ሓዳስ ኤርትራ

The State of ERITREA

መበል 26 ዓመት ቁ.194 | ዓርቢ 14 ሚያዝያ 2017 | ገጻት 12 ዋጋ 2.00 ናቕፋ

ገጽ 2
ኤስያ - ሰብዓ ዓመት ዘይቃለስ ከበጣታት

ገጽ 3
'ዘይጽወር ቃንዛ መላግቦ'

ገጽ 5
ሕጊ ገበናዊ ስርዓት ኤርትራ

ገጽ 8
ለወጢ ብኸመይ ይኸሰት

ገጽ 9
ተሳተፍቲ ጉንታታት ዙር ኤርትራ 2017 . . .

ኤርትራውያን ኣብ ወጻኢ ዝተፈላለየ ንጥፈታት ኣሰላሲሎም

ኣብ ኢጣልያውያን ከተማታት ሚላኖ፡ ናፖሊ፡ ፓሌርሞ፡ ካታንያን ባሪን ዝነብሩ ኤርትራውያን ዝተፈላለዩ መደባት ህዝባዊ ዲፕሎማሲ ከም ዘዐየዱ፡ ካብቲ ቦታኡ ዝበጽሓና ሓበሬታ ኣረዲኡ።

ብመሰረት'ቲ ሓበሬታ፡ ሃገራዊ ማሕበር ደቀኣንስትዮ ኤርትራ - ንኡስ ጨንፈር ሚላኖ፡ ብ2 ሚያዝያ ገባኤ ኣቃኒዑ። ኣብ'ቲ ልዕሊ 60 ኣባላት ዝተሳተፉሉ ገባኤ፡ ሓዳስ ኣካይዳት ኣካል ተመሪጹ።

እዚ ከም'ዚ'ሉ እንከሎ፡ ንኤርትራውያን ነበርቲ ከተማታት ናፖሊ፡ ፓሌርሞ፡ ካታንያን ባሪን መረዳእታኦም ኣብ ህልው ኩነታት ሃገር ንምስፋሕን ተሳትፎኦም ኣብ መደባት ልምዓት ንምድንፋዕን ዝዓለመ ህዝባዊ ሰሚናራት ተኻይዱ።

ቈንስል ኤርትራ ኣብ ኢጣልያ፡ ዶክተር ሃይለ ዑቕባዝጊ፡ ምስጠር ዕወት መኸተ ኤርትራውያን ሓድነትን ኣብ ንቕሓት ዝተመርኮሰ ውዳበን ምዃኑ፡ እዚ ክብረታት'ዚ ንምድንፋዑ ድማ ብልዑል ኣተኩሮ ምስራሕ ከም ዘድሊ ኣስሚሩሉ።

ሓላፊ ህዝባውን ኮማውን ጉዳያት፡ ኣቶ ግርማይ ሃብተሚካኤል ብወገኑ፡ ብወሃደት ህዝብን መንግስትን ዝተሰላሰሉ መደባት ልምዓትን ኩነታትን ንበሩህ መጻኢ ኤርትራ ዘኾልሉ ምዃኖም፡ ምልኣት ዓወት ናይ'ዞም መደባት ንምርግጋጽ ኩሉ ተራ ዜጋታት ክድንፍዕ ከም ዘድሊ ኣገንዚቡ።

ብኻልእ ወገን፡ እቲ ዝሓለፈ ሰሙን ኣብ ከተማ ናይሮቢ - ኬንያ ዝቐረበ፡ ብርቂ ህንጻታት ከተማ ኣስመራ ኣብ ዓለማዊ መዝገብ ወርሻ ንምስፋር ዝዓለመ ሰእላዊ ምርኢት፡ ብ7 ሚያዝያ ከም ዝቐጸለ ካብቲ ቦታ ዝበጽሓና ሓበሬታ ኣረዲኡ።

ኣብ'ቲ ዲፕሎማሲያዊ ዝተፈላለያ ሃገራት ዝተረኽቡሉ ኣጋጣሚ፡ ተሳተፍቲ ደገፎም ነቲ ንኣስመራ ኣብ ዓለማዊ መዝገብ ወርሻ ንምስፋር ዝዐየድ ዘሎ ጻዕርታት ብኽቱር ኣረጋጊጾም።

ገድገድ - ነበርቲ ሓመድን ማይን ንምዕቃብ ይነጥፉ

ኣብ ንኡስ ዞባ ሽዕብ - ነበርቲ ምምሕዳር ከባቢ ገድገድ፡ ሓመድን ማይን ንምዕቃብን ፍግረ-መሬት ንምፍዋስን ወፈራዊ ማእቶት የካይዱ ኣለዉ።

ኣማሓዳሪ ምምሕዳር ከባቢ ገድገድ፡ ኣቶ ኣሕመድ ባርያይ፡ እቲ ካብ 22 መጋቢት ጀሚሮም ዝቐጸልዎ ዘለዉ ስራሕ፡ ነቲ ዝሓለፈ ዓመት ዝፈረሰ 150 ሜትሮ ዓግም ንምጽጋን ምዃኑ ሓቢሩ።

በቲ ብኩልበት ሰብን ኣብዑርን ዞካይድዎ ዘለዉ ስራሓት፡ ዛጊት ሰለስተ ሜትሮ ቁመትን ሓሙሽተ ሜትሮ ጉድኒን ዘለዎ - ክልተ ኪሎ-ሜትር ዝንውሓቱ ዓግም ሰሪሖም ምህላዎም ድማ ወሲኹ ኣረዲኡ።

ሓረስቶት ብወገኖም፡ ኣብ ዝሓለፈ ዓመት ብእምኒ ዝሰርሕዎ ዓግም ብሰንኪ ሕጽረት ጋብዮን ስለዝፈረሰ፡ ዘካይድዎ ዘለዉ ስራሓት እውን ተመሳሳሊ ጸገም ከየጋጥሞ - ውሑስ ንምግባሩ ደገፍ ማሽነሪን ጋብዮንን ክግበረሎም ተላብዮም።

'ኣሕተምቲ ሕድሪ' ክልተ መጻሕፍቲ ኣመሪቑ

ኣሕተምቲ ሕድሪን ኣብያተ-መጽሓፍ ኣውጉትን፡ ብኣጋጣሚ ዝኽሪ 40 ዓመት ሓርነት ናቕፋ፡ "ናቕፋ'ን 'ዛንታ ውልቀ-ዝኽሪ'ን ዘርእስተን ክልተ መጻሕፍቲ ብ12 ሚያዝያ ኣመሪቑ።

ብሰለስተ ጸሓፍቲ ዝተሰናደኦት፡ ብ26 ደረስቲ ዝተጻሕፉ 39 ዛንታታትን ሓደ ትርጉም ናይ ቴሌግራም መልእኽትን ዝጠርነፈት መጽሓፍ 'ናቕፋ'፡ 696 ገጻት፡ 300 ኣሳእልን ክልተ ገጽ ካርታን ተጠቓልል።

'ዛንታ ውልቀ ዝኽሪ - ካብ ቀልዕነት ክሳብ ሓርነት ናቕፋ' ድማ፡ ኣብ ሓሙሽተ ምዕራፋት 220 ገጻት ዝሓቘፈት ኮይና፡ ብኮሎኔል ኣስረስ ኢሳቕ ዝተጻሕፈት'ያ።

ኣብ'ቲ ስነ-ስርዓት፡ ወኪል ኣሕተምቲ ሕድሪ ኣቶ ኤፍሬም ሃብተጼን፡ ረዚን ታሪኽ ከይተጻሕፈ ሰብ ውዕሎ ይሓልፉ ስለዘለዉ፡ ኻፍሲ-ወከፍ ሰብ ናይ ዝወዓሎ ዛንታ ንምስናድ እጃሙ ክበርክት ብምትሕስሳብ፡ ታሪኽ መግለጺ መንነትና ስለዝኾነ፡ ብኣፍ ምዝንታው ጥራሕ ዘይኮነ ክጽሓፍ ከም ዘድሊ ኣዘኻኺሩ።

ገምጋም መጽሓፍ 'ናቕፋ' ዘቕረበ ዶክተር ተኽስተ ፍቓዱን ኣቶ ኣማኒኤል የሲፍን፡ ታሪኽ ሓዚል ፍጻሜታት ናቕፋ፡ ሰብ ውዕሎ፡ ሰነድ ጽሑፋት፡ ጋዜጣታት፡ መጽሄታትን መጻሕፍትን ብምውካስ ከምእተዳለወት ብምጥቃስ፡ ዛንታታት ብድራማዊ መልክዕ ምቕራብ፡ ኣገዳሲ መሳጢ ከም ዝገብሮ ኣብሪሆም።

ደራሲ መጽሓፍ 'ዛንታ ውልቀ-ዝኽሪ' ኮሎኔል ኣስረስ ኢሳቕ፡ ዝወሰዶ ተበግሶ ንተመሳሳሊ ስራሕ ንምድራኽን ንምትብባዕን ምዃኑ ገሊጹ።

ምስትምቓርም ንመጽሓፍ 'ዛንታ ውልቀ ዝኽሪ' ዘቕረበ ብሪጋደር ጀነራል ተከሌ ርእሶምን መንእሰይ ኣማኒኤል ዞርያስን ድማ፡ ንተዘኮረ ሂወት ቤት-ትምህርቲ፡ ዛንታ ስውራ፡ ብጸይነት፡ ተጻዋርነትን ኣርኣያነትን ከምእተጣምር ብምግላጽ፡ ንኮሎኔል ኣስረስ፡ ነቲ ክሳብ ሓርነት ናቕፋ ኣብጺሕዎ ዘሎ ዛንታ፡ ክሳብ ሓርነት መላእ ኤርትራ ክቕጽሎ ተላብዮም።

ስ/ ሄኖክ ሞኮንን

ኣህጉራዊ ጉዳያት

ኤስያ - ሰብዓ ዓመት ዘይቀሰነ ከባቢታት

ታደሰ ተኽለ

ህንድን ፓኪስታንን ካብ 2016 ንነጀው፡ ኣብ ቤት-ማእሰርቲ ፓኪስታን ብዞዕባ ዝርከብ - 'ጃድሃቭ' ዝተባህለ ህንዳዊ ዜግነት ዘለዎ ውልቀሰብ፡ ይኻትዓ ከምዝለዋ ይፍለጥ። ፓኪስታን ነቲ ናይ ህንዲ ሰላዪ ዝበሎቶ ሰብ ብሞት ከም ዝቕጽዖ ክትሕቡር እንከሎ፡ ህንዲ ኸኣ እንተደኣ ተቐቲሉ ስለ ምቕታል ተባሂሉ ብዚይ ዝኸውን ምኽንያት ይቕተል ከምዝሎ ብምግላጽ፡ ኣብ ልዕሊ ፓኪስታን ተሪር መጠንቀቕታ ተሕልፍ ኣላ።

ህንዲ፡ እቲ ሰብኣይ ካብ ኢራን ተጨወዩ ናብ ፓኪስታን ከም እተወሰደ ክትሕቡር እንከሎ፡ ፓኪስታን ብወገና፡ ውግእ ኣብ ዝተደደሉ ግዝኣታት ፓኪስታን ከም እተረኽበ ትገልጽ። ዝምድና ክልቲኣን ሃገራት ግዱ፡ ኣብ ጉዳይ እዚ ተኣሲሩ ዘሎ ሰብኣይ ኣይኮነን ምቕሓር ዝጀመረ። ካብ ከባቢ ክፍላ ኣርባዕታት ኣትሒዙ ክሳዕ ሕጂ ዝጸንሐ ባእሲ ኣለወን። ሰለስተ ሳዕ እውን ተዋጊአን። ኣጽዋር ኑክሌራዊ ቦምብ ዝተዓጥቃ እዘን ክልተ ሃገራት፡ ተኣፋፊ ኣብ ዝኾነ ቅሳነት ኣብ ዘይብሉ ሃዋህው እየን ዝርከባ።

ባዕዳዊ መግዛእቲ ብሪጣንያ፡ ንሓወሲ ክፍለ-ኣህጉር ህንዲ ኣብ 1947 ናጽነት ሂቡ ክወጽእ ኣብ ዝተዳለወሉ ግዜ፡ ነታ ሃገር ኣብ ክልተ መቓሊ ክገድፋ ወሲኑ፡ እምነት ምስልምና ዝበዝሖ ከባቢታት፡ ካብ ህንዲ ተፈልዩ ርእሱ ክኢሉ ናጻ ሃገር ክኸውን ኣጣጢሑ፡ ለቐቐ። እምነት ሂንዱ ዝበዝሖ ዝኾነ ክፋል ህንዲ (ኢንዲያ) ክበሃል እንከሎ፡ እቲ መሰለም ዝበዝሖ ደማ ፓኪስታን ተባሂሉ ናጻ ሃገር ኮነ። ሎሚ ፓኪስታንን ሕጂ ባንግላደሽ ተባሂሉ ዝጽዋዕ ዘሎ ሸው ምብራቕ ፓኪስታንን ደማ ካብ ዓቢይ ህንዲ ተፈልዩ። ኣብ ከባቢ ሎሚ ካብ ዝነበሩ ብልኣላን ዝግሓደሩ ግዝኣታት፡ ወይ ናብ ህንዲ ወይ ናብ ፓኪስታን ክጽንበሩ ጸውዒት ቀሪቡለን። ኣብ ትሕቲ መሳፍንቲ ሂንዱ እናተመሓደረት ዝበዝሐ ህዝባ መሰለም ዝነበረ ጃሙ-ካሽሚር ከኣ ናብ ዝኾነ ወገን ከይኣበለት ጸንሐት። ምስ ፓኪስታን እውን "ኣብ ዘለናዮ" እናተባህለ ዝፍለጥ ስምምዕ ገበረት። ምስ ፓኪስታን ብዚይኻ ሃይማኖት ብባሕልትን ቋንቋን ዝተፈለየ ህዝቢ ዝነበሩ ካሽሚር እውን ናጽነት ናይ ምእዋጅ ባህግታት ከም ዝነበሩ ይግመት።

ኣብ ትሕቲ ባዕዳዊ መግዛእቲ ብሪጣንያ ንሓያሎ ኣማኢት ዓመታት ዝጸንሐ ሓወሲ ኣህጉር ህንዲ፡ ብምኽንያት ሃይማኖት ክፈላለ እንከሎ፡ ሂንዱ ኣብ ዝበዝሖ ከባቢ ዝነበሩ መሰለም ናብ ፓኪስታን ክግዕዙ። መሰለም ኣብ ዝዕብለሎ ፓኪስታን ዝነበሩ ሂንዱ - ናብ ህንዲ ክሃድሙ ከለው፡ ኣብ ታሪኽ ህዝቢ ዓለም ተራእዩ ዘይፈልጥ ብዙሓት ሚልዮን ዝቖጸር ህዝቢ ኣብ ሓጺር ግዜ ዝተንቀሳቐስሉ ተርእዮ እዩ ዝነበረ።

ተመዛበልቲ ኣብ በረኻ ክመሓላለፉ ከለው፡ ኣብ መንጎ ክልተ ሰብ ዝለዓለ ምጽርራፍ ናብ ምሕረት ኣልቦ ምቅትታል እናተባረው፡ እቲ ንዓሰርተታት ኪሎሜተራት ዝተዘርገሐ ናይ ሰደተኛታት ጉዕዞ፡ ጭካ ብዝተመልአ ናይ ዝተቐትሉ ሰድራቤታት ሬሳ የዕለቕልቕ ምንባሩ ሰነዳት የረድኡ።

ኣቡቲ ወርሓት'ቲ፡ 'ፑንቻ' ኣብ ዝተባህለ ዞባ ካሽሚር ግብሪ መንግስቲ ዘጨነቖም ሓረስቶት፡ ናዕቢ ዝተሓወሶ ሰውራ ክልዕሉ ጀሚሮም። እቲ ተቓውሞታት መልክዑ እናቐየረ ናብ ፓኪስታን ናይ ምጽንባር ድልየት ዝነበሮም ወገናት ክጥቀሙሉ ክኢሎም። ማዕረጃ (ግዚኢ) ካሽሚር ከኣ ነቲ ናይ ተቓውሞ ስልፊ ብዘተሸሰ መልሲ ሂቡሉ። ሓይልታት እቲ ልኡል ኣብ ልዕሊ ህዝቢ ከቢድ ህልቂት ብምፍጻሞም፡ ኣብታ ዞባ ዝነበሩ ህዝቢ ምስ ሰድራቤታቶም ናብ ፓኪስታን ብብዙሒ ሃዲሞም። ካብ ፓኪስታን ከኡ ኣጽዋር እናተዓጥቁ ተመሊሶም ኣብ ካሽሚር ንዝነበሩ መሰለም ዘይኮኑ ሰላማውያን ህዝብታት ጨፍጨፉ። ኣብ ካሽሚር ዝነበሩ ሰዑብቲ ሂንዱን ሲክን ደማ ናብ ህንዲ ብብዙሒ ሃዲሞም ኣተዉ። ኣብ ውሽጢ ካሽሚር ኣብ ዝነበራ ሓያሎ ዞባታት፡ ዕጥቃዊ ናዕቢ ልሒሙ ብዙሕ ህዝቢ ክግዕዝ ተገዲዱ። ኣብታ ፑንች ዝተባህለት ዞባ ዝነበሩ ዕጡቓት ድማ፡ 'ኣዛድ ካሽሚር' ዝተባህለት ናጻ መንግስቲ ኣዋጅዮም። ብመንግስቲ ካሽሚር ዝተዓጥቁ ኣመንቲ ሂንዱን ሲክን ኣብ ዞባ ጃሙ ኣብ ልዕሊ ዝነበሩ መሰለም ናይ ህልቂት ዘመተ ሰለዘልዓሉ፡ ብኣማኢት ኣሽሓት ዝቖጸር መሰለም ህዝቢ ናብ ፓኪስታን ገጹ እናሃደመ ኣትዩ።

ኣብ ዞባታት ጃሙን ፑንችን ኣብ ልዕሊ መሰለም ብዝተፈጸመ ግፍዒ ዝሓረቑ ኣብ ፓኪስታን ካብ ዝርከቡ ዓሌታት እናተዓጥቑ ሕነ ንምፍዳይ ናብ ካሽሚር ውሒዞም። ከቢድ ዕንወት ከኣ ይፍጽሙ ነበሩ።

ግዝኣት ካሽሚር ምስ ፓኪስታን ኣትያቶ ዝነበረት ናይ "ኣብ ዘለናዮ" ስምምዕ ብምጥሓሱ፡ ማለሽያ ቀቢላታት እናኣዕጠቐት ፓኪስታን ዝርገት ትፍጽም ከምዝላ ህንዲ ተቓውሞ ተሰምዐ ነይሩ። ኩነታት ካሽሚር ኣብ ከምዚ ዓይነት ህወትት እንከሎ፡ እቲ ግዚኢ ልኡል፡ ክሳዕ ረፈረንደም ህዝቢ ዝግበር ካሽሚር ኣብ ትሕቲ ህንዲ ክትጸንሕ ብምውሳን፡ ኣባል ሕብረት ህንዲ ከም እትኸውን ገይርዋ። ጥንሱ ፈ ድልየት ህዝቢ ዘይኣማልአ ምጽንባር ምዃኑ ክትገልጽ እንከላ፡ ህንዲ ግና ብምርጫ መንግስቲ ናይ'ታ ግዝኣት ዝተገብረ ምጽንባር ንሓዋሩ ቅቡል ምዃኑ እያ እትገልጽ።

ሰራዊት ህንዲ ናብ ግዝኣት ካሽሚር ኣትዩ ድማ፡ ነቶም ካብ ፓኪስታን ዝወረሩ ዕጡቓት ቀቢላታት ክሰጉጉ ይዋጋኡ ነበሩ። ፓኪስታን ብወገና፡ ነቲ ብማዕረጃ - ግዚኢ ማሳፍን ዝተገበረ ውሳኔ ውልቃዊ ብምዃኑ ከም ዘይተኣምነሉ ብምሕባር፡ ናብቲ ኣካታዊ ግዝኣት ካሽሚር ሰራዊታ ኣእተወት። እቲ ናይ 'መጀመርታ' ዝበሃል - ኣብ መንጎ ክልቲኣን ሃገራት ደማ ውግእ ተኻይዱ።

ህንድን ፓኪስታንን ኣብ ሓደ ጥሪ 1949 ምቁራጽ ተኹሲ ክገብራ እንከለዋ፡ ዝበዝሐ ግዝኣት ጃሙ ካሽሚር ኣብ ትሕቲ ህንዲ ኣትዩ። ፓኪስታን ከኣ ብዚይኻ እቲ 'ኣዛድ' ተባሂሉ ብሚለሽያ ቀቢላታት ዝተታሕዘ ካልእ ቀሊል ዘይኮነ መሬት ካሽሚር ኣብ ኢዳ ኣእተወት። ህንዲ ነቲ ብፓኪስታን ዝተታሕዘ መሬት ካሽሚር 'ብፓኪስታን ዝተጐበጠ' እናበለት ክሳዕ ሕጂ ትጽውዖ ኣላ። ካብቲ እዋን ኣትሒዙ፡ ኣብ ጉዳይ ካሽሚር ዝምልከት ኣብ መንጎ ህንድን ፓኪስታንን ዘሎ ጎንጺ፡ ብሕቡራት መንግስታት ብዙቑመ ኮሚሽን - ናጽነ ሻራ ብዘይብሉን ህዝባዊ ድምጺ ክውሰን ምዃኑ ክንገር ጸኒሑ። እንተኾነ፡ ክሳዕ ሕጂ ዝተገብረ ነገር የለን። ክሳዕ ፈለማ 60ታት ኣብ ዝነበረ ግዜ፡ ዝኾነ ፍታሕ ከይተረኽቦ ክልቲኣን ሃገራት ኣብ ዘዘዝኣ ግዝኣት ከይልድላ ድሕሪ ምጽናሕ፡ ኣብ መንጎ ህንድን ቻይናን ናይ ዶብ ግጭት ተወሊዑ። ድሕሪ ፍጻመ እቲ ውግእ፡ ልዕሊ 37 ሽሕ ትርብዒት ኪሎሜተር ግዝኣት ካሽሚር ኣብ ትሕቲ ቻይና ምእታው ጸብጺቡ ይዝከር። ቻይና ኣብ ትሕቲ ፓኪስታን ካብ ዝነበረ እውን ዝተወሰነ ግፋሓት ዘለዎ መሬት ግዝዕ ኣቢላ ከም ዘተረፈት ይግለጽ።

ቀጥታዊ ምምሕዳር ህንዲ ኣብቲ ግዝኣት እናጸንዐ፡ ጉዳይ ህዝባዊ ድምጺ እናደንጎየን እናቐሃመን ከይዱ። ኣብ ከባቢ ክፍላ 60ታት፡ ኣብ ፓኪስታን ዝተዓጥቁ ብኣሽሓት ዝቖጸሩ ሚሊሻታት ንሕዙእ ማስመር ምቁራጽ ተኹሲ እናሰገሩ፡ ናብቲ ኣብ ትሕቲ ህንዲ ዘሎ ግዝኣት ካሽሚር ሰሊኾም ኣተዉ። እዚ ተርእዮታት'ዚ ዕጥቃዊ ናዕቢ "ስርሒት ጂብራልታር" እናተባህለ ይጽዋዕ ነይሩ። ህንዲ እውን ተመሳሳሊ ስጉምቲ ክትወስድ ጀሚራ። ብርቱዕ ውግእ ክልተ ሃገራት ደማ ተወልዐ። ክልቲኣም ወገናት ሕዙእ ማስመር ምቁራጽ ተኹሲ ሰጊሮም ዓለምለኻዊ ዶብ ሃገር እውን ይጥሕሱ ምንባሮም ምንጭታት የረድኡ። ኣብ ከተማ ታሽኬንት ብመንጎኛነት ሩሲያ ብዝተገበረ ሸምጋልና ድማ፡ ምቁራጽ ተኹሲ ክገብሩን ናብ ነበር ዶብ ክምለሱን ተሰማሚዖም።

ብፓኪስታን ዝድገፉ ናይ ደባይ ተዋጋእቲ ግና፡ ንጃሙ ካሽሚር ካብ ህንዲ ናጻ ንምውጻእ ምንቅስቓስ ቀጺሎም። ህንዲ ኸኣ ካልእ ኣብቲ ከባቢ ዝፍጠር ዝነበረ ምዕባለታት ክትጥቀመሉ ጀሚራ። ኣብቲ ምብራቕ ፓኪስታን ዝበሃል - ካብ ፓኪስታን ናጻ ክወጽእ ዝደሊ ሓይሊ ይንቀሳቐስ ስለ ዝነበረ፡ ህንዲ ደገፋት ክትገብረሉ ጀሚራ። ነቲ ናይ ምንጻል ዕላማ ዝነበሮ ሓይሊ ንምድጋፍ፡ ናብ ምብራቕ ፓኪስታን ሰራዊት ኣሰገረ። ፓኪስታን ሓያል መጥቃዕቲ ፈነወት። እንተኾነ፡ ብህንዲ ተሳዒራ - ምብራቕ ፓኪስታን ብሓድሽ ስም ባንግላደሽ ተባሂላ ናጻ ወጺኣ። ማእለያ ዘይብሉ ሰላማዊ ህዝቢ ከኣ ተኸሲቲና። ኣብ 1971 ባንግላደሽ ካብ ፓኪስታን ክትፍንጨል እንከላ፡ ኣብታ ሃገር ካብ ዝነበረ ሰዓቢ ሃይማኖት ሂንዱ ኣዝዩ ብዙሕ ህዝቢ ናብ ህንዲ ብህድማ ኣትዩ።

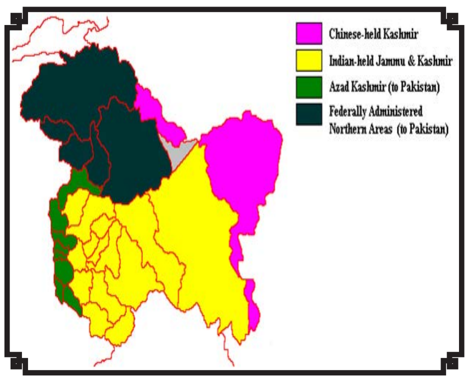
ፓኪስታን፡ ነቲ ዝተፈጥረ ምጉዝዛይ ብቐዓምነት እትሕተተሉ ህንዲ ምዃና እኳ እንተገለጸት፡ ግጭት ክሃድኣሉ ናብ ዘኽእል ስምምዕ ክትኣቱ ነይርዋ። ማስመር ምቁራጽ ተኹሲ ካሽሚር 'ማስመር ቍጽጽር' ተባሂሉ ተሰምዩ። ጉዳይ ካሽሚር ድማ ብኽልቲኣን ሃገራት ንመጻኢ ብሓባር ክረአ ብምስምማዕ ነቲ ማስመር ቍጽጽር ከኽብራ ተረዳዲኤን።

ኣብ መወዳእታ 70ታት፡ ሕብረት ሶቭየት ንኣፍጋኒስታን ወረራ ተቖጻጺራ። ኣንጻር እቲ ወራር ዝዋግኡ ሙጃሂዲን ብኣመራጽነ ፓኪስታንን እናተዓለሙን እናተዓጥቁን ይሰልፉ ነበሩ። ካብ ካሽሚርን ካብ ሓያሎ ሃገራት ዓለምን ብፍታዎም ንሃይማኖታዊ ተጋድሎ ዝዋግኡ መንእሰያት ብፓኪስታን ኣቢሎም ናብ ኣፍጋኒስታን ይኣትዉ ነይሮም። ብሃይማኖታዊ ጸውዒት ዝተኣሰሩ ተዋጋእቲ፡ ኣብ ኣፍጋኒስታን ንዝኣተወ ስርዓት ኮሙኒዝም ንምድምሳስ ጥራይ ዘይኮነስ፡ ምስ ጸውዒቶም ዘይሰማማዕ ናይ ምዕራብ ባህልታትን ስርዓታትን ንምውጋእ እውን ድሕር ዘይብሉ እናኾኑ መጽኡ። ሰራዊት ሕብረት ሶቭየት፡ ድሕሪ ዓሰርተ ዓመት ካብ ኣፍጋኒስታን ወጺኡ። ኣብኡ ዝተኣኻኸበ ናይ ሙጃሂዲን ሓይሊ ዘጥረዮ ልምድን ዝሰረቶ ዕላማን ሒዙ ድማ፡ ኣብ ሓያሎ ሃገራት ማእከላይ ምብራቕን ካሽሚርን ተዘርወ።

ህንዲ ኣብ ግንቦት 1998 ቦምብ ኑክሌር ምስ ፈተነት፡ ፓኪስታን እውን ድሕሪ ሓደት ሰሙንታት ተመሳሳሊ ፈተነ ኣካይዳ - ኣጽናፊ ኣጽዋር ከም ዘጥረያ ኣመስኪራ። ድሕሪ ዓመት ድማ፡ መግለጺ ላሆር ኣብ ዝበሃል ስምምዕ ኩሉ ሕቶ ካሽሚር ብሰላማዊ መንገዲ ክፈትሓ ከም ዘለወን ተረዳዲአን። ኣኼባ ላሆር ወዲኡ ናብ ሃገሩ ዝተመልሰ ቀዳማይ ሚኒስተር ህንዲ፡ ካሽሚር ኣካል ህንዲ ከም ዝኾነትን ሽሬፍን ንኻልእ ዘወሃብ ከምዘይብላን ገለጸ።

ድሕሪ ቍሩብ ሰሙናት፡ ካብ ፓኪስታን ዝሰለኹ ተዋጋእቲ ኣብ ጐቦታት ካርጊል ዓሪዶም ከም ዘለዉ ተረጋገጸ። ህንዲ ሰራዊት ልኢኻ ክተውጽኦም ግድን ኮነ። እንተኾነ፡ ናብ ግጭት ክልቲኣን ሃገራት ክልሕም ስለ ዝኽእል'ዩ፡ ስግኣት ውግእ ኑክሌር ስለ ዘንጸላለወ፡ እቲ ወጥሪ ብሸምጋልና ኣመራጻ ሃዲኡ። ፓኪስታን ነቶም ዕጡቓት ከም እተስሕቦም ተገይሩ።

ንህዝቢ ካሽሚር ዝተኣትወ መብጽዓ ረፈረንደም፡ ክሳዕ ሕጂ ኣይተተግበረን። እቲ ረፈረንደም እንተዝግበር፡ "ናብ ህንዲ ዶ ይሕሸካ ናብ ፓኪስታን?" ዝብል ሕቶ እዩ ምቐረበ'ሞ፡ ኣብዚ ግዜ'ዚ ዘሎ ህዝቢ ካሽሚር፡ 'ናጽነት ናፊቑ ከምዝሎ መርኣያ' ክብሉ ወሃብቲ ርእይቶ የረድኡ።



ብዘይካ ሰኑይ መዓልታዊ እትሕተም ጋዜጣ

ዋና ኣሰናዳኢ

ኣስፍሃ ተኽለማርያም

ቊ.ስ 116266/201820(2220)

ም/ ዋና ኣሰናዳኢ

ብንያም ፍስሃጽዮን

ቊ.ስ 201820(2217)

ፋክስ፡ 127749 - ቊ.ሳ.ጶ. 247

ምዝርጋሕ ጋዜጣ

ቊ.ስ. 200454-07121322

ምልክታ

ቊ.ስ. 125013 - ቊ.ሳ.ጶ. 1284

ለይ-ኣውት

ኤደን ሃብተኣብ
ሳምራዊት መለስ
በይሉል ገ/ሚካኤል
ምስጋና ተዓገስ
ኣስቴር ካሕሳይ
ሰማያዊት ሓይለኣብ

ሎሚ ኣብ ERI-TV

ሰዓት	መደብ
12:00	ካርቱን
12:30	ዜና ትግርኛ
12:50	ዋልታ
13:30	ዜና ዓረብ
13:40	ሄሎ ድባይዋ ብቐጥታ
15:30	ልዝብ መንእሰያት
16:15	ሞዛይክ
18:40	National Geographic
19:30	ኖራት
20:00	ዜና ትግረ
20:10	ቴራብ - ብቐጥታ
21:00	ዜና ትግርኛ
21:25	ዕላል ጥበባት
22:00	ዜና ዓረብ
22:10	ናፈዛ
22:30	ዜና እንግሊዝ
22:40	Film

ጥዕና

ነጋ ወልደግዮርጊስ

ምዕባለታትን ርኽበታትን ጥዕና

‘ስእነትን ሕጽረትን ድቃስ እወታዊ ጾታዊ ድሌት ብኣሉታ ይጸሉ’

ጥዑምን እኹል ሰዓታት ዝወሰደን ድቃስ፡ ኪኖ ዝሀቦ ዕረፍቲ ኣብ ምውሓስ ኣካላውን ኣእምሮኣውን ጥዕና ወሳኒ ምዃኑ ይግለጽ ኢዩ። ኣብዚ ቀረባ ሳምንታት ዝተዘርገሐ ጥዕናዊ ዜና ከም ዝሓበሮ፡ ልዋም ዘይሰለ ድቃስ ሰይቲ፡ ጾታዊ ድሌትን ርወየትን ከም ዘርኽብ ሊቃውንቲ ኣብ ዘካየድዎ ምርምር ዳህሳሰን ኣረጋጊጾምዎ ኣለው። ስእነትን ሕጽረትን ድቃስ፡ ምስ ድሕረ-ወርሓዊ ብትኻት (Menopause)ን ጾታዊ ዕግበትን ምትእስሳር ኣለዎ ደዩ የብሉን ሊቃውንቲ ዳህሳስ ኣካይዶም ኣለው። ኣብ ሞንጎ 50 ክሳብ 70 ዓመት ዝርከባ 93,000 ደቂ-ኣንስትዮ ዝተገበረ ዳህሳስ፡ ኩነት ድቃስ፡ ጽገም ድቃስ፡ ጾታዊ ንጥፈታትን ዕግበትን እተን ዝተረፋ 31 ሚእታዊት ድማ ምልክታ ስእነት ድቃስ ከም ዝበረን ሓቢረን። እተን ስእነት ድቃስ ዘለወን ወይ ትሕቲ ሓሙሽተ ሰዓታት ኣብ ለይቲ ዝድቅሳ፡ ካብተን ካብ ሸውዓተ ክሳብ ሸሞንተ ሰዓታት ወይ ድማ ጨሪሰን ስእነት ድቃስ ዘይብለን ክነጻጸራ ከለዋ፡ ትሑት ጾታዊ ዕግበት ከም ዝበረን ኣረጋጊጸን ኣለዋ። ገለ ገለ ሊቃውንቲ፡ ኑቲ ዝተኻየደ መጽናዕቲ፡ ዝጕደለ ረቛሒታት ኣለዎ በሃልቲ ኢዮም። ንኣብነት ኣብቲ ዝተዳለወ መሕትት ሓፈሻዊ ኩነታት ጥዕና እታ ኣደ፡ ምልክታት ብትኻት ጽግያት፡ ዕድመ፡ እዋናዊ እትወስዶ መድሃኒት፡ መተካእታ ሆርሞናዊ መድሃኒት (HRT)ን ካልእን ኣየጎተተን ክብሉ ዝበል መሕትት ከምዝቐረበለን፡ እተን ሓሙሽተ ወይ ሒደት ሰዓታት ኣብ ለይቲ ዝድቅሳ ትሑት ጾታዊ ዕግበት ከም ዝበረን ተናዚዘን። ካብተን ንመጽናዕቲ ዝቐረባ ደቂ-ኣንስትዮ ዝላዓለ ጾታዊ ዕግበት ዝበረን - እተን ምርዕዋት ወይ ምስ መጻምደን ጥቡቕ ርክብ ዝበረን ኮይነን፡ እተን ብዙይ መጻምድቲ ዝነብራን ትሕቲ ካብ ሸውዓተ ክሳብ ሸሞንተ ሰዓታት ዝድቅሳን፡ ኣብ ጾታዊ ሂወተንን ንጡፋት እንተኾና፡ ኣብ ዕግበት ግን ትሑት ምዃኑ ሓቢረን ኣለዋ።

ኑቲ ዳህሳሰን ምርምርን ዘካየዳ ትካላት፡ ማዮ ክሊኒክ፡ ዩኒቨርሲቲታት ሃርቫርድ፡ ኦሃዮ፡ ጆርጅታውን፡ ስቶንይብሩክ፡ ቴክሳስ፡ ካሊፎርንያን ቤት-ትምህርቲ ሕክምና ዌክፎረስትን ካልኦት ኮይነን፡ ብሃገራዊ ትካል ጥዕና ተመዊሉ ብመጽሄት Peer Reviewed Journal Menepause ተዘርጊሑ ይርከብ። ብመሰረት ዝተረኽበ ወጽኢት፡ ካብተን 93,000 ደቂ-ኣንስትዮ ልዕሊ ፍርቀን (52 ሚእታዊት) ኣብ ዝሓለፉ ዓመታት ምስ መጻምደን ጾታዊ ንጥፈታት ከምዝበረ፡ 57 ሚእታዊት ድማ ኣብ ቀረባ መዓልታት ውሑድ ወይ ትሑት ጾታዊ ዕግበት ከም ዝበረን ሞጎተኦም የቕርቡ። ኣብ ዳሕረዋይ ዕድመ ደቂ-ኣንስትዮ ዘይዕግበት ጾታዊ ሂወት ብልክዕ ስእነት ድቃስ ደዩ ወይስ ኣይኮነን ክትድምድም ኣሸጋሪ ኢዩ በሃልቲ ድማ ኢየም እቶም ተቓወምቲ። እቶም ተቓወምቲ ሊቃውንቲ ሞጎተኦም ከራጉዱ ከለው፡ ስእነት ድቃስ ንጾታዊ ዕግበት ጓል-ኣንስተይቲ እንተጸለዎ ‘ዘርም ኣይኮነን’ በሃልቲ ኢየም። ምኽንያቱ ስእነት ድቃስ ንጓል-ኣንስተይቲ ይኹን ወዲ ተባዕታይ ኣብ ኩሉ ህይወት፡ እንተላይ ኣብ ጾታዊ ንጥፈታት ወሳንን ኣጕዳስን ምዃኑ ብዙሕ ከም ዘዋገርሞም ኣስሚሮምሉ ኣለው። ደይሊ ቴለግራፍ ብወገኑ፡ ኑቲ ዝቐረበ ዳህሳስ ‘ተሰፋ ዘቑርጹ መጻምድትን መጻምድትኻ ደኺማ ከላ ጾታዊ ንጥፈታት ምፍጻምን ንባዕሉ ከም ኣሉታዊ ረቛሒ ክለዓል ነይርዎ ክትብል ትምጉት። ኣብ መደምደምታ ግን እቲ ብዙተፈላለዩ ትካላት ዝተኻየደ ዳህሳሰን መጽናዕትን ሕጽረት ይኹን ስእነት ድቃስ ኣብ ጾታዊ ድሌትን ዕግበትን ጥራይ ዘይኮነ ኣብ ሓፈሻዊ ኩነት ጥዕና ሃሳዪ ምዃኑ የገንዝብ።

ምንጪ፦ Mail online

ሕማም ራሕ

‘ዘይጽወር ቃንዛ መላግቦ’

ሕማም ራሕ፡ ካብ ዓይነታት ቅርጥማት መላግቦ ሓደ ኮይኑ፡ ኣብ ውሽጥን ከቢብን መላግቦ ክሪስታል ወይ ዩሪክ ኣሲድ ዝተባህለ ጭኢታ ክእከብ ከሎ ዝስዕብ ሕማም ኢዩ። ራሕ ሃንደበታዊን ኣቓንዛውን ሕማም ኮይኑ፡ ሕበጥ ዘኸትል ዘይጽወር ኣሳቓዪ ተርእዮ ኢዩ። ሕማም ራሕ መብዝሕትኡ ግዜ ልዕሊ 30 ዓመት ዝዕድሚኦም ደቂ-ተባዕትዮን ኣብ ደረጃ ብትኻት ወይ ንጽፈት ጽግያት (Menopause) ዝርከባ ደቂ-ኣንስትዮን የጥቅዕ። ብሓፈሻዊ መግለጺ ግን ሕማም ራሕ፡ ካብ ደቂ-ኣንስትዮ ንላዕሊ ንደቂ-ተባዕትዮ ከም ዘጥቅዕ ሓካይምን ዝተፈላለዩ ሕክምናዊ መጽሓፍትን ሓቢሬታኦም የካፍሉ።

ምልክታት ሕማም ራሕ

ሕማም ራሕ ንዝኾነ መላግቦ ኣካላት ዘጥቅዕ'ኳ እንተኾነ፡ ብፍሉይ ግን ኣብ መላግቦ ዓንኮር-ዓንካሪት፡ ብርኪ፡ ኣጻብዕቲ ኢድን እግርን የጥቅዕ። ብራሕ ዝስዕብ ቃንዛ ብርቱዕን ሃንደበታውን ኮይኑ፡ ንሓደ ወይ ካብ ክልተ ንላዕሊ መላግቦ ብፍላይ ድማ ንኣጻብዕቲ ዓባይ ዓባይቶ የጥቅዕ። ካብ ቀንዲ ምልክታቱ፦

1) ብርቱዕ ቃንዛ ኣብ ሓደ ወይ ካብ ሓደ ንላዕሊ መላግቦ።

2) ቃንዛ ዘለዎ መላግቦ ነድርን ምቑትን ይገብር።

3) ሕበጥ ኣብ መላግቦን ከባቢኡን።

4) ብራሕ ዝተጠቕዐ መላግቦን ከቢብን ይቕይሕን ብልጭልጭ ይብልን። ሕበጥ ምስ ጐደለ ሰሓ ይገብርን ይቕረፍን። ብሕማም ራሕ ዝመጸእ ቃንዛ ኣመና ኣቓንዛዊ ካብ ምዃኑ ዝተላዕለ፡ ኣብቲ ቃንዛ ወይ ሕበጥ ዘለዎ መላግቦ፡ እቲ ዝፈኸሰ ከብርታ እኳ እንተተንኪፍዎ ግዳይ ከቢድ ቃንዛ እዩ ዝወርድ።

ሕማም ራሕ ንኣየናይ ክፋል ኣካል ዝያዳ የጥቅዕ?

1) ኣጻብዕቲ ብፍላይ ዓባይ ዓባይቶ።

2) ማእከላይ ዝባን እግሪ (መእሰሪ ጫማ ወይ ሳቑ ዝሓልፎ)።

3) ዓንኮር-ዓንካሪት።

4) ኣብራኽ።

5) ጉማጦን ኩርናዕን ኢድ።

ቃንዛ ሕማም ራሕ መዓስ ደለዓልን የጥቅዕን?

ሓደ ብቃንዛ ሕማም ራሕ ዝተጠቕዐ ሰብ፡ ሕማሙ ብኢጋኡ እንተዘይፈዊሱ ኣብ ሓደ መላግቦ ዝበረ መጥቃዕቲ ናብ ብዙሓት ሰጊሩ ንነውሕ ዝበለ ግዜ ክሳቐዮ ይኽእል። ብሓፈሻዊ መግለጺ፡ ቃንዛ ራሕ ኣብ ዝኾነ ሰዓት ዝመጽእ እኳ እንተኾነ፡ መብዝሕትኡ ግዜ ግን ኣብ ለይቲ ከም ዝመጽእ ሓካይምን ሕክምናዊ መጽሓፍትን ይሕብሩ። ቃንዛ ሓንሳብ ምስ ጀመረ ኣብ ውሽጢ ሒደት ሰዓታት ብቕልጡፍ ይምዕበል። ቃንዛ ካብ ሰለስተ ክሳብ ዓሰርተ መዓልታት ጸኒሑ ባዕሉ ዝግ ይብል። እዚ ማለት ግን፡ ግዳይ ካብቲ ሕማም ምሉእ ብምሉእ ናጻ ኮይኑ ማለት ኣይኮነን። ምኽንያቱ ቃንዛ ዝሃድእ ባህሪ ናይቲ ሕማም ኮይኑ ደኣ'ምበር፡ ግቡእ ፍወሳ ተገይርሉ ከም ዘይኮነ ምስትብሃል ኣገዳሲ ኢዩ። ግቡእ ፍወሳ ዘይረኸበ ሕማም ራሕ፡ ኣብ ኣፍሲ-ወከፍ ወርሒ ወይ ዓመት እናተመላለሰ ንግዳይ ብቃንዛ ከሸግሮ ይኽእል። ዘኽፍአ መልክዑ ድማ፡ ግቡእ ፍወሳ ዘይተገብረሉ ሕማም ራሕ፡ ምስ ግዜ ተደጋጋሚ እናኾነ ብዝተፈለየ መልክዑ ይመጽእ።

ንሕማም ራሕ ዘጋድዱ እንታይ እንታይ ኢየም?

1) ምኽራሹ ልዑል ጸቕጢ ደምን ሕማም ሽኮርያን።

2) ሕማም ኩላሊት።

3) ዓይነት መግብታት - ከም ቀይሕ ስጋ፡ ዛንጣ መዓንጣ፡ ዓሳታት።

4) ብብዝሒ በራን ካልእ ኣልኮላዊ መስተን ምዝውታር።

5) ብሕማም ራሕ ምስ ዝሓመመ ሰብ ዝምድና ምስ ዝህሉ።

ፍወሳ

ኣብ ላዕሊ ተዘርዚሮም ዘለዉ ምልክታት፡ ክስተት ሕማም ራሕ ደዮም ኣይኮኑን ንምርግጋጽ፡ ናብ ትካል ጥዕና ወይ ሓኪም ቀሪብካ ሕማምካ ምርግጋጽ ብቑዓትን ክየገር ዘለዎ ሜላ ሕክምና ኢዩ። ብፍላይ ግን እዞም ዝስዕቡ ምልክታት ኣብ መላግቦታት እንተማዕቢሎም ተቐላጢፍካ ናብ ሕክምና ምኻድ ወዓል-ሕደር ዘድልዮ ጉዳይ ኣይኮነን።

1. ብርቱዕ እናበኣሰ ዝኸይድን ሕበጥ ዝገበረን ቃንዛ እንተልዩ።

2. መጠን ምቑት ሰብነት (38°c) ምስ ዝኸውን፡ ምልክት ረኽሲ ክኸውን ስለዝኽእል፡ ብእዋኑ ናብ ሕክምና ብምኻድ ቅልጡፍ ፍወሳ ምንዳይ።

ሓደገኛ ሳዕቤን ሕማም ራሕ እንታይ ኢዩ?

ብኢጋን ግቡእ ፍወሳን ዘይረኸበ ሕማም ራሕ፡ ናብ ካልኦት ሳዕቤናት ክምዕብል ከምዝኽእል ሕብረተሰብና ክፈልጦን ክጥንቀቐሉን ይግባእ። ዘይተፈወሰ ሕማም ራሕ ናብ ጸጸር ኩላሊት፡ ብሰንኪ ውህሉል ዩሪክ ኣሲድ ንእሽቶ ተረር ሕበጥ ኣብ ቁርበትን ኣካላት ዕንወት ኣብ መላግቦ ኣካላትን ይስዕብ። ዝኾነ ሰብ፡ ዕድሚኡ ልዕሊ 30 ዓመት እንተኾይኑ፡ ኣብ ብትኻት ጽግያት ዝኣተወት ጓል-ኣንስተይቲ ድማ ዝኾነ ምልክታት ቃንዛ ኣብ መላግቦ ምስ ዝስመዖም፡ ኣብ ቀረባኦም ናብ ዝርከብ ትካል ጥዕና ብምቕራብ ሓፈሻዊ ተፍትሽ ክገብሩ የመዓዱ።

ሕማም ኣውደ-ኣመት

ንሎሚ፡ ብዜለፎን ካብ ዝተቐበልክወን ሕቶታት ጥዕና፡ ንሓንቲ ክምልሰየ። ሓታቲ መንእሰይ ኤፍሬም ተሰፋጋብር ይበሃል። ሓታቲ ወትሩ ኣብ ግዜ ኣውደ-ኣመት ብፍላይ ድማ ድሕሪ ጾም ኣርባዓ (ጽባሕ ፋሲካ) ዘለዋ መዓልታት፡ ብቕርጸትን ወጽኣትን ለለው ክብል ከም ዝቐኒ ሓቲቱ ኣሎ። ንሕቶ ኤፍሬም እምብኣር፡ ብኸምዚ ዝስዕብ እምልሰሉ። ድሕሪ ጽባሕ ሰንበት ጾመ ልጓም፡ ጾም ኣርብዓ ዝፍተሓሉ ሃይማኖታዊ ኣውደ-ኣመት በዓለፋሲካ ኢዩ። ወትሩ ሃይማኖታውያንን ባህላውያንን ኣውደ-ኣመታት ኣብ ዝበዓለሉ፡ ኪኖ ሓጎሰን ደስ ደሰን ኣብ ጥዕና ክረኣዩ ዝኽእሉ ኣሉታውያን ክስተታት ድማ ኣለው። ቅርጸት፡ ተምላስ፡ ወጽኣትን ዘይምችኡነትን ምጥቃስ ይከኣል። ስለዚ ኣብ ግዜ በዓል ብፍላይ ድሕሪ ምስዓር ጾም፡ እቲ ንልዕሊ ክልተ ኣዋርሕ ብውሱናት ናይ ጾም መግብታት ተደሪቱ ዝጸንሐ ተግባር ከስዐ (መዓናጡ)፡ ድሕሪ ጾም ንክም ጠስሚ፡ ስጋ፡ እንቋቑሖን ካልኦት ናይ ብልዖት መግብታትን ተቐቢሉ መስርሕ ምሕቃቕ ንኸካይድ ተጻዋርነት ይስእን። ከስዐ፡ ኑቶም ናይ ስዕረት መግብታት ምጽዋር ስኢኑ ንመስርሕ ምሕቃቕ መግቢ ከምቲ ንቡር ስለዘየቀላጥፎ፡ ከም ግብረ-መልሲ ቅርጸት፡ ተምላስን ወጽኣትን ኣኸቲሉ ንግዳይ ክሳብ ናብ ሆስፒታል ዝጸሕን ዓራት ከምዝሕዝዝን ይገብሮ። እቲ ሳይንሳዊ ሓቂ ከምዚ ተገሊጹ ዘሎ ኮይኑ፡ እቶም ቀንዲ ጠንቅታት ግን፦

1. ሓደ ሰብ ንክልተ ወርሒ መመላእታ ኣብ ጾም እንተጸኒሑ፡ ኣብ ግዜ ኣውደ-ኣመት ኑቶም ናይ ብልዖት መግብታት ተጠንቂቑ ክወስዶም ይግባእ። ኑቶም ናይ ብልዖት መግብታት ብዓይኒ ህርፍርፊትን ሰሰዐን ካብ ዓቕምኻ ንላዕሊ ምስኣድ ግን፡ ጠንቂ ንሕማም ኣውደ-ኣመት ኮይኑ ይቐርብ። ከስዐ ኑቲ ካብ ዓቕን ንላዕሊ ዝተቐበሎ መግቢ ከሕቅቕ ብብዝሒ ኣሲድ ከም ዘምንጩ ይገብር። እንተኾነ፡ ከስዐ ዝመጾ ጸቕጢ ምጽዋር ስለዘይኽእል፡ ንዝበጠሶ ሓደጋ ከቃልል ክብል (መስርሕ ተፈጥሮ ኢዩ) ንላዕሊ ክብል ይጅምር። ከም ግብረ-መልሲ ድማ ተምላስ ይስዕብ።

2. ኣብ መዓልታት ኣውደ-ኣመት ዝቐርቡ መግብታት ሽኮራውያንን ስብሒ ዝጠዝሑምን ኢየም። ስብሒ ብባህርኡ ቀሰይ ኢሉ መስርሕ ምሕቃቕ ዝጅምር ከም ምዃኑ መጠን ምስ ሽኮራውያን መግብታት ከም ልስሉስ መስተ፡ ቸኮላታ፡ ቡንን ኣልኮላዊ መስተን ተደሚሩ ዘይምችኡነት ኣብ ከስዐ ይፈጥር። ዘይምችኡነት ከስዐ፡ ተምላስ፡ ቅርጸትን ደርቀትን የኸትል። ስለዚ፡ ኣብ ግዜ ኣውደ-ኣመት መግብታት ምትሕውዋስ ማዕዙ ከቢድ ስለዝኾነ ዝተቐረበልካ ምግዳጥ ጽቡቕ ኣይኮነን።

3. ኣብ ግዜ በዓላት ወጥሪ ንምፍኳስ ተባሂሉ ዝወሰዱ መግብታትን መስተን፡ ጠንቂ ሕማም ኣውደ-ኣመት ምዃኖም ምጥንቃቕ የድሊ። ምኽንያቱ ገለ ገለ ሰባት ምስ ቤተሰቦም፡ መቕርቦምን ሓዳሮምን ዝበሮም ወጥርን ዘይምርድዳእን ንምቕላልን ምድባስን ኢሎም፡ ኣብ ግዜ ኣውደ-ኣመት ክሳብ ዓንቀሮም ክምገቡን ክሰትዩን ይረኣዩ። ከምዚ ዓይነት ባህርን ልምድን ዘለዎም ሰባት፡ ሸገራቶም ኣብ ከንዲ ጸሩይ ማይ ሰትዮም ብዘቐለለ ሜላ ክፈትሕዎ ዝወሰኑ፡ ንኣውደ-ኣመት ጉልባብ ገይሮም ኣብ ነብሶም ጉድኣት ከውርዱ ይረኣዩ። ከም ሳዕቤኑ ኣብ መዓልቲ ኣውደ-ኣመት ወጥሪ ክፈትሑ ኢሎም ዝሰተይዎ መስተን ዝበልዕዎ መግቢን ድማ ኣብ ነብሶም ቤተሰቦምን ካልእ ዘይተሓሰበ ወጥሪ ኣንጊሶም መዓልቶም ደፊኣማ ይውዕሉ።

4. ጥዕናኦም ዘይተረጋገጹ ደርሁ፡ ከብቲ፡ ጤለ በጊዕን እንተኾኑ ካብ ጠንቅታት ሕማም ኣውደኣመት ምዃኖም ሕጂ'ውን ሕብረተሰብና ክጥንቀቐሉ ይግባእ። ንስለ ኣውደኣመት ‘ግድን ደም ክፈስስ ኣለዎ’ ዝበል ጸኒሕ ልምዲ ተጠቒምካ፡ ብሕሱርን ሃታሃታን ዝሓመማ እንስሳ ማሕረዲ ኑቲትካ ንዞባኻ ምውሳድን ምብላዕን ሓደገኛ ምዃኑ ክፍለጥ ይግባእ። ኣብ መዓልቲ ኣውደኣመት ክትሕገስ ዝሓሰብካዮ ባዕልኻ ብዘምጻእካዮ ሕሙም ማሕረድ፡ ስድራ ምልእቲ ኣብ ትካል ጥዕና ተኻል መዓልቲ ተሕልፍ።

ስለዚ፡ ኣብ ግዜ ኣውደኣመት ብፍላይ እቶም ኣብ ጾም ዝሓገዩ ሰባት (ከም በዓል ኤፍሬም) ድሕሪ ጽባሕ ሰንበት ኣብ ክንዲ ተቐዳዲሞም ኑቶም ናይ ብልዖት መግቢ ጥራይ ዝወስዱ፡ እዚ ዝስዕብ ክተግብሩ ይመዓዱ።

1) ንመፍትሒ ጾመ ልጓም ከይበዝሐ ካብ ናይ ብልዖት ንእሽቶ መግቢ ምውሳድ።

2) ትሕዝቶ ጽሑኅ ዘለዎም መግብታት፡ ከም ጥጥቖ፡ ኣሕምልቲ፡ ፍረታት ምውሳድ።

3) ኣልኮላዊ መስተ ብመሰረቱ ምውጋድ።

4) ከም ቡንን ልስሉስ መስተን ብብዝሒ ጋዛዊ ትሕዝቶ ስለዘለዎም፡ ንመንፋሕትን ምድንጓይ መስርሕ ምሕቃቕ መግብን ስለዘቃልዑ ብኣገዱ ትሑት ዓቐን ምውሳዶም። ኤፍሬምን ካልኦት ብሕማም ኣውደ-ኣመት ትሽገሩ ሰባትን፡ ብምኽንያት ኣወደ-ኣመት ዝሃብኩኹም ምኽሪ ተጠቀምቲ ክትኮኑ ተስፋ ንገብር። ርሑስ በዓለ ፋሲካ!!

እቲ ስግንጢር ጸሓፊ

ሃይለ ዳኒኤል

ካብ ዕለታት ሓደ መዓልቲ፡ ሓደ ዘኽታም ቈልዓ ምስ ሓትኒታቱ ንኽነብር ተሰደደ። እተን ኣሕዋት ኖቲ ምስኪን ቈልዓ ኣብ ክንዲ ዘጸናንዓኦን ዘሕብሕብኦን፡ እናሃረማ፡ እናጨነቓኦን ብጥሙይ ከብዱ እናገደፋኦ እየን ዘዕብያኦ ዝነበራ። ኣብ መወዳእታ ግን እቲ ቘልዓ ቅድሚ ካብ ኣድ እተን ኣሕዋት ምህዳሙ፡ ኣብ ልዕሊኦን ሕነኡ ክፈድን ናብ ዝበለጸ ብሩህ መጻኢ ዘለዎ ህይወት ክሰጋገርን በቕዐ። እዛ ዛንታ ንቘልዑ ተባዚላ እተደርሰት እያ እንተዝበልኩም ምገረመኩምዶ? እቲ ቘልዓ ዘምልጠሉ እንስሳ ሃሳስ ዝሕብሩ ኣዝዩ ግዚፍ ጽውዋያዊ እንስሳ እዩ እንተበልኩኹም'ከ ምኣመንኩሙኒዶ? እዛ ዛንታ ብ'ጀይምስ ኤንድ ዘ ጃየንት ፒች' ዘርእስታ ብሮልድ ዳህል እተደርሰት ካብቲ ብብዙሒ ዝተሸጣ ናይ ቈልዑ መጽሓፍ እያ።

ሮልድ ዳህል ብ13 ታሕሳስ 1916 ካብ ኖርወይ ዝተሰደዱ ስድራ ኣብ ሓንቲ ካብ ግዝኣታት ዓባይ ብሪጣንያ ዝኾነት ዌልስ ተወሊዱ። ንሱ ገና ወዲ ሰለስተ ዓመት እንከሎ ኣስትሪ እተባህለት ጓል ሸውዓተ ዓመት ሓፍቱ ብ'ኣፐንዲሳይቲስ' ዝበሃል ሕማም ክትመውት እንከላ፡ ኣቦኡ ብኒሞንያ ተጠቒዑ ድሕሪ ወርሒ ኣሰር ጓሉ ሰዓበ። ገለ ተንተንቲ ከም ዝገልጽዎ፡ ዳህል ኣብ ንኡስ ዕድመኡ ክልተ ካብ ኣባላት ስድራኡ ብምኽሳሩ ጠንቂ ናይቲ ኣዝዩ ዘርዕድ ድርሰታቱ ክኸውን ከም ዘኽእል ይጠቕሱ።

ንሱ ቅድሚ ናብ ድርሰት ዓለም ምእታዉ፡ ኣብ ካልኣይ ኩናት ዓለም ከም ፓይለት ኣፉራት ውግእ ብምዃን ምስ 'ሮያል ኣየር-ፎርስ' ተኸትበ። ኣብ ኬንያን ዒራቕን ናይ ኣፉራት ስልጠና ድሕሪ ምውሳድ፡ ኣብ ሰሜን ኣፍሪቃ ከም ፓይለት ኮይኑ ተመደበ። ክሳብ ኣብ ምድረበዳ ሊብያ ናይ ምውዳቕ ሓደጋ ዘጋጥሞ ድማ ኣገልገለ። ብድሕሪ'ዚ፡ በቲ ዘጋጠሞ ማህረምቲ ካልኣይ ግዜ ኣፉራት ከብርር ከም ዘይክእልን ናብ ናይ ፕሮፓጋንዳ ስራሓት ክወሃብ ምኽኑን ተሓበሮ።

ኣብ 1942 ሲ.ኤስ. ፎረስተር እተባህለ ኣብ 'ዘ ሳተርደይ ኢቨኒንግ ፖስት' ጽሑፋቱ ዘበርክት ዝነበረ ደራሲ፡ ንዳህል ብዛዕባ ኣብ ሰሜን ኣፍሪቃ ዘሕለፎ ተመክሮ ብዝርዝር ኣብ ወረቐት ኣስፊሩ ክሰደሉ ሓተቶ። ዳህል ካብ ትጽቢት ፎረስተር ወጻኢ ኣብ ክንዲ ጾብጻብ፡ ብዛንታ መልክዕ ኖቲ ዘሕለፎ ጽሒፉ ሰደደሉ። ከም ውጽኢቱ 900 ዶላር ጉንዖ ተኸፈሎ።

ዳህል በቲ ዝረኸቦ ግብረመልሲ ተተባቢዑ ኣብ 1943፡ 'ዘ ግረምሊንስ' እትብል ብዛዕባ ሓደ ግረምሊን እተባህለ ልቢ-ወለዳዊ (ጽውጽዋያዊ) ፍጡር ኣብ ሓይሊ ኣየር ብሪጣንያ (Royal Air Force) እተዘንቱ ኖቨል ኣሕተመ። ንሱ ሓይሉ ዝያዳ ናብ ዓበይቲ ሰባት ዘድሃበ ሓጸርቲ ዛንታታት ብምጽሓፍ ናብ ጋዜጣታትን መጽሄታትን ምስዳድ ኣየቋረጸን። ኣብ 1946 ድማ ኣብ ሓደ ብምጥርናፍ ብመጽሓፍ መልክዕ ኣሕተሞ።

ኣብ 1953 ምስ ፓትሪሽያ ኣኒል እተባህለት ኣመራጋዊት ተዋሳኢት ኣብ ከተማ ኒው-ዮርክ ተመርዓወ። ሓሙሽተ ቈልዑ ድማ ወለዱ።

ብንእሽቶኡ እንከሎ ኣደኡ ዓመት መጸ ናብ መበቆል ዓዱ ኖርወይ ክበጽሕ ምስኣ ትወስዶ ምንባራ ዳህል ኣብ ዘኪዮዶም ዝነበረ ቃለ-መጠይቓት ዝጠቐሶ ዝነበረ እዩ። ብዛዕባ ጠንቀልትን ዝዘምሩ ፍጥረታት (Trolls)ን ዘዘንቱ ጽውጽዋያት ስካንዲነቪያውያን ተዘንትወሉ ምንባራ እውን ይውስኽ።

ዳህል 'ጀይምስ ኤንድ ዘ ጃየንት ፒች' ካብቲ ንደቁ ዘዘንትወለን ዝነበረ ዛንታታት ተሞርኲሱ እዩ ደሪስዎ። ኣብቲ እዋን ንሱ ንዓበይቲ ሰባት ዝኸውን ዝተጠናነገ ዛንታ ዘለዎ፡ ዘሰሓሕሕን ኣዝዩ ዘፍርሕን ሓጸርቲ ዛንታታት ኣብ ከም በዓል 'ዘ ኒውዮርከር'፡ 'ፕለይቦይን' ዝኣመሰላ ዓበይቲ መጽሔታት ብምጽሓፍ ደሓን ዝኸውን ህቡብነት ኣጥርዩ ነበረ። 'ጀይምስ ኤንድ ዘ ጃየንት ፒች' ንዳህል እታ ቀዳመይቲ ንቈልዑ ኢሉ ዝጸሓፋ ድርሰቱ እያ። እንተኾነ እታ መጽሓፍ ንበዙሓት ዓበይቲ ኣንበብቲ ከይተረፈ ዘባህረረት ጥራይ ዘይኮነት፡ ብበዙሓት ሃያስቲ እውን "ፈላለይቲ፡ ሸምጣጢትን ጽያፍን (ርኽስትን) ድርሰት" ብምባል ኣዋረዱዋ።

ዋላ'ኳ እታ መጽሓፍ ኣብ 1961 ኣብ ኣመሪካ ትቕላቐል እምበር፡ ኣብ ዓዲ እንግሊዝ ኣሕታሚ ንክረኽቦ ክሳብ 1967 ክጽበዩ እዩ ተገዲዱ። እዚ እውን ብዘይ ዋጋ ኣይነበረን፡ ምኽንያቱ ንፍርቂ ሕታም ናይታ መጽሓፍ ባዕሉ ክሸፍና ስለ ዝተሰማምዐ'ዩ።

ብድሕሪ'ዚ ዳህል ንቈልዑ ኢሉ ዘዳለወን፡ ብሰሰዐን መንፋሕትን እናተተከሰ፡ ኣንስቲ ንሱብኡተን ለመምትን ሓሳኹን እናመሰሰ ንኣሸቱ ብዮርሞሽሻት (ንገዓት) እናተበልዑን ብጠንቋሊት ተታሒዞም ድማ ናብ ኣንጭዋን ካልኦት ዓይነት እንስሳታትን ዝቕየሩ፡ 15 ዛንታታት ደረሰ። ገለ ካብኣተን ናብ ፊልም ተራዒመን ኣብ ሲነማታት እተራእያ፡ 'ፋንታስቲክ ሚስተር ፎክስ'፡ 'ዘ በኤፍጂ'፡ 'ማቲልዳ'፡ 'ቻርሊ ኤንድ ዘ ቾኮላት ፋክቶሪ' ካልኦትን ይርከባ።

ድርሰታት ዳህል ክሳብ ሎሚ ልዕሊ ሰለስተ ኣስታት 250 ሚልዮን ቅዳሓት ኣብ ምሉእ ዓለም ተሸይጦም ይርከቡ። እንተኾነ ገና ክሳብ ሕጂ 'ጀይምስ ኤንድ ዘ ጃየንት ፒች' እትሓቕፎ ዘይሰማምዕ ብገሊኦም (ካብ ንቡር ወጻኢ ጽሑፋት ንቘልዑ) ቃላትን ተግባራትን ኣብ መንጎ ብዙሓት ሃያስቲ ምፍልላይ ፈጠራ ትርከብ።

ቸኮሌትን ጠንቀልትን

ዳህል ንመምሃራንን ሃብታማትን ከም በደልቲ ገይሩ ዘቕርቦም ገጸ ባህርያት እየም። ካልእ ኣብ 'ቻርሊ ኤንድ ዘ ቸኮሌት ፋክቶሪ' ዘቕረቦ 'ኡምፓ ሉምፓ' እተባህሉ ገጸ ባህርይ፡ ልክዕ ከም ጸለምቲ ፒግሚስ ገይሩ እዩ ኣቕሪብዎም። ብዝይኣ'ዚ ገጸ ባህርይ ንደቂ ኣንስትዮ ኣዝዮን ፈቃራት ወይ እኪያት (ርኹሳት) ገይሩ እዩ ዘቕርበን። በዚ እውን ብብዙሓት ይንቀፍ።

ኣብ ዩኒቨርሲቲ ኦፍ ካምብሪጅ ከም መምህር ናይ ስነ-ጽሑፍ ንቘልዑ ኮይና እትሰርሕ ፕሮፌሰር ማሪያ ኒኮላዬቫ፡ ንጽሑፋቱ ዘንጸብርቖ ዘፍርህ ዛንታታቱን ንገደኒ ገዲፉ፡ "ንሱ ሓደ ካብቶም ዓለምና ዘርኣዮቶም ሕብራውያንን ሕጉሳትን ደረስቲ እዩ፡" ብምባል እያ ትገልጾ። ዋላ'ኳ ንሳ ብኸምዚ እንተ ገለጸቶ፡ ሓደ ሓደ ጸገማት ኣብ ጽሑፋቱ ከም ዘይሰኣኑ ኣይሓብኣትን።

ከም ኣብነት እትጠቕሶ ንገጸ ባህርይ 'ዊሊ ዎንካ' ኣብ ቻርሊ ኤንድ ዘ ቾኮሌት ፋክቶሪ፡ "ዎንካ፡ በላዒ ሓምሊ (vegetarian) እዩ። ዝበልዖም መግብታት ጥዑያት እየም። ግን ንቘልዑ ብምቁር (ሽኮራዊ) መግብታት ክስድዕ እንከሎ ነጉበቶ። እዚ ኣዝዩ ዘይሞራላዊ ስምምዕ እዩ።

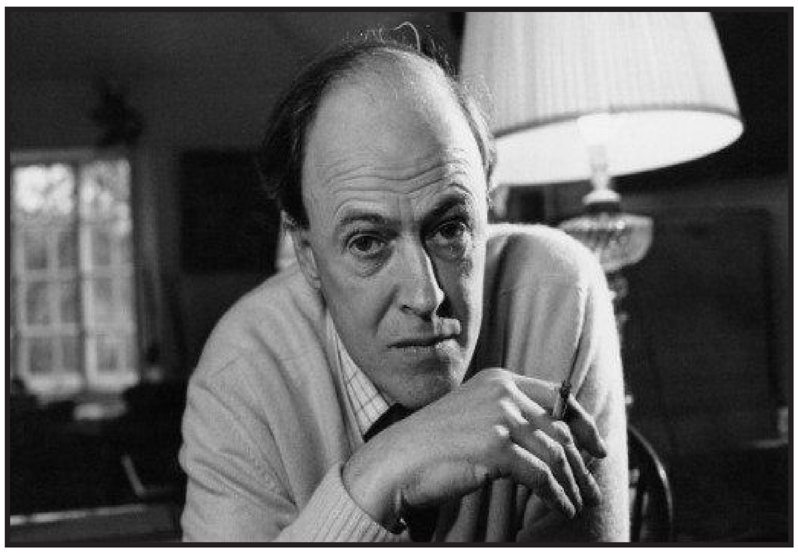
"ኣብ ካልእ ድርሰቱ እውን፡ ሓደ ቈልዓ ብጠንቋሊት ናብ ኣንጭዋ ይቕየር እሞ፡ ከይተቐየረ ክነብር ይመርጽ። እቲ ምኽንያት ምስታ ብፍቕሪ ዘዕበየቶ ዓባዩ ክመውት ስለ ዝደለየ እዩ። እዚ ኻልእ ዘይሞራላዊ ትምህርቲ ንቘልዑ እዩ። ንቘልዓ ብንእሱ ነፍሱ-ቕትለት ንኽፍጽም ከም ምትብባዕ እዩ።

"ዳህል ኣንበብቱ ካብኡ እንታይ ይጽበዩ ብልክዕ ዝፈልጥ ደራሲ እዩ ነይሩ። ቾኮላታ፡ ጠንቀልትን ዘፍርሑ ጽውጽዋያውያን እንስሳታትን ብምምጻእ ዛንታታት ይፈጥር። ልዕሊ ኹሉ ግን፡ ኣብታ 'በኤፍጂ' (BFG) ዘርእስታ መጽሓፉ ብዝፈጠሮ ቃላት ከም 'filthsome, frightsome'ን ካልእን ዝያዳ ክድናቕ ካብ ዘኽኣሎ እዩ።

"ቈልዑ ኣፈንፋኒ ዛንታ እዮም ዝፈትዉ። እዚ ግን ዋዛ ምስ ዝሕወሶ እዩ። ምኽንያቱ ንበይኑ ኣዝዩ ዘፍርሕ ወይ ኣፈንፋኒ ምስ ዝኸውን ኣብ ሓንጎል ደቅና ኣዝዩ ዓቢ ሃሰያ ከምጽእ ስለ ዝኽእል። ዳህል ዋላ'ኳ ኑቶም ዛንታታት ዘፍርሑ ገይሩ ይጽሓፎም፡ ጥልቕ ኢልና ምስ እንርእዮም ፍቕርን ምትሕልላይን ዝዕብለሎም ንህጻናት ብኸመይ ምስ ዓለም ይገጥሙ ዝምህሩ ድርሰታት እዮም።" ክትብል ፕሮፌሰር ማሪያ ትገልጽ።

ዳህል ብ23 ሕዳር 1990 ኣብ መበል 74 ዕድመኡ 'ምዩለዮዳይሰፕላስቲክ ሲንድሮም' ብዝተባህለ ናይ ደም ሕማም ኣብ ኦክስፎርድ ዓረፉ።

ድሕሪ ሞቱ ኣብ 1996 'ሮልድ ዳህል ቺልድረንስ ጋለሪ' እተባህለ ቤተ-መዘክር ክኽፈት እንከሎ፡ ተመራማሪ ስነ-ኮኾብ ኣንቶኒን ማርካስ ንኽብሪ እቲ ህቡብ ደራሲ፡ ብስሙ '6223 Dahl' ዝበሃል ኣስትሮይድ (ኮኾብ መሰል) ሰይሙ ይርከብ።



ብዳህል ካብ እተደርሱ ልቢ ወለዳት

ኣርእስቲ	እተሓትመሉ ዓ.ም.
ዘ ግረምሊንስ	1943
ሳም-ታይም ነቨር፡ ኤ ፈብል ፎር ሱፐርሚን	1948
ጀይምስ ኤንድ ዘ ጃየንት ፒች	1961
ቻርሊ ኤንድ ዘ ቾኮሌት ፋክቶሪ	1964
ዘ ማጂክ ፊንገር	1966
ፋንታስቲክ ሚስተር ፎክስ	1970
ቻርሊ ኤን ዘ ግሬት ግላስ ኤለቬተር	1972
ዳኒ፡ ዘ ሻምፒዮን ኦፍ ዘ ዎርልድ	1975
ዘ ኢኖርሞስ ክሮኮዳይል	1978
ማይ ኣንክል ኦዝዋልድ	1979
ዘ ትዊትስ	1980
ጆርጅስ ማርቨለስ መዲሲን	1981
ዘ በኤፍጂ	1982
ዘ ዊችስ	1983
ዘ ጂራፍ ኤንድ ዘ ፔሊ ኤንድ ሚ	1985
ማቲልዳ	1988
ኤሲዮ ትሮት	1990
ዘ ቪካር ኦፍ ኒብለስዊክ	1991
ዘ ሚንፒንስ	1991

ሕጊ

ንስኒትን ዕብየትን

ብሚኒስትሪ ፍትሒ ዝዳሎ ሲቪካዊ ኣስተምህሮ

ሕጊ ገበናዊ ስርዓት ኤርትራ

ሕጊ ገበናዊ ስርዓት፡ ጥሕሰት ደንጋገታት ገበናዊ ሕጊ ናብ ፍርድን መቕጻዕትን ዝበጽሓሉ ኣገባብ ዘጸር ዓውዲ ሕጊ እዩ። ንገበኛ ኣብ ፍርዲ ኣቕሪብካ ዝግብኦ መቕጻዕቲ ከምዝረኽብ ንምግባር ኣብ ዝህሉ መስርሕ፡ ንጹህ ብጌጋ ከይልከም'ሞ ኣብ መስርሕ ገበናዊ መርመራን ፍርድን ከይበጽሕ ንምክልኻል ዝሕግዙ መሰረታውያን መትከላት'ውን ይሓቁፍ። ካብ ምጅማር መርመራ ገበን ክሳብ ትግባረ ፍርዲ ዘሎ መስርሕ ብዝተፈላለዩ ኣካላት መንግስቲ ከም ዝፅመም ብምግባር'ውን ብጌጋ ንጹህ ዝብደሉ ተኽእሎ ከም ዝጸብብ ይገብር። ሓፈሻዊ ዕማምን ግዴታን ናይ'ቶም ስርዓት ገበናዊ ፍትሒ ዘቖሙ ኣካላት መንግስቲ ከኣ የጸር። ሕጊ ገበናዊ ስርዓት ኤርትራ ንጹህ ብጌጋ ከይልከምን ሓለዋ ዝገብር ጥራይ ዘይኮነ፡ ገበኛ ከም ዝኾነ ብፍርዲ ዝተረጋገጸ ሰብ'ውን እንተኾነ ሰብኣዊ ኣተሓሕዛ ከይንፈጎን መሰረታዊ መሰላቱ ንክሕለወሉን ዝተፈላለዩ መትከላት ኣስፊሩ ይርከብ። ገለ ካብኣቶም ንምርኣይ፦

1. መትከል ስሉጥ መስርሕ ፍርዲ፦

እዚ መትከል'ዚ መስርሕ ስርዓት ገበናዊ ፍትሒ ተጀሚሩ ክሳብ ዝውዳእ ብዘይ ምኽኑይ ምድንጓያት ጥርጡር ወይ ከኣ ክሱስ ቅድሚ ፍርዲ ኣደዳ ዝተናወሐ ማእሰርትን ዘይርጉእ ሂወትን ከይኮውን ዝከላኸል እዩ። ጥርጡር ወይ ክሱስ ውሕስነት ስለዘይተፈቕደሉ ወይ ከኣ ዝተሓተቶ ውሕስነት ክረክብ ብዘይምኽኣሉ ክሳብ ፍርዲ ኣብ ማእሰርቲ ዝጸንሐ ምስዝኸውን፡ ዘይምኽኑይ ምድንጓይ መስርሕ ፍርዲ ክሳብ ክንደይ ንዑኡን ንኣባላት ስድራቤቱን ከምዝሃሲ ዘተሓትት ኣይኮነን። ኣብ ክንዲ ኣብ ትሕቲ ቀይዲ ወይ ማእሰርቲ ኮይኑ ኣንጻሩ ንዝቐረበ ገበናዊ ክሲ ክከላኸል ውሕስነት ተፈቒዱሉ ካብ ገዛኡ እናተመላለሰ ጉዳዩ ዝከታተል ጥርጡር ወይ ክሱስ'ውን እንተኾነ ዘይምኽኑይ ምንዋሕ መስርሕ ፍርዲ ኣብ ዕለታዊ ንጥፈታቱ ዓቢ ዕንቅፋት ከምዝኸውን ርዱእ እዩ። ስለዚ ሕጊ ገበናዊ ስርዓት ኤርትራ ከምዚ ዓይነት ምድንጓይ መስርሕ ፍርዲ ንምውጋድን ስሉጥ መስርሕ ፍርዲ ከም ዝህሉ ንምርግጋጽን ዝድርኹ ዝተፈላለዩ ደንጋገታት ኣስፊሩ ይርከብ። ጥርጡር ኣብ ቀይዲ ምስ ኣተወ ኣብ ውሽጢ 48 ሰዓታት ንውሕስነትን ሕጋውነት'ቲ ቀይዲ ንምርግጋጽን ናብ ቤት ፍርዲ ክቐርብ ምድንጋጉ ሓደ ኣብነት እዩ። ብተወሳኺ፡ ዋላ'ኳ መስርሕ መርመራ ገበን ከም ክብደትን ምትሕልላኽን እቲ ፍጻመን ፈጸምትን ዝወስዶ ግዜ ዝፈላለ ብምዃኑ ደረት ግዜ ክግበረሉ ጉብራዊ እንተዘይኮነ፡ ብዝተኻእለ መጠን ዘይምኽኑይ ምድንጓይ ክውገድ ሕጊ ገበናዊ ስርዓት ኤርትራ ይደንግግ። መርመራዊ ስራሓት ምስ ተወደአ ግን ኣኽባር ሕጊ መዝገብ ካብ ዝቐረበሉ ዕለት ኣብ ውሽጢ 15 መዓልታት ክሲ መስሪቱ ናብ ዝምልከቶ ቤት ፍርዲ ከሕልፍ ሕጊ ገበናዊ ስርዓት ኤርትራ ግዴታ ኣሰኪምዎ ይርከብ። ካብኡ ሓሊፉ፣ ገበናዊ ጉዳይ ኣብ ፍርዲ ምስ በጽሐ፣ ኣብያተ ፍርዲ ዘይምኽኑይ ቆጸራታት ከገብራ ከምዘይግባእ ሕጊ ገበናዊ ስርዓት ኤርትራ ኣጺሩ ኣስፊርዎ ይርከብ።

2. ናይ ሕጊ ምኽሪ ናይ ምርካብ መሰል፦

ብዙሕ ግዜ ጥርጡራትን ክሱሳትን ናይ ሕጊ ኣፍልጦኦም ድሩት እዩ። ኣብ ልዕሊኦም ንዝምስረት ክሲ ብኸመይ ኣገባብ ክምልስሉን መከላኸሊ ክቕርብሉን ከምዝግባእ ካብ ዘይምፍላጥ ንጹሃት ክነሶም ብገበን ተሓተትቲ ክኾኑ ወይ ብዘይወዓልዎ ገበን ገበነኛታት ተባሂሎም ኣንጻሮም ፍርዲ ንክይወሃብ ወይ'ውን ገበነኛታት ምኳኖም ኣብ ዝተረጋገጸሉ ካብ ዝግብኦም ዝኸረረ ወይ ዝተኻበደ መቕጻዕቲ ንክይውሰኖም ናይ ሕጊ ምኽሪ ወይ ጥብቅና ዝረኽቡሉ ኩነታት ምውዳድ ከኣ ሓደ ካብቲ ብሕጊ ገበናዊ ስርዓት ዝግበረሎም ሓለዋ'ዩ። መሰላቶምን ግዴታኦምን ኣጸቢቖም ክፈልጡ ብዘይምኽኣሎም ሕጊ ንዘይብረሎም ሓለዋ ብግቡእ ክጥቀምሉ ተባሂሉ ዝፍቀድ መሰል ከኣ ኢዩ። በዚ ዝተገልጸ ምኽንያታት፡ ሕጊ ገበናዊ ስርዓት ኤርትራ "ናይ ሕጊ ምኽሪ ናይ ምርካብ መሰል" ካብ ግዜ ቀይዲ ጀሚሩ ክሳብ ምፍጻም ፍርዲ ከምዝህሉ ገይሩ'ሎ። ብመሰረት ሕጊ ገበናዊ ስርዓት ኤርትራ ሓደ ጥርጡር ኣብ ቀይዲ ኣብ ዝውዕለሉ ህሞት ብቕዳምነት ዝተጠርጠረሉ ገበናዊ ፍጻመ ክነግሮ፣ ንዝቐርበሉ ሕቶ ናይ ዘይምምላስ መሰል ከምዘለዎ፣ ናይ ሕጊ ምኽሪ ናይ ምርካብ መሰል ከምዘለዎን ምስ ናይ ሕጊ ኣማኻሪኡ ክዘራረብ መሰል ከምዘለዎን ብቀያዲኡ ክሕበር ግዴታ የሰክም። በዚ መሰረት ከኣ ምስ ናይ ሕጊ ኣማኻሪ ናይ ምዝርራብን ምውካስን መሰል ካብ ግዜ ቀይዲ ከም ዝጅምር የጸር።

3. መትከል ምርካብ ቅዳሕ ክሲ፦

ሓደ ገበናዊ ጉዳይ ብፖሊስ ወይ'ውን ብኣኽባር ሕጊ ተጻርዩ ምስተወደአ፣ ኣኽባር ሕጊ ኣብ ውሽጢ 15 መዓልታት ክሲ መስሪቱ ናብ ቤት ፍርዲ ከቕርቦ ግዴታ ከምዘለዎ ሕጊ ገበናዊ ስርዓት ኤርትራ ይደንግግ። እዚ ክሲ'ዚ ንተኸሳሲ ብዝዕባ ዝተኸሰሰሉ ጉዳይን ኣብ ቤት ፍርዲ ኣንጻሩ ዝቐርብ መርትዖታትን ንጹር ብዝኾነ ኣጸሓሕፋ ምሉእን ዘጠራጥርን ሓበሬታ ዝሀብ ኮይኑ ክዳሎ ወይ ክቐርብ ደንጋገታት ሕጊ ገበናዊ ስርዓት ኤርትራ የጸንዑ። ገበናዊ ክሲ ሕጋውን ቴክኒካውን ረቛሒታት ዘማልአ ኮይኑ፣ ተኸሳሲ ጥሒሱዎ ዝበሃል ገበናዊ ዓንቀጽ ምስ ዝርዝራቱ፣ ማለት ዕለት፣ ሰዓት፣ ቦታ፣ ዝተፈጸመ ተግባር ወይ ግድፈት፣ ኣገባብ ኣፈጻጽማ፣ ግዳይ እንተሃልዩ ስም ግዳይ፣ ዝርዝር መርትዖታት… ወዘተ ዝሓዘ ክኸውን ሕጊ ገበናዊ ስርዓት ኤርትራ ይደንግግ። ቀንዲ ዕላማ ምምስራት ክሲ ንተኸሳሲ ብዝዕባ ኣንጻሩ ቀሪቡ ዘሎ ክስን ንዝቐረበ ክሲ ንምርግጋጽ ዝቐርብ መርትዖታትን ኣጸቢቑ ብምሕባር፡ መከላኸሊ መርትዖታቱ ብግቡእ ንኽዳሉ ወይ ከኣ ግዜን ጉልበትን ከይሃለኸ ገበኛ ምዃኑ እምነቱ ክህብ ንምሕጋዝ እዩ። ስለዚ፡ ሕጊ ገበናዊ ስርዓት ኤርትራ ነዚ ቀንዲ ዕላማ ምምስራት ክሲ ኣብ ግምት ብምእታው፡ ቅዳሕ ክሲ ምስ ዝርዝራት መርትዖታት ንተኸሳሲ ብነጻ ክወሃብ መሰል ምዃኑ ኣጺሩ ገሊጽዎ ይርከብ።

4. መትከል ክፉት መጋባእያ፦

ከም መትከል ዝኾነ መስርሕ ገበናዊ ፍርዲ ኣብ ክፉት መጋባእያ ክፍጸም ሕጊ ገበናዊ ስርዓት ኤርትራ ይደንግግ። ክፉት መጋባእያ ክበሃል እንከሎ ንህዝቢ ቅሉዕ ዝኾነ መስርሕ ፍርዲ ማለት እዩ። ኣብያተ ፍርዲ ንሓደ ጉዳይ ብዝምልከት ኣብ ፍርዲ ዝበጽሓሉ መስርሕ ህዝቢ ከም ዝከታተሎ ብምግባር ቅኑዕነትን ሕጋውነትን ናይ'ቲ መስርሕ ህዝቢ ከምዝዕዘቦ ይገብራ። እዚ ከኣ ሕብረተሰብ ኣብ ኣብያተ ፍርዲ ክህልዎ ንዘኽእል ምጥርጣርን ሕሜታን ኣወጊዱ ኣብ ኣብያተ ፍርዲ እምነትን ምትእምማንን ከምዝሕደር ንምግባርን ይሕግዝ። ብኻልኣይ ደረጃ፡ መስርሕ ፍርዲ ንህዝቢ ክፉት ብምግባር፣ ሳዕቤን ምጥሓስ ሕጊ እንታይ ከም ዝኾነ ናብቲ ሕብረተሰብ መልእኽቲ ብምትሕልላፍ ንምስትምሃርን ብመልክዕ ሓፈሻዊ ግትኣት ፍጻመ ተወሳኺ ገበናት ንምክልኻልን ይሕግዝ። ይኹን'ምበር፣ ኩሉ ገበናዊ ጉዳያት ኣብ ክፉት መጋባእያ ይረአ ማለት ኣይኮነን። ሕጊ ገበናዊ ስርዓት ኤርትራ ዕጹው መጋባእያ ዝፍቀደሉ ኩነታት ዘርዚሩ ይርከብ። ብመሰረት ሕጊ ገበናዊ ስርዓት ኤርትራ፥ ኣብያተ ፍርዲ፡ ክፉት መጋባእያ ንድሕነት ህዝብን ሃገርን ወይ ንድሕነት ኣብቲ መስርሕ ፍርዲ ዝሳተፍ ውልቀሰብ ኣብ ሓደጋ ዘውድቕ ኮይኑ ምስ ዝስመዖን ወይ ከኣ ንስነ-ምግባርን እሩምን ባህልን ሕብረተሰብ ዝጎድእ ኮይኑ ምስዝረኽብኦ፥ እቲ ጉዳይ ኣብ ዕጹው መጋባእያ ክርእይኦ ይኽእላ። ብተወሳኺ፡ ክሱስ ኮይኑ ዝቐረበ ሰብ ትሕቲ ዕድመ ምስ ዝኸውን እቲ ጉዳይ ኣብ ዕጹው መጋባእያ ክረአ ሕጊ ገበናዊ ስርዓት ኤርትራ ይእዝዝ። ካብኡ ሓሊፉ፥ ኣብያተ ፍርዲ ኣገዳሲ ኮይኑ ምስ ዝረኽብኦ፥ ነቶም ኣብ ዕጹው መጋባእያ ዝሳተፉ ሰባት ኣብቲ መስርሕ ፍርዲ ንዝሰምዕዎ ወይ ዝረኣይዎ ነገራት ኣብ ደገ ከየቃልዕዎን ከይዘራረብሉን ትእዛዝ ክህባ ሕጊ ገበናዊ ስርዓት ኤርትራ ስልጣን የልብሰን።

5. መትከል ሕጋዊ ግምት ንጽህና፦

- እዚ ሕጋዊ ግምት'ዚ ሓደ ሰብ ብፍጻመ ገበን ተጠርጢሩ ጉዳዩ ተጻርዩ ኣብ ልዕሊኡ ክሲ ተመስሪቱ ናብ ቤት ፍርዲ ብምቕራቡ ጥራይ ገበኛ እዩ ክብሃል ከም ዘይግባእ እዩ ዘጸር። ኣብያተ ፍርዲ ኮነ ካልኦት ኣካላት ስርዓት ገበናዊ ፍትሒ ነዚ ክሱስ ኣብ ቤት ፍርዲ ኣንጻሩ እኹል መርትዖ ቀሪቡ ገበነውነቱ ክሳብ ዝረጋገጽ ከም ንጹህ ክሓስብኦን ብከምኡ ርድኢት መስርሕ ስርዓት ገበናዊ ፍትሒ ክፍጽማን እዚ መትከል የገድድ። እዚ ስለዝኾነ ከኣ፡ ኣኽባር ሕጊ ኣንጻር ክሱስ ኣብ ቤት ፍርዲ እኹል መርትዖ ወይ ከኣ ኪኖ ምኽኑይ ምጥርጣር ሓሊፉ ዘረጋግጽ መርትዖ ኣቕሪቡ ኣብ ቤት ፍርዲ ገበነውነት ክሱስ ክሳብ ዘየረጋገጸ ክሱስ ከም ንጹህ ከምዝሕሰብ ኮይኑ ኣብ ሕጊ ገበናዊ ስርዓት ኤርትራ ተደንጊጉ ይርከብ። ስለዚ፡ እዚ መትከል'ዚ ንኣኽባር ሕጊ ኪኖ ምኽኑይ ምጥርጣር ሓሊፉ ዘረድእ መርትዖ ናይ ምቕራብ ጾር ዘሰክም ክኸውን እንከሎ፥ ንገበነውነት ክሱስ ብዘምልከት ዘጠራጥር ነቓዕ (ሃንፍ) ምስ ዝርከብ ኣብያተ ፍርዲ ንክሱስ ነጻ ክለቃ ሓላፍነት የሰክም።

6. መትከል ኣንጻር ገዛእ ርእሰኻ ናይ ዘይምምስካር ሓለፋ፦

እዚ መትከል'ዚ ከም መሰል ዘይኮነስ ከም ሓለፋ እዩ ተደንጊጉ ዝርከብ። እዚ ማለት ከኣ ብፍጻመ ገበን ተጠርጢሩ ንመስርሕ መርመራ ናብ ፖሊስ ኮነ ኣኽባር ሕጊ ዝቐርብ ሰብ ወይ ከኣ ገበናዊ ክሲ ተመስሪትዎ ናብ ቤት ፍርዲ ዝቐረበ ሰብ ብዛዕባ'ቲ ዝተጠርጠረሉ ወይ ዝተኸሰሰሉ ገበናዊ ፍጻመ ተሓቲቱ ናይ ዘይምምላስ መሰል ከም ዘለዎ ዝገልጽን፣ ብድሌቱ ቃሉ ምስ ዝህብ ግን ዝሃቦ ቃል ከም መርትዖ ኣንጻሩ ክቐርብ ከም ዝኽእል ዘጸርን መትከል እዩ። ብሓፈሻኡ ተገዲድካ፣ ብጸቕጢ ወይ'ውን ዝተፈላለዩ ሓለፋታት ክግበረልካ ብዝተኣትወልካ መብጽዓ ሰዲዕካ ዝሃብካዮ ቃል ከም መርትዖ ኣንጻርካ ከይቀርብን ብኣብያተ ፍርዲ ቅቡል ከይኸውንን ዝከላኸል መትከል ኮይኑ ኣብ ሕጊ ገበናዊ ስርዓት ኤርትራ ተደንጊጉ ይርከብ።

ስርዓት ገበናዊ ፍትሒ ብመንጽር ሕጊ ገበናዊ ስርዓት ኤርትራ

ብመሰረት ሕጊ ገበናዊ ስርዓት ኤርትራ፣ ስርዓት ገበናዊ ፍትሒ ኤርትራ ብፖሊስ፡ ብኣብያተ ጽሕፈት ምኽባር ሕጊ፡ ብኣብያተ ፍርድን ብኣብያተ ማእሰርትን ተሃኒጹ ዝቖመ እዩ። እዞም ኣካላት ስርዓት ገበናዊ ፍትሒ፡ ነፍሰወከፎም ናይ ገዛእ ርእሶም ውሽጣዊ ምሕደራ ዘውንኡ ኮይኖም ንሓድሕዶም ሰንሰለታዊ ምትእስሳር ኣለዎም። ነፍሰወከፎም ከኣ ኣብ ሕጊ ተመርኲሶም ሓደ ክፋል ናይ'ቲ ዓቢ መስርሕ ስርዓት ገበናዊ ፍትሒ ብምዕማም ኣብ መውዳእታ ነቲ ዝቖሙሉ መሰረታዊ ዕላማ ምንጋስ ገበናዊ ፍትሕን ምክልኻል ገበንን ክወቅዑ ይጽዕቱ። ሕጊ ገበናዊ ስርዓት ኤርትራ ኣካላት ስርዓት ገበናዊ ፍትሒ ዞም ዕላማታት ወጽኢታዊ ብዝኾነ ኣገባብ ንምጭባጥ ዝሓልፍዎ መስርሕ እንታይ ክመስል ከምዘለዎ ዝዘርዘረ፣ ኣብ ሓድሕዶም ዘሎ ሰንሰለታዊ ምትእስሳርን ዝምድናን ዘጸርን ደንጋገታት ሓቚፉ ይርከብ። ብዘይካ'ዚ፡ ሕጊ ገበናዊ ስርዓት ኤርትራ ገበኛ ናብ ፍርዲ ኣብ ምቕራብን ምቕጻዕን ኣብ ዘሎ መስርሕ ብጌጋ ንጹህ ከይልከምን ግዳይ ከይኮውን ካብኡ ሓሊፉ'ውን ጥርጡር ናብ ፍርዲ ቅድሚ ምቕራቡ ቅድሚ ዝኣገረ መሰረታዊ መሰላቱ ከይግሃስ ዝከላኸልን መትከላት ሓቚፉ ይርከብ። ብተወሳኺ፡ ኣካላት ስርዓት ገበናዊ ፍትሒ ዝቖሙሉ ዕላማ ኣብ ምጭባጥ ኣብ ዝገብርዎ ጻዕሪ እጃም ነፍሰወከፎም የጸር። በብ ሓደ ንምርኣዮም፣

I. ፖሊስ

ብመሰረት ሕጊ ገበናዊ ስርዓት ኤርትራ፥

. ምክልኻል ፍጻመታት ገበን፥

. ኣብ ሓበሬታ ገበን ተመርኲስካ ምምርማርን ምጽራይን ፍጻመታት ገበን፥

. ሕጊ ብዘፍቕዶ መሰረት ምቕያድ ጥርጡራት፥ ምፍታሽ ጥርጡር ቦታታትን ምሓዝ መርትዖ ክኾኑ ዝኽእሉ ነገራትን፥

. ኣብ ምምርማር ገበናዊ ፍጻመታትን ምቕራብ ክሱሳት ናብ ፍርድን ንኣኽባሪ ሕጊ ምሕጋዝ፥

እጃም ወይ ከኣ ሓፈሻዊ ዕማም ፖሊስ እዩ።

ይቕጽል

ንእፎልጠ

ሱሌማን ኣሕመድ

ዘለካ ኣካላዊ ብቕዓት ክትፈትዎ ዝሕግዙ መንገድታት

ጸባቒ ብኹሉ መለክዒታት ዓቐንን ቅርጽን ኢዩ ዝርአ። ሓንሳብ ብዛዕባ ኑብሰኻ ምሉእ መረዳእታ ጌርካ፣ ንቕርጽኻን መልክዕኻን ክትቅበሎ እንተኽኢልካ፣ ሕጉስን ልዑል ርእሰ ተኣማንነትን ክህልወካ ይኽእል ኢዩ። ሓያሎ ሰባት ብዛዕባ ዝተመዛበዐ ኣመለኻኽታ ናይ ኑብሶምን ቅርጾምን ክሳቐዩ ይረአዩ ኢዮም። እዞም ከምዚኦም ዓይነት ሰባት ንኑብሶም ብኸመይ ከምዝርእዩዋ ኣይፈልጡን፣ ይኹን'ምበር፣ ፍጹም ዝኾነ ሰብ ሓደ'ኳ የልቦን። እቲ ቀንዲ ሕጉስ ኴንካ ክትነብር ዘኽእለካ መፍትሒ፡ መን ምዃንካ ፈሊጥካ ንኑብስኻ ምፍቃር ኢዩ። ስዒቡ ብዛዕባ ኣብ ልዕሊ ኑብስኻ ዘለካ ኣሉታዊ ኣረኣእያ ለዊጥካ ኑብስኻ ክትድንቕን ክተፍቅርን ዘኽእሉ መንገድታት ተዘርዚሮም ኣለዉ፦

= ንኑብስኻ ኣትሒትካ ምጥማት ኣቋርጽ። ብዛዕባ 'ከመይ ከም እትመስል'፣ ኣብ ሓንጎልካ ወትሩ ኣሉታዊ ሓሳባት ተንብር እንተለኻ ተጋጊኻ ኣለኻ። ብዛዕባ ግዝፍኻ፣ ሕብርኻ ቁመትካ ...ወዘተ ተፈጥሮኣዊ ትዕድልትታት ትጭነቕ እንተ'ኼንካ ሕጉስ ህይወት ክተሕልፍ ፍጹም ኣይትኽእልን ኢኻ። ከምዚ ዓይነት ኣሉታዊ ኣጠማምታኻ ደው ኣብሎ። ንኑብስኻ ካብ ጌጋታታ ክትእረም ክትጓቶቶ ግቡእ'ኳ እንተኾነ፣ ኣብቲ ዘለካ ተፈጥሮኣዊ ትዕድልትታት እናኣተኻ ክትጭነቕ ግና ኣዝዩ ሕማቕ ኢዩ።

= ቅርጺ ናይተን ኣብ ቴለቪዥን ዝረኣየ ፍሉጣት ሞዴላት እናረኣኻ፣ ግዝፊ ኣካላትካ ከተጻጽሪ ኣይትፈትን። ንስኻ ስብእትኻ ክንዝፍ እንክሎ እተን ናይ ሞዴል ደቀንስትዮ "ብኸመይ ቀጠንቲ ክኾና ክኢለን" እናበልካ ኣይትጨነቕ። እቲ ናተን ቅርጺ ካብ ሓፈሻዊ ገምጋም ቅርጺ ናይ ወዲ ሰብ ዝወረደ ምዃኑ ኣስተብህል። ናትካ ሸቶ ቀጢን ምዃን ክኸውን የብሉን - እንታይ ደአ ጥዕና ዘለዎ ሰብነት ምውናን ክኸውን ኣለዎ።

= ንኑብስኻ ጸቡቕ ባህታ ክፈጥረሉ ዝኽእል ነገራት እንታይ ምዃኑ ክተለሊ ፈትን። ኣብኡ ድማ ኣተኩርካ ክትደፋፍኣሉ ጸዓር፡ ከም ዮጋ (yoga) ወይ ጆግ (jog) ዝኣመሰሉ ስፖርት ኣዘውትር። ሕጉስን ስሩዕን ቅርጺ ኣካላት ክትውንን ንቑሕ ክትከውንን ብእግርኻ ምጉዓዝን ቀልጢፍካ ካብ ድቃስካ ምብርባርን ተለማመድ። ከምዚ ዓይነት ተግባር ብዛዕባ ቅርጺ ሰብነትካ ካብ ዘጨንቕኩኻ ነገራት ምሕሳብ ክናግፈካ ኢዩ።

= ካብ እትሕብሎም ጸቡቕ ባህርያዊ ጠባያትካ ዘርዝርካ ብምልላይ ናብ ረብሓኻን ባህ ናብ ዝብሉኻን ነገራት ክትጥቀመሎም ፈትን። ኣብቲ ጸቡቕ ባህሪኻ ካብ 5 ክሳብ 10 ኣብ ወረቐት ዘርዝርካ ኣሰፍር። ብግቡእ ክተለልዮም ምስ ዘይትኽእል ድማ ምሳኻ ዝቐርቡ ሰባት ከም ዝሕብሩኻ ብምግባር ብዝግባእ ክጥቀመሎም ፈትን። እቲ ትዝርዝሮን ብሰባት ዝገለጽልካን ጸቡቕ ጠባያትካ ዘሐጉሰን ክኸውን ይኽእል ኢዩ። ምናልባት ንሽኻ እቲ ብሉጽን እሙንን ዓርኪ ክትከውን ትኽእል ኢኻ። ምናልባት'ውን ኮሜድያን ትኸውን። ንዓኻ ተሓቢኡ ጸኒሑ'ምበር፣ ምናልባት'ውን ንፉዕ ደራፋይ ወይ'ውን ተዋሳኣይ ትኸውን። ስለዚ፣ ጸቡቕ መልክዕን ኣቃውማን ናይ ኩሉ መውዳእታ ከም ዘይኮነ ኣስተብህል። ንሓያሎ ሰባት ክትስሕቦም ዘኽእለካ ኣብቲ ደጋዊ ትርኢት ንላዕሊ ሓያሎ ካልእ ውሽጣዊ ጸባቐታት ከም ዘሎ ኣይትዘንግዕ።

= ኩሉ ደስ ዝበለካ ነገር ኣብ ጎንኻ ኣይተቐምጦ ወይ ኣይተወንዝፎ። ህይወትካ ሓጻር ኢያ። ሰባት ኣብታ ዘለቶም ግዜ ነቲ ዘለዎም ጸቡቕ ነገራትን ዘፍቅርዎ ተግባራትን ተቐላጢፎም ክተግብርዎን ክዕደምን ይግባእ። ሸቶታትካ ኣለሊኻ ብዝግባእ ክትወቕዖም ጸዓር። ብዘለካ ብዝግባእ ክትዓብን ክትሕበንን ኢኻ።

ምንጪ፦ Health Benefits

ሽጋራ ምትካኽ ብምቁራጽካ እትረኽቦ ጥዕናዊ ረብሓታት

=> ድሕሪ 20 ደቓይቕ ሽጋራ ምትካኽ ምቁራጽካ፦

* ጸቕጢ ደምካ ይጎድል፡

* መጠን ትርግታ ልብኻ ይንኪ፡ ናብ ንቡር ይምለስ፡

* መጠን ሙቐት ኣእዳውካን ኣእጋርካን ይወሰኽ።

=>ድሕሪ 8 ሰዓታት፦

* ኣብ ደምካ ዘሎ መጠን ካርቦን ሞኖክሳይድ ብምጉዳል ናብ ንቡር ክምለስ ይጅምር፡

* ከም ውጽኢቱ ኣብ ደም ዘሎ መጠን ኦክስጅን ብምውሳኽ ናብ ንቡር ደረጃ ይዓቢ።

=> ድሕሪ 24 ሰዓታት (ሓደ መዓልቲ)፦

* ብዝተፈላለዩ ሕማማት ልቢ ክጥቃዕ ዘለካ ተኽእሎ ይንኪ።

=> ድሕሪ 48 ሰዓታት፦

* ጫፋት ናይ መትንታት (nerve) ክዕብዩ ይጅምሩ፡

* ናይ ምሽታትን ምስትምቓርን ብቕዓትካ ብዚይ መጠን ይዓቢ።

=> ድሕሪ ካብ 2 ሳምንቲ ክሳብ 3 ወርሒ ዘሎ ግዜ፦

* መጠን ዑደት ደም (circulation) ብዚይ መጥን ይመሓየሽ፡

* ብእግርኻ ነዊሕ መንገዲ ድኻም ከይተሰምዓካ ክትጓዓዝ ትኽእል፡

* ስራሕ ናይ ሳንቡእ ይመሓየሽን ይዓቢን።

=> ድሕሪ ካብ 1 ክሳብ 9 ወርሒ ዘሎ ግዜ፦

* ምስዓል ክጎድል፡ ምዕባስ ሶርና ኣፍንጫ ክኸፍት፡ ከምኡ'ውን ሕጽረት ምስትንፋስ ክመሓየሽ ይጅምር።

=> ድሕሪ ሓደ ዓመት፦

* ካብቶም ኣትክኽቲ ሽጋራ ብሕማም ልቢ ክትጥቃዕ ዘለካ ተኽእሎ ብዕጽፊ ዝተሓተ ይኸውን።

=> ድሕሪ 5 ዓመታት፦

* ብሕማም ወቕዒ ክትጥቃዕ ዘለካ ተኽእሎ፡ ልክዕ ከምቶም ዘየትክኹ ሽጋራ ዝተሓተ ይኸውን።

=> ድሕሪ 10 ዓመታት፦

* ካብቶም ቀጻሊ ሽጋራ ዘትክኹ

ብሕማም መንሽሮ ሳንቡእ ክትጥቃዕ ዘለካ ተኽእሎ ብ50 ሚእታዊት ዝተሓተ ይኸውን፡

* ብኻልኦት ዓይነታት ሕማም መንሽሮ፡ ከም ናይ ጎረሮ፡ ኣፍ፡ ሳዑን ድምጺ፡ ሓሞት፡ ኩሊት፡ ከምኡ'ውን ሳልሽ ክትጥቃዕ ዘለካ ተኽእሎ ዝተሓተ ይኸውን፡

* ኪጥመካ ዝኽእል ተኽእሎታት ነድሪ ከስዐ (ulcer) ድማ ይጎድል።

=> ድሕሪ 15 ዓመታት፦

* ኣብ ንኡስ ዕድመ ኪጥመካ ዝኽእል ተኽእሎታት ሞት፡ ልክዕ ከምቶም ሽጋራ ዘየትክኹ ዝተሓተ ይኸውን።

* ብዝተፈላለዩ ሕማማት ልቢ ክትጥቃዕ ዘለካ ተኽእሎ ድማ ልክዕ ከምቶም ዘየትኽኹ ዝተሓተ ኢዩ።

ምንጪ፦ American Lung Association Journal

ስለምንታይ ንሰይብ?

ሰራውር ጸጉርና ኣብ ዝቐለሉ ክፍሊ ዝርከቡ ናይ ሕብሪ ዘርኢ ማለት 'ፒግመንት ሰልስ'፡ 'ሜላኒን' ዝበሃል ባእታ እናመንጨዉ ጸጉሪ ርእስና ጸሊም ከም ዝኸውን ይገብሩ።

ጸጉሪ ርእሲ ናይ ገለ ሰባት ካብ ጸሊም ፍልይ ዝበለ ካልእ ሕብርታት ይህልዎ። ሰበት ግን ኣይኮነን።

ምስ ዕድመ፡ ኣብ ቀርበትና ዝርከቡ 'ፒግመንት' ዝተባህሉ ዋህዮታት፡ ንጥፈታቶም ምስ ዘቋርጹ እቲ ዘፍርይዎ ሜላኒን ይውሕድ። ከም ሳዕቤኑ ጸጉሪ ርእስና ሓሙኽሽታይ ሕብሪ ክሕዝ ይጅምር - ይሰይብ።

መጽናዕትታት ከም ዝሕብርዎ፡ መብዛሕትኡ ግዜ ሰበት ኣብ ደቂ ተባዕትዮ ኣብ ክሊ ዕድመ 30፡ ኣብ ደቂ ኣንስትዮ ድማ ኣብ ክሊ ዕድመ 35 ይጅምር። ሓደ ሓደ እዋን'ውን ኣብ ትሕቲ 18 ዓመት ዕድመ ይርአ ኢዩ።

ጠንቂ ሰበት ብሓፈሻ ምቁራጽ ሜላኒን ዝተባህለ ባእታ ኢዩ። ተወርሶ'ውን ከም ጠንቂ ስዒቡ ኢዩ ዝውሰድ። ኣብ ገለ ሰባት ዝርከብ 'ፒግመንት'፡ 'ሜላኒን' ካብ ምፍራይ ቀልጢፉ ስለ ዘቋርጽ፡ ኣብ ንኡስ ዕድሚኦም ቀልጢፎም ክሰይቡ ይረኣዩ።

ጸጉሪ ርእስና ጸሊም ምእንቲ ክኸውን፡ ሜላኒን ዘፍርዩ ዋህዮታት፡ ምፍራይ ሜላኒን ዘቋርጹ ስለምንታይ ኢዩ? ዝብል ሕቶ ንምምላሽ ተመራመርቲ ብተደጋጋሚ ጽዑቕ መጽናዕትታት ክካይዱ'ኳ እንተጸንሑ፡ መብዛሕትኦም ዓይነት ኣመጋግባና ልዑል ተራ ከም ዘለዎ የመልክቱ። ብብዝሒ ጨውን በርበረን ዘለዎ መግቢ ምምጋብ ዘዘውትሩ ሰባት ካብቶም ዝወሓደ ናይ ምሰያብ ተኽእሎ ኪጥምዎም ከም ዝኽእል ይሕብሩ።

ሰበት ንምውጋድ፡ ዛጊት ኣይተኻእለን ዘሎ። ጠንቂ ሰበትን ምቁራጽ ሜላኒንን ብልክዕ እንተተፈሊጡ ግና፡ሰበት ንምውጋድ ከም ዝከኣል ይግመት።

ረናድ ካብ ሺያ ጅዳ

ቃንዛ ኮርምቲ ንምህዳእ ...

ሓደ ካብቲ ዝዓበየ ጠንቂ ሕማም ኮርምቲ ምቕንቋን ኮርምቲ ኢዩ። ካልእ ድማ ከም ሓገል/መግለ፡ ሕማም መንጋጋ፡ ምንቃዕ ኣስናን ...ወዘተ ክጥቀስ ይከኣል። ሓደ ሓደ ግዜ ቃንዛ ኣስናን ወይ ኮርምቲ ብሰንኪ ረኽሲ ሶርና፡ ነድሪ ቫይረስ፡ ግዙእ ወልፍታት ኣልኮላዊ መስተን ሽጋራን ምዃኑ ወይ'ውን ብዋሕዲ ቫይታሚናት ክስዕብ ይኽእል ኢዩ።

ኣስናንና ንውዑይ ወይ'ውን ዝሑል ነገራት ከምኡ'ውን ብእንኮበር ኣገባብ ጽሬትን ዘውትሮ ብራሽን ክህሰዩ ከም ዝኽእሉ ኢያም ክኢላታት ዘመልክቱ። ገለ ካብቲ ቃንዛ ሲ ወይ ኮርምቲ ንምህዳእ ክንወስዶም ዘለና ስጉምትታት፦

ዝተጨጨፈ ጻዕዳ ሽጉርቲ

ኣብቲ ቃንዛ ዝፈጥረልና ዘሎ ኮርምትና፡ ጨው ዝጠዓመ ዝተጨጨፈ ጻዕዳ ሽጉርቲ፡ ንዝተወሰነ ደቓይቕ ነኺስና ምጽናሕ። ወትሩ ንግሆ ዝተጨጨፈ ጻዕዳ ሽጉርቲ ምሕያኽ'ውን ኣብ ርእሲ'ቲ ቃንዛ ንምህዳእ ዘህልዎ ጥቕሚ፡ ኣስናንና ድልዱላት ከም ዝኾኑ ይገብር።

ሽጉርቲ

እቲ ካልእ ኣብ ገዛና ክንወስዶ እንኽእል ቃንዛ ኮርምቲ ንምህዳእ ዝሕግዝ ፈውሲ፡ መዓልታዊ ቀይሕ ሽጉርቲ ምሕያኽ ኢዩ። ኣብ መዓልቲ ንሰለስተ ደቓይቕ ጥረ ቀይሕ ሽጉርቲ ምሕያኽ ኣብ ኣፍና ብቐንዱ ድማ ኣብ ኣስናንና ክህልዉ ንዝኽእሉ ታህዋስያን ንምጥፋእ ልዑል ጥቕሚ ከም ዘለዎ ይእመን።

ቫይታሚን 'ሲ'

ለሚን ልዑል ትሕዝቶ ቫይታሚን 'ሲ' ዘለዎ ፍሩታ ኢዩ። በዚ ድማ ንኹሉ ኣብ ኣስናንና ክህሉ ዝኽእል ጸገማት ከም ዝፍውስ ኢያም ክኢላታት ዝሕብሩ። ነቲ ዘቐንዘወና ዘሎ ኮርምቲ ብለሚን ምስ እንፍሕፍሖ ቃንዛ ከህድኣልና ከም ዝኽእል ይንገር። ኣብዚ ንምርጻዝና ከይንዝሲ ልዑል ጥንቃቐ ክንገብር ይግባእ።

ጥሉል ሳዕሪ ናይ ስርናይ

ሳዕሪ ናይ ስርናይ ቃንዛ ኮርምቲ ኣብ ምህዳእ ልዑል ተራ ከም ዘለዎ ይንገር። ሳዕሪ ስርናይ ምሕያኽ፡ ኣብ መንጋጋናን ኮርምትናን ዘሎ መርዞም ታህዋስያን ኣብ ምጥፋእ ሓጊዙ ስለ ዝኾነ ቃንዛ ከህድኣልና ይኽእል።

ቅንፍር/ ዘይቲ ቅንፍር

ኣብቲ ቃንዛ ዝፈጥረልና ዘሎ ክፍሊ ኣስናንና ቅንፍር ወይ ኣብ ዘይቲ ቅንፍር ዝተኣልከ ንእሹቶ ጨርቂ ኣቐሚጥና ንዝተወሰነ

ደቓይቕ ምጽናሕ፡ ነቲ ቃንዛ ከህድኣልና ከም ዝኽእል ይንገር።

ዝተጨደደ ድንሽ

እቲ ካልእ ኣብ ገዛና ክንረኽቦ እንኽእል መህድኢ ቃንዛ ኮርምቲ ድንሽ ኢዩ። ነቲ ድንሽ ጨዲድና ኣብ ኮርምትና ን15 ደቓይቕ ብምጽናሕ ድማ ነቲ ፈውሲ ክንረኽቦ ንኽእል።

ኣብ ጥንቃቐ ኣስናን...

* ክትገብሮ ዘምጉበኣካ

\+ ኣብ ኣመጋግባኻ ኣሕምልቲ ኣዘውትር።

\+ ምስ ተመገብካ ብኣገባብ ኣፍኻ ኣጽርን ጎጽጉጽን።

* ክትገብሮ ዘይግባኣካ

\+ ኣዝዩ ውዑይን ዝሑልን ነገራት ኣይትወሰድ።

\+ ልዑል ካርቦሃይድሬድ ዘለዎም መግብታት ምምጋብ ኣጉድል።

ደቀንስትዮ

ነጃት ኣድም

ወጥሪን ደቀንስትዮን!

ወጥሪ ዝያዳ ደቂተባዕትዮ ኣብ ደቀንስትዮ ከም ዝረአ እዮም ዝተፈላለዩ መጽናዕትታት ዝሕብሩና። ኑቲ ኣብ መንጎ ደቂ ተባዕትዮን ደቀንስትዮን ዘሎ ናይ ተጠቃዕነት ፍልልይ ክፀሩ እንከለዉ፡ ከኣ ናይ ደቀንስትዮ ዕጽፊ ምኻኑ ይሕብሩ። ኣብ ቀረባ እዋን ብዝተገበረ መጽናዕቲ ብሓፈሻ፡ ሓንቲ ካብ ኣርባዕተ ደቀንስትዮ ኣብ ህይወታ ምልክት ወጥርን ቅዙትን ከም እተርኢ እዩ።

ወጥሪ ንዘኸኣ ሰብ ኣብ ዘኸኣ እዋን ኪጋጥሞን ክረአዮን ዝኽእልኳ እንተኾነ፡ ብፍላይ ኣብ ልዕሊ ደቀንስትዮ ግን፡ ኣብ እዋን ጥንሲን ሕርሲን ብዝያዳ ከም ዝረአ እዮም ዝተፈላለዩ ሰብ ሞያ ጥዕና ዝገልጹ። ብመሰረት መግለጺኦም፡ ኑቡሱ ጸራትን ሓራሳትን፡ በዚ ተርእዮ'ዚ ልዑል ናይ ተጠቃዕነት ዕድል ኣለወን። ምስዚ ዝተኣሳሰር ሓደ መጽናዕቲ ከም ዘረጋግጾ ከኣ፡ 25% ኑቡሱጸራት ይኹና ሓራሳት፡ በዚ ተርእዮ ከም ዝሳቐያ እዩ።

መቸም ብዙሓት ሽ. ጽሑፍ ንኹብብ ዘለና፡ ምስቲ ኣብ ልዕሊ ደቀንስትዮ ዝወርድ ባህላዊን ማሕበራዊን ጸቕጥታትን ኣድልዎታትን ኣተኣሳሲርና፡ እዚ ወጥሪ'ውን ልዕሊ ደቂ ተባዕትዮ ንደቀንስትዮ ዘሳቒ ተርእዮ ብምዃኑ፡ ሕማቕ ክስማዕና ዘይክውሓጠልናን ይኽእል እዩ። እንተኾነ ብዘይ ምኽንያት ኣይኮነን እቲ ዝያዳ ተጠቃዕነት። ንዘኸኣ ሃገር ጠንቅን መፍትሕን ስለ ዘለዎ። ንገለ ካብቶም ብዙሓት፡ እቶም ቀንዲ ምኽንያታት ክገልጹ እንከለዉ፡ ብዙሓት ተመራመርቲ'ምበኣር፡ ብሰንኪ ናይ ጀንደር ፍልልይ ዝመጽእ ኣተኩሮን ኣረኣእያን፡ ጠለብት ስድራቤት፡ ተራን ኣድልዎን ሕብረተሰብን ኣብ ስራሕ ዘጋጥም ነውጽን ግርጭታትን ዝፍጥር ተርእዮ ምኻኑ እዩ።

እቲ ተርእዮ ምስ ግዜን ኩነታትን ዝፈላለ ጥራይ ዘይኮነ፡ ብደረጃታት ዕድመ'ውን ይከፋፈል'ዩ። ቅድሚ ብጽሕና ኣብ ዘሎ ዕድመ፡ እዚ ወጥርን ጸቕጥን ኣብ ክልቲኡ ጾታታት ደቂ ተባዕትዮን ደቀንስትዮን ብማዕረ ዝረኣኺ እንተኾነ፡ ብፍላይ ደቀንስትዮ፡ ዕድመ ግርዘወና ኣብ ዝረግጻሉ ግዜ፡ እቲ ጸገሙ ብዝያዳ ናብኣን ክዛዙ እዩ ዝጅምር። ኣብ ናይ ሰለስተ ዓመታት ግዜ ድማ እቲ ናህሩ ብምውሳኽ፡ ኣብ ከባቢ ዓሰርተ ሓሙሽተ ዓመት ዕድመአን ኣብ ዝረግጻሉ፡ እቲ ቁጽሪ ዕጽፊ ናይ ደቂተባዕትዮ ይኸውን።

ቀንዲ ምኽንያታት ናይ ጀንደር ጋፕ ኣብ መንጎ ብጹሓን ደቀንስትዮን ደቂተባዕትዮን ጌና ዓሚቝ ክትዓትን ምርምራትን ዝግበረሉ ዘሎ ጉዳይ'ኳ እንተኾነ፡ ብሓፈሻ ዕድመ ብጽሕና፡ ደቀንስትዮ፡ ኣካላውን ስነ-ኣእምሮኣውን ለውጢ ዘርእያሉ ከም ምኻኑ መጠን፡ እቲ ዕድመ ናብዚ ተኣፋፍነት ብዝያዳ ከም ዘውፍዮን ዝሰሕቶ የለን።

ብስነ-ኣእምሮኣዊ መርገጺ፡ እንተደኣ ርኢናዮ፡ ኣብ ግዚያት ብጽሕና፡ ጓለንስተይቲ፡ ምስ ዓበይቲ ናይ ህይወት ብደሆታት እትፋጠጠሉን ዝተፈላለዩ ጸቕጥታትን ኣቓዛንትን ፍጻመታት ዘጋጥምዋን ግዚያት እዩም። ኣብዞም ዓመታት፡ ጓለንስተይቲ፡ ኣብ መንጎ ትምህርቲ፡ ስራሕ፡ ሓዳር፡ ሕርስን ጥንስን ከምኡ'ውን ቁልዑ ምዕባይ እትቃቐረሉ ዓመታት'ውን ስለዝኾኑ። እዞም ለውጥታት እዚኣቶም ድማ እዮም፡ ብቐለሉ ብወጥርን ጸቕጥታትን ከም እትጥቃዕ ዝገብሩዋ።

ሽሕ'ኳ ደቀንስትዮ ካብ ግዜ ብጽሕነኣን ንንየ ኣብ ዘሎ ምሉእ ዕድመ ህይወተን፡ ልዕሊ ደቂ ተባዕትዮ በዚ ተርእዮ ዝሳቐያ እንተኾና፡ ከምቲ ልዕል ኢሉ፡ ኣብ መእተዊ ተጠቒሱ ዘርከብ ግና፡ ብፍላይ ኣብ ግዚያት ጥንስን ሕርስን፡ እቶም ብዝለዓለ ደረጃ፡ እዞም ተርእዮታት ዝረኣዩሎም ዕድመ ህይወታ እዮም።

ኣብ ርእሲ'ዚ ሰሚናታዊ ምቅይያራት ኣብ ግዜያት ጥንስን ሕርስን'ውን፡ መስርሕ ፍርያምነት ዘጠቓልል ሃንደበታዊ ናይ ሆርሞናዊ ምቅይያራት ስለ ዝኸሰቱ፡ ብዝያዳ በዚ ተርእዮ ከም እትጥቃዕ ይገብሩ። ኣብ ነፍሲ ወከፍ ወርሒ፡ ጓለንስተይቲ ወርሓዊ ጽግያታ ምስ ወደኣት፡ ምቅይያር ናይ ሆርሞናት መስርሓት እያ እተካይድ። ኣብ ግዜ ሕርስን ጥንስን'ውን ከምኡ። እዚ ስነ-ኣእምሮኣውን ሆርሞናዊ ፍጻመታትን'ምበኣር ንደቀንስትዮ፡ ልዕሊ ማንም ግዜ ዝያዳ ንነውጽን ወጥርታትን ተኣፈፍቲ ይገብረን።

እዚ ብሰንኪ ባህሊ፡ እምነትን ኣረኣእያን ከምኡ'ውን ሆርሞናዊ ምቅይያራት ዝኸሰት ወጥሪ ኣብ ልዕሊ ደቀንስትዮ፡ ብኣልማማ ኣብ ኩለን ደቀንስትዮ ደዩ ዝረአ፡ ንጹር ኣይኮነን። ዘይረኣየን ብዙሓት ደቀንስትዮ'ውን ክህልዋ ይኽእላ እየን። የግዳስ መብዝሕተን ደቀንስትዮ፡ እዚ ተርእዮ'ዚ ዘይፍለጥን ዘይፍወስን ኮይኑ'ዩ ዝስመዐን። እቲ ሓቂ ግን ከም ኩሉ ሕማማትን ተርእዮታት ጥዕናን ክፍወስ ዝኽእል እዩ።

ናብ ፍጹምነት ዝመርሑና ዘይፍጹምነታት

ኩሉ ሰብ ጎደሎ እዩ። ሰብ ኴንካ ፍጹም ዝበሃል ነገር የለን። ዓለም ከኣ ጎደሎታት ኴንና፡ ወዲቕና እንትንስእ፡ ተጋጊና እንእረም፡ ትሒትና እንልዕል፡ ተመላሊስና እንዕብር... ብምኻንና እዩ መቐረታ። የግዳስ ኩሉ ኣብ ከባቢና ዘርከብ ፍጡር ግዲ ይጸልወና ኮይኑ፡ ንተፈጥሮኣዊ ዘይፍጹምነታትና ረሲዕና፡ ኩሉ ምንቅስቓሳትና ናብ ፍጹምነት ኣቕኒዕና ክንገርግ ኢና እንጽዕር። ካብ ጌጋ ውድቀታት፡ ሽግራ-መከራ፡ ንብዓተ-ብኽያት...፡ ንሓዋሩ ክንርሕቕ ዘይተኣደነ ጻዕርታት ንካይድ። እቶም ለባማት ሰባት ግና፡ እዞም ዝርዝራት ናብ ፍጹምነት ዘምርሑና ምኻኖም'ዮም ወትሩ ዝምህሩና።

ንእንታይነትና ምቕባልን ብእንታይነትና ሕጉሳት ምኻንን ናብ ዝደለናዮ ክንበጽሕን ዝደለናዮ ክንፍጽምን ዘኽእለና ብሉጽ መንገዲ እዩ። ስለዝኾነ፡ ኣብ ህይወትና ክንዝብሮ እንኽእል ኢና ዝበልናዮም ነገራት ክንፍጽም ተበጊሕ ምውሳድን እናተሓገዝናን ግን ከኣ ግቡእ ኑቡሱ ምቁጽጻር እናገበርና ምፍጻሙ'ዩ ናብ ዓወት ዘብጽሓና ይብሉ'ዮም ሰብ ተመክሮ። ነገራት ዋላ ክሳዕ ክንድኡ ቀምጎሮርናታትን ዕዙባትን ይኹኑ፡ ኩሉ ግዜ እሱራት ገጻትና ንኻልእ ማሕበራዊ ህይወት ግዜ ዘይንህብን ክንከውን ኣይግባእን።

ብዙሕ ግዜ ኣብ ከባቢናን ማዕዶን ዝለዉ ሰባት እናኣቋመትና፡ ዝለና ዕቑር ሃብቲ እናኣነኣእስና እናኣቋናጸብና፡ "ከም ኩሶቶ ነይረ እንተዝኸውን፡ ኩሶቶ ዘለዎ እንተዝህልወኒ..." እናበልና ኣብ ናይ ሕልሚ ዓለም እናበርና ንሓቀኛ ህይወትና ከርሒቓ ኢና እንረኣ። ምኽንያቱ ኣብ ጥቓና ዝርከቡ ሰባት፡ ከምቲ ንሶም ዝገብሩዎ ብዘይ ምግባርና፡ ከምቲ ዝደልዩዎ ብዘይ ምኻንና ብትርኢትና ኣኩዳድናናን ከይፈርዱናን ከይርሕቑናን ስለ እንፈርሕ።

ንፍሉይነትና ከም ክሳራን ዘፍርሕን ትዕድልቲ'ምበር፡ ከም ጸጋን ብሉጽነትን ገርና ኣይንርእዮን። እቲ ቀዳማይ ሕጊ ኣብ ዓለም ይብሉ ሰብ ቀለም፡ "ዘኸኣ ሕብረተሰብ ይኹን ውልቀሰብ፡ ፍሉይ ክኸውን ኣለዎ" ዝብል ምኻኑ እዩም ዝጠቕሱ። ስለዚ ድማ እዮም ወትሩ ፍሉያት፡ ኣረ እንሓንሳእ'ሲ ብዙሃትኽእለና መጠን ፍሉያት ክንከውን'የም ዝምዕዱ። ምኽንያቱ ንፍሉይነትና ምስ እነለለ ጥራይ ኢና ንኹሉ ርእስናን ዓለምናን ተኣምር ከርኢ እንኽእል።

ካብ ዘይፍጹምነታት ርሒቕና ናብ ፍጹምነት ክንበጽሕ ዘይከኣል ጻዕሪ እዩ። ከይንጋገ እንተደኣ ንፈርሕ ኴንና ፍጹም ክንመሃር ኮነ ክንምዕብል ኣይንኽእልን ኢና። እቲ ዝበለጸ ትምህርቲ ካብ ተመክሮ ጌጋታት ስለዝመጽእ። ሽ. ሓቂ እንተደኣ ዘይንኣምኖ ኴንና፡ ናብቲ ዕረ ከይጠዓመ ወትሩ መዓር ጥራይ ዝምንዝብ ሰብ ኬድና፡ ማዕረ ክንደይ ሕጉስ ምኻኑን ዘይምኻኑን ሓቲትና ካብ መልሱ ከረጋግጽ ንኽእል ኢና። ክንፈትዎምን ክንትግብሮምን ሓሲብናን ሓሊንናን ዘይንፈልጥ ነገራት ክንፍጽሞም ብምብጋስናን ብምፍጻምናን ጥራይ ኢና ናብ ዓወት እንበጽሕ። ከይፈተንና ከኣ ምንም ክንፈልጥ ኣይንኽእልን።

እቶም ለባማት ዝበልናዮም ሰባት፡ ብዛዕባ ማዕዳ ኣመልኪቶም ክዛረቡ እንከለዉ፡ ንንብረ ርእሶም'ውን ሓዊሶም፡ ንሕና ደቂ ሰብ ንማዕዳ ክንህብ'ምበር ክንቕበሎ ብዙሕ ከምዘይንፈቱ እዮም ዝምህሩ። ቀጺሎም ግን ንኣገዳስነት ማዕዳን ጉድኣታቱን ብምትኻር፡ "ንማዕዳ ሰባት ንስማዕ ግን ከኣ ኣብዚሕና ኣይንወሰድ" ይብሉ። እቲ ምንታይ'ሲ እንተበዚሑ ናይ ገዛእ ርእስና ድሌታትን ውሳኔታትን ክንስርቕ ስለ እንኽእል።

ኩልና፡ ሎሚ ካብ ትማሊ ዝበለጽናን ዝሓሸናን ክንከውን ኢና እንጽዕር። ሰብ ኣብ ነፍሲ ወከፍ ካልኢት እንተደኣ ዘይተለዋጢ ስለ ዘይዓቢ፡ ብዘይ ሓደ ኣብር ኩሉ ግዜ ብሉጻት ኴንና ክንነብር ምፍታን ከኣ'ዩ ዝቐትለና። ቃንዛታትናን ዘይምቹእነታትናን ነውሒዶም ደኣ'ምበር ሓኺኽና ክንፈጥር ኣይንኽእልን። ዋላ'ኳ ዕልል እናበልናን ከበሮ እናደሰቕናን ክንቕበሎም ኣለና እንተዘይበልና፡ ሳላኦም ስለ እንምኩርን እንመሃርን'ሲ ብምህላዎም ጽቡቕ ክስመዓና'ዩ ዝግባእ።

"ህይወት ክትነብር'ምበር ክትፍራሕ የብላን" ክበሃል ብዙሕ ግዜ ሰሚዕና ኣለና። ፍርሒ ካብ ምንባር ዝዓግተና'ኳ እንተዘይኮነ፡ ብኽንቱን ሰንፈላልን ከም እነጥፍኣ ግን ይገብረና። ኣክንዲ ንኹብር ንኽንኹብር ኣብ ምቅርራብ ጥራይ ዕምርና ይሓልፍ። ኣለኹ እናበልና፡ ነገራት ኣብ ዝገበኦም ግዜ ኣብ ክንዲ ምፍጻም፡ ሓደ መዓልቲ ክንፍጽመሉ ብዘኽእለና ሓይልን ዓቕምን ከም ዘሃደመና ብምፍላጥ ንጠዓስ።

እምበኣርከስ ህይወት ከም ወርቂ ብሓዊ ከይተፈተነት ከምዘይተብለጭልጭ ርኢና ኣለና። ቡቃ፡ ልክዕ ከምቶም ኣብ መቐመጢኦም ጥቦ ተሰሪዖም ከም እንረኽቦም ሕብርታት። ካብቶም ሕብርታት፡ ዘይንፈትዎ ሕብሪ ወይ ባህ ዘይብለና ክህሉ ይኽእል እዩ። ብዘይ'ቲ ሕብሪ ግና ምሉእ ስእሊ ክንፈጥር ኣይንኽእልን። ህይወትና ብዞም ዘይፍጹምነታትና'ያ ዝያዳ ፍጽምቲ ክትከውን ትኽእል።

ብሉጻት ሓሳባት

- ኣብ ዓለም ዝኸሰቱ ውድቀታት፡ ብኽልተ መንገድታት እዮም። ከይሓሰብካ ምትግባርን ሓሲብካ ብዘይ ግብርን።
- ኣብ ዓለም ክልተ ዓይነት ሰባት ኣለዉ። ስም ሰባት ዝዘክሩን ስሞም ብሰባት ዝዝከርን።
- እወን (ሕራይ) ኣይፋልን እተን ነዊሕ ምሕሳብ ዘድልየን ዝሓጸራ ቃላት እየን። እቲ ዝጠዘለ ኣብ ህይወት ዘጋጥም ሽግራት ከኣ ቀልጢፍካ እወ(ሕራይ) ምባልን ደንጉኻ ኣይፋልን ብምባልን ዝኸሰቱ እዮም።
- እዛ ዓለምና ብዙሕ ትሳቐ ዘላ ብኽፉኣትን ጭቁና ክፉኣት ሰባት ዘይኮነትስ ብሸቕታ ብሉጻትን ለባማትን ሰባት እያ።
- ኩሉ ግዜ ሕጉሳት ኴንና ክንነብር እንተደኣ ደሊና፡ ንሎሚ ከም ናይ መጀመርያ ግዜ ገርና ክንወስዳ'ዩ ዘለና። ክንዕወት እንተደኣ ደሊና ግና ንሎሚ ከም ናይ መጠረሽታ ግዜ ገርና ክንሓስባ'ዩ ዘለና።
- እስከ ጽቡቕ ገርና ንሕሰብ...፡ ርእይቶታት ሰባት ልክዕ ከም ሰዓት ናይ ኢድ እዮም። ናይ ኩሉ ሰብ ዝተፈላለየ ግዜ የመልክታ። ግን ኩሉ ሰብ እቲ ናቱ ቅኑዕ ገይሩ ይወስዶ።
- ንህይወት ብሕጉሳትን ዘይሕጉሳትን መንገዲ ምሕላፍ "ክፋል ህይወት'ዩ" እዩ ዝበሃል። ንኹሎም ከም ኣመጻጽኣኦም ምብዳህ ግና፡ "ጥበብ ህይወት" ይበሃል።

* * *

ሕብራዊት ብርዒ

ሃብቶም ኢዮብ

ለውጢ ብኸመይ ይኸሰት

ኣብ ዝሓለፈ ክፋል፡ ‘ለውጢ ብኸመይ ይኸሰት’ ኣብ ዝብል ኣርእስትና፡ ለውጢ ብመንጽር ስነ-ኣቀባብሊያዊ ብዙሕነትን ስነ-ኣእምሮን ከመይ ይመስል ኣዝኒብና። ሎሚ ድማ፡ “ለውጢ ብኸመይ ይኸሰት?” ንዝብል ዛዕባ ብመንጽር ፍልስፍናን ታሪኽን ክንርእዮ ኢና።

ለውጢ ብመንጽር ፍልስፍና-

ዓውዲ ፍልስፍና ነዚ ሕቶ'ዚ ንኸምልስ ብሰለስተ ኩርነዓት ይኸትት። ንሳቶም ከኣ መጐታዊ ምኽንያት (dialectical reasoning)፡ ጥምዘዛ ሓቂ (falsification)፡ ብዙሓዊ ተገንዝቦ እዮም።

1. መጐታዊ ምኽንያት-

ብመንጽር እዚ መጐታውነት'ዚ፡ ካብ ክልተ ተጻረርቲ ወይ ንሓድሕዶም ዝጋጨው ክልተ ሓሳባት ሓደ ካብ ክልቲኦም ዝበልጽ ሓድሽ ሓሳብ ይፍጠር። እዚ ኣመለኻኽታ'ዚ ሶቅራጦስ ይጥቀመሉ ከም ዝነበረ ዝፍለጥ እኳ እንተኾኑ፡ ብመልክዕ ጥሩፍ ክልሰ ሓሳብ ዝሰረዖ ጆርጅ ሄገል'ዩ። ካርል ማርክስ ድማ ገለ ለውጥታት ብምትእትታው ብናቱ መገዲ ኣርዓሞ። ካብዚ ተበጊሱ፡ “ታሪኻዊ ለውጢ ኣብ ውሽጢ ሕብረተሰብ ብዝፍጠሩ ተጻረርቲ ማሕበራዊ ኩነታት ዝፍጠር መጐታዊ ምዕባለ'ዩ” ከም ዝበለ ይንገረሉ። በርትራንድ ራሰል ግን መጐታዊ ምኽንያት ብደረጃ ሓሳባት ንኽዝረብ እምበር፡ ሓድሽ ክውንነት ወይ ሓድሽ ሓቂ ንኽድህስስ ከም ዘይጠቅም ይምጉት።

ሕብረተሰባት ንሓድሕዶም ብዝፈጥርዎ ርክባትን ሸው ዝፍጠር ረብሓ ዘንቀሎ ግጭትን፡ ታሪኻዊ ለውጢ ከም ዝፈጥር'ዩ እዚ ጨንፈር ፍልስፍና ዝገልጽ።

2. ጥምዘዛ ሓቂ-

ካርል ኦፐር ሓደ ካብቶም ነዚ ኣቐዲምና ዝረኣናዮ መጐታዊ ኣገባብ ትንታነ ዝቃወሙ ሰባት'ዩ። ብኣበሃህላ ኦፐር ፍልጠት ተመኩሮ ብምእካብ'ዩ ዝመሓላለፍ። ንኣብነት ኩሉም ኳኻት ጸለም ሕብሪ ኣለዎም። ብኣጋጣሚ ግን ሓደ ጸዕዳ ኳኽ እንተተረኺቡ እቲ ኣቐዲሞም ዝተገልጸ ኳኻት ጸለም ሕብሪ ከም ዘለዎም ዝገልጽ ሓሳብ፡ ይጥምዘዘ ፍሩስ ይኸውን። ስለዚ ኸኣ ኣብ ሕብሪ ናይ ኳኻት ዝበረና ኣረዳድኣ ይልወጥ። እዚ ሓሳብ ሓቂ ብምጥምዛዝ ለውጢ ይፍጠር ዝብል እምንቶ ኣለዎ።

3. ተገንዝቦኣዊ ፍልልይ-

ንሓደ ነገር ብሓደ ኩርናዕ ክትርእዮ እንከለኻ፡ ብሉጽ ወይ ጠቓሚ ክኸውን ይኽእል። ብኻልእ ኩርናዕ እንተርኢኻዮ ግን ሃሳይነት ዘለዎ ወይ ዘይቅቡል ናይ ምዃን ዕድል ኣይሰኣኖን። ሎሚ ሎሚ ፍልጠት ዝበዝሐ ኣምር ኣሻማዊ እናኾነ ዝመጽእ ዘሎ ይመስል። ሰብ ነቲ ዝደልዮ ዕላማዊ ወይ ግላዊ ረብሓኡ ንምትግባር ዝጠቕሞ ፍልጠት ‘ናይ ብሓቂ ጽኑዕ፡ ርጉጻዊ ፍልጠት’ ክብሎ ይኽእል ይኸውን። ብኣንጻሩ ካልኦት ድማ ብኻልእ ኩርናዕ ትንታነ ስለዝጥምትዎ ይጸግዑ። እዚ ኣተሓሳስባ'ዚ ኣብ ጽሑፋት፡ ቋንቋ፡ ምልክታት፡ ትርጉም ሓሳባትን እቲ ሓሳባት ዘለዎ ማሕበራዊ ትርጉምን ኣኻራኻርነቱን ልዑል እናኾነ መጺኡ።

ንኣብነት ኣብ ሓደ ከባቢ ዕመር ጫካ ኣሎ ንበል። እዚ ጫካ ንስነ-ህይወታዊ ብዙሕነትን ንኡራዊምን ኣገዳሲ ክኸውን ይኽእል። ኣብቲ ከባቢ ሕጽረት ዝሕረስ ቦታ ወይ ሕጽረት ኣባይቲ እንድሕሪ ሃልዩ ግን፡ ኣገዳስነቱ ትሑት ክኸውን ይኽእል። ብኻልእ ኣበሃህላ ሓደ ኩነት ወይ ነገር ናቱ ፍሉይ ትርጉም ዘይቡኑ ዘለዎ ኣመለኻኽታና'ዩ ዝውስኖ። ኣመለኻኽታ ሰባት ካብ ግዜ ናብ ግዜ ወይ ካብ ወለዶ ናብ ወለዶ ስለዝቕያየር ከኣ፡ ለውጢ ክኸሰት ግድን ይኸውን። እዚ ለውጢ እዚ ሰባት ናይ ምግምዛብ ክእለቶም ስለዝለወጡ እዩ ዝመጽእ።

ለውጢ ብመንጽር ታሪኽ-

ታሪኽ ‘ብዛዕባ ሕሉፍ ፍጻመታት ዝዋገር ዓውዲ’ ዝብል ኣገላልጻ እቲ ዝሓጸረ ንዝኸውን ኩሉ ዕድመ ርዱእ ዝኸውን ኣተረጓጉማ ዓውዲ ታሪኽ'ዩ። ተመራመርቲ ታሪኽ ብዛዕባ ሕሉፍ ‘እንታይ ተፈጺሙ’ ጥራይ ኣይኮኑን ዘጽንዑ። ሓደ ፍጻመ ስለምንታይን ብኸመይን ተፈጺሙ ብሰፊሕነትን ዕሙቕትን ይምርምሩን ይትንትኑን። ስለዚ ድማ ‘ታሪኽ ጠንቂ ፍጻመታት ዘጽንዕ ዓውዲ'ዩ” ዝብል ኣበሃህላ ቅቡል'ዩ።

“ለውጢ ብኸመይ ይኸሰት?” ዝብል ሕቶ፡ ሕልፈ ዝኾኑ ሓሳባቱ ተመራመርቲ ታሪኽ'ዩም ክምልስዎ ዝፍትኑ። ምኽንያቱ ኣብ መንነ ለውጥን ቀጻልነት ስልጣኔታትን ዘርኢ ወዲ-ሰብን ካልኦት ፍጡራትን ዘሎ ዝምድና ምፍላጥ የገድሶም'ዩ። ተመራመርቲ ታሪኽ ክስተት ለውጢ ብኸመይ የጽንዕዎ?

1. ቀለስቲ ሰባትን ቅርጺታትን

ካብ ጥንቲ ክሳብ ዝሓለፈ ክፍለ ዘመን፡ ታሪኽ፡ ዓቢ ስም ብዘለዎም ወይ ከኣ ብጀግንነትን መሳፍንትን ዝኣመሰሉ ጸለውቲ ሰባት'ዩ ዝቕለስ ነይሩ። እዞም ጸለውቲ ሰባት ጠንቂ ወይ ፈጠርቲ ታሪኽ ተባሂሎም ይፍለጡ። ወታሃደራውን ካልእ ፖለቲካዊ ለውጥን ‘ኣብ ግዜ እከለ (ንኣብነት ኣብ ግዜ ሃምራቢ) ዝተፈጸመ’ እናተባህለ ይጽሓፍ። እቲ ታሪኽ ብስም እቶም ውልቀ ሰባት ወይ ንዕኦም ማእከል ገይሩ ይጽሓፍ። ንሳቶም ከም ደላዮም ገይሮም ይሰነድዎ'ዮም። ንኣብነት ዊንስተን ቸርቺል ናይ ዓዲ እንግሊዝ ንዝበሶ “ዕድለኛ” ኢልዋ ነይሩ። ምኽንያቱ ንታሪኽ ከምቲ ዝጠዓሞ ገይሩ ክሰንዶ ስለዝኸኣለ።

ብኣንጻር ናይዚ ንቐለስቲ ዝኾኑ ውልቀ ሰባት ማእከል ገይሩ ታሪኽ ዝገልጽ ኣረኣእያ ‘ጠንቂ ታሪኻዊ ለውጢ ብቐለስቲ ሰባት ዘይኮኑ፡ ኣብ ቀጠባን ማሕበራዊ ቅርጻን ብዝፍጠር ለውጢ'ዩ ዝኸሰት” ዝብል ኣተሓሳስባታት ኣሎ። ንኣብነት ሓንቲ ሃገር ብኢንዱስትሪ እናማዕበለት ምስ እትኸይድ እቶም ወሰንቲ ዓበይቲ ትካላትን ርእሱማልን ዝኾኑ ሰባት ኣብቲ ሕብረተሰብ ጸለውቲ ይኾኑ። ንሕጊ ቀረጽን ካልእ ፖለሲታትን ድማ ንረብሓታቶም ብዝጥዕም ኣገባብ ከም ዝኸውን ይገብርዎ። እዚ ዝተገልጸ ሓሳብ ‘ሕብረተሰብ ካብ ብሓሳባት ብዝገራዊ ትሕዝቶ'ዩ ዝጽሎን ዝልወጥን’ ካብ ዝብል ሓሳብ ናይ ካርል ማርክስ ዝሰረጸ'ዩ።

2. ደርብታትን ማሕበራውያን ሓይልታትን

እዚ ኣቐድም ኣቢሉ ዝተገልጸ ማርክሳዊ ሓሳብ ‘ታሪኽ ኣብ ሕብረተሰብ ደርባዊ ለውጢ ምስ ዝመጽእ ይቕየር’ ብምባል እውን ክትርጎም ይኽእል'ዩ። እዚ ሓሳብ ንምብራህ ካብ ዝቐርቡ ኣብነታት ሓደ፡ ናይ 1848 ሰውራ ፈረንሳ'ዩ። “እቲ ሰውራ ዘይተዓወተሉ ምኽንያት” ይብሉ ደገፍቲ እዚ ማርክሳዊ ሓሳብ፡ “እቶም ጉይቶት መሬትን ሰብ ርእሱማልን ነቶም ኣብ ትሑት ደርባዊ ደረጃ ዝነበሩ ንምጭፍላቕ ስለዝተሓብሩ'ዩ።

ከም ናይ ደቂ-ኣንስትዮ፡ ናይ መንእሰያትን ካልኦት ማሕበራውያን ሓይልታትን ምቛምን ምፍራስን፡ ምሕያልን ምድኻምን ኣብ ሕብረተሰብ ታሪኻዊ ለውጢ ይፈጥር።

3. ውሽጣውን ግዳማውን ጠንቅታት

ተመራመርቲ ታሪኽ ንሓደ ክጽንዕዎ ዝደልዩ ታሪኻዊ ፍጻመ ናይ ከተማ፡ ዓዲ፡ ሃገር ይኹን ግዝኣት ጠንቂ ለውጢ ግዳማዊ ደዩ ወይስ ውሽጣዊ ምፍላጥ ምሕር ይግደሱ። ኤድዋርድ ጊቦ ዝተባህለ ሰብ ንኣብነት ጠንቂ ውድቀት ሮማዊ ግዝኣት ዝበሎም ነጥብታት ጠቒሱ ነይሩ። “ዘዩቋርጽ ተጻብኦ ባርባራውያን” ይብል ንሱ “ሓደ ካብቶም ንግዝኣት ሮማ ናብ ውድቀት ዘምርሕዎ ግዳማውያን ጠንቅታት'ዮም።”

ግዝኣት ሮማ ሮማውያን ኣብ ሓድሕዶም ብዘተፈጥረ ኣብ ህልኽ ብዝተሰረተ ውሽጣዊ ውድድር'ውን ከም ዝወደቐ ይገልጽ'ዩ።

4. ዘገምታውን ሰውራውን

ኣብ ታሪኽ ዝኸሰቱ ለውጥታት ኣብ ሕብረተሰብን ማሕበራውያን ሓይልታቱ ደረጃ ብደረጃ፡ ቀስ ኢሉም ብዘገምታ ብዘኸስቱ ለውጥታት ይፍጸሙ'ዮም። ብኣንጻሩ ሃንደበት፡ ብቕልጡፍ ሰውራዊ መልክዕ ሒዞም ዝተኸስቱ ለውጥታት'ውን እልቢ የብሎምን። እዚ ሓሳብ ኣብ ታሪኽና ክንርእዮ ዝከኣል'ዩ። ምምሕዳር እንግሊዝ ወጺኡ ድሕሪ ብዙሕ ውረድ ደይብ ኤርትራ ምስ ኢትዮጵያ ብፌደረሽን ከም እትቕረን ተገይሩ። ሃይለስላሰ ግን ነቲ ፌደረሽን ስለዘይደለዮ ቀስ ብቐስ ንውዕላት ፌደረሽን ኣፍሪሶ። እዚ ንኽንዝብር ናይ ዓሰርተ ዓመታት ግዜ ወሲዱ። ኣብ መጠረሽታ ድማ ንኤርትራ ገቢጥዋ። እዚ ንኤርትራ ንምጉባጥ ዝወሰዶ ስጉምቲ ‘ዘገምታዊ’ ክበሃል ይከኣል።

5. ባህርያዊ ዑደት-

ገለ ተመራመርቲ ታሪኽ ድማ ከምቲ ወዲ-ሰብ ህጻን-መንእሰይ-ሽማግለ እናበለ ብማሰርሕ ለውጢ ዝሓልፍ ስልጣኔታት'ውን ክውለዱ፡ ክዕበዩን ክወድቁን ዝዕብር ባህርያዊ ዑደት እዩ” ይብሉ።

ዳግማይ ከይብድል ...

ሎሚ ዓመታት ንድሕሪት ተመሊሰ ክዝክር እንከለኹ፡ ሕሉፍ በደላተይ ኣብ ልዕሌኺ ይቕጀለኒ። ኣብዞን ብሓንሳብ ዝጸበርናየን እዋናት ማዕረ ክንደይ ከም ዘሳሰኹኺ፡ ክሳብ ንምንባር ንህይወትን ትጸልኢ ከም ዝገበርኩኺ እኣምን ኣሎኹ። ንኹሉ ቅንዕናኽን ንብዓትክን ዋጋ ከይሃብኩ ብንጽህና ልብኺ ተጻዊተ። ድሕሪ ሕጂ ንዘኽታ ዘይትኣምኒ ገይረኪ።

ግጹይ ክትርእዩ ከም ዘይትደልዩ ይፈልጥ'የ። ከምኡ እንተገበርኪ እውን ዘይግብኣኒ ኣይከኣን። ሓያል ክንሸኺ ድኹምቲ ክትመስሊ ከም ዝመረጽኪ ድሕሪ ዓመታት - ሎሚ ተሰዊጡኒ። ነቲ ዘቦላሸኽዎ ከዕርዮ ዝኽእል ኣይተረኽኩን።

ዋላ ናይ ሚኢቲ ዓመታት ዕድል'ውን ተዋሂበ ከዕርዮ ኣይክእልን እየ። ካባኺ ሓንቲ ነገር ጥራይ እየ ዝደሊ ዘሎኹ፤ ጸወዒት ይቕሬታይ ሰሚዕኪ ይቕረ ይኹንካ ክትብልኒ። ይቕረ ይኹንካ ምባል ካብ ድኹም ዘይኮነ ካብ ሓያል'ዩ ዝርከብ። ‘ይቕረ’ ንምባል እኹል ሓይሊ ከም ዘለኪ'የ ኸኣ ዝኣምን።

በቲ ሓደ ወገን ክሓስቦ እንከለኹ ተብዲልኪ ክንሸኺ ‘ጽገም የለን ይቕረ ይኹንካ’ ክትብልኒ ክኸብደኪ ይኽእል'ዩ። ይኹን'ምበር ከምቲ እንግሊዛዊ ጸሓፊ ዊልያም ብሌክ “ካብ ንፈታዊኻ ንጸላኢኻ ይቕረ ይኹንካ ክትብሎ ይቐልል” ዝበሎ ሕደግለይ። ‘ይቕረ ይኹንካ’ ምባል ከም ንእሱር ነጻ ከም ምልቃቕ ክውሰድ ዝከኣል'ዩ። ተመሊስኪ እንተ ኣስተዊዕልኪ እቲ እሱር ንሰኺ ኢኺ ስለዚ ንዓበስኺ ሓራ ኣውጽእኒ። ተመልከቲ እሞ ወላ ሸሕ ግዜ ንምንዛብ ጌጋ ንገበር ንዓበስና ካብ ምፍቃር ድሕር ኣይንብልን ኢና። ስለምታይ ደኣ ንኻልኦት ምስ ተጋጹ ምስ በደሉ ነዛ ክንርእየም ንጸልኦም? ምሽ ከም ንበሰይ'የ ዝርእየካ ትብልኒ ኔርኪ? ኣነ እየ ኣብ ቃለይ ዘይጸናዕኩ እምበር ንሸኺ ኣብ ቃልኪ ከም ዘሎኺ ካርክኒ ኢኺ። በዓኺ ወላ ዘይግብኣኒ ይኹን ከምታ ንዓበስኺ ምስ ኩሉ ጌጋታታ ተፍቅርያ ንዓይ'ውን ምስ ኩሉ ጌጋታተይ ዳግማይ ኣፍቅርኒ ኣይብለክን'የ። ሓንትስ ይቕሬታይ ጥራይ ተቐበሊ እምበር ካልእሲ ድሓን። ድሓር ከኣ ይቕሬታ ኣብ ግዚኡ እንተ ዘይተሓቲቱን ኣብ ግዚኡ ናይ ይቕረ ይኹንካ መልሲ እንተዘይ ረኺቡ ዝበደደ መጠየሲ ምዃኑ ይፈልጥ እየ። ስለዚ ናይ ትማልየይ ካብ ካልኣይ ጣዕሳ ኣድሕንኒ፡ ክርእየኪ እንከሎኹ ዘሾቑረር ኣነ ባዕለይ ይፈልጦ፡ ምናልባት ሓዘንክን ጓሂኽን ንሸዐኡ ነይሩ ይኸውን ናተይ ጣዕሳ ግን ክሳብ ብህይወት ዘሎኹ እዩ ሓደራኺ ካብዚ ዘሎኹዎ ዝኸፍአ ዓቕቲ ናይ ጸጸት ኣናግፍኒ።

ስለምታይ ኣይፈልጥን እየ ወሽጠይ ግን ከምቲ ናይ ቀደምካ ሎሚ ውን ሓንቲ ንገራ ይብለኒ ኣሎ። እሞ ንዓይ ኑቲ ዝሓለፈ ጥዑም ግዜ መዘከሪ ንዓኺ ከኣ ምናልባት ኑቲ ይኹንካ ክብል ደረቑ ዘሎ ልብኺ ቅሩብ መፀኪ እትኸውን ዛንታ ኽዕገረኪ።

ሾ በሊ ሓዚ! ሓደ እዋን ክልተ ኣዕሩኽ ነዊሕ ናይ ምድረበዳ መገሻ ስለዝነበሮም ብጎንፁ ተሰኣም ጉዕዞ ተተሓሕዞም። ክሳብ ኣጋ ፍርቂ መዓልቲ ምስ ተጓዕዙ ቅሩብ ክዕርፉ ናብ ጽላል ኣላገሱ። ንሓመድ ዱጉሪ የውጽኦ ዝረባ ዘረባ የምጽኦ ከም ዝበሃል ብዕላል ዕላል ዝጀመረ ዘረባ ናብ ነድሪ ዝተሓወሶ ቆየቛ ክዕርግ ግዜ ኣይወሰደን። ኣብ ርሱን ቖየቛ እናሃለዉ ሓደ ስምዒቱ ክቆጻጸር ስለዘይከኣለ ተሰኢኡ ኣላታን የብላን ገሰጦ። ገይሩ ኣብ መሬት ሰጥሖ። ንሓጺር ህሞት ዝረባ የለ ገለ የለ ተጠማሚቶም ኮይኖም እቲ ዝተሃርመ ካብቲ ዝወደቐ ብምትሳእ ሎሚ እቲ ኣዝዩ ዝፍቅሮ ዓርከይ ገሰጠ ገይሩ ሃሪሙኒ ክብል ኣብቲ ናይ ምድረበዳ ሑጻ ጸሓፈ። ጉዕዞኦም ብዘይ ዘረባ እናቐጸሉ ኣብ ኣጻድፍ ዝጠዝሐ ቦታ ምስ በጽሑ፡ ሃንደበት እቲ ዝተሃረመ ሽተት ኢሉ በቲ ሃው ዝበለ ገደል ክጸድፍ ክብል እቲ ሃራሚ ኣትሪፉ ስለዝሓዞ ካብ ሞት ንዋራ ኣምለጠ። ሽዕኡ'ውን እቲ ዝተሃርመ ካብ እቲ ሽተት ዝበሎ ብምትሳእ ሎሚ እቲ ኣዝዩ ዘፍቅሮ ዓርከይ ካብ ሞት ኣድሒኑኒ ክብል ቡታ ሒዝዎ ዝነበረ ካራ ኣብቲ ከውሒ ጸሓፈ። ካልኣዩ ነገራት ገሪምዎ “ዓንተቦይ ምስ ሃሪምኩኻ ኣብ ሑጻ ጽሒፍካ፡ ሕጂ ኸኣ ምስ ኣድሓንኩኻ ኣብ ከውሒ ጽሒፍካ፡ ከመይ ከመይ ነገሩ?” ክብል ሓተቶ። ተሃራሚ ትቕብል ኣቢሉ “ኣብ ሑጻ መጽሓፍየይ ንፋስ መጺኡ ነቲ ዝጸሓፍክዎ በዲልዎ ከም ዝወስዶ ስለዝፈልጥ እየ፡ እንተ ኣብ ከውሒ ምጽሓፈይ ግን ጸቡቕካ ዝኾነት እለት ነቢረ ኮይነ ክዝክር ስለ ዝደለኹ እየ። ኩሉ በደላትካ እቲ ንፋስ እዩ ደምሲስዎ ተመሊሰ'ውን ኣይዝክሮን እየ፡ እንተ እቲ ጸቡቕ ግብርኻ ግን ኣብ ከውሒ ጥራይ ዘይኮነ ኣብ ልበይ ተወቒሩ ተሪፉ ኣሎ፡ ” ክብል ልቢ ዝትንክፍ ቃላት ገለጸሉ። ሃራሚ ይቕሬታ ብምሕታቱ ከም ቀደሞም ዕርክነቶም ኣይልዓዲሎም ክኸዱ ቃል ተኣታትዮም እብሉኹ።

ናይ ትማልየይ ንሸኺ'ውን በደለይ ኣብ ሑጻ ናይ ልብኺ ጸሓፍዮ። ዋላ ውሑዳት ይኾና ነተን ሕሉፍ ጸቡቕ ግብረይ ዘኪርየን። ዓቢ ትምህርቲ ናይ ህይወት ኢኺ ምሂርክኒ። ንዘኸኣት ጓል ኣንስተይቲ ዳግማይ ከይብድል ምስ ንበሰይ ቃል ይኣቱ ኣሎኹ።

ኣያብል ቴድሮስ

ስፖርት

ኤርምያስ ገብረልዑል ermileul@gmail.com

ተሳተፍቲ ጋንታታት ዙር ኤርትራ 2017 ኣስመራ ኣትየን

ዙር ኤርትራ 2017፡ "ዙር ምሕዝነትን ብቕዓትን" ብዝብል ቴማ ካብ 15 ክሳብ 23 ሚያዝያ ክካየድ ምዃኑ ይፍለጥ። ኣብዚ ውድድር ዝሳተፋ ሃገራውያን ጋንታታትን ክለባትን ድማ ኣስመራ በጺሐን ኣንፈተን ናብ ከተማ ምጽዋዕ ንምግባር ይቀራረባ ምህላወን ሃገራዊ ፌደረሽን ቅድድም ብሽክለታ ኤርትራ ትማሊ ንጋዜጣ ሓዳስ ኤርትራ ኣፍሊጡ።

ከም ደቡብ ኣፍሪቃ፡ ኣሞረ ቪታን ባይክ ኤይድን ዝኣመሰላ ጋንታታት ድሮ ኣስመራ ብምእታው ኣብዚ ሳልስቲ'ዚ ኣብ ፍኹስ ዝበለ ልምምድ ተጸሚደን ምህላወን ይሕበር።

ዛጊት ሃገራዊ ፌደረሽን ቅድድም ብሽክለታ ኤርትራ፡ ከም ሃገራውያን ጋንታታት ሩዋንዳ፡ ሱዳንን ደቡብ ኣፍሪቃን ኣብዚ ውድድር'ዚ ክሳተፋ ምዃነን ከረጋግጽ እንከሎ፡ ሃገራዊት ጋንታ ኬንያ ድማ ናብ ሎሚ ኣብ ዘውግሕ ለይቲ (ጋዜጣ ንሕትመት ክሳብ ትበቅዕ ኣስመራ ኣይበጽሐትን) ኣስመራ ክትኣቱ ትጽቢት ከምዘሎ ኣፍሊጡ።

ብሓፈሻ ኣብዚ ውድድር'ዚ ምስ ሃገራዊት ጋንታ ኤርትራ ሓሙሽተ ጋንታታት ክህልዋ እየን። ብተወሳኺ፡ ብክለብ ደረጃ ኣስቤኮ፡ ኤሪተል፡ ሰምበል፡ ኣሞረ ቪታ፡ ግሎባልን ባይክ ኤይድን እውን ኣብዚ ውድድር'ዚ ክጽመዳ እየን።

ኣርባዕተ ዝተፈላለየ ውድድራት ዘለዎ 'ዙር ምሕዝነትን ብቕዓትን' 2017፡ ጽባሕ ብናይ ፈንቅል ኖርዘርን ሬድ ሲ ቻለንጅ ናይ ሓደ መዓልቲ ውድድር ክፍልም እዩ።

ኣብዚ ብዩሲኣይ ናይ 1.2 ደረጃ ዘለዎ ውድድር፡ ተቐዳደምቲ 110.84 ኪሎሜተር ክጓዓዙ እዮም።

ዝሓለፈ ዓመት ኣብ ዝተኻየደ ዙር ኤርትራ፡ መርሃዊ ጕይትኦም ንዙር ኤርትራ፡ ሚኪኤል ሃብቶም ንፈንቅል ቻለንጅ፡ ተስፎም ዑቕባማርያም ንማሳዋ ቸርኪቶ፡ ዮናስ ፍስሃየ ድማ ንኣስመራ ቸርኪቶ ከምዝተዓወቱሉ ይዝከር።

** ** **

ኤሲ ሚላን ተሸይጣ

ብሲልቭዮ በርልስኮኒ እትውነን ኢጣልያዊት ክለብ ኤሲ ሚላን ናብ ቻይናውያን ኣውፈርቲ ትማሊ ተሸይጣ።

ኣብ ትሕቲ ናይ ቅድም ቀዳማይ ሚኒስተር ኢጣልያ በርልስኮኒ ኣብ ዝጸበረትሉ እዋን 29 ዓበይቲ ጽዋእ ዘልዓለት ኤሲ ሚላን፡ ብ628 ሚልዮን ፓውንድ እያ ኣብ ኢድ ቻይናውያን ሰብ ጸጋ ዝኣተወት።

ካብ 1986 ብበርልስኮኒ ዝተወነነት ኤሲ ሚላን፡ ሸሞንተ ግዜ ተዓዋቲት ውድድር ሰሪኣ ክትከውን እንከላ፡ ሓሙሽተ ግዜ ድማ ዋንጫ ኤውሮጳ ኣልዒላ። ይኹን እምበር፡ ድሕሪ 2011 እታ ታሪኻዊት ጋንታ ዘውዲ ሰሪኣ ክትደፍእ ኣይከኣለትን። ኣብ ዝሓለፈ ሰለስተ ዓመታት ስፖርት ሻውዓይ፡ ዓሰራይን ሻመናይን ደረጃታት ውድድር ሰሪኣ ዝሓዘት ሚላን፡ ኣብዚ ሕጂ እዋን ሻዱሻይ ደረጃ ሒዛ ናይ ሰሪኣ ጸወታኣ ኣብ ምኪያድ ትርከብ። ሚላን ካብ መራሒት ጁቬ ናይ 20 ነጥቢ ጋግ ተነጺፋላ ኣሎ።

ብቐድሚ ትማሊ ምሸት

ኣብ ከተማ ሙኒክ ብልዕሊ ሓሙሽተ ሽሕ ኣኽበርቲ ጸጥታ እናተሓለወ ዝተኻየደ ግጥም እዩ። ኣብዚ ልዑል ናይ ጸጥታ ወጥሪ ዝሰበሮ ጸወታ ድማ እዩም እቶም ናይ ቅድም መሳርሕቲ ዝኾብሩ ዚኑዲን ዚዳንን ካርሎ ኣንቸሎቲን ፊት ንፊት ዝተራኸቡ - ልዑል ግምት ኣብ ዝተወሃቦ ግጥም ቀዳማይ እግሪ ርብዒ ፍጻመ ሻምፕዮንን ሊግ ኤውሮጳ ባየር ሙኒክ ምስ ሪያል ማድሪድ።

ኣብ ሜዳኣ ብደገፍታ ዝማሞቐት ባየር ሙኒክ መሪሕነት ናይቲ ጸወታ ንምጭባጥ 25 ደቓይቕ ጥራይ እዩ ወሲዱላ። ኣርትሮ ቪዳል ብዘሰኣደ ጥበብ ብርእሱ ዘቘጸራ ሸቶ፡ ንሪያል ማድሪድ ናብ ተወሳኺ ስራሕ ዘእተወት ፍጻመ ነይራ።

ንመስመር ምክልኻል ሪያል ማድሪድ ብተደጋጋሚ ዝፈተኑ ተጻወትቲ ባየር ሙኒክ፡ ኣብ ቀዳማይ እብረ ፍጹም ቅላዕ ረኺቡ። ኣቐዲሙ ሸቶ ብምምዝጋቡ ንደገፍቲ ጋንታኡ ብሓጎስ ዘሰራሰረ ኣርትሮ ቪዳል ንዝተዋህቦ ኵዕሶ ልዕሊ ወርወር ልዳት ሪያል ማድሪድ ብምስዳዱ ንደገፍቱ ኩምትር ኣበለ።

ኣብ ካልኣይ ፍርቂ፡ ተጻወትቲ ሪያል ማድሪድ ልዑል ጸብለልታ ጸወታ እዮም ኣርእዮም። ኣብ ውድድር ሻምፕዮንስ ሊግ ኤውሮጳ ሸቶ ካብ ዘየመዝግብ ልዕሊ ሸውዓተ ኣዋርሕ ዘቑጸረ ፖርቱጋላዊ ክርስትያኖ ሮናልዶ፡ ንክለቡ ብዓል ውዕሊታኣ ድማ ነበረ።

እቲ ፖርቱጋላዊ ተጻዋታይ ኣብ መበል 47 ደቒቕ ዘቑጸራ ሸቶ፡ ንሪያል ማድሪድ ምስ ባየር ሙኒክ ኩተመዓራርያ እንከላ፡ ናይ 659 ደቓይቕ ጸመ ልጓም ምምዝጋብ ሸቶ ናይቲ ተጻዋታይ ድማ ተፈትሐ።

ኣብ መበል 61 ደቒቕ ንሃቪ ማርቲነዝ ብቐይሕ ካርድ ዝኸሰረት ባየር ሙኒክ፡ ንዝተረፈ ጸወታኣ ብ10 ተጻወትቲ እያ ክትቅጽሎ ተገዲዳ። ኣብቲ ሓላዊ ልዳት ባየር ሙኒክ ኑዌር ኣብ ከቢድ ስራሕ ዝተሸመመሉን ብሉጽ ተጻዋታይ ናይቲ ግጥም ኮይኑ ዝምስየሉን ናይ ብቐድሚ ትማሊ ምሸት ጸወታ ኮኾብ ተጻዋታይ ሪያል ማድሪድ ሮናልዶ፡ ኣብ መበል 77 ደቒቕ ንዕኡን ንጋንታኡ ካልኣይቲ ሸቶ ብምቝጻር፡ ሪያል ማድሪድ 2ብ1 ክትዕወት ኣኽኣለ።

ድሕሪ እቲ ግጥም ኣሰልጣኒ ሪያል ማድሪድ ዚኑዲን ዚዳን፡ ተጻወትቱ ልዕሊ ክልተ ሸቶታት ናይ ምምዝጋብ ዕድል ከምዝነበሮም ክገልጽ እንከሎ ናብ ባየር ሙኒክ መዘናኡ ካርሎ ኣንቸሎቲ ድማ ኣብ ዝስዕብ ካልኣይ እግሪ ጋንታኡ ክትዕወት ዝከኣላ ከምእትጽዕር ኣፍሊጡ።

ኣብ ኤውሮጳዊ መድረኻት 143 ጸወታታት ዝኣየደ ሮናልዶ ንብዝሒ ሸቶታቱ 100 ብምብጻሕ፡ 118 ጸወታታት ዝኣየደ ቀንዲ መቐናቕንቱ ሊዮኔል መሲ ብሰለስተ ሸቶታት ይመርሖ ኣሎ። ካብዚ፡ ሮናልዶ ነተን 97 ሸቶታት ኣብ ውድድር ሻምፕዮንስ ሊግ ኤውሮጳ ዘቑጸረን እየን።

ኣብ ካልእ ጸወታ ናይ ብቐድሚ ትማሊ ምሸት፡ ኣትሌቲኮ ማድሪድ ነታ እንኮ ኣብ ውድድር ሻምፕዮንስ ሊግ ኤውሮጳ ሰሪራ እትርከብ እንግሊዛዊት ክለብ ሌስተር ሲቲ 1ብ0 ስዒራታ።

ዝመጽእ ክረምቲ ኣብ ዝኸፈት ናይ ምስግጋር ተጻወትቲ ወቕቲ ናብ ማንቸስተር ዩናይትድ ክሰጋገር ከምኽእል ብማዕከናት ዜና እስጳኛ ዝንገረሉ ዘሎ ኣንቶን ግሪዝማን ኣብ መበል 28 ደቒቕ ብፍጹም ቅላዕ ብዘቑጸራ እንኮ ሸቶ እያ ኣትሌቲኮ ማድሪድ 1ብ0 ክትዕወት ዝኸኣለት።

ንኣሰልጣኒኣ ክላውድ ራኔሪ ድሕሪ ምብራራ ዝሓሸ ወጽኢት ተመዝግብ ዘላ ሌስተር ሲቲ፡ ንካልእ እስጳኛዊት ክለብ ሰቪያ ብምስዓር እያ ንፈለማ ግዜኣ ኣብ ታሪኻ ናብዚ ናይ ርብዒ ፍጻመ ውድድር ሻምፕዮንስ ሊግ ኤውሮጳ ክትበጽሕ ዝኸኣለት። በዚ ድማ ሓያለ ተንተንቲ ኵዕሶ እግሪ ኣዚ ናይ ብቐድሚ ትማሊ ስዕረት ኣንጻራዊ መኣዝን ኩተትሕዞ ዓቕሚ ከምዘለዋ ኑቲ ምስ ሰቪያ ንዝተኻየደ ግጥም ምርከስ ብምግባር ይምጉቱ።

ኣብ ውድድር ዩሮ 2016 ብሉጽ ኣመዝጋቢ ኮይኑ ኑቲ ውድድር ዝፈጸመ ግሪዝማን፡ ኣብ ዝሓለፈ ትሸዓተ ጸወታታት ሻምፕዮንስ ሊግ ኤውሮጳ ክልተ ውዱኣት ኮዓሰሱ ንደቂ ጋንታኡ ከቐብል እንከሎ ሸሞንተ ሸቶታት ድማ ኣመዝጊቡ።

ብሓፈሻ ኣብዚ ዓመተ ስፖርት'ዚ መበል 43 ጸወታኡ ብቐድሚ ትማሊ ምሸት ዘካየደ ኣንቶን ግሪዝማን እታ ብቐድሚ ትማሊ ምሸት ንክለቡ ዘዐወተት ሸቶ መበል 24 ኮይና ተመዝጊባትሉ ኣላ።

እዚ ከምዚ'ሉ እንከሎ ናብ ብቐድሚ ትማሊ ዝተሰጋገረ ግጥም ቀዳማይ እግሪ ርብዒ ፍጻመ ሻምፕዮንስ ሊግ ኤውሮጳ ቦሩስያ ዶርትመንድን ሞናኮን ብዓወት ሞናኮ 3ብ2 ተዛዚሙ።

ክለብ ዶርትመንድ ድሕሪ 24 ሰዓታት መጥቃዕቲ ኣውቶብስ ጋንታኣ እዚ ግጥም ክካየድ ምስርዑ ኣዝዩ ከምዝቐጠዓ ብመገዲ ዓላሚኣ ቶማስ ቱቸልን ደገፍታን ናብ ማሕበር ኵዕሶ እግሪ ኤውሮጳ ገሊጻ ኣላ።

ኣብ መበል 19 ደቒቕ ምባፐ ብዘቑጸራ ሸቶ መሪሕነት ዝሓዘት ሞናኮ፡ ኣብ መበል 35 ደቒቕ ተጻዋታይ ዶርትመንድ በንደር ናብ ገዛ ልዳቱ ብዘመዝገባ ሸቶ 2ብ0 መራሓ እያ ኑቲ ግጥም ናብ ዕረፍቲ ኣቕኒዓቶ።

ኣብ ካልኣይ እብረ ዶርትመንድ ካብ ደምበለ ብዝረኸበታ ሸቶ ኑቲ ወጽኢት ናብ 2ብ1 ክትቕይሮ እንከላ፡ ምባፐ ድማ ኣብ መበል 79 ደቒቕ ንመሪሕነት ጋንታኡ እተደልድል ካልኣይቲ ሸቶ ኣመዝጊቡ።

ካጋዋ ኣብ መበል 84 ደቒቕ ንቦሩስያ ዶርትመንድ ዘቑጸራ ሸቶ፡ ኑቲ ወጽኢት ናብ 3ብ2 ክቕይሮ እኳ እንተኸኣለ፡ ንጋንታኡ ዶርትመንድ ግና ካብ ስዕረት ኩተናግፉ ኣይከኣለትን።

** ** **

ምልክታ

ዳሃብ ዳዊት - ቤተልሄም ታደሰ

ኮማዊ ቤት ፍርዲ ማይተመናይ ፖራዲዞ ጸጸራት

ወ/ሮ ኣበባ ሃይለ መዝገቡ፡ በዓል ቤተይ ኣቶ ገብረዝጋብሄር ወልደገርግሽ ገብራይ ስለዝሞተ፡ ንዓይ ናይ መጻምዲ መሰለይ ይተሓለወለይ፡ 8 ደቅና ድማ ወረስቲ ምዃኖም ይረጋገጸሎም ስለዝበላ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን11/5/17 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ኮማዊ ቤት ፍርዲ ኣኽርያ

ወ/ሮ ኑርያ ማሕፉዝ ዓብዱራሕማን፡ ካብ ወላዲተይ ወ/ሮ ኣስማ ዓጣ ዑቕባከድር ዝተገብረለይ ውህብቶ ይጽደቐለይ ስለዝበላ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን27/4/17 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ኮማዊ ቤት ፍርዲ ጻዕዳክርስትያን

ወ/ሮ እዝጋኣምን ደብረጼን ስለባ፡ በዓል ቤተይ ሃብታይ ማና ሃብተጼን ስለዝሞተ፡ ንዓይ ናይ መጻምዲ መሰለይ ይተሓለወለይ፡ 2 ደቅና ድማ ወረስቲ ምዃኖም ይረጋገጸሎም ስለዝበላ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን21/4/17 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ገብረኪዳን ጎይትኦም ነቲ ኣብ ዓዲ ድራር ዓይኒ ዘሎ 1 ክፍሊ ገዛ (መረባዕ፡ ባንዴሳ)፡ ምስ ካንሸልኡ (መካበብያኡ) ኣደይ ኣብ ቅድሚ 4 ሳምዕ ዝሃበትኒ ይጽደቐለይ ስለዝበላ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን19/4/17 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ኮማዊ ቤት ፍርዲ ኲዶዝብኦ

ከሳሲት ፍረወይኒ ዘርኣብሩኽ ሃብተሚካኤል ምስ ተጸዋዒ ኣቶ ተወልደ ሃይለ ገረመድህን ብባህልን ልምድን ሃገርና ኣብ 2015 ተመርዒና። እንተኾነ ግን እዚ ተጸዋዒ ካብ ጁባ መጺኡ ተመርዒዩኒ ምስ ከደ ኣይተመልሰን ንበይነይ ኣብታ ክራይ ገዛ ክነብር ስለዘይክእል፡ ተጸዋዒ ምስ ዝቐርብ ሓዳርና ክንቅጽል ምስ ዘይቀርብ ድማ ቤ/ፍ ዘመድ ሽማግለ መዚዙ ፍትሕ ክውሰነለይ ስለዝበለት፣ ተጸዋዒ ኣቶ ተወልደ ሃይለ ግደ ብኣካል ወይ ብሕጋዊ ወኪል፡ ን6/5/17 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ። ምስዘይቀርብ ኣብ ዘየለወሉ ጉዳዩ ክረአ ምዃኑ ነፍልጥ።

ኮማዊ ቤት ፍርዲ ማይነሃዩግ

ወ/ሮ መሓሪት ሰለሙን ገረመድህን፡ በዓል ቤተይ የማነ ፍሻለ ተፈሪ ስለዝተሰውአ፡ ንዓይ ናይ መጻምዲ መሰለይ ይተሓለወለይ፡ 5 ደቅና ድማ ወረስቲ ምዃኖም ይረጋገጸሎም ስለዝበላ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን16/5/17 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ኮማዊ ቤት ፍርዲ ማይጎድፍ

5 ዓመት ደሃይ ስለዘይገበረለይ፡ ብፍትሕ ክፈላለ ባዕሉ ወይ በዚ ጉዳይ ሕጋዊ ወኪሉ ተጸዊዑ ን30/4/17 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ኣቶ ኤፍሬም ሃብተ ተስፋሚካኤል፡ በዓልቲ ቤተይ ኣስማይት ሓደራ ሃይለ ስለዝተሰውአት፡ ንዓይ ናይ መጻምዲ መሰለይ ይተሓለወለይ፡ 1 ወድና ድማ ወራሲ ምዃኑ ይረጋገጸሉ ስለዝበሉ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን30/4/17 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ኮማዊ ቤት ፍርዲ ቅናፍና

ወ/ሮ ዑቕባማርያም ሞጎስ ተስፌናስ፡ በዓል ቤተይ ገብረኣብ ዑቕባንኪኤል ገብሩ ስለዝሞተ፡ ኣብ ዝንቀሳቐስ ኮነ ዘይንቀሳቐስ ንብረትን ከምኡ'ውን ኣብ ባንክ ዘሎ ንብረትን ወራሲት ምዃነይ ይረጋገጸለይ ስለዝበላ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን5/5/17 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ኮማዊ ቤት ፍርዲ ሓውሲ ከተማ ጋዴን

ኣቶ ወልደሃንስ ሞጎስ ጻዕደ፡ በዓልቲ ቤተይ ወ/ሮ ርግበ ሰለሙን ዓንደማርያም ስለዝሞተት፡ ንዓይ ናይ መጻምዲ መሰለይ ይተሓለወለይ፡ 3 ደቅና ድማ ኣብ ዝንቀሳቐስ ይኹን ዘይንቀሳቐስ ንብረት ወረስቲ ምዃኖም ይረጋገጸሎም ስለዝበላ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን25/4/17 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ኮማዊ ቤት ፍርዲ ዓዲ ዓጓ

ወ/ሮ ለምለም ሃይለ ወልደትንሳኤ፡ በዓል ቤተይ ተጋዳላይ ታደሰ ገብረገርግስ በርሀ ስለዝተሰውአ፡ ንዓይ ናይ መጻምዲ መሰለይ ይተሓለወለይ፡ 9 ደቅና ድማ ወረስቲ ምዃኖም ይረጋገጸሎም ስለዝበላ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን2/5/17 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ዞባ ሰሜናዊ ቀይሕ ባሕሪ ጊንዳዕ

ኣብ መንጎ ወ/ሮ ሃንሱ ገብረስላሰ ጋርዛ ብወኪላ ፋሲል ወልደጋብር ደስታን ተጸዋዕቲ 1.ኣይንኣለም ወልደጋብር +6 ዘሎ ጉዳይ፡ ተጸዋዕቲ ዝያዳ ወልደጋብር ደስታን ሃብቶም ወልደጋብር ደስታን ኣብ ቤ/ፍ ብዛዕባ ምቅሊት ገዛ ክሲ ቀሪቡ ስለዘሎ፡ ተጸዋዕቲ ብኣካል ወይ ብሕጋዊ ወኪል፡ ን8/5/17 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረቡ። እንተዘይቀሪብኩም ቤ/ፍ ጉዳይ ኣብ ዘየለኹምሉ ውሳነ ክህበሉ ምዃኑ ይሕብር።

ኮማዊ ቤት

ፊልም ሲንድረላ! ብምኽንያት በዓል ፋሲካ
ንጽባሕ ቀዳምን ሰንበትን
(ሚያዝያ 15,16)
ኣብ ሲነማ ኢምፔሮ!

ፍርዲ ኣቑርደት 01

ወ/ሮ ሳምራዊት ዑስማን ሳልሕ፡ ወላዲተይ ትርሓስ ወልደጼን ተስፋዝጊ ስለዝሞተት፡ ኣነ ጥራይ ወራሲት ምዃነይ ይረጋገጸለይ ስለዝበላ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን3/5/17 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ዞባ ተሰነይ

ጀማል ኣለማዮ ተሰማ ምባል ተሪፉ፡ እስቲፋኖስ ኣለማዮ ተሰማ ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለዝበለ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን2/5/17 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ሻምብቆ

ወ/ሮ ኣዛሚት ሃይለ ሃብተ፡ ስም ሰዉእ ኣቦይ ዕድሉ ሃይለ ሃብተ ምባል ተሪፉ፡ ሃይለ ሃብተ ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለዝበላ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን10/5/17 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ኮማዊ ቤት ፍርዲ ግርመ

ኣቶ ገረመድህን ማዓሾ፡ ኣቦይ ማዓሾ ገረዝግሄር ስለዝተሰውአ፡ ኣነ ጥራይ ወራሲ ምዃነይ ይረጋገጸለይ ስለዝበሉ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን26/4/17 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ኮማዊ ቤት ፍርዲ ተሰነይ ዞባ መስከረም

ሴም ሰለሙን ከበደ ብሞግዚቱ ወ/ሮ ኣረጋሽ ሓየሎም ተስፉ ኣቢሉ፡ ኣቦይ ሰለሙን ከበደ ሃብቶምን ኣደይ ሰናይት ዑቕባይ ተስፋዝጊን ስለዝተሰውኡ፡ ኣነ ጥራይ ወራሲ ምዃነይ ይረጋገጸለይ ስለዝበለ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን23/4/17 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ። እንተዘይቀሪብኩም ጉዳዮም ቤ/ፍ ክሪአ ምዃኑ ንሕብር።

Modka caffe

ብስራት ንኹልኹም ዓማዊል ሞድካ ካፌ
ሞድካ ካፌ ከም ወትሩ ዓማዊሉ ንምሕጓስ

ብምኽንያት በዓል ፋሲካ

ንሕጸ፡ ንመርዓ፡ ንዓመት ቈልዓ፡ ዝተፋላለዩ ኣጋጣሚታት ብርትዓዊ ዋጋ ብሉጽ ቶርታ ቀሪብልኩም ከምዘሎ ከበስረኩም ይፈቱ።

ኮማዊ ቤት ፍርዲ መንደፈራ

ወ/ሮ ለተኺዳን ተስፋብሩኽ ገብረስላሴ፡ በዓል ቤተይ ምሕረትኣብ ተኽለሃይማኖት ስለዝሞተ፡ ንዓይ ናይ መጻምዲ መሰለይ ይተሓለወለይ፡ 3 ደቅና ድማ ወረስቲ ምዃኖም ይረጋገጸሎም ስለዝበላ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን29/4/17 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ኮማዊ ቤት ፍርዲ ዓዲልገስ

ወ/ሮ ሸዊት በላይ ወ/ኣብዝጊ ምስ በዓል ቤተይ ኣቶ ግርማይ በርሀ ዓንደሚካኤል ብልምዲ ሃገር ተመርዒና 3 ቆልዑ ወሊድና። እንተኾነ ግን እዚ በዓል ቤተይ 4 ዓመት ጌሩ ፍጹም ደሃዩ ስለዘሰኣንኩ እንተሎ ይቕረብ።ብዝተረፈ ዘመድ ሽማግለታት ተመሪሑ ንክሰናበት ስለዝበላ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን20/4/17 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ወ/ሮ ኣዜብ ፍሻለ ገብሩ፡ ኣደይ ጽርሃ

ከሳሲት ወ/ሮ ተበርሀ ሃይለጽዮን ባህራም ምስ ተኸሳሲ በዓል ቤተይ ኣቶ ዘርእሰናይ ተስፉ ገረሱስ 5/2/2003 ሕጋዊ መውሰቦ ፈጺምና 2 ቆልዑ ወሊድና። እዚ ተኸሳሲ ከም በዓልቲ ቤቱ ክርእየኒ ስለዘይከኣለ፣ ተኸሳሲ ባዕሉ ወይ ወኪሉ፡ ን30/4/17 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ። እንተዘይቀሪቡ ኣብ ዘየለወሉ ክውሰን ከምዝኾነ ነፍልጥ።

ኮማዊ ቤት ፍርዲ ዝግፈት

ወ/ሮ ጸጋ ገብረሚካኤል ገብረዝጊ፡ በዓል ቤተይ ለኣከ ሓጎስ ኣጽበሃ ስለዝሞተ፡ ንዓይ ናይ መጻምዲ መሰለይ ይተሓለወለይ፡ 6 ደቅና ድማ ወረስቲ ምዃኖም ይረጋገጸሎም ስለዝበላ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን20/5/17 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ኮማዊ ቤት ፍርዲ ዳዕሮኩንዓት

ወ/ሮ ኤልሳ ወልደማርያም ኣማኑኤል፡ ተጸዋዒ ኣቶ ክብሮም ኣብርሃም ደስታ ንልዕሊ

ኢንዱስትሪ ዓለባ ኤርትራ ሓ.ዝ.ብ.ት
ዓቢ ምጉዳል ዋጋ

ብምኽንያት በዓል ትንሳኤ ካብ ዕለት 27/03/2017 ክሳብ 15/04/2017 ዝጸንሕ ኣብ ኩሎም ፍርያትና ክሳብ 35% ዝበጽሕ ዓቢ ምጉዳል ዋጋ ከምዝገበርና ነበስር!

ፍርያትና እንሸጠሉ ቦታ:

ኣብ ኣስመራ:- ኣብ ድኳን ትካል ጎደና ተጋደልቲ ፊት እንዳ ኖራ
ኣብ መንደፈራ:- ሩት ቡቲክ ጥቓ ጁራ ፍዮሪ
ኣብ ደቀምሓረ:- ፎዝያ ቡቲክ ጥቃ ዕዳጋ

ብተወሳኺ ንኩሉ ክልል ዕድመን ጾታን ዘገልግል ሓደስቲ ፍርያት ካናቴራ ፣ ናይ ቆልዑ ስረ ፣ ካምቻ ቀሪብናልኩም ኣለና!!
ሃየ ዝዕድል ተጠቐምሉ! ብዓይነት ፍርያትና፥ ምቑሉል ኣገልግሎትናን ርትዓዊ ዋጋን ክትዓግቡ ኢኹም!

ርሑስ በዓል ትንሳኤ
ቁ.ተሌፎን- 182967/186405 ኣስመራ

ምስጋና

ብመስዋእቲ ክቡር በዓል ቤተይ ገዲም ተጋዳላይ ዳዊት ኣርኣያ (ወዲ ቡርጅዋ) ዝተሰመዓና መሪር ሓዘን እናገለጽና፡ ኣብ እዋን ሃንደበታዊ ሕማሙ ኣብ ሆስፒታል ዱባይ ዝተደጋገፍኩምና ግዱሳት ፈተውቲ፡ ከምኡ'ውን ኣብ ሆስፒታላት ኣስመራ ክሳብ ግዜ ዕረፍቱ ብኹሉ ዓቕምኹም ዝሓገዝኩምና ሓካይምን ፈተውትን ግዜ ስነ-ስርዓት ቀብሩ ኣብ መቓብር ሓርበኛታት ተረኺብኩም ዘቃበርኩምና፡ ኣብ ግዜ ሓዘንና ኣብ መንበሪ ገዛና ብምምልላስ ዘጸናናዕኩምና፡ ከምኡ'ውን ወጻኢ ሃገር ብቴሌፎን ዘጸናናዕኩምና፡ ኩሉኹም ቤተሰብን ፈተውትን ሕሰም ኣይትርከቡ እናበልና ምስጋናና ነቕርብ።

በዓልቲ ቤቱ ተጋ/ት ገነት ስዩም
ምስ ሙሉኣት ስድራ-ቤት

ብሃንደበታዊ ሞት ብልቢ እንፈትዋን እነፍቅራን ክብርቲ በዓልቲ ቤተይ ወ/ሮ ምልእተ ገ/እዝጋብሄር ዝተሰመዓና መሪር ሓዘን እናገለጽና፡ ኣብ ውሽጥን ወጻእን ብኣካልን ብቴሌፎንን ክሳብ ቃኞብዳ ዘቃበርኩምናን ዘጸናናዕኩምናን ቤተሰብን ፈተውትን ነበርቲ ዓዲ ጓዕዳድን ሕሰም ኣይትርከቡ እናበልና ብልቢ ነመስግን።

በዓል ቤታ ኮንትራክተር ብርሃነ መንግስቱ
ምሉእ ስድራቤትን

ብሃንደበታዊ ሞት ዘፍቅሮ ክቡር በዓል ቤተይ ኣቶ ጊልዓድ ካሕሳይ መኮንን ዝተሰመዓኒ መሪር ሓዘን እናገለጽኩ፡ ክሳብ ደብሪ-ዓዲሓንሰ ብምኻድ ዘቃበርኩምናን ኣብ ገዛና ብኣካል ብምምልላስን ብቴለፎን ካብ ውሽጥን ወጻእን ዘጸናናዕኩምናን ቤተሰብን ፈተውትን ጎረባብትን መሳርሕቱን የቐንየልና ሕሰም ኣይትርከቡ እናበልና ሓዘንና ከምዝዓጸና ንገልጽ።

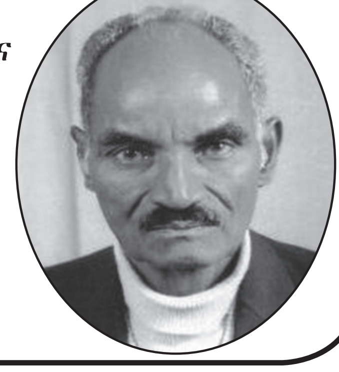
በዓልቲ ቤቱ ወ/ሮ ምስጋና ኣስመሮም
ምስ ምሉኣት ስድራቤት

ብሞት ኣዚና እነፍቅራ ጓልና ሱዛን ኣስመሮም ገብረማርያም ዝተሰማዓና መሪር ሓዘን እናገለጽና፡ ኣብ ግዜ ሕማማ ካብ ጎንና ዘይተፈለኹምን ኣብ መቓብር ጸጸራት ብምኻድ ዘቃበርኩምናን ኣብ ገዛና ብኣካል ብምምልላስን ብቴለፎን ካብ ውሽጥን ወጻእን ዘጸናናዕኩምናን ቤተሰብን ፈተውትን የቐንየልና ሕሰም ኣይትርከቡ እናበልና ሓዘንና ከም ዝዓጸና ንገልጽ።

ኣቦኣ ኣቶ ኣስመሮም ገብረማርያምን
ኣደኣ ወ/ሮ ሳራ በርሀ
ምስ ምሉኣት ስድራቤት

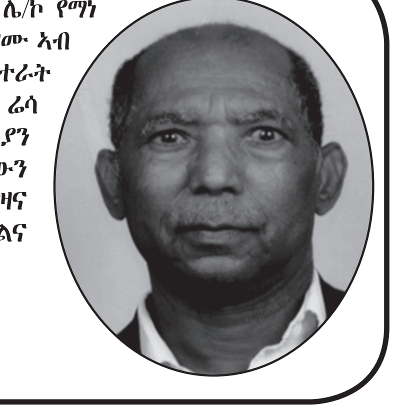
ብምኽንያት ሞት ክብርቲ በዓልቲ ቤተይ ወ/ሮ ንግስቲ ኣብርሃ ተድላ ዝተሰመዓና መሪር ሓዘን እናገለጽና፡ ኣብ ጊዜ ሕማማ ንዝበጻሕኩምና፡ ኣብ ጊዜ ዕረፍታ ከኣ ካብ ስቶኮሆልምን ከባቢኣን ሬሳ ንምፍናው ዝተሓባበርኩምናን ኣባላት ኤምባሲ ሃገረ ኤርትራን ማሕበረ ኮም ኤርትራውያን ከምኡ'ውን ክሳብ መካነ መቓብር ጸጸራት ብምኻድ ዘቃበርኩምናን ኣብ ገዛና ብምምልላስን ካብ ደገ ብቴሌፎንን ብኢ-መይልን ዘጸናናዕኩምናን የቐንየልና ሕሰም ኣይትርከቡ እናበልና ሓዘና ከምዝዓጸና ንገልጽ።

በዓል ቤታ ነጋሲ ወ/ገብርኤል ባህልቢ
ምስ ደቃን ምሉኣት ስድራቤትን



ብዕረፍቲ ክቡር ኣቦና መስፍን ደበሳይ ወልደማርያም ዝተሰማዓና መሪር ሓዘን እናገለጽና፡ ኣብ እንዳ ጋብር ገጀረት ዘቃበርኩምና፡ ኣብ ገዛና ብምምልላስን ብቴለፎንን ፈይስቡክን ዘጸናናዕኩምና፡ ሕሰም ኣይትርከቡ እናበልና ሓዘንና ከምዝዓጸና ንገልጽ።

ምሉኣት ስድራቤት

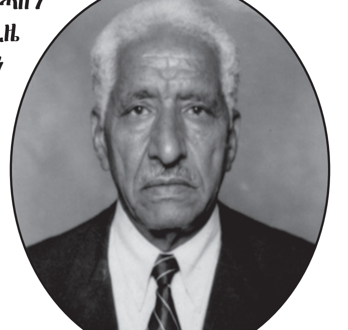


ብሞት ኣዚየ ዝፈትዎን ዘፍቕሮን ክቡር በዓል ቤተይ ስውእ ሌ/ኮ የማን ሓጎስ ተስፋጼን ዝተሰመዓና መሪር ሓዘን እናገለጽና፡ ኣብ ግዜ ሕማሙ ኣብ ዓዲ እንግሊዝ ህይወቱ ንምድሓን ዘይሕለል ጻዕሪ ዘካየድኩም ዶክተራት ፈተውቱ ኣዕሩኽቱ መቕርብ ከምኡ'ውን ኣዕሩኽ ኤርትራውያን ሬሳ ኣብ ምልኣኽ ዝተሳተፍኩም ኤምባሲ ሃገረ ኤርትራን ኤርትራውያን ተቐማጦ ዓዲ እንግሊዝ፡ ካብ ዝተፈላለየ ከተማ ኤውሮጳ ከምኡ'ውን ኣብ መቓብር ሓርበኛታት ኣስመራ ዘቃበርኩምና፡ ኣብ ገዛና ብምምልላስ ዘጸናናዕኩምናን ኩሉኹም ሕሰም ኣይትርከቡ እናበልና ልባዊ ምስጋናና እናቕረብና ሓዘንና ከምዝዓጸና ንገልጽ።

በዓልቲ ቤቱ ተጋ/ወይኒ ኪዳነ
ምስ ምሉኣት ስድራቤትን

ብምኽንያት ሞት ኣዚና እንፈትዋን እነፍቅራን ኣደና ወ/ሮ ምሕረት ቀሺ እማሃጽዮን ተወልደ በዓልቲ ቤቶም ንነ/ሄር ኣቶ ተ/ማርያም ኣርኣያ ዝተሰማዓና መሪር ሓዘን እናገለጽና፡ ካብ ግዜ ሕማማ ጀሚርኩም ክሳብ ጊዜ ዕረፍታ ዝተመላለስኩም፡ ኣብ ዓድና ሸከቲ ዝተኻየደ ስነ-ስርዓት ቀብሪ ዝተሳተፍኩም ካህናትን ቤተሰብን ከምኡ'ውን ካብ ውሽጥን ወጻእን ብቴሌፎንን ኢ-መይልን ዘጸናናዕኩምና ሕሰም ኣይትርከቡ እናበልና ምስጋናና ነቕርብ ይብሉ።

ምሉኣት ስድራቤት

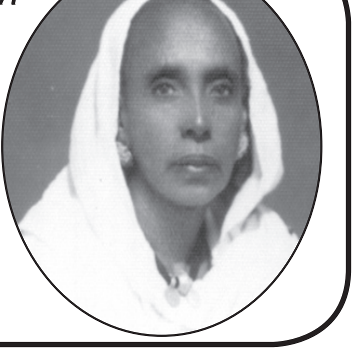


ብዕረፍቲ ክቡር በዓል ቤተይ ኣቶ ሃይለ በርሀ ዝተሰመዓኒ መሪር ሓዘን እናገለጽኩ፡ ኣብ ዓዲ ዑቕባየስ ብምኻድ ዘቃበርኩምናን ኣብ ጊዜ ሕማሙ ዝተሓጋገዝኩምና ሓካይምን ኣለይቲ ሕሙማት፡ ከምኡ'ውን ኣብ ጊዜ ሓዘንና ኣብ ገዛና ብምምልላስን ካብ ውሽጥን ወጻእን ብቴለፎን ዘጸናናዕኩምና የቐንየልና ሕሰም ኣይትርከቡ እናበልና ምስጋናና ነቕርብ ሓዘንና ንዓጹ።

በዓልቲ ቤቶም ወ/ሮ ለተብርሃን ገብረሚካኤል
ምስ ኩሎም ደቆምን ምስ ምሉኣት ስድራቤትን

ብሞት ክብርቲ ወላዲትና ወ/ሮ ሓረጉ ክፍለጼን በዓልቲ ቤቶም ንነፍ/ካሕሳይ ደበሳይ (ዋና ባር ኮሞርቾ ነበር) ዝተሰመዓና መሪር ሓዘን እናገለጽና፡ ኣብ ወኪ-ዱባ ዘቃበርኩምናን ኣብ ገዛና ብምምልላስን ካብ ውሽጥን ወጻእን ብቴለፎን ዘጸናናዕኩምናን ሕሰም ኣይትርከቡ የቐንየልና እናበልና ሓዘንና ከምዝዓጸና ንገልጽ።

ደቃ ምስ ምሉኣት ስድራቤት

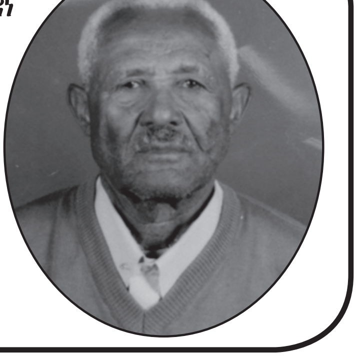


ብሞት ክብርቲ ወላዲትና ወ/ሮ ርሻን በርሀ ዑቕበ ዝተሰመዓና መሪር ሓዘን እናገለጽና፡ ኣብ ግዜ ሕማማ ኣብ ሆስፒታልን ገዛናን ዝተመላለስኩምን ኣብ ዓዲ ሰጉዶ ዘቃበርኩምናን ኣብ ገዛና ብምምልላስን ካብ ውሽጥን ወጻእን ብቴለፎን ዘጸናናዕኩምናን ፈተውትን ቤተሰብን ሕሰም ኣይትርከቡ የቐንየልና እናበልና ሓዘንና ከምዝዓጸና ንገልጽ።

ደቃ ምስ ምሉኣት ስድራቤት

ብሞት ብልቢ ዘፍቅሮን ዘኽብሮን በዓል ቤተይን ክቡር ኣቦ ደቀይን ኣቶ ገብረሚካኤል ሃይለ ምራጭ (ወዲ ሃይለ) ዝተሰመዓና መሪር ሓዘን እናገለጽና፡ ኣብ ግዜ ሕማሙ ኣብ ሆስፒታልን ገዛን ብምምልላስ ክሳብ ዕለት ሞቱ ካብ ጎንና ዘይተፈለኹም፡ ብድሕሪ ሞቱ'ውን ብኣካል ኣብ ባረንቱ ዘቃበርኩምናን ኣብ ውሽጥን ወጻኢን ብቴለፎን ይኹን ብኣካል ዘጸናናዕኩምናን ቤተሰብን ፈተውትን ሕሰም ኣይትርከቡ እናበልና ምስጋናና ብትሕትና ነቕርብ።

በዓልቲ ቤቱ ወ/ሮ ሂወት ሃብተ ምስ ደቁን
ምሉኣት ስድራቤትን



ብዕረፍቲ ብዙሕ እነፍቅሮን እነኽብሮን ወላዲናን ሓውናን ኣቶ ኪዳነ ገብረእግዚኣብሄር ደሱ (ወዲ ቅጫ) ዝተሰመዓና መሪር ሓዘን እናገለጽና፡ ኣብ ግዜ ሕማሙ ዝበጻሕኩምና፡ ኣብ ግዜ ዕረፍቱን ክሳብ ዓዲ ገብራይ ብምኻድ ዘቃበርኩምና፡ ኣብ ገዛና ብምምልላስን ብስልክን ኢ-መይልን ካብ ውሽጥን ወጻእን ብመልእኽትታት ዘጸናናዕኩምናን ሕሰም ኣይትርከቡ እናበልና ሓዘንና ዓጺና ኣለና።

በዓልቲ ቤቶም ወ/ሮ ለተስላሴ ገብረሂወት
ምስ ደቆምን ምሉኣት ስድራቤትን

ብርሃነ ምሕረትኣብ

“ርክብና ምስ ሩስያ ናብ ዝተሓተ ደረጃኡ ወሪዱ” ትራምፕ

ፕረዚደንት ኣመሪካ ዶናልድ ትራምፕ፡ ኣብ መንጎ ሃገሩን ሩስያን ዘሎ ዝምድና ኣብ ዝተሓተ ደረጃኡ ከምዝበጽሐ ገሊጹ።

ንሱ ኣዚ ዝገልጽ ዘሎ፡ ሩስያ ነቲ ንመንግስቲ ሶርያ ዝኹንን ብኣመሪካን ፈረንሳን ብሪጣንያን ዝቐረበ እማመ ባይቶ ጸጥታ፡ ብቐውፊ ድሕሪ ምፍራሳ እዩ።

“ምስ ሩስያ ዘጽንሐና ዝምድና ኣብ ኣፈፈት ምብታኽ ኢዩ በጺሑ ዘሎ” ዝበለ ትራምፕ፡ ብሕጂውን ሩስያ ኣብ ልዕሊ መንግስቲ ኣሳድ ጸቕጢ እንተዘይገይራ ምስ ኣመሪካ ዘጽንሓ ዝምድና ናብ ዝኸፍአ ደረጃ ከምዝወድቕ ገሊጹ።

ዶናልድ ትራምፕ፡ ካብ ጉስጓስ ፕረዚደንታዊ ምርጫ ጀሚሩ ክሳብ ቀረባ እዋናት ንፕረዚደንት ሩስያ ዘለዎ ኣድናቖት ክገልጽ'ዩ ጸኒሑ።

ይኹን'ምበር ክልቲኦም ወገናት ኣብ ጉዳይ ሶርያ ተጻራሪ መርገጺ ብምሓዞም፡ ነቲ ትጽቢት ተገይሩሉ ዝጸንሐ ምምሕያሽ ዝምድና ክልቲኣን ሃገራት፡ ዕንቅፋት ከምዝፈጠሩ'ዩ ዝግለጽ ዘሎ።

ኣብ ሩስያ ምብጻሕ ዘካየደ ጸሓፊ ጉዳያት ወጻኢ ኣመሪካ ረክስ ቲለርሰን እውን፡ “ኣብ መንጎ ክልቲኣን ሃገራትና ዘሎ ምትእምማን ኣብቲ ዝተሓተ ደረጃኡ'ዩ ወዲቑ” ብምባል ንጋዜጠኛታት ሓቢሩ።

ኣመሪካ፡ ኣብ ሶርያ ዞባ ኢድሊብ ናይ ዝተፈጸመ ዘሰቕቕ ቀመማዊ መጥቃዕቲ ሓላፍነት ናብ መንግስቲ'ታ ሃገር ከተሰክም እንከላ፡ ሩስያ ብወገና እቲ ጉዳይ ከይተጻንዐ ተቐዳዲምካ ንዝግበር ዘሎ ወቐሳታት ኣትሪራ ከምእትቃወሞ ተፍልጥ።

ሩስያ፡ ንፕረዚደንት ሶርያ በሽር ኣልኣሳድ ንምእላይ ብኣመሪካ ንዝቐርብ ሓሳብ ብምሰረቱ እያ እትነጽጎ፡ ናይ ዒራቕን ሊብያን ኩነታት ብምጥቃስ ከኣ፡ ኣብ ሶርያ ስርዓት ኣልቦነት ክድገም ከም ዘይትደሊ ትገልጽ።

ተወሳኺ

ኣብ ናይ ዕለት 12 ሚያዝያ ሕታምና ከምዝጠቐስናዮ፡ እቲ ዩናይትድ ኤየርላይን ብዝተባህለ መገዲ ኣየር ኣመሪካ፡ ግፍዒ ከምዝወረዶ ዝተገልጸ ዴቪድ ዶ ዝተባህለ ተሳፋሪ ብመገዲ ጠበቓታቱ ናብ ቤት-ፍርዲ ጥርዓን ኣቕሪቡ ኣሎ። እቲ ቬትናማዊ ማብቆል ዘለዎ ኣመሪካዊ ካብ ቺካጎ ናብ ልዊስቪል ዝተባህለት ከተማ ኣብ ዝተበገሰትሉ እዋን፡ ብሓይሊ ካብታ ነፋሪት ክወርድ ከምእተገብረ'ዩ ዝግለጽ። እቲ ብሞባይል ዝተቐርጸ ክስተት ኣብ ኢንተርነት ድሕሪ ምዝርግሑ ማዕከናት ዜና ይዝርብሉ ኣለዋ። በዓል ሞያ ሕክምና ዝኾነ ዴቪድ ዶ፡ ኣብ እዋን ንቕሎ ካብታ ተሰቒሉዋ ዝነበረት ነፋሪት ክወርድን ሓዚዎ ዘሎ ኩርሲ ንሰራሕተኛታት ናይታ ነፋሪት ክገድፈሎምን እዩ ተሓቲቱ። እንተኾነ፡ ምስ ሕሙማት ዘይተርፍ ቈጸራ ከምዘለዎ ብምሕባር፡ ከምዘይትንስእ ኣቕቢጹ። ኣማስያኡ ደማ ብሓይሊ ተጐቲቱ ከምዝወጽእ ተገይሩ። ኣብዚ ናይ ምስሕሓብ ህሞት'ዩ እምበኣር ኣብ ርእሱ ኣካላዊ ጉድኣት ከም ዝወረዶ ዝገልጽ - እቲ መዓት ዚጋጠሞ ተሳፋሪ። ኣፉ እናደመየ እንከሎ ዘርኢ ስእሊ ኣብ ማሕበራዊ መራኸቢታት ተዘርጊሑ እዩ።

ብድሕሪ'ዚ፡ ኣካያዲ ስራሕ ናይቲ ኩባንያ ካብ መዝኑቱ ክወርድ ዝጸውዕ ናይ ልዕሊ 70 ሽሕ ሰባት ፊርማ ከምእተኣከበ ይግለጽ።

ገንዘቡ ከፊሉ ዘቘረጸ ትኬት ኣብ ኢዱ እንከሎ፡ ልክዕ ከም ሓደ ገበኛ ብሓይልታት ጸጥታ ኣመሪካ ካብ ነፋሪት ተጐቲቱ ምውጽኡ፡ ንብዙሓት ዓማዊል ናይቲ መገዲ ኣየር ኣቘጢዑ ኣሎ።

ከም ሳዕቤን ናይ'ዚ ኹሉ፡ ጠበቓታት ናይቲ ግዳይ፡ እቲ መገዲ ኣየር ካሕሳ ክኸፍል ጠሊቦም ኣለው።

ደ/ኣፍሪቃ - ጃኮብ ዙማ ተቓውሞ ይገጥሞ

ብኣሽሓት ዝቑጸሩ ደቡብ ኣፍሪቃውያን፡ ፕረዚደንት'ታ ሃገር ጃኮብ ዙማ ካብ ስልጣኑ ክወርድ ዝጽውዕ ሰልፊ ኣካዪዶም።

ሮይተርስ ከምዝሓበሮ፡ ንጻውዒት ተቓወምቲ ሰልፍታት ተቐቢሎም ኣብ ርእሰ-ከተማ'ታ ሃገር -ፕሪቶርያ ዝተኣኻኸቡ ኣስታት 300 ሽሕ ሰባት፡ ፕረዚደንት ዙማ ብህጹጽ ስልጣኑ ክረክብ ዝጸውዕ ጭርሖታት እናኣሰምዑ ብጐደናታት ከምርሹ ተራእዮም።

እቶም ተቓወምቲ፡ ፕረዚደንት ዙማ ነቲ እናኣንቈልቈለ ዝመጽእ ዘሎ ቁጠባ'ታ ሃገር ንምምሕያሽ ቅኑዕ ስጉምቲ ኣይወሰደን ብዝብል ክሲ እዮም ካብ ስልጣኑ ክወርድ ዝጸውዑ ዘለዉ።

እቲ ናይ ተቓውሞ ሰልፊ፡ ኮነ ኢልካ ኣብ መበል 75 ዕለተ-ልደት ናይቲ መራሒ ከምእተወደበን ዕላማኡ ንጽምብል ናይቲ ፕረዚደንት ንምዝራግ ከምዝኾነን ምንጭታት'ታ ሃገር ገሊጾም። ጃኮብ ዙማ ዕለተ-ልደቱ ንምጽምባል ኣብ ከተማ ጆሃንስበርግ ንዝተኣኻኸቡ ደገፍቱ ኣብ ዘሰምዖ መደረ፡ ህርፋን ስልጣን ከምዝይብሉን ሰልፊ ሃገራዊ ባይቶ ካብ ሓላፍነቱ ክወርድ እንተጠለበ ብወገኑ ከምዝቕበሎን ኣፍሊጡ።

ኣቐዲሙ ኣንጻር'ቲ ፕረዚደንት ዝቐንዐ፡ ብጸዓዱ ዜጋታት'ታ ሃገር ዝተዓብለለ ናይ ተቓውሞ ሰልፊ ተኻዪዱ ከምዝነበረ፡ እንተኾነ ብጕዙእ ሰልፉ ብዝረኸቦ ደገፍ ክሳብ ሕጂ ኣብ ስልጣን ከምዝቐጸለ ይግለጽ። እቲ ተቓውሞ ብዓሌታዊ ኣተሓሳስባ ዝተደረኸ ከምዝኾነ'ዩ ዙማ ዝኸሰሰ።

ፕረዚደንት ጃኮብ ዙማ ኣብ 2009 ናብ ስልጣን ካብ ዝድይብ ኣትሒዙ፡ ኣብታ ሃገር ቀጻሊ ናይ ብልሽውና ተግባራት ከምዝተፈጸሙ፡ እንተኾነ - ብመንግስቲ ዕቱብ ስጉምቲ ከምዘይተወስደ ተቓወምቲ ወገናት ይገልጹ።

ኢራን - ኣሕመዲነጃድ ዳግማይ ይወዳደር

ፕረዚደንት ኢራን-ነበር ማሕሙድ ኣሕመዲነጃድ፡ ዳግማይ ናብ ስልጣን ንምምጻእ ኣብ ፕረዚደንታዊ ምርጫ ከምዝወዳደር ኣፍሊጡ።

እቲ ኣኽራሪ መርገጺ ከምዝኽተል ዝነገረሉ ፖለቲከኛ፡ ኣብቲ ዝመጽእ ወርሒ ዝካየድ ምርጫ ንምስታፍ ተመዝጊቡ ከምዘሎ ተሓቢሩ።

ብመሰረት ሓበሬታ ኣልጀዚራ፡ ኣሕመዲነጃድ፡ ንምኽሪ መንፈሳዊ መራሒ'ታ ሃገር ኣያቶላህ ዓሊ ካመኒ ብምቕባል፡ ኣብ ፕረዚደንታዊ ምርጫ ከም ዘይወዳደር ክገልጽ ድሕሪ ምጽናሕ'ዩ ሃንደበት ሓሳቡ ቀይሩ።

ንኻልተ እብረ ንኢራን ዝመርሓ ማሕሙድ ኣሕመዲነጃድ ኣብ 2013 ካብ ስልጣኑ ከምዝወረደ ይፍለጥ። ንሱ ኣብ ናይ 2009 ምርጫ ንኻልኣይ እብረ ኣብ ዝተዓወተሉ እዋን፡ ኣብ ኢራን ሰፊሕ ናይ ተቓውሞ ሰልፊ ተለዓዒሉ ምንባሩ ጸብጻባት የረድኡ።

እቲ ኣንጻር ምዕራባውያንን እስራኤልን ብዘኽተሎ ተሪር መርገጺ ዝልለ ፖለቲከኛ፡ ካብ ትሑት መቑጻርቦ ዝመርሑ ዜጋታት'ታ ሃገር ልዑል ደገፍ ከምዘለዎ ይንገር።

***

“ሰሜን ኮርያ ሻዱሻይ ፈተነ ኑክሌር ከተካይድ'ያ” ተኸታታሊ ጉጅለ

ኣብ ልዕሊ ንኩሌሳዊ ነቑጣታት ሰሜን ኮርያ ጥቡቕ ምክትታል ከምዝገብር ዝተገልጸ ጉጅለ፡ እታ ሃገር ሻዱሻይ ኑክሌሳዊ ፈተነ ንምኻያድ ምድላዋታ ከምዝጻፈፈት ገሊጹ።

ሰሜን ኮርያ ኣብቲ ፑንጊሪ ዝተባህለ ነቑጣ ናይ ትሕተ-ምድሪ ኑክሌሳዊ ፈተነ ንምኻያድ ዘኽእላ ንጥፈታት ዛዚማ ምህላዋ'ዩ እቲ ‘38 ኖርዝ’ ብዝብል መጸውዒ ዝፍለጥ ጉጅለ ዝገልጽ።

እቲ ጉጅለ ብሳተላይት ንዝተሓዝ ኣሳእል ምርኩስ ብምግባር ናብዚ መደምደምታ ከምዝበጽሐ ይሕብር።

ኣቐዲሙ እቲ ተኸታታሊ ጉጅለ፡ ሰሜን ኮርያ ሓሙሻይ ኑክሌሳዊ ፈተነ ከተካይድ ምዃና ዝገልጽ ቅኑዕ ግምታት ከምዝሃበ ማዕከን ዜና ሲ.ኤን.ኤን ሓቢሩ።

ቀዳማይ ሚኒስተር ጃፓን ሺንዞ ኣበ፡ ትማሊ ንጋዜጠኛታት ኣብ ዝሃቦ መግለጺ፡ ሰሜን ኮርያ ኣብ ሚሳይል ብ‘ሳሪን’ ዝተባህለ መርዛም ጋዝ ዝተመስረሐ ቦምብ ናይ ምግጣም ብቕዓት ኣጥርያ ክትከውን ከምእትኽእል ምግላጹ ተፈሊጡ።

ጐረባብቲ ሰሜን ኮርያ ዝኾና ጃፓንን ደቡብ ኮርያን፡ ቀዳሞት ዒላማ መጥቃዕቲ ፒዮንግያንግ ክኾና ዝጸንሐ ስግኣት ከምዘለወን'ዩ ዝግለጽ።

መራኽቡ ኩናት ኣመሪካ ናብ ሓውሲ ደሴት ኮርያ ኣብ ዝጽጋዓሉ ዘለዋ እዋን፡ ወጥሪ ናይቲ ዞባ ኣብ ጠርዚ በጺሑ ምህላዉ ምንጭታት'ቲ ከባቢ የረድኡ።