

ኤረትሮፖ ዲብ 'ህድግ አ'ደውሐ' ሻረከት

ኤረትሮፖ እብ መዓወነት ታንዛንያ፣ ቀጠር ወመፈወድየት እተሓድ አፍሪቀ እት ዮም 5 ወ 6 አክቶበር ዲብ ዳር-አሰላም ዲብለ ትሰርገል ካልኣይ ዋዕለ ውዝራእ 'ህድግ አ'ደውሐ' ሻረከት።

እትሊ "ምን ገለድ ዲብ ፍዕል" እብለ ትብል ስቅራት ዲብ ቅደይ ሐል ለለአመጽኤ ደማነት ለቡ ወዳይም ሐረከት ሸቃሊ ፍንጌ አፍሪቀ ወድወል ቤት ጎማት መትሰዳዳይ ቅጣዕ ለሀድግ ዋዕለ፡ ሰፊር ኤረትሮፖ ዲብ ኬንያ አሰይድ በዩኔ ርእሶም፡ እግል ውዝራት ዐመል

ወመንገፎ እጅትማዕየት እንዴ ወከለ ሻረከ ወከለመት አሰምዐ።

ሰፊር በዩኔ ዲብ ህግያሁ፡ ኤረትሮፖ ለትተብዑ ስትራተጂ ዐማር፡ ሕሸመት እንሳንየት ወመተንኮብ ዲብ ኖስ ለአሻረከ ክምቱ እንዴ ሸርሐ፡ መቅደረት አዳም ለትወቀለ ርዝቀ ሰበት ተ፡ መዋጥኒን ዲብ ሻርኮ ዲብ አሸቃል፡ ደሐኖም፡ መንፈዓቶም ወቃትንያይ ድዋርም ለተከደ እግል ልግባእ ክምቡ ሸርሐ።

ሰፊር በዩኔ እንዴ አትሉ፡ ምን ናይ ሕበር መባጥር ዲብ ለትኣከደት

ፍገራት እግል መትቀዳም፡ ወራታት መትከባት ሸቃሊ ሐል ለለአመጽኤ ወዋዴሕ እግል ልግባእ፡ እብ ተእሂል ምህነት ወዐቦት ለትሰደ፡ ክምሰልሁመ መንገፎ ምህነት ወደማነት እጅትማዕየቱ ለተኣከደ እግል ልግባእ ክም ወጅብ አሰበተ እቲ።

ለዋዕለ ዲብ ደንጎቤ አተላለዮት ህድግ እግል ልትኣከድ ለትሰዴ ልጅነት እግል ቲቂም፡ ክምሰልሁመ ዲብ ፍዕል ለልውዕል መምርሒታት እዳረት እግል ለሀሌ ለልብል ቀራራት ሐለፈ።



ሐርብ ለልአውጅ - ሐርብ ለኢለአምሮ'ቶም

ሐሸም ብልጽግና ቀደም ሰለሰ ሰነት እት ረአስ ሸዐብ ኤረትሮፖ ለአጀወዩ ሐርብ፡ ዲብ እለ ሳምን ጎነ አሰክ ምጅልስ አምን መዝመት ምጅልስ ቅራን ጀዋብ እንዴ ነድኦ ለሐርብ ዕሉት ህለ።

ለሐሸም ዲብ እሉ ነድኦ ጀዋብ፡ "እትበገስ ህሌት! ደሐሩኒ!" እበ መሰል ቃነ ሸዐብ ኤረትሮፖ እግል ልውረር ልትበገስ ክምሰል ህለ እብ ዋዴሕ ወእምበል ሕበዔ እትእመር ህለ። እብሊ ናይ ቡቲክ ሰእየት ቀራር ህንዲዶሁ ህይ፡ ለዲብ ረአስ ገባይል አቶብዩ (ትግራይ፡ አምሐራ፡ ዐፋር፡ ኦሮሞ ወለመሰሉ)፡ ክምሰልሁመ ዲብ ረአስ ሸዐብ ሱዳን ለአወጀዩ ሐርብ፡ አሰክ ኤረትሮፖ እግል ለአብጽሑ ቀረሮቱ ረሰሚ ሕቡር ህለ። ብልጽግና፡ ዲብ ረአስ ሸዐብ አቶብዩ ልግበእ ወገባይል ኤረትሮፖ ወሱዳን እወጁ ለህለ ሐርብ ርሒብ፡ ሰብኡ ወመመውለቱ ምን ክምቶም ለኢለአምር ይህለ። እኩይ ስታቲባቶም ክምሰል አቀለዐ፡ ለሐርብ ናይ መንጠቀት ሸክል እግል ለአጽቡጡ ጨቅዋ ትሩድ ወዱ እግሉ ክምሰል

ዐለውመ ዎሮ ቃዊሁ ኢኮን።

ዲብ ታሪክ እብ ትሉሉይ ምን ልትረኦ ሐርብ ለወልዎ ለሐርብ ኢለአምሮ ቶም። ለሐርብ ለአምሮ ላኪን፡ ሐርብ ልሰዕ እንዴ ኢመጽኤ እግል ህወኖቱ ለልትቀደሮም ልጸገሞ ወሰብር ወዱ። ዲብ ደንጎበ ህይ ለሐርብ ለአምሮቶም ለልትዐወቶ። ሐርብ ለኢለአምሮ ላኪን ልትፈለሎ ወፈሸሎ። እሊ እብ ትሉሉይ ለትረኦ ሰመዕ በሲር ቲ።

ሸዐብ ኤረትሮፖ እብ ሐርብ ረዩም ለሐልፈ፡ መደረቱ ሰኒ ወአማን ለለአምረ ምን ገብኦ፡ ዲብ ለገብኦ ልግበእ ቴለል ወአዋይን ሐርብ ሕርያኑ ጋብኦ ኢኮን። እብሊ ሰብብ እሊ ዲብለ ሐልፈዩ ሰለሰ ሰነት፡ ጤልማይ ሐሸም ብልጽግና ንጋረት ሐርብ እብ ክለ ሐሉቱ ዲብ ዘብዋ፡ እብ ሰብር ወልባብ፡ አርወሐቱ ዲብ ካሸሸ ጸኔሕ ቲ። ምን ኣዜ ወሐር ላኪን፡ እግል እሊ ረሰሚ እወጁ ዲብ ለህለ ናይ ቡቲክ ሰእየት ሐርብ እንዴ ጋብህን ምን ፈለል ወኪን ብዕድ ሕርያን አለቡ። ፍገራቱ፡ ዲብ መደት ሐጫር

ዕምር ብልጽግና ለልሓጭር ወለልአተክትም ክምሰል ገብኦ ህይ ኣኪድ ቲ።

ክሉ ልትፈረጁ ክምሰል ህለ ሐሸም ብልጽግና፡ እግል ሸዐብ አቶብዩ እብ ሐሉት ሰለሕ እግል ለአተብርክ፡ ዲብ ክል ኣካን ኖሱ እበ ለአቅረሐዩ ሐርብ ዲብ ተማስ እንዴ ትሸመመ፡ መቃወመት ሰልሕት ሸዐብ አቶብዩ እበ ተአርዕብ ገበይ ትቃምዱ ህሌት። ረዩም እትለ ኢገብኦ ወቅት ህይ፡ እንዴ ትሰውሰ እግል ልካሩጁ ክምቱመ ሸክ ይህለ። ዲብ ክእነ ላቱ ቴለል፡ ምሰል ኤረትሮፖ ዲብ ሐርብ አቲ እንትሓር ቲ። ምናተ ምን ሐርብ መትጀማልመ ምን ወዲቅ ወፈሸል ለለኣነግፍ ሕርያን ኢኮን። ከግድም፡ ወራር ብልጽግና ዲብ ረአስ ኤረትሮፖ፡ ናይለ ምን ቅያስ ወለዐል ለዳየገ ወሰእየት ለበትካ ለነሰኡ ቀራር ቲ። ልሰዕ እንዴ ኢትትበገስ ልትሰመዕ ለህለ ጨጭ ወአምበጨጭ ብልጽግና ዲብ መሕበራይ ሚድያመ ተአምርታሁ ቲ።

ቦርድ ቅሰም ጀሪደት

ልእከት ወዚር ካርጅየት አሰይድ ዑሰማን ሳልሕ፡ አሰክ መጅልስ አምን መዝመት ቅራን 10 አክቶበር 2026



ውዝራት ካርጅየት አቶብዩ፡ እት ዮም 9 አክቶበር 2026 አሰክ መጅልስ አምን መዝመት መጅልስ ቅራን ዲብ ነድኦዩ ልእከት፡ ለእግል ሰለሰ ሰነት ንጋረት ዘብዋ እሉ ለዐለ ወራር ዲብ ረአስ ኤረትሮፖ እብ ረሰሚ እግል ለእንብቱ፡ "ከዋወት ነስኦ ክም ህለ" አትአመረ።

"መዳፍዐት ምን ኖስ" እበ ትብል ምስምስ እት ረአስ ሐቲ ሰያደተ ለበ ዕዱ መዝመት መጅልስ ቅራን እግል ሊደዩ አምም ለህለ ሐርብ፡ ጽቡዩ ለአለበ ጀርቤ አትባዳይ ወዲረት እግል እንትበህ እድንያይ መጅተመዕ ቲ።

ክምለ ልትዘከር፡ ኤረትሮፖ ሰያደተ ወውሕደት ወጠነ እንዴ ኬደት፡ "እብ ሐሉት መንገአት በሐር እግል ረኪብ" ለትበገስት ምስምስ ለአለበ አጃንደት ሐርብ አቶብዩ፡ እግል እድንያይ መጅተመዕ ዐለም እብ ደጋጋም ተአትአምር ጸንሐት ቲ።

እሊ "ካዩድኮም" ለሸከረቲ፡ አግደ መዋቅፍ ወተከዩ ሚሳቅ መዝመት መጅልስ ቅራን ለከይድ ወእግለ ኢትተምተም ሰያደት ኤረትሮፖ ለልአትቀናጭብ ወለነክር መሸግ ኢቃትናይ ተህዲድ አቶብዩ፡ ምስጢር ስቲር ኢኮን።

አቶብዩ ትወድዩ ለጸንሐት መስኩብት መንጠቀትን እት ብቀት ለካሬ ጋድኦት እግል ሐርብ፡ አሚን ዓም መዝመት መጅልስ ቅራን ወብዝሓት አንፋር መዝመት ቅራን፡ ደዓም እት ወሬሕ ዲሰምበር፡ እብ መናሰበት ዝክረት 25ይት ሰነት እትፋቅ አልጄርቤ፡ ሰያደት ወውሕደት ኤረትሮፖ እግል ትትሐሸም ክም ወጅብ ለወዴሕ ለትመሳነ ሸሬሕ እግል ለአፍገር ለሰንዳ ቲ።

ምናተ፡ አቶብዩ እግል እሊ ተሕዚር እሊ አምሸሸት ምኑ ሌጠ እንዴ ኢትገብኦ፡ ክም ክፋል ናይለ እት ቅብለት እንክር ሕዱደ ለአንበተቱ ህጁማት ርሒብ፡ ለእግል መደት ረያም ለሰተተቱ ወትዳሌት እሉ ወራር እት ረአስ ኤረትሮፖ እት መዓል እግል ተአውዕል ብግስት ህሌት።

ናይብ ዕመማይት ህይኦት አርካን አቶብዩ ጀነራል አበባው ታደሰ፡ እት ዮም 27 ሰብተምበር 2026 (ለሐልፈ ወሬሕ)፡ "ለናይ ደንጎበ ምዕራፍን ዐሰብ ቲ፡ መቀሌ መዐደዩት ሌግ ቲ።" እት ልብል፡ ለእግል ወሪር ኤረትሮፖ ለሰም ቲ ስታት ናሽሑ ዐለ።

እት ክእነ መሰል ተዋልል፡ ኤረትሮፖ፡ መጅልስ አምን መዝመት መጅልስ ቅራን፡ ለዲብ ገባይል ክልኢተን ድወል ደማር ክብድት ለልአመጽኤ ወሰላም መንጠቀትን ለልሐምርግ አዋጅ ሐርብ አቶብዩ ድድ ኤረትሮፖ እብ ሸደት እንዴ ነከረ፡ እብ አሳስ ምዕራፍ 7 ሚሳቅ መዝመት መጅልስ ቅራን፡ ለከሬዕ ምስዳራት እግል ልንሰኦ ትትሰኣል።

ዑሰማን ሳልሕ
ወዚር ካርጅየት ዱለት ኤረትሮፖ

ተዕሊቅ

ምን አሰበርን ድኢኮን፡ ለሐርብ ላተ በዲር እወጃ እትነ ዐለ!

እት ቤት ድብእት እብ ስቲር ልትበህል ለዐለ ወእት ደረጃት ሐሽካሻክ እት እንቲ ለነአምሩ፡ እግል ፍንቲይ ልኡክ አሚሪክ ዲብ ቀር አፍሪቀ ጀፍሪ ፌልትማን (እት 2021-2022) እብ ሚርሓይ “ብልጽግና”፡ “ድድ ኤራትርያ ምስልኩም እግል እሸቄ ዱሉይ ኣነ” ለትበህላሙ፡ እግል ከይነት ወጽብኢት ኤራትርያ ክምቲ እግል ልትረሰዕ ኢቀድር። ዶል ሐቲ እግል ህውሓት ወሓሪትም እግል ፋኖ እብ ለትፈናተ ገለድ ድድ ኤራትርያ ምስል እግል ልትሓረቦ መትሰኣሉሙ፡ እግል “ስቲር” በርናምጁ ለለክክድ ደለል ብዕድ ቲ። ክሉ ለምንኬን ስታር ልትሐበክ ለዐለ ከይናት አበርኡ ክም ፈግረ፡ አቢ አሕመድ እት ኣክቶበር ሰነት 2023 አደሐ-ጸዕደ ድድ ሰያደት ኤራትርያ ለሀበዩ ሸፊሑ፡ ባይን ኣዋጅ ሐርብ ክም ዐለ በርህ ድኢኮን ኢሐደሰ እትኹ፡ ሐቀ እሊ ቅሎዕ ኣዋጅ ሐርብ እብ ክሰሳ መንገኢት በሐር ወሸርዐበ “ብልጽግና” እበ ደፍዖም ብሪኦ ለአለቡ ወዐዞታት ኢልትክለሰ። እትሊ ተላተሎቲ ህዩ ቄርኣይ ኣምሸጎት ቲ፡ ወለኢሰምዓዩመ ኢህለ። “ብልጽግና” ለሐርብ በዲር ክም ዐለነዩ ዲብክ እግል ኣትፋቃድ ሌጣቲ ለተማተምናሁ።

ሕክሙት ኤራትርያ ለሀበቲ በሊስ ቀሎት ላኪን፡ “ክምለ ቀዳሚትነ እት ክእነ መሰል ሸዋሬዕ ወመኡዲታት ክም ኢንትዐደም እብ ድማማን እት ተኣክድ፡ ክሉም ሕሱራም እግል ኢልትከመሆ ትትሐሰብ”፡ (16 ኣክቶበር 2023) ለልብል ዐለ። እብ ጆር “ብልጽግና” ኤራትርያይ ብዘሐ ትክክደ፡ ምን ወኪን ለሰኣመ ዐለ፡ ጠቢዒቲ ህዩ። ሕክሙት ኤራትርያመ ረሐ እንዴ ካሸሸት ምን ኢንብእ፡ ለእግል ልግበእ ለወጅቡ ወልትቀደር ለዐለ በደ ምን ይእንብል። ምን ምርመ እጃዘት ለኢትጸበር እሉ ወለኢልትከመሆ ሐቀ ዳፍዖት ፊሕ ክምበ እመር ቲ። እሊ እብ ሰብር ሸዐብ ወሕክሙት ኤራትርያ እግል አርበዕ ሐል እንዴ ኢልልዔ ክርዕ ለጸንሐ ለንትጸይኡ ሐርብ እሊቲ ዮም “ብልጽግና” አሰክ ሕዱድ ኤራትርያ ለኣሸክቲ ወ “መብጠርን ኤራትርያ ቲ” እት ለኣትሳቅር ወልትፋወሽ እቡ መረዊሁ ወታውት እሉ ህለ።

እት ትግራይ ረከብክወ እንዴ ቤለ ለልሐሰቡ “ዐውቲ ሻፍግ” እቡ እንዴ ሸክረ፡ ኤራትርያ ወሸዐበ እግል ልውረር በርደደህ ልብል ህለ። ቅሎዕ ወእድንያይ ቃትን ለከይድ ወራሩ፡ ዲብ ደውለት እብ ሰያደት እግል ለኣትሳብብ ህዩ እት ክል ዱለት ባባት እት ቀራቅፍ፡ “ኤራትርያ ሰበት ወረተኒ፡ ምን ርሕዬ እግል እክረዕ ሐርብ እግል እፍተሕ እታቲ” እት ልብል ልትሻረር ህለ። ለቀድሙ ህለ መሰምስ ኩብቲ ምንመ ኢረክብ፡ ምን መዳሊት ላቲ የኣዝመ። እብ ናይ ዶሉ መፅነውያት እንዴ ሸርዐን ድድ ኤራትርያ ዝናድ እግል ልሰሐብ ሐቲመ ኢተርፈቲ። ለሰኣል ወሕነ ህዩ ቲ። ሐድ ለአለበ ሰብር ህሌት፤ ሸዐብ ኤራትርያ እብ ሐቲ ፊሰክት ለትጉበእ እት ወክዱ ለወዴ ሸዐብ ንዘም ሰበት ቲ ኣትፋቃድ ኢለሐዘ።

ምናቲ፡ ኤራትርያይ እት ዐድ ወካርጅ ክምለ እት ዲማሁ እግል መጋብህት ወመከት እግል ልትዳሌ ኣተንበሆት ህዩ ኢልትኣቢ።

ምን መሕበራይ መትራክቢ ER MEDIA

ዐንሰብ፡ ሐረሰቶት ዲብ ንኢሽ ወመክሰባይት ገርህት እግል ልረክዞ መትፋቀዲ ትቀደመ



ሐረሰቶት እተዮም እንዴ ወቀለው ቅዝ ለበ መነት ደማነት እግል ትርክብ፡ ዲብ በርናምጅ ንኢሽ ወመክሰባይት ገርህት እንዴ ረከዘው እግል ልሸቀው፡ ናይ ዶሉ መስኡል ሐርስ ወአርድ ኣቅሊም ዐንሰበ አሰይድ ገብረመስቀል ተወልዴ ኣትፋቀደ።

ዮም ዓመት ዝላም እንዴ ደንገረት ክም ኣምበተት፡ መትመዳደመ ኣክል ሕድ ሰበት ደዐለ ሐቀለ ሸርሐ፡ ለትወቀለ ዐደድ ዝላም 450.2 ሚሊ ምትር ዲብ መለብሱ፡ ለትደህረ ህዩ 104.6 ሚሊ ምትር ዲብ ምሕላብ ክም ዘልመ ሐቀለ ሸርሐ፡ ሐቀ ወፊሕ ኣጎስት ዝላም ክም በዋረት ሐበረ።

እብ ደረጃት ኣቅሊም፡ ዮም ዓመት 57,791 ሄክታር ክም ተሐረሰ ለሸርሐ አሰይድ ገብረመስቀል፡ ዲብል ቀደም እለ ሽብህ ዝላም



ለረክበዩ ምዴርያት ሐመልማሉ፡ ሐልሐል፡ ከረን ወገሌ ክፋል ናይ ምዴርያት ዓላበርዕድ ብልቲብ ወማሼለ ዲብ ደረጃት ቃንጪ ወወሊድ በጽሕ እት ህለ፡ ለተርፈዩ ምዴርያት ላኪን እት ምግብ ዝላም ለኢረክበዩ ወኣዝረኣተን ለበደ ክምተን ኣብርህ።

ዲብል ደሐን ቅያስ ዝላም ለረክበዩ ምዴርያትም ምን ገብእ፡ ዲብ ወፊሕ ሰብተምበር ለዘልመት ሰበት ኢዐለት እተይ ወዐለፍ ንዋይ ለለኣሰፍ ክምሰልቲ፡ ገሌ ከዛናት ደሐን ለገብእ ማይ ሰበት ኣኬለለ ላኪን፡ ሐረሰቶት ዲብ ዐማር መሰኖ ወንኢሽ ናይ ሕበር ሐርስ ዓይላት እንዴ ረከዘው እግል ልሸቀው ትፋኑ።

እለ ዲብ 112 ድጌ ሐድ 200

ሰብ መሰል ሰኔት ላቶም ሐረሰቶት በርናምጅ ንኢሽ ወመክሰባይት ገርህት ሐርስ ሸቄ እቡ ክም ህለው ሐቀለ ሸርሐ፡ መሕገዝ ዐለፍ ንዋይ ሐል እግል ልርኩብ ዲብ ወራታት ዐማር ጀራዲን 10 ምእታይት እግል ኣክደር ዐለፍ ንዋይ እግል ልትፈንቲ፡ ሐቲ ምእታይት ህዩ በጣጥሰ ጥዑም እግል ልትዘራእ ዲቡ ተሐሰበ።

ዲብ ደንገበ ህዩ፡ ምስል ቅብለታይ በሐር ለልትሐደደ ምዴርያት ‘ኤልኒኖ’ ለሰብበ ዝላም እግል ተህሌ ሰበት ትቀድር፡ ዲብ ኣራዲ ሐርስ ካሬ መዳሊት እግል ልግባእ፡ ዐለፍ ንዋይ ደማነት እግል ልርኩብ ህዩ፡ ሐረሰቶት ሰዐር ወቃንጪ እብ ዋጅብ እግል ልከምክም እቲ ኣትፋቀደ።

ብርጣንዩ፡ መሕበር ወጠን ኣዋልድ ኣንሳት ኤራትርያ ናይ ሐል ጌማም ወደ

መሕበር ወጠን ኣዋልድ ኣንሳት ኤራትርያ ፈርዕ ብርጣንዩ፡ እት ዮም 10 ኣክቶበር ናይ ሐል ጌማም ወራታቲ እት መዲነት ለንደን ወደ።

እግል ልትከደም ክም ለኣትሐዝዩ ኣፍሀመ።

መስኡል ሸኡን ሸዐብ ወጃልየት አሰይድ ተወልዴ ዮውሃንስ እብ ተረቲ፡ እግል ሓድር ተዩልል

ርኢሰት መሕበር ወጠን ኣዋልድ ኣንሳት ኤራትርያ ፈርዕ ብርጣንዩ አሰይደ ሰናይት ህይሌ እተ ቀደመቲ ተቅሪር፡ እት ሰነት 2026 ተጀመሮ መሕበር እግል ልርሐብ ወልተረድ ወሸባብ



እተ 130 ወካይል ኣፍረዐት ንኢሽ ለሻረከው እቲ እጅትማዕ፡ መስኡል ሸኡን ተንፊዚ ሰፋረት ደውለት ኤራትርያ እት ብርጣንዩ ወኣዩርላንድ አሰይድ ሳልሕ ዐብደለ እተ አለመዐዩ ከሊመት፡ መትነዛም ለዐበ ጽዋር ሰበት ቲ፡ እትሊ መጃል እሊ ዝያድ

ዐድነ ወመንጠቀትነ ክምሰልሁመ ምስሉ እበ ልትጸበጥ በራምጅ ዐማር ለሽሰስ ተውዴሕ ሐቀለ ሀቤ፡ እተ ትመጽእ ሰነት ፈዓሊ ለገብእ በራምጅ እብ ዋጅብ እግል ልትረተብ መስኢት ክም ገብእ ሸርሐ።

እግል ልትረበው፡ ወራታት መፅዩ ዲፕሎማሰየት እግል ልተረድ፡ መሸርዕ መርከዝ ተእሂል መንደፈረ እግል ልትዐወት፡ ክምሰልሁመ እት ወጠንያይ ወበራምጅ ጃልያት እግል ልትዐወት ወለልትመድ ለሰዴ ካድም ክምሰል ትሰርገለ ሸርሐ።

እሴት እግል ኢልሕደጎ ዐድ ለሐድጎ!

እለ ሐካኪቶ እላመ እብ ክሰሰ ክልብ ለትዳግም፡ እት ዐድነ ኤረትርዮ! እት ቆምየት ትግርኛ ለትትዳግም ተ። በዲር ዘመን እት ሐቲ ዐድ ሀገጊት ሔዋናት ለፈሰር ወለአምር እናስ ዐለ ልትበህል። እሊ እናስ እሊ እለ ሀይበት እለ እት ረክብ ወልትሀየብ፡ ምስለ ሽርጥ ህዩብ ዐለ ልትበህል። እግለ ገብአ ፍንጌ ሔዋናት ልትዳግም ኢድጋማት ሐቆ ደግመ ሞት ዐለ ፍርዱ ልብሎ።

ምዕል ሐቲ ለአክላብ ምስለ ክልቡ ገሌ እት ልትባለሶ ሰምዐዮም። ህቲ ህዩ እት መባልሶም ትሰሐቀ። እሊ ሰድ እሊ እሲቲ “ሚተ እለ እግልክ ለተአስሐቅ ለህሌት?” እት ትብል እብ ሰኣል አትሐጨረት እቲ። ህቲመ ክፈሕ እት ወዲ፡ “የሀይ እሴት እለ ለእግልዬ እስሐቅት ለህሌት እግልኪ ትበጽሕ ኢኮን።” ምንዲመ ቤለዩ፡ ተሪፍ ምኑ አቤቲ። እት ደንጎበ ክምእኒ ቤለዩ፡ “አነ ለምነ ሔዋናት ሰመዐኩወ ዘዐት፡ እግልኪ ሐቆ ደገምኩህ ፍርጄ ሞት ሌጣቲ። አኪ እዘሚ ምንዬ ረቢ ፍርሂ” ቤለዩ ልትበህል።

ለጃእረት እሴቱ ህዩ፡ “ያየእ! መስጢር ሰሓቅክ እንዴ የኣመርኲ፡ ክሉ ክሉ ይእበርድ ወይእስኩብ። አሰእሊኒ ሌጣ” እት ትብል አጭበበት እቲ።

ለእናስ ህዩ ሕዩር እት እንቲ፡ “ከላስ ሐቆ ትብይ አውድ ውደይ እግልዬ” ቤለዩ። ህተ እግለ እግሉ አትሰሐቀት ዘዐት እግል ተኣምር፡ ክለ ለእግል ፍራሽ ተኣትሐዚ ምን ቅሩብ ወረደም ጀመዐት። ንዋይ ነኣይሽ ወዐባዩ ተሓረደ፡ አዳም ፈታይ ወገልገላይ እግል ሰርሓህ እናስ እተ ዐደ አውድ ትጀመዐው።

አክላብመ ምን ክል አካነት እተ ዐድለ ፍራሽ ትጀመዐው። ለክልብለ ዐድ



ለእናሶም ሳርሐ ለዐለው ሊጋሽ አክላብ ሰኣላት ወጀሀው እቲ። ለሰኣላቶም ክምእኒ ልብል ዐለ።

“ሚ መናሰበት ህሌት እክም?” ፈረሕ ቱ እሊ ሚ ከረህ፡ መትኣማር እግልነ አበ” እት ልብሎ ተሰኣለው። ለክልብለ ዐድለ እናስ ክምእኒ እት ልብል በልሰ እቶም።

“ወላሂ እለ ናይነ መናሰበት ተኣትፈክረክም ሐውዩ። ለበዐለ ዐድ ህግዩ ናይ ክል ሐዋን ሰሚዕ ወለአምር። ሐቆ እግል ካልእ ነፈር ደግመየ ህዩ ፍርድክ ሞት ቱ ለልብል ሽርጥ ህዩብ ቲ። እሊ ሽርጥ እሊ ህዩ ሞት ቲ። ነገር ሐቲ ምስልዬ ገሌ ትባልስክም ወሐር ህቲ እተ ናይነ ድግም ትሰሐቀ። ለእሴቲ “እት ሚ ትትሰሐቅ ህሌክ?” እት ትብል አጭበበት እቲ። ህቲ ለአትሰሐቀቲ ዘዐት ሐቆ ደግመ እግለ ፍርዱ ሞት ክምስል ቱ አሰአለዩ።

ህተ ላኪን እግለ አሰሐቀዩ መስጢር ተኣምር ቀቲሉ ወፍንቲቲ ሓርየት እት እንቲ፡ “ያየእ ለመስጢር አምር እንዴ ኢኮን እግልክ ላቲ እግርሐክ ወአውድክ እወዴ እግልክ” ቲሉ። ከለመናሰበትነ ክምእኒ ለእግለ ደገምኩ እግልክም ትመስል” ቤለዮም።

ለአክላብ ለመባልስ ክልብ ለአተንሱ ሐቆለ ጸንሐው፡ እበ ቅሻመተ ነፈር ሰኒ ትፈክረው። ሐር ህዩ ለዳግም እግሎም ለዐለ ክልብ ድግሙ ሐቆለ ክለሰ ክምእኒ ቤለው።

“አዩ! ወገህ ግበእ፡ ለእናስ እሊ፡ እሴት እግል ኢልሕደጎ ዐድ ለሐድጎ” ቤለው ከትሰሐቀው እቲ ልትበህል።

ለእናስ ለአተናሰዮም ሰበት ዐለ፡ በደል እግል ሰርሓህ አሰክ አልኣክረ ዐለት ለመናሰበት፡ ፍክረት ሕድጎ እት ደሚሩ መጸት እግሉ። እባሁ በደል ለእሴት ብእስ አሰክ አልኣክረ እግል ትሳርሐ ሓሰበት ለዐለት፡ እግለ እሴት አሰክ ዐደ ሳረሐዩ። ፍክረት ሕድጎ እግል ወድ ሚን ኣደሚ ክልብ እምጻቲ ልትበህል። ሕድጎ፡ ፍንቲት ሃዲ ወሀዲት፡ ምን እለ ዕለት እለ ወሐር ትንቡረት ካርየት ተ እት ልትበህል ልትዳግም እብ ፍንቲይ እት ቆሚየት ትግርኛ።

ልባብ ልቅማን!



ላብብ ልቅማን ምን ቱ ገብእ? ወእብ ከአፎ እብ በኑ እብ ለባበት እግል ልትሰሚ ቀድረ ገብእ? ላብብ ልቅማን፡ ገብር እት ሐንቲ ሞላሁ ነብር ለዐለ፡ ሱጡር እገሩ፡ ዐባዩ ከናፍሩ፡ ጸሊም ሕብሩ፡ ረቢ እብ ሕክመት (ልባብ) እብ ፍንቲይ እት ሰረት ልቅማን እት ቅርኣን ሰሚቲ ለትሰሚት ገብር ምን አግብር ረቢ ለዓለሚን ቲ። እት ዘመን ሰይድነ ዳዉድ ዐለይሁ አሰላም ነብር ዐለ፡ ወእት ምድር ነብ ትወለደ።

አድሐ እት ዐጣሉ ውዕል እት እንቲ ቀመት ሰኩብ እበ ከመእ እቡል እት እንቲ፡ ልክዶ መላእክት ሰምዐ። በል ክምስል አበለ፡ ንቡወት ተሐዚ ሚ ለባበት እት ልብል ለመትላክዮዩ ትሰኣለዩ ወክደረዩ። ላብብ ልቅማን ለተሀዩበዩ ሕርዮን ክቡድ ምንመ ዐለ፡ እብ ፈጣነት ዐቅል ራቲዕ በሊሰ ሀበ እቲ። “ረቢዬ ሐቆ ከዩሬኒ፡ ለባበት ሐሬ። ንቡወት እምተሓን ፈዳብ ብእተ” እት ልብል ቱ ለበልሰ ልቡሉ እት ክትብ ቀዳምያም ነቢያት።

ልባብ ልቅማን ሐድ ኢኮን፡ ገሌ ምኑ እግል መሰል፡ ወክድ ኢወክዱ ሰፈር ኢትቅሰድ፡ እብ ፍንቲይ አመቅረብ፡ ወሰልፍ ላሊ” እት ልብል መክር። “እት ሰፈርክ ህዩ እብረት ወግድ፡ ምህመቶም ቀላል እት መሰሎ እትክ ምህመቶም ዐባይተ፡ ኢትሕደግ። ወክድ ሕድረትክ መጽዐንክ ቀደም ዕርፍ አርወሐትክ ቀይዱ፡ ወእሰሩ ለቀዩደ ፈቲሕ። ክምስል ተአወካመ አትኣክድ እምበሌሁ ኢተአሪም ወኢተአቀርብ” እት ልብል መክረኒ።

ፊናታት ልቅማን፡ ፊናታቱ እግል ወልዱ ረቢ ለዘክረያ ቲ። ፊናታት ልቅማን እት ቅርኣን እብ ዐቅል ወፈጣነት ልባብ ለትሸፊሕ እት እንተ እንረክበ። እት ቅርኣን፡ ፊናታት ልቅማን እግል ክሉ አዳም ሕክም ወልባብ እት በኣዊት ለትዘብጥ እንረክበ። ምነ ለአትፈክረክ ሰይድነ ልቅማን ዕሹር ገብር እግል ሞላሁ ለጠይዕ ዐለ ልትበህል። ላኪን ለትፈደለ እብ ልባብ ወሕክመት ዐለ ልትበህል። ልቅማን ለበዝሐ ፊናታቲ ወወሰዮቲ እግል ወልዱ ምህምቲ ለዐለ። ገሌ

ምነ እግል ወልዱ ለልብሉ ክእነ ዐለ ልትበህል፡

1. ም ወልዬ! ደገዎ፡ ምን ዲን። ዲን ዝለት አደሓ ቲ። እብ ሰብ ዲን ለሳድፍ ህመም ወሽቀላት ህዩ ዲብ ሰኩብ ላሊ ክልእ ወዲብ መዐየን ለአበጽሕ። እብል ልክዩ ልቅማን ወድሐ ለህለ ዶል ነኣትዋይን ወልዱ እግል ኢልትሰለፍ፡ ከጃል አደሐ እግል ኢልሳድ፡ ወሀመት ላሊ ሰኩብ እግል ኢልክልኡ መክር። ዲን ህዩ መገንድላይ ኢኮን እምበል መድንናይ ቱ እንዴ ኢኮን።

2. ም ወልዬ! አዳም በዲር እበ እግለ ወዱ ልትጃሀር ዐለው፡ ዮመቲ ላኪን፡ እበ ለእግለ ኢወዱ ልትፋወሾ እንረእዮም ህሌን” ልብሉ። እለ ወዴኮ ወፈዐልኮ ፍቲት ኢኮን ወርዲት። ምናተ ለወደ ምንዲመ ልትፎፈል ወልትፋወሽ፡ ምነ እንዴ ኢወዴ ላልትፎፈል ልትፈደል። ፊነ ልቅመን አማን ልባብ እት በኣዊታተ።

3. “ምወልዬ እት ሰኣላት ሀላፍቲ ኢትእቲ። ሰኣላት ኣላት ሀላፍቲ! ሀይበት ገጽክ ነሰኢ፡ ወሐዩ ትሰረክ!” ሀላፍቲ እብ ሰኣላት መኣበይ ወዴክ ወእብ ሰብ እሊ ሀጀራይ ትትበህል። ክምስልሁመ ገጽክ ተኣጸልእ! እት ልብል ቱ ፊናሁ ለለኣሰሚዕ ላብብ ልቅማን።

4. ም ወልዬ ሐሳይቲ ለቤሊኩ ሽር እብ ሽር ቀሰን። አማኑ ገብአ ምንዲ ገብእ፡ እግል ልጀርበ እሳት እት ጀፈር እሳት፡ ለአቅሬሕ ወልረአዩን እብ ከአፎ? ለሐቲህን እግለ ካልኣይተ አቅሰነት ምንዲ ገብእ፡ ክምስለ ማይ እሳት ለአቀሰነ። ሽር እብ ሽር በዚሕ እንዴ ኢኮን፡ ወልትንሽር ኢባዴ ወኢሰርት፡ እግል እለ ልባብ እለ ለትሸፊሕ ህዩ እሳት እት ጀፈር እሳት አቅረሐካህ ምንዲ ገብእ፡ እት አድሕድ ትልዔ እንድኢኮን ኢትጠፊ እት ልብል መሰለ እግልነ። ኬር ላኪን ኬር ወልድ ወእብ ፍዕል ኬር ፈሰሰ እት ልብል ትወሴ።

5. ምወልዬ ቶበት ኢተኣትኣክረ ለእተ ትትበገስ ሳዐት አሰክ አልኣክረ ምን ገብእ ደልዩ፡ ምን ኣመረ እለ እዲን እብ ሀመሌ እምብል ሲፈ ወመስተይ ፈንጎሕ ነሐድገ። ፊነ ሰይድነ ልቅማን

ሕክመት ተኣፈቅደኩ፡ እዲናክ ክምስል ዲመ አልዳይም ትነብረ አውቁ እቲ፡ ወአልኣክረክ ክምስለ እተ ህሌክ ኢነት ለትትበገስ እቲ፡ ሴፋክ አዳሌ እግለ። ለልብል ልባብ ተኣፈቅደኩ።

6. ም ወልዬ! እት ሰላት እት ህሌክ ልብክ ክሬ! እት ትበሌዕ ህዩ፡ እት ሐልቅምክ ደገዎ፡ እት ኢቤትክ ህሌክ ምንዲ ገብእ እት ረኣየት ዕንክ ደገዎ! እት ምግብ አዳም ግሱይ ህሌክ ምንዲ ገብእ፡ እት መባልሰ ንሳልክ ደገዎ፡ እት ልብል ልትወሰዩ ዐለ። ኣቤ! እት ሰላት ህሌክ ምንዲ ገብእ እለ እተ እነብር እዲን እንክር ገለብክ ክረዩ ወትረሰዕ፡ ልብሉ ዐለ። እት በሌዕ ህዩ እት ሕልቅምነ እግል ንትደገዎ አደብ ነብረ እንዴ ወዴነ እግል ኢንትሐነቅ መክረኒ። እት ኢቤትክ እት ረኣይ ዕንክ ደገዎ በሀለት ቲ። ዕን ኣሰደትተ ወዕን ብዞሕ ትርኢ ምን ኬር ወሽር፡ ሰበት እሊ እት ኢቤትክ እተ ለእግልክ ኢልትአጀዝ ኢተኣትፈርረ፡ እት ልብል ቱ ለመክረኒ። እት መሐበር ህሌነ ምንዲ ገብእመ እት መባልሰ ህግዮን እግል ንትደገዎ መክረኒ።

7. ም ወልዬ ምን ዕን ሐሰዳይት ደገዎ! ዲንክ ተኣፈሰድ! ወነፍሰክ ተሓምቅ! ወደንጎባክ ትዕስ ትወዴየ! ቤለዩ። ፊናታት ልቅማን ፋእደቲ ኢትትዐሬ ወኢትትክለሰ። ኣሰዳይት ነፍሰ ፋሰደት ተ ቤሌነ፡ ነፍሰክ ለሓምቅ፡ ወደንጎባክ ትዕስ ወነዳመት ክምስል ወዴክ ትፋኒ።

8. ም ወልዬ! ሰልፍ ቀደብ መዐየንቲ፡ ወደንጎባሁ ነደም ወትዕስ ቲ።” ቤለዩ። ቀደብ እምብል መዐየን ወትዕስ ፋእደት ክምስል አለቡ ህዩ ወደሐ እግልነ።

9. ም ወልዬ! ምልህዮት ረኣሰ ሕክመት (ልባብ) ተ” ቤለዩ። ኣቤ! ምን ገርብነ ረኣሰ ምለዐል ክሉ ገርብናቲ! ወምልህዮት ፋእደተ ክምስል አካነት ረኣሰ ወሰፊየ እግልነ። ሕክመትመ (ልባብ) እብ ክምስል ረኣሰ ወሰፊየ እግልነ። ከልባብ ምን ገርብነ ክምስል ረኣሰ ትትረኢ። ረኣሰ የሀለ ምንዲ ገብእ ለካልእ ገርብ ምህመቲ አክተመት። ህግዮመ ሕክመት አለበ ምንዲ ገብእ ካልእ መዐነት አለቤ። እግልሚ ህግዩ እብ ሕክመት ወመሰል ትጥዕም።

ገማል ጀላል ምድር ወሐያትቱ

መብዛቸው፡- ክብርም ጸሃዬ

ምዴርየት ሰንወፊ ከም ኩሉ ምዴራይት ዐድነ ዲብ መጃል ገማል እብ ለትወቀለት ደረጀት ልትከደም እተ ህለ። እሊ ህዩ መርከዝ ሸትል እብ ደረጀት ምዴርየት እንዴ ዳለ እግሉ ምኑ ዲብ ኩለን እዳራት ዳሕያት እብ ደረጀት ዐዶታት ወእብ ናይ አፍራድ ሐዘዐት ከም ልትሸተል ወገምል ገብእ ህለ። ከእሊ ካድም እሊ ሚ መስል ህለ እግል ልወዴሕ እግልነ መስሉል በዐል ሰልጠት ቃባት ወእንሱሰ ከደን አሰይድ ዮውሃንስ ዘካርያስ ምስሉ ለወዴናህ መቃበለት እትሊ ናይ ዮም በርናምጅ እግል ንቀድመ እግልኩምቲ ቅራኣት በኪተት።



አሰይድ የውሃን ስኬርያስ

በዐል ሰልጠት ቃባት ወእንሱስ ከደን ክመ ሰሜቱ ለትወድሑ መሃሙ ዲብ ሕፍዘት ወእግመሎት ምድር፡ ዕቅቦት ወታብያት እንሱስ ከደን፡ ከምሰልሁመ ምድር ዲብ ባዶብ እግል ኢልትበደል እብለ ትወቀለት ደረጀት ከዲምተ። እሊ ሆይ ዲብ ክልኤ እንዴ ከፍለው ምሮ ናይ ገማል ወምሮ ናይ መራቀብት መሃም እቡ ለቀንጾ ቶም። ለመራቀብት ወዴ ክፋል ዕጩይ እምበል እጃዘት እግል ኢልትብተክ ወእግል ኢልትአሬ ለራቅብተ። ክምሰልሁመ ናይ እንሱስ ከደን መታብዐት ወዴ። ናይ ገማል ለልትበህል ሆይ ሽትል እንዴ አዳለ ክም ልትሸተል ከድም።

ርሕብነ አርድ ምዴርየት ሰንወፌ ሐድ 200,600 ሄክታር በጸሕ። ምን እሊ 88 አልፍ ሄክታር ለገብእ ናይ ርዕዮ፣ አድብር ወሐስያትቱ። ናይ ሐርስ ለልትብህል አርድ ህይ 16,074 እሊቱ ሸዑብ ክም ግራህ ሐርስ ልትነፋህ እቡ ለህሉ። ለበዝሐ አርድ ናይ እለ ምዴርየት ህይ ሐስያት ቱ። እሊ እብ ክልኤ ገበይ እንዴ ትርአ ከድሞ እቱ ህለው። ለምሮ ሸትል እንዴ ኡዳሌክ ዲብ ሒን ዝላም ሸትል ክም ልትሸተል። እሊ እግል ሰርገሎት ህይ ክልኤ መርከዝ ሸትል ዲብ እለ ምዴርየት ሸትል ለልአፈርየ ዲብ ዐዲ አግግዕ ወገሎ ህለዮ። ለካልኣይ ህይ እግል ልግመል ለትብህለ ባካት ሐዝዐት እግል ልግበእ እንዴ ሐደድከ ክም ልትመናህ ገብእ ለህላቱ።

ለናይ ሸትል ወራት እብ ፍንቱይ እተ ናይ ገሎ ምፍጋር ጸሓይ ለህለ ሐሲያት ለትገንሕ ሰልፍ ዲበ እግል ኢልብዪ ልትፈራህ ለህለ ዕጩይ እህትማም እንዮ ገብኢ፡ ፍሬ ናዩ እንዮ አኩባከ ዲበ መራከብ ክም ልትሸተል ገብኢ ህለ። ወዲብ

መርከዝ ገሎ ለበቅለ ህዩ ዲበ
ሐብዶት ክም ልትሸተል ገብእ
ህሉ። እሊ ህዩ ዲብ በደ ገደሶ
ለህለ ዕጨይ ምን ሐዲስ ክም
ለህሌ ገብእ ለህለ ካድም ቱ።
ለካልእይ መርከዝ ናይ ዐዲ
አባግዕ ህዩ ዲብ ቀላሚጦስ
ውበዕድ ዕጨይ እብ ህትማም
ክም ለአበቅል ገብእ ለህላቱ።
እሊ ዲብ ክልኤ መርከዝ
ሸትል ለፈሬ ዕጨይ እብ
ደረጀት ኮም እግል ሽዑብ
አናራድ ወመአሰሳት
ሕኩመት፡ ፊራሮ ደረሰ
ከረም፡ ክምሰልሁመ አንፋር

ቅዋት ድፋዕ እብ ሸቅል ኬወ ዲበ ልትፈረሮ እቱ እግሉም ልትሀየብ ለህላቱ። ለልትሸተል እቱ ህዩ ሐሻት መዳርሱ፤ ዕያዳት፤ መካትብ፤ ወእብ ደረጀት እዳራት ደዋሐ ክም ሐዘዐት ናይ ዐዶታት ለትበህለ፤ እትለ ለሐልፈ ሰኖታት ለአሱብደ ህዩ እብ አኖራድ ለልትመለክ ናይ ብሕቶት ሐዘዐት ዲቡ ለልትሸተል ቲ።

ነገረኛት ናይ እሊ ኩሉ እብ ለትፈናተ አግቡይ ለትሸተለ ዶል ልትርኤ ህይ ለእብ ደረጀት ኮም ለልትሸተል ብዙሕ ነገረኛት ለአመጽኦ ኢህላኒ። ለሰብ ናይ ሕበር ሰባትቱ ክመ ለአትሐዘ እህትማም ሰባት ኢልህየቡ ደረጀት ብቂሉ ብዙሕ ኢህላኒ። ለናይ አፍራድ ላኪን አሰክ 90 ምእታይት እግል ልብቀል ቃድር ሀላ። እግልሚ ክል ሐቲ ለእግሉ ሸትለ እብ አግቡይ በዐል ሰልጦት



ዕጩይ ወጃንሱሰ ከደን ለሰምሐ ዲብ መንፈዐቱ ሰበት ለአውዕሉ ክመ ገርሀትቱ ራዕዩ፡ እብሊቱ ህዩ እንዴ በቅለ ዲብ ነቴጀት እግል ልብጸሕ ቃድር ለህለ። እሊ ናይ ብሕቶት ነቴጀት ሰበት ረከበት ምኑ ህዩ እትሊ ወክድ እሊ ዲቡ እንዴ ረከዘው ከድሞ ክም ህለው አሰይድ ዮውሃንስ ወዴሕ።

እሊ. እት ክል ዐዶታት እግል ልግባእ ረቅበት ወመቅደረት ለቡ ነፈር አርድ እንዴ ተሀየበ ዲብ እሊ ናይ አግመሎት ሽቅል እግል ልሻርክ ልትከደም እቱ ህለ። እሊ. ዲቡ ፍሩራም ለህለው እግል ርሐም ክም ልትነፍሶ እቡ ገብእ ለህለ ወለ ታህየበ ሸትል ህይ መራዐት ወዐቂብ ትሩድ ሰበት ገብእ እግሉ፡ እግል ልብቀል ወመንፈዐት እት እቅትሳድ ሙዋጥኒን እግል ለህብ ወምድር እግል ልሰርጌ ወለአግምል ለአቅደራ ቱ። እሊ. አግቡይ ናይ አፍራድ ሸትል እግል ሰለሰ ሰነት ትከደመ እቱ ነቲጀት እለን ሰኖታት እለን ክም ትቀየመ ህይ እብ አማን ለልትሐመድ ጋብእ ህለ። ለህለ ድዲፍ ጃንብ ናዩ ሸዐብ ናይ እሊ ምዴርየት ለበዝሐ ዲብ ቀላሚጦሱቱ ለረክዝ። እሊ. ክም ዒማት ናይ እቅትሳድ ሰበት ልርእዩ ዲቡቱ ለረክዝ እብሊ ህይ ለበዝሐ

ጋምል ለትርእዩ ባካት፡ እሊ ዕጨይ እሊ ለህላ እቲቲ። እሊ ግያሰ እሊ ህዩ እግለ ናይ በዲር ዕጨይ ዐድነ እህትማም ሰበት ኢጉበእ እቲ እግል ልብዔ ቀድሮ እንዔ ትበህለ፡ እትሊ ወክድ እሊ እግለ እብ አፍራድ ለልትሸተል ቀላሚጦሰ ልትህየብ ዲብ ህለ፡ እግለ እብ ሕበር ለጉበእ ፊራሮ ህዩ ለናይ በዲር ዕጨይ ዲብ መራከዝ ሸትል እንዔ አብቀልክ ክም ልትሸተል ጉበእ ህለ። እሊ እብ ለትወቀሉት እግል ልትከደም እቲ እንቡት ለህለ ፍሬ ናይለ እግል ልትሸተል ሕሱብ ለህለ ላኪን ንቁሰ ሰበት ህለ፡ እሊ እግል ሳረዮት ምነ ዲብ ቃባት ለህለ ዕጨይ ፍሬ ክም ልትአከብ እግል ልግባእ ክም በርናምጅ ጽቡጥ ህለ።

ለካልኣይ አግቡይ ናይ ሐዘዐትመ እብ እህትማም ልትከደም እቲ ህለ። እሊመ እብ ገበይ ቀላል ነቴጀት ለልሀይቡ። ክም መሰል እትለ ምዲርየት ሐድ 3600 ሄክታር ለጉበእ ሐዘዐት ክርዕት እንዴ ጉበእ መራቀቡት ለትጉበእ እለ ህሌት። እሊ ህዬ ነቴጀቱ ትትርኢ ዲብ ህሌት። እብ ፍንቱይ ዲብ በደ ገይሰ ለዐለ ዕጩይ ወግሬ፡ ቅሰለ፡ ዐጋም እሊ እትሊ ባካት ለዐለ ዲበ ሐዘዐት ክርዕት ትርእዩ ዲብ ህሌከ እት ለአቀብል ገይሰ ህለ።

ሰበት እሊ ሐዘዐት ክርዕትሙ ምን ነቲጀት ለልሀይብ ሰበት ቲ፡ እንዲ ረከዘው ከድም እቲ ክም ህለው አሰይድ ዮውሃንስ ለአክድ። ምስል እሊ ለገይስ ህይ ናይ ዶሉ ሐዘዐት ክርዕት ለትትበህል ሐዘዐት ብዕራይ ሙ እብ በርናምጅ ልትከደም እቲ ህለ። አሰክ እሊ ህይ ሐድ 2800 ሄክታር እግል ዶሉ ክም ልትመናዕ ጉብእ ህለ። እሊ እግል ገሌ ወክድ ለልትመናዕ ክመ ናይ ሕሩም ሐዘዐት ምንሙ ኢጉብእ ለዕጩይ ዲብ ጠቢዐት ቲ እግል ለአቅብል ለሰዔቲ። ሰበት እሊ ሕኩሙት ናይ ግማል በርናምጅ እብ ደረጀት ወጠን ልግባእ ወምዴርያት እንዲ ረከዘት ከድም እቲ ለህሉት ሰበት ቲ፡ እትለ ምዴርየት ሰንዐፌሙ እሊ በርናምጅ ለሰርግል ካድም እብ ለትወቀለት ልትከደም እቲ ለህላቲ።

እት ሸቲል ሌጠ እንዴ ኢጉብእ እት ዐቂብመ ከጣእ ለወዴ እግል ሰይሐት ለትሰዴ ከዋወት ትትነጣእ ህሌት። እለ ከዋወት እለ እግል ዐወቶት ወእምበል ኢትካራም ክልዶል ዐቂብ እግል ለህሌ ዲብ እለ ሸቅል እለ ለልትፈረር ዐጣክር እንዴ ኢብዛሕከ መራቀብት ጉብእ ሰበት ህሌት፡ ራቀቦት ዕጨይ ምን ሰራት እትሊ ወክድ እለ ዲብለ ሐሴት ደረጀት በጽሐ። በዲር ፈህም ናይ አፍሐሞት ወዕጨይ ናይ አዝበዮት ለዐለ ከራብ ዲብ መራቀብት ባጽሕ ህሌ። ለህለ መሻክል ዲብ ሐሲዖት ለህለ ምስል አቅሊም ቅብለት በሐር ቀየሕ ለልትሓደድ ባካት፡ ምስል ኢረኪብ ዝላም መናበረቱ ዲብ ርዕዮ ለዐለት ርዕዮ ዲብ ልድዕፍ ሰበት ጌሰ እግል ለትፈናተ መሓዝዙ ለልትነፈዕ እቡ ዕጨይ ሌጠ ሰበት ቱ፡ እሊቱ መሻክል ለጉብእ እንዲኢኮን እትሊ ምዴርየት ዲብ ካራብ ዕጨይ ለልትፈረር ሙዋሞን ዲብ ልውሕድ ገይሰ ህሌ። እግልሚ ኩሉ መንፈዐት ቃባት ዲብ ልፍህሞ ሰበት መጽሐ ወእብ ደረጀት በዐል ሰልጠት ዕጨይ ወእንሱሰ ከደን ለጉብእ ካድም እቡ ዲብ መራቀብት ክም በጽሐ አሰይድ ዮውሃንስ ለአክድ።



1ይ ክፋል

መሐበር ሽባን ፈደራሊስት ኤረትሮፖ

ምን ፈደረሽን አስክ መትዐማም ወሰውረት እበ ልብል አርእስ ኬትባይ ወባሕስ አለምሰገድ ተሰፋይ ለከትብዩ ክታብ ምነ ህለ እት ምዕራፍ 14 ፈደራሊስት ወራቢጠት ዲብ ግድለ ቅሎፅ፡ እበል ልብል እግል መሐበር ሽባብ ፈደራሊስት ኤረትሮፖን ለከሰስ ጽብጥ አወላይ ክፈሉ እግል ንርኤ፡-

ዲብ ፈደረሽን - ምን ማቲዮንሶ አስክ ተድሎ፡ መሐበር ሽባን ፈደራሊስት ኤረትሮፖ (መ.ሸ.ፈ.ኤ.) ለልትባህል፡ እግል ሕፍዘት ፈደራል ሕቁቅ ኤረትሮፖ ለናድል ተንዘይ፡ እብ ቡዳሪት አፍራድ ክወን ዐለ፡ አግደ መአሰስ ወሚርሓይ ናይለ መሐበር ተሰፋይ ረደእ ለልትባህል ሻብ እት ገብኤ፡ ምስል ብዝሓም መልሂቲቱ ለአሰሰዩ፡ መብዘሐም እሎም ሽባን ህዩ ሸቃለ ናይለ ትፈናተ መሳኔዕ እት ገበኤ፡ ፍንጌህም አንፋር መሐበር አንድነት ዐለው እቶም፡ ምስል መትአምበት ፈደራል ንዛም ላኪን፡ እበ ልርኡዎ ለዐለው ናይ ሕኩመት ኢቃኒናይ ሸቅል አሰፍ ወሐሩቀት ሰበት በይአየዮም፡ እት በርለማን ኤረትሮፖ እት ለኣቲመ እግል እግል ኤረትሮፖ ሻቅል ለዐለ ናይ እቅትሳድ ወስያሰት ዝልም ወሀጎጋይ ሰበት ረአው ክምሰል ከረ ኢብራሂም ሰልጣን ወአኪቶ ላቶም መትቃውመት ሕኩመት አቶብዩ ለሀድጎ ወአትናያት ገብኦ እሎም ሰበት ዐለ... ዲብ ሕብዕት ሐረከት ስያሰት ወአሰሰት መ.ሸ.ፈ.ኤ. እግል ልእተው ቀድረው፡

መ.ሸ.ፈ.ኤ. እብ ስታር መሐበር ሚካኤልቲ ዲብ ማይ ቈህቦት ለተአሰሰ፡ ቃኑናይ እዕትራፍ እግል ልትህየቡ ለወደዩ ጸገም ሰበት ኢትሰርገለ ህዩ፡ አስክ ደንበሰ ሕኩመት ለጠልቦ እጅረኣት እንዴ ኢለአተምም ሸቀ፡ ናይ ሰላዲ መቅደረቲ ዲብ እሸትራካት አንፋሩ ሰበት ትተንከቡ፡ ሕር እንዴ ገብኦ እግል ልትሐረክ ኢቀድረ፡ ናይ አንፋሩ በሻለት ስያሰት ሰኒ ሕድድት ሰበት ዐለት ህዩ፡ ስያሰያይ በርናምጁ ልግበኦ ዲብ ጀሪደት ደሃይ ኤርትራ ለፈገረ ክቱብ አንፋሩ እግል ለአፍዩሕ ወለአቐሬ ኢቀድረ፡ እግል መሰል ዕድውየት ለልትከበቶ ሙረሽሐን፡ “ዲብ ሐንቴ ወግሬተት ለዕዛለ አክደር ራየትን እንዴ ገብኦክ፡ ኤረትሮፖ እግል ኤረትሮፖን ዲብ እምብል፡ ዲመ እግል ብገዩት ሕኩመትን ወሀደፍነ ለእንጋራቅብ ክም ሕነ ነኣክድ...” እበ ልብል ቀሰም ቶም ለኣቲ ለዐለው፡ እብሊ ህዩ፡ እግል ብገዩት ሕኩመት ኤረትሮፖ ልግበኦ ወብዕድ እግል ኤረትሮፖ ለከሰስ ክቱብ ምንመ ቀርአው፡ ምኮም እግል ለአፍዩሐ ምንመ ጀረበው፡ ወራታቶም ዲብ ሰኒ ሕዳድ ላቲ አህዳፍ አው መጃላት ለተሐጨረ ገብኦ፡ ምኮ ዲብ ህዩ፡ ለበዜሕ ንዳሎም አንበልባል መንዴረት ኤረትሮፖ ለለአተላሌ እቡ ደማን እግል አከደት ዐለ፡

ዲብ 2002 ኬትባይ ምስል ሰለሰ ምነ አግደ ሚርሐት ፈደራሊስት ላቶም ተሰፋይ ረደእ፡ አብረህ ሐጎስ

ወገብረሚካኤል በጋጽዮን ፋይሐት መቃበለት ዋዲ ዐለ፡ እብ ሰብብ ዕምር ወሕማም እግል ብዘቲ ምነ ወራታቲ እግል ልፍቀዱ ምንመ ኢቀድረ፡ ለአግደ ለበለዩ ላኪን ሓከዩ፡ ክምሰለ ትባህል፡ አግደ ሀደፎም፡ ምን ማዳት ቃኑን ሕኩመት ኤረትሮፖ እንዴ ኢፈግር፡ ጽበጡ እብ ዘዐቲ ወደሚሩ ዲብ ፍዕል እግል አውዐሎት ራቀቡት ወምን ልትከደድ ህዩ ቃኑናይ አግቡይ መትሰኣል ዐለ፡ ቀደም እግል መሐበር አሰሰቲ፡ እግል ብላተ መሐመድ ዑመር ቃዲ እንዴ ጌሰ ምክር ትሰኣለ፡ ዑመር ቃዲ እብ ጀሀቲ ዲብ ቀበት ቃኑን እግል ልሸቀው፡ ምን ሕኩመት መታክል ዶል ሳድፎም ህዩ እብ መቅደረቶም ወአምሮም እግል ልስደምዎ ዱሉይ ክምቲ ሰበት ሐበረዮም፡ ለገበይ ለሀ እንዴ ጸብጠው ተሐረከው፡ እግል ተሰፋይ ረደእ ርኢሱ፡ ኪዳኔ ሀይሌ ስክርቲር፡ ከረ ዘሚካኤል ዑቅባሚካኤል ወሰብሃቲ ገብረሰላሴ ለብእቶም ልጃንመ ሐረው፡

በገሰ ወሀደፍ መ.ሸ.ፈ.ኤ. ናይ ሰላም መርበይቲ ለዐለ፡ ሕኩመት ኤረትሮፖ ላኪን እግል ክምሰልሁ ለመሰል ተጀሚዕ ለገብኦ ልግበኦ ከህላት ሰበት ይዐለ እሉ፡ ቃኑናይ እዕትራፍ እግል ልርኩብ ፈሴሕ እግል ልሰኣል ወእግል ትፈንጥሩ ምስዳር እግል ትንሰኦ ሐቲ ገብኦ፡ እብሊ ህዩ፡ ዲብ ሰነት 1954፡ በህለት ተድለ ባይሩ ሚርሓይ ሕኩመት ዲብሊ ዐለ እቲ ወክድ፡ ጽልመት ለሐገው አንፋር እግል ተሰፋይ ረደእ እንዴ ረክበው ደረር ዐቢ አጅረው እቲ፡ “ብዕድ ሰቡብ ይዐለ እሉ፡ ርኢሰ መሐበር ፈደራሊስት ገብኦ እንዴ ቤለው ዘብጠውኒ፡” እንዴ ቤለ እግል መናሰበት ክምሰል ሸርሐ፡

እሊ መዋዲት እሊ እግል አንፋር ልግበኦ ወተሰፋይ ረደእ ኖሱ መክርዒ እግል ልግበኦ ኢቀድረ፡ እብ ፍንቲይ ምስል ምጽኦት ደጃዝማች አሰፈሀ ዲብ አካን ሚርሓይ ሕኩመት ኮሎኔል ተድላ ዑቅቢት ዲብ አካን መፈወድ ፖሊስ ህዩ ዲብ ረኣሰለ መሐበር ለትበገሰት መራቀበት ዲብ ትደቀብ ጌሰት፡ እብ መጅቡ ህዩ፡ ናይ አንፋሩ ናይ ሐረከት ወሸቅል በክት ተሐደደ፡ ቀድየት ናይለ ክምሰል መሐርካይቶም ወመአከቢቶም ለልርኡወ መንዴረት ኤረትሮፖ ለመጽኦ ላኪን፡ እግል ሐድ ወሕዱድ ሐረከቶም እግል ሊኪዶ ሐር ልብሎ ይዐለው፡ ገብረሚካኤል በጋጽዮን ለኣከዩ ዎሮ ሐደሰ ንርኤ፡

...ለዋልዎን ሙዲር ናይ አስመረ እት እንቲ... መንዴረት አክል ሕድቲ ትትሐሸም ዐለት፡ ደጃዝማች ሐጎስ ሙዲር ክምሰል ገብኦ ላኪን እብ ዶልዶሉ አነቀሰው፡ መረት

ሐቲ፡ ሀይለስላሴ ለመጽኦ እታ ኢንት፡ መንዴረት አቶብዩ ሌጠ ትሰቀለት፡ አነ ወተሰፋይ ረደእ አስክ በለደየት፡ ብዕዳም ህዩ አስክ ኮሚሳርያቶ ሐማሴን ወእንተርኔ (ቀድያት ከርስ) እንዴ ትካፊልነ አአስክ ለትረተብነ ዲብ ጊሰነ፡

...ምስል ተሰፋይ ዲብ ከንቲብ ደግያት ሐጎስ አቲነ፡ “እግልሚ መጽኦኩም?” ልብለነ፡ “እብሊ መንዴረት ኤረትሮፖቲ፡ እግልሚ ኢትሰቀል? እግልሚ ክእነ ገብኦ?” ምን እምቤሉ፡ “ይአምረ” ልብለነ፡ መአሰሳይ መሐበር ፈደራሊስት ተሰፋይ ረደእ ሐቆ ድቁብ መርመረ ወዝበጥ

“ኤረትሪ እንተ ማሚ አፎ ቀዌካሁ?” እምብሉ፡ “ይአክ፡ አቶብያይ አክ፡” በልስ እግልነ ህቲ፡ “ኤረትሪ ክምሰል እንተ ላቲ ነአምር...” ዲብ እምብሉ፡ “ፍግር!ፍግር!” እንዴ ቤለ ልደጋነ፡

እተ መደት ለሀ ተሰፋይ ረደእ እግል ደጃዝማች ሐጎስ ለአግሄ ወለኣትሐርቅ ለበለዩ ህግዩ ትርድት እንዴ ለክፈ እቲ ፈግር፡ ወእባሆም ምነ እተ ዐለው ልጀመየ ወልትጋመው፡ ለሐሰበወ ሰበት ኢሰልጠት እሎም ኖሶም ምስዳር እንዴ ነስአው መንዴራት ኤረትሮፖ አከበው፡ እግል ትሰቀል እቲ ለበለወ አካናት እንዴ ትፈረረው ህዩ ላሊ እብ ግዲደ ዲብ ሰቁሉ ሰበት ትመየው፡ እሰቡሕ አካነ እንዴ ጸብጠት ዲብ ረፍርፍ አጽበሐት፡

ብዕዳም አስክ ቤት ክሰታን እንደ ማርያም እንዴ ጌሰው እት ምግብሊ እብ ብዝሐ መንዴራት አቶብዩ ጸብጣም ለዐለው ከህናት ወሙእምኒን አርበዕ መንዴረት ኤረትሮፖ እት ለአምበልብሎ ተሓበረው እቶም ወምስሎም ሄረረው፡

ለወቅት እት ሽዑብ ለዐለ ርዕብ ወፍጀዕ ዲብ ወግም እንዴ ኣቲክ እለ እብ ሕዳም አንፋር ለትነሰኣት ምስዳር ሐጠር ለጠልብተ ለዐለት፡ ሕኩመት ኤረትሮፖመ እንዴ አምሸሸት ኤረኤቲ፡ ሳልስ ምዕል ሐቆ እሊ ለተሀደገ ሐደሱ፡ ተሰፋይ ረደእ ምን ናይ ዝዘ ባንደ ቤቲ እብ ፖሊስ ትነሰኣ፡ “ጅርበት ህዩ አስክ ልርኤ ገብኦ” ቤለ ገብረሚካኤል በጋጽዮን፡ “ኖሼ እንዴ ነስኣኩዎ ሕግነት አረግዘ፡ ዐልኮ፡ ገርቡ በሽለ እብ ዕንጅ እንዴ ረኤኮቲ ለእትሃጌኩም ህሌኮ፡ ክሉ ገርቡ ትከትኩተ፡ እግል ሐ ክእነ እንዴ ወዴክ ኢትዘብጠ፡

እግል ፈደራሊስት፡ መንዴረት ክሉ ሸኦተ ለዐለት፡ ክሎምቲ ህዩ እብ አፍራድ ልግበኦ ወእብ ጀሚዕ ለልትፈረር እግል፡ ዲብ ሰነት 1955 ናይ ዩግዝላቭየ ርኢሰ ቲቶ አስመረ ለአተ እቲ ወክድ፡ አብረህ ፍጡር ለልትባህል ነፈር መ.ሸ.ፈ.ኤ. እት መካይን እንዴ ተሐበዐ ዲብ ዐጀለት እንዴ ትጸዕነ መንዴረት ኤረትሮፖ እንዴ ረፍዐ ክሉ ክምሰል ልርእየ ወደ፡ “እሎም ሰባሞቶም ትባህልነ ለወክድ ለሀይ፡ ለመንዴረት እግል ትንበር እግልነ ወለ ሙብነ ሕኩመት

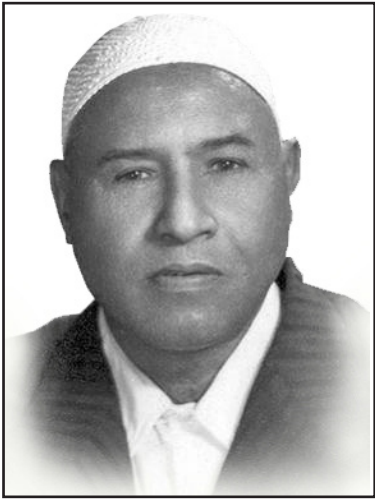
እግል ኢልፍረስቲ ለፍክርነ፡ ብዕድ ፍክር ይዐለ እግልነ፡” ቤለ ገብረሚካኤል በጋጽዮን፡ ሰበት እሊ፡ ዲብሊ ገብኦት መናሰበት ዲብ ብሩር እንዴ ኢተርፍ እግል ልትተለ ብዘቲ ትጸገመው፡ ዲብ ክል ጀርቤሆም እብ ፖሊስ እንዴ ትነወው ወቅሳመት እት ገብኦ እቶም ህዩ ተህዲድ ወጨቅጥ ገብኦ እቶም፡

እብ ጀሀት ብዕደት፡ ማኒፊስት (መናሽር) ዲብ መዲነት እት ነሽሮ ወዲብ መናድቅ ዲብ ለለጠኦመ ዎሮ ምን ወራታቶም ዐለ፡ የምክን፡ ዲብ ናይለ ወክድ ለሀይ ተቃሪር ሲ.አይ.ዲ. ኔሽራዩ ለኢተአመረ ድድ ሕኩመት ለልትሃጌ ወራቅ ትረከበ... ዲብ ልትባህል ለልትሀደግ እቡ እሊ ገብኦ፡ ዲብ ሐቲ መደት ተሰፋይ ረደእ ለፈንጠረዩ መናሽር ምስል ናይ እዴ ክታብቲ ሐቲ ሰበት ገብኦ፡ እግል መደት ሐጫር እሱር ዐለ፡ “አናመ ለአምኮ” ቤለ ህቲ፡ “ናይ ሙብነ ሕኩመት ኤረትሮፖ ሀደፍነ፡ መንዴረት እግል ትረፍርፍ እንድኢኮን ብዕድ ለእምቤሉ ሸኦ አለበት” እቤሎም፡ ህቶም ላኪን፡ ‘የም ዲብ ቤት ፍርድ ኢነአበጸሐከ፡ ቤለውኒ፡ ‘ጀሪደት እንዴ ከተብነ ሰሚዕ ክምሰል አቤኩናቲ ዲብ ፈንጠሮት ማኒፊስት ላከፎት ለኣቲነ’ እንዴ እቤሎም ሳረሐውኒ፡

ናይ ፖሊስ ሲ.አይ.ዲ. መራቀብት ላኪን ኢትፈንጌቶም፡ መትንዕዩቶም ህዩ ፖሊስ ሌጠ ይዐለው፡ አለምሰገድ ተፈሪ ለልትባህል ነፈር አንድነት (ወድ ትግራይ) ለመርሐ ሐሸምመ ደርቦም ዲብ ነሽብ ተህዲድ ወዝበጥ ለአጀሬ እቶም ዐለ፡ እግል መሰል፡ አምዕል ሐቲ አንፋር አንድነት ላቶም እግል አብረህ ፍጡር ዲብ ባካት መደበር እንዴ ነስአው ሐቆለ ጨፍጨፈው፡ እብ ሐብል እንዴ ሐንቀው ዲብ ዎሮ ፓሎ እንዴ አትሀንጦጠለው ጌሰው ምኮ፡ አዳም እብ ሸፋግ ሰበት ረድአዩ ላኪን ምን ሞት እግል ልድሐን ቀድረ፡

ምን ማርስ 1956 እንዴ አምቡተ መራቀብት ፖሊስ እት ረኣሰ መ.ሸ.ፈ.ኤ. ዲብ ልደቀብ ክምሰል ጌሰ ተቃሪር ሲ.አይ.ዲ. ለሐብር፡ እግል መሰል፡ ዲብ ዮም 31 ማርስ ለትኩተብ ተቅሪር፡ ተሰፋይ ረደእ ወአብረህ ፍጡር ወዎሮ ሳልሳዮም ሀይሌ ለልትባህል እግል አርአየ ዋሴ፡ መልኣኪ ሰላም ዲሞጥሮስ ወሙዲር ሰራዩ ሳይኔ ክዲኔማርያም እግል ልትቀተሎ ጀርቤ ገኣት እቶም ልትብል ሐብሬ እንረክብ፡ መአይደት ናይ ሐረጎት አባይ፡ ደምሳሰ ወልደሚካኤል ወብዕዳም ክምቲ ህዩ ሸፊሕ፡ ብዕድ ካልእ ናይ ማርስ ተቅሪር ህዩ፡ መሐበር ፈደራሊስት ዲብ ሻሬዕ መኒሊክ ዕልብ 5 ዲብሊ ህለ መክተቡ እጅትመግት ወዱ ክምሰል ዐለው፡ ዲብ ህዩ ዘሚካኤል ዕቅብሚካኤል ዎሮ ክቱብ ክምሰል አዳለ ለሀድግ፡

ለናይ ቀትል ጀርቤ ለትባህለት፡ ለገብኦ ደሊል እግል ልትረከብ እሉ



ፔፋሪ ኢብራሂም ሱልጣን



ብላታ መሐመድ ዑመር ቃዲ



ተድላ ዑቅቢት



ጆሲፕ ብርዝ ቲቶ

ኢቀድረ፡ አማን ምንገብኦ ህዩ ሕኩመት እተ ዶለ ለትጸብጦም ወለተአፈርዶም ብቅዕ ሰቡብ ወረክብ፡ ሰዳይት ከረ ሐረጎት ለልትባህል ህዩ፡ ምስል ሐሬ ለእንርእዩ፡ “ሐርረጎት ሰልጠት እግል ልጸበጥ ለሐዜ ህለ... ድድ ሕኩመት መአይዳይ ፈደራሊስቲ ቲ...” ዲብ ልትባህል ለልትነሽር ወመራቀብት ገብኦ እቲ ለዐለት ፊራር ለልትጸበጥ መሰል፡ እበ እብ ሐዶት ለዐሬነ እሶም “ፈደራሊስት” ህዩ ኢተኣከደ፡

ግርመት እብ ፈርያት ስናወት ወለካልእ ገጸ

ምን ሱግ እግል ትዛብዩ ለትወጥን ግርመት ወለግርመት አማን ምን ነሐትጃግረን፡ ለናይ አማን ልትዓደለ አለቡ። ለሀሌት አስክፍት ወለሀሌት በደሎት የም ሕድ ኢኮን። ለገብአ ኣደሚ ጠቢቦት ለሀብቱቱ ሸክል እብ እለ ፈቱ ወገቢሉ ለልትክበተ ወመፈተይ ክም ገብእ እግል ሊዲ ምን ልትጀሀድ ዋጅቡ ወሐቁ ቲ። ሕሰሩ እተ ለሀቱ/ሀተ ግሩማም እንዴ ቤለ ለልትክበቶም እግል ልምሰል እት ሳንዖት መባትክ፡ ሕብር፡ ጭገር ገብአ ምንገብእ ላኪን ከራብ ቲ። ከራብ እት አፍካር፡ እት ዓፍየት ቀርቦት ወዓፍየት ስርዐት ገርብ። ምን ቀሊል ናይ ዶሉ አከይ ሓል እት ዳይም ለኢለአቀብል ዕድር ለካሬ ሕርያን እኩይ ቲ።

እትሊ እቱ ሀሌነ ዘበን አዋልድ ጸረን እግል ልምሰል ውላድመ ኢመሰሎም እግል ልምሰሎ ለገዩሱ መካይድ፡ ሴንዐት ኣላት ወፈርያት መትጋረሚ ገደሀን ራክባት ሀለዩ። መሳንዐን ብዳዐቱ እግል ለአዝቤ ልብ መትነፈዐት ለሰልብ ዑለመእ ዕልም ነፍስ ወዓሳብ፡ ዕሉም እጅትማኒ ወኣደሚ ለለሀንዱሱ ለለአትአምን ደዓያት ነሸር። ለፈርያቶም አዳም ክም ልትወለፎ ለወዴ በሰር ረቂቅ ለሀንድሶ። እግል እሊ ለለአፈጉሩ ማል ብዙሕቲ፡ ደኣም እብ የም አለቡ ዕጹፋት ለአቀብሎም። ለአረይ ገብእ አግማም እብ ተማሙ ሀይ ኣነን ኢበጼሕ እቶም። ለልትቀሸሽ ሀለ ገባይል እንዴ ፈዝዐ ነፍሱ አሰክ ለሐርር ምኖም፡ መክሰሎም ከርዑ አለቡ። ገቢል እግል ልፍዘዕ ለልትደፊዕ እስትሸሃድ ሀይ ክበድቲ። ጽጉግም ወስትርት ዲደቶም እግል ልዋጅህ ለተዐንደቀ ሰቡል ዓልም፡ አክሎም አርዛቅ ወዴማት መትራክቢ ገቢል ሰበት ኢመልክ፡ ክርንቲ ክም ኢትሰመዕ ወሐቂቀት እት መትነፈዓይ እግል ኢትብእሕ እብ ማሎም ወመትራክቢ ዴዳቶም ለገመ። ሰጃይር አክልሚ ዴራይ ክምቲ ረሰሚ ዐለም እግል ተአምሩ ለገብእ ንዳል ክም መሰል እግል ንንሰኡ እንቀድር። ሐቅ ብዙሕ ናዳል እሰባታት ለእሉ ኢልትዐደው ክም ቀርቤ፡ “አትነኖት ሰጃይር ቁትላይ ቲ” ለትብል ሐብሬ እት ዕለቦም እግል ልክተቦ ትቀሰበው። ፈርያት ስናወት መትጋረሚመ መደራቱ እብ እስባታት እንዴ ተአመረት፡ መትነፈዓይ ነፍሱ አሰክ ለሐርር መክሰሎም እት ልትከመር ወለልትኣዜ እት በዜሕ እግል ሊጊሶ ቲ። ለመጃል ፋዩሕ ሰበት ገብአ

መደራት መትጋረሚ ስናወት እት ዓፍየት ወደሐን ስርዐት ፍሬ ሌጠ ገሌ ሐዳይ ሐብሬ ንርእ።

ምን አግደ ኤዝያይ ለልትብህል እት መትጋረሚ ስናወት ለሀለ ከሚካላት

ፓሪቦንስ (Parabens) ለልትብህል



እት ሎሽናት፡ ሻምቦታት ጭገር ወነፍስ አጊድ እግል ኢልክረብ ወዴኖሁ አጊድ እግል ኢልህሰስ ለገብእ እቱ ከሚካላት ቲ። እሊ እግል ገርብን ለሰንዑ ኢስትሮጀን ለልትብህል ሆርሞን ፍሬ እንዴ ትመሰለ እግል ዓዲ ሸቅል ገርብ ለተአቀዌ ሐብሬ እግል ለሀብ ቀድር። ወእሊ እግል ልሙድ መካይድ ገርብ ሸውሸር። ፍታሌትስ (Phthalates) እት ዓጣር፡ አዝማልቶ ለእንብሉ ቀለም አጫፍር ወጭገር እግል ልልመዕ ለልትረሸሽ እቱ በካኹ እሊመ እግል ኢንዶክራይን ለልትብህል ለትፈናተ ክም ናይ ፍሬ ወዐቦት ሆርሞናት ለለአፈሬ ስርዐት ገርብ እት ሸቅሉ እንዴ ትደልሐሽ እት ስርዐት ፍሬ አንስ ወተብዐት ተእሲር እኩይ ወዴ። ሐጸይን ክበድ ክም ዐረር ወኣድሚዩም (Heavy Metals - Lead, Cadmium) እት ሓጣር ለለሀይብ መትጋረሚ ወቀርቦት ለለአጸዕዴ ፈርያት ለሀለ መትሐምራግ ሚዛን ሆርሞናት እግል ልሰብብ ለቀድር እት ገብእ ዐምሳት ዶል ትወድዩ እት አስራር ደም እንዴ አተ፡ እም ጅን እንዴ ሐልፈ እት መማኒት ጅን መደራት እግል ሊዴ ቀድር። እሊ እት ሕብር አጭፋር ወመትሓመሊ ለሀለ ሸቅል ስርዐት ፍሬ እግል

ልሰምም ለቀድር ቲ።

ተእሲር መትጋረሚ ስናወት እት ዓፍየት ፍሬ አንሳይት

መትሐምራግ ንዝም ሆርሞናት ወደውረት/ሐድ፡ ለስርዐት ኢንዶክራይን ለልሐምርግ ከሚካላት ደውረት ለሐምርግ፡ ብሉቅ ለአሸፍግ አው ለአደንግር፡ መሕፋዳት ቤጭ እግል ፍሬ ለበቄዕ ቤጭ ታምም ናይ አፍረዮት ቅድረተን ተሐውን።

መትገደዕ ወእከይ ዓፍየት ዓም ስርዐት ፍሬ ሕውንን መሕፋዳት ቤጭ፡ ኢንቡር ዐቦት ክተፍ እት ባካት መሕፋደት ቤጭ ውሓማሴ ሕዳን ቤጭ እት መሕፋዳት ቤጭ፡ ነድእ ዕምስነ . . . ወለመሰሉ ለአተሉ።

እት ዕምስነ ወጅነ ለትጀሬ ብቀት፡ ከረ ዐረር ለመሰል ወፓራቢን ለልትብህል ከሚካላት ለምንክል መደራት ለትከሬዕ እም እንዴ ሐልፈ እት ዐቦት ወተጠውር ናይለ እት ክብድ ለሀለ ጅን እግል ልድረር ቀድር።

ተእሲር መትጋረሚ ስናወት እት ዓፍየት ስርዐት ፍሬ ሰብ ተብዕን

• ተእሲር እት ኑዕየት ዘርእ ተብዕት፡ ፍታሌትስ Phthalates ውብዕድ ናይ መትጋረሚ ከሚካላት ዘርእ እግል ለአውሕድ፡ ሐረክትለ ዘርእ እግል ትብረድ ወእት ሸክሉ ወመባትኩ ከለል እግል ለሀሌ ሐዙቲ ወዴ።

• ከለል እት መማኒት ጅን፡ ገሌ ከሚካላት መትጋረሚ ስናወት ለበጽሐየን ዐመሲ እት እት ክብድ ዐቤ ለሀለ ተብዕት ውላደን እት ዐቦት ወተጠውር ገርቡ ወሐንገሉ ገሌ ከለል እግል ልሰብብ ክም ቀድር ለለአሸር ድራሳት ሀለ። ገሌ ምኑ ፍሬ ነፍስ እት ኣነንን እንዴ ኢልትከረየ እግል ልትረፈ ቀድር።

እት ብቀት ዓፍየት ለካሬ ሓላት ከአፎ እንግዳ ምኑ

ለንትዛብዩ ወንትነፈዕ እቡ ናይ ግርመት ፈርያት ሚ ክም ሀለ እቱ ለሸፊሕ ምስሉ ለመጽእ ክቱብ ፓራቦን ወፍታሌትስ ለልብል ከሚካላት ቡ መአለቡ ስኒ ንቅርኡ ወንፍህመ።

እብ ዓመት አምዕላይ መትነፈዕ መትጋረሚ ስናወት ስኒ ነአውሕድ። ለትፈናተ አንዋዕ ሐባባርት (ዕዋር፡ ሎሽን፡ ዲዩደራንት) ሀይ ንሕደግ። እብ ፍንቱይ እግል ትዕመስ በርናመጅ ለብእተ፡ ዐምሳት ወለተአጠቤ ምን እሊ ፈርያት እሊ ምን ትደገግ ለሐሳቲ።

ለሐሰ ፈርያት ሕርየት፡ ለእሉ ንትዛቤ ሀሌነ ፈርያት ሴንዓዩ እሙር፡ ሐብሬሁ ዋድሐት፡ ዕለት ስናወት ወወዲቅ ለብእቲ፡ መምሬሕ ገቢይ መትነፈዕ ለብእቲ እንዴ ረኡነ ንንሰኡ።

ዓጣር እት ንትነሸሸ እት ቀርቦትነ ወጭገርነ በደል እንረሸርሹ እትለ ኢከርብ ክፈል ልባስ ንውደዩ።

እት ጸሓይ ለልትፈረሽ፡ እት ክል



ኣነን ለልትላከፍ፡ ክቱብ ለሰንዐቲ ሸሪኩት፡ ለወድቅ እቱ ዕለት፡ ለሀለ ዲቡ ጽበጥ ሐቅ አለቡ ክሉ ረኡሱ ኢንትዛብዩ ወኢንትነፈዕ እቡ።

ለሐሰ ሕርያን

ገኖቦት እግል ትገርም ማይ ካፊ ንሱቲ፡ እብ ነዳፈት ንጽብጤ እግል ኢትንሸፍ ወኢትሳጠር ምን ፈርያት ጠቢዐት ለነአዳልዩ ሸሙት እቡ ነአጥልሎ። ለዲብ ከሚካላት ነአፊግሩ ማል እት መቀዝያት እንዴ አውዐልናሁ ሙነት ምዙዝንት ንብለዕ። ነፍስ ስካብ ካፊ ክም ትረክብ ንትጸገም።

ተእሲር መቅይሒ ገኖቦት እት ደሐን ስርዐት ፍሬ

ገኖቦት እግል ትቅየሕ(ትብረህ) እንዴ ትበሀለ ክም ከረ ቤዘቅ ወዐረር እምበለ እት ሐገን፡ ከላዊ ወክብደት ለወድዮ ደማር እት ስርዐት ደውረት፡ ፈርያት ቤጭ ወፍሬ ተብዕት፡ ለወድዮ ደማር ቀላል ኢኮን።

ለምን ቃልስ ልትነፍሶ ሀይ ምን ክል ዶል ለልትነፍሶ ለሐደት ብቀት እት

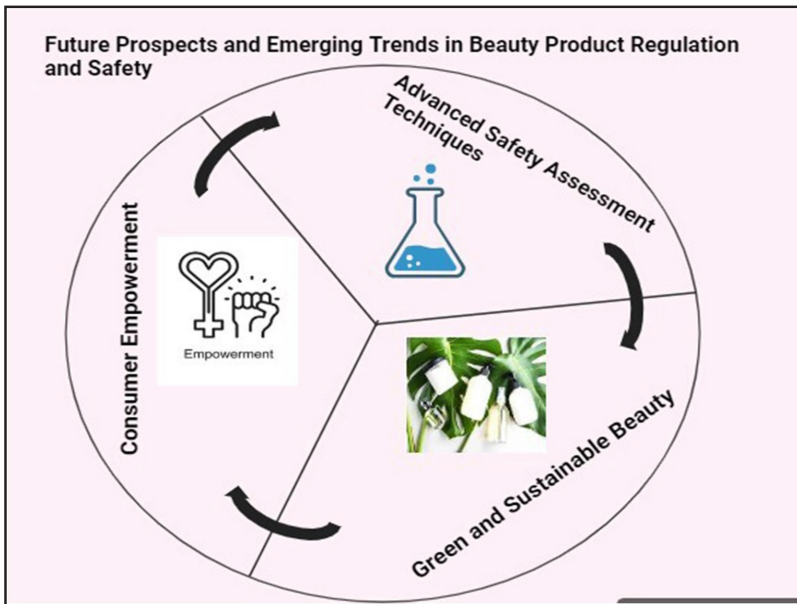
ምስል መትነፈዕ ከሚካላት እተ ገርብ እግል ልትከዘን ገቢይ ሰበት ለሀይብ ለመትሰማም ዘይድ።

• ሰበት እሊ እግል ትዕመስ በርናመጅ ለብእተ ረቲኖይድስ ወለትፈናተ ስነዕ ሺታሚን ኤ (Retinol) እት ክብድ እግል ሀለ ጅን መደራት ዐባይ ሰበት ለአጀሬ እቱ እግል ልትቀረብ ለአለቡ ፈርያት ቲ።

• ፓራቦንስ ወፍታሌትስ Parabens and Phthalates ጽበጥ ለመትጋረሚ መደት ረያም እግል ልጽነሕ ለገብእ እቱ ከሚካላት እግል ናይ ፍሬ ሴላት ለአደሚዕ።

• ቀርቦት ለለአቀይሕ ሀይድሮኩኖን (Hydroquinone) ለልትብህል መዋድ እት ቀርቦት ክም ገብእ አጊድ ዲብ አስራር ደም እግል ልእቲ ወእቡ እት ክሉ ስርዐት ገርብ እንዴ አተ መደራት እግል ለአጅሬ ለቀድር ቲ።

• ማደ በርዋት እግል ተአብዴ እብ አፍ ለልትነሰእ (Accutane) ሕኖት ትግበእ ወዐምሳት እግል ትንሰኡ ኢልትመከር።



ረአሰም ተህንጦዋል።

መቅይሒ ቀርቦት ወተእሲሩ ዲብ ስርዐት ፍሬ

• ኢንዶክራይን ለሸውሸር ከሚካላት Endocrine-Disrupting Chemicals (EDCs)፡ ላቲ ጽበጥ ክም ከረ ፓራቦን፡ ፍታሌትስ ለጠቢዒ ሆርሞናት ክም ከረ ኤስትሮጀን ወቲስታስትሮን እሉ ልትመሴሰሎ አውመ እግል ጠቢዒ ሆርሞናት ገብዩ ደብኡ። እሊ መትሐምራግ ሚዛን ሆርሞናት እት አፍረዮት ቤጭ፡ ንዝም ደውረት ሐድ ውኑዕየት ቤጭ ወዘርእ ተብዕት እብ እኪት ለአሰር።

• እብ ብዝሐ እሊ መቅይሒ መትነፍሶት ወለትፈናተ ፈርያት

መትጋረሚ ስናወት ሐቲ ክልኡ ዶል እንዴ ወዴኖሁ እት ክምእነ ሓለት ክም ኢለአበጼሕ እሙርቲ፡ ደጋጋሙ ቲ ለእኩይ። ክምስልሁመ እት ክሉ አዳም ሐቲ ኢኮን አጊድ ለለአዝዩ ሀለ ወለልትሐመሎ ሀለ። እግል ክሉ ለሐሰት ላኪን እብ ትቀደረት ጠቢዐታይ ፈርያት መትጋረሚ ንሕሬ። እት መናሰባት ኣግል ንትነፈዕ እቡ ሐዜነ ምንገብእ እብ እተ ክቱብ ሀለ መምሬሕ ሌጠ እግል ንትነፈዕ፡ ለኢነአምረ በዐል ምህነት ዓፍየት አው ዳርስ አድውየት ንትሰአል ምኹ። ግርመት አብዩ ምመ አለቡ ለምን ፈርያት ስናወት ነሐዝዩ ግርመት ላተ ላመ አሮ ለእኩይ ገጸ ክል ዶል እግል ንፍቀዱ ወንትደገግ ብኹ።





ዐለፍ አክደር እት በርከት ሐሊብ

(2ይ ወናይ ደንገበ ክፋል)

እት ሐልፈ ክፋል እሊ ክቱብ፡ እት ውዛረት ሐርስ መስኩል ውሕደት በርከት ሐሊብ አሰይድ መድሃኔ ተሰፋይ እት ኣዳለዩ ደርሱ፡ እት ከልፍየት በርከት ሐሊብ፡ ሙኅት ሐሊብ እብ መጽብ ንዛም ሓቀቅት ነብረ ወእጅናስ ሐሊብ እት ለትፈናተ ተዋብ ሕልብ ቅዱም እግልነ ዐለ፡ ዮም ህይ፡ ዐማር ዐለፍ አክደር እት ጀራዲን ወመሸፈል ንዋይ ለክሰስ ድሩሱ ካልኣይ ወናይ ደንገበ ክፋሉ እሊ ተሌ ቱ፡ ቅራኣት በኪተት፡

ሙኅት ወእግቡይ ዐለፎተ እት እተይ ሐሊብ ተእሲር ሐቐመ ቡ፡ ምስል ሐ ሐሊብ እንዴ አትመሳኔን ርእየቱ ምህም ጋር ቱ፡ ሰኒ ንዛም ሓቀቅት እግል ለሀሌ ሐቐመ ገኡ፡ ሐቱ ወእት ሐሊብ ምን ክል ምዕል ለትነስኡ ቅያስ ሙኅተ፡ ለቅያስ 90 ምእታይት፡ እት እመር ወክዱ ለትወጪደ ለትፈናተ ጅንስ ዐለፍ ጥሉል፡ ለ10 ምእታይት ህይ፡ ብዕድ ሕበር ነበሪት ክም ፍሩሰክ ወፍሩሰክሎ ለመስል እግል ልግበእ ወጅቡ፡ ካሬ ወለሐስ ዐለፍ አክደር ሐቐ ትረክበ ላኪን፡ ለዐለፍ ኩሉ አክደር ምን ገብእ ልትሐፊ፡

ለሐብር ሙኅት እንብለ ህይ፡ ውቁል ቅያስ ሐሊት አው ፕሮቲን ለብእታ ቱ፡ ለሐ እብለ ገበይ ሙኅት ለሐስ ሐሊብ ሕፋስ እግል ትትሐለብ ትቀድር፡ ክም ወሰክ ህይ፡ ሕበር ሙኅት ለልኣትሐይ እቱ ወክድ፡ ሐ ለሐራሳት ዶል ትገብእ ለነህይባ ቱ እት ገብእ፡ እግል ዲበ ወክድ ወሊድ ለአፍገረተ ጣቀት ብዝሕት ወሐቐለ ውልደተ ለትሐለቡቱ ሐሊብ ቅዙር እብ ሻፍንት እግል ልበድል እሊ ሴድያይ ምን ገኣ ቱ፡ ምን እሊ ወኪን ላኪን፡ ዐለፍ አክደር ሐቐ ትወጀደ እግልነ እሉ ምን ነአበልዐ ለሐይሱ፡ ሰበቡ ለትፈናተ አጅናስ ብቅል ጥሉል፡ እት ወክዱ ተወጪደ ምን ገብእ፡ ጽበጥ ቅዝእ ሰኒ ሰበት ብእቱ፡ እት በርከት ሐሊብ ፍገሪት ሰኔት ለህይቡ፡

አጅናስ ዐለፍ አክደር ብዙሕ ምንማ ቱ፡ እት ዐድነ ለልሙድ ወሐረሰቶትን ለላምዳሙ ላኪን ክም አልፈ-አልፈ፡ ሰዐር ሐርማዝ፡ ጀራውለ (ሰዐር



ሱዳን) ወዕፋን ቱ፡ እምበልሁም ክም ድንሽ-ምቁር፡ ላብላላ ሉፒን ውበዕድ አሰዕር ጥሉል፡ እትለ መደት ጎን እግል ልበርክት ወልትለመድ ካድም ገብእ ህለ፡

ምን እሊ ለህደግናህ መንፈዕት ሐሊብ ቅዙር እንዴ ትበገስና ቱ ህይ፡ እትለ መደት አይ ዐለፍ አክደር ሕበር ዛይድ ልትህየቡ ለህለ፡ ውዛረት ሐርሱ፡ ዐለፍ አክደር እግል ትወጀድ፡ ለትፈናተ ወራታት እንዴ ሰተተት ትሸቂ ህሌት፡

ለሰልፋይ፡ አንበቶት ወአደቃብ እት ለትፈናተ መራክዝ ሸቲል ለገብእ መርአዩ ወመግዝሐ ዐለፍ አክደር

አክደር እግል ንዋይ እግል ሊቂም እብ ጅድየት ልትሸቂ እሉ ህለ፡ ክል ምዴርየት ወዳሕየት ህይ ናይ ኖስ መርከዝ ሸቲል ዐለፍ-አክደር እግል ቱዴ እብለ መናሰበት እግል ሐብር እፈቱ፡ እሊ በርናምጅ እግል ልትሰርገል ህይ፡ ውዛረት ሐርስ ዘርእ ዐለፍ አክደር ክም አልፈ-አልፈ እት ቀበት ወጠን እግል ልትባዝሕ ስታት ርሐብ እትብግስት ህሌት፡

ለካልኣይ ስታትመ፡ አርሐቦት ዐለፍ አክደር ለልትዘረእ ምድር ቀሪም ቱ፡ እት ዐማር ሐምሌ ወፍራታት ለክሰኣም ሐረሰቶት፡ ምን ለአገሙሉ ምድር (ጀራዲናም)፡ 10 ምእታይት ለገብእ ምድር እግል ዐለፍ አክደር (ምን እሊ ሐቱ-ምእታይት እግል ገማል ድንሽ-ምቁር ለልውዕል ምድር እት ሕሳብ እንዴ አተው)፡ ክም ለአገምሎ ወዲ ቱ፡ እሊ ህይ ዐለፍ አክደር ለልትዘረእ ምድር ለልኣርሕብ፡ ወካፍየት ሙኅት ዐለፍ አክደር እግል ለአድምን ለሰዴ ቱ፡

ለሳልሳይ ወቀይ ህይ፡ ውዛረት ሐርሱ፡ ምስል ተየልል ጀው ዱለትን ለናሱብ ወእግል ንዋይ ዝያደት እተይ ለልትረክብ ምኑ አጅናስ ዐለፍ አክደር እግል ተአሌሌ ብሐሰ ትወዴ ጸንሐት፡

እት ረኣሰ እሊ ዐማር ዐለፍ አክደር፡ ወጀዶት ሕበር-ዐለፍ ይቡስ እግል ተአድምን፡ ወጂብ ለልትበህል ናይ ሐባር ሙኅት ንዋይ እግል አፍረዮት፡ ውዛረት ሐርስ

እት ገማል ዕፋን፡ ፋሉልየት ውበዕድ ብቁልያት ሕስር ውቁል እንዴ ወዴት እት መዓሉ እግል ተአውዕል ብግስት ህሌት፡

እምበልሁም፡ እግል ምን መሸፈል ለበሌዕ ንዋይ፡ ክሳሩ እግል ትትወጀድ እሉ ውዛረት ሐርስ ለትሸቂ ዲቡ በራምጅ፡ አርሐቦት ወኣትሓያስ አራዲ መሸፈል ቱ፡ መሸፈል ንዋይ፡ ክም ክፋል ወራታት ሐርስ እንዴ ተዐለቡ፡ እብ ዋጅብ ወራታት ሕፍዘት ማይ ወትርበት እግል ልገብእ ዲቡ ወእግል ልግመል ተአትፋዚሪ ህሌት፡

አሰክ እሊ ለበዝሐ መሸፈል ንዋይ ዐድኑ እብ ሰዐር ግልቡብ ክም ቱ ልትአመር፡ እሊ አሰዕር እሊ ህይ ለበዝሐ ጽበጡ ሐሊት ወሐፋነት ለልህይብ ካርጣይድሬት ሰበት ቱ፡ እት ሙስተቅበል ጽበጥ ፕሮቲን ብዙሕ ለቡ ክም ሉፒን ለመስል አጅናስ አቀጥፍ እግል ልትዘረእ እቱ ኤታን ጽበጥ ህለ፡

አክር ህይ፡ ኩሉም ሐ ሐሊብ ለታውባም ሐረሰቶት፡ አተላላይ



አሰይድ መድሃኔ ተሰፋይ

ወቦቦት ወራት ሐርሶም እግል ልወቅሉ፡ ገማል ዐለፍ አክደር እብ አውለውየት እግል ልግንሕወ ቦም፡ ክሎም ለክሰሶም ሰብ መቅደረት ሐርስ ህይ፡ እሊ ለበልናሁ በራምጅ እግል ልትወድት፡ ተረት ዛይደት እግል ልተልሀው ወጅቡ፡ እብ ፍንቱይ ለምን ዲብ መሸፈል ለልትረጋ ንዋይ ልትረክብ እተይ ሐሊብ ወሰገ ሰኒ እንዴ ትቀየመ፡ ጀርዓት እት ልትነሰእ ወታያን እት ገብእ ዲቡ፡ ሰኒ እንዴ ትቀየመ ዲብ ውዛረት ሐርስ እግል ልምእእ ለኣትሐይ፡

ለዘት ፍሬ-ካድም ሐሽወት እንጣጥዕ (ሕሾ)



ለልኣትሐይ መቃዩስ ሓጃት

- 1 ኪሎ ጣፍ-ቀይሕ አው ዳጉስ
- 5 መዕለቀት ምን እንጣጥዕ
- ሐቱ መዕለቀት በርበሬ
- እግል ረጨቅ ለክፌ ማይ

ኣግቡይ ሸቅየቱ

እስልፍ፡ ለሐረጌ እብ ማይ ራጭቃሙ እንዴ ጸንሐኑ፡ እት መቅሎ ሕፋን እንክሰሱ ከእንደብኡ፡ ሸበህ ሀፈድ ክም ቤለ፡ እንበልሱ ወሐዳይ እንጣጥዕ እንፈፈ፡ ዲቡ፡ አሰክ ልልህብ ህይ እንደብኡ፡ ሐቐህ፡ መደቲት ክም ከልኣ ምን መገን ዲብ ሸሓን እንበልሱ ከእንድህጹ፡ እንጣጥዕ ወበርበሬ ዲብ እነሰንስ ሸሙይ ነሐሸዩ፡ ሰኒ ክም ተሓበረ እልነ ህይ፡ አክል ክ'ብት እዴ ለገብእ እት እንካብቡ እግል ብለዕ ነሐዳልዩ፡

ለህለ ዲቡ ጽበጥ ቅዛኣት

ሐሽወት እንጣጥዕ (ሕሾ)፡ ቅያስ ጣቀት ውቁል ሰበት ቡ፡ እግል እት ውቀዕ ወአክደዶት ወደኒት ለልውዕሉ አንፋር፡ ሐሊት ካፍየት ለህይቦም፡ ለእንጣጥዕ ህይ እግል ሐንገል አዳም ለበኔ አሚጋ-3 ወአሚጋ-6 ለልቡሉ አጅናስ ዘይ ምን እሊ ነብረ እንረክቡ፡ ሐሽወት እንጣጥዕ፡ ሕዳን ፕሮቲን ወሺታሚን ቡ፡ እሊ ህይ ምን ብዕድ ክም ሐምሌ ወፍራታት ለብእቱ አምዕላይ ነበሪትን ሰበት እንረክቡ፡ ለቅዝኣት ብዕድመ ኢነሐግሎ፡ ሐሊብ ወፍገራቱ ዲብ እነሰእ ህይ ፕሮቲን እንወሰክ፡ እሊ ነብረ 'ሕሾ' ክም በልዐን ህይ፡ ለትዕብ ውዕል ዐለ አሰዕድነ ሐሊቱ እግል ልብለስ ነፍዑ፡

ካርቱን ፍሬ-ካድም

እግል ሐሊብ፡ ጥሉል ዲብ እንቱ ክረ አልፈ-አልፈ ዶል ተህይቡ ሐሊብ ቅዙር ትትሐለብ እልክ!



እብ ውዛረት ሐርስ ለልዳሌ ዓሙድ ቅዝእ ለበ ሙኅት፡ እግል ክሉ ወእት ክሉ!



ዐዋዲ ወለመድ ብልዐት ነብረ እት ለትፈናተው ሽዑብ ዐለም

ዐዋዲ ወለመድ ብልዐት ነብረ እት ክል ሙጅተመቦ ልትፈናቱ። እት ገሌ ደዋይሕ ለኢልትበለቦ ነበሪት። እት ብዕድ ደዋይሕ ህዩ ፍቱይ ወእብ ቃሊ ለልትዘቢ ጅንስ ነበሪት እት እንቱ ጸኔሕ። ከእግል ዮም እብ ክሰሱ ዐዋዲ ወለመድ ብልዐት ነብረ ገሌ እግል ነበረ።

- ታይላንድዩን ነብረ እት በልዎ እቱ ወክድ እት ዓዳቶም እብ ፋርኬተት ብልዐት ዔብ ቱ። እት ክምሰልሁም ክል ነፈር እብ ሰሓት እት በሌቦ እቱ ወክድ። እምበል እጃዘትለ ነፈር ምን ሰሓንለ መልህዩ ለዐጅብቱ እንዴ ሀረሰ እግል ልብለቦ ቀድሮ። ታይላንድዩን ለትፈናተ ጅንስ ነበሪት ምንመ በልዎ። እብ ትሉሉይ ለልትመምን ጅንስ ነብረ ላተ ምን ሩዝ ለትትዳሌ “ኸው” ለትበህል ወጅበት ተ። እሊ ምን ሩዝ ወሐሽራት በሐር ለትዳሌ እት ገብእ። እብ እደዮም እት ካብቦ በልዐው።

- ጃፓንዩን ነብረ እት በልዎ ወመረቅ እት ሰቱ እብ ክርን ውቅል እት መጭሮ ወፊት እት ልብሎ ለዘተ ለኣዳውሮ። እሊ ህዩ እግል ዱሊት ለህሌት ነብረ ኣክል ኣዩ ለዘት ክም ብእተ እግል ሐበሮት እንዴ ትበህለ ለገብእ ቱ።



ጃፓንዩን እግል ብለቦ ለልትነፍዖ እብ “ፕሮፕርት” ለልትበህል እብ ዕጩይ ለትሸቀ መዓልቅ እብ በልዎ። እብለ መዕለቀት እት በልዎ እቱ ወክድ ለመዕለቀት እት ቀበትለ ሰሓን እግል ልክረው ኢልትሰመሕ እሎም።

- እት ቺሌ እምበል መዕለቀት ወፋርኬተት ብልዐት ዔብ ቱ። ህቶም ለትቀለ ነበሪት ክም ድንሸመ ምን ገብእ እምበል መዕለቀት ኢበልዕወ።

- እት ሜክሲኮ ለልምድት ነብራሆም “ታኮስ” ትትበህል። እብ

ሐምሌ ወሰን ለትወግለለ ሳምቡስ ለመስል ባኒ ቱ። እሊ እግል ልትናወሎ እት ለሐዘቱ እቱ ወክድ እብ መዕለቀት ኣውመ ፋርኬተት በልዎ።

- እት ኮርዮ ኣጀኒት ነኣይሽ ምስል ዐባዩ እንዴ ተዐገለው እግል ልብልዎ ኢልትሰመሕ እሎም። ወትዐገለው ምን ገብእ እሰልፍ ለነብረ ለዐባዩ ለኣነብተ። እት ክምሰልሁም ማይ ውብዕድ እግሉ ለመስል ለልትሰቱ ሓጃት ሀበውከ ምን ገብእ። እብ ክልኤ እዲክ ትትከብቱ ምናም።

መዕሉመት

*ወሬሕ ኣክል ሕድ ምን ለዐል ረኣሲን እት በጹሕ እቱ ወክድ ደረጃት ከባድት ገሮብን ትነቅሱ።

*ማይ ሕፋን ምን ማይ ብሩድ ወለዐል እብ ሸፋግ እት ተልጅ ልትቀየር።

*እት ዐለም እብ ብዝሐ ለትሰሚ ሰሚት መሐመድ ተ።

*መትቀያያር ጀው። ሕብር ዕምባሮም ክም ልትቀየር ወዴ።

*ከንዚር ኣሰክ ሰመ እግል ልግክሕ ኢቀድር።

ሐረምዝ እት ውላዶም ለሐዝኖ ወሞትመ ትትፈህሞም



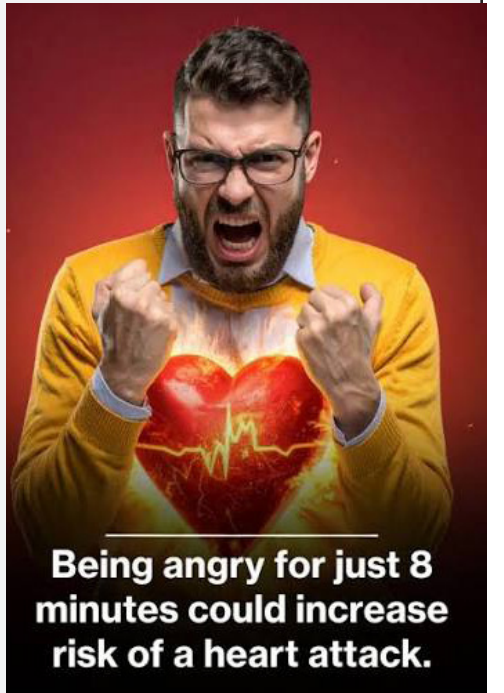
እት ገልዋት ለነብሮ መጥብዮት ክም ድቢ ለመስሎ ሒዋናት እብ ኣፋሆም እንዴ ትነፈዕው ውላዶም እት ደማን ለበ ኣካን ለኣግዕዙ። ምናተ ሐረምዝ ክእን ወዱ እንዴ ትቤ እግል ትሕሰብ ኢልትቀደር። እት ሕዘቦ ሰሪላንካ ለትሰወረት ናይ ሐቱ እም ላተ ሐርማዝ እግል ማይት ለዐለ ውላዶ ምን ኣካን እት

ኣካን እት ተኣግዕዝ ኣምዴላት ክም ከልኣት ለተርኤ ሱረት እግል ብዝሓም ኣርሐመት ወኣትፈከረት። ሙሰውርለ ሱረት ማዱሻን እግል ቢቢሊ እት ሀበዩ ዘዐቱ። ለሐርማዝ እግል ውላዶ ክም ኢጸብረቱ ወምን ኣካን ሐቱ እት ኣካን ብዕደት ምስል ክም ኣግዐዙቱ ሸርሐ።

ኣጊድ ለልሐርቅ ኣንፋር እብ ሕማም ልብ ዝያድ ልትደምዖ

ዐ-ለማእ ኣዲግ ለልሐርቅ ኣንፋር ምን ኣዲግ ለኢለሐርቅ ኣንፋር ዝያድ እብ ሕማም ልብ እግል ልሕመሞ ለህለ እሎም በክት እብ ሰለሰ ዕጹፍ ክም ዘይድ ሸርሐ።

ለዐ-ለማእ እግል 13 ኣልፍ ለገብኦ ኣንፋር እግል ሰሰ ሰነት እት ወድወ በሐሰ። ለበሐሰ ቀደም መትኣንባቱ ክሎም ለመሻርክት ሕማም ልብ ክም ኢዐለ እሎም ወድሑ። ህቶም እግል ክል ነፈር እንዴ ተላለ ለልትቀደም ሰኣላት ትሰኣለው። እብሊ ህዩ ለደሀረ። ምግባይ ወለትወቀለ እት ልብል ደረጃት ሐሩቀት ትሰጅለ። እት ሰሰ ሰነት ለ256 ኣንፋር እብ ሕማም ልብ ሕመማም ጸንሐው።



Being angry for just 8 minutes could increase risk of a heart attack.

ምን ምግባይ ደረጃት ሐሩቀት ለጸንሐ እቶም 35 ምእታይት እብ ሕማም እግል ልትጸበጦ ለህለ እሎም መቅደረት እት ቅሩብ እት እንተ ጸንሐቶም። እት በሐሰ ሹርክት ለዐለት ደክቶረት ጃኒስ ዊልያምስ ምን ጃምዐት ቅብለት ካሮላይና ክእን ትብል። “ሐሩቀት ኣክረተ ሕማም ድዕፍልብ ትሰብብ።” እብ ፍንቱይ እግል ደቅዋ ደምዖ ዓዲ ላቱ እት ምግባይ ዕምር ለህለው ሰብ ተብዕን ወኣንሳት እግል ልጸበጦ ቀድሮ። ሰበት እሊ ኣዲግ ለልሐርቅ ኣንፋር እት ወቅቱ ሐሩቀቶም ለልሀድእ ኣብሳር እግል ልትነፍዖ ክም ወጅብ ለዐ-ለማእ መክር።

ምን በህል

- “ዲብ እሊ እድንዩ ወለሐቱ ለትነብር ሓጀት ኢህሌት። ወለ ለሳድፊን መሻክል ወመታክል ምስል ወቅት ለሐልፍ። ሰበት እሊ ሐቱ ደቂቀትመ ምን ትገብእ። ሰእየት ኢትብተክ”።

- “ኩሉ ትም ለልብል በሊሰ ሰበት ሐግል እንዴ ኢገብእ። ለገብኣት ሓጀት እብ ሰብር እግል ልሕለፈ ሰበት ሐዛ ቱ”።

- ሐት-ሐቱ ዶል እብ በይንክ ሀለዮት ሰኒቱ። ሰበቡ ህዩ ወድኣዳም ከፎ ክም መስል ምን ረዩም እግል ተኣቅምቱ ሰበት ቀድሮ።

10 ፍንቲት ሰወር ሕዘው



Adobe Stock | #507660771

ነፍሱን ከፎ ትፈትዩ

እግል ብዕዳም ፈተ እግል ትካፍል ገብአክ ምን ገብኢ፡ እት ሰልፍ ለፈተ እግል ርሕክ እግል ትመዋየ ብዲብኩ። እት ዶል ለሀ ነፍሱክ ምን ፈታክ እንዴ ጸግበት ወትመለኣት ዶል ትጃፈጠት ሌጣቱ ለፈተ እግል ብዕዳም እግል ትካፍል ለትቀድር። ከእባቱ “እግል ርሕክ ለትፈተየ እግል ብዕዳም ፍተየ” ለልትበሀል። ነፍሱክ አክልሕድ ፍተየ ወናይ አማን ቂመተ አምር እሉ፡ ወእንተ የም አለቦም መዋህብ ወእምካናት ወመዋቂ ክም ብክ እመን እለ ወኢተኣትናእሽ፡ ወብዕዳም እግል ተአርዴ እንዴ ትቤመ እግል ርሕክ ኢትዝለሙ።

ርሕክ ኢትሕመየ፡ ወኢትዛብጠ ወኢተዓቅቡ፡ ወኢተኣስትውሀደ እበ ወምን ቂመተ ኢተኣንቅሱ፡ አውመ ህዬ ምስል ብዕዳም

እንዴ አትባደርካህ ከእብ ሕምቅነ ኢተኣተሽዕረ፡ አውመ ህዬ እንተ ሐዋን ክም እንተ ወምን ብዕዳም ክም ተሐምቅ ኢልምሰል እትኩ። እት ገሌ ጋራት ሓምቅ እግል ትግበእ ዔብ ኢኮን፡ ምናተ እለን ንቃጥለ ድዕፍክ አው ሕምቅናክ እንዴ አሌሌካህን እግል ተአደቅበን ክደም። ንቃጥለ ቅወትክ ተረድ ዲበን ወወሰከን። ደማንት እት ነፍሱክ እግል ቲዴ ጀራርብ፡ ወእግል ዎርትመ ሸክሰየትክ እግል ልሰበር ወነፍሱያትክ እግል ልደምር አውመ ምን ቂመትክ እግል ለአንቅሰ በክት ኢተሀብ፡ ለነፈር ለእለ ገብኢ ልግበ ወለፈታይመ ልምሰል።

ለእቡ ተሐልፍ መታክል፡ ወመሻክል እዲነ ጋብሁ ወእግል ልፍለሰክ በክት ኢተሀብ፡ እንተ ፋሽል ክም እንተ ወቂመት ክም

አለብክ ወምን ውጃድክ ዐደምክ ክም ለሐደስ ለለሀድግ አፍካር ክሉ ረእሰን ኢትትከበትን። ረቢክ እንዴ ሰሚክ እዲናክ ለተኣተላሌ እቡ ኤታን ሓይስ እንዴ የመምክ ገጽ ቀደም አሳድር።

እብ ክሱሰ ርሕክ ለትወድየ ህድግ፡ እብ አሆታይ ወለኣትናይት ህድግ በድሉ፡ ምን ርሕክ ለሀለ እግልክ ወሰፍ አሆታይ ወሰፍ ውደዩ፡ ወእከይለ ወሰፍ ለእብ ሰብብል ተየልል መክሩህ ልግበእ መእብ ብዕዳም ለልትሀየበክ በታተን ኢትትከቡ። ነፍሱክ ምስል ብዕዳም ኢተኣትጃግረ፡ ነፍሱክ ምስል ነፍሱክ ሌጠ አትባድረ፡ ቀዳሚትክ ወእከ ለህሌክ እተ ደረጀት ወሸንሀትክ ወእት ሓሪት እግል ትብጸሐ ትኸዋጥ ለህሌክ ወቀይ ሌጠ አቅምት።

ልባብ ሴፈ ዐውቱ



እለ ተሌ፣ ናይ አማን ቅሰት ተ። ዎርት ሰኒ ታጅር ላቱ በዐል አሸቃላት፣ ቅያስ አለቡ ድዩን ሰበት ትከመረ ዲቡ። እብ ሰብብል ዴን እት ሀመት ወሸቀላት ድቁብ ሰበት ትከረ፣ ምን እሊ ለዲቡ ዐለ ሀም ወቀም ቅሩብ እግል ለዓርፍ፣ እት ቀበት ሐቱ ጅኔነት ለዐለ ኩርሲ ዲቡ እብ በይኑ እግል ልትገሴ ሐረ። ዲብ እሊ ኩርሲላ ጅኔነት ግሱይ እት እንቱ ምስል ርሐ ተረቀም እት ልብል ወሰኒ እሱፍ እት እንቱ፣ ምንቱ ገብኢ ኣዜ እንዴ ረድአዩ እግሉ ወእግሉ ሸሪኩ፣ ምን ሕግላን ወፈለሰ ለለአድሕኖም ለሐሰብ ዐለ። አመተ አለቡ እናስ ድግለል ጠበሽ ቤለዩ፣ “ሰኒ ርቡሽ ትመሰል ህሌኩ፣ ሚ እግል እስዴክ እቀድር” ቤለዩ። ለእናስ ለታጅር ክሉ ለተየልሉ ዳግመ እሉ። ለድግለል እናስ፣ “እግልክ ለትገብኢ ሰዳይት እስኢን ኢመሰለኒ” ቤለዩ። እግሉ እናስ ምን ሰሙ እንዴ ትሰአለዩ ቼክ እንዴ ከትብ እሉ መጠዩ። ከ “እሊ ማል ንሰኡ ወሐቆ ሰነት እግል ትብለሱ ዲብዬ እትለ አካን ንትራኩብ” ቤለዩ። ለእናስ ለድግለል ጌላ፣ ወለታጅር ሰኒ ፍኩር እት እንቱ እግሉ ሰር ምልዮን ዶላር ክቱብ እቱ ለዐለ ቼክ፣ ወፊርመት ናይ (ጆን ዲ ሮክፍለር) ለዐለት እቱ እት ቃሌዕ እትለ አካት ተርፈ።

እሊ በዐለ ፊርመት ዎርት ምንለ ሰኒ እሙራም ወምን ቅያስ ወለዐል ጽጉብ ለዐለ እት ፍንጌ ሰነት 1839 - 1937 ነብር ለዐለ፣ ወቅያስ ለአለቡ ማል ምን መጃል ብትሮል ለአከበ ነፈር ቱ ለዐለ። ሐር ሐቆ ገሌ ወቅት ምንለ ሰኒ እሙራም ላቶም ገብኢ። ጆን ሮክፍለር እት ወቅት ሐያቱ እብ ወግም ሐድ 350 ምልዮን ዶላር ለገብኢ ማል እት ዐመል ኬር ለሰርፈ ሰኒ እሙር ላቱ ነፈር ቱ። ለእናስ ምንለ አቲ እት ለዐለ ሓላት ክም ፊገ፣ ሰኒ መብሱጥ ወዕጹም እት እንቱ፣ ኣዜ እብሊ ማል እሊ ምን ክሉ ሰነብ ካልእዩ ለዐለ ተየልል እግል እትባለሕ ቱ ቤለ። ከእግል መደቲት እንዴ ሐሰቡ፣ እግሉ ክም ዴማት ደሐን ወደማን ናሰኡ ለዐለ ቼክ እንዴ ኢሰርፍ፣ እግሉ እት አፍ ብቆት ክሪት ለዐለት ሸሪኩ፣ እግል ለአድሕን፣ ሻፍግ እት እንቱ ትባላሰ። ወእብ ኬር ፋውል እት እንቱ እትለ ሸቅሉ እንዴ አቅበለ፣ ምስል ዴን ለአውዱ ለዐለው አንፋር ሰርጉል መፋውዳት እንዴ ወደ፣ እግል ገሌ ወቅት እግል ልትጸቦሩ እትፋቅያት ወደ፣ ወሰኒ ዐባዩ ላተን እግሉ ሸሪኩ፣ ለሰለሐ ናይ አዝበዮት ወመትዛባይ ዐመልያት ሰርገለ። እት ቀበት ገሌ አውርሐት ክለን ለእለን ልትአውድ ዐለ ማል እት ሰበን በልሰዩን። ወምን ሐዲስ ዐደድ ለአለቡ ማል እት ረብሕ መጸ። ለሰነቱ ክም አትመመ፣ መዋዲድለ እናስ ለድግለል እቱ፣ ሰኒ ልወቅ እት እንቱ አሰክለ ጅኔነት ጌላ። ለእናስ ለድግለል እትለ ክርሲሁ ለሀይ ግሱይ እት እንቱ ጸንሐዩ። ርሐ መትመላክ እሉ አቤት፣ ወእግሉ አሰክ እለ ሳርፋ ለይዐለ ቼክ እግሉ ድግለል እት እዴሁ ከረዩ እሉ። ወለቼክ ለእሉ ሀበዩ እንዴ ኢሰርፋ ለረክበዩ ዐውቱታት ወሰርገል እት ዳግም እሉ አንበተ። ፈጀአተን አመተ አለቡ ሐቱ ሙመርደት አሰክለ ድግለል እት ትሰዔ እንዴ ሐልፈቱ፣ ከእበ እዴሁ ክም ተአልበጠቱ፣ እግሉ እናስ እንሻለ ረብሸት ኢወደ ዲብኩ፣ ህቱ ክልዶል ምን እለ እትለ ባክለ ጅኔነት ለህሌት ዕያደት ዐያዩን ለሀርብ ወእግሉ እሉ ረከበ ነፈር፣ ህቱ “ጆን ዲ ሮክፍለር” ክምቱ ዳግም እሉ ቱለቱ። ወእግሉ ድግለል እንዴ ነሰኣት አሰክለ ዕያደት ተሀርበበት እቡ። ለእናስ ለታጅር እግል መደት ትርድት እት ዐጀብ ወፍክር ገብኢ፣ ወእግሉ ሰነት እብ ግዲደ ለሸሪኩ፣ ምን ከሳር ወፈለሰ እግል ለአድሕን እትፋቅያት ዝቤ ወአዝበዮት እት ወዴ፣ ወደለ ምስሉ አጅተመዐ እብ ደማንት ነፍሱ ውቅልት ሰር ምልዮን ዶላር ክም ሀለ እሉ እት ናቅሽ ወለኣትአምን ለሓለፈዩ ተየልል አትዋየን። እት ለዶል ለሀይ ቱ ለሐያቱ ለቀየረት ወለሸሪኩ፣ ለአድሕነት ሐሊት ማል ክም ኢኮን፣ ምናተ ለሐደስ እት ነፍሱ ለረክበዩ “ደማንት ነፍሱ” ክም ተ እግል ልትየቀን ለቀድረ።

ከእንታመ እብ ጀሀትኩ፣ እት ርሕክ ለትሰእየ ደማንት ነፍሱ አክል አያተ? ወለሀለ እግልክ እምካንያት ክም ለእለ ለአስታህል ትፍሀሙ ገብኢ መኢፋልክ? ደማንት ነፍሱክ ክም ትትቀወት፣ ወለሀለ እግልክ እምካንያት ክም ለዐቤ ዶል ትወዴ፣ ህቶም ሌጣቶም እት ቀደሚክ ለሀለ መታክል እግል ትትዐዴ ደማንት ለቡ ሰነድ ለገብኢ እግልኩ። ከክል ዶል ደማንት ነፍሱክ ወቁሩይ ፈሀም እምካንያትክ እንዴ ተዐንደቅክ ዶል ትትፈረር፣ ዐውቱ ወሰርገል ክም ትደረር ሸክ ኢትውዴ።

ምን አግደ እት ታሪክ ዐድነ ምህማት ላተን ዕለታት

- 1979 (ዲሰምበር) ሰልፋይ ሕጃም ምዳድ እብ ጀብህት ሸዕቦየት ታሕሪር ኤረትርየ እት ረአስ እት ጀብህት ናቅፋ እሙዱድ ለዐለ ዴሽ ኢትዮብዩ።
- 1980 (ጃንዋሪ) ህጃም ምዳድ እብ ጀብህት ሸዕቦየት ታሕሪር ኤረትርየ እት ረአስ እት ጀብህት ቅብለት ምፍጋር ጸሓይ ሳሕል እሙዱድ ለዐለ ዴሽ ኢትዮብዩ።
- 1980 (ኦፕሬል - ሚይ) ጀብህት ተሕሪር ኤረትርየ ምስል እትሓድ ሶፊት እብ ምስጢር ለልትጋየስ ህድግ ሰላም አትጋየሰት።
- 1980 (የም 7 ጁላይ) ጀብህት ታሕሪር ኤረትርየ እግል ዲብ ጀብህት ቅብለት ምውዳቅ ጸሓይ ሳሕል ለዐለየ ውሕዳት ሰሐበተን።

ዝበድ ዘየታት

አደብ ሐቆ ይሀለ ግርመት ተርጀመት አለቤ። ለናይ አማን ግርመት ገዴታይ ግሩም ሰበት ብክ ሌጠ እንዴ ኢገብኢ፡ ዐቅል ግሩም፡ ቀልብ ግሩም፡ ወምኑ ወኬን አደብ ግሩም እግል ለሀሌ እግልክ ብዲቡ። ግርመት አደብ ህዬ ለሐቱ ለዘመን እግል ልበድለ ለኢቀድር ግርመት ተ።

ተዋዱዕ፡ ገጽ ፋሬሕ፡ ሂጋ ዕግልት፡ ወአማን ወአማንት ለናይ አማን ግርመት ለእግል ዲመ ደማይን እት አልባብ ብዕዳም አካን ዐባይ ለእብጣ ተን።

ግርመት ገርብ ክመ እት ዕንቦብ ሰኒ ሻፍገት እት እንተ ትትሰውሴ ወአካነ ጠልቅ እት ህሌት፡ ግርመት አደብ ላተ እግል ዲመ ለትነብር ክመ ደሀብ ለሳፊ ሰበት ተ። ለሀ ኢትበድለ ወለሀ፡ ከረቢ አደብ ግሩም ለሀበክ።

ተበሰም አምዕል ሻም

ሐቱ እሲት አሰቦሕ ምን ሰነብ ክም ቀንጸት እግል ብእስ ክምእነ ቱለ ቱ። “የም አምዕል ሻም ተ። ወእንተ ሰልሰለት ደሀብ እብ አልማዝ ለትዐራቤት እት ተሀይበኒ ተሐለምካ ... እሊ ሕልምዬ ሚ በሀለት ቱ? እሰኬ ፈሰሩ እግልዩ” ቱለቱ። ብእስ ህዩ፣ “ከላስ ሰብር ውደይ ተፍሲርለ ሕልምኪ የም ምሴት እግል ተአሚሩ ቱ” ቤለዩ ... ምሴት ምን ሸቅል ዶል አቅበለ ዲብ እዴሁ ዕልበት ሰኒ ግርም ጸብዋ እት እንቱ ረኤቱ። “እለ ሀድዮትለ ዒድተ” ቤለዩ ወመጠያተ። ለዕልበት ምን ፈትሐተ ፈሰርት ሓላም ለአርእሱ ክታብ ጸንሐዩ ዲቤ።



- እግል ገብኢ ልግበእ ነፈር ምስል ነፍሱክ ክመ ትትዓመለ ተዓመለ፡ ኢትዝለሙ፡ ኢትዝለሉ፡ ኢተሐሴ እሉ፡ ሕሸመት ኢትክሉኡ፡ ኢትሕመዩ፡ ወእግል ትፍለሉ ኢትጀርብ እዲነ ደዋሪት ሰበት ተ መራረትለ ውዳይክ ምዕል ሐቱ እግል ኢትገርደዐ።
- ወሬሕ ዶል ለምድር ለአጸቤሕተ ኢልትቀጸብ፡ ምናተ ለእበ ልትሐበእ እግል ልትሰፍሎሉ ሰበት ልትሸነህ ቱ።

2^ይ ወናይ ደንጎበ ክፈል

አተላላይ አሰበቆት ወጠንዮት

□ ለዲብ መደት ሰውረት ለወለው መደርሲን ኖሶም መናድሊን አውመ ሰቡላም መዝዘማት ጀማሂር ሰበት ዐለው፡ ምስለ ለአደሩሶም አውመ ውላዱ ለአደርሶ ለወለው ገቢል ሸበህ ናይ መዋጅሃት አብካት ረክቦ ሰበት ዐለው፡ ሸዐብ እብ ወጠኑ ወሰውረቱ ሕሰር እግል ሊዴ ተረት ውቅል ዐለት እሉም።

□ እሊ እት መጦር አንፋር ጀማሂር ውበዕድ አጅህዘት ጀብህት ሸዕብየት እንዴ ትጠባጠው ወደዉ ለዐለው አትፋዝያት ርሒብ ህዬ፡ ሸዐብ ወጠንያይት ወሰያሲያይት ፈዛዐት እንዴ ረክቦ እግል ልትዝም ወልትሰለሕ ሐዞት ዐለት እሉ።

□ መብዝሐም እት ዴሽ ሐርብ ለትየመመው ‘ፊተውራሪ’ (ደረሰ መድረሰት ሰውረት) እት መዓርክ ለአርእዉ ለዐለው ፈራሰት ወመትሰባል ህዬ፡ እግል ኢናደለው ሸባብ ልግበእ ወመልህያም ፋሽ ወሐበን ቱ ለዐለ።

□ ለዲብ መድረሰት ሰውረት እሰሰት ለዐለት ፍርቀት ዓዳት ቀይሒት ዕምቦብ ትግበእ ወክለን ብዕዳት ክምሰልህ ለመሰለ ፍረቅ ዓዳትመ፡ እት አምጽኦት ፈዛዐት ወደርያት መዳሊት ንዳል ሸዐብ ኤረትርየ ሕመድ ወቀይ ዋድያት ተን።

መ. አደቃብ ቅድረት አዳም ተንዝም ጀብህት ሸዕብየት፦

- ለክምሰል ዐበው ዲብ ዴሽ ቅታል ልትየመም ለዐለው ደረሰ መድረሰት ሰውረት፡ እግል ዴሽ አገር ወቅዋት በሐር ሰውረት፡ ወሐቆ ሕርየትመ እግል ቅዋት ጀው ኤረትርየ እት አደቃብ፡ አሰክ እስትሸሃድመ ለብእቱ ዶር ሰኒ ዋድያም ቶም። እብ ፈድል ምህርሆም ህዬ፡ ቅድረት ፍንቲት ዲብ ለልሐዜ ዐስከርያይ ወራታት (ክም ቄድረት እትሳላት፡ ክቡድ አሰለሕ ውበዕድ) እግል ልትሐረው ወለአድምዖ ዲቡ ቀድረው።

- እት አቅሳምመ ምን ገብእ፡ ለፍንቱይ ቅድራት ምህንት ነስኦው ደረሰ መድረሰት ሰውረት ለዐለው፡ ዐውቱ ሰውረትን እት አትሻፋግ ሐዞቶም ምንለዐል ክሉ ዐለት

ፈ. አደቃብ እጅትማዕያይት ወናይ ዓዳት ሰውረት፦

- ደረሰ መድረሰት ሰውረት ለዐለው ልግብእ ውበዕዳም መደርሲን፡ እት አብደዮት ቅዌት ምን ገብእ ወእት ብዕድ ናይ ምህር ዐባዩ ለዐለት እሉም ተረት፡ ዓዳት ባሊ ዲብ ምሕየት ለወደዉ ተዕቢኦት፡ ክም ሐካይም አገር እንዴ ገአው ዲብ ዓፍየት ገቢል

ተረት ወአሳር መድረሰት ሰውረት



አሰይድ ጴጥሮስ ሃይሌማርያም

እበ አሰበቀዉ አፍካር ዋወር ወሳሪዮት፡ ዲብ ጀብህት ሸዕብየት እት መጅተመዕነ ለአምጽኦቱ ሻፍግ ተቅዩር ዓዳት ወሰቃፊት፡ እብ ቀላል ለኢልትቀየም ዶር ወደው።

2. አሳር ወዶር መድረሰት ሰውረት ሐቆ ሕርየት፦

- ለቀደም ሕርየት ዐለ ዶር ወካድም መድረሰት ሰውረት፡ ሐቆ ሕርየትመ እብ ለትወቀለት ደረጃቱ አተላለ። ገሌ ምነ ፋሪ ዛህራቱ ህዬ፡ እሊ ተሌ ንርኤ።

ሀ/ አንበቶት ሐዲስ ወጠንያይ ንዛም ተዕሊም

- ከሉ ለዲብ መደት ሰውረት ለትክሰበ ተዕሊም ለክሰስ አፍካር ወተጃርብ፡ ለሐቆ ሕርየት ትከጠጠ ወአሰክ ሃድል ዮም ልትሸቄ እቡ ለህለ ወጠንያይ ንዛም ተዕሊም ክም አሳስ እንዴ ገአ እሉ ከድመ። እሊ በህለት እት አዳላይ መናህጅ፡ አግቡይ አድረሶት፡ ረቡዮት ወዓቡዮት አጀኒት፡ አድረሶት መደርሲን፡

ደየርት መዳርሲ ሰርዲን ውበዕድ ለትረኦ ቱ። እብ ፈድሉ ህዬ፡ ናይ ዶሉ ሕኩመት ኤረትርየ እት ምጽኦት ሕርየት ለሳደፊየ ሕዳን መደርሲን፡ እበ እት መድረሰት ሰውረት ለአድረሰት ቅድረት አዳም ሄራር ተዕሊም ኤረትርየ ክም ኢለአትካርም ወለሐሶሴ ወዴቱ። ሰበቡ ህዬ፡ ሐን እስትዕማር ለዐለ አራዲ ውላድ አቶብዩ ዐለው፡ ህቶም ህዬ ምስለ ንዛም ዐዶም ዶል ንሰው፡ ከሉም ደረሰ መድረሰት ሰውረት ምስለ መደርሲኖም ለዐለው ገዳይም መናድሊን መደርሲን እት አምህርት መዋጥኒን ትከሰኦው።

- ምን ገጽ ሐር ህዬ፡ ለመድረሰት ሰውረት አፍሬቶም መስኢሊን ወመደርሲን፡ መረብየት ወፊተውራሪ፡ ክም አግደ መዋልየት ናይ እሊ አዜ ለህለ ንዛም ተዕሊም ኤረትርየ እት እንቶም ከድሞ ህለው።

ለ/ አደቃብ አጅህዘት ሕኩመት ወጀብህት

- እት መድረሰት ሰውረት

ለደርሰው ብዝሓም መዋጥኒን፡ እት ከሉን አጅህዘት ሕኩመት ወጀብህት፡ እት ቅዋት ድፊዕ፡ እት መሓብር ወጠን ውበዕድ አካናት፡ ደማን ለቦም ፍራሰ እንዴ ገአው፡ እብ መትሰባል ዛይድ ከድሞ ህለው። እት ተዕሊም ክም መስኢሊን ወመደርሲን፡ እት ቅዋት በሐር ወጀው እብ ብዝሐ፡ እት ውዛራት፡ መአሰሳት ወመሓብርመ እብ ዐደድ ብዞሕ ሰብ ለሐሰ ወቀይ ጋብኦም ህለው። እሊ ህዬ፡ እት ዐማር ወጠን እብ ቀላል ለልትረኤ ኢኦን። እብ አማን፡ መዕጸም ወኢትሕመቅ ሰበት ሸቄ ህዬ፡ ምነ ሕሩያም ሰብ ምህናት ወድዮም።

ሐ/ አደቃብ ምርወት ወመትሰባል

- ደረሰ መድረሰት ሰውረት ለዐለው መዋጥኒን እት ሸዐብ እበ ወደዉ ወራታት ዐለሞት ወአትፋዝያት ሌጠ እንዴ ኢገብኤ፡ እብ ናይ ኖሶም ለወድዉ ክም መሰል ሰኔት እንዴ ገአው ለልአርእዉ በዳሪታትመ፡ እት አሸብራቅ ኤረትርያይት ጅንስየት ለኢትኦትካርም ሐዞት ዛይደት ለአገዱ ህለው።

- እት ገቢልኦ፡ ለኢበጥር ናይ ዓዳት ወአምር-ክቱብ ተጠውር ዲብ አትሐሶሳይ ልግበእ፡ አፍካር ሐዲስ ወአግቡይ ሸቅል እት አሰበቆት ተረት ዐባይ ህሌት እሉም።

ምነ እት ግረ አባይ ለዐለ አምዳር፡ እት ሚዳንመ ዲብ በቅሉ፡ እንድላል ወላቤ እምኬመ፡ ወግሬት፡ ምን ሰ-ዳን ምስል ተናዚም ጀብህት ተሕሪር እንዴ ዐለው ሚዳን ለአተው ‘ሳግም’ ለአተው ደረሰ ‘ኮፑብ ጽባሕ’፡ ምን ሕሩር መዳይን ውብሩር አክር እት መድረሰት ሰውረት ጸብረ ወእምባልቆ ለትሓበረው ደረሳመ፡ አክልሕድ እበ ምን መድረሰት ሰውረት ለኢልትፈንቱ ጠባይያም እግሎም እንዴ መሰለው፡ እት

ቀደም ተሕሪር ልግበእ ወሐቆ ሕርየት ለዐለ ወራታት አደቃብ ሰውረቶም፡ እዴ ለዓሊት ዐለት ወህሌት እሉም።

መሰለን እት ሰርዲናት በቅለ ወአሰማዋ ለፈረው ደረሰ መዳርሲ ሰውረት፡ እት ከሉ መአሰሳት ሕኩመት እብ ለትወቀለት ለአወቁ፡ ልትሰበሉ ወለአፈሩ ዶል ትርእዮም፡ ለምን መድረሰት ሰውረት እት ዓብዮቶም ወዐለሞቶም ክስኦም ለዐለው መደርሲን ወመረብየት እት ደረሳሆም ለምር ህደፍ ቡ ዐላይሞም ለዐዱ ክም ዐለው ልትፈህመኩ።

እሉም ደረሰ ሰርዲናትመ፡ እት አብደዮት ቅዌት፡ ብንዮት ዓዳት ሰኒ፡ አሰራቶት ዓዳት ባሊ፡ ፍቲ ሸቅል ውሐረቦት ህኩት ለመሰል ዐላይም አክለ መደርሲኖም ወመረብየቶም ሳብቅ እቶም ቱ።

3. መከምከሚ

መድረሰት ሰውረት፡ ለአግደ ዐላይመ ወአሰራ፡ እት ብዞሕ አሽቃል ሰውረት ውበንዮት ወጠን ለኢሊህሰስ ቱ።

• እት መራር መደት ሰውረት አጀኒት አንገፎት፡ ዓብዮት ወአድረሶት

• ወራታት ዐለሞት ወአትፋዝያት ርሒብ እት ትወዴ፡ መሻረክት ሸዐብ ዲብ ዐውቱ ሰውረቱ፡ ክምሰልሁመ እት ዕቅበት ስያደት ወውሕደት ወጠን ክም ትዘይድ ወዴህ

• እት ንዳል ልግበእ ወሐቆ ሕርየት፡ እት ለትፈናተ መጃላት ግዴት ዐባይ ለወደው ዐስርታት አላፍ ሰቡላም አፍረዮት

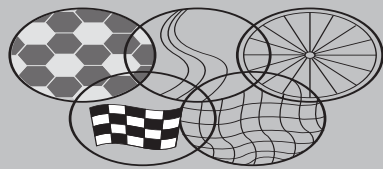
• እግል ወጠንያይ ንዛም ተዕሊም፡ ዘበናይ ወትሩድ አሳስ ክርየት

• እምበል እሊመ መድረሰት ሰውረት፡ ወጠንዮት፡ መትሰባል፡ ውጃህ እጅትማዕያይ ቅየም ገቢልኦ፡ ለኢለአትካርም ጠወርት ነፍስ ውበዕድ ለብዲቡ ዋወር ናይ ስያሰት ወዓዳት ለመድ ዉትድት ወእስብቅት ህሌት።

ሓይሳም ቄርኦት፡ መድረሰት ሰውረት አሳስ እግል አዜ ህለ መንህጅ ተዕሊምን ገአት ለትብል ሕሰበት፡ ዝያደት እግል ተጠውር ወጠን ለዋሌ ተዕሊም ሰበት ትክሰሱ፡ ወድሐተ ምህም ቱ። ለዲብ ሚዳን ምስል ወጠንያይ ሄራር ሰውረት ወሐሬ ደውለት ለገይሰ መናህጅ እብ ሐዳም ዳርሳም አሳስ ክም ከራ፡ ክልኤ-ሰለሰ ዶል አትሓያስ ክም ገብእ ዲቡ ሕርየት ዐሬት እቡ። ሕርየት ክምሰል መጽኦትመ ነፍሱ ለመንህጅ ክም መዐደዩት ሰለል ወመበገስ እግል መናህጅ ወጠን ሐዲስ እንዴ ገብእ ሰበት ከድመ፡ ወለበዲር ሸቀዉ መናድሊን ዳርሳም ሐሬመ ሰበት አተላለው ወሸክል መንህጅ ዱለት አጽበጠው፡ ተረቱ ዲብ ዐማር ወጠን ክም እበነት አሳስ ትትዐለቡ።



ሰአሊ-ሄኖክ ተኸልገርግሽ



ብድረ ዐጃላት አቅሊም ምግብ ካቲማሁ በጽሐ

መዳላይ እግል ካሰ-ደዋር እንዴ ትበሀለ ለትገዝመ ናይ ክልኤ መርሐለት ብድረ ዐጃላት አቅሊም ምግብ፡ ለሐልፊት ሰንበት ዐባይ 11 አክቶበር እት ባካት ከኒሰት ማርያም አስመረ ተ'መ።

እተ ካልኣይት ወናይ ቲማሞ መርሐለት፡ አዋልድ እት 63 ኪሎምትር መሳፈት፡ 32.2 ኪሎምትር እት ሳዐት ዲብ ሰውጉ፡ ምስል እብ 140ት፡ 57 ደቂቀት ወፃካልኢት አትመመያሁ። መትባድራይት ናዲ ደንደን ሮምና ግዑሽ ህዬ፡ እግለ ዲብ አወላይት መርሐለት ዕውትት ለዐለት ምን ናዲ ዐጃላት አራግ ላተ ብርክቲ ፍስሃዬ እንዴ ቀልበት፡ ዕውትት ናይለ ካልኣይት መርሐለት ገብኡት።

ሲዶን ሀብቶም ምን ሰራይር ሳዋ፡ ናርዶስ ጸጋይ ወሰዛን ፍስሃዬ - ምን አቅሊም ግብለት ወሲልሻና ወልደሚካኤል ምን ናዲ ትጽቢት፡ ምን ሳልሳይት አስክ ሳድሳይት ደረጀት ጽብጠዩ። እለን መትባድረት እት ክልኤ ለመርሐለት ምስል ሰበት አትመመዩ፡ እት ናይ ዕውማይት ናይ ወቅት ጅግረ ሕድ ለሽብህ ወቅት ሰጃለዩ። እለ ናይ 151.8 ኪሎምትር ጅግረ፡ እብ 44፡21ደ፡



23ካልኢት አትመመያሁ። እብ አምዕላይት ፍገራት ላኪን ሮምና፡ ብርክቲ ወሲዶን ምን አወላይት አስክ ሳልሳይት ትረተበዩ።

እት ምግባያት (ጃንዩር) ህዬ፡ ሲዶን ሀብቶም ምን ሰራይር ሳዋ፡ ሮዚና ብርሃኔ ምን ደንደን ወራሄል ዑቅባይ ምን አራግ ተወወተዩ። ውላድ ዐባይ፡ እት 111.3 ኪሎምትር መሳፈት ትጃገረው። እት ሳዐት ህዬ፡ 38.8 ኪሎምትር ዲብ ከይዶ፡ እብ 240ት፡52ደቂቀት ወፃካልኢት ምን አትመመው፡ እት ሰልፋይት መጅመ-ዐት ለዐለው

ሰለሰ ዕውታም ህዬ፡ ምን ናዲ ኤራቴል ሄርሞን ኢሳቅ እግል ናታን መድሃኔ ናይ አስቤኮ ክምስልሁመ ኤሰርም እስቲፋኖስ ናይ ሰንበል እንዴ አጅገረ አወላይ ኦተ።

ናኦድ በረከት ምን ሰንበል፡ እሰይ ዘካርያስ ምን ገዛገንዳ፡ ሰቦ ካልኢት እበን እንዴ ደንገረው ራብዓይ ወሓምሳይ እት ለኣቲ፡ አክሊሉ ኦተሽም ምን ደንደን፡ 11 ካልኢት እንዴ ደንገረ ሳብዓይ ተርቲብ አድመኑ።

ሄርሞን፡ እሊ ናይ ክልኢተን መራሕል 251.3 ኪሎምትር



ለገልበበ ጅግረ፡ እብ 640ት፡ 1ደቂቀት ወፃካልኢት እብ ዕውማይ ወቅት ተወወተ ዲብ። ናታን፡ እብ ሕድ ሽብህ ወቅት ካልኣይ፡ ናኦድ ህዬ፡ ሰቦ ካልኢት እንዴ ደንገረ ሰልሳይ ኦተ ከመዳልየት አስራዲ ትሰርገ።

ምግባያም (ጃንዩር) ለትረተበት እሎም 71.4 ኪሎምትር 2ይት መርሐለት 38.5 ኪሎምትር እት ሳዐት ዲብ ልትፈተቶ፡ እብ ግምብዩ ሕበር እግል ጅግረ እብ 140ት፡ 51ደቂቀት ወፃካልኢት አክለሰው። መትባድራይ ደንደን ኢዮቤድ

ኤፍሬም አወላይ ዲብ ለኣቲ፡ ነቢይ ሳምኤል ምን ናዲ ዐጃላት ትጽቢት፡ ሴም አፍወርቂ ምን ናዲ አስቤኮ፡ ዮቤል ተሰፉ እብ ብሕቶቲ፡ ዮናታን ቴድሮስ ምን ናዲ ደንደን ወናኦር ወልደሚካኤል ምን ናዲ ሰንበል ምን ካልኣይ አስክ ሳድሳይ ለሀለ ደረጃት ሐጠጠው።

እብ ዕውማይ ወቅት፡ ኢዮቤድ፡ ዕውት ናይ እሊ ጅግረ መዳሊት ገብኡ። አራም ፍጹም ምን ናዲ ኤራቴል ወንቢይ ሳምኤል ምን ትጽቢት ካልኣይ ወሳልሳይ እንዴ አትመመው፡ ፖድዩም ዐርገው።

አጅሀዘት ውብረት ድፈው ጅግረ ኮበሪት እግር አዋልድ ለኣተምም



ዕውት ፈሪቅ ሐሊበት፡ ወለስሰረቲ ሚላት መድሃኔ

አጅሀዘት እዳሪት ውብረት ድፈው፡ ለሐልፊት ሰንበት ንኢሽ ጅግራታት ኩረት እግር አዋልድ ወደ። እንዴ ኢልትቀለብ እት መሬሕ እት ካቲመ ለትዐደ ፈሪቅ ዋልታ፡ ምን ሓርስ አስክ መሃጅመት ለሐሰዩ መተልህየት እንዴ ሐዩቤ ምስል ደዓም ሻምፕዮን እሊ ጅግረ ለነሰኣ ፈሪቅ ሐሊበት ትዋጅሁ።

ምን እንቡተተለ ትልህዩ፡ ፈሪቅ ዋልታ ሻፍግ መትካባት ኮበሪት ወጀርቢታት ድቁብ እት ወዴ ለሰልፋይ ሾት ሐን ምልኮ ኣተዩ። ምን ክሉ እትጅሃት ልትሻወት ለዐለ ክወር ላኪን ምን ዒቅባይት ጎል ፈሪቅ ሐሊበት ለዐለት ሰምሃር ብርሃኔ እግል ልሕለፍ ኢቀድረ።

ቀዳማይ ዕርፍ መሃጅማይት ፈሪቅ ዋልታ ላተ ዳናይት ፍጹም፡ እት ምግብ ሚዳን ሰኒ መትካባት ለኣርኤት ዲብ ኩረት፡ ባና ዑቅባይ እት 17

ደቂቀት እት ጎል እንዴ በደለተ እግል ፈሪቅ ሚርሐኑ አጽበጠት። ዕርፍ እንዴ ኢተምም፡ ሐሊበት እት ገሌ መተልህየት ተቅዩራት እት ወድዩ፡ እግል ሰላም ተክኤ እብ መላኢካ ሀብቶም በደለዮህ።

ሐቆ ዕርፍ፡ ሐሊበት ለኣተ ዲበን ጎል እግል ልብለሱ ወዋልታ ደማን ለልሀይበን ጎል እግል ልወሰከ ከዋ ህጁም ክልኢቲ ፍረቅ እት ድንኪክ ድቅብ ኣተ። ፈሪቅ ሐሊበት ህዬ እንዴ ሰልጠዩ፡ ዲብ 43ይት ደቂቀት እብ ካፒታኖህን ሚላት መድሃኔ ጎል ኣተዩ። ሐቆ እሊ ጎል መኣይደት ሐሊበት ሚዳን ጅፔር እብ ፈርሐት እት መሀረጃን በደለው።

እብሊ ህዬ፡ ዋልታ እግል ህጁም ለገብኦ እለን መተልህየት እግል ልባድለ ትጀበረዩ። ላኪን ተቅዩር ኢመጽኡ። እብ መኣይደተን ተሰጂዕ ሰኒ ለረክበዩ መተልህየት ሐሊበት

እት 50 ደቂቀት፡ ቅደር ለኣቲት ኣሚን አክሊሉ፡ እት አፍያት ለረክበተ ኩረት እግል በይን ፍንቲት ለዐለት ሚላት መድሃኔ ሀበተ። ሚላት እግል ካልኣይ ወእግል ፈሪቅ ጎል ዐውቲ እት ሽግዒት ሓበረቲ ወእግል መኣይደተ ሐሊብ ኣስቲት።

ፈሪቅ ሐሊበት ግድም ዕውታት ካስ አዋልድ እንዴ ገኣዩ፡ ተእሪክ ደዓም ደግመዩ። ናይ እለ ትልህዩ ለሐሰት መተልህያይት ህዬ ሚላት መድሃኔ ነሰኣተ። ለፈደበት መሰጃላይት አግዋል እግል ትግበኦ ህዬ 11 ጎል እንዴ ረክበት ካልኣይት አትመመት።

እት ትልህዩ ደረጀት፡ ፈሪቅ ሳቡር ሚርያም ረድኡ እበ ኣቴቲ እለን ጎል፡ እግል ዒታሮ 1-0 ተወወተዩ ዲበን ወሳልሳይት እንዴ ገኣዩ ጅግራህን አትመመዩ። ሚርያም ህዬ ለሐሰት መተልህያይት ትሰርገት።

ፕሪመርሊግ ዲብ ሳድሳይት ሳምንቲ

ለድቁብ ፍረቅ ዱለት እንግሊዝ - ፕሪመርሊግ እተ ሐልፈ ሰነብትመ ናይ ሳድሰ ሳምንቲ ትልህያታት ዋዲ ዐለ። እትሊ ገሌ ፍረቅ ዲብ ልትቀለብ፡ ገሌ ህዬ ዐውቲታት ለሰጃለ እቲ ጅግረ ትረኣ።

እብ ኣሳሰለ ትረክበት ፍገራት ህዬ፡ ማንፔስተር ሲቲ እግል ሊቨርፑል 3-0፡ ክሪስታል ፓላስ እግልፍቲንግሃም ፎሬስት 3-1፡ አርሰናል እግል ሊድስ ዩናይትድ 2-1፡ ኢፕስዊቾ ታውን እግል ፋልም 2-1፡ ፔልሲ እግል ቦርንግሙዝ 5-1፡ ብራይተን እግል ሳንደርላንድ 2-0፡ ወካሽንትሪ እግል ኒውካሰል 4-1 ቀልበም።

እትለ ጅግረ አክል-ሕድ ለፈግረ ፍረቅ ምን እንረኤ፡ ሃልሲቲ ወኤሽርተን 2-2፡ አስቶትን ሺላ ወብሬንትፎርድ 2-2፡ ወማንፔስተርዩናይትድ ወስፓርስ ህዬ 1-1 ትፈናተው።

ሰቡረት ፕሪመርሊግ መሬሕ ለሀለ ፍረቅ ህዬ፡

- | | |
|------------|-----------|
| 1, ማን ሲቲ | = 18 ንቅጠት |
| 2, አርሰናል | = 15 ንቅጠት |
| 3, ብራይተን | = 13 ንቅጠት |
| 4, ብሬንትፎርድ | = 10 ንቅጠት |
| 5, ወኤሽርተን | = 10 ንቅጠት |



ፔልሲ እግል ቦርንግሙዝ (5-1)

በሐር ኤረትሮፖ ዔማት ሕምብረ ሰሕበት

ሐቲ ደውለት በሐር እግል ተሀሌ እግል ትቀድር። ምናተ ሀለዮት በሐር እት ሐቲ ደውለት ምህም ጋር ኢኮን። ለበዝሐየ ድወል ዓለም ግንራራብ በሐር ምንመ በን ኢትሐዘዮቲ ዐደድ እለ ዐቢ እግል ኢልግባእመ ቀድር። ከናል ሰዌሱ ባብ አልመንደብ፣ ጀበል ጣርቅ፣ ማላኩ፣ ፓናሙ፣ ሁርሙዝ፣ ወብዕድ ለልትሓደደ ከም ከረ መሰር፣ ጅቡቲ፣ ኤረትሮፖ፣ የመን፣ አሰባንዮ፣ ኢራን ወብዕዳት እት ገብእ፣ ምን ክእነ ለመሰል ምጭባብ-በሐር ለአለበን ድወል ከም ከረ ኬንዮ፣ ታንዛንዮ፣ ሞዛምቢክ፣ ቻይኑ፣ ጃፓን ወእለን ለመሰል እግል ንሰሜ እንቀድር።

እተ ናይ ኤረትሮፖ ምን እንረክዝ፣ ኤረትሮፖ እትሊ ወክድ ዓለም ተአትሃጌ ህሌት። እሊ ህዩ አርድ ሐርስ ፋይሕ፣ ወእብ ብዕድ አርዛቅ ጠቢዐት ምን ድወል ብዕዳት ዝያደት ሰበት በ እንዴ ኢገብእ። እሊመ አህምየቲ ዐባይ ምንመ ትገብእ። ለአግደ መካሪት ጆግራፍየት ቲ። ኤረትሮፖ ለብእቲ ጆግራፍያይ መካሪት ምድር እብ ብዝሓም መሐልሊን አህምየቲ ዐባይ ክምተ ልትህደግ።

እብ ዐሰከርየት፣ እቅትሳድ፣ ጆግራፍ ወሲያሰት ኢትሐዘዮት ምን ልትርእ። ኤረትሮፖ እብ መካሪት ምድረ ምን ሕሰር ለረክበ ድወል ቲ። ኤረትሮፖ ዝያድ 1200 ኪሎ ምትር ለራሙ ግንራራብ በሐር፣ ለበ ደውለተ።

እለ እት መደት እስትዕማር ጥልያን ከም ደውለት ለተአሰሰት ኤረትሮፖ ለህለ እግል ግንራራብ በሐር ዲብ ዕን ለትፈናተው ዌረት ከም ትበቅል ወደየ። እለ በሐር ምን ኢተሀሌ እግል ለልትወለበ ወኢረክበት። ባብ አልመንደብ ዲብ ባካት ሚነት ዐሰብ ሀሊ። 12 ምእታይት ምን ሐረከት

መራክብ ትጃረት ዓለምን ለሌሐልፍ እበ ንቅጠት ክምተ ልትህደግ እበ። እትሊ ባካት ለጀሬ መሻክል ዲብ ናይ ትጃረት ወእቅትሳድ፣ ሐረከት ዓለምን፣ አክል አዩ እዴ እግል ሊዴ እቲ ከም ቀድር እሙር ቲ። እግል መሰል እሊ መጫብብ እሊ እግል እብ ጀህት ምግባይ በሐር ወአሚርከ ለህለየ ድወል፣ ዲብ ሕድ ለወድያህ ሐረከት ትጃረት ልግባእ ወእቅትሳድ ልሓብረን። ክእነ ምን ገብኣቲ ለከም ወሪድ መንሸጥ (መሐንቅ) ልትወሰፍ ለሀሊ። ኤረትሮፖ ህዩ ክፋል ናይ እሊ ወሪድ መንሸጥ ቲ። እት ሰነት 1995 ፍንጌ ኤረትሮፖ ወየመን ደግሸ ከም ቀንጹ፣ አውመ እት ወርሕ አክቶር 2023 ፍንጌ እሰራኤል ወሐሽም ሰሉሕ ሐማስ ሐርብ እተ ቀንጸ እቲ ወክድ፣ ሐሸም ሐቲ መራክብ እግል ልዝበጥ ከም አንበተ፣ ዓለም ከፎ ከም ትባደረት ክሉ ለለአምረ አማን ቲ። ኤረትሮፖ እበ ህሌት እግል ቅያደት ሃድኣት ወሳብረት አሰክ እለ ዲብ በሐር መጫብብ እሊ ለሳደፊየ መሻክል አለበ። ዓለምመ እሊ ናይ ኤረትሮፖ ዶር ቃውየቲ ኢኮን። እብ ፍንቲት ምሰለ ዲብ እሊ ወክድ ለሀለ ቴለል ዓለም እት ኤረትሮፖ እግል ትትሐሰር ላዝም ቲ።

ምልክየት በሐር ወለ እብ መጫብብ ዝያድ ከም ልትዐሾመ ምንመ ትወዴ፣ ዐዋምል ብዕድመ ሀሊ። እት ግንራራብ በሐር ለሀለ ማርሳታት ብዙሕ። እብ ጀህት ርዝቅ ጠቢዐት። እብ ናይ ግንራራብ ወራታት ሰያሐት ወእብ ዕን ዐሰከርየት፣ ሐረከት ትጃረት እት ፍንጌ ደወል ለልትሸረሕ ቲ። በሐር



ትርድት ቲ። እብ ናይ ጠቢዐት ወአዳም ለሰብበ መደረት ዐባይ እግል ተአጅሬ ትቀድር። መርከብ እት ሰውግ እብ በሐር እግል ትሳፍር መትደጋግ ትሩድ ሐቆ ኢወዴክ። ከሌጣይ ሕንዝቶታይመ ምን ገብእ ደማር አክል ገደር ለአመጽእ። ሰበት እሊ እት በሐር ምን ሞጅ ሕጌ ወጠፋፎ ለትገብእ አካን ናግየት ተአትሐዘ። እት ግንራራብ በሐር ዓለ እግል ትጀልብ ወትሰናዕ አውመ አርዛቅ በሐር ብዕድ እግል ትርከብ ምሰል ምድር ለሌሓብር ማርሳታት እግል ለሀሌ እግልክ ሰኒ ቲ። ለትሰረረተ አረይ ሞጅ፣ ወብቆት ብዕደት ትገብእ።

ኤረትሮፖ ማርሳታት ብዙሕ ምንመ ቡ እት ምድር ልግባእ ወበሐር ዐደድ እለ ኢኮን። ማርሱ በሬጤ፣ ማርሱ እብራሂም፣ ማርሱ ግልቡብ፣ ማርሱ ቴክላይ፣ ወማርሱ ቀውጥ እብ ጀህት ቅብለት ምን ባጽዕ ለህለየ ዲብ ገብእ። ማርሱ ፋጥመ፣ ማርሱ ሀዋኪል፣ ማርሱ ማጅላን ወብዕዳት እብ ጀህት ግብለት ሚነት ባጽዕ ለህለየ ተን። ብዝሓት ድወል ድቁባት እት ጅቡቲ መዐሳክር ዋድያት ተን። አሮት ምን አሰባብ መካሪት ምድራቲ። ሰበቡ ህዩ ጅቡቲ ክፋል ቀር አፍሪቅያ ሰበት ገብኣት ሌጠ እንዴ ኢገብእ። ዲብ መንገኣት ባብ አልመደብ ሰበት ህሌት ቲ። እምበል እሊመ ጅቡቲ ዝያድ 8 ምን ድቁባት ለልትበሀለ ድወል ርቅብት ቲ። ሰበብ ናይ እሊ ህዩ ሀለዮት ማርሳ ቆሪ ቲ።

ጅቡቲ ዲብ ቀበት በሐር ቆሪ ህሌት። ምን ምሒጥ ህንድ ለልትበገስ ወላዊል ወአምዋጅ እትሊ ጅቡቲ ለህሌት እቲ ምድር ክምሰል መጽእ

እበ ሽፋገት ኢለአተላሌ። እብ ህግየ ብዕደት በሐር ጅቡቲ ሃድኣት ቲ። እሊ ለቁሪን ናያ ለከልቀየ ቲ። እሊ ህዩ ዝያድ ሕጌ ወዕርፍ እግል መራክብ ገብእ። ለትሰረረተ፣ ለእብ ዐውል ቃሊ ትሸቀ መራክብ ወአላቲ ግምሽ ገብእ። ሰበት እሊ ድቁባት ድወል እግል መራቀብት ጂኦ ሲያሰት ቀር አፍሪቅየ እግል ልራቅበ የመን አው ሶማል ኢለሐርየ።

በሐር ኤረትሮፖ ምን ክለ ዓለም ፍንቲት ለወድየ ሕምብረ ሰሕበት ሰበት ገብኣት ቲ። ኤረትሮፖ ልውሐድ ወልብዘሕ ማርሳታት ክምበ ሸሩሕ ሀሊ። እትሊ ናይ ኤረትሮፖ ዝያድ 1200 ግንራራብ በሐር አሰክ እሊ ሃድል የም ክልኤ ዓለም ለተአምረን ሚናት ቡ። መስተዕምረት ኤረትሮፖ እግል ዶሉ እግል ልትነፊያ እበ ምን ኢገብእ ለባቲ አርዛቅ እግል ዲመ ደማይን እግል ትትነፋዕ እቡ ለወደው ኢዐለው። መስተዕምረት ሰበት ቶም። እለን ክልኤ ሚነት ኤረትሮፖ ለሐቲ ዲብ እብ ምእታይ ሕርጊን ለልትአመር ድዋር ለካልኣይት ህዩ ዲብ ምእታይ ዐሰብ መራክብ ለለዓርፍ እን ተን። ምናተ ኢከም ከረ ጅቡቲ ምሰለ ሀለ እግል መባትክ ምድር ቀጢን እበ ክልኤ ለሚነት እግል ትትነፋዕ ብዙሕ ለለአደምዕ ኢኮን። እት ምድር ለሀለ አርዛቅ መዓድን እንዴ ሐንፈልክ ዲብ መንፈዐት ከም ልውዕል እግል ኒዴ፣ ወዓለ እንዴ ጀለብክ ዲብ መንፈዐት ሽዑብ እግል ልውዕል መአሰሳት ሰናዐት ዓለ እንዴ አዳሌን እብ ገበይ በሐር ዲብ ዐድ ወካርጅ ከም ገይስ እግል ኒዴ ሸቅል ብዙሕ ልታኬን

ሀሊ። እት አቅሊም ግብለት በሐር ቀየሕ ለሀለ መዓድን ፖታሽ ምን እንርኤ ሕኔት ገበይ ረያም ትገይሱ። ሐድ 230 ኪሎ ምትር እንዴ ሐልፈ እብ ሚነት ባጽዕ ለትነድእ። እት ማርሱ ፋጥመ ሚነት እንዴ በኔክ እበ ሐጭረት ገበይ 87 ኪሎ ምትር እንዴ ጌስ እግል ትንድኡ ቀልል። እሊ ሀደፍ እግል ልትዐውት ኤረትሮፖ ዲብ ማርሱ ፋጥመ፣ እት ማርሳታት ጢያ ወዕዴ፣ ገልዐሎ፣ ዐባዩ አው ምት ለልንእሽ ዲብ ከረ መርሱ እብራሂም ወመርሱ ቴክላይ፣ ሐሰመት፣ ግልቡብ ወቃውጥ መራክብ ለረሴ እቲ መራክዝ እግል ትብኔ ወራት ትርድት ትታከየ ህሌት። ቀደም ክሉ እግል ልትዳሌ ለቡ ከደማት ማይ ጹሩይ ቲ። ለሕርያን ክልኣት ቲ። ለአሮ ዲብ ማርሳታት ከዛናት እንዴ ሸቁክ፣ አው አትጫራይ ማይ በሐር ቲ። እምበል ማይ ካፊ ለገብእ ሸቅል አለበ። እብላ ገበይ እለ ህዩ ለብነ ዲብ ጀዛይር እግል ልተላሌ ቀድር። ለሀለ መስከብት ለአለቡ ቴለል ዓለምን፣ ድዋርን ወወመንጠቀትን ሐቆ ሀድኣ ኤረትሮፖ ዲብ እሊ መጃል እሊ ከም ትትዐውት ሸክ አለበ። ለበዝሕ መሐለኪት እት ንትዐዴ እቲ ወክድ ሰበት ህሌን መትነፍዐት አርዛቅ በሐርን እግል ንግባእ ለተርፈን ወቅት ሐድ ቲ። በሐር ኤረትሮፖ ምን ከለ ዓለም ለፈንትየ ሕምብረ ሰሕበት ሰበት ገብኣት ቲ።

ዔማት፣ ጀሪደት ሐዳስ ኤርትራ፣ ሰነት 36፣ ዕልብ 31፣ ገጽ 3፣ የም 6/10/2026