ሓዳስ ኤርትራ

መበል 35 ዓመት ቁ.256 ዓርቢ 26 ሰነ 2026 ገጻት 12 ዋጋ 2.00 ናቕፋ

ገጽ 2

“ዮጋ፡ ሽምግልና ምስ ጥዕና”

ገጽ 3

ስምምዕ ሰላም ኢራን-ኣመሪካ ይዕወት ዶ ይኸውን?

ገጽ 4

“ኣብ ዲጋ ቶኮር ምስ ጀጋኑ ልምዓትን…

ገጽ 5

ግፍዒ 3-ዓድታት ደቂድግና

ገጽ 7

ምልክታ

ሚ/ሪ ትምህርቲ፡ ገምጋም ኣገልግሎት ቅድመ-ትምህርቲ ኣካዩ

ሚኒስትሪ ትምህርቲ፡ ምስ ሚኒስትሪ ዞባዊ ምምሕዳራትን ቤት-ጽሕፈት ጸጋታት ዓቕሚ-ሰብ ዓዲ-ሃሎን ብምትሕብባር ዘወደቦ ገምጋም ገስጋስ ኣገልግሎት ቅድመ-ትምህርቲ ኣብ ዓመት-ትምህርቲ 2025/2026፡ ካብ 23 ክሳብ 25 ሰነ ኣብ ኣስመራ - ኣዳራሽ ሃጠሰኤ ኣካዪዱ።

ኣብ'ቲ ኣመሓደርቲ ዞባታት፡ ሓለፍትን ወከልትን ሚኒስትሪታት፡ መሻርኽትን ዕድመ ዝተገብረሎምን ዝተሳተፉሉ ገምጋም፡ ሚኒስተር ዞባዊ ምምሕዳራት ኣምባሳደር ዓብደላ ሙሳ ኣብ ዘስመዖ መኽፈቲ ቃል፡ ህዝባዊ ግንባር ኣብ እዋን ሓርነታዊ ቃልሲ፣ መንግስቲ ኤርትራ ድማ ድሕሪ ናጽነት ኣብ ጽላት ትምህርቲ ንዘገበርዎ ጻዕሪን ወፍሪን ድሕሪ ምጥቃስ፡ ኣገዳስነት ኣገልግሎት ትምህርቲ ኣብ ግምት ብምእታው፡ ኣብ ዝሓለፈ ዓመት ትካላት ቅድመ-ትምህርቲ ኣብ ኩለን ዓድታት ክኽፈታ ዝተወሰደ ተበግሶ ንምስጓም፡ ምምሕዳራት ዓቢ ሓላፍነት ከምዘለወን ኣዘኻኺሩ።

ሚኒስተር ትምህርቲ ዶ/ር ሓሊማ መሓመድ ብወገና፡ ፖሊሲ ሚኒስትሪ ትምህርቲ - ብቐዐ ትምህርቲ ንኹሉ ብማዕረ ምብጻሕ ምዃኑ፣ እዚ ድማ ዓንዲ ማእከል ጉዕዞ ምርግጋጽ ማሕበራዊ ፍትሒ ከምዝኾነ ጠቒሳ፡ ኣብ ኤርትራ መሰረታዊ ትምህርቲ፡ ነጻን ግድነታውን ዜግነታዊ መሰል ምዃኑ ኣነጺራ።

ንኣገዳስነት ቅድመ-ትምህርቲ ዝምልከት ስነ-ፍልጠታዊ ሓቅታት ብምጥቃስ ሙብርሂ ዝሃበት ሚኒስተር ሓሊማ፡ ኣብ ዝሓለፈ ዓመት ዕድላት ቅድመ-ትምህርቲ ንምስፋሕ ብደረጃ ሃገር ዝተኣታተወ መደብ ንኽሰምር፡ ኣብ ኩለን ዓድታት መዋእለ-ህጻናት ከምዝሰራሓ ከምእተገብረን ኣስታት 6 ሽሕ መምህራን ደቂኣንስትዮ ከምዝሰልጠናን ብምግላጽ፡ እዚ ብኣላይነት ቤት-ጽሕፈት ጸጋታት ዓቕሚ-ሰብ ዓዲ-ሃሎ ዝተኻየደን ንብዙሓት ኣካላት ዘሳተፈን መደብ፡ ዕዉት ከምዝኸበረ ኣብሪሃ።

ሓለፍቲ ጨናፍር ትምህርቲ ኣብ ዞባታት ድማ፡ ንገስጋስ ንጥፈታት ኣገልግሎት ቅድመ-ትምህርቲ ብሓፈሻ፡ መስርሕ ህንጻት ሓደስቲ ትካላትን ምምዕባል ኣብ ኣገልግሎት ዘጸንሓን ከኣ ብፍላይ፡ ምስናይ ዝተመዝገበ ዓወትን ዝተቐስመ ተመኩሮን ብዝርዝር ኣቕሪቦም።

ስእሊ-ፍያሜት መስፍን

ወኪል ዳይረክተር ክፍሊ ሓፈሻዊ ትምህርቲ ኣቶ ኣብርሃም ርእሶም፡ ብዛዕባ መምርሒ ስትራተጂ ምብህሃል ንተሳትፎ ወለድን ኮምን ኣብ ቅድመ-ትምህርትን ኣገዳስነቱን ሙብርሂ ሂቡ።

ኣብ መወዳእታ ተሳተፍቲ ኣብ ዝቐረበ ጸብጻባት ምርኩስ ብምግባር ድሕሪ ዘካየድዎ ዓሚቕ ገምጋም፡ ኣብ መደባት ስራሕ 2026/2027 ዘትዮም።

ጎልጅ - ን300 ዜጋታት ዕዉት መጥባሕቲ ሓበላ ዓይኒ ተኻዩዱ

ኣብ ንኡስ ዞባ ጎልጅ፡ ብምትሕብባር ሆስፒታል ብርሃን ዓይኒን ኮማዊ ሆስፒታል ጎልጅን ካብ 14 ክሳብ 17 ሰነ ንልዕሊ 300 ናይ ምርኣይ ጸገም ዝነበሮም ዜጋታት ዕዉት መጥባሕቲ ሓበላ ተኻዩዱ።

ኑቲ መጥባሕቲ ዝመርሐ - ክኢላ መጥባሕቲ ዓይኒ ዶ/ር ኢዮብ በየነ ንኤሪና ኣብ ዝሃቦ ሓበሬታ፡ ኣቐዲሙ ኣብ 2025 ብዝተኻየደ መርመራታት፡ ልዕሊ 700 ዜጋታት ናይ ሓበላ ጸገም ዘጸንሖም ከምእተለለዩ ብምጥቃስ፡ ዘድሊ ዓቕሚ-ሰብን መሳርሒታትን ብምምዳብ፡ ኣብ ወርሒ ሓምለ 2025 ን350፡ ሕጂ ድማ ን300 መጥባሕቲ ከምእተገብረሎም ሓቢሩ።

ዶ/ር ኢዮብ ኣስዒቡ፡ እቲ መጥባሕቲ 8 ናይ ዓጽሚ ዓይኒ፡ ኣርባዕተ ናይ ምሕካኽ ዓይኒ፡ ክልተ ድማ ብሓደጋ ዝተሃርሙ ዘጠቓለለ ምንባሩ'ውን ኣረዲኡ።

ዓይኒ ተነቃፊት ህዋስ ብምዃና፡ ካብ ሕማማትን ሓደጋን ንምክልኻል ግቡእ ጥንቃቐ ክግበረላ ብምዝኽኻር ድማ፡ ነብርቲ ጽሬት ከዘውትሩን መከላኸሊ ጸሓይ መነጽር ክወድዩን መኺሩ።

ሜዲካል ዳይረክተር ኮማዊ ሆስፒታል ጎልጅ ዶ/ር መርሃዊ ክፍሉም ብወገኑ፡ ኣባላት ሓካይም ብርሃን ዓይኒ ኣብ'ቲ ንኡስ ዞባ ንዘሁብዎ ዘለዉ ኣገልግሎት ሕክምና ዓይኒ ብምምጓስ፡ እቲ ጸገም ብግቡእ ተጸኒዑ ስለዘሎ፡ ኣብ መጻኢ ኣብ'ቲ ኮማዊ ሆስፒታል ማእከል መርመራ ዓይኒ ንምኽፋት ይስራሕ ከምዘሎ ገሊጹ።

ተጠቀምቲ ኣብ መወዳእታ፡ ግቡእ ሕክምናዊ ኣገልግሎት ብምርካቦም ዝጸንሖም ናይ ዓይኒ ጸገም ከምእተቓንጠጠ ብምጥቃስ፡ ተመሳሰሊ ወፍሪታት ብስሩዕ ክካየድ ተላብዮም።

ኣብ ንኡስ ዞባ ጎልጅ፡ ካብ 19 ጥሪ ክሳብ 4 ለካቲት 2026 ን136 ዜጋታት ዕዉት መጥባሕቲ ቅርኒብ ዓይኒ ምክያዱ ዝዝከር'ዩ።

ኤርትራ፡ ኣብ ጽንብል ‘መዓልቲ ሕብረት ኣፍሪቃ’ ተሳቲፋ

ኤርትራ፡ ብመንገዲ ኣብ ኬንያ ዝርከብ ኤምባሲኣ፡ ኣብ ናይሮቢ ኣብ ዝተኻየደ ጽንብል መበል 63 ዓመት መዓልቲ ሕብረት ኣፍሪቃ (AU-DAY) ተሳቲፋ።

ኣብ'ቲ ብምትሕብባር ኣብ ናይሮቢ ዝርከባ ኤምባሲታት ኣፍሪቃ ዝተዳለወ ኣፍሪቃዊ ጽንብል፡ ኣምባሳደር ኤርትራ ኣብ ኬንያ ኣቶ በየነ ርእሶም፡ ከምኡ'ውን ኣባላት ኤምባሲን ወከልቲ ማሕበረኮምን ከምእተሳተፉ፡ ካብ'ቲ ቦታ ዝበጽሓና ሓበሬታ ኣፍሊጡ።

ኣምባሳደር በየነ ከም ዲን ዲፕሎማሲያዊ ማሕበረሰብ ኣፍሪቃን ኣብ ናይሮቢ ዝርከቡ መላእ ዲፕሎማሰኛታትን ኣብ ዘስመዖ መደረ፡ ኣፍሪቃ ኣብ ክንዲ ካብ ወጻኢ ብዘወሃብ ትእዛዛትን ዘየርብሓ ግዳማዊ ውዕላትን ትርመስ፡ ናይ ገዛእ ርእሳ ሓያልን ብሱልን ጥምረት ክትሃንጽ ከምዝግባእ ብምጥቃስ፡ “ኣህጉርና ካብ ናይ ግብረ-ሰናይ ረድኤት ንላዕሊ፡ ዓለማዊ እምነትን ዘላቒ ሽርክነትን የድልያ” ክብል ኣነጺሩ።

ብ25 ግንቦት 1963 ዝተመስረተ ውድብ ሓድነት ኣፍሪቃ፡ ብ9 ሓምለ 2002 ብሕብረት ኣፍሪቃ'ኳ እንተተተክአ፡ ዓመት-መጸ እትዝከር መዓልቲ ሕብረት ኣፍሪቃ ግና፡ እታ ውድብ ሓድነት ኣፍሪቃ ዝተመስረተላ ዕለት'ያ።

ጥዕና

ሱሌማን ኣሕመድ

"ዮጋ፡ ሽምግልና ምስ ጥዕና"

21 ሰነ ኣህጉራዊ መዓልቲ ዮጋ እዩ፡፡ ሎሚ ዓመት፡ "ዮጋ፡ ሽምግልና ምስ ጥዕና" ብዝብል ቴማ ንመበል 12 ግዜኡ ተዘኪሩ፡፡ ዮጋ ብዕድመ ይኹን መንነት፡ ብእምነት ይኹን ዓሌት፡ ከምኡ'ውን ናይ ሰንከልና ኣፈላላይ ዘይፈጥር ዓይነት ምውስዋስ ኣካላት እዩ፡፡ ብእስትንፋስ ትዛረብ፡ ብልብኻ ትርድኦ ብመንፈስካ እተተግብሮ ኣህጉራዊ ቋንቋ ብምዃኑ፡ ብዓለም ደረጃ ሓይሉ ሰዓብቲ እናረኸበ ይመጽእ ኣሎ፡፡

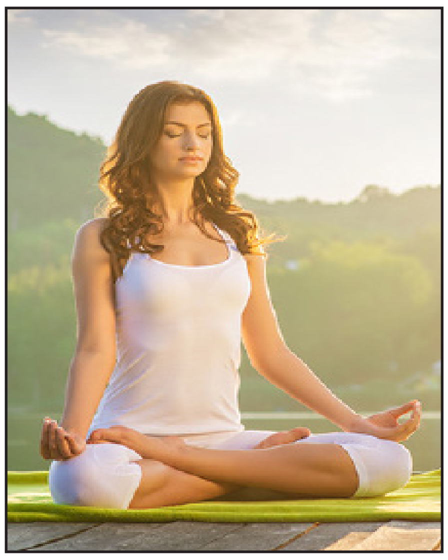
ዮጋ ኣካላዊ፡ ኣእምሮኣውን መንፈሳውን ልምምዳት ዝሓቖፈ፡ ልዕሊ 5 ሽሕ ዓመት ዕድመ ዘለዎ ንፈለማ እዋን ኣብ ሃገረ ህንዲ ዝተኣታተወ ልምምድ እዩ፡፡ ኣብዚ ግዜ'ዚ፡ ንኣካላዊ ኣቃውማ (asanas)፡ ንምቁጽጻር ስርዓተ እስትንፋስ (pranayama) ከምኡ'ውን ንምሕያልን ምምሕያሽን ምትዕጽጻፍ ኣካላት፡ ንምእላይን ምንካይን ወጥሪ ንምሕያል መላእ ጥዕና ኣጠቓልሉ ዝዕየድ ኩለንትናዊ ምውስዋስ ኣካላት ኮይኑ ይርከብ፡፡

ረብሓታት ዮጋ

ሰብነትና ካብን ናብን ክመጣጠር ዲዛይን ዝገበረ ፍሉይ ትዕድልቲ እዩ፡፡ ይኹን'ምበር ዘበን ዘምጽኦ ዓይነት ኣነባብራ፡ እኹል ምውስዋስ ኣካላት ካብ ምኪያድ ቀጠብና ብምህላው፡ ጉዳይ ዝተፈላለዩ ዘይተመሓላለፍቲ ሕማማት ከም ሕማማት ልቢ፡ ሕማም ሽኮር መንሽሮን ካልእን ክኽከውን ገይሩና ይርከብ፡፡ ዮጋ ጸረ-መርዚ ናይ'ዚ ምዕቡል ዓይነት ኣነባብራ ብምዃን ጥዕናና ኣብ ምምሕያሽ እወታዊ ተራ እዩ ዝጻወት ዘሎ፡፡

ኣብ ጥዕና ልቢን ዑደት ደምን

ኣካላዊ ምንቅስቓስ ምስ ኣዕሚቕካ ምስትንፋስ ተሓዊሱ፡ ስሩዕ ዝኾነ ዑደት ደም ንኽካየድ ኣዝዩ ሓጋዚ እዩ፡፡ መጸናዕትታት ከም ዘመልክትዎ፡ ቀጻሊ ምውስዋስ ኣካላት ምኪያድ፡ ዑደት ደምና ስሩዕ ከም ዝኸውን ብምግባር ካብ ጸቕጢ ደም ክከላኸለልና ይኽእል፡፡ ብዘይካ'ዚ፡ ኣብ ሻምብቆታት ደምና ጉዳእቲ ኮሌስትሮል ከይህልዉ ስለ ዝገብር፡ ብቐሊሉ ክምጠጥ ዝኽእል ሻምብቆታት ንኽህልወና ይሕግዝ፡፡ በዚ ድማ ካብ ዝተፈላለዩ ሕማማት ልቢ ናጻ ክንከውን ንኽእል፡፡



ኣብ ድልዳለ ስርዓተ ዓጽምን መላግቦን

ዘይ ከም ካልእ ዓይነት ምውስዋስ ኣካላት፡ ዮጋ ብዙሕ ሓይሊ ዝሓትት ብዘይምዃኑ፡ ኣብ ኣዕጽምቲን መላግቦታትን ዝፈጥሮ ተጽዕኖ ትሑት እዩ፡፡ ዮጋ ንመላግቦታት ኣዕጽምቲ በቲ ምሉእ ፊዚዮሎጂካዊ ቅርጾም ከም ዝንቀሳቐሱን ዝጠዋወዩን ስለ ዝገብር፡ ኣብ ልዕሊኦም ጉጂ ክፈጥር ዘለዎ ተኽእሎ ኣዝዩ ትሑት እዩ፡፡ በንጻሩ፡ ኣብ መላግቦ ዝፍጠር ቅብኣታዊ ፈሳሲ (synovial fluid) ብዝበዝሐ ክፈሪ ስለ ዝሕግዝ፡ ኣብ መላግቦታት ምስ ዕድመ ንዝፍጠር ምቕርቃርን ምስንጣቕን ቆርጠምጠማ ንምእላይ ይሕግዝ፡፡ ካብ ቅርጥማታዊ ዕርቂ ንምፍዋስ እቲ ዝበለጸ ኣገባብ ምዃኑ ይእመነሉ፡፡

ኣብ ስርዓተ እስትንፋስ

ዮጋ ሓደ ካብቲ ዘዘውትሮ ኣገባብ ኣቃውማ ዓሚቕ ዝኾነ ስርዓተ እስትንፋስ ምኪያድ ዘኽእል እዩ፡፡ እዚ ሳንቡእ ምስ ዲያፍራም ተሓጊዙ ምሉእ ዓቕሚ ከም እትተኣጥፍ ዝገብር ኣገባብ እዩ፡፡ እዚ ዓይነት ንቑሕ ኣተነፋፍሳ ንጭዋዳታት ስርዓተ እስትንፋስ (ብፍላይ ሳንቡእ) ንምሕያል ይጠቅም፡፡ ኣብ ደም ክህሉ ዝኽእል ዓቐን ኦክስጅን የዕቢ፡ ዘድሊ ረቡሓት ካብ መላእ ኣካላትና ንምእላይ ድማ የጣጥፍ፡፡

ንምትዕጽጻፍ ኣካላትን ምሕላው ሚዛን ሰብነትን

ሓደ ካብቲ መሰረታዊ ጥቕሚ ዮጋ ጭዋዳታት ኣካላትና ክተዓጻጸፉን ክሕየሉን ምግባር እዩ፡፡ ሓያልን ተዓጻጻፍን ጭዋዳ ምህላው ንምሕላው ሚዛን ሰብነት ኣገዳሲ እዩ፡፡

ዮጋ ብፍላይ ካብ 65 ዓመት ዕድመ ንዝርከቡ ሰባት፡ ኣብ ምትዕጽጻፍ ሰብነቶም ኣዝዩ ሓጋዚ እዩ፡፡ ምጉዳል ምትዕጽጻፍ ኣካላት ሓደ ካብ ምልክት እርጋን እዩ፡፡

ስነ ኣእምሮኣዊ ረብሓ

ኣብዚ ዲጂታላዊ ዘመን'ዚ፡ ቴክኖሎጂ ዘምጽኦ ንጥፈታት ንኣእምሮና ኣብ ከቢድ ወጥሪ ሸሚምዎ እዩ ዝርከብ፡፡ ከም ቃንዛዮት፡ ጭንቀት፡ ወጥሪ ዝኣመሰሉ ንኣእምሮና ዝፈታተኑ ጥዕናዊ ጸገማት ሎሚ እናገዘፉ እዮም ዝኸዱ ዘለዉ፡፡ ዮጋ ነዞም ጸገማት'ዚኦም ንምእላይ ልዑል እጃም ከም ዘለዎ ሓያሎ ሳይንሳዊ ምርምራት ከረጋግጽዎ ክኢሎም ኣለዉ፡፡

ኣብ ምፍኳስ ወጥሪ

ቀጻሊ ምዕሩይ ዝኾነ ዓሚቕ ኣተነፋፍሳ ምዝውታር 'ኣድረናሊን' (adrenaline) ብዝተባህለ ጸኒ ናይ ዝፈሪ 'ኮርቲሶል' (cortisol) ዝተባህለ ነዩ ብውሑድ ቁጽሪ ከም ዝፈሪ ይገብር፡፡ ምጉዳል ናይዚ ነዩ፡ 'ኣሚግዳላ' (amygdala) ዝተባህለ ፍርሒ ዝቆጻጸር ክፍሊ ሓንጎል፡ ልዕሊ ንቡር ንጡፍ ከም ዘይከውን ይገብር፡፡ ናይዚ ውጽኢት ድማ፡ ከም ፍርሒ፡ ጭንቀትን ወጥርን ዝኣመሰሉ ስምዒታት ብቐሊሉ ክበርኢ ኣይንኽእልን፡፡

ኣብ ተገንዝቦኣዊ ብልሒ

ዮጋ ግቡእ ዝኾነ ምምዕርራይ ናይ ንቕሓት ምስ ኣካላዊ ምንቅስቓስን ናይ እስትንፋስ ረምታን የድልዩ፡፡ እዚ ዓይነት ልምዲ'ዚ ኣብ ኣእምሮና ንዘመጽእ ዘድሊ ንጥፈታት ብምእላይ ኣብቲ ዘድልዩና ጥራይ ክንጥጥፍ ስለ ዝገብር፡ ነሪት ናይ ምዝኻርን ኣብ ሓንጎል ናይ ምዕቃብን ሓያል ባህሪ ክሓጥሪ ይገብር፡፡ እዚ ኣገባብ'ዚ ኣብ ርእሲ'ቲ በሊሕ ኣእምሮ ክህልወና ዝገብሮ ጥቕሚ፡ ወሰኒ ናይ ምዃን ዓቕሚ'ውን የዕቢ፡፡

ልዋም ድቃስ ንምርካብ

ዮጋ 'ሜላቶኒን' (melatonin) ዝበሃል ነዩ ንምፍራይ ኣዝዩ ሓጋዚ ዝኾነ ልምምድ እዩ፡፡ 'ሜላቶኒን' ድቃስ ክመጽኣና ዝገብር ነዩ እዩ፡፡

ካብ ዓይነት ኣቃውማ ዮጋ

ዮጋ ብእትግብሮ ዓይነት ምንቅስቓሱ መሰረታዊ፡ ማእከላይን ምዕቡልን ተባሂሉ ኣብ ሰለስተ ደረጃታት ይምቀል፡፡ ኣብዚ ጽሑፍ'ዚ ገለ ካብቶም ዝውቱራት መሰረታውያን ምንቅስቓስ ዮጋን ረብሓታቶምን ክንጠቅስ ኢና፡፡

'ቭሪክሳሳና' (Vriksasana)

እዚ ዓይነት ዮጋ ሚዛን ሰብነትካ ንምሕላው ዝኽእል ፈለማ ትልምመዶ ምንቅስቓስ ዮጋ እዩ፡፡ እዚ ዓይነት ኣቃውማ ንሚዛን ሰብነት፡ ምሕኮልቲ፡ ዓንኮር ዓንካሪቶን ኣእጋርን ይፈታትን፡፡

'ቭሪክሶሳና' ብተደጋጋሚ ምዝውታር፡ መዓልታዊ እተርእዮ ስምዒታት ንምቁጽጻር ፍሉይ ብርታዐ እዩ ዝፈጥር፡፡ ንኣብነት ዘድልየካ እኹል ድቃስ ንምርካብ የኽእል፣ ምስ ካልኦት ሰባት ኣብ እተካይዶ ርክብ ዝህልወካ ባህሪ ኣሉታዊ ክኸውን ይሕግዝ፡፡

እዚ ኣቃውማ'ዚ ፍርሕን ወጥርን ዝኣመሰሉ ኣብ ሓንጎል ኣሉታዊ ጽልዋ ዘለዎም ስምዒታት ኣብ ምልላይ'ውን ኣዝዩ ሓጋዚ እዩ፡፡ ኩነት ኣእምሮኻ ብምዕባዩ ርእሱ-ተኣማንነት ክህልወካ ይገብር፡፡ ኣብቲ ፈለማ ንምኪያዱ በዓሊ'ኺ እንተኾነ ምስ ብዙሕ ልምምድ ግና ብቐሊሉ ክትተግብሮ ዝከኣል እዩ፡፡

ዝለዓለ ጥቕሙ ሚዛን ሰብነት ምሕላው ክኸውን ዝኾነ እናኸበዱ ንዝኸዱ ናይ ዮጋ ኣቃውማ ንምብጻሕ መሰረታዊን ኣገዳስን ዓቕሚ የሰንቕ፡፡

ብኸመይ ነተግብሮ፤

እዚ ኣቃውማ'ዚ ቁመና ጒዱም ኦም ወይ ገረብ ስለዝመስል፡ ኣቃውማ ኦም (ቭሪክሻ) ብዝብል ስም ይፍለጥ፡፡ እዚ ኣቃውማ'ዚ ዘይከም መብዝሕትኦም ኣቃውማታት ዮጋ ሚዛንካ ንምሕላው ኣዒንትኻ ከፊትካ'ዩ ዝትግበር፡፡ ብኸምዚ ዝስዕብ ድማ ይሰራሕ፦

ምሉእ ብምሉእ ቀጥ ኢልና፡ ኣእዳውና ኣብ ጐንና ጊርና፡ ቀሊዕና ደው ንበል፡፡

ሚዛንና እናሓለና፡ የማናይ ብርክና ቀሩብ ድሕሪ ምዕጻፍ የማናይ እግርና ቀስ ኢልና ብምልዓል፡ ከብዲ የማናይ እግርና ናብ ላዕለዋይ ክፋል ሰለፍ ጸጋማይ እግርና ነርእሶ/ ነቐምጦ፡፡ ከብዲ የማናይ እግርና፡ ኣብ ጸጋማይ ሰለፍና፡ ምሉእ ብምሉእ ረጊጹ ምህላዉ ነረጋግጽ፡፡

ጸጋማይ እግርና ምሉእ ብምሉእ ቀጥ ኢሉ ወይ ቀሊዑ ደው ክብል ኣለዎ፡፡ ኣብዚ ኣቃውማ'ዚ ምስ በጻሕና፡ ሚዛን ሰብነትና ሓሊና ኣዕሚቕና ክነስተንፍስ ኣለና፡፡

ንውሽጢ ክነስተንፍስ እንከለና፡ ቀስ ኢልና ኣእዳውና ልዕሊ ርእስና ብምዝርጋሕ፡ ከብዲ ኣእዳውና ዘርጊሕና ነጋጥም፡፡ እዚ ኣገባብ'ዚ 'ናማስቲክሙድራ' ይብሃል፡፡

ሰንከልከል ከይንብልን ሚዛንና ክንሕሉን ምእንቲ ክነስተንፍስ ይግባእ፡፡ ኣብ ቅድመና ናብ ዘሎ ርሑቕ ነገር ኣተኲርና ምስ እንጥምት'ውን ሚዛንና ክንሕሉ ይሕግዘና እዩ፡፡

ዓንዲ ሕቖ ሰጥ ኢሉ ክቕወም ይግባእ፡፡ ዓንዲ ኣካል ተዓጻጻፊ ኮይኑ፡ ቀጥ ኢሉ ቀይሙ ከም ዘሎ ምስትብሃል የድሊ፡፡ ኣዕሚቕና ክነስተንፍስ ኣለና፡፡ እዚ ክንካየድ እንከለና፡ ሰብነትና ዝያዳ ከም ዝዘርግሕ ብምግባር ፍሉይ ስምዒት ክፈጥረልና ኣለዎ፡፡

ቀስ ኣቢልና ኣእዳውና ናብ ታሕቲ ድሕሪ ምውራድ፡ የማናይቲ እግርና ምፍናው፡፡

ኣብ መወዳእታ ምሉእ ብምሉእ ሰጥ ድሕሪ ምባል፡ ነቲ ኣቃውማ ናብቲ ሓደ ሸነኽ ክፋሊ ኣካል ምዝውታር፡፡

ሚዛንካ ንምሕላው መንደቕ ተደጊፍካ ክትገብሮ ይከኣል እዩ፡፡ እግርኻ ዒጺፍካ ናብ ኣንጻር ብርክኻ ክትሰቕሎ ዘኸብድ ምስ ዝኸውን መደገፊ ዝኸውን ከም ሕጡብ ወይ ጣውላ ክትገብር ይከኣል እዩ፡፡

'ባድሃ ኮናሳና' (Baddha Konasana)

ሓደ ካብቲ ምትዕጽጻፍ ንምምሕያሽ ብቐሊሉ ክትግበር ዝኽእል ኣቃውማ ዕጹው ኩርናዕ (bound angle pose) እዩ፡፡ እዚ ኣቃውማ'ዚ፡ ብቐሊሉ ክትተዓጻጸፈሉ ዝኽእል ብምዃኑ ብፍላይ ንጀመርቲ ጸቡቕ እዩ፡፡ ብዙሕ ረብሓታት ኣለዎ፡፡ ውሽጣዊ ክፋል ኣሰላፍን ኣብራኽን ንምዝርጋሕን ንሓፈሻዊ ዑደት ደምን ዘሐይልን ዘቀላጥፍን እዩ፡፡

ኣካላትና ብግቡእ ክምጠጥ እንተዘይክእሉ፡ ኣእጋርና ኣብ መንጸፍ ዘርጊሕና፡ ከምቲ ዝጥዕመናን ዝኽእልናዮን ጊርና ወይ ናይ ዮጋ መደገፊ ኣብ ትሕቲ ኣብራኽና ጊርና ክንሰርሖ ንኽእል፡፡ ዚ ኣቃውማ ግዝበው ኢልና እውን ክንሰርሖ ይከኣል ኣዩ፡፡

ውሽጣዊ ክፋል ናይ ሰለፍናን ረቃቒቶን ብግቡእ ከም ዝዝርጋሕ ይገብር፡፡ ኣብ ሰሚዒታትና ድማ ህድኣትን ዛሕልን ይፈጥር፡፡ ጎሎን ኣፍልብን ይኸፍት፡፡ ዓንዲ ሕቖ ክምጠጥ ይሕግዝ፡፡ ጭዋዳታት፡ መትኒን ዑደት ደምን የቃቕሕ፡፡

ብኸመይ ነካይዶ፤

ኣብ መሬት ኮፍ ምስባልና፡ ብርክታትና ብሓንጻብ ዒጺፍና፡ ከም መጽሓፍ ናብ ክልቲኡ ኣንፈት ንኸፍቶ፡፡ ክልቲኡ ከብዲ እግርና ነጣብቖ፡፡ ብድሕሪኡ ቀሊዕና ኮፍ ንበል፡፡ ኣእዳውና ንድሕሪት ጠዊና ኣጻብዕትና ኣብ መሬት ምስገበርና፡ ዓንዲ ሕቖና ኣቐሊዕና ኮፍ ንበል፡፡

ኣየር ንውሽጢ ስሒብና፡ ጎሎና ንታሕቲ እናጸቐጥና፡ መንከስከስትና ንላዕሊ ናብ ናሕሲ ቀጥ ኢሉ ከም ዝእንፍት ንገብር፡፡ መንኩብና ንድሕሪት ጊርና፡ ኣፍልብና ንፍሓ፡፡ ጎሎና ብዝግባእ ክኸፈት፡ ኣብራኽና ንታሕቲ ንጸቕጥ፡፡

ኣዒንትና ዓሚትና ብዕምቆት ነስተንፍስ፡፡

ተዓጺፍካ ብኢእዳውካ ኣእጋርካ ምትንካፍ - 'ፓስኪሞታናሳና' (Paschimottanasana)

እዚ ኣቃውማ'ዚ ዓንዲ ሕቖ ኣብ ምዝርጋሕን ጸቡቕ ስምዒት ኣብ ምሃብን ሓጋዚ እዩ፡፡ ብተወሳኺ ዳሕረዋይ ጭዋዳታት ሰለፍ ከም ዝዝርጋሕ ይገብር፡፡

ብኸመይ ካይዶ፤

ኣብ ባይታ ኮፍ ኢልና እግርና ሰጥ ኢሉ ምስ መሬት ከም ዝዝርጋሕ ንገብር፡፡ ብኣጻብዕቲ ኣእዳውና ንዓባይቶ ኣእጋር ተመጢጥካ ምሓዝ፡፡ ተመጢጥና ክንሕዞ ምስ ዘይንኽእል፡ ኣብ ኣእጋርና ገመድ ኣሲርና ክንካይዶ ይከኣል እዩ፡፡

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.ሳጶ. 1284

ትንታነ ዜና

ሚርያም ኣብርሃም

ስምምዕ ሰላም ኢራን-ኣመሪካ ይዕወት ዶ ይኸውን፧

ኣብዚ እዋን'ዚ፡ ኣመሪካን ኢራንን ኣብ ሓደ ትሰፉዉ ናይ ሰላም መድረኽ እየን ዝርከባ ዘለዋ። ክልቲአን ሃገራት፡ ብመንጎኛነት ቀጠርን ፓኪስታንን ተሓጊዘን ኣብ ሓደ ኣተባብዒ ዝኾነ ምዕባለ ከም ዝበጽሓ፡ ብዙሓት ተንተንቲ ፖለቲካ ዓለምና ይገልጹ ኣለዉ። ኣመሪካ፡ ኑቲ ኣብ ልዕሊ ኢራን ዓወት ከየመዝገበት ትርሕርሖ ዘይትመስል ዝነበረት ኩናት፡ ኣብዚ ሕጂ እዋን ናብ ጣውላ ኣቕሪባ ኣብ መደምደምታ ንምብጻሑ ክትጽዕር ኢና ንዕዘባ ዘለና። ከም ዝፍለጥ፡ እቲ ንኣመሪካ ብቢልዮናት ዶላር ዝግመት ክሳራ ዘውረደላ ኩናት፡ ንኢራን ከም ሓንቲ ተፈራሒት ሃገር ንኸትቁጸርን ኣብ ዓለም'ውን ሓይላ ንኸተመስክርን ኣኽኢሉዋ እዩ። ብቐንዲ ወገን፡ እቲ ኣብ ልዕሊኦ ብእስራኤልን ኣመሪካን ዝተወልዐ ኩናት፡ ብሶላ ኣዝዩ ዝተራቐቐ ሚሳኤላ ፍሉይ ቅዲ ኩናታን ኣቐዲማ ክትረኽቦም ዘይከኣለት ድሌታታ ንኸትረክብ ዘኽኣላ እዩ ዝመስል። ግን፡ እዚም ሕጂ ኣመሪካን ኢራንን ዝተሰማምዑሎም እሞ ገለኦም ድሮ ተግባራውያን ክኾኑ ጀሚሮም ዘለዉ ነጥብታት እንታይ ምኽኖም ብዝርዝር ምርኣዮም ኣገዳሲ እዩ።

1. እቲ ሓደ ነጥቢ፡ ኢራን ደስኪሎም ዝጸንሑ ፊናንሲያውያን ሕሳባታ ክምለሱላ ዝግበር እዩ። ኣመሪካ ኣብ ልዕሊ ኢራን ቀድሚ ዓሰርተታት ዓመታት እገዳ ካብ ትእውጅ ንደሓር ጥራይ፡ ብቢልዮናት ዝግመት ሕሳባት ኢራን፡ ኣብ ባንክታት ሃገራት ምዕራብ ደስኪሎም ተሪፎም እዮም። ሕጂ ግን፡ ኣብ መጀመርያ ናይቲ ስምምዕ ኢራን ካብቲ ደስኪሉ ዝጸንሐ ሕሳባታ 12 ቢልዮን ክምለሰላ፡ ኣመሪካ ፍቓድ ሂባ ኣላ። ይኹን'ምበር፡ ኣመሪካ ኑቲ ሕሳብ ንኸትመልሶ ሓደ ጠለብ እያ ናብ ኢራን ኣቕሪባ ዘላ። ንሱ ከኣ፡ ኢራን በቲ ገንዘብ ገዲራ ዝተፈላለዩ ናይ ሕርሻ ኣቑሑ ይኹን ኣእካል ካብ ኣመሪካ ክትዕድግ ዝብል እዩ። ቀንዲ ዕላማ ናይ'ዚ ከኣ፡ ንሓረስቶት ኣመሪካ ንምርባሕ እዩ። እንተኾነ፡ ኢራን ብመንገዲ ኣፈኛ ሚኒስትሪ ጉዳያት ወጻኢኣ እስማዔል ባጋይ ኣቢላ ኣብ ዝሃበቶ ሓበሬታ፡ በቲ ጉዳይ ከም ዘይተሰማማዕት፡ ገንዘባ ኣብ ዝዋጽኣን ኣብ ዝደለየቶን ማዓላ ከተውዕሎ መሰላ ምኳኑን እያ ትገልጽ ዘላ።

2. እቲ ካልኣይ ነጥቢ፡ ኣብ ልዕሊ ኢራን ጸኒዑ ዘሎ እገዳ ክለዓል ዝጠልብ እዩ። ከም ዝፍለጥ፡ ኢራን እቲ ኣብ ልዕሊኣ ንነዊሕ ዓመታት ዝጸንሐ እገዳ፡ ሰፊሕ ዘይብል ቁጠባዊ ክሳራታት ኣውሪዱላ እዩ። እዚ ማለት፡ እቲ ብኑዳዲ ሃብታም ዝኾነ መሬታ፡ ብሰንኪ እገዳ ኣብ ቁጠባኣ ብዙሕ ለውጢ ክምጽኣላ ኣይከኣለን። እዚ ከኣ፡ እቲ ኑዳዲ፡ ኣብ ዕዳጋታት ዓለም በቲ ዘሎ ዋጋ ክሸየጥ ስለ ዘይከኣለ እዩ። ኣብ'ዘን ዝሓለፋ ዓሰርተታት ዓመታት፡ ሓያሎ ሃገራት፡ ካብ ኣመሪካ እገዳ ክየጋጥመን ክብላ፡ ብሕቡእ ካብ ኢራን ኑዳዲ ብትሕቲ ዋግኡ ክሸምታ ጸኒሐን እየን። ሕጂ ግን፡ ኣብ ልዕሊ ኑዳዲ ናይታ ሃገር ዝጸንሐ ማዕቀብ ጥራሕ ብምልዓሉ፡ ኣብ ወሽመጥ ፋርስ፡ ኣብ ዝተፈላለዩ ፒንኢታትን ቦጣትን ተኸዚኑ ዝጸንሐ ኣስታት 67 ሚልዮን በርሚል ኑዳዲ ኢራን ናጻ ኮይኑ ናብ ዕዳጋ ክወርድ ክኢሉ ኣሎ።

3. እቲ ሳልሳይ ነጥቢ፡ መጻብቦ ሆርሙዝ ምሉእ ብምሉእ ክኽፈት ዝጠልብ እዩ። ከም ዝፍለጥ፡ ኣብ ዝሓለፈ 4 ኣዋርሕ፡ እቲ ኣብ ወሽመጥ ፋርስ ዝርከብ መጻብቦ ብኢራን ተዓጽዩ እዩ ጸኒሑ። ኢራን፡ ኑቲ ስትራተጅያዊ ቦታ፡ ከም ፖለቲካዊ መሳርሒ ተጠቒማ እያ ንጸላኢታ ክተጨንቖም ተራእያ። ከምቲ ዓለም ክትምልከቶ ዝጸንሐት ከኣ፡ ኢራን ኑቲ መጻብቦ ብምዕጻዋ፡ ዋጋ ኑዳዲ ብደረጃ ዓለም ብዕጽፊ ክውሰኽ እዩ ተራእዩ። ምኽንያቱ፡ እቲ መጻብቦ፡ መተሓላለፊ ናይ ኣስታት 20 ሚእታዊት ካብቲ ብደረጃ ዓለም ዝኾደ ሰደድ ኑዳዲ እዩ። በዚ ከኣ፡ ማሕበረሰብ ዓለም፡ ኣመሪካን እስራኤልን ኑቲ ዝወልዓኦ ኩናት ብቕልጡፍ ደው ንኸብላኦ፡ ብዙሕ ጸቕጢ ክገብር ተገዲዱ እዩ። ብተወሳኺ፡ እቲ ልዑል ኣገዳስነት ዘለዎ መጻብቦ፡ ንናይ ንግዲ መራኽብ ምዕጻዉ፡ ብደረጃ ዓለም ብቢልዮናት ዶላር ዝግመት ቁጠባዊ ክሳራ ኣውሪዱ እዩ። ኣብዚ ሕጂ እዋን ግን፡ ንኹለን ንግዳውያን መራኽብ ክፉት ኮይኑ፡ ኣብ'ዘን ዝሓለፋ ቀረባ መዓልታት ድሮ ልዕሊ 70 ናይ ንግዲ መራኽብ ብዘይ ዝኾነ ዕንቅፋት በቲ መጻብቦ ክሓልፋ ክኢለን ኣለዋ። ኣብዚ ጉዳይ ኣተኩርና ምስ እንምልከት ግን፡ ንኣመሪካን ኢራንን ሓደ ዘየሰማምዐን ነጥቢ ከይሃለወን ኣይተርፍን እዩ። ንሱ ከኣ፡ ኢራን ንመጻብቦ ሆርሙዝ ኣብ ትሕቲ ቁጽጽራ ከተእትዎ፡ ንኹለን እተን በቲ መስመር ዝሓልፋ መራኽብ ድማ ክትቆጻጸረን እዩ ድሌታ። ይኹን'ምበር፡ ኣመሪካ ትኹን ካልኦት ኣብቲ ዞባ ዝርከባ መሻርኽታ፡ ነዚ ነጥብ'ዚ ኣይሰማምዓሉን እየን። እኳ ደኣ፡ ኣብዚ ሕጂ እዋን እተን ጎረባብቲ ኢራን ዝኾና ሃገራት ዓረብ፡ መጻብቦ ሆርሙዝ ንበድሕሪ ሕጂ'ውን እንተኾነ ፖለቲካዊ መሳርሒ ኢራን ከይከውን ውሕስነት ክግበረሉ እየን ዝጠልባ ዘለዋ።

4. እቲ ራብዓይ ነጥቢ፡ ንዳግመ ህንጸት ቁጠባዊ ምዕባለን ኢራን ዝውዕል 300 ቢልዮን ዶላር ክሳዕ ዝጠልብ እዩ። ኣብቲ ኩናት ዝዓነዉ ትሕተ-ቅርጺታት ኢራን ዳግማይ ክህነጹን ቁጠባኣ ክበራብርን ስለ ዘለዎ፡ ኣመሪካ ነታ ሃገር 300 ቢልዮን ዶላር ክትህባ ኣብ ስምምዕ በጺሓ ኣላ። ኣመሪካን እስራኤልን በቲ ብቢልዮናት ዶላር ዝዋግኦም ዘመናዊ ኣጽዋረን ተጠቒመን ንሰፋሕቲ ከባቢታት ኢራን ኣዕንየንኦ እየን። በዚ ድማ እያ ኢራን ምስ ኣመሪካ ኣብ ስምምዕ ሰላም ክትበጽሕ እንተ ኾይና፡ ዝዓነዉ ትሕተ-ቅርጺታታ ዳግማይ ንኽህነጹ ካሕሳ ዝሓተተት። እዚ ኢራን ዘቕረበቶ ጠለብ ብኣመሪካ ተቐባልነት እንተ ዘይረኸበ ግን፡ ኢራን ኑቲ ስምምዕ ሰላም ደው ከተብሎ ምኳና እያ ኣብ ዝሓለፈ እዋናት ከተጠንቅቕ ተሰሚዓ። ይኹን'ምበር፡ ኣመሪካ በቲ ኢራን ዘቕረበቶ ጠለብ ብምስምማዓ፡ እቲ ዝተ ሰላም ኣብ ተግባር ክውዕል እዩ ተራእዩ።

5. ሓሙሻይ ነጥቢ፡ እስራኤል ኣብ ልዕሊ ሊባኖስ ተካይዶ ዘላ መጥቃዕቲ ምሉእ ብምሉእ ደው ከተብሎ ኣለዋ ዝብል እዩ። እስራኤል፡ ካብ ዝሓለፈ መጋቢት ኣትሒዛ ኣብ ልዕሊ'ቲ ብኢራን ከም ዝድገፍ ዝንገረሉ ሊባኖሳዊ ምንቅስቓስ ሕዝቦላህ ሓያል መጥቃዕቲ ክተካይድ ጸኒሓ እያ። ብሰንኩ ከኣ ልዕሊ 4,100 ሊባኖሳውያን ከም ዝተቐትሉ እዩ ዝግለጽ። በዚ እያ ከኣ ኢራን ምስ ኣመሪካ ኣብ ስምምዕ ንምብጻሕ ክትዛተ ኣብ ዝጀመረትሉ እዋን፡ ጉዳይ ሊባኖስ ጉዳያ ምኳኑ ዘረጋገጸት። እስራኤል ኣብ ልዕሊ ሕዝቦላህ ተካይዶ ዘላ መጥቃዕቲ ደው እንተ ዘይኣቢላ ከኣ፡ እቲ ዝተ ሰላም ቀጻልነት ከም ዘይህልዎ፡ ኢራን ኣብቲ ሸው እዋን ኣፍሊጣ ነይራ። ብእኡ ምኽንያት እየን እምበኣር ሊባኖስን እስራኤልን ኣብዚ ሕጂ እዋን ሓምሻይ ዙርያ ዝርርብ ዘካይዳ ዘለዋ።

6. ሻዱሻይ ነጥቢ፡ ኣመሪካ ኣብ ልዕሊ ወደባት ኢራን ኣጸኒዓቶ ዝጸንሐት ዕጽዋ ደው ከተብሎ ከም ዘለዋ ዝጠቅስ እዩ። ብመሰረት እቲ ዝተኸተመ ውዕል፡ ኣመሪካ ናብ ወደባት ኢራን ከይኣትዋን ካብኡ ከይወጻን ክትዓግተን ዝጸንሐት ናይ ጽዕነት መራኽብ፡ ሕጂ ብዘይ ዝኾነ ዕንቅፋት ክሓልፋ ፍቓድ ሂባ ኣላ። ኣብ እዋን'ቲ ኩናት፡ ብኢራን ንዝተዓጽወ መጻብቦ ሆርሙዝ ዳግማይ ንምኽፋት ኣማራጺታት ሃሰው ትብል ዝነበረት ኣመሪካ፡ ንወደባት ኢራን ኣብ ከበባ ምእታዉ፡ ከም ሓደ ኣገዳሲ ስጉምቲ እያ ርእያቶ። ብኡ ምኽንያት ከኣ፡ ኣብ'ዘን ዝሓለፋ ክልተ ኣዋርሕ፡ ወደባት ኢራን ንጥፈታተን ደው ክብላ ተገዲደን ምጽንሐን ጸብጻባት የመልክቱ።

ብሓንጻሩ፡ ኣብ መንጎ ኢራንን ኣመሪካን ኣከራኻሪ ኮይኖም ዘለዉ ገለ ነጥብታት'ውን ኣለዉ። ገለ ካብኣቶም ከኣ እዞም ዝስዕቡ እዮም፦

* ኢራን ሚሳይላት ከይትፍሪ ብኣመሪካ ዝቐረበላ ሕቶ ክትነጽጎ እያ ትረአ ዘላ። ዝሓለፈ ረቡዕ ኣብ ፓኪስታን ምብጻሕ ዝኾደ ፕረዚደንት ኢራን መስዑድ ፐዝሽኪያን፡ ኣብ ጉዳይ ሚሳይል ሃገሩ መግለጺ ክህብ እዩ ተሰሚዑ። ፕረዚደንት ፐዝሽኪያን ‘ኢራን፡ እዞም ከይትፍርዮም ትሕተትሎም ዘላ ሚሳይላት እንተ ዘይህልዉዋ፡ ኣብ'ዘን ዝሓለፋ 4 ኣዋርሕ ልክዕ ከም ቓዛ ምሉእ ብምሉእ ምዓነወት ነይራ” ክብል ተዛሪቡ። በዚ ከኣ፡ ምፍራይ ናይ'ዞም ህላውነታን ፖለቲካዊ ስርዓታን ንኽትቕጽል ዓቢ እጃም ዘበርከቱ ሚሳይላት፡ ካብ ምፍራዮም ከም ዘይትቘጠብ ኣፍሊጡ።

* ተቐጻጻርቲ ኣህጉራዊ ትካል ኣቶማዊ ጸዓት ናብ ኢራን ክኣትዉ ፍቓድ ክወሃቦም ዝብል ነጥቢ'ውን፡ ብኢራን ዛጊት ተቐባልነት ኣይረኸበን ዘሎ። ኢራን፡ እቲ ኣህጉራዊ ትካል ጸዓት (IAEA)፡ ናብ ሃገራ ኣትዩ ዝኾነ ምክትታል ይኹን ቁጽጽር ከካይድ ፍጹም ከም ዘይተፍቅድ እያ ትገልጽ ዘላ።

ሪፖርታዥ

“ኣብ ዲጋ ቶኮር ምስ ጀጋኑ ልምዓትን መኸተን ምውዓልና ሕጉሳት ኢና” ኣባላት ባይቶ ዞባ ማእከል

ዲጋ ቶኮር ብኸፊል

ኣብርሃም ዘርአ (ወዲ-ሃለቃ)

ስእሊ-ኣብርሃም በየነ

ሰራዊት ኤርትራ ብልሒ. ሴፍ ዝውንን ሰራዊት እዩ፡፡ ኣብ እዋን ኩናት ከይተጻዕደ ደሙ ብምኽፋው ክብርታት ልኡላውነቱ ይዕቅብን ሃገር እናተኸላኸለ የውሕስን፡፡ ኣብ ግዜ ሰላምን ናይ ተዛ ሃዋህውን ድማ ርሃጹ እናኸፈለ ከየዕረፈ ኣብ ምዕባለን ልምዓትን ሃገር ብትብዓትን ጽንዓትን ይተባባዕ፡፡ ኩሉ ዝዑብሮ ንጥፈታት ንስለ ራህዋን እፎይታን ህዝቡ እዩ፡፡ ህዝቢ ድማ ኣብ ጉድኑ ተሰሊፉ ኑዱ ደቁ ይኸውን፡፡ ኑቲ ወትሩ “ኣሚን” እናበለ ዝጽውዖን ኣሚኑ ዘወፍሮን ጉይታ እምነትን መትከልን ዝኸበ ወላዲ ድማ ምስ ተባዕ መረሕኡ ኣጆኹም እናበለ መመለሱ ከም ዝስውድ ይገብር፡፡ ገቦታት ቀዲዱ ኣኻውሕ ይጨድድ ጽርግያ ይሰርሕ፡ ዓበይቲ ኩርባታትን እምባታትን ንዱሉ ዲጋታት ይሃንጽ፡፡ ብሓጺሩ ብረትን ኣፍራዛን እናበራረየ ምስ መሬትን ባህርን ይረባረብ፡፡ እዚ ድማ ኣብ ህዝብን መንግስትን ኤርትራ ባህልን ባህርን እዩ፡፡ እናሓንሰኤ መንነት’ዩ ምባል’ውን ይቐልል፡፡

ተውሰ ልምዓት፡ ዲጋ ባዶሚት ኣሎ እንተ

መምህር ኣብርሃም ሰመረ

ተባህሉ ኣብ ዲጋ ሎጎ ይረኽ፡፡ ኣብ ከረጎበት’ዩ ዘሎ እናተባህሉ ኣብ ዲጋ ጋሕቴላይ ይዝንዝም፡፡ ኣብ ገርሰት ኣሎ እናበልካዮ ድማ ኣብ ዲጋ ገርገራ ይቕልቀል፡፡ ኣብ ዲጋ ሰረደቆ ዓላ ጋዴን ቀንጆ እናበልካዮ፡ ኣሻቡ እዩ እንድዒ፡ ኣብ ዲጋ ተኮር ይጽንሓካ፡፡ ናይ ሓመድ ጽርግያ ኣብ ምብራቓዊ ኣጻድፍ ከባቢ. እምባ ሶይራ ይጸርግ ኣሎ ኢለምኻ፡ እንታይ እዋኑ ይዕከዞ - ኣብ ምዕራባዊ ቆላታት ቅድሚ ክራማት ምምጻኡ ዓበይቲ ቢንቶታትን ገላርያታትን ክሃንጽ ድቃስ ለይቲ ዘይብሉ ይጽንሓካ፡፡ ኣብ ሓንቲ ሓውሲ. ከተማ ማዝርግሒ. ማስመር

ማይ ይኸዕት ኣሎ ይብሉኻ’ሞ፡ ኣብ ሓንቲ ዓዲ ምስ ህዝቡ ኩይኑ ቤት ትምህርቲ ክሃንጽን ክጽግንን ትረኽቦ፡፡ እዚ ትብዓት እዚ ድማ ሳላ እቲ ነቕ ዘይብል መትከሉን ርእሰ ምትእምማን ወርሻታቱን ዝተረኽበ ጸጋ እዩ፡፡ ቀትሪ ጸሓይ የዕርቡ፡ ለይቱ እናደገመ ብጉልበቱን ብዘዋጠቖ ማሽነሪን ንዝተለሞ ጉዕዞ ሓርነት ህዝቡ ኣብ ምዕራፉ ንምብጻሕ መዓልቱ ከየጽብለ ይቃለስ፡፡

ኣብ’ዚ ሕጂ እዋን ኣብ ሃገርና ጥራሕ ዘይኮነ ብደረጃ ዓለም፡ ኣህጉርን ጸገም ዝስተ ማይ ዋሕዲ እናጋጠመ ይኸይድ ከም ዘሎ ዝፍለጥ እዩ፡፡ መንግስትና ድማ ዝ. ኣብ ሃገርና ዝረአ ዘሎ ጸገም ናይ ማይ መዕለብን ፍታሕን መታን ክረክብ ሃገራዊ ፕሮጀክታት ኣኽቲቱ ኣብ ሓያል ጻዕርን ርብርብን ተጸሚዱ ይርከብ ኣሎ፡፡ ሓደ ካብ’ቲ ናይ’ዚ ኣልዒልናዮ ዘለና

ሕቶ ማይ ንምፍታሕን ንምውሓስን ዝቐየድ ዘሎ ወፍሪ፡ ብኣበሩት ዘራጉድ ድማ ኣብ ዲጋ ቶኮር ዝቐየድ ዘሎ ንጥፈታት ልምዓት እዩ፡፡

ብ23 ሰነ ኣባላት ባይቶ ዞባ ማእከል፡ ናብ’ቲ ኣብ ን/ዞባ ሰረጀቃ ተደኲኑ ዝርከብ ሓደሽ መመንጨዊ ማዕከን ዲጋ ቶኮር ዑደት ኣካዪዶም፡ ንህንጻዊ ስርሓቱ ድማ ተዘዋዊሮም ተዓዚቦም፡፡ እቶም ኣባላት ኣብ’ቲ ቦታ ተዋፊሮም ንዘሃንጹ ዘለዉ ኣባላት ፕሮጀክት ዓዲ ሃሎን፡ ሓይልታት ምክልኻልን ናይ ምሳሕ እንግዶትን ምዝንጋዕን መደብ ብምውዳብ ዕውት ንጥፈት ኣካይዶም፡፡ እቶም ዑደተኛታት፡ ፈለማ ካብ ምምሕዳር ከባቢ. ዳዕሮ ኑቲ 4.5 ዝነውሓቱ ብማእከል ኈቦታት ተጠዋወዩ ናብ’ቲ ዲጋ ዘእቱ ሓዲሽ ናይ ሓመድ ጽርግያን 12 ሜትሮ ዝነውሓቱ ዓቢ. ቢንቶን ብኣንክሮ ተዘዋዊሮም ተዓዚቦም፡፡

ብድሕሪ’ዚ. ኣባላት ባይቶ ዞባ ማእከል፡ ኑቲ ኣብ ምዝዛም በጺሑ ዘሎ ህንጻት ሓደሽ መመንጨዊ ማዕከን ዲጋ ቶኮርን ትሕተ ባይታዊ ማጁን ብደቂቕ ተዓዚቦምን፡ ብኽኢላታት ድማ መብርሂ ተዋሂብዎምን፡፡

ኣብ’ቲ ኢጋጣሚ ንበዙሓት ኣባላት ባይቶ ዞባ ማእከል፡ ጸገም ማይ ንምፍታሕ ኣብ ዝሰላሰል ዘሎ ልምዓታዊ መደባት ዲጋ ቶኮር፡ እንታይ ከም ዝተዓዘቡ ኣብ ዝተወከሰናሉ፡ ሰራዊትናን ፕሮጀክት ዓዲ ሃሎን ተወሃሂዶ ማይን ጸብን ብምዃኑ ኣብ’ዚ ሃገር ንዘፍጽሞ ዘሎ ቅያን ተኣምራትን ናይ ልምዓት መደባት መጉሶም፡፡ ሽሻዮም ሐሆም ናብዮም ንመሬት ከም ድሌቶም ዝኸሓሕሉ ጀጋኑ ህንጻት ምብጽሖም፡ ከርዓት ከም ዝሰምዖም ብምሕባር፡ ኑቶም ኣብ’ዚ. ስራሕ ዝቃለሱ ዘለዉ ሰራዊት ልምዓት ምትብባዕን “ኣጆኹም” ምባልን ዓቢ ስንቂ ምዃኑ ገሊጾም፡፡

እቶም ተሳተፍቲ ብምቕጻል፡ ኣባላት ልምዓት ኣብዛ ሃገር ዘበርክትዎ ዘለዉ ሃገራዊ ዕማም ቀሊል ከም ዘይኮነ ብምግላጽ፡ ከም ጸላእት ኣብ ኩሉ ንጥፈታቶም ከም ዘለዉ ጠቒሶም፡፡ ንሶም ኣብ መወዳእታ፡ ዕዙስ መሪሕነትና ጸገማት ህዝቡ ብምልላይ ከከም ቀዳምነታቱ ሰረው ንዘካይዶ ዘሎ ሓርበኛነት ልምዓት ብምንኣድ፡ እዚ. ኣብ ዲጋ ቶኮር ተሰሪሑ ዘሎ ፕሮጀክት ድማ ንዘጋንፍ ሾግር ናይ ማይ፡ ዓቢ. ኣስተዋጽኦ ከም ዝገብር ብምትስፋው፡ ንሶም’ውን ከም ኣካል መንግስቲ፡ ካብኦም ዝሕተት ዘበለ ንምብርካት ድሉዋት ከም ዘለዉ. ሓቢሮም፡፡

ኣባላት ባይቶ ብሞያተኛታት እናተገልጸሎም

ብድሕሪ’ዚ. እቶም ዑደተኛታት፡ ናብ’ቲ ሰቲ እተሓሰሰን ጥንፈራ ኤርትራ እተሸለመን ሃገርገር ዝብል ዳስ ደቂ ጽንዓት እያም ኣምሪሖም፡፡ ናይ’ቲ ዕለት ናይ ክብሪ ዕዱማት ሓለፍቲ መንግስትን ግንባርን ዞባን ን/ዞባታትን፡ ሰራዊት ልምዓትን ወከልቲ ህዝብን ጦታኦም ምስ ሓዙ ድማ መደብ ኑቶም ንስለ ክብሪ ሃገሮምን ህዝቦምን ዝወደቑ ጀጋኑ ሰማእታትና ብምዝካር’ዩ ብወግዒ ፈሊሙ፡፡

ፈለሙ ኑቲ ዝቐየድ ዘሎ ልምዓታዊ መደብን ኢጋጣሚን ኣመልኪቱ ቃል ንኸስምዕ ዝተዓደመ፡ ሓላፊ ምውህሃድ ፕሮጀክታት ዓዲ ሃሎን ክፍሊ. ማይን ከምኡ’ውን ማእከል ካርታን ሓበሬታን ጅሚትሪ ጌታቸው መርሃጽዮን እዩ፡፡ ንሱ ኣብ ዘስመዖ ቃል፡ ዲጋ ቶኮር ናይ ዕስራን ኣርባዕተን ዓመታት ዕድመ ዘለዎ ዲጋ ብምዃኑ፡ ዝዓጠቖ ነፍሲ-ወከፍ ሓዲ ሽሕን 100 ሜትር ኩቦ ማይ ዝቖጽንንፅ ፖምፓ

ብሰንኪ. ምእራግ ኣብ ዕደላ ማይ ጸገማት ኪጋጥም ምጅንሑ ብምሕባር፡ ንምትክኡ ብሓያል ጻዕሪ መንግስትን ህዙብን ሰራዊትን ክሰርሕ ምጅንሑ ኣፍሊጡ፡፡

“ማይ ህይወት እዩ፡፡ ስለ ዝኾነ ሕጽረት ኣብ ዚጋጥመሉ እዋን፡ ዝሀሉ ጸቕጢ. መዳርግቲ የብሉን” ዝበለ ሌ/ኮ ጌታቸው፡ ንዝጸንሐ ብደሆታት ንምቕላል መንግስቲ ብልዑል ወጻኢታት፡ ነፍሲ-ወከፈን ኣብ ሰዓት 600 ሜትር ኩቦ ማይ ዝቖጽንገዓ ሓደስቲ ናይ ኤለክትሪክ ፖምፓ ምስ ሓደስቲ ጀነሬተራት ብምውዳድ ንስራሕ ድሉው ከም ዝገበረ ገሊጹ፡፡

ሌ/ኮ ጌታቸው ወሲኹ፡ ዲጋ ቶኮር እንተ መሊኡ፡ ሩብ ቶኮር ንምሰጋሩ ኣዝዩ ኣጸጋሚ ክኑብሮ ከም ዝኽእል ኣብ ግምት ኣትዩ ፕሮጀክት 8 ዓዲ-ሃሎ ኣብ ውሽጢ. ሓጺር ግዜ 12 ሜትሮ ዝነውሓቱ ሓደሽ ቢንቶ ብምህናጽ ንኣገልግሎት ኣዋዲድዎ ከም ዘሎ’ውን ሓቢሩ፡፡

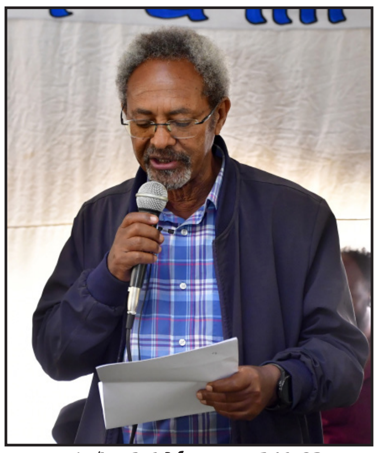
ንሱ ኣብ መወዳእታ፡ ምትካል ናይ’ዚ ሓደሽ መመንጨዊ ፖምፓታት፡ ንዘበረ ሕጽረት ማይ ነበርቲ ኣብ ሓጺር እዋን ክፈትሕ ዘለዎ እምነት ብምግላጽ፡ ኑቲ ስራሕ ንምዕዋት ዝጸዓሩ ኩሎም ኣካላትን ኑቲ ናይ ምሳሕ እንግዶት ዝወደቡ ኣባላት ባይቶ ዞባን ልዑል ምስጋንኡ ገሊጹ፡፡

መስርሕ ህንጻት ዲጋ ቶኮር ኣብ 1998 ዝጀመረ ኩይኑ፡ ኣብ 2002 ዓ’ም እዩ ተዛዚሙ፡፡ ኣብ ማእከል ዓድታት ዳዕሮ፡ ዐናላይ፡ ዓመጺ. ዝርከብ ዲጋ ቶኮር፡ 14 ሚልዮን ሜትር ኩቦ ማይ ከም ዝሕዝ ይፍለጥ፡፡

ሰራዊት ልምዓትን ኣባላት ባይቶን ኣብ ምዝንጋዕ

ኣቦመንበር ባይቶ ዞባ ማእከል መምህር ኣብርሃም ሰመረ ብወገኑ ኣብ ዘስመዖ ቃል፡ መንግስቲ ጠለባት ህዝቢ. ንምምላእን ተበጺሕነት ማሕበራዊ ፍትሒ. ንምርግጋጽን ብቐዳምነት ይሰርሕ ምህላዉ. ብምግላጽ፡ ኣብ ምዕቃብ ማይን ሓመድን መሰረት ብምግባር ዝስተ ማይ ህዙብን ጥሪትን ንምውሓስ ኣብ ዝተኻየደ ጻዕሪ ቀረብ ማይ ኣብ ገጠራት 90 ሚእታዊት ክበጽሕ ከም ዝኸኣለ ኣብሪሁ፡፡

ቀረብ ማይ፡ ናብ ህዝቢ. በቲ ዝድለ መጠን ኪየብጽሕ ብዙሕ ዕንቅፋት ከም


ሌ/ኮ ጌታቸው መርሃጽዮን

ዝጸንሐ ዝሓለፈ መምህር ኣብርሃም፡ ዋሕዲ ትሕዝቶ ናብ ዲጋታት ዝኣቱ ማይ ብቐንዱ፡ ተደጋጋሚ ምብልሻው መጨንገዒ ሞተረታት ማይን ሕጽረት መለዋወጥን ብሓፈሻ ከኣ ንምፍትሑ መንግስቲ ክወስዶ ዝጸንሐ ተበግሶታት ኣብ ደረጃ ምዝዛም ብምብጽሑ ኣበርክቶ ዝገበሩ ኩሎም ኣካላት ሞጊሱ፡፡

ብድሕሪ’ዚ. ኩሉ ተሳታፊ ናይ’ቲ መደብ ኣባላት ባይቶ ዞባ ማእከል ብዘምጽእዎ ሽሻይ ምሳሕን እንግዶትን ምስ ተቛደሱ፡ ብቐጥታ ናብ’ቲ ዝተዳለወ ናይ ምዝንጋዕ መደብ እዩም ተሰጋጊሮም፡፡ ኣብ ቦታ ጽንዓት ምስ ሰራዊት ጽንዓትን ልምዓትን ድማ ኩሎም ኣካላት መንግስቲን ግንባርን ኣባላት ባይቶን፡ ህዝቢ. ምምሕዳር ከባቢ. ዳዕሮን - ኣብ ዳስ ሓድነትን ፍቕርን ሓቢሮም ክዘናግዑ ወዒሎም፡፡

ኣብ’ዚ. ሃገር፡ ከምዚ. ዓይነት ስኒትን ወሀደትን ጉሊሑ ዝረኣን ጭዋ ባህሊን ስነምግባርን እዩ፡፡ እዚ. ከኣ ካብ ቀዳሞት ሕብረተ-ሰብ ኤርትራ እናተወራረሰ ዝመጸኣን ኣብ ግዜ ሰውራን ድሕሪ ናጽነትን ከኣ ብዝለዓለ እናተደረዐ ዝቐጸለ ያታ እዩ፡፡ እዚ. ከኣ፡ ኣብ መንጎ መንግስትን ህዙብን ሰራዊትን ዘሎ ስሉሳዊ ሰንሰለት ጥምረት ሓድሕድን ምክብባርን እዩ፡፡ እዚ. ሃገራዊ ቃና እዚ’ዩ ከኣ፡ ምስጢር ተረር ሃገራዊ ሓድነትና፡፡ ትማሊ. ዱላ በትሪ ኣወጣዊጦም፡ ክሳድ ኣመንጉዶም ሰቡሕ ሃብትና ክዮዙቡ፡ ሓድነትና ክዘርጉ ህዙብና ከቡኑብሱ ዝተበገሱ ሓይልታት፡ ሳላ እዚ. ምስጢር እዚ. እዮም ተሳዒሮም፡፡ ኣኽለ! ካልእ ምስጢር የለን - ሳላ ሓድነትን ጽንዓትን፡፡

እቲ ፍርቂ መዓልቲ ጀሚሩ፡ ብኣቦመንበር ሽማግለ ቀጠባዊ ልምዓት ባይቶ ዞባ ማእከል ጋዜጠኛ ደብሳይ ወልዱ ክወሃሃድን ክእለን ዝወዓለ መድረኽ ድማ ኣማኢያኡ ብሃገራዊ መዝሙር ተዛዚሙ፡፡

ማህደር ጀጋኑ

ሽሞንዲ ዑቕባሚካኤል

ግፍዒ 3-ዓድታት ደቂድግና

ህዝቢ፡ ገለኡ ንሰሚን ገጹ፡ ኣቓድም ኣብሉ ካብቲ ዓዲ ከልግስ ኾይሉ ዝጸንሐ ድማ ንሽፍታ ምብራቕ (ናብ ጸቡ) ሃደሙ። እንተኾነ ጸላኢ፡ ልክዕ ንሓደ ወተሃደራዊ መዓስከር ይድምስስ ከም ዘሎ፡ ተቐዳዲሙ ኑዩም ስትራተጂያውያን ቦታታት'ዩ ተቖጻጺሩ። ኑተን ብሽፍታ ምብራቕ ዓድታት ጉላን ተራእምንን ዘለዋ ቦታታት ስለ ዝሓዘ ኑቲ ንላጉል ሕርሻን ዓዲ ታኼታን ኣብ ቀጽጽር ሻንበቆ ኣጸዋሩ ብምእታው፣ ሓንቲ ገበን ዝይብሎም ሰላማውያን ሰብት ብዘመልከተለይ ካብ ማዕዶ ከውድቖም ተራእዩ። ኣኽሳባት ቀጭቀጭ! እናበለ፣ ኣሓ'ውን ጭራኣን ኣልዓለን ኣእጋርም ናብ ዝመርሖም ነፊጹ። ወተሃደራት ጸላኢ ኑቲ ጸዩፍ ተግባር ከሳ ኢሉም ብመደብ ተማቒሎም ተግበሩዎ። ኣሕሳርን ሃዳሙን ዘቃጸለ፣ ብሰንኪን ብጤያይትን ሰብት ዘቐትሉን መጸዓኛ፡ ከብትን ጤለበሪን ዘቐዝፉን ተኸፋፊሎም ብኣልማማ ናይ ምጽናቶም ወፍሪ ተተሓሓዙዎ።

ከምቲ ልዕል ኢሉ ዝተገልጸ፡ ተቐማጦ ጉላ፡ ጸላኢ ብምብራቕ መጺኡ ሕውሰ ስለ ዝበሎም፡ ንብዙሓት ነርቲ ካብ ገዛውቶም ከይወጽኡ ኣርከቡዎም'ዩ። በዚ ምኽንያት ካብታ ዓዲ'ቲኣ ጥራይ 10 ሰላማውያን ሰብት ተቐቲሎም። ሰለስ ዝተረሸኑ፡ ኣቶ ኣብርሃም በየን ነማርያም፡ ወይዘሮ ማና ኃንጉል (ሰይተብዩ ካሕሳይ ጉብሩ፡) ጥሻይ ወልደማርያም ክንፈ፡ ኣቶ ገረኪዳን ሰእሉ (ዓይነስወር ሽማግለ ሱብኣይ፡) ኣቶ ገረኽስቶስ ሰእሉ (ሽማገለ ኣቦ ሓዉ ንኣቦይ ገረኪዳን ሰእሉ፡) ካብ እንዳጥና ዝመጸኣ ሓንቲ ፈላሲት፡ ኣቶ ወልድኣብ ተሰማ (ምስ'ቶም ክልተ ኣሕዋትን ፈላሲትን ኣርባዕቲኣም) ኣብ ደገሰም ዝተረሸኑ እዮም። ሃገስ ኪዳ (ወዲጓቓት) በቲ ናይ ሰንበት ኩነታት ክረድኦ ኢሉ ናብ ጉላ ምስ መጸኣ ዝተለከመ። ሚልዮን እምባዩ ወዲ ተራእምኒ'ውን ኣብ ጉላ ሞይቱ፣ ተኾለ ተሳርያም (ጋሻ እንዳ ተኸለወልዱ) ነይሮም።

መቐሰልቲ ዘጋጠሞም፡ ፊተውራሪ ካሕሱ ረዳ፡ ኣቶ ጉብሩ ቀሺ ወልዳካርስ፡ ወይዘሮ ዘፋን ዘዮ (ሰይቲ ኣቶ ጉብርሂት፡) ኣቶ ንገሰ ሰቑር፡ ወይዘሮ ተኽኣ ገረመስቀል። ደምር ብሰንበትን ሰሉብን ኣብ ጉላ ዝተቐትሉ ጉር 21 ዝቖሰሉ 5 ሰብት እዮም። 80 መንበሪ ሃዳሙ ምስ ምሉእ ንብረቱ ብሓዊ ተሃሚኹ። 150 ጤለበራ ከብትን መጸዓኛን ብጤያይት ተቐዚፈን።

ተቐማጢ ኣስመራ ሙብራቱ ነጋሽ፡ ኣብ ጉላ ግፍዒ ክፍጸም እንከሎ፡ ካብቲ ኣብ ከተማ ኣጋጢሙ ዝነበረ ናይ ራዕድን ሽበራን ኩነታት ተኣልዩ፡ ከም ብዙሓት መንእሰያት ሃዲሙ ኣብቲ ዓዲ ነይሩ። እቲ ኣብ ኣስመራ ዝነበረ ጸገም ኣብ ጉላ'ውን ስለ ዝቖጸለ፡ መኪናኡ ሒዙ ካብቲ ዓዲ ንምልጋስ፡ ሰለስ ንግሆ ንጸቡ ገጹ ክወጽእ ወተሃደራት ርእዮሞ። ኣርከቡም ንምቕታሉን መኪናኡ ንምቕጻልን ብኣቋራጭ ክቕድሙዎ ፈቲኖም ነይሮም። ግን ከርክቡዎ ኣይከኣሉን። እንተኾነ፡ ዘይተሓሰበ ንእግረመንገዶም ኣብርሃም በየን ንዝተባህለ ካልእ ሰላማዊ ሰብ ረኺቦም ኣብቲ በረኻ ቀቲሎሞ።

ወይዘሮ ማና ኃንጉል (ሰይቲ ኣቶ ካሕሳይ ጉብሩ) እውን ከምኡ፡ ድኾን ተሰኪማ ናብ ጸቡ እናኸደት፡ ኣብ ጐማዢም እንዳሰፍሃ ኣርከቡም ቀቲሎማ። ኣብቲ ግዜ'ቲ ክሹ፡ መሻማዕ ኣብቲ ገጠራት ዝውቱር ኣይነበረን። ለቖታ ንምርካበ'ውን ቀሊል ብዘይምንባሩ ሓረስቶት ጊሮብ ኣሰፊዖም መጸወሪ እኽሊ ይጥቀሙ ነይሮም። ወይዘሮ ማና ከኣ፡ መቑጸ ሰድራቤታ ዝኸውን ሰንቂ ሓርጭ ኣብ ንእሽቶ ድኾን ጸይራ ካብ ጉላ ንጸቡ ክትወጽእ ክትብል፡ ጸላኢ ኣብ መንገዲ ኣርከቡ ቀቲሉዋ።

ኣደይ ማና፡ በቶም ወተሃደራት ክትቕተል እንከላ፡ ኣቦይ በራኺ ኣብ ከጠብኣ ተሓብኡ ይዕዘቡ ነይሩ። ነታ ጽፅንቲ ኣደጉ'ውን እቶም ወተሃደራት ንመትሓዚ እኽሊ ጽዕነታ ቀዳዶም ናብ መሬት ብምኽዐዎ ምስ ሓመድ ሓዋወሱዎ። ቀጺሉም ነታ ኣደጊ ኩቡዳ ካራ ከእትወላ ኸለዉ፡ ኣቦይ በራኺ ኣብ ቆጥቋጥ ተሓቢኦ፡ "ብኣኺ የሕልፎ!" እናበለ ተጸቒጡ ብጸሎት ኣሕለፍዎ።

ወይዘሮ ለተስላሰ ጉብረስላሰ (ሰይቲ ኣቶ ተኽላይ) መኸነ ኣጉዳ እንጀራ እናሰንከተት ከላ'ዩ ኣብቲ ዓዲ ናይ ግፍዒ መጥቃዕቲ ተጀሚሩ። ንብርሃ ወዳ (ብርሃ ተኽላይ) "ብደገ ዕጸወኒ'ሞ ኪድ ህደም" ምስ በለቶ፡ ከምኡ ጌሩ ከይዱ። ብድሕሪኡ ወተሃደራት መጺኦም ኑቲ ገዛ ሓዊ ረኲዮምሉ። ቀሺ ደብረጼን ካብ ገዝኡ ሃዲሙ ኣብ ቀጽሪ እንዳ ኣቶ ተኽላይ ተሓቢኡ ስለ ዝጸንሐ፡ ወይዘሮ ለተስላሰ ኣብ ውሽጢ'ቲ ባርዕ ዝጀመረ ገዛ ከም ዘላ ኣረጋጊጹ ነይሩ። እቶም ወተሃደራት ካብቲ ቀጽሪ ምስ ተኣልዩ ኸኣ፡ ቀጥታ ንወይዘሮ ለተስላሰ ከድሕን ፈተኑታት ገይሩ። እቲ ባርዕ ብሽፍታ ገዛ ምቕራብ ስለ ዝኸልኦ፡ ስም ለተስላሰ እናጸወዐ ብድሕሪ ገዛ መንደቕ ክፍርስ ጀሚሩ። ግን ብኡ'ውን ትኪ ዓፊኑዎ ክቕርቦ ኣይከኣለን። ካብኡ ሓሊፉ ዓጢ... ጥ! እናበለ ክወድቕ ስለ ዝተቓረበ ኣብ ምድሓን ወይዘሮ ለተስላሰ ኣይተዓወተን።

ካብ ጉላ ህደም ህደም ምስ ኮነ ሰንከላንን ደቂ 90 ዓመት ሽማግሌታትን ክንቀሳቐሱ ስለ ዘይክእሉ፡ ኣብቲ ቤተክርስትያን ክዕቆቡ ተባሂሉ፡ ወሉዶየም ተደጊፎም ኣብ ደገሰም ኣእትዮም ገዲፎሞም ሃዲሞም። ኣቦይ ጉብረክርስቶስን ዓይነስወር ኣቦይ ጉብረኪዳንን (ክልተ ኣሕዋት)፣ ኣቦይ ወልድኣብን ሓንቲ ፈላሲትን እውን ኣብኡ ምስኦም ብጸላኢ ተረሺኖም።

ኣብ ተራእምኒ ሰለስተ ሰብት ተቐቲሎም። እተን ክልተ፡ ኣሓት ንግስቲ ሃገስን ኣብርሀት ሃገስን ኣብ ውሽጢ ህድሞ ገዛኣን እንከለዋ ወተሃደራት ደርግ ማዕጾ ብዮዮም ረጊጦም ሓዊ ስለ ዝረከዕሉ ኣብቲ ባርዕ ሓሪረን። መበል ሳልሳይ ኣቶ ሚልዮን እምባዩ ነይሩ። ን150 ሃዳሙ ተራእምኒ ኸኣ ምስ ምሉእ ንብረቱ ብሓዊ ሃሚኾሞ።

ሰራዊት ደርግ፡ ኣብዘን ክልተ ዓድታት ዝቐተሎ ሰብን ጥሪትን ቀዚፎም፣ ዝቃጸሎ ገዛውቲ፡ ኣሕሳርን ንብረትን ኣጻፊፎም፡

ኣለም ተፈሪ ሃይለ (ብጸጋም ዘሎ) ምስ ተጋ.ሃይለ ዓንደ

ያኢ ጀማዥት ተረኽቡ፡ "ዘራፍ!" እናበሉ ናብ ታኼታ ብምስጋር ዕንወትን ራሰያን ኣካይዱ። ዝእ'ውን ብወገን ምብራቕ ናይታ ዓዲ ጀሚሮም ንምዕራብ ኣልጊሶም ሓዊ ረኪዖሉ። ነፈርቲ'ውን ቀቅድሚ'ቲ ኣጋር ሰራዊት እናሓለፉ ኣብቲ ዓድን ከበባኡን ስለ ዝደብደባ፡ ብዙሕ ንዋይ ተደምሲሱ። ጉርጃ ወዲ ቐሺ ሃይሉ፡ ብምኽንያት'ቲ ኣብ ኣስመራ ኣጋጢሙ ዝነበረ ናይ ራዕድን ሽበራን ወፍሪ፡ ናብ ታኼታ ሃዲሙ ክመጽእ ከሎ ዝተማልኣ ሾክስዋገን መኪናኡ ኣብቲ ዓዲ ነይሩ። ነፈርቲ ክድብደባ ምስ ጀመራ ናብ ጽዕቕ ዝበለ ዒቃታት ዝበርዮ ከበቢ ወሲዱ ኣብቲ ሕርሻታት ዓሺጉዋ። እንተኾነ ኣብኡ'ውን ኑተን ነፈርቲ ስለ ዘይተኸወሉተን ክዝርምኣ ብዙሕ ዳርባ ፈቲኑ። ግን ክጮምትኣ ኣይከኣለን።

ብሓፈሻ ኣብ ታኼታ ክልተ ሰብት ተቐቲሎም፣ ብዮዎት፡ ልዕሊ 60 መንበሪ ገዛውትን ብዙሕ ኣሕሳርን ኣንዲዶም። ካብቶም ዝተቐትሉ ሰብት ሓደ፡ ኣለምሰገድ ጸገ ዳኛ ሳዕለዋይ ቤት ፍርዲ ኮይኑ፡ ኣብ ዓዲቐይሕ ዝሰርሕ ዝነበረ እዩ። ወለዱ ክበጽሕ ኢሉ ብዕረፍቲ ንታኼታ ምስ መጽአ እዩ ዘይሓሰቦ መዓት ኣጋጢሙዎ። ብፍላይ ወይዘሮ ተኽኣ ዘርኡ፡ ኣለም ተፈሪ ሃይለ ንዝተባህለ ህጻን ወላዳ ሓዚላ ከላ፡ ኣብ ከባቢ ናይ ሕጂ ዲጋ ዋርሳይ ብጥይት ተቐቲላ። እቲ ህጻን ከይተዛረመ ብህይወት ምስ ተረፈ፡ ኣብ ልዕሊ ሬሳ ወላዲቱ ዓንገርገር እናበለ ክበኪ ወዓለ። እቲ ኩነታት ምስ ዘሓለ መንእሰይ ሃይለ ዓንደ ጉብረወልዲ (ድሓር ተጋዳላይ) ዝረኸቦም ሰብት ኣልዒሎሞ።

ኣለም ተፈሪ ሃይሉ፡ ሕጂ ኣባል ቀዋሚ ዘርያ ሃገራዊ ኣገልግሎት ኣብ ሓይልታት ምክልኻል መራሒ ሓይሊ እዩ። በዮነ ተፈሪ ሃይለን ፍስሃዬ ተፈሪ ሃይለን ክልተ ዓብይቲ ኣሕዋቱ ሰውኣት ተጋደልቲ እዮም። ኣባል ብርጌድ 51 ሰወእ በዮነ ተፈሪ ብ1978 ኣብ ዕላበርዕድ፣ ኣባል ክ/ሰ 61 ሰወእ ፍስሃዬ ተፈሪ ድማ ብ1990 ኣብ ሽባሕ ተሰዊኦም። ኣለም ተፈሪ ኸኣ ብረት ሰውኣት ኣሕዋቱ ብምልዓል ሃገራዊ ግቡኡ ኣብ ምፍጻም ይርከቡ።

ሃዳሙ ተራእምኒ፡ ጉላን ታኼታን ጸላኢ ሓዊ ምስ ኣእተወሉ፡ ካብቲ ባርዕ ንሰማይ ዝዓረገ ጸለም ትኪ፡ ልክዕ እሳተጎመራ ዝተተኮ መሰለ። ኣብ ምሉእ ዓድታት ወረዳ ደቂ ደግና፡ ወረዳ ደብባ፡ ተኾሉ ጸልማን ጉሕጮዓን ስለ ዝተራእየ፡ ኣብዘን ዓድታት'ዘአን ዝተኻየደ ዕንወትን ቅትለትን ብሓንቲ መዓልቲ ኣብ ኩለን ወረዳታት ተሰሚዑ።

ሰራዊት ጸላኢ ህዝቢ ምብስባስ ብጉላ ስለ ዝጀመረ፡ ነበርቲ ተራእምንን ታኼታን ሃዲሞም ኑብሶም ከድሕኑ ንእሽቶ ዕድል ረኺቦም'ዮም። እንተኾነ፡ እቲ ኹሉ ጓስን ሓረስታይን ንምዕራብ ገጹ በሪሩ ምስ ወጸኣ፡ ብዙሕ ምጉሳቑል ኣጋጢሙዎ። ኣብ ዓድታት ወረዳ ጉሕጮዓ፡ ወረዳ ኣፈልባ ከበባታት ዓራዝን ፋሕ ብምባል፡ ክሳብ ወፍሪ ጸላኢ ደው ዝበል፡ ኣብ ቤተዘመድ ተዓቚቡ'ዩ ቀንዩ። እተን ዝተፈናቐላ ሰድራቤታት ካብ ገዛውተን ክጠፋ እንከለዋ፡ ብሃንደበት በረረን ኣእጋረን ብዘመርሐን ስለ ዝወጽኣ፡ ኣደ ህጻናት ደቃ ሒዛ በይና፡ ጓሳ በይኑ፣ ኣቦ ኩነታትን ደሃይን ዓዲ ክንብር ካብ ከባቢ ዓዲ ከይረሓቐ ወሰንወሰን ዕዝክሊል ክበል ንሓድሕደን ፋሕፋሕ ኢለን ተፈላልየን ቀንያ። ግን እዘን ዝተጠቕሳ ከበባታትን ከምኣን ዝኣመሰለ ካልኦት ወረዳታትን ኑቲ ኣብተን ሰለስተ ዓድታት ዘጋጠመ ድንጉት በቲ ንሰማይ ዝዓረገ ብርቱዕ ትኪ ቀልጢፉ ወረ በጺሑወን ስለ ዝጸንሐ፡ ኑቲ ካብ ጉላ፡ ታኼታን ተራእምንን ዝተፈናቐለ ህዝቢ ዓቕመን ዘፍቅዶ ኩሉ ደገፍ ገይረናሉ።

እተን ዝተፈናቐላ ሰድራቤታት፡ ንዓድታተን ክምለሳ ኣብ ዝወሰናሉ ዳሕራይ ግዜ'ውን፡ ጸላኢ ካብ ደብርዋ ተበጊሱ ብዮዲ በዙሓንስ ኣቢሉ ናብ ዘመር ወፊሩ ኣንጻር ተጋደልቲ ውግእ ስለ ዝኸፈተ፡ ተወሳኺ ስግኣት ፈጢሩ ነይሩ። ምኽንያቱ፡ ኣብቲ ናብ ከባቢ ዘመር ዝበጽሮ ወፍሪ'ውን 20 ገዛውቲ ብሓዊ ሃሚኹ እዩ። ካብኡ'ውን ጥሪት እንስሳታትን ስለ ዝዘረፈን ንብረት ስለ ዘዕነወ፡ ካብኡ ዝተፈናቐለ ህዝቢ፡ ምስ ነርቲ ዓድታት ታኼታን ከበባኣን ካብቲ ዝዓቐባሉ ዓድታት ናብ ዓድታተን ክምለሳ ውሕስነት ኣይነበረንን። ብዘዕባኣን ዝጣበቕ መንግስቲ ተሳኢኑ ክሳብ ኣብ ቆላ ሰረየ ፋሕ ስለ ዝበላ ንኸበድ ጸገም ተቓሊዐን።

ብፍላይ ነርቲ ዓዲ ጉላ፡ ብዘይካ ሓሙሽተ ገዛውቲ ኩሉ ህንጻታቶም ስለ ዝበደ፡ ንሓደ ዓመት ኣብ ጸቡን ካልኦት ዓድታትን ኮፍ ብምባል ግዜኦም ኣሕሊፎም። ኣብ ጸቡ፡ ሓሰር የልቦን ኣብ ከቢ ዝርከብ ዓድታትን ንዓመት ኣብ ዝጸንሓሉ ግዜ፡ ካብዘን ጎረቤብቲ ዓድታት ተዋጺኡ ብዝተላእከሎም ቀሉብ እኽሊ ተማቒሎም ኑቲ ጸገም ሰጊሮሞ። ምኽንያቱ፡ ጸላኢ ኑቲ ኹሉ ኣብ ገዛውቶም ዝተኸዘነ ጣፍ፡ ዳጉሻ፡ ዕፉኝን መሻላን ኣንዲዱዎን ዘሚቱዎን እዩ።

ተረኽቲ፡

ገዲም ተጋ/ይ ሃይለ ዓንደ

ኣቶ ኣብርሃም ወልደጋብር

ኣቶ ጉብረመድህን ደብረጽዮን

ጉብረሚካኤል

ወ/ሮ ምሕረት ንጉሰ ካሕሳይ

ኣቶ እያሱ ሓጎስ

ሌ/ኮለኔል ግርማጼን የሃንስ (ሃጼይት)

ኣቶ ነጋሲ ጉብረእግዚኣብሄር

መጽሓፍ ታሪኽ "ምስከር ጽንዓት"

ብተጋዳላይ ዓንደማስቀል ክፍሉ

ተረኽቲ

ምልክታ

ናጽነት ደስበለ - ሓበን ገብረኣምላኽ-ሳምራዊት መለስ

1ይ ቤት-ፍርዲ ዞባ ማእከል ኣስመራ

ከሳሲት ኣስመራት ክፍሉ ተወልደ፡ ተኸሳሲ መርሃዊ የማነ ገብረማርያም፡ ናይ ሓዳር ክሲ ቀሪቡልካ ስለ ዘሎ፡ ብኣካል ወይ ብሕጋዊ ወኪል ን23/07/26 ኣብ ቤ/ፍ ቅረብ፡ እንተዘይቀሪብካ፡ ጉዳይካ ኣብ ዘየለኻሉ ክረአ ምዃኑ ንሕብር።

ኣብ መንጎ ከሳሲት ሳባ ሃብተገርግሽ ተስፋይ፡ ተኸሰስቲ ወረ/ኡ ሃብተገርግሽ ተስፋይ ተስፋማርያም 1.ፍረወይኒ ሃብተገርግሽ ተስፋይ 2.ተኽለ ሃብተገርግሽ ተስፋይ፡ 3.ኣልማዝ ሃብተገርግሽ ተስፋይ፡ 4.ነ/ሄር ጺጋ ሃብተገርግሽ ተስፋይ ተተካኢት ጓል ማርያም መሴ የዕበዮ፣ ኣድራሻኹም ስለዘይተፈልጠ፡ ብኣካል ወይ ብሕጋዊ ወኪል ን24/6/26 ኣብ ቤ/ፍ 3 ሰቪላዊ መጋበኢያ ቁ.37 ቅረቡ። እንተዘይቀሪብኩም፡ ጉዳይኩም ኣብ ዘየለኹምሉ ክረአ ምዃኑ ነፍልጥ።

1ይ ደረጃ ቤት-ፍርዲ እምባ ደርሆ

እምኑት ተኽለ ቀለታ ምባል ተረፉ፡ እምኑት ተኽሉ ቀለታ ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን1/07/26 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

1ይ ደረጃ ቤት-ፍርዲ ዓዲ ጓዕዳድ

ወ/ሮ ምሕረት ዓንደብርሃን ሃብተጊዮርጊስ፡ ብዓል ቤተይ መሓሪ ሰለሙን ገብረእግዚኣብሄር ስለዝዐረፈ፡ ንዓይ ናይ መጸምዲ ማለይ ይተሓለወለይ፡ 4 ደቅና ወረስቲ ምዃናም ይረጋገጸለም ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን20/07/26 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ወ/ሮ ኣዳሽ ገብረማርያም በራኺ፡ ወለድና ገብረማርያም በራኺን ንግስቲ ጺጋይን ስለዝዐረፉ፡ ኣነ ምስ 2 ኣሕዋተይ ወረስቲ ምዃንና ይረጋገጸልና ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን23/07/26 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ት/ዕድመ ተኽለ ገብሩ ፍሓጽዮን ምባል ተረፉ፡ ዳን ገብሩ ፍስሓጽዮን ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለ ዝበለ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን23/07/26 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

1ይ ደረጃ ቤት-ፍርዲ ጻዕዳ ክርስትያን

መርሃዊ ወልደማርያም ወልደሚካኤል ምባል ተረፉ፡ መርሃዊ ወልደማርያም ወልደገብርኤል ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለ ዝበለ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን23/07/26 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ገዘና ቴድሮስ፡ ብዓል ቤተይ ኤፍሬም ተስፋማርያም ርእሶም ስለዝዐረፈ፡ ንዓይ ናይ መጸምዲ ማለይ ይተሓለወለይ፡ 1 ጓሊ ከኣ ወራሲት ምዃና ይረጋገጸላ ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን23/07/26 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ደሊና በላይ ብርሃ፡ ኣደይ ዛፉ ማዎሾ ምባል ተረፉ፡ ዑቕባ ተኽለሚካኤል ግርማይ ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለ ዝበለ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን23/07/26 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

1ይ ደረጃ ቤት-ፍርዲ መንደፈራ

ወ/ሮ ምሕረት ሃይለ ኣርኣያ፡ ብዓል ቤተይ ተስፋኣለም በየነ ደሃይ ስለ ዘይብሉ፡ ጥፉእ ተባሂሉ ይተኣወጀለይ ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ብኣካል ወይ ብሕጋዊ ወኪል ን9/07/26 ኣብ ቤ/ፍ 1ይ መጋበኢያ ይቕረብ።

1ይ ደረጃ ቤት-ፍርዲ ደቀምሓረ

ከሳሲት ርግኣት ሃብቶም ተ/ሚካኤል፡ ተኸሳሲ ሃብቱ ገብረኣብ፡ ናይ ሓዳር ክሲ ተመስሪቱልካ ስለ ዘሎ፡ ብኣካል ወይ ብሕጋዊ ወኪል ን9/07/26 ኣብ ቤ/ፍ ቅረብ፡ እንተዘይቀሪብካ፡ ጉዳይካ ኣብ ዘየለኻሉ ክረአ ምዃኑ ንሕብር።

ራህዋ እዮብ ኪዳኑ ናይ ብዓል ቤተይ ቀሺ ተኽለወይኒ ወልደገብርኤል ምሳሹ ናይ ጥፉእ መረጋገጺ ይወሃበኒ ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን14/07/26 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ቤት-ፍርዲ ሸሪዓ ዓዲ ቀይሕ

ሳሊሓ ኣሕመድ ዜን፡ ብዓል ቤተይ መሐመድ ማሕሙድ ዑመር ስለዝተሰወኣ፡ ንዓይ ናይ መጸምዲ ማለይ ይተሓለወይ፡ 8 ደቅና ወረስቲ ምዃናም ይረጋገጸሎም ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን28/06/26 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

1ይ ደረጃ ቤት-ፍርዲ ዓዲ ቀይሕ

ትርሓስ ተስፋምሕረት፡ ኣደይ ሂወት ተስፋኣለም ጠዓመ ስለዝዐረፈት፡ ኣብ ዝንቀሳቐስ ይኹን ዘይንቀሳቐስ ንብረታ 2 ደቃ ወረስቲ ምዃናም ይረጋገጸሎም ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን7/07/26 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

1ይ ደረጃ ቤት-ፍርዲ ድባርዋ

ኣቶ ጀማል መሐመድ ሰዒድ፡ ከሳሲት ብወኪል ወ/ሮ ኑቢያት ወልደኣብዝጊ ናይ ገንዘብ ክርክር ስለ ዘለካ፡ ብኣካል ወይ ብሕጋዊ ወኪል ን10/07/26 ኣብ ቤ/ፍ ቅረብ፡ እንተዘይቀሪብካ፡ ጉዳይካ ኣብ ዘየለኻሉ ክረአ ምዃኑ ንሕብር።

1ይ ደረጃ ቤት-ፍርዲ ሰገነይቲ

ኣቶ ክብሮም ዘርኣይ፡ ኣቦይ ዘርኣይ ወልደሚካኤል የዕበዮ ስለዝዐረፈ፡ 4 ደቁ ወረስቲ ምዃንና ይረጋገጸልና ስለ ዝበለ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን09/07/26 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ደስበለ ፍቓዱ ብርሃ ምባል ተረፉ፡ ደስበለ ፈቀደ ብርሃ ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለ ዝበለ፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን2/07/26 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

1ይ ደረጃ ቤት-ፍርዲ መቓርካ

ብርሃን ገርየሚካኤል ባህልቢ ምባል ተረፉ፡ ሉተብርሃን ገርየሚካኤል ባህልቢ ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን20/07/26 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

1ይ ደረጃ ቤት-ፍርዲ ባጽዕ

ኣብ መንጎ ከሳሲት ት/ዕድመ ያስሚን ዓሊ ሓሰን፡ ወላዲታ ዛህራ መሳ መሓመድ፡ ተኸሳሲ ኣቶ ስሌማን ዑስማን መሓመድ፡ ዘሎ ናይ ካሕሳ ክርክር ጉዳይ፡ ተኸሳሲ ኣድራሻኻ ስለ ዘይተፈልጠ፡ ብኣካል ወይ ብሕጋዊ ወኪል ን16/09/26 ኣብ ቤ/ፍ ቅረብ፡ እንተዘይቀሪብካ፡ ጉዳይካ ኣብ ዘየለኻሉ ክረአ ምዃኑ ንሕብር።

ፋጥና የሕያ ሓርጣይ፡ ከምኡ'ውን ፋጡማ ያሕያ ጣርታይ ምባል ተረፉ፡ ፋጡማ የሕያ መሓመድ ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን21/07/26 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ፋጥና መሓመድ የሱፍ፡ ስም ኣደይ ሓሊማ ዓብዱ ሓጂ ምባል ተረፉ፡ ሓሊማ ኣብብከር ሑመድ ተባሂሉ ይተኣረመለይ ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን21/07/26 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

1ይ ደረጃ ቤት-ፍርዲ ከረን

ዓሊ ኑር ነበራይ፡ ተጸዋዒ ሓማዳ ዓሊ ኑር፡ ናይ ወክልና ምስራዝ ክሲ ተመስሪቱልካ ስለ ዘሎ፡ ብኣካል ወይ ብሕጋዊ ወኪል ን30/06/26 ኣብ ቤ/ፍ ቅረብ፡ እንተዘይቀሪብካ፡ ጉዳይካ ኣብ ዘየለኻሉ ክረአ ምዃኑ ንሕብር።

1ይ ደረጃ ቤት-ፍርዲ ተሰነይ

ኣቶ የሴፍ ኣሚን ተኽለሃይማኖት፡ ኣደይ ስለዝዐረፈት፡ ኣነ ምስ 6 ኣሕዋተይ ወረስቲ ምዃንና ይረጋገጸልና ስለ ዝበለት፣ ዝቃወም እንተሎ፡ ን26/06/26 ኣብ ቤ/ፍ ይቕረብ።

ኣቶ ተስፋኣለም ኪዳነ ገብረእግዚኣብሄር፡ ዝተፈቕደለም ናይ ማስተኻኸሊ ጸጉሪ ርእሲ ንግዳዊ ትካሎም፡ "ግሎሪ ማስተኻኸሊ ጸጉሪ ርእሲ" (GLORY BARBER-SHOP) ተባሂሉ ክሰየመሎም ስለዝሓተቱ፡ እዚ ናይ ንግዲ ስም ቅድሚ ምምዝጋቡ ዝቃወም ኣካል እንተሎ፡ ኣብ ውሽጢ ሓደ ወርሒ ካብ ሕጋዊ ቤት ፍርዲ መአገዲ የቕርብ፡ እንተዘይኮይኑ፡ ዝቃወም ኣካል ከምዘየለ ተቖጺሩ እዚ ናይ ንግዲ ስም ከምዝምዝገብ ነፍልጥ።

ክፍሊ ወሻጣዊ ንግዲ

ምስጋና

ብማስዋእቲ ብዓል ቤተይ ኢያሱብ ሚካኤል ገብረክርስቶስ፡ ዝተሰማዕና ሓዘን እናገለጽና፣ ኣብ ሕማሙ ዝበጻሕኩምና፡ ሬሳ ኣብ ምቕባል ኮነ ኣብ ቀብሩ ዝተሳተፍኩምን ኣብ ሓዘን ዝተመላለስኩምን ብቴሌፎን ዘጸናናዕኩምናን በተሰብን ፈተውትን፡ ሕሰም ኣይትርከቡ እናበልና ሓዘንና ከምዝዮጸና ንገልጽ።

ብዓልቲ ቤቱ ኑቢያት ዳዊት
ምስ ምሉኣት ስድራ ቤት

ወ/ሮ ፋጥማ ኪያር መሓመድ፡ ዝተፈቕደለን ናይ መዕረፊ ኣጋይሽ ንግዳዊ ትካለን፡ "ነዋኢም መዕረፊ ኣጋይሽ "(NEWAEIM PENSION) ተባሂሉ ክሰየመለን ስለዝሓተታ፡ እዚ ናይ ንግዲ ስም ቅድሚ ምምዝጋቡ ዝቃወም ኣካል እንተሎ፡ ኣብ ውሽጢ ሓደ ወርሒ ካብ ሕጋዊ ቤት ፍርዲ መአገዲ የቕርብ፡ እንተዘይኮይኑ፡ ዝቃወም ኣካል ከምዘየለ ተቖጺሩ እዚ ናይ ንግዲ ስም ከምዝምዝገብ ነፍልጥ።

ክፍሊ ወሻጣዊ ንግዲ

ምልክታ ጨረታ

ዓይነት ጨረታ፡ ናይ ቴሌፎን ማስመር ምዝርጋሕ
ኣሃዱ፦ ሃገራዊ መወከሲ ሆስፒታል ኦሮታ
ኣርእስቲ ውዕል፦ ምትካል ሓድሽ PABX ናይ ቴሌፎን ማስመር ምዝርጋሕ

ዓይነት ጨረታ፦ ሃገራዊ ክፉት ጨረታ

ሃገራዊ መወከሲ ሆስፒታል ኦሮታ፡ ኣብ ውሽጢ ሆስፒታሉ ንዝርከቡ ክፍልታቱን ቤት ጽሕፈታቱን ኣገልግሎት ዝውዕል ሓደ ናይ PABX ቴሌፎን ማስመር ክዝርግሕን ክእቱን ስለዝደለየ፡ ብቑዓትን ሕጋውያንን ተጫረትቲ ይዕድም። ከም ተወሳኺ ሓበሬታ፦ ናይ'ቲ ቦታ ርሕቀትን ዝዝርጋሓሉ ማስመራት (Ground Assessment)ን ብምግባር ዝ ንምስራሕ ዘድሊ ማተርያልን ናይ ኣድ ዋጋ ከም እውን ነቲ ስራሕ ዘድልዮ ግዜ (Timer Frame) መግመቲ ክኸውኩም ኣቕዲምኩም ብኣካል ቀሪብኩም ክትርእዩዎ ንሕብር።
ተጫረቲት ከማልእዎም ዘለዎም ነጥብታት፦
1. ሃገራዊ መወከሲ ሆስፒታል ኦሮታ፡ ንሕጋውያን ኣቕረብቲ፡ ዋጋታት፡ ዝ ኣብ ላዕሊ ዝተጠቕሰ ናይ ቴሌፎን ማስመር ምዝርጋሕ ብዕሹግ ደብዳበ ከቕርቡ ይዕድም።
2. ጨረታ ንኹሎም ሕጋውያን ኣብ ላዕሊ ዝተጠቕሰ ናይ ቴሌፎን ማስመር ምዝርጋሕ ዘካይዱ ክፉት እዩ።
3. ተጫረትቲ ቅዳሕ ናይ ዓመተ 2025 ዝተሓደሰ ፍቓድ ዋኒንን ናይ ዓመተ 2025 ክሊራንስ ናይ ኣታዊ ውሽጢ ሃገር መንነት የቕርቡ።
4. ተጫረትቲ፡ ተወሳኺ ሓበሬታ ኣብ ናይ ስራሕ ሰዓታት ክረኽቡ ይኽእሉ።
5. ብቑዓት ተጫረትቲ፡ ሰነድ ጨረታ ንምውሳድ፡ ዘይምለስ ጥረ ገንዘብ 100.00 (ሚእቲ ናቕፋ) ከፊሎም ክወስዱ ይግባእ።
6. ጨረታ፡ ኣብዚ ኣብ ታሕቲ ዘሎ ኣድራሻ፡ ዕለት 30/07/26 ሰዓት 9:45 ቅ/ቀ ክበጽሕ ኣለዎ። ደንጉዩ ዝቐርብ ጨረታ ይንጸግ። ጨረታ፣ ተጫረቲ ሕጋውያን ወኪልቲን ክስተፉ ዝደለ ሰብን ስዑሰርዓት ወይ ኣከፋፍታ ጨረታ ክዕዘቡ ዝመጽኡ ሰባትን ኣብ ዝተረኽበሉ፡ ኣብ ኣዳራሽ ሃገራዊ መወከሲ ሆስፒታል ኦሮታ ይኣቱ። ዕለት 30/07/26 ሰዓት 10:00 ቅ/ቀ ጨረታ ብግልጺ ይኽፈት።
7. መኽበሪ ጨረታ፡ ዝምለስ ናይ ቴሌፎን ማስመር ምዝርጋሕ 50,000.00 ናቕፋ ብስፒኦ (CPO) ክትሕዙ ይግባእ።
8. ጨረታ፡ መምርሒ ዕድግን ምምሕዳር ንብረት መንግስትን ብዝእዝዞ መሰረት ይካየድ።
9. ተጫረቲ፡ ነቲ ዝተዓወተሉ ናይ ቴሌፎን ማስመር ምዝርጋሕ ባዕሉ ወይ ብወኪልቱ ክኢላታት ጥራይ ናይ ቴሌፎን ማስመር ምዝርጋሕ ከካይድ ይፍቀደሉ።
10. ሃገራዊ መወከሲ ሆስፒታል ኦሮታ ብምሉእ ወይ ብከፊል ጨረታ ንምስራዝ መሰሉ ዝተሓለወ እዩ።

ሃገራዊ መወከሲ ሆስፒታል ኦሮታ
ቤ/ጽ ሓፈሻዊ ኣገልግሎት ሃገራዊ መወከሲ ሆስፒታል ኦሮታ 126230

ምልክታ

ናጽነት ደስበለ -ሓበን ገብረኣምላኽ- ሳምራዊት መለስ

	Food and Agriculture Organization of the United Nations		
	CALL FOR EXPRESSIONS OF INTEREST Nº :		
Issued on:			
Deadline For Application: THREE WEEKS FROM THIS ANNOUNCEMENT			
JOB TITLE: Project Coordinator		**TYPE OF REQUISITION:**	**NPP**
		DUTY STATION:	**Asmara-Eritrea**
ORGANIZATIONAL UNIT:	**FRERI**	**DURATION:**	One year (with possibility of extension)

IMPORTANT NOTICE:

- FAO is committed to achieving workforce diversity in terms of gender, nationality, background and culture
- Qualified female applicants, qualified nationals of non-and under-represented Members and person with disabilities are encouraged to apply
- Everyone who works for FAO is required to adhere to the highest standards of integrity and professional conduct, and to uphold FAO's values
- FAO, as a Specialized Agency of the United Nations, has a zero-tolerance policy for conduct that is incompatible with its status, objectives and mandate, including sexual exploitation and abuse, sexual harassment, abuse of authority and discrimination
- All selected candidates will undergo rigorous reference and background checks
- All applications will be treated with the strictest confidentiality

Organizational Setting

The primary purpose of FAO Country Offices, led by an FAO Representative, is to support governments in formulating policies, programs, and projects aimed at achieving food security and reducing hunger and malnutrition. These Offices work to enhance the agricultural, fisheries, and forestry sectors while ensuring the sustainable use of natural resources to achieve sustainable agrifood systems.

FAO plays a pivotal role in advancing agricultural development and food security in Eritrea. Through strategic collaborations with various line ministries, including the Ministry of Agriculture (MOA), Ministry of Marine Resources (MMR), Ministry of Land, Water and Environment (MoLWE), Ministry of Finance and National Development and the Ministry of Local Government, FAO's technical support focuses on enhancing the resilience of agriculture-based rural livelihoods, which encompasses a diverse range of stakeholders, including farmers, herders, and fishing communities. FAO's interventions aim to improve productivity, sustainable agricultural practices, and food security to enhance community livelihoods in alignment with the Government of the State of Eritrea's Agriculture Sector Development Plan 2024-2028.

The position is based at the FAO Representation in Asmara, Eritrea.

Reporting Lines

The Project Coordinator will operate under the overall guidance of the FAO Representative and direct supervision of the Assistant FAO Representative (Programme), closely cooperating with the programmatic and operational teams.

Tasks and responsibilities

The Project Coordinator will provide essential leadership and coordination for program and project operations as outlined in the Terms of Reference.

The incumbent will carry out the following duties:

- Program and Project Coordination: Lead the planning and implementation of project activities, ensuring alignment with FAO's strategic objectives, the FAO Project Cycle Guidelines and guidance for Project Coordinator, and the needs of stakeholders.
- Budget Management: Monitor project budgets, ensuring proper allocation and compliance with financial rules and procedures; address and resolve any budget-related issues proactively.
- Data Management: Collect and analyse data related to FAO activities, including agriculture, forestry, and fisheries; prepare and format reports and presentations for stakeholders.
- Technical Support: Assist in the development and implementation of work and travel plans; ensure timely completion of project activities and proper documentation of results.
- Team Collaboration: Facilitate effective communication within the project team and liaise with relevant FAO units (Procurement, Finance, HR) to support project operations.
- Stakeholder Engagement: Coordinate activities related to stakeholder engagement and awareness campaigns, ensuring alignment with program objectives.
- Event Organization: Plan and organize technical workshops, training sessions, and field missions, ensuring logistical arrangements and successful execution.
- Monitoring and Evaluation: Support the implementation of monitoring and evaluation frameworks to assess project outcomes and impact, ensuring continuous improvement.
- Documentation Management: Maintain organized and systematic records of project documentation, ensuring accessibility for team members, FAO record keeping, and stakeholders.

continued to page 8

ምልክታ

ናጽነት ደስበለ -ሓበን ገብረኣምላኽ- ሳምራዊት መለስ

continued from page 7

- Procurement Support: Oversee the procurement requests for project inputs, ensuring specifications and requirements are clearly defined, and processed.
- Technical Assistance: Provide and develop support in preparing Letters of Agreement (LoA) and other contractual arrangements with project partners.
- Administrative Duties: Draft reports, correspondence, and other documents related to project activities; maintain records of project activities and expenditures.
- Other Duties: Execute any other related tasks as required by management.

Minimum Requirement

- Education: A university degree in agriculture, agro-forestry, fisheries, agricultural economics, rural development, development studies, and project management, or a related field.
- Experience: A minimum of five years of relevant experience in project management, particularly in agriculture or food security-related initiatives, programming and program implementation, and technical cooperation.
- Language Skills: Proficiency in English (level C)
- IT Skills: Proficient in MS Office applications and familiarity with project management software.
- National of Eritrea.
- Candidate should provide evidence of completion/exemption from National Services.

FAO Core Competencies

- Results Focus
- Teamwork
- Communication
- Building Effective Relationships
- Knowledge Sharing and Continuous Improvement

TECHNICAL/FUNCTIONAL SKILLS

- Project Management: Proven experience in managing projects and programs focused on agriculture and food security.
- Analytical Skills: Strong ability to analyse data and prepare reports, ensuring accuracy and clarity.
- Communication Skills: Excellent oral and written communication skills, with the ability to engage effectively with diverse stakeholders.
- Interpersonal Skills: Ability to work collaboratively in a multicultural and multidisciplinary environment.

Selection Criteria

- Academic qualifications relevant to the project management position.
- Extent of relevant experience in coordinating and supporting project operations and management.
- Demonstrated communication skills (oral and written) in English and local languages.
- Ability to work effectively with multidisciplinary teams and foster a collaborative environment.

FAO seeks gender, geographical and linguistic diversity in its staff and international consultants in order to best serve FAO Members in all regions.

ADDITIONAL INFORMATION

- FAO does not charge a fee at any stage of the recruitment process (application, interview meeting, processing)
- Applications received after the closing date will not be accepted
- Please note that FAO only considers higher educational qualifications obtained from an institution accredited/recognized in the World Higher Education Database (WHED), a list updated by the International Association of Universities (IAU) / United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO). The list can be accessed at http://www.whed.net/
- For additional employment opportunities visit the FAO employment website: http://www.fao.org/employment/home/en/
- Appointment will be subject to certification that the candidate is medically fit for appointment, accreditation, any residency or visa requirements, and security clearances.

HOW TO APPLY

- To apply, visit the recruitment website at Jobs at FAO and complete your online profile. We strongly recommend that your profile is accurate, complete and includes your employment records, academic qualifications, and language skills
- Candidates are requested to attach a letter of motivation to the online profile
- Once your profile is completed, please apply, and submit your application
- Candidates may be requested to provide performance assessments and authorization to conduct verification checks of past and present work, character, education, military and police records to ascertain any and all information which may be pertinent to the employment qualifications
- Incomplete applications will not be considered
- Personal information provided on your application may be shared within FAO and with other companies acting on FAO’s behalf to provide employment support services such as pre-screening of applications, assessment tests, background checks and other related services. You will be asked to provide your consent before submitting your application. You may withdraw consent at any time, by withdrawing your application, in such case FAO will no longer be able to consider your application
- Only applications received through the FAO recruitment portal will be considered
- Your application will be screened based on the information provided in your online profile
- We encourage applicants to submit the application well before the deadline date.

If you need help or have queries, please create a one-time registration with FAO’s client support team for further assistance: https://fao.service-now.com/csp

FAO IS A NON-SMOKING ENVIRONMENT

ካብ ደብሪ ናብ ገድሊ

መብራህቶም ገብረሂወት
ህዝባዊ ርክባት ሚ/ሪ ሕርሻ ጋሽ-ባርካ

ሳልሳይ ክፋል

• ኣብ'ቲ ህሞት ብጥፍኢ ጸላኢ ካብ ዝተቐትሉ ሰላማውያን ሰባት መን ትዝክር፤

እቲ ቅትለት ወይ ምርሻን ብጠቕባብኡ ዝርአ ዝነበረ ኣሰቃቒ ተግባር'ዩ ነይሩ። ኣብ'ዚ ዝጠቐስክዎ ህሞት፡ ብወተሃደራት ጸላኢ ብጥፍኢ ካብ ዝተቐትሉ ኣነ ዝዝክሮም ንጹሃት ደቂ ሰርሓእምባድሓን ድማ፡ ኣቶ ገረኪዳን ኣብርሃ፣ ኣቶ በላም ሓድጉ ተኽለ፣ ሽቃ ፍትዊ ኪዳነ፣ ቀሺ ወልደየውሃንስ ወልደሳሙኤል፣ ኣቶ በላም ገረጺድቕ (እምባድሓን) እዮም። ብዘይካ'ዚ፡ ሽዑ ጨወዮም ዝወሰድዎም ከም እኒ ኣቶ ለገሰ ቀሺ ጉብረን ኣቶ ገረህላሰ ተሰፋይን ዝተባህሉ ንጹሃን ሰባት ሃለዋቶም ዝጠፍአ'ውን ኣለው።

• ብሓፈሻ ጭካነ ጸላኢ ኣብ ልዕሊ ህዝብና ስጉብራቱ ክሳብ ክንደይ ከቢድ ነይሩ፤

ጸላኢ'ቲ ኣብ 'እኪይ መዝሩብ ልቦም ዘሰፈርዎ እኪይ ሓሳብ' የተግብሩ ማለት ንህዝቢ ዓቕሉ ኣጸቢቦካ ንምርዓድ ዘካይድዎ ዝነበሩ 'ጉብረ ሽበራ' ተባሂሉ ክግለጽ ዝኽእልን መላግቦ ሰንሰለት ህዝብን ሰውራን ንምብታኽ ዝፍጽምዎ ምንባሮምን፡ ምስ ግዜ ብኣእምሮ ምስ በሰልካ እዩ ኺሩ ዝርደኣካ። ስለዚ፡ ተግባር ጭካነ ጸላኢ ደኣ'ሞ እንታይ ክበሃል እዩ! ክንደይ ምዉቕ ናብራ ስድራቤታት ቁሪ ኣትዩዎ'ዩ። ኣደታት ኣማኒን ስኢነን ማእማኒኑ ቁልዑ ብዘይ ወለዲ ተሪፎም ዘኾቲሞም። ኣብ ዝኾነትምና ዘሎ ጸገም፡ ምስትምሳልን ሞራላዊ ሃሰያን ከቢድ እዩ። ክፉእ እዋን ነይሩ፣ "መርድእ" ዝጠዙሓሉ ሕሰም እዋን ነይሩ። ሰራዊት ኢትዮጵያ ሰላማውያን ሰባት ምቕታሎምን ዓዲታት ምቕጻሎምን መርኣያ ጥርዚ ጭካነኦም እዩ።

• ምቕጻል ዓዲታት ብኸመይ ይፍጸም፤ ቀንዲ ዕላማኡ'ኸ እንታይ እዩ፤

ናብ እተፈላለዩ ቦታታት እናኸዱ ወይ እናበዥሑ ሓዊ እናረከቡን ተተኪሶቲ እናኣብርዑን ዘቃጽሉወን ዓድታት ከምዝነበራ ንሰምዕ ነይርና ኢና። ካልእ፡ ምስ ውግእ ኣመሳሲሎም ዘቃጽልዎ ነይሩ። ህዝቢ ኣብ ማሙቕ ቤቱ ከሎ ዘቃጽልዎ ግዝወቲ'ውን ነይሩ። ስለዚ፡ ኣብ እተፈላለዩ ቦታታት ናይ ሃገርና ዝፍጽም ዝነበረ ባርባራዊ ተግባራት ምንባሩ ዝፍለጥ እዩ። ዳሕራይ ኣብ ገድላዊ ህይወት'ውን ከም እንፈልጦ፡ ጸላኢ ዓድታት ምቕጻል ብዝተፈላለየ መንገዲ ይፍጽሞ ነይሩ። ምስ ውግእ ኣመሳሲሎም ብከቢድ ብረት የቃጽልዎ፡ ብሰንኪ ኩናት፡ ነበርቲ ዓዲ ገዛፎም ምስ ኣምለጡ/ ሃደሙ ከምኡ'ውን ጉዝ ጉዝ እናኸዱ ብጭማነ ሓዊ እናረከቡ ዓዲ ምሉእ የቃጽልዎ።

ዓዲታት ምቕጻል ማለት ቀሊል ግፍዒ ኣይነበረን፣ ሰቡብ ዕላማ ኣለዎ። ስርዓታት ኢትዮጵያ እቲ "ኤርትራ መሬታ እምበር ሰባ ኣየድልየናን እዩ" ዝበል እኩይ ዕላማኦም፡ መተግበሪ ዝፍጽምዎ ርኹስ ዕላማ እዩ ነይሩ። ስለዚ፡ ሱር መሰረት ኤርትራዊ ንምጥፋእ ዝዓለመ እዩ። ጸላኢ'ቲ ሃገርና ኀቢጦም ክይኣኽሉም፡ ክንጸንትትን ፈቒድሉ ስደት ክንብታተንን እኪይ ተግባራቶም ተጠቒሞም ኣብ ልዕሊ ህዝቢ ኤርትራ ሰፍ ዘይብል ኣሰቃቒ ግፍዕታት ኣውሪዶም እዮም።

ኣብ መፋርቕ ሰብዓታት፡ ገድሊ ቅድሚ ምውጻእና፡ ከም መንእሰይት መጠን ካብ ቁጥዑን ሕሩንን መንፈስ ኾቒልና "ክንጋደል ኣሎና" ዝበል ኒሕ ሐዚና ነይሩ። ናብ ናይ ብሕተይ ድርኺት ክመልሶ፡ ተጋደልቲ ከለኛ ጸላኢ መካይን ምስ ኣቃጸሉ፡ ኑቶም ደብሪ ጉዓም ኣቡኑብሩ'ኸ ዝረኣኽዎም እሞ ድማ ሽምጦምን ዕጥቆምን ዝማሰጡኒ ተጋደልቲ ኣዘኻኸሩኒ። እዚኦም ደኣ'ሞ ህዝብን ሃገርን ሓራ ዘውጽኡ ተቓለስቲ እንድዮም እውን በልኩ። ብወገኒይ ብሸምዚን ካልእን ተደሪኸ ኣብ በረኻ ሰፈረ ክጋደል ብዚኑ።

ኣብ ፈለማ ኣእምሮይ፡ ካብ ደብሪ ናብ ገድሊ ኣንፈቱ ክሕዝ ግና፡ ፈታኒ ነይሩ። ከመይ'ሲ ካብ እምነት ናብ ሃገራውነት'የ ዝምርሕ ዘለኹ። እንተኾነ ከም'ቲ ኣብ ዝሓለፈ ዘተንባህኩልካ

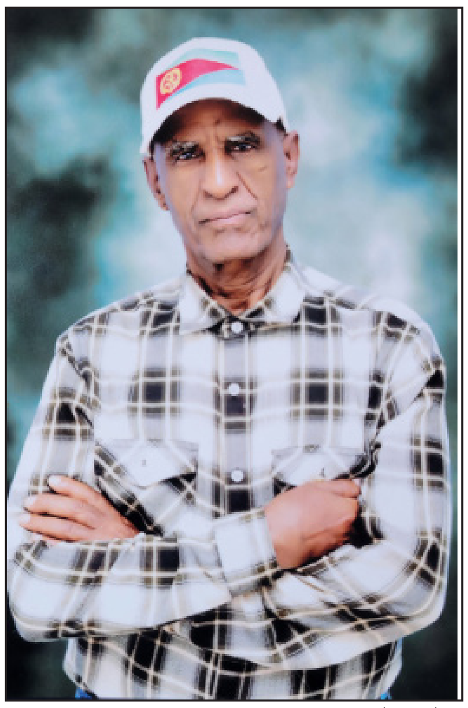
ተጋ/ ገብረእየሱስ ገብረገርግስ (ሃለቃ) - ኣብ መጥቃዕቲ ምድምሳስ ውቃው እዝ፡ ወተሃደር ደርግ እናማረኸ (1984)

"ዝጠዙሕ ህዝቢ ንምድሓን ንሃገርካ ምቕላስ ቅዱስ ተግባር ወሲደዮ። ኣብ መጽሓፍቲ እምነት'ውን ምእንቲ ዝጠዙሐ ህዝቢ ማስዋእቲ ምኽፋል ቅዱስ ተግባር ምዃኑ ተማሂርና ኢና። በቓ ኣብ መወዳእታ ብዘይወልውል ብዘይሰጋእ መጋእ ንጹህ ክጋደል ወሲኑ።

• ወሲንካ ክትጋደል ኣብ ዝኸድካሉ እዋን ተጋደልቲ ኣበይ ጸኒሖሙኻ፤

ኣብ 1975 ዓ/ም ንክንጋደል ክልተ ግዜ ጸርና ወሪድና። እንተኾነ ተጋደልቲ ስኢንና ተመሊስና። ድሕሪኡ ኣብ ወርሒ 1/1976 ዓ/ም ኣብ መገሻ ከለኹ "ጆብሃ ኣብ 'ኣሕዝ' መንእሰያት ይኸትቡ (የዕጥቑ) ኣለዉ" ዝበል ጭብጥ ሓበሬታ ረኺበ። ሻቡ ኣድጊ ምስ ጽዕኑ ኣብ ጥሑና ዛላኣንበሰ ገዲፈ፡ ምስ ካልኣየይ ብምዃን ዝፈልጠና ሰባት ከይረኸቡና፡ እልይ ብዝበለ ቦታ መንገዲ 3 ሰዓት ብዙበዙብ ኣብ ኣሕዝ ኣብታ ዓምቖ ዓዲ ደቢኽ በልና። ኣብኡ ብዙሓት መንእሰያት ተኣኪቦም ጸኒሖሙና። ምስኦም ተጸንበርና ብሓባር ኩላትና መሰርዕ ተሰሪዕና። ኮማንደስ ነበር ሓለቓ ሜእቲ ዘርኣይ ዝተባህለ ተጋዳላይ ጆብሃ እዩ ኣብቲ ቦታ ከዕጥቕ ጸኒሑና። ሽዑ ዝተጠቕመሉ ረቛሒታት ቁመና ማለት ጉጠዙ፡ ምንቅስቓሱ፡ ጉያ፡ እናባረ ኣትኩሩ ብምጥማት ይመዝነ። ኣብ መሰርዕ ሰጥ ኢልና ጸኒሕና፡ 'ወይለይ! ምሕላፍን ምግላፍን እውን ኣለዎ ዲዩ' እናበልና ብውሽጥና ዕግና ተሃንጢና ንጸበዩ። ብዘኾነ ብቑዓት እዮም ዝበሎም መንእሰያት ካብ መሰርዕ ሓሓደ ኣውጺኡ። ብወገነይ፡ ካብ'ቶም ቡቲ ተጋዳላይ ተቐቢልኑት ረኺቦም ዝተሓርዩ ነበርኩ። ዝተረፉ ካልኦት ግና ንዓዶም ክምለሱ ሓቢሩዎም።

እቶም ክንጋደል ዝተመረጽና ናብ ካልእ ሰንጭሮ ወሲዱ ኣኼባ ኣካይዱልና። ብዙሕ ተዛሪቡና "ካብ ሎሚ ተጋደልቲ ኢኹም፡ ተጋዳላይ ማለት ጽምኢ፡ ማይ፡ ጥምየት፡ ዕርቃን፡ ሃሩር፡ ቁዝሒ፡ ድኻም፡ ሕማም… ተጻዊሩ፡ ንጸላእቲ ብጥይት ቀቲሉ፡ ናጽነት ኤርትራ ብቕልጽሙ ዘምጽእ ማለት እዩ። ኣብዚ እዋን ሓደ ተጋዳላይ ክንዲ ሽሕ ጦር ሰራዊት ኢትዮጵያ ከም ዝቖጸር ክትፈልጡ ኣለኩም" ብምባል ተረርትን ስጡማትን ቃላት ኣብ ኣእምሮና ከም ዝዖልቡ ገበረ። ኣሰዑብ ኣብሉ 5 ለካቲት 1976 ዓ/ም ኣብ'ዚ ቦታ ተረኺቡ ዝበል ትእዛዝ ሂቡ ኣፋነወና። ኣብ ዓዲ ንቑጽራ ብምስጢር ሐገዝናዮ ቀሪና። ኣብ ልክዕ ቆጸራና ተረኺብና። ኣብኡ ዝጸንሓና ተጋዳላይ 'ሰብ ቆጸራ ኢና' ምስ በልናዮ፡ ኣብ "ዓዲ ሓርገጽ ተረኺቡ ተባሂልኩም" ዝበል መልእኽቲ ሃበና። ኣብኡ ኪጋደሉ ምስ ዝመጽኡ መንእሰያት ተሓዊስና፡ ብሓባር ገዛ ብእግሪ ተታሓሒዝናዮ። ዓቕብ ቁልቁለት ዝጠዙሓ ቦታታት ሰንጢቕና ብምሸት ዓዲ ሓርገጽ በጺሕና። ኣብኡ'ውን ክጋደሉ ዝመጽኡ ሓያሎ መንእሰያት ጸንሑና። ኣብኡ ሓዲርና ወዓልና'ውን። ኣብ ዓዲ ሓርገጽ ከኣ "ኣብ ሓላይ ተረኺቡ" ዝበል ሓበሬታ እዩ ጸኒሑና። ሕጂ'ውን ጉዕዞና ናብ ሓላይ ኣቕንዑ። ሽኸ ምብራቕ ኣንፈት ሒዝና፡ ብምሸት ኳዕቲት ሓሊፍና። ካብ ዓዲ ቀይሕ ንሸኸ ምዕራብ ሸሞንቶ ኪሎ ሜትር ዝኸውን ፍንትት ኢልና ዓረት ተባሂሉ ዝፍለጥ ከበቢ ብምንኻ ዝጠን ዓዲታት ኣባሰለማን ዓደውገይራን ኣኻውሕ ዝጠዙሓ ቅርጺ መሬት ቁልቁል ወሪድና ብጸልማት ጸለም ጸርግያ ቀጥራን ሰንጢቕና ኣወህካ ዝተባህለ ዓዲ በጺሕና። ካብኡ ቀጺልና ዓቐብ ወጺእና፡ ንላጉል ዓዲታት ደርዓን ሰምድን ሓሊፍና፡ ኣብ ዝተሓበረና ዓዲ ሓላይ ተረኺብና።



ኣቶ ገብረእየሱስ ገብረገርግስ (ሃለቃ)

• ኣብ ጉዕዞኹም መን ይመርሓኩም ነይሩ፤

ዝመርሓና ሰብ ኣይነበረን፣ ባዕልና ንዕልና ኢና ንወሃሃድ ዝነበርና። ኣብ ዝኸድናዮ፡ "ኣብ ከምዚ ቦታ ተረኺቡ" ዝበል ጥረ መልእኽቲ ጥራይ'ዩ ኣብ በጠቓኡ ብዘጸንሑና ተጋደልቲ ዝንገረና ነይሩ። ብዘኾነ፡ ጉዕዞና ከምዚ ኮይኑ ኣብ ሓላይ ምስ በጻሕና'ውን ካብን ናብን ነይሩዎ እዩ። ኣብ መወዳእታ ከኣ ተጋደልቲ ተ.ሓ.ኤ ብፉባ ሓዳስ ገይሮም ሐዞሙና ሳሕል ኣምርሑ። ካብ ብዙሕ ቦታታት ዝተኣኻኸብና 180 ኣባጽሕ መንእሰያት ነርና። ጉዕዞ ተታሓሒዝናዮ፣ ወገን ንእሰትን ኣሎ። ሓያል ሃሩር ዝነበሮ ኣዝዩ ጸንከር ጉዕዞ እዩ ዝነበረ። ነዊሕ ናይ እግሪ ጉዕዞ ጥሜት፡ ጽምእን ድኻምን ዝተሓወሶ ኩነታት በዲህና ካብ ድሕሪ ሓያሎ መዓልታት ኣብ ሳሕል በጺሕና።

• ድሕሪኡ'ኸ ናበይ ኣብልኩም፤

ኣብ ዓራግ እንዲና ኣቲና። ኣብኡ ኣዕሪፍና ኣብ ዓራግ ከም እንዕለም ተገሊጹልና። ግቡእ ታዕሊም ወሲድና ከኣ ተወዚዕና። ኣነ ካብቶም ኮማንዶ ክዕለሙ ዝተመርጹ ተዓለምቲ ሓደ ኮይነ። ንኣዋርሕ ዝቐጸለ ኮማንዶ ስልጠና ከኣ ታዕሊምና ወዲእና። ድሕሪኡ ኣብ መሰርዕ ተጋደልቲ ሓርነት ኤርትራ ተወዚዕና። ኣብ ተዋጋኢ ሰራዊት ኣሃዱ ሓይሊ 171 ካልኣይ ጋንታ፡ ቀዳማይ መሰርዕ (መሰርዕ ወዲ ሃይለ) ተመዲበ ድማ ቃልሰይ ፈሊመዮ።

ኣብ ጉዕዞ ቃልሲ፡ ኣብ ዝጠዙሕ ኣካይዳታት መሪሕነት ውድብ ተጋድሎ ሓርነት ኤርትራ፡ ጸገማት ከምዝሎ እናተሰወጠና መጺኡ እዩ። ኣፍሲ-ወከፍ ተጋዳላይ ሃገሩ ሓራ ከውጽእ፡ ህዝቡ ካብ መግዛእታዊ ጭቆና ከላግል እዩ በረኻ ወጺኡ። ብሓቂ ተጋዳላይ ንጹህ እዩ። ምስ ሃገራዊ ስምዒቱ ዘይሰማማዕ ናይ ቃልሱ ወኒ ዝፈታትኑ ኣካይዳታት ናይ'ቲ ውድብ ኣይቕበሎን ነይሩ።

ከም ተጋዳላይ መጠን ብወገነይ ኣቐዲመ መትከላት ህዝባዊ ሓይልታት ጸኒሐ'ውን ንጹርን ጽፉፉን ኣተሓሳስባ ህዝባዊ ግንባር ብጭብጢ ብቐረባ ክፈልጥ ስለ ዝበቓዕኩ፡ ምስ ካልኦት ከማይ ዝኣመሰሉ ብጾት ብምዃን ውድብ ተጋደልቲ ተጋድሎ ሓርነት ኤርትራ ራሕሪሕና፡ ምስ ምሉእ ዕጥቅና ኣብ ወርሒ 8/1977 ዓ/ም ኣብ ውድብ ህዝባዊ ግንባር ሓርነት ኤርትራ ተጸንቢርና ክንቃለስ ክኢልና ኢና።

ኣብ ህ.ግ ድሕሪ ምስላፍና፡ ፈለማ ብኣዕለምቲ ካድራት ህዝባዊ ግንባር ዘድሊ ፖለቲካዊ ትምህርቲ ቀሲምና። ኣብ ክፍልታትን ሓይልታትን ከም እንምደብ'ውን ተገይሩ። ብወገነይ፡ ኣብ ተዋጋኢ ሰራዊት ኣብ ብርጌድ 23፡ 3ይ በጦሎኒ፡ 2ይ ሓይሊ፡ 2ይ ጋንታ፡ 3ይ መሰርዕ በጺሑኒ። እታ ኣሃዱ ኣብ ውግእ ሰምሃር ኣብ ከበቢ ደንጎሊ ጸኒሓትኒ። ምስ'ቶም ምሳይ ዝተመደቡ ብጾት ከኣ ኣብ ቅድመ ውግእ ዓሪዶም ምስ ዝነበሩ ተጋደልቲ ህዝባዊ ግንባር ተጸንቢርና።

ይቕጽል

ሎሚ ኣብ ERI-TV

ሰዓት	መደብ
12:00	ሃገራዊ መዝሙር
12:05	ጸብጻብ ጸወታታት ኩዕሶ እግሪ ዋንጫ ዓለም 2026
12:30	ዜና (ትግርኛ)
12:45	ዜና ስፖርት
12:55	ካብ ዞባታት
13:30	ዜና (ዓረብ)
13:45	ሄሎ ድባይዋ
15:30	ዶክመንታሪ
16:10	ሞዛይክ
17:00	ዜና (ትግርኛ)
17:15	ሌላ
17:30	ዜና (ዓረብ)
17:45	ሞዛይክ
19:25	ፊልም እትመት
20:00	ዜና (ትግረ)
20:15	ዜና ስፖርት
20:25	ገለብ ደሓን - ቀጥታ
21:00	ዜና (ትግርኛ)
21:25	ፊልም ሳዉን
22:00	ዜና (ዓረብ)
22:10	ጽባቐ
22:30	ዜና (እንግሊዝ)
22:40	ፊልም እንዳ ዝማም

ንቑሕ ደበና

ሄለን መኸታ

ምስ ሰብ ናይ ምትእስሳር ባህግና ተፈጥሮኣዊ እዩ። እዚ ተፍጥሮኣዊ ባህጊ'ዚ ምስ ዘይንረኽቦ፡ በብደረጃኡ ጉደሎ ስምዒት ክስምዓና ይኽእል። እዚ ናይ ማሕበራዊ ምትኣስሳርን ተመኩሮን ጋግ ዝፈጥሮ ጸቕጥን ዘይምቹእነትን ከኣ ጽምዋ ይብሃል። ጽምዋ፡ ኣብ ከባቢና ሰብ ምስ ዘይህሉ ጥራይ ዝስምዕና ስምዒት ወይ ኩነተ ኣእምሮ ኣይኮነን። ብእንፈልጦም ሰባት፡ ስድራን ዓርከ መሓዙትን ተኸቢብና እንከለና'ውን ብኸቢድ ጽምዋ ክንወሓጥ ንኽእል ኢና። ናይ ጽምዋ ስምዒት ዝተፈላለየ መልክዕ እዩ ዘሎዎ፣ ኣብ ገለ ግዜ ዝኾነ ሰብ ብዘይ ምህላዉ ጽምዋ ይስምዕና፣ ኣብ ገለ ግዜ ከኣ እቲ ኣብ ከባቢና ዘሎ ሰብ ከነዕልሎ ብዘይ ምኽኣልና ጽምዋ ይስምዕና፣ ኣብ ካልእ ግዜ ከኣ እቲ ከነዕልሎ ዝኽኣልና ሰብ ብግቡእ ክርድኣና ብዘይ ምኽኣሉ ጽምዋ ይስምዓና።

ገለ ስምዒታት ጽምዋ፡ ግዝያዊ እዩ። ንኣብነት፡ ናብ ሓድሽ ዓዲ ምስ እትገዓዝ ወይ ሓድሽ ቦታ ስራሕ ምስ እትቅይር፡ ክሳዕ ነቲ ሓድሽ ለውጢ እትለማመዶ ጽምዋ ክስምዓና ይኽእል። እቲ ዝኸበደ ዓይነት ጽምዋ ግን እቲ ምስ እትፈልጦ ሰብ፡ ስድራቤትን መሳርሕትን እንክለኻ ዝስምዓካ ጽምዋ እዩ። እዚ ዓይነት ጽምዋ'ዚ ንቡር ስለ ዘይኮነ ጠንቂ ዘይንቡር ኩነታት ክኸውን ናይ ግድን ይገብር። ዝበዝሐ ምስ ሰብ እንክሎ ዝጽምዎ ሰብ፡ ኣቐዲሙ ነቲ ዝጸንሖ ዝምድና ኣብ ሓደጋ ዘእቱ ጸገም ዘጋጠሞ ክኸውን ይኽእል

ምስ ሰብ ከለኻ ጽምዋ

ምስጢርና ነካፍልዶ፣ ንመን፣

እዩ። ኣብነት፡ ሞት ናይ ዝፈትዎ ሰብ፡ ፍትሕ፡ ጥልመት ወይ ዓመጽ፡ ብዘይ ፍታው ዘጋጥሞ ዓቢ ለውጢ ኣብ ህይወትካ ካልእን ክጥቀስ ይኽእል እዩ።

ጽምዋ መኣስ ይስምዕና፣ ጽምዋን ምግላልካ ሓደ ድዩ፣

ምግላል፡ ዝርኣ ወይ ክተለልዮ እትኽእል ኩነት እዩ። ሓደ ሰብ ካብ ወለዱ ተፈልዩ ይነብር እንተ ሃለዩ፡ ብኣካል ተገሊሉ ብምህላዉ ጽምዋ ክስምዖ ይኽእል እዩ። ወይ ከኣ ብኣንጻሩ ነቲ ካብ ወለድኻ ምግላል፡ ኣቐዲሙ ተዳልዩሉን ተቐቢሉዎን ስለ ዝጸንሐ ጽምዋ ዘይክስምዖ ይኽእል እዩ። ስለዚ፡ "ኩሉ ብኣካል ዝተገለለ ሰብ ጽምዋ ይስምዖ እዩ" ክንብል ኣይንኽእልን ኢና። ዝበዝሐ ክፋል ጠንቂ ጽምዋ፡ ኣእምሮኣዊ እዩ። ጽምዋ፡ እንደልዮ ሰብ ኣብቲ እንደልዮ ግዜ ክንረኽቦ ብዘይ ምኽኣልና ዝምንጩ ስምዒት እዩ። እቲ እንደልዮ ሰብ፡ ነቲ እንደልዮ ስምዒትን ኣእምሮኣዊ ደገፍን ምስ ዘይገብረልና'ውን ጽልዋ ክስምዓና ይኽእል እዩ። ብሓፈሻኡ ጽምዋ፡ ኣእምሮኣዊ፡ ስምዒታውን መንፈሳውን ቅርበት ደሊና ግን ምስ ዘይንረክብ እዩ ዝፍጠር። ንወለድና ወይ ስድራቤታና ዝያዳ ስድራቤታዊ ፍቕሪ፡ ምክንኻንን ሓልዮትን ክንደሊ እንክለና ኢና ዝያዳ እንደልዮም። ምስ ዘይንረኽቦም ከኣ ኣብ ከባቢና ዝሓለወ ሃልዩ ካብዚ ስምዒት ከገላግለና ዝኽእል ሰብ ኣይርከብን።

ዝዓሞቐ ስምዒት ጽምዋ፡ 'ክንዛረቦ፡ ምስጢርና ክንካፍሎ ክርድኣናን ዝኽእል ሰብ የለን' ኢልና ኣብ እንሓስበሉ እዋን ዝፍጠር ዓይነት ስምዒት እዩ። ዓለም ብብዝሒ ህዝቢ ተጨናኒቓ እንክላ፡ እንዛረቦ ሰብ ምርካብ ቀሊል'ኳ እንተኾነ፡ ኣብ ኣእምሮና 'ንሽግርና ክሰምዕን ክፈትሕን ዝኽእል ሰብ የለን' ኢልና ክንሓስብ ንኽእል ኢና። እዚ ግምታዊ ኣተሓሳስባ'ዚ፡ ካብቲ ኣቐዲሙ ዝነበረ ኣካይዳናን ዝጸንሓና ዝምድናን ክብገስ ይኽእል እዩ። ገለ ሰባት "ዘይፈልጦ ሰብ'ከ ኣሎ ድዩ?" ዝብል ተፈላጥነት እንክለዎም፡ ዋላ ሓደ እኳ ናይ ልቢ ዘማኽሮ ሰብ ዘይክጸንሖም ይኽእል እዩ። ምኽንያቱ ሰብ ምፋልጥን ኣሚንካ ምስጢርካ ምክፋልን ሓደ ስለ ዘይኮነ። ናይ ገለ ሰብ (ብፍላይ ኮተቴን መንእሰያትን) ካብ ዝነበረሎም ትጽቢታትን ማሕበራዊ ሓላፍነትን ዝበገሰ፡ ዘቐርቡዎ፡ ዘዛርቡዎን ዘማኽሩዎን ሰብ ክስእኑ ይኽእሉ እዮም። ወለዲ ኣብ ልዕሊ ደቆም ዘለዎም ትጽቢታትን ሓላፍነትን፡ ብሓልዮት ምስ ዘይስኑ ኣደዳ ጸቕጥን ጽምዋን ክንገብሮም ንኽእል ኢና። ምሳና እናተቐመጡ ከይንቖይቁም ብምፍራሕ፡ ዘየዕልሉዎም ጉዳያ ብርክት ዝበለ እዩ። ብሰንኪ ዝስምዖም ጽምዋን ተስፋ ምቝራጽን ከኣ ናብ ዘይተደለየ ውሳኔ ከምርሑ ይኽእሉ እዮም። ወለዲ፡ ዋላ ድኣ ሰነ ምግባር ደቅና ቀዳምነት ንሃቡ፡ ብቐርበትን ለውሃትን ዝኾስኮሰ ባህርን ልቦናን ዝሓሸ ውጽኢት ኣሎዎ። ስለዚ፡ ደቅና፡ ተመሃሮና፡ መሳርሕትና፡ ስድራቤትና፡ ወዘተ ኣብ ጉድንና እንክለዉ ጸምዮምዎ ከይህሉ ደሃይም ደኣ ንግበር።

ጽምዋን ባሕታውነትን

በይንና ምዃን የጨንቐናዶ፣ ስለምንታይ፣

ጽምዋ ኣብ ዝተፈላለየ ባህሊ ወይ ሕብረተሰብ ዝተፈላለየ ትርጉምን ጽልዋን እዩ ዘለዎ። ኣብ ምብራቓዊ ዓለም በይንኻ ናይ ምዃንን ምስትንታንን ባህሊ ስለ ዘሎ፡ ጽምዋ ዝተፈለየ ትርጉምን ጽልዋን'ዩ ዘሎዎ። ኣብ ሕብረተሰብና'ውን በይንኻ ኴንካ ናይ ምሕሳብን ግልል ኢልካ ናይ ምስትንታን ባህልን ልምድን ስለ ዘሎ ጽምዋ ኣይንጸልእን ኢና። ጽምዋ ኣብ ምዕራባዊ ወይ ንእኡ ዝመሳሰል ባህሊ ዘሎዎ ሕብረተሰብ ብሕታውን እዩ ዝበሃል፣ በይንኻ ኴንካ ብዛዕባ ሕሉፍ ህይወትካ፡ መጻኢኻ፡ ምስ ተፈጥሮ ዘሎካ ርክብ፡ ምስ ኣእምሮኻ ዘሎካ ምውህሃድን ካልእን እተሰላስለሉ እዋን ከኣ እዩ። እዚ ናይ ባሕታውነት ግዜን ቦታን ፈሊኻ ዝግበር ንጥፈት እዩ። ኣእምሮና ብዝተፈላለየ ኩነታት ጸቕጢ ምስ ዝበዝሖ፡ ትርጉም ህይወት ምስ ዘደናገሮ፡ ካብቲ ከነብረሉ ዝሓሰብና መትከላትን ውጥናትን ተፈንቲቱ ምስ እንጸንሕ፡ ወዘተ ናብ መሰመርና ክንምለስ ዝሕግዝ መሰርሕ እዩ። ሰላም ኣእምሮ ካብ ዘዕብዩ ፍቱን መገድታት'ውን እዩ። ይኹን እምበር ትርጉሙን ኣገዳስነቱን ተረዲእካ ምስ ዘይትግበር፡ እዚ ንበሎ ዘለና ዋኒ ክንረኽቦ ኣይንኽእልን ኢና። በይንኻ ኴንካ ብዘይ ድምጺ ዝግበር መሰርሕ ስለ ዝኾነ ከኣ ኣብ ጽምዋ በይንኻ ምዃን ዘፍርሓና እንተ ኴንና ከተግብር ኣጸጋሚ ይገብሮ። ምስ ጽምዋ ዝምድና ምስ እንሓድሽ ግን ወትሩ ከዘውትሮ ካብ ዝምክር ኣገዳሲ ሜላ ህይወት እዩ።

ኣሉታዊ ሳዕቤን ጽምዋ

ሳዕቤን ጽምዋ፡ ብመንጽር ዝወሰዶ ግዜ ይፈላለ እዩ። ንሓጺር ግዜ ዝስምዕና ጽምዋ፡ ካብ ግዝያዊ ዘይምቹእነትን ቀጨውጨውን ኣይሓልፍን እዩ። ስምዒታት ጽምዋ ምስ ሓደገና ከኣ ናብ ንቡር ኩነታት ክንምለስ ኣየጸግመን እዩ። እቲ ንነዊሕ ግዜ ዘሳቕየና ናይ ጽምዋ ስምዒት ግን ካብ ሕማም ሓሊፉ ናብ ሞት ከብጽሕ ዝኽእል ጸገም ኣብ ጥዕና ኣካልን ኣእምሮን ከስዕብ ይኽእል። ገለ ካብቲ ብተደጋጋሚ ዝርአ ጸገማት፥

ምዝንባል ድቃስን ኣመጋግባን

ኣሉታዊ ሳዕቤን ጽልዋ ፈለማ ብምዝንባል ንቡር ንጥፈታት ህይወት እዩ ዝጅምር። ድቃስ ይኣብየና፡ ሸውሃትና ይዕጾ፡ ንግሆ ምትንሳእ ይሰልከየና፡ ስራሕና ኣብ ዝግባእ ግዜ ምጅማርን ምዛዛምን ንሸገር፡ ... እዚ ምዝንባል ዕለታዊ ንጥፈት፡ ብፍላይ ናይ ድቃስን ኣመጋግባናን ምምዝባላት ዝያዳ ሳዕቤን ዘሎዎን ናብ ካልእ ጥዕናዊ ሳዕቤን ከኸትለልና ዝኽእልን እዩ።

ምንዛዕ ሆርሞናት ጸቕጢ

ጽምዋ፡ ሆርሞናት ጸቕጢ ብምምንዛዕ ናብ ቀዛትን ወጥርን ክምርሓና ይኽእል። ልዑል ምንዛዕ ሆርሞናት ጸቕጢ፡ ናብ ልዑል ጸቕጢ ደም ከቃልዕና፡ ከምኡ'ውን ንመስርሕ ዙረት ደምን ጭቀዳታት ልብን ብኣሉታ ክጸሉ ይኽእል።

ናይ ተጻዋርነትን ናብ ንቡር ኩነታት ናይ ምምላስ ተኽእሎን ምጉዳል

ኣብ ሓደ መጽናዕቲ፡ ጽምዋ ዘሎዎም ተሓከምቲ ካብቶም ጽምዋ ዘይብሎም ተሓከምቲ ዝተሓተ ዕድል ናይ ምሕዋይ ከም ዘሎዎም ተገሊጹ። ናይ ጽምዋ ስምዒት ዘሎዎም ተሓከምቲ መድሃኒት ቀልጢፉ ከም ዘይሰርሓሎም'ውን እቶም ኣብቲ መጽናዕቲ ዝተሳተፉ ሓካይም ገሊጾም።

ትርጉም ኣልቦነት

ጽምዋ፡ ብፍላይ ምስ ሰብ እንክለኻ ጽምዋ፡ ዝስምዖም ሰባት ዝያዳ ንህልውቶምን ንህይወት ካልእ ኣብ ከባቢኦም ዘሎን ኣብ ሓደጋ ዘእቱ ውሳነ ናይ ምውሳድ ተኽእሎ ከም ዘሎዎም መጽናዕቲ ይሕብር። ሸገሮም ብግርጺ ከካፍሉ ስለ ዘሸገሮ ሰብ ከይፈልጦም ስለ ዝሕብኡን ከኣ ኣብ ግዜኡ ኣልያን ሓገዝን ክትገብረሎም ኣጸጋሚ ይኸውን።

ካብ ጽምዋ ንምግልጋል

ጽምዋ ዋላ ድኣ ደጋዊ ወይ ኣከባብያዊ ጽልዋ ይሃሉዎ፡ ባዕልና ኣብ ውሽጥና ብእንፈጥሮ ሓሳብን ኩነተ ኣእምሮን ዝኽሰትን ዝዓብን ስለ ዝኾነ፡ መፍትሒኡ ከኣ ዝያዳ ናብ ኣእምሮኣዊ ፍታሕ ዘቐንዐ ክኸውን ይምረጽ። ስለዚ፡ ገለ ካብ ኣእምሮኣዊ ሜላታት ምስ እንርኢ፥

- ምክፋል ወይ ልግሲ

ጽምዋ ናይ ስምዒት ድኽነት እዩ። ካብቲ ካልእ ዓይነት ድኽነታት ከኣ ብምህላው ወይ ብምኽዕባት ኣይከኸን ካብኡ እትግላገል። ንኻልእ ሰብ ብምልጋስ ወይ ዘሎካ ንእሽተይ ጸቡቕ ነገር ምክፋል ጥዑም ስምዒት ይፈጥር እዩ። እዚ ብምልጋስ ወይ ምክፋል ዝርከብ ግብረ መልሲ፡ ህይወት ክዘርኣልናን ናይ ስምዒት ርውየት ክፈጥረልናን ይኽእል። ጽምዋ ተስፋ ናይ ምቕራጽ ስምዒት የለዕዕል እዩ። ልግሲ ከኣ ካብ ንእሽተይ ተበግሶ ለውጢ ክርከብ ከም ዝኽእል'ዩ ዝተስፍዩ። ስለዚ፡ ናይ ህይወት ትርጉም ኣብ ምቕናይ ክሕግዝ ይኽእል።

ምስ ተፈጥሮ ምትእስሳር

ገማግም ባሕሪ፡ ዕምባባታት ዝመልአ ጉላጉል፡ ዋሓዚ ማይ፡ ጎቦታትን ኩርባታትን፡ ወዘተ ቀው ኢልና ጠሚትና ንፈልጥዶ፣ ሽዑ እንታይ ይስምዓና፣ ተፈጥሮ መሳጢ እዩ፣ ምስ ህይወት ምሉእ ምትእስሳር ስለ ዘሎዎ ከኣ ብድምጺ ይኹን ድምጺ ኣልቦ ምስ ኣእምሮና ናይ ምውጋዕ ብቕዓት ኣሎዎ። በዚ ምኽንያት ከይተኮነ ኣይተርፍን፡ ድሕሪ ቀትሪ ናይ ቀዳም ሰንበት ብመገዲ ድርፎ ብርክት ዝበለ ሰብ ክዛወርን ተፈጥሮ ክስተማቕርን እንርኢ።

ትርፊ ግዜና እንሕልፈሉ ንጥፈት ብኣስተብህሎ ምምራጽ

ኣብ መሳጥን ጸግድን ስራሕ እንተ'ለና ኣይጽምወናን እዩ። ዝበዝሐ ግዜ እንሰርሓ ስራሕ ምስ ዘይህልወናን እነዕልሎ ሰብ ምስ እንስእንን ኢና ጽምዋ ዘሕምቐና። ናብ ጽምዋ ንምግልጋል ኢልና እንምጽኦ ግዚያዊ መፍትሒ ብግቡእ ምስ ዘይንሓስበሉ ከኣ መዕነዊና ክኸውን ይኽእል እዩ።

ትርጉም ዝህብ ዝምድና ምትእስሳርን ምህናጽን

"ዝምድናን ምትእስሳርን ልክዕ ከም መግቢ እዩ" ይብሉ ተመራመርቲ ስነ ልቦና። መግቢ ንጥዕናና ኣካልን ኣካላዊ ህንጸትን ካብ ዘድሊ መሰረታዊ ጠለብ ካብ ኮነ፡ ዝምድናን ምትእስሳርን ከኣ መሰረታዊ ማሕበራዊ ጠለብ ሰብ እዩ። እዚ ክብሃል ከሎ ግን ዋቕመ ብመንጽር እንወስዶ ውሳኔታትን ሕርያን ክብን ለጠቕን ክብል ይኽእል። ኣብ ገለ ከኣ ምሉእ ብምሉእ ክዕነወና ይኽእል እዩ። ሓደ ካብ ምኽንያት ጽምዋ፡ እንኣምኖን እንጸግዖን ድልዱል ዝምድና ዘይምህላው እዩ። ምስ ሰብ ከነዕልል፡ ሽግርና ከነካፍል፡ ክንዘናጋዕ፡ ወዘተ ምስ ዘይንኽእል ጽምዋ ክስምዓና ይኽእል እዩ። ኩሉ ዝገደደ ከኣ ኣብ ማእከል ሰብ እንክለና እንዛረቦ፡ እንኣምኖ፡ ትርጉም ዝህበና ጽን ኢሉ ዝሰምዓና ሰብ ዘይምርካብ ናብ ጽምዋ ከውድቐና ይኽእል። ስለዚ፡ ዝምድና ምምስራት ወይ ኣብ ጥቓ ሰብ ምህላው ጥራይ ዘይኮነ ትርጉም ዝህብና፡ እወታዊ ጽልዋ ዘሎዎ ዝምድና ምምስራት ኣገዳሲ እዩ።

ስፖርት

ሙሴ ገ/እግዚኣብሄር

ሻምፕዮን ቅድድም ብሽክለታ ደቂ ኣንስትዮ ተኻይዱ

ክለብ ደቡብ ብስሉሳዊ ዓወታት ደሚቓ

ሚካኤል ሓድጉ

ስእሊ - ኣብራሃም በየነ

ሻምፕዮን ቅድድም ብሽክለታ ኤርትራ 2026፡ ትማሊ ሓሙስ ኣብ ከባቢ ማይ ደምኑት ብናይ ደቂ ኣንስትዮ ተቐዳደምቲ ናይ ሰለስቲኡ ክሊ ዕድመ ናይ ጽርግያ ውድድርን ናይ ፓራሳይክሊን ንጥፈታትን ፈሊሙ።

ፈለማ 13 ተቐዳደምቲ ማእከላይ ዕድመ (ጁንየር) 72 ኪሎሜተር (ሓንቲ ዙርያ 18 ኪሎሜተር ብምኳና ኣርባዕተ ዙርያ ሸፊነን) ኣካይደን። ንዘበረ ቁሪን ንፋስን ተጻዊረን ሓንቲ ዙርያ ምስ ተጎዓዘ ከኣ፡ ናይ ዝሓለፈ ዓመት ሻምፕዮን ኣድያም ተስፉ ካብ ዞባ ደቡብ እትርከበን ኣርባዕተ ዝበዝሓን ጉጅለ ንቅድሚት ብምውጻእ፡ ንዓባይ ጉጅለ እናማሕደጋ ክዕዘራ ጀሚረን። ኣብዚ ጉጅለ ናይ ሰራየር ሳዋ ሰዶን ሃብቶም፡ ናይ ዓራግ ራሄል ዑቕባይ፡ ከምኡ ድማ ናይ ጋንታ ደቡብ ሄርሜላ ስምኦን ብምንባረን እናተበራረያ ኑተን ዝተረፈ ሰለስተ ዙርያታት ሸፊነን።

ኣብ መወዳእታ ኣብ ዘካየዳኦ ቅጽበታዊ ውድድር ድማ፡ ሄርሜላ ስምኦን ብጠምጋም ኣብ ሰዓት 33.3 ኪሎሜተር እናተጓዕዘት፡ ብ2 ሰዓት 9 ደቒቕን 34 ካልኢትን ኣሲዶን ሃብቶም፡ ራሄል ዑቕባይን ኣድያም ተስፉን በሊጻ ቀዳመይቲ ብምእታው፡ ሻምፕዮን ኮይና።

18 ካልኢት ድሒራ ካብ ዝመጸት ጉጅለ ድማ፡ ደሴት እዮብ ካብ ጋንታ ትጽቢት ብምዕዋት ሓሙሻይ ደረጃ ክትሕዝ እንከላ፡ ሮዚና ብርሃ ካብ ደንደን ሻዱሻይቲ፡ ናኦሚ መንግስትኣብ ካብ ሰራየር ሳዋ ሻውዓይቲ፡ ኣርሴማ ዓንደጼን ካብ ዓራግ ሻሙነይቲ፡ 5 ደቒቕን 57 ካልኢትን ድሒራ ካብ ዝመጸት ጉጅለ ድማ፡ ኣባል ሰራየር ሳዋ ዕድል ተስፉገርግሽ ታሽዓይቲ፡ የማን በየነ ካብ ትጽቢት ዓሰረይቲ ኣትየን።

በዚ ድማ፡ ሄርሜላ ስምኦን ንዓመት ምሉእ ኣብ ዝቦና እትወድያ ባንዴራ ኤርትራ ዘለዋ ማልያ፡ ወርቂ መዳልያን ሽዱሽተ ሽሕ ናቕፋን ተሸሊማ። ሰዶን ሃብቶም ብሩር መዳልያን ኣርባዕተ ሽሕ ናቕፋን፡ ራሄል ዑቕባይ ኑሓስ መዳልያን ክልተ ሽሕ ናቕፋን ተሸሊመን።

102 ኪሎሜተር ኣብ ዝተሰርዓለን ዓበይትን ትሕቲ 23 ዓመትን ተቐዳደምቲ፡ ካብ ምጅማር ጸወታ ክሳብ ኣጋ ምዝዛም ዝጥቀስ ፈተነ ኣይተራእየን። ጸወታ ንኽዛዘም ሽዱሽተ ኪሎሜተር ምስ ተረፎ ግና፡ ዓሚ ካልኣይቲ ዝወጸት ተቐዳደምቲ ጋንታ ደቡብ ሱዛና ፍስሃየ ብዘሬጸመቶ ተረር መጥቃዕቲ ንዓባይ ጉጅለ ማሕዲጋታ ወጺኣ። ብዓባይ ጉጅለ ዝተወሰደ ግብረ መልሲ ብዘይ ምንባሩ ከኣ፡ ሱዛና ናይ 42 ካልኢታት ፍልልይ ኣንጺፉ ብዘይ ተቓጻጺት ቀዳመይቲ ኣትያ። ሱዛና ኣብ ሰዓት ብጠምጋም 30.7 ኪሎሜተር እናተጓዕዘት ብ3 ሰዓት፡ 18 ደቒቕን 53 ካልኢትን ብምእታው ሻምፕዮን 2026 ኮይና።

42 ካልኢት ድሒራ ዓባይ ጉጅለ ኣብ ዘካየደቶ ቅጽበታዊ ውድድር ድማ፡ ዓሚ ምስ ጋንታ ዓራግ ኮይና ሻምፕዮን ዝኾነት ፕሮፈሽናል ተቐዳደሚት ካንዮን ስራም - ሞናሊዛ ኣርኣያ ቀዲማ ብምእታው ካልኣይ ደረጃ ሐዘ፡ ኣባል ጋንታ ደቡብ ናርዶስ ጺጋይ ሳልሳይ ደረጃ ብምሓዝ ፓደዩም ደይባ። ብርኽቲ ፍስሃየ ካብ ዓራግ፡ ሮምና ገዕሽ ካብ ክለብ ደንደን፡ ቤቲኤል እስቲፋኖስ ካብ ሰራየር ሳዋ፡ ደሊና ግርማይ ካብ ሰራየር ሳዋ፡ ራሄል ብርሃ ካብ ዓራግ፡ ሚለና ያፈት ካብ ደንደን፡ ቅሳነት ወልደማርያም ካብ ጋላ ነፍሒ ድማ፡ ካብ ራብዓይ ክሳብ 10ይ ኣትየን።

ኣብ ናይ ዓበይቲ ሻምፕዮን ዝኾነት ሱዛን ፍስሃየ፡ ንዓመት ምሉእ ኣብ ዝቦና ወድያታ እትወዳደር ብጠንዴራ ኤርትራ ዝወቀበት ማልያን 10 ሽሕ ናቕፋን ተሸሊማ። ሞናሊዛ ኣርኣያ ብሩር መዳልያን ሽዱሽተ ሽሕ ናቕፋን፡ ናርዶስ ጺጋይ - ኑሓስ መዳልያን ኣርባዕተ ሽሕ ናቕፋን ተሸሊመን።

ኣብ ናይ ትሕቲ 23 ዓመት ድማ፡ ናርዶስ ጺጋይ ሻምፕዮን ምኳና እትገልጽ ማልያን ሽዱሽተ ሽሕ ናቕፋን ተሸሊማ። ሮምና ገዕሽ ብሩር መዳልያን ኣርባዕተ ሽሕ ናቕፋን፡ ቤቲኤል እስቲፋኖስ ኑሓስ መዳልያን ተሸላሚት ክልተ ሽሕ ናቕፋን ኮይነን።

ብዘይካዚ፡ ተቐዳደምቲ ናይ ፓራ ሳይክሊን ኣብ ሰለስተ ደረጃታት ተኸፋፊሎም ተወዳዲሮም። ኣብ ናይ ሓሙሽተ ኪሎሜተር፡ ተኽሊት ወልደየሃንስ ወርቂ መዳልያን ሰለስተ ሽሕ ናቕፋን ተሸሊሙ። ዳንኤል ተኽሉ ተሸላሚ ብሩር መዳልያን ክልተ ሽሕ ናቕፋን፡ ሕድሮም ሃብተ ተሸላሚ ኑሓስ መዳልያን ሓደ ሽሕ ናቕፋን ብምኳን መድረኽ ደይቦም።

ኣብቶም ናይ 10 ኪሎሜተር ጸወታ ዘካየዱ ተቐዳደምቲ ኣረጋይ መብራህቱ ሻምፕዮን ብምኳን ተሸላሚ ወርቂ መዳልያን ሰለስተ ሽሕ ናቕፋን ኮይኑ። ካልኣይን ሳልሳይን ዝኣተዉ ኣለም የማነ ብሩር መዳልያን ክልተ ሽሕ ናቕፋን፡ ሳልሳይ ሚካኤል ዘርኣይ ኑሓስ መዳልያን ሓደ ሽሕ ናቕፋን ተሸሊሞም። ኣብ ናይ 15 ኪሎሜተር ድማ፡ ካሕሳይ ተኽለ ዕወት ብምኳን ተሸላሚ ወርቂ መዳልያን ሰለስተ ሽሕ ናቕፋን ኮይኑ።

ሻምፕዮን ኤርትራ 2026፡ ሎሚ ዓርቢ'ውን ብናይ ግዜ ናይ ውልቂ ውድድር ማለት ክሮኖ ሜተር ቀጺሉ ክውዕል እዩ። ኣብዚ ኣብ ከባቢ ማይ ደምኑት ዝካየድ ውድድር፡ ኩሉም ካታጎሪ ናይ ክልተኡ ጾታ ክሳተፉ ምኻኖም፡ ካብ ሃገራዊ ፈደረሽን ቅድድም ብሽክለታ ኤርትራ ዝተረኽበ ሓበሬታ የረድእ።

ሄርሜላ ስምኦን፡ ብሽኢ ንመወዳድርታ ኣብ ዝሰዓረትሉ

ናይ ዓበይቲ ዕዉታት - ሱዛን፡ ሞናሊዛን ናርዶስን

ናይ ሓሙሽተ ኪሎሜተር ፓራሳይክል ዕዉታት - ተኽሊት፡ ዳንኤልን ሕድሮምን

ናይ ትሕቲ 23 ዓመት ዕዉታት - ናርዶስ፡ ሮምናን ቤትኤልን

ናይ ማእከሎት ዕዉታት - ሄርሜላ፡ ሲዶንን ራሄልን

"ሮናልዶ፡ ጥሮታ ኣይትውጽእ" ካናቫሮ

ዓላሚ ሃገራዊት ጋንታ ኡዝበኪስታን - ፋቢዮ ካናቫሮ፡ ንክሪስቲያኖ ሮናልዶ፡ ንዝቕጽሉ ዓመታት ክጻወት ከም ዝለዎ ገሊጹ።

ሮናልዶ፡ ኣብ መኽፈቲ ጸወታ ዋንጫ ዓለም፡ ሃገሩ ፖርቱጋል ምስ ዲሞክራሲያዊት ረፓብሊክ ኮንጎ 1-ብ1 ድሕሪ ምፍልላያ፡ ብዘርኣዮ ትሑት ቁመና ብብዙሓት ወገናት ተነቒፉ እዩ። "ጥሮታ ክወጽእ ኣለዎ" ዝበሉ ወገናት'ውን ነይሮም።

ይኹን እምበር፡ ኣብቲ ሰሉስ ምሸት ኣንጻር ኡዝበኪስታን ዘካየዶ ካልኣይ ናይ ምድብ ጸወታ፡ ክልተ ሸቶታት ብምቁጻርን ብሉጽ ብቕዓት ብምርኣይን ግና ኣብ ቁመና ከም ዝለዎ ኣርእዩ፡ ንዝመጽኦ ነቓፈታታት'ውን መሊሱ። ሃገሩ ድማ 5-ብ0 ምዕዋታ ይፍለጥ።

ዓላሚ ኡዝበኪስታን ዝኾነ ካናቫሮ፡ እዚ ፖርቱጋላዊ ካብ ፈለማ ጸወታ ንኣንጻር ጋንታ ከም ዘጸገሮም ብምግላጽ፡ ኣብ ሳዑን ቅሉዕ መቕጸዕቲ ፍሉይ ብቕዓት ከም ዘለዎ ሓቢሩ።

"ንተጻወትተይ፡ ንሮናልዶ ናይ ሰንቲሜተር ዕድል እንተሂብናዮ፡ ሞይትና ኢና ኢለዮም። ኣጋጢሙ ድማ ክልተ ሸቶታት ኣመዝጊቡልና። ተጻወትቲ ፖርቱጋል፡ ንዕኡ ተጻዊቶም ንሱ ድማ፡ ኣብ ሳዑን ቅላዕ በሊሕ እዩ፡" ኢሉ - እዚ ኢጣልያዊ ዓላሚ።

ብዘይካዚ፡ ኣብ 2006 ባሎን ዲ'ኦር ዝዓተረ ካናቫሮ፡ ድሕሪ ጸወታ ንሮናልዶ እንታይ ከም ዝበሎ ኣብ ዝተሓተተሉ፡ "ክሪስቲያኖ፡ ወዲ 41 ዓመት እዩ። ኾኖ ድማ ክጻወት ክፉት ሸውሃት ኣለዎ። ንሱ፡ ኣብ ታሪኽ ኩዕሶ እግሪ ዘልኣለማዊ እዩ። ንገለ ዓመታት ተጻወት እየ ድማ ኢለዮ። ርኣይዎ እሞ ብቑዕ እዩ ዘሎ፣ ኣካላዊ ቁመናኡ ኣገዳሲ ብሉጽ'ዩ። ተስፋ እገብር ንገለ ዓመታት ጸወታ ክቕጽል፡" ክብል ኣደሂቕዎ።

መደብ ጸወታ

ሎሚ

ሳልሳይ ናይ ምድብ ጸወታ ዋንጫ ዓለም 2026

ኖርወይ - ፈረንሳ 10፡00 ድ.ቀ

ሴኔጋል - ኢራቕ 10፡00 ድ.ቀ

ቀዳም

ኬፕ ቨርደ - ስዑዲ ዓረብ 3፡00 ቅ.ቀ (ወጋሕታ)

ኡራጓይ - ስጳኛ 3፡00 ቅ.ቀ

ኒውዚላንድ - ቤልጀዩም 6፡00 ቅ.ቀ

ግብጺ - ኢራን 6፡00 ቅ.ቀ

ዜና ዓለም

ዮርዳኖስ ጸጋይ

ኣመሪካን ኢራንን፡ ንዳግማይ ዘተ ይዳለዋ

ጸሓፊ ክፍሊ ጉዳያት ወጻኢ ኣመሪካ ማርኮ ሩብዮ፡ ቴክኒካዊ ዘተ ሃገሩን ኢራንን ዝመጽእ ሰሙን ኣብ ስዊዘርላንድ ክቕጽል ትጽቢታት ከም ዘሎ ሓቢሩ።

ማርኮ ሩብዮ ነቲ ሓበሬታ ዝሃቦ ኣብ ኩዌት ወግዓዊ ምብጻሕ ኣብ ዝፍጽመሉ ዝነበረ እዋን እዩ።

ሩብዮ ንጋዜጠኛታት ኣብ ዝሃቦ መግለጺ፡ ኣመሪካ ምስ መሻርኽታ ዝኾና ሃገራት ወሽመጥ ዓረብ ንምውህሃድ ከም ቀደማ ወፍይቲ ምህላዋ ገሊጹ።

ብዛዕባ እቲ ዝመጽእ 29 ወይ 30 ሰነ ከም ዝካየድ ዝገለጾ ቴክኒካዊ ዘተ ኣመሪካን ኢራንን ኣመልኪቱ ግን ዝኾነ ዝርዝር ኣይሃበን።

ማርኮ ሩብዮ ኣብ ኩዌት ዝፈጸሞ ወግዓዊ ምብጻሕ፡ ኣካል ናይቲ ካብ ዝሓለፈ ሰሉስ ክሳብ ትማሊ ሓሙስ ዝቐጸለ - እንተላይ ንሕቡራት ኢማራት ዓረብን ባሕሬንን ዝጠቓለለ ናይ ሰለስተ መዓልታት ዞባዊ ዑደት ምዃኑ ይሕበር።

ብ18 ሰነ ኣመሪካን ኢራንን ነቲ ኣብ ማእከላይ ምብራቕ ዝተኸስተ ግጭት ደው ንምባል ስምምዕ ማዕከር ሰላም ምኽታመን ይዝከር።

ዝሓለፈ ሰንበት'ውን ወከልቲ ክልቲአን ሃገራት ነቲ ዝተኸተመ ስምምዕ ተግባራውነት ንምልባስ፡ ብምንጎኛነት ፓኪስታንን ቐጠርን ኣብ ስዊዘርላንድ ተራኺበን ከም ዝተመያየጣ ይሕበር።

ቬንዝዌላ - ብሓደጋታት ምንቅጥቃጥ ምድሪ 164 ሰባት ሞይቶም

ኣብ ቬንዝዌላ ብዝገጠመ ክልተ ተኸታተልቲ ሓደጋታት ምንቅጥቃጥ ምድሪ፡ ከቢድ ሰብኣዊ ንዋታውን ትሕተ-ቅርጻውን ክሳራታት ከም ዝወረደ ተሓቢሩ።

በቲ ኣኸታቲሉ ዝገጠመ 7.2ን 7.5ን ሬክተር ዝዓቐኑ ምንቅጥቃጣት፡ ዛጊት ልዕሊ 164 ሰባት ክሞቱ እንከለዉ፡ ካልኦት ከባቢ ሽሕ ሰባት ከኣ መጉዳእቲ ከም ዝገጠሞም፡ ሰብ መዚ ቬንዝዌላ ኣረጋጊጾም።

ብዘይካ'ዚ፡ እቶም ስዒቦም ዝተኸስቱ ልዕሊ 30 ድሕረ-ምንቅጥቃጣት፡ ንኽሳራታት ናይቲ ባህርያዊ ሓደጋ ኣዛይዶሞ ምህላዎም፡ እቶም ሰብ ስልጣን ወሲኾም ገሊጾም።

መንግስቲ ቬኑዝዌላ፡ ብሰንኪ'ቲ ባህርያዊ ሓደጋ ህጹጽ ናይ እዋን ሓደጋ ድንጋገ ብምእዋጅ፡ ግዳያት ንምርዳእ ናብ ዝተፈላለዩ ቦታታት ሰራዊትን ኣሃዱታት ሲቪላዊ ድሕነትን ኣዋፊሩ ምህላዉ ሓቢሩ።

እቲ ምንቅጥቃጥ፡ ኣብታ ጎረቤት ቬንዝዌላ ዝኾነት ኮሎምብያን'ውን ከም እተሰምዐ ተፈሊጡ ኣሎ።

ኣብ ቬንዝዌላ፡ ኣብ 1967 ብዝገጠመ ሓደጋ ምንቅጥቃጥ ምድሪ ልዕሊ 300 ሰባት ክሞቱ እንከለዉ፡ ኣብ 1997 ኣብ ሰሜናዊ ምብራቕ ናይታ ሃገር ብዘተኸስተ ተመሳሳሊ ባህርያዊ ሓደጋ ከኣ፡ ብውሑዱ 81 ሰባት ከም ዝሞቱ ጸብጻባት የመልክቱ።

ኮንጎ- ቁጽሪ ብኢቦላ ዝተለኽፉ ግዳያት 1,118 በጺሑ

ቁጽሪ ናይቶም ኣብ ዲሞክራሲያዊት ሪፓብሊክ ኮንጎ ብሕማም ኢቦላ ተለኺፎም ዘለዉ ግዳያት፡ ናብ 1,118 ክብ ክብል እንከሎ፡ ቁጽሪ ምውታት ከኣ 291 ከም ዝበጽሐ፡ ሚኒስትሪ ጥዕና ናይታ ሃገር ሓቢሩ።

ብመንግስቲ ዝተዋህበ እዋናዊ ሓበሬታ ከም ዘመልክቶ፡ ክሳብ ሕጂ በቲ ሕማም ዝተለኽፉ 122 ሰባት ክሓወዩ እንከለዉ፡ 408 ካልኦት ግዳያት ከኣ ኣብ ትሕቲ ጸዑቕ ሕክምናዊ ክትትል ይርከቡ ኣለዉ።

እቲ ሚኒስትሪ ወሲኹ፡ ኣብዚ ሕጂ እዋን፡ ብዙሒ መደቀሲ ሕሙማትን ዓቕሚ ላቦራቶሪን ዓብዩ እኳ እንተ ሃለወ፡ ብሰንኪ ኣብ ምኽታል ኣሰር መልከፍቲ ዝርአ ዘሎ ድኽመታት፡ እኹል ናይ መወሸቢ ክፍልታት ዘይምህላውን ኣብ ምቕባር ሕሙማን ዝቶየድ ሽልልትነትን ግን፡ ነቲ ሕማም ቀልጢፉ ክቆጻጸሮ ከም ዘይከኣል ኣረጋጊጹ።

ኮንጎ፡ ኣብ ዝሓለፈ ወርሒ ንመጀመርታ ግዜ መልከፍቲ ሕማም ኢቦላ ከም ዝረኸበት እኳ እንተ ሓበረት፡ እቲ ቫይረስ ግን ኣቐዲሙ ኣብ'ታ ሃገር ክዝዋወር ከም ዝጸንሐ እዩም ገለ ክኢላታት ዝገልጹ።

እዚ ከምዚ'ሉ እንከሎ፡ ጎረቤት ኮንጎ ኣብ ዝኾነት ዩጋንዳ እውን፡ 20 ሰባት ብሕማም ኢቦላ ክጥቅዑ እንከለዉ፡ ካብኣቶም ከኣ ክልተ ሰባት ከም ዝሞቱ፡ ጸብጻባት ውድብ ጥዕና ዓለም የመልክቱ።

ትራምፕ፡ ንምክልኻል ዝውዕል ቢልዮናት ዶላር ይሓትት

ፕረዚደንት ኣመሪካ ዶናልድ ትራምፕ፡ ታሕተዋይ ባይቶ ኣመሪካ ነቲ ኣብ ልዕሊ ኢራን ዝተኻየደ ወተሃደራዊ ወፍሪ ዝቕፍ እማመ ድሕሪ ምሕላፉ ድሕሪ ሓደ መዓልቲ፡ መብዝሕትኡ ምስቲ ሃገሩ ኣብ ልዕሊ ኢራን ዘካየደቶ ውግእ ንዝተኣሳሰር 'ህጹጽ ድሌታት' ዝውዕል 87.6 በልዮን ዶላር ባጀት ከጽድቕ ነቲ ባይቶ ሓቲቱ።

ዝጠዝሕ ክፋል፡ ማለት 67 በልዮን ዶላር ካብቲ ክጸድቕ ዝጥሉብ ዘሎ ግዙፍ ባጀት ንኽፍሊ ምክልኻል ኣመሪካ ክወሃብ ምዃኑ፡ ምንጭታት ሓቢሮም።

እቶም ምንጪታት ኣስዒቦም፡ ብመሰረት እቲ ቀሪቡ ዘሎ ናይ ጠለብ እማመ፡ 21 በልዮን ዶላር ንኣጽዋር፡ 17.3 በልዮን ዶላር ንወተሃደራዊ ስርሒታት፡ 12.1 በልዮን ዶላር ከኣ ንምስጠራዊ መደባት ክውዕል እዩ።

ብተወሳኺ፡ ምምሕዳር ፕረዚደንት ትራምፕ፡ ጸጥታ ናይቶም ኣብ ማእከላይ ምብራቕን ደቡብ ኤስያን ዝርከቡ ኤምባሲታቱን መዓስከራቱን ንምሕያል 300 ሚልዮን ዶላር፡ ንኣመሪካውያን ሓረስቶት 11 በልዮን ዶላር፡ ከምኡ'ውን ኣብ ማእከላይ ኣፍሪቃ ተኸሲቱ ዘሎ ሕማም ኢቦላ ኣብ ትሕቲ ቁጽጽር ንምእታው ዝውዕል 1.4 በልዮን ዶላር ጠለቡ ምህላዉ ተፈሊጡ ኣሎ።

እቲ ምምሕዳር ኣብ ጠለቡ፡ ኩናት ኢራን ብስምምዕ ሰላም ደው ኢሉ እኳ እንተ ሃለወ፡ ክፍሊ ምክልኻል ሃገሩ ግን ዓቕሙ ካብ ምሕዳስ ደው ክብል ከም ዘይብሉ እዩ ዘረድኡ።

ኣብ ዝሓለፈ ወርሒ፡ ዋና ተሓዚ ገንዘብ ፔንታጎን ጁልስ ሀርስት፡ ኩናት ኢራን ንኣመሪካ ከባቢ 29 በልዮን ዶላር ከም ዝወደኣላ እኳ እንተ ገለጹ፡ ምስቲ ዛዕባ ቅርበት ዘለዎም ካልኦት ወገናት ግን፡ እቲ ዝተጠቐሰ መጠን ገንዘብ ንንእሱ ክፋል ወጻኢታት ናይቲ ኩናት ጥራይ ዝምልከት ምዃኑ እዮም ዝገልጹ።

መራሕቲ ኤውሮጳ፡ ኣብ ኢንዱስትሪ ምክልኻል ምትሕብባሮም ከሐይሉ ተሰማሚዖም

መራሕቲ ፈረንሳ፡ ጀርመን፡ ኢጣልያ፡ ፖላንድን ብሪጣንያን ኣብ መዳይ ኢንዱስትሪ ምክልኻል ንዘዋገር ምትሕብባር ከሐይልዎ ከም ዝተሰማምዑ፡ ኣብቲ ሓቢሮም ዝሃብዎ ወግዓዊ መግለጺ ኣፍሊጦም።

ብዘይካ'ዚ፡ እቶም መራሕቲ፡ ኣብ መዳያት ስርዓተ ምክልኻል ኣየር፡ ሱብ ኣልቦ ስርዓታትን ሱብ ሰርሖ ብልሒን ዝዋገር ምትሕግጋዝ ንምስፋሕን ምስ ኣመሪካ ብቐረባ ንምውህሃድን ቃል ኣትዮም ኣለዉ።

ኣቦ'ቲ ኣጋጣሚ፡ ቻንስለር ጀርመን ፍሪደሪክ መርዝ፡ ሃገሩ ወተሃደራዊ ወጻኢታታ ክሳብ 2029 ኣብ ዘሎ ግዜ ናብ 3.5 ሚእታዊት ካብ ጃምላዊ ሃገራዊ እቶታ ክብ ከም እተብሎ ገሊጹ።

እቶም መራሕቲ ወሲኾም፡ ኣብ መዳይ ኢንዱስትሪ ምክልኻል ዝዋገር ጥቡቕ ምትሕብባር፡ ወተሃደራዊ ዓቕሚ ኪዳን ሰሜን ኣትላንቲክ (ኔቶ) ንምድንፋዕን ድሉውነት ውግእ ንምርግጋጽን ኣገዳሲ ተራ ከም ዘለዎ ኣረጋጊጾም።

ንሳቶም ኣስዒቦም፡ ኣብ ውሽጢ ሓያል ኔቶ ሓያል ኤውሮጳ ንምህናጽ ቀሪቦም ተላዒሎም ምህላዎም'ውን ኣገንዚቦም።

እዚ ከምዚ'ሉ እንከሎ፡ እቶም መራሕቲ፡ ንዩክሬን ተወሳኺ ወተሃደራዊ ደገፍ ክወሃብ፡ ከምኡ'ውን ኣብ ልዕሊ ፈደረሽን ሩሲያ ተወሳኺ እገዳ ክጸድቕ ከም እተረዳደኡ ተሓቢሩ።

ተረኛ ፋርማሲ	ዕለት	ጎደና	ቁ.ስልኪ
ፋርማሲ ሓማሴን	26/06/2026	ጎደና ሓማሴን -176 ቁ.1፡ከባቢ ሴዳው	120205

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