የጎንደር ደብረ ኃይል ወደብረ ጥበብ በአታ ለማርያም ካቴድራል ሰንበት ትምህርት ቤት

የኦርቶዶክሳዊ ሕይወት ኮርስ

አዘጋጅ፡- በትረማርያም አበባው ካሣ

(የመጻሕፍተ ብሉያት፣የመጻሕፍተ ሊቃውንትና የመጻሕፍተ መነኰሳት ትርጓሜ መምህር)

ሰኔ ፳፯፣ ፳፻፲፰ ዓ.ም

ኦርቶዶክሳዊ ሕይወት

ኦርቶዶክሳዊ ሕይወት የሚባለው ሰው ለተፈጠረለት መልካም ዓላማ ሲኖርና እንደ እግዚአብሔር ፈቃድ ሲመላለስ ነው። የኦርቶዶክሳዊ ሕይወት መሠረቱ ፈሪሀ እግዚአብሔር ነው። ለሰው ልጅ ጤናማ ሕይወትና ዘላቂ ህልውና ፈሪሀ እግዚአብሔርን መሠረት ማድረግ ያስፈልጋል። ኦርቶዶክሳዊ ሕይወት ሰውንና እግዚአብሔርን በማክበርና በመውደድ ላይ የተመሠረተ ነው። ሰውን መውደድ ለሌላው በጎ ማድረግ ወይም በሌላው ክፉ ከማድረግ መጠበቅ ነው። ኦርቶዶክሳዊ ሕይወት ያለው ሰው የራሱን መንፈሳዊ ክብርና ሕይወት የሚጠብቅና የሌሎችንም ሰብኣዊ ክብር የሚጠብቅ ነው። ኑሮውን በንጽሕናና በቅድስና የሚጠብቅ ነው። ሰውነታችን የእግዚአብሔር ማደሪያ ስለሆነ ልናከብረውና በቅድስና ልንጠብቀው ይገባል (1ኛ ቆሮ.3፥16)። የኦርቶዶክሳዊ ሰው ፍቅር የሚወደውን በመውደድ የሚጠላውን በመጥላት የሁለትዮሽ አጸፋዊ ብድር መመላለስ አይደለም። ሰውን ሁሉ በሰውነቱ የሚወድ ነው እንጂ።

ኦርቶዶክሳዊ ሕይወት ስንል አምላካችን ኢየሱስ ክርስቶስን በማመን እርሱ ያደረገውን መልካም ሥራ ለመከተል እና እርሱን ለመምሰል የምናደርገው ጥረት ሁሉ ማለት ነው። ከዚህ አንጻር ሰው ከመወለድ እስከ ሞት ከጠዋት እስከ ማታ የሚያደርጋቸው የሕይወት ውጣ ውረዶች ሁሉ ክርስቶስ በሰጠው አምላካዊ ሕግ ተቃኝተው የመንፈስ ቅዱስን ፍሬ በማፍራት የእግዚአብሔርን ማንነት የሚያሳይ ሲሆን ኦርቶዶክሳዊ ሕይወት ይባላል። ይህ ኦርቶዶክሳዊ ሕይወት የሚገለጥባቸው መልካም ሥራዎች ኦርቶዶክሳዊ ሥነ ምግባራት ይባላሉ። የኦርቶዶክሳዊ ሥነ ምግባር ምንጮች በጎ ኅሊና፣ እምነትና ፍቅር ናቸው። አንድ ሰው የሚሠራውን በጎ ሥራ ከእምነት፣ ከበጎ ኅሊናና ከፍቅር በመነጨ ሲሠራው ኦርቶዶክሳዊ ሕይወት አለው ይባላል።

በጎ ኅሊና ያለው የሚባለው ለሰው ሁሉ በጎ ነገርን የሚያስብና የሚራራ በሌላ ሰው ላይ በትምክህትና በተንኰል የማይነሣሣ ልብ ሲኖረው ነው። ይህንንም የሚያደርግበት ምክንያት የሰው ልጅ በሥላሴ አምሳል የተፈጠረና ወልደ እግዚአብሔር ሰው ሆኖ ዋጋ የከፈለለት ክቡር ፍጡር መሆኑን በማመን ነው። የኦርቶዶክሳዊ ሕይወት ዋና ዓላማ መዳን ነው። ያለበጎ ምግባር ደግሞ መዳን አይቻልም (ማቴ.7፥22፣ ያዕ.2፥14-20)። ለኦርቶዶክሳዊ ሕይወት መሠረቱ በእግዚአብሔር ላይ ያለን እምነትና ለእርሱ ያለን ፍቅር ነው። ሰው ኦርቶዶክሳዊ ሕይወትን ለመኖር ሲተጋ የሚያጋጥሙትን ፈተናዎች እየታገሠና እየተጋደለ ሲኖር የሚጨመርለት ጸጋና በረከት አለ።

የኦርቶዶክሳዊ ሕይወት መሠረቶች

በሃይማኖት የኦርቶዶክሳዊ ሕይወት መሠረቶች በዋናነት በመጽሐፍ ቅዱስና በአዋልድ መጻሕፍት የተጻፉ የጌታ የእግዚአብሔር ሕጎች ናቸው። እግዚአብሔር አስቀድሞ ሕግን በሰዎች ልቡና ሥሎታል። መልካምና ክፉ፣ ጥቅምና ጉዳት፣ መብትና ግዴታ፣ በየአንቀጹ ተለይቶ የሚታወቅበት የኅሊና ሚዛን አድርጎ በሰዎች ልቡና ቀርጾታል። ይህም ለሰው ሁሉ በተፈጥሮ የተሰጠ ነው (ሄኖ.19፥24)። የተጻፉ ሕጎችም ልዑል እግዚአብሔር የሰው ልጆች ፈጣሪና አባት በመሆኑ ከታላቅ ፍቅሩ የተነሣ ሰዎች ፈቃዳቸውን በክፉ መንገድ ተጠቅመው ከእርሱ ርቀው በነፍስ በሥጋ እንዳይጎዱ ሲል የሰጣቸው ናቸው። እናት ልጇን ከመውደዷ የተነሣ እንዳይጎዳ ስትል አቅፋ ይዛ ክፉና ደጉን ራሱን አውቆ ራሱን መምራት እስኪችል ጠብቃ እንደምታሳድግ ሁሉ እግዚአብሔርም ከፍቅሩ የተነሣ በሃይማኖት ጠንክረን፣ ኃጢአትን ንቀን፣ ዓለምን ጠልተን በእርሱ ፍቅር መኖር እስክንችል ድረስ መሪና መጠበቂያ ራሳችንንም መመዘኛ እንዲሆኑን ሕገጋትን ሰጥቶናል።

የኦርቶዶክሳዊ ሕይወት ተቃራኒ በኃጢአት መኖርና የጽድቅን ሥራ አለመሥራት ናቸው። ኃጢአት የሚለው ቃል ኀጥአ-አጣ ከሚለው የግእዝ ግሥ የተገኘ ቃል ሲሆን ትርጉሙ ማጣት ማለት ነው። ይኸውም ሰው ኦርቶዶክሳዊ ሕይወትን ባለመኖሩ ምክንያት ረድኤትን፣ ጸጋ እግዚአብሔርን የሚያሳጣ ሐሳባዊ ቃላዊና ተግባራዊ ድርጊት ወይም ሁኔታ ነው። ኃጢአት በእግዚአብሔር ላይ የሚደረግ አመፅ ነው (1ኛ ጢሞ.3፥4)። ኃጢአት ከእግዚአብሔር ይለያል (ሉቃ.15፥18-20፤ ያዕ.4፥4)። ደካማ ፈሪና ተቅበዝባዥ ያደርጋል (ዘፍ.4፥13-14)። በረከትን ያሳጣል (ኢሳ.1፥18-20)። በሐሳብ ያለ ኃጢአት ወደሌላ ደረጃ እንዳይሸጋገር መከላከል ተገቢ ነው። ምክንያቱም በሐሳብ ያለ ኃጢአት ገደብ ካልተበጀለትና በቃለ እግዚአብሔር ካልተገሠጸ ወደ ንግግር ኃጢአት ያድጋልና። የንግግር ኃጢአት ደግሞ ወደ ተግባር ኃጢአት ያደርሳልና መጠንቀቅ ያስፈልጋል። ኦርቶዶክሳዊ ሰው በየትኛውም ዘመን፣ በየትኛውም ቦታ፣ በየትኛውም ሁኔታ የእግዚአብሔርን ፈቃድ የሚያደርግ ሰው ነው።

የኦርቶዶክሳዊ ሕይወት ጥቅም

- ሕፃናትን አስተዋይ ያደርጋል (መዝ.118፥130)
- ብፁዕ ያሰኛል (መዝ.118፥1)
- የሕይወት ዕድሜን ይጨምራል (ምሳ.3፥1-2)
- የነፍስ ድኅነትን ያስገኝልናል (ኤር.6፥16)
- ለዘለዓለም በሰላም ለመኖር ይጠቅማል (ባሮ.3፥13)
- በመከራዎች መካከል ብናልፍ እንኳ ጽኑ ሆነን እንዳንነዋወጥ ያደርገናል (ማቴ.7፥ 24-25)
- ውሉደ እግዚአብሔር እንባላለን (ዘፀ.19፥5)
- በሕይወት እንድንኖር ያደርገናል (ዮሐ.8፥51)
- በረከተ ሥጋን በረከተ ነፍስን፣ ረድኤተ ሥጋን ረድኤተ ነፍስን ያስገኝልናል። ኦርቶዶክሳዊ ሕይወት ከሌለን ግን ልዩ ልዩ መከራዎች ይደርሱብናል (ዘዳ.28፥15)

ሕገጋትና ትእዛዛተ እግዚአብሔር በኦርቶዶክሳዊ ሕይወት

ከዐሥሩ ትእዛዛት መካከል የመጀመሪያው ማለትም ከእኔ በቀር ሌላ አምላክ አታምልክ የሚለው ብዙ ጊዜ ሕግ ሲባል ቀሪዎቹ ዘጠኙ ትእዛዛት ይባላሉ። የኦርቶዶክሳዊ ሕይወት ዋና መሠረቶች ትእዛዛተ እግዚአብሔር ናቸው። እግዚአብሔር ያዘዘን ትእዛዛት እኛን ከብዙ አእምሯዊና አካላዊ ችግሮች እንዲሁም እርሱ ባወቀ ከብዙ መከራዎች የምንድንባቸው ናቸው። እኛ ትእዛዛቱን በመፈጸማችን እግዚአብሔር የሚያገኘው ልዩ ጥቅም የለም። ማንኛውም ክፉ ሥራ ሰማያዊ ዋጋን እንደሚያሳጣ ሁሉ ማንኛውም መልካም ሥራ ደግሞ ሰማያዊ ዋጋን ያሰጣል (1ኛ መቃ.36፥15)። ትእዛዛተ እግዚአብሔርን ስንጠብቅ የምናፍረው፣ የምንፈራው፣ የምንሳቀቀው፣ የምንዋረደው ነገር አይኖርም። የእግዚአብሔር ሕግ የነጻነት ሕግ (ሕገ ግዕዛን) ናት። የሰይጣናትን ሥራ መሥራት ግን ይታወቅብን ይሆን አይሆን እያልን እየተሸማቀቅን እንኖራለን። ሰይጣናትም በሠራነው ክፉ ሥራ እያሸማቀቁን በእነርሱ ስር እንድንሆን እያስፈራሩ በባርነት ያኖሩናል።

ዐሥሩ ትእዛዛት

እግዚአብሔር ሕግን የሰጠን በዚህ ዓለምም ሆነ በሚመጣው ዓለም ደስተኛና የበለጠ ተጠቃሚዎች እንድንሆን እንጂ ለጉዳት አይደለም። እግዚአብሔር ለሰው ልጆች የሰጣቸው ትእዛዛት ብዙ

ናቸው። ዐሥሩ ብዙውን አጠቃልለው ስለሚገኙ በተለየ ይታወቃሉ። እነዚህም የሚከተሉት ናቸው።

10ሩ ትእዛዛት	ጥቅስ	ማብራሪያ
ከእኔ በቀር ሌሎች አማልክት አይሁኑልህ።	ዘፀ.20፥2-6	ሰው ከእግዚአብሔር ሌላ በሕይወቱ ውስጥ ተስፋ የሚያደርግበት፣ የሚመካበት፣ ሐሳቡን የሚያስገዛለት ነገር መኖር የለበትም። ብንታዘዘው የመታዘዛችንን ዋጋ ለመስጠት፣ ባንታዘዘው ለመቅጣት መለኮታዊ ሥልጣን ያለው እግዚአብሔር ነው።
የአምላክህን ስም በከንቱ አትጥራ	ዘፀ.20፥7	የእግዚአብሔር ስም ክቡር ስለሆነ በከበረ ቦታ፣ በከበረ ጊዜ ይጠራል እንጂ በዋዛ ፈዛዛና በከንቱ ነገር መጠራት የለበትም።
የሰንበትን ቀን ትቀድሰው ዘንድ አስብ	ዘፀ.20፥8	ሰንበት እንድናርፍባት፣ ነገረ እግዚአብሔርን እንድንማማርባት የተሰጠችን ጊዜ ናት።
እናትና አባትህ አክብር	ዘፀ.20፥12	ይህ በመታዘዝ፣ በመውደድ፣ በመፍራት፣ በመርዳት ይገለጣል። ይህም ዕድሜያችንን ያረዝምልናል።
አትግደል	ዘፀ.20፥13	የሰው ልጆችን ፈጥሮ በምድር ላይ ይኖሩ ዘንድ የፈቀደ በወደደውም ሰዓት ነፍስ ከሥጋ እንድትለይ በሞት የሚያሳልፍ እግዚአብሔር ብቻ ነው። የሰውን ነጻነት ማክበር እንዳለብን የሚያመለክት ሕግ ነው።
አታመንዝር	ዘፀ.20፥14	ከጋብቻ ውጭ የሚደረግ ፆታዊ ግንኙነት ማመንዘር ይባላል። ባልተፈቀደ ምክንያት ትዳርን ማፍረስም ማመንዘር ነው (1ኛ ተሰሎ.4፥3-7)
አትስረቅ	ዘፀ.20፥15	ይህ ትእዛዝ በላብህና በወዝህ ጥረህ ግረህ ብላ ከሚለው ትእዛዝ ጋር የተቆራኘ ነው። ያልደከመብትን ገንዘብ ለራስ ማድረግ ስርቆት ነው። ሰው ከተቸገረ መለመን እንጂ መስረቅ አይገባውም (ማቴ.7፥15)
በባልንጀራህ ላይ በሐሰት አትመስክር	ዘፀ.20፥16	ይህ በማንኛውም ሰው ላይ በማናቸውም ጉዳይ መዋሸት እንደማይገባ ያመለክታል። ምንም ያህል ዋጋ ቢያስከፍለን እውነትን መናገር እንጂ መዋሸት አይገባም።
የባልንጀራህን ቤት አትመኝ	ዘፀ.20፥17	ይህ የሌላውን ሰው ገንዘብ፣ ልጅ፣ ሚስት፣ ሀብት፣ ንብረት የእኔ ሊሆን ይገባል የሚል የምቀኝነት ምኞት ነው።
ባልንጀራህን እንደ ራስህ ውደድ	ዘሌ.19፥18	ለእኛ ሊደረግልን የምንፈልገውን ለሌላውም እንዲደረግ መፈለግ በእኛ ላይ እንዲደርስ የማንፈልገውን በሌላው ላይ እንዲደርስ አለመፈለግ ነው።

ስድስቱ ሕገጋተ ወንጌል

ስድስቱ ሕገጋተ ወንጌል በሐዲስ ኪዳን ጌታችን መድኀኒታችን ኢየሱስ ክርስቶስ ራሱ የሠራልን የወንጌል ሕጎች ናቸው።

ስድስቱ ሕገጋተ ወንጌል	ጥቅስ	ማብራሪያ
በወንድሙ ላይ የሚቆጣ ይፈረድበታል	ማቴ.5፥22፤ ሃይ.አበ.21፥12፤ ዘሌ.19፥14፤ ፍት.ነገ.45	በዚህ አንቀጽ የተከለከለው ቁጣ ብቻ ሳይሆን ስድብም ጭምር ነው። ሰውን በተፈጥሮው ምክንያት መስደብ ፈጣሪውን መስደብ ነውና። መስማት የተሳነውን አይሰማም ብለን ክፉ ቃል ልንናገረውና ማየት የተሳነውንም ማየት አይችልም ብለን ከፊቱ እንቅፋት ማኖር አይገባም። ሕፃናት በነቢዩ ኤልሳዕ ላይ በመዘባበታቸው በድብ ተበልተዋል (2ኛ ነገ.2፥23)
አይቶ የተመኘ በልቡ አመነዘረ	ማቴ.5፥28፤ ሲራ.9፥8	ማየት ኃጢአት አይደለም። አይቶ መመኘት ግን ኃጢአት ይሆናል። ይኸውም የሌላ የሆነችን ሴት የእኔ ብትሆን ብሎ መመኘት ነው። ምኞት ወደ ገቢረ ኃጢአት ታደርሳለችና። የመሳሳብ ስሜት ተፈጥሯዊ ቢሆንም ይህንን ግን በጋብቻ ተወስነን በመኖር እንድናሸንፍ ሥርዓት ተሠርቶልናል።
ያለዝሙት ምክንያት ሚስትህን አትፍታ	ማቴ.5፥32	ጋብቻ ክቡር ስለሆነ ያለዝሙት ምክንያት መፍረስ የለበትም። የተፈታችን ሴትንም ንስሓ ሳትገባ ንስሓ አባቷ ሳይመሰክርላት ማግባት አይገባም። ትዳር ክቡር ስለሆነ በሆነ ባልሆነው መጣላት አይገባም። ተከባብሮ ተዋዶ መኖር ይገባል እንጂ
ከቶ አትማሉ	ማቴ.5፥34-37፤ ሲራ.23፥9	በብሉይ ኪዳን በእውነት ከሆነ በእግዚአብሔር ስም መማል ይፈቀድ ነበር (ዘዐ.22፥10)። በሐዲስ ኪዳን ግን እውነቱን እውነት ሐሰቱን ሐሰት ማለት እንጂ መማል አይገባም። ነገር ግን ዳኛ አዝዞን ወይም ከሳሻችን ይማልልኝ ብሎ በዳኛ ፊት ከጠየቀ መማል ይቻላል (ዕብ.6፥16)። በዚህ ጊዜም ቢቻል መሐላውን በገንዘብ ማስቀረት ይቻላል
ክፉን በክፉ አትቃወሙ	ማቴ.5፥39፤ ሮሜ 12፥17-21	ክፋትን በመልካምነት እንጂ በክፉ ማሸነፍ አይቻልም። ክፋትን በክፋት ለማሸነፍ መሞከር ሌላ ክፋትን ይወልዳል። ክፉ ነገርን በመልካም መመለስ ሰይጣንን ያበሳጨዋል
ጠላትህን ውደድ	ማቴ.5፥44፤ ሉቃ.6፥27-29	ከዚህ ጠላት የተባለ ሰው ሆኖ እኛን ለሚጠላን ነው እንጂ ጥንተ ጠላታችንን ሰይጣንን እንድንወድ የተነገረ አይደለም። ለሰዎች ስሜት መጠንቀቅ አለብን።

አንቀጸ ብፁዓን

አንቀጸ ብፁዓን የሚባሉት ጌታችን መድኀኒታችን ኢየሱስ ክርስቶስ በተራራው ስብከቱ ብፁዕ እያለ የገለጻቸውና ብፁዕ የሚያሰኙ ሥራዎች ናቸው። ብፁዕ ማለት ንዑድ፣ ክቡር ማለት ነው። እነዚህም ዐሥር ሲሆኑ ዘጠኙ በማቴዎስ ወንጌል አንዱ በዮሐንስ ወንጌል ተገልጿል።

አንቀጸ ብፁዓን	ጥቅስ	ማብራሪያ
በመንፈስ ድኾች የሆኑ ብፁዓን ናቸው።	ማቴ.5፥3	በመንፈስ ድኻ የሆነ ማለት ባለው ነገር ሳይታበይ እኔ ምንም የለኝም ሁሉ የእግዚአብሔር ነው የሚል ነው
የሚያዝኑ ብፁዓን ናቸው	ማቴ.5፥4	በኃጢአታቸው የሚያዝኑ፣ ገፍዐ ሰማዕታትን ሞተ ወልደ እግዚአብሔርን አስበው የሚያዝኑ ክቡራን ናቸው ማለት ነው።
የዋሆች ብፁዓን ናቸው	ማቴ.5፥5፤ ማቴ.7፥28	የዋህ ማለት ያለቂምና በቀል ኃጢአትን ይቅር የሚል ማለት ነው። ሕፃናት የዋሃን ናቸው ስንል በሰው ላይ ቂምና በቀል አይዙም ማለት ነው። የዋህነት ሰዎች ካደረጉብን ክፉ ሥራ ይልቅ እግዚአብሔር ያደረገልንን በጎ ነገር ማሰብና ይቅር ባይ መሆን ነው።
ጽድቅን የሚራቡና የሚጠሙ ብፁዓን ናቸው	ማቴ.5፥6	ጽድቅ ማለት እውነት ማለት ነው። ስለ እውነት ብለው የሚራቡ የሚጠሙ ክቡራን ናቸው።
የሚምሩ ብፁዓን ናቸው	ማቴ.5፥7	ምሕረት የሚያደርጉ ሰዎች በእግዚአብሔር ፊት የተመሰገኑ ናቸው። ምሕረት የበደለን ሰው ይቅር ማለት ለተቸገረ ሰው መራራትና መመጽወት ነው
ልበ ንጹሓን ብፁዓን ናቸው	ማቴ.5፥8	ልበ ንጹሓን የሚባሉት በሐሳባቸው ውስጥ ቂም፣ በቀል፣ ክፋት የሌለባቸው ናቸው።
የሚያስታርቁ ብፁዓን ናቸው	ማቴ.5፥9	ማስታረቅ የተጣሉ፣ የተለያዩ አካላትን ማገናኘት፣ በመካከላቸውም መራራቅና ጥላቻ እንዲቀር በማድረግ ፍቅርን መመሥረት ነው። ሰውን ከሰው ሰውን ከእግዚአብሔር ማስታረቅ ነው።
ስለጽድቅ የሚሰደዱ ብፁዓን ናቸው	ማቴ.5፥10	ስለሃይማኖት ብለው ከሀገር ሀገር የሚሰደዱ፣ መከራ የሚቀበሉ ክቡራን ናቸው ማለት ነው።
ስለእግዚአብሔር መከራን የሚቀበሉ ብፁዓን ናቸው	ማቴ.5፥11	በሃይማኖታችን ምክንያት ልዩ ልዩ መከራ ቢደርስብን የክብር ምንጭ ይሆነናል።
የትሕትና ሥራ መሥራት ብፁዕ ያሰኛል	ዮሐ.13፥17	ታላቅ ሆነን ሳለ የታናናሾቻችንን እግር ማጠብ፣ ለታናናሾቻችን ዝቅ ማለት መልካም ነው።

የመንፈስ ፍሬዎች

የመንፈስ ፍሬዎች የሚባሉት ዘጠኝ ናቸው። እነዚህንም ቅዱስ ጳውሎስ ለገላትያ ሰዎች በጻፈው መልእክቱ ዘርዝሯቸዋል (ገላ.5፥22)። የመንፈስ ፍሬዎችን የሚተገብር መንግሥተ ሰማያት እንደሚገባም ተገልጿል። መልካም ሥራ ስለእኛ ለተሰቀለልን ለኢየሱስ ክርስቶስ የምናቀርበው የፍቅር መሥዋዕት ነው። የተፈጠርነው የጽድቅ ሥራን ሠርተን እንድናልፍ ነው።

የመንፈስ ፍሬ	ጥቅሶች	ማብራሪያ
ፍቅር	ዮሐ.14፥15፤ ሮሜ 13፥8፤	ፍቅር ሰውን እንደራስ አድርጎ መውደድና መንከባከብ እንዲሁም የእግዚአብሔርን ትእዛዝ መጠበቅ ነው። ሰማዕት ለክርስቶስ

	ዮሐ.15፥13፤ 1ኛ ቆሮ.13፥1፤ 1ኛ ጢሞ.1፥5፤ 1ኛ ጴጥ.4፥8፤ 1ኛ ዮሐ.4፥8	ያላቸውን ፍቅር እስከሞት በመታመን ገለጡ። መሳሳት ከዋሻ ዋሻ በመንከራተት ገለጡ። ሊቃውንት ኀይለ ቃል ጠቅሰው ፍቅሩን በማስተማር ገለጡ። ከሰው ጋር መልካም ሥራዉን አብነት እያደረግን ክፉ ሥራውን እየተውን በፍቅር መኖር ይገባናል። የፍቅር መገለጫው የሚወዱትን ነገር ለሚወዱት አካል መስጠትና ማንኛውንም ክፉ ነገር ስለሚወዱት አካል ብሎ አለማድረግ ነው። በፍቅር አንዱ የአንዱን ድካም ይሸከማል። የፍቅር ፍጻሜ ራስን ስለሌላው አሳልፎ መስጠት ነው። ሰው ፍቅር ሲኖረው አይታበይም፣ አይቀናም፣ ዘረኝነት አይኖርበትም፣ ግላዊ ሳይሆን ሕብረታዊ ይሆናል። ጻድቃንን በበጎ ሥራቸው መውደድ፣ ለኃጥኣን ደግሞ ከፍዳ ይድኑ ዘንድ እግዚአብሔርን መለመን የፍቅር መገለጫ ነው። ፍቅር ያለው ሰው ብቻውን መጽደቅ፣ ብቻውን መሠልጠን፣ ብቻውን ማደግ አይፈልግም። ቅዱሳን ሲበቁ ፍጥረታትን ሁሉ ይወዳሉ። ለፍጥረት ሁሉም ይለምናሉ። የፍቅር መገለጫው መተዛዘን፣ መከባበር፣ መተሳሰብ ነው። ፍቅር ያለው ሰው ስለባልንጀራው ሲል ፈቃዱን ይሠዋል። ሰውን የሚወድ ሰው ስለሰው ክፉ ነገርን አያወራም።
ቸርነት	ሉቃ.18፥19፤ 1ኛ ዜና 16፥34	ቸርነት የሚባለው ከተቀባዩ ምላሽን ሳይጠብቁ በለጋስነት መስጠት ነው።
በጎነት	ገላ.5፥22	በጎነት ለሌላው ሰው መልካም ማሰብን፣ መልካም መናገርን፣ መልካም ማድረግን ይመለከታል። ለፍጥረታት ሁሉ መልካም የሚያስብ ሰው በጎ ይባላል። በጎ ሥራና በጎ ንግግር ከበጎ ኅሊና ይመነጫሉ
የውሃት	ማቴ.5፥5	የውሃት የሚባለው ኀዳጌ በቀል መሆን ነው። ይህም ተበድሎ እንዳልተበደለ መሆን ነው። በጠላቶቻችን ላይ ክፉ ሥራን ማድረግ እየቻልን ስለእግዚአብሔር ብለን በፍቅር ደካማ መስለን መታየት ነው። የዋህ ሰው ክፉ ባደረጉበት ሰዎች ቂም፣ በቀል፣ ጥላቻ የለበትም። የዋህ ሰው ሰዎች ክፉ ቃል ቢናገሩት እንኳ የለዘበ የለዘበ ነገርን ተናግሮ ክፋትን ያርቃል።
ራስን መግዛት	ገላ.5፥22	ራስን በእግዚአብሔር ሕግ ማኖርና የራስ ገዢ መሆን ራስን መግዛት ይባላል። ስሜታችን የሚገዛን ሳይሆን ስሜታችንን በእግዚአብሔር መግዛት ነው። ራስን መግዛት የስሜት ሕዋሳቶቻችንን መቆጣጠርና በመልካም ሥራ ላይ ማዋል ነው።
ሰላም	ፊልጵ.2፥14፤ ማቴ.5፥9፤ ሮሜ 12፥18	ሰላም ከሌሎች ሰዎች ጋር በፍቅርና በስምምነት መኖር ነው። ብንጣላ እንኳ ሳንታረቅ ማደር የለብንም።
እምነት	መዝ.12፥5፤ ምሳ.3፥5፤ ራእ.2፥10 ዕብ.11፥6	እምነት የሚያኖረኝና የሚመግበኝ እግዚአብሔር ነወ ብሎ ትምክሕትን፣ ተስፋን በፈጣሪ ላይ ማድረግ ነው። መታመን እስከ ሞት ድረስ ነው። የመታመን መገለጫው በተሰጠን ጸጋ እግዚአብሔርን ማገልገል ነው። እምነት ያለው ሰው በምንም ነገር አይጨነቅም።
ደስታ	ሉቃ.2፥9፤ ሉቃ.15፥10	ከሞት በኋላ ላለው ሕይወት ምንም ጥቅም የማይሰጥ ደስታ ሥጋዊ ደስታ ነው። በሌሎች መጎዳት የምንደሰተው ደስታ ደግሞ

		ሰይጣናዊ ደስታ ነው። ነፍሳዊ ጥቅምን በሚያስገኝን ነገር መደሰትና ሌሎች ሲጠቀሙ መደሰት እግዚአብሔራዊ ደስታ ነው የትክክለኛ ደስታ ምንጭ እግዚአብሔር ነው (መዝ.94፥1)። በእግዚአብሔር የሚደሰት ሰው ለዘለዓለሙ አያዝንም።
ትዕግሥት	ዮሐ.16፥33፤ ሲራ.2፥4-5፤ 1ኛ ጴጥ.2፥19 ኢዮ.2፥12፤ ሲራ.28፥1፤ ያዕ.1፥12	ትዕግሥት ማለት የሚደርስብንን መከራ፣ ስድብ፣ ነቀፋና የመሳሰሉትን ስለእግዚአብሔር ብለን ምላሽ ሳንሰጥ ስሜትን ተቆጣጥሮ ዝም ማለት ነው። እንዲሁም ፍርድን ለፈጣሪ ሰጥቶ በመከራ ጊዜም ቢሆን በተሰጠን ጸጋ ፈጣሪን እያመሰገንን ሳናጕረመርምና ሳናማርር መኖር ነው። ትዕግሥት ክክርስቶስ መስቀል በረከት ማግኛ መንገድ ነው። ከተለያዩ አካላት የሚያጋጥሙንን ፈተናዎች ብንታገሣቸው እኛን ወደ ቅድስና ከፍ የሚያደርጉን ናቸው። የደረሰብን መከራ በበደላችን ምክንያትም ሊሆን ስለሚችል ራሳችንን እንመርምር።

ትዕግሥት የጠብ ማብረጃ፣ የክብር እናት የሆነች የአሸናፊዎች መገለጫ ናት። የታገሠ የድል አክሊልን ያገኛል። ሲታገሡ ያማል። ሕመሙ ግን አጭር ሲሆን ከሕመሙ በኋላ ያለው ደስታ ታላቅ ነው። የስድብን ቃል ስንሰማና ስንታገሥ በዚያ ሰዓት በራሳችን ላይ የእሾህ አክሊልን እንደደፋን እንሆናለን። ቆይቶ ግን ሕይወትን፣ ደስታን፣ በረከትን፣ ረድኤትን እናገኛለን። አጥር በሌለው ቤት ሁሉ እንደሚገባበት ትዕግሥት በሌለው ሰውም ሰይጣናት ይገቡበታል። በትዕግሠት የሕይወት አክሊልን እናገኛለን።

ከኦርቶዶክሳዊ ሰው ምን ይጠበቃል?

ኦርቶዶክሳዊ ሰው ምግብን በመቀነስ ሆዳምነትን፣ በመንኖ ጥሪት ፍቅረ ንዋይን፣ በጾም ስስትን፣ በትጋት እንቅልፍን፣ መጻሕፍትን በማንበብ ክፉ ኅሊናን፣ በየዋህነት ቁጣን፣ በትሕትና ትዕቢትን፣ ሰውን በመውደድ ጥላቻንና ቅንዐትን፣ በዝምታ የማይረባ ንግግርን ማሸነፍ ይጠበቅበታል።

፩. ትሕትና፡- የትሕትና መገለጫው ራስን ለሌላው ዝቅ ማድረግ፣ መታዘዝ፣ ዕርጋታና የመሳሰሉት ናቸው። ትሕትና እኔ ደካማ ነኝ፣ እኔ ኃጢአተኛ ነኝና የመሳሰሉትን ማለት ብቻ ሳይሆን ሌሎች እንዲህ ሲሉን ታግሠን በፍቅር መቀበል ነው። የሰው ልጅ ትሕትናው ለእግዚአብሔር ክብርን ከመስጠት የመነጨ ነው። ከዚህ ቀደም የሠራነውን ኃጢአት አሳፋሪነት ማሰብ ለትሕትና ረዳት ነው። ትሑት ሰው ኀፊረ ገጽ አለው። እውነተኛ ትሑት በበደሉት ጊዜ የማያዝንና ቢሰድቡት እንኳ አሁን እንደሰደቡኝ ሆኜ ነውን ብሎ ስድቡን ለማስቀረት ምክንያት የማይሰጥ ነው። ትሕትና ከራስ አብልጦ መልካም መልካሙን ለሌላው ሰው መመኘት ነው። ሰዎች እንደናቁኝ ልናቃቸው አለማለት ነው። ሰው ሲሰደብ የሚከፋና የሚያዝን ትሕትና ስለሌለውና ለራሱ ያለው ክብር ከፍተኛ ስለሆነ ነው።

፪. እውነት፡- እውነት የተደረገውንና የሆነውን ነገር ሳይቀንሱ፣ ሳይሸራርፉና ሳይለዋወጡ በትክክል መግለጽ ነው። እውነት ከግምት የጸዳ ተጨባጭ ነገር ነው። የእውነት መለኪያ መጽሐፍ ቅዱስ ነው። እውነትን ስንመሰክር በፍቅርና በትሕትና እንጂ በጥላቻና በንቀት መንፈስ መሆን የለበትም። ምንም ያህል ዋጋ ቢያስከፍለን እውነትን መናገር ይገባናል።

፫. አንድነት፡- አንዱ ስለሁሉ፣ ሁሉ ስለአንዱ የሚያስብበትና የሚኖርበት አኗኗር ነው። መነቃቀፍ የአንድነት ጠላት ነው። የሻከሩ አንድነቶችን በይቅርታ መጠገን ይገባል።

አንዳችን ለአንዳችን አስፈላጊ እንደሆንን መረዳት ይገባናል። በአንድነት ውስጥ ከሐሜት ለመዳን ግልጽ አሠራር ያስፈልጋል። ሁልጊዜ የእኔ ሐሳብ ብቻ ተቀባይ ይሁን ብሎ የሌላውን ሐሳብ መናቅ አንድነትን ይሸረሽራል። ኦርቶዶክሳዊ ሰው አነ ዘክርስቶስ እያለ በአንድነት የሚያምን ስለሆነ ዘረኝነት በእርሱ ዘንድ ቦታ የለውም።

፬. በረድኤተ እግዚአብሔር መታመን፡- ሰው የፈለገውን ያህል ኀያል፣ አዋቂ፣ ባዕለ ጸጋ ቢሆን ረድኤተ እግዚአብሔር ካልረዳው መጽናት አይችልም። ሰው በመልካም ሥራው፣ በገንዘቡ፣ በኀይሉ፣ በሥልጣኑ ሊታመን አይገባውም (1ኛ መቃ.21፥7)። የእግዚአብሔርን ሕግ ስንጠብቅ እርሱ ደግሞ በብዙ መልኩ ይረዳናል (ዮዲ.6፥21)። በችግራችን ጊዜ የሚረዳን እግዚአብሔር ነው። እግዚአብሔር ረድኤቱን በቅዱሳን መምህራን አድሮ የሚሰጥበት ጊዜ አለ። ስሙን በመጥራታችን ረድኤቱን የሚሰጥበት ጊዜም አለ (መዝ.43፥5)። በቅዱሳን መላእክት አማካኝነት የሚረዳን ጊዜ አለ (2ኛ ነገ.6፥16-17)። በሰዎች አድሮ የሚረዳበት ጊዜም አለ።

፭. ፈሪሀ እግዚአብሔር፡- እግዚአብሔርን መፍራት ማለት ለሕጉ መገዛት ማለት ነው። ለሕጉ ባንገዛ ይቀጣናል ብሎ መፍራት ነው። እግዚአብሔርን በመፍራት ክፉ ሁሉ ከእኛ ይርቃል (ምሳ.15፥27)።

፮. ምስጋና፡- ምስጋና ለፈጣሪ የሚቀርብ የተወደደ መሥዋዕት ነው (ሲራ.39፥35)። ሰው የተፈጠረ ፈጣሪውን አመስግኖ በደስታ ይኖር ዘንድ ነው (3ኛ መቃ.2፥12)። ምስጋና ከበሽታ ለመዳን ይጠቅማል (1ኛ ሳሙ.16፥23)። በበዓላት ወቅት በተለየ እግዚአብሔርን እናመሰግነዋለን (መዝ.96፥12)። ፈጥሮ የሚያኖረንና የሚያስተዳድረን እግዚአብሔር ስለሆነ ሁልጊዜም በደስታ እናመሰግነዋለን (ኢሳ.12፥5)። ስንዘምር ሌሎች ሰዎችን እንዳንረብሽ በመጠን ሊሆን ይገባል። ምስጋና የእግዚአብሔር መንፈስ እንዲቀርበን ይረዳናል (1ኛ ሳሙ.10፥6)። ረድኤተ እግዚአብሔርን ያሰጠናል (ዕዝ.ሱቱ.9፥16)። በምስጋና ምክንያት አጋንንት ይሸሻሉ (አረጋዊ መንፈሳዊ 32)። ምስጋና ጠላቶቻችንን ለማሸነፍ ኀይልን ያስገኝልናል (2ኛ ዜና መዋ.20፥22)። ለቅዱሳን የምናመሰግነው ምስጋና የጸጋ ምስጋና ነው (ሉቃ.1፥28-42)። እግዚአብሔርን የምናመሰግነው ምስጋና የባሕርይ ምስጋና ነው (ሮሜ 1፥8፤ ኤፌ.5፥19)።

፯. ንስሓ፡- ንስሓ ማለት በሠሩት ኃጢአት ተጸጽቶ ማዘንና ወደ እግዚአብሔር ለመመለስ መወሰን ማለት ነው (የሐዋ. ሥራ 19፥18)። ከእግዚአብሔር ይቅርታን የምናገኝበት መንገድ ነው። ሰው በንስሓ አማካኝነት ሥርየትን አግኝቶ ንጽሕናን ገንዘብ አድርጎ የአምላክ ወገን ይባላል (አረጋዊ መንፈሳዊ 26)። ንስሓ የሕይወት እናት፣ የምሕረት በር ናት። ንስሓ ጥፋታችንን አርመን መልካም ሥራን ለመሥራት ከፈጣሪ የሚሰጥ ሁለተኛ እድል ነው። ንስሓ የሞተ ኅሊናን ትቶ የማይሞት ኅሊናን ገንዘብ ማድረግ ነው (ዕዝ.ሱቱ.13፥14)። ዘመናችን ሳያልፍ ንስሓ መግባት አለብን። ነፍስ ከሥጋ ከተለየች በኋላ ንስሓ የለምና። ሰውን በክፉ ሥራው ተጸጽቶ ንስሓ ከገባ በኋላ በፍቅር መቀበል ይገባል። በእኛ ንስሓ መግባት ቅዱሳን መላእክትም ይደሰታሉ (ሉቃ.15፥7)። እግዚአብሔር ሰው ሁሉ ንስሓ ገብቶ እንዲድን እንጂ እንዲጠፋ አይፈልግም (ሕዝ.18፥21-24)። በንስሓ አዲስ ሕይወት ይጀመራል።

፰. **ይቅርታ፡-** የበደልናቸውን ሰዎች ይቅርታ መጠየቅና የበደሉንን ሰዎችም ከልብ ይቅር ማለት ነው። ይቅርታ ጸጥታን፣ ክብርን፣ ጸጋን እንድናገኝ ይጠቅመናል (ማር ይስ.1፥2)። ሰው መላልሶ ቢበድለን እንኳ መላልሰን ይቅር ማለት ይገባናል (ማቴ.18፥21-22)። ይቅርታ የሰላም እናት ናት። ለክፋት ማስተባበያ ከመስጠት ይልቅ እውነታውን ተቀብሎ፣ ጥፋትን አምኖ ይቅርታ መጠየቅ ታላቅነት ነው። ይቅርታ ፈውስን ያሰጣል።

፱. **ተግሣጽ፡-** ተግሣጽ ጠባይን ማረሚያ ምክርና ቁጣ ነው። የሚገሥጽ ሰው መጀመሪያ እርሱ ራሱ በበጎ ግብር ያለ ሊሆን ይገባል (ማር ይስ.1፥6)። ራሱ በጎ ሳይሆን ሌሎችን እገሥጻለሁ የሚል ግን ለሌሎች መንገድን የሚያሳይ ዕውር ሰውን ይመስላል (ሐዋ 39)። ካህኑ ኤሊ ልጆቹን ባለመገሠጹ ልጆቹም እርሱም እንዲቀሠፉ ምክንያት ሆኗል (1ኛ ሳሙ.4፥11-18)። ሰውን በአደባባይ ከመንቀፋችን በፊት በግሉ መምከር ይገባል። ስንገሥጽ ደግሞ የምንገሥጸውን ሰው ሰብእና በማያጎድፍ መልኩ ሊሆን ይገባል። እግዚአብሔር ወዳጆቻችንን በሞት በመጥራት፣ ገንዘባችንን በማጥፋት፣ በሽታን በማምጣት፣ ጠላትን በማስነሣት ሊገሥጸን ይችላል (መዝ.77፥34)። ተግሣጽ ለጊዜው ደስ ባያሰኝም ቆይቶ ግን ታላቅ ሰላምን ይሰጣል። ያለሥርዓት የሚሄዱትን መገሠጽ ይገባል (1ኛ ተሰሎ.5፥11)። እግዚአብሔር የሚወደውን ሰው ይገሥጻል (ምሳ.3፥11)። ሕፃናት የተማሩትን እንዳይገድፉ፣ ያልተማሩትን እንዲማሩ፣ ከሓድያን ሃይማኖትን እንዳይነቅፉ፣ ክሕደትን እንዳያስፋፉ መገሠጽ ያስፈልጋል። ሳይገሠጽ ያደገ ልጅ ሰነፍና ክፉ ይሆናል (ሲራ.30፥8)። ሕዝቡ ከእግዚአብሔር ሕግ በተቃራኒ ሲጓዝ መገሠጽ ይገባል (ኢሳ.40፥1)። አጥፍቶ ከተገኘ ማንንም ሳያፍሩና ሳይፈሩ መገሠጽ ይገባል።

፲. **ተስፋ፡-** ተስፋ በፈጣሪ ላይ ያለን የመታመን ኀይል ነው። ተስፋ የሌለው ሕይወት አሰልቺ ነው። ተስፋ የመታመን መገለጫ ነው። እግዚአብሔርን ተስፋ ከማድረግ የበለጠ ነገር የለም። ተስፋ መቁረጥ እግዚአብሔርን ተስፋ ካለማድረግ የሚመነጭ ክፉ ሐሳብ ነው። ከእግዚአብሔር በላይ የሆነ ምንም ዓይነት ችግር ስለሌለ በማናቸውም ጭንቀትና መከራ ውስጥ ብንሆን እንኳን እግዚአብሔርን ተስፋ ማድረግ ይገባናል።

፲፩. **ከባቴ አበሳነት፡-** ይህ የባልንጀራን በደል በምስጢር መያዝና ለሌላ ሰው አለመናገር ነው። የባልንጀራውን ኃጢአት ለሌላው የሚገልጽ ሰው የባልንጀራውን ደም እንደሚጠጣ ሰው ነው። ከነዓን የኖኅን ዕርቃንነት በመናገሩ ተረግሟል (ዘፍ.9፥22)።

፲፪. **ትጋት፡-** አንድን ሥራ ሳንሰለች ባለን አቅም ሁሉ መሥራት መቻል ነው። ጌታ መቼ እንደሚመጣ ስለማይታወቅ የጽድቅ ሥራን ተግተን እየሠራን ልንጠብቀው ይገባል (ማቴ.26፥38)።

፲፫. **ቅንነት፡-** ተንኮል የሌለበት ቀጥተኛ አካሄድ ቅንነት ይባላል። ኦርቶዶክሳዊው ሰው በሥራው ሁሉ ሴራ የሌለበት ቅን ሰው ነው። እግዚአብሔር ቅን ልብ ያለውን ሰው ይወዳል (1ኛ መቃ.26፥3)። ልበ ቅን ለሆነ ሰው እግዚአብሔር ሥራውን ያቀናለታል። ኦርቶዶክሳዊ ሰው ፍርዱ ቅን መሆን ይገባዋል።

፲፬. **መልካም አርአያነት፡-** ክርስቲያን በቃል፣ በኑሮ፣ በተግባር መልካም አርአያ ሊሆን ይገባል (1ኛ ጢሞ.4፥12)። አንደበት ከእግዚአብሔር ዘንድ ለሰዎች መሰጠቱ በእርሱ ሰዎች መልካሙን ነገር ተናግረው ሌሎችን ወደ መልካም ሕይወት እንዲመሩበት ነው።

፲፮. ታማኝነት፡- ታማኝነት የሚባለው በቃል መገኘት፣ የተቀበሉትን አደራና ኀላፊነት በአግባቡ መወጣት፣ እውነተኛ መሆን ማለት ነው። ለእግዚአብሔር፣ ለራስ፣ ለሌላው ሰው ታማኝ መሆን ይገባል። አንድ ክርስቲያን ለእግዚአብሔር ያለው ታማኝነት የሚገለጠው ኃጢአትን ባለመፈጸምና ጽድቅን በመሥራት ነው።

፲፯. ንጽሕና፡- እግዚአብሔር ደስ ከማይሰኝበት ነገር ከኃጢአት መራቅ፣ መለየት፣ መጠበቅ ነው።

፲፰. ደግነት፡- ለሰው ሁሉ ጥሩ አሳቢና አድራጊ መሆን፣ ከክፋት መራቅና ሌላውን አለመጉዳት ነው።

፲፱. ሰውን ማክበር፡- ሰው በእግዚአብሔር አርአያ በመፈጠሩ ክቡር ፍጥረት ነው። ሰውን የሚያከብር ሰው በሰዎች ስለሚናገረውና ስለሚሠራው ነገር ይጠነቀቃል። የሰውን ስሜት ሊጎዳ የሚችል ጸያፍ ነገርን ከመናገርና መጥፎ ድርጊትን ከመፈጸም ይጠነቀቃል።

፲፱. ስግደት፡- ስግደት አምልኮን ወይም አክብሮትን የምንገልጽበት የተገገርነት የመታዘዝና የትሕትና ምልክት ነው። ስግደት የባሕርይና የጸጋ ተብሎ ይከፈላል። የባሕርይ ስግደት የሚሰገድለት እግዚአብሔር ሲሆን የጸጋ ስግደት የሚሰገድላቸው ደግሞ ቅዱሳን ናቸው። በአፈጻጸሙ ደግሞ በሦስት ይከፈላል። እነዚህም አስተብርኮ፣ አድንኖ፣ ወዲቅ ናቸው። በቆረብንበት ቀን፣ በጌታ በዓላት፣ በድንግል ማርያም በዓላት፣ ቅዳሜና እሑድ እንዲሁም የበዓለ ሚካኤል የቀኖና ስግደትን መስገድ አይገባም።

፳. ተጋድሎ፡- መንፈሳዊ ሕይወትን እንዳንኖር ከሚቃወመን ኀይል ጋር የምናናርገው ትግል ተጋድሎ ይባላል። ከሥጋ ፈቃድና ከሰይጣን ጋር የሚደረግ ትግል ነው። ሥጋዊ ፍላጎቶቻችን ፈጣሪያቸው እግዚአብሔር ስለሆነ በራሳቸው ኃጢአቶች አይደሉም። ነገር ግን ሰው እነዚህን ፍላጎቶች በመጠኑና በአግባቡ ባለመጠቀም ምክንያት ከእግዚአብሔር ሕግ ሲለይ ኃጢአት ይሆናል (ኤፌ.6፥10)። መንፈሳዊ ተጋድሎ በቅድስና ለመኖር የምናደርገው ጥረት ነው። ውጤቱም ሰማያዊ ክብር መንግሥተ ሰማያት ነው።

፳፩. ምጽዋት፡- ምጽዋት ለተቸገሩ ሰዎች የሚሰጥ ስጦታ ወይም ርዳታ ነው። ርዳታውም "ሰው በልቡ እንዳሰበ ይስጥ" የሚለውን የሐዋርያውን ቃል የተከተለ ነው (2ኛ ቆሮ.9፥6-12)። ጌታችን በዳግም ምጽአቱ የሚጠይቃቸው ጥያቄዎች የምጽዋት ሥራዎች ናቸው (ማቴ.25፥32-46)። ባልንጀራህን እንደራስህ ውደድ የሚለውን ሕግ ከምንፈጽምባቸው መንገዶች ውስጥ አንዱ ምጽዋት ነው። ማንኛውም የሰው ልጅ ተቸግሮ ባገኘን ጊዜ ከፍቅርና ከርኅራኄ በመነሣት የምንሰጠው ስጦታ ነው። ምጽዋት ሰው በርኅራኄ እግዚአብሔርን የሚመስልባት ምግባር ናት። ሰው ለሰው ያለው በጎ ፈቃድ የሚገለጥበት ኦርቶዶክሳዊ ሥራ ነው። ምሕረት ሥጋዊ ለተራበ፣ ለተጠማ ማብላት ማጠጣት ነው። ምሕረት መንፈሳዊ ሰውን ከክፉ ምግባር ማውጣት ነው። ምሕረት ነፍሳዊ ሰውን ከክፉ ሃይማኖት ማውጣት ነው። ምጽዋት ስንሰጥ መጀመሪያ ለሃይማኖት ሰዎች ቀጥሎ ለኢአማንያን ነው። ምጽዋት በሥውር ሊሰጥ ይገባል። ምጽዋት ረድኤትን በረከትን ያሰጣል፣ ኃጢአትን ያስተሰርያል (መዝ.40፥1፤ ምሳ.21፥12፤ ሲራ.3፥30)። ምጽዋት በጌታ፣ በቅዱሳን ስም ሊሰጥ ይችላል (ማቴ.25፥40፤ ማቴ.10፥42፤ ማር.9፥41)። ምጽዋት

የሚሰጥ ሰው በራሱ ወዝ ላብ ሠርቶ ደክሞ ካገኘው ሀብት ወይም ገንዘብ በልግስና መስጠት ነው።

፭፪. መባዕ፡- መባዕ ለእግዚአብሔር የሚሰጥ ስጦታ ነው። ይኸውም ዐሥራትን፣ በኩራትን፣ ቀዳምያትን ሁሉ ያካትታል።

- **ዐሥራት፡-** ሰው በዓመቱ ከሚያገኘው ገቢ ከዐሥር አንድ ለቤተክርስቲያን የሚሰጠው ነው። በብሉይ ኪዳን ለሌዋውያን መተዳደሪያ ይሆን ነበር። በሐዲስ ኪዳን ደግሞ ለካህናት መተዳደሪያ ይሆናል። ሌዋውያንም የዐሥራት ዐሥራት ያወጡ እንደነበረ ካህናትም ዐሥራት ማውጣት ይገባቸዋል (ዘኍ.18፥26፤ ዘኍ.10፥37)።
- **በኩራት፡-** ከእንስሳት ወገን መጀመሪያ የተወለደውን ለቤተክርስቲያን መስጠት ነው።
- **ቀዳምያት፡-** በዓመቱ ተዘርቶ ከደረሰው እህል የመጀመሪያውን ለቤተክርስቲያን መስጠት ነው።

፭፫. ጸሎት፡- ጸሎት ማለት ልመና ያለበት ምስጋና ወይም ምስጋና ያለበት ልመና ነው። በጸሎት ከእግዚአብሔር ጋር እንነጋገራለን። ጸሎት ሰው ከፈጣሪው ጋር የሚገናኝበት፣ ችግሩን ገልጾ ለሕይወቱ የሚያስፈልገውን ከሰጪው እግዚአብሔር የሚጠይቅበት፣ የፈጣሪውን ሥራ እያደነቀ ልግስናውን ቸርነቱን ፍቅሩን እያሰበ የሚያመሰግንበት ረቂቅ መንገድ ነው። ጸሎት የሚቀርበው ለእግዚአብሔር ወደ እግዚአብሔር ነው። ሰው ሳያየን በግል የምንጸልየው ጸሎት የግል ጸሎት ይባላል (ማቴ.6፥6)። ሁለት ወይም ከዚያ በላይ ሆነን የምንጸልየው ጸሎት የማኅበር ጸሎት ይባላል (የሐዋ. ሥራ 1፥12-14)። ወደ እግዚአብሔር የሚቀርብ ጸሎት በንጹሕ ልብ፣ ከቂም ከበቀል የጸዳ መሆን ይጠበቅበታል። በጸሎት ጊዜ ዐይንን ወደ ሰማይ ማቅናት፣ እጅን መዘርጋት ይገባል (1ኛ ጢሞ.2፥8)። ደረትን መድቃት፣ ኃጢአትን እያሰቡ ማልቀስም ይቻላል። ማንኛውም ክርስቲያን ሊጸልይባቸው የሚገቡ ሰባቱ የጸሎት ጊዜያት የሚከተሉት ናቸው።

- ጸሎተ ነግህ (ጌታ በጲላጦስ ፊት የቆመበትን ጊዜ በማሰብ)
- ጸሎተ ሠለስቱ ሰዓት (ጌታ በጲላጦስ ፊት ስለእኛ የተገረፈበት ጊዜ)
- ጸሎተ ቀትር (ጌታ የተሰቀለበት ጊዜ)
- ጸሎተ ተስዓቱ ሰዓት (የጌታ ነፍሱ ከሥጋው የተለየበት)
- ጸሎተ ሠርክ (ጌታ ወደ መቃብር የወረደበት)
- ጸሎተ ንዋም (ጌታ ለሐዋርያት ሥርዓተ ጸሎትን ያስተማረበት)
- ጸሎተ መንፈቀ ሌሊት (ጌታ የተነሣበት፣ የሚመጣበት)

የጸሎት ሥርዓቱ ደግሞ በቅደም ተከተል ቀዊም (መቆም)/መዝ.5፥3፣ ቀኒተ ሐቌ (ሉቃ.12፥35)፣ ፊትን ወደ ምሥራቅ መመለስ፣ ማማተብ (ሉቃ.11፥20)፣ ስግደት (ስንጆምር ሦስት ስንፈጽም አንድ፣ ስግደትን የሚያነሳ አንቀጽ ሲገጥመንም መስገድ)፣ መስቀልን የሚያነሳ ጎይለ ቃል ሲገጥመን ማማተብ ይገባል።

፭፬. ጾም፡- ጾም በታወቀ ጊዜ ከምግብ መከልከል ነው። ከኃጢአት ደግሞ ለዘለዓለሙ መከልከል ነው። ጾም ሰውነትን ለመልካም ሥራ ያሰለጥናል። በእግዚአብሔር ፊትም

ትሑት ያደርጋል። ጾም ማለት በአጭሩ መተው፣ መከልከል ማለት ነው። ጾም የፈቃድና የአዋጅ ተብሎ በሁለት ይከፈላል። የፈቃድ ጾም የሚባለው ምእመን ከእግዚአብሔርና ከንስሓ አባቱ ጋር በመነጋገር ራሱ በፈለገውና በሚመቸው መልኩ ለራሱ ብቻ የሚጾመው ጾም ነው። የአዋጅ ጾም የሚባለው ምእመናን ሁሉ በአንድነትና በግልጽ የሚጾሙት ነው። በጾም በጸሎት በውስጣችን ያለ ክፉ ስሜት ይርቃል (ፊልጵ.4፥4-6)። ሰማያዊ ኀይልን እንጎናጸፋለን። ሰባቱ የአዋጅ አጽዋማት የሚከተሉት ናቸው።

- ✓ ዐቢይ ጾም (ጾመ ኢየሱስ)
- ✓ ጾመ ድኅነት (ዐርብ ረቡዕ)
- ✓ ጾመ ገሐድ (የጥምቀትና የልደት ዋዜማ)
- ✓ ጾመ ነነዌ
- ✓ ጾመ ነቢያት (ከህዳር 15 ጀምሮ እስከ ገና የሚጾም)
- ✓ ጾመ ሐዋርያት
- ✓ ጾመ ማርያም (ፍልሰታ)

ከዐቢይ ጾም ውጭ ያሉት ሁሉም እስከ 9፡00 ሰዓት የሚጾሙ ሲሆን የዐቢይ ጾም የመጀመሪያ ሳምንት እስከ 12፡00 ሰዓት፣ ከቅድስት ሰኞ እስከ ኒቆዲሞስ ዓርብ እስከ 11፡00 ሰዓት፣ ሰሙነ ሕማማት እስከ ምሽቱ 1፡00 ሰዓት ይጾማሉ። የዐቢይ ጾም ሳምንታት ከዋዜማው ጀምሮ እስከ ትንሣኤ ያሉት እሑዶች በቅደም ተከተል ዘወረደ፣ ቅድስት፣ ምኩራብ፣ መጻጕዕ፣ ደብረ ዘይት፣ ገብር ኄር፣ ኒቆዲሞስ፣ ሆሣዕና፣ ትንሣኤ ናቸው። ጥምቀትና ልደት ረቡዕና ዓርብ ከዋሉ ረቡዕና ዓርብ አይጾሙም። ረቡዕና ዓርብ በበዓለ ኀምሳም አይጾሙም።

የኦርቶዶክሳዊ ሕይወት መንገዶች

በክርስትና ሁለት ዓይነት የሕይወት መንገዶች አሉ። እነዚህም የምንኵስና ሕይወትና የትዳር ሕይወት ናቸው። ምንኵስና ያለትዳር ወይም በድንግልና ሕይወት እስከ መጨረሻው በመጽናት እግዚአብሔርን በፍጹም ልብ ለማገልገል ቃል በመግባት የሚኖር ኑሮ ነው (ማቴ.19፥12)። ጋብቻ/ትዳር ደግሞ አንድ ወንድና አንዲት ሴት ለመረዳዳት፣ ዘር ለመተካት፣ ከፍትወት ፈተና ለመጠበቅ አንድ ላይ ሆነው የሚኖሩት ኑሮ ነው። ከትዳር በፊት መተጫጨት አለ። መተጫጨት ማለት በትዳር አብሮ ለመኖር መፈቃቀድ፣ መስማማት፣ መግባባት ማለት ነው። የእጮኝነት ጊዜ የመጠናኛ ጊዜ ነው ለቀጣዩ ሕይወት መዘጋጃ ጊዜ ነው። ከጋብቻ በፊት ከምንም ዓይነት የዝሙትና የፍትወት ሥራ መራቅ ይገባል። የባልና የሚስት አንድነት የክርስቶስና የቤተክርስቲያን አንድነት ምሳሌ ነው (ኤፌ.5፥20-32)። ሠርግ ኦርቶዶክሳዊ ጋብቻን ለሕዝብ የማስተዋወቂያና ደስታን የመግለጫ ሥርዓት ነው። ትዳር የራስን ስሜት፣ ሐሳብና ፍላጎት ብቻ ስናራምድበት ከነበረው የብቸኝነት ሕይወት ወጥተን ከትዳር አጋር ጋር በመወያየት በመመካከርና በመደማመጥ አብሮ ለመኖር የምንጀምረው ሕይወት ነው። ስለዚህ በትዳር ሕይወት ውስጥ መደማመጥና መስማማት ዋነኛው መሠረት ነው። የክርስቶስን ሥጋና ደም የተቀበሉ፣ በቤተክርስቲያን ሥርዓት ጋብቻቸውን የፈጸሙ ሙሽሮች መታጀብ ያለባቸው በመዝሙር ነው። መዝፈን መጨፈር ግን አይገባም። ኦርቶዶክሳዊ ጋብቻ ወንድ ከ20 ዓመት በላይ፣ ሴት ከ15 ዓመት በላይ ሲሆኑ ማግባት ይችላሉ።

በጋብቻ አማካኝነት የሚመጣው የክርስቲያን ቤተሰብ የእግዚአብሔር ክብር የሚነገርበት ትንሹ ቤተክርስቲያን ነው። የትዳር ዓላማው አንዱ ዘር ለመተካት ስለሆነ ላለመውለድ ተብሎ የወሊድ መከላከያን መጠቀም ወይም ከፅንስ በኋላ ፅንስን ማስወረድ ፈጽሞ የተከለከለ ነው። የወላጆች ሕይወት ለልጆች አስተማሪም ትምህርት ቤትም ነው። እናትና አባት በልጆቹ ፊት ከሚፈጸሙ የስሕተት መንገዶች መራቅ አለባቸው። ለልጆች ፍቅር መስጠት፣ ለልጆች ትኩረት መስጠት፣ ልጆችን ማስተማር፣ መልካም ሥራን በተግባር ማሳየት አለባቸው። ባል ሚስቱን መውደድ፣ ሚስትም ባሏን ማክበርና መርዳት ይገባታል። ልጆች ለወላጆቻቸው መታዘዝና መርዳት ይገባቸዋል።

የኦርቶዶክሳዊ ሕብረት መገለጫዎች

- **የጽዋ ማሕበር፡-** ሰዎች በአንድ ጻድቅ ስም የሚያቋቁሙት የአንድነት ማሕበር ነው (ማቴ.10፥40-44)። የጽዋ ማሕበሩ መሪ ሙሴ ይባላል። ነቢዩ ሙሴ ለእስራኤል ዘሥጋ መጋቢ እንደነበር ይህም የማሕበር ሙሴ እስራኤል ዘነፍስ ለሚባሉ ክርስቲያኖች መሪ መካሪ ሆኖ የነፍስ የሥጋ ምግብ ያቀርባል። ተረኞችን እንደሚከተለው ያስተዋውቃል። ማነው ባለሳምንት ያስጠመድክ በዐሥራ ስምንት እኔ ነኝ የምትል የዕገሌ ወዳጅ ሲል ባለተራው ፈጠን ብሎ ይነሣና እኔ አለሁ የእገሌ ወዳጅ ቢያደርሰኝ ቢያደርሳችሁ ቢያቆየኝ ቢያቆያችሁ ማይ ሹሜ ቁጤማ ጎዝጉዤ እጠብቃችኋለሁ ብሎ በአባላቱ መካከል ይሰግዳል። ይቀጥልና ቁሱ አለሁ እንዳልክ አለሁ ይበልህ፣ እንደ ወደቅህ ጎይለ አጋንንትን ይጣልልህ ለቀጠሮ ያብቃን ብሎ አቡነ ዘበሰማያት ይሰጣል። ሙሴ እስከ ሦስት ይህንን አዋጅ ካወጀ በኋላ በመጨረሻ ወደሁለተኛው ሰው ይቀጥላል። ማነህ ባለሁለት ያስጠመድክ በዐሥራ ሁለት እኔ ነኝ የምትል የእገሌ ወዳጅ። መልሱ አይለወጥም። በዚህ መልኩ እስከ ሦስት ይሄድና አራተኛው ላይ ሲደርስ ስሙን ሳይጠራ ያስጠነቅቀዋል። ባለ አራት ቤትህን አንሣት ተጠራጠር ብቅል ስቀል በማለት በሽፍን ያስተዋውቀዋል። አዋጁ ካለቀ በኋላ ሙሴው እዚያው እንደቆመ ስለደገሰው ወንድሙ ስም ሆኖ የሚከተለውን ይናገራል። ለሙሴ ለደርገ ሙሴ ዐይኑ በሳሳ፣ እጁ ባደላ፣ ጠላው በቀጠነ፣ ቆሎው ባረረ፣ ዳቦው በቀነበረ ማሩን ይላሉ ይልና እርሱ ግልገል ሙሴውም ባለቤቱም በማሕበሩ ፊት ይሰግዳሉ። የማሕበሩ አባላት በሙሉ ይነሱና ሙሴው ዐይኑ አልሳሳም እጁ አላደላም ባለቤት ጠላው አልቀጠነም ወይኑ ወይነ ቃና ነው። ዳቦውም አላረረም ጎብስተ መና ነው እንዲህ ያለ የለም ብለው ደስታቸውን በጭብጨባ በእልልታ ይገልጣሉ። በመጨረሻም ቁሱ ይመርቅና ይሰነባበታሉ።
- **የጽጌ ማሕበር፡-** ይህ ክርስቲያኖች በእመቤታችን ስደት መታሰቢያ ቀኖች እሑድ እሑድ ምግብ በማዘጋጀት ካህናትንና ምእመናንን የሚያስተናግዱበት ማሕበር ነው።
- **ሰንበቴ፡-** ምእመናን በቤተክርስቲያን ተሰብስበው ከተባረከው መዓድ እየበሉና እየጠጡ ቅዱሳት መጻሕፍትን እየተማማሩ የሚፈጽሙት ሥርዓት ነው። የሰንበቴው አባላት በዕለተ ሰንበት በተራ ተከፋፍለው ነዳያንን ይመግባሉ።
- **ተዝካር፡-** ሲራ.38፥16 ለሞተ ሰው ተዝካር አውጣለት እንዲል ለሙታን ምሕረትን ይሰጥልን ዘንድ የምናቀርበው የጸሎት ሥርዓት ነው። ይህም ለሞቱት ዕረፍትን፣ ላሉት በረከትን ያሰጣል።
- **ዝክር፡-** ማቴ.26፥6-13። ዝክር በእግዚአብሔር ስም፣ በቅድስት ድንግል ማርያም ስም፣ በቅዱሳን መላእክትና በሌሎችም ቅዱሳን የሚደረግ መታሰቢያ ነው። የልዑል

እግዚአብሔርን ድንቅ ሥራዎች ማሰቢያ ነው። የቅዱሳን ሥራን ተጋድሎ የሚዘከርበት ነው። ዝክር በምስጋና፣ በጸሎት፣ በምጽዋት ይከበራል።

ኦርቶዶክሳዊ ባህል

ባህል የሰው ልጆችን አኗኗራቸውን፣ አለባበሳቸውን፣ አበላላቸውንና የመሳሰሉትን የሚገልጽ ነው። የኦርቶዶክሳዊ ባህል መሠረቱ መጽሐፍ ቅዱስ ላይና አዋልድ መጻሕፍት ላይ የተገለጹ መልካም ትምህርቶች ናቸው።

- **አመጋገብ፡-** ኦርቶዶክሳዊ ሰው ከመብላቱ በፊት ስመ እግዚአብሔርን ጠርቶ ያመሰግናል። ከተመገበም በኋላ እግዚአብሔርን ያመሰግናል። ሲበላም ከሰው ፊት ምግብ መቍረስ የለበትም። በፊቱ ካለው ይመገባል እንጂ። አፉን ወጥ እንዳይቀባው፣ ምግቡን በልብሱ እንዳይዘራው፣ እየበላ ሳለ ሳል ቢነሣበት ፊቱን መልሶ እንዲስል፣ ጸጥ ብሎ እንዲጎርስ፣ በመዓዱ ከእንግዳ ጋር ቢቀመጥ እንግዳውን እየቆየ እየቆየ ሁለት ሦስት ጊዜ ብላ እንጂ ማለት ይገባዋል (አረጋዊ መንፈሳዊ 13)። በአንድ ላይ በፍቅር የሚመገቡት ምግብ አጋጌ ይባላል። መጥኖ መብላት ይገባል እንጂ በስስት መብላት አይገባም። በመዓድ ጊዜ ትልልቅ ሰዎችን ለክብራቸው በመዓርግ ከፍ ካለ ቦታ ማስቀመጥ ይገባል።
- **ሰላምታ፡-** ደኅንነትን መጠያየቂያና እግዚአብሔርን ማመስገኛ ነው። በሰላምታ ራስን ዝቅ ማድረግ ለሰው ልጅ ያለንን ክብርና መውደድ መግለጫ ነው (ማር ይስ.2፥11)። ታላላቅ መምህራንና ሽማግሌዎች ሲመጡ ዝቅ ብለን ጉልበት እንስማለን (ማር ይስ.2፥13)። ከሰው ቤት ሄደን ሰላምታ መስጠት ስንፈልግ ከቤት ከመግባታችን በፊት ድምፅ ማሰማት አለብን (አረጋዊ መንፈሳዊ 13)። ካህናት ሲመጡ ከተቀመጡበት መነሣት ይገባል (ተአምረ ኢየሱስ)። ሽማግሌዎች ሲመጡ መነሣትም ይገባል (ዘሌ.19፥32)። ንጉሥና ባለሥልጣን ሲመጣ ራስን ዝቅ አድርጎ ሰላምታ መስጠትም ይገባል (2ኛ ሳሙ.18፥28)።
- **አለባበስ፡-** ሌላውን ሰው ለኃጢአት የሚጋብዝ፣ የሰውነትን ቅርጽ የሚያሳይ ልብስ መልበስ አይገባም። ሴት የወንድን ወንድም የሴትን ልብስ መልበስ አይገባም (ዘዳ.22፥5)። በበዓል ወቅት ነጭ መልበሳችን መላእክትን መሠረት አድርገን ነው (ማቴ.28፥3)። ወንድ ልጅ ተከናንቦ መጸለይ ሴት ልጅ ሳትከናነብ መጸለይ አይገባቸውም (1ኛ ቆሮ.11፥4)። ሰው በልብሳችን ምክንያት እንዳይጸየፈን ልብሳችን ሁልጊዜም ንጹሕ ሊሆን ይገባል (መክ.9፥8)።
- **ንግግር፡-** ሰው ሁሉ ለመስማት የፈጠነ ለመናገር የዘገየ መሆን ይገባዋል። የነገር ወጡ ማዳመጡ፣ ነገርን አድምጦ እህልን አላምጦ እንዲሉ። ስንነጋገር የምንጠቀማቸው ቃላት የተመረጡና ለማንም የማይጎረብጡ ሊሆኑ ይገባል። ኦርቶዶክሳዊ ሰው የብልግና ቃል አይናገርም።
- **መረዳዳት፡-** ፍቅረ ቢጽ የሚገለጽበት ባህል ነው። ባልንጀራውን የሚረዳን ሰው እግዚአብሔር ይረዳዋል (ማር ይስ.28፥1)። በደቦ መሥራት፣ ሲያጭዱ አጥርቶ አለማጨድ የመረዳዳት መገለጫ ነው (ሩት 2፥3)።
- **እንግዳ መቀበል/እንግዳ መሆን፡-** እንግዳ ከአንድ ሰው ቤት በገባ ጊዜ ቤቱን እያማተረ በማገር የተሰቀለውን፣ በቆጥ የተንጠለጠለውን ማየት አይገባውም። እንግዳ ሲመጣ

መጀመሪያ እግሩን ማጠብ ይገባል (ዘፍ.18፥4)። ይህ ካልሆነ ደግሞ ለእንግዳው ውሃ ማቅረብ ነው (ዘፍ.24፥32፤ ሃይ.አበ.20፥29)።

- **በዓል አከባበር፡-** ክርስቲያን ከሌሎች ቤተ እምነቶች በዓል ሄዶ ማክበር የለበትም (ሃይ.አበ.20፥13)። በበዓላት ጊዜ መዝፈን፣ መስከር፣ መጨፈርና የመሳሰሉ ድርጊቶች ፈጽመው የተከለከሉ ናቸው።
- **ጌጥና ጸጉር አቆራረጥ፡-** ወንድ ልጅ የራሱን ጸጉር ማሳደግ አይገባውም ጺሙንም መላጨት አይገባውም (ዘሌ.19፥27)። ከራስ ጸጉር ላይ ጋሜ፣ ቁንጮ፣ ጌጥ መሠራትም አይገባም (ሃይ.አበ.21፥14፤ ፍት.ነገ.11)። ግማሽ ራስን ተላጭቶ ግማሽ መተውም አይገባም (ፍት.ነገ.45)። ንቅሳት በሃይማኖት አይፈቀድም (ዘሌ.19፥28)። ሴቶች የራሳቸው ያልሆነን ጸጉር በጸጉራቸው ላይ መቀጠል አይገባቸውም (ሐዊ 37)።
- **ልቅሶ/ኀዘን፡-** ሰው ሲሞት ጸጉርን መላጨት፣ ፊትን መንጨት አይገባም (ዘሌ.21፥4)።
- **ሰርግ/ደስታ፡-** በሰርግ ጊዜና በማናቸውም የደስታ ጊዜ እግዚአብሔርን በዝማሬ ማመስገን እንጂ መጨፈር፣ መዝፈን ክርስቲያናዊ ባህል አይደለም (ያዕ.5፥13፤ ፍት. ነገ. 11)።
- **ሌሎች ባህሎች፡-** ሰው በሰው ፊት ምራቅ መትፋት የለበትም። ቢያፏሽክ አፉን ከድኖ ማፏሸክ አለበት። አንበሳ መደብ (ሽንት ቤት) ሲቀመጥም ሰው ሊያየው አይገባም። ቤት ስንከፍት መዝጊያውን ቀስ ብለን መክፈትና መዝጋት ይገባል። በጉዞ ጊዜ ከታላቅ ቀድሞ አለመሄድ ይገባል። ስንስቅ ከት ብለን መሳቅ የለብንም። ወደሌላ ሰው ቤት ስንገባ አንኳኩተን ወይም ድምፅ አሰምተን መግባት አለብን (አረጋዊ መንፈሳዊ 13)። አካላቸው የጎደለ ሰዎችን ማቃለል፣ የታመሙ ሰዎችን መጸየፍ አይገባንም።

የኦርቶዶክሳዊ ሕይወት ተቃራኒዎች

፩. ዐመፃ፡- በኃጢአት ጸንቶ መኖር ነው።

፪. ፍቅረ ንዋይ፡- ሰው ከእግዚአብሔር ይልቅ ገንዘብን ሲወድ ፍቅረ ንዋይ አለበት ይባላል (መክ.5፥10፤ ሲራ.34፥5)። በገንዘባችን ሰውን ከረዳንበትና እግዚአብሔርን ካገለገልንበት ግን የጽድቅ ምክንያት ይሆናል (ሉቃ.8፥3)። ይሁዳ ጌታን በሠላሳ ብር የሸጠው ፍቅረ ንዋይ ስለነበረበት ነው።

፫. ከንቱ ውዳሴ፡- ሰይጣን በሌላ ኃጢአት መጣል ያቃተውን ሰው በከንቱ ውዳሴ ለመጣል ይጥራል። መልካም ሥራችንን እያስታወሰ ቅዱስ የሆንን እንዲመስለን በሰዎች አድሮ ያመሰግነናል (ተግ.3፥21)። አቦ አቦ ለመባልና ቀልብ ለማግኘት መሥራት ሰይጣናዊ ሥራ ነው። ዲያብሎስ ከክብሩ የወደቀ ከንቱ ውዳሴን በመፈለጉ ነው። ክብርን ለእግዚአብሔር መስጠትና በትሕትና መኖር ይገባናል። ከንቱ ውዳሴ የሌለበት ሰው በሰዎች ንግግር አያዝንም።

፬. ቂምና በቀል፡- ቂመኛ ሰው ሥጋ ለበስ ጋኔን ነው (አረጋዊ መንፈሳዊ መልእክት 17)። ጥላቻን በጥላቻ መቃወም ሰይጣናዊ ሥራ ነው። የደረሰብን ሁሉ በኃጢአታችን እንደሆነ ተረድተን ፍርድን ለእግዚአብሔር መስጠት ይገባናል።

፭. ሐሜት፡- ሐሜት ከምቀኝነት፣ ከአለባልታ፣ ባልንጀራን ካለመውደድ፣ እግዚአብሔርን ካለመፍራትና ከግልጸኝነት ማነስ ይወለዳል። ሐሜት ያለቢላዋ የሰው ሥጋን አርዶ መብላትና ያለጽዋዕ የሰውን ደም መጠጣት ነው (ርቱዐ ሃይማኖት)።

፮. ስንፍና፡- ስንፍና ኀይል እያለን ኀይላችንን በአግባቡ አለመጠቀም ነው፡፡ ልንሞት ጥቂት ሰዓታት እንደቀሩት አድርገን አስበን ልንተጋ ይገባናል፡፡ ስንፍና በነፍስም በሥጋም ድኻ ያደርጋል፡፡ ትጋትን ከጉንዳን መማር ይገባናል (ምሳ.6፥6)፡፡

፯. ቸልተኝነት፡- ወደኃጢአት እንዳንገባ ቸልተኛ መሆን አይገባንም፡፡ ከቸልተኝነት ውድቀት ይወለዳል (ድር.ዮሐ.አፈ.3)፡፡ ከታላቅ ከፍታ እስክንደርስ ድረስ ቸል ማለት የለብን፡፡ የሰይጣን ፍላጎት ለሕይወታችን አስፈላጊ የሆኑና ትኩረት ልንሰጥባቸው የሚገቡንን ጉዳዮች በቸልታ እንድናልፋቸው ነው፡፡

፰. ሽንገላ፡- ሽንገላ ክፉ ሆነው ሳለ መልካም መስሎ ለመታየት የሚያደርጉት ጥረት ነው፡፡ ሽንገላ በማር እንደተለወሰ መርዝ ነው፡፡ መርዝ በማር ተደብቆ የሚበላውን ሰው ይጎዳል፡፡ ሰይጣን ውብ በሆነው የእባብ ገላ ተሰውሮ ሔዋንን አሳስቷታል፡፡

፱. መናቅ፡- ንቀት በምክንያት ወይም ያለምክንያት ሰውን ዝቅ አድርጎ መመልከትና ማዋረድ ነው፡፡ በእግዚአብሔር አርአያ የተፈጠረን ሰው መናቅ ፈጣሪውን መናቅ ነው፡፡ ሌላውን የሚንቅን ሰው እግዚአብሔር ይንቀዋል (መጽሐፈ ወግሪስ)፡፡

፲. ትዕቢት፡- ትዕቢት አልሳሳትም ከማለትና ጉድለት የለብኝም ከማለት የሚመጣ አላዋቂነት ነው፡፡ ውሱንነትንና ማንነትን ካለመረዳት የሚመጣ ችግር ነው፡፡ ትዕቢት ከሌላው ሰው በዕውቀት፣ በውበት፣ በመልካም ሥራ፣ በሀብትና በመሳሰለው እበልጣለሁ ብሎ ማሰብ ነው፡፡ ሰይጣን ከነበረበት ልዕልና የወደቀ በትዕቢት ምክንያት ነው፡፡ ሰው እንዳይታበይ ደካማና ሟች መሆኑን መገንዘብ አለበት፡፡

፲፩. ዘረኝነት፡- በቤተሰብ፣ በዘመድ፣ በብሔር፣ በቋንቋ፣ በትውልድ ቦታና በመሳሰሉት መመካትና የሌላ ነው ብለን ያሰብነውን ደግሞ መናቅና መጥላት ዘረኝነት ይባላል፡፡ ሰው ከሰውነት ሲወርድ ዘረኛ ይሆናል፡፡ ሰው በሰውነቱ መመዘን፣ መወደድ አለበት እንጂ በዘሩ ሊመዘን አይገባውም፡፡

፲፪. ሐሰት፡- ሐሰት የእውነት ተቃራኒ ሲሆን የተደረገውን እንዳልተደረገ፣ ያልተደረገውን እንደተደረገ፣ የሆነውን እንዳልሆነ፣ ያልሆነውን እንደሆነ አድርጎ መናገር ነው፡፡

፲፫. ዘፈን፡- ዘፋኝነት የሰይጣን ሥራ ነው (1ኛ መቃ.17፥3)፡፡ መዝፈንም፣ ዘፈንን ማዳመጥም ተገቢ አይደለም፡፡

፲፬. ርኩሰት፡- የሰው ልጅ በበደል ላይ በደል እየጨመረ ሲሔድ ርኩስ ይባላል፡፡

፲፭. መዳራት፡- መዳራት የእጅ ጉንተላን፣ የዐይን ጥቅሻን፣ የነገር ጉሰማን የሚያመለክት ነው፡፡ ይኸውም ሰውን ለዝሙት ለመጋበዝ የሚደረግ ሙከራ ነው፡፡

፲፮. ሥራየኛ መሆን፡- ሌላውን ሰው ለመጉዳት የሰይጣናትን ስም ጠርተው በምግብ ወይም በሌላ ነገር አድርገው የሚሰጡ ናቸው፡፡ ይህም የጥላቻ መገለጫ ነው፡፡

፲፯. መጣላት፡- ጥልና መለያየት የፍቅር አለመኖር ምልክት ናቸው፡፡ ከሰው ጋር መጣላትም ሌሎችን ሰዎች ነገር ሠርቶ ማጣላትም አይገባም (ሃይ.አበ.20፥6)፡፡

፲፰. **ክርክር፡-** ክርክር ኃጢአት የሚሆነው የእኔ ሐሳብ ተቀባይ ካልሆነ ብሎ የራስን ሐሳብ በሌላው ላይ ለመጫን በውይይት መካከል አላስፈላጊ ቃላትን መወራወር ከዚያም አልፎ ከመጣላትና ከመካረፍ ደረጃ ሲደርስ ነው፡፡

፲፱. **ቅንዐትና ምቀኝነት፡-** ይህ ፈጣሪ ለሌላው ሰው በሰጠው ጸጋ ላይ ማመፅ ነው፡፡ በተሰጠን ማመስገን ሲገባን ሌላው በተሰጠው መቅናት ሰይጣናዊነት ነው፡፡ የጸጋ ባለቤት እግዚአብሔር ስለሆነ በሌሎች ጸጋም እርሱን አስበን ማመስገን ይገባናል፡፡

፳. **ቁጣ፡-** ቁጣ የአራዊት ሥራ ነው (ተግ.ዮሐ.አፈ.3)፡፡ ቁጣ የመገዳደል ዋዜማ ነው፡፡

፳፩. **አድመኝነት፡-** ሌላውን ለመጉዳት በአንድነት መተባበር ዐመፅ ወይም አድመኝነት ይባላል፡፡ ሰው መተባበር የሚገባው ለመልካም ሥራ እንጂ ለክፉ ሥራ መሆን የለበትም፡፡

፳፪. **ጥርጥር፡-** ጥርጥር የክሕደት መጀመሪያ ነው፡፡ በእግዚአብሔር ላይ ያለን እምነት ምንም ጥርጥር የሌለበት ሊሆን ይገባል፡፡

፳፫. **ስካር፡-** እስኪሰክሩ ድረስ መጠጣት ክርስቲያናዊ ሥራ አይደለም፡፡ በመጠን ጠጥተን እግዚአብሔርን ማመስገን እንጂ መስከር አይገባም (ሃይ.አበ.21፥16-18)፡፡ ስካር የፍትወትና የቁጣ ምክንያት ይሆናል፡፡ ስካር አእምሮን ይነሣል፡፡ ቅዱስ ዮሐንስ አፈወርቅ ስካርን ሰው በፈቃዱ የሚያብደው የፈቃድ እብደት ይለዋል (ፍት.ነገ.50)፡፡