ሺርሊ፦ ሥራ በጣም ይበዛብኛል። በሁለተኛ ደረጃ ትምህርት ቤት አስተምራለሁ። ሦስት ትናንሽ ልጆች አሉኝ። በየምሽቱ ቤቱን አጸዳለሁ፥ ልብሶች እተኩሳለሁ፥ በመጨረሻ የመኝታ ሰዓት ደርሶ ወደ መኝታ ስሄድ የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ለማድረግ እስከማልችል በጣም ይደክመኛል። ለራሴ እንዲህ ብዬ እናገራለሁ «የባለቤቴን የፍትወተ ሥጋ ፍላጎት ለማርካት መቻል አለብኝ» ነገር ግን ብዙ ጊዜ በቀጥታ አንቀላፋለሁ። አሁን ባለቤቴ ማጉረምረም ጀምሯል። እባካችሁን እርዱኝ!

ውድ ሺርሊ፥

ለፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ከሁሉ የተሻለው ጊዜ እኩለ ሌሊት አይደለም። ከባለቤትሽ ጋር ተነጋገሪ። በአንድነት ለፍትወተ ሥጋ ግንኙነት የተሻለ ጊዜ ፈልጉ። የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት በጠዋት ለማድረግ ሞክሩ። ወይም እሑድ ከሰዓት በኋላ ምን ይመስላችኋል?

አንዳንድ ጊዜ ደግሞ ለራስሽ እንዲህ ብለሽ ተናገሪ «ዛሬ የቤት ውስጥ ሥራዬን ሁሉ ትቼ ጊዜዬን ለትዳሬ አሰጣለሁ»። በዚያ ምሽት ልጆች በጊዜ እንዲተኙ አድርጊ። ማጽዳቱን ተይው። ወደ መኝታ ክፍል ገብተሽ የሚስብ ቢኾማ ለብሰሽ ባለቤትሽን ጥሪው። *ያንን ምሽት ሊረሳው የማይችለው ምሽት አድርጊለት!*

እርግጥ ነው የቤት ሥራሽን በየቀኑ ሳይሠራ ልትተይው አትችይም። ነገር ግን አልፎ አልፎ ልታደርጊው ትችያለሽ። ልታደርጊውም ይገባል! ለምን? ምክንያቱም የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ለትዳር ሕይወት በጣም አስፈላጊ ነው።

> ባሎች ሆይ ስሙ! መጽሐፍ ቅዱስ ሴት ደካማ ስለሆነች ባል ሚስቱን ማገዝ አለበት ይላል (1ኛ ጴጥ. 3፡7)።
>
> ይህ ማለት ሚስትህን በቤት ውስጥ ሥራዋ እርዳት ማለት ነው። ወደ ቤት ስትመጣ ዝም ብለህ አትቀመጥ። ልጆችህን ተንከባከብ። አጥበህ ለመኝታቸው አዘጋጃቸው። ከባለቤትህ ጋር ዕቃዎችን እጠብ። (አንዳንድ ወንዶች መኪናቸውን እያጠቡ ዕቃ ማጠብ እንደማይችሉ ማሰባቸው የሚያስደንቅ አይደለም!)
>
> ባለቤትህን ለመርዳት ፈቃደኛ ካልሆንክ እግዚአብሔርን ለመታዘዝ አልፈቀድክም ማለት ነው። እናም ትዳርህ በጣም የሚያስደስት አይሆንም ምክንያቱም ባለቤትህ ሁልጊዜ ትደክማለች!

ሊዲያ፦ በመጀመሪያዎቹ ሦስት የትዳር ዓመታት ወደ ከፍተኛው ጡዘተ ፍትወት ደርሼ አላውቅም ነበር። «ባለቤቴ ምን ማድረግ እንዳለበት ለምን አያውቅም? በስሜቴ እንድግልና ወደ ከፍተኛው የእርካታ ስሜት እንድደርስ ለምን አያደርግም?» በማለት የፍቅርን ጨዋታ በምንጫወትበት ጊዜ ሁሉ እራሴን እጠይቅ ነበር።

የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ካደረግን በኋላ እርሱ ወዲያውኑ እንቅልፍ ሊወስደው እኔ ግን ገና ስላልረካሁ በጸጥታ አለቅሳለሁ።

በመጨረሻ ከባለቤቴ ጋር ይህን ጉዳይ መነጋገር አለብኝ ብዬ ወሰንኩ።

እየፈራሁም እንኳ አደረግሁት። የፍቅር ጨዋታን በምናደርግበት ወቅት እንዲደባብሰኝ የምፈልገውን ሰውነቴን አሳየሁትና በአጆቹ ሰውነቴን መነካካቱን እንዴት እንደምወድ እነግረው ጀመር።

ወዲያውኑ ወደ ከፍተኛ እርካታ ደረጃ መድረስ ጀመርኩ። በጣም ተደሰትኩ። ከሁሉ አብልጦ የተደሰተው ግን ባለቤቴ ነበር! «ሚስቴን እንዴት ማርካት እንደምችል አየልኝ!» የሚል ስሜት አለው።

ውድ ሊዲያ፥

ደብዳቤሽ በዓለም ዙሪያ ያሉ ባሎችንና ሚስቶችን በሚከተለው መንገድ እንደሚያበረታታ እናውቃለን፣

> «የፍቅር ጨዋታ በሚጫወቱበትና የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት በሚፈጽሙበት ጊዜ በግልጽ እንዲነጋገሩ፣ እርስ በርስ በመማማርም እንዲደሰቱ ያበረታታቸዋል።

ቪክተር፡— የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ለመፈጸም በመኝታ ላይ የምንጠቀምባቸው የተለያዩ የአተኛኘት አቋሞች የትኞቹ ናቸው? ክርስቲያኖች የትኞቹን መጠቀም ይችላሉ?

ወድ ቪክተር

ክርስቲያን ባለትዳሮች የትኞቹንም ዓይነት የአተኛኘት አቋሞች መጠቀም ይችላሉ። እንዲያውም የተለያዩትን መጠቀም መልካም ነው። ሁልጊዜ አንድ ዓይነት አቋም ብቻ መጠቀም ሁልጊዜ አንድ ዓይነት ሾርባን የመጠጣት ያህል ያሰለቻል።

ብዙ ባለትዳሮች «ወንዱ ከላይ የሚሆንበትን» የአተኛኘት አቋም ይመርጣሉ። ይህ የአተኛኘት አቋም ያለው ጥቅም የግብረ ሥጋ ግንኙነት ተግባሩን ወንዱ ስለሚቆጣጠር ወንዱ የዘር ፈሳሹን ያለጊዜው እንዳያፈስ ይረዳዋል።

ሌሎች ባለትዳሮች ደግሞ «ሴቷ ከላይ የምትሆንበትን» የአተኛኘት አቋም ይመርጣሉ። የዚህ ጥቅም ደግሞ ሴቲቱ በምትፈልገው መንገድ በመንቀሳቀስ እርካታዋን እንድትገነባ ያስችላታል።

ሌላው የተለመደው የአስተኛኘት ዓይነት ሁለቱም ጎን ለጎን የሚሆኑበት ነው። በዚህ ዘዴ የወንዱ ብልት የሴቷን ብልት ጎንና ጎን ስለሚያሻሽ ለአንዳንድ ሴቶች በጣም እንዲደሰቱ የሚያደርጋቸው ነው።

ሌሎችም ዓይነት የአፈጻጸም ዘዴዎች አሉ። መቀመጥ፥ መቆም ወዘተ...

አንዳንድ ባለትዳሮች በርከት ያሉ የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት አፈጻጸም ዘዴዎችን የሚያሳዩ የቪዲዮ ፊልሞችን በመመልከት ስሕተት ይሠራሉ።

የሚሻለው መንገድ ይህ ነው፡-

> ምንም ዓይነት መጽሐፍ ወይም ቪዲዮ አትጠቀሙ። የራሳችሁን አሳብ በመሞከር ብቻ ተዝናኑ። ተደሰቱ። ከሁለት አንዳችሁ የምታስቧቸውን ማንኛውንም አሳብ ሞክሩ። ሊሠራ የማይችል አስቂኝ የአፈጻጸም ዓይነት ተጠቅማችሁ ሳይሳካላችሁ ቢቀር በሳቅና በፈገግታ ሸኙት እንጂ አትማረሩ። አንዳችሁ በሌላችሁ ደስ ይበላችሁ! ስለ ፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ሁሉን እንደሚያውቅ ሰው አትሁኑ። ይልቁን አብራችሁ ተጫወቱ! ተሳሳቁ! ተዋደዱ! በትዳር ሕይወት ስላለው ደስታ እግዚአብሔርን አመስግኑ።

ኢለን፡- በእርግዝና ወቅት የግብረ ሥጋ ግንኙነት ለመፈጸም የተሻለው የአተኛኘት አቋም የትኛው ነው?

ውድ ኢለን፥

ለአንቺ ሕመም እንዲሰማሽ የማያደርግ ማንኛውም የአተኛኘት ሁኔታ በሕፃኑ ምንም ችግር የሚፈጥር አይደለም። ቀጥሎ አንድ ሁለት አሳቦችን እንሰጣለን።

ሀ) ከኋላ፡- ባልና ሚስት ጎን ለጎን ሆነው እርሷ ጀርባዋን ሰጥታ ስትተኛ እርሱ ወደ እርሷ በመዞር ብልቱን ከኋላ የሚያስገባበት፡- በዚህ አተኛኘት ባል የሚስቱን ሆድ ስለማይገፋ ለእርግዝና ወቅት የግብረ ሥጋ ግንኙነት አፈጻጸም ጥሩ አተኛኘት ነው። የዚህ አተኛኘት ጉዳት የወንዱ ብልት ለሴቷ የፍትወተ ስሜት ከፍተኛ ሚና የሚጫወተውን ናዝረ ብልቷን ያለመንካቱ ነው። ሆኖም ወደ ከፍተኛ የፍትወት እርካታ እንድትደርስ ሊረዳት ይችላል። እንዴት? ብልቱን ወደ ብልቷ እያስገባ ለስሜታዊ እርካታዋ ከፍተኛ ሚና የሚጫወተውን ናዝረ ብልቷን በጣቶቹ በመዳበስ ነው።

ለ) በመቀመጥ፡- ባል በወንበር ላይ ይቀመጥና ሚስት በጭኖቹ ላይ ተቀምጣ ሁለት እግሮቿን በሰውነቱ ጎንና ጎን የምታደርግበት ሁኔታ ነው። ይህን አቋም በተለይ በእርግዝና የመጨረሻ ሳምንታት ላይ መጠቀም በጣም ጥሩ ነው፥ ምክንያቱም በዚህ አቋም የወንዱ ብልት ወደ ሴቲቱ ብልት በጣም ጠልቆ አይገባም።

እራሳችሁን ከላይ በተጠቀሱት ሁለት የአፈጻጸም ዓይነቶች ብቻ አትወስኑ። አንቺና ባለቤትሽ የምታስቧቸውን ሌሎች የአተኛኘት ዓይነቶች

መሞከር ትችላላችሁ። አዳዲስ የአተኛኘት ዓይነቶች መሞከሩ ለሁለታችሁም አዝናኝ ይሆናል። አስታውሺ መስጋት የለብሽም። ምክንያቱም ለሆድሽ ሕመም የማይፈጥር ማንኛውም ዓይነት የአተኛኘት ዓይነቶች በሕፃኑ ላይ ምንም ችግር አያመጣም።

ትሮይ፡- የባለቤቴ ብልት ሁልጊዜ ደረቅ ስለሆነ የግብረ ሥጋ ግንኙነት ለማድረግ በምንሞክርበት ጊዜ ብልቴን ማስገባት ያስቸግረኛል። ብልቴን ለማስገባት ከመሞከሬ በፊት የሚያለሰልስ ቅባታማ ነገር ብልቴን መቀባት ይሻለኛልን? ምን ዓይነት... ቫዝሊን ወይስ ምን?

ውድ ትሮይ፥

ብዙ ጊዜ ከግብረ ሥጋ ግንኙነት በፊት የሚደረገው የፍቅር ጨዋታ አስደሳች፥ ስሜትን የሚያነሣሣ ለረጅም ጊዜ የሚደረግ ከሆነ ብልቷ በተፈጥሮአዊ ፈሳሽ ይረጥባል።

ትሮይ ስለዚህ የፍቅር ጨዋታችሁን ለማሻሻል ባለቤትህን «የፍቅር ጨዋታችን አስደሳችና አነቃቂ እንዲሆንልሽ ምን ማድረግ እንዳለብኝ አሳይኝ ወይም ንገሪኝ» በላት። በተጨማሪ በቂ ጊዜ ውሰዱ። በፍጹም አትጣደፉ። የፍቅር ጨዋታው ቢያንስ ለ20 ደቂቃ ያህል ይቆይ።

ይህን ስታደርግ ባለቤትህ በቂ ተፈጥሮአዊ ፈሳሽ ስለምታመነጭ ምንም ዓይነት ሌላ የሚያረጥብ ፈሳሽ የማያስፈልግበት ሁኔታ ይፈጠራል።

በሌላ በኩል ግን ምንም ነገር ብታደርግም የባለቤትህ ብልት አልረጥብ ይል ይሆናል። አንዳንድ ሴቶች የሚያመነጩት ተፈጥሮአዊ ፈሳሽ በጣም አነስተኛ ሲሆን የሌሎች ሴቶች ደግሞ ከፍተኛ ይሆናል። ባለቤትህ በጣም አነስተኛ ከሚያመነጩት መካከል የምትመደብ ከሆነ አለስላሽ ቅባት መጠቀም ያስፈልግሃል። ቫዝሊን ጥሩ አይደለም። ከዚህ ይልቅ *ሎሽን* መጠቀም ይሻላል። ሽቶ የሌለበት ሎሽን ተጠቀም። ሽቶ ግን የፍትወተ ሥጋ ብልቶችን ይነዳል።

ግሎሪያ፡- ባለቤቴና እኔ ክርስቲያን ነን። ችግሩ *እርሱ የፍትወተ ሥጋ ፍላጎቱ ከፍተኛ ነው!* በየምሽቱ የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ለማድረግ ይፈልጋል።

እኔ ለፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ንቁ ያልሆንኩበት ምክንያት ተወዳጅ ያለመሆኔ ስለሚሰማኝ ነው። ባለቤቴ በፍትወተ ሥጋ እርካታው እንጂ በሌላ ጊዜ ስለእኔ አይገደውም። ከእኔ ጋር ለመነጋገር ፍላጎት የለውም። ጓደኛዬ ለመሆን ፍላጎት የለውም።

ውድ ግሎሪያ፥

አንዳንድ ሰዎች በአንድ መንገድ መወደድን ሲፈልጉ፥ ሌሎች በሌላ መንገድ ይፈልጉታል። ከደብዳቤሽ እንደተገነዘብነው ባለቤትሽ የሚፈልገው በፍትወተ ሥጋ እንዲወደድ ብቻ ነው።

አንቺ በፍትወተ ሥጋ ፍላጎት ጉዳይ ንቁ ስላልሆንሽ ምናልባት እንዲህ ብሎ ያስብ ይሆናል። «ባለቤቴ አትወደኝም። በሰውነቴ አትረካም አትደሰትም። ምናልባት ብልቴን ትንሽ ነው ብላ ታስብ ይሆናል። እርሷን በመውደድ የሚገባኝን እያደረግኩ ነው። በፈለገች ጊዜ ሁሉ የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ልናደርግ ፈቃደኛ ነኝ። ሰውነቷን (አካሏን) እወደዋለሁ። እኔ በምወዳት መንገድ እንድትወደኝ እንደተመኘሁ ነው።

ለእርሱ ፍቅር አካላዊ ነገር ነው!

ነገር ግን ለአንቺ ፍቅር ስሜታዊ ነገር ነው።

ባለቤትሽ አንቺን እንደ ተራ አካል አድርጎ ሳይሆን በስሜቶችሽ ላይ ትኩረት ኖሮትና በመንከባከብ እንዲወድሽ ትፈልጊያለሽ።

ባለቤትሽ ግን ልክ እርሱ የሚፈልገውን ዓይነት ፍቅር የምትፈልጊ ይመስለዋል። እርሱ የሚፈልገው ዓይነት ፍቅር ፍትወትን የማርካት ፍቅር ነው።

አንቺ በእርግጥ የምትፈልጊውን ነገር አያውቅም።

መንገር አለብሽ።

ስለዚህ ጉዳይ ከእርሱ ጋር መነጋገር አስቸጋሪ ይሆንብሻል፥ ነገር ግን መነጋገር አለብሽ። ለትዳር ሕይወት በግልጽ ንግግር መግባባት በጣም አስፈላጊ ነው።

ወደ አንድ ስፍራ ለመሄድ ቸኩሎ ባለበት ጊዜ ሳይሆን በቤት የሚቆይበትን ፀጥ ያለ ሰዓት ምረጪ። ከዚያም፥

ሀ) የምትፈልጊው ምን ዓይነት ፍቅር እንደሆነ ግለጪለት። መወደድ እንዲሰማሽ የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ብቻ በቂ እንዳይደለ ይወቀው። ይልቁኑ እንደ አንድ ልዩ ሰብዓዊ ፍጡር ቆጥሮሽ እውነተኛ ፍላጎት ለአንቺ ሲያሳይ፥ እንደ ቅርብ ጓደኛው ከአንቺ ጋር የአሳብ ልውውጥ ሲያደርግ የመወደድ ስሜት እንደሚሰማሽ አሳውቂው።

ለ) የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ለእርሱ የመወደድ ስሜት እንደሚፈጥርለት እንደተረዳሽና ከዚህ በኋላ በፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ፍቅርሽን ለመግለጽ ከቀድሞ በተሻለ ሁኔታ ልትተገብሪው እንደተዘጋጀሽ ንገሪው።

ከዚህ የአንድ ጊዜ ንግግር በኋላ ሁለታችሁም ሙሉ ለሙሉ የመወደድ ስሜት ታገኛላችሁን? አታገኙም። ነገር ግን ቢያንስ ባለቤትሽ እንዴት ሊወድሽ እንደሚገባ ይረዳል። ደግሞም ስሜታዊ ፍቅሩን ከቀድሞ በተሻለ ሁኔታ መስጠት እንደሚጀምር ተስፋ ይኖራል። አንቺም ደግሞ በፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ልትወጂው የቻልሽውን ሁሉ እንደምታደርጊ ተስፋ እናደርጋለን።

በመንግሥተ ሰማያት ሙሉ የመወደድ ስሜት ይኖራል። በዚህ ምድር ግን ሰዎች በቂ ፍቅር እንዲሰጡሽ ሊሰማሽ ፈጽሞ አይችልም።

ግሎሪያ፡– አንዳንድ ጊዜ የምትፈልጊውን ፍቅር ሁሉ የሚሰጥሽን ለማግኘት ባልሽን ትተሽ ሌላ ወንድ እንድትፈልጊ ልትፈተኚ ትችያለሽ። እውነታው ግን በምድር ላይ የሚገኝ ማንኛውም ሰው ስሜታዊ ፍላጎቶሽን በሙሉ ሊያረካ አይችልም። ያንን ሊያደርግ የሚችል ኢየሱስ ብቻ ነው። ስለ ስሜታዊ ፍላጎቶሽ ይገደዋል። በእርግጥ ስለሚወድሽ ከእርሱ ጋር ብዙ ጊዜ እንድትነጋገሪ ይፈልጋል።

ኢየሱስ ለሳምራዊቷ ሴት እንዲህ አላት

«ምክንያቱም አምስት ባሎች ነበሩሽ» ዮሐ. 4፡18

«ኢየሱስ እንዲህ ሲል መለሰላት፡– «ከዚህ ውኃ የሚጠጣ ሁሉ እንደገና ውኃ ይጠማዋል፤ እኔ ከምሰጠው ውኃ የሚጠጣ ለዘላለም ከቶ አይጠማም፤ ምክንያቱም እኔ የምሰጠው ውኃ፥ ለሚጠጣው ሰው ለዘላለም ሕይወት የሚፈልቅ ምንጭ ይሆናል።» ዮሐ. 4፡13–14

ሳሙኤል፡– ባለቤቴ በጣም ግሩም ሰው ከመሆኗ ሌላ እውነተኛ ጓደኛዬም ናት። የፍትወት ፍላጎቷም ደግም ከፍተኛ ነው። የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት በምንፈጽምበት ወቅት እጅግ እንረካለን። ችግሩ ግን እኔ የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት በተደጋጋሚ እንድናደርግ እፈልጋለሁ።

የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ከፈጸምን በኋላ ሰውነቷ ለአንድ ሳምንት ያህል የረካ ይሆናል። የእኔ እርካታ ግን ለአንድ ቀን ብቻ ነው።

ለእርሷ ደግሞ ሳትፈልግ የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ማድረግ በጣም አስቸጋሪ እንደሚሆንባት ይገባኛል። ግን ምን ማድረግ እችላለሁ። ብዙ ቀን ለፍትወት እራብና ረሃቤ ሳይጠግብ ይቀራል።

ውድ ሳሙኤል፥

1. ሚስትህን ውደድ! ለፍትወት ያለህ ረሃብ ሙሉ ለሙሉ ባይጠግብም እንኳ ለባለቤትህ ፍላጎቶች ተጠንቀቅ። ከእርሷ ጋር የሚነጋገርና ስለ ችግሮቿ የሚገደው ደግ ባል ትፈልጋለች። ከራስህ ፍላጎት ይልቅ ለእርሷ ፍላጎት መጠንቀቅ አለብህ። እርሷም ደግሞ የራሷን ብቻ ሳይሆን የአንተን ፍላጎት ለማሟላት መጣር አለባት። ፍቅር ማለት ይህ ነው (1ኛ ቆሮ. 13፡7)።

2. ብዙ ጊዜ ፍትወትህን የማርካት ጥማት እንዳለብህ ከባለቤትህ ጋር በግልጽ ተነጋገሩ። 1ኛ ቆሮ. 7፡3–5ን በአንድነት አንብቡ። ይህ ክፍል ባልና ሚስት አንዱ የሌላውን የፍትወተ ሥጋ ፍላጎት ማሟላት እንዳለበት ይናገራል።

ይህም ሆኖ ሳሙኤል የፍትወት ፍላጎትህ የማይሟላባቸው ቀናት እንደሚኖሩ ተገንዘብ። ይህም ምንም አይደለም። ከፍትወት የበለጡ ነገሮች በሕይወት ውስጥ አሉ። የምትፈልገውን ያህል የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ባትፈጽምም እንኳ ደስ ሊልህ ይችላል።

ማስታወሻ ለሚስቶች፡— ሚስት ለባሏ የሚከተለውን በማለት ፍቅሯን ማሳየት ትችላለች። «በዚህ ምሽት ፍትወት ለመፈጸም ምንም ፍላጎት የለኝም፥ አንተ ከፈለግህ ግን ልታደርገው ትችላለህ»። በዚህ ጊዜ ፍትወት ለመፈጸም እንዱ ምቹ የአተኛኘት ዓይነት ሚስት ወደ ጎን በጸጥታ ተኝታ ከጀርባ በኩል ባል ሲገናኛት ነው።

አግነስ፡— በፍትወተ ሥጋ ግንኙነት መደሰት አልቻልኩም። ስሜቴ ቢነቃቃና ደስታን ባገኝ እወድ ነበር። ነገር ግን ፈጽሞ አልተሳካልኝም። በጣም ጥሩ ባል አለኝ። ፍትወተ ሥጋ ለመፈጸም የፍቅር ጨዋታ በምንጫወትበት ጊዜ ስሜቴ እንዲነቃቃ ለማድረግ ይጥራል። ነገር ግን በምንፈጽመው የግብረ ሥጋ ግንኙነት ምንም እንዳልተደሰትኩ ሲመለከት ሁል ጊዜ ያዝናል።

ውድ አግነስ፥

ቀጥሎ ሊረዱሽ የሚችሉ አሳቦችን እንሰጥሻለን።

1) ትክክለኛውን አስቢ፡— የመኝታ ሰዓት ከመድረሱ በፊት አእምሮሽን ለፍትወተ ሥጋ ግንኙነት አዘጋጂ። ገና ቀትር ላይ ከባልሽ ጋር በምታደርጊው የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ልታገኚ ስለምትችይው ደስታ አስቢ።

ከዚያ በኋላ የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት በምትፈጽሙበት ጊዜ አእምሮሽ ምን እንደሚያስብ ተጠንቀቂ። ነገ ስለምታበስይው ምግብ ወይም መታጠብ ስላለበት ልብስ በማሰብ ስትጨነቂ እንዳትገኚ ተጠንቀቂ። በዚህ ምትክ የባልሽን ሰውነት በመደባበስ እርሱም የአንቺን ሰውነት በመደባበሱ ስለሚገኘው ጥልቅ ደስታ አእምሮሽ ያሰላስል።

2) ተነጋገሩ። ባለቤትሽ የፍትወት ስሜትሽን የበለጠ የሚያነቃቃው ምን ቢያደርግ፥ የትኛውን የሰውነት ክፍልሽን ቢዳብስ እንደሆነ ንገሪው። እንዲሁ በግምት አውቆ ያደርገዋል አትበይ።

3) ንቁ ሁኚ፡— የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ባልሽ ለአንቺ የሚያደርገው ነገር አይደለም። አንዳችሁ ለሌላችሁ የምታደርጉት ነገር ነው። ስለዚህ ባልሽ ስሜትሽን የሚቀሰቅሱ ቦታዎችን ሲደባብስሽ አንቺም ለእርሱ እንዲሁ አድርጊ። የፍቅርን ጨዋታ በምትጫወቱበትና የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት በምታደርጉበት ጊዜ ዝም ብለሽ አትተኚ። በንቃት ተሳተፊ። ባለቤትሽ ስሜትሽን በሚቀሰቅስ ሁኔታ ሰውነትሽን በሚደባብስበት ጊዜ ሰውነትሽን በሚገባ አንቀሳቅሺው።

4) ጀምሪ፡— አውራ ዶሮ ሴት ዶሮዎችን እንደሚያሳድድ ባለቤትሽ ሁልጊዜ እንዲያባርርሽ ትጠብቂያለሽን? አግነስ እንቺ ሰው እንጂ ዶሮ አይደለሽም። ሰው (ሴትም ሆነ ወንድ) ጽኑ የፍትወተ ሥጋ ፍላጎት አላቸው። (1ኛ ቆሮ. 7፡3ን ተመልከቺ።) ስለዚህ በክርስቲያናዊ ጋብቻ ውስጥ ወንዱ አንዳንድ ጊዜ ዛሬ ማታ የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ብናደርግስ? በማለት

ይጀምራል። በሌላ ጊዜ ደግሞ ሴቷ በመናገር ወይም መፈለጓን የሚያሳይ አንዳንድ ድርጊት በመፈጸም እርሷ ትጀምራለች።

ስለዚህ አግነስ ባለቤትሽ በሚጀምርበት ጊዜ ተከተይውና የጋራ ደስታችሁን ተቋደሱ። በሌላ ጊዜ ደግሞ አንቺ እራስሽ ጀምሪው። ባለቤትሽ መፈለግሽን የሚያውቅበትን ንግግር ተናገሪ። ወይም ድርጊት ፈጽሚ፥ «ዛሬ እፈልጋለሁ..አሁን አስፈልጎኛል! »።

እንደዚህ ስታደርጊ ባለቤትሽ ደስተኛ ይሆናል። «ባለቤቴ በእርግጥ ትወደኛለች። እንደዚህ በጣም እንደምትወደኝ አላውቅም ነበር። ትፈልገኛለች! ገላዬን ትወደዋለች! ድንቅ ባለቤቴን እንዴት እወዳታለሁ!» የሚል ስሜት ይሰማዋል።

እዝራ፡— ባለቤቴ በአንዳንድ የአተኛኘት አቋሞች ወደ ጡዘተ ፍትወት ብትደርስም በሌሎች ደግሞ አይሳካላትም። ፊት ለፊት በምንተኛበት ጊዜ ይሳካላታል። ጀርባዋን ሰጥታኝ ከኋላ በምሞክርበት ጊዜ አይሳካላትም። ይህ ለምንድን ነው?

ውድ እዝራ፡—

የብዙ ወንዶች እምነት ሴት የፍትወት እርካታ የምታገኘው ወንዱ ብልቱን በብልቷ ውስጥ በሚያንቀሳቅስበት ጊዜ እንደሆነ ያምናሉ። እውነቱ ግን ሴት ልጅ ወደ ከፍተኛ የፍትወተ እርካታ ስሜት ወይም ጡዘተ ፍትወት ልትደርስ የምትችለው ናዝረ ብልቷ በሚገባ በሚታሸበት ጊዜ ብቻ ነው (ገጽ 48)።

ወንዱ ብልቱን ከኋላ በማስገባት የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት በሚፈጽምበት ጊዜ ብልቱ ናዝረ ብልቷን ሊነካ አይችልም። ፊት ለፊት በሚተኙበት ጊዜ ግን ብልቱ ናዝረ ብልቷን በመንካት ወደ ከፍተኛ የፍትወት እርካታ ስሜት እንድትደርስ ያደርጋታል።

ብዙ ባልና ሚስቶች የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ለመፈጸም ፊት ለፊት መተኛት የሚመርጡትም ለዚህ ነው።

ይህ ማለት ግን ባልና ሚስት ሴቷ ለወንዱ ጀርባዋን ሰጥታ ከኋላ የሚፈጸመውን ግንኙነት ማድረግ የለባቸውም ማለታችን አይደለም። በዚህ መንገድ በሚፈጸም ግንኙነት ሴቲቱ ወደ ከፍተኛ የፍትወት እርካታ ስሜት እንድትደርስ ባሏ ሊረዳት የሚችልበት መንገድ አለው። ከኋላ ሆኖ ብልቱን ብልቷ ውስጥ ካስገባ በኋላ እጆቹን ወደፊት በማምጣት ናዝረ ብልቷን በጣቶቹ በማፍተልተል በቀላሉ በጥቂት ደቂቃዎች ወደ ጡዘተ ፍትወተ እንድትደርስ ሊያደርጋት ይችላል።

አሞጽ፡— ባለቤቴ ወደ ከፍተኛ የፍትወት እርካታ ስሜት ደርሳ አታውቅም። ሆኖም ግን በፍትወተ ሥጋ ግንኙነታችን ትደሰታለች።

ውድ አሞጽ፥

ሴቶች ሁሉ አንድ አይደሉም። አንዳንድ ሴቶች በፍትወተ ሥጋ ግንኙነታችው ወቅት ወደ ከፍተኛው የፍትወት እርካታ ስሜት ሳይደርሱ ሊቀሩ ያለመርካት ይሰማቸዋል። አንዳንድ ሴቶች ደግሞ «ወደ ከፍተኛው የፍትወት እርካታ ስሜት ባልደርስም እንኳ ባለቤቴ በከንዶቹ እኔን ሊያቅፈኝና ለእኔ ያለውን ፍቅር የሚገልጽበት ሁኔታ በጣም ያስደስተኛል» ይላሉ።

ስለዚህ ባለቤትህ ጡዘተ ፍትወት ላይ ሳትደርስ በግብረ ሥጋ ግንኙነት ደስተኛ የምትሆን ከሆነ መልካም ነው። ስለዚህ ወደ ከፍተኛው የፍትወት እርካታ ስሜት መድረስ አለብኝ ብላ እንድታስብ አታስገድዳት።

ኮርኒ፦ ከሁለት ሳምንት በፊት የመጀመሪያ ልጄን ወለድኩ። ወዳጆቼ «በምታጠቢባቸው ወራቶች ባልሽ ሌሎች ልጃገረዶችን ለማሽኮርመም መሄዱ አይቀርም»። ይሉኛል ምን ማድረግ እችላለሁ?

ውድ ኮርኒ፥

ባለቤትሽ ወደ ምንዝርና እንዳይሄድ ለመርዳት ልታደርጊያቸው የምትችያቸው ሁለት ነገሮች አሉ።

1) ለፍቅር ያለውን ፍላጎት ለማርካት ጥንቃቄ አድርጊ። አንዳንድ ሴቶች ልጆቻቸውን ከመጠን በላይ በመውደድ ባሎቻቸውን የመዘንጋት ስሕተት ይሠራሉ። ወዲያውኑ ባሎች «ባለቤቴ ለእኔ የምታደርገውን እንክብካቤ አቁማለች አሁን አትኩሮቷ በሕፃኑ ላይ ነው» በማለት ለራሳቸው ይናገራሉ። በዚያን ጊዜ ዝሙት ጠንካራ ፈተና ይሆንባቸዋል።

ስለዚህ ኮርኒ ሕፃንሽን ውደጂ፥ ባለቤትሽንም የበለጠ እንደምትወጂው አሳዪው።

2) ለፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ያለውን ፍላጎት ለማርካት ተጠንቀቂ። ልጅሽን ከወለድሽ ከአምስት ሳምንታት በኋላ ሰውነትሽ ለፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ዝግጁ ይሆናል። በእርግጥ ከሁለት ዓመት በፊት እንዳታረግዢ መጠንቀቅ አለብሽ። የቤተሰብ ምጣኔ ዘዴዎችን በመጠቀም የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት እየፈጸምሽ እንኳ እንዳታረግዢ ማድረግ ይቻላል። (ገጽ 97 እና 112 ተመልከቺ።)

ማስታወሻ ለባሎች፦ ካመነዘራችሁ እግዚአብሔር «ይህ የእናንተ ጥፋት አይደለም የሚሰቶቻችሁ ጥፋት ነው» ሊለን ፈጽሞ አይችልም። *ካመነዘርሽ ጥፋቱ የአንተ ነው* (ሕዝ. 18፡20–23)።

ቪንሰንት፦ የአንድን ሰው የፍትወት ፍላጎት የሚጨምሩ ንጥረ ነገሮች ወይም መድኃኒቶች የትኞቹ ናቸው?

ውድ ቪንሰንት፥

እንደነዚህ ዓይነት ነጥረ ነገሮች ወይም መድኃኒቶች የሉም። በየአገሩ ያሉት አንዳንድ ሰዎች ከፍተኛ የፍትወት ፍላጎት የሚያስገኙ ናቸው በማለት አንዳንድ መድኃኒቶችን ይሸጣሉ። እውነታው ግን የፍትወት ፍላጎትን የሚጨምር መድኃኒት ወይም ኬሚካል የሌለ መሆኑ ነው።

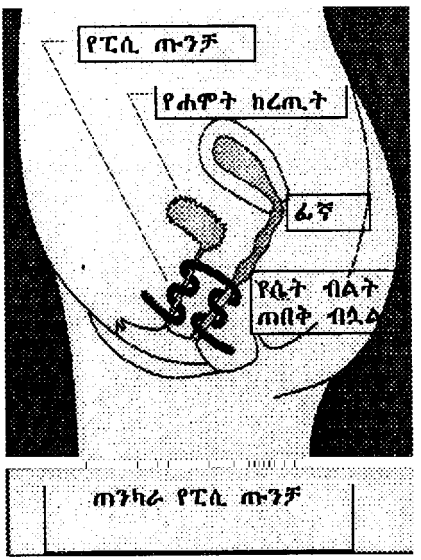
አንጀላ፦ በቤተ ክርስቲያን አንዳንድ ሴቶች ስለ ሰውነት እንቅስቃሴ ሲናገሩ እሰማለሁ። «አንዲት ሴት ይህን የሰውነት እንቅስቃሴ ከሠራች እርሷና ባሏ በፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ከፍተኛ ደስታን ያገኛሉ» ይላሉ። እንደዚህ ዓይነት የሰውነት እንቅስቃሴ በእርግጥ አለን?

ውድ አንጀላ፦

አዎ አለ። «የፒሲ የሰውነት እንቅስቃሴ» በመባል ይታወቃል። እያንዳንዱ ሴት ይህን የሰውነት እንቅስቃሴ መሥራት አለባት፥ ምክንያቱም በሁለት መንገዶች ይረዳል።

ሀ) ባልና ሚስት በፍትወተ ሥጋ ግንኙነት የበለጠ እንዲደሰቱ ይረዳል።

ለ) የወሊድ ጊዜ ለእናቲቱም ሆነ ለሕፃኑ ከአደጋ ነፃ እንዲሆን ያደርገዋል።



የሴቲቱን ብልትና ፊኛ የሚቆጣጠረው ጡንቻ «ፒሲ ጡንቻ» በመባል ይታወቃል።

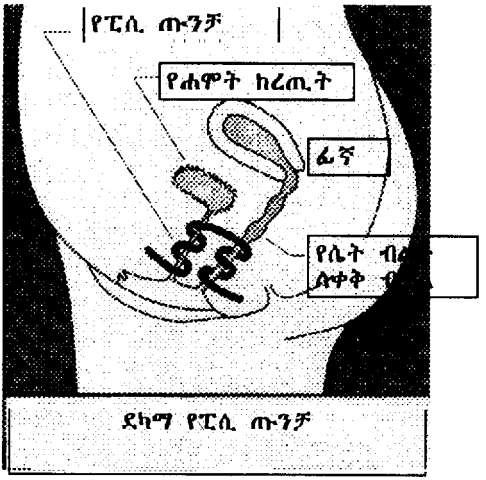
ይህ ጡንቻ በጣም ጠቃሚ ነው።

አንዲት ሴት ጠንካራ ፒሲ ጡንቻ ካላት ብልቷ የባሏን ብልት በሚገባ ጥብቅ አድርጎ ይይዘዋል። ይህም በፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ወቅት ደስታ እንዲሰማት ያደርጋል። (በስተቀኝ ያለውን ሥዕል ይመልከቱ።)

የሴቲቱ ፒሲ ጡንቻ ደካማ ከሆነ ግን ብልቷ በጣም ሰፊና ልፍስፍስ ይሆናል። በዚህ ጊዜ በፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ወቅት ከፍተኛ ደስታን ልታገኝ አትችልም። (ከታች የሚገኘውን ሥዕል ይመልከቱ።)

ብዙ ሴቶች በጣም ሰፊና ልፍስፍስ ብልት አላቸው። ለምን? ምክንያቱም የፒሲ ጡንቻዎቻቸውን እንዴት እንደሚያንቀሳቅሱት ስለማያውቁ ነው።

«በብልታቸው አካባቢ ያሉ ጡንቻዎች እንቅስቃሴ እንደሚያስፈልጋቸው» ቢነገራቸው እንኳ እንዴት እንደሚያሠሩት አያውቁም።



ለምሳሌ፥ ማርታ የፒሲ ጡንቻዎቿን ለማሠራት ስትጀምር የፒሲ ጡንቻ ያልሆኑትን ጡንቻዎች በማኮማተር ስሕተት ሠራች። «የፒሲ ጡንቻዬን እያኮማተርሁ ነው›። እያለች የምታኮማትረው ግን የጭኖቿን ጡንቻዎች ነበር።

ደግነቱ አንዲት ሴት በፒሲና በጭን ጡንቻ መካከል ያለውን ልዩነት የምትማርበት ቀላል መንገድ መኖሩ ነው። የፒሲ ጡንቻ ብልቷን ጠበቅ ማድረግ ብቻ ሳይሆን የሽንት መፍሰስንም ያቋርጣል። ስለዚህ አንዲት ሴት የፒሲ ጡንቻዎች ማኮማተርን ለመማር በምትሽናበት ጊዜ መለማመድ ያስፈልጋታል።

የፒሲ ጡንቻዎችሽን ማኮማተር ተማሪ

ለሚቀጥሉት ሰባት ቀናት በምትሸኚበት ጊዜ ጉልበቶችሽን ከፈቺያቸውና ለጥቂት ሰኮንዶች ያህል መሽናትሽን ለማቆም ሞክሪ...እንደገና ቀጥዪ.....ደግመሽ ለጥቂት ሰኮንዶች አቋርጪ። ይህን በየመካከሉ ሽንትሽን የማቋረጥና የመሽናት ተግባር ፊኛሽ ባዶ እስኪሆን ድረስ ቀጥይ። *ሽንትሽን እንደማቋረጥ ሰትይ የፒሲ ጡንቻዎችሽን እያኮማተርሽ ነው ማለት ነው።*

ጉልበቶችሽን በደንብ መክፈት የሚያስፈልግሽ ለምንድን ነው? ምክንያቱም ጉልበቶች በተከፈቱ ጊዜ የሽንትን መፍሰስ ሊያቆም የሚችል ጡንቻ የፒሲ ብቻ በመሆኑ ነው። ጉልበቶችሽ ከተገጠሙ ግን ሽንትሽን በጭን ጡንቻዎች ማቆም ትችያለሽ።

ሽንትሽን ማቆም በምትለማመጂበት ጊዜ በፒሲና በጭን ጡንቻዎች መካከል ያለውን ልዩነት መረዳትን እየተማርሽ ትመጪያለሽ።

ከሰባት ቀናት በኋላ የፒሲ ጡንቻዎችሽን ማኮማተር ትማሪና በምትሸኝበት ጊዜ ብቻ ሳይሆን በማናቸውም ጊዜ ማኮማተር ትችያለሽ። በዚህ ጊዜ የፒሲን ልምምድ ለመሥራት ተዘጋጅተሻል ማለት ነው።

የፒሲ ልምምድ

ሀ. ፒሲሽን የቻልሽውን ያህል ፊንጢጣሽን ወደ ውስጥ በማፈን አኮማትሪው። ለሦስት ሰኮንዶች አፍነሽ ያዥው።

ለ. ለቀቅ አድርጊው። ለሦስት ሰኮንድ ያህል ላላ እንዳረግሽው ተይው።

የፒሲ ልምምድን ለ40 ጊዜ ያህል በየዕለቱ ሥሪ።

አንዲት ሴት በየዕለቱ 40 ያህል የፒሲ ልምምድ ማድረግ ይኖርባታል። ይህ ማለት በቀን 40 ጊዜ ያህል ለ3 ሰኮንድ አፈን፥ ኮምተር ለ 3 ሶኮንድ ለቀቅ ዘና አድርጋ በማፈራረቅ ትቆያለች ማለት ነው።

በየዕለቱ 40 ልምምዶችን ለመሥራት አስቸጋሪ አይደለም። እያንዳንዱ ልምምድ የሚፈጀው ስድስት ሰኮንዶች ብቻ ነው። (ሦስት ለማኮማተር ሦስት ደግሞ ለቀቅ ለማድረግ ነው።)

አንዲት ሴት ጠዋት ከአልጋዋ ላይ ከመውረዱ በፊት አሥር ልምምዶችን መሥራት ትችላለች። (ይህ የሚፈጀው 60 ሰኮንዶች ብቻ ነው።) ሌላ አምስት ልምምዶች ደግሞ ሽንቷን በምትሸናበት ጊዜ ልትሠራ ትችላለች። በቁርስ ወቅት ሌላ አምስት በምሳ ሰዓት አሥር ወዘተ... በዚህ ዓይነት በቀኑ መጨረሻ 40 እስክትደርስ ትቀጥላለች።

የፒሲ ጡንቻ በሰውነት ውስጥ የሚገኝ ስለሆነ በምታኮማትርበትና ለቀቅ በምታደርግበት ወቅት ማንም ሊያይ ወይም ሊያውቅ አይችልም።

ዶሮቲ፣– 40 የፒሲ ልምምድ በየዕለቱ ለመሥራት የማስታወስ ችግር ነበረባት። ስለዚህ ማስታወሻ ጽፋ በቤቷ ውስጥ በየቦታው አስቀመጠችው። እያንዳንዱ ማስታወሻ «ልምምድ» የሚል ጽሑፍ ነበረው። አንዱን ማስታወሻ በኩሽና የዕቃ ማጠቢያ አጠገብ፥ ሌላውን በልብሷ መተኮሻ አጠገብ፥ ወዘተ... አኖረቻቸው። አንድ ቀን እህቷ ማስታወሻዎቹን አይታ ምንነታቸውን ጠየቀች። ዶሮቲ ስለ ፒሲ ልምምድ ሁሉን ነገር ነገረቻት። ከሁለት ወራት በኋላ እህትየዋ ወደ እርሷ በመምጣት እንዲህ አለቻት «ባለቤቴ በፍትወተ ሥጋ ግንኙነት የምደሰትበትን አዲስ ዘዴ ወዶታል። ምን መድኃኒት እንደሰጠሽኝ ማወቅ ይፈልጋል።»

የፒሲ ልምምድ የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት እርካታን የሚጨምረው ለምንድን ነው? ምክንያቱም ጠንካራ የፒሲ ጡንቻ ያላት ሴት በፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ወቅት የባለቤቷን ብልት በብልቷ ጨብጣ ጨምቃ መያዝ ስለምትችል ነው።

አሜሪካኖች በመጀመሪያ እንደደረሱበት ያስባሉ።

አንዳንድ የአሜሪካ ዶክቶሮች የፒሲን ልምምድ ለማግኘት የመጀመሪያው እነርሱ እንደሆኑ ያስባሉ። እውነታው ግን በሌላው ዓለም ያሉ ሴቶች (ለበርካታ ትውልዶች) የፒሲ ጡንቻዎችን ልምምድ ያደርጉ ነበር። ለምሳሌ፥ በተለያዩ የአፍሪካ ክፍሎች አንዲት ልጃገረድ የብልቷን ጡንቻ (ፒሲ) በሚገባ ጨብጣ ወይም አኮማትራ) መያዝ ካልቻለች ልታገባ አትችልም ነበር። በአንዳንድ የእስያ አገሮች ደግሞ አንዲት ሴት ልጅ ከወለደች በኋላ የብልቷ ጡንቻ (የፒሲ ጡንቻ ነው) የቀድሞ ጥንካሬውን መልሶ ያገኝ ዘንድ የፒሲን ልምምድ ታደርጋለች።

ዛሬ ብዙ ሰዎች የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ደስታን ይጨምራል በማለት መድኃኒቶችን ይገዛሉ። እንደነዚህ ዓይነት መድኃኒቶች እንደማይሠሩ እርግጥ ነው። የፒሲ ልምምድ ግን ለምትተገብረው ሴት ሁሉ ይሠራል። ደግሞ ነፃ ነው!

የፒሲ ልምምድ የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት እርካታን ከመጨመሩም ሌላ ወሊድ በሰላማዊ ሁኔታ እንዲፈጸም ያደርጋል።

በሁሉም ዓለም ለሚገኙ ሴቶች እንዲህ እንላለን፥–

የፒሲ ጡንቻዎቻችሁን የመጨበጥ ወይም የማኮማተር
ልምምድን ተማሩ።
ከዚያም 40 የፒሲ ልምምድን በየዕለቱ አድርጉ።

ቪሮኒካ፥– እኔና ባለቤቴ ከተጋባን 12 ዓመታት ሆኗል። አራት ልጆች አሉን። ለመጀመሪያዎቹ 10 ዓመታት የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ደስታን እንለማመድ ነበር። ከሁለት ዓመታት ወዲህ ግን ኃይለ ፍትወቱ ደከመ። ምንም ያህል ብደባብሰው ብልቱ አይቆምም። የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ለመፈጸም በሞከረባቸው ጊዜያት ሁሉ ብልቱን በብልቴ ውስጥ ለማስገባት ያቅተዋል።

ወደ ሆስፒታል ሄዱል። ሐኪሙ «የኃይለ ፍትወትን ድከመት የሚያመጣ ምንም ዓይነት በሽታ ስለሌለብህ ሄደህ እንደገና ሞክር» አለው።

አሁንም ቢሆን የፍቅርን ጨዋታ በምንጫወትበት ጊዜ ብልቱ እንደተዝለፈለፈ ይቀራል። ቀጥ ብሎ አይቆምም። ስለዚህ የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት መፈጸም አልቻልንም።

በነገሩ ትልቅ ጎፍረት ስለሚሰማው በራሱ አልጋ ላይ መተኛት ጀምሯል።

ለሁለት ዓመታት የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት መፈጸም አልቻልንም። አንዳንድ ጊዜ ለማመንዘር እፈተናለሁ፤ ነገር ግን ጀርባዬን በአዳኜ በክርስቶስ ላይ መመለስ አቃተኝ።

ኃይለ ፍትወቱ የመድከሙ ምክንያት ምንድን ነው ብላችሁ ታስባላችሁ?

ውድ ቪሮኒካ፡

የጎይለ ፍትወት ድክመት በበሽታ ወይም በጭንቀት ሊመጣ ይችላል።

ሐኪሙ ባለቤትሽ በሽታ እንደሌለበት ስላረጋገጠ ምክንያቱ ጭንቀት ሊሆን ይችላል። እንዲያውም የብዙ ጎይለ ፍትወት መድከም ምክንያት ጭንቀት ነው።

ጭንቀት ጎይለ ፍትወትን እንዴት ሊያደክም ይችላል? አንድ ሰው (ዮሴፍ እንበለው) አንድ ማታ በከባድ ሥራ ደክሞ ውሎ በመምጣት አልጋው ላይ የመውደቅ ያህል ዘፍ ይላል። ባለቤቱ የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ለመፈጸም ስለፈለገች ብልቱን ትደባብስለት ጀመር። ነገር ግን ብልቱ አልቆም አለ። ዮሴፍና ባለቤቱ በጉዳዩ ተደናገጡ።

መደናገጥ ግን አልነበረባቸውም። ዮሴፍ ደክሞት ነበር። ማንኛውም ወንድ እጅግ በሥራ ከደከመ ብልቱ ላይቆምለት ይችላል። ዮሴፍና ባለቤቱ ግን ይህን አልተረዱም። እንደ ሌሎች በርካታ ሰዎች ሁሉ «እውነተኛ ወንድ» ለፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ሁል ጊዜ የተዘጋጀ ነው በማለት የተሳሳተ አሳብ አላቸው።

በዚያ ምሽት ዮሴፍ መተኛት አልቻለም «ብልቴ ምን ችግር ኖሮበት ይሆን? ባለቤቴ ስለ እኔ ምን ታስብ ይሆን? ነገ ማታ ብልቴ ይቆም ይሆንን? ከዚህ በኋላ ተመልሶ ባይቆም ምን አባቴ እሆናለሁ?» በማለት ሲያስብ አደረ።

በሚቀጥለው ዕለት ማታ አቋሙን ለማረጋገጥ የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ለመፈጸም ጠየቃት። የፍቅር ጨዋታ በሚጫወቱበት ጊዜ ዘና ብሎ በመደባበሱና በመተሻሸቱ ከመደሰት ይልቅ ብልቱ ጠንክሮ ይቆም እንደሆነ ለማረጋገጥ በመጨነቅ ይጠባበቅ ጀመር። ከመጨነቁ የተነሣ ብልቱ ሳይቆም ቀረ።

ዮሴፍና ሚስቱ ማድረግ የነበረባቸው ነገር የሚከተለው ነበር። ብልቱ አልቆም ባለበት የመጀመሪያ ምሽት ባለቤቱ «ይህ ምንም የሚያሳስብ አይደለም። ዛሬ በሥራ እጅግ ደክመሃል። ከሰሞኑ በቂ ዕረፍት የምታገኝበትን ሌላ ምሽት እንጠብቅ» ልትለው ይገባ ነበር።

በዚህ ሁኔታ የብልቱ ያለመቆም ችግር ይረሳ ነበር። በሚቀጥለው ዕለት ምሽት ብልቱ ይቆም እንደሆነ መጠባበቅ አልነበረባቸውም። በዚያም ምትክ አንዱ ለሌላው በሚሰጠው እርካታ ላይ ማተኮር ነበረባቸው። እንዲህ ቢሆን የብልቱ መቆም ያላአንዳች ጥርጣሬ ወዲያውኑ ይሆን ነበር። ችግሩም በፍጹም አይከሰትበትም ነበር።

ከፍቅር ጨዋታ ጊዜ ማንኛውም ሰው ብልቱ ጠንክሮ ይቆም ይሆን ወይ? ብሎ መጨነቅ የለበትም። ያንን ረስቶ ሚስቱን በመውደድ ብቻ ሐሤት ማድረግ አለበት።

የወንድ ብልት የሚቆመው እንዴት ነው? ልክ ሰው እንቅልፍ እንደሚወስደው ነው። አልጋው ላይ ወጥቶ «ቶሎ መተኛት አለብኝ። ነገ ብዙ ሥራ አለብኝ። አሁን እንቅልፍ እየወሰደኝ ነው? መተኛት አለብኝ– *በግድ!*» በማለት ለራሱ የሚናገርን ሰው አስቡ።

በዚህ ዓይነት እንቅልፍ በፍጹም አይወስደውም። እንቅልፍ ይወስደው ዘንድ ዘና ማለት አለበት። ስለ እንቅልፍ መጨነቅ የለበትም። አእምሮው ሌሎች ነገሮችን እንዲያስብ ማድረግ ይገባዋል። ይህን ሲያደርግ ወዲያውኑ እንቅልፍ ይወስደዋል።

በተመሳሳይ መንገድ አንድ ሰው ስለ ብልቱ መቆም የሚጨነቅ ከሆነ ብልቱ ሊቆም አይችልም። ዘና ብሎ ሚስቱን በመደባበስና በማሻሸት ሊደሰት ይገባዋል። በዚያን ጊዜ ብልቱ ወዲያውኑ ይቆማል።

ቪሮኒካ፥ ባለቤትሽ ብልቴ ይቆም ይሆንን ወይስ ይከዳኝ ይሆን በማለት ከመጠን በላይ የመጨነቅ ስሕተት የሠራ ይመስላል። እኛ ግን መልካም ዜና አለን። አንቺና ባለቤትሽ በችግሩ ላይ ድልን ልትቀዳጁ ትችላላችሁ! ድል ማድረጊያው መንገድ የሚከተለው ነው፦

ሀ) ተነጋገሩ፦ ምናልባት አንቺና ባለቤትሽ ስለዚህ ችግር ተነጋግራችሁ አታውቁም ይሆናል። በነጻነትና በታማኝነት ሁኔታውን ሁሉ ዛሬ መነጋገር ጀምሩ። ቪሮኒካ፥ ስለ ባለቤትሽ የኃይለ ፍትወት ድክመት የሚጎዳ ነገር ተናግረሽ እንደሆነ ይቅርታ እንዲያደርግልሽ ጠይቂው።

ለ) የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ሳትፈጽሙ የፍቅር ጨዋታን ተጫወቱ። በመጀመሪያ ባለቤትሽ ስለ ብልቱ ያለመቆም ችግር መረጋጋት ቀላል ላይሆንለት ይችላል። ስለዚህ የምንሰጣችሁ አሳብ ለመጀመሪያዎቹ ሁለት ሳምንታት በየምሽቱ የፍቅር ጨዋታ ተጫወቱ። ነገር ግን የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት አትፈጽሙ። ባለቤትሽ ይህን ካወቀ ጭንቀቱን ትቶ ዘና ሊል ይችላል። «ዛሬ ማታ ባለቤቴ የግብረ ሥጋ ግንኙነት እንድንፈጽም አትጠብቂብኝም። በፍቅር ጨዋታ ብቻ ደስ እንሰኛለን።» ይላል።

በፍቅር ጨዋታ ጊዜ እንደምትወጂው ሰውነቱን መደባበስና ማሻሸት እንድሚያስደስትሽ ንገሪው። «በምንም ዓይነት ብልቱን እንዲቆም አደርጋለሁ» አትበይ። በዚህ ምትክ ዘና በይ። ሰውነቱን በሙሉ በቅባት በማሸት ተደሰቺ። እርሱም አንቺን በመደባበስና በማሻሸት ደስ ይበለው። ብልቱ ስለመቆሙ ወይም ስላለመቆሙ ማናችሁንም አይጭነቃችሁ። ብልቱ ባይቆምም እንኳ አንዳችሁ ለሌላችሁ እርካታን በመስጠት ቀጥሉ። እንደምትወጅውና ከልብሽ መሆኑን ሲረዳ ከባድ ሸክም ከትከሻው ላይ የተንከባለለ ያህል ይሰማዋል።

እነዚህ ዓይነቱን የፍቅር ጨዋታ የግብረ ሥጋ ግንኙነት ሳትፈጽሙ ለሳምንት ወይም ለወርም ቢሆን እንኳ ቀጥሉ። ቢፈጥንም ቢዘገይም ሁለታችሁም በፍቅር ጨዋታ በመደሰት ስለ ብልቱ አለመቆም ችግር የማታስቡበት ጊዜ ላይ ትደርሳላችሁ። አንዳችሁ የሌላችሁን አካል

በመውደድ በሚገኘው እርካታ ትደሰታላችሁ። ከዚያም ብልቱን ስትመለከቱ ግትር ብሎ ታገኙታላችሁ። ከዚያም ብልቱን ያስገባል። ተግባሩ ይከናወናል፤ አቤት እንዴት ግሩም ይሆናል!

ይህ የኃይለ ፍትወቱ ድክመት መጨረሻ ይሆናልን? አይሆንም። ነገር ግን የድሉ መጀመሪያ ነው።

ለሁለት ዓመታት የቆየና ሥር የሰደደ ችግር በአንድ ቀን አይጠፋም። ስለዚህ ትዕግሥት ያስፈልጋል። አሁንም አንዳንድ ጊዜ ላይቆምለት ይችላል።

በፍቅር ጨዋታችሁ አዘውትራችሁ መደሰትን መቀጠል አለባችሁ። በዚህ ሁኔታ ብልቱ ቢቆም መልካም ነው። በማይቆምበት ጊዜ አትጨነቁ። ዘና ብላችሁ የፍቅር ጨዋታችሁን ቀጥሉ። የብልት ያለመቆም ችግር ሙሉ ለሙሉ እስኪወገድለት ሳምንታት ወይም ወራት ሊወስዱበት ይችላል።

ፖል፡- የኃይለ ፍትወት ድክመት ሲጋራ በማጨስና አልኮል በመጠጣት ሊመጣ ይችላልን?

ውድ ጳውሎስ፥

ሲጋራ ማጨስ፡- አዎን ሲጋራ ማጨስ ብዙ ጊዜ የፍትወትን አቅም ያደክማል። የወንድ ብልት በሚገባ ይቆም ዘንድ በብልቱ ደም መሙላት አለበት። በሲጋራ ውስጥ የሚገኘው ኒኮቲን የተባለ ቅመም ደግሞ በከፊል የደም ቧንቧዎችን ይደፍናል። ይህም ብልቱ በሚገባ ተገትሮ እንዳይቆም ያደርጋል።

ማጨስ ያቆሙ ወንዶች «አሁን በፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ከፍተኛ ደስታ አግኝቻለሁ!» ጨምረውም «ማጨስ ያቆምኩት ከብዙ ዓመታት በፊት ቢሆን አንዴት መልካም ነበር! እንዲያውም ልጆምረው አይገባኝም ነበር!» ይላሉ።

አልኮል፡- አዎ አልኮልም ኃይለ ፍትወትን ያደክማል። አደገኛ ጠጪ የሆነ ሰው ብልቱ ፈጽሞ ሊቆም ወደ ማይችልበት ደረጃ ሊደርስ ይችላል።

ዳንኤል፡- ዕድሜዬ 64 ሲሆን የባለቤቴ ዕድሜ ደግሞ ወደ 63 እየተጠጋ ነው። የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ማድረግ ማቆም አለብን ወይ? ለፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ዕድሜያችን አላለፈምን?

ውድ ዳንኤል፥

አንተና ባለቤትህ በሕይወት እስካላችሁ ድረስ በፍትወተ ሥጋ ግንኙነት የሚገኘውን ደስታ መቋደሳችሁን ቀጥሉ።

ቴዎፍሎስ፡- ካገባሁ አንድ ዓመት ሆነኝ። ችግሬ የዘር ፍሬዬን የማፈስሰው እጅግ ፈጥኜ ነው። እንዲያውም የዘር ፍሬዬን የማፈስሰው ብልቴን በማስገባበት ቅጽበት ነው። በፍቅር ጨዋታ ወቅት ለባለቤቴ

ብልቴን እንዳታሻሽ ሁልጊዜ እነግራታለሁ። ነገር ግን ብልቴን በማስገባበት ወቅት ብልቴ ብልቷን ሲነካ ወዲያውኑ የዘር ፍሬዬን አፈሰሳለሁ።

ወንድ ልጅን በፍትወት ስሜት ቀዝቀዝ እንዲል የሚያደርግ መድኃኒት አለን?

ውድ ቴዎፍሎስ፥

በፍቅር ጨዋታ ወቅት ባለቤትህ «ብልትህን እንዳታሻሽ» የሚል አሳብ ያገኘኸው ከየት ነው?

እውነታው ግን ብልትህን ከማስገባትህ በፊት ባለው የፍቅር ጨዋታ ወቅት ልታሻሽልህ ይገባል። ለምን? ምክንያቱም ይህ ብልትህን ወደ ብልቷ ካስገባህ በኋላ ፈጥነህ የዘር ፈሳሽህን እንዳታፈስ ይረዳል።

የፍትወተ ሥጋ ግንኙነትን በላፉ የፍትወት ስሜት ለመፈጸም መንገዱ ይህ ነው። ብልትህን ወደ ብልቷ ከማስገባትህ በፊት እንተ እርሷን ልትደባብስ እርሷም አንተን ልትደባብስ ያስፈልጋል። በዚህ መተሻሸት ጊዜ የዘር ፍሬህን እንዳታፈስ ሞክር። ለረጅም ጊዜ ከተሻሻችሁና ከተደባበሳችሁ በኋላ ብልትህን ወደ ብልቷ አስገባ። ለረጅም ጊዜ ስትደባብስህ ስለቆየች ብልትህን ወደ ብልቷ ካስገባህ በኋላ ቶሎ የዘር ፍሬህን አታፈስም። ስለዚህ ሚስትህ ወደ ከፍተኛው የእርካታ ስሜት ለመድረስ በቂ ጊዜ ይኖራታል። ቀጥሎም አንተ የዘር ፍሬህን ልታፈስ ትችላለህ።

ከማስገባቴ በፊት ለረጅም ጊዜ ብልቴን ካሻሸችኝ በዚህ ጊዜ የዘር ፈሳሼን እንዳላፈስ እንዴት እችላለሁ? የሚለው ጥያቄ የተለመደ ጥያቄ ይሆናል።

መልሱ፡– በማሻሸቱና በመደባበሱ ወቅት ለባለቤትህ እንዲህ ብለህ ልትነግራት ትችላለህ። «ጥቂት ጠብቂኝ...የዘር ፈሳሼን ለማፍሰስ ቀርቤአለሁ...። ለጥቂት ደቂቃ ልረፍ።» በእነዚያ ጥቂት ደቂቃዎች ውስጥ አንተ እርሷን መደባበሱንና ማሻሸቱን ልትቀጥል ትችላለህ። እርሷ ግን ታቁምና ጥቂት ዕረፍት ትስጥህ። ደግሞ ጥቂት ልረፍ እስክትላት ድረስ እንደገና ማሻሸትና መደባበስ አሁንም ትቀጥል።

ብልትህን ወደ ብልቷ ከማስገባትህ በፊት ይህ ማሻሻትና መደባበስ– ማረፍ፥ ደግሞ መደባበስና ማሻሸት– ማረፍ ድግግሞሽ ለብዙ ጊዜ ይቀጥል። ከዚያም ብልትህን ወደ ብልቷ ካስገባህ በኋላ እራስህን እንዲህ ስትል ታገኘዋለህ «ተመልከቱ....በፍጥነት የዘር ፈሳሼን ሳላፈስ ብልቴን ብልቷ ውስጥ ማስገባትና መቆየት ችዬአለሁ። ይህ የመተሻሸት፥ የመደባበስ – የዕረፍት ድግግሞሽ በእርግጥም ይረዳል!»

ይህ የመተሻሸት የመደባበስና የዕረፍት ድግግሞሽ ለመጀመሪያ ጊዜ ሲፈጸም ስኬታማነቱ አነስተኛ ሊሆን ይችላልና ተስፋ አትቁረጥ። የዘር ፍሬህን የማፍሰስ ተግባር እንዲዘገይ ማድረግ በወራት የሚቆጠሩ ልምምድ

ይጠይቅ ይሆናል። ተስፋ አትቁረጥ። ብልትህን ወደ ብልቷ ከማስገባትህ በፊት በርክት ላለ ጊዜ ድግግሞሹን ተለማመድ።

ብልትህን ወደ ሚስትህ ከማስገባትህ በፊት እያሻሸችህና እየደባበሰችህ ሳለ በድንገት የዘር ፍሬህን ብታፈስ አትጨነቅ። ይህ ችግር ወይም ኃጢአት አይደለም። ዑደቱን የዘር ፍሬህን ሳታፈስ በተደጋጋሚ ለመፈጸም ብቻ ጥረት አድርግ። ይህ ጥረትህ ብልትህን ወደ ሚስትህ በምታስገባበት ወቅት ፈጥነህ እንዳታፈስ ይረዳሃል።

ስለ መድኃኒቶች ጠይቀህ ነበር። አንዳንድ ሰዎች የወንዱን ስሜት ያቀዘቅዛል እያሉ መድኃኒቶችን ይሸጣሉ። ለዚህ ጉዳይ የሚሠራ መድኃኒት ግን ፈጽሞ የለም።

ደግሞም ዕረፍት እያደረጉ ከሚስት ጋር መተሻሸትና መደባበስን የመሰለ አስደሳች ነገር እያለ መድኃኒት መጠቀም ለምን ያስፈልጋል?

አልፍሬድ፡– አልኮል መጠጣት የፍትወተ ሥጋ ግንኙነትን እርካታ ለመጨመር ይጠቅማልን?

ውድ አልፍሬድ፥

አንዲት ሴት በሰውነቷ ውስጥ አልኮል ካለ በፍትወት ስሜቷ በሚገባ ለመቀስቀስ የሚወስድባት ጊዜ ይጨምራል። ይህም ወደ ከፍተኛው የፍትወት እርካታ ስሜት ወይም ጡዘተ ፍትወት የመድረሷን ነገር እጅግ አስቸጋሪ ያደርግባታል።

በሰውነቱ ውስጥ አልኮል ያለበት ወንድ ደግሞ ብዙ ጊዜ ከሚፈልግበት ጊዜ እጅግ ቀድሞ የዘር ፍሬውን ያፈስሳል።

አልኮል የሚጠጡ ወንድና ሴት በፍትወት የሚያገኙት ደስታ አናሳ ነው!

ሉቃስ፡– ብልቴ ትንሽ ነው። አሁን ትዳር ብመሰርት ሚስቴን በፍትወት ላረካት አልችልም የሚል እምነት ስላለኝ ማግባት እፈራለሁ። አንዳንድ ልጃገረዶች የበለጠ የፍትወት ደስታ የሚሰጠን ትልቅ ብልት ያለው ወንድ ስለሆነ ማግባት የምንፈልገው እንደዚህ ዓይነቱን ወንድ ነው ይላሉ ሲባል አሰማለሁ። ይህ ምን ያህል እውነት ነው?

በሕይወቴ ዘመን ሁሉ ሳላገባ ልኑርን? ትዳር ብመሠርት ሚስቴ በደንብ እንዳታረካኝ ብልትህ ትንሽ ሆነብህ ትለኛለችን? በዚህ ምክንያት ትፈታኝ ይሆንን?

ይህ ፍርሃት የምትሰማማኝን እስካገኝ ድረስ ሴቶችን ሁሉ ልሞክር ወይ ወደ ሚል አሳብ እየነዳኝ ነው። ነገር ግን እንዲህ ዓይነቱ ነገር የሰማይ አባቴን እንደሚያስቀይም አውቃለሁ። ስለዚህ ምን ማድረግ እችላለሁ?

ውድ ሉቃስ፥

ትልቅ ብልት ያለው ወንድ ትንሽ ብልት ካለው ወንድ ይልቅ ለሚስቱ የፍትወት እርካታን ይሰጣል የሚለው አሳብ እውነት ሉይደለም። ለሴት ልጅ የፍትወት እርካታን እንድታገኝ የሚያደርጓት ዋና የፍትወተ ሥጋ ብልቶች ናዝረ ብልቷና ከብልቷ ደግሞ የመጀመሪያው 7ሴ.ሜ ነው። ስለዚህ የወንድ ብልት መጠን 7ሴ.ሜ ወይም 12 ሴ.ሜ ወይም ከዚያ በላይ ቢሆን እንኳ የሚያመጣው ለውጥ የለም። የብልቱ መጠን 7ሴ.ሜ የሆነ ወንድ የብልቱ መጠን 15 ሴ.ሜ ከሆነው አኩል የፍትወት ደስታን ለባለቤቱ መስጠት ይችላል።

የብልቱ መጠን ብልቱ በሚቆምበት ጊዜ ከ7.ሴ.ሜ የሚያንስበት ወንድ የለም። ስለዚህ የፍትወት እርካታ ለመስጠት እስከማይችል ድረስ በጣም ትንሽ ብልት ያለው ወንድ የለም።

በጋብቻ ውስጥ የግብረ ሥጋ ግንኙነት ችግሮች ምክንያቶች በርካታ ሊሆኑ ከምክንያቶቹ ውስጥ ግን የብልት መጠን ማነስ ፈጽም የለበትም።

ብዙ ጊዜ ወንዱ «ብልቴ በጣም ትንሽ ስለሆነ ባለቤቴ የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት አትወድም» ሲል፥ ሚስቲቱ ደግሞ «የፍትወተ ሥጋ ግንኙነትን የማልወደው ሁልጊዜ እንደ ጓደኛ ሳይሆን እንደ ሕፃን ስለሚያየኝ ነው» ትላለች።

ሉቃስ ከተለያዩ ሴቶች ጋር የግብረ ሥጋ ግንኙነት በማድረግ የምትስማማህን ለመምረጥ መሞከሩ አንተ እንዳልከው እግዚአብሔርን ያሳዝናል። እናም ፍተሻ ማድረግ አያስፈልግም። እግዚአብሔርን ብቻ ታዘዝ። ስለዚህ ትዳር ስትመሠርት ሚስትህን ውደድ፥ የቅርብ ጓደኛዋ ሁን። ስለ ብልትህ መጠን ፈጽሞ አትጨነቅ።

ሩት፡— ዕድሜዬ 23 ዓመት የሆነ ያላገባሁ ሴት ነኝ። የግብረ ሥጋ ግንኙነት ፈጽሜ አላውቅም። በቢሮዬ አብሬያችው ከምሠራው ሰዎች አብዛኛዎቹ «አከራሪ ሃይማኖተኛ» ወይም «ንክ» ነሽ ይሉኛል። ነገር ግን እስከ ጋብቻዬ ዕለት ድረስ በንጽሕና በመቆየት ጌታዬን ለመታዘዝ ከወሰንኩ ቆይቻለሁ።

ከሰው ሁሉ ወንድም ሆነ ሴት ጋር በቀላሉ የመግባባት ተሰጥዖ አለኝ። በዚህም ደስ ይለኛል። ነገር ግን ማንኛውም ወንድ ይህን ውሳኔዬን ለማፋለስ ሊመጣ ወጊድ ብዬ አባርረዋለሁ።

ሁል ጊዜ ለራሴ እንዲህ ብዬ እናገራለሁ። «በአንድ ስፍራ እግዚአብሔር ለእኔ ያዘጋጀው ባል አለኝ.... በድንግልና ንጽሕናዬ ደስ የሚሰኝ ባል።»

አሁን ይህ እየተፈጸመ ነው። በጣም ግሩም የሆነ ክርስቲያን ወንድም እንዳገባው ጠየቀኝ። እጅግ በጣም ተደሰትኩ! በደመና ላይ የምራመድ መስሎ ተሰማኝ። እርሱም በድንግልና ንጽሕና በመቆየቱ የተሳቀበት ሰው ነው።

የጋብቻ በዓላችን በሚቀጥለው ዓመት የሕክምና ዶክተር ሆኖ እንደተመረቀ ይፈጸማል።

ቤተ ክርስቲያን ወንጌልን እናስፋፋ ዘንድ ወደ ማሊ ልትልከን ታስባለች። አገሬን ትቼ መሄድ ብፈራም እንኳ ኢየሱስ ከእኛ ጋር እንደሚሆን አውቃለሁ።

ክርስቲያን ያልሆኑ ሁለት እህቶች አሉኝ። ስለ እነርሱ በጣም እዝናለሁ! ሰላም የላቸውም፥ በየወሩ አረግዝ ይሆን ብለው ይሰጋሉ። በኤድስና በግብረ ሥጋ ግንኙነት በሚተላለፉ በሽታዎች እንዳይያዙ ይፈራሉ።

«ወደ ክርስቶስ ዛሬ ተመለሱ። ኃጢአታችሁን ይቅር በማለት የዘላለም ሕይወት ይሰጣችኋል፥ በእርሱ መንገድ ተመላለሱ፥ መንገዱ ለሕይወት ከሁሉም የተሻለ ነው» እያልኩ እነግራቸዋለሁ።

ከባለቤቴ ጋር ወደ ማሊ ከመሄዳችን በፊት ንስሐ እንደሚገቡ ተሰፋ አደርጋለሁ።

ውድ ሩት፥

አንቺና ባለቤትሽ ወደ ማሊ ስለምታደርጉት ጉዞና እህቶችሽም ወደ ክርስቶስ እንዲመለሱ እንጸልይልሻለን።

የምትበረታቺበትን ጥቅስ ቀጥሎ እንሰጥሻለን።

ኢየሱስም ቀረበና እንዲህ ብሎ ተናገራቸው፦ ሥልጣን ሁሉ በሰማይና በምድር ተሰጠኝ፤ እንግዲህ ሂዱና በአብ በወልድና በመንፈስ ቅዱስ ስም እያጠመቃችኋቸው፥ ያዘዝኋችሁንም ሁሉ፤ እንዲጠብቁ እያስተማራችኋቸው ደቀ መዛሙርት አድርጓቸው፤ እነሆም እኔ እስከ ዓለም ፍጻሜ ድረስ ሁል ጊዜ ከእናንተ ጋር ነኝ።» (ማቴ. 28፡18-20)።

«ነገር ግን መንፈስ ቅዱስ በእናንተ ላይ በወረደ ጊዜ ኃይልን ትቀበላላችሁ፥ በኢየሩሳሌምም በይሁዳም ሁሉ በሰማርያም እስከ ምድር ዳርቻም ድረስ ምስክሮቼ ትሆናላችሁ» (የሐዋ. 1፡8)

ኤድጋር፦ ከስድስት ዓመት በፊት ገና በትምህርት ቤት ሳለሁ አንዲት ልጅ ወድጄ አስረገዝኳት። ከዚያን ጊዜ ጀምሮ በመንፈሴ ምንም ሰላም የለኝም። ከአንድ ዓመት በኋላ ልጄ ሞተብኝና በታላቅ ኃዘን ተዋጥሁ። ለተከታዩ ዓመት ልጅቷ እኔን ትታ ሌላ የወንድ ጓደኛ ያዘች። ይህም ለልቤ ታላቅ ስብራት ሆነ። ለሳምንታት መተኛት አልቻልኩም።

ከዚያ ቀጥሎ እወድሻለሁ በማለት ሌላ ልጃገረድ አሳሳትኩኝ። እውነት ለመናገር አልወዳትም ነበር። ጎዘኔን ለመርሳት ብቻ የፈጸምኩት ነገር ነበር። ከዚያም አረገዘችብኝ። የልብ ስብራት ውስጥ ስለነበርኩ ለእርግዝናዋ ተጠያቂ መሆኔን ካድኩ። ነገር ግን ቁርጥ እኔን የመሰለ ወንድ ልጅ ወለደች። ችግሩ ግን ባሕርይዋን ስለማልወደው ላገባት አልችልም። አሁን ለሕፃኑ ልብስ እንድገዛለት ትፈልጋለች። እኔ ግን ትምህርቴን መጨረስ እፈልጋለሁ።

ይህ ሁሉ ነገር የደረሰብኝ ለምንድን ነው? እዚህ ሁሉ ችግር ውስጥ እንድገባ የእግዚአብሔር ዕቅድ ነውን?

ማሳሰቢያ፦ ይህ ሰው ችግር ውስጥ የገባው በራሱ ኃጢአት ምክንያት ነው። ገና ትምህርት ቤት እያለ ከልጃገረድ ጋር የግብረ ሥጋ ግንኙነት በመፈጸሙ ኃጢአትን አደረገ። ውጤቱም ከፍተኛ ኃዘን ነበር።

ኋላም ችግሮቹን ይረሳ ዘንድ አብሮአት ለመተኛትና የግብረ ሥጋ ግንኙነት ለመፈጸም ብቻ በማቀድ ሌላዋን ልጃገረድ እወድሻለሁ በማለት ሸነገላት። የዚህ ኃጢአት ውጤት ለራሱ ለሴቲቱና ለሕፃኑ የባሰ ጎዘን ነበር።

አሁን እዚህ ሁሉ ችግር ውስጥ እገባ ዘንድ የእግዚአብሔር ፈቃድ ነውን? በማለት ይጠይቃል።

ችግር ውስጥ የከተተው እግዚአብሔር አይደለም። ራሱን ችግር ውስጥ የከተተው ራሱ ነው። እንዴት? ኃጢአትን ለማድረግ በወሰደው ነፃ ምርጫ። እያንዳንዱ ችግር በራሱ ምርጫ ያደረገው የኃጢአት ውጤት ነው።

በጳፍንለት ደብዳቤ ለእግዚአብሔር እንዲህ በማለት እንዲናዘዝ መከርነው።

«ጌታ ሆይ፥ ኃጢአቶቼ ብዙ ችግሮች አምጥተውብኛል። ኃጢአቶቼ ወደ ገሃነም እንደሚያወርዱኝ ተገንዝቤአለሁ። ነገር ግን በኢየሱስ ለሚያምኑ ሁሉ የዘላለም ሕይወት እንደምትሰጥ አምናለሁ። ዛሬ ኢየሱስ ለእኔ እንደሞተ ማመን መርጫለሁ። ዛሬም ልቤ በኃጢአት ለመኖር ከመፈለግ ተለውጦ በአንተ መንገድ ለመኖር እንዲፈቅድ መርጫለሁ።»

ለሕፃኑ ልብስ፥ ትምህርትና ፍቅር የመስጠት ግዴታ እንዳለበትም ነግረነዋል።

«ለራሱ ዘመዶች ይልቁንም ለቅርብ ቤተሰዎቹ የማያስብ ሃይማኖቱን የካደ ነው። እንዲያውም ከማያምን ሰው እንኳ የባሰ ክፉ ነው።» (1ኛ ጢሞ. 5፡8)

ሊዲያ፦ ዕድሜዬ 27 ዓመት የሆነ ክርስቲያን ሴት ነኝ። የግብረ ሥጋ ግንኙነት ፈጽሜ አላውቅም። በድንግልና ንጽሕናዬ እገኛለሁ። ከአራት ወር በኋላ አንድ ክርስቲያን ወንድ አገባለሁ።

በባሕላችን አንዲት ወጣት ሴት ከማግባቷ በፊት የብልቷን የክብረ ንጽሕና ክፍተት በጣቶቿ ማስፋት ልማድ ነው። አራሷ ይህን ማድረግ ካልፈለገች ከሌቶች አንዱ ይህንን ታደርግላታለች።

ማንም ሴት ድብቅ ገላዬን የመንካቷ ነገር ደስ ስላላሰኘኝ እራሴ ላደርገው ወሰንኩ።

ችግሩ ግን ጣቶቼን በዚህ አካሌ ላይ ሳሳርፍ አስደሳች የሆነ የፍትወት ስሜት ተሰማኝ። ከጥቂት ደቂቃዎች በኋላ እጅግ የላቀ ጣፋጭ ስሜት ተሰማኝ። ይህ ከፍተኛው የፍትወት እርካታ ስሜት ማለትም ጡዘተ ፍትወት እንደሆነ እርግጠኛ ነኝ።

አሁን ከላይ የጠቀስኩት የክብረ ንጽሕናዬ ሽፋን በሚገባ ተለጥጧል። ነገር ግን ያለማቋረጥ እያሳሰበኝና እያስጨነቀኝ ያለው ነገር ከጋብቻ በፊት ጡዘተ ፍትወትን ስላገኘሁ እግዚአብሔር ተቆጥቶኝ ይሆናል በማለት ነው። ይህን የእርካታ ስሜት በመፈጸሜ ኃጢአት አድርጌ ይሆንን? በቤተ ክርስቲያን የመዘምራን አገልግሎቴ መቀጠል እችል እንደሆነ አላውቅም። ምን ትላላችሁ?

ውድ ሊዲያ፥

የፍትወተ ሥጋ ኃጢአት አልፈጸምሽም።

ኃጢአት ይሆን የነበረው ከጋብቻ በፊት የግብረ ሥጋ ግንኙነት የፈጸምሽ ቢሆን ነበር። በሌላ አባባል ከጋብቻ በፊት የሚፈጸም የግብረ ሥጋ ግንኙነት ኃጢአት ነው። ከፍተኛ የፍትወት እርካታ ስሜት ማግኘት ግን ኃጢአት አይደለም። እግዚአብሔር በአንቺ አይቆጣም።

በመዘምራን ውስጥ መዘመርሽን ቀጥይ። አሁንም ሆነ ካገባሽ በኋላ ክርስቶስን በሙሉ ልብሽ አገልግይው።

ዳግላስ፡– ከሁለት ወር በፊት እኔና ባለቤቴ ክርስቲያኖች ሆንን። ክርስቶስ ይቅር እንዲለን ጠይቀነው እንደ ጌታችን አድርገን ተቀበልነው።

ሦስት ልጆች አሉን። በትዳራችን የወለድነው አንዱን ብቻ ነው። ሁለተኛው የእኔ ልጅ ነው። ከማግባቴ በፊት ክአንዱ ልጃገረድ የወለድኩት ነው። ሦስተኛዋ የባለቤቴ ልጅ ስትሆን ከጋብቻችን በፊት ከሌላ የወንድ ጓደኛዋ የወለደችው ነው።

ችግሩ ባለቤቴ የድሮ የወንድ ጓደኛዋን ትወደዋለች። ዛሬ በቤት የተወችለትን መልእክት አገኘሁት።

> የቦታ ርቀት ይለያየን እንጂ ሁሉም ነገር መልካም ነበር። ውዴ፥ የምትሳበኝ መቼ ነው? ጽፌልህ ነበር፥ መልስ ግን ነፈግከኝ።

ስለ ጉዳዩ ስጠይቃት «ስለቀድሞው የወንድ ጓደኛዬ እንዴት ትጠይቀኛለህ? እንተስ ብትሆን ከቀድሞዋ የሴት ጓደኛህ ጋር እንደምትገናኝ የማላውቅ መሰለህ?» በማለት ትመልስልኛለች።

እባክችሁ እርዱኝ! ትዳራችን በቀድሞ ወዳጆቻችን እየተመረዘ ነው። ተጋብተን አብረን እየኖርን እንኳ የቀድሞ ወዳጆቻችን ፍቅር አልለቀቀንም። ለግብረ ሥጋ ግንኙነት ከእነርሱ ጋር መገናኘታችንን አላቋረጥንም።

ውድ ዳግላስ፥

በሠርጋችሁ ቀን አንተና ባለቤትህ

ሀ) እርስ በርስ ለመዋደድ

ለ) እርስ በርሳችሁ አንዳችሁ ለሌላችሁ *ታማኝ* ለመሆን ቃል ኪዳን ገብታችኋል።

ጋብቻችሁን የፈጸማችሁት በቤተ ክርስቲያን ወይም ቤት ሊሆን ይችላል። በእግዚአብሔር ዓይን ፊት ጋብቻ ሁልጊዜ እነዚህን ሁለት ነገሮች ማድረግ ነው። ስለዚህ ዳግላስ አንተና ባለቤትህ እነዚህን ሁለት ቃል ኪዳኖች መጠበቅ አለባችሁ። ነገር ግን እንዴት?

ከገባችሁት ቃል ኪዳን እንጀምር ሀ) እርስ በርሳችሁ *ለመዋደድ*። እስከ አሁንም ሁለታችሁም ለቀድሞ ወዳጆቻችሁ የፍቅር ስሜት አላችሁ። ሆኖም ግን እነዚያ ስሜቶች ሊሞቱ ይችላሉ። እስኪሞቱ ድረስ ልታስርቡአቸው ትችላላችሁ። የፍቅር ስሜት ስንመግበው የሚያድግ፥ ስናስርበው ደግሞ የሚሞት ነገር ነው።

ለቀድሞ ወዳጆቻችሁ ያላችሁን ስሜት ለማስራብ ለእነርሱ መጻፍም ሆነ ከእነርሱ ጋር የመገናኛ ጊዜ ማመቻቸትን አቁሙ።

እነዚህን ስሜቶች እያስራባችሁአቸው እያላችሁ አንዳችሁ ለሌላችሁ ያላችሁን የፍቅር ስሜት ደግሞ መግቡት። ይህንንም በመልካም ቃሎችና ተግባራት በየዕለቱ ለትዳር ጓደኞቻችሁ ፍቅር በማሳየት ትፈጽሙታላችሁ።

ዳግላስ ለባለቤትህ ደግ መሆንን ስትመርጥ ለእርሷ ያለህ ስሜት ሲያድግ ታየዋለህ። ከቀድሞ ጓደኛህ ጋር ምንም ዓይነት የተቃራኒ ጾታ ቅርበት ባለማድረግ ለእርሷ የነበረህን ስሜት ታከስመዋለህ።

አሁን የገባችሁትን ሌላኛውን ቃል ኪዳን እንመልከት። ለ) አንዳችሁ ለሌላችሁ *ታማኝ* መሆን። የፍትወት ኃጢአት ከሌላው ኃጢአት በተለየ ሁኔታ በአካል ላይ የሚሠለጥን መሆኑን በመግለጽ እግዚአብሔር ያስጠነቅቀናል።

«ከዝሙት ሽሹ። ሰው የሚያደርገው ኃጢአት ሁሉ ከሥጋ ውጭ ነው፤ ዝሙትን የሚሠራ ግን በገዛ ሥጋው ላይ ኃጢአትን ይሠራል። ወይስ ሥጋችሁ ከእግዚአብሔር የተቀበላችሁት በእናንተ የሚኖረው የመንፈስ ቅዱስ ቤተ መቅደስ እንደሆነ አታውቁምን? በዋጋ ተገዝታችኋልና ለራሳችሁ አይደላችሁም፤ ስለዚህ በሥጋችሁ እግዚአብሔርን አክብሩ» (1ኛ ቆሮ. 6፡18–20)። «ለሰው ሁሉ ከሚሆነው በቀር ምንም ፈተና አልደረሰባችሁም፤ ነገር ግን ከሚቻላችሁ መጠን ይልቅ ትፈተኑ ዘንድ የማይፈቅድ እግዚአብሔር የታመነ ነው፥ ትታገሡም ዘንድ እንድትችሉ ከፈተናው ጋር መውጫውን ደግሞ ያደርግላችኋል» (1ኛ ቆሮ. 10፡13)።

በደብዳቤህ «ለፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ከእነርሱ ጋር መገናኘት ልናቆም አልቻልንም» ብለሃል። እግዚአብሔር እዚህ ነጥብ ላይ ከአንተ ጋር አይስማማም። ማቆም አለባችሁ ይላል። በምትፈተኑበት ጊዜ መውጫውን ስለሚያዘጋጅላችሁ ልታቆሙት ትችላላችሁ። ስለዚህ ድልን መምረጥ ትችላላችሁ። ከመረጣችሁት የእናንተ ነው። ስለዚህ እግዚአብሔርን መታዘዝ ምረጡ። በሠርጋችሁ ቀን የገባችሁትን ሁለት ቃል ኪዳኖች ጠብቁ።

የምታደርጉት ምርጫ የትዳር ሕይወታችሁንም ሆነ የዘላለም ሰፍራችሁን የሚወስን ይሆናል።

ማርታ፡– በትምህርት ቤት በነበርኩበት ወቅት ጠንካራ ክርስቲያን ነበርኩ። ሕይወቴን ለኢየሱስ ሰጥቼ እኖር ነበር። ከትምህርት ቤት ከለቀቅኩ በኋላ ወደ ኋላ መመለስ ጀመርሁ። በ19 ዓመቴ አረገዝኩ። በተከታዩ ዓመት ይኸው ሰው እንደገና አስረገዘኝ። ሰውዬው ክርስቲያን አይደለም።

አሁን ሁለት ነገሮች ተፈጽመዋል። በመጀመሪያ፥ ወደ ኢየሱስ ተመልሼ ቀሪውን ዘመኔን በእርሱ መንገድ ለመኖር ወስኛለሁ። ሁለተኛው ነገር፥ ይህ ሰው ሊያገባኝ ጠይቆኛል።

ምን ማድረግ እንዳለብኝ አላውቅም። ላገባው ይገባልን? ሁሉን ነገሩን እወደዋለሁ። (ከእርሱ የማልወዳቸው ነገሮች ጠጪነቱንና ኢየሱስን ያለመውደዱን ነው)።

ካላገባሁት ልጆቼ ያለአባት ያድጋሉ።

መጽሐፍ ቅዱስ በ2ኛ ቆሮ. 6፡14 እንደዚህ እንደሚል አውቃለሁ።

«ከማያምኑ ጋር በማይመች አካሄድ አትጠመዱ፤ ጽድቅ ከዓመፅ ጋር ምን ተካፋይነት አለውና? ብርሃንም ከጨለማ ጋር ምን ኅብረት አለው? አንዳንድ ጊዜ ግን በመካከላችን ልጆች ስላሉ ተጣምረናል አላለሁ።

ውድ ማርታ፥

ለክርስቲያን ወጣቶች ሁልጊዜ እንዲህ በማለት እንመክራቸዋለን። «እናንተ ጌታን የምትወዱትን ያህል ጌታን የሚወድ ሰው አግቡ። አንድ ክርስቲያን እግዚአብሔርን በእርግጥ የማይወድ ሰው ሲያገባ በቤት ውስጥ ከፍተኛ ችግር ይኖራል።

የአንቺን ጉዳይ በተመለከተ ግን ከእርሱ የወለድሻቸው ልጆች ስላሉሽ ልትከተያቸው የምትችያቸው ሁለት መንገዶች አሉ፡–

1ኛ መንገድ፡– እንዲህ በማለት ጸልዪ፥ «ጌታ ሆይ፥ ጀርባዬን ለአንተ በመስጠት በድዬሃለሁ። አባክህን ይቅር በለኝ። አሁን ለልጆቼ ብዬ ይህን ሰው ማግባት ያለብኝ ይመስለኛል። አንተን የሚወድ ባል ለሌላት ሴት ሕይወት ከባድ መሆኑን ተገንዝቤያለሁ። ኃጢአቴ ሕይወቴን ከባድ አድርጎብኛል። ከአሁን ጀምሮ ለአንተ እኖራለሁ።»

2ኛ መንገድ፡– ወይም እንዲህ በማለት መጸለይ ትችያለሽ፥ «ጌታ ሆይ ወደ ኋላ ስለመመለሴ ኃጢአት በፊትህ እናዘዛለሁ። አንተን የማይወድን ይህን ሰው ላገባው እንደማይገባኝ አስባለሁ። ልጆቼ ያለአባት ማደጋቸው ከባድ እንደሆነ እረዳለሁ። እባክህን ለልጆቼ ጥሩ ወላጅ እንድሆን እርዳኝ።»

ማርታ በደብዳቤሽ ውስጥ የሚከተለው አባባልሽ እጅግ አስደስቶናል፥ «ወደ ኢየሱስ ተመልሼ የቀረውን የሕይወት ዘመኔን በእርሱ መንገድ ለመሄድ ወስኛለሁ።» በፍርዱ ቀን እግዚአብሔር እንዲህ ይልሻል። «ልጄ ማርታ፥ ኃጢአትሽ በክርስቶስ ደም ታጥቦልሻል። ወደ ዘላለም ሕይወት ግቢ።»

በምድር ላይ በምትኖሪበት ጊዜ የሠራሽው ኃጢአት በትዳር ሕይወትሽና በልጆች አስተዳደግሽ ተጨማሪ ችግር ሊያመጣብሽ ይችላል።

ኃጢአት ሁልጊዜ ችግር ያመጣል (ገላ. 6፡7)። ልጆችሽ እያደጉ ሲሄዱ ከጌታ ወደ ኋላ መመለስ የሚያመጣውን ችግር በመግለጽ አሰጠንቅቂያቸው። በክርስትና ሕይወታቸው በግልጽ ወደፊት እንዲቀጥሉ አበረታቺያቸው። በፍጹም ወደ ኋላ እንዳይመለሱ!

ኢያሱ፡– ያደግሁት በክርስቲያን ቤተሰብ ውስጥ ነው። በ12 ዓመቴ ክርስቶስን ተቀበልኩ። በጎረምሳነቴ ወቅት ወደ ኋላ ተመለስኩ። በርካታ የሴት ጓደኞች ነበሩኝ። ላገባት የወሰንኳት ሴት ግን አልነበረችም። እንዲሁ ለጊዜያዊ ደስታ የሚሆን ፍቅር ነበር። ሁለቱን አስረግዤአለሁ። የመጀመሪያዋ ያረገዘችው እንዳገባት ብላ ነበር። ሌላኛዋ ግን ያረገዘችው በድንገት ነበር።

ለአስተማሪነት ከሠለጠንኩ በኋላ ላገባት ከምፈልግ አንዲት ክርስቲያን ጋር ተዋወቅሁ። ከሌሎች የሴት ጓደኞቼ የወለድኳቸው ልጆች እንዳሉኝ አልነገርኳትም ነበር። ነገር ግን ጉዳዩን ከእናቴ ሰማችው። ከዚያም እነዚያን ሁለት ሴቶች ያስረገዝኳቸው እኔ እንደነበርኩ አመንኩላት። ከዚህ በኋላ ግን ይህን ከመሰለ ኃጢአቴ እንደተመለስኩና ደግሜም እንደማልፈጽመው ነገርኳት።

እርሷም እንዲህ በማለት መለሰችልኝ «እግዚአብሔር ይቅር እንዳለህ እርግጠኛ ነኝ፤ ስላለፈው ሕይወትህ ይቅር ልልህና ያለፈውን ሕይወትህን ልረሳው እንደምችል ተስፋ አደርጋለሁ። ከዚህ በኋላ ስለቀድሞ ኃጢአቶችህ አናውራ።»

ከዚያም ተጋባን። ትዳራችን ደስታ የሞላበት እንደሚሆን ተስፋ አድርጌ ነበር። ነገር ግን አንድ ቀን ለፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ስጠይቃት ስላስረገዝኳቸው ሁለት ሴቶች ትጠይቀኝ ጀመር። እንዲያውም «ከእኔ ሰውነት ይልቅ የእነርሱን ትወድ ይሆናል» አለችኝ።

ከአንድ ሰዓት በላይ አንዳችን በሌላችን ላይ ስንከራከር ቆየን። በመጨረሻ «ከሁለቱ ሴቶች ጋር ስላደረግካቸው ኃጢአቶችህ ሁሉ ይቅር

ብዬሃለሁ። ከዚህ በኋላ የቀድሞውን ነገር ፈጽሞ አላነሣም» በማለት ቃል ገባችልኝ።

ስለገባችልኝ ቃል ኪዳን በጣም ደስ ብሎኝ ያን ቀን ለማስታወስ በማስታወሻዬ መዘገብኩት።

ነገር ግን ከዚያን ቀን ጀምሮ የጦፈ ክርክሮች ተነሥተዋል። ሁልጊዜ ስለ ቀድሞ የፍትወተ ሥጋ ኃጢአቶቼ ትከሰሰኛለች።

ይቅርታ አድርጋልኝ ጉዳዩን ልትረሳ ያልቻለችው ለምንድን ነው?

ውድ ኢያሱ፥

ባለቤትህ ደስተኛነት ያልተሰማት ከሌሎች ጋር የግብረ ሥጋ ግንኙነት ስለፈጸምክ ነው። እግዚአብሔር ሰዎችን የፈጠረው እንደዚያ እንዲሰማቸው አድርጎ እንደሆነ መዘንጋት የለብህም። እግዚአብሔር ሰዎችን ሲፈጥር አንድ የፍትወት ጓደኛ እንዲኖራቸው አድርጎ መሆኑን መጽሐፍ ቅዱስ ይነግረናል (ማቴ. 19፡4-6፤ 1ኛ ቆሮ. 6፡16)። ሰዎች እንደ እንስሳት አይደሉም። ሰዎች የትዳር ጓደኛቸው ከሌላ ሰው ጋር የግብረ ሥጋ ግንኙነት ሲያደርግ ያዝናሉ።

ኢያሱ ስለዚህ ለአንተ የምንመክርህ ሚስትህን እንድትታገሥ ነው። የቀድሞ ነገርህን ልትረሳ ብትችልም ጊዜ ይፈጅባታል። የቀድሞ ኃጢአቶችህ ጎድተዋታል፥ ጉዳት ደግሞ ለመፈወስ ጊዜ ያስፈልገዋል።

ልጆችህ ከትዳር ጓደኞቻቸው በስተቀር ከማንም ጋር የግብረ ሥጋ ግንኙነት እንዳይፈጽሙ ምከራቸው።

ሻሮን፡- ከቤተ ክርስቲያኔ መጋቢ ጋር ፍቅር ይዞኛል። ለስብከት በሚቆምበት ጊዜ ሁሉ መልእክቱን ከማድመጥ ይልቅ አእምሮዬ ስለ እርሱ ያልማል። ስለ እርሱ ያለኝን ስሜት ሁሉ ለመቋቋም ብታገልም አልቻልኩም። ከጥቂት ደቂቃዎች በኋላ ከዚህ ቀደም ካሰብኩትና ከተለማመድኩት በበለጠ አእምሮዬን ይሞላዋል።

ችግሩ እኔ ያላገባሁ ስሆን፥ እርሱ ግን ሚስትና ሁለት ልጆች አሉት። ስለ እርሱ ያለኝን ስሜት ነግሬው ባላውቅም፥ ለእርሱ ያለኝ ፍቅር ግን እያደገ ሄዷል። በቅርቡ እርሱን ለማየት ብቻ ብዬ የሐሙስ የመጽሐፍ ቅዱስ ጥናት መካፈል ጀምሬአለሁ። እንደሚወደኝ ነግሮኝ ባያውቅም አመለካከቱ ግን ያስታውቅበታል።

ምን ማድረግ ይገባኛል? የሚሰማኝን ልንገረውና ምክር ይስጠኝን? አደራ ወደ ሌላ ቤተ ክርስቲያን ሂጂ እንዳትሉኝ። ወላጆቼ ለብዙ ዓመታት የኖሩበት ቤቲ ክርስቲያን ስለሆነ ብተወው ሰዎች ምን ሆና ነው ብለው ይጠይቃሉ።

ውድ ሻሮን፥

የመጋቢሽን ቤተሰብ አታፍርሺ። እንደምትወጂው ትናገሪያለሽ። በእርግጥ የምትወጂው ከሆነ በኃጢአት እንዲወድቅ አትፈታተኚው። ለሚስቱና ለልጆቹ ጎዘንን አታምጪ።

ምን እንደሚሰማኝ ልንገረውን? ብለሽ ጠይቀሽናል። መልሳችን በፍጹም አትንገሪው ነው። አንድ መጋቢ አንዲት ሴት ወደ እርሱ ዘንድ መጥታ «እባክህን ጸልይልኝ፥ ለአንተ ፍቅር በጣም ተግርኪአለሁ» ብትለው ሊፈተን ይችላል።

ሻሮን ብቻችሁን የምትሆኑበትን ሁኔታ በፍጹም አታመቻቺ።

እርሱን ለማየት ብቻ የጀመርሽውን የሐሙስ የመጽሐፍ ቅዱስ ጥናት አቁሚ። ሌሎች የመጽሐፍ ቅዱስ ጥናት ቡድኖች ውስጥ ግቢ። ምናልባት በቤት ውስጥ የሚደረጉ ቢሆኑ አይከፋም።

ለእርሱ ያለሽ ስሜት እየጠነከረ የሚሄድ ከሆነ ያንን ቤተ ክርስቲያን ትተሽ ወደ ሌላ ሂጂ። እውነተኛውን የእግዚአብሔርን ቃል የምታስተምር ሌላ ቤተ ክርስቲያን ፈልጊ። የወላጆቿን ቤተ ክርስቲያን ለምን ተወች ብለው ሰዎች ቢጠይቁም እንኳ አትጨነቂ።

መጽሐፍ ቅዱስ ከኃጢአት አንድንሽሽ ያስተምረናል (2ኛ ጢሞ. 2፡22)።

እንድርያስ፡— ላገቡ ሰዎች የሚሆን መኖሪያ በሌለበት አንድ ካምፕ ውስጥ እሠራለሁ። ስለዚህ አንዲት ክፍል ውስጥ ብቻዬን እኖራለሁ። ባለቤትና ልጆቼ ራቅ ባለ ስፍራ ይኖራሉ። ወደ ቤተሰቤ የምሄደው በወር አንድ ጊዜ ብቻ ነው።

ጥያቄዬ እንደ ክርስቲያን ልትረዳኝ የምትችል የሴት ጓደኛ ልትኖረኝ ተፈቅዶአልን? ወይስ ይህ ኃጢአት ነው?

ታላቅ ወንድሜ ሲናገር «በባሕላችን መሠረት የሴት ጓደኛ ያለው ወንድ በሚስቱ ላይ ኃጢአት አይሠራም። ኃጢአት የሚሠራው በልጅቷ አባት ላይ ብቻ ነው። ዝሙት የምትፈጽም ሴት ግን ኃጢአት የምትሠራው በባሏ ላይ ነው።»

ምን ትላላችሁ?

ውድ እንድርያስ፥

ወንድምህ የገለጸው ልማድ በአንተ ባሕል ብቻ ሳይሆን በዓለም ዙሪያ ሁሉ ያለ ነው። በምድር ላይ ባሉ አገሮች በሙሉ ያመነዘረች ሴትን አቃልለው ሲያዩ ተመሳሳይ ጥፋት ለፈጸመው ወንድ ግን ብዙም ትኩረት አይደረግበትም። በመላው አውሮፓ፥ አፍሪካ፥ አሜሪካና እስያ ወንድ ሚስቱ የወንድ ጓደኛ በሚኖራት ጊዜ ይበሳጫል። ነገር ግን እርሱ የሴት ጓደኞች ቢኖሩትም ስለ ሴት ጓደኞቹ ሚስቱ ምንም መቆጣት እንደሌለባት ያስባል።

ሆኖም ግን፥ እግዚአብሔር ፈራጅ ነው። «አታመንዝር»፥ «... ከጉብዝናህም ሚስት ጋር ደስ ይበልህ።» ይላል። (ዘጸ. 20፡14፤ ምሳ. 5፡15–18)

እንድርያስ አሁን መምረጥ ያለብህ የሰውን ልማድ ለመከተል ወይም የእግዚአብሔርን ሕግጋት ለመፈጸም ይሁን።

እባክህን በጥንቃቄ አስብና ጥበብ የተሞላበት እርምጃ ውሰድ። አስታውስ በሕይወትህ መጨረሻ ፍርድ የሚሰጥህ በሰው ልማድ ሳይሆን በፈጣሪህ ሕግጋት ነው።

እግዚአብሔርን መታዘዝ ከመረጥክ ዛሬ ይህንን ጸሎት እንድትጸልይ እንጠይቅሃለን «ጌታ ሆይ፥ ያለ ሚስቴ መኖር እንዴት ከባድ እንደሆነብኝ ታውቃለህ። እባክህን በአንድነት የምንኖርበትን ሁኔታ አንተው አመቻችልን»

እግዚአብሔር ይህንን ጸሎት እንደሚሰማ እናምናለን። ምክንያቱም ቃሉ ባልና ሚስት አብረው እንዲኖሩ ይመክራል (1ኛ ቆሮ. 7፡2-5)።

ጵርስቅላ፡- የኤድስ በሽታ የሚስፋፋበት ዋናው መንገድ የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት መሆኑ እውነት ነውን?

ውድ ጵርስቅላ፥

ብዙ በኤድስ በሽታ የተለከፉ ሰዎች ሕመሙ የያዛቸው ቀደም ብሎ በበሽታው ከተለከፈ ሰው ጋር የግብረ ሥጋ ግንኙነት በማድረጋቸው ነው።

ኤድስ ከሰው ወደ ሰው የሚተላለፍባቸው ሌሎች ጥቂት መንገዶች አሉ። ለምሳሌ፥ የኤድስ ቫይረስ ተሸካሚ የሆነች እርጉዝ ሴት በሽታውን ወደሚወለደው ሕፃን ማስተላለፍ ትችላለች። አንዳንድ ሰዎች ኤድስ የያዛቸው የተበከለ ደም ባለበት መርፌ በመጠቀም ነው። ሌሎች ደግሞ ኤድስ በሽታ ያለበትን ሰው ደም በመንካት ነው።

ሆኖም ግን፥ በኤድስ በሽታ ከተለከፉ ሰዎች 95% በሽታው የያዛቸው በፍትወተ ሥጋ ግንኙነት ነው።

የኤድስ ቫይረስ ወደ ሰውነት ብዙ ጊዜ የሚገባው በሴትና በወንድ ብልት፥ በፊንጢጣና በአፍ ነው።

ናኦሚ፡- ኤድስ ያለበት ሰው ምን ይሆናል? የሕመም ስሜት ሊሰማት ይጀምራልን፥ ወይስ ምን ይሆናል?

ውድ ናኦሚ፥

ለምሳሌ አንዲት ሴት ከተለያዩ ወንዶች ጋር የግብረ ሥጋ ግንኙነት ብትፈጽም ከወንዶቹ አንዱ ኤድስ ቢኖርበት የኤድስ ቫይረስ ከብልቱ ወደ እርሷ ሰውነት ይገባል። ግን የሆነውን ነገር ምንም አታውቅም። ለረጅም ጊዜ ጤነኛ መስላ ጤንነት እየተሰማት ትኖራለች። የኤድስ ቫይረስ ለበርካታ ወራት ወይም ዓመታት በሰውነቷ ውስጥ በጸጥታ ይሠራል።

በአንድ ወቅት በድንገት የኤድስ ቫይረስ ክፉኛ ሊያጠቃት ይጀምራል። ከብደቷ ሊቀንስ፥ የማያቋርጥ ተቅማጥና ትኩሳት ሊኖራት ይችላል። በዚያን ጊዜ የኤድስ በሽተኛ መሆኗን ትረዳለች።

አብነር፦ እኔና ባለቤቴ ክርስቶስን እንወዳለን። ኤድስ ላለባቸው ሰዎች አንድ ነገር ማድረግ እንፈልጋለን። እንዴት ልንረዳቸው እንችላለን?

ውድ አብነር፥

እናንተ ልክ እንደ ኢየሱስ ናቸሁ! እርሱ በጽኑ በሽታ ለሚሰቃዩ ሰዎች ሁሉ ወዳጅ ነበር። ማንም ሰው ሊደርስላቸው ለማይፈልጋቸው ሰዎች ፈጥኖ የሚደርስና የሚጎበኛቸው ነበር።

አብነር እንዴት ልንረዳቸው እንችላለን? የሚል ጥያቄ በማቅረብህ እናመሰግንሃለን። መልሳችንን ስለ አንድ በኤድስ ስለተያዘ ሰው በመንገር እንጀምር። (ስሙን ዮሐንስ እንበለው)።

ዮሐንስ በአንድ ቢሮ ውስጥ ከበርካታ ሴቶች ጋር ይሠራ ነበር። ዓላማው ከአያንዳንዳቸው ጋር የፍትወተ ሥጋ ግንኙነት መፈጸም ነበር። ጓደኞቹ ስለ ኤድስ በሽታ እየነገሩ ባስጠነቀቁት ጊዜ ሁሉ «በዚህ መንገድ የኖርኩት ለብዙ ዓመታት ነው፥ ምንም ዓይነት በሽታ ይዞኝ አያውቅም» በማለት ይመልስላቸው ነበር።

ነገር ግን የማይቀረው ነገር ሆነ። ዮሐንስ በኤድስ ተለከፈ። ቫይረሱ የተላለፈበት ከአንድ ወፍራም ሴት ጋር ባደረገው የግብረ ሥጋ ግንኙነት ነበር። «ኤድስ የሰውን ክብደት በመቀነስ ቀጭን የሚያደርግ ነው ። ይህች ወፍራም ሴት ኤድስ ሊኖርባት አይችልም» ብሎ ያስብ ነበር። ሆኖም ይህ ከመሆኑ ከስድስት ወር በፊት በኤድስ በሽታ ከተለከፈ አንድ ሰው ጋር በፈጸመችው የግብረ ሥጋ ግንኙነት በቫይረሱ ተይዛ ነበር። በሽታው ከዚያ ሰው ወደ እርሷ ተላለፈ። ከእርሷ ደግሞ ወደ ዮሐንስ ተላለፈ።

ለተኪታዮቹ ጥቂት ዓመታት ዮሐንስ በኤድስ ቫይረስ እንደተለከፈ ሳያውቅ ቆየ። ምንም የሕመም ስሜት አልነበረውም። ጥንካሬና ጤንነት አልተለየውም። ካገኛት ሴት ሁሉ ጋር የግብረ ሥጋ ግንኙነት እየፈጸመ መኖሩን ቀጠለ። በተጨማሪ አራሱን እንዲህ በማለት ያታልል ነበር። «በኤድስ ልያዝ አልችልም»! ነገር ግን ይህን በሚልበት ጊዜ እንኳ በቫይረሱ ተይዞ ነበር። በተጨማሪ ቫይረሱን ለበርካታ ሴቶች እያስተላለፈ እንደነበርም አልተገነዘበም።

ከዚያች ወፍራም ሴት ጋር የግብረ ሥጋ ግንኙነት ከፈጸመ ከአራት ዓመታት በኋላ ነበር ሕመም ይሰማው የጀመረው። ከሳምንት ወደ ሳምንት የማያቋርጥ ተቅማጥ ጀመረው። ትኩሳት ነበረው፥ ክብደቱም እየቀነሰ መጣ። በመጨረሻ ወደ ክሊኒክ ሄደ።

ሐኪሙ «አዝናለሁ፥ የኤድስ በሽተኛ ነህ። ከዚህ በኋላ ከማንም ጋር ያለኮንዶም የግብረ ሥጋ ግንኙነት እንዳታደርግ። ደምህም ማንንም እንዳይነካ አድርግ» አለው።

ዮሐንስ እጅግ ተቆጣ! የኤድስ ቫይረሱን ያስተላለፈበትን ሰው ጠላ። ግን ማን መሆኑን መገመት አልቻለም። በዚህ ወቅት በርካታ የሴት ጓደኞቹ

በኤድስ ተይዘው ነበር። (ወፍራሟ ሴት ብቻ ሳትሆን ከእርሱ የተላለፈባቸው አንዳንድ ሴቶችም ጭምር ማለት ነው።)

ከአንድ ሳምንት በኋላ ዮሐንስ ከመቆጣት ይልቅ የጥፋተኝነት ስሜት ይሰማው ጀመር። *«እኔ የኤድስ ቫይረስ ያስተላለፍኩባቸው ሰዎች ስንት ይሆኑ? ቁጥራቸው በርከት ካለ ሴቶች ጋር የግብረ ሥጋ ግንኙነት ፈጽሜያለሁ። እነርሱም ለሌሎች አስተላልፈውት ይሆናል....ምን ያህል እንደሆኑ ማን ያውቃል?»*

የዮሐንስ ጤንነት ከዕለት ወደ ዕለት ወደ ከፋ ሁኔታ ተሸጋገረ። ብዙ ጊዜ በሕመም ይሰቃይ ነበር። አብዛኛዎቹ ዘመዶቹ ጀርባቸውን ሰጡት።

ዮሐንስ መሞት ፈለገ! ነገር ግን ፈጣሪውን ለመገናኘት ፈራ!

* * * * * * *

አብነር፥ አንተና ባለቤትህ እንደ ዮሐንስ ላሉ ሰዎች ምን ለማድረግ ትችሉ ይሆን? ልታደርጉት የምትችሉት ብዙ ነገር አለ! «በኤድስ ወደተያዘ ሰው መቅረብ ፈጽሞ አልፈልግም» ከሚሉ ሰዎች ይልቅ እንደ ዮሐንስ ከመሰሉ ሰዎች ለአንዱ ጓደኛ መሆን ትችላላችሁ። ስቃዩን የሚያስታግሡለትን መንገዶች ልትፈልጉለት ትችላላችሁ።

እንደ ዮሐንስ ያሉ ሰዎችን ለመርዳት በምታደርጉት ጥረት ኤድስ ሊይዛችሁ ይችል ይሆንን? መልሱ ኤድስ በመጨባበጥ፥ ተቃቅፎ ሰላምታ በመለዋወጥ፥ ከአንድ ገበታ ላይ አብሮ በመብላት፥ በአንድ ዓይነት ሽንት ቤት በመቀመጥ ፈጽሞ አይተላለፍም። ነገር ግን ደሙን ከነካችሁ ሊተላለፍባችሁ ይችላል።

ከኤድስ በሽተኞች ጋር የሚሠሩ ሐኪሞች ወይም ነርሶች ኤድስ ያለባቸውን ሰዎች እንዴት በሽታው ሳይተላለፍባችሁ ልትረዱ እንደምትችሉ ሊነግሯችሁ ደስተኞች ናቸው።

እንደ ዮሐንስ ያለን ሰው ለሥጋው የሚያስፈልገውን ነገር በማድረግ በምትረዱበት ወቅት የወንጌልን የምሥራች ለመንገር ዕድል ታገኙ ይሆናል። በኤድስ የተያዘ ሰው «በኃጢአቴ ምክንያት እግዚአብሔር ጀርባውን ሰጥቶኛል» ብሎ ለራሱ ይናገር ይሆናል። እውነቱ ግን፦

ሁላችንም ኃጢአትን አድርገናል። በኃጢአታችን ምክንያት ሁላችንም ወደ ገሃነም መሄድ አለብን። ነገር ግን ይቅርታን አናገኝ ዘንድ ኢየሱስ በእኛ ሰፍራ መከራን ተቀበለ። ኢየሱስ ባደረገው ሥራ ምክንያት እርሱን እንደ አዳኝና ጌታ የሚቀበል ማንኛውም ሰው ወደ መንግሥተ ሰማያት ይገባል።

.ይህ መልካም ዜና አይደለምን? ይህን የምሥራች በኤድስ የተያዙትን ሰዎች ጨምሮ ለሁሉም ሰው እንናገር።

ያዕቆብ፦ የዩኒቨርስቲ 1ኛ ዓመት ተማሪ ነኝ። ኤድስ እንዳይዘኝ ማድረግ እንዴት እችላለሁ?

ውድ ያፅቆብ፥

አንዳንድ ሰዎች በኤድስ የሚያዙት በበሽታው የተለከፈን ሰው ደም በመንካት ነው። ስለዚህ አንድ ልንነግርህ የሚገባ ነገር የማንንም ደም እንዳትነካ ተጠንቀቅ ነው። በተጨማሪ ከማንኛውም በሽታ አስተላለፊ ሕዋስ ነፃ ባልሆነ መርፌ እንዳትወጋ ተጠንቀቅ።

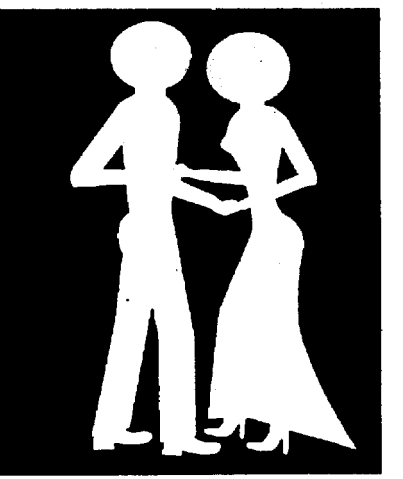
ሆኖም ግን 95% በኤድስ የተያዙ ሰዎች በሽታው የያዛቸው በበሽታው ከተያዘ ሰው ጋር ባደረጉት የግብረ ሥጋ ግንኙነት ነው። ስለዚህ ልንነግርህ የሚገባው ትልቁ ቁም ነገር ኤድስ ካለበት ከማንኛውም ሰው ጋር የግብረ ሥጋ ግንኙነት እንዳትፈጽም ነው።

ችግሩ ግን አንድን ሰው በማየት «ይህ ሰው የኤድስ በሽታ እንደሌለበት እርግጠኛ ነኝ» ማለት ያለመቻሉ ነው። ብቸኛ ማረጋገጫው በሆስፒታል የሚደረግ የደም ምርመራ ነው።

ስለዚህ በኤድስ በሽታ ከተያዘ ሰው ጋር የግብረ ሥጋ ግንኙነት ሳንፈጽም ልንጠበቅ የምንችለው እንዴት ነው? ከሁሉም የተሻለው መልስ፡-

«የግብረ ሥጋ ግንኙነት መፈጸም የሚገባህ ከትዳር ጋደኛህ ጋር ብቻ ነው። ከጋብቻ በፊት የግብረ ሥጋ ግንኙነት አትፈጽም። ከጋብቻ በኋላ ደግሞ ለሚስትህ ታማኝ ሁን።»

እግዚአብሔር የሚለው በትክክል ይህንን እንደሆነ ትገነዘባለህ። ኤድስን የመከላከል ከሁሉ የላቀው መንገድ እግዚአብሔርን መታዘዝ ነው። አመንዝራነት ከጋብቻ በፊት የሚደረግ የግብረ ሥጋ ግንኙነትና ከተመሳሳይ ጾታ ጋር የሚደረግ ግብረ ሰዶምን ሙሉ በሙሉ አስወግድ።



«ምንጭህ ብሩክ ይሁን፤ ከጉብዝናህም ሚስት ጋር ደስ ይበልህ። እንደ ተወደደች ዋላ እንደ ተዋበችም ሚዳቋ፥ ጡትዋ ሁልጊዜ ታርካህ፥ በፍቅርዋም ሁልጊዜ ጥገብ። ልጄ ሆይ፥ ስለ ምን ጋለሞታ ሴት ትወድዳለህ? የሌላይቱንስ ብብት ለምን ታቅፋለህ? የሰው መንገድ በእግዚአብሔር ፊት ነውና፥ አካሄዱንም ሁሉ እርሱ ይመለከታልና። ኀጥአንን ኃጢአቱ ታጠምደዋለች፥ በኃጢአቱም ገመድ ይታሰራል። አልተቀጣምና እርሱ ይሞታል፤ በስንፍናውም ብዛት ይስታል።» (ምሳ. 5፡18-23)

«ማናቸውም ሰው ከሴት ጋር እንደሚተኛ ከወንድ ጋር ቢተኛ ሁለቱ ጸያፍ ነገር አድርገዋል፤ ፈጽመው ይገደሉ፤ ደማቸው በላያቸው ነው። (ዘሌዋ. 20:13)

«ወይስ ዓመፀኞች የእግዚአብሔርን መንግሥት እንዳይወርሱ አታውቁምን? አትሳቱ፤ ሴሰኞች ቢሆኑ ወይም ጣዖትን የሚያመልኩ ወይም አመንዝሮች ወይም ቀላጮች ወይም ከወንድ ጋር ዝሙት የሚመኙ ወይም ሰካሮች ወይም ተሳዳቢዎች ወይም ነጣቂዎች የእግዚአብሔርን መንግሥት አይወርሱም። ከእናንተም አንዳንዶቹ እንደ እነዚህ ነበራችሁ፤ ነገር ግን በጌታ በኢየሱስ ክርስቶስ ስም በአምላካችንም መንፈስ ታጥባችኋል፥ ተቀድሳችኋል፥ ጸድቃችኋል።» (1ኛ ቆሮ. 6:9–11)።

ኤድስ በግብረ ሥጋ ግንኙነት ከሚተላለፉ በሽታዎች አንዱ ብቻ ነው። እንደ ቂጥኝና ጨብጥ የመሳሰሉ ሌሎችም አሉ። እነዚህ በሽታዎች በግብረ ሥጋ ግንኙነት የሚተላለፉ (የአባላዘር) በሽታዎች ይባላሉ። ጨብጥና ቂጥኝ በመቶ ለሚቆጠሩ ዓመታት በምድር ላይ ነበሩ። ኤድስ አዲስ በሽታ ነው። የጀመረው በ1972 ዓ.ም. (በ1980 እ.ኤ.አ ነው)።

አንድ ሕዝብ ለእግዚአብሔር ጀርባውን በመስጠት በግብረ ሥጋ ኃጢአት ውስጥ ሲኖር በርካታው ሕዝብ በእነዚህ በሽታዎች (በአባላዘር በሽታዎች) እንደሚጠቃ የታሪክ እውነት ነው። ኋላም ባሎችና ሚስቶች በአብዛኛው ታማኝ መሆን ሲጀምሩ በግብረ ሥጋ ግንኙነት የሚተላለፉ በሽታዎች ይቀንሳሉ።

ዛሬ በምድር ላይ በግብረ ሥጋ ግንኙነት የሚተላለፉ በሽታዎች (የአባለዘር በሽታዎች) በፍጥነት እየተስፋፉ ናቸው። የሕክምና ሳይንስም ሊገታቸው አልቻለም። ብቸኛው ተስፋችን ወደ እግዚአብሔር መንገድ መመለስ ይኸውም ከጋብቻ በፊት ንጽሕናን መጠበቅና በጋብቻ ውስጥም በታማኝነት መኖር ብቻ ነው።

ስለዚህ ያዕቆብ የምንልህ ነገር፦ እግዚአብሔርን ታዘዝ። ከማግባትህ በፊት የግብረ ሥጋ ግንኙነት አትፈጽም፥ ካገባህ በኋላ የግብረ ሥጋ ግንኙነትህ ከሚስትህ ጋር ብቻ ይሁን።

ምናልባት እንዲህ ብለህ ይሆናል። «የግብረ ሥጋ ግንኙነት ኃጢአቶችን ሁሉ ባስወግድ እንኳ የማገባት ሴት ኤድስ ሊኖርባት ይችል ይሆናል። ስለዚህ መያዜ አይቀርልኝም።» ስለዚህ ጉዳይ ልንል የምንችለው ሁለት ነገሮች አሉ።

ሀ) በጥንቃቄ ምረጥ፦ ሚስት በምትመርጥበት ወቅት በፍትወተ ሥጋ ኃጢአት ላይ በድል የኖረች እውነተኛ ክርስቲያን ሴት ምረጥ። በሚገባ ታውቃት ዘንድ ለበርካታ ወራት በጓደኝነት አብርሃት ቆይ፥ ራስህን እንዲህ በማለት ጠይቅ፥ «ከጋብቻ ውጪ ለሚቀርብላት የፍትወተ ሥጋ ኃጢአት ፈተና እምቢ ለማለት የሚያቅታት ሴት ናትን? እንደዚያም ዓይነት ሴት

እንዳልሆነች እርግጠኛ ልሆን የምችለውን ያህል እርግጠኛ ሆኛለሁን? በእርግጥ ያለጥርጥር በጉዳዩ ላይ መድረስ አስቸጋሪ ነው። ነገር ግን አስተውል ስለ አንዲት ሴት ሙሉ በሙሉ እርግጠኛ መሆን ከባድ እንደሚሆን ካሰብክ፥ ለራት ወይም ለምሰት የፍትወት ጓደኞች ያሏቸው ሰዎች ከአራቱ ወይም ከአምስቱ የትኞቹም ኤድስ እንደሌለባቸው እርግጠኛ መሆን እንዴት ይችላሉ? አይችሉም! ስለዚህ ነው በርካታ የፍትወት ጓደኞች ያሉአቸው ሰዎች በኤድስ የመለከፍ ከፍተኛ አደጋ ላይ ያሉት።

ለ) የኤድስ ምርምራ አድርጉ፡– ከጋብቻ በፊት ሁለታችሁም ወደ ሕክምና ጣቢያ በመሄድ ለኤድስና ለሌሎች የግብረ ሥጋ ግንኙነት ለሚተላለፉ በሽታዎች ምርመራ አድርጉ። ይህ ማለት እርስ በርሳችሁ አትተማመኑም ማለት አይደለም። ነገር ግን መልካም የጥንቃቄ እርምጃ ነው።

ቀጥሎ ለጥያቄህ የሰጠነውን መልስ በአጭሩ እንከልስልሃለን። ያዕቆብ እንደ ዩኒቨርስቲ ተማሪነትህ እንዳስተዋልከው በርካታ ተማሪዎች የሚከተሉትን አራት ሕግጋት አይከተሉም። በተለይ ደግሞ የመጀመሪያውን አይታዘዙም። በዚህ ፈንታ ኤድስን ለመከላከል የራሳቸውን ዘዴዎች ለመጠቀም ይሞክራሉ።

ኤድስን የመከላከያ መንገዶች

1. ከጋብቻ በፊት ከምንም ዓይነት የግብረ ሥጋ ግንኙነት በመታቀብ እግዚአብሔርን ታዘዝ።

2. ድንግል የሆነች የትዳር ጓደኛ ለማግኘት ሞክር። ወይም ለትዳር ያሰብከው/ካት ሰው «በኃጢአት ስኖር ቆይቼ በቅርቡ ክርስቲያን ሆንኩ።» ካለችህ/ካለህ እንዴት እንደምትኖር/እንደሚኖር ለማየት ጊዜ ውሰድ/ውሰጂ። በፍትወት ኃጢአት የምትኖርን ሴት/የሚኖርን ወንድ በፍጹም አታግባ/አታግቢ። በተጨማሪ ሁለታችሁም ከጋብቻ በፊት ወደ ሕክምና ጣቢያ በመሄድ የኤድስ ምርመራ አድርጉ።

3. ከጋብቻ በኋላ የግብረ ሥጋ ግንኙነት ከትዳር ጓደኛህ ጋር ብቻ ፈጽም/ሚ– ከአመንዝራነትም ሆነ ከግብረ ሰዶም ተጠንቀቅ/ቂ።

4. የማንንም ደም ወይም (ደም ሊኖርበት የሚችል መርፌን) ከመንካት ተጠንቀቅ/ቂ።

ለምሳሌ፥ ግራስ በርካታ የፍትወት ጓደኞች ያላት ሲሆን፥ ነገር ግን የኤድስን መተላለፍ ኮንዶሞችን በመጠቀም ለመከላከል ተስፋ ታደርጋለች። ኮንዶም በቦርሳዋ የምትይዝ ሲሆን፥ ከማንኛውም ወንድ ጋር የግብረ ሥጋ ግንኙነት ያለኮንዶም አትፈጽምም። ነገር ግን፥ ኮንዶም የኤድስ ቫይረስ እንዳያስተላልፍ የማድረግ አቅሙ 100% እንዳልሆነ ግልጽ ነው። ስለዚህ ግራስ ያለችው አደጋ ላይ ነው።

ግይክም በርካታ የፍትወት ጓደኞች ያሉት ሲሆን፥ ጥንቃቄው ግን ከግራስ የላቀ ነው። የግብረ ሥጋ ግንኙነት ሲፈጽም በኮንዶም ከመጠቀም በተጨማሪ የኤድስ ቫይረሶችን ለመግደል የሚችል መድኃኒት በኮንዶም ውስጥ ይጨምራል። ሆኖም ግን ኮንዶም ከመድኃኒት ጋርም ቢሆን 100% ልንታመንበት አንችልም።

ሐና ደግሞ የበለጠ ጥንቁቅ ናት። ከማርቆስ ጋር የግብረ ሥጋ ግንኙነት ለመፈጸም ከመስማማቷ በፊት «ከአሁን በፊት ከስንት ሴቶች ጋር የግብረ ሥጋ ግንኙነት ፈጽመሃል?» በማለት ጠየቀችው። እርሱም «ከሁለት ብቻ» በማለት መለሰላት። ሐናም ለራሷ እንዲህ አለች «ከአምስት ሴቶች ጋር ፈጽሜያለሁ ቢለኝ ኖር እምቢ እለው ነበር። ነገር ግን ከሁለት ሴቶች ብቻ ስላለኝ ምናልባት አስካሁን በኤድስ አልተያዘም ይሆናል።» ቀጥላ መድኃኒት ያለበት ኮንዶም ሰጠችውና የግብረ ሥጋ ግንኙነት ፈጸሙ።

ሐና በኤድስ የመያዝ አደጋ ውስጥ ወድቃለችን? አዎን። ይህን ሁሉ ጥንቃቄ አድርጋ እንኳ በኤድስ ከመያዝ አደጋ ሙሉ ለሙሉ ነፃ አይደለችም። በቅርቡ ደግሞ እንዲህ በማለት ማሰብ ጀምራለች *«አንድን ሰው የፍትወት ሥጋ ግንኙነት ታረኩን መጠየቅና ኮንዶም ሰጥቶ ግብረ ሥጋ ግንኙነት መፈጸም ብዙም አስደሳች አይደለም።»*

እነዚህ ሦስት ወጣቶች በሙሉ ኃጢአታቸውን ሊናዘዙና ንስሐ ገብተው ክርስቶስን እንደ ግል አዳኛቸው ሊቀበሉ ይገባቸዋል።

ያዕቆብ አንተ ይህን እርምጃ ወስደሃልን? ካልወሰድክ ዛሬውኑ ይህን እርምጃ ውሰድ። ኢየሱስ እንዲህ ብሏል፦

> «በልጁ የሚያምን የዘላለም ሕይወት አለው፤ በልጁ የማያምን ግን የእግዚአብሔር ቍጣ በእርሱ ላይ ይኖራል እንጂ ሕይወትን አያገኝም» (ዮሐ. 3፡36)።

ዲቦራ፦ የአራት ዓመት ልጄን ከኤድስ በሽታ ለመከላከል የምችለውን ጥረት ሁሉ እያደረግሁ ነው። ወደ ክሊኒክ በምወስደው ወቅት ሁሉ ለነርሷ እንዲህ እላታለሁ፦ «እባክሽን ከማንኛውም በሽታ አስተላላፊ ነፃ መሆኑ በተረጋገጠ መርፌ ተጠቀሚ።» ጥንቃቄዬ ገደብ አለፈን?

ውድ ዲቦራ፥

ጥንቃቄሽ ከገደብ ያለፈ አይደለም። ጥሩ እያደረግሽ ነው።

ሆኖም ግን በኤድስ የተያዙ በርካታ ሰዎች በሽታውን ያገኙት ከክሊኒክ ሳይሆን አስቀድመው በበሽታው ከተያዙ ሰዎች ጋር በሚፈጸም የግብረ ሥጋ ግንኙነት ነው።

ስለዚህ ልጅሽ እያደገ በሄደ ቁጥር በኢየሱስ ላይ እምነቱን እንዲያደርግ እርጂው። እድሜው 12 ዓመት በሚደርስበት ወቅት የሚከተለውን እንዲል ጸልዪለት፡- «ኢየሱስን እንደ ግል አዳኜ ተቀብያለሁ። ለእርሱ መኖር እፈልጋለሁ። ስለ ግብረ ሥጋ ግንኙነት እርሱ ያስቀመጠውን ሕግጋት ተረድቼያለሁና እፈጽመዋለሁ።»

ዶርቃ፡- ለብዙ ዓመታት በቤተ ክርስቲያናችን ሐሙስ ዕለት የሚካሄደውን የሴቶች ስብሰባ በሊቀመንበርነት መርቻለሁ።

ባለፈው ወር ባለቤቴ በኤድስ በሽታ ሞተ። ከእርሱ ሞት በኋላ ወዲያውኑ በጣም ስለታመምኩ ለዚያ ስብሰባ ከነበረብኝ ኃላፊነት አራሴን ማግለል ግድ ሆነብኝ። ቀጥሎም ሐኪሙ በኤድስ በሽታ እንደተለከፍኩ ነገረኝ።

እመኑኝ በሕይወቴ ዘመን ሁሉ ከባለቤቴ ጋር ካልሆነ በስተቀር ከማንም ጋር የግብረ ሥጋ ግንኙነት ፈጽሜ አላውቅም።

ሐኪሙ የሚለኝ በሽታው የተላለፈብኝ ከወሰድኩት የሌላ ሰው ደም ወይም ከባለቤቴ እንደሆነ ነው።

አሁን ከሁለት ሴቶች በስተቀር ማንም አይጎበኘኝም። እነርሱ ግን በየቀኑ ይመጣሉ። ያለ እነርሱ ምን እሆን እንደነበር አላውቅም። እራሴን እንዲህ እያልኩ ከመጠየቅ አላቋረጥኩም፥ «ሌሎች ጓደኞቼ ወደየት ጠፉ?» ዛሬ መልሱን አወቅሁት። አዲሷ ሊቀመንበር ለሴቶቹ እንዲህ እንዳለቻቸው ሰማሁ። «ዶርቃ ከአመንዝራነት እንድንሸሽ ሁልጊዜ ታስጠነቅቀን ነበር። አሁን ግን በስውር የፈጸመችውን ኃጢአት ፍሬ እያጨደች መሆኑ አስደንግጦናል።»

ምንም ዓይነት የግብረ ሥጋ ግንኙነት ኃጢአት እንዳልፈጸምኩ እግዚአብሔር ያውቃል። አሁን ምኞቴ በክርስቶስ አህቶቼ የሆኑት እንዲጎበኙኝ ብቻ ነው።

> ማሳሰቢያ፡- ይህ ደብዳቤ አፍቃሪ እንጂ ፈራጅ መሆን እንደሌለብን ያስታውሰን። ሰዎች በሚታመሙበት ወቅት እንርዳቸው። «ጥፋተኛ» ሆኑም አልሆኑም ልንፈርድባቸው አንሞክር፤ በፍቅር እናጽናናቸው፥ አብረናቸው እንጸልይ፤ ፍርዱን ለእግዚአብሔር እንተወው።

ኒሊ፡- ከኤድስ ሌላ በግብረ ሥጋ ግንኙነት ምክንያት ሰውን ሊይዙ የሚችሉ በሽታዎች የትኞቹ ናቸው?

ውድ ኒሊ፥

በግብረ ሥጋ ግንኙነት የሚተላለፉ በርካታ በሽታዎች አሉ። እነዚህን በሽታዎች «በግብረ ሥጋ ግንኙነት የሚተላለፉ በሽታዎች» ወይም የአባላዘር

በሽታዎች በግለት እንጠራቸዋለን። ከኤድስ ሌላ በሚገባ የታወቁ በዚህ ክፍል የሚመደቡ በሽታዎች ቂጥኝ፥ ጨብጥ፥ ከርክርና ሄርፕስ ናቸው።

ሄርፐስ፡– ከፍተኛ ሥቃይ የሚያመጣ በሽታ ሲሆን፥ በሕክምና ሊድን አይችልም። ይህ በሽታ ከአሜሪካና ከአውሮፓ ወደ ሌሎች የዓለም ክፍሎች እየተስፋፋ ነው።

ከርክር፡– በቆላማ አገሮች የሚገኝ ሲሆን፥ በሽታው በሕክምና ሊድን ቢችልም እንኳ በጊዜ ካልተደረሰበት የወንድ ብልትን ያበላሻል።

ቂጥኝ፡– በዓለም ዙሪያ ሁሉ የሚገኝ በሽታ ነው። ከበሽታው ፈውስን የሚሰጥ መድኃኒት ያለን ቢሆንም እንኳ ብዙ ሰዎች በዚህ በሽታ ይሠቃያሉ። የሚሞቱም እንኳ አሉ። ለምን? ምክንያቱ *በወቅቱ* ወደ ሕክምና ስፍራ *ያለመሄዳቸው* ነው።

ጨብጥ ሊድን ይችላል። ጨብጥ የያዘው ሰው ወደ ሕክምና መስጫ ስፍራ ሳይሄድ ለረዥም ጊዜ ቢቆይ የተዋልዶ አካላት ከጥቅም ውጪ ይሆናሉ። በዚህ በሽታ ምክንያት መካኖች የሆኑ ከወንዶች ይልቅ ሴቶች ናቸው።

በተጨማሪ በጨብጥ በሽታ ተይዛ ከነበረች ሴት የተወለደ ሕፃን እንደተወለደ ወዲያውኑ ዓይኑ ላይ መድኃኒት ካልተደረገለት ሊታወር ይችላል።

በግብረ ሥጋ ግንኙነት የሚተላለፉ በሽታዎች ጥቂት ምልክቶች፡–

- በወንዱ ወይም በሴቲቱ ብልት ወይም በአፍ ላይ የሚወጣ ውኃ የቋጠረ ኪንታሮት መሰል ነገር ወይም ነጥብ። ሕመም ሊኖረውም ላይኖረውም ይችላል።
- ከወንድ ብልት የሚወጣ ቢጫ ፈሳሽ ሲሆን ፈሳሹም የውስጥ ሱሪን ያቀልማል። ሽንት በሚሸናበት ወቅት የማቃጠል ስሜት ይኖራል።
- በሴቶች ከብልታቸው የሚወጣ ያልተለመደ ፈሳሽ ይኖራል። ወይም በሆድ የታችኛው ክፍል ላይ ሕመም ይኖራል።

ከእነዚህ ምልክቶች አንዱ እንኳ የታየበት ሰው *በፍጥነት* ወደ ሕክምና መስጫ ተቋም መሄድ አለበት። ለሳምንት ወይም ለአንድ ቀንም እንኳ መዘግየት የለበትም። አብዛኛዎቹ በግብረ ሥጋ ግንኙነት የሚተላለፉ በሽታዎች በጊዜ የሕክምና እርዳታ እስከተደረገላቸው ድረስ ይድናሉ።

ከሁሉ የሚያሳዝነው ነፍሰ ጡር ሴት በእነዚህ በሽታዎች ስትለከፍ ነው። ብዙ ጊዜ ሕፃኑ ከጤናማ ሰው የተለየ ቅርጽ ይዞ ወይም ሽባ ሆኖ ይወለዳል።

እግዚአብሔር በእነዚህ በሽታዎች ፍርሃት አንድንኖር አይፈልግም። እኔና ካሮል በምንጋባበት ወቅት ሁለታችንም ድንግሎች ነበርን። ስለዚህ በግብረ ሥጋ ግንኙነት የሚተላለፉ በሽታዎች አልነበረብንም። አሁንም የግብረ ሥጋ ግንኙነት የምንፈጽመው እርስ በርሳችን ብቻ ከሆነና እኔም ሆንኩ እርሷ

ከሌላ ሰው ጋር የግብረ ሥጋ ግንኙነት ካልፈጸምን በዚህ መልክ ከሚተላለፉ በሽታዎች በየትኛውም አንያዝም።

በግብረ ሥጋ ግንኙነት የሚተላለፉ በሽታዎች የፈጣሪያችን ዕቅድ ከሁሉ የተሻለ እንደሆነ ዓለምን ያለማቋረጥ ያስታውሳሉ።

ጌሪ፡– በዛሬ ጊዜ ብዙ ባለትዳሮች ልጅ የማይወልዱ ናቸው። አንድ ቀን አንድ ሰባኪ እንዲህ ሲል ሰማሁት፥ *«የወጣትነት ኃጢአቶች* ብዙ ጊዜ ባለትዳሮችን ልጅ አልባ ያደርጓቸዋል።» ይህ ምን ያህል እውነት ነው?

ውድ ጌሪ፥

እውነት ነው። ለምሳሌ እንዲት ተማሪ (ጄን እንበላት) ሴዝ ከሚባል ወንድ ጋር የግብረ ሥጋ ግንኙነት ፈጸመች። ይህ ፍጹም ጤነኛ ሰው ይመስላል ብላ በማሰብና ምናልባት በሽታ የለበትም ይሆናል በማለት ድርጊቱን ፈጸመች።

ሆኖም ግን ሴዝ፥ ከጄን ጋር ከመገናኘቱ በፊት ከሌሎች ሁለት ሴቶች ጋር የግብረ ሥጋ ግንኙነት ፈጽሞ ነበር። ከሴቶቹ አንዱ ጨብጥ በሚባል በግብረ ሥጋ ግንኙነት በሚተላለፍ በሽታ ተለክፉ ነበር። እናም ይህ በሽታ ወደ እርሱ ተላለፈ። ከጥቂት ቀናት በኋላ ሽንቱን በሚሸናበት ወቅት ሕመም ይሰማው ጀመር። በዚህ ሳምንት ሥራ በጣም ስለሚበዛብኝ ወደ ሕክምና መስጫ ስፍራ አልሄድም፤ በሚቀጥለው ሳምንት እሄዳለሁ ብሎ አሰበ።

በዚህ መካከል ከጄን ጋር የግብረ ሥጋ ግንኙነት ፈጽሞ በሽታውን አስተላለፈባት።

ጄን ለረጅም ጊዜ ወደ ሕክምና መስጪያ ስፍራ አልሄደችም። ለምን? ምክንያቱም በበሽታው እንደተለከፈች አልተገነዘበችም ነበር። ያልተለመደውን ከብልቷ የሚወጣውን ፈሳሽ አላስተዋለችም ነበር። ሕመም አይሰማትም ነበር። ሆኖም ግን የጨብጥ በሽታው በሰውነቷ ውስጥ በፀጥታ እየሠራ ነበርና የማኅፀን ባንዲዎቿን አበላሻቸው።

ከአንድ ወር በኋላ ሕመም ስለተሰማት ወደ ሕክምና መስጫ ስፍራ ሄደች። ነገር ግን የደረሰችው በጣም ዘግይታ ነበር። ሐኪሙ ከጨብጥ በሽታዎች እንድትፈወስ የረዳት ቢሆንም «በሽታው የማኅፀን ዲንዲዎችሽን ስላበላሸ፥ ጄን ለመውለድ ዕድል የለሽም። አዝናለሁ። እባክሽን ለጓደኞችሽ በትምህርት ቤት ውስጥ የምትቆዩባቸውን ቀናት በማጥናት እንጂ በግብረ ሥጋ ግንኙነት ጨዋታ አታጥፉ ብለሽ ንገሪያቸው» አላት።

ዛሬ በዚህ ዓለም ላይ በጨብጥ በሽታ ምክንያት ልጅ የሌላቸው በርካታ ሴቶችና (ጥቂት ወንዶች) ይገኛሉ።

ጨብጥ የያዘው ወንድ ለመሽናት ይቸገራል። በተለይ ወደ ሕክምና መስጫ ጣቢያ በወቅቱ ካልሄደ የዘር ፈሳሽ ቧንቧዎቹን ሊያበላሽበት ይችላል። የዘር ፈሳሽ ቧንቧዎቹ ቢበላሹም የዘር ፈሳሹን ማፍሰስ ይችላሉ። ፈሳሹ ትክክለኛ ቢመስልም ግን የወንድ ዘር የለውም።

ስለዚህ ጌሪ «የወጣትነት ኃጢአቶች ባለትዳሮችን ያለ ልጅ ለማስቀረት ይችላሉ» በማለት ሰባኪው ሲናገር የሰማኸው በእርግጥ ትክክል ነበር።

በእርግጥ ልጅ ያለመውለድ ምክንያት ይህ ብቻ አይደለም። ስለዚህ ልጅ የሌላቸው ባለትዳሮችን «ኃጢአት አድርጋችኋል» በማለት ልንፈርድባቸው አይገባም። ይልቁኑ ልጅ የሌላቸው ባለትዳሮችን በእግዚአብሔር ታምነው እንዲያገለግሉት ልናበረታታቸው ይገባል!

ከዚህ ጋር በአንድነት ወጣቶችን፥ ኃጢአት መካንነትንና ሌሎች በርካታ ጎዘኖችን እንደሚያስከትል በመግለጽ ማስጠንቀቅ አለብን።

ናታን፡– እግዚአብሔርን እወደዋለሁ። የሴት ጓደኛዬንም እወዳታለሁ። የእግዚአብሔርን ወይም የሴት ጓደኛዬን ስም ከጋብቻ በፊት የግብረ ሥጋ ግንኙነት በመፈጸም ላጎድፍ አልፈልግም።

ከፍተኛ የፍትወተ ሥጋ ፍላጎት ያለብኝ ሰው ነኝ። ክርስቲያን ከመሆኔ በፊት ለግብረ ሥጋ ግንኙነት የጠየቅኋት ሴት እምቢ ብትለኝ አስገድጄ እደፍራት ነበር። ከሁለት ዓመት በፊት ወንጌልን ሰምቼ ክርስቶስን ተቀበልኩ። ከዚያን ቀን ጀምሮ የግብረ ሥጋ ግንኙነት ፈጽሜ አላውቅም። እዚህ በመምህራን ማሠልጠኛ ኮሌጅ ከክርስቲያኖች ጋር ጎብረት ማድረጌ ብዙ ጠቅሞኛል።

ችግሬ ኮርሱን ከጨረስኩ በኋላ ወደ ገጠር ትምህርት ቤት እላካለሁ። በእንደነዚህ ዓይነት ቦታዎች ሰዎች ሁሉ ብዙ ጊዜ የግብረ ሥጋ ግንኙነት ይፈጽማሉ። የሴት ጓደኛዬ ልትጠይቀኝ ከመጣች ከግብረ ሥጋ ግንኙነት ኃጢአት እንዴት ልናመልጥ እንደምንችል አላውቅም። ልትጠይቀኝ ካልመጣች ደግሞ በዚያ አካባቢ ካሉ ሴቶች ጋር የግብረ ሥጋ ግንኙነት ሳልፈጽም እንዴት መኖር እችላለሁ? ከሴቶች መካከል የሚጋብዘኝ ሰው ቢገኝ እምቢ ማለት እችል ይሆን?

እባካችሁ፥ እባካችሁ እርዱኝ። ኃጢአትን ማድረግ አልፈልግም። በግብረ ሥጋ ግንኙነት ከሚተላለፍ ማንኛውም በሽታ ነፃ መሆን እፈልጋለሁ። በቂ ዝግጅት ከማድረጌ በፊት ልጅ መውለድ አልፈልግም።

ውድ ናታን፥

ከፍተኛ የፍትወተ ሥጋ ፍላጎት ያለው ሰው አንተ ብቻ አይደለህም። በምድር ላይ ያሉ ሰዎች በሙሉ ማለት ይቻላል ይህ ፍላጎት አላቸው።

እግዚአብሔር ለሰዎች ከፍተኛ የፍትወተ ሥጋ ፍላጎት የሰጠው ለምንድን ነው? ምክንያቱም እያንዳንዱ ባል ሚስቱን እንዲወድና ከእርሷ ጋር ብቻ በፍትወት ድርጊት ደስ እንዲሰኝ ስለሚፈልግ ነው።

> በዓለም ያሉት ወንድሞቻችሁ ያን መከራ በሙሉ እንዲቀበሉ እያወቃችሁ በእምነት ጸንታችሁ ተቃወሙት። (1ኛ ጴጥ. 5:9)

ሆኖም ግን የእግዚአብሔር ሕግ ሰዎች እራሳቸውን እንዲቆጥቡና ከጋብቻ በፊት የግብረ ሥጋ ግንኙነት እንዳይፈጽሙ የሚከለክል ነው።

ሰይጣን ይፈትነናል፤ ነገር ግን በዓለም ዙሪያ ድል የጨበጡ ወንድሞች አሉ። ናታን አንተም የድሉ ተካፋይ መሆን ትችላለህ።

ወደ ገጠር ትምህርት ቤት ተመድበህ ስትሄድ ክርስቲያን ወንድሞችን ፈልግ። ለሁለት ወይም ለሦስት «በየሳምንቱ መገናኘት እንጀምር። እንደ ወንድሞች እርስ በርሳችን መበረታታት እንችላለን። በተገናኘንም ቁጥር በመጽሐፍ ቅዱስ ጥናት፥ በጸሎት፥ በምስክርነትና ከግብረ ሥጋ ግንኙነት ፈተና በመሸሽ እንዴት እንደሆንን እንጠያየቅ» በላቸው።

> እርስ በርሳችሁ ተመካከሩ አንዱም አንዱም ሌላውን ያንጸው (1ኛ ተሰ. 5:11)።

እነዚህ ክርስቲያን ወንድሞች ትልቅ እርዳታ ሊሆኑህ ይችላሉ። አንተም ለእነርሱ ትልቅ እርዳታ መሆን ትችላለህ።

አቤሴሎም፡– ከአንዲት እህት ጋር በፍቅር ከንፌ ነበር። ትታኝ እስከሄደችበት ቀን ድረስ የምትወደኝ ይመስለኝ ነበር። ከእርሷ ጋር የግብረ ሥጋ ግንኙነት ባለመፈጸሜ እግዚአብሔርን አመሰግናለሁ።

ከዚያ የልብ ስብራት በኋላ በእግዚአብሔር መታመኔን ቀጥዬአለሁ።

ከዚያ በኋላ ከሳንድራ ጋር ተዋወቅን። በጣም እወዳታለሁ። እርሷም ኢየሱስንም ሆነ እኔን ትወዳለች።

በሚቀጥለው ዓመት ለመጋባት አስበናል። አሁን የመጀመሪያዋ እህት ትታኝ ስለሄደች እግዚአብሔርን አመሰግናለሁ። እኔና ሳንድራ አንድ ልብና አንድ አእምሮ ሆኖልናል። አብረን ስንጓዝ ስንነጋገርና በችግሮቻችን ላይ ስንወያይ በጣም ደስ ይለኛል።

እስከ ጋብቻችን ቀን ድረስ ራሳችንን በድንግልና ንጽሕና ለመጠበቅ ወስነናል።

ገላዋን በፍጹም አልነካም። በጣም ውብ ናት። ልነካት ከጀመርኩ ልብሶቿን ለማወላለቅ ቀጥሎም.... እፈተናለሁ ብዬ አሰጋለሁ።