ኣገእዛ

ጸቒ – ኣገልግሎት

www.nuew.org

ኣሊማ፡
ተዋጋኢት፡ ወላዲት፡ ሓኻዪት

"ደራፊት ክኸውን ሓሲበ
ኣይፈለጥኩን"
ድምጻዊት ፍረሂወት በረህ

"ምኽሪ ዘይሰምዐ ሓኪም፡ ኣይረዐወትን'ዩ"
ፕሮፌሰር ጽገሬዳ ገብረሂወት

ብሃገራዊ ማሕበር ደቂ- ኣንስትዮ ኤርትራ
ዝዳሎ መጽሄት

ኣብዛ መጽሔትና ዘለኩም ርእይቶ፡ ኣበርክቶ ይኹን ነቐፌታ፡ በዚ ዝስዕብ ኣድራሻ ልኣኹልና፡-

ኣድራሻና
ሃገራዊ ማሕበር ደቀንስትዮ ኤርትራ
ፖ. ሳጹን፡ 239
ተሌ፡ 291-1-111134 - 291-1-118753
ፋክስ፡ 291-1-111140

መርበብ ሓበሬታ ሃማደኤ
E-MAIL - nuew@nuew.org
WEB SITE - www.nuew.org

ኣሰናዳኢት
ፋጥና ዓብዱራሕማን

ምክትል ኣሰናዳኢት
ሜሪ ጸሃየ

ስእሊ
ኣሃዱ ስእሊ ክ/መ/ሓበሬታን ሃማደኤ

ለይኣውት
ኣብረሀት ንጉሰ

ካቨር ዲዛይን
joሲ

ዘርጋሒ መጽሔት
200454/ 07121322

ትሕዝቶ

ልሳን--2
- ኣቕርቦት ትምህርቲ - ኣኹበሮት ሰብኣዊ መሰል

ዜና ማሕበር --3

ትምህርቲ--5
- ትምህርቲ ፍኖት ጓልንስተይቲ

ጥዕና--7
- "ምኽሪ ዘይህብ ሓኪም፡ ኣይዕወትን'ዩ"
ፕሮፈሰር ጽጌሬዳ ጉብረሂወት
- ቀዛሮት ድሕሪ ወሊድ
- ክረሻን ሳዕቤናቱን

ቁጠባ--14
- ሚዛን ምሕላው - ንዓወት ምድላው
- ክኽእሎ'የ ዝበለ ከይከኣሎ ነይተርፍ!

ሕግን ሕብረተሰብ--18
- ጥፋእ፡ ብዓይኒ ሕጊ ከም ህልው'ዶ ከም ምውት ይርአ?

ማህደር ታሪኽ--20
- ሓድጊ ካብ ኣፍ መሰዋእቲ!
- ሓሊማ፡ ተዋጋኢት፡ ወዳቢት፡ ዳናይት!

ባህልን ስነጥበብን--25
- "ደራፊት ክኸውን ሓሲበዮ ኣይፈልጥን"
ድምጻዊት ፍረሂወት በረሀ!

ጥዛይክ--29
- እንቋዕ ሓጎሰክን ማማ!

ሓጺር ዛንታ--30
- እታ ጎብለል

ማሕበራዊ ሂወት--31
- ጾር ኣዴታት ምስ ስንክልና ዝነብሩ ህጻናት

ስነ-ልቦና--34
- ደቀንስትዮን ጸቕጥን

ደቂኣንስትዮ ዓለም --36
- ኑራ፡ ናብ ጠፈር ክትበርር ትጽበ ዘላ ፋልመይቲ ዓረባዊት

ስፖርት--38
- "ብሓያል ጻዕሪ ብቑዓት ዘፍሪ" ምኩር ኣሰልጣኒ

ይብሉ ነበሩ!--40
- "ዕዳጋ ሕሜታን፡ ሓደጋ ቑምታን!"

ልሳን

ኣቕርቦት ትምህርቲ - ኣኽብሮት ሰብኣዊ መሰል

ዓመት ትምህርቲ 2021/2022 ጀሚሩ ኣሎ። መጽሔት ኣግእዞ፡ በዚ ኣጋጣሚ'ዚ፡ ኣቕርቦት ትምህርቲ ኣብ ኤርትራን ዕድላት መንእሰያት ደቂተባዕትዮን ደቀንስትዮን ብዝምልከት ገለ ሓሳባት ወስ ክትብል ትደሊ።

ትምህርቲ፡ ሰብ ብዛዕባ ነብሱ፡ ከባቢኡን ዓለምን ስነፍልጠታዊ ሓበሬታ ስኒቑ፡ ገዛእ ህይወቱ ብፍልጠትን ልቦናን ክመርሕ ዘኽእሎ ብምዃኑ፡ ብመንጽር ሰብኣዊ መሰል መሰረታዊ እዩ። ዝተማህረ ዝያዳ ክኢላን ኣፍራዩን ስለዝኸውን ድማ፡ ብቕዓት ሕብረተሰብ ኣብ ምዕራግ ወሳኒ ረቛሒ እዩ።

ካብዚ ኣመለኻኺታ'ዚ ብምብጋስ፡ መንግስቲ ኤርትራ፡ ነፍሲ ወከፍ ዜጋ፡ ኣብ ከተማ ይሃሉ ኣብ ገጠር ዕድል ትምህርቲ ረኺቡ፡ ሰብኣዊ ዓቕሙ ከማዕብል፡ ኣገልግሎት ትምህርቲ ኣብ መላእ ሃገር ብምዕሩይነት ንምብጻሕ፡ ዘይተሓለለ ጻዕሪ ከካይድ ጸኒሑ ኣሎ። ሙብዛሕትኡ ክፋል ህዝብና ኣገልግሎት ትምህርቲ ተሓሪምዎ ዝጸንሐ ብምንባሩ፡ እቲ ዕማም ዝሓተቶ ወፍሪን ስራሕን ቀሊል ኣይነበረን። ዝጸዓረ ስለዝዕወት ግና፡ ካብ ትካላት ቅድመ ትምህርቲ ጀሚርካ ክሳብ ላዕለዋይ ደረጃ ትምህርቲ ዝህባ ኮለጃትን ኣብያተ ትምህርቲ ስነ-ኪነትን ማእከላት ሞያዊ ስልጠናን ኣብ ምምስራት ዝምስገን ገስጋስ ክምዝገብ ክኢሉ።

ኣብዚ ዘለናዮ ዘመነ ሳይንስን ቴክኖሎጂን፡ ዕድል ደቂ-ሰባት ኣብ ትምህርቲ ይምርኮስ ብምህላው፡ ኣብ ብዙሕ ከባቢታት ዓለም፡ ኣውራ ድማ ኣብተን ብሰብኣዊ መሰል ዝመጻደቓ ሃገራት ምዕራብ፡ኣገልግሎት ትምህርቲ ናይ ንግዲ መልክዕ ሒዙ ይርከብ። ኣብ ገለ ሃገራት ምዕራብ፡ ሓደ ተማሃራይ ቀዳማይ ዲግሪ ክረክብ ብገምጋም 105,000 ዶላር ከምዝውድእ መጽናዕቲታት የመልክቱ። ብኣንጻር'ዚ ሓቂ'ዚ፡ መንግስቲ ኤርትራ፡ ዓቢ ክፋል ካብ ሃገራዊ ባጀት ንትምህርቲ እናመደበ፡ ዜጋታት ኣብ ኩሉ ደረጃታት፡ ብናጻ ክምሃሩ ምዕሩይ ዕድል ምፍጣሩ፡ ብርቂ ተርእዮ እዩ።

ኣብ ብዙሓት ሃገራት ዓለምና፡ ኣውራ ኣብ ሳልሳይ ዓለም፡ ዓመት መጸ፡ ናብ ዩኒቨርሲቲ ዘእቱ ነጥቢ ስኢኖም፡ ካብ ትምህርቲ ዝሰናበቱ፡ ትምህርቲ ምስ ወድኡ እውን ስራሕ ስኢኖም ቀንፈዘዉ ዝብሉ መንእሰያት ማእለያ የብሎምን። ከም ውጽኢት ናይዚ ብኽነት'ዚ፡ ብደረጃ ዓለም፡ መጠን ሸቕለተ ኣልቦነት መንእሰያት፡ ካብ ግዜ ናብ ግዜ እናዓረገ፡ እንተላይ ነተን ብቑጠባ ዝማዕበላ ሃገራት ከጸግመን ይርአ ኣሎ።

ብኣንጻር'ዚ ክውንነት'ዚ፡ ኣብ ኤርትራ ዘሻቕል ብኽነት የለን። ናብ ዩኒቨርሲቲ ዘእቱ ነጥቢ ዘይረኸቡ እውን ካልእ ዕድላት ክረኽቡ ጻዕርታት ይካየድ እዩ። ገሊኦም ኣብ ማእከል ሞያዊ ስልጠና ብዝተፈላለየ ዓውድታት ከምዝስልጥኑ ይግበር፡ካልኦት ድማ፡ ኣብ ኩሉ ትካላት ሃገር ተመዲቦም፡ ናይ ስራሕ ክእለት ዘጥርይሉ ባይታ ይፍጠረሎም። ዓቕሚ ሃገር ዘፍቅዶ ደሞዝ እውን ይወሃቦም። እዚ ምዕሩይ ዕድላት ትምህርቲን ሰፊሕ ናይ ስራሕ ባይታን፡ ብቐሊሉ ዝርከብ ጺጋ ኣይኮነን።

ካልእ ዝዓበየ መኽሰብ ናይዚ ምዕሩይ ኣቕርቦት ትምህርቲ'ዚ፡ ንደቀንስትዮ ዘርሓወለን ባይታ እዩ። መንግስቲ ንሱታፌ ደቀንስትዮ ኣብ ትምህርቲ ብፍሉይ ተገዳስነት ክሰርሓሉ ጸኒሑ ኣሎ። ከም ውጽኢቱ ኣመለኻኺታ ሕብረተሰብ ብመሰረቱ ተቐይሩ፡ ኣብ መኣዲ ትምህርቲ ዝጸንሐ ጾታዊ ዘይምዕሩይነት እናጸበበ ብምምጻእ፡ ሎሚ ኣብ ኩሉ ደረጃታት ትምህርቲ ሱታፌ ደቀንስትዮ ብመንጽር ደቂተባዕትዮ ናብ ኣስታት 50% ተጸጊው ኣሎ።

እዚ ተበጺሑ ዘሎ ምዕባለ፡ ቀሊል እኳ እንተዘይኮነ፡ ገና ክንሰርሓሉ ዘለና ዓቢ ዕዮ ተሳታፍነት ደቀንስትዮ ኣብ ኲሉ ዞባታት ምዕሩይ ክኸውን ገና ኣመለኻኺታ ሕብረተ-ሰብ ኣብ ምቕያር ዕድላት ትምህርቲ ንደቀንስትዮ ርሒብ ባብ ከርሑ ካብ ዝተፈላለዩ ሃሰይትን ጐዳእትን ዝኾኑ ተግባር ወጊድ ብምባል፡ ኣብ ሃገርና ዘሎ ጻዕርታት ደቀንስትዮ ተረባሕቲ ክኾና ኲሉ ሓላፍነት ብምውሳድ ክንሰርሓሉ የድሊ።

ህዝቢን መንግስቲን ኤርትራ፡ ንመሰልን ማዕርነትን ደቀንስትዮ ብመትከል ስለዝተቐበልዎ ኣብ ተሳታፍነት ደቀንስትዮ ተመዝጊቡ ዘሎ ገስጋስ ዓቢ እዩ። ስለዚ ድማ፡ ዝተበጽሐ ደረጃ ንቕሓትን ዝተጨበጠ መኽሰብን ንድሕሪት ከይምለስ፡ ተዓቂቡ ክቕጽል የድሊ። ኣብ ርእሲ'ዚ፡ መንእሰያት ደቀንስትዮ ተፈጢሩሎን ዘሎ መሰልን ዕድልን ብግብሪ ክረብሓሉ፡ ተወዳዳሪ ዓቕሚን ብቕዓትን ንምጥራይ ኣበርቲዐን ክጽዕራ የድሊ። ኩሎም ኣካላት ሕብረተሰብን መንግስቲን እውን ብቕዓት ደቀንስትዮ ክብ ምባል፡ ኣብ መዝገብ ቀዳምነታቶም ክሰርዕዎ ይግባእ። ምኽንያቱ፡ ሱታፌ ደቀንስትዮ ኣብ ኩሉ መዳያት ኣብቲ ዝበረኸ ደረጃ በጺሑ፡ ኣፍራይነት ሕብረተሰብ ብዕጽፊ ምስዝዛይድ፡ ረብሓ መላእ ሕብረተሰብ ዘዕዝዝ እዩ።

ዜናታት ማሕበር

ፈጻሚት ቦርድ ሃማደኤ፡ መንፈቓዊ ገምጋም ኣካይዳ

ፈጻሚት ቦርድ ሃገራዊ ማሕበር ደቂ-ኣንስትዮ ኤርትራ ብ26ን 27ን ነሓሰ፡ ኣብ ከተማ ድባርዋ ኣደራሽ ሆቴል ሃኒባል መንፈቓዊ ገምጋም 2021 ብምክያድ፡ ኣብ መደባት ዝቕጽል ፍርቂ ዓመት ዘትያ። ኣብ'ቲ ኣኼባ ካብ ወርሒ ጥሪ ክሳብ ወርሒ ሰነ 2021 ኣብ ዝሸፈነ ጾብጻብ ስራሕ ምስ ሃገራዊ ኮንፈደረሽን ሰራሕተኛታት ኤርትራ ሃገራዊ ማሕበር መንእሰያትን ተመሃሮን ኤርትራን ካልኦት ናይ ስራሕ መሻርኽትን ብምውህሃድ፡ ዓቕሚታት ደቂ-ኣንስትዮ ንምምዕባል ዝሕግዝ ሞያዊ ስልጠናታት ከምእተወደበ ተገሊጹ።

እቲ ስልጠና ደቂ-ኣንስትዮ ኣብ ከባቢኦን ዝርከብ ጸጋታትን ዕድላትን ተጠቒመን ናብራኦን ንኽመሓይሻ ማእለማ፡ ካይላ፡ ምርባሕ ንህብን ደርሁን፡ ምምራሕ መኪና ዘጠቓልል ምንባሩ' ውጽኢቱ ድማ ዘተባብዕ ከምዝኾነ በሪሁ።

ኣብ መወዳእታ ኩለንታዊ ብቕዓት ዝወነነት ኤርትራዊት ጓለንስተይቲ ንምርግጋጽ ኣብ ዝሰላልሰል መደባት ውህደት ኣካላት መንግስትን ሕብረተሰብን ክሕይል፡ ንደቂ-ኣንስትዮ ሞያ ንምዕጣቕ ኣብ ዝትግበሩ መደባት ተጠቀምቲ ንምልላይ ብዕቱብ ክስራሕ፡ ኣብ ገለ ከባቢታት ዘባታት ዓንሰባን ጋሽ ባርካን ዝተራእየ ደግሲ ምኽንሻብ ደቂ ኣንስትዮ መጽናዕትን ምክትታልን ክግበረሉ፡ ልሳን ማሕበር መጽሔት ኣግእዞ ብሰፊሑ እትዝርገሓሉ ኩነታት ክፍጠር፡ ዝብል ርእይቶታት ቀሪቡ።

ፕረዚደንት ሃማደኤ ወ/ሮ ተኽኣ ተ/ሚካኤል ኣብ መወዳእታ፡ ኣብ መጻኢ ዝተሓንጸጹ መደባት ኣብ ምትግባር፡ ብዝለዓለ ክነጥፋ ኣዘኻኺራ።

ሳዕለዋይ ልኡኽ ሃማደኤ፡ ኣብ ሳልሳይ ኣህጉራዊ ዋዕላ ደቂ-ኣንስትዮ ዓለም ተሳቲፉ

ብፕረዚደንት ሃማደኤ ወ/ሮ ተኽኣ ተስፋሚካኤል ዝተመርሐ ሳዕለዋይ ልኡኽ ሃማደኤ፡ "ምሕያል ኣህጉራዊ ምሕዝነትን ቁጠባዊ ዕብየትን" ኣብ ትሕቲ ዝብል ቴማ፡ ካብ 13 ክሳብ 15 ጥቅምቲ ኣብ ከተማ ሴንት-ፒተርስበርግ - ሩስያ ኣብ ዝተኻየደ ሳልሳይ ኣህጉራዊ ዋዕላ ደቂ-ኣንስትዮ ዓለም ተሳቲፉ።

ኣብ'ቲ ካብ ልዕሊ 100 ሃገራት ኣፍሪቃ፡ ማእከላይ ምብራቕ፡ ኤውሮጳን ኤስያን ዝመጽኣ መራሕቲ ናይ ደቂ-ኣንስትዮ ማሕበራትን ውድባትን ዝተሳተፍኦ ዋዕላ፡ ኣብ ተራ ደቂ-ኣንስትዮ ኣብ ምህናጽ ሕብረተ-ሰብን ዓለምን፣ ምምሕያሽ መነባብሮ ደቂ-ሰባት፣ ሃገራት ኣብ መንጎኣን ንዘሎ ምትእምማን ኣሐዩለን ቁጠባኣን ዘማዕብላሉን ደቂ-ኣንስትዮ ብዘመናዊ ቴክኖሎጂ ቁጠባኣን ዘዕብያሉን ተረባሕቲ ዝኾናሉን ባይታ ኣብ ምጥጣሕ፣ ምሕያል ኣበርክቶ ደቂኣንስትዮ ኣብ ወፍርን ሽርክነትን፣ ከምኡ'ውን ተመኩሮታት ሃገራትን ኣህጉራዊ ውድባትን ኣብ ጉዳይ ደቂ-ኣንስትዮ ብሰፊሑ ተዘትዩ።

ብዘይካ'ዚ ኣብ'ቲ ዋዕላ፡ ናይ ሰለስተ ዓመታት ንጥፈታት ገምጋም ክቐርብ እንከሎ፡ ኣብ ዘሎ ብድሆታት ብምምይያጥን ብሉጽ ተመኩሮታት ብምልውዋጥን፡ ኣብ ናይ ሓባር መረዳእታ ንምብጻሕ ኣብ ዝሕግዝ ምርድዳእ ተበጺሑ።

ሳዕለዋይ ልኡኽ ሃማደኤ፡ ጐኒ-ጐኒ'ቲ ዋዕላ፡ ምስ ወከልቲ ዝተፈላለያ ሃገራት ርክባት ብምክያድ፡ ዕድላትን ብድሆታትን ኤርትራውያን ደቂኣንስትዮ ብምብራህ፡ ብትምህርትን ቴክኖሎጂን ንኽስጉማ ይስራሕ ከምዘሎ ኣረዲኣን።

ኣህጉራዊ ዋዕላ ደቂ-ኣንስትዮ ዓለም፡ ኣብ ነፍሲ-ወከፍ ሰለስተ ዓመታት ዝካየድ ዋዕላ'ዩ።

እዚ ከም'ዚ'ሉ እንከሎ፡ ኤርትራ - "ዓወታት ዲፕሎማሲን መንእሰያት ዲፕሎማሰኛታትን" ብዝብል ቴማ ብሚኒስትሪ ጉዳያት ወጻኢ ፈደረሽን ሩስያ ተወዲቡ፡ ካብ 12 ክሳብ 15 ጥቅምቲ ኣብ ዝተኻየደን ልዕሊ 40 ሃገራት ዝተሳተፍኦን ራብዓይ መጋባእያ ዓለም ተሳቲፋ።

ሞያውያን መንእሰያት ሃማድኤ ዑደት ኣካይደን

ኣብ ትሕቲ ጽላል ሃማደኤ ኮይነን ንጥፈታተን ዘሰላስላ 40 ዝኣባላተን ሞያውያን መንእሰያት ብዕለት 25 መስከረም 2021 ናብ ዝተፈላለዩ ልምዓታዊ ቦታታት ዑደት ኣካይደን።

እተን መንእሰያያት፡ ኣብ ሓልሓለ ዝካየድ ዘሎ ሰፊሕ ፕሮጀክት ምርባሕ ከብትን መፍረ ጸባን ክዕዘባ ከለዋ፡ ብ ኣካያዲ ስራሕ ናይቲ ትካል ኣቶ ተኽለ ለገሰ ድማ፡ ብዛዕባ'ቲ ትካልን መጻኢ መደባቱን ዝምልከት ሰፊሕ መብርሂ ሂቡወን።

ብመሰረት መግለጺ ኣቶ ተኽለ፡ እቲ ብዝተራቐቀ ቴክኖሎጂ ተሰንዩ ዕማማቱ ዘካይድ ዘሎ ፕሮጀክት፡ ኣብ ቀረብ ጸባን ውጽኢት ጸባን ብዓይነቱን ብቕዓቱን ንህዝቢ ዝበለጸ ፍርያት ክቕርብ ትጽቢት ይግበረሉ።

ቀጺለን፡ እተን ሞያውያን ደቀንስትዮ፡ ኣብ ከባቢ ገርገራ ንኡስ ዞባ ድባርዋ ተደኩኑ ዝርከብ ዲጋ ምስላምዮን በጺሐን። እዚ ብውሽጣዊ ዓቕሚ ናይዛ ሃገር ከቢድ ጉልበትን ንዋትን ዝፈሰሶ ፕሮጀክት፡ ኣብ ምውሓስ ቀረብ ዝስተ ማይ ከምኡ'ውን ሰፋሕቲ ልምዓታዊ መደባት ኣብ ምኽያድ ዘይነዓቕ ኣበርክቶ ዘለዎ ኮይኑ፡ ንዕኡ ዝምልከት መብርሂ ድማ ብዝምልከቶም ሓለፍቲ ተዋሂቡወን።

ብድሕሪ'ዚ፡ ንጥፈታት ናይ'ቲ ኣብ መንደፈራ ተደኩኑ ዝርከብ ትካል መንዲል ንጽህና ዓራግ ንምዕዛብ ናብ መንደፈራ'የን ኣምሪሐን። እዛ ካብ እዋን ሰውራ ኣትሒዛ ኣብ ስራሕ ዝጸንሐት ማሺን፡ ኣብዚ እዋን'ዚ ብሓዲሽ ዝተራቐቐ መሳርሒ ተሰንያ፡ ናብ ዕዳጋ ዝበለጸ ፍርያት ንምቕራብ ኣብ ምጽፋፍ ትርከብ ዘላ'ያ።

ኣብ መወዳእታ፡ እተን ጉጅለ ሞያውያን ደቀንስትዮ፡ ብኣባላት ሃማድኤ ዞባ ደቡብ፡ ምውቕ ኣቀባብላን እንግዶትን ምስ ተገብረለን፡ ድሕሪ ሓጺር ናይ ተመኩሮ ምልውዋጥ ፡መደብን ዛዚመን።

ሃማደኤ ኣብ ሓምላይ ወፍሪ ይሳተፍ

ሃገራዊ ማሕበር ደቂ-ኣንስትዮ ኤርትራ ወፍሪ ምግራብን ምፍዋስ ማይ-ክዖታትን ንምዕዋት ብ24ን 29ን ሓምለ ኣብ ምዕቃብ ማይን ሓመድን ዘተኮረ ስረሓት ውዲቡ።

ኣብቲ ወፈራዊ ስራሕ ኣባላት ማኣከላይ ቤት-ጽሕፈትን ካብ 16 ንኡሳን ዞባታት ማእከል ዝተወከላ ኣባላትን ተሳቲፈን።

ኣብ ንኡስ ዞባ ሰረጀቓ ኣስታት 1500 ደቂ-ኣንስትዮ ብዝተሳተፈኦ መደብ 1500 ጎዳጉዲ ክኮዓት ኣንከሎ 150 ሜተር ቅናታዊ ዛላ ተሰሪሑ 3 ሽሕ ኣግራብ ድማ ተኾስኪሉ።

ኣብ ንኡሳን ዞባታት ጋላነፍሒን በሪክን ኣብ ወሰናስን ከተማ ኣስመራ ተመሳሳሊ ንጥፈታት ከምእተኻየደ ውን እቲ ሓበሬታ ገሊጹ።

ፕረዚደንት ሃማደኤ ወ/ሮ ተኽኣ ተስፋሚካኤል ኣብ መላእ ሃገር ዝካየድ ዘሎ ሓምላይ ወፍሪ ውጽኢታዊ ክኸውን ዝትከል ዘሎ ፈልስታት ኣብቲ ዝድለ ደረጃ ክሳብ ዝበጽሕ ኩሉ ዜጋ ብሓላፍነት ክከታተሎን ክከናኸኖን ተላቢያ።

ትምህርቲ

ትምህርቲ ፍኖት ጓልንስተይቲ

ዓንዶም ግርማይ (ወዲ-ደረስ)

ሳልሰይቲ መትሎ ካብታ 2 ኣወዳትን 4 ኣዋልድን ዝፈረየት ስድራኣ'ያ። ብ1980 ዓ.ም ኣብ ኣስመራ ተወሊዳ፡ ኣብ ኣስመራ፡ ኣብ ዝተፈላለያ ኣብያተ ትምህርቲ እናተማህረት ዓብያ። ብድሕሪ'ዚ ኣብ ሃገራዊ መልቀቒ ፈተና ማትሪክ 1.8 ነጥቢ ስለዘምጽአት፡ ብቐጥታ ናብ መሰለጥኒ መምህራን ኣስመራ ኣምሪሓ። ብ1999 ብደረጃ ሰርቲፊኬት፡ ብ2016 ከኣ ብዲፕሎማ ብሞያ ምምህርና ተመሪቓ። ኣብ'ዚ እዋን'ዚ ኣብ መባእታን ማእከላይን ቤት ትምህርቲ ሞዴል ሓላፊት ስነ-ምምህርና (Pedagogy) ኰይና ትሰርሕ ኣላ።ናይ 23 ዓመት ተሞኩሮ ምምህርና ዘለዋ መምህር ሰለማዊት ኣብርሃም ሚኪኤል፡ ናብዚ ደረጃ'ዚ ክትበጽሕ ዝሓኰረቶም መሳልልን ዝሓለፈቶም መድረኻትን ዝድህስስ'ዩ ጽሑፍና - ሰናይ ንባብ!

መምህር ሰለማዊት፡ ሰሙን ቅድሚ ዕለተ መመረቕታኣ ምስ ተጋዳላይ ተስፋይ ሰሎሞን ቃል ኪዳን ኣሲራ። ሕጽኖታ ዛዚማ ብቐጥታ በቲ ዝተመረቐትሉ ዓውዲ ምምህርና ክተገልግል፡ ኣብ ዞባ ደቡብ፡ ከባቢ መንደፈራ፡ ቤት ትምህርቲ ኩዱ-ፈላሲ ተመዲባ። ኣብኡ ሓንቲ ዓመት ምሂራ፡ ናብ መንደፈራ - መባእታ ቤት ትምህርቲ ዓብደላ ጉናፍር ተቐይራ። ሎሚ ኣሰር ኣደኣ ብምስዓብ፡ ብሞያ ምምህርና ተመሪቓ ምደባ ስራሕ እትጽበ ዘላ በ'ኹሪ ጓላ ደለና ሽዑ እያ ተወሊዳ።

ቦታ ስርሓ መንደፈራ፡ ሓዳራ ኣስመራ ብምንባሩ ክትመላለስ ትጽገም ከምዝነበረት እትገልጽ መምህር ሰለማዊት፡ ድሕሪ ግዜ፡ ጸገማታ ዝተረድኡ ሓለፍታ፡ ኣብ መባእታ ቤት-ምህርቲ ጐዳይፍ መደቡዋ። እዚ ኣብ 2002 እዩ። ሽዕኡ ደለና ጓላ ድሮ ጓል ሓደ ዓመት ኰይና ነበረት። መምህር ሰለማዊት መቐየሪ ወረቐታ ሒዛ ናብ ርእሰ መምህር መባእታ ቤት ትምህርቲ ጐዳይፍ መምህር ሉቺያ ሙብራህቶም ክትከይድ እንከላ፡ ኣብ ገዛ ቈልዓ ዝሕዘላ ሰብ ስለዘይነበራ ስክፍታ ነይሩዋ። ሳላ ሓያል ጻዕሪ መምህር ሉቺያ ግን፡ "ሓንቲ ኣብ ስራሕ ምምህርና ዝተዋፈረት ኣደ፡ ወፈራ ብሞያኣ ከተድምዕ፡ መጸንሒ ውሉዳ ዝኸውን ቦታ ክዳሎ ኣለዎ።" ብዝብል ብሱል ሓሳብ፡ ጸገማት መምህራን ደቀንስትዮ ንምቅላል እታ ቤት ትምህርቲ መውዓሊ ህጻናት ጀሚራ ስለዝጸንሐት፡ ስክፍታኣ ከምእተቐንጠጠ ትገልጽ። በዚ ድማ፡ ንሳን ዝኸምኣን ኣደታት መምህራን፡ ስርሐን ብዘይ ስክፍታን ተጒላባነትን ብዓቢ ፍናንን ሞራልን ክፍጽማ ብምኽኣለን ንተበግሶን ጻዕርን መምህር ሉቺያ ከምእተድንቕ ትገልጽ።

መምህር ሰለማዊት ኣብ መባእታ ቤት ትምህርቲ ጐዳይፍ ን11 ዓመት ምሂራ። ምስቲ ኣብ ዞባ ደቡብ ዝመሃረቶ፡ ተመኩሮኣ ኣብ ሞያ ምምህርና 15 ዓመት ኰይኑ። ብድሕሪ'ዚ ዘገልገለቶ ዓመታት ተራእዩን ተገምጊሙን፡ ደረጃኣ ክብ ዘብል ዕድል ትምህርቲ ተኸፊቱላ። በዚ ድማ፡ ናብታ ብ2014 ብሞያ ስነ-ምምህርና ብደረጃ ሰርቲፊኬት ዝተመረቐትላ ናይ ሽዑ፡ "ትካል መሰልጠኒ መምህርና ኣስመራ፡" ናይ ሎሚ "ኮማዊ ኮሌጅ ትምህርቲ ኣስመራ" ተጸንቢራ።

መምህር ሰላማዊት፡ ናይ ኮሌጅ ትምህርቲ ምስ ናብርኣን ምዕባይ ደቃን ካልእ

ማሕበራዊ ህይወትን ከጸግማ ከምዝኽእል ኣይሰሓተቶን። ብዝኾነ ጽዒራ ክትዕወት ኑብሳ ኣዳልያታ ስለዝነበረት ግን ኣይተሻቐለትሉን። ካብ ሕቑፋ ዘይትፈለ ሻዱሽይቲ ውላዳ፡ ጓል 4 ወርሒ ናጽላ ሒዛ፡ ኑቶም 5 ምእላይ ዝደልዩ ንኣሽቱ ደቃ ኣብ ገዛ ሓዲጋ፡ ትምህርታ ጀመረት።

ጓልንስተይቲ፡ ብዓልቲ ሓዳርን መምህርን ብግብሪ ክትነጥፈሉ፡ ብሕልፊ ኣብ እዋን ሕርስን ጥንስን ከቢድ ብድሆ'ዩ። ግዳ ዘይስገር ዝተሓላለኸ ማሕበራዊ ህይወት ክጥመት ግን የብሉን። ሽግራትን ብድሆታትን ከሰዓርካ፡ ዝተኸፍተልካ ዕድላት ናብ ረብሓኻ ንምልዋጥ ሽግራትን ብድሆታትን ክይሰገርካ ዝሕፈስ ኣይኮነን።

ብኣውራኡ ኸኣ፡ በዓልቲ ሓዳርን ኣደ ንኣሽቱ ቆልዑን ኮይንካ፡ ዝሓዝካዮ ዕላማ ብዓወት ክትዛዝሞ፡ ኣብቲ ፈለማ ዝስገር ኰይኑ ኣይረኣየካን እዩ። እቲ ጽቡቕ ነገር ግዳ፡ መምህር ሰለማዊት ደገፍ በዓል ቤታ፡ ኣሕዋታን ወለዳን ነይሩዋዮ። ኣብ ንኡስ

ዕደምኣ ኣብ ርእሲ ርእሲ ዝጸገየቶም ደቃኣብ ምሓዝ ዓቢ ኣበርክቶ ነይሩዎም። ትምህርታ ክሳብ ትውድእ ምስኣ ከምእተጓዕዙን በብእብረ ብዙሕ ከምዝደገፍዋን ትገልጽ። ኣብ ርእሲ'ዚ ደገፍ'ዚ ዘይሕለል ጻዕራን ሓቦኣን ተወሲኽዎ ዚጋጥምዋ ዝነበሩ ብድሆታት ሰጊራ፡ ኣብ 2016 ብዓውዲ ማሕበራዊ ትምህርቲ ብዲፕሎማ ተመሪቓ።

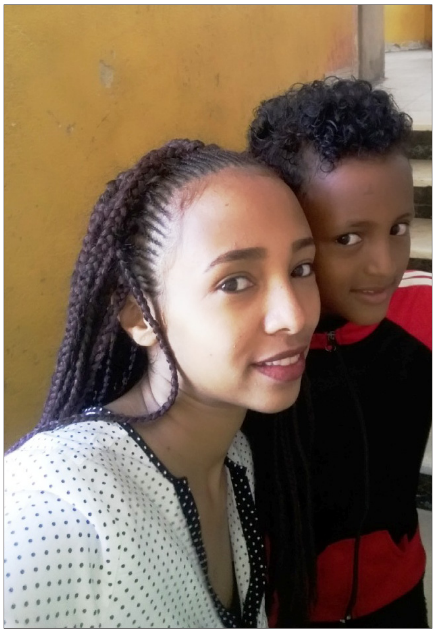
ዓውዲ ስነ-ምምህርና፡ ንመስርሕ ምምሃርን ምስትምሃርን ይኪታተል፡ ኣድላዪ ምስ ዝኾውን ይተሓጋገዝ። ብልጫታትን ድኽመታትን ተመሃሮን መምህራንን ይኪታተል። ንውጥን ንፕሬታትን መምህርን ብዕምቈት ይፍትሽ። ክፍትሑ ዘለዎም ተርእዮታት፡ ብኸመይ መፍትሒ ይረኽቡ ...ዝብሉ ዕማማት ይዓምም።

ኣብ ስራሕ ዕንቅፋትን ውድቀትን ዘይነጻጸሉ ክልተ ገጽ ናይ ሓንቲ ሳንቲምዮም። ወዲቕካ በርደግ ኢልካ ሓመድካ ነጊፍካ እንተዘይ ተንሲእካ፡ ቀኒልሒ ዝብለካ የለን። ወዲቕካ ከኣ ትተርፍ። እዚ ንኽይመጽእ፡ ኩኖ'ቲ ጸልማት ንዘሎ ብርሃን ምምዕዳው የድሊ። ናይ ግዜኡ ሽግራት፡ ንናይ መጻኢ ጉዕዞ ህይወት ዝብርዝ ክኾውን የብሉን። ኩሉ ነገር ሓላፊ ምኳኑ ብምርዳእ፡ ዘበገስካዮ ዕማም ናብ ሸቶኡ ንምብጻሕ ኣበርቲዕካ ምስራሕ የድሊ። ተስፋ ቈሪጽ ሰብ ከይትኸውን ድሕሪት ናብ ዝሓደግጋዮ መገዲ ቀኒሊሕ ዘይምባል። ኣብ ምንባር ልሙጽ ህይወት የልቦን። ዝተሓላለኹ ማሕበራዊ ሽግራት ስዒርካ ዝሕፈስ ምህርቲ፡ ዋጋ ተጻሚምካ ዝብጻሕ ዓወት'ዩ። በዚ ድማ፡ ዓወት ናይ'ቶም ድሕሪት እናጠመቱ ዝተርፉ ዘይኮነት፡ ናይ'ቶም ቕድሚት ካብ ዝሰጉሙ እናተማሃሩ ኣርሒቖም ዝጥምቱ'ያ።

ዓውዲ ምምህርና ቀሊል ሞያ ኣይኮነን። ብዓቢኡ ስራሕ ሕልና'ዩ። ፋብሪካ ተኺልካ ንብረት ኩተፍሪ ቀሊል ስራሕ'ዩ። ኣእምሮ ሰብ ሃኒጽካ፡ ምዕቡል ሰብ ኩተፍሪ ግን ከቢድ ዋጋ ዘኽፍል ዕማም'ዩ። ከምኡ ኪይገበርካ ኸኣ፡ እንተኸኣ ልዕለኻ፡ ኩብኡ ተረፈ ኸኣ ማዕረ ደረጃ ብዕቕዓት ዘለዎ ተካኢኻ ሰብ ኩተፍሪ ኣይትኽእልን።

ኣደ ምምሃር፡ ሕብረተ-ሰብ ምምሃር'ዩ። መምህር ሰለማዊት፡ ድሕሪ ደሊና ሰለሰተ ኣዋልድን ክልተ ኣወዳትን ኣሰዒባ፡ ሕጂ ኣደ 6 ዉሉዳት'ያ። ክትሪኣ ግን ዝተበኩሪት'ውን ኣይትመስልን። እንታይ ምኳኑ'ቲ ምስጢር ኩተካፍለኒ ተወኪሰያ። ኣብ ናብራኣ ቅስንቲ፡ ብባህሪን ባህሊን ደቃ ሕጉስቲ ምኳና ገሊጻትለይ። ደቃ ከኣ፡ እቲ ዝሕዘል ተሓዚሉ፡ ዝተረፉ ብእግሮም እናተሳለዩ፡ ወላዲቶም ንትምህርቲ ክትብል ዝሓላፈቶም መድረኻት፡ ተኻፊልቲ'ቲ ጉዕዞ ብምንባሮም፡ ኣብ ህይወት ንኽት ዕወት እንታይ መሳልል ትሰግር፡ ካብኣ ብዙሕ ተማሂሮምዮም። "እመስግኖ! ደቀይ ስኑያትን ምእዙዛትን'ዮም። ኣብ ነንሓድሕዶም ስጡም ባህ ዘብል ናይ ምውህሃድ ኣለዎም" ብምባል፡ ገለ ክፋል ናይ'ዚ፡ ውጽኢት ደድሕሪኣ ተጓዒዞም ዘጥረይዎ ዲሲፕሊን ምኳኑ ትጸዊ።

መምህር ሰለማዊት ኣብ መወዳእታ፡ ኣብ ህይወታ ብፍሉይ ተመስግኖም ሰባት ኣለዉ። ብፍላይ ንወላዲኣ ኣቶ ኣብርሃም ሚኪኤል። ንሶም ምሁር ብምኳኖም፡ ኣብ ትምህርቲ ዓለም "ሀ ሁ..." ኢላ ካብ ዝጀመረትሉ እዋን ክሳብ ደረጃኣ ኣዕብያ ብዲፕሎም ዝተመረቐትላ መዓልቲ፡ ደኺመ ከይበሉ ዘርኣዩዋ ኣባታዊ ደገፍን ናብዮትን ምስጋንኣ ክትገልጽ ቃላት ይሓጽራ።



ጥዕና

"ምኽሪ ዘይሁብ ሓኪም፡ ኣይዕወትን'ዩ"

ፕሮፈሰር ጸጊረዳ ጉብርሂወት

ዮሴፍ ሃይለማርያም

ብማዕርግ ዶክተረይት ምስ ተመረቐት፣ ኣይደንጐየትን - ጸገሕ ናጽነት ካብ ኤውሮጳ ናብ ሃገራ ተመሊሳ፡ ኣብ ሕክምና ህጻናት መካ-ሂወት፡ ከም ስፔሻሊስት ሓኪም ህጻናት ስራሕ ጀሚራ። ብምዕኣ ኣብ ህንጸት ብኾናትን መማዝእትን ዝዓነወት ሃገራ ከተገልግል። ንልዕሊ 28 ዓመታት ድማ ሓኪምን መምህርን ኮይና ኣገልጊላ ኣላ። ኣብ ዕብየት ሕክምና ህጻናት ሆስፒታል ኦሮታ፡ ናታ ኣበርክቶ ዘይተሓወሶ የለን። ኣብ 2012፡ ብደረጃ ሳብ-ስፔሻሊስት ናይ ፔድያትሪክስ ካርዲዮሎጂ ናይ ፕሮፈሰር መዝነት ተቐቢላ። ምስዛ ጉዳምን ፍልጥትን ሓኪም ህጻናት ፕሮፈሰር ጸገረዳ ጉብረሂወት ዝተኻየደ ቃለ-መሕትት ይስዕብ።

• ምስ ኑብስኽን ሞያኽን ኩተላልይና?

ኣብ ኣዲስ ኣበባ ተወሊደ፣ ክሳብ ሓኪም ዝኸውን ኣብኡ ተማሂረ። ዝለዓለ ትምህርተይ ኣብ ዓዲ-ጣልያን ምስ ወዳእኩ፡ ኣብ መወዳእታ 1992፡ ናብ ሃገረይ መጺኤ። ኣብ መጀመርያ 1993፡ ኣብ ሕክምና ህጻናት ስራሕ ጀሚረ። ሕጂ፡ ክልተ ሞያ ሒዘ'የ ዝሰርሕ ዘለኹ - በቲ ሓደ ይምህርን የስተምህርን፣ በቲ ካልእ፡ ከም ክኢላ ሓኪም ህጻናት ኮይነ እሕክም። ካብ 2004 ጀሚረ፡ መምህር ኣካዳሚ ሓፈሻዊ ሕክምናን ሕክምና ስኒን ህጻናት ኮይነ እሰርሕ ኣለኹ። ካብ 2011 ኣትሒዘ ድማ፡ ሓላፊት ክፍሊ ሕክምና ህጻናትን ሓላፊት ቤት ትምህርቲ ክፍሊ ህጻናትን ኮይነ እሰርሕ ኣለኹ።

• ብዛዕባ ማሕበራዊ ህይወትኪ?

ኣብ 1994፡ ምስ ኣቶ ሰመረ ጉብረገርግሽ በዓል ሞያ ፋርማሲን ክኢላ ህዝባዊ ጥዕናን ናብ ሓደር ኣትየ፣ ሰለስተ ውላድ ኣለዉና። ሓደ ካብኣቲን ብላቦራቶሪ ብቐዳማይ ዲግሪ፣ ካልኣይ ብሞያ ሕክምና ዓይኒ ብዲፕሎማ ተመሪቖም፡ ኣብ ስራሕ ተዋፊሮም ኣለዉ። እቲ ሳልሳይ ተማሃራይ ኮሌጅ ኣሎ።

• ብንእስነትኪ፡ ከመይ ዓይነት ተማሃሪት ነይርኪ?

ኣብ ትምህርቲ ግድስቲ'የ ነይረ። ናይ 12 ክፍሊ ትምህርተይ'ውን ብሳላ ደገፍ ዓበይቲ ኣሕዋተይ ብዓሰርተ ዓመት'የ ወዲኤዮ። ቀጺለ፡ ቀዳማይ ዲግሪ ኣብ ዩኒቨርሲቲ ጥቁር ኣንበሳ ብሓፈሻዊ ዓውዲ ሕክምና፣ ናይ ማስተረይትን ዶክተረይትን ማዓርግ ድማ ብዓውዲ ሕክምና ህጻናት ኣብ ዓዲ ጣልያን ዛዚመ። ኣብ'ዚ ከይጠቐስኩዎ ክሓልፍ ዘይደሊ፡ ኣቦይ ኣቶ ገብሪሂወት ትኩእን ኣደይ ወ/ሮ ነብያት ዓንደሚካኤልን፡ ኣብ ትህምርቲ ኣዝዮም ግዱሳት ስለዝነበሩ፡ መባእታን መሰረት ትምህርትን ኣብ ናይ ውልቂ ቤት ትምህርቲ'ዮም ኣምሂሮምኒ። ብቐጻሊ፡ ናይ ስድራይን ኣሕዋተይን ሓገዝ ስለዘይተፈልየኒ ከኣ፡ ኣብ'ዚ ደረጃ'ዚ ኣብጺሖምኒ'ም፡ ምስጋናይ ይብጽሓዮም።

• ዓውዲ ሕክምና ኩተጸንዒ ዝመረ ጽክሉ ምኽንያት?

ሰብ ምሕጋዝን ምርህራህን ካብ ንእስነተይ እፈቱ ነይረ። እዚ ሰብኣዊ ርህራህ ግዲ ደሪኹኒ፡ ነቲ ሞያ ኣትየዮ። ተመሪቐ ምስ ወዳእኩ ከኣ፡ ኣብ ወሎ፡ ኢትዮጵያ ክልተ ዓመት ኣገልጊለ። ሽዑ፡ ብሰንኪ'ቲ ኣብ 1984/85 ዝነበረ ብርቱዕ ድርቂ፡ ዓበይትን ንኣሽቱን ሰባት፡ ብኣልማማ ክሞቱ ኣብ ንኡስ ዕድመይ ስለዝርኤኹ፡ ኣብ ሓንጎለይ ዘይሃስስ በሰላ'ዩ ገዲፉለይ። ብጥምየት ሞይቶም፡ ኣብ ሓንቲ ጉድጓድ ተስዓ ህጻናት ክቕበሩ ኣይርስዮንየ። ዝለዓለ ናይ ህጻናት ሕክምና ተማሂረ፡ ናብ'ቲ ሓገዝ ዘድልዮ ቦታ ተመሊሰ ከገልግል'ውን ብውሽጠይ ሓሊነ። ዝለዓለ ዕድል ትምህርቲ ረኺበ ንዓዲ ጣልያን ከይደ፡ ንዓመትን መንፍቕን ሕክምና መጥባሕቲ ምስ ተማሃርኩ ግን፡ ኣብ መንጎ ሓሳበይ ቀይረ፡ ናብ ናይ ህጻናት ሕክምና ትምህርቲ ቀይረ፡ ንልዕሊ ኣርባዕተ ዓመት ተማሂረ። ብድሕሪ'ዚ፡ ናጽነት ኤርትራ ኣርኪቡ። መደብ ስርሐይ ኣብ ኤርትራ ክኸውን ድማ ወሲነ።ነቶም ክልተ ዓበይቲ ተጋደልቲ ኣሕዋተይ ናይ ምርኣይ ህንጡይነት'ውን ንዓደይ ኣቢሉኒ።ኣብ ወጻኢ ሃገር ዝነበረኒ ዕድል ጠንጢነ፡ ከይተማታእኩ ብቕጥታ ናብ ሃገረይ መጺኤ። ካብ ኤውሮጳ ናብ ኤርትራ መጺኤ ምስርሐይ ከም ዕሽነት ዝርኣይዎ ቤተሰብ፡ ፈተውትን ኣዕሩኽን ነይሮም። ኣነ ግን፡ ጽጉማት ህጻናት ክሕክም ካብ ንእስነተይ ባህጊ ስለዝነበረኒ፡ ኣብ ውሳነይ ጸኒዐ። ንልዕሊ 28 ዓመታት ኣብ ሃገረይ ከገልግል ምብቅዐይ ከኣ፡ ሎሚ ሰብ ንዕላማይ ክርድኦ ኣየጸግምንዩ በሂለትየ።

• ሕክምና ህጻናት መካ-ሂወት

እሞ፡ ከመይ ጸኒሑኪ?

ብኸናትን ብመግዛእትን ኣብ ዝዓነወት ሃገር፡ ኣብ ሕክምና ዝጽበዮ ምዕባለ ስለዘየለ፡ ዓቕመይ ዘፍቅዶ ከገልግል'የ መጺኤ። ኣብ 1993 ስራሕ ክጅምር ከለኹ ከኣ፡ ሕክምና ህጻናት መካነ-ሂወት 1 ዋርድን 2 ተመላለስቲ ሕሙማት ዝሕከምሉ ኦፒዲን ጥራይ ነይሩዎ። ኑቲ ስራሕ፡ ምስ ካልኣየይ ክኢላ ሓኪም ህጻናትን ምስ ውሑዳት ሓፈሻዊ ሓካይምን ኢና ጀሚርናዮ። ናጽላታት ዝሕከምሉ ክፍሊ ስለዘይነበረ፡ ብክልተ ናይ ናጽላታት ዓራት ተጀሚሩ። ሕዱር ሕማም ዘለዎም ህጻናት ዝሕከምሉ ክሊኒክ፡ ኣብ 1993 ምስ ካልኣየይ ጀሚርናዮ። ስለዚ፡ ሕክምና ህጻናት መካነ-ሂወት፡ ስም ደኣ'ምበር፡ ዓቕሚ ስለዘይነበሮ፡ ናይ ዝሞቱ ህጻናት ቍጽሪ፡ ቀሊል ኣይነበረን። ዓቢ ብድሆ ከኣ ኔሩ።

- **ሕጂ በጺሕዎ ዘሎ ደረጃ ምዕባለ...?**

ኣብ 1993፡ እቲ ሆስፒታል ክልተ ክኢላታትን ሓንቲ ዋርድን'ያ ነይራቶ። ኣብ'ዚ ግዜ'ዚ ግን፡ ደቂሶም ንዝሕከሙ፡ ን24 ሰዓታት ስሉጥ ኣገልግሎት ዝህባ፡ 230 ዓራውቲ ዝሓዛ ሽውዓተ ዋርድታት ኣለዋ። እዚ ከኣ፡ ዋርድ-A - ክሳብ 1 ወርሒ ዕድመኦም ናጽላታት ዝሕከምሉ፣ ዋርድ-B - ካብ 1 ወርሒ ክሳብ፣ ዋርድ-C - ካብ 1 ዓመት ክሳብ 3 ዓመት፣ ዋርድ-D - ካብ 3 ክሳብ 14 ዓመት ዝዕድመኦም ዝሕከምሉ እዩ። ኣብ ቀረባ ግዜ ዝተሓደሰ፡ ለይትን መዓልትን ንህጹጽ ረዲኤት ስሉጥ ኣገልግሎት ዝህብ፡ ክሳብ 30 ዓራት ዘለዎ ሕክምና ኣለና። ካልእ፡ ሽዱሽተ ዓራት ዘለዎ፡ ክኢላታት ዝተመደብዎ ኣሃዱ ጽዑቕ ክንክን ህጻናት ኣለና። መጥባሕቲ ዘድልዮም ህጻናት ዝሕከምሉ - ዋርድ-F ድማ ኣለና። ብዘይካ'ዚ፡ መዓልታዊ ክሳብ 120 ህጻናት እናተመላለሱ ዝሕከምሉ ብሸሞንተ ሓካይም ዝእለ ኦፒዲ ኣለና። ብተወሳኺ፡ ሕዱር ሕማም ንዘለዎም ህጻናት፡ ብዓይነት ሕማሞም ተፈልዮም፡ ካብ ሰኑይ ክሳብ ዓርቢ፡ ብክኢላታት ምክትታል ዝግበረሉ ኣለና። ዓቕሚ ሰብናውን፡ ብመንጽር ህጻናት ዝሕከምሉ ኣገልግሎት ምስፍሑ፡ እናማዕበለ'ዩ መጺኡ። ንዝበለጸ ብቕዓትን ጽፉፍ ኣሳልጣን ከኣ፡ ምስ መሻርኽቱ እናተወሃሃደ ይሰርሕ ኣሎ። እዚ፡ ምስ ናተይ ምዕባለ ሂወተይ ተሳንዩ ዝኸደ ስለዝኾነ፡ ኣመናዩ ዘሐብነኒ።

- **ስለዚ፡ ኣብ ሕክምና ህጻናት ዘሞጉስ ዕማም ሰሪሕናዶ ትብሊ?**

ብርግጽ! ንኣብነት፡ ኣብ 1993፡ ካብ 1 ሽሕ ህጻናት ትሕቲ ሓሙሽተ ዓመት፡ 153 ዝነበረ መጠነ-ሞት፡ ሕጂ ናብ 40 ወሪዱ ኣሎ። እዚ ዓወት፡ ውጽኢት ናይ'ቲ ብኹሉ ሸነኻት ዝተኻየደ ጻዕሪ፡ ምፍራይ ሓካይምን ኣብ ኩሉ ደረጃ ዝርከባ ነርሳትን ተሓጊዙ ጥዕናን፣ ካልኦት ሰብ ሞያ ጥዕናን ከምኡ'ውን ማዕረ ማዕረ'ቲ ዝወሃብ ብምሉእ ሃገር ዝተዘርግሐ ሕክምናዊ ኣገልግሎት ዝትግበር ዘሎ ኣስተምህሮታት፡ ስልጠናታትን ጎስጓሳትን ዝተረኽበ እዩ። ኣብ'ዚ ግዜ'ዚ፡ ሳላ ዝተኻየደ ጻዕሪ፡ 98% በጺሑ ዘሎ ሽፈነ ክታበት ኣንጻር 12 ሕማማት፡ ኑቲ ዓወት ኣጽኒዑዎ'ዩ። ብውጽኣት ዘዕለቕልቕ ዝነበረ ሆስፒታልና፡ ሎሚ ሳላ ክታበትን ካልኦት ጥዕናዊ ጕስጓሳትን ሓገዛትን ኣኽቲሙ፣ ረኽሲ ሳንቡእ ኣዝዩ ነኪዩ፣ ሕማም ኣንቅጺ ሳሕቲ ዝርኤ ኮይኑ፡ ኣብ ልዕሊ ህጻናት ተፈጺሙ ዝመጽኣና ዝነበረ ድሑር ልምድታት'ውን ኣዝዩ ጎዲሉ ኣሎ።

ክትትልን ሕክምና ሕድሩ ሕማማት (chronic illnesses)ን ድማ፡ ኑቲ ካብ 1993 ጀሚሩ ኣብ ቦታና ዝግበር ዘሎ ዕማም ኣብ ምዕዋት ኣዝዩ ሓጊዙን ንብዙሓት ዜጋታት ውሕስነት ጥዕና ሂቡን፣ ካብዚኦቶም ከኣ ኣፍረይትን ኣብ ብዙሕ ናይ ሞያ ጽፍሒ ተዋፊሮምን ዝርከቡ መንእሰያት ኣውሒሱ ኣሎ። ኣብ 1993 ካብ ባዶ ዝተንሰኤ ሕክምና ናጽላታት፡ ብዘመናዊ መሳርሒታትን ምኩራት ሰብ ሞያ ጥዕናን ተሓጊዙ፡ ብምዕቡል ደረጃ ዝስርሓሉ ዘሎ ቦታ'ዩ። መጠነ-ሞት ናጽላታት'ውን ኣዝዩ ጎዲሉ። እዚ፡ ካብ ብዙሕ ውሑድ ንምጥቃስ

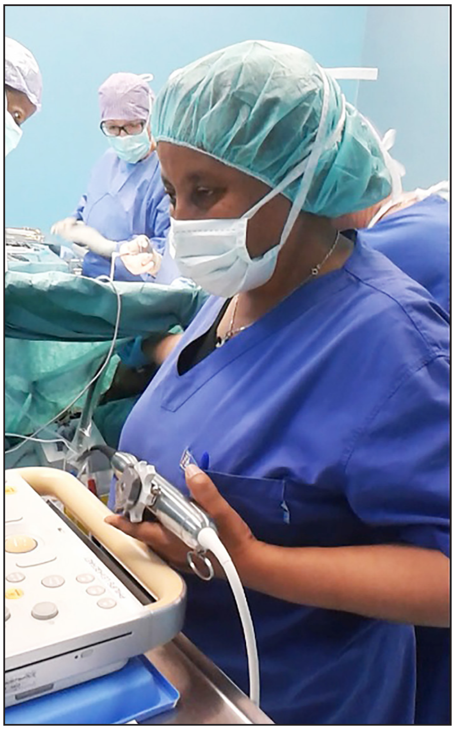
ዝኣክል'ዩ።

• ኣብ ስራሕኪ ዘጋጠመኪ ዘይሃስስ ተዘክሮ እንተሃልዩ?

ብዙሕ'ዩ ዘጋጥመና። ሓደ እዋን፡ ሓደ ህጻን ፈውሲ ውጽኣት ተባሂሉ ስኒ ባርካይ ተተኲሱ መጺኡና። እዚ ብሰንኪ መትኮሳ ዝመጽኤ ረኽሲ፡ ሂወቱ ኣብ ከቢድ ሓደጋ ወዲቑ፡ ብመጥባሕቲ መትኒ ረኺብና ፈውሲ ረኽስን ፈሳስን ተዋሂቡዎ ንስክላ ካብ ሞት ዝደሓነ ናይ ነዊሕ ግዜ ተዘክሮ እዩ። ካልእ፡ ብሰንኪ ብርቱዕ መድመይቲ ሃለዋታ ኣጥፊኣ ናብ ሞት ቀሪባ ዝመጽኣትና ጓል ትሽዓተ ዓመት ቈልዓ፡ ተጓይና ደም ኣምጺእና ምስ ሃብናያ ብድድ ዝበለትላ ህሞት፡ ወትሩ ኣብ ዝኽረይ'ያ። ናይ'ዚ ህጻን ፍሉይ ዝገብሮ፡ ነቶም ስድራ ሓንቲ ጓሎም ምኳናን ዝነበሮም ኩነታትን'ዩ። ወዲ ኣርባዓ መዓልቲ ህጻን፡ ሰራውር ደሙ ብንቡር ብዘይምልጋቡ ብሕጽረት ምስትንፋስ ኣብ ኣፈ-ሞት በጺሑ ኣቦኡ ሒዙዎ ካብ ጎልጅ ዝመጽኣና ቈልዓ ድማ፡ ብዕድል ካብ ወጻኢ ዝመጽኡ ናይ ልቢ ሓካይም ስለዝነበሩ፡ ሰራውር ደሙ ብመጥባሕቲ ምሉእ ብምሉእ ኣዐርዮም ሂወት ዝሰኾዕሉ ግዜ'ውን ትዝከረኒ። ናይ'ዚ ኣቦ ትብዓትን ተገዳስነትን ኩልሳዕ ከይደንጐኺ ምዕያይ ትብል መምርሒ ተዘኻኽረኒ። ናይ ሰለስተ መዓልቲ ናጽላ፡ ካብ'ቲ ኣዝዩ ብርቱዕ ዝበሃል ናይ ልቢ ሕማም (TGA) መጥባሕቲ ተገይሩሉ ዝደሓነ'ውን ነይሩ። ሕጂ ጓል 30 ዓመት ትኸውን፡ ጓል 16ን 24ን ዓመት እንከላ፡ ክልተ ግዜ ናይ ልቢ መጥባሕቲ ተገይሩላስ፡ ኣብ መንጎ'ዚ መጥባሕቲ'ውን ክልተ ግዜ ብኽቱር ወቕዒ ልቢ ንሞት ዝሰገረታ ነይራ። ኣብ ጎድኒ'ዛ መንእሰይ ኮይነ ክሕግዛ ከለኹ፡ ኩሉ ግዜ ዝነበራ ተስፋን ዘይምስልቻውን፡ ትምህርትን ሓይሊ ንቕድሚት ምስጓምን ይኹነኒን ይሕግዘኒን። እዘን ዝጠቐስኩወን፡ ገለ ካብ'ቲ ብዙሕ ዘጋጥመኒ ዘይሃስስ ተዘክሮታት'የን።

• ተካእቲ መንእሰያት ኣፍሪናዶ ትብሊ?

ሕጂ'ውን ነታ ኣብ 2009 ናይ መጀመርያ ምሩቓት ከነውጽእ ከለና፡ ለበዋ እንተለኪ ተዛረቢ ምስ በሉኒ ዝበልኩዎ'የ ክደግም - "ቀደም ቁሊሕ ክብል ከለኹ፡ ዋላ ሓደ ሰብ ኣብ ጎድነይ ኣይነበረን፣ ሽዑ ነቶም ሕሙማት ኣብ መን ኢናንገድፎም እብል ነይረ። ሕጂ ግን፡ ቁሊሕ ክብል ከለኹ፡ ብየማነ ጸጋመይ ተካእቲ ደው ኢሎም ኣለዉ፣ ነቲ ስራሕ'ውን ይሰርሕዎ ኣለዉ" ኢለ ነይረ። ስለዚ፡ እዚ ንርእዮ ዘለና ዓወታት ተካእቲ ስለዘፍረና'ዩ



ተበጺሑ ዘሎ። ሕክምና ህጻናት ብውሑስ ኣካይዳ ዝጉዓዝ ዘሎ'ውን ሳላኦም'ዩ። ኣብ ኩሉ ቦታታት ሃገርና ተዋፊሮም፡ ዕዉት ስራሕ'ዮም ዝዓሙ ዘለዉ። እዚ፡ ናይ ሓደ ሰብ ኣበርክቶ ዘይኮነ፡ ናይ'ቲ ሃገር ኣበርክቶ'ዩ። እቲ ዘሐጉሰኒ፡ ለይትን መዓልትን እናሓከምና፡ ምሂርናን ኣሰልጢንና ኣብ'ዚ ደረጃ ክንበጽሕ ምኽኣልና'ዩ። ሞንስ ንቤት ትምህርቲ ኦሮታን ሚኒስትሪ ጥዕናን - ብዓቢኡ ከኣ ነቶም ወትሩ ኣብ ጎድኖም ኮይኖም ዝሕብሕቡ ስድራቤት። ደቀንስትዮ ኣባላትና፡ ንፋዓትን ንቑሓትን'የን። ሸለልትነት'ውን የብለንን። ናይ ብሉጽ ተኪኤናና ኣለዋ'የ ዝብል። ከም ኩሉ ሰብ ኣብ ናብራን ሓዳርን ምስ ኣተዋ፡ ክጽገማ ይርኣያ'የን፣ እንተኾነ፡ ቀስ ብቐስ እናበደሃኦ ይመጽኣ ኣለዋ። እዚ ተርእዮ'ዚ፡ ንቡርን ሓላፊን'ዩ እናበልኩ'ውን ክሕግዘን'የ ዝፍትን። ስለዚ፡ ኣብ ሕክምና ህጻናት፡ ንሕብረተሰብ ውሕስነት ክኾኑ ዝኽእሉ ተካእቲ ሓካይም ኣፍሪና ኢና።

• ንሓዳርን ስራሕን ብኸመይ ተወሃሃድዮም?-

ሞያ ሕክምና ኣብ ማሕበራዊ ሂወት ብዙሕ ዋጋዩ ዘኽፍለካ። ሓኪም ህጻናት ኳንካ፡ ምሉእ መዓልቲ ኣብ ሕክምና ስለትውዕል፡ ቀሊል ብድሆ ኣይኮነን። ሕክምና ህጻናት፡ ኩሉ ግዜ ህጹጽ ረዲኤት እዩ። እንተደንጐኻ፡ ብሓካይም ብወለዲ ብኹሉ ሸነኽ ዋጋዩ ዘኽፍለካ። ስለዚ፡ ደቅኻ ትርስዓሉ እዋናት ኣሎ። ሓደ ግዜ፡ ደቅና ደቂ ክልተ ዓመት ምስ ኮኑ፡ ትሕግዘኒ ዝነበረት ሰራሕተኛ ገዛ ገዲፋትኒ ትኸይድ'ሞ፡ ዝገብሮ እጠፍኣኒ። በዓል ቤተይ'ውን ገይሹ ነይሩ። ዳሕራይ፡ ንግሆ ኣቕሪሰ ገዛ ዓጽየ ንበይኖም ገዲፈዮም ናብ'ቶም ዓራት ሒዞም ዝጽበዩኒ ዝነበሩ 100 ዝኾኑ ሕሙማት ህጻናት እኸይድ። ጓል ንዕልተይ፡ መፍትሕ ገዲፈላ እኸይድ'ሞ፡ ሰዓት ዓሰርተ ኣቢላ መጺኣ፡ ትጽንሓኒ ነይራ። ክሳብ ሰራሕተኛ ዘምጽእ ሓደ ሰሙን ብኸምኡ ቀጺለ። ነዚ ክዝክር ከለኹ፡ እገርመኒ'ዩ። ምስ'ቲ ሽዑ ግዜ፡ ብሰንኪ ውጽኣት፡ ኒሞንያ፡ ኣንቅጽን ካልእን ዘጋጥም ዝነበረ ሞት ህጻናት ክነጻጸር ከሎ ግን፡ ንደቀይ ገዲፈ ናብ ስራሕ ክመጽእ ግድነት'ዩ ነይሩ። ሳላ'ዚ ዝተገብረ ከኣ፡ ሂወት ብዙሓት ህጻናት ምድሓን ተኻኢሉ'ዩ። እዚኣ ዘይትርስዓኒ ዓባይ ፍጻመ'ያ።

ካልእ ግዜ'ውን፡ በዓል ቤተይ ብስራሕ ተንቀሳቒሱ ከሎ፡ ደቅና ደቂ ሽዱሽተ ዓመት ኮይኖም፡ ናይ ድሕሪ ቐትሪ ቀዳማይ ክፍሊ ምስ ጀመሩ፡ ኣብ ሕማቕ ኩነታት ዝነበረ ሓደ ሕሙም ህጻን ክሕክም፡ ከይከድኩዎም ሰዓት ሸውዓተ ናይ ምሸት ኮይኑ። ሓንቲ ሰበይቲ፡ ክትሓልፍ ከላ ክበኽዩ ምስ ጸንሑዋ፡ ኩነታቶም ምስ ሓተተቶም፡ "ማማና ጠፊኣ" ኢሎማ። ሽዑ፡ ተብተብ እናበልኩ ምስ መጻእኩዎም፡ ኣብ ኣፍ-ደገ'ቲ ቤት ትምህርቲ

ብብኺያት ኣዒንቶም ሓቢጡ ጸኒሖሙኒ። እታ ሰበይቲ - "እምበርዶ ኣደ ኢኺ፡ እዞም ዕሽላት ገዲፍኪ ክሳብ ሕጂ ትድንጉዪ" ክትብል ተቛይቓትኒ። ኣነ ከኣ፡ "ሓቅኺ ኣለኺ ዓለይ" ኢለ፡ ንዘጋጠመኒ ጸገም ኣብ ውሽጠይ ጸይረ ደቀይ ሒዘ ንዝኸይደ።

ሓደ ግዜ፡ ዕስራ ዝኾኑ ጀርመናውያን ጉጅለ ሓካይም ልቢ፡ ክልተ መዓልቲ ቅድሚ ቆጸራኦም - ፋሲካ መዓልቲ መጺኦም። ብዘይ ብኣይ ስራሕ ስለዘይጅምሩ፣ ሓንቲ መዓልቲ ከይሰርሑ እንተዋዒሎም ድማ፡ ክልተ ቈልዑ መጥባሕቲ ከይተገብረሎም ስለዝሓልፍ፡ ዝሓረድናያ በጊዕ ፕላስቲክ ከዲነ ኣብ ፍርጅ ጌረ፡ ንደቀይ ምስ ኣቦኣም ናብ እንዳ ኣሞኦም ሰዲደ፡ ናብ ሕክምና ዝተዓየኹሉ እዋን ነይሩ። እዚ ከም ኣደን ዓለንስተይትን ኬንካ ክትሓስቦ ከለኻ፡ ቀሊል ጾር ኣይኮነን። ኣብ ስራሕካ ዕዉት ዕዮ ክትፍጽም ግን፡ ነዚ ጸገምዚ ዝርዳእ በዓል ቤትን ደቅን ቤተሰብን ክህልዉኻ ኣለዎም። በዓል ቤተይ፡ ሓጋዝየይን የማናይ ኢደይን'ዩ። ኣብ ስርሐይ ተዓዊተ ዝኸይድ ዘለኹ'ውን ብሳላኡ'የ። እንተዘይገይሹ፡ ኩሉ ግዜ ሒዙዎም ኣብ ገዛ ኣሎ። ክልተ ግዜ ንትምህርቲ ንዓዲ ጣልያንን ጀርመንን ኣብ ዝኸድኩሉ ባዕሉ'ዩ፡ ኣቦን ኣደን ኮይኑ ሒዙዎም ጸኒሑኒ። ኣደይ'ውን ተጸጊመ ምስ ሰምዐት፡ ናብረኣ ገዲፋ ካብ ኣዲስ ኣበባ መጺኣ ሓጊዛትኒ'ያ።

- **ግዜኽን ሞያኺን ከመይ ተጠቒምሉ ትብለ?**

ሕክምና ህጻናት፡ ብዙሕ ሓጎጽጎጽ'ዩ ሰጊሩ። ሎሚ፡ እቲ ክጅምር ከለኹ ዝነበረ ጸገማትን ብድሆታትን ተሰጊሩ፡ ህጻናት ዝቐትሉ ዝነበሩ ሕማማት፡ ሳላ ብዙሕ ጻዕሪ ናይ መንግስትን ናይ ኩሎም ኣብ'ዚ ሞያ ዝተሳተፉ ኣባላት ሚኒስትሪ ጥዕና ኣብ ትሕቲ ቁጽጽር ኣትዮም ክርኢ ከለኹ፡ ንርእሰይ ከም ዕደለኛ'የ ዝቖጽራ። ነዚ ለውጢ ኣብ ምምጻእ፡ ምስቶም ብዙሓት ግደይ ጌረን ኣበርኪተን'የ። ንግዚየይ ተጠቒመሉ፡ ንሞያይን ፍልጠተይን ኣብ ህዝበይን ሃገረይን ኣውዒለዮ'የ። ሕሙም ሓኪመ፡ ሕብረተሰብ ኣንቂሐ፡ ብቑዓት ተካእቲ ሓካይም ኣፍሪየ - ኮታ ንዓይን ንህዝበይን ዘዕግብ ስራሕ ሰሪሐ ናብ ናይ ሩፍታ ደረጃ በጺሐ ስለዘለኹ ሓጎሰይ ወሰን የብሉን። ንእምላኸይ ከኣ የመስግኖ። ሕጂ ከኣ፡ ነዛ ብስዉኣት ዝመጽኤት ሃገር፡ ክሳብ'ቲ እንደልዮ እትበጽሕ፡ ኑቶም ዘፍረኹዎም ብኣብነት እናመራሕኩ፡ ተወፋይነተይ ክቕጽል'የ።

- **ንሓኪም እስከ ግለጽዮ?**

ሓኪም፡ ኣብ ርእሲ'ቲ ዘካይዶ ሕክምናዊ ፍወሳ፡ መምህር ድማ'ዩ። ንሕሙም ትምህርቲ እንተዘይወሲኽካሉ፡ ብመርፍእን ከኒናን ብዙሕ ኣይትዕወተሉን ኢኻ። ብፍላይ ኣብ ሕክምና ህጻናት፡ ምኽሪ ዘይህብ ሓኪም ዕዉት ስራሕ ክሰርሕ ኣይክእልን'ዩ። እዚ ከኣ፡ ምኽሪ ኣብ ኣተሓሕዛን ኣብ ኣመጋግባን ህጻን፣ ምኽሪ ብዛዕባ ሕማም ናይ'ቲ ህጻንን ብኸመይ ትከታተሎ፣ ምኽሪ ብዛዕባ ክታበትን ጽሬት ኣተሓሕዛ ህጻንን፣ ወዘተ፡ ነታ ኣደ ክምህራ ኣለዎ። ብተወሳኺ፡ ነታ ኣላይት ስድራ ኣደ፡ ብዛዕባ ጥዕናኣን ስድራቤታን ኣገዳሲ ምኽሪ የድልያ።

- **ከም ሰብ፡ ከመይ ዝበለ ባህሪ'ዩ ዘለኪ?**

ህዱእቲ'የ፣ ህጻናት ድማ እፈቱ። ንሓደ ነገር ክገብሮ'የ ኢለ እንተሓሲበ፡ ከይገበርኩዎ ኣይድቅስን'የ። ካልእ፡ ብዘጋጥመኒ መሰናኽላት ቀልጢፈ ተስፋ ኣይቖርጽን'የ። ክዝክሮም ዘይደሊ፡ ዝሓለፍኩዎም ከበድቲ እዋናት ኣለዉ። ተስፋ ቖሪጻ እናተበሃልኩ፡ ንጽባሒቱ ሰዓት ሸውዓተ ናይ ንግሆ ኣብ ስራሕ ኣለኹ። እዚ ባህርያትዚ፡ ኣብ ስርሐይ ኣዐዊቱኒ እዩ። ሕክምና ህጻናት ሆስፒታል ኦሮታ፡ ኣብ'ዚ ደረጃ'ዚ ምብጽሑ፡ ውጽኢት ሃልኪን ጻዕርን ናተይን ናይ ብጾተይን ስለዝኾነ ከኣ፡ ኢሕበን።

- **ኣብ መወዳእታ ዕድል ክህበኪ?**

ኣደ መብራህቲ ገዛ'ያ፡ መተካእታ'ውን የብላን። ካብ'ቲ ስድራቤት ጀሚርካ ክሳብ ሕብረተሰብን ሃገርን፡ ኩሉ ነገር'ያ። ስለዚ፡ ደቀንስትዮ፡ ኣደ ቅድሚ ምኻነን ጥዕናኣን ኣገዳሲ'ዩ። ቅድሚ ናብራ ምምስራተን፡ ብዛዕባ ሕርስን ጥንስን እኹል ኣፍልጦ ክህልወን፡ ኣብ ጥዕናኣን ስነ-ኣእምሮኣውን ኣካላውን ምድላው ክገብራ እንተስጒሰን ጥዕና ኣደ ቅድሚ ኹሉ ስለ እንሰርዖ'ዩ። ጥዕናኣ ዝተኸታተለት ኣደ፡ ጥዕና ናይ'ቲ ኣብ ከብዳ ዘሎ ዕሸል'ያ ትሕሉ። በዚ ኣጋጣሚ ኣደታት ብኣመጋግባን ጽሬትን፡ ናይ ገዛእ ርእሰን ጥዕና ሓልየን፡ ጥዕና ዕሸለን ከውሕሳ እላበወን። ብዓቢኡ፡ ካብ'ታ ኣብ'ዚ ዓለም ዝመጻእኩላ ዕለት ኣትሒዙ፡ ሓልዩ፡ ምሉእ ጥዕናን ጥበቡን ሂቡ፡ ከምቲ ኣድላይነቱ ከበርክት ዘኽኣለኒ ኣምላኽ ኣመስግኖ።

***

ቅዝነት ድሕሪ ወሊድ

ሳሮን ተስፋይ

ድሕሪ ወሊድ ዘጋጥም ቅዝነት፡ ካብ ዓይነታት ሕማም ኩነተ ኣእምሮ እዩ። እዚ ኩነትዚ፡ ድሕሪ ሕርሲ፡ ካብ ሰሙን ክሳብ ወርሒ ዘሎ ግዚያት ክኸሰት ዝኽእል ኮይኑ፡ ንኣደን ህጻንን ብኣሉታ ይጸሉ።

ጠንቂ ቅዝነት ድሕሪ ወሊድ፡ ድምር ኣካላውን ስምዒታውን ረጃሒታት ከምዝኾነ ይእመነሉ። ገለ ካብቶም ቅዝነት ዘስዕቡ ረጃሒታት ድማ፥

- ስነ-ኣእምሮኣዊ ጸቕጢ

- ቅድሚ ሕርሲ ኣብ ዘሎ ግዝያት ዝህሉ ቅዝነት ወይ ሻቕሎት

- ምስ ሕርሲ ዝተሓሓዝ ኣሰንባዲ ተመክሮ ዘኸትሎ፡ ስነ-ኣእምሮኣዊን ኣካላዊን ፍርሒ

- ድሕሪ ሕርሲ ክኸሰቱ ዝኽእሉ ጥዕናዊ ጸገማት

- ማሕበራዊ ደገፍ ዘይምርካብ

- ሓደገኛ ወልፍታት ምህላው

- ኣቐዲሙ ዘጋጠመ ምውላድ ምዉት ዕሸል ወይ ምብርዓን ጥንሲ

- ንጸባ ጡብ ኣደ ብካልእ ጸባ ምትካእ (ዘይምጥባው)

- ትሑት ርእሰ ግምት

- ዝሕቱል ዝምድና ምስ መጻምድቲ ወይ'ውን መጻምድቲ

- ዘይተደለየ ጥንሲ . . . . ክጥቀሱ ይኽእሉ።

ናይ መነባብሮ ጸገም ዘለወን ብዘይ መጻምዲ በይነን ደቀን ዘዕብያ ደቀንስትዮ፡ ዝያዳ ነዚ ድሕሪ ወሊድ ዘጋጥም ቅዝነትን ጸቕጥን ዝተቃልዓ እየን። ዝበዝሐ ዘይተደልየ ጥንሲ ኣብተን ዝወሓደ እቶት ዘለወን ደቀንስትዮዘጋጥም ምኽኑ ድማ ነዚ ተርእዮ'ዚ የጋድዶ።

ኣብ መንጎ ቅዝነት ድሕሪ ወሊድን ኣብ ልዕሊ ደቀንስትዮ ዝወርድ ጎነጽን ዘሎ ርክብ ብምዝልከት ዝተኻየደ መጽናዕቲ ከምዘነጽሮ፡ ሓደ ሲሶ ካብ ደቀንስትዮ ዓለምና፡ ኣብ ዝተፈላለየ ክፋል ናይ ህይወተን ኣካላዊን ጾታዊን ጎነጽ ከምዘጋጥመን፡ እዚ ኣብ ልዕሊ

ደቀኣንስትዮ ዝወርድ ጎነጽ ድማ ንተርእዮ ቅዝነት ድሕሪ ወሊድ ከምዘዕብዮ የረድእ።

ምልክታት ቅዝነት ድሕሪ ወሊድ

ምልክታት ቅዝነት፡ ኣብ ቀዳመይቲ ዓመት ድሕሪ ሕርሲ፡ ኣብ ዝኾነ እዋን ክርአ ይኽእል። ዝበዝሕ ግዜ እዚ ሕማም ክልለ ዝኽእል እቲ ምልክታት እንተወሓደ ንክልተ ሰሙናት ምስ ዝቐጽል እዩ። ዝኸሰቱ ምልክታት ኣብ ሰለስተ መዳያት፡ ስምዒታዊ፡ ጠባያዊን ስነ-ኣእምሮኣዊን ተኸፋፊሎም ክግለጹ ይኽእሉ።

ስምዒታዊ

- ቀጻሊ ምሕዛንን ሻቕሎትን

- ኣመና ተቐያያሪ ኩነት ኣእምሮ (ሃዋህው)

- ምብስጫው፡ ቀጨውጨው ምባል፡ ዘይርጉእነት፡ ሕርቃን

- ተስፋ ምቑራጽ

- ናይ ስክፍታ፡ ሕፍረትን ዘይትረብሕ ናይ ምኧንን ስምዒታት

- ትሑት ርእሰ ግምት

- ስምዒት ባዶነትን ምድንዛዝን

- ረሸሽ ምባል

- ክትጸናናዕን ክትሃድእን ዘይምኽኣል

- ጥቡቕ ርክብ ምስ ህጻን ክትምስርት ዘይምኽኣል

- ህጻን ናይ ምክንኻን ዓቕሚ ከም ዘይብልካ ምእማን።

ባህርያት

- ኣብ መዓልታዊ ንጥፈታት ተገዳስነትን ተምሳጥን ምጉዳል

- ከቢድ ድኻም

- ምጉዳል ጾታዊ ስምዒት

- ምጉዳል ሸውሃት መግቢ

- ትሑት ርእሰ ምክንኻን

- ብሕትውና

- ስእነት ድቃስ ወይ ልዕሊ ዓቕን ምድቃስ።

ስነ-ኣእምሮኣዊ

- ናይ ምውሳንን ምግንዛብን ዓቕሚ ምጉዳል

- ጉድለት ኣተኩሮን ናይ ምዝካር ዓቕምን

- ንነብሰኻ፡ ንህጻንን መጻምድትኻን ከይትጎድእ ምፍራሕ።

ፍወሳ

ቅዝነት ድሕሪ ወሊድ ምስ በዓል ሞያ ስነ-ልቦና ብምዝርራብን ማሕበራዊ ደገፍ ብምርካብን ከምኡ'ውን ብሕክምና ዝተኣዘዙ ንጭንቀት ዝፍውሱ መድሃኒታት ብምውሳድን ክፍወስ ይከኣል። ናይቲ ሕማም ደረጃ ኣብ ኣብ ደሓን እንከሎ፡ ኣካላዊ ምንቅስቓስ ምክያድ መፍትሒ ክኸውን ይኽእል እዩ።

ምክልኻል

ማሕበራዊ ደገፍ ድሕሪ ወሊድ ንተርእዮ እዚ ሕማምዚ ኣዝዩ ከምዝግድሎ ይሕበር። ማሕበራዊ ርክባት ከም ምብጻሕ፡ ምስ መዛኑኻ ብተሌፎን ይኹን ካልእ መራኸቢታት ምዕላል፡ ምኽሪ በዓል ሞያ ስነ-ልቦና ምሕታት ኣድላዪ ይኸውን።ምስ መጻምድቲ ጥቡቕ ዝኾነ ዝምድና ምህላዉ ንቅዝነትን ሻቕሎትን ከወግዶ ዝኽእል እዩ።እቲ ቀንዲ ከኣ፡ ንቅዝነት ድሕሪ ወሊድ ኪቃልዕ ብዛዕባ ዝኽእሉ ረጃሒታት ሓበሬታ ምህላው እዩ:: ስለዚ፡ ናይ ሕክምና ሰብ ሞያ ብዛዕባ'ዚ ጉዳይ'ዚ፡ ኣፍልጦ ኣብ ምዕባይ ወሳኒ ተራ ክጻወቱ ይግባእ።

ክረሻን ሳዕቤናቱን

ኩብደትና ክመይ ኣሎ?

ተስፋኣለም የማነ

ካሮል ኣን የገር፡ ብኣካላዊ ግዝፋ መወዳድርቲ ዘይረኸበት ዝኸረሸት ኣመሪካዊት ሰበይቲ እያ። 544 ኪሎ-ግራም (5 ኩንታልን ፈረቓን) ክትምዘን ብምኽኣላ፡ 'ዝገዘፈት ጓለንስተይቲ' ተባሂላ ኣብ መዝገብ ዓለም ጊነስ ስማ ሰፊሩ። የገር፡ ብ26 ጥሪ 1960 እያ ኣብ ሚሺጋን - ሕ.መ.ኣመሪካ ተወሊዳ። ብ18 ሓምለ 1993 ድማ ኣብ መበል 34 ዓመት ዕድመኣ ካብዛ ዓለም ብሞት ተሰናቢታ።

የገር፡170 ሰንቲ-ሜተር ቁመትን 152 ርጉዲ (ዙርያ ጉድኒ)ን ነይሩዋ። ኣቦ ጓላ ዝኾነ ላሪ ማክስዌል ዝተባህለ በዓል-ቤታ ከምዝብሎ እንተኾይኑ'ውን፡ ኣብቲ ኣመና ገዚፋትሉ ዝነበረት እዋን፡ ክብደታ 727 ኪሎ-ግራም ክበጽሕ ክኢሉ ነይሩ። መሓውር እግራ ንኽብደታ ክጻወር ዓቕሚ ስለዘይነበሮ፡ 24 ሰዓታት ኣብ ዓራት ተጋዲማ'ያ ተሕልፎ ነይራ። እዛ ካብ ክሳዳ ንላዕሊ ምጩው መልክዕ እትውንን ሰበይቲ፡ ምስ ዝተፈላለያ ማዕከናት ዜና ኣብ ዝገበረቶ ቃለ-ምሕትት፡ ቈልዓ እንከላ ብሓደ ናይ ቀረባ ቤተ-ሰባ ጾታዊ ዓመጽ ምስ ኣጋጠማ፡ ብኡ ንብኡ ዘይዓግብ ናይ መግቢ ሸውሃት ከተጥሪ ከምዝኸኣለት'ያ ትሕብር። እንተኾነ፡ ጠንቂ ናይቲ ዘይንቡር ግዝፋ ዝኾኑ ካልኦት ረቛሒታት'ውን ከምዘለዉ ኣይሓብአትን።

የገር፡ ብረኽሲ ባክተርያ ዝኣክል ቆርበታ ፈጨቕጨቕ ኢሉ ምስ ቆሰለን፡ ሕማማት ናይ ምክልኻል ውሽጣዊ ዓቕማ ምስተዳኸመን፡ ኣብ ሆስፒታል ክትዕቆብ'ያ ተገዲዳ። ንሰለስተ ወርሒ ዝኣክል ኣብኡ ክትድቅስ እንከላ ድማ፡ መታን ክብደታ ክቕንስ ተባሂሉ ብሓካይም 1200 ካሎሪ ጥራይ ዝህብ መግቢ ከምእትወስድ ተገይሩ። ከምውጽኢቱ ኣብተን ሰለስተ ወርሒ ካብ ክብደታ 236 ኪሎ-ግራም ክትቕንስ ክኢላ። ዝበዝሐ ካብቲ ዝቐነሰቶ ክብደት፡ ብፈሳሲ መልክዕ ኣብ ኣካላታ ተኸዚኑ ዝነበረ እዩ።

የገር ኣብ መንበሪ-ቤታ ምስ ሞተት፡ ሰራሕተኛታት ኣምቡላንስ ሬሳኣ ንምልዓል ስለዝተጸገሙ፡ ክሳብ 20 ዝኾኑ ኣባላት መጥፋእቲ ሓዊ እዮም ንኽሕግዙዎም ናብቲ ቦታ ተላኢኾም። ኣፍ-ደገ ናይቲ ገዛ ነቲ ሬሳ ምሕላፍ

ምስ ከልኦ ድማ፡ ብመለኪኖ ከምዝፈርስ ገይሮሞ። ሬሳ ካብቲ ገዛ ብኽንደይ ጋዶ ወጺኡ ኣብ ኣምቡላንስ ክሳብ ዝጽዓን ጥራይ፡ ናይ ኣሽሓት ዶላር ወጻኢታት ተገይሩሉ።

የገር፡ እቲ ዘይንቡር ግዝፊ ኣካላታ፡ ዕድመኣ ምሉእ ብዝተፈላለዩ ሕማማት ከምእትሳቐ ገይሩዋ እዩ። ናይ ስርዓተ-ምስትንፋስ ጸገማት፡ ልዑል ዓቐን ሽኮርን ጸቕጢ ደምን፡ ናይ ልቢን ካልኦት ክፍሊ-ኣካላትን ሕማማት ነይሩዋ። ኣብ ውሽጢ ክልተ ዓመት ጥራይ ድማ 13 ግዜ ኣብ ሆስፒታል ክትዕቆብ ተገዲዳ።

ኩነታት ናይዛ ኣመሪካዊት ነፍስሄር ዘብርሃልና ሓቂ እንተሎ፡ ዘይንቡር ኣካላዊ ግዝፊ፡ ብማእለያ ዘይብሎም ሕዱራት ሕማማት ኣሳቕዩ ዕድመኻ ዘሕጽሮ ምኳኑ'ዩ። ርግጽ'ዩ ኣካላዊ ግዝፊ ወይ ርጉዲ፡ ብምኽንያት ዘይቅርዑይ ስርዓተ-ኣመጋግባን ኣነባብራን ጥራይ ኣይኮነን ዝኽሰት። ክትገትኦ ፈጺሙ ዕድል ብዘይህብ ተፈጥሮኣዊ መገዲ'ውን ይመጽእ እዩ። ይኹንምበር፡ እቲ ዝበዝሐ ኣብ ኣመጋግባናን ኣነባብራናን ብእንኽተሎ ግጉይ ኣገባባት ከምዝኽሰት ዘካትዕ ኣይኮነን። ሎሚ ብደረጃ ዓለም እንተርኢና፡ ዓቕሚ ሄዋን ዝበጽሓ ልዕሊ 40% ካብ ደቀንስትዮ ልዕሊ ሚዛን ወይ ከራሻት እየን። ኣብ ከም ታንዛንያ፡ ናይጀርያ፡ ማውሪታንያ፡ ሞሮኮ፡ ፖርቶሪኮ፡ ሳሞዋ፡ ሀይቲ፡ ጀማይካን ፊጂን ዝኣመሰላ ሃገራት፡ ንክረሻ ከም ምልክት ሃብቲ፡ ጥዕና፡ መልክዕ፡ ሓይልን ፍርያምነትን ዝርእዩዎ ሕብረተ-ሰባት ስለዘለዉ፡ ቀጠንቲ ደቀንስትዮ ልዕሊ ሚዛን ንምኳን፡ ከራሻት ድማ ግዝፈን ንምዕቃብ ዘይገብርኦ ነገር የብለንን። ኣብ ገለ ካብዘን ሃገራት፡ ደቀንስትዮ ልዕሊ ሚዛን

እንተዘይኮይነን ዝምርዓወን ሰብኣይ ስለዝስእና (ኩሉ ወዲ-ተባዕታይ ስለዘይፈትወን)፡ ዓቕሚ ሄዋን በጺሐን ንሕጸን መርዓን ምስ ኣኸላ፡ ቀልቢ ደቂ-ተባዕትዮ ዝስሕብ ግዝፊ ንምውናን ክብላ ንመዓልቲ ክሳብ 16 ሽሕ ካሎሪ ዝህብ መግቢ ይወስዳ። እዚ ድማ፡ ኣርባዕተ ዕጽፊ ናይቲ ሓደ ኣብ ኣካላዊ ህንጸት ዝነጥፍ ስፖርተኛ መዓልታዊ ዝወስዶ መጠን ካሎሪ እዩ። ካብቲ ሓንቲ ጓለንስተይቲ ንመዓልቲ ክትወስዶ ዝግባእ መጠን ካሎሪ ድማ ብሸሞንተ ዕጽፊ ይዛይድ። ሓንቲ ዓቕሚ ሄዋን ዝበጽሐትን ምሉእ ጥዕና ዘለዋን ጓለንስተይቲ፡ መዓልታዊ 2 ሽሕ ካሎሪ ጥራይ ክትወስድ ከምዘለዋ'ዩ እትምከር።

ኣብ ብዙሓት ሕብረተ-ሰብ፡ ግዝፊ ወይ ክረሻ ከም ምልክት ጽቡቕ ነገራት ይረኣ'ምበር፡ ብዓይኒ ጥዕና ክጥመት እንከሎ ኣድላዪ ከምዘይኮነ ዘካትዕ ኣይኮነን። ሰብ-ሞያ ጥዕና፡ ምስ መጠን ቁመት ዘይመጣጠን ግዝፊ ወይ ክብደት፡ ንከም ሽኮርያ፡ ልዑል ጸቕጢ ደም፡ ልዑል ኮሌስትሮል፡ ወቕዒ፡ ሕማማት ልቢ፡ መንሽሮን ሪሕን ዝኣመሰሉ ዝተፈላለዩ ጥዕናዊ ጸገማት ኣቃሊዑ ብህይወት ናይ ምንባር ዕድልካ ከምዘሕጽሮ ከጠንቅቑ ካብ ዝጀምሩ ነዊሕ ዓመታት ኣቑጺሩ ኣሎ። ጽጹያት መጽናዕቲታት ከምዝሕብሩዎ፡ ክረሻ ንዕድመ ደቀንስትዮ እንተወሓደ ብሓሙሽተ ዓመት የሕጽሮ። ውድብ ጥዕና ዓለም ዝሓለፈ ወርሒ ሰነ ኣብ ዘውጽኦ ጸብጻብ፡ ብደረጃ ዓለም ብሰንኪ ክረሻ ዓመታዊ ኣስታት 2.8 ሚልዮን ሰባት ከምዝሞቱ ሓቢሩ ነይሩ። ኣብ ሕ.መ.ኣመሪካ ጥራይ፡ ካብቲ መዓልታዊ ዝምዝገብ መጠን ሞት እቲ 18% ብሰንኪ ክረሻ ዝስዕብ ምኳኑ ናይታ ሃገር ጸብጻባት የመልክቱ። ብዘይካ'ዚ፡ ምስ ክረሻ ዝተኣሳሰሩ ጥዕናዊ ጸገማት ንምፍዋስ፡ እታ ሃገር ዓመታዊ ክሳብ 210 ቢልዮን ዶላር ዝበጽሕ ሕክምናዊ ወጻኢታት ከምእትገብር እቶም ጸብጻባት ወሲኾም ይጠቕሱ።

ብዘይካ'ዚ፡ ኣብ'ቲ ንምሒር ቀጠንቲ ደቀስንትዮ ዘድንቕን ዝውድስን ምዕራባዊ ዓለም፡ ፈርጣዕ ኑብሲ ምውናን ከም ሕንከት ስለቑጸር፡ ብዙሓት ካብ'ተን ልዕሊ ሚዛን ዝኾና ደቀንስትዮ ብሰሪ ኣካላዊ ግዝፈን ማሕበራዊ

ተነጽሎ ስለዘጋጥመን ወይ ስለዝስምዐን፡ ወትሩ ምስ ተጨነቓን ምስ ተበሳጨዋን እየን። ኣብ ርእሲ ዘላታ ተወሰኽታ ከምዝበሃል ድማ፡ በቲ ጭንቀት ዝኣክል ብዙሕ መግቢ ስለዝህልኻ፡ ኑብሰን መሊሱ እናሓደረ ይገዝፍ። ወዲ-ሰብ ኣብ ግዜ ጭንቀት ዚያዳ መግቢ ከምዝወስድ ብመጽናዕቲ ተሓቢሩ'ዩ። ኣብ ሃገራት ምዕራብ፡ ብስሪ ግዝፈ ኣካላተን ዘጋጥመን ተነጽሎ ናብ ቅዛነት ሸሚሙ ኣብ ደረጃ ፈተነ ነብሰ-ቕትለት ዘብጽሐን ደቀንስትዮ'ውን ውሑዳት ኣይኮናን።

ሓደ ሰብ፡ ክብደቱ ብመንጽር ቁመቱ ካብ 18.5 ክሳብ 25 BMI (Body Mass Index) ምስዝኸውን'ዩ ቅቡል ዝበሃል። ካብኡ ንላዕሊ እንተኾይኑ ግን፡ ልዕሊ ሚዛን ኩይኑ ወይ ከሪሹ ስለዘሎ፡ ዝተፈላለዩ ሕዱራት ሕማማት ከማዕበል ዝለዓለ ተኽእሎ ይህሉዎ። ልዕሊ ሚዛን ምዃን፡ ንፍርያምነት ደቂ-ኣንስትዮ ከምዘዳኽሞ'ውን ይግለጽ። እዚ ማለት፡ ልዕሊ ሚዛን ዝኾና ደቀንስትዮ፡ ካብተን ልዕሊ ሚዛን ዘይኮና ኣሓተን ንታሕቲ ናይ ምውላድ ተኽእሎ ኣለወን። እሞ፡ ደቀንስትዮ ስብሒ ኣካላተን ንምጥፋእ እንታይ ክገብራ'ዩ ዘለወን?

ብመኣዛዊ ትሕዝቶኡ ሃብታም ዝኾነ ዝተመጣጠነ መግቢ ብስሩዕ ምምጋብን ስሩዕ ኣካላዊ ምንቅስቓስ ምዝውታርን፡ እቶም ሰብ-ሞያ ጥዕና ብቐዳምነት ዝህቡዎም ምኽሪታት ምዃኖም ንሕቶ ሓቂ ኣይኮነን። እዞም ዝስዕቡ 11 ነጥቢታት እምበኣር፡ ክብደትና ንኽንቆጻጸሮን ዝሕግዙና ፍቱናት ሜላታት ምዃኖምዮም ክኢላታት ዝሕብሩ፡-

- **ኣካላዊ ምንቅስቓስ**፡- ኣካላዊ ምንቅስቓስ ዘይምዝውታር፡ ሓደ ካብ ቀንዲ ጠንቅታት ክስዐ ወይ ኣካላዊ ግዝፈ ስለዝኾነ፡ ስብሒ ኣካላትና ንምቅጻል መዓልታዊ ካብ 30 ደቒቕ ክሳብ ሓደ ሰዓት ዝኸይድ ከም እግሪ-ጉዕዞ ዝበለ ምንቅስቓስ ክንዘውትር ኣለና።

- **ጸቕጢ/ጭንቀት፡-** ቀጻሊ ጸቕጢ ወይ ጭንቀት፡ ንዓቕን ናይ'ቶም ኣብ ደምና ዝርከቡ ገለ ሆርሞናት ብምዝያድ ዘይዓግብ ናይ መግቢ ሸውሃት ስለዝፈጥር ብዝተኻእለ መጠን ካብኡ ክንገላገል ወይ ክንቆጻጸሮ ክንክእል ኣለና። ከም ዮጋ፡ ኣስተንትኖ፡ ኣዕሚቕካ ምስትንፋስ፡ ዙረት፡ እግሪ-ጉዕዞ፡ ዕምባባታት ወይ ኣትክልቲ ምክንኻን ዝኣመሰሉ ንጥፈታት ምኽያድ ድማ፡ ኣብ ርእስና ዘሎ ጸቕጢ ንምፍኳስ የኽእለና።

- **ድቃስ፡-** እኹል ናይ ድቃስ ግዜ ዘይምርካብ ኣብ ግዜ ለይቲ ካብ 5 – 6 ሰዓታት ዘይሓልፍ ምድቃስ፡ ሚዛን ክብደትና ንኽውስኽ ዓቢ ተራ ኣለዎ። ስለዚ፡ ኣብ ግዜ ለይቲ እኹል ድቃስ ይህልወና።

- **ባክተርያ መዓናጡ፡-** ኣብ መዓናጡና/ ከስዐና፡ ኣስታት 37 ትሪልዮን ባክተርያታት ዝርከቡዎም ኣዝዮም ብዙሓትን ዝተፈላለዩን ደቀቕቲ ታህዋስያን ይርከቡ። ኣብ ምሕላው ሚዛን ኣካላትና ዘለዎም ተራ ቀሊል ከምዘይኮነ ይንገረሎም። ስለዚ፡ ከም ፍሩታታት፡ ኣሕምልቲ፡ ኣእካል፡ ርግኦ፡ ጻዕዳ-ሽጉርቲ፡ ዝኣመሰሉ መግቢታት ብብዝሒ ምውሳድ፡ ንቑጽሪ ናይዞም ሚዛን ኣካላትና ዘጉድሉ ጠቐምቲ ባክተርያታት ከምዘሰስኖዩ ዝሕብር።

- **ቁርሲ፡-** ንግሆ ቁርሲ ዘይምብላዕ፡ ሚዛንኪ ንምጉዳል ዝሕግዘኪ ሜላ ኣመጋግባ ኣይኮነን። እኳ ድኣ ብኣንጻሩ ሚዛንኪ ንኽውስኽ'ዩ ዝገብር። ከመይሲ፡ ካብ ቁርሲ ክትረኽብዮም ዝግባኣኪ ኣዝዮም ጠቐምቲ መኣዛታት ምስ ሰኣንክዮም ክቱር ጥሜት ስለዝስምዓኪ፡ ሸውሃትኪ ንምዕጋብ ምሉእ መዓልቲ ደጋጊምኪ ክትበልዒ ስለ እትግደዲ። ስለዚ፡ ንግሆ ብግቡእ ክትቆርሲ ከምዘለኪ ክትርስዒ የብልክን።

- **ስሩዕ ኣመጋግባ፡-** መዓልታዊ ኣብቲ ልሙድ ናይ መግቢ ሰዓታት ምምጋብ፡ ኣብ ኣካላትና ንዝርከብ ካሎሪ ብቕልጡፍ ንኺቃጸል/ንኽሃልኽ ይሕግዝ'ዩ። ብተወሳኺ፡ ሸውሃትና፡ ልዑል ትሕዝቶ ስብሒን ሽኮርን ንዘለዎም ዓይነታት መግቢ ትሑት ከምዝኸውን ስለዝገብር፡ ኣብ ሰዓትና ምምጋብ ሽለል ኣንበል።

- **ማይ፡-** ሰባት ሓደ ሓደ ግዜ ጽምኢ ማይን ጥሜትን ይወጃበሮም እዩ። ብርጭቆ ማይ ምስታይ ዘድልዮም እንከሎ ተወሳኺ ዓቕን ካሎሪ ዝህቦም መግቢ ንክስዕኦም ይስጉዱዎም። በዚ ከኣ ቅርጺ ኣካላቶም ሕውስውስ ብምባል ንምጸሩ ዘሸግር መጠን ኑብሲ ይድርቡ። መዓልታዊ ማይ ብብዝሒ ምስታይ፡ ንኽብደት ሰብነትና ከምዘጉድሎ ብስነ-ፍልጠት ተረጋጊጹ ኣሎ። መጽናዕታት ከምዘነጽሩዎ፡ ማይ ካብ ካሎሪ 100% ናጻ ስለዝኾነ፡ ቅድሚ ቁርሲ፡ ምሳሕን ድራርን ምብላዕና ማይ ምስ እንሰቲ፡ ካብቶም ማይ ከይሰተዩ መግቦም ዝበልዑ ንላዕሊ ብ44% ክብደትና ክቕንስ ይኽእል።

- **ጽሕጊ፡-** ብዙሕ ትሕዝቶ ጽሕጊ (fibre) ዘለዎም መግቢታት'ውን ኣብ ምንካይ ክብደት ኣካላት እጃም ከምዘለዎምዩ ዝሕበር። ብጽሕጊ ሃብታማት ዝኾኑ መግቢታት ምምጋብ፡ ቀቀልጢፍና ንኽይንጠሚ ስለዝሕግዙና፡ ኣብ ምቕናስ ኣካላዊ ክብደትና ርኡይ ውጽኢት'ዩ ዘለዎም። ከም ፍሩታታት፡ ኣሕምልቲ፡ ኣእካል፡ ጥረታት፡ ሩዝን ፓስታን ዝበሉ መግቢታት ድማ ጽሕጊ ብብዝሒ ዘለዎም፡ ኣብ ዕለታዊ መግብና ብዝተኻእለ መጠን ክነዘውትሮም ተመራጺ እዩ።

- **ብያቲ ምንኣስ፡-**

መግብና ክንበልዕ እንከለና፡ ንእስ ዝበለ ብያቲ ወይ ሸሓኒ ምጥቃም፡ ኣብ ምንካይ ክብደትና ውጽኢታዊ እዩ። ምኽንያቱ፡ ንእሽቶይ ብያቲ ምጥቃም፡ ብኡ መጠን ንእስ ዝበለ ዓቕን መግቢ ንኽንበልዕ ስለ ዘኽእለና። ክሳብ ጽጋብ ዝስምዓና ድማ ክንበልዕ የብልናን - ቅድሚ ምጽጋብና ምብላዕ ክነቋርጾ ዝበለጸ እዩ።

- **ገፊጥ-መፊጥ መግቢ፡-** ንጥዕናና ጸብቂ ዘይኮነ ገፊጥ-መፊጥ መግቢ ብብዝሒ ዘይምብላዕ፡ ኣብ ምንካይ ኣካላዊ ክብደትና ተራ ኣለዎ። ከም ቸኮላይት፡ ብሽኩቲን ካልኦት ሽኮራዊ ትሕዝቶ ዘለዎም ልስሉሳት መስተታትን፡ ኣካላትና ዚያዳ ካሎሪ ብመልክዕ ስብሒ ከምዝኸዝን ስለዝገብሩ፡ ኣብ ክንድኦም፡ ከም ፍሩታታት፡ ጨው ዘይብሎም ትሕዝቶ ሩዝ ዘለዎም ኬካት፡ ካብ ሽኮር ይኹን ጨው ናጻ ዝኾኑ ዕምበባ ዕፉን (ፖፕ-ኮርን)፡ ሽኮር ዘይብሉ ጁማቕ ናይ ፍሩታታት፡ ወዘተ. ክነዘውትር ኣለና።

- **ኣልኮል፡-** ኣልኮላዊ መስተ ብዙሕ ትሕዝቶ ካሎሪ ስለዘለዎ፡ ኣብ ምውሳኽ ሚዛን ኣካላትና ዝህሉዎ ኣስተዋጽኦ ቀሊል ኣይኮነን። ሓንቲ ብርጭቆ ነቢት፡ ማዕረ ካብ ሓንቲ ቸኮላይት ዝርከብ ካሎሪ ስለዘለዋ፡ ብተደጋጋሚን ብብዝሒን ነቢት ምስታይ፡ ንኽንክርሽ ፍቓደኛታት ንኸውን ኣለና ማለት'ዩ። ዋላ'ኳ ደቀንስትዮ ብኣልኮላዊ መስተ ዘይሕመያ እንተኾና፡ ኣብ ቤተን መስተ ዘዘውትራ ሓደ ክልተ እንተሃልየን ግን ኑቲ ዓቕን እናቕነስኦ ክኸዳ ምዝኻኻር ኣገዳሲ እዩ።

ቁጠባ

ሚዛን ምሕላው - ንዓወት ምድላው

ካልሹም መሓመድ

ህድኣት መንግስ ኣብ 1978 ካብ ዓዲ - ኳዜን ኣብ ህዝባዊ ግንባር ሓርነት ኤርትራ ምስ ተጸንበረት ዝበዝሐ ናይ ገድሊ ተመክሮኣ ኣብ ወተሃደራዊ ዕጥቅን ስንቅን እዩ ነይሩ። ናይ ሰብ ባህሪ ከይተርፍ ኣብ ሜዳ ንኑብረማርያም ክፍለ ዝበሃል ተጋዳላይ ብጺያ ተመርዕያ። ውላድ ሂብዎም ድማ ናጽነት ምስ መጸት ሓንቲ ቆልዓ ሓቝፋ ኣትያ።

ተጋዳሊት ህድኣት፡ ኣደ ቆልዓ ብምንባራ ኣብ መጀመርያ 90ታት ካብ ሰራዊት ተፋንያ ኣብ ኣስመራ ሓዳራ ሒዛ ስቪላዊ ሂወት ጀመረት። ካብ ሰራዊት ክትፋኖ ከላ ትውንኖ ሞያን ዝሓዘቶ ምንጪ እቶት ዝኾና ስራሕን ኣይነበራን። ድሕሪ ምጥያሳ ሞያ ክህልዋ ዝሕግዝ ከም ናይ ጽርበት ዕንጸይቲ ዝኣመሰለ ኮርሳት ክትወስድ ዕድል ረኺባ እኳ እንተኾነት፡ ናብ እንጀራ ክትቅይሮ ኣይበቕዐትን። በዓል ቤታ እውን ብድሕሪኣ ተፋንዩ። ምእላይ ሓዳርን ውላድን ክብደህዎ ዝነበሮም ሓድሽ ተመክሮ ሂወትዩ።ስለዚ፡ መናበሪና ይኾነና ዝብልዎ ትካል ጽርበት ሓጺን(ፋግሮ) ከፊቶም ናብራኦም ክመርሑ ጀመሩ።

እንተኾነ ኣብ 1998 ወራር ወያነ ስለዝመጸ ኣብቲ ትካል ዝሰርሑ ዝነበሩ መንእሰያት ንምክልኻል ሃገር ከቲቶም፡ ተጋዳላይ ገረማርያም እውን ድሕሪኦም ከይደንጎየ ስለዝወፈረ እቲ ትካል ክቕጽል ኣይከኣለን፡ ተዓጽዩ። እታ ስድራ ኣርባዕተ ውሉዳት እኳ እንተፈረየት እቶታ ክስስን ኣይከኣለን፡ ትጽቢታካብ ወርሓዊ ደሞዝ መንግስቲ ጥራይ ኮነ። በተን ውሱናት እቶት፡ ክራይ ገዛ ምኽፋልን ካልእ ጠለባት ስድራ ምምላእን ኣብ ኣስመራ ኣመና ከቢዱ።

ህድኣት ንሓደ ዓመትን መንፈቕን ኣቢሉ ዝኸውን፡ ገለ ነኟላት እንተዓበሰ ብምባል ፈተሪና ናይ ኣውቶቡስ ተቖጺራ ስድራ ክትሕግዝ ፈተነት። በዓል ቤታ ግን በዚን ወዲ ከምዝን ሕልፈት የለን፡ መሬት ሓቲትና ብሕርሻ ሂወትና ክንቅይር ኣሎና ኢሉ ወሰነ። ናብ ዓዱ፡ዓድተከሌዛን ከይዱ መሬት ሓተተ። ኣብ ሕጺት ዝበሃል ካብታ ሓውሲ ከተማ ውጽእ ኢልካ ዝርከብ ከባቢ ሓሪሱ ከልምዕ ብዓድን ምምሕዳርን ተፈቒደሉ። ደራኺ ሓሳብ እምበር ዝጠቅም መበገሲ ርእሰማል ኣይነበሮን። ኣሚኑ ዝተበገሰ ከይበጽሐ ከምዘይተርፍ ግን ጥርጥር ኣይነበሮን።

ኣብቲ መጀመርያ ስድራ ካብ ዘላቶ ከየነቓነቐ ንበይኑ ኣብቲ በረኻ ክሰርሕ ፈተነ። ኣብዚ በረኻ'ዚ መጽለሊ ገዛ ዘይብሉ ከመይ ጌረ ከምጸኦም ኢሉ ብዙሕ ስክፍታ ነይርዎ። ህድኣት ግን እቲ ጉዳይ ደጋጊማ ሓሰበትሉ። ህድኣት ከም ትብሎ፡ 'ህዝባዊ ግንባር ንተጋደልታ ልክዕ'ዩ ዝጎንዓትሎም ጺጋ የብላን ዘይረአ ጺጋ ግን ኣስኒቓቶም። ፍቕሪ፡ ሓቂ፡ ርእሰ ምርኮሳ፡ ዘይከኣል ከምዘየለ፡ ዝጸዓረ ከም ዝዕወት፡ ብወኒን ኒሕን ምስራሕ፡ ሓቦ ምግባር፡ ምሂራቶም። ካብ ማንም ሰብ ናብ ርእሱ ዝኣምን ሰብ ቀዩራትና፡ ስሒላትና፡ ኣብ ምዕባለን ለውጥን ከም ንኣምን ጌራ ሰሪሓትና። እዚ'ዩ ቀንዲ ዕጥቅና ነይሩ። ስለዚ ንሱ ኣሚኑ ካብ ተበገሰ ኣነውን ኣብ ጎኑ ኮይነ ኣጆኻ ክብሎ ኣለኒ። ዝከኣለኒ ድማ ይሕግዞ። ግዝያዊ ጸገም ሰጊርካ ናብ ዓወት ከምዝብጻሕ ንፈልጥ እንዲና' ኢላ ምስ ነፍሳ ተላዘበት። ኣብ መወዳእታ ድማ ዘለዋኣ ንብረት ኣኻኺባ ደቃ ጠርኒፋ ኣብቲ በዓል ቤታ ከልምዮ ዝነቐለ በረኻ መጸት።

ቴንዳ ተኺሎም ናብራ በረኻ ጀመሩ። ዝረኣየ ዝኾነ ገረሞ። "ኣንታ እዞም ስድራ እንታይ ከርእዩና እዮም፡ ኣብኡ ብኣሳሓይታ ነቒጾም ክሓድሩ እዮም" እናበለ እዩ ሰብ ዝስከሓሎም ነይሩ። ንሳ ግን ነዚ ክሉ እዝኒ ኣይሃበቶን። ንበዓል ቤታ "ኣጆኻ!እንተጽዒርና ክንዕወት ኢና" እንተዘይኮይኑ፡"ኣብ ምንታይ በረኻ ተደርቢና" ኢላ ኣየጨነቐቶን። እኳ ደኣ ማዕረ-ማዕሪኡ ኣፍራዛን ባዴላን እናልዓለት ምስ ሸቃሎ ሸቀለትን ኣብ ምምሕዳር ስራሕ ተጸምደትን። ንደቃ እውን ኣካል ናይቲ ስራሕ ገበረቶም።

ጎኒ ከም ዝኾነቶ ከተዕልል ከላ "ሓንቲ ኢድ ንበይና ኣይተጥቕዕን'ያ፡ እቲ መንቀሊ ሓሳብ ገሬ ደኣ ይኹን እምበር ኣነን ደቀይን ኣብቲ ስራሕ ብንጥፈት ምውሳእና ኣዝዩ ሓጊዙ። ሕርሻ ንበይንኻ ሰሪሕካ ተድመዓሉ ዓውዲ ኣይኮነን። ንሕና ምስታፍና ጥሙር ሓይሊ ኮይንዎ። ዝተጠምረን ጥርኑፍን ሓይሊ ድማ ተዓዋቲ እዩ" ትብል።

ህድኣት ስድራኣ ጠርኒፋ ኣብ ቴንዳ ንገለ እዋን ምስ ጸንሐት ሓንቲ ክፍሊ ነዲቖም ካብቲ መፈየጺ ቴንዳ ቅሩብ ማሞቑ። በብግዚኡ ዘድልዮም ክፍላታት እናወሰኹ ድማ፡ ሎሚ ነታ ስድራ እኹል ክፍልታት ዘለዎ፡ ዓይኒ ምድሪ፡ ክሽነን ካልእ መሳለጥያን ዘጠቓልል መንበሪ ቤት ሃኒጾም፡ ጸላም ተረሲዑ ገዛ ብብርሃን ተኾሊዓ ኣላ። ክብደት ናብራ ሰብ ማሕረስ ከተረድእ ከላ ከምዚ'ያ

ትብል፡ “እቲ ራኢኻ ስለዘማእዝነካ ድኻምካ ኣይትጽብጽቦን እምበር ሓረስታይ ምኳን ከቢድዩ ብዙሕ ጻዕሪ ኣለዎ። ከም ኣደ፡ ቆልዑን ሓዳርን ትኣሊ፡ ደርሆን ካልእ ጥሪትን ትከናኸን፡ ንህቢ ትከታተል . . . ኢድካ ዘይትሕውሰሉ ስራሕ የለን።ግን ከኣ ኩሉ ትደልዮ ኣብ ኢድካ'ዩ፡ እኽሊ፡ ጸባ፡ ርግኦ፡ ጠስሚ፡ እንቋቑሖ፡ ስጋ፡ መዓር፡ ኮታስ እቲ ፍሬ ጻዕርኻ ኩሉ ኣብ ኢድካ ስለዝኾነ ዕግበት ኣለዎ።”

ደቆም ሕርሻኦም እናገበሩ ካብ ትምህርቶም ዝሕጥ ስለዘይበሉ ኣብ ጽቡቕ ደረጃ በጺሖም። ዓባይ ጓሎም ብሕርሻ፡ ወዶም ብስነፍልጠት እንስሳ ተመሪቖም፡ ኑቲ ወለዶም ዘተኸልዎ ትካልብፍልጠት ከማዕብልዎ ትጽቢት ወለዶምዩ። ህድኣት ነዚ ከም ዓቢ ዕድል እያ ትቖጽሮ። ደቅና ናይ ቀለም ምህሮ ጥራይ ዘይኮነ ባህለን ጥቡበን ስራሕ ኣማዕቢሎም ንዓለም ብክልቲኡ ከገጥምዋ ዓቕሚ ኣጥርዮም ኣለዉ በሃሊት እያ።

“ውራይ ትምህርትኹም ግበሩ ኢልና ካብ ስራሕ ኣይኣለናዮምን። እናሰርሑ እዮም ተማሂሮም። ወጽኢቶም እውን ሕማቕ ኣይኮነን። ስራሕ ኪይበኩርን እቲ ትካል ክምዕብልን፡ ኣብ ትምህርቲ ኪይሓምቁን ናብ ካልእ ዘየርብሖም መኣዝን ኪይዝንበሉን፡ ነታ ሚዛን ሓሊኽ ምኻድ ቀሊል ኣይነበረን። ተደራራቢ ጻዕሪ ይሓታ ንሓንቲ ኣደ” ትዝክር ህድኣት።

ብኣገላልጻ ተጋዳሊትን ሓረስታይን ህድኣት፡ ዓወት ኣብ ርእስኻ እያ ትስራሕ። ‘እንታይ ዓቕሚ ኣሎኒ ኣነ እንተ ኢልካዮ ንሓንሳልካ ሓይሊ ትስእን፡ ‘ክገብርየ እንታይ ከልካሊ ኣሎኒ’ እንተኢልካዮ ድማ መገዲ ዓወት የብረሃልካ። ደሓር ከኣ ጓለንስተይቲ ፍሉይ ሓይሊ፡ ፍሉይ ክእለት ሂብዋ ኣምላኽ ክበሃል ይከኣል እዩ። ብዙሕ ተደራራቢ ጾር ከለዋስ ክትሰግሮ ከኣ ሓይሊ ኣለዋ። ጎኒ ምስ ቆረረ፡ ዝበዝሕ ግዜ ዘጋጥም ሞራል ምውዳቕ እዩ። እዚ ዝሰገር ድማ፡ ዓወት ኣብ ርእስኻ ስለዘላ ሽግር ሓላፊይ'ዩ፡ ክሰግሮ እየ ክዕወት እየ ጥራይ በላ ትብለን ንኹለን ደቀንስትዮ። ልዕሊ ኩሉ ድማ ደቀን ከማእዝና እንተኾይነን ባዕለን ማእዝነን ከጥፈኣ ስለዘይብለን፡ እታ ሚዛን ምሕላው ኣገዳሲትን ወሳኒትን እያ።

ካብ ተመክሮኣ ክትገልጽ ከላ፡ “ደቀይ ፍርቂ መዓልቲ ስራሕ ፍርቂ መዓልቲ ትምህርቲ እዮም ኔሮም። ስራሕ ግን ኣይዓንቀፎምን፡ ተወዳዲሮም ብልጫ ይወስዱ ኔሮም። ጓለይ ካብ 2ይ ክፍሊ ጀሚራ ብልጫ እናወሰደት ካልኣይ ደረጃ ወዲኣ። ገለ ወለዲ ‘ደቂ ገሬ’ኳ ብልጫ ዝወሰዱ’ እናበላ ንደቀን ክገንሓ እሰምዕ። ሂወቶም ስራሕ ምኻኑ ስለዝፈልጡ። ስለዚ፡ ጥዕናኦምን ትምህርቶምን ዝጎድእ ጥራይ ኣይኹን እምበር፡ ስራሕ ንትምህርቲ ኣይዕንቅፎንዩ። እኳ ደኣ የዕምቖን የስፍሖን” እናበለት ተብርህ። ህድኣት ቀጺላ፡ “ኣደ፡ ከተስተብህል ኣለዋ፡ ብግቡእ ይምገቡ፡ የዕርፉ፡ የንብቡ ኣሎዶ፧ እንታይ ሓገዝ የድልዮ፧ ክትርኢ ኣለዋ። ኣነ ንኣብነት ኑቶም ደቀይ ኣብቲ ሓገዝ ዘድልዮም ዓይነት ትምህርቲ ከይህሰዩ ተወሳኺ ትምህርቲ ኣብ ገዛ ከምዝረኽቡ እገብር ኔረ። ልክዕ እዩ ድኻም ኣሎ። ብዝኸኣላ ግና ደቃ ከተማእዝን ግዜ ከም ዝህልዋ ክትገብር ግዴታ እዩ። እቲ ኩሉ ጻዕራ ትደልዮ ፍሬ ከይሃበ ክተርፍ የብሉን። ጸማ ድኻማ ብደቃ ክትፍደዮ ክትሰርሕ ኣለዋ” እናበለት፡ ነታ ሚዛን ከየዘናበልካ፡ ስራሕን ምእላይን ምምእዛን ቆልዑን ብማዕረ ግዜ ክወሃቦ ትመክር።

ትካል ንግዳዊ ሕርሻ ናይዞም ተጋደልቲ፡ 4.4 ሄክታር እዩ ስፍሓቱ። ክጅምርዎ ከለዉ ብጃኻ ገረብ ቀላሚጦስን፡ ረግረግን ዋላ ሓንቲ ኣይነበሮን። ሎሚ ናብ ሓረስቶት ዝከፋፈል ምሩጽ ዘርኢ ድንሽን ስርናይን ኣባዚሑ ናብ መንግስቲ ዝሸይጥ፡ ኣሕምልትን ፍሩታን ዘፍሪ፡ ደርሁን ንህብን፡ ከብትን ኣባጊዕን ዘለዎ ቦታ ሕርሻ ኮይኑ ኣሎ። ሳላ ጻዕሪ፡ ምስማር ኣብ ራእይን ምርድዳእን እዛ ስድራ ኣብ ልምዓት ተዓዊታ ክኢላታትን ህርኩታትን ኣፍርያ። ከምቲ ህድኣት ደጋጊማ ትብሎ ዓወት ኣብ ርእስን ኣብ መንፈስን እዩ ዘሎ።

ክኽእሎ'የ ዝበለ ከይከኣሎ ነይተርፍ!

ዓንዶም ግርማይ (ወዲ-ደረስ)

ፍረወይኒ ተስፋሃንስ፡ ናይ 1978 ገዲም ተጋዳሊት'ያ። ኣብ'ዚ እዋን'ዚ ወናኒት ኣብ ዳዕሮ-ቓውሎስ ዝርከብ ትካል FT ጸባን ውጽኢቱን እያ። ህይወት ፍረወይኒ፡ ኣብ ገድላዊ ህይወታ ካብ ሓኪም ጋንታ ክሳብ ሓኪም ቦጦሎኒ ኮይና ዘገልገለት እያ። ድሕሪ ናጽነት፡ ኣብ ዝተፈላለያ ትካላት ጥዕናን ሆስፒታላትን ሰሪሓ። ኣብ ቤት ትምህርቲ ነርስ ተማሂራ ከኣ፡ ብ1994 ብዲፕሎማ ተመሪቓ።

ተጋዳሊት ፍረወይኒ፡ ዓመት ድሕሪ ናጽነት ቢልዮን ዝሰመየታ ጓል ተበኲራ። ኣብቲ እዋን'ቲ፡ ተጋደልቲ ናይ ጁባ ሒደት ገንዘብ እምበር፡ ደሞዝ ኣይነበሮምን። ምስ በዓል ቤታ ኣብ ካምቦቦሎ ኣብ ቀጽሪ ዒላ ዝነበራ ገዛ ተኻርዮም እናነበሩ ከለዉ፡ ጓሎም ጸባ ክትረክብ ብምሕሳብ፡ ሓንቲ ላም ምስ ምራኻ ገዚኡ። እታ ላም ኣብ መዓልቲ 4 ሊትሮ ጸባ እናተሓልበት፡ ንጓሎም ኣብ ርእሲ ምዕንጋላ፡ እቲ ዝተረፈ፡ ኣብ ከባቢኦም ንዝነበሩ ንሊትሮ ብ2 ብር እናሸጡ ቀኍብ ቀኍራቦ ገንዘብ ከጠራቕሙ ጀሚሮም።

ፍረወይኒ ብምኽንያት ጥዕና ኣብ 1996 ድሕሪ ምጥያሳ፡ ስራሕ ምርባሕ ከብቲ ክትደፍኣሉ መደበት። ቅድሚ ዝኣገረ ግን፡ "ኣይትኽልዮን ኢኺ" ዝብል፡ ካብ ስድራ ቤታን ፈተውታን ተሪር ተቓውሞ ገጠማ። ምስ ሞያኺ ዝሳነ ፋርማሲ ክንከፍተልኪ ዝብሉ ኣሕዋት እውን ኣይሰኣነትን። ንሳ ግን፡ ምስ መፍረ ጸባን ከብቲን ስለዝተላለየት፡ የማን ጸጋም ዝዘንባ ዝነበረ ተቓውሞታት ኣቓልቦ ከይሃበት፡ ኣብ 'መፍረ ጸባ ከብቲ' ክትነጥፍ ወድኣቶ። ኣብ ርእሲ'ተን ዝነበርኣ ከብቲ፡ ንመጣየሲ ብዝተዋህባ 10 ሽሕ ብር፡ ተወሰኽቲ ከብቲ ገዚኣ ወሰኸትለን። እትንብረሉ ዝነበረት ስፍራ ግን፡ ንቲ ዘበገሰቶ ስራሕ ዝምችእ ኣይነበረን። ልግስ ዝበለ ስፍራ ከምዘድልያ ከኣ ተረድኣት። ይሓይሽ ዝበለቶ ቦታ ኣብ ከባቢ ቀኍሸት መረጸት።

እዋኑ 1996 እዩ ዝነበረ። መሬት ክትሓትት ናብ ቤት ጽሕፈት ምምሕዳር ንኡስ ዞባ በሪኽ ኣምሪሓ። ንኣማሓዳሪት ናይቲ ንኡስ ዞባ፡ ተጋዳሊት ሰማይነሽ (ትሪንዳድ) ረኺባ፡ ጥይስቲ ተጋዳሊት ምዃናን፡ ኣብ መፍረ ጸባ ከብቲ ክትነጥፍ፡ መሬት ክፍቀደላን ሓተተታ። ርእይቶ ትሪንዳድ ካብ ርእይቶን ሓሳባትን ስድራ-ቤታን ፈተውታን ዝፍለ ኣይነበረን። ዘበገሰቶ ሓሳብ ብዙሕ ጻዕሪ፡ ተመኵሮን ትምህርቲን ዝሓትት ዓውዲ ምዃኑ ከተረድኣ ፈቲና። ፍረወይኒ ግን፡ "መሬት ጥራይ ፍቐድለይ'ምበር፡ እኽእሎ'የ" በለታ ተቢዓ። ትሪንዳድ ብድሕር'ዚ፡ ንፍረወይኒ ብስነ-ፍልጠታዊ መገዲ ክሕግዛ ምስ ዝኽእል መንግስ ኣፈ.ወርቂ ዝተባህለ ከኢላ ኣራኸበታ። ፍረወይኒ፡ ሓሳባ ገለጸትሉ። ርእይቶ መንግስ ድማ፡ ካብ ርእይቶ ትሪንዳድን ስድራኣን ዝፍለ ኮይኑ ኣይረኸበቶን። እቲ ዝሓሰበቶ ወፍሪ፡ ገዚፍ መበገሲ ርእሰማል ዝጠልብ ምዃኑ ብምግላጽ፡ ኣብ ክንድኡ ክትዕወተሉ ዝበሎም ብዙሕ ኣማራጺታት ክትሓስብ መኸራ። ዘንቀደ'ሞ መዓስ መላሲ ኣለዎ። ፍረወይኒ ኣንቂዳ፡ ንድሕሪት እትብለሉ ምኽንያት ኣይነበራን። ብዛዕባ ገንዘብ እንዳ ምጥያስ ከበግስዋ ምዃኖም እምንቶ ነይሩዋ። ድሮ 40 ሽሕ ብር ተለቂሓ 7 ከብቲን ፈረስ ምስ ሰረገላኣን ገዚኣ ነቲ ስራሕ ተዳለወት።

ፍረወይኒ፡ ማይ ብቐሊሉ ትረኽበሉን ጀርዲን ገይራ ቀለብ ከብቲ ተልምዓሉን ዝበለቶ ኣብ ከባቢ ቁሸት ከባቢ እንዳ ኣፍራስ ቦታ ከምዝመረጸት'ያ ንመንግስ ሓቢራቶ። ካብዚ ተበጊሱ እንተላይ ንኣተሓሕዛን ኣተዓቓቕባ ጸባን ውጽኢቱን፡ ኣሰራርሓ ፋርማጆ፡ ኣተሓሕዛ ከብቲ...ወሲኹ፡ ንድፊ መጽናዕቱ ኣረኪቡዋ።

ኣብቲ እዋን'ቲ ኣግሮ ኢንዱስትሪ ዒላበርዕድ፡ ብዝተፈላለየ ምኽንያት ክሕዘን ዘይመረጸን ናይ ጸባ ከብቲ ክሸጠን መዲቡ ነበረ። እዚ ወረ'ዚ ኣብ እዝኒ ፍረወይኒ በጽሐ'ሞ፡ እቲ ትካል ንመሸጣ ካብ ዘውረደን 10 ከብቲ ገዚኣ ናብ'ተን ዝጸንሓኣ ከብቲ ጸንበረተን።ቀኍጽሪ ናይ ጸባ ከብቲ እናበዝሐ፡ ምህርቲ ጸባ'ውን እናበርከተ ከደ። በዚ ድማ፡ ስድራኣን ከብታን ጠርኒፉ ኣብ መንጎ ዓዲ ሰጉዶን ወኪ.ዱባን ናብ ዝርከብ ከባቢ ግዒዛ ክትቅመጥ ጀመረት።

ተጋዳሊት ፍረወይኒ ኣብ 2002 ፍቓድ ዋኒን ኣውጽኣት። ምስኡ ከኣ፡ ዘድልይዋ ዝዓቕማን ብዓቕማን ናውቲ ገዚኣ ንቲ ስራሕ ብዓቢ ፍናንን ሞራልን ተበገሰትሉ። ካብቲ ድሒራ ክትቅመጠሉ ዝጀመረት ስፍራ ለቒቓ ከኣ፡ ናብ ዳዕሮ-ቓውሎስ፡ ቀጺላ ድማ ናብ ዓዲ-ቀ ቀየረት። ኣብኡ'ውን ኣይጠዓማን። እንደገና ናብ ዳዕሮ-ቓውሎስ ተመልሰት። ብዓል ቤት ፍረወይኒ'ዩ ኣብኡ እዩ ዓዱ።

ፈለማ ዳዕሮ-ጳውሎስ ዝኣተወትሉ፡ ዘይት ርስያ ዝኽሪ ኣለዋ። ምኽንያቱ ብዘይተፈልጠ ኣብ ሓንቲ ለይቲ 14 ዓበይቲን 7 ኣራሑን ብድምር 21 ከብቲ ሞይተን ሓደራ። ግን ተስፋ ኣይቈረጸትን። ዘጋጠማ ክሳራ ንምሕዋይ ካብ መውል ገንዘብ ተለቂሓ ዳግማይ ከዝተንስኣት ድማ ትጸዊ።

ከብቲ እኹል ምህርቲ ጸባ ክህባ፡ እኹል መግቢ ምቕራብ የድሊ። ፍረወይኒ ነዚ ተረዲኣ፡ ቀጠልያ መግቢ እንስሳ ንምልማዕ፡ ኣብ ማይ በላ ጀርዲን ተኻርያ ክትነጥፍ ጀመረት። ኤርባን ካልኦት ዓይነታት ሳዕሪን ብምልማዕ፡ ዝተረፈ ኣብ ከባቢኣ ካብ ሓረስቶት ገዚኣ እትረኽቦ ቀጠልያ መግቢ እንስሳ እናወሰኸት፡ መግቢ ከብታ ኣውሓሰት። ኣብ ፈለማ ምትካል እግሪ እንትርፎ ወጻኢታት ኣታዊ ዳርጋ ኣይነበራን።

ስታላ ክትውንን እኹል ቀለብ፡ ማይ፡ ሕክምና፡ ዉሑስን ልጉስን ሰፍራ...፡ ንፍርያትካ ጸባን ውጽኢቱን ናብ ዕዳጋ እተመላልሰሉ መጓዓዝያ የድሊ። ወይዘሮ ፍረወይኒ ኣብ ጸቢብ ስፍራ ካምቦቦሎ ኣብ ዝነበረትሉ እውን እንተኾነ፡ ፈለማ ኣተኵሮ

ዝሃብቶ፡ ምዕዳግ ናይ ጸባ ከብቲዩ ዝነበረ። ቀጺላ ንመግቢን ማይን እተን ከብቲን ጸባ ንዕዳጋ እተመላለስ ፈረስ ምስ ዓርብያኣ ገዚኣ። ጸባ ብምሻጥ ኣብ ዝርከብ ገንዘብ እምንቶ ኣንቢራ ድማ፡ ኣብ ባዶ ኢዳ ሽቃሎ እውን ቆጺራ።

ብሰንኪ ዝናብ መግቢ እንስሳ ኣብ ሃገርና እኹል ከምዘይኮነ ርዱእ'ዩ። ካልእ ሜላ ምድላው ቀለብ ከብቲ ክህሉ ግድነት ይኸውን። ትካል FT ጸባን ውጽኢቱ ነዚ ብድሆ'ዚ ንምቅላል፡ ብኸመይ ተማልኡ ንዝብል፡ ኣብዚ መዳይ እትጥቀመሉ ብልሓት ዝገለጸልና፡ ብዓል ቤታ ንወ/ሮ ፍረወይኒ፡ ኣቶ ተመስገን ተኪኤ'ዩ። ኣቶ ተመስገን ተጋዳላይን ብዓል ሞያ ፋርማሲን'ዩ። ንሱ ኣብ ሓበሬታኡ፡ ቐጠልያ መግቢ እንስሳ ዘልምዑላ መሬት ንእሽቶ ጀርዲን ከምዘላቶምን እኹል ስለ ዘይኮነ ግና፡ ውሁድ ቀለብ እንስሳ ንምድላዉ፡ ካብ ዕዳጋ ከይተመርኮሱ፡ ብገዛእ ርእሶም ከማልኡዎ ብምሕሳብ ወትሩ ኣብ ጻዕሪ ከምዝርከቡ ይገልጽ። ንመዓላ መግቢ እንስሳ ዝውዕሉ ኣሻ'ኧት ነገራት ዝጥሒኑላ መሳርሒ'ውን ኣላቶም። ብኣኣ ተሓጊዞም ኣሻ'ኧትን ጥቕሚ ዘይብሎም ኰይኖም ንሰብ ዝርድኢዎ፡ ግን ድማ ሃብታም ትሕዝቶ ካርቦ-ሃይድረይት (ሽኮር) ዘለዎም በለስን ዳንዴርን ጥሒኖም፡ ፕሮቲን፡ ስብሒን ካልስዩምን ክረኽባ ውጽኢት ዓሳ ደሚሮም ምስ ሓሰር፡ ፍሩስካ፡ ጕርዲን ሳዕሪን ሓዊሶም፡ ከብቶም ከምዝምግቡ የብርሁ።

መዐቀኒ ውጽኢት (ፍርያት) ሓደ ነገር ብቕዓቱ'ዩ። ብዓይነት ዝተመስከረሉ ጥዑይ ፍርያት፡ ንተጠቀምቱ ጥዕና፡ ነቲ ትካል ድማ ዕብየት ዘረጋግጽ እዩ። ኣብ ንግዲ፡ ዕቤትን ዕንቅፋትን መ'ኻይዱ'ዲ'የን። ጸባን ውጽኢቱን ዝበዝሕ ሰብ ዝፈትዎን ዝጠልቦን መግቢ'ዩ። ተጠላቢ ክንሱ፡ ዘይጥለበሉ እዋናት ግን ኣሎ። ቀንዲ ዕዳጋ ውጽኢት ፍርያት ጸባ ኣስመራ ምኳኑ እትገልጽ ወ/ሮ ፍረወይኒ፡ ፋርማጆ እውን ኣብ ዕዳጋ ልዑል ጠለብ ከም ዘለዎ ትጠቅስ። ጸገም መሸጣ ፍርያት ኣብ ዘጋጥመሉ ዝጥቀምሉ ሜላ ከተብርሃልና ተወኪስናያ። ጽሬትን ጥንቁቐ ኣተሓሕዛ ጥራይ ዝጠልብ ንዓመታት ከይተበላሸወ ክጸንሕ ብዝኽእለሉ መልክዕ ኣዳልዮም ከምዝኽዝንዎ ከኣ ኣረዲኣ።

ስራሕ ስድራ ክዕወት፡ ተሳትፎ ኵሎም ኣባላት ኣገዳሲ እዩ። ስለስተ ውሉዳት ዝፈረየት ስድራ ኣቶ ተመስገን፡ ደቃ ብግቡእ ኣምሂራ፡ ካብ ኮለጃት ዘመረቑት ኣብነታዊት ስድራ'ውን'ያ። በጺሓቶ ዘላ ደረጃ ዕማም ነፍሲ-ወከፍ ኣባል ንጹር ብምኳኑ ዝተረኽበ ውጽኢት ምኳኑ ወ/ሮ ፍረወይኒ ትገልጽ።

ንጥፈታት ትካል ጸባን ውጽኢት ጸባን FT ዳዕሮ-ጳውሎስ፡ ኣብ ከብቲ ጥራይ ዝተደረተ ኣይኮነን። እታ ትካል ኣብ ምርባሕ ኣፍራስን ኣባጊዕን'ውን ትነጥፍ'ያ። ኣብዚ እዋን'ዚ ኸኣ፡ ሓደ ኣርሓ ዝርከበን 26 ከብቲን 180 ኣባጊዕን ኣለውኣ። ብዘይካ'ዚ እታ ትካል ንኣገባብ ስርዓተ ወሲብ ከብቲ እትጥቀምሉ ሜላ፡ ከከም ኣገዳስነቱ ብዘመናዊ ምድቓልን ብምሩጻት ኣብዑር (ኣርሓን) ኣቢላ ከምእተካይዶ ፍረወይኒን ብዓል ቤታ ኣቶ ተመስገንን የረድኡ።

ኣብ ትካል ጸባን ውጽኢት ጸባን FT፡ ዝርከባ ከብቲ ጎባይ ዓይነት ኰይነን፡ እታ ትካል መዓልታዊ ካብ ሓንቲ ላም ብገምጋም 24 ሊትሮ፡ ብድምር ድማ ካብ 150 ክሳብ 180 ሊትሮ ጸባ ትረክብ። እዚ ግን፡ ብሳላ ኣቶ ተመስገን፡ ኣብ ስርዓተ ኣመጋግባ እተን እንስሳ ዘካየዶ ዘይሕለል ጻዕሪ ዝተረኽበ ውጽኢት ምኳኑ ወዶም ናሆም ተመስገን ይገልጽ። ንዘለዎም ሕጽረት ጸባ ንምምላእ ከኣ፡ ኣብ ከባቢኦም ካብ ዝርከቡ ሓረስቶት ኣርባሕቲ ናይ ጸባ ከብቲ እናገዝኡ ከምዝጥቀሙ ሰብኣይን ሰበይቲን ይዛረቡ።

ኣብ መዳይ ጥዕና እተን እንስሳ፡ ከብቶም ብመንግስቲ እኹል ክታበት ከምዝረኽባ ኣቶ ተመስገን ይገልጽ። እቲ ዝዓበየ ንኸየጋጥሞም ዘሻቕሎም ኣናሶ (ዕጮ ላም) ዝበሃል ሕማም ከብቲ እዩ። ዕጮ-ላም፡ ብቕሊሉ ክትቈጻጸሮ ዘይከኣል፡ ንኣፍ፡ ጡብ፡ ርሕሚ፡ ሾኾና እግሪን ካልኦት ከፋታትን ዘቕንስል ብቫይረስ ዝመሓላለፍ ንኸብቲን ካልኦት እንስሳታትንዘጥቅዕ፡ ንፍርያት ምህርቲ ጸባ ብኣሉታ ካብ ዝጸልዉ ሕማማት ሓደ'ዩ። ወ/ሮ ፍረወይኒን ብዓል ቤታን ክልቲኦም ሰብ ሞያ ጥዕና ስለዝኾኑ፡ ኰነታት ጥዕና ከብቶም ኣብ ምሕላዉ ዕቱብ ክትትል ከምዝገብሩን ኣብ ርእሲ'ዚ፡ ኣብ ሳልስቲ እናመጸ ዝከታተል ሓኪም እንስሳ ከምዘለዎም'ውን የውግዑ።

ወ/ሮ ፍረወይኒ ኣብ ስርሓ ዝሕግዝዋ ኣብ በበይኑ እዋን ብርክት ዝበሉ ዝተፈላለዩ ስልጠናታት ከም ዝወሰደት ትገልጽ። ወ/ሮ ፍረወይኒ፡ ንኣተሓሕዛ ኵሉ መዳያዊ ብቕዓት ፍርያታ ዘረጋግጽ፡ ካብ ዝተፈላለዩ ትካላት ደገን ክፍሊ ኣገልግሎት ሕጋጋትን ቊጽጽርን ሚኒስትሪ ሕርሻን ምስክር ወረቐት ዝተቐበለት ሃብሮም ሓረስታይ'ያ።

ሕግን ሕብረተሰብን

ጥፉእ፡ ብዓይኒ ሕጊ ከም ህሉዊ'ዶ ከም ምዉት ይርአ?

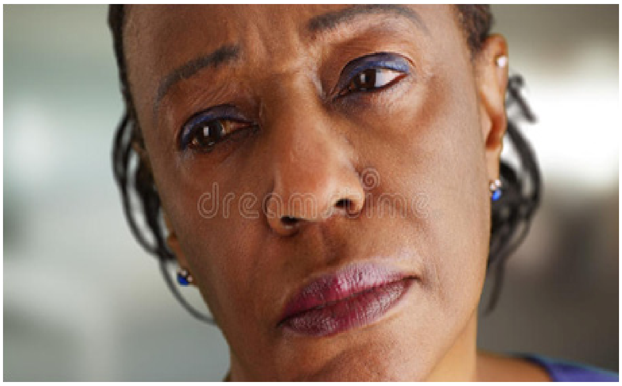
ሚኪኤል ጸጋይ

ሰብ ካብ ዝነብረሉ ቦታ ወይ ሃገር ተሰዊሩ ንክልተ ዓመት ድሕሪ ምስ ዘጥፍእ፡ ዝኾነ ምስቲ ጥፉእ ዝምድና ወይ ናይ ንግድን ስራሕን ምትእስሳር ዘጸንሖ ሰብ ብዛዕባ እቲ ድሕሪ ዘጥፈአ ዉሳነ ንምርካብ ናብ ቤት ፍርዲ ምልክታ ከቕርብ ይኽእል። ምልክታ ዘቕርቡ፡ መጻምድቲ፡ ወለዲ፡ ዉሉዳት፡ ኣሕዋትን ኣሓትን፡ ካልኦት ኣዝማድን መሻርኽትን ናይቲ ጥፉእ ክኾኑ ይኽእሉ። ብዛዕባ ጉዳይ ጥፉእ ዘጻርን ዝዉስንን፡ ኣብቲ ጥፉእ ክነብረሉ ዝጸንሐ ኣድራሻ ዝርከብ ቤት ፍርዲ'ዩ።

ቤት ፍርዲ ንትሕዝቶ ናይቲ ዝቐረበ ምልክታ ኣብ መንበሪ ገዛ ናይቲ ጥፉእ ወይ እቲ ሓበሬታ ክርአ ኣብ ዝኽእለሉ ዝተመርጸ ቦታ ከም ዝለጠፍ ወይ ከም ዝዝርጋሕ ይገብር። ዕላማ ናይቲ ምልጣፍ ወይ ምዝርጋሕ፡ ጉዳይ ጥፉእ ኣብ ቤት ፍርዲ ተላዒሉ ከምዘሎ ክፍለጥ'ሞ፡ እቲ ጥፉእ ወይ ብዛዕባኡ ሓበሬታ ዘለዎም ካልኦት ሰባት መልሲ እንተሃቡ ተባሂሉ'ዩ።

ንወዲሰብ ኪጋጥምዎ ካብ ዝኽእሉ መረርቲ ማሕበራዊ ፍጻመታት ምጥፋእ ወይ ምስዋር ኣባል ቤተሰብ'ዩ። ሞት ኣባል ቤተሰብ መሪርን ዓሚቝን ሓዘን ዘስዕብ'ኳ እንተኾነ፡ በቲ ካልእ ወገን ሞት ቅባጸት ስለዝኾነ ሓዘን ተዓጺዩ ብብቕሩብ ስለዝርሳዕ ሓዘንተኛ ናብ ንቡር ኩነታቱ ይምለስን ይድበስን'ዩ። ካብ ትፈትዎም ተፈሊኻ ምንባር'ዉን ብትዝታን ብናፍቖትን ዝሓቚ ይኹን'ምበር፡ ሰላምታ ርሑቕን ድሕሪ ማዕዶን ይርከቦ'ዩ። ጥፉእ፡ "ኣይህሉው ኣይምዉት!" ተባሂሉ'ዉን ዝጥቀስ፡ ህሉው ኮይኑ ዘይትስዕም፡ ምዉት ኮይኑ ዘይትቕብሮ ምኳኑ ድማ'ዩ እቲ ምምሪሩ! መጻምድቱ፡ ደቁን ንብረቱን'ኪ እንታይ ይኹኑ ድማ ካልእ ክዓርፍ ዝግበኦ ሕቶ'ዩ።

ሰብ ምጥፍኡ ምልክታ ዝቐረበሉ ቤት ፍርዲ፡ ጥፉእ ብህይወት ምህላዉን ዘይ ምህላዉን ከረጋግጽ ይጽዕር። ስለ ዝኾነ ከኣ ዕቱብ መርመራ ክግበር ይእዝዝ። ቤት ፍርዲ ነቲ መርመራ ወይ ምጽራይ ምስ ኣኽባር ሕጊ ተሓጋጊዞ'ዩ ዘካይዶ። ኣኽባር ሕጊ ከኣ ምስ



ዕማማት ምክትታልን መርመራን ዘካይዱ ኣባላት ፖሊስን ጸጥታን ሓቢሩ ክሰርሕ ይኽእል። እቲ ጥፉእ ኣብ መንበሪኡን ከባቢኡን ከምኡ'ዉን ይኽዶ'ዩ ዝበሃል ዓድታትን ከተማታትን፡ ብሕልፊ ከኣ እታ ናይ መወዳእታ መዓልቲ ድሕሪ ክትስማዕ ነይሩላ እትበሃል ቦታ ዳህሳስን መጽናዕትን ይካየድ። ኣዝማድ፡ ኣዕሩኽን ጎረቤብትን ብዛዕባኡ ዝፈልጥዎ ክሕብሩ ይሕተቱ። ብኸምዚ ከኣ መረዳእታ ይእከብ።

ብመሰረት'ቲ ዝኣተከበ መረዳእታ፡ ቤት ፍርዲ ጥፉእ ሞይቱ'ዩ ዝኸዉን ኢሉ እንተገምጊሙ ናይ 'ጥፉእ ዉሳነ' ይህብ። ናይ ጥፉእ ዉሳነ እንተተዋሂቡ፡ ንብረት ጥፉእ ዘእክብን ዘመሓድርን ወኪል ይምዘዝ። ዝጸንሐ መርዓ ብፍትሕ ከም ዝተወደአ ተሓሲቡ ዝተረፈ መጻምድቲ ዳግማይ ክምርዖ ይኽእል። ቀሉብ ህጻናትን መጻምድትን ይዉሰን፡ ናይ ዕዳ ሰብ መሰል ይኽፈሉ፡ መጻምድቲ ጥፉእ ፍርቂ ብጽሒቱ የልዕል፡ ንብረት ጥፉእ ከኣ ናብ ወረስቱ ክመቓቐል ይኽእል። እንተኾነ ቤት ፍርዲ ምጥፋእ ድሕሪ ናይቲ ሰብ ኮነ ኢልካ ዝተኸወለ ከይከዉን ልዑል ጥንቃቐ'ዩ ዝገብር። ከምኡ'ዉን እቲ ሰብ ቅድሚ ምጥፍኡ ወኪል ወይ ናይ ንብረቱ ኣካያዲ መዚዙ ነይሩ ከይከዉን የጻሪ። ኣብ ከምኡ ኩነታት እቲ ቤት ፍርዲ ናይ ጥፉእ ዉሳነ ከይሃበ ንተወሳኺ ሓደ ዓመት ክጸንሕ ይኽእል፡ ወይ ድማ ናይ ጥፉእ ዉሳነ ሂቡ፡ ኣብ ሓዳርን ንብረትን ጥፉእ ዝዉሰድ ስጉምቲ ከይተወሰደ ንሓደ ዓመት ክጸንሕ ክዉስን ይኽእል።

ጥፉእ ደሃይ ካብ ዘይገብር ሓሙሽተ ዓመት እንተሓሊፉ፡ ምልክታ ዝቐረበሉ ቤት ፍርዲ ኣብ ዉሽጢ ሓደ ዓመት፡ 'እቲ ሰብ ጥፉእ'ዩ' ኢሉ ክዉስን ግዴታ ኣለዎ። መወዳእታ ዕለት ደሃይ ኣብቲ ጽሑፍ ፍርዲ ክሰፍር ከኣ ግድን'ዩ።

ዝተኣከቡ ሓበሬታታት ጥፉእ ምማቱ ብዘየጠራጥር መንገዲ ዘረጋግጹ እንተኾይኖም፡ ቤት ፍርዲ፡ ጥፉእ "መይቱ'ዩ" ኢሉ ይዉስን።

ዉሳነ ጥፉእ ምሃብን ጥፉእ ከም ዝሞተ ምዉሳንን ክልቲኡ ዝተፈላለየ ሕጋዊ ሳዕቤናት ኣለዎ። ዝተዋህበ ዉሳነ ጥፉእ'ዩ ዝብል እንተኾይኑ ምናልባት ሓደ መዓልቲ ናብ ገዝኡ ተመሊሱ ብዛዕባ ምምላስ ንብረቱ መሰሉ ክሓትት ስለዝኽእል፡ ንብረቱ ናብ ወረስቱ ክምቀል'ከሎ፡ ነብሲ ወከፍ ወራሲ ዉሕስናን ትሕጃን ብምትሓዝ ወይ ብምፍራም'ዩ ብጽሒቱ ዝቕበል። ኣብ ዉሳነ ሞት ኣብ መቕሊ ዉርሻ ሕቶ ዉሕስናን

ትሕጃን ኣይልዓልንዩ። ወረስቲ ብቐጥታ ዋናታት ናይቲ ንብረትዮም ዝኾኑ።

ቤት ፍርዲ ናይ ጥፉእ ዉሳነ ድሕሪ ምሃቡ እዞም ዝስዕቡ ነገራት ይኽተሉ።

1. ከምቲ ኣብ ላዕሊ ዝተገልጸ፡ ጥፉእ ምርዑዉ ወይ ምርዕዉቲ ምስ ዝነበሩ፡ ዉዕል መርዓ ከም ዝፈረሰ ይቑጸር፡ ስለዚ ዝተረፈ ወይ ዝተረፈት መጻምድቲ ካልእ ዉዕል መርዓ ክምስርቱን ክወልዱን ይኽእሉ።

2. እቲ ጥፉእ ከም ወራሲ ብጽሒቱ ዝቕበለሉ ጉዳይ ዉርሻ እንተተላዒሉ፡ ጥፉእ ብህይወት ከም ዘየለ ተሓሲቡ ካብቲ ዉርሻ

ኣይምቀልን። ይኹንምበር ምናልባት ጥፉእ ብህይወት ምስ ዝምለስ ክሓትት ስለዝኽእል፡ እቶም መዋርስቱ፡ ብጽሒቱ ክህብዎ ዉሕስና ወይ ትሕጃ ብምግባርዮም ብጽሒቶም ዝመቕሉ።

3. ጥፉእ ብዘዕባ ኣወራርሳ ንብረቱን ሃብቱን ዝሓደጎ ለበዋ እንተሃልዩ፡ እቲ ለበዋ ተነቢቡ ኣብ ተግባር ይዉዕል። ለበዋ ምስ ዘይጸንሕ ውርሻን መቕልን ቡቲ ሕጊ ዝሰርዖ ይፍጸም።

4. ብለበዋ ይኹን ብዘይለበዋ ንብረት ጥፉእ ዝወረሰ፡ ንዝተማቕሎ ብሓልዮትን ሓላፍነትን ክሕዞን ክጥቀመሉን ይግደድ። ካብቲ ነቲ ሃብቲ ወይ ትካል ዝተቐበለሉ ዕለት ኣብ ዉሽጢ ሰለስተ ወርሒ ነቲ ንብረት ከውፍሮ ወይ ከካርዮ ወይ ከንቀሳቕሶ ይግባእ።

5. ወረስቲ፡ ንደቂ ጥፉእ ንምዕንጋል ተባሂሉ እንተዘይኮይኑ ንብረት ክሸጡን ከመሓላልፉን ኣይክእሉን።

ጥፉእ ብህይወት እንተተመሊሱ እዞም ዝስዕቡ መስላት ኣለዉዎ።

- ንብረቱ ቡቲ ምስ ተመልሰ ዝጸንሖ ደረጃን ብመኽሰብ ትካላቱ ዝተጠርዩ ካልኦት ንብረትን ሃብትን ይምለስሉ።

- ዕለታዊ ኣታዊታት ኣይምለስሉን፡ ምስ ወረስቲ ይተርፉ።

- ወረስቲ ብክፉእ ልቦና ወይ ብርኡይ ሸለልትነት ኣብ ንብረት ጉድኣት ኣስዒቦም እንተኾይኖም ጥፉእ ክሓተሎምን ክኪሓስን መሰል ኣለዎ።

ንብረትን ሓዳርን ጥፉእ ብኸምዚ ዝረኣናዮ ተወሲኑ ድሕሪ ምጽናሕ፡ ጥፉእ ድሃይ ከይተረኽቦ 10 ዓመት ምስ ዝመልእ፡ እቶም ንንብረት ጥፉእ ብእጂታ (possession) (ምሉእ ዋንነት ዘይኮነ) ሒዞም ዝጸንሑ ወረስቲ ምሉእ ዋንነት (ownership) ይረኽቡ። ምናልባት ጥፉእ እንተተመልሰ ተባሂሉ ተኣትዩ ዝነበረ ዉሕስና የቋርጽ፡ ተታሒዙ ዝነበረ ትሕጃታት ናብ ኣትሓዚኡ ይምለስ። ሎሚ እቲ ናይ 10 ዓመት ደረት ግዜ ነዊሑ ብዝብል ብዙሓት ሃገራት ናብ ዝወሓደ ዓመታት ኣውሪደንኦ ይርከባ።

ንምጥቕላል፡ ጉዳይ ጥፉእ፡ ንብዙሕ ጥቕምታትዩ ኣብ ቤት ፍርዲ ዝልዓልን ዝዉሰንን። ሃለዋት ጥፉእ ንምፍላጥ፡ ንብረቱ ዝእከብን ዘዋፍርን ወኪል ንምምዛዝ፡ ጥፉእ፡ ዋኒን ትካላት እንተነይሮሞ ስርሖም ቀጺሎም ዕድል ስራሕ ክፈጥሩ፡ ህዝቢ ካብ ፍርያቶም ክጥቀም፡ ሰብ ዕዳኡ ገንዘቦም ክኽፈሉ ባብ ንምኽፋትዩ። ኣብ ማሕበራዊ መዳያት ከኣ ንሱ ዝሓልፉዮም ዉሉዳትን መጻምድቲን ቀጻልነት ቀለቦም ንምዉሳን፡ ዝተረፈ ወይ ዝተረፈት መጻምድቲ ናይ መርዓ ጉዳዮም መዕለቢ ረኺቦም ዳግም ክምርዓዉን ክፈርዩን፡ ኣብ መወዳእታ ጥፉእ ምስ ዘይምለስ፡ መጻምድቱን ደቁን ናይ ንብረቱ ዋናታት ክኾኑ ዘኽእል ሕጋዊ መንገዲዩ።

***

ማህደር ታሪኽ

ሓድጊ ካብ ኣፍ መስዋእቲ

ጴጥሮስ ተፈሪ

ተጋዳሊት ጽገ የሃንስ (ጓል ብርጅዋ) ብ1962 ካብ ኣቦኣ ኣቶ የሃንስ ይፍጠርን ኣዲኣ ወይዘሮ ንግስቲ የማነኣብን ኣብ ኣስመራ ሰኒታ ተወሊዳ፡ ኣብ'ዚ ሕጂ ፊት መቓብር ሓርበኛታት ዝርከብ፡ ሽዑ "ብቪላጆ ኣፍሪቃ" ዝፍለጥ ዝነበረ ገዛውቲ ዓብያ። ኣብ 8ይ ክፍሊ እንከላ ማእሰርቲ ስለዘጋጠማ ጸኒሓ እውን ንሜዳ ስለዝወፈረት ትምህርታ ኣይወድኣትን። ኣብ 1976፡ ምስ ናይ ቀረባ መሓዛኣን መማኽርታን ናይ ሕጂ ኣመሓዳሪት ማእከል ከተማ ኣስመራ፡ ተጋዳሊት ሂወት መንስ፡ ብመገዲ ሙሉጌታ ሙብራህቱ ዝተባሃለ ወዲ ኣኮኣ ኣብ ዋህዮ 2 ተወዲበን፡ ከም ሽሮ፡ በርበረ መሳሊ ኣስቤዛ ኩነ ሞዴስ፡ ሳሙና፡ መድሃኒት፡ ሰናጡ፡ ሽጋራን ካልእን ንሜዳ የብጽሓ፡መጉሳጉሲ መጽሔታት ሒዘን ይምለሳን ይዝርግሓን ነበራ። ድሕሪ ሓያሎ ዕዉት ስራሕ ግን፡ ሓደ መዓልቲ ብጸላኢ ተታሒዘን ተኣስራ።

ብዙሕ ግዜ መገዲ ዘጽንዓለን ዝነበረ ተፈሪ ዝተባህለ ውዱብ እዩ ነይሩ። ሽዑ መዓልቲ እውን መሬት ኣማን ከምዘሎ ሓቢሩወን እየን ተበጊሰን። እንተኾነ፡ በቲ ዝሃበን ሓበሬታ ተኣማማኒነን ሰዓት 05-00 ንግሆ ቦርቦሬላ ምስ በጽሓ፡ ብጸላኢ ተታሕዛ። እቲ ምኽንያት፡ ቤታ ለይቲቲኣ፡ ካብ ቤት ገርግሽ ኣፍሪዛን ባዶላን ናይ ምውጻእ ስርሒት ብደቂ ኣራዊት (ፈዳኢን) ተፈጺሙ ስለዝነበረ፡ ተፈሪ ነቲ ቦታ ፈቲሹ ሰላም ከምዘሎ ድሕሪ ምርግጋጹ፡ ጦር-ሰራዊት ኣብ ወጋሕታ ነቲ ቦታ ስለዝተቘጻጸርዎ እዩ። ተስፋኣለም ብርሃነ ዝተባህለ ሓደ ሓፋሽ ውዱብ እውን ምስ ተጋደልቲ ጸኒሑ ንውሽጢ ከተማ እናኣተወ ምስኣተን ተታሕዘ። እቶም ጦር-ሰራዊት ሰለስተ ተጋደልቲ ዝሓዙ'ዩ መሲሉዎም። ምልቕ ኢሎም ከይጠፍኡዎም ፈሪሖም፡ ንሰለስተኦም ኣብ ሓንቲ ጉድጓድ ኣእተዉዎም። ኣይጸንሑን፡ ንተስፋኣለም ተኩሶም ቀተሉዎ። ንጽግን ሂወትን ግና፡ ብዝረኸብዎ እናሃረሙ ኣካላብት ውዒሎም፡ ናብ'ታ ሽዑ ዝተረረት ቤት ማእሰርቲ ዝነበረት ኤክስፖ ወሰደወን።

"ክልተ ወንበዴታት ተታሒዘን" ስለዝተባህለ፡ ኤክስፖ፡ ደቀንስትዮ ተጋደልቲ እንታይ ይመስላ ንምርኣይ ብብኣሃዶኦም ብዝተኣከቡ ጦር-ሰራዊት ኣዕለ ቕሊቓ ጸንሓተን። ኩሎ'ኔል ዝነበ ዝተባህለ በዓል መዓርግ ተቐበለን። ኣብኡ ድማ ንምረት መርመራ እቲ ቤት ማእሰርቲ "ሀ" ኢለን ጀመረኦ። ካብኡ ናብ ማርያም ግንቢ ኣሰገሩወን። "እንታይ ርኢኽን? እንታይ ትፈልጣ?" ስእሊ እናኣርኣዩ፡ "እዚ መን እዩ?" እናበሉ ዘሎ መግረፍቲ ኣዝነቡለን። እንተ ንሳተን ከምቲ "እሾኽ ብበላሓ ትፍጠር" ዝበሃል ደቂ 14 ክትብለን ዘጠራጥራ ሰብ ስጡማት ቅናት እየን ነይረን።

ኩሉ ግዜ ንጉዕዞ ቅድሚ ምንቃለን ይመኻኸራ ነይረን እየን።ፈለማ ምስ ረኸቡወን"ናበይ ኢኽን?" እንተበልወን ንዓድና ንኳዜን ኢልናኦም ነበራ። መስዋእቲ ተስፋኣለምውን መዋጽኦ ዝኸውን ሓሳብ ተረኽቦ። ኣብ ኤክስፖ ኩነ ማርያም ግንቢ "ንሕና ንተስፋኣለም ምስቀተልዎ ፈሪሕና ንኸሎ'ቲ ንብረት ናትና ኢልናዮም እምበር፡ ናይ ተስፋኣለም እዩ" በላ። ናይ ክልተኣን ቃል ሓደ ኮይኑ ተመዝገበ። ሓቂ ንምውጻእ ደጊምካ ምስ ማህረምቱ ብጽኑዕ ተመርመራ። ኣብኣ ኣቐጺ። ብብዙሕ ብልሓትን ማህረምቲን ከለፋልፉወን ፈቲኖም ኣይኣመናን። ኣብ 9ይ ወርሐን ድማ ካብ ማእሰርቲ ወጹ።

ድሕሪ ምውጻአን ኣይድደንጉያን። ኣብ ሚያዝያ 1977 ምስ ሽቓጦ ደቂ ዓዲ ንፋስ ተመሳሲለን፡ ብድርፎ ኣቢለን ጸሓይ ዕራርቦ ንሜዳ ኤርትራ፡ ናብ ባሕሪ ወረዳ። ናብ ሳሕል ኣምሪሐን ድማ፡ኣብ ብሊቓት ተዓለማ። ጽገ፡ ድሕሪ ታዕሊም ኣብ ክፍሊ ሕርሻ ዊና ተመደበት። ነዊሕ ከይጸንሐት ግን፡ ብርጌድ 31 ትቐውም ስለዝነበረት፡ኣብ 1978 ናብታ ብርጌድ ተመደበት። ሽዑ ድማ እያ ንፈለማ ግዜ ኣብ ባረንቱ ውግእ ገጢማ። ነቲ ሓያል ዝናብ ክረምቲ ዘጋደዶ መሪር ኩናት በዲሃ ብምውጻእ ድማ፡ ብቕዕቲ ተጋዳሊት ምዃና ኣመስከረት።

ድሕሪ ኩናት ባረንቱ'ውን ኣብ በጉ ኣብ ዲቕ ዝበለ ኩናት ተጸምደት። ብድሕሪኡብርጌድ 31 ኣብ ዝነጠበቶ እናነጠበት፡ ቃልሳቀጸለት። ሎሚ፡ ነቲ መሪር ግዜን ምስኣ ዝነበሩ ብጾትን ነቲ ቦታን

ጓል ብርጅዋ ምስ ሰዉእ በዓል ቤታ ወዲ ሽፋ

ብምድፍናቕ ትዝክሮ።ድፍዓት ሰሜናዊ ምብራቕ ሳሕል፡ በዓል ጉዋ፡ ደብር እመን፡ ቀብር-ወኣት፡ ዴስካት፡ ማሕበርነት፡ ቀጠር፡ ኣብ ኣእምሮኣ ይሰኣላ።ኣብቲ ትንፋስ ዘይህብ ገድሊን ሃለኽለኽን እንከላ ድማ እያ፡ምስ ዑስማን ሽፋ መሓምድኑር (ወዲ-ሽፋ) ዝተላለየት። ብፍቕሪ ተቓረኑ። ኣብ 1981፡ ምስ ከምኡቶም 12 ጽምዲ ኣብ ገርግር ኣስመራ ብወግዒ ተመርዕዮም፡ ኣብ ዓራግ ምቁር ናይ ሕጽኖት ግዜ ኣሕለፉ።

ጓል ብርጅዋ ክሳብ 1986 ኣብ ተዋጋኢ ሰራዊት ብተወፋይነት ድሕሪ ምግልጋላ፡ ናብ ህዝባዊ ምምሕዳር ከባቢ ኣስማጥ ተቐየረት። ነቲ ወይጦታት ዝተናኾሉ ዝተፈልየ ሃለኽለኽን መስዋእትን ዝሓተት ዕማም ህዝባዊ ምምሕዳር፡ ምስታ ሎሚ ኣብ ሃገረ ጀርመን ትነብር ዘላ ልኡል ሓጉስ፡ ኣመሓዳሪት ሰሜናዊ ቀይሕ ባሕሪ ምስ ዝነበረት ስውእቲ ጽጌረዳ ወልደገርግሽ፡ ጓል ጓለን ንሓርበኛ ኣዴና ዘይኑብ ያሲን ዝኾኑት ኣምና መሓመድ፡ ከምኡ'ውን ከድጃ ምስ ዝተባህለት ብጻይታ፡ ካብ ጃኒ እናንቐላ፡ ናብ ተኣፋፊ ቦታታት እናኸዳ ብልዑል ሓቦ ከከናውና ድሕሪ ምጽናሕ ከኣ፡ጓል ብርጅዋ ኣብ መወዳእታ 1989፡ ካብ ጃኒ ንኣቑርደት ተቐየረት።

ካልኣይታ ንተሰነይ ዝተቐየረት መሳርሕታ ከድጃ እያ። ክልተኤን ብሕጊ ሰውራ ዝተመርዓዋ ሰብ ቃል-ኪዳን እየን። ክልቲኤን መዛምድቲን ኣብ ድፋዕ ስለዝነበሩ፡ ንኑብሰን ኣብ ደሓን ቦታ ከምዘለዋ ወሲደን ወትሩ ይህሉዉ'ዶ እናበላ ክሻቐላ ባህርያዊ እዩ።ብፍላይ ጓል ብርጅዋ ሓዲጊ ፍቕሮም ዝኾኖም ቈልዓ ከየትረፉ ብዓል

ቤታ ከይስዋእ ስግኣት ነበራ። ንተሰነይ ንምኻድ ግርማይካ ምስ በጽሓ፡ ድሕሪ ሳልስቲ መኪና ረኸባ። ብዘይካ ክልተኣን ተማልኡኒ ዝበለት ሓንቲ ስቪል ሰበይቲ እውን ምስኣተን ተሳፈረት። ኣብ መንገዲ ከኣ 4-5 ንኣሽቱ ቆልዑ ተሰቕሉ።እታ መኪና ኣፍራዛን ባዴላታትን'ያ ጽዒና ነይራ። ብናህሪ እናተጓዕዘት ድማ፡ ኣብ ጎላጉል ተገምጠለት። ጓል ብርጅዋ እንታይ ከምዘጋጠመ ኣይተፈለጣን። ደሓር ግን ከድኻ "ጓል ብርጅዋ ሕማቕ ኣላ" ክትብል፡ ብትሑት ድምጺ ሰምዓታ። እታ ሰበይትን እቶም ቆልዑንብኡ ንብኡ ዓረፉ። መራሒ መኪና ዘሊሉ ክድሕን ከኣለ። ነቶም ህሱያት ብድሕሪት ዝመጸኣት መኪና ሒዛቶም ንተሰነይ'ኳ እንተበረረት፡ እታ ኢዳ ተቖሪጻ ብዙሕ ደም ዝፈሰሳኪድኻ ተሰነይ ቅድሚ ምእታወን ኣብታ ቢንቶ ተሰውኣት። ጓል ብርጅዋ ብኣፍራዛን ባዴላን ስግንዳ መኪናን ዘይተተንከፈ ኣካላት ኣይነበራን። ክትስዋእ እምበር ብህይወት ትሰርር ዝበላ ኣይነበረን።

ኣብ ሕክምና ተሰነይ ምስ በጽሓ፡ ኣዋልድ ጆማሂር ብሓደጋ መኪና ተሰዊኣን ስለዝተባህለ፡ ነቲ ወረ ዝሰምዑ ተጋደልቲ፡ ናብ'ቲ ሕክምና ወረር ወረር በሉ። ንበዓል ቤት ከድኻ፡ ኣብርሃም ወዲ ሓፍቲ ድማ፡ መስዋእቲ በዓልቲ ቤቱ ኣብ ዓይኑ ጎፍ በሎ። እንተኾነ፡ ተጋዳላይ እንታይ ዘይውሕጥ፡ ወዲ ሓፍቲ መስዋእቲ ዘፍቅራ ብዓልቲ ቤቱ ከድኻ ብግዲ ውሒጡ ትም በለ። ጓል ብርጅዋ ተጻዒራ ዓይና ብምኽፋት ንኣብርሀት ጓል ፋኖ ስለዝረኣየታ "ኣብ. . ር ሀ ት" በለት። ጓል ፋኖ ሰንቢዳ "እውይ! ኣላ ኣላ" በለት'ሞ ተጓየ ኮነ። ቀትሪ ብምንባሩ ናብ ዝለዓለ ሕክምና ምውሳዳ ኣጺጋሚ እዩ ነይሩ። መሓምድኑር ባሆ (ወዲ ባሆ) "ኢንፌጅን ጥራይ ግበሩላ ዋላ ነፋሪት ትህረመና ዕድልና ንርኢ፡ ግድን ባረንቱ ክንበጽሓ ኣሎና" ስለዝበለ፡ ናብ ባረንቱ ተላእከት።

ኣብ ባረንቱ ሓካይም ዶክተር ተስፋይ ምስ ብጾቱ ንምድሓና ተጓየዩ። ደም ካብ ገለ መንእሰያት ብምውሳድ ተክኡላ። ብድሕሪ'ዚ ካልእ ዘድሊ ሕክምናዊ ረዲኤት ገበሩላ። "ኣነ ኣብ ባረንቱ ካልኣይ ግዜ እየ ተፈጢረ፡ በዓል ዶክተር ተስፋይ እዮም ካብ ሞት መሊሶም ሰብ ዝገበሩኒ" ትብል ጓል ብርጅዋ።

ጓል ብርጅዋ ብወዲ ሽፋ እናፈርሐት ብዘይተሓሰበ ሓደጋ ንባዕላ ጠፊኣ ነይራ። እቲ ግዜ'ቲ፡ ናጽነት ቀሪባ "ሓንቲ ቅላዕ'ያ ተሪፉ" እናተባህለ ዝድረፈሉ ግዜ እዩ ነይሩ።ጓል ብርጅዋ ኣብ'ታ ሓንቲ ቅላዕ'ውን ሰባት ክኽፈሉ ምኻኖም ኣይጠፍኣን። ባህሪ ኲናት ጽቡቕ ገይራ ትፈልጦ እያ። ስለዚ ድማ'ያ፡ ካብ ሓደጋ ድሕሪ ምስራራ "ናተይሲ ሓሊፉ'ያ" ብምባል ብወዲ ሽፋ ተሰኪፋን ፈሪሓንኣብ ጥቅምቲ 1990 ንዕርፍቲ ናብ ብዓል ቤታ ዝኸደት።

ኣሃዱ ወዲ ሽፋ ክፍለ-ሰራዊት 70 ብርጌድ 71 ኣብ ግንባር ደቀምሓረ ጸንሓታ። ንክልተ ወርሒ ኣብ እግሪ እቲ ድፋዕ ኣዕረፉ። ጓል ብርጅዋ ድቂ ሓዘት።ንሳ ተሓጒሳ፡ ወዲ-ሽፋ ግን ብምጥናሳ ሰንበደ። ዕድል ደኣ ኣይሃባን እምበር፡ ቅድሚ ሓያሎ ዓመታት'ውን ጠኒሳ ነይራ እያ። እንተኾነ ንሕማም ሕርሲ ዓሶ ርእሲ ተወሲኽዎ፡ ድሕሪ 15 ደቒቕ ናይ ሕርሳ፡ነቲ ዝወለደቶ ዕሸልገጹ ርእያን ድምጹ ሰሚዓን ስኢናቶ። ንሳ ግን ድሒና።ተቓውሞ ወዲ-ሽፋ ካብቲ ቀዳማይ ሓደገኛ ናይ ሕርሲ ኩነታት ዝተበገሰ እዩ ነይሩ። ብህይወታ ስለዝሰገአ። "ስምዒ ጓል ብርጅዋ ኣነ ክትሓርስ ተሰዊኣ እንተበሉኒ ከመይ ኢለ ክጻወሮን ክኽእሎን። ክልተና ተሰዊእና ቈልዓ እንተተወልደስ ዘኽቲሙ ክዓቢ መዓስ ጽቡቕ ኮይኑ" ኢሉዋ። ሓልዮቱ ዘይተረዳኣ ኣይኮነን። ወዲሽፋ ከይስዋእ ዝሓደራ ጥርጣረ ግን ከይትሰማማዕ ዓገታ። ንሳ፡ ምእንቲ ፍቕሮም ኢላ ህይወታ ኣብ ሓደጋ ከተእቱ ወሰነት። ንሱ ከኣ፡ ምስ ዝነበራ ማህረምቲ፡ ብህይወታ ስጊኡ ውላድ ክተርፎ መረጸ።

ኣብ መወዳእታ፡ ጸቕጢ ወዲ-ሽፋ በርቲዑ። ንዶክተር ሃብተኣብ (ወዲ ባሻይ) ሓላፊ ናይ'ቲ ኣብ ሰንዓፈ ዝነበረ ሕክምና ረኺቦም ስግኣቶም ገለጹሉ። ሽዑ ኣዛዚ ብርጌድ ዝነበረ ዳኒኤል ጨዓይ ምስ ብዓልቲ ቤቱ ኣብኡ ነበረ። ጨዓይ ጉዳይ መምጽኢኦም ምስ ፈለጠ፡ ብነድሪ ናብ ኑብሪ ተቐየረ። ኣብ ጐድኒ ጓል ብርጅዋ ብምኻን፡ "ፍጹም ኣይከውንን እዩ" በለ። ኣብ መወዳእታ፡ ኩሎም መኺሮም እቲ ጥንሲ ክስደድ ከምዘይብሉ ተሰማምዑ። ወዲ ባሻይ ከኣ፡ "ኣብ ትሕቲ ሕክምና ኰይና ብጽቡቕ ክትገላገል ትኽእል'ያ" ኢሉ ኣቕሰኖም።

ኣብ ቅንያት ዕለተ ናጽነት 21 ግንቦት 1991፡ጓል ብርጅዋ ኣብ እንዳ ሓራሳት "ሓስታ" ኣተወት። ድሕሪ ሳልስቲ ድማ ናጽነት መላእ ኤርትራ ተበሰረት። ኣብ'ቲ ቀዳማይ ሕርሳ፡ ሕክምና ኣብ ዝኣተወትሉ፡ ወዲ ሽፋ 3 ደብዳቤታት ንዓራርብ ልኢኹላ ነይሩ። ኣብ'ዚ ካልኣይ ግን ጥር ትብል ደብዳቤ ከይመጸ ግዜ ሓለፈ። ብዕለት 03/07/1991 ድማ ዶክተር ኣብረሀት፡ ከም ቃላን ትንቢታን፡ ብጹብቕ ኣሕሪሳ ጽብቕቲ ቈልዓ

መንእሰይ ሰላም ዑስማን ሽፋ (ወዲ ሽፋ)

ኣሕቈፈታ። ጓል ብርጅዋ፡ በዓል ቤታ ብሰላም ከምዝተገላገለት ክፈልጥ ተሃንጠየት። እንተኾነ ወዲ-ሽፋ ደሃዩ ተሳእነ። በዚ ድማ፡ ጓላ ሓቝፋ እንክትረሩ፡ ኩብዳ ደስ ብዘይብል ስምዒት ሓፍ ሓፍ ይብል ነበረ።

ጓል ብርጅዋ ኣብ እንዳ ሓራሳት ሓስታ ዝበጽሓትሉ ዕለት 21/05/1991 ሓይሉ መሪሑ እናተዋገአ፡ ኣብ ከባቢ ተወሊዱ ዝዓበየሉ፡ ኣብ ኣፍደገ ቤቱ፡ ኣብ "ዓራቶ" ናይ ዝተሰወአ ጅግና ዑስማን ሽፋ (ወዲ ሽፋ) መስዋእቲ ዝፈልጡ ሰባት ኣብ ከባቢኣ ነበሩ። ክነግራ ዝደፈረ ግን ኣይነበረን። ንሳ ከኣ፡ "እንተዝህሉ ክሳብ ሕጂ ደሃየይ ከይፈለጠ ስቕ ክብል ዓቕሊ ኣይረክብን እዩ" ኢላ ብውሽጣ ደምደመት።

"ድሕሪ ሰለስተ ወርሒ ናጽነት፡ ኣብ ከባቢ ነሓሰ እየ ናብ ኣስመራ ኣትየ።" ትብል እሞ፡ ጓል ብርጅዋ፡ "ናጽነት ጥዑምን ዘሐጉስን እዩ። መስዋእቲ ወዲ ሽፋ ግና፡ ንሓጎሰይ መቓቒልዎ። ኑብሰይ ነጊሩኒ ነይሩ። ጥንሲ ከትርፍ ዝደፍኣኒ ሓቁ እዩ። ንሰላም ጓለይ ከይስዋእ ዝብል ፍርሐይ እዩ ወሊደዋ። ምውላድ ናታ ከኣ፡ ነቲ ብመስዋእቲ ኣሚነይን ብጻየይን ክስመዓኒ ዝነበሮ ሓዘን ብመጠኑ ኣጓዲሉለይ እዩ። ብኣኣ ይደዓዓስ ነይረ።" ትብል።

ፍረ ምቕሉል ፍቕሪ ሰውራ ዝኾነት፡ ሓደጊ ስዉእ፡ ሓደጊ ጅግና ሰላም፡ ኣብ መበል 22 ዙርያ ንሳዋ ወሪዳ፡ ብሰርቲ ፍኬት ተመሪቓ፡ ኣብ ቤት ንባብ ዞባ ማእከል ተመዲባ እናሰርሐት፡ ኣብ ትካል ስማፕ ንክልተ ዓመት ተማሂራ ፍልጠታ ድሕሪ ምውሳኽ፡ ናብ ዱባይ ብምኻድ፡ ኣብኡ ብዘቕረበቶ ወረቐት ተወዳዲራ፡ ሎሚ ኣብ ስራሕ ዓለም ትርከብ።

ሓሊማ - ተዋጋኢት፣ ወዳቢት፣ ዳናይት

ራሄል በርሀ

ብ1967 ኣብ ንኡስ ዞባ ኣስማጥ፡ ኣብ ዓዲ-ሻኻ ተወሊዳ።ቀኑጠባዊ መነባብሮ ስድራ-ቤታ ኣብ ማሕረስን መጓሰን ዝተመርኮሰ ብምዃኑ፡ ብገጠራዊ ባህልን ልምድን ኣብ ትሕቲ ሓልዮት ወላዲኣ ኣቶ ሳልሕ መሓመድን ወላዲታ ሳዕዲያ ኢብራሂምን ተኾስኪሳ ዓብያ።

ዓመተ 1984 ኣብ ታሪኽ ብረታዊ ቃልሲ ህዝቢ ኤርትራ ዓቢ ዝኽሪ ኣለዋ። እቲ ሰውራ ኤርትራ ከጥፍእ ንሓሙሽተ ዓመታት መመላእታ ኣብ ግንባር ሰሜናዊ ምብራቕ ሳሕል ዓሪዱ ዝረባረብ ዝነበረ 'ውቃው እዝ'እተደምሰሰሉ ዓመት እያ። ሽዑ ድማ'ያ ሓሊማ፡ ኑቶም ብልቢ እተፍቅሮም ወለዳ፡ ኣሕዋታን ኣሓታትን ራሕሪሓ ናብ ገድሊ ዝተጸንበረት።

ናብ መደበር ታዕሊም ሳዋ ክትወርድ እንከላ፡ ሓሊማ ጓል 16 ዓመት ጎርዞ'ያ ነይራ። ሓያሎ ናይ ቀረባን ርሑቕን ኣዝማዳ ተጋደልትን ሓፋሽ ውድባትን ብምንባሮም፡ ድሮ መንቋሕቋሒታ ሓርነታዊ ገድሊ ነይሮምዎ። እዚ ጽልዋ'ዚ ከኣ'ዩ፡ ኣሰር ኣያታታን ኣቦታታትን ክትስዕብ ድርኺት ፈጢሩላ። ናብ ህዝባዊ ግንባር ድሕሪ ምስላፋ፡ ፖለቲካዊ ንቕሓትን ወተሃደራዊ ታዕሊምን ንምስናቕኣብ መደበር ታዕሊም ሳዋ ተጸንቢራ። እዛ ሕጂ መደበር ታዕሊም ጥራይ ዘይኮነት ማእከል ትምህርትን ሞያዊ ስልጠናታትን ብምዃን ብዓሰርተታት ኣሽሓት ዝቑጸሩ ዋርሳይ ተፈሪ ዘላ መደበር ታዕሊም ሳዋ፡ ኣብ እዋን ሓርነታዊ ተጋድሎ እውን፡ ምዑታት ሓርበኛታት ተጋደልቲ እተፍሪ ዝነበረት ታሪኻዊት ቦታ'ያ። ሓሊማ ምስተን ካብ ኩሉ ኩርናዓት ሃገርና ግቡኣን ከበርክታ ዝተሰለፋ መንእሰያት ደቀንስትዮ፡ ንኣስታት ሰለስተ ኣዋርሕ ኣብመደበር ታዕሊም ሳዋ ሰልጢና። ዝተረፈ ኮርሳት ከኣ ዓራግ - ሳሕል- ኣብ ዝርከብ መደበር ታዕሊም ወሲዳ ስልጠናኣ ዛዚማ።

ኣብ ወተሃደራዊ ሳይንስ፡ ታዕሊም ምስ ጸላእትኻ ኣብ እትገብሮ ግጥም ብብቕዓት ንኽትዋጋእ ዘኽእለካ ክእለት እተጥርየሉ ትምህርቲ'ዩ። ኣብ ኩናት መዓስ ተጥቅዕ መዓስ ተዝልቕ፡ ብኸመይ ብረት ጥይት ትለጉም፡ ብኸመይ'ከ ትትኩስትመሃረሉ ጥራይ ዘይኮነ፡ ብተሪር ዲሲፒሊን ተሃኒጽካ ካብ ከውሒ ዝጸንዕ ወተሃደር እትኾነሉ ማእከል'ዩ ወተሃደራዊ ታዕሊም። ሓሊማ ኣብ መደበራት ታዕሊም ሳዋን ዓራግን ዝኣተወትሉ ዕላማ'ምበኣር፡ እዚ ኣቕዲሙ ዝተጠቕሰ ቅድመ ኩነታት ንምምላእ'ዩ።

ሓሊማ፡ መተዓልምታ ናብ ኩለን'ተን ኣብ ቅድመ ግንባር ዓሪደን ዝነበራ ክፍለ-ሰራዊታትን ኣብ ደጀን ዝነበራ ዝተፈላለያ ክፍልታትን ክምድባ እንከለዋ፡ ንሳ ኣብ ክፍለ-ሰራዊት 70 ኣባል ኢጋር ከቢድ ብረት ኮይና ተመዲባ።ከቢድ ብረት ከምቲ ስሙ ዘመልክቶ ከቢድ'ዩ። ተሰኪምካዮ ክትጎዩ ይኹን ክትትኩሶ ሓይሊ ወይ ጻዓት ዝሓትት'ዩ። ሓሊማ ናብ'ዚ ኣሃዱ'ዚ ክትምደብ ምኽኣላ ዘጉልሖ ነጥቢ እንተሎ ድማ፡ ኣብ ህዝባዊ ግንባር ተራ ጓለንስተይቲ ካብ ወዲ ተፈልዩ ዘይረአ ምዃኑ'ዩ።

ገድሊ ኤርትራ ብመዓልታዊ ተመኩሮ ዓሚቝ ትምህርቲ እትቐስመሉ ኮሌጅ ወይ ዩኒቨርሲቲ'ዩ።ሓድሽ ተጋዳላይ ኔርካ ብስራሕካን ሓያል ጽልዋ ብጾትካን፡ ከም ካራ እናተስሓልካ እትግድመሉን፡ብድሕሬኻ ናይ ዝስለፉ ሓደስቲ ተጋደልቲ መምህር እትኾነሉን ሰፊሕ ናይ ቃልሲ ዓውዲ'ዩ። ሓሊማ ከኣ በዚ መስርሕ'ዚ እናተሳሕለት'ያ ሓሊፋ።

ዓመተ 1988፡ እቲ 'መዘና ደንቤን-ፉ' ዝብል ስያሜ ዝተዋህቦ መጥቃዕቲ ህዝባዊ ሰራዊት ዝተፈጸመሉ፡ንልዕሊ 9 ዓመታት ኣብ ግንባር ናቕፋ ዓሪዱ ሰውራ ንምጥፋእ ዝህንደድ ዝነበረ ሰራዊት መግዛእቲ ኢትዮጵያ 'ናደው እዝ'ዝተደምሰሰሉ ዓመት'ዩ ነይሩ። ከም ውጽኢት ናይ'ቲ ዘተማረኸ ብርክት ዝበለ ከበድቲ ኣጽዋራት፡ መካናይዝድ ክፍለ-ሰራዊት 74 ዝያዳ ክሕይልን ክድልድልን ስለዝተደልየ ድማ፡ ሓሊማ ክፍለ-ሰራዊታ ምስ ዝለኣኸታ ሓይሊ ናብዛ ክፍለ-ሰራዊት 74 ተጸንበረት።

ካብ ዕለተ ምስላፉ ኣትሒዛ ክሳብ ዕለተ ናጽነት ኣብ ዝተኻየዱ ዓውደ-ውግኣት፡ ሓሊማ ከም ኩሎም ብጾታ ብጅግንነት ተዋጊኣ'ያ። ሰራዊት ህዝባዊግንባር፡ ከተማሸረ እንዳስላሴ -ትግራይ- ሓራ ንምግባር ኣብ ዘካየዶ በርቃዊመጥቃዕቲ ይኹን፡ብድሕሪኡ ኣብ ዓይላ-ጉንደት፡ ራማ፡ መንደፈራ...ወዘተ. ኣብዝቐጸሉ ሓያሎውግኣት፡ ኣብ ብርጌድ 73 ከም ተሓጋጋዚት መድፍዓጂ 122ሚ.ሜ. ብምዃን እጃማ ኣበርኪታ'ያ። ኣበርክቶኣ ግን ኣብዚ ዝተጠቕሰ ጥራይ ዝሕጸር ኣይኮነን።ኣብ መሬት ወሎ ኣብ ዝተኻየዱ ውግኣትኣላማጣን ቆቦን'ውን ኣብ ጎድኒ ብጾታ ብምዃን ጅግንነታ ኣመስኪራ።

ሓሊማ ክሳብ ዕለተ ናጽነት ኤርትራዝብሰር ኣብ ዝተኻየዱ ዓበይትን ንኣሽቱን ውግኣት፡ ካብኣ ዝሕተት ኩሉ ዝፈጸመት ጅግና ተዋጋኢት'ያ። ንወተሃደራዊ ተሞክሮኣ ዘበረኾ ፍሉይ ተርእዮ ከኣ፡ ድሮ ጽባሕ ናጽነት ኣሃዱኣ ኣብ ከባቢ ማዕረባ ዓሪዳ ኣብ ዝነበረትሉ እዋን፡ቀንዲመድፍዓጂ 122 ሚ.ሜ. ኮይና ብምምዳብ ኣብ ምሕራር

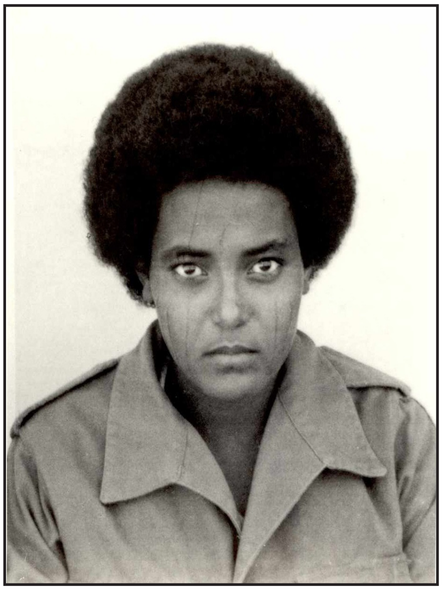
ከተማ ኣስመራን ምብሳር ናጽነት ኤርትራን ልዑል ኣስተዋጽኦ ምግባራ'ዩ። ነዚ ብቖዓት'ዚ ምውናና ከኣ ልዑል ሓበን ካብ ዝፈጥረላ ዘሐብን ፍጻመታት ገድሊ'ዩ።

ኩናት ሓዊዩ። ህይወት ሰብ ዝቐዘፈሉ፡ ኣካላት ዝምልዓሰሉ ኣሰቃቒ ተርእዮ። ስለዝኾነ፡ ገለ ካብቶም ኣብቲ ዓውደ-ኩናት ዝወዓሉ ጀጋኑ ብክብሪ ክስውኡ እንከለዉ፡ ገለ ድማ ኣካላቶም ይስእኑ። ሓሊማ ኣብ ኩሎምቶም ዝተሳተፈቶም ውግኣት ቀሊል እንተዘይኮይኑ ከቢድ መውጋእቲ ኣጋጢምዋ ኣይፈልጥን። እዚ ከኣ ነቲ ጀጋኑ ብጾታ ብጅግንነት ዝተሰውእሉ ሃገር ናይ ምህናጽ ዕላማ ንምቕጻል ዕድል ፈጢሩላስ እንሆ ድሮ 30 ዓመት ኮይኑ።

ናጽነት ኤርትራ ድሕሪ ምብሳሩ፡ ሓሊማ ካብ መካናይዝድ ኣሃዱ ናብ -ሃ.ማ.ደ.ኤ- ማለት ሃገራዊ ማሕበር ደቀንስትዮ ኤርትራ'ያ ተቐይራ። እዚ ከኣ ንዓኣ ፍሉይ ሞያን ሓድሽ ተመኩሮን'ዩ ነይሩ። ምኽንያቱ፡ ካብ ዓውደ-ኩናት ተሰናቢታ፡ ናብ ንጥፈታት ምውዳብን ምንቃሕን ህዝቢ ስለዝተሰጋገረት። እቲ ሞያታት ብዓይነቱ ይኹን ብንጥፈታቱ ዝተፈላለዩኳ እንተኾነ፡ ነቲ ኩሉ ክጉበር ድንበርጽ ዘይብሎ ተጋዳላይ ህዝባዊ ግንባር ግን ቀሊል ስለዝኾነ፡ ሓሊማ ብዘይዝኾነ ጸገምያ ንስራሕ ውዳበ ደቀንስትዮ ፈሊማቶ።

ስራሕ መድፍዓጂዕርዲታት ጸላኢ ደብዲብካ፡ ጸላኢ ምቕታልን ንብረቱ ምዕናውን'ዩ። ስዕረት ጸላኢ ኣረጋጊጽካ ዓወትካ ንምጭባጥ ወተሃደራዊ ብልሕን ቆራጽነትን ይሓትት። እዚ ኑብሱ ዝኸኣለ ጥበብ'ዩ።ንጥፈታት ምውዳብን ምንቃሕን እውን ኣብ ዓውዲ ምሕደራ ዝካተት ሲቪላዊ ዕማም ድኣ ይኹንምበር፡ ናይ ገዛእ ርእሱ ሜላታት ዘለዎ ካልእ መልክዕ ጥበብ'ዩ። ስለዚ ሓሊማ ካብ ወተሃደራዊ ናብ ሲቪላዊ ስራሕ ድኣ ትሰጋገር'ምበር፡ ዝነበረቶን ዘላቶን ቦታታት ስራሕሲ ክእለት ወይ ብቕዓት ዝሓትት ምኺኑስ ዘይካትዕ'ዩ። ስለዚ ድማ'ያ፡ደቀንስትዮ ኣንቂሓን ወዲባን ማዕረ ደቂተባዕትዮ ብጾተን ከምዝሰርዓ ንምግባር፡ ኣብ ዞባ ጋሽ- ባርካ ከም ሓላፊት ሃ.ማ.ደ.ኤ ንኡስ ዞባ መንሱራ ኮይና ከተገልግል ዝተመደበት።

ሓያል ኣመሓዳሪ ትርግታ ልቢ ናይ ዘመሓድሮ ህዝቢ ሰሚዑ ቅልጥፍ ምላሽ ዝህብ'ዩ። ቅቡልነቱ ከኣ በቲ ኣብ ማእከል ሓፋሽ ሰሪጹ ዘካይዶ ንጥፈታት ብቐሊሉ ክምዘን ይኽእል። ብኣመራርሓኦም ወይ ኣተኣላልያ መደባቶም ብኢድናቖት ዝግለጹ ሓለፍቲ ህዝባዊ ግንባር ኣዝዮም ብዙሓት'ዮም። ሓሊማ ድማ ሓንቲ ካብተን ኣብ ንጥፈታት ምንቃሕን ምውዳብን ደቀንስትዮ ብኣብነት ዝግለጻ ሓላፍቲ'ቲ ማሕበር'ያ። ድሕሪ ናጽነት ኣብ ዝተገብረ ጉባኤ ናይ'ቲ ማሕበር ኣባል ማእከላይ ሽማግለ ክትምረጽ ምኽኣላ ከኣ ነዚ ሓቂ'ዚ ዘረጋግጽ'ዩ።



ሓሊማ ኣብ ሃገራዊ ማሕበር ደቀንስትዮ ኤርትራ ንኣስታት 11 ዓመት ድሕሪ ምስራሓ፡ ኣብ 2003 ዓ.ም ናብ ሚኒስትሪ ፍትሒ'ያ ተቐይራ። ሚኒስትሪ ፍትሒ ከም ስሙ፡ ቅኑዕን ሓቀኛን ሰብ ከይብደል፡ ገበነኛ ድማ ካብ ሕጋዊ ተሓታትነት ከየምልጥ መስርሓት ፍትሒ ዝሰላሰልሉን ጉዳያት ዝዳነይሉን ትካል'ዩ። ሓሊማ ኣብ ተሞኩሮ ቃልሳ ስሪሓትሉ ናብ ዘይትፈልጦ ሓድሽ ስራሕ ወይ ሞያ ምጽንባራ ንዓኣ ከቢድ'ኳ እንተነበረ፡ እቲ ኣብ ገድሊ ዘጥረየቶ ኩሉ ክትጉበር ናይ ምድላይ ኒሕን ኣብኡ ናይ ዝጸንሕዋ ክኢላታት ብጾታ ምኽሪን ሞራልን ተወሲኽዎንኽትለማመዶ ብዙሕ ኣይተሸገረትን።

"ዝተማህረ ይምሃር፡ ዘይተማህረ ይመሃር!" ዝብል መትከል ትምህርቲ ህዝባዊ ግንባር፡ ፍቱን ናይ ለውጥን ዕብየትን ፖሊሲ'ዩነይሩ። ኣካዳሚያዊ ፍልጠት ዘለዎም ተጋደልቲ ነቶም ናይ ትምህርቲ ዕድል ዘይረኸቡ ይምህሩ። እቶም ነዚ ወርቃዊ ዕድል ዝረኸቡ ከኣ መሃይምነት ኣጥፊኦም ንቑሓትን ብሱላትን ተጋደልቲ ይኾኑ። ሓሊማ ናብ ሚኒስትሪ ፍትሒ ድሕሪ ምምዳባ፡ እዚ ሃብታም ተሞክሮ ሓሊፋ'ዩ ጸኒሑዋ። በቶም ኣብ'ቲ ስራሕ ዝተመደቡ ደያኑ ንኣስታት ሽዱሽተ ኣዋርሕ መባእታዊ ናይ ሕጊ ትምህርቲ ቀሲማ ድማ ስራሕ ጀሚራ።

ሓሊማ፡ ስራሕ ዳንነት ሕልና ጥራይ

ዘይኮነ፡ ተመኩሮ ዝሓትት ሞያ ምኳኑ ከሎ ገና ስለዝተገንዘበት፡ ኣብ ኣስመራ ከባቢ ዕዳጋ እኽሊ ኣብ ዝርከብ ቤት ፍርዲ ወረዳ፡ ዳኛ ኮይና ንኽትሰርሕ ዝተዋህባ መምርሒ ክትቕበሎ ፍቓደኛ ኣይነበረትን። መንቀሊ ውሳኔኣ ፍርሒ ዘይኮነ "ኣቐዲመ ብተሞክሮ ክበስል ኣለኒ" ዝብል ርድኢት ስለዝነበራ'ዩ። ድሒታታ ብሓለፍታ ተቐባልነት ስለዝረኸበ ከኣ፡ ኣብ ላዕለዋይ ቤት ፍርዲ- ዞባ ማእከል - ከም ተሓዚት ኤግዚቪት ተመዲባ ክትሰርሕ ጀሚራ። ሞያ ዳንነት ንምምላኽ ብዝነበራ ህንጡይነትግን መጋባኣያታት ገበን ካብ ምዕዛብ ቦኺሩ ኣይትፈልጥን። ከም ተሓዚት ኤግዚቪት ንክልተ ዓመት ድሕሪ ምስርሓ፡ ሞያታት ብምቕያር ፈለማ ከም ተሓጋጋዚ ረጂስትራር ንኣርባዕተ ዓመት፡ ድሕሪኡ ድማ ከም ፈጻሚ ፍርዲ ንኣርባዕተ ዓመት ነጢፋ።

እቲ ንኣስታት ሽዱሽተ ኣዋርሕ ዝተዋህባ ክለሰ ሓሳባዊ ትምህርቲ፡ ኣብ መጋብኣያ ብኸመይ ይትግበርብዘዋህለሉ ፍልጠት፡ ስራሕ ዳንነት ብብቕዓት ክትዓሞ ከምእትኽእል ኣብ ትተኣማመነሉ ደረጃ ኣብጺሑዋ'ዩ።ኣብ 2014፡ኣብ ዞባ ማእከል ዳኛ ፖሊስ ትራፊክ ኮይና ክትሰርሕ ብሚኒስትሪ ፍትሒ ምምዛዛ ከኣ፡ብስራሕ ናይ ዘጥረየቶ ተመኩሮ ግብራዊሰርቲፊኬት'ዩ።

ገዛእቲ ስርዓታት ኢትዮጵያ፡ ኣብ ኤርትራ ማዕረ መሰል ተጠቃምነት ትምህርቲ ዘረጋግጽ ትምህርታዊ ፖሊሲ ኣይነበሮምን። ኣቲ ዝኽተልዎ ዝነበሩ ስርዓተ ትምህርቲ፡ ንመግዛእታዊ ዕላማኦም ዘርግእ፡ ብቛንቋ ኣምሓርኛ ኣብ ርእሲ ምንባሩ፡ ንርሑቕ ገጠራት ዝጠመተ ኣይነበረን። ስለዝኾነ፡ ሓሊማ ማይ ፍልጠት ሰትያ ካብ መሃይምነት ክትናገፍን፡ ኣካዳሚያዊ ብቕዓታ ከተበርኽን ኣይተዓደለትን። እቲ ኤርትራዊት ክነሳ ኽትረኽቦ ዝተሓረመቶ መሰል ትምህርቲ እም በኣር፡ ፈለማ ኣብ ገድሊ'ያ ረኺባቶ።

ኣብ ቅድመ ግንባራት ይኹን ሓራ ቦታታት፡ ኣካዳሚያዊ ትምህርቲ ብስሩዕ ዝሰላሰል ሰውራዊ ንጥፈት ብምንባሩ፡ሓሊማ ኣብ ኣሃዱታት ከቢድ ብረት ኣብ ዝነበረትሉ እዋን፡ ናይ መባእታ ደረጃ ትምህርታ ዛዚማ'ያ። ናብ ሚኒስትሪ ፍትሒ ተቐይራ ናብ ኣስመራ ድሕሪ ምምጻኣ ከኣ፡ ማእከላይ ደረጃ ኣብ ቤት-ትምህርቲ ሓርበኛታት፡ካልኣይ ደረጃ ኣብ ቤት ትምህርቲ ባርካ ተኸታቲላ።

ሓሊማ ተዋጋኢት፡ ወዳቢትን ዳናዩትን ጥራይ ዘይኮነት፡ ዕውትን ቅስንትን ኣደ እውን እያ። ኣብ ታሕሳስ 1995ምስ በዓል ቤታ መሓመድ-ኑር እድሪስ ብምምርዓው ሓዳር መስሪታ። ኣብ'ዚ እዋን'ዚ ድማ ኣደ ክልተ ኣወዳትን ስለስተ ኣዋልድን እያ።

***** *** *****

ቀመም ቆርበት ኮሚደረ ኣብ ምጉዳል ሕማም ልቢ

ኣብ ቆርበት ኮሚደረ ዝርከብ 'ላይኮፐን' ዝተባህለ ቀመም ኣብ ምጉዳል ሕማማት ወቕዒ ልቢን ሕማም ልቢን ከምኡ'ውን መንሽሮ ልዑል ተራ ከምዘለዎ ተመራመርቲ ዩኒቨርሲቲ ካምብሪጅ ገሊጾም።

እቶም ተመራመርቲ ብሓገዝ ቀመም ላይኮፐን፡ "ንኣተርሮና" ዝተባህለ ከኒና ከምዝሰርሑ ብምጥቃስ፡ ኣብ ምጉዳል'ዞ ዝተነጠቕሱ ሕማማት ዘይንዓቕ ኣበርክቶ ከምህልዎ ሓቢሮም። ብፍላይ ኣብቶም ኣብ ኣመጋግቦ'ቶም ማእከላይ ባሕሪ ዝርከቡ ሕብረተሰባት ብዙሕ ጥዕናዊ ረብሓታት ከምዘምጽእ ኣረዲኦም።

ኣቐዲሙ ብዝተኻየደ መጽናዕቲ፡ ኣብ ቆርበት ኮሚደረ ዝርከብ ቀመም 'ላኮፐን' መትረብት ደም ኣብ ምኽፋት ከምዝሕግዝ፡ ከምኡ'ውን ብቕዓት ሰራውር ደም ኣብ ምሕያልን ንዝደረቑ መትረብት ደምውን ኣብ ምልስላስን ዋሕዚ ደም ኣብ ምስሳንን ከምዝጠቅም ተገሊጹ'ዩ።

መራሒ ናይቲ መጽናዕቲ፡ ውጽኢት ናይ'ቲ መጽናዕቲ ብስራት ዜና ብምኳኑ፡ ዝያዳ መጽናዕቲ ተኻይዱሉ ኣብ ምህዳንእን ምፍዋስን ሕማማት ልቢን ወቕዒ ልቢን ክውዕል ጸዊዑ።

ንሱ ብዘይካ'ዚ፡ እቲ ቀመም ኣብ ምፍዋስ ቃንዛ መላግቢታትን ሽኮርያን ከምኡ'ውን ኣብ ካልኦት ኒድሪ ዘለዎም ሕማማትን ከምዝገልግል ኣረዲኡ። ብተመሓየሽ ኣጉዑብ እንተደኣ ቀሪቡ ሕማም መንሽሮ ኣብ ምህዳእ'ውን ከምዝገልግል ሓቢሩ።

ኣብ መወዳእታ እቶም ተመራመርቲ፡ ካብ መግብታት ህዝብታት ማእከላይ ባሕሪ ረብሓታት ክንረክብ እንተደኣ ኮይና፡ ብፍላይ ብሕማማት ልቢን ወቕዒን ልቢን ዝሳቐዩ ሰባት ብዙሕ ፍሩታትን ኣሕልምልቲን ምምጋብ ከምዝድልዮም መኺሮም።

ሚርያም ተስፋ

ባህልን ስነጥበብን

“ደራፊት ክኸውን ሓሲበዮ ኣይፈልጥን”

መርሃዊ ታደሰ

ኣብ ዞባ ደቡብ ከተማ ሰንዓፈ ተወሊዳ። ካብ መባእታ ክሳብ 11 ክፍሊ ኣብኡ ተማሂራ። ናይ 12 ክፍሊ ትምህርታ ንምዝዛምን ሃገራዊ ኣገልግሎታ ንምፍጻምን ድማ፡ ኣብ መበል 19 ዙርያ ሃገራዊ ኣገልግሎት ንሳዋ ወሪዳ።

ልዑል ርእሰ ተኣማንነታ ኣብ ዝኾነ ሰብ ብቐሊሉ ዝርከብ ኣይኮነን። ዓለም ስነ-ጥበብን ስፖርትን ብንእሽቶኣ እያ ፈሊማቶ። ብደረጃ ዞባ ኣብ ዝካየድ ዝነበረ ውድድር ቅድድም ብሽክለታ ንንኡስ ዞባ ሰንዓፈ ወኪላ ትቕዳደም ነይራ። እዛ ህብብቲ ድምጻዊት፡ ዛጊት ብርክት ዝበሉ ሃገራዊ ወኒ ዘለዓዕሉ ድንቂ ደርፍታት ኣፍርያ ኣላ። “ንኺድ ጥራይ፡ ጸሓፍዮ-ተሎ፡ ዓደይ፡ ስራሕ፡ ንንከስ፡ ዘውድና፡ ባሕሪ-ባራ፡ ሓደ-ንበል ወዘተ.” ዝርእስተን ምቁራት ደርፍታት ዘፍረየት በዓልቲ ሓዳርን ኣደ ሰለስተ ቆልዑን ሃብሮም ድምጻዊት ፍረሂወት በሪሁ፡ ናይ ሎሚ ጋሻ መጽሔት ኣግእዞ እያ። ሰናይ ንባብ!

• **ናብ ስነ-ጥበብ ዓለም ብኸመይ ተጸንቢርኪ?**

ኣብ ካንሸሎና ዓባይ ገረብ ካዝሚር ነይራ። ቆልዓ ከለኹ ኣብታ ካዝሚር ደይበ ናይ በዓል ሓይልኣብ (ሰላሊዓ) ኣብርሀት ኣንከረን ካልኦትን ደርፈታት ሰውራ ይደርፍ ነይረ። ጸኒሐ ኣብ ሃማመተኤ ተጠርኒፈ ኪቦርድ ክላማመድን ደርፍታት ክደርፍን ጀሚረ። ብኡ ኣቢለ ናብ ስነ-ጥበብ ዓለም ኣትየ። ሙዚቀኛ ክኸውን እምበር ደራፊት ክኸውን እኳ ሓሲበዮ ኣይፈልጥን። እቲ ዝረኸብክዎ ዕድላት'ዩ ኣብ ደርፊ ጸቒጠ ክሰርሕ ሓጊዙኒ።

• **ጀመርቲ ድምጻውያን ቀዳመ ይቲ ተጋጥሞም ብድሆ ናይ ወለዲ ተቓውሞ እያ። ብወገንኪ'ኸ? እዚኣ ኣባኺ ከመይ ነይራ?**

ብኣንጻር ናይዚ ትብሎ ዘለኻ ልዑል ደገፍ'ዩ ነይሩኒ።

• **ልዑል ዝኾነ ርእሰ ምትእምማን'ዩ ዘለኪ፡ መንቀሊኡ እንታይ'ዩ?**

ኣተዓባብያይ'ዩ። ኣነ ምስ ወ/ሮ እሙን ሱቑር ትበሃል ዓባየይ'የ ዓብየ። ዓባየይ ከኣ ኣዝያ ጥዕምትን ንፍዕትን'ያ። ብሓጺሩ ናይ ሰብኣይን ሰበይትን ዕዮ እናዓመመት'ያ ብናጽነት ኣዕቢያትኒ። ኣነ ኸኣ ውጽኢት ናታ'የ።

• **ናይ ካራት ሰልጠና ወሲድኪ ነይርኪ፡ እንታይ ከሲብክሉ?**

ኣብ ካራት ቀዳማይ ትመሃሮ እንተሎ ስነ-ስርዓት'ዩ። ስነ-ስርዓት ከሲበሉ እየ።

• **ዛጊት ክሳብ ደርፍታት ኣፍሪኺ'ለኺ?**

ልዕሊ ዕስራ ዝኾኑ ደርፍታት ኣፍርየ'ለኹ። ክሳብ ሕጂ ግን ብቪድዮ ክሊብ ዝተሰርሑ ደርፍታት የብለይን። ዝያዳ ምስ ሕብረተሰብ ዘላለየትኒ፡ “ንኺድ ጥራይ” ዝርእስታ ደርፊ እያ። ገጣሚኣ ሰለሙን ድራር ኮይኑ ዜማ ኸኣ ናይ ሓይልዝጊ ብርሃነ'ዩ።

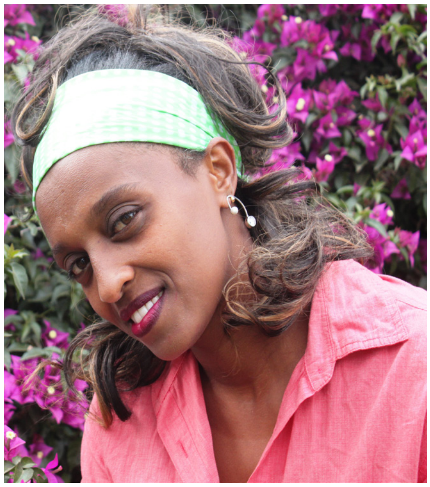
• **መብዛሕቲኡ ግዜ ናይ መን ግጥምታት ኢኺ ትጥቀሚ?**

ናይ ብዙሓት ገጠምቲ'የ ዝጥቀም። ናይ ሰለሙን ድራር፡ ናይ ኣኽሊሉ ተስፋጼን፡ ናይ መለስ ንጉሰ ተጠቒመ ኣለኹ። እቲ ዝበዝሐ ኣብ ደርፍታተይ ዝተጠቐምክሉ ግጥምታት ግና ናይ ሰለሙን ድራር ግጥምታት እዩ።

• **ዝያዳ ኩለን ትፈትውያ ደርፍኺ እንታይ እያ? ካብ ደርፍታትኪ ምስ ውልቃዊ ህይወትኪ ምትእ ስሳር ዘለዋ ደርፊ ኣላትኪ'ዶ?**

ምስ ውልቃዊ ህይወት ዘተኣሳስራ ደርፊ የብለይን። እታ ዝያዳ ዝፈትዋ ደርፊ ግን ‘ጸሓፍዮ ተሎ’ ዝርእስታ ደርፈይ እያ። ግጥማን ዜማኣን ናይ ኣኽሊሉ ተስፋጽዮን እያ።

ድምጻዊት ፍረሂወት በራሁ



• **“ኣይንዛነን” ዝርእስታ ደርፊ ኣላትኪ መዓስ ዝተሰርሐት'ያ?**

ነዊሕ ዓመታት ጌራ ኣላ። ድሕሪ “ንኺድ ጥራይ” ዝሰራሕኩዋ'ያ። ኣብዚ ቀረባ እዋን ከኣ “ኣይንዛነን” ዝርእስታ፡ ብጉበርሂወት ጸሃየ ተገጢማ ብኤርምያስ ክፍለዝግን ፈቨን ጸጋይን ዝተሰርሐት ደርፊ ካልእ ደርፊ ኣላ። ስለዚ ክልተ “ኣይንዛነን” ዝርእስተን ደርፍታት'የን ዘለዋና።

• **ንደርፊ ዓለም ክትሰናበትዮ ዝሓሰ ብክሉ እዋን ነይሩ'ዶ?**

ኣይነበረን። ከምኡ ክውስን ዝደፍኣኒ ኩነታት ኣየጋጠመንን። ብመሰረቱ'ውን ንደርፊ ዓለም ክገድፎ ኢለ ኣይጀመ ርክዎን።

• **ክሳብ ሕጂ ኣብ ዩ-ቲዩብ ዝኣተወ ደርፍታት ኣይረኣኹልክን፡ ስለምንታይ?**

እቲ ምኽንያት፡ እዚ'ዩ ክብለካ ኣይክእልን'የ። ንዩ-ቲዩብ ኢለ ዝሰራሕክዎ ስራሕ እውን የብለይን።

• **ወዶ-ወዶ ኢኺ ትመስሊ? ብወገንኪ እንታይ ትብሊ?**

ኣካላዊ ምንቅስቓሳተይ፡ ከምኡ ክመስል ይኽእል ይኸውን። ኣነ ግን ከም ዓባየይ ናይ ሰብኣይን ሰበይትን ስራሕ ዓሚመ ክኸይድ'የ

ዝደሊ። ኣደታተይ ዝሰርሕኦ ስራሕ ጸቢቕ ገይረየ ዝኽእሎ። ትምክሕቲ ከይመስል እምበር፡ ኢታ ወሓለ እትበሃል ኣደ ክትሰርሖ እትኽእል ስራሕ ብስነ-ስርዓት ዝዓዩ ኣደ'የ እንተበልኩኻ ምግናን ኣይኮነን።

• **መብዛሕቲኡ ደርፍታትኪ ሃገራዊ ደርፍታት'ዩ። ፍቓራዊ ደርፍታት ኣለኪ'ዶ?**

ዳርጋ ኩሉ ደርፍታተይ ሃገራዊ ደርፍታት'ዩ። ሃገራዊ ደርፊታት ልዑል ዕግበት እዩ ዝህበኒ። ንሃገር ዘለኒ ፍቕሪ ድማ ካብ ዝደርፎ ንላዕሊ እዩ ክብለካ እኽእል። ናይ ፍቕሪ ደርፊታት እውን እደርፍ እየ። ክልተ ደርፍታት "እንተዝኾነለይ"ን "ኣብ ላተርያ"ን ዘርእ ስተን ዝተዘርግሓ ከምኡ'ውን ካልኦት ተወዲኤን ንምዝርጋሕ ተዋዲያደን ዘለዋ ፍቕራውያን ደርፍታት ኣለዋኒ።

• **ኣብ ብዙሕ ሃገራዊ በዓላት ደርፊ ሒዝኪ ትቐርቢ ኢኺ? ኣብ ወጻኢ ሃገር ኬድኪ ደሪፍኪ ትፈልጢ'ዶ?**

ኣይደረፍኩን።

• **ተዋዳዲራ ዝተዓወተት ደርፊ ኣላትኪ'ዶ?**

ኣብ ውድድር ራይሞክ 'ንኺድ ጥራይ' ዘርእስታ ደርፊይ ሳልሰይቲ ኮይና ተዓዊታ ነይራ?

• **ካብ ባህላዊን ዘመናዊን ደርፊታት ኣበይ ጸቒጥኪ ክትሰርሒ ባህ ይብለኪ?**

ኣብ ክልቲኡ።

• **ኣብ መድረኽ ናይ ምድራፍ ብቕዓትኪ ከመይ ትግምግምዮ? ኣብ ፒያኖ ባር'ከ ትጻወቲ'ዶ?**

እዚኣ ንህዝቢ'የ ዝገድፋ። ህዝቢ'ዩ ክግምግመኒ ዝኽእል። እንተ ኣብ ፒያኖ ባር ዝበልካዮ ግን ኣይጻወትንየ። ክሳብ እዛ ሰዓት እዚኣ ኣይፍተወንን እዩ።

• **ሞዴልኪ ኣብ ደርፊ ዓለም መን እዩ?**

ሞዴለይ'ዩ ዝብሎ የብለይን።

• **ኣብ ህይወትኪ ዝያዳ ኩሉ ዘተሓጎሰኩሉ እዋን?**

2018። ኣብ መንጎ ኤርትራን ኢትዮጵያን ሰላም ዝኾነሉ እዋን።

• **ኣመና ዝጓሃኽላ'ሽ?**

በዓል ቤተይ ዝዓረፈላ ዕለት።

• **በዓል ቤትኪ ብህይወት ኣብ ዝነበረሉ፡ ወትሩ ሓደሽቲ ፍቑራት ኢኹም ትመስሉ ነይርኩም? እቲ ምስጢር እንታይ'ዩ?**

በዓል ቤተይ ሚኪኤል ኣብርሃ፡ ኣዝዩ ጥዑም ሰብ'ዩ ነይሩ። ንገዛእ ርእሱ ፍቕሪ'ዩ። ስለዚ፡ እቲ ምስጢር ባዕሉ በዓል ቤተይ'ዩ።

• **ንተራ በዓል ቤትኪ ኣብ ኩሉ ንጥፈታትኪ ከመይ ትገልጽዮ?**

መግለጺ ይሓጽረኒ። ሕጂ ብድሕሪኡ ቅኑብ ክኸብደኒ ምኽኑ እርደኣኒ'ዩ። ምኽንያቱ ክደርፍ፡ ናብ ቦታ ልምምድ ክኸይድ፡ ካብን ናብን ክንቀሳቐስ ቆልዑ ዘጽንሓለይ ንሱ'ዩ ነይሩ። ብቴለቪዥን ኣብ ዝመሓላለፍ መደባት፡ ደርፍታት ክደርፍ እንከለኹ፡ ንደቅና ኣብ ገዛ ኮፍ ኣቢሉ "ማማኹም ሕጂ ኣብ ተሉሽዥን ክትመጽእ'ያ" እናበለ ብስነ-ስርዓት'ዩ ንመደባተይ ከምዝከታተሉ ዝገብሮም ነይሩ። ንገዛእ ርእሱ ስነ-ጥበበኛ ስለዝኾነ ኸኣ ኩሉ ስርሓት ብመንገዱ'ዩ ዝካየድ ነይሩ።

• **ኣብ ውዑይ ሓዘን እንከለኺ፡ ኣብ መበል 30 ዓመት ናጽነት፡ ኣብ መድረኽ ወጺኺ ደርፍኪ። ካብ ሕብረተሰብ ዝረኸብክዮ ግብረ-መልሲ ከመይ ነይሩ?**

ባህሊ ሓያል'ዩ። ኣብ ሓዘን እንከለኻ ኣብ መድረኽ ደይብካ ክትደርፍ ኣብ ሕብረተሰብና ቀሊል ኣይኮነን። ገሊኦም ክትደርፍ ኣይነበራን ክብሉ ከለዉ፡ ገሊኦም ድማ፡ ኣፊዓ እንቋዕ ንደርፋ ባዕላ ደሪፊታ' ዝበሉ ነይሮም። በዚ ኸይኑ በቲ ግና፡ ንስወእ በዓል-ቤተይ ሚኪኤል ኣብርሃ ኣብ ናይ ስነ-ጥበብ ስርሓተይ ብፍላይ ከኣ ኣብ ከምዚ ዓበይቲ ሃገራውያን በዓላት ከም ህሉው ሓሲበ

ፍረሂወት ኣብ ንጥፈታት ስፖርት - ካራተ

ክሰርሕ ነይሩኒ። ሰሪሐዮ ኸኣ። ምኽንያቱ ንሱ ኣብ ከምዚ እዋን ንልምምድ ክኸይድ ከለኹ ኣካል ናይቲ ንጥፈት ኮይኑ ብዙሕ ደገፋት ይገብረለይን የተባብዓኒን ነይሩ እዩ። ኣብ ጽዑቕ ምድላዋት እንከለኹ ድማ እዩ መስዋእቱ ኣጋጢሙኒ። ሓቂ ይሓይሽ ኣዝዩ ከቢድ'ዩ። ኣብ ከምዚ እዋን ዘተባብዓካን ዝድግፈካን ሰብ የድልየካ'ዩ። ኣብ'ታ ህሞት እቲኣ ኸኣ ብምትብባዕን ምድግጋፍን ናይ ስነ-ጥበበኛ ባርናባስ ሙብርሃቱየ ከምቲ ዝረኣኽሞ ኣብ ሓዘን እንከለኹ ጸሊም ክዳን ለቢሰ ደሪፈ። በዚ ኣጋጣሚ'ዚ ኸኣ ንባርናባስ ሙብራህቱ ብልቢ ከመስግኖ እደሊ።

• ሓደ-ሓደ ደረፍቲ፡ ኣብ መድረኽ መድፈሪ ክኾኖም ኢሎም ኣልኮል ይሰትዩ እዮም። ከመይ ትርእይዮ?

ኣልኮላዊ መስተ ሰቲኻ ናብ መድረኽ ምድያብ ሕስረት ጥራሕ'ዩ። መድረኽ ኣይኮነንዶ ሰቲኻ ከይሰተኻ'ውን ሓያል ጥንቃቐ ዝሓትት'ዩ። ስለዚ መስተ ሰቲኻ ኣብ መድረኽ ደይብካ ክትደርፍ ብወገነይ ቅቡል ኣይኮነን።

• ንስነ-ጥበበኛታት ከተሕልፎዮ ትደልዩ መልእኽቲ?

ስነ-ጥበብ ጻዕርን ቅንዕናን ዝሓትት ምቁር ሞያ'ዩ። ስለዚ ኩላትና ስነ-ጥበበኛታት ተዋሃሂድና ብጻዕሪ ኣብቲ ዝለዓለ ደረጃ ክንበጽሕ ንጽዓር'ያ መልእኽተይ።

• ኣብ ኤርትራውያን ደቀን ሰትዮ ዘለኪ ኣርኣእያ ከመይ'ዩ?

ኤርትራዊት ጓለንስተይቲ ብቓላት ክትገልጻ ኣዝዩ ከቢድ'ዩ። ብሕጽር ዝበለ ግና ኤርትራዊት ጓለንስተይቲ ቅንዕቲ'ያ። ዕጥቕቲ'ያ። ቢቃ ጾሓይ'ያ፡ ወርሒ'ያ። ካብዚ ዝበልጽ መግለጺ ቃላት እንተሎ ብሓባር ንድለየሉ።

• ኣብ መወዳእታ ትብልዮ እንተሎ?

ስነ-ጥበበኛታት ደገፍ ናይ ህዝቢ ክፍለየና የብሉን። ስነ_ጥበባዊ ፍርያትና ብሼር-ኢት፡ ብፍላሽ ካብን ናብን ብዘይ ክፍሊት ምዝርጋሕ ተሪፉ፡ ሕብረተ-ሰብ ብሲዲ መልክዕ ዝሒኡ ክሰምዖ ኣለዎ። እቲ ዝዓበየ ሓገዝ ናይ ሕብረተ-ሰብ ከኣ ኣብዚ መዳይ'ዚ'ዩ እብል። ኣብ መወዳእታ ንኹሉ ስርሓተይ ክሰርሕ ደገፈን ዘይተፈልየኒ መንእሰያት ሚለና በረኸት፡ ሜላት በረኸት፡ ቅሳነት በረኸት ብመጽሔት ኣግእዞ ኣቢለ ከመስግነን ደስ እብለኒ።

***

ድምጻዊት ፍረ-ህይወት በሪሁ ብዓይኒ ስነ-ጥበበኛታት

ምስ ፍረ-ህይወት ብሓንሳብ ሰሪሕና ኣለና። በጺሓቶ ዘላ ደረጃ ቀሊል ኣይኮነን። ዘጊት ኣብ ህዝቢ ዓብዪ ተቐባልነት ዘለዎም ህቡባትን ፍትዋትን ደርፍታት ዘፍረየት ድምጻዊት'ያ። ኣነ ከም ሞያዊ ክርእያ እንከለኹ፡ ብተፈጥሮ ዝተዓደለቶ ንደርፊ ዝኸውን ሓያል ድምጺ'ዩ ዘለዋ። ብተፈጥሮ ዝተዓደለቶ ረንጃ'ዩ ዘለዋ። ኣብ ቅኒት ኮይና ናይ ምድርፍ ብቕዓታ ኣዝዩ ልዑል'ዩ። ፍረ-ህይወት እዞም ባእታታት እዚኦቶም ስለእትውንን፡ ኣብ መድረኽ ኮይና ትደርፎ ደርፍን ኣብ ስትድዮ ኣትያ ትደርፎ ደርፍን ፍልልይ የብሉን።

ሕማቕ ኣጋጣሚ ኮይኑ መበል 30 ዓመት ጽንበል ናጽነትና ንምምዕራግ ብሓንሳብ ኮይንና ጽዑቕ ምድላዋት ኣብ እንገብረሉ ዝነበርና እዋን፡ ሃንደበት መስዋእቲ ናይቲ ኣብ ስነ-ጥበብ ካብ ጎና ዘይፍለ ዝነበረ በዓል ቤታ ሚኪኤል ኣብርሃ ኣጋጢምዋ። ኣብ ሓዘን እንከላ'ያ ንኹሉ ብድሆታት ሰጊራ ኣብ መድረኽ ክትደርፍ በቒዓ። ስለዚ ክትምስገን ዘለዋ ድምጻዊት'ያ። ዕድመን ጥዕናን ደኣ ይሃበና እምበር ኣብ ቀጻሊ ብሓንሳብ ተዋሃሂድና ብዙሕ ስርሓት ከም እንሰርሕ እተኣማመንየ።

መምህር፡ ደራሲን ኣዋሃሃድን ሙዚቃ ፍጹም ዮሃንስ (ሻምበል)

ፍረ-ህይወት ብዛዕባ ጅግንነትን ታሪኽን ህዝቢ ኤርትራ ምእዙ ደርፊታት ዝደረፈት ሞዴል'ያ። ሃገራዊ ደርፍታት ዝደርፍ ድምጻዊ ኸኣ ብቐንዱ ኩሉ ግዜ ቅድመ ግንባር ኮይኑ ዝጋደል ዘሎ ዜጋ'ዩ። ፍረ-ህይወት ከኣ ብደርፍታታ ኣቢላ ዝተጋደለትን ትጋደል ዘላን መንእሰይ'ያ።

ካብ ሕብረ-ተሰብ ልዑል ምትብባዕ እንተደኣ ተገይሩላ፡ ኣብ ዝሓጸረ ግዜ ሓንቲ ዓባይን ጸላዊትን ድምጻዊት ከም እትኸውን ኣይጠራጠርንየ።

ድምጻዊ ዘያምን ገጣሚን በራኺ ገብረመድህን

ከም ሰኣላይ፡ ኣርተዓይን ዳይረክተርን መጠን፡ ናይ ድምጻዊት ፍረ-ህይወት በሪሁ ስራሕ ኣድንቕ እየ። ኣብዚ ሞያዚ እንተሰኻ፡ ሓደ ደራፋይ ኣብ ቀዳመይቲ ደርፉ፡ እቲ ዘለዎ ዓቕሚን ንመጻኢ ክህልዎ ዝኽእል ብቕዓትን ክትግምግሞ ዘጸግም ኣይኮነን። ንፍረ-ህይወት ኣብ ባጽዕ ነታ እዋናዊትን ኣብ ልቢ ኩሉ ሰብ ዝኣተወትን "ንኺድ ጥራይ" ዘርእስታ ደርፉ እናደረፍት እንከላ ክስእላ ዕድል ረኺበ ነይረ። ካብቲ እዋን'ቲ ኣትሒዙ ኸኣ'ዩ፡ እዛ ድምጻዊት ብዘለዋ ብቕዓት ዘይመውት ደርፍታት ክትደርፍ ከም እትኽእል ተሰዊጡኒ።

ኣስራሕቲ ቪድዮ ክሊፕ ንፍረ-ህይወት ኣድህቦ ገይሮም ናይ ስራሕ ዕድል እንተደኣ ፈጢሮምላ ዘለዋ ተፈጥራዊ ሓይልን ብቕዓትን ከተንጸባርቕ ትኽእል'ያ። ግና እዞም ኣስራሕቲ ቪድዮ ክሊፕ ቅኑዕ ዘንጊዖም ዘለዉ ኮይኑ እስመዓኒ። ምኽንያቱ ክሳብ ሕጂ ዘይተቐየረ ጥዑም ድምጺ'ዩ ዘለዋ። ነዚ ባእታ'ዚ ኣብ መርዓታት ንኣኽብሮት ሃንደበት ብድድ ኢላ ክትደርፍ እንከላ ኣብ ዝተዓዘብኩሉ እዋን ከየተረፈ'የ ኣስተማቒረዮ። ስለዚ ዕድላት ናይ ቪድዮ ክሊፕ ክፍጠረላ ኣለዎ። ኣብ ቀጻሊ ብሓንሳብ ሓቢርና ክንሰርሕ እትሰፎ።

ሰኣላይ፡ ኣርታዕን ዳይረክተርን ሳሙኤል ግርማይ

ትዝክርዮ'ዶ?

ብጻይቲ ዕባይ ሰውራ
ዞርኪ ገድሊ ተቓላሲት ኣውራ
ትዝክርዮ'ዶ ኣብ'ቲ ካናለ
መዋዕልትኺ ዝሓበርኩ ካላሽነይ ተኺለ
ትዝክርዮ'ዶ...
ምስ ካዕቦ ፍቕሪ ራሕባ ከንማንጠል
ምስ ጥሙይ ኩብድና ፍቕሪ ከንዕንገል
ንጽሙእ ጎሮርና ብዓወት ከነጥልል
ትዝክርዮ'ዶ ኣብ'ቲ ኩናት ከንድብል
... ተሓንበለ ከንብል
ኣብ'ቲ ወፍሪ ተሓናኒቕ
ሓጦን ጽንዓትን ከንሰንቕ
ከም ጸሓይ ወጋሕታ ከንደምቕ
ጎሮሮ ኣብዲ ከንሓንቕ
ትዝክርዮ'ዶ ንኣባይና ከንሰርንቕ
ጉዕዞ ቐትሪ ለይቲ
ከይተገዳዳዕና ብፍናን ፍቕሪ
ዘታተናዮ ሰውራ ህዝባዊ ገድሊ
ትዝክርዮ'ዶ ቅጅል ይብለኪ
የጌታቕሖ'ዶ ንህዋሳት ኣካልኪ
ብጻይቲ ሱብ ቀደም
ንራህዋ ሎሚ ምስ መስዋእቲ ከንቀዳደም
ትዝክርዮ'ዶ ሽዑ ዝነበረ እምነት
ቃል ብጻይነት ቃል ሃገራውነት
ሕሉፍ ታሪኽና ዓለም ከይትርስዖ
ደመ ርሃጽና ከም ማይ ይከዖ
ሓለንጊ ላኼማ ንጥፍኣትና ከንዖ
ትዝክርዮ'ዶ ኣብ ዝባንና እናተዘርአ ሓዊ
ከም ባሩድ ተባሪዕና ውዕሉና ከንጸዊ

ድርዒ ኳይንና ንመፈየጽ ከኣዳእ
ምስ ወቕዒ ነበልባል ከይበልና ሰጋእ
ዝሓለፈ ከርተት ትዝክርዮ'ዶ
ንመሰልና ዝዳንጽ ከስኣኑ ቀኑዓት ፈራዶ
ንሃገራውነትና ከንረሩ
ንስለ ሓፋሽ ኣካልናን ትንፋስናን ዝዘሩ
ቅርዓት ጽንዓትና ብእምነት ከንከዶ
ብጡብላሕታ ዝኽሪ ትዝክርዮ'ዶ
ኣዲንትና እናረኣያ
ኣእዛና ከቋጺያ
ኣብ'ቲ ምምስሳል ድብያ
ትዝክርዮ'ዶ እዋን ዋርድያ
ምስ ረምታ ተኸሲ
ንዓወት ንጓሲ
ትዝክርዮ'ዶ ኣብ'ቲ ቃልሲ
ንሃገራውነትና ከኣሲ
ዘገምታዊ ጉዕዞና ጸላም ከርሁ
ንምስልና ከም ጽሓይ ኣብራሁ
ትዝክርዮ'ዶ ባና ኳይንና ሰግለለት ከነጽሒ
ማዕበል ጽንዓትና ከነድል ከውሒ
ከይተዛነኺ ካብ ዝኽሪ
ትዝክርዮ'ዶ ከሳብ ፈጽሚ ዕምሪ
ኑቲ ዘጣመረና ፍቕሪ
ስለዚ....
መሳልል ጉዕዞና ናብ ወለዶታት ከሳገር
ምስ ዝኽሩ ኣብ ልብና ይሰፈር
ሽዑ...
ዝኽሩ ንቕበል ስለ ዝዘከር
ትንፋስዩ ተኸፊልዎ እምበር።

ማእዶት ወልደማርያም

ሞዛይክ

እንቋዕ ሓጉሰክን ማማ!

ሚኪኤል ጺጋይ

ሲስተር ትዕበ፡ ኣብ ሓደ ክሊኒክ ከም ተሓዚት ፋይላትን ካርድታትን ሕሙማት ኮይና እትዓዪ ምኩርቲ ነርስ'ያ። ኣብ ትሕቲኣ ንዘምደቡ ሰራሕተኛታት ኣጥቢቓ ካብ ትላበዎም ድማ ምስጢር ናይ ሕሙማት ክዕቅቡ ከም ዝግባእ'ዩ። "ምስጢር ሕሙማት ዘይምዕቃብ፡ ምግሃስ መሰል ብሕትና ናይ ሕሙማት ኣብ ርእሲ ምዃኑ፡ ንትካላት ጥዕና ወይ ሓካይም ምስ ሕሙማት ዘሰሓሕብን ሕሙማት ኣብቲ ትካል ከሕድርዎ ዝግባእ እምነት ዘጉድልን'ዩ።" ትብሎም ነበረት።

ምስጢር ዘይምዕቃብ ከም ገበን የቑጸር፡ ከም ሲቪላዊ ጥሕሰት ድማ ከቢድ ካሕሳ ንክትከፍል ዘገድድ'ዩ። ከምኡ ስለዝኾነ ሞያ ሕክምና ዝመሃር ሰብ ሓደ ካብ ማሕላኡን ግቡኣቱን ምስጢር ሕሙማት ምዕቃብ'ዩ።

በዚ ምኽንያት'ዩ ሲስተር ትዕበ ንኣለይቲ ጥዕና ኣዘውቲራ፡"ኣብ ሕክምና፡ ሓደ ካብ ቀንዲ ጥበብን ክእለትን፡ ምስጢር ዓማዊል ምዕቃብ'ዩ" ትብሎም ዝነበረት።

ሓደ መዓልቲ ሰማይነሽ ዝተባህለት ሰራሕተኛ ናይቲ ክሊኒክ ናብ ሓንቲ ሕምምቲ ቀሪባ ረኣየታ'ሞ ኢለን ምንባራ ኣለለየታ። ሰማይነሽን ኢለንን ተመሃሮ ካልኣይ ደረጃ ከለዋየን ዝፋለጣ። ካብ ዘይራኸባ ግን ዓመታት ኣቑጺረን ነበራ። ኢለን ናብቲ ሕክምና ዝመጽኣትሉ ምኽንያት ኩነታት ጥንሳ ክትርኣ ምንባራ ንሰማይነሽ ነገረታ። ኣብ መንጎኡ ሰማይነሽ ኣብ ጽዑቕ ስራሕ ስለዝተጸምደት፡ ኢለን ተራኢያ ናብ ቤታ ከይደት።

ድሕሪ ሒደት መዓልታት፡ ሰማይነሽ ኣብ ዕርፍቲ ኣብ ዝነበረትሉ እዋን ናብ ሓደ ግሮሰሪ ምስ ከደት ብኣጋጣሚ ምስ ኣደኣ ንኢለን ተራኸበት። ካብ ጽቡቕ ትምኒት ተበጊሳ ድማ ከምዚ ዝስዕብ በለተን።

"እንቋዕ ሓጉሰክን ማማ! ኢለን ጠኒሳ!"

እተን ሰበይቲ ብስንባደ ምኽኽ በላ።

ኢለን ብዛዕባ ጥንሳ ነደኣ ይኹን ንኻልኦት ቤተሰባ ኣየካፈለትን። መደብ መርዓ ካብ ዘይነበሮ ዓርካ ዘጋጠማ ጥንሲ ብምንባሩ ድማ ከተሰድዶ ትኽእል እንተኾይናያ ናብቲ ሕክምና መጺኣ ዝነበረት። ኢለን፡ "ምስጢራ ክዕቀብ ብዘይምኽኣሉ ኣብ ልዕሊ'ቲ ክሊኒክን መሓዛኣ ነበርን ሕማቕ ስምዒት ኣሕደረት። ክሲ ክትምስርት'ውን ተበጊሳ ነይራ፡ ኣይቀጸለቶን።

ሲስተር ትዕበ፡ ዋላ ድሕሪ'ቲ ብሰማይነሽ ዝተራእየ ጉድለት'ውን ንሓደስትን ነባራትን ኣባላታ ብዛዕባ ምስጢራውነት ካብ ምምሃር ኣይተቖጠበትን። ከምዚ ዝስዕብ ድማ ትብሎም።

'ዝኾነ ኣብዚ ክሊኒክ ዝፈልጥክምዎ ኣብዚ ክሊኒክ'ዩ ዝተርፍ። ንሕሙም ዝምልከት ሓበሬታ ንኻልኦት ክቕላዕ እንተኾይኑ እቲ ሕሙም ፍቓደኛ ክኸዉን ኣለዎ። ፍቓድ ድማ ብጽሑፍን ፊርማን ናይቲ ሕሙምዩ ዝወሃብ። እቲ ዝዕቀብ ምስጢር ገሊኡ ነውሪ ወይ ገበን ክኸዉን፡ ዋላ ከምዚ ናይ ኢለን ሕቡእ ጥንሲ ክኸዉን'ዉን ይኽእል። ንዓና ኣለይቲ ሕሙማት ምዕቃብ ምስጢር ጥራይ'ዩ ዘገድሰና። ዘርከበ መርማሪ ወይ ኣኽባር ጸጥታ ምስጢር ሕሙማትና ስለዝሓተተና ክንቀልዕ ኣይንግደድን ኢና። ሕጋዊ ሓለፋ ኣሎና። ሕሙም ዝነገረና ወይ ባዕላትና ዘነጸርናዮ ሕማምን ካልእ ጸገማትን ብዘይ ፍቓድ ሕሙም ክቕላዕ እንተኾይኑ፡ ኣብ ሕጋዊ ክርክር ኣይሳቶን፡ ኮይኑ ቤት ፍርዲ ምስ ዝእዝዝ ጥራይ'ዩ። ኣብ ከቢድን ኣዕናዉን ገበን፡ ምስጢር ሕሙም ከም ሓበሬታ ክቕላዕ ንረብሓ ሕብረተሰብ ዘገልግል እንተኾይኑ'ዉን ሕጊ ባዕሉ ብንጹር ብዝገለጾ መሰረት ዝቓልዓሉ ኩነታት ክህሉ ይኽእል'ዩ። ሓደራኹም ብዛዕባ ሕሙማት ክንዛረብ እንከለና ካልኦት ሰባት ብዘይሰምዕሉ ኩነታት ክኸዉን ይግባእ። ናይ ሕሙማት ቻርትን ፋይላትን ካብ ናብ ክንቀሳቐስከሎ ዘይምልከቶም ሰባት ከየንብብዎ ክንጥቀቕ ይግባኣና።'

ሲስተር እትግደሰሉ ብዛዕባ ሕክምና ይኹንምበር፡ ዝኾነ ወሃብ ኣገልግሎት ንኣብነት ባንክ፡ ትካላት መንግስቲ፡ ካህናት፡ መሻይኽ፡ ኣማኸርቲ ወይ ክኢላታት ሕጊ፡ ኣብያተ ፍርዲ፡ ፖሊስን ጸጥታን ወዘተ ብምኽንያት ስርሖም ወይ ኣገልግሎቶም ዝፈልጥዎ ናይ ዉልቀሰባት ምስጢራት ብጥብቂ ክሕልዉ ግዴታ ኣለዎም። ሓበሬታ ዉልቀሰብ ብዘይፍቓድ ናይቲ ተገልጋሊ ክግለጽ ወይ ክዝርጋሕ ዝከኣል፡ ከምቲ ሲስተር ዝገለጸቶ ብግቡእ ሕጋዊ መስርሕ ጥራይ'ዩ። ካብኡ ዝተረፈ ምስጢር ዓማዊል ወይ ተገልገልቲ ዘይምዕቃብ ብገበን ዘቕጽዕን ካሕሳ ምኽፋል ዘስዕብን'ዩ። ምስጢር ዝወጽእ ድማ ብፍላጥ ጥራይ ኣይኮነን። ብግርህና፡ ዓው ኢልካ ብምዝራብ፡ ጽሑፋት ኣብ ግቡእ ቦትኦም ከይዓጸኻ ዘርጊሕካ ብምኻድ፡ ብዙሕ ሰብ ኣብ ዝኸፍቶ ኮምፒዩተር ምስጢራዊ ሓበሬታታት ብምቕማጥ ወዘተ. ምስጢር ክወጽእ ይኽእል'ዩ፡ ብሸለልትነት ዘሕትት ድማ ይኸዉን።

ኣብ ዝተመደብናሉ ሞያን መደብ ስራሕን ዓቀብቲ ምስጢር ክንከዉን እምበኣር ግቡእ'ዩ።

ሓጺር ዛንታ

እታ ጎብለል

ዮናን ተኽስተ

ድርብ ሓጎስ ምቁጽጻር ዝሰኣነት ሰናይት፡ ኣብ'ቲ ውዕውዕ ናይ ጽንበል ግዜ እቲ ኩሉ ግዜ ዘናውጻ ናይ ዕግርግር መንፈስ ሕጂ'ውን ክዓርፈላ ብልባ እናጸለየት ብዘይተጸበየቶ ኩነት፡እቲ ወትሩ ኣብ ውሽጣ ዘሳቕያን ዘሻቕላን መልክዑ ቀይሩ ዛንታ ኰይኑ ክረኣያ ትንበ።

ወይዘሮ ሓዳስ ንግሆ ሰይቲ ወደን ክትወፍር ከላ ዝጀመረን ጉረምረምም ምሉእ ረፋድ እዩ ንበይነን ከዛርበን ኣርፊዱ። መጻውቲ ደልየም ንብረት ምስዘላዕሉ ደቂወደን ተሃኒን እየን ዘውጽኣ።

ናኣድ ቦኽሪወዲ ወደን እዩ። ታህዲድ ናይ ዓባዩ ተዋሃሂዱዎ እዩ።ግን እቲ ልክዕ ንሱ ከምዘይኰነን ዓባዩ ክቕየመላ ከምዘይብሉን ወላዲቱ ሰናይት ብዝግባእ ኣረዲኣቶ እያ።ስለዚ ኸኣ'ዩ ዓባዩ ጸርጸር ኪጀምራ ከሎ ንነኣሽቱ ኣሕዋቱ ሒዙ ብቕጽበት ካብ ቕድሚኣን ዝኣለ።

ወይዘሮ ሓዳስ ጸርጸረን ከይዘሓለ ጠንቂ ሕርቃነን ዝኾነ ወደን ብግዳም ክቕልቐልምስረኣየኦ፡ሕርቃነን መሊሱ ግንፍል ኢሉወን። "መርሓባ! ወዲ-ተንስተይቲ ኣሻብካ ደኣ መጺእካ። ቈልዑ ከተምስሕ" እናቃጨጫ ክምስ በለኦ።

"እወ" ስኽኽ ኪይበለ መሊሱለን።

"ዋይ ወደይ....ብደወይ ተዘሚተ..."ቃንኣን ዳርጋ ናብ ልቕሶ ቀየረኦ።

"ኣቲደ ክትዕንድር ወይ ክትዛናጋዕ እኳ ኣይኰነትን ከይዳ።ንባዕላ ኣብ ጽዑቕ ውድድር ተጸሚዳ ነዛ ዕረፍቲ ዝበሃል ግዜውን የብላን። ኣደ ሓጎንትስ ሓሳብ ልባ የስምረላ እምበር። ንሰኑ ምሕጋዘይን ደቀይ ምእልላየይን ጸገም ዘለዎ ኣይኰነን።ስለምንታይ ኢኺ ተካብድዮ?" ንሱ'ውን ብግደኡ ኣንጸርጸረ።

"ኣይ !በል ዝወደይ ኣቡኡ ዘፍለጠ ቕማሽ ተኸደን።ወደይ ድኣ መኣስ ተመሊኽካ ጥራይ፡ኣይተፈዊሽካ እንዲኻ።ድማ ኸኣ ኽትሕለቐላ። ኣይ ሓቃ እንዲያ ደኣ መእተዊኣን መውጽኢኣን ዘይፍለጥ ተሓዝ ቈልዑ ጌራ ኣቲረፋትካ" በላ ምስ ሕርቃነን።

"ደሓን ደሓን ኣደ ዓቕሊ ጥራይ ንግበር እምበር ሓንቲ መዓልቲ ከተሐጕሰና እያ"በለን ንሕርቃነን ንምህዳእ።

"ኣብ ቅሩብ ተሰኺተት" ክም ቅጽበት ነደራ። "እታ ናትካስ እባ ቆሓሚዮ ተበልኩዋስ ትጎስሞ እዩ ነገሩ።ስምኦን ወደይ ክብለካ ሓፊረ ኣጽፋሪይ በሊዐ።ዋይ ኣነ ዋይ ኣነ'ሰለፈን እናጠብጠባ የማን ጸጋም ተነነዋ።ኣብ ከምዚ ዓይነት ጥርዚ ናይ ሕርቃን ኣብ ትበጽሓሉ እዋን፡ብቐሊል ከምዘይዝሕላሉ ኣጥዕዩ ይፈልጥ እዩ። ክመላለሰን ኣይደለየን እናተዛረባ ገዲፍወን ኣትዩ፡ ኑቶም ኣብ መጽናዕቲ ተጸሚዶም ዝጸንሑ ደቁ ምልክት ሕርቃን ከየርኣየ፡ዕዮ-ታቶም ክኪታተል ብሕጕስ መንፈስ ተጸንበሮም።

ሰናይት ካብ ግዜ ህጻንነታ ዝጀመረቶ ቅድድም ብሽከለታ ብዘመዝገብቶ ተደጋጋሚ ዓወታት ክትወዳደር ተሓጺያኣላ። ኣብ ጽዑቕ ልምምድ ውዒላ ንቤታ ኣብ ትቅራረብሉ እዋን ግን ክትጸወሮ ዘይከኣል ጸርፍን ዘለፋን ናይ ሓማታ ኣብ ቅድሚ ዓይና ይቕጀላ እሞ፡ ኩሉ ነገር ከተቋርጾ ድንዕ ድንዕ ትብል'ሞ፡ እቲ ዘይጽንቀቕ ሞራልን ሓቦን ዘሰንቓ በዓልቤታ ኸኣ፡መሊሱ ተስፋ ይኾና።"ስኑ ነደይ ከይትቕየምላ። ዘዕበየን ባህልን ድሑር ኣተሓሳስባን ደሪኽዋ እምበር፡ንዓኺ ጸሊኣ ወይ ንዒቓ ኣይኰነትን።በዓል ኣደይ መሳኪን ንሰብኣይካ ዓይንኻ መሊእካ ምጥማት ነውሪ'ዩ እናበላ ብስም ደቀን እናጸውያኦም ስለ ዘሕለፈኦ'ዩ ኣብ ደመን ሰሪጹ። ነዚ ኣነን ንስኺን ተረዳዲእና ንነብሮ ዘለና ኸኣ፡ከም ድፍረትን ምልኪን እየን ዝቖጽርኦ።ስለዚ ሰኑ ሽኮር ነታ ጽባሕ ትረኽብያ ዓወት ክትሓፍሲ ሎሚ ነደይ ተጸመሚ።" ክምዕዳ ተሰምዐ።

ሰናይት ከምዚ ዓይነት ዘረባ ካብ ተፈታዊ በዓልቤታ ክትሰምዕ ከላ ሓጎሳ መቆጻጸሪ'ያ ትስእነሉ።

ትኣትወሉ ሰዓታት ስርሐይ ኢለን እየን ዝጽበያኦ።ማዕጾ ገልጠም ኢሉ ክኸፈት ከሎ ኸኣ ከም ኣመለን ቁዘማ ይጅምራ።

"ዋይ ወደይ ከየስታረረት ከዲናቶ። ከይላፈወት ሰንኪታ ኣብሊዓቶ።ወደይ ብደው ቀቲላቶ" እናበላ ይቕበላኣ። እዚ ቃላት እዚ ንሰናይት መንጸሮር ኰይኑ ባይታ ከዕልባ እዩ ዝደሊ።

ሰንበት ንግሆ እዩ።ኩሉ ኣማኒ ጸሎቱ ዘዕርገሉ ልሙድ መዓልቲ።ኣብ ቤተክርስትያን ከቐድሳ ተብተብ እናበላ ካብ ቤተን ወጺኣን እናኸዳ፡ ዜና ዓወት ሰናይት ሰይቲ ወደን ዝሰምዖ ጎረባብታ ነደይ ሓዳስ፡ ከኩቲረን መግለጺ ሓጎሰን ሓሓንቖን ክስዕመኣን ጀመራ። ብዝያዳ እትቐርበን መሓዝኣን ሳንዳይ ጎያይ'ውን ዕልልታ ደርጕሐን ሕንቕ ኣቢለን ተጠምጠመኣን . . . ኣደይ ሓዳስ ነገሩ ድንግርግር ኢሉውን ክንጽረለን ሓተታ።

ሰናይት ሰይቲ ወደን ጎብለል ዓቐበት ኰይና ሻምፒዮን ናይ ቀርኒ ኣፍሪቃ 2020 ከምዝኾነት ኣበሰረኣን።ኣደይ ሓዳስ ምርኩሰን ደርብየን ከም ብተይ ክዕንድራ ቁሩብ ተረፈን።ዜና ሓሊፉወን ናይ ሰይቲ ወደን ብሰብ ሰሚዐንኦ . . . ኣብ ምቕባል እውን ከይቅደማ ቤተክርስትያንን ገዲፈን፡ ዕንባባ ሒዘን ናብ ባሕቲ መስከርም ነቕላ።

ኣብቲ ውዕውዕ ናይ ጽንበል ኣጋጣሚ፡ ጋዜጠኛታት ናይ ስፖርት ማይክሮፎን ኣዋዲዶም ንሰናይት ሕቶታት ይድርዱሩላ።ሓንቲ ካብተን ሕቶታት ነደይ ሓዳስ ሰሓበት። "ሰናይት ምስጢር ዓወትኪ እንታይ እዩ?"

ኣብ ጎኒ ሰናይት ተጎዝጕዘን ዝጸንሓ ኣደይ ሓዳስ "እዚኣስ ኣነ ክምልሳ ዝወደይ። ንሓደ ካብቶም ጋዜጠኛታት ስሒበን ማይክሮፎን ናብኣን ከምትቀንዕ ገበራ። "ሕራይ ማማ እንታይ እዩ መልስኽን" ሓተተ ጋዜጠኛ። "ምስጢር ዓወት ሰናይት፡ስምኦን ወደይ . . ."ምስ በለት፡ሰናይት ምስ ደቃ ሰሓቕም ምቁጽጻር ስኢናም . . . "ሓቅኽን ኣደይ ኣርእያ ብዙሓት ክኸውን ዝገበረ በዓል-ቤተይ እዩ" ኢላ ምስጋናኣ ብዝርዝር ገለጸት ።

ማሕበራዊ ሂወት

ጾር ኣዴታት ምስ ስንክልና ዝኑበሩ ህጻናት

ግርማይ ኣብርሃም

"ሰብኣውነት ኣብ ውሽጦኻ እንተሎ፡ እዚ ግበር ዝበለካ ሰብ ኣየድልየካን'ዩ።"

መንእሰይ ልዋም የማነ

ናይ ነገር ተማሃራይ፡ ወዝቢ መጽናዕቲ

ኽትገብር ሓደ ኣርእስቲ ምስመረጸት፡ ፍጹም ገሚታቶና ብዘይትፈልጦ ዓለም ንውሳነን'ያ ኣትያ።ነቲ እትጽንዖ ዝነበረት ትምህርቲ መኽተምታ ኽትገብረሉ ግድን ስለዝነበረ፡ ኣርእስቲ መጽናዕታዊ ጽሑፍ ክትመርጽ ነይሩዋ።

ፍሉይ ኣልያ ዘድልዮም ስንኩላን ህጻናት ኣብ ትምህርቲ ከመይ ዝኣመሰለ ብድሆታት የጓንፎም? ጾር ኣለይቲ ኣዴታቶም ክሳዕ ክንደይ ከቢድ'ዩ? ሕብረተሰብ ወይ ከባቢኦም ከመይ ይቕበሎም ወይ ይርድኦም? ዝብል መባእታዊ ሕቶታት ኣብ ኣእምሮኣ እናገማደሐት ከኣ ናብ ቤት ጽሕፈት ሃገራዊ ማሕበርኣ እምሮኣውን ምዕባለኣውን ስንኩላን ኤርትራ (Intellectual and Developmental Disability) ኣምሪሓ። ምስ ዝምልከቶም ኣካላት ድሕሪ ዝገበረቶ ዕምቆ ዝበለ ዝርርብ ንመጽናዕቲ ንወረቐታ እንተዛዘመት'ኳ፡ ርእሳ ብዛዕባ'ዞም ኣካል ሕብረተሰብ ዝኾኑ ግና ኸኣ ምስ ሕብረተሰብ ተወሃሂዶም ክነብሩ ዝኸብዶም ስንኩላን ንኣዴታቶምን ከይተባሕተ ኣይተረፈን - ንመንእሰይ ልዋም የማነ።

እዚ ነገር'ዚ፡ ጸኒሓ ኣብ ሃገራዊ ማሕበር ኣእምሮኣውን ምዕባለኣውን ስንኩላን ኤርትራ ወለንተኛ ክትከውን ደሪኽዋ።ኣብዚ ማሕበር'ዚ፡ ንብድሆታት እቶም ቈልዑን ኣደታቶምን ዝያዳ እናተላለየቶን እናስተማቐረቶን ከደት።ግደ ሓቂ ነገር ኣደነት ብቐረባ ኻብ ኣደ ኣትፈልጦ'ኳ እንተነበረት፡ እቲን ብሉጽነት ኣደ ኽገልጽ ወትሩ ኣብ ዕለታዊ ምብህሃልና ዝደጋገም፡ "ትሽዓተ ወርሒ ኣብ ማህጸና፡ ሰለስተ ዓመት ኣብ ዝባና፡" ዝብል ብሂል መቕረት ክሽልኣ ጀመረ።

ድሕሪ ጀማሮ ወለንታውነት፡ ድሕሪ ዝወሰደቶ ሃናጺ ስልጠናታት ዝያዳ ሓቂ ንኽትፈልጥ ሕቶታታ ንመቕረጺ ድምጻን ኣዋዲዳ ናብ ኣርባዕተ ዞባታት ሃገርና ዑደትን መጽናዕትን ተተሓሓዘቶ። እግራ ኣብ ተቐንዘውቲ ኣደታት ብዘእተወቶ መጠን ከኣ "ከምዚ'ኸ ኣሎ ድዩ?" እናበለት ብድንጻወ ተመሪሓ፡ ናብ መሽጐራጕር ሽግራት እተን ስንኩላን ቈልዑ ዝኣልያ ኣደታት ኣተወት።

ልዋም፡ ሓያሎ ምስ ዝሕታለ ኣእምሮ፡ ልምሰት ኣካላት፡ ኣውቲዝምን ካልእ ካልእ ስንክልናን ንዝነብሩ ህጻናት ደቀን ክኣልያ ሕጊግ ዝብላ ኣደታት ረኺባ። ካብ መቕርበን ዋላ'ውን ቀረባ ሰብ ቃልኪዳነን ኣበይ ኣሎ'ኽን ዝብለን ዘይብለን ድምጸን ቀቢረን ዝኸዳ ኣደታት'የን - መብዛሕትአን። ነዚ ብዝረኣየት'ያ እምበኣር ልዋም፡ ንእኣን ንደቀንን ድምጺ ኽትከውን ምስ ነብሳን ካልኦት ብጽታን ቃል ዝኣተወት።

"ኣደ፡ ካብቲ ኹለንትናኣ እቲ ፍርቁ ንውሉዳ'ያ እትምጥወሉ።እዚ ደሓን ንቡር ኢልና ስለእንወስዶ ንቀበሎ፡ ስንክልና፡ ዝሕታለ ኣእምሮዘለዎ ቈልዓ እንተወሊዳ ኸኣ እቲ ጾር መሊሱ'ዩ ዝደራረብ።"

ጠንቂ ኽምዚ ዝኣመሰለ ስንክልና ብዙሕ ፍሉጥ ኣይኮነን። ከም ሕማም ከምዘይቍጸር ከኣ ልዋም ትሕብር።"ሕማም፡ ይፈወስ ኣይፈወስ መድሃኒት ተናድየሉ ኢኻ። እዚ ኸምዚ ዓይነት ስንክልና ግና ኣልያ ጥራይ'ዩ ዘድልዮ።"በዚ ምኽንያት'ዚ፡ ን20 ዓመታት ዝኣክል ፍሉይ ኣልያ እናገበራ ደቀን ዝናብያ ስድራቤታት ቍጽረን ሒደት ከምዘይኮነ ወሲኻ ትሕብር።

ዶክተር ዘሚካኤል ዑቕበ ኣብታ ብሃገራዊ ማሕበር ኣእምሮኣውን ምዕባለኣውን ስንኩላን ኤርትራ እትዳሎ መጽሔት "ሓልዮት" ምስ ጋዜጠኛ ሽሞንዲ ዑቕባሚካኤል ኣብ ዝገበሮ ቓለ-መጠይቕ፡ እቲ ስንክልና ፍወሰ'ኳ እንተዘይብሉ፡ መሰረታዊ ንጥፈታት ከም ዝመልኩ ጌርካ ኽተሰልጥኖም ከምዝከኣል'ዩ ዝሕብር። "ባዕላቶም ከም ዝበልዑ፡ ከምዝኸደኑ፡ ጫማኦም ከም ዝወድዩ፡ ዓይኒምድሪ ኽምዝጥቀሙ፡ ርእሶም ክኢሎም ነብሶም ከም ዝሕጸቡ፡ ካብኡ ሓሊፍካ'ውን ኣለማሚድካ ኢደጥበብ ከምዝመልኩ ኽግበር ይከኣል"ድማ ይብል።ኣብዚ ጉዳይ ሓይሎ ስድራቤታት ተዓዊተን'የን።

ኣብቲ ልቢ ዝትንክፍ ዛንታ ኣደታት፡ ልዋም ምስ ሓያሎ ጀጋኑ ኣደታት ተላልያ።በቲ ዘጓንፈ ንማሕበራዊ ተነጽሎ፡ ቍጠባዊ ማሕንቖን ኣካላውን ስነ-ኣእምሮኣውን ድኻም (ደቀን ከልዕላ) ከይተሰናበዳ ዘሎወን ሓይለን ኣኻኺበን ህይወተን ዝመርሓ ኣደታት ከኣ ረኺባ።

"ወደይ ምስ ስንክልናኡ ተወሊዱ። ወዲሽውዓተ ዓመት ምስ ኮነ ኸኣ ካብ ዓራት ወዲቑ። ሓካይም ነርቭ ከም ዝተሃስየን ተቢዑ ኽዕበዮ ኽምዘድልን ሓቢሮምኒ። ክልተ ዓመት ምሉእ ኣብ ቅዛነት ኣሕሊፈዮ።ወደይ ይበኪ ኣነ'ውን እበኪ።" ካብቲ ልዋም ዝኣከበቶ ድምጺ ኣደታት'ዩ። እዛ ኣደ ኣብ ዞባ ደቡብ ኣብ እትርከብ ዓዲ እትቕመጥ ምስ ስንክልና ዝነብር፡ ሕማም ምንፍርፋር ዘለዎ ወዲ 17 ዓመት ውላድ ዘለዋ ኣደ'ያ። ንሳ ዘጓነፋ ማሕበራዊ ተነጽሎን ከመይ ከምዝበድሃቶን

ኣብ ስምዒት ኣትያ ብኽብታን ለጠቓታን ድምጻ ኽትገልጽ ከላ መልክዓ ከይርኣኻ ባዕልኻ ብእትፈጥሮ ስእለ-ኣእምሮ ምስላ ከይፈተኻ ይረኣየካ። "ወድኺ ሒዝኪ ኣይትውጽኢ፡" ዝብል ለባም ዝመስል ዓኻ ማዕዳ ኻብ መቐርባን ፈለጥታን መጺኡዋ።

"እቲ ወደይ ሓሚሙስ ኣነ ኸኣ ከሓምም።ክዕጾ እንተኾይኑ፡ እንተላይ ኣነ ኽዕጾ ኣሎኒ፡" በዲሃቶም።

"ሰብ ዘበለ ክስክሓልኪ!" ግደፊ ኢሎምዋ።

"ሰብ እንታይ ገባራይ? ይሰክሕ፡ ሕማሙ ዓዲገ ኣየምጻእክዎን። ዓለሙ ይርአይ፡ ዓለመይ ከኣ እርአይ፡" ብድሕሪኡ ነቲ ኸቢድ ናብራ ጥራይ ዘይኮነ፡ ነቲ ብዘባል ኣዒንቱ ዝርእይ ድሑር ባህሊ'ውን ገጽ ከልኣቶ።

ንዓሰርተው ሓደ ዓመት መመላእታ ባዕላ ተሸኖን ጽያፉ ትኸተሉን ነይራ።ኣብ ገሊኡ እዋናት ደቃ የብርያኣ።ናይ ነገር ሓዳር እቲ ምጥናስን ምሕራስን ኣየቋረጸን።ብኡ መጠን ከኣ እቲ ምእላይ እናኸበደ ኽይዱ - ብፍላይ'ኳ ኣብ ምጥቃም ሽንቲ ቤት። ጸኒሓ፡ ብመንደቕ ዝተኣኽነየ ንእኡ ዝጥዕም ጕብጥሽ ምስ ሰርሐትሉ ግና ቍሩብ ኣስተርሕዩ ኽሽይን ከኢሉ። ብቐረባ ምክትታሉ ግና ግድነት'ዩ። እቲ ጥበብ መወዳእታ የብሉን። ናብራ ኽፉኹሰልካ ስለ እትደሊ ወግሐ ጸብሐ ሜላ ኽትምህዝ ኣሎካ።

"ሓደ እዋን፡" እናበለት እያ ተዕልላ ንልዋም። ብሓንቲ ወገን ኣፉ ጥራይ ይሕይኽ ስለዝነበረ፡ እታ ሓንቲ ወገኑ ደሪቓ። ሽታ ኸኣ ገይራ።ሽው ገለ ኽትምህዝ ነይርዋ። ስሙ ብቕብጥሮት እናጸውዐት፡

"ዶክተር እገለ፡ ወድኺ በታ ሓንቲ ወገን ኣፉ ካራሜለ እንተቐርጢሙ ትምህርቲ ኽጀምሮ'የ ኢሉኒ።"

"ብሓቂ!" ህንጡይነት ዘበገሶ መረጋገጺ ሕቶ ኣቕሪቡላ ስንኩል ውላዳ።

"ብሓቂ'የ ዝበለካ። ዋላ ንኣይ'ውን ቈርጥሚ'ሞ፡ ሽልማት ከዳልወልኪ'የ ኢሉኒ።"

"ሃየበል" "ሃየበሊ" ተበሃሂሎም ከኣ ካራሜለ ቈርጢሞም። ንወዳ ሓደ ስጉ ምቲ ናብ ጥዑይ ኣካላት፡ ንኣኣ ኸኣ ቕሳነት።ብኽልተ ሸነኽ ኣፉ ምብላዕ ለሚድዎ። ሽታ ኣፍ ከኣ ሽታ ማይ ኮነ።

እኒ ብዓል ልዋም ምስ ካልኦት ወለንተኛታት ብጾታ መምህራን፡ ኢንጂ ነራት፡ ጋዜጠኛታት፡ ወለዲ ፍሉይ ኣልያ ዘድልዮም ህጻናትን ካልኦትን ብምኺን ናይ ኣሰልጠንቲ ስልጠና ወሲዶም'ዮም። ፈቐዳኡ እናኸዱ ኸኣ ዝተሓብአ ድምጽታት ጕርጕሮም ከውጽኡ ነቒሎም። እቲ ማሕበር ምስ ወለዲ ፍሉይ ኣልያ ዘድልዮም ህጻናት ጥቡቕ ዝምድና ፈጢሩ። ከም ልዋም ዝኣመሰሉ መንእሰያት ወለንተኛታት ድማ ኣብቲ ሞያ ፍቕርን ህንጥይናን ኣጥርዮም። ናብ ኵሉ ዞባታት ብምኻድ ከኣ ስልጠናታት ሰሪሖምን ኣካይዶምን።

ኣብ ገለ እዋን ጸገም ናይተን ኣደታት ምፍጣርካ ዘጽልእ ክኸውን ከም ዝኽእል ልዋም ካብ ትዕዝብታ ተካፍል - ብፍላይ ከኣ ዓቕሚ እንተዘይብለን። ነዚ ጸይረን ግና ውሉዳተን ከመሓይሹለን ስለዝደልያ፡ ናብ ስልጠና ኽም ዝመጽኣ ትሕብር።

"እቲ ስልጠና ንብዙሓት ኣደታት ኣፈን ከኽፍተን ከኢሉ'ዩ። ስምዒታተን፡ ዘጓንፈን ጸገማት ናጻ ኾይነን ከዕልላና ጀሚረን። እዚን መጽናዕተይ ኣዝዩ ሓጋዚ ነይሩ፡" ትብል ልዋም።

"እንታይ ደኣ'ዩ እዚ ቈልዓ፡ ኣይምስሊ ኣቦኡ ኣይ ምስሊ ኣደኡ? ካበይ ኢኺ ኣምጺእክዮ?" ገለ ኻብቲ ልዋም ዝሰምዓቶ ልቢ ዝሰብር ቃል ኣደ ስንኩል ህጻን'ዩ። እዛ ኣደ ብሰንኪ ስንኩል ውላዳም ብዓልቤታ ራሕሪሕዋ ዝኸደ'ያ። ንሱ፡ ጠንቂ ስንክልና ህጻን፡ ኣደ ምኺና'ዩ ዝኣምን። ከይውዓለ ኽይሓደረ ኸኣ ገና ቓልኪዳን ከየውረደ፡ ናብ ካልእ ከተማ ብምኻድ ኣብ ውሸምነት ኣትዩ።

"ድሮ ሓምሸተ ዓመት ጌርና ኣሎና ካብ እንፈላለ። ካብ ሃማደኤ ተለቂሐ ናብራ ኽመርሕ ፈቲነ፡ እንተኾነ ኣብ ክሳራ ኣትየ። ሕጂ ብ200 ናቕፋ ወርሓዊ ውዕለት ስራሕ ረኺበ እናበር ኣሎኹ።"

ብዓል ቤት እንተዘይነቐሑ፡ ጾር ናብራ ጓለንስተይትን ስንኩላን ቈልዑን ድማ ብኡመጠን እናብኣሰ'ዩ ዝኸይድ። ኣደን ውሉዳን ኣብ ሕልምልም ዝብል ቤት ንበይኖም ክግደፉ እንከለዉ ነቲ ቓንዛ ዝያዳ ዝኾነ ሰብ እዞም ተቐንዘውቲ'ዮም ዝፈልጥዎ።

ካብቲ ልዋም ዘካየደቶ መጽናዕቲ፡ ገና እዋን ጥምቀት ከይኣተወ እግሮም ዘሕጽሩን ሓላፍነቶም ዝድርብዩን ኣቦታት ኣይተሳእኑን። "እተን ኣደታት ስድራ ኽኣልያ ይግደዳ'የን። ስራሕ ክወፍራ እንተኾይነን ኣብ ገዛ ቈልዑ ዝሕዘለን ይስእና። ነቲ

ዥሉ ጼርካ ኽተብቅዕ ስራሕ ዘይርከበሉ እዋናት ከኣ ውሑድ ኣይኮነን። ገሊኣተን ናብ ስድራኣን ክምለሳ'የን ዝግደዳ፡" ተብርህ ልዋም። ሓደ ሓደ እዋን ባህሊ ሕሱም'ዩ'ሞ፡ ካብ ሓደ ኽኾነልኪ ድገሚ ተባሂለን ዝደግማሎም ኣደታት ከኣ ኣለዋ። በዚ ምኽንያት'ዚ፡ ጸቕጥን ጭንቀትን ዘይተጋደፈን ኣደታት ኣይተሳእናን።

ኣብቲ ኣብ መንጎ መጻምድቲ ዝግበር ናይ እንካን ሃባን ዘረባ፡ ቀኑጥዓኦም ብወስታ ኢድ ዝገልጹ ኣቦታት ኣለዉ። ፍሉይ ኣልያ ዘድልዮም ስንኩላን ደቀን ኣብ ምእላይ ዘጓንፈን ኣካላዊ ሃስያ ኺይኣኽለን፡ ዘቤታዊ ዓመጽ ከም ንቡር ውህብቶአን ዝቘጽራኦ ኸኣ ውሑዳት ኣይኮናን። ከም መጽዓኛ ዝኽትከታ ክሳዕ እዝነን ዝተነኽሳ ኣደታት ምንባረን ትምስክር ልዋም።

እዚ ይኹን'ምበር፡ ሓላፍነታውያን ኣቦታት የለዉን ማለት ኣይኮነን። "መንፈስ ሰብኣውነት ኣብ ውሽጥኻ እንተሎ፡ እዚ ግበር እቲ ኣይትግበር ዝብለካ ሰብ ኣየድልየካን'ዩ። ኣዝዮም ንኣሽቱ ኣቦታት ጾር ውሉዳቶም ባዕላቶም ዝስከሙ ኣጓኒፎምኒ ኣለዉ። ንብዓልቲ ቤትካ ምድጋፍ ማለት ግድን ነቲ ናታ ተራ ኽትጻወቶ ኣሎካ ማለት ኣይኮነን። ዝከኣለካ ኢኻ እትገብር፡" ትብል ልዋም የማነ።

እቲ ባህላዊ በደል ግና ገና ሳዕቤናቱ ኣይተቐርፈን ዘሎ። ገለ ስንክልና ዘለዎም ቈልዑ ዝወልዳ ኣደታት፡ ብሰብኡተን ተፈንፊነን'የን። እቲ ተነጽሎ ኻብ ቤተን ይጅምር። ስድራ ሰብኣይ ንፍትሕ ይደፋፍኡ። ሕብረተሰብ ከኣ ከም ሕማም ስለዝርእዮ ይንጽለካ። ስዒቡ ፍርሒ መውስቦ ይመጽእ። "ስንኩል ዘለዋ ስድራ፡ ናይ መውስቦ ጸገም የጓንፋ። ይትረፍ ንኣባላት ስድራ፡ ዋላ ርሕቕ ንዝበለ መቕርብ ቤተ-ዘመድ ብኣሉታ ዝጸልወሉ እዋናት'ውን ኣሎ፡" ትውስኽ ልዋም።

ኣእምሮኣውን ምዕባለኣውን ስንክልና፡ ኣብ ስንኩላን ህጻናት ዘሕድሮ ጸገም ቀሊል ኣይኮነን። መብዛሕትኦም ኣብ ምልከት ቋንቋ፡ ነብሰ-ምእላይን ምንቅስቓስን ኣዝዮም'ዮም ዝሽገሩ። ምስ ከባቢኦም ክወሃሃዱ ኸኣ ደገፍ ሕብረተሰብ እንተዘይረኺቦም ኣብ ገዛ ዝግበር በይናኣዊ ስድራቤታዊ ኣልያ እኹል ኣይኮነን። ገሊኣቶም፡ ነዛ ሸንቲ ማዮም'ኳ ኽደፍኡ ዝኽእሉ ኣይኮኑን።

ወለዲ ኣእምሮኣውን ምዕባለኣውን ስንክልና ዘለዎም ቈልዑ ማዕረ ማዕረ'ቲ ኣብ ደቆም ዘለዎም ሓልዮትን ፍቕርን ዘጓንፎም ጭንቀትን ጸቕጥን ብዙሕ'ዩ። እቲ ንኸምዚኦም ዝኣመሰሉ ዘድልዮም ኣልያ ኸም ባህሪ እቲ ስንክልና ኻብ ሰብ ናብ ሰብ ይፈላለይ'ዩ። ገሊኣቶም ተጓነጽትን ኣብ ገዛእ ርእሶም ከይተረፈ ሃስያ ዘውርዱን ብምኳኖም ዝያዳ ኻልኦት ፍሉይ ምክትታል የድልዮም። ምጥዋይ መሓውር፡ ህዋሳዊ ሕንጋደ (ናይ ምርኣይ፡ ናይ ምስማዕ፡ ምስትምቓርን ካልእን ክኸውን ይኽእል)፡ ምጭብባጥ ኣካላት፡ ጸገማት ኣወሳስዳ ምግቢ ገለ ኻብቲ ጕሊሑ ዝረአ ጸገማት ስንክልና'ዩ። ዳርጋ ነዚ ዅሉ ሰከም፡ ብቐረባ እትከታተሎ ኸኣ እታ ኣብ ገዛ ዘላ ጾር ኣብ ርእሲ ጾር እትስከም ኣደ'ያ።

ደቀን ሓዚለን ናብ ቤት ትምህርቲ ዝወስዳ ኣዴታት ኣይተሳእናን - ክሳዕ ዝወሃሃዱ። ሓንቲ ኻብአን ወዳ ዘውድቕ ስንክልና ዘለዎ'ዩ፡ "ማየይ ቛጺረ'የ ናብ ቤት ትምህርቲ ዝኸይድ። ኣብ መንጎ ከይወድቕ ምእንቲ ምስቶም ተመሃሮ ኣብ ክፍሊ ኾፍ ኢለ ይሕልዎ። ደሓር ምስ ወደቐ፡ እቶም ተመሃሮ ፈለማ ይስንብዱ'ዮም። ጸኒሖ ግና ከመይ ኣቢሎም ክሕግዝዎ ይኽእሉ ኣርእየዮም። ቀሲነ ኸኣ ትምህርቱ ኸም ዝከታተል ገይረዮ።" እዛ ብዓል ቤታ ኻብ ቦታኡ ኣብ ዝመጽኣሉ እዋን የማናይ ኢዳ ኾይኑ ኽምዝድግፋ እትገልጽ ኣደ፡ ወዳ ብደገፍ መምህራን ንተመሃሮን ድሮ ሓምሻይ ክፍሊ ኽምዝበጽሐ እያ እትሕብር። "ከምዚኦም ዓይነት ኣቦታት ምህላዎም ነታ ኣደ ፍርቂ ጕድና ኽትድቅስ'ዮም ዘኽእልዋ፡" ትገልጽ ልዋም።

ጕዳይ ትምህርቲ ምስ ተላዕለ፡ ልዋም ብዙሕ እዋን ናብ ኣብያተ ትምህርቲ ዑደት ከምዝገበሩ'ያ ገሊጻ።ዝድነቓ ኣለይቲ መምህራን ከም ዝጐነፉኣ ድማ ትሕብር።

"ልዕሊ ወለዲ'የን። ወለዲ ሓደ ቈልዓ'ዮም ዝኣልዩ። መምህራን ግና ደቂ ብዙሓት ዝኾኑ ስንኩላን ይኣልያ፡" ትምስክር ልዋም። ዝኣክል ስልጠና ኺይወሰዳ፡ እኹል መሳለጥያ ወይ መሳርሒ ኺይረኸባ ኣዝዩ ብዘደንቕ ሜላ ፍሉይ ኣልያ ንዘድልዮም ቈልዑ ኺሐንቅቓኦም፡ ከመሓይሻኦም ክትርእይ ከሎኻ ዘደንጹ ምኳኑ ትገልጽ። ናይዚ ዅሉ ድርኺት፡ "ዘቃጽል ፍቕሪ'ዩ፡" ድማ ትብል - ፍቕሪ ኸዳኒ ዅሉ።

እዚ ኸምዚ ዝኣመሰለ ስንክልና ዋላ'ውን ገሊኡ ፍሉጥ ጠንቂ እንተለዎ፡ መኣስ ይመጽኣካ ኣይትፈልጥን። በየን ይብገስ ኣይትፈልጥን። ከም ዝኾነ ሰብ መኣስ ብዘይየገድስ ክመጽኣካ ኸም ዝኽእል ሕብረተሰብ ክፈልጥ ይግባእ በሃሊት'ያ።

ኣብ ገለ ዓድታት፡ ተሃድሶ ዓዲ ዝብልዎም ኮሚቴ ኣለዉ። እቶም ተሃድሶ ዓዲ ብሰንኪ ስንክልናኦም ካብ ቤቶም ከወጽኡ፡ ምስ ሕብረተሰቦም ክዋስኡ፡ ንትምህርቲ ኽኸዱ እናኽኣሉ ብሰንኪ ኣጕል ባህሊ ናጽነት ዘይረኸቡ ስንኩላን ህጻናት የለልዩን ይሕብሩን። ልዋም ትብሎ ኣለዋ፤

"ተደናጋጺ ሕብረተሰብ'ኳ እንተሎና፡ ዋሕዲ ፍልጠትኣብቲ ስንክልና ግና ኣይተሳእነን። እንተነቒሕ ካብ ውሕዱ ክትደናገጽ ትኽእል ኢኻ።"

ወለንተኛ ሓባሪ መገዲ'ዩ። ኣድህቦ ንዘድልዮ ነገራት ከኣ የጕልሖ። ሓላፍነት ዝስከም ኣካል ግና ኪኖኡ ይኸይድ። ውልቀሰብ ወሳኒ'ዩ፡ ተደሚሩ ሕብረተሰብ ዝመጽእ ንሱ ስለዝኾነ ግና ውልቀ ሰብ ክነቅሕ ኣለዎ'ያ ትብል ልዋም። መንግስታውያን ትካላትን ማሕበራውያን ሓይልታትን ከኣ ድርኺት ኣብ ምፍጣር ተራኣን ክጻወታ ይግባእ - ትውስኽ።

ልዋም ከም ወለንተኛ እናነጠፈት፡ ማዕረ ማዕረኡ'ኸኣ ኣደ ምኳን ፈቲናቶን ተመኲራቶን - ሓዳር ገይራ ኽልተ ቈልዑ ወሊዳ ደቃ ተዕቢ ኣላ። "ክብደት ኣደ ምኳን ምስ ተረድኣኒ፡ እዘን ነዞም ፍሉይ ኣልያ ዘድልዮም ስንኩላን ደቀን ዝኣልያ ኣደታት ክሳዕ ክንደይ ጾር ኣሎወን ክስቈረኒ ጀሚሩ። ድምጺ ናይዘን ድምጺ ዘይብለን ኣደታት ምኳን ከኣ ንሕልና ዕረፍቲ'ዩ፡" ቃል ኣትያ ተፋንያትና መንእሰይ ልዋም የማነ።

ስነ - ልቦና

ደቀንስትዮን ጸቕጥን

ምሉእብርሃን ሃብተገብሪኤል

ጸቕጢ እንታይ እዩ? ጸቕጢ ማለት ነቶም ኣብ ህይወትና ዘጋጥሙ መዓልታዊ ፍጻመታት ኣካልና ዝህቦ ግብረ መልሲ እዩ። ነፍሲ ወከፍ ሰብ፡ ንጸቕጢ ይምኩረሉ እዩ። ጸቕጢ እወታዊ ክኸውን ይኽእል እዩ። ንደቀንስትዮ ሸቶኣን ንኽወቕዓ ክድርኸን ይኽእል። የግዳስ ጸቕጢ ኣሉታውን ኣዕናውን እውን ክኸውን ይኽእል። ከምሳዕቤኑ ንሸሉ መዳይ ህይወት ናብ ሕማቕ ክጸልዎ ይኽእል።

ጸቕጢ ሕዱር ወይ ሕሉፍ ምስ ዝኸውን፡ ንኽትቈጻጸሮ ወይ ክትብድሆ ምሒር ከቢድ ይኸውን። ሕዱር ጸቕጢ ኣብ ገለ ደቀንስትዮ ስሩ እንተ ኣወሺጡ፡ ከም ንቡር ኣካል ህይወተን ክወስድኦ እየን ዝጅምራ። መብዛሕትኣን ደቀንስትዮ ኣብ ውሽጢ ገዛአንን ኣብ ግዳምን ክሰርሓ ብዙሕ ሃለኽለኽ ስለዝብላ፡ ጸቕጢ ክሳብ ክንደይ ብኣሉታ ንህይወተን ይጸልዎ ከምዘሎ ንኽሓሳባ እኹል ግዜ ይስእና።

ምልክታት ጸቕጢ እንታይ እዮም?

ብርክት ዝበሉ ምልክታት ጸቕጢ ኣለዉ። ነፍሲ ወከፍ ጓለንስተይቲ ብፍሉይ መንገዲ እያ ንጸቕጢ ግብረ መልሲ እትህበሉ። እቶም ልሙዳት ምልክታት ጸቕጢ ኣብ ደቀንስትዮ እምበኣር፡ ነዞም ዝስዕቡ እዮም ዝመስሉ፥

❖ ኣካላዊ፡- ሕማም ርእሲ፡ ጸገም ድቃስ፡ ረሸሽታ፡ ቃንዛ (መብዛሕትኡ ግዜ ኣብ ሕቖን ክሳድን)፡ ብዘይ መጠን ብዙሕ ወይ ውሑድ መግቢ ምብላዕ፡ ጸገማት ቆርበት፡ ወልፊ ኣልኮል፡ ሽጋራ ወይ ሓሽሽ፡ ዋሕዲ ጸዓት፡ ሕማም ከስዐ፡ ዋሕዲ ተገዳስነት ኣብ ጾታዊ ርክብ፡ ኣብ ባህ ዝብሉኺ ዝነበሩ ነገራት ተገዳስነት ምጥፋእ፡ ...።

❖ ስምዒታዊ፡- ሻቕሎት፡ ቅዛነት፡ ሕርቃን፡ ቀጨውጨው፡ ስምዒትኪ ካብ ቊጽጽርኪ ወጻኢ ምዃን፡ ምቅይያር ኩነተ ኣእምሮ፡ ምንጽርጻር፡ ... ።

❖ ኣእምሮኣዊ፡- ምርሳዕ፡ ምጭናቕ፡ ውሳነ ኣብ ምውሳድ ምጽጋም፡ ኣሉታዊ ኣተሓሳስባ፡ ኣድህቦ ምስኣን፡ ምስልካይ፡ ... ።

❖ ሞያዊ፡- ጻዕቂ ስራሕ፡ ነዊሕ ሰዓታት ምስራሕ፡ ዉጡር ዝምድና፡ ድኹም ኣቓልቦ፡ ዘይምሉእነት ዕዮ፡ ... ።

❖ ማሕበራዊ፡- ውሑድ ፍትወት፡ ተነጽሎ፡ ጸገማት ስድራ ቤት፡ ጽምዋ፡ ... ።

❖ መንፈሳዊ፡- ዘይምድንጋጽ፡ ትርጉም ህይወት ምስኣን፡ ባዶነት፡ ሕኒን ምባል፡ ምጥርጣር፡ ስምዒት ቅሬታ፡ ተስፋ ምቝራጽ፡ ... ።

ጠንቂ ኣብ ደቀንስትዮ ዝርአ ጸቕጢ እንታይ እዩ?

ብርክት ዝበሉ ጠንቅታት ጸቕጢ እዮም ዘለዉ። ተመሳሳልነት ጠንቂ ጸቕጢ ደቀንስትዮን ደቂ ተባዕትዮን ውሑዳት ኣይኮኑን። ገለ ካብኣቶም ጉዳይ ገንዘብ፡ ውሕስነት ስራሕ፡ ጉዳይ ጥዕና፡ ጉዳይ ዝምድናታት፡ ... ክጥቀሱ ይኽእሉ። ብፍሉይ ኣብ ደቀንስትዮ ዝረኣዩ ጠንቅታት ጸቕጢ እውን ኣለዉ። ደቀንስትዮ ልዕሊ ደቂ ተባዕትዮ እየን ሓላፍነት ስድራ ቤት ዝስከማ። ምሕብሓብ ህጻናት ይኹን ሽማግለታት ወለዲ፡ ንሳተን እየን ዝያዳ ዝጸርኦ። ዘቤታዊ ዕዮን ናይ ግዳም ዕዮን ኣጣሚረን ይኸዳ። እዝን ካልእ ሓላፍነት ህይወትን ተደራሪብወን ናብዝን ናብትን ክሕቆና ይረኣያ። ጻዕረን ኣብ ዝመደብኦ ግዜ እንተ ዘይሰሚሩለን፡ ብሽለልትነት ኣይሓልፍኦን እየን። ግቡኣን ዘይፈጸማ ኰይኑ ይስምዐን። መብዛሕትኡ ግዜ ደቀንስትዮ ካብ ንድሌታተን ከዕግባ ንላዕሊ፡ ንድሌት ካልኦት ሰባት ከማልኣ እየን ዝጭነቓ። ጸቕጠን እናበረኸ ክመጽእ እንከሎ፡ ድሌተን እንታይ ምዃኑ ክሳብ ምልላይ እየን ዝስእና።

ጸቕጢ ብኸመይ ንጥዕና ጓለንስተይቲ ይጸሉ?

ኣብ ርእሲ ብጸቕጢ ዝስዕቡ ምልክታት ሕማም፡ እዞም ተወሰኽቲ ጸገማት ጥዕና፡ ኣብ ዝተናውሐ ግዜ ኣብ ልዕሊ ንጸቕጢ ዝተቓልዓ ደቀንስትዮ ክምዕብሉ ይኽእሉ እዮም፥

* ቅዛነትን ሻቕሎትን፡- ደቀንስትዮ ምስ ደቂ ተባዕትዮ ብምንጽጻር ዝለዓለ ግዳያት ቅዛነት፡ ሻቕሎትን ካልኦት ስነ ልቦናዊ ጸገማት ከም ሕማም ራዕዲ ክምኡ'ውን፡ ተሰባሊ ቀሳቢ ጸገም (obsessive compulsive disorder) ይኾና።

* ጸገማት ልቢ፡- ጸቕጢ ንትርግታ ልብን ጽቕጠት ደምን ምሒር የበርኽ።

* ሕማም ርእስን መርዘንን፡- ብሰሪ ጸቕጢ ውጡር ሕማም ርእሲ ካብ ኣብ ደቂ ተባዕትዮ ንላዕሊ ኣብ ደቀንስትዮ እዩ ዝገሃድ።

* ምኽራሽ፡- ደቀንስትዮ ካብ ደቂ ተባዕትዮ ንላዕሊ ምስ ጸቕጢ ብዝተሓላለዘ ሚዛን ኣካላዊ ክብደተን ልዕሊ ንቡር ይውሰኽ።

* ጸገም መዓናጡ፡- ጸቕጢ ንደቀንስትዮ

ናብ ዝኸበደ ጸገም መዓናጡ ኪቃልዕን ልዑል ተኽእሎ ኣሎ።

* ኲዳያት ጥንሲ:- እተን ልዑል ጸቕጢ ዘለወን ደቀንስትዮ ካብተን ትሑት መጠን ጸቕጢ ዘለወን ደቀንስትዮ ንላዕሊ ኣብ እዋን ጥንሰን ዝተሓላለኸ ጸገማት የጋጥመን።

* ጸገማት ጽግያት:- ኣብ ደቀንስትዮ ጸቕጢ እናበረኸ ክመጽእ እንከሎ፡ ቅድመ ጽግያታዊ ምልክታት ሓደገኛ ይኸውን።

ደቀንስትዮ ብኸመይ ብዝበለጸ ንዘወረደን ጸቕጢ ክቈጻጸርኦ ይኽእላ?

ደቀንስትዮ ጥዑይ ርእሰ ክንክን ስትራ ተጂታት ብምኽታል ንዘወረደን ጸቕጢ ብኣድማዒ መንገዲ ክቈጻጸርኦ ይኽእላ እየን። ንኣሉታውያን ምልክታት ጸቕጢ ኣብዞም ዝስዕቡ ሽዱሽተ መዳያት ኣጽንዕዮም። ንሳቶም ከኣ ኣካላዊ፡ ስምዒታዊ፡ ኣእምሮኣዊ፡ ሞያዊ፡ ማሕበራውን መንፈሳውን እዮም። ኣብ ህይወትኪ እንታይ ዓይነት ለውጢ ክትገብሪ ኢኺ እትደልዪ? ዝያዳ ሚዛን ወይ ሓይሊ ንኽተመዝግቢ እንታይ ዘድልየኪ ይመስለኪ? ገለ ካብቶም ዘድልዩኺ እዞም ዝስዕቡ ክኾኑ ይኽእሉ እዮም፥

ኣካላዊ:- ስሩዕ ኣካላዊ ምውስዋስ ኣካይዲ። ንናይ ምዝናይ ኣገባባት (ዮጋ፡ ኣስተንትኖ፡ ኣዛናይቲ ሙዚቃ ምስማዕ) ብዝግባእ ኣተግብሪ። ኣመጋግባኺ ኣመዓራርዩ። ዕረፍቲ እትረኽብሉ ግዜ መድቢ። እኹል ድቃስ (ብፍላይ ኣብ እዋን ለይቲ ካብ 7-9 ሰዓታት) ክትወስዲ ይግባእ።

ስምዒታዊ:- ንስምዒትኪ ብዝግባእ ግለጽዮ። ንእወታውያን ስምዒታት ደጋግ ምዮም። ልዑል ርእሰ ተኣማንነት ምእንቲ ክተጥርዩ ብዝግባእ ስርሕሉ።

ኣእምሮኣዊ:- እወታዊ ኣመለኻኽታ ክህልወኪ ይግባእ። ኣተሓሳስባኺ ክውን ነታዊ ይኹን። ጽንዓትኪ ቀጻሊ ክብርኽ ኣለዎ። ፈጠራዊት ኩኒ።

ሞያዊ:- ንጹር ሸቶ ይሃልኺ። ሚዛንኪ ብዝግባእ ሓልዊ። ንዘቤታውን ግዳማውን ዕዮታት ግቡእ ሚዛን ኣትሕዝዮም። ደረትኪ ኣነጽሪ።

ማሕበራዊ:- ፈቓር ዝምድና ክትምስርቲ ጽዓሪ። ጥዕና ዘለዎ ደረት ፍጠሪ። ምስ መሓዙትኪ ጽቡቕ ገይርኪ ተጣመሪ።

መንፈሳዊ:- ትርጉም ህይወትኪ ኣልሺ። ዕላማኺ ኣነጽሪ። ሞሳ ኣብ ምሃብ ኣድህቢ። ቀንዲ ኣቓልቦኺ ካብ ኣብ ሕሉፍን መጻእን ንላዕሊ፡ ኣብ ህሉው ግዜ ይኹን።

ምንጪ:- Women and Stress

መንሸሮ ፍሕኛ ብምሽታት እተለሊ መሳርሒት

መንሸሮ ፍሕኛ ኣብ ዓለም መበል ታሽዓይ ካብ ቀንዲ ሕማማት መንሸሮዩ። ዓመታዊ 12 ሚልዮን ሓደስቲ ሰባት በዚ ሕማም ይጥቅዑ። ነዚ ጸገምዚ ንምቕላል ኣብ ሓያል ምርምር ተጸሚዶም ዝጸንሑ ተመራመርቲ ሓንቲ ተስፋ ዝሃበቶም መሳርሒት ኣማዕቢሎም ኣለዉ። ኢታ ምሂዞማ ዘለዉ መሳርሒት፡ ዳርጋ ኣብ ኩሉም ሕሙማት መንሸሮ ፍሕኛ ነቲ ሕማም ብምሽታት ብትኽክል ከተለሊ እትኽእል ምኳና ኣፍሊጦም።

ኢታ መሳርሒት "ኦዶ-ሪደር" (OdoR-eader) ዝተሰምየት ኮይና፡ ብተመራመርቲ ዩኒቨርሲቲ ምዕራብ ዓዲ እንግሊዝ ዝማዕበለት'ያ። ኑቶም ብሽንቲ ንዝትፍኡ ኣብ ጋዛት ዝርከቡ ቀመማት ናይ ምልላይ ክእለት ዘለዋ'ያ። ኢታ መሳርሒት ኣብ'ቲ ንመርመራ ተባሂሉ ዝቐረበ ቅምሶ ሽንቲ ንዘሎ ሽታ ብምትንታን፡ እቲ ሕሙም መንሸሮ ፍሕኛ ኣለዎን የብሉን ኣብ ውሽጢ ፍርቂ ሰዓት ምስ ኮምፒዩተር ተሓጊዛ ኑቶም ተመራመርቲ ቅኑዕ ሓበሬታ ትህብ።

ክሪስ ርቦት ሓደ ካብቶም ተመራመርቲ ኮይኑ፡ ኢታ መሳርሒት ካብ 96-100 ሚእታዊት ቅኑዕ ሓበሬታ ክምእትህብ ሓቢሩ። ኣብ መጻኢ ብዝበለጸ ተዓሊያ ሰባት ዓዲጎም ኣብ ግዜ መጥባሕቲን ኣብ ሆስፒታላትን ክጥቀሙላ ክምዝኽእሉ ንምግባራ ምስ ዝምልከተን ኢንዱስትሪታት ክዛራረቡ ምኳኖም ወሲኹ ገሊጹ።

እቶም ተመራመርቲ ነታ መሳርሒት ኣብ 98 ናይ ሽንቲ ቅምሶታቶም መርሚሮም። ክልተ ሲሶ ካብቶም ሕሙማት ሕማም መንሸሮ ፍሕኛ ዝነበሮም ክኾኑ ከለዉ፡ 74 ድማ መንሸሮ ዘይኮነስ ረኸሲ ፍሕኛ ዝነበሮምዮም ነይሮም። ኢታ መሳርሒት ድማ ንኹሉምኦቶም መንሸሮ ፍሕኛ ዝነበሮም ሕሙማት ኣለልያቶም።

ክሪስ ርቦት ካልኦት ተመራመርቲ መንሸሮ ከስዕን ካልኦት ኣብ መላእ ዓለም ፍሉጣት ሕማማት ብሬፍታ (sniffing) እተለሊ መሳርሒት የማዕብሉ ከምዘለዉ ሓቢሩ።

መርመርቲ ነታ መሳርሒት (ኦዶ-ሪደር) ከም ኣፍንጫ ከለቢ'ዮም ዘመሳስልዋ። ኣቐዲሙ ብዝተኻየደ መጽናዕቲ ድማ ኣኽላባት በቲ ኣብ ሽንቲ ዘሎ ሽታ ተመርኲሶም መንሸሮ ፍሕኛ ንኸለልዩ ክስልጥኑ ከምዝኽእሉ ተነጺሩዩ። ሓቅነቱ ግን ከምቲ ናይዛ ሓዳስ መሳርሒት ዘተኣማምን ኣይኮነን።

ኣብ መወዳእታ እቶም ተመራመርቲ፡ ሚሂዞማ ዘለዉ መሳርሒት ኣብ ኢንዱስትሪታት ጎማን መኸልከሊ ሙቐትን ደምዲን ኣብ ዝሰንዓሉ ቦታታት ዝሰርሑ ሰራሕተኛታት ብሕማም መንሸሮ ክጥቅዑ ዘለሎ ተኽእሎ ልዑል ብምዃኑ፡ ጥዕናኦም ንምቍጽጻር ከተገልግል ከምእትኽእል ሓቢሮም።

ኣብዚ ግዜ'ዚ መንሸሮ ፍሕኛ፡ ህላወ ደም ኣብ ሽንቲ ብምዕዛብ'ዩ ዝፍለጥ ዘሎ። ንመጻኢ ግን ብሓገዝ'ዛ ሓዳስ መሳርሒት ብዝቐለለ መገዲ ነቲ ሕማም ንምፍላጥን ኣቐዲምካ ስጉምቲ ንምውሳድን ክክኣል ምኳኑ የረድኡ።

ሚርያም ተስፉ

ደቀንስትዮ ዓለም

ኑራ፥ ናብ ጠፈር ክትብርር ትጽበ ዘላ ፋልመይቲ ዓረባዊት!

ተስፋኣለም የማነ

ዳህሳስ ጠፈር፡ ከቢድን ብቐሊሉ ዘይድፈርን ዓውዲ-ምርምር እዩ። ንደቀንስትዮ ከኣ'ሞ፡ ምስቲ ኣብ ሕብረተሰባት ዓለም ዘጸንሐ ኣድልዎን ግጉይ ኣመለኻኽታን እምብዛ ዓቐብ'ዩ ክበሃል ይከኣል። ብደረጃ ዓለም ዛጊት 66 ደቀንስትዮ ጥራይ እየን ነቲ ዓውዲ ክደፍርኦ ክኢለን ዘለዋ። ወሊ ፋንክ ዝተባህለት ኣብ 1960ታት ብበረራ ጠፈር ዝሰልጠነት ጓል 82 ዓመት ኣመሪካዊት ሰበይቲ፡ ጠፈርተኛ ናይ ምዃን ሕልማ ንምግሃድ ንኣስታት 60 ዓመት ብዓቕሊ ድሕሪ ምጽባይ፡ ዝሓለፈ ወርሒ ሓምለ ምስቲ ልዕሊ 200 ቢልዮን ዶላር ሃብቲ ዝውንን ወዲ ዓዳ ጀፍ ቤዞስ ናብ ህዋ ከምዝበረረት ብማዕከናት ዜና ዓለም ተኸታቲልናዮ ንኸውን ኢና። እዚ ዘብርሃልና ሓቂ እንተሃልዩ፡ በረራ ጠፈር፡ ማዕጾኡ ንደቀንስትዮ ኣገፍቲኑ ንደቂ-ተባዕትዮ ዘርሓወ፡ ልዑል ናይ ጀንደር ኣድልዎ ዝረኣየሉ ዓውዲ ኰይኑ ይቕጽል ምህላዉ'ዩ።

ዳርጋ ኩለንተን ናብ ጠፈር ናይ ምብራር ዕድል ረኺበን ዘለዋ ደቀንስትዮ፡ ዜጋታት ሃገራት ምዕራብ እየን። ብደረጃ ሃገራት ዓረብ ግን፡ ንጠፈር ዝዳህሰሰት ጓለንስተይቲ ፍጹም የላን። እዚ ይኹንምበር፡ እታ ከርሲ ምድረ-በዳኣ ዝዓቘሮ ነዳዲ ዘይቲ ብዘፈልፈለላ ሃብቲ ተሓጊዛ ምስጢር ላዕላይ ሰማይ ክትብርብር ትሓልም ዘላ ሕቡራት ኢማራት ዓረብ፡ ሕልማ ንምግሃድ ሓንቲ ጓለንስተይቲ ጠፈርተኛ ከተሰልጥን ጀሚራ ኣላ። እዛ ናብ ጠፈር ናይ ምብራር ልዑል ባህጊ ሒዛ ናብ ስልጠና ትኣቱ ዘላ ናይ ፈለማ ዓረባዊት ጓለንስተይቲ፡ ንሚልዮናት ደቀንስትዮ ሃገራት ዓረብ ሓበንን ጩራ ተስፋን ኰይናተን ትርከብ።

ኑራ ኣልማትሩሺ፡ ኣብ 1993 እያ ኣብታ ሓንቲ ካብተን ንሕ.ኢ.ዓረብ ዘቖማ ሸውዓተ ኢማራት ዝኾነት ሻርጃህ ተወሊዳ። ካብ ብንእሽቶኣ ኣብ ቅመራ ፍሉይ ተውህቦ ስለዝነበራ፡ ኣብ ሕሳብን ፊዚክስን ዝወዳደራ ኣይነበራን። ኣብ 2011ብደረጃ ሃገር ኣብ ዝተኻየደ ውድድር፡ ኣብ ሕሳብን ምህንድስናን ዝለዓለ ነጥቢ ብምምዝጋብ ቀዳመይቲ ኰይና ተዓዊታ። ኣብ 2015 ድማ ካብ ዩኒቨርስቲ'ታ ሃገር ብመካኒካዊ ምህንድስና ብዲግሪ ተመሪቓ። ድሕሪ ምሪቓኣ፡ ኣብቲ ኣብ ኣቡዳቢ ዝመደበሩ ሃገራዊ ኩባንያ ነዳዲ ከም መሃንድስ ተቖጺራ ክትሰርሕ ጀሚራ - ገና'ውን ኣብኡ ትሰርሕ ኣላ። ኣባል ማሕበረ-ሰብ መሃንድሳት ኣመሪካ (The American Society of Mechanical Engineers) ናይ ምዃን ዕድል'ውን ረኺባ። ብዘይካ'ዚ፡ ኣብ 2018ን 2019ን ንሃገራ ወኪላ ኣብቲ ብውድብ ሕቡራት ሃገራት ዝተወደበ ኣህጉራዊ ዋዕላ መንእሰያት ተሳቲፋ።

እዛ ሎሚ ጓል 28 ዓመት ኰይና ዘላ ጎርዞ፡ ንኣሽሓት ተወዳደርቲ መሃንድሳት በሊጻ'ያ ናይ መጻኢ ጠፈርተኛ ንምዃን ብሕቡራት ኢማራት ዓረብ ተመሪጻ ዘላ። ምክትል ፕረዚደንት፡ ቀዳማይ ሚኒስተርን ኣመሓዳሪ ዱባይን ዝኾነ ሸኽ መሓመድ ቢን ራሺን ኣልማኽቱም ዝሓለፈ ሓምለ ብትዊተር ኣብ ዝሃቦ ሓበሬታ፡ "ኑራ ካብ ልዕሊ 4 ሽሕ ተወዳደርቲ'ያ ጠፈርተኛ ንምዃን ቀዳመይቲ ኰይና ተመሪጻ ዘላ። ኣብ

መጻኢ ብመንኮርኮር ናብ ላዕላይ ጠፈር ብምብራር ዳህሳሳዊ ምርምር ንምክያድ ዘኽእላ ግቡእ ስልጠና ንምውሳድ ድማ፡ ምስ ካልኣያ ናብ ትካል ምርምር ጠፈር ኣመሪካ (ናሳ) ከተምርሕ እያ" ክብል ገሊጹ።

ኑራ፡ ክዋኽብቲ ሰማይ ናይ ምድህሳስ ባህጊን ሕልምን ካብ ብህጻንነታ'ዩ ሓዲሩዋ። ብ7 ሓምለ ንጋዜጠኛታት ኣብ ዝሃበቶ ጋዜጣዊ መግለጺ፡ "ኣነ ጠፈርተኛ ንምዃን ከሓልም ዝጀመርኩ፡ ኣብ መዋእለ-ህጻናት እንከለኹ እየ። ሽዑ ዝነበረ መምህርና፡ ሓደ መዓልቲ ኩላትና ብቴንዳ ንእሽቶይ ገዛ ክንሰርሕ ኣዚዙና። ነታ ገዛ ምስ ኣዳለናያ፡ 'እዚኣ ናብ ወርሒ ሒዛትኩም እትጓዓዝ መንኮርኮር ጠፈር እያ' ኢሉና። ኣዚና ተሓጒስና። ካብ ሽዑ ንድሓር፡ ብዛዕባ ጠፈር ኩቱር ተገዳስነት ከሕድርን ዳህሳሲት ጠፈር ንምዃን ክህንጠን ጀሚረ" ክትብል ሓቢራ ኔራ። ኑራ ብዘይካ'ዚ፡ እንዳቦሓጎኣ (እንዳ ኣደኣ) ውቅያኖሳት ዝሰንጠቑ ፍሉጣት ባሕረኛታት ከምዝነበሩ ብምጥቃስ፡ ንሳ'ውን ንላዕላይ ኣድማስ ብምስንጣቕ ታሪኾም ክትወርስ ተሃንጥያ ምህላዋ'ያ ትገልጽ።

ሕቡራት ኢማራት ዓረብ፡ ኣብቲ ብውሑዳት ሃገራት ጥራይ ተባሒቱ ዘሎ ጠፈራዊ ዳህሳስ ኢዳ ክትሕውስ ዝጀመረት ቅድሚ ሰለስተ ዓመት እዩ። ኣብ መስከረም 2019፡ ጠፈርተኛታት ዘሳፈረት መንኮርኮር ጠፈር፡ 'ሶዩዝ' ኣብ ዝተባህለ ናይ ሩስያ ተወንጫፊ ሮኬት ተጸይራ ካብ ካዛኪስታን ክትነቅል እንከላ፡ ሓደ ካብ'ቶም ሒዛቶም ዝነበሩ ሰለስተ ጠፈርተኛታት ወዲ ኢማራት እዩ ነይሩ። እዚ ሃዛ ኣል-መንሱሪ ዝተባህለ ናይ ፈለማ ዓረባዊ ጠፈርተኛ፡ ኣብቲ ካብ መሬት ኣስታት 400 ኪሎ-ሜትር ልዒሉ ኣብ ህዋ ዘንሳፍፍ ዘሎ ኣህጉራዊ መደበር ጠፈር (International Space Station) ንሸሞንተ መዓልቲ ክጸንሕ ብምኽኣሉ፡ ሕ.ኢ.ዓረብ ብዘይመጠንያ ተሓቢና።

እዛ ዓረባዊት ሃገር ኣብ ቦኽሪ ተሞኩሮኣ ዘመዝገበቶ ዓወት፡ ካልእ ዝዓበየ ጠፈራዊ ተልእኾ ንኽትፍጽምዩ ድርኺት ፈጢሩላ። ኰይኑ ድማ ድሕሪ ዓመት ማለት ኣብ ሓምለ 2020፡ ኣስታት 200 ሚልዮን ዶላር ወጻኢታት ዝገበረትላ 'ተስፋ' ዘጠመቐታን ሰብ-ኣልቦ መንኮርኮር ብዓወት ናብ ማርስ ወንጪፋ። እታ ካብ ማእከል ጠፈር ጃፓን ዝተወንጨፈት መንኮርኮር፡ 494 ሚልዮን ኪሎ-ሜትር ተጓዒዛ ድሕሪ ሸውዓተ ወርሒ ማለት ኣብ ለካቲት 2021 ኣብታ ቀያሕ ፕላኔት ብሰላም ክትዓልብ ክኢላ። በዚ ድማ ሕ.ኢ.ዓረብ ካብ ሃገራት ዓረብ ቀዳመይቲ፡ ካብ ዓለም ድማ መበል ሓሙሻይቲ ንማርስ ዝበጽሐት ሃገር ኰይና ስማ ኣብ መዝገብ ታሪኽ ብፍሉይ ክተስፍር ክኢላ ኣላ።

ኢማራት በዚ ዓወት'ዚ ገና ኣይዓገበትን ዘላ። ኣብ ዝመጽእ 2024፡ ሰብ-ኣልቦ ሮቦታዊ ተሽከርካሪ (rover) ኣብ ፕላኔት ወርሒ ከተዕልብ መደብ ኣለዋ። ድሕሪ 96 ዓመት ማለት ኣብ ዝመጽእ 2117 ድማ፡ ኣብ ፕላኔት ማርስ ሰባት ከተስፍር ውጥን ኣውጺኣ ኣላ። እዚ ናይ ነዊሕ ግዜ ውጥንዚ እንተተዓዊቱ፡ ብዙሓት ዜጋታት ነዛ እንነብረላ ዘለና ዓለም ራሕሪሖም ናብታ ፕላኔት ብምድያብ ቁሸታት ክድኩኑ ክጅምሩ እዮም። ቅድሚኡ ግን፡ እቲ ገና ዘይተመለሰ ዘሎ ሕቶ ኦክሲጅን፡ ማይ፡ ምግብን ካልእ ንህይወት ወዲ-ሰብ መሰረታዊ ዝበሃል ነገራትን ምፍታሕ ከድሊ እዩ።

ሕ.ኢ.ዓረብ፡ ኑራ ኣልማትሩሺ ኣብ መጻኢ ኣብ ጠፈር ዓቢ ምርምራዊ ተልእኾ ክትፍጽም ከምእትኽእል ብምእማን፡ ኣብ ዱባይ ኣብ ዝርከብ ናይ ገዛ መሰልጠኒ'ያ ትምልምላ ዘላ። መሓመድ ኣል-ሙላ ዝተባህለ ወዲ 33 ዓመት ወዲ ሃገራ'ውን ምስኣ ይሰልጥን ኣሎ። እቲ ስልጠና፡ ካብ ምልከት ቋንቋ ሩስያ ክሳብ ኣብ ጠፈር ብኸመይ ትዓልብን ትንቀሳቐስን ዝዝርጋሕ እዩ። ድሕሪ ሒደት ሰሙናት ድማ፡ ናብቲ ኣብ ቴክሳስ ዝመደበሩ Johnson Space Center ዝተባህለ ማእከል ጠፈራዊ መሰልጠኒ ናሳ ብምብጋስ፡ ኣብኡ ንዝኸውን ጠፈራዊ ተልእኾ ብዓወት ክትፍጽሞ ዘኽእላ ዝለዓለ ብቕዓት እትድልበሉ፡ ንሰለስተ ዓመት ዝቐጽል ስልጠና ክትቀስም እያ።

ስፖርት

“ብሓያል ጻዕራ- ብቑዓት ዘፍሪ” ምኩር ኣሰልጣኒ

ኣሚን ተስፋይ

ኣብርሃለይ ኣበራ ይበሃል። ካብ መባእታ ደረጃ ትምህርቲ ጀሚሩ ኣብ ስፖርት ብፍላይ ድማ ኣብ ኩዕሶ እግሪ ምንጣፍ ጀሚሩ። ዕድሚኡ እናበረኸ ኣብ ዝኸደሉ እውን፡ ኣብ ጸወታ ኩዕሶ እግሪ ዝነበሮ ብቕዓት ቅልጡፍ ዕቤት ኣርእዩ። ኪንዮ ቤት ትምህርቱ ንምምሕዳሩ ብምውካል ዝተፈላለየ ዓወታት ኣመዝጊቡ። ካብ ሳልሳይ ዲቪዝዮን ጀሚሩ ናብ ቀዳማይ ዲቪዝዮን ክጽንበር እውን ግዜ ኣይወሰደን። ኣብርሃለይ፡ ኣንጸባራቒ ዓወታት ካብ ምምዝጋብ ስለ ዘይቦኸረ፡ ኣብ ቀዳማይ ዲቭዝዮን ምስ ጋንታ ኣስመራ ቢራ ድሕሪ ምጽንባሩ፡ ንልዕሊ ዓሰርተ ዓመታት ምስ ጋንታ ተስፋ ዝተጻወተ ምኩር ስፖርታዊ እዩ።

ኣብርሃለይ ብስንክልና ጸጋመይቲ ኢዱ ንድሕሪት ከይተንተተ፡ ኣብ ቀዳማይ ዲቪዝዮን እናተጻወተ ኣብ ከባቢኡ ማለት ኣብ ሰምበል ንዝርከቡ ህጻናት ብብዝሒ እናወደበ ኩዕሶ እግሪ ይዕልም ነይሩ።

ጨንፈር ስፖርት ዞባ ማእከል ኣብ ህጻናት ዘተኮረ ስልጠና ስፖርት “ግራስ ሩትስ” ምስ ጀመረ ንኣብርሃለይ ከም ጠርናፍን ዓላም ግራስ ሩትስ ምምሕዳር ሰምበል ክኸውን ረቑሕዎ። ኣብርሃለይ - ነዚ ረዚን ሓላፍነት ንምትግባር ምስ ጋንታታት ኮይኑ ዝጻወቶ ዝነበረ ንጥፈት ኣቋሪጽዎ። ኣብ ሜዳ ሰምበል ድማ ንታዕሊም ህጻናት ስርሒይ ኢሉ ተተሓሓዞ። ብፍላይ ድማ ምስልጣን ደቂ ኣንስትዮ ዝያዳ ደፊእሉ። ምስኡ ዝገበርናዮ ዕላል እምበኣር ኣብ ስልጠና ደቂ ኣንስትዮ ዘተኮረ'ዩ።

ብጨንፈር ስፖርት ዞባ ማእከል ግራስ ሩትስ ካብ ዝጅመር ኣብ ምምሕዳር ሰምበል ካብ ዝርከባ ደቂ ኣንስትዮ ልዕሊ 150 ከም ዝዓለመ'ዩ ሰነዳቱ ተወኪሱ ዝሓበረና። ካብ ሽውዓተ ክሳብ ዓሰርተ ሽውዓተ ዝዕድሚአን ተመሃሮ ደቂ ኣንስትዮ ብውሕዱ ትሽዓተ ዓመታት'ዩ ዝዕልመን። ኣብ ሰምበል ዝርከባ ኣብያተ ትምህርቲ ኣብ ቀረብ ሰልጠንቲ ተረኺአን ዕዙዝ ክኸውን እንከሎ፡ ኣብ ባጀትን ምክትታልን ድማ ተራ ምምሕዳር ሰምበልን ጨንፈር ስፖርት ዞባ ማእከል ዝነኣድ ከምዝኾነ ምኩር ዓላማይን ጸሓፊ ፈደረሽን ቅድድም ብሽክለታ ዞባ ማእከልንኣብርሃለይ ኣበራ ይገልጽ።

ገለ-ገለ ወለዲ - ንደቂ ተባዕትዮ ብኩዕሶ እግሪ ንኽስልጥኑ ብዘይዕጥይጥይ ክሰድዎም እንከለዉ፡ ንደቂ ኣንስትዮ ደቆም ንቕሓት ዝጠንቁ የተዓናቕፍወን ከምዝነበሩ ኣብርሃለይ ይሕብር። እንተኾነ ግን ሕብረተሰብና እወታዊ ሸነኹ ብግብሪ እንተኣርኢኻዮ ብቑልጡፍ ዝርዳእ ስለዝኾነ፡ እተን ቀዳሞት ሰልጠንቲ ኣብነታውያን ንክኾና ጎድኒ - ጎድኒ ስፖርታዊ ንጥፈታተን ኣብ ኣካድያማዊ ትምህርተን ነንሓድሕደን ከም ዝወዳደራ ገበረ። ኣብ ትምህርተን ኣዕጋቢ ውጽኢት እናመዝገባ ድማ 11 ክፍሊ በጺሐን። ቀዳሞት ዘሰልጠነን ኣብ ዓመተ 2012 ናብ ሳዋ ኣካድያምያዊን ትምህርተን ወተሃደራዊ ስልጠናን ክወስዳ ምስ ከዳ፡ ኣብርሃለይ ወለደንን መማህራንን ክርእይወን ናብ ሳዋ ክኸዱ እንከለዉ፡ ኣብ ዓመት ክልተ ግዜ ብናይ ውልቁ ወጻኢታት ንነፍሲ ወከፈን ናይ ማልያ ህያብ ሒዙለን ከደ።ካብ'ተን 11 ዝተፈተና ሸውዓተ ናይ ዲግሪን ዲፕሎማን ነጥቢ ኣምጺአን። ኣብነት ናይ ገዛእ ርእሰን ጥራይ ዘይኮና፡ ብድሕሪአን ናይ ዝስልጥና ጽቡቕ ነጸብራቕ ኮይነን። ኣብርሃለይ ድማ ኣብ ነፍሲ ወከፍ ዓመት ናብ ሳዋ ዝኸዳ ተጻወቱ ክልተ ግዜ ኣብ ዓመት እናኸደ ሳላ ዘተባብዐን ዝበዝሓ ብትምህርተን ዕዉታት እየን። ብተግባራቱ ዝተደነቑ ወለደን ድማ ንስልጠና ደቂ ኣንስትዮ ኣብ ኩዕሶ እግሪ ብዝያዳ ከም ዘተባብዕዎ ይገልጹ።

ኣብርሃለይ ዘሰልጥነን ህጻናትን መንእሰያትን ብፍላይ ኣብ ክረምታዊ ውድድራት ግራስ ሩትስን ካልኦት ናይ ምሕዝነት ውድድራትን ኣንጻባራቒ ዓወታት ከም ዘመዝገባ ኣብ ሰደቓ ዝተሰቕሉ ዋናጩ ምስክር እየም። ኣብ ዞባ ማእከል ውድድራት ደቂ ኣንስትዮ ብጋንታ ደረጃ ሒዘን ኣለዋ። እዘን ጋንታታት ንምዕባለ ኩዕሶ እግሪ ደቂ ኣንስትዮ ኢለን ስለ ዝተበገሳ ንዝሓዝኦን ተጻወትቲ ደሞዝ ገይረናለን ኣለዋ። እዚ ተግባር ኣብ ዕብየት ስፖርት ብፍላይ ድማ ኩዕሶ እግሪ ደቂ ኣንስትዮ ንቕድሚት

ኣንስትዮ ኣቐዲሙ ብስሩዕ ከም ናይ ደቂ ተባዕትዮ ከም'ቲ ዝድለ ክካየድ ኣይጸንሐን። ኣብርሃለይ ብፍላይ ኣብ ግዜ ሓጋይ ንዘሰልጥነን ተጻወቲ ኩዕሶ እግሪ ብቕዓተን ንኽመዝን ብቐጻሊ ምስ ጋንታ ምምሕዳር ንኡስ ዞባ በሪኽ ከም ዝገጥማ ክገብር እንከሎ፡ ሓሓሊፉ ድማ ምስ ስድራ-ቤተን ተረዳዲኡ ናብ ከረን፡ ጊንዳዕን መንደፈራን ብምጋሽ ግጥም ከም ዘካይድ ይሕብር።

ኣብዚ እዋን'ዚ ዘሰልጥነን ዘሎ ደቂ ኣንስትዮ ኣብ ከመይ ኩነት ከም ዘለዋ መብርሂ ክህበና ተወኪስናዮ ነይርና።"ስፖርት በላዒ ገንዘብ'ዩ። ቅድሚ ሕጂ ኣብ ዞባ ማእከል ዝነበራ ደቂ ኣንስትዮ ደሞዝ ኣይነበረን። ነንሓድሕደን ብብቕዓት እንተዘይኮይኑ ብባጀት ይጻላለዋ ኣይነበራን። ሕጂ ግን ጋንታታት ደንደን፣ ሰገን ኢንሹራንስን ደቂ ዘሰጉም'ዩ። እተን ንሕና ነሰልጥነን ደሞዝ ስለ ዘይንኽፍለን ናብ'ዘን ዝጠቐስኩወን ጋንታታት ክኸዳ ባህርያዊ እዩ። ንሕና እውን ክዓብያን ክረብሓን ስለንደሊ 'ደኺምናለን ኢና እሞ ክፈሉና' ኣይንብልን ኢና።" ድሕሪ ምባሉ ኣሰልጣኒ ኣብርሃለይ ብኣብነት ነዘን ዝስዕባ ተጻወትቲ ጠቒሱ።

ኣብ ጋንታ ደንደን ዝርከባ ሪም ገዛኢ፣ ሄርሞን ብርሃነ፣ ፍቓዱን ምስጋናን፣ ኣብ ጋንታ ሰገን ሉና ሃይለ፣ ኢለን ያቆብ ብቴስዓ ትፍለጥ፣ ኣብ ኢንሹራንስ እውን ከም ዳናይት ያቆብን ካልኦትን ንሱ ዘሰልጠነን እየን።

ሃገራዊት ጋንታ ደቂ ኣንስትዮ ማለት እታ ኣብ 2021 ኣብ ሴካፋ ዝተሳተፈት ካብ'ዘን ጋንታታት'ያ ቆይማ። ኣብርሃለይ ካብ ዘሰልጠነን ኣይተሳእናን። ከም ኣብነት ሪም ገዛኢ፡ምስጋና፡ ሄርሜላ ቴድሮስ ብምጥቃስ፡ ንሃገር ዝበቕዓ ብምፍራዩ ልዑል ሓበን ከም ዝስምዖ ይገልጽ። ዛጊት ካብ ክሊ ዕድመ 15 ክሳብ 22 ኣብ ምምሕዳር ሰምበል ዝምእከላ ንሱ ዘሰልጥነን ብቑዓት 30 ተጻወትቲ ከም ዘለዋ ድማ ወሲኹ ይሕብር። ብሰንኪ ኮቪድ 19 ንዝኸሰርዎ ግዜ ንምትካእ መምርሒታት ሚኒስትሪ ጥዕና እናተኸታተሉ በርቲዖም ይሰርሑ ከም ዘለዉ እውን ወሲኹ ገሊጹ።

ኣብ ዞባ ማኣከል ጀሚሩ ዘሎ ምጥርናፍ ጋንታታት ደቂ ኣንስትዮ፡ ኪንዮ እተን ዝተገልጻ ሰለስተ ጋንታታት ካልኦት ጋንታታት እውን ደቂ ኣንስትዮ ሓቚፈን ኣብ ዕቤት ኩዕሶ እግሪ ደቂ ኣንስትዮ ሃገርና ኣበርክቶ ክገብራ፡ ኪንዮ ዞባ ማእከል ኣብ ካልእ ዞባታት እውን ብቕዓት ዘለወን ከምዘለዋ ተገምጊሙ ኣተኩሮ ክግበር፡ ወለዲ እውን ካብዚ ናይ ጋንታ ሰምበል ተመኩሮ ቀሲሞም ዝንባለ ምድዋት ኩዑሶ እግሪ ንዘለወን ደቆም ከተባብዕወን፡ ብድሕሪ'ዚ ስሩዕ ናይ ውድድር መንፈስ ዘለዎ ውድድራት ክካየድ እንተበቒዑ፡ ሓያል ሃገራዊት ጋንታ ክትህሉ ከም እትኽእል ብምሕባር፡ ስፖርት ብኮም ስለ ዝሕይልን ዝትርንዕን ኩሉ ነገራት ናብ መንግስቲ ከይተወንዘፈ ህዝቢ ተወዲቡ ንኽሰርሕ ተራ ፈደረሽናት፡ ምምሕዳራትን ጎስጓሳዊ ስርሓት ዜናን ኪንዮ'ዚ ዘለዎ ክሕይል ኣሰልጣኒ ኣብርሃለይ ይላቦ።

ብወገንና ዕብየት ኩዕሶ እግሪ ደቂ ኣንስትዮ ሃገርና ብውሑዱ ኣብ ብሽከለታን ኣትለቲክስን ዝተበጽሐ ደረጃ ንኽበጽሕ ኩሉ ዝምልከቶ ኣካል ይጽናሓለይ ከይበለ ክሰርሓሉ ነዘኻኽር።

ይብሉ ነበሩ !

'ዕዳጋ ሕሜታን፡ ሓደጋ ቒምታን!'

ኣልጌና ወልደማርያም

ንሳሚ ዓርከይ፡ 'ኣነስ እዞም ኢሉኒ ኢላትኒ ኢሎም ዝቕየሙ ሰባት ከጨንቑኒ መዓት እዮም ምስ በልክዎ፡ 'ኣበይ ኣለኻ ንሰኻ? ሎሚ ደኣ ክብለኒ'ዩ ክትብለኒ'ያ እናበሉ ዝቕየሙ እንድዮም መጽዮም ብምባል መሊሱለይ፡፡ ወሲኹ ከኣ ሕሜት! 'ካብ ጥሜት ናይ ሓሳባት ዝመጽእ ሕሱር ዕላል'ዩ!' እናበለ ይጭርሕ፡፡ ሕሰብ ኩብሎ ከሎኹ ከኣ፡ ኣነ ውን ምስ ሓሳባቱ ከይሰማማዕ ዝዓግተኒ ምኽንያት የብለይን፡፡ ይብሉ ነበሩ!

ገለ ሰባት 'ሕሜት ቑርሲ ቡንዩ' ይብሉ እዮም፡፡ ካብ ጥንቲ ጥቕምቲ ከም ሰባት ብዛዕባ ሰባት ክንዛረብን ክንግደስን ሓጥያት ኣይነበረን፡፡ ኣይኮነን ውን፡፡ የግዳ ከክፍኡ ኣርእስታት እናልዓልካን፡ ዘይተጨበጠ ወረ እና ኣኮማሳዕካን ምዕላል፡ ካብ ንጥዕና ንሕማም ይቐርብ፡፡ ብስቕታ ምቕጻዕ ተገዲፉ፡ ብመልሓስ ምግራፍ ተጀሚሩ ኣሎ ከም ዝተባህለ፡ ኩሉ ዕላሎም ሕሜትን ስነ ሕሜትን ንዝኾኑ ሰባት፡ ብዘይካ ምሕረት የውርደሎም ካልእ እንታይ ክንብሎም ንኽእል፡፡ ካብ ሕሜት ክንረብሖ እንኽእል ፍረ ውን ኣይረኣየንን፡፡ 'ሕሜት ቖኒንካ፡ ቒምታ ኢኻ ተጸብቕ!' ይብሉ ነበሩ!!

ንሕሜት ጸታ ክህብዎ ዝፍትኑ ውን ኣለዉ፡፡ 'ኣዋልድን ሕሜትን ማይን ጸባን እዮም!' ዝብሉ ኣለዉ፡፡ የግዳ እዚ ፈጺሙ ቕኑዕ ኣይኮነን፡፡ ናይ ወዲ የብሉ ናይ ጓል፡ ሕሜት ናይ ባህሪ ሕቶ'ዩ፡፡ ሓደ ዝፈልጦ ወዲ ኣሎ፡ ንሰብ ምሕማይ ወዲኡ፡ ንሓደ ኣብታ ብቐጻሊ ሻሂ ዝሰትየላ ገዛ፡ ዝረኣዮ ድሙ ከይተረፈ'ዩ ዝሓምዮ፡፡ "እዚ ድሙ`ስ ዓቢሩ እምበር፡ ምዕዋል ጀሚሩ ኣሎ፡ ትፈልጥ ቖልማጽ ቖልማጽ ኮይኑ'ዩ ዝስመዓኒ፡ ኣብቲ ክሽነ ኣትዩ የላዕል ይኸውንዩ፡ ኣንጭዋ ዝፈቱ ውን ኣይመስል'ዩ፡ ትርእዮ እንዲኻ ዘለኻ ጥልዕ ምልዕ ይብል፡ እንታይ ግድኻ ሃካይ'ዩ . . ." እናበለ ክሽምጥጦ የማሲ፡፡ ነቲ ዘይሰምዖ ድሙ፡፡ 'ወይ ወልፈ ሕሱም!' ትብል ዓባየይ እንተ ረኸበት፡፡ ይብሉ ነበሩ!!

ሓደ ተቐያሚ! ሰባት ንዕኡ ርእዮም እንተ ስሒቖም ወይ እንተ ተዛሪቦም፡ ክቕየሞም ኣይዱንጉንዩ፡፡ ገሊኦም ሰባት 'ንቲ ቒምትኡ'ስ ከም ቖሎ፡ ኣብ ጁቡኡ ድዩ ዘቐምጦ ኮይኑ?' እናበሉ እዮም ዝጨርቕሉ፡፡ ዋላ ዘይፈልጥዎ ሰባት ናብኡ እንተ ጠሚቶም፡ ይሓምዩኒ እዮም ዝህልዉ ብዝብል ኣጉል ግምት፡ ሕምም ኢሉ ይሓድር፡፡ ነዞም ከምዚም ዓይነት ሰባት'ሲ፡ "ቒምታ ፈቐር!" እንተ ንብሎም፡ እንታይ ተቋውሞ ኣለኩም? ይብሉ ነበሩ!!

ኣብ ጉዳይ ቒምታን ሕሜታን፡ ኤዱ መሓዛይ ዝሓሸ ኣረኣእያ'ዩ ዘለዋ፡፡ 'ጽቡቕ ይሕመ፡ ዕባራ ይግመ!' ትብል መጸናንዒት ምስላ ኣላታ፡፡ ተሓምየ ኢላ ኣይትሓርቕንያ፡፡ ወረ ሓንሳብ ሓንሳብ'ሲ ኑቶም ዝሓመይዋ፡ ቴክስት ጽሒፋ `እዝግሄር ይሃብኩም' ትብሎም ትኸውንያ፡፡ 'ብዛዕባ ኑብሱ ዝዝረብ ዘይብሉ ጠፋሽ ሰብ'ዩ ዝሓሚ፡፡ ስለዚ'ስ ንዝሓመየካ ካብ ክትቕየም፡ ክትድንግጸሉ ይሓይሽ!' ዝብል ርድኢት ኣለዋ፡፡ 'ካብቲ ዝሓመየካ እቲ እገለ ሓምዩካ ኢሉ ዘረባ ዘበጻጽሕ የደንግጸኒ!' ውን ትብል፡፡ ብልክዕ ውን ሓቓ'ያ፡፡

መን እዮም ግን ግጉያት? እቶም ዝሓምዩ'ዶ ዝቕየሙ? ክልቲኦም ቕኑዓት ከም ዘይኮኑ መቸም ርዱእ እንድዩ፡፡ የግዳ እቶም 'ሓመይቲ ክፋእ ናይ ሰባት ተመራመርቲ' ካብ ሙኺን ተናጊፎም፡ ገጉዳዮም እንተ ዝገብሩ'ስ፡ ክንደይ ምህዞታት ምተፈጥረ? እቶም ተቐየምቲ ከኣ፡ ተሓሚና ብዝብል ምጉሃይ ገዲፎም፡ ውራዮም እንተ ዝገብሩ፡ ክንደይ ቕኑምነገር ምስ ተሰርሐ? ይብሉ ነበሩ!!

'ሓያላት ሰባት ብዛዕባ ኣጋጣሚታት ይዛረቡ፡ በላሕቲ ሰባት ብዛዕባ ሓሳባት ይዛረቡ፡ ድኹማት ግን ብዛዕባ ሰባት ይዛረቡ!' ትብል ጥቕሲ ኣንቢበ ነይረ፡፡ ሕሜት ብዛዕባ ኑብስኻ ከይትገደስ ብመጋረጃ ከዊሉ፡ ኣብ ዘይውራይካ ከም ትቖጻጸ ዝገብር፡ ጥቕሚ ዘይብሉ ኣመል'ዩ፡፡ በቲ ካልእ ሸነኽ ከኣ ተሓምየ ኢልካ ምቕያም ውን፡ ኑብሰ ምትሓት ዘምጽእ ሕማምን ተነጽሎን ፈጢሩ፡ እሱር ካብ ምግባር ሓሊፉ ጥቕሚ የብሉን፡፡ ልቢ ይሃበና ንሓማዮን ተቐያምን፡፡ ይብሉ ነበሩ!!