከትነው ጥቅስ የሚናገረው ባል የራሱን ፍላጎት ለማርካት የሚለቱን ሰውነት በለግብግብነት መጠቀም እንደሌለበት ነው። ይልቁኑ የእርሷን ፍላጎት ለማርካት ማለብ አለበት። የእርሷም ዓላማ የእርሱን ፍላጎት ማሟላት መሆን አለበት።

እንደዚህ ሲሆን እርሶ በርሶ የፍትወተ ሥጋ ፍላጎት እርካታን በመለጠትና በመቀበል ደስታን ያገኛሉ።

እውነታ 2፡- ባልና ሚስት ለአጭር ጊዜ ካልሆነ በስተቀር የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት መፈጸምን ማቆም የለባቸውም።

ቀደም ሊል ከላይ እንደተመለከትነው ጥቅስ ባልና ሚስት «ለተወለነ ጊዜ የበለጠ መጸለይ እንችል ዘንድ ከፍትወተ ሥጋ ግንኙነት እንከልክል» ቢሉ የተወለነው ጊዜ እንደተጠናቀቀ የፍትወተ ሥጋ ግንኙነታቸውን እንደገና መቀጠል አለባቸው። የተወለነው ጊዜ ረጅም እንዳይሆን መጠንቀቅ አለባቸው፤ አለበለዚያ ከጋብቻ ውጭ ለሚፈጸም የግብረ ሥጋ ግንኙነት ሊፈተኑ ይችላሉ።

አንዳንድ ጊዜ መጋቢውና ባለቤቱ «እግዚአብሔርን በማገልገል ለስተጠመድን የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ማድረግ እያለፈልገንም። ለዚያ ጊዜ የለንም» ብለው ሲወሰኑ ይችላሉ። ጥቂት ቆይቶ መጋቢው ልጃገረዱን

አለረገዘ ሲባል ሰሜው ሁሉ ይደነቃል። ባልና ሚስት አንዱ ሌላውን የጋብቻ መብቱን አይካልክለው የሚሰውን የመጽሐፍ ቅዱስ ቃል መለማትና መታዘዝ እጅግ በጣም ጠቃሚ ነው።

እውነታ 3:- ባልና ሚስት በፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ደስታን ያገኛሉ።

አንዳንድ ለወች እግዚአብሔር ግንም ለው በፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ደስ እንዲለው አይፈልግም ብለው ያሰባሉ። ሌሎች ደግሞ መደስት ያለበት ባል ብቻ እንጂ ሚስት አይደለችም ይላሉ። እውነቱ ግን እግዚአብሔር ባልና ሚስት ሁለቱም በፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ደስ እንዲላቸው ይፈልጋል።

መጋልየ መጋልይ ዘለለዎን በተባለው የመጽሐፍ ቅዱስ መጽሐፍ ባል ለሚለቱ እንዲህ ይላታል:-

«ወዳጄ ሆይ፤ እነሆ፤ ውብ ነሽ፤

እነሆ፤ አንቺ ውብ ነሽ፤

ዓይኖችሽም እንደ ርግቦች ናቸው።» (1:15)

«ፍቅርሽ አንዴት ምልካም ነው!

ፍቅርሽ ከወይን ጠጅ ይልቅ እንዴት ይሻላል!

የዘይትሽም መዓዛ ከሽቱ ሁሉ! (4:10)

«እግሮችሽ በጫማ ውስጥ እንዴት ውበት ናቸው!

ዳሌዎችሽ በአንጥረኛ እጅ እንደተሠሩ

እንደ ሶንቀዎች ይመሰላሉ። (7:2)

ሁለቱ ጡቶችሽ እንደ ሁለቱ መንታ

እንደ ሚዳዳ ግልገሎች ናቸው።» (7:4)

ሚስት ደግሞ ባሏን እንዲህ ትላለች:-

«በአፉ መሳም ይሰመኝ፤

ፍቅርህ ከወይን ጠጅ ይልቅ መልካም ነውና (1:2)

«ውዴ ለእኔ በጡቶቼ መካከል እንደሚያርፍ

እንደ ተቋጠረ ከርቤ ነው» (1:13)

«ውዴ ሆይ፤ እነሆ፤ አንተ እኮ ውብ ነህ፤

መልክ መልካምም ነህ፤ (1:16)

«ግራው ከራሴ በታች ናት፤

ቀኙም ታቅፈኛለች።» (2:6)

«አፉ እጅግ ጣፋጭ ነው፤

እርሱም ፈጽሞ ያማረ ነው፤

እናንተ የኢየሱሳሌም ቅንጃጂት ሆይ፤

ውዴ ይህ ነው፤ ባልንጀራዬም ይህ ነው (5:16)

«ውዴ ሆይ፤ ና፤ ወደ መለክ እንውጣ

በመንደሮችም እንደር (7:12)

«...በዚያ ውዴን እለጥሃለሁ።» (7:13)

እነዚህ ጥቅሶች በግልጽ የሚያሳዩን ባልና ሚስት አንዳቸው ለሌላቸው ፍቅርን በመለጠት በፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ደስ ይላቸው ዘንድ የእግዚአብሔር ፈቃድ መሆኑን ነው።

ብዙ ባልና ሚስቶች በፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ብዙ ደስታ ያለማግኘታቸው እንዴት አሳዛኝ ነገር ነው! አንዳንድ ባሎች ሚስቶቻቸውን ለማነቃቃት ወይም ለማርካት ምንም ሙከራ አያደርጉም። «ጥሩ ሚስት በፍትወተ ሥጋ ግንኙነት መደስት የለባትም። እኔ ሳደርግላት እርሷ ዝም ብላ መተኛት አለባት» ይላሉ።

አንዳንድ ሚስቶች ደግሞ የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ደስታ የሚለጥ አይደለም ብለው ያምናሉ። ወደ አልጋቸው የሚሄዱት በሚከተለው ዝንባሌ ነው። «አልጋደርገው የግድ ከሆነ ቀጥል እድርገው፤ ነገር ግን ፈጠን በል፤ መተኛት እፈልጋለሁ።» ሚስቲቱ ግራ እጁን ያንተርላቸዋል በቀኝ እጁ ያቅፈኛል። ሁለንተናው የደስ ደስ አለው። ውዴ ይህ ነው፤ ባልንጀራዬም ይህ ነው። ካለችበት ጥቅስ እንዴት የራቀ ነው። (መጋ. 2:6 ና 5:16 ተመልከት)

እውነታ 4:- ከጋብቻ ውጭ የሆነ የግብረ ሥጋ ግንኙነት ኃጢአት ነው።

መጽሐፍ ቅዱስ በጋብቻ ውስጥ የሆነ የግብረ ሥጋ ግንኙነት አስደላች ነው ይላል።

«መሽራዬ ሆይ ...ነዩ! ...

ፍቅርሽ እንዴት መልካም ነው!

ፍቅርሽ ከወይን ጠጅ ይልቅ እንዴት ይሻላል!

ከከንፈሮችሽ ማር ይንጠባጠባል፤

ከምላለሽ በታች ማርና ወተት አለ...» (መጋ. 4:8ና10 እና 11)

ከጋብቻ ውጭ የሚፈጸም የግብረ ሥጋ ግንኙነት ግን እጅግ መራራ ኃጢአት ነው።

«ከጋሰዎታ ሴት ከንፈር ማር ይንጠባጠባልና፤ አፍዋም ከቅቤ የለሰለሰ ነውና፤ ፍጻሜዋ ግን እንደ እሬት የመረረ ነው፤ ሁለት አፍ እንዳለው ለይፍም የተላለ ነው።» (ምላ. 5:3-4)

«መንገድህን ከእርሰዋ አርቅ፤ ወደ ቤትዋም ደጅ አትቅረብ» (ምላ. 5:8)

«ከጉድጓድህ ውኃ፤ ከምንጭህም የሚፈለቀውን ውኃ ጠጣ...ከጉብዝናህም ሚስት ጋር ደለ ይበልህ።» (ምላ. 5:15-18)

ከላይ የተሰጡት ጥቅሶች ላገቡ ሰዎች የተነገሩ ናቸው። ላላገቡ ወጣቶችሉ? የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ለመፈጸም ተፈቅዶላቸዋል? አልተፈቀደላቸውም። የእግዚአብሔር ሕግ የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ለጋብቻ ብቻ የታቀደ እንደሆነ ያረጋግጣልናል።

«ከዝሙት ሽሹ። ለው የሚያደርገው ኃጢአት ሁሉ ከሥጋ ውጭ ነው፤ ዝሙትን የሚሠራ ግን በገዛ ሥጋው ላይ ኃጢአትን ይሠራል።» (1ኛ ቆሮ. 6:18)።

ዝሙት የሚለው ቃል በመጽሐፍ ቅዱስ ውስጥ በሁለት መንገድ አገልግሎት ላይ ውላል።

ሀ) በአንዳንድ ጥቅስ «ዝሙት» የሚለው ቃል የሚገልጠው ከፍትወተ ጋር የተያያዙ ኃጢአቶችን በሙሉ ማለትም አመንዝራነትና ከጋብቻ በፊት የሚደረግ የፍትወተ ሥጋ ግንኙነትን ይጨምራል። (1ኛ ቆሮ. 5:1 ና 6:9፤ ኤፌ. 5:3፤ 1ኛ ተሰ. 4:3፤ ዮሐ. 8:41)

ለ) በሌሎች ጥቅሶች ደግሞ «ዝሙት» የሚለው ቃል የሚያመለክተው ከጋብቻ በፊት የሚደረግ የግብረ ሥጋ ግንኙነት ብቻ ነው። ለምሳሌ ሐዋርያው ጳውሎስ ላላገቡ ሰዎች ስለማግባት ወይም ላያገቡ ስለመኖር ሲጽፍላቸው እንዳላገባ ሰው ከዝሙት መራቅ እንዳለባቸው ይናገራል።

«ከሴት ጋር አለመገናኘት ለሰው መልካም ነው። ነገር ግን ለሰ ለሰ ዝሙት ጠንቅ ለአያንዳንዱ ለራሱ ሚስት ትኑረው ለአያንዳንዷቱ ደግሞ ለራሱዋ ባል ይኑራት።» (1ኛ ቆሮ. 7:1-2)።

ጥቅሱ የሚናገረው ያለማግባት መልካም ቢሆንም ዝሙትን ለማድረግ መፈተን ከባድ ለለሆነ ለብዙ ሰዎች ማግባት የሚመረጥ መሆኑን ነው።

ሳያገቡ መኖር መልካም የሆነው ለምንድን ነው? ምክንያቱም ያላገቡ ሰዎች እግዚአብሔርን ለማገልገል እራሳቸውን ሙሉ ለሙሉ መስጠት ይችላሉ። (ወደ ጳላ የሚጎትታቸው የትዳር ጣጣ የለባቸውም) 1ኛ ቆሮ. 7:32-34ን ተመልከቱ።

ማግባት መልካም የሆነው ለምንድን ነው? ምክንያቱም የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ፈተና ጠንካራ ለለሆነ፤ በመብዛት ምድርን ልንሞላት ስለሚገባና ያላገቡ ሰዎች ብቸኝነት የሚያጠቃቸው ስለሆነ ነው። (1ኛ ቆሮ. 7:9፤ ዘፍ. 1:28 ና 2:18ን ተመልከት)

ለለዚህ ማግባት መልካም ነው። ያለማግባትም መልካም ነው። እያንዳንዱ ለው የመምረጥ መብት አለው።

ነገር ግን የምንመርጠው የትኛውንም ቢሆን የእግዚአብሔርን ሕግጋት መታዘዝ አለብን።

ሀ) ያገቡ ሰዎች የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት መፈጸም ያለባቸው ከትዳር ጓደኞቻቸው ጋር ብቻ ነው (ዕብ. 13:4)።

ለ) ያላገቡ ሰዎች ከማንም ጋር የግብረ ሥጋ ግንኙነት መፈጸም የለባቸውም (1ኛ ቆሮ. 6:18 ና 7:1-2፤ 2ኛ ጢሞ. 2:22)።

የግብረ ሥጋ ግንኙነት መፈጸም ያለበት በጋብቻ ውስጥ ብቻ ነው።

እነዚህ ሕግጋት የተዘጋጁት በቤተ ክርስቲያን ሽማግሌዎች አይደለም፤ እነዚህ የፈጣሪያችንና የፈራጃችን ሕግጋት ናቸው።

አንድ ወጣት እንዲህ በማለት ጽፎልን ነበር፡-

እኔና የሴት ጓደኛዬ (አጮኛዬ) በጣም እንዋደዳለን። በሚቀጥለው ዓመት ስመጋባት ዐቅደናል። ላለፉት አሥር ወራት በየላምንቱ መጨረሻ የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት እንፈጽም። ነበር። በቅርቡ አንድ የመንፈሳዊ መነታቂያ ፕሮግራም ተካፈልን በዚያ ንሐሐ ገብተን ክርስቶስን ተቀበልን። አሁን መጠየቅ የፈለግንው እስከንጋባ ድረስ የፍትወተ ሥጋ ግንኙነታችንን ማቆም አለብን?

ይህ ወጣት «ንሐሐ ገብተን ክርስቶስን ተቀበልን» ማለቱን አለታውሱ። ንሐሐ መግባትና ክርስቶስን መቀበል ማለት ምን ማለት ነው?

ኃጢአታዊ ፍላጎቶች ከሚገዛው ሕይወት መመለስ ማለት ነው። ወደ ክርስቶስ መመለስና እርሱን የሕይወት ጌታ ማድረግ ማለት ነው። ለለዚህ ለዚህ ወጣት ጥያቄ መልሱ፡-አዎን ንሐሐ ገብታችሁ ክርስቶስን ከተቀበላችሁ ከጋብቻ በፊት የሚደረግ የፍትወተ ሥጋ ግንኙነትን በማቆም እርሱን ታዘዙ የሚል ይሆናል። (ሉቃ. 6:46ን ተመልከቱ)

በዚህ መጽሐፍ ባልና ሚስት በፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ደለ እንዲሰኙ እግዚአብሔር እንደሚፈልግ ብዙ ጊዜ የምንናገረው ነገር ነው። የትዳር ጓደኞቻች በፍትወተ ሥጋ ግንኙነት አንዳቸው ለሌላቸው እርካታ እንዴት እንደሚተባበሩ እንገልጻለን። ነገር ግን ከጋብቻ ውጭ የሚደረግ የግብረ ሥጋ ግንኙነት ኃጢአት መሆኑን በፍጹም አንዝነጋም።

እውነታ 5:- የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ዘር የመተካት ተግባርም ነው።

በፍትወተ ሥጋ ግንኙነት የእግዚአብሔር ተቀዳሚ ዓላማ ባልና ሚስትን እንድንጠግና ከፍተኛ ደስታ ለመስጠት ነው። ነገር ግን ዓላማው ይህ ብቻ ሳይሆን በፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ዘር ለመተካትና ለመራባት ልጆች እንዲወልዱም ጭምር ነው።

ልጆች አስደናቂ ለጦታዎች ናቸው። እግዚአብሔር የመጀመሪያዎቹን ሰዎች «ብዙ፣ ተባዙ፣ ምድርንም መሙላት...» አላቸው (ዘፍ. 1:28)።

አንዳንድ ሰዎች በፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ብቸኛ ዓላማ ልጆችን መውለድ እንደሆነ ግለባቸው ያላዝናል። አንድ ሰው እንዲህ በማለት ጽፎልን ነበር:-

ባለቤቴ በፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ተነቃቅታ አታውቅም። እንዲያውም መነቃቃትም አትፈልግም። በፍትወተ ሥጋ ግንኙነት በምንፈጽምበት ጊዜ ምን እንደሚለማት ለጠይቃት ምንም አይለማኝም ትለኛለች። ብዙ ጊዜ በፍትወተ ሥጋ ግንኙነታችን የተነቃቃና አለደላች እንዲሆን የተሰያዩ ሥልቶችን ባቀርብም ምንም ፍላጎት አታሳይም። «መውለድ እስከቻልኩ ድረስ ቤተኛ አዳሪዎች ለሰሚጠቀሙባቸው የተሰያዩ በፍትወተ ሥጋ አፈጻጸም ሥልቶች ግለብ የለብንም» ትለኛለች።

ሌሎች ሴቶችን ሳይ ብዙ ፍላጎት ቢያድርብኝም ከርሱቱ ለሰሚመጣና የተደበቁ ኃጢአቶችን በሙሉ ለሰሚገልጽ በዚህ ኃጢአት ወድቄ አላውቅም። ነገር ግን በዚህ በፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ሕይወታችን ያለው ችግር እያደገ ነው። ለይጣን «ፍታትና ሌላ በፍትወተ የምትረካባት የተሻለች ሴት አግባ» በማለት ያንሾካቸኩባቸዋል። ነገር ግን በሠርጋችን ቀን ሚስቴን እስከ ምት ድረስ ለመውደድ ቃል ገብቻለሁ።

ባለቤቴ መልካም ሴት ናት። በፍትወተ ሥጋ ግንኙነታችን የተነቃቃና የሚያስደስታት ልምምድ እንዲኖረን አመኛለሁ። ከእርሷ ጋር አብረን ልናነበው የምንችለው ደብዳቤ ልትጽፉልን ትችላላችሁን?

የጻፍንላቸው ደብዳቤ እግዚአብሔር ጋብቻ እንዲያሟላ የሚፈልገው የጓደኝነት ደስታና የግብረ ሥጋ ግንኙነትን ደስታ እንደሆነ የሚያበሰር አለደናቂ እውነትን ያዘለ ነበር። በእግዚአብሔር ዕቅድ ከግብረ ሥጋ ግንኙነት ዓላማዎች አንዱ ዘርን መተካት ወይም ልጅ መውለድ ቢሆንም ይህ ግን ብቸኛው ዓላማ አይደለም። እግዚአብሔር ባልና ሚስት በፍትወተ-ሥጋ ደስ እንዲላች ዐቅዷል።

በፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ከፍተኛውን ደስታ የሚያገኙት ቤተኛ አዳሪዎችና ደንበኞቻቸው አይደሉም። በፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ከፍተኛውን ደስታ የሚያገኙት እግዚአብሔርን የሚወዱና የሚታዘዙ ናቸው!

እኛቴ መሽራ የተቆለፈ ንነት፤
የተዘጋም ምንጭ የታተመ ፈላሽ ናት።

(መጋ. 4:12-15ን ተመልከት።)
ውዴ ወደ ንነቱ ይግባ፤ መልካሙንም ፍሬ ይብላ። (4:16)
እኛቴ መሽራዬ ሆይ፤ ወደ ንነቱ ገባሁ።...
እንጀራዬን ከማሬ ጋር በላሁ፤ (5:1)

እግዚአብሔርን የሚወዱና
እርስ በርስ የሚዋደዱ
ባልና ሚስት በፍትወተ ሥጋ
ግንኙነት የመስጠትና
የመቀበል ደስታን ከማንም
ይልቅ ይለማመዳሉ!



የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ስልቶች

ውድ ብሩህና ካርል

ባለቤቱን አወደዋለሁ፤ በጣም ጥሩ ከርሰቷል፤ ነው። ችግሩ ወደ መኝታችን ለንጂ ይለመኝና ጥቂት ይጫወታል፤ ነገር ግን በጣም ይፈጥራል። በለሜቱ ገና ከመነቃቃቱ በፊት ብልቱን ያለገባና የዘር ፍሬውን ያፈሰሳል። ወደ መኝታው ተመልሶ በመሔድ ለጥ ብሎ ይተኛል። ከዚያ በኋላ ለአንድ ሰዓት ያህል ወይም ከዚያ በላይ ዓይኖቼን አፍጥጦ ምንም እርካታ በሌለው ለሜት አቆያለሁ።

በዚህ ምክንያት ብዙ ጊዜ የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት መፈጸም አልፈልግም። አሁን ባለቤቴ በፍትወተ ለሜት ደካማ ናት በግላት ማጉረምረም ጀምሯል።

«LOVE AND MARRIAGE» (ፍቅርና ጋብቻ) በሚለው መጽሐፋችሁ ባለፍ ሚስት አንዱ የሌላውን የፍትወተ ሥጋ ፍላጎት ማርካት አለበት ብላችኋል። ጥያቄዬ እንዴት? የሚል ነው። ማለቱ አንዳችን ሌላችንን ማርካት እንዴት እንችላለን?

በክርስቶስ ፍቅር፣
አለቲር

ይህን መጽሐፍ መጻፍ ለንጆምር በፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ለልት ላይ የመጻፍ አሳብ አልነበረንም። የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት የግል ጉዳይ ነው። ብዙ ነገር በዚህ ርእሰ ላይ መጻፍ መልካም አይደለም።

ሆኖም ግን ከላይ የጠቀሰውን የአስቴርን ደብዳቤ መሰል ደብዳቤዎች በየቀኑ ይደርሱናል። የመጀመሪያው «LOVE AND MARRIAGE» (ፍቅርና ጋብቻ) የሚለው መጽሐፋችን በዓለም ዙሪያ በየዓመቱ ከ40,000 ቅጂዎች በላይ ይሸጣል። ይህን መጽሐፍ ካነበቡ በመቶ ከሚቆጠሩ ሰዎች የሚደርሱን ደብዳቤዎች የግብረ ሥጋ ግንኙነት ስልትን መግለጽ የግድ አንዳለብን አመልከተውናል።

የግብረ ሥጋ ግንኙነት ስልትን ማለት የግብረ ሥጋ ግንኙነት አፈጻጸም እውቀት ማለት ነው።

የግብረ ሥጋ ግንኙነት ቴክኒክን ማወቅ የጋብቻ ሕይወት ዋናው ነገር አይደለም። የጋብቻ ሕይወት ዋናው ነገር ፍቅር ነው። በዚህ መጽሐፍ የመጀመሪያዎቹ አራት ምዕራፎች ባለፍ ሚስት እንዴት መዋደድ አንዳለባቸው ለመግለጽ የተጠቀምነው ስለዚህ ምክንያት ነው።

በትዳር ሕይወት ፍቅር ከሌለ የግብረ ሥጋ ግንኙነት ለልት ፋይዳ የለውም!

ባለፍ ሚስት ለሌ ግብረ ሥጋ ግንኙነት ለልቶች እውቀት ሊኖራቸው ይገባል መበሉም ደግሞ እውነት ነው። የዚህ ምዕራፍ ዓላማ እንደ አለቲርና ባሌ ያሉ ሰዎችን የሚያለፈላቸውን እውቀት በመስጠት መርዳት ነው።

በግብረ ሥጋ ግንኙነት ለልት አምስት ደረጃዎች ያሉ ሲሆን አነርሱም ዝግጅት፣ የፍቅር ጨዋታ፣ ከርና መርፌነት (ወንዱ ወደ ሌቷ ሲገባ)፣ ወደ ከፍተኛው የእርካታ ለሜት መድረስ (ጡዘተ ወሲብ) እና ከዚያ በኋላ ዘና ማለት ናቸው። አምስቱንም ተራ በተራ እያንዳንዳቸውን እንመልከት።

አንደኛ ደረጃ
ዝግጅት

ባለፍ ሚስት ለግብረ ሥጋ ግንኙነት በሚከተሉት መንገዶች መዘጋጀት አለባቸው፡-

ለሕተትን በመቀበል ይቅርታ ተጠያየቁ። ከመኝታ ሰዓት በፊት የፀብ ጉዳይ መፈታት አለበት። ለምሳሌ ባለፍ ሚስት በቁርስ ሰዓት ተጣልተው እንደሆነ በጉዳዩ ጊዜ ወለደው በመነጋገር ለሕተትን መቀባበልና ይቅርታ መጠያየቅ አለባቸው። አለበለዚያ ጉዳቱ ቀኑን ሙሉ በልባቸው ይቆያል።

መጽሐፍ ቅዱስ እንዲህ ይላል፡-

«ቀጣችሁም ሳይወገድ ፀሐይ አይጥለቅባችሁ» (ኤፌ. 4:26ን ተመልከት)

ባለፍ ሚስት ለዚህ ጥቅለ በሚታዘዙበት ጊዜ አንዱ የአንዱን በደል በይቅርታ ለለተፈ ወዳጅነታቸው አሁንም እንደሞቀ መሆኑን ለለሚያውቁት ወደ መኝታቸው በደለታ ይሄዳሉ።

ከመኝታ ሰዓት በፊት ይቅርታ ለማይጠያየቁ ባለፍ ሚስቶች፣ የሚሆነው ነገር ፈጽሞ የተለየ ነው። በግብረ ሥጋ ግንኙነት ለመደለት ተግተው ቢጥሩም በልባቸው ባለው መሬሬነት የተነሣ አውነተኛ ደለታ አያገኙበትም።

- ጉዳሕና የጸዳችሁ ሁኑ። ኢዩኤል በሚሠራበት ቢሮ በጥሩ አለባበል የተዋቡ ሴቶችን ያያል፤ ከሰዓት በኋላ ወደ ቤቱ ሲመጣ ግን ባለቤቱ እንደ ጽዳት ሠራተኛ ለብሳ ያገኛታል።

«ባለቤቴ በፍትወተ ተቃጥሎ ሊፈጽም ፈልጎ በሚቀርብበት ጊዜ ለውነቱ ጥሩ ሽታ ለለሌለው እንዳፈገፍግ ያደርገኛል» የሚሉ በርካታ ሚስቶች አሉ።

ባለፍ ሚስት በአጠቃላይ የሚከተለውን ለመፈጸም ጠንቃቃ መሆን አለባቸው፡ ሁለቱም አንዱ ለሌላው

«አንተ /አንቺ ለእኔ ለሰምታሰፈልገኝ/ጊኝ ከአንተ/አንቺ ጋር በሆንኩ ጊዜ ጉዳሕና የጸዳሁ መሆን አለብኝ» ማለት አለባቸው።

- የመኝታ ቤት በር ይቆለፍ፡- አንዲት ሴት ከባሷ ጋር ተኝታ ባለችበት ጊዜ ማንም ለው ከውጪ ወደ መኝታ ከፍሎ ሊገባ ይችላል ብላ ከፈራች

በግብረ ሥጋ ግንኙነት ጊዜ አትደስትም። ስለዚህ መኝታ ቤታችሁን ቆልቱ። የግብረ ሥጋ ግንኙነት ስመፈጸም በተዘጋጃችሁ ጊዜ ሁሉ መኝታ ቤታችሁን መቆለፋችሁን አረጋግጡ።

• **ልብሳችሁን አውልቁ።** የእግዚአብሔር ዕቅድ ባልና ሚስት ብቻቸውን በሚሆኑበት ጊዜ በመኝታ ቤታቸው ልብሳቸውን አውልቀው ፈቃታቸውን ሆነው ደስ እንዲሰኙ ነው (ዘፍጥ. 2:25)። ፈቃታቸውን ሲሆኑ ማፈር የለባቸውም። እንዲያውም ባልየው የሚሰቱን ልብስ ረጋ ብሎ በማውለቅ ሊደሰት፣ እርሷም ተመሳሳዩን በማድረግ ልትደሰት ትችላላችሁ። በግብረ ሥጋ ግንኙነት ከሚደረጉ ዝግጅቶች ስፍትወት በጣም የሚያነቃቃው አንዱ የሌላውን (በባልና ሚስት) ልብስ የማውለቅ ሂደት ነው።

**ሁለተኛ ደረጃ
የፍቅር ጨዋታ**

የግብረ ሥጋ ግንኙነት እጅግ የሚያረካ የሚሆነው ወንዱ ብልቱን በሴቷ ብልቷ ውስጥ ከማስገባቱ በፊት በስሜታቸው በጣም የተነቃቁ ከሆኑ ነው። ስለዚህ ከዚህ በፊት በፍቅር ጨዋታ ረጅም ጊዜ ማጥፋት አለባቸው። «የፍቅር ጨዋታ» ማለት መርፌና ክር ከመሆን በፊት አንዱ የሌላው ስሜት ለፍትወት እንዲነቃቃ ማድረግ ማለት ነው።

ባልና ሚስት ይህን መነቃቃት በመስላትና በመተቃቀፍ ሊገነቡት ይችላሉ። አንዱ የሌላውን አካል ፍቅር በተሞላበት መንገድ በመደባበስ ሊተሻሹ ይችላሉ።

አስቴር በጻፈችልን ደብዳቤ ባሏ ስፍቅር ጨዋታ በቂ ጊዜ እንደማይሰጥና በጣም እንደሚፈጥን ገልጻለች። «ይስመኝና ጥቂት ተጫውቶ ከመነቃቃቴ በፊት ብልቱን ብልቴ ውስጥ ያስገባል። በጣም ፈጣን ነው» ብላለች።

ብዙ ባሎች ይህንን ስህተት ይሠራሉ። የግብረ ሥጋ ግንኙነት ማድረግ ሲፈልጉ ይጣደፋሉ! በፍቅር ጨዋታ ጊዜ ሳይወስዱ ብልታቸውን በሴቷ ብልት በማስገባት በሁለት ደቂቃ ሁሉን ነገር ያጠናቅቃሉ። በውጤቱ ሚስቱቱ አትረካም፣ ባሏም የተስፋ መቁረጥ ስሜት ይታይበታል። ምክንያቱም እንዳልተደሰተች ስለሚገባው።

እንደዚህ ዓይነት በተከፈለ ልብ የሚፈጸም የግብረ ሥጋ ግንኙነት የእግዚአብሔር ዕቅድ አይደለም።

የእግዚአብሔር ዕቅድ ወንዱ ወደ ሴቷ ከመግባቱ በፊት በፍቅር ጨዋታ በቂ ጊዜ ወስደው ደስታን እንዲካፈሉ ነው። ባልና ሚስት በፍቅር ጨዋታ ስለሚያገኙት ደስታ የሚሳገር ውብ ጥቅስ በመጽሐፍ ቅዱስ እናገኛለን።

«አንቺ እንደ ንጉሥ ልጅ የተዋብሽ ሆይ! እግሮችሽ በነጠላ ሜማ ውስጥ ሲታዩ እንዴት ያምራሉ! ዳሴዎችሽ በብልጎ አንጥረኝ እጅ የተሠራ የዕንቁ ጌጥ ይመስላሉ።»

ቁመናሽ የዘንባባ ዛፍ ይመስላል፤ ጡቶችሽም የዘንባባ ዘለላ ይመስላሉ።

በዘንባባው ዛፍ ላይ ወጥቼ ፍሬውን መልቀም እወዳለሁ፤

ጡቶችሽ እንደ ወይን ዘለላ እቅፍ ናቸው፤

የእስትንፋስሽ መዓዛ እንደፖም ፍሬ ሽታ ነው።

የእፍሽም መዓዛ እንደ መልካም ወይን ጠጅ ነው።»

(መጋ. 7:1 እና 7-9ን ተመልከት።)

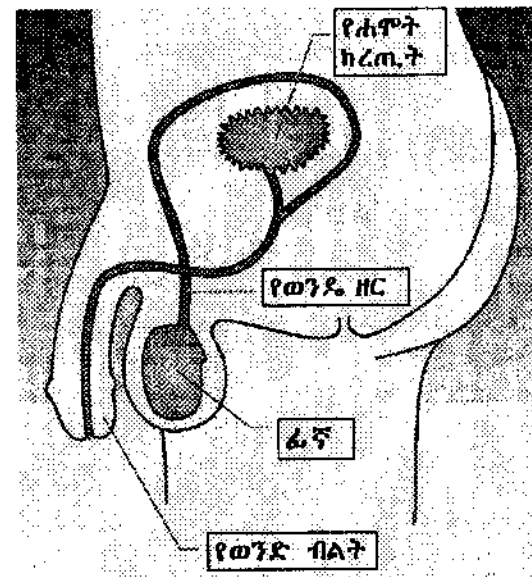
አካሎቻቸው

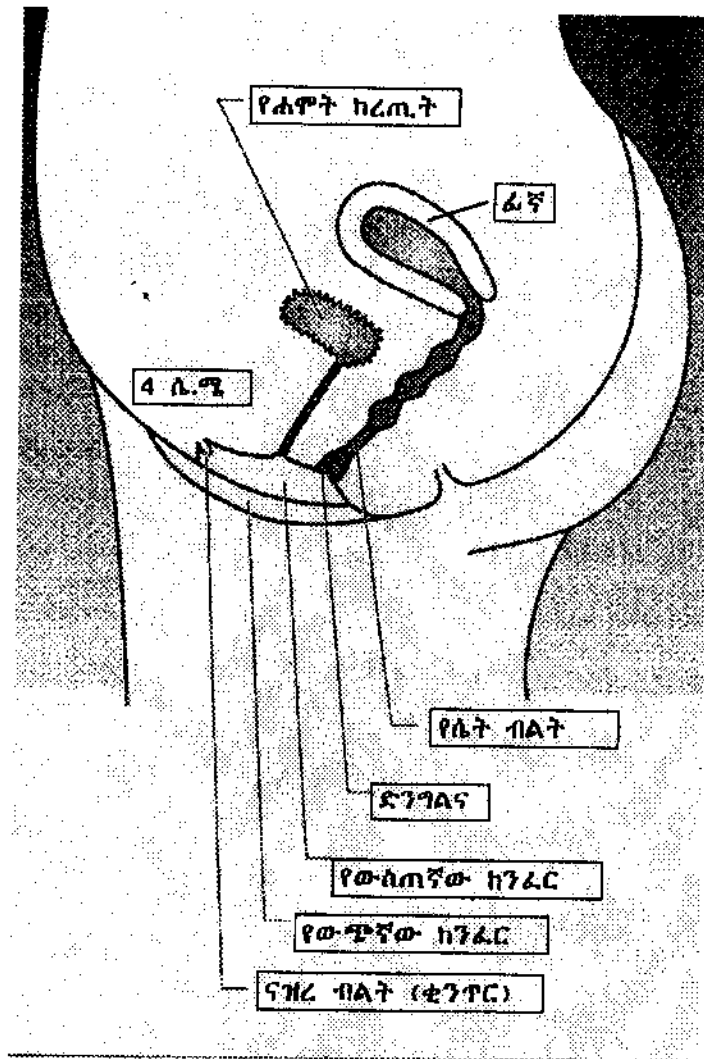
ሴቶች የወንድን አካል በቀላሉ ይረዳሉ። ብዙ ወንዶች ግን የሴትን አካል አይረዱም።

በወንዶች አካል ስፍትወት ቀሲቃሽ ስሜት ያለው አካል አንድ ብቻ ሲሆን ይህም ብልቱ ነው። ሚስት ብልቱን በምታሻሽው ጊዜ በቀላሉ ስሜቱ ይነሣላል።

የሴት አካል ግን ቀላል አይደለም። ስፍትወት ስሜት እጅግ ንቁ የሆኑ ሁለት ክፍሎች ያላት ሲሆን እነርሱም ብልቷና የወንድ ብልቷ መስል አካል የሆነው ናዝረ ብልቷ ናቸው። እጅግ የመነሣሣት ስሜት ያለው አካል ናዝረ ብልቷ (ቂንጥር) የሚባለው ነው።

የናዝረ ብልቷ ቅርጽ አንደ ወንድ ብልቷ ሲሆን በመጠን ግን እጅግ ትንሽ ናት። ከዚህ በታች የተሰጠው ሥዕል እንደሚያሳየው ናዝረ ብልቷ ከብልቷ ውጭ ያለ ነው። እንዲያውም ከብልቷ ላፍ 4 ሴ.ሜ. ርቀ የሚገኝ ነው።





አንዳንድ ባሎች የሚለቃቸውን ስሜት የማነቃቂያ ብቸኛ መንገድ ጣትን በብልቷ ውስጥ መከተት እንደሆነ ያስባሉ። ሆኖም ግን እውነቱ ሴት በፍትወት ለሜቷ የበለጠ የምትነሣው ናዝረ ብልቷን ጨምሮ በዚያ አካባቢ ያሉትን የለውነት ክፍሎቿን በመደባበስና በማሻሻት ነው።

በፍቅር ጨዋታ ወቅት ባል የሴቱን ብልትና ናዝረ ብልቷን ማሻሻት አለበት። ለፍትወት ስሜት መነሣሣት ከሁለቱ የተሻለው ግን ናዝረ ብልቷን ማሻሻት ነው።

በቂ ጊዜ አሳልፋ-አትጣደፉ

የወንድ ሰውነት ከሴቷ ይልቅ ፈጣን ነው። ሚስት የባሏን ብልት ጥቂት ስኮንዶች እንኳ ብቃሻሸው የፍትወት ለሜቱ በጣም ይነሣሣና ብልቱ ቆዋ የግብረ ሥጋ ግንኙነት ለመፈጸም የተዘጋጀ ይሆናል።

የሴት አካል ግን በፍትወት ስሜት ለመነሣሣት አዝጋሚ ነው። በፍትወት ለሜቷ ተነሣሥታ ስግብረ ሥጋ ግንኙነት እንድትዘጋጅ ከአሥር እስከ ሃያ ደቂቃ የፈጀ የፍቅር ጨዋታ ያስፈልጋታል።

ስለዚህ ባል የእርሱ ሰውነት የሚፈልገው ጊዜ ጥቂት ስኮንዶች ያህል ብቻ ቢሆንም በፍቅር ጨዋታ በርካታ ደቂቃዎችን መውሰድ ይጠበቅበታል። መጣደፍ የለበትም። ብልቱን በሚስቱ ብልት ውስጥ ከማስገባቱ በፊት በፍቅር ጨዋታ በቂ ጊዜ ማሳለፍ አለበት።

የሚያላዝነው ሃገር ብዙ ባሎች ሴት ረዘም ያስ የፍቅር ጨዋታ እንደሚያስፈልጋት ስለማይገነዘቡ ተፈጥሮአዊ ፍላጎታቸውን ብቻ ይከተላሉ። የወንድ ተፈጥሮአዊ ፍላጎቶች «ተመልከት፣ ሚስትህ ልብሷን እውልቃ ወደ መኝታ እየሄደች ነው። በጣም ውብ ናት! ፍጠን! በአልጋው ላይ አስተኛት፣ አንድ ጊዜ ሳማት፣ ከዚያም ግባባት፣ የዘር ፍሬህን እፍስስ፣ ብልትህን ከብልቷ አውጣና ለጥ ብለህ ተኛ» ይሉታል።

ይህንን ካደረገ ሚስቱ የፍትወት ስሜቷ ሊነሣሣ ጊዜ ስለማይኖራት አትደስትበትም፤ በኋላም የእርካታ ስሜት አይኖራትም።

መልካም አፍቃሪ የሆነ ባል ተፈጥሮአዊ ፍላጎቶቹን አይቃዝዝም። በዚህ ምትክ ሚስቱ በሚገባ ስሜቷ እንዲነሣሣ ስማድረግ ጊዜ በመውሰድ ከመገናኘቱ በፊት ያዘጋጃታል። በሌላ አባባል ወደ እርሷ ከመግባቱ በፊት ፍቅሩን እየመገባት በቂ ጊዜ ይወስዳል ማለት ነው።

ቀጥሎ የፍቅር ጨዋታ እንዴት እንደሚፈጸም እንመልከት።

የላይኛው የሰውነት ክፍል

ባል ማሻሻትና መደባበስ መጀመር ያለበት ከላይኛው የሰውነት ክፍል ነው። «የላይኛው የሰውነት ክፍል» ማለት ከወገቧ በላይ ማለት ነው። ብዙ ባሎች ግን የላይኛውን የሰውነት ክፍሏን ቸል በማለት የፍትወት ሥጋ አካሏን ለመደባበስ ይጣደፋሉ። መልካም አፍቃሪ ባል ግን አይጣደፍም። የሚስቱን ሰውነት ላይኛውን ክፍል ስማቀፍና ስመሳም ጊዜ ይሰጣል። ከከንፈሮቿ በተጨማሪ አንገቷንና ጡቶቿን ሁሉ ይለማል።

ሁሉም ሴቶች አንድ ዓይነት አይደሉም። አንዳንዶች ጡቶቻቸው ሲተሻሹላቸው ደስ ይላቸዋል፤ ሌሎች ደግሞ አያስደስታቸውም። አንዳንድ

ሴቶች በተለይ በወር አበባ ዑደት አንዳንድ ቀናት ጡቶቻቸው ሊነኩ በጣም ሕመም ይለማቸዋል።

ለሰዚህ ሴቶች፡ ከባሎቻችሁ ጋር ተነጋግሩ! ፍቅርን እየለጡ ላለ የሚያስደስታችሁን ነገር ንገሩአቸው። ወይም አሳዩአቸው። በፍቅር ጨዋታ ወቅት ከባሎቻችሁ ጋር ለመነጋገር መፍራት አይገባችሁም። መኃልየ መኃልይ ዘሰለሞን ምዕራፍ አራትን አንብቡ። በዚያ ስፍራ በፍቅር ጨዋታ ወቅት ባልና ሚስት በፍጹም ነጻነት ሊነጋገሩ ትመለከታላችሁ።

የፍትወተ ሥጋ ብልቶቿ

ባል የሚለቱን ሳይኖው የለውነት ከፍሎች ስጥቂት ጊዜ ከደባበለና ካሻሻ በኋላ የፍትወተ ሥጋ ብልቶቿን እንዲደባብሰላት ወይም እንዲያሻሽት ሚስት ፍላጎት ያድርባታል። ይህን ዓይነት መደባበለና ማሻሻት በሚያመችበት ሁኔታ ለፍራዋን ማስተካከል ይገባታል። ሰዚህ ተግባር የሚሻለው አጭ በጀርባዋ ተኝታ ጉልበቷን አጠፍ ማድረግ ነው። ባለቤቷ በዚህ ትብብሯ እጅግ ደስተኛ ይሆናል።

በዚህ ጊዜ በቀኝ ጎድ በመተኛት ግራ እጁን ከራሷ ሥር በማድረግ በቀኝ እጁ የፍትወተ ሥጋ ብልቶቿን መደባበለና ማሻሻት ይችላል። እንዲህ ዓይነቱ የፍቅር ጨዋታ በመጽሐፍ ቅዱስ ውስጥ ይገኛል።

«ግራው ከራሴ በታች ናት፤ ቀኙም ታቅፈኛለች።» (መጋ. 216)

በዚህ አጭ እጅጅ ነፃ ስለሆነ የባሏን ቀኝ እጅ የት በታ ሊያሻሽት ወይም ሊያብባት እንደምትፈልግ ለማለት ልትጠቀምባቸው ትችላለች። የአርሱን ብልት ልታሻሽለትም ትችላለች።

ሴቲቱ የፍትወተ ስሜቷ እየተቀለቀለ ሊሄድ በአብዛኛው ብልቷ ፈላሽ ያመነጫል። ይህ ፈላሽ ብልቷን በማርጠብ ለስሜያለስልሰው ለፍቅር ጨዋታ ይጠቅማል። አንዳንድ ሴቶች ግን የሚያመነጩት ፈላሽ በጣም አነስተኛ ከመሆኑ የተነሣ ብልታቸው ደረቅ እንደሆነ ይቆያል። ይህ ሁኔታ ሊፈጠር ባለቤቷ ብልቷን ማሻሻት ወይም መደባበስ ከመቀጠሉ በፊት ጣቶቿን በገላ ቅባት ማለስለስ ያስፈልገዋል። (የሚጠቀምበት ቅባት ውድ ዋጋ ያለው ባይሆን ይመረጣል። ምክንያቱም እንደዚህ ዓይነት ቅባቶች የፍትወተ ሥጋ ብልቶችን ሊጎዱ የሚችሉ ሽቶዎች የሏቸውም።)

ባልየው ሊያሻሽቻቸው ወይም ሊያብባቸው የሚገቡ የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት መፈጸሚያ ብልቶች ሁለት ናቸው። እነርሱም ብልቷና ናዝረ ብልቷ ናቸው። ናዝረብልቷ ከሁሉም የበለጠ የፍትወተ ስሜት ቀስቃሽ ሲሆንም ብልቷን በማሻሻት ጀምሮ ወደዚያ ማለፍ ይሻላል።

ሚስቲቱ የምትፈልገው የመደባበስ ወይም የማሻሻት ዓይነት ለዘብ ያለ ይሁን ጠበቅ ያለ ማሳወቅ አለባት።

ባልየው ብልቷን በማሻሻት ጥቂት ደቂቃዎች ከወለደ በኋላ ጣቶቿን ወደ ናዝረ ብልቷ ማስተላለፍ ይችላል። ይህ ናዝረ ብልት የሚገኘው ከብልቷ

ውጭ የውስጥ የብልት ከናፍርት የሚገናኙበት ነጥብ አካባቢ ነው። (7848 ተመልከት።) ሚስቲቱ ይህን ናዝረ ብልቷን እንዲያገኘው ባሏን መርዳት ትችላለች። እጁን በእጇ ይዛ ወደ ናዝረ ብልቷ በመውሰድ የምትፈልገውን የመደባበስ ወይም የማሻሻት ዓይነት ልታሳየው ትችላለች።

አንዳንድ ሴቶች ብልታቸውና ናዝረ ብልታቸውና በአንድ ጊዜ እንዲተሻሽላቸው ወይም እንዲደባበሰላቸው ይፈልጋሉ። ሰዚህ ባሎቻቸው ጣቶቻቸውን ወደ ብልቶቻቸው ውስጥ በማንሻተት በእጅ መጻፎቻቸው ደግሞ ናዝረ ብልቶቻቸውን እንዲያሻሽሉ ይጠይቃሉ። ሌሎች ሴቶች ደግሞ ብልታቸው ውስጥ ጣት እንዲከተት አይፈልጉም። ሰዚህ ባሎቻቸውን ናዝረ ብልታቸውን ብቻ እንዲያብሉ ወይም እንዲያሻሽሉ ይጠይቃሉ።

ለፍቅር ጨዋታ ዋና አስፈላጊው ነገር ንግግር ነው። ሚስት ታላቅ ደስታን የሚያጎናጽፋት ነገር ምን እንደሆነ ባል እንዲያውቅ ማድረግ አለባት። ባሏም መናገር አለበት። ስምሳሌ በፍቅር የወንድ የዘር ፍሬ ለማፍሰስ እንደቀረበ የሚሰማው ጊዜ አለ። በእነዚያ ጊዜያት ሚስቲቱ ብልቱን ማሻሽቱን እንድታቆም ሊጠይቃት ይችላል። ይህም ብልቱን ብልቷ ውስጥ ከማስገባቱ በፊት እንዳያፈስ ይረዳዋል። ከጥቂት ደቂቃዎች በኋላ ሌላ ዕረፍት እንደሚያስፈልገው እስኪነግራት ድረስ እንደገና ልታሻሽለት ትችላለች።

የፍቅር ጨዋታ ፀጥታ የሰፈነበት ሊሆን አይገባም። ባልና ሚስት በጣም ወይም በትንሽ የሚፈልጉት ነገር ምን እንደሆነ እርስ በርስ መነጋገር አለባቸው።

ደስታን ለማግኘት ነፃ መሆን

በፍቅር ጨዋታ ወቅት ባልና ሚስት የሚፈልጉትን ሁሉ ለማድረግ ነፃ ናቸው።

አንዳንድ ባልና ሚስት አንዳቸው የሌላቸውን መላ አካል በቅባት ማሻሽት ያስደስታቸዋል። ከሁለቱ የትዳር ጓደኞች አንዱ የሌላውን ጀርባ በመቀባት ይጀምርና ከፊት ለፊት ደግሞ ከአንገት እስከ እግር ጣት ይቆጥላል። በዚህ ጊዜ የፍትወተ ሥጋ ብልቷን መጨረሻ ላይ ለማድረግ ይዘላል። የትዳር ጓደኞች በዚህ ዓይነት የፍቅር ጨዋታ ከአንድ ሰዓት በላይ ሊቆዩ ይችላሉ። ይህ ከፍትወተ ሥጋ ግንኙነት በፊት የሚፈጸም ደስታን የመስጠትና የመቀበል አስደናቂ ልምድ ነው።

ሌሎች የትዳር ጓደኞች ደግሞ የተለያዩ የለውነት ከፍሎቻቸውን በመሳሳም ይደስታሉ። ሌሎች የትዳር ጓደኞች ደግሞ በመታጠቢያ ገንዳ ውስጥ እርስ በርስ በመተጣጠብ ረጅም ጊዜ አብሮ መቆየት የሚያስደስታቸው አሉ።

በፍቅር ጨዋታ ወቅት ባልና ሚስት «የፍቅር ጨዋታችንን ሌሎች በሚፈጽሙት መንገድ እየፈጸምን ነውን? በትክክል እየደረግን ነውን?» የሚሉ ጥያቄዎችን እራሳቸውን በመጠየቅ መጪነት የለባቸውም።

ሌሎች እንዴት እንደሚያደርጉት በመጠየቅ ከመጨነቅ ዘና በማለት ደስታቸውን ሲያጣጥሙ ይገባል።

ሊከተሏቸው የሚገቡ ሁለት ብቸኛ ሕጎች፡-

የሚያስደስታችሁ ነፃ ሆናችሁ ተነጋገሩ!

እርሷ በሚገባ አስከትዘጋጅ ድረሰ የፍቅር ጨዋታን ቀጥሉ

የፍቅር ጨዋታው እየቀጠለ ሳለ የሚሰት በፍትወት ሰሜት መቀስቀስ በቀስታ ያድጋል። ለውነቷ በሙሉ ይግልና ቶሎ ቶሎ መተንፈስ ትጀምራለች። የብልቷ የውስጥ ከፍፍርት በመጠን ይጨምራሉ።

የፍቅር ጨዋታው ሚስት ለፍትወት ሥጋ ግንኙነት እስከምትዘጋጅበት ጊዜ ድረስ መቀጠል አለበት። የተዘጋጀች የምትሆነው የፍትወት ሰሜት ግለት ከፍተኛው ደረጃ ላይ ሲቀርብ ነው። ይህ ከሆነ ወንዱ ብልቷን በብልቷ ውስጥ እንዳስገባ ወደ ከፍተኛው የፍትወት እርካታ ሰሜት (ጡዘተ ፍትወት) ላይ ትደርሳለች።

**ሦስተኛ ደረጃ
ወደ ብልቷ መግባት**

የግብረ ሥጋ ግንኙነት ፍጹም የሚሆነው ባለና ሚስት በአንድነት ወደ ከፍተኛው የፍትወት እርካታ ሰሜት ማስተም ጡዘተ ፍትወት ላይ ሲደርሱ ነው።

ሴቲቱ ወደ ከፍተኛ የፍትወት እርካታ ሰሜት ስትደርስ ስለሥር ስኮንዶች ያህል ታላቅ ደስታ ይሰማታል። የደስታው ሰሜት በናዝረ ብልቷ ይጀምርና ወደ መላ ሰውነቷ ይሠራጫል። በዚህ አስደሳች ሰሜት ወቅት ቶሎ ቶሎ ትተነፍሳለች፤ ፍጹም ታላቅ ደስታ እንዳገኘች የሚገልጥ የሲቃ ሰሜት ልታለማ ትችላለች። ከዚህ የእርካታ ሰሜት በኋላ ትልቅ ደስታ ይሰማትና እርፍ ወይም ዘና ትላለች።

ወንዱ ወደ ከፍተኛ የፍትወት እርካታ ሰሜት ሲዳረስ እርሱም ለአሥር ስኮንዶች ያህል ታላቅ ደስታ ይሰማዋል። በዚህ ከፍተኛ የፍትወት እርካታ ሰሜት ወቅት ወተት የመሰለ አንድ ማንኪያ የሚያህል ፈሳሽ ከብልቱ በፍጥነት ተፈትልኮ ይወጣል። ይህን ፈሳሽ ካፈሰስ በኋላ ሰውነቱ ለጥቂት ጊዜ ከማንኛውም እንቅስቃሴ ገታ እንዲል ይፈልጋል።

ወደ ብልቷ ውስጥ የማስገባት ሂደት

የፍቅር ጨዋታ ሚስት እጅግ ከፍተኛ የፍትወት ሰሜት መነሣሣት እስከታላቅ ስሃያ ድረቃ ወይም ከዚያ በላይ ይቀጥልና ሴቲቱ «አሁን ከፍተኛ የፍትወት ሰሜት ላይ እየደረሰኩ ይመስለኛል። ወደ እኔ ግባ» ትለዋለች።

የትዳር ጓደኞቻቸው የተጋቡት በቅርብ ከሆነ ሚስት ወደዚህ የሰሜት እርካታ ደረጃ ስትቀርብ አታውቀው ይሆናል። ይህ ግን ችግር አይደለም። ምክንያቱም ሴቲቱ የወንዱን ብልት ለማስተናገድ የተዘጋጀችበትን ሰዓት ባለቤቷ የሚያውቅበት መንገድ አለ። ይኸውም የብልቷን የውስጥ ከፍፍርትን መጠን ለማወቅ ጣቶቹን ይጠቀማል (ገጽ 48)። እነዚህ ከፍፍርቶች በመጠን እጅግ ሲጨምሩ ወደ ከፍተኛው የእርካታ ሰሜት ቀርቦለችና ብልቷን በብልቷዋ ውስጥ ማስገባት አለበት።

ብልቷን ብልቷ ውስጥ ለማስገባት እርሱ ከላይ ይሆናል። ነገር ግን በሙሉ ከብደቱ አይተኛባትም። ከብደቱን በጉልበቶቹና በከርኖቹ ላይ ማሳረፍ አለበት። እርሷ ብልቷን በእጆቿ ይዞ ወደ ብልቷ ታስገባዋለች።

ከሚገባ በላይ ወደ ውስጥ እጥልቆ በማስገባት እንዳያሳምማት መጠንቀቅ አለበት። እርሷም የምትመርጠውን የጥልቀት መጠን ትነግረዋለች።

ለአንድ ደረቃ ጠብቅ

ወንዱ ብልቷን በሴቲቱ ብልት ውስጥ ካስገባ በኋላ መልካም ያልሆነው ነገር የወንድ የዘር ፈሳሾችን በፍጥነት ማፍሰሱ ነው። ካልተጠነቀቀ በስተቀር በጥቂት ሰከንዶች ውስጥ ሊያፈስ ይችላል። ባለቤቱ ወደ ከፍተኛው የፍትወት ሰሜት እርካታ ላይ እንድትደርስ በቂ ጊዜ ስለሚያስፈልጋት ይህ በጣም ፈጣን ይሆንባታል።

ወንዱ የዘር ፍሬውን ፈጥኖ እንዳያፈስ የሚከተለውን ማድረግ ይችላል። ብልቷን ብልቷ ውስጥ ካስገባ በኋላ እንቅስቃሴ ከመጀመሩ በፊት ለአንድ ደረቃ በፀጥታ ይቆያል። በዚህ አንድ ደረቃ ተነሣሥቶ የነበረው ሰሜቱ እንዲበርድ ያለምንም እንቅስቃሴ ይሆናል። የተነሣሣው ሰሜቱ እንዲበርድ የሚያስፈልገው የዘር ፍሬውን ሳያፈስ የመቆየቱ ጉዳይ እንዲሳካስት ነው።

ከአንድ ደረቃ በኋላ የማስገባትና የማስወጣት እንቅስቃሴውን ይጀምራል። ተነሣሥቶ የነበረው ሰሜቱ ስለበረደ የዘር ፈሳሾችን ከማፍሰሱ በፊት ለበርካታ ደረቃዎች እንቅስቃሴውን መቀጠል ይችላል። እነዚህ በርካታ ደረቃዎች ሴቲቱ ወደ ከፍተኛው የፍትወት እርካታ ሰሜት እንድትደርስ ስለሚያደርጋት በጣም አስፈላጊዎች ናቸው።

ጡዘተ-ወሲብ (ከፍተኛው የእርካታ ደረጃ)

ባልና ሚስት የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት በሚያደርጉባቸው ጊዜያት ሁሉ ከሚከተሉት ነገሮች አንዱ ይፈጸማል። ሀ) ወንዱ ወደ ከፍተኛው የፍትወት እርካታ ሰሜት ከመድረሱ በፊት ሴቷ ትደርሳለች። ወይም ለ) ወደ ከፍተኛው የፍትወት እርካታ ሰሜት (ጡዘተ-ወሲብ) በአንድ ላይ ይደርሳሉ። ወይም ሐ) ወንዱ አስቀድሞ ወደብፍተኛው የፍትወት እርካታ ሰሜት ይደርሳል።

ሀ) ሚስት ቀድሞ ስትረክ- ሚስት ከባሷ ቀድሞ ስትረክ መልካም ነው። ወደ እርካታዋ ስትደርስ በፊቷ ላይ በሚነበበው የደስታ ሰሜት እርሱም ደስ ይለዋል። ከዚያ በኋላ ወንዱ የእርካታ ሰሜት ላይ አስኪደርሶ ድረስ ብልቱን የማስገባትና የማስወጣት እንቅስቃሴውን ይቀጥላል። እርሷ ወደ እርካታዋ ሰሜት የደረሰች ቢሆንም ሕመም የሚያስከትልባት ለላይደለ በእንቅስቃሴው ደስተኛ ናት።

ለ) በአንድ ላይ ወደ እርካታ ሰሜት ሲደርሱ- ይህም ሲሆን መልካም ነው። በዚህ ሁኔታ ደስታን በአንድ ጊዜ የሚሰጡና የሚቀበሉ ይሆናሉ።

ሐ) ባል አስቀድሞ ሲረክ- ባል አስቀድሞ ወደ ከፍተኛው የእርካታ ሰሜት ከደረሰ መልካም አይደለም። እርሱ አስቀድሞ ከረካ ስእርሷ መርካት አስቸጋሪ ይሆናል። ስምን? ምክንያቱም እርሱ የወንድ ፈላጅን ካፈለሰ ብልቱ ይዝለፈለፍና ለስላሳ ይሆናል። የማስገባትና የማስወጣት እንቅስቃሴውን ለቀጥላ ቢል ሕመም ይሰማዋል። እንደገና እንቅስቃሴውን ለመጀመር ለበርካታ ደቂቃዎች ማረፍ ያስፈልገዋል። በእነዚህ ደቂቃዎች የተቀሰቀሰው የሚስቱ ሰሜት ይበርዳል። የሴት ሰሜት ከበረደ በኋላ እንደገና ማነሣሣት አስቸጋሪ ነው። ስለዚህ ለበርካታ ደቂቃዎች ጠብቆ እንደገና ወደ እርካታ ሰሜት እንድትደርስ ለማድረግ ቢሞክር አይሳካለት ይሆናል።

ወንዱ ሴቱ ከመርካት በፊት የዘር ፈላጅን ቢያፈስ ሴቱ እንድትረካ ለማድረግ የሚችልበት መንገድ ግን አለ። ይህም የወንድ ዘር ፈላጅን ካፈለሰ በኋላ ብልቱን ከብልቷ ላያወጣ ጣቶችን በመጠቀም ናዝረ ብልቷን ማሻሻት ወይም መደባበስ ነው (ገጽ 49)። ማሻሻቱን ወይም መደባበሱን ወዲያውኑ መጀመር አለበት። ይህም የተነሣሣው ሰሜቷ ላይበርድ ወደ ከፍተኛ የፍትወት እርካታ እንድትደርስ ይረዳታል።

በዚህም ጊዜ መነጋገር በጣም አስፈላጊ ነው። ባል አስቀድሞ ከረካ ሚስት፡- «ፍቅሪ እባክህን ናዝረ ብልቱን በጣቶችህ አሻሽልኝ» ወይም ደግሞ «ይበቃል ዘና ማለት እፈልጋለሁ፤ በመርካትህ ደስ ብሎኛል፤ ዛሬ እኔ የግድ መርካት የለብኝም። ሁሰታችንም ዘና እያልን ላለ በከንዶችህ እቀፈኝ» ልትል ትችላለች።

አንዲት ሴት ወደ ከፍተኛው የፍትወት እርካታ ሰሜት መድረስ ቢያቅታት ያለመርካት ሰሜት ቢኖራትም ይህ ሰሜት ለረጅም ጊዜ አይዘልቅም። በባሷ ከንዶች ላይ አረፍ ብላ እያለ ያለመርካት ሰሜቷ ቀስ በቀስ ይጠፋል።

ማስታወስ የሚገባን አምስት ነጥቦች

አስቴር በጻፈችልን ደብዳቤ «ባሌ በጣም ፈጣን ነው፤ በፍትወት ሰሜቱ በሚገባ ከመነቃቃቱ በፊት ብልቱን በብልቱ ያስገባና የዘር ፈላጅን ያፈሰሳል» ብላለች።

በሌላ አባባል የእነርሱ የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ሁልጊዜ «ባል አስቀድሞ የሚረካበት» ነው።

ቀጥሎ አስቴርና ባሷ ወደ ከፍተኛው የፍትወት እርካታ ሰሜት አብረው እንዲደርሱ ወይም እርሷ አስቀድሞ እንድትደርስ (ለአንተና ለባለቤትህም እንዲሁ) የሚረዳችሁ አምስት ነጥቦች ቀርበዋል።

♦ አንደኛ ነጥብ፡- እርሷ በርላችሁ ተዋደዱ።

ባልና ሚስት እርስ በርስ ለመዋደድ ካልተጠነቀቁ በስተቀር ፍትወት አስደላች ሊሆን አይችልም። ፍቅር ማለት አንዱ ለሌላው በአልጋ ላይ ብቻ ሳይሆን በዕለት ተዕለት ግንኙነት ደግና ርገሩን መሆን ማለት ነው። ፍቅር ማለት ሚስት ሁሉን ነገር ስትሠራ ዝም ብሎ ከማየት ይልቅ ለልጆች በጋራ እንከብካቤ በማድረግ መረዳዳት ማለት ነው። ፍቅር ማለት በቤት ውስጥ ባለ ጋላፊነት ሌላው ስሕተት በሚሠራበት ጊዜ እንኳ ጉዳዩን በጥሞና ማየትና ማለፍ ማለት ነው። ፍቅር ስው ከወዳጅና ከጓደኛው ጋር እንደሚነጋገር ከትዳር ጓደኛ ጋር ችግሮችን መነጋገር ደስታን መካፈል ማለት ነው። ቀኑን ሙሉ ከፋና ራሱ ወዳድ ሆኖ የዋለው ባል ማታ የሚያደርገው መደባበስና ማሻሻት ማለት አይደለም።

የትዳር ጓደኛችሁ ቀኑን ሙሉ ፍቅርን በመግለጽ ካላለፈ የማታው የፍቅር ጫዋታ እንዴት አስደላች ይሆናል!

ቅን ክርስቲያን የትዳር ጓደኛዎች የተከፈለ ልብ ካላቸው ክርስቲያን የትዳር ጓደኛዎች ይልቅ በግብረ ሥጋ ግንኙነት ይደሰታሉ። ለምን? ምክንያቱም የተከፈለ ልብ ያላቸው ክርስቲያኖች ቀኑን ራሱ ወዳድና ትዕግሥት የለሽ በመሆናቸው ይህ የምሽት የፍትወተ ሥጋ ግንኙነታቸውን ያበላሽባቸዋል። ቅን ልብ ያላቸው ክርስቲያኖች የቻሉትን ያህል ቀኑን ሙሉ ደግ ለመሆን ስለሚጥሩ.....መኝታቸው ውብና አስደላች ይሆናል!

◆ ሁለተኛ ነጥብ፡- የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ለማድረግ አትችሉ።

ለፍቅር ጨዋታ በቂ ጊዜ ውለድ! ተደስተዋል! ፈጥነህ ወደ ግንኙነት አትሂድ። የሚሰጥህ መንግሥት የእርካታው ጫፍ ድረስ ቀረብ እስኪል የፍቅር ጨዋታህን ቀጥል።

◆ ሦስተኛ ነጥብ፡- ብልትህን በብልቷ ውለጥ ካለገባህ በኋላ ለአንድ ደቂቃ ያህል በዝምታ ቆይ።

ቀደም ብለን አንደጠቀስነው ባል ብልቱን ሚስቱ ብልት ውለጥ ካለገባ በኋላ መልካም ያልሆነው ነገር በፍጥነት የዘር ፍሬውን ማፍሰሱ ነው። ለሰዚህ የሰሜቱ መንግሥት እንዲበርድ ለማድረግ መሞከር አለበት። ይህን ለማድረግ ብልቱን በብልቷ ውለጥ ካለገባ በኋላ የማለገግትና የማለወጣት እንቅስቃሴ ሳያደርግ በፀጥታ ለአንድ ደቂቃ መቆየት አለበት። በዚያ አንድ ደቂቃ የተነሣሣው ሰሜቱ በከፍተኛ ደረጃ ይቀንሳል። ይህም ፈጥኖ የዘር ፍሬውን እንዳያፈስ ይረዳዋል።

ለአንድ ደቂቃ በፀጥታ በሚጠብቅበት ጊዜ የሚለቱ የተነሣሣ ሰሜት ይወርዳል? ሳይወርድ ይችላል። በዚያ የፀጥታ የአንድ ደቂቃ ቆይታ ውስጥ የፍትወተ ሰሜት የማነሣሸያ መንገድ ያገኙ የትዳር ጓደኞች በርካታ ናቸው። ለምሳሌ ሚስት ሰሜቷ እንዲቀስቀስ (እንዲያድግ) በሚያስችል ሁኔታ ዳሴዋን ማንቀሳቀስ ትችላለች። ይህን ስታደርግ ባሏ የዘር ፍሬውን እንደማያፈስ መሆን አለባት። ባሏ የዘር ፍሬውን እንዲያፈስ የሚያደርገው ብልቱን የማለገግትና የማለወጣት እንቅስቃሴ ማድረግ ነው። ለሰዚህ የመግባትና የመውጣት እንቅስቃሴ በማስወገድ ዳሴዋን በማሸከርከር ብልቱ የብልቷን ግድግዳዎች እንዲያሸሽ ማድረግ ትችላለች። በፔሲ ጡንቻዋ ብልቱን መጭመቅም ትችላለች (የብልቷን የፔሲ ጡንቻ በገጽ 129-130 ተመልከት)። መሸከርከርና መጭመቅ የእርሱን ሰሜት ሳያነሣ የራሷን ሰሜት ለማሳደግ ያስችላታል።

ባል የሚለቱ ሰሜት በዚያ ደቂቃ ውስጥ ከፍ እንዲል ሊረዳት ይችላል። ብልቱ ያለ እንቅስቃሴ እንዲቆይ ሲያደርግ ናዘረ ብልቷን በጣቶቹ ማሻሸት ይችላል።

የትዳር ጓደኞች ይህን መጽሐፍ መከተላቸው የግድ አይደለም። እርስ በርስባቸው በነጻነት የሚነጋገሩ ከሆነ በዚያ የአንድ ደቂቃ ቆይታ የፍትወተ ሰሜቷን ከፍተኛ ደረጃ ለማድረስ የሚችሉበትን የተለያዩ መንገዶችን ያገኛሉ።

◆ አራተኛ ነጥብ፡- አላባችሁ የግብረ ሥጋ ግንኙነት በሚያስገኘው ደስታ ሳይ ያተኩር።

በፍቅር ጨዋታና በግብረ ሥጋ ግንኙነት ወቅት ሚስት መታጠብ ለላለባቸው የቆሽሹ ልብሶች ወይም ነገ መገዛት ለላለባቸው የምግብ ሽቀጣ ሽቀጦች ማሰብ የለባትም። አንዲት ሴት ወደ ከፍተኛ እርካታ ሰሜት

ለመድረስ እንድትችል ሰሜቷ እንዲቀስቀስ አላባቿን በፍቅርና በግብረ ሥጋ ግንኙነት በሚገኘው ደስታ ሳይ እንዲያተኩሩ ማድረግ አለባት።

◆ አምስተኛ ነጥብ፡- በግብረ ሥጋ ግንኙነት ወቅት ተነጋገሩ

አንዳንድ ሴቶች የወንዱ ብልት እንቅስቃሴ ፈጣን እንዲሆን የሚፈልጉ ሊሆን ሌሎች ደግሞ በዝግታ መንቀሳቀሱን ይመርጣሉ። አንዳንድ ሴቶች የወንድ ብልት በጥልቀት እንዲገባ የሚፈልጉ ሊሆን ሌሎች ደግሞ 10 ሴ.ሜ ድረስ ብቻ የወንዱ ብልት ሲገባ የበለጠ ያስደስታቸዋል። ባል ሚስቱ የምትመርጠውን እንዴት ሊያውቅ ይችላል? እርሱ ሊጠይቃት እርሷም ልትመልሰለት ይገባል። መነጋገር አለባቸው!

ባል ለግብረ ሥጋ ግንኙነት የተለየ አዲስ የአተኛነት ዘዴ ይፈልግ ይሆናል። ነገር ግን «ሚስቱ አዲስ ነገር ለመሞከር የተዘጋጀ ሰሜት አይኖራት ይሆናል?» ብሎ ቢያስብ፡ ይህን እንዴት ሊያውቅ ይችላል? በመጠየቅ ያውቃል! መነጋገር ያስፈልጋል!

በግብረ ሥጋ ግንኙነት ወቅት ለመነጋገር ብትፈሩም እንኳ ዛሬውኑ መነጋገር ጀምሩ። ብዙም ሳትቆዩ በግብረ ሥጋ ግንኙነት ወቅት አንዳችሁ የሌላችሁን ድምጽ መስማት ለሰሜያለደስታችሁ መናፈቅ ትጀምራላችሁ።

አምስተኛ ደረጃ

ዘና የማለት ወይም የዕረፍት ጊዜ

ወንድ ከፍተኛውን የፍትወተ እርካታ ካገኘ በኋላ ተንጋሎ መተኛት ያምረዋል።

ሴቷ ግን የተለየ ነው። ከፍተኛውን የፍትወተ እርካታ ካገኘች በኋላ ለተጨማሪ ደቂቃዎች ባሏ እቅፍ አድርጓት እንዲቆይ ትፈልጋለች። ለተጨማሪ ጥቂት ጊዜያት «እወድሻለሁ» ሲል መስማት ትፈልጋለች።

ባለቤቷ ተንጋሎ ከተኛ «ምናልባት አይወደኝም ይሆናል» ብላ ታስባለች።

አንዲት ሚስት እንዲህ ብላለች፡- «የግብረ ሥጋ ግንኙነት ከፈጸምን በኋላ ወዲያውኑ ጀርባውን ስጥቶኝ ይተኛል። ጉዳቴ እንዳይሰማኝ እሞክራለሁ። ነገር ግን «ሰውነቴን የሚጠቀመው እራሱን ለማርካት ብቻ ነው። እንደ አንድ ሰብዓዊ ፍጡር አይወደኝም» ብዬ ሳስብ ራሴን አገኘዋለሁ።

ወንዶች የዘር ፍሬአችሁን ካፈሰሳችሁ በኋላ ወዲያውኑ አትተኙ። ተጨማሪ ጊዜ በመውሰድ ሚስታችሁን አቅፋችሁ እንዴት እንደምትወዱአት ንገሩአት። ከጥቂት ደቂቃዎች በኋላ ለእንቅልፍ ትዘጋጁና በአንድነት መተኛት ትችላላችሁ።

የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ችግር

ሪፖርተርና ሚርያም ወደ መጋቢያቸው ለጋብቻ የምክር አገልግሎት ሄዱ። በመጋቢያቸው ቢሮ ተቀምጠው ሳለ ሪፖርተር እንዲህ አለ። «ፓስተር ፊት ለፊት እንግርሃለሁ... በጋብቻችን ውስጥ ያለው ችግር የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ችግር ነው። የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት እንድንፈጽም ደለተኛ አይደለችም።»

መጋቢው ምንም ነገር ሳይናገሩ ዓይኖቻቸውን ወደ ሚርያም አቅጣጫ መለሱ። መሬት አያየች ለትናገር ሳለማልቀለ አየታገለች እንዲህ አለች «ፓስተር ባለቤቴ አይወደኝም። ለእናቱና ለእህቱቹ ርኅሩኅ ነው። ስእኔ ግን አይደለም። ከእኔ ጋር መነጋገር አያለደለተውም። ከእርሱ ጋር መነጋገር ለምክር ብዙ ጊዜ መልሰ አይሰጠኝም። ማታ ግን ልብሰኝን ሳወልቅ ሲያየኝ ያኔ ወዲያውኑ ትዝ አለዋለሁ። ለእኔ ምንም ለለማይጠነቀቅልኝ የፍትወተ ሰሜት የሚኖረኝ እጅግ አልፎ አልፎ ነው።»

መጋቢው ከሪፖርተር ጋር አንድ ወንድ ለሚለቱ የፍቅር ርኅራኄን እንዴት እንደሚያሳይና ከእርሷ ጋር እንዴት መነጋገር እንደሚገባው ረጅም ውይይት ካደረጉ በኋላ የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ችግራቸው ተቃለለ።

በዚህ መጽሐፍ የመጀመሪያው አራት ምዕራፍ ለሰ ፍቅር ርኅራኄና ለሰ መግባባት ገልጸዋል። ምናልባት ብዙዎቻችሁ ያንን ምዕራፍ ዘላችሁት ይሆናል። ምዕራፍ 7ን አለቀድማችሁ ለማንበብ ወሰናችሁ ማለት ነው። ለሰ ፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ስልቶች በሙሉ ማወቅ ፈለጋችሁ። በዚህ አንወቅሳችሁም። የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት አስፈላጊ ነው። ነገር ግን ከምዕራፍ አንድ እስከ አራት ያሉትን እውነቶች እስካልተረዳን ድረስ ለሰ ፍትወተ ሥጋ ሁሉን ነገር ማወቅ አይጠቅምም። ለሰዚህ የምንመክራችሁ ወደ ኋላ ተመልሳችሁ የዚህን መጽሐፍ መጀመሪያ በተለይ ምዕራፍ 2ን እንድታነቡ ነው። ከዚያ በኋላ ብቻ በዚህ ምዕራፍ ያነበባችሁትን የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ስልቶች ልትጠቀሙባቸው ትችላላችሁ።

የሠርግ ቀን ምሽት

የተወደዳችሁ ብሩስና ካሮል፡

በሚቀጥለው ወር ከአንድ አስደናቂ ልጅ ጋር እንጋባለን። እርሱ 24 ዓመቱ ሊሆን እኔ ደግሞ 22 ዓመቱ ነው። ሁለታችንም ጌታን እንወዳለን። ከጋብቻ በፊት የግብረ ሥጋ ግንኙነት አልፈጸምንም...ጋጢአት እንደሆነ እናውቃለን።

የናው ፍርሃቴ የጋብቻችን ዕለት እኔና ባለቤቴ ወደ መኝታችን ስንሄድ ምን ማድረግ እንዳለብኝ አለማወቁ ነው። ለሰ ግብረ ሥጋ ግንኙነት ምንም አላውቅም። የግብረ ሥጋ ግንኙነት ፈጽሜ አላውቅም። ክርስቶስን የተቀበልኩት በ12 ዓመቱ ሲሆን እለከ ሠርጌ ቀን ድረስ ለመቆየት በጥንቃቄ የእግዚአብሔርን ሕግ ጠብቄአለሁ።

መልካም ክርስቲያን ሚላት መሆን እፈልጋለሁ። ባለቤቴን የፍትወተ ሥጋ ግንኙነትን ጨምሮ በሁሉም ነገር ሳረካው እንደምችል ተለፋ አደርጋለሁ። ግን ይህን እንዴት ማድረግ እንደሚቻል ለለማላውቅ ፍርሃት ይለማኛል።

የእናንተው

ኤቪሊን

እንደ እውነቱ ከሆነ የኤቪሊን ችግር ትልቅ አይደለም። ከግብረ ሥጋ ግንኙነት አንጻር እንዳንድ ፍርሃቶች አሉአት። ነገር ግን እንዳንድ ልጃገረዶች ወደ ጋብቻ የሚገቡት ከዚህ በባለ ፍርሃት ነው።

ለምሳሌ እንዳንድ ልጃገረዶች የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ከወንድ ጓደኞቻቸው ጋር ቀደም ብለው ይፈጽሙና ኋላ በሚያገቡበት ጊዜ የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት በጣም ያስፈራቸዋል። ለምን? ምክንያቱም ከጋብቻ በፊት የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት በሚያደርጉበት ጊዜ ሁሉ ከባድ ፍርሃት ነበረባቸው። «ካረገዝኩኝ ይተወኝ ይሆንን?»። «የሰ ማታ ሳረካው ካልቻልኩ ይተወኝ ይሆናል» የሚል ፍርሃት ነበረባቸው። እነዚህ ልጃገረዶች የፍትወተ ሥጋ ግንኙነትን የሚለማመዱት በፍርሃት ነው። በእነርሱ አእምሮ የፍትወተ ሥጋ ግንኙነትና ፍርሃት አብረው የሚሄዱ ናቸው። ለሰዚህ ካገቡም በኋላ እንኳ ፍርሃታቸው በተሰራ አይጠፋም።

ኤቪሊን እንደዚህ አይደለችም። የፍትወተ ሥጋ ግንኙነትን በጋብቻ ውስጥ ብቻ እንዲፈጸም በመጠበቁ መልካም አድርጋለች። የእርሷ ፍርሃት የእውቀት ጉድለት ብቻ ነው።

በዚህ ምዕራፍ ኤቪሊንና እንደ እርሷ ያሉ ሌሎች ለዎችን መርዳት እንፈልጋለን። ለሰ ሠርጋቸው ቀን ምሽት ፍርሃት ያላቸው ወጣት ሴቶች ብቻ ሳይሆኑ፣ ብዙ ወጣት ወንዶችም ናቸው።

ውድ ብሩሰና ካርል፤

የ25 ዓመት ከርሰቲያን ሰው ነኝ። "LOVE AND MARRIAGE" ወይም "ፍቅርና ጋብቻ" በሚል ርእስ ስለ ጻፋችሁት መጽሐፍ ላመለግናችሁ ይገባኛል። አብዛኛዎቹ ጥያቄዎቹ ያን አስደናቂ መጽሐፍችሁን በማንብብት ጊዜ ተመልሰውልኛል። እንዲያውም ያነበብኩት ሦስት ጊዜ ነው።

ለሠርጌ ቀን የቀረው ለድለት ሳምንት ብቻ ነው። በድንግልና ስለ ቆየሁና የማገባት ልጃገረድም ድንግል መሆኗን ለለነገረችኝ እግዚአብሔርን አመለግናለሁ። በጣም ደስተኛም ነኝ!

ብዙ ጊዜ ወንዶች ስለ ፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ሲናገሩ እሰማለሁ። የሚናገሩት ግን ብዙ ጊዜ አፀያፊ ቀልዶችና ጋጢአት የሞላባቸውን ታሪኮች ነው። በአንድ ወቅት ጥያቄ ሰጠይቃቸው፡- «የጾታ ጉዳይ ትምህርት ከፈለግህ ልምድ ወደ አላት ጋለምታ ሂድ» አሉኝ።

በፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ጉዳይ ፈሪሃ እግዚአብሔር ያለው ሰው ሊያደርገው የሚገባውን ነገር እንድትነግሩኝ እፈልጋለሁ። ባልና ሚስት የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ከመፈጸማቸው በፊትም ሆነ እየፈጸሙ ሳሉ ፍቅራቸውን እንዴት ሊገላለፁና ለተገቢ ሰሜታዊ እርካታቸው ሊሠሩ ይችላሉ?

ላላፍራችሁ እየምከርኩ አይደለም። ነገር ግን የፍትወተ ሥጋ ግንኙነትን አስደሳች ካላደረግሁላት ባለቤቴ ምን ታሰብ ይሆን በማለት ስለምጨነቅ ነው። ለሰዚህ በተለይ ወንድ ልጅ በሠርጌ ቀን ምሽት ምን ማድረግ እንዳለበት ጻፋልኝ።

በክርስቶስ የእናንተው
ሬይምንድ

በሠርጋችሁ ቀን ብቻ በመኝታ ቤታችሁ ለብቻችሁ ስትሆኑ

አንድ ድንግል ወንድና አንዲት ድንግል ሴት ከሠርጋቸው በኋላ ለመጀመሪያ ጊዜ በመኝታ ቤታቸው ብቻቸውን በሚሆኑበት ጊዜ የሚለማቸውን ደስታና የሚፈጠረውን ችግር እንመልከት።

ወደ መኝታ ከፍላቸው በሚገቡበት ጊዜ ሲጠብቁት የነበረው ጊዜ በመድረሱ ልባቸው በታላቅ ደስታ ይምላል። ከሠርጋቸው ቀን በፊት ብዙ ጊዜ የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ለመፈጸም ተፈትነዋል። ነገር ግን ለፍትወተ ሥጋ ፍላጎታቸው እምቢ በማለት የእግዚአብሔርን ሕግጋት መታዘዝ መረጡ። ይህን ቀን ሲጠባበቁ ነበር፤ አሁን ደረሰላቸው!

የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ከሠርጋቸው በኋላ በመጀመሪያቸው እግዚአብሔር ደስ እንደሚለኝ ያውቃሉ። ቤተሰቦቻቸውም ይህንኑ አረጋግጠዋል። አእምሮአቸው ንጹሕ ስለሆነና ሕሊናቸው ስለማይከሳቸው የፍትወተ ሥጋ ግንኙነቱ የላቀ ደስታ ይስጣቸዋል።

በልባቸው ግን አንዳንድ ፍርሃቶች አሏቸው። ሴቲቱ ከባሏ ጋር የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት መፈጸም ብትፈልግም ያመኝ ይሆን? ብላ ታለባለች።

ወንዱ ደግሞ «ላረካት ባልችልለ? እውነተኛ ወንድ መሆኔን ትጠረጥር ይሆን?» በማለት ይጨነቃል።

በዚህ የመጀመሪያ ምሽት የሁለቱም ዓላማ የትዳር ንደኛቸውን ፍርሃት ማለወገድ መሆን አለበት። አዲሱ ባል በአእምሮ ለሚስቱ «አንዳያምሽ ሰማድረግ በገግታ እፈጽመዋለሁ። አንዳችን ለሌላችን መልካም አፍቃሪ መሆናችንን በመማር እጅግ ደስተኞች እንሆናለን።»

የእርሷ ዝንባሌና የአእምሮ አላባ ደግሞ እንደሚከተለው መሆን አለበት። «ዛሬ ወደ ከፍተኛው የፍትወተ እርካታ ለሜት ባልደርስ መጨነቅ የለብህም። አልወቅለህም ደግሞም አንድ ችግር እንዳለብህ አልቆጥርም። በፊታችን ባሉት ወራት አንዳችን ሌላችንን ማርካት እንማራለን።»

እንደዚህ ዓይነት የፍቅር ዝንባሌዎች በሁለቱ በኩል ካለ ፍርሃታቸው ሁሉ ወዲያውኑ ይወገዳል። እርሱ በርሱ ለመነጋገር ነፃነት ያገኘና የሚጎዳንና ፍጹም ደስታን የሚያጎናጽፍ ነገራቸውን ሁሉ ይነጋገራሉ። ሁለት ድንግሎች ከሠርጋቸው በኋላ የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ሲጀምሩ እንዴት አስደሳች ነው!

ከጋብቻ በፊት የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት በመፈጸም እግዚአብሔርን የማይታዘዙ ወጣቶች ታሪክ ግን ፈጽሞ የተለየ ነው። ለምሳሌ ጄይቦ የ16 ዓመት ልጅ እያለች የመጀመሪያውን የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ሳሙኤል ከተባለ ልጅ ጋር ፈጸመች። በፍቅር ጨዋታቸው ወቅት ስሕተት ከሠራ ለጓደኞቿ የማይረባ ፈዛዛ አፍቃሪ ነው ብላ እንዳትነግርበት ፈራ። ሁለቱ አላዋቂ እንዳይባሉ በመፍራት እንደ አዋቂ ለመሆን ሞከሩ። ከጥቂት የፍቅር ጨዋታ በኋላ ሳሙኤል ፈጥኖ ብልቱን ብልቷ ውስጥ አስገባና የዘር ፍራውን አፈለሰ። በቃ ይኸው ነበር...አጭር የለሜት መነቃቃትና ቀጥሎ የተመለከቱትን የመላለሱ ብዙ ፍርሃቶች፡-

ለማን ይነግርብኝ ይሆን?

ስለ አኔ ምን ብሎ ይናገር ይሆን?

አሁን ካረገዝኩ ምን አባቴ አሆናለሁ?

ሊወደኝ የሚችል አገኝ ይሆን? ወይስ ይህ ልጅ እንዳደረገው ሁሉም ወንድ ገላዬን መጠቀሚያ ብቻ ያደርጉት ይሆን?

ከጋብቻ በፊት የሚፈጸም የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ምንም መልካም አይደለም። ስዎች በፈጣሪያቸው ላይ ጀርባቸውን በማዞር እውነተኛ ደስታ ሊያገኙ አይችሉም።

ከጋብቻ ውጪ የግብረ ሥጋ ግንኙነት ባለመፈጸም እግዚአብሔርን የሚታዘዙ ወጣቶች ደስተኞች ናቸው! በሠርጋቸው ምሽት ልምድ የለኝም ብለው አይጨነቁም። ይልቁኑም መብራው፣ መብረት ምንም ዓይነት

የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ሞከራ የማታውቅ በመሆኗና ለሙሽሪትም ሙሽራው እንደ እርሷው በመሆኑ ሁለቱም ደስተኞች ይሆናሉ።

ድንግል የሆነች ሙሽሪት እና በድንግልና የቆየው ሙሽሪ ከግንም ሳይሆን አንዳቸው ከሌላቸው በመማር ፍጹም የተለየ፣ የተለየ፣ የተለየ ደስታን ይቀዳጃሉ።

ለመጀመሪያው የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት መዘጋጀት

የተለያዩ ባሕሎች የተለያዩ የሠርግ ልማድ አላቸው። በአንዳንድ አገሮች ሙሽሮች በሠርጋቸው የመጀመሪያ ምሽት ሳይነካኩ ያድራሉ። በአንዳንድ ባሕሎች ደግሞ በሠርጋቸው ምሽት የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት እንዲፈጽሙ ይጠበቅባቸዋል። መጽሐፍ ቅዱስ ለለዚህ ጉዳይ አንዳችም ነገር ለለማይናገር ከርላቷ የሚያውቅ የወደዱትን ሊከተሉ ነፃ ናቸው። የትኛውንም ባህል ይከተሉ ወዲያውኑ ወይም ጥቂት ቆይተው የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት መፈጸማቸው እርግጥ ነው። የመጀመሪያውን የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት እንዴት መፈጸም እንደሚችሉ እንመልከት።

የሚከተለውን ዓይነት ጸሎት አብረው በመጸለይ እንዲጀምሩ እናላለባለን «የተወደድክ እግዚአብሔር ሆይ፡ በጋብቻ ዘመናችን በሙሉ ልንታመንብህ፣ ልንታዘዝህና ከምትሰጠን ልጆቻችን ጋር ልናገለግልህ እንፈልጋለን። ለእኛና ሊየሱስን ለማመን ለመረጡ ሁሉ ስለሰጠኸው የዘላለም ሕይወት እናመሰግናለን።»

ከጸሎት በኋላ ኮስተር ማለታቸውን መቀጠል አያለፈልጋቸውም። በነጻነት መነጋገር፣ መቀለድና መሳሳቅ ጥሩ ነው። ስለ ምንም ሊጨነቁ አይገባም። ጥድፈያም አያስፈልግም። ዘና ሊሉና ሊደሰቱ የሚገባበት ምሽት ነው!

የመኝታ ቤታቸው በር መቆለፉን አንዳቸው ሊያረጋግጡ ይገባል። (በመካከል አንድ ሰው ሊገባ ይችላል የሚል ግምት ካላት ሌቲቷ በፍቅር ጨዋታ ወቅት ዘና ማለት አትችልም።)

አሁን አንዳቸው የሌላቸውን ልብላ የሚያወልቁበትንና እጅግ አስደሳች ከሆኑ ልምዶች አንዱን ልምድ ለማከናወን ይዘጋጃሉ። ድንግል ለሆኑ አዲስ ባልና ሚሊት በአንድነት ብቻቸውን ሆነው አንዱ የሌላውን ልብላ የማውለቁ ልምድ በጣም አስደሳች ስለሆነ በጥድፈያ መደረግ የለበትም።

ተቃቅረው ከተሳላሙ በኋላ አንዱ የሌላውን የመጀመሪያውን የውጪኛ ልብላ በየተራ ያውልቅ። እንደገና በተጨማሪ ከተሳሳሙ በኋላ ሙሉ ለሙሉ እርቃናቸውን እስኪሆኑ ድረስ አንዱ የሌላውን ልብላ ማውለቁን ይቀጥላል።

ልብላ የማውለቁ ተግባር በጨለማ መፈጸም ያሰበት ነገር አይደለም። ባልና ሚሊት ስለሆኑ መተፋፈር ፈጽሞ የለባቸውም።

«አጻምና ሚሊት ሁለቱም ራቂታቸውን ነበሩ፤ እይተፋፈሩም ነበር።» (ዘፍጥ. 2:25)

የመጀመሪያው የፍቅር ጨዋታ

በገጽ 50 እንደ ተገለጸው የትዳር ኃደኞች የፍቅር ጨዋታን አንዱ የሌላውን የላይኛ የሰውነት ክፍል በመደባበስ ሲጀምሩ ይችላሉ።

ከተወሰነ ደቂቃ በኋላ ወደ ፍትወተ ሥጋ ብልቷ እካባቢ እጁን በመስደድ እንዲደባብሳት የምትፈልግበት ደረጃ ላይ እንደደረሰች ታሳውቀው። በሚዳብስበት ጊዜ ጫን ወይም ለዘብ እንዲያደርግላትና የትኛው ቦታ ላይ ቢያደርግላት እንደምትወድም ሊጠይቃት ይገባል። የፍትወት ስሜቷ እየተቀሰቀሰ እንዲሄድ የሚያደርግ እያንዳንዱን እንቅስቃሴ ሲፈጽም ስሜቷን ልትነግረው ይገባታል። ይህ በሚገባ ያበረታታዋል።

እንደዚህ ዓይነቱን ነገር ከሚስቱ መማሩ ያሳፍራልን? አያሳፍርም ይልቁኑ በጣም ውብ ነው!

ሚስቱ በሌላ ሰው እንዲለማመድ ትፈልጋለችን? በፍጹም! እርስ በርሳቸው መማማራቸው በጣም ግሩም ነገር ነው!

በገጽ 50 የፍቅር ጨዋታ ለ20 ደቂቃዎች መቀጠል አለበት ብለናል። ሆኖም ግን የመጀመሪያው የፍቅር ጨዋታ 30 ደቂቃ ወይም ከዚያ በላይ መሆን አለበት። ምክንያቱም ወጣት ሚስት ለብዙ ዓመታት በትዳር ከቆየች ሌት ይልቅ የረጅም ጊዜ የፍቅር ጨዋታ ያስፈልጋታል።

በመጨረሻ አዲሶቹ ባልና ሚስት እርሷ ለፍካቤ ሥጋ ግንኙነት ዝግጁ የምትሆንበትን ጊዜ እብረው ይወስኑ። ሌቲ የፍትወት ስሜቷ ወደ ጫፍ እካባቢ መዳረሱን ሰመገመት ትቸገር ይሆናል። እርሱም ውስጠኛው የብልቷ ከናፍርት በመጠን ጨምረው እንደሆነ ለማወቅ ሊያስቸግረው ይችላል።

ሮቤልና በርኔቂ በሠርጋቸው ምሽት በፍቅር ጨዋታ በቂ ጊዜ አላሳለፉም ነበር። የእርሷ የፍትወት ስሜት ጫፍ የደረሰ መስሎት ተገናኛት። እርሷ ግን ገና ነበረች። ውጤቱ ሮቤል ሚስቱ ጡዘተ-ፍትወት (ወደ ከፍተኛ የእርካታ ደረጃ) ላይ ሳትደርስ የዘር ፍሬውን በማፍሰሱ የጋላ ስሜቷ አሸቆሰቀለ። ስለዚህ በዚያ ምሽት ከፍተኛውን የፍትወት እርካታ ስሜት ለማግኘት አልቻለችም። ግን ይህ ትልቅ ችግር አልነበረም። በልምምዱ ተደስተዋል፤ ተምረዋልና። ወንዱ ብልቱን ማስገባት ያለበት መቼ እንደሆነም ተምረዋል።

ፊልጶስና ሐና በሠርጋቸው ዕለት ምሽት ፊልጶስ ብልቱን ሳያስገባ በጣም ዘገየ። በብልቷ ዙሪያ በተለይ ናዝረ ብልቷን እያሸሸ ሳለ በድንገት ወደ ጡዘተ-ፍትወት ላይ ደረሰች፤ ጡዘተ-ፍትወቷ በጣም ከፍ እስኪል ድረስ ናዝረ ብልቷን ማሻሸቱን ቀጠለ። ከዚያም ብልቱን በማስገባት የዘር ፍሬውን አፈሰሰ።

በኋላ ፊልጶስ ሚስቱን፡ «ገና በብልትሽ ዙሪያ ሳሻሽ እንዴት ጡዘተ ፍትወት ላይ ደረሰሽ? በብልትሽ ምንም ሳይኖር... እንዴት?» አላት።

እየተወያዩ ሳሉ የሴትን ክፍተኛ የፍትወት እርካታ የሚያመጣው ናዝረ ብልቷ እንጂ ብልቷ እንዳልሆነ ፊልጶስ ተረዳ።

አትጨነቁ

በሠርጋችሁ ቀን ምሽት «በትክክል እንሠራ ይሆንን? በመጀመሪያው ምሽት አንዳችን ሌላችንን እናረካ ይሆንን?» በማለት አትጨነቁ።

ይልቅኑ ዘና በሉ። በሠርጋችሁ ቀን ምሽት ምንም ይሁን ምን ደስ ይበላችሁ። በፍጹም ውህደታችሁና አንዳችሁ ለሌላችሁ በምትለጡት ደለታ ተመለጡ። የሠርጋ ቀን ምሽት ጅማረ ብቻ መሆኑን አስታውሱ። በሕይወታችሁ ዘመን ሁሉ ደስታን መለጠትና መቀበልን የምትማሩበት ጅማረ ነው። ወራት እየተቆጠሩ ሲሄዱ አንዳችሁ የሌላችሁን ስሜት እንዴት እንደምታነሣሁና እንዳችሁ ሌላችሁን እንዴት እንደምታረኩ ትማራላችሁ። ለአሥር ዓመታት በትዳር ከቆያችሁም በኋላ አንኳ አንዳችሁ ስለሌላችሁ ትማራላችሁ፤ የፍትወት ሥጋ ግንኙነታችሁም በተሻለ ሁኔታ እያደገ ይሄዳል!

ውድ ካሮል፤

እጅግኬን አወደዋለሁ፤ ነገር ግን መጀመሪያ ስለምናደርገው የግብረ ሥጋ ግንኙነት ሳለብ እፈራለሁ። ሁሉም ሰው ሲናገር የምለማው የመጀመሪያው የግብረ ሥጋ ግንኙነት ለሴት ልጅ ሕመም እንዳለውና እንድትደማ እንደሚያደርጋት ነው።

ሎይድ

ውድ ሎይድ

ከባለቤትሽ ጋር የምትፈጽሟውን የግብረ ሥጋ ግንኙነት መፍራት የለብሽም።

ሁሉም ሴቶች ባይሆኑም እንኳ ብዙዎቹ ሴቶች ለመጀመሪያ ጊዜ በሚፈጽሙት የግብረ ሥጋ ግንኙነት መድማታቸው እውነት ነው። ይህ ግን ከፍተኛ ችግር አይደለም።

ሴት ልጅ የምትደማው ክብረ ንጽሕናዋ በሚደፈርበት ጊዜ ነው። «ክብረ ንጽሕና» የምንለው በሴት ብልት መግቢያ ላይ ያለ ስለ የሥጋ ሽፋን ነው።

ሁሉም ልጃገረዶች እንድ ዓይነት አይደሉም። ልጃገረዶች ሊኖሯቸው የሚችሉት የክብረ ንጽሕና ዓይነቶች አራት ናቸው

1) ሰለ የክብረ ንጽሕና ሽፋን፡- ብዙ ሴቶች በክብረ ንጽሕናቸው ሽፋን መካከል ላይ 2 ሊሜ. ወረድ ያለ ቀዳዳ እላቸው። በመጀመሪያው የግብረ ሥጋ ግንኙነት ወቅት ይህ ሰለ ሽፋን ሥጋ የወንድ ብልት በሚገፋው ጊዜ ይለጠጣል ወይም ይበጠሳል። ይህ ትንሽ ሕመምና መድማት ሊያለከትል ይችላል።

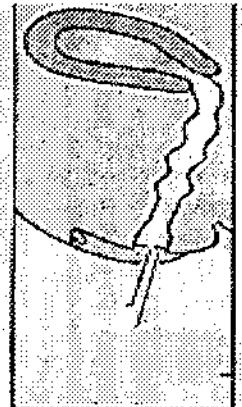
2) የክብረ ንጽሕና ሽፋን የሌላቸው፡- አንዳንድ ልጃገረዶች፡- ያለዚህ ሽፋን ይወለዳሉ። ስለዚህ በመጀመሪያ የግብረ ሥጋ ግንኙነት ወቅት ሕመም ወይም ደም አይኖራቸውም።

3) የተበጠሰ የክብረ ንጽሕና ሽፋን፡- የአንዳንድ ልጃገረዶች የክብረ ንጽሕና ሽፋን ከጋብቻ በፊት ይበጠሳል። ስለዚህ በሠርጋ ቀን ማታ ሕመም ወይም መድማት አይኖራትም። የልጃገረድ የክብረ ንጽሕና ሽፋን በሁለት ምክንያት ይበጠሳል። እንደ ምክንያት እንደ ለፖርት ባሉ እንቅስቃሴዎችና በወር አበባ ወቅት በብልት ውስጥ የሚደረጉ ነገሮችን በመጠቀም ሊሆን ሌላው መንገድ ከጋብቻ በፊት በሚደረግ የግብረ ሥጋ ግንኙነት ነው።

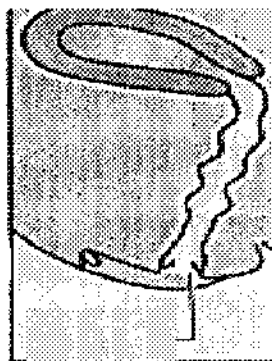
ባል «በመጀመሪያ ጊዜ የግብረ ሥጋ ግንኙነትን ስንፈጽም ለምን አልደማሽም? ከማን ጋር ነው የግብረ ሥጋ ግንኙነት ያደረግሽው?» በማለት በሚለቱ ላይ ሊፈርድ አይገባም።

ይልቅኑ ክብረ ንጽሕናዋ በስፖርት ወይም በወር አበባ ወቅት በብልት ውስጥ በሚደረግ ነገር ሊገለል እንደሚችል መረዳት አለበት። ወይም ያለክብረ ንጽሕና ሽፋን ልትወለድ ትችላለች።

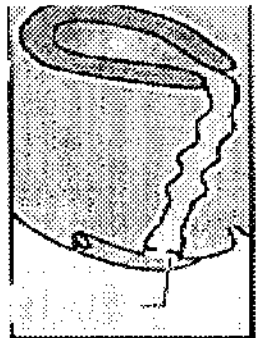
4) ወፍራም የክብረ ንጽሕና ሽፋን (ጭንጫ)፡- 10% የሚያህሉ ጥቂት ሴቶች በጣም ወፍራም የክብረ ንጽሕና ሽፋን አላቸው። እንደዚሁ ዓይነት ወፍራም የክብረ ንጽሕና ሽፋን ያላቸው ሴቶች በሚያገቡበት ጊዜ ባላቸው ብልቱን ለማስገባት ፈጽሞ ይቸገር ይሆናል። በእንደዚህ ዓይነት ሁኔታ ያለች ሴት ጣቶቿን በመጠቀም የክብረ ንጽሕናዋን ሽፋን



ሰለ የክብረ ንጽሕና ሽፋን



የተበጠሰ የክብረ ንጽሕና ሽፋን



ወፍራም የክብረ ንጽሕና ሽፋን

ቀዳዳ ልታለፋ መሞከር ትችላለች። እንደዚያም ሆኖ ልትለጥጠው ካቃታት ወደ ሆስፒታል በመሄድ በሕክምና ዘዴ ሊለጥጡላት ይችላሉ።

ሎይድ ለአንድ የሚሆን ምክር በአጭሩ ቀጥለን እናቀርባለን። ከሠርግሽ ቀን ሁለት ወር ቀደም ብለሽ ወደ ሆስፒታል ለምርመራ ሂጄ። ነርሲ በግብረ ሥጋ ግንኙነት ለሚተላለፉ በሽታዎች (የአባላዘር በሽታዎች) (ገጽ 153 ን ተመልከድ) ምርመራ ለታደርግልሽ በዚያው የክብረ ንጽሕና ሽፋንሽን ጉዳይ ታረጋግጥላቸዋል። ይህ የክብረ ንጽሕናሽ ሽፋን ወፍራም ሆኖ ካገኘቸው እንዴት እንደሚለጠጥም ታሳይሻለች። ወፍራም የክብረ ንጽሕና ሽፋን ያላቸው ሴቶች ጥቂት ሰለሆኑ ምናልባት የአንድ ምንም ችግር የለውም ትልሽ ይሆናል። እናም በሠርግሽ ቀን ማታ ትንሽ ልትደረግ ጥቂት ሕመም ሊለማሽ ይችላል። ነገር ግን አትጨነቁ፤ ምክንያቱም በባልሽ ከመወደድ ጋር ሲወዳደር ሕመሙ ጥቂት ነውና።

አዲስ ባሎች ሊያውቁት የሚያስፈልግ ጉዳይ

ሚለትህ የሚለጠጥ ወይም የሚበጠስ የክብረ ንጽሕና ሽፋን ሊኖራት ለለሚችል በመጀመሪያው የግብረ ሥጋ ግንኙነታችሁ ወቅት ብልትህን በዝግታ አሰገባ። ተፈጥሮአዊ ፍላጎትህ በፍጥነት እንድትገፋ ቢጠይቅህም እንኳ ምንም በማያሳምም ወይም ጥቂት ብቻ ሕመም ባለበት ሁኔታ ብትፈጽመው ለሚለትህ ያለህን ፍቅር ታሳያለህ። በዝግታ ለማለገባት የሰውነት ቅባት ማለለሻዎችን ተጠቀም። ይህ በተለይ ለመጀመሪያው ምሽት በጣም አስፈላጊ የሚሆነው ሴቲቱ በመጀመሪያዎቹ ጥቂት የጋብቻ ቀናት የምታመነጨው የተፈጥሮ ማለለሻ በጣም አነስተኛ ሊሆን ለለሚችል ነው።

ግንኙነት (ብልት የማለገባት ሂደት)

በሠርጉ ቀን ምሽት ወንዱ ብልቱን ወደ ሴቷ ብልት ውስጥ ከማለገባቱ በፊት የሚከተሉትን ነገሮች ማድረግ እንዳለበት ተነጋግረናል፡-

- 1) ረዘም ያለ የፍቅር ጨዋታ ሊኖር ይገባል።
- 2) በክብረ ንጽሕና ሥጋዊ ምክንያት ባልየው ብልቱን በሚያለገባበት ወቅት በዝግታ ላላ አድርጎ መሆን አለበት። ደግሞም ማለለሻ ቅባት መጠቀም ይገባዋል።

አሁን ይህን የመጀመሪያ ግንኙነት አዲሶቹ የትዳር ጓደኞች እንዴት መፈጸም እንደሚችሉ እንመልከት።

የሚለት የፍትወት ለሚት በሚገባ ተነሣሥቶ ዝግጁ በምትሆንበት ጊዜ በቅባት የለለለሰውን የባሏን ብልት በእጁ ወደ ብልቷ ታስገባለች። በዚህ ጊዜ የብልቱን የመጨረሻ ሜሩ መንካት የለባትም። ምክንያቱም ያ ከፍል በተለይ በደረቅ እጅ ሲነካ ይሆናል።

ባል ከሚገባው በላይ ብልቱን ወደ ውስጥ እንዳያለገባ መጠንቀቅ አለበት። ብዙ ሴቶች 10ሴ.ሜ. ያህል ብቻ ሲገባ ይመቻቸዋል። ሚስት የባሏ ብልት ከሚገባው በላይ በመጥለቁ ሕመም ከተሰማት 10 ሴ.ሜ. ያህል ብቻ ሲገባ የበለጠ እንደሚያስደለታት ልትነግረው ይገባል።

አንዳንድ ወንዶች ብልታችን ትንሽ ነው ብለው ይጨነቃሉ። ሆኖም ግን እውነቱ የሚለቱን ከፍተኛ የእርካታ ለሚት ወይም ጡዘተ ፍትወት ለማምጣት የባል ብልት ትልቅ መሆን የለበትም። ትንሽ ብልት ያለው ባል ሚስቱን ትልቅ ብልት ያለው ወንድ የሚያረካውን ያህል ማርካት ይችላል። ለለዚህ ትልቅ ብልት የተለየ ጥቅም የለውም።

አንዳንድ ጊዜ መሽፈደቱ «የባለቤቱ ብልት ትልቅ ከሆነ ለብልቱ የሚለማማ አይሆንም» ብላ ትለጋለች። እውነቱ ግን የሴቷ ብልት የወንዱን ብልት ምንም ያህል መጠን ይነረው ለማስተናገድ በሚገባ ይለጠጣል። ለለዚህ ሚስት ለለዚያ መጨነቅ ፈጽሞ አያስፈልጋትም።

እንዲያውም በፍቅር ጨዋታ ወቅት ለሴቲቱ ለጋትን ማለወገድ ጠቃሚ ነው። ለጋት በብልት ዙሪያ ያለውን ጡንቻ ጭብጥ ለለሚያደርገው የግብረ ሥጋ ግንኙነትን የሚያሳምም ያደርገዋል።

አንዲት ሴት የፍትወት ሥጋ ግንኙነትን ሕመም ያለበት ሆኖ ካገኘችው ለባሏ ትንገረው፤ እርሱም በጣም የለለለለ ያድርገው። አሁንም ሕመም የሚለማት ከሆነ የፍትወት ሥጋ ግንኙነትን ለአንድ ወይም ለሁለት ቀን ያስተላልፋት።

ወንዶች ሆይ ለሙተ የፍትወት ሥጋ ግንኙነት ለሚለቱቸዎት የሚያሳምማቸው ከሆነ «ለዛሬ እንፈጽም፤ ልቆይ አችላለሁ፤ በሌላ ቀን እንደገና እንሞክራለን» በሉአቸው።

ይህንን በምትሰጡት ጊዜ እውነተኛ ፍቅራችሁን ማሳየታችሁ ነው። «ፍቅር» ማለት ምን ማለት ነው? ከፊስ ፍላጎት ይልቅ ለሚለትህ ፍላጎት የበለጠ አትኩሮት መስጠት ማለት ነው።

ከግንኙነት በኋላ

ባል ወደ ሚስቱ ከገባ በኋላ ሚስቱ ሕመም ከሌላት የሚቀጥለው እርምጃ፤ እርሱ ወደ ከፍተኛው የእርካታ ለሚት ወይም ጡዘተ ፍትወት ከመድረሱ በፊት እርሷ እንድትደርስ ተረዳድተው የሚችሉትን ሁሉ ማድረግ ነው። ይህ ማለት የእርሷን ለሚት የበለጠ ማነሣሣት እና የእርሱ እንዲቀንስ ማድረግ ነው።

ባል የፍትወት ለሚት መነሣሣቱን ለመቀነስ ብልቱን ካለገባ በኋላ ለአንድ ደቂቃ የማለገባትና የማለወጣት እንቅስቃሴውን ማቆም አለበት። በዚያ ጊዜ የእርሷን ለሚት ከፍ ለማድረግ በሦስት መንገዶች መጠቀም ይችላሉ። 1) የእርሱ ብልት የብልቷን ግድግዳዎች እንዲሜን ዳሴዋን ማሽከርከር ትችላለች። 2) ናዝረ ብልቷን በጣቶቹ ሊያሻሽላት ይችላል። 3)

ብልቱን በፒሲ ጡንቻዎች ጨመቅ ጨመቅ ማድረግ ትችላለች (የፒሲ ጡንቻ የሴቷ ብልቱ ጡንቻዎቿ ናቸው። ገጽ- ተመልከት)።

ከዚህ አንድ ደቂቃ በኋላ የእርሱ የሰሜን መንግሥት ገቅ ብሎ የእርሷ ሰሜን ከፍ ሊል ይገባል። ይህ እርሷ ወደ ከፍተኛ የእርካታ ሰሜን ወይም ጡዘተ ፍትወት በፍጥነት እንድትደርስ ለሰሜን ልሳን መልካም ነው።

ባል የማለገገትና የማለወጣት አንቅስቃሴውን ሲጀምር ሚስት የፒሲ ጡንቻዎቿን ለመጠቀም ትፈልግ ይሆናል። ባል ብልቱን በሚያለወጣበት ጊዜ የፒሲ ጡንቻዎቿን ጨመቅ ታደርጋለች። ብልቱን በሚያለገባበት ጊዜ ደግሞ ጡንቻዎቿን ለቀቅ ታደርጋለች። አንዳንድ ሚሊቶች ይህ ወደ ከፍተኛ የፍትወት እርካታ ሰሜን እንዲደርሱ እንደሚረዳቸው ይናገራሉ።

ሚስት ጡዘተ ፍትወት ወይም ከፍተኛው የፍትወት እርካታ ሰሜን ላይ ስትደርስ ለባሷ ልትነግረው ይገባታል። ምክንያቱም ይህ የፊትን ሰሜን አቀዝቅዞ የመቆየት ፕረቱን እንዲያቆም ይረዳዋል። ይህ ከሆነ እርሷ ጡዘተ ፍትወት ውለጥ አያለች ወይም ደርሳ ብዙ ላትቀዝቅዝ የዘር ፍሬውን ያፈላል። ከዚያም ሁለቱም እርካታቸውን እንዳገኙ አብረው ዘና ሊሉ ወይም ሊያርፉ ይችላሉ።

ሆኖም ግን የትዳር ዓደኞች አብረው በሆኑበት የመጀመሪያ ምሽት ሁሉም ነገር ከላይ በጠቀስነው መንገድ ላይሄድ ይችላል። በዚህ ምትክ ከሚከተሉት ሦስት ውጤቶች አንዱ ሊፈጸም ይችላል።

ሀ) ባል በፍቅር ጨዋታ ወቅት ከፍተኛ የፍትወት እርካታ ሰሜን ይቀዳጃል።

አንዳንድ ጊዜ ባል ሚስቱ በፍቅር ጨዋታ ወቅት እየዳበሰችው ላለ በድንገት የዘር ፈላሹን ያፈላል። ይህ ጋጢአትም ትልቅ ችግርም አይደለም።

በሚቀጥለው የፍቅር ጨዋታ ጊዜ ቀድሞ የዘር ፍሬውን እንዳያፈለ ለሚስቱ እንዲህ በማለት ይነገራት፡- «ወደ ከፍተኛ የፍትወት እርካታ ሰሜን ቀርቤ አለሁና ለጥቂት ደቂቃዎች መደባበስሽን አቀሜ»። ከእነዚያ ደቂቃዎች በኋላ እረፍት እፈልጋለሁ ብሎ እለኪነግራት ድረስ መደባበሱን ልትቀጥል ትችላለች።

ይህንኑ የመደባበስ... ማረፊ... የመደባበስ... ማረፊ ሁደት (ድግግሞሽ) ለረጅም ጊዜያት መደጋገም ጥሩ ነው። ባል ከግንኙነት በኋላ እጅግ አለደላች የሆነ የዘር ማፍሰስ ሂደት እንዲፈጽም ያደርገዋል። በተጨማሪ ግንኙነት ከጀመረ በኋላ በፍጥነት የዘር ፍሬውን እንዳያፈለም ይረዳዋል።

ለ) ሚስት በፍቅር ጨዋታ ወቅት ከፍተኛ የፍትወት እርካታ ሰሜን ላይ ልትደርስ ትችላለች።

አንዳንድ ጊዜ ሚስት ወዳልታቀደ የከፍተኛ ፍትወት እርካታ ላይ ልትደርስ ትችላለች። ይህም ባል ብልቱን ከማለገገቱ በፊት ናዝረ ብልቷን በጣቶ በሚያሻሽበት ወቅት ይሆናል። ይህም የሚያስጨንቅ አይደለም።

እንዲያውም እጅግ ሊደስቱበት ይችላሉ። በሚቀጥለው ጊዜ ግን ወደ ከፍተኛ የፍትወት እርካታ ሰሜን ከግንኙነት በኋላ እንድትደርስ ተሎ ብልቱን ማለገገት አለበት። ይህም ደግሞ የበለጠ እርካታን ያሳናጽፋል።

ሐ) ባል ብልቱን በሚያለገባበት ወቅት ጡዘተ-ፍትወት ላይ ሊደርስ ይችላል።

አንዳንድ ጊዜ ባል ብልቱን በሚያለገባበት ጊዜ በድንገት የዘር ፍሬውን ያፈላል። ይህ በሚሆንበት ጊዜ ግንኙነትም አንቅስቃሴ ማቆም ይፈልጋል። ከዚያ በኋላ የትኛውንም ዓይነት እንቅስቃሴ ቢሞክር የሚያም ይሆናል። ለሚስቱ የዘር ፈላሹን ያፈለሰ መሆኑን በመግሰጽ የዳሌዋን እንቅስቃሴ እንድታቆም መንገር አለበት። ምንም ዓይነት እንቅስቃሴ ከመቀጠላቸው በፊት ቢያንስ ለጥቂት ደቂቃዎች ያህል ማረፊ አለበት።

ችግሩ ግን በእነዚያ ደቂቃዎች የተነሣው የሚስት ሰሜን ይበርድ ይሆናል። ነገር ግን ባል የሚስቱ ሰሜን እንደተነቃቃ እንዲቆይ ሊረዳት ይችላል። ብልቱን በብልቷ ውስጥ እንዳለ እንዲቆይ በማድረግ ናዝረ ብልቷን በጣቶ ሊያሻሽላት ይችላል። ይህም ብልቱን ማለገገት ማለወጣት ከመጀመሩ በፊት የተነቃቃ የሚለቀ ሰሜን እንዳያሸቆስቁል ይረዳል። በዚህ መንገድ ምናልባት እርሷ የመጀመሪያውን ጡዘተ ፍትወት እርሱም ሁለተኛውን ሊያገኙ ይችላሉ።

ባወቅን ቁጥር ደለታችን ይጨምራል

በመጀመሪያ ምሽት አንድ ላይ በሚሆኑበት ጊዜ ባልና ሚስት አንዱ ለሌላው ከፍተኛ የፍትወት እርካታን የመስጠቱ ጉዳይ ለብዙዎቹ ላይላካቸው ይችላል። ብዙ ጊዜ ባል ወደ ከፍተኛ የፍትወት እርካታ ይደርሳል። ሚስት ግን አትደርስም። እንዲያውም 90% የሚሆኑ ደናግል ሙሽሮች በሠርጋቸው ቀን ምሽት ጡዘተ ፍትወት ላይ አይደርሱም።

ለበዚህ ሚስት በመጀመሪያው ምሽት ወደ ከፍተኛው የእርካታ ሰሜን ባትደርስ ባልም ሆኑ ሚስት «እንግዲህ በሰውነታችን አንድ ችግር ይኖረን ይሆናል» ብለው ማስብ የሰባቸውም። ባል እውነተኛ ወንድ ለመሆኑ መጠራጠር የለበትም። ሚስትም «ለፍትወት የሚያነሣ ሰሜን ለስሌላኝ እንግዲህ ጥሩ ሚስት መሆን ፈጽሞ አልቻልኩም» በማለት ማስብ የሰባትም። በዚያ ምትክ አንዳቸው ለሌላቸው፡-

የምንማረው ብዙ ነገር አለ፤

በምንማራቸው ነገሮችም እንደስትባቸዋለን? በማለት ይገባቸዋል።

በግልጽነት ከተነጋገረችሁ ፈጥናችሁ ትማራላችሁ

መማር ሁሉም ጊዜ የሚጠይቅ ነው። በአንድ ቀን መራመድ መቻልን የተማረ ሕፃን የለም። በመጀመሪያው ምሽት ፍጹም የተሳካ የግብረ ሥጋ ግንኙነት የፈጸሙ ባለትዳሮች የሉም። አንዱ ሌላውን ማርካትን መማር

ሳምንታት (ወይም ወሬት) ይወስዳል። ለሰዚህ በመጀመሪያዎቹ የጋብቻ ፅድቂ ሳምንታት ያሉት የግብረ ሥጋ ግንኙነቶች በጣም አርኪ ያልሆኑላቸው ባለትዳሮች ተለፋ መቁረጥ አይገባቸውም። በመጠኑ ጊዜ ሊወሰድ ይችላል።

አንዳንድ ባለትዳሮች ከሌሎች ፈጥነው መግራቸው እውነት ነው። ፈጥነው የሚግሩት ባለትዳሮች የትኞቹ ናቸው? በግልጽነት የሚነጋገሩት ናቸው!

ለምሳሌ አዊንና ዶሪስ አያንዳንዳቸው «ከትዳር ጓደኛዬ መግር አለብኝ» ስለ ጉድለቴና ፍላጎቴ አንዲግር (አንድትግር) የትዳር ጓደኛዬን መርዳት አለብኝ። አንደ ባልና ሚስት አርስ በርስ በግልጽነት መነጋገር አለብኝ» የሚል ዝግባሌ ለሰነበራቸው ፈጥነው ተማሩ።

በሌላ በኩል ደግሞ ፊኒዮስና ሚልድሬድ ስለ ፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ጉዳይ ተነጋግረው ፈጽሞ አያውቁም። በመሆኑም አንዱ ሌላውን ማርካትን አልተማሩም። ፊኒዮስ ለራሱ እንዲህ ይላል፡- «እኔ ወንድ ነኝ ስለ ፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ሙሉ በሙሉ አውቃለሁ»። ሚስቱን አንዴት መደባበለና መተሻሸት እንደምትፈልግ ጠይቆአት አያውቅም። ሚልድሬድም ናዝረ ብልቷ የት እንደሚገኝ ወይም እንዴት መተሻሸት እንደምትፈልግ ነግራው አታውቅም። «ጥሩ ክርስቲያኖች እንዲህ ዓይነት ነገር አይነጋገሩም» የሚል እምነት ነበራት።

እውነታው ግን ባልና ሚስት ስለ ፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ለመነጋገር ሙሉ በሙሉ ነፃ ናቸው። መነጋገር የመማር ሂደትን ያራምዳል!

በመጨረሻ ከእግዚአብሔር ጋር የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ችግሮችን ጨምሮ ማንኛውንም ችግር በተመለከተ ልትነጋገሩ እንደምትችሉ አትርሱ! እርዳታውን ጠይቁ!

በቅርብ ጊዜ የብዙ የተለያዩ አገሮች ነዋሪ ባለትዳሮችን የሚከተለውን ጥያቄ ጠየቅን፡-

«የፍትወተ ሥጋ ግንኙነትን የላቀ ደስታ የሚገኝበት እንዲሆን የትዳር ጓደኛህ ምን ማድረግ ይችላል?»

የተሰጡት መልሶች የሚከተሉት ናቸው፡-

ባሉች እንዲህ ብለዋል፡- ባለቤቴ የሚከተሉትን ብታደርግ በፍትወተ ሥጋ ግንኙነት የላቀ ደስታ አገኝበታለሁ።

* ጥሩ ክርስቲያን ሌቶች በፍትወተ ሥጋ ግንኙነት መደሰት አያስፈልጋቸውም የሚለውን አለተሳሰሉን ብታቆም።

* ተነቃቅታ እየተነቃነቀች የፍትወተ ሥጋ ግንኙነትን አለደሳች ለማድረግ በተለያዩ አቅጣጫ ብትሞክር።

* ሙሉ በሙሉ ልብሷን ብታወልቅ ወይም ስለ የሆነና ለፍትወተ የሚጋብዝ የሌሊት ልብላ ቢጃማ ብትለብስ።

* የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት እንድናደርግ ብትጠይቀኝ (ሁል ጊዜ እኔ ከምጠይቃት)።

* የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት በመከልከል ወይም በተከፈለ ልብ በመፈጸም ባትቀጣኝ።

* በፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ወቅት ብታናግረኝ ምን እንደሚያስደለታትም እንዳውቅ ብታደርገኝ።

ሚስቶች እንዲህ ብለዋል፡- ባለቤቴ የሚከተሉትን ነገሮች ቢያደርግ በፍትወተ ሥጋ ግንኙነት የላቀ ደስታን ማግኘት እችላለሁ።

* ከእርሱ ጋር የፍትወተ ሥጋ ግንኙነትን ጨምሮ ማንኛውንም ነገር በግልጽነት ለመነጋገር እንድችል ጓደኛ ቢያደርገኝ።

* እንደሚወደኝ በአልጋ ላይ ብቻ ሳይሆን በማንኛውም ጊዜ ቢነግረኝ።

* ሁለታችን ብቻ በአንድ ላይ የምንጸልይበትን ጊዜ በየቀኑ ቢያመቻች።

* እንደ ልጅ ሳይሆን እንደ ጓደኛ ቢንከባከበኝ።

* በፍቅር ጨዋታ ወቅት ምን ባደርግለት እንደሚወድ ቢነግረኝ።

* በፍቅር ጨዋታ ወቅት ሊለመኝ፣ ናዝረ ብልቴን ሲዳብስልኝና ሊያሻሽልኝ ጊዜ ቢሰጥ።

* የወንድ ዘር ፈሳሹን ቶሎ እንዳያፈለ ቢሞክር።

* ከመኝታ ለዓት በፊት ቀኑን ሙሉ ደግ ቢሆንልኝ።

* አላቦችንና ለሜቶቻችንን በሙሉ ስመወያያት እንድንችል ከእኔ ጋር መነጋገር የሚያስደላተው ቢሆን።

* ለልጆቻችን ያለው መልካም አባትነት እጅግ ቢጨምር።

* አልኮል መጠጣት ቢያቆም (ጠጥቶ ቢመጣ ከእርሱ ጋር የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት መፈጸም አልወድም)።

* ከእኔ በለተቀር ከማንም ጋር የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት የሚፈጽም ባይሆን።