



# ጭ33-1ጭ

## በራስ ፍቅር ከመያዝ እንሸሽ

ዳን ማትዛት የተባለ ክርስቲያን ጸሐፊ “ችግሩ እኔ ከሆንኩ መፍትሄው ምንድነው? ብታስ ተምሩኝ የተማረ ኃጢአተኛ እሆናለሁ። ሥነ ሥርዓት ያለው ሰው ብታደርጉኝ ሥነ ሥርዓት ያለው ኃጢአተኛ እሆናለሁ። ብታነጹኝ የነጻሁ ኃጢአተኛ እሆናለሁ። ሃይማኖተኛ ብታደርጉኝ ሃይማኖት ያለው ኃጢአተኛ እሆናለሁ። የፈለጋችሁትን ብታደርጉኝ እኔነቴን ልትለውጡት አትችሉም። ችግሩ ሁልጊዜ እኔው ነኝ” አለ። የሰው ሁሉ የችግሩ ምንጭ እራሱ ከሆነ በራሱ ላይ ይበልጥ ማተኮሩ ሁኔታውን ያብሰዋል እንጂ አያሻሽለውም። የዘመኑ የሥነ አዕምሮ ሊቃውንት (Psychologist) ሰው ስለ እራሱ ዝቅተኛ አስተያየት ስላለውና እንዲሁም እራሱን ስለሚጠላ ብዙ የአዕምሮ መረበሽ የአዕምሮ ጭንቀት ይደርስበታል፤ ደስታ የራቀውም ሆኖ ይኖራል። ደስተኛ ሆኖ መኖር ከፈለገ እራሱን መውደድ እራሱን መቀበል መቻል መማር እንዳለበት ይናገራሉ። እንደ እውነቱ ከሆነ የሰው ችግሩ እራሱን መጥላቱ ሳይሆን እራሱን ከሚገባው በላይ በመውደዱ እንደሆነ በሌላ የፍልስፍና አቅጣጫ ያሉ የሥነ አዕምሮ ሊቃውንት ይናገራሉ።

የዚህ የሁለተኛው የሥነ አዕምሮ ፍልስፍና የሚታወቀው “ከራስ መላቀቅ” (Logo therapy) በሚለው መሪ ሃሳብ ሲሆን የዚህ ፍልስፍና መስራች ዶክተር ቪክተር ፍራንክል (Dr. Viktor Frankl) የተባለው ሰው ነው። ሌሎች የሥነ አዕምሮ ሊቃውንት የሰው ችግር ምንጭ ሰው ስለ እራሱ ዝቅተኛ ግምት ስላለው ከችግሩ ነጻ ለመሆን ከፈለገ እራሱን መገንባት እራሱን ማሳደግና ስለ እራሱ ጥሩ አስተያየት እንዲኖረው ማድረግ አለበት ይላሉ። ዶክተር ቪክተር ፍራንክል ግን ሰው ከችግሩ ነጻ ለመሆን “ከራሱ መላቀቅ” (self detachment) አለበት ይላል። ሰው በሚኖረው ኑሮ ደስ ባይለው በሕይወት መኖሩ ትርጉም የለሽ ሲሆንበት እራሱን ይተውና (ይካድና) ሌሎችን ለመረዳት ይሯሯጥ ይሄንንም እንዲያደርግ የሚያስችል የተፈጥሮ ችሎታ (built into the human psyche) አለው ይላል።

ይህን “ከራስ መላቀቅ” (self detachment) የሚለውን መሠረተ ሃሳብ (ቲዮሪ) በሥራ ላይ ውሎ ዶክተር ቪክተር ፍራንክል ያየው በሁለተኛ ዓለም ጦርነት ጊዜ በጀርመን ወህኒ ቤት ታስሮ በነበረበት ጊዜ ነው። በወህኒ ቤት በነበረው ችግር ምክንያት አዕምሯቸውን ሳይስቱ ተረጋግተው ጸንተው እስከ መጨረሻ መቆም የቻሉት እነዚያ የራሳቸውን ፍላጎት በማሟላት ፈንታ ጊዜያቸውንና ጉልበታቸውን የተጎዱትን ሰዎች ለመረዳት መስዋዕት ያደርጉ ይሰጡት እንደነበሩ ተመልክቷል። “ሰው በራሱ ፍቅር ከመስከር ፈንታ ስለ ሌላው ሰው በጎነት በማሰብ ከተዋጠ ያኔ እውነተኛ ሰው መሆን ይችላል” ይላል ዶክተር ፍራንክል። ይቀጥልና “የሰው የነጻነቱ መሠረት ከራሱ መላቀቅ የቻለ እንደ ሆነ ብቻ ነው” ይላል። የዶክተር ፍራንክል ሀሳብ ክርስቲያናዊ ፍልስፍና ይመስል እንጂ በዚህ ሰብአዊ የሥነ አዕምሮ ፍልስፍና (Humanistic Psychology) የሰው ሁሉ ችግር ይፈታል ብለን አናምንም። ይህ ሰብአዊ የሥነ አዕምሮ ፍልስፍና ሰው በውስጡ ያለውን ችግር፣ ግጭት፣ ሰላም ማጣት “በውስጤ የለም” ብለህ ካድ ወይንም ወደ ጎን ግፋው ነው የሚለው እንጂ እውነተኛ መፍትሄ አይሰጥም።

ለክርስቲያኖች “ከራሳችን መላቀቅ” ማለት ከዚህ በላይ ነው። ጊዜያዊ እጩይታን ለማግኘት ብቻ ውስጣዊ ችግራችንን የምንረሳበት ዘዴ አይደለም። ሃዋርያው ጳውሎስ “ከክርስቶስ ጋር ተሰቅ ያለሁ እኔም አሁን ሕያው ሆኜ አልኖርም ክርስቶስ ግን በእኔ ይኖራል” (ገላት 2፥2) ይላል። በዚህም ሰው የችግር ሁሉ መነሻ እርሱ ሰው ሲሆን ክርስቶስ ግን የችግር ሁሉ መፍትሄ መሆኑን ያሳያል። እንግዲህ ይህ መፍትሄ ሰጪው ኢየሱስ በሕይወታችን እንዲነግስ ከሁሉ ነገር በፊት እራሳችንን መካድ አለብን። አማኝ ከጌታው ጋር የተቀራረበ ግንኙነት ኖሮት በእምነቱ ወደ ፊት ለመራመድ የሚችለው በመጀመሪያ ደርጃ “እራሱን የካደ” እንደሆነ ነው። “እራስ” ስንል ምንን ያጠቃልላል?

1) የራስ ፈቃድ

ሰው ሁሉ እራሱን የሚመራበት የእራሱ የሆነ መመሪያ ወይንም ፈቃድ አለው። በማንም ሰው ፈቃድ ሥር እራሱን መምራት የሚፈልግ ሰው የለም። ከእራስ ሸሽቶ የመኖር የመጀመሪያው ምስጢር በግዴታ አማኝ “ይህ ከሆነልኝ ይህን አደርጋለሁ” ሳይል ወይንም ምንም ዓይነት ምክንያት ሳይሰጥ (unconditionally) ሙሉ በሙሉ የእራሱን ፈቃድ መተው አለበት። በዚህም የእራሱን ፈቃድ ስብር አድርጎ በእግዚአብሔር ፈቃድ ሥር መኖር ይሆናል። የእራሳችንን ፈቃድ ሳንተው ከእግዚአብሔር ጋር በቅድስና ተጣብቀን ለመኖር ፍጹም አንችልም። የራሳችንን ፈቃድ ትተን በእግዚአብሔር ሕግና ፈቃድ ውስጥ መኖር የምንችለው ያለአንዳች ማመንታትና ማወላወል በፍጹም ልባችን “አድርጉ” ያለንን ነገር ለማድረግ የታዘዘን እንደሆነ ብቻ ነው። ታዛዥነት የክርስትና ሕይወት መሠረታዊ ደንብ ነው።

ሁላችንም ብርቱ የሆነ “የራስ ፈቃድ” አለን። ያንን ለመተውና በሌላው ሰው ፈቃድ ሥር ለመኖር ያስችግረናል። ይሁን እንጂ በእምነት የራሳችንን ፈቃድ ክደን በእርሱ ፈቃድ ሥር እንድንኖር ይጠብቅብናል። ደካማና ስህተት በሞላበት በእራስ ፈቃድ ሥር ከመኖር በሚያስተማምነው በኃይሉ እግዚአብሔር ፈቃድ ሥር መኖር ይበጀናል። ብዙዎቻችን “በእግዚአብሔር ፈቃድ ሥር ለመኖር ደስ ይለኛል” የምንለው መንገዱ አስቸጋሪ እስካልሆነ ድረስ ብቻ ነው። የእግዚአብሔር ፈቃድ ትግል የሚጠይቅ በእሳት ውስጥ እንድናልፍ የሚያደርግ ከሆነ ጊዜ ሳይፈጅብን አቅጣጫችንን ቀይረን በራሳችን መንገድና ፈቃድ እንመራለን።

2) የራስ ትምክህት

ከእርሱ ያላመለጠ ሰው በእራሱ ጉልበትና ኃይል ሕይወቱን ለመምራት ይሞክራል። የእራስ ትምክህት ያለበት አማኝ በእራሱ ኃይል፣ በእራሱ ጸጋ፣ በእራሱ ጉልበት፣ በእራሱ ንጽህና፣ በእራሱ ተስፋ፣ በእራሱ እምነት የሚኖር ነው። አሁንም እራስን አሸንፎ ለመኖር ምስጢሩ ልክ እንደ ራስ ፈቃድ የእራስ ትምክህትንም መግደል ያስፈልጋል። ይህን ካላደረግን ግን በሕይወታችን እስክንማር ድረስ ብዙ ጊዜ ወድቀን የመካከት ዕድል ያጋጥመናል። ከጌታችን ጋር እንደ ብርቱ ወታደር አሸናፊ ሆነን አብረን መራመድ “ብቃት የለኝም፤ ብቃቴ እርሱ ብቻ ነው” ብለን የግል ትምክህታችንን የተውን እንደሆነ ብቻ ነው። ቦሊንግ ብሩክ የተባለ ጸሃፊ ስለ ትምክህተኝነት (ኩራት) ሲጽፍ “በሰውና በእግዚአብሔር ዘንድ ተወዳጅ ለመሆን ብትፈልጉ ከትዕቢት ተጠንቀቁ። ትዕቢት የነካችሁትንና ያደርጋችሁትን ሁሉ የሚያፈራርስ የአንጎል ውስጥ እጤ፣ ያላችሁን ሀብትና ንብረት በልቶ የሚጨርስ ብል ነው። ማንንም አይወድም፤ በማንም የተወደደ አይደለም። የማይገባችሁን ክብር እየሰጠና እያሞጋገሰ ያላችሁን በጎ ነገር (ተሰጦ) ከውስጣችሁ ይመጣል። “ትዕቢት” የሚባልጡትን ይጠላል፤ የሚያንሱበትን ይንቃል ማንንም

በእኩልነት አይመለከትም። በአጠቃላይ ትዕቢትን ካልናቅን እግዚአብሔርም ይንቀናል ይላል። መጽሐፍ ቅዱስም “ትዕቢት ወደ ጥፋት ትምክህተኛነትም ወደ ውድቀት ያደርሳል። ከትምክህተኞች ጋር ተባብሮ የዘርፉትን ነገር አብሮ ከመካፈል ይልቅ ትሁት ሆኖ በድህነት መኖር ይሻላል” (ምሳሌ 16፥18-19) እንዲሁም “ትዕቢተኛ ሰው ወደ ጥፋት ያመራል ትሁት ሰው ግን ክብርን ይጎናጸፋል” ይላል (ምሳሌ 18፥12)።

**3) የእራስ ክብር**

ሰው ሁሉ መከበረን መመስገንን መታወቅንና መፈለግን ይወዳል። የእራስን ክብር መፈለግ (ኩራት) መንፈሳዊ ሕይወትን የሚገድል መርዛምነት ባህሪ ያለው ነው። ኩራተኛ ሰው በእራሱ ትልቅነት ፣ ችሎታ፣ ቅድስና የሚታመን (ደስ የሚለው) ሰው ነው። የሌሎችን ምክርና ሃሳብ ቢቀበል ዝቅ ያለ ስለሚመስለው የእራሱ እንጂ የሰው ምክር መቀበል ፈጽሞ አይሆንለትም። ከዚህ ቀጥሎ እራሳቸውን መካድ አቅቷቸው ከእግዚአብሔር ጋር የነበራቸውን ቅርብ ግንኙነት ያበላሹ ሰዎች ታሪካቸውን ከዚህ ቀጥሎ በመጠኑ እንመለከታለን።

**ሀ) ሳኦል**

እራሱን የሚያተልቅ ሰው እግዚአብሔር ሊቀመጥበት የሚገባውን ዙፋን “እኔ ካልተቀመጥኩ በት” የሚል ሰው ነው። ለዚህ ጥሩ ምሳሌ የመጀመሪያው የእሥራኤል ንጉሥ የነበረው ሳኦል ነው። ሳኦል በእራሱ ፈቃድ በእራሱ ትምክህት የሚኖር ሰው እንደ ነበረ በግልጽ የታየው እግዚአብሔር “አታድርግ፣ ያለውን ነገር “እምቢ” ባለበት ጊዜ ነው። ሳኦል አለምታዘዙንና ትዕቢቱን ሳሙኤል ሲገልጽለት እንዲህ አለው “በውኑ የእግዚአብሔር ቃል በመስማት ደስ እንደሚለው እግዚአብሔር በሚቃጠልና በሚታረድ መስዋዕት ደስ ይለዋልን? እነሆ መታዘዝ ከመስዋዕት፣ ማዳመጥም የአውራ በግ ስብ ከማቅረብ ይበልጣል። አመጸኛነት እንደ ምዋርተኛ ኃጢአት፣ እልከኛነትም ጣኦትንና ተራፊምን እንደማምለክ ነው፤ የእግዚአብሔርን ቃል ንቀሃልና እግዚአብሔር ንጉሥ እንዳትሆን ናቅህ አለው” (1ኛ ሳሙኤል 15፥22-23)።

**ለ) ናቡከደናጾር**

ናቡከደናጾር በዘመኑ እግዚአብሔር ያከበረው ሰው ነበር። ይሁን እንጂ ያከበረውን አምላክ በማክበር ፈንታ እራሱን ማክበርና ማሞጋገስ ጀመረ። “ይህች እኔ በጉልበቴ ብርታት ለግርማዬ ክብር የመንግሥት መኖሪያ እንድትሆን ያሠራኝት ታላቁቱ ባቢሎን አይደለችምን? ብሎ ተናገረ” (ትንቢት ዳንኤል 4፥30)። ይህ የትዕቢትና የትምክህት አነጋገሩ ወደ እግዚአብሔር ጆሮ ሲደርስ በጣም አስቆጣው። እግዚአብሔርም ናቡከደናጾርን እንዲህ አለው “ንጉሥ ናቡከደናጾር ሆይ! መንግሥት ከአንተ ዘንድ አለፈች ተብሎ ለአንተ ተነግሯል፤ ልዑሉም በሰዎች መንግሥት ላይ እንዲሰለጥን ለሚወደውም እንዲሰጠው እስከታውቅ ድረስ፣ ከሰዎች ተለይተህ ትሰደዳለህ፤ መኖሪያህም ከምድር አራዊት ጋር ይሆናል፤ እንደ በሬም ሣር ትበላ ዘንድ ትገደዳለህ፤ ሰባት ዘመናትም ያልፉብሃል አለው” (ት. ዳንኤል 4፥31-32)። እግዚአብሔር ሳያክብረው ለመክበር የሚሞክር ወይም በራሱ የሚታቦየውን ሁሉ እግዚአብሔር ያንን ሰው በማክበር ፈንታ ይንቀዋል።

.....

**በሚቀጥለው ክፍል እንከንገናኝ፣ የጌታ ጸጋና ሰላም ከሁላችን ጋር ይሁን።**