እንጸልይ ዘንድ አስተምረን

ዶክተር መንግሥቱ ለማ

ጌታችን በኢየሱስ ክርስቶስ ውስጥ አስደናቂ የጸሎት ሕይወትን የተመለከቱ፥ በባህላቸው ከማንኛውም ምድራዊ ዜጋ የተሻሉ የጸሎት ሰዎች የነበሩ አይሁዳውያን ተከታዮቹ፥ ወደ ጌታ ኢየሱስ ዝቅ ባለ ስሜት ቀርበው" ጌታ ሆይ እንጸልይ ዘንድ አስተምረን።" ሲሉ ተማጠኑት። ለአይሁዳዊ ጸሎት አስተምረኝ ብሎ መጠየቅ ማለት አንድ በመሃል አገር ያደገ ኢትዮጵያዊ አባክችሁ እንጀራ መብላት አስተምሩኝ ብሎ የመጠየቅን ያህል ጋራ የሚያጋባ ነገር ነው። ይህ ነገር የሚያመለክተን ታድያ ጸሎት ከፍተኛ ትኩረት ሰጥተነው ልንማረው የሚገባ መንፈሳዊ ልምምድ እንጂ በልማድ የሚደረግ ሥርዓት ብቻ አለመሆኑን ነው።

በተለይ በዚህ ዘመን ጸሎት እጅግ ልንማረው የሚገባ ጥበብ ሆኖ ይገኛል። ምክንያቱም በተለያዩ ስፍራዎች ጸሎት በሚል ሥም የሚደረገው ነገር ሌላ ነገር ነው። ጸሎት አይደለም። አንዳንዶች የተጻፈ ነገርን ማንበብን፣ ሌሎች የጸሎት ስብሰባ በሚል ሥም ተገናኝተው አብረው በልተውና ጠጥተው መለያያትን እንደ ፀሎት ሲቆጥሩት፤ ለሌሎች ይህ የጸሎት ስብሰባ እንደ ዳንስና ስፖርትን የመሳሰሉ ነገሮችን የመለማመጃ መድረክ ነው።

ጸሎት በቅጡ ልንማረው የእግዚአብሔርን ቃል እየመረመርን ልንለማመደው የሚገባ ጉዳይ ነው። የገባንን ያህል በጸለይንበት ጊዜ እግዚአብሔር ሰምቶናል ብለን እዚያው ላይ መቆም የለብንም። በመንፈሳዊ ሕይወታችን እየጎለበትን ስንሄድ በዚያውም መጠን ስለ ጸሎት ያለንም ዕውቀት ሆነ ልምምድ በእኩል ጥንካሬ ማደግ ይኖርበታል።

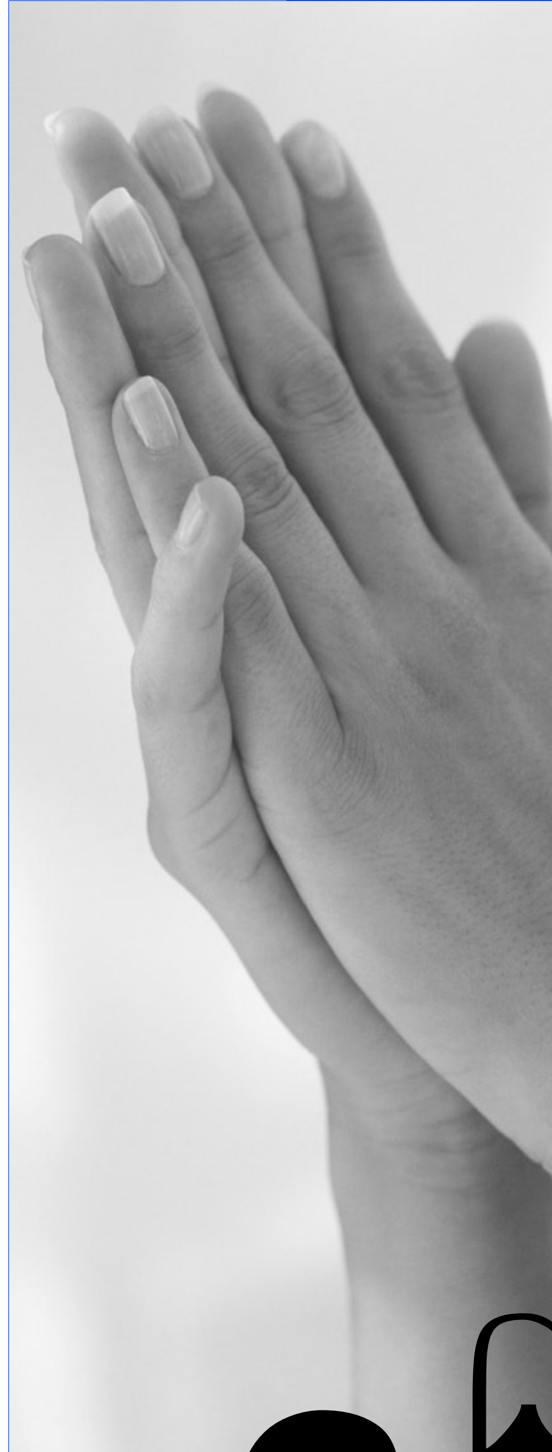
በዚህ ጹሑፍ ለመዳሰስ የሚሞከረው 4 - 2 - 5 ሞዴል በመባል የሚታወቀው የጸሎት መንገድ ነው።

ይህም ማለት

4 - ጸሎትን እንዲሳካ የሚያደርጉ ሁኔታዎች
2 - የጸሎት እክሎች
5 - የጸሎት ደረጃዎች

© 2006 የኢትዮጵያ ክርስቲያኖች ኅብረት ቤተክርስቲያን Houston, Texas

አራት (4) ጸሎት እንዲሳካ የሚያደርጉ ሁኔታዎች



1.ትክክለኛ የሆነ የእርቅና የእምነት ግንኙነት ከእግዚአብሔር ጋር ሲኖር፤ የክርስቶስ ኢየሱስን አዳኝነት በማመን ኢየሱስ ክርስቶስንም አምላክና አዳኛቸው አደርገው በመቀበል

የእግዚአብሔር ልጅነትን ስልጣን ያገኙ (ዮሐንስ 1፥11) ጸሎታቸው እንደሚመለስ እግዚአብሔር ቃል የገባ ሲሆን፥ ከእርሱ ጋር ምንም ግንኙነት ለሌላቸው ግን ከምሕረትና ከቸርነቱ የተነሳ ከሚያደርገው በቀር ጸሎታቸውን ሊመልስ የገባው ቃል የለም። (2ኛ ዜና መዋዕል 7፥14፣ ዮሐንስ 14፥13)

ይህ ለእግዚአብሔር ተከታዮች የተሰጠ ስልጣን በጣም ድንቅ ነው፤ በጣምም ኃይለኛ ነው። እንኳን ለራሳችን ስንጸልይ ይቅርና፥ ግንኙነቱ ለሌላቸው ሰዎች የምንጸልየው ጸሎት ለመመለሱ ያለንን እርግጠኝነትና በተወሰነ ስፍራ መፀለያችን ደግሞ ለመጸለይ ምቹ ሁኔታን ከመፍጠሩም ባሻገር ለጉዳዩ ከልብ የመሰጠትና የመታዘዝም ምልክት መሆኑን ልብ ማለት አስፈላጊ ነው።

2.ዕውነተኛ መንፈሳዊ ፍላጎት፤

ለጸሎት ስንሰበሰብ የጸሎት ፕርግራም ስላለ ብቻ የምናደርገው ከሆነና ከልብ እንድንጸልይ የሚገፋፋን ነገር ከሌለ-፣ የጸሎታችንን ዕውነተኛነት አጠራጣሪ ያደርገዋል። ከዚህም የተነሳ የምን ጸልይበት በቂ መንፈሳዊ ፍላጎት ሊኖረን ስለማይችል ቸሎታችን ውጤታማ ባይሆን እግዚአብሔር ቃሉን አልፈጸመም ማለት አይደለም። የምንጸልይበትን ዓላማ፣ ከጸሎታችን የምንጠብቀው ውጤት፣ ጸሎቱ ቢመለሰልን ሊሆኑ የምንሻቸው ሁኔታዎች ሁሉ ከእግዚአብሔር ቃል ጋር መጋጨት የለባቸውም። አንዲት ሴት ለባለቤቷ እንዲጸለይላት ጠይቃ፥ በጸሎቱ መካከል ለምን ሊጸለይላት እንደምትወድ ብትጠየቅ "ዓይኑን እንዳያሳየኝ ጸልዩልኝ!" በማለት የመለሰችውን ሴት ዓይነት የጸሎት ፍላጎት ከእግዚአብሔር አዎንታዊ ምላሽ አያገኝም። "በክፉ ትለምናላችሁና አትቀበሉም።" (ያዕቆብ 4፡-3)

3.የጸለይንበትን ጉዳይ እግዚአብሔር እንደሚያደርገው፡- ሊያደርገውም ፈቃደኛ እንደሆነ ማመን፤ (የእግዚአብሔር ባሕርይ)

አምናችሁ በጸሎት የምትለምኑትን ሁሉ ትቀበላላችሁ። (ማቴዎስ 21፥ 22) የምንጸልየው ሁሉን ወደሚችለው እግዚአብሔር ነው። እርሱ ለኛ መልካምን በማድረግ ደስ ይሰኛል። ስለዚህ ስንጸልይ እንደምንቀበል እርግጠኞች ከሆንን፥ እግዚአብሔር እንደ ፈቃዱ በእምነት የተጸለየን ጸሎት ሁሉ ሰምቶ ትክክለኛውንና የሚጠቅመንን ምላሽ መስጠቱ የማይቀር ነው።

4.ለጸለይነበት ጸሎት መልስ መቀበላችንን እርግጠኛ መሆን፤ (የራስ እምነት)

"እምነት ተስፋ ስለምናደርገው ነገር የሚያስረግጥ፣ የማናየውንም ነገር የሚያስረዳ ነው።" (ዕብራውያን 11፡-1) ስንጸልይ እግዚአብሔር ሰምቶ እንደመለሰ እርግጠኛ በመሆን ይኖርበታል።ማወቅ የሚገባን አንድ ነገር መልሱ እኛ የጠበቅነው ይሆናል ማለት አይደለም። መልሱ እሺ፣ ቆይ ወይም አይሆንም ሊሆን ይችላል። መልሱ የትኛውም ቢሆን ጸሎቱ መልስ አግኝቷል።

መረዳት የሚኖርብን ዋና ነገር፥ የጸሎቱ መልስ የጸለይንበት ጉዳይ መለወጥ ሳይሆን የኛ ከጉዳዩ ጋር ያለን ግንኙነት መለወጥ ነው። "በነገር ሁሉ በጸሎትና በምልጃ ከምስጋና ጋር በእግዚአብሔር ዘንድ ልመናችሁን አስታውቁ እንጂ በአንዳች አትጨነቁ። አዕምሮን ሁሉ የሚያልፍ የእግዚአብሔር ሰላም ልባችሁንና አሳባችሁን በክርስቶስ ኢየሱስ ይጠብቃል።" (ፊሊጵስዮስ 4፥6-7)

© 2006 የኢትዮጵያ ክርስቲያኖች ኅብረት ቤተክርስቲያን Houston, Texas

ሁለት (2) የጸሎት እክሎች

ጸሎቶቻችን እንዳይመለሱ እንቅፋት ሊሆኑ የሚችሉ በርካታ ምክንያቶች ቢኖሩም፥ እነዚህን ምክንያቶች ለሁለት ከፍሎ መመልከት ይቻላል።

1. ንስሐ ያልገባንበት ኃጢአት፤

ኃጢአት እጅግ መጥፎ ከመሆኑ የተነሳ በእኛና በእግዚአብሔር መካከል ያለውን ግንኙነት እንደ መጋረጃ በመዘጋት ጸሎታችን እንዳይፈጸም ይከለክላል። አንዳንዶች ኃጢአትን ከስሕተት መማሪያ አጋጣሚ አደርገው ሊመለከቱት ይወዳሉ። ሌሎች ደግሞ ወደ ኃጢአት ምን ያህል ቀርበው ሳይነካኩ መቅረት መቻላቸውን ሲሞክሩ ይታያሉ። ትክክለኛው የክርስትና ትምሕርት ግን ኃጢአትን አትቅረብ፣ ኃጢአትን ራቅ ከኃጢአት ሽሽ ነው የሚለው። (መዝሙር 66፦ 18)

2. አለማመን

ስንጸልይ የጸሎታችንን ምላሽ እንደምንቀበል በማመን መሆን ይኖርበታል። እምነት የጎደለው ጸሎት ከንቱ ድካም ነው። ብዙዎች የሚጸልዩበት ጉዳይ ሊሆን አይችልም ብለው በውስጣቸው ደምድመው ይቀርባሉ። ያለ እምነት ግን እግዚአብሔርን ደስ ማሰኘት አይቻልም። ጌታችን ኢየሱስ ክርስቶስ ግን በተለያየ ስፍራ “እንደ እምነትህ!”፣ “እምነትሽ አድኖሻል!” ማለቱን እናነባለን።

አምስት (5) የጸሎት ደረጃዎች

እነዚህን የጸሎት ደረጃዎች ለማስታወስ እንድንችል እያንዳንዳችውን ከጣቶቻችን ባሕርያት ጋር እያይዘን እንመለከታለን።

1. አውራ ጣት (ውዳሴና ሙገሳ)

ጸሎት በምንጀምርበት ጊዜ እግዚአብሔርን በማሞገስና በማወደስ መሆን ይኖርበታል። “እንግዲህ ዘወትር ለእግዚአብሔር የምስጋናን መስዋዕት ማለት ለስሙ የሚመሰክሩ የከንፈሮችን ፍሬ ለእርሱ እናቅርብለት።” (ዕብራውያን 13፦ 15) ታላቅነቱን፤ ቅዱስነቱን፣ ልናውጅለት የተገባ አምላክ ነው ያለን። በብሉይ ኪዳን ሊቀ ካህኑ ወደ ማደሪያው ድንኳን ከመግባቱ በፊት ጢሱ ወደ ላይ ከፍ የሚል የዕጣን መስዋዕት ያቀርባል። የኛ መልካም መዓዛ ያለው ዕጣን፥ ከልብ የመነጨ ሙገሳና ውዳሴአችን ነው። እኛም ወደ እግዚአብሔር ዙፋን በጸሎት ስንቀርብ በፊቱ መልካም መዓዛ ያለውን ሙገሳና ውዳሴ አስቀድመን መሆን ስላለበት የጸሎታችን የመጀመሪያው ክፍል ውዳሴና ሙገሳ መሆን ይኖርበታል። አውራ ጣታችን ከጣቶቻችን ወፍራሙ በመሆኑ ውዳሴና ሙገሳም ከጸሎታችን ትልቁን ድርሻ መውሰድ ይኖርበታል።

2. አመልካች ጣት (ምስጋና)

ይህ ጣት ዋና ስራው ማመልከት በመሆኑ፥ ይኸኛው የጸሎታችን ክፍል እግዚአብሔር ያደረገልንን ነገር በመመልከት ለእግዚአብሔር ምስጋና ማቅረብ ላይ ያተኩራል። ባለፈው ያደረገልንን እያሰብንና ባደረገልን ነገር ላይ እያመለከትን ስንጸልይ፥ ከአሁን ቀድሞ መልካም ያደረገልን አምላክ ዛሬም እንደሚያደርግልን እምነት ይሰጠናል። ምስጋና የችግራችንን ግዙፍነት በማሰወገድ ዓይናችንን ወደ እግዚአብሔር ታላቅነት ይመራል። የምስጋና ጸሎት የእግዚአብሔርን መልካም ስራ ስለሚናገር ሰይጣንን ተስፋ ሲያስቆርጥ እኛን ደግሞ ያበረታናል።

3.መካከለኛ ጣት (ንሰሃ)

“በደሌና እናገራለሁና በኃጢአቴም እተክዛለሁ።” (መዝሙር 38፥18) የእግዚአብሔርን ማንነት በሙገሳ ከተናገርን በኋላ፥ ድል አደራጊነቱን መስክረን በመቀጠል ወደ ራሳችን መመልከት እንጀምራለን። በዚህ ግርማ ሞገስ በተሞላ አምላክ ፊት የምቀርብ “እኔ ማነኝ?”፣ “ይህ ሁሉ መልካምነት በእርግጥ የሚገባኝ ሆኜ ነውን?“ ከሚል ስሜት በመነሳሳት ራሳችንን በእግዚአብሔር ፊት ዝቅ በማድረግ እንጀምራለን።”ኃጢአት የለብንም ብንል ራሳችንን እናስታለን፥ እውነትም በእኛ ውስጥ የለም። በኃጢአታችን ብንናዘዝ ኃጢአታችንን ይቅር ሊለን ከዓመፃም ሁሉ ሊያነጻን የታመነና ጻድቅ ነው።” (1ኛ ዮሐንስ 1፥8-9) የእግዚአብሔር ቅዱስነትና ፍጹምነት ወደ ልባችን ሲሰርፅ ጉድለታችንና መተላለፋችን ቁልጭ ብሎ ስለሚታይ ከኃጢአት ሁሉ ሊያነጻን በታመነው በጌታችን በኢየሱስ ክርስቶስ ደም እንነፃ ዘንድ እንጸልያለን።

4.የቀለበት ጣት (ምልጃ)

ቀለበት ከሌላ ጋር ያለንን ኅብረት ወይም ቃልኪዳን እንደሚያሳይ፥ ለሌሎች መጸለይ፣ የሌሎችን ሸክም መሸከም፣ የሌሎችን ችግር ይዞ መቃተት ለራስ ከመለመን የበለጠ ክርስቲያናዊ ብስለትን የሚያመለክት የጸሎት ልምምድ ነው። ከራሳችን ወጣ ብለን፦ የተጠራንበትን የክህነት ስራ እንድናሟላ የሚያደርገን የምልጃ ጸሎት ነው። ይህ ጸሎት በበለጠ ጌታ ኢየሱስን ወደ መምሰል ያስጠጋናል። ምክንያቱም የጌታ ኢየሱስ ጸሎት የሚታወቀው በምልጃ ጸሎትነቱ ነው። (ዮሐንስ 17)

የምልጃ ጸሎት እንዲጸለይለት በጠየቀ ሰው አነሳሽነት ሊጀመር ይችላል። እንደዚሁም ደግሞ የምልጃውን ጸሎት የሚጸልየው ሰው ለማያውቁትና ለማያውቃቸው ሊማልድ ይችላል። ለምሳሌ ላልዳኑ ሰዎች የሚጸለይ ጸሎት ይህንን ይመስላል። በዚህ ጸሎት ውስጥ ለዓለም ሕዝብ ሁሉ፣ በተለያየ ዓለም ተብትነው ለሚገኙ ሚሲዮናውያን፣ ለቤተ ክርስቲያን አገልጋዮችና አገልግሎቶች፣ ለመሪዎች፣ ለመምህራንና ሌሎችም የሚጸለየው ጸሎት የምልጃ ጸሎት ነው። ተገቢ የሆነ የምልጃ ጸሎት አለማቅረብ እግዚአብሔርን ሊያሳዝነው እንደሚችል በ1ኛ ሳሙኤል የተናገረውን መጥቀስ ይቻላል።”ስለእናንተ መጸለይን በመተው እግዚአብሔርን እንዳልበድል።”

5.ትንሿ ጣት (ልመና)

ከጣቶቻችን ሁሉ ትንሽ በሆነችው ጣት የተወከለው፦ ለራሳችን የምናቀርበው ልመና ነው። በውዳሴና ሙገሳ ከእግዚአብሔር ዙፋን ፊት ቀርበን፦ በምስጋና ጸሎት ሰይጣንን ተስፋ አስቆርጠን፣ በንስሃ ለኃጢአታችን ይቅርታ ተቀብለን፣ በምልጃ ጸሎት የሌሎችን ጥያቄና ሸክም ተካፍለን ለልመና ጸሎት የሚተርፈን ጥያቄ ትንሽ ነው። ምክንያቱም ከላይ በተጠቀሱት ሁኔታዎች ውስጥ ስናልፍ የራሳችን ጥያቄ እግረ መንገዱን ምላሽ የሚያገኝ በመሆኑ ጸሎት ስንጀምር የነበረን መዳከም በብርታት ተተክቶ፥ተስፋችን የበለጠ አምሮ ሕይወታችን ታድሶ ጸሎታችንን በምስጋና እናበቃለን።

ጌታ ሆይ እንጸልይ ዘንድ አስተምረን።