ጥያቄ፡- ዕድሜያቸው ከ16-35 ዓመት በሚሆን ወጣቶች መካከል በከፍተኛ ሁኔታ ሞትን የሚያስከትሉት ነገሮች ምንድን ናቸው?

- ዐመፅ/ አደጋ
- እርግዝና / ውርጃ
- ኤች. አይ. ቪ /ኤድስ/ በወሲብ አማካኝነት የሚተላለፉ በሽታዎች
- ሌሎች?

ጥያቄ፡- በግብረ ሥጋ ግንኙነት አማካኝነት ከሚተላለፉ በሽታዎች መካከል የምታውቀው የትኞቹን ነው? (በአጠቃላይ 28 ናቸው)፡- በቅርቡ ግን እስከ 50 እንደሚደርሱ ሰምቻለሁ::

የተለመዱ ናቸውን/ብዙ ሰዎች በእነዚህ በሽታዎች ተይዘዋል ወይ?

ኤች. አይ. ቪ/ ኤድስን በተመለከተ ያሉ እውነታዎች፡-

- ኤች. አይ. ቪ ምንም ዓይነት የበሽታ ምልክቶችን ላያሳይ ለረጅም ጊዜያት (ለብዙ ዓመታት) በሰውነት ውስጥ ሊኖር ይችላል:: በዚህ ግለሰቡ ጤነኛ በሚመስልበት ወቅት በእርሱ አማካኝነት ሌሎችም ብዙ ሰዎች ሊበከሉ ይችላሉ::
- ኤች. አይ. ቪ በሕመምተኛው ሰውነት ውስጥ በሚገኙ ፈሳሾች ሁሉ ውስጥ በእነስተኛ መጠን ይገኛል፣ ሆኖም ግን የሚተላለፈው በሦስት መንገዶች ብቻ ነው::
  - 85% በግብረ ሥጋ ግንኙነት
  - ከእናት ወደ ሕፃን፡- ያልተወለዱ ሕፃናት በእትብት አማካኝነት ሲበከሉ፣ የተወለዱት ደግሞ ጡት በመጥባት ሊያዙ ይችላሉ::
  - በደም አማካኝነት፡- (ከጀርም ነፃ ባልሆኑ መርፌዎችና በተበከለ ደም በተነካኩ የሕክምና መሣሪያዎች አማካኝነት ይተላለፋል::)

- ፈውስ የለውም፣ ይገድላል::
- ክትባት የለውም::

ጥያቄ፡- ኤድስን ለመከላከል ተመራጩ መንገድ ምንድን ነው?

- ከጋብቻ በፊት ክብረ ንጽሕናን መጠበቅ ነው (1ኛ ተሰ. 4:3-6)::
- በጋብቻ ውስጥ ያለ ታማኝነት ነው (ዘጸ. 20:14፣ ዕብ. 13:4)
- የትዳር ጓደኛ በሞት ሲለይ ንጹሕ ሆኖ መገኘት (1ኛ ተሰ. 4:3-6)
- በሙያው ሠልጥኖ የተቀቀሉ መርፌዎችንና የሕክምና መሣሪያዎችን በሚጠቀም ሰው ብቻ በመታከም መጠንቀቅ::

ጥያቄ፡- በመከላከሉ ረገድ የቤተ ክርስቲያን ኃላፊነት ምንድን ነው?

ማስተማር፡- ወጣቶችን
ያላገቡትን
በጋብቻ የተጣመሩትን፣ ወላጆችን
በድጋሚ ላጤ የሆኑትን
ጠቅላላ ምእመናንን

ወላጆች የራሳቸውን ቤተሰቦች እንዲያስተምሩ ማበረታታት::

- በምሳሌነት፣
- በቃል

ለልጆቻችሁ ስለ ወሲብ ቀለል ያለ ትምህርት ስጡ እንጂ፣ ከዓለም እስኪማሩት ድረስ አትጠብቁ::

እናቶች፣ ሴቶች ልጆቻችሁን አስተምሩ፡-

- የወር አበባ ለምን እንደሚታያቸው
- እርግዝና ከግብረ ሥጋ ግንኙነት የተነሣ እንደሚመጣ
- ሴት ልጅ እስከ ጋብቻዋ ቀን ድረስ ለምን ድንግል መሆን እንዳለባት

- እግዚአብሔር ወሲብን የፈጠረው ባልና ሚስት ሰብቻቸው እንዲያጣጥሙትና ልጆችን እንዲወልዱበት እንደ ሆነ
- እውነተኛ ፍቅር ከእግዚአብሔር እንደሚመጣና ስሜት ብቻ እንዳልሆነ (1ኛ ዮሐ. 4:7)::
- ፈተና ከመምጣቱ በፊት እንዴት ምላሽ መስጠት እንዳለባት እንድታስብ አበረታቷት::

አባቶች፣ ወንድ ልጆቻችሁን አስተምሯቸው:-

- ሰምን የዘር ፍሬ ማፍሰስ እንደሚጀምሩ
- ከጋብቻ በፊት ልጃገረዶችን ማስረገዝ እንደሌለባቸው
- ወንዶች ልጆች እስከ ጋብቻ ቀናቸው ድረስ ሰምን ድንግል መሆን እንዳለባቸው
- እግዚአብሔር ወሲብን የፈጠረው ባልና ሚስት ሰብቻቸው እንዲያጣጥሙትና ልጆችን እንዲወልዱበት እንደ ሆነ
- እውነተኛ ፍቅር ከእግዚአብሔር እንደሚመጣና ስሜት ብቻ እንዳልሆነ (1ኛ ዮሐ. 4:7)::
- ፈተና ከመምጣቱ በፊት እንዴት ምላሽ መስጠት እንዳለበት እንዲያስብ አበረታቱት

ወጣቶች ከወላጆቻቸውና ከቤተ ክርስቲያናቸው ካልተማሩ፣ እውነታዎችንና እሴቶችን ከዓለም ይማራሉ!

ወጣቶች የቅድመ - ጋብቻ ምክር ይሻሉ:-

ወጣቶች ሰጋብቻ ኃላፊነቶች እንዲዘጋጁ እርዷቸው::

በክርስቲያናዊ መንገድ እንዲጋቡ ምሯቸው::

በወሲባዊ ምኞት ተመርተው ወደ ኃጢአት እንዳይገቡ የሚያስችላቸውን መሣሪያ ማስታጠቅ እንድትችል አፍላ ዕድሜ ካላቸው ጀምር::

ኤድስን በቤተ ክርስቲያናችን ውስጥ ለማየት ያለው ዕድል ምን ያህል ነው?

በአዲስ አበባ ያለው የስታትስቲክስ ዘገባ እንደሚያመለክተን ከ 5 ሰዎች መካከል አንዱ የኤች. አይ. ቪ. ቫይረስ ተሸካሚ ነው፣ እነዚህ ሁሉ የኤድስ ሕመማን እይደሉም፣ ሆኖም ግን እንድ ቀን ይታመሙና ይሞታሉ::

ኤድስን በቤተ ክርስቲያናችን ውስጥ እናየዋለን:-

- ከማመናቸው በፊት የተያዙ
- ካመኑ በኋላ የተሰናከሉ
- ወደ ሠለጠነ የሕክምና ባለሙያ ከመሄድ ይልቅ፣ በባሕላዊ ሕክምና የሚረዱ ሰዎች
- ከላይ የጠቀስናቸው ሰዎች ሚስቶች፣ ባሎችና ልጆች
- ያላመኑ ጉረቤቶችና ዘመዶች ይገኙበታል::

ኤድስን በቤተ ክርስቲያን ውስጥ ስንመለከት የእኛ ምላሽ ምን መሆን አለበት?

እትፍረዱ፣ ያ የእግዚአብሔር ሥራ ነውና (ማቴ. 7:1-5)::

ኢየሱስ ሰአናንተ ያሳያችሁን ርኅራኄ አሳዩአቸው

(ዮሐ. 8:1-11)::

- ላላመኑት መስክሩላቸው::
- ካመኑት ጋር ጸልዩ፣ እንዲሁም ቃሉን አንብቡ::
- ምግብ ውሰዱላቸው:- ከታማሚውና ከቤተሰቦቹ ጋር ብሉና ጠጡ::
- ጠዋትና ማታ የሚያስታምሙትን እሮዱ/ እግዙ::
- ሌላስ?

<Let's Talk!> ማለትም «እንነጋገር» በሚለው በእንግሊዝኛ የተጻፈ መጽሐፍ ውስጥ ከገጽ 27-28 ያለውን ታሪክ ንገሯቸውና ከዚያም ጥያቄዎችን ጠይቁ::

ይሄ <u>የታመሙትን ስለ መንከባከብ</u> የሚያወሳው ድራማ ሁለት ጊዜ በተለያየ መልኩ ሊቀርብ ይችላል:: ከእያንዳንዱ ትእይንት በኋላ አድማጮቹ ተመሳሳይ ጥያቄዎችን ይጠየቃሉ:: ዓላማው ሰዎች በኤች. አይ. ቪ/ ኤድስ የሚሠቃዩ ግለሰቦችን በተመለከተ የሚያደርጉትን ነገርና የሚኖራቸውን ምላሽ እንዲያስቡበትና

አንዲነጋገሩበት ለማድረግ ነው። ድራማዎቹ እንዳሰቁ፣ በአጠቃላይ አመለካከታችን ምን ያህል መጥፎና ጐጂ እንደ ሆኑ ማየት መቻል አለባቸው፣ እንዲሁም ክርስቲያናዊው አቀራረብ ምን እንደ ሆነም ማወቅ ይገባቸዋል። በቫይረሱ የተያዙ ሰዎችን በመንካትና አነርሱን በመቅረብ ኤች. እይ. ቪ/ኤድስ አንደማይዛቸው መረዳት መቻል ይገባቸዋል። ራሳቸውን በበሽተኛው ቦታ አስቀምጠው፣ ሌሎች እንዲያደርጉላቸው የሚፈልጉትን ነገር እነርሱም ለሌሎች ማድረግ መቻል አለባቸው (ማቴዎስ 7፡12)።

1ኛ ድራማ

አንድ ክርስቲያን ባልና ሚስት ነበሩ። ባልየው የቤተ ክርስቲያን ሽማግሌ ሲሆን፣ ሚስቲቱ በኳየር ውስጥ ትዘምራለች። ባልየው ወደ ሥራው ሄዷል። ሚስትየው የታመመ የቤተ ክርስቲያን አባላትን ለመጎብኘት በጉዞ ላይ ነች። የባሏ ታናሽ እኅት በኤድስ ታማ ሞቷን እየተጠባበቀች ከእነርሱ ጋር ትኖራለች። ሚስትየው አንድ ብርጭቆ ውኃ ትሰጣታለች፣ ይህች ሌት በቤቷ መኖሯንና ይህቺን «ሽርሙጣ» መንከባከቡን እንደምትጠላና እንደ ተበላጨች በሁኔታዋ ታሳያታለች። በሩን በላይዋ ላይ ዘግታ ጥላት ትሄዳለች። በመንገድ ላይ ስትሄድ ስለ መልካም ሥራዋ የሚያመሰግኗትን ጥቂት የቤተ ክርስቲያን ሴቶችን ታገኛለች።

ከሰዓት በኋላ ስትመለስ በሽተኛዋን በሕይወት እንዳለች ታገኛ ታለች። ታማሚዋ ተጨመላልቃ ነበርና ሚስቲቱ በጣም አጉረመረመች። ባልየው ከሥራው ተመልሶ ሻይ ይጠጣል። ከታማሚዋ ጐን ከመቀመጥ ወይም ሰላምታ ከመስጠት ይልቅ በሻይ ብርጭቆው አስመጠቀሟን ማረጋገጡን ተያያዘው። እኅቱ ከቤታቸው ወጥታ ሆስፒታል ውስጥ ተኝታ ቢሆን ኖሮ ብሎ ተመኘ። ይኸውም በምትሞትበት ጊዜ የወጪው ጫና በእነርሱ ላይ እንዳይወድቅ ነው።

2ኛ ድራማ

አንድ ክርስቲያን ባልና ሚስት ነበሩ። ባልየው የቤተ ክርስቲያን ሽማግሌ ሲሆን፣ ሚስትየው በኳየር ውስጥ ትዘምራለች። ባልየው ወደ ሥራው ይሄዳል። ሚስትየው ወደ ኳየር ልምምድ ወይም

የቤተ ክርስቲያን ጉብኝት ፕሮግራም ለመሄድ አልቻለችም፤ በሽተኛዋን በርኅራኄ ታስታምማታለች፣ የምትጠጣው ነገር ትሰጣታለች፣ ምኞት እንዲሰማትም ታደርጋለች።

ከቤተ ክርስቲያን የመጡ ጉብኚዎች ቤቷ ሲደርሱ ከቤተ ክርስቲያን የቀረችበትን ምክንያት ተረዱ። ለበሽተኛይቱ ሰላምታ ለመስጠት ካለመፈለጋቸው በተጨማሪ፣ ያልተገባ ባህሪ አሳዩዋት። ሚስትየው የቤተ ክርስቲያን አገልግሎቷን ችላ ማለቷንና ከዚህ በኋላ በልምምድ ወቅት ካልተገኘች፣ ኳየሩን እንድትለቅ እንደምትጠየቅ ነገሯት። ሚስትየው ታማሚ ዘመዴን እየተንከባከብኩ ነው ብላ የምታቀርበው ምክንያት በእነርሱ ዘንድ ተቀባይነት የለውም።

ባልየው ከሥራው ሲመለስ፣ ሚስቱንና እኅቱን ሰላም አላቸው። አንድ ላይ ቁጭ ብለው በአንድ ብርጭቆ ሻይ በተራ በተራ ይጠጡ ነበር። እኅታቸውንም በቀጠሮዋ መሠረት ለምርመራ ሐኪም ቤት ወሰዷት።

ጥያቄ፡- (ከእያንዳንዱ ድራማ በኋላ የሚቀርቡ ጥያቄዎች)

1. ይህ በእርግጥ በገሃዱ ሕይወት የሚከሰት ነው ወይ?
2. ሚስቲቱ ያደረገችው ጥሩ ነበር? ከሆነ፣ ለምን? ካልሆነስ፣ ለምን?
3. ክርስትናዋን እንዴት በተግባር አሳየች?
4. ከቤተ ክርስቲያን የመጡት ሴቶች ትክክለኛውን ነገር ነበር ወይ የነገሯት?
5. አብሮ በመብላትና በመጠጣት ኤች. አይ. ቪ/ ኤድስ ሊተላለፍ ይችላል ወይ?
6. ባልየው ጥሩ አመለካከት ነበረው ወይ? ከነበረው፣ ለምን? ካልነበረውስ፣ ለምን?
7. በሽተኛዋ ምን ይሰማታል ብለህ ታስባለህ?
8. ለአንድ ግለሰብ መሞት የሚሻለው የት ነው- ሆስፒታል ውስጥ ወይስ ቤት ውስጥ?

ራስህን እንዴት እንደምትጠብቅ እወቅበት፡-

የግብረ ሥጋ ግንኙነትን በተመለከተ፡- ከጋብቻ ውጪ ባለ የግብረ ሥጋ ግንኙነት ውስጥ ኮንዶሞች የመከላከል ብቃት የላቸውም። በጋብቻ ውስጥም ቢሆን 100% ያህል አይከላከሉም። ነገር ግን በኤች. አይ. ቪ/ኤድስ ያልተያዘውን ባል ወይም ሚስት በቫይረሱ ከተያዘው የትዳር ጓደኛው ለመከላከል ይረዱ ይሆናል።

በሽተኛው የተጠቀመባቸውን ስለት ያላቸውን መሣሪያዎችና መርፌዎች አስወግዱ ወይም ቀቅሉ፤

ደም የነካቸውን ወይም ቆዳቸውን የቆረጠውን ማናቸውንም እንደ ምላጭ፣ መርፌዎች፣ የጥርስ ብሩሾች አትጠቀሙ። (መጠቀም ካለባችሁ ግን፣ ከምትጠቀሙበት ከእያንዳንዱ ጊዜ በፊት ለ20 ደቂቃዎች ያህል በፈላ ውኃ ውስጥ ቀቅሏቸው።)

አልጋ ልብሶችና ልብሶችን በተመለከተ፡- ንጹሕ የሆኑ ዘርፎችን (ጠርዞችን) በመያዝ በጥንቃቄ አለቅልቁ፤

በሳሙናና በሙቅ ውኃ እጠቧቸው፣ በፀሐይ ላይ አስጧቸውና አድርቋቸው።

ልብሶቹንና አልጋ ልብሶቹን ከተቀረው የቤተሰብ አባላት ልብሶች ለዩ።

የቁስል ፋሻዎችን በተመለከተ፡- አቃጥሏቸው፣ ቁስሎቹ ንጹሕ ይሁኑ፣ ደግሞም ይሸፈኑ።

የራሳችሁን እጆች ለመከላከል የፕላስቲክ ጓንቶችን፣ ወይም ትላልቅ ቅጠሎችን፣ አልያም ወረቀት ተጠቀሙ። (ባልተሸፈነ እጅ የማንንም ፈሳሾች አትንኩ።)

ምንም ዓይነት ቁስል ቢኖርባችሁ በንጹሕና ደረቅ ፋሻ ሸፍኑት።

በሽተኛውን ወይም እርሱ የነካውን ማናቸውንም ነገሮች

ከነካችሁ በኋላ እጆቻችሁን በጥንቃቄ ታጠቡ።

ሌሎች አሳቦች አሏችሁን?

አስታውሱ! የበሽተኛውን ሰውነት፣ ልብሶችና መኝታ በንጽሕና መጠበቅ እርሱ ወይም እርሷ የበለጠ ምቾት እንዲሰማቸው ያደርጋል። በዚህ መንገድ መሥራታችሁ በሽተኛው በእናንተና በእግዚአብሔር እንደ ተወደደ እንዲሰማው ያደርጋል።

አስታውሱ! በአንድ ቤት ውስጥ በመኖር
አንድ ላይ በመብላትና በመጠጣት
በሽተኛውን በመንካት፣
እጁን በመጨበጥ፣
ወይም በመሳም
አብሮ በመጫወት
ጸጉር በመቁረጥ ወይም ሹሩባ በመሥራት
በአንድ መጸዳጃ ቤት በመጠቀም
በወባና በሌሎች ነፍሳት ንክሻ
በማሳልና በማስነጠስ ኤድስ አይተላለፍም።

ከሞት በኋላ፣ የተቀሩትን («ቋሚዎችን») ቤተ ክርስቲያን እንዴት መርዳት ትችላለች? ያዕቆብ 1:27

ሚስትን ወይም ባልንና ልጆችን?

ወላጆችን?

ሌሎች ጥገኞችን?

አስተያየት፡- በቤተ ክርስቲያን ውስጥ ያሉትን መበለቶችን ወይም እንለማውታዎችን ለመርዳት፣ ከምትጋግሩት ደቦ (እንጀራ) እፍኝ ዱቄት ለይታችሁ አስቀምጡ። እያንዳንዷ የቤት እመቤት በየዕለቱ በምትጋግርበት ጊዜ ሁሉ ይህን ታድርግ።

በዲላ ያሉ ወጣቶች ምሳሌነት፦

የወጣቶች የፀረ-ኤድስ ክበቦች አሉ። ሁለቱ ክበቦች በቀበሌያቸው ያሉትን ፍላጉቶች አጠኑ። በቀበሌያቸው ውስጥም ብዙ በኤድስ ምክንያት ወላጆቻቸውን ያጡ እጓለማውታዎችን አገኙ። (በእያንዳንዱ ቀበሌ ከ100 በላይ ሕፃናትን አገኙ።) ለእነዚህም ከመዋዕለ ሕፃናት ጀምሮ እስከ 2ኛና 3ኛ ክፍል ድረስ ት/ቤት ከፈቱ። አንድ መምህር ቀጠሩላቸው። ገቢ በማስገኘት የትምህርት ቤቱን አገልግሎት ቀጣይነት የሚያረጋግጥላቸውን መንገዶች ፈለጉ። እንደኛው ቡድን ትንሽ ሱቅ በመክፈት ስኳር፣ ሻይ ቅጠል፣ ቡና እንዲሁም ሌሎች ሸቀጣ ሸቀጦችን በየጊዜው በመጨመር ገቢያቸውን ለመሸፈን ሞከሩ።

ከሞት በፊት ወይም በኋላ፦

ለታመሙትና ለሚያዝኑት የሚጸልዩ

የሚጉበኟቸውና ስጋታቸውን የሚያዳምጡ

አብረዋቸው ሕብረት የሚያደርጉ

የሚጸልዩና በአንድነትም መጽሐፍ ቅዱስ የሚያነቡ

ፍላጉቶችን በማጤን ለመርዳት አንድ ነገር የሚያደርጉ

የጸሎት ቡድኖችን እቋቁሙ።

ኤድስ የእግዚአብሔር ፍርድ (ቁጣ) አይደለም። ኤድስ በሽታ ነው። ለሕሙማን፣ ለሚኞችና ጎዘንተኞች በምንሰጠው ክርስቲያናዊ ምላሽ፣ እንደ ክርስቶስ አካል በችግር ላይ ወድቀው እርዳታችንን ለሚሹ ለምች ሁሉ የክርስቶስን ፍቅርና ርኅራኄ የምናሳይበት ዕድል አለን።

ቤተ ክርስቲያን ኤድስን የሚያስፋፉትን ባሕላዊ ልምምዶች ልትቃወም ይገባታል።

<u>ምሳሌዎች</u>፦ የሴት ልጆችን ውጫዊ ብልት መቁረጥ ወይም «መግረዝ» መጽሐፍ ቅዱሳዊ አይደለም!

በሥራ ምክንያት ተራርቀው የሚኖሩ ባልና ሚስት (ችግሮችና ፈተናዎች ለሁለቱም ይበዙባቸዋል። ይሄም በኤፌሶን 5 ውስጥ ያለውንና ጋብቻ መከተል የሚገባውን የክርስቶስንና የቤተ ክርስቲያንን ምሳሌነት ያበላሻል።)

አስተማማኝ ያልሆኑ የሰውነት መቆራረጡች- ጉሣዊ ንቅሳቶችና የመሳሰሉት

ረጅም የእጮኝነት ጊዜ

ከአቅም በላይ የሆኑ የሠርግ ወጪዎች፦ ወጣቶች ለመጋባት ረጅም ጊዜ እንዳይቆዩና የጋብቻ ሥርዓት (ቃል ኪዳን) ሳይፈጽሙ አብረው መኖር እንዳይጀምሩ ለማድረግ ወጣቶች ሁሉንም ነገር በአነስተኛና በቀላል ወጭ መጨረስ ይገባቸዋል።

ጠለፋና አስገድዶ መድፈር

የንግድ ሥራ ያላቸው ለምች፣ የመንግሥት ሠራተኞች፣ የከባድ መኪና ሹፌሮችና ነጋዴዎች በሙሉ ለአጭር ጊዜ (ለሁለት ሳምንታት) ከቤት ርቀው በሚቆዩበት ጊዜ የሚገጥማቸውን ፈተና መቋቋም እንዲያስችላቸው ጠንካራ ትዳር በቤታቸው ውስጥ ሊኖራቸው ይገባል።

እኔ የማላውቃቸውና ያላሰብኳቸው፣ ሆኖም ግን እናንተ የምታውቋቸው ሌሎች ነገሮችም ሊኖሩ ይችላሉ። ከዚህ ትምህርት ጋር ይስማማሉ የምትሏቸውን ሁሉ ጨምሩባቸው።