

ጋብቻ አገልግሎት ነው ተከታታይ ትምህርቶች

አካላዊ ፍጻሜ

የመልመህ መጽሐፍ

ጥራዝ 4

“እንግዲህ ሂዱና አሕዛብን ሁሉ በአብ በወልድና በመንፈስ ቅዱስ ስም እያጠመቃችኋቸው ያዘዝኋችሁንም ሁሉ እንዲጠብቁ እያስተማራችኋቸው ደቀ መዛሙርት አድርጓቸው፤ እነሆም እኔ እስከ ዓለም ፍጻሜ ድረስ ሁልጊዜ ከእናንተ ጋር ነኝ። (ማቴዎስ 28:19-20)



VOLUME

4

PHYSICAL FULFILLMENT

አካላዊ መላኪያ ቁጥር 4 ነው።

በጋብቻ ሚኒስቴር ተከታታይ።

በትዳር ውስጥ ያሉ ሌሎች ርዕሶች የአገልግሎት ተከታታይ ናቸው።

ጠንካራ መሠረት (ጥራዝ 1)

ፍቅር ምንድን ነው (ቅፅ 2)

ልዩ ፍላጎቶች (ጥራዝ 3)

አምላካዊ አመራር (ቅፅ 5)

መሪ መመሪያ

ሌሎች የስራ መጽሐፍት በFDM.world

የክርስቲያን መሰረታዊ እውነቶች፣ ጠንካራ መሰረት ለደቀመዝሙር በክሬግ ካስተር

ደቀመዝሙርነት ራዕይ እና ስልት በክሬግ ካስተር ይወስዳል

ይቅርታ እና እርቅ በክሬግ ካስተር

አስተዳደር ሚኒስቴር ነው ተከታታይ በክሬግ ካስተር

ወጣቶችን መረዳት በክሬግ ካስተር

ሁሉም የFDM.world የስራ ደብተሮች ለግል ጥናት፣ ለትናንሽ ቡድኖች፣ እንደ ደቀመዝሙርነት መሳሪያዎች እና ለምክር አገልግሎት ይመክራሉ።

አካላዊ መሟላት

ጋብቻ ተከታታይ አገልግሎት ነው።

ቅጽ 4

ክሬግ ካስተር

እንግዲህ ሂደት አሕዛብን ሁሉ በአብ በወልድና በመንፈስ ቅዱስ ስም እያጠመቃችኋቸው ያዘዝኋችሁንም ሁሉ እንዲጠብቁ እያስተማራችኋቸው ደቀ መዛሙርት አድርጓቸው። እነሆም እኔ እስከ ዓለም ፍጻሜ ድረስ ሁልጊዜ ከእናንተ ጋር ነኝ። (ማቴዎስ 28:19—20)

FAMILY DISCIPLESHIP MINISTRIES

ስልክ: (619) 590-1901

ኢ-ሜል: info@FDM.world

ድህረ-ገጽ: www.FDM.world

አካላዊ መሟላት ፣ ጋብቻ የአገልግሎት መጽሐፍ፣ ጥራዝ 4፣ በክሬግ ካስተር የተዘጋጀ

ISBN 978-1-7331045-3-1

የህትመት እና የኤሌክትሮኒክስ ስሪት የቅጂ መብት © 2019 በክሬግ ካስተር። ሁሉም መብቶች የተጠበቁ ናቸው።

01052024 ክለሳ

ተቃራኒ ካልተገለጸ በቀር፣ ሁሉም የመጽሐፍ ቅዱስ ጥቅሶች የተወሰዱት ከአዲሱ ኪንግ ጀምስ ትርጉም® ነው። የቅጂ መብት © 1982 በቶማስ ኔልሰን። በፍቃድ ጥቅም ላይ የዋለ። ሁሉም መብቶች የተጠበቁ ናቸው።

ESV ምልክት የተደረገባቸው የቅዱሳን መጻሕፍት ጥቅሶች የተወሰዱት ከ ESV® መጽሐፍ ቅዱስ (ቅዱስ መጽሐፍ ቅዱስ፣ እንግሊዝኛ ስታንዳርድ ቨርሻን®) ነው። ESV® ጽሑፍ እትም፡ 2016 የቅጂ መብት © 2001 በ ክሮስዌይ፣ የምሥራች አሳታሚዎች የሕትመት አገልግሎት። የESV® ጽሑፍ ከምስራች አሳታሚዎች ጋር በመተባበር እና ፈቃድ

ተዘጋጅቷል። ይህን እትም ያለፈቃድ ማባዛት የተከለከለ ነው። ሁሉም መብቶች የተጠበቁ ናቸው።

HCSB ምልክት የተደረገባቸው የመጽሐፍ ቅዱስ ጥቅሶች የተወሰዱት ከሆልማን ክርስቲያን ስታንዳርድ ባይብል® ነው። የቅጂ መብት © 1999፣ 2000፣ 2002፣ 2003፣ 2009 በሆልማን የመጽሐፍ ቅዱስ አሳታሚዎች። በሆልማን የመጽሐፍ ቅዱስ አሳታሚዎች፣ ናሽቪል፣ ቴነሲ ፈቃድ ጥቅም ላይ ውሏል። ሁሉም መብቶች የተጠበቁ ናቸው።

NASB ምልክት የተደረገባቸው የቅዱሳን መጻሕፍት ጥቅሶች የተወሰዱት ከአዲሱ የአሜሪካ መደበኛ መጽሐፍ ቅዱስ፣ የቅጂ መብት © 1960፣ 1962፣ 1963፣ 1968፣ 1971፣ 1972፣ 1973፣ 1975፣ 1977፣ 1995 በሎክማን ፋውንዴሽን ነው። በፍቃድ ጥቅም ላይ የዋለ።

NIV ምልክት የተደረገባቸው የቅዱሳን መጻሕፍት ጥቅሶች የተወሰዱት ከ THE HOLY BIBLE፣ NEW INTERNATIONAL VERSION®፣ NIV® የቅጂ መብት © 1973፣ 1978፣ 1984፣ 2011 በ Biblica, Inc.® በፍቃድ ጥቅም ላይ ይውላል። ሁሉም መብቶች በዓለም ዙሪያ የተጠበቁ ናቸው።

ከዚህ በላይ በቅጂ መብት የተጠበቁ መብቶችን ሳይገድብ የትኛውም የሕትመት ክፍል - በታተመ ወይም በኢ-መጽሐፍ ቅርጽ ወይም በሌላ በማንኛውም የታተመ ምንጭ ማለትም በማንኛውም መልክ ወይም በማንኛውም መንገድ (ኤሌክትሮኒካዊ፣ ሜካኒካል፣ ፎቶ ኮፒ፣ ቅጂ፣ ወይም በሌላ መንገድ) ያለቅድመ የጽሁፍ ፍቃድ - ሊባዛ ፣ ሊከማች ወይም ወደ መልሶ ማግኛ ስርዓት ሊገባ ወይም ሊተላለፍ አይችልም።

ይዘቶች

መቅደም	6
መግቢያ	7
ትምህርት 1: የወሲብ ስጦታ	10
ትምህርት 2: የጋራ መጽሐፍ ቅዱሳዊ ያልሆኑ አመለካከቶች	17
ትምህርት 3: ስጦታ እንጂ መሣሪያ አይደለም::	26
ትምህርት 4: እርስ በርስ መደሰት	36
ትምህርት 5: ታላቅ የወሲብ ሕይወት	42
አባሪ መርጃዎች	49
የመጨረሻ ማስታወሻዎች	105
ስለ ደራሲው	106
ስለ ቤተሰብ ደቀመዝሙርነት አገልግሎት	107

መቅደም

እግዚአብሔር ጋብቻ የምንለውን ተቋም ፈጥሮ ዛሬ በከባድ ጥቃት ላይ ይገኛል ። ይህ አባባል ለእርስዎ እንግዳ ሊመስል ይችላል፤ ነገርግን በጣም ጉልህ የሆኑ አሉታዊ ውጤቶች የሚመነጨት በባልና ሚስት መካከል ባለው ግንኙነት ነው። አንድ ባል ና ሚስት ከተጋቡ በኋላ እያንዳንዱ አጋር እንደ የራሳቸው ፍላጎት እና ፍላጎት መጎተት ይጀምራል። ጊዜ እያለፈ ሲሄድ ችግሮች መፍትሄ አያጡም እናም ብስጭት፣ ብስጭት እና ቁጣ ጉዳት ያመጣሉ፤ ይህም ቁምና በቀልን ያስከትላል። ሁለት ሰዎች እንዲህ ዓይነት ተስፋ፣ ጥሩ ሐሳብ ይዘው ወደ ጋብቻ ሲገቡ፣ ብዙ ትዳሮች ለምን ይወድቃሉ? በአማራጭ፣ ለምንድነው ብዙ ባለ ትዳሮች ያልተሟሉ ግንኙነቶችን የሚፈቱት?

ይህ መጽሐፍ ለእግዚአብሔር እና እያንዳንዱ ጥንዶች በትዳር ውስጥ እርሱ ያሰበውን በረከቶች እንዲለማመዱ ለራሱ ፍላጎት የተሰጠ ነው። ሁለት ሰዎች በአምላክ መሠረታዊ ሥርዓቶች ላይ ምንም ዓይነት ሥልጠና ሳይኖራቸውና ብዙውን ጊዜ አምላካዊ ምሳሌ ሳይሆኑ ባልና ሚስት ሆነው ሲተባበሩ አንዳቸው ለሌላው እንዴት መተዛዘን እንደሚችሉ በትክክል አያውቁም። ወደ ፈተናው የሚጨምሩትን ያለፈ ጉዳቶች እና ስሜታዊ ክፍተቶች ያመጣሉ ይሆናል በዚህ ቁስ እግዚአብሔር መከተል ያለባቸውን ለድርድር የማይቀርቡ እውነቶችን ይገልጣል፤ አለበለዚያ ውጤቱ ተስፋ መቁረጥ እና ብስጭት ይሆናል። በአጭሩ፣ ብዙ ህመም።

አኃዛዊ መረጃዎች እንደሚያመለክቱት በክርስቲያኖች መካከል በጣም ብዙ ጋብቻዎች በፍቺ ይቋጫሉ። እንደ እግዚአብሔር ልጆች እና የተስፋዎቹ ሁሉ ወራሾች ፣ አማኞች ለምን ይስታሉ? ችግሩም የመረጃ እጦት ፣ በመጽሐፍቅዱሳዊ መርሆች ውስጥ ደቀመዝሙርነት አለመኖር ነው። በጣም የሚያሳዝ ነው፣ ቤተክርስቲያን በአሁኑ ጊዜ ብዙዎችን ወደ ጥፋት ጎዳና እየመራ ያለውን ማዕበል ለመቀየር በዚህ አካባቢ በቂ ጥረት እያደረገች አይደለም። የዛሬ ባለትዳሮች በእግዚአብሔር እውነት ውስጥ ያሉ ሌሎች ባለትዳሮች ደቀመዝሙርነት በመሆን መጽሐፍ ቅዱሳዊ ትምህርት መማር በጣም ያስፈልጋቸዋል። አማኞች እግዚአብሔር የሚፈልገውን ሲያውቁ እና እንደ ክርስቶስ ደቀመዝሙርነት ለመከተል ሲወስኑ ማንኛውንም ችግር ለማሸነፍ ጸጋ እና ኃይል ያገኛሉ።

እግዚአብሔር የእራሱን ጥንካሬ በእኛ ላይ ሊያሳይ እናም በትዳራችን እንድናከብረው ይፈልጋል። እኛም ግን ይህንን ልንፈልገው ይገባል። ጋብቻ ለእግዚአብሔር አስፈላጊ እንደሆነ እናውቃለን፣ ነገር ግን አብዛኞቹ ክርስቲያኖች ከአሥር ዓመት ጋብቻ በኋላ አሁንም ሌሎችን

ደቀመዛሙርት ለማድረግ ብቁ እንዳልሆኑ ይሰማቸዋል። ለአሥር ዓመታት የሥራ ልምድ ያለውን ሰው እንመልከት። ሌላ ሰው ለማሰልጠን በጣም በራስ የመተማመን ስሜት ሊሰማው ይችላል። እግዚአብሔር ደግሞ ከጥሪያችን ይልቅ ለትዳር ጓደኞቻችን እንዴት እንደምናስብ ያሳስበናል።

ይህንን ተከታታይ ትምህርት በጸሎት ማጠናቀቅ ሲቻል፣ እግዚአብሔር እንደ ባል እና ሚስት ለልጆቹ ያለውን አላማ መረዳት ይቻላል። ሁሉም መረጃዎች በመጽሐፍ ቅዱሳዊ እውነት ላይ ብቻ የተመሰረቱ ናቸው። የሥራ መጽሐፎቹ በቅዱሳት መጻሕፍት መሰረት እየመሩ እና የተማራችሁትን መርሆዎች ተግባራዊ ለማድረግ የሚረዱ ተግባራዊ ምሳሌዎችን ይሰጡዎታል። ተከታታይ ክፍሎቹ ሌሎችን ደቀመዛሙርት ለማድረግም የታሰቡ ናቸው። እግዚአብሔር ሕይወትን በሚቀይርበት አስደናቂ መንገድ ዓይኖች ሲከፈቱ፣ ሌሎች ብዙዎችም እርዳታ እንደሚያስፈልጋቸው ማየት ይቻላል።

አቤቱ አምላክ ሆይ በቃልህ የልብህን እና ፍቃድህን ስለገለፅክልን ተመስገን። እባክህ የዚህ መጽሐፍ ሰልጣኞችን ባርካቸው። መርሆቹንም ግልጽ አድርግላቸው። የበደሏቸውን ይቅር እንዲሉ ትሑት ልቦችን እንዲሁም የበደሉትን ይቅርታ ለመጠየቅ ፍላጎት ስጣቸው። አምላክ ሆይ፣ አንተን ለመከተል ፈቃደኛ በሆኑ ሰዎች ጋብቻ ውስጥ ክብርን ውሰድ። አሜን።

መግቢያ

ይህ የሥራ-መጽሐፍ የተነደፈው እርስዎን ወደ ደቀመዛሙርነት መንገድ ለማምጣት ነው፤ ይህም ማለት በእግዚአብሔር መርሆዎች በመሄድ ማለት ነው። እንደ ‘መራመድ’ ያሉ ቃላትን ስንጠቀም፣ በእነዚህ መርሆች ስር መኖር መራመድን ከመማር ጋር ተመሳሳይ መሆኑን እንድትረዱ ያስፈልጋል።

የሥራ-መጽሐፍችን ግቦች እንደሚከተሉት ናቸው፡-

1. እግዚአብሔር ለትዳር መሠረታዊ ሥርዓቶችን እንደሚሰጥ ማሳየት፤
2. እነዚህን መርሆች ለመተግበር የሚርዱ መሳሪያዎችን እና አፕሊኬሽኖችን ማስታጠቅ፤ እና
3. ትዳራችሁን እና ቤተሰባችሁን እግዚአብሔርን በመታዘዝ ወደሚመጣው ይቅርታ፣ ፈውስ እና አንድነት መምራት።

አካላዊ መጻሕፍት

የክርስቶስን አካል ወሳኝ በሆኑ አካባቢዎች ለማስተማር የሚረዱ የቤተሰብ ደቀመዛሙርት አገልግሎቶች አሉ። ሌሎችን ደቀመዛሙር አለማድረግ ዛሬ በትዳር ውስጥ ካለው ውድቀት ጋር በቀጥታ የተያያዘ ነው። እና ይህን እንዴት እናውቃለን ከተባለ ዛሬ ላይ በምናየው፣ በተለማመድነው እና በተረጋገጡ ስታቲስቲክስ ውጤቶች አማካኝነት ነው።

ሂደቱ

ጥናቱ በአምስት ጥራዞች የተከፈለ ነው። ከጥራዝ 1 በመጀመር እና በእያንዳንዱ ጥራዝ ቅደም ተከተል መሰረት በመቀጠል እያንዳንዱ ጥራዝ እና ትምህርት አንዱ በሌላው ላይ የተመረከዘ በመሆኑ ፍላጎትዎን ወደ ሚያነቃቃ ጥራዝ ወይም ክፍል መዝለል ፈታኝ ነው አይመከርምም። ለምሳሌ፣ የወንዱን ወይም የሴቷን የጓደኝነት ፍላጎት ጠንቅቀህ ማወቅ ትፈልግ ይሆናል፣ ነገር ግን የትዳር ጓደኛህን ፍላጎት በአምላካዊ መንገድ ከማሟላትህ በፊት መማር ያለብህ መጽሐፍ ቅዱሳዊ መርሆዎች አሉ። የዕለት ተዕለት ጥናትን በተከታታይ መገንባት ለመንፈሳዊ ስኬት ቁልፍ በመሆኑ በየቀኑ አንድ ትምህርት ለመጨረስ ለአምስት ቀናት ይስሩ።

እነዚህ መርሆዎች ተሞክረው በተሳካ ሁኔታ ተረጋግጠዋል ይህንንም በራሴ ትዳር፣ በምክር፣ እና በጋብቻ ክፍሎች ስፍር ቁጥር በሌላቸው ሰዎች ህይወት ውስጥ ለመመልከት ሞክራለሁ። እባክዎን ይህ “ለጋብቻ አምስት ቀላል ደረጃዎች” የሚል መመሪያ አይደለም። መጽሐፍ ቅዱሳዊ ደቀመዛሙርነት ፈታኝ ስራ በመሆኑ አንዳንድ አመለካከቶቻችሁን እና ባህሪያችሁን ስትቀይሩ ለእግዚአብሔር ፈቃድ እንድትገዙ ይጠይቃል። ሂደቱ ቁርጠኝነትን፣ መስዋዕትነትን እና ትህትናን ይጠይቃል።

ከእያንዳንዱ ቀን ጀምሮ

- እያንዳንዱን የእለት ጥናት ከአምላክህ ጋር እንዳጠፋኸው አስብ፣ እናም እሱ በቃሉ እንዲናገርህ ጠብቅ።
- እግዚአብሔር የት ጋር መለወጥ እንዳለብህ እንዲገልጽልህ እና የተማርከውን እንድትተገብር ኃይል እንዲሰጥህ በመጠየቅ እያንዳንዱን ቀን በጸሎት ጀምር።
- የሚያስተጋባ አስተሳሰብ ይኑርህ። መጽሐፉን ጨርሻለሁ ለማለት ብቻ አትቸኩል። እግዚአብሔር እንዲያናግርህ ጊዜ ስጠው፣ በተማርከውም ላይ አሳስብ።

ትኩረት ሊሰጣቸው የሚገቡ ነገሮች

• ይህ ጥናት ቅድሚያ እንዲሰጠው እና የተወሰነ ጊዜን ይፈልጋል። ትምህርቶቹ መከናወን ያለባቸው በየቀኑ ሲሆን አንድ ቀን ካመለጠዎት አይዘለሉት ነገር ግን ሁሉንም ትምህርቶች በቅደም ተከተል ለማጠናቀቅ ይሰሩ።

• ጋብቻ ለእግዚአብሔር አስፈላጊ እንደሆነ ቅዱሳት መጻሕፍት በግልጽ ይናገራሉ። ትምህርቶቹን ለማጠናቀቅ እየታገልክ ከሆነ ቅድሚያ ስለምትሰጣቸው ነገሮችህ እና ስለሌሎች ትጋቶችህ ጸልይ። አስፈላጊ ከሆነም ለጸሎት ተጠያቂነት የሚሰማው አጋር እርዳታ ይጠይቁ።

• በዚህ ጥረት ውስጥ የትዳር ጓደኛዎ አስፈላጊ አጋር መሆኑን ያስታውሱ። አብራችሁ ወይም ተለያይታችሁ አጥኑ፣ ነገር ግን ሁልጊዜ የተማራችሁትን ተወያዩ እና ተፈላጊ ለውጦችን ተግባራዊ ለማድረግ በጸሎት ተግብሩ።

• እያንዳንዳቸው ትምህርቶች በቀረበው መረጃ መጠን ሊለያዩ ይችላሉ። ሁሉንም ትምህርቶች ካጠናቀቁ በኋላ ከእግዚአብሔር ጋር የሚኖሮዎትን ጊዜ ለማቀድ እና የበለጠውን ለማግኘት የሚቀጥለውን ትምህርት ይመልከቱ።

• ጥያቄዎችን ለመመለስ እና ሃሳቦችን እና ጸሎቶችን ለመመዘገብ ቦታ የተዘጋጀ ሲሆን ይህንን የሥራ መጽሐፍ አውርደህ በወረቀት ቅጂ ከያዝከው፣ ባለሰዓት ቀለበት ማሰሪያ ውስጥ በማስቀመጥ እና ለግል ጽሑፎች እና

እውነታ ፋይል

እንደነዚህ ያሉት ሳጥኖች የመጽሐፍቅዱስን የቃላት ወይም የሐረጎች ፍቺ ይሰጣሉ። የታወቁ፣ ከሥነ-ምግባር አንጻር ጠፍተው የሆኑ የመጽሐፍቅዱስ ማዘገብ-ቃላትን እና ሐተታዎችን በተቻለ ማጠን በማጠቃለያ ለማጠቃለያ ከፍተኛ ጥንቃቄ አድርገናል። አብዛኛዎቹ እነዚህ ትርጓሜዎች በአባሪ አርፎ ማዘገብ ቃላት ውስጥ ይገኛሉ።

ማስታወሻዎች ተጨማሪ ወረቀት እንድታካትት እንመክርሃለን።

በጥልቀት ቆፍሩ

ይህ ክፍል ቅዱሳት መጻሕፍትን የማንበብ እና ከሚቀርበው ርዕሰ ጉዳይ ጋር ለማዛመድ የሚያስችል አጋጣሚ ይፈጥራል። ከመጽሐፍ ቅዱስ፣ ከመጽሐፍ ቅዱሳዊ የጋብቻ መርሆዎች እና እግዚአብሔር ከአንተ እንደትዳር ጓደኛ የሚጠብቀውን ነገሮች የበለጠ ትገነዘባለህ።

ራስን መመርመር

መጽሐፍ ቅዱሳዊ መርሆችን በምታጠናቀቁ ጊዜ፣ ይህ ክፍል ራስን ለመፈተሽ፣ ለግል መሻሻል አስፈላጊ የሆኑ ቦታዎችን ለማግኘት ጊዜ ይሰጣል። እነዚያን ለውጦች ለማድረግ ግንዛቤዎችን፣

አካላዊ መግለጫ

ኑዛዜዎችን እና ጥንካሬን እና ጥበብን ለማግኘት ጸሎቶችን ለመዘርዘር ክፍት ቦታ ተሰጥቷል ። የደቀመዝሙርነት ሂደት አንዱ ገጽታ የግል ተጠያቂነት ነው። እግዚአብሔር በትዳር ጓደኛህ ወይም በልጆችህ ላይ ኃጢአት እንደሠራህ ከገለጸ ኃጢአትህን ተናዘዝ እና ይቅርታን ጠይቅ ፤ ይህን ማድረግ የተጠቀሰ ባይሆንም በመደበኛነት ይለማመዱ።

የድርጊት መርሃ ግብር

የመጽሐፍቅዱስን መርሆች ካጠኑ በኋላ፣ ይህ ክፍል እርምጃ እንድትወስዱ እና በትዳራችሁ ውስጥ የተማራችሁትን ነገር ተግባራዊ እንድታደርጉ ይገፋችኋል። እውነተኛ ደቀመዛሙርት ለመሆን እግዚአብሔር የሚፈልገው በእውቀት እንድናድግ ብቻ ሳይሆን እንድንኖርም እንደሚፈልገን መረዳት አለብን።

አባሪ መርጃዎች

እባክዎ በስራ ደብተሩ መጨረሻ ላይ ያሉትን ተጨማሪዎች ይጠቀሙ። ለእድገትዎ እዚያ አሉ እና በመላው የስራ ደብተር ውስጥ እንጠቅሳቸዋለን። ይህን አስደናቂ ጉዞ ከመጀመርዎ በፊት፣ እባክዎን አባሪሁ፡፡የቃልኪዳን ደብዳቤ (ቅፅ 1) ይሙሉ።

የመሪዎች መመሪያ

የመሪመመሪያ በFDM.world በነጻ ሚኒስቴር ውርዶች ስር ይገኛል። በድረ-ገጻችን ላይ ያሉት ሁሉም ቁሳቁሶች በደቀመዝሙርነት ላይ ያተኩራሉ እና በነጻ ይሰጣሉ።

ትምህርት 1: የወሲብ ስጦታ

እግዚአብሔር ይህን ምድር ብለን የምንጠራትን ፕላኔት የፈጠረው፣ ከነዋሪዎቿ ሁሉ ጋር ነው። በአስደናቂው ፍጥረቱ ውስጥ፣ የእግዚአብሔር እጅግ ውድ የሆነው የሰው ልጅ ነው። ይህንንም ለማረጋገጥ፣ ከእርሱ ጋር ለዘላለም እንድንኖር ከኃጢአት ሊቤገርን በኢየሱስ ክርስቶስ ውስጥ ራሱን በሰው ዘር ውስጥ አስገባ። በመዝሙር 139:14 ላይ መጽሐፍ ቅዱስ ሰዎች “በሚያስፈሩና በሚያስደንቅ ሁኔታ የተሠሩ ናቸው” በማለት ይናገራል፤ እነዚህም እግዚአብሔር ለእኛ ያሰባቸውን ነገሮች ሁሉ ያጠቃልላል። ከዋና ዋናዎቹ በረከቶቹ አንዱ ደስታን የመለማመድ ችሎታ ነው፣ እና የዚያ በጣም ጉልህ ገጽታ ወሲባዊ ደስታ ነው።

እግዚአብሔር የጾታ ግንኙነትን ለደስታችን ከፈጠረ፣ ለምንድነው ይህ የክርክር ርዕስ አልፎ ተርፎም የክፋት ምንጭ የሆነው? አምላክ ስህተት አይሠራም ፤ ስለዚህ ችግሩ በሰው ልጆች

አካላዊ መጻሕፍት

ላይ መሆን አለበት እና በግብረ ሥጋ ግንኙነት ሰአት አለመግባባቶች ወይም አላግባብ በሆነ መንገድ ግብረ ሥጋ መጠቀም ።

አብዛኛውን ጊዜ ምዕራፎቻችንን በጸሎት እንዘጋለን ነገርግን በዚህ ርዕሰ ጉዳይ ውስብስብነት ምክንያት ይህን ጊዜ በጸሎት እንክፈተው፡-

አባት ሆይ ስለ ወሲብ ስጦታ አመሰግናለሁ። ሰውነታችንን እንዲህ ያለ ከፍተኛ ደስታን እንዲለማመድ ስለፈጠርክ እናመሰግናለን። እባክህን የወሲብ ልምምድን እንደ ፈጠርክበታ አላማህ አስተምረን። እና እባክህ ጌታ ሆይ፣ የአለም አመለካከት እንዲነሳን ለፈቀድንላቸው ጊዜያት እና መንገዶች፣ የፆታ ስሜትን ወደ አንተ ያላሰብከው ነገር ለቀየርንበት ጊዜአቶች ይቅር በለን። እግዚአብሔር ሆይ፣ ፍቅርን እና እምነትን በመስጠት ልባችንን እንድትለውጥ፣ እናም አመለካከታችንን እና ባህሪያችንን እንድንቀይር ፍላጎት እና ፈቃድ እንድትሰጠን እጸልያለሁ። ወሲብ ካንተ እንደ ስጦታ አድርገን እንድንመለከት እና እንደ እቅድህ እንጠቀምበት እርዳን። ጥበብን ለመስጠት የእግዚአብሔርን ቃል እና መንፈስ ቅዱስን ተጠቀም እና በምንናገረው እና በምናደርገው ሁሉ አንተን ልናከብርህ እንድንፈልግ ለውጠን። በኢየሱስ ስም እንጸልያለን። አሜን።

መጽሐፍ ቅዱስ አምላክ ሰለወሲብ ስላለው እቅድ ግልጽ ነው። ለእኛ ዓላማ መረጃውን በሦስት ልዩ የአስተሳሰብ መስመሮች አደራጅተናል። ወሲብን ከእግዚአብሔር ሐሳብ አንፃር እስከምንመለከት ድረስ በዚህ ጽሑፍ ላይ ደጋግመን ማሰላሰል አለብን።

የመጽሐፍ ቅዱስ መርህ 1: ወሲብ እና አንድ ሥጋ

እግዚአብሔር ለጾታዊ አንድነት ያለው የመጀመሪያ ዓላማ ወንድና ሴትን ፣ አካልን እና ነፍስን አንድ ላይ ማገናኘት ነው።

ስለዚህ ሰው አባቱንና እናቱን ይተዋል ከሚሰቱም ጋር ይጣበቃል አንድ ሥጋም ይሆናሉ።” (ዘፍጥረት 2:24)

ወይስ ከጋለሞታ ጋር የሚተባበር ከእርስዎ ጋር አንድ ሥጋ እንዲሆን አታውቁምን?(1 ቆሮንቶስ 6:16)

እግዚአብሔር የጾታ ግንኙነት በትዳር ውስጥ እንዲፈጸም እንዳለበ ከዘፍጥረት መረዳት እንችላለን። የቆሮንቶስ ጥቅስ ይህንን አንድነት አላግባብ መጠቀምን ያሳያል፣ነገር ግን ውጤቱ አሁንም አንድ እየሆነ እንደመጣ አስተውል፣ ሁለቱም አንድ ሥጋ ይሆናሉ። ዓለም ዛሬ

አካላዊ መጻሕፍት

ከእግዚአብሔር ጽንሰ-ሐሳብ በጣም የራቀች እና ለጾታዊ ግንኙነቱ ያለውን ፈቃድ ወደ መጣስ ላይ ትገኛለች።

አንድ የመጽሐፍ ቅዱስ መዝገብ ቃላት የሚከተለውን ይላል።

[አንድ ሥጋ] የመላው ሰውን አንድነት ማለትም ዓላማን ፣ ሥጋዊና ሕይወትን ያጠቃልላል። አንዳቸው የሌላውን ጥንካሬ እና ድክመቶች ይቃረናሉ። በጾታዊ ግንኙነት ሁለቱም በዘርቻቸው ላይ እንደሚንጸባረቁት በአካል “አንድ ሥጋ” ይሆናሉ። አምላክ “አንድ ሥጋ” ላለው ዝምድና ብቻ ያለው አመለካከት ማንኛውንም ዓይነት ዝምድና ይከለክላል። ግብረ ሰዶም፣ ከአንድ በላይ ማግባት፣ ምንዝር፣ ከጋብቻ በፊት የጾታ ግንኙነት፣ ቁባቶች፣ የሥጋ ዝምድና፣ የአራዊት አኗኗር፣ የአምልኮታዊ ዝሙት አዳሪነት።1

በተጨማሪም የግላዊ የጾታ ደስታን እንቃወማለን። የእግዚአብሔርን ንድፍ በሙሉ ልባችን መቀበል አለብን። ጋብቻ በወንድና በሴት መካከል አንድ ሥጋ እንዲሆን አደረገ።

መጽሐፍ ቅዱሳዊ መርህ 2: ወሲብ እና መውለድ

የግብረ-ሥጋ ግንኙነት ጥምርት ልጆችን ለማፍራት ወይም የህዝብ ብዛት ለመጨመር የተነደፈ ነው ፤ እሱም መውለድ ይባላል።

ስለዚህ እግዚአብሔር ሰውን በመልኩ ፈጠረ; በእግዚአብሔር መልክ ፈጠረው; ወንድና ሴት አድርጎ ፈጠራቸው። እግዚአብሔርም ባረካቸው፣ እግዚአብሔርም እንዲህ አላቸው፡- ብዙ ተባዙ። በእጅ ሙላ; የባሕርን ዓሦች፣ የሰማይ ወፎች፣ በምድር ላይ የሚንቀሳቀሱትንም ሁሉ ገዙ።” (ዘፍጥረት 1:27-28)

በትዳር ውስጥ ልጆች መውለድ አለመቻል ኃጢአት ባይሆንም አምላክ የሰው ልጆችን ፕላኔቷን እንዲሞላ አድርጎ ፈጥሯል። ቅዱሳት መጻሕፍት የራሳችን ላይ ያሉት ፀጉሮች ተቆጥረዋል (ሉቃስ 12:7) እያንዳንዱ ሰው በእግዚአብሔር አስቀድሞ በማወቁ መወለዱን እና እያንዳንዱም በእርሱ ዘንድ የከበረ መሆኑን ያሳያል። እሱ ስለ እያንዳንዱ ግለሰብ መወለድ፣ ህይወት እና መዳን በግል ፍላጎት አለው።

‘ብዙ ተባዙ’ ታማኝ ልጆችን ማሳደግ እግዚአብሔር ለሰው ልጆች የፈጠረው የፍጥረት እቅድ አካል ነው። የእግዚአብሔር የፍጥረት እቅድ ምድርን ሁሉ በሚያውቁት እና የእርሱ ምክትል ገዢዎች ወይም ወኪሎች ሆነው በጥበብ በሚያገለግሉ እና እንዲገዙአት በሚያገለግሉ ሰዎች እንድትሞላ ነው።2

አካላዊ መጻሕፍት

ሀብብተሰባችን ከትዳር ጥቅም ውጪ ልጆችን ማሳደግ እና ማገዝን ጨምሮ አማራጭ የአኗኗር ዘይቤዎችን በመያዝ ከእግዚአብሔር እቅድ አልፎ ሄዷል።

በጥልቀት ቆፍሩ

አምላክ ስለ ልጆች መውለድ ምን እንደሚል ግለጽ።

እነሆ ልጆች የእግዚአብሔር ርስት ናቸው

የማህፀን ፍሬ ሽልማት ነው።

በጦረኛ እጅ እንዳሉ ቀስቶች፤

የአንድ ወጣት ልጆችም እንዲሁ።

ጉዞውን የሞላበት ሰው ደስተኛ ነው አያፍሩም ፤

ነገር ግን ከጠላቶቻቸው ጋር በበሩ ውስጥ ይናገራሉ ። (መዝ. 127:3-5)

ዓይኖቹንም አንሥቶ ሴቶቹንና ሕፃናትን አየና፡- እነዚህ ከአንተ ጋር እነማን ናቸው?
እርሱም፣ “እግዚአብሔር ለባሪያህ በጸጋ የሰጣቸው ልጆች” አለ። (ዘፍጥረት 33:5)

የሰውነትህ ፍሬ፥ የምድርህም ፍሬ የላምህም ርቢ፥ የከብትህና የበግህ ዘር የተባረከ ይሆናል። (ዘዳግም 28:4)

የመጽሐፍ ቅዱስ መርህ 3: ወሲብ እና ደስታ

በትዳር ውስጥ የሚደረግ የግብረ ሥጋ ግንኙነት ለደስታ ወይም ለመዝናናት ተቀባይነት አለው።

የሚከተለው ምንባብ ባል ከሚስቱ ጋር ብቻ በጾታዊ ግንኙነት መርካት እንዳለበት ግልጽ ነው። በምታነብበት ጊዜ፣ ጥቅም ላይ የዋሉትን ልዩ ቃላት እና ሀረጎች አሰላስል።

ምንጭህ የተባረከ ይሁን።

ከወጣትነት ሚስትህ ጋር ደስ ይበልህ። እንደ ተወደደች ሚዳቋ እና ግርማ ሞገስ ያላት ሚዳቋ ጡቶቿ ሁል ጊዜ ያርኩህ ፤ እና ሁልጊዜ በፍቅር ጥገብ።(ምሳሌ 5:18—19)

ቃላቶቹ የረኩ እና የተጠመዱ (ወይም በ ESV የሰከሩ)

እርካታ እና ፍሬያማ የሆነ የወሲብ ህይወትን፣ የታላቅ ደስታን ህብረት ያመለክታሉ። ወሲብ የሚፈለግ እና የሚያሰክር መሆኑን ሁላችንም እንገነዘባለን።

አንዳንድ ሰዎች የወሲብ ሰብኞች ናቸው። በይነመረቡ የብልግና ሥዕሎች አዲስ የስርጭት በመተዋወቃቸው እና መግባባታቸው ጠማማነት ደረጃ ላይ ደርሰዋል። እግዚአብሔር ለሰው ልጆች የሰጣቸው ስጦታዎች እንደ እቅዱ እና በተገለጹ መመሪያዎች መሰረት ጥቅም ላይ ካልዋሉ ይህ የሚሆነው ነው። ነገር ግን ነቅታችሁ ጠብቁ በዚህ ዓለም ላይ የሚፈጸመው በጾታ ግንኙነት ላይ የሚፈጸመው በደል ለዚያ ያለህን እምነት ወይም አመለካከት እንዲጎዳው አትፍቀድ። ባልና ሚስት እርስ በርሳቸው እንዲሰክሩ የእግዚአብሔር ሐሳብ ነው።

አንድ ደራሲ ይህን የምሳሌ ጽሑፍ ተጠቅሞ ለወንዶች የግብረ ሥጋ ግንኙነቱን ንፁህ እና ትኩረት አድርጎ እንዲይዝ ለማስተማር ነው።

የአካላዊ መስህብ ደስታን ማንም ሊክድ አይችልም። ምሳሌው ወንድየው የሚስቱን ስሜት እንዲነካው ይጋብዛል። ውበቷን የሚያደንቅ እንደ ግርማ ሞገስ የተላበሰች ሚዳቋ እና በሰውነቷ እና በፍቅር ሊረካ ይገባል።እሷን “ብቻውን” (ቁጥር 17) እና ሁል ጊዜ መውደድ አለበት። . . .እግዚአብሔር የሚፈልገው ሰው በሚስቱ ፍቅር ደስ እንዲሰኝ ነው እንጂ የሌላ ሰው ሚስት አይደለም።5

እውነታ 4ይል
እርካታ—ራዋህ (ዕብራይስጥ)። ውሃ ለማስጠን፣ ለማድረግ የሚያገለግል ግንባታ; አንድ ሰው-መጫንን ለማጠጣት. እሱም የሚያገለግል ክተው አንድን ሰው-በጥሬው እና በምሳሌያዊ አነጋገር ማጠጣትን ነው(መዝሙር ዳዊት 36: 8፤ 65: 10)። አንድ ሰው የሚፈልገውን ሁሉ ማጠጣት፣ ማርካት ማለት ነው(ምሳሌ 5: 19፤ 7: 18)። 3
አንራጥቸር ድ—ሳጋህ (ዕብራይስጥ)። ኢሳይያስ ማጠጫን፣ መመገብን ወይም በስካር ማጠጫን ለማጠቆም የተጠቀመ ግንባታ (አሰ.ዩ.ዩ)

አካላዊ መጻሕፍት

እግዚአብሔር የግብረ ሥጋ ግንኙነትን የፈጠረው በእነዚህ ሦስት ምክንያቶች ሲሆን ከጋብቻ ውጭ የተገኘ ማንኛውም የግብረ ሥጋ ግንኙነት ደስታ ኃጢአት እንደሆነና ጠማማ እንደሚሆን በቅዱሳት መጻሕፍት ውስጥ ግልጽ ነው። የእግዚአብሔርን ስጦታዎች ለሃጥያት ስንጠቀም ከበረከቶች ይልቅ የሚያሰቃዩ መዘዞችን እናገኛለን። በዚህን ጊዜ የኃጢአት ተጽእኖ በጣም ጠንካራ ከመሆኑ የተነሳ በትዳር ውስጥ ብቻ ሊጠቀሙበት የሚፈልጉ ሰዎች እንኳን አንዳንድ ጊዜ ወደ ኃጢአተኛ ድርጊቶችና ጠማማ አመለካከቶች ይሳባሉ።

ራስን መመርመር

ሦስቱን ዓላማዎች ከዚህ በታች ጻፍ።

ዓላማ 1: _____

ዓላማ 2: _____

ዓላማ 3: _____

እነዚህን ሶስት ዓላማዎች ከግምት ውስጥ በማስገባት ይህ መረጃ ለወሲብ ያለዎትን አመለካከት እንዴት እንደለወጠ ግለጽ።

አካላዊ መሥሪያ ቤቅ

እኛ ግን ተስፋ አለን። በኃጢአት ላይ ድል በኢየሱስ ክርስቶስ እንደተሸነፈ የእግዚአብሔር ቃል ኪዳን አለን (ሮሜ 6:6-7)። የእግዚአብሔርን ቃል በልባችን መደበቅ እና ተጠያቂ መሆን እና ከሌሎች የክርስቶስ አካል አማኞች ጋር መተባበር አለብን።

መጽሐፍ ቅዱስ ፈተናዎቻችንን “ጦርነት” በማለት ይጠራቸዋል፤ እና እግዚአብሔር የሰጠንን የጦር መሣሪያዎችን ሁሉ መጠቀም አለብን። ሁልጊዜ የማምለጫ መንገድን ይሰጣል። እሱን ተከተሉት እና ፈልጉት።

አንዳንዶች የግብረ ሥጋ ግንኙነትን እንደ ጭካኔ የመመልከት ዝንባሌ ሊኖራቸው ይችላል። ይህ በሴቶች ላይ ብዙ ጊዜ የሚከሰት ይመስላል። ምክንያቶቹ እንዲህ ዓይነት አመለካከት ያለው ወላጅ፣ ምናልባትም ደስተኛ ያልሆነች እናት ወይም ርዕሰ ጉዳዩ ትክክል እንዳልሆነ ተደርጎ ስለሚቆጠር ያልተነጋገረበት ሊሆን ይችላል። ሴቶች ብዙውን ጊዜ የአስገድዶ መድፈር እና የፆታዊ ጥቃት ስለባዎች ናቸው እና ለማጽደቅ ወይም ለፍቅር ወሲብ የመስጠት አዝማሚያ አላቸው። ነገር ግን አንድ አንድ ሰው እንደ መዝናኛ ያስበዋል። ለዚህም ነው እግዚአብሔር ለወሲብ እና ለጋብቻ ያለውን እቅድ አውቀን ወሲብ እራሱ ንጹህ እና አዎንታዊ መሆኑን ማስታወስ ያለብን።

ዓለም ወደ ጋብቻ ፈተናዎችን ታቀርባለች። እያንዳንዱ ባልና ሚስት በግንኙነት እና በግብረ ሥጋ ግንኙነት ለመደሰት የራሳቸውን የግል ዘዴ ማዳበር አለባቸው። ሆኖም፣ ይህ በፍፁም በአለም የቀረቡትን ጠማማ ነገሮች ማካተት የለበትም። ፖርኖግራፊ ጠማማ ከሆነ መቼ ነው ጠማማ ያልሆነው? በጭራሽ። ዓለማዊ ክፋትን በፍፁም አይቀበሉ። እንደ አላስፈላጊ እና የማይፈለግ አድርገው ይራቁ፤ እና ከዚያ በባልና ሚስት መካከል ብቻ ሊኖር ወደሚችል እውነተኛ ደስታ እና እርካታ የሚያመራ የእራስዎን ፈጠራ ለመከታተል ነፃ ይሆናሉ።

ግብረ ሥጋ ግንኙነትን ከዓለማዊ እይታ አንጻር ስትሰራ እራስህን ካገኘህ ለእግዚአብሔር እና ለትዳር ጓደኛህ መናዘዝ እና ከዚያም በእግዚአብሔር ቃል መሰረት አዲስ አመለካከት እንዲሰጥህ ጸልይ። ሁለታችሁም ያለማቋረጥ ከአለም በሚመጡ አሉታዊ ተጽእኖዎች ትጠቃላችሁ። ሴቶቹን የሚያናድድ እና ወንዶችን የሚያስከፍል ወሲባዊ ይዘት ያላቸውን የቲቪ ማስታወቂያዎች ይመለከታሉ። እነዚያ አመለካከቶች ወደ መኝታ ክፍል እንደ ማንጠልጠያ ሊመጡ ይችላሉ። እነዚህ ተጽእኖዎች እውን ናቸው ፤ እና እኛን እያጠቁን ነው። ይህ እውነተኛ ውጊያ ነው፤ ስለዚህ አሉታዊ አመለካከቶችን እንዴት እንደሚዋጉ አስቡ እና እርዳታ ወደ እግዚአብሔር ፈልጉ ምክንያቱም የእርሱ ስጦታዎች እንዳያመልጡዎችሁ አይፈልግም።

ራስን መመርመር 1

በዚህ አካባቢ ያለዎትን አመለካከት የነኩ ማናቸውንም አሉታዊ ተጽእኖዎች ይለዩ።

አሉታዊ ተጽዕኖዎችን ለይተህ ካወቅህ፣ መጽሐፍ ቅዱሳዊውን የይቅርታ እና የማስታረቅ መርሆች ተግባራዊ አድርገሃል? ለተጨማሪ ጥናት፣ አባሪ P: መተማመን እና ይቅርታን ይመሉ።

በጥልቀት ቆፍሩ

ዓለምን ስንከተል እና እግዚአብሔርን ስንከተል የሚሆነውን ለይ።

ዓለምን ወይም በዓለም ያሉትን አትውደዱ። ማንም ዓለምን ቢወድ የአብ ፍቅር በእርሱ ውስጥ የለም።(1ዮሐ. 2:15)

የእግዚአብሔር ፈቃድ እርሱም በጎና ደስ የሚያሰኝ ፍጹምም የሆነው ምን እንደ ሆነ ፈትናችሁ ታውቁ ዘንድ በልባችሁ መታደስ ተለወጡ እንጂ ይህን ዓለም አትምሰሉ። (ሮሜ 12:2)

መጽሐፍ ቅዱሳዊ ያልሆነ አመለካከት 2: ላለፉት ኃጢአቶች ተፈርዶበታል።

ያለፈው ወሲብ ህይወታችን የወደፊት ሕይወታችንን እንዲመራ መፍቀድ የለብንም ወይም ለፍርድ እንድንሰናበት መፍቀድ የለብንም። በእግዚአብሔር ዘንድ ይቅርታ እና አዲስ ሕይወት አለ። እውነቱን ለመናገር፣ አብዛኞቻችን ስለ ወሲብ በጣም መንፈሳዊ መግቢያ አልነበረንም። የምንኖረው ወንዶች የብልግና ምስሎችን እንዲመለከቱ እና በግብረ ሥጋ ግንኙነት እንዲዘናኑ በሚያባብል ዓለም ውስጥ ነው። ልጆቻችን ማስተርቤሽን እና ከጋብቻ ውጪ የሚደረግ የግብረ ሥጋ ግንኙነት ጥሩ እንደሆነ እየተነገራቸው ከጓደኞቻቸው ጋር መነጋገር ይችላሉ። ሴቶች እና ወጣት ልጃገረዶች አሁን ከጾታዊ ጭቆና “ነጻ” ወጥተዋል እና የብልግና ምስሎችን እንዲመለከቱ፣ ማስተርቤሽን እና ወሲብ እንዲፈጽሙ ይበረታታሉ እንዲሁም ወንዶች አላስፈላጊ እንደሆኑ ይነገራቸዋል። ዓለም ስለ ወሲብ የሚያስተምረው ይህ ነው በእነዚህ ተግባራት ውስጥ ከተሳተፍክ ተናዘዘክ እና ንስሐ ግባ፣ መጽሐፍ ቅዱሳዊ እውነትን ተከተል እና በመጽሐፍ ቅዱሳዊ መርሆች እና አዲስ አመለካከቶች ላይ የተመሰረተ ባህሪን ተከተል።

አንዳንድ ወንዶች በቀን በመቶዎች ለሚቆጠሩ ጊዜያት ስለ ወሲብ እንደሚያስቡ ይናገራሉ። የብልግና ምስሎችን እየተመለከትክ ያለማቋረጥ ማስተርቤሽን የምትሠራ ከሆነ በወሲብ ትጠመዳለህ። ብዙ ወንዶች የብልግና ምስሎችን ለጾታዊ ደስታ ተጠቅመዋል፣ ይህም የሕይወትን ችግር ለማካካስ ረድተዋቸዋል፣ የማያፈቅሩ ወይም የማይወድ አባት፣ ተቀባይነት ማጣት፣ አፍቃሪ ካልሆነች ወይም የበላይ እናት ጋር የተያያዙ ጉዳዮችን፣ አልፎ ተርፎም በትዳር ውስጥ ለሚፈጠሩ ችግሮች ጭምር።

ከጋብቻ በፊት የብልግና ድርጊቶችን ከፈፀምክ ሚስትህን በዚህ መርዝ አትበክላት። ንጹህ ብርጭቆ ውሃ ውስጥ ከመጠጣትህ በፊት ስንት መርዝ ጠብታዎች ያስገባሉ? ይህንን ያለፈውን ለመተው ስራ፣ እና እርካታን እና በረከቶችን እየጠበቅክ እግዚአብሔር ከእርሱ የሆነ ውብ እና ንጹህ ስጦታ ነው ወደሚለው አዲስ ህይወት ወደፊት ተራመድ።

ከጋብቻ በፊት የግብረ ሥጋ ግንኙነት ከፈጸሙ ከጋብቻ በኋላ ያለዎትን ቅርርብ ይነካል። ለወንዶች ግድየለሽነትን እና ራስ ወዳድነትን ያመጣል ፤ ለሴቶች ለባልሽ አመራር ለመተማመን እና ለመታገዝ ትግሉን ይጨምራል። የሴት አካል ከጋብቻ በፊት ለወንድ ደስታ የሚሆን ናሙና አይደለም። ሴቶች ይህንን እንደ ሙገሳ በመቁጠር ወንዶችን በፊልም ላይ እንደተገለጸው እንዲመኙ ወይም እንዲጫወቱ በማነሳሳት ተታልለዋል።

ለማግባት እቅድ አውጥተህ የግብረ ሥጋ ግንኙነትህን ለመጀመር ወስነህ ከጋብቻ በፊት የግብረ ሥጋ ግንኙነት ፈጸምክ። ነገር ግን ከጥቂት ዓመታት በኋላ የወሲብ ሕይወትህ መውደቅ ጀመረ ምክንያቱም ጋብቻ የኃጢአትህን መዘዝ አያስተካክለውም። እግዚአብሔር ይቅር ይላል። እና የትዳር ጓደኛዎ ከጋብቻዎ በፊት ላደረጋችሁት ነገር ይቅር እንዲልዎት ካልጠየቁ፣ ይህን ማድረግ ያስፈልግዎታል።

የድርጊት መርሃ ግብር

አካላዊ መጻሕፍት

ከመጋባታችሁ በፊት ከሌሎች ጋር ወይም አብራችሁ ለምታደርጉት ነገር እግዚአብሔርን እና እርስ በርሳችሁ ይቅርታ ጠይቃችኋል? ካልሆነ ትንሽ ጊዜ ወስደህ አሁን አድርግ።

በጥልቀት ቆፍሩ

እግዚአብሔር ከእርሱ ጋር ስላሉት አዲሱ ግንኙነት ምን እንደሚል እና አሁን “በክርስቶስ” ስላላችሁ ነገሮችን እንዴት ማስተዋል እንደሚችሉ ግለጽ።

ስለዚህ ማንም በክርስቶስ ቢሆን አዲስ ፍጥረት ነው። አሮጌው ነገር አልፏል; እነሆ፤ ሁሉም አዲስ ሆኖአል።

እንግዲህ ክርስቶስ በአብ ክብር ከሙታን እንደ ተነሣ እንዲሁ እኛም በአዲስ ሕይወት እንድንመላለስ ከሞቱ ጋር አንድ እንሆን ዘንድ በጥምቀት ከእርሱ ጋር ተቀበርን።(ሮሜ 6:4)

መጽሐፍ ቅዱሳዊ ያልሆነ አመለካከት፤ በአሳዛኝ ሁኔታ ተይዟል።

ብዙ ወንዶች እና ሴቶች በቀድሞ ህይወታቸው ወሲባዊ ጥቃት ይደርስባቸዋል። ከዚህ ሰቃይ ነፃ መውጣት ይችላሉ። ከዚህ ጉዳት ጋር ለመኖር አይምረጡ። ከምንገነዘበው በላይ ብዙ ልጆች ወሲባዊ ጥቃት ይደርስባቸዋል። ይህ ያለፈው ጊዜዎ ከሆነ በመሙላት ለመቋቋም አይሞክሩ ይህም አይሰራም። መጽሐፍ ቅዱሳዊውን የይቅርታ እና የፈውስ መድሐኒቶችን ካልተጠቀምክ ጉዳቱ ወይም ምሬት እግዚአብሔር ዛሬ ለአንተ የሰጠውን ድንቅ ስጦታ ይመርዛል። ያለፈውን ጊዜህን በመጽሐፍ ቅዱሳዊ መንገድ መንከባከብህን እርግጠኛ ሁን። አምላክ ባዘጋጀው በዚህ

አካላዊ መጫኛ

ውብ የመቀራረብና የመደሰት ስጦታ ለመደሰት የሌላ ሰው በአንተ ላይ የፈጸመው ኃጢአት እንዲበክልህ እና እንዲያጠፋህ አትፍቀድ።

ወሲባዊ መዛባት ከእግዚአብሔር ፈቃድ እና መመሪያ ውጭ የሆነ ነገር ነው። ያለፍላጎትህ የግብረ ሥጋ ግንኙነት እንድትፈጽም ከተገደድክ፣ ይህን ጉዳት ካላጋጠመህ እና የእግዚአብሔርን እርዳታ ካልጠየቅክ የረጅም ጊዜ ጉዳት ይኖራል። መጽሐፍ ቅዱሳዊ ምክር፣ መጋቢን ማነጋገር፣ እና በቅዱሳት መጻሕፍት ውስጥ በማንበብ እና በጸሎት በማሰላሰል ጊዜ ማሳለፍ የጦር መሣሪያዎቻችሁ ይሆናሉ።

በዚህ አካባቢ ተጎድተህ ከሆነ እና እግዚአብሔር አሁን እያናገረህ እንደሆነ ካወቅህ፣ ቆም ብለህ የይቅርታ ጽሑፉን ተመልከት። ይቅርታን ላቆሰሉህ ሰው ወይም ሰዎች በመተግበር ሂደት ውስጥ እርስዎን ለመርዳት አባሪ P፣ እምነት እና ይቅርታን ተጠቀም።

ይህን ጸሎት ጻልዩ፡-

እግዚአብሔር ሆይ፣ ላደረጉኝ ነገር ይቅር እላለሁ እና ከማስታወስ እና ከህመም እንድትፈውሰኝ እለምንሃለሁ። ያለፈው ክፉ ነገር የሰጠኸኝን ስጦታ እንዲያበላሽብኝ አልፈልግም። ይህንን በኢየሱስ ስም እጸልያለሁ። አሜን።

መጽሐፍ ቅዱሳዊ ያልሆነ አመለካከት 4፡ በበቀል የሚደረግ ሕክምና

ትዳር በማናችንም ላይ መጥፎ ነገርን እንደሚያመጣ መካድ አይቻልም። ስለዚህ የትዳር ጓደኛዎ የጎዳዎትን ወይም የሚጎዳዎትን እውነታ እንዴት ይቋቋማሉ? የተጎዳውን በመሙላት፣ ሰብብ በመላክ ወይም በመዋጋት ረገድ እንዴት እየሰሩ ነው? መልሱ ሊያስገርምህ ይችላል። አንዳችሁ በሌላው ላይ የፈጸማችሁትን ጥፋት ችላ አትበሉ ወይም ይቅር አትበሉ። በተዛባ ወይም ባልተፈለጉ ወሲባዊ ድርጊቶች ከተሳተፉ፣ የትዳር ጓደኛዎን አካል ወይም የወሲብ ተግባር ከተተቹ ወይም አንዳችሁ የሌላውን የወሲብ ደስታ ለበቀል ከካዳችሁ ግንኙነታችሁ እየተሰቃየ ነው እና እነዚህ ጉዳቶች የወሲብ ህይወትዎን እየመረዙ ነው። ይህ ባህሪ ከራስ ወዳድነት የመነጨ ነው። ባለማወቅ የተደረገ ቢሆንም፣ እርሶን ለማሟላት እና ደስተኛ ለማድረግ አምላክ የነደፈውን ግንኙነት ሊያበላሽ ይችላል።

ችግሮችዎ በመሰላቸት ወይም በፈጠራ እጦት ምክንያት እንደሆኑ ስህተትን አይስሩ። ብዙ ባለትዳሮች የወሲብ ስሜትን በሚያጡበት ጊዜ ወደ ፖርኖግራፊ እንዲመለሱ በቀድሞ ቴራፒስቶች ተበረታተዋል። ግን ያ ሁል ጊዜ ወደ ጥፋት ይለወጣል። አንዱ አጋር ተቆጥቷል

እና ተጎድቷል፤ ወይም ሁለቱም ወደ የተሳሳተ መንገድ ይመራሉ። ምናልባትም፣ የወሲብ ቅዝቃዜው በትክክል ያልተፀዱ ቁስሎች እና ጥፋቶች ምክንያት ነው።

መጋባት በሁሉ ዘንድ ክቡር መኝታውም ንጹሕ ነው። ሴሰኞችንና አመንዘሮችን ግን እግዚአብሔር ይፈርድባቸዋል።(ዕብራውያን 13:4)

አንድ ተንታኝ ለዚህ ቅዱሳት መጻሕፍት ግልጽነት እና በጋብቻ አልጋ ላይ ያለውን የንጽሕና አስፈላጊነት ግልጽ አድርጓል።

“ጋብቻ በሁሉም ሰው ዘንድ መከበር አለበት” የሚለው የመጀመሪያው አባባል በአንቀጹ ውስጥ ባለው የፊት ለፊት አቀማመጥ “ክብር” ተብሎ በተተረጎመው ቃል ላይ ልዩ ትኩረት ይሰጣል። ቃሉ ራሱ ከፍተኛ ያለ ግምት መስጠትና ማክበር ማለት ነው። ጋብቻን ስለማክበር ይህ አጠቃላይ መግለጫ በትዳር ውስጥ ባለው የግብረ ሥጋ ግንኙነት ቅድስና ላይ የበለጠ ጠባብ ትኩረት ይሰጣል። “የጋብቻ አልጋውም ንጹሕ ሆነ። ይህ ሐረግ የሚያመለክተው በጋብቻ ውስጥ የሚደረግ የግብረ ሥጋ ግንኙነት ነው፤ ትርጉሙም ባሎችና ሚስቶች አንዳቸው ለሌላው የፆታ ግንኙነት ታማኝ ሆነው እንዲቀጥሉና በትዳራቸው መሳል አለባቸው። “ንጹሕ” ተብሎ የተተረጎመው የግሪክኛ ቅጽል “ያልረከሰ፣” “ያልተበከለ” የሚለውን ፍቺ ያስተላልፋል። በአንቀጹ ውስጥ በአጽንኦት ቦታ ላይ ነው.7

እንደምታየው ይህ በጋብቻ አልጋ ላይ ለንፅህና ልዩ ትኩረት ይሰጣል። ወደ ዓለም እና ዓለም ወሲብ እየተጠቀመበት ያለውን መንገድ ዞር ብለን እንደ ባልና ሚስት ወደ ግንኙነታችን ማምጣት እና እግዚአብሔር እንዲባርከው መጠበቅ አንችልም። ከዚህ ቀደም በደረሰብህ ጉዳት ምክንያት ለትዳር ጓደኛህ የደነደነ ልብ ካለህ የብልግና ምስሎችን የማለዘብ ቁልፍ አይሆንም። አዎ፣ የብልግና ምስሎች ያነቃቁቃል፤ እኛ የተፈጠርንበት መንገድ ነው ፤ ግን ያ የኃጢአተኛ ተፈጥሮአችን አካል ነው። የፈውስ መጀመሪያ በመኝታ ክፍሉ ውስጥ አይገኝም ፤ ነገር ግን በልብ ውስጥ። በነዚህና በንስሐ ወደ እግዚአብሔር ሂዱ ከዚያም እርስ በርሳችሁ በፍቅር ኑሩ እና ስለ እውነተኛው ችግሮች ሐቀኛ ሁኑ።

ምሬት እና በቀል ወሲብን ከንቱ ያደርገዋል። ብዙውን ጊዜ በጋብቻ አልጋ ላይ ተቀባይነት ያለው እና አስደሳች ነገር ላይ ያለውን አመለካከት ያጠባሉ። አዳዲስ አስተሳሰቦችን ለማምጣት ጥፋቶች ከተወገዱ በኋላ ያልተፈለጉ ወይም “ስህተት” ተሰምቷቸው ሊሆኑ ለሚችሉ አስደሳች እንቅስቃሴዎች በሩ ክፍት ነው። ከእነዚያ ሾልከው የገቡት አንዳንድ አመለካከቶች ከዓለማዊ ምኞት ጋር የተቆራኙ ሊሆኑ ይችላሉ፤ ይህ የግድ እውነት አይደለም። አንድ አጋር በቅባት፣ በእጆች፣ ወይም በተለያዩ ሁኔታዎች የግብረ-ሥጋ ግንኙነት ደስታን መጠቀም የተሳሳተ ነው ብለው ሊሰማቸው ይችላል ምክንያቱም በዓለም ላይ በተሳሳተ መንገድ ሲታዩ ሰምተው ወይም ስላዩት ነው። ዓለም ምንም ቢናገር ወይም ቢሠራ እግዚአብሔር መልካም፣ መልካም የተናገረውን አስታውስ።

ለጋብቻዎ የእግዚአብሔርን መልካም ነገር የሚከለክሉዎትን ምሽጎች ለመወሰን እርዳታ ከፈለጉ፣ አባሪ M፣ የጋራ ማሰናክያ ብሎኮችን ይመሉ።

መጽሐፍ ቅዱሳዊ ያልሆነ አመለካከት5፡ የተሳሳተ ወሲብ

ባል ወይም ሚስት ወሲብን ወደ ጣዖት ሲቀይሩ ይህ ትልቅ ችግር ነው። ጣዖታትን መፍጠር ሁል ጊዜ ወደ ውርደት እና ጥፋት ያመራል። አንዳንድ ክርስቲያን ባልና ሚስቶች፣ አንዱ ወይም ሁለቱም ወሲብን ወደ ጣዖትነት ቀይረውታል፤ ይህም ወደ መለዋወጫነት ወይም ወደ ሌላ ኃጢአተኛ ልማዶች አመራ። እነዚህ ጥንዶች ኃጢአት መሆኑን አውቀው ከዚያ መራቅ እንደሚችሉ ተስፋ እናደርጋለን። በሕይወታችን ውስጥ ያለ ማንኛውም ጣዖት ከእግዚአብሔር ጋር ይወዳደራል።

እግዚአብሔር ምንም ነገር እንዲይዘን መፍቀድ አንችልም ወይም በእርሱ እንድንጠመድ አንፈቅድም ብሏል። ብዙ ወንዶች እና ሴቶች ይህን የፆታ ፍላጎት ደስታን በቀን ውስጥ ብዙ ጊዜ በማሰብ ጣዖት እንዲሆኑ ይፈቅዳሉ። አንዳንድ ወንዶች የፆታ ሃሳብ ሳይኖራቸው በመንገድ ላይ የምትሄድ ሴትን ማየት አይችሉም። ግን ይህ ከባለቤትዎ ጋር ያለዎትን ግንኙነት እንዴት ይነካዋል? ገላዋን፣ መልኳን፣ ከሌሎች ሴቶች፣ ወጣት ሴቶች ጋር ታወዳድራለህ? ይህ ኃጢአት ነው።

በጥልቀት ቆፍሩ

ጳውሎስ ነገሮች በሕይወታችን እንዲመሩ አለመፍቀድን በተመለከተ መጽሐፍ ቅዱሳዊ መመሪያዎችን ጽፏል። እነዚህ ነገሮች ምን እንደሆኑ እና በእነሱ ላይ እንዴት እርምጃ መውሰድ እንዳለብዎት ይወቁ።

ሁሉ ተፈቅዶልኛል፣ ነገር ግን ሁሉ አይጠቅምም። ሁሉ ተፈቅዶልኛል፣ እኔ ግን በማንም አይገዛም። (1 ቆሮንቶስ 6:12)

ሁሉ ተፈቅዶልኛል፣ ሁሉ ግን አይጠቅምም፤ ሁሉ ተፈቅዶልኛል፣ ሁሉ ግን የሚያንጽ አይደለም። (1 ቆሮንቶስ 10:23)

ለሁለት ጌቶች መገዛት የሚቻለው ማንም የለም; አንዱን ይጠላል ሁለተኛውንም ይወዳል፤ አላቢያ ለአንዱ ታማኝ ይሆናል ሁለተኛውንም ይንቃልና። ለእግዚአብሔርና ለገንዘብ መገዛት አትችሉም።(ማቴዎስ 6:24)

ሕይወት በእኛ እና በምርጫዎቻችን ላይ ቁጥጥር የሚደረግበት ጦርነት ነው። ለእግዚአብሔር እና ለቃሉ ተገዙ።በነዚህ ቅዱሳት መጻሕፍት ውስጥ ያሉት ማስጠንቀቂያዎች ከእግዚአብሔር ሌላ በእኛ ላይ ቁጥጥር ሲደረግ ጣዖት ይሆናል፤ አባዜ እና በእኛና በእግዚአብሔር መካከል ጥል እንደሚፈጠር ይነግሩናል።

ወሲባዊ ደስታን በመስጠትም ሆነ በመከልከል ለማታለል ጥቅም ላይ ሊውል ይችላል። በሜካፕ ወሲብ ምንም ስህተት የለበትም፤ ነገርን ወሲብን እንደ "ይቅርታ" ለማለት ወይም ልብ የሚነካ ጉዳይን ለማስወገድ መጠቀም ስህተት ነው። ለተናገርከው ወይም ላደረከው ነገር ሀላፊነት ወስደህ ይቅርታ መጠየቅ አለብህ። ከዚያም ፍቅር አድርግ. ነገርን ወሲብን በተሳሳተ መንገድ አይጠቀሙ. ወይም አንዱ የትዳር ጓደኛ ለማስማማት የግብረሥጋ ግንኙነትን የሚከለክል ከሆነ ይህ ማጭበርበር እና ወሲብን በተሳሳተ መንገድ መጠቀም ነው ። ችግሮች በጾታዊ ምላሽ ላይ ተጽእኖ ሊያሳድሩ ይችላሉ, ነገርን መግባባት ያስፈልጋል, እና ወሲብን እንደመሳሪያ መጠቀምን የማያካትቱ መፍትሄዎች መደረግ አለባቸው.

ራስን መመርመር 2

ይህ ሲያደርጉት የነበረው ነገር ከሆነ፣ እግዚአብሔር ይቅር እንዲልህ የሚለምን ጸሎት ጻፍ እና የትዳር ጓደኛህ አንተንም ይቅር እንዲልህ ለመጠየቅ ጊዜ መድበው።

ትምህርት 3: ስጦታ እንጂ መሣሪያ አይደለም።

ከመጋባታችን በፊት የነበረው ጉዳታችን እና ቸልተኝነታችን እንዲሁም ከተጋባን በኋላ የምንሰራቸው ስህተቶች እንኳን ይህንን የወሲብ ስጦታ ሊያበላሹት ይችላሉ። ይህ የትምህርት ክፍል ልብህን እንድትመረምር እና በዚህ አካባቢ እንቅፋት ሊሆኑብህ የሚችሉትን ሃሳቦች እና አመለካከቶች እንድትገነዘብ ይረዳሃል።

በጥልቀት ቆፍሩ

ከትዳር ጓደኛህ ጋር ያለህን የግብረሥጋግንኙነት በተመለከተ ያለህ አመለካከት ምን መሆን እንዳለበት ግለጽ።

ባል ለሚስቱ የሚገባትን ፍቅር ያድርግላት፣ እንደዚሁም ደግሞ ሚስት ለባልዋ። ሚስት በገዛ ሥጋዋ ላይ ሥልጣን የላትም፣ ለባል እንጂ። እንዲሁም ባል በገዛ ሥጋው ላይ ሥልጣን የለውም፣ ሥልጣን ለሚስቱ ነው እንጂ። (1 ቆሮንቶስ 7:3-4)

ዝቅተኛ የወሲብ ፍላጎት

አንዳንድ ወንዶች ከሚስቶቻቸው አፍ በሚወጡት አስፈሪ ንግግሮች ምክንያት ከሚስቶቻቸው ጋር የግብረሥጋግንኙነት መፈጸም አይፈልጉም። አንድ ሰው ትንሽ ማረጋገጫ ከተሰጠው ወይም ከተተቸ እና መጥፎ ስም ያለው ከሆነ ሚስቱ የግብረሥጋ ግንኙነት ለመፈጸም ፍላጎቷ በትንሹም ቢሆን ወይም ምንም የመጠየቅ ፍላጎት አይኖራትም። ባል ከሚስቱ ጋር ምንም ግንኙነት ማድረግ በማይፈልግበት ጊዜም ሚስቱ ብዙ ጊዜ ትበሳጫለች።

ሴቶች ከወንዶች አንዱ የወሲብ አካሎቻችን ጆሮአችን ነው፤ ከአፍ ሲወጣ የምንሰማው የሚያዳክም እና የማይደግፍ ከሆነ የወሲብ ፍላጎታችን ይጎዳል።

ራስን መመርመር

ሚስት ሆይ፣ ይህ ለአንቺ አሳማኝ ከሆነ፣ የኑዛዜን ጸሎት ጻፈ። ለመናዘዝ እና ባልሽን ይቅርታ ለመጠየቅ ጊዜ አቅጂ።

ሚስት፣ ወሲብን ለራስ ወዳድነት ዓላማ ወይም ለግል እርካታሽ ስትጠቀሚ ነበር? ይህንን ግልጽ ለማድረግ የሚከተሉትን ጥያቄዎች ይመልሱ።

1. ወሲብን ከልክ በላይ ገንዘብን በማውጣትሽ ባልሽን ይቅርታ ለመጠየቅ ትጠቀሚያሽ ?

_____ አዎ _____ አይ

2. ለእሱ ፍቅር አልባ ወይም የሚጎዳውን ነገር ከተናገረሽ ወይም ካደረገሽ በኋላ ወሲብን እንደማስረሻ ትጠቀሚያለሽ ?

_____ አዎ _____ አይ

3. በተለምዶ እርሱ እምቢ የሚለውን ነገር ከመጠየቅሽ በፊት ወሲብን እንደማስፈቀጃ ትጠቀሚያለሽ ?

_____ አዎ _____ አይ

አዎን፣ አብዛኞቹ ባሎች በማንኛውም ሁኔታ ውስጥ ከሚስቶቻቸው የፆታ ግንኙነትን ይፈልጋሉ፣ ነገር ግን ሚስት የምታደርጋቸው እነዚህ ልማዶች የፆታ ግንኙነት ስጦታን አላግባብ ተጽዕኖ በማሳደር ውሎ አድሮ አካላዊ ግንኙነታቸውን መመረዝ ይጀምራሉ።

እግዚአብሔር በፆታ ስጦታ እንደባረከን የሚያሳዩ ማስረጃዎች በየእለቱ በክፉም በደጉም ከእኛ ጋር ናቸው። በረከት ወይም እርግማን በእግዚአብሔር መንገድ በምናየው ወይም ከአለም እይታ አንጻር በማየታችን ላይ የተደገፈ ነው። እግዚአብሔር ሰይጣን የሰውን ልጅ ኃጢአት እንዲሠራ ለመፈተን የዚህ ዓለም ገዥ እንዲሆን ነፃ አድርጎ ፈቅዶለታል። እግዚአብሔር ግን በሰው ላይ ከሚደርሰው ፈተና ሁሉ የሚያመልጥበትን መንገድ ቃል ገብቷል (1ኛ ቆሮንቶስ 10:13)። እግዚአብሔር በዚህ ዓለም እንዳለን ይነግረናል ነገር ግን ከዚህ ዓለም አይደለንም (ሮሜ 12:2)፣ እኛ መጻተኞች መሆናችንን (1ጴጥ. 2:11)፣ በሁሉም ነገር እርሱን ለማክበር የእርሱ አምባሳደሮች እንሆን ዘንድ (2ኛ ቆሮንቶስ 5:20) (1ኛ ቆሮንቶስ 10:31)

እኛ እዚህ ያለነው የራስ ወዳድነት ፍላጎታችንን እና መኞታችንን ለማርካት አይደለም። ወደፊት የምናስብበት ጊዜ አለን። እኛ ከሞትን በኋላ በሌላ ቦታ ማለትም በገነት ወይም በገሃነም ለመኖር የተመረጥን ዘላለማዊ ፍጡራን ነን።

ወዳጆች ሆይ፣ ነፍስን ከሚዋጋ ሥጋዊ ምኞት ትርቁ ዘንድ እንግዶችና መጻተኞች እንደ መሆናችሁ እለምናችኋለሁ። (1 ጴጥሮስ 2:11)

ሰጪውን በስጦታ መተካት

የእግዚአብሔር ቃል ሁለት ጌቶችን ማገልገል አንችልም ይላል። አንዱን ክደን ለሌላው መገዛት አለብን።

ለሁለት ጌቶች መገዛት የሚቻለው ማንም የለም፤ አንዱን ይጠላል ሁለተኛውንም ይወዳል፤ አላዚያ ለአንዱ ታማኝ ይሆናል ሁለተኛውንም ይንቃልና። (ማቴዎስ 6:24)

ራስን ለመመርመር እነዚህን ጥያቄዎች ተመልከቷቸው፡-

1. ወሲብ ወደ መኝታ ስትሄድ የመጨረሻ ሀሳብህ ነው ወይንስ በጠዋት የመጀመሪያ ሀሳብህ? _____ አዎ _____ አይ
2. ቀኑን ሙሉ ስለ ወሲብ የቀን ህልም አለህ? _____ አዎ _____ አይ
3. በድብቅ ለወሲብ ገንዘብ ታጠፋለህ? _____ አዎ _____ አይ
4. ወሲብን ለመከታተል ስራህን እና ትዳርህን አደጋ ላይ ይጥላል? _____ አዎ _____ አይ
5. በትዳራችሁ ውስጥ ብዙ ግጭቶችን የፈጠረው ርዕሰ ጉዳይ ነው? _____ አዎ _____ አይ

ከእነዚህ ጥያቄዎች ውስጥ ለአንዱ አዎ ብለው ከመለሱ፣ ወሲብን ወደ ጣዖትነት ቀይረው ሊሆን ይችላል። ይህን ኃጢአት ለጌታ መናዘዝ አለብዎ። ለፍቅርህ ከሚቀና አምላክ የተሰጠህን ነገር ወስደህ ከእሱ የበለጠ አስፈላጊ ስታደርገው ውጤቱን ጠብቅ። ነገር ግን ከትዳር ጓደኛዎ ጋር ፍሬያማ እና አርኪ የጾታ ግንኙነት ህይወት አይጠብቁ፤ አይከሰትም።

የኒንቲዶ ጌም ልጅ ለመጀመሪያ ጊዜ የወጣበትን ጊዜ ታስታውሳለህ። በአሥራዎቹ ዕድሜ ውስጥ ያሉ ወጣቶች ሊኖራቸው ይገባል። ልጆቹ በአሥራዎቹ ዕድሜ ውስጥ በነበሩበት ጊዜ፣ አንድ ሊኖረን ይገባል ብለውን ነበር። ስለዚህ በመጨረሻ ለገና ገዛን፣ እና ልጆቹ በጣም ተደስተው እና ሙሉ በሙሉ ተማርከዋል። ከሱ ጋር ለጊዜ ታግለዋል፣ ስራቸውን ለመዘለል ሞክሩ እና የትምህርት ቤት ስራቸውን ቸል አሉ። ከዚያም አዳዲስ ጨዋታዎች መመልከት እና ጓደኞቻቸው ብዙ ነገር እንዳላቸው ማየትና ማጉረምረም ጀመሩ። በድንገት ይህ በጣም የፈለጉት ድንቅ ስጦታ አሁን ስንገዛላቸው። ብዙ ጊዜ ከእኛ ጋር አንድ አስደሳች ነገር እንዲያሳለፉ ስንጠይቃቸው፣ ኒንቲዶን ብቻ ተቀምጠው መጫወት ይፈልጋሉ ይሉ ነበር።

ተግባራቸው ሰጪዎችን ከመውደድ ይልቅ ጨዋታውን እንደወደዱ አሳይቷል። ጨዋታውን ጣዖት አድርገው ነበር። አሻንጉሊቱ ወደ ውስጣቸው በመግባት እንዲቆጣጠራቸው እና እንዳይፈቅዱለት ድንበሮችን መፍጠር ነበረብኝ። በተመሳሳይ መልኩ ይህንን እንደ ወሲብ በስጦታዎቹ ወደ እግዚአብሔር ማድረግ እንችላለን። ስጦታውን ወስደን በእርሱ መተካት እንችላለን። እሱን ለማሰብ እና ለመስራት ከመጠን በላይ ጊዜ እና ትኩረት ልንሰጥ እንችላለን እና ከዚያ ይቆጣጠናል። ያኔ በጾታ ወይም በአምላክ ደስተኞች አንሆንም ምክንያቱም ሁሉም ነገር በራስ ወዳድነት ደስታ ላይ ነው።

ለለውጥ መስራት

እራስህን ስትመረምር የመጀመሪያው እርምጃ በዚህ አካባቢ ኃጢአት እየሠራህ ስላለው ሁኔታ ሙሉ በሙሉ ሐቀኛ መሆን ነው። የጾታ ስጦታውን አላግባብ የተጠቀምክበት ቦታ እና ያ በትዳርህ ላይ ምን ተጽዕኖ እንዳሳደረህ እንዲገልጽልህ አምላክን ጠይቅ። በመቀጠል ማንኛውንም ኃጢአት እና አለመታዘዝን መናዘዝ እና ከዚያም ከእግዚአብሔር እና ከትዳር ጓደኛዎ ይቅርታ መጠየቅ ያስፈልግዎታል። እስክትናዘዝ ድረስ ምንም አይለወጥም። በመጨረሻም፣ ባህሪዎን ለመቀየር፣ በአዲስ እይታ ለመጀመር ፍቃደኛ መሆን አለብት።

እግዚአብሔር ኃጢአታችንን መናዘዝ እና እንደገና ለመጀመር ፈቃደኛ መሆን እንዳለብን ይናገራል። በብልግና ሥዕሎች የረዥም ጊዜ የመደሰት ችግርን እናስብ። የብልግናን የኃጢአተኛ ልማድ መስበር እና ጤናማ የግብረ ሥጋ ግንኙነት መመስረት ላይ ነው። የወሲብ ጓደኛ እንደመሆኖ የብልግና ሥዕላዊ መግለጫዎች ምንም ዓይነት ማስተካከያ፣ አለመቀበል። ምንም እውነታ የለም፣ እና እርስዎ ሙሉ በሙሉ የሚቆጣጠሩበት ሁኔታ ነው። ሁሉም ቅዠት ነው። ወንዶች፣ ከእውነተኛ ሴት ጋር የሚደረግ የግብረ ሥጋ ግንኙነት መሻቶቿንና ፍላጎቶቿን ማሟላትን ይጠይቃል፣ ይህ ደግሞ በቅዠት ቁጥጥር ስር ካለው ራስ ወዳድነት ተቃራኒ ነው። መጥፎ ልማዶችን ማፍረስ እና ከአንዲት ሚስት ጋር በጾታ ግንኙነት ወቅት እውነተኛ ወዳጅነትን ለማግኘት ከሴት ጋር መስራት የተወሰነ ጊዜ ይወስዳል። አንዳንድ ወንዶች ይህ ምን ያህል ከባድ እንደሆነ ቢያውቁ ኖሮ ለብልግና ምስሎች ፈጽሞ አይሰጡም ነበር። በመጽሐፍት፣ በፊልሞች ወይም በቴሌቭዥን ፕሮግራሞች ላይ “ይህ አእምሮህን ይበላዋል፣ ይመርዝሃል፣ ይቆጣጠራል እንዲሁም ከአምላክ፣ ከትዳር ጓደኛህ እና ከልጆች እንድትለይ ያደርግሃል” የሚል የማስጠንቀቂያ ምልክት የለም።

በነገር ሁሉ በጸሎትና በምልጃ ከምስጋና ጋር በእግዚአብሔር ዘንድ ልመናችሁን አስታውቁ እንጂ በአንዳች አትጨነቁ። አእምሮንም ሁሉ የሚያልፍ የእግዚአብሔር ሰላም ልባችሁንና አሳባችሁን በክርስቶስ ኢየሱስ ይጠብቃል። (ፊልጵስዩስ 4:6—7)
"በከንቱ አትጨነቁ" ማለት በችግርህ ላይ አትጨነቅ፣ ነገር ግን ለፈውስ፣ በፈቃደኝነት እና በትዕግስት መፍትሄ ለማግኘት እግዚአብሔርን እመን። በትዳራችሁ ውስጥ ያለው የግብረ-ሥጋ ግንኙነት ትክክል ካልሆነ፣ እግዚአብሔር መጨነቅዎን እንዲያቆሙ እና ለጾታዊ ደስታ ስጦታው አመስጋኝ ሁን እያለ ነው። ከትዳር ጓደኛህ ጋር ባለህ ግንኙነት መጸለይ እና የእርሱን በረከት መጠየቅ ጀምር። ለውጥን ብቻ አትጠብቅ፣ ነገር ግን በቃሉ መሰረት ባህሪህን እና አመለካከትህን በንቃት ቀይር።

ሴቶች፣ ወሲብ የምትፈፀሙት ለባልሽ ደስታ ነው? የሚያስደስትሽን ነገር ለመንገር ዓይናፋር ሊሆን ይችላል ወይም መመሪያ የመቀበል ችግር አለብት። በትዳሩ ውስጥ ላመጣው ብስጭት

አካላዊ መጻሕፍት

ወይም ጥፋት በእሱ ላይ ምሬት እና ቁጣ ኖራችሁ ይሆናል። አመለካከትሽ አሉታዊ ከሆነ ወይም የተበከለ ከሆነ እና በእሱ ውስጥ ብቻ እየኖርሽ ከሆነ፣ በኃጢአት ውስጥ እየኖርሽ ነው። በመራራ ሐሳቦች ውስጥ ያለማቋረጥ በመዋጥ፣ የብልግና ምስሎችን አእምሮውን እንዲሞላ እንደሚፈቅድ ሰው ኃጢአተኛ ነሽ። አምላክ ልብሽን እንዲለውጥ ለመጠየቅ ፈቃደኛ መሆን አለብሽ።

ለዚህ ለአንቺ እና ለትዳር ቅደኛሽ ለሆነው የወሲብ ስጦታ ልቡን እና እይታውን እንዲሰጥሽ እግዚአብሔርን ለምኒው። በቃሉ መሰረት ማንኛውንም ነገር ብትለምኑት ያደርጋል።

አሁን በእርሱ ያለን ትምክህት ይህ ነው፤ እንደ ፈቃዱ አንዳች ብንለምን ይሰማናል። እንደሚሰማን ካወቅን፣ የምንለምነውን ሁሉ፣ ከእርሱ የጠየቅነውን ልመና እንዳለን እናውቃለን። (1 ዮሃንስ 5:14-15)

ራሳችሁን እንደ አንድ ማየት

እግዚአብሔር ሁሉንም ነገር ወደ እርሱ እንድናመጣ ይነግረናል። በዚህ ሁኔታ 1 + 1 = 1 ወይም አንድ ሥጋ ሆነህ ወደ እግዚአብሔር ትመጣለህ። ፊልጵስዩስ 4 ሁሉን ነገር "በጸሎትና በልመና" (ቁጥር 6) አድርጉ ይላል። ከትዳር ቅደኛህ ጋር ለመጸለይ ሞክር። እግዚአብሔር ሆይ እባክህ የወሲብ ህይወታችንን አስተካክል። ስትጸልይ፣ ለችግራችሁ መፍትሄ ውስጥ እግዚአብሔርን እያካተትክ ነው። አንድ ላይ መጸለይ ትርጉም ያለው ነው ምክንያቱም አምላክ እርስዎን እንደ "አንድ ሥጋ" ስለሚመለከት እና እርስዎም እንደ ባለትዳሮች የጾታ ደስታ በሚንጸባረቅበት በዚህ መስክ ውስጥ አንዱ ነዎት።

ለአንተ እና ለትዳር ቅደኛህ ለሆነው ለዚህ የጾታ ስጦታ ልቡን እና እይታውን እንዲሰጥህ እግዚአብሔርን ለምነው። በቃሉ መሰረት ማንኛውንም ነገር ብትለምኑት ያደርጋል።

ጸሎትህ እንደዚህ ሊሆን ይችላል።

አምላክ ሆይ፣ አእምሯችንን ፈውሰን፣ ጾታዊ ግንኙነታችንን ፈውሷል። ጌታ ሆይ፣ ለዚህ አስደናቂ ስጦታ አስተካክል እና ልባችንን እና አእምሮአችንን አጥራ። የራሳችንን ራስ ወዳድነት ሳይሆን ፍፁም ጊዜህን እና ራትምህን እና ዘዴህን እንዴት ማስገዛት እንዳለብን እንድንረዳ እርዳን። አሜን።

ፊልጵስዩስ 4 ደግሞ "ልባችሁንና አሳባችሁን ጠብቁ" (ቁጥር 7) ይላል። እያንዳንዳችሁ ወይም ሁለታችሁም በተመሳሳይ የአሮጌ ቅጦች ውስጥ እንድትወድቁ ከሚያደርጉ ነገሮች አእምሮአችሁን መጠበቅ አለባችሁ። ኢዮብ 31:1 "ከዓይኖቼ ጋር ቃል ኪዳን ገባሁ፤ ለምንድነው ሴትን እመለከታለሁ? ይህ መርህ ለአንድ ወንድ ወይም ሴት ሊተገበር ይችላል። "እነዚህን ሃሳቦች በምርኮ መውሰድ"

(2 ቆሮንቶስ 10:5) የጾታ ስጦታን የሚያበላሽ ማንኛውም ነገር ማለትም ራስ ወዳድነት፣ ምኞት ወይም አሉታዊ አስተሳሰቦች ማለት ነው።

በንጽህና እና በአዎንታዊነት ለመቆየት እራሳችንን ከክፉ ተጽእኖዎች መጠበቅን ይጠይቃል። እነዚህ በትዳር አጋሮች መካከል ያለውን “እኔትን” ለማፍረስ ይሠራሉ። ተጽዕኖ የሚያሳድረው ወሲብን በተሳሳተ መንገድ እንድትመለከት የሚያደርግህ ማንኛውም ነገር ማለትም የብልግና ምስሎችን፣ ድረ-ገጾችን፣ መጽሐፎችን፣ የፍቅር ታሪኮችን፣ ቴሌቪዥንን፣ ፊልሞችን፣ ማህበራዊ ሚዲያዎችን እና ሌላው ቀርቶ ስለራስህ አካል አሉታዊ አመለካከትን ጨምሮ። ሁሉም ነገር መሄድ አለበት። የእግዚአብሔርን ድንቅ ስጦታ ለመመረጥ ወደ ህይወታችን ብዙ መጋበዝ እንችላለን። አእምሮአችንን በሐጥያት መረጃ ልናዘጋጅ እንችላለን። ቆሻሻ መጣያ፣ ቆሻሻ ማከማቻ። ይህን ቆሻሻ በምንበላበት ጊዜ የጾታ አንድነታችን ቢጎዳ ምንም አያስደንቅም።

በጥልቀት ቆፍሩ

በቅዱሳት መጻሕፍት ውስጥ ልብ የሚለው ቃል አእምሮህን፣ ፈቃድህን እና ስሜትህን ያመለክታል። እነዚህ ጥቅሶች ስለ ልብ የሚነግሩንን ይለዩ። የእኛ ኃላፊነት ምንድን ነው? የመታዘዝስ ውጤት ምንድን ነው?

ከምንም በላይ ልብህን ጠብቅ

የሕይወት ምንጭ ነውና። (ምሳሌ 4:23)

ልብ ንጹሐን ብፁዓን ናቸው።

እግዚአብሔርን ያዩታልና። (ማቴዎስ 5:8)

አካላዊ መጻሕፍት

ግድ ሳይሰጣቸው ራስ ወዳድነታቸውን እያስደሰቱ ነው። ይህ ኃጢአት ነው እና መቆም አለበት። ስህተት፣ ክፋት እና መርዝ ነው።

በንጽህና ላይ እንድናሰላስል ተነገረን ይህም ማለት እግዚአብሔር ባሰበው መንገድ ወሲብን ለወንድና ለሚስት አስብ ማለት ነው። ባል እንደመሆኖ፣ በሚስትህ ደስታ መደሰትን ተማር እና በአእምሮህ ውስጥ አንዳንድ ምስሎችን ከማድረግ ይልቅ ከእሷ ጋር ለመካፈል ሞክር። እሷ ስለበራ አብራ። ከራስህ የሆነ የራስ ወዳድነት ፍላጎት ይልቅ የምትወደውንና የምትጠላውን ተማር።

ሀሳባችንን ምክርን ወስደን ከእግዚአብሔር መንፈስ እና እርስ በርስ መተባበር መጀመር አለብን። ሰይጣን እኛን ለማታለል እና የእግዚአብሔርን ስጦታዎች ለመበከል ሁልጊዜ እየሰራ ነው፣ መልካሙን ወስዶ ወደ ክፉ ሊለውጠው ይሞክራል።

በእግዚአብሔር እውቀት ላይ ራሱን ከፍ የሚያደርገውን ክርክርና ከፍ ያለውን ነገር ሁሉ እየጣሰ አእምሮን ሁሉ ወደ ምርኮ እየወሰድን ለክርስቶስ መታዘዝ።

(2 ቈረንቶስ 10:5)

በጥልቀት ቆፍሩ

ይህን ርዕስ ጉዳይ በተመለከተ እነዚህ ቅዱሳን ጽሑፎች ምን እንድናደርግ የሚነግሩንንና ለምን እንደሆነ ለይተህ አውጣ።

ከዝሙት እንድትርቁ ይህ የእግዚአብሔር ፈቃድ መቀደሳችሁ ነውና። ከእናንተ እያንዳንዱ የራሱን ዕቃ በቅድስናና በክብር እንዴት እንዲይዝ ያውቅ ዘንድ ነው። (1 ተሰሎንቄ 4: 3—4)

ከዝሙት ሽሹ። ሰው የሚያደርገው ኃጢአት ሁሉ ከሥጋ ውጭ ነው፤ ዝሙትን የሚሠራ ግን በገዛ ሥጋው ላይ ኃጢአትን ይሠራል።” (1 ቆሮንቶስ 6: 18

አካላዊ መጻሕፍት

)

ለንጹሐን ሁሉ ንጹሕ ነው፤ ለርኩሳንና ለማያምኑ ግን ንጹሕ የሆነ ምንም የለም። ነገር ግን አእምሮአቸውና ሕሊናቸው እንኳ ረክሷል። እግዚአብሔርን እንደሚያውቁ ይናገራሉ ነገር ግን የሚያስጸይፉና የማይታዘዙ ለበጎ ሥራም ሁሉ የማይበቁ በመሆናቸው በሥራ ይክዱታል።(ቲቶ 1:15-16)

ትምህርት 4: እርስ በርስ መደሰት

በእድሜ ስንገፋ ሰውነታችን እንደቀድሞው አይደለም። ሴቶቹ በተለይ በዚህ አካባቢ ተፈታታኝ ናቸው ውበት ምን መምሰል እንዳለበት ከብዙ ማስታወቂያዎች ጋር ይወዳደራሉ። አንዳንዶች ስለ አካላዊ ቁመናቸው አሉታዊ ስሜት ሊሰማቸው እና ከባለቤታቸው በመሸማቃቸው የተነሳ ራቅ ሊሉ ይችላሉ። ሚስት ባልዋ ከጎመታት በፊት ገላዋን እንደሚያይ አያየኝም በሚል ስጋት በመፍራት ገላዋን ራቁቷን እንዲያይ አትፈልግ ይሆናል።

ሴቶች፣ ይህ አካላችሁን ለባልሽ የደስታ ምንጭ አድርጋችሁ ለማየት ያላችሁን ፍላጎት ሊነካ ይችላል። እነዚህን አስተሳሰቦች መዋጋት አለባችሁ እና አጋንንታዊ ወይም ዓለማዊ ተጽእኖዎች የራስህን ምስል እንዲመርዙ አትፍቀዱ። ለባልና ለሚስት የወሲብ ልምምድ የልብ ግንኙነት ነው፣ እና ምንም አይነት እርጅና ሊለውጠው አይችልም። ከእድሜ ጋር የሚመጡ ለውጦችን እንዴት ማላመድ እና ማስተካከል እንደሚችሉ ይወቁ። መፍትሄ ፈጣሪ መሆን አንዱ ለሌላው ደስታን የማምጣት እና የፍቅር እና የታማኝነት ጥንካሬን የሚያሳይ አካል ነው።

ወንዶች እና ሴቶች ስለ ውበት፣ ዕድሜ ወይም አካላዊ ችሎታዎች ስለ አሉታዊ የሰውነት ገጽታ በአእምሯቸው የሚመጣውን እያንዳንዱን ሀሳብ በንቃት ማስወገድ አለባቸው። አስተሳሰባችንን ለመቆጣጠር ጦርነት እየተካሄደ ነው—የእግዚአብሔር እውነት ከሰይጣን ውሸቶች ጋር። እና የትዳር ጓደኞቻችን ወደ አእምሮአችን ገብተው ከእግዚአብሔር መንፈስ ጋር እንድንተባበር ማድረግ አይችሉም። ለእግዚአብሔር መልካም ነገር መታገል አለብን እና ሰይጣን እግዚአብሔር የፈጠረውን እንዳያምር እንዲመርዝ መፍቀድ የለብንም።

የችግሮችን፣ የኃጢያትን እና የችግር ምንጮችን በመሸፈን ጊዜ አሳልፈናል። አሁን ሀሳባችንን ወደ ወሲባዊ ደስታ እና ልምድ አወንታዊ ገጽታዎች እንለውጣለን።

የወሲብ ስጦታ አወንታዊ ጎን

በብሉይ ኪዳን መኃልየ መኃልይ የተባለውን መጽሐፍ ስታጠና ሰዎች “ይህ በመጽሐፍ ቅዱስ ውስጥ እንዳለ ማመን አልችልም” ሲሉ ምን ያህል ጊዜ እንደሚናገሩ ያስገርማል። ትኩረታችን ከምዕራፍ 7 የተወሰደ ነው፣ እሱም የፆታ ደስታን እርስ በርስ መተሳሰብን፣ አካላዊ ቅርርብ እና አንዳንድ የሰው ልጅን የግብረ-ሥጋ ግንኙነት ገጽታዎችን ይገልጻል።

በዚህ መጽሐፍ ላይ አስተያየት የሰጡ አንድ ደራሲ የሚከተለውን ብለዋል።
በጣም ጥንታዊ የሆነውን የትርጓሜ ዘዴን እንከተላለን-የተለመደው አቀራረብ። ዘፈኑን በግንባር ቀደምትነት እንወስዳለን እና ዛሬ ለእኛ እንዴት እንደሚተገበር እንመለከታለን። አንዳንድ ጸሃፊዎች የፆታ ግንኙነት በእግዚአብሔር የታሰበ ከመውለጃ ውጪ ለሌላ ዓላማ እንደሆነ ለማመን የሚያቅማሙ ይመስላሉ። ስለዚህም የመጽሐፉን መደበኛ ትርጉም ለመቀበል ፈቃደኛ አልሆነም። እግዚአብሔር በቅዱሳት መጻሕፍት ቀኖና ውስጥ ስለ ወሲብ (በጋብቻ ውስጥም

ቢሆን) መጽሐፍ ፈጽሞ አይፈቅድም ይላሉ። ስለዚህ የዘፈኑ መደበኛ ትርጉም ተሸፍኗል ("ተምሳሌት ነው")፤ ተንሸራታች ("በእርግጥ ይህ ማለት አይደለም") እና ተምሳሌት ("የእግዚአብሔር እና የህዝቡ ምስል ነው")። መጽሐፉ በዘይቤዎች እና በሌሎች ምልክቶች የተሞላ ነው፤ ነገር ግን በፍፁም ተምሳሌታዊ ሊሆን አልቻለም። ይልቁኑ፤ እግዚአብሔር እንዳሰበው የተስተካከለ የጋብቻ ፍቅር ምስል ነው።8

እባክዎን ያስተውሉ፡እነዚህን ጥቅሶች ለማብራራት የምንጠቀመው ትርጓሜ እንደ “ግልጽ ቅጂ” ተደርጎ ይወሰዳል፤ አንዳንዶም “ቀጥታ አቀራረብ” ተብሎ ይጠራል። በእነዚህ ጥቅሶች ላይ የሚመለከተውን የ“ክሪስቶሎጂካል” አመለካከት አላስወገድንም።

እነዚህን ቅዱሳት መጻሕፍት በምታነበበት ጊዜ፣ ስለ ሰውነት መግለጫዎች እና የግብረ ሥጋ ግንኙነት ያለውን ስሜት እና ደስታ ተመልከት።

እግርሽ በጫማ እንዴት ያምራል
የልዑል ልጅ ሆይ!
የጭንህ ኩርባዎች እንደ ጌጣጌጥ ናቸው
ብልህ ሠራተኛ የእጅ ሥራ።
እምብርትህ የተጠጋጋ ጎብል ነው;
የተደባለቀ መጠጥ አይጎድልም.
ወገብህ የስንዴ ክምር ነው።
ከ አበቦች ጋር ያዘጋጃ።
ሁለቱ ጡቶችሽ እንደ ሁለት ግልገሎች ናቸው።
የጋዛል መንትዮች።
አንገትህ እንደ የዝሆን ጥርስ ግንብ ነው።
ዓይኖችህ በሐሴቦን እንዳሉ ገንዳዎች ናቸው።
በመታጠቢያው ረቢም በር።
አፍንጫህ እንደ ሊባኖስ ግንብ ነው።
ወደ ደማስቆ አቅጣጫ።
አንገቶችሽ የቀርጫሎስን ተራራ ትመስላላችሁ
የራሳችሁም ጠጉር እንደ ወይን ጠጅ ነው፤
ንጉሥ በናንተ ፍርፋሪ ተይዟል።
ምን ያህል ፍትሃዊ እና እንዴት አስደሳች ነዎት ፣
ፍቅር ሆይ ፣ ከደስታህ ጋር!
ይህ ቁመናህ እንደ ዘንባባ ዛፍ ነው።
እና ጡቶችሽ እንደ ዘለላዎቹ ይወዳሉ።
እኔም፣ “ወደ ዘንባባው ዛፍ ላይ እወጣለሁ፣
ቅርንጫፎቹን እይዛለሁ” አለ።
አሁን ጡቶችሽ እንደ ወይን ዘለላ ይሁኑ።
የትንፋሽ መዓዛ እንደ ፖም ፣

አካላዊ መጻሕፍት

የአፍሪካ ጣሪያ እንደ ምርጫ ወይን ነው። (መኃልየ መኃልይ 7:1—9)

ቁጥር 1 ሰሎሞን ባልዋ ከሚስቱ ጋር ሲነጋገር “እንዴት ያምራል” ብሎ ይጀምራል። “እግርሽ በጫማ ጫማዎች እንዴት ያምራሉ” ያንን በቀጥታ አናገኝም ግን ጌታን አመስግኑት። እዚህ ጥቅም ላይ የዋለው የወሲብ አካል የሰው አይን መሆኑን አስተውሉ።

በመጀመሪያዎቹ አራት ቁጥሮች ላይ እሷ ምን ያህል ድንቅ እንደሆነች የሱን ሐሳብ አይተናል? ወንዶች፣ እንደዚህ ሰው ሚስትህን ለማድነቅ ተቃርባችኋል? እሱ የሚያምርባትን ነገሮች በማድነቅ ሁሉ በእውነት ይሳተፋል፣ እና እግዚአብሔር በሚስቶቻችን መደሰት መቻል አለብን እያለ ነው። ሚስቶች፣ ባላችሁ እንደዚህ እንዲያይይችሁ ፍቃደኛ ናችሁ?

ከዚያም ቁጥር 6—9 ውበቷን ከማድነቅ ባለፈ ያሳያታል፣ እና በእውነት በእሷ በአካል መደሰት ይጀምራል።

አንድ የታወቀ አስተያየት የሚከተለውን ይላል።

የተወደደውን እምብርት ከተጠጋጋ ብርጭቆ ወይን ጋር ማነፃፀር እንደ ምስላዊ ንፅፅር ከተወሰደ በጣም አሳዛኝ ይሆናል። ፍቅረኛው ሰውነቷ የሚፈለግ እና እንደ ወይን የሚያስክር ነበር ማለት ነው (ዘክ. 4:10)። እንደዚሁም ወገሷን ከስንዴ ክምር ጋር ማነፃፀር በእይታ ቢተረጎም ቂልነት ነው። ስንዴ በጥንቷ ፍልስጤም ከዋና ዋና የምግብ ምንጮች አንዱ ነበር (ዘዳ 32:14፣ 2ሳሙ. 4:6፣ 17:28)። ስለዚህም ሚስቱ የእሱ “መብል” (ስንዴ) እና “መጠጥ” (ወይን) ሆናለች፣ ይህም አካላዊ የፍቅር መግለጫዋ እሱን አብልቶታል እና ያረካው ነበር።፡9

በምዕራፉ ላይ ስንቀጥል የሰሎሞን ሚስት ላደረገው አድናቆት ምላሽ ሰጠች።

ወይኑ ለውዴ ያለችግር ይወርዳል።

የተኝትን ከንፈሮች በቀስታ መንቀሳቀስ።

እኔ የምወደው ነኝ ፣

ፍላጎቱም ወደ እኔ ነው። (መኃልየ መኃልይ 7:9—10)

አካላዊ መጻሕፍት

ሰሎሞን የሚሰማውን እንመልከት፡ እግሯ፣ ጠማማ ጭኖቿ፣ እምብርት፣ ወገብ፣ ጡቶች፣ አንገት፣ አይኖች፣ አፍንጫ እና ፀጉር። እና ከዚያም ሰውነቷን፣ ጡቶቿን እና የአፍዋን ጣራ ማየት ይጀምራል።

የወሲብ ምስላዊ ገጽታ

ይህ ወሲባዊ ደስታ ነው። የሴት አካል ቆንጆ ነው፣ እና ታላቅ ደስታን ያመጣል። እግዚአብሔር ሴቶችን በፈጠረ ጊዜ የሚያደርገውን ያውቅ ነበር፤ እና ለወንድ በምድር ላይ ከሴት አካል የበለጠ የሚፈለግ ነገር የለም። አንዲት ሴት በሌላ ሴት አካል ውስጥ ያለውን ውበት ማየት ትችላለች ፡ በጾታዊ መንገድ አይደለም ፤ ነገር ግን እግዚአብሔር ሴትን ሲፈጥር ልዩ ነገር እንደፈጠረ ታውቃለች።

ወንዶች፣ ብዙ የሴቶች በዙሪያችን አሉ፣ ግን የግብረ ሥጋ ግንኙነታችንን ከሚስት አንፃር ብቻ ነው ማየት ያለብን። ሰሎሞን ስለ ወሲባዊ ስሜት ቀስቃሽ የሆነ ነገር አስተምሯል፣ የሰው ልጅ ዋና የወሲብ ብልቶች ዓይኖቹ ናቸው። ሚስት፣ ይህን የጾታዊ ደስታ ገጽታ ከባልሽ የምትከለክይው ከሆነ፣ ተናዘገርና እና ይህ አሰራር ወደ ግንኙነትሽ እንዲመጣ ፍቀጷ።

አካላዊ ንክኪ እና ወሲብ

ሰሎሞን ገላዋን እንደዳሰሰ ቅዱሳት መጻሕፍት ይናገራሉ። እጆቻችንን መጠቀም የጋራ ደስታን ለማነሳሳት ጥሩ መንገድ ነው። ሰሎሞን እጆቹን በሚስቱ አካል ላይ እያንቀሳቀሰ ነው። “እምብርትህ እንደ ክብ ብርጭቆ; የተደባለቀ መጠጥ አይጎድልበትም” (ቁጥር 2) የአፋን አጠቃቀም ያመለክታል። ከዚያም ሰሎሞን ጡቶቿን መያዙን ጠቅሷል። ስለ ጡት ስለመያዙ አስደናቂ ነገር አለ ይህም ታላቅ የጾታ ግንኙነትን የሚያበረታታ ወንድ እና ሴትን ያመጣል። እነሱ በእውነት ቆንጆ እና ድንቅ ናቸው። እግዚአብሔር ይህንን አድናቆት፣ ፍላጎት እና ደስታን የመለማመድ ችሎታን በውስጣችን አስቀምጧል።

የግል ንፅህና እና ወሲብ

የእሷ “እንደ ፖም እስትንፋስ” (ቁጥር 8) ስለግል ንፅህና ፈጣን ማሳሰቢያ ነው። ይህ ለወንዶች እና ለሴቶች ነው። ስሜታችንን የሚሰብርን ሁሉ የእኛን ቁመናና፣ ንጽህና እና እንደ ቡና እስትንፋስ ያሉ ሌሎች ለውጦችን እንጠንቀቅ። ገላዎን ይታጠቡ፣ ወይም በተሻለ ሁኔታ አብረው ያድርጉት። ጋለሞታዎቹ ሽቶውን በራሳቸው ላይ፣ በአልጋ ላይም እንኳ ያኖራሉ፣ ስለዚህ አስደናቂ መግዛ ከጾታዊ ልምምድ ጋር ተቆራኝቷል (ምሳ 7:16-17)።

ያንን አገኘህ ባል እና ሚስት? እርስ በርሳችን ወሲባዊ ደስታን ለማምጣት ሁሉም ነገር አስደናቂ እና በቀጥታ ከእግዚአብሔር ቃል ለእኛ ነው።

ሴትየዋ ትናገራለች

የሰሎሞን ሚስት “የተኙትን ከንፈሮች በእርጋታ እያንቀሳቀስን” (ቁጥር 9) ብላለች። እዚህ ያለው ቁልፍ ቃል በእርጋታ የሚያመለክተው “ለስላሳ፣ ርኅራኄ፣ ሻካራ ወይም ችኮላ ሳይሆን፣ በትዕግስትና በየዋህነት”፣ በግዴለሽነት ወይም ራስ ወዳድነት ለራስህ እርካታ ወይም ደስታ ብቻ መጨነቅን አይደለም።

አንዳንድ ሚስቶች ያላቸው ሁሉ የግብረ ሥጋ ግንኙነት ነው ይላሉ።እሱ ወሲብ ፈጽሟል እና ጨርሷል። ኦርጋኔው ደርሶ ይንከባለል። አንዲት ሚስት ሁለት ኦርጋኔሞች ብቻ እንዳላት እና በዚህ አካባቢ እርካታ እንደሌላት ተናግራለች። ይህ እንዴት ሊሆን ይችላል?

ታሪክህ ምንም ይሁን ምን ጉዳትህ እና ቁስሎችህ እግዚአብሔር ሊፈውስህ ይችላል። ባሎች፣ ትኩረት ሰጪ እና ገር መሆን አለባችሁ። ሚስቶች፣ የምትወዱትን ንገሩት። ምናልባት በባልዎ እጅ ዘይት መቀባት እና እንዴት እርስዎን እንደሚያስደስት ያሳዩት። አብዛኞቹ ባሎች ከእነሱ ጋር ፍቅር ያላትን ሴት በፈቃደኝነት ያገለግላሉ።

ግንኙነት እና ወሲብ

ጥሩ ወሲብ መግባባት እና ግልጽ ውይይት ይጠይቃል። የጾታ ግንኙነትን እንደ አምላክ ስጦታ አድርጎ መደሰት ጥሩ ምግብ አብሮ ከመመገብ የበለጠ አከራካሪ አይሆንም። እንደዚያ ታያለህ?

ሚስት ፣ ሻይ ትወጃለሽ? ባልሽ ሻይ እያጠጣሽ ከሆነ እንደወደድሽው ወይም እሱ በሚወደው መንገድ ትፈልጊያለሽ? እንዴት እንደወደድሽ ካልነገርሽው ተበሳጭተሽ ትክክል ባለመሆኑ ትወቅሽዋለሽ? ምን ያህል ስኪር እንደምፈልጊ፣ ምን ያህል ክሬም ል የትኛውን ሻይ ብርጭቆ እንደወደድሽው ብትነግሪው ችግር ይኖራል?

አዎን, ሻይ ከወሲብ ይልቅ ማውራት ቀላል ነው ፣ ነገር ግን ወሲብ በጣም አስፈላጊ ነው። የትዳር ጓደኛዎን ስለሚያስደስት ነገር መጨነቅ ይማሩ፣ በተለይም በጾታዊ ደስታ መስክ። እና ስለማያስደስት ነገር ተማር ፣ ምክንያቱም መጽናት ራስ ወዳድነት አለ እና ግንኙነቱን ይጎዳል።

በዚህ አካባቢ አንድ ባልና ሚስት እውነተኛ መነሳሻ ነበሩ። እነዚህ ሁለቱ ሰዎች፣ በሀምሳዎቹ አጋማሽ ላይ፣ በጣም ቀልደኞች፣ በጣም ደስተኛ ጥንዶች ነበሩ፣ እና አርኪ የወሲብ ህይወት ነበራቸው። ሁለቱም ክርስቲያኖች ከመሆናቸው በፊት ያልተሳካ ጋብቻ ነበራቸው። ሲገናኙ ከጋብቻ በፊት የፆታ ግንኙነት ወይም ከጋብቻ በኋላ የፆታ ግንኙነትን በራስ ወዳድነት ተጠቅመው የሠሩትን ስህተት ላለመሥራት ለአምላክም ሆነ እርስ በርሳቸው ቃል ገብተዋል። ችግሮቹን ተጋፍጠው የጾታ ሕይወታቸው የተሟላ እንደሚሆን ወስነዋል። እና በሃያዎቹ ውስጥ ካሉ አብዛኛዎቹ ሰዎች የተሻለ የግብረ ሥጋ ግንኙነት ነበራቸው። እቅዱም ያ ነው።

አካላዊ መጫኛ

ከዚህ በታች እንደተቸገሩ ከተሰማዎት እና ቀጥሎ ምን ማድረግ እንዳለቦት ካላወቁ ወይም ይህንን አካባቢ በጥልቀት ለመመርመር እንዲረዳዎ አንዳንድ ተግባራዊ እርምጃዎችን እንዲወስዱ የሚረዱዎት የመረጃ ምንጮች ዝርዝር አለ። ይህ የተሟላ ዝርዝር አይደለም፣ እና በመረጃዎች ውስጥ የቀረቡትን ሁሉንም ነገሮች በቸልታ አናልፍም ወይም አንቀበልም። በዚህ ጉዞ ላይ እርስዎን ለማገዝ ጽሑፎችን የጻፉ የክርስቲያን ደራሲያን ምሳሌ ነው።

ለጥንዶች መጽሐፍት

መጽሐፍ ቅዱስ ስለ ፍቅር፣ ጋብቻ እና ወሲብ በዳዊት ኤርምያስ የተናገረው ስሎሞን ስለ ወሲብ በጆሴፍ ሲ ዲሎው መቀራረብ ተቀጥጥሏል፡ ውይይቶች ጥንዶች ጥንዶች፡ የወሲብ ህይወትዎን ከሰለሞን ዜማ ጋር አቀጣጥለው።

ዶ/ር ጆሴፍ እና ሊንዳ ዲሎው እና ዶ/ር ፒተር እና ሎሬይን ፒንተስ የወሲብ ስጦታ፡ የወሲብ መሟላት መመሪያ በክሊፎርኖ እና ጆይስ ፔነር ለመዝናኛ የታሰበ፡ የወሲብ ቴክኒክ እና የወሲብ መሟላት በክርስቲያናዊ ጋብቻ በEd Wheat MD እና ጌይ ስንዴ ወሲብ እና የክርስቶስ የበላይነት በጆን ፓይፐር እና ጀስቲን ቴይለር

ለሴቶች

ከአሁን በኋላ ራስ ምታት የለም፡ በወሲብ መደሰት እና በትዳር ውስጥ መቀራረብ በዶክተር ጁሊ ስላተሪ

ትምህርት 5: ታላቅ የወሲብ ሕይወት

በአማካይ አንዲት **ሴት ኦርጋኒዝን** ሳትፈልግ ከባለቤቷ ጋር ምን ያህል ጊዜ የግብረ ሥጋ ግንኙነት ትፈጽማለች? ብዙ ጊዜ። አንዲት ሴት **ኦርጋኒዝን** ባያጋጥማትም ወይም ባይመኝም ባሏን ማስደሰት የተለመደ ነው። አንዲት ሴት በተደጋጋሚ ኦርጋኒዝን ለመለማመድ የምታደርገው ጥረት ብዙውን ጊዜ እንደ ወንድ ጠንካራ አይደለም። በማዘግየት ወቅት ፍላጎቷ በየወሩ ከፍተኛ ይሆናል። ስለዚህ ባሎች ከዚህ ጥቅስ ሊጠቀሙ ይችላሉ።

ከራሱ ይልቅ እንዲሻል በትሕትና ይቀጠር እንጂ በራስ ወዳድነት ምኞት ወይም በትዕቢት ምንም አታድርጉ። እያንዳንዳችሁ ለራሱ የሚጠቅመውን ብቻ ሳይሆን የሌላውንም ጥቅም ብቻ ይመልከት። (ፊልጵስዩስ 2:3-4)

እግዚአብሔር ሌሎችን ከራሳችን በላይ እንድናስቀድም፣ የበለጠ እንድንጨነቅ እየነገረን ነው። ይህ ፍቅር በሌላ ሰው ጥቅም በራስ ፍላጎት አልተያዘም ይህ አመለካከት ጥሩ፣ እርስ በርስ የሚያረካ የጾታ ህይወት ያስገኛል።

ሴቶች በሰውነት ላይ ለወሲብ መነቃቃት የሚጠቅሙ ብዙ ቦታዎች አሏቸው፣ ነገር ግን በግብረ ሥጋ ግንኙነት ወደ **ኦርጋኒዝን** ለመድረስ የሚቸገሩ ብዙ ሴቶች አሉ። እና ብዙ ወንዶች በግብረ-ሥጋዊ አካላቸው እና በቸልተኝነት ምክንያት፣ በአእምሯቸው ውስጥ የግብረ ሥጋ ግንኙነት የግብረ-ሥጋ ግንኙነት ትርጉም ነው። ለምን እራስዎን ይገድባሉ? ሚስትህ ከግንኙነት የጾታ ደስታን ካላገኘች ከሌሎች መንገዶች ጋር ለመላመድ እና ወደ ወሲባዊ ደስታ ለመጨመር ፍቃደኛ ነህ?

መግባባት የግድ ነው

ዘና ያለ እና አርኪ የሆነ አካላዊ ግንኙነትን የሚያመጣውን ድግግሞሽ፣ ፈጠራ እና ግንኙነት ለመመስረት ለመማር፣ ለማላመድ እና ለመተባበር ፈቃደኛ ይሁኑ። ለውይይት ክፍት ከሆኑ ገጽታዎች መካከል ዘይቤ ፣ ድግግሞሽ ፣ ቴክኒክ ፣ የደስታ መግለጫዎች እና ሌሎችም ያካትታሉ ። ይህ ማለት የሌላውን ሰው እርካታ ለመጠበቅ ጨዋታዎን ከፍ ማድረግ ሊኖርብዎ ይችላል። ለምሳሌ፣ አንድ ባልና ሚስት በሳምንት አንድ ወይም ሁለት ጊዜ ግቡ እንደሆነ

ከወሰኑ፣ የጋራ ውሳኔ መሆን አለበት እና ሁለቱም ያንን ዜማ ለማስቀጠል መሥራት አለባቸው። አንዳንድ ጊዜ እርስ በርስ መከባበር መስዋዕትነትን ይጠይቃል።

ወንዶች ፣ ያለ ንክኪ ወደ ኦርጋኔ መድረስ ይችላሉ ። አንዳንድ ጥንዶች ዘይት ወይም ሎሽን ይጠቀማሉ። በዚህ ሃሳብ አንዳንድ ጊዜ ወንዶች “ሚስቴ ዝሙት አዳሪ አይደለችም” ይላሉ። ይህ መጽሐፍ ቅዱሳዊ ምላሽ አይደለም። ለምንድነው የፆታ ግንኙነት ደረጃ ላይ ለመድረስ ሎሽን በመጠቀሚያ ከጋለሞታ ጋር ያወዳድራታል? ዓለማዊ ተጽእኖዎች ወሲብን ሊያዛባ እና ተድላ በመሞከር እንድንዋጥ ያደርገናል።

የግብረ ሥጋ ግንኙነት ሳይኖር ስለ ወሲባዊ ደስታ መረጃ ከፈለጉ፣ የሚያግዙ አማካሪዎች እና መጻሕፍት አሉ። መጀመሪያ ላይ፣ ከተግባር ጋር መገናኘት አስቸጋሪ ሊሆን ይችላል። ቅሬታ ከማሰማት ተቆጠብ፣ ነገር ግን እንደ “ማር፣ ትንሽ ቀንስ እንበል፣” ወይም “አሁን ስሜት ላይ አይደለሁም፣ ነገር ግን አንተን ማስደሰት እፈልጋለሁ፣ እናም በዚህ ጊዜ በአንተ ላይ እናተኩር፣ እሺ?”

የእኛ ልዩነቶች

ብዙ ዝርዝሮች የሴቷን የወሲብ ስሜት ሊነኩ ይችላሉ። ሰውየው የተወሰነ ሰውንት ማየት፣ ሎሽን መጠቀም እና መሳተፍ ብቻ ሊያስፈልገው ይችላል። ለአብዛኛዎቹ ሴቶች፣ እንደዚያ አይደለም፤ ልጆችን መንከባከብ ፣ ሥራን፣ አካላዊ ድካም፣ የወር አበባ ዑደት፣ የገንዘብ ትግል፣ እና አንዳንድ የጋብቻ ፈተናዎችን ይመጣሉ እና ወደ ስሜት ውስጥ ለመግባት ተጨማሪ ስራ ይመስላል። ወንዶች ወንድነታቸውን ለማሳየት እንዲቀሰቅሷት ያስቡ ይሆናል ወይም ከእንግዲህ አያስደነግጧትም ብለው ያስቡ ይሆናል። ነገር ግን ሚስትህ ከፍተኛ ደረጃ ላይ እንድትደርስ ማስገደድ እሷን ከማበሳጨት እና ስለ ወሲብ አሉታዊ አመለካከት ይፈጥራል። ጥሩ ሚስት **ኦርጋዝም** ላይ ለመድረስ ሳትፈልግ ከባለቤቷ ጋር የግብረ ሥጋ ግንኙነት መሳተፍ ትችላለች እና አሁንም እንደ ደስታ ይቆጥራታል። ወንዶች ሆይ፣ ከሚስቶቻችን ጋር በማስተዋል የመኖር ኃላፊነት አለብን (1ኛ ጴጥሮስ 3:7)።

በአጠቃላይ የወሲብ ፍላጎት ከሴቶች ይልቅ በተደጋጋሚ ወደ ወንዶች ይመጣል። ይህ ራስ ወዳድነት አይደለም ልክ አንድ ሰው በሽቦ የተሠራበት መንገድ፤ ይሁን እንጂ አንድ ባልና ሚስት ስለ ድግግሞሽ ሲወያዩ እሱ “በየቀኑ የግብረ ሥጋ ግንኙነት ስለምፈልግ ከአንቺ የሚገባኝ ይህ ነው” ሲል ወይም እሷ “የምፈልገው በወር አንድ ጊዜ ብቻ ነው፣ ስለዚህ እኛ እንደዚያ ነው” ስትል አይደለም እንደዚህ ነው ያቀድንነው ። ብዙ ባለትዳሮች ከፍላጎቱ ወደ እሷ ይመለሳሉ፤ ሁለቱም አብዛኛውን ጊዜ ውጥረት ይሰማቸዋል። ይልቁንም፣ አንድ ላይ ተሰብስቡ እና ተቀባይነት ያለው ልምምድ ይመሰርቱ፣ ምንም እንኳን የብስጭት ዓመታት ቢሆኑም፤ በጾታዊ ግንኙነት ለመሰባሰብ በተደጋጋሚ መስማማት አስፈላጊ ነው። እና፣ በእርግጠኝነት አንድ ሰው መላመድ ያለበት ጊዜ ይኖራል, ግን ይህ ፍቅር ነው።

አብረው ይሞክሩ

ስለተሳተፉት ነገሮች ሁሉ መግባባት። ሙከራ እንደጀመርክ፣ አፍህን፣ ጣቶችህን፣ እጆችህን እና አይንህን ተጠቅመህ በአካል አንድ ላይ ስትመጣ ግብህ ሁሉቱንም የሚያስደስት ነገር ማግኘት ነው። ጥሩ ሚስት እና የወሲብ ጓደኛ ለባሏ የማይመች ነገር እያደረገ እንደሆነ ይነግሩታል እና ባልየው ማዳመጥ እና ማስተካከል ያስፈልገዋል።

አንዳንድ ባለትዳሮች ለእያንዳንዳቸው ተቀባይነት ስላለው ነገር ለማሰብ ያፍራሉ። ሁሉም ነገር ደህና ነው? የፊንጢጣ ወሲብ እሺ? "አደርገዋለሁ" ከማለትም በፊት በዚህ ጉዳይ ላይ መወያየት አስፈላጊ ነው። ሚስትየው ይህን ወይም ያንን ላይወድ ይችላል፣ ወይም የምትወደውን ላያውቅ ይችላል። አብዛኞቹ ወጣቶች በግብረ ሥጋ ግንኙነት እንዴት እንደሚሳካላቸው ሳይሆን እንዲታቀቡ በወላጆቻቸው ተነግሯቸዋል። ባለትዳሮች ስለ ድንበራቸው፣ ልባቸውንና አእምሮአቸውን ስለመጠበቅ፣ እና እርስ በርሳቸው ስለ መረዳዳት አስፈላጊነት መነጋገር አለባቸው (ምሳሌ 4:23)። የግብረ ሥጋ ግንኙነታቸውን ሊመርገ የሚችለውን ሁሉ ከሚያደርጉት ከሰይጣን መጠበቅ አለባቸው።

የእሷን ፍላጎቶች ማሟላት

መኃልየ መኃልየ መኃልይ፣ “እኔ የውዴ ነኝ ምኞቱም ወደ እኔ ነው” (7:10) ይላል። ክቡራን፣ አንዲት ሴት ደህንነት እንዲሰማት ስለሚያስፈልጋት ነገር ብዙ ተምረናል፣ መንከባከብ እና መንከባከብ አለባት፣ እንደምትወዷት እና እሷ ከእግዚአብሔር በኋላ ቅድሚያ የምትሰጪው ነገር እንደሆነች ማሳየት አለባት። ይህን ሁሉ ካላመንክ እና በቋሚነት ተግባራዊ ለማድረግ የምትችለውን ሁሉ ካላደረግህ የሚስትህን ትብብር በማግኘት ትልቅ ስኬት አትጠብቅ። የሰሎሞን ሚስት ባሏ ከአምላክ የሰጣት ውድ ስጦታ እንደሆነ አድርጎ እንደሚመለከታትና እሷም አስፈላጊና ተፈላጊ እንድትሆን እንደሚያደርጋት ለዓለም እየተናገረች ነው።

ሚስትህ ፍላጎትህ ለእሷ እንደሆነ ታውቃለች፣ የሚያስፈልጋትን ተምረህ የንደኛነቷን ፍላጎት ለማሟላት እየሰራህ ነው? ለፍላጎትህ ምላሽ መስጠት ስለፈለገች በጣም የተባረከች ናት? _____ አዎ _____ አይደለም

ባሎች ሆይ፣ ክርስቶስ ደግሞ ቤተ ክርስቲያንን እንደ ወደዳት እና ስለ እርስዎ ራሱን አሳልፎ እንደ ሰጠ ሚስቶቻችሁን ውደዱ።(ኤፌሶን 5:25)

የሴት ተነሳሽነት

መኃልየ መኃልይ ሰሎሞን ለሴቶች በጣም አስፈላጊ የሆነውን ነገር ገልጿል፣ የሰሎሞን ሚስት፣ “ወዳጄ ሆይ፣ ና፣ ወደ ሜዳ እንወጣ፣ በመንደሮችም እናድር” ብላ ስትናገር (7:11) ብላ ራሷን ለእሱ አሳልፋ ለመስጠት እንዴት እንደምትፈልግ ገልጿለች። ይህ በግንኙነት ውስጥ የግብረ

ሥጋ ግንኙነት መጀመር ነው። በትዳራችሁ ውስጥ በአብዛኛው የጾታ ግንኙነት የጀመረው ማን እንደሆነ ታውቃለህ? እርግጥ ነው፣ ታደርጋለህ። የአንተ እንደ አብዛኞቹ ከሆነ፣ የአንተ ሰው የጾታ ፍላጎትህን እየገለጸልህ አዎ፣ አይሆንም፣ ምናልባት፣ በኋላ፣ ነገ፣ ወይም ሌላ ነገር እያገኘ ነው።

ሴቶች፣ የሰሎሞን ሚስት እንዲህ ስትለው ስትታዩ፣ እና ስለ ወይን ቦታው እና እሱን ስለምትባርክበት መንገድ ስትናገር፣ የፊት ገፅታዎን፣ አመለካከቷን እና የሰውነት አቀማመጥን በዓይነ ሕሊናህ ለመሳል ሞክር። እሷም “ዛሬ ማታ ወሲብ ይፈልጋሉ? ይህንን እዚህ ጋር እናቁም።

ለመጨረሻ ጊዜ እራስሽን አሻግረሽ ወደ እራስሽ ሰው የቀረብሽው ፍቅረኛሽ መሆኑን እንዲያውቅ እና አለሙን ልታናውጭበት እደል የሰጠሽው መች ነው? ይህ ተገባር ባልን እንዴት እንደሚባርክ ታውቁለሽ?

ወይዛዝርት ቋሚ ጀማሪዎች መሆን የለባቸውም፣ ነገር ግን አልፎ አልፎ የአመለካከት ምርመራ ያድርጉ። በድግግሞሽ ላይ መስማማት መነሻ ነጥብ ነው። ባልሽ እስኪጀምር ድረስ ሁልጊዜ አትጠብቁ ወይም እንደ ዶክተር ቀጠሮ መያዝ። አንዳንድ ጊዜ ያስጀምሩ እና ልዩ ጊዜ ያድርጉት።

እርስ በርሳችን መባረክ

ወሲብ ከእግዚአብሔር ነው፣ በቃሉ፣ ለወንዶች እና ለሴቶች መልእክት። እግዚአብሔር ፍላጎቱን እየገለጠ ነው፣ ለባልና ለሚስት ወሲብ የፈጠረውን ውበት፣ እና በእውነት በዚህ ሊባርከን ይፈልጋል። እርስ በርሳችን የምንደሰትበትን እና የምንባረክበትን መንገድ እግዚአብሔር ምስጢሩን እየሰጠን ነው።

ባል በሚስቱ ላይ ያለውን የጋብቻ ሀላፊነት መወጣት አለበት፣ እንዲሁም ሚስት ለባልዋ። ሚስት በገዛ ሥጋዋ ላይ መብት የላትም፣ ለባልዋ እንጂ። እንደዚሁም ባል በገዛ ሥጋው ላይ መብት የለውም፣ ነገር ግን የሚስቱ ነው። እርስ በርሳችሁ በጾታዊ ግንኙነት አትከልክሉ - ለተወሰነ ጊዜ ከተስማማችሁ በቀር ራሳችሁን ለጸሎት ሥሩ። ከዚያም እንደገና አንድ ላይ ተሰብስቡ፣ ያለዚያ ራስህን ስለማትገዛ ሰይጣን ሊፈትንህ ይችላል። (1ኛ ወደ ቆሮንቶስ ሰዎች 7:3-5)

አምላክ ባልና ሚስት ሁለቱም በሌላው አካል ላይ ሥልጣን እንዳላቸው ይናገራል፣ እና ይህ ዛሬ ተወዳጅነት የሌለው ፈተና ነው። ይህንን ከቀሪው ጥቅስ ጋር አስቀምጥ እያንዳንዳቸው ለሌላው እንደ ባልና ሚስት፣ የሚገባቸውን ፍቅር እንዲሰጡ ይነገራቸዋል እንጂ ይገባናል ብለን የምናስበውን ፍቅር ወይም የምንሰጠውን ፍቅር አይደለም። ይህ የእግዚአብሔር መመሪያ ነው፣

እና እርስ በእርሳችን በዚህ መንገድ ልንይዘው፣ ስለዚህ ጉዳይ መነጋገር እና ራስ ወዳድነት አጥፊ ሊሆን እንደሚችል መገንዘብ አለብን።

ወሲብን ወደ ሽልማት ወይም በአፈጻጸም ላይ የተመሰረተ እንቅስቃሴ ማድረግ ከባድ ችግር ነው። አንደኛው የትዳር ጓደኛ ሌላኛው ክብደታቸውን እንደማይጎትተው፣ በሆነ መንገድ እንዳልተሳካለት ወይም የጠበቁትን ነገር እንደማያሟላ ከተሰማው “አልሳተፍም” እና አልባርካችሁም” ወደሚሉት ሐሳቦች ሊገቡ ይችላሉ ይህም ኃጢአት ነው። እግዚአብሔር ሰውነታችን የራሳችን አይደለም ይላል። እርስ በርሳችን ለመባረክ ዕቃ ለመሆን እዚህ ተገኝተናል። እግዚአብሔር እንዳለው ወሲብ ታላቅ ደስታን እና የነፍሳችንን ማሰሪያ ያመጣልናል። በዚህ አካባቢ አንዳችን ሌላውን መከልከል የለብንም ምክንያቱም በሌሎች አካባቢዎች ያለው አፈጻጸም ከደረጃችን ጋር የማይጣጣም እንደሆነ ስለሚሰማን በየትኛውም አካባቢ ያለውን ግንኙነት አላግባብ መጠቀም አንችልም እና መቀራረብ ጥሩ እንዲሆን እንጠብቃለን። መግባባት እና ትብብር በሁሉም የጋብቻ ዘርፎች መኖር እና እያደገ መሆን አለበት።

ግቡ

እንደ ባለትዳሮች ግባችን ጥሩ የወሲብ ህይወት እንዳለን መናገር መቻል ነው፣ እናም እየተማርን፣ እየተባባልን እና እየተግባባን ነው። ከወሲብ በፊት መነጋገር እና ከዚያ በኋላ መካፈል እንችላለን። መመሪያዎችን ለመቀበል ፈቃደኞች ነን። ከግንኙነት ውጪ እርስ በርስ ማስደሰትን ተምረናል በጥሩ ግንኙነት።

ይህን ማለት ካልቻሉ፣ ስለ እሱ አንድ ነገር ማድረግ ያስፈልግዎታል።

በክርስቲያኖች መካከል እንኳን ይህ ሰዎች መወያየት የማይፈልጉት ርዕስ ነው። ሰዎች ችግር እንዳለብን እንዲያውቁ አንፈልግም። እነዚህ ቁሳቁሶች ሊመሩን፣ እንድንግባባ ሊረዱን፣ እና ከመንገድ በመጽሐፍ ቅዱስ ወዴት እንደወጣን እና የእግዚአብሔርን ስጦታ በኃጢአት እንደበከልነው ሊያሳዩን ይችላሉ። የኑዛዜ እና የይቅርታ መረጃን መቀበል እና መከተል እና ይህንን መብት ለማግኘት እንደገና መጀመር እንደምንችል ማመን አለብን። እግዚአብሔር ለእያንዳንዳችን ታላቅ በረከት አለው።

ባል እና ሚስት፣ በራስዎ ማስተርቤሽን እያደረጋችሁ እና በራስዎ ወሲባዊ ደስታን እያገኙ ከሆነ፣ ምናልባት የትዳር ጓደኛዎ ያልሆነውን ሰው እየተመለከቱ ወይም እያሰቡ ነው። ወሲብ ራስን ለማርካት አልተሰጠም። የወሲብ ፍላጎት ለከትዳር ጓደኛ ጋር ካለህ ግንኙነት ጋር መላመድ አለበት። አምላክ ራስን መግዛት እንዳለብህ ይናገራል (ገላትያ 5: 23; 2 ጴጥሮስ 1: 6)።

እራስህን ማስደሰትን እንደ ሀጢአት ልምምድ እና እግዚአብሔር የተናገረውን የሚያምር፣ ድንቅ እና ንጹህ እና የሚያረክሰውን ነገር መውሰድ አለብህ። ተው ይህ ልማድ ከሆነ ወይም ጣዖት

ከሆነ፣ ፓስተርዎን፣ የትዳር ጓደኛዎን ወይም የክርስቲያን አማካሪን (ብዙውን ጊዜ ጾታዊ፣ ወንድ ወንድ፣ ሴት ለ ሴት) ያነጋግሩ እና እርዳታ ያግኙ። እርዳታ ለመጠየቅ የመጀመሪያው ክርስቲያን አይደለም። ብዙዎች ይህንን ተግባር የጀመሩት በአሥራዎቹ ዕድሜ ውስጥ በነበሩበት ጊዜ ነው፤ ከመጋባታቸው በፊት ዓመታትን በግል የወሰዱ ሕይወት አሳልፈዋል። እናም ያንን መብት ወደ ትዳራቸው ተሸክመዋል እና ለመቀጠል ምንም ችግር እንደሌለ አሰቡ፤ ግን ችግር ነው። አቁም፣ እርዳታ ጠይቅ፣ እና እግዚአብሔር አእምሮህን እና ከትዳር ጓደኛህ ጋር ያለህን ግንኙነት እንዲፈውስ አድርግ።

እንደ ባልና ሚስት መጀመሪያ ልባችሁን እንዲናገር እግዚአብሔርን ለምኑት፣ ከዚያም አንድ ላይ ለመሰባሰብ እና ጌታ እንድትለውጡ የጠየቃችሁን ለመካፈል ፈቃደኛ ሁኑ። ይቅርታ ካስፈለገ ጠይቁት እና እንደ አስፈላጊነቱ ይስጡት።

እንደሚከተለው መጻለይ ትችላላችሁ፡-

አምላክ ሆይ፣ የአንተን እርዳታ እየጠየቅን ነው። እዚህ መባረክ እንፈልጋለን፣ እናም በዚህ ግንኙነት ልናከብርህ እንፈልጋለን። ወደ አእምሯችን እና ልባችን የምንናስገባውን ሁሉንም ኃጢአተኛ፣ አጋንንታዊ እና ክፉ አመለካከቶችን እና አስተሳሰቦችን እንድናስቆም፣ ይህን የሰጠንን ስጦታ እየመረዘን እንዳንጀምር እርዳን። ስለእነዚህ አሁን ያጠናቸውን ነገሮች ለመክፈት እና ለመናገር እርዳን። ለቃልህ ታዛዥ እንሁን። ወደ ኃጢአተኛ ወደ መጣንበት መንገዳችን ስንመለስ፣ ጌታ ሆይ፣ ለአንተ እና ለእያንዳንዳችን እንድንናዘዝ እና ወደ ሌላኛው አቅጣጫ በማዞር ንስሃ እንድንገባ እርዳን። አሜን።

ለተጨማሪ ነጻብራቅ

በይቅርታ ላይ ተጨማሪ እገዛን ለማግኘት፣ አባሪ P ይመልከቱ፡ መተማመን እና ይቅርታ።

ስለ አካላዊ መቀራረብ፣ ሊሆኑ የሚችሉ ጉዳዮችን ጨምሮ፣ ያጠናቅቁ አባሪ N፣ በትዳር ውስጥ አካላዊ ቅርርብ ለሜና አባሪ ኦ፡ በትዳር ውስጥ ለሴቶች ያለ አካላዊ ቅርርብ። ለመጀመር፣ እንደ ወንድ ወይም ሴት ከቁሳቁስ ጋር እና ይቆዩ ለእርስዎ ያልታሰበውን ጽሑፍ ማንበብ ያቁዉ። ይህ በትዳር ግንኙነት ውስጥ ያለዎትን ሚና የተሻለ ግንዛቤን ያስገኛል። ስራዎን በተናጥል ከጨረሱ በኋላ ቁሳቁሶችን ከትዳር ጓደኛዎ ጋር ይወያዩ።

አባሪ መርጃዎች

እነዚህ ተጨማሪ መገልገያዎች እንደ ተጨማሪ መገልገያዎች ተካተዋል። በአምስቱም ጥራቶች ውስጥ ይገኛሉ ነገርንን ሁሉም አባሪዎች በእያንዳንዱ ጥራዝ ውስጥ አይካተቱም። አንድ የተወሰነ አባሪ ለመገምገም ከፈለጉ ከታች ባለው ዝርዝር ውስጥ የት እንደሚገኝ ይፈልጉ።

አባሪ ኤ: የቃል ኪዳን ደብዳቤ ቅጽ 1

አባሪ ቢ: ህይወቶን ለክርስቶስ መሰጠት ቅጽ 1

አባሪ ሲ: ከእግዚአብሔር ጋር ዕለታዊ ቅርርብ ማዳበር ቅጽ 1

አባሪ ዲ: የሚመከሩ መጽሐፍት ቅጽ 1

አባሪ ኢ: ውጤታማ የማዳመጥ ራስን መገምገም ቅጽ 2

አባሪ ኤፍ: የእርስዎን የፍቅር ግንኙነት ቅጽ 2 ማሻሻል

አባሪ ጂ: ዑደቱን መስበር ቅጽ 2 እና 3

አባሪ ኤች: የባል ፍላጎቶች ቅጽ 3

አባሪ አይ: ባል ለተቃውሞ የሰጠው መጽሐፍ ቅዱሳዊ ምላሽ ቅጽ 3

አባሪ ጆ: ባል ሚስቱን የሚቀድስበት መጽሐፍ ቅዱሳዊ መንገዶች ቅጽ 3

አባሪ ኬ: የሚስት ፍላጎት ቅጽ 3

አባሪ ኤል : አብሮነት ጥራዝ 3 ያስፈልገዋል

አባሪ ኤም: የተለመዱ ማሰናከያዎች ጥራዝ 3—5

አባሪ ኤን : በትዳር ውስጥ አካላዊ ቅርርብ ለወንዶች ቅጽ 4

አባሪ ኦ: ለሴቶች በትዳር ውስጥ ያለ አካላዊ ቅርርብ ቅጽ 4

አባሪ ፒ: እምነት እና ይቅርታ ቅጽ 2-5

አባሪ ኪወ: የጋብቻ ራስን መገምገም ቅጽ 5

አባሪ ር: መዝገብ ቃላት 1—5

አባሪ ኤም

የተለመዱ ማሰናከያዎች

መጽሐፍ ቅዱስ ወንዶች አምላክ በሚፈልገው መንገድ የማይመሩባቸውን አንዳንድ የተለመዱ ምክንያቶችና ሴቶች ባሎቻቸውን የማያረጋግጡበትን ምክንያት ይገልጻል። መሰናክል፣ ወይም ምሽግ፣ ከታች ከተዘረዘሩት ጉዳዮች ውስጥ አንዱ ወይም ብዙ ሊሆን ይችላል። ጌታ በእነዚህ ቦታዎች ካናገረህ ተናዘዝ እና ለፈቃዱ ታዛዥ እንድትሆን እንዲያበረታህ ጠይቀው። ኑዛዜዎን እና ጸሎቶቻችሁን ለእያንዳንዱ አካባቢ በተዘጋጀው ቦታ ላይ ይጻፉ።

ምክንያት 1: ይቅርታ አለመስጠት

አምላክ ይቅር ልትለው የሚገባህን አንድ ሰው ወደ አእምሮህ መጥቷል?

ለሰዎች ኃጢአታቸውን ይቅር ብትሉ የሰማዩ አባታችሁ እናንተን ደግሞ ይቅር ይላችኋልና።

ለሰዎች ግን ኃጢአታቸውን ይቅር ባትሉ፣ አባታችሁም ኃጢአታችሁን ይቅር አይላችሁም። (ማቴዎስ 6:14—15)

ይቅርታ ማለት ይህ አይደለም፡-

- ጥፋተኛው ያደረገውት ስህተት እንደሆነ ይስማማሉ።
- ጥፋተኛው ይቅርታ ይጠይቃል።
- ጥፋተኛው ይቅርታዎን ይቀበላል፣ ወይም
- ግንኙነቱ ወደነበረበት መመለስ ወይም መሆን አለበት።

ምክንያት 2: ማታለል

ሰይጣን ክርስቶስን እንዳንታዘዝ እና በእርሱ ውስጥ ማን እንደሆንን እንድንጠራጠር ይፈትነናል።

የጦር ዕቃችን ሥጋዊ አይደለምና፤ ምሽግን ለመስበር በእግዚአብሔርም ብርቱዎች ናቸውና፤ ክርክርንም በእግዚአብሔርም

እውቀት ላይ የሚነሣውን ክፍ ያለውን ነገር ሁሉ ለመጣል፤ አእምሮንም ሁሉ ለክርስቶስ መታዘዝ ይማርካል። (2 ቈረንቶስ 10:4-5)

ሰይጣን በእኛ ላይ ሦስት የተለመዱ ዘዴዎችን ይጠቀማል።

1. ውሸት፣ ስለዚህ የእግዚአብሔርን ተስፋዎች እንጠራጠራለን።

እናንተ ከአባታችሁ ከዲያብሎስ ናችሁ የአባታችሁንም ምኞት ልታደርጉ ትወዳላችሁ። እርሱ ከመጀመሪያ ነፍስ ገዳይ ነበረ፤ እውነትም በእርሱ ስለ ሌላ በእውነት አልቆመም። ውሸታም ሲናገር ውሸታም አባት ነውና ከገዛ ገንዘቡ ይናገራል።

(ዮሐንስ 8:44)

2. በሌሎች ወይም በራሳችን ላይ ውግዘት ወይም ክስ

ዓለሙንም ሁሉ የሚያስተው ዲያብሎስና ሰይጣን የሚባለው ታላቁ ዘንዶ እርሱም የቀደመው እባብ ተጣለ። ወደ ምድር ተጣለ መላእክቱም ከእርሱ ጋር ተጣሉ።

በታላቅ ድምፅም በሰማይ እንዲህ ሲል ሰማሁ፡- “አሁንም ማዳንና ኃይል የአምላካችንም መንግሥት የክርስቶስም ኃይል መጥቶአልና ቀንና ሌሊት በአምላካችን ፊት ስለከሰሳቸው የወንድሞቻችን ከላሽ። ተጥሏል” (ራእይ 12:9—10)

እያወቅን በመከራችን ደግሞ እንመካለን። እና ጽናት፣ ባህሪ; እና ባህሪ፣ ተስፋ. በተሰጠን በመንፈስ ቅዱስ የእግዚአብሔር ፍቅር በልባችን ስለ ፈሰሰ ተስፋ አያሳፍርም።

(ሮሜ 5:2—5)

በጥፋታችሁ ስትደበደቡ በትዕግስት ብትወስዱት ምን ዋጋ አለው? ግን መልካምን እያደረጋችሁ ስትደበደቡ ፣ በትዕግስት ከወሰዱ ፣ ይህ የሚያስመስግን ነው። በእግዚአብሔር ፊት። የተጠራችሁለት ለዚህ ነውና፣ ክርስቶስ ደግሞ ስለ እኛ መከራን ተቀብሎ ፈለግን እንድትከተሉ ምሳሌ ትቶልናል።(1 ጴጥሮስ 2:20-21)

ምክንያት 4: ራስ ወዳድነት

አስታውሱ የእኛ መንገድ ሳይሆን የእሱ ነው። የእኛ ጊዜ ሳይሆን የእሱ ነው።አስምርበት። (ፍቅር) የራሱን አይፈልግም። (1 ቈረንቶስ 13:5)

ከዚያም ሁሉንም እንዲህ አላቸው፡- ሊከተለኝ የሚወድ ቢኖር ራሱን ይካድ መስቀሉንም ዕለት ዕለት ተሸክሞ ይከተለኝ። (ሉቃስ 9:23)

ማንም ወደ እኔ ቢመጣ አባቱንና እናቱን ሚስቱንም ልጆቹንም ወንድሞቹንም እሳቶቹንም የራሱን ሕይወት ደግሞ ካልጠላ፣ ደቀ መዝሙራ ሊሆን አይችልም።

(ሉቃስ 14:26)

ሰይጣን ትኩረታችሁን ከእግዚአብሔር ቅድሚያ ከሚሰጧቸው ነገሮች ወደ እግዚአብሔር ያልሆኑ ነገሮች ማለትም ያለፉት ውድቀቶች፣ የአለም ፈተናዎች ወይም ራስ ወዳድነት ፍላጎቶች ሊያሳጣው ይፈልጋል።

እግዚአብሔር ፈትኖናል ያጠራናል።

ነገር ግን ወንጌልን አደራ ይሰጠን ዘንድ በእግዚአብሔር የታመንን እንደ ሆንን እንዲሁ እንናገራለን ልባችንን የሚመረምር እግዚአብሔርን እንጂ ሰውን ደስ እንደምናሰኝ አይደለም።(1ኛ ተሰሎንቄ 2:4)

እርሱ እንደ አንጥረኛውና ብር እንደሚያጠራ ይቀመጣል፤
የሌዊንም ልጆች ያነጻል።
እንደ ወርቅና ብር አጽዳቸው።
ለእግዚአብሔር ያቀርቡ ዘንድ
በጽድቅ የሚቀርብ መባ።(ሚልክያስ 3:3)

እግዚአብሔር ልባችንን እንደሚፈትን እና በማንጸት እንደሚያጠራን ነግሮናል። ይህ ሂደት እንጂ የአንድ ጊዜ ክስተት አይደለም።የእርሱ ፈተና በእኛ ውስጥ ያለውን ኃጢአት እንደሚገልጥ፣እሱም ለእርሱ እንድንናዘዝ እና ራሳችንን በእሱ ውስጥ እንድንኖር በየቀኑ ራሳችንን እንድንሰጥ፣የኃጢአተኛ መንገዳችንን ክደን እሱን እንድንከተል ይፈልጋል።
የእኛ ድርሻ በቃሉ ውስጥ መሆን እና በትህትና ወደ ጸሎት መምጣት፣ ወደ ክርስቶስ አምሳል መለወጥን መጠየቅ ነው። በመታዘዝ ስንመላለስ እርሱን እንድናከብረው ስራውን ይሰራል።
እግዚአብሔር ሁሉንም ነገር በፍፁም ስለምንሰራ ፍፁም ነን አይልም ነገር ግን በእርሱ ላይ ፍጹም በሆነ ልብ ስንመላለስ ፍጹም እንሆናለን።

በቤቴ ውስጥ በፍጹም ልብ እሄዳለሁ።(መዝሙረ ዳዊት 101:2)

አካላዊ መጫኛ

“ፍጹም ልብ” ወደ እግዚአብሔር የጸና ልብ እና በፍቅር ተነሳስቶ በመንገዶቻችን ሁሉ እርሱን በሚያስደስት መንገድ ለመመላለስ የሚነሳሳ ልብ ነው። በዚህም እናከብራለን። በቤትዎ ውስጥ እንደፈለገ እንዲሄድ ጌታን “ፍጹም ልብ” እንዲሰጠው ጸሎትን ጻፉ።

ከታች ያሉትን ጥቅሶች አንብብና የሚከተሉትን ጥያቄዎች መልሱ።

የመለኮቱ ኃይሉ ለሕይወትና እግዚአብሔርን ለመምሰል የሆነውን ሁሉ እንደ ሰጠን፣ በክብርና በበጎነቱ የጠራንን እርሱን በማወቅ በእግዚአብሔርና በጌታችን በኢየሱስ እውቀት ጸጋና ሰላም ይብዛላችሁ። በሥጋ ምኞትም በዓለም ካለው ጥፋት አምልጣችሁ ከመለኮት ባሕርይ ተካፋዮች እንድትሆኑ በእነዚያ እጅግ ታላቅና ክቡር የሆነ ተስፋ ሰጠን።

ነገር ግን ስለዚህ ደግሞ ትጋትን ሁሉ እያሳያችሁ በእምነታችሁ በጎነትን ጨምሩ፣ በበጎነት እውቀትን፣ ራስንም መግዛት፣ ራስንም በመግዛት ራስን መግዛትን መጽናትን፣ እግዚአብሔርን በመምሰል የወንድማማች መዋደድን፣ በወንድማማችም መዋደድ ፍቅርን ጨምሩ። እነዚህ ነገሮች ለእናንተ ከሆኑና ከበዙ፣ በጌታችን በኢየሱስ ክርስቶስ እውቀት መካከ ወይም ፍሬ ቢሶች አትሆኑም። እነዚህ ነገሮች የሌሉት እስከ ዕውር ድረስ ዝንጉ ነውና፣ ከአሮጌው ኃጢአቱም እንደነጻ ረስቶአልና።

አካላዊ መጻሕፍት

ስለዚህ፡ ወንድሞች ሆይ፡ መጠራታችሁንና ምርጫችሁን ታደርግ ዘንድ ከፊት ይልቅ ትጉ፤ ይህን ብታደርጉ አትሰናከሉምና። ትዕቢት ለአንተ የተትረፈረፈ ወደ ዘላለማዊው ልጅ ጌታ እና አዳኝ ኢየሱስ ክርስቶስ ይሰጣችኋል።

(2 ጴጥሮስ 1:2-11)

እነዚህን ተጨማሪ ጥቅሶች ተመልከት፡ መዝሙር 73:23—24፤ 91:1—2; 103:8—18; ምሳሌ 3:5-6; ማቴዎስ 11:28-30; ሮሜ 8:28—39; 1 ቆሮንቶስ 10:13; 2 ቆሮንቶስ 5:17; 9:8; ኤፌሶን 6:10—12; ፊልጵስፎስ 4:6—7; ቲቶ 3:4—6; ያክቆብ 1:2-4; 1ኛ ጴጥሮስ 5:6-7

እግዚአብሔር "ከእጅግ በላይ ታላቅና ውድ የሆኑ ተስፋዎችን" እንደሰጠህ ታምናለህ? ዘርዝራቸው።

በመለኮታዊ ተፈጥሮው እኛ ደፋር፤ አሸናፊዎች እና ፈቃዱን ለማድረግ እንችላለን። እንድንሆን የጠራን መሪዎች፤ ባሎች፤ አባቶች፤ ሚስቶች እና እናቶች መሆን እንችላለን።

ኃይልን በሚሰጠኝ በክርስቶስ ሁሉን እችላለሁ። (ፊልጵስፎስ 4:13)

በእኛ ኃይል አይደለም, በእኛ ውስጥ ምንም ጥሩ ነገር የለምና.

አካላዊ መጻሕፍት

እኔ የወይኑ ግንድ ነኝ እናንተም ቅርንጫፎች ናችሁ። በእኔ የሚኖር እኔም በእርሱ፣ ብዙ ፍሬ ያፈራል። ያለ እኔ ምንም ልታደርጉ አትችሉምና። (ዮሐንስ 15:5)

የተሳካልን በእርሱ ጸጋ ብቻ ነው።

ኢየሱስም ዳግመኛ፡- “ሰላም ለእናንተ ይሁን! አብ እንደ ላከኝ እኔ ደግሞ እልካችኋለሁ።
(ዮሐንስ 20:21)

ጥንካሬያችንን ከየት እንደምናገኝ፣ ጥንካሬያችንን እንዴት እንደምንስማማ እና ውጤቱን ለይ። እግዚአብሔር የሚያስፈልገንን ሁሉ ከሰጠን ምን እንድናደርግበት ይፈልጋል?

ታገስ። ተስፋ አትቁረጥ። በእግዚአብሔር ቃል እና በመንፈሱ የክርስቶስን መልክ እንድትመስል በየቀኑ እራስህን ስጥ። ሲወድቁ ሀላፊነቱን ይውሰዱ። ከዚያም በፈቃዱ ጸንታችሁ ቁሙ እና እግዚአብሔር በህይወታችሁ የሚያደርገውን ይመልከቱ።

አባሪ ኤን

ለወንዶች በትዳር ውስጥ አካላዊ ቅርርብ

መጽሐፍ ቅዱስ በትዳር ውስጥ ለሰው ልጆች የግብረ ሥጋ ግንኙነት ሁለት ዓላማዎችን ያስተምራል፡ ዘር መውለድ (ዘፍጥረት 1:28፣ ዘዳግም 7:13—14) እና ተድላ/መዝናኛ (መኃልዮ መሐልይ 4:10—12፣ ምሳሌ 5:18—19)። የፆታ ግንኙነት እርስ በርስ እንድንተሳስር የሚረዳን የእግዚአብሔር እቅድ አካል ነው። የፆታ ግንኙነትን ከትዳር ጓደኛህ ጋር ብቻ እንድትደሰት ከአምላክ እንደሰጠህ ስጦታ አድርገህ ትመለከተዋለህ?

ወሲብ ከእግዚአብሔር ለሰው ልጆች የተሰጠ ስጦታ ነው፤ በእርሱ የተፈጠረው በጋብቻ ህብረት ውስጥ ብቻ እንዲዘናና ነው። እኛን ወንድ ሴት አድርጎ ፈጠረን ልጆችን መውለድ እና በግብረ ስጋ ግንኙነት ወቅት አካላዊ እና ስሜታዊ ደስታን እንድንለማመድ አድርጎናል። በግብረ-ሥጋ ግንኙነት፣ እንደ ባል እና ሚስት፣ አካላችንን ስንካፈል እግዚአብሔር "አንድ" ብሎ የሚጠራውን ለመሆን ራሳችንን እርስ በርስ እንደ ስጦታ የምናቀርብበት እድል አለን።

ይህ የእግዚአብሔር የጾታ እቅድ ነው፤ ነገር ግን የሰው ኃጢአት እና የሰይጣን ማታለል ስጦታውን አበላሽቶብናል። ብዙዎች በዓለማዊ ተጽእኖዎች ውስጥ ወድቀዋል፤ ይህም የጾታ ንጽሕናን አዛብተው እና ኃጢአተኛ እንዲሆኑ፣ አንዳንዴም እንደ ቆሻሻ ወይም አድካሚ ግዴታ አድርገው ያስባሉ። ስለ ወሲብ ያለው አመለካከት በወላጆች አስተምህሮ ወይም በግል ልምድ ላይ ተጽእኖ ይኖረዋል፤ ይህም ከልጅነት ጊዜ ጀምሮ የማወቅ ጉጉት እና ከጓደኞች የተገኙ መረጃዎችን ወደ ፖርኖግራፊ፣ አስገድዶ መድፈር እና የሙከራ ወሲባዊ ምርጫዎችን ሊያካትት ይችላል። አስታውስ፣ ወሲብን ጨምሮ እግዚአብሔር ለመልካም የፈጠራቸውን ነገሮች ለማጥፋት ወይም ለመጥፎ የሰይጣን እቅድ ነው።

ሁለት ሰዎች በትዳር ውስጥ ሲተባበሩና የአምላክን ፈቃድ ካላወቁ፣ ከራስ ወዳድነት የሚጠበቁ ወይም ምናልባትም ስለ ወሲብ አሉታዊ አመለካከት ካላቸው እርካታ ያለው የጾታ ግንኙነት ለመመሥረትና ለማቆየት ይቸገራሉ።

ጤናማ የግብረ ሥጋ ግንኙነት በሚከተሉት ላይ የተመሠረተ ነው-

- ወሲብ በጋብቻ ውስጥ ብቻ የሚደሰት እና የሚተገበር የእግዚአብሔር ስጦታ እንደሆነ ማመን፤
- ከራስ ወዳድነት ነፃ የሆነ እንጂ ከራስ ወዳድነት ነፃ የሆነ የግብረ ሥጋ ግንኙነት በመጽሐፍ ቅዱሳዊ ፍቅር አውድ ውስጥ የመስጠት እና የመቀበል ቁርጠኝነት፤
- በባልና ሚስት መካከል ግልጽ እና ሐቀኛ የሐሳብ ልውውጥ ማድረግ፤ እርስ በርስ አካላዊ ደስታን እንዴት ማምጣት እንደሚችሉ መማር፤ እና
- ከጾታዊ ደስታ ጋር በተገናኘ ስለሰው ልጅ የግብረ ሥጋ የሰውነት አካል መሠረታዊ ግንዛቤ።

በሚያሳዝን ሁኔታ፣ ብዙ ክርስቲያን ባለትዳሮች በዚህ የጋብቻ መስክ ያልተሟሉ ናቸው እና እንዴት የተሻለ ማድረግ እንደሚችሉ አያውቁም። ስለ ወሲብ ወይም ከትዳር ጓደኛዎ ጋር ስላለው የግብረ-ሥጋ ግንኙነት አሉታዊ አመለካከት ካሉት ምክንያቱን መወሰን አለብዎት። እግዚአብሔር ፈቃዱን ሲገልጥልን ያን ጊዜ እንደ መልካም ልናየው ያስፈልገናል። ወንዶች እና

ሴቶች በጾታዊ ግንኙነት ላይ ችግር የሚፈጥሩባቸው የሕክምና ወይም የፊዚዮሎጂ ምክንያቶች ሊኖሩ ይችላሉ። በአብዛኛዎቹ ጉዳዮች፣ ድንቁርና፣ ራስ ወዳድነት ወይም ቂም መጎሳቆል ነው። በማንኛውም የትዳር ሂደት ውስጥ እራሳችንን በመካድ በእርግዝና ፣ በቀዶ ጥገና ፣ በጊዜያዊ እና በማይደን ህመም ፣ በህይወታችን ላይ በሚደርሱ ጉዳዮች እና በሌሎችም ሳቢያ በትዕግስት የምንለማመድባቸው ወቅቶች አሉ። ነገር ግን በተቻለ መጠን የግብረ-ሥጋ ግንኙነታችንን የጠበቀ እንዲሆን ማድረግ አለብን።

ለወንዶች ምርመራ

በጋብቻህ ቀን ከሚስትህ የጾታ ግንኙነት የምትፈጽምበት ጊዜ ይመጣል ብለህ አስበህ አታውቅም። ዛሬ ከጥቂት ሰዎች በላይ ከዚህ ችግር ጋር እየታገሉ ለሰይጣን የውሸት በር ከፍተው ፈተናዎችን እየፈጠሩ ግራ መጋባት እየፈጠሩ ነው። አንድ ባል የሚስቱን የጾታ ግንኙነት ሳይቀበል ሲቀር የማይፈለግ፣ የማይማርክ እና የማይወደድ ስሜት ሊሰማት ይችላል። የጾታ ግንኙነትን አዘውትሮ የማይጀምር ባል ምክንያቱን ማወቅና ለመለወጥ ጥረት ማድረግ ይኖርበታል። በጣም የተለመዱት ምክንያቶች የሕክምና አይደሉም ነገር ግን ከልብ ሕመም የሚመጡ ናቸው።

ልብህን መርምር

1. ከእግዚአብሔር ቀጥሎ ሁለተኛ በትዳር ውስጥ ለሚስትህ ቅድሚያ እንደሆንክ ታስባለህ? _____ አዎ _____ አይ
2. ሚስትህ አንተን በአክብሮት እንዴት እንደምትይዝ እና በአክብሮት እና በማረጋገጫ እንድትናገር የምታውቅ ይመስልሃል? _____ አዎ _____ አይደለም
3. ሚስትህ ከልጆች እንደ አንዱ የምትይዝህ ይመስልሃል? _____ አዎ _____ አይሆንም
4. ሚስትህ በአመራርህ ታምነዎላች እና ለቤተሰብ ለምትወስኑት ውሳኔ የምትሸነፍ ይመስላችኋል? _____ አዎ _____ አይ
5. ሚስትህ ስለማትወድህ ወይም ስለማትሰጥህ የጾታ ግንኙነትህን ውድቅ ያደረገች ይመስልሃል? _____ አዎ _____ አይደለም
6. ሚስትህ ስለ ወሲብ ለመናገር እና ለማሻሻል ጥረት ለማድረግ ፈቃደኛ ያልሆነች ይመስልሃል? _____ አዎ _____ አይ
7. ከላይ በተጠቀሱት ምክንያቶች በሚስትህ ላይ ተናደሃል ወይስ ተናደድክ? _____ አዎ _____ አይ

ከእነዚህ ጉዳዮች መካከል ማንኛቸውም የልብ ዝንባሌዎን እና ከሚስትዎ ጋር የግብረ ሥጋ ግንኙነት ለመፈጸም ያለዎትን ፍላጎት ሊነኩ ይችላሉ። በይቅርታ እና በሁለቱም አጋሮች ወደ እርቅ ለመስራት በፈቃደኝነት አካላዊ ቅርርብዎ ወደነበረበት ሊመለስ ይችላል።

የኃጢአት ምላሾችን ተመልከት

1. የሚስትህን የወሲብ ፍላጎት እየተቃወምክ ነው ወይስ ለወሲብ ፍላጎት ሳታሳይ እሷን ለመጉዳት ወይም ቀደም ሲል የተናቀችህን እና ችላ ባላለች መንገድ ለመበቀል ሞክረህ ታውቃለህ ? ___ አዎ ___ አይደለም

2. የግብረ ሥጋ ግንኙነቱን ለማሻሻል በመሞከር ተስፋ ቆርጠሃል? ___ አዎ ___ አይደለም
ኤፌሶን 5:27 “እድፈት ወይም የፊት መጨማደድ ወይም እንዲህ ያለ ነገር ሳይሆንባት ቅድስትና ያለ ነውር ትሆን ዘንድ ክብርት የሆነላትን ቤተ ክርስቲያን ለራሱ ያቀርባታል። ይህ በትዳራችሁ ውስጥ ከእግዚአብሔር ቅዱስ ፈቃድ ባነሰ ነገር እንድትቀመጡ የተሰጠ ማሳሰቢያ ነው። ፈቃዱን ሳንከተል ኃጢአት ነው። በግብረ ሥጋ ግንኙነቱ የተተወ ሰው ራሱንና ሚስቱን ለኃጢአተኛ ድርጊቶች እንዲጋለጡ ያደርጋል፤ ይህ ደግሞ ምንዘር ወይም የብልግና ሥዕሎችን መመልከትን ያስከትላል። ሌላው የተለመደ ኃጢአት እንደ ሥራ፣ በትርፍ ጊዜ ማሳለፊያዎች፣ በበጎ ፈቃደኝነት ሥራ እና በአገልግሎት ጊዜን ማባከን ነው። አንድ ሰው ማረጋገጫ በማይቀበልበት ጊዜ፣ ይህ የተለመደ ችግር ነው። መናዘዝ፣ ንስሃ መግባት እና ነገሮችን ለማስተካከል መስራት አለበት።

3. ወደ የብልግና ምስሎች ዞረሃል ? ___ አዎ ___ አይ

ወደ ፖርኖግራፊ እና ማስተርቤሽን ከዘክ፣ ይህ አጥፊ እና የኃጢአተኛ መድኃኒት ነው። ይህንን በመደበኛነት መለማመድ ከጀመክ ወሲባዊ ደስታን ለማግኘት ተመራጭ መንገድ ሊሆን ይችላል ምክንያቱም ውድቅ የማድረግ እና ወይም አሉታዊ አመለካከቶች የሉም ፣ ግን ኃጢአት ነው። በዚህ እና በሌሎች ጉዳዮች ንስሀ መግባት፣ እርዳታ መጠየቅ እና ትዳራችሁን ወደነበረበት ለመመለስ መስራት አለባችሁ።

4. ከሚስትህ አካላዊ ገጽታ ወይም አንዳንድ ወሲባዊ ድርጊቶች ከእርሷ ጋር በፍቅር ለመሳተፍ እንደ ቅድመ ሁኔታ ራስ ወዳድነትን አስቀምጠሃል? ___ አዎ ___ አይደለም

በማንኛውም የሕይወታችን ዘርፍ የእግዚአብሔርን ፈቃድ ላለማድረግ ምንም ምክንያት የለም፣ እና ይህም የሚስትን የየታ ፍላጎት ለማሟላት መስራትን ይጨምራል። ፊልጵስዩስ 2:3 እንዲህ ይላል፡- “በራስ ወዳድነት ምኞት ወይም በትዕቢት ምንም አታድርጉ፤ ነገር ግን እያንዳንዱ ሌላውን ከራሱ ይልቅ እንዲሻል በትሕትና ይቀጠር።” የጾታ ግንኙነት በትዳር ውስጥ ራስ ወዳድነትን ብቻ የሚያመለክት አይደለም። ለእግዚአብሔር እና ለትዳር ጓደኞችሁ በትዳራችሁ ውስጥ ፈቃዱን ለመፈጸም የፍቅር መግለጫ እና ቃል ኪዳን ነው።

አካላዊ ችግሮች

አንድ ሰው የወሲብ ፍላጎቱን እና አፈፃፀምን ያለጊዜው ሊያጣ የሚችልበት አካላዊ ምክንያቶች አሉ።

1. ከአማካይ ያነሰ ቴስቶስትሮን መጠን ይህ በሃኪም ጉብኝት እና ቀላል የደም ምርመራ ሊታወቅ ይችላል። ቴስቶስትሮን መጠን ለመጨመር ብዙ አማራጮች አሉ።
2. ፀረ-ጭንቀት እየወሰዱ ነው? እነዚህም አንድ ወንድ የወሲብ ፍላጎቱን እንዲያጣ ሊያደርግ ይችላል። ከሐኪም ጋር ይነጋገሩ እና ሌሎች አማራጮችን ይፈልጉ። አንዳንድ ጥሩ መጽሐፍ ቅዱሳዊ ምክሮችን ያግኙ። የመንፈስ ጭንቀት ወይም ጭንቀት ምናልባት ይቅር በማይባሉ ጉዳዮች፣ ያለፉ ኃጢአቶች ወይም ስህተቶች በይቅርታ ያልተፈቱ ጥፋቶች፣ ያልተናዘዙ የኃጢአት ድርጊቶች፣ ስለ ራስህ እውነት እንደሆነ ከተቀበልክ አጋንንታዊ ውሸቶች፣ እና አምላክ ለአንተ ያለውን አመለካከት ወይም በእሱ ዘንድ ተቀባይነት ለማግኘት ምን ማድረግ እንዳለብህ ግራ በመጋባት ሊመጣ ይችላል።
3. የደም ግፊት መድሃኒቶችን እየወሰዱ ነው? ይህ የወሲብ ፍላጎትን እና የብልት መቆምን ሊጎዳ ይችላል - ለወንድ በጣም አዋራጅ እና አሳፋሪ ነው። ባልና ሚስት የደም ግፊት መድሃኒቶችን መውሰድ የሚያስከትለውን ጉዳት ማወቅ አለባቸው እና ይህንን ችግር በጋራ ለመፍታት ፈቃደኛ መሆን አለባቸው። መድሃኒት መቀየር ችግሩን ሊፈታው ይችላል፣ ወይም ዶክተር የብልት መቆም ችግርን ለመፍታት እንደ Viagra፣ Levitra ወይም Cialis ያሉ መድሃኒቶችን መጠቀም ይችላል።

እንደ እውነቱ ከሆነ፣ አንድ ሰው በራሱ **አርጋዜ** ላይ ሳይደርስ ሚስቱን በአካል እንዴት ማስደሰት እንዳለበት መማር አለበት። አብዛኛዎቹ ሚስቶች ከፍተኛ ደረጃ ላይ ሳይደርሱ ወይም **አርጋዜ** ሳይደርሱ በጾታ ግንኙነት ውስጥ ብዙ ጊዜ ተሳትፈዋል። አንድ ሰው በሚስቱ ላይ ትንሽ ደስታን ወይም ደስታን በጾታ መደሰት ለምን ተቀባይነት አለው? ሆኖም ግን, የተገላቢጠሽ ሁኔታ የተለመደ አይደለም፣ ነገር ግን የተከለከለ እና ተቀባይነት የሌለው ነው። አዎን፣ ጥሩ ሚስት ከባላ ጋር “ስሜት ከሌለችበት” ጋር የፆታ ግንኙነት ለመካፈል ፈቃደኛ መሆን አለባት፣ ጥሩ ባል ግን የሚስቱን የፆታ ፍላጎት ከራሱ ነጥሎ ለማሟላት ፈቃደኛ መሆን አለበት።

ሚስቱን የሚወድ እና የፆታ ግንኙነትን ለማሟላት የሚፈልግ ባል ራሱን በራሱ ላይ ለመድረስ አቅም ወይም ፍላጎት ሳይኖረው ማድረግ ይችላል ይህ ስለ ቴክኒኮች እና አዲስ ወሲባዊ መንገዶችን ለመመርመር የጋራ ፈቃደኝነትን ያመጣል። ምናልባትም ሎሽን፣ ቅባት፣ እጅ፣ አፍ እና አቀማመጥ ይጠቀማል።

አካላዊ መጫነት

በትዳራችሁ ውስጥ ይቅርታን እንድትረዱ እና እንድትለማመዱ እንዲረዳችሁ አባሪ P:መታመን እና ይቅርታን ተመልከት። በእግዚአብሔር እና በመንገዶቹ ታመኑ እናም መታዘዝዎን እንዲፈውስ እና እንዲባርክ ጸልዩ።

ስለ መቀራረብ እውነተኛ ጸሎት

ጌታ ሆይ ወሲብ ለምን እንደፈጠርክ ባንተ እንድታመን እርዳኝ። እኔን ስሜት ውሳጥ ለማስገባት ወይም ለመያዝ ሳይሆን አንተን ለማክበር ስጦታ እንደሆነ አውቃለሁ። በዚህ ጉዳይ ላለፉት ጉዳዮች የትዳር ጓደኛዬን ይቅር እንድል እርዳኝ እና ካንተ ያልሆነውን ላደረኩት ነገር ሁሉ ይቅርታ እንድጠይቅ ጸጋን ስጠኝ። እንዳደረከው እንዴት እንደምመለከተው አስተምረኝ- በስሜታዊነት፣ ርህራሄ እና ከራስ ወዳድነት ነፃ - እና ሰውነቴ የራሴ አለመሆኑን ማወቅ ግን ለትዳር ጓደኛዬ ለመባረክ እና አካላዊ እርካታን ለማምጣት የተሰጠ ስጦታ ነው።

ራቁትነቴ እንዳይሰወር ወይም አሳፋሪ እንዳይሆን ስለ ሰውነቴ ያለኝን ፍርሀት እና ጥርጣሬ አስወግድ። በአካል የሚያስደስተኝን በግልፅ እንዳካፍል እና ባለቤቴን እንዴት ማስደሰት እንዳለብኝ እንድማር እርዳኝ። ይህን ስጦታ አንተ ካደረግከው እጅግ ያነሰ ነገር ያደረጉትን የእኔን ራስ ወዳድነት እና ፍርሃቶች አስወግደልኝ። ጌታ ሆይ የፈጠርከው ነገር ሁሉ መልካም ነው ይህ ደግሞ ወሲብን ይጨምራል።

አእምሮዬን ከራስ ወዳድነት ወይም ከዚህ አለም ይህን ካንተ የተገኘን ንፁህ ስጦታ ከሚያበላሹ ቅገጦቶች ጠብቅ። ልቤን ለወሲብ በእውነት እንዲያመሰግን አድርግ፣ እና እንዲሰማኝ ያደረከኝን ደስታ ለመለማመድ ፈቃደኛ እንድሆን አድርገኝ።

ጌታ ሆይ በትዳራ ውስጥ የግብረ ስጋ ግንኙነትን መስጠት እና መቀበል የምችል የወሲብ ፍጡር አድርገህኛል፣ ለዚህም አመሰግንሃለሁ። እባክህ ጌታ ሆይ በሁሉም የህይወቴ ዘርፎች እና በትዳራችን ውስጥ የራስህ መንገድ ሁን። እግዚአብሔር ሆይ ስለ ወሲብ አመሰግንሃለሁ። አሜን።

አባሪ አ

ለሴቶች በትዳር ውስጥ አካላዊ ቅርርብ

መጽሐፍ ቅዱስ በትዳር ውስጥ ለሰው ልጆች የግብረ ሥጋ ግንኙነት ሁለት ዓላማዎችን ያስተምራል፡ ዘር መውለድ (ዘፍጥረት 1:28፣ ዘዳግም 7:13—14) እና ተድላ/መዝናኛ (መኃልየ መሐልይ 4:10—12፣ ምሳሌ 5:18—19)። የፆታ ግንኙነት እርስ በርስ እንድንተሳሰር የሚረዳን የእግዚአብሔር እቅድ አካል ነው። የፆታ ግንኙነትን ከትዳር ጓደኛህ ጋር ብቻ እንድትደሰት ከአምላክ እንደሰጠህ ስጦታ አድርገህ ትመለከተዋለህ?

ወሲብ ከእግዚአብሔር ለሰው ልጆች የተሰጠ ስጦታ ነው፤ በእርሱ የተፈጠረው በጋብቻ ህብረት ውስጥ ብቻ እንዲዝናና ነው። እኛን ወንድ ሴት አድርጎ ፈጠረን ልጆችን መውለድ እና በግብረ ስጋ ግንኙነት ወቅት አካላዊ እና ስሜታዊ ደስታን እንድንለማመድ አድርጎናል። በግብረ-ሥጋ ግንኙነት፣ እንደ ባልና ሚስት፣ አካላችንን ስንካፈል እግዚአብሔር “አንድ” ብሎ የሚጠራውን ለመሆን ራሳችንን እርስ በርሳችን እንደ ስጦታ የምናቀርብበት ዕድል አለን።

ይህ የእግዚአብሔር የፆታ እቅድ ነው፤ ነገር ግን የሰው ኃጢአት እና የሰይጣን ማታለል ስጦታውን አበላሽቶብናል፤ ብዙዎች በዓለማዊ ተጽእኖዎች ውስጥ ወድቀዋል፤ ይህም የፆታ ንጽሕናን አዛብተው እና ኃጢአተኛ እንዲሆኑ፣ አንዳንዴም እንደ ቆሻሻ ወይም አድካሚ ግዴታ አድርገው ያስባሉ። ስለ ፆታ ግንኙነት ያለው አመለካከት በወላጆቻችን ትምህርት ወይም በግላዊ ልምድ ላይ ተጽእኖ ይኖረዋል፤ ይህም ከልጅነት የማወቅ ጉጉት እና ከጓደኞች የተገኘ መረጃ እስከ ፖርኖግራፊ፣ አስገድዶ መድፈር፣ አስገድዶ መድፈር እና የሙከራ ወሲባዊ ምርጫዎች ሊደርስ ይችላል። አስታውስ፤ ወሲብን ጨምሮ እግዚአብሔር ለመልካም የፈጠራቸውን ነገሮች ለማጥፋት ወይም ለመጥፎ የሰይጣን እቅድ ነው።

ሁለት ሰዎች በትዳር ውስጥ ሲገቡና የአምላክን ፈቃድ ካላወቁ፣ ራስ ወዳድነት የሚጠብቁ ወይም ምናልባትም ስለ ወሲብ አሉታዊ አመለካከት ካላቸው እርካታ ያለው የፆታ ግንኙነት ለመመሥረትና ለማቆየት ይቸገራሉ።

ጤናማ የግብረ ሥጋ ግንኙነት በሚከተሉት ላይ የተመሠረተ ነው-

- ወሲብ በጋብቻ ውስጥ ብቻ የሚደሰት እና የሚተገበር የእግዚአብሔር ስጦታ እንደሆነ ማመን፤
- ከራስ ወዳድነት ነፃ የሆነ እንጂ ከራስ ወዳድነት ነፃ የሆነ የግብረ ሥጋ ግንኙነት በመጽሐፍ ቅዱሳዊ ፍቅር አውድ ውስጥ የመስጠት እና የመቀበል ቁርጠኝነት፤

አካላዊ መጻሕፍት

- በባልና ሚስት መካከል ሐቀኛ እና ግልጽ የሐሳብ ልውውጥ ማድረግ፣ እርስ በርስ አካላዊ ደስታን እንዴት ማምጣት እንደሚችሉ መማር፤ እና
- ከጾታዊ ደስታ ጋር በተገናኘ ስለሰው ልጅ የግብረ ሥጋ የሰውነት አካል መሠረታዊ ግንዛቤ።

ለሴቶች የሚደረግ ምርመራ

በጾታዊ ግንኙነት ላይ መጽሐፍ ቅዱሳዊ አመለካከትን ያስተማሩዎት አፍቃሪ ወላጆች ከነበሯችሁ፣ ጥሩ ተስፋ ሊኖራችሁ እና ከባልሽ ጋር የግብረ-ሥጋ ግንኙነት ስለመፈጸም መጓጓት አለብት። ይህ የእርስዎ ትክክለኛ ታሪክ ባይሆንም እንኳ፣ በተለምዶ የተስተካከለች መሽሪት አብዛኛውን ጊዜ የጋራ የጾታ እርካታን እና በትዳር ውስጥ ደስታን ለማግኘት ትጓጓለች። ነገር ግን፣ ጊዜ እያለፈ ሲሄድ፣ ተስፋዎች እና ተስፋዎች በተለያዩ ምክንያቶች ሊለወጡ ይችላሉ። ከባልሽ ጋር ተደጋጋሚ እርካታ የሌላቸው የጾታ ገጠመኞች፣ ካንቺ ምንም አይነት መመሪያ ለመቀበል ፈቃደኛ አለመሆኑ፣ እርግዝና፣ ልጅ ማሳደግ እና ሌሎች የግንኙነቶች ተግዳሮቶች የጾታ ደስታሽን ዘግይተው ወደ ተስፋ መቁረጥ እና ከወሲብ ለመራቅ ያለዎትን አመለካከት ቀይረዋል።

ስለ ወሲብ ወይም ከትዳር ጓደኛችሁ ጋር ስላለው የግብረ-ሥጋ ግንኙነት አሉታዊ አመለካከት ካላችሁ ምክንያቱን መወሰን አለባችሁ። እግዚአብሔር አንድን ነገር ከፈጠረ እና በትዳር ውስጥ የግንኙነታችን አካል እንዲሆን ከተናገረ ጥሩ እንደሆነ አድርገን ማየት እና እንዴት በተሻለ መንገድ መስጠት እንደምንችል ለመማር ፈቃደኛ መሆን አለብን። እንደ መገናኛ ወይም እንደ ማንኛውም ሌላ የአብሮነት ፍላጎት በተመሳሳይ አስፈላጊነት መታከም አለብት።

የሚያሳዝነው፣ ብዙ ክርስቲያን ባለትዳሮች ያልተጠናቀቁ የግብረ ሥጋ ግንኙነቶች እያጋጠሟቸው ነው እና እንዴት የተሻለ ማድረግ እንደሚችሉ አያውቁም። የሕክምና እና የፊዚዮሎጂ ጉዳዮች በሁለቱም የትዳር ጓደኛ ላይ ተጽዕኖ ሊያሳርፉ ይችላሉ። በአብዛኛዎቹ ጉዳዮች፣ በትዳር ውስጥ ይህንን አካባቢ አሉታዊ ተጽዕኖ የሚያሳድሩ አለማወቅ፣ ራስ ወዳድነት ወይም ቂም ናቸው። በማንኛውም የጋብቻ ግንኙነት ውስጥ ራሳችንን የምንክድበት እና በህክምና ምክንያቶች፣ በእርግዝና ወቅት፣ በሕይወታችን ላይ የሚደርሱ ጉዳዮች እና ሌሎችም በትዕግስት የምንለማመድባቸው ወቅቶች አሉ። ነገር ግን ሁኔታው የማያልቅ ከሆነ የግብረ ሥጋ ግንኙነታችንን ጠብቆ ለማቆየት ጥረት ማድረግ አለብን።

እንደ ሚስት፣ በመደበኛነት ወሲብ ካልጀመርክ ወይም ካልተሳተፍክ ለምን እንደሆነ ለማወቅ እና ለለውጥ መስራት አለብህ። በጣም የተለመደው ሴቶች የግብረ ሥጋ ግንኙነትን የማይፈልጉበት ወይም የማይጀምሩበት ምክንያት አካላዊ አይደለም፣ ነገር ግን የልብ ጉዳይ

ነው። በአጠቃላይ የግብረ ሥጋ ግንኙነት ድግግሞሽ እና አርጋዜም የማግኘት ፍላጎት በሴቶች እና በወንዶች ላይ አንድ አይነት አይደለም። ስለዚህ የፆታ ግንኙነትን የሚወስነው የትኛው የወሲብ ፍላጎት ነው? እንዲሁም፣ መስዋዕትነት እና ራስን መከናወን ሚዛናዊ እና እርስ በርስ የሚዋደዱ ግንኙነቶችን ለመጠበቅ እያንዳንዳቸው በተለያዩ ጊዜ ሊተገበሩ አይገባም። የሚከተሉትን ጉዳዮች መመርመር አንዲት ሴት ከባለቤቷ ጋር ያለውን የግብረ-ሥጋ ግንኙነት የሚነኩ ችግሮችን ለመፍታት ይረዳል።

ልብሽን መርምሪ

1. የትዳር ጓደኛሽ አምላካዊ ባል በሆነው ባል ምግባር እንዴት መውደድ እንዳለበት ለመማር ፍላጎት አሳይታለች? ___ አዎ ___ አይደለም
2. በጭካኔ ሲያናግርሽ በታማኝነት ሃላፊነት የሚወስድ ይመስላችኋል? ___ አዎ ___ አይ
3. እርስዎን እንዴት እንደሚንከባከቡ እና እንደሚንከባከብ ለመማር ፈቃደኛ እና ፍላጎት ያለው ይመስልዎታል? ___ አዎ ___ አይደለም
4. በቤቱ ውስጥ ጊዜውን እና አመለካከቱን በማስቀደም ቤተሰቡ ትልቁ ምድራዊ ሀብቱ ነው ብለው ያስባሉ? ___ አዎ ___ አይደለም
5. ልጆቹን በማሳደግ በፍቅር ለመምራት ፈቃደኛ የሆነ ይመስልዎታል? ___ አዎ ___ አይ
6. በልጆቹ ላይ ቁጣ እና ከባድ ተግሣጽ ሲጠቀም ሰበብ የሚጠቀም ወይም ይቅርታ ለመጠየቅ ፈቃደኛ ያልሆነ ይመስልዎታል? ___ አዎ ___ አይደለም
7. ቤተሰቡን የማሟላት ኃላፊነቱን በቁም ነገር የሚወስድ ይመስላችኋል? ___ አዎ ___ አይ
8. እንዴት እና በየስንት ጊዜ የግብረ ስጋ ግንኙነት ማድረግ እንዳለብዎ በፍቅር ለመወያየት እና ከእርስዎ አስተያየት ለመቀበል ፈቃደኛ የሆነ ይመስልዎታል? ___ አዎ ___ አይ
9. እሱ ወደ አንቺ የሚሰብ ይመስልሃል? ___ አዎ ___ አይ
10. በቤቱ ውስጥ መንፈሳዊ አመራር ያሳየ ይመስላችኋል? ___ አዎ ___ አይደለም

እነዚህ ጥያቄዎች እርስዎ ሊኖሩዎት የሚችሉትን ጉዳዮች እና ቁስሎች ያብራራሉ፣ ይህም ለወሲብ ያለዎትን አመለካከት ሊነካ ይችላል። እነዚህ ሁሉ ጉዳዮች በይቅርታ ሊድኑ ይችላሉ። ባልና ሚስት ይቅርታ ለመጠየቅ፣ ለመስጠትና ለመቀበል ፈቃደኛ ከሆኑ እና ከዚያም በመጽሐፍ ቅዱስ እንዴት እርስ በርስ መተሳሰብ እንደሚችሉ ሲማሩ፣ ይህ ጉዳይን ማዳን እና በሁሉም ዘርፍ ግንኙነታቸውን እርቅ ሊያመጣ ይችላል።

የኃጢአት ምላሾችን ተመልከት

1. ባልሽን ለመበቀል፣ ለመጉዳት ወይም ለማታለል የግብረ ስጋ ግንኙነትን ከልክለሽ ታውቂያለሽ?
2. የአለም አጋንንታዊ እና የቆሽሽ የወሲብ ምስል ለእሱ ያለሽን አመለካከት እንዲያበላሽበት ፈቅደሻል? _____ አዎ _____ አይ
3. ባልሽ በሰውነትሽ እንዳይደሰት ለመከላከል አሉታዊ የራስን አመለካከት ፈቅደሻል? _____ አዎ _____ አይደለም
4. ባልሽ እንደ አባት ወይም መንፈሳዊ መሪ ማድረግ ያለበትን ነገር ስላላደረገ ወሲብን ከልክለሽው ነበር? _____ አዎ _____ አይደለም
5. ባልሽ የየታ ግንኙነት እንዴት እንደሚያስደስትሽ በመግለጽ ከባልሽ ጋር ለመተባበር ፍቃደኛ ናት?
6. ከባልሽ ጋር ያለውን ግንኙነት ከማሻሻል ይልቅ ስሜታዊ ፍላጎቶቻችሁን ለማሟላት ወደ የፍቅር ልቦለዶች ወይም የቲቪ ፕሮግራሞች ተዘዋውረዋል?
7. አሁን የተሻለ ለማድረግ መሞከሩን ትተሻል? _____ አዎ _____ አይ

ከእነዚህ መልሶች ውስጥ አንዳቸውም አዎ ከሆኑ፣ ስሜታዊ እና አካላዊ ታማኝነትን ጨምሮ ለችግሮች ተጋላጭ ነዎት። እነዚህ ጉዳዮች በባልና በሚስት መካከል መቃቃርን ያስከትላሉ፣ ይህም ከእግዚአብሔር ፈቃድና የጋብቻ ዕቅድ የራቀ ደስተኛ ያልሆነ አብሮ መኖር ያስከትላሉ። ሚስቶች በትዳር ውስጥ የግብረ ስጋ ግንኙነት ያለ **ኦርጋዝ** የሚሳተፉት ከባሎቻቸው በበለጠ መሆናቸው እውነት ነው። አንድ ሰው በሚስቱ ላይ ትንሽ ደስታን ወይም ደስታን ሳያገኝ የግብረ ስጋ ግንኙነት ቢፈጽም ተቀባይነት ያለው ለምን እንደሆነ አስበሽ ታውቂያለሽ ነገር ግን ይህ ሲገለበጥ ውጤቱ ያልተለመደ፣ የተከለከለ ወይም ተቀባይነት እንደሌለው ይቆጠራል? ጥሩ ሚስት ከባላ ጋር “ስሜት ውስጥ ሳትሆን” ከባልዋ ጋር የግብረ ስጋ ግንኙነት ለመካፈል ፈቃደኛ መሆን አለባት፤ ነገር ግን በተመሳሳይ ጥሩ ባል ሚስቱን ማስደሰት ይኖርበታል። ወደዚህ የመቀራረብ ደረጃ ለመድረስ እርስበርስ እንዴት ማስደሰት እንዳለብን ግልጽ እና ሐቀኛ መግባባት እና አዲስ የመዝናኛ መንገዶችን ምናልባትም በሎሽን፣ በቅባት፣ በእጅ፣ በአፍ እና በአቀማመጥ ለመፈለግ ፈቃደኛ መሆንን ይጠይቃል።

በትዳራችሁ ውስጥ ይቅርታን እንድትረዱ እና እንድትለማመዱ እንዲረዳችሁ አባሪ P:መታመን እና ይቅርታን ተመልከት።በእግዚአብሔር እና በመንገዶቹ ታመኑ እናም መታዘዝዎን እንዲፈውስ እና እንዲባርክ ጸልዩ።

አካላዊ ችግሮች

በወንዶች እና በሴቶች መካከል ያሉ አካላዊ ልዩነቶች በተለይም የግብረ ሥጋ ግንኙነትን በተመለከተ የሕክምና ጉዳዮችን ያዘጋጃሉ። ካትሪን አኮኒል፣ ኤም.ዲ፣ “ለሁለት ሰባተኛው ሴቶች፣ የግብረ ሥጋ ግንኙነት በተወሰነ ጊዜ ያማል። ሴቶች በግንኙነት ወቅት ምቹት የሚሰማቸው ለምን እንደሆነ በደንብ እንዲረዱ በሴቶች ጤና ጉዳዮች ላይ ሰፊ ምርምር አድርጋለች።

ዶ / ር አኮኒል እንዳብራሩት ሴቶች ብዙውን ጊዜ በዝምታ ይሰቃያሉ፣ ምክንያቱም ለመናገር በጣም ስለሚያፍሩ ወይም ምንም መድሃኒት የለም ብለው ስለሚገምቱ። ነገር ግን ወሲብ የሚጎዳ ከሆነ ለምን እንደሆነ መረዳት እና ማስተካከል አስፈላጊ ነው። በመስመር ላይ በማይገኝ መጣጥፍ ውስጥ በጣም የተለመዱትን ምክንያቶች ለይታለች። የእሷ ሃሳቦች ከዚህ በታች ተብራርተዋል።

የሴት ብልት ድርቀት

በቂ ቅባት አለማድረግ በወሲብ ወቅት ለህመም ዋነኛው ምክንያት ነው። ለቅድመ-ጨዋታ የሰውነት ምላሽ ሁለት ክፍሎች አሉ። የመጀመሪያው መጨናነቅ ነው፣ ወደ ብልት የሚፈሰው ደም የሴት ብልት ግድግዳዎችን የሚያሰፋው የሴት ብልት የሴት ብልት ነው። ሁለተኛው ቅባት ነው፣ በሴት ብልት መክፈቻ አካባቢ ከሚገኙ እጢዎች እርጥበት ይወጣል። ሁለቱም ድርጊቶች ለወሲብ ዝግጁነት ያመለክታሉ፣ ስለዚህ ከመከሰታቸው በፊት መጀመር ሊጎዳ ይችላል። እንደ Astroglide ወይም K-Y ያሉ ቅባቶችን መጠቀም ምቹትን ለማስታገስ ይረዳል።

አንቲስቲስታሚኖች (ለአለርጂ ምልክቶች) ወደ ደረቅነት ሊመሩ ከሚችሉ በርካታ መድሃኒቶች ውስጥ አንዱ ነው። ሌሎች ፀረ-ጭንቀቶች እና የወሊድ መከላከያ መድሃኒቶችን ያካትታሉ። አስፈላጊ ከሆነ ሐኪምዎን ያነጋግሩ። ተግባቡ እና ወደ ወሲብ ግንኙነት የሚወስደውን ቅድመ-ጨዋታ እንዴት መርዳት እንዳለብዎ አስተያየት ለመስጠት እና ለመቀበል ፈቃደኛ ይሁኑ።

ቮልቮዲኒያ

ቃሉ በመሠረቱ “ህመም የሚያሰቃይ የሴት ብልት” ማለት ነው። ዶ / ር አኮኒል 16 በመቶ የሚሆኑ ሴቶች ይህ ችግር አለባቸው፣ እና የሕክምናው መስክ አሁንም መንስኤው ምን እንደሆነ አይረዳም፣ ብዙውን ጊዜ ሴቶች በሴት ብልታቸው እና ከንፈራቸው ላይ እንደ ማቃጠል፣ ማቃጠል፣ ማሳከክ፣ መነጫነጭ ወይም ጥሬ ስሜት ብለው ይገልጹታል። አንዳንድ ጊዜ ሲቀመጡ ወይም ሲራመዱ እንኳን ይጎዳል። ዶ/ር አኮኒል የሴት ብልት ህመም ባለሙያን እንዲያዩ መክረዋል (ዶክተርዎ በ nva.org ላይ አንዱን ማግኘት ይችላል) ወይም ከማህፀን

ሐኪምዎ ጋር ይነጋገሩ። የአካባቢ ክሬሞች እና የአፍ ውስጥ መድሃኒቶች (የጭንቀት መድሃኒቶችን ጨምሮ) ሊረዱዎት ይችላሉ።

ሄርፒስ

የብልት ሄርፒስ ሌላ አማራጭ ነው። በቀይ መሠረት ላይ እንደ ግልጽ አረፋ የሚመስሉ ብጉር የሚመስሉ እብጠቶችን ይፈልጉ። አጠራጣሪ ነገር ከታየ የማህፀን ሐኪምዎን ይመልከቱ። የሄርፒስ ሥዕሎችን ለመመልከት አትሞክሩ፤ ዝም ብሎ ያስደነግጣችኋል።

የእርሾ ኢንፌክሽን

ይህ በአገሊ መነጻጸር ብቻ የሚታይ የፈንገስ ካንዲዳ ማደግ ብዙውን ጊዜ የሴት ብልት ብልት እና የማህጸን ጫፍ እንዲበሳጭ፣ እንዲቆጣ እና በሚገርም ሁኔታ ስሜታዊ ይሆናል። አንዳንዶች በወሲብ ወቅት የአሸዋ ወረቀት የመሰለ ስሜት መሰማት። ምልክቶቹ ለስላሳ ህመም ፣ ማሳከክ እና ጥቅጥቅ ያሉ ፈሳሾች ናቸው። ያለ ማዘዣ የሚወሰድ የሴት ብልት እርሾ ኢንፌክሽን ሕክምና ከጥቂት ቀናት እስከ አንድ ሳምንት ውስጥ ሊያጸዳው ይችላል። ካልሆነ በግብረ ሥጋ ግንኙነት የሚተላለፉ በሽታዎችን (STDs) እና ሌሎች እንደ ባክቴሪያል ቫሊናሲስ (BV) ያሉ ተላላፊ በሽታዎችን ለማስወገድ የማህፀን ሐኪምዎን ያነጋግሩ።

የሰርቪክስን መጨፍለቅ

ዶ/ር ኦቶንኔል እንዳሉት 20 በመቶ የሚሆኑ ሴቶች ወደ ኋላ የተመለሰ ማህፀን አላቸው ይህም ማለት የአካል ክፍሎች ወደ ፊኛ ፊት ከመሄድ ይልቅ ወደ ጭራው አጥንት ይመለሳሉ ይህ ብልት ወደ ማህጸን ጫፍ መቦረሽ ቀላል ያደርገዋል። ነገር ግን ጥፋቱ በታዋቂ ግንኙነት ወቅት በማንኛውም ሴት ላይ ሊደርስ ይችላል። "ማሕፀንዎን ወደ ሆድዎ ውስጥ እየገፋ እንደሆነ ከተሰማው" የተለየ አቋም ይሞክሩ። ከጎንዎ መተኛት ወይም ከላይ መሆን የትዳር ጓደኛዎ ምን ያህል በጥልቀት እና በፍጥነት እንደሚገፋ በተሻለ ሁኔታ ይቆጣጠራል።

ኦቫሪያን ሳይስት

ህመሙ በአንድ በኩል ብቻ ከሆነ ኦቫሪስ ሳይስት ሊሆን ይችላል። ኦቫሪ በየወሩ ኪንታሮት ይሠራል። በማደግ ላይ ባለው እንቁላል ዙሪያ አንድ ትንሽ ተፈጠረ እና ከዚያም በማዘግየት ወቅት ለመልቀቅ ይፈነዳል። ነገር ግን ሲስቲክ እንደተለመደው በፍጥነት ካልታጠበ በፈሳሽ ወይም በደም ሊያብጥ እና በተለይም በጾታ ግንኙነት ወቅት በጣም ምቹት ሊሰማው ይችላል. አብዛኛው የሳይሲስ በሽታ በጥቂት ሳምንታት ወይም ወራት ውስጥ ብቻውን ይጠፋል፣ ነገር ግን አልፎ አልፎ፣ የማያቋርጥ የሳይሲስ ቀዶ ጥገና ሊያስፈልጋቸው ይችላል። ኦቫሪያን ለመፈተሽ ኦቫ ጂንዎን የአልትራሳውንድ ምርመራ ይጠይቁ። ኢቡፕሮፌን ህመሙን ሊያቃልል ይችላል፣ እና የሆርሞን የወለድ መቆጣጠሪያ ለወደፊቱ የሳይሲስ በሽታን ያስወግዳል።

የሽንት ሷንሷ ኢንፌክሽን (UTI)

በዳሌው መሃከል ላይ የበለጠ የሚጎዳ ከሆነ - በተለይም በሽንት ጊዜ የሚቃጠል ከሆነ ወይም ብዙ ጊዜ መሽናት ካለብዎት - አንቲባዮቲክን ለማግኘት ሐኪምዎን ይመልከቱ። (አይ፣ ክራንቤሪ ጭማቂ አይፈውሰውም።)

ኢንዶሜትሮሲስ

ይህ ሁኔታ የማሳጠን ሽፋን የሚመስሉ እና የሚመስሉ ቲሹዎች ከውስጡ ውጭ የሚበቅሉበት ሁኔታ ነው - በኦቭዮርስ ፣ በማህፀን ቱቦዎች ወይም በሆድ ግድግዳ ላይ። ከተመቸኝ የግብረ ሥጋ ግንኙነት በተጨማሪ የማያቋርጥ የዳሌ ህመም እና የሚያሰቃይ የወር አበባን ያስከትላል። በጣም ጥሩው ሕክምና የሆርሞን የወሊድ መቆጣጠሪያ ነው።

የዳሌው እብጠት በሽታ (PID)

ሌላው የመመቻቸት ወንጀለኛ ሊሆን የሚችለው የፔልቪክ ኢንፍላሚቶሪ በሽታ ሲሆን ይህም አብዛኛውን ጊዜ ካልታከመ እንደ ክላሚዲያ ወይም ጨብጥ ወደ ማህፀን እና ወደ ማሕፀን ቱቦዎች በሚሄድ ኢንፌክሽን ምክንያት የሚመጣ ነው። ይህ የላቀ ደረጃ ላይ እስኪደርሱ ድረስ፣ የአባላዘር በሽታዎች፣ ከሄርፒስ በስተቀር፣ በራሳቸው ጊዜ በጭራሽ ህመም አያስከትሉም። ሌሎች የPID ምልክቶች የሆድ ህመም፣ ትኩሳት፣ እና የሚሸት ፈሳሽ ሊሆኑ ይችላሉ። በተቻለ ፍጥነት ይከተርዎን ይመልከቱ። PID ብዙውን ጊዜ በፀረ-ተባይ መድሃኒቶች ሊታከም ይችላል፣ ነገር ግን ካልታከመ የመውለድ ችሎታን ሊጎዳ ይችላል።

ኢንተርስቴትያል ሳይቲስት (አይሲ)

ይህ የፊኛ ብግነት በሽንት ጊዜ የማሳክክ ስሜት እና ተደጋጋሚ እና አስቸኳይ መሄድ ያስፈልገዋል። በተመሳሳዩ ምልክቶች ምክንያት ብዙውን ጊዜ እንደ ሥር የሰደደ UTI የተሳሳተ ነው። መጻዳጃ ቤቱን በየሰዓቱ እየጎበኙ ከሆነ እና በግብረ ሥጋ ግንኙነት ጊዜ ወይም በኋላ የሚጎዳ ከሆኑ ለግምገማ ሐኪምዎን ያነጋግሩ እና ስለ IC ይጠይቁ።

ከዳሌው መጨናነቅ

በቅድመ-ጨዋታ እና በመነቃቃት ወቅት፣ ደም ወደ ዳሌው ይሮጣል፣ ከወሲብ በኋላ ጡንቻዎች እና የደም ሥሮች ዘና ይላሉ፣ ይህም ደሙ ወደ ቀሪው የሰውነት ክፍል እንዲገባ ያስችለዋል። ነገር ግን ጡንቻዎቹ ካልነቀቁ እና ደሙ የማይበታተን ከሆነ፣ አሰልቺ ህመም ሊያስከትል ይችላል። አደገኛ አይደለም፣ ግን የማይመች ሊሆን ይችላል። በጣም ጥሩው መድሃኒት ኦርጋዜ ነው። ያ ምቹቱን ካላቀፈው ዶ/ር አኮካል ህመሙን ለማከም ከ 600-800 ሚሊ ግራም ibuprofen ከግብረ ስጋ ግንኙነት በፊት ይጠቁማሉ።

ስለ መቀራረብ እውነተኛ ጸሎት

ጌታ ሆይ ወሲብ ለምን እንደፈጠርክ ባንተ እንድታመን እርዳኝ። እኔን ለማሰቃየት ወይም ለመያዝ ሳይሆን አንተን ለማክበር ስጦታ እንደሆነ አውቃለሁ። በዚህ አካባቢ ላለፉት ጉዳቶች የትዳር ጓደኞቼን ይቅር እንድል እርዳኝ እና ካንተ ያልሆነውን ላደረኩት ነገር ሁሉ ይቅርታ

እንድጠይቅ ጸጋን ስጠኝ። እንዳደረሰው እንዴት እንደምመለከተው አስተምረኝ-በስሜታዊነት፣ ርህራሄ እና ከራስ ወዳድነት ነፃ - እና ሰውነቴ የራሴ አለመሆኑን ማወቅ ግን ለትዳር ጓደኛዬ ለመባረክ እና አካላዊ እርካታን ለማምጣት የተሰጠ ስጦታ ነው።

ራቁትነቴ እንዳይሰወር ወይም አሳፋሪ እንዳይሆን ስለ ሰውነቴ ያለኝን ፍርሀት እና ጥርጣሬ አስወግድ። በአካል የሚያስደስተኝን በግልፅ እንዳካፍል እና ባለቤቴን እንዴት ማስደሰት እንዳለብኝ እንድማር እርዳኝ። ይህን ስጦታ እርስዎ ካደረጋችሁት እጅግ ያነሰ ነገር ያደረጉትን የእኔን ራስ ወዳድነት እና ፍርሃቶች አስወግዱ። ጌታ ሆይ የፈጠርከው ነገር ሁሉ መልካም ነው ይህ ደግሞ ወሲብን ይጨምራል።

አእምሮዬን ከራስ ወዳድነት ወይም ከዚህ አለም ይህን ካንተ የተገኘን ንፁህ ስጦታ ከሚያበላሹ ቅገቶች ጠብቅ። ልቤን ለወሲብ በእውነት እንዲያመሰግን አድርግ፣ እና እንዲሰማኝ ያደረከኝን ደስታ ለመለማመድ ፈቃደኛ እንድሆን አድርገኝ።

ጌታ ሆይ በትዳሬ ውስጥ የግብረ ስጋ ግንኙነትን መስጠት እና መቀበል የምችል የወሲብ ፍጡር አድርገህኛል፣ ለዚህም አመሰግንሃለሁ። እባክህ ጌታ ሆይ በሁሉም የህይወቴ ዘርፎች እና በትዳራችን ውስጥ የራስህ መንገድ ሁን። እግዚአብሔር ሆይ ስለ ወሲብ አመሰግንሃለሁ። አሜን።

አባሪ ፒ

እምነት እና ይቅርታ

መዝሙር 139 እግዚአብሔር እያንዳንዳችንን በቅርበት እንደሚያውቅ ያስተምራል፤ ተግባሮቻችን እና ሀሳቦቻችን ለእኛ ከመታወቁ በፊትም ለእርሱ እንደሚታወቁ ነው። ልብሀን ለእግዚአብሔር ከመክፈትህ በፊት፤ ኢየሱስን እንደ ጌታ እና አዳኝ በመቀበል፤ እንደምትመጣ ያውቅ ነበር። እግዚአብሔር ማንም እንዳይጠፋ ወደ አይደለም፤ ሆኖም ግን፤ ነፃ ምርጫን በመጠቀም፤ ለእያንዳንዱ ግለሰብ እሱን ላለመቀበል ነፃነት ይሰጣል።

ካለፈው እና ከፈተናዎቻችን ጋር እግዚአብሔርን መታመን

በምድር የሚኖሩ ሁሉ እንደ ከንቱ ይቆጠራሉ፤
እርሱ ግን በሰማይ ሠራዊት ውስጥ እንደ ፈቃዱ ያደርጋል
እና በምድር ላይ ከሚኖሩት መካከል; እውነታ ፋይል
ሉዓላዊ - ከፍተኛ ኃይል፤ ገደብ የለሽ ጥበብ እና ፍጹም ሥልጣን ያለው።
እጁንም ማንም ሊመልስ አይችልም።
ወይም:- ምን አደረግህ? (ዳንኤል 4:35)

እውነታ ፋይል
ሉዓላዊ - ከፍተኛ ኃይል፤ ገደብ
የለሽ ጥበብ እና ፍጹም ሥልጣን
የለው።

ፈትሽኝ አውቀሽኝም።
እኔ ስቀመጥ እና ስነሳ ታውቃለህ;
ሀሳቤን ክሩቅ ትረዳለህ።
መንገዴንና መተኛቴን መርምረህ
እና መንገዶቼን ሁሉ በቅርበት ያውቃሉ።
ምላሴ ላይ ቃል ከመምጣቱ በፊት እንኳን.
እነሆ፥ አቤቱ አንተ ሁሉን ታውቃለህ።(መዝሙረ ዳዊት 139:1-4)

እግዚአብሔር አዳምና ሔዋንን ፈጠረ, እና አንድ ገደብ ብቻ ሰጠ: መልካም እና ክፉን ከሚያስታውቀው ዛፍ አትብላ. ነገር ግን በሰይጣን ተታለው፤ ባለመታዘዛቸውም የዛፉን ፍሬ መብላትን መረጡ። ይህም በሰው ልጆች ሁሉ ላይ የኃጢአት እርግጥን አመጣ። በአዳም ውስጥ፤ እግዚአብሔር ለሰው ልጆች መልካሙን የመምረጥ ነፃነት ሰጣቸው፤ እርሱ ግን ወደ ክፉት ተለወጠ። ስለዚህ አሁን በክርስቶስ በማመን እንደ እግዚአብሔር ልጆች ዳግም ለመወለድ የመረጡ ሁሉ አሁንም በወደቀው ዓለም ውስጥ ይኖራሉ እና በዙሪያቸው ባለው ክፉት ይነሳሉ። እግዚአብሔር ልጆቹን ከችግርና ከክፉ ሁሉ ከከለላቸው፤ ሰዎች ለቀላል ሕይወት

ዋስትና ወደ እርሱ እንዲመለሱ ብቻ ይነሳሳሉ። ይህ ክርክር የጀመረው በሰማይ በእግዚአብሔርና በሰይጣን መካከል ስለ ኢዮብ ሕይወት ምን ያህል ነው?

ሰይጣንም ለእግዚአብሔር እንዲህ ሲል መለሰ፡- ኢዮብ እግዚአብሔርን የሚፈራው በከንቱ ነውን? በእርሱና በቤቱ ያለውንም ሁሉ በየአቅጣጫው አጥር አላደረግህለትምን? የእጁን ሥራ ባርከሃል፤ ንብረቱም በምድር ላይ በዛ። አሁን ግን እጅህን ዘርግተህ ያለውን ሁሉ ንካ፤ በፊትህ በእውነት ይሰድብሃል አለው። (ኢዮብ 1:9-11)

አምላክ ሰይጣን ንብረቱን፣ ልጆቹንና ጤንነቱን በማጣቱ የኢዮብን እምነት እንዲፈትን ፈቅዶለታል። እግዚአብሔር አፍቃሪ አባት ነው እናም በሕይወታችን ውስጥ ክፋትን አያመጣም፤ ሆኖም፣ ለዓላማው እና ለመጨረሻው ጥቅማችን፣ በፈተናዎች እንድንነካ ይፈቅድልናል። ኢዮብ በመከራው ጊዜ ሁሉ በእግዚአብሔር መታመኑን ቀጠለ፤ ይህም በመጨረሻ ከፈጣሪው ጋር ጥልቅ የሆነ፣ የበለጠ የጠበቀ ዝምድና እና የበረከት መመለስን አስገኝቷል።

ኢዮብ አምላክ መከራ እንዲደርስበት የፈቀደው ለምን እንደሆነ ጠየቀ። በኢዮብ 2:3 ላይ እግዚአብሔር ኢዮብን ጻድቅ ብሎ ፈርጆታል፤ ስለዚህ ለምን ብሎ ጠየቀ። ለበርካታ ምዕራፎች፣ ለፈተናዎቹ ምክንያት በጣም አዘነ። እግዚአብሔር በቀጥታ አልመለሰም ነገር ግን የኢዮብን ትኩረት ወደ ኃይሉና ክብሩ አዞረ፤ ይህም በፍጥረት ውስጥ ይታያል። የኢዮብ ፍለጋ በመጨረሻ የረካው የእግዚአብሔርን ታላቅነት በጥልቀት በመረዳት ነው። ልክ እንደ ኢዮብ ፈተና ሲደርስብን ማብራሪያ እንፈልጋለን። በትዳራችንም ሆነ በአቅም በላይ የሚመስሉ ፈተናዎችም እንዲሁ። ከኢዮብ ከምንማረው ብዙ ትምህርት አንዱ ለምን የተሳሳተ ጥያቄ እንደሆነ ነው። በምትኩ እግዚአብሔርን ምን ብለን መጠየቅ አለብን።

ምን ልታስተምረኝ እየሞከርክ ነው?

በዚህ የመከራ ወቅት ለእኔ ፈቃድህ ምንድን ነው?

ማንም ሲፈተን "በእግዚአብሔር እፈተናለሁ" አይበል; እግዚአብሔር በክፉ አይፈተንምና እርሱ ራሱ ማንንም አይፈትንም። ነገር ግን እያንዳንዱ በራሱ ምኞት ሲወሰድና ሲታለል ይፈተናል።

(ያዕቆብ 1:13-14)

ኢዮብም ለእግዚአብሔር እንዲህ ሲል መለሰ።
"ሁሉንም ማድረግ እንደምትችል አውቃለሁ
እና የእርስዎ ቅኝት ምንም አላማ አልተከለከለም። . . .

አካላዊ መጻሕፍት

እኔ ሂድ ተገኝሃለሁ ውስጥ ሰሚ ስለ አንተ ሰምቻለሁ;
አሁን ግን ዓይኔ ያየሃል።” (ኢዮብ 42:1-2, 5)

እንደእነዚህ ሰሚ ስለ አንተ ሰምቻለሁ፣ ጥበብ ወይም ሥልጣን በላይ የሆነ የሕይወታችሁ ክፍል አለ? ለምን ወይም ለምን አይሆንም?

በሕይወታችሁ ውስጥ ምን ዓይነት ሁኔታዎች እንደሚገጥሟችሁ እንደእነዚህ ሰሚ ስለ አንተ ሰምቻለሁ አስቀድሞ ያላወቀው ነገር ምንድን ነው?

ሁሉን በሚሠራ እንደ እርሱ አሳብ አስቀድመን የተወሰንን በእርሱ ተመረጥን።
(ኤፌሶን 1:11)

ለተስፋ መቁረጥ፣ ለችግር፣ ለመከራ እና ለፈተናዎች ምን ምላሽ መስጠት አለብት?

እንደእነዚህ ሰሚ ስለ አንተ ሰምቻለሁ፣ ጥበብ ወይም ሥልጣን በላይ የሆነ የሕይወታችሁ ክፍል አለ? ለምን ወይም ለምን አይሆንም? እንደእነዚህ ሰሚ ስለ አንተ ሰምቻለሁ አስቀድሞ በማወቁ፣ የተሰጠንን ሕይወት እንድንኖር በጸጋው አስቀድሞ ተወስነናል። እንደእነዚህ ሰሚ ስለ አንተ ሰምቻለሁ፣ ጥበብ ወይም ሥልጣን በላይ የሆነ የሕይወታችሁ ክፍል አለ? ለምን ወይም ለምን አይሆንም? እንደእነዚህ ሰሚ ስለ አንተ ሰምቻለሁ አስቀድሞ በማወቁ፣ የተሰጠንን ሕይወት እንድንኖር በጸጋው አስቀድሞ ተወስነናል። እንደእነዚህ ሰሚ ስለ አንተ ሰምቻለሁ፣ ጥበብ ወይም ሥልጣን በላይ የሆነ የሕይወታችሁ ክፍል አለ? ለምን ወይም ለምን አይሆንም? እንደእነዚህ ሰሚ ስለ አንተ ሰምቻለሁ አስቀድሞ በማወቁ፣ የተሰጠንን ሕይወት እንድንኖር በጸጋው አስቀድሞ ተወስነናል።

እግዚአብሔርንም ለሚወዱት እንደ አሳቡም ለተጠሩት ነገር ሁሉ ለበጎ እንዲደረግ እናውቃለን።

አስቀድሞ ያወቀው የልጁን መልክ እንዲመስሉ አስቀድሞ ደግሞ ወስኗል።(ሮሜ 8:28-29)
ቅር ላሰኙህ ወላጆች፣ ጥለውህ የሄዱ የትዳር ጓደኛዎች፣ ወዳጆችህ ያልተሳካላቸው ወዳጆች ወይም የሰከረ ሹፌር የምትወደውን ሰው በገደለ ላይ ምሬት ልትይዝ ትችላለህ። ወይም እምነትህን ለ-ዓላዊ በሆነ አምላክ ላይ ማድረግ እንችላለን።

ወደ ክርስቶስ ስንመጣ፣ በዘላለማዊ እጣ ፈንታችን እግዚአብሔርን እናምናለን። ካለፈው እና አሁን ባለንበት ሁኔታ እርሱን ልንተማመንበት ይገባል። ክርስቶስ በመከራችንም ሆነ በማለፍ ሊያጽናናን እና ሊያበረታታን ይችላል እናም ከክፉ መልካሙን ሊያወጣ ይችላል። እግዚአብሔር ሰላምን ሊሰጠን እና ውዳሴን፣ ክብርን እና ክብርን ለጌታችን ኢየሱስ ክርስቶስ ማምጣት የሚችለው በእምነታችን እና በመታዘዛችን ብቻ ነው።

እነዚህ ጥቅሶች ምን ማለት እንደሆኑ እና እንዴት በግል ሁኔታዎ ላይ እንደሚተገበሩ ግለጽ። በዚህም እጅግ ደስ ይላችኋል፤ ምንም እንኳ አሁን ለጥቂት ጊዜ አስፈላጊ ከሆነ በልዩ ልዩ ፈተና ተጨንቃችሁ ነበር፤ ስለዚህም ከእምነታችሁ ከሚጠፋው ወርቅ ይልቅ የክበረ ስለ ነበራችሁ፣ ምንም እንኳ በእሳት የተፈተነ ኢየሱስ ክርስቶስ ሲገለጥ ለምስጋናና ለክብር ለውዳሴም ይሆን ዘንድ።

(1ኛ ጴጥሮስ 1:6-7)

የእኛ ፈተናዎች እና መከራዎች

የእግዚአብሔር ቃል ፈተናዎች እና መከራዎች የክርስትና ህይወት አካል እንደሆኑ ያስተምራል።

በእኔ ሳላችሁ ሰላም እንዲሆንላችሁ ይህን ተናግራላችኋለሁ። በዓለም ውስጥ መከራ አለባችሁ፤ አይዞህ እኔ አለምን አሸንፌዋለሁ።(ዮሐ. 16:33)

ኢየሱስ ሰላም እንደሚኖረን እና ዓለምን እንዳሸነፈ ነግሮናል፤ ነገር ግን በፈተናዎች መካከል፤ “ለምን? የእግዚአብሔር ዓላማ ምንድን ነው?” አንጥረኛው ድፍድፍ ወርቅን ወደ ማሰሮ ውስጥ እንደሚያስገባ እና ሙቀትን እንደሚያስተዳድር ዝገትን (ንፅህናን) ወደ ላይ እንደሚያመጣ ሁሉ፤ እግዚአብሔር የሚወዳቸው ልጆቹ ወደ መከራ መስቀሉ እንዲገቡና እንዲነጥሩና የመድኃኒታችን የኢየሱስ ክርስቶስን መልክ እንዲመስሉ ይፈቅዳል።

እንደ ብር አንጣፊና አንሺ ሆኖ ይቀመጣል የሌዊንም ልጆች ያጠራል እንደ ወርቅና ብር ያጠራቸዋል ለእግዚአብሔርም በጽድቅ ቅርጽ ያቀርቡ ዘንድ።(ሚልክያስ 3:3)

ራሳችንን በእግዚአብሔር ቸርነት እና ዓላማ የምንታመን ከሆነ፤ ልባችን በኢየሱስ ክርስቶስ ፍቅር፤ ተስፋ እና መተማመን ይሞላል። ሌሎች የኢየሱስ ክርስቶስ ጽድቅ በእኛ ውስጥ ሲሠራ ያያሉ።

ሮሜ 8:28-29 አስታውስ? እግዚአብሔር አንዳንድ ነገሮች አብረው ለበጎ ይሠራሉ አይልም ነገር ግን ሁሉም ነገር ነው። ቁልፉ እምነት ነው።የእግዚአብሔርን ተስፋዎች ለማመን ከመረጥን እና በፈተናዎቻችን እና በመከራዎቻችን ሁሉ በእርሱ ካመንን፤ አሸናፊዎች እንሆናለን፤ እናም እግዚአብሔር ይከበራል። በዚህ ክፍል ውስጥ፤ “እግዚአብሔርን ለሚወዱት” ኢየሱስን እንደ ጌታ እና አዳኝ የተቀበሉትን የሚያመለክት ሲሆን ይህም በዚህ ሕይወት ውስጥ ያለው የእግዚአብሔር ዓላማ እኛን ከኃጢአት ኃይል ሊያድነን መሆኑን መረዳትን ይጨምራል፤ ይህም ማለት ከክፉ ይልቅ ጽድቅን መምረጥ የሚችል ሰው መሆን ማለት ነው፤ ክብር ለእግዚአብሔር።

ነገር ግን በክርስቶስ ሁል ጊዜ በድል አድራጊነት ለሚመራን በእኛም በየስፍራው ሁሉ የእውቀቱን መዓዛ ለገለጠ ለእግዚአብሔር ምስጋና ይሁን።

(2ኛ ቆሮንቶስ 2:14)

በህይወትህ ውስጥ በሚያጋጥሙህ ፈተናዎች እና ፈተናዎች እግዚአብሔርን ለመታመን ፍቃደኛ ነህ? _____ አዎ _____ አይ

በእነዚህ ፈተናዎች ውስጥ እግዚአብሔር ሕይወትህን እንዲለውጥ ለመፍቀድ ፍቃደኛ ነህ? _____ አዎ _____ አይ

በህይወታችሁ ውስጥ እነዚህን ጉዳዮች እና ፈተናዎች ውስጥ ስትሰሩ እግዚአብሔርን ለመታመን ፍቃደኛ ኖት?

_____ አዎ _____ አይ

እግዚአብሔር ጨለማን ካንተ ሊነሳ በማይችልበት ጊዜ፣ እርሱን ግን እመኑ፣ ይላል ኢየሱስ።

እግዚአብሔር ደግነት የጎደለው ወዳጅ ይመስላል፣ ነገር ግን እሱ አይደለም፣ እርሱ ከተፈጥሮ

ውጭ የሆነ አባት ይመስላል፣ ነገር ግን አይደለም፤ እንደ በደለኛ ዳኛ ይታያል ግን ግን

አይደለም። ከሁሉም ነገር በስተጀርባ የእግዚአብሔርን ሀሳብ ጠንካራ እና እያደገ ጠብቅ።

የእግዚአብሔር ፈቃድ ከኋላው እስካልሆነ ድረስ ምንም ነገር አይከሰትም ፣ ስለዚህ በእሱ ላይ

ፍጹም በሆነ እምነት ማረፍ ትችላለህ።—አስዋል ቻምበርስ፣ የእኔ ክፍተኛ

የይቅርታ ዋጋ

ዕዳው ይቅር ሲባል፣ የመክፈል መብት ተሰጥቷል። ይቅር የሚለው ቃል በቀጥታ ሲተረጎም “መስጠት” ማለት ነው። አንድ ሰው ቢጎዳኝ እና ይቅር ካልኩኝ። ንዴትን እና ንዴትን ለመቀጠል ነፃነትን እሰጣለሁ። ይህ ወደ ስሜታዊ እና ስነልቦናዊ ችግሮች የሚመሩ ብዙ ምሽጎችን ይሰብራል። አንድን ሰው ይቅር ማለት ማለት ጉዳታችንን ለእግዚአብሔር መስጠት፣ እርሱን ከእኛ እንዲወስድ መፍቀድ ማለት ነው። በዚህ መንገድ ሊኖረን የሚችለውን ማንኛውንም የተናደዱ ሃሳቦችን እንሰጣለን እና የበቀል ድርጊቶችን እናስወግዳለን።

እግዚአብሔር ይቅር እንዳለን ለበደላችን ይቅርታ እንሰጣለን ። እግዚአብሔር እኛን ይቅር እንዳለን እኛም ሌሎችን ይቅር እንድንል ከዘናል። ይቅርታ የሚለው ቃል ከላቲን “ፐርዶናር” የተገኘ ሲሆን ትርጉሙም “በነጻ መስጠት” ማለት ነው። እውነተኛ ይቅርታ የማይገባው፣ የማይገባ እና ነጻ ነው። ፍትሐዊ ወይም ፍትሐዊ የሆነውን ለመወሰን የእኛ ቦታ አይደለም- የተጠራነው ይቅር ለማለት ነው። በቅዱሳት መጻሕፍት ውስጥ፣ መርሳት ማለት “ከሥልጣን መልቀቅ” ማለት ነው።

ይቅርታን አንቀበልም ስንል ዋጋ ያስከፍላል። ይቅር አለማለት፣ ሌላ ሰው እንደበደለን ስናምን ጥፋቶችን ለመተው ፈቃደኛ አለመሆን አሉታዊ ስሜታዊ ሁኔታን ያስከትላል። በጣም የተለመደው ቁም ነው፣ ትርጉሙም “እንደገና መሰማት” ማለት ነው። ቁም ካለፈው ጉዳት ጋር ተጣብቋል ፣ ደጋግሞ ያድሳል። ቁም ፣ ልክ እንደ እክክ ፣ ስሜታዊ ቁስላችን እንዳይድን ይከለክላል።

የእግዚአብሔር ጸጋ ማንም እንዳይጎድለው ተጠንቀቁ። ማንኛውም መራራ ሥር ወደ ላይ በቅሎ መከራን እንዳያመጣ ብዙዎችም የሚረክሱበት እንዳይሆን።(ዕብ 12:15)

ምሬት በሰው ልብ ውስጥ እንደ ጥልቅ ሥር እንደያዘ ከዚያም ያበቅላል ፍሬም ይሰጣል።ነገር ግን ይህ መራራ ፍሬ ሌሎችን ከመመገብ ይልቅ እኛንም ሆነ ሌሎችን ያረክሳል።

ብዙ ሰዎች ከተጎዱ በኋላ እንደ ምክንያታዊ ስሜታዊ ምላሽ ብቻ ስለሚገነዘቡ ይቅርታን፣ ቁምን ወይም ምሬትን በቀላሉ አይቀበሉም። ሁኔታቸውን ትክክል እንደሆነ አድርገው ይመለከቱታል እና ሌሎች ቅሬታቸውን እንዲያዳምጡ ወይም እንዲያዘኑላቸው ይፈልጋሉ። ኤፌሶን በአንድ ሰው ሕይወት ውስጥ መራራው የቁም ዛፍ በልባቸው ውስጥ እያደገ ለመሆኑ የማይካድ ማስረጃ እንደሚኖር ያስተምራል።

መራርነትና ንዴት ቁጣም ጩኸትም ስድብም ሁሉ ከክፋትም ሁሉ ጋር ከእናንተ ዘንድ ይወገድ።

ከእነዚህ ውስጥ በህይወቶ ውስጥ የተለመዱ ናቸው?

- ኩራት
- ራስን ጻድቅነት
- እራስን ማዘን
- የስሜት መቃወስ
- ጭንቀት፣ ውጥረት ወይም ውጥረት
- የጤና ችግሮች
- የአመጋገብ መዛባት
- ጤናማ ያልሆነ በራስ የመተማመን ስሜት
- በግንኙነቶች ላይ እምነት ማጣት
- በትዳር ውስጥ ያለ መቀራረብ
- የወሲብ ችግር
- በሌሎች ላይ መፍረድ ወይም መተቸት።
- Ultrasensitive እና በቀላሉ ቅር ያሰኛሉ
- የሰላም ወይም የደስታ አለመኖር
- ከጆ የራቀ ስሜት
- እንደ ባል ለመምራት መፍራት
- እንደ ሚስት ለመከተል መፍራት

ይቅር የምንለው ለምንድን ነው?

እውነታ ፋይል
 ቁጣ - የኃይለኛ፣ የበቀል ቁጣ ወይም ቁጣ፣ በቀል የሚፈልግ።
 ቁጣ - በብስጭት ተለይቶ የሚታወቅ እና የህይወት ፈተናዎችን በብስጭት ምላሽ የሚሰጥ የአእምሮ ሁኔታ።
 ክፍ ማናገር—ደግነት የጎደላቸው ቃላት፣ በአንድ ሰው ላይ የቃላት ስድብ፣ ጩኸት፣ ስም ማጥፋት፣ የአንድን ሰው ስም በመጥፎ ዘገባዎች ማገለጃ፣ ስድብ፣ ስድብ እና ስም ማጥፋት።

አካላዊ መጻሕፍት

ይቅርታ ካለማድረግ ከሚደርስብን ስሜታዊ እና ማህበራዊ ውድመት ጋር ይቅርታ የመስጠት ባለውለታችን ነው።

እግዚአብሔር ያዛል።

ለእግዚአብሔር መታዘዝ አማራጭ አይደለም። የእርሱን ትእዛዛት መቼ እንደማንታዘዝ እና እንደማንታዘዝ መወሰን ፍሬ አልባ፣ ውጤታማ ወደሌለው እና በመንፈሳዊ ወደ ባዶ ህይወት ይመራል።

ነገር ግን ጠላቶቻችሁን ውደዱ መልካምንም አድርጉ። . . እናንተም የልዑል ልጆች ትሆናላችሁ; እርሱ ለከላዲዎች ለክፉዎችም ቸር ነው። አባታችሁ መሐሪ እንደ ሆነ ርገሩኖች ሁኑ።(ሉቃስ 6:35-36)

ለጸሎትም በቆማችሁ ጊዜ በማንም ላይ አንዳች ቢኖርባችሁ በሰማያት ያለው አባታችሁ ደግሞ ኃጢአታችሁን ይቅር እንዲላችሁ ይቅር በሉት። (ማር. 11:25)

በይቅር ባይነት የኢየሱስን መልክ እንለብሳለን።

ክርስቲያኖች እንደመሆናችን መጠን የክርስቶስን ስም ወደጠፋው ዓለም እንድንሸከም ተጠርተናል። ክርስቲያን የሚለው ቃል “ትንሹ ክርስቶስ” ማለት ነው። ክርስቶስ ይቅርታን አሳይቷል፣ ወደዚህ ምድር መጣ፣ ለበደለኛዎች ይቅርታን ለመስጠት ሞተ፣ እና ቤተክርስቲያንን ይቅርታ እንድታውጅ አዟል። የእርሱን መልክ ለመሸከም እርሱ ይቅር እንዳለን ሌሎችን ይቅር ለማለት ፈቃደኛ መሆን አለብን።

ከዚያም ኢየሱስ፣ “አባት ሆይ፣ የሚያደርጉትን አያውቁምና ይቅር በላቸው” አለ።

(ሉቃስ 23:34)

በእርሱ እኖራለሁ የሚል እርሱ እንደ ተመላለሰ ሊመላለስ ይገባዋል።(1ኛ ዮሐንስ 2:6)

ይቅርታ የስቃይ፣ የወቀሳ እና የምሽግን ዑደት ይሰብራል።

ይቅርታ ለተጎዳ ሰው ፈውስ ያመጣል እና የመራራ መርዝ መርዝ ሆኖ ያገለግላል።ነገር ግን ሁሉንም የጥፋተኝነት እና የፍትሃዊነት ጉዳዮችን አይመለከትም ነገር ግን ብዙውን ጊዜ እነዚያን ሙሉ በሙሉ ችላ ይላቸዋል። ጉዳዩ እና ስሜቱ ከእግዚአብሔር ጎሳ ቀርቷል፣ በታዛዥነት ይቅርታን ሲሰጥ ነፃነትን ያመጣል እና አንድ ሰው በግንኙነት ውስጥ እንደገና እንዲጀምር ያስችለዋል።

ይህ እውነት በዘፍጥረት 37-45 ውስጥ በዮሴፍ ሕይወት ውስጥ ተገልጧል። በወንድሞቹ ተላልፎ ለባርነት የተሸጠ ሲሆን በሕይወቱ ውስጥ የምሬት ሥር እንዲወድቅ አልፏቸዋል።

አካላዊ መግለጫ

ከዓመታት መለያየት በኋላ፣ ቤተሰቡ ሲገናኙ፣ የሴፍ እግዚአብሔር በሕይወቱ በይቅርታ በኩል ስላደረገው የፈውስ ሥራ፣ በልጆቹ ስም የታየውን መስክሯል።

የሴፍም የበኩር ልጁን ምናሴ ብሎ ጠራው፡- “እግዚአብሔር ችግራን ሁሉ የአባቴንም ቤተ ሰቦች ሁሉ አስረሳኝ፤ ሁለተኛውንም ኤፍሬም ብሎ ጠራው፤ “እግዚአብሔር በመከራዬ ምድር ፍሬያማ አድርጎኛልና።

(ዘፍጥረት 41:51-52)

በዚህ ክፍል ውስጥ፣ መርሳት ማለት ማስታወስ ማቆም ማለት አይደለም፤ “መልቀቅ” ማለት ነው፤ ወይም ጉዳዮች የአሁኑን ህይወት እንዲቆጣጠሩ መፍቀድ ማለት ነው። የሴፍ ፍሬያማነት በአምላክ ሉዓላዊነት ላይ ከመታመንና ሌሎችን ይቅር ከማለት ጋር በቀጥታ የተያያዘ ነበር። የሴፍ ደጋግሞ ከመሰማት (ቂም በመያዝ) ከማባዛት ይልቅ፣ በህይወቱ ውስጥ ያሉ ክስተቶች ሁሉ የበላይ ተመልካች ሆኖ እግዚአብሔርን ማመንን መረጠ።

ይቅርታ አለማድረግ ባለፈው ጊዜ አስሮናል እና ፍሬያማ ህይወትን የመምራት አቅሞችን ሁሉ ይዘጋል።

የሴፍ በግብፅ በኖረባቸው ዓመታት አምላክ በገዛ ወንድሞቹ የተሰበረውን ልብ እንዲፈውስ ፈቅዶለታል። በኋላም እድሉን ሲሰጠው ፈውሱን ለወንድሞቹ በፍቅር፣ በይቅርታ እና በጸጋ አሳይቷል።

አሁን በዚህ ስለሸጣችሁኝ አትዘኑ ወይም አትቁጡ፤ እግዚአብሔር ሕይወትን ለማዳን ከእናንተ በፊት ልኮኛልና . . . በታላቅ ማዳንም እንድትኖር። . . . ወንድሞቹን ሁሉ ሳማቸው በእነሱም ላይ አለቀሰ፤ ከዚያም ወንድሞቹ ከእርሱ ጋር ተነጋገሩ። (ዘፍጥረት 45: 5, 6, 15)
የምሕረትና የይቅርታ ድምፅ እንጂ ተወቃሽና ማብራሪያ አልተጠየቀም። የሴፍ እና ወንድሞቹ እንደገና እንዲገናኙ እና አዲስ ግንኙነት እንዲጀምሩ መንገዱ ተጠርጓል።

ይቅርታ በአጥቂው ውስጥ ያለውን የጥፋተኝነት ማእዘን ያራግፋል።

በሚመጡት ዘመናትም ከሁሉ የሚበልጠውን የጸጋውን ባለ ጠግነት በክርስቶስ ኢየሱስ ለእኛ ባለው ቸርነት ያሳይ ዘንድ (ኤፌሶን 2:7)

ይቅርታ ለሚመለከተው ሁሉ ነፃነትን ያመጣል። እግዚአብሔር የሴፍን ነፃ አውጥቶታል፣ ነገር ግን ወንድሞቹ የሴፍ ይቅር ባይላቸው ሐዘናቸውን ወደ መቃብር ያደርሱ ነበር። እግዚአብሔር ይቅር ስለተባለ ክርስቶስን ይቅር እንላለን። ያው ይቅርታ ያልተገባን እና ያልተገኘነው ለሌሎች ያለብን እዳ ነው። በጥፋተኝነት የምናውቀውን የጭቆና ሽክም ያቃልላል።

አካላዊ መግለጫ

ኢየሱስ ደግነትን እና ለጋጢአተኞች ይቅርታን ካጠናቀቀ፣ የጥፋተኝነት ማእዘን ለዘላለም እንኖራለን። የመጀመሪያውን እርምጃ ወደ እኛ አደረገ፣ ይህም ከእርሱ ጋር እንድንታረቅ አስችሎናል።

እርቅ

እርቅ ጠላትነትን ማስወገድ፣ ጠብን መፍቻ ነው። የሚታረቁት ወገኖች ቀደም ሲል እርስ በርስ ጠላትነት ወይም መለያየት እንደነበሩ ያመለክታል። ማንኛውም የተሳካ ዕርቅ ከቁጣና ግርግር ይልቅ በደግነትና በሰላም ይታጀባል።

እውነታ ፋይል
ማስታረቅ - ወደ ትክክለኛ ግንኙነት ለመመለስ፣ ለዐነዳቸን ለመጽተን

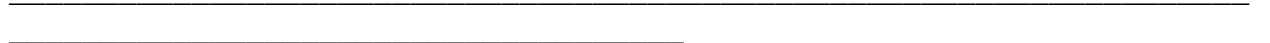
ምሬትና ንዴት ቁጣም ጨኸትም ስድብም ሁሉ ከክፋት ጋር ከእናንተ ዘንድ ይወገድ። እርስ በርሳችሁም ርኅሩኞችና ርኅሩኞች ሁኑ። እግዚአብሔርም ደግሞ በክርስቶስ ይቅር እንዳላችሁ ይቅር ተባባሉ። (ኤፌሶን 4:31-32)

እርቅ የሚፈለገው ለቤተሰብ አባላት እና ሌሎች በህይወታችን አማኞች ነው። ከቅርብ ቤተሰባችን ውጭ ባሉ ግንኙነቶቻችን ውስጥ፣ የተከበሩ ድንበሮች እና ጤናማ ግንኙነትን መጠበቅ አስፈላጊ ናቸው።

ሆኖም እርቅ የማያስፈልግ፣ የማይሆን ወይም የሚያስፈልግበት ሁኔታ ወይም ሁኔታዎች ለምሳሌ በስሜት ወይም በአካል ተበዳይ ወላጅ ወይም የቀድሞ የትዳር ጓደኛ ወይም በዘፈቀደ አንቺን ወይም የምትወደውን ሰው (ደፈረ፣ የምትወደውን ሰው የጎዳ ወይም የገደለ ሰካራም፣ አረጋጂ አስተማሪ ወይም አሰልጣኝ አንተን በቃላት የጎዳ፣ ወዘተ)።

ቅዱሳት መጻሕፍት ምሬትን ሁሉ እንድናስወግድ፣ ደግ፣ ርኅሩኅና ይቅር ባይ እንድንሆን ያዝናል።

ምሬትን እንዴት እናስወግዳለን?



አካላዊ መግለጫ

ካስከፋነው ሰው ጋር እንዴት ነው የምንታረቀው?

ሌሎች ያደረሱብንን ጉዳት እንዴት እናስተካክላለን?

የበደለንን ሰው እንዴት ይቅር እንላለን?

በስህተት የራሳችንን ስሜት መቀየር የምንችለው እንዴት ነው?

ይቅር ማለት ካስፈለገዎት

እንደ ፈቃድ ድርጊት አራት ነገሮችን ማድረግ አለብህ።

በመጀመሪያ፣ ኃጢአትህን ለእግዚአብሔር ተናዘዝ፣ ይቅር እንዲልህ ለምነው፣ እና ልብህን በፍቅር እንዲሞላው መንፈሱን ጠይቅ።

- መተላለፋቸው ይቅር የተባለላቸው ብፁዓን ናቸው
- የማነ ሃጥያት ተሸፍኗል . . .
- ዝም ስል አጥንቴ አረጀ
- ቀኑን ሙሉ በጩኸቴ።
- ቀንና ሌሊት እጅህ ከብዶብኝ ነበርና;
- ሕይወቴ ወደ የበጋ ድርቅ ተለወጠ።
- ኃጢአቴን ለአንተ ተናግራለሁ
- በደሌንም አልሰወርኩም።
- “መተላለፌን ለእግዚአብሔር እናዘዛለሁ” አልኩት።
- የኃጢአቴንም ኃጢአት ይቅር ብለሃል።(መዝሙረ ዳዊት 32:1, 3—5)

በኃጢአታችን ብንናዘዝ ኃጢአታችንን ይቅር ሊለን ከዓመፃም ሁሉ ሊያነጻን የታመነና ጻድቅ ነው።(1 ዮሐንስ 1:9)

ምሥራቁ ከምዕራብ እንደሚርቅ፣

- መተላለፋችንን እስከ አሁን አርቆናል።(መዝሙረ ዳዊት 103:12)
- አሁኑኑ ትንሽ ጊዜ ወስደህ ወደ እግዚአብሔር አልቅስ። ይቅር እንዲልህ፣ በመንፈስ ቅዱስ እንዲሞላህ እና እንድትታዘዝ እንዲያበረታህ ለምነው።
- በስህተት የራሳችንን ስሜት መቀየር የምንችለው እንዴት ነው?

እግዚአብሔር ብቻ ኃጢአትን ይቅር ይላል። ይቅር ይለናል ይረሳልም። በእምነት፣ የእግዚአብሔርን ፍፁም ይቅርታ እና ማዕዳት ተቀበል።

ይቅርታ ስሜት አይደለም። . . . ይቅርታ የፍላጎት ተግባር ነው፣ እናም የልብ ሙቀት ምንም ይሁን ምን ፍቃዱ ሊሠራ ይችላል።—Corrie ten Boom

ሁለተኛ፣ ከተቻለ፣ ወደ በደላችሁት ሰዎች ዘንድ ሂዱ። በትህትናም ተናዘዙ፣ ይቅርታንም ጠይቁ። ስለዚህ መባህን ወደ መሠዊያው ብታመጣ፣ በዚያም ወንድምህ በአንተ ላይ አንዳች እንዳለው ብታስብ፣ መባህን በመሠዊያው ፊት ትተህ ሂድ። መጀመሪያ ከወንድምህ ጋር ታረቅ ከዚያም መጥተህ መባህን አቅርብ።

አካላዊ መጻሕፍት

(ማቴዎስ 5:23—24)

ማቴዎስ 5:23—24ን ለመታዘዝ ቃል ኪዳንህን ጻፍ።

ለይቅርታ ሲባል ምን መደረግ እንዳለበት ስም እና አጭር መግለጫ ይጻፉ።

በእንግሊዘኛ ቋንቋ ውስጥ በጣም ኃይለኛ ከሆኑት ስድስት ቃላት ውስጥ ተሳስቻለሁ፤ እባክህ ይቅርታ አድርግልኝ።

ትኩረትን የሚከፋፍሉ ነገሮች ወይም ሌሎች መሰናክሎች ይህንን የመታዘዝ ድርጊት እንዲዘገዩ አይፍቀዱ። ከእርስዎ ጋር እንዲጸልዩ እና ይህንን ቃል ኪዳን እንዲፈጽሙ እርስዎን እንዲጠይቁ በመጠየቅ ውሳኔዎን ታማኝ ከሆነው ክርስቲያን ጓደኛ ጋር ያካፍሉ። ነገር ግን በሎጂስቲክስ ወይም ሊፈጠር በሚችል ግጭት ምክንያት በስልክም ሆነ በጽሁፍ መገናኘት ያስፈልግህ ይሆናል። የበደልከው ሰው ካለፈ በቀላሉ በእምነትህ ወደ እግዚአብሔር ሂድ።

ሦስተኛ፣ በየቀኑ ከጌታ ጋር በቃሉ እና በጸሎት ጊዜ አሳልፉ።

አካላዊ መጻሕፍት

ይቅር ለማለት አለመፈለግ ከሚያስከትላቸው ውጤቶቹ አንዱ ከእግዚአብሔር ጋር ያለው ግንኙነት ይቋረጣል። የማይተወን ወይም የማጥለንን ጌታን አመስግኑት፤ ነገር ግን የራሳችን ልባችን ሊቀዘቅዝ እና ሊርቅ ስለሚችል ከእርሱ ጋር ያለንን ቅርርብ ይነካል። እግዚአብሔር ይህንን መዘዝ የፈጠረው ይቅርታን እንድንለማመድ ለማነሳሳት ነው።

ነገር ግን አስቀድማችሁ የእግዚአብሔርን መንግሥት ጽድቁንም ፈልጉ ይህም ሁሉ ይጨመርላችኋል።(ማቴ 6:33)

ቃሉን በማንበብ እና በጸሎት እና በማሰላሰል በየቀኑ ከእግዚአብሔር ጋር ጊዜ ለማሳለፍ ውሳኔዎን ይጻፉ።

አራተኛ፣ የመስቀልን ትርጉም እና ኢየሱስ ለኃጢአትህ የከፈለውን መስዋዕትነት አስብ።
እኛ ደግሞ አስቀድመን የማናስተውል ነበርንና፣ የማንታዘዝ፣ የምንስት፣ ለምኞትና ለልዩ ልዩ ተድላ እንደ ባሪያዎች የምንገዛ፣ በክፋትና በምቀኝነት የምንኖር፣ የምንጣላ፣ እርስ በርሳችን የምንጠላላ ነበርን። ነገር ግን የመድኃኒታችን የእግዚአብሔር ቸርነትና ሰውን መውደዱ በተገለጠ ጊዜ፣ እንደ ምሕረቱ መጠን ለአዲስ ልደት በሚሆነው መታጠብና በመንፈስ ቅዱስ መታደስ አዳኝን እንጂ እኛ ስላደረግነው በጽድቅ ስለ ነበረው ሥራ አይደለም።

አካላዊ መጻሕፍት

(ቲቶ. 3:3-5)

ኢየሱስን ላደረገልህ ነገር ሁሉ፣ ለኃጢያትህ ሁሉ ይቅር ስላለህ፣ አንተን ወደ እርሱ አምሳል ለመለወጥ ስላለው ፍጹም እቅድ እና ለመንፈስ ቅዱስ ስጦታው ኢየሱስን ለማመስገን አሁን ትንሽ ጊዜ ውሰድ።

ይቅር ማለት ካስፈለገዎት

እንደ ፍቃዱ ድርጊት ሁለት ነገሮችን ማድረግ አለቦት.

በመጀመሪያ፣ ለመታዘዝ እና ይቅር ለማለት ብርታት እንዲሰጠው ጸልዩ እና እግዚአብሔርን ጠይቁት።

ኢየሱስም መልሶ እንዲህ አላቸው፡- “እውነት እላችኋለሁ፣ እምነት ቢኖራችሁ . . . ይህን ተራራ፡- ተነቅለህ ወደ ባሕር ተጣለ፡ ብትሉት፡ ይፈጸማል።” (ማቴዎስ 21:21)

እግዚአብሔር ተራሮችን ለማንቀሳቀስ የሚያስችል ጥንካሬ እንደሚሰጠን ቃል ገብቷል። ይህ የእርስዎ የኤቨሪስት ተራራ ሊሆን ይችላል!

እግዚአብሔር በቀራንዮ ስላደረገልኝ የባረኩትን ነገር ባወቅሁ ጊዜ፣ ማንኛውንም ነገር ለማንም ሰው ይቅር ለማለት ዝግጁ ነኝ፣ ልከለክለው አልችልም። ልከለክለው እንኳ አልፈልግም።-ዶር. ማርቲን ሎይድ-ጆንስ

ሌሎችን ይቅር እንድንል የእግዚአብሔር ፈቃድ እንደሆነ እናውቃለን።ይህንን ጥንካሬ ስትጠይቁ እንደሚሰጥ እርግጠኛ ሁን።

ሁለተኛ፣ ይቅርታህን ለሰው ወይም ለግለሰቦች አሳውቅ።

በእርሱ ዘንድ ያለን ትምክህት ይህ ነው፤ እንደ ፈቃዱ አንዳች ብንለምን ይሰማናል።(1ዮሐ. 5:14)

እንግዲያስ ሰላም የሚሰፍንን እርስ በርሳችን የምንታነጽበትንም እንከተል። (ሮሜ 14:19)

እርቅን መሻት።

በማቴዎስ ውስጥ ጌታ ኢየሱስ አንድ ጠቃሚ ጥያቄ ቀርቦለታል። " መምህር ሆይ፣ ከሕግ ማናቸይቱ ትእዛዝ ታላቅ ናት?" (ማቴዎስ 22:36) የሰጠው ምላሽ አንድ አስፈላጊ እውነት አሳይቷል፡- “ኢየሱስም እንዲህ አለው፡- “ጌታ አምላክህን በፍጹም ልብህ በፍጹም ነፍስህ በፍጹም አሳብህም ውደድ። ታላቁቱና ፊተኛይቱ ትእዛዝ ይህች ናት። ሁለተኛይቱም ይህን

ትመስላለች፡- ባልንጀራህን እንደ ራስህ ውደድ። በእነዚህ በሁለቱ ትእዛዛት ላይ ሕጉ ሁሉ ነቢያትም ተሰቅለዋል።” (ማቴዎስ 22:37—40) ኢየሱስ ራሱ ለሌሎች ያለን ፍቅር ለእርሱ ካለን ፍቅር እኩል አስፈላጊ ነው ብሏል።

እግዚአብሔር ይቅር እንዲለን እንፈልጋለን፤ እናም ይህንን በየጊዜው እንጠይቃለን እናም በእሱ ላይ እንመካለን። እግዚአብሔር ፍቅሩን ያሳየናል እና እኛ መጀመሪያ እሱን በመውደድ ከዚያም ሌሎችን በመውደድ ምላሽ መስጠት አለብን። ይህ ጥቅስ ከእግዚአብሔር ፍላጎት ወይም ፈቃድ ጋር የሚጋጭን ፍቅርን የሚያበረታታ አይደለም፤ ነገር ግን ለሌሎች የምናሳየው ፍቅር ሁሉ ለእርሱ በመታዘዛችን ውስጥ መሆን እንዳለበት ይናገራል። ለእግዚአብሔር ከመታዘዛችን በላይ የራሳችንን ፍላጎት ወይም ሌሎችን ለማርካት ያለውን ፍላጎት ማስቀመጥ የለብንም።

እኔ ግን እሳችኋለሁ፣ በወንድሙ ላይ ያለ ምክንያት የሚቆጣ ሁሉ ፍርድ ይገባዋል። ወንድሙንም “ራካ!” የሚል ሁሉ። የምክር ቤቱን አደጋ ያጋልጣል። ግን “አንተ ሞኝ!” የሚል ሁሉ። በገሃነም እሳት ውስጥ ይሆናል።

(ማቴዎስ 5:22)

በዚህ ጥቅስ ውስጥ ያሉትን ቃላቶች አንዳንድ ግልጽነት እናምጣ። “በወንድሙ ላይ መቆጣት” ማለት አንድን ሰው በሃሳብ፣ በቃላት ወይም በድርጊት በፍቅር ስሜት ማስተናገድ ማለት ነው። ምእመናን እንኳን የሚወዷቸውን ሰዎች ፍቅር በጎደለው መንገድ ይይዛቸዋል እና እርቅን ከመፈለግ ይልቅ ሰብብ ያደርጋሉ።

ራካ የሚለው ቃል “አንድን ሰው በንቀት መያዝ፣ መፍረድ ወይም ዋጋ እንደሌለው ወይም በሆነ መንገድ ከራስዎ ያነሰ እንደሆነ ማመን” ማለት ነው። ሞኝ የሚለው ቃል “በሥነ ምግባር ረገድ ከንቱ የሆነና መዳን የማይገባው” ማለት ነው። እነዚህ ብዙ አማኞች በአንድ ወይም በሌላ ምክንያት በሌሎች ላይ ያነጣጠሩባቸው ከባድ ክሶች ናቸው። ጌታ እንዲህ ይላል፡- “በዋጋ ተገዝታችኋልና፤ እንግዲህ በሥጋችሁና የእግዚአብሔር በሆነው በመንፈሳችሁ እግዚአብሔርን አክብሩ።” (1ኛ ቆሮንቶስ 6:20)

ያለ ምንም ልዩነት ክርስቶስን ለሁሉ ማክበር አለብን። የክርስቶስን መሰል ላልሆኑ ወዳጆች እና ፍቅራዊ ያልሆኑ አመለካከቶች ወይም አመለካከቶች በእግዚአብሔር እና በሰው ፊት መጸጸት የለባቸውም።

ስለዚህ መባህን ወደ መሠዊያው ብታመጣ፥ በዚያም ወንድምህ በአንተ ላይ አንዳች እንዳለው ብታስብ፥ መባህን በመሠዊያው ፊት ትተህ ሂድ። መጀመሪያ ከወንድምህ ጋር ታረቅ ከዚያም መጥተህ መባህን አቅርብ።

(ማቴዎስ 5:23—24)

ወደ መሠዊያው የምንሄደው መቼ ነው? ይህ የሚያመለክተው ከኢየሱስ ጋር ያለንን ህብረት፣ የጸሎት እና የምስጋና ጊዜያችንን እና ከእርሱ ልመናን፣ የእለት ተእለት ተግባራችንን እና በእርሱ ውስጥ የመኖር ፍላጎትን ነው።

እኔ የወይኑ ግንድ ነኝ እናንተም ቅርንጫፎች ናችሁ። በእኔ የሚኖር እኔም በእርሱ ብዙ ፍሬ ያፈራል። ያለ እኔ ምንም ልታደርጉ አትችሉምና። (ዮሐ. 15:5)

መኖር ማለት “መኖር፣ የመንፈስ ቅዱስ ቤተ መቅደስ መሆንን ያለማቋረጥ በመገንዘብ መኖር” ማለት ነው። ብናደርገው ብዙ ፍሬ እናፈራለን ይላል። ያለ እርሱ ጸጋ ምንም ማድረግ አንችልምና። ወደ መሠዊያው መሄድ ከኢየሱስ ጋር ያለንን ህብረት እና ፍሬ ለማፍራት እና ፈቃዱን ለመታዘዝ አስፈላጊውን ጸጋ የመቀበል ችሎታን ያመለክታል።

እራሳችንን መመርመር

ለአንድ ሰው ይቅርታ ስንጠይቅ፣ በመለመን ወይም በመስጠት፣ በረከቱን እና ፀጋውን ከመጠበቅ በፊት በመጀመሪያ ይህንን ማጽዳት አለብን ይላል። በማቴዎስ 5:23 ላይ ያለው ስጦታ ምንድን ነው? አይሁዳውያን ለኃጢአታቸው ስርየት አንድ አካል በመሆን ወደ ቤተ መቅደሱ መሥዋዕቶችን ማምጣት የተለመደ ተግባር ነበር። የዛሬ ስጦታዎቻችን ምስጋና፣ አስራት፣ አምልኮ፣ መታዘዝ እና እሱን ማገልገል ናቸው። ሆኖም ኢየሱስ ለማንም የማስታረቅ ዕዳ ካለባችሁ እነዚህን ስጦታዎች አይቀበልም ብሏል።

የእግዚአብሔርን ቃል በመታዘዝ ደስ እንደሚለው እግዚአብሔር በሚቃጠልና በሚሰዋ መሥዋዕት ደስ ይለዋልን? እነሆ፥ መታዘዝ ከመሥዋዕት፥ ማዳመጥም ከአውራ በግ ስብ ይበልጣል። (1 ሳሙኤል 15:22)

ለእግዚአብሔር አገልግሎት እና ሥራ መሥራት ይህንን ችግር አያስተካክለውም, ቁርባን ከመውሰዳችን በፊት ራሳችንን እንድንመረምር እንመክራለን.

ይህን እንጀራ በበላችሁ ጊዜና ይህን ጽዋ በጠጣችሁ ጊዜ ሁሉ ጌታ እስኪመጣ ድረስ ሞቱን ትናገራላችሁና። ስለዚህ ሳይገባው ይህን እንጀራ የበላ ወይም የጌታን ጽዋ የጠጣ ሁሉ የጌታ ሥጋና ደም ዕዳ አለበት። ነገር ግን ሰው ራሱን ይፈትን፤ እንዲሁም ከእንጀራው ይብላ ጽዋውንም ይጠጣ። ሳይገባው የሚበላና የሚጠጣ የጌታን ሥጋ ስለማያውቅ ለራሱ ፍርዱን ይበላል ይጠጣልምና። ስለዚህ በእናንተ ዘንድ ደካሞችና ድውያን ብዙዎች ተኝተዋል ብዙዎችም ተኝተዋል። በራሳችን ብንፈርድ ባልተፈረደብንም ነበርና። ነገር ግን በተፈረደብን ጊዜ ከዓለም ጋር እንዳንኮነን በጌታ እንገሥጻለን።(1 ቆሮንቶስ 11:26-32)

ክርስቲያኖች ምሬት እንደያዙ ወይም አንድን ሰው ኃጢአት ሠርተው ንስሐ እንዳልገቡ ወይም ለመታረቅ እንዳላሰቡ ልባቸውን ሳይመረምሩ ምን ያህል ጊዜ ነው እሚቆዩት?

እውነተኛ ፍይል
ማስታረቅ - ነገሮችን
ለማስተካከል; የሌላውን
ስሜት ወይም አማካኝነት
ለመጠጠር መመሪያ

እርስ በርሳችሁ ከመዋደድ በቀር ለማንም ዕዳ አይኑርባችሁ፤ ሌላውን የሚወድ ሕግን ፈጽሞ አልፍ።

ዕዳ ያለበት

ክርስቲያኖች እንደመሆናችን መጠን ለሌሎች እዳ አለብን ያለውን እግዚአብሔር ራሱ የሚናገረውን የመክፈል እዳ አለብን። በአሳብ፣ በቃልና በተግባር መውደድ። ይህ ደግሞ የበደሉንን ይቅር ማለትን ይጨምራል። ብዙ ክርስቲያኖች በአንድ ሰው ላይ ምሬትን፣ ቂም ወይም ይቅርታን በማሳየት እና እነዚህን ስሜቶች በማመካኘት ላይ ናቸው ምክንያቱም ይህ ሰው እስካሁን ምንም ውጤት አልከፈለም ወይም ለባህሪያቸው ሀላፊነቱን አልወሰደም። ነገር ግን ሌሎች ሊወዱን በሚገባቸው ሰዎች እንኳን ባለማወቅም ሆነ ሆን ብለው እንጎዳለን።

ይቅር የሚለው ቃል ግስ - ድርጊት ነው። እግዚአብሔር በተግባር የሚፈልገውን እውነት እየገለጠ አሁን ለእርስዎ ለመናገር ቃሉን እየተጠቀመ ነው። ይቅር ማለት ቀላል አይደለም. እርስዎ እንዲከተሉት ለማበረታታት የጎለመሰ ክርስቲያንን ድጋፍና ተጠያቂነት ለመጠየቅ ይረዳል።

አካላዊ መጻሕፍት

ግለሰቡን ወይም ሰዎችን ይቅር ለማለት ወይም እግዚአብሔር የገለጠልህን ይቅርታ ለመጠየቅ ቃል ኪዳንህን ጻፍ። ለመከታተል ለራስህ የመጨረሻ ቀን ስጥ።

ለሰዎች ኃጢአታቸውን ይቅር ብትሉ የሰማዩ አባታችሁ እናንተን ደግሞ ይቅር ይላችኋልና።
(ማቴዎስ 6:14)

በአንዳንድ ሁኔታዎች፣ በሎጂስቲክስ፣ በጉዞ ዋጋ፣ ለእርስዎ ደህንነት፣ ወይም ሌላ ሰው እርስዎ መናገር ያለብዎትን ለመናገር በቂ ጊዜ ጸጥ እንዲሉ በመደረጉ ምክንያት ደብዳቤ፣ ኢሜል፣ የጽሑፍ ወይም የስልክ ጥሪ ጥሩ አማራጭ ሊሆን ይችላል።

የግንኙነት አስታዎሾች

በጽሑፍ ሲናገሩ ወይም ሲነጋገሩ እነዚህን ነጥቦች ግምት ውስጥ ያስገቡ።

1. ይህን የምታደርጉት ለሚወዳችሁ እና ለሚንከባከበው ለሰማዩ አባታችሁ በመታዘዝ ነው።
2. በይቅርታ እና በደል ከጭቆና ነፃ እንድትሆኑ በይቅርታ ማጣት ምክንያት አጋጥሟችኋል።
3. በአንተ ላይ የፈጸሙትን ጥፋት እያንዳንዱን ዝርዝር ሁኔታ መለማመድ አያስፈልግህም።
4. ብዙ ጊዜ፣ በተለይም ለትዳር ጓደኛ ይቅር ስትል፣ አንተን ለመጉዳት ያደረጉትን ነገር ላያውቁ ይችላሉ።
5. ሌሎች ጥፋታቸውን እንዲቀበሉ አታስገድዱ።

አካላዊ መጻሕፍት

6. እግዚአብሔር የጠራችሁ እንድትታዘዙ ነው እንጂ አቃቤ ህግ ጠበቃ፣ ዳኞች፣ ዳኛ እንድትሆኑ ወይም የሠሩት ነገር ስህተት መሆኑን እንዲናዘዙ እንድትሞክሩ አይደለም።

7. አጭር ያድርጉት.

8. በብዙ አጋጣሚዎች፣ በከፍተኛ ስሜት ስሜት ምክንያት፣ ለመናገር ያላሰብናቸውን ነገሮች ስንናገር እና የስብሰባውን፣ የንግግሩን ወይም የደብዳቤውን አላማ መናድ እንችላለን።

9. በመጨረሻም (የሚመለከተው ከሆነ) በእነሱ ላይ ምሬትን በመያዝ ይቅርታ ጠይቁ።

10. ያደረጉት ነገር ስህተት እና አስጸያፊ መሆኑን አስታውስ, ነገር ግን ምሬት እና ይቅርታ አለመስጠት በተመሳሳይ ስህተት ናቸው.

እግዚአብሔር በወንጌሉ እንደነገረው የሰውን ምስጢር በኢየሱስ ክርስቶስ ይፈርዳል።

(ሮሜ 2:16)

ስለዚህ፡ አንተ ሰው፣ አንተ የምትፈርድ ሁሉ፣ የምታመካኘው የለህም፤ በሌላው በምትፈርድበት ነገር ራስህን ትኩህናለህና። ለእናንተ ፈራጆች ያንኑ አድርጉ።(ሮሜ 2:1)

ሌሎችን ይቅር ለማለት እኔ የምችለው በፈቃደኝነት የተገለጸውን የእግዚአብሔር የአባቴን ይቅርታ በግሌ የተለማመድኩበት ያህል ነው።-ፊሊፕ ኬለር

ይቅር ለማለት ያለዎትን ቃል ኪዳን መጠበቅ

ይቅርታ ከጠየቅክ ወይም ለሌላ ሰው ይቅር ከተባለ በኋላ በመንፈስና በሥጋ መካከል ጦርነት ሊያጋጥምህ ይችላል።

የመንፈስ ፍሬ ግን ፍቅር፣ ደስታ፣ ሰላም፣ ትዕግሥት፣ ቸርነት፣ በጎነት፣ እምነት፣ የውሃት፣ ራስን መግዛት ነው።. የክርስቶስ የሆኑትም ሥጋን ከክፉ መሻቱና ከምኞቱ ጋር ሰቀሉ። በመንፈስ ብንኖር በመንፈስም እንመላለስ። አንታብይ፣ እርስ በርሳችን እየተበሳጨን፣ እርስ በርሳችንም

አንቀና። (ገላትያ 5:22-26)

የይቅርታ ልምድ እርስዎን እና ግንኙነቶችዎን በጊዜ ሂደት ይለውጣል። እግዚአብሔር በህይወህ ትልቅ ድልን ያድረገልህ፣ ወደዚህ የመግዛት እና የመታዘዝ ቦታ ሲያመጣህ ነው። ግን ይህ ጅምር ብቻ ነው። አሁን ተግተው በሚያስፈልጉ ለውጦች ውስጥ መስራት አለብዎት። ይህ በምሕረት እና በርኅራኄ ጎዳናዎ ላይ ለመቀጠል በየቀኑ እግዚአብሔርን ለኃይሉ መፈለግን ይጠይቃል።

አካላዊ መጻሕፍት

ለምሳሌ ያህል፣ ወላጆችህ ጨካኝና አፍቃሪ ስላልነበሩ ይቅር ብለሃቸውና ምሬት በመያዝህ ይቅር እንዲሉህ ጠይቀሃቸው ሊሆን ይችላል።ነገር ግን ጨካኞችና ፍቅር የሌላቸው ሆነው ሊቀጥሉ ይችላሉ። በቅጽበት ለእርሱ እጅ ስትሰጡ እግዚአብሔር በህይወታችሁ ፍሬውን ለማፍራት ታማኝ ይሆናል።

የምንታገለው ከሥጋና ከደም ጋር አይደለም፤ ከአለቆችና ከሥልጣናት ጋር ከዚህም ከጨለማ ዓለም ገዢዎች ጋር በሰማያዊም ስፍራ ካለ ከክፋት መንፈሳውያን ሠራዊት ጋር ነው እንጂ።” (ኤፌሶን 6:12)

በይቅር ባይነት መታዘዘችሁ የትዳር ጓደኛዎ (ወይም ሌላ ሰው) እንዲለወጥ እንዳልሆነ ልብ ይበሉ። ፈቃዳቸውን ለጌታ ከሰጡ፣ የእግዚአብሔርን ጸጋ፣ ፈውስ እና የመለወጥ ችሎታን ያገኛሉ። ልባችንን ሊለውጥ እና አእምሮአችንን ማደስ የሚችለው እግዚአብሔር ብቻ ነው፣ ግን የሚሆነው ለእርሱ ስንገዛ ብቻ ነው።

በየቀኑ በመንፈሳዊ ውጊያ ውስጥ እንሳተፋለን። ጠላት ሰይጣን፣ እግዚአብሔርን እንድትታዘዙ ወይም በኃጢአትና በጉዳት ላይ ድል እንድታገኙ አይፈልግም።እርሱ አእምሮህን በማስታወስ፣ በክፉ ሐሳብ፣በውሸት፣በፈተና እና በኩነኔ ያጠቃሃል። የአእምሮ ራስን መግዛት እና ምን እና ማንን እየተዋጋህ እንደሆነ ማስታወስ አለብህ

"ተቆጡ ኃጢአትንም አትሥሩ" በቁጣችሁ ላይ ፀሐይ አይግባ ለዲያብሎስም ቦታ አትስጡት። (ኤፌሶን 4:26-27)

የምንኖርበት እውነታ ይህ ነው። ሰይጣን በህይወታችሁ ውስጥ ቦታ ማጣት ይጠላል። የእግዚአብሔርን ሰላምና ደስታ ሊሰርቅህ ይፈልጋል።

የሰይጣን ጥፋት

ዲያብሎስ ጥፋቱን በህይወታችሁ እንዲሰራ እድሎችን መስጠት አቁሙ። ወደ አእምሮአችሁ የሚገባውን እያንዳንዱን ሃሳብ በእግዚአብሔር ቃል ፈትኑት ከእርሱ፣ ከሥጋችሁ ወይም ከጠላት።

በሥጋ ብንመላለስም እንደ ሥጋ ፈቃድ አንዋጋም። የጦር ዕቃችን ሥጋዊ አይደለም ነገር ግን ምሽጎችን ለመስበር በእግዚአብሔርም ብርቱዎች ናቸውና፤ ክርክርንና በእግዚአብሔር እውቀት ላይ ራሱን ከፍ የሚያደርገውን ነገር ሁሉ ለመጣል፤ አእምሮንም ሁሉ ለክርስቶስ መታዘዝ እንድንማርክ፤ ታዛዛችሁም በተፈጸመ ጊዜ አለመታዘዝን ሁሉ ለመቅጣት የተዘጋጀ ነው። (2 ቆሮንቶስ 10:3-6)

በመጨረሻ፣ ወንድሞች ሆይ፣ እውነት የሆነውን ነገር ሁሉ፣ መኳንንትም ቢሆን፣ ጽድቅ የሆነውን ነገር ሁሉ፣ ንጹሕ የሆነውን ነገር ሁሉ፣ ፍቅር ያለበትን ነገር ሁሉ፣ መልካም ወሬ ያለበትን ነገር ሁሉ፣ በጎነት ቢሆን ምስጋናም ቢሆን ይህን አስቡ። (ፊልጵስዮስ 4:8)

ፈቃዱን ለማድረግ የእግዚአብሔርን ኃይል በመጠየቅ በማንኛውም ፈተና ውስጥ ጸልዩ።

ክፉውን በመልካም አሸንፍ እንጂ በክፉ አትሸነፍ።(ሮሜ 12:21)

የተስፋ አምላክ በመንፈስ ቅዱስ ኃይል በተስፋ እንድትበዙ በማመናችሁ ደስታንና ሰላምን ሁሉ ይመላባችሁ።(ሮሜ 15:13)

በኢየሱስ ስም ዲያብሎስን ተቃወሙ እና ገሥጹት። ተዋጉ!

ነገር ግን የመላእክት አለቃ ሚካኤል ከዲያብሎስ ጋር ሲታገል . . . የስድብን ክስ ሊያቀርበው አልደፈረም፤ ነገር ግን፡- እግዚአብሔር ይገሥጽህ፡ አለው (ይሁዳ 1:9)

ስለዚህ ከኃይለኛው ከእግዚአብሔር እጅ በታች ራሳችሁን አዋርዱ። . . . እርሱ ስለ እናንተ ያስባልና የሚያስጨንቃችሁን ሁሉ በእርሱ ላይ ጣሉት። . . . ባላጋራችሁ ዲያብሎስ የሚውጠውን ፈልጎ እንደሚያገሣ አንበሳ ይዞራል። በእምነት ጸንታችሁ ተቃወሙት። (1 ጴጥሮስ 5: 6—9)

ሰይጣን እንዳይጠቀምብን በክርስቶስ ፊት ያን ለእናንተ ስል ተውኩት። የእርሱን አሳብ አንስተውምና፤ (2 ቆሮንቶስ 2:10—11)

አሸናፊ እንድትሆኑ እግዚአብሔር ይፈልጋል። የዲያብሎስን መሳሪያዎች ተጠንቀቁ ይቅር አለማለት እኛን በባርነት እንድንጠብቅ ከሚያደርጉት በጣም ሀይለኛ ስልቶቹ አንዱ ነው።

ኢየሱስ የሰይጣንን ማታለያዎች ለመዋጋት ቅዱሳን መጻሕፍትን መጠቀም አስፈላጊ መሆኑን አሳይቷል (ማቴዎስ 4: 4, 7, 10)።

መጽሐፍ ቅዱሳዊ ያልሆኑ አስተሳሰቦችን ለመዋጋት እና አእምሮህን በእግዚአብሔር አመለካከት ላይ ለማሳረፍ ከላይ ያሉትን ማንኛውንም ጥቅሶች ወይም በዚህ ጥናት ውስጥ ያሉትን በርካታ ጥቅሶች በመጠቀም የድርጊት መርሃ ግብር አዘጋጅ። በመረጃ ጠቋሚ ካርድ ላይ ጥቅስ 9ፉ እና ካርዱን ከእርስዎ ጋር በመያዝ እና ጠዋት እና ማታ በመገምገም ያስታውሱ። ጥቅሶችን በማስታወስ የድላችንን መሳሪያ ይጨምሩ። ቅዱሳን መጻሕፍትን ስታስታውስ፣ የእግዚአብሔርን ቃል በልብህ ትደብቃለህ (መዝሙረ ዳዊት 119:11)። ይህ ያንተ ድል ይሆናል።

ክፉ ሃሳቦችን ለመተካት፣ የእግዚአብሔርን እውነት ለማጠናከር እና ኢየሱስ እንዳደረገው ለጠላት መልስ ለመስጠት ቅዱሳን መጻሕፍትን ጥቀስ። ሰይጣን በኢየሱስ ላይ ውሸት ባመጣበት ጊዜ “ተጽፎአል” (ማቴዎስ 4:4, 7) ብሎ ተናግሯል፤ ቅዱሳን መጻሕፍትንም ጠቅሷል። እኛም እንዲሁ ማድረግ አለብን።እውነት ሁሌም ያሸንፋል።

ድንበሮችን ማቋቋም

ድንበሮችን ማዘጋጀት ሊኖርብዎ ይችላል። ይቅርታ መጠየቅ ወይም ይቅር ማለት ለዚያ ሰው እርስዎን በአክብሮት ወይም በጭካኔ የመመልከት መብት አይሰጠውም።

እናትህ እያደግክ ስትሄድ ጨካኝ ወይም የምታታልል ከሆነ እና ከቤት ከወጣህ በኋላ ከቀጠለች በግንኙነትህ ውስጥ ድንበር ማዘጋጀት አለብህ (ይቅር ከተባለች በኋላ)። ከእርሷ ጋር ግንኙነት እንደሚፈልጉ በደግነት ያብራሩ ነገር ግን በእሷ ላለመጉዳት ድንበሮችን መፍጠር ያስፈልግዎታል። ምናልባት እንዲህ በማለት ልትጨምር ትችላለህ፡- “እማዬ፣ በፍቅር እንድታናግረኝ እፈልጋለሁ፣ እና ላንቺም ተመሳሳይ ነገር ለማድረግ ቃል እገባለሁ። ማናችንም ብንሆን መጥፎ ነገር ከተናገርን ሌላው ሰው እንደጎዳን መግለጽ አለብን። ወይም ስለ አንድ ርዕስ ጉዳይ ላለመናገር ከፈለግን ይህንን ማክበር አለብን። እነዚህ ድንበሮች ካልተከበሩ ውይይቱን መቋጨጥ። እማዬ፣ ዝምድና መመሥረት እንደምንፈልግ በትክክል ማወቅ የምንችለው በመዋደድና በመከባበር ብቻ ነው።”

ማስታረቅ አልተቻለም

አንዳንድ ጊዜ ማስታረቅ አይቻልም። ይቅር ለማለት የሚፈልጉት ሰው ከሞተ ወይም ለማስታረቅ ፈቃደኛ ካልሆነ አሁንም ይቅር ማለት ይችላሉ።

በሰው ልብ ውስጥ ያለው ምሬት የሚኖረው የዛ መራራ ነገር ከሞተ በኋላ ነው። የሰውን ነፍስ ጤናማ ካልሆኑ ሰብዓዊ ሁኔታዎች ለመፈወስ ይቅርታን እንደ ኃይለኛ መድኃኒት አድርጎ

መመልከቱ አስፈላጊ ነው። እግዚአብሔርን ለመታመን ከመረጥክ እና ይህን "ፀረ-ተባይ" ከተቀበልክ፤ እግዚአብሔር ፈውስን ያመጣል እና በነፍስህ ውስጥ ያሉትን ክፍተቶች እንኳን ይሞላል። የበደለኛው ሞት የእግዚአብሔርን ቃል አያፈርስም።

እውነት ነው፣ መጽሐፍ ቅዱሳዊ ይቅርታ እርምጃ እንድንወስድ ይጠይቃል። በአእምሮአችን ወይም በልባችን ይቅር ማለት እንዳለብን ከመስማማት ያለፈ ነገር ማድረግ አለብን። መጽሐፍ ቅዱስ ይቅርታ እንዲሰማን ብቻ አያዝዝንም። ፈቃዳችንን ልንጠቀምበት እና ተግባራችንን መከተል አለብን።

እውነት ፋይል
መዛኘት - የአንድን ሰው
ጥፋት፣ ጥፋት ወይም
ኃጢአት እንደ ለማጠገን ወይም

ለጌታ በመናዘዝ መጀመር አለብህ። የእምነት ክህደት ቃላቱን ጮክ ብለህ ከተናገርክ እና ለሚች ሰው ያለህን ይቅርታ ከታመነ ንደኛ፣ የትዳር ንደኛ፣ ፓስተር ወይም አማካሪ ፊት ለፊት ከተናገርክ ጠቃሚ ነው።

የእርስዎ ኃላፊነት

እርስዎ ለእርቅዎ ክፍል ብቻ ተጠያቂ ነዎት። የትዳር ንደኛዎ (ወይም ሌላ ሰው) ምንም ይሁን ምን ይቅርታን በመጠየቅ እና ይቅርታን በመስጠት እግዚአብሔርን መታዘዝ አለብዎት. ይቅርታ ሊሰጡህ ፈቃደኛ ካልሆኑ ወይም በአንተ ላይ የፈጸሙትን በደላቸውን ካላወቁ፣ እግዚአብሔር አሁንም ስለታዘዘህ ይባርክሃል እና ሰላሙን፣ ጸጋውን እና ምህረቱን በህይወቶ ላይ ያፈስሳል። አሁንም ከባርነት ነፃነቱን ትለማመዳላችሁ።

ምንም የሚጠበቁትን ወይም መስፈርቶችን በሌላ ሰው ላይ ማድረግ አይችሉም። ሁሉንም ለጌታ አስረክቡ እና በሁኔታዎችዎ ውስጥ እንዲሰሩ እመኑ. በራሳችን ግንዛቤ መደገፍ የለብንም ነገር ግን መታዘዝ እና ለእግዚአብሔር እና ለፍቃዱ መገዛት አለብን። እኛን ለማስተዳደር፣ ለመጠበቅ እና ነጻ የሚያወጣን መንፈሳዊ ህጎችን ሰጥቶናል። እነዚህን ህጎች እንዴት መከተል እንዳለብን ቃሉ መረዳት እና መመሪያ ይሰጠናል። ሥጋችን፣ ትዕቢታችን እና ፍርሃታችን በእነዚህ ሁኔታዎች በእግዚአብሔር እንዳንታመን እና እንድንታዘዝ ያደርገናል፣ ነገር ግን በመንፈስ ቅዱስ ኃይል፣ ማሸነፍ እንችላለን።

- በፍጹም ልብህ በእግዚአብሔር ታመን
- በራስህ ማስተዋልም አትደገፍ;
- በመንገድህ ሁሉ እርሱን እወቅ።
- ጎዳናህንም ያቀናልሃል።(ምሳሌ 3:5—6)

ለመምራት የሚከተለውን ጸሎት ተጠቀም:-

ጌታ ኢየሱስ ሆይ፣ በእነዚህ ሁኔታዎች ውስጥ አንተን ለማመን ኃይልን እመኛለሁ። ይህን ለአንተ እንደማደርግ አስታውሰኝ። እርስ በርሳችን በፈጸምነው በደል አንተ ብቻ እኔን እና ባለቤቴን እንደምትፈውስ አውቃለሁ። ከባለቤቴ ጋር እርቅ ለማግኘት እጸልያለሁ፣ ነገር ግን እኔ የበኩሌን መወጣት እንደምችል አውቃለሁ። ትኩባር ዘንድ ባለቤቴ እጅ እንዲሰጥህ እጸልያለሁ። በውጤቶቹ ሙሉ በሙሉ አምንሃለሁ። በኢየሱስ ስም እጸልያለሁ። አሜን።

ማጠቃለያ

ይቅር ለማለት እጅግ በጣም ከባድ ሊሆን ይችላል ነገር ግን ኃጢአትን በመሸከም እና ኢየሱስ በመስቀል ላይ ያደረገልንን እያጣን ስለሆንን ይቅር ካላልን ህይወት ከባድ ነው። የአምላክን የይቅርታ ተሞክሮ ሌሎችን ይቅር ከማለት ችሎታ ጋር በቀጥታ የተያያዘ ነው። ሌሎችን ይቅር ለማለት ዝግጁ መሆንህ ለራስህ ኃጢአት በእውነት ንስህ እንደገባህ፣ ህይወትህን አሳልፈህ እንደ ሰጠህ እና የእግዚአብሔርን ይቅርታ እንዳገኘህ ማሳያ ነው። ለእግዚአብሔር የተገዛ ልብ ለሌሎች ከባድ ልብ ሊሆን አይችልም።

ትዕቢትና ፍርሃት ከይቅርታና እርቅ ይጠብቀናል። እጅ ለመስጠት ወይም ለመስበር ፈቃደኛ አለመሆን፣ በመብትዎ ላይ አጥብቆ መጠየቅ እና ራስን መከላከል ከጌታ ይልቅ የራስ ወዳድነት ከራት ህይወቶ እየገዛ መሆኑን የሚጠቁሙ ናቸው። የሚበላውን እና የሚቆጣጠረውን ነገር በመፍራት፣ እምነት በእግዚአብሔር እንዲታመን እና እንዲታዘዝ ጸልይ። ጠላቶች ለመጠበቅ በጣም ውድ ናቸው። በማቴዎስ 18:21-35 ያለው ምሳሌ የይቅርታ መንፈስ ወደ ስሜታዊ እስር ቤት እንደሚያስገባህ ያስጠነቅቃል።

የመጀመሪያው እና ብዙውን ጊዜ በይቅርታ የሚፈውሱት ይቅርታን የሚያደርግ ሰው ብቻ ነው።
. . . ከልባችን ይቅር ስንል እስረኛውን ነፃ አውጥተን ነፃ ያወጣነው እስረኛ እኛ መሆናችንን እንገነዘባለን።-ሌዊስ ስሜድስ

አባሪ ር

መዝገበ ቃላት

እነዚህ ትርጓሜዎች የተወሰዱት ከዌብስተር አዲስ ዓለም አቀፍ የእንግሊዝኛ ቋንቋ መዝገበ ቃላት፣

G&C Merriam ኩባንያ፣ እና ሙሉው የቃል ጥናት መዝገበ ቃላት፣ ስፓይሮስ ዞዲያትስ፣ ኤኤምጂ አሳታሚዎች።

ተገዛ: መቆየት፣ ቀረ፣ በአንድ ቦታ ላይ ለመቀጠል; ሳይሸነፍ ለመጽናት።

አረጋግጥ: ለማረጋገጥ; ልክ እንደሆነ አስረግጠው; አዎንታዊ በሆነ መልኩ አስረግጠው።

ትዕቢተኛ ወይም ትዕቢተኛ: መመካት፣ በራስ የመተማመን ስሜት ወይም ማሳየት, ለሌሎች አክብሮት አለማሳየት. ኩሩ; ለራስ ከፍተኛ ደረጃ መስጠት ፣ ተገቢ ያልሆነ ጠቀሜታ።

ሁሉንም ነገር ይሸክማል: ድብ, ስቴጎ (ግሪክ) .ለመደበቅ, ለመደበቅ. ፍቅር የሌሎችን ስህተት ይደብቃል ወይም ይሸፍናል. መርከቧ ውሃውን ወይም ጣሪያውን ዝናብ እንዳይጥል ስለሚያደርግ ቅሬታን ያስወግዳል.

ማመን: ፒስቲዮ (ግሪክ) .በአንድ ነገር ላይ እምነት ማግኘቱ ወይም በጥብቅ ማሳመን. እሱ የሚጠብቀውን የተስፋ አመለካከት ያሳያል።

ጉራ:- ስለራስ ወይም ስለራስ ጉዳይ በኩራት መናገር; መመካት።

አጃቢ:- አንዱ ከሌላው ጋር አብሮ የሄደ ወይም አብሮ የነበረ; የትዳር ጓደኛ ፣ አጋር ፣ እንደ የትዳር ጓደኛ ወይም ጓደኛ የአንዳንድ ልዩ ግንኙነት ፍላጎት።

የሚመሳሰል: አንዱ ተጓዳኝ፣ ሌላኛው ወገን፣ ክፍል ተቃራኒ፣ የትዳር ጓደኛ፣ ጓደኛ፣ ግን ተመሳሳይ አይደለም።

መግባባት:- ልዩነቶችን በጋራ መግባባት ለመፍታት።

እርማት:- የአምላክ ቃል አንድን ነገር እንዴት ወደነበረበት መመለስ እንደምንችል ይነግረናል፣ የወደቀውን ነገር ማስተካከልና አምላካዊ ኑሮን ያመለክታል።

አካላዊ መጻሕፍት

ርኩስ፡ ሚያኖ (ግሪክ)። እንደ መስታወት ማቅለሚያ በቀለም ለመበከል፣ ለማቅለም፣ ለመበከል፣ ለማርከስ.

ተግሣጽ፡- ሁፖፕሪያዙ (ግሪክ)፡ ቦክሰኞችን ለመግለፅ ይጠቅማል። ጥቁር እና ሰማያዊ እስኪሆኑ ድረስ ከዓይኑ ስር ወደ ፊቱ ክፍል ጡጫ። (ተዛማጅ ምንባቦች፡ 1 ጢሞቴዎስ 4:7—8፤ ይሁዳ 3፤ 2 ጴጥሮስ 1:5—6)

መለኮታዊ ኃይል፡ ኃይል፣ዱናሚስ (ግሪክ)።ተለዋዋጭ ጥንካሬ ወይም እግዚአብሔር ብቻ የሚያደርገውን የማድረግ ችሎታ።

ትምህርት፡ የእግዚአብሔር መለኮታዊ መመሪያ ለሕይወት፣ እግዚአብሔርን መምሰል እና ለቤተሰብ አስፈላጊ የሆነውን ሁሉን አቀፍ እና የተሟላ መለኮታዊ እውነት ያቀርባል።

ማነጽ፡- አይኮዶም (ግሪክ) ለሌላ ሰው መንፈሳዊ ትርፍ ወይም እድገት መገንባት; ቤት ወይም መዋቅር መገንባትን ለማመልከት ያገለግላል.

ሁሉን ታገሡ፡ ለመታገሥ፡ ሁፖሜኖ (ግሪክ)፡ ለመታገሥ፡ ለመታገሥ፡ መከራን ለመቀበል፡ እንደ መከራ ሸክም። ታጋሽ መቀበል፣ ማመንና ተስፋ ማድረግ በማይችልበት ጊዜ መሬቱን በመያዝ።

የተቀረጸ፡ ሳጋህ (ዕብራይስጥ)። ኢሳይያስ ይህን ግሥ ተጠቅሞ መወዛወዝን፣ መማማልን ወይም በስካር መጠመድን ለመጠቆም ነው (ኢሳ. 28:7)። ከጠጅ ወይም ከቢራ ብቻ ሳይሆን ከፍቅርም ጭምር ስካርን ሊገልጽ ይችላል (ምሳሌ 5:19-20)።

ምቀኝነት፡- የሌላውን ብልጫ ወይም መልካም እድል ሲመለከት ብስጭት ወይም አለመረጋጋት፣ በተወሰነ ደረጃ ጥላቻ እና እኩል ጥቅሞችን ለመያዝ ካለው ፍላጎት ጋር። ተንኮለኛ ቁም.

መጠበቅ፡ የሆነ ነገር የሚፈጠር ግምት ወይም ግምት; የሚጠበቀው መስፈርት.

መተው፡ መካድ። በየቀኑ ቅድሚያ የምንሰጣቸውን ነገሮች ከእግዚአብሔር ቃል ጋር አስተካክል፣ እሱም ፈቃዱን ከኛ በላይ ያደርገዋል።

የዋህ፡ የሚመስል፣ ተስማሚ; ፍትሃዊ፣ ፍትሃዊ፣ ልክኛ፣ ታጋሽ፣ በህግ ደብዳቤ ላይ አፅንኦት የማይሰጥ።

አካላዊ መጻሕፍት

እውነተኛነት: ዶኪምዮን (ግሪክ): ተፈትኖ የጸደቀ ነገር። ሁሉንም ቆሻሻዎች ለማስወገድ ሂደት ውስጥ የነበሩትን ብረቶች ለመግለጽ ጥቅም ላይ ይውላል።

ክብር መስጠት: እርሱን በክብር ቦታ ላይ በማስቀመጥ ለማንፀባረቅ፣ ለማክበር፣ ለማወደስ፣ ክብር ወይም ክብር ለመስጠት።

ልብ: ካርዲያ (ግሪክ) ። የፍላጎቶች መቀመጫ ፣ ስሜቶች ፣ ስሜቶች ፣ ፍላጎቶች ፣ ግፊቶች ፣ አእምሮ።

ልብ: ሌባብ(ዕብራይስጥ)።አእምሮ፣ ውስጣዊ ሰው (ፈቃድ፣ ስሜቶች)። ቃሉ በዋናነት የውስጣዊውን ሰው አጠቃላይ ሁኔታ ይገልጻል።

ረዳት: አዛር (ዕብራይስጥ) ።ለመረዳት፣ ለመደገፍ፣ ለማበረታታት; ሌላውን የሚከብር፣ የሚከላከል እና የሚረዳ።

ረዳት:- ኤዘር (ዕብራይስጥ) .የተሰጠን ለመርዳት ወይም ለመርዳት; እርዳታ የሚሰጡ ሰዎችን ያመለክታል።ሴቲቱ የተፈጠረችው የአዳም ተጨማሪ ረዳት (ዘፍጥረት 2:18, 20) ነው። እግዚአብሔር እንደ እስራኤል ረዳት (ሆሴዕ 13:9)።

ረዳት:- መጥቶ የሚረዳ እንጂ የሚመራ አይደለም።

የጽድቅ ትምህርት:- ቅዱሳት መጻሕፍት አዎንታዊ ሥልጠና ይሰጣሉ። መመሪያ መጀመሪያ ላይ ልጅን በአምላካዊ ምግባር ማሠልጠንን ያመለክታል; የተሳሳቱ ድርጊቶችን መገሠጽና ማረም ብቻ አይደለም (ሐዋ. 20:32፣ 1 ጢሞቴዎስ 4:6፣ 1 ጴጥሮስ 2:1—2)።

ዓይነት: ክሪስቶስ (ግሪክ)። መልካም ለማድረግ; ገር፣ መሐሪ፣ አዛኝ፣ ቸሩ፣ እና ጥሩ ተፈጥሮ ከጨካኝ፣ ጠንካራ፣ ሹል፣ መራራ፣ ወይም ጨካኝ መሆንን ያመለክታል። የሞራል ልቀት ሀሳብ።

እውቀት: ኤፒግኖሲስ (ግሪክ) እውቀትን በማግኘት እና በመተግበር ላይ ጥልቅ ተሳትፎ.

አካላዊ መጫነት

ትዕግሥተኛ ትዕግሥት: ቶቤሎንግ-ቁጡ፣ የሐስትያንገር ተቃራኒ; በሰዎች ላይ ግንዛቤን እና ትዕግስት ማሳየትን ያካትታል። እምነት እንዳንቆርጥ ወይም ተስፋ ሳንቆርጥ ሁኔታዎችን እንድንቋቋም ይፈልጋል።

ፍቅር: አጋፔ (ግሪክ):: የእግዚአብሔር የልብ ምላሽ ለማይገባቸው ኃጢአተኞች:: አጋፔ ለፍቅር ዕቃዎች ጥቅም ሲል ራሱን በመሠዋት የተገለጸ የእግዚአብሔር ፍቅር ነው፤ ልጁ ለሰው ይቅርታን የሚያመጣ:: የሌሎች ድርጊት ምንም ይሁን ምን የእግዚአብሔር አስፈላጊ ባሕርይ የሌሎችን ጥቅም ይፈልጋል:: እግዚአብሔር ለሰው የሚበጀውን ማድረግን ይጨምራል እንጂ የግድ ሰው የሚፈልገውን አይደለም:: አጋፔ ያለ ምንም ቅድመ ሁኔታ መውደድን እየመረጠ ነው::

ፍቅር: ፊሊዮ (ግሪክ):: የሰው መንፈስ ለሚያስደስተው ነገር የሚሰጠው ምላሽ ደስ የሚል ነው:: ከአጋፔ የሚለይ እና ስለ ክብር፣ ከፍ ያለ ግምት እና ርህራሄ ይናገራል እና የበለጠ ስሜታዊ ነው:: ጓደኝነት ፍቅር; አንድ ሰው ከዚያ ፍቅር ነገር በሚያገኘው ደስታ ይወሰናል። ፊሊዮ ሁኔታዊ ፍቅር ነው::

ማሰላሰል:- ጮክ ብሎ ማንበብ ወይም ከራስ ጋር መነጋገር፣ ወደ አእምሮዎ እንዲገባ ከጽሑፉ ጋር መስተጋብርን የመሳሰሉ የሚያገተመትሙ ድምጾችን ለማቃሰት፣ ለመናገር ወይም ለማገባወጥም። የሻይ ከረጢት በውሃ ውስጥ እንደሚሰርጽ ሁሉ በቅዱሳን መጻሕፍት ላይ ማሰላሰል ወደ አእምሮአችን ዘልቋል:: በመጽሐፍ ቅዱሳዊው ዓለም ማሰላሰል ጸጥ ያለ ልምምድ አልነበረም::

አገልጋይ (ስም): አገልጋይ ወይም አገልጋይ; የሚቆጣጠር፣ የሚያስተዳድር እና የሚያሟላ::

አገልጋይ (ግስ): ለማስተካከል፣ ለመቆጣጠር እና በቅደም ተከተል ለማስቀመጥ፣ ለማገልገል, ለሌላ አገልግሎት መስጠት; ለጌታ እንደ አገልጋይ መትጋት::

በዓመፅ (በዓመፅ) አለመደሰት:- አንድ ሰው በኃጢአት ሲወድቅ ወይም ሲሳሳት ስታዩ ደስተኛ አይደለህም ወይም አትበቀልም::

ፍጹም: ቴሌዮ (ግሪክ) .ሙሉ ለማድረግ, ይህም የሆነ ነገር በሃደት ላይ እንዳለ ያመለክታል. በተለይም ወደ ሙሉ ፍጹሜ፣ ማጠናቀቅ፣ ወደታሰበው ግብ መድረስ፣ ስራን ወይም ግዴታን መጨረስ ከሚለው ትርጉም ጋር::

ምርጫ:- ከሌላ በላይ የሚመርጠው። ስህተትም አይደለም።

አቅርቦት፡ ፕሮፍኦር(ግሪክ):- ተንከባካቢ ፉልታሃውቶ፣ አስተውሎት፣ ግምት ውስጥ መግባት፣ ግምት ውስጥ መግባት፣ አስቀድመህ በለስላሳ መንገድ ማሰብ፣ ለሌላ ሰው ለማቅረብ መንከባከብ።

ዓላማ:- የታሰበ ወይም የሚፈለግ ውጤት ወይም ግብ።

ምላሽ መስጠት፡ ለአበረታች ወይም ለማነቃቂያ ምላሽ ለመስጠት፣ በተቃዋሚነት ለመንቀሳቀስ።

በሥጋ ምላሽ መስጠት:- አንድ ክርስቲያን ለአንድ ሁኔታ በኃጢአተኛ መንገድ ምላሽ ሲሰጥ፣ በአሮጌው የወደቀ ተፈጥሮው ልማዱ፣ ወይም ከመንፈስ ቅዱስ ኃይልና ጥበብ ይልቅ በጥንካሬው እና በመረዳት ምላሽ ሲሰጥ።

በእውነት ደስ ይበላችሁ፣ ታላቅ ደስታ አላችሁ። በእግዚአብሔር ተስፋዎች ላይ ተመስርተው እውነተኛ በሆነው ነገር መደሰት።

ንስሐ፡ መፍታት፣ ለአንድ ሰው ኃጢአት በመጸጸት ምክንያት ሕይወቱን ለማሻሻል፣ አንድ ሰው በእግዚአብሔር ፊት ላደረገው ወይም ላደረገው ነገር መጸጸት. ለመዞር እና ወደ ሌላ አቅጣጫ ለመሄድ; የባህሪ ለውጥን የሚያስከትል አእምሮን, ፍቃድን እና ህይወትን ለመለወጥ; ነገሮችን በሌላ መንገድ ለማድረግ.

ተግሣጽ:- የእግዚአብሔር ቃል በእምነት እና በምግባር ስህተት ወይም ኃጢአተኛ የሆነውን ይነግረናል።

ምላሽ ይስጡ፡ አዎንታዊ ወይም ጥሩ ምላሽ ይስጡ.

በፍቅር ምላሽ መስጠት:- በውስጣዊ መመሪያ፣ ፍቅር፣ ጥበብ እና የመንፈስ ቅዱስ ሃይል ምላሽ መስጠት።

በትክክል መከፋፈል:- አንድን ነገር ልክ እንደ እርሶዎ የአናጢነት ስራ፣ ግንባኝነት፣ ወይም አንድ ላይ የሚገጣጠም ጨርቅ መቁረጥ።

ባለጌ፡ ሻካራነት ባሕርይ ያለው; ጨካኝ፣ ከባድ፣ አስቀያሚ፣ ጨዋ ያልሆነ፣ ወይም አፀያፊ በሆነ መንገድ ወይም ድርጊት።

ማርካት፡ ራዋህ (ዕብራይስጥ)። ውሃ ለመስጠት, ለማፍሰስ; አንድ ሰው መሙላትን ለመጠጣት. እሱም የሚያመለክተው አንድን ሰው በጥሬው እና በምሳሌያዊ አነጋገር መጠጣትን ነው

አካላዊ መጻሕፍት

(መዝሙር 36:8-9፤ 65:10—11)። እሱ የሚፈልገውን ሁሉ መጠጣት፣ ማርካት ማለት ነው (ምሳ 5:19፤ 7:18)።

ደህንነት፡- ከአደጋ ወይም ከአደጋ ነፃ የመሆን ሁኔታ፣ አንድ ሰው ደህንነቱ የተጠበቀ እንደሆነ እና የአንዱ ደህንነት በሌላ ሰው እንደሚተማመን፣ ሚስት በባል አመራር ውስጥ በሰላም እንዳረፈ።

አእምሮዎን ይፈልጉ እና ያዘጋጁ፡ ድርጊቱን የሚያመለክቱ ወሳኝ ግሦች ቀጣይነት ያለው ሂደት ነው። መፈለግ ማለት መፈለግ እና ለማግኘት መጣር ማለት ነው። ሃሳብህን አስቀምጥ ፈቃድን፣ ፍቅርን እና ህሊናን ያመለክታል።

አስቀድማችሁ ፈልጉ፡ እንድታደርጉ እና እንዳታቋርጡ ትእዛዝን ፈልጉ (ማቴዎስ 6:33)።

የራሳችሁን መንገድ ፈልጉ፡ ድርጊቶችዎ ወይም መንገዶችዎ ሌሎችን እንዴት እንደሚነኩ ምንም ሳያስቡ ለፍላጎትዎ የሚስማማውን መከታተል። ግብአት ለመቀበል ፈቃደኛ አለመሆን፣ ይህም ከእግዚአብሔር እይታ ወይም ከትዳር ጓደኛህ ትምህርትን ያካትታል።

ጥናት፡ አስፈላጊ ግሥ፣ ለማድረግ እና ለመቀጠል ትእዛዝ. ቀናተኛ ጽናትን፣ ታታሪ መሆንን፣ የሚቻለውን ለማድረግ ሁሉንም ጥረት ማድረግን፣ ግብን ለማሳካት ጉጉ እና ቆራጥ መሆንን ያመለክታል።

አስረክብ፡ ሁፖታሶ (ግሪክ) .የመስጠት፣ የመተባበር፣ ኃላፊነት የመሸከም እና ሸክም የመሸከም የበጎ ፈቃድ አመለካከት።

ክፋትን አያስብም፡ ሎጊዘማይ (ግሪክ) እንደ የሂሳብ ቃል ጥቅም ላይ ይውላል, ይህም ማለት ነገሮችን በአእምሮ ውስጥ አንድ ላይ ለማሰባሰብ, ለመቁጠር ወይም ለመጨመር, እራሱን በስሌቶች ለመያዝ.

ለበጎ ሥራ ሁሉ በሚገባ የታጠቁ፡- እግዚአብሔር ፈቃዱን እንድንረዳ እና በቃሉ ውስጥ ያሉትን የመጽሐፍ ቅዱስ መርሆች በመከተል በመታዘዝ እንድንፈጽም ኃይል እንዲሰጠን ይፈልጋል።

አካላዊ መጻሕፍት

ተለወጠ፡ሜታሞርፎ (ግሪክ)። ከዚህም ሜታሞርፎሲስ የሚለውን ቃል ወስደናል። ወደ ሌላ ነገር ለመለወጥ፣ አባጫንሬ ወደ ቢራቢሮ።

እውነት፡ ከእግዚአብሔር ቃል የመጣ ነው; ትክክል እና ስህተት የሆነውን ግልጽ ያደርጋል.

ሥራ፡ ፖይማ (ግሪክ) .ከዚያም ግጥም የሚለውን ቃል እናገኛለን. የሆነ ነገር ለመስራት; ሥራ ፣ ሥራ ፣ ሥራ ወይም ዋና ሥራ ።

የመጨረሻ ማስታወሻዎች

1. ዋልተር ኤ.ኤልዌል፣ እትም፣ ወንጌላዊ መዝገበ-ቃላት ኦቭ ቢቢካል ቴዎሎጂ፣ ቤከር ሪፈረንስ ላይብሪሪ(ግራንድ ራፒድስ፣ ኤምአይ፣ ቤከር ቡክ ሃውስ፣ 1996) የሎጎስ ቤተ መጻሕፍት ስርዓት።
2. መሻገሪያ መጽሐፍ ቅዱሶች፣ የESV ጥናት መጽሐፍ ቅዱስ (Wheaton፣ IL፣ Crossway Bibles፣ 2008)፣ 51—52።
3. ዋረን ቤከር እና ዩጂን ኢ. አናጺ፣ የተጠናቀቀው የቃል ጥናት መዝገበ ቃላት፣ ብሉይ ኪዳን (ቻተኑጋ፣ ቴኤን፣ AMG አሳታሚዎች፣ 2003)፣ 1039።
4. ዳቦ ጋጋሪ እና አናጺ፣ ሙሉው የቃል ጥናት መዝገበ ቃላት፣ 1101.
5. ማክስ አንደርስ፣ ሆልማን የብሉይ ኪዳን ሐተታ፣ ምሳሌ (ናሽቪል፣ ቴኤን፣ ብሮድማን እና ሆልማን፣ 2005)፣ 50።
6. ስፓይሮስ ዞዲያትስ፣ ሙሉው የቃል ጥናት መዝገበ ቃላት፣ አዲስ ኪዳን (ቻተኑጋ፣ ቴኤን፣ AMG አሳታሚዎች፣ 2000)፣984።
7. ዴቪድ ኤል. አለን፣ ዕብራውያን፣ አዲሱ የአሜሪካ ሐተታ (ናሽቪል፣ ቴኤን፣ B&H አሳታሚ ቡድን፣ 2010)፣ 609።
8. ጆሴፍ ሲ. ዲሎው፣ ሰሎሞን በጾታ (ናሽቪል፣ ቴኤን፣ ቶማስ ኔልሰን፣ 1977)፣ 9.
9. ጃክ ኤስ ዲር፣ “የመዝሙር መዝሙር” በመጽሐፍ ቅዱስ እውቀት ሐተታ፣ የቅዱሳን ጽሑፎች ማብራሪያ፣ እት. ጄ.ኤፍ. ዋልቮርድ እና አር.ቢ.ዙክ፣ ጥራዝ. 1 (Wheaton, IL: Victor Books, 1985), 1022.

ስለ ደራሲው

ሞኝ. ዲስሌክሲያ ያለበት ተማሪ። የሁለተኛ ደረጃ ትምህርት ቤት የሶስተኛ ክፍል የንባብ ደረጃ ያለው። አላዋቂ ባል እና ተሳጻቢ አባት። ሁሉም ፓስተር ክሬግ ካስተር በህይወቱ ውስጥ በአንድ ወቅት ገልፀዋል፣ ነገር ግን እግዚአብሔር ለእርሱ የተለየ እቅድ ነበረው። ክሬግ በሕዝብ ፊት ለመናገር ቢፈራም አምላክ በ1994 የሙሉ ጊዜ አገልግሎት ጠራው። ያለ መደበኛ ትምህርት ወይም የሴሚናሪ ዲግሪ በእምነት ወጣ። በ 1995 የተሾመ ሲሆን ከዚያ ጊዜ ጀምሮ አራት መጻሕፍትን ጽፏል; ብዙ ሰዎችን ደቀ መዝሙር አደረገ; በመቶዎች የሚቆጠሩ ምክር ሰጥቷል; ስፍር ቁጥር የሌላቸው ወደ ክርስቶስ መርተዋል; እና በሺዎች የሚቆጠሩ በጋብቻ እና በወላጅነት ሴሚናሮች፣ በወንዶች ማፈገፈግ እና በፓስተር ጉባኤዎች በመላው ዩኤስ እና በአለም አቀፍ ደረጃ አስተምረዋል። ሁሉም በእግዚአብሔር ጸጋ እና ኃይል.

ምንም እንኳን ክሬግ በ1979 ህይወቱን ለኢየሱስ ቢሰጥም፣ ለውጡ የተጀመረው በኢየሱስ እና በቃሉ ውስጥ በየቀኑ መኖር ሲጀምር ነው። ኢየሱስ ከእያንዳንዳችን ጋር የጠበቀ ግንኙነት እንደሚፈልግ በእውነት ያምናል። ይህንን ግንኙነት ስለሚከታተል እና ሙሉ በሙሉ በክርስቶስ ላይ ጥገኛ ስለሆነ ህይወቱ ለዘላለም ተለውጧል።

ይበረታቱ

እግዚአብሔር በህይወቱ እንደሚሰራ ለማመን እየታገልክ ከሆነ በፓስተር ክሬግ ታሪክ ተበረታታ። ያለፈው ኃጢአት፣ የመማር እክልህ፣ የማስተማር ወይም የመናገር ፍራቻ፣ ወይም የትምህርት እጦት በህይወታችሁ ላይ ላለው የእግዚአብሔር ጥሪ ከመታዘዝ እንዲያግድህ አትፍቀድ። እግዚአብሔር አንተን የእሱ ደቀ መዝሙር ሊያደርግህ ይፈልጋል፣ እና ካገባህ ወይም ልጆች ከወለድክ፣ እርሱን የሚያከብር የትዳር ጓደኛ እና ወላጅ አድርጎ ሊፈጥርህ ይፈልጋል። ጸጋው አስደናቂ እና ገደብ የለሽ ነው። እሱ ይወድሃል እና በአንተ መከበር ይፈልጋል።

እግዚአብሔር ለአንተ የገባው ቃል ኪዳን

እግዚአብሔር ስለ በዛላት ቃል ኪዳንና አቅርቦቱ ይመስገን። “የኢየሱስ ክርስቶስ ባሪያና ሐዋርያ የሆነው ስምዖን ጴጥሮስ” ባሉት ቃላት በሰጣቸው ተስፋዎች ላይ አሰላስል።

በአምላካችንና በመድኃኒታችን በኢየሱስ ክርስቶስ ጽድቅ ከእኛ ጋር የከበረ እምነትን ላገኙ። በዓለም ካለው ጥፋት አምልጣችሁ የመለኮት ባሕርይ ተካፋዮች እንድትሆኑ በክብርና በበጎነት የጠራን በእርሱ እውቀት ለሕይወትና እግዚአብሔርን ለመምሰል የሚሆነውን ነገር ሁሉ እንደ ሰጠን በእግዚአብሔርና በጌታችን በኢየሱስ እውቀት ጸጋና ሰላም ይብዛላችሁ። ነገር ግን ስለዚህ ደግሞ ትጋትን ሁሉ እያሳያችሁ በእምነታችሁ በጎነትን ጨምሩ በበጎነት እውቀትን በእውቀት ራስን መግዛትን ራስንም በመግዛት መጽናትን፣ በመጽናትም እግዚአብሔርን በመምሰል የወንድማማች መዋደድን፣ በወንድማማችም መዋደድ ፍቅርን ጨምሩ። እነዚህ ነገሮች ለእናንተ ከሆኑና ከበዙ፣ በጌታችን በኢየሱስ ክርስቶስ እውቀት መካን ወይም ፍሬ ቢሶች አትሆኑም። (2 ጴጥሮስ 1: 1—8)

ስለ ቤተሰብ ደቀመዝሙርነት አገልግሎት

በ1994 በመስራች እና ዳይሬክተር በፓስተር ክሬግ ካስተር የተቋቋመው የቤተሰብ ደቀመዝሙርነት ሚኒስቴር (ኤፍዲኤም) የክርስቶስን አካል ቤተሰቦችን እንዲያገለግል

ለመደገፍ፣ ለማስተማር እና ለማሰልጠን ይጥራል። ይህንን ግብ ለማሳካት ኤፍዲኤም ለግል ጥናት፣ ለአነስተኛ ቡድኖች፣ ለቤት-ቡድን ጥናት እና ለአንድ ለአንድ ደቀመዝሙርነት መጽሃፎችን፣ ደጋፊ ቪዲዮዎችን እና የመስመር ላይ ቁሳቁሶችን ያቀርባል። በጋብቻ፣ በወላጅነት፣ በታዳጊ ወጣቶች ግንዛቤ እና በቤተ ክርስቲያን ደቀመዝሙርነት እቅድ ላይ ሴሚናሮችን ያካሂዳሉ።

የኤፍዲኤም አገልግሎት ግብ የክርስቲያን አብያተ ክርስቲያናት መሪዎችን ለደቀመዝሙርነት ራዕይ እንዲያዳብሩ እና የቤተክርስቲያናቸውን ቤተሰብ እንዲያገለግሉ ለመርዳት መጽሐፍ ቅዱሳዊ ጽኑ መጽሐፎችን እንዲያቀርቡ መምከር፣ ማሰልጠን እና ማስታጠቅ ነው። ከ1995 ጀምሮ፣ በሺዎች የሚቆጠሩ ሰዎች የጋብቻ እና የወላጅነት ትምህርቶችን ጨርሰዋል፣ እና በአሜሪካ እና በውጪ የሚገኙ በመቶዎች የሚቆጠሩ አብያተ ክርስቲያናት የኤፍዲኤም ቁሳቁሶችን በመጠቀም ጉባኤያቸውን አገልግለዋል። አገልግሎታቸውም ብዙ ቤተሰቦችን በFDM.world በሚገኙ ነጻ የመስመር ላይ ግብዓቶች ይረዳል።

ኤፍዲኤም እንደ ሩሲያ፣ ዩክሬን፣ ኩባ፣ ሜክሲኮ፣ አፍሪካ፣ ሲንጋፖር፣ ጃፓን እና ቻይና ባሉ አገሮች ውስጥ በንቃት ያገለግላል። በFDM.world ላይ የበለጠ ያግኙ።