# \*አጭር መስረታዊ ትእዛ እና ስራ፦ ለፔሳህ ሳምንት ቀደም በሎ።\*

ቤቱን ለማፅዳት እምንጠቀምባቸው መሰረታዊ ትእዛዞች እንሆ ከፊታችሁ በቅደም ተከተል አቀርባአለ።

ከዚያን በፊት እስኪ እራሳችን ሁለት ጥያቄዎን እንጠይቅ።

አንደኛ፦\* እነዚህን ከባዓሉ በፊት የአሉትን የስራ ቀናቶች እንዴት በአለ የስራ ስርአት ነው ምንቀበላቸው? ወይም ምንጠቀምባቸው?\*

በቁጣ እና በመናደድ በልጆቻችን ላይ ወይ በራሳችን ላይ ከስራው ብዛት አንፃር እንዲህ እናሳልፈው?

ወይይስ ስራ ድርሻ በመከፋፈል ከቤተሰቦቻችን ጋር ትምርት አዘል በሆነ መንገድ በደስታ በቀላል መንፈስ እናሳልፋቸው አለን?

እስኪ ደግመን እራሳችን እንጠይቅ ከፅዳቱ ስራ ባሻገር ስለ ባዓሉ ምንነት ትእዛዞች መንፈስአዊ ሀይማኖቶች እምነቶች እሚያስረዱን ነገሮች የባዓሉን ምንነት እንማር አለን?

## \*ስራውን በቀላሉ ለማከናወን እሚጠቅሙ ዋና ዋና ዘዴዎች?\*

\*ሁለተኛ፦\* ግዜዎችን በእቅድ መከፋፈል እና ስራዎችን ከእያንዳዱ ቤተሰቦቻችን ጋር መከፋፈል እንዲህ ማድረጋችን በጣምጠቃሚ ነገር ነው። ምክንያቱም ስራውን ተሎ እድንጨርስ ብዙ የስራ ጫና እዳያድርብን ይረዳናል። ከዚያም አልፎ ስራውን ከአከናወነን ከቤተሰቦቻችን ጋር በመሆን እረፍት እንወስድ አለን። ስለባዓሉ ምንነት ትምርት ለመማር ግዜ ይኖረናል።

## \*ሶስተኛ ፦የቤት አፀዳድ እና እሚፀዳዱ ቁሳቁሶች።\*

ፅዳት በምናፀዳበት ስአት እርግፍጋፌ ነገሮችን ወይም ትርፍራፌ ከወለል የወደቁ ነገሮችን ከመጠን በላይ በማፅዳት መፈለግ እና መጨናነቅ አያስፈልግም። ምክንያቱም የቦኩነገሮች እዳይታይ እና እዳይገኝ እሚለው ትእዛዝ የቦኩ ነገሮች መጠናቸው መተለቁ እንደ ክብሪት ሳጥን ነው። ይህ ማለት እራሱ ለሻባት ቤት ስናፀዳ በቀላሉ እምናየው እና አልፈን ማንተወው ነገር ነው።

በማጀት ፅዳታችን ግዜ ግን ከዚህ የበለጠ ትኩረት ማድረግ አለብነን። ምክንያቱም የቦካች ትንሽ ነገር ብትሆን ድንገት አብሮ መብላት የተከለከለ ነው።

በድጋሜ መፅሐፎችን እና ወረቀቶችን ገልጦ ማራገፍ አያስፈልግም። ምክንያቱም መቸም መጠናቸው የክብሪት ሳጥን እሚሆን የቦኩ ነገሮች አይኖሩም። ነገር ግን በአመቱ ውስጥ መፅሐፎችን እያነበበ ምግብ የበላ ካአለ መፅሐፎችን ሳያራግፍ መጠቀም የለበትም።

የህፃን መጫዎቻ ሳጥኖች በኢኮኖሚካ ማጠብ አያስፈልግም። ትልልቅ የቦኩ ነገሮች እንዳአሉ በማየት መወልወል በቂ ነው።

# \*አራተኛ፦ የማጀት አፀዳድ እና እቃ ዘዴዎች።\*

እደገባው ማስወጣት ስላአለብን እደተጠቀምንባቸው ሁኔታ ማስወጣት አለብን። ለምሳሌ፣ ወጥ ምናበስልበትን ብረድስት ካለ በፈላ ውሃ በመቀቀል ከብረድስቱ የገቡ ነገሮችን በማስወጣት በፋሲካ ባዓል መጠቀም እንችልአለን።

ፍሪጅ አፀዳድ፦\* እቃዎችን ማውጣት፣ በውሃ እና በሳሞና ማጠብ በቂ ነው። በፌስታል መሸፈንም አያስፈልግም።\*

የዳቦ ማብሰያ ታኑር ወይም ምድጃ አፀዳድ፦ ከታኑሩ ምንም ነገር ያለማስገባት የረጅም ስአት ፕሮግራሙን በማቃጠል ማቆየት፣ ከውስጥ ያለውን የብረት መረብ በብር ወረቀት መሸፈን እና ከላዩላይ ለአንድ ግዜ ብቻ እሜያገለግለውን ማብሰያ እቃ በመግዛት መጠቀም ይቻላል።

\*የእቃ ማጠቢያ ሞተር ወይም ማሽን አፀዳድ፦\* በበታች ያለውን ማጥለያ ቀዳዳ ማፅዳት ከዛ የወደቁ ትርፍራፊ የቦኩ የምግብ ነገሮች እዳይኖሩ፣ ከዝያም 24 ስአት ያህል በማጠቢያ ሞተሩ ሳንጠቀም ከቆየን በሗላ ባዶውን በማድረግ በረጅሙ ስአት ፕሮግራም አብርተን መቆየት አለብን።

\*የምግብ ማሞቂያ ሚክሮጋል አፀዳድ፦\* ጥሩ አድርጎ ማፅዳ በሚክሮጋሉ አሙቀን ከተጠቀምንበት በሗላ 24 ስአት ሚያህል መቆየት፣ በውስጡ እሃ በማስቀመጥ እስኪፈላ እና ፍላሎት እስኪወጣ ማቆየት። ከውስጥ ከምትዞረው ሳህን ላይ የሆነ ነገር በማስቀመጥ መሸፈን። ለምሳሌ በማይቃጠሉ ልዩ ፌስታል ነገሮች መሸፈን።

\*አብነበርድ ወይም ሻይሽ የምግብ ማስቀመጫ መደብ አፀዳድ፦\* ጥሩ አድርጎ በማጠብ ማፅዳት፣ ደግሞም ሙቅ ውሃ እያፈሉ ከሁሉ ሻይሽ ላይ መድፋት እና ማጠብ። ወይም በብር ወረቀት መሸፈን። የውስጡን የውሃ መቀበያ የእቃ ማጠቢያውን ግንዳ መሰልም እንደዚሁ በደንብ እንደሻይሹ አድርጎ ማጠብ። ከምድጃው ላይ ያለውን የጋዝ ብረት ወይም የብረድስት ማስቀመጫ ብረቱን ለማፅዳት ያህል ማጠብ እና እሳቱን በማቃጠል በደብ መለብለብ ወይም በብር ወረቀት መሸፈን።

የብረቱን ማስቀመጫ ምድጃ ወለል ግን በብር ወረቀት መሸፈን አያስፈልገንም። ምክንያቱም ከዚያ የወደቀ ምግብ ሁልግዜም መብላት አይቻልም። ቆሻሻነው እሚጣአለው ስጋ እና ወተት ነክ ነገሮች ከምድጃው ስለምናበስል ከምድጃው ሲወድቁ የስጋው ምግብ እና የወተቱ ይደባለቃል ብለን በመፍራት።

የስጋ መጥበሻ ማንገል አፀዳድ፦\* ማፅዳት፣ ለብዙ ስአቶች አቃጥሎ መቆየት ወይም የስጋ መጥበሻ መረቡን መቀየር።\*

ብላታ አፀዳድ፦ ማፅዳት፣ ለሁለት ስአት ያህል አሙቆ ማቆየት እና በብር ወረቀት መሸፈን።

\*የምግብ መብያ ጠረጴዛ አፀዳድ፦\* አመቱን በሙሉ ያለ ማልበሻ ተጠቅመንበት ከሆነ በፍል ውሃ ማጠብ ወይም በብር ወረቀት መሸፈን ወይም የፀዳ የጠረጴዛ ማልበሻ ማልበስ በዓሉ እስከሚያልፍ ድረስ።

\*የህፃን መስቀመጫ ወንበር አፀዳድ፦\* በማፅጃ ሳሞና ማፅዳት ክፍት ቦታወችንም ሁላ።

የሻባት ውሃ ማሞቂያ ምንጠቀምበት ማሽን አፀዳድ፦ ጥሩ አድርጎ ማፅዳት፣ በእቃው ውሃ ማፍላት እና እፊያውን በፍል ውሃ መቀቀል።

የኤሌክትሪክ ወይም በራድ ሀሽማሊ አፀዳድ፦\* ጥሩ አድርጎ በውጭ ማፅዳት።\* የኤሌክትሪክ በራድ እና ብላታ በደምብ አድርጎ ውጬን በመፈቅፈቅ ማፅዳት ያስፈልጋል።

\*የልብስ ሳጥኖች አፀዳድ፦\* በኪስ የገቡ የቦኩ ነገሮች እዳአሉ ኪስን በማራገፍ ማስወጣት። በባአሉ እምንጠቀምበትን የጠረጴዛ ልብስ እና መወልወያወችን አጥበን ነው መጠቀም ያለብን። ማስታወስ ያለብን ነገር ደግሞ መኪና ማጠብ፣ የህፃኑን መያዣ አጋላ ማፅዳት እና የህፃኖችን የወረቀት መያዣ ሻንጣ ማፅዳት ያስፈልጋል።

# \*ምንአይነት ነገሮች ናቸው በባዓሉ ካሽሩቱን መጠበቅ ያለብን?\*

የወለል ማፅጃ ሳሞናዎች እና የእቃ ማጠቢያ ሳሞናዎች ግዴታ ካሽሩቱን የጠበቀ መሆን የለባቸውም፣ የብር ወረቀት መሸፈኛ እምንጠቀምበት፣ የአንድ ግዜ መጠቀሚያ እቃዎች መብያ እና መጠጫ ጎማ መሰል ነገሮች ግዴታ ካሽሩት መሆን የለባቸውም።

ማሳመሪያ ከፌት እሚቀባቡ ነገሮች እንደ ቻፕስቲክ ፑድራ ወይም ዱቄት መሳል ከፊት እሚቀቡ ቀለማት ማጌጫወች ካሽሩት የጠበቁ ቢሆኑ ጥሩ ነው። የጥርስ ሳሞናዎች ግን ካሽሩት የጠበቁ መሆን አለባቸው።

ሚዋጡ ከኒናዎች እና እሚቀቡ መዳኒቶች ካሽሩት አያስፈልጋቸውም። ጣአም የለላቸው ከኒናዎችም እንደዚሁ።

እሚጠጡ እንደሲሩፕ ጣአም የላቸው መዳኒቶች ፣እሚመጠጡ የተለያዩ እንደሱካርያ አይነቶች ካሽሩት እንዳላቸው ማረጋገጥ ያስፈልጋል።

የተለያዩ የአትክልት ጥራጥሬዎች እንደ ባቄላ፣አክር፣ሽምብራ፣ ሩዝ፣ አተር እና ምስር የመሳሰሉ ነገሮችን አንዳንድ አክራሪች አይበሏቸውም። ለምሳሌ፦ አሽከናዚ ሰወች አይበለሏቸውም ስፋራዲ ሰወች ግን ይበሏቸዋል። እናም እነዚህን ጥራጥሬ ነገሮች ከቤት ማስቀመጥ ይቻላል። ከቦኩ ነገሮች ጋር አብሮ አለመሸጥም ይቻላል።

ከሶያ የተሰሩ እዘይቶችን፣ ከጥጥ የተሰሩ እዘይቶቾን፣ ከካኖላ የተሰሩ እዘይቶችን አንዳንድ የሀይማኖት አባቶቻችን መብላት ይቻላል ብለው ስለፈቀዱ መብላት ይቻላል በፋሲካ ባዓል። ነገር ግን አሽከናዚ ሰወች አይበሉም። ሌሎች ስፋራዲ ሰወች ይበላሉ።

ሸኮሌቶች እና ሌሎች ተመሳሳይ ጣአም ያላቸው ትናንሽ እሚበሉ ጣፋጭ ነገሮች በፔሳህ መብላት ይቻላል ነገር ግን አሽከናዚወች አይበሉም ምክንያቱም የተለያዩ የአትክልት ጥራጥሬዎች እንደምስር፣ ሽምብራ፣ ባቄላ መሰል ኪትንዮች ተደብልቀው ተሰርተው ስለሚሆኑ።

በባአሉ አሽከናዚ የሆነ ሰው ከስፋራዲ ቤት መድ እና መስተናገድ ይችላል። ነገር ግን ከአትክልት የተሰሩ ጥራጥሬዎች እደባቄላ፣ ሽምብራ፣ ሩዝ የመሳሰሉ ምግቦችን መብላት አይችልም።

ስፋራዲም ከአሽከናዚ ቤት መሄድ እና መስተናገድ ይችላል።የቤቱ ባለቤትም ከተለያዩ የአትክልት ጥራጥሬዎቸ እንደ ሽምብራ እሩዝ ቀቅሎ ማስተናገድ ይችላል። ምክንያቱም ስፋራዲ የአትክልት ጥራጥሬዎችን ኪትንዮችን እንደ ሽምብራ እሩዝ ነገሮችን መብላት ይችላል።

እነዚህ የዘረዘርሗቸው ነገሮች ዋና ዋና የህግ ትእዛዝ ናቸው።

በነዚህ ህጎች ላይ እሚከሩም አሉ እግዛብሔር ይባርካቸዋል።

ሁልግዜም ጥያቄ ታላችሁ መደወል ትችልአላችሁ።

0546702313

ሀራብ ዮኒ ለቪ።

רוצים לקבל קבוע עוד חומרים מעניינים מהרב יוני לביא?😏 https://did.li/NpF5q