

# ህይወት ብእምኝት

አስመራም ሃ. ገላይሴስ

ጽድቁ፣ ጥዕና፣ ሓይሊ፣ ሰላም፣ ህድከት፣ ፍቅር፣ ... ናይ ብሓቂ ህይወት እዩ። ምንጩ ድማ እምነት እዩ። ያእቆብ 2:23 “አብርሃም ንአምላኽ አመኖ እሞ፣ ንጽድቁ ኩይኑ ተቈጽረሎ። ... ፍቁር አምላኽ እውን ተባህለ”። ይብለና።

እታ ንብዙሕ ዓመታት ብሕማም ትላቅ ዝነበረት ሰበይቲ፣ ክዳኑ ጥራሕ እንተ ተንኸቲ ክሓዊ እየ ኢላ ብእምነት ክዳን የሱስ ምስ ተንኸየት። “ጌላየ እምነትኪ አድሓነትኪ ብሰላም ኪዲ፣ ካብ ሕማምኪ እውን ጥዕዬ በላ።” (ማር 5:34)

በርጫዎስ እቲ ዕወር፣ ወዲ ጢሚዎስ፣ አብ ጥቅ መገዲ ተቐሚጡ ዝልምን ዝነበረ፣ ንየሱስ ክርስቶስ ከሕውዮ ከም ዚኸእል አሚኑ፣ ወዲ ዳዊት ምሓረኒ ኢሎ አዝዩ ምስ ጨደረ። “ኪድ እምነትካ አሕውያትካ” በሎ። ንሱውን ብኡብኡ ረኣየ።” (ማር 10:46-52)

እቲ መራሕ ቤት ጸሎት ዚነበረ ያኢሮስ፣ ንየሱስ፣ ጌላይ ተደኒሳ ስለ ዘላ መጸእካ ኢድካ አንብረላ እሞ ፈውሰለይ እናበሎ ኸሎ፣ ጌላካ ሞይታ እያ ደጊምከ ስለምንታይ ንመምህር ተድክሞ አሎኻ ዝብልዎ ሰባት መጹ። ሽዑ የሱስ ነቲ ዝፈርሀን እተጨነቅን ወላዲ፣ “አይትፍራህ እመን ድአ በሎ።” ናብ ገዛ ከይዱ ድማ ኢድ እታ ቁልዓ ሓዙ። “አቲ ጌላ ተንበኢ እብለኪ አሎኹ” ምስ በላ ካብ ሞት ተንሲአ ዘወርወር በለት። (ማር 5:21-

247 35-43)

እምብአርከስ፣ እምነት፣ ነቲ አማኒ፣ ኩሉ ዘጠቓልል ምንጪ ናይ ህይወት እዩ።

“እምነት ግና ነቲ ተስፋ ዚግበሮ ነገር ርግጽ ምግባር፣ ናይቲ ዘይርኤ ነገር ምርዳእ እያ። ብእኣ እዩ ነቶም ዓ በይቲ እተመስከረሎም።” (እብ 11:1-2)

ይብለና። የሱስ ክርስቶስ ድማ አብ ማርቆስ 9:23፣ “... ነቲ ዚአምን ኩሉ ይክአል እዩ”። ኢሎ የኸርሮ። ስለዚ፣ ነቲ ዘይአምንን ዝጠራጠርን፣ ብአንጻሩ፣ ዘይክአል እዩ በሃሊ ይገብሮ። ዘይምእማን ድማ ነቲ ስምዒትና ብፍርሂ፣ ብጭንቀት፣ ብንሂ፣ ብቅጥጥ፣ ብጽልኢ፣ ብቕምታ፣ ብውድቀት፣ ብተስፋ ምቕራጽ ይምርዙ። ኩላቶም እዚአቶምን ተመሳሰልቶምን ድማ ናይ ብብዓይነቱ ሕማማት ጠንቂ ይኸኑ። አረ ሞትውን የስዕቡ።

ዶር ሺንድለር፣ አብታ “How To Live 365 Days A Year” እትብል መጽሓፍም ከም ዝጠቐሱዎ፣ ካብ ነፍስ ወከፍ አርባዕተ ሰባት፣ ስለሰተ፣ አብ ሆስፒታል ዝአትዉ ዘበሉ ሕሙማት፣ መንቀሊ ሕማሞም ስምዒታውን (ማለት ናይ ጭንቀት፣ ናይ ጉድለት እምነት)፣ ናይ ዘይጥዑይ አተሓሳስባን ዘንቀሎ ምዃኑ ይነግሩ። አተሓሳስባናን ስምዒትናን ጥዕና ዘለዎ፣ ማለት እምነት ዘለዎ ምስ ዝኸውን

አካላትና ድማ ጥዕና ይረክቡ፣ ቀጺልና፣ ነዚ ሓቂ እዚ ብተግባር እንርድአሉ ክወን ነገራት እናጠቐስና እስከ ነስተውዕለሉ።

አብ ላቦራቶሪ፣ ናይ ዝተቈጥዐ ሰብ እቲ ንግዳም ዘተንፍሶ ትንፋሱ አኪቦም ንንኣሽቱ እንስሳታት፣ ከም እኒ አንጭዎ ምጽጹላይ ከተንፍስዎ ምስ ሃብዎም ቀቲሉዎም። እምበኣር ቅጥጥ ንትንፋሱና ዝምርዝ ካብ ኩነ፣ አካላትና ተጸዊሩዎ እኳ እንተ ዘይቀተለና፣ ንአካላትና ንምርዞ፣ ጥዕናና ከአ ንሃሲ ከም ዘሎና ከኸቕልበሉ ይግብኣና። ከምኡውን እቶም ኩሎም ካልኣት ብሰሪ ምጥፋእ እምነት ዝመጹ ግናያት ስምዒታትናን ሓሳባትናን ተመሊሶም ንኣና እዮም ዝጎድኡና።

እሞ ናይ ግናይ ስምዒታትናን ሓሳባትናን ምሩኻት ኳንና ኸይንትረፍሲ ሰማዕትን መተግበርትን ኸኹን። ፈውሲን መፍትሒን አብ ማርቆስ 9:23 ተአሚቲ አሎ። “... ንዚአምን ኩሉ ይክአል እዩ” እቲ ካባና ዝድለ ብኣአምሮን ብልብን ብግብርን አመንቲ ምዃን እዩ።

ካብ ዘንብብኩዎ፣ ክልተ አብነታት ዝኸኑና፣ ከካፍለኩም። ሓንቲ እንግሊዛዊት አደ፣ ኩርምታ ክትሰድድ ንእሽቶ ጓላ ሒዛ ናብ ሓኪም ስኒ ከደት። እና ተሓከመት ከላ፣ ልባ ጠሊማታ፣ ከዩ ምለስት፣ አብኣ ከላ ሞተት። እታ ቁልዓ ስምባደ አብ ህይወታ ሰሪጹ፣ እንዳ ሓኪም ስኒ ክትመውት ባዕልኻ እትኸደ ዓይነት ቦታ ገይራ ወሰደቶ። ብድሕሪ ተመክሮ ሞት አዲኣ፣ ኸኣ፣ ተዳሂላ፣ ንእንዳ ሓኪም ስኒ ረጊጸቶ አይትፈልጥን።

ሓደ ጊዜ፣ አብ ሰላሳን ሓሙሽተን ዓ መት ዕድሜኣ፣ ክትከይድ ናይ ግድን

ኩና። ሓኪማን ክህናን መተባባዕቲ ኩይኖም ብኣታቶም ተሰንያ ከደት። እብኡ እቲ ሓኪም ስኒ፣ ልብሲ ስራሒ ለቢሱ፣ መሳርሒኡ ቀሪቡ ምስ መጻ። ስምቢዳ ሞተት።

ብአንጻሩ፣ አብ 96 ዓመት ዕድሜኡ ዝሞተ ሰብኣይ ንሓኪም ከይተረፈ አገሪውዎ። ድሕሪ ሞቱ፣ ሓኪም ምስ መርመሮ፣ ዳርጋ ዘይተተንከፊ ክፍሊ ናይ አካላቱ አይነበረን ክበሃል ይክአል። መዓ ናጥኡ፣ ልቡ፣ ሳምቡኡ፣ ኩላላሊቱ ጉዳእ ምዃኑ ምስ ተመልከተ፣ ገሪምዎ፣ “እዚ ሰብኣይ እዚ፣ ቅድሚ ሰላሳ ዓመታት ድኣ እምበር ሕጂ አይኩንን ኪመውት ዝነበሮ።” በለ። ምልስ ኢሎ ኸኣ ነታ በዓ ልቲ ቤት እቲ መውቲ፣ “እዚ ሰብኣይኪስ ከመይ ዓይነት ሰብ እዩ ነይሩ?” በላ። ንሳ ድማ ትቕብል አቢላ፣ “ሰብአይ ዘይሓርቕ፣ ዘይበሳጭ፣ ዘየንጸርጽር፣ ቅሱን፣ ዓይነት ወትሩ ኸኣ፣ ‘አምላኽ ይመስገንዉ፣ በሃሊ፣ ከምኡ ኸኣ ትጽልእ ከብሎ ከሎ፣ አምላኽ ከም ዝምሕሮ እሞ፣ ንጽብሒቱ ከም ዚሓዊ ብልቡ ዝአምን፣ ብዛዕባ ኩሉ ነገር ስምዒቱን አተሓሳስቡን እወንታዊ ዓይነት ሰብ እዩ ነይሩ።” ክትብል መለሰትሉ።

እሞ፣ ከምቲ እቲ ምስላ ናይ እንግሊዝ፣ “If you let your spirit down, your body will follow.” ይብል። እዚ ከም ንመረድኢ እንዛረበሉ ዘሎና ሰብኣይ ግና፣ ከቶ ነፍሱ አውዲቕ ስለ ዘይፈልጥ፣ ሕልናኡ ስለ ዘየይዕረበ፣ ብሕማቕ አተሓሳስባን ስምዒታትን አካላቱ ስለ ዘይመረዘ፣ ጥዕናኡ በርኪቲሉ፣ ዕድሜኡ ድማ ነዊሒ።

እምብላርሲ ነቲ ቃል ኣምላኽን ተመክሮታት ናይ ዝተፈላለዩ ሰባትን ሓካይምን ሓቢሮም ዝብሉና ነድህበሉ። ብእምነትን ብጥዑይ ኣተሓሳስባን ዝነበር ሰብ፡ ሰላሙ፡ ጥዕናኡ፡ ዕድሚኡ ብርኩት እዩ። ብኣንጻሩ፡ ብጎደሎ እምነት፡ ብምጥርጣር፡ ብጽልኢ... ወዘተ፡ ዝመላለስ ሰብ ሰላሙ ድማ ይሃድም። ጥዕናኡ ይጎድእ። ዕድሚኡ እውን የሕጽር።

ኣብየናይ መገዲ ከም እንግልግል ናትና መደባት ወሳኒ እዩ። ቃል ኣምላኽ ናይ እምነት ሰባት ክንከውን እዩ ዚምህረና። ከመይ ጌርና ናይ እምነት ሰባት ንኸውን?

**1<sup>ይ</sup>. ምስ እንምድብ።** ብመንቀሊኡ፡ ኣምላኽ ኪፈጥረና ከሎ፣ ናይ እምነት ሰባት ክንከውን ምስ እንደሊ መገዲ ገይሩሉ፡ ከምኡ ውን ደይናይ እምነት ሰባት ክንከውን ምስ እንደሊ ድማ ነቲ ደገ ክፋት ገይሩዎ። እግዚኣብሔር ንኣዳምን ሂዋንን ኣብ ገነት ምስ ኣቐመጠም፡ ከም ዝደሸኹም ካብ ኩሉ ኣም ገነት ብልዑ ካብታ ክፋእን ጽቡቕን እተፍልጥ ኣም ግና ካብኣ ምስ እትበልዑ መዓልትስ ሞት ክትሞቱ ኢኹም፡ እሞ ካብኣ ኣይትበልዑ ኢሉ ኣዘዘም። ሕጂ እውን እቲ መገዲ ተሓቢሩን ተሓንጺጹን እዩ። ኣየናይ መደብ ከም እንስዕብ እቲ ናይ ምውሳን ግደ ናትና እዩ።

**2<sup>ይ</sup>. ፍቓዱ ምስ እንሓራ።** ምስናይ እዚ እቲ ናይ እምነት መደብና፡ ብምሉእ ኣተኮሮኡ፡ ምስ ምእዛዝ፡ ብዘይውልውል፡ ልብና ናብ ካልእ ከየዘንበልና፡ ኣብ ኣምላኽ በይኑ ጥራይ ክንገብር ናይ ግድን እዩ። ልብናን ኣኣምሮናን “ኣብ ፍቓድካ ድኣ እምበር ኣብ ፍቓደይ ኣይኹን፣”

ዝብሉሉ ደረጃ ምዃን የድሊ።

ኣደ ምእመን፡ “ኣቦይ ቀሺ፡ ንኣምላኽ ፈረስ ኪህበኒ ለሚነዮስ፡ ኣይመለሰለይን”፡ ይብሉም። ከመይ ከም ዝጸለየ ምስ ሓተትዎ፡ “ኣቂ ክዛረብ እንተ ድኣ ኩይነስ፡ ጸሎት ጀምር ከብል ከሎኹ፡ ነዊሕ ከይከድኩ፡ ሓሳባይ ብትን ኢሉ ሃለውለው እዩ ዚብል፡” በሎም። እቶ ቀሺ ድማ ዝግባእ ኩይኑ ዝተራእዮም ትምህርትን ማዕዳን ምስ ሃቡዎ፡ “በል ንዓ ሰርተ ሓሙሽተ ደቓይቕ፡ በቲ ዝሃብኩኻ መምርሒ፡ ሓሳባትካ ዝርው ከየበልካ፡ ደድሕረይ እናደገምካ ክልቴና ንጸሊ፡ ሽዑ እቲ ፈረስይ ኪህበካ እዩ” ይብሉዎ። ጸሎት ጀሚሮም ንሱ ድማ ከምታ እቶም ቀሺ ዝሓበሩዎ ደድሕሪኦም እናደገመ ንሓሙሽተ ደቓይቕ ኣቢሉ ምስ ጸለየ፡ ከልፍ ኣቢሉ፡ “ኣቦይ ቀሺ፡ እቲ እትህቡኒ ፈረስሲ እንታይ እዩ ሕብሩ፡ ምስ ኩረሻኡጽኽ እዩ” ይብሉም። ጸሎት ናይ ብእምነት ዚነበር ሰብ፡ ኣተሓሳስባኡ ናይ በለጽ ኣይኩነን። ፍቓድ ኣምላኽ እቲ ዝበለጸ ምዃኑ ተረዲኡ፡ ንእኡ መሪጹ እዩ ዚጽበ።

ብእተመርጸ ቃላት ተጸሒፎም፡ ሰባት ከም መጽናዕቲ ዝደግምዎም ጸሎታት ኣለዉ። እዚኣቶም ዝሸምደድናዮም፡ ኣእምሮናን ልብናን ኣብኡ ዘይብሉ፡ ምእንቲ ስርዓት እንብሎም ናይ ኣፍና ድጋመት፡ ምስ ዝሸኩ ከንቲ ጸሎት ድኣ እምበር ናይ እምነት ጸሎት ኣይኩነን። ኣምላኽ፡ ነዚ ሽምዚ ዓይነት ጸሎት ከም ዘይቅበሎ ድማ ነገሩና ኣሎ። (ማቴ 6:5-8)

**3<sup>ይ</sup>. ማዕከንና ብጽቡቕ ምስ ዚመልእ።** ከም ኣብ ባንክ ዘቐመጥካዮ ገንዘብ፡ ሓቂ ኣምላኽን ጸጋ ኣምላኽን ኣብ ልብና

ኣዋህሊልና፡ ብእኡ እናተጠቐምና ምንባር ናይ እምነት ህይወት እዩ። ነዚ ሓሳባት እዚ ቅድም ብመገዲ ስነ-ፍልጠት (Science) ተመልኪትና፡ መጽሓፍ ቅዱስ ድማ ብዚብሎ ጌርና ኽንጻድዎ።

ስነ-ፍልጠታዊ መጽናዕቲ ናይ ስነ-ኣእምሮ (Psychology)፣ ኣእምሮና ክልተ ክፍሊ፡ ንቑሕ ኣእምሮና፡ ትሕተ-ንቕሓት ኣእምሮን (The conscious mind, The Sub-conscious mind) ተባሂሎም ዝፍለጡ ከም ዘለዉ ይነግረና።

እቲ ንቑሕ ኣእምሮ (Conscious mind) ዝመሚ፡ ዝጸጺ ማለት፡ ዘሰላሰል ዝደማምር ዘንዳድል፡ ክፋእን ጽቡቕን እናበለ ዘመዛዘን ክፍሊ ናይ ፍጥረትና እዩ። ይነቅሕ፡ የዕርፍ፡ ይድቅስ ድማ እዩ። እቲ ትሕተ-ንቕሓታዊ (Sub-conscious mind) ክፍሊ ናይ ኣእምሮና ግና ጽቡቕን ሕማቕን ከይመመየ፡ ከየመዛዘነ ኩሉ ዝግፍጥ፡ ከቶ ዘየዕርፍ፡ ለይትን መዓልትን ዘይድቅስ ክፍሊ እዩ። እዚ እቲ ንቑሕ-ኣእምሮና ደቂቡ ከሎ፡ ዚሓልም ክፍሊ እዩ። ከምቲ ኣብ ባንክ ዘዋህለልካዮ ገንዘብ ኣውጺእካ እትጥቀም፡ እቲ ንቑሕ ኣእምሮና ድማ ከምኡ፡ ካብቲ ትሕተ-ንቕሓታዊ ኣእምሮና እተዋህለለ ምንጪ ገይሩ እዩ ዚዓዩ። እሞኽ እዝስ ምስ ብእምነት ምንባር እንታይ ዘራኽብ ኣለዎ?

እቲ ትሕተ-ንቕሓት ክፍሊ ናይ ኣእምሮና፡ በቲ ካብ ሕጻናት ከሎና ጀሚሩ ዝተሸዘነ ዓብላሊ ተመክሮታት፡ ከም ኣብ ክንዲ ናይ እምነት ጸጋ፡ ናይ ፍርሂ፡ ናይ ጭንቀት፡ ናይ ምጥርጣር፡ ናይ ጽልኢ፡ ናይ ታዕታዕ፡ ናይ ቂም፡ ... ወዘተ ዝመሰሉ ዝመልእ ምስ ዝሸኩን፣ እቲ ብግሁድ ዚርኣ ህይወትና ሽኣ

ግዳዖት ናቲ ይገብረና።

ኖርማን ፒል፡ “The Power of Positive Thinking”፡ ዝብል መጽሓፍም፡ ብዛዕባ እዚ ኣስፍህ ኣቢሎም ይዛረቡ። እንተ ድኣ እዚ ትሕተ-ንቕሓታዊ ኣእምሮና ብኣዕ ነውቲ ተመክሮታት ተመሊኡ እሞ፣ ምንጪ ናይቲ ንቑሕ ኣእምሮና ሽኣ እንተ ድኣ ኹይኑ፡ ኣብ ባህ ዘየብል ኩነታት ኬውድቐና ይኸእል ማለት እዩ። ከምዚ ካብ ኩነ ድኣ ሰብ፡ ኣብዛ ብኸፍኣት ዓቕላ ጸቢቡዎ ዘሎ ሓላፊት ዓለም ኪነበር ከሎስ እንታይ እዩ ተሰፍኡ? ምስ ዝዝሰምዕ፡ ዓቢ ተስፋ ኣለዎ።

ስነ-ኣእምሮኣዊ መጽናዕቲ ዘካይዱ (Psychologist) ሊቃውንቲ፡ ሰብ እቲ መሊኡዎ ዘሎ ግናይ ነገራት ተንሕጉሑ ዝጸርዮሉ እሞ፣ ብጽቡቕ ተመክሮታት ድማ ዚምልኡሉን ዳግሙ-ምምላእ (Reprograming) ዚብሃል ብልሓት ከም ዘሎ ይዛረቡ። ብዙሕ ኸንርብሓሉ ስለ እንኸእል ነቲ ዝብልዎ ምስምዑ ጽቡቕ እዩ። ግና ነቲ ቃል ኣምላኽ ብተመሳሳሊ መገዲ ዚብሎ ድማ ዓቢ ኣተኮሮ ንሃበሉ።

ቃል ኣምላኽ፡ ነዚ ዳግሙ-ምውዳብ ኢሎምዎ ዘለዉ ዝምልከታ፡ መሰረታዊ ዝኸኑ ክልተ ትምህርትታት ይህበና። ሓደ፣ ናይ እምነት ዓይነት ሰባት ክንከውን። ካልእይ ድማ ነዚ ንምግባር ናይ ግድን መሰረታዊ ለውጢ ናይ ኣተሓሳስባን ስምዒትን ኣብ ነፍስ-ወከፍና ኪፍጸም ከም ዘለዎ ይነግረና። ነዚ ብዝምልከት፣ ሃዋርያ ጳውሎስ ኣብ ሮሜ 12:2፡

“እቲ ሰናይን ባህ ዚብልን ምሉእን ፍቓድ ኣምላኽ እንታይ ምዃኑ ምእንቲ ኸትምርምሩስ፡ ብምሕዳስ

ሐሳብኩም ተለወጡ እምበር፤ ነዛ ዓ ለም እዚአ አይትምሰልዎ።” ይብላል።

በዚ ለውጢ እዚ እቲ ናይ ግናይን፣ ርእሱ-ጎዳኢ ዝኸነ ኣምላኽ ዘይፈትዎ ኣተሓሳስባ ኣባና ተዋህሊሉን ተዓቕኖን ሱር ሰዲዶን ዝጸንሐ ብይቕረታ ኣምላኽን፣ ብን ስሓን ግሕጥ ኢሉ ካባና ይጽረግ። ኣብ ክንድኡ እቲ ቃል ኣምላኽ ፍረ መንፈስ ዝብሎ መንፍሳዊ ጠባይት፣ ከም እኒ ፍቕሪ፣ ሓጎስ፣ ዕርቂ፣ ዓ ቕሊ፣ ለውሃት፣ ሕያውነት፣ እምነት፣ ህድኣት፣ ይኣኸለኒ ምባል ... ወዘተ፣ ሱር ይሰድድን ይስበንን። እዚ ለውጢ እዚ እንህነጸሉ መሰረት እዩ። ብድሕሪ እዚ እምነትና ዘደልድልን ዘሰንን ቃል ኣምላኽ ንልብና ንመልእኦ።

“ኣምላኽ ምሳና ካብ ኩነ፣ መን እዩ ዝቃወመና?” (ሮሜ 8:31) ነዚ “ኣምላኽይ ምሳይ ካብ ኩነስ መን እዩ ዚቃወመኒ?” ኢልና ተመክሮ ውልቕና ንገብሮ።

“አይትፍራህ እመን ድኣ።” (ማር 5:36)

“ንዝኣምን ኩሉ ይክኣል እዩ።” (ማር 9:23)

“ብቲ ሓይሊ ዚህበኒ ክርስቶስ ንኹሉ እኽእሎ እዩ።” (ፊሊጲ 4:13)

“ኑቲ ጽኑዕ ዝሃቕናኡ ኣባኻ ስለ እተወከለስ ብሰላም ትሕልዎ።” (ኢሳ 26:3)

“ክጽውዓኒ ኣነውን ክምልሰሉ ብጸበባ ምስኡ ክኸውን ከናግጮን ከኸብሮን እዩ።” (መዝ 91:15)

“እትጽልይዎን እትልምንዎን ዘበለ ከም ዝረከብኩምዎ እመኑ፣ ክኸነልኩም እዩ።” (ማር 11:24)

“ምላኽ እዩ እሞ ኣይትፍራህ፣ ኣነ ኣምላኽካ ኣዩ እሞ፣ ኣይትሸበር። ከበርትዓ ካ ክረድኣካ ብየማነይቲ ኢድ ጽድቀይውን ክድግፈካ እዩ።” (ኢሳ 41:10)

ነዚ ኣቶምን ካልኣት ተመሳሰልቲ ጥቕስታትን ኣብ ልብና ኣጽኒዕና ንሓዞም። ኣብ ምስትውዓልና ይወቀጡን ይተኸሉን። ኣብ ማዕጾ መዝሓሊትና (Refrigerator)፣ ይኹን ኣብ መንደቕ፣ ኩታ ኣብ ቅጅል ኢሉ ዝርኣ ቦታ ንስቀሎም።

መዓልትና፣ ምስ ንጉስ ዳዊት ኳንና፣ “እታ እግዚአብሄር ዝገበራ መዓልቲ እዚአ እያ። ብእኣ ንተሓጎስ ደስ ድማ ይበለና”፣ እናበልና ንጀምራ። (መዝ 118:24) ብድሕሪኡ፣ እቲ ምሉእ መዓልቲ ዘጋጥመና ጥዑምን ዘይጥዑምን፣ ዘሐጉስን ዘየሕጉስን፣ ኩሉ፣ “ንሸኻ ምሳይ ኢኻ እሞ ብርባርባ ሞትውን እንተ ኸድኩ ክፉእ ኣይፈርህን እዩ”፣ ኢልና ንቕድሚት ንቕጽል። ከም ሃዋርያ ጳውሎስ፣ “ብቲ ሓይሊ ዝህበኒ (ክርስቶስ) ንኹሉ እኽእሎ እዩ” (ፊሊጲ 4:13) ኢልና ኣንቂድና ንገስግስ።



እግዚአብሄር ሰማዕ እዩ። ስለዚ ብእምነት ስለ ገዝእ ርእሰና፣ ሃገርናን ህዝብናን፣

መራሕትን ሰብ-ስልጣናትን፣ ከምኡውን ስለ እንነብረሉ ሃገርና፣ ኣብ ዝሃለና ሃሊና ብዘይ ምቕራጽ፣

ንጸሊ ንጸሊ