

# መንፈሳዊ ብልጽግና

ቁጥር 1

## ጣዕመ ጸሎት

ምሕረት፣ ጸጋ፣ ኃይልና በረከት ወደተትረፈረፈበት  
ሰገነትህ በጸሎት ውጣ።

አዘጋጅ

መምህር ያሬድ ዮሐንስ (BTh. MA)

ግንቦት 2004 ዓ.ም

©መብቱ በሕግ የተጠበቀ ነው

All Rights Reserved

የመጀመሪያ እትም  
ግንቦት 2004 ዓ.ም

አሳታሚ እና አከፋፋይ

0911 71 97 20

አስተያየትና ጥያቄ ቢኖርዎት

☎ 0911 83 27 84

✉ 58718 አዲስ አበባ

Email - [spiritualprosperity1@gmail.com](mailto:spiritualprosperity1@gmail.com)

የመጽሐፍ ቅዱስ ጥቅሶች የተወሰዱት

The Bible in Amharic United Bible Societies 1962

እትም ነው

## መታሰቢያነቱ

- ❖ እጅግ ለምወዳትና ከእኔ በላይ ወደሚወዱት አባቷ ለተወሰደችው እሁቱ ለጊዜወርቅ ግርማቸው ይሁንልኝ።
- ❖ የመብልንና የመጠጥን ጣዕም ለማያውቁ በጣዕመ ጸሎት ወደ ሰማይ ደጅ እየደረሱ የአምላክን ጸጋና ምሕረት ወደ ምድሪቱ ለሚያደርሱ በየዋሻው እና በየበረሃው ለወደቁ እንዲሁም በዓለም ላሉ ከዓለማዊነት ርቀው በጸሎት ለሚጋደሉ ምእመናን ይሁንልኝ።

## ምስጋና

- ❖ ለስሙ ክብርና ለቤተ ክርስቲያን ጥቅም የታናናሾችን እጅ ለመልካም ሥራ የሚያነሳሳ አስጀምሮም የሚያስፈፅም ልዑል እግዚአብሔር ስለዚህ ሥራ ክብር ምስጋና ይግባው።
- ❖ የጽሑፉን ሥራ በማረምና የበሰሉ አስታያየቶችን በመስጠት በቅንነት ለረዳኝ በአ/ኦ/ተ/ቤ/ክ የሊቃውንት ጉባኤ አባል ለሆነው ለመጋቤ ብሉይ አእመረ አሸብር የላቀ ልባዊ ምስጋና ማቅረብ እወዳለሁ።
- ❖ ለዚህ ሥራ ፍጻሜ ከጎኔ ላልተለዩኝ ለባለቤቱ ለጽኑ ተክሉ፣ ለቢንያም ከበደና ለጸጋው ከበደ ምስጋና ማቅረብ እወዳለሁ።
- ❖ የኮምፒውተር ጽሑፉን በትጋት ላዘጋጀችው እሁቱ ለፍራሕደውት መለሰ፣ በእርማቱ ላይ በደስታ ላገዘችኝ ለሐረገወይን ዮሐንስ እንዲሁም የክሸሩን ዲዛይን ላዘጋጀው ለአንዱዓለም ወንድሙ ምስጋናዬን ክልብ ነው።

# ስጦታ

ይህ መጽሐፍ በሕይወትህ እንዲያገኙህ ወደምትፈልጋቸው በረከቶችህ ትገባ ዘንድ አስፈላጊ የሆነውን የጸሎት ቁልፍ በእጅህ እንድታስገባ ከእግዚአብሔር የሆነ ስጦታ ነው። አንተ ደግሞ የምትወደውን ለምትወደው መንፈሳዊ ብልጽግና ያስፈልገዋል ብለህ ለምታስብለት ወዳጅህ በስጦታ ልታበረክተው ነው።

ሺህ ዓመት በፊቱ እንደ አንድ ቀን ሳለች  
ለእርሱ ጊዜ አጥፎ የእኔው ቀን አጠረች  
ከጊዜዬ እራፊ ለአምላኬ ብሰጠው  
መሀሌን ክብር ሆኖ ዙሪያዬን አጠረው።  
በእድሜዬ የወራሁት ትልቁ ኃጢአቱ  
ለዘመናት ጌታ ጊዜ አጣሁ ማለቱ  
ዘመኔ እንዲሆን የዕረፍት የበረከት  
በክብር ውስጥ ዘመርኩ ተገኘሁ በጸሎት

ለ \_\_\_\_\_

-----  
-----  
-----

ከ \_\_\_\_\_

ቀን \_\_\_\_\_

ፍርማ \_\_\_\_\_

# ማውጫ

መግቢያ  
መቅድም

## ምዕራፍ አንድ

1. ጸሎትን እንዴት ተረዳኸው? (13)
2. ለምንድነው የምትጸልዩው? (15)
  - 2.1 እንደ ልጅ በአባትህ ፊት ኑር (16)
  - 2.2 ሕያውነትህን አረጋግጥ (17)
  - 2.3 የተወደድክበትን ፍቅር ጥገብ (18)
  - 2.4 በታላቅ ጸጥታ ውስጥ መኖር ያስፈልገሃል (19)
  - 2.5 ወደ በረከትህ ፈጥነህ መድረስ አለብህ (21)
  - 2.6 ጠላትህን ቅደመው (23)
3. ይህ መጽሐፍ ላንተ የተዘጋጀበት ዓላማ (25)
  - 3.1 የግል ጸሎት (26)
  - 3.2 የማኅበር ጸሎት (28)
  - 3.3 በክንቱ አትድገም (29)
4. የጸሎትህ ክፍሎች (34)
  - 4.1 የይቅርታ ጸሎት (35)
  - 4.2 የምስጋና ጸሎት (38)
    - 4.2.1 ዝማሬ (42)
  - 4.3 የልመና ጸሎት (44)
  - 4.4 የምልጃ ጸሎት (47)

## ምዕራፍ ሁለት

5. አምልኮህን ፍጹም አድርገው (52)
  - 5.1 ለአምላክ ክብር መኖር (52)
    - 5.1.1 በፍቅር ተመላለስ (53)
    - 5.1.2 በትንሣኤ ተመላለስ (54)
    - 5.1.3 እንደ ፈቃዱ ተመላለስ (55)
    - 5.1.4 በጽድቅና በቅድስና ተመላለስ (57)
    - 5.1.5 ታምነህ ተመላለስ (58)

## ምዕራፍ ሦስት

6. የቱ ያስጨንቅሃል? ምን? ወይስ እንዴት መጸለይ? (62)
  - 6.1 ቅድመ ጸሎት (ከመጸለይህ በፊት) (64)
    - 6.1.1 የቅድመ ጸሎት ጥንቃቄ (64)

- 6.1.2 የቅድመ ጸሎት ዝግጅት (69)
- 6.2 ጊዜ ጸሎት (ስትጸልይ) (73)
  - 6.2.1 መገኘቱን ፈልግ (73)
  - 6.2.2 ቀርቦም ሳለ ጥራው (76)
- 6.3 ድግረ ጸሎት (ጸሎት እንደፈጸምክ) (97)
  - ምዕራፍ አራት
- 7. የጸሎት መልስ (102)
  - 7.1 የእግዚአብሔር መገኘት አይቀሬው መልስ (103)
  - 7.2 ምርኮአችሁን እመልሳለሁ (እንደ ፈቃዱ የሆነው መልስ (106)
    - 7.2.1 ፈጣን መልስ (107)
    - 7.2.2 የሚዘገይ መልስ (109)
    - 7.2.3 የማይመለስ ልመናና ምልጃ (111)
  - 7.3 የጸሎት መልስን በተመለከተ ልብ ልትላቸው (114)
    - የሚገቡ ነጥቦች
    - ምዕራፍ አምስት
- 8. የጸሎት ኃይል (119)
  - 8.1 ክፉውን ምኞትህን ድል ንሣ (120)
  - 8.2 ክፉውን ዓለም ድል ንሣ (124)
  - 8.3 ሰይጣንን ድል ንሣ (128)
  - 8.4 ከችግርህ በላይ ሁን (132)
  - 8.5 ክፉውን በመልካም አሸንፍ (133)
  - 8.6 ክፉውን ቀን ቅደም (135)
  - 8.7 ምርኮህን ሰብስብ (138)
  - 8.8 የአገለግሎትህ ቁልፍ አድርገው (140)
  - 8.9 የምልጃ ጸሎት ኃይል (143)
  - 8.10 ጸም- ተጨማሪ የጸሎት ኃይል (146)
  - 8.11 ኃይሉ በጸሎትህ እንዲገለጥ (150)
    - 8.11.1 ሁሉን በሚችል አምላክ ጥላ ውስጥ እደር (150)
    - 8.11.2 በኃይሉ ችሎት በርታ (151)
    - 8.11.3 የእግዚአብሔር ጣት ከፍ ታድርግህ (153)
    - 8.11.4 ሳታቋርጥ ጸልይ (155)
- ✓ ልሰ መንፈሳዊ ብልጽግና (159)
- ✓ ዋቢ መጻሕፍት (160)

## መግቢያ

በስመ አብ ወወልድ ወመንፈስ ቅዱስ አሃዱ አምላክ አሜን!

የጸሎት ምንነት የሚገባን ስንጸልይ ብቻ ነው። ከምንተረጉመውና ከምንረዳው በላይ የጸሎት ሕይወታችን ባደገ ቁጥር ከፍ ወዳለ የጸሎት ትርጉምና ኃይል እንደርሳለን።

የዚህ መጽሐፍ ዋነኛ ዓላማም ስለ ጸሎት ያለንን የተዛባ እመለካከት እንደ እግዚአብሔር ቃል መስመር በማስያዝ ወደ ጣዕመ ጸሎት እንድንደርስ በቃሉ ውስጥ የተገለጸውን አስደናቂ የጸሎት ሕይወት ማሳየት ነው።

ትውልዱ ከገባበት የተወሳሰቡ ችግሮች ይልቅ በጣም አስፈሪ ችግሩ አለመጸለዩ ነው። በሩ ሊዘጋ ይችላል የመክፈቻው ቁልፍ መጥፋቱ ግን የበለጠ ያስፈራል። በሌላ አነጋገር ጸሎት የማንኛውም ዓይነት ግላዊ፣ ቤተሰባዊ፣ አገራዊና ዓለም አቀፋዊ ችግሮች መፍትሄ ማግኛ ቁልፍ ነውና። ይህ መጽሐፍ ይህን እውነት በጥልቀት የምንረዳበትና የጸሎት ሕይወታችንን ለመለወጥ ተግባራዊ ልምምድ የምንጀምርበት መጽሐፍ ነው።

## በመጽሐፉ ውስጥ፡-

- ስለ ጸሎት ሊኖርህ የሚገባውን መንፈሳዊ ግንዛቤ
- ከመጸለይህ በፊት ሊደረግ ስለሚገባው የጸሎት ዝግጅት
- በጸሎትህ ሰዓት እንዴት መጸለይ እንዳለብህና
- ከጸሎትህ በኋላ ስለምታገኘው መልስ መንፈሳዊ ኃይልና ጸጋ በሰፊው ተዳሷል።

በዚህ መጽሐፍ ውስጥ የተገለጹት ልምዶች ብዙዎች ሕይወት በተግባር ተሞክረው አስደናቂ ለውጥ አምጥተዋል ሰባት ጊዜ በእሳት ከተፈተነው ወርቅ በላይ እጅግ የነጻው የአምላክ ቃል ዛሬም ብዙዎችን ነጻ ያወጣል። አሁን ተራው ያንተ ነው። የጸሎት ሕይወትህን አስተካክልና ሰላምህንና በረከትህን ገንዘብ አድርግ።

አዘጋጁ !!

## መቅደም

የምድርን ገፅ እና የሰው ልጆችን ታሪክ ያበላሸው የመጀሪያው ኃጢአት ሰውን ከእግዚአብሔር ኅብረት ለይቶታል ይህም ታላቁ ሞት ነበረ። በደም ዋጋ ያ ኅብረት ከታደሰ በኋላ ሰው እግዚአብሔርን እንደ አባት ፊት ለፊት ማየት ችሏል። የዚህ ሥርዓት መገለጫ ጸሎት ይባላል። የጸሎት ሕይወታችን ሲስተካከል መላው ሕይወታችን ይለወጣል። ጸሎት የማይለወጠውን ለዋጭ ማግኘት ነውና።

የጸሎት ሕይወት እንዲስተካከል ትፈልጋለህ?

በርግጥ ከፈለግህ በርግጥ ይለወጣል ግን ፍላጎት አንዱ እንጂ ብቸኛው መፍትሔ ባለመሆኑ ወደ ተግባር ልምምድ መግባት ያስፈልጋል።

አንባቢ ሆይ አስቀድሜ እንዳልኩት በዚህ መጽሐፍ ውስጥ የተገለጹት መንፈሳዊ ልምዶች ብዙዎችን ወደ ተለወጠ የጸሎት ሕይወትና ወደ አረፍት አሻግረዋል። አሁን የማረጋገጥልህ በመጽሐፉ ውስጥ የተገለጹትን የጸሎት እውነታዎች በትጋት በትተገብር የጸሎት ሕይወትህ በትክክል ይለወጣል። የጸሎት ሕይወትህም ሲለወጥ አጠቃላይ የሕይወትህ አቅጣጫ መቀየሩና በላቀ ማንነት እንደምትቆም ላረጋገጥልህ እወዳለሁ።

የጸሎት ሕይወቴ እንዲስተካከል እፈልጋለሁ ብለህ የለ? እንግዲያስ ይህን መጽሐፍ አንብቦህ አታስቀምጠው፤ ይልቁንም በጥሞና ማስተዋል ጀምር፤ እውነታውን መረዳቱ መጸለይን ቀላል ያደርገዋል። ስለዚህ በመጽሐፉ ውስጥ ከእያንዳንዱ ርዕስ ቀጥሎ ለጸሎት ሕወትህ መለወጥ ወሳኝ የሆኑ ተግባራትን ለመጀመር ቃል እንድትገባ ትጠየቃለህ። ፈቃደኝነትህንና ጥቂት ጥረትህን የሚጠይቁ ተግባራት ናቸው። አንባቢ ሆይ ቃል እንድትገባልኝ የምሻው እውነታዎቼን እንድትወዳቸው፣ እንድትመሰግባቸው፣ ያንተ እንድታደርጋቸውና በጸሎትህ ውስጥ በትጋት እንድትገለገልባቸው ነው። ይህን ማድረግ ከባድ ነውን? አሁን ካለህበት ሕይወት ይልቅ የሚከብድ አይመስለኝም። ቀላል ሕይወት ለመኖር ግን ቢከብድህም አድርገው።

### ማሳሰቢያ

- አንባቢ ሆይ ፡- ጸሎት ሳይጀምር ወደሚጨርስ አምላክ መድረሻ መንገድ ነውና መጽሐፉን በእርጋታ በማንበብ አንተ ተሠራ እንጂ ለመጨረስ አትጣደፍ። በንባባህ መጨረሻ ወደ እርሱ ከደረስክ ወደ አለቀ ነገርህ ሁሉ ደረስክ ማለት ነውና።
- በመጽሐፉ ውስጥ አንተ (አንቺ) እያሉ ከመጻፍ ይልቅ ለመጻፍም ለማንበብም እንዲቀልል በወንድ ሃታ የተጠቀምኩ ሲሆን ለወንዶች የተባለው ሁሉ ለሴቶችም የተባለ መሆኑን እህቶቼ እንድትረዱልኝ በአክብሮት መግለፅ አወዳለሁ።

## ቃል ኪዳን

ከዚህ በታች ያለውን ጽሑፍ አንድ ጊዜ አንብበው

“ ከሕያው አምላክ ጋር የምትባበርበት የሕያውነቱ ሕያው አስትንፋስ የሆነውን ጸሎት እንደተፈጠርኩላት አላማ እንደዋና ሥራ በፍቅር አከናውናለሁ። ለዚህም ይረዳኝ ዘንድ ይህን መጽሐፍ አንብቤ የማስቀምጠው ሳይሆን በውስጡ የተገለጹትን እውነታዎች በጥልቀት በመረዳት የጸሎት ሕይወቴን ለማሳደግ እገለገልባቸዋለሁ።”

አነበብክው? ከተስማማህ አንድ ጊዜ ደግመህ በጽሞና አንብበውና መስማማትህን ለማረጋገጥ ስምህንና ፊርማህን አስቀምጥ።

ስም -----

ቀን -----

ፊርማ -----

“ነጻ የሚያወጣውን ፍጹሙን ሕግ ተመልክቶ የሚጸናበት፣ ሥራንም የሚሠራ እንጂ ለምቶ የሚረሳ ያልሆነው በሥራው የተባረከ ይሆናል”

(ያዕ.1÷25)

## ምዕራፍ አንድ

ስለ ጸሎት ያሰህን ገንዛቤ አስፋና ጸሎትህን ቀላል ፤  
ግልፅ ፤ እጅግ አስፈላጊና አስደሳች አድርገው።

## ምዕራፍ አንድ

### 1. ጸሎትን እንዴት ተረዳኸው?

ጸሎት ማለት “ከእግዚአብሔር ጋር መነጋገር” ማለት ነው የሚለው ትርጉም ብዙዎችን ያስማማል። ነገር ግን የጸሎት ልምዳችን ከዚህ ትርጉም የራቀ ነው፤ ማለትም የለመድነው ለእግዚአብሔር መናገር እንጂ ከእግዚአብሔር ጋር መነጋገር አይደለምና። ከእግዚአብሔር ጋር ለመነጋገር እግዚአብሔርን ማግኘት አለብህ፤ እግዚአብሔርን ለማግኘት ደግሞ ለእግዚአብሔር መገኘት አለብህ።

ከእግዚአብሔር ጋር ስትነጋገር አንተ ብቻ ተናግረህ አትቀመጥም እግዚአብሔርም ሲናገር ትሰማለህ። እግዚአብሔርን መፈለግ፣ እግዚአብሔርን ማግኘት፣ እግዚአብሔርን ማዳመጥ (መልስን መቀበል) የሌለበት ንግግርን የጸሎት ልምዳችን አድርገን ብዙ ዘመን ተመላልሰናል። ይህ ልምድ ጸሎትን ከክንፈር ቃል የማያልፍ ልማዳዊ ድርጊት ከማድረጉም በላይ ጸሎትን በአባትና በልጅ መካከል የሚደረግ የዓቅር ግንኙነት ሳይሆን በግድ የሚፈጸም አሰልፎ ሥራ አስመስሎታል። ከዚህም የተነሣ ጸሎቱ ለሕይወታቸው ልዩ ትርጉም ባለማምጣቱ የብዙዎች የጸሎት ሕይወት ሞቷል፤ አንዳንዶችም አስጨናቂ ሸክም ሆኖባቸዋል። ብዙዎች ትግል ውስጥ ናቸው። ምናልባት በጣም ጥቂቶች እንደሚነድ ጧፍ ሌሊቱን ብቻ ሳይሆን ቀኑን ጭምር በጸሎታቸው አብርተውት ይውላሉ። እነዚህ ወደ ጣዕመ ጸሎት የደረሱ ናቸው። የተሳሳተ የጸሎት ልምድ ወደ

ትክክለኛ የጸሎት ሕይወት ሲለወጥ ሕይወትህ መለወጡ ጥርጥር የለውም፤ ጸሎትህ የሚለወጠው ደግሞ ስለ ጸሎት ያለህ ግንዛቤ (መረዳት) ሲለወጥ በመሆኑ ጸሎትን ከላይ እንደተገለጸው ተረዳው።

### ማጠቃለያ

ጸሎት በዘላለም ፍቅር የሚወድህ አባትህን የምታደበት የእምነት ዓይንህ ከእርሱም ጋር የምትነጋገርበት የፍቅር ቋንቋህ ነው። ስለዚህ በጸሎትህ ከማንም በላይ የሚወድህ አባትህን ፊቱን ለማየት ፍፍቅ እንጂ ከቃላት ጋር አትታገል። ጸሎትን ወደ ሰላምህ ጫፍ ወደ ዕረፍትህም ከፍታ የምትደርስበት የልዩነትህ ሥልጣን መገለጫ መሆኑ እጅግ ያስደስትሃል። ስለዚህ በጸሎትህ ወደ ክብሩ ለመድረስ በመናፈቅ ትጋ፤ ከቃልህ በፊትም በልብህ ፈልገው።

## 2. ለምንድነው የምትጸልየው?

“ሁል ጊዜ የምታመልከው አምላክህ እርሱ ያድንህ”

(ዳን. 6÷16)

ለተራቡ አንበሶች መጣልን ያህል አስጨናቂ ሞት በሚጸልዩ ሰዎች ላይ መታወጁን ብትሰማ ትጸልያለህ? ብዙዎች ግን ዛሬ ከእዋጁ ቀድመው ጸሎት ካቆሙ ሰንብተዋል። ዳንኤል ግን በኢየሩሳሌም ሳለ ከተማረከም በኋላ እንዲሁም የሞቱን አዋጅ እንደሰማ ዘወትር እንደሚያደርገው ያደርግ ነበር። በእርግጥም የሁልጊዜ አምላኩ አድኖታል።

ዳንኤል በሁኔታዎች ላይ የተመሠረተ ጸሎት አልነበረውም፤ አንተም ብርቱ ተነሣሽነት የሚፈጥርልህ እውነተኛ ምክንያት ለጸሎት ሕይወትህ ያስፈልግሃል። በደካማ ምክንያት ተነሣሽነት መጸለይህ ካለመጸይ በሽልም ጊዜያዊ ተነሣሽነትን ብቻ ስለሚፈጥርልህ ጸሎት ወደሚያደርስህ ልዕልና አያላድግህም። አንድ ጊዜ ገጠር ውስጥ ዝናብ ጠፋና ለሦስት ሳምንታት ጸሎት ታውጆ ልመናው ተጀመረ። በሳምንቱ ዝናብ በመዝነቡ አንድ ትልቅ አባት ከጸሎት ቀሩ ለምን እንደቀሩ ሲጠየቁ አምላክ ከኛ ቀድሞ ሰማን። ምን አድርግ ነው የምትሉት? እባካችሁ አታስቸግሩት ብለው መለሱ። ድርቁ ጊዜያዊ ተነሣሽነትን ብቻ ነበር የፈጠረላቸው። የነፋስ ድምፅ ላትሰማ ዝናብ፤ ሳታይ ሸለቆህ ዘወትር በውኃ መሞላት ካለበት ውኃውን ተውና ከውኃው ጌታ ጋር ዘወትር በአምልኮ ተጣበቅ። ለመጸለይ የግድ

መቸገር ወይም መደሰት አያስፈልገም እንደ ዳንኤል በጊዜ በቦታና በሁኔታ ሳትወሰን ዘወትር ማምለክ ካለብህ ምክንያትህ ምን ይሁን፡-

## 2.1 እንደ ልጅ በአባትህ ፊት ኑር

“የአምላክ ልጆች በእግዚአብሔር ፊት ለመቆም መጡ

ሰይጣንም ደግሞ በመካከላቸው መጣ” (ኢዮ. 1÷6)

የቆመ የሚመስል የወደቀ ብዙ አለ። ለአምላክ ልጆች ግን በሕይወት መኖር ማለት በአምላክ ፊት መቆም ማለት ነው። በአምላክ ፊት መቆም የልጅነታቸው ሥልጣን ሲሆን በአምልኮ መገኘት በክብሩ ውስጥ መገኘት ማለት ነው። ሰይጣን ከአምላክ ፊት የጠፋ (የወደቀ) ሲሆን ጉዳይ ሲኖረው ብቻ ብቅ ይላል፤ የአምላክን ፊት ሽቶ ሳይሆን በአምላክ ፊት የሚቆሙ ቅዱሳንን ለመክሰስ ይመጣል። ጸሎት ከሳሽን መቅደም ብቻ ሳይሆን መብለጥም ስለሆነ እንተ በአባትህ ፊት ቆመህ ጠላትህ ሲወድቅ ታያለህ።

እንተ ባለቤት ያለህ ያውም በደም የተገዛህ የአምላክ ልጅ ነህ። ከፊቱ ከጠፋህ የራስህ ብቻ ትሆናለህ፤ ራስ ወዳድነትህም ለሰይጣን አሳልፎ ይሰጥሃል። የምትወደው ራስህን ለዘላለም ትገድላለህ፤ ነገር ግን እንተ ራስህን ከምትወድበት መውደድ በላቀ የዘላለም ፍቅር የሚወድህ አባትህን ፊት በጸሎት መሻት ልትኖረው የተፈጠርክላት ዓላማና የዘላለማዊነትህ ማህተም ነው።

እባ አባት ብለህ የምትጠራበትን የልጅነት መንፈስ ከጣልክ ታላቁን ነጻነትህን ትጥላለህ። እንደ ሰው (እንደ ሰው ልጅ) ከሰው ጋር ትነጋገራለህ፤ እንደ አምላክ ልጅ ከአምላክ ጋር ኅብረት ስላለህ ክርሱ

ጋር ትነጋገራለህ። ይህ ልዩ ሰው ያደርግሃል። ልዩነት መፍጠር ካለብህ ልዩ በሆነው አባትህ ፊት ከሥጋና ከደም ባልተወለድክበት ልዩ ልጅነት ተገለጥ።

“...ስተቀበሉት ሁሉ ግን በሰሙ ለሚያምኑት ለእነርሱ

የእግዚአብሔር ልጆች ይሆኑ ዘንድ ሥልጣንን ሰጣቸው፤

እነርሱም ከእግዚአብሔር ተወሰዱ እንጂ ከደም ወይም

ከሥጋ ፈቃድ ወይም ከወንድ ፈቃድ ስልተወሰዱም”

(ዮሐ. 1÷12-13)

## 2.2 ሕያውነትህን አረጋግጥ

“እስትንፋስ ያለው ሁሉ እግዚአብሔርን ያመስገን ሃሴ ቁም”

(መዝ. 150÷6)

መንፈሳዊ ሕያውነት አየር (አክስጅን) በመተንፈስ አይገለጥም። ከእንስሳዊ ተፈጥሮ በላቀ ሁኔታ የመንፈሳዊው ሰው መንፈሳዊ እስትንፋስ ጸሎት ነው። መንፈሳዊ ሕይወቱ የሞተ ሰው ይህ እስትንፋሱ (የጸሎት ሕይወቱ) ይቋረጣል። ያለ ክርስቶስ ክርስትና ያለ መንፈስቅዱስ መንፈሳዊነት አይቻልም መባሉ በክርስቶስ አዲስ ፍጥረት የሆነና የመንፈስ ቅዱስ ኃይል በሕይወቱ የሚሠራ ሰው መለያው ፍጹሙ የአምልኮ ሕይወት ነው።

አምላክ ሰውን ከምድር አፈር ከፈጠረው በኋላ “በአፍንጫውም የሕይወትን እስትንፋስ እፍ አለበት ሰውም ሕያው ነፍስ ያለው ሆነ” (ዘፍ. 2÷7) የሚለው የእግዚአብሔር ቃል የሰው ነፍስ በመንፈስ ቅዱስ ሀብት ወይም ጸጋ የከበረችና ከሕያው አምላክ ጋር በአምልኮ ኅብረት የምታደርግ ሆነች ማለት ነው። ሰው በኃጢአት የወደቀ ዕለት

ያጣው ይህን መንፈሳዊ ሕያውነት ነበር። የሞት ሞት የተባለውም ይህ ሲሆን መንፈሳዊ ፍጥረትነቱን ማጣቱ እግዚአብሔርን ከሕይወቱ በማጣቱ ተገልጧል።

አንተ ከሥጋዊ ተፈጥሮህ በላቀ መንፈሳዊ ፍጥረት ነህ። መንፈሳዊው ማንነትህ ሕያው ከሆነ በአምልኮ ወደ አምላክ ትደርሳለህ። ይህም በሥጋህና በቁሳዊው ዓለም እንዲሁም በሰይጣን ላይ አሸናፊ ያደርግሃል። ዘላለማዊነትን ጀመርከው ማለት ነው። ቅዱስ ዳዊት እስትንፋስ ያለው ሁሉ እግዚአብሔርን ያመስግን ሲል እስትንፋስ የሌለው በሰ በአዊ አንደበት ማመስገን እንደማይችል ጠፍቶት አይደለም የሕይወት (የሕያውነት) መንፈስ (መንፈስ ቅዱስ) ያለው በሃሌ ሉያ ይገለጥ ማለቱ እንጂ።

### 2.3. የተወደድክበትን ፍቅር ጥገብ

“ዋሳ ወደ ውኃ ምንጭ እንደሚፍሩት ሕቢቱ እንዲሁ ነፍሱ ወደ ስንተ

ትናፍቃለች ነፍሱ ወደ ሕያው አምላክ ተጠማች መቼ እደርሳለሁ?

የአምላኬንስ ፊት መቼ አያሰሁ?” (መዝ.41÷1-2)

ለዎች ሞትን የሚፈሩት ሞት የማይፈራበት ደረጃ ላይ ስላልደረሱ ብቻ ሳይሆን መኖር ስለሚፈልጉ ነው መኖር የሚፈልጉት ደግሞ ራሳቸውን ስለሚወዱ ነው። አንተ ራስህን ስለምትወድ የፈራኸውንና የጠላኸውን ሞት ስለ አንተ የሞተህ ወዳጅ እንዳለህ ብታውቅ ምን ይሰማሃል? ይህ እውነት ሲገባህ ይህን ወዳጅህን ለማግኘት ከምንም በላይ ትናፍቃለህ፤ እንኳን በሞትህ በችግርህ የደረሰልህ

ወዳጅ ተወዳጅ ነውና። የሚገርመው ያ አንተ እንድትኖር የሞተህ ወዳጅ ላንተ የሞተው አንተ ወዳጅ ስለነበርክ አይደለም፤ እንዲያውም ጠላቱ ነበርክ፤ እርሱ ግን ጠላቱን የሚወድበት ብቻ ሳይሆን ለጠላቱ የሚሞትበት እንኳ ብርቱ ፍቅር ስላለው እንዲሁ ነበር የወደደህና የሞተህ። (ዮሐ 3÷16) አሁንስ ልታየው አልናፍቅኸም? እርሱ ኃጢአት ሳይኖርበት ለኃጢአትህ ሞቶ ከነፍስህ ላይ ሞትን ሰብሯል፤ እርሱን ለማየት አሁን ሞትን እንኳ (በሥጋ) እንዳፈርክ አምናለሁ ግን ለምን በአምልኮ ሞትን ቀድመህ እርሱን እንደ ዋላ ለተጠማች ነፍስህ ፍቅሩን ዛሬ አታጠግባትም? ጸሎት ወደ ፊቱ መድረስ ፍቅሩንም መጥገብ ነውና። ልክ ወደ ሌለው ወደ ፍቅሩ ሙላት በጸሎት መድረስ ስትለምድ ምን ያህል እንደተወደድክ ይገባሃል። ፍቅሩ በበዛልህ ቁጥር ምስጋናህ ይበዛል፤ ጀምረህ መጨረስ ያቅትሃል፤ ጣዕመ ጸሎት ይህ ነው።

“ሀልጊዜ እግዚአብሔርን በፊቱ አየዋለሁ በቀኝ ነውና ስልታወክም”

(መዝ.15÷8)

### 2.4 በታላቅ ጸጥታ ውስጥ መኖር ያስፈልግሃል

“በልዑል መጠጊያ የሚኖር ሁሉን በሚቶል አምላክ ጥሳ ውስጥ

ያድራል” (መዝ.90÷1)

መከራና ሞት መቼ ከየትና እንዴት እደሚበቅሉ አታውቅም፤ ይህ ዓለም ሁሉ እንደሚንቀሳቀስና ማዕበል ሲነሣ እንደሚናወጥ ባህር ነው፤ ዙሪያህ በወጀብ በድንገት ይከበባል፤ ያንተ አባት ደግሞ በወውሎና በወጀብ ውስጥ መንገድ አለው (ናሆ.1÷3) መንገዱም

ለማያወቀው የጸሎት መንገድህ ነው በጸሎት መሆን በጥበቃው (Divine providence) ውስጥ መገኘት ነው። ይህን መንገድ ሁሉ ክፍት አድርገው። ልብህን በሰማይ አድርገህ ሁሉ ስሙን ጥራ ስሙን የሚጠራ ይድናል ተብሎልሃል (ሮሜ 10÷13) ከወጀብና ወጀብን ከሚያስነሣው ብርቱ ነፋስ በላይ መመላለስ ካለብህ ወደ ስሙ ክፍታ በምስጋና መውጣት ግድ ነው።

“የእግዚአብሔር ስም የጸና ገንብ ነው፤ ጻድቅ ወደ እርሱ ርጦ ከፍ ከፍ ይላል” (ምላ.18÷10)

መኖሪያህ የዘላለም አምላክ ልዑልም መጠጊያህ ከሆነ በታላቅ ጸጥታ ውስጥ ማለትም ሁሉን በሚችል አምላክ ጥላ ውስጥ (በረድኤቱ ውስጥ) በጸጥታ ማደርህ የተረጋገጠ ነው። እኛም ሆነ የሚያልፍ ሰላም በውስጥህ ይፈላል በርግጥ በእግዚአብሔር ፊት በአምልኮ የተገለጠ ሕይወት ካለህ ክፉው ወደ አንተ አይቀርብም። ያለመቅበዝበዝ በእርጋታ መከናወን ይሆንልሃል፤ በታላቁ ጸጥታ ውስጥ መሆን ማለት የሰላሙን አለቃ በልብህ ላይ መሾም ማለት ነው። ንጉሥህ ከሆነ ሰልፍህን ሊቆጣጠር በፊትህ ይወጣል።

“መሴም ታቦቱ በተጓዘ ጊዜ ፡- ሕይወት ተነሣ ጠላትኝህም ይበተኑ የሚጠሉህም ከፊትህ ይሸሹ ይል ነበር፤ ባረፈም ጊዜ፡- ሕይወት ወደ እስራኤል እስፍ እስፍ ተመለስ ይል ነበር” (ዘኁ.10÷35-36)

## 2.5 ወደ በረከትህ ፈጥነት መድረስ አለብህ

“ሰበሰቡ የክብረ ሃብት ትጋት ነው” (ምላ. 12÷27) ቃል የተገባልህ በረከት አለ በረከትህን ለመውረስ አንዳንዴ ሰልፍ አለብህ። ለአብርሃም ዘሩ እንዲወርሳት ቃል የተገባችሁት የከነዓን ምድር በአሕዛብ ተይዛ ነበር። ከግብፅ የተመለሰው እስራኤል ከብዙ ውጊያ በኋላ ርስቱን አስለቅቋል። (ዘፍ.15÷12-21፤ ዘጸ.3÷8) ለታላቁ የእግዚአብሔር ሰው ለካሌብ ቃል የተገባለት ርስት ኮረብታማዋ ኬብሮን ነበረች ነገር ግን በነያላኑ ኤናቃውያን ተይዛ ነበር ተዋግቶም ነጻ አወጣት። (ኢያ.14÷6-15፤ 13-14) ዳንኤል ስለ እስራኤል የምርኮ ጊዜ ማብቃት በአምላክ ፊት ይጸምና ይጸልይ ነበር። ሱባኤ አንደ ጀመረ መልሱ በገብርኤል እጅ ቢላክለትም የፋርስ መንግስት አለቃ ከመልአኩ ጋር ለ21 ቀን በመዋጋት መልሱን አዘገየበት፤ ዳንኤል ግን ትጋቱን ቀጥሎ መልሱን አግኝቷል። (ዳን.10÷10-21) ጸሎት ወደ ተገባልህ ቃል ወደ ተጠበቀልህም በረከት የምትደርስበትን ብርቱ ኃይል መጎናጸፊያ መንገድ ነው። አንበሳና ድብ የገደለው ዳዊት ቃል ወደ ተገባለት ቤተ መንግሥት የገባው ተገዳዳሪውን ጎልያድን ጥሎ ነው (1ሳሙ. 17÷31-49) በጸሎት ስሙን እየጠራን የምብጥለው ተገዳሮትና ተገዳዳሪ አለ። ማለዳ ማለዳ እየተነሡ ቀንህን የሚረግሙ ዲያብሎስ ጭፍች አንዳሉ ታውቃለህ? (ኢዮ.3÷8) አንተም በጸሎት ቀንህን ከመርገም ነጻ አውጣ በምስጋናም እንቅፋትን ከመንገድህ ሰበር።

ኔቴሌማኒ ስለደረሱ ብቻ ፈተናው አይታለፍም፤ እዚያ ስትደርስ “ከእኔ ጋር ትገ” የሚል ትእዛዝ አለ። (ማቴ.26÷38) ስትተጋ

ብቻ ያኔ ካንተ ማለፍ ያለበት ጽዋ ያልፋል የሞላውንም ጽዋ (በረከት) ትጠጣለህ። ለሰማያዊ ርስታችን ነጻ ያወጣን ጌታ ክርስቶስ እንኳ በዚህ ጸሎት አላበቃም መልሱ እንደ አባት ፈቃድ መጠጣት ሆነና በአስጨናቂ መከራና ሞት አልፎ ለርስቱ ዋጀን። ክብር ይግባው! ለሕይወት ብቻ የሆነ ፈቃዱን ለማድረግ ጸልይ።

ትጋት ያለህን ኃይል አውጥተህ ተጠቅመህ ሌላ የበረታ ኃይል መልበስ ማለት ነው፤ ይህ ደግሞ ተስጥቶሃል፤ የከበረ ሃብትህ ነውና አሁን ትጋ!

“እግዚአብሔር ለምርጦቹ ስድረደሳቸውምን? እሳቸኋለሁ ፈጥኖ ይፈርዳቸዋል” (ሉቃ.18÷7-8)

በትጋት ስትጮኽ ወደተዘጋጀልህ ርስት መብረሪያ ክንፍ (ኃይል) ትቀበላለህ። በርጠሜዎስ ብርሃን ናፍቆ ወደ ኢየሱስ ክርስቶስ ቢጮኽ ዝም በል አሉት ጌታ አልሰማኝም ብሎ ዝም አላለም፤ አብዝቶ ጮኽ፤ እይ ተባለ አየ። (ማር.10÷46-52) ሁሉ ነገር በዙሪያችን ነው ያለው ማየት ነው ያቃተን ስንጮኽ ብርሃናችን ይወጣል አጥርተን እናያለን።

ወዳጄ እኛ ለአምልኮ ስለዘገዣን ተስፋችን ዘግይቷል ስላንቀላፋንም በረከታችን ርቋል።

“እርሱ ስደዋሽም ቢዘገይም በእርግጥ ይመጣልና ታገዘው እርሱ ስደዘገይም” (ዕንባ.2÷3)

የሚል ማጽናኛ ምክር ቆሟል። እኛ በምኞት እየፈጠንን እንጂ በጸሎት ወደ እርሱ ብንፈጥን ፈጥኖ የማይከተለን ምኞት የለም። “ጽዮን ሆይ ተነሺ ተነሺ ኃይልሽን ልበሽ” (ኢሳ. 52÷1)

ታሪካችን ከፍታ፤ ድል፤ ክብርና ባለጠግነት እንዲሆን ዕለት ዕለት በምስጋና የሚታደስ ኃይል ያስፈልገናል።

“እግዚአብሔርን በመተማመን የሚጠበቁ ገን ኃይላቸውን ያድሳሉ እንደ ንጦር በክንፉ ይወጣሉ ደርጣሉ ስደታከቱም ይሃዳሉ ስደደከሙም” (ኢሳ. 40÷31)

## 2.6 ጠላትህን ቅደመው

“በመንፈሴ እንጂ በኃይልና በብርታት ስደደለሁ” (ዘካ.4÷6)

“ወደ ፈተና አታግባን” የሚለው ጸሎት መልስ “ከክፉ አድነን እንጂ” የሚለው ቀጣይ ቃል ነው። ፈተና ግድ ሲሆን ክፉው ነገር ግን ሰይጣን ብቻ ሳይሆን ለእርሱ መሸነፍም ነው። ፈተና የእምነትህና የፍቅርህ መለኪያ የአክሊልህም ምክንያት ሲሆን ከክፉ አድነን በማለትህ ለጠላት አሳብ ከመውደቅ ትድናለህ። አድነኝ ያልከው አዳኝህ ቀድሞሃልና ወጥመዱን ሰብረህ ታመልጣለህ።

ከምስጋና ይልቅ ማጉረምረም፤ ታምኖ ከመጠበቅም ይልቅ ጥርጣሬ መቅበዝበዝና አለመታዘዝ ከሞላብህ ቀድሞውን የድል መስመርህ በጠላት ተጠልፏል። ይህ በጠላት መቀደምና መበለጥ በመሆኑ በዚህ የተሸናፊነት መንፈስ ውስጥ ሆነህ የምትጸልየው ጸሎት ማክበር ሳይሆን ማጉረምረም የበዛበት መሆኑ እርግጥ ነውና ለመልስ እሩቅ ነህ። የጠላት አሳብ ኑሮአችንን ያልተረጋጋ በማድረግ በእግዚአብሔር ፊት እርሱን ሳይሆን የእርሱን በመፈለግ ያሳፈፍ ተቅበዝጣሻ ማድረግ ነው። ኢዮብ ቀድሞ በደህንነቱ ጊዜ ያቀርብ የነበረው ምስጋና በደዌ ታጥሮም ሳለ ቀጠለ እንጂ ለእግዚአብሔር ስንፍናን

አልሰጠም። ይህ ለምን ሆነብኝ በማለት አላገረመረመም። (ኢዮ.1÷20-22) ጸሎት ደህንነትን አስተማማኝ በማድረግ በማይወሰነው አምላክ ጉልበት መቆምና መራመድ በመሆኑ ትጽልያለህ እንጂ ጠላትን ምክንያት አድርገህ አትጽልይም። ይህ ለይጣንን መፍራት ብቻ ሳይሆን ማክበርም ነውና። ክፍታህ ላይ ስትወጣ ከወራዳው ጋር ትለያያለህ። ከማትፈልገው ጠላትህ ጋር አትታገል። እርሳውና መልካም በሆነው አባትህ ክብር ውስጥ ስትወረስ በለጥከው ቀደምከው። ጠላትህ ተራራ ነኝ ሲል ከተራራ ሁሉ በላይ ወዳለው ክፍታህ በጸሎት ትወጣና ደልዳላ ሜዳ አድርገህ ትረጋግጠዋለህ። ከጠላትህ ጋር ውድድር ሜዳ ሳትገባ በዝምታ በመንፈስ ተነሥ ኃይልህንም ልበስ።

### ማጠቃለያ

የጸሎት ሕይወትህን ዘወትር የሚያቀጣጥል ገዢ ምክንያት በውስጥህ ከሌለ ጸሎት እንደ ግዴታ የምትፈጽመው ልማዳዊ ሥራ ይሆንብሃል። ላለመጸለይ አንድ እንኳ በቂ ምክንያት የሌለህና ለመጸለይ ግን የማትቆጥራቸው ታላላቅ ምክንያቶች እንዳሉህ በመረዳትህ እድለኛ ነህ። ከአሁን በኋላ ከእህልና ከውኃ ይልቅ የምትራበውና የምትጠማው አምላክህ ፊት በጸሎት መገኘትን ነው። በዚህም ከችግርህ እና ከጠላትህ በላይ መሆን ብቻ ሳይሆን ሞትን እንኳ በመቅደም ሕያውነትህን እና ዘላለማዊነትህን እንዲሁም አሸናፊነትህን ጭምር ዘወትር በትጋት አረጋግጥ።

### 3. ይህ መጽሐፍ ላንተ የተዘጋጀበት ዓላማ

ቅዱስ ጳውሎስ ልጁ ጢሞቴዎስን ወደ አገልግሎት የተጠራበትን ዋነኛ ዓላማ “እግዚአብሔርን ለመምሰል ግን ራስህን አስሰምድ” (1ጢ.4÷7) ሲል አስታውሶታል። ከቃሉ እንደምንረዳው ክርስትና እግዚአብሔርን መምሰል ነው እግዚአብሔርን መምሰል ደግሞ ልምምድ ነው። እግዚአብሔርን ለመምሰል ራህን ማስለመድ ካለብህ ፊቱን በጸሎት ከማየት ጀምር። ፍቅሩን ኃይሉን ወደማወቅ በጸሎት ማደግህ የሕይወትህ ትልቁ ተግባር ነው፤ አሁን ጀምረው።

“በመሴ መንገዱን አስታወቀ በእስራኤል ልጆችም አደራረጉን”

(መዝ.102÷7)

ጸሎት በግልህ ከእግዚአብሔር ጋር ያለህ ኅብረት ምን ያህል መሆኑን ማሳያ ከፍተኛው ልምምድ ነው። የአምልኮህም መደምደሚያ ነው። ነገር ግን የማንም ልምምድ ያንተ ሊሆን አይችልም። እጅህንም ይዞ ሊያለማምድህ የሚችል የለም። ቅዱስ ዳዊት “የማይታይ ስውር ጥበብን አስታወቅኸኝ” (መዝ.50÷6) እንዳለ በሁሉን ቻይ አምላክ ክብር ውስጥ የመሰወር ጥበብን ተምረህ ተሰወር። ሄኖክ እግዚአብሔርን ደስ በማሰኘቱ እግዚአብሔር ወሰደው ስለዚህ ለሞት እንኳ አልተገኘም (ዘፍ.5÷24)፤ (ዕብ.11÷5) እንደተባለለት በመንፈስ መወሰድ ውስጥ አጥፊው አያገኝህም። በግልህ ለእግዚአብሔር መገኘት የግል ጸሎትህ ልምድ ይሆን ዘንድ ይህ መጽሐፍ አጋዥ እንዲሆንህ ተጻፈ።

### 3.1 የግል ጸሎት

“ሕዝቡንም አሰናብቶ ደጸልደ ዘንድ ብቻውን ወደ ተራራ ወጣ

በመሸም ጊዜ ብቻውን በዚያ ነበረ (ማቴ. 14:23)

ሁሉን አሰናብተህ ትቶህ ከማይሄደው ወዳጅህ ጋር ለብቻህ ያለህ የፍቅር ቆይታህ የግል ጸሎት ሰዓትህ ነው። ምሥጢረኛ ታማኝና በሞትህ እንኳ ለማለፍ ከቆረጠ ወዳጅህ ጋር ያለህ የፍቅር ሰዓትህ፤ ልብህን በፊቱ ታፈስሳለህ ፍቅሩን ትጠግባለህ ክብሩን ትሞላለህ በምሕረቱ ትከበባለህ...።

አንባቢ ሆይ ይህ ጊዜ አለህ? ወርቃማው ጊዜ!

ቅዱስ ያዕቆብ ሚስቶችንና ልጆችን የያዘውን ወንዝ ካሻገረ በኋላ “ያዕቆብ ግን ሰብቻው ቀረ እንደ ሰውም እስከ ንጋት ድረስ ይታገበው ነበር” (ዘፍ.32÷22-32) ተብሎ እንደተጻፈ ዘመኑን ክሰው ጋር በመታገል የጨረሰው ያዕቆብ እግዚአብሔርን ለብቻው ፈለገው። ከቤተሰቡ ተለየ ሌሊቱን ሙሉ በፍቅር ታገለ ተባረከ ታሪኩ ተቀየረ። የግል የጸሎት ሰዓትህ ዘመንህን ርስትህን የምታስባርክበት የኃይል መታደስ የምትሞላበት ሰዓትህ ነው። ለግል የጸሎት ሕይወት ምሳሌ የሚሆኑ ብዙ ቅዱሳን በመጽሐፉ ተጠቅሷል።

የግል የጸሎት ጊዜህ ለብቻህ አምላክህን የምታከብርበት ስሙን የምታስከብርበት ጊዜህ ነው። ቅዱስ ዳዊት እጅግ ወደሚያስፈራው ጎልያድ ለብቻው መሮጡን ሰምተዋል? የእስራኤል ሠራዊት 40 ቀን ሙሉ ከጎልያድ ፊት ሸሽተው ነበር በሠራዊት ጌታ በእግዚአብሔር የታመነው እረኛ ግን ጎልያድን ሳይሆን ሳይታገል የሚጥለውን ጌታ በማየቱ አሸንፏል የአምላኩን ስም አስከብሮ ተግዳሮትን ከሕዝቡ

አርቋል። በግል የሆነ ትጋትህና ተጋድሎህ ለብዙዎች አርነት ለስሙም ክብር ምክንያት እንደሚሆን ዛሬ በርግጥ እነግርሃለሁ።

ያሸነፉና ታሪክ የተጻፈላቸው ቅዱሳን ሁሉ በግል የጸሎት ሕይወታቸው የበረቱና ሁሉ ተኝቶ ሳለ የነቁ ናቸው። በሴሎ በአል አክብሮ ወደ ቤቱ ገብቶ ሳለ በድንኳኑ በታቦቱ ፊት ለብቻዋ ተደፍታ ታነባ የነበረችው ሃና ከዳን እስከ ቤርሳቤህ ስሙ የገነነው የሳሙኤል እናት ሆናለች (1ሳሙ.1÷1-20) ከነጉሥ በቀር ማንም ወደ አምላኩ እንዳይጸልይ የሞት ዐዋጅ ታውጆ ሳለ ይህን እንደሰማ ወደ ቤቱ ገብቶ ቀድሞ ያደርግ እንደነበረው በቀን ሦስት ጊዜ ዳንኤል መጸለዩን ሰምተዋል? በመጸበዩ ከተራቡ ስንበሶች ፕሮስ ስምጭጫል (ዳን.4÷23) ሌሎችም ዙሪያችንን እንደ ደመና የከበቡን ቅዱሳን በጸሎት ተጋድሏቸው ሁሉን የሚያስችለውን ጸጋ የለበሱ ናቸው። ከማይለቀው ጌታ ጋር የምትጣበቀው በግል ጸሎትህ ነው። መነሻ ያደረግነው ጥቅስ እንደሚመስክርልን የእምነታችን ሐዋርያና ሊቀ ካህን የሆነው ኢየሱስ ክርስቶስ ዘወትር ለብቻው ወደ ተራራ እየወጣ ይጸልይ እንደነበር ከሰማህ ለብቻህ ወደ ተራራው (ወደ ከፍታው) መውጣት ልመድ ከዚያ ስትወርድ ያለ ወጀብና ዐውሎ በባሕሩ ላይ መጓዝ ትችላለህ።

“ሁልጊዜ እግዚአብሔርን በፊቱ እየዋለሁ፤

በቀኝ ነውና አልታወክም” (መዝ.15÷8)

### 3.2 የማኅበር ጸሎት

“ወንድሞች በኅብረት ቢቀመጡ እነሆ መልካም ነው እነሆም የማረ ነው። በዚያ እግዚአብሔር በረከቱን ሕይወትንም እስከ ዘላለም አዘዞአልና” (መዝ.132÷1-3)

የመንፈስ አንድነት የብዙ ሕይወትና በረከት ምንጭ ነው። የኅብረት ጸሎት የዚህ እውነት መገለጫ ነው። ቤተ ክርስቲያን ከአንዱ መንፈስ የጠጡ ምእመናን ጉባኤ ናት፤ ከዚህ ኅብረት ተለይተህ የትም አትደርስም።

በግል ጸሎት የበረቱ ወንድሞች በኅብረት ጸሎት ሲጋደሉ በጨካኝታቸው እንደ ኢያሪኮ ግንብ ከፍ ያለ የጠላትን ምክር ያፈርሳሉ። አንድ መቶ የታቃጠሉ አምሥት የዜሮ ሻማ ያህል ብርሃን እንደማይለጡ ሁሉ በግል የጸሎት ሕይወታቸው የበረቱ ሲተጉ ብቻ በኅብረት ጸሎት ምድራቱ ትበራለች። የቀደመችው ቤተክርስቲያን ይህንን ትጋት እለት እለት ታደርገው ነበር።  
(ዮሐ.ጳ.ጳ.1÷14፣2÷42፣2÷46፣3÷1፣4÷24፣6÷4፣8÷2፣12÷5፣  
13÷3፣14÷23፣16÷25)

#### የኅብረት ጸሎት

- የቤተሰብ ጸሎት
- ወንድሞችና እህቶች በማኅበር የሚጸልዩት ጸሎት
- በቤተ ክርስቲያን የሚፈጸም የምእመናን የአንድነት ጸሎትን ይይዛል።

ከግል ጸሎት በተለየ የኅብረት ጸሎት የጸሎት መሪ ሲኖረው በቤተሰብና በወንድሞች መሃል የሚፈጸም ሲሆን የጸሎቱን መንፈስ ላለማወክ አስቀድሞ ሥርዓት ማስያዝ/ መነጋገር/ ያስፈልጋል።

**ጥቅም-** በኅብረት ጸሎት ውስጥ የጸሎት ጸጋና የረጅም ጊዜ የጸሎት ትጋት ያላቸው ሰዎች ይገኛሉ። የእነዚህ ሰዎች ጠንካራ የጸሎት መንፈስ ፈሪ ልብ ላላቸውና ለጀማሪዎች የጸሎት ሕይወት ትንሣኤን ያውጃል።

- ትጋት የነበራቸውና በመንፈሳዊ ዝለት ያንቀላፉ በኅብረቱ ውስጥ መነቃቃትን ያገኛሉ።

### 3.3 በከንቱ አትድገም

“አሕዛብ በመናገራቸው ብዛት እንዲሰጡ ይመስላቸዋልና ስትጸፈዩ እንደ እነርሱ በከንቱ አትድገው” (ማቴ.6÷7)

በጸጋ የጸኑ ቅዱሳን ጣዕመ ጸሎትን ጣዕመ መንግሥተ ሰማያት ብለው ይጠሩታል። አንተም ወደዚህ ጸጋ እንደ ልጅ እንድታድግ ቃላት ቆጣሪ ተቆጣጣሪም አትሁን። መድገም ማለት ሌሎች ያሉትን በቃልም ይሁን በመጻፍ ማንበብ፤ ከቃሉ ኃይልና መንፈስ ጋር ሳይሆን ከፊደሉ ጋር ብቻ መጣበቅ ማለት ነው። የግልም ሆነ የኅብረት ጸሎት እንደየልምዳችን በቃል ወይም በመጽሐፍ ሊጸለዩ ይችላሉ። የኅብረት ጸሎት በአብዛኛው በመጽሐፍ ጸሎት የሚጸለይ ሲሆን በቤተ ክርስቲያን የሚዘወተረውም ይኸው ጸሎት ነው።

በግልም ይሁን በጉብረት የመጽሐፍ ጸሎት ሲጸለይ ትልቅ ጥንቃቄ ያስፈልጋል። ጌታ “በከንቱ አትድገሙ” ብሏልና። ሌሎች የበረቱ ሰማዩ ሰማያት ደርሰው ክብሩን አይተው በሚያቃጥል እንባ የጸለዩትን ጸሎት በመጽሐፍ ስላገኘኸው ማንበብ ብቻ ጸሎት ሊባል አይችልም። ይህ ማድረስ እንጂ መድረስ አይደለም፤ ሳይደርሱ የሚያደርሱት ጸሎት የለም። ጸሎት እንደተዘረጋ ደብዳቤ ራስን ሁለንተናን ለእግዚአብሔር መግለጥ ነው። ባለጉዳይ ከሆነክ ጉዳይህ እግዚአብሔር ይሁን። እርሱም ቃልህን ሳይሆን አንተን ይናፍቃልና በጸሎትህ ወደ ፊት ድረስ።

ቁምነገሩ ያለው መጽሐፍ መግለጡ አለመግለጡ ላይ ሳይሆን አንተ የምትለውን የምትረዳ መሆንህ ላይ ነው። የመጽሐፉን ጸሎት ፊደሉን መቁጠር ሳይሆን በተጸለየበት መንፈስ (ትርጉም) መጸለይ እንዲሁም የራስህ አድርገኸው ከልብህ እያወጣኸው በማስተዋልና በተመስጦ መጸለይ አለብህ። ያን ጸሎት የገለጠ መንፈስ ቅዱስ አሁን በአንተም ላይ ስለሚሠራ ከንባቡ ይልቅ የቃሉን መንፈሳዊ ጸጋና ኃይል ይገልጥልሃል። ያኔም እንደ ሕያው እና የሚሠራ ቃል ትጸልዋለህ። የሦስት ዓመት ሕፃን ሲኮላተፍ እንጂ እንደ ሰላሣ ንመት ጎልማሳ ልናገር ቢል ካለመቻሉም በላይ አያምርበትም የተሰባበሩ ቃላቶቹ ጣፋጭ ሲሆኑ ወላጆቹም ይረዱታል። በታላላቅ ምሥጢራት፣ በረቀቁ ምሳሌዎችና በድንቅ የትንቢት ቃላት የተሞሉ የመጻሕፍት ጸሎቶችን ሳይገባህ መጸለይህ ከሕፃኑ ልጅ ማነስ ነው። ምክንያቱም እርሱ የገባውንና የተሰማውን ነገር በተሰባበሩ ቃላት

ገለጠ ወላጆቹም ተረዱት አንተ ግን ያማሩ ግን ያልገቡህንና ስሜት ያልሰጡህን ቃላት ገለጥክ። የቅዱስ ዳዊት መዝሙር ለዚህ ጥሩ ምሳሌ ሊሆንን ይችላል። ቅዱስ ዳዊት በዝማሬው ከነበረበት ወቅታዊ ሁኔታ (ደስታ፣ ሃዘን፣ ስደት፣ ድል፣ በጋጢአት መውደቅና ንስሐ...) ተነሥቶ የሆነለትንና የደረሰበትን በዝማሬ ገልጧል። በተጨማሪም ከተሰጠው የእግዚአብሔር ጸጋ የተነሣ የተገለጡለትን ብዙ ትንቢቶች በዝማሬው ገልጧል። ስለዚህ እነዚህን የመጠቀ ትንቢቶችና ምሳሌዎች ካልተረዳሃቸው ታነበው ይሆናል እንጂ በዳዊት ንይልና መንፈስ መጸለይ አትችልም።

“ከእናንተ መከራን የሚቀበል ማንም ቢኖር እርሱ ይጸልይ ደስ የሚለውም ማንም ቢኖር እርሱ ይዘምር” (ዎፊ.5÷13)

ተብሎ እንደተጻፈ ቅዱስ ዳዊት እያዳንዱን ዝማሬ የዘመረበት ሁኔታ ከአሁኑ ያንተ ሁኔታ ጋር ሊስማማም ሳይስማማም ይችላል። ስለዚህ መንፈስህን ማቀጣጠል የሚችሉና ወቅታዊ ሁኔታህን የሚገልጡ የተመረጡ ዝማሬዎችን በጸሎትህ ላይ መጠቀሙ መልካም ነው።

በአንድ ቤተ ክርስቲያን ግንብ ሥር ቆመው ጎንበስ ቀና እያሉ በሚያቃጥል እንባ መልክኦ ኢየሱስ (የጌታችን የኢየሱስ ክርስቶስን መልክ ከስሙ ጀምሮ የአካል ክፍሎቹን የሚያወድስ ጸሎት) የሚጸልዩ አባት አይቼ ታላቅ ቅንነት ቀንቻለሁ።

ሰላም ለዝክረ ስምክ ስመ መሃላ ዘኢይሄሱ  
 ዘእንበረ ቅድመ እግዚአብሔር በአትሮንሱ  
 ኢየሱስ ክርስቶስ ለዳዊት ባሕርየ ክርስ-  
 አክሊለ ስምክ እንዘ ይጥቁጻል በርእሱ  
 አህጉረ ፀር ወረሰ ኢየሱስ።

## ትርጉም

## ጌታዬ ኢየሱስ ሆይ

ለማይታበለው እና ለማይለወጠው ስም አጠራርህ ሰላምታ ይገባል።  
 አስቀድሞ በእግዚአብሔር ኅሊና የነበረ ነውና።

## ፈጣሪዬ ክርስቶስ ሆይ

የዳዊትን ባሕርይ ባሕርይ ያደረግህ ውስጣዊ ገንዘቡ ነህ።  
 ኢየሱስ የስምህን ዘውድ በራሱ በመቀዳጀት ጠላቶቼን ድል አድርጎ  
 መልካሚቱን ሀገር ወረሰ።

ይህን ጸሎት በቃልም በመጻፍም በየቀኑ የሚጻልዩ ሰዎች አሉ  
 በክርስቶስ ፍቅር የተነሱ ልብ ላላቸው እኚህ አባት ግን እያንዳንዱ  
 ቃላት የእንባ ምንጫቸውን እየነደለ የሚወጣ እንደ ማር የሚጣፍጥ  
 ትርጉም ያለው ነው። ወደ ጣዕመ ጸሎት የሚያደርሰው መንገድ ይህ  
 ነው።

አንተ በመጽሐፍ የምትጻልየውን ጸሎት መጀመሪያ የጸለየው ሰው  
 በእጁ መጽሐፍ አልነበረም፤ መንፈስ ቅዱስ በልቡ ፈሰሰ ገለጠለት

ተቀኘው ይህ ነው ጸሎት ማለት። ምላስህ ጫፍ ላይ ያለውን አቡነ  
 ዘበሰማያት ወይም አባታችን ሆይ የሚለውን ጸሎት እንኳ በጥልቅ  
 ፍቅር በተመስጦ ሆነህ ጸልየው እንጂ አትድገመው።

“በመዘመርና በዝማሬ በመንፈሳዊም ቅኔ በጸጋው

በልባችሁ ለእግዚአብሔር ዘምሩ” (ቆላ.3÷16)

## ማጠቃለያ

በምድር ላይ ካለው ስልጣን ሁሉ እጅግ የሚልቀውና የሚከብረው  
 የአምላክ ልጅ በመሆኑ የተገኘው ስልጣን መሆኑና የዚህ ስልጣን  
 ዋነኛ መገለጫም ወደ ፊቱ መድረስ መሆኑን ተረድቻለሁ። እንግዳስ  
 እንደ ልጅ በአባቴ ፊት የምገኝበትና ስሙን የማክብርበት የግል  
 ጸሎት የክብሩ ሰዓት በመሆኑ በፍቅር እተጋለሁ። ደግሞም  
 ለቤተክርስቲያን ጥቅምና ለክርስቶስ ክብር መንፈስ ቅዱስ እንደወደደ  
 ባፈሰሰው የእኔና የሌሎች ጸጋ እገለገልና አገለግል ዘንድ በኅብረት  
 ጸሎት ውስጥም በፍቅር እተጋለሁ።

#### 4. የጸሎትህ ክፍሎች

በእግዚአብሔር ፊት ካለህ አሁን ያለህበት ሁኔታ በእግዚአብሔር የታወቀና በእርሱም ቁጥጥር ውስጥ ያለ ነው። ስለዚህ አሁን ብትጸልይ አሁን ስላለህበት ሁኔታ (መልካምም ሆነ ክፉ) ልትጸልይ ትችላለህ። ለምሳሌ ቅዱስ ዳዊት ጠላቶቹ ከተማውን አቃጥለው የርሱንና የሠራዊቱን ቤተሰብና ንብረት በዘረፉበት ጊዜ፦

“የእነዚህን ሠራዊት ፍቦጋ ልከተልን?  
አገኛቸዋለሁን?” (1ሳሙ.30÷8)

ልጁ አቤሌሎም ከዙፋኑ ባሳደደው ጊዜ አማካሪዎቹ ሲከዳት፦

“አቤቱ የአኪጦፊልን ምክር ሰንፍና አድርገዋል  
እንደተሰወጥ እስምሃለሁ” (2ሳሙ. 15:31)

በኃጢአት በወደቀ ጊዜ፦

“አቤቱ አንደ ችርነትህ ሙጠን ማረኝ አንደ ምሕረትህም  
ብዛት መተላለፊን ደምስስ” (መዝ.50÷1)

እግዚአብሔር በናባል ላይ እንደፈረደበት ሲሰማም፦

“ከናባል እጅ የሰደቢ ፍርድ የፈረደልኝ ባሪያውንም ከከፋት  
የጠበቀ እግዚአብሔር ይመስገን” (1ሳሙ.25÷39)

በማለት እንደነበረበት ወቅታዊ ሁኔታ ሲጸልይ ሲዘምር ሲቀኝ እንመለከተዋለን። የሙሴንና የሕዝቅያስን ጸሎት ደግሞ ተመልከት (ዘፍ.10÷35-36፤ 2ነገ.20÷3) አሁን ስላለህበት ሁኔታ መጸለይህ ከሁኔዎች በላይ የሆነውን ጌታ ክንድ እያንቀሳቀስህ በመሆኑ

በሁኔታዎች ተደናግጦህ ከጽናትህ እንዳትወድቅ ይረዳሃል። አሳልፈህ በሰጠኸው ጉዳይ ላይም ማረፍ እንጂ መፍራትና መጨነቅ እንደሌለህ ላስገነዝብህ እወዳለሁ።

እንግዲህ ይህ በጊዜና በቦታ ያልተወሰነ መቼም የትም በልዩ አጥር /አምላካዊ ጥበቃ/ ውስጥ ለመሆን ልብን ከፍ የማድረግ ልምምድ በአምልኮ ውስጥ የሚኖር አማኝ መገለጫ ሲሆን ከሁኔዎች በላይ የሚያደርግህ ልምምድ ነው። አሁን የምነግርህ ጸሎት ክፍሎች ግን በመደበኛ የጸሎት ሰዓትህ ጸሎትህ ሊኖረው ስለሚችለው ይዘት ነው። ምንም እንኳን የጸሎት ክፍሎችን ማወቅህ በጸሎት ሕይወትህ የምትተጋባቸውን አቅጣጫዎች የሚመራህ ቢሆንም ከኛ እውቀት በላይ መንፈስ ቅዱስ ባተጋህ አቅጣጫ መጋደልህ የበለጠ ኃይል የሚገለጥበት መንገድ መሆኑን መዘንጋት የለብህም።

#### 4.1 የይቅርታ ጸሎት

“እኛም ደግሞ የበደሉንን ይቅር እንደምንል

በደላችንን ይቅር በሰን” (ማቴ.6÷12)

“በኃጢአታችን ብንናዘዝ ከኃጢአታችን ሲያነጻን

የታመነ ነው የልጁም የኢየሱስ ክርስቶስ ደም

ከኃጢአት ሁሉ ያነጻናል” (1ዮሐ.1÷7)

እግዚአብሔር ባለጠጋ የተባለው በምሕረቱ ነው። (ኤፌ.2÷4) ምሕረቱ ለዘላለም ነው የተባለ እርሱ (መዝ.135÷1) ዘላለማዊ ምሕረቱ የሚገኝበት ንስሐና የኃጢአት ስርየት በስሙ ይሆናልን

ዘንድ ስለኛ አንድ ልጁን ለሞት አሳልፎ በመስጠት አረጋግጧል።  
አዲስ ፍጥረት በመሆን ለእርሱ ልጆች እንሆን ዘንድ ያዘጋጀው  
አዲሱ የጸጋ መንገድ ይህ ነው። እንግዲህ ስለ ኃጢአት ይቅርታ  
የምናወራው በዚህ እውነት ላመነና ለተዋጁ ወገኖች ብቻ ነው።

“ልጆች ሆይ ኃጢአታችሁ ስለ ስሙ ተሰርዋላችኋልና  
እጽፍላችኋለሁ” (1ዮሐ.2÷12)

“ለተቀበሉት ሁሉ ግን በስሙ ለሚያምኑት ለእነርሱ  
የእግዚአብሔር ልጆች ይሆኑ ዘንድ ሥልጣንን ሰጣቸው”  
(ዮሐ. 1÷12)

ከፀሐይ በታች ትልቁ ሥልጣን የእግዚአብሔር ልጅ የመሆን  
ሥልጣን ነው። ከተወለድክበት ሕያው ስምና ከታጠብክበት ቅዱስ  
ደም የተነሣ ተቀበልክው። ይህ ሥልጣን ስሙን የመጥራት  
ይቅርታን የመቀበልና ፊቱን የማየት መብት አጎናጽፎሃል።  
ኃጢአትህን በፊቱ በመግለጥ ከቁጣው የምት ድነውም የምሕረቱ  
ማንነትም በሆነው በደሙ ነው።

“ደቂቁን ስንገዲህ አሁን በደሙ ከጸደቅን  
በእርሱ ከቁጣው እንድናለን” (ሮሜ 5÷9)

የኃጢአት ይቅርታን ማግኘት ማለት በአምላክ ምሕረት መከበብ  
ማለት ነው። ወደ ጸጋው ዙፋን ስትደርስ መጀመሪያ የምትካፈለው  
ብልጥግናው ምሕረቱ ነው።

“እንገዲህ ምሕረትን እንድንቀበል በሚያስፈልገንም ጊዜ  
የሚረዳንን ጸጋ እንድናገኝ ወደ ጸጋው ዙፋን በእምነት  
እንቅረብ” (ዕብ.4÷16)

በደሌን ይቅር በለኝ ያልከው አባ አባት ብለህ ትጠራው ዘንድ የልጁን  
መንፈስ በውስጥህ ያሳደረውን እውነተኛውን አባት እርሱን ነው።

“አባ አባት ብለን የምንጠክበትን የቂጅነትን መንፈስ  
ተቀበላችሁ እንጂ እንደገና ለፍርሃት የባርነትን መንፈስ  
አልተቀበላችሁም” (ሮሜ 8÷15)

ማረኝ ትልቅ ጸሎት ነው። ማረኝ ብለኸው ነገ ተመለስ የሚል አባት  
የለህም። ምክንያቱም በሞትህ ውስጥ አልፎ ሲያድንህ አንተ ደካማ፣  
ኃጢአተኛና ጠላት ነበርክና። (ሮሜ 5÷6-11) የኃጢአት ይቅርታን  
ሽተህ በፊቱ መቆምህ ኃጢአትህን የሚያሳስብ ከላሽን መቅደምህ  
በመሆኑ ትልቅ ድል ነው። ነገር ግን ሌላ ዕዳ ጠላት እንዳያገኝብህ  
በማንም ላይ የቂምና የጥላቻ ልብ እንዳይኖርህ ራስህን መርምር።  
በደሌን ይቅር በለኝ ስትለው እኔ የበደሉኝን ይቅር እንደምል  
ማለትህን አስታውስ።

“ከእናንተ እያንዳንዱ ወንድሙን ከሰቡ ይቅር ካላስ እንዲሁ  
ደገሞ የሰማዩ አባቲ ያደርገባችኋል” (ማቴ.18÷35)

ምሕረቱ ፈጥሮ እንድታገኝህ ከፈለግህ ከጸሎትህ በፊት ጥቂት ጊዜ  
ወስደህ ውሎህን አስብ። ራስህን በይቅርታ መንፈስ ሞልተህ በንጹህ  
ፍቅር ልብህን ወደ ላይ ከፍ አድርግ ምሕረት መቀበልህን ርገጠኛ

ከሆነክ ከምሕረቱ በኋላ የማትቀበለው ጸጋና በረከት የለምና አሁን ወደ ክብሩ ግባ።

## 4.2 የምስጋና ጸሎት

“ምስጋናም ይብዛላችሁ” (ቆላ.2÷7)

ጸሎት ማለት ልመና ብቻ የሚመስላቸው ሰዎች አሉ፤ እንዲህ ዓይነት ሰዎች፡-

1. በጸሎታቸው እግዚአብሔርን ሳይሆን የእግዚአብሔርን የሚፈልጉ ናቸው

2. ካልቸገራቸው አይጸልዩም

የጸሎትህ ዓላማ ግን እግዚአብሔር ራሱ ከሆነ ወደ እርሱ የምትደርሰው በምስጋና ነው ምክንያቱም ልመና የራስን ጉድለት ማየት ነው፤ ምስጋና ግን የእግዚአብሔርን የተትረፈረፈ ባለጠግነት ማየት ነውና።

“እረፉ እኔም ለምሳክ እንደሆንኩ ዕውቁ” (መዝ.45÷10)

እያመለከህ ካላረፍህ ወደ ክብሩ አልደረስክም። ወደ ክብሩ ካልደረስክ ደግሞ ከአምልኮህ በኋላ ያረፈ የተረጋጋ የረከና ጸጥ ያለ ሕይወት አይኖርህም፤ ሁሌ ተቅበዝባኝ ትሆናለህ። ታዲያ ክርስትናህ ዕረፍት ካለመጣልህ ምን ጠቀመህ? ስለዚህ ጸሎትህ በምስጋና የተመላ ይሁን የልመናና የምልጃ ጸሎትህ እንኳን ከምስጋና ጋር መቅረብ እንዳለባቸው ተጽፎልሃል።

“በነገር ሁሉ በጸሎትና በምልጃ ከምስጋና ጋር በእግዚአብሔር ዘንድ ልመናችሁን ስብታወቁ እንጂ በሕንዳች ስትወጡ” (ፊልጶ.4÷6)

ምስጋናህ -

❖ ማዳኑ የሚገለጥበት ነው (መዝ.49÷23)

❖ አእምሮን የሚያልፍ ሰላም የምትመላበት ነው (ፊልጶ.4÷6-7)

❖ የጠላትን ተግዳሮት የምትሰብርበት ሰልፉን የምትመታበት ነው (ኢዮ.1÷21፤ 2ዜና.20÷22)

❖ እስራቱን የምትቆርጥበት የተዘጉትን ደጆች የምትከፍትበት ነው። (የሐዋ. ሥራ. 16÷25-26)

❖ የመኖርህ ትርጉም ነው (መዝ.118÷175)

በሁሉ አመስግኑ (1ተሰ.5÷17) እንደተባለ በእግዚአብሔር ፊት ስትኖር የማታመስግንበት ምክንያት የለም ነገር ግን ለምስጋናህ ዋነኛ ምክንያት ራሱ እግዚአብሔር ነው።

“የማይታየው ባሕርይ እርሱም የዘላለም ኃይሉ ደግሞም ለምሳክነቱ ከዓለም ፍጥረት ጀምሮ ከተሠረት ታወቀ ገሰጥ ሆኖ ይታያልና ስለዚህም እግዚአብሔርን እያወቁ እንደ እግዚአብሔርነቱ መጠን ስላላከበሩትና ስላላመሰገኑት የሚያመካኙት ሕጡ” (ሮሜ 1÷20-21)

እግዚአብሔርን ማወቅ ለአምልኮ በቂ ምክንያት ነው። የአምልኮ ሕይወትህ እንዲስተካከል ስለ እግዚአብሔር ያለህ እውቀት መስተካከል አለበት፤ አለበለዚያ እግዚአብሔርን በእግዚአብሔርነቱ መጠን ማክበርና ማመስገን አትችልም። እግዚአብሔርን

በእግዚአብሔርነቱ ማክበርና ማመስገን ማለት ከአንተ ጉድለትና ውስንነት ባለፈ እርሱን ልክና ወሰን የሌለው ማንነቱን ከፍ ከፍ ማድረግ ማወደስ ማለት ነው። ይህም ማለት አባታዊ ፍቅር፣ ክብርና ታላቅነቱ፣ ቅድስናና ጽድቁ፣ ምሕረትና ቸርነቱ፣ ጥበብና ኃይሉ እውነቱና ፍርዱ፣ ጥበቃና ረድኤቱ የምስጋና ምክንያቶች ናቸው። እነዚህን በረከቶች እያሰለሰልህ እየተደነቅህ በተመስጦ ሆነህ ማመስገን ማለት ነው። በክርስቶስ የተደረገልህ መዳን የምሕረቱ ባለጠግነትና የፍቅር ታላቅነት የተገለጠበት ሲሆን ከእርሱም የተነሣ ድል የምትነግበት ጸጋና የዘላለም ሕይወት ተስፋ ስለተሰጠህ እጅግ ልታመሰግን ይገባሃል።

ሌላው የምስጋና ምክንያትህ፣ ላንተ የተደረገልህ፣ ይደረግልህ ዘንድ የምትጠብቀው ነገር፣ የተደረገላቸው ሰዎች፣ የእጁ ሥራ የሆኑት ፍጥረቶችና የፍጥረቱ ሥርዓት ሁሉ ለምስጋናህ የሚያተገብሩ ምክንያቶች ናቸው። ያልሆነልህ ያልተሳካልህ ጉዳይ እንኳ ልታመሰግንበት ግድ ይልሃል ማለፍ ያለበት ጽዋ ስላለፈህ። እግዚአብሔር ካላለቀሱ የማይሰማና የማያደርግ ጨካኝ ጌታ ይመስል በፊቱ ስንቁም ጉድለታችንን ብቻ እያሰብን እናገረመርማለን። ይህ በገነት ሰይጣን የተከለብን እሾህ ነው። ቸሩ አባት በገነት ያለውን ፍሬ ሁሉ ይበሉ ዘንድ ፈቅዶላቸው ሳለ ሰይጣን ግን ሄዋንን እንድታይ የጋበዛት እንዳይሞቱ የተከለከሉትን አንድ ፍሬ ነበር። ስለ ብዙ ስጦታው እንድታመሰግን ሳይሆን ስለተከለከሉት አንድ ፍሬ

እንድታማርር እግዚአብሔርን ከሰሰላት ቃሉንም አጣመመባት ሞተች።

“ስለማይነገር ሰጦታው እግዚአብሔር ይመስገን” (2ቆሮ.9÷15)

ብሎ ለማመስገን ግን ዋጋ የማይተመንላቸው የእካል ክፍሎችህና ጤንነትህ በቂ ነው። ለራሳቸው አንዳች ነገር የማይሹ ሰማያውያን ካህናት ኪሩቤል-

“ቅዱስ ቅዱስ ቅዱስ የነበረውና ያለው የሚመጣውም ሁሉንም የሚገዛ ጌታ ስምላክ እያሉ ቀንና ሴባት አያርፉም” (ራእ.4÷8)

እንደተባለላቸው ሁሉ መላእክት ሲያመሰግኑት ያርፋሉ እንጂ ከምስጋናው ውጪ እረፍት የላቸውም። አምልኮ ከክብር ወደ ክብር ከኃይል ወደ ኃይል የሚሸጋገሩበት አገለግሎት የሚሆነው በምስጋና በመመላት ነው። በክብሩ ውስጥ እየበረሩና እየዋኙ ሰራፊልም ይህንኑ ምስጋና ያቀርባሉ።

“ቅዱስ ቅዱስ ቅዱስ የሠራዊት ጌታ እግዚአብሔር ምድር ሁሉ ከክብሩ ተሞልታለች እያሉ ይጨክ ነበር” (ኢሳ.6÷2-3)

ማመስገንህ በመላእክት ሥርዓት እንድትገኝ ያደርግሃል፤ ይኸውም የሕያውነትህና የተፈጠርክለት ምሥጢር ነው።

“ነፍሴ ትነርፈኝ ታመሰግንሃለች” (መዝ.118÷175)

በሰላምና በመልካም ሁኔታህ ብቻ ሳይሆን በችግርና በመከራ ውስጥም አመስጋኝ ሁኑ። ምስጋና ጌታ የመከራህን አውሎና ወጀብ እየረገጠ ወዳንተ የሚደርስበት መንገድ ነው። በሚያቃጥል ቁስል ተከቦ የሚያመሰግነውን ኢዮብን አላየህም? እጆቻቸው በሰንሰለት እግሮቻቸው በግንድ ታስሮ በወኅኒ ተጥለው የሚያመሰግኑ ጳውሎስና ሲላስን አታውቃቸውም? ኢዮብም ተፈውሷል ጳውሎስና ሲላስም እስራታቸው ተበጥሶ ወኅኒው ተከፍቶ ወጥተዋል። (ኢዮ.1÷21-22፤ 42÷10፤ የሐዋ.ሥራ. 16÷23-26) በአጠቃላይ እንኳን በጸሎትህ ቀርቶ ጠቅላላ ሕይወትህንና እያንዳንዱን ቀንህን በምስጋና ጀምረህ በምስጋና ዝጋው ይህ የእግዚአብሔር ማዳን የሚገለጥበት እንዲሁም ደስታ ወደ ሕይወትህ የሚፈስበት ስኬትንም የምትጨብጥበት ብቸኛ መንገድ ነው።

#### 4.2.1 ዝማሬ

“በመዝሙርና በዝማሬ በመንፈሳዊም ቅኔ በጸጋው በልባችሁ በእግዚአብሔር ዘምሩ” (ቅላ.3÷16)

ዝማሬ ምስጋና ሲሆን መዘመር ልክ በሽቶ እንደተቀመመ ዕጣን የተዋቡ የምስጋና ቃላትን ከጣፋጭ ዘማ ጋር ለእግዚአብሔር መሠዋት /መቀኘት/ ማለት ነው። ዝማሬ ጸሎት ነው። ልብ ሳይዘምር አፍ ብቻውን አንጎራጎረ ንጂ ዘመረ አይባልም። ልብ ሳይሻገር እግር ተሻግሮ “ንሌብሐ” የለም። ዝማሬ በማስተዋል በመስጠትና በሙሉ ኃይል ሲ ኃይል ይገለጥበታል እንጂ

ለፕሮግራም ማድመቂያ መሸጋገሪያና ቤት ማሞቂያ ስንጠቀመው ትርጉም ያጣል። ሜልኮል ዳዊት ላይ ዘበተች እንጂ አልዘመረችም፤ ሜልኮል ቦታ ላይ ተቀምጠው የሚዘምረውን ሲመለከቱ የዘመሩ የሚመስላቸው አሉ፤ የሚከፋው ግን መዘበቱና ዝማሬውን መከልከል ነው። ከሕፃናት አፍ ምስጋናን ለክብሩ የሚያዘጋጅ እርሱ ክብሩን ለማንም አይሰጥም። (ኢሳ.48÷11)

ነቢዩ ኤልሳዕ ዝማሬን ለተመስጦ ተጠቅሞበታል። በበገና ዝማሬ ውስጥ የእግዚአብሔር እጅ በእርሱ ላይ መጣች ትንቢትንም ገለጠችለት። (2ነገ. 3÷15-18) ቅዱስ ዳዊት በዝማሬው ባለጸጋ ሲሆን እግዚአብሔርን ከማክበሩና በዚህ ጸጋም የእግዚአብሔርን አሳብ ከማገልገል በተጨማሪ በዝማሬው ያፈውስ ነበር ክፉ መንፈስንም ከሳኦል ያርቅ ነበር። (1ሳሙ.16÷2-3) በጦር ሜዳ መሃል የሚዘምረው ንጉሥ ኢዮሳፍጥ ታላቅ የሆነ የጠላት ሠራዊት በዝማሬው ውስጥ በድብቅ ጦር ተመትቶለታል። አስቀድመን እንዳየነው ጳውሎስና ሲላስም ምስጋናቸው ወኅኒውን አናውጧል እስራታቸው ተፈትቷል በሮችም ተከፍተውላቸዋል። ዝማሬን የጸሎትህ ክፍል አድርገህ ተመሰግሎት ከኃይል ወደ ኃይል ተሻገርበት። በርግጥ ያኔ ሁሉ ባለአዲስ ቅኔ ትሆናለህ መንፈስ ቅዱስ ይቃኝሃልና።

“መንፈስ ይመላባችሁ እንጂ በወይን ጠጅ ስትሰክሩ ይህ ማባከን ነውና በመዝሙርና በዝማሬ በመንፈሳዊም ቅኔ እርሱ በርሳችሁ ተነጋገሩ ለጌታ በልባችሁ ተቀኙና ዘምሩ” (ኢፌ.5÷18-19)

ስለ ዝማሬ ሲነሣ የማይረሳው ኢትዮጵያዊው ዳዊት ቅዱስ ያሬድ ነው። የዜማና የቅኔ ባለቤት የሆነው ቅዱስ ያሬድ ዝማሬን በመገለጥ የተቀበለ ሲሆን ብሉይና ሐዲስ ኪዳንን ትንቢትና ፍፃሜውን ምሳሌና ትርጓሜውን በልዩ ዜማ አዋሕዶ ያመለክናል። ጸሎትን በዜማ ያዘጋጀልን ታላቅ አባት ነው።

የያሬድን ዜማ በቅዱስ ያሬድ የፍቅርና የትዕትና መንፈስ እንጂ ፊደልና ዜማ ብቻ እንዳይሆን በመጠንቀቅ በተመስጦ ልንገለገልበት እግዚአብሔርንም ልናከብርበት ያስፈልጋል።

### 4.3 የልመና ጸሎት

“በምኑ ይሰጣችሁማል የሚለውን ዜሉ ይቀበላልና”

(ማቴ.7÷7-8)

ልመና የኛን ጉድለት የእግዚአብሔርን ለጋሰነት ያሳያል። መለመን ከኛ ውሰንነት በላይ የአምላክን ምሉዕነት ያሳያል። የሰው ምኞት ገደብ የሌለው ከመሆኑም በላይ የእውቀቱ ውሰንነት የሚጠቅመውንና የሚጎዳውን በትክክል ለይቶ እንዳያውቅ አድርጎታል። ከዚህ የተነሣ አንዳንዴ ለሕይወት የለመንከው ሞት ሊያመጣብህ ስለሚችል አይሰጥህም።

“ድህነትንና ባለጠገነትን ስትሰጠኝ ነገር ግን

የሚያስፈልገኝን እንጀራ ሰጠኝ” (ምሳ.30÷8)

በማለት ጠቢቡ መለመኑ የምትፈልገውን ሳይሆን የሚያስፈልገህን ይሰጥህ ዘንድ መለመን እንዳለብህ ያስነገዝባል። ምክንያቱም እግዚአብሔር ላንተ የተሻለ ነገር አለውና ነው።

“በእናንተ የማለባትን ሐሳብ እኔ ሕወቃሰሁ ፍጻሜና

ተስፋ እሰጣችሁ ዘንድ የሰላም ሐሳብ ነው እንጂ የክፉ

ነገር ሕይወትም” (ክሮ.29÷11)

የልመና ጸሎት በሕይወትህ ውስጥ የሚያስፈልገህን ሥጋዊና መንፈሳዊ በረከቶችንና ጸጋዎችን ይሞላ ዘንድ መሻትህን ለጌታ ማስታወቅ ማለት ነው። ልጅ አባቴን አስጨንቆ የፈለገውን እንደሚያገኝ አይደለም፤ ይልቁንም ላንተ የሚያስብልህ አባት መሆኑን በማመን የእርሱን ምርጫ ለመቀበል መዘጋጀትህን ጭምር ማስታወቅ ነው።

“...በእግዚአብሔር ዘንድ ልመናችሁን ስለታወቁ እንጂ

በእንዳች ስትጨነቁ...” (ፊልጵ.4÷6)

ስለዚህ ልመናህ “እንደ ፈቃድህ ይሁን” በሚልና “እንደ ፈቃድህም ስለሚሆንልኝ አመለግንሃለሁ” በሚል የታላቅ እምነት መገለጫ የምስጋና ቃላት መገለጥ አለበት።

“...አባቴ ቢቻልኝ ይህች ጽዋ ከእኔ ትሰፍ ነገር ግን እንተ

እንደምትወድ ይህን እንጂ እኔ እንደምወድ አይሁን” (ማቴ.26÷39)

በማለት መድኃኒታችን የአባቱን ፈቃድ እንዳስቀደመና እንደፈጸመ ተጽፎልናል። ቅዱስ ዳዊትም የሚደረግለትን በምስጋና ያስታውቅ ነበር።

“ነፍሴ ሆይ እግዚአብሔርን ባርኪ  
እጥንቶቼም ሁሉ የተቀደሰ ስሙን  
ነፍሴ ሆይ እግዚአብሔርን ባርኪ  
ምስጋናውንም ሁሉ አትርሺ  
ኃጢአትሽን ሁሉ ይቅር የሚል  
ደዌሽንም ሁሉ የሚፈውስ  
ሕይወትሽን ከጥፋት የሚያድናት  
በምሕረቱና በቸርነቱ የሚከልልሽ  
ምኞትሽን ከበረከቱ የሚያጠግባት

ገልጻለሁትሽን እንደ ንብር ያድሳል” (መዝ.102÷1-5)

እንደ ፈቃዱ የለመንከው ልመና እንደሚፈጸም ካመንክ ለመቀበል በመዘጋጀት ያለ አንዳች መጠራጠር መለመን ያስፈልግሃል።

“...ሁለት አሳብ ሳለው በመንገዱም ሁሉ ለሚወላውል ሰዚያ  
ለው ከጌታ ዘንድ አንዳች እንዲያገኝ አይምስለው” (ዮሴ.1÷8)

መጽሐፍ ቅዱስ የእምነትና የመልስ መጽሐፍ ነው። በሌሎ ባለው ድንኳን በታቦቱ ፊት ያነባችው ሃና ልመናዋ መስማቱን ርግጠኛ ስለነበረች እንደተቀበለች ቆጥራ ከዚያች ሰዓት ጀምሮ መካንነቷን ስድቧን ረሳች ፊቷ ሃዘንተኛ መስሎ አልታየም ከዳን እስከ ቤርሳቤህ ስሙ የገነነ ሳሙኤልን ተቀበለች። (1ሳሙ.1÷1-20) መገፋትህ ወደ

ቤቱ ካስጠጋህ ስለተበደልክ ደስ የሚያሰኘውን እንጂ በበቀል ስሜት በማንም ክፉ አታድርግ። ትንሽ ከታገስክ ቃሉ አለህና የማይኖርህ የለም።

“ትእዛዙን የምንጠብቅና በፊቱ ደስ የሚያሰኘውን  
የምናደርግ ስለሆንን የምንስምነውን ሁሉ ከእርሱ  
እናገኛለን” (1ዮሐ.3÷22)

“በእኔ ብትኖሩ ቃሉቼም በእናንተ ቢኖሩ የምትወዳትን ሁሉ ለምኑ ይሆንላችሁማል” (ዮሐ.15÷7)

#### 4.4 የምልጃ ጸሎት

“እናንተ እግዚአብሔርን የምታሳስቡ እየረሳሁምን  
እስኪያጸና በምድርም ላይ ምስጋና እስኪያደርጋት አትረፉ  
ለእርሱም ዕረፍትን አትሰጡ” (ኢሳ.62÷6-7)

ምላጃ ልክ እንደ ልመና የማሳሰብ ጸሎት ነው። ብርቱ ማሳሰብ። ለራስ ሳይሆን ስለ ሌሎች ለእግዚአብሔር ማሳሰብ መትጋትና መጋደል ነው። ስለዚህ ለሌሎች በአምላክ ፊት የምትወድቅበት ጸሎት በመሆኑ የፍቅር ጸሎት ይባላል። ምልጃ በክርስቶስ እርቅ ያገኘ የእግዚአብሔር ልጆች ሥልጣን ነው።

“የሚያስተራርቁ ብፁዓን ናቸው የእግዚአብሔር ልጆች  
ይባላሉ” (ማቴ.5÷9)

የክርስቶስ ፍቅር በልብህ ክፈለሰ የዛሉ ሳይወድቁ የተሰናከሉ ሳይጠፉ የታመሙ ሳይሞቱ የተፈረደባቸው ሳይገደሉ ለብዙዎች ማምለጥ ዛሬ መማለድ ጀምር። የእግዚአብሔር አሳብ ሁሉ እንዲድን ነውና የማዳን ኃይሉ መገለጫ ሁን።

“... ልመናና ጸሎት ምልጃም ምስጋናም ስለ ሰዎች ሁሉ ስለ ነገሥታትና ስለ መኳንንት ሁሉ እንዲደረጉ ከሁሉ በፊት እመክራለሁ። ሰዎች ሁሉ ሲደነና እውነቱን ወደ ማወቅ ሲደርሱ በሚወድ በእግዚአብሔር በመድኃኒታችን ፊት መልካምና ደስ የሚያሰኝ ደህ ነው” (1ጢሞ. 2:1-4)

“... ጳጥሮ በወኅኒ ደጠበቅ ነበር ነገር ግን በቤተ ክርስቲያን ስለ እርሱ ወደ እግዚአብሔር ጸሎት አጥብቆ ይደረግ ነበር” (ዮሐዋ. 12:12-13)

የምልጃ ጸሎት አጥብቆ የሚጸለይ ልዩ ትጋት ነው።

“እቤቱ እባክህ እሁን አድን እቤቱ እባክህ እሁን አቅና” (መዝ. 117:25)

በሚል ዓይነት እንባና ጩኸት ይቀርባል።

“እርሱም በሥጋው ወራት ከሞት ሲደድነው ወደሚችል ከብርቱ ጩኸትና ከእንባ ጋር ጸሎትና ምልጃን አቀረበ እግዚአብሔርን ስለመፍራቱ ተስማሰት” (ዕብ. 5:7)

ሲል ሐዋርያው ቅዱስ ጳውሎስ ስለ ክርስቶስ የጻፈው ለእኛ ጥሩ ምሳሌ ነው። ምልጃ ስለምታውቀው ስለማታውቀው በዘር በቀለም

በሃይማኖት ስለማይመስሉህ ሁሉ አስቀድመህ ስለመዳናቸው ቀጥለህም በሥጋቸው በኑሮአቸው ስላለባቸው ጉድለትና ስብራት በኔታ ፊት መጮኽ ማለት ነው።

“ወንድሞች ሆይ የልቤ በገ ፈቃድና ስለእስራኤል ወደ እግዚአብሔር ልመናዬ እንዲድኑ ነው” (ሮሜ. 10:1)

አባታችን ሆይ የሚለውን ታላቅ ጸሎት ለብቻህ ስትጸልይ አባቴ ሆይ አትልም። ስለዚህ የምትለውን ሁሉ ለሌሎችም ሁሉ ትለዋለህ ያኔ እየማለድህ ነው።

“የዕለት እንጀራችንን ዛሬ ስጠን፤ በደባችንን ይቅር በሰን ወደ ፈተና አታገባን ከክፉ ሁሉ አድነን እንጂ” (ማቴ. 6:11-13)

ተቸግረው ተጨንቀው አዝነውና ተጥለው በየመንገዱ የምታያቸው፣ ቤተክርስቲያንና አገልጋዮች፣ ሕዝብና አሕዛብ አንዲሁም ምድሩ ሰማዩ ፀሐዩ ነፋሱና ውኃው በቴሌቪዥን ያየሃቸው በስልክ የሰማሃቸው ችግሮች ሁሉ የምልጃህ ርዕሶች ናቸው። ምልጃ ፍቅር ከሆነ ፍቅር ሁሉን መውደድ ነውና። ለሌሎች ስትጮኽ ያንተ እንደሚመለስ ለሌሎች በፊቱ ስትጨነቅ ላንተ ዕረፍት እንደሚበዛልህ እንዳትረሳ።

ምልጃ በቅዱሳን ስም ሊቀርብ ይችላል ምክንያቱም ቅዱሳን ሕያዋን ሊሆኑ ስማቸውም ሕያው ነውና ቃል ኪዳናቸውም ይታሰባል።

“እኔ የሕብርሃም ስምሳክ የደሰሐቅም ስምሳክ የደዕቆብም  
ስምሳክ ነኝ...የሕያዋን ስምሳክ ነኝ እንጂ የሙታን  
ስደደስሁም” (ማቴ.22÷31-32)

“...በራስህ የማልህሳቸውን ባራዎችህን ሕብርሃምንና  
ደስሐቅን እስራኤልንም ስሰብ...” (ዘጸ.32÷13-14)

“...ስምሳካቸው ተብሎ ሊጠራ በእነርሱ ስያፍርም ከተማን  
እዘጋጅቶባቸዋልና” (ዕብ.11÷16)

### ማጠቃለያ

የጸሎት ክፍሎችን ማወቅህ ለጸሎትህ ጥልቀት በመስጠት በይቅርታ  
ወደ ምሕረቱ በምስጋናም ወደ ክብሩ መድረስን ይሰጥሃል። ደግሞም  
በጉድለቶችህ ከመታገል ይልቅ ልመናህን እንዲሁም ምልጃህን በምስጋና  
በማስታወቅ ጸሎትን እንደ ደስተኛ ልጅ የምትገለጥበት አገልግሎት  
አድርገው።

## ምዕራፍ ሁለት

በፊቱ የተገለጠ መልካም ማንነት ሳይኖርህ በጸሎትህ

የእግዚአብሔር ፊት እይገለጥልህም።

## ምዕራፍ ሁለት

### 5. አምልኮህን ፍጹም አድርገው

አምልኮ ከእግዚአብሔር ጋር ያለን ኅብረት ነው። ይህም ኅብረት ለክብሩ በምንኖረው ኑሮ እና በጸሎት ወደ ፊቱ በመድረስ ይገለጻል።

#### 5.1 ለአምላክ ክብር መኖር

“... እነ ኢወሳዳይ ነኝ በፊቱ ተመላሰስ ፍጹምም ሆኖ ቃል ኪዳንንም በእነዚህ መካከል አደርጋለሁ እጅግም አበዛሃለሁ” (ዘፍ.17÷1-2)

መልክ ማለት ገዛ ማለት ሲሆን አምልኮ መገዛት ማለት ነው። ስለዚህ ማምለክ ማለት ለአምላክነቱ ክብር በፊቱ መኖር (መገዛት) ማለት ነው። አብርሃም በአምላክ ሁሉን ቻይነት ላይ ፈጽሞ ቢደገፍ እንደሚባዛ ቃል ተገባለት። ይህ ቃል ላንተም ነው። ለጸሎት በፊቱ ስትገኝ መገኘትህን ብቻ ሳይሆን የት እንደነበርክና አሁን ለምን እንደመጣህ ቀድሞህ ያያል። ከጸሎትህ በፊትም በፊቱ ከነበርክና አሁንም እርሱን ፈልገህ ከሆነ የመጣኸው በርግጥ ወደ መላቱ ትገባለህ። በአምላክ ፊት ስፍራ የሌለው ሰይጣን በአምላክ ልጆች መሃል በመጣ ጊዜ “ከወዴት መጣህ” (ኢዮ.1÷7) ብሎ የወደቀና የተረሳ መሆኑን ነገረው። ሥራውን ሳይጨርስ ሞት የለመነውን ኤልያስን ኮሬብ ላይ ሲያገኘው “በዚህ ምን ታደርጋለህ?” (1ኛ. 18÷9) ሲል ከመነጠቁ በፊት ሊሠራ ያለውን ቶሎ እንዲሠራ

እስታውሶታል። በጸሎት ከመፈለግህ በፊት በነሮህ ታከብረው ዘንድ እንደሚከተለው ተመላለስ፡-

#### 5.1.1 በፍቅር ተመላለስ

“እግዚአብሔር ፍቅር ነው በፍቅርም የሚኖር በእግዚአብሔር ይኖራል እግዚአብሔርም በእርሱ ይኖራል” (1ዮሐ. 4÷16)

እግዚአብሔርን በፍቅሩ ካላወቅኸው አያውቅህም መታወቂያህ ፍቅሩ ብቻ ነው (1ቆሮ. 8÷3) እርሱ ባንተ አንተም በርሱ የምትኖርበት ልብ ፍቅር ብቻ ነው። አትብሉ የተባልነውን በልተን የምትነው ፍቅሩ ስላልገባን ነበር። ጠላት ሳለን ለኛ በመሞቱ እንዲሁ የሆነውን የርሱን ፍቅር አስረዳን (ዘፍ.3÷1-5፣ ሮሜ 5÷6-11፣ ዮሐ. 3÷16) ስለ እግዚአብሔር ልክና ውስን የሌለውን ፍቅሩን ከተረዳህ ወደ እርሱ ደርሰሃል (ኤፌ. 3÷18-19) ከኃጢአት በላይ የሚያደርግህ ከትእዛዛት በላይ የሆነው ፍቅሩ ነው (1ጢሞ.1÷5) በእግዚአብሔር ፍቅር መመላለስህ የሚገለጠው ለሕይወት አክብሮትና አድናቆት ሲኖርህ ባልንጀራህን እንደራስህ አድርገህ ብቻ ሳሆን ጠላትህንም መውደድ ስትጀምር ነው። ይህ ፍጽምና ነውና (ማቴ.5÷43-48)

## 5.1.2 በቅንነት ተመላለስ

“ቅንነት ግን ፊቱን ታየዋለች” (መዘ.10÷7)

ቅንነት ቀናነት ነው። የመልካምና የበጎ ህሊና የገርና የትሑት ልብ ባለቤትነት። ይህ ህሊና የአምላክ መቅደስ ነው። እንደ መስታወት የጠራ በመሆኑ ጌታ ይገለጥበታል። ቅንነት ግን ፊቱን ታየዋለች የሚለው የዳዊት ዝማሬና “ልብ ንፁሐች ብፁዓን ናቸው እግዚአብሔርን ያዩታልና” የሚለው የጌታችን ትምህርት አንድ ነው። ቅንነት የልብ ንጽህና ነውና (ማቴ. 5÷8) ለዚህ ልብ ጌታ ቅርብ ነው። (ፊልጵ. 4÷4-5) ቅንነት የዋህነት፣ ትሑትነት፣ ይቅር ባይነት፣ መልካም አሳቢነት... የመሳሰሉ በአምላክ ፊት ጥንስ የሚያሰጡ ጠባያትን ያመለክታል። ከቀናህ በቅን ሰው ቅና በልብህ ቅንነትም መላለስ ጠማማነትንና ብልጣ ብልጥነትን ካንተ አርቅ (ዕብ.12÷13-14፣ ሆሴ.14÷9) ክርስቶስ ራሱን የገለጠው በዚህ ማንነት ነበር።

“እኔ የዋህ በልቤም ትሑት ነኝ” (ማቴ.11÷29)

በዘላለም ኪዳን ደም ለበጎች ትልቅ እረኛ የሆነው መድኃኒታችን እስከ መታረድ ድረስ ሁሉን የማረከ የዋህ ነበረ (ዕብ.13÷20፣ ኢሳ.53÷7) የመንግሥቱም በትር የቅንነት በትር ነው (መዝ. 44÷6) ከኔ ተማሩ ብሏልና ከፍቅሩ ቀጥለህ የአባትህ ነውና ቅንነትን ልበስ በቅንነትም ተመላለስ።

## 5.1.3 እንደ ፈቃዱ ተመላለስ

“ትእዛዙንም የምንጠብቅና በፊቱ ደስ የሚያሰኘውን የምናደርግ ስለሆንን የምንስምነውን ሁሉ ከእርሱ እናገኛለን” (1ዮሐ.3÷22)

“ፈቃድህ በሰማይ እንደሆነች እንዲሁም በምድር ትሁን” (ማቴ.6÷10) ስትል ልክ እንደ መላእክት በፈቃድህ መኖርን ስጠኝ ማለትህ ነው። የምትወዱትን ልታደርጉ አትችሉም” (ገላ. 5÷17) እንደተባለ በዋጋ ለገዛን ለእርሱ ፈቃድ ከኖርክ በርግጥ እያከበርከው ነው። እንደ ፈቃዱ መኖር ማለት ሕጉን መምረጥ ሥርዓቱንም መውደድ ማለት ነው ቃሉ መንገድህን የምታነጸበትና የምታቀናበት መስበቂያህ ነው። (መዝ. 118÷9)

“የእግዚአብሔር ሕግ ፍጹም ነው ነፍሱን ይመወዳል ከክቡር ዕንቁ ይልቅ ይወደዳል ከማርና ከማር ወለላም ይጣፍጣል” ባረየህ ደግሞ ይጠብቀዋል። በመጠበቀም እጅግ ይጠቀማል” (መዘ.18÷7-11)

“ትእዛዛቱን ልንጠብቅ የእግዚአብሔር ፍቅር ይህ ነው ትእዛዛቱም ከባዶች አይደሉም” (1ዮሐ. 5÷3)

ጥቅምህና ትርፍህ ያለው ቃሉ ውስጥ ነው። ቀላል የሆነው የፍቅር ትእዛዙ የበረከትህ መጠቅለያ የተስፋህ ማንተም ነው ትእዛዙን ጥለህ ቃሉን መውጫና መግቢያህ ሳታደርግ የሚፈጸም ተስፋ የለም። ጌታ ኢየሱስ የአባቱን ፈቃድ አስቀድሟል (ማቴ. 26÷39) ጌታ ሆይ ጌታ

ሆይ የሚሉት ሳይሆኑ የአባቱን ፈቃድ የሚያደርጉ የመንግሥቱ ዜጎች መሆናቸውን አረጋግጧል (ማቴ. 7÷21)

ፈቃዱን የምታውቅበት ቃሉ በመላት ሊኖርህ ይገባል። (ቆላ. 3÷16)

“በእኔ ብትኖሩ ቃሎቼም በእናንተ ቢኖሩ የምትወዱትን ሁሉ ለምኑ ይሆንላችሁማል” (ዮሐ. 15÷7)

ከፈቃዱ በተቃራኒ ስትመላለስ የሥጋህን ፈቃድ እያደረግህ ነው። ስለ ሥጋ ማሰብ ሞት ሲሆን በሥጋ የሚዘራም መበስበስን ብቻ ያጭዳል። (ሮሜ 8÷1-8፣ ገላ. 6÷7-8) በዚህም ቅጽበታዊ ደስታ ብቻ ታገኛለህ አንተ ግን ለዘላለም ክብርና ደስታ መጠራትህን ሳትረሳ በፈቃዱ ውስጥ ተመላለስ። ያለማቋረጥ የሚያመሰግኑት መላእክት ፈቃዱን አድራጊዎችም ናቸው። (መዝ. 102÷20-21) እንደ ፈቃዱ በመኖር ያላከበርከውን አባት ማመስገንህ ብቻ ትርጉም አልባ ነው ለአምልኮህ ሕይወትን ስጠው።

“...እግዚአብሔርን እያወቁ እንደ እግዚአብሔርነቱ መጠን ሰላሳክበረትና ሰላሳመሰገኑት የሚያመካኝት አጡ” (ሮሜ 1÷21)

#### 5.1.4 በጽድቅና በቅድስና ተመላለስ

“እግዚአብሔር ጻድቅ ነውና ጽድቅን ይወዳል”

(መዝ. 10÷7)

የጽድቅ ሕይወት ከበደል የተለየና በክርስቶስ ያገኘው የአዲሱ ማንነት መገለጫ ነው (ሮሜ 3÷21-26) የማይታየው የኃጢአት ሥር ክፉ ምኞት ሲሆን የሚታይ ግንዱ ክፉ ቃላችንና ፍሬውን የሚያበላን ቅርንጫፉ ደግሞ በሥራ የተገለጠ ኃጢአታችን ነው። (ያዕ. 1÷15-17) በሥራ የተገለጠ የኃጢአት ልምምድህን ቆርጠህ ጣል፤ ከዚያም አንደበትህ ይባረካል በመጨረሻም አሳብህ ይወረሳል። ማንም ወደ እግዚአብሔር ሲጠጋ መጀመሪያ የሚኖረው ጥበብ ንዕህና ነው። (ያዕ. 5÷17) ኃጢአትን ፈርተህ ሳይሆን ጠልተህና ተጸዶረህ እንድትተው ጉልበትህ አሸናፊ ፍቅሩ ነው። እርሱ ከኃጢአት ርግማን ሊዋጅህ ያለ ኃጢአት ሞቶአልና ዘሩ ባመንከው ባንተ ይኖራል በጽድቅም ይገለጣል። (1ዮሐ. 2÷29፣ 2ቆሮ. 5÷21፣ ቲቶ. 2÷11-14) ፊቱን ታይ ዘንድ ሰንፔርህ ላይ ተመሥረት እርሱም ጽድቁ ነው። ያኔ ፊቱን አይተህ ትጠግባለህ የሚጨመረውም ሁሉ ይጨመርልሃል። (መዝ. 16÷15፣ ኢሳ. 54÷11፣ 14፣ ማቴ. 6÷31-33)

ታላቁ ማስተዋል እግዚአብሔርን በቅድስናው ማወቅና መቀደስ ነው፤ ቅድስና እግዚአብሔርን የምታይበት ውበት ነው (ምሳ. 9÷10፣ ዕብ. 12÷14) መንፈስ ቅዱስ እንደ መቅደስ ባንተ ሲሠራ የክርስቶስ ሕይወት በመላት ሲገለጥ ያኔ ከእርሱ የምትካፈለው ማንነት ቅድስና

ነው። (1ቆሮ. 3÷16-17) የተጠራህሉት የእግዚአብሔር አሳብ ቅድስና በመሆኑ ኑሮህን ሁሉ ቀድስ (1ተሰ. 4÷7፤ 1ጴጥ. 1÷15-16፤ 1ተሰ. 5÷23) ይህም በእንግድነትህ ወራት ንፁሐን እምላካዊ ፍርሃት ገንዘብ አድርገህ በመመላለስ ይገለጣል።

#### 5.1.5 ታምነህ ተመላለስ

“በሳቲናች ደደክማሱ ይታክተማል፥ ገበዛዝተም ፈጽሞ ይወድቃሉ እግዚአብሔርን በመተማመን የሚጠበቁ ግን ኃይላቸውን ያድሳሉ እንደ ንሥር በክንፍ ይወጣሉ ይርጣሉ አይታክተም ይሃዳሉ አይደክሙም” (ኢሳ. 40÷30-31)

መተማመን መጠበቅ ማለት ነው። በማንኛውም ሁኔታ ውስጥ ሆኖ ማዳንን፤ ረድኤቱን፤ በረከቱን፤ ጸጋውን ... በሙሉ ልብ መጠበቅ ማለት ነው። መታመን በእግዚአብሔር ላይ ያለህ መደገፍ፤ ሲሆን እምነት ፍጹም ሲሆንና በአንተ ላይ ሲሠራ ማለት ነው። ቅዱስ ጳውሎስ እምነትን ሲተረጉም

“ተስፋ ስለምናደርገው ነገር የሚያስረግጥ የማናየውንም ነገር የሚያስረዳ ነው” (ዕብ. 11÷1)

በማለት የተረጎመው ሲሆን እምነት እንዲህ የተረጋገጠና የተረዳ ነገር ሲያመጣ መታመን ይሆናል። እግዚአብሔር ያድናል፤ ይረዳል፤ ይሰጣል፤ ይምራል ... ማለት ማመን ሲሆን ይህ እምነት ወደ መታመን ሲደርስ ግን ያንተ ይሆንና እግዚአብሔር ያድነኛል፤

ይረዳኛል፤ ይሰጠኛል፤ ይምረኛል ብለህ መቀበልና መጠበቅ ትችላለህ ማለት ነው።

እግዚአብሔር በቃሉ ታማኝ፤ በሥራው ታማኝ ... በመሆኑ በአጠቃላይ - “ታማኝነትህ ብዙ ነው” (ሲኤር. 3÷23) በሚል ድንቅ ቃል ተገልጿል። ስለዚህ አማኝ ታማኝ ሊሆን ግድ ነው። እምነትህ ኃይል ሲያገኝ ወይም የኃይል መታደስ ሲሆንልህ ታምነሃል ማለት ነው። አለበለዚያ አምልኮህ ኃይል አልባ መልክ (ማስመሰል) ብቻ ይሆንብሃል (2ጢሞ. 3÷5)

“... በመመለስና በማረፍ ትድናላችሁ በጸጥታና በመታመን ኃይል ይሆንላችኋል” (ኢሳ. 30÷15)

ኃይል የሚገለጠው በጸጥታና በመታመን ስትቆም ነው። ያልታመነ ሰው ጸጥታ የለውም። መሴንና የእስራኤል ልጆችን ኤርትራ ባሕር ፊት አስባቸው የመሴን መታመንና ጸጥታ ደግሞም የሕዝቡን አለመታመንና ሽብር አስበው። መታመን ማለት በታላቅና ጥልቅ ባሕር ፊት ቆመህ መክፈሉንና መሻገርህን መጠበቅ ማለት ነው። (ዘጸ. 14÷10-14) መታመን በዘላለም ክንዱ ላይ አንተንና እድል ፋንታህን በማስቀመጥ አለመታወክ ብለህ ተረዳው ተለማመደው። (መዝ. 15÷5-8)

ማጠቃለያ

አምልኮ በአምላክ ፊት በክብር የምትኖረው የተገለጠ ኑሮህ ሊሆን ጸሎት ከዚህ ተነጥሎ የሚታይ አስመሆኑን በማወቅ አኗኗርህን ፈትሽ። በፊቱ በመልካም እንድትታሰብ በፍቅርና በቅንነት መቆም ፈቃዱን ማድረግ በጽድቅና በቅድስና መመላለስ እንዲሁም ታምኖ መጠበቅ በጸሎት የሆነውን አምልኮህን ፍጹም ኃይል የሚገልጥበት እንደሚያደርገው ተገንዝበህ በደስታ ትጋ።

ምዕራፍ ሦስት

በሰማይ የመላው ዩኒቨርሲቲ ክብር በምድርም  
መስቲል። ጸሎትህ ወደዚህች ክብሩን ወደተመላች ምድር  
መድረስ ይሆንልህ።

## ምዕራፍ ሦስት

### 6. የቱ ያስጨንቅሃል?

#### ምን? ወይስ እንዴት መጸለይ?

ጸሎት የአምልኮ ክፍታ መሆኑን አሁን የምንመለከት ሲሆን ባለፈው ክፍል ላይ ወደ ፊቱ ለመድረስ በፊቱ መኖር እንደሚገባ ብቻ ሳይሆን እንደሚቀድም ተመልክተናል። አሁን ልትጸልይ ነው።

ብዙዎች እንዴት መጸለይ እንዳለባቸው አስበው አያውቁም ይልቁንም ምን መጸለይ እንዳለባቸው ይጨነቃሉ፤ ስለዚህ የሚጸልዩበት ምክንያት ይፈልጋሉ። ከዚያም ሲያልፍ ለሚያወጧቸው ቃላት ይጠነቀቃሉ። ጸሎት ማለት ልመና ነው የሚለው አስተሳሰብ ከዚህ አመለካከት የመነጨ ሲሆን እስከልተቸገሩና እስከልተጨነቁ ለጊዜው ሰላማዊ የሚመስለውን ኑሮአቸውን ይገፋሉ፤ ደኅንነታቸውን የሚያናጋ የሚፈሩት ችግር ሲመጣ ግን በመናወጥ ውስጥ መጮኽ ይጀምራሉ።

አንተ ለምን እንደምትጸልይ ስለተማርክ እዲሁም ጸሎት ምን ማለት እንደሆነ ስለገባህ በፍጹም ምን መጸለይ እንዳለብህ አያሳስብህም ምክንያቱም፦

- የጸሎትህ ምክንያት ጊዜያዊ ሁኔታህ ሳይሆን ራሱ እግዚአብሔር መሆኑን ተረድተሃል

- የጸሎት መሪ መንፈስ ቅዱስ መሆኑን ደግሞ ወደ ፊት ትረዳለህና።

“እንዴት” የሚለው ቃል ግን ከቃላትን በተለየ እኛነታችንን፣ በጸሎት ውስጥ የእኛን ሁኔታና ሊኖረን የሚገባውን መንፈስ ያሳያል።

“እንዲሁም ደግሞ መንፈስ ደካማችንን ያገዛል እንዴት እንደንጸበይ እደሚገባን አናውቅምና” (ሮሜ 8÷26)

“እንገዲህ እናንተስ እንዲህ ጸልዩ...” (ማቴ.6÷9)

ታዲያ እንዴት ልጸልይ? ማለትህ አይቀርም። አሁንም ምን ማለት እንዳለብህ አንድ ቃል እንኳ አልልህም፤ እንዲህ በል ብልህ እኔ ያልኩትን እየደገምክ እንጂ እየጸለይክ አይሆንም። አንተ የምትለው የራስህ አለህ። አባትህን በተረዳኸውና እሱም ባስረዳህ መጠን ትጸልያለህ። አሁን ግን እንዴት መጸለይ እንዳለብህ በሦስት ደረጃዎች እንመለከታለን። ከዚህ በፊት ግን ቀጥሎ የምንማረውን ትምህርት የሚያገላልን አንድ ምሳሌ እንመለከት።

ብንሄድበትም ባንሄድበትም አውሮፕላን እናውቃለን። የበረራውን ሂደት በቀላሉ በሦስት ደረጃዎች ብንከፍለው አስረጃ ሊሆን ይችላል። ሞተሩ ከተነሣበት ሰዓት ጀምሮ ሞተሩ ከሞቀ በኋላ ረጅም ርቀት ተንደርድሮ ምድሩን ይለቃል ይህ የመጀመሪያው ደረጃ ይሁን። ሁለተኛው ደረጃ በአየር ላይ ከፍ ገዝቶ እያለ ወደሚፈልገው የክፍታ ጫፍ እስኪደርስ በጥቂቱ ከፍታውን እየጨመረ የሚያደርገው ጉዞ ነው። ሦስተኛው ደረጃ ደግሞ የሚበርበት የክፍታ ጫፍ ላይ

ከደረሰ በኋላ ምንም እንቅስቃሴ በማያሰማበት ደረጃ በጸጥታ የሚጓዝት አስደሳች ሁኔታ ነው። ወደሚፈልግበት ቦታ ሲቃረብ ከፍታውን በመቀነስ ያርፋል።

ይህ የጸሎት ትምህርት የግል የጸሎት ሕይወትህን ለማበልጸግ የታለመ መሆኑ ሳይዘነጋ በሦስት ደረጃዎች እንዴት መጸለይ እንዳለብህ እንመለከታለን።

### 6.1 ቅድመ ጸሎት (ከመጸለይ በፊት)

በሃይማኖት መኖር ደመናኛላዊ ጉዞ ሳይሆን በጥልቀት ራስን የመመርመር ሕይወት ነው። (2ቆሮ.13÷5) የመንፈሳዊ ሰው መገለጫም ራሱን ብቻ ሳይሆን ሌሎችንም መመርመር መቻሉ ነው። (1ቆሮ.2÷15) በግልህ ስለሚኖርህ መደበኛ የጸሎት ጊዜህ እየተነጋገርን እንደመሆኑ መጠን ልታስተውላቸው የሚገቡህ ጥንቃቄዎችና ዝግጅቶች ይኖሩሃል።

#### 6.1.1 የቅድመ ጸሎት ጥንቃቄ

ከመጸለይ በፊት ራስህን ልትፈትሽና የጸሎት እንቅፋትን ልታስወግድ ያስፈልግሃል። አሁን ጸሎትን በልማድና በየዋህነት ከማድረግ ይልቅ በጸጋና በማስተዋል ልታከናውን በመሆኑ የሚከተሉትን ጥንቃቄዎች መውሰድ ግድ ይልሃል።

ሀ. በጣም አምሽቶ መጸለይ፡- ሰፊ የጸሎት ጊዜህ ምሽት ላይ ከሆነ የእንቅልፍ መንፈስ ሳይበረታ ቅድሚያ ለጥተህ መጸለይ አለብህ። ከእንቅልፍ ጋር እየታገሉ መጸለይ ብርታት አይደለም። እንቅልፍህን ረስተህ ስትተጋ እንጂ ፊቱ ቆመህ ስታንቀላፋ ትጉ አትባልም። የማያንቀላፋ ጌታ ብቻ ሳይሆን የማያንቀላፋ ጠላትም እንዳለብህ አትዘንጋ። የማይቆጠሩ ቀንና ሌሊት የሚያመስግኑ መላእክት በፊቱ ያሉት ጌታ ከትጉዎች ጋር ይሠራል። በጌቴሴማኒ እንዲተጉ የተነገራቸው ሦስቱ ደቀመዛሙርት በማንቀላፋታቸው አልተመሰገኑም ይልቁንም ትተውት ሲሸሹ ተመልክተናል። (ማቴ.26÷36-46) ጸሎት ልዩ ትጋት በመሆኑ የመንፈስ ንቃትን ይጠይቃል፤ እንዲህ ዓይነቱ ድካም ግን መጨረሻ ላይ ወደ አለመጸለይ ሊወስድ ይችላል። ስለዚህ መፍትሄው በጊዜ መጸለይ ሲሆን ካልተቻለ ግን ዕረፍት ወስዶ መነሣትና መትጋት መልካም ነው።

ለ. ከፍተኛ ድካምና የሥራ ጫና፡- እየተንጠራፋ የሚጸለይ ጸሎት የለም። ጸሎት ከትጉዎች ጋር በአምላክ ፊት መገኘት ካልሆነ መቆም አቅቶህ ልጸልይ ማለት የጸሎትን ትርጉም አለመረዳት ነው። በድካም ውስጥ መጸለይህ የለመድከውን ጸሎት ላለማቋረጥ ከሚደረግ ትግል የሚመጣ ነው፤ ነገር ግን በሁለት ክንፍ ፊታቸውን በሁለት ክንፍ እግራቸውን ሸፍነው በሁለት ክንፋቸው ደግሞ እየበረሩ የሚያመስግኑ ሰራፊል በፊቱ አሉ። (ኢሳ.6÷3)

ወዳጅ ፊቱ እንኳን በድካም በትጋትም መቆም ጭንቅ ነው። ስለዚህ በብርታት የምትተጋበትን ሰዓት ፈልግ።

**ሐ. ከባድ ረሃብና ጥጋብ** ረሃብ እያቃጠለህ ወይም ጥጋብ ወጥሮህ ለጸሎት ትጋት መነሣት አዳጋች ነው። የበረታ የጸሎት ሕይወት ያላቸው ሁለቱንም ረስተው ወደፊቱ መድረስ የሚችሉ ቢሆንም ለደካሞች ግን እንቅፋት ሊሆኑባቸው ይችላሉ። ቅዱስ ጴጥሮስ ተርቦ ሊበላ በወደደ ጊዜ በዚህ በረሃብ ምሳሌ አምላክ ስለተራባው ሰው ስለ መቶ አለቃ ቆርኔሌዎስ ራእይ አየ። ተነሥተህ አርደህ ብላ ሲባል 3 ጊዜ እምቢ ቢልም እግዚአብሔር የመረጠውን ቆርኔሌዎስን አሕዛብ ነው ብሎ ሳይጸየፍ እንዲያገለግለው ተማረበት። ጴጥሮስ ባየው ምሳሌ በረሃብ ውስጥ ስትጸልይ የምግብ ዓይነት ብታስብ ከቡፌው ማንሳትህ አይቀርም፤ ጌታን ድንጋዩን ዳቦ አድርግ ያለ ጠላት ላንተ ደግሞ ድንጋዩን ትኩስ ዳቦ አድርጎ ቢያሳይህ ጸሎቱ ቀረ ማለት ነው። (የሐዋ.ሥራ 10÷10-16)

**መ. ጸብና ኩርፊያ፡-** የቆየ ቀም ወይም ድንገተኛ ግጭት ያለበት ሰው በዚህ መንፈስ ሆኖ የአምላክን ፊት መፈለግ “ጸሎት እንዳያልፍ ራስህን በደመና ከደንህ” (ሉኤ.3÷44) ተብሎ እንደተጻፈ ጸሎቱ ከደመና በታች ይቅር እንደ ማለት ነው። ማንንም ለማሳቀልና ለመክሰስ ፊቱ አትቁም፤ በፊቱ ማንም ጸድቅ አይደለምና የገዛ ኃጢአትህን እንዲያስብ አታነሣው። ይልቁንም አስቀድመህ ታረቅ ባታገኛቸው እንኳ ልባዊ ይቅርታ ማድረግን እንዳትዘነጋ።

መድኃኒታችን “አባታችን ሆይ” የሚለውን ጸሎት ለደቀ መዛሙርቱ ካስተማረ በኋላ እዲህ አላቸው፡-

“ሰለዎች ኃጢአታቸውን ይቅር በትሉ የሰማዩ ሕባታችሁ እናንተን ደግሞ ይቅር ይላችኋልና ሰለዎች ግን ኃጢአታቸውን ይቅር ባትሉ ሕባታችሁም ኃጢአታችሁን ይቅር አይላችሁም” (ማቴ.6÷14-15)

**ሠ. የመጠጥ መንፈስ** ሰክሮ መጸለይ ሰክሮ ከማሽከርከር በላይ እጅጉን የከፋ ነው፤ አንደኛው ጉዳቱ በሥጋ ሲሆን ሁለተኛው ግን ነፍስንም ሥጋንም በገሃነም ሊያጠፋ የሚችለውን አርሱን መናቅ ነውና ከባድ ነው። (ማቴ.10÷28) ቁም ነገሩ ሠርግ ቤት መገኘቱ ብቻ ሳይሆን የሠርግ ልብስ መልበሱ ላይ መሆኑ መረሳት የለበትም። (ማቴ.22÷1-14) ስካር ከሥጋ ሥራዎች አንዱ በመሆኑ የተገለጠ ኃጢአት ነው። (ገላ.5÷21) ስለዚህ ከመላው ሕይወታችን መወገድ ያለበት ሲሆን ይልቁንም ጸሎት ደግሞ ከመጠጥ መንፈስ ራጽሞ የፀዳ ይሆን ዘንድ መጠንቀቅ ያሻናል።

“መንፈስ ይመሳባችሁ እንጂ በወይን ጠጅ አትሰክሩ” (ኤፌ.5÷18)

**ረ. ምቹ ያልሆነ ጊዜና ቦታ፡-** በአምላክ ፊት ጊዜ ወስዶ ለመትጋት ከሚያውክ ጫጫታና ግርግር የጸዳ ጊዜና ቦታ ያስፈልግሃል። መድኃኒታችን 40 መዓልትና ሌሊት የጸመውና የጸለየው በገዳመ ቆሮንቶስ ሲሆን (ማቴ.4÷1-10) ዘወትር ለጸሎት ወደ ምድረ በዳ

ፈቀቅ ይል ነበር። (ማቴ.14÷23፤ ማር.1÷35) በጣም የበረታህና ልምዱ ያለህ እስካልሆነህ ተመስጦን የሚያጠፋ በመሆኑ የተሻለ ጊዜና ቦታ መፍጠር ያስፈልጋል። ይህ ችግር ካልተፈታ ከጸሎት የሚያርቅ በመሆኑ በዚህ ችግር ላይ ራሱ መጸለይ ግድ ይላል። በእንዲህ ያለ ቦታና ሁኔታ ውስጥ እንዴት እንዳልያለሁ? ብትል ጠላት በጆርህ እግዚአብሔር ችግርህን ስለሚያውቅ ዝም ብለህ ተኛ አንድ ቀን ትጸልያለህ ማለቱ እርግጥ ነው። የአምልኮ ጊዜና ቦታ ማሳጣት የሰይጣን ትልቅ ዓላማ መሆኑ ከገባህ አጥብቀህ ጸልይ ይሰበራል አንተም ታመልጣለህ።

“ቅዱስ ሁሉ በምቼ ጊዜ ወደ አንተ ይለምናል ብዙ የጥፋት ወጋም ወደ እርሱ አይቀርብም” (መዝ.31÷6)

ሰ. ጥድፊያና አለመረጋጋት- ቀዳሚ ሩጫህ በእግዚአብሔር ፊት መገኘት በመሆኑ ከፊቱ ለመጥፋት መቸኮል እንዳለመጸለይ ይቆጠራል። ላድርስ ካልክ ግዴታ በመሆኑ መቸኮል አለበት፤ ልድረስ ካልክ ግን ቀድሞውኑ መረጋጋት ያስፈልግሃል። እንደ መብራት በርቶ ሊመለከት የሚወደው መንፈስህን በመሆኑ (ምሳ.20÷27) አፍህ ብቻ ፈልጎ እንደማያገኘው ዛሬ እነግርሃለሁ። እርሱ ለልብህ ቅርብ ነውና ልብህን አታርቀው። ስለዚህ ፀጉርህን እያበጠርክና ፊትህን እየታጠብክ ብትጸልይ አልረሳኝም ብሎ የሚደለት እንዳይመስልህ። ለሰከንድ እንኳ ስሙን ብትጠራ በዚያች ቅጽበት ልብህ ወደ ላይ መነሣትና ሁሉም ነገርህ ጽጥ ማለት አለበት።

“እናንተ ትሾኛላችሁ በፍጹም ልባችሁም ከሻችሁኝ ታገኝኛላችሁ” (ኢሮ. 29÷13)

ውስጣችን የድካም ወይም የረሃብ ስሜት ቢኖር ወይም ደግሞ ያለንበት ሁኔታና ቦታ ምቹ ባይሆን ነገር ግን ብርቱ የሆነ ፊቱን መጠማትና የጸሎት ኃይል ቢሰማህ በቀጠሮ ጥሪውን ማሳለፍ ሳይሆን በዚያው ሰዓት በዚያው ቦታ መትጋት መጀመር እንዳለብህ ላስነገዝብህ እወዳለሁ።

### 6.1.2 የቅድመ ጸሎት ዝግጅት

ይህ ዝግጅት በቀጥታ በመደበኛ የጸሎት ሰዓትህ ጸሎትህን ከመጀመርህ በፊት ሊኖርህ የሚገባህ ዝግጅት ሲሆን ከዚህ ሰዓት ጀምሮ በጸሎት መንፈስ ውስጥ መሆንህን እንዳትረሳ።

### ሀ. የተነቃቃ የጸሎት መንፈስ

“...ባስ በገና ስምጡልኝ አስ ባለበገናውም ዘደረደረ ጊዜ የእግዚአብሔር እጅ መጣችበት...” (2ነገ.3÷15)

ጸሎት አስደሳች ሊሆን ይገባል፤ ፈጽሞ ለመጨረስ የምትጣደፈው ሊሆን አይገባም፤ አንተ በፊቱ በመቆምህ ደስ ሳይልህ በፊቱ የቆምከው ጌታ እንዴት ባንተ ይደሰታል? ነቢዩ ኤልሳዕ ልክ እንደ ዳዊት በገና ፈለገ፤ በገና የመመስጥ ኃይል ስላለው ወደ አምላክ እጅ ያፈጥንሃል፤ የእግዚአብሔር እጅ የተባለው መንፈስ ቅዱስ ሲሆን ለነገሥታቱ ችግር መፍትሔ የሚሆን ትንቢት ይገልጥለት ዘንድ

በእርሱ ላይ ሠራ። በጸሎትህ ውስጥ የአንተ በገና ዝማሬ ማዳመጥ ወይም ቃሉን ማንቡብ ሊሆን ይችላል፤ ይህ በትክክል ውስጥህን ለመስብሰብና ለመመለስ ጠቃሚ ነው። ወደ ጠንካራ የጸሎት ልምድ እስክንሻገር እንጂ ዘወትር ቃለ እግዚአብሔር ወይም ዝማሬ ከጸሎት በፊት ግድ ያስፈልጋል ማለት አይደለም። ሂሊኦተር እንደ አውሮፕላን ሳይሆን ሳትንደረደር ከቆመችበት ተነሥታ እንደምትንሳፈር እናውቃለን። የዝማሬና የቃሉ አገልግሎት ለጸሎት ኃይል ለማግኘት አስቀድመን ብቻ ሳይሆን በጸሎት ውስጥና በኋላም ቢሆን በተመስጦ ለመቆየት የሚረዱ መሆናቸውን ማስተዋል ይጠቅማል።

#### ለ. ደጅህን ዝጋ

“እንተ ገን ስትጸልይ ወደ እጅግህ ገባ መዝጊያህንም  
ዘገተህ በስወር ባለው አባትህ ጸልይ በስወር የሚያይ  
አባትህም በገልጥ ይከፍልሃል” (ማቴ.6÷6)

ደጅህን የምትዘጋው ለቀሳዊው ዓለም ነው። ለውሎህ፤ ውስጣዊ ፀጥታህ ለተመስጦ የሚያመቻችህ በመሆኑ ያለመከፋፈል ትኩረትህ በስወር ባለው አባትህ መገኘት ላይ ብቻ ይሆናል። ተሰብስብ! ከራስህ ጋር ብቻ ሁን! ከራስህ ጋር ካልሆንክ ከርሱ ጋር መሆን ትችላለህ። አሁን ፈልገኸዋልና በብዙ የሚፈልግህ አባትህ ያገኛሃል። ጸሎት ለእግዚአብሔር መገኘት መሆኑን አትርሳ ሁለንተናዊ መገኘት።

#### ሐ. መጠበቂያህ ላይ ቁም

“በመጠበቂያዬ ላይ እቅማለሁ፡- በእምባ ላይም እወጣለሁ...”

(ዕንቢ. 2÷1)

ዕንባቆም መጠበቂያው ላይ መቆም ያስፈለገው “የሚናገረኝንም ስለ ክርክራም የምመልሰውን አውቅ ዘንድ እመለከታለሁ” (ቁ.1) በማለት በቀጥታ ከእግዚአብሔር ጋር ለመገናኘት በተዘጋጀበት ሰዓት ነበር። ስለዚህ መጠበቂያህ ለእግዚአብሔር ለመናገር እግዚአብሔርንም ለመስማት ከራስህ የወጣህበት ፍጹም እምነት ነው። እኔም በጸሎትህ ሰዓት ይነርህ የምልህ እምነት እግዚአብሔር ጸሎትን ይሰማል ሳይሆን እየሰማኝ ነው የሚል፤ እኔ በምድር አምላኬም በሰማይ ነው ሳይሆን በርግጥ በአጠገቤ ነው ከልቤም ይልቅ ቀርቦኛል፤ ከእኔ ጋር አለ የሚል የተረጋገጠ እምነትን ያዝ ማለቱ ነው። ይህ በእርሱ እንድትገኝ እርሱም በዙሪያህ እንዲገኝ በቂ ምክንያት ነው። ስለዚህ በጸሎት መንፈስ ስትሆን በፊቱ ለመሆኑ አንዳች አትጠራጠር። ያለዚህ እምነት የሚሰማ ጩኸት አይኖርህም እምነት የመጥራት አቅም ነው። (ሮሜ 8÷15፤ 10÷14)

## መ. በታላቅ ፍቅርና ናፍቆት ተመላ

“ነፍሴ ወደ ሕይወት ስምሳክ ተጠማች...” (መዝ. 41÷15)

ለምን መጸለይ እንዳለብህ ስንናገር ቀድሞህ የወደደህን አባትህን ፍቅርን መጥገብ አለብህ ብለን ነበር። እኛ በእርሱ እርሱም በእኛ የሚሆንበት መንገድ አንድ ነው። ፍቅር።

“እግዚአብሔር ፍቅር ነው። በፍቅር የሚኖር በእግዚአብሔር ይኖራል፤ እግዚአብሔርም በእርሱ ይኖራል” (1ዮሐ. 4÷16)

ሁሉን ትቶ ላንተ የሆነልህን እውነት ስታሰላስል አንተ ሁሉን ትተህ የእርሱ ትሆናለህ። በርግጥ ለዘላለም ክእርሱ ጋር እንድትኖር ተጠርተሃል ይህ ኑሮ አሁን ይጀምራል ልክና ወሰን የሌለውን ፍቅርን በመመላት። (ኤፌ.3÷18-19) አባት ብለህ ክጠራኸው በፍቅር ፈልገው። ጠላት ሳለህ በሚያቀጥል ፍቅር ስለ አንተ ራሱን የሰጠው አባት ፍቅር ሲሰማህና ሲያጥለቀልቅህ በናፍቆት ፊቱን መፈለግ ትጀምራለህ።

## 6.2 ጊዜ ጸሎት (ስትጸልይ)

“እግዚአብሔር በሚገኝበት ጊዜ ፈልጉት ቀርቦም

ሳብ ጥሩት” (ኢሳ.55÷6)

አሁንም አልሃለሁ ምን ወይም ስለምን መጸለይ እንዳለብህ ፈጽሞ እንዳታስብ፤ የምታውቃቸውን ውስጥህ ያሉትን ቃላት እርሳቸው፣ ውስጥህን ነፃ አድርግ፣ የኃይል መታደስ ይሆንልህ ዘንድ በሚያስደንቅ መተማመን ጠብቅ ተጠባበቅ። (ኢሳ.40÷31) መነሻ ባደረግነው ጥቅስ ላይ ሁለት አቢይ አሳቦች አሉ።

- በሚገኝበት ጊዜ መፈለግ
- ቀርቦም ሳለ መጥራት

## 6.2.1 መገኘቱን ፈልግ

“እግዚአብሔርን በሚገኝበት ጊዜ ፈልጉት”

የእግዚአብሔር መገኘት (God's presence) ያልነበረበትና የሌለበት ጊዜና ስፍራ የለም እንጂ ቢኖር ኖሮ ሕይወትም እንቅስቃሴም ባልኖረ ነበር። የእግዚአብሔር መገኘት በጊዜና በቦታ የማይወሰን መቼም የትም ያለ የነበረና የሚኖር የአምላክ ክብር መገለጥ ነው። ክራስህ ወጥተህ በእምነት ስትዘረጋ የምትገባበት ዘወትር የተከፈተ በር፣ በዙሪያህ ያጥለቀለቀህና የልብህ ዓይን ሲበራ የምታየው ወደር የሌለው ብርሃን ነው። አልፎ አልፎ የሚገኝ ሳይሆን ያለማመንህ መጋረጃ ሲነሣ ሁልጊዜ የምትገናጸፈው የመንፈስ አርነት ነው። በጌታና በኃይሉ ችሎት በመበርታት ልትደርስበት የሚገባህ ይህ

የክብሩ መላት ከሰይጣን አሠራር በላይ የምትሆንበት የመንፈስ ቅዱስ አሠራር ነው። ስለመገኘቱ በቃሉ እንዲህ ተጽፏል፦

“ሳልጠየቁኝ ተገለጥሁ፦ ሳልፈለጉኝም ተገኝሁ” (ኢሳ. 65÷1)

“ክብርህን ሳይ እጠግባለሁ” (መዝ. 16÷15)

“የእግዚአብሔርም እጅ ለሚፈራት ትታወቃለች” (ኢሳ. 66÷14)

“እናንተም ትሾኛላችሁ በፍጹም ልባችሁም ከሻችሁኝ

ታገኝላችሁ ከእናተም ዘንድ እገኛለሁ” (ኢሮ. 29÷13-14)

“እንወቅ እናወቀውም ዘንድ እግዚአብሔርን እንከተል እንደ

ወገታም ተዘጋጅቶ እናገኘዋለን” (ሆሴ. 6÷3)

“የሚፈልገውም ያገኛል” (ማቴ. 7÷8)

“ሁለት ወይም ሦስት በሰሜ በሚሰበሰቡበት በዚያ በመካከላቸው

እሆናለሁ” (ማቴ. 18÷20)

“የሚወደኝ ቢኖር ቃሴን ይጠብቃል ስባቴም ይወደዋል ወደ እርሱም

እንመጣለን በእርሱም ዘንድ መኖሪያ እናደርጋለን” (ዮሐ. 14÷23)

አሁን ላንተ አዲሱ ነገር ፍጥረታዊ አእምሮህ የማይረዳው መገኘቱ (ክብሩ) መገለጡ ነው። በቤትህ ውስጥ የተዘረጋው የኤቬክትሪክ ገመድ በውስጡ ኃይል ያለ ቢሆንም የሚታየው ግን ማብራት ከቻልክ ነው። አሁን አንተ አብርተሃል መብራቱም ይታወቅሃል፤ የኤቬክትሪክ ብርሃንም መቀትም ይሰማሃል። መንፈስህ የእግዚአብሔር መብራት ነው እርሱን አብርተሃልና ያይሃል (ምሳ. 20÷27) አሁን የሚያይህን ማየት (መረዳት) ቀላል ነው። ወደ እልፍኝህ ገብተሃል ይህ ፈጽሞ መሰብሰብና መመለስ ነው። ተመስጦ ውስጣዊ ረሃብ፣ ልዩ ፍለጋ፣ መደነቅ የመሳበት ጥልቅ

ማሰላሰልና ቃላት የማይገልጠው የመንፈስ መቃተት ነው። በአእምሮህ ከያዝከው ትንሽ እውቀት ወጥተህ ህሊናህን በነጻነት ከፍ ወዳለው ምስጢር መንጠቅ መመለስ ነው። በታላቅ ፀጥታና እርጋታ በመሆን በመንፈስ ከአምላክህ ጋር ለመገናኘት ህሊናን ለመንፈስ ቅዱስ በማስረከብ በእርሱ ብርሃን እየተመራህ ወደሚያደርስህ ክብር ለመድረስ ራስህን ስትፈቅድ በርግጥ ተመስጠሃል፤ በዚሁ ቅጽበት ከሥጋ አሠራር ተለይተሃል። አሁን በስውር ያለው አባትህ ክብሩን በዙሪያህ ይገልጣል። በፊቱ ተገልጠሃልና ላንተ አይሰወርም። የእግዚአብሔር ክብር መገለጥ በሚጠባበቁት ሁሉ ዘንድ የታወቀ ነው። እነዚህን ጥቅሶች መጽሐፍ ቅዱስህን አውጣና አስተውላቸው (ዘጺ. 14÷19-20፣ ዘኁ. 16÷19፣ 1ነገ. 8÷11፣ መዝ. 138÷5-12፣ ሕዝ. 3÷12-14፣ ዳን. 10÷5-10፣ የሐዋ. ሥራ 2÷2-3) እነዚህን ለምሳሌ ጠቀስን እንጂ የእግዚአብሔር መገኘት ሲገለጥ ለሚጠባበቁት የሚዳሰስ ክብር ነው። የሲና ተራራ እንኳ መገኘቱ ተሰምቶታል፦

“እግዚአብሔርም በእሳት ስለወረደበት ሲና ተራራ ሁሉ ይጤስ

ነበር ከእርሱም እንደ እቶን ጢስ ያስ ጢስ ይወጣ ነበር፤

ተራራውም ሁሉ እጅግ ደናወጥ ነበር” (ዘጸ. 19÷18)

ምድርን ወደ መላው ክብሩ ስትደርስ የመገኘቱ ኃይል ልብህን ከፍተህ ለፈለግኸው ላንተማ ምን ያህል ይሰማህ?

## 6.2.2. ቀርቦም ሳለ ጥራው

“ቀርቦም ሳለ ጥራት”

በልጅነት መንፈስ አባ አባት ብለህ መጥራት የምትችለው አባትነቱ ፍቅሩና ክብሩ በልብህ ሲፈስስ ብቻ ነው። መገኘቱን ፈለግህ ወደ አንተም ቀረበ መቅረቡም ሲታወቅህ ትጠራለህ። በሰማይ ያሉት መላእክት ያለ ዕረፍት ቅዱስ ቅዱስ ቅዱስ እያሉ የሚያመለግኑት በቅድስናው ክብር ውስጥ ሰጥመው ነው። ኢሳይያስ የተመለከታቸው ኪሩቤል ፊታቸውንና እግራቸውን በክንፎቻቸው ሸፍነው በሁለት ክንፋቸው እየበረሩ “ቅዱስ ቅዱስ ቅዱስ የሠራዊት ጌታ እግዚአብሔር ምድር ሁሉ ከክብሩ ተመልታለች” (ኢሳ.6÷3) እያሉ ያመለግኑ ነበር። ጸሎት በዚህ ክብሩን በተመላች ምድር (በመገኘቱ) ውስጥ ሆኖ ማመስገን ማለት ነው። ከራስህ ስትወጣ ወደ ክብሩ ትገባለህ እንጂ ክብሩን ያልተመላ ስፍራ የለም።

የቤትህን መብራት በማብራትህ በብርሃኑ እየተመላለስክ የወደድከውን እንደምትሠራ ሁሉ በክብሩ ውስጥ ስትሆን የምትለውን ከክብሩ እየተማርክ ነው፤ የምትቀኘውም ክብሩን እያየህ ነው።

“የእግዚአብሔር ደምፅ ዋሳዎችን ያጠነክራቸዋል

ጫካዎችን ይገልጣል ሁሉም በመቅደሱ ምስጋና

ይላል” (መዝ. 28÷9)

ከሥጋህ ድካም ወጥተህ በብርታት ቆመህ በክብሩ መቅደስ ውስጥ ምስጋና ትል ዘንድ ታድለሃል። ይህ ልዩ የጸሎት ጊዜህ ይህን ሊያመጣልህ ግድ ነው።

“ዕረፍት ስንም ስምላክ እንደሆንኩ እወቁ” (መዝ.45÷10)

ሰይጣን እንኳ እግዚአብሔር አንድ ብቸኛ አምላክ እንደሆነ ያውቃል፤ ይንቀጠቀጥማል፤ ግን ያርፋል? በፍጹም። (ያዕ.2÷19) ምክንያቱም ዕረፍት የሚለው ቃል እግዚአብሔር አምላክ ነው ከሚለው ምስክርነት ወይም አምላክ እንደሆነ ከማወቅ ባለፈ በአምልኮ ውስጥ በጸሎት የምንለማመደው አምላካዊ ክብሩን ያሳያል። የምናከብረውና የምንከብርበት ይህ ክብር ጸሎት ውስጥ ያለህ ዕረፍት ሲሆን እውነተኛውን ነፃነት ያጎናጽፍሃል።

“ጌታ ገን መንፈስ ነው የጌታም መንፈስ ባለበት በዚያ

ስርነት ስለ” (2ቆሮ.3÷16-17)

ወደ ጌታ ዘወር በማለት የሚናገርህን ክብር በመስማትህ ከእሥራትና ከሸክም ሁሉ ነፃ መውጣት ይሆንልሃል። ጸሎትህ ይህን ሊያመጣልህ አይገባምን? ማንም ቢሆን አንተም እንኳ ልትገልጠው የማትችለውን ብዙ ጸጋና ክብር በጸሎትህ ውስጥ ትጠግባለህ።

“ክብርህን ሳይ እጠግባለሁ” (መዝ.16÷15)

መቅረቡ በደጅ ቆሞ እንደሚያንኳኳ ወዳጅ ሳይሆን ተከፍቶለት አብሮህ ተቀምጦ እንደሚያወራ ወዳጅ ከእርሱ ጋር የመነጋገር አቅም ይሰጥሃል። (ራእ.3÷20) ጸሎትን ስንተረጉም አንተ ወደ አምላክ የምትቀርብበት ብቻ ሳይሆን አምላክ ወደ ልብህ የሚቀርብበት፤ አንተ ለእርሱ የምትናገርበት ብቻ ሳይሆን እርሱም አንተን የሚናገርበት እግዚአብሔርን የማግኘት ኃይል ነው ማለታችን ከላይ ያየነውን እውነት ለማስረዳት ነው። ቅዱስ ዮሐንስ በፍጥሞ ደሴት በእሥራት ሳለ በዙሪያው የእግዚአብሔር ክብር መገለጥ እንዴት አስደናቂ እንደነበር በሚገባ አስተውል። (ራእ.1÷9-20)

## ✓ በመንፈስና በእውነት ጥራው

“ነገር ግን በእውነት የሚሰገዱ ሰጽብ በመንፈስና በእውነት የሚሰገዱበት ጊዜ ይመጣል እኩንም ሆኖአል፤ ሕብ ሲሰገዱላት እንደ እነዚህ ያሉትን ይሻልና፤ እግዚአብሔር መንፈስ ነው የሚሰገዱበትም በመንፈስና በእውነት ሲሰገዱላት ያስፈልጋቸዋል” (ዮሐ.4÷23-24)

ኑሮዋና አምልኮዋ ጥያቄ ውስጥ ወድቆባት ትባዛን ለነበረችው ሳምራዊት ሴት መድኃኒታችን ኢየሱስ ክርስቶስ ያስተማረውን ትምህርት መነሻ አደረግን። ቃሉ ከብሉይ ኪዳን በተለየ መልኩ በአዲስ ኪዳን ያለውን የአምልኮ ሥርዓት በሚገባ ያስገነዘበ ነው። ሰዎች ያጡትን የእግዚአብሔርን ፊት ማግኘት የሚችሉበት ሰዓት መድረሱን “አሁንም ሆኖአል” በሚል ቃል ገለጠው። ወደ አብ ፊት ለደረሰ የሚቻልበት የአምልኮ ሥርዓትም በመንፈስና በእውነት በማምለክ መሆኑን አረጋገጠላት። አሁን ሆኖአል ብቻ ሳይሆን አብ “እንደ እነዚህ ያሉትን ይሻል” በሚል ድቅ ቃል የአብን መሻትና ደስ የሚሰኝበትን የአምልኮ መንገድ አሳየን። በመንፈስና በእውነት በማምለክ። እግዚአብሔር እንደሚሻው በማምለክ ደስ አሰኘው።

## ✧ በመንፈስ መጥራት

በእነተ ዘንድ ያንተ መንፈስና የእግዚአብሔር መንፈስ አለ። በጸሎትህ ሰዓት መንፈስ ቅዱስ ከመንፈስህ ጋር በኃይል ይሠራል፤ በእርግጥም ጸሎት የመንፈስ ቅዱስ እሳት አንተን እንደ ዕጣን የሚያቀጣጥልበት ሰዓት ነው። እንደ ጣፋጭ ሽታ ልዩ ምስጋና የሚወጣህ ያኔ ነው፤ የምስጋና መሰዊያ ትሆናለህ።

በመንፈስ ቅዱስ መጸለይ ምን ማለት መሆኑን ከማየታችን በፊት ስለ መንፈስ ቅዱስ የምታጠናቸውን እውነታዎች በጥቂቱ ከመጽሐፍ ቅዱስ እንመልከት። መንፈስ ቅዱስ፦

➤ ጌጣሪ አምላክ ነው። (ዘፍ.1÷2፤ ኢዮ.33÷4፤ መዝ.103 (104)÷30)

➤ ሰው የመንፈስ ቅዱስ ጸጋና ኃይል ማደሪያ ነው። (ዘፍ.2÷7፤ ዘጸ.31÷15፤ መሳ.6÷34፤11÷29፤13÷25፤ 1ሳሙ.16÷12)

➤ የሰው ልጅ በኃጢአት በመውደቁ ምክንያት መንፈስ ቅዱስ ለጊዜው እንጂ ለዘላለም በሰው ላይ አያድርም ነበር። (ዘፍ.6÷3፤ 1ሳሙ.16÷14፤ መዝ.50 (51) ÷9-11)

➤ የጌታችን ዕንስቱ፤ ጥምቀቱ፤ ጸሙና ተአምራቱ በመንፈስ ቅዱስ ነበር። (ሉቃ.1÷35፤ ማቴ.3÷16፤4÷1፤12÷28)

➤ ስለ መንፈስ ቅዱስ መድኃኒታችን በሰፊው አስተምሯል (ዮሐ.3÷5፤ 14÷25-26፤ 15÷26፤16÷15፤ ማቴ.2819፤ ሉቃ.24÷49፤ ዮሐዋ. ሥራ 1÷4-5፤8)

➤ በዓለ ጳንጦ ቆስጤ የመንፈስ ቅዱስ በሐዋርያት ላይ መውረድ የቤተ ክርስቲያን ልደትና አሸናፊነት ጅማራ ነው። (ዮሐዋ.ሥራ 2÷1-21፤ 38፤4÷8-12)

➤ ባመንን በእኛ ላይ መንፈስ ቅዱስ ለዘለለም ይኖራል።

- ለቤዛ ቀን የታተምንበት ነው - ኤፌ. 4÷30
- የርስታችን መያዣ ነው - ኤፌ. 1÷13-14
- በውስጣችን መኖሩ (መሆኑ) ይታወቀናል - ዮሐ.14÷16-17
- በእኛም ይሠራል (ሮሜ 8÷9፤14÷16፤ 1ቆሮ.2÷10፤ ኤፌ. 3÷20)

በመንፈስ እንድንጸልይ ታዘናል፡-

“በጸሎትና በዕመናም ሁሉ ዘወትር በመንፈስ ጸልዩ”

(ኤፌ.6÷18)

“ከሁሉ ይልቅ በተቀደሰ ሃይማኖታችሁ ራሳችሁን ለማንጽ እየተገኙ በመንፈስ ቅዱስም እየጸለያችሁ ወደ ዘላለም ሕይወት የሚወስደውን የጌታችን የኢየሱስ ክርስቶስን ምሕረት ስትጠባበቁ በእግዚአብሔር ፍቅር ራሳችሁን ጠብቁ” (ይሁዳ 20-21)

በመንፈስ ቅዱስ መጸለይ ማለት፡-

“እንዲሁም ደግሞ መንፈስ ድካማችንን ያገዛል እንዲት እንድንጸልይ እንደሚገባን ስናውቅምና፥ ነገር ግን መንፈስ ራሱ በማይነገር መቃተት ይማሳደናልና፤ ልብንም የሚመረምረው የመንፈስ ስላብ ምን እንደሆነ ያውቃል እንደ እግዚአብሔር ፈቃድ ስለ ቅዳሳን ይማሳደናል” (ሮሜ 8÷26-27)

አባ አባት ብለን የምንጠራበት የልጅነት መንፈስ በክርስቶስ በማመናችን በመንፈስ ቅዱስ ያገኘነው ሥልጣን ነው። (ሮሜ 8÷15፤ ዮሐ.1÷12) ከመንፈሳችን ጋር በመሆን ልጅነታችንን የሚያረጋግጥልን ይህ ቅዱስ መንፈስ ምን መጸለይ እንዳለብን ሳይሆን “እንዴት መጸለይ እንዳለብን” የሚያስለጥንን የጸሎት መምህር መሆኑን ቅዱስ ጳውሎስ ነገረን። ከዚህ ቃል የምንረዳው መንፈስ ቅዱስ፡-

➤ ድካማችንን ያገዛል- መንፈስ ቅዱስ በሐዋርያት ላይ የተገለጠበትን ሁኔታ ቅዱስ ሉቃስ ሲያስረዳን.. “ድንገት እንደሚነጥቅ ዓውሎ ነፋስ” (ዮሐዋ.ሥራ 1÷7) በሚል ኃይለ ቃል ነበር። መንፈስ ቅዱስ የኃይል መንፈስ ነውና። በመንፈስ ቅዱስ ኃይል ውስጥ ሆኖ የሚጸልይ ሰው ፈጽሞ የድካምና የመዘናጋት ስሜት የለውም። መንፈስ ቅዱስ ዛሬም ከድካም ውስጥ ነጥቆ በኃይል በተሞላው የአምላክ ክብር ውስጥ

ያቆማል። እንደ ሱራፌል በአምላክ ክብር ውስጥ ከክብር ወደ ክብር እየተሸጋገሩ ማመስገን ይበዛልሃል። (ኢሳ.6÷3-4)

“እስከ እግዚአብሔር ፍጹም ሙሳት ደርሳችሁ ትሞሉ

ዘንድ” (ኢፌ.3÷19)

“መንፈስም እነሣኝ በኋላዬም የእግዚአብሔር ክብር ከቦታው ደባረክ የሚል የጽኑ ንፁፕወጥታ ድምፅ ሰማሁ። መንፈስም እንስቶ እስከወገድኝ፤ እነም በምረትና በመንፈሴ ሙቀት ሂድሁ የእግዚአብሔር እጅ በላዩ በርትታ ነበር” (ሕዘ.3÷12፤14)

በእግዚአብሔር ክብር ውስጥ ስትገኝ ከሸክም ነፃ ነህ፤ አንተ ወደ ሰማይ አትወጣም በምድር የሞላው ክብሩ ወደ ውስጥህ ይፈስሳል፤ ከቁርጭምጭሚት እስከ ራስ እንደሚደርስና ልክ እንደሚዋኝበት ወንዝ እርሱ ይቆጣጠርሃል፤ ሁሉን በሚገዛው ዙፋን ሥር መሆንህን ታያለህ። በርግጥ አሁን ነው በሚያቃጥል ፍቅር ወይም በዋጋ እንደተገዛ የተወደደ ልጅ አባ አባት ሆይ በማለት መጮኽ የምትችለው።

“በመንፈስ የምትቃጠሉ ሁኑ” (ዮሴ 12÷11)

➤ በማይነገር መቃተት ይማልድልናል- መንፈስ ቅዱስ ጌታ መሆኑን አይተናል። የመንፈስ ቅዱስ ምልጃ በቃላት የሚገለጽ ሳይሆን ለቤዛ ቀን የታተምንበት እንደመሆኑ መጠን በአምላክ ፊት በሞገስ እንገለጥና ክብሩን ለማየት

እንበቃ ዘንድ እኛን በምሕረት መሸፈኑንና ለጸሎታችንም ኃይል መስጠቱን ለማሳየት ነው።

“በእርሱ ሥራ ሀሳብን በአንድ መንፈስ ወደ ሕብ መግባት ስለንና” (ኢፌ.3÷18)

➤ የመንፈስን አሳብ ያውቃል- እንደ እግዚአብሔር ፈቃድ መጸለይን መንፈስ ቅዱስ ይሰጥሃል። የእግዚአብሔርን ጥልቅ አሳብ ከመንፈስ ቅዱስ በቀር የሚያውቅ የሌለ ሊሆን (1ቆሮ.2÷10) ይህ አሳብ ላንተ የሚገለጠው በመንፈስ ቅዱስ ነው። ይህ ለእግዚአብሔር ክብር የሚገባውን አዲስ ቅኔ እንዲሁም በሥጋ አእምሮህ የማታውቀውን እየሆነ ያለውንና ሊሆን ያለውን አዲስ ነገር የጊዜውን የእግዚአብሔርን ፈቃድ በመረዳት ትጽልይ ዘንድ ያስተምርሃል።

ድንግል ማርያም የኤልሳቤጥን መዕነስ ሰማች እንጂ ኤልሳቤጥ ስለ ድንግል መዕነስ የምታውቀው አንዳች ነገር አልነበረም። ነገር ግን በታላቅ ድምጽ ጮኻ።

“አንቺ ከሌቶች መካከል የተባረከሽ ነሽ የማሕፀንሽም ፍሬ የተባረከ ነው። የጌታዬ እናት ወደ እኔ ትመጣ ዘንድ እንዲት ይሆንልኛል?”

በማለት ያመለክታል መንፈስ ቅዱስ ሞልቶባት (ገልጦላት) ነበረ። እርሷ በቃል ጮኻ ስታመለግናት በማሕፀንዋ የነበረው የ6 ወር ዕንስ

የሐንስ ደግሞ በደስታ ይዘልል ነበር፤ እርሱም በመንፈስ ቅዱስ ተረድቶ ነበርና። (ሉቃ. 1÷39-43)

የቅዱስ ዳዊትን ዝማሬዎች ጠቅላላ ብንመለከታቸው የእርሱ ወቅታዊ ሁኔታና የአምላክ ረድኤትን ብቻ ሳይሆን በክርስቶስ ልደት፣ ሞትና ትንሣኤ ሊሰጠን ያለውን መዳን የሚገልጡ ናቸው።

“መንፈስ ይመላባችሁ እንጂ በወይን ጠጅ ስትሰክሩ ይህ ማባከን ነውና በመዝሙርና በዝማሬ በመንፈሳዊም ቅኔ እርስ በእርሳችሁ ተነጋገሩ ስጌታ በልባችሁ ተቀኙና ዘምሩ” (ኢፌ. 5÷18-19)

ጸሎታችንን የመንፈስ ቅዱስ ኃይል ሊመራው ከኛ ደካማ እውቀት ጋር የማንታገለው የልዩ ማስተዋልና የማያልቅ ቅኔ ባለቤት መንፈስ ቅዱስ መንፈሳችንንም አንደበታችንንም ለእግዚአብሔር ክብር በሚገባ ምስጋና ስለሚሞላ ነው። ከክብሩ እየተማሩ ክብሩን ማወደስ በመንፈስ ቅዱስ ብቻ ይቻላል። መጽሐፍ፡-

“የእግዚአብሔር ቃል በሙሳት ይነበባችሁ” (ቆላ. 3÷16)

ሊለን ደግሞም፡-

“የእግዚአብሔር ቃል ሕያው ነውና ÷ የሚሠራም ÷ ሁለትም ስፍ ካለው ሰደፍ ሁሉ ይልቅ የተሳሳ ነው። ነፍስንና መንፈስንም ጅማትንና ቅሬተንም እስኪሰይ ድረስ ይወጋል ÷ የልብም ሰሜትና አሳብ ይመረምራል” (ዕብ. 4÷12)

በማለት ይመክረናል። ቃሉ እንደ ሕያውና የሚሠራ ቃል በክብር፣ በኃይል በውስጥ መመላት ማለት ቃሉን በቃል መያዝና በአንደበት

መግለጥ ሳይሆን የቃሉን መንፈሳዊ ኃይል፣ የጊዜውን መልእክት በመረዳት በዚያ እውነት ውስጥ መጸለይ ማለት ነው። ይህ የመንፈስ ቅዱስ ልዩ መግባት ጸሎትህን እንዴት አስደሳችና የገናናነትህ ሰዓት ሊያደርገው እንደሚችል ለመግለጽ ቃላት ይኖር ይሆን?

“መንፈስ ለሕብደተ ክርስቲያናት የሚሰጠውን ጆር ያሰው ይሰማ” (ራእ. 2÷7)

“ሀሌ ሱዶ እግዚአብሔርን በመቀደሱ ስመስገንት በኃይል ጠፈር ስመስገንት፣ በችሱቱ ስመስገንት በታላቅነቱ ብዛት ስመስገንት” (መዝ. 150÷1-2)

#### ❖ በእውነት መጥራት

“እውነት ምንድን ነው?” (ዮሐ. 18÷38)

ጲላጦስ እነት ፊቱ ቆሞ እውነት ምንድን ነው? እያለ ይጠይቅ ነበር። አንተ ጋ ደግሞ ያ እውነት ፊትህ ሳይሆን ውስጥህ ቆሟል። በእግዚአብሔር ቃል ውስጥ ያለው እውነት አንድ ነው እርሱም እግዚአብሔር ነው።

ይህ እውነት ለእኛ በጣም ሊቀርብ በሥጋ ተገለጠና አየነው እርሱም ክርስቶስ ነው፤ በአንተ ውስጥ ያለው እውነት ክርስቶስ ነው።

“ቃልም ሥጋ ሆነ ጸጋንና እውነትንም ተሞልቶ በእኛ ስደረ” (ዮሐ. 1÷14)

በአንተ ውስጥ ያለው ፍጹሙ እውነት እና የሚያድን ጸጋ ክርስቶስ ነው። እርሱ እውነተኛው እውነት ነው።

“...እውነትን ታወቃላችሁ እውነትም ስርነት ያወጣችኋል... ልጄ ስርነት ቢያወጣችሁ በእውነት ስርነት ትወጣላችሁ”

(ዮሐ. 8÷32÷36)

“እኔ እውነትና ሕይወት መንገድም ነኝ” (ዮሐ. 14÷6)

“የእግዚአብሔር ልጅ እንደመጣ እውነተኛም የሆነውን እናወቅ ዘንድ ልቡናን እንደሰጠን እናወቃለን። እውነተኛም በሆነው በእርሱ ስለን ÷ እርሱም ልጄ ኢየሱስ ክርስቶስ ነው። እርሱ እውነተኛ ስምሳክና የዘላለም ሕይወት ነው” (1ዮሐ. 5÷20)

በእውነት መጸለይ ማለት፡-

- ጸጋና እውነትን ተሞልቶ በአንተ ውስጥ ባደረገው በክርስቶስ መንፈስ በመመላት መጸለይ፡-

“ልጆችም ለሰዎችም እግዚአብሔር አባ አባት ብሎ የሚጮክ የልጁን መንፈስ በልባችሁ ውስጥ ሳክ” (ገላ. 4÷6)

ክርስቶስን በማመንና የማዳን ሥራውን በመቀበላችን እንደ ልጆች የመጥራት ሥልጣን ያገኘን ሊሆን (ዮሐ. 1÷12) ይህም አዲስ ፍጥረት የሆነበትና (2ቆሮ. 5÷17) ወደ ክብሩ ለመግባትና በፊቱ ለመገኘት ብቸኛው ድፍረታችንና ብቃታችን ነው። የክርስቶስ መጥራት ከኃጢአት የተነሣ መስማት ላልቻለው ዓለም የመጥራትና

የመስማት ኃይልን ያጎናጸፈ እንደ መሆኑ በእርሱ ሆነን ስንጠራ ከእርሱ የተነሣ ስለ እርሱ እንሰማለን። በልባችን የፈለሰው አባ አባት ብሎ የሚጮክ የልጁ መንፈስ አባ አባት ሆይ ብለን የመጥራታችን መብትና ሞገሳችን ነውና። መንፈስ ቅዱስም በጸሎታችን ውስጥ የሚያረጋግጥልን ይህንን ክብራችንን ነው።

“የእግዚአብሔር ልጆች መሆናችንን ያ መንፈስ ራሱ ከመንፈሳችን ጋር ይመሰክራል” (1ዮሐ. 8÷16)

“በእርሱ ሥራ ሁላችን በእንደ መንፈስ ወደ አብ መግባት ስለንና” (ኢፌ. 2÷18)

“በእርሱም ዘንድ ባለ እምነታችን በኩል በመታመን ድፍረትና መግባት በእርሱ ስለን” (ኢፌ. 3÷12)

- በስሙ መጸለይ፡-

ስሙ ከስም ሁሉ በላይ ነው

“...መዳን በሌላ በማንም የሰም እንደንበት ዘንድ የሚገባን ለሰዎች የተሰጠ ስም ከሰማይ በታች ሌላ የሰምና”  
(ዮሐዋ.ሥራ 4÷12)

“... በዚህም ምክንያት ደግሞ እግዚአብሔር ያለ ልክ ክፍ ክፍ እደረገው ከሰምም ሁሉ በላይ ያለውን ስም ሰጠው፤ ይህም በሰማይና በምድር ከምድርም በታች ያለት ሁሉ በኢየሱስ ስም

ይንበረከኩ ዘንድ መሳሰም ሁሉ ለእግዚአብሔር አብ ክብር ኢየሱስ ክርስቶስ ጌታ እንደሆነ ይመሰክር ዘንድ ነው” (ፊልጵ. 2÷9-11)

ስሙ በምድርና በጥልቁ ብቻ ሳይሆን በሰማይም ያሉ ኃይላትና ሥልጣናት የሚንበረከኩለትና የሚንበረከኩበት እንደመሆኑ ልመናም ይሁን ምስጋና የስሙን ኃይል ሊላበስ ግድ ይላል፡-

ልመና

“እኔ ወደ አብ እሳዳስሁና አብም ስለ ወሰድ እንዲከበር በሰሜ የምትሰምኑትን ሁሉ አደርገዋሁ ማናቸውንም ነገር በሰሜ ብትሰምኑ እኔ አደርገዋሁ” (ዮሐ. 14÷13-14)

“አብ በሰሜ የምትሰምኑትን ሁሉ እንዲሰማችሁ...”

(ዮሐ. 15÷16)

“አብ በሰሜ የምትሰምኑትን ሁሉ ይሰማችኋል፡፡ እስከ ሕሆን በሰሜ ምንም አልሰመናችሁም ደስታችሁ ፍጹም እንዲሆን ሰምኑ ትቀበሉማላችሁ” (ዮሐ. 16÷23-24)

“በዚያን ቀን በሰሜ ትሰምናላችሁ እኔም ስለ እናንተ አብን እንደሰምን የምላችሁ አይደለሁም እናንተ ስለወደዳችሁኝ ከእግዚአብሔርም ዘንድ እኔ እንደወጣሁ ስላመናችሁ አብ እርሱ ራሱ ይወዳችኋልና” (ዮሐ. 16÷26-27)

ምስጋና

“ሁልጊዜ ስለ ሁሉ በጌታችን በኢየሱስ ክርስቶስ ስም እምላካችንና አባታችንን ስለ ሁሉ እመስግን” (ኢፌ.5÷20)

“... በሰማይና በምድር ከምድርም በታች ያሉት ሁሉ በኢየሱስ ስም ይንበረከኩ ዘንድ መሳሰም ሁሉ ለእግዚአብሔር አብ ክብር ኢየሱስ ክርስቶስ ጌታ እንደሆነ ይመሰክር ዘንድ ነው” (ፊልጵ. 2÷6-11)

“እግዚአብሔር አብን በእርሱ እዋመስገናችሁ በቃል ቢሆን ወይም በሥራ የምታደርጉትን ሁሉ በጌታ በኢየሱስ ስም አደርጉት” (ቆላ. 3÷17)

“በኢየሱስ ክርስቶስ በጌታችን ለእግዚአብሔር ምስጋና ይሁን” (ፎሚ 7÷25)

ተጨማሪ፡- ሮሜ 1÷8፣ 16÷27፣ 1ቆሮ. 15÷57፣ ኤፌ. 3÷20-21፣

ይሁዳ 24-25

ነጻ የሚያወጣው እውነት ክርስቶስ ከሆነ ከተጻፈው በላይ እርሱን በመረዳት እርነት እንወጣ ዘንድ በጸሎታችን ውስጥ መንፈስ ቅዱስ ያግዘናል፡፡ መጀመሪያውን የመንፈስ ቅዱስ መውረድ ከክርስቶስ መክበር በኋላ የመሆኑ ዓላማ ክርስቶስን ለማክበር ነው፡፡

“... ሲዮሱስ ቆሞ፡- ማንም የተጠማ ቢኖር ወደ እኔ ይምጣና ይጠማ፡፡ በእኔ የሚያምን መጽሐፍ እንዲል የሕይወት ውኃ ወንዝ ከሆዱ ይፈልቃል ብሎ ጮኸ፡፡ ይህን ግን በእርሱ የሚያምኑ ሲቀበሉት ሰዓሳቸው ስለ መንፈስ ተናገረ፤ ሲዮሱስ ገና ሰላጠከበረ መንፈስ ገና አልወረደም ነበርና” (ዮሐ. 7÷37-39)

“... የእውነት መንፈስ በመጣ ጊዜ ወደ እውነት ሁሉ ይመራችኋል... አርሱ ያከብረኛል” (ዮሐ. 16÷13-14)

አሁን ያለንበት ኢየሱስ ክርስቶስ በአብ ቀኝ የከበረበት ዘመን በመሆኑ ጌታ መንፈስ ቅዱስ እንደ ቅዱስ አስጢፋኖስ ይህን ክብሩን እንድናይ ይረዳናል፡-

“መንፈስ ቅዱስንም ተሞልቶ ወደ ሰማይ ትኩር ብሎ ሲመለከት የእግዚአብሔርን ክብር ሲዮሱስንም በእግዚአብሔር ቀኝ ቆሞ አየና፡- እነሆ ሰማያት ተከፍተው የሰው ልጅም በእግዚአብሔር ቀኝ ቆሞ አይሰህ አለ” (ዮሐዋ. ሥራ 7÷55-56)

ቅዱስ አስጢፋኖስ ይወርድበት የነበረውን የድንጋይ ናዳ ያልተመለከተው ሞትን የሚያስረሳውን የፍቅር ንጉሥ ኢየሱስ ክርስቶስን በአብ ክብር ተገልጦ በማየቱ ነበር፡፡ ጸሎት በመንፈስ ቅዱስ ኃይል ውስጥ ሲሆን ከራስ መውጣትና በዚህ የጸጋ ዙፋን ሥር መገኘት ነው፡፡ ከሱራፌልና ከኪሩቤል ጋር በሰማይና በምድር በመላው ክብሩ ውስጥ መገኘት ከታረደው በግ የተነሣ ነው፡፡ በእርሱ

መጨረሻ የሌለው ምሕረት ተገልጧልና፡፡ ቅዱስ ዮሐንስ ይህን የክብሩን ምስጋና ተመልክቷል፡-

“መጽሐፉን ትወስድ ዘንድ ማኅተሞችንም ትፈታ ዘንድ ይገባሃል÷ ታርደሃልና÷ በደምህም በእግዚአብሔር ከነገድ ሁሉ ከቋንቋም ሁሉ ከወገንም ሁሉ ከሕዝብም ሁሉ ሰዎችን ዋጅተህ በአምሳካችን መንግሥትና ካህናት ይሆኑ ዘንድ አደረግሃቸው፤ በምድርም ላይ ይነገሣሉ እያሉ አዲስ ቅኔ ይዘምራሉ” (ራእ.5÷9-10)

“የታረደው በግ ኃይልና ባለጠገነት ጥበብም ብርታትም ክብርም ምስጋናም በረከትም ሲቀበል ይገባዋል አሉ፡፡ በሰማይና በምድር ከምድርም በታች በባሕርም ላይ ያለ ፍጥረት ሁሉ በእነርሱም ውስጥ ያለ ሁሉ፡- በረከትና ክብር ምስጋናም ኃይልም ከዘላለም እስከ ዘላለም በዙፋኑ ላይ ሰተቀመጠው÷ ለበገም ይህን ሲሉ ሰማይ፡፡ ሕረቱም እንስሶች፡- አሜን አሉ÷ አማግሌዎችም ወደቀው ሰገዱ” (ራእ. 5÷12-14)

ቅዱስ ዮሐንስ ይህን የታረደውን በግ አዲስ ቅኔ ከመስማቱ በፊት የቅኔውን ባለቤት ክርስቶስ ኢየሱስን ነበር በመንፈስ ቅዱስ በሆነ ራእይ የተመለከተው፡-

“... በጌታም ቀን በመንፈስ ነበርኩ በኋላዊም የመለከት ደምፅ የሚመስል ታላቅ ደምፅ ሰማይ... የሚናገረኝንም ደምጽ ሰማየት ዘወር አልሁ፤ ዘወርም ብዬ ሰባት የወርቅ መቅረዞች አየሁ በመቅረዞችም መካከል የሰው ልጅ የሚመስለውን አየሁ÷ እርሱም

እስከ እግሩ ድረስ ልብስ የሰበሰው ደረቱንም በወርቅ መታጠቂያ የታጠቀ ነበር። ራሱና የራሱ ጠጉርም እንደ ነጭ የበገ ጠጉር እንደ በረዶም ነጭ ነበረ። ዓይኖቹም እንደ አሳት ነበረው ነበረ። እግሮቹም በእትን የነጠረ የጋሶ ናስ ይመስሉ ነበር። ደምፁም እንደ ብዙ ውኃዎች ደምፅ ነበረ። በቀኝ እጁም ሰባት ከዋክብት ነበረት። ከአፍም በሁለት ወገን የተሳሰ ስለታም ሰይፍ ወጣ ፊቱም በኃይል እንደሚበራ እንደ ፀሐይ ነበረ” (ራእ. 1÷10-16)

በመንፈስ ቅዱስ ስንበረታ ቅዱስ ጳውሎስ የተረዳው ልክና ወሰን የሌለው የክርስቶስ ኢየሱስ ፍቅር በልባችን ይገዛል፡-

“...በሰማይና በምድር ያሰ አባትነት ሁሉ ከሚሰየምበት ከሕብ ፊት እንበረከካለሁ። በመንፈሱ በውስጥ ሰውነታችሁ በኃይል እንደትጠነክሩ ክርስቶስም በልባችሁ በእምነት እንዲኖር እንደ ክብሩ ባለጠግነት መጠን ይሰጣችሁ። የእናንተ ሥርና መሠረት በፍቅር ይጸና ዘንድ ከቅዱሳን ሁሉ ጋር ስፋቱና ርዝመቱ ከፍታውም ጥልቀነቱም ምን ያህል መሆኑን ለማስተዋል። ከመታወቅም የሚያልፈውን የክርስቶስን ፍቅር ለማወቅ ትበረቱ ዘንድ እስከ እግዚአብሔርም ፍጹም ሙሳት ደርሳችሁ ትሞሱ ዘንድ” (ኢፌ. 3÷14-19)

በመንፈስ ቅዱስ መጸለይ የልብ ዓይኖች መገለጥ በመሆኑ በክርስቶስ የተሰጠንን ተስፋና የተዘጋጀልንን ክብር ቀድመን ማየትና ኃይሉን ማወቅን ይሰጠናል፡-

“የክብር አባት የጌታችን የኢየሱስ ክርስቶስ አምላክ እርሱን በማወቅ የጥበብንና የመገለጥን መንፈስ እንዲሰጣችሁ እስምናለሁ። ይህም የልባችሁ ዓይኖች ሲበሩ የመጥራቱ ተስፋ ምን እንዲሆን በቅዱሳንም ዘንድ ያለው የርስት ክብር ባለጠግነት ምን እንዲሆን ለምናምን ከሁሉ የሚበልጥ የኃይል ታላቅነት ምን እንዲሆን ታወቁ ዘንድ ነው” (ኢፌ. 1÷17-19)

ሐዋርያው ለኛ አሁን የነገረንን በመንፈስ ቅዱስ የሆነውን መገለጥ የተመለከተና ለኛ ሊናገረው ያልተቻለውን ኃይልና ክብር እንድንደርስበት ይጋብዘናል፡-

“...ከጌታ ወዳሰው ራእይና መገለጥ እመጣለሁ። ሰውን በክርስቶስ አወቃለሁ እንዲህ ያለውን ሰው አወቃለሁ በሥጋ እንደሆነ ወይም ያለ ሥጋ እንደሆነ አላውቅም እግዚአብሔር ያወቃል ወደ ገነት ተነጠቀ። ሰውም ሊናገር የማይገባውን የማይነገረውን ቃል ሰማ” (2ቆሮ.12÷1-4)

እንግዲህ ጥቅሶቹን እንዳሉ ለማስቀመጥ የመረጥኩት የእግዚአብሔርን አሠራር ለመረዳት ከእግዚአብሔር ቃል የተሻለ መረጃ ስለሌለን ነው። በአጠቃላይ ጌታ መንፈስ ቅዱስ እኛን የሚቆጣጠርና ከድካም የሚያወጣን እንዲሁም በክብሩ ውስጥ በመገኘት በኃይል መጸለይን የሚሰጠን መሆኑን በመረዳት መጠባበቅ ለጸሎታችን ሙሉ ትርጉም እንደሚሰጠው በመገንዘብ እንድንናፍቀው ነው።

## ▪ እንደ ቃሉ መጻሊይ፡-

“ሕግን ከመስማት ጀርድን የሚመልስ ጸሎቱ ስለፀደፈ ናት”

(ሞላ. 28÷9)

ብዙዎች መስማትን እንጂ እግዚአብሔርን ጨምሮ ሌላውን መስማያ ጊዜ የላቸውም። ሰው በታሪኩ ለመጀመሪያ ጊዜ የሰማውና የሚያውቀው የእምላክን የእግዚአብሔርን ድምፅ ነው። በበደለም ጊዜ የፈራው ይህንን ቀድሞ የሚናፍቀውን ድምፅ ነበር። (ዘፍ. 3÷9-10) ከዚህ ጊዜ ጀምሮ የሰው ልጅ ለእግዚአብሔር ቃል ባዕድ እየሆነ ሕጉም እየከበደው ድምፁም እየራቀው ሄደ።

እግዚአብሔርን መስማት ባቃተው ልክ በእምነት የማይጠራና የሚሰማ ጸሎት የሌለው ሆነ። ጸጋና እውነት በእርሱ በሆነልን በኢየሱስ ክርስቶስ በማመናችን እንደ ልጅ ለቃሉ መታዘዝን በልጅነት መንፈስም አባ አባት ሆይ ብለን መጥራትን አገኘን። (ዮሐ. 1÷12፣17፣ ሮሜ 8÷15)

እኛ በጸሎት እርሱን እደምናናግር ሁሉ እርሱም እኛን የሚያናግረን በቃሉ በኩል ነው። ቃሉን የማይሰማ እንደ ፈቃዱ ስለማይኖር ጸሎቱ አይሰማም። ከአስጸያፊ ማንነት አስደሳች ጸሎት ሊወጣ አይችልምና።

“ማንም ሰው የሚናገር ቢሆን እንደ እግዚአብሔር ቃል ይናገር” (1ጴጥ. 4÷11)

ጸሎት ከእምላክህ ጋር የሆነ የከበረ ንግግር ነው። ጸሎት እንደ እግዚአብሔር ቃል መከናወን አለበት ሲባል፡-

ሀ. እስከ አሁን ስለ ጸሎት በቃሉ እንደተገለጠው የእግዚአብሔር አሳብ ፍቅርን፣ ሰላምን፣ ጸጋና ኃይልን በመግለጥ በምስጋና የተሞላ ጸሎት ማቅረብ እንዲሁም

ለ. ቃሉን እንደ ሕያውና የሚሠራ ቃል በጸሎትህ ውስጥ መጠቀም ማለት ነው።

መድኃኒታችን ኢየሱስ ክርስቶስ እንደ እግዚአብሔር ቃል ለሰይጣን መልስ የሰጠ ብቻ ሳይሆን (ማቴ. 4÷4) በጸሎቱም ውስጥ ቃሉን ጠቅሶ ነበር። (ዮሐ. 17÷12) ቅዱሳን ሐዋርያቱም ስለ ክርስቶስ ስምና ስለ ቃሉ ታሥረው ከነበሩበት ተፈትተው ስለ ሆነላቸው የእግዚአብሔር ጸጋና ኃይል ሲያመሰግኑ፡-

“... በመንፈስ ቅዱስም በብላቴናህ በሕባታችን በዳዊት ስፍ፡- ሕሕዛብ ለምን ስጉረመረመ? ሕዝቡስ ከንቱን ነገር ለምን ስሰቡ? የምድር ነገሥታት ተነሡ ስለቆችም በጌታና በተቀባው ላይ ስብረው ተከማቹ ብለህ የተናገርህ ስምላክ ነህ”

በማለት ሲጻልዩ ቀጥለውም፡-

“በቀባኸው በቅዱሱ ብሳቴናህ በእየሱስ ሳይ ሄርድስና ጴጥራዊው ደሳለኝ ከእኛነብና ከእኛነብህ ሕዝብ ጋር እጅህና እሳብህ እንዲሆን አስቀድመው የወሰኑትን ሁሉ ሲፈጽሙ በዚች ከተማ በእውነት ተሰበሰቡ”

(ዩሐዋ. ሥራ 4÷25-28)

በማለት ያ የትንቢት ቃል የተፈጸመበትና እየተፈጸመ ያለበት ሰዓት ሳይ መሆናቸውን እንደ ቃሉ በመጻለይ አሳስቡ፡፡

በቃሉ መጻለይ ማለት የቃሉን መንፈስ ጸጋና ኃይል በመረዳት በመነካትና ይህንም በመግለጥ መጻለይ ማለት ነው፡፡ እንደ እግዚአብሔር ቃል ለመጻለይ፡-

“የእግዚአብሔር ቃል በሙሳት ይኑርባችሁ” (ቆላ. 3÷16)

ተብሎ እንደተጻፈ በቃሉ ሙላት ውስጥ ለመገኘት የቃሉ እውቀት ያስፈልጋል፡፡ የቃሉ ሙላት ማለት የጥቅሶችን ምዕራፍና ቁጥር ማጥናት ሳይሆን ቃሉን በማስተዋል ወደሚገኝ ወደ መረዳት ባለጠግነት ከፍ፡ ማለት ነው፡፡ ቃሉ አሁን ያለው ፍቺ፣ ለውስጥ የገባህ፣ መንፈስ ቅዱስ በዚያ ቃል ያስረዳህ የተረጎመልህ እውነት የቃሉ ሙላት ማለት ሲሆን ይህም ጸሎትህን እንደ ነዳጅ ያቀጣጥላል፤ ምክንያቱም አሁን ካለው የእግዚአብሔር አሳብ ጋር

ስለተገናኘህ በዚያም ውስጥ የክብሩ ጸዳል ስለሚገለጥ ነው፡፡ ቅዱሳን ሐዋርያቱ አስቀድመን ባየነው ሁኔታ እንደ ቃሉ ከጸሎቱ በኋላ፡-

“ተሰብስበው የነበሩበት ሰፍራ ተናጠጠ በሁሉም መንፈስ ቅዱስ ሞላባቸው የእግዚአብሔርንም ቃል በግልጥ ተናገሩ”  
(ዩሐዋ. ሥራ 4÷31)

ተብሎ ተጽፏል፡፡ በቃሉ ኃይል ጸሎት እንደገና ቃሉን የሚናገሩበት ኃይል ተጨመረላቸው፤ በቃሉ በመጻለይ ከኃይል ወደ ኃይል መሄድ እንዲህ ነው፡፡

### 6.3 ድኅረ ጸሎት (ጸሎትህን ከጨረስክ በኋላ)

“ተነሣሁም ÷ አኔም ገና ከስንተ ጋር ነኝ”  
(መዘ.138÷18)

ሕጉን በማሰላስልና በቃሉ በመመለስ የታወቀው ቅዱስ ዳዊት፡-

“እንደ ልቤ የሆነ ሰው ፈቃዳኝም ሁሉ የሚያደርግ...”  
(ዩሐዋ.ሥራ 13÷22)

የሚል መጠሪያ ያገኘው ልቡ የአምላክ አሳብ መፍሰሻ ስለነበር ነው፡፡ በከበረውና እንደ ባሕር አሸዋ በበዛለት ሰማያዊ እውቀት ተመስጦ እንዴ ሰማየ ሰማያት ከዚያም ወደ ሊኦል እየወጣና እየወረደ ደግሞ በንሥር ክንፍ እስከ ባሕር ጫፍ እየበረረ ሥራውን ሲያደንቅና

ሊያመለግን ቆይቶ ተነሣ። ነገር ግን መንፈሱ ገና ከአምላኩ ጋር ነበር። ጨረሰኩ ብሎ ወደ ራሱ መመለስ ወደ ኑሮውም መመልከት ተሣነው፤ ፈጥኖ ከዚያ ክብር መለየት አልቻለም። ጣዕመ ጸሎት ይህ ነው ዘወትር በጸሎት መንፈስ ከእግዚአብሔር ፊት ሳይጠፉ መንቀሳቀስ።

ቢሮው ውስጥ ተቀምጦ ከአሥራ አንድ ሰዓት ጀምሮ ቤቱን ወይም ማምሻውን እንደሚያስብና አሥራ አንድ ተኩል ላይ ተጣድፎ ከቢሮው እንደሚወጣ ሠራተኛ ከእግዚአብሔር ፊት እንዳትወጣ ተጠንቀቅ። ልባቸው በክብሩ ውስጥ ሳይሆን አፋቸውን የሚያንቀሳቅሱ ሰዎች የሚያሣርፍ ፍቅር የሚያክብር ክብር በውስጣቸው ስላልፈለሰ ጸሎት ለመጨረስ ይሯሯጣሉ። እንኳን ከአምላክ ጋር የነበሩ ከሰው ጋር ቁምነገር ያወሩ አይመስሉም፤ እርካታም እርጋታም ከጸሎት በኋላ አይታይባቸውም። እነዚህ ከእራሳቸው ጋር ብቻ ነበሩ። አምላክ ስላወራህ አይደለም የሚሰማህ፤ ፈልገው ታገኘዋለህ ያኔ ባታወሩ እንኳን ድንቅ ነገር ይነገርሃል። ጸሎት ወደ ክብሩ መድረስ የሆነላቸው ግን ለመጨረስ ይቸገራሉ ማቆሚያው ይጠፋቸዋል ከኃይል ወደ ኃይል ከክብር ወደ አዲስ ክብር ስለሚሻገሩ አክብረው አመስግነው አይጠግቡም ጨርሰውም በምስጋና ውስጥ ናቸው ዕንባ ከዓይናቸው ይፈሳል።

“ከእሳቱም በኋላ ትንሽ የዝምታ ድምፅ ሆነ” (ነገ. 19÷12)

ከብርቱ ነፋስና ከምድር መናወጥ በኋላ ዓለቱን የሚያቀልጥ እሳት በከሬብ ላይ አለፈ። ከእሳቱ በኋላ ግን ትንሽ የዝምታ ድምጽ ሆነ። እግዚአብሔር የሚገኝበትና የሚናገርበት ሰዓት ስለደረሰ ኤልያስ ከዋሻው ወጥቶ ራቱን ሸፍኖ በራቱ ቆመ አምላክም መለስለት። በእግዚአብሔር ፊት የሆነው ዝምታ ድምጽ አልባነት ሳይሆን ድምጽ ያለበት መልእክት የሚመጣበት የአምላክ ሰዓት ነው። አንተ በራቱ ስታመለግን ስትለምንና ስትማልድ እንደነበረ ሁሉ ይህ የዝምታ ሰዓት እርሱ ለልጁ ያለውን ምላሽ በልብህ የሚያፈስበት የበረከትህ ሰዓት በመሆኑ ከጸሎትህ በኋላ በታላቅ ጸጥታ ውስጥ በጌታ ፊት ጥቂት ቆይ። በቤተክርስቲያን ጸሎታችሁን ፈጽማችሁ ጥቂት አረፍ በሉ የሚል ክልጅነቱ የማውቀው አባባል አለ። እኛ በልማድ መቀመጫ ነክቶ መነሳት አደረግነው እንጂ ጣዕመ ጸሎት የገባቸው አበው በጸሎት መንፈስ ውስጥ ጥቂት አረፍ ብለን በኃይል እንድንወጣ መምከራቸው ነበር። በእሳቱ ውስጥ ቆይተህ ከእሳትህ ጋር ተመለስ።

“እብርሃም ግን በእግዚአብሔር ፊት ገና ቆሞ ነበር”

(ዘፍ. 18÷22)

ታላቁ የሃይማኖት መሠረት የተባለው አባታችን አብርሃም አምላኩን በልቡ ያከበረ ከዚያም በቤቱ የተቀበለ ጻድቅ ነው። በልጅ በረከት

ሊያከብረው የተገለጠለት አምላክ የሰዶምን ታላቅ በደል በነገረው ጊዜ እንደ ወዳጅ በፊቱ እየማለደ ከተማይቱን ከጥፋት ለማዳን ደከመ። አብርሃም በቤቱ አምላኩን ተቀብሎ ሲሸኝ ከወጣ በኋላ የሰዶምን ኃጢአትና ቅጣት ነግሮት ቢለየውም አብርሃም ግን ገና በእግዚአብሔር ፊት ቆሞ ይማልድ ነበረ። መልስ ሳናገኝና ልባችን ሳያርፍ ፈጥኖ ከጸሎት መውጣት ቀድሞውኑ እንዳልገባን ያሳያል። ዳንኤል የጸሙና የጸሎቱ ጥያቄ ዕለቱን እንኳ ቢመለስለት ሰይጣን መልሱን ስላዘገየበት ሃያ አንድ ቀን ሱባኤውን ሳያቋርጥ አምላካዊ ምላሹን በትጋት ሆኖ ተቀብሏል። (ዳን. 10÷10-14)

“ቆይቱ እግዚአብሔርን ደጅ ጠናሁት እርሱም ዘንበል እበልኝ ጩኸቴንም ሰማኝ” (መዝ. 39÷1)

#### ማጠቃለያ:-

ጸሎት ማድረስ ሳይሆን መድረስ ነው። የክብሩ መላት የሌለበት ጊዜና ቦታ ባለመኖሩ በዙሪያህ ወደ መላው ክብሩ ለመድረስ በእምነት ዘርጋ። በክብሩም ውስጥ በመገኘትህ ከሚበዛልህ ሰላም የተነሣ በምስጋና ታክብረዋለህ። ያን ጊዜ በውስጥህ የሞላውና ያሳረፈህ ክብር በዙሪያህ የማይደፈር ቅጥር ሆኖ ይጠብቅሃል።

## ምዕራፍ አራት

መልስ የሌለው ጸሎት የለምና የሚሰማ ጩኸት ጩኸህ  
መልስህን ተቀበል።