

ሐቀኛ ጾም

ንባብ፡ ማቴ 6፡1-16።

ጾም ሓደ ካብቲ ብዝተፈላለዩ እምነታት ዝዝውተር አገባብ እምነታዊ ተግባር እዩ። ኣብ ማእከላዊ ምስራቕ ጾም ሓደ ካብቲ ቀንዲ ሃይማኖታዊ ክፍሊ እዩ። ኣብ አስላም ጾም ሮሞዳን ዝብልዎ ነቲ ንመሓመድ መጀመርያ ግልጽት ዝተቐበለሉ ዘኪሮም ዝጸምዎ፡ ጽኑዕ ርእሱ ዝኸለለ ሕጊ ዘለዎ እዩ። ጾም ካብ ወጋሕታ ክሳብ ምሽት ዝጽልምት ይጸንሕ። ምሕጻብ ሰውነት፡ ምስታይ ዝኾነ ፈሳሲ፡ ሽጋራ ምትካኽ፡ ሽቶ ጨናን ምብላዕ ከምኡ ካብ ኩሉ ንርእሰኻ ደስ ዘብል ይኸልክል።

ኣብ አይሁድ ብብዙሕ ምስ ናይ አስላማ ይመሳሰል፡ ጾም ካብ ወጋሕታ ክሳብ ምሽት ይጸንሕ ካብኡ ንድሓር ግን ዝኾነ መግቢ ክብላዕ ይክአል፡ ዝኸልክል መግቢ የለን። ኣብ ጊዜ ኢየሱስ ሓደ ግድነታዊ ጾም ጥራሕ እዩ ነሩ ንሱ ኸአ መዓልቲ ጎድገት ኃጢአት Day of Atonement አብዚ ዕለት ካብ ንግሆ ክሳብ ምሽት ሰባት ንርእሶም ክርስዑ ክኸሕዱ አለዎም (ሌዋ 16፡31)። አይሁዳውያን ጸሓፍቲ ሕጊ ከምዝብልዎ በዚ ዕለት ኣብ መዓልቲ ጎድገት ኃጢአት መግቢ ምብላዕ ወይ ምስታይ ወይ ምሕጻብ ሰውነት ወይ ምቕባእ፡ ሳእኒ ምግባር፡ ሰብ ቃል ኪዳን እውን ርክብ ሥጋ ኸንብሩ ክልኩል እዩ። ሕጻናት ከይተረፈ ምስ ዕድሚኦም ዝኸይዱ ልምምድ ኸንብሩ አለዎም።

አይሁዳ ወላእኳ ሓንቲ ጾም ትኹን እታ ግድነት ክጸውሙዎ ዘለዎም ካልእ ተወሰኽቲ ሓባራዊ ጾም ዘዘውትርዎ እውን ነርዎም እዩ። ግላዊ ጾም፡ ምስ ሓዘን ዝተሓሕዘዎ ጾም አለዎም። ሓደ ቤተ ሰብ ምስ ሞተ ካብ ሞቱ ክሳብ ዝቐበረ ካብ ሥጋን ወይንን ይጸሙ። ምእንቲ ካሕሳ ኃጢአት ዝግበር ጾም፡ ሮቤል ንሓዉ ዮሴፍ ኣብ ምሻጥ ስለ ዝተሓባበረ 7 ዓመት ጸሙ። ዝኾነ ሥጋ አይበልዐን ዝኾነ መስተ ወይኒ አይሰተየን። ኣብ ባህሊ አይሁድ ጾም ምስ ንስሓ ጣዕሳ ዘይተአሳሰር እንተ ኾነ ጥቕሚ የብሉን። ጾም ነቲ ውሽጣዊ ኩነታትና ብዝርአ ዝገልጽ ክኸውን አለዎ።

ኣብ አይሁድ ኣብ ብዙሕ ነገራት ክርአ እንከሎ ጾም ሃገራዊ ናይ ንስሓ ስራሕ ክርአ ይክአል። ምስ ነገደ ብናያም ኣብ ዝተገብረ ውግእ ብዙሓት ስለ ዝሞቱ ኩሉ ሕዝቢ ኣብ ቅድሚ እግዚአብሔር ተቐሚጦም ክሳቦ ምሽት ጸሙ (ዘነ 20፡26)። ሳሙኤል ነቲ ሕዝቢ ንብዓል ስለ ዘምለኹ ንእግዚአብሔር ስለ ዝኸሓዱ ከም ዝጸሙ ገበሮም (1ሳሙ 7፡6)። ንህምያ ንህዝቢ ከም ዝጸሙን ብኃጢአቶም ከም ዝንስሑ ገበሮም (ነሕምያ 9፡1)። ደጋጊሞም ከም ሃገራዊ ንስሓ ኣብ ቅድሚ አምላኽ ጸሞም።

ጸሙ ኣብ ገለ እዋን ንግልጽት አምላኽ ኣብ ምቅርራብ ዝግበር እዩ። ሙሴ ኣብ ደብረ ሲና ን40 መዓልትን ለይትን ጸይሙ (ዘፀ 24፡15)። ዳንኤል ካሳብ ቃል ካብ እግዚአብሔር ዝሰምዕ ጸሙ (ዳን 9፡3)። ጎ.ኢ.ክ. ኣብ በረኻ ን40 መዓልቲ ጸይሙ (ማቴ 4፡2)። እዚ ትርጉም ዘለዎ መምርሒ እዩ። ሰውነትና ክንመልኮ እንተ ኸአልና አእምሮናን መንፈሳዊ ዓቕምና ብዝያዳ ይነቅሕ። ኣብ ገለ እዋን ጾም ከም ጥርዓን ኣብ አምላኽ እዩ። ንኣብነት ዝናም ክዘንም እንተ ደንጎየ ሃባራዊ ጾም ይጽዋዕ፡ ውግእን ካልእ ዘፍርሕ ነገራትን እንተ መጻ ይጽወም። ካሕሳ ኃጢአት ክትረክብ አበነፍሲ ጾም ይእዘዝ ።

ኣብ ርድኢት ህዝብ አይሁድ ሰለስተ ቀንዲ ሓሳባት ብዛዕባ ጾም አለዎ።

1. **ጾም ደሊኻ ተረዲኡካ እትገብሮ ኣብ ቅድሚ እግዚአብሔር ተሰማዕነት ክትረክብ ኢልካ ዝግበር እዩ።** እዚ ኣተሓሳስባ ናይ ጥንቲ እዩ። ጾም ገጽ ኣምላኽ ክትረክብ ኢልካ እትገብሮን ንርእስኻ ከም ዝኸላድካ ክተርኢ እትገብሮ እዩ።

2. **ጾም ንስሓኻ ብድላይካን ናይ ብሓቂ ከምዝኾነ ክትገልጽ ዝግበር እዩ።** ጾም ዋሕስ ናይ ብሓቂ ብቃልን ብጸሎትን ከም ዝግበር ዘሎ ዝገልጽ እዩ። ኣብዚ ሓደ ጾም ኣሎ ንጾም ከም መተካእታ ንስሓ ገርካ ናይ ምርኣይ እዚ ግን ከምኡ ኣይኮነን። ጾም ኣብ ንስሓ ዝወስድ እዩ እምበር ናይ ንስሓ መተካእታ ኣይኮነን።

3. **ሓደ ዓቢ ነገር ናይ ጾም ኣብ ክንዲ ካልእ ኢልካ ዝጽወም ክኸውን ይክእል።** ብዙሓት ብዘለዎም ሕይወት ክጸሙ ኣይክእሉን እዮም ስለዚ ገለ ቅዱሳት ሰባት ምእንቲ ካልኣት ኢሎም ይጸሙ። እዚ ርድኢት ኣብ ኣይሁድ ነሩ እዩ። ኣብዚ እዋና እውን ክበራታዕ ዘለዎ እዩ።

፡ኢ.ክ. ነዚ ኣብ ላዕሊ ዝተጠቐሰ ርድኢት ኣብ ዝሰፈነሉ እዋን እዩ ተወሊዱ። ኣብ ግዚኡ ብዙሓት ፈሪሳውያንን ጸሓፍቲ ሕግን ዘዘውትርዎ ዝነበሩ ኣገባብ ጾም ኢየሱስ ኣትሪሩ ይቋወም ነሩ። እቲ ጾምም ኣብ ኣምላኽ ዝተኮረ ኣብ ክንዲ ዝኸውን ኣብኣም ዘተኮረ እዩ ነሩ። ሓዲስ ኣገባብ ጾም ከዘውትሩ እዩ ዝነግሮም ነሩ። ብዙሓት ውልቀ ሰባት ግላዊ ጾም ጥበብ ብዝመልኦ ኣገባብ ዘዘውትሩ ኣለዉ። ብምሉእ ኣፍልጦን ጥበብን ዝግበር ጾም ብኹሉ ጥቕሚ ኣለዎ።

1. **ጾም ንጥዕና ጽቡቕ እዩ።** ብዙሕ ጊዜ እንበልዎ ካብቲ ዘድልየና ንላዕሊ ኢና እንበልዕ። ጾም ምዝውታር ንሰውነትና ፍሉይ ዕረፍትን ጥዕናን ይህቦ። ዳርጋ ኣብ ምዕቡል ዓለም ዝነብሩ ንክበልዑ ዝተፈጥሩ እምበር ንክነብሩ ዝበልዑ ኣይመስሉን። ዝጸውም ሰብ ንሰውነቱ ንስምዒቱ ንኹሉ ክቆጻጸር ኣይከብዶን እዩ። ንርእስና ልጎም ክንገብረሉ እንከሎና ፍሉይ እዩ። ካብ ብዙሕ ፈተናን ውድቀትን ክሕልወና ይኸእል።

2. **ጾም ንርእስና ብስሩዕ መገዲ ክንመርሕ ይሕግዘና።** ኣብ ሕይወት ንርእስና ጥራሕ ክጥዕመና ኣብ ዝብል ክንወድቕ ቀሊል እዩ። ኩሉ ኣብ ትሕቲ ቍጽጽርና እንተ ኾነ ንርእስና ዝኸውን ክነጽግ ወይ ኣይደልን ክንብል ቀሊል እዩ። ኣብ ሶምን ሓደ ወይ ክልተ ጊዜ ንድላይና ንእንምነዮ ክነጽግ ወይ ንድለትና ክንግግት ከሎና ንርእስና ክንቆጻጸር ንኸእል።

3. **ጾም ናይ ልምዲ ወይ ወልፊ ባራዩ ከይንኸውን ይሕግዘና።** ብዙሓት ናይ ወልፊ ባራዩ ኮይኖም ካብ ዝኣተዎም ክወጽኡ ጸጊምዎም ዝነብሩ ኣለዉ። ካብቲ ዘለውዎ ዓዘቕቲ ወልፊ ክወጽኡ ይድልዩ እዮም ግን ኣይክእሉን። ግን ጥበብ ዝመልኦ ጾምን እንተ ኣዘውትርና ነቲ ከም ምቕቶት ኮይኑ ሒዝና ዘሎ ክንስዕር ንኸእል ኢና፣ ምክንያቱ ንርእስና ክንቆጻጸር ስለ እንኸእል። ብጾም ንድለታትና ኣብ ክንዲ ዝቆጻጸሩና ንድለታትና ክንቆጻጸሮም ንኸእል።

4. **ጾም ንነገራት መሪጽና ዝሓሸ ነገር ኣየናይ ከምዝኾነ ክንመርጽ ይሕግዘና።** ሓደ ዓቢ ፈተና ኣብ ሕይወት ብዙሕ ነገራት ከም ቀንድን ኣድላይን ሓሲብና ኣብኡ ነድህብ። መጠን ኣብ ውሑድ ኣድላይ ነገራት ዝተገደስና መጠኑ ካብ ነገራት ነጻ ንኸውን። ነገራት ይገዝኡና እዮም ስለዚ ዘድልን ዘየድልን ነገራት ገፋፊጥና ኣብ ክንዲ ምጉዓዝ ኣብ ኣድልይን ቀንዲ ነገራትን ክነድህብ ይግባእ ነዚ ብዝያዳ ዝሕግዝ ጾም እዩ።

5. **ጾም ነገራት መጠን ዘለዉና ከም እነመስግን ይገብረና።** ኣብ ሕይወት ኣብ ገለ እዋን ሓጎስ ወይ ደስታ ከምጽእ ይኸእል እዩ። እንተ ኾነ እዚ ሓጎስ ግዝያዊ ክኸውን ይኸእል እዩ ምክንያቱ ነዚ ሓጎስ ዘምጽኣልን ድራግ መስተ ክኸውን ይኸእል እዩ። ጾም ግን ቀዋሚ ሓጎስ እዩ ዝፈጥረልና።

ጸም ሎሚ ኣብ ሕይወት ብዙሓት ሰባት ዳርጋ ተገዲፉ እዩ። ኢየሱስ ነቲ ጊጉይ ኣገባብ ጸም ኮኒንዎ እዩ። ግን ጸም ኣብ ሕይወትን መነባብሮን ጨሪሹ ክተርፍ ወይ ክእለ ኣለዎ ኣይበለን። ንጸም ብመገድናን ከም ዘድልየና ገርና ምስ ሕወትና ኣወሃሂድና ኸንገብሮ ኸሎና ዝያዳ ጥቕሚ ኣለዎ። ቀንዲ ምኽንያት ጸም እዚ ኣብ ዓለም ዘሎ ጸጋ ሓለዋናን ጸግዕናን ክኸውን እምበር ማሕለኻ ወይ ዝኣስረና ክኸውን የብሉን።

ቅ. ዮሐንስ ክሊማኩስ ዝተባህለ ጥቕሚ ጸም ክነግር እንከሎ፡ ጸም ካብ ሕማቕ ትምህርት/ሃረርታን ሓሳብን ደው ክንብል ይሕልወና። ካብ ሕማቕ ሕልምታት ነጻ ይገብረና። ጸም ጸሎትና ጽፋይ፡ ነፍስና ከም እትበርህ፡ ዘስተውዕል ኣእምሮ ሂቡ ካብ መንፈሳዊ ዑረት እንድሕነሉ ኃይሊ ይህበና። ጸም ማዕጾ ጸጸት፡ ሕጉስ ትሕትና፡ ሕጉስ ጣዕሳን መወዳእታ ሕመታ፡ ምኽንያት ሱቕታ፡ ናይ ተኣዘዞ ሓላዊ፡ ኃጢአት ዝድምስስ፡ ኣፍደገ መንግስተ ሰማይ እናበለ ይገልጽ እዎ ኩልና ክንጸውም የተባብዕ።

ጸም ነቲ ኢየሱስ ዝበሎን ኩሎም ኣብ ታሪኽ ዘስተምሃርዎ ኣብ ግምት ኣእቲና ክንርእዮ ከሎና ስለስተ ዝተተሓሓዙ ነገራት ይሕዝ፡

ፍትወት ሥጋ፡ ጸም፡-ሃብቲ ዓለም፡ ጸም ክብረ ዓለም።

ጸም ቅልስ ምዃኑ ጎ.ኢ.ክ. ይገልጸልና ማለት ትብዓት የድሊ፡ ባህጊ እኹል ኣይኮነን። ቀዳማይ ፈተና ኣብ ጸም ሰብ ክርእዮ ምድላይ፡ ኢየሱስ ኣነጺሩ ብሰብ ክትርኣዩ ኢልኩም ጽድቕኹም ከይትገብሩ ተጠንቀቁ ይብለና። ጸምና ዓለቢ ዘልኦ ክኸውን ሰማያዊ ኣቦና ጥራሕ ዝርእዮ ክኸውን የድሊ እምበር ከም ዝጸምና መለኸት ኣይትንፍሑ ይብለና።

ጸምና ዓላማ ዘለዎ ክኸውን ይግባእ ምኽንያቱ ተጋድሎና ንትሓድሶ ንዕርቅን ለውጢ ኣብ ሕይወትና እንተ ዘይኮነ ድኻምና ኮንቱ እዩ ዝኸውን፡ ስለዚ ንቅልስና ንጉዕዞ ጸምና ወሳኒኡ ዓላማና እዩ ዝውስኖ።

ክርስትያን መንንነትና ካብ ካልኦት ዝፈልዩ ኣምላኽ ኣቦና ስለ ዝኾነ እዩ። እዚ ኸኦ እንተ ፈቶኻዮ ወይ እንተ ጸላእካዮ ኣቦ ምዃኑ ኣይተርፎን እዩ። ስለዚ መዓርግና ክብርና ክንፈልጥ ኣኸቢድና ክንርእዮ ክንግምቶ ኩሎም ሓዋርያትን ቅዱሳንን ብፍሉይ ኣብዚ ጸም ክንሓስበሉ እዎ እሙናት ኮና ክንርከብ የድሊ። ቅ. ጳውሎስ ብክርስቶስ ሓራ ወጺኦ ኢና ይብለና ስለዚ ደቂ ኣምላኽ ስለ ዝኾነ ኣምላኽ ኣፍቂሩና እዩ። ስለዚ ኣምላኽ ስለ ዘፍቀረና ከምድላይና ኸንገብር ዘይኮነ ንድላይ ኣምላኽ ክንገብር ኣሎና/ ጸም እምብኣር ከም ቀይዲ ኮይኑ ንድላይ ኣምላኽ ጽን ኢልና ክንፍጽዎ ብሩህ መገዲ ይኸፍተልና። ቅልስና ኣብ ጸም እዚ እዩ።

ኣምላክ ካቦና ዝደልዮ ክብርና ክንሕሉ ላዕለዎይ ሓርነትና ክንሕሉ እዚ ክንሕሉ ክንዕጠቕ ክንጽዕር እምበር ኣዕሪፍካ ዝርከብ ኣይኮነን። ብግዳማዊ መገዲ ዝንበር ክርስትና ምዉት እዩ። ክንበራበር እዎ ብኹሉ ተቐይሮና ብርሃን ክርስቶስ ክበርሃልና ሎሚ እውን ንጽዓር።

ኣብ ኢዮኤል ነብይ 2:12-18 እንተ ኣንበብና ብጸም ገርና ኣብ ኣምላኽ ክንምለስ ከም ዘሎና ዝዕድም ቃል ንሰምዕ። ኣምላኽ ኣብኡ ክንምለስ ይጽበየና። ሕጂ እውን ብጸምን ብብኸያትን ብቑዝማን ብምሉእ ልብኹም ተመለሱ. . . ንሱ ንኹራ ደንጓዩ ብምሕረት ከኦ ምሉእ ኣብኡ ተመለሱ ይብል። ከም ፈቃር ኣቦ መጠን ኣብኡ ክንምለስ እንተ መረጽና እንተ ተመለስና ንሱ ክቕበለና ስንድው እዩ። ብሓቂ ኣብኡ ክንምለስ እንተ ኾና እምብኣር ካብ ልቢ ዝነቐለ ጸምን ንስሓን ክንገብር ኣሎና።

ጀስማርያ ኤስክራቫ ዝተባህለ ጽኑዕ ጾም ንሱሓን ካብ ኩሉ ንአምላኽ ዘሓጉስ እዩ ይብሉና። ንክርስቲያን ጾም ንሃይማኖታዊ ክብደት ክተጉድል ኢልካ፣ መግንጣና ክጸብብ ኢልና እንገብር ኣይኮነን ወላ እኳ ብምጻምና ከምኡ ዝሕግዝ እንተ ኾነ።

ጾም መንፈሳዊ ርእሰ ምቕጻዕ ወይ ኣብ መስመር ክትኣቱ ኢልካ ንርእስኻ ክትቆጻጽር ኢልካ እትገብር እዩ። እዚ ኸኣ ኣብ አምላክ ክንውከል ከም ዘሎና ክንሓስብ ዝሕግዝና እዩ። ብገዛእ ፍቓድና ክንጠሚ ንገብር እዚ ኸኣ ነቲ ሓቀኛ መንፈሳዊ ጥመት ክነስተብህል ምእንቲ እዩ። ዝዓመቐ መንፈሳዊ ጥመት ንነፍሲ ወዲ ሰብ ምእንቲ ሰላምን ሓጎስን ምስ አምላኽ ሓደነት ዘምጽእ ጥራሕ እዩ።

ካልእ እንጾም ምኽንያት ንስምዒታትናን ድለታትናን ክነህድእን ክንቆጻጸርን ኢና። ከብድና ክንቆጻጸር እንተ ዘይከኣልና ከመይ ገርና ነቲ ዘሎና ህርፋን፣ ደስታ፣ ገንዘብ፣ ስልጣን ክንቆጻጸር ንኽእል። ነዚ ኣብ ዘመና ዝርከብ ዘሎ ክፉእ ሰይጣናዊ ባህሊ ክንሓስብ ከንከሎና ነቲ መድኃኒ ኢ.ክ. ዝበለና ንዘክር እዚ ርኹስ መንፈስ ብጸሎትን ጾምን እንተ ዘይኮነ ኣይወጽእን እዩ (ማር 9፡ 29) ይብሉና። ጾም ካብ ምልኪ ሰይጣን ነጻ ገሩ ሓርነት ይእውጃልና።

ጾም ንልብና ንፍቕርን ርሕራሕን ክፋት ይገብር። ኢሳያስ ነብይ ሓቀኛ ጾም ከመይ ዝበለ ከም ዝኾነ ኽገልጽ እንከሎ፡ እቲ ኣነ ዝፈትዎ ጾምሲ እዚ ዝስዕብ እዩ። ንማእሰርቲ እኮይ ምፍታሕ ነርዑት ባርነት ምዝላቕ፣ ንጥቕዓት ምውጻዕ ሓራ፣ አርዑት ባርነት ዘበለ ኹሉ ምስባር፣ እንጌራኹም ንጥሙይ ምምቃል፣ ነቶም ዝተሰዱ ድኻታት ኣብ ቤትኩም ምቕባል፣ ዕሩቕ እንተ ረኣኹም ምኽዳን፣ ንዘመድኩም ካብ ምሕጋዝ ዘይምሕባእ እዩ። እዘን ቃላት ቅድሚ ኣሸሓት ዓመታት ዝተባህላ እየን እንተ ኾነ ሎሚ እውን ሕያው ኮይነን ንአና እውን የስምዓ እየን። ኢየሱስ ብቐሉን ብግብሩን ነዚ እዩ ደጊሙን ሰቢኹን ብግብሪ አርእዩን። ንሕና እውን ነዚኣን ኣብ ግብሪ ክነውዕል እንከሎና ጥራሕ ኢና ኣብ መንፈስ ጾም ኣሎና ክንብል እንኽእል። እዚ ልዕሊ ጾምን ካብ ኩሉ ምኽልካልን እዩ።

እቲ ዝበለጸን ኣድላይን ኣብ ፍቕሪን ርሕራሔን መሰረት ገርካ ነቶም ኣብ ስእነትን ጭንቅን ዝርከቡ ምሕጋዝን ንዝኾነ ሰብ ብኣኽብርትን ብምሉእ መሰልን ምሕጋዝ እዩ። ሽዑ ብርሃነይ ከም ፀሓይ ንግሆ ኹይኑ ኹብርሃልኩም ምሕዋይኩም ቐልጢፉ ኺመጽእ እዩ። ካብ እንታይ ምሕዋይ? ካብቲ ብኃጢኣት ዝወደቕናዮ፣ ዘጎደልናዮ ፍቕርን ሓላፍነትን ኣብ ጉዕዞ ሕይወትናን ርክብናን፣ ቍስሊ ትዕቢትናን ኣምሰሉነትና ሓሳዊ እምነትናን።

እዚ ኹሉ ምስ ገበርና ሽዑ ብኽያትኩም ጸሎትኩም ክምልሰልኩም እዩ። ሽዑ ክትጽውዑ ኣነ ኸኣ ኽምልሰልኩም፣ ክተእውዩ ኣነ ድማ እኔኹ ኽብለኩም እየ ይብሉና።

አብዚ እንኣትዎ ዘሎና ጾም አምላኽ ከመይ ገሩ ክርእየና ንደሊ? ንመጻዋዕታ አምላኽ ነሓዋተይን ኣሓተይን ኣብ ምሕጋዝ ከመይ ኢላ እምልሶ ኣሎኹ እናበልና ንርእስና ክንውጥር የድሊ። ኣብዚ እንነብር ዓለም ከፍትኑና ዝጽዕሩ ጸላእቲ አለዉና፣ ሓደ ካብቲ ቀንዲ ሥጋና ከይተዛረበ ብሕጊ መንፈስ ከይንምራሕ ዝኽልክል ሕሱም ጸላኢና እዩ። ካብ ሥጋና ዝበርትዑ ክልተ መናፍስቲ አለዉ እዚኣቶም ከአ ሃብቲ ዓለምን ክብሪ ዓለምን (ወይ ትዕቢት ኩርዓት)እዮም። ተጋድሎና ጾምና ነዚኣም ምሽናፍ እዩ።

ሥጋና ክንሓልየሉ እንተ ደለና ክንመርሖ ኣሎና። ዝደልዮ ነገር እንተ ሃብናዮ ንርእሱ እዩ ዝጎድእ። ኣብዚ ቅዱስ ጾም እምብአር ንሥጋና ክንመርሖ ካብቲ ዝተፈላለየ ሸውሃታቱ ክንዓግቶ ዓቢ መንፈሳዊ ቅልስ የድልየና።

እምብአር ጾምና ፍረ ዘልኦ ኣብ ቅድሚ ኣምላኽ ቅቡል ክኾነልና ኣብ ሕይወትና ኣቲና ክንዕርዮ ዘሎና ኣለሊና ኣብ ምዕራይ ክንኣቱ ኣሎና። ሰብ ሎሚ ርእሱ ምርኣይ ጸጊምዎ ቀልባዕባዕ ክብል ይነብር ኣሎ። እስከ ጊዜ ንውሰድ ንርእስና ጽን ንበል፤ ኣምላኽ ካባይ ክዕርዮ ዝደልየኒ እንታይ ኣሎ ኢልና እስከ ንርእስና ንሕተት፤ እዚ ርክብ ምስ ሰባት ዘሎና ክኸውን ይኽእል፤ ኣብ ሓዳርና ምስ ደቅና ዘሎና ርክብ፤ ኣብ ጠባያትና፤ ኣብ ኣገልግሎት ቤተ ክርስቲያና፤ ኣብ ቅድስና ነፍሰይ ከመሎኹ ኢልና ክንሓትት ሓጋዝን ትርጉም ዘለዎን ጉዳይ ክኸውን ይኽእል።

ኣብ ቅድሚ ኣምላኽ ተመሊስና ኦ ሰማያዊ አቦ ኣብ ቅድሚ ሰማይን ኣብ ቅድመኻን ኃጢአት ዝገበርኩ ደጊም ወድኻ ንልካ ክብሃል ኣይበቓዕን እየ ከም ሓደ ኻብ ገላውኻ ግበረኒ እናበልና ጉዕዞ ንስሓን ምምላስን ተተሓሒዝና ንሓዞ።

አደና ንዝኾነ ማርያም ጸግዕና ገርና ንድላይ ወዳ ክንፍጽም እሞ ደቃን ደቂ ወዳን ክንከውን ለምንልና እናበልና ጾምና ምስ ማርያም ኮና ንጀምሮ። አሰንይና ኣብ ጊዜ ድኻምና ንወድኺ ልምንልና ንበላ።

ብሩኽ ጾም ገሩ ነዚ ወሪዱ ዘሎ ተላባዒ ሕማም ይቐንጥጠልና፤ ንሃገርናን ዓለምን ሰላም ምሕረትን ዕርቅን የውርደልና።

ብሩኽ ጾም ይግበረልን።

አባ ንጉሠ ፍሥሓ