ሓዳስ ኤርትራ

መበል 35 ዓመት ቁ.79 ሰሉስ 2 ታሕሳስ 2025 ገጻት 12 ዋጋ 2.00 ናቕፋ

ገጽ 2
ዜና

ገጽ 4
ምቍጣዕ ጥዕናዊ ጸገም የምጽእ ድዩ፧

ገጽ 5
ምስ ደራሲ መጽሓፍ፡ “ሰነ- ኣገባብ ምርምርን ...

ገጽ 8
ድቦላ ወዲቑኒ!

ገጽ 10
ካብ ከፈልኩሉ’ሲ...

ፕረዚደንት ኢሳይያስ፡ ናይ ሱዳን መገሻኡ ዛዚሙ ተመሊሱ

ፕረዚደንት ኢሳይያስ ኣፈወርቂ፡ ብዕድመ ኣቦመንበር ልኡላዊ ባይቶ ሱዳን ጀነራል ዓብዱልፋታሕ ኣልቡርሃን ኣብ ሱዳን ዝገበሮ ናይ ክልተ መዓልታት ናይ ስራሕ ምብጻሕ ዛዚሙ፡ ብ30 ሕዳር ድሕሪቐትሪ ተመሊሱ።

ፕረዚደንት ኢሳይያስ ኣብ ዑደቱ፡ ምስ ኣቦመንበር ልኡላዊ ባይቶ ሱዳን ጀነራል ዓብዱልፋታሕ ኣልቡርሃን፡ ቀዳማይ ሚኒስተር ዶ/ር ካሚል እድሪስ፡ ኣመሓዳሪ ዞባ ዳርፉር ምኒ ኣርኮ ሚናዊን ካልኦት ላዕለዎት ሰበስልጣንን ተራኺቡ፡ ኣብ ምድንፋዕ ክልተኣዊ ዝምድና ኤርትራን ሱዳንን፡ ምዕባሌታት ግጭት ሱዳንን ንምፍትሑ ዝቐየድ ዘሎ ጻዕርን፡ ከምኡ’ውን ሓባራዊ ኣገዳስነት ኣብ ዘለዎም ዞባውን ዓለማውን ጉዳያት ዘተኩረ ዓሚቝ ዝርርብ ኣካይዱ።

ዕላማ ናይ’ቲ ምብጻሕ - ጽንዑን መትከላውን መርገጺን ደገፍን ህዝብን መንግስትን ኤርትራ ንሰምርትን ልኡላዊትን ሱዳን ደጊምካ ንምርግጋጽ ከምዝኾነ ዝገለጸ ፕረዚደንት ኢሳይያስ፡ ዘላቒ ሰላም ክሰፍን ዝረጋገጽ፡ ኤርትራ ኣብ ጎኒ ህዝቢ ሱዳንን ሓላፍነት ምርግጋጽ ሓድነታ ዝጻቀበት ርግኣት ሱዳን ተሰኪሙ ዘሎ መሰጋገሪ ባይቶን ደው ከምእትብልን ዝከኣላ ኩሉ ከምእትገብርን ኣረጋጊጹ።

ፕረዚደንት ኢሳይያስን ጀነራል ኣልቡርሃንን ኣብ ፖርትሱዳን ኣብ ዝቐየድዎ ርክብ፡ ኣብ ምድንፋዕ ክልተኣዊ ዝምድና ኤርትራን ሱዳንን፡ ምዕባሌታት ግጭት ሱዳንን ንምፍትሑ ዝቐየድ ዘሎ ጻዕርን፡ ከምኡ’ውን ሓባራዊ ኣገዳስነት ኣብ ዘለዎም ዞባውን ዓለማውን ጉዳያት ዘተኩረ ዝርርብ ኣካይዶም።

ጀነራል ኣልቡርሃን ብወገኑ፡ ንመርገጺ ኤርትራ ኣብ ጉዳይ ሱዳን ድሕሪ ምምስጋኑ፡ ሓባራዊ ብልጽግና ብዘረጋግጽ መዳይ ንምድልዳሉን ንምስፍሑን ከምዝሰርሕ ገሊጹ።

ብተወሳኺ፡ ፕረዚደንት ኢሳይያስ ምስ ቀዳማይ ሚኒስተር ሱዳን ዶ/ር ካሚል እድሪስ፡ ኣመሓዳሪ ዞባ ዳርፉር ምኒ ኣርኮ ሚናዊ፡ ከምኡ’ውን ዶ/ር ኣልትጃኒ ኣልሰሲ ብተናጸል ኣብ ተመሳሳሊ ዛዕባታት ኣብ ዝገበሮ ዘተ፡ ሱዳን ካብዚ ኣትያቶ ዘላ ጸገም ንኽትወጽእ፡ ኤርትራ ኣበርክቶኣ ከምእትገብር ኣፍሊጡ።

ቀዳማይ ሚኒስተር - ዶ/ር ካሚል እድሪስ ብወገኑ፡ ህዝቢ ሱዳን ንታሪኻዊ መርገጺ ኤርትራ ብላዕሊ ከምዘኽብሮ ገሊጹ።

ፕረዚደንት ኢሳይያስ ኣፈወርቂ ኣቦ መንበር ልኡላዊ ባይቶ ሱዳን ጀነራል ዓብዱልፋታሕ ኣልቡርሃን ብዘዳለዉ ዕድመ መሰረት፡ ናይ ስራሕ ምብጻሕ ንምፍጻም፡ ብ29 ሕዳር ኣብ ሰዓታት ድሕሪቐትሪ’ዩ ፖርትሱዳን ኣትዩ።

ከረን - መንእሰያት ብዝተፈላለየ ዓውድታት ሞያ ሰልጢኖም

ኣብ ከተማ ከረን፡ ብዓውድታት ሱጳቹ ጸጉሪ ርእሲ፡ ምምልኻዕ (ሜክ ኣፕ)፡ ኣሰራርሓ ባህላውን ዘመናውን መግቢ፡ ከምኡ’ውን ስርሓት ካይላ ዝሰልጠኑ 147 መንእሰያት፡ ብ25 ሕዳር ተመሪቖም።

እቲ ካብ ሰለስተ ክሳብ ሽዱሽተ ኣዋርሕ ብምዕባርን ክልሱሓሳብን ዝተዋህበ ትምህርቲ፡ ብሰልጠንቲ ልዑል ተቐባልነት ስለዝረኸበ ኣድማዒ ምንባሩ፡ ኣብ ሃማመተኤ ዞባ ዓንሰባ ሓላፊት ክፍሊ ፕሮጀክት ወ/ሮ ሻምላ ጉብረኪዳን ገሊጻ።

ኣብ ዝሓለፈ 10 ዓመታት፡ ኣብ ኩለን ንኡሳን ዞባታት ዓንሰባ 11,330 መንእሰያት ብዝተፈላለየ ዓውድታት ብሞያ ከምዝሰልጠኑ ብምጥቃስ፡ ኣብ ንኡሳን ዞባታት ከረን፡ ዒላበርዕድ፡ ገሉብን ዓዲተከሌዛንን ዝርከቡ፡ ነፍስወከፎም

20 ሽሕ ናቕፋ ወለድ ዘይብሉ ልቓሕ ስለዝተፈቕደሎም፡ ኣብ ምርባሕ ንህቢ፡ ደርሁን ምስባሕ ኣጣልን ተዋፊሮም ጽቡቕ ለውጢ ከምዘምጽኡ ሓቢራ።

ሓላፊ ሃማመተኤ ዞባ ዓንሰባ ኣቶ ኣዚዚ በረኸትኣብ ብወገኑ፡ ሃማመተኤ ምስ መሻርኽቱ ብምትሕብባር፡ መንእሰያት ብቑዕ ሞያ ዓጢቖም ፈጠርቲ ስራሕ ክኾኑን ብቑጠባ ነፍሶም ንኽኽእሉን ብዘለዓለ ከምዝሰርሓሉ ብምግላጽ፡ ሰልጠንቲ ቀሲምሞ ንዘለዉ ሞያታት ብግብሪ ክሰርሕሉን ከማዕብልዎን ትጽቢት ከምዘለዎ ኣረዲኡ።

ሰልጠንቲ ብወገኖም፡ ዝቐሰምዎ ሞያ ኣብ መዓልታዊ መነባብሮኦም ኣገዳሲ ሓጋዚ ምዃኑ ብምጥቃስ፡ ተመሳሳሊ ስልጠናታት ብቐጻሊ ክወሃብ ተላብዮም።

ሰ/ቀ/ባሕሪ - ሃማደኤ ምስ መሻርኽቲ ንዘሰላሰሎ መደባት ገምጊሙ

ጨንፈር ሃማደኤ ዞባ ሰሜናዊ ቀይሕ ባሕሪ፡ ምስ ናይ ስራሕ መሻርኽቱ ብምትሕብባር ኣብ መዳያት ሕርሻ፡ ጥዕና፡ ትምህርትን ካልእን ዘሰላሰሎ መደባት፡ ኣብ ዕብየት ደቂኣንስትዮ

እወታዊ ለውጢ ከምዘምጽኡ፡ ብ24ን 25ን ሕዳር ኣብ ዘካየዶ ገምጋም ገሊጹ።

ኣብ'ቲ ርክብ፡ ሓለፍቲ ሃማደኤ ኣብ ንኡስ ዞባታት ኣብ ዘቕረብኦ ጸብጻብ፡ ኣብ 2025 ኣብ ትግባረ ዝተወጠነ መደባት ዝበፅሐ ብልጫታትን ድኽመታትን ብዝርዝር ኣቕሪበንን ዓሚቝ ዘተ ተኻፊዩዱሉን።

ሓላፊት ጨንፈር ሃማደኤ ዞባ ሰ/ቀ/ባሕሪ ወ/ሮ ጅምዓ ራኪ ብወገና፡ ኣብ ምስፋሕ ውዳበታት፡ ምግታእ መርዓ ትሕቲ ዕድመን ክሸቦ ደቂኣንስትዮን ምድንፋዕ ሞያዊ ስልጠናታትን ተራድኦታትን ደቂኣንስትዮ፡ ከምኡ'ውን ኣብ ምብራኽ ፖለቲካዊ ንቕሓትን ካልእን ንዝተሰላሰለ ንጥፈታት ዝምልከት ሰፊሕ መብርሂ ሂባ።

ወ/ሮ ጅምዓ ኣስዒባ፡ ተሳትፎ ደቂኣንስትዮ ኣብ ኩሉ ዓውድታት ምእንቲ ክዓቢ፡ ወሀድ ስራሕ ምስ መሻርኽቲ እናሓየለ ክኸይድን ንቕሓት ደቂኣንስትዮ ዘበርኽ ኑሱግሳት ብዝሓየለ መልክዑ ክድፋኣሉን ኣዘኻኺራ።

ኣኼበኛታት ኣብ መወዳእታ፡ ተሳትፎ ደቂኣንስትዮ ኣብ መኣዲ ትምህርቲ ንምዕባይ ወሀድ ስራሕ ክካየድ፣ ሓደስቲ ኣባላት ንምውዳብ ዕቱብ ጻዕሪ ክግበር፣ ከምኡ'ውን ሕጽረት ክኢላዊ ዓቕሚ-ሰብ ኣብ ቦታ ስራሕ ፍታሕ ክናደየሉ ዝብልን ካልእን ርእይቶታትን ለበዋታትን ኣቕሪበን።

ጊንዳዕ - ኣብ ጥዕና ተመሃሮ ዘተኮረ ስልጠና ተዋሂቡ

ጨንፈር ትምህርቲ ዞባ ሰ/ቀ/ባሕሪ፡ ኣብ መባእታን ማእከላይን ደረጃ ንዝምህሩ መምህራን፡ ኣብ መዳይ ጥዕና ተመሃሮ ዘተኮረ ስልጠና፡ ካብ 24 ክሳብ 26 ሕዳር ኣብ ጊንዳዕ ወሂቡ።

እቲ ካብ ንኡሳን ዞባታት ዳህላክ፡ ሽዑብን ጊንዳዕን ንዝመጽኡ መምህራን ዝተዋህበ ስልጠና፡ ኣብ ተመሓላለፍትን ዘይተመሓለፍትን ሕማማት ብሓፈሻ፡ ብቐንዱ ድማ ኣብ መመላኸዒ ክሞኻላትን ዘኸትልዎ ጥዕናዊ ሳዕቤናትን ዘተኮረ ነይሩ።

ሓላፊ ኣሃዱ ባህሊ፡ ስፖርትን ጥዕናን መምህር መሓመድ ዓብደላ ኣብ ዝሃቦ መግለጺ፡ ብኣእምሮን ኣካልን ብቑዕ ተመሃራይ ምፍራይ ካብ ቀዳምነታት መስርሕ ምምሃርን ምስትምሃርን ከምዝኾነ ብምሕባር፡ ደቂኣንስትዮ ተመሃሮ ሳዕቤናት መመላኸዒ ከሞኻላት ተገንዚበን ካብ ተጠቃምነቱ ክሕለዋ ኣዘኻኺሩ።

ተሳተፍቲ ኣብ መወዳእታ፡ እቲ ስልጠና ኣብ ጥዕና ተመሃሮ፡ ብቐንዱ ድማ ኣብ ንጥፈታቶም ሓጋዚ ኮይኑ ከምዝረኸብዎ ብምሕባር፡ እቲ መደብ ዝያዳ ቀጻሊ ተዋሂብዎ ብሰፊሑ ክሰርሓሉ ተላቢዮም።

ብዘይካ ሰኑይ መዓልታዊ እትሕተም ጋዜጣ

ዋና ኣሰናዳኢ

ብርሃነ ምሕረትኣብ

ምክትል ኣሰናዳኢ

ዓብደልቃድር ኣሕመድ

ቊ.ስ 116266 / 201820 (256)

ቦርድ ምስንዳእ

ዮሴፍ ሃይለማርያም
ምሉእብርሃን ሃብተገብርኤል
ተስፋኣለም የማነ
ሙሴ ገ/እግዚኣብሄር

ቊ.ስ 201820 (250)
ፋክስ. 127749 - ቊ.ሳ.ጶ. 247

ለይ-ኣውት

ፍርቱና ኤፍሬም ትንሱእ ፍስሃየ
ሳምራዊት ሃብተ ሰሎሜ ኣፈወርቂ
ፋጥና ኣድም

ምዝርጋሕ ጋዜጣ

ቊ.ስ.113395-07588045

ምልክታ

ቊ.ስ 125013 - ቊ.ሳ.ጶ. 1284

ኤችኣይቪ ኣብ ምግታእ ዝተረኸበ ገስጋስ ዓቂብና፡ ንዝተረፈና ዓቲብና ንስራሕ!

ሓደሽ መልከፍቲ ኤችኣይቪን መጠነ ሞትን (ኣብ ዓበይትን ህጻናትን) ካብ ግዜ ናብ ግዜ እናጎደለ ይኸይድ ከም ዘሎ፡ ኣብ ውድብ ሕቡራት ሃገራት (UNAIDS) ናይ 2024 ዝዘርግሖ ኣሃዛዊ ጸብጻብ ይሕብር።

ኤችኣይቪ ኣብ 80ታት ኣብዛ ዓለም ካብ ዝርአ፡ ኣብ ኩሉ ክሊ ዕድመ፡ ጾታ ብዘይፈሊ ናይ ሚልዮናት ህይወት ወሲዱ'ዩ። ብኸኢላታት ኣብ ዝተኻየደ ናይ ለይትን መዓልትን ምርምራዊ ጻዕሪ ግን ዝማዕበለ መመርመርን ኑቲ ቫይረስ ካብ ምርባሕ ዝድርት መድሃኒትን ተማሂዙ። ከም ወጽኢት ናይዚ ድማ ናይ ሚልዮናት ህይወት ምስቲ ሕማም ዝነብሩ ኣብቲ ሰብ ክነብሮ ዝኽእል ማእከላይ ዕድመ ከም ሰቦም ክነብሩ ጀሚሮም ኣለው።

ኣብዚ እዋን ኣስታት 40.8 ሚልዮን ህዝቢ ምስ ኤችኣይቪ ይነብሩ ኣለው። ካብዚኦም ልዕሊ 31 ሚልዮን ኩሉ መዓልታዊ ኣገልግሎት መድሃኒት ይረኽቡ።

እዚ ተረኺቡ ዘሎ ኣተባባዒ ወጽኢት ግን ዙሕ ከም ዘይተጎ'ዩ እቲ ሓበሬታ ዘተንብሁ። ምኽንያቱ ብደረጃ ዓለም ኣብ ክሊ ዕድመ (15-49 ዓመት) ዝርከባ ጉጅለታት (ክልቲኡ ጾታ) ኣተኲሩ ዝተጉበረ መጽናዕቲ፡ ገና ፍሉይ ቀላሕታን ተበግሶን ምክትታልን ከም ዘድልዮ ወጽኢት ናይቲ መጽናዕቲ ይሕብር። ንኣብነት፡ ኣብ ሃገራት ኣፍሪቃ ትሕተ-ሰሃራ፡ ኣብ ነብሲ ወከፍ ሰሙን ክሳብ 4000 ጎረዛ ኣዋልድ (15-24 ዓመት) ዝዕድመአን ብ ኤችኣይቪ ይልከፋ ኣለዋ።

ኣብ ሃገርና ዘሎ ኩነታት ኤችኣይቪ፡ ካብ ዓመት ናብ ዓመት ቀጽሪ ሓደሽ መልከፍትን ሞትን እናንቈልቈለ ይመጽእ ኣሎ። እዮም መድሃኒቶም ብጥብቂ እናተኸታተሉ ዝወስዱ ዘለዉ ዜጋታት፡ ኣብ ዝግበረሎም ዓመታዊ መርመራ ቀጽሪ ኣብ ደሞም ዘሎ ቫይረስ እናጎደለ ዳርጋ ኣብ ዘይርኣየሉ ደረጃ ብምውራድ፡ ዝኾነ ምልክታት ናይቲ ሕማም ኣየርእዩን። እዚ ድማ፡ እቲ ቫይረስ ካብ ኣደ ናብ ዕሸል ይኹን ናብ ካልእ ሰብ ናይ ምትሕልላፍ ተኽእሎ ብ96% የጉድሎ። ብተመሳሳሊ ካብ ኤችኣይቪ ዘለዋ ኣደ ዝውለዱ ህጻናት ኣብ ዝግበረሎም ዘሎ መርመራ፡ ካብቲ ሕማም ናጻ ኮይኖም ይውለዱ ኣለው። እዚ ግን ኣብተን ኣብ ቀዳማይ ኣዋርሕ ናይ ጥንሰን ተመርሚረን ኤችኣይቪ ኣብ ደመን ተረኺቡ፡ ብኣግኡ መድሃኒት ዝጀመራን ድሕሪ ሕርሰን ድማ ኣብ ውሽጢ 45 መዓልታት ወላደን ተመርሚሩ ካብ ኤች ኣይቪ ናጻ ምዃኑ ዝተረጋገጸን እዩ። እዚ ኣገባብ ንዘይተኸታተላ ነብሰ-ጾራት ግን ብዘተፈላለየ መንገዲ ኤች ኣይቪ ካብ ኣደ ናብ ዕሸል ክመሓላለፍ ገፊሕ መንገዲ ኣሎ።

ዓወት ካብ ከተምጽኦ ንኽትዕቅቦ ዝያዳ ስራሕ ስለ ዝሓትት፡ እዚ ኣብ ላዕሊ ዝተገለጸ ትሰፉው ወጽኢት ንድሕሪት ንኸይምለስ፡ ብፍላይ ኣብ ወሰናት ጉጅለታት ናይ ሕብረተሰብና ከምቲ ዝድለ ናይ ባህሪ ለውጢ ስለ ዘይተራእየ፡ ንሱዮም ድማ እቲ ሕማም ንኻልኦት ክመሓላልፉ ስለ ዝኽእሉ ኣብኦቶም ኣተኲርና ክይተዛዘና ክንሰርሓሉ ሓላፍነት ዘለና'ዩ።

ዓለማዊ ዝላቐ ሸቶ ምዕባለ፡ ኣብ 2030 ኤችኣይቪ ካብ ዓለም ክጠፍእ ዝብል መርሓ ክዝዝም ሓሙሽተ ዓመታት ጥራይ'ዩ ተሪፉና ዘሎ። ኣብ ሃገርና፡ ኣብዘን ተሪፈን ዘለዋ ዓመታት ካብቲ ዝሓለፈ ዓመታት ብዝተዓጻጸፈ ስራሕና ኑቲ ሸቶ ክነበጽሖ፡ ካብ ውልቀ ሰብ ዝጅምር፡ ዝምልከተን ሚኒስትሪታት፡ ሲቪል ማሕበራት፡ ናይ ሕቡራት ሃገራት መሻርኽትን ተናቢብና ክንሰርሓሉ ብኣጋጣሚ መዓልቲ ኤችኣይቪ ሚኒስትሪ ጥዕና መልእኽቱ የመሓላልፍ።

ሚኒስትሪ ጥዕና
1 ታሕሳስ 2025

ጎልጅ - ተጠቃምነት ህዝቢ ኣብ ትካላት ማሕበራዊ ኣገልግሎት ንምዕባይ ይሰራሕ

ኣብ ምምሕዳር ከባቢ ዓዲ-ሽጋላ - ንኡስ ዞባ ጎልጅ፡ ተጠቃምነት ህዝቢ ኣብ ትካላት ማሕበራዊ ኣገልግሎት ክብ ንምባል ዝካየድ ዘሎ ጻዕሪ ኮም ማእከል ብምግባር ክድፋኣሉ ጻውዒት ቀሪቡ።

ንዓድታት ኣሚሎን ባኢያይን ዝሓቁፍ ምምሕዳር ከባቢ ዓዲ-ሽጋላ፡ ዛጊት ትካላት ጥዕና፡ ትምህርትን ቀረብ ጽሩይ ዝሰተ ማይን ተዋዲዱሉ፡ ህዝቢ ኣብ ውሑስ ከባቢ ተጠርኒፉ ዝተመሓየሸ መነባብሮ ክመርሓሉ ዝኽእል ባይታ ተፈጢሩሉ ከምዘሎ፡ ኣመሓዳሪ ናይ'ቲ ምምሕዳር ከባቢ ኣቶ ኣቡበከር ዑስማን ገሊጹ።

ሕርሻዊ ምህርቲ ንምዕባይ ዝሕግዝ ኣገባባት ይትኣታቶ ምህላዉ ብምጥቃስ፡ ሸግር ዝሰተ ማይ ጥራት ንምቕላል ኣብ 2024 ዝተሃንጸት ዲጋ ዛጊት እኹል ማይ ክተዋህልል ብዘይምኽኣላ፡ ሸግር ዝሰተ ማይ ምሉእ ብምሉእ ከምዘይተፈትሐ ኣረዲኡ።

ኣብ'ቲ ምምሕዳር ከባቢ 1,754 ስድራቤታት ከምዘለዋን ተጠቃምነት ነበርቲ ኣብ ትካላት ማሕበራዊ ኣገልግሎት ልዑል ምዃኑን ዝሓበረ ኣካያዲ ስራሕ ኣቶ ሓምድ ዑስማን፡ ናይ ካልኣይ ደረጃ ትምህርቲ ክኽፈተሎምን ኣገልግሎት ተንቀሳቓሲ ቴሌፎን ፍታሕ ክናደየሉን ተላቢዩ።

ሓላፊ መደበር ጥዕና ዓዲሽጋላ - ተሓጋጋዚ ነርስ ዓሊ መሓመድ ድማ፡ መሰረታዊ ኣገልግሎታት ከምዝወሃብ መረዳእታ ሕብረተሰብ ኣብ ተጠቃምነት ዘመናዊ ሕክምና እናበረኸ ከምዝመጸን ብምጥቃስ፡ ቁጽሪ ተገልገልቲ ኣብ ግምት ዘእተወ ወሰኽ ሰብ ሞያ ጥዕናን ቀረብ መድሃኒትን ክግበር ኣዘኻኺሩ።

ዛዕባ ሎሚ

ብሉይ ሕልሚ ኢትዮጵያን ዘይጽዓድ ኒሕ ኤርትራ ንልኡላውነትን

ክፍሊ ምርምርን ሓበሬታን ሚ/ጉ/ወጻኢ

ኣብዚ ቅንያትዚ፡ መጣቓዕቲን ኣጫፈርትን ካብ ዘሰፍሩዎ ጽሑፋት መርበብ ሓበሬታ ብመራሕቲ ኢትዮጵያን ሞጎዚቶምን እናተደግመን እናተጋውሐን ዝዋናጨፍ ዘሎ ሓተታታትን ርእይቶታትን ናይ ሓይሊ ምልክት ዘይኮነስ ናይ ዓቕሊ ጸበት ሜውጫውታ እዩ።

እቲ ፖለቲካዊ ትካል፡ ንነዊሕ ግዜ ተቓጺሩ ዝጸንሐ ሕልምታት ምስ እዋናዊ ሓቅታት ከሰማምዕ ክብል ዝፍጥር ፋሕተርተር እዩ ከኣ እናተጋህደ ዝወጽእ ዘሎ። ኢትዮጵያ፡ ን375 ዓመታት ዝኣክል ቀይሕ ባሕሪ ንምውናን ዘበራ ጻዕርታትን፡ ኣብዚ ዞባ ሰላም ዝዘርግ ፖለሲታት ከም ዘይተኸተለትን፡ ኣዕናውን ደምሳስን ዝበለዩ ግዚፍ ወተሃደራዊ ወፈራታት ከም ዘጥፈደትን ብሰንኪ ዝተጠቕመትሉ ሚሊታት ድማ ማእለያ ዘይብሉ ህዝቢ ከም ዘይጸነተን፡ በዚ ሕጂ ተርእዩ ዘሎ ናይ ዓቕሊ ጸበት ፋሕተርተር፡ ብዛዕባ መሰላት ኣፍደገ ባሕርን ብዛዕባ ዓለም ለኻዊ ሕግታትን ዘለዋ ቁናን ርድኢት ጎሊሑ ከም ዝወጽእ ገይሩዎ ኣሎ። ካድረታት ሰልፊ ብልጻግና ኣብዚ መወዳእታ ቅንያት ብተደጋጋሚ ዘርእይዎ ዘለዉ ተዋስኦታት ድማ ናይዚ መርኣያ እዩ።

እዚ ብዘተዋደደን ስሩዕ ኣገባብን ብተኸታታሊ ዝፍኖ ዘሎ ሓተታን ጸብጻብትን፡ ኢትዮጵያ ቅቡል ዝኾነ ኣብ ቀይሕ ባሕሪ ብጽሒት ከም ዘለዋ ንምምሳል ዝዓለመ ጻውዒት እዩ። የግዳስ እዚ ጸጥታ ንምውሓስ እዩ፡ ብምኽንያት ቁጠባዊ ኣገዳስነት እዩ፡ እናተባህለ ብዝተመርጹ ቃላት 'ልኡላዊ' ኣፍደገ ባሕሪ ንምውናን ዝዓለመ ጻውዒት ሕጋዊ መሰረት የብሉን። ዘቕርብዎ ምኽንያት ኮነ ተባሂሉ ዘይግሃስ መሰል ልኡላውነት፡ ቻርተር ሕብረት ኣፍሪቃን ውድብ ሕቡራት ሃገራትን ዝጠልቦ ሕንጻጻት ግዝኣታዊ ክብሪ ሃገራትን መሰረታዊ ጭብጥታትን ዝኾሰዩ እዩ። ሕጋዊ ልምዓታዊ መደባት ምስ ጎቦጣ ተወሲኺ መሬት ዘራኽብ የብሉን። እዚ ሕጋዊ ዝኾነ ዞባዊ ይኹን ዓለም ለኻዊ መቓን ከኣ የብሉን።

ጸጥታ ንምውሓስ፡ ምርግጋእ ንምፍጣርን ብምኽንያት ቁጠባዊ ኣገዳስነትን ከም'ኡ'ውን 'ብቐረባትን' ዝኣመሰሉ ምስምሳት፡ ብኽልተኣዊ ክረአ ዘለዎ ጉዳይ ናብ ኣስገዳድ ደርኺት ንምምዕባሉ ዝዓለመ ፈተነ እዩ። እዚ ጌጋ ጥራይ ኣይኮነን፡ ብቐንዱ ሓደገኛ እዩ።

ንብረ ዶብትን ዝጸንሐ ልኡላዊ ስርዓታትን ብምጥሓስ “ልኡላዊ ኣፍደገ” ንምውናን ከም ጉልባብ ዝተጠቕመሉ ናይ ጸጥታ ምኽንያት ደይ መደይ ኢልካ ዝተኻደቀ ሓደሽ መንገዲ፡ ቀንዲ ሕመረት ናይዚ ወፈራታት ሓሶት እዩ። ብሾም ኣገዳስነት ዞባዊ ጸጥታ እዚ ዕላማታት እዚ እናኣቀባበሉ ዓለም ለኻዊ ሕጊ ፈጺሙ ዝጸጎን ልኡላዊት ሃገር ዘይትቕበሎን ነገር ፍሉይ ፍወሳ ተገይሩሉ ከም ንብረ ተቐባልነት ክረኽብ እያ ኢትዮጵያ ትጽዕር ዘላ።

ሰልፊ ብልጻግና ኣብቲ ዝዘርግሖ ዓጀውጀው ጠረሱ ዘይዝክሮ ሓቅታት ኣሎ። ብወዝቢ ዘይኮነስ ኮነ ኢሉ እዩ ዝሰግሮ። ኤርትራ ኣብ ገምገም ባሕራ ልኡላዊ መሰል ከም ዘለዋ፡ ብዛዕባ ዓለም ለኻዊ ኣፍልጦ ዘለዎ ዶባታ፡ ኮምሽን ዶብ ክልቲኤን ሃገራት ኣብ 2002 ብዛዕባ ባድመን ከባቢኣን ኣብ ዝበረ ክርክር ዝሃቦ ቀያዲ ውሳኔ፡ ኢትዮጵያ ንውዕል ኣልጀርስን ዓለም ለኻዊ ሕግን ብምንጻግ ንልኡላዊ መሬት ኤርትራ ን18 ዓመታት ጎቢጣ ምሓዛ ፈጺሞም ዘይለዓሉ እዮም።

ቁልሕታ ዝስሕቡ ዝተጋሕ ስግኣታት፡ ሽፍትነት ባሕሪ፡ ሓይጋ ሽቡታት መራኽቢ ከርሲ ባሕሪ ከም ምስምስ እናኣቕረቡ ኢትዮጵያ ናይዚ ዞባ ጸጥታ ምንቅስቓስ ንግዲ ምእንቲ ከተውሕስ ህልውናኣ ኣብ ማያት ባሕሪ ክረጋገጽን ልኡላዊ ኣፍደገ ቀይሕ ባሕሪ ክትውንን ኢያ ትጽውዕ ዘላ። ጸጥታዊ ስግኣት ከም ኣጸዋር ተጠቒምካ ጎቦጣ ግዝኣታት ምኽያድ ሓደሽ ሜላ ኣይኮነን።

ብቐዳምነት ኣብ ገምገም ባሕሪ ዝተደኮና ሃገራት እየን ሓላፍነት ምሕደራን ምርግጋጽ ጸጥታን ገምገም ዘለወን። ኢትዮጵያ ወደብ ኣልቦ ዕጹውቲ ሃገር ከም ምኻና ኣብቲ ልኡላዊ ግዝኣት ማያት ኤርትራ ክትመሓደር ኣይትኽእልን። እዚ ዝቐርብ ስግኣታት ንዞባዊ ምትሕግጋዝ ዝጽውዕ ዘይኮነስ ናይ ኢትዮጵያ ዘይሕጋዊ ዕላማ ንኽሓይል ተባሂሉ ዝቐርብ ዘሎ እዩ።

ደገፍቲ ናይዚ ሓሳብ እዚ “ኢትዮጵያ ዞባዊ ንግዲ ምእንቲ ክትሕሉ” ኣብ ገምገም ኤርትራ ቀዋሚ ግዝኣት ባሕሪ ክትውንን ከም ዘለዋ ክገልጹ ከለዉ፡ ብዋገልባጡ ናይ ኤርትራ ልኡላውነት ጠረሱ ክድምሰስ ከም ዘለዎ እዩ ዝገልጹ። ብመሰረት ዓለም ለኻዊ ሕጊ ኣፍ ደገ ባሕሪ ዘይብላ ዕጹውቲ ሃገር ብምስጋገሪ ሃገራት ኣቢሉ፡ መሰል ተጠቃምነት ኣፍደገ ባሕሪ ክትረኽብ ትኽእል እያ። እዚ መሰል እዚ ግና ምስ ሃገራት ገምገም ብዝግበር ናይ ሓባር ስምምዕን ውዕልን እዩ ዝፍጸም እምበር ልኡላውነት ዘረኽብ ኣይኮነን። ኣብታ ኣኣንጋዲት ሃገር ወተሃደራዊ መዓስከራት ክኸፈት ወይ ቀዋሚ ናይ ጸጥታ ሓይሊ ክትከል ወይ ስልጣን ክመሓለለፍ ኣይፈቕድን። መሰል ተጠቃምነት ጥራይ ምኽንያት ተገይሩ ነቲ ዝደለ ናይ ስምምዕ መለክዒታት ኣብ ግምት ዘየእተወ በይናዊ ስጉምቲ ንመንፈስን ፈደላትን ሕግን ዝግህስ እዩ።

ብዓለም ለኸ ፍሉጥ ዝኾነ ልኡላዊ ዶባት ኤርትራ ናይ ብሕታን ንእኣን ጥራይ ዘምልክት ብምግንዛብ ዘይትንከፍ እዩ። ብሸለልታ ይኹን ብደርኺት፡ እዚ ሓቅታት ማያት ኤርትራ ናብ ረብሓ ኢትዮጵያ ንምቕያር ዝግበር ፈተነ፡ ናብ ልኡላውነት ኤርትራ ዘቕፀ ቀጥታዊ ተጻብኦ ኮይኑ፡ ኣብ ዞባዊ ምሕደራ ማያት ባሕሪ ሓደገኛ ኣበነት ከስዕብ ዝኽእል እዩ።

ናብ ባሕሪ ንምብጻሕ ኢትዮጵያ እተቕርቦ ምስምስ “ዞባዊ ግዴታ” ንጸጥታ ወይ ንምርግጋእ ዘምልክት እውን ኣይኮነን። ነቲ ንብረ ኮይኑ ዝጸንሐ ዞባዊ ስርዓታት ከም ብሓደሽ ካልእ ቅርጺ ብምትሓዝ፡ ንዓለም ለኻዊ ሕግታት ካልእ ትርጉም ብምሃብ፡ ህርፋን ጂኦፖለቲካ ትምኒታት ንምትግባር ብታሪኽን ብውዕላትን ዝተቐየደ ልኡላዊ መሰላት ጎረባብታ ንምግሃስ ዝፍተን እቲ ቀንዲ ሕመረት ናይዚ ምኽንያትዚ እዩ።

ምምሕዳር ኣዲሳበባ ነቲ ክልተኣዊ ጉዳይ ከም ናይ ሓባር ረብሓ ብምምሳልን ዕላማታታ “ዞባዊ ግዴታ” ንምፍጻም ከም ዝኾነን ሓቅታት ሽፋፊንካ ዓለም ለኻዊ ኣፍልጦ ዘለዎ ልኡላውነት ኤርትራ ብበይናዊ ናይ ምስፍሕፋሕ መደባት ንምቕያር እዩ ዝሓስብ።

ከምቲ ኣብ ላዕሊ ዝተገልጸ፡ ወደብ ዘይብላ ዕጹውቲ ሃገር ኣፍ ደገ ባሕሪ ንክትረኽብ ምስ ገምገም ባሕሪ ዘለዋ ጎረቤት ሃገር ብዝፍጸም ልዝብን ብዝግበር ሓባራዊ ስምምዕን ጥራይ ምኻኑ ዓለም ለኻዊ ሕጊ ብንጹርን ብዘየወላውልን ይገልጽ። ብፍይ ሓይሊ ፖለቲካ ወይ ብታህዲድ ልኡላውነት ክሰዐር ኣይክእልን። ብዘይ ፍቓድ ኤርትራ “ልኡላዊ መመሓላለፊ” መሰል ወደብ ወይ ፍሉይ ዞባ ንምውናን ዝግበር ፈተነ፡ ነቲ ኣብ ቻርተር ሕቡራት ሃገራት ዓንቀጽ 2 (4) ዝሰፈረ ኣንጻር ግዝኣታዊ ሓድነት ካልእ ሃገር ሓይሊ ምጥቃም ዝኽልክል፡ ድሕሪ ግልግል ወጻኢ ‘ኣብ ኢድካ ዘሎ ኣብ ኢድካ ይጸንሕ’ (uti possidetis) መትከል ምግሃስ ማለት እዩ።

ብዘወሃኺ ኢትዮጵያ ዕላማታታ ናይ ሓባር ረብሓ ዝህብ ስትራተጂያዊ ኣገዳስነት ዘለዎ ከም ዝኾነን፡ ኣብ ቀይሕ ባሕሪ ዘይምርግጋእን ሽፍትነት ባሕርን ከም ዘሎን፡ ኣብ የመን ዝተወለዐ ግጭት ከም ምኽንያት ኣጉባጢማ ብሾም ዞባዊ ጸጥታ ብሕታዊ ዋንነት ንምእዋጅን እተካይዶ ጠቕላታት ሓደገኛ እዩ። ሕጋዊ መሰልን ልኡላውነት ኤርትራን ንኽደፊ ብምጉሳይ፡ ኢትዮጵያ ዕላማ ጎቦጣኣ ምኽንያታዊ ንምግባር ታሪኻዊ መረረን ጸጥታዊ ሰክፍታን ከም ዘለዋ እትደጋግሞ ታክቲክ ናይ ወጻኢ ፖሊሲ እዩ።

ኣብ ዝተቑዙበ ሰ ኣእምሮ ዝመላለስ ምውናን ማያት ባሕሪ ከም ዕላማ ጥራይ ዘይኮነስ ከም ትዕድልቲ ገይሩ ዝኣምን ካልእ ዝተኸወለ ድልየት ኣሎ። ኣብ ሃጼያዊ ቤተ መንግስቲ ጀሚሩ ናብ ሰልፊ ብልጽግና ሰጊሩ ዘሎ ኣብ ኣእምሮ ሰረጹ ንኣርኻናት ኢትዮጵያ ብናፍቖት ቀይሕ ባሕሪ ኣዕዚዙ ደርኺቡ። መበቆል ናይዚ ናፍቖት እዚ ከኣ ሕጊ ወይ ጂኦግራፊ ኣይኮነን። ኢትዮጵያ ኣፍደገ ባሕሪ ክትረኽብ ‘ቅኑዕ’ ከም ዝኾነ፡ እዚ ዝቃወም ከኣ ‘ዘይፍትሓዊ’ ከም ዝኾነ ዝኣምን ኣብ ጽውጽዋያዊ ፖለቲካ ዝተሰረተ ድርቕና እዩ።

ካድረታት ሰልፊ ብልጽግና፡ ነቲ ካብ ቀደም ኣትሒዙ ዝጸንሐ ሃተፍተፍ ሕልምታት ቀትሪ ከም ሓደሽ እናደጋገሙ፡ ብዛዕባ “ወህደት”፡ “ናይ ሓባር ጸጥታ” ወይ “ቁጠባዊ ኣገዳስነት” ክደጋግሙ ይስምዑ ኣለዉ። እዚ እውን ሓደሽ ነገር ኣይኮነን። ናይ ካልእ ልኡላውነት ኣብ ግምት ዘየእቱ ዘየባትኽ ትምኒት ኣፍ ደገ ባሕሪ እዩ።

ብዘይካ'ቲ ዓለም ለኻዊ ኣፍልጦ ዘይተዋህቦ ኣብ ግዜ ፈደረሽን ስዒቡ ድማ ግዜ ጎቦጣን ኢትዮጵያ ሕጋዊ ዝኾነ ኣፍ ደገ ባሕሪ ኣጥርያ ኣይትፈልጥን። ዓለም ለኻዊ ሕጊ ብምጥሓስን ድልየት ህዝቢ ኤርትራ ብምግሃሳ፡ ኢትዮጵያ ንዓሰርተታት ዓመታት ኣብ ልዕሊ ኤርትራ ዋንነት ዘለዋ ይመስላ ነይሩ። ናይዚ መቐጸልታ ዝኾነ ታሪኻዊ ስልቦጣ ድማ እዩ ኣብዚ እዋን እዚ ብተደጋጋሚ “መሰል” ኣፍ ደገ ባሕሪ ከም ዘለዋ ዝስማዕ ዘሎ።

ገምገም ባሕሪ ዋንነት ናይ ወናኒት ማያዊ ግዝኣት ዝኾነት ሃገር ከም ዝኾነን ኣፍደገ ባሕሪ ዘይብለን ሃገራት ብታህዲድ ወይ ብሓይሊ ወይ ብፈኸራ ዘይኮነስ ብናይ ሓባር ስምምዕ ተጠቀምቲ ክኾና ከም ዝኽእላ ዓለም ለኻዊ ሕጊ ብንጹር ኣሰፊሩዎ ኣሎ። ኢትዮጵያ ከኣ ነቲ ናይ ጎቦጣ ዘበን ዳግማይ ክሊሳ ብጽሒት ከም ዘለዋ ምፍታና ዘምጽኦ ሓደሽ ነገር የለን። ኤርትራ በይና እያ ሕጋዊትን ልኡላዊትን ወናኒት ገምገም ባሕራ። እተን ዓመታት ዘይሕጋዊ ጎቦጣ እየን እምበኣር፡ ከም ድሕሪ ባይታ ናይዚ ኩሉ ሰልፊ ብልጽግና ዘስመዖ ቀጻሊ ቁናን ናይ ክሕደት መደረታት።

ይቕጽል...

ጥዕና

ሱሌማን ኣሕመድ

ሕርቃን ጥዕናዊ ጸገም የምጽእ ድዩ፧

ንደልዮ ነገር ምስ እንስእን ክንሓርቕ ንኽእል ኢና፡፡ ምሕራቕ ኣብ ህይወትና ስውጢ ንምምጻእ ኣጕዳሲ ዝኾነሉ እዋን'ውን ኣሎ፡፡ ይኹን'ምበር፡ ምሕር ምስ ዝበዝሕን ብኣጕዚብ ክንኣልዮ ምስ ዘይንኽእልን ከቢድ ጥዕናውን ስምዒታውን ጸገም ከምጽኣልና ይኽእል እዩ፡፡

ደረጃ ሕርቃን ካብን ናብን ሰብ ክፈላለ ይኽእል እዩ፡፡ ንዖና ዘሕርቐና ነገር፡ ነቲ ኻልእ ምንም ከይከውን ይኽእል እዩ፡፡ በዚ ደረጃ'ዚ ሓሲብና ክነርእዮ ምስ እንፍትን፡ ንኡስና ካብ ምሕር ምቕጣዕ ክንከላኸል ክንጅምር ኢና፡፡

ዘሕርቐና ነገር ግን እንታይ እዩ፧

ምሕራቕ/ ምቑጣዕ ባህርያዊ እዩ፡፡ ሰብነትና ብባህርኡ ዝፈጥሮ ግብረ መልሲ ናይ ዝኾነ ስግኣት እዩ፡፡ "ከምዚ ኪጋጥመኒ/ ኪጋጥመና ይኽእል እዩ" ኢልና ኢና ንቑጣዕ፡፡ ገለ ካብ ዓይነታት ምቑጣዕ ንምንባርና ዘገድሱ እዮም፡፡

ሓያሎ ክኢላታት ስነኣእምሮ፡ "ምሕራቕ ጥቕሚ ዘለዎ ባህሪ ክኸውን ይኽእል እዩ" ይብሉ፡፡ መጻኢን ኣብ ከመይ ኩነታትን ብኣጕዚብ እንተተጠቒምናሉ፡ ድሌታትካ ንምርካብ ወይ ሽቶኻ ንምውቃዕ ብኣወንታዊ መንገዲ ክሰልጥ ይኽእል እዩ፡፡

ምሕራቕ/ምቑጣዕ ጸገም ዝኸውን ንኽትቆጻጸሮ ዓቕሚ ምስ እትስእን እዩ፡፡ ክትወጾ ኣብ ዘይትኽእል ከቢድ ጣዕሳን ጓህን ድማ ይሸምመካ፡፡ ኣብ 2010፡ ኣብ ኣመሪካ ክኢላታት ማሕበራዊ ስነ ልቦና ዘካየድዎ መጽናዕቲ ከም ዘመልክቶ፡ ክትቆጻጸሮ ዘይትኽእል ቁጥዐ/ ሕርቃን፡ ኣካላውን ኣእምሮኣውን ጉድኣት ከም ዘለዎ የጸር፡፡ ሽዑ ንሽዑ፡ ክትቆጻጸሮ ናብ ዘይትኽእል ኣፋዊ (ጸርፊ) ከምኡ'ውን ኣካላዊ መጥቃዕቲ ከተካይድ ዝቐስቅስ ስምዒት ብምፍኳሱ፡ ንኡብሰኻን ኣብ ከባቢኻ ዘለዉ ሰባትን ብኸቢድ ክትጎድእ ትኽእል፡፡

ናብ ምቑጣዕ ዘምርሑ ጉዳያት እንታይ እዮም፧

ክትቁጣዕ ወይ ክትሓርቕ ዝደርኹ ጉዳያት ብዙሓት እዮም፡፡ ወጥሪ፡ ጸገም ስድራቤት፡ ስእነት ስራሕ፡ ጉዳይ ቁጠባ ወዘተ፡፡

ኣብ ገለ ሰባት፡ ምቑጣዕ/ ምሕራቕ መበገሲኡ ባዕሉም ብዘማዕበልዎ ስርዓት ኣልቦ ልምድታት ኮይኑ ኢና ንረኽቦ፡፡ ግዙእ ኣልኮላዊ መስተ ምዃን ወይ ቃዛኖት ከም ኣብነት ክጥቀስ ይከኣል፡፡ ስዒቡም ክንሓርቕ/ ክንቁጣዕ ክንርኢ ዝኽእሉ ኣርእስትታት ተዘርዚሮም ኣለዉ፦

ቃዛኖት (Depression)

ምቑጣዕ ምልክት ናይ ቃዛኖት ክኸውን ይኽእል እዩ፡፡ ብውሕዱ ኣብዝሒ ዝሓለፉ ክልተ ሰሙናት ዝጋጠመና ዘሕዝን ፍጻመ ወይ ክሳራ ዝፈጥረልና ስምዒት ሓደ ካብቲ ንኽንቁጣዕ ዝደፍኣና ምኽንያታት ክኸውን ይኽእል እዩ፡፡ ምቑጣዕ ሃንደበት ዝተኽሰ ክትቆጻጸሮ ዘሸግር ብጋህዲ ዝቃላዕ ስምዒት እዩ፡፡ ጻዕቂን ስምዒትን ናይቲ ሕርቃን ካብ ሰብ ናብ ሰብ ይፈላለ እዩ፡፡

ቃዛኖት ዘለዎ ሰብ ክሓርቕ እንከሎ ዘርእዮ ምልክታት ዝም ዝስዕቡ ዝማልአ እዩ፦

- ምንዳር፡
- ጸሊሑ ዝርአ ምድካም ሓይሊን እምብዛ እስትንፋስን፡
- ተስፋ ናይ ምቑራጽ ስምዒት፡
- ንብሰኻ ክትጎድእ ወይ ክተጥፍእ ምድላይ፡፡

ስርዓት ዘይብሉ ተደጋጋሚ ዕግርግር (Obsessive-compulsive disorder)

እዚ ሓደ ካብ ጸገማት ስነኣእምሮ ኮይኑ፡ ክትቆጻጸሮ ዘይትኽእል ናብ ከቢድ ጉድኣት ዘምርሕ ዓይነት ምቑጣዕ እዩ፡፡ ከምዚ ዓይነት ጸገም ዘለዎም ሰባት፡ እቲ ዘርእይዎ ዕግርግርን ምቑጣዕን ብዘይ ድሌቶም ካብ ስምዒታዊ ቁጽጽሮም ወጻኢ ከም ዝመጾም ይንገር፡፡ ዘይድሊ ኣእምሮኣዊ ዘናውጽ ዘረባ ወይ ስምዒት፡ ምኽሪ ወይ ስኢሊ ናብ ከምዚ ዓይነት ሕርቃን ከምርሖም ይኽእል፡፡

ካብ ዓቐን ንላዕሊ ኣልኮላዊ መስተ ምውሳድ (Alcohol misuse)

ኣብ ሓደ እዋን፡ ሓንሳብ ወይ ብተደጋጋሚ፡ ካብ ዓቐን ንላዕሊ ኣልኮላዊ መስተ ምውሳድ፡ ብዙሕ ኣልኮላዊ መስተ ምውሳድ ንዝብል ሓሳብ እዩ ዘጸር፡፡

መጽናዕትታት ከም ዘመልክትዎ፡ ኣልኮላዊ መስተ ምዝውታር ዓመጽ/ መጥቃዕቲ ናይ ምፍጻም ተኽእሎ የዕቢ እዩ፡፡ ብደረጃ ዓለም ካብ ዝፍጸሙ ገበናት እቶም ልዕሊ ፍርቂ ኣልኮላዊ መስተ ዝጠንቀም ምኳናም'ውን እቶም መጽናዕትታት ወሲኾም የረድኡ፡፡

ኣልኮላዊ መስተ ናይ ምሕሳብን ምምዛዝንን ዓቕምኻ የጉድል፡፡ ከም ሳዕቤኑ ሚዛናዊ ዝኾነ ስጉምቲ ክትወስድ የጸግመካ፡፡ ንተዘዘታዊ ስምዒታት ሰብነትና ስለ ዝጸልዎ'ውን ምንቅስቓስ ሰብነትካ ክትቆጻጸር ኣይትኽእልን፡፡ ብዙሕ ግዜ ኣልኮላዊ መስተ ሰትዩ ናይ ምቑጣዕ ባህሪ ዘርኢ ሰብ ዝወሰዶ ስጉምቲ ኣዝዩ ከቢድ ክሳራ ዘውርድ እዩ ዝኸውን፡፡

ኣቓልቦ ዘጉድል ኣመና ወዐዉይ ዕግርግር (Attention deficit hyperactivity disorder)

እዚ ኣብ ዋህዮታት ናይ ሓንጎል ማለት 'ኒውሮንስ' ብዝርአ ጉድለት ምዕባለታት ዝፍጠር፡ ናብ ምቑጣዕን ምሕራቕን ዘምርሕ ጸገም እዩ፡፡ ብዘይምቕላብ ማለት ሃዳእካ ክትስተብህል ብዘይ ምኽኣል፡ ኣመና ምውዓይ ብምዃን ከምኡ'ውን ረጊእ ደፋኢ ሓይሊ ብምውናን ዝኣመሰሉ ምልክታት ዘኾተተ ድማ እዩ፡፡

ከምዚ ዓይነት ጸገም ዘለዎ ሰብ፡ እቲ ምልክታቱ ገና ንእሽቶ እንከሎ ዝጅምር ኮይኑ፡ ክሳብ ዕምሩ መመላእታ ይቕጽል፡፡ ከርእዮም ካብ ዝኽእል ተወሳኺ ምልክታት፦

- ዕረፍቲ ምስኣን፡
- ናይ ኣድህቦ ጸገም፡
- ግዜ ብዓበእ ምጥቃምን መደባት ምሕንጻጽን ዘይምኽኣል ወዘተ፡፡

ብምጽራር ወይ ብሓንጎድ ዝርአ ዕግርግር (Oppositional defiant disorder)

እዚ ናይ ካልኦት ሰባት ሓሳብ ንምቕባል ዝርአ ናይ ምሕንጋድ ስምዒት ኮይኑ ብዙሕ ግዜ ኣብ ቤት ትምህርቲ ብፍላይ ኣብ ህጻናት ይርአ፡፡ ካብ ምልክታቱ፦

- ምሕር ሕርቃን፡
- ዓቕሊ ምጽባብ፡
- ምንዳር፡
- ምቕናእ ወዘተ የጠቓልል፡፡

ከምዚ ዓይነት ጸገም ዘለዎም ህጻናት ብዙሕ ግዜ ምስ መሓዙቶም ክበኣሱን ክዕገርገሩን እዮም ዝረኣዩ፡፡

ሓዘን/Grief

ምቑጣዕ/ ምሕራቕ ሓደ ካብ ደረጃታት ሓዘን/ ጓሂ እዩ፡፡ ሓዘን፡ ንፈትዎ ሰብ ብሞት ብምስኣንና ክመጽእ ይኽእል እዩ፡፡ ሓዘን/ ጓሂ - ዝሓሰብናዮ ክኸውንና ብዘይምኽኣሉ፡ ኣብ ትምህርቲ ብምትራፍና፡ ሓዳርና ብሰላማዊ መንገዲ ብዘይ ምቕጻሉ፡ ብሰንኪ ፍትሕ፡ ካብ ስራሕ ብምብራርን ወዘተ ክስዕብ ይኽእል እዩ፡፡

ሓዘን ክሓቑፎም ካብ ዝኽእል ካልኦት ምልክታት፦

- ስንባደ/ ረዕዲ፡
- ምድንዛዝ፡
- ንብሰኻ ከም ገበኛ ምውሳድ ወይ ምጽጻት፡
- ጓሂ፡
- ብሕተዉ ምዃን፡
- ፈራሕ ምዃን እዮም፡፡

ሓራቓት ሰባት ዘርእይዎ ምልክታት

ምሕራቕ ኣካላውን ስምዒታውን ምልክታት እዩ ዘለዎ፡፡ ናይ ምሕራቕ ጸገም ዘለዎም ሰባት እቲ ዘርእይዎ ምልክታት ሱቕ ኢሉ ዝመጸ ዘይኮነ ገለ ኣጋጣሚታት ዝፈጠሮ ስምዒት እዩ፡፡ ዓቐን ናይቲ ስምዒት ግና ካብን ናብን ሰብን ዝጋጥመሉ እዋናትን ይፈላለ እዩ፡፡

ኣካላዊ ምልክት (Physical symptom)

ምሕራቕ ንኸሉ ክፍሊ ሰብነት እዩ ዝጸልዎ፡ እንተላይ ንልቢ፡ ንሓንጎል ከምኡ'ውን ንጭዋዳ፡፡ ኣብ 2011 ዝተኻየደ መጽናዕቲ ከም ዘመልክቶ፡ ሕርቃን - 'ተስቶስቶሮን' (testosterone) ዝተባህለ ሆርሞን ከም ዝውስኽ፡ 'ኮርቲሶል' (cortisol) ዝተባህለ ህርሞን ድማ ከም ዝጎድል ይገብር፡፡ 'ተስቶስቶሮን' (testosterone) ንባህሪ ወዲ ተባዕታይ ዝዕቢ፡ 'ኮርቲሶል' (cortisol) ድማ ንገለ ዘዩድልዩ ባህርያት ሰብነት ንምፍዋስ ዘገልግል ሆርሞን እዩ፡፡ ገለ ካብኡ'ዮም ብሰንኪ ምቑጣዕ ኣብ ኣካላትና ዝረኣዩ ምልክታት፦

- ምውሳኽ ጸቕጢ ደም፡
- ምውሳኽ ህርመት ልቢ፡
- ምርባጽ ስምዒት፡
- ምሽቍሻቕ ጭዋዳ ወዘተ፡፡

ስምዒታዊ ምልክት (Emotional symptom)

ምስ ምሕራቕ/ ምቑጣዕ ተኣሳሲሮም ዝመጹ ስምዒታት ብዙሓት እዮም፡፡ ኣብ ሓደ ፍጻመ ናይ ሕርቃን ወይ ቅድሚኡን ድሕሪኡን ክመጹ ዝኽእሉ ስምዒታት፦

- ምንዳር፡
- ፍርሒ፡
- ሻቕሎት፡
- ነድሪ፡
- ወጥሪ፡
- ዓቕሊ ምጽባብ፡
- ጣዕሳ ወዘተ እዮም፡፡

ዓይነት ስምዒታት ምቑጣዕ

ስምዒታት ምቑጣዕ ብዝተፈላለዩ ኣገባባት እዩ ዝንጸባረቑ፡፡ ኩሎም ዓይነት ሕርቃን ብተመሳሳሊ ኣገባብ ኣይንጸባረቑን እዮም፡፡ እቲ እነንጸባርቐሉ ኣገባብ ድማ ወሽጣዊ፡ ግዳማዊ ልኡም ተባሂሉ ይኽፈል፡፡

ግዳማዊ (Outward):- ኣብዚ እቲ ናይ ምቑጣዕ ስምዒታት ወይ ዓመጽ ብዝተፈላለዩ ኣገባባት እዩ ዝንጸባረቕ፡፡ ንኣብነት ከም ምጭዳር፡ ምርጋም፡ ምድርባይ ወይ ምስባር ኣቕሓ፡ ከምኡ'ውን ምጽራፍ ወይ ምዝላፍ ዝኣመስሉ ጠባያት ይረኣዩ፡፡

ወሽጣዊ (Inward):- እዚ ዓይነት ሕርቃን'ዚ ብቐጥታ ንባዕልኻ እተጥቅዓሉ ኣገባብ እዩ፡፡ ንኡብሰኻ ብኣሉታዊ ነገር ብምጥማት ድማ፡ ኑብሰኻ ክተትሕታ ወይ ድኽምቲ ገይርካ ክትቆጽራ ዝኣመስሉ ጠባያት ተርኢ፡፡ ኣብዚ ነገራት ብድኽመትካ ከም እተበላሸዉ ገይርካ ስለ እትቖጽሮም፡ ካብ ሰባት ክትፍለን ኑብሰኻ ክትጎድእን ትፍትን፡፡

ልኡም (Passive):- ኣብዚ ሕርቃንካ ብዘየገድስ ስለ እትቆጻጸር ንኻልኦት ሰባት ብገጸር ኣይንጸባረቕን እዩ፡፡ እቲ ዝሓረቐ ሰቕታ ምብዛሕ፡ ምስቁርቋር ወዘተ ዝኣመሰሉ ስምዒታት የንጸባርቕ እዩ፡፡ የጉዳስ ብኻልኦት ሰባት ብቐለሉ ስለ ዘይፍለጡ ንኡብሱ'ምበር ኣብ ካልኦት ዘውርዶ ሃሰያ ጉሉሕ ኣይኮነን፡

ናይ ምቑጣዕ/ ምሕራቕ ባህሪ ኣለካ ዶ፧

ናይ ምቑጣዕ ባህሪ እንተሎካ፦

- ብቐሊሉ ሓራቕ ትኸውን፡
- ዘቖጥዓካ ነገር ካብ ቁጽጽርካ ወጻኢ ኮይኑ ይስመዓካ፡
- ዘለካ ዝምድና ብኣሉታ ክጸልዎ ትርኢ፡
- ንኻልኦት ሰባት ጎዲኢ ኮይኑ ትረኽቦ፡
- እቲ ጉዳይ ኣጣዊሱካ ይቕረታ ክትሓትት ትደሊ፡
- ዘይተደልየ ቃላትን ጸርፍን ክትድርቢ ትግደድ፡፡

መቆጻጸሪ ኣገባብ ሕርቃን

ሕርቃንካ ካብ ቁጽጽርካ ወጻኢ ምኳኑ እንተኣስተብሂልካ፡ ከምኡ'ውን ንህይወትካን ምስ ሰባት ዘለካ ዝምድናን ብኣሉታ ይጸልዎ ከም ዘሎ እንተተገንዚብካ፡ ናብ ክኢላ ሕክምና ስነኣእምሮ ብምኻድ ሕክምናዊ ሓገዝ ክትሓትት ይግባእ፡፡

ክኢላታት ሕክምና ስነኣእምሮ፡ ዘለካ ጸገም እንታይ ምዃኑን ምስ ኣእምሮ ዘለዎ ምትእስሳር ከመይ ከም ዝማሰልን ኣብ ምልላይ ክሕግዙኻ እዮም፡፡ ብኸመይ ኣገባብ ሕርቃንካ ክትቆጻጸር ከም እትኽእል'ውን ገለ ፍወሳታት ክዝብሩልካ ይኽእሉ እዮም፡፡

ሕርቃንካ ንምቁጽጻር ዝኽእሉ መንገድታት ሓያሎ እዮም፡፡ ገለ ካብኦም፦

- መዛናግዒ ኣገባባት ምፍጣር፡ ብፍላይ ድማ ኣብ እትሓርቀሉ እዋን፡፡
- ናይ ባህሪ ለውጢ ንምፍጣር ግቡእ ኣእምሮኣዊ ፍወሳ ምኽያድ፡፡
- ወጥሪ፡ ቃንዛኖትን ጭንቀትን ምስ ዝህልወኻ ብኣግኡ ክትኣልዮም ምኽኣል፡፡
- ሕርቃንካ ንምቁጽጻር ካብ ክኢላታት ኣእምሮ ግቡእ ምኽሪ ምውሳድ፡፡
- ሕርቃንካ ንምቁጽጻር ግቡእ ምውስዋስ ኣካላት ምኽያድ፡፡
- ግቡእ ግዜ ብምሃብ ዘድሊ ምዝንጋዕ ክትወስድ ምኽኣል፡፡
- ሰባት ምሕጋዝ፡ ሞራላዊ ደገፍ ምሃብ ወዘተ ዝኣመሰሉ ቅዱስ ልምድታት ምዝውታር ንባዕሉ ሞራላዊ ዕረፍቲ ስለ ዝህበካ ሕርቃንካ ንምቁጽጻር የኽእለካ እዩ፡፡

ምንጪ፦ medicalnewstoday

ቃል-መሕተት

ምስ ደራሲ መጽሓፍ፡ "ስነ-ኣገባብ ምርምርን ኣገደስቲ መጽናዕትታትን" ኣቶ ተስፋይ ቀለታ

ዓንዶም ግርማይ (ወዲ-ደረስ)

ኣብዚ እዋንዚ ሓላፊ ክፍሊ ምርምር ህግደፍ ኮይኑ ዝሰርሕ ዘሎ ገዲም መማህርን ጋዜጠኛን ኣቶ ተስፋይ ቀለታ ደምሳስ ብ1948 ኣብ ኣስመራ ተወሊዱ። ክሳብ 11 ክፍሊ ትምህርቱ ኣብ ኣስመራ ተኸታቲሉ። ብድሕሩ ናብ ኢትዮጵያ-ኣዲስ ኣበባ ተጓዒዙ ናይ 12 ክፍሊ ኣብ ላቡራቶሪ ስኩል ቀጺሉ። ብድሕሪዚ ናብ ዩኒቨርሲቲ ኣዲስ ኣበባ ተጸንቢሩ 4 ዓመት ተማሂሩ ብጂኦግራፍን ስነፍልጠት ስነልቦናን ድሕሪ ምምራቑ ኣብ ጎንደር 'ቤገምድር' መማህር ኮይኑ ን5 ዓመት ኣገልጊሉ። ኣብ 1977 ናብ ህግሓኤ ንምጽንባር ሜዳ ወሪዱ። ወተሃደራውን ፖለቲካውን ትምህርቲ ድሕሪ ምቕሳም ኩኡ ናብ ብርጌድ 44 ተመዲቡ። ንመጀመርታ ግዜኡ ምስ ኣሃዱኡ ብምኻን ኣብ ውግእ ሰምሃር 1977 'ሰላጣት' ኣብ ዝበሃል ቦታ ውግእ ተኻፊሉ። ቀጺሉ ኣብ ገርሁ ስርናይ (ትግራይ) ኣብ 1ይ ወራር 1978 ውግእ ተኻፊሉ። ኣብቲ ውግእ ኩኡ መውጋእቲ ኢዱ ኢጋጢምዎ። ኣብ 5ይ ወራር 1979 ኣሃዱኡ ኣብ ማዕሚደ ኣብ ዝነበረቶ ማዕርኢ 'ደነቦ' መውጋእቲ እግሪ ኢጋጢምዎ። እዚኦም ውሑዳት ኣብነታት ካብቶም ኣቶ ተስፋይ ዝተኻፈሎም ውግኣት እዮም። ብድሕሪዚ ብ1981 ወኪል ደምጺ ሓፋሽ ኤርትራ ኣብ ብርጌድ 44 ብምኻን ክገልግል ተመዚዙ።

ተጋዳላይ ተስፋይ ወኪል ደምጺ ሓፋሽ ኮይኑ ኣብ ዝተመደበሉ እዋን ብረድየ ካብ ዝሰምዖ ወይ ጽሑፋት ብምንባብ ዘጥለሎ ፍልጠት እንተዘይኮይኑ ጋዜጠኛ ክበሎ ዘኽእል ተመክሮ ኣይነበሮን። 'ክዝበሮ ኣሎ' ዝበሎ ልቡ ከይስመረ ስለ ዘይደቀሰ ግዱ ኣብ ሓጺር ግዜ ንፉዕ ጋዜጠኛ ክኸውን ኣይተጸገመን። ድሕሪ ካልኣይን ሓደኒታውን ጉባኤ 1987 ድማ ናብ ማእከላይ ቤት ጽሕፈት ደምጺ ሓፋሽ ኤርትራ ሻባይት ተሳሒቡ። እንደገና ኣብ 1988 ከም ሓለፍን ጠርናፊን ናብ ምድላው መጽሔት ሳግም ተቐይሩ። ቀጺሉ ኣብ 1990 ናብ ቤት ትምህርቲ ካድር ተቐይሩ ኣብ ምድላው መጽሔት ሓርበኛ ተመዲቡ።

ናጽነት ኮይኑ ጋዜጣ ሓዳስ ኤርትራ ኣብ 1991 ኣብ ዝጀመረትሉ ከኣ ኣቶ ተስፋይ ጋዜጠኛ ጋዜጣ ሓዳስ ኤርትራ ኮይኑ ተመዲቡ። ነዊሕ ከይጸንሐ ዋና ኣሰናዳኢ ጋዜጣ ሓዳስ ኤርትራ ኮይኑ፣ ቀጺሉ ሓላፊ ጋዜጣታት ኮይኑ ኣገልጊሉ። ብድሕሪዚ ናብ ኣገልግሎት ዜና ተቐይሩ ዋና ዳይረክተር ኣገልግሎት ዜናን ጋዜጣን ኮይኑ ክሳብ 2003 ኣገልጊሉ። ካብኡ ናብ ምርምርን ሰነዳን ህግደፍ ተቐይሩ ሓላፊ ክፍሊ ዜና (መጽሔት ሕድሪን መርበብ ሓበሬታ ሻዕብያ ዶት ኦርግን) ናይቲ ትካል ኮይኑ ንልዕሊ 13 ዓመት ድሕሪ ምግልጋሉ ኣብ 2016 ናብዚ ሕጂ ብሓላፍነት ዝሰርሓሉ ዘሎ ክፍሊ ምርምር ህግደፍ ተቐዪሩ።

ገዲም መማህርን ጋዜጠኛን ተስፋይ ቀለታ፡ ኣብ ሃገርና ኣብ ስነ-ኣገባብ ምርምርን ኣገደስቲ መጽናዕትታትን ዝሎ ሃጓፍ ብምልላዩ ንጸሓፍቲን ተመራመርትን ብሓፈሻ ኣብቲ ዓውዲ ክጥፉ ዝደልዩ ብጕሳት መንእሰያት ድማ ብፍላይ፡ 'ሓጋዚት' ዝበሎ ብብርክት ዝበሉ ኣብነታት ተሰኒዩም ዝቐረበ ኣብ ስነ-ኣገባብ ስነምርምርን ወዘተ ዘተኮረት፡ "ስነ-ኣገባብ ምርምርን ኣገደስቲ መጽናዕትታትን" ዘርእስታ መጽሓፍ፡ ን5 ታሕሳስ 2025 ከመርቓ'ዩ። ኣቶ ተስፋይ ብዘይካ'ዚ፡ ኣቦ መንበር ቦርድ ኣወሃሃዲት ማሕበራት ገድሊ'ውን እዩ። ንሱም ነዛ መጽሓፍ ክጽሕፍ ዝደረኾ ቀንዲ ምኽንያትን ከምኡ'ውን ንሓፈሻዊ ትሕዝቶ ናይታ መጽሓፍ ከብርሃልና ተወኪሰናዮ ነይርና። ጸማቑ ትሕዝቶ ምስኡ ናይ ዘካየድናዮ ቃል-መሕተት ቀዳማይ ክፋል ይስዕብ።

• ካብ ነዊሕ ተመክሮኻ ተበጊስካ ነዛ 'ስነ-ኣገባብ ምርምርን ኣገደስቲ መጽናዕትታትን' ዘርእስታ መጽሓፍ ጽሒፍካ፣ ኣብዚ ቀረባ ግዜ ድማ ክትዝርጋሕ'ያ። ነዛ መጽሓፍ ክትጽሕፍ ዝደረኾካ ቀንዲ ምኽንያት እንታይ'ዩ?

ኣብ ዜና፡ ኣብ መስርሕ ንዚጋጥም ጌጋ ይኹን ሃጓፍ ክትእረም ዘኽእል እኹል ግዜ ኣይነበረንን። ኣብዚ ዘለኽዎ ቦታ ስራሕ ግን፡ ረጊእካን ቀሲንካን ትሰርሓሉ ኩነታት ተፈጢሩለይ። እዚ ዕድል'ዚ ምስ ተረኸበ፡ ብዘተፈላለዩ ዝፈረዩ በቢዓይነቶም መጽሓፍቲ ክርኢን ክንብበን ጀሚረ፡ ብዙሓት ሃጓፋት ምህላዎም ክለሊ ድማ ክኢለ። ካብዚ ተበጊሰ ነቲ ዝርኣ ሃጓፍ ንምእራም፡ ምስ ሓላፊደይ ሓላፊ ምርምርን ሰነዳን ህግደፍ፡ ኣቶ ዘምህረት የውሃንስ ክዘርበሉ ጀሚረ። ከም ሓቂ ንዓይ'ምበር፡ ንዘምህረትሲ ሓድሽ ነገር ኣይነበረን። ኣቐዲሙ ዝፈልጦ ጉዳይ'ዩ ነይሩ። ካብዚ ተበጊስና፡ "እንታይ ንግበር" ዝብል ሓሳብ ሰዓበ። "እሞ ኑቶም ዝጽሕፉን ኣብ ዓውዲ ምርምርን ከምኡ ድማ፡ ማሕበራት ተጋደልቲ ዝገልግል ሓጺርቲ ኮርሳት ዘይንውድብ ተባሂሉ። ተገይሩ ለውጢ ኣይምጸኣን። መወከሲ ዝገልግል ብሩኾር ምድላው ከም ካልኣይ ኣማራጺ ተወሲዱ፡ እዚ'ውን ተገይሩ ወጽኢት ኣየምጸአን።

እዚ ኩሉ ተፈቲኑ ምስኣቦ ካብ ኣቦ ካልእ ኣማራጺ ተደልዩ። ስለዚ ኣብ ኣጸሓሕፋ ጽሑፋት ዝርአ ዘሎ ሃጓፍት ብሓፈሻ፡ ኣብ ኣተኣኻኽባ ሓበሬታን ምጥቃል ሓበሬታን ድማ ብፍላይ ዝርኣ ሃጓፋት፡ ክፍታሕ እንተድኣ ኾይኑ፡ ዕትብ ዝበለ ስራሕ ከም ዘድሊ ተገንዚበ። ካብዚ ተበጊሰ ከኣ፡ ነዛ መጽሓፍ ክጽሕፍ ተደሪኸ። እግሪ መንገዳ ንዕኡ ጥራይ ድያ ክተገልግል ዘለዋ? "መማህር ኣብ መስርሕ ምምሃርና፡ ኣመሓዳሪ ኣብ ኣገባብ ምሕደራ እዚኦምን ካልኦትን እውን ኣብ ስራሕ ጸገም የጋጥሞም'ዩ። ሽግርም ኣብ ምፍታሕ ክጥቀሙላ ምእንቲ ንዕኦም'ውን መወከሲ ኮይኑ ዝገልግል ትሕዝቶ ንምንታይ ኣይትሓቁፍን?" ብዝብል፡ ኣብ ፈለማኡ ንጸሓፍቲ መጽሓፍ ዝተሓሰበት፡ እናሰፍሐት፡ ኣብ ኣጸሓሕፋናን ጸሓፍቲን ዝሎ ሃጓፋት ንምእላይን ንምሕጋዝን እትድርኽ 390 ገጻት ዘለዋ ርሕዝውቲ (ዓባይ) መጽሓፍ ክትከውን ክኢሉ።

ብዘይካ'ዚ፡ ትልሚ ናይ'ዛ መጽሓፍ፡ ሰባት ንኽጽሕፉ ንምድራኽ'ዩ። ከመይ እንተድኣ ኢልካ፡ ኣብ ኤርትራ ዝመጽኡ ወጻኢተኛታት ብዛዕባ ኤርትራ እናጸሓፉ፡ ንሕናን ንዓና ዝምልከትን ዘጽሕፍ ምኽንያት እንታይ ኣለና? ሓደ ሰብ ኣብ ሓደ ቦታ ንሓያሎ ዓመታት ተቐሚጡ ንዝፈልጦ ኣከባቢን ሕብረተሰብን ብመጽናዕቲ ዝተደገፈ ክጽሕፍ ንምንታይ ኣይክእልን? ኣብ ስራሕ ዜጋጥሞ ብድሆታት ብመጽናዕቲ ስለምንታይ ኣይፈትሕን? እዚ ኣኣብ ዘለናዮ ክንጽሕፍ'ዩ ዝግበኣና። ኣብዚ ብኣብነት ኣሰፊና ክንጠቕሶ እንኽእል ብዙሕ ኣሎ። ሓደ ካብኡ፡ ብዛዕባ ብረታዊ ቃልሶና ኣይተተረኽን ኣይተጻሕፈን እሪ ኣይተተንከፈን። ክንሰንዶ ዝግበኣና ንሕና ክንሰና፡ መን ክጽሕፈልናን ክትርኸልናን ኢና ንጸበ ዘለና? እዛ መጽሓፍ ኣብዚ ገለ ምቕሉል ኣበርክቶ እንተገበረት ካብ ዝብል'ውን ገለ ካብቲ ንኽጽሕፉ መጠወሲ ዝኾነ ሓሳብ እዩ ነይሩ።

• ናይ ወጻኢተኛታት ተመራመርቲን ጸሓፍቲን ካብ ኣልዓልካ፡ ብርክታት ኣይኹኑ'ምበር፡ ኣብ ዝርዝር ከይኣተና፡ ከም መወከሲ ንያታዊ ኣኳብራ፡ ባህሊ፡ ሕጊታት እንዳ ኣቡ ባህርያውን ሰብ ዝሰርሖን ጸጋታት (ሃብቲ)ን ወለዶታት ሕብረተሰብ ኤርትራን ዝኸልሑ (ዝገልግሉ) ብወጻኢተኛታት ተመራመርቲን ጸሓፍቲን ዝተጻሕፉ መጽሓፍቲ ኣለዉ። ምስቲ ንስኻ ምርምር ኣካይድካ ኣብ ደረጃ ምሕታም ኣብጺሕካያ ዘለኻ መጽናዕታዊት መጽሓፍ ብምንጽጻር፡ ከመይ ትርእዮ ወይ ትገልጾ?

ክልተ ነገር እዩ፡ እቲ ሓደ ከምዚ ገይርም ምጽሓፎም ኤርትራ ቀድሚ 200ን 300ን ዓመታት እንታይ ትመስል ምንባራ ክንፈልጥ ኣኽኢሉና። ከምዚ ዝኣመሰለ መጽናዕቲ ስለ ዝነበሩ ንካልእ መጽናዕቲ ዝድርኽ መንገዲ ጸሪጎምልና'ዮም። እዚ ድማ ሓደ ካብቲ ዓቢ ብልጫኦም'ዩ። ግን ንሳቶም ኣጠማምታኦም ንረብሓ ህዝቢ ኤርትራ ዘይኮነ ነቲ ዘገልግሎም ዝነበረ ስርዓት ንምርግጋእ ኢሎም ዝጽሕፍዎ ስለ ዝነበሩ፡ ኩሉ ግዜ ሰራሓም ምስ ናቶም ኣጠማምታን ኣረኣእያን ተኣሳሲሩ ዝርኣ'ዩ። ስለዚ ድማ፡ ከም ርዱእ ክትወስዶ ኣጸጋሚ ይኸውን። እቲ ንሳም ዝሓደጉልና ጽሑፋት ከሁብትሞ ዝጉቀፍ እንተለዎ ክሻቐፍ ጌጋ እንተሎ ክንእርሞ ናትና ሓላፍነት ክንሱ ከምኡ ምግባር ግን የለን። እቲ ዝበርም ብዛዕባ ኤርትራ ዝተጉበረ መጽናዕቲ እዚ ዘይብሃል'ዩ፡ ንኣብነት (who is in Eritrea) ኣብ እትብል መጽሓፍ ዘሎ ትሕዝቶ እንተድኣ ተመልኪትና፡ ብዛዕባ ኤርትራ ዘሎ ማዕድን መሬት፡ ቅርጺ መሬት፡ ሕርሻ፡ እንስሳ ወዘተ ብሰፊሑ ሰፊሩ ኢና ንረኽቦ።

• ምስዚ ብምትእስሳር፡ ምርምር ዘድሊ ማለት'ዩ? ኣብዚ መዳይ ክጽሕፉ ንዘለዉ ወይ ምርምር ከካይዱ ዝደልዩ ሰባት እንታይ ክገብሩ ኣለዎም'ዩ ርኢቶኻ? ኣብዚ ብፍሉይ ክትዛረቦ እትደሊ እንታይ ኣሎ?

ምርምር፡ ዘጋጠመ ሽግር ወይ ግድል ንምፍታሕ ዝገልግል ሳይንሳዊ መሳርሒ'ዩ። ስለዚ ምርምር ክትገብር ሕቶ ኢኻ ተልዕል። ነቲ ሕቶ ክትፈትሕ ከኣ ቀድሚ ሕጂ ብዛዕባቲ ኣልዒልካዮ ዘለኻ ዛዕባ ሓበሬታ ንምርካብ ዝተጻሕፉ ጽሑፋት ምፍታሽ የድልየካ። ነቲ ዝረኸብካዮ ሓበሬታ ከም መጠቀሲ ወሲድካ ኢኻ ሕቶታትካ ከተዕምቆን ዘድሊ ሓበሬታ ክትእክበን እትኽእል። ኣብ ምርምር ኮነ ጽሑፍ ክዋፈሩ ዝደልዩ ሰባት፡ ናብቲ ንምብጻሕ ፈለሞ እንታይ'የም ክጽሕፉ ወይ ኣብ ምንታይ'የም ምርምር ክገብሩ ደልዮም ዘለው፡ ቀድሚ ዝኣገረ ታርጌቶም ክጸሩ ይግባእ። ብድሕሪዚ ንዝረኸቡዎም ጽሑፋት ኮነ መወከሲታት፡ ትሕዝቶኦም ክግምግምዎም ምኽኣሶ ዘድልዮም እንተኾይኑ'ውን ብዕቱብ ምርኣዮም ኣገዳሲ ይኸውን። ካብዚ ብምብጋስ ገለ ካብ ትዕዝብታተይ ከፍል፡ መንእሰያት ተመሃሮ ከለዉትና መረዳእታኦም ኣብ መጽናዕታዊ ጽሑፉ ከመይ ተካይድ፡ ኣድህቦኦም ቃል መሕተት እምበር፡ ኣብ ኣገባብ ስነምርምርሲ መሰረታዊ ፍልጠት ከምዘኮድሎም ይረኣየኒ። ብርግጽ ቃልመሕተት ኣድላዪ'ዩ ተወሳኺ'ምበር መጠቐሲን ዛዕማይን ክኸውን ግን ኣይግባእን። እቶም መንእሰያት እቲ ዝገብርዎ ስራሕ ኣብ ስነ-ኣገባብ ምርምር ተመርኩሶም ኣይኮኑምን። ስለዚ ድማ ኣብ ሕንፍሽፍሽ ከእትዎምን ቅኑዕን ዓሚቕን ናይ'ቲ ዝደልይዎ ሓበሬታ ክረኽቡን ኣየኽእሎምን።

• እዛ መጽሓፍ ኣርባዕተ ክፋላት ዘለዋ'ያ። ኣብ ቀዳማይ ክፋል ብዛዕባ ምርምርን ኣገባባቱን ኣቕሪብካ፡ ኣብቲ ካልኣይ ክፋልን ካልኦት ክፋላትን ከኣ ኣብነታት ናይ ዝተኻየዱ መጽናዕቲ ዝገልጽ ትሕዝቶ ኣካቲታ ኣላ። ከምኡ ክኸውን ዝመረጽካሉ ምኽንያት እንታይ'ዩ? ኣብነታት መጽናዕቲ ስነ-ኣገባብ ምርምራትካ ርክቡ እንታይ'ዩ?

እቲ ቀዳማይን ዝሰፍሐን ክፋል ናይ'ዛ መጽሓፍ፡ ንኣገባብ ስነምርምር ዝሓቁፍ ትሕዝቶ ዘለዎ'ዩ። እቲ ካልኣይ ክፋል፡ ምስኡ ምትእስሳር ዘለዎ፡ ቀድሚ ሕጂ ብወጻኢተኛታት ተመራመርቲ ብዛዕባ ኤርትራ ዝተኻየዱ ዝተፈላለዩ ምርምራትን መጽናዕትታትን ሓቑፉ ንረኽቦ። እቲ ሳልሳይ ክፋል፡ ህዝባዊ ግንባር ዝገበሮ መጽናዕቲ፡ ኣብ ራብዓይ ክፋል ከኣ፡ ነዛ መጽሓፍ ንምድላው ዝተጠቐምኩሎም መወከሲታት ዝሓቑፈ'ዩ።

ስለዚ፡ "ኣገባብ ኣጸሓሕፋ ዝጸሓፈሉ ዓውዲ እንህልኩም'ዩ" ብቐንዱ ትሕዝቶን መልእኽትን ናይ'ዛ መጽሓፍ። ምርምር ክገብሩ ንዝደልዩ ተመሃሮ ኮላጅ ከኣ እንታይ ክጽሓፉ ኣለዎ ኣጸቢቓ ክትሕግዞም'ያ። ንኣብነት ናይ ቀደም ታሪኽ እንተኾይኑ ናቱ ታሪኽ ኣለዎ። ብዛዕባ ብህዝባዊ ግንባር ዝግበር ዝነበረ ስርሓት ክፈልጡ እንተድኣ ደልዮም ከኣ ውድብ ሽግራቱ ብኸመይ ይፈትሕ ነይሩ? ነዛ መጽሓፍ ከም መወከሲ ተጠቒሞም ክጽሕፉ ባይታ ኣብ ምጥጣሕ ሓጋዚት'ያ።

• መጽሓፍካ 4 ክፋላት ሓቚፋ'ያ ወጺኣ ዘላ። ኣርባዕተ መጽሓፍ ክትከውን ዘይትኽእለሉ ምኽንያት ዘለዋ ኣይመስለንን። ንምንታይ ኢኻ ብሓደ ኩሉ ክትሕዝ ዝደለኻ?

ርእይቶኻም ክሀቡኒ ዝረአዩዋ ክኢላታት ከምኡ መዓስ ዘይበሉ ኮይኖም። በጦኽፋል ክተሕትማ ኣለካ ኢሎም ነዊሕ ዝተኸራኸሩ'ውን ነይሮም። ኣነ'ውን ክዝብራ ጸገም ኣይነበረንን። ክጀምራ ከለኹ ዕላማ ስለ ዝነበረ፡ ዕላማይ ድማ ገዚኡ ንምርካብ ኣይነበረን። ኣርባዕቲኤን ክፋላት ኑሓድሕደን ዝተኣሳሰራ ዝተኣሳሰራ ምኽንያት ስለ ዘለወን ካብኡ ዝተላዕለ ኣንባቢ ኮነ ተመራማሪ ንኣርባዕቲኤን ክፋላት ብሓደ ተጠሚረን ክረኽበን ኣብ ሓንቲ መጽሓፍ ክሕተማ ወሲነ። ነፍሰይከን እንተድኣ ተሓቲመን ግን ዝደልየወን ገለ ረኺቦም ንገለአን እንተድኣ ሰኢኖመን ብርግጽ ኣብ መስርሕ ምርምራቶም ሃጓፍ ኪጋጥሞም ስለ ዝኽእል፡ ዚ ንምውጋድ'ዩ ገዚኡ ከይጠመትኩ ኣብ ሓንቲ መጽሓፍ ተጠሚረን ክምዝሕተማ ዝገበርኩ።

• ነዛ መጽሓፍ ኣብ ምድላው ዝተጠቐምካሎም መወከሲታት እንታይ'የም? ናትካ ሓሳባትን ነዊሕ ተመኩሮንኸ ከመይ ተጠቒምካሉ?

ኩሉ ግዜ ምርምር ሓደ ግድል ንምፍታሕ፡ ካብ ትዕዝብቲን ተመክሮን ናይ ሰብ'ዩ ዝብገስ። ከምቲ ኣቐዲመ ዝጠቐስኩዎ፡ ነዊሕ እዋን ኣብዚ ናይ ጽሕፈት ስራሕ'የ ሰሪሐ። ኣብዚ ናይ ነዊሕ ተመክሮ ናይ ጽሕፈት ስራሕ፡ ብዙሕ እወታን ኣሉታን ነይሩኒ። ዝኸን ካልእን ደሚረካ ናተይ ናይ ነዊሕ ተመክሮ ኣሎ። መበገሲ ናይ'ዛ መጽሓፍ፡ ተመክሮናን ትዕዝብትናን ኮይኑ፡ በበግዜኡ ዝፈርዩ ኣብ ዘለዉ መጽሓፍትና ዝረኣዩ ሃጓፋት ኣብ ምፍዋስ ክትሕግዘና'ዩ እቲ መደብ። እዚ ከም ቀዳማይ ረቛሒ ክኸውን እኽእሎ።

ካልኣይ ረቛሒ ከኣ ኣብ ናይ ኣገባብ ስነምርምር ክጽሕፍ እንተድኣ ኮይኑ ናይ ኣተገባብራ ምድላው ምርምር ዝገልግሉ ወይ ዝሕግዙ ኣገባባት ዝሓቑፉ መወከሲታት ክውከስ ነይሩኒ። በዚ ድማ ልዕሊ 15 ዝኾኑ መጽሓፍቲ ኣገባብ ስነምርምር ተወኪሰ። ብርግጽ ዓውደይ ኣይኮነን እንተኾነ 'ክዝበሮ ኣሎ' ስለ ዝበልኩ ብዙሕ መጽሓፍቲ ድሕሪ ምግልባጥ ንቐዳማይ ክፋል ትሕዝቶ መጽሓፈይ ምስ ተመክሮ እናተኣሳሰርኩ ክልሰ-ሓሳባዊት ኮይና ጥራይ ከይትቐርብ ድማ ብኣብነት ኣሰንዮ ጽሒፈያ። ዝተረፉ ካልኣይ፡ ሳልሳይን ራብዓይን ክፋላት'ውን ብተመሳሳሊ ዝተፈላለዩ ብርክት ዝበሉ መጽሓፍቲ፡ መወከሲታት፡ ሰነዳት ፈቲሸ (ተወኪሰ) ከምኡ'ውን ንበዓል ቃል-መሕተት ብምክያድ ኑሓድሕድ ክፋላት ሓያል ምትእስሳር ብዘለዎ ኣገባብ ኩዳልዋ ክኢለ።

ይቕጽል.....

ምልክታ

ናጽነት ደስበለ - ሓበን ገብረኣምላኽ - ሳምራዊት መለስ

ቤት-ፍርዲ ዞባ ማእከል

ብፍ/ሰ/ዕዳ ወረ/ኻፍ እምባዩ ገብረትንሳኤ፡ 1.ወ/ሮ ሳባ እምባዩ 2.ፍረወይኒ እምባዩ 3.ነ/ፍ ሓረጉ ኣምባዩ 4.ገዙ እምባዩ 5.ኻፍ/ሂር ኣልጋሽ እምባዩ 5.1 ዳኒኤል እምባዩ 5.2 ኣልማዝ እምባዩ 5.3 ታሪኹ እምባዩ 6.ኻፍ/ሂር በርሀ እምባዩ፣ ብኣካል ወይ ብሕጋዊ ወኪል ን26/12/25 ኣብ ቤ/ፍ 1ይ መጋባኢያ ቁ.33 ቅረቡ። እንተዘይቀሪብኩም፡ ጉዳይኩም ኣብ ዘየለኹምሉ ክረአ ምዃኑ ነፍልጥ።

1ይ ቤት-ፍርዲ ዞባ ማእከል ኣስመራ ጸግዎት ያቆብ ግደኣለም፡ ስም ኣደይ ልችያ ረድኢ ምባል ተሪፉ፥ ሉቺ ረድኢ ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለ ዝበለ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን4/12/25 ኣብ ቤ/ፍ 2ይ መጋባኢያ ቁ.49 ይቕረብ።

ት/ዕድመ ብሩኽ ተኸስተ ወረደ፡ ወኪል ሰማር ሃይለ ገብረንጉስ፡ ስም ኣቦይ ተኸስተ ወረደ ገብረእየሱስ ምባል ተሪፉ፥ ከስተ ወረደ ገብረእየሱስ ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለ ዝበለ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን24/12/25 ኣብ ቤ/ፍ 1ይ ደረጃ ቁ.47 ይቕረብ።

ሰለሙን የውሃንስ ወልደእግዚኣብሄር፡ ኣደይ ለተርፍኤል ሃብተሚካኤል ዑቕባሚካኤል ስለዝሞተት፡ ኣነ ምስ 4 ህሉዋት ኣሕዋተይ 1 ሰወእ ተተካእቲ ደቁ ወረስቲ ምዃንና ይረጋገጸልና ስለ ዝበለ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን18/12/25 ኣብ ቤ/ፍ 2ይ መጋባኢያ ቁ.49 ይቕረብ።

ሳባ ተኽለሃይማኖት ሓጎስ፡ ኣደይ እንኳያሽ ኢሳቕ ሰገድ ስለዝሞተት፡ ኣነ ጥራይ ወራሲት ምዃነይ ይረጋገጸለይ ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን24/12/25 ኣብ ቤ/ፍ 1ይ ደረጃ ቁ.47 ይቕረብ።

ሚካኤል ሃይለማርያም መንግሻ፡ ኣቦና ሃይለማርያም መንግሻ ስለዝሞተ፡ ኣነ ምስ 1 ሓወይ ወረስቲ ምዃንና ይረጋገጸልና ስለ ዝበለ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን26/12/25 ኣብ ቤ/ፍ ቁ.47 ይቕረብ።

ፍረወይኒ ማሰፍን ወልደሩፋኤል ምባል ተሪፉ፥ ወይኒ ማሰፍን ወልደሩፋኤል ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን24/12/25 ኣብ ቤ/ፍ 1ይ ደረጃ ቁ.47 ይቕረብ።

ጨርለስ ኣማኑኤል በየነ ምባል ተሪፉ፥ ቁርለስ ኣማኑኤል በየነ ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን18/12/25 ኣብ ቤ/ፍ 2ይ መጋባኢያ ቁ.49 ይቕረብ።

ኣሰማይት ማሰፍን እምባዩ፡ ኣደይ ሂወት ገብረእግዚኣብሄር ገብረቃል ስለዝሞተት፡ ኣነ ምስ 4 ኣሕዋተይ ወረስቲ ምዃንና ይረጋገጸልና ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን17/12/25 ኣብ ቤ/ፍ ቁ.47 ይቕረብ።

ወ/ሮ ኣብርሀት ወልዳይ ተስፋማርያም፡ ብዓል ቤተይ ኣማኑኤል ሃይለ ገብረስላሴ ስለዝሞተ፥ ንዓይ ናይ መጻምዲ ማስለይ ይተሓለወለይ፥ 7 ደቅና 2 መውትቲ ተተካእቲ ደቆም ድማ ወረስቲ ምዃኖም ይረጋገጸሎም ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን18/12/25 ኣብ ቤ/ፍ 2ይ መጋባኢያ ቁ.49 ይቕረብ።

ኤፍሬም ኣሰፋው ተኽለሃይማኖት፡ ተኸሳሲ ተስፋይ ኣስመላሽ ተወልደመድህን፡ ናይ ስም ምትሕልላፍ ክሲ ቀሪቡልካ ስለ ዘሎ፡ ን11/12/25 ኣብ ቤ/ፍ 2ይ መጋባኢያ ቁ.49 ቅረብ፡ እንተዘይቀሪብካ፡ ጉዳይካ ኣብ ዘየለኻሉ ክረአ ምዃኑ ነፍልጥ።

ብፍ/በ/ማሰል ወ/ሮ ኣዝመራ እምባዩ ሳህሉ፡ ወረ/ ሰወእ የናስ ሞገስ ባህታ ዝኾንኩም 1.ሮዳስ የናስ ሞገስ 2.ሻም የናስ ሞገስ 3.ልዋም የናስ ሞገስ፣ ናይ ፈጻሚ ክሲ ተመስሪቱልኩም ስለ ዘሎ፡ ብኣካል ወይ ብሕጋዊ ወኪል ን16/12/25 ኣብ ቤ/ፍ ቁ.41 6ይ መጋባኢያ ቅረቡ። እንተዘይቀሪብኩም፡ ጉዳይኩም ኣብ ዘየለኹምሉ ክረአ ምዃኑ ነፍልጥ።

ሃብተማርያም ጸጋይ ገብረሚካኤል፡ ወ/ሮ ሰንበት ግሊኡ ገብረእግዚኣብሄር፡ ጓልና ሳሌም ሃብተማርያም ጸጋይ ስለዝተሰወአት፡ ንሕና ወለዳ ወረስቲ ምዃንና ይረጋገጸልና ስለ ዝበሉ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን4/12/25 ኣብ ቤ/ፍ 2ይ መጋባኢያ ቁ.49 ይቕረብ።

ዑቕባማርያም ኤሳው ማቴዎስ ምባል ተሪፉ፥ ዑቕባ ኤሳው ማቴዎስ ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለ ዝበለ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን9/12/25 ኣብ ቤ/ፍ 6ይ መጋባኢያ ቁ.41 ይቕረብ።

ሰላም ተስፋይ ሃብቱ፡ ኣደይ ኣልጋሽ ኣሰፋው ንጉስ ስለዝሞተት፡ ኣነ ምስ 1ሓፍተይ ወረስቲ ምዃንና ይረጋገጸልና ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን11/12/25 ኣብ ቤ/ፍ 2ይ መጋባኢያ ቁ.49 ይቕረብ።

1ይ ቤት-ፍርዲ ዕዳጋ እኽሊ

ኣልማዝ እምባዩ መሓሪ፡ ብዓል ቤተይ ነጋሲ ተስፋዝጊ ገብረመስቀል ስለዝተሰወአ፥ ንዓይ ናይ መጻምዲ ማስለይ ይተሓለወለይ፥ 3 ደቁ ድማ ወረስቲ ምዃኖም ይረጋገጸሎም ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን11/12/25 ኣብ ቤ/ፍ 7ይ መጋባኢያ ይቕረብ።

ከሳሲ ይስሓቅ የማን ገብረመስቀል፡ ተኸሳሲት ወረ/ኻፍ/ሂር መንግስትኣብ ሕሩይ መንግስ፡ ንስም ምትሕልላፍ ዝምልከት ክሲ ቀሪቡልኩም ስለዘሎ፡ ብኣካል ወይ ብሕጋዊ ወኪል ን17/12/25 ኣብ ቤ/ፍ 8ይ መጋባኢያ ቅረቡ። እንተዘይቀሪብኩም፡ ጉዳይኩም ኣብ ዘየለኹምሉ ክረአ ምዃኑ ነፍልጥ።

ዓንደማስቀል ዘርኣ ናይእዝጊ፡ ስም ኣደይ ምሕረት ደብሳይ ሓጎስ ምባል ተሪፉ፥ ምሕረት ሓጎስ ደብሳይ ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለ ዝበለ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን22/12/25 ኣብ ቤ/ፍ 5ይ መጋባኢያ ይቕረብ።

ኣቶ ኣንጦንዮስ ገብረክርስቶስ ወልደገብርኤል፡ ሓወይ ኣብ ኣማኑኤል ገብረክርስቶስ ወልደገብሬል ስለዝሞተ፡ ሓዳር ይኹን ውሉድ ስለ ዘይብሉ፡ ኣዴና ሃዋርያት ወልደገብርኤል ዑቕባይ'ውን ስለዝሞተት፡ ኣነ ምስ 6 ኣሕዋተይ ናይ ኣዴናን ሓውናን ወረስቲ ምዃንና ይረጋገጸልና ስለ ዝበለ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን26/12/25 ኣብ ቤ/ፍ 5ይ መጋባኢያ ይቕረብ።

ወ/ሮ ኣስካሉ ገብረጻድቕ ኣባይ፡ ብዓል ቤተይ ኣቶ የናስ ኣርኣያ ሓጎስ፡ ካብ ወርሒ 09/2023 ዓ/ም ንነራሕ ኢሉ ካብ ሃገር ምስ ወጸ ስለዘይተመልሰ፡ ናይ ጥፉእ መረጋገጺ ይወሃበኒ ስለ ዝበለ፣ ተጸዋዒ ብኣካል ወይ ብሕጋዊ ወኪል 26/12/25 ኣብ ቤ/ፍ ቅረብ፡ እንተዘይቀሪብካ፡ ጉዳይካ ኣብ ዘየለኻሉ ክረአ ምዃኑ ነፍልጥ።

ተኸሰስቲ ያቆብ ሰዩም ነጋሽ 2.ሰምሰም ሰዩም ነጋሽ 3.ምሕረት ሰዩም ነጋሽ 4.ንጉስ ሰዩም ነጋሽ ፣ ብከሳሲ ተስፋይ ሰዩም ነጋሽ ንምቅሊት ውርሻ ዝምልከት ክሲ ቀሪቡልኩም ስለ ዘሎ፡ ብኣካል ወይ ብሕጋዊ ወኪል ን10/12/25 ኣብ ቤ/ፍ 8ይ መጋባኢያ ቅረቡ። እንተዘይቀሪብኩም፡ ኣብ ዘየለኹምሉ ክረአ ምዃኑ ነፍልጥ።

ፍቓዱ ተስፋይ ገብረሚካኤል፡ ብዓል ቤተይ ገብረሚካኤል ገብረየውሃንስ ስለዝሞተ፥ ንዓይ ናይ መጻምዲ ማስለይ ይተሓለወለይ፥ ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን30/12/25 ኣብ ቤ/ፍ 7ይ መጋባኢያ ይቕረብ።

1ይ ቤት-ፍርዲ ጻዕዳ ክርስትያን

ኼጪ እዮብ እምባዩ ምባል ተሪፉ፥ ሳራ እዮብ እምባዩ ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን18/12/25 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ኣሲያስ ኣፈወርቂ፡ ስም ኣደይ ሂማን ተኽለሃይማኖት ምባል ተሪፉ፥ ሂማን ተኽለማርያም ቀሓቲ ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለ ዝበለ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን18/12/25 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ሰለሙን ተስፋይ ኣብርሃ ምባል ተሪፉ፥ ሰለሞን ኣለም ኣብርሃም ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለ ዝበለ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን16/12/25 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ሓየለም ደምሳስ መሓሪ ምባል ተሪፉ፥ ኤርምያስ ደምሳስ መሓሪ ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለ ዝበለ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን16/12/25 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

የናስ ፍስሃ ፍቓዱ፡ ስም ኣደይ ተካ ደብሳይ ምባል ተሪፉ፥ ተክኣ ደብሳይ ምስጎና ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለ ዝበለ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን18/12/25 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ሳይሞን ፍስሃ ፍቓዱ፡ ስም ኣደይ ተካ ደብሳይ ምባል ተሪፉ፥ ተክኣ ደብሳይ ምስጎና ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለ ዝበለ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን18/12/25 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ት/ዕድመ ኣቢናኣብ ብርሃ ወልደዝጊ ምባል ተሪፉ፥ ኣቢነኣብ ብርሃ ወልደዝጊ ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለ ዝበለ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን18/12/25 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ወ/ሮ ትርሓስ ክፍለ ካሕሱ፡ ብዓል ቤተይ ማሰፍን የሴፍ ገብርሂወት ስለዝሞተ፥ ንዓይ ናይ መጻምዲ ማስለይ ይተሓለወለይ፥ ውላድ ስለ ዘይገደፈ፥ ወለዱ ድማ ስለዝሞቱ፥ 10 ኣሕዋቱ ድማ ወረስቲ ምዃኖም ይረጋገጸሎም ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን16/12/25 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ተስፋማርያም ዘመደ፡ ተጸዋዒት ሸዋይሽ ያቆብ ገብረእግዚኣብሄር፡ ናይ ፈጻሚ ክሲ ተመስሪቱልኪ ስለ ዘሎ፡ ብኣካል ወይ ብሕጋዊ ወኪል ን18/12/25 ኣብ ቤ/ፍ ቅረቢ። እንተዘይቀሪብኪ ጉዳይኪ ኣብ ዘየለኽሉ ክረአ ምዃኑ ነፍልጥ።

መሊሳ መሓመድዓሊ ሓምድ ምባል ተሪፉ፥ መሊሳ መሓመድዓሊ ፋግር ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን18/12/25 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

1ይ ቤት-ፍርዲ ዓዲ ጓዕዳድ

ኣቶ በየነ ዑቕባይ ኪዳኑ፡ ኣደይ ለተሚካኤል ሃብቶም ክፍሎም ስለዝሞተት፡ ኣነ ምስ 1 ሓፍተይ ወረስቲ ምዃንና ይረጋገጸልና ስለ ዝበለ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን22/12/25 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ኣመልካቲ ኣቶ ዓንደጼን ሞባእ ዑቕባጊርግሽ፡ ኣድራሻይ ኣብ ዞባ ማእከል፡ ብስም ጳውሎስ ግርማይ ፍስሃጽዮን ን/ዞባ ገጀረት ምምሕዳር ከባቢ ሓለቡት ዚፕ ኮድ 1A752 ፕሎት 41 ፓርሰል ሰ/2(C/2) ስፍሓቱ 267.62 ት/ሜ ኣብ ቤ/ጽ ካዳስተር ብቁ/ም/ንብረት 1፡ 006334/2 ተመዝጊቡ ዝርከብ ገዛ ክፋሉ ማለት ኣብ 133.81 ት/ሜ ሰለስተ ክፍልን ሓደ ተሓጋገዝን ዝሓዘ ገዛ ስለዝገዛእክዎ'ሞ ናብ ስመይ ከመሓላልፍ ስለ ዝደለኹ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ እዚ ምልክታ ኣብ ጋዜጣ ካብ ዝወጸሉ ዕለት ኣብ ውሽጢ 30 መዓልታት፡ ሕጊ ብዘፍቅዶ መሰረት ካብ ዝምልከቶ ቤት ፍርዲ ናይ መእገዲ ትእዛዝ ወይ ናይ መወዳእታ ውሳኔ (ደግባይ ተባሂሉ እንተኾይኑ) ሒዙ ኣብ ቤት ጽሕፈት ካዳስተር ወይ ፓብሊክ ኖታሪ ይቕረብ፡ ተቓውሞ እንተዘየለ ግና ኦርጂናል ሰነዳት ኣቕሪበ ጉዳየይ ከፈጽም ምዃነይ እሕብር።

ኣቶ ዓንደጼን ሞባእ ዑቕባጊርግሽ

ኣመልካቲት ወ/ሮ ሰምረት ክፍለ ወልደገብርኤልት ኣድራሻይ ኣብ ዞባ ማእከልት ብስም ጳውሎስ ግርማይ ፍስሃጽዮን ን/ዞባ ገጀረት ምምሕዳር ከባቢ ሓለቡት ዚፕ ኮድ 1A752 ፕሎት 41 ፓርሰል ሰ/2(C/2) ስፍሓቱ 267.62 ት/ሜ ኣብ ቤ/ጽ ካዳስተር ብቁ/ም/ንብረት 1፡006334/2 ተመዝጊቡ ዝርከብ ገዛ ክፋሉ ማለት ኣብ 133.81 ት/ሜ ሰለስተ ክፍልን ሓደ ተሓጋገዝን ዝሓዘ ገዛ ስለዝገዛእክዎ'ሞ ናብ ስመይ ከመሓላልፍ ስለ ዝደለኹ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ እዚ ምልክታ ኣብ ጋዜጣ ካብ ዝወጸሉ ዕለት ኣብ ውሽጢ 30 መዓልታት፡ ሕጊ ብዘፍቅዶ መሰረት ካብ ዝምልከቶ ቤት ፍርዲ ናይ መእገዲ ትእዛዝ ወይ ናይ መወዳእታ ውሳኔ (ደግባይ ተባሂሉ እንተኾይኑ) ሒዙ ኣብ ቤት ጽሕፈት ካዳስተር ወይ ፓብሊክ ኖታሪ ይቕረብ፡ ተቓውሞ እንተዘየለ ግና ኦርጂናል ሰነዳት ኣቕሪበ ጉዳየይ ከፈጽም ምዃነይ እሕብር።

ወ/ሮ ሰምረት ክፍለ ወልደገብርኤል

ምልክታ

ናጽነት ደስበለ - ሓበን ገብረኣምላኽ - ሳምራዊት መለስ

ቤት-ፍርዲ ሸሪዓ

ከርያ ካሕሳይ ዑመር፡ ብዓልቤተይ ከሪዲን ጀዂር ፍሊ ስለዝተሰወአ፡ ኣነ ምስ 8 ደቀይ ወረስቲ ምዃንና ይረጋገጸልና ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን4/12/25 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

1ይ ቤት-ፍርዲ ዓዲ ኳዕዳድ

ተሰፋጊዮርጊስ ሃብተጼን ብርሃ፡ ብዓልቲ ቤተይ ኣምለሱት ዳምር ኣሰፍሃ ስለዝዐረፈት፡ ንዓይ ናይ መጸምዲ ማሰሊይ ይተሓለወለይ፡ 5 ደቕና ድማ ወረስቲ ምዃናም ይረጋገጸሎም ስለ ዝበለ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን18/12/25 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ወ/ሮ ጺጋ ገብረእግዚኣብሄር ነጋሽ፡ ወኪል ወ/ሮ ማስቀላ ሙብራኸቱ ፍስሃ፡ ንተጸዋዒ ኣቶ ሰለሙን ሙብራኽቱ በርሀ፡ ናይ ሓዳር ክሲ ኣቕሪባትልካ ስለ ዘላ፡ ብኣካል ወይ ብሕጋዊ ወኪል ን18/12/25 ኣብ ቤ/ፍ ቕረብ፡ እንተዘይቀሪብካ፡ ጉዳይካ ኣብ ዘየለኻሉ ክረአ ምዃኑ ንፈልጥ።

ወ/ሮ የርዳኖስ ወልደማርያም ተሰፋጽዮን፡ ኣደይ ኑፍ/ሄር ሂማን ገረማርያም ወልደጋብር፡ ኑቲ ኣብ ንኡስ ዞባ ጋላ ነፍሒ መርሓፍዮ ብለቓ 22 ፓርሰል N ኣብ 500 ት/ሜ ዝተደኮነ ዘይንቀሳቐስ ንብረት ገዛ ዝምልከት ሰነዋ ዝጠበረትለይ ይጽደቐለይ ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን22/12/25 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

1ይ ቤት-ፍርዲ እምባደርሆ

ወዘት ተኸስተ፡ ኣደይ በየና ፍስሃዬ ሓጎስ ስለዝዐረፈት፡ ኣነ ምስ 1ሓፍተይ ወረስቲ ምዃንና ይረጋገጸልና ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን10/12/25 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ኪዳን ሰለሙን፡ ኣቦይ ሰለሙን መንግስቱ ወልደገርግሽን ኣዴና ሉተዝጊ ኣለም ምልክዒሰን ስለዝዐረፉ፡ ኣነ ምስ 3 ኣሕዋተይ ወረስቲ ምዃንና ይረጋገጸልና ስለ ዝበለ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን3/12/25 ኣብ ቤ/ፍ 1ይ ደረጃ ይቕረብ።

ሳምራዊት ገብረመስቀል ተኸለ ምባል ተረፉ፡ ሳምራዊት ገብረመስቀል ተኸለይ ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን3/12/25 ኣብ ቤ/ፍ 1ይ ደረጃ እምባደርሆ ይቕረብ።

ቀደማዊት ታደሰ ጉብሳ ምባል ተረፉ፡ ቀዳዊት ታደሰ ጉብሳ ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን3/12/25 ኣብ ቤ/ፍ 1ይ ደረጃ እምባደርሆ ይቕረብ።

1ይ ቤት-ፍርዲ ድባርዋ

ሉተሚካኤል ወልደኣብዝጊ ወልደሩፋኤል፡ ሓፍትና ፍታል ወልደኣብዝጊ ዊሂብ ስለዝዐረፈት፡ ንዓይ ናይ መጸምዲ ማሰሊይ ይተሓለወለይ፡ 3 ደቕና ድማ ወረስቲ ምዃናም ይረጋገጸሎም ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን23/1/26 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ሄርሞን ቴድሮስ ዳዊት ምባል ተረፉ፡ ኣስርም ዳኒኤል ዳዊት ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለ ዝበለ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን13/1/26 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

1.ሰዶና ቴድሮስ ዳዊት 2.ኬብሮን ቴድሮስ ዳዊት 3.ብሩክ ቴድሮስ ዳዊት 4.ዲቮራ ቴድሮስ ዳዊት ምባል ተረፉ፡ 1.ሰዶና ዳንኤል ዳዊት 2.ኬብሮን ዳንኤል ዳዊት 3.ብሩክ ዳንኤል ዳዊት 4.ዲቮራ ዳንኤል ዳዊት ተባሂሉ ይተኣረመልና ስለ ዝበሉ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን13/1/26 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ኣስቴር ገብረንጉስ ሓየለም፡ ወለድና ገብረንጉስ ሓየለምን ሉተሚካኤል በርሀን ስለዝዐረፉ፡ ኣነ ምስ 6 ኣሕዋተይ ወረስቲ ምዃንና ይረጋገጸልና ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን20/1/26 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

1ይ ቤት-ፍርዲ መንደፈራ

ድሊት የናስ ኣሕፈርም ምባል ተረፉ፡ ሰድ የናስ ኣሕፈርም ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለ ዝበለ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን2/12/25 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ወ/ሮ ምንያ ወልዳይ ገብረእግዚኣብሄር ምባል ተረፉ፡ ምንያ ወልዳኣብዝጊ ገብረእግዚኣብሄር ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን13/1/26 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ወ/ሮ ሩማና ስራጅ ፡ ተጸዋዕቲ ደቀይ 1.መንሱር ዓብደላ 2.ከማል ዓብደላ 3.ካድራ ዓብደላ 4.ሑሴን ዓብደላ፣ 3 ዓመት ስለ ዝጠፍኡ፡ ናይ ጥፉእ መረጋገጺ ይወሃበኒ ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን13/1/26 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ልኡላ ታደሰ፡ ኣደይ ጉዕይ ሓድጉ ናይዝጊ ስለዝዐረፈት፡ ኣነ ስም 3 ኣሕዋተይ ወረስቲ ምዃንና ይረጋገጸልና ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን6/1/26 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ወ/ሮ ደርግኣለም ሃይለ ተኸለ፡ ብዓል ቤተይ መሓሪ ክንፈ መሓሪ ስለዝተሰወአ፡ ንዓይ ናይ መጸምዲ ማሰሊይ ይተሓለወለይ፡ 7 ደቁ ድማ ወረስቲ ምዃናም ይረጋገጸሎም ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን13/1/26 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

1ይ ቤት-ፍርዲ ደቀምሓረ

ሓረጉ ክብሮም ገ/ሃንስ፡ ብወኪል ቀሺ ሃይለ ዑቕባዝጊ፡ ኣደይ ለምለም ኣርኣያ ገ/መድህን ስለዝዐረፈት፡ ኣነ ምስ 1 ሓፍተይ ወረስቲ ምዃንና ይረጋገጸልና ስለ ዝበለ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን16/12/25 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ከሳሲት ወ/ሮ ትርሓስ ጺጋይ ተመልሱ፡ ተኸሳሲ ኣቶ ሃይሉ ማሕራይ ተ/ሚካኤል፡ ናይ ሓዳር ክሲ ቀሪቡልካ ስለ ዘሎ፡ ብኣካል ወይ ብሕጋዊ ወኪል ን18/12/25 ኣብ ቤ/ፍ ቕረብ።

ኣዳም ተወልደመድህን ዓንደማስቀል፡ ስም ኣደይ ሉተብርሃን ወልደኣብዝጊ ክፍለ ምባል ተረፉ፡ ሉተብርሃን ገብረኣብዝጊ ክፍለሚካኤል ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለ ዝበለ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን19/12/25 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

መድሃኔ ዓንደም ተኽለ ምባል ተረፉ፡ መድሃኔ ዓንደብርሃን ተኽለ ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለ ዝበለ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን16/12/25 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ከሳሲት ኣብርሀት ገ/ሂወት፡ ተኸሳሲ የማነ ምሓሽ በራኺ፡ ናይ ሓዳር ክሲ ቀሪቡልካ ስለ ዘሎ፡ ብኣካል ወይ ብሕጋዊ ወኪል ን17/12/25 ኣብ ቤ/ፍ ቕረብ።

ከሳሲ ድናይ በየነ ተ/ገርግሽ፡ ተኸሳሲት ክብራ ተ/ስላሴ ባህታ፡ ናይ ሓዳር ክሲ ቀሪቡልኪ ስለ ዘሎ፡ ብኣካል ወይ ብሕጋዊ ወኪል ን23/12/25 ኣብ ቤ/ፍ ቕረቢ።

1ይ ቤት-ፍርዲ ሰገነይቲ

ሉተብርሃን ሰለሙን፡ ብዓል ቤተይ በርሀ ዘርኡ ተኽለማርያም ስለዝዐረፈ፡ ንዓይ ናይ መጸምዲ ማሰሊይ ይተሓለወለይ፡ 3 ደቁ ድማ ወረስቲ ምዃናም ይረጋገጸሎም ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን23/12/25 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

1ይ ቤት-ፍርዲ ማይ ምነ

ፍዮሪ ሽሻይ ገብረማርያም ምባል ተረፉ፡ መርሃዊት ሽሻይ ገብረማርያም ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን23/12/25 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

1ይ ቤት-ፍርዲ ዓዲ ኳላ

ኣቶ ምሳየና ፍስሃዬ ተሰፋማርያም፡ ወደይ ፊሊሞን ምሳየና ፍስሃዬ ስለዝተሰወአ፡ ኣነ ወረሰኡ ምዃነይ ይረጋገጸለይ ስለ ዝበለ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን19/12/25 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ኣማኑኤል ሃይለ ገብረስላሴ፡ ኣዴና ዑቕባማርያም ተሰፋይ ወልደኪዳን ስለዝዐረፈት፡ ኣነ ምስ 2 ኣሕዋተይ ወረስቲ ምዃንና ይረጋገጸልና ስለ ዝበለ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን24/12/25 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ሄርሞን ፍስሃዬ ሃይለ ምባል ተረፉ፡ ሄርሞን ሃይለማርያም ፍስሃዬ ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለ ዝበለ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን19/12/25 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ሩታ ሃይሉ ተኸለኣብ ምባል ተረፉ፡ ሩታ ሃይለሚካኤል ተኸልኣብ ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን18/12/25 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ኣመልካቲት ኣብ ከተማ ኣስመራ፡ ን/ዞባ 4 ኣስመራ ዞባ 2 ምም/08 ጎደና 'ሀ' ቁጽሪ ገዛ 28 ዝርከብ፡ ብቑጽሪ ምስክር ወረቐት 118449 ብመወከሲ ቁጽሪ 133288/138339/3333578 ብስም ብጽሒት ኑፍ/ሄር ግደይ ሸቃ ኣብርሃ ብዘረጋገጸክዎ ወህብቶ መሰረት ናብ ስመይ ክሰጋገር ስለ ዝደለኹ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ እዚ ምልክታ ካብ ዝወጸሉ ዕለት ጀሚሩ ክሳብ 30 መዓልቲ ሕጊ ብዝፈቕዶ መሰረት ካብ ዝምልከቶ ቤት ፍርዲ ናይ መአገዲ ትእዛዝ ወይ ናይ መወዳእታ ውሳኔ (ይግባይ ተባሂሉሉ እንተኾይኑ) ሒዙ ኣብ ቤ/ጽ ፓብሊክ ኖታሪን ካዳስተርን ይቕረብ።

ኣብርሃጽዮን ኣብርሃ ወልደሳሙኤል

ኣቶ ጸጋዮ በርሀ ገብረእግዚኣብሄር፡ ዝተፈቕደሎም ናይ ማስተኻኸሊ ጸጉሪ ርእሲ ንግዳዊ ትካሎም፡ "ኣቢነር ማስተኻኸሊ ጸጉሪ ርእሲ "(ABINER BARBER) ተባሂሉ ክጽውዑሎም ስለዝሓተቱ፡ እዚ ናይ ንግዲ ስም ቅድሚ ምምዝጋቡ ዝቃወም ኣካል እንተሎ፡ ኣብ ውሽጢ ሓደ ወርሒ ካብ ሕጋዊ ቤት ፍርዲ መአገዲ የቕርብ። እንተዘይቀሪቡ፡ ዝቃወም ኣካል ከምዘየለ ተቖጺሩ እዚ ናይ ንግዲ ስም ከምዝምዝገብ ነፍልጥ።

ክፍሊ ወሻጣዊ ንግዲ

ኣቶ ጸጋዮ በርሀ ገብረእግዚኣብሄር፡ ዝተፈቕደሎም ናይ ህንጻን ሕርሻን ኣቕሑት መሸጢ ንግዳዊ ትካሎም፡ "ኣቢነር መሸጢ ናውቲ ህንጻን ሕርሻን" (ABINER FERAMENTA) ተባሂሉ ክጽውዑሎም ስለዝሓተቱ፡ እዚ ናይ ንግዲ ስም ቅድሚ ምምዝጋቡ ዝቃወም ኣካል እንተሎ፡ ኣብ ውሽጢ ሓደ ወርሒ ካብ ሕጋዊ ቤት ፍርዲ መአገዲ የቕርብ። እንተዘይቀሪቡ፡ ዝቃወም ኣካል ከምዘየለ ተቖጺሩ እዚ ናይ ንግዲ ስም ከምዝምዝገብ ነፍልጥ።

ክፍሊ ወሻጣዊ ንግዲ

ሓበሬታ
ሃገራዊ ማሕበር ብድሆ
ኤርትራ

ኩሉ መዳያዊ ሓቅታት ኤች.ኣይ.ቪ. / ኤይድስ ንምፍላጥ ናብ ሃገራዊ ማሕበር ብድሆ ኤርትራ ኣገልግሎት ምኽሪ ብቴለፎን ደውሉ ።
ሰዓታት ስራሕ ካብ ሰኑይ ክሳብ ዓርቢ ንግሆ ካብ 8:00 – 12:00 ቅ.ቀትሪ ምሸት ድማ ካብ 2:00 – 6: 00 ድ.ቀትሪ ብቑ.ስልኪ 110179 ደውሉ።
ቁ.ሳ.ፖስጣ 5537: E-mail: bidhonational@gmail.com
ስቅታ ጎዳኢ ስለዝኾነ ብዛዕባ ኤች.ኣይ.ቪ. ብግልጺ ንዘራረብ !!!

ሽባብ
ሃማመተኤ

ሕቶ ሽባብ

ሃ.ማ.መ.ተ.ኤ. ምኽሪ ብተሌፎን ካብ ዝጀምር፡ ብዙሓት መንእሰያት ተጠቂምቲ ናይ'ዚ ኣገልግሎት ኮይኖም ኣለዉ። ንኡስ ዓምዲ "ሕቶ ሽባብ" እምበኣር ንገለ ካብ'ቲ ብቑጽሪ ስልኪ 124256 ወይ ብቑ.ሳ.ጶስጣ 1042 ናብ "ሆት ላይን" ዝቐርብ ሕቶታት እያ እትምልስ።

ድቦላ ወዲቑኒ!

ብዓልቤተይ'ዩ 'ኤችኣይቪ ኣለካ' ተባሂሉ

ደዋሊት፥ ሄለው ምኽሪ ብተለፎን ድዩ?

ኣማኻሪት፥ እወ ጽቡቕ ኣለኺ፡ ናብ ኣገልግሎት ምኽሪ ብተለፎን ደዊልኪ ኣለኺ? ሄዋን እበሃል መን ክብል?

ደዋሊት፥ ሰላም እበሃል፡ ካብ ኣስመራ'የ ዝድውል ዘለኹ።

ኣማኻሪት፥ ሕራይ ሰላም እንታይ ክሕግዘኪ?

ደዋሊት፥ ብኸመይ ከም ዝጅምረልኪ እንድዩ ጠፊኡኒ። ሓደ ከቢድ ጸገም ኣጋጢሙኒ፡ እንታይ ከም ዝገብር ጨኒቑኒ'የ ዝድውል ዘለኹ።

ኣማኻሪት፥ እንታይ ድዩ ኣጋጢሙኪ ሰላም?

ደዋሊት፥ ኣንቲ እንታይ'ሞ ክብለኪ'የ ዝፈርሖ ዝነበርኩ መጺኡኒ ኳለይ። ኣብ ሓዳረይ ድቦላ ዝኾነ ሕማም ወዲቑኒ። ዓኽኽኽ!

ኣማኻሪት፥ ሰላም ህድእ እሞ በሊ፡ በዓልቲ ሓዳር ኢኺ ማለት'ዩ። ዕድሜኺዶ ምሓበርክኒ?

ደዋሊት፥ ሕጂ ደኣ 40 ዓመት መሊአ ኣለኹ። እንታይ እሞ ዕምሪ ዘሕጽር ሕማም እንዶ መጺኡ።

ኣማኻሪት፥ እንታይ ድዩ እቲ ሕማም? መን እዩ'ኸ ሓሚሙ?

ደዋሊት፥ በዓልቤተይ'ዩ፡ ኤችኣይቪ ኣለካ ተባሂሉ። እዚ ኣምላኽ እንታይ በዲለዮ'የ ወደይ ክንድ'ዚ ጽዕነት ዘሰክመኒ።

ኣማኻሪት፥ በዓልቤትኪ ብሕክምና ድዩ ኤችኣይቪ ከም ዘለዎ ተነጊርዎ? ንስኺ'ኸ ብኸመይ ፈሊጥኪ?

ደዋሊት፥ ባዕሉ'ዩ ነጊሩኒ። ኣዚና ኢና ንፋቐር ክሳብ ሕጂ፡ ኣብ ሓዳር ሓደስቲ እምበር 15 ዓመት ዝገበርና ኣይንመስልን ኢና። ብኽፋት ልቢ ስለ ንዘራረብ ኣብ መንጎና ዝኾነ ምስጢር ዘበሃል የለን። ብኽምዚ ኣርባዕተ ውሉዳት ኣፍሪና ኣሎና። እዚ እናኾነ ግና እዚ ክብለኪ ዝጸናሕኩ ሕማም ኣጋጢሙ።

ኣማኻሪት፥ ካብ ዝሓምም ክንደይ ገይሩ ኣሎ?

ደዋሊት፥ እንታይ ፈሊጠ ኢልክኒ ኢኺ፡ ሕጂ ደኣ ራብዓይ ወርሑ ኣሕሊፉ ኣሎ።

ኣማኻሪት፥ እሞ ኣብዚ ኣርባዕተ ወርሒ ዝኾነ ዘይውሑስ ጾታዊ ርክብ ፈጺምኩም ዲኹም?

ደዋሊት፥ ንኣርባዕተ ወርሒ ዝኣክል ገይሹ ስለ ዝነበረ ዝኾነ ርክብ ኣይነበረናን። ምስ መጽአ ኸኣ ንኽይራኸበኒ ዝኾነ ምኽንያት እናፈጠረ ይከላኸል ነይሩ። ስለምንታይ ከምኡ ይገብር ከም ዘሎ ብሕቶ ከዋጥሮ ምስ ጀመርኩ ግና ንሱ'ውን ግዜ ከይወሰደ ክነግረኒ'ዩ መሪጹ። እዚ ኹሉ ምኽንያት ነዓይ ከይልክም ዝገበሮ ምኻኑን፡ ደቅና ክዓብዩ እንተ ደኣ ኮይኖም ኣነ ጥዕና ክህልወኒ ስለ ዘለዎ ብሓደራ ንደቀይ ክከታተለሉ፡ ፍቓደኛ እንተ ደኣ ኮይነ ድማ እዚ ምስጢር ኣብ መንጎ ክልተና ሒዝና ከም ሰብ ሓዳር ክንቕጽል። ንዓይን ንስለ ደቀይን ክብል ኣብ መንጎ ሰብኣይን ሰበይትን ዘሎ ርክብ ኣቋሪጽና ንሱ ከም ቀደሙ ሓላፍነት ወሲዱ ክኣልየና ከም ዝደልን ሓቢሩኒ። ክቕጽል ኣይደልን ዝብል እንተ ደኣ ኮይነ'ውን ክሳብ ካብዛ ዓለም እዚኣ እንፍለ ኣብ ጎነይ ደው ከም ዝብልን ሓቢሩኒ። እንታይ ከም ዝውስን ጠፊኡኒ። በቃ ጭንቀት ፈጢሩለይ።

ኣማኻሪት፥ እዚ ሕማም ብኸመይ ከም ዝሓዞ'ኸ ሓቢሩኪዶ?

ደዋሊት፥ ንሱ እንድዩ ደኣ ክጭነቕ ዝገብረኒ ዘሎ። ከመይ ኢሉ ከምዚ ይገብር፡ ኣባይ እምነት ኣይነበሮን'ድዩ ኮይኑ ወይስ ዘጕደልኩሉ ነገር ስለ ዘሎ'ዩ? እዚ ኵሉ ምትእምማን ደኣ ኣበይ ኣሎ? እናበልኩ ንርእሰይ ብሕቶ ኣዋጢረዮ እነኹልኪ።

ኣማኻሪት፥ እሞ ሓቲትክዮዶ? ንሱኸ እንታይ በለኪ?

ደዋሊት፥ ቀቅድሚ ምጋሹ ናይ ድራር እንግዶት ስለ ዝነበሮ ኣብ ሓደ ቦታ ከይዱ ነይሩ። ናይ ቀደም መማህርቲ ዝነበሩ ብሓደ ዝተራኸቡሉ ኣጋጣሚ ብምንባሩ፡ ቅድሚ ሓዳር ምግባሩ ሓንቲ ኣዝያ ትፈትዎ ዝነበረት ሰብ ኣብቲ ምሸት ምስኦም ነይራ። ሓደ ሓደ ክብሉ ከይተፈለጦ መስተ ምስ ኣብዘሐ፡ ሰታይ ስለ ዘይኮነ ድማ ክጻወሮ ኣይከኣለን። ብድሕሪ መስተ ዘሎ ከኣ ጠፊእኪዶ? ምስኣ ደቂሱ። ንሱ'ውን እናነበዐ'ዩ ነጊሩኒ። ነቲ ፍጻመ ኮነ ኢሉ ከም ዘይገበሮ፡ ክገብሮ ዝግቦኦ ዝነበረ ጥንቃቐ ብዘይ ምግባሩ ኣብ ከምዚ ዓይነት ጸገም ከም ዝወደቐን ብልቢ ከም ዝተጠዓሰሉን፡ ጌጋኡ ኣሚኑ ኣብ እግረይ ወዲቑ ይቕሬታ ሓቲቱኒ፡ ኣነ ግና ተቐርቂረ። ባዕሉ ይፈልጥ ከይብል፡ ከምዛ ክዕልለኪ ዝጸናሕኩ'ያ እታ ኣጋጣሚ። ሕራይ ኢለ ከይቅጽል ድማ እዚ ሕማም ኣዝዩ'ዩ ዘፍርሓኒ። ካብ ልቡ ከም ዝተጠዓሰ እናነበዐ ምስ ነገረኒ ስምዒተይ ክጻወሮ ኣይከኣልኩን። እንታይ ከም ዝገብር ጠፊኡኒ ገለ እንተ ፈኾሰኒን መፍትሒ ሓሳብ እንተ ረኸብኩ ኢለ'የ ደዊለ።

ኣማኻሪት፥ ንስኺ'ኸ ኵነታትኪ ፈሊጥኪዶ?

ደዋሊት፥ ሸሕ'ኳ ንሱ ንዓይ ከይልክም ልዑል ጥንቃቐ እንተ ገበረ፡ ለኪምካኒ እናበልኩ ንነብሰይ ከም ዝተለኸፍኩ ሓሲበ ሕምም ኢለ'የ ቀንየ። ንሱ ግና "ክልክመኪ እንተ ዝደሊ ንምንታይ ነጊረኪ? ንኽትጥንቀቒዶ ኣይኮንኩን ዝነግረኪ ዘለኹ? ደሓር ከኣስ ንኣርባዕተ ወርሒ ዝኣክል ካባኽን ካብ ደቀይን ተፈልየ ይፈልጥ ድየ? ንምንታይ ኣብ መገሻ ክንድ'ዚ ደንጕዩ ኢልኪ ኣይትሓስብን ዲኺ? ንስኺ ዘይትፈልጥዮ ስራሕ ኣለኒ'ድዩ? ንኣርባዕተ ወርሒ ዝጸንሕ መገሻ ርኢኽለይ ትፈልጢ? ክርደኣኪ ዘለዎ ነገር እንተ ደኣ ሃልዩ ነዓኽን ንደቀየን ስለ ዝሓለኹ'የ። ኣነስ ሕራይ ብናተይ ጌጋ ሓሚመ ንስኺ ግና ብሰንከይ ከይትልከሚ'የ ክሳብ ኵነታተይ ዘረጋግጽ እናናፈቕክኹም ኣብ መገሻይ ኮፍ ዝበልኩ። ሕጂ'ውን እንተኾነ ንሕክምና ሒዘኪ ክኸይድ'የ፣ መርመራ ጌርኪ ኵነታትኪ ትፈልጢ፡" ምስ በለኒ ፍርሒ ድዩ ድንጋጸ ክርደኣኒ ዘይክእል ስምዒታት ክመላለሰኒ ጀሚሩ። ኣዝየ'የ ዘፍቅሮ ግና...።

ኣማኻሪት፥ ንስኺ'ኸ እንታይ ትብሊ ማለተይ ምስ ውሸጥኺ ተዘራሪብኪዶ?

ደዋሊት፥ ከምቲ ዝበልኩኺ ንበዓልቤተይ ኣዝየ ስለ ዘፍቅሮ ካብ ነብሰይ ንላዕሊ'ውን ክብለኪ እኽእል። ኵሉ ዝሓለፈን ዘሎን ኣገናዚበ ካብ ንዕኡ ምኽሳር ሓደ ንኹን ዝብል ሓሳብ ይመጽኣኒ'ዩ። ግና እዚ ሕማም ኣዚዩ'ዩ ዘፍርሓኒ፡ በቃ ከምዛ ምውት ዝብል ኮይኑ'ዩ ዝስመዓኒ። ቀደም ንርእዮ ዝነበርና ኤይድስ ዝሓመሙ ነብሶም ዝወድኡ ዓጽሚ ጥራይ ሒዞም ዝተረፉ'ዮም ነይሮም። በዓልቤተይ ሚዛኑ ደኣ ኣይጎደልን ድዩ እናበልኩ'የ ወግሐ ጸቢሐ ዝርእዮ።

ኣማኻሪት፥ ሰላም ኣብዚ እዋን ብዛዕባ ኤችኣይቪ ዝወጽኡ ጽሑፋት ይኹኑ ምኽሪ ሞያውያን ኣንቢብኪ ወይ ተዓዚብኪዶ ትፈልጢ?

ደዋሊት፥ ኣይ! ኣበይ ኣርኪበሉ ኢልክኒ ኢኺ። ምስ ቁልዑዶ ኮለል ንብል....።

ኣማኻሪት፥ ሓቅኺ፡ ቅድሚ ገለ ዓመታት፡ በዚ ሕማም ዝተለኽፉ ሰባት፡ ናይ ምክልኻል ዓቕሞም ምስ ጕደለ መድሃኒት ይጅምሩ ስለ ዝነበሩ ብዝሒ ሞት ይርኣይ ነይሩ'ዩ። ኣብዚ እዋን ግና፡ ዝኾነ በዚ ሕማም ከም ዝተለኽፈ ዝተረጋገጸ ሰብ'ዩ ጸረኤችኣይቪ መድሃኒት ዝጅምር። ስለዚ፡ እቲ ሕማም ከይበኣሰ መድሃኒት ይጅምሩ ስለ ዘለዉ፡ ጥዑይን ሕሙምን ክፈላለይሉ ዘይክእሉሉ ደረጃ ተበጺሑ ዘሎ። በዚ ምኽንያት ድማ ልክዕ ከም ጥዑይ ሰብ ሰሪሖም ኣፍሪዮም ዜጋታት ዝኾኑ ዘለዉ።

ብኻልእ ወገን ኣብ እዋን ጥንሲ ብዝግበር ዘሎ ዕቱብ ምክትታል፡ ምስዚ ሕማም ዘለዋ ነብሰ ጾራት ኣለሊኻ መድሃኒት ከም ዝጅምራ ምግባርን፡ ከምኡ'ውን ካብ ክልተ ምስ ኤችኣይቪ ዘለዉ መጻምድቲ ዝውለዱ ህጻናት'ውን እንተኾኑ፡ ሳላ ዝግበረሎም ዘሎ ምኽርን ምእዘናን መድሃኒትን ጥዑያት ቈልዑ ይውለዱ ኣለዉ። ብተወሳኺ ብሚኒስትሪ ጥዕና ብዝካየድ ዘሎ ጕስጓሳት፡ ንቕሓት ስለ ዝበረኸ፡ ምስ ኤችኣይቪ ዘለዉ ሰባት ዘይከም ቀደም ኣብ ቅድሚ ሰብ ወጺኦም ብዛዕባ ሕማሞም ክዛረቡ ኪኢሎም ኣለዉ።

ስለዚ ዝኸበርኪ ሰላም ልክዕ'ዩ፡ ዝኾነ ሰብ ዝኾነ ዓይነት ሕማም ክሓምም ዝመርጽ የለን። ይኹን ደኣ'ምበር ንሕማም ስለ ዝኸሓድካዮን ዝፈራሕካዮን ለውጢ ተምጽእ ማለት ኣይኮነንን። ሸሕ'ኳ በዓልቤትኪ፡ ከምቲ ንሱ ዝበሎ እቲ ውሳነ ናትኪ እንተኾነ፡ ካባኺ ግና ሞራልን ሓገዝን'ዩ ዝደሊ። ከም ዝገለጽክዮ'ውን፡ ኮነ ኢሉ ኣይገበሮን። ብዓቢኡ ድማ ጌጋኡ ኣሚኑ፡ ንኸይልክመኪ ዝወሰዶ ስጉምቲ ንዘለኩም ሓድሕዳዊ ፍቕርን ምትእምማን ዝገልጽ ስለ ዝኾነ፡ ዝሓለፈን ዘሎን ዝመጽእን ህይወትኩም ኣብ ግምት ብምእታው ክትውስኒ ይላበወኪ።

ደዋሊት፥ ንሱ እንድዩ ደኣ ድንግርግር ኣእትዩለይ ዘሎ። ኵሉ ኵነታቱ ኮነ ኢሉ ከም ዘይገበሮን ኣባይን ኣብ ደቀይን ሓልዮት እንተ ዘይህልዎ ከምዚ ኣይምገበረን። ግና ከኣ እዚ ሕማም... ዋእ! እንድዕሉ በጃኺ።

ኣማኻሪት፥ ኣይትደናገሪ ሰላም። ብርግጽ ህድእ ኢልኪ ምሕሳብ ከድልየኪ'ዩ። ግና ሓደ ክትግንዘብዮ ዘለኪ ነገር ኣብዚ ሕጂ እዋን ዕድመ ንጸረ ኤችኣይቪ መድሃኒት። ዓይነት ህይወት ወዲ ሰብ ክመሓየሽ ብዙሕ ክመሓየሽን ጥዑያት ቈልዑን ክውለዱን ተኻኢሉ'ዩ።

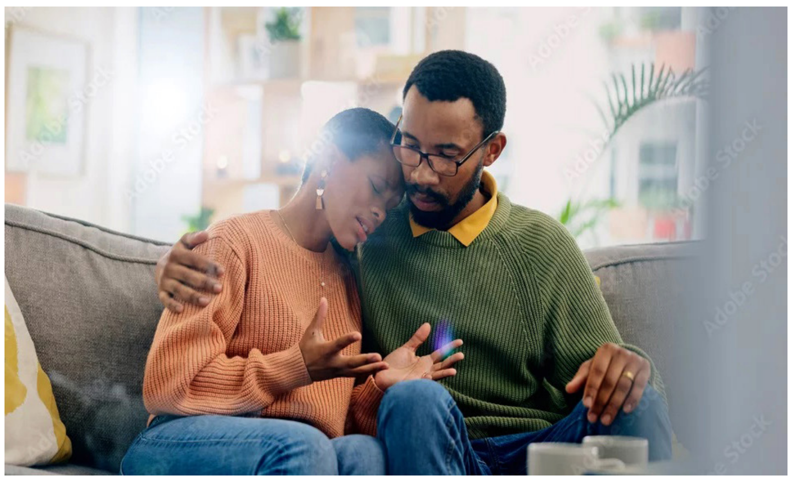
ደዋሊት፥ መድሃኒት እናወሰድካስ ጥዑይ ቈልዓ ክውለድ ይኽእል'ዩ ማለት ድዩ? ሕራይ ጥዑይ ቈልዓስ ይወለድ፡ ንኣደታትከ ኣይሓልፈንንዶ?

ኣማኻሪት፥ እዚ ማለት ክልተ መጻምድቲ፡ ሓደኦም ጥራይ በዚ ሕማም ዝተለኽፈ ምስ ዝኸውን፡ ግቡእ ዝኾነ ክትትል እናተገብረሎም፡ ቈልዓ ክወልዱ ኣብ ዝወሰንሉ እዋን ብስሩዕ መድሃኒት እናወሰዱ ካብ ኤችኣይቪ ነጻ ዝኾነ ቈልዓ ክወልዱ ይኽእሉ'ዮም።

ስለዚ፡ ኣብዚ እዋን ካልእ ምኽንያት እንተ ዘይተፈጢሩ ብሰንኪ ብኤችኣይቪ ዝርአ ዝነበረ ምፍልላይ ዳርጋ የለን ክበሃል ይከኣል'ዩ። ኣብ ከምዚ ዓይነት ኵነታት ምስ በዓል ሞያ ምዝርራብ ኣገዳሲ'ዩ። ምስ ውሽጥኺ ብግቡእ ብምልዛብ፡ ኣሉታውን እወታውን ወገናት ህይወትክን ህይወት ስድራቤትክን ኣብ ግምት ብምእታው፡ ካብ ስምዒታዊ ስጉምቲ ነጻ ኴንኪ፡ ብዝርዝር ጽሒፍኪ ኣቐምጥዮ። ዝሓሸ ዝበልክዮ ኣመዛዚንኪ ድማ ክትውስኒ እላበወኪ።

ደዋሊት፥ በሊ የቐንየለይ! ኣዝየ'የ ዘመስግነኪ። ዋላ'ኳ ኵሉ ኣይኹን ቀሩብ ግና ፍኹስ ኢሉኒ፡ ብፍላይ እታ ዝተፈላለየ ውጽኢት ዘለዎም ስድራቤታት ኣለዉ ትብል ሓሳብ፡ ገለ ክትፈትሓለይ ትኽእል ኮይኑ ይስመዓኒ። ዝሓሸ ዝበልክዎ ክውስን ኣምላኽ ይሓግዘኒ ብሩኽ መዓልቲ።

ኣማኻሪት፥ ኣነ'ውን ምኽሪ ደሊኺ ኣገልግሎትና ምርጫኺ ስለ ዝገበርኪ ኣመስግነኪ፣ ብሩኽ መዓልቲ።



መዘንዒ

ሃብተሚካኤል ዕቑባስላሴ

ናይ ባህሪ ለውጢ

“ብዙይ ለውጢ ምዕባለ ዝበሃል የለን። እቶም ሓሳቦም ክቕይሩ ዘይክእሉ ሰባት ክቕየሩ ኣይክእሉን እዮም”- ብምባል እዩ ጆርጅ በርናርድ ሻው ንለውጢ ዝገለጾ።

ከም ሰባት - ብዙሕ ዝበሉ ዘድልዩናን ዘየድልዩናን፡ ተረዲኡና ዘምጽእናዮምን ከይተረደኣና ዘለገብናዮምን ሃጸቲ ይኾኑ ኣዕዋቲ ባህርያት ሒዝና ኢና እንንቀሳቐስ። እወታውያን ልምድታትና ልምዲ ዝዓቀቲ እዩ። ክትኣትዎ እንኽለኻ ኣይርድኣካን። ኣብቲ ሕማቕ ዘሎ ጸቡቕ ዝመስለ'ዩ ዝቕጽጸረካ። ቀስ እናበለ ድማ ሓዚ የስጥመካ።

ሕማቕ ባህርና ክንገድፎ ወይ ምምሕያሽ ክንገብር እንተኾይንና ግን ባህርያዊ ለውጢ ክንምጽእ ክንገድድ ኢና። ዝኾነ ንምትግባር ከኣ ፈለማ ዝመጽእ ኣብ ኣእምሮና ናይ ለውጢ ሓሳብ ምስራጽ እዩ። ሓሳቡ ክቕይር

ዘይክኣለ ሰብ ባርያቱ ክቕየር ኣይክእልን እዩ። ምናልባት እታ ንእሽቶ ለውጢ ሽሑ ንሽሑ ዓቢ ጽልዋ ዘይክህልዋ ትኽእል እያ፣ የጉዳስ ምምሕያሽ ግድን እዩ ንለውጢ ተኸቲሉ ክመጽእ። እቶም ብዕምቆት-ትንታነ ዝሓሰቡን ንኹሉ ማሰናኽላት ከም ክብዳህ ዘለዎ ክውንነታዊ ብድሆ ተረዲኦም ዝተበገሱን ዚ ኩነት ተዓዊቶምሉ እዮም። እቲ ሕቶ፡ ክሳብ ክንደይ ብዕምቆት ኣስተንቲንካ ህይወትካ ንምቕያር ተበጊስካ ኣለኻ ዝብል'ዩ። ንግሉ፡ እተን ቀዳሞት ውድቀትካ'ውን ካብዚ ምኽንያት ኣይሓልፋን እየን። ማለት ኑቲ ነገር ሳዕቤኑ ናይ ብሓቂ ብደቂቕ ክሳብ ክንደይ ተረዲኡካን ብመገጽሩ ድማ ከተውግዶ ተበጊስካሉን። ኩሉ ዓይነት ለውጢ ዋጋ ይሓትት እዩ። ንዕኡ ክትገድፎ ኣብ ትጀምረሉ ዝስመዓካ ሓያል ቀጨውጨውታ ግዜያዊ ሕማም ርእሲ… ካልእ ከም ወህቢ ወሰደካ፣ ከምኡ'ውን ካብቲ ኑቲ ወልፊ ዘርኣኽር ሰብ ይኹን ከባቢ ክትርሕቖን ካልእ ናብኡ ንኽትምለስ ካብ ዝደፋፍኡኻ ክትእለን ድሉውነትካ ፈትሽ። ዚ ሚዛን ሓይልኻን ከጋጥመካ ዝኽእል ነገራትን ከይዳህሰስካ ዝገበርካ ተበጊስ ለውጢ ዕውት ከይከውን ዘለዎ ተኽእሎ ዓቢ እዩ። ስለዚ ካብ'ቲ ሕሉፍ ውድቀትካ ተማሂርካ፡ ዕቱብ ዝኾነ ተበጊስ ውሑስ ሂወት ክትገብር ይምረጽ። ምጅማር ዓቢ ዕማም'ዩ፣ እቲ ምንታይ፡ ቀዳመይቲ ስጉምቲ ከይከድካ፡ ካልኣይቲ ክትደግም ዝከኣል ስለ ዘይኮነ። ስጉምቲታትካ ተደሚረን ድማ'የን ናብቲ ብማዕዶ ዝርኣየካ ሕልምኻ ከብጽሓኻ ዝኽእላ። ጌጋኻ ተመሃረሉ ደኣ እምበር ኣውዲቑ ክርማጽካስ ኣይትግደፎ። ጌጋታት መናብርቲ ሰባት ክሳብ ዝኾኑ ሓንሳብ ተጋግዩ እዩ ኢልካ ተሰፉ ክትቆርጽን ንኡብሰኻ ከም ዘይዕደለኛ ክትወስዶን ኣይግባእን። ኣብ እትጋጥመሉ እዋን ሕማቕ ክስመዓካ ይኽእል'ዩ። ንጌጋታትካ ልዕሊ ዓቕሚ ክብሪ ሂብካ ግን ክትንብርከኸሎምን ክትሰግደሎምን ወዓልካ ኣይትሕደር። ሓንሳብ ከም ዝተጋገኻ ኣሚንካ ይቕረ እንተ ኢልካ ካብቲ ጌጋ ጥራይ ደኣ ተመሃር እምበር፡ ኣቲኻ ወጺኻስ ኣይትዘክሮ።

ምሕደራ ግዜ

“ሕጽረት ግዜ ዘይኮነስ ኣንፈት ዘይምህላው እዩ እቲ ጸገም። ንኩላትና ኣብ መዓልቲ ዕስራን ኣርባዕተን ሰዓታት ኣለና” - ዚግ ዚግላር።

ሰብ መዋቲ'ዩ። እንተኾነ ኑቶም ብድሕሪኡ ዝተርፉ ሰባት ዘገድሶም፡ እቲ ሰብ ክንደይ ዓመት ከም ዝጸንሐ ዘይኮነ፡ ኣብ ዕድመኡ እንታይ ከም ዝሰርሐን ከም ዘበርከተን እዩ። በዚ መገዲ'ዚ ሓደ ሰብ ካብ ኑቡሱ ሓሊፉ ንኻልኦት'ውን ኣገዳሲ ይኸውን እዩ። ካብቲ ግዜኡ ብሽንቱ ኣጥፊኡ፡ ንኡብሱን ዓለምን ሓንቲ ኣበርክቶ ከይገበረ ኣሪጉ ዝሞተ፡ እቲ ግዜኡ ብግቡእ ኣመቓሪሑ ብምዕያይ ዝዘንትእሉት ዘዘክሮ ኣበርክቶ ሓዲጉ ሓዊ-ሓዊ እናሸተተ መንእሰይ ከሎ ዝሓለፈ ብዕጽፍታት ይበልጽ። ንቕሓትን ልቦናን ደቂ ሰብ ብምምቅራሕ ብግዜ'ዩ ዝማዝን። ነዊሕ ጉዕዞ ብሓንቲ ስጉምቲ'ዩ ዝጅምር። ንውሓት ዕድመና ኸኣ ብቲ ዝደቀቕ መዐቀኒ ግዜ ይፍለም። ህይወት፡ ሕማቕ ጠቢያት ንምእራም እኹል ግዜ ኣለዋ። ስለዚ፡ ዝኾነ ሰብ መደቡ ብግቡእ ሓንጺጹ ክምርሽ ይግባእ።

ንግዜኻ ብግቡእ ብምጥቃምካ ክትረኽቦ እትኽእል ውልቃውን ማሕበራውን ክብርታትን ዓወትን ኣዝዩ ብዙሕ እዩ። ኣብ

ህይወትና ንእሽቶይ ዝመስለና ካብ ግዜና ቀዳምነታት ብምሃብ ንስቡት ንምሕጋዝ እንህቦ ሓገዝ ኣብቶም ሰባት እኹመዓረርዮ ክፋል ህይወት፡ እኑብርሆ ጸላምን እንፈጥሮ ሰላምን መዘና ኣልቦ እዩ። ዚ ሓቒዚ ተረዲእና ኣብ ኸፍሲ ወከፍ ካልኢት ንዘሎ ናይ ግዜ ረብሓ ብምስትውዓልን ኣብቲ እዋን እቲኣ ኑቶም ሰባት እንህቦም ሓገዝ ኣብ ህይወት ክህልዎ ዝኽእል ተራ ብምግንዛበ፡ ንግዜና ብግቡእ እናተጠቐምና ብዝለዓለ ክንረብሓሉ ምስ እንጽዕር ወጽኢቱ ብኢጋ ክንርእዮ ኢና።

ኤርንስት ሃከል

ብ16 ለካቲት 1834 ኣብ ፖትስዳም - ጀርመን ዝተወልደ ኤርንስት ሃከል፡ ኣብ መጽናዕቲ ኢኮሎጂ፡ መሪሕ ተራ ከም ዝተጻወተ እዩ ዝንገረሉ።

ኢኮሎጂ፡ ኣብ ልምድታት ህይወታውያን ብሕልፊ ድማ ምስ ከባቢኦም ዘለዎም ዝምድና ዘተኩር ናይ ዓውዲ ስነ-ህይወት ጨንፈር እዩ። ሓደ ካብ ስነ-ፍልጠታዊ ምርምር ኢኮሎጂ ብቐንዱ ንዝምድና ህይወታውያን ብሓፈሻ፡ ንዝምድና እንስሳታትን ኣትክልትን ድማ ብፍላይ የጽንዕ። እዚ ንዝምድና ኣካላዊ ወይ ነገራዊ ትሕዝቶ ምድርን ንባዮሎጂያዊ ዝምድናን ህይወታውያንን ዝድህስስ ምርምር ንመጀመርታ እዋን ኣብ 1866 እዩ ብጀርመናዊ ተመራማሪ ባዮሎጂ ኤርንስት ሃከል ተኣታትዩ። ኢኮሎጂ፡ ዝብል ቃል'ውን ካብ ግሪኻዊ ቋንቋ ‘ኦይከስ’ ዝተወስደ ኮይኑ፡ ‘ኣብ ትሕቲ ሓደ መንበሪ ዝተጠርነፉ ስድራን ዝምድናን’ ዝብል ትርጉም ኣለዎ። ዓውዲ ኢኮሎጂ፡ ኣብ ተምሳጥን ተወሳኺ ምርምርን ናይ'ቲ ወሩይ ፈላስፋን ባዮሎጂካዊ ምርምራትን ቻርለስ ዳርዊን ዝተመርኮሰ ኮይኑ፡ ኣብ ከም ፊዚክስ፡ ኬሚስትሪን ባዮሎጂን ዝኣመሰሉ ዓውድታት ንዘሎ ዝምድና ናይ ሳይንስ የጠቓልል እዩ። ኢኮሎጂ፡ ወጽኢት ኣየር ዝኾኑ ከም ካርቦን ዳይኦክሳይድን ኦክሲጅንን ምስ ህይወታውያን ዘለዎም ዝምድና ዝፍትሽ ኮይኑ፡ ንኣካባብራን ምድራዊ ዝምድናን ህይወታውያን እውን ዘጽንዕ እዩ።

ሕቶ እተመሳቐለ ቃላት

ንትኹል

1. ዓሎቕ፡ ግፍዒ
2. መቑረጺ ጣውላ፡ ገረብ ዝኸውን
4. መሰጣሒ፡ ሹሓፍ፡ ሓሊብ
5. ሕጻናዊ፡ ዕሽላዊ
6. ሕልፈት ህይወት
8. ዓይነት ጉነጡት፡ ቆንጣጢ መሰማር፡ ጉነጤት
10. ናይ ቃንዛ ድምጺ
12. ኩተት፡ ኣእተው፡ ረጉረጎ
13. ንርእሲ ተሰኪሙ ዝርኩብ ኣካልና
14. ምንባር፡ ምጽናሕ
16. ክንዲ ስም ናይ ጓል
17. ሞዶሻ
18. ካብ ኣዒንቲ ዝወጽእ ፈሳሲ
19. መልሓሱ ዘልዘል ኣቢሉ፡ ኣገዩ ደኸመ
23. ድምጺ መኪና
24. ዓሌት ደሙ ዝኾነ እንስሳ
26. ደንደስ ውሕጅ (ሩባ)
27. ፈረሸ፡ ተቖጻጸረ፡ መርመረ
28. ኣለዓሚ፡ ኣፍላጠ፡ ኣሰልጣኒ
29. ናይ ሕጂ፡ ግዝያዊ፡ እዋናዊ
30. ዓባይ ሰዓል
32. ስእሊ ቅርጺ መሬት
36. ገዛ
38. ንግርቲ፡ ግምት
39. ጓሰጸ፡ ጨባበጠ
40. ጸገም፡ ሽግር
41. ንኣድሪ መሎግጎ
44. ብላኻ ዝሰራሕ ጌጽ
45. ሰንበድካ ምትንሳእ
48. ትብዓት፡ ቁራጽነት፡ መንፍዓት

ንጋድም

1. ሰርሐ፡ ወድአ
3. ውዳሴ፡ ስብሓት
6. ናእዱ፡ ሞገሱ፡ ኣድንቑ
7. ሰፊር ረጋቢት
9. እትውት፡ ምእታው
11. ትክብ፡ ኣብ ሓሳብ ምጥሓል
12. መንገኛ፡ ኣራኻቢ፡ ኣላዛቢ
15. መቕመጢ ክዳውንቲ
17. ከም ንጋድም ቁጽሪ 17
18. ንሩሉጥ፡ ምሕዛዙት ንፍጠር
20. ቀደሕ ፈሳሲ ናይ ኣካልና
21. እኩይ፡ ደላዪ ሕማቕ
22. ብኣጋጣሚ፡ ዘይተሓሰበ
25. ኣሕረረ፡ ተኸሰ፡ ቀምረረ
28. ፋኑስ፡ ቀንዴል
31. ሓዘን፡ ጓሂ
33. ካብ ስርሰር 2/4
34. ካብ ዓይነት ፈትሊ
35. ደም እትጭንገዕ ህዋስና
37. ሰላ፡ መህረሚ ዝኸውን
39. ድምጺ ኣርቲሾካ ምዝራብ
40. ፖስጣ
42. መኪና ክትግበስ እተሰምዖ ድምጺ
43. ዓይኒ ምዕማት
46. ካብ ኣልኮላዊ መስተ
47. ቃላት ኣብ ወረቐት ኣንበረ
49. ህሉው ግዜ፡ ኣብዚ ሕጂ እዋን
50. መወልዲ ሓዊ
51. ጥሜት፡ ደርቂ

1		2	■	■	3		4	5	■	6	
	■	7	8		■	■	9		10		■
	■	11		■	■	12				■	13
■	14	■	15	16			■		■	17	
18		19	■		■	20		■	21		
22			23	■	■		■	24	■	■	■
	■	25		26	27	■	28			29	30
31	32		■	33		■	34		■	35	
■		■	36	■	37	38		■	39		■
40		41		■	42		■	43		■	44
	■		■	45	■	46		■	47	48	
49		■	50				■	51			■

ጥቕስታት ፍርሒ

- “ፍርሒ፡ ኣእምሮኻ ንኽድርተካ ዝፈጠሮ ምትላል እዩ።” - **ካርል ዩንግ**
- “ፍርሒ ንመጻኢ ፍጹም ኣይሃገጽን እዩ፣ ንመጻኢ ተስፋ እዩ ዝሃገጽ።” - **ዘይተፈልጠ**
- “ሰሓቕ፡ መርዚ ናይ ፍርሒ እዩ።” - **ጆርጅ ማርቲን።**
- “ምዝንጋዕ ኣብ ህይወት ዝረጋጥም ፍርሒ የቃልሎ እዩ።” - **ዲን ካሻና**
- “ኣብ መንእሰይ ወዲ ተባዕታይ፡ ቀዳማይ ምልክት ፍቕሪ ፍርሒ እዩ፡ ኣብ ጓል-ኣንስተይቲ ከኣ ድፍረት።” - **ቪክቶር ሁጎ**
- “ሕሉፍ ታሪኽካ ብዙይ ጣዕሳ ተቐበሎ፡ ህሉው ኩነታትካ ብርእሰ ተኣማንነት ተታሓሓዞ፡ ንመጻኢ ድማ ብዙይ ፍርሒ ኣቋምት።” - **ጆን ግራዝ**
- “ሽግር ምእንቲ ከይገጥመካ ብእትፈጥሮ ፍርሒ ዝያዳ ከም እትሸገር ንልብኻ ንገሮ፣ ምኽንያቱ ሕልማ ንምንዳይ ዝወፈረት ልቢ ክትሽገር ተራእያ ኣይትፈልጥን'ያ።” - **ፓውሎ ኩልዮ**
- “ስጉምቲ ከይወሰድካ፡ ናይ ፍርሒ ሓሳብ ንጸገም ኣይሰዕርን እዩ።” - **ክሌመንት**

ካብ ከፈልኩሉ'ስ . . .

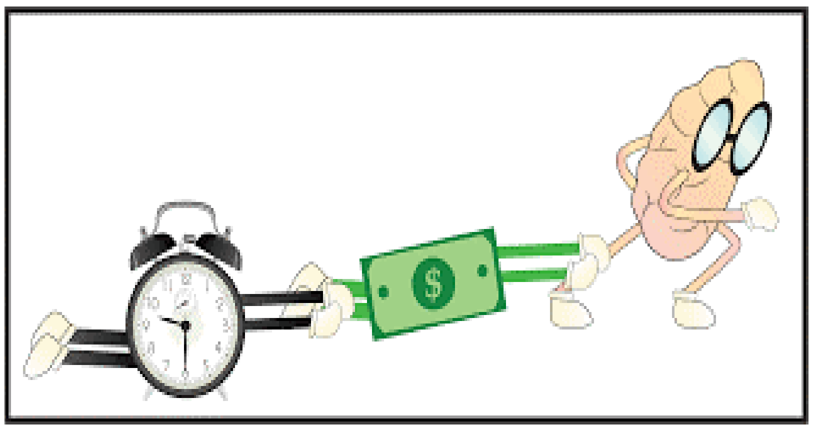
ኣልጋነሽ ተስፋልደት
ሚኒስትሪ ፍትሒ

ቅድሚ ወርሒ ኣቢሉ ይኸውን፡ ሓንቲ መሓዛና ብዙሕ ኣብ ሓንቲ ቤት መግቢ ዝተመገበቶ 'ጥዕምቲ' መግቢ ትዋገረና'ሞ ኣሰዒብ ኣቢላ ከኣ ንሕና'ውን ግድን ክንጥዕማ ከም ዘለና ትላበወና። ብድሕሪኡ ሓንቲ ካብና ንመሳርሕታ መራሓተን ብሓባር ናብታ ዝተባህለት ቤት መግቢ ብምኻድ ነታ 'ጥዕምቲ' መግቢ ኣዘዘ፡ ይኹን'ምበር ከም ትጸበ.ተን ክትከውን'ሲ ይትረፍ ወላ ተጻዊረን ክበልዓኣ'ውን ኣይከኣላን። ካብ ኩላተን እታ ዝወሰደተን መሓዛና ጥራይ ብሓይሊ በሊዓታ። "ስለምንታይ ጸሊእክዮ ከለኺ ትበልዕዮ፧ ዘይትገድፍዮ ዝነበርኪ፧" ምስ በልናያ "እንታይ ደኣ'ሞ ክገብር፣ ከፊለሉ እንድየ። ኣማራጺ የብለይን" ክትብል እያ ዝመለሰትልና።

ንሕጂ እምበኣር ብዙሓ'ዛ መሓዛይ ዝበለታ "ስለ ዝኸፈልኩሉ'ስ ክበልዖ ግድን እዩ" ዝዓይነቱ ሓሳብ ክዘረበላ እደሊ። ንሱ ነታ መግቢ ንኸይትበልዓ ኣማራጺ ነይሩዋ እዩ፤ ሓንሳብ ጥዒማ ስለ ዘጸልኣታ'ውን ካብ ዘይምችኡነት እናተሰምዓ ትበልዓ፣ እንተትገድፉ ትኽእል ነይራ'ያ። ይኹን'ምበር ነዚ ኣማራጺ'ዚ ከይትርኢ እታ "ሕሳብ ከፊለሉ እንድየ" ትብል መንጎ ጋሪዳታ ኣሎ። እዚ መንገ'ዚ ኣብ ስነ ልቦና 'ግጉይ መንገ ጥሑል ወጻኢታት' (sunk cost fallacy) ተባሂሉ ይጽዋዕ። ጥሑል ወጻኢታት ኣቐዲምና ዘውጻእናዮም ወይ ዝኸፈልናዮምን ኣብ መጻኢ እንወስዶ ውሳኔ ብዘየገድስ ከኣ ክምለስ ዘይክእል ዋጋ እዩ። ንገንዘብ፡ ግዜ፡ ጻዕሪ፡ ጸዓት ወዘተ ከኣ የጠቓልል። ንኣብነት ሓንቲ 100 ደቓይቕ ዝንውሓታ ፊልም ክንርኢ ንጀምር። ንኣስታት 20 ደቓይቕ ርኢና ከነብቅዕ ግን ፍጹም ክትምስጠና ኣይክኣለትን። ስለዚ ኴርጺ'ዶ ንቕጽል፣ ዝበል ክልተ ኣማራጺታት ኣለና። እዚ ንምውሳን ኣብ ግምት ክነእትዎ ዝግብኣና እታ ፊልም በዚ ዘሎ'ዶ ትቕጽል ትኸውን ወላስ ኣብዘን ዝተረፋ ደቓይቕ ዝሓሸ ትሕዝቶ ይህልዋ ይኸውን ዝብል እዩ። እተን ኣቐዲምና ዘጥፋእናየ 20 ደቓይቕ ክንመልሶ ኣይንኽእልን ኢና።

'ካብ ጀመርኩዋ'ስ ክውድኣ ደኣ' ብምባል ግዳ ነተን ዝተረፋ 80 ደቓይቕ ክንርእየን ምስ ንውሰን ግን ኣብ 20 ደቓይቕ ክቑርጽ ዝግብኦ ዝነበረ ብኽነት ግዜ ናብ ናይ 100 ደቓይቕ ብኽነት ይቕየር። ብተመሳሳሊ፣ ኣብ ንግዲ ዘይምሕር ክሳራ ኣጋጢሙና ከብቅዕ፣ ኣብ ክንዲ ካልእ መፍትሒታት ሃሰው ንብል፣ ዝኸሰርናዮ ከምልስ ክንብል ኣብቲ ዝሓዝናያ ንደርቕን ዝያዳ ወፍሪ ንገብር። ገለ ትካላት፡ መኽሰብ ከኻዕቢታሉ ብምባል ዝሓንጸጽኦ ትልሚ፣ ክሳራ ጥራይ ኮይኑ እንተተረፈ'ውን ኣብኡ ዝቕጽላ ኣለዋ። መጽናዕትታት ከም ዘመልክትዎ፣ ወሃንቲ ብርኪ ዘውፈርዎ ገንዘብ ክሳራ ምስ ዘስዕበሎም ብዘበለጸ ነታ ብርኪ ሐዚዎማ ከም ዝቐጽሉን ምሻጥ ከም ዝኣብዩን እዩ። ኣብ ዝምድናታት እንተመጺና'ውን እዚ ግጉይ መንገ'ዚ ቀሊል ዘይኮነ ጽልዋ ኣለዎ። ተሰፋ ኣብ ዘይብሉ ምሕዝነት ወይ ዕርክነት፣ "እዚ ዝምድና ብዙሕ እየ ሓቢሐበዮ፣ ስለዚ ኣብ ሕጂ በጺሐ ክገድፎ ኣይክእልን እየ፡" ብምባል ጥራይ ትልኽ እናበለ ነሰልዮ ወሓሎት ኣይኮነናን። ኣብ ውልቀ ሰባትን ትካላትን ከይተሓጸርና ሃገራት'ውን በዚ ግጉይ መንገ ተደሪኸን ሓያለ ግጉይ ውሳኔታት እየን ዝወስዳ።

ንኣብነት፡ ኩናት ኣብ ዝኸሰተሉ



ወላ'ውን ኢየም ይዕወታ ከም ዘለወን ንመጻኢ'ውን ከም ዘይዕወታ ዝፈልጣን ብኣግኡ ከቋርጻ ዘለዎም ተኽእሎ ኣገዶ ትሐት'ዩ። 'ክንድ'ዚ ሰብን ኣጽዋርን ኣጥፊእና፣ ሕጂ ንድሕሪት ኣይንምለስን ኢና' ብዝብል ሓሳብ ንህዝቦም ኣብ ታኼላ ይሸምሙ። እቲ ኣበታት ብዙሕ እዩ፣ ግጉይ መንገ "ጥሑል ወጻኢታት" ከኣ ኣብ መዓልታዊ ህይወትና ጽልዋ ዘለዎ እዩ።

እዚ ግጉይ መንገ'ዚ ካብ ክልተ ረቛሒታት ከም ዝምንጩ ይንገር። እቲ ቀዳማይ፡ ጸልኣት ክሳራ ዝበሃል ኮይኑ እቲ ኣቐዲምና ዘውጻእናዮ ወጻኢታት ክሳራ ኮይኑ ንኸይተርፍ ብምሕሳብ፡ ኣብቲ ሒዝናዮ ዘለና ንጥፈት እናጸለእናዮ ንቕጽል። ንኣብነት ዘድሊ ገንዘብ ብምኽፋል ሓደ ሞያ ክንመሃር ንጅምር። እንተኾነ ድሕሪ ግዜ፣ ምሳና ከም ዘይከይድን ኣብ ልዕለኡ ዝኾነ ተጉዳስነት ከም ዘይብልናን ንግንዘብ። ስለዚ ከቋርጾ እዩ ዝግብኣና። እንተኾነ እተን ዝኸፈልናየን ገንዘብን ግዜን ስለ ዘሕምማና ነቲ ትምህርቲ ሰቐ ኢልና ንቕጽሎ፣ ምኽንያቱ ምቁራጽ ማለት ነቲ ኣቐዲምና ዝኸፈልናዮ ከም ምኽሳር ኮይኑ ስለ ዝስመዓና። ኣብዚ ክንዘንግዖ ዘይብልና ግን ነቲ ትምህርቲ ስለ ዝቐጸልናዮ ነቲ ኣቐዲምና ዝኸፈልናዮ ወጻኢታት ንመልሶ ማለት ኣይኮነን። ንቕጽል ኴርጽ ብዘየገድስ እቲ ዝኸሰር ተኸሲሩ እዩ። ስለዚ ውሳኔና ኣብ ናይ ሕጂ ድሌታትናን ናይ መጻኢ ረብሓናን ደኣ'ምበር ኣብ ናይ ሕሉፍ ክፍሊት ኣይኮነን ክምርኮስ ዘለዎ።

እቲ ካልኣይ፡ ዘይምውህሃድ ርድኢት ዝበሃል ኮይኑ ኣብ ኣእምሮና ብእንሕዞ ተገራጫዊ እምነት ዝፍጠር እዩ። ንሓደ ዝጀመርናዮ ዘየርብሓና ንጥፈት ንኸይነቋርጽ፣ መንነትናን ክእትንክፈልና ስለ ንሎኡ ንቕጽሎ። ንኣብነት ንሰቡና ከም በሊሕ እንድሕር ንሓስብ ኮይንና፣ ንዝጀመርናዮ ነገር ከቋርጾ ከሎና ኣቐዲምና ክንጅምሮ ከለና'ውን ጌጋ ውሳኔ ወሲድና ከም ዝነበርና እዩ ዝስምዓ። ስለዚ 'በሊሕ እንክለኹ ከመይ ጌረ ጌጋ ውሳኔ ክወስድ ይኽእል፧ ወይ በሊሕ ኣይኮንኩን ማለት'ዩ' ናብ ዝብል ምግርጫው ስለ ንኣቲ፣ ንመንነትና ክንከላኸል ክንብል ኣብቲ ንጥፈት ንቕጽል።

ግጉይ መንገ ጥሑል ወጻኢታት ኣብ ህይወትና ካብ ዝኸኣሰ ክሳብ እቲ ዝዓበየ ሃሰያ ክውርደልና ይኽእል። ብኣኡ ተደሪኽና ውሳኔ ኣብ ንፍጽመሉ ግዜ፣ ንጻና ዝኸድእ ጌጋ ውሳኔ ኢና ንወስድ። ኣብ ክንዲ ብወድዓውነት ንሓስብ ኣደዳ ናይ ስንኩም ዑደት ኢና ንኸውን። ግዜና፣ ገንዘብናን ጸዓትናን ምውፋር ንቕጽሎ። ግን ከኣ ንዘይንረብሓሉን ከምዘይንረብሓሉ ከኣ ንፈልጦን ጉዳይ። ካብ ጀመርናዮ ኢልና ንውድኦ ፊልምታት ተኣሻኺኽ ካብ ዕድመና እዩ ግዜ ዝሰርፈልና። ንዓመታት እንዲና ብሓደ ዘርና ኢልና ንቕጽሎ ዝምድና ናብ ቀጻሊ ስቓይን ዘይሕጉስ ህይወትን እዩ ዘቃልዓና። ብዙሕ እንድየ ጸዊረሉ ኢልና እንደፍኣሉ ፕሮጀክት ካብ ፍሽለት ናብ ፍሽለት ጥራይ እዩ ዘሰጋግረና። እቲ ዝኸፍአ ክፋሉ፣ መጠን ናይቲ እነውፍሮ ኣብ ዝወሰኽሉ፣ መጠን ናይቲ ኣብቲ ንጥፈት እንጸንሓሉ ግዜ ከኣ ይውሰኽ። ብኣኡ መንጸር ከቋርጽ ዘለና ተኽእሎ ይትሕት።

ግጉይ መንገ ጥሑል ወጻኢታት፣ ዋላ'ኳ ሳዕቤኑ ከምዚ ዝረኣናዮ እንተኾነ ክውገድ ዘይክኣል ግን ኣይኮነን። ብዙሓት ዘጽንዑ ምሁራት ኣዛም ዝስዕቡ መፍትሒታት የቕርቡ። እቲ ቀዳማይ መገዲ ብዙሓት ምፍላጥ'ዩ። እዚ ግጉይ መንገ'ዚ ከም ኣምር ከም ዘሎ እንተፈሊጥና ጥራይ ሓደ ስጉሚ ንቕድሚት እዩ። ንብድሕሪ ሕጂ እንወስዶም ውሳኔታት'ውን ብኣኡ ንጽሎ ከይንህሉ ክንስተውዕል ንኽእል ኢና። እዚ ንምትግባር፣ ውሳኔ ኣብ ንወስደሉ ኣዛም ሕቶታት ንሕበሰና ንሕተታ፣ 'እንታይ ከይከሰር እየ ዝፈርሕ ዘለኹ፧ እዚ ፍርሒ'ዚ'ኸ ከመይ ኢሉ'ዩ ንድሕሪት ዝውጥጠኒ ዘሎ፧ ጻዕረይ ክዕወት ክሳብ ክንደይ ሓቂኛ ተኽእሎ ኣለዎ፧ ኣብ ቦታይ ካልእ ሰብ ኮይኑ የውፍር እንተዘሀሉ፣ እንታይ ኣለ ምምዓድኩም፧ ኣጥኻኢ ኮይኑ ከይረኣ ደየ ዝፈርሕ ዘለኹ፧ እዚ ፍርሒ'ኸ ወድዓዊ ድዩ፧ ቀጺልና ኣብ መጻኢ ጥራይ ብምትኳር ንዘኾነ ውሳኔ ንሕጂን ብሕጂን ጥራይ እነውጽኣሉ ወጻኢታትን እንረኽቦ ረብሓን ሓሲብና ንወስኖ፣ ናይ ሕሉፍ ኣየገድሰናን'ዩ። "እዚ ኹሉ ኣብዚ በጺሐ ደኣ . . ."፣ "ሕጂ ደኣ'ሞ ዝጠዘሐ ክፋላት ተኸታቲለዮ እንደየ . . ."፣ " እሞ ዳርጋ ክልተ ዓመት እንደየ ኣጥፊኣላ . . ."፣ "ገንዘበይ ጫሒሕ ኣበለ ኩብቕዕ ደኣ . . ." ወዘተ ዝበሉ ሓረጋት ኣስተውዕለሎም። ብዋገጉይ መንገ ጥሑል ወጻኢታት ንጽሎ ከም ዘለና ዘርእዩ ምልክታት እየም። ብተወሳኺ፣ ንፍሲ ወከፍ ውሳኔ ኣብ ሕሉፍ ዝገበርናሉ ወፍሪ ዕሽሽ ብምባል፣ ልክዕ ከም ሓድሽ ምርጫ ንርአዮ። ንኣብነት፣ ዝገዛእካዮ መግቢ፣ ዝኸፈልካሉ ዋጋ ብዘየገድስ ንክትበልዖን ክትገድፎን ሓድሽ ምርጫ እዩ ዘለካ። ሕሳብ ስለ ዝኸፈልካሉ ግድን ክትምገቦ ኣለካ ዝብል ወጣጢ የብልካን። ከፊልካ ምእዛዝካ ሓደ ውሳነ እዩ፣ ክትምገቦን ዘይክትምገቦን ከኣ ነብሱ ዝኸኣለ ካልእ ምርጫ እዩ። ክልቲኦም ውሳኔታት ዘራኽብ የብሎምን። ክራኸበላ ዝኽእሉ መገዲ ሓንቲ እያ፡ መገዲ 'ግጉይ መንገ ጥሑል ወጻኢታት'። ኣብ መወዳእታ፣ ዝጠፍአ ከም ዝጠፍአ ተገንዚብና፣ ብኣግኡ ምቁራጽ ካብ ተወሳኺ ብኽነት ዘድሕን ምርጫ ምዃኑ ምርዳእ የድሊ። ከምቲ ዝበልዎ፣ ምስ ዝጡሓለት መርከብ ኣይንጥሓል።

ኣብ ሕብረተሰብና'ውን ካብዚ መልከፍቲ ናይ 'ግጉይ መንገ ጥሑል ወጻኢታት' ክንጥንቀቕ እተዘዋኽር ምስላ ኣላትና፣ "ዓሻ'ሰ ገቦጣ ክሳብ ዝውዳእ ይጸውት።" እምበኣርከስ ነዛ ጽሕፍቲ ክሳብ እዛ መወዳእታ፣ ናይ ብሓቂ ማሲጣትኩም ደኣ'ምበር 'ካብ ጀመርኩዋ' ኢልኩም ግዜኹም ኣባኺንኩም ኣንቢብኩማ ከይትኾኑ ተስፋ እገብር።

ሎሚ ኣብ ERI-TV

ሰዓት	መደብ
12:00	ሃገራዊ መዝሙር
12:02	ዘዋሪት ካሜራ
12:30	ዜና (ትግርኛ)
12:50	ዜና ስፖርት
12:55	ጨፈራ ጥዕና
13:30	ዜና (ዓረብ)
13:40	ለሰ ስፖርት
15:15	ዶክመንታሪ
15:40	ዳህሳስ ሕትመት
16:15	ሰሙናዊ ስፖርት
17:00	ዜና (ትግርኛ)
17:15	ዕላል ተመክሮ
17:30	ዜና (ዓረብ)
17:45	ዶክተራት ኣብ ስቱድዮ
18:25	ዶክመንታሪ
19:25	ሃሎ ቈልዑ
20:00	ዜና (ትግረ)
20:15	መደብ ዋልታ
21:00	ዜና (ትግርኛ)
21:25	እንዳ ዝማም
22:00	ዜና (ዓረብ)
22:10	መደብ ቆላሕታ
22:30	ዜና (እንግሊዝ)

ስፖርት

ሙሴ ገ/እግዚኣብሄር

ቢንያም፡ ብሉጽ ተቐዳዳማይ ኣፍሪቃ ተባሂሉ

ኤርትራ፡ ዝበለጸት ሃገራዊት ጋንታ ተሰምያ

ኤርትራዊ ተቐዳዳማይ - ቢንያም ግርማይ፡ ቀዳም 29 ሕዳር ኣብ ርዋንዳ ከተማ ኪጋሊ ኣብ ዝተኻየደ ስነ-ስርዓት፡ ኣብ ናይ ዓበይቲ 'ዝበለጸ ተቐዳዳማይ ኣፍሪቃ 2025' ተባሂሉ።

ኣብቲ ሽልማት፡ ኣቐዲሞም ሽዱሽተ ኤርትራውያን ዝርከብዎም 21 ተቐዳደምቲ ተሓጺዮም ነይሮም። ቢንያም ግርማይ፡ ሄናክ ምሉእብርሃንን ሚልኪያስ ማእከልን ናይ መወዳእታ ሰለስተ ሕጹያት ብምትራፍም፡ እዛ ሽልማት ናብ ኤርትራ ከምእትብል ተረጋጊጹ እዩ ነይሩ። ኦሎምፒካዊ ተቐዳዳማይ ቢንያም ግርማይ ከኣ ተዓዊቱሉ።

ቢንያም፡ ኣብ 2024 ኣብ ዙር ፈረንሳ ሰለስተ ናይ መድረኽ ዓወታት፣ ብዓቢኡ ከኣ ተዓዋቲ ቀጠልያ ናይ ሸኣ ማልያ ብምኻኑ፡ ኣብ 2025 ካብቶም ልዑል ትጽቢት ተነቢሩሎም ዝነበሩ ተቐዳደምቲ ነይሩ።

ይኹን እምበር፡ ሓንቲ ናይ መድረኽ ዓወት ከየመዝገበ እዩ ነዛ ወቕቲ ወዲኡዋ። እዚ እናኾነ ግና፡ እዚ ብርክት ዝበለ ግዜ ካልኣይ ዝኣተወ ሸኻኺ፡ ነዛ ሽልማት ካብ ምዕታር ኣይተዓንቀጸን።

ኣፍቂዱ ኣብቲ መድረኽ ዘይተሳተፈን ብቪድዮ ሓጎሱ ዝገለጸን ቢንያም፡ ነዛ ሽልማት፡ ንሓሙሻይ ግዜኡ እዩ ዝዕወተላ ዘሎ - ብተኸታታሊ ኣብ 2020፡ 2021ን 2022ን ከምኡ'ውን ዓሚ 2024 ተዓዊቱላ ነይሩ። ኣብ መንጎ ማለት ኣብ 2023፡ መዘናኡ ኤርትራዊ ተቐዳዳማይ ሄናክ ምሉእብርሃን እዩ ተጸዊሁላ ነይሩ። ሄናክ፡ ኣብዛ ናይ ሎሚ ዓመት ከኣ፡ ካልኣይ ዝበለጸ ተቐዳዳማይ ተባሂሉ። ኣብ ዝቐጸለ ዓመታት ኣሰር ናይዞም ብሉጻት ተቐዳደምቲ ብምሓዝ ዓበይቲ ዓወታት ከመዝግብ ትጽቢት ዝግበረሉ ሚልኪያስ ማእከል ድማ ሳልሳይ ደረጃ ሒዙ።

ዝሓለፈ ዓርቢ ምስ ክለቡ ኢንተርማርሽ ዝተፈላለየ ቢንያም፡ ኣብዛ ናይ መወዳእታ ወርሒ በጺሓ ዘላ ዓመት፡ 21 መድረኻት ዘር ፈረንሳ ዝርከቦም፡ ኣብ 60 ናይ ውድድር መዓልታት 10,466 ኪሎሜተር ሸፊኑ። 1646 ናይ ዩሲኣይ ነጥቢ ድማ ንዕኡ፡ ንዝሩን ክለቡ ዝበረት ኢንተርማርሽን ኣዋህሊሉ። እዚ ካብ ኩሎም ኣፍሪቃውያን ተቐዳደምቲ ጸብለል ዘበሎ ነጥቢ ድማ ካብቲ ነዛ ሽልማት ከዕውተላ ዘኽኣሎ እዩ።

ብዘይካዚ፡ ኣብቲ ንፈለማ ግዜኡ ዝተዋህበ ናይ ሃገራት ሽልማት፡ ኤርትራ፡ ንማውሪሸስን ርዋንዳን በሊጻ 'ናይዚ ዓመት ዝበለጸት ሃገራዊት ጋንታ' ተባሂላ። ናይዚ ኣህጉር ዓበላሊት ሃገር ዝኾነት ኤርትራ፡ ዝሓለፈ ሰሙን ሻምፕዮን ኣፍሪቃ 2025 ምኻና ይዝከር።

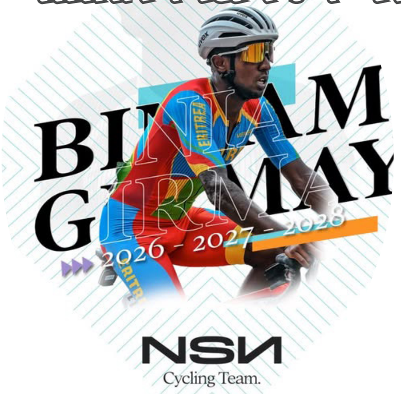
ኣብዚ ካብ ሎሚ ዓመት ጀሚሩ ብፌደረሽን ቅድድም ብሽክለታ ኣፍሪቃ ዝውደብ ዘሎ ሽልማት፡ ንተቐዳደምቲ ዝተፈላለየ ዕድመ፡ ንኣሰልጠንቲን ሃገራትን እዩ ንብሉጻት ናይ ኣፍልጦ ሽልማት ተዓዲሉ። ኣብ ናይ ዓበይቲ ደቂ ኣንስትዮ ከኣ ጓል ማውሪሸስ ከምበር ለ ኮርት ዝበለጸት ተቐዳዳሚት ተሰምያ። እዛ ጓል 29 ዓመት ተቐዳዳሚት፡ 'ኣብ ዙር ፈረንሳ መድረኽ ዝተዓወተትን ብጫ ማልያ ዝለበሰትን ናይ ፈለማ ኣፍሪቃዊት' ኮይና እያ - ንሓሙሻይቲ መድረኽ 2025 ድሕሪ ምዕዋታ። ከምበር ሉ ድሕሪ'ታ ዓወት ንኣርባዕተ መዓልታት ንብጫ ማልያ ለቢሳታ ነይራ።

እዚ ሎሚ ዓመት 'ሽልማት ብሉጻት ቅድድም ብሽክለታ ኣፍሪቃ' (Africa Cycling Excellence Award) ዝብል ስም ብሓድሽ ኣውዳድባ ዝተገበረ ሽልማት፡ ኣብ 2012 ጀሚሩ ንደቂ ተባዕትዮ ይዕደል ነይሩ። ቦኽሪ ዕወት ናይዚ ሽልማት ከኣ ኤርትራዊ ናትናኤል ብርሃነ ነይሩ። 2014 መኽሰብ ደበሳይ፡ 2015 ዳኒኤል ተኽለሃይማኖት፡ ኣብ 2016 ድማ ተስፎም ዑቕባሚካኤል ተዓዊቶምሉ ነይሮም። ብሓፈሻ ኤርትራ፡ 10 ግዜ ብተቐዳደምታ ተጸዊዓ። ደቡብ ኣፍሪቃውያን ሰለስተ፡ ርዋንዳ ሓንሳብ ተሰምየን ኣለዋ።

ንቢንያም ንሃገራዊት ጋንታ ኤርትራን ወኪሉ ሽልማት ዝተቐበለ ፕ/ሃ/ፈ/ቅ/ብ/ ኤርትራ ኣቶ ተማሰንን ረዳእ

ቢንያም፡ ናብ ኤን.ኤስ.ኤን ተሰጋጊሩ

"እዚ ንመጻኢ ዝበለጸ ነገር ኮይኑ እስመዓኒ" ቢንያም



ኤርትራዊ ተቐዳዳማይ ቢንያም ግርማይ፡ ትማሊ ሰኑይ 1 ታሕሳስ፡ ናብ ሓዳስ ክለብ ኤንኤስኤን (NSN Cycling Team) ብወግዒ ተሰጋጊሩ፡ ናይ ሰለስተ ዓመታት ውዕል ፈሪሙ።

ቢንያም፡ ጋንታኡ ዝነበረት ኢንተርማርሽ ምስ ሎቶ ድሕሪ ምሕዋሳ፡ ዝሓለፈ ዓርቢ፡ ክሳብ 2028 ዘጸንሖ ዝነበረ ውዕል ብናይ ሓባር ምርድዳእ ከምዘፍረሶ ይፍለጥ። ትማሊ ድማ፡ ምስዛ ስማ ካብ እስራኤል ፕሪመር-ቴክ ናብ ኤንኤስኤን ዝቐየረቶ ክለብ ክሳብ 2028 ዘጽንሖ ውዕል ፈሪሙ። "እዚ ንመጻኢየይ ዝበለጸ ነገር ኮይኑ እስመዓኒ" ክብል ድማ፡ ነዚ ውዕል'ዚ ድሕሪ ፈረመ ተዛሪቡ - እዚ ቀዳም ምሸት ናይ 2025 ዝበለጸ ተቐዳዳማይ ኣፍሪቃ ዝተሰምየ ኦሎምፒካዊ ተቐዳዳማይ።

ንሱ፡ "ኣብዚ ምህላወይ ሕጉስ እየ፣ ብፍላይ፡ ንዓይን ነዛ ጋንታን ብዘሎ ምስ ሓደሽ ሃዋህውን ምብጋስ። ናይዛ ጋንታ ናይ ሸኣ ዓቕሚ ወትሩ ኣዝዩ ሓያል እዩ፣ ብፍላይ ብሓደ ሓብርም ንሓድሕዶም ክደጋገፉ እንከለዉ ሓያላት እዮም። ኣብ እዋን ውድድር ብዙሕ ግዜ ንሓድሕዶም 'ኣጆኻ' ክብሃሃሉ ሰሚዐዮም እየ። ብሓፈሻ ሓያል ናይ ጋንታ መንፈስ ኣሎ። ምስኦም ክሰርሕ ድማ ተሃዊኸ ኣለኹ። ምስዛ ጋንታ ድማ ዝዓበየ ዕድል እዩ ዝረኣየኒ" ኢሉ።

ኣካያዲ ናይዛ ጋንታ ጆል ካርልስትሮም ብወገኑ፡ "ቢንያም ምምጻኡ ኣዚና ፍናን ረኺብና። ቢንያም፡ ኩሉ ብዘለዎ ብሽክለታ እንፈትዎ ዘጠቓለለ እዩ። ብቕዓቱ ጉልሑ እዩ፣ ዘለዎ ትሕትናን ቀራጽነትን ድማ ፍሉይ ተቐዳዳማይ ይገብሮ። ኣብ ቀዳማይ ዝርርብና፡ ኣብ ብሽክለታን ካብ ብሽክለታ ወጻኢን ዘለና ራኢ ፈሊጥዎ እዩ። ብምሉእ ከምዝሰቕዮ፡ ሓደ ካብ መራሕቲ ጋንታና ንተቐዳደምትና ዘበራትዖን ከምዝኾውን ድማ ኣይጠራጠርን።" ብምባል፡ ልዑል ትጽቢት ከምዝገብሩሉ ገሊጹ።

ካብ 2021 ክሳብ'ዚ ዓመት ምስ ኢንተርማርች ክውዳደር ዝጸንሐ ቢንያም፡ ምስዛ ሓዳስ ክለቡ ብዙሕ ዓወታት ክጎናጸፍ ትምኒቱ ምኻኑ እዩ ዝገለጸ። እዛ ናይ ቀዳማይ ዲቪዥን (ዎርልድ ቱር) ጋንታ ድማ፡ ኣብ እዋን ሸኣ ንምዕዋቱ ዝሰርሑ ብሉጻት ተቐዳደምቲ ኣብ ዙርያኡ ኣኽቢቡ ናብ ዓወት ክትመልሶ ትጽቢት ይግበር።

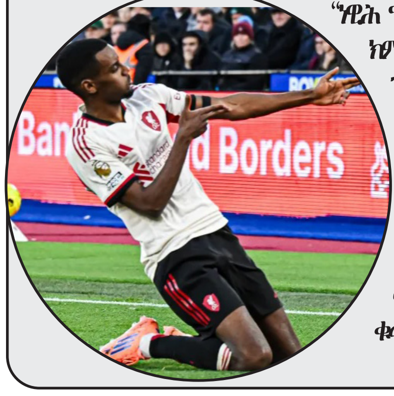
እዛ ጋንታ፡ ስማ ካብ እስራኤል ፕሪመር-ቴክ ዝቐየረትሉ ምኽንያት፡ ኣብዚ ዓመት ብፍላይ ኣብ ቡልታ ስጳኛ፡ ምስ ደብዳብ እስራኤል ኣብ ልዕሊ ፍልስጤም ብዘተኣሳሰረ ድሕሪ ዘጋጠማ ተቓውሞ እዩ። ዝምውላ ዝነበረ ፕሪመር-ቴክ ዝበሮ ውዕል ድሕሪ ምፍራሱ ድማ ኣብ ስጳኛ ዝመደበሩ ኩባንያ ኤንኤስ ኤስ (NSN ኣሕጽሮት ቃል ናይ Never Say Never) ሒዚዋ ኣሎ። ናይ ቅድም ተጻዋታይ ባርሴሎናን ሃገራዊት ጋንታ ስጳኛን - ኣንድረስ ኢኒየስታ፡ ሓደ ካብ መስረትቲ ናይ'ዚ ኩባንያ ምኻኑ ይፍለጥ።

ኣሌክሳንደር ኢሳቕ፡ ጾመ ልጓሙ ፈቲሑ

ኣብዚ ወቕቲ ናብ ሊቨርፑል ዝተሰጋገረ - ኣሌክሳንደር ኢሳቕ፡ ሰንበት ንዌስትሃም 2-0 ኣብ ዝሰዓሩሉ ጸወታ፡ ቀዳመይቲ ናይ ፕሪመር ሊግ ሸቶኡ ብማልያ ናይ'ዛ ክለብ ኣመዝጊቡ።

እዚ ኤርትራዊ ሽወደናዊ ኣጥቃዓይ፡ ኣብዚ ወቕቲ 'ዝኸበረ ተጻዋታይ ፕሪመር ሊግ' ብዝኾነ መጠነ ገንዘብ፡ ካብ ኒውካስል ናብ ሊቨርፑል ምስግጋሩ ይዝከር። ኣብ ኒውካስል እንከሎ ምስ ሰከይት ዝነበሮ ጥቡቕ ዝምድና ኣብዛ ጋንታ ብምቕጻል ድማ፡ ሓደ ካብ ወሳኒ ተጻወትታ ክኸውን ትጽቢት ተነቢሩሉ ነይሩ።

ይኹን እምበር፡ "ኣዴኻ ከምዝለኣኸትካ ዘይኮነ ዕዳጋ ከምዝጸንሓካ" ከም ዝበሃል፡ ብዝተፈላለዩ ምኽንያት ካብ ግምት ወጻኢ ብቐዓቱ ጉዱሉ፡ ናይ ሊግ ሸቶ ከየመዝገበ እዩ ጸኒሑ። ኣሌክሳንደር፡ ብቕድሚ ትማሊ 30 ሕዳር፡ ሊቨርፑል ናብ ዌስት ሃም ተጓዒዛ ኣብ ዘካየደቶ ግጥም ግና፡ ድሕሪ ዕረፍቲ መራሕነት ዘተሓዘት ሸቶ ብምምዝጋቡ፡ ጾመ ልጓሙ ፈቲሑ። ጋክፖ፡ ኣብ ተወሳኺ ደቒቕ ሸቶ ኣመዝጊቡ፡ ኣብ ሕማቕ ዘላ ሊቨርፑል 2-0 ተዓዊታ፡ ካብ ዝቐጸሎ ወጥሪ ቁሩብ ኣስተንፊሳ።



"ንዊሕ ግዜ ምኻኑ ይርድኣኒ እዩ፡ ናብ ብሉጽ ብቕዓተይ ክምለስ ክጽዕር ጸኒሐ፣ ኾይኑ'ውን ኣብ መገዲ እየ ዘርከብ። እንተኾነ፡ ሸቶ ምምዝጋበይ ሕጉስ እየ" ዝበለ ኢሳቕ፡ ኣብ ዝቐጸለ ግጥማት ብዙሕ ተመሓይሹ ኣበርክቶኡ ከዐቢ ተስፋ ከምዘለዎ ገሊጹ።

ኣብቲ ጸወታ፡ መሓመድ ሳላሕ፡ ንፈለማ ግዜ ኣብ ፕሪመር ሊግ ተቐይሩ ካብ ጸኒሑ ተራእዩ። ሳላሕ፡ ኣብዚ ወቕቲ ኣብ'ቲ ዝለለየሉ ብሉጽ ቁመና የለን።

ማእከል - ሻምፕዮን ኩዕሶ ሰከይት ተዛዚሙ

ኣብ ወርሒ መጋቢት ናይ ዝሓለፈ ዓመት ዝጀመረ ሻምፕዮን ኩዕሶ ሰከይት ዞባ ማእከል 2024/25፡ ቀዳም 29 ሕዳር መጋረጃኡ ዓጽዩ።

ኣብዚ ንልዕሊ ሓደ ዓመት ዝኸደ ውድድር፡ ኣብ ናይ ደቂ-ተባዕትዮ ኣብ ክልተ ምድብ ተኸፋፊለን ዓሰርተ ኣርባዕተ ጋንታታት ክጻወታ እንከለዋ፡ ኣብ መንጎአን ናይ ክልተ ዙር ውድድራት ዘካየዳ ሸሞንተ ጋንታታት ከኣ ኣብ ናይ ደቂ-ኣንስትዮ ተሳቲፈን።

ካብ ምድብን ዝሓለፋን ዝለዓለ ነጥቢ ዘዋህለላን ጋንታታት ብዘካየድኦ ግጥም ድማ፡

ቀዳም ደንደን ምስ ሲቲ-ሰንተር ብደቂ-ኣንስትዮ፡ ሲቲ ሰንተር ምስ ምምሕዳር ኣርባዕተ ኣስመራ ናይ ፍጻመ ግጥም ኣካይደን።

ፈለማ ጸወታአን ዘካየዳ ናይ ደቂ-ኣንስትዮ ጋንታታት እየን። ሲቲ-ሰንተር፡ ጉዳይምን ምኩራትን ተጻወትቲ ዝሓዘት ጋንታ ብምኻና ክትዕወት ትጽቢት እኳ እንተ ነበረ፡ እተን ንኣሸቱን ቅልጡፋትን ተጻወትቲ ደንደን 36-27 ብምርታዕ ሻምፕዮን ኮይነን።

ልዑል ትጽቢት ዝተገበረሉ ናይ ደቂ-ተባዕትዮ ሲቲ-ሰንተርን ምምሕዳር ኣርባዕተ ኣስመራን ስዒቡ ተኻይዱ። ኣብቶት ክልተአን ጋንታታት ተመሳሳሊ ኣካላዊ ቁመናን ብቕዓት ኣጸዋወታን ዝሓዙ ብምንባሮም፡ ብኢጋኡ ዕወትቲ መን ምኻና ክትግምት ዘሸግር'ዩ ነይሩ። ንተዓዘብቲ ዘማስጠ ተመጣጣኒ ጸወታ ድሕሪ ምክያድ ከኣ፡ ኣርባዕተ ኣስመራ 56-54 ተዓዊታ ሻምፕዮን 2024/25 ኮይና። ብተወሳኺ፡ ኣብ ናይ ናጻ ዳርባ፡ ኣብ ናይ ሰለስተ ሳቤላ ካብ ንስራ ኤሽን ካብ ሰንጥቕ ክዕወቱ እንከለዉ፡ 'ዳንክ' ኣብ ምግባር ድማ፡ ሙሴ ጸጋይ ካብ ኣርባዕተ ኣስመራ ተዓዊቱ።

ኣብ መዛዘሚ ዝተርኣየ ልዑል ደገፍ ኣፍቀርትን ተሳትፎ ምምሕዳራትን ኮሚቲ ስፖርት ምምሕዳራትን ክቕጽል፡ ፈደረሽን ኩዕሶ ሰከይት ዞባ ማእከል ድማ ስሩዕ ውድድራት ክሰርዕ ንላቦ።

መደብ ጸወታ

ሎሚ

ፕሪመር ሊግ ናይ መበል 13 ሰሙን

ፉልሃም - ማን ሲቲ 10፡30 ድ.ቀ

ቦርንማውዝ - ኤቨርተን 10፡30 ድ.ቀ

ኒውካስል - ቶተንሃም 11፡15 ድ.ቀ

ላ'ሊጋ ናይ መበል 15 ሰሙን

ባርሴሎና - ኣትሌቲኮ ማድሪድ 11፡00 ድ.ቀ

ዜና ዓለም

ማርታ ክብሮም

"ኤውሮጳ ካብ ዝርርብ ሰላም ዩክሬን ወጺኣ'ያ" ላቭሮቭ

ሚኒስተር ጉዳያት ወጻኢ ሩሲያ ሰርጌይ ላቭሮቭ፡ ምዕራብ ኤውሮጳ ርእይቶኣ ኣብ ኩነታት ዩክሬን ካብ ቅድሚ ነዊሕ እዋን ኣትሒዙ ተሰሚዑ ድሕሪ ምስኣኑ፡ ባዕላ ካብቲ ጉዳይ ኢዳ ክትስሕብ ከም እተገደደት ገሊጹ።

እቲ ላዕለዋይ ዲፕሎማሲ ዝሓለፈ ሰንበት ነዚ መግለጺ ዝሃቦ፡ ኤውሮጳ ግጭት ዩክሬን ንምፍታሕ ኣብ ዝግበር ዝርርብ ተራኣ ትጻወት ኣላ ድያ የላን ተባሂሉ ድሕሪ ምሕታቱ እዩ።

ላቭሮቭ፡ "እዚ ንኹሉ ሰብ ርዱእ እዩ ዝብል እምነት ኣለኒ። ኤውሮጳ ድሮ ካብቲ ዝርርብ ባዕላ ወጺኣ ኣላ" ክብል መለሰ።

ኤውሮጳ ካብ ቅድሚ ነዊሕ እዋን ኣትሒዙ ኣብ ጉዳይ ዩክሬን ኢዳ ከተእቱ ዕድላት ከም ዝነበራ ዝሓበረ ላቭሮቭ፡ ካብ መጀመርታኡ ግን ነቲ ዕድላት ብግቡእ ክትጥቀመሉ ከም ዘይከኣለት ኣገንዚቡ።

ላቭሮቭ ቀጺሉ፡ "ኤውሮጳ ነቲ ኣብ ለካቲት 2014 ኣብ መንጎ ቪክቶር ያኑኮቪችን (ፕረዚደንት ዩክሬን ነበር) ተቓወምቱን ዝነበረ ናይ ፈለማ ስምምዕ ኣብላሺያቶ እያ። ዋላ'ኳ ኣብቲ ወግዓዊ ስምምዕ ከም መንጎኛ ኮይና እንተ ተዋስአት፡ ድሕሪ እቲ ስምምዕ ተቓወምቲ ንኹሉን ትካላት መንግስቲ ምስ ሓዙ ግን ዝኾነ ነገር ክትገብር ኣይከኣለትን" ክብል ኣረዲኡ።

ብዙሓት መራሕትን ትካላትን ኤውሮጳ፡ ጉዳይ ዩክሬን ንምፍታሕ ዝዓለሞ ዝኾነ ይኹን እማመ ሰላም ንሕብረት ኤውሮጳ ዘሳትፍ ክኸውን ከም ዘለዎ ክገልጹ ከም ዝጸንሑ ይፍለጥ።

"ኣመሪካ ንቬነዙዌላ ንምጥቃዕ ትዳሎ" ዎል ስትሪት ጆርናል

ኣመሪካ ኣብ ልዕሊ ቬነዝዌላ መጥቃዕቲ ኣፈርቲ ንምኽያድ ልምምድ ተካይድ ምህላዋ፡ ጋዜጣ ዎል ስትሪት ጆርናል ንሰበ ስልጣን ምክልኻልን ምክትታል በረራታትን ኣመሪካ ብምጥቃስ ሓቢሩ።

ፕረዚደንት ዶናልድ ትራምፕ፡ ዝሓለፈ መዓልታት ክሊ ኣየር ቬነዝዌላ ንበረራ ዕጹው ከም ዝኾነ ዝሕብር መግለጺ ድሕሪ ምዝርጋሑ፡ ፕረዚደንት ቬነዝዌላ፡ ኣመሪካ ኣብ ልዕሊኡ ዕልዋ ንምፍጻም ትንቀሳቐስ ከም ዘላ ምኽሳሱ ይፍለጥ።

ጋዜጣ ዎል ስትሪት ጆርናል፡ ትራምፕ ዝሓለፈ ሰሙን ምስ ፕረዚደንት ቬነዝዌላ ኒኮላስ ማዱሮ ምስጢራዊ ርክብ ቴሌፎን ከም ዘካየደን፡ ማዱሮ ብፍቓዱ ካብ ስልጣኑ እንተ ዘይወሪዱ፡ ኣመሪካ ሓይሊ ተጠቒማ ክትወርዶ ከም እትኽእል ከም ዘጠንቀቖን ጸብጺቡ።

ክልቲኦም ወገናት፡ እቲ ናይ ቴሌፎን ርክብ ከም ዝተኻየደ እኳ እንተ ዘይገለጹ፡ ፕረዚደንት ትራምፕ ግን "ቅድሚ ሕጂ ንፕረዚደንት ማዱሮ ብሓይሊ ካብ ስልጣኑ ክትኣልዮ ፈቲንካ ኔርካ" ክብል ንዝቐረበሉ ሕቶ ከም ዘኽሓዶ እዩ ዝገልጽ።

ሓይሊ ባሕሪ ኣመሪካ ብወገኑ፡ ብትእዛዝ ፕረዚደንት ትራምፕ ካብ ዝሓለፈ መስከረም ኣትሒዙ ኣብ ባሕሪ ካሪብያን ብምዕስካር፡ ንልዕሊ 20 ኣብ ዘይሕጋዊ ምስግጋር ዕጸ ፋርስ ክሳተፉ ከም ዝጸንሑ ዝገለጾን ጀላቡ ቬነዝዌላ መጥቃዕቲ ከም ዝፈጸመ ኣፍሊጡ።

ፕረዚደንት ማዱሮ፡ ብኣመሪካ ንዝቐረበሉ ዘሎ ክሲ ብምንጻግ፡ ሰራዊቱ ኣብ ልዑል ተጠንቀቕ ከም ዘሎን ንዝኾነ ክመጽእ ዝኽእል ወረር ክምክት ድማ ድሉው ምህላዉን ኣፍሊጡ ኣሎ።

ቁጽሪ ግዳያት ዕልቕልቕ ሃገራት ኤስያ ይውስኽ

ኣብ ኢንዶነዥያ፡ ስሪላንካ፡ ታይላንድን ማለዥያን ብዘወቕዕ ዘሎ ሓያል ዝናብን ንሱ ዘስዓቦ ምህማም መሬትን ቁጽሪ ናይ ዝሞቱ ሰባት ናብ ልዕሊ 1000 ክብ ከም ዝበለ መርበብ ሓበሬታ ኣልጀዚራ ሓቢሩ።

ፕረዚደንት ኢንዶነዥያ ፕራቦዎ ሱብያንቶ፡ ቁጽሪ ግዳያት ሃገሩ ልዕሊ 500 በጺሑ ከም ዘሎ ድሕሪ ምግላጽ፡ መንግስቲ ኣድላዪ ሓገዛት ናብ ግዳያት ዕልቕልቕ ንምብጻሕ ቀዳምነት ሂቡ ይሰርሓሉ ከም ዘሎ ትማሊ ሰኑይ ኣፍሊጡ።

ንሱ ወሲኹ፡ ሰራሕተኛታት ህይወት ኣድሕን ብነፈርቲ ተሓጊዞም ናብቲ ኣዝዩ ዝተሃስየ ከባቢታት ረዲኤት ይልእኩ ከም ዘለዉ ኣረዲኡ።

ብዘይካ'ዚ፡ መንግስቲ ኢንዶነዥያ ክልተ ናይ ሆስፒታል መራኽብን ሰለስተ ረዲኤት ዝጸዓና መራኽብ ውግእን ናብ ገለ ብቲ ሓደጋ ዝተሃስየ ከባቢታት ልኢኹ ከም ዘሎ፡ እቲ መርበብ ሓበሬታ ወሲኹ ኣመልኪቱ።

ሰብ መዚ ስሪላንካ ብወገኖም፡ ኣብታ ሃገር 335 ሰባት ብቲ ባህርያዊ ሓደጋ ከም ዝሞቱ ድሕሪ ምሕባር፡ ስሪላንካ ኣህጉራዊ ሓገዝ ክውሃባ ኣተሓሳሲባ።

እቶም ሰብ መዚ ወሲኾም፡ ብሰንኪ እቲ ዕልቕልቕን ምህማም መሬትን ናብ ግዳያት ብመሬት ሓገዝ ክልኣኽ ከም ዘይተኻእለን ብሄሊኮፕተራት ግና ናብቲ ኣዝዩ ዝተሃስየ ቦታታት ረዲኤት ይልእኩ ከም ዘለዉ ሓቢሮም።

ፕረዚደንት ስሪላንካ ኣኑራ ኩማራ ዲሳናያከ፡ "ኣብ ታሪኽና እቲ ዝዓበየን በዲህን ተፈጥሮኣዊ ሓደጋ ኣጋጢሙና ኣሎ" ድሕሪ ምባሉ፡ ሃገሩ ነቲ በዲዚ ተፈጥሮኣዊ ሓደጋ ክትብድህ ህጹጽ ናይ ሓደጋ እዋን ኣዊጃ ከም ዘላ ገሊጹ።

ሰብ መዚ ታይላንድ ትማሊ ሰኑይ ኣብ ዝሃብዎ መግለጺ፡ ድማ ኣብ ደቡባዊ ክፋል ናይ'ታ ሃገር ብዘቕጸል ዘሎ ብርቱዕ ዝናብን ዕልቕልቕን ቁጽሪ ናይ ዝሞቱ ሰባት ብውሕዱ ናብ 176 ክብ ከም ዝበለ ሓቢሮም።

ሩስያ - ዜጋታት ቻይና ብዘይ ቪዛ ክኣትዉ ኣፍቂዳ

ፕረዚደንት ፈደረሽን ሩሲያ ቭላድሚር ፑቲን፡ ዜጋታት ቻይና ብዘይ ቪዛ ናብ ሩሲያ ክኣትዉን ክሳብ 30 መዓልታት ኣብታ ሃገር ክጸንሑን ዘፍቅድ ሕጊ ከም ዘጽደቐ ሓቢሩ።

ሩሲያ ነዚ ስጉምቲ ትወስድ ዘላ፡ ቻይና ኣቐዲማ ኣብ ዝሓለፈ ቀረባ እዋን ዜጋታት ሩሲያ ብዘይ ቪዛ ክኣትዉ ድሕሪ ምፍቃዳ እዩ።

ዝሓለፈ መስከረም፡ መንግስቲ ቻይና፡ ኣብ መንጎ ክልቲአን መሻርኽቲ ሃገራት ዝግበር ጉዕዞ ዘይዳ ንምምችቻእ ንሓደ ዓመት ዝቕጽል መደብ ከም ዘተኣታተወ ይሕበር።

ሩሲያ ወሲዳቶ ዘላ ዜጋታት ቻይና ብዘይ ቪዛ ክኣትዉ ዘፍቅድ ስጉምቲ፡ ካብ ትማሊ ሓደ ታሕሳስ ጀሚሩ ክሳብ 14 መስከረም 2026 ተግባራዊ ከም ዝኸውን ገሊጹ።

ፕረዚደንት ፑቲን ኣቐዲሙ፡ ቻይና ኣቐዲማ ሩሲያውያን ብዘይ ቪዛ ክኣትዉ ምፍቃዳ ብሓጎስ ከም ዝተቐበሎ ብምግላጽ፡ እቲ ስጉምቲ ኣብ መንጎ ክልቲአን ሃገራት ዘሎ ባህላውን ቁጠባውን ርክብ ንምትርራር ከም ዝሕግዝ ሞስኮ ድማ ተመሳሳሊ ስጉምቲ ከም እትወስድ ቃል ኣትዩ ምንባሩ ጸብጻብት ናይ'ታ ሃገር ይጠቕሱ።

ናይጀርያ - ደቂ ኣንስትዮ ብዕጡቓት ተጨውየን

ኣብ ሰሜናዊ ምብራቕ ናይጀርያ - ቻቻ ኣብ ዝተባህለት ቁሸት፡ ናብ ሰንበት ኣብ ዘውግሐ ለይቲ መንነቶም ዘይተፈለጡ ዕጡቓት ሓንቲ ናጽላ ትርከበን 14 ደቂ ኣንስትዮ ከም ዝጨወዩ መርበብ ሓበሬታ ኣልጀዚራ ሓቢሩ።

ሓደ ነባሪ ናይ'ታ ቁሸት ንኣልጀዚራ ኣብ ዝሃቦ ሓበሬታ፡ "ሸፋቱ ምሸት ንጉደና ወረርም ሓንቲ መርዓትን ናጽላን ዝርከብአን ደቂ ኣንስትዮ ጨወዮም" ክብል ቃሉ ሂቡ።

ንሱ ቀጺሉ፡ "ሕጂ ዝኾነ ሰባት ናጻ ከውጽኡን እንተ ኮይኖም፡ ነቶም ዕጡቓት ገንዘብ ክኸፍል ክንግደድ ኢና። ብተደጋጋሚ ተመሳሳሊ ጸገም የጋጥመና ኣሎ" ኢሉ።

ኣብ ዝሓለፈ ሰሙን'ውን ዕጡቓት ኣብታ ሃገር ማለት ኣብ ዞባ ከቢ 25 ተመሃሮ፡ ኣብ ዞባ ኒጀር ድማ ልዕሊ 300 ተመሃሮ ከም ዝጨወዩ ዝዝከር ኮይኑ፡ እቶም ካብ ዞባ ኒጀር ዝተጨወዩ ኩሎም ናጻ ተለቒቖም ምስ ስድራ ቤቶም ክራኸቡ ከለዉ፡ እቶም ኣብ ዞባ ከቢ ዝተጨወዩ ንምድሓን ድማ ኣብ ጸዑቕ ስራሕ ተጸሚዱ ከም ዘሎ ፖሊስ ናይጀርያ ሓቢሩ።

ናይጀርያ፡ ብዕጡቓት ተደጋጋሚ ጭውያን መጥቃዕትን ዝፍጸመላ ሃገር ኮይና ከም እትርከበየም ጸብጻብት ዘመልክቱ።

ኣብ ዝሓለፈ ወርሒ'ውን ፕረዚደንት ኣመሪካ ዶናልድ ትራምፕ ኣብ ዝሃቦ መግለጺ፡ ኣብታ ምዕራብ ኣፍሪቃዊት ሃገር ኣብ ልዕሊ ሰዓብቲ እምነት ክርስትና ዝወርድ ዘሎ ዓመጽ ደው ንምባል ኣብ ልዕሊ እታ ሃገር ወተሃደራዊ ስጉምቲ ከም ዝወሰድ ኣፈራሪሑ ምንባሩ ዝዝከር እዩ።

ተረኛ ፋርማሲ	ዕለት	ጎደና	ቁ.ስልኪ
ቤት መሸጣ መድሃኒት መረብ	02/12/2025	ጎደና ዓይገት ቁ.ገዛ 17፡ ከባቢ ሲነማ ሓማሴን	123690

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