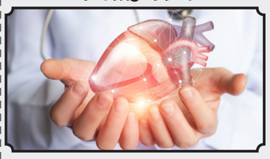
ሓዳስ ኤርትራ

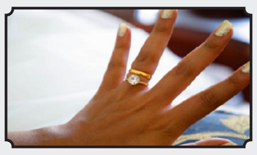
መበል 33 ዓመት ቁ.130 | ሰሉስ 30 ጥሪ 2024 | ገጻት 8 ዋጋ 2.00 ናቕፋ

ገጽ 2
ዓይነት ጸገማት ልቢን ኣሻቓሊ ምልክታቶምን



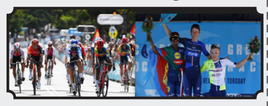
ገጽ 3
ጥበብን ደረስቲን

ገጽ 4
መርዓ፡ ድርኺት ብሩህ ተስፋ መንእሰያት



ገጽ 5
ካብ ዕወት ሜላታት ኣተኣራርማ ህጻናት

ገጽ 7
ናትናኤል ንእሽቶ ኣብ ኣውስትራልያ፡ ናትናኤል ዓቢ ኣብ ቱርኪ ደሚቖም



ሮማ - ፕረዚደንት ኢሳይያስ ዝተሳተፎ ዋዕላ መራሕቲ ኣፍሪቃን ኢጣልያን ተቓኒዑ

ፕረዚደንት ኢሳይያስ ኣፈወርቂ ዝተሳተፎ ዋዕላ መራሕቲ ኣፍሪቃን ኢጣልያን፡ ኣብ ከተማ ሮማ ተኻዪዱ።

ቀዳመይቲ ሚኒስተር ረፓብሊክ ኢጣልያ ጆርጅያ ሜሎኒ ኣብ ዘስመዐቶ መደረ፡ ሃገራ ምስ ኣህጉር ኣፍሪቃ ኩሉ-መዳያዊ ዝምድና ንምሕያል ዘለዋ መደብ ገሊጻ።

ኣብዚ ብጀይቱ ናይ ፊልሞ ዝኾነ ዋዕላ፡ ልዕሊ 20 መራሕቲ ሃገራትን መንግስታትን ኣፍሪቃ፡ ኣቦመንበር ኮሚሽን ሕብረት ኣፍሪቃ፡ ከምኡ'ውን ላዕለዎት ሰብመዚ ኤውሮጳዊ ሕብረትን ሕቡራት ሃገራትን ካልኦት ዓበይቲ ኣህጉራውያን ትካላትን ተሳቲፎም።

እዚ "ድንድል ንሓባራዊ ዕብየት" ብዝብል ቴማ ብዕድመ መንግስቲ ኢጣልያ ዝተወደበ ዋዕላ፡ ኣብ መንጎ ኣፍሪቃን ኢጣልያን ኣብ ዝተፈላለየ ጽላታት፡ ብቐንዱ ድማ ኣብ ቁጠባን ጥሕተ-ቅርጻን፡ ውሕስነት መግቢ፣ ትምህርቲ፣ ጥዕና፣ ጸዓት፣ ሕርሻ፣ ሞያዊ ስልጠናታትን ባህልን ድልዱል ማዕርነታዊ ምትሕግጋዝ ንምምዕባል ዝዓለመ እዩ።

ፕረዚደንት ረፓብሊክ ኢጣልያ ሰርጆ ማታረላ ብ28 ጥሪ ምሸት ንመራሕቲ ሃገራትን ኣህጉራውያን ትካላትን ኣብ ዝገበሮ ናይ ድራር እንግዶት፡ ኣብ ዝሓለፈ ዓመታት ኣብ መንጎ ኢጣልያን ኣፍሪቃን ብደረጃ ሚኒስተራት ክካየድ ዝጸንሐ ርክባትን ምይይጥን - ናብዚ ዋዕላ እዚ ከምዝመርሐ፣ ወዱብን ድልዱልን ዝምድናታት ንምምዕባል ከምዝሓግዝ፣ ተሳታፍቲ ብርክት ዝበሉ መራሕቲ ኣብዚ ዋዕላ ድማ - ናቱ መርኣያ ከምዝኾነ ገሊጹ።

ፕረዚደንት ኢሳይያስ፡ ኣብ ዋዕላ መራሕቲ ኣፍሪቃን ኢጣልያን ንምስታፍ፡ ብ28 ጥሪ ኣብ ሰዓታት ንግሆ እዩ ገይሹ።

ሚኒስተር ጉዳያት ወጻኢ ኣቶ ዑስማን ሳልሕን ኮሚሽነር ባህልን ስፖርትን ኣምባሳደር ዘመደ ተኽለን፡ ምስ ፕረዚደንት ኢሳይያስ ኣፈወርቂ ሓቢሮም ተጓዒዞም ኣለዉ።

ዓንሰባ - ኣብ ቀረብ ማይ ዓበይቲ ስራሓት ተሰላሲሎም

ኣገልግሎት ቀረብ ማይ ንምርግጋጽ፡ ብልዑል ተሳትፎ ህዝብን ህዝባዊ ሰራዊትን ዓበይቲ ስራሓት ከምእተሰላሰለ፡ ሓላፊ ጨንፈር ማይ ዞባ ዓንሰባ ኣቶ ዘርኣ ወልደትንሳኤ ገሊጹ።

ኣቶ ዘርኣ፡ ኣብ'ቲ ዞባ ዝርከብ ጽሩይ ማይ ዘይብጽሖን ዓድታትን ከባቢታትን፡ ብመጽናዕቲ ተለልየን በብደረጃአን ተሰሪዐን ከምዘለዋ ብምሕባር፡ ትሕተ-ባይታዊ ማይ ዘለወንን ዘይብለንን ተጸኒዐን፡ ዒላታት ምኹዓትን ጽፍሓዊ ትሕዝቶ ማይ ዘሁብትሙ ከዘንቲ ማይ ምስራሕን ዘጠቓልል መደባት ይትግበር ከምዘሎ ኣረዲኡ።

ኣብ 2023 ኣብ ሸሞንተ ንኡሳን ዞባታት ናይ ማይ ዳህሳስ ከም እተኻየደ ዝሓበረ ኣቶ ዘርኣ፡ ኣብ ኣርባዕተ ዓድታት ዛብር፣ ኣብ ኣስቡዳ - ንኡስ ዞባ ኣሶማጥ፣ ከምኡ'ውን ኣብ ፊልሒቶ - ንኡስ ዞባ ሓጋዝ ናይ ድራል ኩዕታ ከምዘበር እንክሎ፡ ኣብ ሸሸረማን ፊርሔንን ምሉእ ስርዓት ቀረብ ማይ ከምእተተግበረ ገሊጹ።

ብዕቤቱ ምስ'ቶም ቀዳሞት ዝስራዕ ፕሮጀክት ቀረብ ማይ ዛብር እውን፡ ኣብ ማስርሕ ከምዘርከብ ሓቢሩ።

ብዘይካ'ዚ፡ ፕሮጀክታት ማይ ሸውዓተ ዓድታት ካብ ጀነሬተር ናብ ጸሓያዊ ጸዓት ከምእተቐየረ፣ ኣብ ዓድታት ገሉብ፡ ኣስቡዳ፡ ቤልታ፡ ኢደን፡ ቅሩሕ፡ መዘረትን ገርበትን - ተመሳሳሊ መደብ ይትግበር ከምዘሎ ገሊጹ።

ኣብ ዞባ ዓንሰባ፡ 75 ስርዓት ቀረብ ማይ ተዋዲዱ - 210 ዓድታት ተጠቀምቲ ከምዝኾኑ ሰኑዩት ጨንፈር ማይ የጽርር።

ሃማመተኤ ዞባ ደቡብ፡ ኣብ ምህዞን ሰንዓን ዝተዓወቱ መንእሰያት ሸሊሙ

ጨንፈር ሃማመተኤ ዞባ ደቡብ፡ "ምብርባር ፈጠራ መንእሰያት ንዝለቐ ምዕባለ" ብዝብል ቴማ - ብደረጃ ዞባ ዝወደቦ 68 መንእሰያት ዝተሳተፍዎን ውድድር ምህዞን ሰንዓን፡ ካብ 24 ክሳብ 26 ጥሪ ኣብ ከተማ መንደፈራ ተኻዪዱ።

ንውድድር ዝቐረብስራሓት፡ተንቀሳቓሲት ጡሓይት እኽሊ፡ መጨጨፊት ዕፉን፡ ቀማሪት ዋጋ ክራይ ገዛ፡ ብእግሪ እትሰርሕ ፖምፓ፡ ጡሓይት ሳዕሪ፡ መቈጻጸሪ ሕሳብ ትካላትን ካልእን ዘጠቓለለ እዩ።

ሓላፊ'ቲ ጨንፈር ኣቶ ግርማይ ጉብሩ፡ እቲ መደብ ቀንዲ ዕላማኡ፡ መሰረታውያን ጸገማት ሕብረተሰብ ብምልላይ፡ ብፈጠራዊ ሓሳባት ፍታሕ ምምጻእን ጥመር ፈጠራዊ ክእለት መንእሰያት ምብራኽን ምዃኑ ብምሕባር፡ ብቑዕ ሃገራዊ ማእከል መካዘኒትን ሰናዕትን ክውን ንምግባር - ኩሉ ኣካል እጃሙ ክበርክት ተላብዩ።

ኣቦመንበር ሃማመተኤ ኣቶ ሳልሕ ኣሕመዲን፡ ምህዞን ሰንዓን ንምትብባዕ ካብ ነዊሕ ዓመታት ኣትሒዙ ክሰርሓሉ ከምዝጸንሐ፡ እንተኾነ - ካብ ምርኢትን ውድድርን ዝሓልፍ ከምዘይሰገረ ብምምልካት፡ ኣብዚ ኣጋጣሚ ኪጆኡ ዝሸይድ ዕዮ ተዳልዩ ምርኣዩ፡ ኣዝዩ ዘሐጉስ ስራሕ ምዃኑ ገሊጹ።

ተወዳደርቲ፡ እቲ መደብ ንሓድሕዶም ክላለዩን ክትሓጋገዙን ዕድል ከምዝፈጠረሎም ሓቢሮም።

ኣብ መወዳእታ ንተሳተፍቲ ወረቐት ምስክር፡ ንዐወትቲ ድማ ናይ ገንዘብ ሽልማት ተዋሂቡ።

ተጋዳላይ ዑስማን ኣቡበከር ተሰዊኡ

ሓላፊ ክፍሊ ፖለቲካዊ ጉዳያት ህግደፍ ዞባ ዓንሰባ ዝነበረ ተጋዳላይ ዑስማን ኣቡበከር እድሪስ፡ ብ28 ጥሪ ኣብ መበል 69 ዓመት ዕድመኡ ብሕማም ተሰዊኡ።

ኣብ 1979 ኣብ ህዝባዊ ግንባር ሓርነት ኤርትራ ዝተሰለፈ ተጋዳላይ ዑስማን፡ ኣብ እዋን ሓርነታዊ ቃልሲ ኣብ ማሕበር ረድኤት ኤርትራ ክሳብ ብደረጃ ኣባል ፈጻሚት ሸማግለ፣ ድሕሪ ናጽነት ድማ ሓላፊ ማሕበር ረድኤት ኤርትራ ጨንፈር ዞባ፡ ሓላፊ ኢሚግሬሽን ዞባታት ዓንሰባን ጋሽ-ባርካን፡ ሓላፊ ህግደፍ ኣብ ሰዑድያን ባሕሬንን፡ ከምኡ'ውን ሓላፊ ክፍሊ ፖለቲካዊ ጉዳያት ህግደፍ ዞባ ዓንሰባ ኮይኑ፡ ንሃገሩን ህዝቡን ብተወፋይነት ዘገልገለ ሓርበኛ እዩ።

ስውእ ዑስማን ኣቡበከር፡ በዓል ሓዳርን ኣቦ 6 ደቂን እዩ።

ስነስርዓት ቀብሩ ድማ፡ ብ28 ጥሪ ኣብ መካነ-መቓብር ሓርበኛታት ከረን ተፈጺሙ።

ህግደፍ ዞባ ዓንሰባ ብመሰዋእቲ ተጋዳላይ ዑስማን ኣቡበከር እድሪስ ዝተሰመዖ ሓዘን እናገለጸ፡ ንስድራቤቱ፡ መቓልስቱን መሳርሕቱን ጽንዓት ተመንዩ።

ጥዕና

ሱሌማን ኣሕመድ

ዓይነት ጸገማት ልቢን ኣሻቓሊ ምልክታቶምን

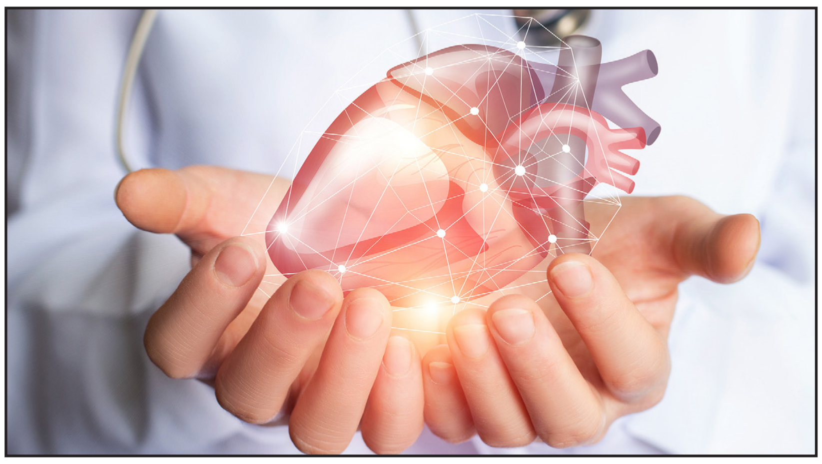
ልቢ ኣርባዕተ ክፍልታት ኣለዋ፡፡ እቲ ክልተ የማናይ ክፋል - ናብ ሳንቡእ ደም ዝጭንገዕ ክኸውን እንከሎ፡ እቲ ክልተ ጸጋማይ ክፋል - ኣብ ሳንቡእ ተጻርዩ ንዝመጽኣ ደም ይቕበል፡፡ ናብ ኩሉ ክፍሊ ሰብነት ደማ ይዝርግሕ፡፡ እዚ ንጥፈታት እዚ ንምክያድ፡ ናይ ምጭባጥን ምዝርጋሕን ባህርያት ብዘለዎም ዋህዮታት ልብን ካልኦት ዋህዮታት ወሳብቲ ደገፍ ዝኾኑ ኣካላትን ኣብ ስራሕ ክጽመዱ ግድን ይኸውን፡፡

ዋህዮታት ልቢ ንዓኣም ተባሂሎም ብዝተዘርግሑ ፍሉያት ሰራውር ደም - ማለት ኮሮናሪ ኣርተሪ (coronary artery) - ኣብ ንቡር ንጥፈታቶም ዝድልዮም ጸዓትን ንመቃጸሊኡ ዝኸውን ኦክስጅንን ይረኽቡ፡፡ እዞም ዋህዮታት እዚ ማሰረታዊ ጠለቦም ብቐሊሉ ክረኽቡዎ ምስ ዘይክእሉ ግና፡ ንቡር ንጥፈታት ልቢ ኣብ ሓደጋ ክወድቕ ይግደድ፡፡ ዋህዮታት ልቢ፡ ተጻዋርነቶም ንኦክስጅንን ጸዓትን ኣዝዩ ትሑት ስለዝኾነ ቀልጢፎም ይሞቱ - ከምኡ ምስ ዝኸውን ድማ - ንዝተፈላለዩ ሕማማት ልብን ሞትን ንቃላዕ፡፡

ሓደ ካብ ኮሮናሪ ኣርተሪ ናብ ልቢ ደም ዘቕርብ ሻምብቆ ምስ ዝዕጾ ወቕዒ ልቢ (heart stroke) የጋጥም፡፡ ብምርጋእ ደም ኣብ ሻምብቆ ዘጋጥም ወቕዒ ልቢ - ኮሮናሪ ትሮምቦሲስ (coronary thrombosis) ተባሂሉ ይጽዋዕ፡፡ ኣብ ግዜ ወቕዒ ልቢ፡ ገለ ክፋል ጭዋዳታት ልቢ ዋሕዲ ዋሕዚ ደም ስለ ዘጋጥሞም ብቕጽበት ይሞቱ ወይ ይለምሱ፡፡

ብደረጃ ዓለም ኣስታት 110 ሚልዮን ደቂ-ተባዕትዮን 80 ሚልዮን ደቂ-ኣንስትዮን፡ ምስ ሻምብቆ ኮሮናሪ ኣርተሪ ምትእስሳር ምስ ዘለዎ ጸገማት ጥዕና ልቢ ከጋጥሞም ከም ዝርአ ጥዕናዊ ጸብጻባት የመልክቱ፡፡ እዚ ጥዕናዊ ጸገም'ዚ፡ ዓመታዊ ኣስታት 9 ሚልዮን ግዳያት ህይወቶም ከም ዝስእኑ ይገብር፡፡

ብሰንኪ ሕማም ልቢ፡ ኣብ ኣፍ-ልቢ ዘጋጥም ቃንዛ 'ኣንጃይና ፔክቶሪስ (angina pectoris) ይበሃል፡፡ ልቢ ዘድሊ ጠለብ ንምቕራብ - እኹል ኦክስጅን ትረኽብ ከም ዘየላ ዘርኢ ምልክት እዩ፡፡ እዚ ጸገም ጥዕና ልቢ፡ ኣብ ክልቲኡ ጾታ ዝርአ ደኣ ይኹን'ምበር፡ ኣስታት 70 ሚእታዊት ግዳያት ናይ'ዚ ጸገም ደቂ-ተባዕትዮ እዮም፡፡ ብዕድመ ክርአ እንከሎ፡ ልዕሊ 80 ሚእታዊት በዚ ጸገም'ዚ ህይወቶም ዝስእኑ ሽማግለታት እዮም፡፡ ምልክታት ናይ'ዚ ጥዕናዊ ጸገም እዚ፡



ብቐሊሉ ክትርድኦ ወይ ክተንጥሮ ኣጸጋሚ እዩ፡፡ ኣብ ኣፍ-ልቢ ከቢድ ናይ ምጽቓር ስምዒት ምስትብሃል፡ ከቢድ ጸቕጢ ኣብ ታሕተዋይ ክፋል ሓኸለን መኽተብን ቃንዛ ክስዕብ፡ ኢደን ዓንዲ ሕቖን ገለ ካብ ምልክታቱ እዮም፡፡

'ኣንጃይና ፔክቶሪስ' ምስ ዝኸስት፡ እቲ ዝፍጠር ቃንዛ ካብ 5 ክሳብ 30 ደቓይቕ ምስ ዝኸውን ብኣካላዊ ዕረፍቲ - ኣብ ትሕቲ መልሓስ ቀርቀርካ ብዝፀሕ 'ግሊሰሪን ትራይናይትሬት' ብዝተባህለ መድሃኒት ክፍወስ ይክኣል፡፡ ብኸምዚ እቲ ቃንዛ ምስ ዝሓድእ፡ ግዚያዊ ምጉንዳብ ቀረብ ዋህዮታት ልቢ ምዃኑ ክረጋገጽ ይክኣል፡፡

ህርመት ልቢ ንምቁጽጻር ዝሕግዝ ኤሌክትሪካዊ ተምታ (pulse) ናይ ልቢ ምስ ዝጎድል፡ ልቢ ቀልጢፉ ክትወቕዕ ወይ ክትዝሕል ወይ'ውን ዘይንቡር ህርመት ክተካይድ ትኽእል፡፡ እዚ ጸገም'ዚ ኣሪትሚያ (arrhythmia) ተባሂሉ ይጽዋዕ፡፡ ምልክታቱ ካብ ዘየምቹእነት ኣብ ከባቢ ኣፍ ልቢ ክሳብ ዕምርምር ቃንዛ ኣካላትን ይዝርጋሕ፡፡

ሃንደበት ዘጋጥም ጥልመት ልቢ፡ ካርዲያክ ኣረስት (cardiac arrest) ይበሃል፡፡ እዚ - ልቢ ደም ንምጭንጋዕ ኣብ እተርእዮ ህርመት ዘይንቡር መልክዕ ምስ እትሕዝ ዘጋጥም ጸገም ክኸውን ይኽእል፡፡

ኦክስጅን ዝተሰከመ ደም ናብ ልቢ ከም ንቡር ምብጻሕ ምስ ዘቋርጽ፡ መጥቃዕቲ ልቢ (Heart Attack) የጋጥም፡፡ ጭዋዳታት ልቢ ክዳኸሙን ክሞቱን ይጀምሩ፡፡ መጥቃዕቲ ልቢ 'ምዮካርዲያል ኢንፋርክሽን' (myocardial infarctions) ተባሂሉ'ውን ይጽዋዕ እዩ፡፡ 'ምዮ' (Myo) - ማለት ጭዋዳ፡ 'ካርዲያል' (cardial) ድማ ንልቢ እዩ ዘመልክት፡፡ 'ኢንፋርክሽን' (infarction) ብሰንኪ ዋሕዲ ዋሕዚ ደም ንዝርአ ምህናው ወይ ምሟት ኣካላት የርኢ፡፡

ምስ ልቡመትናዊ (Cardiovascular) ምትእስሳር ብዘለዎም ሕማማት፡ ዓመታዊ ህይወት ኣስታት 18 ሚልዮን ሰባት ከም ዝቕዘፍ ጸብጻብ ውድብ ጥዕና ዓለም የመልክት፡፡ ልቡመትናዊ ሕማማት፡ ምስ ልብን ደም ንምጭንጋዕ ምስ ዘለዉ ሻምብቆታት ልብን ምትእስሳር ዘለዎም ጸገማት ጥዕና እዮም፡፡ ልዕሊ ኣርባዕተ ካብ ሓሙሽተ ልቡመትናዊ ሕማማት ብሰንኪ መጥቃዕቲ ልብን ወቕዕን የጋጥሙ፡፡ ሓደ ሲሶ ካብቲ ብሰንኪ'ዚ ጸገም ዘጋጥም ሞት ድማ፡ ኣብ ትሕቲ 70 ዓመት ዝዕድሚኦም ሰባት ይርአ፡፡

መጥቃዕቲ ልቢ ኣብ ሕቡራት መንግስታት ኣመሪካ - ኣዝዩ ልሙድ ሕማም እዩ፡፡ ኣብታ ሃገር፡ ኣብ ነፍሲ-ወከፍ 40 ካልኢት ሓደ ሰብ ግዳይ ናይ'ዚ መጥቃዕቲ ከም ዝኸውን መጽናዕትታት የመልክቱ፡፡ ኣብ ዓመት ልዕሊ ሚልዮን ኣመሪካውያን በዚ ሕማም ይጥቀዑ፡፡ መጥቃዕቲ ልቢ ዘጓቡ ሕማም ብምዃኑ፡ ቅልጡፍ ሕክምናዊ መርመራን ረድኤትን ዘድልዮ ጥዕናዊ ጸገም እዩ፡፡

ምልክታት

ገለ ግዳያት ሕማም ልቢ- ምልክታት ናይ'ቲ ሕማም የርእዩ እዮም፡፡ ገሊኦም ግና፡ ፈጺሞም ኣየርእዩን እዮም፡፡ ገለ ካብቶም ብቐሊሉ ጎሊሖም ዝርአዩ ምልክታት ሕማም ልቢ፦

= **ቃንዛ ኣፍ-ልቢ**

ኩሎም ጸገማት ሕማም ልቢ፡ ሓደ ዓይነት ምልክት የብሎምን፡፡ ኣብ ኣፍ-ልብኻ ዝኾነ ቃንዛ ክይተሰምዓካ - መጥቃዕቲ ልቢ ከጋጥመካ ከም ዝኽእል ምፍላጥ የድሊ፡፡

ልቢ፡ ደም ንክትጭንገዕ ናይ ምጭባጥን ምዝርጋሕን ጠባይ እተርኢ ጭዋዳ እያ፡፡ እዞም ጭዋዳታት ልቢ እኹል ደም ምስ ዘይረኽቡ፡ መጥቃዕቲ ልቢ የጋጥም፡፡ ደም ናብቶም ጭዋዳታት - ኦክስጅንን መኣዝንን ሒዙ እዩ ዝኸይድ፡፡ ከምኡ ምስ ዘይገብር ግና፡ እቲ ዝተጎድአ ክፋል ናይ ልቢ ካብ ንጥፈታቱ የቋርጽ - ይመውት፡፡ ኣዚ ድማ ኣዝዩ ሓደገኛ እዩ፡ ክሳብ ሞት የብጽሕ፡፡

= **ቃንዛ ኣብ ላዕለዋይ ክፍሊ ሰብነት**

ገለ ጸገማት ልቢ ዘጋጠሞም ሰባት፡ ኣብ ኣፍ-ልቦም ዘይንቡር ስምዒታትን ምጭባጥን ዝኣምሰለ ስምዒት ይፈረሉም እዩ፡፡ ኣብ ላዕለዋይ ክፋል ሰብነቶም ምሉእ ብምሉእ ቃንዛ ዝስምዖ ግዳያት ሕማም ልቢ'ውን ኣለዉ፡፡ እቲ ቃንዛ ኣብ ላዕለዋይ ክፋል ከስዐ፡ መኽተብ፡ ሕቖ፡ ክሳድ ወይ ጎሮሮ፡ ሰኒን መንጋጋን ወዘተ ክኸውን ይኽእል፡፡

ኣብ ኣመሪካ ዝተኻየደ መጽናዕቲ ከም ዘርኢዮ፡ መጥቃዕቲ ልቢን ወቕዒ ልብን ዘጋጠመን ሓያሎ ደቂ-ኣንስትዮ፡ ኣብ ከስዐን ታሕተዋይ ሸነኽ ኣፍ ልብን ብርቱዕ ቃንዛ ተሰሚዑወን፡፡

= **ብርቱዕ ረሃጽ**

ዝኾነ ንጥፈታት ከየቐደኻ ወይ ከይተወሳወስካ መዓልትን ለይትን ካብ ንቡር ወጻኢ ትርሃጽ እንተለኻ፡ ምልክት ናይ ዝተፈላለዩ ሕማማት ልቢ ክኸውን ይኽእል እዩ፡፡ ብዝጸበበ ወይ ዝተዓገቱ ሻምብቆታት ኣርተሪ ልቢ ደም ክትጭንገዕ እንከላ ሓይሊ ከም ዘድልያ ርዱእ እዩ፡፡ ኣብ'ዚ ግዜ'ዚ ንቡር መቐጽ ኣካላትና ክዕቀብ ምእቲ ናይ ግድን ንርሃጽ ኢና፡፡ ከም'ዚ ምስ እንርአ ተቐላጢፍና ናብ ሓኪም ክንከይድ ይግባእ፡፡

ጸገም ናይ ልቢ ዘለወን ደቂ-ኣንስትዮ፡ ኣብ ግዜ ለይቲ ክርህጻ ምርኣይ ልሙድ ምዃኑ እዮም ሓኪይም ዘመልክቱ፡፡ ኣብ ደቂ-ኣንስትዮ እዚ ምልክታት'ዚ፡ ምስ ወርሓዊ ጸግያትን ንጽሬ ጸግያትን ይተኣሳሰር ምዃኑ እዮም መጽናዕትታት ዘረድኡ፡፡ ኣብ ግዜ ለይቲ፡ ደቂ-ኣንስትዮ ብምሓር ረሃጽ ክዳንን ክጥልቂ ወይ ድቃስ ክኣብየን ምስ ዝርአ፡ ናይ ልቢ ጸገም ክኸውን ስለዝኽእል - ናብ ሕክምና ምኻድ ከም ዘድሊ ክዘኻኻራ የብለን፡፡

= **ዕምርምር ምባልን ተምላስን**

ንመጥቃዕቲ ልቢ ኣብ ሓደጋ ዝርከብ ሰብ፡ ናይ ምሕቃቕ መግቢ ጸገማት ከም ዝርአ እዮም ክኢላታት ዘመልክቱ፡፡ መጥቃዕቲ ልቢ ዝያዳ ልዕሊ 65 ዓመት ኣብ ዝዕድሚኦም ሽማግለታት ስለዘጋጥም፡ ብዙሓት ሰባት ከም ምልክት ንዝርአ ጸገም ምሕቃቕ መግቢ፡ ብዕድመ ዝመጽኣ ናይ ከስዐ ጸገም ወዘተ ጥራይ ወሲዶም ሸለል ክብልዎ እዮም ዝረኣዩ፡፡

ኣብ ንቡር ኩነት፡ ዝኾነ ሰብ ናይ ከስዐ ምቅጻል፡ ጸገም ምሕቃቕ መግቢ ወይ ምቅጻል ኣብ ኣፍ-ልቢ ምስ ዝርአ፡ ምልክት ናይ ሕማም ልቢ ክኸውን ስለ ዝኽእል ሕክምናዊ መርመራ ክገብር ይግባእ፡፡

= **ምስልኻይ**

መጥቃዕቲ ልቢ ኣብ ዘጋጠመን ደቂ-ኣንስትዮ ናይ ምስልኻይ ምልክት ብትሑት ዓቐን እዩ ዝርአ፡፡ ገለ ካብ ግዳይ ናይ'ዚ ሕማም ዝኾና ደቂ-ኣንስትዮ ነቲ ምልክት ምስ ናይ 'ኢንፍሉወንዛ' ምልክታት ከተኣሳስርኦ ከም ዝረኣያ መጽናዕትታት የመልክቱ፡፡

ብሰንኪ ሕማም ኣብ ልቢ ዝርአ ምጭንናቕ፡ ኣብ ኣካላትና ናይ ምስልኻይ ምልክት ክፍጠር ግድን ምዃኑ እዮም ክኢላታት ዘመልክቱ፡፡ እቲ ፍልልይ እቲ ናይ ምስልኻይ ስምዒት ብዮበእ ነልዮን ኣይነልዮን እዩ፡፡ ስለ'ዚ ብዙይ ዝኾነ ምኽንያት ኣካላትካ ረሺሽ ምስ ዝበልዓካን ምስ ዝስልኻየካ፡ ምልክት ናይ ዝተፈላለዩ ሕማማት ልቢ ክይኸውን ግቡእ መርመራ ምክያድ የድሊ፡፡

ምስልኻይን ጸገም ኣብ እስትንፋስን፡ ካብ ኣብ ግዳያት ደቂ-ተባዕትዮ ኣብ ግዳያት ደቂ-ኣንስትዮ ዝያዳ ይርአ፡፡ እዚ ምልክት'ዚ እቲ ጸገም ናይ ልቢ ምሉእ ብምሉእ ቅድሚ ምጉጣሙ/ምኽሳቱ ዝርአ ምልክት እዩ፡፡ ስለ'ዚ እዩ ድማ - ናይ ምስልኻይ ምልክት ምስ ዝህልወካ ተቐላጢፍካ ናብ ሕክምና ኬድካ ግቡእ መርመራን ፍወሳን ክትገብር ዝምከር፡፡

= **ጸገማት እስትንፋስ**

እስትንፋስ ምስ'ቲ ልቢ እተካይዶ ምጭንጋዕ ደም ቀጥታዊ ምትእስሳር እዩ ዘለዎ፡፡ ልቢ ደም ኣብ እትጭንገዓሉ፡ ብመንገዱ ካብ ሳንቡእ ኦክስጅን ትረኽብ፡፡ ልቢ ብሰንኪ መጥቃዕቲ ልብን ካልእ ዝተፈላለዩ ጸገማትን ብዮበእ ደም ምስ ዘይትጭንገዑ፡ ሕጽረት እስትንፋስ ከጋጥመካ ግድን እዩ፡፡

ጸገም እስትንፋስ ብዝበዝሐ መጥቃዕቲ ልቢ ኣብ ዘጋጠመን ደቂ-ኣንስትዮ እዩ ዝርአ፡፡

ንሕማም ልቢ ዝያዳ ተቓላዒ መን እዩ?

ናብ ዝተፈላለዩ ጸገማት ልቢ ዘምርሑና ሓያሎ ረቛሒታት ኣለዉ፡፡ ገለ ካብኦም ረቛሒታት ምስ ምድፋእ ዕድመን ተወርሶን ዝመጽኡ ብምዃኖም፡ ክንከላኸሎም ዘጸግሙ እዮም፡፡ እዞም ባዕልኻ ትፈጥሮም ሕማም ልቢ ከስዕቡ ዝኽእሉ ረቛሒታት ግና፡ ክንቈጻጸሮም ካብኡ ሓሊፍና ክንፍውሶም ንኽእሉ እዮም፡፡

ክንቈጻጸሮም ዘይንኽእል ተኽእሎታት ሕማም ልቢ፦

ዕድመ፦ ዕድመኻ ካብ 65 ዓመት ንላዕሊ ምስ ዝኸውን፡ ግዳይ ጸገማት ልቢ ክትከውን ዘሎካ ተኽእሎ ሰፊሕ እዩ፡፡

ጾታ፦ ደቂ-ተባዕትዮ ዝያዳ ደቂ-ኣንስትዮ ግዳያት መጥቃዕቲ ልቢ ይኾኑ፡፡

ስድራቤታዊ ድሕረ-ባይታ፦ ሕማማት ልቢ፡ ጸቕጢ ደም፡ ምኽሳዕን ሕማም ሽኮርን ካብ ዘለዎ ስድራቤት ምስ እትውለድ፡ ብዝተፈላለዩ ሕማማት ልቢ ዝያዳ ተጠቃዒ ኢኻ፡፡

ክንቈጻጸሮ እንኽእል ጠንቅታት ሕማም ልቢ፦

* ምትካኽ ሽጋራ፡
* ልዕሊ ዓቐን ኮሌስትሮል፡
* ምኽሳዕ፡
* ዋሕዲ ምውስዋስ ኣካላት፡
* ኣመጋግባን ኣወሳስዳ ኣልኮላዊ መስተን፡
* ወጥሪ ወዘተ፡፡

ምክልኻል

ሓደ ካብቲ ዝበለጸ ካብ መጥቃዕቲ ልቢ ንምክልኻል ዘኽእል ኣገባብ፡ ጥዕና ዘለዎ ኩነታት ኣነባብራ ምኽታል እዩ፡፡ እዩም ጥዕና ዝህቡ ኩነታት ኣነባብራ፦

= **እትወስዶ ዓቐን ስብሕን ኮሌስትሮልን ምጉዳል፡፡** መዓልታዊ ካብ እትወስዶ ዓቐን መግቢ ልዕሊ 20 ሚእታዊት ስብሕን ኮሌስትሮልን ክኸውን ከም ዘይብሉ ክኢላታት የመልክቱ፡፡

= **እትወስዶ ዓቐን ጽሕጊ (fiber) ምውሳኽ፡፡** ጽሕጊ ኣብ ዝተፈላለዩ ኣካላትና ንዘርክቡ ዝተኸዘኑ ኮሌስትሮል ናይ ምጽራይ ልዑል ዓቕሚ እዩ ዘለዎ፡፡ ምፍራይ ናይ ፕሮቲን ኣብ ኣካላትና ዘጸምታዊ ከም ዝኸውን ስለ ዝዕብሮ'ውን፡ ኣብ ሻምብቆታት ክፍጠር ካብ ዝኽእል ምርጋእ ደም ይከላኸል፡፡ ብጽሕጊ ዝዕበተሙ መግብታት ምውሳድ፡ ቀልጢፍካ ጽጋብ ከም ዝስምዓካ ስለ ዝዕብሮ'ውን ልዕሊ ዓቐን መግቢ ከይትወስድን ከይትኸስሕን ክከላኸለልካ ይኽእል፡፡ ኣብ መዓልቲ ክንወስዶ ዝግበኣና ካብ 25 ክሳብ 40 ግራም ጽሕጊ ንኽንረክብ፡ ኣመጋግባና ኣብ ጥረታት፡ ፍሩታታትን ኣሕምልትን ክዘሉ ይምረጽ፡፡

= **ትወስዶ ዓቐን ጨው ምጉዳል፡ ዓቐን ፖታሸዩም ድማ ምውሳኽ፡፡** ኣብ መዓልቲ ክንወስዶ ዝግበኣና ዓቐን ጨው 2300 ሚሊ. ግራም ክኸውን ይግባእ፡፡ እዩም ኣብ ተቓላዒ ኩነታት ሕማም ልቢ ዝርከቡ ሰባትን ሽማግለታትን - ክወስዱዎ ዝግበኦም ዓቐን ጨው ትሕቲ 1500 ሚሊ. ግራም ክኸውን ይምረጽ፡፡ እዚ ንምቁጽጻር ሓደሽ መግቢ ክንወስድ፡ ዝተዓሸጉ መግብታት ካብ ምምጋብ ክንቁጠብ የድሊ፡፡ እኹል ፖታሸዩም ምውሳድ ጸቕጢ ደም ንምቁጽጻር ሓጊዚ እዩ፡፡ ከም ሰርናቲ ዝኣመሰሉ ቆጽለት ኣሕምልቲ፡ ድንሽ፡ ባናና፡ ኮሚደረ ወዘተ ልዑል ትሕዝቶ ፖታሸዩም ካብ ዘለዎም መግብታት እዮም፡፡

= **እትወስዶ ዓቐን ኣልኮል ምጉዳል፡፡** ኣልኮል ብማዕጡ ምውሳድ ኣብ ኣካላትና ንዝርከብ ዘይተደልየ ስብሒ ከቃጽለልና ከም ዝኽእል ይገልጽኡ፡ እንተኾነ፡ ዓቐኑ ምስ ዝበዝሕ - ንዝተፈላለዩ ሕማማት ልቢ ከም ዘቃልዕ ክኢላታት የገንዝቡ፡፡

= **ቀጻሊ ምውስዋስ ኣካላት ምክያድ፡፡** ኣብ መዓልቲ ካብ 30 ክሳብ 60 ደቓይቕ ብእግሪ ምጉዓዝ፡ ሓደ ካብቲ ዝበለጸ ዓይነታት ምውስዋስ ኣካላት ምዃኑ ክኢላታት ይሰማምዑሉ፡፡

= **ምትካኽ ሽጋራ ምቁራጽ፡፡** ምስ ቀዳሞት ዝስራዕ ካብ ጠንቂ ዝተፈላለዩ ሕማማት ልቢ ምትካኽ ሽጋራ እዩ፡፡

ምንጪ፦ webmd

ብዘይካ ሰኑይ መዓልታዊ እትሕተም ጋዜጣ

ዋና ኣሰናዳኢ
ኣስፍሃ ተኽለማርያም

ምክትል ኣሰናዳኢ
ብርሃነ ምሕረትኣብ
ቍ.ስ 116266 / 201820 (256)

ቦርድ ምስንዳእ
ዮሴፍ ሃይለማርያም
ምሉእብርሃን ሃብተገብርኤል
ተስፋኣለም የማነ
ተስፋልደት መብራህቱ
ቤተልሄም ታደሰ
ቍ.ስ 201820 (250)
ፋክስ. 127749 - ቍ.ሳ.ጶ. 247

ለይ-ኣውት
ፍርቱና ኤፍሬም
ትንሱእ ፍስሃየ
ሳምራዊት ሃብተ

ምዝርጋሕ ጋዜጣ
ቍ.ስ.200454-07121322

ምልክታ
ቍ.ስ. 125013 - ቍ.ሳጶ. 1284

ባህልን ስነ-ጥበብን

ኤፍረም ሃብተጽዮን

ጥበብን ደረስቲን

ጥዑምዝጊ ተስፋይ

ገሊገለ ጥበበኛታት'ሲ፡ 'ፈጺሙ ዘይተፈጥረ ነገር ከይሀሉ' ኢሎም ደኣ ከይኮኑ፡ ንሓናደየዎ ግዜኦም ዘሕለፉ ዘለዉ? ከምኡ እንተ ኾይኑ፡ ምስ'ቲ ዘይነበረ ፈጠራ፡ ሓደሽ ቋንቋ ክፈጥሩ ከድልየም'ዩ ማለት እዩ። እቲ ሃቐነ ኣይጽሳእን ይኸውን። ግን ከኣ ኣብ መዋእሉት ደቂ-ሰቡ ዘይነበረ ነገር ከም ዝሀሉ ዝገበረ ሰብ የለን። ከም'ቲ ኣብ ትሕቲ ጸሓይ ዋላ ሓንቲ ሓደሽ ነገር ከም ዘየሎ ብቐደሙ ዝተዋገረ፡ ካብ'ዚ ወጺኡ ከምጽእ ዝዘረረ ሰብ ግን፡ ናብ ስልጣን ፈጣሪ እዩ ዝመጣጠር ዘሎ።

ከም'ዚ ንኽብል ዝደረኸ፡ ምስ ሓደ መጽሓፍ ኣብ ምድላው ዝርክብ ሰብ፡ ብዛዕባ ጸሓፍቲ እናኣዕለልና ኸለና፡ 3-4 ዝኾኑ ባህ ዝበለኒ ናይ ካልኦት ግርምቢጣዊን ተምሳሌታዊን ኣበሃህላታት ምስ ጠቐስኩሉ፡ "ክላ እዚ ደኣ እንታይ ፍሉይነት ኣለዎ" እናበለ ከስተናዕቖም ስለ ዝሞገቶ እዩ። ንሱ ከመይ ዝበለ መጽሓፍ ክጽሕፍ ምኳኑ ብሓባር ክንርእዮ ኢና።

ዝ ኾ ጸሓፊ ክኸውን ደዩ ኣይክኸውንን ዘይተፈልጠ ሰብ፡ እቲ "መጽሓፈይ" ዝበሎ ናብ ነበብቲ ምስ ኣቃልዖ እዩ ክፍለጥ። ክሳብ ሽዑ ግን "ንዘተፈጥረ ብኻልእ ሸንኽ ገምጢልካ ፍጠሮ ደኣ'ምበር፡ ዘይተፈጥረስ የለን" ክበሎ ምደለኹ።

ናይ'ዚ ቀዳማይ እኳ፡ ዋላ'ኳ ካብ ክውንነት ወጺኢ እንተ ኾነ፡ 'ዘይተሰምዐ ተበሃሂሎ' ኢልና እንተ ሓለፍናዮ ዘሻፍፍእ ኣይኮነን ማለት'ዩ። ንዘተፈጥረ ምፍጣር እናሰኣኑ "ፈጥርቲ ኢና" ዝበሉ ደኣ እንታይ ንበሎም?

ሓደ ሰብ'ሲ፡ ብዛዕባ ፍቕርን ጥልመትን ዝጸሓፉ ልቢ-ወለድ ንኸንበብ ሃቢ'ሞ፡ ኣብ'ቲ መቐድም "ፈጠራዊ ዛንታ" ዝብል ጽሑፍ ረኣኹ። ፈጠራዊ ዛንታ ማለት፡ "ባዕሉ ኣሰማት ስለ ዝዘሰም ደዩ? ሓቀኛ ዛንታ ስለ ዘይኮነ ደዩ?" ዝብል ሓሳብ መጽኣኒ። ኣብ'ቲ ዛንታኡ፡ ጎበዝን ጎርዞን ተፋቒሮም፡ ነታ ጎርዞ ዝደለየ ኻልእ ጎበዝ ደማ ብሕጊ ተቐልቂሉ። መቸም ጠፊኡኩምዶ. . ከም'ቲ ምንጥልጣል ንምፍጣር ዝገበር ዓይነት ትልምታት ማለት'ዩ። እዚ ጎበዝ ተጻብኦ በዚሕዎ፡ ንኽፈላለዩ ወዲት ተኣሊሙሎም፡ ኣብ መወዳእታ ንኹሉ ሰገሮም ተጻሚዶም፡ ብታሕጓስ ክጭደዱ ደልየም። በቃ - ጅጋኑ ፍቕሪ'ባ ኸኣ ተባሂሉም።

ምስ'ቲ " ኣየ ዝበኢ ንበዕ ደቃ በለዐላ፡ ንሳ ደማ ወዲት ኣሊሚ፡ ኣብ ንእዲ ሓዊ ኣዳልያ ብኣገዛ ከዲናቶ፡ ከም'ታ ሕርር ዝበልኩዋ ሕርር በል ኢላቶ" ዝዓይነቱ ዛንታ'ዩ። እሞ ደማ፡ ካብ'ቶም ብዓይኒ ሕልና ንኽነርእ፡ ክንሰምዑ ክንደህሰስን ክስተማቐርን ዘኽእሉ ስእላዊ ቋንቋታት ዘይብሉ ጥረ ኣበሃህላ። እቶም ተሓሰቦም ደዮም ከይተሓሰቡ ዝኣተዉ ተምሳሌታት እውን ካብ ዝተባህሉሉ ግዜ ንንጀው ዓቂንካ እኳ ደረቶም ክርከብ ዘይክኣልን ዝበለዩን እዮም። መን ከም ዝበሎም እውን ተረሲዑ እዩ። "ፈናጅል ኣዒንታ፡ መዓንጣ ክራር. . ." ወዘተ እናበልካስ "ፈጠረ" ደባዘል! ልቢ-ወለድ እንተ ኢልካ'ኮ እኹል'ዩ ነይሩ።

"ፈጠራዊ ጽሑፍ" ኢሎም፡ ኣብ ክንዲ ኣብ ጸሓይ ዘሎ ጸሎም፡ ኣብ ጸሓይ ዘሎ ጮራታት ንኽርእዩኻ ህርድግ ዝበሉ "ጸሓፍቲ" ሰብ ፎቶኮፒ እምበር፡ ሰብ ፈጠራ ንኽበሎም የጸግመኒ'ዩ። ዝ ደራሲ ንኽበሃል ተሃንጥዩ ዘሎ ሰብ፡ ንፍጻመታት በዮናይ ከርናዕን ኣበሃህላን ትገልጾም ዘገድሶ ኣይኮነን። ምናልባት'ውን ንዕኡ፡ ልቢ-ወለድ ዛንታ ማለት ከም'ቲ ንሱ ዝጸሓፎ'ዩ ማለት እዩ።

"ፈጠራዊ" እንብሎ ዛንታ ከመይ ደዩ? ንፍቕሪ ፈጣሪ ፈጢሩዎ፡ ሰብ ደማ ምስ ፍቕሪ እዩ ተፈጢሩ። ጥልመት ኣብ ግዜ ኣዳም ምስ ጀመረ ክሳብ ሕጂ ኣሎ። ውዲትዶ፡ ተንኮልዶ፡ ሓሶትን ሓቂን፡

ለውሃትን ጭካነ፡ ትግሃትን ትህኪትን. . . ፍጥር ምስ በልና እየም ተቐቢሎሙና። ኣብ ዕድመናን ዕድመ ቀዳሞትን ወለዶታትን ዝተሰምዑ፡ ዝተራእዩ፡ ወይ ደማ ዘጋጠመ ዛንታስ፡ ኣዕሊልና ዲና ክንብል ወይስ ፈጢርና?

ጸሓፊ ኣዝዩ ፈታሺ ክኸውን ከም ዘለዎ እየም ፈላጦት ዝተሓሳሰቡና። ኩላቶም እቶም ብርቂ ጽሑፋት ወይ መጻሕፍቲ ዘቕረቡልና ሰብ ዝና፡ ቀሊል ብዘይኮነ መንገዲ ከም ዝሓለፉ ምዝንታዎም ደማ ንይምስል ኣይኮነን። ሰኣን ንትፈጥሮ ወይ ክትበጽሖ ዘኽኣልካ ኩሉ ነገር ምፍታሽ፡ ኣብ ኣፍንጫኻ ኸሎ ህልም ክበለካ መቸም ሕማቅ ዕድል'ዩ። ፍቕሪ ፈቲኑ ዘይፈልጥ፡ ወይ ስምዒታት ፍቕሪ ኣብ ከብዱ ዘይተዓዘበ ወይ ዘዋንበበ ሰብ፡ "ፍቕራዊ ልቢ-ወለድ" እንተ ጸሓፈ፡ መረቅ ዘይብሉ ድርሰት'ዩ። ስምዒታት ውሽጢ ኣይፈልጦምን እዩ።

ስለ ዝኾነ እዩ ደማ እቲ ቀዳማይ "ጸሓፊ" ኣብ ኣኩዳድና፡ ኣካይዱ ግዳማዊ ትርኢት፡ ካብ ውሽጢ ዘይወጽእ ዝርርብ. . . ገይሩ 200 ዝኸውን ገጽ ዝኣከለ፡ እቶም ንዕምዒቲ ሕብሪ ዝለኸዩን ናብ ውሽጢ ኣትዮም ከም ዝዕመጻ ዝዝብሩን ኣበሃህላታት ኣይፈልጦምን ክኸውን ኣለዎ።

እቶም ጥበብ ምቕቃል ዝተላመዱ፡ ንትፈጥሮ ምንባብ ክሳብ ክንደይ ጥዑም ምኳኑ እየም ዝዋጽኡ። እዚ ምባሎም፡ ካብ'ቲ ዝተፈጥረ ቓፍሒትካ ዝርከብ ጥበብ፡ ንሱ ሓቀኛ ጥበብ ምኳኑ እየም ዝኣምኑ። ወረን ጥበብን በበይኑ ምኳኑ ዘይተረደኣና፡ መጽሓፍ ብምሕታም ደረስቲ ንኽንኸውን እንህንጠ ምህላውና እዩ ደማ ዘመልክት።

ብዛዕባ ፈጠራ ኣብ ጥበብ፡ ብዙሓት ፈላጦት፡ ደረት ዘይብሉ ምህሮ ሂቦሙና እዮም። ጥር ኢልካ ዝኣቶ ከም ዘይኮነ'ውን፡ ብዓሳሲልዎም እኳ ክንምገዝኦ ዘይንኽእል ኣይመሰለንን። ሸውሃት ንጉብ ዝዓጹ መጻሕፍቲ፡ ኣብ መጻኢ ግናይ ጽልዋ ከም ዝህልዎ ተገዚብናዶ ንኸውን? "ልምዲ ንባብ ውሒዱ" ኢልና እናሓመናስ፡ ኑዩም ዝርንዐም ኣንብቦቲ ከኣብርርዎም።

ብዛዕባ ጥበበት ዛንታን ኣጉዳስቱዮምን ከንብብ ዝደለየ ሰብ፡ ብቐሊሉ ክረኽቦም ዘይክእል ኣይኮነን። ንኣብነት ተምሳሌት "ቃላዊ ዘይኮነ ምንጽጻር ናይ ክልተ ብበለ ነገር ዝተኣሳሰሩ ወይ ዝመሳሰሉ ነገራት ወይ ፍጻመታት" ምኳኑ ካብ ዝነገረና ወለዶታት ሓሊፉ ኣሎ። ተምሳሌት፡ ብናትና ምውሳእ ንዓለምና ቅርጺ እትትሕዘሉ ጥበብ ምኳኑ እውን ኣእዳዎም ክሳብ ዝርብርቡ ጽሒፎም እየም። ካልኦት ናይ ጥበብ ቀማማት እውን ከምኡ። ቀንዲ ስርሖም ደማ ኣንባቢ ብፈደላት ኣቢሉ ከም ዝርኢ፡ ዝሰምዕ፡ ዝደህስስ፡ ዝስተማቕር ወይ ዝሸትት ምግባር'ዩ። እዚ ዳሕረዋይ ምሉእ ሓሳብ እውን ካብ ብዙሕ ምድግጋሙ ዝተላዕለ ዝበለየ እዩ ዝመስል። ክሳብ ሰማዲ ዝርከብ ግን ምድግጋሙ ኣይተርፎን እዩ።

ንትፈጥሮ፡ ብኻልእ ገጹ ዝርእዮ ሰብ'ኮ ከይጸሓፈ ኸሎ ጸሓፊ'ዩ። ኣብ ዝሓለፍናዮን ዘለናዮን ቦታ "ኣለኹ" እናበለ ጸምኢ ጥበብ ዝርዊ ሰብ ዝዕድም እዩ ተፈጥሮ። እቶም ጥበብ ዝመሃሩና ሰባት፡ ተፈጥሮ እዩ መምህርም። ጥበብ ተፈጥሮ፡ ተሓቢኡ ኣይፈልጥን። ቀደም ምስ ተፈጥረ ምስ ጥበቡ፡ ተኾዲሙ ኣሎ። ግናስ ሰማዲ ይደሊ፡ ጠማቲ ይደሊ፡ ዳህሳሲ ይደሊ. . .። ኣእምሮ ንጥበብ እንተ ተኸፊቱ፡ ኣዒንቲ ይጥምታ፡ ኣእዛን ይሰምዓ፡ ምድህሳስ ኣሎ፡ ምሽታት ኣሎ. . . እንታይ'ሞ! እናረኣና ዝሃወርና፡ እናሰማዕና ዝጸመምና ምስ በዚሕና፡ ጥበብ ደማ እናሃለወ ዘየሎ መሰሉ ኣሎ።

ዋጣዋን ምምዕዳው ዘይብረሀ ጥበበኛ፡ ካብ ምስትውዓልን ትግሃትን ርሒቑ ዝነብር እዩ። ንፍርቂ ሰዓት ክንብብ ዓቕሊ ከም ዘይብሉ ዝነገረኒ "ጸሓፋይ" እፈልጥ'ዩ። ኣብ ጋዜጣ ዜና ስፖርት ጥራይ ዝከታተል ምኳኑ'ውን ወሲኹለይ። ከም'ዚ ዝበለ ሰብ፡ ኣንባቢ ዝቐረቦ ጽሑፍ ንንኡስ ደቒቕ ንኸንብብ ዓቕሊ ከም ዘይጉበር ዘይፈልጥ ምኳኑ ደማ እቲ ዝገደደ።

ኣቱም ሰባት መን'ዩ ደራሲ፡ መጋዶሽ ዘይደረሲ ክንሪሊ ኣብ እንጸገመሉ ግዜ'ኮ በጺሕና። እቲ ዝኸፍኣ ደማ፡ ካብ ቀዳማይ እናተመሃርካ ምምሕያሽ ክንዲ እተርኢ፡ ብጸዕረምት'ኳ ዘይንበቡ 5 መጽሓፍ ኣከታቲልካ ምጽሓፍ!

ተፈጥሮ ካብ ኑብስና ጀሚሩ ምሳና እዩ ዘሎ። ክንደይ ግዜ ኾን ምስ ባሕሪ ተራኺብና ንኸውን? ባሕሪ'ዚ ባሕሪ. . ስዋር ደረቱ ዘይብጽሑ፡ እቶም ክጽፍሒ ዝጥምቱ ጥበበኛታት "ናይ ቀረባ ጨብረቕታን ናይ መዓሙቕ ሕሹኽታን' ከም ዘለዎ የስተውዕሉ'ሞ፡ ይጽናጽኑ ኸኣ። ብዓይኑ-ሕልና ዝኣበ ጽሑፍን ቅብኣን ሃሰስ ይብሉ።

ክንደይ ጥበበኛ'ዩ ክሕምብስ ኢሉ ምስ ኣተወ ወይ ኣብ ገምገሙ ምስ ተቐመጠ፡ ጥበብ ዘይብሉ ጨብረቕረቕ ጥራይ ሰሚዑ ዝፋና? በቲ ረምታ ወይ መዚቃ "Enjoy" ዝኾኑን ብድምጺ ማዕበል ዝርበኹን ክንደይ ብኸንደይ ምኾኑ?

ኣብ ባዕዕ እናነብረ፡ ጋሻ ተቐቢሉ ጋሻ ክፋኑ መዋእሉ ዘሕለፈ ሰብ ኣይሰኣንን ይኸውን። "ባሕሪ ወፈሩ፡ ባሕሪ ኣትዩ" ክብል ማለተይ'ዩ። ናብ ጉዕዞን መዓሙቕን ገጹ እንተ ዘቕልብ ግን ዛንታ ምዝረየሉ። ኣብ'ቲ ስዉር መዝበሪ መናፍስቲ ዝመስል መዓሙቕ ዘሎ ሰቕታን ዕግርግርን ዘስተውዕለ እንተሎ፡ ነቲ ዝጣዕ ሰቕታን ጽዕት ፍርሒን እንታይ ኢሉ ገሊጹዎ ይኸውን? ከም'ዚ ኣነ ኢለዮ ዘለኹ ብጥረ ቓላትዶ ወይስ ብጥዑም ስእላዊ ቋንቋ?

እዛ ዓለም፡ ክንደይ ክንርእዮ ዘይክኣልና ትንግርቲ ኣለዋ። ብጸቢብ ርእየት ከምዕዶ ንፍትን እንተ ሃለና ግን፡ ኑቲ ስም ካብ ምድጋም ሓሊፍና፡ ምስጢር ክንቀልዕ ኣይንኽእልን። ባሕሪ ሰቕ ዝበለ እንክመስል፡ ኣብ ከርሱ ዘሎ ዕግርግር ሽዑ ዝጠዙሓሉ እዋናት ኣሎ። እዛ ዓለም ሰቕ ዝበለት እንክትመስል ደማ፡ መጻወድያታት እየም ዝትትዑ ዘለዉ'ሞ፡ ሽዑ እዩ ዝፍራሕን ምስትውዓል ዘድልን።

ዓንኬላዊ ኣሰፋፍራ ዓሳታትከ? ምስ'ቲ ግፉዕን እናተቐትለ ዝነብርን ህዝቢ ዓለምና ኣመሳሲሎዎ ዝፈልጥ ጥበበኛ ይህሉዶ ይኸውን? ወይ ደማ ምስ ገለ ከምኡ ዝኣመሳስሉ፡ ኣቱም ሰባት፡ ደቂ-ሰብ'ኮ ኣሰፋፍራና ከም'ዚ ናይ ዓሳታት እናኾነ እዩ ክመጽእ ጀሚሩ። ፍጥረታት ባሕሪ ብመጠን ግዝፎም ንወሰን እናተደፍኡ እየም ሰሰፊሮም ዝፈልጡ። ክሳብ መወዳእታ ጫፍ ባሕሪ ይሃድሙ፡ ካብኡ ንጸጸው እንተ ሃደሙ ግን ህይወት የብሎምን።

ወድ-ሰብ እውን ከምኡ ኾይኑ ኣሎ። ኣብ'ዛ ጸጋታት ዘይወሓዳ ዓለምና፡ እቲ ድኻ በየም ብሃብቲ ዝዘጠሩ እናተሃደነ መመለሱ ናብ ጥርዚ ድኽነት ይድፋእ ኣሎ። ካብ'ቲ ከምራ ሃብቲ ናይ'ዛ ዓለም ተገሊሉ፡ ብኸቦ ዓይኑ እናጠመተ እህህ ይብል። ካብኡ ንጸጸው ክሃድም እንተ ኾይኑ፡ ናብ ሞት ጥራይ እዩ ክሃድም ዝኽእል።

ጋሻ ውሕጅን ጋሻ ባህሊን ብሳዕቤናም ከም ዝመሳሰሉ ሓሲብና ንፈልጥዶ? ጋሻ ውሕጂ ከትሪ እንተ ዘይተገይሩሉ፡ ግዙዑ ምዝዕ ገፊዑ እናኣራገፈን ሃብቲ ምድሪ ሸርሺሩ እናተማልኣን እዩ ዝዕዝር። ጋሻ ባህሊ'ውን ከምኡ። ጎጻጉጹ ነቲ ጽቡቕ እናበከለ ኣሰሩ ይሓድግ።

ሸውሸውታ ንፋስ ምስ ተጓራሪ ወረ ይመሳሰል። ራኢን መንገዲን ዘይብሉ ህዝቢ፡ ከም'ቲ ኣብ ጎልጉል ዝተኻዕወ ማይ'ዩ። ኣብ ብርሃን ጸላም ከም ዝረኣን ኣብ ብርሃን'ውን ጸላም ከም ዘሎን ክርኢ ዝኽእል ፈጣሪ፡ ጸሓይ በረቓ ከም እትዓርብ ጥራይ እዩ ክደግም ዝኽእል።

ሓደ/ክልተ ጥዑይ መጽሓፍ ጥራይ ምንባብ'ኳ፡ ኣብ ምስፋሕ ኣእምሮን ሜላ ኣጸሓሕፋን ቀሊል ዘይኮነ ተመኩሮ እዩ ዘቕስሞ። ኩሉ ዕዮ፡ ዝጠልቦ ፍልጠት፡ ሜላ፡ ትግሃት ምምዛዝን. . . ኣለዎ። ኩሉ ወጻኢት ደማ፡ ብማእርሕ ጻዕሪ ዝመጽእ ደኣ'ምበር፡ ከም ወህብ ደገላ ዝዋጥብ ኣይኮነን።

እንታይ ኢኻ ትብሎ?

ተንሳፍፍ ብንፋሳት
ትለምም ብምድሪ
ጉልባብ ደቂ መሬት
ትንፋስ ቐይሕ ባሕሪ
ግመ ቕልቅል ሰምሃር
መናብርቲ ባቡር
ግርማ ናይ'ጸድፍ
ናብ እምባ ትሰፍሰፍ።
ሳላ'ቲ መድመይቲ
ደምና ምስ ተሓጽበ
ሳላ'ቲ መውጋእቲ
ቕስልና ምስ ጠመመ. .
ከመ'ለኻ ሎሚ?
ትዕዙብትን ዕያርን
ሎማዝጠን ምስ ዓሚ
ጸበጥን በርሃውታን
ህይወት ክልተ ጥርዚ።

እንታይ'ኻ ትብሎ. . .
ኩጀት ዓዲ ዒለ
ናብ'ቲ ዝጠን ንቕሎ
ሞት እናደበለ
ክሽድን ደበሎ፡
ሰጉሚ ገበል ዓቑብ
ጥውይዋይ ደንጎሎ
ሸጣ እንኽሹብብ
መግዘር ክቕበሎ።

እንታይ'ኻ ትብሎ. .
ወቕቲ ህጅም ሰገር
ወዲ መሬት ከንቃዕርር
ምስ ንቕት ጸፍዒ ዓረር፡
ንጹሓይ ኣሕሚቕካ
ብርሃን ምስ ሰወርካ
ቅርጊብ ማይ ሰሪቡ
ምርኣይ ሕርሚ ኾይኑ
ብዞሳሱለም
ኣፍ ንኣፍ ሻምብቆ
ንዞጠን ከሰገም
ኣቢይ እናገጸቡ

እንታይ'ኻ ትብሎ. .
ሰላምና ምስ ጠፍኡ፡ ሰላምካ ሃዲሙ
ዒሩድን ሃልሃልታን፡ ንምድሪ ሸፊኑ
ተኸዲንካ ጠቐር፡ ውቃቦኻ ዘደውን
ሕመት ተጻዲንካ፡ ፍጡራት ክትረግም
ንብር ምስ ረሓቐ፡ ክንደይ ኩን ገዚኡካ
ኣብ ክንዲ ዝሓለ ብዒፍዒፍታ ማይታ።

እንታይ'ኻ ትብሎ. .
ወጮ ሰማይ ጊንዳዕ ግመ ከመለ'ኻ
ከም'ቲ ግምጡል ሰማይ፡ ኣብ ምድሪ ኣሳፊሕካ
ሞትስ መሺኻዩ፡ በዚሑካ'ንዶ መስዋእቲ
ግዝኣትካ ብሒቱ ቕብሪ ኣብ ርእሲ ቕብሪ
ብጠምካ ክትብተን ክትሃፍፍ ብረሰኒ
ማይካ ክንዲ ንበዮት፡ ዓቑሩ ክዞሪ
ኾና ኸሎ ፍርዲ
ሰኣል ኩይኑ ኣብ ምድሪ።

እንታይ'ኻ ትብሎ. .
ዋጋኡ በለዐ
ነቲ ኾይኑ ዘሎ
ፈቒዱ ግዜኡ።
ዘጠን ምስ ቐየረ
ከም'ቲ ምቕንጣጥካ
ተቐንጢጡ ምስ ከደ
ኣብ'ቲ ሓርነትካ
ክትወርድ ክትስቀል
ኣሳፊሕካ ከም ንብር
ኣብ ሰናጭሮ ክትዳሰል
ብሰላም ክትነብር።
እንታይ ኢኻ ትብሎ. .
ትማሊ ኣሕሊፋ
ነቲ ሎሚ ዘሎ
በሰላ ገዲፉ።

ሽባብ
ሃማመተኤ

ሓሳባት

መርዓ፡ ድርኺት ብሩህ ተስፋ መንእሰያት

ኢንጂ. መዓሾ ተወልደ

“ትብጻሕኩም! ተባሂሎም።” ...

“ኣሰይ ኣሰይ ፈጣሪ ይተሓወሶ!”

ኣብ ምምስራት ሓዳር ዝውሰድ ቀዳማይ ሕጋዊ ስጉምቲ ሕጸ እዩ። ንሕጸ ተኸቲሉ ሕጋዊ ውዑልን ስነ-ስርዓትን መርዓ ይፍጸም። “እንዳ እገለ መርዓ ኣኺሉ ዕድመኹም! ወይ ዕድመ በጺሕኩምዶ?” ምስ ተባህለ፡ “ሓሳብ ልቦም የስምረሎም! የፈጽሞም!” ብምባል ሰናይ ትምኒትን ደገፍን ይግለጽ። ጥዑም ስማዕ፡ ጥዑም ብስራት እዩ። ኣይኮነንዶ ናይ ክልተ መጻምድቲ መቐርብ፡ ንዝኾነ ሰማዒ ሰናይ ስምዒት ዝፈጥር ብስራት እዩ። መዓልቲ መርዓ ኣኺሉ፡ ድምጺ ዕልልታ ተሰምዐ፡ መቐርብን ዕዱማትን ዝከኣሎም ይጸባበቑ። ተዓጠቕትን ኣጋይሽን ብወኒ ዳስ የማዕርጉ። ድሕሪ ናይ እምነት ቃል ኪዳን ኣብ ዳስ ሕጋዊ ውዕል መርዓ ይፍጸም። መርዓ ብተሳትፎ ብዙሓት ብሓጉስ ይከናወን። ኣብ ዝምልከተን ትካላት መንግስቲ’ውን ውዕል መርዓ ክፍጸም ይከኣል እዩ። እዚ ናይ ሃገርና’ዩ። ስእሊ ንምፍጣር እምበር ብዝርዝር ኣይተገልጸን። ኣብ ካልኦት ሃገራትን ሕብረተሰባትን ከኣ ከከም ባህሎምን ልምዶምን ይትግብርዎ። ንስነ-ስርዓት መርዓ ብዙሕ ገንዘብ ይፈሶ እዩ። ብመጠኑ ከከም ኩነታት ሕብረተሰቡ ደኣ ይፈላለ’ምበር ገንዘብስ ይባኽን እዩ። ውዕል መርዓ ግን ሕጋውያን መጻምድቲ ምዃንና ጥራይ እምበር፡ ክንደይ ገንዘብ ከም ዘጥፋእና ኣየካትትን እዩ። ኣብ ኩለን ሃገራት ከኣ ሕጋዊ ተቐባልነት ኣለዎ። ብገንዘብ ኣይልካዕን እዩ።

“ስለምንታይ ንመርዓ ክንድ’ዚ ተገዳስነት፡ ርጡብነት፡ ጥንቃቐ፡ ተሳታፍነት፡ ይግበረሉ? ስለምንታይከ ክንድ’ዚ ሓጐስ፡ ባህታ ይፈጥር?” ብፍላይ’ኳ ካብ መንእሰያት ከምዚ ዝብሉ ኣይሰኣኑን ይኾኑ። ብወለዶም “ኣንታ ብርሃን ዘይተርእዩና?” ተባሂሎም እቲ ብርሃን መርዓ ገይርካ ሓዳር ምምራሕ ምዃኑ ግምት ከይሃቡ ምስ ኣበሃህላ ወለዶም ዘረባ ዝመላለሱ ኣለዉ። ሓዳር ደኣ ኣየናይ ብርሃን ከ! ናይ ብሓቂ ብርሃን እምበር። ብኣንጻሩ ኣብ ሕብረተሰብ መርዓ እንተ ዘይህሉስ ክንደይ ጸልማት ምተፈጥረ ብምባል ምግማት ይከኣል እዩ። መርዓ ብሩህ ተስፋ ጽባሕ እዩ። ስለምንታይ ክንድ’ዚ ... ክንዲ ዝኾነ ይሕተት። ምናልባት ኣብ ስነ-ስርዓት መርዓ ዝወጽእ ገንዘብ ንምውሓድ ቅርጥውናን ውሕልነትን ርትዓውነትን የድሊ እዩ። እንተ ኣብ ካልእ መዳያት መርዓ፡ ብኹሉ መዳዩ ተጸኒዑ ብምሉእ መረዳእታን ንቕሓትን ክግበር ኣለዎ። ንዓና

ኤርትራውያን ከም ሕብረተሰብ መርዓ ካብ’ቶም ዝዓበዩ ጉዳያትና እዩ። ነዚ ኸኣ መንእሰያት ኣጸቢቕና እናነቓሕናሉ ንኸይድ ኣለና። “ስለምንታይ? እወ ከመይ ኢሉ?”

“ከመይ ዝብል ለባም!” በል መልሱ ሓዝ፤ ንኣብነት ናይ ስነ-ህይወት ተመራማሪ ዝነበረ ቻርለስ ዳርዊን ዝበሎ፡ ክንደይ ግዜ ኣብ ስሩዕ ትምህርትናን ኣብ ሰሚናራት ብሓለፍትን ምሁራትን ኣቐዲምና ዝፈለጥናዮ ኣለና። ሓደ ፍጡር ቀጻልነቱ ከውሕስ እንተ ኾይኑ፡ ነዘን ዝስዕባ ሰለስተ ቀንዲ ነገራት ግድን ከማልእ ኣለዎ።

ቀዳማይ፡ ከመይ ኣቢሉ ይከላኸል?

ተፈጥሮ ስቕ ኢልካ ክትነብር ስለ ዘይትንሕፍ፡ ሓደ ፍጡር እንተ ተፈጥሮ ብዝዓደሎ ክእለት እንተ ባዕሉ ዘማዕበሎ ክእለት ገይሩ ድሕነቱ ከውሕስ ኣለዎ። እንተ ዘይክኢሉ ይጠፍእ።

ካልኣይ፡ ከመይ ኣቢሉ መግቡ ይእክብ?

ሓደ ፍጡር መግቡ ዝእክበሉ ብልሓት እንተ ዘይኣማዕቢሉ ብጥምየት ይጸንት።

ሳልሳይ፡ ከመይ ኣቢሉ ይባዛሕ?

ሓደ ፍጡር ተባዚሑ ሓረግ ወለዶኡ ዝቕጽለሉ ውሑስ ኣገባብ እንተ ዘይኣማዕቢሉ ኣብዛ ዓለም ክሰርር ይጽገም። ጸገሙ እንተ ዘይፈቲሑ ኸኣ ይጠፍእ።

ሕብረተሰብና ኸ ከም ሕብረተሰብ ክሰርር እንተ ኾይኑ ነዘን ሰለስተ ነገራት ኣብ ምግባር ይሰንፍዶ! ይብርትዕ እምበር! ከመይ ኣቢሉ ደኣ መንነቱ ዓቂቡ ጸኒሑ። ካብ ቀደሙ ድሕነቱን ህላውነቱን ዝሕልወሉ ኣገባብ እናተጠቐመ ጸኒሑ። መጽናዕትን ምርምርን መራጉድን ኣንፈት መትሓዝን መበርትዕን ደኣ’ምበር ሕብረተሰብ ንድሕነቱ ዝሓልፎ መስርሓት ብዙሕ እዩ።

ኣርእስትና እቲ ሳልሳይ እዩ፣ መርዓ! “ንመርዓ ስለምንታይ ክንድ’ዚ...?” እወ ንመርዓ ኣጸቢቕና ንግደሰሉ፡ ንሓስበሉ፡ ንጥንቀቐሉ፡ ንነቕሓሉ ኩሉ ንገብረሉ፣ ካብቶም ቀንዲ መሰረት ውሕስነትናን ድሕነትናን ቀጻልነትናን ዝኾኑ ረቛሒ ስለዝኾነ። ሓደ ሕብረተሰብ ኣብ መውስቦኡ ንድሕነት ዘውሕስ ኣገባብ እንተ ዘይብሉ፡ ስለምንታይ ድሕነቱ ንምክልኻል ኣብ ኩናት መስዋእቲ ይኸፍል። ክልቲኡ ሓደ እዩ። ሰኣን ግቡእ ምክልኻል ምጥፋእ ኣሎ፣ ሰኣን ግቡእ መውስቦ ምፍጻም ምጥፋእ ኣሎ። ስለዚ ንመርዓ ብተገዳስነት ብሕግን ስርዓትን ፈጺምና፡ ብደበላን ዕልልታን ብእምብልታን ዋጣን እንተ መጒስና፡ ናይ ድሕነትናን ቀጻልነትናን ጥበብን ንቕሓትን እዩ። ብፍላይ እኳ ንዓና ንኤርትራውያን ምስ ዝበዝሓ ጸለውትን ምዕቡላትን ሃገራት ብምንጽጻር ውሑዳት ስለ ዝኾንና፡ ብዝለዓለ ጥንቃቐን ተገዳስነትን ክንገብሮ ይግበኣና። ኣማኢት ሚልዮናት ብዝሒ ህዝቢ ዘለወን ሃገራት ዝኽተልኦ ኣገባብ ዘዘውትርኦ ልምዲ፡ ወይ ዝገብርዎ ሸለልትነት ኣብ ውሑድ ብዝሒ ህዝቢ ዘለውን ሃገራት ንሓደጋ ዘቃልዕ ክኸውን ይኽእል። ከም ሓደ ርስሓት ናብ ውቅያኖስን ናብ ሓደ ቃላይን ክጒሓፍ እንከሎ ዝፈጥሮ ፍልልይ ማለት እዩ። እቲ ነቲ ቃላይ ጠቕላላ ምሉእ ብምሉእ ዝበክሎ ወይ ካብ ጥቕሚ ወጻኢ ዝገብሮ፡ ነቲ ውቅያኖስ ኣይብክሎን። ኣበይ ከም ዝፈሰሰ’ኳ ደሊኻ ኣይርከብን።

ብባህልን ልምድን፡ ብሕግን ስርዓትን ሕብረተሰብካ ተማእዚዝካ፡ ማሕበራውን ባህላውን ሰውራውን ክብርታት ሃገርካ ዓቂብካ፡ ኣብ ግዜኡ መርዓ ምፍጻም ሃገራውነት እዩ። ስድራቤት መሰረታዊት ኣሃዱ ናይ ሓደ ሃገር እያ። ኩሉ መሰረታዊ ነገራት ምሂራ ኣውሓስቲ ሃገር፡ ሃነጽቲ ሃገር እተዕቢ ዓባይ ትካል። ስድራቤት ንምምስራትን ብንቕሓትን ብርድኢትን ብድልየቶምን ኣብ ግቡእ ግዜኦም መርዓ ዝገብሩ መጻምድቲ ሓላፍነት ንምስካም ትብዓት ዝኣከቡ እዮም። መርዓ ምፍጻም ስድራቤታውን ማሕበራውን ሓላፍነት ምውሳድ እዩ። “ከኣ መጽአ መጽአ፡ ኣንበሳ ይመስል ካብ ዱር ዝወጽአ፡” ዝበሃል፡ ግርማን ትብዓትን ንምውካል ይመስል።

መርዓ ብዙሓት ብቐረባ ንዘይፋለጡ ሰባት የቀራርብ፡ ኣሕዋት ይገብር። ተስፋ ምድልዳል ፍቕርን ሓድነትን ይህብ። መንእሰያት ኣብ ግቡእ ግዜኦም ክምርዓዉ ምርኣይ የሐጉስ ጥራይ ኣይኮነን፣ ተስፋ ስድራቤት ተስፋ ሕብረተሰብ ንኽዓቢ’ምበር ይድርኽ። ዝድልድል ፍቕሪ መንእሰያት፡ ዝምስረት ሓዳር፡ ዝጥመርን ዝሰጥምን ማህበራዊ ህይወት ርእዩ ዘይምርቐን ዘይትስፎን፡ ኣመት መጻእቲ ወለዶ ዘይብሉ ተስፋ ቌረጽ ጥራይ እዩ ክኸውን ዝኽእል። የድሕነና! መንእሰያት ሓቂ፡ ቅንዕና፡ ሒዞም ብእምነት ካብ ዕርክነትን ምሕዝነትን ካብ ኩሉ ጸቢብ ኣተሓሳስባን ኣረኣእያን ነጻ ኮይኖም ኣብ መርዓ ምብጽሖም፡ ኣገናዕ ዘየብል ኣይኮነን። ይበሃሉ ኸኣ ኣለዉ። ኣብ መርዓ ዝግበር ተሳትፎን ኣብ ሕጽኖት ዝግበር ኣበርክቶን ተገዳስነትን መርኣያ ኣድናቖትን ኣኽብሮትን ናይ መጻምድቲ እዩ።

መርዓ ንቕሓትን ልቦናን ምዕባለን ወዲሰብ ዘምጽኦ ነገር እዩ። መርዓ ተፈጥሮኣዊ መስርሕ ኣይኮነን። ቈልዑ ምውላድ ግን ተፈጥሮ እዩ። እቲ ሕቶ ብኸመይ ትወልድ፡ ብኸመይ ተዕቢ፡ ብኸመይ ሕብረተሰብ ይቕጽል እዩ። እቶም ዝበዝሐ መውስቦኦም ብጥንቃቐ ብሕጊ መርዓ ዝገብርሉ ሕብረተሰባት ስልጡናት እዮም ዝበሃሉ፣ እዮም ከኣ። ብዙሓት ብሕጊ ዝቖማ ስድራቤታት ይውንኑ። ብዙሓት ብትካላዊ ቅርጺ ዝዓብዩ ዜጋታት ይውንኑ ማለት እዩ። ከምዚ ጸጋ ዘለዎም ሕብርተሰባት ከኣ ውሑስን ትስፉውን መጻኢ ናይ ምጭባጥ ተኽእሎኦም ዓቢ እዩ። ሕብረተሰብና ነዚ ነገር እዚ ካብ ቀደም ዝነቕሓሉን ዘለበመሉን ህዝቢ እዩ። ክንደይ ጸላእቲ ነዚ ክብሪ እዚ ከፍርስሉ ሃቂኖም ግና ብገድሉን ጽንዓቱን ዓቂብዎ። ከዳቕልዎ፡ ክደባልቕዎ ፋሕ ኣቢሎም ከጥፍእዎ ደኺሞም። እሞ ኤርትራውያን ቀለልቲዶ? ወይከ ካብ ክብርታትቶም ምኒቕ! ክሳብ ሕጂ’ውን እንተ ኾኑ እቶም ንጥፍኣቱ ዝሕልኑ፡ ኣብ ጉዳይ መውስቦ ድሕረትዶ፡ ናይ ዓልየት ኣኽራርነትዶ፡ ጸቢብነትዶ ወዘተ እናበሉ ከቃጥንዎ ይፍትኑ። ኤርትራ ናይ ኤርትራውያን እያ። ድሕነትን ቀጻልነትን ኣብ ዋጋ ዕዳጋ ኣይነእቱን። ባህልናን መንነትናን ክብርታትናን ዘይንሕሉ እንተ ንኸውን ደኣ እንታይ ምእንታኡ ብገድልን መስዋእትን ከቢድ ዋጋ ምኸፈል ኣድለየ። ንጸይቕታትን ነውርታትን ገዛእቲ “ፎእ!” ዝበለ ህዝቢ ክብሪ ይግበኦ እዩ።

መርዓ ንማሕበራውን ስምዒታውን ሸነኻት ብእወታ ስለዝጸሉ ዕዉት ዜጋ ኣብ ምፍጣር ውጽኢታዊ እዩ። ብኹሉ መዳይ ዕዉታት መንእሰያት ምህላው ተስፋን ሓበንን ሕብረተሰብ ክዓቢ ንቡር እዩ። መርዓ ንተጻመድቲ መንእሰያት ትስፍዋትን ጽኑዓትን ንኽኾኑ ይድርኽ እዩ። ንመርዓ ብኹሉ መዳያቱ ተገዲስና ክንሕዞን ዋጋ ከነውጽኣሉን እኳ ዝግባእ እንተ ኾነ፡ ኣባኻኒ፡ ንቕድሚት ዘየሰጉም፡ ብእኡ ኣቢልካ ናብ ካልእ ትዕቢትን ዕሽነትን ዝውስድ፡ ረኣዩለይ ስምዑለይ ክበዝሖ ግን ነቲ ውርዙይ ባህሊ ምብልሻውን ንባዕልኻ ምፍኳስን እዩ ዘኸትል። ስለዚ መንእሰያት ኣብ ጉዳይ መርዓ ዘለና ንቕሓትን ኣረኣእያን ልዕሊ ኣቦታትና ኢና’ኳ ክንብል ኣይንኽእል፡ ኣብ ምዕቃብ ግን ኣይሰነፍናን። ነቲ ብመግዛእቲ ኣብ ከተማታት ኣትዩ ዝነበረ ፋሉልነት’ውን ስዒርናዮ። ብፍላይ ከኣ ኣብ ደቀንስትዮ ዝተገብረ ወፍርን ናይ ዕድላት ማዕርነትን ነብስኻ ናይ ምኽኣል ብቕዓትን ንቕሓትን ብልጫ ስለዝፈጠረ፡ ምዕሩይ ዝምድና መንእሰያት ክንርኢ በቒዕና ኢና። ፋሉልነት ከም ናጽነት ዝሓስብ እንተ ነይሩ ኸኣ ዕሽነትን ድሕረትን ምዃኑ በሪሁሉ ኣሎ።

“ርሑስ ጋማ! ፈረይትን ጸገይትን ይግበርኩም!” ኢሎም ዝምርቑ፡ የብዝሓዮም። ንድሕነትናን ቀጻልነትናን ስለ ዝኾነ ንዕጠቐሉ። “ጥሪ ኸኣ መጽኣት፡ መርዓ’ምበር በዚሑ፡” ንዝብሉ ኸኣ መንፈሶም ክሕደስ ተስፋ ክበዝሓሎም ብመርዓ ክሕጎሱ ንምነየሎም። “ሰስኑ ሰስኑ፡ ሸሕን ዋልታን ኩኑ፡ ኣታ ዝዓድና ከይኣትዎ ጓና፡” እወ ሕብረተሰብና ይሰስን። መርዓ ክቡር እዩ። ነዚ ክብሪ እዚ ኣብ ግቡእ ግዜኦም ዘበቕዕዎ መንእሰያት ከኣ ክብሪ ይኹኖም! ክብሪ ይኹነን! “ርሑስ ጋማ!!”

“ መርዓ ንተጻመድቲ መንእሰያት ትስፍዋትን ጽኑዓትን ክኾኑ ይድርኽ እዩ። ”

ስድራቤት

ዮሴፍ ሃይለማርያም

ካብ ዕዉት ሜላታት ኣተኣራርባ ህጻናት

ብዙሕ ግዜ ወይ ብልምዲ ወለዲ ኣብ ኣተሓሕዛ ወሉዶም ዝተፈለየ ኣገባብ ክኽተሉ ንዕዘብ ኢና። ገለ ወለዲ ብዩታዊ ኣተሓሕዛ ወላዲካ ምፅባይ እቲ ዝበለጸ መገዲ'ዩ ዝብል እምነት ይኽተሉ። እዚ ከኣ ነቲ ብዩታዊ ኣበሃህላ "ቁጸው ይዛቦኮምገር ምቕጻዕ ፋይዳ የብሉን" ዝብል ርድኢት ዘራጉድኳ እንተኾነ ኣደማፅነቱ ግን ክሳብ ክንደይ'ዩ? ምኽንያቱ ናይ ዓወለማዕትን ካልእን ጸልዋታት፡ ኣብዚ ብዚልዚ ተመርኩሱ ወላዲካ ምፅባይ ይከኣል ደዩ? ካልኦት ወለዲ ድማ ንደቆም ብጋበእ ቁጸታ ምፅባይ ፍረ ዝሕፈሶ ዝበለጸ መገዲ'ዩ ዝብል እምነት ደሰብዑ። ከም ተወሻኺ'ውን ብሙበዝሕትኡ ተቐባልነት ዘለዎን ብፍላይ ድማ ከም ብዚልን ልምዲን ዝኾነሐ "ቁልዓ ብንኣሱ ቁርበት ብርሐሱ" ዝብል ብዚል ንእምነቶም ዘራጉድ ምኳኑ ይገልጹ። ስለዚ ንወላዲካ ካብ ማስመር ኣብ ዝወጽኣሉ ምስ ዕድመኡን ደረጃ ኘቕላተን ዝኸይድ መቕጻዕቲ ኣሰሪካ ምፅባዩን ምስትኽኻሉን ጸባሕ ንግሆ ዘጥዕስ ስጉምቲ'ዩ ይብሉ። ገሊኦም ናብ ዘመናውነት ዝዘምበሉ ወለዲ ድማ፡ "ምቕጻዕ ማለት ነቲ ቁልዓ ምድንቛርን ርእሰተኣማንኡ ምጥፋእን ኣብ መወዳእታ ከኣ ደህሊ ኩይሉ ከም ዝነበ. ምግባርን ስለዝኾነ፡ ኣብ ክንዲ ብምቕጻዕ ብጥዒ ንወሉድካ ከተዕቢ ይምረጽ"

ይብሉ። ከም መወከሲ መጀመርታ መቕጻዕቲ ክበሃል ከሎ እንታይ ማለት ምኳኑ ምርዳእ ከድልየና'ዩ። መቕጻዕቲ ክበሃል ከሎ ከም ልምዲን ተሞኩሮን መግለጺ፡ ኣካላዊ መቕጻዕቲ፡ ገጽ ምኽላእ፡ ተግባጽ ወዘተ . . . ዝኣመሳስሉ ትርጉም ይወሃቦ'ዩ። መብዛሕትኦም ግን መቕጻዕቲ ማለት ብቐጥታ ምስ ኣካላዊ መቕጻዕቲ (ኮርፖራል ፓኒሽመንት) ኣተኣሳስሮም እዩም ዝርእይዎ። እዚ ኣካላዊ መቕጻዕቲ ወይ ድማ ኣካላዊ ሃሲያ ዝበሃል ግን ምስ መቕጻዕቲ ክንወስዶ የብልናን። ክጥቀሱ ዝኽእሉ ከም መግለጺ፡ ሕርቃን፡ ቆየቛ፡ ጭኾደራ፡ ምጽራፍ፡ ወዘተ ስምዒታዊ ዓመጽ (ኢሞሽናል ኣብዩዝ) ደኣ'ምበር ዲሲፕሊናዊ ስጉምቲ ኣይኮኑን። ስለዚ መኣረምታ ወይ መቕጻዕቲ እንብሎ ንሓደ ዘይተደልየ ጠባይ፡ ልምዲ ወይ ወልፊ ኣሊኻ ቅቡል ዝኾነ ጠባይት ወይ ባህርያት ምኽሳስ

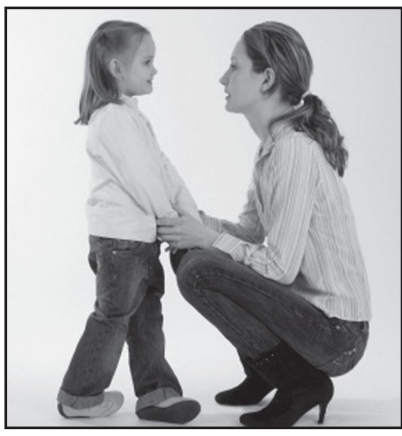
ማለት'ዩ። ካብዚ ብምንቃል መቕጻዕቲ ዕዉት ክኸውን እንተኾይኑ ስልትታት ድማ ኣዝዩ ዝስዕቡ'ዮም።

1. ቅጽበታዊ (swift)፡ ኣብ መቕጻዕቲ ግዜ ወሳኒ'ዩ። እቲ ዝበደለ ቁልዓ መቕጻዕቱ ኣብ ሓደ መቓን ኣእቲና ክንርእዮ ኣሎና። ስለምንታይ ከም ዝቐጻዕ ዘሎ ክፈልጥ ይግባእ። ዚ ንክርዳእ'ውን በደልን መቕጻዕትን ኣብ ሓደ ዝተቐራረበ ግዜ ክፍጸሙ ኣለዎም። ኣብዚ ብዙሕ ግዜ ኣብ መንጎ ስበኣይን ሰበይቲን ኣብ ኣቀጻጽዓ ፍልልይ ይህሉ'ሞ እቲ ቁልዓ በቲ ግቡእ መገዲ ኣብ ክንዲ ዝቕጻዕ ግጉይ ኣቀጻጽዓ ክሕተል ንኽእል። ካብ ጠባያት ወለዲ "ኢደ" ከም ናይ ቀረባ ኣላዪት፡ ኣብ ውሉዳ ንዘለዋ ስክፍታ ብቐጻሊ ርእይቶ ካብ ምሃብ ዓዲ ኣይትውዕልን'ያ። ኣቦውን ዝበዝሕ ግዜ ወልቃዊ ርእይቶ ካብ ምሃብ ሓሊፉ ስጉምቲ ክወስድ ኣየርኣን'ዩ። ስለዚ እቲ ቁልዓ ጉድለታት ይደጋገሞ'ሞ ጠባዩ እናተበላሸወ ይኸይድ። ጉድለታት ምእኳብ ድማ እንትርፎ ሃሲያ ዝሆነ ጥቕሚ የብሉን። ስለዚ ጌጋ ኣብ ዝፍጽመሉ ቅጽበት ክእረም ኣለዎ። እቲ ሓደ ክቕጽዖ እንከሎ፡ እቲ ካልእ ኣብ መንጎ ከየእተወ ምፍታን ግጉይ ምኳኑ ኣሚንና ጉድለት ከይሳዕረረ ከሎ ክንእርም ይግባእና።

2. ብቑዕ (sufficient)፡ እቲ ብቑዕ መኣረምታ ወይ መቕጻዕቲ ምስቲ ዝተፈጸመ በደል ዝመጣጠን ክኸውን ኣለዎ። ዘይስዉጥን ልምሉምን ኣቀጻጽዓ፡ ኣትሰውን ስሉልናውን ሰንበራት ዘክርፍ ጭካነ ዝተሓወሶ ኣቀጻጽዓ፡ ነቲ ቅቡል ባህርያት ዘይምልሹ ግጉያት ኣቀጻጽዓ እዮም - ከውጉዱ ይግባእ። ኣቀጻጽዓና ልምሉምን ሽለልትነት ዝተሓወሶ እንተኾይኑ ድማ እቲ ዝቕጻዕ ቁልዓ ኣብ ባህርያቱን ጠባያቱን ለውጢ ከምጽእ ዘይሕሰብ'ዩ። ኣቀጻጽዓና ካብቲ ዝገበሮ ንላዕሊ ተረሪቲ እንተኾይኑ፡ እቲ ዝቕጻዕ ወሉድ ነቓጽ ባህርያት ኣማዕብሉ ክጥምጠሞና ይኽእል'ዩ። ስለዚ ዚ ዝተጠቕሰ ኣብ ግምት ብምእታው ብቑዓት ዝሓለወን ምስቲ ዝተፈጸመ በደል ዝመጣጠኑ መቕጻዕቲ ወይ መኣረምታ ክንህብ ይግባእ።

3. ዘላቒ (consistency)፡ ሕማቕ ባህሪ ወይ ጠባይ ክሳብ ዘይተኣረመ ሳዕቤኑ ስለዝኸይድ፡ ከይሰልከና ቅርዑው ኣገባብ መቕጻዕቲ ክንከይድ ይግባእ። ንውሉድና ክንእርሞ ኣብ እንደልየሉ ሕዝ ግድፍ ኣቀጻጽዓ ነውጊድ። ዕላማና ዘይሰሩዕ ጠባያት ወይ ዘይቕቡላት ባህርያት ኣወጊድካ ቅቡል ባህርያት ምኽሳብ ክሳብ ዝኾኑ ንዘይተኣረመ ጠባያት ብቐጻሊ ክንእርሞ ይግባእ። ሓደ ካብቲ ጌጋ ርድኢት "ይቐጽዖ ነይረ፡ ለማስ ሰልክዩ፡ ገዲፈዮ" ዝበሃል ኣዘራርባ ኩይኑ፡ ዕላማ መቕጻዕቲ እንታይ ምኳኑ ካብ ዘይምፍላጥ ዝበገስ ዘረባዩ - ፍጹም ከውገድ ኣለዎ። ቅድሚ እዚ ናይ መቕጻዕቲ ውሳነ ወይ ስጉምቲ ምውሳድና ከም ወለዲ ክንፈልጦምን ክንክተሎምን ዝግብኡና ሓቅታት ኣለዉ። ብዓበኡ ድማ "ወሉድ ካብ ወላዲኡ" ዝጽበዮም ነጥብታት'ዮም።

- ሓገዝን ተገዳስነትን
- ብጽሞና ምስማዕን ጠሊቕካ ምርዳእምን
- ፍቕርን እውታዊ ኣረኣእያን
- ምቕባልን ምፍቃድን
- እምነት (trust)
- ውልቃዊ ናጽነት
- ቁጽጽርን ምምራሕን። ስለዚ'ምበኣር፡ ደቅና ጉድለታት ካብ ምግባር ካብ ዘይተቐጠበ። ንሕና ወለዲ ድማ ግቡእ መቕጻዕቲ ወይ መኣረምታ ካብ ምሃብ ዓዲ ኣይንውዓል።



ቁጥዐ ኣብ ስድራቤትን ሳዕቤናቱ...

ኣብ መንጎ ኣባላት ስድራቤት ዝህሉ ጥምረት፡ ኣብ ምፅባይ ባህርያት ውልቀሰባት እቲ ዝዓበየን ዝተረረን'ዩ። ስለዝኾነ'ዩ ድማ ስድራቤት ኣብ ኣባላታ ንእተሕድሮ እውታዊ ጸልዋ ንምርዳእ ዓመታት ዝወሰደ።

ኣብ ውሽጢ ስድራቤት ፍቕርን ሰላምን ምርድዳእን ክህሉ መሰረታዊ ነገር'ዩ። ይኹን'ምበር ማዕረ ማዕሪዚ ኣብ መንጎ ኣባላት'ታ ስድራ ዘይምርድዳእ ከጋጥምን፡ ከም ወጽኢቱ ድማ ክሳብ ምትሕርራቕ ክርአ ከምዝኽእል ተገንዚብካ ንኹሉ ደሊው ክትከውን ይግባእ። ካብዚ ሓሊፉ ግን ናብ ጭኡስ ምትህርራምን ከምርሕ ስለዘይብሉ ቅልጡፍ ግብረመልሲ የድሊ። ምኽንያቱ እንተደኣ ኣብ ጭኡስ ምትህርራምን ተበጺሑ ህላውነት እታ ስድራቤት'ውን ኣብ ሓደጋ ወዲቑ ኣሎ ማለት'ዩ። ቅልጡፍ ስጉምቲ ወሲድካ ክእለ ድማ ይግባእ።

ኣብ መንጎ ኣባላት ስድራቤት ዘጋጥም ዘይምርድዳእ እናገፍሐ ምስ ዝኸይድ ናብ ጭኡስ፡ ምትህርራምን ዘይተደልየ ቁጥዐን ክምዝምርሕ ርዱእ ነገር'ዩ። እዚ ማለት ነታ ስድራ ዝመርሐዋ ኣጦ ኣደን ነቲ ኣብ መንጎ ስድራቤቶም ዝርአ ዘሎ ዘይምርድዳእ ቅልጡፍም መዕለቢ እንተ ዘይገበርሞሉ፡ እታ ስድራ ናይ ምርድዳእ ዓቕማ እናተዳኸመ ስለዝኸይድ ካብ ዓቕሞም ወጻኢ ክትከውንን ኣብ መወዳእታ ኣብ ሕማቕ ክትወድቕን ትኽእል። ስለዚ፡ ቀለስቲ ስድራ ዝኾኑ ኣጦ ኣደን ሰላምን ፍቕርን ኣብ ምስፋኑ፡ ንዘጋጥም ዘይምርድዳእ ኣባላት ስድራቤቶም ቅልጡፍ መዕለቢ ኣብ ምንዳይን ዝለዓለ ተራ ከምዘለዎም ፈሊጦም ሓላፍነቶም ክልዕሉ ኣለዎም። ወለዲ ሓላፍነቶም ኣልዒሎም ኣብ መንጎ ኣባላት ስድራቤቶም ንዘጋጥም ቁጥዐ መዕረፊ ምስ ዘይገብሩሉ ግን፡ እቲ ኣብ መንጎ ኣባላት ስድራቤት ዘጋጥም ሓድሕዳዊ ቁጥዐን ዘይምርድዳእን ካብታ ስድራ ወጺኡ ኣብ ደገ (ምስ ካልኦት ሰባት) ክይተረፈ ጸልዋ ከሕድር ስለዝኽእል ሳዕቤኑ ዝገደደ ይኸውን።

ኣብ ውሽጢ ስድራቤት ዘይተፈትሐ ጸገምን ዘይምርድዳእን ድማ ደገ ክወጽእን ናብ ዝኸፍአ ኣንፈት ክጕዓዝን ግድን'ዩ። መፍትሒ ናይዚ ኩሉ ግን ኣጦ ኣደን ነታ ዝመርሕዋ ስድራቤት ብኽብሪታትን ሱምግባርን ባህሎም ክስኩሶም ክመርሕዋ'ዩ። 'ቁርበት ብርሑሱ ቁልዓ ብንኣሱ' ዝብል ምስላ'ውን ነዚ ዝገልጽ'ዩ። ወለዲ ካብ ንእሽቶም ኣትሒዞም ፍቕርን ምክብባርን ከዘውትሩ፡ ነቶም ዝወለድዎም ደቆም ድማ ከም ዕድመኦም፡ ሓድሕዳዊ ምክብባርን ምቕባልን ምሂሮም ከዕብዩዎም ኣለዎም።

ብዚ መገዲ'ዚ ተኹስኪሱ ዝዓበየ ቁልዓን ብዚ መገዲ'ዚ ተማሂሩ ዝኸይድ ኣባል ስድራቤትን ኣብ መወዳእታ ኣብቲ ዝደለዮ ደረጃ ዕብየት ክበጽሕን ኣብ ውሽጢ ሕብረተሰቡ ግቡእ ማሕበራዊ ክብርታቱ ከውሕስን ይኽእል። ኣብ ውሽጢ ኣባላት ስድራቤት ቁጥዐ ምስ ዘጋጥም ግን ብኸመይ ኢና ንፈትሖን ንጽግሞን? ነቲ ዝፈረሰ ዝምድናኹምከ ብኸመይ ንጽግኖ? እዞም ዝስዕቡ ገለ ካብቶም ክኢላታት ናይዚ ዓውዲ ዘቕርብዎም ነጥብታት'ዮም።

ቁጥዐ ኣብ ዝምድናታት፦ ቁጥዐ ሓደ ካብቶም ኣብ ዝምድናታት ዘጋጥም ዘውትር ኣሉታዊ ባህርያት'ዩ። ቁጥዐ ንሓዋር ኣብ ሓደጋ ዘውድቕ ሕማቕ ባህርያት'ዩ። ብርግጽ ድማ ክውገድ ዘለዎ'ዩ። ቁጥዐ ብዙሕ ግዜ ኣብቶም ዘይውሐለሰ ዝምድናታት ዘለዎም ስድራቤታት'ዩ ዝርአ። እዚ ከኣ ክፉት ምብህሃል ይጉድል እሞ ናይ ፍቕሪ ስምዒት ኣብ ትሕቲቲ ዓመታት ዘቕጻረ ጓሂ ወይ ቅሬታ ተቐቢሩ ይተርፍ። ኣብ ከምዚ ዓይነት ዝምድናታት ዝነብሩ ስድራቤታት ግዲይ ተስፉ ምቕራጽ ክኸውን ብዝዕባ መጻኢኦም ክጠራጠሩን ግድን ይኸውን። እቲ ጸቢቕ ዜና ግን ዝኸፍአ ዝምድና ግዲይ ቁጥዐ ዋላ ይኹን፡ ተስፋ ከይቆረጽካ፡ ምስ ክኢላታት እናተላዘብካ ንምሕዳሱን ንምፍዋሱን ጻዕርታት ምክያድ'ዩ። ምስ ግዜ ድማ እቲ ጠንቂ ምፍራስ ዝምድናታት ዝኾነ ኣብ መንጎ ኣባላት ስድራቤት ዘጋጥም ቁጥዐ ካብ ሱሩ ተማሒዑ እታ ስድራ ሰላምን ፍቕርን ክየሰላ ይኽእል። እዞም ዝስዕቡ ኣብ ዝምድናታት ዘጋጥም ቁጥዐ ብኸመይ ተወሒዱ (ትድርቶ) ዝሕግዙ ነጥብታት'ዮም።

1. ኣብ ልዕሊ ካልእ ሰብ ቁጥዐ ምስ ዝህልወካ ተቐዳዲምካ ንክኒታት ወሽጣዊ ስምዒትካ መርምር። ንርእሰኻ ድማ ንምንታይ'የ ቁጥዐ ዝስምዓኒ ዘሎ ኢልካ ሕተታ።

2. ቅድሚ ዝተጠቕዐ ወይ ዝተሓየ ኩይንካ ምስማዕ፡ ዝሰምዓካ ጥርጣረ ንኻልኦት ሰባት ኣፍልጥ። በዚ ከኣ ካብ'ቲ ክመጽእ ከም ዝኽእል እትጸበዮ ሳዕቤን ቁጥዐ መህደሚ ክትረኽብ ይሕግዘካ።

3. ንገዛእ ርእስኻ ብዛዕባ'ቲ ኣብ ልዕሊ ካልኦት ሰባት ዘሎካ ጠመተ ሕጋዊ ወይ ቅቡል ምኳኑ ሕተታ።

4. ናይ ምብህሃል ማስመራትካ ክፉት ግበር። ናይ ቅሬታ ወይ ሓዘን ስምዒታት ምስ ዝህልወካ፡ ብጋበእ ዘርዚርኻ ምስ እትፍትሮ ሰብ ኩይንካ ተላዘቡ - መፍትሒ ክትረኽቡ ኢኹም።

5. ምስኦም ኣብ ልዕሌኻ ቁጥዐ ዘፈጥሩ ወገናት ተሳትፎኻ ከመይ ከምዝሎ መርምር። ክስተኻኸል ዝግብኦ ነጥብታት ምስ እትረክብ ድማ ቀልጢፍካ ኣስተኻኽሎ።

6. ኣብ መንጎ ኣባላት ስድራቤት ይኹን ምስ ካልኦት ውልቀሰባት ቁጥዐ ከጋጥም ንቡር ምኳኑ ተረዲእካ፡ ንዘፈጥረልካ ስምዒት ካብ ምቍጽጻርካ ወጻኢ ከይከውን ሓልዎን ተቖጻጸሮን።

ስድራቤት ወይ መጻምዲ ናይ ቁጥዐ ጸገም ከምዘሎም ብኸመይ ይፍለጥ?

ቁጠዓት ሰባት ዝበዝሐ ግዜ ቁጥዐኦም ናይ ምቁጽጻር ጸገም ከምዘለዎም ይፈልጡ'ዮም። ሕማቕ ኣጋጣሚ ኮይኑ፡ ቁጠዓት ሰባት ንቑጥዐኦም ከም ሓደ ክልወጥ ዘይኽእል ኣካል ህይወቶም ስለዝቕበልዎ፡ ንምቕያሩ ተስፉ ይቖርጹ። ስለዚ፡ ስድራቤትካ ወይ መጻምድኻ ናይ ቁጥዐ ጸገም ከምዘለዎም ትጥርጥር እንተኾንካ፡ እዞም ዝስዕቡ ምልክታት ኣብ መዓልታዊ ህይወቶም ተመልኪትካ ከም መረጋገጺ ክጥቀመሉ'ዩ።

1. ኣብ ሓደ ፈኲስ ጭንቀትን ሕርቃንን ካብ ንቡር ንላዕሊ ቁጠዕ ምኳን።

2. ብዛዕባ ዝተዛረቡዎ ጉዳይ ገዛኛ ስምዒት ምህላውን ወይ ብዛዕባ ዝበልዎ ነገር ጣዕሳ ምስማዕን።

3. ከምኡ'ውን ኣብ ማሕበራዊ ጉዳይ ተደጋጋሚ ግጭት ምዝውታርን ኣብ ዘይተደልየ ማለት ክሳብ ሕጊ ምጥሓሱ፡ ምብኣሱ ንብረት ምፅናው፡ ትምህርቲ ወይ ስራሕ ምብኳር ወዘተ ዝኣመሰሉ ሕርቃን ምዝውታር።

4. ስድራቤትካ ወይ ኣዕሩኽትኻ ድማ ቁጥዐኻ ክትቆጻጸር ከምዘለካ ምስ ዝሕብሩኻ።

ቁጥዐ ንምፍዋስ ሓገዝ ካበይ ይርከብ? - ቁጥዐ ክፍወስ ዝኽእል ማሕበራዊ ጸገም'ዩ። ከምቲ ቀስ ኢሉ ዝምዕበል ክፍወስ እንከሎ ድማ ቀስ ኢሉ'ዩ ዝፍወስ። ስለዚ መጀመርያ ቁጥዐኻ ክትፍወስ እንተደሊኻ ካብ ኣባላት ስድራቤትካን ፈተውትኻን ዝወሃበካ ምኽርን ማዕዳን ተቐበል። እቲ ምንታይ ምኽርን ማዕዳን ፈተውትኻ ምቕባል መሰረታዊ መፍትሒ ቁጥዐ'ዩ። እዚ ዘይሰምዕ ግን ኣብ ሕማቕ ክወድቕ ግድን'ዩ።

ሎሚ ኣብ ERI-TV

ሰዓት	መደብ
12:00	ሃገራዊ መዝሙር
12:02	ድራማ
12:30	ዜና ትግርኛ
12:50	ዜና ስፖርት
12:55	ጨፈራ ጥዕና
13:30	ዜና ዓረብ
13:45	ሰሰ ስፖርት
15:30	ዶክመንታሪ
16:20	ሰሙናዊ ስፖርት
17:00	ዜና ትግርኛ
17:15	ደርፌ
17:30	ዜና ዓረብ
17:45	ዶክተራት ኣብ ስትድዮ (ድግም)
18:25	ዶክመንታሪ
19:20	ሃሎ ቆልዑ
20:00	ዜና ትግረ
20:15	ሽዕቡ
21:00	ዜና ትግርኛ
21:25	እንዳ ዝማም
22:00	ዜና ዓረብ
22:10	ሴላ
22:30	ዜና እንግሊዝ

ምልክታ

ናጽነት ደስበለ - ሓበን ገብረኣምላኽ - ሳምራዊት መለስ

ላዕለዋይ ቤት-ፍርዲ ኣስመራ

ኣብ መንን ከሳሲ ንግዳዊ ባንክ ኤርትራን ተኸሰስቲ 1.ሉቻኖ ሓዚ.ቢ.ማ 2. ኣቶ የማነ ተኽለማርያም +1ን ዘሎ ናይ ሲቪል ክርክር ጉዳይ፡ ተኸሰስቲ 1.ኣቶ የማነ ተኽለማርያም 2. ወ/ሮ ብዙ ገብረስላሴ ኣድራሻኹም ስለዘይተፈልጠ፡ ብጋዜጣ ሓዳስ ኤርትራ ተጸዊዕኩም ንዕለት 20/2/24 ኣብ ቤ/ፍ ንግዲ መጋባእያ ቁ.40 ቅረቡ። እንተዘይቀሪብኩም፡ ጉዳይኩም ኣብዘየለኹምሉ ክረአ ምዃኑ ንፈልጡ።

ኣብ መንን ከሳሲ ንግዳዊ ባንክ ኤርትራን ተኸሰስቲ ወረ/ኛ ሳልሕ መሓመድ ኑር ዑስማን 1.ሓሊማ መሓመድ ኣሕመድ +8ን ዘሎ ናይ ሲቪል ክርክር ጉዳይ፡ ተኸሰስቲ 1.ዓብደልራሕማን ሳልሕን 2.ቶውፊቅ ሳልሕን ኣድራሻኹም ስለዘይተፈልጠ፡ ብጋዜጣ ሓዳስ ኤርትራ ተጸዊዕኩም ንዕለት 20/2/24 ኣብ ቤ/ፍ ንግዲ መጋባእያ ቁ.40 ቅረቡ። እንተዘይቀሪብኩም፡ ጉዳይኩም ኣብዘየለኹምሉ ክረአ ምዃኑ ንፈልጡ።

1ይ ቤት-ፍርዲ ዞባ ማእከል ኣስመራ

ወ/ሮ ሪዘት ተኽሉ ቀለታ፡ ስም ኣደይ ፋና ጋዝይ ምባል ተሪፉ፥ ፋና ገብረማርያም ጋዝይ ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ንዕለት 16/2/24 ኣብ ቤ/ፍ 2ይ መጋባእያ ቁ.35 ይቕረብ።

ኣመልካቲት ሉቱ ገብረየሃንስ ራእሱ፥ ተጸዋዕቲ 1.ሰምረት ተኽሉ 2.ሰመረ ተኽለ 3. ኣብርሃም ተኽለ 4.ሳባ ኣርኣያ 5.ጸጋዝና ኣርኣያ 6.ኣሰካሉ ኣርኣያ 7.ትዕግስቲ ኣርኣያ 8.ጌት ኣርኣያ 9.ሃብቶም ኣርኣያ 10.ትርሓስ ኣርኣያ ንናይ ወህቡቶ ስም ምትሕልላፍ ዝምልከት ክሲ ተመስሪቱልኩም ስለዘሎ፡ ብኣካል ወይ ብሕጋዊ ወኪል ንዕለት 27/2/24 ኣብ ቤ/ፍ 3ይ መጋባእያ ቁ.37 ቅረቡ። እንተዘይቀሪብኩም፡ ጉዳይኩም ኣብዘየለኹምሉ ክረአ ምዃኑ ንፈልጡ።

ኮማዊ ቤት-ፍርዲ ኣባሻውል

ከሳሲት ወ/ሮ ውዳሴ ወ/ሚካኤል፡ ተኸሳሲ ኣቶ ኣፈወርቂ ተኳ፥ ናይ ሓዳር ክሲ ቀሪቡልካ ስለዘሎ፡ ብኣካል ወይ ብሕጋዊ ወኪል ንዕለት 12/2/24 ኣብ ቤ/ፍ ቅረብ። እንተዘይቀሪብካ፡ ጉዳይካ ኣብዘየለኻሉ ክረአ ምዃኑ ንፈልጥ።

ኮማዊ ቤት-ፍርዲ ዓዲ ተከሌዛን

የውሃንስ ክፍሎም ዘርኣይ፥ ኣቦና ተ/ጋ ክፍሎም ዘርኣይ ተሰፋጼን ስለዝተሰወኡ፥ ኣነ ምስ 1ሓወይ ወረስቲ ምዃንና ይረጋገጸልና ስለዝበለ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ንዕለት 27/2/24 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ወ/ሮ ኣብርሀት ተወልደ ኣድሓኖም፡ በዓል ቤተይ ሪዘ ሰጊድ ፍረዝጊ ስለዝዓረፈ፥ ንዓይ ናይ መጻምዲ መሰለይ ይተሓለወለይ፥ 10 ደቅና ድማ ወረስቲ ምዃንናም ይረጋገጸሉም ስለዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ንዕለት 27/2/24 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ቤት-ፍርዲ ዞ/ሰ/ቀ/ባሕሪ ባጽዕ

ሰለም መቀደሰን ዓትቕ ምባል ተሪፉ፥ ሰለም ምዕይድ ዓትቕ ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለዝበለ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ንዕለት 14/2/24 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ሰምሃር ፍጹም ነጋሲ ምባል ተሪፉ፥ ሰምሃር ፍጹምብርሃን ነጋሲ ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ንዕለት 28/2/24 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ቤት-ፍርዲ ዞባ ዓንሰባ ከረን

ከማል መሓምድሳምራ ግዑዳድ ምባል ተሪፉ፥ ከማል ሰመራልዑል ግዑዳድ ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለዝበለ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ንዕለት 20/2/24 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ቤት-ፍርዲ ዞባ ሰላም መስከረም ፍትሒ

ወ/ሮ የርሳሌም ተኽሉብርሃን ዘርኣይ፥ በዓል ቤተይ ተኽለዝጊ ገ/ሂወት ተ/ማርያም ስለዝተሰወኡ፥ ንዓይ ናይ መጻምዲ መሰለይ ይተሓለወለይ፥ 4 ደቅና ድማ ወረስቲ ምዃንናም ይረጋገጸሉም ስለዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ንዕለት 15/2/24 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ቤት-ፍርዲ ጎልጅ ዞ/ጋ/ባርካ -

ወ/ሮ ትርሓስ በየን ጭኑም፡ ስም ኣደይ ጸሃይቱ ዓንደማርያም ሰረቀ ምባል ተሪፉ፥ ጸሃይቱ ዓንደማርያም ኣረይ ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ንዕለት 22/2/24 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ወ/ሮ ምሕረት ገብረመድህን ገብረትንሳኤ፥ ኣሳፍ ስተሽነሪ (ASAF STATIONERY) ዝበሃል ንግዲ ስለዝቐየረ፥ "ኣሳፍ ኤለክትሮኒክስ" ASAF ELECTRONICS) ተባሂሉ ክቕየረለን ስለዝሓተታ፡ እዚ ናይ ንግዲ ስም ቅድሚ ምምዝጋቡ ዝቃወም ኣካል እንተሎ፡ ኣብ ውሽጢ ሓደ ወርሒ ካብ ሕጋዊ ቤት ፍርዲ መኣገዲ የቕርብ። እንተዘይቀሪቡ፥ ዝቃወም ኣካል ከምዘየለ ተቖጺሩ እዚ ናይ ንግዲ ስም ከምዝምዝገብ ንፈልጥ።

ኣብ ምም/ዞባ ማእከል ኣስመራ ምም/ን/ዞባ ኣኽርያ ጎደና 134-11 ቁጽሪ ገዛ 2 ፕሎት 09 ፓርሰል "G" ዝርከብ ስፍሓቱ 104 ት/ሜትሮ፡ ኣብ ቤት ጽሕፈት ፓብሊክ ኖታሪ ብመለለዪ ቁጽሪ ንብረት 1 BRAGM005478 ብዕለት 16/1/2024 ዓ/ም ብስም ወረ/ኛ ሰላማዊት ገብረማርያም ሓጎስ +4 ዝተመዝገበ ዘይንቀሳቐስ ንብረት ገዛ ስለዝጠፍኣክም'ሞ ናብ ስመይ ክመሓላለፈለይ ስለዝደለኹ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ካብ ዝምልከቶ ቤት ፍርዲ መኣገዲ ሒዙ ኣብ ውሽጢ 30 መዓልቲ (ሓደ ወርሒ) ኣብ ቤ/ጽ ፓብሊክ ኖታሪን ቤ/ጽ ንብረት መመዝገቢ (ካዳስትራል ኦፊስን) ይቕረብ።

ወ/ሮ ንግስ ገብረጻሃይ ኣብራሃም
ብወኪል ወ/ሮ የርዳኖስ ወልዳይ ተብረኸ

ምስጋና

ኣዚና እንፈትዋን እነፍቅራን ክብርቲ ኣዴና ወ/ሮ ሓዳስ ሓጎስ ተፈሪ ዝተሰመዓና መሪር ሓዘን እናገለጽና፣ ኣብ ግዜ ሕማማ ካብ ጎና ዘይተፈለኹም፡ ኣብ ቤትና ብምምልላስ፥ ከምኡ'ውን ክሳብ መቓብራ ብምፍናድ ዘቃበርኩምናን፡ ገዛና ብምምልላስን ብተሌፎንን ኣብ ወሽጥን ወጻኢን እትነብሩ ኣሕዋትን ቤተሰብን ዘጸናናዕኩምናን ኩልኹም ፈተውትና፣ ሕሰም ኣይትርከቡ እናበልና ሓዘንና ንገልጽ፡፡

ደቃ ምስ ምሉኣት ስድራቤት

NOTICE

Notice is hereby given to the public that "ANDOM PRIVATE LIMITED COMPANY" has been formed among the following members.

A) Shareholders

NAME	NATIONALITY	ADDRESS	NO.OF SHARES	VALUE OF SHARES
Mr. Pityas Abraham Andom	Eritrean	Asmara	40	40,000.00
Mr. Ermyas Abraham Andom	Eritrean	Asmara	40	40,000.00
Mr. Yosyas Abraham Andom	Eritrean	Asmara	40	40,000.00
Mr. Sofonyas Abraham Andom	Eritrean	Asmara	40	40,000.00
Mr. Denden Abraham Andom	Eritrean	Asmara	40	40,000.00
		TOTAL	200	200,000.00

The head office of the company will be in Asmara and branch offices may be opened anywhere within and outside Eritrea.

B) The total paid up capital of the company is Nakfa two hundred thousand (200,000.00) divided in to two hundred shares (200) of par value of Nakfa one thousand (1,000.00 Nakfa) each.

C) The overall business purposes of the company shall be:

1. To engage in the service businesses of bar, restaurant, fast food, cafes, snack bars, billiard, & games
2. To engage in the service businesses of beauty salon, barber shop, tour and travel agency, and related activities
3. To engage in the manufacturing business of bakery, pastry, and related activities
4. To engage in the retail business of spare parts, building and agricultural materials, electronics and electrical materials, repair and sales of bicycles, etc
5. To engage in retail business of super market, grocery, readymade garments, shoes, cosmetics, gift articles, flower shop, pharmacy, and general trade
6. To provide photo shop and studio services, retail of stationery materials, photocopy and desktop publishing services,
7. To engage in the business of import/export, commission agent or representation of manufacturers and traders, general trade, wholesale, and retail of related activities.
8. Generally to carry out any other activities related to its object and purposes or any profession or services connected with or ancillary to the general business of the company.

D) Mr. Pityas Abraham is appointed as the general manager for unlimited period of time.

E) The period for which the company is established is unlimited.

ANDOM P.L.CO ዓንዶም/ሓ.ዝ.ብ.ማ

ስፖርት

ሙሴ ገ/እግዚኣብሄር

ናትናኤል ንእሽቶ ኣብ ኣውስትራልያ፡ ናትናኤል ዓቢ ኣብ ቱርኪ ደሚቖም

ኤርትራዊ ተቐዳዳማይ ኣመራጺት ክሉብ ሊደል ትሬክ ናትናኤል ተስፋጽዮን፡ ብቐደሚ ትማሊ 28 ጥሪ ወጋሕታ፡ ኣብ ኣውስትራልያ ኣብ ዝተኻየደ ውድድር ሓያል ብቕዓት ብምጽብራቕ ካልኣይ ተርታ ሒዙ ውድድሩ ፈጺሙ።

ናትናኤል፡ ዝ. 174.3 ኪሎሜተር ዝሸፈነ ውድድር፡ ኣብ ሰዓት 40.5 ኪሎሜተር እናተጓዓዘ እዩ ብ4 ሰዓት፡ 17 ደቒቕን 40 ካልኢትን ዛዚምዎ። ምስታ 13 ተቐዳደምቲ ዝበርዋ መራሒት ጉጅለ ኮይኑ ኒታ 7.8% ምቕናን ዝበራ ዓቐብ ሰጊሩ ሓያል ቅጽበታዊ ውድድር ኣብ ዘካየደሉ ከኣ፡ ብኣውስትራልያዊ ተቐዳዳማይ ላውረንስ ፒቲ ብዒይንኻ ክትፈርዶ ብዘይከኣል ፍልልይ ተበሊጹ ተሸላሚ ብሩር መዳልያ ኮይኑ። ወዲ ጋንታኡ ዝቢንያም ዝኾነ ጆርጅ ዚመርማን ከኣ ሳልሳይ ደረጃ ሒዙ።

እዚ ወዲ 24 ዓመት ተቐዳዳማይ፡ ኣብ ወሽጢ ክልተ ቅነ ሎሚ ንኻልኣይ ግዜኡ እዩ ኣብ ኣውስትራልያ ተሸላሚ ብሩር መዳልያ ዝኾነ ዘሎ። ናቱ ብ13 ጥሪውን ኣብቲ ናይ ሓንቲ መዓልቲ ውድድር (ከም መኸፈቲ ናይቲ ናይ ዎርልድ ቱር ማሕበር ዘሎዎ 'ቱር ዳውን ኣንደር') ካልኣይ ተርታ ሒዙ ምንባሩ ኣይርሳዕን።

ሄኖክ፡ ሎሚ ናብ ውድድር . . .

ኣብዚ ተደጋጋሚ ናይ ምምላቕ ፈተነታት ዝተኻየደሉ ውድድር፡ ኤርትራዊ ተቐዳዳማይ በልጂማዊት ክሉብ ኢንተርማርሼ ቢንያም ግርማይ ዝርከቦም ብርክት ዝበሉ ሓያላት ተቐዳደምቲ ትሸዓተ ኪሎሜተር ክተርፍ እንከሎ፡ ካብ ዓባይ ጉጅለ ምሕደግ ክበሉ እዮም ተራእዮም። ቢንያም ከኣ፡ ካብ ዕውት 24 ካልኢታት ድሒሩ መበል 22 ደረጃ ሒዙ።

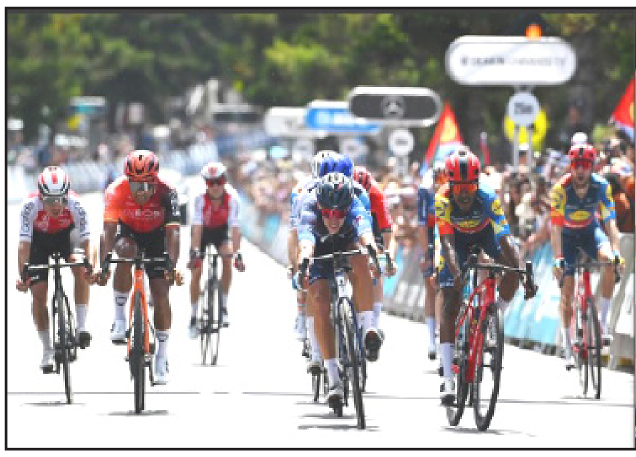
ኤርትራ፡ ኣብዚ ኣብ ኣውስትራልያ ክካየድ ዝቐጸለ ዝተፈላለየ ውድድራት፡ ብ25 ጥሪውን ብመንገዲ ቢንያም ግርማይ ወርቂ መዳልያ ከም ዝዓተረት ይዝከር። ኤርትራውያን ነበርቲ ኣውስትራልያ፡ ጥንዴራ ብምሓዝ ነቶም ተቐዳደምቲ ኣብ ምትብባዕ ብዘበርክዎ ኣስተዋጽኦ ድማ፡ ኣቓልቦ ዝተፈላለዩ ወገናት ክስሕቡ ክኢሎም።

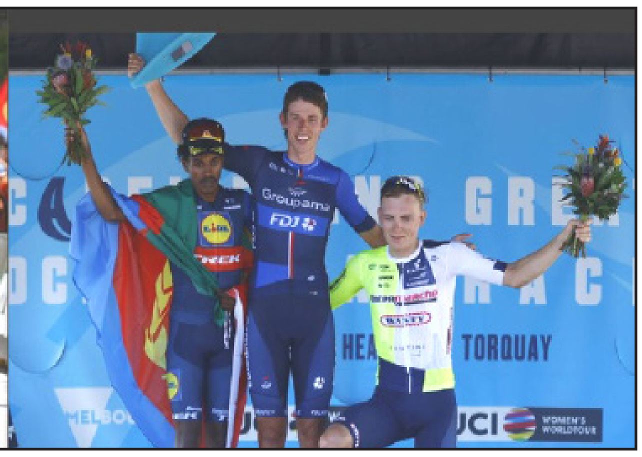
እዚ ከምዚ'ሉ እንከሎ፡ ሓደ ካብ ምኩራት ኤርትራውያን ተቐዳደምቲ ዝኾነ ናትናኤል ብርሃኔ ዝሓለፈ ቀዳም ኣብ ቱርኪ ኣብ ዝተኻየደ ናይ ሓደ መዓልቲ ውድድር፡ ካልኣይ ኣትዩ። እዚ ወዲ 33 ዓመት ገዲም ተቐዳዳማይ፡ ኣብዚ ውድድር ኣብ መወዳእታ ኣብ ዝተገበረ ቅጽበታዊ ውድድር ብቱርካዊ ሚኪያን ማ ጥራይ ተበሊጹ እዩ ካልኣይ ተርታ ሒዙ።

ዝ. 139 ኪሎሜተር ዝሸፈነ ውድድር፡ ናትናኤል፡ ኣብ ሰዓት 40.6 ኪሎሜተር እናረገጸ እዩ ብ3 ሰዓት፡ 26 ደቒቕን 5 ካልኢትን ዛዚምዎ። እዚ ተቐዳዳማይ ዝ. ዓመት ስፖርት ምስ ቱርካዊት ክሉብ በዩካዝ ኮይኑ ውድድሩ ክካይድ ተሰማሚዑ ከም ዘሎ ይፍለጥ።

ሓደ ወርሒ ጥራይ ተላዒልዎ ኣብ ዘሎ ናይ ሓዱሽ ዓመት 2024 ወቕቲ ቅድድም ብሽክለታ፡ ምስ ዝተፈላለያ ክለባት ዝወዳደሩ ኤርትራውያን ተቐዳደምቲ ዛጊት 5 ግዜ ኣብ ፖድየም ደይቦም ኣለው።

ምስዚ ዓውዲ ብዝተኣሳሰር ዜና፡ ሎሚ ዓመት ናብ ዓባይ ክሉብ ኣስታና ዝተጸንበረ ኤርትራዊ ተቐዳዳማይ ሄኖክ ምሉእብርሃን፡ ሎሚ ኣብ ስዑዲ ዓረብ ፋልማይ ውድድሩ ክካይድ እዩ። እዚ ሎሚ ዓመት ንራብዓይ ግዜኡ ዝካየድ ዘሎ 'ዙር ኣሉላ' ዝስሙ ውድድር፡ ሓሙሽተ መድረኻት ዝሓዘ እዩ። ብሉጽ ኣፍሪቃዊ ተቐዳዳማይ 2023 ዝተሰምየ ሄኖክ ከኣ፡ ሓደ ካብቶም ንኽዕወቱ ተሓጺዮም ዘለዉ ተቐዳደምቲ እዩ። ብዘይካዚ፡ ሓዱሽ ኣባል ክሉብ ተረንጋኑ ኣሎምፒካዊ ተቐዳዳማይ መርሃዊ ቅዱስ'ውን ኣብዚ ውድድር ክሳተፍ ምዃኑ ተፈሊጡ ኣሎ፣ ጽቡቕ ዕድል ንተቐዳደምትና።





ሻምፕዮን ኵዕሶ እግሪ ዞባ ማእከል ጀሚሩ

"ብሰንኪ ዳኛ ኢና ተሳዒርና" ኣሰልጣኒ ኩባንያ ህንጻ ሰገን

ሻምፕዮን ሱፐር ዲቪዥን 'ኤ' ኵዕሶ እግሪ ዞባ ማእከል ዓመተ-ስፖርት 2023-24፡ ብቐደሚ ትማሊ ኣብ ስታድዩም ኣስመራ ፈሊሙ።

ኣብዚ ክልተ ጸወታታት ዝተሰርዓሉ ዕለት፡ ፈለማ ኣዱሊስን ቀይሕ ባሕርን እያን ገጢመን። ዝሓለፈ ዓመት ሻምፕዮን ካብ ምዃን ብደንደን ዝተበልጸት ቀይሕ ባሕሪ ኣብ መበል 18 ደቒቕ ብመገዲ ስምኦን ሃብተ መራሕነት ክትሕዝ ክኢላ። ንኣረፍቲውን 1-ብ0 መሪሓ ወጺኣ።

ኣዱሊስ፡ ድሕሪ ዕረፍቲ ኣብ ውሽጢ ሓንቲ ደቒቕ እያ፡ ሽቶ ብምቍጻር ተመዓራርያ። ተጻዋታያ ኣብል ዓንደማርያም ከኣ ኣዝ ብልጽቲ ሽቶ ዘመዝገበ ነይሩ። ይኹን'ምበር፡ ተጻወትቲ ኣዱሊስ ሓንሳዕ ክጸዕ ክልተ ደቓይቕ ክቐጽል ኣይከኣለን። ኣብ መበል 48 ደቒቕ ተጻዋታይ ቀይሕ ባሕሪ ቢንያም ጠዓመ ካብ ሓላዊ ልዳት ኣዱሊስ ንዝተመልሰት ኵዕሶ ምስ ሰከዐት ብምውህሃዱ፡ ቀይሕ ባሕሪ ዳግማይ መራሕነት ሓዘት። ኣብ ዝተረፈ ደቓይቕ ዝተመዝገበ ሽቶ ብዘምንኩ ከኣ፡ ቀይሕ ባሕሪ 2-ብ1 ተዓዊታ።

ኣብ ስምኦን ሃብተ ድማ፡ ብሉጽ ተጻዋታይ ተሰምዩ።

ሰዓት 4:00 ድ.ቀ፡ ናይ ዝሓለፈ ዓመት ሻምፕዮን ደንደን ምስ ኩባንያ ህንጻ ሰገን እተኻየደ ግጥም እዩ ቀጺሉ። ንብሉጽ ሓላዊ ልዳት ክብሮም ሰለሙን ብሽኪ መቐጸዕቲ ንሓደ ዓመት ከሰራቶ ዝላ ደንደን ንሚርጋን ኣሚኒ እያ ኣሰሊፋ። ቀዳማ ሽቶ ዘመዝገበት ደንደን እያ ነይራ - ኣብ መበል 18 ደቒቕ ብመገዲ ጀማል ዓብዱሰላም 1-ብ0። ይኹን'ምበር፡ ኩባንያ ሰገን ኣብ መበል 34 ደቒቕ ካብ ኢሰያስ ኣሚኒ ሽቶ ብምቍጻራ ንእረፍቲ 1-ብ1 ወጺኣን።

ኣብ ካልኣይ እብረ፡ ደንደን እያ ብዝኸፈታ። ኣብ መበል 54'ን 57'ን ደቓይቓ ብመገዲ ናህም ዓወትን ሰም መድሕንን ክልተ ሽቶታት ብምቍጻር ክሳብ 90 ደቒቕ 3-ብ1 ክትመርሕ ክኢላ። ሰገን፡ ጸወታ ኣብ ኣጋ ምውዳኡ ካብ ተቐይሩ ዝኣተወ ርብል የውሃንስ ወጽኢት እተጸብበ ሽቶ እኳ እንተኣመዝገበት፡ ግዜ ስለዘርከበ ግን፡ 3-ብ2 ካብ ምስዓር ኣይደሓነትን። ናይዛ ጸወታ ብሉጽ ተጻዋታይ፡ ሰም መድሕን ተረቝሑ።

ድሕሪዚ ግጥም፡ ዓሎሚ ደንደን ሳምሶም ሃብተማርያም፡ ዕላማኦም ናይ ዝሓለፈ ዓመት ክብሮም ምዕቃብ ምዃኑ ብምሕባር፡ "ሓላዊ ልዳትና ኣብ ዝሓለፈ ዓመት ብምቕጻዑ፡ ሕጂ ዓቢ ሃጓፍ እዩ ኣጋጢሙና። ምሕረት ክግበረሉ ከኣ ንላቡ። ይኹን'ምበር፡ ዘለና ሃጓፋት ኣዕሪና ኣብ ዝመጽእ ጸወታታትና ተዓዊትና ክንወጽእ ክንጽዕር ኢና።" ኢሉ።

ኣሰልጣኒ ኩባንያ ህንጻ ሰገን ዳዊት ሰዩም ብወገኑ፡ "ጋንታና፡ ከሉ ተዓዚቢ ዝምስክሮ ጽቡቕ እያ ተጻዊታ። እንተዀነ፡ ክወሃበና ዝግበኦ ዕድላት ብምኽልኣ ዳኛ በዲሉና። ኣይምተሰዓርናን ነይርና። ኣብ ጽቡቕ ደረጃ ብምህላውና ግን፡ ኣብ ዝመጽእ ክንዕወት ክንጽዕር ኢና።" ኢሉ።

እዚ ከምዚ'ሉ እንከሎ፡ ካልኣይ ጸወታ ቅድሚ ምጅማሩ፡ ነቲ ኣብ ዝሓለፈ ቀረባ መዓልቲ ብሞት ዝተፈለየ ናይ ቅድም ተጻዋታይ ቀይሕ ባሕርን ሃገራዊት ጋንታ ኤርትራን ሰሌማን ማሕሙድ (ሶኾይ)፡ ናይ ሕልና ዝኽሪ ተገይሩሉ ነይሩ።

እዚ ውድድር፡ ዝመጽእ ሰንበት፡ ጉዳይፍ ምስ ኩባንያ ሰምባል፡ ገዛባንዳ ምስ ኣስመራ በራ፡ ከምኡ'ውን ማይተመናይ ምስ ኣልታሕረር ብዘካይድኦ ግጥማት ክቕጽል ምዃኑ፡ ህዝባዊ ርክባት ናይ'ቲ ፌደረሽን ሓቢሩ።

ዜና ብሓጺሩ

* ቱርካዊት ክሉብ ፈነርባቸ፡ ንተኸላኻሊ ኣትሌቲኮ ማድሪድ ካግላር ሶዩንቹ ብልቓሕ ኣፈሪማቶ። ዝሓለፈ ክረምቲ ካብ ሌስተር ሲቲ ናብ ኣትሌቲኮ ማድሪድ ዝተጸንበረ ሶዩንቹ፡ ኣብዛ እስጳኛዊት ክሉብ ቦታኡ ክወሓስ ኣይከኣለን።

ወዲ 27 ዓመት ሶዩንቹ፡ ኣብዛ ተሪፉ ዘሎ ፍርቂ ዓመተ-ስፖርት ልዑል ናይ ምስላፍ ዕድል ንምርካብ ድማ እዩ ናብዛ ናይ ሃገሩ ክሉብ ተጸምቢሩ ዘሎ። ፈነርባቸ፡ ኣብ መጀመርያ መዓልታት እዛ ወርሒ ንምከተር ተኸላኻሊ ሊያናርዶ ቦኑቺ ምፍራማ ይዝከር።

እዚ ከምዚ'ሉ እንከሎ፡ ኣትሌቲኮ፡ ማሰኮት ምስዮጊጋር ተጻወትቲ ወርሒ ጥሪ ከይተዓጽወ እንከሎ፡ ውሑድ ወጻኢ ዝሓትት ሓዱሽ ተኸላኻሊ ክተፈርም ደልያ ኣላ - ብመሰረት ጋዜጣ ፋትብል እስጳኛ። ማሰኮት ምስዮጊጋር ክለባት ኤውሮጳ ሓሙስ 1 ለካቲት ክዕጾ እዩ።

* እስጳኛዊት ክሉብ ግራናዳ ናይ ክንፊ ኣጥቃዓይ ማን ዩናይትድ ፋኩንዶ ፐሊስትሪ ብልቓሕ ንምፍራም ምስ ክለቡ ከምዝተሰማምዐት ተቓሊሑ።

ይኹን እምበር፡ ስምምዕ እዘን ክለባት ወግዓውነት ክሉብስ እንተኾይኑ፡ ካብ ዓሎሚ ዩናይትድ ኤሪክ ተን ሃግ ቀጠልያ መብራህቲ ክወሃብ ኣለዎ። ተን ሃግ፡ ኣብ ማስመር መጥቃዕቲ ሰሪ ምጉዳል ብቕዓትን ዲስፕሊናዊ ጉዳያትን ዋሕዲ ተጻወትቲ ኣጋጢምዎ ከምዘሎ ይግለጽ። እንተ እዚ ስምምዕ ግን፡ ኣብ መፈጸምታ ክበጽሕ ዘለዎ ተኽእሎ ሰፊሕ እዩ።

* ኣጥቃዓይ ክሉብ ጁቬንቱስ ሞይስ ኪን፡ ብልቓሕ ናብ ኣትሌቲኮ ማድሪድ ንክጽንበር ሕክምናዊ መርመራ ኣካይዱ - ከም ጸብጻብ ምንጪታት ኢጣልያ ።

እዚ ወዲ 23 ዓመት ኢጣልያዊ መንእሰይ፡ ክሳብ ወርሒ ሰነ እዛ ዓመት ብልቓሕ ድሕሪ ምጻዋቱ ናብ ኣደ ክለቡ ክምለስ እዩ፣ ምኽንያቱ እዚ ውዕል ናይ ምግዛእ ወይ ብቐዋሚ ናይ ምቕያር ስምምዕ ስለዘይብሉ።

ከረን፡ ስልጠና ዳንነት ኵዕሶ ሰኪዕት ተዋሂቡ

ብፌደረሽን ኵዕሶ ሰከዕት ዞባ ዓንሰባ ዝተወደበ ስልጠና ዳንነት ንጀመርቲ ደያኑ፡ ኣብ ከተማ ከረን ተዋሂቡ።

እዚ ስልጠና፡ ብምኽር ዳኛ መምህር የውሃንስ ኣስፋሃን ኢንተርናሽናል ዳኛ ሙሴ ሚካኤልን ካብ ዕለት 20 ክሳብ 25 ጥሪ እዩ ተዋሂቡ። ኣርባዕተ ደቀንስትዮ ዝርከብኦም 24 ሰልጠንቲ ከኣ ተሳቲፎም። ጕድኒ ጕድኒ እዚ ትምህርቲ'ውን ንሽሞንተ ኣባላት ደያኑ ናይ ምሕዳስ ሞያ መደብ ተኻይዱ።

እዚ ብቕልስ ሓሳብን ግብርን ዝተሰነየ ትምህርቲ፡ ሳላ ጻዕሪ መምሃራንን ተገዳስነት ተመሃሮን ዕውት ምንባሩ ፌደረሽን ናይ'ቲ ዞባ ሓቢሩ። ብዘውሰኸ ከምዚ ዓይነት ትምህርቲ ዓቢ ዝላ ኣብ ምምዕባል ኵዕሶ ሰከዕት ናይ'ቲ ዞባን ከተማ ከረንን ምዃኑ ብምግላጽ፡ ኣገዳስነቱን ወጽኢቱን ተሪኡ ኣብ ቀጻሊ ተመሳሳሊ ትምህርቲ ክወሃብ ተላቢዩ።

ኣብ መወዳእታ ፌደረሽን ኩዕሶ ሰከዕት ዞባ ዓንሰባ ንኣሰልጠንቲ፡ ሃገራዊ ፌደረሽን ኵዕሶ ሰከዕት ኤርትራን ኣሃዱ ባህልን ስፖርትን ከተማ ከረንን ምምስጋኑ፡ ህዝባዊ ርክባት ናይ'ቲ ፌደረሽን ሓቢሩ።

ቅንጥብጣብ

* ብመራሕነት ኣሰልጣኒ ሀርናንደዝ ዘይተሓነሰት ባርሰሎና፡ ንማሕበል ኣርቴታ፡ ኣብ ቀዋሚ ቦታ ዝርዝር ኣሰልጣኒ ኣእትያቶ። እዛ ጋንታ፡ ኣብቲ ዝርዝር ንኣሰልጣኒ ሊቨርፑል የርገን ክሎፕን ንዓሎሚ ሃገራዊት ጋንታ ጀርመን ጁሊያን ናግለስማንን እውን ኣካቲታቶም ኣሎ። ብዘይካዚ፡ ናይ ቅድም ዓሎሚ ባየር ሙኒክ ጀርመናዊ ሃንሲ ፍሊክ፡ ኣብ መደብ ባርሳ ከምዝርከብ ተፈሊጡ።

ምንጪ - ዘ ሳን በልደን

* ሃገራዊት ጋንታ ሞሮኮ፡ ኣብቲ ሎሚ ምስ ደቡብ ኣፍሪቃ እተካይዶ ናይ ኣውዲቕካ ምሕላፍ ግጥም፡ ብዘይ'ቲ ወሳኒ ተራ ዘለዎ ተጻዋታያ ሓኪም ዚያች ክትጻወት ተኽእሎ ከምዘሎ ተቓሊሑ።

ኣብ ዓንኬር ዓንኬርዮኡ መጉዳእቲ ከምዘጋጠሞ ዝገለጸ ዘሎ ዚያች፡ ኣብ ዝሓለፈ መዓልታት ካብ ልምምድ ብምብኳሩ እዩ - ኣብዚ ናይ ሎሚ ጸወታ ናይ ምስላፉ ዕድል ኣጠራጣሪ ኮይኑ። እዚ ምስ ቱርካዊት ክሉብ ጋላታሳራይ ዝጻወት ዘሎ ናይ ክንፊ ኣጥቃዓይ፡ ዝሓለፈ ረቡዕ ንዛምቢያ 1-ብ0 ኣብ ዝሰዓረሉ ናይ መወዳእታ ናይ ምድብ ጸወታ፡ ኣብ ዕረፍቲ ተቐይሩ እዩ ወጺኡ። ኒታ እኽሎ ሽቶ ናይ'ቲ ግጥም ድማ፡ ንሱ እዩ ኣመዝጊብዋ።

ምንጪ - ጎል

መደብ ጸወታ

ሎሚ

ዋንጫ ኣፍሪቃ

ማሊ - በርኪና ፋሶ 8:00 ምሸት

ሞሮኮ - ደቡብ ኣፍሪቃ 11:00 ምሸት

ፕሪመር ሊግ

ኖቲንግሃም - ኣርሰናል 10:30 ምሸት

ፋልሃም - ኤቨርተን 10:45 ምሸት

ሉቶን - ብራይተን 10:45 ምሸት

ክሪስታል ፓላስ - ሸፊልድ 11:00 ምሸት

ኣስቶን ቪላ - ኒውካስል 11:15 ምሸት

ዜና ወጻኢ

ተስፋኣለም የማነ

ኢራን፡ ‘ኣብ ቅትለት ወተሃደራት ኣመሪካ ኢድ የብለይን’ ትብል

ኢራን፡ ኣብ'ቲ ዝሓለፈ ሰንበት ኣብ ዮርዳኖስ ኣብ ዝርከብ መዓስከር ሰራዊት ኣመሪካ ዝተፈጸመ ናይ ድሮን መጥቃዕቲ - ኢድ ከምዘይብላ ገሊጻ።

እታ ሃገር ነዚ ዘፍለጠት፡ እቲ ህይወት ሰለስተ ወተሃደራት ኣመሪካ ዝቐዘፈ ልዕሊ 30 ካልኦት ዘቑሰለን መጥቃዕቲ፡ ኢራን ብእትድግፎም ጥሩፋት ዕጡቓት ጉጅለታት ከምእተፈጸመ - ፕረዚደንት ኣመሪካ ጆ ባይደን ድሕሪ ምኽሳሱ እዩ።

ኣፈኛ ሚኒስትሪ ጉዳያት ወጻኢ ኢራን ናስር ካናኣኒ ትማሊ ሰኑይ ኣብ ዝሃቦ ሓበሬታ፡ እቲ ብኣመሪካ ዝቐረበ ዘሎ ክሲ መሰረት ዘይብሉ ሓሶት ምዃኑ ድሕሪ ምጥቃሱ፡ እታ ሃገር ኣብ ሶርያን ዒራቕን እተካየዱ ዘለዉ ተደጋጋሚ መጥቃዕቲታትን ኣብ ልዕሊ ቃዛ ዝፍጸም ዘሎ ህልቂትን ደው ክብል ዘይብሉ፡ ኣብቲ ዞባ ዝርከቡ ወተሃደራታ ካብ መልሱመጥቃዕቲ ክድሕኑ ከምዘይክእሉ ኣገንዚቡ።

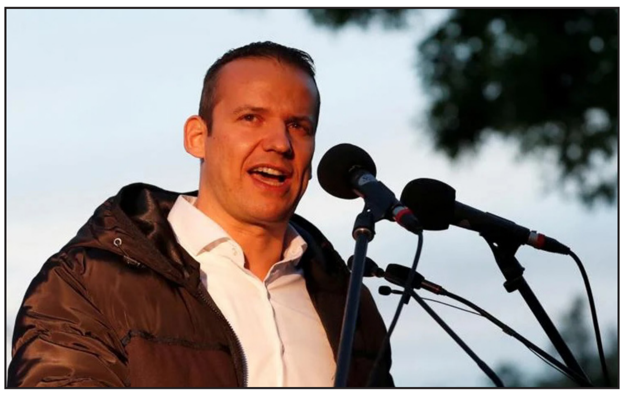
ነቲ ኣብ ማእከላይ ምብራቕ ኣብ ዝርከብ መዓስከራት ኣመሪካ ዝፍጸም ዘሎ ተደጋጋሚ መጥቃዕቲታት፡ እዮም ብኢራን ዝድገፉ ዕጡቓት ሓላፍነት ይወስዱሉ ከምዘለዉ እዩ ዝሕብር።

እዚ ከምዚ ኢሉ እንከሎ፡ ፕረዚደንት ጆ ባይደን፡ ነቲ ኣብ ጥቓ ዶብ ሶርያ ኣብ ዝርከብ መዓስከ ኣመሪካ ዝተፈጸመ መጥቃዕቲ ወተሃደራዊ ግብረ-መልሲ ክህበሉ ምዃኑ ኣጠንቂቑ።

ኩናት ቃዛ ኣብ ፈለማ ወርሒ ጥቅምቲ ካብ ዝውላዕ ንደሓር፡ ብኢራን ዝድገፉ ዕጡቓት ሚሊሻታት ኣብ ልዕሊ ኣብ ዒራቕን ሶርያን ዓስኪሮም ዝርከቡ ወተሃደራት ኣመሪካ 150 ግዜ መጥቃዕቲታት እኳ እንተፈጸሙ፡ እዚ ናይ ሰንበት መጥቃዕቲ - እቲ ዝለዓለ ሰብ ክሳራ ዘውረደሉ ፍጻሜ ኰይኑ ተመዝጊቡ ኣሎ - ብመሰረት ጸብጻባት።

ብተወሳኺ፡ ኣብ ዮርዳኖስ ኣስታት 3 ሽሕ ወተሃደራት ኣመሪካ ዓስኪሮም ከምዝርከቡ፡ እቶም ጸብጻባት ይጠቕሱ።

ኣብ መንጎ ሃንጋሪን ዩክሬንን ኩናት ክይውላዕ ተሰጊኡ



ኣብ ሃንጋሪ ሕሉፍ የማናዊ ፖለቲካዊ ሱሓሳብ ከምዘለዎ ዝንገረሉ ‘Our Homeland’ ዝተሰምየ ፖለቲካዊ ሰልፊ፡ ዩክሬን ኣብቲ ምስ ሩስያ እተካይዶ ዘላ ኩናት እንተድኣ ተሳዒራ፡ ንምዕራባዊ ግዝኣታ ኣካል ልኡላዊ ግዝኣት ሃንጋሪ ክዝበሮ ምዃኑ ኣፍሊጡ።

እቲ ሰልፊ ነዚ ዘፍለጠ ዝሓለፈ ቀዳም ንመራሕቲ ሕሉፋት የማናውያን ሰልፍታት ጀርመንን ካልኦት ሃገራትን ዓዲሙ ኣብ ዘካየዶ ዋዕላ እዩ።

ኣብቲ ዋዕላ፡ መራሒ ናይ'ቲ ሰልፊ ላስሎ ቶሮዝካይ ኣብ ዘሰምዖ መግለጺ፡ ዩክሬን ብሰንኪ'ቲ ኩናት ገለ ክፋል መሬታ ኣብ ትሕቲ ልኡላዊ ግዝኣት ሩስያ ክኣቱ እንተድኣ ክኢሉ፥ እቲ ፖለቲካዊ ሰልፊ'ውን ስልጣን ምስ ጨበጠ፡ ነቲ ኣስታት 150 ሽሕ ሃንጋርያውያን ዝዑበርሉን ልዕሊ 127 ሽሕ ትርብዒት ከሎሜተር ዝሽፍኖን ብዛ ‘ትራንስካርፓሸያ’ ዝፍለጥ ምዕራባዊ ክፋል ዩክሬን - ብሓይሊ ምስ ልኡላዊ ግዝኣት ሃንጋሪ ክጽንበሮ ምዃኑ ሓቢሩ።

ሚኒስትሪ ጉዳያት ወጻኢ ሃንጋሪ ይኹን ኣብ ከተማ ቡዳፔስት ዝመደበሩ ኣምባሲ ዩክሬን፡ ነቲ ሰልፊ ዝተዋህበ መግለጺ ኣመልኪቶም ዛጊት ዝሃብዎ ምላሽ የለን።

እንተኾነ፡ እቲ ፖለቲካዊ ሰልፊ ናብ ስልጣን እንተደየበ፡ ክልቲኦን ሃገራት ናብ ዘይደሊ ረጸሚ ከምርሓ ከምዝኽእላ ተንተንቲ ፖለቲካ ይእምቱ።

ዩክሬን፡ እቶም ኣብ ምዕራባዊ ግዝኣታ ዝነብሩ መበቆል ሃንጋሪ ዘለዎም ኣሽሓት ነበርቲ ብቛንቋኦም ከይዛረቡ ብምኽልካል፡ ማሰሉም ትግህስ ከምዘላ እያ ሃንጋሪ ብተደጋጋሚ ትኸስስ።

ሃንጋሪ ብዘይካ'ዚ፡ ዝሓለፈ ወርሒ ሕብረት ኤውሮጳ ንዩክሬን ብኣባልነት ንምሕቋፍ ዘኽእሎ ዝርርብ ምስ ሰበስልጣን ከያቫ ከይጀምር፡ ከምኡ ድማ እቲ ሕብረት ንታ ሃገር 50 ቢልዮን ዶላር ሓገዝ ክህባ ዝቐረቦ እማመ ንብየና ከምእተቓወመቶ ይዝከር።

ቢዚ ድማ - ምስ ዩክሬን ዘጽንሓ ዝምድና ናብ ዝተሓተ ደረጃ ወሪዱ ከምዘሎ፡ ነቲ ኩነታት ብቐረባ ዝከታተሉ ተዓዘብቲ የረድኡ።

ዩክሬን - ሰበ-ስልጣን ምክልኻል 40 ሚልዮን ዶላር ኣጠፋፊኦም

ሰበስልጣን ሚኒስትሪ ምክልኻል ዩክሬን፡ ምስ ሰራሕተኛታት ‘ለቪቭ ኣርሰናል’ ዝተባህለ ኣብ መፍረ-ኣጽዋር ዝዋፈር ኩባንያ'ታ ሃገር ብምምሻጥ፡ ንዕድጊ ኣጽዋር ዝተሰልዐ 40 ሚልዮን ዶላር ኣብ ጁባኦም ከምዝኣተወ፡ ኣገልግሎት ጸጥታ ዩክሬን ሓቢሩ።

ብመሰረት እቲ ኣገልግሎት ጸጥታ፡ እቲ ዝተጠፋፍአ ገንዘብ፡ ኣብቲ ምስ ሩስያ ዝገበር ዘሎ ኩናት ዝውዕል 100 ሽሕ ቦምባታት ሞርታር ንኽሽመት ተባሂሉ እዩ - በቲ መንግስቲ ተመዲቡ ነይሩ።

በቲ ገበን ዝተጠርጠሩ ሓሙሽተ ሰባት ክሲ ተመስሪትሎም ከምዘሎ፡ ሓደ ጥርጡር ድማ - ዶብ ሰጊሩ ክሃድም ኣብ ዝፈተነሉ እዋን ከምእተታሕዘ እቲ ሓበሬታ ኣመልኪቱ።

እቲ ዝተታሕዘ ጥርጡር ገበነኛ ኰይኑ ምስ ዝርከብ፡ ክሳብ 12 ዓመት ዝኣሰሮ ፍርዲ ክወሃቦ ከምዝኽእል ኮይኑ፡ እቲ ሓበሬታ ወሲኹ ይጠቅስ።

ዩክሬን ኣጽዋር ንምሻማት ዝተሰልዐ ገንዘብ ከምእተጠፋፍኣን ጥርጡራት ኣብ ትሕቲ ቀይዲ ከምዝኣተውትን ትሕብር ዘሎ፡ ናብ ሕብረት ኤውሮጳን ኔቶን ናይ ምጽንባር መስርሕ ብሰንኪ'ቲ ሳዕሪሩዋ ዘሎ ብልሽውና ንብዙሕ ዓመታት ክደናጐ ከምዝኽእል፡ ብብዙሓት ወገናት ኤውሮጳ ኣብ ዝግለጸሉ ዘሎ እዋን እዩ።

ሰሜን ኮርያ፡ ኑክሌሳዊ ቦምብ ዝጸውር ሚሳይላት ወንጪፉ

ሰሜን ኮርያ፡ ኑክሌሳዊ ቦምብ ጸዒኑ ኣሽሓት ኪሎሜተር ክጓዓዝ ዝኽእል ሓያሎ ክሩስ ሚሳይላት ንፈተነ ከምዝወንጨፈት ተሓቢሩ።

ኣገልግሎት ዜና ሰሜን ኮርያ ከምዝሓበሮ፡ እቲ ኣብ ምዕራባዊ ገማግም እታ ሃገር ካብ ዝርከብ መዓስከር ሓይሊ ባሕሪ ዝተወንጨፈ ሓያሎ ሚሳይል፡ ንኣስታት 2 ሰዓታት ድሕሪ ምብራሩ ኣብ ባሕሪ ወዲቑ።

ማዕከናት ዜና ሰሜን ኮርያ፡ ፕረዚደንት ኪም የንግ ኡን ምስ ናይ ሰራሕ ብጾቱ ብሓባር ነቲ ፈተነ እናተዓዘበ ዘርኢ ኣሳእል ከምዝዘርገሓ እውን ተፈሊጡ።

መራሒ ሰሜን ኮርያ ኪም የንግ ኡን ንመዓስከር ሓይሊ ባሕሪ ድሕሪ ምብጻሑ፡ ብዘሃቦ ተበጺሑ ዘሎ ምዕባለ ቴክኖሎጂ ከምእተሓገዘ ምግላጹ ምንጭታት እታ ሃገር ገሊጾም።

እታ ሃገር ዝሓለፈ ወርሒ'ውን ነዊሕ ዝጓዓዝ ባለስቲካዊ ሚሳይልን ኣብ ትሕተ-ባሕሪ እተጥቅዕ ሰብኣልቦ መሳርሒ (ድሮን) ምፍታና ይፍለጥ።

ሰሜን ኮርያ፡ ኑክሌሳዊ ኣጽዋር ክሽከም ዝኽእል ሚሳይል ብዕውት ምፍታና፡ ንጎረባብታ ዝኾና ደቡብ ኮርያን ጃፓንን ከቢድ ሻቕሎት ፈጢሩለን ከምዘሎ እዩ ዝዝረብ።

እቲ ዝሓለፈ ረቡዕ ሰሜን ኮርያ ዝወንጨፈቶ ስትራተጂያዊ ክሩስ ሚሳይላት፡ ኣብ ትሕቲ ባሕሪ ካብ ዝርከብ ቀዋሚ ቦታ ከምእተበገሰ፡ ኣብ መጻኢ ግን ካብ ተንቀሳቓሲት ሳብማሪን ክብገስ ከምዝኽእል ኮይኑ ከምዝምዕብልን ዝጠቕሱ ምንጭታት፡ እቲ ዝምዕብል ዘሎ ኣጽዋር እታ ሃገር ንዘጋጥመዋ ተጻብኦ ኣብ ምብዳህ ዓቢ ተራ ከምዝህልዎ ኣረጋጊጾም።

ዝሓለፈ ማክሰኞ፡ ሰሜን ኮርያ ናይ ፈለማ መርከብ ትሕተ-ባሕሪ (ሳብ ማሪን) ድሕሪ ምስራሓ፡ ኣብ ታሪኽ ምዕባለ ሓይሊ ባሕሪ ሰሜን ኮርያ ሓዳሽ መድረኽ ዝኸፈት ምዃኑ እያ ክኢላታት ዝገልጹ።

ዶናልድ ትራምፕ፡ ‘ኣመሪካ ኣብ ኔቶ ክትኣምን የብላን’ ይብል

ናይ ቀደም ፕረዚደንት ኣመሪካ ዝነበረ ዶናልድ ትራምፕ፡ ኔቶ ንኣመሪካ ካብ ዝኾነ መጥቃዕቲ ክድሕና ከምዘይክእል ብምግላጽ፡ እታ ሃገር ኣብ ልዕሊኡ እምነት ከይተሕድር ተማሕጺኑ።

እቲ ፕረዚደንት-ነበር ነዚ ዝገለጸ ዝሓለፈ ቀዳም ኣብ ከተማ ላስ ቬጋስ - ናቫዳ ናይ ዶግም ምረጹኒ ጎስጓስ ኣብ ዘካየደሉ ዝነበረ እዋን ንደገፍቱ ኣብ ዘሰምዖ መግለጺ እዩ።

ንሰልፊ ረፓብሊካን ወኪሉ ኣብ ፕረዚደንታዊ ምርጫ 2024 ክወዳደር፡ ንፕረዚደንት ጆ ባይደን ረቲዑ ክዕወትን ልዑል ተኽእሎ ከምዘለዎ ዝንገረሉ ትራምፕ ኣብ መግለጺኡ ብተወሳኺ፡ ዓንቀጽ 5 ናይ ቻርተር እቲ ወተሃደራዊ ኪዳን፡ ኣብ እዋን ሓደጋ ኣብ ባይታ ክትግበር ይኽእል'ዩ ዝብል እምነት ከምዘይብሉ ኣረጋጊጹ።

እቲ ዓንቀጽ፡ ኣብ ልዕሊ ዝኾነት ኣባል ኔቶ ዝፍጸም ወተሃደራዊ መጥቃዕቲ፡ ከም ኣብ ልዕሊ ኩለን ኣባላት'ቲ ኪዳን ዝተፈጸመ መጥቃዕቲ ተቖጺሩ ግቡእ ወተሃደራዊ ምላሽ ክወሃቦ ከምዘለዎ እዩ ዝጠቅስ።

ዶናልድ ትራምፕ፡ “ኔቶ ግዚኡ ዝሓለፈ ኪዳን'ዩ” ክብል ኣብ 2017 ኣብ ብራሰልስ - ቤልጅዩም ዝሃቦ መግለጺ እውን ኣዘራቢ ኰይኑ ከምዝነበረ ይዝከር።

ንሱ፡ ኣብ ስልጣን ኣብ ዝነበረሉ እዋን፡ ጀርመንን ካልኦት መሓዙት ኣመሪካ ዝኾና ሃገራትን ነቲ ወተሃደራዊ ኪዳን ንምሕያል እኹል ፋይናንሳዊ ወጻኢታት ይገብራ ከምዘየለዋ ብምውቃስ፡ ንኣመሪካ ካብ ኣባልነት እቲ ኪዳን ከውጽኣ ከምዝኽእል ኣጠንቂቑ ምንባሩ ይዝከር።

ትራምፕ፡ ኣብ'ቲ ዝመጽእ ሕዳር ዝካየድ ፕረዚደንታዊ ምርጫ ምስ ዝዕወት፡ ኣብ መንጎ ኣመሪካን እቲ ብኣኣ ዝምራሕ ኔቶን ዘሎ ዝምድና ኣብ ሓደጋ ክወድቕ ከምዝኽእል ብዙሓት ተንተንቲ የጠንቅቑ።

ብተወሳኺ፡ ንፖሊሲ ምምሕዳር ጆ ባይደን ኣብ ጕጅት ዩክሬን ብትሪ ዝቃወም ዶናልድ ትራምፕ፡ ደጊሙ ፕረዚደንት ኣመሪካ ኰይኑ እንተደኣ ተመሪጹ፡ ንኩናት ዩክሬን-ሩስያ ኣብ ውሽጢ 24 ሰዓታት ደው ብምባል፡ ኣብቲ ዞባ ዘላቒ ሰላም ከሰፍን ምዃኑ'ዩ ዝገልጽ ዘሎ።

ተረኛ ፋርማሲ	ዕለት	ኣድራሻ	ቁ.ስልኪ
ፋርማሲ ቅሳነት	30/01/2024	ጎደና ሓማሴን ቁ.45 ክባቢ ማይ ኣባሻውል	110911

ፋርማሲ ቁ.1 መዓልታውን ለይታውን ኣገልግሎት ትህብ   ቁ.ቴሌፎን 127565