PRAYER
316

እንዴት መጸለይ እችላለው?

ከእግዚአብሄር ጋር እንዴት መነጋገር እችላለው? መጸለይ ከእግዚአብሄር ጋር መነጋገር ነው። መጽሐፍ ቅዱስ ስለ ጸሎት የሚያስተምረንን ነገር ይወቁ። *አንድ ቀን* [ኢየሱስ] *በአንድ ስፍራ ይጸልይ ነበር፤ ጸሎቱንም እንደ ጨረሰ፣ ከደቀ መዛሙርቱ አንዱ፣ "ጌታ ሆይ፤ ዮሐንስ ደቀ መዛሙርቱን ጸሎት እንዳስተማራቸው አንተም መጸለይን አስተምረን" አለው።"* ሉቃስ 11:1። ያንኑ ጸሎት ጸልዩ። መጽሐፍ ቅዱስ ስለ ጸሎት የሚያስተምረው ነገር ውዳሴን፣ ምስጋናን፣ ኑዛዜን እና ልመና ማቅረብን ያካትታል። እግዚአብሔርን ሁልጊዜ እባርከዋለሁ፤ ምስጋናውም ዘወትር ከአፌ አይለይም። ነፍሴ በእግዚአብሔር ተመካች፤ ትሑታንም ይህን ሰምተው ሐሤት ያደርጋሉ። ኑና ከእኔ ጋራ እግዚአብሔርን አክብሩት፤ ስሙንም በአንድነት ከፍ ከፍ እናድርግ። መዝሙር 34:1-3። *"ስለዚህ ዘወትር የምስጋናን መሥዋዕት፣ይኸውም ለስሙ የሚመሰክሩ የከንፈሮችን ፍሬ በኢየሱስ አማካይነት ለእግዚአብሔር እናቅርብ።"* ዕብራውያን 13:15። *"እግዚአብሔርን ማመስገን መልካም ነው፤ ልዑል ሆይ፤ ለስምህ መዘመር ጥሩ ነው፤"* መዝሙር 92:1። መናዘዝ የሚያስፈልገን በኃጢአታችን ምክንያት ነው። *"ኀጢአታችንን ብንናዘዝ ኀጢአታችንን ይቅር ሊለን፣ ከዐመፃም ሁሉ ሊያነጻን እርሱ ታማኝና ጻድቅ ነው።"* 1 ዮሐንስ 1:9 እግዚአብሔር እንድትጠይቁት ስለሚጋብዛችሁ፣ ጥያቄዎቻችሁን ለሱ አቅርቡ። *"በነገር ሁሉ በጸሎትና በምልጃ፣ ከምስጋናም ጋራ ልመናችሁን በእግዚአብሔር ፊት አቅርቡ እንጂ ስለ ማንኛውም ነገር አትጨነቁ።"* ፊልጵስዩስ 4:6። መንፈሳዊ እና ስጋዊ ፍላጎቶቻችንን እንዲያሟላልን እግዚአብሔርን የምንጠይቅባቸው ጥያቄዎች በማቴዎስ 6:9-13 በሚገኘው የጌታ ጸሎት ውስጥ ይገኛሉ። ጸሎት ከሕያው አምላክ ጋር ለመነጋገር የተሰጥዎት ልዩ መብት እና እድል ነው። *"የእግዚአብሔር ዐይኖች ወደ ጻድቃን ናቸው፤ ጆሮዎቹም ለጩኸታቸው ክፍት ናቸው።"* መዝሙር 34:15። *"ስለዚህ የምትታመኑት ሁሉ፣ በጭንቅ ጊዜ ወደ አንተ ይጸልይ፤ ኀይለኛ ጐርፍ አካባቢውን ቢያጥለቀልቅም፣ እርሱ አጠገብ አይደርስም።"* መዝሙር 32:6።

የት መጸለይ አለብኝ? በኃይማኖታዊ ሕንጻዎች ውስጥ እና በስብሰባዎች ውስጥ መጸለይ ጥሩ ነው። ይሁን እንጂ፣ ኢየሱስ እንዲህ ብሏል፣ *"እግዚአብሔር መንፈስ ነው፤ የሚሰግዱለትም በመንፈስና በእውነት ሊሰግዱለት ይገባል።"* ዮሐንስ 4:24። ውጢታማ ጸሎት በአካላዎ መገኛዎ ላይ የተመሰረተ አይደለም። ኢየሱስ እንዲህ ብሏል፦ *"ስትጸልዩ እንደ ግብዞች አትሁኑ፤ እነርሱ ለሰዎች ለመታየት ሲሉ በየምኵራቡና በየመንገዱ ማእዘን ላይ ቆመው መጸለይ ይወድዳሉና፤ እውነት እላችኋለሁ፤ ሙሉ ዋጋቸውን ተቀብለዋል። አንተ ግን ስትጸልይ ወደ ክፍልህ ግባ፤ በሩንም ዘግተህ በስውር ወዳለው አባትህ ጸልይ፤ በስውር የተደረገውን የሚያይ አባትህም ዋጋህን ይከፍልሃል።"* ማቴዎስ 6:5-6። ውጤታማ የሆነ ጸሎት በሚጸልዩበት ቦታ ላይ አይመሰረትም። በልብዎ ሁኔታ ላይ የተመሰረተ ነው። በአደባባይ ጸልዩ። በግል ጸልዩ።

በጉልበቴ ተንበርክኬ መጸለይ አለብኝ? ኢየሱስ፣ ጳውሎስ እና ዳንኤል ጸልየዋል፣ የሉቃስ ወንጌል 22:41፣ የሐዋርያት ሥራ 20:36 እና ትንቢተ ዳንኤል 6:10። በጉልበታችሁ ተንበርክካችሁ ጸልዩ። ይሁን እንጂ በመጽሐፍ ቅዱስ ውስጥ ያሉ ሌሎች ሰዎች ቆመዋል፣ ወደ ሰማይ ተመልክተዋል፣ እጆቻቸውን ዘርግተዋል፣ ወደ መሬት ሰግደዋል፣ እንዲሁም ወደ ግድግዳ ተመልክተዋል። በጸሎት ወቅት የሰውነት አቀማመጥ ትርጉም የሚኖረው የልብዎን ሁኔታ ሲገልጽ ብቻ ነው።

እንዴት መጸለይ አለብኝ? ጸሎት *እንዴት* ይጸለያል የሚለው *ምን አይነት* ጸሎት ይጸለያል የሚለው እኩል ወይም ከዚያ በላይ የበለጠ አስፈላጊ ሊሆን ይችላል። መጽሐፍ ቅዱሳዊ ጸሎት ልባችንን ለእግዚአብሄር በግልጽ እና በታማኝነት ማፍሰስ ነው። እግዚአብሄር የሚጠይቁትን እንዲሰጥዎ የሚያስገድዱ ልዩ የሆኑ የቃላት ጥምረቶች፣ ሐረጎች ወይም ዓረፍተ ነገሮች የሉም። የመጽሐፍ ቅዱስ መመሪያዎች እና ምሳሌዎች እንደሚከተሉት መጸለይን ያካትታሉ፦

በአመስጋኝ ልብ፣ 1ኛ ተሰሎንቄ 5:18።

በአፍ ሳይሆን በልብ፣ ኢሳይያስ 29:13።

ትርጉም የማይሰጥ ድግምግሞሽ ሳይኖር፣ ማቴዎስ 6:7።

በግልጽ፣ በቀጥታ እና በታማኝነት ሲሆን፣ ኢሳይያስ 37:14-17።

በታማኝነት እና በጽናት ሲሆን፣ ቈላስይስ 4:2፣ ሉቃስ 11:5-10፣ 18:1-8።

ያለማቋረጥ፣ ያለመሰናክል ሲሆን፣ 1ኛ ተሰሎንቄ 5:17።

በታላቅ ትጋት ሲሆን፣ ሮሜ 15:30።

ከሌሎች አማኞች ጋር በአንድነት ሲሆን፣ ማቴዎስ 18:19-20፣ 1ኛ ጢሞቴዎስ 2:8።

በታላቅ እምነት ሲሆን፣ ያዕቆብ 1:6-7፣ ዕብራውያን 11:6።

በእግዚአብሄር ፈቃድ መሠረት ሲሆን፣ ዮሐንስ 15:7፣ 1 ዮሐንስ 5:14-15።

በኢየሱስ ስም፣ በእርሱ ፈቃድ እንደ ተወካዩ ሲሆን፣ ዮሐንስ 14:13፣ 15:16።

ስለ ምን ልጸልይ? በጌታ ጸሎት ውስጥ፣ ኢየሱስ ደቀመዛሙርቱ ለዕለታዊ አካላዊ እና መንፈሳዊ ፍላጎቶቻቸው እንዲጸልዩ አስተምሯቸው ነበር። በዮሐንስ 17 ላይ ባለው ጸሎቱ ኢየሱስ ለራሱ፣ ለደቀ መዛሙርቱ እና ለአለም ጸልዮአል። ኢየሱስ፣ ከፈቃዱ ጋር የሚስማማ እና በእሱ ስም ለአብ የሚቀርብ ታማኝ ጸሎት መልስ እንደሚያገኝ ቃል ገብቷል፣ ዮሐንስ 15፡7፣ 16፣ 16፡23፣ 1ኛ ዮሐንስ 5፡14-15። ምን መጸለይ እንዳለብዎ የሚያሳዩ ሌሎች መጽሐፍ ቅዱሳዊ መመሪያዎች እና ምሳሌዎች የሚከተሉትን ያካትታሉ፡-

ጥበብ፤ ያዕቆብ 1፡5፣ 2ኛ ዜና መዋዕል 1፡7-12።

መንፈሳዊ ብልጽግና፣ ቈላስይስ 1፡9-12።

ለሚበድልዎት ሰዎች፣ ሉቃስ 6፡28።

መፈወስ ይቻላል፣ ያዕቆብ 5፡14-15፣ ነገር ግን ለሁሉም አይደለም፣ 2 ቆሮንቶስ 12፡7-9።

እርስ በእርሳችሁ፣ ኤፌሶን 6፡18፣ ያዕቆብ 5፡16።

ለመንግስትዎ፣ 1ኛ ጢሞቴዎስ 2፡1-2።

ለምግብዎ፣ ማቴዎስ 6፡11፣ ማርቆስ 6፡41፣ 8፡6-7።

ክርስቶስ ለሚያስፈልጋቸው ሰዎች፣ ሮሜ 10፡1።

ወንጌልን ለሚሰብኩ ሠራተኞች፣ ማቴዎስ 9፡37-38።

የወንጌል በር እንዲከፈት፣ ቈላስይስ 4፡3-4።

እግዚአብሔር ጸሎትዎን ይሰማል እንዲሁም መልስ ይሰጣል። ለጸሎት የተቀመጡትን የእግዛብሔርን መስፈርቶች አሟሉ እና እሱም ይመልስልዎታል። የእግዚአብሔር መልስ*አዎ* ፣ *የዘገየ አዎ፣* ወይም *አይሆንም ሊሆን ይችላል።* ከምትጠይቁት ወይም ከምታስቡት እጅግ አስብልጦ ሊያደርግላችሁ ይችላል፣ ኤፌሶን 3፡20። የእግዚአብሄር መልስ የዘገየው እርስዎን ወይም ሌሎችን ለመልሱ ለማዘጋጀት ሊሆን ይችላል። ወይም የመልሱ መጨረሻ *አይሆንም ሊሆን ይችላል።* በእሱ እምነት እያሳደሩ እና በመልሶቹ ሙሉ በሙሉ እይታመኑ ጸልዩ።

የእርስዎ ዓላማዎች አስፈላጊ ናቸው። *"ትለምናላችሁ ግን አትቀበሉም፣ ለራሳችሁ ሥጋዊ ደስታ በማሰብ በክፉ ምኞት ትለምናላችሁና።"* ያዕቆብ 4፡3።

ባል፣ ሚስትህን በደግነት ያዛት። መጽሐፍ ቅዱስ እንደሚያስተምረው፣ ባል ሚስቱን ክርስቶስ ቤተ ክርስቲያንን እንደወደዳት ሊወዳት ይገባል፤ ሊንከባከባት፣ ሊረዳት እንዲሁም የሕይወት ጸጋ እኩል ወራሽ እንደሆነች ሊያከብራት ይገባል፣ *"ባሎች ሆይ፤ እናንተም ደግሞ ጸሎታችሁ እንዳይደናቀፍ በኑሯችሁ ሁሉ ለሚስቶቻችሁ ዐስቡላቸው፤ ደካሞች ስለ ሆኑና የሕይወትንም በረከት ዐብረዋችሁ ስለሚወርሱ አክብሯቸው።"* 1 ጴጥሮስ 3፡7።

ሌሎችን ይቅር ይበሉ። ይቅር ባይነት ማጣት ጸሎትዎን ያደናቅፋል። ሌሎችን ይቅር ማለታችሁ እግዚአብሔር ይቅር እንደሚላችሁ ያሳያል፣ ማርቆስ 11፡25፣ ማቴዎስ 5፡23-24፣ 6፡12-15።

ጻድቅ ሁኑ። በእግዚአብሔር ፊት በመንፈሳዊ ንጹሕ ሁኑ፤ ከዚያም ጸሎታችሁ ብዙ ነገር ሊያከናውን ይችላል። *"እግዚአብሔር የክፉዎችን መሥዋዕት ይጸየፋል፤ የቅኖች ጸሎት ግን ደስ ያሠኘዋል።"* ምሳሌ 15፡8። ነገር ግን፣ አንድ ሰው ከሕጉ ዘወር ቢል፣ *"ሕግን ላለመስማት ጆሮውን የሚደፍን፣ ጸሎቱ እንኳ አስጸያፊ ነው።"* ምሳሌ 28፡9። እግዚአብሔር ይጠብቃችኋል፣ ያዘጋጃችኋል እንዲሁም ፍጹም ያደርጋችኋል። እምቢታዎች እና መዘግየቶች ለእርስዎ ጥቅም ሊሆኑ ይችላሉ።

የምትጠይቁት ነገር እንደሚጎዳችሁ በማታውቁበት ጊዜ እግዚአብሔር ይጠብቃችኋል። እግዚአብሔር እራስዎን ከሚያውቁት በላይ ያውቃችኋል። አንዳንድ ጊዜ፣ እግዚአብሔር አይሆንም ይላል ምክንያቱም እሱ የወደፊት ሕይወታችሁን እና ለእናንተ የሚሻለውን ያውቃል። አንዳንድ ጊዜ መዘግየት የሚኖረው ለመልሱ እንድትዘጋጁ ጊዜ ሊሰጣችሁ ነው። አንዳንድ ጊዜ የእሱ እምቢታዎች እና መዘግየቶች እምነታችሁን ለማጠናከር ይመጣሉ። የእግዚአብሔርን መልሶች በእምነት እና በምስጋና ተቀበሉ። እግዚአብሔር ምን እየሰራ እንደሆነ ያውቃል። ከእግዚአብሔር ጋር ይነጋገሩ። እየሰማ ነው። ጸልዩ!

"በማናቸውም ሁኔታ አመስግኑ፤ የእግዚአብሔር ፈቃድ በክርስቶስ ኢየሱስ ለእናንተ ይህ ነውና።" 1 ተሰሎንቄ 5፡18

እንዴት መጸለይ እችላለው? © 2026 በ John D. Morris III የተጻፈ እና በActs One Eight የታተመ ነው። ይህንን ሙሉ መግለጫ ጨምሮ ይዘቱ ሳይለወጥ በነፃነት ማተም፣ መቅዳት፣ መለጠፍ፣ በኢሜይል መላክ ወይም መልእክት መላክ ይችላሉ። ይህንን ሙሉ መግለጫ ጨምሮ ይዘቱ ሳይለወጥ በነፃ ማተም፣ መቅዳት፣ መለጠፍ፣ በኢሜይል መላክ ወይም መልእክት መላክ ይችላሉ። የአገልግሎት ክፍልዎን ወይም የቤተ ክርስቲያንዎን ስም ወይም አርማ በገጽ አንድ አናት ላይ ማከል እና የእውቂያ መረጃዎን በገጽ ሁለት ግርጌ አጠገብ ካለው ጠንካራ መስመር በላይ ማከል ይችላሉ። Prayer316 በመጽሐፍ ቅዱስ ላይ ብቻ የተመሰረተ ነው። የተፈጠረው ሰዎች እንዲጸልዩ እና ከእግዚአብሔር ጋር ባላቸው ግንኙነት እንዲያድጉ ለመርዳት ነው። ለActs One Eight ኢሜይል በ፡- *Hello@Mail316.org* መላክ ይችላሉ (ከተቻለ በእንግሊዝኛ)። የትርጉም አገልግሎቶችን የሰጠው www.ChristianLingua.com ነው። *እንዴት መጸለይ እችላለው?* የሚለው ጽሑፍ በ 48 ቋንቋዎች በነጻ በ *www.Prayer316.org* ላይ ይገኛል። በእንግሊዝኛው ስሪት ውስጥ ያሉት ጥቅሶች የተወሰዱት ከ The Lockman Foundation's New American Standard Bible 1995 ውስጥ ነው። በዚህ ትርጉም ውስጥ ያሉት የመጽሐፍ ቅዱስ ጥቅሶች የተወሰዱት ከሚከተለው ምንጭ ነው፡-