

9. እውነተኛ ጾም

በዚህ ዘመን ያለው ጾም ነው ወይስ ፌሽታ?

ከመጽሐፍ ቅዱስ ይህንን ጥቅስ ያንብቡ

ኢሳ 58, ማቴ 6.16-18.

የማስታወሻ ጥቅስዎን ይመልከቱ

ይህ ዓይነት ግን ከጸሎትና ከጦም በቀር አይወጣም አላቸው። ማቴ 17.21,

በመቀጠል ስለዚህ ነገር ይነጋገሩ

በምን አይነት ተግባራዊ መንገዶች ነው እግዚአብሔር የመረጠው ጾም በምድህ ላይ የሚሆነው። ከጸሎት ያለፈ ምን አይነት አርምጃ መወሰድ ይኖርበታል።

አስቀድሞ መደረግ ያለበት ነገር

የችግሩን ምንጭ ለማወቅ አዮኤል 1 እና 2ን አሰላስል።

ኢዮ 1.13-14, እና 2.12-17 ላይ መስመር በማስመር በጌታ ምክር ላይ አተኩር

ያ በተግባር ምን ሊመስል እንደሚችል በአእምሮህ ሳል

ዛሬ ያ በተመሳሳይ መንገድ ሊፈጸም ይችላል? እንዴት ሊፈጸም ይችላል?

የተጻፈ የዲፕሎማ ስራ

በ2 ዜና 20፤3 ጾም ከታወጀ በኋላ ተከናውኖ የነበረውን ታሪክ ጻፍ።

ይህንን ጥቅስ ቃል በቃል አሰላስል

ማቴ 6.16-18.

ይህ ክፍል እግዚአብሔር በመረጠው እውነተኛ ጾም ላይ ቢያተኩርም፤ ያለ ምግብ አንዳንድ ጊዜም ውኃን ጨምሮ ከሚደረገው መደበኛው ጾም እንጀምራለን።

ለምን እንጸማለን?

ጾም ለሰውነታችን፤ ለጨንፍችን እና ለምግብ ፍላጎታችን መንፈሳችን ህይወትን እያደሰ እንደሆነ ይነግረዋል። የመመገብ ሰዓትን በማቀያየር ወደ እግዚአብሔር መጠጋት እንችላለን። ጾም ተጨማሪ መንፈሳዊ ጥቅሞችን ይሰጣል ማቴ 17.21. በርካታ ዶክተሮች ጾም ለሰውነት ጠቃሚ እንደሆነ ይናገራሉ።

1. በእውነት ልንጸም ነውን?

በ ማቴ 6.16-18 እንዲህ ይላል

ስትጦሙም፤ እንደ ግብዞች አትጠውልጉ፤ ለሰዎች እንደ ጦመኛ ሊታዩ ፊታቸውን ያጠፋሉና፤ እውነት እላችኋለሁ፤ ዋጋቸውን ተቀብለዋል።

አንተ ግን ስትጦም፤ በስውር ላለው አባትህ እንጂ እንደ ጦመኛ ለሰዎች እንዳትታይ ራስህን ተቀባ ፊትህንም ታጠብ፤ በስውር የሚያይ አባትህም በግልጽ ይከፍልሃል።

እንዲህ ይላል 'ስትጸሙ' አለ እንጂ 'የምትጸሙ ከሆነ' አላለም። ከቀደምት ጊዜያት ጀምሮ ጾም በእግዚአብሔር የአኗኗር ዘይቤ መልእክት የሚያስኬድ ነው።

ጾም የቀና አመለካከትን ይፈልጋል

ለእርዳታ የእግዚአብሔርን እጅ ለመጠምዘዝ አይደለም

በራስህ መንገድ እንድትሄድ፤ የእራብ አድማ አይደለምና!

2. መቼ ነው መጾም ያለብን?

በመጽሐፍ ቅዱስ ሰዎች ብቻቸውንም ሆነ በህብረት የሚጸሙባቸው በርካታ ጊዜያት አሉ

መጥፎ ዜና ሲሰሙ፣ ነህ 1.4; 2 ሳሙ 1.12.
 ቤተሰብ፤ ባደኛ ወይም ሰዎች ሲታመሙ፣ 2 ሳሙ 12.16, መዝ 35.13.
 ዘመድ በሚሞትበት ጊዜ፣ 1 ሳሙ 31.13; 2 ሳሙ 3.35.
 በአደገኛ ሁኔታ ውስጥ፣ አስቴር 4.16, ዳን 6.18, ሐዋ 27.33-34.
 ሀገራዊ ጥፋት ሲኖር፤ መሳ 20.26; 2 ዜና 20.3. ኢዮ 1.14; 2.12-15.
 በአስጨናቂ ፍርድ ጊዜ፤ ኤር 36.9, ዮና 3.5-10.
 ከጉዞ በፊት፣ እዝራ 8.21-23.
 ህዝቡ ለሐጢያቱ ንስህ ሲገባ፣ ነህ 9.1-2, 1 ሳሙ 7.6.
 ለግላዊ ንስህ፤ 1 ነገ 21.27-29, እዝ 10.6.
 ለምልጃ፤ ዳን 9.3.
 ከእግዚአብሔር ዘንድ ለመጣ ራእይ ምላሽ ለመስጠጥ፤ 10.1-3, ሐዋ 9.9.
 አገልጋዮች ሲላኩ፤ ሐዋ 13.3, 14.23.

በጾም ጊዜ ልናደርግ የሚገቡን ነገሮች ምንድን ናቸው?

ጸልይ, ዳን 9.3, ኤር 14.12.
 እራሳችንን እናዋርድ, ዘዳ 9.18; ነህ 9.1.
 ቅዱሳን መጻህፍትን አንብቡ፤ ኤር 36.6.

ልዩ ልዩ የጾም አይነቶች

ለመጸለይ ምግባችንን መተው ከሚለው ስንጀምር፤ ከምሽት ጀምሮ እስከሚቀጥለው ምሽት አንጾምም፡፡ በከባድ ሁኔታዎች ውስጥ መሆኑ፤ ኤሊያስ፤ እና ኢየሱስ ለ40 ቀናት ጸልየዋል፡፡ ዘጸ 24.18, 1 ነገ 19.8, ማቴ 4.1-2. በመሰረቱ ሁልጊዜ ተጨማሪ ፈሳሽ መውሰድ እንችላለን፤ ከውኃ መጾም የማይቻል ነው፡፡ ከጣፋጭና ከቅንጦት ነገሮች በጾም እንችላለን፡፡ ዳንኤል ለሦስት ሳምንታት የጾመው እንደዚህ ነበር፡፡ ዳን 10.2-3. እግዚአብሔርን ለመፈለግ ከቲቪ፤ ከስፖርት እና ከትዳር ግንኙነት መጾም እጅግ መልካም ነው፡፡ 1 ቆሮ 7.5. እንደ ዳዊት፤ የዮሀንስ ደቀመዛሙር እና ጳውሎስ እና ቆርኖሊዮስ ያሉ እንደ አንድ የኑሮ ዘይቤ ይጾማሉ፡፡ መዝ 109.24; 69.10; ማቴ 9.14; ሉቃ 2.37; ሐዋ 10.30; 13.3, 14.23; 2 ቆሮ 11.27 ይመልከቱ፡፡

3. አሁን እግዚአብሔር የመረጠውን ጾም እንመልከት

ሁላችን በየጊዜው መንፈስ ቅዱስ እንደመራን ብንጾም መልካም ነው፤ ነገር ግን ሌላ ልንጾም የሚገባን ኃይለኛ ጾም አለ፡፡ የጾመ ህይወት ብለን እንጠራዋለን፡፡

ሁሉም ጾም እግዚአብሔርን አያስደስትም

በዘካ 7.5-6 ጌታ ህዝቡንና ካህናን ቢጾሙ ኖሮ እንደሆነ ይጠይቃል፤ ወይስ ሌላ አጀንዳ ነበራቸው? በኢሳ 58.1-5 ያለው ጾም በፍጹም እግዚአብሔርን አላስደሰተም፡፡ በእግዚአብሔር ፊት ከመጾማቸው በፊት ህዝቡ አገልጋዮቻቸውን ያሰቃዩ ነበር፤ ይደበድቧቸው ነበር፤ ግብዞች ነበሩ፤ እያስፈራሩ ገንዘብ ይቀበሉ ነበር፤ ያጉረመርሙና የእግዚአብሔርን ትእዛዝ ይክዱ ነበር፡፡ እንዲህ ይላል፤ "በዚህ ሁኔታ በልዑል እግዚአብሔር ለመሰማት መጠበቅ የለብህም!"

4. እግዚአብሔርን የሚያስደስተው ጾም የትኛው ነው?

በኢሳ 58.6-12, እግዚአብሔር እንዲህ ይላል "እኔስ የመረጥሁት ጾም ይህ አይደለምን" የዚህ አይነት ጾም ራስን ከምግብ ማራቅ ብቻ ሳይሆን ራስን መካድ እና ለእግዚአብሔር መኖር ነው፡፡ ለአንድ ቀን ብቻ ሳይሆን ህይወትህ እስካለን ድረስ ነው፡፡

አሱ ራሳችንን እንድንክድ ይጠይቀናል፤ እንዲሁም

የበደልን እስራት ትፈቱ ዘንድ፥
 የቀንበርንስ ጠፍር ትለቅቁ ዘንድ፥
 የተገፉትንስ አርነት ትሰድዱ ዘንድ፥

ቀንበሩንስ ሁሉ ትሰብሩ ዘንድ
እንጀራህንስ ለተራብ ትቈርስ ዘንድ፥
ስደተኞቹን ድሆች ወደ ቤትህ ታገባ ዘንድ፥
የተራቁተውንስ ብታይ ታለብሰው ዘንድ፥
ከሥጋ ዘምድህ እንዳትሸሽግ
የተጨቆኑትን ቀንበር አስወግዱ
ጣታችሁን አትቀስሩ ወይም አትሙ

የዚህ አይነት ጾም ዓለምን ይቀይራል እንዲሁም የሚያስገርም መንፈሳዊ፣ ስነልቦናዊና ቁሳዊ ፍላጎትን ያመጣል ነገር ግን እግዚአብሔር እንዴት ራሳቸውን ለካዱ፣ ለድሆች እና ለተጨቆኑ ሰዎች የሚኖሩ ሰዎችን በታእምራት ለመደገፍ የተስፋ ቃልን እንደሰጠ ማየት ትላላችሁ።

የዚያን ጊዜ ብርሃንህ እንደ ንጋት ይበራል፥ፈውስህም ፈጥኖ ይበቅላል፥
ጽድቅህም በፊትህ ይሄዳል፥የእግዚአብሔርም ክብር በኋላህ ሆኖ ይጠብቅሃል።
የዚያን ጊዜ ትጠራለህ እግዚአብሔርም ይሰማሃል ትጮኻለህ እርሱም፦ እነሆኝ ይላል

ብርሃንህ በጨለማ ይወጣል ጨለማህም እንደ ቀትር ይሆናል።እግዚአብሔርም ሁልጊዜ ይመራሃል

ነፍስህንም በመልካም ነገር ያጠግባል አጥንትህንም ያጠናል አንተም እንደሚጠጣ ገነት፥ ውኃውም እንደማያቋርጥ ምንጭ ትሆናለህ
ከዱሮ ዘመን የፈረሱት ስፍራዎች ይሠራሉ፥ የብዙ ትውልድም መሠረት ይታነጻል አንተም። ሰባራውን ጠጋኝ፥ የመኖሪያ መንገድን አዳሽ ትባላለህ።

ዘካ 7.8; 8.16-19 ይመልከቱ

ለዓለም የሚደረግ የጸሎት ቤት ለስፔን ጸልዩ

Operation World page 499
40,000,000 ደቡባዊ አውሮፓውያን
1% ወንድላውያን አማኖች, 27% ኦር ኤስን ይተገብራሉ
60% የቤተክርስቲያን እድገት መልካም ነው!
በታሪክ ረጅም ጊዜ ያስቆጠረ የቤተክርስቲያን ስደት ነበር

