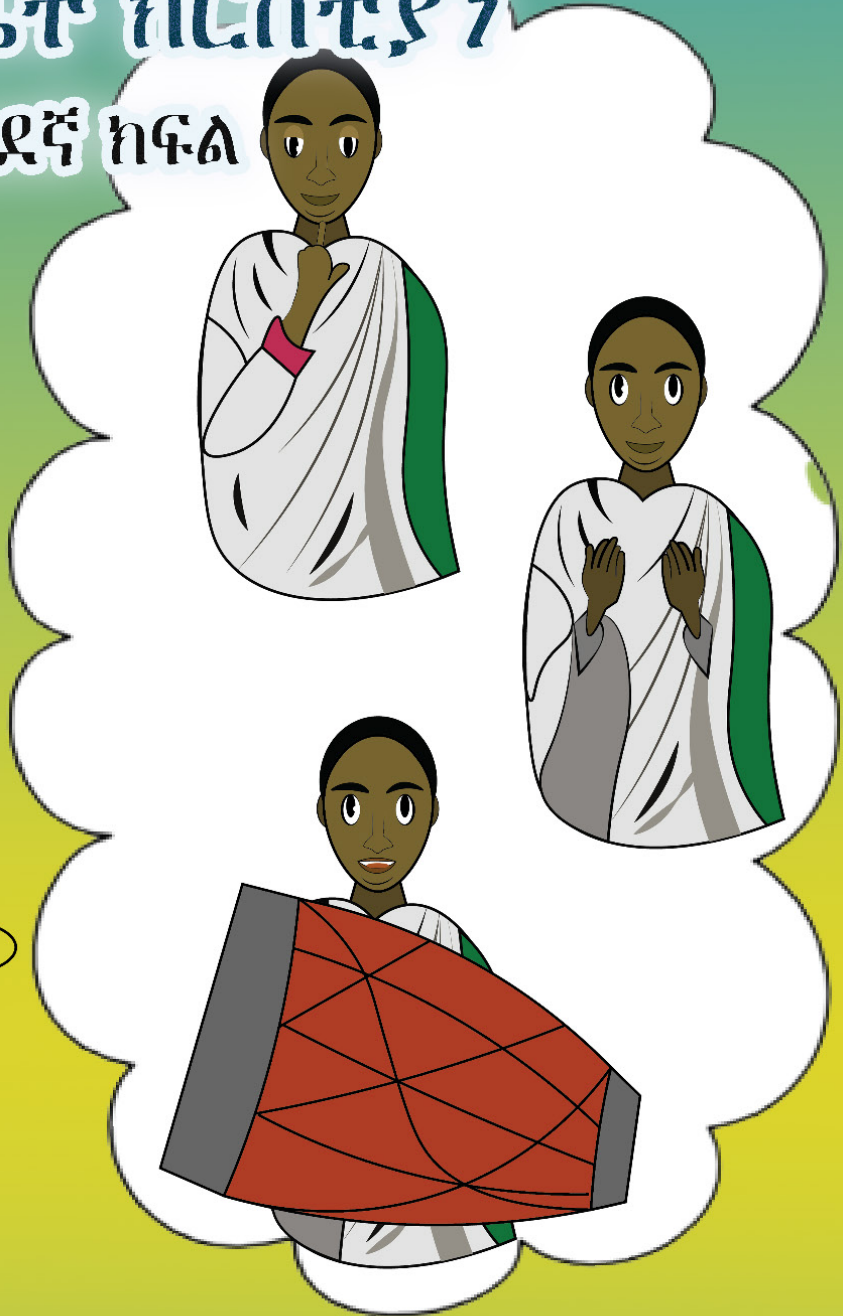


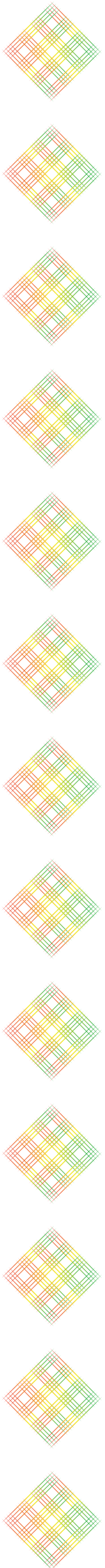


ሥርዓተ ቤተ ክርስቲያን

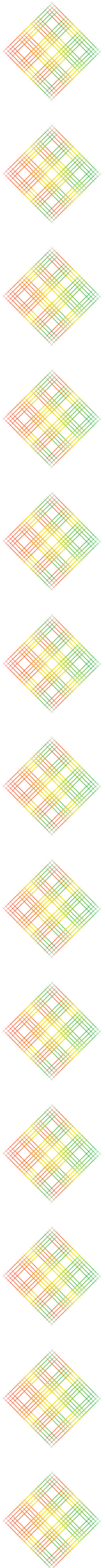
አንደኛ ክፍል



በኢትዮጵያ ኦርቶዶክስ ተዋሕዶ ቤተ ክርስቲያን የሰንበት ት/ቤቶች ማደራጃ መምሪያ የመንበረ ፓትርያርክ (ዓለም አቀፍ) የሰንበት ት/ቤቶች አንድነት የተዘጋጀ







ማውጫ

አርዕስት	ገጽ
መግቢያ	፩
ምዕራፍ አንድ	፩
ማማተብ	፩
፩. ፩ የማማተብ ሥርዓት	፪
፩. ፪ ስናማትብ ምን እንላለ?.....	፫
፩. ፫ ወደ ቤተ ክርስቲያን ለመምጣት የሚደረግ ቅድመ ዝግጅት	፬
፩. ፬ ቤተ ክርስቲያንን እንዴት እንላለማለን?.....	፬
፩. ፭ መቼ እናማትባለን?	፬
ምዕራፍ ሁለት	፱
ጸሎት	፱
፪. ፩ የጸሎት ዓይነቶች	፱
፪. ፪ የጸሎት ሥርዓት	፲፩
፪. ፫ የጸሎት ጊዜያት	፲፪
፪. ፬ ምግብ ስንበላ ስለምንጸልየው	፲፬
ምዕራፍ ሦስት	፲፯
መዝሙር.....	፲፯
፫. ፩ የመዝሙር ወይም የዜማ ጥቅም ምንድን ነው?...፲፰	
፫. ፪ የመዝሙር ሥርዓት	፲፰
፫. ፫ መዝሙር እንዴት ይዘመራል?	፲፰



መግቢያ

ልጆች በእግዚአብሔር ስም እንደምን አላችሁ? እግዚአብሔር ይመስገን!

አባቶቻችን በመንፈስ ቅዱስ እርዳታ የቤተ ክርስቲያንን ሥርዓት በሚገባ ሠርተው ብራና ዳምጠው ቀለም በጥብጠው ጽፈው እንዲሁም በትውፊት (በቅብብል) እኛ እንድንጠቀምበት አስተላልፈውልናል።

እናንተም ልጆች ሥርዓተ- ቤተ ክርስቲያንን በማወቅ እንድትተገብሩና ለሚመጣው ትውልድ እንድታስተላልፉ ይህ ትምህርት ተዘጋጅቷል።

በዚህ የሥርዓተ ቤተ ክርስቲያን የትምህርት ክፍል ወደ ቤተ ክርስቲያን ስንገባ ልናደርግ ስለሚገባን የመሳለምና የማማተብ ሥርዓት፣ የጸሎት ሥርዓት ምን መምሰል እንዳለበት፣ በየትኛው ሰዓት ምን ልንጸልይ እንደሚገባን፣ የመዝሙር ሥርዓትን እና እንዴት መዘመር እንዳለብን እንማራለን።

በዚህ የሥርዓተ ቤተ ክርስቲያን የትምህርት ክፍል ወደ ቤተ ክርስቲያን ስንገባ ልናደርግ ስለሚገባን የመሳለምና የማማተብ ሥርዓት፣ የጸሎት ሥርዓት ምን መምሰል እንዳለበት፣ በየትኛው ሰዓት ምን ልንጸልይ እንደሚገባን፣ የመዝሙር ሥርዓትን እና እንዴት መዘመር እንዳለብን እንማራለን።

በዚህ የሥርዓተ ቤተ ክርስቲያን የትምህርት ክፍል ወደ ቤተ ክርስቲያን ስንገባ ልናደርግ ስለሚገባን የመሳለምና የማማተብ ሥርዓት፣ የጸሎት ሥርዓት ምን መምሰል እንዳለበት፣ በየትኛው ሰዓት ምን ልንጸልይ እንደሚገባን፣ የመዝሙር ሥርዓትን እና እንዴት መዘመር እንዳለብን እንማራለን።

እንማራለን።

ምዕራፍ አንድ

ማማተብ



የትምህርቱ ዓላማ

ተማሪዎች ይህንን ትምህርት ተምረው ካጠናቀቁ በኋላ፦

- ☞ እንዴትና ለምን ማማተብ እንዳለባቸው ያውቃሉ፤ እንደተማሩትም ይተገብራሉ።
- ☞ ሲያማትቡ ምን ማለት እንዳለባቸው ያውቃሉ፤ ይተገብራሉ።
- ☞ በኑሯቸው ሁሉ ማማተብ እንዳለባቸው ይገነዘባሉ።

🔑 ቁልፍ ቃላት

- ☞ ማማተብ ፡ በመስቀል ምልክት በማመሳቀል ራስን መባረክ
- ☞ ግብር ፡ ሥራ ፡ ተግባር
- ☞ አመልካች ጣት ፡ ከአውራ ጣት ቀጥሎ የምትገኝ ጣት
- ☞ ማዕተብ ፡ ምልክት
- ☞ ማዕተብ ክርስትና ፡ የክርስትና ምልክት
- ☞ አብ ፡ አባት
- ☞ ወልድ ፡ ልጅ
- ☞ መንፈስ ቅዱስ ፡ ቅዱስ መንፈስ



? የማስጀመሪያ ጥያቄዎች:- ልጆች ማማተብ ምን ይመስላችኋል? እናንተስ አማትባችሁ ታውቃላችሁ? ጓደኞቻችሁ፣ እኅትና ወንድሞቻችሁ፣ እናትና አባታችሁ ሲያማትቡ አይታችኋል? እባክዎ መምህር የተማሪዎችን መልስ በግል ወይም በቡድን ይቀበሉ።

፩.፩ የማማተብ ሥርዓት

☛ ማማተብ ማለት “አማዕተብ” አመሳቀለ፣ አማተብ፡ ባረክ ካለው የግዕዝ ግሥ የወጣ ቃል ነው። ትርጉሙ ምልክት ማድረግ፣ ማመሳቀል፣ መባረክ ማለት ነው። ማዕተብ ማለትም ምልክት ማለት ነው። “ማዕተብ ክርስትና” ሲል የክርስትና ምልክት (መስቀል) ማለት ነው። በመጽሐፍ ቅዱስ እሥራኤል ወይም ያዕቆብ የዮሴፍን ሽላት ልጆች ኤፍሬምንና ምናሴን እጆቹን በማመሳቀል እንደባረካቸው ይናገራል። (ኦሪት ዘፍረት ምዕራፍ ፵፰ ቁጥር ፲፫) ባረክ ማለትም በረከት ሰጠ፣ አመሰገነ ማለት ነው።

☛ ማማተብ በመስቀል አምሳል ከላይ ወደ ታች ማለትም ከግንባራችን ወደ ደረታችን ፣ ከደረታችን ወደ ግራችን፣ ከግራችን ወደ ቀኝ በተመሳቀለ ጣት እራስን መባረክ ማለት ነው። ስናማትብ አጋንንትን ወይም ሰይጣናትን እናርቃለን።

ሥርዓተ ቤተ ክርስቲያን አንደኛ ክፍል

☛ በመጽሐፍ ቅዱስ “እኔ ግን በእግዚአብሔር ጣት አጋንንትን የማወጣ ከሆንኩ...” ብሎ ጌታችን አምላካችን መድኃኒታችን ኢየሱስ ክርስቶስ እንደ ተናገረ። (የሉቃስ ወንጌል ምዕራፍ ፲፩ ቁጥር ፳)

☛ ልጆቹ በእጃችን ጣቶች የመስቀል ምልክት ሠርተን ስናማትብ ጠላት ሰይጣን መስቀሉን ሲያይ ከእኛ አጠገብ በኖ ይጠፋል።



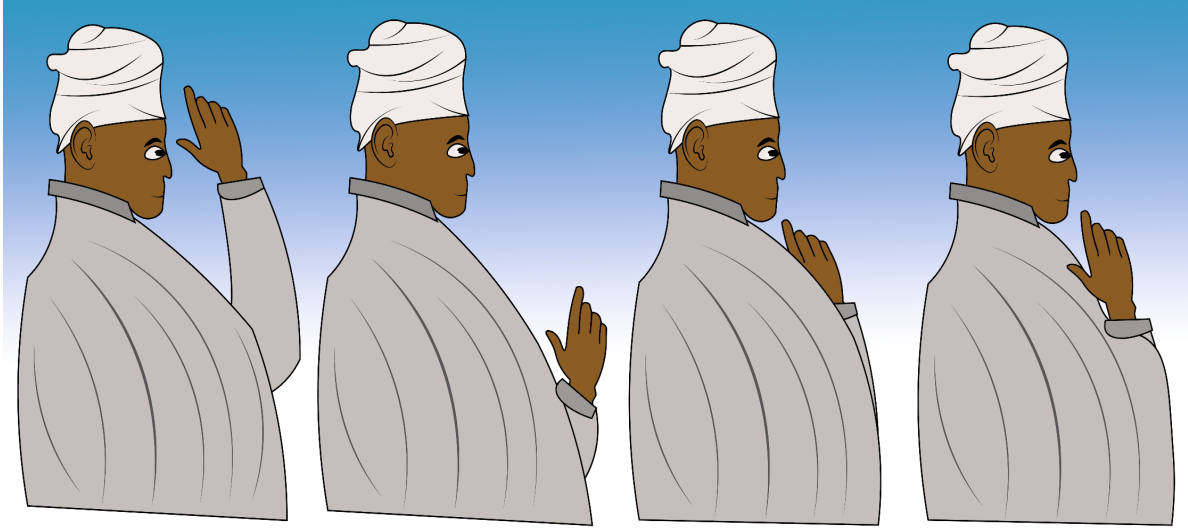
ሥዕል ፩.፩ ማማተብን በሥዕላዊ መግለጫ

ስናማትብም፡- መጀመሪያ የቀኝ ጣታቶቻችንን አመሳቅለን መስቀል እንሠራለን። ይህንም መስቀል ለመሥራት አመልካች ጣታችንን ቀጥ አድርገን ሌሎቹን ሦስት ጣቶቻችንን ደግሞ እናጥፋቸዋለን፤ ይህም የሚሆነው ምስጢረ ሥላሴን ስንመስክር ነው።



ሥርዓተ ቤተ ክርስቲያን አንደኛ ክፍል

አመልካች ጣታችን አንድነቱን ሌሎች የታጠፉት ሦስቱ ጣቶች ደግሞ ሦስትነቱን ይናገራሉ። ስለዚህ ማማተሻችን ምስጢረ ሥላሴን መመስከራችን ነው። አውራ ጣታችን ደግሞ ለመስቀሉ ክብር መስገድን ለማመልከት ይታጠፋል።



ሥዕል፡ ፩.፪ ማማተሻብን በሥዕላዊ መግለጫ

ጣታችንን መስቀለኛ ምልክት ከሠራን በኋላ ወደ ላይ ወደ ግንባራችን እንወስዳለን። ይህም የሆነው አምላካችንና አባታችን እግዚአብሔር በሰማይ መኖሩን ለመመስከር ነው። ስንጸልይ «አባታችን ሆይ በሰማያት የምትኖር» አይደል የምንለው?

የተመሳቀለ ጣታችንን ግንባራችን ላይ ከወሰድን በኋላ «በስመ አብ» እንላለን። ከዛም ወወልድ እያልን ወደ ደረታችን እንወስደዋለን። ይህም ከሰማየ ሰማያት ወረደ ከእመቤታችን ከቅድስት ድንግል ማርያም ተወለደ ስንል ነው። እጃችንን ወደ ግራ ደረታችን ስንወስደው ወመንፈስ ቅዱስ እንላለን። ይህም ኢየሱስ ክርስቶስ አዳምን ከሲኦል ለማውጣት በአካለ ነፍስ ወደ ሲኦል መውረዱን እጃችንን ወደ ቀኝ ደረታችን ስንወስድ አሐዱ አምላክ እንላለን ይህም አዳምና ልጆቹን ከሲኦል አውጥቶ ወደ ገነት የማስገባቱ ምሳሌ ነው።

፩.፪ ስናማትብ ምን እንደምንል

ልጆች ስናማትብ ምን እንደምንል ታውቃላችሁ? እባክዎ መምህር ልጆች እጅ በማውጣት ሲያማትቡ ምን እንደሚሉ ይጠይቋቸው?



ስናማትብ የምንለው “በስመ አብ ወወልድ ወመንፈስ ቅዱስ አሐዱ አምላክ አሜን” እንላለን።

ሀ. በስመ አብ

☛ ስናማትብ በመጀመሪያ ጣታችን ከግንባራችን ላይ አድርገን የምንለው በስመ አብ ነው። በስመ አብ የግእዝ ቃል ሲሆን ትርጉሙ በአብ ስም ማለት ነው። አብ ማለት አባት ማለት ነው። ስለዚህ ስሙ አብ ነው። ስናማትብ በስመ አብ ማለታችን የእግዚአብሔር አብን ስም እየጠራን ነው።



ለ. ወወልድ

☛ ወወልድ የምንለው ጣታችንን ከግንባራችን ወደ ደረታችን እየወሰድን ነው። ወወልድ (በስመ ወልድ) ማለት በወልድ ስም ማለት ነው። ወልድ ማለት የግእዝ ቃል ሲሆን ትርጉሙ ልጅ ማለት ነው። የማን ልጅ ነው? ካልን የአብ ልጅ መሆኑን እየመሰከርን ነው።

ሐ. ወመንፈስ ቅዱስ

☛ ጣታችንን ከደረታችን ወደ ግራ ክንዳችን ስንወስድ ወመንፈስ ቅዱስ እንላለን። ወመንፈስ ቅዱስ (በስመ መንፈስ ቅዱስ) ማለት በመንፈስ ቅዱስ ስም ማለት ነው። የስሙ ትርጉም ቅዱስ መንፈስ ማለት ነው።

መ. አሐዱ አምላክ

☛ ጣታችንን ከግራ ክንዳችን ወደቀኝ ክንዳችን ስንወስድ አሐዱ አምላክ እንላለን። አሐዱ ማለት አንድ ማለት ነው። አምላክ ማለት ደግሞ ፈጣሪ፣ ጌታ፣ ንጉሥ፣ ገዥ፣ የፍጥረቱ ሁሉ አስገኝ ማለት ነው። ስለዚህ አሐዱ አምላክ ስንል አንድ አምላክ ማለታችን ነው። አንድ አምላክ የምንለው አብ፣ ወልድና መንፈስ ቅዱስ በባሕርይ፣ በአገዛዝ፣ በስልጣን በመለኮትና በመሳሰሉት አንድ ናቸው ስንል ነው።

ሠ. አሜን

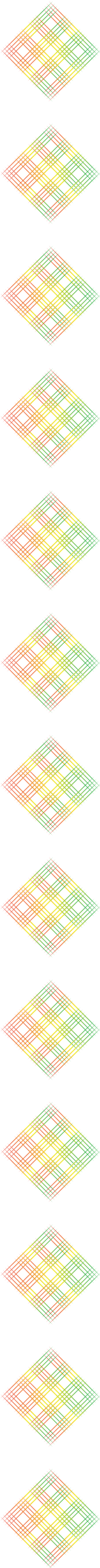
☛ በመጨረሻም አሜን ብለን እናጠናቅቃለን። አሜን ማለት በአብ በወልድ በመንፈስ ቅዱስ አንድነትና ሦስትነት እናምናለን ማለት ነው። ስናመሰግን እግዚአብሔር አምላካችን ይጠብቀናል ደስም ይሰኝብናል።

☛ ልጆች ይህንን የማማተብ ተግባር ስንፈጽም ግን ተረጋግተን አምላካችንን እያሰብን እንጂ በልምድ ብቻ መሆን የለበትም። ይህ ምን ማለት እንደሆነ ከመምህራችሁ ጋር በተግባር እየተለማመዳችሁ አሳዩ።

☛ መምህር እርስዎ የማማተብን ሥርዓት ከትርጉሙ ባሻገር በተግባር ውስጣችው እንዲሰርጽ ያለማምዷቸው።

፩.፫ ወደ ቤተ ክርስቲያን ለመምጣት የሚደረግ ቅድመ ዝግጅት

☛ ልጆቹ እግዚአብሔር ንጹሕ ነገር ይወዳል። ስለዚህ ወደ ቤተ ክርስቲያን ስትመጡ ገላችሁን ታጥባችሁ፣ ንጹሕ ልብስ ለብሳችሁ፣ የጸሎት መጽሐፋችሁን ይዛችሁ፣ ሥነ ሥርዓት ጠብቃችሁ መሆን አለበት። ፣ በተጨማሪም ሰንበት ትምህርት ቤት ስትመጡም መማሪያ ደብተርና መጻሕፍትን፣ የምትጽፉበትን ብዕር ይዛችሁ መምጣት አለባችሁ።



፩.፬ ቤተ ክርስቲያንን እንዴት እንሳለማለን?

ልጆች ቤተ ክርስቲያን ስትገቡ ምን ትላላችሁ? ምንም አትሉም እንዴ? ዝም ብላችሁ ነው የምትገቡት? (እባክዎ መምህር መልሳቸውን በቡድን ወይም በተናጠል ይቀበሉ)

ልጆች ሁል ጊዜ ነጠላችንን በመስቀል ምልክት በማመሳቀል ለብሰን ቤተ ክርስቲያን መሄድ ይገባናል። ወደ ቅጽሬ ቤተ ክርስቲያን ስንገባ በመጀመሪያ በስመ አብ ወወልድ ወመንፈስ ቅዱስ አሐዱ አምላክ አሜን ብለን እናማትባለን። ከዚያም «ሰላም እለኪ ቅድስት ቤተ ክርስቲያን አምሳለ ኢየሩሳሌም ሰማያዊት»። ይህም ማለት የሰማያዊት ኢየሩሳሌም አምሳያ የሆንሽ ቅድስት ቤተ ክርስቲያን ሆይ ሰላም ላንቺ ይሁን ማለት ነው። በጉልበታችን ተንበርክክን በግንባራችን መሬቱን በመንካት በአፋችን በመሳም እንሰግዳለን። ከዚያም የቤተ ክርስቲያኑን በር እንስማለን። ወደ ቤተ ክርስቲያን ውስጥ ስንገባ ቅዱስ ዳዊት እንዳለው «እኔ ግን በምሕረትህ ብዛት ወደ ቤትህ እገባለሁ፤ አንተን በመፍራት ወደ ቅድስናህ መቅደስ እሰግዳለሁ» (መዝሙረ ዳዊት መዝሙር ፭ ቁጥር ፯) በማለት ሰግደን እንገባለን።





ሥዕል ፩.፫ ቤተ ክርስቲያንን መሳለም የሚያሳይ ሥዕል

ተግባር
እባክዎ መምህር ተማሪዎችን ወደ ቤተ ክርስቲያን በር በመውሰድ እንዴት እንደሚሰገድ በተግባር ያሳዩዎቸው።



፩.፮ መቼ እናማትባለን

ልጆች በተለያዩ ምክንያቶች እናማትባለን።

☛ ቤተ ክርስቲያን ስንሳለም

☛ ጸሎት ስንጀምርና ስንጨርስ

☛ ምግብ ከመመገባችን እና መጠጥ ከመጠጣታችን በፊት

☛ ክቤት ጠዋት ስንወጣ እና ማታ ስንገባ

☛ ስንተኛ እና ከእንቅልፋችን ስንነሳ

☛ ማንኛውንም ሥራ ስንጀምርና ስንጨርስ ማማተብ ይኖርብናል።

☛ ማንኛውም የሚያስፈራና የሚያስደነግጥ ነገር ስንሰማና ስናይ... ማማተብ ይኖርብናል።

☛ መምህር ለልጆቹ በተግባር እንዲለማመዱ እና የማማተብን ተግባር ከላይ በተዘረዘሩት ጊዜያት እንዲፈጽሙ ያግዟቸው።

 **በቃል የሚጠና ጥቅስ**

«ከጌታችን ከኢየሱስ ክርስቶስ መስቀል በቀር ሌላ ትምክህት ከእኔ ይራቅ።»

(ገላ ምዕራፍ ፮ ቁጥር ፲፬)

የምዕራፉ ማጠቃለያ

- ☛ ማማተብ ማለት በመስቀል ምልክት በማድረግ፣ ጣቶችን በማመሳቀል፣ መላ አካላችንን መባረክ ማለት ነው።
- ☛ ስናማትብ ሰይጣን ከእኛ ይርቃል።
- ☛ ስናማትብ “በስመ አብ ወወልድ ወመንፈስ ቅዱስ አሐዱ አምላክ አሜን” እንላለን።
- ☛ ቤተ ክርስቲያን ስንላለም ሰላም እለኪ ቅድስት ቤተ ክርስቲያን አምሳለ ኢየሩሳሌም ሰማያዊት እንላለን።
- ☛ የምናማትበው ቤተ ክርስቲያን ስንላለም፣ ጸሎት ስንጀምርና ስንጨርስ፣ ምግብ ከመመገባችን እና መጠጥ ከመጠጣታችን በፊት፣ ከቤት ጠዋት ስንወጣ እና ማታ ስንገባ፣ ስንተኛ እና ከእንቅልፋችን ስንነሳ፣ ማንኛውንም ሥራ ስንጀምርና ስንጨርስ፣ ማንኛውም የሚያስፈራና የሚያስደነግጥ ነገር ስንሰማና ስናይ ማማተብ ይኖርብናል።

የማጠቃለያ ጥያቄዎች

የሚከተሉትን ዓረፍተ ነገሮች በትክክል ካነበባችሁ በኋላ ትክክል የሆነውን “እውነት” ትክክል ያልሆነውን ደግሞ “ሐሰት” በማለት መልሱ።

- ፩. ማማተብ ለእኛ ለሕፃናትና ለሰው ልጅ በሙሉ ይጠቅማል ።
- ፪. ስናማትብ በሥርዓት መሆን አለበት።
- ፫. ማማተብ ያለብን ወደ ቤተ ክርስቲያን ስንገባ ብቻ ነው።
- ፬. ጸሎት ለመጸለይ ስንነሳ ማማተብ አለብን።
- ፭. ጥናት ስንጀምር ብቻ ማማተብ አለብን።



ሥርዓተ ቤተ ክርስቲያን አንደኛ ክፍል

በ “ሀ” ዘር የተዘረዘሩትን በ “ለ” ሥር ካሉት ጋር ተስማሚያቸውን በመስመር አዛምዱ።

ሀ

ለ

፩. ጣት ቀኝ ክንድ ላይ ይሆናል።

ሀ.በስመ አብ

፪. ጣት ግራ ክንድ ላይ ያርፋል።

ለ.ወወልድ

፫. ጣት ደረት ላይ ያርፋል።

ሐ.ወመንፈስ ቅዱስ

፬. ጣት ግንባር ላይ ያርፋል።

መ.አሐዱ አምላክ

ምዕራፍ ሁለት ጸሎት



የምዕራፍ ዓላማ

ልጆች ይህንን ምዕራፍ ተምረው ሲያጠናቅቁ፡

- ☞ ጸሎት ማለት ምን ማለት እንደሆነና ጥቅሙን ይገነዘባሉ።
- ☞ በይትኛው ሰዓት እንደሚጸለይ ያውቃሉ።
- ☞ የጸሎት ሰዓታትን አውቀው ይጸልያሉ።
- ☞ ሲጸልዩ እንዴት መጸለይ እንዳለባቸው ያውቃሉ። በተገቢ መንገድም ይጸልያሉ።



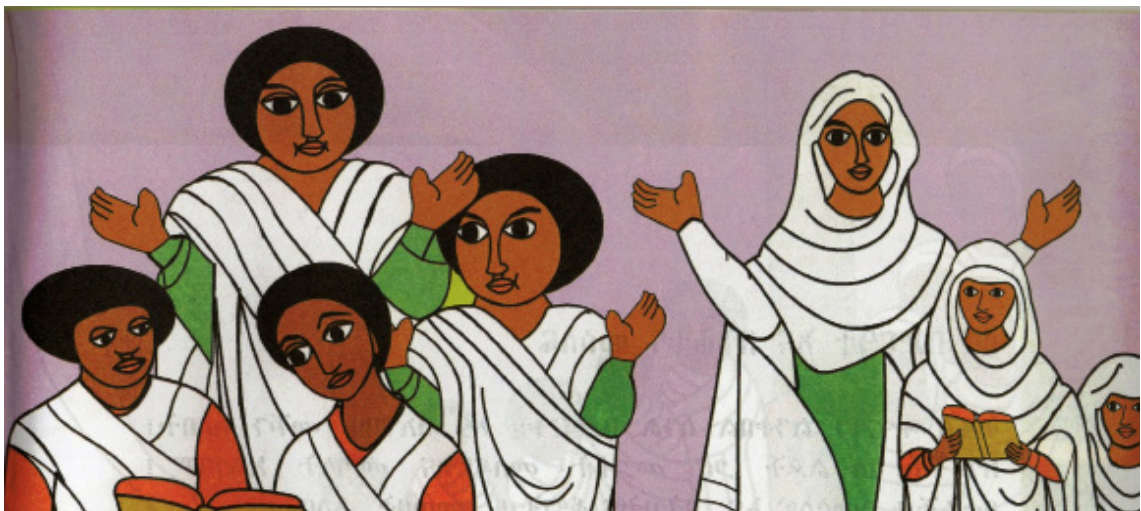
ቁልፍ ቃላት

- ☞ ጸሎት : ከእግዚአብሔር ጋር መነጋገር
- ☞ ኑዛዜ : ጥፋትን ኃጢአትን ለካህን መንገር
- ☞ ሠርክ : ምሽት /አሥራ አንድ ሰዓት



የማስጀመሪያ ጥያቄዎች :- ልጆች ጸሎት ጸልፎችሁ ታውቃላችሁ? ጸሎት የሚያደርግ ሰውስ ዓይነቶችሁ ታውቃላችሁ? በስንት ሰዓት ሲጸልይ አያችሁ? (እባክዎ መምህር የተማሪዎች መልሶች ይቀበሉ)

ጸሎት ከእግዚአብሔር ጋር መነጋገር ማለት ነው። ጸሎት ልመናም ምስጋናም ነው። በመጽሐፍ ቅዱስ “ለምኑ፥ ይሰጣችሁማል፥ ፈልጉ ታገኙማላችሁ...” ተብሎ እንደተጻፈ። (የማቴዎስ ወንጌል ምዕራፍ ፯ ቁጥር ፯) ጸሎት የሚያስፈልገንን ነገር ለእግዚአብሔር መንገር ነው። ጸሎት ሰይጣንን የምናሸንፍበት መሳሪያ ነው። ጸሎት ለሰው ሁሉ የሚያስፈልግ ነው። ከእግዚአብሔር ጋር ዘወትር ለመገናኘት መጸለይ ያስፈልጋል።



ሥዕል ፪. ፩ ልጆችና ወላጆች በቤተ እግዚአብሔር ተገኝተው ሲጸልዩ

ጸሎት ምስጋናና ልመና የምናቀርብበት መሳሪያ ነው። እኛን ግሩም አድርጎ በአርዳያው በአምሳያው ስለፈጠረን፣ ሁልጊዜም ስለሚመግብን፣ ቸርና መሐሪ ስለሆነ፣ ስለሚጠብቀን እግዚአብሔር አምላካችንን ሁል ጊዜ እናመሰግናለን፡

በጸሎት ልመናችንን ሁሉ ለእግዚአብሔር እናደርሳለን። እግዚአብሔር ደግሞ የለመኑትን የማይነሳ የነገሩትን የማይረሳ በመሆኑ የለመንነውንና ለእኛ የሚጠቅመንን ሁሉ ይስጠናል።

፪. ፩ የጸሎት ዓይነቶች

ሀ. የግል ጸሎት : የግል ጸሎት ማንኛውም ሰው ለብቻው የሚያደርገው ጸሎት ነው። ማንኛውም ሰው የግል ጸሎት ሊኖረው ይገባል።ጧት ከእንቅልፉ ሲነሣ ማታም ሲተኛ የግል ጸሎት መጸለይ አለበት።



ሥዕል ፪. ፪ የግል ጸሎት የምታደርግ ሕፃንን የሚያሳይ ሥዕል



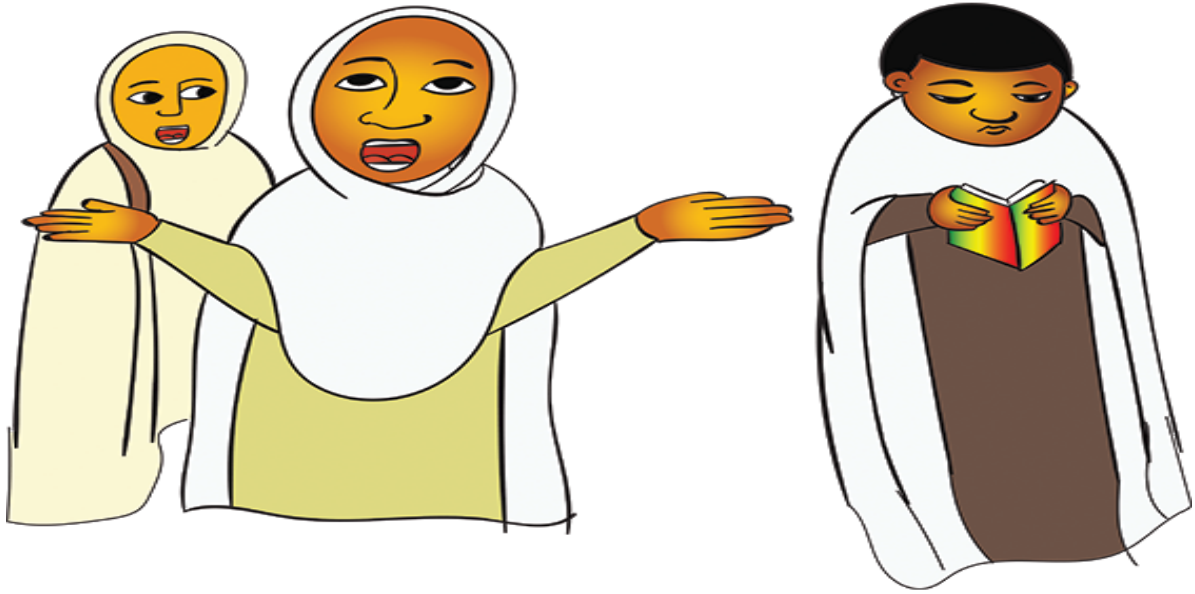
ሥርዓተ ቤተ ክርስቲያን አንደኛ ክፍል

ለ. የቤተሰብ ጸሎት ፡ የምንለው የቤተሰብ አባላት፡ አባት፣ እናት፣ ወንድም፣ እህት፣ ሞግዚት፣ በቤት ውስጥ ያለ ዘመድ በጋራ የሚጸልዩት ጸሎት ነው። እግዚአብሔር ቤተሰባችንን እንዲጠብቅልን ፍቅር አንድነት እንዲኖረን በጸሎት እንጠይቀዋለን።



ሥዕል ፪.፫ የቤተሰብ ጸሎትን የሚያሳይ ሥዕል

ሐ. የማኅበር ጸሎት ፡ ከብዙ ሰዎች ጋር በመሆን በኅብረት የምናደርገው ጸሎት ነው። ይህ ጸሎት እጅግ አስፈላጊ ነው። ይህ ዓይነት የማኅበር ጸሎት ለምሳሌ ሥርዓተ ቅዳሴ፣ የኪዳን ጸሎት፣ የሰርክ ጸሎት፣ በሰንበት ትምህርት ቤት የምናደርገው ጸሎት እና የመሳሰሉት ናቸው። ልጆቹ ስለዚህ ዘወትር ለጸሎት መትጋት ይኖርብናል። ጸሎት ያልጸለየ ሰው ከእግዚአብሔር ጋር አይገናኝም ማለት ነው።



ሥዕል ፪.፬ የማኅበር ጸሎት የሚያደርጉ አገልጋዮችን የሚያሳይ ሥዕል

፪.፪ የጸሎት ሥርዓት

የጸሎት ሥርዓት ማለት ስንጸልይ ማድረግ የሚገቡና እና የማይገቡ ነገሮች ማለት ነው። ስንጸልይ የሚከተሉትን የጸሎት ሥርዓቶች መከተል አለብን። እነሱም

- ☛ መታጠብና ንጹሕናችንን መጠበቅ
- ☛ ንጹሕና ሰውነትን የሚሸፍን ልብስ መልበስና ነጠላን መስቀለኛ አጣፍቶ መልበስ
- ☛ ጸሎት ስንጸልይ ፊታችን ወደ ቤተ ክርስቲያን፣ ካህን ወዳለበት፣ ሥዕል አድኅኖ ወዳለበት፣ ወይም ከላይ የተገለጹት ባሉበት ወደ ምሥራቅ አቅጣጫ (ፀሐይ ወደ ምትወጣበት) መሆን ይገባዋል።
- ☛ ወሬ አለማውራት እና ግራ ቀኝ አለማየት።

ሥርዓተ ቤተ ክርስቲያን አንደኛ ክፍል

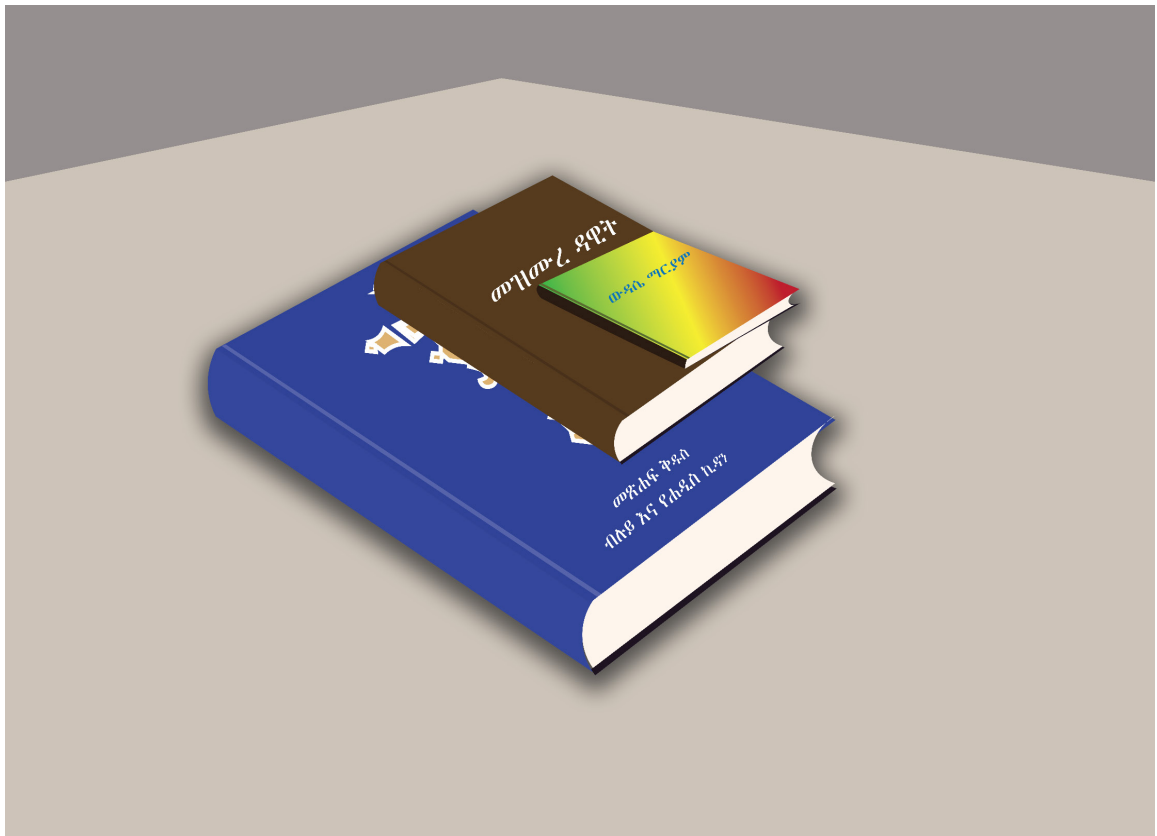
☛ ጸሎት ሲጀመርም ሆነ ሲያልቅ በትዕምርተ መስቀል ፊትን እና መላ ሰውነትን ማማተብ ይገባል።

☛ በትህትና መጸለይ አለብን።

☛ ስንጸልይ የምንገናኘው ከእግዚአብሔር ጋር ስለሆነ እግዚአብሔርን በመፍራትና በማክበር ሊሆን ይገባል።

☛ በመጨረሻ ሁሉንም ጸሎት ስንጨርስ አባታችን ሆይ በማለት መፈጸም አለብን።

☛ የጸሎት መጻሕፍት የምንላቸው፡- መጽሐፍ ቅዱስ፣ መዝሙረ ዳዊትና በውስጡ ያሉ ጸሎቶች ውዳሴ ማርያም፣ መዝገበ ጸሎት፣ የመሳሰሉት ናቸው።



ሥዕል ፪.፭ የጸሎት መጻሕፍትን የሚያሳይ ሥዕል

፪.፫ የጸሎት ጊዜያት

ልቦ አምላክ ቅዱስ ዳዊት “ስለ ጽድቅህ ፍርድ በቀን ሰባት ጊዜ አመሰግንሃለው።” (መዝሙረ ዳዊት መዝሙር ፻፲፰ ቁጥር ፻፳፬) ብሎ እንደተናገረ። ክርስቲያን የሆነ ሁሉ ሰባት ጊዜ በየዕለቱ እንዲጸልይ ቤተ ክርስቲያን ታስተምረናለች። እነሱም፡-

ሀ. ጸሎተ ነግህ (ጠዋት አሥራ ኹለት ሰዓት)፡- ይህም ቅዱስ ዳዊት “በማለዳ ድምጹን ትሰማለህ፤ በማለዳ በፊትህ እቆማለሁ፤ እጠብቃለሁም።” (መዝሙረ ዳዊት መዝሙር ፭ ቁጥር ፫) እንዳለ።



ሥዕል ፪.፮ ፡ የ፲፱ ሰዓት የጸሎት ጊዜን የሚያሳይ ሰዓት

በዚህ ሰዓት ፡

- ☛ የመጀመሪያው ሰው አዳም የተፈጠረበትም ሰዓት በመሆኑ ያንን እያሰብን እንጸልያለን።
- ☛ ጌታችንና መድኃኒታችን ኢየሱስ ክርስቶስ ስለ ሰው ልጆች በደል በጴጥሎስ አደባባይ የቆመበት ሰዓት በመሆኑ እሱን እያሰብን በጠዋት እንጸልያለን።



ሥርዓተ ቤተ ክርስቲያን አንደኛ ክፍል

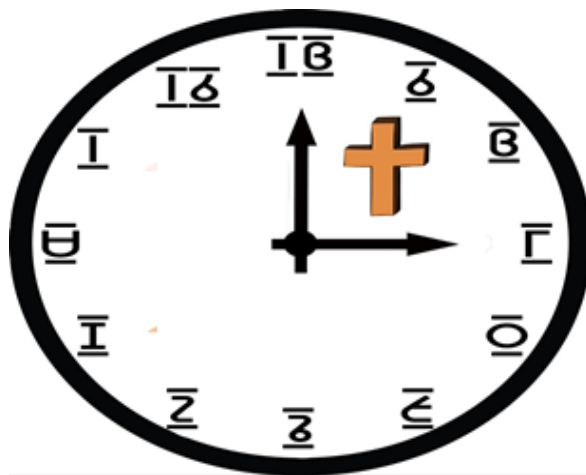
ለ. ጸሎተ ሠለስቱ ሰዓት (ሦስት ሰዓት) : በሦስት ሰዓት የምንጸልይባቸው ምክንያቶች:

☛ ሐዋን የተፈጠረችበት

☛ እመቤታችን ቅድስት ድንግል ማርያም የቅዱስ ገብርኤልን ብሥራት የሰማችበት

☛ ጌታችን አምላካችን መድኃኒታችን ኢየሱስ ክርስቶስ ስለ ሰው ልጆች ሲል በጴሊጦስ አደባባይ የተገረፈበት በመሆኑ

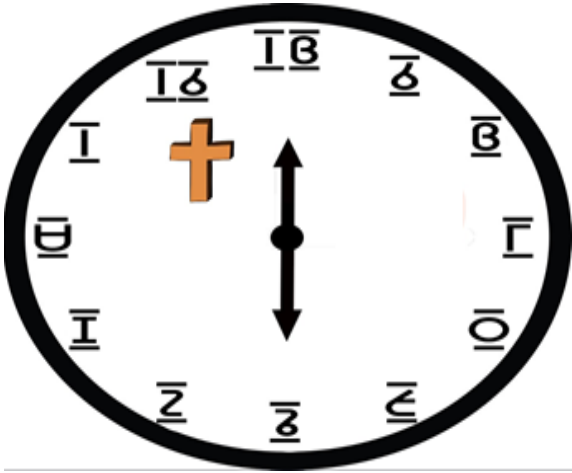
እነዚህን እያሰብን በሦስት ሰዓት እንጸልያለን።



ሥዕል ፪.፮ : የ፫ ሰዓት የጸሎት ጊዜን የሚያሳይ ሰዓት

ሐ. ቀትር (ስድስት ሰዓት) : በዚህ ሰዓትም :

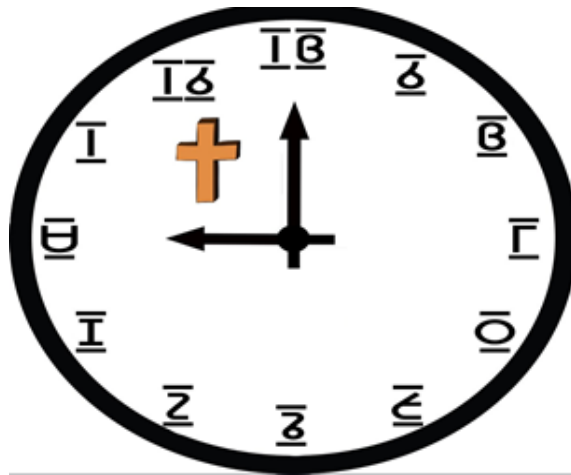
☛ በዕጸ በለስ ምክንያት ለስሕተት የተዳረገውን አዳምን ለማዳን ጌታችን አምላካችን መድኃኒታችን ኢየሱስ ክርስቶስ በቀራንዮ አደባባይ የተሰቀለበት በመሆኑ ሰይጣን እንዳይሰለጥንብን እየለመንን እንጸልያለን።



ሥዕል ፪.፰ : የጳ ሰዓት የጸሎት ጊዜን የሚያሳይ ሰዓት

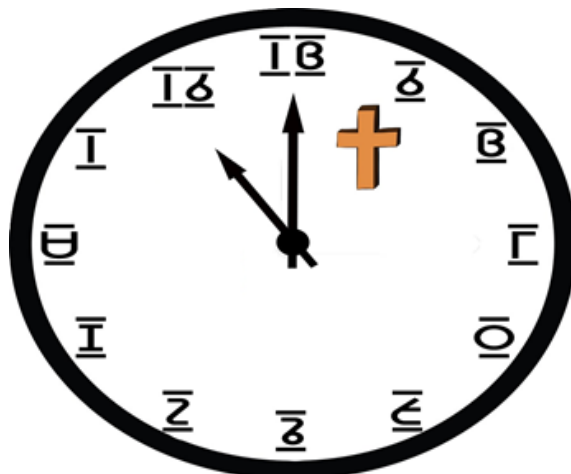
መ. ተሰዓት ሰዓት (ቀን ዘጠኝ ሰዓት) : በዚህ ጊዜ :

- ☛ ጌታችን አምላካችን መድኃኒታችን ኢየሱስ ክርስቶስ አዳምን ነጻ ለማውጣት በፈቃዱ ቅዱስ ሥጋውን ከቅድስት ነፍሱ የለየበት ሰዓት ነው።
- ☛ ቅዱሳን መላእክት የሰው ልጆችን በጎም ሆነ ክፉ ተግባር ወደ ፈጣሪ የሚያሳርጉበት ነው።
- ☛ ቆርኖሌዎስ የተባለ መቶ አለቃ በጸሎት ጸንቶ ደጅ ሲጠና ከሰነበተ በኋላ ከፈጣሪው ምላሽ ያገኘበት ሰዓት ነው (የሐዋርያት ሥራ ምዕራፍ ፲ ቁጥር ፱)
- ☛ በዚህ ጊዜ የጌታችን የአምላካችን የመድኃኒታችን የኢየሱስ ክርስቶስን መከራ እና ሞት ኢየሱስን ቅዱሳት መላእክት ከፈጣሪያቸው እንዲያስታርቁን እየለመንን የቆርኖሌዎስ እድል እንዲገጥመን እየተማጸንን እንጸልያለን።



ሥዕል ፪.፱ : የ፱ ሰዓት የጸሎት ጊዜን የሚያሳይ ሰዓት

ሠ. ጸሎተ ሠርክ (አሥራ አንድ ሰዓት) : አምስተኛው የጸሎት ጊዜ የሠርክ ጸሎት ነው። ስለዚህ የጸሎት ሰዓት ቅዱስ ዳዊት እንዲህ ይላል። “ጸሎቴን እንደ ዕጣን በፊትህ ተቀበልልኝ እጅ መንሳቴም እንደ ሠርክ መሥዋዕት ትሁን” (መዝሙር ዳዊት መዝሙር ፻፵፩ ቁጥር ፪) እንዲሁም ጌታችን አምላካችን መድኃኒታችን ኢየሱስ ክርስቶስ ዓለምን ለማዳን በፈቃዱ ነፍሱን ከሥጋው ከለየ በኋላ ወደ መቃብር የወረደበት ሰዓት መሆኑን እያሰብን እንጸልያለን። (የማቴዎስ ወንጌል ምዕራፍ ፳፯ ቁጥር ፶፯)



ሥዕል ፪.፲ : የ፲፩ ሰዓት የጸሎት ጊዜን የሚያሳይ ሰዓት

፪.፬ ምግብ ስንበላ ስለምንጸልየው

ልጆቼ ያምግብ ስትበሉ ትጸልያላችሁ?
ጎበዞች እሺ ከጸለያችሁ ምን ብላችሁ
እንደምትጸልዩ ለመምህራኖቻችሁ ንገሩ! እባክዎ
መምህር የተማሪዎችን መልስ ይቀበሉ።

ልጆቼ ያምግብ ሲበላ ሁሉም ሰው መጸለይ ይኖርበታል። ስለዚህ የምንጸልየው በቀን ሰባት ጊዜ ብቻ አይደለም እንደውም ከዛ በላይ ነው። ምግብ ደግሞ እራሱን የቻለ ጸሎት አለው። ይህ ጌታችን አምላካችን መድኃኒታችን ኢየሱስ ክርስቶስ ያስተማረን ጸሎት ነው።



ሥዕል ፪.፲፩ : ሕፃናት ከመመገባቸው በፊት ጸሎት ሲጸልዩ



ሥርዓተ ቤተ ክርስቲያን አንደኛ ክፍል

☛ ምግብ ከመብላታችን በፊት የምንበላበትን እጅ በሚገባ መታጠብ እንዲሁም የምንመገብበትን ቁሳቁስ ማጽዳት ይኖርብናል። ሁሉም ንጹሕ ሆኖ ከቀረበ በኋላ ለመመገብ ተቀምጦን አባታችን ሆይ የሚለውን ጸሎት መጸለይ አለብን።

☛ ጸሎቱን ስንጨርስ ማዕዱን አማትብን ባርከን እንበላለን። ምግባችንን በልተን ስንጨርስ ደግሞ የተመገብነው ምግብ ይስማማን ዘንድ የመገበንን አምላክ ስብሐት የሚባለውን ጸሎት ጸልየን በመጨረሻም አባታችን ሆይ ብለን እናመሰግናለን።

ማጠቃለያ

☛ ጸሎት ከእግዚአብሔር ጋር የምንነጋገርበትና የምንገናኝበት ድልድያችን ነው።

☛ ሦስት ዓይነት ጸሎቶች አሉ። እነሱም የግል ጸሎት፣ የቤተሰብ ጸሎትና የማኅበር ጸሎት ይባላሉ።

☛ ጸሎት የራሱ ሥርዓት አለው። በምንጸልይበት ጊዜ መጀመሪያ ንጹሕናችንን መጠበቅ፣ ከዚያ ልብሳችንና ነጠላችንን መልበስ፣ ቀጥ ብለን መቆም፣ ከዚያም ፊታችንን ወደ ቤተ ክርስቲያን፣ ወደ ሥዕለ አድጎኖ ወይም ወደ ካህን፣ ይህም ካልሆነ ፊታችንን ወደ ምሥራቅ በመዞር ጸሎታችንን ማድረግ ይኖርብናል። ጸሎታችን የግል ከሆነ ድምፅ ጮኸን ሳናሰማ በለሆላስ መጸለይ ይገባናል።

☛ ሰባት የጸሎት ጊዜያት አሉ። እነሱም፡ የነግህ ጸሎት፣ የሦስት ሰዓት ጸሎት፣ የስድስት ሰዓት ጸሎት፣ የዘጠኝ ሰዓት ጸሎት፣ የአሥራ አንድ ሰዓት ጸሎት፣ የምሽት (ንዋም) የሦስት ሰዓት ጸሎትና የመንፈቀ ሌሊት ስድስት

ሰዓት ጸሎቶች ናቸው።

☛ ምግብ ስንመገብ አባታችን ሆይ ብለን መጸለይ አለብን።



በቃል የሚጠና ጥቅስ

“ወደ ፊተና እንዳትገቡ ትጉና ጸልዩ።”
(የማቴዎስ ወንጌል ምዕራፍ ፳፮ ቁጥር ፵፩)

የማጠቃለያ ጥያቄዎች

የሚከተሉትን ዓረፍተ ነገሮች በትክክል ካነበባችሁ በኋላ ትክክል የሆነውን “እውነት” ትክክል ያልሆነውን ደግሞ “ሐሰት” በማለት መልሱ።

- ፩. የሰው ልጅ ሁሉ መጸለይ አለበት።
- ፪. ምግብ ስንበላ መጸለይ አለብን።
- ፫. ጸሎት ጠቃሚ አይደለም።

ከተሰጡት አማራጮች ትክክለኛው መልስ ምረጡ።

- ፩. ምግብ ከመብላታችን በፊት ምን ማድረግ አለብን?
- ሀ. መጸለይ
- ለ. እጃችንን መታጠብ
- ሐ. እግዚአብሔርን ማመስገን
- መ. ሁሉም



ምዕራፍ ሦስት መዝሙር



የምዕራፉ ዓላማ

- ተማሪዎች ይህን ምዕራፍ ተምረው ሲጨርሱ ፡
- ☞ የመዝሙርን ምንነት ይገነዘባሉ።
- ☞ መዝሙር እንዴት እንደሚዘመር ያውቃሉ።
- ☞ በቤታቸውና በቤተ ክርስቲያን ይዘምራሉ።
- ☞ የመዝሙር ሥርዓቱን አውቀው ይዘምራሉ።



ቁልፍ ቃላት

- ☞ መዝሙር ፡ ምስጋና
- ☞ ማይኪራህ ፡ የቦታ ስም
- ☞ መዘክራችን ፡ ማስታወሻችን
- ☞ ማሸብሸብ ፡ እጅን ዘርግቶ መዘመር



የማስጀመሪያ ጥያቄዎች፡- ልጆች መዘመር ስምታችሁ ወይም ዘምራችሁ ታውቃላችሁ? መምህር እባክዎ መልሳቸውን ይቀበሉ።

☛ መዘመር ማለት “ዘመረ” አመሰገነ ካለው የግዕዝ ቃል የወጣ ሲሆን ትርጉሙም ምስጋና፣ ልመና ወይም መማፀን፣ ማዜም ማለት ነው። እግዚአብሔርን በእጥፍ ድርብ ማመስገን ማለት ነው። ቅዱስ ዳዊት “ኑ በእግዚአብሔር ደስ ይበለን፤ ለአምላክ ለመድኃኒታችን እልል እንበል፡፡ በምስጋና ወደ ፊቱ እንድረስ፡ በዝማሬም ለእርሱ እልል እንበል፤ እግዚአብሔር ታላቅ አምላክ ነውና...” እንዳለ (መዘመረ ዳዊት መዘመር ፺፭ ቁጥር ፫) ልጆቹ እነዚህ ከታች የተዘረዘሩት ጥቅሶች ስለ መዘመር የሚያወሱ የመጽሐፍ ቅዱስ ክፍሎች ናቸው። ቤት ሄዳችሁ አንብቧቸው እሺ። (መዘመረ ዳዊት መዘመር ፫፻፱ ከቁጥር ፩ እስከ ፬ ፣ መዘመረ ዳዊት መዘመር ፹፩ ከቁጥር ፩ እስከ ፫ ፣ የማቴዎስ ወንጌል ምዕራፍ ፳፮ ቁጥር ፴)



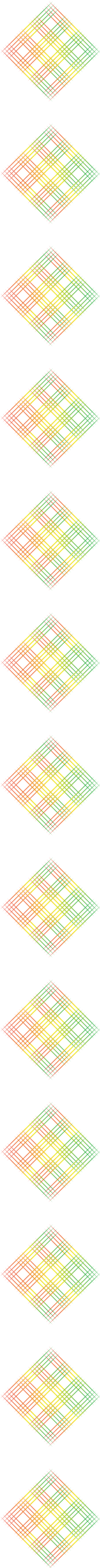
ሥዕል ፫.፩ ቅዱስ ያሬድ

፫. ፩ የመዝሙር ወይም የዜማ ጥቅም ምንድን ነው?

ሀ. መዝሙር ለመማሪያና ለማስተማሪያ እንዲሁም መዝሙር እግዚአብሔርን ለማመስገን ይጠቅማል።

ለ. መዝሙር ወደ እግዚአብሔር ልባዊ ጸሎት ወይም ልመና ለማቅረብ ይጠቅማል።

ሐ. መዝሙር ልብን ለማነጽና ነፍስን ለማስደሰት ማለትም መንፈስን ለማደስ፣ ለምክርና ለተግሣጽ ደግሞም ለማጽናናትና ለመጽናት እጅግ አድርጎ ይጠቅማል።



ሥርዓተ ቤተ ክርስቲያን አንደኛ ክፍል

መዝሙር ወይም ዜማ፡- የተጀመረው በአራቱ ሰማያት ማለትም በሰማያዊት ኢየሩሳሌም፣ በኢዮር፣ በራማና በኤረር ነው። በእነዚህ ያሉ መላእክት እግዚአብሔር ፈጣሪያቸውን ያለ ዕረፍት ያመሰግኑታል። መዝሙር የባሕርይ አምላክ ልዑል እግዚአብሔር በሰማይና በምድር የሚመሰገንበት፣ ዐቢይ የጸሎት ክፍል የሆነ ጣዕመ ዜማ ነው። “እግዚአብሔርን አመሰግኑ፥ መዝሙር መልካም ነውና። ለአምላካችን ምስጋና ያማረ ነውና።” እንደተባለ። (መዝሙረ ዳዊት መዝሙር ፻፵፯ ቁጥር ፩)

፫.፪ የመዝሙር ሥርዓት



ሥዕል ፫.፪ ፡ የሰንበት ትምህርት ቤት ዘማሪ

☞ መዝሙር ከላይ እንዳየነው በጣም የተከበረ ነው፤ መዝሙር ጸሎት ነው፤ መዝሙር ትምህርት ነው፤ ምስጋና ነው። ስለዚህ በሥነ ሥርዓት ሆነን ልንዘምር ያስፈልጋል።

☛ ለእግዚአብሔር የሚቀርብ መስዋዕት ስለሆነ በመጠንቀቅ መዘመር አለብን። መዘመር ቀስ ያለ እና በእርጋታ የሚከወን ሥርዓት ነው። ስለዚህ ሳይፈጥን መዘመር አለብን ማለት ነው።

☛ ጸሎት ስለሆነ ተመስጠን መዘመር ይገባል። ይህም መዘመር ከእግዚአብሔር ጋር ልክ እንደ ቅዱስ ያሬድ እንድንገናኝ ያደርገናል። ኦርቶዶክሳዊ መልኩን በጠበቀ መልኩ ልንዘምር ያስፈልጋል።

☛ መዘመር ለአምላክ ምስጋና እንደ ጸሎት የምናቀርብበትም ስለሆነ ምን ጊዜም ከመዘመራችን በፊት አምላካችንን በጸሎት መጠየቅ አስፈላጊ ሥርዓት ነው።

፫. ፫ መዘመር እንዴት ይዘመራል?

ሀ. እያሸበሸብን፡ እጃችንን ዘርግተን ወደ ግራና ቀኝ እያደረግን ክርስቶስ ለእኛ ብሎ መንገሳታቱን እያሰብን እንዘምራለን። እንዲሁም ከጉልበታችን ሽብረክ እያልን ልንዘምር ይገባል። ሽብረክ ማለታችን ኢየሱስ ክርስቶስ ስለ እኛ መውደቅ መነሳቱን መዘከራችን ነው።



ሥዕል ፫.፫ ፡ የሰንበት ትምህርት ቤት ሕፃናት ዘማርያን ሲያሸበሸቡ



ለ. ወደፊት ወደ ኋላ እያልን፡- ወደ ፊት ወደ ኋላ እያልን ስንዘምር ክርስቶስ አምላካችን ስለ እኛ መሰደዱን ማሰባችን ነው።

ሐ. በተመስጦና በእርጋታ መዘመር፡- ይህም ለእኛ ጸሎት ይሆናል።

ተግባር

፩ እባክዎ መምህር ለተማሪዎች መዝሙር በመምረጥ እንዴት እንደሚዘመር እየተንቀሳቀሱ ያሳዩክቸው።

፪ እባክዎ መምህር ልጆች መዝሙርን በልማድ ብቻ እንዳያደርሱት ለመዘመር ከመዘጋጀታቸው በፊት ሊከውኗቸው የሚገቡ ሥርዓቶችን በተግባር እንዲለማመዱ ያግኟቸው።

የምዕራፉ ማጠቃለያ

☛ መዝሙር ማለት “ዘመረ” አመሰገነ ካለው የግዕዝ ቃል የወጣ ሲሆን ትርጉሙም ምስጋና፣ ልመና ወይም መማጸን ፣ ማዜም ማለት ነው።

☛ መዝሙር ብዙ ጥቅሞች አሉት። እነሱም፡- ለመማሪያና ለማስተማሪያ ፣ ልባዊ ጸሎት ወይም ልመና ለማቅረብ ፣ ልብን ለማነፅና ነፍስን ለማስደሰት ይጠቅማል።

☛ ስንዝምር በማሸብሸብ ወደ ፊትና ወደ ኋላ እየተንቀሳቀስን በተመስጦ መሆን አለበት።



በቃል የሚጠና ጥቅስ

**“በመዝሙርና በዝማሬ
በመንፈሳዊም ቅኔ በጸጋው በልባችሁ
ለእግዚአብሔር ዘምሩ”**

(የቅዱስ ጳውሎስ መልእክት ወደ ቆላሲስ ሰዎች
ምዕራፍ ፫ ቁጥር ፲፮)



ማጠቃለያ ጥያቄዎች

የሚከተሉት ዓረፍተ ነገሮች በትክክል ካነበባችሁ በኋላ ትክክል የሆነውን “እውነት” ትክክል ያልሆነውን ደግሞ “ሐሰት” በማለት መልሱ።

፩. መዝሙር በመዘመራችን እግዚአብሔር ደስ ይለዋል።

፪. መዝሙር ትምህርት ጸሎት እና ምስጋና ነው።

፫. መዝሙር ስንዝምር በሥነ ሥርዓት ሊሆን ይገባዋል።

፬. መዝሙር ምስጋናን በዜማ ማቅረብ ነው።

ለሚከተሉትን ጥያቄዎች ከተሰጡት አማራጮች ትክክለኛውን መልስ ምረጡ።

፩. መዝሙር ምንድን ነው?

- ሀ. ዜማ ለ. ምስጋና ሐ. ሁሉም

፪. መዝሙር ስንዝምር ምን ማድረግ አለብን?

ሀ. በሥርዓት መሆን አለበት

ለ. በመረበሽ መሆን አለበት

ሐ. ፍጥን እያደረግን መሆን አለበት

መ. መልስ የለም

፫. መዝሙር እንዴት ስንዝምረው ደስ ይላል?

ሀ. በእርጋታ ለ. በትህትና ሐ. ሀ እና ለ መልስ ናቸው

፬. የመዝሙር ጥቅም ምንድን ነው?

ሀ. ለማያዩት ትምህርት ነው

ለ. ለማይሰሙት ትምህርት ነው

ሐ. በረከትን ከአምላክ የምናገኝበት ነው።

መ. ሁሉም መልስ ነው።

ዋቢ መጻሕፍት

፩. መጽሐፍ ቅዱስ

፪. ሥርዓተ ቤተክርቲያን ሊቀ ካህናት ክንፈ ገብርኤል አልታየ ፲፱፻፹፮

ዓ.ም አዲስ አበባ

