



setfree

ወደ ነፃነት የሚያደርሱ እርምጃዎች

አዘጋጅች፡-



ራዕይ

የተነዳውን ሰው ወደ ፈዋሹ ማምጣት።



“የጌታ መንፈስ በእኔ ላይ ነው፤ ለድኾች ወንጌልን እንድሰብክ፤ እርሱ ቀብቶኛልና፤ ለምርኮኞች ነጻነትን፤ ለታወሩትም ማየትን እንዳውጅ፤ የተጨቁኑትን ነጻ እንዳወጣ...”
(ሉቃስ 4፡18 (አመት))

ማውጫ

የነፃ ህይወት ጉዞ መሠረታዊው ያን.....4

የድነት መሠረታዊ መንገዶች.....5

በክርስቶስ ያለ መንፈሳዊ ነፃነት.....7

እርምጃ 1: ስህተት እና እውነት 10

እርምጃ 2: እውነት እና አታላይነት 20

እርምጃ 3: መራርነትና ይቅርታ 29

እርምጃ 4: ዓመጽና መገዛትታ..... 38

እርምጃ 5: ትዕቢትና ትሕትና 41

እርምጃ 6: ባርነት እና ነጻነት..... 45

ልዩ ልዩ ሁኔታዎች የሚጸለዩ ጸሎቶች..... 53

እርምጃ 7: የትውልድ ኃጢአት 61

ከኔል ቲ. አንደርሰን (Neil T. Anderson) ጽሑፎች በፈቃድ የተወሰደ።

ስፍራውን ለጸሎት ማዘጋጀት

የሰማይ አባት ሆይ፤ የሰማይና የምድር ጌታ መሆንህን እናምናለን፤ በሉዓላዊ ኃይልህና በፍቅርህ ሁሉን ነገር አትረፍርፈህ ስለሰጠሽንና ስለዚህም ስፍራ እናመሰግናለን፤ ይህ ሥፍራ ለአገልግሎቱ መንፈሳዊ ደህንነት የተጠበቀና ከጠላት ጥቃት የራቀ እንዲሆን በጌታ ስም እንናገራለን፤ እኛ የእግዚአብሔር ልጆች ሆነን ከክርስቶስ ጋር በሰማያዊ ስፍራ የተቀመጥን እንደመሆናችን፤ በዚህ ስፍራ ላይ ይዞታ አለኝ የሚልን ክፉ መንፈስ ሁሉ ከፊታችን እንዲለቅና ለፍርድ ወደ ጌታ ኢየሱስ ፊት እንዲቀርብ እናገዛለን፤ በዚህ ስፍራ ላይ የተቃጠው እርግጥናችንና ድግምቶችን ሁሉ እየሻርን፤ የጠላት ተንኮል ገብቶ ዓላማህን እንዳያስተጓጉል ቅዱሳን ተዋጊ መላእክትህን በዙሪያው እንድታሰፍር እንለምንሃለን፤ ይህንንም ስላደረግክልን በጌታ በኢየሱስ ክርስቶስ ስም እናመሰግናለን፤ አሜን።

የነፃ ህይወት ጉዞ መሠረታዊ-ያን

1. ጸሎት

- ያዕቆብ 5:16:- “የጻድቅ ሰው ጸሎት በሥራዋ እጅግ ኃይል ታደርጋለች።”

ሰው በጉልበቱ ሊያደርገው የማይችለውን ነገር በጸሎት እግዚአብሔር ያደርገዋል። በመንፈሳዊ ውጊያ ውስጥ ስንሆን፤ የጸሎት መሣሪያ ምሽጎችን ለማፍረስ እጅግ ብርቱ ነው። ጸሎት ከአጽናፈ ዓለሙ ጌታ፤ ከእግዚአብሔር ጋር በቀጥታ የሚያገናኝ መስመር ነው።

2. የእግዚአብሔር ቃል

- 2ኛ ጢሞቴዎስ 3:16:- “ቅዱሳት መጻሕፍት ሁሉ የእግዚአብሔር መንፈስ ያለባቸው ናቸው፤ ለማስተማር፤ ለመገሠጽ፤ ለማቅናት በጽድቅም መንገድ ለመምከር ይጠቅማሉ።” (አመት)

- ዮሐንስ 14:23:- “የሚወደኝ ቢኖር ቃሌን ይጠብቃል፤ አባቴም ይወደዋል ወደ እርሱም እንመጣለን በእርሱም ዘንድ መኖሪያ እናደርጋለን።”

መጽሐፍ ቅዱስ ለጽድቅና ለእውነት ብቸኛውና ፍጹም የሆነ መመዘኛ ነው። አንድ ሰው በሰላማዊ መንገድ አቅጣጫ ሊይዝ የሚችለው በእግዚአብሔር ቃል መሠረት ሲመላለስ ብቻ ነው። ለአገልግሎት የሚመጡ ሁሉ አእምሯቸውን በኢየሱስ ክርስቶስ እውነት በማደስ፤ በእርሱ ያላቸውን ማንነት እንዲያውቁ እናበረታታለን።

3. የአገልግሎት ቡድን

- ማርቆስ 6:7:- “አስራ ሁለቱንም ወደ እርሱ ጠራ፤ ሁለት ሁለቱንም ይልካቸው ጀመር፤ በርኩሳን መናፍስትም ላይ ሥልጣን ሰጣቸው።”

ኢየሱስ አማኞች ሁለት ወይም ከዚያ በላይ ሆነው እንዲያገለግሉ በማዘዝ መልካም ምሳሌ ትቶልናል። ወንጌልን ለተሰበሩና ለጠፉት እንዲያደርሱ ሥልጣንና ኃይልን ሰጥቷቸዋል። ብቻቸውን እንዲዋጉ አልፈለገም፤ እኛም ይህንኑ የአገልግሎት ሞዴል ተቀብለን እየሰራንበት እንገኛለን።

4. የመንፈስ ቅዱስ ስጦታዎች

በ1ኛ ቆሮንቶስ 12 ላይ፤ መንፈስ ቅዱስ በሙሽራይቱ (በቤተክርስቲያን) ላይ ሲፈስ የሚገለጡ ብዙ መንፈሳዊ ስጦታዎችን እግዚአብሔር ገልጦልናል። እነዚህ ስጦታዎች የማይለወጠው መንፈስ ቅዱስ የሚሰጣቸው በመሆኑ፤ ዛሬም እንደማይለወጡና እንደሚሰሩ እናምናለን።

የድነት መሠረታዊ መንገዶች

ዛሬ ብትሞት የት እንደምትሄድ ታውቃለህ?

ሀ. ሰው ሁሉ ኃጢአተኛ እንደሆነ መቀበል አለብን። እያንዳንዱ ሰው ኃጢአት መሥራቱን አምኖ መቀበል አለበት። ሁላችንም ቅዱስ የሆነውን እግዚአብሔርን የሚያሳዝኑ ነገሮችን አድርገናል፤ ማናችንም የእግዚአብሔርን ፍጹም መመዘኛ ማሟላት አንችልም። ደግሞም ኃጢአት ወደ መንግሥተ ሰማያት ሊገባ ስለማይችል፤ የሚወገድበት መንገድ መገኘት አለበት።

- **ሮሜ 3:23:-** “ሁሉ ኃጢአትን ሠርተዋልና የእግዚአብሔርም ክብር ጎድሏቸዋል።”

ለ. የእግዚአብሔር መፍትሔ:- ኢየሱስ በመስቀል ላይ ለእኛ ሲል እንደሞተ፤ ከሙታን እንደተነሳና በአብ ቀኝ እንደተቀመጠ ማመን አለብን ። እግዚአብሔር ይወድሃል፤ እንደ ልጁም ከእርሱ ጋር የግል ግንኙነት እንዲኖርህ ይፈልጋል። ከኃጢአት የዘላለም ቅጣት ያድንህ ዘንድ ልጁን ኢየሱስን ደሙን እንዲያፈስ እስኪልክ ድረስ ወደሃል። እርሱ በመስቀል ላይ ያንተን ቦታ በመውሰድ የሚገባህን ቅጣት ተቀበለ።

- **ሮሜ 5:8:-** “ነገር ግን ገና ኃጢአተኞች ሳለን ክርስቶስ ስለ እኛ ሞቶአልና እግዚአብሔር ለእኛ ያለውን የራሱን ፍቅር ያስረዳል።”
- **ሮሜ 10:9:-** “ኢየሱስ ጌታ እንደ ሆነ በአፍህ ብትመስክር እግዚአብሔርም ከሙታን እንዳስነሣው በልብህ ብታምን ትድናለህና ።”
- **ዮሐንስ 3:16:-** “በእርሱ የሚያምን ሁሉ የዘላለም ሕይወት እንዲኖረው እንጂ እንዳይጠፋ እግዚአብሔር አንድያ ልጁን እስኪሰጥ ድረስ ዓለሙን እንዲሁ ወደአልና።”

ሐ. የእኛ ድርሻ: ኃጢአትህን ተናዘዝ: ኃጢአትህን መናዘዝ እና ሕይወትህን ኢየሱስን ለመከተል አሳልፈህ መስጠት አለብህ። እንዲያድንህ ወደ ኢየሱስ መጮህና እርሱን ብቻ እንደ መድኃኒትህ መታመን አለብህ። ይህ ከልብ የመነጨና በአፍ የሚገለጥ መሆን አለበት።

- **መዝሙር 37:5-6:-** “መንገድህን ለእግዚአብሔር አደራ ስጥ፤ በእርሱም ታመን፤ እርሱም ያደርግልሃል። ጽድቅህን እንደ ብርሃን ፍርድህንም እንደ ቀትር ያመጣል።”
- **1ኛ ዮሐንስ 1:9:-** “በኃጢአታችን ብንናዘዝ ኃጢአታችንን ይቅር ሊለን ከዓመፃም ሁሉ ሊያነጻን የታመነና ጻድቅ ነው ።”

የውሳኔ ጸሎት

የሰማይ አባት ሆይ፤ ልጅህን ኢየሱስ ክርስቶስን የሕይወቴ ጌታና መድኃኒት አድርጌ እቀበላለሁ። ኢየሱስ ኃጢአቴ ይቅር እንዲባልልኝና በመንግሥተ ሰማያት የዘላለም ሕይወት እንዲኖረኝ በመስቀል ላይ እንደሞተ አምናለሁ። ኢየሱስ ከሙታን እንደተነሳ በልቤ አምናለሁ። ከቀድሞው የኃጢአት ሕይወቴ ንስሐ እገባለሁ፤ በዘመኔ ሁሉ አንተን ለማምለክ እመርጣለሁ። በመንፈስ ቅዱስ ሥራ ዳግመኛ እንደተወለድኩና በኢየሱስ ደም እንደነጻሁ በአፊ እመሰክራለሁ። በኢየሱስ ስም፣ አሜን።

ራስን አሳልፎ የመስጠት ጸሎት

አፍቃሪ አባት ሆይ፤ ዛሬ በሙሉ ልቤና በሙሉ ነፍሴ ራሴን ለአንተ አሳልፌ እሰጣለሁ፤ ይበልጥ ጥልቅ በሆነ መንገድ ወደ ልቤ እንድትገባ ዛሬ "እሺ" እያልኩ የልቤን ድብቅ ስፍራዎች ሁሉ እከፍትልሃለሁ፤ ኢየሱስ ሆይ፣ አንተ የሕይወቴ ሙሉ ጌታ ነህ፤ በአንተም አምናለሁ ፣ እንደ ጌታዬና መድኃኒቴም እቀበልሃለሁ፤ ወደኋላ የማስቀረው ምንም ነገር ሳይኖር ጤናዬን፣ ቤተሰቤን፣ ሀብቴን፣ ሥራዬን፣ ክህሎቴን፣ ግንኙነቶቼን፣ የጊዜ አጠቃቀሜን፣ ስኬቶቼንና ውድቀቶቼን ሁሉ ለአንተ አሳልፌ እሰጣለሁ፤ ነገሮች መሆን አለባቸው ብዬ የማስበውን ግንዛቤዬን፣ ምርጫዎቼንና ፈቃዴን፣ የጠበቅኳቸውንና መጠበቅ ያቃተኝን ቃል ኪዳኖች፣ ደካማነቴንና ጥንካሬዬን፣ ስሜቶቼን፣ ፍርሃቶቼን፣ በራሴ የመተማመን ስሜት ማጣቴንና ወሲብ ነክ ማንነቴን ሁሉ እለቃለሁ፤ ጌታ ሆይ፣ ያለፈውን፣ የአሁኑንና የወደፊቱን—ሙሉ ሕይወቴን ለአንተ አሳልፌ እሰጣለሁ፤ በሕመሜም ሆነ በጤናዬ፣ በሕይወትም ሆነ በሞት እኔ የአንተ ነኝ፤ በኢየሱስ ስም፣ አሜን።

በክርስቶስ ያለ መንፈሳዊ ነፃነት

ገላትያ 5:1 እንዲህ ይላል፡- “በነጻነት ልንኖር ክርስቶስ ነጻነት አወጣን፤ እንግዲህ ጸንታችሁ ቁሙ እንደ ገናም በባርነት ቀንበር አትያዙ።” ክርስቶስን የሕይወትህ ጌታና መድኃኒት አድርገህ የተቀበልክ በመሆን፤ እርሱ በመስቀል አማካኝነት በኃጢአትና በሞት ላይ ባገኘው ድል ቀድሞውኑ ነፃ አውጥቶሃል።

ጥያቄው ግን፡- በክርስቶስ ነፃነት ውስጥ በድል ወይስ አሁንም በባርነት እየኖርክ ነው?

አማኝ ስለሆንክ የዘላለም ሕይወትህ ከአደጋ ነጻ ነው፤ በክርስቶስ ደህንነትህ የተረጋገጠ እና የተጠበቅክ ነህ። ነገር ግን በእውነት መመላለስን ካልመረጥክ፤ የዕለት ተዕለት የድል ሕይወትህ አደጋ ላይ ይወድቃል።

እግዚአብሔር ብቻ ሁሉን ቻይ፤ ሁልጊዜ በሁሉም ስፍራ የሚገኝና ሁሉን አዋቂው ነው። ድል አድራጊ በሆነው በክርስቶስ መስቀል ላይ ሰይጣን ተሸንፏል። ስለዚህ ሁኔታዬ ተስፋ ቢስ ነው ወይም የዲያብሎስን ተጻዕኖ ለመቋቋም አቅም የለኝም የሚለውን ውሸት አትመን።

በክርስቶስ በእርሱ ላይ ሥልጣን እንዳለህ ሰይጣን ያውቃል፤ አንተ ግን ይህንን እንድታውቅ አይፈልግም። ሰይጣን የውሸት አባት ነው፤ በአንተ ላይ ኃይል ሊኖረው የሚችለው ውሸቱን ካመንክለት ብቻ ነው። እንደ "ይህ ነገር አይሰራም" ያሉ ወይም "እግዚአብሔር አይወደኝም" የሚሉ አስቸጋሪ ሃሳቦች ሊመጡብህ ይችላሉ፤ የዲያብሎስን ውሸት አትቀበል። አስታውስ፤ ሰይጣን በአንተ ላይ ያለው ብቸኛው ኃይል የውሸት ኃይል ነው። ውሸቱን ስታጋልጥና እውነትን ስትመርጥ፤ የዚያ ውሸት ኃይል ይሰበራል።

በተጨማሪም እንደ ራስ ምታት፣ ማቅለሽለሽ፣ ጉሮሮ አካባቢ መተናነቅ፣ ከመጠን ያለፈ እንቅልፍ መምጣት (ማንጎላጀት) ወይም የመሳሰሉ አካላዊ ምቹት ማጣቶች ካጋጠሙህ አትደንግጥ። እንድንጸልይልህ ብቻ ንገረን። በዚህ ጊዜ ውስጥ ዲያብሎስ የራሱን አጀንዳ እንዲያሰፍን አትፍቀድለት፤ ይልቁንም መንፈስ ቅዱስ እንዲመራህ ፍቀድ።

ሰባቱን የነፃነት እርምጃዎችን ለመጀመር የሚረዱ ጸሎትና እወጃዎች ቀጥለው ቀርበዋል። በደማቁ የተጻፉት ጸሎቶችና አዋጆች በሙሉ ከፍ ባለ ድምጽ መነበብ አለባቸው።

የመክፈቻ ጸሎት

ውድ የሰማይ አባት ሆይ፤ አንተ በዚህ ስፍራ አብረሽኝ እንዳለህና አሁንም በሕይወቴ ውስጥ እንዳለህ አውቃለሁ። አንተ ብቸኛው ሁሉን አዋቂ፤ ሁሉን ቻይና በሁሉ ስፍራ የምትገኝ አምላክ ነህ። ያለ ኢየሱስ ክርስቶስ ምንም ላደርግ ስለማልችል ሙሉ በሙሉ በአንተ ላይ እደገፋለሁ። በእውነት ቃልህ ላይ ለመቆም እመርጣለሁ፤ የዲያብሎስንም ውሸት እክዳለሁ። የትንሳኤው ጌታ ኢየሱስ በሰማይና በምድር ላይ ሁሉ ሥልጣን ስላለህ አመሰግንሃለሁ። በዚህ ጊዜ አእምሮቼንና አካሌን እንድትጠብቅልኝ እለምንሃለሁ። መንፈስ ቅዱስ ሆይ፤ እባክህ ወደ እውነት ሁሉ ምራኝ። በዚህ ሰዓት ያንተን መመሪያ ብቻ ለመቀበል እመርጣለሁ። ዛሬ እንዳስተውለውና እንድፈታው የምትፈልገውን ነገር ሁሉ ለአእምሮቼ ግለጥልኝ። ጥበብህን እለምናለሁ፤ በጥበብህም እታመናለሁ። ይህን ሁሉ በእምነት በኢየሱስ ስም ጸለይሁ። አሜን!

አዋጅ

በጌታ በኢየሱስ ክርስቶስ ስም እና ሥልጣን፤ የእግዚአብሔርን ፈቃድ ለማወቅና ለማድረግ ነፃ እንድሆን ሰይጣንና ክፉ መናፍስት ሁሉ በእኔ ላይ ያላቸውን ይዞታ እንዲለቁ አገዛለሁ። እንደ እግዚአብሔር ልጅ፤ ከክርስቶስ ጋር የተነሳሁና በሰማያዊ ስፍራ ከእርሱ ጋር የተቀመጥኩ እንደመሆኔ፤ የጌታ የኢየሱስ ክርስቶስ ጠላቶች ሁሉ የታሰሩ ይሁኑ ብዬ አውጃለሁ። እኔ የመድኃኒቴ የጌታ የኢየሱስ ክርስቶስ ስለሆንኩ፤ ሰይጣንና ክፉ ሠራተኞቹ ሁሉ ዛሬ ምንም ዓይነት ሥቃይ ሊያደርሱብኝ ወይም የእግዚአብሔር ፈቃድ እንዳይፈጸም ሊያግዱ አይችሉም።

ጌታ ኢየሱስ ክርስቶስ በመስቀል ላይ ከሰይጣን ሥልጣን እንዳዳነህ እና ነፃ እንደረገህ አስታውስ። ይህንን ነፃነት በተግባር የምትለማመደው አንተ በምታምነው፤ በምትናዘዘው፤ በምትክደው (በምትተወው) እና ይቅር በምትለው ምርጫ ውጤት ነው። ይህንን ለአንተ ማንም ሊያደርግልህ አይችልም፤ እግዚአብሔርም ቢሆን። በአእምሮህ ላይ የሚካሄደው ውጊያ ሊሸነፍ የሚችለው አንተ በግልህ እውነትን ስትመርጥ ብቻ ነው።

በእያንዳንዱ እርምጃ፣ ለእውነት ራስህን ለመስጠት የሕይወትህን ታሪክ በጥልቀት ትመረምራለህ። በዚህ ጊዜ ግልጽና ታማኝ ከሆንክ፣ በክርስቶስ ያለህን ሙሉ ነፃነት በመለማመድ በእጅጉ ትጠቀማለህ። በዚህ ሰዓት ጌታ ሕይወትህን በታላቅ ኃይል ይዳስሰው። ይህን ጊዜ በድል እንድትወጣ ጸጋን ሊሰጥህ የሚችለውና የሚሰጥህም እርሱ ብቻ ነው።

እያንዳንዱ እርምጃ ጥልቅና ሐቀኛ የሆነ የሕይወትዎን ሁኔታ መመርመርን እውነት ለመናገር ከልብ ቁርጠኝነትን ይጠይቃል። በዚህ ጊዜ ግልጽነትንና ታማኝነትን በመቀበል በክርስቶስ ያላችሁን ሙሉ ነፃነት ታገኛላችሁ። ጌታ ልቡናችሁን ነክሶ በጉዞአችሁ ሁሉ ይምራችሁ። ለመጽናት የሚያስፈልገውን ጸጋና ጥንካሬ ሊሰጥ የሚችለው እርሱ ብቻ መሆኑን አስታውስ።

እርምጃ 1: ስህተት እና እውነት

በክርስቶስ ያለውን ነጻነት ለመለማመድ የመጀመሪያው እርምጃ፣ ከዚህ በፊትም ሆነ አሁን ከመናፍስታዊ ልምምድ (occult)፣ ከምንፍቅና (cult) ወይም ከሐሰተኛ ትምህርቶችና ልምምዶች ጋር የነበረንን ማንኛውንም ግንኙነት መተው ነው።

ኢየሱስ ክርስቶስ ጌታ መሆኑን የሚክድ ማንኛውንም ትምህርት ወይም መጽሐፍ፤ እንዲሁም ከመጽሐፍ ቅዱስ ጋር እኩል የሚያደርግ (ወይም ከዚያ በላይ ከፍ የሚያደርግ) ማንኛውም ቡድን ውስጥ መሳተፍን መተው አለብን። እግዚአብሔር የስህተት ምሪቶችን በቀላሉ አይመለከትም። "መናፍስት ጠሪዎችንና ጠንቋዮችንም በሚከተል፣ በሥራቸውም በሚያመነዝር፣ በዚያ ሰው ላይ ፊቴን አክብሳለሁ፣ ከሕዝቡም መካከል ለይቼ አጠፋዋለሁ።" ዘሌዋውያን 20፥6።

የሰማዩ አባቴ ሆይ፤ አውቄም ይሁን ሳላውቅ ከመናፍስታዊ ድርጊት፣ ከመናፍቃን ወይም ከሐሰተኛ ኃይማኖታዊ ትምህርቶችና ልምምዶች ጋር የተገናኘ ያደረግሁትን ማንኛውንም ነገር ሁሉ ወደ አእምሮዬ እንድታመጣው እለምንሃለሁ። ማንኛውንም እና ሁሉንም መንፈሳዊ ውሸቶች ለመካድ ጥበቡንና ጸጋውን ስጠኝ። በኢየሱስ ስም እጸልያለሁ፣ አሜን።

ጌታ የረሳሃቸውን ክስተቶች፣ እንዲያውም እንደ ጨዋታ የተሳተፍክባቸውን ወይም እንደ ቀልድ የቆጠርካቸውን ልምዶች ወደ አእምሮህ ሊያመጣቸው ይችላል። ሌሎች በአስመሳይ ኃይማኖታዊ ድርጊቶች ሲሳተፉ በዝምታ ወይም በጉጉት ስትመለከት የነበረበት ሁኔታም ሊኖር ይችላል። ዓላማው እግዚአብሔር ወደ አእምሮህ የሚያመጣቸውን ሐሰተኛ መንፈሳዊ ልምምዶችና ተያያዥ እምነቶች ሁሉ መካድ ነው።

ወደ አእምሮህ የመጣ ነገር ካለና ምን ማድረግ እንዳለብህ እርግጠኛ ካልሆንክ፣ የእግዚአብሔር መንፈስ አሁን ለጸለይከው ጸሎት መልስ እየሰጠህ እንደሆነ ተማመንና ድርጊቱን ካድ (+ተው)።

የመናፍስታዊ ድርጊቶች ተሳትፎ

ቀደም ሲል ወይም በአሁኑ ጊዜ የተሳተፍክባቸውን ወይም ተጋላጭ የነበርክባቸውን ዘርፎች በሙሉ ምልክት አድርግ።

- አኩፓንቸር (በመርፌ የሚደረግ የኃይል ሕክምና
- ክታቦች /መተት/ የገድ ምልክቶች
- የሞቱ አባቶችን (ቅድመ አያቶችን) ማምለክ
- በመንፈስ ከሰውነት ወጥቶ መሄድ (መንፈሳዊ ጉዞ)
- የኮከብ ቆጠራ /ሆሮስኮፕ
- በመንፈስ ተገፋፍቶ መጻፍ
- ጥቁር ወይም ነጭ አስማት
- የደም ቃል ኪዳን
- "ብለዲ ሜሪ" (መናፍስትን የመጥሪያ ዘዴ)
- "ቻርሊ ቻርሊ" (መናፍስትን የመጥሪያ ዘዴ)
- መናፍስትን ማስተናገድ /ቻክራ
- (የሰውነት የኃይል ማዕከላት)
- የማይታየውን የማየት ችሎታ (ጥንቆላ)
- የመስተዋት ኳስ (ለጥንቆላ የሚያገለግል)
- ክሪስታሎች (ለኃይል ወይም ለፈውስ የሚጠቀሙባቸው ድንጋዮች)
- የአጋንንት ልሳናት
- "ድሪም ካቸር" (መጥፎ ህልምን ይከላከላሉ ተብለው የሚሰቀሉ ነገሮች)
- "ደንጀንስ ኤንድ ድራገንስ" (መናፍስታዊ ይዘት ያለው ጨዋታ)
- ምስራቃዊ ኮከብ (የምስጢራዊ ማህበራት ምልክት)
- ኤንያግራም (የባህሪ መመደቢያ ዘዴ)
- ምናባዊ የገጸ-ባህሪ ጨዋታዎች
- ድል መናገር (ጥንቆላ)
- መናፍስታዊ ኃይል ያለባቸው ጨዋታዎች
- መናፍስትን ማደን (መፈለግ)
- ሃሪ ፖተር (አስማትን የሚያበረታቱ መጽሐፍት/ፊልሞች)
- መናፍስት ያለባቸው (የሰፈረባቸው) ቤቶች
- አስፈሪ (አስጨናቂ) ፊልሞች
- ሂፕኖሲስ (አእምሮን የመቆጣጠር ስልት)
- ምናባዊ የጨዋታ ጓደኛ
- በአየር ላይ መንሳፈፍ (ያለ ምድራዊ ኃይል መቆም)
- የአስማት ድግምቶች
- "ሜጂክ ኤይት ቦል" (ለጥያቄ መልስ የሚሰጥ አስማታዊ ኳስ)
- መናፍስትን ጠሪ /መናፍስትን የሚያነጋግር
- አእምሮን መቆጣጠር /በሃሳብ መገናኘት
- አእምሮን ወይም ሃሳብን መቀያየር

- ምስጢራዊ ሜዲቴሽን (ማሰላሰል)
- "ኒው ኤጅ" የተባለ የሜዲቴሽን ሕክምና
- የመናፍስታዊ ድርጊት መጽሐፍት
- የመናፍስታዊ ድርጊት ሙዚቃዎች
- የመናፍስታዊ ድርጊት ጨዋታዎች
- "ዊጃ ቦርድ" (መናፍስትን ለማነጋገር የሚያገለግል ሰሌዳ)
- ፓራሳይኮሎጂ (ከተፈጥሮ በላይ የሆኑ ክስተቶች ጥናት)
- መዳፍ ማንበብ (ጥንቆላ)
- ፖክሞን (መናፍስታዊ ይዘት ያለው ጨዋታ)
- ወደቅዱሳን መጸለይ (ከእግዚአብሔር ውጭ ለሆኑ አማላጆች የሚቀርብ)
- ከጠንቋዮች ወይም ከሚርተኞች ጋር መመካከር
- "ሬይኪ" (በእጅ ንክኪ የሚደረግ የኃይል ሕክምና)
- የነፍስ ሽክርክሪት(ነፍስ ወደ ሌላ አካል ትገባለች የሚል እምነት)
- የሲልቫ አእምሮ መቆጣጠሪያ ዘዴ
- መንፈሳዊ መሪዎች (ከመንፈስ ዓለም የሚመጡ)
- የዝሙት መናፍስት (የሌሊት ቃል ኪዳን)
- ሙታንን የመጥራት ሥነ-ሥርዓት
- አጉል እምነት
- ጥንቆላ /አስማት
- ምስጢራዊ የተማሪዎች ማህበራት (ፍራተርኒቲ)
- መናፍስትን ማምለክ
- "ታሮት" ካርዶች (ለጥንቆላ የሚያገለግሉ)
- ራስን መሳት (ከሰውነት የመውጣት ስሜት)
- ድግምቶችን ወይም እርግማኖችን መጠቀም
- ሌላ:- _____

መናፍስታዊ ክስተቶች

የተከታተልካቸው፣ አሁንም የምትከታተላቸው ወይም ያጋጠሙህ ካሉ ምልክት አድርግ።

- የአጋንንት ቅዠቶች
- ያልተለመዱ ድምፆች፣ ሽታዎች ወይም ጩኸቶች መስማት
- ከተለመደው ስሜት ውጭ የሆኑ ነገሮችን ማስተዋል
- የክፋት መንፈስ መኖሩን መስማት
- ዕቃዎች (ቁሶች) በድንገት ሲጠፉ ማየት
- ድንገተኛ የባህሪ ለውጥ
- መናፍስትን ወይም ትልቅ ጥቁር ምስል ማየት
- ዕቃዎች ሲንቀሳቀሱ ማየት
- እንቅልፍ ልምሻ (በእንቅልፍ መያዝ) / የድምፅ መታፈን
- ከተፈጥሮ በላይ የሆነ እውቀት ወይም ጉልበት
- ሌላ:- _____

ለሐሰተኛ ትምህርቶች እና ልምምዶች መጋለጥ

- ዋን ቺንግ (የቻይና ጥንቆላ)
- ባሃኢዝም (ሰው ሰራሽ ኃይማኖት)
- ብላክ ሙስሊም (ጥቁር የብላይነት)
- ቡድሂዝም (የምስራቅ ፍልስፍና)
- ካባላ (አይሁድ አስማት)
- የባዕድ ዓለም ግንኙነት ፍለጋ (የመናፍስት ግንኙነት)
- የአማልክት ልጆች (አደገኛ ቡድን)
- ክርስቲያን ሳይንስ (ሐሰተኛ ፈውስ)
- ከመናፍስት ጋር መደነስ (መናፍስታዊ ውዝዋዜ)
- የምስራቃዊ ኃይማኖቶች (ጣዖት አምልኮ)
- ኤካንባር (የብርሃን ጉዞ)
- ኢ.ኤስ.ቲ (አእምሮ ስልጠና)
- ፋዘር ዲቫይን (ሰው አምላኪ)
- ፌቲሺዝም (የቁስ አምልኮ)
- ፍሪሜሶነሪ (ምስጢራዊ ማህበር)
- ጠባቂ መናፍስት (የጥበቃ አጋንንት)
- ሃሬ ክሪሽና (የህንድ ዝማሬ)
- ሂንዱይዝም (ብዝሃ አማልክት)
- የሕንድ መናፍስታዊ ሥነ-ሥርዓቶች (የጎሳ ጥንቆላ)
- የውስጥ ሰላም ንቅናቄ (ሰዋዊ ሰላም)
- እስልምና (ሐሰተኛ ትምህርት)
- የይሖዋ ምስክሮች (ሐሰተኛ ትምህርት)
- ማርሻል አርት (መንፈሳዊ ስፖርት)
- ሞርሞኒዝም (ሐሰተኛ መጽሐፍ)
- እናት ምድር (ተፈጥሮ አምልኮ)
- ጥንት አሜሪካውያን የመንፈስ አምልኮ (የጥንቆላ ልምምድ)
- የኒው ኤጅ ሴሚናሮች (አዲስ ፍልስፍና)
- ሮዚክሩሺያኒዝም (ምስጢራዊ ጥበብ)
- ሮይ ማስተርስ (አእምሮ መቆጣጠር)
- ሰይጣን አምልኮ (የሰይጣን ገዢነት)
- የሳይንስ ኦፍ ዘ ማይንድ (የአእምሮ ሳይንስ)
- ሳይንቶሎጂ (ሳይንሳዊ እምነት)
- የመንፈስ ጉዞ (ከሰውነት መውጣት)
- ባላብ ቤት የመንጻት ሥነ-ሥርዓት (የመናፍስት መታጠቢያ)

- ትራንስፎርሜሽን
- የኒታሪያኒዝም (ሁሉ ይድናል)
- ዊካ (ጠንቋይ ሴቶች)
- ሜዲቴሽን (ጥልቅ ማሰላሰል)
- ቩዱ (አፍሪካዊ ጥንቆላ)
- ጥንቆላ /አስማት (ርኩስ ድርጊት)
- ሌላ:- _____

የአደንዛዥ ዕፅ አጠቃቀም

- የአልኮል ሱሰኝነት (መጠጥ ማብዛት)
- አምፌታሚን (ኃይለኛ አነቃቂ)
- አያዋስካ (ቅዠት አምጭ)
- ኮኬይን (ነጭ ዕፅ)
- ዲ.ኤም.ቲ (መንፈስ አናዋዥ)
- ኤክስታሲ (ደስታ ሰጪ)
- ሙጫ ማሽተት (ቤንዚን መሳብ)
- ሀሺሽ (የዕፅ ቅጠል)
- ሄሮይን (መርፌ ዕፅ)
- ኢቦጋ (አእምሮ አናዋዥ)
- ኬታሚን (ማደንዘዣ ዕፅ)
- ኤል.ኤስ.ዲ (ቅዠት ፈጣሪ)
- ማሪዋና (ጋንጃ)
- ሜዝ (ሰው ሰራሽ)
- ኔምቡታል (ማስተኛ መድሃኒት)
- ፒ.ሲ.ፒ (አእምሮ አደንዛዥ)
- ፔዮቴ (የቁልቁል ዕፅ)
- የታዘዙ መድኃኒቶችን አላግባብ መጠቀም (ያለ ሐኪም)
- ሳልቪያ (የቅጠል ጭስ)
- አስማታዊ እንጉዳይ (መርዛማ እንጉዳይ)
- ኤስ.ቲ.ፒ (የመንገድ ዕፅ)
- ሌላ:-

አሁን ዝርዝሩን ሞልተህ ከጨረስክ በኋላ፣ ምልክት ያደረግክባቸውን ነገሮች በሙሉ በዚህ ጸሎት ውስጥ በማስገባት ተናዘዝና ተዋቸው (ካዳቸው)። ጊዜ ወስደህ እያንዳንዱን ነጥብ በጥንቃቄ ጥቀስ።

ውድ የሰማይ አባት ሆይ፤ አውቄም ይሁን ሳላውቅ በ _____ (ምልክት ያደረግክባቸውን እዚህ ጋር ጥቀስ) ውስጥ ተሳትፎ እንደነበረኝ፣ እንደተጋለጥኩ ወይም ተፅዕኖ እንደደረሰብኝ እናዘዛለሁ፤ እነዚህንም ሁሉ የሐሰት አምልኮዎች እንደሆኑ አምኜ እክዳቸዋለሁ (እተዋቸዋለሁ)። በአንተ መመሪያ ብቻ እንድመራ በመንፈስ ቅዱስህ እንድታበረታኝ እጸልያለሁ። በክርስቶስ ይቅር ስለተባልኩ አመሰግንሃለሁ። በኢየሱስ ስም፣ አሜን።

ጣዖት አምልኮ

ሐዋርያው ዮሐንስ በ1ኛ ዮሐንስ 5:21 ላይ “ልጆች ሆይ፥ ከጣዖታት ራሳችሁን ጠብቁ” በማለት ያስጠነቅቀናል። ጣዖት ማለት ሐሰተኛ አምላክ ወይም ከአንዱ እውነተኛ አምላክ ውጭ ያለ ማንኛውም የአምልኮ ነገር ነው። እኛ የተፈጠርነው አንዱን እውነተኛና ሕያው አምላክ እንድናመልክ በመሆኑ፤ ከእርሱ በፊት ማንንም ወይም ማንኛውንም ነገር ማስቀደም ኃጢአት ነው።

አባታችን በእውነትና በመንፈስ የሚሰግዱለትን (የሚያመልኩትን) ይፈልጋል (ዮሐንስ 4:23)። ምንም እንኳን ለምስሎች ባንሰግድም፤ በዚህ ዓለም ያሉ ሰዎችን ወይም ነገሮችን ከጌታ በላይ ለእኛ ይበልጥ አስፈላጊ እንዲሆኑ ማድረግ ቀላል ነው። አሁን፤ “ለጌታ ለአምላክህ ስገድ እርሱንም ብቻ አምልክ” (ማቴዎስ 4:10) የሚለውን ቃል ለመፈጸም ያለህን ቁርጠኝነት ለመግለጽ ይህንን ጸሎት ጻል።

ውድ የሰማይ አባት ሆይ፤ ከአንተ ይልቅ ሌሎች ነገሮችና ሌሎች ሰዎች ለእኔ ይበልጥ አስፈላጊ እንዲሆኑ መፍቀድ ምን ያህል ቀላል እንደሆነ አውቃለሁ። አንተ “ከእኔ በቀር ሌሎች አማልክት አይሁኑልህ” ብለህ ስላዘዘክ፤ ይህ በቅዱስ ዓይኖችህ ፊት እጅግ የሚያስቆጣ እንደሆነም አውቃለሁ። ከዚህ ጣዖት አምልኮ ንስሐ እገባለሁ፤ እመለሳለሁም፤ አሁንም ጌታ ኢየሱስ ሆይ፤ አንተን እንደገና የመጀመሪያ ፍቅሬ አድርጌ ለመመለስ እመርጣለሁ። እባክህ አሁን በሕይወቴ ውስጥ ያሉትን ማናቸውንም ጣዖታት ለአእምሮዬ ግለጥልኝ። እያንዳንዱን ለመተውና ሰይጣን በጣዖት አምልኮ አማካኝነት በሕይወቴ ውስጥ ያገኘውን ማንኛውንም ስፍራ (ይዞታ) ለመሰረዝ እፈልጋለሁ። በአንዱ እውነተኛ አምላክ በኢየሱስ ስም፤ አሜን።

በሕይወትህ ውስጥ ወጥመድ የሆኑብህን ዘርፎች ለመለየት ይህንን ዝርዝር ተጠቀም። ልብ በል፤ አብዛኞቹ ወይም ሁሉም ነገሮች በራሳቸው ክፉ አይደሉም፤ ነገር ግን እግዚአብሔር በሕይወታችን ሊኖረው የሚገባውን የጌትነት ስፍራ ሲይዙ ጣዖት ይሆናሉ።

- | | | |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> ከመጠን ያለፈ ምኞት (ስኬት ላይ ማተኮር) | <input type="checkbox"/> የፍቅር ኃደኛ | <input type="checkbox"/> ልጅ ወይም የልጅ ልጅ |
| <input type="checkbox"/> ውጫዊ ገጽታ (ውበትና አለባበስ) | <input type="checkbox"/> ንግድ/ቢዝነስ | <input type="checkbox"/> ቤተክርስቲያን (አገልግሎቱን ከአምላክ ማስቀደም) |
| <input type="checkbox"/> ሁልጊዜ ትክክለኛ ሆኖ መገኘት | <input type="checkbox"/> በሥራ ከመጠን በላይ መጠመድ | <input type="checkbox"/> ምቻትና ድሎት |
| | <input type="checkbox"/> ታዋቂ ሰዎች (ዝነኞችን ማድነቅ) | <input type="checkbox"/> ኮምፒውተሮች |

- | | | |
|---|---|--|
| <input type="checkbox"/> ሁሉን ነገር በራስ ቁጥጥር ስር ማድረግ | <input type="checkbox"/> ዘር/ትውልድ/ቅርስ | <input type="checkbox"/> ንብረት (ያሉን ቁሶች) |
| <input type="checkbox"/> የትምህርት ደረጃና ማዕረግ | <input type="checkbox"/> የትርፍ ጊዜ ማሳለፊያዎች | <input type="checkbox"/> ሥልጣን |
| <input type="checkbox"/> የምኞት የትዳር አጋር | <input type="checkbox"/> መዝናናትና ሽርሽር | <input type="checkbox"/> ደህንነትና ዋስትና |
| <input type="checkbox"/> አደንዛኝ ዕፅ ወይም አልኮል | <input type="checkbox"/> አገልግሎት | <input type="checkbox"/> ወሲብ |
| <input type="checkbox"/> የገንዘብ ዋስትና (ሀብት ላይ መታመን) | <input type="checkbox"/> ሙዚቃ | <input type="checkbox"/> ስማርት ስልክ |
| <input type="checkbox"/> ምግብ | <input type="checkbox"/> የግል አመለካከት | <input type="checkbox"/> ማህበራዊ ሚዲያ |
| <input type="checkbox"/> ጓደኞች | <input type="checkbox"/> ሥራዬ | <input type="checkbox"/> የትዳር አጋር (ባል ወይም ሚስት) |
| <input type="checkbox"/> ቁማር | <input type="checkbox"/> ወላጆች | <input type="checkbox"/> ቴክኖሎጂ |
| <input type="checkbox"/> ጤና (ስለ ጤና ከመጠን በላይ መጨነቅ) | <input type="checkbox"/> የሰውነት ብቃት (የስፖርት እንቅስቃሴ) | <input type="checkbox"/> ቴሌቪዥን |
| | <input type="checkbox"/> ተድላና ደስታ | <input type="checkbox"/> ፊልሞች |
| | <input type="checkbox"/> ፖለቲካ | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> ሌላ:- |
| | <input type="checkbox"/> ዝና (በሰው ዘንድ መታወቅ) | |

ከጣዖት አምልኮ ጋር የተያያዙትን ነገሮች በሙሉ ለመካድ (ለመተው) የሚከተለውን ጸሎት ተጠቀም:-

በሕያው እግዚአብሔር በኢየሱስ ክርስቶስ ስም፣ _____ ለሐሰተኛ አማልክት የምሰጠውን አምልኮ እተዋለሁ (አቆማለሁ)። ጌታ ሆይ፣ አንተን ብቻ ለማምለክ እመርጣለሁ፤ እነዚህም ነገሮች ሁሉ በሕይወቴ ውስጥ ተገቢውን ስፍራ ብቻ እንዲይዙ እንድትረዳኝ እጸልያለሁ። የጣዖት አምልኮንና በሕይወቴ ላይ ያመጣውን ተፅዕኖ ሁሉ አፈርሳለሁ። ይቅር ስላልከኝ አመሰግንሃለሁ። በኢየሱስ ስም፣ አሜን።

ራስን ለመጠበቅ የሚገቡ ቃል ኪዳኖች

አንድ ሰው ቃል ኪዳን ሲገባ ሁልጊዜም ቢሆን በጸሎት መልክ እንደሆነ መረዳት በጣም አስፈላጊ ነው። ብዙ ጊዜ ሕፃናት፣ ወጣቶችና ትልልቅ ሰዎች በሕይወታቸው ውስጥ ለሚገጥሟቸው አሳማሚ ክስተቶች በንቃተ-ሕሊና ወይም ሆን ብለው ምላሽ ሲሰጡ "የውስጥ ቃል ኪዳኖችን" ይገባሉ (ማቴዎስ 5፥33-37፣ ያዕቆብ 5፥12)።

የውስጥ ቃል ኪዳን ትርጉሙም፡-

“ከእግዚአብሔር ፈቃድ ውጭ የሆነ፣ አንድን ድርጊት ለማድረግ ወይም ላለማድረግ በአእምሮና በልብ ተወስኖ በሰውነት ሙሉ ማንነት ውስጥ የሚሰርጽ፣ ራስን ለመከላከል የሚደረግ ገደብ የለሽ ውሳኔ ነው።”

እነዚህን የውስጥ ቃል ኪዳኖችን ስንገባ፣ ሳናውቀው ጸሎት እያደረግን ነው። ራስን ለመጠበቅ የሚገቡ ቃል ኪዳኖች ከእግዚአብሔር ፈቃድ ውጭ የሚደረጉ፣ ሳንረዳው ከጠላት (ከሰይጣን) ጋር የምንስማማባቸውና በመጨረሻም ለውድቀት የሚዳርጉ "የተቀደዱት ጉድጓዶች" ናቸው (ኤርምያስ 2፥ 13)። ኢሳይያስ 28፥ 15 እንዲህ ይላል፡- “እናንተም፡- ከሞት ጋር ቃል ኪዳን አድርገናል፤ ከሲኦልም ጋር ተማምለናል፤ ሐሰትን መሸሸጊያችን አድርገናልና፤ በሐሰትም ተሰውረናልና የሚትረፈረፍ መቅሠፍት ባለፈ ጊዜ አይደርስብንም” ብላችኋልና።

እነዚህን ራስን የመከላከያ ቃል ኪዳኖች ስንገባ፣ ያንን "ጸሎት" ተቀብሎ የሚያከብርና ከእግዚአብሔር ፈቃድ ውጭ የሆነውን ያን ቃል ኪዳን እንዲደግፉ የራሱን ክፉ መናፍስት በአጠገብ የሚመድብ ክፉ ጠላት አለ። ጤናማና ቅዱስ የሆነ የቀረበ ግንኙነት በመመሥረት ያንን ራስን የመከላከያ ቃል ኪዳን ለአደጋ በሚያጋልጥ ሁኔታ ውስጥ ስትሆን፣ ጠላት በጀሮህ ላይ "አስታውስ! ይህ እንዳይሆን ቃል ገብተሃል!" እያለ ይናገራል። አሁን መንፈስ ቅዱስ ቀደም ሲልም ሆነ አሁን የገባሃቸውን ራስን የመከላከያ ቃል ኪዳኖች ወደ አእምሮህ እንዲያመጣቸው ጠይቅ።

የሰማይ አባት ሆይ፣ የተናዘዝኳቸውንና የተውኳቸውን (የካድኳቸውን) ራስን የመከላከያ የውስጥ ቃል ኪዳኖች ሁሉ ለአእምሮዬ ግለጥልኝ። የምፈልገውና የሚያስፈልገኝ ብቸኛው የጥበቃና የዝግጅት ምንጭ አንተ ብቻ ነህ። በኢየሱስ ስም፣ አሜን።



ራስን ለመጠበቅ የሚገቡ ቃል ኪዳኖች ምሳሌዎች ከዚህ በታች ቀርበዋል። አንተን የሚመለከቱትን ምልክት አድርግ፤ እንዲሁም መንፈስ ቅዱስ ወደ አእምሮህ የሚያመጣቸውን ሌሎች ካሉ ጻፍ፡-

- "ሁልጊዜ ሙሉ በሙሉ ግልጽ አልሆንም።"
- "ልቤን ዳግመኛ ለማንም አሳልፌ አልሰጥም።"
- "ምንም ነገር እንዲያስፈልገኝ (በሰው እጅ እንደጠመድ) አልፈቅድም።"
- "እነርሱ ሳይተወኝ (ሳይንቁኝ) በፊት እኔ እተዋቸዋለሁ።"
- "እንደ አባቴ (ወይም እንደ እናቴ) በፍጹም አልሆንም።"
- "ሁልጊዜም ቢሆን ቁጥጥሩ በእኔ እጅ መሆን አለበት።"
- "ዳግመኛ ማንም እንዲበዘብዘኝ ወይም እንዲጠቀምብኝ አልፈቅድም።"
- "የምፈልገውን ነገር ካላገኘሁ በስተቀር በፍጹም አልሰጥም።"
- "ጥልቅ ኃጢአቴ ከታወቀ ስለሚተወኝ በፍጹም መታወቅ የለበትም።"
- "ሁልጊዜ ጠንካራ መሆን አለብኝ።"
- "በፍጹም ሙሉ በሙሉ መተማመን የለብኝም።"
- "ልጆቼ በፍጹም እንዲያዝኑ አልፈቅድም።"
- "ማንም ስለማይጠብቀን፣ እራሴን (እና ልጆቼን) እራሴ መጠበቅ አለብኝ።"
- "በማንኛውም ዋጋ ሁልጊዜ ግጭቶችን ማስወገድ አለብኝ።"
- "ሁልጊዜ ደግ/ለሰዎች ታዛዥ መሆን አለብኝ።"
- "ወንድ (ወይም ሴት) እንዲቆጣጠረኝ ወይም እንዲጎዳኝ በፍጹም አልፈቅድም።"
- "ድክመቴን ማሳየት የለብኝም።"
- "በማንም ላይ ጥገኛ ለመሆን በፍጹም አልፈቅድም።"
- "ሥቃይ አይሰማኝም (ወይም ሥቃዬን ሌሎች እንዲያዩ አልፈቅድም)።"
- "ከቶ ለምንም አልበቃም (ምንም ዋጋ የለኝም)።"
- "ሁልጊዜም ቢሆን ባዕድ/ብቸኛ ሆኜ እቀጥላለሁ።"
- "በፍጹም ሙሉ፣ የተፈወሰኩ ወይም የሚገባኝ (ብቁ) አልሆንም።"
- "ዳግመኛ በፍጹም ድሃ አልሆንም።"
- "በፍጹም ይቅርታ አይገባኝም።"
- ሌላ፡- _____

አሁን ዝርዝሩን ሞልተህ ከጨረስክ በኋላ፣ በዚህ ጸሎት አማካኝነት ሁሉንም ነገር ተናዘዝና ተዋቸው (ካዳቸው)።

የሰማይ አባት ሆይ፣ በውሸት ለመሸፈን የሞከርኳቸውን በሕይወቴ ውስጥ ያሉ የፍርሃትና የቁስል ዘርፎችን ስለገለጥክልኝ አመሰግንሃለሁ። ነፃ የሚያወጣኝን እውነት እንደምትፈልግ አውቃለሁ። አባት አምላክ

ሆይ፣ አንተ ብትኛውና የበላይ ባለሥልጣን እንደሆንክ አምናለሁ፤ የገንባሁትን "እኔ አደርጋለሁ"፣ "አለብኝ"፣ "በፍጹም" እና "ሁልጊዜ" የሚሉ የራስን ጥበቃ መንግሥት ሁሉ ለአንተ አሳልፌ እሰጣለሁ። በእነዚህ የውስጥ ቃል ኪዳኖች ስር ያሉ ማናቸውንም የቀሩ ቁስሎች በኃይልህ እንድትፈውሳቸው በኢየሱስ ስም እጠይቃለሁ። እነዚህን የውስጥ ቃል ኪዳኖች በመግባቴ ንስሐ እገባለሁ፤ በተለይም

(ምልክት ያደረግክባቸውን እዚህ ጥቀስ) X የሚሉትን ቃል ኪዳኖች እተዋለሁ (እክዳለሁ)፤ እነዚህም የውስጥ ቃል ኪዳኖች ውሸት መሆናቸውን አሁን አውጃለሁ። አምላክ ሆይ፣ ሐሰተኛ መናፍስትን ሁሉ እንድትገሥጽልኝና በኃጢአቴ ምክንያት ተላልፎ የተሰጠውን ሰፍራ (ይዞታ) ሁሉ እንድታስመልስልኝ እጠይቅሃለሁ። አባት አምላክ ሆይ፣ በራሴ ጥበቃ ፋንታ በአንተ ጥበቃ ላይ እንድታመን፣ እንዲሁም በሕይወቴ ውስጥ የምትፈቅደውን ማንኛውንም ሥቃይ የመፈወስ ችሎታህ ላይ እንድደገፍ እንድትረዳኝ እለምንሃለሁ። በኢየሱስ ስም፣ አሜ

እርምጃ 2፡ እውነት እና አታላይነት

የክርስቲያን ሕይወት የሚመራው እግዚአብሔር እውነት ነው ባለው ቃል ላይ በመታመን ነው። ኢየሱስ እውነት ነው፤ መንፈስ ቅዱስ የእውነት መንፈስ ነው፤ የእግዚአብሔር ቃል እውነት ነው፤ እኛም እውነትን በፍቅር እንድንናገር ተጠርተናል (ዮሐንስ 14፥6፤ ኤፌሶን 4፥15)። ለእውነት የሚሰጠው መጽሐፍ ቅዱሳዊ ምላሽ፣ እውነቱ ቢሰማንም ባይሰማንም በእምነት መቀበል ነው። ክርስቲያኖች ማንኛውንም ውሸት፣ ማታለል፣ እውነትን ማጣመም ወይም ከሐሰት ጋር የተያያዘ ማንኛውንም ነገር መተው አለባቸው። ውሸትን ማመን በባርነት ውስጥ ያቆያል፤ እውነትን ለማመን መምረጥ ግን ነፃ ያወጣል (ዮሐንስ 8፥32)።

እኛ አስቀድመን ይቅር የተባልን ስለሆንን፣ እንዲሁም እግዚአብሔር የልባችንን ሃሳብና ዓላማ አስቀድሞ ስለሚያውቅ በፊቱ ግልጽና ታማኝ መሆን እንችላለን (ዕብራውያን 4፥13)። ታዲያ ለምን ታማኝ ሆነን ኃጢአታችንን አንናዘዝም?

ለእውነት ያለህን ቁርጠኝነት ይህን ጸሎት በመጻለይ ጀምር። እንደ “ይህ የጊዜ ማባከን ነው” ወይም “ይህን ባምን ደስ ባለኝ ነበር፤ ግን አልችልም” ያሉ ተቃራኒ ሃሳቦች ወደፊት ከመራመድ እንዲያግዱህ አትፍቀድ። እግዚአብሔር በእርሱ ላይ ስትታመን ያበረታሃል።

ውድ የሰማይ አባት ሆይ፤ አንተ እውነት ነህ፤ እኔም በአንተ እውነት መሠረት በእምነት ለመኖር እመኛለሁ። እውነት ነፃ ያወጣኛል፤ ነገር ግን በብዙ መንገዶች በውሸት አባት (በሰይጣን) እና በራሴ ተታልያለሁ። አንተ ባለሁበት ሁኔታ እንደምትወደኝና እንደምትቀበለኝ አውቄ በብርሃን ለመመላለስ እመርጣለሁ። የእውነት መንፈስ እንዲመራኝ እጋብዛለሁ። "አቤቱ፣ መርምረኝ ልቤንም እወቅ፤ ፍተነኝ መንገዴንም እወቅ፤ በደልንም በእኔ ውስጥ ብታገኝ እይ፤ የዘላለምንም መንገድ ምራኝ” እንደሚል ቃልህ፤ ከማንኛውም ማታለል እንድትጠብቀኝ እለምንሃለሁ። በኢየሱስ ስም እጸልያለሁ፤ አሜን።

በሚቀጥሉት ሁለት ገጾች ላይ ያሉትን የሦስቱን መልመጃዎች ዝርዝር በጸሎት መንፈስ አስባቸው። በእያንዳንዱ መልመጃ መጨረሻ ላይ ያሉትን ጸሎቶች በመጠቀም፣ በማታለል የተሸነፍክባቸውን ወይም ራስህን በተሳሳተ መንገድ ለመከላከል የሞከርክባቸውን መንገዶች ተናዘዝ። አእምሮህን በአንድ ጊዜ ማደስ

ባትችልም፤ የአእምሮ ምሽጎችህን ወይም "የሥጋ ልማድ" ተብለው የሚጠሩትን ራስን የመከላከያ ዘዴዎችህን ሳታምን ሂደቱ በፍጹም ሊጀምር አይችልም።

በዓለም ሊታለሉ የሚችሉባቸው መንገዶች ዝርዝር እነሆ፡-

- ሀብትና ንብረት ማከማቸት ደስተኛ ያደርገኛል ብሎ ማመን። (ማቴዎስ 13፥22፤ 1 ጢሞቴዎስ 6፥10)
- ምግብ መብላት፤ አልኮል መጠጣት ወይም ዕፅ መጠቀም ጭንቀቱን ያቃልላል እንዲሁም ደስተኛ ያደርገኛል ብሎ ማመን። (ምሳሌ 23፥19-21)
- ማራኪ የሰውነት ቅርጽ፤ ስብዕና ወይም ገጽታ መኖሩ ተቀባይነትንና ትልቅነትን ለማግኘት ያለኝን ፍላጎት ያሟላል ብሎ ማመን። (ምሳሌ 31፥10፤ 1 ጴጥሮስ 3፥3-4)
- የወሲብ ስሜትን ማርካት ምንም ዓይነት መጥፎ ውጤት ሳይኖረው ዘላቂ እርካታን ያመጣል ብሎ ማመን። (ኤፌሶን 4፥22፤ 1 ጴጥሮስ 2፥11)
- ኃጢአት ሰርቼ ምንም ዓይነት መጥፎ ውጤት አይደርስብኝም ብሎ ማመን። (ዕብራውያን 3፥12-13)
- ፍላጎቶቼን ለማሟላት ከኢየሱስ በላይ ሌላ ነገር ያስፈልገለኛል ብሎ ማመን። (2 ቆሮንቶስ 11፥2-4፤ 13-15)
- ሌሎችን ከግምት ሳላስገባ የፈለኩትን ባደርግም አሁንም ነፃ ነኝ ብሎ ማመን። (ምሳሌ 16፥18፤ አብድዩ 3፤ 1፤ ጴጥሮስ 5፥5)
- ከመጥፎ ጓደኞች ጋር እየዋሉ ሳይበላሹ መቅረት ይቻላል ብሎ ማመን። (1 ቆሮንቶስ 15፥33-34)
- የፈለኩትን ባነብ፤ ባይ ወይም ባዳምጥ አልበላሽም ብሎ ማመን። (ምሳሌ 4፥23-27፤ ማቴዎስ 5፥28)
- ለኃጢአቴ በዚህች ምድር ላይ ምንም ዓይነት ውጤት (ቅጣት) የለውም ብሎ ማመን። (ገላትያ 6፥7-8)
- ደስተኛ ለመሆን የግድ የሰዎችን ተቀባይነት ማግኘት አለብኝ ብሎ ማመን። (ገላትያ 1፥10)
- እግዚአብሔር እንዲቀበለኝ የተወሰኑ ኃይማኖታዊ መስፈርቶችን ማሟላት አለብኝ ብሎ ማመን። (ገላትያ 3፥2-3፤ 5፥1)
- ወደ እግዚአብሔር የሚወስዱ ብዙ መንገዶች አሉ፤ ኢየሱስም ከብዙዎቹ አንዱ መንገድ ብቻ ነው ብሎ ማመን። (ዮሐንስ 14፥6)
- ማንነቴ በክርስቶስ ባገኘሁት ማንነት ላይ ሳይሆን፤ በማደርገው (ወይም በማላደርገው) ነገር ላይ የተመሠረተ ነው ብሎ ማመን። (1 ጴጥሮስ 2፥1-12)
- ካለፈው ሕይወቴ የመጣውን እፍረት መሸከም ይገባኛል ወይም መሸከም አለብኝ ብሎ ማመን። (ዕብራውያን 10፥22)
- ሌላ፡- _____

ውድ የሰማይ አባት ሆይ፤ በ

(ምልክት ያደረግህባቸውን እዚህ ጥቀስ) ተታልዬ እንደነበር እናዘዛለሁ። ስለ ይቅርታህ አመሰግናለሁ፤ አሁንም ቃልህን ለማመንና እውነት በሆነው በኢየሱስ ለማመን እመርጣለሁ። በኢየሱስ ስም እጸልያለሁ፤ አሜን።

ራስን የማታለያ መንገዶች

- የእግዚአብሔርን ቃል ስምቶ በተግባር አለመተርጎም። (ያዕቆብ 1:22)
- “ኃጢአት የለብኝም” ማለት። (1 ዮሐንስ 1:8)
- በእውነት ምንም ሳንሆን ከሌሎች እበልጣለሁ ብሎ ማሰብ። (ገላትያ 6:3)
- በዚህ ዓለማዊ ዘመን ራስን እንደ ጥበበኛ መቁጠር። (1 ቆሮንቶስ 3:18-19)
- አንደበቴን ሳልገታ እውነተኛ ኃይማኖተኛ መሆን እችላለሁ ብሎ ማሰብ። (ያዕቆብ 1:26)
- እግዚአብሔር የችግሮቼ ምንጭ ነው ብሎ ማሰብ። (ስቆቃወ ኤርምያስ 3:1-24)
- ያለ ማንም እርዳታ በተሳካ ሁኔታ መኖር እችላለሁ ብሎ ማሰብ። (1 ቆሮንቶስ 12:14-20)
- ከመጠን ያለፈ (ቁስ/ሀብት) መኖሩ ደስተኛ ያደርገኛል ብሎ ማመን። (2 ቆሮንቶስ 4:18)
- ማንነቴ በሕክምና ምርመራ ውጤቴ ወይም ባለፈው በደረሰብኝ ጉዳት (trauma) ላይ የተመሠረተ ነው ብሎ ማመን። (ፊልጵስዩስ 4:19)
- ይቅር ተብለን ሳለ አሁንም በደለኛ እንደሆንን ማሰብ። (1 ዮሐንስ 1:9)
- የእግዚአብሔር ፍቅር በቅድመ-ሁኔታ ላይ የተመሠረተ (በሥራ የሚገኝ) እንደሆነ ማሰብ። (ሮሜ 5:6)
- አምላክ ሆይ፤ ከአንተ ጋር ጊዜ ሳላሳልፍ በቅንነት መኖር እችላለሁ ብሎ ማሰብ። (ዮሐንስ 15:4)
- ሌላ፡- _____

ውድ የሰማይ አባት ሆይ፤ በ

(የመረጥካቸውን እዚህ ጥቀስ) ራሴን እንዳታለልኩ እናዘዛለሁ። ስለ ይቅርታህ አመሰግናለሁ። ያንተን እውነት ብቻ ለማመን ራሴን አሳልፌ እሰጣለሁ። በኢየሱስ ስም እጸልያለሁ፤ አሜን።

ራስን በተሳሳተ መንገድ የመከላከያ መንገዶች

- ራሴን እንደ ተበዳይ አድርጎ ማቅረብ
- ክስተቶችንና ያለፈ ቁስልን (Trauma) በውስጥ አፍኖ መያዝ
- በምናብ መባከን (በቀን ቅዠት፣ በቲቪ፣ በፊልም፣ በሙዚቃ፣ በንባብ፣ በማኅበራዊ ሚዲያ፣ በኮምፒውተር ወይም በቪዲዮ ጨዋታዎች፣ በዕፅ ወይም በአልኮል ከእውነት መሸሽ)

- ራስን በስሜት ማግለል (ሰዎች እንዳያገልሉኝ በመፍራት ራስን ከሰዎች ማራቅ ወይም ርቀትን መጠበቅ)
- ወደ ኋላ መመለስ (አሁን ካለብኝ ተጽዕኖ ለመሸሽ አስጊ ወደልነበሩ የቀድሞ ጊዜያት መመለስ)
- ቁጣን በሌሎች ማሳበብ (ብሶትን ጥፋት በሌለባቸው ንጹሐን ሰዎች ላይ መወጣት)
- በሌሎች ላይ ማሳበብ (በራሴ ውስጥ የማልቀበለውን ድክመት በሌላው ላይ መለጠፍ)
- ምክንያት መደርደር (ለራሴ መጥፎ ባሕርይ ሰበብ መፈለግ)
- መዋሸት (በሐሰት ራስን ለመከላከል መሞከር)
- ግብዝ መሆን (ሐሰተኛ ገጽታን ማሳየት)
- ሌላ:- _____

ውድ የሰማይ አባት ሆይ፤ በ _____

(የመረጥካቸውን እዚህ ጥቀስ) ራሴን በተሳሳተ መንገድ እንደተከላከልኩ እናዘዛለሁ። ስለ ይቅርታህ አመሰግንሃለሁ። አንተ እንድትከላከለኝና እንድትጠብቀኝ በአንተ እታመናለሁ። በኢየሱስ ስም እጸልያለሁ፤ አሜን።

የእውነት መግለጫዎች
(የዕለት ተዕለት ቪታሚኖች)

1. ሁሉን በፈጠረና ሁሉን ደግፎ በያዘ፤ በአብ በወልድና በመንፈስ ቅዱስ ስም በሚኖር በአንዱ እውነተኛ አምላክ አምናለሁ። (ዘጸአት 20:2-3፤ ቆላስይስ 1:16-17)።
2. ኢየሱስ ክርስቶስ በመስቀል ላይ ባገኘው ድል የዲያብሎስን ሥራ ለማፍረስ የመጣ መሲሕ መሆኑን አምናለሁ። (ዮሐንስ 1:1፤ 14፤ 1 ዮሐንስ 3:8፤ ቆላስይስ 2:15)።
3. የእግዚአብሔር ፍቅር ክርስቶስ ለእኔ በከፈለው መስዋዕትነት እንደተገለጠ፤ ከጨለማ ወደ መንግሥቱ እንዳፈለሰኝ፤ ቤዛነትንና የኃጢአት ይቅርታን እንደሰጠኝ አምናለሁ። (ሮሜ 5:8፤ ቆላስይስ 1:13-14)።
4. አሁን የእግዚአብሔር ልጅ እንደሆንኩ፤ ጾጋው በእምነት እንጂ በሥራዬ እንዳልዳኝኩ አምናለሁ። (1 ዮሐንስ 3:1-3፤ ኤፌሶን 2:6፤ 8-9)።
5. በጌታ ዘንድ ጠንክሬ ለመቆም፤ ክፋትን ለመቃወም በኃይሉ ለመታመንና የእግዚአብሔርን ሙሉ የጦር ዕቃ ለመልበስ እመርጣለሁ። (ኤፌሶን 6:10-20፤ ፊልጵስዩስ 3:3፤ 2 ቆሮንቶስ 10:4)።
6. ፍሬ ለማፍራት በእርሱ እየኖርኩ (እየጸናሁ) በክርስቶስ ላይ ሙሉ በሙሉ ለመደገፍና ከእርሱ ያልሆነውን ማንኛውንም ነገር ለመቃወም እመርጣለሁ። (ዮሐንስ 15:5-8፤ 1 ቆሮንቶስ 12:3)።
7. ኢየሱስ እውነት እንደሆነ አምናለሁ፤ በእርሱም ነፃነትን እሻለሁ፤ በብርሃን እመላለሳለሁ፤ ሃሳቤንም ሁሉ ለእግዚአብሔር ቃል እንዲታዘዝ እማርካለሁ። (ዮሐንስ 8:32፤ 36፤ ዮሐንስ 14:6፤ 2 ቆሮንቶስ 10:5፤ 2 ጢሞቴዎስ 3:15-17)።

8. ራሴን ሕያው መስዋዕት አድርጌ ለእግዚአብሔር ለማቅረብ፤ አእምሮዬን በቃሉ ለማደስ እመርጣለሁ። በክርስቶስ አዲስ ፍጥረት መሆኔን አውጃለሁ። (ሮሜ 12:1-2፤ ቆላስይስ 3:9-10፤ 2 ቆሮንቶስ 5:17)።
9. በመንፈስ ቅዱስ ለመሞላት፤ በእውነት ለመመራትና የሥጋን ምኞት ለማሸነፍ በመንፈስ ለመመላለስ እመርጣለሁ። (ኤፌሶን 5:18፤ ዮሐንስ 16:13፤ ገላትያ 5:16)።
10. የራስ ወዳድነት ግቦችን እተዋለሁ፤ ታላላቆቹን ሁለት ትዕዛዛት በመፈጸም የፍቅርን የመጨረሻ ግብ እቀበላለሁ። (1 ጢሞቴዎስ 1:5፤ ዘዳግም 6:5፤ ማቴዎስ 22:37-39)።
11. ጌታ ኢየሱስ በሰማይና በምድር ሥልጣን ሁሉ እንዳለው፤ እርሱም ከሥልጣንና ከኃይል ሁሉ በላይ ራስ እንደሆነ አምናለሁ። እኔም በእርሱ ሙሉ ነኝ። የክርስቶስ አካል ብልት ስለሆንኩ ሰይጣንና አጋንንቱ በክርስቶስ ስም ለእኔ እንደሚገዙልኝ አምናለሁ። ስለዚህ ለእግዚአብሔር ለመገዛትና ዲያብሎስን ለመቃወም የተሰጠውን ትዕዛዝ እፈጽማለሁ፤ ሰይጣንም በኢየሱስ ክርስቶስ ስም ከፊቴ እንዲርቅና በኢየሱስ ቁጥጥር ስር እንዲሆን አዝዘዋለሁ። (ማቴዎስ 28:18፤ ቆላስይስ 2:10፤ ኤፌሶን 1:19-23፤ ያዕቆብ 4:7)።

እነሆ፤ የሰማይ አባትህ ምን ያህል እንደሚወድህ ያለህን እውቀት ለማደስ የሚረዳህ ዝርዝር፡-

አባቴ እግዚአብሔር.... ነው የሚለውን ውሸት እክዳለሁ፡	አባቴ እግዚአብሔር... የመሆኑን እውነት በደስታ እቀበላለሁ፡
ሩቅ እና ግድ የለሽ	ቅርብ እና ተሳታፊ ነው (መዝ. 139፡ 1-18)
ሰሜት የለሽ እና የማይጠነቀቅ	ደግ እና ሩህሩህ (መዝ. 103፡ 8-14)
ጥብቅ እና አስገዳጅ	በደስታ እና በፍቅር የሚቀበል እና የሚሞላ (ሶፎን. 3፡ 17 ፤ ሮሜ 15፡7)
ገለልተኛ እና ቀዝቃዛ	ቅርብ እና አፍቃሪ (ኢሳ. 40፡ 11 ፤ ሆሴዕ 11፡ 3-4)
በህይወቴ ውስጥ የሌለ ወይም ለኔ ሲሆን ስራ የሚበዛበት	ሁል ጊዜ ከእኔ ጋር የሆነ እና ሁሌም ከእኔ ጋር ለመሆን የሚጓጓ (ኤር. 31፡20፤ ሕዝ. 34፡ 11-16፤ ዕብ. 13፡5)
በምሰራው ፈጽሞ የማይረካ ፣ ትዕግስት አልባ ወይም ንዴታም	ታጋሽ እና ለቁጣ የዘገየ (ዘጸ. 34፡6፤ 2 ጴጥ. 3፡9)
ስስታም፣ ጨካኝ፣ ወይም አዋራጅ	አፍቃሪ፣ ጨዋ እና ጠባቂዬ (መዝ. 18፡2፤ ኤር. 31፡3 ፤ ኢሳ. 42፡3)
ደስታን ከህይወት ውስጥ ሙሉ በሙሉ ለማስወገድ የሚሞክር	ታማኝ እና ሙሉ ህይወት ሊሰጠኝ የሚፈለግ፤ ፈቃዱም ጥሩ ፣ ፍጹም እና ተቀባይነት ያለው ነው። (ሰቆ. ኤር. 3፡ 22-23፤ ዮሐ. 10፡10፤ ሮሜ 12፡ 1-2)
ተቆጣጣሪ ወይም ጠምዛዥ	በጾጋ እና በምሕረት የተሞላ፤ የመውደቅ ነፃነትንም የሰጠኝ (ሉቃ. 15፡ 11-16 ፤ ዕብ. 4፡ 15-16)
አውጋዥ ወይም ይቅር የማይል	ርኅሩኅ ልቦና ያለው እና ይቅር ባይ፤ ክንዶቹ ሁል ጊዜ ለእኔ

	ክፍት የሆኑ (መዝ. 130: 1-4፤ ሉቃ. 15: 17 24)
ስህተት ለቃሚ፣ ፍጽምና ፈላጊ ወይም ትክክለኛ ነገር ጠባቂ	በእድገቱ ላይ የሚሳተፍ እንደ ልጁ ሳድግ ደግሞ የሚኮራብኝ (ሮሜ 8: 28-29፤ 2ኛ ቆሮ. 7:4 ፤ ዕብ. 12:5-11)

የዐይኑ ብሌን ነኝ! (ዘዳ. 32: 10 አ.መ.ት.)



የሚከተለው ዝርዝር በክርስቶስ ማን እንደሆነክ ያለህን እውቀት ለማደስ ይረዳሃል።

እንዲህ የሚለውን ውሸት እክዳለሁ (እተዋለሁ)፡-	በክርስቶስ እንዲህ የመሆኔን እውነት አውጃለሁ፡-
ተወዳጅነት የለኝም (ማንም አይወደኝም)	እጅግ የተወደድኩ ነኝ! (ዮሐንስ 15:9፤ ሮሜ 8:35-39፤ ኤፌሶን 2:4-6)
ብቁ አይደለሁም (በቂ አይደለሁም)	የተመረጥኩ ነኝ! (ዮሐንስ 15:15-16፤ ኤፌሶን 1:3-6)
ዋጋ የለኝም (የማይገባኝ ነኝ)	ጻድቅ ነኝ! (ሮሜ 8:31-34፤ 1 ቆሮንቶስ 6:19-20፤ 2 ቆሮንቶስ 5:21)
አቅም የለኝም (ብቃት ይጎድለኛል)	ኃይልን በሚሰጠኝ በእርሱ ሁሉን እችላለሁ! (2 ቆሮንቶስ 2:14፤ 3:5-6፤ 12:9፤ ፊልጵስዩስ 4:13)
ተሸናፊ (ውድቅ) ነኝ	ድል አድራጊ ነኝ! (ሮሜ 8:37፤ 2 ቆሮንቶስ 2:14፤ 1 ዮሐንስ 5:4)
ፈሪ ነኝ	በኢየሱስ ስም ከፍርሃት ነፃ ነኝ! (መዝሙር 4:8፤ 27:1፤ 32:7፤ 2 ጢሞቴዎስ 1:7፤ 1 ዮሐንስ 4:18)
ተጨናቂ ነኝ	ሰላማዊ ነኝ! (መዝሙር 4:8፤ 37:5፤ ፊልጵስዩስ 4:6-7፤ 11፤ ዕብራውያን 13:5)
አላዋቂ (ብልህ አይደለሁም)	የእግዚአብሔር ጥበብ አለኝ! (ዮሐንስ 15:15፤ 16:13-14፤ 1 ቆሮንቶስ 1:30፤ ያዕቆብ 1:5)
በእስራት (በባርነት) ስር ነኝ	ነፃ ወጥቻለሁ! (ዮሐንስ 8:32-36፤ 2 ቆሮንቶስ 3:17፤ ገላትያ 5:1፤

	13)
የማልፈለግ ነኝ፤ የማንም አይደለሁም	በእግዚአብሔር ተቀባይነት አግኝቼያለሁ፤ ልጁም ነኝ! (ሮሜ 8:16-17፣ ገላትያ 4:5-7፣ 1 ዮሐንስ 3:2)
በደለኛ ነኝ	ሙሉ በሙሉ ይቅር ተብያለሁ! (ኤፌሶን 1:7፣ 2:13፤ ቆላስይስ 1:14)
ቀዝብተኛ (የመንፈስ ጭንቀት ያለብኝ) ነኝ	የጌታ ደስታ አለኝ! (ዮሐንስ 15:11፣ 17:13፤ ሮሜ 15:13፣ 1 ዮሐንስ 1:4)
ልዩነት የለኝም (ተራ ነኝ)	የተመረጥኩና በእግዚአብሔር የተለየሁ ነኝ! (ዮሐንስ 15:16፣ 1 ቆሮንቶስ 1:30፣ 6:11)
ተስፋ ቢስ ነኝ	በኢየሱስ ተስፋ አለኝ! (ሮሜ 8:20-25፣ 15:4፣ 13፤ ቆላስይስ 1:26-27፣ 1 ጴጥሮስ 1:3)
የተፈረደብኝ (ኩነኔ ያለብኝ) ነኝ	ያለ ነቀፋ ነኝ! (ዮሐንስ 3:18፣ 5:24፤ ሮሜ 8:1)
ብቸኛ ነኝ	በፍጹም ብቸኛ አይደለሁም! (ሮሜ 8:38-39፣ ዕብራውያን 13:5)
እግዚአብሔር ጋር መድረስ አልችልም	በማንኛውም ጊዜ ወደ እግዚአብሔር መቅረብ እችላለሁ! (ኤፌሶን 2:18፣ ዕብራውያን 4:14-16፣ 1 ጴጥሮስ 2:5-9)
ስይጣንን እፈራለሁ	በስይጣን ላይ ሥልጣን አለኝ! (ቆላስይስ 1:13፣ 1 ዮሐንስ 4:4፣ ራእይ 12:7-11)

የአባት የፍቅር ደብዳቤ

ለልጅ፦

አንተ ባታውቀኝም፣ እኔ ግን ስለ አንተ ሁሉንም ነገር አውቃለሁ... (መዝሙር 139:1)

የራስህ ጠጉር እንኳ ተቆጥሯል... (ማቴዎስ 10:29-31)

ምክንያቱም የተፈጠርከው በእኔ መልክ ነው... (ዘፍጥረት 1:27)

ገና ሳትወለድ (ሳትፀነስ) አውቅሃለሁ... (ኤርምያስ 1:4)

ዓለምን ስፈጥር አንተን መርጨሃለሁ... (ኤፌሶን 1:11)

በእናትህ ማኅፀንም የሸመንኩህ (የፈጠርኩህ) እኔ ነኝ... (መዝሙር 139:13)

አንተ ስህተት አይደለህም፤ ዘመኖችህ ሁሉ በእኔ መጽሐፍ ተጽፏል... (መዝሙር 139:16)

የምትወለድበትን ጊዜና የምትኖርበትን ስፍራ ወስኛለሁ... (የሐዋርያት ሥራ 17:26)

ምክንያቱም በዘላለም ፍቅር እወድሃለሁ... (ኤርምያስ 31:3)

ማንነቴን በማያውቁ ሰዎች ስሜ በሐሰት ተነስቷል... (ዮሐንስ 8:41-44)

እኔ ሩቅና ተቆጭ ሳልሆን፣ የፍቅር ፍጹም መገለጫ ነኝ... (1 ዮሐንስ 4:16)

ፍቅሬን በአንተ ላይ ማፍሰስ ፍላጎቴ ነው... (1 ዮሐንስ 3:1)

የምትቀበለው መልካም ስጦታ ሁሉ ከእኔ እጅ ነው... (ያዕቆብ 1:17)

ምድራዊ አባትህ ሊሰጥህ ከሚችለው በላይ እሰጥሃለሁ... (ማቴዎስ 7:11)

ምክንያቱም እኔ ፍጹም አባት ነኝ... (ማቴዎስ 5:48)

የሚያስፈልግህን ሁሉ የማቀርብልህ እኔ ነኝ... (ማቴዎስ 6:11-33)

ለወደፊትህ ያለኝ ዕቅድ ሁልጊዜ በተስፋ የተሞላ ነው... (ኤርምያስ 29:11)

ለአንተ ያለኝ አሳብ እንደ ባሕር አሸዋ የማይቆጠር ነው... (መዝሙር 139:17)

በአንተ ደስ ብሎኝ በዝማሬህ እረካለሁ... (ሶፎንያስ 3:17)

ለአንተ መልካም ማድረግን ከቶ አላቆምም... (ኤርምያስ 32:40)

አንተ የልብ ንብረቴ (ውድ ሀብቴ) ነህና... (ዘጸአት 19:5)

በእኔ ደስ ይበልህ፣ የልብህንም መሻት እሰጥሃለሁ... (መዝሙር 37:4)

እነዚያን መሻቶች የሰጠሁህ እኔው ነኝና... (ፊልጵስዮስ 2:13)

ከምታስበውና ከምትገምተው በላይ ላደርግልህ እችላለሁ... (ኤፌሶን 3:20-21)

እኔ ታላቅ አበረታችህ ነኝና... (2 ተሰሎንቄ 2:16-17)

በመከራህ ሁሉ የማጽናናህ አባትህ ነኝ... (2 ቆሮንቶስ 1:3-4)

ልብህ ሲሰበር እኔ ለአንተ ቅርብ ነኝ... (መዝሙር 34:18)

እረኛ ጠቦቱን እንደሚሸከም፣ እኔም አንተን ወደ ልቤ አቅርቤ ተሸክሜሃለሁ... (ኢሳይያስ 40:11)

አንድ ቀን እንባን ሁሉ ከዓይንህ አብሳለሁ... (ራእይ 21:3-4)

ልጄን ኢየሱስን እንደምወደው አንተንም እወድሃለሁና... (ዮሐንስ 17:23)

በኢየሱስ በኩል ለአንተ ያለኝ ፍቅር ተገልጧል... (ዮሐንስ 17:23)

እርሱ የእኔ ማንነት ፍጹም መግለጫ ነው... (ዕብራውያን 1:3)

የሆነበህ እኔ ከአንተ ጋር እንደሆንኩ እንጂ በአንተ ላይ እንዳልሆንኩ ሊያሳይህ ነው... (ሮሜ 8:31)

ኃጢአትህን እንደማልቆጥርብህ ሊነግርህ መጣ... (2 ቆሮንቶስ 5:18-19)

እንድንታረቅ ኢየሱስ ሞተ... (2 ቆሮንቶስ 5:18-19)

የእርሱ ሞት ለአንተ ያለኝ የፍቅሬ የመጨረሻ መግለጫ ነበር... (1 ዮሐንስ 4:10)

የአንተን ፍቅር ለማግኘት ስል የምወደውን ሁሉ ሰጠሁ... (ሮሜ 8:31-32)

የልጄን ስጦታ ከተቀበልክ እኔን ተቀብለሃል... (1 ዮሐንስ 2:23)

ከእንግዲህ ምንም ነገር ከፍቅሬ ሊለይህ አይችልም... (ሮሜ 8:38-39)

ወደ ቤት ተመለስ፣ ሰማይ አይታው የማታውቀውን ታላቅ ግብዣ አደርጋለሁ... (ሉቃስ 15:7)

ሁልጊዜ አባት ነበርኩ፣ ሁልጊዜም አባት ሆኜ እኖራለሁ... (ኤፌሶን 3:14-15)

ጥያቄዬ ግን... ልጄ ትሆናለህ? (ዮሐንስ 1:12-13)

ልታናግረኝ በፈለግህ ጊዜ እዚህ ነኝ።

ከአፍቃሪህ፣ አባትህ።

እርምጃ 3፡ መራርነትና ይቅርታ

የሰማይ አባታችን ርኅሩኅ እንደሆነ እኛም ርኅሩኞች እንድንሆን (ሉቃስ 6:36) እና እኛ ይቅር እንደተባለን ሌሎችን ይቅር እንድንል (ኤፌሶን 4:31) ተጠርተናል። ይህን ማድረግ ከባለፈው ታሪካችን ነፃ ያወጣናል፤ እንዲሁም ሰይጣን በእኛ ላይ ብልጫ እንዳያገኝ ያደርገዋል (2 ቆሮንቶስ 2:10-11)። ይህን ጸሎት በመጸለይ፣ ይቅር ልትላቸው የሚገቡ ሰዎችን እግዚአብሔር ወደ አእምሮህ እንዲያመጣልህ ጠይቅ።

ውድ የሰማይ አባት ሆይ፤ ያንተ ቸርነት ወደ ንስሐ እንደመራኝ አውቃለሁ፤ ስለ ቸርነትህና ስለ ትዕግሥትህ ባለጠግነት አመሰግንሃለሁ። እኔ ግን ለጎዳኝ ወይም ለበደሉኝ ሰዎች ያንኑ ቸርነትና ትዕግሥት እንዳላሳየሁ እናዘዛለሁ። ይልቁንም ቁጣን፣ መራርነትንና ቅሬታን በውስጤ ይገኛለሁ። ሙሉ በሙሉ ነፃ እሆን ዘንድ ይቅር ልላቸው የሚገቡኝን ሰዎች ሁሉ እባክህ ወደ አእምሮዬ አምጣልኝ። በኢየሱስ ስም እጸልያለሁ፣ አሜን።

ይቅርታ ማለት መርሳት ብቻ አይደለም። በደረሰባቸው በደል ላይ መርሳትን ብቻ የሚመኙ ሰዎች ይህን ማድረግ እንደማይችሉ ይረዱታል። "አንድ ቀን ሕመሙ በራሱ ይጠፋል" በሚል ተስፋ የጎዳህን ሰዎች ይቅር ማለትን አታዘግይ። አንዴ ሰውን ይቅር ለማለት ስትመርጥ፣ ክርስቶስ መጥቶ ቁስልህን መፈወስ ይጀምራል። ነገር ግን ፈውስ ሊጀምር የሚችለው መጀመሪያ ይቅር ስትል ብቻ ነው። እኛ ይቅር ለማለት አንፈወስም፤ ይቅር የምንለው ግን እንድንፈወስ ነው።

ይቅርታ ምርጫ ነው፤ በራስህ ፈቃድ የምትወስነው ውሳኔ ነው። እግዚአብሔር ይቅር እንድትል ስለሚፈልግ፣ ይህ ልታደርገው የምትችለው ነገር ነው። በደረሰብን መከራ ምክንያት በተፈጥሮአችን በቀልን ስለምንመኝ ሰውን ይቅር ማለት አንዳንድ ጊዜ በጣም ከባድ ሊሆን ይችላል። ይቅርታ ከእኛ የፍትሕና የርትዕ ስሜት ጋር የሚጋጭ ይመስላል። ስለዚህ በቁጣችን ላይ እንመካለን፤ በደረሰብን ሥቃይ ምክንያት በደለኞችን በአእምሯችን ውስጥ ደጋግመን እንቀጣቸዋለን። ነገር ግን እራሳችን የበቀል እርምጃ እንዳንወስድ በእግዚአብሔር ተነግሮናል (ሮሜ 12:19)። እግዚአብሔር በዚያ ሰው ላይ እንዲሰራ ተወው። ሰውን ከራስህ የክስ መዝገብ ላይ አውርደው፤ ምክንያቱም ሰውን ይቅር ለማለት ፈቃደኛ

ካልሆንክ፤ አሁንም ከዚያ ሰው ጋር ተቆላልፈሃል ማለት ነው። አሁንም በታሪክህ ሰንሰለት ታስረሃል፤ በመራርነትህም ተለጉመሃል።

ይቅር በማለትህ ያንን ሰው ከራስህ የክስ መዝገብ ላይ ትፍቀዋለህ እንጂ ከእግዚአብሔር ፍርድ አያመልጥም። እግዚአብሔር በዚያ ሰው ላይ ፍትሐዊና ትክክለኛ ፍርድ እንደሚሰጥ መታመን አለብህ፤ ይህ አንተ ልታደርገው የማትችለው ነገር ነው። ምናልባት “ይህ ሰው ምን ያህል እንደጎዳኝ አታውቅም!” ትል ይሆናል። ትክክል ነህ፤ እኛ አናውቅም፤ ኢየሱስ ግን ያውቃል፤ እርሱም ስለ አንተ ስትል ሌሎችን ይቅር እንድትል ይነግርሃል። ቁጣህንና ጥላቻህን እስካልተወክ ድረስ ያ ሰው አሁንም እየጎዳህ ነው። ጊዜን ወደ ኋላ መልሰህ ያለፈውን ታሪክ መቀየር አትችልም፤ ነገር ግን ከእሱ ነፃ መሆን ትችላለህ። ሕመሙን ማቆም ትችላለህ፤ ይህን ለማድረግ ግን አንድ መንገድ ብቻ ነው ያለው - ከልብ ይቅር ማለት። ለራስህ ስትልና ነፃ እንድትሆን ሌሎችን ይቅር በል።

ይቅርታ ማለት የሌላ ሰው ኃጢአት በሚያስከትለው ውጤት ለመኖር መስማማት ነው። ወደድክም ጠላህ ያም ሆነ ይህ በውጤቶቹ ውስጥ መኖርህ አይቀሬ ነው። ያለህ ምርጫ በመራርነት ባርነት ውስጥ ወይስ በይቅርታ ነፃነት ውስጥ ለመኖር መወሰን ብቻ ነው። ነገር ግን የሌላውን ሰው ኃጢአት ሕመም ሳይቀበሉና ሳይታገሱ ማንም በእውነት ይቅር ሊል አይችልም። ይህ ኢ-ፍትሐዊ ሊመስል ይችላል፤ ፍትሑ የት አለ ብለህም ትጠይቅ ይሆናል፤ ነገር ግን ፍትሕ የሚገኘው ይቅርታን በሕግም ሆነ በሥነ-ምግባር ትክክል በሚያደርገው በመስቀሉ ስር ነው።

ኢየሱስ የኃጢአትን የዘላለም ቅጣት በራሱ ላይ ወሰደ። “እኛ በእርሱ ሆነን የእግዚአብሔር ጽድቅ እንሆን ዘንድ ኃጢአት ያላወቀውን እርሱን ስለ እኛ ኃጢአት አደረገው።” (2 ቆሮንቶስ 5:21)። ሌላኛው ሰው ይቅርታ እንዲደረግለት እስኪጠይቅህ ድረስ አትጠብቅ። ምናልባት በፍጹም ላይጠይቁህ ይችላሉ። አስታውስ፤ ኢየሱስ እየሰቀሉት ያሉትን ሰዎች ይቅር ለማለት እነርሱ ይቅርታ እስኪጠይቁት አልጠበቀም። እየተሳለቁበትና እየተዘባበቱበት ባለበት ሁኔታ እንኳ “አባት ሆይ፤ የሚያደርጉትን አያውቁምና ይቅር በላቸው” (ሉቃስ 23:34) ብሎ ጸለየ።

ይቅርታ ከልብ መሆን አለበት። እግዚአብሔር የሚያሰቃዩ ትዝታዎችን ወደ አእምሮህ እንዲያመጣቸው ፍቀድለት፤ ከዚያም ለጎዱህ ሰዎች ያለህን ስሜት አምነህ ተቀበል። ይቅርታህ የስሜትህን ጥልቀት የማይነካ ከሆነ ሙሉ አይሆንም። ብዙ ጊዜ ሕመሙን ስለምንፈራ ስሜታችንን በውስጣችን

እንቀብረዋለን። እግዚአብሔር እነዚህን የተጎዱ ስሜቶች እንዲፈውሳቸው ወደ ላይ እንዲያወጣቸው ፍቀድለት።

ይቅርታ ማለት የአንድን ሰው ኃጢአት ከእንግዲህ በእርሱ ላይ ላለመቁጠር መምረጥ ነው። በመራርነት ውስጥ ያሉ ሰዎች ያለፈውን በደል ደጋግመው ማንሳት የተለመደ ነው። በደለኛውን ሰው የጥፋተኝነት ስሜት እንዲሰማው ይፈልጋሉ። እኛ ግን ያለፈውን መተውና ማንኛውንም የበቀል ሐሳብ ላለመቀበል መምረጥ አለብን። ይህ ማለት ግን ወደፊት በሌሎች የሚፈጸሙ ኃጢአቶችን ዝም ብለህ መቀበል አለብህ ማለት አይደለም። እግዚአብሔር ኃጢአትን አይታገስም፤ አንተም መታገስ የለብህም። ሌሎች ዘወትር እንዲበድሉህ አትፍቀድ። በጎዱህ ሰዎች ላይ ጸጋንና ይቅርታን እያሳየህ በኃጢአት ላይ ግን ጠንካራ አቋም ይኑርህ። ከተጨማሪ ጥቃት ራስህን ለመጠበቅ ጥበብ የተሞላበት የገደብ ወሰኖችን ለማበጀት እርዳታ ሊያስፈልግህ ይችላል። (ኤፌሶን 4:29-32)

ይቅርታ ለማድረግ ስሜትህ እስኪነሳሳ ድረስ መጠበቅ የለብህም። ያ ስሜት በፍጹም አይመጣም። ይቅር ለማለት ባይሰማህም እንኳ ይቅር ለማለት ከባድ ውሳኔን ወስን። አንዴ ይቅር ለማለት ከወሰንክ፤ ሰይጣን በዚያ ረገድ በአንተ ላይ ያለውን ኃይል ያጣል፤ የእግዚአብሔርም የፈውስ እጅ በነፃነት ይሠራል። አሁን የምታገኘው ነገር ነፃነትን እንጂ ወዲያውኑ የሚቀየር ስሜትን አይደለም።

- ኤፌሶን 4:32 “እርስ በርሳችሁም ቸሮችና ርኅሩኞች ሁኑ፤ እግዚአብሔርም ደግሞ በክርስቶስ ይቅር እንዳላችሁ ይቅር ተባባሉ።”
- ዕብራውያን 10:30-31 ““በቀል የእኔ ነው፤ እኔ ብድራትን እመልሳለሁ” ያለውን እናውቀዋለንና፤ ደግሞም፤ “ጌታ በሕዝቡ ላይ ይፈርዳል” ይላል። በሕያው እግዚአብሔር እጅ መውደቅ እጅግ የሚያስፈራ ነው።” (አመት)

አሁን፣ ወደ አእምሮህ የሚመጡትን የሰዎች ስም ዝርዝር ለማዘጋጀት ተሰናድተሃል። በዚህ ወቅት፣ "ይቅር ማለት አለብኝ ወይስ የለብኝም?" ብለህ አትጠራጠር። አንድ ስም ወደ አእምሮህ ከመጣ፣ ዝም ብለህ ጻፈው።

ብዙ ጊዜ ባለፈው ባደረግናቸው የተሳሳቱ ምርጫዎች ራሳችንን በመቅጣት በራሳችን ላይ ቅሬታ እንቋጥራለን። “እኔ ራሴ” ብለህ ጻፍና ይቅርታ ልትቀበልባቸው የሚገቡህን ነገሮች ሁሉ፤ እንዲሁም የተፈጠሩብህን ስሜቶች ወይም የተሳሳቱ የማንነት ግንዛቤዎችን ሁሉ መጻፍህን እርግጠኛ ሁን። የእግዚአብሔርን ይቅርታ መቀበል ማለት እግዚአብሔር ቀድሞውኑ በክርስቶስ ይቅር እንዳለህ የሚለውን እውነት መቀበል ነው። እግዚአብሔር ይቅር ካለህ፤ አንተ ይቅር የተባልክ ነህ!

እንዲሁም፣ በዝርዝርህ መጨረሻ ላይ “በእግዚአብሔር ላይ ያሉ አሳቦች” ብለህ ጻፍ። በግልጽ እንደሚታወቀው እግዚአብሔር ምንም ዓይነት ስህተት ስለማይሠራ እርሱን ይቅር ማለት አይጠበቅብንም። ሆኖም ግን፣ አንዳንድ ጊዜ እግዚአብሔር እኛ የፈለግነውን ነገር ስላላደረገልን በእርሱ ላይ የቁጣ አሳቦችን እናሳድጋለን። እነዚያ በእግዚአብሔር ላይ ያሉ የቁጣ ወይም የቅሬታ ስሜቶች በእኛና በእርሱ መካከል ግንብ ሊሆኑ ስለሚችሉ ልንተዋቸው ይገባል።

ዝርዝሩን አጠናቀህ ስትጨርስ፣ የሚከተለውን ጸልይ፡-

ውድ የሰማይ አባት ሆይ፤ _____ (የሰውየው ስም) በ _____
(በደሉን) ምክንያት _____ (የተሰማህ ስሜት) እንደሰማኝ ቢያደርገኝም እንኳ፣
እርሱን/እርሷን ይቅር ለማለት እመርጣለሁ።

ለእያንዳንዱ ሰው ለእያንዳንዱ የህመም ትውስታ ይቅርታ ካደረግህ በኋላ፣ እንደሚከተለው ጸልይ፡-

ጌታ ኢየሱስ ሆይ፤ ቅሬታዬን ላለመያዝ እመርጣለሁ። በቀልን የመፈለግ መብቴን ትቻለሁ፤ የተጎዱ ስሜቶቼን እንድትፈውስልኝም እጠይቅሃለሁ። ከመራርነት ባርነት ነፃ ስላወጣኸኝ አመሰግንሃለሁ። አሁን የጎዱኝን ሰዎች እንድትባርክልኝ እጠይቅሃለሁ። በኢየሱስ ስም እጸልያለሁ፣ አሜን።

የእግዚአብሔርን ይቅርታ ለራስህ ለመቀበል የሚከተለውን ጸሎት ተጠቀም፡-

ውድ የሰማይ አባት ሆይ፤ ስለ _____ (ያደረግከው ስህተት) ያንተን ይቅርታ ለመቀበል እጸልያለሁ። አሁን ሙሉ ይቅርታህን እቀበላለሁ፤ ራሴን የመውቀስ ወይም የጥፋተኝነት ስሜት የመሸከም መብቴን ትቻለሁ። ከመራርነት ባርነት ነፃ ስላወጣኸኝ አመሰግንሃለሁ፤ በኢየሱስ ስም፣ አሜን።

የገዳማ ሰዎች	ያደረጉት / ያላደረጉት ነገር	የተሰማኝ ስሜት እና ስለ ራሴ ያመንኩት ነገር

ስሜት የሚጎዱ ቃላት

ቀልድ	ባይተዋር	የተገፋ
የተገፋ/የተገለለ	የረከሰ	የተዋሸበት
የተወነጀለ	የተከፋ	ብቸኛ
የሰጋ/የፈራ	የተጸየፈ	መሳለቂያ
ሁሉ የእኔ ጥፋት	ክብር የተነፈገው	መጠቀሚያ
ብቸኛ		ግድ የለሽ
ሁልጊዜ ስህተት	የተጨቆነ	በደል የደረሰበት
ቁጡ	ያፈረ	የሚረዳው የሌለ
የተጨነቀ	ባዶነት	የተደፈረ
ያፈረ	የተጋለጠ	ችላ የተባለ
ዝቅ የተደረገ	ውድቀት	የማይረባ
ክህደት	ፍርሃት	እውቅና ያጣ
የተከዳ	ተላላ	ያልተንከባከቡት
ምሬት	የተገደደ	ለመኖር የማይገባው
የተወቀሰ	ወጥመድ ውስጥ የገባ	ሰሚ ያጣ
ምንም የማይሳካለት	የተበሳጨ	የማይመጥን
ማንንም ማመን የማይችል	የማይረባ	ዋጋ ያልተሰጠው
ርካሽ	ጥፋተኛ	የደነዘዘ
የተኮነነ	አስጸያፊ	ከቁጥጥር ውጭ
ግራ የተጋባ	ጥላቻ	ጭንቅ የበዛበት
ተገዥ	ራስን መጥላት	ምስኪን
የተገለለ	አቅመ ቢስ	ጫና የበዛበት
የደቀቀ	ተስፋ ቢስ	ውጤት ለማሳየት የተወጠረ
የተታለለ	የተዋረደ	በይፋ የተዋረደ
የተሸነፈ	የቆሰለ	የተጣለ
መከታ የሌለው	ርኩስ	መገለል
የተበዘበዘ	ብቃት የሌለው	የተጸየፈ
የተዋረደ	ነውረኛ	በቀል
የተደበረ	ዝቅተኛ	የፈረሰ
ፍላጎቶቹ ውድቅ የተደረጉ	ስጋት ያደረበት	ሀዘንተኛ
ተስፋ መቁረጥ	ለፍላጎቶቹ ግድ የሌለው	የፈራ
የጠፋ	ኢምንት	የተለየ
ዋጋ የተነፈገው	እውቅና የተነፈገው	ራስን መጸየፍ

ውርደት
ውጥረት
ድንቁርና
የታፈነ
ሞትን የሚመኝ
መጠቀሚያ የሆነ
የተሸበረ
የደቀቀ
የተሰባበረ
የታሰረ
አስቀያሚ
ሀሳቡን መግለጽ የማይችል

ተቀባይነት የሌለው
ግድ የለሽ
ትኩረት ያጣ
ያልተመረጠ
ርኩስ
በግፍ የተፈረደበት
በግፍ የተያዘ
የማይመጥን
ኢምንት
ተወዳጅነት የሌለው
ያልተወደደ
አላስፈላጊ

ጥበቃ የሌለው
ስጋት ያለበት
ርህራሄ የሌለው
የማይፈለግ
መጠቀሚያ
የተደፈረ
ተጠቂ
ተጋላጭ
ዋጋ ቢስ
የቆሰለ

እርምጃ 4፡ ዓመጽና መገዛትታ

የምንኖረው በዓመጽ ዘመን ውስጥ ነው። ብዙ ሰዎች በላያቸው ላይ ባሉ ባለሥልጣናት ላይ ይፈርዳሉ፤ የሚታዘዙትም ለእነሱ በሚመቻቸው ጊዜ ብቻ ወይም ተያዘን ብለው ሲፈሩ ነው። መጽሐፍ ቅዱስ በላያችን ላይ ላሉ ባለሥልጣናት እንድንጸልይ (1 ጢሞቴዎስ 2:1-2) እና ለሚገዙን ባለሥልጣናት እንድንገዛ (ሮሜ 13:1-7) ያዘዘናል። በእግዚአብሔርና እርሱ በሾማቸው ባለሥልጣናት ላይ ማመጽ በመንፈሳዊ ሁኔታ ተጋላጭ ያደርገናል። እግዚአብሔር ምድራዊ መሪዎችን እንዳንታዘዝ የሚፈቅድልን ብቸኛው ጊዜ፣ በሥነ-ምግባር ረገድ ስህተት የሆነ ነገር እንድናደርግ ሲያዘዙን ወይም ከሥልጣን ክልላቸው ውጭ ለመግዛት ሲሞክሩ ብቻ ነው። ተገዥ መንፈስና የአገልጋይ ልብ እንዲኖርዎት የሚከተለውን ጸሎት ይጻፉ።

የሰማይ አባት ሆይ፣ ዓመጽ እንደ ጥንቆላ ኃጢአት፣ እልክኝነትም (ትዕቢትም) ጣዖትን እንደ ማምለክ ክፋት እንደሆነ ተናግረሃል። ሁልጊዜ ተገዥ እንዳልነበርሁ አውቃለሁ፤ ይልቁንም በልቤ፣ በባህሪዬና በድርጊቴ በአንተና በላዩ ላይ በሾምሃቸው ባለሥልጣናት ላይ አምጫለሁ። እባክህ ዓመጻኛ የሆንኩባቸውን መንገዶች ሁሉ አሳየኝ። አሁን ተገዥ መንፈስንና የአገልጋይ ልብን ለመላበስ እመርጣለሁ። በኢየሱስ ስም እጸልያለሁ፣ አሜን።

ፍጹም ባልሆኑ መሪዎች በኩል እግዚአብሔር በሕይወታችን ውስጥ እንዲሠራ መታመን የእምነት ተግባር ነው። እግዚአብሔር ግን እንድናደርግ ያዘዘን ይህንኑ ነው። በሥልጣን ላይ ያሉ ሰዎች ሥልጣናቸውን ያለአግባብ ቢጠቀሙና ንጹሐን ሰዎችን ለመጠበቅ የወጡ ሕጎችን ቢጥሱ፣ ከፍ ካለ ባለሥልጣን እርዳታ መፈለግ አለብዎት። ነገር ግን፣ አንድ ባለሥልጣን የማይወዱትን ነገር እንዲያደርጉ ስለነገሩዎት ብቻ የእግዚአብሔርን ቃል እየጣሱ እንደሆነ አያስቡ። እግዚአብሔር እኛን ለመጠበቅና በማኅበረሰቡ ውስጥ ሥርዓት እንዲኖር የተወሰኑ የሥልጣን መስመሮችን ዘርግቷል። ገዥ ባለሥልጣናት ከሌሉ ማንኛውም ማኅበረሰብ ምስቅልቅል ይሆናል።

ከዚህ በታች ካለው ዝርዝር ውስጥ፣ በማን ላይ እና እንዴት ዓመጻኛ ሆነህ እንደነበር እግዚአብሔር እንዲያሳይህ ፍቀድለት። እርሱ ወደ አእምሮህ የሚያመጣውን ኃጢአት ለመናዘዝ የሚከተለውን ጸሎት ተጠቀም።

- የሲቪል መንግሥት (የትራፊክ ሕጎችን፣ የታክስ ሕጎችን እና ለመንግሥት ባለሥልጣናት ያለህን አመለካከት ይጨምራል)፣ (ሮሜ 13:1-7፣ 1 ጢሞቴዎስ 2:1-4፣ 1 ጴጥሮስ 2:13-17)
- ወላጆች፣ የእንጅራ ወላጆች ወይም ሕጋዊ አሳዳጊዎች (ኤፌሶን 6:1-3)
- መምህራን፣ አሰልጣኞች፣ የትምህርት ቤት ኃላፊዎች (ሮሜ 13:1-4)
- አሰሪዎች (የቀድሞም ሆኑ የአሁኑ)፣ (1 ጴጥሮስ 2:18-23)
- ባል (1 ጴጥሮስ 3:1-4) ወይም ሚስት (ኤፌሶን 5:21፣ 1 ጴጥሮስ 3:7)
- የቤተክርስቲያን መሪዎች (ዕብራውያን 13:7)
- እግዚአብሔር (ዳንኤል 9:5-9)
- ሌላ፡-

የሰማይ አባት ሆይ፣ በ _____ ላይ _____ በማድረግ ዓመጸኛ እንደነበርሁ እናዘዛለሁ። ስለ ይቅርታህ አመሰግንሃለሁ። ለአንተ ቃል ተገኝና ታዛዥ ለመሆን እመርጣለሁ። በኢየሱስ ስም እጸልያለሁ፣ አሜን።

ዓመጽ ብዙ ጊዜ በማይተባበር ባህሪ እና በነቃፊ መንፈስ ይገለጻል። የሚከተሉት ድርጊቶች ከዓመጽ ሊመነጨ ይችላሉ።

- ሕጋዊ መመሪያዎችን ለመታዘዝ ወይም ለመከተል ፈቃደኛ አለመሆን።
- መመሪያዎችን ወይም መስፈርቶችን ችላ ማለት ወይም ለራስ እንዲመቹ አድርጎ ማስተካከል።
- በላዩ ላይ ላሉ ባለሥልጣናት ከመጸለይ ይልቅ መተቸት መብቴ ነው ብሎ ማመን።
- በሥልጣን ላይ ባሉ ሰዎች ላይ ነቃፊ የሆኑ ንግግሮችን መናገር።
- ልምድና ጥበብ ያላቸውን ሰዎች ምክር አለመቀበል።
- በሰዎች፣ በቡድኖች ወይም በድርጅቶች ላይ (በተለይም በሥልጣን ላይ ባሉት ላይ) በፍጥነት ጉድለት መፈለግ።
- በሥልጣን ላይ ያሉ ሰዎች በሚናገሩት ወይም በሚያደርጉት ነገር ላይ አሉታዊ ትርጉም መስጠት።
- የችግሩ ወይም የመፍትሔው አካል ላልሆኑ ሌሎች ሰዎች አሉታዊ መረጃዎችን ማስተላለፍ።
- ከሌሎች ጋር ከመነጋገር መቆጠብ (ብዙውን ጊዜ አጫጭር ምላሾችን በመስጠት ወይም ዝም በማለት ይገለጻል)።
- ለሌላ ሰው ወይም ስለ ሌላ ሰው ያለ አክብሮት መናገር።
- በንግግር ወቅት "የመጨረሻውን ቃል መናገር" (እኔ ልበል ማለት)።
- ሌላ፡-

ጌታ ሆይ፣ በ _____ የነበረኝን የዓመጽ ኃጢአተኛ ባህሪ እትዋለሁ (እክዳለሁ)፤ እነዚህንም የሕይወቴን ክፍሎች ለአንተ እሰጣለሁ። ዓመጹን ይቅር ስላልከኝ አመሰግንሃለሁ። አሁን ለአንተ ቃል ተገኝኖ ታዛዥ ለመሆን እመርጣለሁ። በኢየሱስ ስም እጸልያለሁ፣ አሜን።

እርምጃ 5: ትዕቢትና ትሕትና

ትዕቢት ውድቀትን ይቀድማል፤ እግዚአብሔር ግን ለትሑታን ጸጋን ይሰጣል (ያዕቆብ 4:6፣ 1 ጴጥሮስ 5:1-10)። ትሕትና ማለት በትክክለኛ መንገድ በእግዚአብሔር ላይ መታመን ነው፤ እኛም "በሥጋ የማንታመን" (ሬልጵስዩስ 3:3) ተብለን ተመክረናል። ይልቁንም "በጌታና በኃይሉ ችሎት የበረታን" መሆን ይገባናል (ኤፌሶን 6:10)። ምሳሌ 3:5-7 " በፍጹም ልብህ በእግዚአብሔር ታመን፣ በራስህም ማስተዋል አትደገፍ" ሲል ያሳስበናል። የእግዚአብሔርን መመሪያ ለመጠየቅ የሚከተለውን ጸሎት ተጠቀም:-

የሰማይ አባት ሆይ፣ ትዕቢት ጥፋትን፣ ኩራትም ውድቀትን እንደሚቀድም ተናግረሃል። የሌሎችን ሳይሆን በራሴ ፍላጎትና ምኞት ላይ ብቻ እንዳተኮርኩ እናዘዛለሁ። ሁልጊዜ ራሴን አልካድኩም፣ መስቀሌን በየቀኑ ተሸክሜም አልተከተልሁም። ከፈቃድህ ይልቅ የራሴን ፈቃድ አስቀድሜያለሁ፣ ሕይወቴንም በአንተ ፋንታ በእኔ ላይ ብቻ አተኩሬ መርቻለሁ። ትዕቢቴንና ራስ ወዳድነቴን እናዘዛለሁ፤ ንስሐ ገብኜ እነዚህን የሥጋ ኃጢአት ልማዶች ሰሽር፣ በሕይወቴ ውስጥ በጌታ በኢየሱስ ክርስቶስ ጠላቶች የተያዘው ስፍራ ሁሉ እንዲሰረዝ እጸልያለሁ። በራስ ወዳድነት ወይም በከንቱ ውዳሴ ምንም ነገር እንዳላደርግ በመንፈስ ቅዱስ ኃይልና መመሪያ ለመመራት እመርጣለሁ። አንተ ጌታዬ እንደሆንክ አምናለሁ፤ ከአንተም ተለይኜ ዘላቂ ትርጉም ያለው ምንም ነገር ማድረግ እንደማልችል እናዘዛለሁ። እባክህ ልቤን መርምርና በሕይወቴ በትዕቢት የመራሁባቸውን ግልጽ መንገዶች አሳየኝ። በገርና ትሑት በሆነው በኢየሱስ ስም እጸልያለሁ፣ አሜን።

ከዚህ በታች ያለውን ዝርዝር እየጸለዩበት ያንብቡ፤ ጌታ ወደ አእምሮዎ የሚያመጣውን ማንኛውንም የትዕቢት ኃጢአት ለመናዘዝም ቀጥሎ ያለውን መሪ ጸሎት ይጠቀሙ።

- ከእግዚአብሔር ፈቃድ ይልቅ የራሴን ፈቃድ የማድረግ ከፍተኛ ፍላጎት መኖር።
- በጸሎትና በቃሉ የእግዚአብሔርን መመሪያ ከመፈለግ ይልቅ፣ በራሴ ማስተዋልና ልምድ ላይ አብዝቶ መደገፍ።
- በመንፈስ ቅዱስ ኃይል ከመታመን ይልቅ፣ በራሴ ጥንካሬና ሀብት ላይ መመካት።
- ራስን የመግዛት ባሕርይን ከማሳደግ ይልቅ፣ ሌሎችን ለመቆጣጠር አብዝቶ መጨነቅ።

- የእግዚአብሔርን ፈቃድ ፈልጎ ከመፈጸም ይልቅ፣ "ጠቃሚ" በሚባሉና በራስ ወዳድነት ጉዳዮች ላይ መጠመድ።
- "ምንም የሚያስፈልገኝ ነገር የለም" ብሎ የማሰብ ዝንባሌ።
- ስህተት መሆኑን አምኖ ለመቀበል መቸገር።
- እግዚአብሔርን ደስ ከማሰኘት ይልቅ ሰዎችን ደስ ለማሰኘት መጨነቅ።
- "ይገባኛል" ለምለው ክብር ወይም ምስጋና አብዝቶ መጨነቅ።
- ከሌሎች ይልቅ እኔ ይበልጥ ትሁት፣ መንፈሳዊ፣ ኃይማኖተኛ ወይም ለአምልኮ የተጋሁ ነኝ ብሎ ማሰብ።
- በዲግሪዎች፣ በሥልጣን ስሞችና በኃላፊነት ቦታዎች ዕውቅናን ለማግኘት መገፋፋት።
- ከሌሎች ሰዎች ፍላጎት ይልቅ የእኔ ፍላጎት እንደሚቀድም ደጋግሞ መሰማት።
- በትምህርቴ፣ በሥነ-ጥበብ፣ በስፖርት ወይም በሌሎች ችሎታዎቼና ስኬቶቼ ምክንያት ራሴን ከሌሎች የተሻልኩ ነኝ ብሎ መቁጠር።
- ከሌሎች ይልቅ እኔ ይበልጥ ትሁት፣ መንፈሳዊ ወይም የበሰልኩ እንደሆንኩ ማሰብ።
- ሌሎች: _____

የሰማዩ አባቴ ሆይ፤ በ (_____) እዚህ ጋር በትዕቢት የፈጸሙትን ዝርዝር ይጠቅሱ) ምክንያት ትዕቢተኛ እንደነበርኩ አምናለሁ። ስለ ይቅርታህ አመሰግንሃለሁ። በአንተና በሰዎች ፊት ራሴን ዝቅ ለማድረግ እመርጣለሁ። ሙሉ እምነቴን በአንተ ላይ ለማድረግና በሥጋዬ (በራሴ ችሎታ) ላይ ላለመታመን እወስናለሁ። በኢየሱስ ስም እጸልያለሁ፣ አሜን።

ትዕቢት እንዲህ ይላል:-	ሐሰተኛ ትሕትና እንዲህ ይላል:-	እውነተኛ ትሕትና እንዲህ ይላል:-
እኔን እዩኝ	እኔን አትዩኝ	ኢየሱስን ላሳያችሁ
እችላለሁ	አልችልም	እግዚአብሔር በእኔ በኩል ይችላል
እኔ አደረግሁት	እኔ አላደረግሁትም	እግዚአብሔር በእኔ በኩል አደረገው
የእኔ ነው	የእኔ አይደለም	እኔ የእግዚአብሔር መጋቢ (ባለአደራ) ነኝ።
ይህ የኔ ሥራ ነው	ይህ የኔ ሥራ አይደለም	ይህ በእኔ በኩል የሚደረግ የእግዚአብሔር ሥራ ነው
ይገባኛል / ብቁ ነኝ	አይገባኝም / ብቁ አይደለሁም	በእግዚአብሔር ዘንድ ዋጋ አለኝ
እኔ ልዩ ነኝ	እኔ ማንንም አይደለሁም	እኔ የእግዚአብሔር ልጅ ነኝ
ለእኔ ስጡኝ	ለእኔ አትስጡኝ	እግዚአብሔር እንደሚመራችሁ ስጡ

እኔ አስፈላጊ ነኝ	እኔ አስፈላጊ አይደለሁም	ኢየሱስ አስፈላጊ ነው
የእኔ አመለካከት	ምንም አመለካከት የለኝም	መጽሐፍ ቅዱስ እንዲህ ይላል...
የእኔ ቤተክርስቲያን / አገልግሎት	ምንም የለኝም	እኔ መጋቢ የሆንኩባት የእግዚአብሔር ቤተክርስቲያን

የቅድመ-ፍርድ (አድልዎ/ቅድመ ልባዌ) መመርመሪያ ወረቀት

በአይሁድና በአሕዛብ መካከል የነበረውን የዘር ጥላቻ ግንብ በማፍረስ ረገድ የክርስቶስን ሥራ አስተውሉ፡-
 “እርሱ ሰላማችን ነውና፤ ሁለቱን ያዋሐደ በአዋጅ የተነገሩትንም የትእዛዛትን ሕግ ሽሮ በመካከል ያለውን የጥል ግድግዳን በሥጋው ያፈረሰ፤ ይህም ከሁለታቸው አንድን አዲስን ሰው በራሱ ይፈጥር ዘንድ ሰላምንም ያደርግ ዘንድ..” (ኤፌሶን 2: 14-15)።

ብዙ ጊዜ በልባችን ውስጥ ቅድመ-ፍርድ ወይም አድልዎ መኖሩን እንከዳለን፤ ነገር ግን “እኛ መልስ መስጠት በሚገባን በእርሱ ዓይኖች ፊት ሁሉም ነገር የተራቆተና የተገለጠ ነው እንጂ፤ በእርሱ ፊት የተሰወረ ፍጥረት የለም።” (ዕብራውያን 4: 13)።

እግዚአብሔር በልብህ ላይ ብርሃኑን እንዲያበራና ማንኛውንም የአድልዎ ዝንባሌ እንዲገልጽልህ ይህንን ጸሎት ጻል።-

የሰማዩ አባቴ ሆይ፤ አንተ ሰዎችን ሁሉ እኩል እንደምትወድ፤ ለማንም እንደማታደላና አንተን የሚፈሩትንና ከማንኛውም ሕዝብ ወገን የሆኑትን ሁሉ እንደምትቀበል አውቃለሁ። እኔ ግን ሁልጊዜ የማስታረቅ አገልጋይ አልነበርኩም፤ ይልቁንም በአመለካከቴ፤ በንግግሬና በድርጊቴ የክፍፍል ወኪል ሆኜ ቆይቻለሁ። ከማንኛውም ዓይነት የጥላቻ አድልዎና ቅድመ-ፍርድ ንሥሐ እገባለሁ። ጌታ ሆይ፤ ቅድመ-ፍርድ ልቤንና አእምሮቼን የበከለባቸውን መንገዶች ሁሉ አሁን እንድታሳየኝ እለምንሃለሁ። በኢየሱስ ስም፤ አሜን።

ከሚከተሉት ውስጥ በአንተ ላይ የሚሠራውን ማንኛውንም የአድልዎ ወይም የቅድመ-ፍርድ ዘርፍ ምልክት አድርግ፡-

- ሱስኝነት
- ዕድሜ
- ውጫዊ ገጽታ
- የኃይማኖት ድርጅቶች/ አውታሮች
- የትምህርት ደረጃ
- የልዩ መብት ጥያቄ (ባለቤትነት ስሜት)
- የብሔር ወይም የጎሳ ዳራ

- የሐሰት ትሕትና
- የፋይናንስ ወይም የሀብት ሁኔታ
- ጾታ
- አካል ጉዳተኝነት
- ቤት አልባነት
- የአእምሮ ጠበቃ ደረጃ
- የኑሮ ዘይቤ

- የጋብቻ ሁኔታ
- ቁሳዊ ንብረት
- የአእምሮ ጤና እክል
- ተቃራኒ ጾታ
- ስብዕና ወይም ጠባይ
- የፖለቲካ ምርጫ
- ዘር ወይም የቆዳ ቀለም
- ስደተኞች

- ሌሎች ኃይማኖቶች
- ንቅሳት ወይም የሰውነት መበላት
- የሥራ ትጋት ወይም ባሕል
- ሌላ:- _____

ጌታ ወደ አእምሮህ ለሚያመጣው ለእያንዳንዱ የአድልዎ ዘርፍ የሚከተለውን ጸሎት ጻል፡-

ጌታ ሆይ፤ በ _____ ላይ ያለኝን የቅድመ-ፍርድ ኃጢአት እናዘዛለሁ፤ እተወዋለሁም። ጌታ ሆይ፤ ስለ ይቅርታህ አመሰግንሃለሁ፤ አሁን ልቤን እንድትለውጠውና በእነዚህ ዘርፎች የፍቅርና የማስታረቅ ወኪል እንድታደርገኝ እለምንሃለሁ። በኢየሱስ ስም፤ አሜን።

እርምጃ 6፡ ባርነት እና ነጻነት



ብዙ ጊዜ ማብቂያ የሌለው በሚመስል "ኃጢአት መሥራት፣ መናዘዝ፣ እንደገና ኃጢአት መሥራት፣ መናዘዝ" በሚል አስከፊ አዙሪት ውስጥ እንደተያዘን ይስማናል። ነገር ግን የእግዚአብሔር የተስፋ ቃል እንዲህ ይላል፡- "ለሰው ሁሉ ከሚሆነው በቀር ምንም ፈተና አልደረሰባችሁም፤ ነገር ግን ከሚቻላችሁ መጠን ይልቅ ትፈተኑ ዘንድ የማይፈቅድ እግዚአብሔር የታመነ ነው። ትታገሡም ዘንድ እንድትችሉ ከፈተናው ጋር መውጫውን ደግሞ ያደርግላችኋል" (1 ቆሮንቶስ 10፥13)። እንዲሁም "እንግዲህ ለእግዚአብሔር ተገዙ፤ ዲያብሎስን ግን ተቃወሙት ከእናንተም ይሸሻል" ይላል።

ልማድ የሆነ ኃጢአት በክርስቶስ ከሆኑ የታመኑ ወንድም ወይም እህት እርዳታን ሊፈልግ ይችላል። ያዕቆብ 5፥16 "ትፈወሱም ዘንድ እያንዳንዱ ስለ ሌላው ይጸልይ፤ የጻድቅ ሰው ጸሎት በሥራዎ እጅግ ኃይል ታደርጋለች" ይላል። አንዳንድ ጊዜ ደግሞ የ1 ዮሐንስ 1፥9 ማረጋገጫ ብቻ ይበቃል፡- "በኃጢአታችን ብንናዘዝ ኃጢአታችንን ይቅር ሊለን ከዓመፃም ሁሉ ሊያነጻን የታመነና ጻድቅ ነው።" ማስታወስ ያለብን ነገር፤ ንስሐ መግባት ማለት "አድርጌዋለሁ" ብሎ በግልጽ ማመን እና ያንን ነገር ለመተውና ለመመለስ መፈለግ ነው። ከሌሎች ሰዎች እርዳታ ቢፈልጉም ባይፈልጉም፤ በእግዚአብሔር ፊት በብርሃን ለመመላለስ የሚከተለውን ጸሎት ይጻፉ።

የሰማዩ አባቴ ሆይ፤ ጌታ ኢየሱስ ክርስቶስን እንድለብስና ምኞቱን እንዲፈጽም ለሥጋዬ እድል እንዳላመቻች ነግረኸኛል። በነፍሴ ላይ ውጊያ ለሚያውጁ የሥጋ ምኞቶች እጄን እንደሰጠሁ እናዘዛለሁ። በክርስቶስ በኩል ኃጢአቴ ቀድሞውኑ ይቅር ስለተባለ አመሰግንሃለሁ፤ ነገር ግን ቅዱስ ሕግህን ጥሻለሁ፤ ኃጢአትም በሰውነቴ ውስጥ ጦርነት እንዲያውጅ ፈቅጃለሁ። ከኃጢአት ባርነት እንድነጻና እንድታጠበቅ እነዚህን የሥጋ ኃጢአቶች ለመናዘዝ እና ለመተው አሁን ወደ አንተ እመጣለሁ። ንስሐ እገባ ዘንድ

የፈጸምኳቸውን የሥጋ ኃጢአቶች በሙሉና መንፈስ ቅዱስን ያሳዘገኩባቸውን መንገዶች ሁሉ ለአጸምሮዎ ግለጽልኝ። በኢየሱስ ቅዱስ ስም እጸልያለሁ። አሜን።

● ገላትያ 5፥19-21 “የሥጋ ሥራም የተገለጠ ነው እርሱም ዝሙት፣ ርዥነት፣ መዳራት፣ ጣዖትን ማምለክ፣ ምዋርት፣ ጥል፣ ክርክር፣ ቅንግት፣ ቁጣ፣ አድመኛነት፣ መለያየት፣ መናፍቅነት፣ ምቀኝነት፣ መግደል፣ ስካር፣ ዘፋኝነት፣ ይህንም የሚመስል ነው። አስቀድሜም እንዳልሁ፣ እንደዚህ ያሉትን የሚያደርጉ የእግዚአብሔርን መንግሥት አይወርሱም።”

● ኤፌሶን 4፥25-31 “ስለዚህ ውሸትን አስወግዳችሁ፣ እርስ በርሳችን ብልቶች ሆነናልና እያንዳንዳችሁ ከባልንጀሮቻችሁ ጋር እውነትን ተነጋገሩ። ተቆጡ ኃጢአትንም አታድርጉ፤ በቁጣችሁ ላይ ፀሐይ አይግባ፣ ለዲያብሎስም ፈንታ አትስጡት። የሰረቀ ከእንግዲህ ወዲህ አይሰረቅ፣ ነገር ግን በዚያ ፈንታ ለጎደለው የሚያካፍለው እንዲኖርለት በገዛ እጆቹ መልካምን እየሠራ ይድከም። ለሚሰሙት ጸጋን ይሰጥ ዘንድ፣ እንደሚያስፈልግ ለማነጽ የሚጠቅም ማናቸውም በጎ ቃል እንጂ ክፉ ቃል ከአፋችሁ ከቶ አይውጣ። ለቤዛም ቀን የታተማችሁበትን ቅዱሱን የእግዚአብሔርን መንፈስ አታሳዝኑ። መራርነትና ንዴት ቁጣም ጩኸትም መሳደብም ሁሉ ከክፋት ሁሉ ጋር ከእናንተ ዘንድ ይወገድ።”

● ማርቆስ 7፥20-23 “እርሱም (ኢየሱስ) አለ፡- ከሰው የሚወጣው ሰውን የሚያረክስ ያ ነው። ከውስጥ ከሰው ልብ የሚወጣ ክፉ አሳብ፣ ዝሙት፣ መስረቅ፣ መግደል፣ ምንዝርነት፣ መጎምጀት፣ ክፋት፣ ተንኩል፣ መዳራት፣ ምቀኝነት፣ ስድብ፣ ትዕቢት፣ ስንፍና ናቸውና፤ ይህ ክፉው ሁሉ ከውስጥ ይወጣል ሰውን ያረክሰዋል።”

እነሆ የሚከተለውን ዝርዝር በጥንቃቄ ይመልከቱ፤ ሊናዘዟቸው የሚገቡትን መንፈስ ቅዱስ ወደ አጸምሮዎ እንዲያመጣቸው ይጸልዩ። ለመናዘዝም ቀጥሎ ያለውን የጸሎት መሪ ይጠቀሙ።

- | | | |
|---|--------------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> የአልኮል | <input type="checkbox"/> ማጉረምረም | <input type="checkbox"/> በሌሎች ላይ |
| <input type="checkbox"/> ሱሰኝነት/አጠቃቀም | <input type="checkbox"/> ሌሎችን ለመቆጣጠር | <input type="checkbox"/> መንገሥ/መጫን |
| <input type="checkbox"/> ቁጣ | <input type="checkbox"/> መሞከር | <input type="checkbox"/> የዕፅ ሱሰኝነት/አጠቃቀም |
| <input type="checkbox"/> ትዕቢት/ትምክህት | <input type="checkbox"/> መንቀፍ/ትችት | <input type="checkbox"/> ቁማር መጫወት |
| <input type="checkbox"/> ኃላፊነትን መሸሽ | <input type="checkbox"/> መለያየት/ክፍፍል | <input type="checkbox"/> ሐሜት |
| <input type="checkbox"/> የስድብ ወይም የክህደት ማታለል/ማጭበርበር | <input type="checkbox"/> መፍጠር | <input type="checkbox"/> ስግብግብነት / ንብረት ወዳድነት |

- | | | |
|---|---|--|
| <input type="checkbox"/> ጥላቻ | <input type="checkbox"/> ሰዎችን መጠቀሚያ ማድረግ (ተንኮል) | <input type="checkbox"/> መሳደብ/መሐላ |
| <input type="checkbox"/> ሌሎችን ማስፈራራት | <input type="checkbox"/> አፍራሽ አመለካከት/ተስፋ ቢስነት | <input type="checkbox"/> የትንባሆ ሱሰኝነት |
| <input type="checkbox"/> ቅናት | <input type="checkbox"/> በቀል | <input type="checkbox"/> የኤሌክትሮኒክ ሲጋራ (ቪፒንግ) |
| <input type="checkbox"/> ፈራጅነት (በሰዎች ላይ መፍረድ) | <input type="checkbox"/> ስላቅ/በቃላት መሸንቆጥ | <input type="checkbox"/> ጠብ /መጣላት |
| <input type="checkbox"/> ትብብር አለማድረግ | <input type="checkbox"/> ራስን መኮነን | <input type="checkbox"/> መጨነቅ /ስጋት |
| <input type="checkbox"/> ታካችነት/ስንፍና | <input type="checkbox"/> መስረቅ | <input type="checkbox"/> ሌላ:- _____ |
| <input type="checkbox"/> ውሸት | | |

የሰማዩ አባቴ ሆይ በ _____

ምክንያት አንተን በድያለሁ ብዬ ኃጢአትን እናዘዛለሁ። ስለ ይቅርታህና ስለ ማንጸትህ አመሰግንሃለሁ። አሁን ከእነዚህ የኃጢአት መግለጫዎች ፊቴን አዙሬ ወደ አንተ እመለሳለሁ፤ ጌታ ሆይ። የሥጋን ምቹት እንዳልፈጽም በቅዱስ መንፈስህ አበርታኝ። በኢየሱስ ስም ጸለይኹ፤ አሜን።

ወሲባዊ ኃጢአትን መፍታት

ኃጢአት በሰውነታችን ላይ እንዲሰለጥን አለመፍቀድ የእኛ ኃላፊነት ነው። ሰውነታችንን ወይም የሌላ ሰውን አካል የዓመፃ መሣሪያ አድርገን መጠቀም የለብንም (ሮሜ 6፥12-13)። የጾታ ብልጣና የመንፈስ ቅዱስ ቤተ መቅደስ በሆነው በገዛ አካል ላይ የሚፈጸም ኃጢአት ነው (1 ቆሮንቶስ 6፥18-19)። ከጾታዊ ባርነት ነጻ ለመውጣት የሚከተለውን ጸሎት በመጻለይ ይጀምሩ።

ጌታ ሆይ፤ እነዚህን ኃጢአቶች አሁን መተው (መካድ) እችል ዘንድ፤ ሰውነቴን የዓመፃ መሣሪያ አድርጌ የተጠቀምኩባቸውን የሥነ-ምግባር ውድቀቶችና የጾታ ኃጢአቶች ሁሉ ወደ ከእምሮዬ እንድታመጣቸው እለምንሃለሁ። በኢየሱስ ስም እጸልያለሁ፤ አሜን።

ተሳተፎ ያደረጉባቸውን የሥነ-ምግባር ውድቀቶች ምልክት ያድርጉና ለመናዘዝ ቀጥሎ ያለውን ጸሎት ይጠቀሙ፡-

- | | | |
|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> ውርጃ (ያስወረዱ ወይም አንዲት ሴት እንድታስወርድ ያደረጉ) <input type="checkbox"/> ምንዝርና <input type="checkbox"/> የጾታ ግንኙነት መሣሪያዎች መሸጫ ቤቶች <input type="checkbox"/> ከእንስሳት ጋር የሚደረግ ወሲባዊ ግንኙነት <input type="checkbox"/> የኢንተርኔት ወይም የስልክ የወሲብ ግንኙነት <input type="checkbox"/> ሌላውን ለወሲብ ስሜት መቀስቀስ (በማታለል) <input type="checkbox"/> ጸያፍ ወሲባዊ ንግግሮች | <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> ራስን ለሌሎች ዕራቁት ማሳየት <input type="checkbox"/> የወሲብ ምኞት ቅዠት (ምናባዊ አሳብ) <input type="checkbox"/> የተመሳሳይ ጾታ ግንኙነት <input type="checkbox"/> በቅርብ ዘመዶች መካከል የሚደረግ የወሲብ ግንኙነት <input type="checkbox"/> የሥጋ ምኞት (ፍትወት) <input type="checkbox"/> ግለ ወሲብ/ሴጋ <input type="checkbox"/> ሌሎችን በምስጢር ማየት (አጮልቆ ማየት) <input type="checkbox"/> የወሲብ ምስሎች ወይም ፊልሞች (ፖርኖግራፊ) | <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> ከጋብቻ በፊት የሚደረጉ ማንኛቸውም ወሲባዊ ግንኙነቶች <input type="checkbox"/> ዝርክርክ የፍቅር ግንኙነት <input type="checkbox"/> ሴሰኝነት ወይም በገንዘብ የሚደረግ ወሲባዊ ግንኙነት <input type="checkbox"/> አስገድዶ መድፈር <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> ወሲባዊ ጥቃት <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> ወሲባዊ ትንኮሳ <input type="checkbox"/> ዕራቁት ዳንስ ቤቶች <input type="checkbox"/> ተፈጥሯዊ ጾታን መቀየር <input type="checkbox"/> የትዳር አጋርን መለዋወጥ <input type="checkbox"/> ሌላ፡- _____ |
|---|--|---|

የሰማዩ አባቴ ሆይ፤ በፈቃዴም ይሁን ያለፈቃዴ በ _____ ምክንያት አንተን በድያለሁ ወይም ተበድያለሁ ብዬ እናዘዛለሁ። ስለ ይቅርታህና ስለ ማንጻትህ አመሰግንሃለሁ። አሁን ከእነዚህ የኃጢአት መግለጫዎች ፊቴን አዙሬ ወደ አንተ እመለሳለሁ፤ ጌታ ሆይ። የሥጋን ምኞት እንዳልፈጽም በቅዱስ መንፈስህ አበርታኝ። በኢየሱስ ስም እጸልያለሁ፤ አሜን።

የነፍስ እስራት (Soul Ties)

እኛ ከሦስት ክፍሎች የተመሠረተን ነን፡- ሥጋ፣ መንፈስ (መንፈስ ቅዱስ በእኛ ውስጥ የሚኖርበት) እና ነፍስ (አእምሮችን፣ ፈቃዳችን እና ስሜታችን)። ነፍስ፣ በተለይም ስሜት፣ በሕይወት ውስጥ ጥልቅ የሆኑ ቁስሎችን የምናስተናግድበት ስፍራ ነው።

ጠላት በሌሎች ሰዎች በኩል በእኛ ላይ የሚያደርገውን ተጽዕኖ ለመገደብ፣ ቀደም ሲል ከነበሩ መንፈሳዊ እና ስሜታዊ ግንኙነቶች የተፈጠሩ "ትስስሮችን" መበጠስ ብዙ ጊዜ ጠቃሚ ነው። እነዚህን "የነፍስ ትስስር" ብለን የምንጠራቸው ሲሆን፣ አዎንታዊም ሆነ አሉታዊ ገጽታዎች ሊኖሯቸው ይችላሉ።

ቻርለስ ክራፍት "ጥልቅ ቁስሎች፣ ጥልቅ ፈውስ" በተሰኘው መጽሐፋቸው የነፍስ ትስስርን እንዲህ ሲሉ ይገልጹታል፡-

“አንዳንድ ጊዜ አንዱ ሰው በሌላው ሲበለጥ (ወላጆችንም ይጨምራል)፣ አንዱ ሌላውን አብዝቶ ሲያደንቅ፣ ወይም በጣም የቀረበ ወዳጅነት ሲኖር መንፈሳዊ ትስስር ይፈጠራል። እንዲህ ያሉት ግንኙነቶች ‘የነፍስ ትስስር’ የሚባሉትን ይፈጥራሉ። እነዚህ ነጻ ለመሆን መበጠስ ያለባቸው ከመንፈስ-ወደ-መንፈስ የሚደረጉ ትስስሮች ናቸው። (ትስስሩን ለመበጠስ) የሚከተሉት እርምጃዎች ይወስዳሉ፡- ማንኛውንም ኃጢአት በንሥሐ መፍታት፣ በሰይጣን ኃይል የተገነባን ማንኛውንም ትስስር በኢየሱስ ስም መካድ (መተው)፣ በእግዚአብሔር ኃይል የሆነውን የግንኙነቱን ክፍል የእግዚአብሔር በረከት እንዲሆን መጸለይ፣ እና ጠላት በዚህ ግንኙነት ውስጥ ጣልቃ መግባቱን እንዲያቆም ወይም ከእንግዲህ እንዳይጠቀምበት መከልከል ናቸው።”

አሉታዊ የነፍስ ትስስሮች ባልተጋቡ ሁለት ሰዎች መካከል የጾታ ግንኙነት በተፈጠረ ቁጥር ይፈጠራሉ። አንዳንድ ጊዜ እንደ ወላጅ እና ልጅ ያሉ ተፈጥሯዊ ግንኙነቶች (ትስስሮች) እንኳ በጠላት ጥቅም ላይ ሊውሉ ይችላሉ። እባክዎ ያስተውሉ፡- እኛ እየሞከርን ያለነው በእግዚአብሔር ፈቃድ የሆነውን ግንኙነት ለመቁረጥ ሳይሆን፣ በጨለማው መንግሥት ኃይል የተያዘውን የግንኙነቱን ክፍል ብቻ ነው።

የሚከተለውን ጸሎት ከጸለዩ በኋላ፣ ቀደም ሲል የቅርብ ግንኙነት የነበራችሁ ነገር ግን ጤናማ ያልሆነ ገጽታ የነበራቸውን ሰዎች ስም ዝርዝር ያዘጋጁ። ይህ የቤተሰብ አባላትን፣ የቀድሞ የጾታ አጋሮችን፣ የቅርብ ጓደኞችን (የልጅነትንም ጭምር)፣ አማካሪዎችን/ዶክተሮችን፣ መምህራንን፣ አሰሪዎችን/የሥራ ባለደረቦችን፣ ደንበኞችን ወዘተ ሊያካትት ይችላል። ያስታውሱ፣ የነፍስ ትስስር ከመበጠሱ በፊት ይቅርታ መቅደም አለበት።

የሰማዩ አባቴ ሆይ፤ ዛሬ መፍትሔ የሚያስፈልገው ጤናማ ያልሆነ የነፍስ ትስስር ያለበትን ማንኛውንም ግንኙነት እንድትገልጽልኝና ወደ አእምሮዬ እንድታመጣው እለምንሃለሁ። በዚህ በኩል ለምትሰጠኝ ነጻነት አስቀድሜ አመሰግንሃለሁ። ይህንን በጌታ በኢየሱስ ክርስቶስ ስም እጸልያለሁ፤ አሜን።

እነሆ የነፍስ ትስስር ዝርዝር ማዘጋጃ (የቤተሰብ አባላትን፣ የቀድሞ የወሲብ (የጾታ) አጋሮችን፣ የቅርብ ጓደኞችን፣ አማካሪዎችን፣ ዶክተሮችን፣ መምህራንን፣ አሰሪዎችን፣ የሥራ ባልደረቦችን፣ ደንበኞችን ወዘተ ሊያካትት ይችላል):-

የነፍስ ትስስር ዝርዝር

- 1. _____
- 2. _____
- 3. _____
- 4. _____
- 5. _____
- 6. _____
- 7. _____
- 8. _____
- 9. _____
- 10. _____
- 11. _____
- 12. _____
- 13. _____
- 14. _____
- 15. _____
- 16. _____

- 17. _____
- 18. _____
- 19. _____
- 20. _____

እነሆ የነፍስ ትስስር ዝርዝር ማዘጋጃ የቀጠለ (የቤተሰብ አባላትን፣ የቀድሞ የወሲብ(የጾታ) አጋሮችን፣ የቅርብ ጓደኞችን፣ አማካሪዎችን፣ ዶክተሮችን፣ መምህራንን፣ አሰሪዎችን፣ የሥራ ባልደረቦችን፣ ደንበኞችን ወዘተ ሊያካትት ይችላል):-

የነፍስ ትስስር ዝርዝር (የቀጠለ)

- 21. _____
- 22. _____
- 23. _____
- 24. _____
- 25. _____
- 26. _____
- 27. _____
- 28. _____
- 29. _____
- 30. _____
- 31. _____
- 32. _____
- 33. _____
- 34. _____
- 35. _____

- 36. _____
- 37. _____
- 38. _____
- 39. _____
- 40. _____

በጠላት አማካኝነት የተፈጠሩ ግንኙነቶችን ሁሉ ለማቋረጥ የሚከተለውን አዋጅ ይጠቀሙ።

በጌታ በኢየሱስ ክርስቶስ ስም፣ በ _____ እና በእኔ መካከል በሰይጣን አማካኝነት የተፈጠሩ ግንኙነቶችን ሁሉ አፈርሳለሁ፣ እበጥሳለሁ፣ እክዳለሁም። በሰይጣን ኃይል የተገነባን ማንኛውንም ትስስር በኢየሱስ ስም እተዋለሁ (እክዳለሁ)፤ ጠላት እነዚህን ግንኙነቶች የተጠቀመባቸውን መንገዶች ሁሉ እቃወማለሁ። እነዚህ ግንኙነቶች በእኔ ላይ (በትዳሬ፣ በቤተሰቤ እና በአገልግሎቴ ላይ) ያመጡትን ወይም እያመጡ ያሉትን ማንኛውንም ኢ-መጽሐፍ ቅዱሳዊ፣ አጥፊ እና ጎጂ ተፅዕኖዎች ሁሉ አሽራለሁ። በእነዚህ ግንኙነቶች ውስጥ በእግዚአብሔር ኃይል የሆነውን ማንኛውንም ክፍል የጌታ ኢየሱስ በረከት እንዲሆን አውጃለሁ። ይህንን በጌታዬ በኢየሱስ ክርስቶስ ስም እና ኃይል እጸልያለሁ፣ አሜን።

ዝርዝሩን ጨርሰው ሲያበቁ፣ ሰውነትዎን ለጌታ አሳልፈው ለመስጠት የሚከተለውን ጸሎት ይጻፉ፡-

ጌታ ኢየሱስ ሆይ፤ ሰውነቴን የዓመፅ መሣሪያ አድርጌ የተጠቀምኩባቸውን እነዚህን መንገዶች ሁሉ እተዋለሁ፤ በፈቃዴም ይሁን ያለፈቃዴ ያደረግሁትን ተሳትፎ አምናለሁ። አሁን ዓይኖቼን፣ ጆሮዎቼን፣ አፊን፣ አእምሮዬን፣ ልቤን፣ እጆቼን፣ እግሮቼን እና የጾታ ብልቶቼን የጽድቅ መሣሪያዎች አድርጌ ለአንተ አቀርባለሁ። መላ ሰውነቴን ቅዱስና ደስ የሚያሰኝ ሕያው መስዋዕት አድርጌ ለአንተ አቀርባለሁ፤ የሰውነቴንም የጾታ አገልግሎት ለጋብቻ ብቻ ለመጠበቅ እወስናለሁ። "ሰውነትህ ንጹህ አይደለም" ወይም "ቆሻሻ ነው" የሚለውን፣ አሊያም "በአንተ ዘንድ ተቀባይነት የለውም" የሚለውን የዲያብሎስን ውሸት እቃወማለሁ። ጌታ ሆይ፤ ሙሉ በሙሉ ስላነጻሽኝና ይቅር ስላልከኝ፣ እንዲሁም እንዳለሁ ስለምትወደኝና ስለምትቀበለኝ አመሰግንሃለሁ። ስለዚህ፣ አሁን ራሴንና ሰውነቴን በአንተ ዓይን እንደነጻ አድርጌ ለመቀበል እመርጣለሁ። በኢየሱስ ስም፣ አሜን።



ልዩ ልዩ ሁኔታዎች የሚጸለዩ ጸሎቶች

ፖርኖግራፊ (የወሲብ ምስልና ፊልም)

የሰማዩ አባቴ ሆይ፤ ራሴን በወሲባዊ ስሜት ለማነቃቃት ስል ወሲባዊ ይዘት ያላቸውንና የወሲብ ምስሎችን/ፊልሞችን እንደተመለከትኩ እናዘዛለሁ። ሥጋዊ ምኞቴን ለማርካት በመሞከር አካሌን፣ ነፍሴንና መንፈሴን አርክሻለሁ። ስለ አነጻሽኝና ይቅር ስላልከኝ አመሰግንሃለሁ። አካሌንና አእምሮዬን በዓመፅ በመጠቀሚያ በሕይወቴ ውስጥ የፈቀድኳቸውን ማንኛቸውንም የሰይጣን እስራቶች እበጥሳለሁ (እክዳለሁ)። ጌታ ሆይ፤ ለጾታዊ መነቃቂያ የተጠቀሙትን ሰዎች በእጄ ያሉ ማናቸውንም ዕቃዎች ለማጥፋት፣ እንዲሁም ከወሲባዊ ኃጢአቴ ጋር ግንኙነት ካላቸው መገናኛ ብዙኃን ሁሉ ለመራቅ ቃል እገባለሁ። አእምሮዬን በመለወጥ ራሴን ለአንተ እሰጣለሁ። በኢየሱስ ስም እጸልያለሁ፤ አሜን።

ጋብቻ

የሰማዩ አባቴ ሆይ፤ አንተ ወንድና ሴት አድርገህ እንደፈጠርከን፣ እንዲሁም ጋብቻ በአንድ ወንድና በአንድት ሴት መካከል ያለና በክርስቶስ አንድ የሚሆኑበት መንፈሳዊ ትስስር እንደሆነ አምናለሁ። ያ ትስስር ሊፈርስ የሚችለው በሞት፣ በምንዝርና፣ ወይም አማኝ ባልሆነ የትዳር አጋር ጥሎ መሄድ ብቻ እንደሆነ አምናለሁ። ለገባሁት ቃል ታማኝ ለመሆንና በሥጋዊ ሞት እስክንለያይ ድረስ ለትዳር አጋሬ ታማኝ ሆኜ ለመኖር እወስናለሁ። አንተ የፈጠርከኝን ዓይነት የትዳር አጋር እንድሆን ጸጋን ስጠኝ፣ የትዳር አጋሬን እንድወድና እንዳከብርም አብቃኝ። ራሴን ብቻ ለመለወጥ እጥራለሁ፤ አንተ እኔን እንደተቀበልከኝ እኔም የትዳር አጋሬን እቀበላለሁ። እውነትን በፍቅር እንዴት መናገር እንዳለብኝ፣ አንተ ለእኔ ምሕረት እንዳደረግህልኝ እኔም መሐሪ እንድሆን፣ እና አንተ ይቅር እንዳልሽኝ እኔም ይቅር እንድል አስተምረኝ። በኢየሱስ ስም እጸልያለሁ፤ አሜን።

ፍቺ

የሰማዩ አባቴ ሆይ፤ ለፍቺዬ ምክንያት በሆነው በማንኛውም ድርሻዬ አንተን በድያለሁ ብዬ እናዘዛለሁ። ስለ ይቅርታህ አመሰግንሃለሁ። ማንነቴ "የተፈታች" በሚለው ላይ የተመሠረተ ነው የሚለውን ውሸት እቃወማለሁ። እኔ የእግዚአብሔር ልጅ ነኝ፤ በፍቺ ምክንያት "ሁለተኛ ደረጃ ክርስቲያን" ነኝ የሚለውንም ውሸት አልቀበልም። ዋጋ እንደሌለኝ፣ የማይወደድ እንደሆንኩ፣ እንዲሁም ሕይወቴ ባዶና ትርጉም የለሽ እንደሆነ የሚነግረኝን ውሸት እቃወማለሁ። በሚወደኝና እንዳለሁ በሚቀበለኝ በክርስቶስ

እኔ ፍጹም ነኝ። ጌታ ሆይ፤ የበደሉኝን ይቅር ለማለት እንደመረጥኩ ሁሉ፤ በሕይወቴ ያሉ ቁስሎች ሁሉ እንዲፈወሱ ለአንተ አሳልፌ እሰጣለሁ። እንዲሁም የወደፊት ሕይወቴን በእጅህ አኖራለሁ፤ እንድፈልገው አድርገህ ለፈጠርከው የሰው ልጅ ቅርብትና ወዳጅነት አንተ እንደምታስብልኝ እታመናለሁ። በኢየሱስ ስም እጸልያለሁ፤ አሜን።

ውርጃ

የሰማዩ አባቴ ሆይ፤ በአደራ የሰጠኸኝን ሕይወት ተገቢ ጠባቂ እንዳልነበርኩ እናዘዛለሁ፤ ኃጢአትም እንደሠራሁ አምናለሁ። በጸጋህ የሰጠኸኝን ይቅርታ ለመቀበል እመርጣለሁ። ሕፃኑን ለዘላለም ለአንተ አደራ እሰጣለሁ፤ በእንክብካቤ እጆችህ ውስጥ እንዳለ አምናለሁ። በኢየሱስ ስም እጸልያለሁ፤ አሜን።

ጸታዊ ማንነት

የሰማዩ አባቴ ሆይ፤ የሰውን ልጅ በሙሉ ወንድ ወይም ሴት አድርገህ እንደፈጠርክና በእነዚህ ሁለት ጾታዎች መካከል ያለውን ልዩነት እንድንጠብቅ እንዳዘዘኸኝ ለማመን እመርጣለሁ። በዚህ የወደቀ ዓለም ማህበራዊ ተጽዕኖዎችና በሰይጣን ውሸት ተገፋፍቼ ተፈጥሯዊ የጾታ ማንነቴን በመጠራጠሬ እናዘዛለሁ። አንተ ከፈጠርከኝ ማንነት ውጪ ሌላ ሰው እንደሆንኩ ሊያሳምኑኝ የሚሞክሩትን የሰይጣን ክሶችና ውሸቶች በሙሉ እቃወማለሁ። ተፈጥሯዊ የጾታ ማንነቴን ለመቀበልና ለማመን እመርጣለሁ፤ የቆሰሉ ስሜቶቼን እንድትፈውስልኝና በአእምሮዬ መታደስ እንድለወጥ እጸልያለሁ። የክፉውን ፈተናና ክስ ሁሉ ለማጥፋት የእግዚአብሔርን ዕቃ ጦርና የእምነትን ጋሻ አነሳለሁ። ከአሮጌው ማንነቴ የመጡትን ማንነቶችና መጠሪያዎች በሙሉ እተዋለሁ፤ በክርስቶስ አዲስ ፍጥረት እንደሆንኩ ለማመን እመርጣለሁ። በሚያስደንቀው በኢየሱስ ስም እጸልያለሁ፤ አሜን።

የራስን ሕይወት የማጥፋት ዝንባሌ

የሰማዩ አባቴ ሆይ፤ የራሴን ሕይወት ለማጥፋት ወይም በማንኛውም መንገድ ራሴን ለመጉዳት ያደረግኳቸውን መከራዎችና ያሰብኳቸውን አሳቦች በሙሉ እቃወማለሁ። ሕይወት ተስፋ ቢስ እንደሆነና ሕይወቴን በማጥፋት ሰላምና ነጻነትን አገኛለሁ የሚለውን ውሸት እቃወማለሁ። ሰይጣን ሌባ ነው፤ የሚመጣውም ለመስረቅ፤ ለመግደልና ለማጥፋት ነው። ሕይወትን ሊሰጠኝና ሊያበላግኝ በመጣው በክርስቶስ ጸንቼ ለመኖር እመርጣለሁ። ስለ ይቅርታህ አመሰግንሃለሁ። በክርስቶስ ዘንድ ሁልጊዜ ተስፋ እንዳለና የሰማዩ አባቴ እንደሚወደኝ ለማመን እመርጣለሁ። በኢየሱስ ስም እጸልያለሁ፤ አሜን።

አደንዛዥ እጽ

የሰማዩ አባቴ ሆይ፤ ለደስታ፣ ከእውነት ለመሸሽ ወይም አስቸጋሪ ሁኔታዎችን ለመቋቋም ስል የተለያዩ ነገሮችን (ዕፅ፣ አልኮል፣ ትንባሆ/ቤፒንግ ወዘተ) ያለአግባብ እንደተጠቀምኩ እናዘዛለሁ። ሰውነቴን እንደጎዳሁና አእምሮዬን ጎጂ በሆኑ መንገዶች እንደቀረጽኩ እናዘዛለሁ። መንፈስ ቅዱስንም አሳዝኛለሁ። ስለ ይቅርታህ አመሰግንሃለሁ። ምግብን ወይም ኬሚካሎችን ያለአግባብ በመጠቀሜ በሕይወቴ ውስጥ የገባውን ማንኛውንም የሰይጣን ግንኙነት ወይም ተጽዕኖ እቃወማለሁ። ጭንቀቴን ሁሉ በሚወደኝ በክርስቶስ ላይ እጥላለሁ። ከእንግዲህ ለሱስ ላለመገዛት ቃል እገባለሁ፤ ይልቁንም መንፈስ ቅዱስ እንዲመራኝና ኃይል እንዲሰጠኝ እመርጣለሁ። በኢየሱስ ስም እጸልያለሁ፣ አሜን።

የምግብ ፍላጎት መዘባት ወይም ራስን መጉዳት

የሰማዩ አባቴ ሆይ፤ እንደ ሰው ያለኝ ዋጋ በትዕይንቴ ወይም በሥራዬ ላይ የተመሠረተ ነው የሚለውን ውሸት እቃወማለሁ። ራሴን መቁረጥን ወይም መጉዳትን፣ ማስመለስን፣ የሆድ ማለስለሻ መድኃኒቶችን መጠቀምን ወይም ራስን በረሃብ መቅጣትን እንደ መቆጣጠሪያ፣ መልክን መቀየሪያ ወይም ራስን ከክፋት ማጽጃ መንገድ አድርጌ መጠቀምን እተዋለሁ። ከኃጢአት የሚያገዳኝ የጌታ የኢየሱስ ክርስቶስ ደም ብቻ እንደሆነ አውጃለሁ። በዋጋ እንደተገዛሁና የመንፈስ ቅዱስ ቤተ መቅደስ የሆነው ሰውነቴ የእግዚአብሔር እንደሆነ አውቃለሁ። ስለዚህ በሰውነቴ እግዚአብሔርን ለማክበር እመርጣለሁ። እኔ ክፉ እንደሆንኩ ወይም ማንኛውም የሰውነቴ ክፍል ክፉ እንደሆነ የሚነግረኝን ውሸት እቃወማለሁ። በክርስቶስ እንዳለሁ ስለተቀበልኩኝ አመሰግንሃለሁ። በኢየሱስ ስም እጸልያለሁ፣ አሜን።

በሥራ መጠመድና ፍጹምነትን መፈለግ

የሰማዩ አባቴ ሆይ፤ የራሴ ዋጋ የተመሠረተው በችሎታዬ ላይ ነው የሚለውን ውሸት እቃወማለሁ። ማንነቴና ዋጋዬ የሚገኘው የአንተ ልጅ በመሆኔ ውስጥ እንደሆነ እውነቴን አውጃለሁ። የዳንኩት በጽድቅ ሥራዬ ሳይሆን በምሕረትህ እንደሆነ ለማመን እመርጣለሁ። በክርስቶስ ያለውን የሕይወት ስጦታ በነጻ እቀበላለሁ፤ በእርሱም ለመኖር እመርጣለሁ። በሕግ በታች በመኖር ፍጹም ለመሆን መጣጣርን እተዋለሁ። የሰማዩ አባቴ ሆይ፤ በጸጋህ፣ ከዛሬ ጀምሮ አንተ እውነት ነው ባልከው መሠረት በመንፈስ ቅዱስ ኃይል በእምነት ለመመላለስ እመርጣለሁ። በኢየሱስ ስም እጸልያለሁ፣ አሜን።

ቁጣር

የሰማዩ አባቴ ሆይ፤ በእጄ ባለው የገንዘብ ሀብት ላይ መጥፎ መጋቢ/ባላደራ እንደነበርኩ እናዘላለሁ። የገንዘብ ፍቅር ያለአግባብና በኃጢአት እንደመላለስ አድርገኛል። ከማንኛውም የቁጣር ቤቶች፣ ድረ-ገጾችና ሎተሪዎች ለመራቅ ቃል እገባለሁ። በክርስቶስ ሕያው እንደሆንኩና ለኃጢአት የሞትኩ እንደሆንኩ ለማመን እመርጣለሁ። የሥጋን ምኞት መቃወም እንድችል መንፈስ ቅዱስን ስለሰጠኸኝ አመሰግናለሁ። ወደ እነዚያ ሱሶች ለመመለስ በሚፈታተኑኝ ጊዜ መውጫውን መንገድ አሳየኝ። የእግዚአብሔርን ዕቃ ጦር በመልበስና በእምነቴ በመጽናት የሰይጣንን ክስ፣ ፈተናና ማታለል ሁሉ እቃወማለሁ። ፍላጎቴን ሁሉ በክብር ባለህ ባለጠግነትህ መጠን እንደምትሞላልኝ ለማመን እመርጣለሁ። በኢየሱስ ስም እጸልያለሁ፤ አሜን።

አድልዎ/ዘረኝነት

የሰማዩ አባቴ ሆይ፤ የሰውን ልጅ ሁሉ በመልክህ ፈጥረሃል። ሌሎችን በቆዳ ቀለማቸው፣ በዜግነታቸው፣ በማኅበራዊ ወይም በኢኮኖሚ ደረጃቸው፣ በባህላቸው ወይም በጾታ ዝንባሌያቸው ስለፈረድኩ እናዘላለሁ። ዘረኝነትን፣ የበላይነት ስሜትንና ጾታዊ መድልዎን እቃወማለሁ። "አይሁዳዊ ወይም የግሪክ ሰው የለም፤ ባሪያ ወይም ጨዋ የለም፤ ወንድ ወይም ሴት የለም፤ ሁላችሁ በክርስቶስ ኢየሱስ አንድ ናችሁ" የሚለውን ለማመን እመርጣለሁ። እናዘዝ ዘንድና ከዚህ ዕድፍ እነጻ ዘንድ የአድልዎዬን ሥር አሳየኝ። በተጠራሁበት መጠራት እንደሚገባ በትሕትና፣ በየዋህነት፣ በትዕግሥት፣ እርስ በርስ በፍቅር በመታገሥ፣ በሰላም ማሰሪያ የመንፈስን አንድነት ለመጠበቅ እየጣርኩ ለመመላለስ ቃል እገባለሁ። በኢየሱስ ስም እጸልያለሁ፤ አሜን።

የተመሳሳይ ጾታ ግንኙነት

የሰማዩ አባቴ ሆይ፤ አንተ እኔን ወይም ሌላውን ሰው የተመሳሳይ ጾታ አፍቃሪ አድርገህ ፈጥረሃል የሚለውን ውሸት እቃወማለሁ፤ በቃልህም የተመሳሳይ ጾታ ግንኙነትን በግልጽ እንደከለከልክ እስማማለሁ። ራሴን እንደ እግዚአብሔር ልጅ ለመቀበል እመርጣለሁ፤ ወንድ/ሴት አድርገህ ስለፈጠርከኝም አመሰግናለሁ። የተመሳሳይ ጾታ አሳቦችን፣ ግፊቶችንና ድርጊቶችን በሙሉ እተዋለሁ፤ ሰይጣን እነዚህን ነገሮች ተጠቅሞ ግንኙነቶቼን ያበላሸባቸውን መንገዶች ሁሉ እቃወማለሁ። አንተ ባሰብከው መንገድ ከሌላውም ሆነ ከራሴ ጾታ ጋር ጤናማ ግንኙነት ለማድረግ በክርስቶስ ነጻ መሆኔን አውጃለሁ። በኢየሱስ ስም እጸልያለሁ፤ አሜን።

ፍርሃትን ድል ማድረግ

ፍርሃት አካላዊ ወይም ሥነ-ልቦናዊ ደኅንነታችን አደጋ ላይ ሲወድቅ እግዚአብሔር የሰጠን ተፈጥሯዊ ምላሽ ነው። ፍርሃት ሁልጊዜም መነሻ (ግብ) አለው፤ ይህም በእኛ ላይ ሥልጣን ወይም ኃይል አለው ብለን የምናስበው ነገር ወይም ሰው ነው። ከእነዚህ ባሕርያት መካከል አንዱ ሲወገድ ያ ነገር እኛን ማስፈራራቱን ያቆማል።

እግዚአብሔርን መፍራት የጥበብ መጀመሪያ ነው። እርሱ በሁሉም ቦታ የሚገኝና ሁሉን ቻይ ስለሆነ የመጨረሻው የፍርሃታችን መነሻ (ተገዥነታችን ለእርሱ) ሊሆን ይገባል። ቅዱስ አድርጋችሁ ልታዩት የሚገባችሁ ሁሉን የሚችል ጌታን ነው፤ ልትፈሩት የሚገባችሁም እርሱን ብቻ ነው።

ድፍረት ማለት የፍርሃት አለመኖር ማለት አይደለም። ድፍረት ማለት በፍርሃት መነሻዎች ፊት በእምነት ለመኖርና ትክክለኛውን ነገር ለማድረግ መምረጥ ነው። ከማንኛውም ምክንያታዊ ካልሆነ ፍርሃት በስተጀርባ ውሸት አለ፤ ያም መታወቅ አለበት። የፍርሃቶቻችሁን ምንነትና ለፍርሃት የሚገፋፉአችሁን ምክንያታዊ ያልሆኑ ውሸቶች እንዲገልጽላችሁ ጌታን በሚከተለው መንገድ ጠይቁት።

የሰማዩ አባቴ ሆይ፤ ፍርሃት ሕይወቴን እንዲቆጣጠር በመፍቀዱ እናዘዛለሁ። ስለ ይቅርታህ አመሰግንሃለሁ። አንተ የኃይል፣ የፍቅርና ራስን የመግዛት መንፈስ እንጂ የፍርሃት መንፈስ እንዳልሰጠኸኝ ለማመን እመርጣለሁ። በሕይወቴ ውስጥ የሚሠራን ማንኛውንም የፍርሃት መንፈስ እቃወማለሁ (እተዋለሁ)፤ በሕይወቴ ውስጥ ያሉትን ተቆጣጣሪ ፍርሃቶችና በጀርባቸው ያሉትን ውሸቶች በሙሉ እንድትገልጽልኝ እለምንሃለሁ። በመንፈስ ቅዱስ ኃይል አንተ እውነት ነው ባልከው መሠረት በእምነት ለመኖር እመኛለሁ። በኢየሱስ ስም እጸልያለሁ፤ አሜን።

- | | | |
|--|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> የተመሳሳይ ጾታ ፍላጎት <input type="checkbox"/> ማሳደር/መሆን <input type="checkbox"/> መተው (ብቸኝነት) <input type="checkbox"/> መከዳት <input type="checkbox"/> አለመግባባት/በተሳሳተ መንገድ መታየት <input type="checkbox"/> ይቅር የማይባል ኃጢአት መሥራት <input type="checkbox"/> ፊት ለፊት መጋፈጥ <input type="checkbox"/> ጨለማ <input type="checkbox"/> ሞት | <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> የወዳጅ ዘመድ ሞት <input type="checkbox"/> ሰዎችን ማሳዘን <input type="checkbox"/> ተቀባይነት ማጣት <input type="checkbox"/> ፍቺ <input type="checkbox"/> መሸማቀቅ/መዋረድ <input type="checkbox"/> ውድቀት <input type="checkbox"/> የእንስሳት ወይም የነፍሳት ፍርሃት <input type="checkbox"/> የገንዘብ ችግሮች <input type="checkbox"/> በአውሮፕላን መጓዝ <input type="checkbox"/> የወደፊት ሕይወት | <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> ክብደት መጨመር ወይም መቀነስ <input type="checkbox"/> ቁጥጥርን ለእግዚአብሔር መስጠት <input type="checkbox"/> የአዕምሮ መረበሽ <input type="checkbox"/> እግዚአብሔር ከእኔ ጋር አይሆንም ብሎ መፍራት <input type="checkbox"/> ገሃነም <input type="checkbox"/> መዋረድ <input type="checkbox"/> ቤተሰብን መጉዳት <input type="checkbox"/> ድነትን ማጣት |
|--|--|---|

- | | | |
|--|--|---|
| <input type="checkbox"/> ጋብቻ | <input type="checkbox"/> ሥቃይ /ሕመም | <input type="checkbox"/> እግዚአብሔር ምን |
| <input type="checkbox"/> የፅንሰ መቋረጥ (ውርጃ) | <input type="checkbox"/> መገለል/ተቀባይነት | <input type="checkbox"/> ሊጠይቀኝ ይችላል የሚል |
| <input type="checkbox"/> ፈጽሞ ትዳር አለመያዝ | <input type="checkbox"/> ማጣት | <input type="checkbox"/> ስጋት |
| <input type="checkbox"/> ፈጽሞ አለመውደድ | <input type="checkbox"/> ሰይጣን | <input type="checkbox"/> ሌላ:- |
| <input type="checkbox"/> ወይም አለመውደድ | <input type="checkbox"/> የተወሰኑ ግለሰቦች | |
| <input type="checkbox"/> በእግዚአብሔር | <input type="checkbox"/> (ስሞቻቸውን ይጥቀሱ):- | |
| <input type="checkbox"/> አለመውደድ | | |
| <input type="checkbox"/> በሕይወት ውስጥ ለውጥ | <input type="checkbox"/> በሌሊት የሚሰሙ | |
| <input type="checkbox"/> አለማምጣት | <input type="checkbox"/> ድምፆች | |

ጌታ ኢየሱስ ሆይ፤ የ _____ ፍርሃት ሕይወቴን እንዲቆጣጠር ፈቅጃለሁ።
ፍርሃቶችን ሁሉና ከእነርሱ በስተጀርባ ያሉትን ውሸቶች እተዋለሁ (እቃወማለሁ)። በእምነት ለመኖርና
አንተን ብቻ ለመፍራት እመርጣለሁ። በኢየሱስ ስም እጸልያለሁ፤ አሜን።

ጭንቀትን ድል ማድረግ

ጭንቀት ከፍርሃት ይለያል፤ ምክንያቱም ጭንቀት ግልጽ የሆነ መነሻ (ግብ) የለውም። ሰዎች የሚጨነቁት ስለ ውጤቱ እርግጠኛ ስላልሆኑ ወይም ነገ ምን እንደሚከሰት ስለማያውቁ ነው። ዋጋ ለምንሰጣቸው ነገሮች መጨነቅ የተለመደ ቢሆንም፣ ለአንዳንዶች ግን የጭንቀታቸው መጠንና ተደጋጋሚነት ካለው ተጨባጭ ችግር ጋር የማይመጣጠን (ከመጠን ያለፈ) ይሆናል። ጭንቀታችንን ሁሉ በኢየሱስ ላይ እንድንጥል ታዝዘናል (1 ጴጥሮስ 5፥7)።

በመጽሐፍ ቅዱስ ውስጥ ለጭንቀት የገባው ቃል ሥር "በሁለት አሳብ መሆን" የሚል ትርጉም አለው። አንድ አሳብ ለመሆን የመጀመሪያው እርምጃ መጸለይ ነው። “በነገር ሁሉ በጸሎትና በምልጃ ከምስጋና ጋር በእግዚአብሔር ዘንድ ልመናችሁን አስታውቁ እንጂ በአንዳች አትጨነቁ። አእምሮንም ሁሉ የሚያልፍ የእግዚአብሔር ሰላም ልባችሁንና አሳባችሁን በክርስቶስ ኢየሱስ ይጠብቃል” ፊልጵስፎስ 4፥6-7። ጭንቀትን ድል እንድታደርጉ እግዚአብሔር እንዲመራችሁ በሚከተለው ጸሎት ጠይቁት፡-

የሰማዩ አባቴ ሆይ፤ በጌታ በኢየሱስ ክርስቶስ ደም የተገዛሁ ልጅህ ነኝ። ሙሉ በሙሉ በአንተ ላይ እደገፋለሁ፤ እፈልግሃለሁ። ያለ ኢየሱስ ምንም ላደርግ እንደማልችል አውቃለሁ። በልቤ ያለውን አሳብና ፍላጎት ታውቃለህ፤ ሁኔታዬንም ከመጀመሪያ እስከ መጨረሻ ታውቃለህ። ሁለት አሳብ እንደሆንኩ ይሰማኛል፤ ልቤንና አእምሮዬን የሚጠብቅ የአንተ ሰላም ያስፈልገኛል። በፊትህ ራሴን አዋርዳለሁ፤ በመረጥከው መንገድና በትክክለኛው ጊዜ ከፍ እንደምታደርገኝ በአንተ እታመናለሁ። ፍላጎቴን ሁሉ በክርስቶስ ኢየሱስ በክብር ባለህ ባለጠግነትህ መጠን እንደምትሞላልኝና ወደ እውነት ሁሉ እንደምትመራኝ እተማመናለሁ። በመንፈስ ቅዱስ ኃይል በእምነት ኃላፊነት የተሞላበት ሕይወት በመኖር ጥሪዬን መፈጸም እንድችል እባክህ ምራኝ። "አምላክ ሆይ፥ መርምረኝ ልቤንም እወቅ፤ ፈትነኝ መንገዴንም እወቅ፤ የክፋት መንገድ በእኔ ውስጥ ቢኖር እይ፥ በዘላለምም መንገድ ምራኝ"። በከበረው በኢየሱስ ስም፣ አሜን።

እርምጃ 7: የትውልድ ኃጢአት



መጽሐፍ ቅዱስ እንደሚያስተምረው፣ እግዚአብሔርን በሚጠሉ ሰዎች ላይ የአባቶች ኃጢአት እስከ ሦስትና አራት ትውልድ ድረስ ሊመጣ እንደሚችል፣ ነገር ግን ለሚወዱትና ትእዛዙን ለሚጠብቁ እስከ ሺህ ትውልድ ድረስ በረከቱን እንደሚያፈስ ይናገራል (ዘጸአት 20፥4-6)። የአንድ ትውልድ በደል፣ ኃጢአቱ ካልተተወ (ካልተካደ) እና በክርስቶስ ያለን አዲሱ መንፈሳዊ ውርስ ካልተያዘ በስተቀር የሚቀጥሉትን ትውልዶች ላይ አሉታዊ ተጽዕኖ ሊያሳድር ይችላል። በአባቶችህ ኃጢአት ተጠያቂ ባትሆንም፣ በኃጢአታቸው ምክንያት ግን በእነርሱ ተጽዕኖ ልትጎዳ ትችላለህ። ጴጥሮስ እንዲህ ሲል ጽፏል፡- "ከቀድሞ አባቶቻችሁ ከወረሳችሁት ከንቱ ከሆነ ሕይወት የተዋጃችሁት በሚጠፋ ነገር፣ በብር ወይም በወርቅ እንዳልሆነ ታውቃላችሁ" (1 ጴጥሮስ 1፥18)። የአባቶችህን ኃጢአት እንዲገልጽልህ ጌታን ጠይቀው፣ ከዚያም በሚከተለው መንገድ ተዋቸው (ካዳቸው)።

የሰማዩ አባቴ ሆይ፣ በቤተሰብ መስመር ሲተላለፉ የመጡትን የአባቶቼን ኃጢአቶች በሙሉ ለአእምሮዬ እንድትገልጽልኝ እለምንሃለሁ። እኔ በክርስቶስ አዲስ ፍጥረት ስለሆንኩ፣ ከእነዚያ ተጽዕኖዎች ነጻ መውጣትንና እንደ እግዚአብሔር ልጅ በአዲሱ ማንነቴ መመላለስን እፈልጋለሁ። በኢየሱስ ስም እጸልያለሁ፣ አሜን።

መንፈስ ቅዱስ የሚገልጥልህን በጥንቃቄ አድምጥ፣ ወደ አእምሮህ የሚመጣውንም ማንኛውንም ነገር አስተውል። መንፈሳዊ ውርስህን ለመመለስ የሚከተለውን ጸሎትና አዋጅ ተጠቀም።

- ውርጃ
- በደል (ሥቃይ) - ስሜታዊ፣ አካላዊ፣ ጾታዊ፣ መንፈሳዊ
- ምንዝርና
- የአልኮል፣ የዕፅ፣ የምግብ ሱሶች
- ቁጣ
- ጭንቀት
- ኃላፊነትን መሸሽ
- ማጣጣል/ማንኳሰስ
- መራርነት
- ሌሎችን መቆጣጠር
- መናፍቅነት/ኑፋቄ (Cult)
- መርገም/መሳደብ
- ራስን መቁረጥ (መጉዳት)
- ድብርት
- ተስፋ መቁረጥ
- ፍቺ
- ክፉ ንግግር
- አድልዎ
- ቁማር
- ሆድ አምላኩነት /ምስጋና ቢስነት
- ግብዝነት
- የቅርብ ዘመድ ግንኙነት (Incest)
- ራስን ማግለል
- ስንፍና /ከችግሮች መሸሽ
- ውሸት
- ፍትወት (የሥጋ ምኞት)
- ሰዎችን መጠቀሚያ ማድረግ (ተንኮል)
- ራስን ማምለክ (Narcissism)
- ግዴለሽነት/ቸልተኝነት
- መተት/ጥንቆላ (Occult)
- ተገዢ ወንዶች /በላጭ (ተቆጣጣሪ) ሴቶች
- ፍጹምነትን መፈለግ
- አካላዊና አእምሯዊ መዛባቶች /ሕመሞች
- ፖርኖግራፊ (የወሲብ ምስልና ፊልም)
- ትዕቢት /አድልዎ
- ከጋብቻ በፊት የሚደረግ የጾታ ግንኙነት
- ለነገ ማሳደር (ሥራ ማዘግየት)
- ዘረኝነት
- ዓመፀኝነት
- ኃይማኖታዊ ሕግጋት ላይ መጣበቅ (Legalism)
- ለቃላት መሸንቆጥ (Sarcasm)
- ለራስ ማዘን (Self-Pity)
- የጾታ ብልግና
- ስርቆት
- የራስን ሕይወት የማጥፋት አሳብ
- ራስን ማጥፋት
- ይቅር አለማለት
- ለሥራ ከመጠን በላይ መጠመድ
- ሌላ:-

የሰማዩ አባቴ ሆይ፤ በጌታ በኢየሱስ ክርስቶስ ደም ከኃጢአት ባርነት ተገዝቼ እንደ ልጅህ ወደ አንተ እመጣለሁ። አንተ የአጽናፈ ዓለም ጌታና የሕይወቴ ጌታ ነህ። አሁን እዚህ የአባቶቼን ኃጢአቶች በሙሉ እቃወማለሁ፤ አልቀበላቸውምም። በተለይም የ_____ ኃጢአቶችን እተዋለሁ (እክዳለሁ)። ከጨለማው ግዛት ወጥቼ ወደ እግዚአብሔር ልጅ መንግሥት እንደተዛወርኩ ሰው፤ ከእነዚያ ጎጂ ተፅዕኖዎች ነጻ መሆኔን አውጃለሁ። በእኔ፣ በቤተሰቤና በአገልግሎቴ ላይ የሚሰነዘሩ ማናቸውንም የሰይጣን ጥቃቶችና ተልእኮዎች እቃወማለሁ። ክርስቶስ በመስቀል ላይ በሞተ ጊዜ በእኔ ላይ የነበረ ማንኛውም እርግማን ተሰብሯል። ሰይጣን በእኔ ላይ የባለቤትነት መብት ሊጠይቅ የሚችልባቸውን መንገዶች ሁሉ እክዳለሁ። እኔ በገዛ ክቡር ደሙ በገዛኝ በጌታ በኢየሱስ ክርስቶስ እጅ ነኝ። ለዘላለም

ለጌታ ለኢየሱስ ክርስቶስ ሙሉ በሙሉ የተሰጠውና የእርሱ መሆኔን አውቋለሁ። የእግዚአብሔርን ዕቃ ጦር እለብሳለሁ፤ በሰይጣን ፈተና፣ ክስና ማታለል ላይም እቆማለሁ። ከዛሬ ጀምሮ የሰማዩ አባቴን ፈቃድ ብቻ ለማድረግ እጥራለሁ። ይህን ሁሉ በሚያስደንቀው በጌታዬና በመድኃኒቴ በኢየሱስ ስም እጸልያለሁ፣ አምናለሁም፣ አሜን።

መርገምን መስበር

አባት ሆይ፣ በኢየሱስ ክርስቶስ ስም ከእርግማኖች ሁሉና ከውጤቶቻቸው ነጻ የመሆን ፍላጎት አድርብኝ በቅንነት ወደ አንተ እመጣለሁ። ስላዳንከኝና በመስቀል ላይ ከኃጢአቴ ስላነጻኸኝ አመሰግንሃለሁ። የአንተ መሆኔን በአፌ እመስክራለሁ። በከበረ ደምህ የታጠብኩና የተሸፈንኩ ስለሆንኩ ዲያብሎስ በእኔ ላይ ምንም ሥልጣን የለውም። አሁን የታወቁትንም ሆነ ያልታወቁትን ኃጢአቶቼን ሁሉ እናዘዛለሁ። አሁን በኢየሱስ ስም ከእነርሱ ንስሐ እገባለሁ። ጌታ ሆይ፣ ይቅር እንድትለኝ እለምንሃለሁ። የአባቶቼን ሁሉ ኃጢአት እናዘዛለሁ። በኢየሱስ ክርስቶስ ስምና በደሙ፣ በሌሎች ኃጢአትና ድርጊት ምክንያት ወደ እኔ የተላለፉትን ማንኛውንም አጋንንታዊ እርግማኖች ኃይል እሰብራለሁ፣ እክዳለሁም። በኃጢአት በኩል የመጡትን የእርግማኖች ሁሉ ኃይልና ቁጥጥር እሰብራለሁ፤ እነርሱም የእኔ ኃጢአቶችና የአባቶቼ ኃጢአቶች ናቸው። በንግግር (በቃላት) በኩል ወደ እኔ የመጡትን የእርግማኖች ሁሉ ኃይልና ቁጥጥር እሰብራለሁ። በእኔ ወይም በአባቶቼ አለመታዘዝ ምክንያት የመጡትን የእርግማኖች ሁሉ ኃይልና ቁጥጥር እሰብራለሁ። በኢየሱስ ክርስቶስ ስም፣ ከአባቴ፣ ከእናቴ፣ ከአያቶቼ፣ ወይም ከማንኛውም ሕያውም ሆነ የሞተ ሰው፣ ከዚህ በፊትም ሆነ አሁን እኔን ወይም ቤተሰቤን ከእግዚአብሔር ቃልና ፈቃድ ውጪ በሆነ መንገድ ከሚገዛ ወይም ከሚቆጣጠር አጋንንታዊ ተገዥነት ሁሉ ራሴንና ቤተሰቤን ነጻ አወጣለሁ፣ እበጥሳለሁም።

በኢየሱስ ክርስቶስ ስም፣ በቤተሰቤ መስመር ውስጥ በማንኛውም ሕያው ወይም የሞተ አባል ኃጢአት፣ መተላለፍ፣ በደል፣ መተተት ወይም የጥንቆላ ተሳትፎ ምክንያት በእኔና በቤተሰቤ ላይ የመጡትን ማንኛውንም የስነ-ልቦና ወራሽነት፣ አጋንንታዊ ምሽጎች፣ የጥንቆላ ኃይላት፣ እስራቶች፣ በውርስ የመጡ የአካል ወይም የአእምሮ ሕመሞች፣ ወይም እርግማኖች ሁሉ አሁን እክዳለሁ፣ እሰብራለሁ፣ ራሴንና ቤተሰቤንም ነጻ አወጣለሁ። ማንኛውም የጠላት ሕጋዊ መያዣና ሕጋዊ መሠረት የተሰበረና የጠፋ መሆኑን አውቋለሁ። ሰይጣን ከእንግዲህ በእርግማኖች በኩል የቤተሰቤን መስመር ለማወክ ሕጋዊ መብት የለውም። በኢየሱስ ክርስቶስ ደም — እኔ ነጻ ነኝ። በኢየሱስ ክርስቶስ ስም፣ በእርግማኖች በኩል

ይቆጣጠሩኝ የነበሩ አጋንንታዊ መናፍሰት ሁሉ አሁን እንዲለቁኝ አገዛለሁ። ኢየሱስ ራሱ እርምጃ እንዲወስድባችሁ ወደ ኢየሱስ እግር ስር ሂዱ።

ነጻነትን መጠበቅ

በክርስቶስ ያገኙትን ነጻነት መለማመድ እጅግ የሚያስደስት ቢሆንም፣ ያገኙትን ድል ደግሞ መጠበቅ ይኖርብዎታል። አንድ ትልቅ ውጊያ አሸንፏል፤ ሆኖም ጦርነቱ ገና ይቀጥላል። በክርስቶስ ያገኙትን ነጻነት ለመጠበቅና በእግዚአብሔር ጸጋ የኢየሱስ ደቀ መዝሙር በመሆን ለማደግ፣ አእምሮዎን በእግዚአብሔር ቃል እውነት ማደስዎን መቀጠል አለብዎት። ተጨማሪ የሚያስቃዩ ትዝታዎች ወደ አእምሮዎ ቢመጡ፣ የበደሉዎትን ይቅር ይበሉ እንዲሁም እርስዎ የነበረዎትን ማንኛውንም የኃጢአት ተሳትፎ ይተው (ይካዱ)።

እነዚህን የነጻነት ደረጃዎች ካለፉ በኋላ ሰዎች፡- “ምንም የተለወጠ ነገር የለም፤ ያው የቀድሞው ሰው ነህ፤ ምንም አልሠራልህም” የሚሉ አሳቦች ሊመጡባቸው ይችላል። እነዚህ አሳቦች ውሸቶች ናቸው። እነርሱን ይተውና በእግዚአብሔር እውነት ብርሃን ውስጥ ለመኖር ይምረጡ።

በእግዚአብሔር ጸጋ ማደግዎን ለመቀጠል የሚከተሉትን እንመክራለን፡-

1. "Set Free" በሚዘጋጀው የነጻነት ጉዞ (Walking Free) ፕሮግራም ላይ ይሳተፉ።
2. በቤትዎ ውስጥ ያሉ ማንኛቸውንም ከምንፍቅና ወይም ከጥንቆላ (Occult) ጋር የተያያዙ ዕቃዎችን ያስወግዱ ወይም ያጥፉ። (ሐዋርያት ሥራ 19፥18-20)
3. በየቀኑ የእግዚአብሔርን ቃል እውነት ያንብቡ፣ እርሱንም ላይ ያሰላሰሉ።
4. "እኔ በክርስቶስ ማን ነኝ?፡- የ33ቱ ማረጋገጫዎች ጥናት" የሚለውን ይከታተሉ።
5. አስፈላጊ በሆነበት ቦታ ሁሉ የጽኑ ምሽግ ማፍረሻዎችዎን (Stronghold busters) ያዘጋጁ - ገጽ 57ን ይመልከቱ።
6. አእምሮዎ ዝም ብሎ እንዲቀመጥ አይፍቀዱ፤ በተለይም ስለሚመለከቱትና ስለሚሰሙት ነገር ይጠንቀቁ። ማንኛውንም አሳብ ለክርስቶስ እንዲታዘዝ በንቃት ይማርኩ።
7. ለጤናዎ ጥሩ መጋቢ ይሁኑ፤ የእረፍት፣ የአካል ብቃት እንቅስቃሴና ተገቢ የአመጋገብ ሥርዓት ያለው መንፈሳዊ የሕይወት ዘይቤ ያዳብሩ።

- 8. ወደ ቀድሞው የአስተሳሰብ፣ የስሜትና የድርጊት ዘይቤ አይመለሱ። መንፈሳዊና አእምሯዊ ታካች ከሆኑ ይህ በቀላሉ ሊከሰት ይችላል። በእውነት ለመመላለስ እየታገሉ ከሆነ፣ ለሚጻጹልዎና በጽናት እንዲቆሙ ለሚያበረታታዎት ለታመነ ጓደኛ የውጊያዎን ሁኔታ በግልጽ ያካፍሉ።
- 9. ሌሎች ሰዎች የእርስዎን ውጊያ እንዲዋጉልዎ አይጠብቁ። ሊረዱዎት ይችላሉ እንጂ ለእርስዎ ፈንታ ሊያስቡ፣ ሊጻፉ፣ መጽሐፍ ቅዱስ ሊያነቡ ወይም እውነትን ሊመርጡልዎ አይችሉም።
- 10. የእግዚአብሔር እውነት በደግነትና በጸጋ በሚሰበክበት ቤተክርስቲያን አባል ይሁኑ፤ እንዲሁም ግልጽና እውነተኛ መሆን በሚችሉበት በትንንሽ የቡድን ጥናቶች ውስጥ ይሳተፉ።
- 11. በመጽሐፍ ቅዱስ ጥናት ውስጥ ይሳተፉ።
- 12. የሚከተለውን የዕለት ተዕለት ጸሎት ይጻፉ፤ እንዲሁም በሚቀጥሉት አርባ ቀናት በፖስታዎ ውስጥ ባለው የመጽሐፍ ገጽ ምልክት ማግረጊያ (Bookmark) ላይ ያሉትን “በክርስቶስ ያለን ማንነት?” የሚሉትን ዓረፍተ ነገሮች ያንብቡ።
- 13. ለልዩ ፍላጎቶች በእርምጃ 6 ላይ ያሉትን ተጨማሪ ጸሎቶች ይጻፉ።

የጽኑ ምሽግ ማፍረሻ!

በአእምሮ መታደስ መለወጥ

አእምሮህን እንደ አውሮፕላን ማረፊያ፣ ራስህን ደግሞ እንደ በረራ ተቆጣጣሪ አድርገህ ማሰብ ትችላለህ። ብዙ አሳቦች ለማረፍ ፈቃድ ይጠይቃሉ። ነገር ግን የትኛው ማረፍ እንዳለበትና የትኛው መመለስ እንዳለበት የመወሰን ሙሉ ፈቃድ አለህ። እኛ በእውነትና በውሸት መካከል ባለ ውጊያ ውስጥ ነን። እያንዳንዱ የጽኑ ምሽግ ማለት ሥር የሰደደ ውሸት ነው። ያንን ለማፍረስ ቁልፉ ከጀርባው ያለውን ውሸት ማጋለጥና ውሸቱን ደግሞ በእውነት መተካት ነው። የጽኑ ምሽግ ማፍረሻ ቢያንስ ለ40 ቀናት ያለማቋረጥ ሥራ ላይ ሲውል እጅግ ውጤታማ የሆነ ኃይለኛ መሣሪያ ነው። አሠራሩም እንደሚከተለው ነው፡-

1. ስታምንበት የነበረውን ውሸት ለይተህ አውጣ።

ይህ ማንኛውም መጽሐፍ ቅዱስ ውስጥ እግዚአብሔር ከሚለው ጋር የማይስማማ፣ የተማርከው የአስተሳሰብ መንገድ ነው። የሚሰማህን ስሜት ችላ በለው፤ ምክንያቱም በባሕርይ ውሸት እውነት መስሎ ነው የሚሰማው።

2. ውሸቱን ማመን በሕይወትህ ላይ ያመጣውን ተጽዕኖ ተናገር።

ይህንን ውሸት ባታምን ኖሮ ሕይወትህ ምን ያህል የተለየ እንደሚሆን አስብ። በአሁኑ ጊዜ የማታደርጋቸውን ምን ነገሮች ማድረግ ትችል ነበር?

3. ትክክለኛውን እውነት የሚናገሩ የቻልከውን ያህል የመጽሐፍ ቅዱስ ጥቅሶችን ፈልግና ጻፋቸው።

ጥቅሶቹ ብዙ ከሆኑ ዋና ዋና የሚባሉትን ሰባት ወይም ስምንት ጥቅሶችን ምረጥ።

4. አዋጅ ወይም ጸሎት ጻፍ።

ይህንን ቀመር ተጠቀም፡- “... የሚለውን ውሸት እቃወማለሁ (እተዋለሁ)፤ ... የሚለውን እውነት ደግሞ አውጃለሁ።” ወይም “... የሚለውን ውሸት አልቀበልም፤ ... የሚለውን እውነት ግን እቀበላለሁ።” ወይም “... ለሚለው ውሸት 'አይሆንም' እላለሁ፤ ... ለሚለው እውነት ደግሞ 'አዎ' እላለሁ።”

5. የመጽሐፍ ቅዱስ ጥቅሶቹን አንብብ፤ አዋጁን ወይም ጸሎቱንም ለ40 ቀናት በየቀኑ ድምፅህን ከፍ አድርገህ ተናገር።

ለረጅም ጊዜ ጥቅሶቹና አዋጁ እውነት መስለው እንደማይሰሙህ አስታውስ። እግዚአብሔር እውነት መሆኑንና እርሱ ከተናገረው በእርግጥም እውነት መሆኑን ለራስህ አሳስብ። ይህ እውነት ደግሞ ለሌሎች ሰዎች ብቻ ሳይሆን ለአንተም ጭምር ነው! እኛ ድርሻችንን እስከተወጣንና እርሱ በእጃችን የሰጠንን መሣሪያዎች እስከተጠቀምን ድረስ፣ እግዚአብሔር እንድንሆን የሚፈልገውን ሰዎች እንዳንሆን

ሊያግደን የሚችል ምንም ነገር ወይም ማንም ሰው እንደሌለ እያንዳንዳችን በእርግጠኝነት ማወቅ እንችላለን።

ምሳሌ 1— ሁልጊዜ የብቸኝነት ስሜት መስማት

ውሸቱ፡- ተጥያለሁ እንዲሁም ተረስቻለሁ።

ተጽዕኖዎች፡- ከሰዎች መራቅ፤ ሰዎች አይወዱኝም ብሎ ማሰብ፤ ራስን ለይቶ ማቆየት፤ ፍርሃት።

ዘዳግም 31፥6፡- ጽኑ፣ አይዘክችሁ፣ አትፍሩ፣ ከፊታቸውም አትደንግጡ፤ አምላክህ እግዚአብሔር እርሱ ከአንተ ጋር ይሄዳል፤ አይጥልህም፣ አይተውህም።

ኢሳይያስ 46፥4፡- እስከ ሽምግልና ድረስ እኔ ነኝ፣ እስከ ሽበትም ድረስ እሸከማችኋለሁ፤ እኔ ሠርቻለሁ እኔም አነሣለሁ፤ እኔ እሸከማለሁ እኔም አድናለሁ።

ኤርምያስ 29፥11፡- ለእናንተ የማስባትን አሳብ እኔ አውቃለሁ፤ ፍጻሜና ተስፋ እሰጣችሁ ዘንድ የሰላም አሳብ ነው እንጂ የክፉ ነገር አይደለም።

የሰማዩ አባቴ ሆይ፤ ተጥያለሁና ተረስቻለሁ የሚለውን ውሸት አልቀበልም፤ ይልቁንም አንተ እንደምትወደኝ፤ ተስፋና የወደፊት ሕይወት የምትሰጥበት ዕቅድ እንዳለህ፤ እንዲሁም ከአንተ ፍቅር ምንም ሊለየኝ እንደማይችል የሚለውን እውነት በደስታ እቀበላለሁ። በኢየሱስ ስም፤ አሜን!

የጽኑ ምሽግ ማፍረሻዬ

1. የትኛውን ውሸት ነው ማፍረስ የምፈልገው?
2. ይህ የተሳሳተ እምነት በሕይወቴ ላይ ምን ተጽዕኖ አለው? በእውነተኛው እውነት ብተካው ሕይወቴ ምን ያህል የተለየ ይሆን ነበር?
3. እግዚአብሔር የሚለውን እውነት የሚገልጹ የቻልከውን ያህል ጥቅሶች ዝርዝር፣ ከዚያም ዋና ዋና የምትላቸውን ሰባት ወይም ስምንት ምረጥ።
4. ጸሎት/አዋጅ ጻፍ፡-

"... የሚለውን ውሸት እተዋለሁ፤ ... የሚለውን እውነት ደግሞ አውጃለሁ"፤ ወይም

"... የሚለውን ውሸት አልቀበልም፤ ... የሚለውን እውነት እቀበላለሁ"፤ ወይም "... ለሚለው ውሸት 'አይሆንም' እላለሁ፤ ... ለሚለው እውነት 'አሜን' እላለሁ።"

5. ጥቅሶቹን አንብብ፤ ጸሎቱን/አዋጁንም ለ40 ቀናት በየቀኑ ድምፅህን አውጥተህ ተናገር። 40ዎቹን ቀናት እየተገበርክ ስትሄድ ምልክት አድርግባቸው።

የነጻነት እና የነፍስ ትስስርን የመበጠስ ጸሎት

ጌታ ኢየሱስ ሆይ፤ ዛሬ ስላየነውና ስለተለማመድነው ፈውስ እናመሰግንሃለን፤ የሚያጋጥመን ሕመምም ሆነ ክፋት እኛ እንደ ሰው ልንሸከመው ከምንችለው በላይ መሆኑን ስለምንረዳ ካገኘህብን ከማንኛውም ሐዘን፤ አሉታዊነት፤ ተስፋ መቁረጥ፤ ቁጣ፤ ትዕግሥት ማጣት፤ የሥጋ ምኞት ወይም ከማንኛውም ሰዎችም ሆነ አጋንንታዊ ዕድፍ ሁሉ እንድታነጻን እንለምንሃለን፤ እነዚህንም በፍቅር፤ በደስታና በሰላም ተካቸው። ማንኛውም ክፋ መናፍስት ከእኛ ጋር ተጣብቀው ወይም እያጨናነቁን ከሆነ፤ በኢየሱስ ክርስቶስ ሥልጣን ከጨለማው መንግሥት የመጡ መናፍስት ሁሉ አሁኑኑ እንዲለቁና ኢየሱስ ክርስቶስ እንደ ፈቃዱ እንዲያደርግባቸው በቀጥታ ወደ እርሱ እንዲሄዱ እናዝዛለን፤ ዳግመኛም እንዳይመለሱ እንከለክላለን።

በጌታ በኢየሱስ ክርስቶስ ስምና ሥልጣን፤ በሰይጣንና በክፉ መናፍስት በእኛና በ _____ መካከል የተመሠረቱ ግንኙነቶችን ሁሉ እንሰርዛለን፤ እንሰብራለን፤ እንክዳለን። በሰይጣን ኃይል የሚንቀሳቀስ ማንኛውንም ትስስር በኢየሱስ ስም እንተዋለን፤ ጠላት ይህንን ግንኙነት ሊጠቀምበት የሚችልባቸውን መንገዶች ሁሉ እናፈርሳለን፤ እንዲሁም ይህ ግንኙነት በእኛ፤ በትዳራችን፤ በቤተሰባችንና በአገልግሎታችን ላይ ያለውን ወይም ሊኖረው የሚችለውን ተጽዕኖ ሁሉ እንሰርዛለን። በእግዚአብሔር ኃይል የሚሠራውን የማንኛውንም ትስስር ክፍል የእግዚአብሔር በረከት በእርሱ ላይ እንዲሆን እንጠይቃለን። በኢየሱስ ክርስቶስ ስምና ሥልጣን፤ በመድኃኒታችንና በጌታችን በኢየሱስ ክርስቶስ የመስቀልና የትንጣኤ ኃይል፤ ጠላት በዚህ ግንኙነት ውስጥ ጣልቃ እንዳይገባ ወይም እንዳይጠቀምበት እንከለክላለን። በደከምንበት ቦታ አበርታን፤ በብርሃንም አልብሰን። ጌታ ኢየሱስ ሆይ፤ እባክህ ቅዱሳን መላእክትህን ለእኛና ለእያንዳንዱ የቤተሰባችን አባል እንዲያገለግሉ፤ እኛንና ቤታችንን፤ ሥራችንን፤ ገብረታችንን ሁሉ፤ ስማችንንና የዚህን አገልግሎት ስም፤ አካላችንን፤ ነፍሳችንንና መንፈሳችንን ከሕመም፤ ከጉዳትና ከአደጋ፤ እንዲሁም ከጠላት የበቀል ጥቃት እንዲጠብቁልን ላክልን። በመንገዳችን ላይ ደኅንነታችንን ጠብቅልን፤ ሰላማዊ የሆነ የሌሊት ዕረፍትም ስጠን። አብ፤ ወልድ፤ መንፈስ ቅዱስ ሆይ፤ አሁንም ለዘላለምም እናመሰግንሃለን! በኢየሱስ ስም እንጸልያለን፤ አሜን።

ራስን አሳልፎ የመስጠት ጸሎት

አፍቃሪ አባት ሆይ፤ ዛሬ በሙሉ ልቤና ነፍሴ ለአንተ እገዛለሁ (ራሴን አሳልፌ እሰጣለሁ)። እባክህ ይበልጥ በጥልቀት ወደ ልቤ ግባ። ዛሬ ለአንተ "አዎ" እላለሁ። የልቤን ሰው ስፍራዎች ሁሉ ለአንተ እከፍታለሁ፤ "ግባ" እልሃለሁ። ኢየሱስ ሆይ፤ አንተ የሙሉ ሕይወቴ ጌታ ነህ። በአንተ አምናለሁ፤ እንደ ጌታዬና መድኃኒቴም እቀበልሃለሁ። ምንም የምደብቀው ነገር የለኝም። ጤናዬን፣ ቤተሰቤን፣ ሀብቴን፣ ሥራዬን፣ ችሎታዬን፣ ግንኙነቶቼን፣ የጊዜ አጠቃቀሜን፣ ስኬቶቼንና ውድቀቶቼን ሁሉ ለአንተ አሳልፌ እሰጣለሁ። እለቀዋለሁ፤ እንዲሄድም አደርጋለሁ። ነገሮች መሆን አለባቸው ብዬ የማስብበትን መንገድ፣ ምርጫዬንና ፈቃዴን ለአንተ አስረክባለሁ። የጠበቅኳቸውንና ያልጠበቅኳቸውን የተሰፋ ቃላት ለአንተ አሳልፌ እሰጣለሁ። ድካሜንና ጥንካሬዬን ለአንተ እሰጣለሁ። ስሜቴን፣ ፍርሃቴን፣ የደገነነት ማጣቴን፣ ወሲብ ነክ ልምምዴን፣ በተለይም _____ ለአንተ አሳልፌ እሰጣለሁ። ጌታ ሆይ፤ ያለፈውን፣ የአሁኑንና የወደፊቱን ሙሉ ሕይወቴን ለአንተ እሰጣለሁ። በሕመምም ሆነ በጤና፣ በሕይወትም ሆነ በሞት፣ እኔ የአንተ ነኝ። በኢየሱስ ስም፣ አሜን።

የዕለት ተዕለት ጸሎትና አዋጅ

የሰማዩ አባቴ ሆይ፤ እንደ ጌታዬና መድኃኒቴ አመሰግንሃለሁ፤ አክብርሃለሁም። አንተ የሁሉ ነገር ተቆጣጣሪ ነህ። ሁልጊዜ ከእኔ ጋር ስለሆንክ፣ ከቶ እንደማትተወኝና እንደማትጥለኝ በማወቅ አመሰግንሃለሁ። አንተ ብቻ ሁሉን ቻይና ብቸኛው ጥበበኛ አምላክ ነህ። ዓለምን ወይም በዓለም ያሉትን ነገሮች ላለመውደድ እመርጣለሁ፤ ሥጋንም ከክፉ ምኞቱ ጋር እስቅላለሁ። አሁን በክርስቶስ ስላገኘሁት ሕይወት አመሰግንሃለሁ። ስሜቴ ምንም ቢለኝ የእግዚአብሔርን ቃል እውነት ለማመን እመርጣለሁ። ለአንተ የሚሳንህ ምንም ነገር የለም። እንደ ቃልህ ለመኖር ሰጣጣር ፍላጎቴን ሁሉ እንደምትሞላልኝ እርግጠኛ ነኝ። በክርስቶስ ኃይል ረክጄና ኃላፊነት የተሞላበት ሕይወት መኖር ስለቻልኩ አመሰግንሃለሁ። አሁን በሰይጣን ላይ እቆማለሁ፤ እርሱና ክፉ መናፍስቱ ሁሉ ከእኔ እንዲርቁ አገዛለሁ። የዲያብሎስን ሽንገላ መቋቋም እችል ዘንድ የእግዚአብሔርን ዕቃ ጦር ሁሉ ለመልበስ እመርጣለሁ። ሰውነቴን ሕያውና ቅዱስ መሥዋዕት አድርጌ ለአንተ አቀርባለሁ፤ አእምሮዬንም በሕያው ቃልህ ለማደስ እመርጣለሁ። ይህን በማድረጌ የአንተ ፈቃድ መልካም፣ ደስ የሚያሰኝና ፍጹም መሆኑን መመስከር እችላለሁ። በጌታዬና በመድኃኒቴ በኢየሱስ ክርስቶስ ስም እጸልያለሁ፤ አሜን።

ከመተኛት በፊት የሚደረግ ጸሎት

የሰማዩ አባቴ ሆይ፤ ወደ ቤተሰብህ ስላመጣኸኝና በክርስቶስ ኢየሱስ በሰማያዊ ስፍራ በመንፈሳዊ በረከት ሁሉ ስለባረክኸኝ አመሰግንሃለሁ። በዕንቅልፍ አማካኝነት ስለሚገኝ መታደስና መዝናናት አመሰግንሃለሁ። ይህንን ለልጆችህ ከሰጠኸው በረከት አንዱ አድርጌ እቀበለዋለሁ፤ ተኝቼ ሳለሁም አእምሮዬንና አካሌን እንደምትጠብቅ እታመናለሁ። በቀኑ ክፍለ ጊዜ ስለ አንተና ስለ እውነትህ እንዳስብኩ ሁሉ፤ ተኝቼ ሳለሁም እነዚያ መልካም አሳቦች በአእምሮዬ እንዲቀጥሉ እመርጣለሁ። ተኝቼ ሳለሁ ሰይጣንና አጋንንቱ ሊሰነዝሩብኝ ከሚችሉት ጥቃት ሁሉ በአንተ ጥበቃ ሥር ራሴን አሳልፌ እሰጣለሁ። አእምሮዬን ከክፉ ሕልም (ቅዠት) ጠብቅ። ፍርሃትን ሁሉ እቃወማለሁ፤ ጭንቀቴንም ሁሉ በአንተ ላይ እጥላለሁ። ሰላምህ በዚህ የማረፊያ ስፍራ ላይ ይሁን። በጌታ በኢየሱስ ክርስቶስ ስም እጸልያለሁ፤ አሜን።

ቤትን ከመንፈሳዊ ርኩሳን መናፍስት የማንጸት ጸሎት

የሰማዩ አባቴ ሆይ፤ አንተ የሰማይና የምድር ጌታ መሆንህን አምናለሁ። በሉዓላዊ ኃይልህና በፍቅርህ ብዙ ነገሮችን አደራ ሰጥተኸኛል። ለዚህ ስለምኖርበት ስፍራ አመሰግንሃለሁ። ቤቴ ለእኔና ለቤተሰቤ የመንፈሳዊ ደኅንነት ስፍራ እንዲሆን አውጃለሁ፤ ከጠላት ጥቃትም ሁሉ ጥበቃህን እጠይቃለሁ። እንደ እግዚአብሔር ልጅና በሰማያዊ ስፍራ ከክርስቶስ ጋር እንደተቀመጠ ሰው፤ በእኔም ሆነ በቀድሞ ነዋሪዎች ተግባር ምክንያት በዚህ ስፍራ ላይ መብት አለኝ የሚል ማንኛውም ክፉ መንፈስ እንዲወጣና ዳግመኛ እንዳይመለስ አዝዛለሁ። በዚህ ስፍራ ላይ የታዘዙ አጋንንታዊ ተልእኮዎችን ሁሉ እቃወማለሁ። የሰማዩ አባቴ ሆይ፤ ጠላት ገብቶ አንተ ለእኔና ለቤተሰቤ ያለህን ዓላማ እንዳያስተጓጉል ቅዱሳን መላእክትህን በዚህ ስፍራ ዙሪያ እንዲጠብቁልኝ እለምንሃለሁ። ጌታ ሆይ፤ ይህን በጌታ በኢየሱስ ክርስቶስ ስም ስላደረግክልኝ አመሰግንሃለሁ፤ አሜን።

ክርስቲያን ባልሆኑ ሰዎች መካከል ለመኖር የሚደረግ ጸሎት

የሰማዩ አባቴ ሆይ፤ የምኖርበትና በዕንቅልፍ የምታደስበት ስፍራ ስለሰጠኸኝ አመሰግንሃለሁ። የምኖርበት አካባቢ ለእኔ መንፈሳዊ ደኅንነት ያለው ስፍራ እንዲሆንልኝ እለምንሃለሁ። ሌሎች ነዋሪዎች ለሐሰተኛ አማልክት ወይም መናፍስት ያደረጉትን ማንኛውንም ታማኝነት እቃወማለሁ። በእኔ ወይም በቀድሞ ነዋሪዎች ተግባር ምክንያት ሰይጣን በዚህ ስፍራ ላይ ያለውን ማንኛውንም መብት እቃወማለሁ። እንደ እግዚአብሔር ልጅነቴና በሰማይና በምድር ሥልጣን ሁሉ ካለው ከክርስቶስ ጋር ወራሽ እንደመሆኔ፤ ክፉ

መኖሩት ሁሉ ከዚህ ስፍራ እንዲወጡና ኢየሱስ ክርስቶስ እንደ ፈቃዱ እንዲያደርግባቸው በቀጥታ ወደ እርሱ እንዲሄዱ አገዛለሁ። የሰማዩ አባቴ ሆይ፤ እዚህ በምኖርበት ጊዜ ቅዱሳን መላእክትህ እንዲጠብቁኝ እለምንሃለሁ። በኃያሉ በኢየሱስ ስም እጸልያለሁ፣ አሜን።

የነጻነት አገልግሎት ማስታወሻዎች፡

የነጻነት አገልግሎት ማስታወሻዎች፡

የነጻነት አገልግሎት ማስታወሻዎች፡

የነጻነት አገልግሎት ማስታወሻዎች፡



የተነዳውን ሰው ወደ ፈቃድ ማምጣት።