<u>ፀሎት</u>

1/ ጸሎት

ጸሎት ጸለየ፡- ለመነ፣ ጠየቀ አማለደ፣ ማለደ ካለው የግዕዝ ቃል የወጣ ቃል ነው፡፡ ጸሎት ማለት ጠቅለል አድርገን ስንመለከተው ከእግዚአብሔር ጋር መነጋገር እግዚአብሔርን ማመስገን መለመን፣ መጠየቅ፣ መማለድ፣ መማፀን ነው፡፡ “ጸሎት ብሂል ተናግሮ ምስለ እግዚአብሔር፡፡” አባታችን አዳምም ከመላእክት ተምሮ በየሰዓቱ ይጸልይ ያመሰግን ነበር፡፡ ዲያብሎስ በእባብ አድሮ ወደ አዳም በመጣ ጊዜ ጸሎት እያደረገ ስለነበር ዲያብሎስን ድል ነሥቶታል ሔዋንን ግን ሥራ ፈትታ እግሯን ዘርግታ ስለአገኛት ድል ነስቷታል፡፡

ጸሎት ሰማእታት ከነደደ እሳት፣ ከተሳለ ሰለት፣ ከአላውያን መኳንንት፣ ከአሕዛብ ነገሥታት ከዲያብሎስ ተንኮል እና ሽንገላ ዲያብሎስ በእነርሱ ላይ ከአጠመደው አሽከላ የዳኑበት ጋሻ ነው፡፡ ኤፌ.6፥10 21 ጸሎት፣ ሰው አሳቡን ለእግዚአብሔር የሚገልጥበት እግዚአብሔርም የሰውን ልመና ተቀብሎ ፈቃዱን የሚፈጽምበት ረቂቅ ምስጢር ነው፡፡

የጸሎት መሠረቱ “ዕሹ ታገኛላችሁ ለምኑ ይሰጣችኋል ደጁ ሞቱ ይከፈትላችኋል” የሚለው የጌታችን ትምህርት ነው ማቴ.7፥7

ጸሎት፡- በሦስት ክፍል ይከፈላል

1. ጸሎተ አኰቴት
2. ጸሎተ ምህላ
3. ጸሎተ አስተብቊዖት

1. ጸሎተ አኰቴት፡- ማለት እግዚአብሔርን ከሁሉም አስቀድሞ ስለተደረገልን ነገር በማመስገን የሚጀመር ጸሎት ነው ይህም ዓይነት ጸሎት የቅዱስ ባስልዮስን የምስጋና ጸሎት የመሰለ ነው፡፡

“ነአኲቶ ለገባሬ ሠናያት ላዕሌነ እግዚአብሔር መሐሪ” “ለእኛ በጎ ነገርን ያደረገ ይቅርባይ እግዚአብሔር አምላካችንን እናመስግነዋለን” ይልና ምክንኒያቱን ሲገልጥ ጠብቆናልና፥ አቅርቦናልና፥ ወደ እርሱም ተቀብሎናልና፥ እስከዚችም ሰዓት አድርሶናልና” ይላል፡፡ /ሥርዐተ ቅዳሴ/ ይህ ጸሎት የምስጋና ጸሎት /ጸሎተ አኰቴት/ ይባላል፡፡ ቅዱስ ጳውሎስም ይህንን የምስጋና ጸሎት ለፊልጵስዮስ ክርስቲያኖች ሲጽፍላቸው “ነገር ግን በሁሉ ነገር ጸልዩ ማልዱም እያመሰገናችሁም ልመናችሁን ለእግዚአብሔር ግለጡ” ይላል፡፡ ፊል.4፥6 ዳግመኛም “ስለእናንተ በኢየሱስ ክርስቶስ ከእግዚአብሔር ዘንድ ለእናንተ ስለተሰጣችሁ ጸጋ ዘወትር እግዚአብሔርን አመስግነዋለሁ” 1ቆሮ.1፥4 ብሎ ከመለመን አስቀድሞ እግዚአብሔርን ማመስገን አስፈላጊ መሆኑን አስተምሯል፡፡

በዚህ መሠረት ሰው የተደረገለትን በጎ ነገር ሁሉ በማሰብ ፈጣሪውን ማመስገን ከማመስገንም ቀጥሎ የሚያስፈልገውን ከፈጣሪው መለመን አስፈላጊ ነው። ከቅዱስ ጳውሎስ የምንማረው ለእኛ ስለተደረገልን ብቻ ማመስገንን አይደለም፤ ሌሎች ስለተደረገላቸውም ማመስገን ተገቢ መሆኑን እንጂ። "ለእናንተ ስለተሰጣችሁ ጸጋ ዘወትር እግዚአብሔርን አመሰግናለሁ" ሲል ለወገኖቹ ስለተደረገላቸው በጎ ነገር በደስታ ማመስገኑ ነው። ክርስትና ማለት ለእኔ ብቻ ማለት ሳይሆን ለሌሎችም መኖር፣ ለሌሎች በተደረገው የእግዚአብሔር ስጦታም ደስ መሰኘት ነው። ይህን የምስጋና ጸሎት /ጸሎተ አኮቴት/ ብዙ አባቶች፣ እናቶች ተጠቅመውበታል። ለምሳሌም ያህል ዘካርያስንና ኤልሳቤጥን መመልከት እንችላለን። ቅድስት ኤልሳቤጥ እግዚአብሔር ያደረገላትን በጎ ነገር ስትመሰክር "እግዚአብሔር በዚህ ወራት ከሰው ሰድቤን ያርቅ ዘንድ በጎበኘን ጊዜ እንዲህ አደረገልኝ" ብላለች። ሉቃ.1፥25 እግዚአብሔር ጎበኘኝ ብላ ቸርነቱን አደረገልኝም በማለት የተደረገላትን መልካም ስጦታ ዮሐንስን መጽነሷን ገልጣ አመሰግናለች። ዘካርያስም እንዲሁ አመሰግኗል። "ያን ጊዜም አፉ ተከፈተ አንደበቱም ተናገረ እግዚአብሔርንም አመሰገነ" ሉቃ.1፥65 "ከዚህ ጊዜ ያደረስከኝ፥ ከደዌ የፈወስከኝ፥ ዮሐንስን የሰጠኸኝ ብሎ ፈጣሪውን

አመስግኗል በመቀጠልም ይቅር ያለን ለወገኖቹም ድኅነትን ያደረገ የእስራኤል አምላክ እግዚአብሔር ይመስገን ከባሪያው ከዳዊት ቤት የምንድንበትን ቀንድ አስነሣልን።" ሉቃ.1፥68 በዘካርያስ ጸሎት ውስጥ ምስጋናውን አስቀድሞ ትንቢቱን አስከትሎ እናገኘዋለን። በዚህ ምስጋናውና ትንቢቱ አምላክ ለእኛ ያደረገው የቤዛነቱን ሥራ በመግለጥ ሲያመሰግን እንመለከታለን።

2. ጸሎተ ምህላ፡- ጸሎተ ምህላ ስለፈውሰ ሕሙማን ...... ስለ ሀገርና ስለነገሥታት ስለ ጳጳሳት፣ ካህናት ዲያቆናት፣ ምዕመናን ሕይወት ቸነፈር፣ ጦርነት፣ ረሀብ፣ ድርቅ ወይም ሌላ አስጊ ነገር በሆነ ጊዜ በብዛት፣ በማኅበር የሚጸለይ ጸሎት ነው። የምህላ ጸሎት ሲጸለይ በእስራኤል ላይ ቸነፈር በተነሣ ጊዜ አሮን በሽተኞን ባንድ ወገን ጤነኞችን ባንድ ወገን አድርጎ የክህነት ልብሱን ለብሶ ማዕጠንተ ወርቁን ይዞ በራስህ የማልክላቸውን አብርሃምን፣ ይስሐቅን፣ ያዕቆብን አስበህ የወገኖችህን ኀጢአት ይቅር በል" እንደጸለየላቸው ነው። ዘኍ.16፥46-50

ዛሬም ካህናት ከጠቀስናቸው አስጊ ነገሮች ማንኛውም በሀገር ላይ ቢመጣ ወደ ሀገር እንዳይገባ ገብቶ ቢሆን ከፍ ያለ ጉዳት እንዳያመጣ የክህነት ልብሰ ለብሰው ማዕጠንቱ ይዘው ሥዕለ ማርያም፣ መስቀል አቅርበው ማኅበረ ክርስቲያንን ሰብሰበው፣ ኢየሱስ ክርስቶስን

“ስለእኛ ከድንግል ማርያም መወለድህን ስለእኛ መሠቀል መሞትህን አስበህ የህዝብን ኀጢአት ይቅር በል ከመዓት ወደ ምሕረት ተመለስ” እያሉ በምህላ ይጸልያሉ፡፡

የምህላ ጸሎት መአትን መቅሰፍትን ይመልሳል ጦርን፣ ቸነፈርን ያስታግሳል መሠረቱም፡፡

“ጾም ለዩ ምህላ ሰበኩ” ያለው ቃል ነው፡፡ ይህ ጸሎት በሰላም ጊዜ ሰላሙ ዘላቂ እንዲሆን በጦርነት ጊዜ ለመከላከያነት ዋና መሣሪያ ነው፡፡ ስለዚህ አጥብቀን ልንከተለው ይገባል፡፡

የምህላ ጸሎት ነገሠታት ከዙፋናቸው ወርደው ወንድ ሙሽራ ሴት ሙሽራ ከጫጉላቸው፣ ከመጋረጃቸው ለምግብ የደረሱ ልጆች ከምግብ ለምግብ ያልደረሱ ከጡት ተከልክለው ሕዝብ ሁሉ ምንጣፍ ለብሰው አመድ ነሰንሰው የሚጸልዩት ከፍተኛ ጸሎት ነው ኢዩ.2፥12-18፣ ዮና.3፥5

3. ጸሎተ አሰብቁዖት

ይህ ጸሎት አንድ ሰው ስለሚፈልገው ነገር ቦታ ለይቶ ሱባኤ ገብቶ የሚጸልየው ጸሎት ነው፡፡ ይህ ጸሎት በተለይ ጣዕመ ጸጋን በቀመሱ በተባሕትዎ፣ በምናኔ በገዳም በሚኖሩ አበው ዘንድ የተለመደና የሚደረግ ጸሎት ነው፡፡ ወጣኒያን እግዚአብሔርን ጠይቀው አድርግ አታድርግ የሚል መልስን አይጠብቁም፡፡ ፍጹማን አባቶች ግን

እግዚአብሔር ጠይቀው አድርግ ወይም አታድርግ የሚል ፈቃደ እግዚአብሔርን ሳይቀበሉ የሚያደርጉት ነገር የለምና ቦታ፣ ጊዜ ወስነው ፈቃደ እግዚአብሔር ይጠይቃሉ፡፡ ይህ ጸሎት አስተብቊዖት ይባላል፡፡ ይህም ማለት መላልሶ ደጋግሞ ያለ ዕረፍት ደከመኝ ሰለቸኝ ሳይሉ የሚደረግ ጸሎት ነው፡፡ ለምሳሌ ትልቁ መቃርስ ዓለምን ዞሮ ለመጎብኘት ለተከታታይ አምስት ዓመታት እግዚአብሔርን ከለመነ በኋላ እየዞረ መካነ ቅዱሳንን እንዲጎበኝ ከእግዚአብሔር ፈቃድ አግኝቷል በዚህም ከእርሱ ከገድል በትሩፋት የሚበልጡ መናንያን በማግኘቱ መነኮሳትማ እነርሱ እንጂ እኔ ምንድን ነኝ? እያለ ራሱን እየወቀሰ እንደተመለሰ በመጽሐፈ መነኮሳት ተጽፎ እናገኛለን፡፡ በቤተ ክርስቲያናችን “መስተበቊዕ” የሚባል የጸሎት ክፍል፡፡ አለ ይህ ጸሎት በካህናት አባቶቻችን ስለሙታን፣ ስለሕያዋን፣ ስለነገሠታት፣ ስለ ጳጳሳት ስለ ንዑሰ ክርስቲያን፣ ስለ ምእመናን መባዕ ስለሚያቀርቡ ስለነጋድያን፣ ስለዝናም ስለ ወንዞች የሚጸለይ ትልቅ ቦታ የሚሰጠው የጸሎት ክፍል ነው፡፡

ጠቅላላውን በቤተ ክርስቲያን የሚጸልዩ ጸሎታት ጸሎተ ፍትሐት፣ ጸሎተ ተክሊል፣ ጸሎተ ህሙማን፣ ጸሎተ ቅዳሴ፣ ጸሎተ ሰዓታት፣ የግል ጸሎት፣ የማኅበር ጸሎት እነዚህ ሁሉ ከላይ ከዘረዘርዓቸው ሦስቱ የጸሎት ክፍሎች አይወጡም፡፡

ከጸሎተ አኰቴት ከጸሎተ ምህላ፣ ከጸሎተ አስተበቊዖት ይመደባሉ፡፡ እነዚህን ጸሎታት በሰቂለ ኅሊና በአንቃዕድዎ /ዐይንን ወደ እግዚአብሔር በማንሳት/ መጸለይ ታላቅ ዋጋ የሚያስጥ ከሰይጣን ወጥመድ የሚታደግ ሕይወትን የሚሰተካከል ከእግዚአብሔር ጋር የሚያስታርቅ አጋንንትን የሚያርቅ ኀይለ እግዚአብሔርን ለሚጸልየው የሚያስታጥቅ መላእክትን የሚያስመስል ነው፡፡ እኛም ሰውነታችን ከበደል ልቡናችን ከቂም ከበቀል እንዲሁም ከተንኮል ንጹሕ አድርገን ብንጸልይ እንጠቀማለን ጸሎታችን ተሰሚ ልመናችንና ጩኸታችን ግዳጅ ፈጻሚ ይሆናል፡፡ የአባቶቻችን ጸሎት የተቀበለ እግዚአብሔር አምላካችን ጸሎታችንን ይቀበለናል፡፡ ሰለ ጽድቅህ ፍርድ በቀን ሰባት ጊዜ አመሰግንሃለው”/መዝ 118-164/ብሎ እንደተናገረ ክርስቲያን የሆነ ሁሉ ሰባት ጊዜ በየእለቱ

እንዲጸልይ ቤተ ክርስቲያን ታስተምረናለች፡

በሰባቱ የጸሎት ሰዓታት የታቻለንን ያህል እንድንጸልይ ታዝናል፡፡እነዚህን የጸሎት

ሰዓታት በገዳም ያሉ መነኮሳት በየበረሃው የሚዞሩ ባሕታውያን

ይጠብቋቸዋል፡፡ይጸልዩባቸዋልም፡፡በከተማ በሥራ ምክንያት ሩጫ

በዝቶበት በሁሉም ሰዓት መጸለይ የማይችል ክርስቲያን
ግን ቢያንስ በማለዳ
ከእንቅልፉ ሲነሳ እና ማታ ወደ መኝታው ሲያመራ መጸለይ
ይገባዋል።ጠዋት
እና ማታ በመጸለይ ከፈጣሪ ጋራ ያለው የአባትና ልጅ
ግንኙነት እንዳይቋረጥ
ማድረግ ይገባዋል።
ምን እንጸልይ?
በመደበኛነት ልንጸልያቸው የሚገቡ ጸሎታት /
በቤተክርስቲያናችን አባቶች
በገዳማቱ በአድባራቱ የሚዘወተሩ እለታዊ ጸሎታት/
እነኚህ ናቸው።
1.መዝሙረ ዳዊት
መዝሙረ ዳዊት በገዳማት ከሚኖሩ አበው መነኮሳት
ባህታውያን ጀምሮ
በካህናት፣ምእመናን በሁሉም ዘነድ በየእለቱ የሚጸለይ
ጸሎት ነው።አባቶች
ከፊደል ቆጠራው ቀጥሎ ዳዊቱን ያጠኑና ከዚህ ጊዜ
ጀምረው እየደገሙት፣እየጸለዩበት ይኖራሉ።ዳዊት
ሳይደግሙ ወደ ዕለታዊ
ተግባራቸው አይሰማሩም።መዝሙረ ዳዊት እንደሌሎች
ጸሎታት ሁሉ በየዕለቱ ተለይቶ የሚጸለይ አለው።ቀጥለን

እንመልከት
ሰኞ ከ 1 - 30፣ማክሰኞ ከ 31 – 60፣ረቡዕ ከ 61 –
80፣ሐሙስ ከ 81 –
110፣አርብ ከ 111 – 130፣ቅዳሜ ከ 131 – 150
እሁድ- ጸሎተ ነቢያት እና መኃልየ መኃልይ ዘሰሎሞን
ይጸለያል፡፡
አንድ ንጉሥ
መዝሙረ ዳዊትን ስንጸልይ ለዕለቱ የታዘዘውን ሃያ እና
ሰላሳ
መዝሙር ማድረስ ባንችል እንኳን አንድ ንጉሥ ማድረስ
ይገባናል፡፡ አንድ
ንጉሥ የሚባለው፡-አስር መዝሙር ነው፡፡ለምሳሌ ሰከኞ
አንድ ንጉስ
ለማድረስ ከፈቀዱ ከ 1 – 10 ያለውን ያደርሳሉ፡፡
ከማክሰኞ ከሆነ ደግሞ ከ
30 -40 ያውን የመጀመሪያውን አስር መዝሙር ያደርሳሉ
ማለት ነው፡፡ይህን
ሁሉ ማድረስ ያልተቻለው ግን የተወሰኑ መዝሙራትን
መርጦ በየእለቱ
ያደርሳል፡፡
2. ውዳሴ ማርያም
ውዳሴ ማርያም ከተቻለ የሰባቱን ዕለታት ካልተቻለ የእለቱን

ማድረስ ተገቢ

ነው።የዘወትር ጸሎት ካደረስን በኋላ የዕለቱን ውዳሴ

ማርያም አድርሰን

ይዌድስዋ መላዕክትን ደግመን ከእመቤታችን በረከት

ተሳታፊ መሆን ተገቢ

ነው።በዋልድባ የሚኖሩ መነኮሳት ውዳሴ ማርያም

ከቅዳሴ ማርያም

ሳያደርሱ ውለው አያድሩም።በየአብነት ትምህርት ቤቱ

የሚገኙ መምህራንና

ተማሪዎች እና በየገዳማት ያሉ መነኮሳት ሁሉ ውዳሴ

ማርያምን በየዕለቱ

ያደርሳሉ፡እኛም ከአበው ተምረን ማታ ከመኝታ በፊት

ወይም ጠዋት ስንነሳ

ይህን ጸሎት ማድረስ ተገቢ ነው።

3. ወንጌል ዘዮሐንስ

የዮሐንስ ወንጌልን በየምዕራፍ ከፋፍለን በየእለቱ ማንበብ

ሌላው ጸሎት

ነው።አባቶች ይህንን ጸሎት በየእለቱ እያደረሱ ብዙ

ተጠቅመውበታል።

4.ሌሎች ጸሎታት

ውዳሴ አምላክ፣ ሰኔ ጎለጎታ፣ መልክአ ኢየሱስ፣ መልክአ

ማርያም ፣

በመዝገበ ጸሎት እንዲሁም በመዝሙረ ዳዊት መጽሐፍት
ላይ ያሉትን ሌሎች
ጸሎታት፣እንዲሁም ገድላት፣ተአምራትን፣እንደ ችሎታችን
በየዕለቱ
እናደርሳለን።ቢያንስ ግን ይህ ሁሉ ባይሆንልን ከላይ
የጠቀስነውን
የመዝሙረ ዳዊትና ፣ውዳሴ ማርያምን ጸሎት ማድረስ
ይገባናል።
አጭር ጸሎት
በተቻኮልን እና መጻሕፍትን ለማንበብ ጨርሶውን ጊዜ
በማይኖረን ሰዓት
ይህንን እንድንጸልይ አንዳንድ አባቶች ይመክሩናል።አቡነ
ዘበሰማያት፣ጸሎተ
ሃይማኖት፣ሰላም ለኪ /ስለ ውዳሴ ማርያም ፈንታ/፣አቡነ
ዘመሰማያት፣አንድ
ከመዝሙረ ዳዊት/ መዝሙር 150/ በመዝሙረ ዳዊት
ፈንታ/በመጨረሻም
አቡነ ዘበሰማያት ማድረስ ብንችል መልካም ነው ።ጸሎተ
ሃይማኖት
የህይማንት መግለጫ በምህኑ እንጸልየዋለን። በመካከል
ሰላም ለኪ
በመድገማችንም የውዳሴ ማርያም በረከት ይደርሰናል።

መዝሙረ ዳዊት

150 ስናደርስ ደግሞ ሁሉንም መዝሙራት የደገምን

ያህል ይሆንልንና

የዳዊቱን በረከት እናገኛለን።ይህንን ሁሉ ማድረስ

ካልተቻለን ግን ቢያንስ

ጌታችን ኢየሱስ ክርስቶስ እንዳስተማረን አቡነ ዘበሰማያት

ብለን ከቤታችን

ልንወጣ ይገባናል።አጭር ጸሎት ከሥፍራ ሥፍራ ሊለያይ

ይችላል፡;ዘጠኘ

ሰላም ለኪ፣አሰራ ሁለት አቡነ ዘበሰማያት በገዳማት ያሉ

አበው ያደርሳሉ።

አጭር ጸሎትን እነደ መደበኛ ማድረግ ለፈተና ያጋልጣል

አጭር ጸሎት የምንጸልየው በጣም በተቸገርንበት፣ጊዜ

ባጣንበት ሰዓት

ነው።ይህንን ጸሎት እንደመደበኛ ይዞ በየእለቱ አንድ አቡነ

ዘበሰማያት ብቻ

መድገም ግን ስንፍና እንዳይሆን ያሰፈራል።ይልቁንም

በክርስትና ሕይወት

ጅማሬ ላይ ያሉ ምእመናን/ወጣኒያን/ክርስትናውን

እስኪላመዱ ጸሎታቸው

አጭር ሊሆን ይችላል።እየቆዩ ሲሄዱ ግን በጸሎት እየበረቱ

ወደ መደበኛው

ጸሎት መድረስ አለባቸው።ሁል ግዜ ወተት መመኘት ሁል ግዜ አልበረታውም
እያሉ አጭር ጸሎት እያደረሱ መተኛት ተገቢ አይደለም።ይህ አይነቱ
አካሄድ የእግዚአብሔርን ቸርነት ለስንፍና ምክንያት አድርጎ መጠቀምም
ነው።ከዚህ ጋር በቤተክርስቲያን አገልገሎት ላይ ያለንም ዳዊት መድገም
ውዳሴ ማርያም ማድረስ ይጠበቅብናል።የሰንበት ት/ቤት ወጣቶች
፣ዲያቆናት፣ቀሳውስት፣ሰባክያነ ወንጌል፣መዘምራን......እነዚህን ጸሎታት
መጸለይ ይጠበቅባቸዋል።አልያ ግን እያወቅን ጸሎት ማድረስ እንዳለብን ብዙ
ጊዜ ተምረን እንዳልተምርን ቸል ብንል ለፈተና መጋለጥ
ይመጣል።ከእግዚአብሔርም ቸርነት እንድንርቅ ያደርገናል።
አቡነ ዘበሰማያት የጸሎታችን መነሻና መድረሻ
ጸሎት ሰናደርስ የጸሎታችን መነሻ (መጀመሪያ) አቡነ ዘበሰማያት ነው።
በመካከል ጸሎት አቋርጠን ከሰው የምንነጋገርበት ጉዳይ ቢገጥመን በአቡነ
ዘበሰማያት ማሰር ተገቢ ነው።በአቡነ ዘበሰማያት አሰረን

የገጠመንን ጉዳይ

ፈፅመን እንመለሳለን፡፡ከዚያም አቡነ ዘበሰማያት ብለን

ካቆምንበት

እንቀጥላለን፡፡ጸሎታችንን በአቡነ ዘበሰማያት ሳናሰር

በመሃል እንዳሻን

እንዳናቋርጥ አበው ያስተምሩናል፡፡

የማህበር ጸሎት

በቤታችን ከምንጸልየው ጸሎት በተጨማሪ በቤተክርስቲያን

ተገኝተን ጸሎት

ማድረስ ተገቢ ነው፡፡ቤተ ክርስቲያን የእግዚአብሔር ቤት

እንደመሆና

በእርሱአ የሚጸለይ ጸሎት ከጸሎታት ሁሉ የላቀ

ነው፡፡በካህናት እየተመራ

፣በሕብረት ሆነን የምናደርሰው በመሆኑ ታላቅ ኃይል

አለው፡፡እግዚአብሔር

በቤተ መቅደሰ የምንጸልየውን ጸሎት እንደሚሰማ

ሲያመለክተን እንዲህ

በማለት ነግሮናል፡፡”አሁንም በዚህ ሥፍራ ለሚጸለይ ጸሎት

ዓይኖቼ

ይገለጣሉ ፣ጆሮቼም ያደምጣሉ፡፡ስሜ ለዘላለም በዚያ

ይኖር ዘንድ ይህን ቤት

መርጫለሁ ቀድሻለሁም ዓይኖቼ እና ልቤም ዘወትር በዚያ

ይሆናሉ።”/2
ዜና መዋ 7-15/ ከዚህ አንጻር በቤተ መቅደስ እየተገኘን
መጸለይ ተገቢ
ነው።በሰንበት ቀን ኪዳን ማድረስ ፣ ቅዳሴ ማስቀደስ
የመጀመሪያው እና
ዋነኛው ተግባራችን መሆን አለበት።በሰንበት ያለ በቂ
ምክንያት ቅዳሴ
የሚያስታጉል በቀደሙ አባቶች /አባ ሚካኤል ወአባ
ገብረኤል/ቃል
መወገዙን የተአምረ ማርያም መቅድም ይነግረናል።ከዚህ
ጋር በሰዓታት
፣በማኅሌት ጸሎታት ላይ በመገኘት ቤተ ክርስቲያናችን
ካዘጋጀችልን
የማይጠገብ ማእድ ልንሳተፍም ይገባናል።የኢትዮጵያ
ኦርቶዶክስ ተዋሕዶ
ቤተ ክርስቲያን ልጆች የሃይማኖታችን ፍጹም ፍቅር
የሚኖረን ከእነዚህ
ጸሎታት ጋር ስንተዋወቅ ነው።
ቀሲስ ያሬድ ገ/መድህን

Tsion Berhanu.

2/ በእግዚአብሔር ፊት መውደቅላ

ጸሎት ከእግዚአብሔር ጋር የምንነጋገርበትና የምንገናኝበት ድልድይና ጠላት ዲያቢሎስን ድል የምንነሳበት ታላቅ መሣሪያ ነው። በመሆኑም ዓለምን ትቶ በፍጹም ልቡ ከእግዚአብሔር ጋር ለመኖር ቃል ገብቶ በመንፈሳዊ አገልግሎት የተሰማራ አገልጋይ ደግሞ በጸሎት ጽሙድ በመሆን ለራሱም ለሌላውም በመጸለይ ትጉህ መሆን አለበት። ምክንያቱም እግዚአብሔርን በአንድ ልብ ሆኖ ለማገልገል እርሱን የሚያውኩትን የዓለም ጓዝ ጥሎ መጥቷልና ።በትጋት የማይጸልይ ከሆነ ግን አጋንንት ወደ ትዕቢትና ግብዝነት ኋላም ወደ ጥርጥርና ክህደት በማስገባት ከእግዚአብሔር ይለዩታል ፣ ከፀጋም ያራቁቱታል። የአገልግሎት ሕይወት ያለ ጸሎት የተሳካ አይሆንም ። በኃያሉ በእግዚአብሔር ፊት ተንበርክኮና ወድቆ የማይጸልይ አገልጋይ እንዴት አድርጓ በትዕቢተኞችና በሰነፎች ልቡና ላይ የነገሰውን አጋንንት ይጥላል? ከምንም በላይ መንፈሳዊ አገልጋይ ከሊቶ ስጥራ እስከ ቀራንዮ ድረሰ መርገማችንን ሊሽር ነውራችንን ሊያንከባልል ታሪካችንን ሊቀይር እየወደቀ እየተነሳ መከራ የተቀበለልንን የድንግል ማርያምን ልጅ ታላቁን አምላክ መድኃኔዓለምን በዓይነ ኅሊናው እያሰበ በእግዚአብሔር ፊት በጸሎት መውደቅ ግድ ይለዋል።

Jimma Maekel Abalat Guday

3/ ጸሎት (ክፍል 2) በመ/ር ምሥጢረ ሥላሴ ማናየ

“አንትሙሰ ሶበት ጸልዩ ሰመ ዝበሉ፡፡” ማቴ.6፥

እናንተስ በምትጸልዩበት ጊዜ እንዲህ በላችሁ ጸልዩ “አባታችን ሆይ በሰማያት የምትኖር ስምህ ይቀደስ መንግሥትህ ትምጣ ፈቃድህ በሰማይ እንደሆነ እንዲሁ በምድር ይሁን....

በዚህ የጸሎት ክፍል ክብር ምስጋና ይግባውና ጌታችን ኢየሱ ስ ክርስቶስ ከ81 መጻሕፍት የተገኙ አምስት ቁም ነገሮችን አስተምሯል፡፡

1. ሃይማኖት
2. ተስፋ
3. ፍቅር
4. ትሕትና
5. ጸሎት

1. ሃይማኖት፡- ሃይማኖት ማለት በዐይናችን ያላየነውን አምላ ክ አባታችን ሆይ ሲሉ መኖር ነው ቀደም ሲል የነበሩ አበው ነቢያት ሲጸልዩ እግዚእነ አምላክነ ንጉሥነ እያሉ ይጸልዩ ነበር፡ ፡ ይህም ከግብርናተ ዲያብሎስ /ለዲያብሎስ ከመገዛት/ እን ዳልዳኑ ለማጠየቅ ነው፡፡ እኛን ግን ከግብርናተ ዲያብሎስ ነጻ አውጥቻችኋለሁ ሲል አባታችን ሆይ ብላችሁ ጸልዩ ብሎ አስ ተማረን፡፡ “ልጆች እንደመሆናችሁ መጠን እግዚአብሔር አባ አ

ባቴ ብላችሁ የምትጠሩትን የልጁን መንፈስ በልባችሁ አሳደረ" /ገላ.4፥6፣ ሮሜ.8፥15/። አባትነቱንም በሁለት ነገር ከምድራ ዊ አባት ለይቶታል።

በመውለድና በመግቦት ከምድራዊ አባት ይለያል። ምድራዊ አባት በዘር በሩካቤ ይወልዳል። በማር፣ በወተት፣ በፍትፍት ያ ሳድጋል፤ ኋላም በሞት ሲያልፍ የምታልፍ ርስትን ያወርሳል። እርሱ ግን ሲወልደን በርቀት ሲያሳድገንም በሥጋውና በደሙ ነው። "ከሥጋ የተወለደ ሥጋ ነው፥ ከመንፈስ የተወለደ መንፈ ስ ነው ዮሐ. 3፥6። ኋላም የማታልፍ ርስት መንግሥተ ሰማያ ትን "በክርስቶስ ደግሞ ርስትን ተቀበልን" ኤፌ.1፥11፣ 1ኛጴ ጥ.3፥5። በአበው ነቢያት ሐዋርያትን፣ በሐዋርያትም እኛን አቅ ርቦ አባታችን ሆይ ብለን እንድናመሰግነው አዞናል።

ምድራዊ አባት የሚመግበው እግዚአብሔር ስለሚሰጠው ለል ጁ በመስጠት ተቀብሎ በማቀበል ነው። እርሱ ግን መመገብ የባሕርዩ ስለሆነ ከሌላው ነስቶ አይደለም። ምድራዊ አባት ሲ ያጣ አጣሁ ይላል እርሱ ግን አያጣም። ምድራዊ አባት ሰጥ ቶ ሲያልቅ አለቀ ይላል። የእርሱ ግን ሰጦታው አያልቅም። "በሰማያት የማያልቅ መዝገብ የሚሆኑትን የሚያረጁትን ኮረዶ ች ለራሳችሁ አድርጉ" ሉቃ.12፥33። ምድራዊ አባት ከትልቁ ልጁ ይልቅ ለትንሹ የደላል እርሱ ግን ዓለምን በእኩል ምግ ብና ይመግባል። ምድራዊ አባት ትዕዛዙን ካልተጠበቀለት ል ጁን ከቤት ያሰወጣል፣ ያባርረዋል እርሱ ግን ሁል ጊዜ በትዕ

ግስት ይመለከተናልና። "በጻድቃንና ለኀጥአንም ዝናምን ያዘን ማልና" ማቴ.5፥45። እኛ አባትነቱን አምነን አባታችን ሆይ ብን ለው እኛ ልጆቹ መሆናችን የልጅነት ሥልጣን እንዳገኘን እንመ ሰክራለን። "ለተቀበሉት ሁሉ ግን በሰሙ ለሚያምኑት ለእነርሱ የእግዚአብሔር ልጆች ይሆኑ ዘንድ ሥልጣንን ሰጣቸው። እነር ሱም ከእግዚአብሔር ተወለዱ እንጂ ከደም ወይም ከሥጋ ፈ ቃድ ወይም ከወንድ ፈቃድ አልተወለዱም" እንዲል ዮሐ.1፥12 ። "የእግዚአብሔር ልጆች ተብለን ልንጠራ አብ እንዴት ያለው ን ፍቅር እንደሰጠን እዩ 1ዮሐ.3፥1።

ከላይ ያየናቸው የመጽሐፍ ቅዱስ ክፍሎች የሚያስረዱን የእግ ዚአብሔር ፍቅር ከምድራዊ አባት የተለየ መሆኑን ነው። ምድ ራዊ አባት ልጁን ቢወደውም ሥልጣን አይሰጠውም። እግዚአ ብሔር ግን ለልጆቹ አጋንንትን እንዲያወጡ ድውያንን እንዲፈ ውሱ ለምጽ እንዲያነጹ ሙታን እንዲያስነሡ ሥልጣን ሰጥቷል ። "እሥራ ሁለቱን ደቀመዛሙርቱን ወደ እርሱ ጠርቶ እንዲያወ ጡአቸው በርኩሳን መናፍስት ላይ ደዌንና ሕማምንም ሁሉ እ ንዲፈውሱ ሥልጣን ሰጣቸው" እንዲል ማቴ.10፥1።

በመኖሪያው /በሰማያት/ በመኖሩ ከምድራዊ አባት ይለያል። በሰማያት የምትኖር ብሎ በመኖሪያው ከምድራዊ አባት ለይቶ ታል። አሁን እግዚአብሔር በምድር የሌለ በሰማይ ብቻ የተወ ሰነ ሆኖ አይደለም በሰማይም በምድርም የመላ አምላክ ነው ። "ከመንፈስ ወዴት እሔዳለሁ? ከፊትህስ ወዴት እሸሻለሁ?

ወደ ሰማይ ብወጣ አንተ በዚያ ነህ ወደጥልቅም ብወርድ በ ዚያ አለህ። እንደንሰር ክንፍን ብወሰድ /ቢኖረኝ/ እስከባሕር መጨረሻም ብበርር በዚያ እጅህ ትመራኛለች።" መዝ.139፥7 በማለት ቅዱስ ዳዊት እግዚአብሔር የሌለበት ቦታ እንደሌለ ገልጿል።

በሰማያት የምትኖር በሉኝ ያለን ብዙ ጊዜ መገለጫው፣ መቀ መጫው፣ ለቅዱሳን እርሱ በወደደ እነርሱ በሚችሉት መጠን የተገለጠና የታየ በሰማይ ሰለሆነ ነው።

"ንጉሡ ዖዝያን በሞተበት ዓመት እግዚአብሔርን በረጅምና ከ ፍ ባለ ዙፋን ላይ ተቀመጦ አየሁት የልብሱን ዘርፍ መቅደሱን መልቶት ነበር" ኢሳ.6፥1-6።

"እግዚአብሔር እንዲህ ይላል ሰማይ ዙፋኔ ነው ምድርም የእ ግሬ መርገጫ ናት" ኢሳ.66፥1።

ኢሳይያሰ ምልእቱን፣ ክብሩን፣ ልዕልናውን በአየው መጠን ነገ ረን። ይህን የአገልጋዩ የኢሳይያሰን ምሰክርነት ሳይለውጥ ነቢ ያት የተናገሩልኝ የሰተማሩልኝ፣ የሰበኩልኝ እኔ ነኝ በማለት እነ "ኢሳይያሰ ሰማይ ዙፋኔ ነው" ያለውን እንደአሰተማሩ እርሱም በሰማያት የምትኖር ብላችሁ አመሰግኑኝ አለን። ሰለ ልዕልና ው ሰለ ክብሩ በሰማይ አለ ይባላል። "በእንተ ዕበይከ ትትሜ ሰል በደመናት" እና ትርጓሜ ወንጌል "ሰለ ልዕልናህ በደመናት ትመሰላለህ" ከዚህም የተነሣ ጌትችን ሲያሰተምር "በሰማያ እ ትማሉ የእግዚአብሔር ዙፋን ነውና በምድርም አትማሉ የእግ

ሩ መረገጫ ናትና” ማቴ.5፥32 ብሏል። ቅዱስ እስጢፋኖስ ጌቶችን ኢየሱስ ክርስቶስን በአየው ጊዜ እንዲህ መስክሯል “ወደሰማይ ትኩር ብሎ ሲመለከት የእግዚአብሔርን ክብር ኢየሱስንም በእግዚአብሔር ቀኝ ቆሞ አየና እነሆ ሰማያት ተከፍታው የሰው ልጅም በእግዚአብሔር ቀኝ ቆሞ አያለሁ አለ” ሐዋ.7፥55።

ስለዚህ ብዙ ጊዜ በሰማይ ለወዳጆቹ ከመገለጡ የተነሣ አባታችን ሆይ በሰማያት የምትኖር ብላችሁ አመስግኑኝ አለን።

2. ተስፋ፡- ተስፋ ማለት የወደፊት አለኝታ እናገኘዋለን ብለን የምንጠብቀው መከራ የምንቀበልለት፣ በዚህ ዓለም ባይመቸን መከራ ቢጸናብን፣ ብንገፋ ብንከፋ ብናዝን ብንጨነቅ ያልፋል ብለን የምንጽናናበት ነው። ይህን ተስፋ ቅዱስ ጳውሎስ እንዲህ ብሎ ገልጾታል። “በእግዚአብሔር ክብርም ተስፋ እንመካለን። ይህም ብቻ አይደለም ነገር ግን መከራ ትዕግሥትን እንዲያደርግ ትዕግሥትም ፈተናን ፈተናም ተስፋን እንዲያደርግ እያወቅን በመከራችን ደግሞ እንመካለን። በተሰጠንም በመንፈሰ ቅዱስ የእግዚአብሔር ፍቅር በልባችን ስለፈሰሰ ተስፋ አያሳፍርም” ሮሜ.5፥2-5 ተስፋ ከላይ ቅዱስ ጳውሎስ እንደነገረን ሰማዕታት ከነደደ እሳት ገብተው፤ የተሳለ ሰዕለትን ታግሰው፤ የዓላውያን ነገሥታትን ግርማ አይተው ሳይደነግጡ፣ ሃይማኖታቸውን ሳይለውጡ፣ ሹመቱን ሽልማቱን ወርቁን ብሩን ምድራዊ ክብራቸውን ትተው መከራ የተቀበሉት ለተስፋ መንግሥተ

ስማያት ነው። ጻድቃንም ድምጸ አራዊትን ግርማ ሌሊትን ፍት ወታት እኲያትን ታግሰው፣ በምናኔ በተባሕትዎ ከዘመድ ባዳ ከሀገር ምድረ በዳ ይሻለናል ብለው የኖሩት ለዚሁ ተስፋ ነው ። ይህንንም ቅዱስ ጴጥሮስ በሃይማኖት ምክንየት ተበትነው ለነበሩ ምዕመናን ሲጽፍ እንዲህ ብሎአል። "እስመ በእንተ ዝ ንቱ ተጸዋእክሙ ከመ በረከተ ትረሱ በእንተ ዛቲ ተስፋክሙ" ለዚች ተስፋችሁ መከራን ትቀበሉ ዘንድ ተጠርታችኋልና 1ጴ ጥ.2፥22 የህ ተስፋ መጻሕፍት የተባበሩበት ነው" በተስፋ ያጽ ናናልና ነገር ግን ተስፋ የሚደረግበቱ ነገር ቢታይ ተስፋ አይደ ለም። የሚያየውንማ ማን ተስፋ ያደርገዋል? የማናየውን ግን ተስፋ ብናደርገው በትዕግስት እንጠባበቃለን" ሮሜ. 8፥24። ስ ለዚህ ተስፋ የምንለው የማናየውን መንግሥተ ሰማያትን ነው ፡ ይህን ተስፋ በጸሎታችን ውስጥ መንግሥትህ ትምጣ ብለን እንድንለምን ጌታችን አስተማረን። አሁን መንግሥትህ ትምጣ ስንል መንግሥተ ሰማያት ክንፍ ኖሯት በራ፣ እግር ኖሯት ተሽ ከርክራ የምትመጣ ሆኖ አይደለም ትሰጠን በሉኝ ሲል ተስፋ የምናደርጋት መንግሥትን እንዲያወርሰን ለምኑ አለን።

3. ፍቅር ፦ ፍቅር ማለት አንዱ ለሌላው መጸለይ ነው። ይኸ ውም "የዕለት ምግባችንን ዛሬ ስጠን" የሚለው ነው። ሰው ሁ ሉ አባታችን ሆይ የሚለውን ጸሎት ሲጸልይ የዕለት እንጀራዬን ስጠኝ ብሎ" አይጸለይም ለጠላቶቹም ለወዳጆቹም ጠቅላላ ሰ ው ሆኖ የተፈጠረ የተፈጥሪሮ ወንድምና እኅት ሁሉ ነው። ም

ክንያቱም ለእገሌ የሚል አደለም። ጠቅል አድርጎ የዕለት ም ግባችንን ሰጠን የሚል ነውና። ይህ ፍቅር ነው ሊቃውንት በ ትርጓሜያቸው ይህን ሲተረጉሙት ዕለት ዕለት እንድንማር፣ ሥ ጋውን ደሙን እንድንቀበል፣ ንስሓ እንድገባ አድርግ ማለት ነ ው ይላሉ። ከምግበ ሥጋ ያለፈ ጸሎት ነው። ይህም ጸሎት ለሕዝቡ ለአሕዛቡ ለጠላት ለወዳጅ ለዘመድ ለባዕድ ሳይባል ለሁሉም የሚጸለይ ጸሎት ሲሆን እግዚአብሔር እኛን እንደወደ ደን እርሰ በእርሳችንም እንዋደድ ዘንድ ተዋደዱ "ጠላቶቻችሁን ም ውደዱ ለሚያሳድዷችሁ ጸልዩ" ብሎ አስተምሮኗል። ለሁሉ ም የሚሆን የጸሎት ፍቅርን የሚገልጽ ጸሎት "የዕለት ምግባ ችንን ሰጠን" በሉኝ አለን።

4. ትሕትና፡- ትሕትና ማለት ራሰን ዝቅ ማድረግ ማዋረድ ከሁ ሉ በታች ማድረግ ትዕቢትን ኩራትን ትዝህረትን ማሰወገድ ነ ው። "ትዕቢትን ግን አታሰቡ ራሲን የሚያዋርደውን ሰው ምሰ ሉ ሮሜ.12፥16። ይህም "ኀጢአታችንን ይቅርበለን" የሚለው ነው ይህን ጸሎት የበቃውም ያልበቃውም ይጸልየዋል። የበቃ ው የነጻው ከኃጢአት አልፎ ከአሰረኛው መዓርግ የደረሰው ሁ ሉ ይጸልየዋል። ይህንን ሲጸልይ ግን ራሱን ዝቅ አድርጎ ከእኛ መደብ ውሰጥ አሰገብቶ ኀጢአታችንን ይቅር በለን ይላል። እ ርሱ ግን ከኀጢአት አልፎአል ሰለትሕትና እኛን መሰሎ እንደኛ ሆኖ ይጸልየዋል። ጌታችን ብዙ ጊዜ ሰለትሕትና አስተምሯል፣ "እንግዲህ እንደዚህ ሕፃን ራሱን የሚያዋርድ ሁሉ በመንግሥ

ተ ሰማያት የሚበልጥ እርሱ ነው” ማቴ 18፥4 “ማንም ከእናን ተ ታላቅ ሊሆን የሚወድ የእናንተ አገልጋይ ይሁን ከእናንተ ማንም ፊተኛ ሊሆን የሚወድ የእናንተ ባሪያ ይሁን” ማቴ 20፥ 26-28።

“ራሱን ከፍ የሚያደርግ ሁሉ ይዋረዳል ራሱንም የሚያዋርድ ሁሉ ከፍ ይላል” ማቴ 23፣11 እነዚህና ጌታችን ያስተማራቸ ውን በተግባር የሚያውሉ ቅዱሳን በቅተው ሳለ እንዳልበቁ ራ ሳቸውን ዝቅ በማድረግ ይጸልያል። ቅዱስ ጴጥሮስ ከጌታው ከኢየሱስ ክርስቶስ እንደተማረው የትሕትና ጥቅምን ጽፎአል “እንግዲህ በጊዜው ከፍ እንዲያደርጋችሁ ከኀይለኛው ከእግዚ አብሔር እጅ በታች ራሳችሁን አዋርዱ” 1ጴጥ 5፥6። በዚህ ጸሎት ውስጥ ይህ ጠቃሚ የሆነ ጸሎት ተአምኖ ኀጣውእ (ኀ ጢአትን ማመን) ያለበት በደላችንን ይቅር በለን የሚለው ትሕ ትና ነው።

5. ጸሎት ፦ ጸሎት አባታችን ሆይ ብሎ እስከ መጨረሻው ያ ለው ነው አባችን ሆይ ስምህ ይቀደስ መንግሥት ትምጣ ፈ ቃድ ይሁንልን ይደረግልን የዕለት እንጀራችንን ሰጠን በደላችን ን ይቅር በለን ጸሎት ነው ታዲያ ይህን በንባብ አጭር በም ሥጢር ጌታ መጻሕፍት ያጠቃለለ ታላቅ ጸሎት አፍ ንባብ ይነ ዳ ልብ ኀዝ ያሰናዳ እንዲሉ አበው ኅሊናን በማባከን ሳይሆን በንቃት፣ በትጋት ሆነን ብንጸልይ እንጠቀማለን። ስለዚህ ነው ክብር ምሥጋና ይግባውና አባታችን ሆይ ብላችሁ ጸልዩ ያልን

።

ምንጭ፤ ማኅበረ ቅዱሳን ድረ ገጽ

Bein Deke .

4/ ምን ዓይነት ጸሎት በየትኛው ሰዓት ልጸልይ?+++++

የጸሎት ቦታ እንዴት ላዘጋጅ?

1. የጸሎት ጊዜያት

ልበ አምላክ ነቢየ ልዑል ቅዱስ ዳዊት"ስብዓ ለእለትየ እሴብ ሐከ በእንተ ኩነኔ ጽድቅከ ፣ስለ ጽድቅህ ፍርድ በቀን ሰባት ጊዜ አመሰግንሃለው"/መዝ 118-164/ብሎ እንደተናገረ ክርስ ቲያን የሆነ ሁሉ ሰባት ጊዜ በየእለቱ እንዲጸልይ ቤተ ክርስቲ ያን ታስተምረናለች።ሰባቱ የጸሎት ጊዜያትም የሚከተሉት ናቸ ው።

1.1 ጸሎተ ነግህ

ቅዱስ ዳዊት "አምላኬ አምላኬ በማለዳ ወደ አንተ እገሰግሳ ለሁ" መዝ 62÷11 እንዳለ ሌሊቱ አልፎ ቀኑ ሲተካ፣ከመኝታች ን ስንነሳ ምንጸልየው የጸሎት ዓይነት ጸሎተ ነግህ ይባላል።በ ዚህ ጊዜ የሚከተሉትን ምስጢራት እያሰብን መጸለይ ይገባና ል።

.ሌሊቱን አሳልፎ ቀኑን ስለተካልን እያመሰገንን ወጥተን እስክ ንገባ በሰላም ጠብቆ ውሎአችንን የተባረከ እንዲያደርግልን እ

ንጸልያለን።

•የመጀመሪያው ሰው አዳም የተፈጠረበትም ሰዓት በመሆኑ ያንን እያሰብን እንጸልያለን።

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

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

1.2 ጸሎተ ሠለሰት (3 ሰዓት)

ከነግህ በመቀጠል የምንጸልየው ጸሎት ጸሎተ ሠለሰት (የሦስት ሰዓት) ጸሎት ይባላል።ይህ የጸሎት ጊዜ

. ሔዋን የተፈጠረችበት

. እመቤታችን ቅድስት ድንግል ማርያም የቅዱስ ገብርኤልን ብሥራት የሰማችበት

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

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

. ለአባቶቻችን ሐዋርያት መንፈሰ ቅዱስ የወረደበት /በኢየሩሳሌም ጸንተው በመቆየታቸው ከእግዚአብሔር ዘንድ ይህንን ታ

ላቅ ጸጋ የተቀበሉበት /ሰዓት ነው።

1.3 ቀትር(6 ሰዓት)

በእለቱ እኩሌታ ላይ የምናገኘው ይህ ሰዓትም እንደዚሁ የጸ ሎት ጊዜ ነው።ይህም ጊዜ

.ሰይጣን አዳምን ያሳተበት

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

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

.ስለዚህ የአዳምን ስሕተት፣ የዳግማዊ አዳም የኢየሱስ ክርስ ቶስ መሰቀልና መሞት፣እያሰብን የቀን እኩሌታ በመሆኑ መዳ ከማችንን ተገን አድርጎ አጋንንት እንዳይሰለጥኑብን እየለመንን እንጸልያለን።

1.4 ተሰዓተ ሰዓት (9 ሰዓት)

ዘጠኛ ሰዓት ላይ አራተኛውን ጸሎት እናደርሳለን።በዚህ ጊዜ

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

•ቅዱሳን መላእክት የሰው ልጆችን በጎም ሆነ ክፉ ተግባር ወ ደ ፈጣሪ የሚያሳርጉበት ነው

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

በዚህ ጊዜ የጌታችን የመድኃኒታችን የኢየሱስ ክርስቶስን መከ
ራ እና ሞት እያሰብን ቅዱሳት መላእክት ከፈጣሪያቸው እንዲ
ያስታርቁን እየለመንን የቆርኖሌዎስ እድል እንዲገጥመን እየተ
ማጸንን እንጸልያለን።

1.5 ጸሎተ ሰርክ (11 ሰዓት)

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

•ጌታችን መድኃኒታችን ኢየሱስ ክርስቶስ ዓለምን ለማዳን በፈ
ቃዱ ነፍሱን ከሥጋው ከለየ በኋላ ወደ መቃብር የወረደበት
ሰዓት ነው። (ማቴ. 27÷ 57)

1.6 ጸሎተ ንዋም (የመኝታ ጊዜ ጸሎት)

ይህ ጊዜ ዕለቱን በሰላም አሳልፈን ለሌሊቱ ዕረፍት የምንዘጋ
ጅበት ነው።በሰላም ላዋለን ፈጣሪ በሰላም አሳድረን ብለን ራ
ሳችንን በእምነት የምናስረክብበት ነው።እኛ ተኝተን የሚሆነው
ን አናውቅም እርሱ ግን የማያንቀላፋ እረኛ ስለሆነ ይጠብቀና
ል።ስለዚህ ከመተኛታችን በፊት ሊሌሊቱን እንዲባርክልን እንጸ
ልያለን።

በዚህ ጊዜ፦

•ጌታችን መድኃኒታችን ኢየሱስ ክርስቶስ ደቀ ዛሙርቱን በጌቴ ሴማኒ ጸሎት አስተምሯቸዋል።

•ቀኑ አልፎ በሌሊቱ ይተካል

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

1.7 መንፈቀ ሌሊት (እኩለ ሌሊት)

•እኩለ ሌሊትም እንደ ቀናቱ የጸሎት ሰዓታት የተለያዩ ትርጉሞ ች አሉት ።

ቅዱስ ዳዊት "መንፈቀ ሌሊት እትነሣእ ከመ እግነይ ለከ በእ ንተ ኲነኔ ጽድቅከ"ስለ ጽድቅህ ፍርድ በእኩለ ሌሊት አመሰግ ነህ ዘንድ እነሳለሁ"/መዝ 118-62/በማለት ይህ ሰዓት ከእግ ዚአብሔር ጋራ የሚነጋገርበት እንደሆነ ገልጿል።

• ጌታችን መድኃኒታችን ኢየሱስ ክርስቶስ በቤተልሔም ዋሻ የተወለደበት ሰዓት ነው።

• ሞትን ድል አድርጎ በታላቅ ኃይልም የተነሳው በሌሊት ነው ።

• ጌታችን መድኃኒታችን ኢየሱስ ክርስቶስ ዳግመኛ ለፍርድ ሚመጣበትም ሰዓት ነው።

ከዚህ የተነሳ ለእኛ ሲል ከሰማየ ሰማያት መውረዱን፣ከእመቤ ታችን ከቅድስት ድንግል ማርያም ከሥጋዋ ሥጋ ከነፍሷ ነፍስ

ነሰቶ መወለዱን በማሰብ ሞትን ድል እንደነሳልንም አሰበን በ ማመሰገን ዳግመኛ ለፍርድ ሲመጣ በቀኙ ከሚያቆማቸው ወ ገን እንዲያደርገን እየለመንን በዚህ ሰዓት እንጸልያለን።
ሰባቱን የጸሎት ጊዜያት ጠብቀን መጸለይ ካልተቻለንሰ?
በሰባቱ የጸሎ ሰዓታት የታቻለንን ያህል እንድንጸልይ ታዞናል፡፡እ ነዚህን የጸሎት ሰዓታት በገዳም ያሉ መነኮሳት በየበረሃው የ ሚዞሩ ባሕታውያን ይጠብቋቸዋል፡፡ይጸልዩባቸዋልም፡፡በከተማ በሥራ ምክንያት ሩጫ በዝቶበት በሁሉም ሰዓት መጸለይ የማ ይችል ክርሰቲያን ግን ቢያንሰ በማለዳ ከእንቅልፉ ሲነሳ እና ማታ ወደ መኝታው ሲያመራ መጸለይ ይገባዋል።ጠዋት እና ማታ በመጸለይ ከፈጣሪ ጋራ ያለው የአባትና ልጅ ግንኙነት እ ንዳይቋረጥ ማድረግ ይገባዋል።
ምን እንጸልይ?
በመደበኛነት ልንጸልያቸው የሚገቡ ጸሎታት /በቤተክርሰቲያና ችን አባቶች በገዳማቱ በአድባራቱ የሚዘወተሩ እለታዊ ጸሎታ ት/ እነኚህ ናቸው፡፡
1.መዝሙረ ዳዊት
መዝሙረ ዳዊት በገዳማት ከሚኖሩ አበው መነኮሳት ባህታው ያን ጀምሮ በካህናት፣ምእመናን በሁሉም ዘንድ በየእለቱ የሚጸ ለይ ጸሎት ነው።አባቶች ከፊደል ቆጠራው ቀጥሎ ዳዊቱን ያ ጠኑና ከዚህ ጊዜ ጀምረው እየደገሙት፣እየጸለዩበት ይኖራሉ። ዳዊት ሳይደግሙ ወደ ዕለታዊ ተግባራቸው አይሰማሩም።መ

ዝሙረ ዳዊት እንደሌሎች ጸሎታት ሁሉ በየዕለቱ ተለይቶ የ ሚጸለይ አለው።ቀጥለን እንመልከት

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

እሁድ- ጸሎተ ነቢያት እና መኃልየ መኃልይ ዘሰሎሞን ይጸለያ ል፡፡

አንድ ንጉሥ

መዝሙረ ዳዊትን ስንጸልይ ለዕለቱ የታዘዘውን ሃያ እና ሰላሳ መዝሙር ማድረስ ባንችል እንኳን አንድ ንጉሥ ማድረስ ይገባ ናል። አንድ ንጉሥ የሚባለው፡-አሰር መዝሙር ነው፡፡ለምሳሌ ሰከኞ አንድ ንጉስ ለማድረስ ከፈቀዱ ከ 1 – 10 ያለውን ያ ደርሳሉ፡ከማክሰኞ ከሆነ ደግሞ ከ 30 -40 ያውን የመጀመሪያ ውን አሰር መዝሙር ያደርሳሉ ማለት ነው፡፡ይህን ሁሉ ማድረ ስ ያልተቻለው ግን የተወሰኑ መዝሙራትን መርጦ በየእለቱ ያ ደርሳል፡፡

2. ውዳሴ ማርያም

ውዳሴ ማርያም ከተቻለ የሰባቱን ዕለታት ካልተቻለ የእለቱን ማድረስ ተገቢ ነው።የዘወትር ጸሎት ካደረስን በኋላ የዕለቱን ውዳሴ ማርያም አድርሰን ይዌድሰዋ መላዕክትን ደግመን ከእ መቤታችን በረከት ተሳታፊ መሆን ተገቢ ነው፡፡በዋልድባ የሚ ኖሩ መነኮሳት ውዳሴ ማርያም ከቅዳሴ ማርያም ሳያደርሱ ው

ለው አያድሩም።በየአብነት ትምህርት ቤቱ የሚገኙ መምህራን ና ተማሪዎች እና በየገዳማት ያሉ መነኮሳት ሁሉ ውዳሴ ማር ያምን በየዕለቱ ያደርሳሉ፡፡እኛም ከአበው ተምረን ማታ ከመኝታ በፊት ወይም ጠዋት ስንነሳ ይህን ጸሎት ማድረስ ተገቢ ነው ፡፡

3. ወንጌል ዘዮሐንስ

የዮሐንስ ወንጌልን በየምዕራፍ ከፋፍለን በየእለቱ ማንበብ ሌ ላው ጸሎት ነው፡፡አባቶች ይህንን ጸሎት በየእለቱ እያደረሱ ብ ዙ ተጠቅመውበታል።

4.ሌሎች ጸሎታት

ውዳሴ አምላክ፣ ሰኔ ጎለጎታ፣ መልክአ ኢየሱስ፣ መልክአ ማር ያም ፣ በመዝገበ ጸሎት እንዲሁም በመዝሙረ ዳዊት መጽሐ ፍት ላይ ያሉትን ሌሎች ጸሎታት፣እንዲሁም ገድላት፣ተአምራት ን፣እንደ ችሎታችን በየዕለቱ እናደርሳለን፡፡ቢያንስ ግን ይህ ሁ ሉ ባይሆንልን ከላይ የጠቀስነውን የመዝሙረ ዳዊትና ፣ውዳ ሴ ማርያምን ጸሎት ማድረስ ይገባናል።

አጭር ጸሎት

በተቻኮልን እና መጻሕፍትን ለማንበብ ጨርሶውን ጊዜ በማይ ኖረን ሰዓት ይህንን እንድንጸልይ አንዳንድ አባቶች ይመክሩናል ።አቡነ ዘበሰማያት፣ጸሎተ ሃይማኖት፣ሰላም ለኪ /ስለ ውዳሴ ማርያም ፈንታ/፣አቡነ ዘመሰማያት፣አንድ ከመዝሙረ ዳዊት/ መዝሙር 150/ በመዝሙረ ዳዊት ፈንታ/በመጨረሻም አቡነ

ዘበሰማያት ማድረስ ብንችል መልካም ነው ።ጸሎተ ሃይማኖት የህይማንት መግለጫ በምህኑ እንጸልየዋለን። በመካከል ሰላ ም ለኪ በመድገማችንም የውዳሴ ማርያም በረከት ይደርስና ል። መዝሙረ ዳዊት 150 ሰናደርስ ደግሞ ሁሉንም መዝሙ ራት የደገምን ያህል ይሆንልንና የዳዊቱን በረከት እናገኛለን። ይህንን ሁሉ ማድረስ ካልተቻለን ግን ቢያንስ ጌታችን ኢየሱስ ክርሰቶስ እንዳስተማረን አቡነ ዘበሰማያት ብለን ከቤታችን ልን ወጣ ይገባናል።አጭር ጸሎት ከሥፍራ ሥፍራ ሊለያይ ይችላ ል፡;ዘጠኝ ሰላም ለኪ፣አሰራ ሁለት አቡነ ዘበሰማያት በገዳማት ያሉ አበው ያደርሳሉ።

የጸሎት ቅደም ተከተል

አቡነ ዘመሰማያት: አንድ ከመዝሙረ ዳዊት:ውዳሴ ማርያም: እና ሌሎችም:ቀጥሎም አቡነ ዘመሰማያት በ እንተ እግዘዕትነ ማርያም: ጸሎተ ሃይማኖት በመጨረሻም አቡነ ዘመሰማያት ኪርያላይሶን 41 ግዜ:

አጭር ጸሎትን እነደ መደበኛ ማድረግ ለፈተና ያጋልጣል

አጭር ጸሎት የምንጸልየው በጣም በተቸገርንበት፣ጊዜ ባጣንበ ት ሰዓት ነው።ይህንን ጸሎት እንደመደበኛ ይዞ በየእለቱ አንድ አቡነ ዘበሰማያት ብቻ መድገም ግን ስንፍና እንዳይሆን ያሰፈ ራል።ይልቁንም በክርስትና ሕይወት ጅማሬ ላይ ያሉ ምእመናን /ወጣንያን/ክርሰትናውን እስኪላመዱ ጸሎታቸው አጭር ሊሆን ይችላል።እየቆዩ ሲሄዱ ግን በጸሎት እየበረቱ ወደ መደበኛው

ጸሎት መድረስ አለባቸው።ሁል ግዜ ወተት መመኘት ሁል ግ ዜ አልበረታውም እያሉ አጭር ጸሎት እያደረሱ መተኛት ተገቢ አይደለም።ይህ አይነቱ አካሄድ የእግዚአብሔርን ቸርነት ለሰንፍ ና ምክንያት አድርጎ መጠቀምም ነው።ከዚህ ጋር በቤተክርስቲ ያን አገልገሎት ላይ ያለንም ዳዊት መድገም ውዳሴ ማርያም ማድረስ ይጠበቅብናል።የሰንበት ት/ቤት ወጣቶች ፣ዲያቆናት፣ ቀሳውስት፣ሰባክያነ ወንጌል፣መዘምራን......እነዚህን ጸሎታት መ ጸለይ ይጠበቅባቸዋል።አልያ ግን እያወቅን ጸሎት ማድረስ እን ዳለብን ብዙ ጊዜ ተምረን እንዳልተምርን ቸል ብንል ለፈተና መጋለጥ ይመጣል።ከእግዚአብሔርም ቸርነት እንድንርቅ ያደር ገናል።

አቡነ ዘበሰማያት የጸሎታችን መነሻና መድረሻ ጸሎት ስናደርስ የጸሎታችን መነሻ (መጀመሪያ) አቡነ ዘበሰማያት ነው፡፡በመካከ ል ጸሎት አቋርጠን ከሰው የምንነጋገርበት ጉዳይ ቢገጥመን በአቡነ ዘበሰማያት ማሰር ተገቢ ነው፡፡በአቡነ ዘበሰማያት አሰረ ን የገጠመንን ጉዳይ ፈፅመን እንመለሳለን፡፡ከዚያም አቡነ ዘበ ሰማያት ብለን ካቆምንበት እንቀጥላለን።ጸሎታችንን በአቡነ ዘ በሰማያት ሳናሰር በመሃል እንዳሻን እንዳናቋርጥ አበው ያስተ ምሩናል፡፡

የማህበር ጸሎት

በቤታችን ከምንጸልየው ጸሎት በተጨማሪ በቤተክርስቲያን ተ ገኝተን ጸሎት ማድረስ ተገቢ ነው።ቤተ ክርስቲያን የእግዚአብ

ሔር ቤት እንደመሆና በእርሱአ የሚጸለይ ጸሎት ከጸሎታት ሁ ሉ የላቀ ነው።በካህናት እየተመራ ፣በሕብረት ሆነን የምናደርሰ ው በመሆኑ ታላቅ ኃይል አለው።እግዚአብሔር በቤተ መቅደሰ የምንጸልየውን ጸሎት እንደሚሰማ ሲያመለክተን እንዲህ በማ ለት ነግሮናል።"አሁንም በዚህ ሥፍራ ለሚጸለይ ጸሎት ዓይኖ ቹ ይገለጣሉ ፣ጆሮቼም ያደምጣሉ።ሰሜ ለዘላለም በዚያ ይኖ ር ዘንድ ይህን ቤት መርጫለሁ ቀድሻለሁም ዓይኖቼ እና ል ቤም ዘወትር በዚያ ይሆናሉ።"/2 ዜና መዋ 7-15/ ከዚህ አን ጻር በቤተ መቅደሰ እየተገኘን መጸለይ ተገቢ ነው።በሰንበት ቀን ኪዳን ማድረሰ ፣ ቅዳሴ ማሰቀደሰ የመጀመሪያው እና ዋ ነኛው ተግባራችን መሆን አለበት።በሰንበት ያለ በቂ ምክንያት ቅዳሴ የሚያሰታጉል በቀደሙ አባቶች /አባ ሚካኤል ወአባ ገ ብረኤል/ቃል መወገዙን የተአምረ ማርያም መቅድም ይነግረና ል።ከዚህ ጋር በሰዓታት ፣በማኅሌት ጸሎታት ላይ በመገኘት ቤተ ክርሰቲያናችን ካዘጋጀችልን የማይጠገብ ማእድ ልንሳተፍ ም ይገባናል።የኢትዮጵያ ኦርቶዶክሰ ተዋሕዶ ቤተ ክርሰቲያን ልጆች የሃይማኖታችን ፍጹም ፍቅር የሚኖረን ከእነዚህ ጸሎታ ት ጋር ሰንተዋወቅ ነው።አልያ የእንጀራ ልጅ መሆን ይመጣል ።የመናፍቃንን አዳራሽ መናፈቅ ይመጣል።

ከላይ በተመለከተው የጸሎት ጊዜ እየተጠቀምን፣የጸሎት ዓይነ ቶችንም በምንችለው መልኩ እያደረሰን፣በቤተ መቅደሰ እየተገ ኘን ኪዳን እያደረሰን፣ቅዳሴ እያሰቀደሰን ከፈጣሪን ጋራ እለት

እለት እንነጋገር ጸሎት ከሌለ መንፈሳዊነት ጥያቄ ውስጥ ይገ ባል፡፡ከጄነሬተሩ ተቋርጦ ገመዱ ተበጥሶ ብቻውን እንደተንጠለ ጠለ አምፖል መሆን ይመጣል፡፡ስለዚህ በርቱ ጸልዩ ፈጣሪ ለ ሁላችንም ብርታቱን ያድለን፡፡አሜን