የመንፈስ ፍሬ

- ፍቅር
- ደስታ
- ሰላም

ጥናት

ማውጫ ገጽ

1. መግቢያ 1

2. እየሱስን መውደድ............................... 3

3. የእግዚአብሔርን ህዝብ መውደድ 5

4. ባልንጀራን መውደድ 7

5. ይቅርታን መውደድ 9

6. በፍቅር ማገልገልን መውደድ 11

7. በመከራ መደሰት 15

8. በድካም መደሰት.................................. 17

9. በወንጌል መስፋት መደሰት...................... 19

10. በመስጠት መደሰት 21

11. አይምሮህንና ልብህን ጠብቅ.......................24

12. ለዛሬ ኑር 26

13. በእግዚአብሔር ታመን...............................28

14. አትበቀል..30

የመንፈስ ፍሬ

- ፍቅር

ጥናት

እኔ የወይን ግንድ ነኝ

እናንተም ቅርንጫፎች ናችሁ።

ያለ እኔ ምንም ልታደርጉ

አትችሉምና

በእኔ የሚኖር እኔም በእርሱ

እርሱ ፥ ብዙ ፍሬ ያፈራል።

ዮሐ፡ 15፥5

የመንፈስ ቅዱስ ፍሬዎች

መግቢያ

ደቀመዛሙርነት ጉዞ እንጂ የምንና ጉዞአችን ፍጻሜ አይደለም። ያዕቆብ በግልጽ እንዳሰፈረው በሥራ ያልተገለጡ እምነት ሰማያዊው የአምላክ እስትንፋስ እንደሌለው ምድራዊ ሙት አካል ነው። የምንና ጉዞአችን ፍሬ የሚገለጠው በዕለት ተዕለት ኑሮአችን ሲሆን አንዱ የመገለጫ መንገዱ ባሕሪያችን ነው። ጌታ ኢየሱስ በዮሐንስ ወንጌል ላይ እንደተናገረው በእርሱ ብንኖር ፍሬን በራሳችንና በሌሎች ሕይወት እንደምናፈራ ተናግሯል።

(ዮሐ.15-1-5)

ጽድቅ በእምነት ቢሆን የመንፈስ ቅዱስ ፍሬ በሕይወታችን የሚታየው ግን ያወቅነውንና ያመነውን በመንፈስ ቅዱስ ኃይል ስንኖረው ነው። ደቀመዝሙርነታችን የሚታወቀው በወገኖችና በማያምኑ መካከል ስንኖር በሚገለጠው ለጌታ ባለን ፍቅራችንና እርስ በርስ በመቀባበላችን ነው። ታዲያ ኑሮን ቆም ብሎ መፈተሽ ከከንቱ ሩጫና ፍሬ አልባ ሕይወት ስለሚታደገንና አቅጣጫችንን ስለሚያቀና ገላትያን 5፥22 ላይ የተዘረዘሩትን የመንፈስ ቅዱስ ፍሬዎችን ተንተርሰን ይህንን የመጽሐፍ ቅዱስ ጥናት አዘጋጅተናል።

ከጥናቱ በፊት በውይይት ወቅትና በኋላ በጸሎት መትጋት እርምጃ መውሰድና ራስን ለመንፈስ ቅዱስ በሙላት ማስገዛት እነዚህን ፍሬዎች እንድናፈራ ያግዘናል።ሰው ሁሉ ነገር ቀርቶበት ከጌታ ጋር ግን የሰመረ ሕይወት ካለው ታድሏል ። ምክንያቱም በላይ በሰማይ ሀብት አከማችቷልና። አንድ ባለፀጋ ወንድም ስለአንድ መንፈሳዊ ወንድም ሲናገር እንዲህ አለ። “እኔ ስሞት ሐብቴን ጥዬው እሄዳለሁ ይሄ መንፈሳዊ ወንድም ሲሞት ግን ወደአከማቸው ሐብቱ ይጓዛል።”

በገላቲያን 5፥22-23 የተገለፁትን የመንፈስ ቅዱስ ፍሬዎች ይገለጡ ዘንድ የተጻፈላቸው ሰዎች በራስ ጥረት ደህንነትን ለማግኘት የወደዱ ሲሆን ጳውሎስ ግን አካሄዳቸውን ከመንፈስ ቅዱስ ጋር አስማምተው ፍሬ በማፍራት የሥጋን እርነት እንዲነፍጉት የሚያበረታታ ነው።

ጥናት አንድ

ኢየሱስን መውደድ

የምንባብ ክፍል ሉቃስ 7፡36-50

መግቢያ፡- ለክርስቶስ ያለህን ፍቅር መዝነህ ታውቃለህ? ምን ያህል ሆኖ አገኘኸው/ሽው?
በዛሬው ጥናት ለጌታችን ለእየሱስ ክርስቶስ ያለን ፍቅር ምን ያህል እንደሆነ እንመረምራለን፣ እንዲሁም ይህንን ፍቅር ቦታና ሁኔታ ሳንለይ ልናሳይ እንደሚገባን እናጠናለን።

ዓላማ ፡- ምንም እንኳን በሰዎች ዘንድ የሚያስከፍለን ዋጋ ቢኖርም ለጌታ ያለን ፍቅር በምንም ሊለወጥ እንደማይገባ ለመረዳት።

1. እስቲ ልጆቹን ወይም የትዳር ጓደኛውን በልዩ መንገድ የሚወድ ሰውን አስብ። በሰውዬው ላይ ያየኸው የባህሪና የተግባር ለውጥ ምን እንደነበረ ግለፅ?

2. በዚህ ምንባብ የተገለጠውን ታሪክ እንዴት አድርገህ ልትገልጽ ትችላለህ? በክፍሉ የተጠቀሰውን በመመልከት።

   ስለቦታው ?
   ስለሁኔታው ?
   ስለሰዎቹ ?

3. በምን አይነት መንገድ ነው ሴቲቱ ለጌታ ያላትን ታላቅ ፍቅር የገለጸችው (7፡36-38)?

4. ራስህን በዚያ በጠረጴዛ ዙሪያ ከደቀመዛሙርቱ ጋር አስቀምጥና ሴትየዋ በዚያ የራት ግብዣ መሀል ጣልቃ ብትገባ ምን ይሰማሀል?

5. ለምን ይመስልሃል የሴትየዋ ድርጊት ፈሪሣዊው ስምዖንን ደስ ያላሰኘበት ምክንያት (7፡39) ?

6. በአሁኑ ዘመን ለጌታ ያለንን ታላቅ ፍቅር በእንዴት ያለ ሁኔታ መግለጽ እንችላለን ?

7. ይህቺ ሴት ለጌታ ያላትን ታላቅ ፍቅር በሕዝብ ፊት በመግለጿ ያስከፈላት ዋጋ ምንድነው?

   - አንተስ ለጌታ ያለህን ፍቅር ለመግለጽ ብትነሣ ምን ያስከፍልህ ይመስልሀል?

8. ጌታ የስምዖንንና የሴቲቱን አቀባበል በእንዴት ያለ ሁኔታ ነው ያወዳደረው (7፡44-46) ?

9. ጌታን እጅግ ስለመውደድና ጥቂት ስለመውደድ የተናገረበት ምክንያት ምንድነው? (7፡47) በዚሁ መሠረት እጅግ መውደድ ሲል ምን ማለቱ ነው?

10. ለጌታ ያላትን ፍቅር ሰው ምን ይለኛል ብላ ሳትፈራ በእምነት በመፈጸሟ ይህቺ ሴት ያተረፈችው በረከት ምንድነው? (7፡48-50)

11. ምንም እንኳን ስምዖን ጌታን በቤቱ ጋብዞ የተቀበለው ሰው ቢሆንም፣ለጌታ የነበረው ፍቅር የሴቲቱን ያህል ብዙ አልነበረም። ለዚህ ሰው ጌታን በብዙ እንዳይወድ እንቅፋት ማነቆ የሆነበት ነገር ምንድነው?

    - ጌታን ደስ እንዳናሰኝ ማነቆ የሚሆንብን ነገር ምን ይመስልሐል?

12. ከቁጥር 7፡44-46 ያለውን በማንበብ፣ ጌታ ከስምዖን ይልቅ ኃጢያተኛይቱ ሴት እንደምትወደው በምን አወቀ? ሰውስ ጌታን መውደዱ በምን ይታወቃል ትላለህ?

13. ራስህን ከማን ጋር ታመሣስላለህ?

    - ስምዖን በሚያውቀው ወግ የታሠረና የተለመዱ ግብዣ ያደረገ?
    - ሴቲቱ በይሉኝታ ሳትታሰር ሳትቆጠብ በሁለንተናዋ ፍቅሯን የገለጠች?

ጥናት ሁለት

የእግዚአብሔርን ህዝብ መውደድ

የምንባብ ክፍል ዮሐንስ 13፡1-17

መግቢያ፡- ይህ ጥናት የእግዚአብሔር ሕዝብ እርስ በእርስ እጅግ መዋደድ እንደሚገባው እንዲሁም ይህ ፍቅር የሚገለጥበት መንገድ ምን እንደሆነ የምናጠናበት ይሆናል።ጥናቱ የሚመሠረተው በዮሐንስ ወንጌል 13፡1-17 ኢየሱስ ያደረገውንና የሰጠውን ትዕዛዝ በመመልከት ይሆናል።

ዓላማ ፡- ክርስቶስ የተወልንን የፍቅርና የትህትናን ምሳሌ ተከትለን ሌሎችን እንዴት በፍቅር ማገልገል እንደምንችል ለመረዳት ።

2. አንዳንድ ሰዎችን በፍቅር ለማገልገል አስቸጋሪ ሆኖብህ ያውቃል?

3. ለምን ይመስልሃል አንዳንድ ሰዎችን በፍቅር ለማገልገል አስቸጋሪ የሚሆንብህ?

4. (13፡1-3) በመመርኮዝ ጌታ የሚያውቃቸው ሁለት ነገሮች ምንድናቸው?

5. ጌታን ድንገት ከእራት ያስነሳው ምክንያት ምንድነው?

6. ራስህን በዚህ ስፍራ ብታደርግና ጌታ እግርህን ሊያጥብ ቢነሳ ምን የምታደርግ ይመስልሀል?

7. በአይሁድ ባህል እግር የሚያጥቡ ሴቶች፣ ልጆች፣ የአሕዛብ ባሪያዎች ናቸው። ሌላው ቀርቶ አይሁዳዊ ባሪያ እንኳን እግር አያጥብም። በዚህ አንፃር ስትመለከተው የክርስቶስ ድርጊት ምን ያስተምረናል?

8. በክርስቶስና በጴጥሮስ የነበረውን ንግግር ተመልከት። (13፡6-10) ለምን ነበር ጴጥሮስ የክርስቶስን አገልግሎት ለመቀበል አስቸጋሪ የሆነበት?

9. ጴጥሮስ ለነበረው የእግር ማጠብ ግንዛቤ ጌታ የሠጠውን መልስ ስትመለከት፣ የክርስቶስ እግር ማጠብ በምን ላይ ያተኮረ ይመስልሀል? (13፡8-10)

10. ጌታ “ እኔ ለእናንተ እንዳደረግሁ እናንተም ታደርጉ ዘንድ ምሳሌ ሰጥቻችኋለሁና” ብሎ ተናገረ (13፡15)። እንዴት ነው እኛ ይሄን ምሣሌ ተግባራዊ የምናደርገው? ምሳሌዎችን ስጥ።

11. ለምን ይመስልሀል ጌታ “ይህን ብታውቁ ብታደርጉትም ብፁአን ናችሁ” ብሎ መናገር ያስፈለገው?

12. ጌታ ይሁዳ አሳልፎ እንዲሰጠው እያወቀ የእሱንም እግር አጠበ። በዚህ እውነት መሠረት እግር ማጠብ የማንን ጭምር እንደሆነ ያስገነዝበናል?

13. እየሱስ መምህርና ጌታ ከመሆኑም በላይ (13፡13) ፣ አብ ሁሉን በእጁ የሰጠውን ወደ እ/ርም ሄደ የሚከብር ሆኖ ሳለ በሁሉ ከእርሱ የሚያንሱትን ደቀመዘሙርት ዝቅ ብሎ ጥኋል። ይህ እውነት ምን አይነት ሰዎችን መውደድና ማገልገል እንዳለብን ያስተምራል ትላለህ?

14. ላገልግላቸው በጣም ያስቸግረኛል ብለህ የምታስባቸውን ሰዎች አስብ። በምን አይነት መንገድ እግራቸውን ልታጥብ (ልታገለግላቸው) እንደምትችል አስብና ይህን የጌታ ታላቅ ምሳሌነት ተግባራዊ ለማድረግ ሞክር።

<u>ጥናት ሶስት</u>

<u>ባልንጀራን መውደድ</u>

የምንባብ ክፍል ፦ሉቃስ 10፡25-37

መግቢያ፦ባልንጀራዬ ማነው ብለህ አስበህ ታውቃለህ? በዚህ ጥናት ውስጥ ባልንጀራችንን ምን ያህል እና እንዴት አድርገን መውደድ እንዳለብን እንመለከታለን።

ዓላማ፦ ባልንጀራችን ማን እንደሆነ አውቀን ፍቅራችን በስራ እንዴት ልንገልጽ እንደምንችል ለመገንዘብ።

1. ከዚህ ቀደም አይተኸው በማታውቀው ሠው ዕርዳታ ብትጠይቅ መልስህ ምን የሚሆን ይመስልሀል?

2. በቁጥር 10፡25 እና 29 ላይ የህግ አዋቂው ሰው ጌታን የጠየቀው ሁለት ጥያቄዎች ምንድናቸው?

   - ጥያቄዎቹ ስለሰውየው ምንን ይገልፃሉ?

3. እነዚህ የህግ አዋቂዎች በህዝቡ ዘንድ የተከበሩና የተፈሩ ናቸው። ለምን ይመስልሃል በቁጥር 29 ላይ ራሱን ሊያፀድቅ የፈለገበት ምክንያት?

4. ጌታ ከሰጠው ከሳምራዊ ምሳሌ በመነሳት የተደበደበው ሰው ሁኔታ እንዴት ነበር ? (በሌቦች ከተዘረፈ በኋላ (10፡30)

5. ሌዋዊውና ካህኑ አልፈው በሌላ መንገድ የሄዱት ለምንድን ነው (10፡31-32)?

6. አንዳንድ ጊዜ ሰዎችን በችግራቸው ጊዜ አይተን እንዳለየን አይተን የምንሄድበት ሁኔታ ይኖር ይሆን? ካለ ምክንያቱ ለምን ይመስልሀል?

   - ሰዎችን በችግራቸው ጊዜ ላለመድረስ እነዚህ ምክንያቶች በቂ ናቸው ብለህ ታስባለህ?

7. ይህ ሳምራዊው ሰው የተጣለውን ሰው ለመርዳት ሲል የከፈለው ዋጋ ምን ይመስልሃል? (በገንዘብ, በጊዜ,በህይወቱ ወዘተ... አንፃር ሲታይ)

8. ሳምራዊው የከፈለው ሁለት ዲናር በዚያን ዘመን የሁለት ቀን ደሞዝ ሲሆን፣ አንድን ሰው በመለስተኛ ሆቴል ሁለት ወር ሊያቆየው ይችላል። ይሄ ሳምራዊ ሠው በማግስቱ ጉዞውን ከመቀጠሉ አስቀድሞ ያደረገው ምንድነው (10፡35)

   - ይህ ስለ ሳምራዊው ፍቅር ምን ያሳየናል?

9. ሳምራዊያን በአይሁድ የተጠሉ መሆኑን እያወቀ ለምንድነው ጌታ ባልንጀራን ስለመውደድ ሳምራዊውን ምሳሌ በማድረግ ለመናገር የፈለገው? (ምሳሌ ዮሐ.4፥9ን ተመልከት)

10. .ልክ እንደዚህ ህግ አዋቂ ጌታ ወዳንተ ቢመጣ፣ የየትኛውን ዘርና ኃይማኖት አንስቶ ይሆን ምሣሌ የሚሠጥህ ባልንጀራን ስለመውደድ?

11. . ይሄን ክፍል ከተመለከትክ በኋላ ያንተ ባልንጀራ ማን እንደሆነ ብትጠይቅ መልስህ ምን ይሆናል?

12. . ለዚህ ሰው ባልንጀራ ለመሆን ብትፈልግ ምን ዋጋ የሚያስከፍልህ ይመስልሀል?

13. አይሁዳዊያኖች ሳምራዊያንን የረከሱ ናቸው ብለው ይንቋቸው ነበር። ሆኖም ግን ሳምራዊው የሚንቀውን ሰው በነፍስ ደርሶለታል። በዚህ መሰረት ባልንጀራ የሚባለው እንዴት ያለው ሰው ነው?

    - ለሚንቁንንና ለሚያንቋሽሹንን ሰዎች እንዴት አድርገን ነው ፍቅራችንን የምንገልፀው?

14. እስቲ በሚቀጥለው ሳምንት ብዙ ጊዜ የተረሳ ነው ብለህ የምታስበውን ሰው አስብ። እንዴት አድርገህ ለዚህ ሰው ባልንጀራ የምትሆንበትን መንገድ ፈልግና ፍቅርህን እንደ ሳምራዊው ሰው ለመግለፅ ሞክር?

ጥናት አራት

ይቅርታን መውደድ

የምንባብ ክፍል ማት፡18፡21-25

መግቢያ ፡- የዛሬው ጥናታችን የሚያተኩረው ይቅርታን በማድረግ እና ይቅርታ ማድረግን በመውደድ ላይ ነው። ይቅርታ ማድረግ ይቅርታ የተደረገለት ሰው ባህሪይ ሊሆን እንደሚገባ እናጠናለን።

ዓላማ፡- የተደረገልንን ታላቅ ምህረት ተመልክተን ሌሎችንም ለመማር ሁሌ ፈቃደኛና ዝግጁ ልንሆን እንደሚገባን ለመረዳት።

1. *ይቅርታ ባለማድረግ የመራራነት ስር በቅሎ በዚህ ምክንያት ብዙ ጠንቅ ውስጥ የገባ ሰው ወይም የአንተ ታሪክ ካለ ለህብረቱ አካፍል።*

2. *በአይሁድ ባህል አንድ ሰው አንድ, ሁለቴ ወይም ሶስት ጊዜ ቢበድልህ ማረው ግን በአራተኛ ጊዜ ግን አትማረው የሚል አባባል አለ። በዚሁ አባባል ላይ በመመርኮዝ (በቁጥር 21 መሠረት) ጴጥሮስ ስለይቅርታ ያለው አመለካከት እንዴት ነው?*

3. *ከክርስቶስ አመላለስ የሚያስደንቅህ ነገር ምንድነው? (18፡23)?*

4. *ክርስቶስ (18፡23-26) በተናገረው ምሳሌ ላይ አገልጋዩ ጌታው ዕዳውን ሊረከብ ሲመጣ ምን ብሎ ነው የለመነው? (አገልጋዩ ያለበት ዕዳ በአሁኑ ዘመን አሥር ሚሊዮን ብር ይሆናል)*

5. *ጌታው ለባሪያው ያደረገው ሶስት ነገሮች ምንድናቸው (18፡27)?*

   - *እነዚህን ሶስት ነጥቦች እግዚአብሔር ለኛ ከሚያደርገው ነገር እንዴት ይመሳሰላሉ?*

6. *ይቅርታ ያገኘው አገልጋይ ያደረገው ምንድነው(18፡28-30)?*

7. *መቶ ዲናር በአሁኑ ጊዜ ሀያ የአሜሪካ ብር ማለት ነው። የሁለቱን ዕዳ ጌታ ማነጻጸሩ ምን ሊያስተምረን የፈለገ ይመስልሃል?*

8. *ለምን ይመስልሀል አገልጋዩ የሱ ትልቅ ዕዳ ተትቶለት የሌላውን አገልጋይ ዕዳ ሊምረው ያልቻለበት ምክንያት?*

9. *ጌታው አገልጋዩ ያደረገውን ከሰማ በኋላ የወሰደው እርምጃ ምን ነበር?*

10. *ለምን ይመስልሃል ሌሎችን ይቅር ባለማለታችን ምክንያት የጌታ ቅጣት ከባድ የሚሆነው (18፡35)?*

11. *እኛስ ይቅር ባለማለታችን በወህኒ አሣልፈን የምንሰጠው በእንዴት አይነት ሁኔታ ነው?*

12. *ከዚህ ክፍል እንደተመለከትነው ይቅር ላለማለት ምርጫ የለንም። ስለዚህ በጣም የተጎዳህበትና ይቅር ለማለት የተቸገርክበት ሰው ካለ የዛሬው ጥናት ምን እንድታደርግ ያስገነዝብሃል?*

13. *በጥናቱ መሠረት ብዙ ዕዳው እንደተተወለት ሰው ጌታን ለመታዘዝ ምን እርምጃ ትወስዳለህ?*

ጥናት አምስት

በፍቅር ማገልገልን ውደድ

የምንባብ ክፍል 1 ቆሮንቶስ 13፡1-13

መግቢያ፡- የዛሬው ጥናታችን የሚያተኩረው በፍቅር ሌሎችን እንዴት ማገልገል እንደምንችል ነው።
ምንም አይነት ስጦታ አለፍቅር ከንቱ እንደሆነና እንዴት ስጦታና ፍቅር ሳይነጣጠሉ አንድ ላይ ሊሄዱ እንደሚችሉ እናጠናለን።

ዓላማ ፡- ምንም አይነት ስጦታ ያለፍቅር ከንቱ እንደሆነና እንዴት ሌሎችን በፍቅር ማገልገል እንደምንችል ለመገንዘብ ።

1. የፍቅር ሰው ነው በለህ የምትለውን አንድ ሰው አስታውስ። የፍቅር ሰው ነው እንድትል ያስቻለህ ምክንያቱን ግለፅ።

2. ምን አይነት የመንፈስ ቅዱስ ስጦታዎችን ነው ጳውሎስ የዘረዘረው (13፡1-3)?

3. በጣም መልካምና አስደናቂ ስጦታዎች እንኳን ካለፍቅር ከንቱና የማይጠቅሙ የሚሆኑበት ምክንያት ምንድነው?

4. አንድ አማኝ ከጌታ የተቀበለው ስጦታ ተቀባይነት ያለውና ፍሬያማ እንዲሆን ከፈለገ ሁልጊዜ ራሱን መጠየቅና ማድረግ ያለበት ነገር ምንድነው?

5. በቁጥር 4-7 ጳውሎስ ፍቅር ምን ማለት እንደሆነ ይነግረናል የፍቅር ያልሆኑ ሰባት ባህርያትስ ምንድናቸው? የፍቅር የሆኑ ሰባቱ ባህርያትስ ምንድናቸው?

   - ትርጉማቸውን በዝርዝር ተወያዩበት።

6. በጳውሎስ አባባል መሠረት ለምንድነው ፍቅር የሁሉ በላይ የሆነው (13፡8-13)

7. ለምንድነው ጌታ ሲገለጥ ስጦታዎቹ ሁሉ ፣ ዕውቀትም ሣይቀር የሚሻረው?

8. ከሶስቱ እምነት፣ ተስፋ፣ ፍቅር፣ ውስጥ እንዴት ነው ፍቅር የበላይ የሆነው?

9. ሰው ካለፍቅር ሌሎችን ለማገልገል ቢነሳ ሊያስከትል የሚችለው ውጤት ምን ሊሆን እንደሚችል ግለጽ።

10. በፍቅር ለማገልገል ያስቸግሩኛል የምትላቸውን ሰዎች ካሉህ ለምን ይመስልሐል?

    - እንዴትስ የፍቅርን ግዴታ ልትወጣ ትችላለህ?

11. ስለዚህ በተሰጠህ ስጦታ ሌሎችን በፍቅር ለማገልገል እንድትችል ምን ማድረግ አለብህ?

12. ዕለት በዕለት ሌሎችን በፍቅር ማገልገልህንና አለማገልገልህን እንዴት ልትመዝን ትችላለህ?

የመንፈስ ፍሬ

- ደስታ

ጥናት

ጥናት አንድ

በመከራ መደሰት

የምንባብ ክፍል.ያዕቆብ 1፡1-12

መግቢያ፡- በዚህ ጥናት በያዕቆብ 1፡2-12 አማኞች በመከራ ውስጥ ሲያልፉ ሊኖራቸው የሚገባው ምላሽ፣ መከራው በሕይወታቸው በሚያመጣው መልካም ለውጥ ላይ የተመሠረተ መሆን እንዳለበት እንመለከታለን።

ዓላማ፡- በመከራ ጊዜ እንዴትና መቼና ለምን ደስተኞች መሆን እንዳለብን ለመገንዘብ

1. ደስታ ሰለሚለው ቃል እስቲ ትንሽ ተወያዩበት። እንዴት ነው Joy ከ Happiness የሚለይበት ምክንያት?

2. ልዩ ልዩ ፈተና ሲደርስባችሁ እንደ ሙሉ ደስታ ቁጠሩት ይለናል(1፡1) ። ደስተኞች መሆን ያለብን ምክንያት ለምንድነው?

3. ትዕግስት ወይም መጽናት ስንል ምን ማለት ነው? በአንድ አማኝ ህይወት ውስጥ ለምንድነው ትዕግስት ወይም መጽናት አስፈላጊ የሚሆንበት ምክንያት?

4. ፍፁምነትና ምሉዓን ስንል ምን ማለት ነው (12፡4)? በመከራ ውስጥ ስናልፍ እንዴት ነው ፍፁምነትና ምሉዓልነት በህይወታችን ሊከሰት የሚችለው?

5. ለፈተና (ለመከራ) ያለን አመለካከትና በፈተና ውስጥ የምንወስነው ውሳኔ በህይወታችን ላይ ምን ሊያስከትል ይችላል? ለምን?

6. ፈተና (መከራ) እንዴት ነው የውስጥ ባህሪያችንን ሊገልጽ የሚችለው?

7. ምን አይነት አስቸጋሪ ሁኔታ ነው በህይወቴ ትዕግስትንና መጽናትን አስገኝቶልኛል ብለህ የምትለው?

8. የምናልፍበት ፈተና (መከራ) ለምንድነው የእግዚአብሔርን ጥበብ ይበልጥ እንድንፈልግ የሚያስገድደን ምክንያት?

9. ማን ነው ስለጥበብ እንዲጠይቅ የተመከረው (1፡5-8)

   - እንዴት ነው እግዚአብሔር ስንለምነው መልስን የሚሰጠው ?
   - ስንጠይቅስ ማስወገድ ያለብን ነገር ምንድነው (6-8)? ለምን?

10. በፈተናና በመጽናት ውስጥ ለምንድነው ያዕቆብ ሐብታምና ደሀን ለማነፃፀር የፈለገበት ምክንያት?

11. በፈተና ውስጥ ስታልፍ ልትደሰት የሚያስፈልግህ ዋነኛው ምክንያት ምንድነው?

12. በፈተና ውስጥ ለሚፀኑ የሚጠብቃቸው የተሰጠው ተስፋ ምንድነው (1፡12)? ምን ማለት ነው የህይወት አክሊል?

13. በያቆብ 1፡1-12 ባለው በፈተና ጊዜ እንድንደሰት ይመክረናል። ሆኖም ግን ከቁጥር 13-15 ያለው ክፍል ስለሌላ አይነት ፈተና ይነግረናል።በየትኛው አይነት ፈተና ነው ደስ መሰኘት ያለብን? የፈተናዎቹስ ልዩነት ምንድነው?

14. ይሄ የሚጠብቅህ የጌታ ተስፋ የሚደርስብህን ልዩ ልዩ ፈተና በደስታ እንድትወጣው እንዴት ሊረዳህ ይችላል?

ጥናት ሁለት

በድካምህ መደሰት /ተስፋ አትቁረጥ

የምንባብ ክፍል- 2ቆሮንቶስ 12፥1-10

መግቢያ፡-_በዚህ ጥናት ውስጥ በድካማችን እንኳን ቢሆን እግዚአብሔር በእኛ ኃይሉን ስለሚገልጽ ስንደክም ተስፋ መቁረጥ እንደሌለብን እንመለከታለን።

ዓላማ፡-በድካማችን ኃይሉ የሚገልጥ ጌታ ሰለአለን ተስፋ መቁረጥ እንደሌለብን ለመገንዘብ።

1. የእግዚአብሔር ኃይል በሰዎች ህይወት ውስጥ ይገለጣል ብለህ የምታስበው መቼ ነው?

2. ጳውሎስ ለተቃሚዎቹ መልስ ለመስጠት ስለሚመካበት ነገር ይናገራል። ትምክህቱን በምን አይነት መንገድ ነው የገለጸው (12፥1-6)?

3. ሰውን በክርስቶስ አውቃለሁ ብሎ ስለራሱ ጳውሎስ የተናገረው (እኔ ማለት ሲችል) ለምን ይመስልሀል(12፥2)?

4. ጳውሎስ በሦስተኛ ሰማይ መገለጥ ለምንድነው በግልጽ መናገር ያልፈለገበት ምክንያት (በሚስጥር መያዙ)12፥5-6?

   - በአሁኑ ጊዜ ሰዎች በእኛ ላይ የተሳሳተ አስተያየት እንዳይኖራቸው ከምን መቆጠብ ያለብን ይመስልሀል?

5. ለምንድነው ጳውሎስ የስጋ መውጊያ ተሰጠኝ የሚለው (12፥7)?

6. የተሰጠን መውጊያ ከእግዚአብሔር መሆኑንና አለመሆኑን ለማወቅ ምን ማድረግ አለብን(12፥9)?

7. እግዚአብሔር መውጊያውን ከጳውሎስ ላይ ሊያነሳ ያልፈለገበት ምክንያት ምንድነው(12፥9)?

8. ብዙ ጊዜ የኛ ፍላጎት በችግራችን ጊዜ የእግዚአብሔር ኃይል ወዲያውኑ ተገልጦ ነፃ እንድንወጣ ነው የምንፈልገው። አንዳንድ ጊዜ ለምን ይመስልሃል እግዚአብሔር በድካማችን ውስጥ እግዜአብሔር ኃይሉን በቶሎ የማይገልፀው?

9. ምን አይነት የተለያዩ ውጊያዎች ይመስሉሀል በህይወታችን ሊገጥሙን የሚችሉት?

10. እንዴት ነው በችግርና ከባድ በምትለው ሁኔታ ውስጥ የእግዚአብሔርን ኃይል ተለማመድኩ የምትለው?

11. ምን አይነት ውጊያ ነው አሁን በህይወትህ እያስቸገረህ ያለው?

12. በድካምህ መደሰት እንድትችል የዛሬው ጥናት ምን ያስተምርሃል?

   - በድካምህ የእግዚአብሔር ኃይል እንዲገለጥ ከአሁን በኋላ ምን ማድረግ ያለብህ ይመስልሀል?

ጥናት ሶስት

“ በወንጌል መስፋት መደሰት”

የምንባብ ክፍል ፊልጵስዩስ 1፡3-26

መግቢያ፡-በዚህ ጥናት በፊልጵስዩስ 1፡3-26 መሠረት የሕይወታችን አበይት ግብ በምንም ዓይነት ሁኔታ ውስጥ ወንጌልን ለሌሎች ማዳረስና ወንጌልም ለሁሉ በመድረሱ መደሰት እንደሆነ እንመለከታለን።

ዓላማ፡- የኛ የሕይወታችን ዋናው መሠረታዊ ደስታ የወንጌል መስፋፋት መሆኑን በመረዳት ለዚህ የተቀደሰ ተግባር እንዴት መነሳሳት እንዳለብን ለመገንዘብ።

1. በጣም አስፈሪና አስቸጋሪ ሁኔታ ውስጥ ሆነህ ፍፁም ደስታ ተሰምቶህ ያውቃል? እንዴት?

2. በቁጥር 7,12-14 እና 22 መሠረት ጳውሎስ ተስፋ መቁረጥ፥ ማዘን፥ መጨነቅ ይችል ነበር ብለህ የምታስበውን ግለፅ።

3. በዚህ አስቸጋሪና አደገኛ ሁኔታ ውስጥ እያለ ለምንድነው ጳውሎስ ደስተኛ የሆነበት ምክንያት?

4. ብዙ ጊዜ ደስ የሚለን ነገሮች ሲሳኩና የጠበቅነው ነገር ሲሞላልን ነው። በዚህ ክፍል ውስጥ ግን የጳውሎስ ደስታ በምን ላይ የተመሠርተ ነው?

5. ራስህን በጳውሎስ ቦታ አድርግና በሰንሰለት ታስረህ፣ በወታደር እየተጠበቅህ፣ ፍርድህን እየተጠባበቅህ ሳለ የሚሰማህ ስሜት ምን ሊሆን እንደሚችል ግለፅ?

6. ተቃዋሚዎችህ ወንጌል ለምን እንደሚሰብኩና ወንጌልም እየተስፋፋ መሄዱን ብትሰማ ለውጥ ያመጣ ይመስልሀል? ለተሰማህ ስሜት (1፡15-18)?

7. ለጳውሎስ ህይወት ማለት ምንድነው (1፡21-26)?

8. እኛስ በአሁኑ ጊዜ እንደ ጳውሎስ አይነት ህይወት ለመኖር እንችላለን? እንዴት?

9. ጳውሎስ ስለመጨነቅ ይነግረናል (1፡23-24)፣ በአሁኑ ጊዜስ የኛ ጭንቀት ምንድነው?

   - የትኛው ጭንቀት ነው በህይወታችን የጌታን ደስታ የሚያመጣው?

10. ጌታ እና የጌታ ስራ ደስ የሚያሰኘው ሰው መሆን እንድንችል ምን ማድረግ አለብን ትላለህ?

ጥናት አራት

በመስጠት መደሰት

የንባብ ክፍል 2ኛ ቆሮንቶስ. 8-1-15

መግቢያ፡- በዚህ ጥናት እግዚአብሔር ከቸርነቱ ከሰጠን ሁሉ በሙሉ ልባችን መልሰን ለእርሱና ለስራው የመሰጠት ሕይወት ሊኖረን እንደሚገባና ይህን ዓይነት ሕይወት ደግሞ ደስ የሚያሰኝ ሕይወት መሆኑን እንመለከታለን።

ዓላማ፡- መስጠት ምን ማለት እንደሆነና በመስጠታችን ደስተኞች እንዴት ልንሆን እንደሚገባን ለመረዳት

1. ከዚህ ቀደም በፈፀምከው ቸር ስጦታ ፍጹም የሆነ የእግዚአብሔርን ደስታ የተሰማህ ጊዜ ካለ ግለፅ? ለምን?

2. ለመቄዶንያ ቤተ ክርስቲያን ከእግዚአብሔር የተሰጣቸው ፀጋ ምን እንደሆነ ግለጽ(8፡1-4)

3. እነዚህ ሰዎች በመከራቸው ብዙ ደስታ ፣ በድህንነታቸው ታላቅ ልግስና የሚታይባቸው ነበሩ።ዛሬ ከአለነው አማኞች ጋር ስታስተያየው ምን ልዩነት ታያለህ? ለምን?

4. በቁጥር 4-5 መሠረት ከእነዚህ ሰዎች ህይወት ምን ምንን የሚያካትት ነው?

   - "ከእግዚአብሔር ፈቃድ ራሳቸውን ለጌታ ለእኛም ሰጡ" ሲል ምን ማለቱ ነው?

5. በአሁኑ ጊዜ መስጠት ብለን ስናስብ በምን ላይ ብቻ ያተኮረ ይመስልሀል? ለምን?

6. ስጦታውን ብቻ ሳይሆን ራሳችንን ለእግዚአብሔርና ለአገልጋዮቹ መስጠታችን አስፈላጊነቱ ለምን ይመስልሀል?

7. ጌታ ቸር ሰጪ እንደሆነ ተገልጿል(2፡8፡9)። የጌታ ቸርነት የተገለጸው በእንዴት ያለ ሁኔታ ነው?

8. ስለመስጠት ጳውሎስ የሰጠን መመሪያና ምክር ምንድነው? (8፡12-15)

9. በደስታ መስጠትን ከመቄዶንያ ቅዱሳን ተምረናል(2፡2)። ከዛሬው ጥናት በደስታ እንድንሰጥ ስለሚያስችለን ነገር የምንማረው ምንድነው?

10. የመስጠትን ፀጋ ከእግዚአብሔር እንደሚገኝ ማወቅህ(2፡1) በህይወትህ የመስጠት ፀጋ እንዲበዛልህ ምን ማድረግ እንደሚገባህ ይህ ክፍል ምን ያስተምርሀል (8፡4-5)?

11. ከክፍሉ እንደተመለከትነው በደስታ መስጠት አንዱ የደስታ ምንጭ ነው። አንዳንድ ጊዜ ይህንን ደስታ እንዳንለማመደው እንቅፋት የሚሆንብን ነገር ምንድነው?

የመንፈስ ፍሬ

- ሰላም

ጥናት

ጥናት አንድ

አይምሮህንና ልብህን ጠብቅ

የምንባብ ክፍል ፊልጵስዩስ 4፡4-9

መግቢያ፡- በዛሬው ጥናታችን ደስታ በማን እና ከጭንቀት እንዴት እንደምናርፍ እናጠናለን ። እነዚህን የሚያስተናግዱ ልብና አእምሮን በማን ሰላምና በምን ሊሞሉ እንደሚገቡም እናጤናለን።

ዓላማ፡- አእምሮንና ልብን በፀሎት ክቡር በሆኑ ነገራት በመሙላት ሰለምና የሰላም አምላክ አብሮን እንደሚሆን ለመገንዘብ ።

1. ብዙ ጊዜ እንድንፈራና እንድንጨነቅ ከሚያደርጉን ነገሮች ውስጥ አንዳንዱን ጥቀስ? ለምን እንደዚህ የሚሰማን ይመስልሀል?
2. ጳውሎስ በመደጋገም ደስ ይበላችሁ ይለናል(4፡4) ምን ማለት ነው በጌታ ደስ ይበላችሁ ማለት?
3. ጳውሎስ የሚናገረው ደስታ በሁኔታዎች ሁሉ ውስጥ ነው። እንዴት በሁሉ ሁኔታ ውስጥ ደስታ ይገኛል?
4. በጭንቀት ጊዜ ፀሎት የመጀመሪያው የመከላከያ መሣሪያ
   የሚሆነው ለምንድነው (4፡6) ?
5. በፀሎታችን መሀል ለምንድነው አመስጋኞች መሆን ያለብን ምክንያት?
6. ጳውሎስ "የእግዚአብሔርን ሰላም ልባችሁንና አሳባችሁን በክርስቶስ ይጠብቃል" ይለናል(4፡7)። ጳውሎስ ስለእግዚአብሔር ሰላም ሲናገር ከአይምሮና ከልብ ጋር ያገናኘው ለምንድነው?
7. በጭንቀት የሚባዝን አይምሮአችን በምን እንድንሞላው ነው በቁጥር 8 ላይ የታዘዝነው?

- ይህስ ከጭንቀት እንዴት ያሳርፈናል? (አስቡ የሚላቸውን ነጥቦች ከጭንቀት ጋር አነጻጽራቸው።)

8. መልካም የሆነ ሐሳብን በማሰብ ጭንቀትን ወይም ፍርሀትን ለማሸነፍ የምትችልበትን ምሳሌ ስጥ?
9. በቁጥር 9 መሰረት " የሰላም አምላክ " ከእነሱ ጋር የሚሆነው እንዴት ነው ?ስለዚህ ሶስተኛ የጭንቀት መከላከያ መሣሪያችን ምንድነው(4፡9)?
10. የእግዚአብሔርን ሰዎች ምሳሌ በመከተል እንዴት ነው የበለጠ የእግዚአብሔር ሰላም በህይወታችን እየተገለጠ የሚሄደው?
11. የእግዚአብሔርን ሰላም በህይወታችን እንዲገለጥ የሚያደርጉትን ሶስቱን መሠረታዊ እውነቶችን ግልፅ (ቁጥር 6,8,9ን ተመልከቱ)?

- ከነዚህ ከሶስቱ ለማድረግ የምትቸገረው የትኛውን ነው? ለምን?
- እነዚህን ነገሮች ለመፈጸም ምንና እንዴትስ ማድረግ እንደምንችል ግለጽ?

ጥናት ሁለት

“ ለዛሬ ኑር”

የምንባብ ክፍል ማቲዮስ 6፡25-34

መግቢያ፡- በዛሬው ጥናት ለነገ እንዳንጨነቅ ይልቁን የእግዚአብሔርን መንግስትና ጽድቁን እንድንሻ የተሰጠውን የጌታ ትምህርት እንመለከታለን።

ዓላማ፡- ለዛሬ በተሰጠን በመኖር እና ነገን ለጌታ በመተው ውስጥ ያስውን እረፍትና ሰላምን ለመረዳት።

1. ብዙ ጊዜ ስለነገ እንድንጨነቅ ከሚያደርጉን ምክንያቶች አንዳንዱን ግለጽ?

2. ጌታ በግልጽ እንዳንፈራ የተናገረው ስለምንድነው (6፡25,28,31-32)?

3. “ ነፍስ ከመብል ሰውነትም ከልብስ አይበልጥምን” ብሎ ጌታ ሲል ምን ማለቱ ነው(6፡25)?

4. ጌታ ለነገ እንዳንጨነቅ የተጠቀመባቸው ምሳሌዎች ምንድናቸው (6፡26,28)?

   - ምሳሌዎቹ ስለነገ በይበልጥ በእግዚአብሔር ላይ እንድንታመን የሚያደርጉን እንዴት ነው?

5. ስለነገ ዛሬ ስለልብስና ሰለምግብ አንጨነቅ ይሆናል። ሌላ በአሁኑ ጊዜ ስለነገ እንድንጨነቅ የሚያደርጉን ነገሮች ምንድናቸው? ለምን?

6. ስለነገ መጨነቅ ከንቱ እንደሆነ ምን ያስተምረናል(6፡27)

7. ስለነገ መጨነቅ ከንቱ መሆኑን እያወቅን፣ በከንቱ የምንጨነቅበት ምክንያት ለምንድነው?

8. ከአህዛብ የምንለይበት መንገድ ምን እንደሆነ ነው የሚያስተምረን(6፡32)?

9. እኛ ሁልጊዜ ልናስበው ፥ ልንናፍቀው የሚገባን ነገር ምንድነው (6፡33)?

10. ለምንድነው ለዛሬ ለመኖር መወሰን በሰላም እንድንኖር ሊረዳን የሚችልበት ምክንያት(6፡34)?

ጥናት ሰስት

በእግዚአብሔር ታመን

የምንባብ ክፍል መዝሙር 91 1-16

መግቢያ፦ መዝሙር 91 እግዜአብሔር ለሚታመኑበት መሸሸጊያ ፣ መጠጊያ መሆኑን ያበስራል። በዚህ ጥናታችን ጌታ ከአደጋ የሚከልል እና በህይወት ለመኖር ዋስትና መሆኑን እንመለከታለን።

ዓላማ፦ ለዕለት ኑሮአችን እግዜአብሔር የሚታመኑበት ብቸኛ መሸሸጊያ፣ ከለላ እና ታዳጊ መሆኑን ለማስገንዘብ ።

1. በልጅነትህ ዘመን እንዳትሰጋና እንዳትፈራ ያደርጉህ ከነበሩት ትዝታዎች አንዳንዱን ግለፅ? ለምን ነበር?

2. መዝሙረኛው ስለ እግዚአብሔር ጥበቃ ሲናገር የተጠቀመበት ምሣሌ ምንድነው? በዝርዝር ተወያዩበት።

3. እያንዳንዱ የተጠቀመበት ምሳሌ ለምታልፍበት ፍርሃት ወይም መከራ እንዴት ይረዳሀል ስለእግዚአብሔር ጥበቃ ስታስብ?

4. ምን አይነት አደጋዎች ናቸው በክፍሉ ውስጥ የተጠቀሱት?

5. በአሁኑ ጊዜ ከእነዚህ ጋር ተመሳሳይ የሚመስሉ አደጋዎች ምን እንደሆኑ ግለፅ?

6. በእግዚአብሔር ላይ ፍፁም በሚተማመኑ ላይ አደጋ አይደርስባቸውም ብሎ ነው መዝሙረኛው የሚያስተምረን? አብራራ።

7. ሉቃስ 4፡10-11 ይህንኑ የተስፋ ቃል ሰይጣን ክርስቶስን ለመፈተን ተጠቅሞበታል። እንዴት ነው ክርስቶስ የእግዚአብሔርን የተስፋ ቃል ተግባራዊ ያደረገው በሚፈተንበት ጊዜ ?

8. ልዑልን መጠለያ ማድረግ ምን ማለት ነው (91፡9)?

9. እግዚአብሔር መላዕክቱን የሚልክበት ምክንያት ለምንድነው (91፡11-12)?

10. ከ91፡14-16 ያለውን በመመልከት እርሱ በሚለው ቦታ ሁሉ ስምህን እያስገባህ አንብበው።

    - እግዚአብሔር በእንዲህ አይነት መንገድ አንተን መናገሩ ለምታልፍበት ችግር ምን እንዲሰማህ ያደርግሃል?

11. በእግዚአብሔር ሰላም ለመኖር እንድትችል የሚረዳህና በአስፈሪ ሁኔታ ውስጥ ፀንተህ መቆም እንዴት እንደምትችል ይሄ ክፍል ያስተምርሀል?

ጥናት አራት

አትበቀል

የምንባብ ክፍል ሮሜ 12፡17-21

መግቢያ፡- በዛሬው ጥናታችን በቀልን ለጌታ ስለመተው እና ከሰው ሁሉ ጋር በሰላም ስለመሆን የተሰጠውን ወርቃማ ምክር እንመለከታለን።

ዓላማ፡- ክፋትን በመልካም መመለስ እና በቀልን ደግሞ ቅን ፈራጅ ለሆነ ጌታ መተው የአማኝ ባህሪና በሰላም የመኖር ሕይወት እንደሆነ ለመረዳት።

1. አንድ ሰው በንብረትህ ላይ ጉዳት አድርሶ ቢሄድ ምላሽህ ምንድነው? ለምን?
2. ብዙ ጊዜ ለምንድነው ክፉን በክፉ ለመመለስ የምንፈተነው?
3. አንዳንድ ሰዎች ክፉን በክፉ የሚመልሱበትን ምሳሌ ግለጽ?
4. በቁጥር 19 የተዘረዘሩት ሦስት ነጥቦችን ግለጽ። የቁጥሩ ቁልፍ ሃሳብ ግን ምንድነው?
5. በቀል ብዙ ጊዜ ውጤቱ አስከፊና አደገኛ የሚሆንበት ምክንያት ለምንድነው?
6. ጳውሎስ ከሌሎች ጋር ቢቻላችሁ በሰላም ኑሩ ብሎ ሲል ምን ማለቱ ነው?
7. እግዚአብሔር በቀል የርሱ ብቻ እንደሆነ የሚያስጠነቅቀን ለምንድነው (12፡19)? (ዘዳግም 32፡35 ተመልከት)
8. የእግዚአብሔር በቀልና የእኛ በቀል የሚያመጣው ውጤት ምን እንደሆነ ግለጽ።
9. በቁጥር 20 ላይ ጳውሎስ (ክምሣሌ 25፡21-22) ጠቅሷል። ከመበቀል ይልቅ ምን ማድረግ እንዳለብን ነው የሚያስተምረን?
10. " በራሱ ላይ የሳት ፍም ትከምራለህና " ሲል ምን ማለቱ ነው?
11. ይጠላናል ብለን ለምንገምተው ሰው ከውሃና ከምግብ ሌላ ልንሰጠው የምንችለው ነገር ምን አለ?
12. በቅርብ ጊዜ ውስጥ ወይም የቆየ አንድ ያሳዘነህ ሰው ካለ አስብ። ከዚያ ሰው ጋር ሰላም ለመፍጠር ልታደርገው የምትችለው መልካም ነገር ምን አለ?
13. በውስጥህ ያለውን የእግዚአብሔርን ሰላም ለመጠበቅ እንዴት እንደምትችል ይሔ ክፍል ምን ያስተምርሀል?