53-1

ተጠንቀቁ!

ዝሙት አንሸራቶ ይጥላል

መስታወት ቁጥር 49 ላይ "ያልታደሠ አዕምሮ ወደ ኃጢአት ይከታል" በሚለው አርዕስት ሥር ሰው ሥጋ፣ መንፈስና ነፍስ ያለው ፍጡር መሆኑን መግለጻችን ይታወሳል። እነዚህን የሰው የተፈጥሮ ክፍሎችን መጥቀሳችን ያለምክንያት አይደለም። ሰው በሕይወቱ ኃጢአት የሚሠራው በሥጋው ነው ወይንስ በነፍሱ አማካኝነት? ለዚህ ጥያቄ ትክክለኛ መልስ ለማግኘት ያልቻለ ወይንም ጠይቆ ለመረዳት ሙከራ ያላደረገ አንድ ወጣት አንድ ጊዜ የዝሙት ፈተና በጣም ስላስቸገረው የዘለዓለምን ሕይወት ከማጣት በማለት ብልቱን በቢላ ቆርጦ ጥሎ ከሞት ለጥቂት እንደዳነ ታሪኩን ሰምተናል። ያ ወጣት "ብልቴን ቆርጬ ስለጣልኩ ከእንግዲህ ፈተና አይኖረብኝም" በማለት አስቦ ነበር፤ ይሁን እንጂ ኃጢአት የሚሠራበት አካል (ሥጋ) ባይኖረውም እንኳን ያ ወጣት ከሥጋ ምኞት ነጻ አልሆነም። ስለዚህ ሥጋችንን እንቆጣጠር" ስንል ከላይ የሚታየውን ውጫዊውን ሥጋ ብቻ ማለት እንዳልሆነ በቅድሚያ ልናውቀው ተገቢ ነው። በዚህ ነጥብ ላይ በሕይወት መስታወት ቁጥር 31 ላይ "ከፍትወት እንሽሽ" በሚል አርዕስት መጠነኛ ትምህርት የሰጠን ቢሆንም በዚህ ነጥብ ላይ ችግራቸውን እየጠቀሱ የሚጽፉልንና በስልክም የሚያነጋግሩን ሰዎች ቁጥር ብዙ ስለሆነ ተጨማሪ ትምርህት ለመስጠት በማሰብ ይህንን ትምርህት አዘጋጅተን አቅርበንላችኋል።

በየጊዜው ከሚደርሱን ደብዳቤዎች መካከል አንዱ እንዲህ ይላል፥

> *"የጌታ ባሪያ ለሆኑት ለአቶ መለሰ ወጉ፥ በመጀመሪያ በጌታ በኢየሱስ ክርስቶስ ስም ሰላም እልዎታለሁ። ችግሬም የፍትወት ሥጋ ምኞት ወይን የዝሙት መንፈስ ነው። ክርስቲያን ከሆንኩ ሰባት ዓመት ሆኖኛል። በክርስትና ሕይወቴ ወደፊት እንዳልራመድ እንቅፋት ሆኖ የሚጎትተኛና የሚያስጨንቀኝ የዝሙት መንፈስ ነው። ባለሁበት ቤተ ክርስትያንና በሌሎችም ቤተክርስትያኖች እየሄድሁ ችግሬን ሳልደብቅ ለአገልጋዮች ነግሬ እጃችሁን ጭናችሁ ጸልዩልኝ እያልሁ እንዲጸልዩልኝ አድርጌ ነበር። ግን ሊተወኝ አልቻለም። በተለይ ገንዘብ ባገኘሁ ጊዜ ጠላት ዲያብሎስ ነድቶ በማልፈልገው ሥፍራ ማለትም ወደ ሴተኛ አዳሪ ወስዶኝ ከሴተኛ አዳሪ ጋር አመነዝራለሁ ወይንም የግብረ ሥጋ ግንኙነት አደርጋለሁ። በዚህ ሁሉ ጌታ ሆይ! አንተን ሁልጊዜ ከማሳዝን ምነው ወደ አንተ ብትጠራኝ ወይም ነፍሴን ከሥጋዬ ብታላቅቃት እያለሁ ሞት እየተመኘሁ አለሁ። አሁንም ይህ የዝሙት መንፈስ በጣም ያስጨንቀኛል፤ ያጠቃኛል። እንዳላገባ ሥራዬ ለጊዜው ለዕለት ጉርስ እንጂ በቂ አይደለም። ታዲያ ለዚሁ ችግሬ ምን ምክርና አስተያየት ይሰጡኛል? እባክዎን በጌታ ስም ይጻፉልኝ። ከዚህ በተረፈ አገልግሎትዎን ይባርከው፤ የጌታ ጸጋ ይብዛልዎት።*
>
> *የእርስዎ መንፈሳዊ ልጅዎ…"*

የግብረ ሥጋ ግንኙነት ምኞት አዕምሮአቸውን የሚያስጨንቀው ያላገቡትን ወንዶችን፣ በዕድሜያቸውና በመንፈሳዊ ሕይወታቸው ወጣት የሆኑትን ብቻ አይደለም። ያገቡትንም፣ ሴቶችንም፣ በመንፈሳዊ ሕይወታቸው የቆዩትንና ትልቅ አገልግሎት ያላቸውንም የሚታገል ኃይል ነው። ኢትዮጵያውያኖች በተፈጥሮአችን ግልጾች ስላልሆንን ችግራችንን እንደብቅ እንጂ ብዙዎች መጠኑ ቢለያይም በሥጋ ፍትወት ምኞት የማይቋርጥ ጦርነት እንዳለባቸው አልጠራጠርም። ይህ ችግር ወንድና ሴት፣ ብርቱ ክርስትያንና ደካማ ክርስትያን እንደማይመርጥ ሁሉ፥ ሕብረተሰብና ዜግነትም አይመርጥም። በአንዳንድ ሕብረተሰብ ውስጥ የሚኖሩ ሰዎች የግል ችግራቸውን በግልጽ ስለማይናገሩ ይህ ችግር በአካባቢያቸው የለም ማለት አይደለም። እርግጥ ነው በሰለጠነው ሕብረተሰብ መካከል ብዙ ነገር የተገለጠ ስለሚሆን፥ በሚያዩትና በሚሰሙት የበለጠ የመሳብ ዝንባሌ ሊኖራቸው ይችላል።

ይህ ችግር በመንፈሳዊ ሕይወታቸውና በአገልግሎታቸው አንጋፋ የሆኑትንም የሚደፍር መሆኑን ከላይ ገልጸናል። ለምሳሌ እንዲሆነን በዚሁ ጉዳይ ላይ የተቸገረ አንድ የቤተ ክርስቲያን መጋቢ ለአንድ ክርስትያን የሥነ አዕምሮ ምሁር የጻፈውን ደብዳቤ ከዚህ ቀጥሎ አቅርበንላችኋል።

ውድ ወንድሜ…፥

"ይህን ደብዳቤ የጻፍኩልህ ችግሬን ለሌሎች ገልጬ ለመንገር ስለማልችል ነው። ሰዎች ይህንን ችግሬን ቢያውቁ ፍጹም ግብዝ የሆንኩ ሰው አድርገው እንደሚገምቱኝ አውቃለሁ። ልቋቋመው ያልቻልኩት ችግሬ ከመጠን ያለፈ የሩካቤ ሥጋ ግንኙነት (sex) ፍላጎት ነው። ልቆጣጠረው በማልችለው የሩካቤ ሥጋ ፍላጎት እሞላለሁ። ከዚህ ወጥመድ ለማምለጥ ፈጽሞ አልቻልኩም። ቆንጆ የሆነች ሚስት አለችኝ። ያለምንም ችግር ፍላጎቴንና ጥያቄዬን ታሟላልኛለች፤ ያም ሆኖ አይጠቅመኝም። ሁልጊዜ ከሚስቴ ሌላ ሴቶችን ማየቴና መመኘቴ በጣም ያሳፍረኛል። ለሴቶች ሁሉ ፍጹም የሆነ አክብሮት ቢኖረኝም፥ በውስጤ የሚቃጠለውን የሥጋ ምኞት ከውስጤ ማስቀረት ያቅተኛል። ከዚህ እሳት ነጻ ለመውጣት ምን ያህል ጊዜ እንደጸለይኩ እግዚአብሔር ይግለጽልህ። አንዳንድ ጊዜ ፋት በማይሰጥ ሥራ ውስጥ ስሆን ይሄ እሳት በውስጤ መንደዱን በመጠኑም ቢሆን ይቀንሳል፤ ይሁን እንጂ ያን የመሰለ ፋታ የማገኘው ለብዙ ጊዜ እንደማይሆን አውቃለሁ። በሩቅም ሆነ በቅርብ ስሜቴን የሚቀሰቅስ ነገር ሳይ በቀላሉ ያ የሥጋ ፍትወት እሳት በውስጤ መንደድ ይጀምራል። በዚህ ችግር ውስጥ የማልፍ እኔ ብቻ እንዳልሆንኩ አውቃለሁ። ለጥቂት የቤተክርስትያን መጋቢዎች ችግሬን ሳካፍላቸው እነርሱም ተመሳሳይ ችግር እንዳለባቸው ነግረውኛል። ስለፈተና የተጻፉትን መጽሐፍት በብዛት አንብቤአለሁ፤ ከሥጋ ፍትወት ነጻ መውጫ ዘዴዎች የተባሉትን መመሪዎች ሁሉ ቃል በቃል አጥንቼአቸዋለሁ ግን መፍትሄ አልሰጡኝም። ስለሩካቤ ሥጋ ግንኙነት ማሰብህን አቁም ብሎ መናገር ይቀላል፤ ማድረግ ግን ከባድ ነው። ከዚህ በኋላ ያለኝ ወይንም የቀረኝ ተስፋ ዕድሜዬ በገፋ ቁጥር ይሄ በውስጤ የሚነደው የሩካቤ ሥጋ ግንኙነት ፍላጎት እየቀነሰ ይመጣል የሚል ብቻ ነው" አለ።

"በዓለም ላይ ያለው ትልቁ ኃይል ኒዩክለር ቦምብ ሳይሆን የሩካቤ ሥጋ ግንኙነት ፍላጎት (sexual desire) ነው" አለ አንድ ጸሐፊ። በዓለም ላይ የሚከሰቱት ችግሮች ምክንያታቸው ትልቁና ዋናው የሩካቤ ሥጋ ፍላጎት እንደሆነ ይነገራል። ብዙ ታላላቅ ሰዎች በዚህ ምክንያት ወድቀዋል። ብዙ ቤተሰብ ፈርሷል። ይሄ በሰው ሕይወት ውስጥ የሚታየው የሩካቤ ሥጋ ፍላጎት ኃይል በሰው ሰውነት ውስጥ ባለው ሆርሞን ምክንያት የሚፈጠር ሲሆን፥ በሌላ በኩል ደግሞ በሰውየው በራሱ አዕምሮ ወይንም አስተሳሰብ ምክንያት የሚፈጠር ኃይል ነው። ሰው ሙሉ ደስታና እርካታ እንዲያገኝበት እግዚአብሔር ራሱ የፈጠረለት ስለሆነ፥ በአግባቡ ቢጠቀምበት የሩካቤ ሥጋ ግንኙነት ኃጢአት አይደለም። ስለዚህም ሰው የሩካቤ ሥጋ ፍላጎቱን ጤናማ በሆነ መንገድ ማሟላት ይችላል።

1. የሩካቤ ሥጋ ፍላጎትን በሚመለከት ቤተ ክርስትያን ማስተማር ይገባታል

የሩካቤ ሥጋ ግንኙነት ፍላጎት የብዙዎች ክርስትያኖች ችግር ነው ብለን ካመንን፥ ቤተ ክርስትያን ምዕመኖቿን በግልጽ የምትመክርበትና የምታስተምርበት "የሩካቤ ሥጋ ግንኙነት መመሪይ" (Theology of sex) ሊኖራት አይገባም ወይ? በዚህ አቅጣጫ እግዚአብሔር ለአማኞች ያለው ዕቅድ ምን እንደሆነ ሚዛኑን ያልለቀቀ ትምህርት መስጠት አስፈላጊ አይሆንም ወይ? የኢትዮጵያ አብያተ ክርስትያናት መሪዎች ለብዙዎች ክርስትያኖች ችግርና እንቅፋት ስለሆነው "የሩካቤ ሥጋ ፍላጎት" (sexual desire) ማስተማር መምከር ያለባቸው ይመስለናል። "ዝም" ማለት ችግሩ የለም፤ እኛን አይመለከተንም ማለት አይደለም። አማኞች ለዚህ ጥያቄያቸው ከቤተ ክርስትያን አካባቢ መልስ ማግኘት ሲያቅታቸው ከዚያ ውጪ ለጥያቄያቸው መልስ መፈለጋቸው አይቀርም። ያ ደግሞ ትክክል የሆነ መፍትሔና መልስ አይሰጣቸው። አማኞች በዚህ ችግራቸው ላይ የሚያዋዩት ወይንም የሚመክራቸው ሲያጡ በውስጣቸው የሚፈጠረው ትርምስና ትግል ያይልና በኃጢአት ይወድቃሉ ወይንም "እኔ ይህንን ኃይል የምቋቋምበት ጉልበት የለኝም" በማለት ተስፋ ቆርጠው ከክርስትና እምነት ይሸሻሉ። ይሄ ደግሞ ሁላችንንም ያሳዝነናል። በሩካቤ ሥጋ ግንኙነት ምክንያት ከቤተ ክርስትያንና ከክርስትና ሕይወት በሚወጡት አማኞች ላይ ጣታችንን መጠቆምና የፍርድ ቃል ማስተላለፍ ብቻ አይበቃም፤ በዚህ ወጥመድ እንዳይገቡ አስቀድሞ መመሪያና ማስጠንቀቂያ መስጠት ያስፈልጋል። እንዳይወድቁ አስቀድሞ ትምህርት መስጠቱ ብቻ ሳይሆን፥ ማስጠንቀቂያን አውቀውና ተምረውም ቢሆን አልፎ አልፎ ተንሸራተው የሚወድቁ ስለሚኖሩ፥ እነርሱንም ከወደቁበት ረግጠናቸው በማለፍ ፈንታ በሕይወታቸው እውነተኛውን ተሀድሶ በማግኘት ከቤተ ክርስትያን አንድነት እንደገና የሚቀላቀሉበት መንገድ ልንፈጥርና እንዲሁም ልባችንን ልንከፍትላቸው ይገባል። "ብርቱ ነን" ብለን ራሳችንን የምንቆጥረው ሰዎች እንኳን የመውደቅ ዝንባሌ

በተፈጥሮአችን ስላለ በሌላው ላይ ከፍረድ ብርቱ ጥንቃቄ ማድረግ ይገባናል።

2. የሩካቤ ሥጋ ግንኙነት “ከምኞት” (lust) ይጀምራል

እንስሳት በውስጣቸው አንድ ነገር የመፈለግ (የማሰኘት) ግፊት (urge) እንዳለባቸ ሁሉ ሰውም አለው። አንዳንድ ጊዜ በሰው ላይ የሚታየው ፍትወት “እንሰሳዊ ግፊት” በሚል የቅጽል ስም ይጠራል። እንሰሳት የሩካቤ ሥጋ ግንኙነት ፋልጎት የሚፈጠርባቸው በአንጎላቸ ውስጥ ተምረውት ሳይሆን በተፈጥሮ (instinct) የሚያገኙት ነው። ወንድ ውሻ ሌላ ውሻ ሲያይ ፍላጎቱ የሚቀሰቀሰው ሴት ውሻ መሆኗን በማየት አይደለም። በሽታ ወይንም በጠረን ሊቀሰቀስ ይችላል። የሰው የሩካቤ ሥጋ ግንኙነት ፍላጎት የሚፈጠረው ግን በአንጎሉ በተለይ ኮርቴክስ (cortex) ተብሎ ከሚጠራው አዲስ ነገር ከሚማርበት የአንጎል ክፍሉ ነው። ሰው እጅግ በጣም የዳበረ አንጎል ስላለው የሩካቤ ሥጋ ግንኙነት መቼ፣ እንዴት፣ የት መፈጸም እንዳለበት ወይንም መፈጸም እንደሌለበት ያውቃል። ስለዚህ ሰው የሩካቤ ሥጋ ግንኙነት ፍላጎቱ በተቀሰቀሰ ጊዜ ሁሉ እንደ ዝቅተኛ እንሰሳ ለግፊቱ ራሱን መስጠት የለበትም። ሰው በውስጡ ባለው ሕዋሳዊ ንጥረ ነገር (hormone) ብቻ የሚመራ ስላልሆነ፥ “አልፈጽምም” ብሎ መግታት የሚያስችል የመምረጥ ኃይል አለው። የሩካቤ ሥጋ ግንኙነት ላለማድረግ ከመረጠ፥ አንጎሉ ፍላጎቱን እንዲቆጣጠር ያስችለዋል። በዚህ ዓይነት ሰው ዕድሜውን ሙሉ ድንግል ሆኖ ወይንም ሳይገባ እስከ መጨረሻ መዝለቅ ይችላል ማለት ነው።

የሰው አንጎል ኃይል እጅግ የሚያስደንቅ ነው። ስዕል ወይንም ምስል የሩካቤ ሥጋ ግንኙነት ፍላጎት መቀስቀሻ መሆን ይችላል። በመሠረቱ ፎተግራፍ ሁለት ወይንም ሦስት ቀለሞችን የያዘ ነጠብጣብ (dots) ወረቀት ላይ ሲታተሙ የምናገኘው ስዕል ነው። ወንድ የሴትን ጡት የሚያየው ለህጻን ወተት የሚያጠራቅም እንደሆነ ብቻ አይደለም፤ ከዚያ ያለፈ ነው። ተራ እንሰሳት ጡትን ከሩካቤ ሥጋ ግንኙነት ጋር አያያይዙትም። ሰው የወገብ፣ የእግርና የሌላው የሰውነት ክፍል ከሩካቤ ግንኙነት ጋር ስለሚያያይዘው ፍላጎቱን ይበልጥ ይቀሰቅስበታል። የወንድና የሴት ተፈጥሮ በዚህ አቅጣጫ የተለየ መሆኑን የምናየው ሴት በማየት የወንድን ያህል የሩካቤ ሥጋ ፍልጎቷ የሚቀሰቀስ አይደለም። ስለዚህ ወንዶችን የምኞች (lust) ችግር የሚያጠቃቸው ያህል ሴቶችን አያጠቃቸውም።

የሩካቤ ሥጋ ግንኙነት ምኞት (lust) ተራ የእንሰሳዊ ተፈጥሮ ግፊት ብቻ አይደለም። የትኛውም እንሰሳ ቀንና ማታ ስለ ሩካቤ ሥጋ ግንኙነት አያስብም። ፍላጎቱ የሚቀሰቀሰው ፍላጎቱን ሊቀሰቅስ የሚችል እንሰሳ በአካባቢው ባለበት ጊዜ ብቻ ነው። ሰው ከእንሰሳ ይለያል፤ የሩካቤ ሥጋ ግንኙነት ፍላጎቱ የሚጠነሰሰው በአንጎሉ ውስጥ ነው። ጤናማ የሩካቤ ሥጋ ግንኙነት ሊፈጥር የሚችለው ጥሩ ምርጫ የማድረግ ልምምድ ሲኖረው ብቻ ነው። ሰው ከሩካቤ ሥጋ ፍላጎት መላቀቀ የሚያቅተው ወይንም ሱስ የሚሆንበት፥ የሥጋውን ፍላጎት አንጎሉ በትክክል መተርጎምና አቅጣጫ ማስያዝ ሲያቅተው ነው። ፎተግራፍ ወይንም ምስል በራሱ ምንም አይደለም። ከላይ እንደገለጽነው፥ ጥቃቅን ነጠብጣቦች ወይንም መስመሮች በወረቀት ላይ ታትመው ነው። ይሁን እንጂ በዚያ ስዕል የሰው የሩካቤ ሥጋ ግንኙነት ፍላጎት ከመጠን በላይ ሲቀሰቀስ እናያለን። ያንን ስዕል የሚያይ ወንድ የደሙ ፍጊት ሲጨምር፥ ፍላጎቱ ሲቀጣጠል ይታያል። ጥቂት ሆርሞኖች ብቻ ሳይሆኑ መላው የሰው አንጎል ለእርሱ መጠቀሚያ የተሰጠው በመሆኑ፥ የሩካቤ ሥጋ ምኞት (lust) ኃይለኛ ነው። ምኞት ወይንም ፍትወት (lust) ሌላ ነገር ሳይሆን የሩካቤ ሥጋ ግንኙነትን በተግባር ለመተርጎም መፈለግ ነው። በትክክለኛ መንገድ ከሆነ፥ መፈለግ ወይንም መመኘት መጥፎ አይደለም። ባል ከሚስቱ፥ ሚስት ከባሏ ጋር የሩካቤ ሥጋ ግንኙነት ለማድረግ ቢፈልጉ ኃጢአት አይደለም። ከዚያ ውጪ ሲሆን ግን ኃጢአት ከመሆኑም ሌላ፥ ሱስ መሆን ይችላል።

3. ከምኞት ሱስ መዳን ይቻላል?

በዚህ ላይ ጥቂት መፍትሄዎችን እንጥቀስ።

ሀ. ምኞትን (lust) “አይቶ ከማድነቅ” ጋር አንድ አናድርገው

ቆንጆ አበባን ለማየት የሰው ዓይን ይሳባል፤ በዚሁ መልክ ቆንጆ ሴትን ማየትና ማድነቅ የሰው የተፈጥሮ ባህሪው ነው። የሚያምረውን አይቶ የማይደንቅ ሰው ቢኖር፥ ያ ሰው አንድ ነገር የጎደለው መሆነ አለበት። ይሁን እንጂ ምኞት ወይንም ፍትወት (lust) አይቶ ከማድነቅ በጣም ይለያል። ከአሥርቱ ትዕዛዝ ውስጥ አንደኛው “የባልጀራህን ሚስት አትመኝ” ነው የሚለው። በዚህ ሥፍራ የተገለጸው “ምኞት” የሚለው ቃል ትክክለኛ ትርጉሙ “ጠንካራ ፍላጎት” ማለት ነው። ጤናማ ያልሆነ ምኞት ማድነቅ ማለት ሳይሆን፥ ከመጠን በላይ በዚያ ነገር መያዝ ወይንም ወጥመድ ውስጥ መግባት ነው። ስለዚህ ከፍትወት ለመዳን ከፈለግን ለአድናቆታችን ግድብ ወይንም ወሰን እናብጅለት። አድንቀን ቶሎ ዘወር እንበል።

ለ. *በተቃራኒ ጾታ ላይ ዓይናችንንና ሀሳባችን ለረጅም ጊዜ እናሳርፍ። ሰው ዓይኑ ከማየት የተቆጠበ ስላልሆነ ያያል፤ ግን ለረጅም ጊዜ ትክ ብሎ እንዳይቀር ራሱን መግታት ይችላል። ለሚያምር ነገር ዓይናችን ደስ ለሚል ሽታ አፍንጫን ይሳባል። ይሄ የተፈጥሮ ስለሆነ ምንም ማድርግ አንችልም። ይሁን እንጂ ሀሳባችን ባየነው ነገር ተስቦ እንዳይቀር ወሰን ልናበጅለት ይገባል። ማግኘት የምንችለውንና የማንችለውን የተፈቀደልንንና ያልተፈቀደ ልንን ለይተን እንወቅ። በምኞት ሱስ ከመያዛችን በፊት አዕምሮአችንን ከዚያ ሁኔታ ላይ አንስተን በሌላ ነገር ላይ እናሳርፍ።*

ሐ. *በአዕምሮአችን የሩካቤ ሥጋ ግንኙነት* (sexual fantasy) *አንፈጽም*

አንዳንድ ሰው በሀሳቡ ብቻ የሩካቤ ሥጋ ግንኙነት (sexual fantasy) *ይፈጽማል። አንጎሉን* (*አዕምሮውን*) *ይህንን በመሰለ ቆሻቆሻ ሀሳብ ይሞላዋል። በሕልማቸው የሩካቤ ሥጋ ግንኙነት የሚፈጽሙ አሉ። ብዙ ክርስቲያኖች ይህ ሁኔታ ሲያጋጥማቸው በጌታ ፊት ዕንባቸው ያፈሳሉ ሕልሙን ሙሉ በሙሉ መቆጣጠርና ማስቆም አይቻሉ እንጂ ራሳቸው እያወቁ በሀሳባቸው የሩካቤ ሥጋ ግንኙነት ማድረጉን ግን ማቆም ይችላሉ። ቀንና ማታ አንጎላቸውን በዚህ ሀሳብ የሚሞሉ አማኞች ሥጋቸውን ማሸንፍ እጅግ ከባድ ስለሚሆንባቸው "የዝሙት መንፈስ አስቸገረኝ ሥጋዬን መግደል አቃተኝ" ቢሉ አይገርመንም።*

መ. *የአዋቂዎችን ምክር ወይንም ዕርዳታ እንፈልግ*

የሩካቤ ሥጋ ግንኙነት ምኞት ሱስ የሆነባቸው ሰዎች ለረጅም ጊዜ አብሮአቸው የቆየ በመሆኑ በቀላሉ መላቀቅ አይችሉም። አንዳንዶች የራሳቸው ፍላጎትና ጥረት እንደሚያስፈልገው ባለመረዳት በአጋንንት እንደመሞላት አድረገው ይቆጥሩታል። ከችግራቸው ነጻ የሚወጡበት ቀላል መንገድ ስለሚፈልጉም "ተጸልዮልኝ ነጻ መሆን አልቻልኩም" ሲሉ ይሰማሉ። ኢትዮጵያውያን ክርስቲያኖች በባህላችን ያገኘነው ነው መሰለኝ ችግራችንን ለሰው ገልጸን መንገርና ዕርዳታ መፈለግ አይሆንልንም። እግዚአብሔር በሥነ-አዕምሮ ጥበብ (psychotherapy) *ሊሠራ ይችላልና ከዘመኑ ጥበብ ዕርዳታ መፈለግ ኃጢአት አይደለም።*

....

በሚቀጥለው ክፍል እስክንገናኝ፥ የጌታ ጸጋና ሰላም ከሁላችን ጋር ይሁን።