



ጭ53-2ጫ

ተጠንቀቁ!

ዝሙት አንሸራቶ ይጥላል

(ካለፈው የቀጠለ)

5. ከሥጋ ፈተና ወጥመድ ራስን ለመጠበቅ

ሀ. ለረጅም ጊዜ ብቻችንን አንሁን

ለሰው ትልቁ ጠላቱ ብቸነት ነው። የብቸኝነትን መጥፎነት የሚያውቀው እግዚአብሔር 'ሰው ብቻውን ይሆን ዘንድ መልካም አይደለም' (ዘፍጥረት 2፥18) በማለት በሕብረት እንዲኖር ፈጠረው። ለዚህ ነው መውደድና መወደድን የሚፈልገው። ትዳር ያላቸው ሰዎች ከኑሮ ንደኛቸው ለረጅም ጊዜ ሲራራቁ ሁለቱም ወይንም ከሁለት አንዳቸው ያንን የጎደላቸውን ነገር የሚያሟላቸውን ሰው ከጋብቻቸው ክልል ውጪ መፈለግ ይጀምራሉ። ሰው ለብቻው ሲሆን፣ አዕምሮው ቆሻሻ የሆነው ነገር ማሰብ ይጀምራል። በአዕምሮ ውስጥ የሚመላለሰው ሀሳብ እየጠነከረና እያደገ ሲመጣ፣ ሀሳቡን በሥራ ለመተርጎም ከፍተኛ ግፊት ይደርስበታል።

ለ. ትክክል የሆነ አለባበስ ይኑረን

ትርጉሙና ምክንያቱ ሳይገባቸው ዝም ብለው የሚለብሱ አሉ። ይሁን እንጂ የሰው አለባበስ ለሚመለከተው ልዩ ትርጉም ወይንም ምልክት የሚሰጥበት ጊዜ አለው። ሰውነቷን የሚያጋልጥ ወይንም የውስጥ አካሏን የሚያሳይ ልብስ የምትለብስ ሴት ለሚያይዘው ወንዶች የተሳሳተ መልዕክት ታስተላልፋለች። በመጨረሻም 'እምቢ' ማለት የማትችለው ወጥመድ ውስጥ ራሷን በማስገባት ለሌላውም ማሰናከያ መሆን ስለምትችል ሴት አለባበሷን በአግባቡ ልታደርገ ይገባል።

ሐ. ሀሳባችንን እንቆጣጠር

ሰው በሥጋው ከማይፈልገው ወጥመድ ውስጥ የሚገባው ሀሳቡን (አዕምሮውን) መግታት ወይንም መስመር ማስያዝ ሲያቅተው ነው። ጠቢቡ የምኞትን ኃይለኛነት ስለተረዳ "ቁንጅናቸውን አትመኝ" በማለት ይመክረናል (ምሳሌ 6፥25)። ኢየሱስም "ሴትን ተመክቶ የተመኛት ሁሉ ያን ጊዜ በልቡ ከእርሷ ጋር እንዳመነዘረ ይቆጠራል" (ማቴ. 5፥28) ሲል ተመሳሳይ መመሪያ ይሰጠናል። ሰው በአዕምሮው ለሚመጣ ሀሳብ ተገዢ ላለመሆን ወይንም አዕምሮውን ለመቆጣጠር የሚያስችል ብርቱ ኃይል አለው። ሀሳቡ እየደጋገመ ወደ አዕምሮው ቢመጣና በውስጡ እንደ እሳት ቢነድም፣ ከዚያ ሁኔታ ላይ ራሱን አንስቶ በሌላ ማለትም በጎ በሆነ ሥራና ሀሳብ ውስጥ ማስገባት ይችላል።

መ. ከመጥፎ ወይንም ፈተና ካለበት ሁኔታ እንሸሽ

በእሳት መቃጠል የማይፈልግ ሰው እጁን እሳት ውስጥ አይከትም። "መፈተን" ራሱ ደስታ የሚሰጣቸው አንዳንድ አማኞች አሉ። "ደፍሬ ይህን ኃጢአት ብምት አላደርግም፤ ግን ሁኔታውን በአካብቢው ተገኝቼ ለምን አላይም" በማለት ራሳቸውን ለፈተና አጋልጠው በመስጠት አደጋ ውስጥ የወደቁ ጥቂቶች አይደሉም። መንፈሳችንን ደስ ካለለውና ሰላማችንን ከነሳው፣ አካባቢው አደጋ አለበትና ከዚያ ሁኔታ ራሳችንን እናሸሽ። ሰለሞን ወጥመድ ልትሆን የምትችለህን ሴት ከዘረዘረ በኋላ "እንደዚች ካላቸው ሴት ራቅ ወደ ቤትዋ ደጃፍ እንኳን አትቅረብ" በማለት ይመክረናል (ምሳሌ፣ 5፥8)። ክርስቲያን እህቶችን "አጽናናለሁ፣ እመክራለሁ፣ ያልዳኑትን ወደ ጌታ አመጣለሁ፣ እመሰክራለሁ" በማለት በሥጋ ፈተና የወደቁ አማኞች ጥቂት ስላልሆኑ በዚህ ሁኔታ ላይ ብርቱ ጥንቃቄ ማድረግ ይገባናል።

ሠ. ንጹህ ሕይወት እንዲኖረን ከዝሙት እንሸሽ

ከዝሙት የምንሸሸው ከበደለኛነት ስሜት ለማምለጥ ብቻ ሳይሆን ከእግዚአብሔር ጋር የተቀራረበ ሕይወት ለመመሥረት ይሁን። “ልበ ንጹህ ሁኑ፤ ከሆናችሁ የበደለኛነት ስሜት ይጫናችኋል” አይደለም የተባለው። ልበ ንጹህን የምንሆነው ለጥሩ ምክንያት ነው። “ንጹህን ልብ ያላቸው እግዚአብሔርን ስለሚያዩት ደስ ይበላቸው” ይላል (ማቴ. 5፥8)። ከበደለኛነት ስሜት ለመዳን ስንል ብቻ ከዝሙት የምንሸሽ ከሆነ “ኃጢአት ሲደጋገም እንደ ጽድቅ ይቆጠራል” እንደሚባለው እየደጋገምን በዝሙት ሕይወት ስንኖር ህሊናችን ዝም የሚልበት ወይንም ቢጮህም የማንሰማበት ጊዜ ይኖራል። ይህ ደግሞ ከፍተኛ አደጋ ያለበት ሕይወት ነው።

ረ. ከሥጋ ፍትወት ብቻ ሳይሆን ከኃጢአት ነጻ መውጣት ይገባናል

አንዳንድ አማኞች “ባገባ ከሥጋ ፍትወት ፈተና ነጻ ስለምሆን ጥሩ ክርስትያን መሆን እችላ ነበር” የሚሉ አሉ። እንደነዚህ ዓይነቶቹ ያልተረዱት “ማግባት ከዚህ ፈተና ነጻ የማይደርግ” መሆኑን ነው። በሥጋ ፈተና መውደቃችን የሚያሳየው ከእግዚአብሔር ጋር ያለን ግንኙነት ጠንካራ አለመሆኑን ነው። እግዚአብሔርን የምንወደውና የምንፈራው ከሆነ፣ እርሱ ከሰጠን ድንበር ጥሰን አንወጣም። ስለዚህ ፈውስ የሚያስፈልገን ከሥጋ ፍትወት ምኞት ብቻ ሳይሆን ለጠቅላላው ሕይወታችን ነው። ሕይወታችን ሙሉ ፈውስ ካገኘ፣ የሥጋ ፍትወት የመፍናሳዊ ዕድገታችንን እዳያበላሽብን ስለምንፈራ ራሳችንን ለመቆጣጠር የማያቋርጥ ጥረት እናደርጋለን።

ሰ. እግዚአብሔር ያለው ኃይል ኃጢአት ካለው ኃይል እንደሚበልጥ እንገነዘባለን

የሩካቤ ሥጋ ግንኙነት ፍላጎት አቶሚክ ቦምብ ካለው ኃይል የበለጠ ኃይል እንዳለው አዋቂዎች ሲናገሩ ሰምተናል። ይሁን እንጂ የእግዚአብሔር ኃይል ከኃይል ሁሉ በላይ ነው። ብዙ ጊዜ ሰዎች በተደጋጋሚ በዚህ ኃጢአት ሲወድቁ የበደለኛነት ስሜት ይጫናቸውና በእግዚአብሔር ውስጥ ያለውን ኃጢአትን የመቃወም ትልቅ ኃይል የሚያሳውቃቸው በማጣት ከእርሱ መንግሥት መውጣት ይመርጣሉ። የእግዚአብሔር ቃል “ጠላት እንደ ሞገድ ቢመጣ የእግዚአብሔር መንፈስ ይቃወመዋል” ስለሚል በዚህ ተስፋ ልንጽናና ይገባል። እግዚአብሔር ከእኛ የሚፈልገው ነገር በዚህ አንጻር ኃጢአትን ለመቃወም ወይንም ለግፊቱ እምቢ ለማለት ፈቃደኛ መሆናችንን ከልባችን እንድንገልጽለት ነው። ፈቃደኛነታችንን ከገለጽንለት የምንቃወምበትን ኃይል የሚሰጠን እርሱ ነው።

አጠቃላይ ምክር

1. የዝሙት ችግር ካለብን ችግራችንን እንመን

ማንኛውም ሰው በሥጋው እንደሚርበው ሁል፣ የሩካቤ ሥጋ ረሀብም ይኖርበታል። “የሩካቤ ሥጋ ፍላጎት ስሜት ተሰማኝ” በማለት ኃጢአት እንደሠራ ያህል የበደለኛነት ስሜት ሊያስጨንቀው አይገባም። ይህ ስሜት ትክክለኛ ስሜት በመሆኑ፣ “እኔን ፈጽሞ አይሰማኝም” የሚል ሰው ቢኖር ጤናማነቱ ያጠራጥረናል። ይህ ስሜት መስመር የለቀቀ የሚሆነው ሙሉ በሙሉ በቁጥጥር ሥር ያዋለን እንደሆነ እንዲሁም በውስጣችን ያለው ግፊት እግዚአብሔር ከፈቀደው ከጋብቻ ክልል ውጪ የሩካቤ ሥጋ ግንኙነት እንድንፈጽም ያደርገን እንደሆነ ነው። አንዳንድ ሰዎች በሩካቤ ሥጋ ግንኙነት ሀሳብ (ምኞት) የታሰሩ ናቸው። ከአዕምሮአቸው ፈጽሞ ሊያስወጡት እንዲሁም ራሳቸውን ፈጽሞ ሊቆጣጠሩት አይችሉም። እንደነዚህ ዓይነት ሰዎች ከዚህ ችግር ነጻ ለመሆን ከፈለጉ የመጀመሪያው እርምጃ ችግር እንዳለባቸው አምነው መቀበል ነው። ለችግራቸው ምክንያት በመስጠት ፈንታ ለራሳቸው እውነተኛ መሆን ይገባቸዋል። በተለይ ችግራቸውን መደበኛ የሚችሉ ሰዎች የውጪ ሰው አይቶ “ችግር አለብህና እርዳታ ያስፈልግሃል” ብሎ ሊነግራቸው ስለማይችል፣ ራሳቸውን በራሳቸው መርዳት የግድ ያስፈልጋቸዋል።

2. ለብቻችን ችግሩን ለማቃለል አንታገል

በተደጋጋሚ በዚህ ኃጢአት በመውደቃቸው እያለቀሱ ብዙ ጊዜ ንስሃ በመግባታቸው “አሁንስ አበዛሁት፤ እግዚአብሔር እስከ መቼ ይቅር ሊለኝ ይችላል” ከማለት ደረጃ የደርሱ አሉ። በዚህ ሁሉ ችግር ውስጥ ሲያልፉ ኃጢአታቸውን መደበኛ ስለቻሉ፣ ማንም ድካማቸውን ላያውቅ ይችላል። ይሁን እንጂ ከዚህ ችግር ለመላቀቅ ከፈለጉ የሌላ ሰው እርዳታ ያስፈልጋቸዋል። በሰለጠኑት አገሮች ተመሳሳይ ችግር (ሱስ) ባላቸው (Sexaholics Anonymous) ሰዎች የተመሠረተ ህብረት አለ። የዚህ ህብረት አባላት በየጊዜው እየተገናኙ ስለ ችግራቸው ይወያያሉ። በአገራችን ደግሞ ሁሉም ምስጢሩን ለብቻው ስለሚይዘው ተመሳሳይ ችግር ያለባቸው ሊገናኙ ስለማይችሉ ችግሩን የበለጠ ከባድ ያደርገዋል። ስለዚህ ችግር ያለበት ሰው ማድረግ የሚችለው “በመንፈሳዊ ሕይወቱ ብርቱ ነው፣ ምስጢሩን ይጠብቅልኛል፣ ይመክረኛል ብሎ የሚያምነውን ሰው እርዳታ መፈለግ ነው። ለዚህ ሰው ራሱን ተጠሪ (Accountable) በማድረግ ድካሙንና

ብርታቱን ሳይደብቅ በየቀኑ ማሳወቅ ይኖርበታል።

3. ያለ አግባብ የበደለኛነት ስሜት እንዲጫነን አናድርግ

ሕሊናችን ኃጢአት ስንሠራ ሲከሰን ጥሩ ነው። ላደርግነው መተላለፍና ለፈጸምነው በደል የግድ ኃላፊነቱን መውሰድ ይገባናል። ኃላፊነቱን መቀበል ብቻ ሳይሆን ሁኔታውን ለመለወጥ ፈቃደኞች መሆን ይገባናል። አግባብ ያልሆነ የበደለኛነት ስሜት (guilt) ደግሞ አለ። የሩካቤ ሥጋ ግንኙነት ፍላጎት (ስሜት) ሲሰማቸው ኃጢአት የሠሩ መስሎአቸው የሚጨነቁ አሉ። በዚህ አርዕስት ላይ መነጋገር መወያየት መማርና ማስተማር ኃጢአት ነው የሚሉ ሁሉንም ነገር “መንፈሳዊ” (Spiritual) ለማድረግ የሚሞክሩ አሉ። እንደዚህ ዓይነቶቹ ከእውነት የሚሸሹ ናቸው። በዚህ ነጥብ ላይ ልናውቃቸው የሚገቡ እውነቶች አሉ፤ የሥጋዊ ፍላጎት ከእግዚአብሔር ለሰው የተሰጠ በጎ ስጦታ መሆኑን እንወቅ። ሥጋዊ አካላችን ጤናማ ከሆነ ይህን ዓይነት ስሜት ተፈጥሮአዊ ነው። ራሳችንን ፍጹም መንፈሳዊ አድርገን ለማቀርብ ብለን “የዚህ ስሜት ፈጽሞ የለብኝም” በማለት ለመካድ አንሞክር። ሰው በመሆኑን በዚህ ነጥብ ላይ የምንከፍለው ዋጋ ራሳችንን መቆጣጠር መሆኑን አንርሳ። “ስሜቱ ተሰማኝ” በማለት ብቻ የስሜታችን ተገዢዎች በመሆን በስሜታችን ቁጥጥር ሥር አንዋል።

ስሜታችንን የበለጠ ሊቀሰቅስ ከሚችል ሁኔታ ወይንም አካባቢ ራሳችንን ገለል እናድርግ። ፈተና ይሆንብናል በምንለው አካባቢ አንድረስ። ሌላው ቀርቶ በአጠገቡ እንኳን አንለፍ። መጥፎ ሺዲዮ አንይ፤ መጥፎ መጽሐፍና መጽሔት አንመልከት። “አድርግ፤ አታድርግ” የሚለውን ሕግ ማብዛታችን ሳይሆን፣ ከላይ የጠቀስናቸው ነገሮች የበለጠ ስሜታችንን ሊቀሰቅሱ የሚችሉ በመሆናቸው ነው። ለእነዚህ ፈተናዎች “እምቢ” ማለት ይገባናል። በውስጣችን እግዚአብሔር ያኖረውን የመፍቀድ ኃይል (Will power) እንዲጠነክር ማለግ መድ ይገባናል። ስሜታችን “አድርገን” የሚለንን ሁሉ ላለማድረግ የሚያስችለን በውስጣችን “ትልቅ ኃይል” እንዳለ መርሳት የለብንም። አንገታችንን አንቆ በግድ “አድርግ” የሚለን ኃይል የለም። የምናደርገው ሁሉ በራሳችን ፈቅደን፣ ወደንና መርጠን የምናደርገው ነገር ነው። “ራሴን መግታት አቃተኝ” ለሚሉት የምንሰጣቸው የመጨረሻ ምክር “የመፍቀድ ኃይላችሁን” (Will power) ተለማመዱ ነው። ራሳችሁን ለመለወጥ ፈቃደኛ ሁሉ። ሌላ ሰው ሊለውጠን ከሚችለው በላይ እኛው ራሳችንን መለወጥ እንችላለን።

4. በእግዚአብሔር እንታመን በመሠረተልን ጋብቻ እንጠመድ

በተደጋጋሚ በዚህ ኃጢአት የሚወድቁት ሰዎች በእግዚአብሔር ሲያማርሩ ይሰማሉ። “ደካማ አድርጎ ለምን ፈጠረኝ” ብለው በእግዚአብሔር ይቀየማሉ። ችግሩ ያለው በእግዚአብሔር ላይ ሳይሆን በራሳቸው በኩል መሆኑን የተገነዘቡ አይመስልም። እግዚአብሔር ለሁላችንም የመፍቀድ፣ የመምረጥ ነጻነት ሰጥቶናል። ያንን ነጻነት በምንም ዓይነት ከእኛ አይወስድብንም። ታዲያ ፈቅደን በምናደርገው ነገር እግዚአብሔርን መውቀሳችን ትክክል ነው? አይደለም። የመፍቀዱ ነጻነት የእኛ ቢሆንም የእኛን ፈቃድ ለእርሱ አስረክበን “ጌታ ሆይ እርዳኝ” ብንለው ይረዳናል።

ያገቡ ሰዎች ከዚህ ፈተና ነጻ ናቸው ማለት አይደለም። የሚያስደንቀው በዚህ ፈተና ከሚወድቁት መካከል አብዛኛዎቹ ትዳር ያላቸው ሰዎች ናቸው። ይሁን እንጂ በእግዚአብሔር ፈቃድ ጋብቻን መስርቶ መኖር፣ ጤናማ የሆነ የሩካቤ ሥጋ ግንኙነት እንዲኖረን ያደርጋል። በተቀደሰ ጋብቻ ውስጥ የሚፈጸመው የሩካቤ ሥጋ ግንኙነት ጣፋጭና እግዚአብሔር ለሰዎች ልጆች የደስታ ምክንያት እንዲሆን የሰጠው መሆኑን መርሳት የለብንም። በመጨረሻ ለአንባቢዎቹ አደራ የምለው ነገር ቢኖር፣ ችግር ካለባችሁ ደብቃችሁ አትቀመጡ። ያ ችግሩን አያቃልለውም፤ ይበልጥ ያባብሰዋል። በኋላ በራሳችሁ እንዳታዘኑ የምታምኑት መንፈሳዊ አባታችሁ ዘንድ ሄዳችሁ እርዳታ ጠይቁ። ያ መንፈሳዊ አባታችሁ መጋቢ፣ ወንጌላዊ ወይንም የምታምኑት መንፈሳዊ ወንድም ሊሆን ይችላል። ልባችሁን ከፍታችሁ ንገሩት። በጸሎት፣ በምክር፣ በማደፋፈር ሊረዳችሁ ይችላል። ይህን ትምህርት አንብባችሁ ምን ያህል እርዳታ እንዳገኛችሁበት ለእኛም ብትጽፉልን ደስ ይለናል።

.....

በሚቀጥለው ክፍል እስክንገናኝ፣ የጌታ ጸጋና ሰላም ከሁላችን ጋር ይሁን።