ርእሰ አንቀጽ

ጾም በኢትዮጵያ ኦርቶዶክስ ተዋሕዶ ቤተ ክርስቲያን

በዓለም ያሉ አብያተ ክርስቲያናት ሁሉ ለተከታዮቻቸው የጾምን ጠቃሚነት ያስተምራሉ ። የየራሳቸውም የሆነ ሥርዓተ ጾም አላቸው ፤ አፈጻጸሙ ግን እንደ እየሀገሩ ባሕልና ልማድ ይለያያል ።

የኢትዮጵያ ኦርቶዶክስ ተዋሕዶ ቤተ ክርስቲያን ከሐዋርያትና ከሦስት መቶ አሥራ ስምንት ሊቃውንት የተቀበለቻቸውና ለተከታዮችዋ የምታስተምራቸው ሰባት አጽዋማት አሉ ፡ -

እነርሱም ፡ - ሀ ዐቢይ ጾም ለ ጾመ ረቡዕ ወዓርብ ሐ ጾመ ነነዌ መ የልደትና የጥምቀት ገሃድ ሠ ጾመ ነቢያት የኅዳር ጾም ረ ጾመ ሐዋርያት የሰኔ ጾም ሰ ጾመ ፍልሰታ ናቸው ። በነዚህ አጽዋማት ወቅት እስከ ሰዓት ድረስ ምንም አይነት ምግብ መቅ መስ አይፈቅድም ቅዳሴም የሚቀድሰውና ሥርዓተ ቁርባን የሚፈጸመው በሰዓት ነው ። ከሰዓት በኋላም ጥሉላት አይበላም ።

በመሠረቱ ጾም ለተወሰኑ ቀናት ከተወሰኑ የምግብ አይነቶች መከልከል ነው ። እንዲሁም በዐይን አይቶ ከመጎምጀት በአንደበት ክፉ ተናግሮ ሌላውን ከማስቀየም በጆሮም ሰምቶ ከመሳት መከልከል እንደሚገባ የኢትዮጵያ ኦርቶዶክስ ተዋሕዶ ቤተ ክርስቲያን ታስተምራለች ። ከዚህም ጋር ጾም ፣ ጸሎትና ምጽዋት በአንድነት የሚሠሩ ምግባራት መሆናቸውን በመገንዘብ ምጽዋት የገንዘብ ግብር ዓሥራት ሲሆን ጾም ግን የሥጋ ግብር እንደሆነ ትሰብካለች ።

በጾም ጊዜ ከተወሰነ የምግብ አይነት መከልከል ወይም መለየት እንደሚገባ ሁሉ ከሥጋዊ ፈቃድ መከልከልም ከጾም አንዱ ክፍል ነው ስለሆነም ባልና ሚስት በክፍል ሳይሆን በአልጋ ተለያይተው ይጾማሉ ። የጾም ወቅት መዋዕለ ኀዘን ስለሆነ ጾዋሚዎች ሁሉ ከማነኛውም ተድላና ደስታ ይከለከላሉ ።

በጾም ጊዜ ተድላ ደስታ ማድረግ የማይገባ ከመሆኑ የተነሣ ጋብቻና የመሳሰሉት ሁሉ ተከልክለዋል ። በተለይ በዓቢይ ጾም በጥምቀተ ሕፃናትና በበዓለ ሰማዕታት ምክንያት ጠላ ጠምቆ ዳስ ሠርቶ ሰው ጠርቶ መጋበዝ እንደማይገባ በፍትሐ መንፈሳዊ በአንቀጽ 15 ተወስኖአል ።

በገዳም የሚኖሩ ጽሙ ዳን መነኮሳት ደግሞ ከዚህ ለየት ባለ ሁኔታ ይጾማሉ ይኸውም 1ኛ ጾመ ሠግር የአክፍሎት ጾም ሲሆን ሁለተኛ በ24 ሰዓት ውስጥ አንድ ጊዜ ብቻ በመመገብ ነው ። ጾመ ሠግር እሁድ በልቶ ማክሰኞ ማክሰኞ በልቶ ፤ ሐሙስ ሐሙስ በልቶ ቅዳሜ በመብላት የሚጾሙ አሉ ። ሌሎች ደግሞ ከላመ ከጣመ ምግብ ተከልክለው ጭብጥ ሽንብራ ጥሬ ብቻ እየቀመሱ ይጾማሉ ። በዚህ ዓይነት የሚጾሙ አጽዋማት አብዛኛውን ጊዜ ዐቢይ ጾም ሕማማትና ጾመ ፍልሰታ ሲሆኑ ጾዋሚ ዎቹም ጽሙ ዳን መነኮሳት ናቸው ።

በገዳመ ዋልድባ የሚኖሩ መነኮሳት በቀሩት አጽዋማት በቀን አንድ ጊዜ ብቻ ለቁመተ ሥጋ ያህል የሚመገቡ ሲሆን በፍልሰታ በዓቢይ ጾምና በሕማት በሳምንቱ ውስጥ ሁለት ወይም ሦስት ጊዜ ብቻ እየተመገቡ ያከፍላሉ ይጾማሉ ። ውሃ በመቅዳት ፣ እንጨት በመልቀም ፣ ቋርፍ በመቀቀልና ኑግ በመውቀጥ አበው መነኮሳትን የሚረዱ አርድእት ግን በቀን አንድ ጊዜ ብቻ እየተመገቡ ይሠራሉ ፣ አርድእቱ የአክፍሎት ጾም እንዳይጾሙና በቀን አንድ ጊዜ እንዲመገቡ የሚፈቀደው ውሃ ቀድተው እንጨት ለቅመው ቋርፍ ቀቅለው አበው መነኮሳትን መርዳት እንዲችሉ ነው ። በጾምና በጸሎት የተወሰኑ አበው መነኮሳት ግን በተለይ በስሙነ ሕማማት የሆሣዕና እሁድና የጸሎተ ሐሙስ ብቻ ጥቂት ጥቂት እየቀመሱ እስከ ትንሣኤ ዕለት ድረስ ያከፍላሉ ። በማለት መምህር ገ ሥላሴ ገብሩ ያስረዳሉ ።

ቀደም ሲል የተጠቀሱትን ሰባት አጽዋማት ከአሥራ ሁለት ዓመት በላይ ዕድሜ ያላቸው ክርስቲያኖች ሁሉ መጾም እንደሚገባቸው በፍትሐ መንፈሳዊ ተገልጦአል ። ግን አንድ ክርስቲያን ቢታመምና የበሽታው ሁኔታ የጾም ምግብ ብቻ ለመመገብ የማያስችለው ቢሆን በሐኪም የታዘዘለትን እንዲመገብ ቤተ ክርስቲያን ትፈቅዳለች ። እንዲሁም ለወላዶችና ለሠራተኞች የሥራው ክብደትና የሁኔታውን አስፈላጊነት እየገመገመች መፍቀድ ትችላለች ። ምክንያቱም የቀደሙት የቤተ ክርስቲያን አባቶች በመንፈስ ቅዱስ እየተመሩ ሥርዓተ ጾምንና የመሳሰለውን ሁሉ ከሠሩ በኋላ እስከ ዓለም ፍጻሜ የሚነሡ የቤተ ክርስቲያን አባቶችም በመንፈስ ቅዱስ መሪነት እንደሚሠሩ አምነው የኋላ ሊቃውንት የቀለለውን ማክበድ የከበደውንማቅለል እንደሚችሉ ወስነዋል ።

www.ethiopianorthodox.org