መፍትሕ

መፍትሕ 2.7 *መጋቢት* 2006 *መጀመርታ ዓርቢ ናይ ነፍስ-ወከፍ ወርሒ እትሕተም ወርሓዊት ጋዜጣ*
260 Adelaide St. E Toronto, ON. M5A 1N1 P.O.Box 192 Tel: 416-824-8124 Fax: 416-653-9297 www.meftih.com email: info@meftih.com

ፍቕርን ሓዳርን
ገጽ *4*

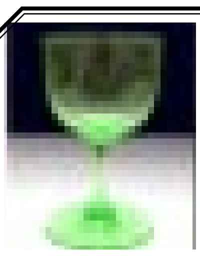
ሓለዋ ጥዕና ገጽ *10*

ንምዝንጋዕ
- ትፈልጡ ዶ
(ሓቅታት ምትካኽ
ሽጋራ
ገጽ *6*

ኩርናዕ ገጠምቲ
ገጽ *8*

Sawa Restaurant & Bar
812 Bloor St. West
ቤት መግቢ ሳዋ

* ዓርብን ቀዳምን ለይታዊ ትልሂት ምስ ስነ-ጥበባዊ ዳኒኦል
* ንጥምቀትን ዕለተ ልደትን ፓርቲ ቦታ ነካሪ
* ናይ መርዓን ጥምቀትን ምቁር መግቢ ነዳሉ
ንዝያዳ ሓበሬታ 416-537-2188 ደውሉ
ብድሓን ምጽኡ! ርሑስ ሓድሽ ዓመት ይግበረልና!



Rendez-Vous
Bar & Cafe

ርሑስ ሓድሽ ዓመት ይግበረልና!

For friendly environment, best food, best refreshments, and best service come & visit the award-winning Rendez-Vous restaurant at
1408 Danforth Avenue.

ብሉጽ መግብታት ቀሪብና፡ ፍሕሹው ገጽ ኣሰኒና ብሕጉስ መንፈስ ክነኣንግደኩም ተዳሊና ኣለና። ኣእምሮኹም ክተሐድሱ፡ ድኻምኩም ክተራግፉ ኩሉ ግዜ ናብ ራንዴቩ ምጽኡ።

Address: 1408 Danforth Ave.
Toronto, ON M4J 1M9
Tel: 416-469-2513

ዋና ኣሰናዳኢ
ኣሮን ብርሃነ

Editor-in-chief
Aaron Berhane

Editor of English Section
Grace Cherian

260 Adelaide St. E. Toronto, ON M5A 1N1
P.O.Box 192
www. meftih.com
Tel: 416-824-8124
Fax: 416-653-9297
info@meftih.com

ቃል መፍትሕ

ነብሰ-ገምጋም ግበራ ኣሓት

ሸሞንተ መጋቢት ኣህግራዊ መዓልቲ ደቂ-ኣንስትዮ'ያ። ደቂ ኣንስትዮ ፍትሒ፡ ማዕርነት ንምርግጋጽ ዘካየድኦ ቃልሲ ዓመት ዓመት ንምዝኽኻር ዝተሓዝአት መዓልቲ'ያ። ወጽዕአን ከለልያ፡ ዓወታተን ክግምግማ፡ መጻኢ መደባተን ክነድፋ ዝተወቀረት ዕለት።

ብዙሓት ኣሓትና ናብራ ስደት ሓደ ኢለን ካብ ዝጀምራ ኣብ ህይወተን ዓቢ ለውጢ ኣርእየን'የን። ናብ መኣዲ ትምህርቲ ብምጽንባር፡ ሞያዊ ትምህርቲ ቀሲመን። ናብ ስራሕ ዓለም ብምእታው ምስ ሕብረተሰብ ካናዳ ተወሃሂደን። ዝዓረቑን ዝጠመዩን ቤተሰብ ረዲኣን። ወሊደን ዘሚደን ንብዝሒ ህዝብና ኣኻዕቢተን። ንጸጋታት ናይዚ ዓዲ ብግቡእ እናተጠቕማ ማዕርነተን ብግብሪ ንምርግጋጽ ተገማጊመን። ዝናኣድ ግስጋሰ ኣብ ህይወተን ኣርእየን። ኣገናዕ ኣሓት!

ብኣንጻር ናይዘን ዕውታት፡ ብዙሓት ኣብ ዘሰክፍ ኩነታት ዘለዋ ኣሓት ግን ኣለዋና። ትምህርተን ኣወንዚፈን፡ ንግሆን ምሸትን ናብ ስራሕ ይጠና። ሞያ ስለዘይተዓጥቃ፡ ብትሑት ደሞዝ ክሽቅላ ይግደዳ። ዝበዝሐ ግዚኣን ኣብ ስራሕ ስለዘሕልፍኦ ነብሰን ከየማዕበላ፡ ርጡብ ዝምድና ከይመስረታ ዕድመ ንእስነተን ይጭለጥ። ህይወት ቤተሰበን ከማሓይሻ ህይወተን ይርምሳ። ግንዛበ ዘድልዮ ጉዳይ'ዩ።

ኣሓትና ብተፈጥሮ ለዋሃት'የን። ቅድሚ ነብሰን፡ ወለደንን ኣሕዋተንን ክጥዕሞም ይደልያ። ኩሉ ጾር ስድራቤት ኣብ እንግድዕአን ጼረን፡ መስገደል ክሰግራ ይፍትና። ነብሰን ጎዲኣን ነብሲ ካልኦት ከሕውያ ይደናደና። ኩሉ ድማ ብዋጋ ሂወተን።

ሕጂ ነብሰ-ገምጋም ምግባር ከድልየክን'ዩ ኣሓት። ኣሕዋትካ ምፍቃር ሓላል'ዩ። ንቤተሰብካ ምርዳእ ውን ጽድቂ'ዩ። ኩሉ ሰናይ ተግባራትክን ንመብዛሕትና ደቂ-ተባዕትዮ ዓቢ ትምህርቲ'ዩ። ግን ሓንቲ ነገር ኣስተውዕላ። ንስኸን ንነብስኸን ከይኮንኩን፡ ናትክን ውሑስ ቁጠባዊ ሰረት ከየንጸፍክን ንዝኾነ ክትትኮና ከምዘይትኽእላ ፍለጣ። ባህታኸን ሴርክን፡ ንወለድኸንን ኣሕዋትክንን ደስታ ክትዘርኣሎም ከምዘይትኽእላ ኣስተብህላ። እቲ ምንታይሲ ወለድኸን ከምቲ ትሓልያሎም ስለዝሓልዩልክን፡ ከምቲ ክሕጎሱ ትደልዮኦም ክትሕጎሳ ስለዝደልዩኸን። ብሓጺሩ፡ እቲ ወጽዓ ምሳኸን ክማቃርሑ ቅሩባት ስለዝኾኑ ብጭቡጥ ዘለኸንኦ ኩነታት ሓብርኦም። እቲ ሓቂ ኣፍልጠኦም።

ነብስኸን ፍቐዳ ኣሓት። ኣሰር ናይተን ዕውታት ኣሓትክን ተኸቲልክን ነብስኸን ከተማዕብላ ፈትና። ንሰን እንተጌረንኦ፡ ንስኸን ውን ክትገብርኦ ከምትኽእላ እመና። ሸሞንተ መጋቢት ንዓኸን ዓቢ ትርጉም ዘለዋ መዓልቲ ምኻና ኣጸቢቕክን ኣስተብህላ። ኣብ ህይወትክን ኣወንታዊ ለውጢ ከተምጽኣ ነብሰ-ገምጋም ብቀጻሊ ግበራ። ሽዑ፡ ካብ ጭንቀት ዝዓብለሎ ናብራ ተላቒቕክን ሕጉስ ናብራ ክትመርሓ ኢኸን። ዓወት ንዓኸን ኣሓት!

aaron@meftih.com

Need help with filing your Income Tax Return?

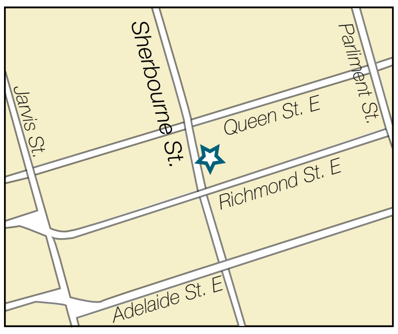
Zemede Berhan Russom, CGA, FAIA
Certified General Accountant

Services for individuals and small businesses (for profit and non-profit entities) include:
- Income Tax Return (E-filed for Fast Refund)
- Income Tax Planning for Lower Future Taxes
- GST Returns, GST/PST Rebates
- Bookkeeping and Accounting

Office Hours

Tuesday - Thursday*	6:00 pm	-	8:00 pm
Friday	9:00 am	-	8:00 pm
Saturday	10:00 am	-	6:00 pm
Sunday	1:00 pm	-	5:00 pm

*Tuesday to Thursday by appointment only



105 Sherbourne Street
Second Floor, Unit A
Toronto, Ontario
M5A 2R3

Tel (416) 910 - 7200
Fax (416) 360 - 5373
E-mail zrussom@rogers.com

ደብዳበታትኩም

ቀጽሎ ዮናታን

ጋዜጣ መፍትሕ ምውጻእ ካብ ትጅምር ዳርጋ ብዘይ ምቁራጽ የንብባ ኣለኹ ክብል ይደፍር። ብዘይካ ከምገለ ኢለ ኣብታ ትዝርጋሓላ መዓልቲ ናብ ብሉር ከይወረድኩ እንተውዒለ ኣይትሓልፈንን'ያ። ሓደ ሰሙን ጸቒጠ እንተከይደ ግን ኣሰራ ኳ ኣይረክብን፡ ተጨሪሳ ትጸንሓኒ። ከምዚ ከማይ ነዛ ጋዜጣ ዝከታተላ ሰብ ይበዝሕ ኣሎ ግዲ ኮይኑ።

ኩሉ ስራሕኩም ብጣዕሚ ጽቡቕ'ዩ ዘሎ። ሕጂ ግን ብፍላይ ንዮናታን ገብራይ ነዚ "ዛና" ትብል ጽሕፍቲ ብተኸታታሊ ዘቕርበልና ዘሎ ከመስግኖ ይፈቱ።

ዓደይ ገዲፈ ናብ ዓዲ ስደት ካብ ዝወጽእ ዝመጽእ ሓምለ 28 ዓመት ክመልእ'የ። ኣዝዩ መሪር ናፍቖት ዓዲ ኣለኒ። ከምኡ ግዲ ኮይኑ፡ ነዛ ዛና ትብል ጽሕፍቲ ምንባብ ምስ ጀመርኩ፡ በቲ ጽቡቕ ኣወዳድቓ ቃላቱን ክእለት ኣዘናትውኡን ብዛዕባ'ታ ተወሊደ ዝዓበኹላ ዓዲ ዝዛረብ ዘሎ ኮይኑ ይስማዓኒ። ዋላ እቲ ዛንታ ናይታ ጓል ናይ ሓንቲ ንኣቦይ ብቀረባ ትዛመዶ ሰብ የዘኻኽረኒ። መነባብሮ ዓዲ ስለዘይጣዓማ ካብ ዓድና ፈሊላ ናብ ኣስመራ ዝኸደት። እቲ ታሪኽ ነዊሕ'ዩ። ዛንታኻ ናበይ ገጹ ከምዝበል ከኣ ወርሒ መጸት ንጽሑፍካ'የ ከንብብ ፍጭም ኢለ ዝጽበ። ነዛ ዳግማይ ክርእያ ዘይካኣልኩ ዓደይ ብጽሑፍ ከምዝርእያ ዝገበርካኒ ከኣ የመስግነካ። ቀጽሎ እዚ ሓወይ ወደይ።

ፊሽ
ቶሮንቶ

መርሓባ ጋዜጣ መፍትሕ

ትሕዝቶኹም ካብ ግዜ ናብ ግዜ እናጸበቐ ይመጽእ ኣሎ። ከምኡ ስለዝኾነ ከኣ ካብ ኣንባቢ ናብ ተስታፋይ ክሰግር ኣተባቢዑኒ ኣሎ።

ናይ ሎሚ ጽሑፈይ ብሕጽር ዝበለ ነቲ ሓያል ጎድንታት ጋዜጣ መፍትሕ ጠቒስካ ምትብባዕ'ዩ። ካብ ዝፍጠር ካብ ቀዳማይ ገጽ ክሳብ መወዳእታ ትሕዝቶ ናይ ሓንቲ ጋዜጣ ኣንቢበ ኣይፈልጥን። ንጋዜጣ መፍትሕ ግን፡ ወሰን ኢለ ዋላ ኣድቨርታይዝመንት ከይተረፈ የንብቦ። ንገለ ትሕዝቶታት ሓንሳብ ጥራሕ ዘይኮነ ክልተ ስለስተ ግዜ የንብቦ። ብፍላይ ዓምዲ ኣገናዕ። ናይ ቶማስ፡ ጀሚላ፡ ዶ/ር ቴድሮስ፡ ስድራቤት ኑር፡ ጀማል፡ ብርሃነ፡ ሳራ ወዘተ ቃለ-መጠይቕ፡ ኣባት ነብሰይ ከምዝኣዘዘለይ ደጋጊመ የንብቦ። ብዙሕ ነገር ከኣ ይመሃረሉ። ከምኡም ክኸውን ይሓልም።

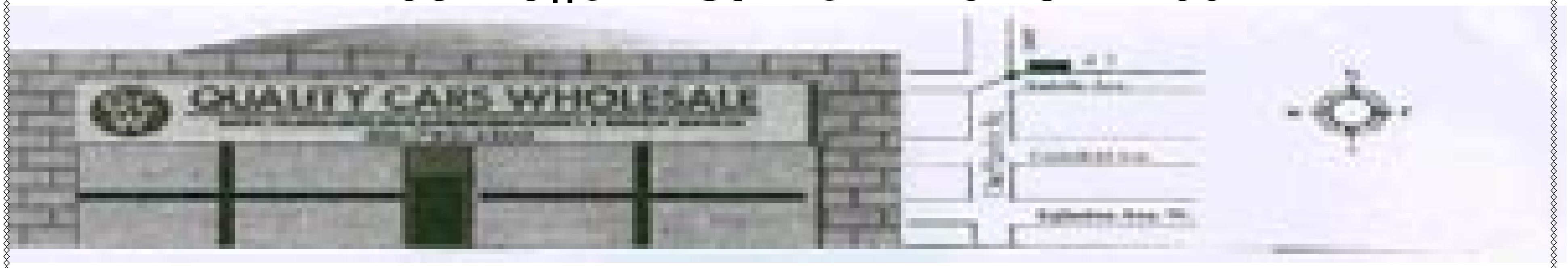
ዓምዲ ፍቕርን ሓዳርን'ሞ ግደፎ። ተዘናጋዓኒ፡ ትምህረኒ ከኣ። ሓደ ሓደ ግዜ ዋላ ንነብሰይ ውን ኣይርድኣንን'ዩ ስለምንታይ ኣወዳት በይንና ንነብር ኣዋልድ ከኣ ከምኡ ኢለን ዝነብራ። ግን በቶም ኣወዳትን ኣዋልድን ዝጸሓፍ ጽሑፍ ምስ ኣንበብኩ ገለ ንበይነይ ክምልሶ ዘይከኣልኩ ሕቶታት መልሲ ይረኽበሉ። ነታ ጋዜጣ ከኣ ገልቢጠ ይስዕማ። ኩሉ ክሰምዖ ዝደሊ ነገራት ስለተስምዓኒ ፍቕረይ ምስኣ እንዳዓበየ'ዩ ዝኸይድ ዘሎ።

ዓምዲ ምዝንጋዕ

ናብ 10 ገጽ ይቕጽል

Quality Cars Wholesale

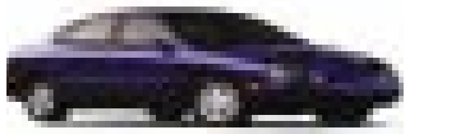
2495 Dufferin St. Tel: 416-782-2200



መሓመድኑር

መርሓባ መርሓባ ክቡራት ዓማዊል! ንዓኹም ዝኸውን ፍሉይ ዋጋ ሰሊዕና ከምዘለና ተስተብህሉ ዶ ኣለኹም? በሉ ሃየ ድኣ ሓሓንቴኹም ኣልዕሉ!
ብተወሳኺ፡ ታክሲ ክትዕድጉ ትደልዩ፡ ናይ ዝተፈላለያ ካምፓኒታት ማለት ቤክ፡ ሮያል፡ ዲያሞንድ፡ ኮኣብ፡ ዝተፈላለያ ዓይነት ሞዴላት መካይን ንዓማዊልና ቀሪብና ስለዘለና ቀልጢፍኩም ርኸቡና!
መዓስ'ዚ ጥራሕ፡ ታክሲ ክትዝውሩ ምስ እትደልዩ ውን ቀልጢፍኩም ተወከሱና። ንዓኹም ዝኾና ምጭዋት ታክስታት ኣለዋና! ድሌትኩም ከነማልእ ብ416-782-2200 ቅልጥፍ ኢልኩም ደዉሉልና!
ብድሓን ምጽኡ!

ሑርያ



1997 Ford Taurus 4dr. auto, air, loaded, blue for only $2,250

1996 Chevy Cavalier 4dr. auto, air, fully loaded, white for only $1950

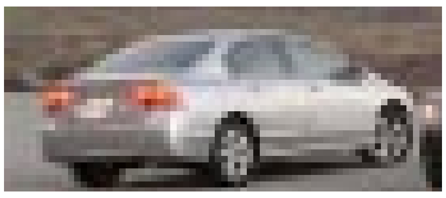
1998 Dodge Neon 4dr. auto air, grey on grey for only $2,550

1993 Toyota Tercel, 4dr. auto, air, white, for only $1,950

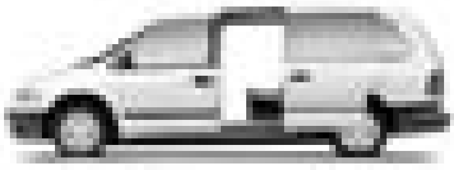
1995 Saturn 4dr, auto, air fully loaded, blue for only $1750

1996 Chrysler Interpid 4dr, auto, air, CD, Cassette, leather, sun roof, A 1 condition for only $2,750

1998 Pontiac Grand Prix, 4dr, auto, air, fully loaded, PW Power windows, PL Power locks, green for only $2999



1999 Ford Taurus 4dr. auto, air, fully loaded, silver for only $2950



1996 Plymouth voyager mini-van, two sliding door, fully loaded, maron mint condition for only $1950

ንብስራት! ንብስራት!

* ብዝቐለለ መንገዲ ክትጥቀምሉ እትኽእሉ ግእዝዎርድ2006 ኣብ ዕዳጋ ወጺኡ ከምዘሎ ፈሊጥኩም ዶ?

መዓስ ንሱ ጥራይ፡ ኮምፕዩተርኩም ብግእዝዎርድ2006 እንተተጻዒና ኢመይል ኣብ ያሆ ወይ ዕላል ኣብ MSN messenger ብቋንቋኹም ከተዕልሉ ትኽእሉ

እዚ ብውሕሉል መንገዲ ተዳልዩ ወጺኡ ዘሎ ግእዝዎርድ2006 ብካናድያን ዶላር ብኣዝዩ ርትዓዊ ዋጋ ንተቐማጦ ቶሮንቶ ቀሪቡ ኣሎ። ተጠቀምቲ ናይዚ ውሕሉል ሶፍትዌር ክትኮኑ ብኢመይል info@meftih.com ወይ 416-824-8124 ብምድዋል ተወከሱ።

Asseb Sports Bar and Restaurant

814 Bloor St. W. (at Ossington)

ቤት መግብን ስፖርትን ባር ዓሰብ ካብ 17 መጋቢት 2006 ጀሚሩ ንህዝቢ ምሉእ ኣገልግሎት ክህብ ምኳኑ በዚ ኣጋጣሚ ከነረጋግጸልኩም ንፈቱ።
ንዝያዳ ሓበሬታ፡ 416-535-8287 Fax: 416-535-9668
814 Bloor St. W. M6G 1L9

Life Cafe

ሓዳስ ብልጽቲ ቤት ቁርሲ ተኸፊታ ከምዘላ ፈሊጥኩም ዶ?
ፉል፡ ፍሪታታ፡ ቅጫ ፍትፍት፡ ፋታ፡ እምበቲቶን ካልእን ብውሕልነት ኣዳሊና፡ ንዓኹም ንምዕንጋል ማዕጾና ኣርሒና ኣለና።
ኣድራሻና፡- 878 Bloor St. W.(at Ossington)
M-F (8a.m - 7pm); Saturday (9:30-7:30pm); Sunday (11-7:30pm) For further information፡- call Hiwet at 416-531-2927

ፍቕርን ሓዳርን

ትመርጸኒ ዶ ትኸውን

5ይ ክፋል

ከዋህልሎ ዝጸናሕኩ ዓቕሊ ማህሰይቲ ጭራ ማዓኮረይ ምስ ኣስተብሃልኩ ፈጺሙ ክበንን ጀመረ።
"ስነ-ስርዓት ግበር ኣታ ወዲ፡" ኢለ ብዓውታ ነደርኩ። ኣካላተይ ግና ጌና ኣብ መሬት ተነጺፉ'ዩ ኔሩ።
"እንታዴኻ ኢኻ ሞ ክትገብር?" እናበለ ብእግሩ ገጸይ ክረግጸኒ ጫምኡ ናብ ኣፍንጫይ ገጹ ብናህሪ ከውርዶ ብክልተ ኢደይ ንእግሩ ዓትዒተ ሓዝኩዎ። ሂማን ትገብሮን ትጭብጠን ጠፊእዋ፡ ቴሌፎን ሒዛ ላዕልን ታሕትን ክትብል ድሕሪ ምጽናሕ፡ ብካምችኡ ክትስሕቦ ጀመረት። ወዲ፡ ፍጹም ተናዲዱ ብብርኪ ኢዱ ኣፍንጭኣ ኣኹረፉ። ቀሊል ጉስጢ ኣይነበረን፡ ንሂማን ኣኺሉ ዝተርፍ'ዩ። መሬት ብኣውያት ጸየቐታ።

ምሕኩልተይ ተሃስየ ካብ መሬት ከመይ ጌረ ከምዝተስእ ሓርቢትኒ ዝነበረ፡ ሂማነይ ኣብ ቅድሚ ዓይነይ ክትህረም ምስ ራኣኹ፡ ዝነበረኒ ኩሉ ቃንዛ ሃንደበት ረሲዐ ከም ነብሪ ነጢረ ተንሳእኩ። ነቲ ወዲ ሽለል ኢለ ኩነታት ሂማን ክፈልጥ ገዲፈዮ ክኸይድ ክብል፡ ብኣሌታይ ስሒቡ ተሪር ጉስጢ ኣብ ገጸይ ኣዕለበለይ። ብድሕሪ'ዚ ምጽዋር ትርጉም የብሉን። ብንጥፈት ተመሊሰ ሓንቲ መራር ኳሶቲ ኣብ ገጹ ኣዕለብኩሉ።
"እውይ ሃሪምኪኒ!" በለ ብምግራም።
"ወረ ክደግመካ'የ" ኢለ ደጋጊመ ኣብ ገጹ ሓያለ ጉስጢ ኣዕለብኩሉ። ፈርዛዐይ ክጻወር ዝኽእል ዓቕሚ ኣይነበሮን፡ ብኣፍንጭኡን ኣፉን ደም ክፈስስ ጀመረ። እናተጻረፈ ከኣ ንድሕሪት ራዕ ኢሉ ወደቐ። ብድሕሪዚ ደጊምካ ምህራሙ ኣይተራእየንን፡ ገዲፈዮ ጉዳይ ሂማን ክገብር ኅየኹ።

ሂማን፡ ኣብ ሕቑፊ ሰላማዊት (መሓዝኣ) ኮይና ከም ቆልዓ ፊፍ ክትብል ጸንሓትኒ።
"ሂሙ፡ ድሓን ዲኺ?" በልኩዋ ብርእሳ ኣፍኩስ ኣቢለ እናተንከፍኩ። ቀስ ኢላ ቁሊሕ ኢላ ጠመተትኒ። "ጂስስ" በልኩ ብስንባደ ሓንቲ ዓይና ድሮ ክትሓብጥ ጀሚራ ኔራ። ብቀረባ ኣጸቢቐ ምእንቲ ክርእያ ኣብ ጥቓኣ ኮፍ በልኩ። ሂማን፡ ካብ ሕቑፊ ሰላማዊት ብድድ ኢላ ከም ቆልዓ ኣብ ሕቑፈይ ጥምጥም በለትኒ። ኣብ ዓለም ከምኡ ዓይነት ሩፍታ ተሰሚዕኒ ኣይፈልጥን። ቃል ከየውጻእና ንሳ ናብ ሕቑፈይ ክትሰጥም ኣነ ናብኣ ገጸይ ክሰጥም ሓድሕድና ተደፋፊእና። ክልቴና ካብ ሓድሕድና ዕቑባ ክንረክብ ንገብሮ ዝነበርና ምንቅስቓስ'ዩ ዝመስል። ሰላማዊት ብዘረባ ነቲ ህሞት እንተዘይትሰብሮ፡ እንታይ ክቕጽል ከምዝኽእል ዝፈልጠ ኣይነበረንን።
"ሕጉስ፡ ወልዳይ ከ ከይዱ ድዩ?" ኢላ እናሓተተት ክትርእዮ ናብቲ ሓደ ክፍሊ ወጸት።

ሰላማዊት፡ ወልዳይ ብኣፉን ኣፍንጭኡን ደም ተለቕሊቑ ኣብ መሬት ተዘርጊሑ ምስ ራኣየት፡ "እውይ እውይ ሞይቱ! እዋይ ኣነ፡ እውይ ወልዳይ፡ ወልዳይ . . ." በለት ብዓውታ።

ንሂማን ካብ ሕቑፈይ በግ ኣቢለ ብምርሓቕ ናብ ወልዳይ ገጸይ ኅየኹ። ኣማን ብኣማን ዘሰንብድ'ዩ። ወልዳይ፡ ኢዱ ተነጺፉ ንጎድኒ ደቂሱ። ካብ ኣፍንጭኡን ኣፉን ዝወጽአ ደም ነታ ተተርኢስዋ ዝነበረ ኢዱ ቀይሕ ቀለም ቀቢኡ ዘይተጋህጸ ስጋ ኣምሲልዋ ነበረ። ሰላማዊት ኣብ ልዕሊኡ ጠጠው ኢላ ትነብዕ፡ ሂማን ነቲ ኩነታት ክትርድኦ ስለዘይክኣለት ቀባሕባሕ ኢላ ካብ ምጥማት ሓሊፉ ዋላሓንቲ ድምጺ ከየውጽአት ተዓኒዳ ነቐጸት።

"እዋይ ኣነ፡ ሰብ ቀቲለ ማለት'ድዩ?" በልኩ ብልበይ ህላውነቱ ክፈልጥ ናብ ወልዳይ ብጥንቃቐ እናቐረብኩ። ኣብ ሃገራዊ ኣገልግሎት ዝተማህርኩዎን ቀዳማይ ረዲኤት ሕጂ ክጥቀመለን'የ ኢለ፡ ትርግታ ልቡ ክድህስስ ጀመርኩ። ግን ፈሪሐ ድየ ዋላ ትሃርም ልቢ የብሉን፡ ዋላሓንቲ ክድህስስ ኣይክኣልኩን። ኣብ ክሳዱ ዘሎ ኣርተሪ ብትሪ ጠዊቐ ክድህስስ ዓቕሉ ስለዘጽበብኩሉ፡ "እሑእ" ክብል ንኩላህና ብሓደ ኣሰንበደና። ኩላህና ቃል ከየስተንፈስና ብስንባደ ጸጥ በልና። ጥንቅሊዒት ናብቲ መሬት ደቂሱ፡ ኣዒንቱ ኣጨምጪሙ ክጥምተኒ ጀመረ።
"ኣታ ተረ . . . ሃሪምካኒ ማለት'ድዩ፡ ጽናሕ ጥራሕ ንዓኻስ ክርእየካ'የ፡" በለኒ ኣዒንቱ ናብ ሂማን እናዝወረ። "ንስኺ ኣቲ ሽርሙጣ'ሞ ክርእየኪ'የ። ንዓይ ኣሕሚምኪ ብሰላም ኣብዛ ዓለም እንተነቢርኪ ከኣ ክርእየኪ'የ! ዋይ ኣነ ወልዳይ! ክልተ ግዜ ክርእ! ኣሕ!"

ዘረብኡ ክርድኣኒ ኣይክኣለን። እንታይ ማለቱ'ዩ ንዓይ ኣሕሚምኪ ኣብዚ ዓለም ኣይትነብርን ኢኺ ዝብላ። ብዓይኒ ጥርጣረ ንሂማን ክጥምታ ጀመርኩ። ኣዒንቲ ሰላማዊት ውን ናብ ሂማንን ናባይን ይወናጨፉ ኔረን። ብዘረባ ወልዳይ ከምዝሰንበደት ዘጠራጥር ኣይነበረን።

እቲ ኣብ ሂማን ዓሲልኒ ዝነበረ ዘቃጽል ፍቕሪ፡ ናብ ዘቃጽል ጽልኢ ክቕየር ተፈለጠኒ። "እዛ ሰብ ሕምምቲ ከላ'ያ ብፍቕሪ ምስኣ ክነብር ዝሓስብ ዘለኹ? ስለምንታይ ከ ንሳ ዘይትነግረኒ?" በልኩ ብልበይ። ሂማን ቁሊሕ ኢላ በታ ዓምባስ ዓይና ጠመተትኒ። ንዓይ ከተድሕን ዝቐሰመታ ጉስጢ'ያ። ሃንደበት ካል እ ሓሳብ ኣብ ሓንጎለይ ተቐጀለ። "ነቲ ኩነታት ከየጻረኻ ስለምንታይ ትፈርደላ? ብዛዕባ እንታይ ዓይነት ሕማም ይዛረብ ከምዘሎ እንታይ ኣፍሊጥካ? ሃዲእካ መልሲ ናይ ጥርጣረኻ ከይሰማዕካ ዝኾነ ፍርዲ ኣይትሃብ። ድሓር ከኣ ክሳብ ሕጂ ዝኾነ ዝበደለትካ የብላን።" ኣብ ውሽጢ ኣእምሮይ ክልተ ዝተፈላለዩ ሓሳባት ፊት ንፊት ኹናት ገጢሞም። እቲ ግዳይ ግን ኣነ ኮይነ። ሂማን፡ ንወልዳይ ካብ መሬት ከነተስኦ ትጽዋዓኒ፡ ኣነ ግን ኣበይ ክሰምዕ። ኣዒንተይ ይጥምት፡ ኣእምሮይ ግን ብክልተ ዘይቃደው ሓሳባት ተጨውዩ ጠፊኡ።

"ድሓን ዲኻ፡ ሕጉስ?" በለትኒ ሂማን ኣብ ጥቃይ ቀሪባ ብኢደይ እናሓዘት። ካብ ድቃሱ ከምዝተበራበረ ሰብ፡ በተግ በልኩ፡ "ድሓን'የ፡ ድሓን'የ" በልኩ ናይዘለኒ ካብኣ ክርሕቕ እናተቓለስኩ። ናይ ብሓቂ ክትቀርበኒ ኣይደለኹን። ግን መሊሰ ንነብሰይ ጸሊኣያ ከምኡ ብምግባረይ። ዘረጋገጽኩ ዘይብለይ ስለምንታይ ከምኡ ይሓስብ በልኩ። ሂማን ውን ዘስተብሃለትለይ ትመስል።

ወልዳይ፡ ሰላማዊት ዘቐበለቶ ጥልቁይ ጨርቂ ጌሩ ገጹ ደራሪዙ እናፈከረ ገዲፍና ወጽአ።

ሰንበተይ ሓጎስን ዘጠራጥሩ ሓሳባትን ኣስኒቓትኒ ተዓዝረት። ናይዚ ዘሻቕል ጉዳይ መልሲ ናይ ግድን ጽባሕ ከተፍልጠኒ ኣለዋ። ክልቴና ግዜ የብልናን ዓዓሰርተ ሰዓታት ክንሰርሕ ኢና፡ ግን ክንራኸብ ተቛጺርና ተፈላለና።

ሕጉስ
ይቕጽል

መጻምድቲ ትደልዩ/ያ?

ሃየ መጻምድትኹም/መጻምድትኽን ብዝቐለለን ዝቀልጠፈን መንገዲ ብጋዜጣ መፍትሕ ኣናድዩ/ ኣናድያ!

1. ትልእክዎ ደብዳበ፡ምሉእ ስምኩም፡ኣድራሻኹምን ቁጽሪ ስልክኹምን ክህልዎ ይግባእ።
2. ድሌት ውልቀ-ሰብ ብንጹር ይግለጽ፡ ንሓዳር ወይ ንዕርክነት።
3. እቲ ዝቐርብ ውልቀ ሓበሬታ ካብ 50 ቃላት ዘይበዝሕ ኮይኑ፡ ንጹርን ዝርዝራውን ክኸውን ይግባእ።
4. እቲ ንጋዜጣ መፍትሕ ትልእክዎ ውልቃዊ ሓበሬታ፡ ኣዝዩ ምስጢራውን ፈጺሙ ዘየሰክፍን ምዃኑ ምፍላጥ።
5. ብመሰረት ጠለብ ሓታቲ ወይ ሓታቲት እቲ ናይ ምርኻብ መስርሕ ብኣሰናዳኢ ይጅመር። ክልቲኦም ደለይቲ ብመንጎኛ (ኣሰናዳኢ) ቅድሚ ምርኻቦም፡ ስማዊ ናይ ኣገልግሎት ክፍሊት ንጋዜጣ መፍትሕ ይኸፍሉ።
6. ድሕሪ ምርግጋጽ ድሌት ተጻመድቲ፡ እቲ ናይ ምርኻብ መስርሕ ንክልቲኦም ኣብ ዝጥዕም ቦታን ግዜን ይፍጸም። ብድሕሪኡ ዝቕጽል ርክባት፡ ንክልቲኦም ይግደፍ።

ፍቕረይ

ወጋሕታ'ዩ ኔሩ እዋኑ
ሰማይ ብግመ ተሸፊኑ
ንዓኻ ዘኪረ ድቃሰይ ብቕጽበት በኒኑ
ዓቕለይ ኣጽቢበ ኣካላተይ ቃዚኑ።

ናፍቖትካ ብርቱዕ'ዩ ጉዳም ከሸግር
ካብ ደቒቕ ናብ ሰዓት ከም ሓዊ ዘጉህር
ኣብ ደም ሱርካ ኣትዩ ዘዕለብጥ ዘዕገርግር
ቅሳነት ከሊኡ ኣካላትካ ዘዕብር።

ዘሕለፍናዮ ጥዑም ናይ ፍቕሪ ግዜ
ዝመቀረ'ዩ ኔሩ ከም መዓር ዝመኣዘ
ኣቤት እወ ክንደይ ናይ ፍቕሪ ፍዮሪ ዘይተመዘ
ምቁር ፍቕርና ንተዓዛቢ ዘፍዘዘ።

ጽቡቕ መልክዕካ ምርኣይ ዝለመዳ ኣዒንተይ
ጥዑም ዕላልካ ምስማዕ ዝለመዳ ኣእዛነይ
ምኡዝ ክንፈርካ ምስዓም ዝለመዳ ከንፈረይ
ይጽበያኻ ኣለዋ ብፍቕሪ ከተተርክሰለይ።

ጥዕና ድዩ ጽላለ እስከ ንገረኒ
ብዘይካኻ ካልእ ፍጡር ዘይራኣየኒ
ምስልኻ ወትሩ ኣብ ዓይነይ'ዩ ዝሰኣለኒ
ኣብ ዘለኻ ሃሊኻ ድሃይካ ኣስምዓኒ።

ልበይ ናባኻ ገይረ ምሉእ ኣቓልቦይ
ክርኢ ተረቢጸ ፍቕራዊ ህይወተይ
ኣእዳወይ ዘርጊሐ ክሓቁፍ ፍቕረይ
ክጽበ'የ ኣነ ቋሕ ኣቢለ ኣዒንተይ።

ኣቢጋይል

ምኽሪ ንዓኺ ራ.ዋ.

ታሪኽኪ ምስ ኣንበብኩ ብዙሕ ሓዚነ። እዚ ኩሉ ምእንቲ ፍቕሪ ኢልኪ ኮለል ኢልኪ ከምኡ ክትፍደዪ ቅኑዕ ኣይኮነን። ግን እንታይ ይግበር፡ መብዛሕትኦም ኣወዳት ባዐለገታት'ዮም። እቲ ወዲ ሃይማኖትኩም ስለዝተፈልየ መመኽነይታ ተጠቒምሉ ይኸውን እምበር፡ ዋላ ሓደ ዓይነት ሃይማኖት ዘለዎም ውን ከምኡ'ዮም ዝገብሩ። ስለዚ፡ ብዙሕ ኣይትጨነቒ ንዕኡ ረሲዕኪ ከም እንደገና ህይወትኪ ጀምሪ።

ሓፍትኺ ሮዚ

2000 Realty Inc., REALTOR Independently Owned and Operated

ርሑስ ሓድሽ ዓመት ይግበረልና!

ገዛ ቅድሚ ምግዛእኩም፡ ዝኾነ ተቐማጢ ገንዘብ ከየሕለፍኩም፡ ናትኩም ገዛ ከመይ ጌርኩም ክትውንኑ ከምትኽእሉ፡ ምስጢራዊ ሓበሬታ መጊቡ ብውሕሉል መንገዲ ክሕግዘኩም ዝኽእል፡ እቲ ምቕሉል በዓል ሞያ ሰለሙን ሃብቶም ምስግና ቅልጡፍ፡ በሊሕ በዓል ሞያ ምዃኑ ትፈልጡዶ?

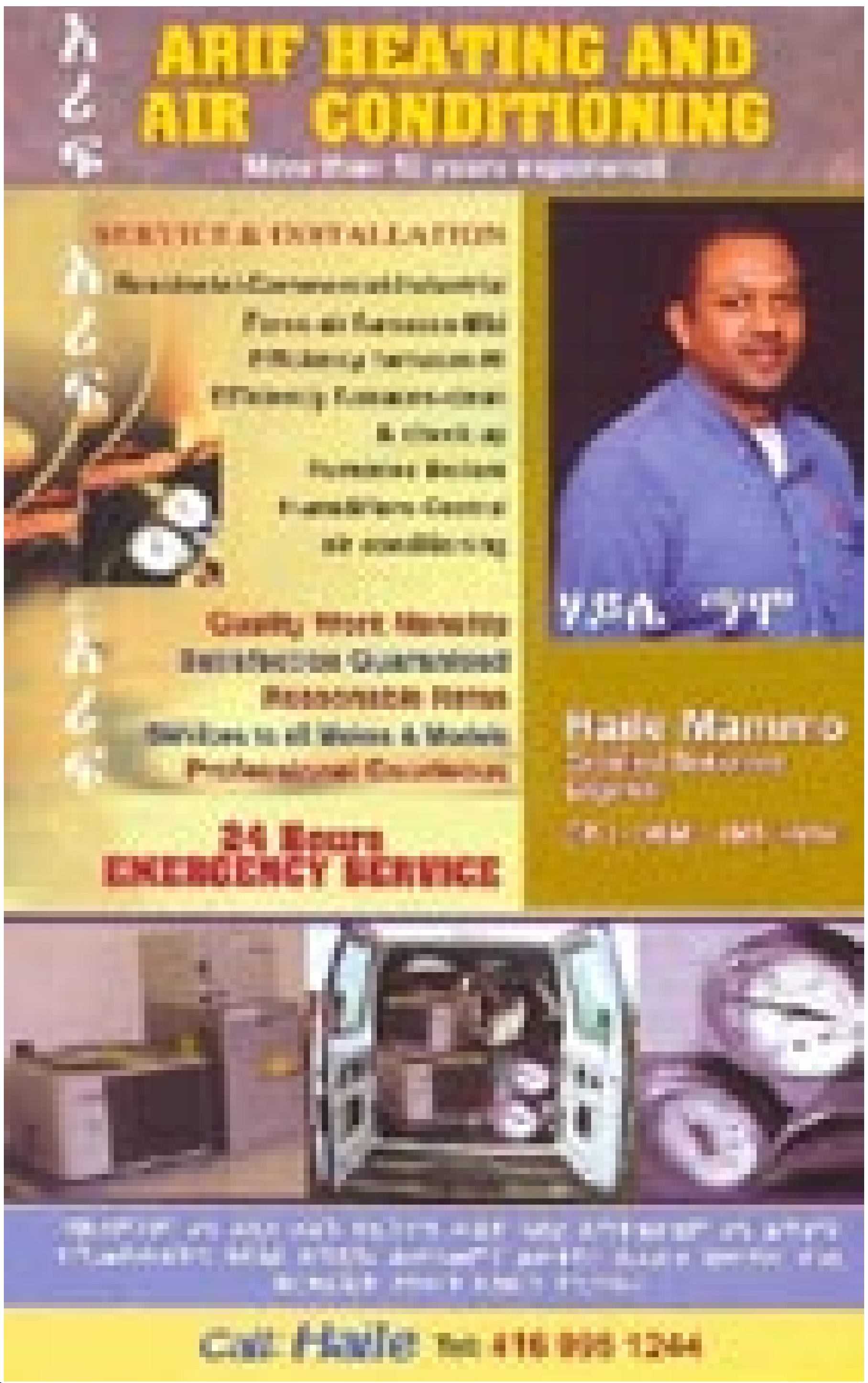
ስለዚ፡ ገዛ ክትሸጡ ወይ ክትገዝኡ ምስ ትደልዩን ዘለኩም ባጀት ከመይ ጌርኩም ከምተማሓድርዎን ምኽሪ ክትረኽቡ ናብ ሰለሙን ምጽኡ።
- ንመጀመርታኹም ገዛ እትገዝኡ

ሰለሙን ሃብቶም ምስግና

1885 Wilson Ave.
(Weston & Jane)
Tel: 416-743-2000

ሰባት ድሌትኩም ንምምላእ ሚእቲ ካብ ሚእቲ ይተሓባበር።
- ክትገዝእዎ ትደልዩ ዓይነት ገዛን ሞዴልን ንሰለሙን ደዊልኩም እንተሓቢርኩም፡ ብዝቐልጠፈ ኣብ ዝደለኹሞ ኣከባቢ ክረኽበልኩም ይኽእል።
- ሰለሙን፡ ኣብ ምዕዳግን ምግዛእን ገዛ ብዝቐለለ መንገዲ ዘሰማምዕ ሓያል ተዛታዪ'ዩ።
- ገዛ ክገዝኡ ወይ ክሸጡ ናብ ሰለሙን ዝኸዱ ሰባት፡ ኣብ ስምምዕ ከይበጽሑ ዝተመልሱ ሰባት ብፍጹም የለውን።

ንዝያዳ ሓበሬታ ኣብ ቁጽሪ ስልኪ
416-743-2000 ደዉሉ!



ሰላም ትራቨል

SELAM TRAVEL
Your way to sweet-home

Fly with us to Africa, Asia, Europe and North America

will give you the best airfare

Selam travel (your way to home)

Just give us call

@403-606-7519

We will make your journey cheap and easy

or

Email- selamtravel@shaw.ca

ንስሉጥ፡ ሕሱርን ምቹእን በረራ ንሰላም ትራቨል ተወከሱ!

ቢኤፍ ኣውቶ ሴልስ

መኪና ንምግዛእ ወይ ንምክራይ ኩሉ ግዜ ናብ ቢኤፍ ኣውቶ ሴልስ ኣምርሑ!

ንምዝንጋዕ

ዋዛታት

መበል 10ይ ስለዝኾንካ

ተሓካሚት፡- ሓቂ ተዛረበ ዶክተር፡ ናይ ምሕዋይ ዕድለይ ክንደይ ካብ ሚእቲ'ዩ?

ዶክተር፡- ሚእቲ ካብ ሚእቲ ክትሓውዪ ኢኺ። ምኽንያቱ እስታተስቲክስ ከም ዝሕብሮ፡ ከምዚ ናትኪ ናይ ዝሓመሙ ሰባት ኦፕረሽን ምስ ዝገብሩ ካብ ዓሰርተ እቶም ትሽዓተ ሰባት ጥራሕ'ዮም ዝሞቱ። ስለዚ ቅድሚኺ ዝተገብረሎም መጥባሕቲ ትሽዓተ ሰባት ብትሽዓቲኦም ሞይቶም ኣለዉ። ንስኺ ግን ዓስረይቲ ስለዝኾንኪ ብዘይስክፍታ ክትሓውዪ ኢኺ።

መኽዘን ወግዒ

ኣብ ገዛ ዶ ትህሉ

ተኸሊ፡- ሎሚ መዓልቲ ኣዝያ ተጸሊኣትኒ'ያ ዘላ።
ወልዳይ፡- ከመይ ጌርካ?
ተኸሊ፡- ረስኒ ይገብረለይ። የንጸራርወኒ። ጭንቀት ይገብረለይ እህህህ . . .
ወልዳይ፡- ይገርመካ'ዩ ዝሓለፈ ቅነ ልክዕ ከምዚ ናትካ ሓሚመ ኔረ። የንጸራርወኒ፡ ዓቕለይ ጽብብ ጽብብ ይብለኒ ኔሩ። ሽዑ በዓልቲ ቤተይ ኣደቂሳ ምስ ደራረዘትኒ በቃ ሽዑ ንሽዑ ብድድ ኢለ።
ወልዳይ፡- እሞ ሕጂ በዓልቲ ቤትካ ኣብ ገዛ ትህሉ ዶ?

ዚፕዚፕ

ኣብርሃም ሊንከን

ሓደ ኣቦ፡ ወዱ ኣብ ትምህርቲ ዘመዝገቦ ውጽኢት ስለዘየሐጎሶ፡ ብቕጡዐ ንስኢሊ ኣብራሃም ሊንከን ካብ ሽልፊ ኣውሪዱ። "ኣብራሃም ሊንከን ክንዳኻ ከሎ ንፉዕ ተፋላሳፋይ'ዩ ኔሩ" በሎ። ቆልዓ ትቕብል ኢቡሉ፡ "እወ ክንዳኻ ከሎ ከኣ ኮ ፕረዚደንት ኣመሪካ'ዩ ኔሩ" በሎ ይበሃል።

ዮርዳ

ተረካቢ መልሲ

መምህር-ተመሃራይ

መምህር፡- ንዓስከ ታ ቆልዓ። እንታይ ትገብር ኣለኻ። ሕጂ ካልኣይ ግዜ ክትቀድሕ ክርእየካ ኣይደልን'የ።

ተመሃራይ፡- እሞ ኣብ ደገ ዲኹም ክትጸንሑ ዋላ ኣነ ኣብ ደገ ኮይነ ክሰርሕ?

ፍቕራት

ኣፍቃሪቲ፡- እንታይ ኢኻ ንስኻ ኩሉ ግዜ ኣብ ቅድሚ ኣዕሩኽትኻ "ዋርዳ" ኢልካ ትጽዋዓኒ። ጌና ልብኻ ምስኣ'ዩ ዘሎ ማለት'ዩ።

ኣፍቃሪ፡- ኖኖ ከምኡ ኣይኮነን ልበይ ምሳኺ'ዩ ዘሎ።

ኣፍቃሪት፡-እሞ ስለምንታይ ብስመይ ዘይትጽዋዓኒ? ኣይተፍቅረንን ዲኻ?

ኣፍቃሪ፡-ንዓኺ'የፍቅረኪ'የ። ስምኪ ግን ሓቂ ይሓይሽ ኣየፍቅራን'የ። ንኣዕሩኽተይ ምስ ሃንሱ ከምዚ ጌርና፡ ናብዚ ከይድና ኢለ ክዕልሎም ከለኹ ብዛዕባ ዓባየይ ዘዕልል ዘለኹ'ዩ ዝመስሎም። ሞደርን ስም ቀዪረ በጃኺ።

ኣፍቃሪት፡- መልክዐይ እንተፈቲኻዮ፡ ስመይ ከኣ ምስኡ ውሰዶ። ሓደ ፓኬጅ'ዩ።

ርዘ

ትፈልጡ ዶ ሓቅታት ምትካኽ ሽጋራ

ኣብዛ ዓለም ሰብ ዝቕትል ግን ብሕጊ ክሽየጥ ክልወጥ ዝተፈቕደሉ ሃላኺ ኣቕሓ እንተሃልዩ ሽጋራ ጥራይ ኢዩ። ንወዲ ሰብ ድማ ብመንጽር ሽጋራ ኣብ ሰለስተ ንኸፍሎ። ከም ቀዳማይ ደረጃ እቶም ሓዊ ሒዞም ዝንቀሳቐሱ ኣትከኽቲ (active smokers) ክኾኑ ከለዉ፡ ካልኣይ ከኣ ኣዝማድ ወይ የዕሩኽ ወይ ከኣ መሳርሕቲ ኣትከኽቲ ኮይኖም ሓቢሮም ዝዕጡኑ (passive smokers) ኢዮም። ከም ሳልሳይ ዝስርዑ ከኣ ተዓዘብቲ'ዮም። ካብዞም ክልተ ነጻ ኮይኖም ብማዕዶ ሰብ ባዕሉ ሳንቡእ ከሕርር ከሎ ዝዕዘቡ ሰባት ኢዮም።

ሽጋራ ስሚ ጥዕና ወዲ ሰብ'ያ። ዳርጋ ብ50 ዝተፈላለዩ መንገዲታት ንጥዕናና ኣብ ኣሰካፊ ደረጃ ተውድቖ። ኣስታት 20 ዝኾኑ ብጠንቂ ሽጋራ ዝመጽኡ ዝተፈላለዩ ሕማማት ህይወት ወዲ ሰብ ምኹኖም ፈላጣት ጥዕና ይገልጹ። ኣብ ዓለምና ብሓፈሻዊ ገምጋም ሓደ ሲሶ ናይ ደቂ ተባዕትዮ ሽጋራ የትክኹ። ቁጽሪ ሽጋራ ናይ ዘትክኻ ደቂ ኣንስትዮ ቅሩብ ናይ ደቂ ተባዕትዮ ከምዝትሕት ኣሃዛት ዓለማዊ ውድብ ጥዕና የረጋግጹ። እቲ ዘሰንብድ ግን ኣብዚ እዋንዚ ሓደ ካብ 10 ናይ ዝሞቱ ሰባት ብሰንኪ ሽጋራ ምኻኑ'ዩ። ብከምኡ እንተቀጺሉ፡ ኣብ 2030 ዓ/ም እቲ ቁጽሪ ናብ ሓደ ካብ ሽዱሽተ ክጽጋዕ ከምዝኽእል ግምታት ኣሎ።

ሽጋራ፡ ብቀጥታ ንስርዓት ምስትንፋስ የዳኽም። ብዲስፕንያ (dispnea) ዝፍለጥ ሕጽረት ምስትንፋስ፡ ናይ ኣካላትና ናይ ምክልኻል ዓቕሚ ምጉዳል ከምኡ ውን ብቀሊሉ ንናይ ምስትንፋስ ሕማማት ቅሉዓት ይገብረና። ንኣብነት ከም ነድሪ ሻንብቆታት ምስትንፋስ (bronchites); ነድሪ ሳንቡእ (polmonites) ብተወሳኺ ካልኦት ዝተፈላለዩ ናይ ምስትንፋስ ሕማማት ከጥቅዑና ልዑል ተኽእሎ ኣሎ። ብፍላይ ከኣ ናይ ነዊሕ እዋን ኣትካኺ ምስ ትኸውን ሂወትካ ብዝተፈላለዩ መንሽሮታት ተጠቒዓ ኣብ ሓጺር እዋን ንሞት ክትቃላዕ ዓቢ ተኽእሎ ከም ዘሎ ክኢላታት ሰብ ጥዕና ይዛረቡ። ገለ ገለ መጽናዕትታት ከም ዝሕብርዎ ምኽንያት ሞት ናይ ፍርቂ ትሕቲ ዕድመ ግዙኣት ወልፊ ዝኾኑ ኣትከኽቲ ሽጋራ'ዩ። ንምሉእ ሂወቶም ድማ ብጠንቂ ሽጋራ ዝመጽኡ ሕማማት ክሳቐዩ ይነብሩ።

ሽጋራ፡ ኣብ ስርዓተ-ምስትንፋስ ጥራሕ ከይተሓጽረ ጠንቂ ናይ ካልኦት ዝተፈላለዩ ሕዱራት ሕማማት (cronice diseases) ብምዃን ንኩነታት ጥዕና ናብ ዝገደደ ደረጃ ከውድቖ ወይ ናብ ዝከፍኣ ደረጃ ንክበጽሕ የቃላጥፎ ኢዩ።

ብተወሳኺ ሽጋራ ኣመል ወይ ወልፊ ንክተማዕብል ዘኽእል ኒኮቲን ዝተባህለ ንጥረ-ቀመም ኣለዎ። ስለዚ ንክቋርጽ ዝደለ ኣትካኺ ተበግሶ ምውሳድ ጥራይ ዘይኮነ ነቲ ናይ ወልፊ ጸገም ብከመይ ክትድሎ ወይ ክተፍኦ ከምዘለዎ ውሕሉል ዝኾነ ኣተሓሕዛ ወይ ናይ ዝተፈላለዩ ክኢላታት ምኽሪ ምቕሳም የድልዮ። ምናልባት ንብቀረባ ትፈልጦ ሰብ፡ ስለምንታይ ሽጋራ ምትካኽ ዘይትቋርጽ እንተኢልካዮ፡ መብዛሕትኦም ዝህብዎ መልሲ ተመሳሳሊ ኮይኑ፡ "እወ ፈቲነ ኔረ ወይ ከኣ ሓደ መዓልቲ'ኳ ክቋርጻ ኢየ" ኢዮም ዝብሉ። ግን እታ ሓደ መዓልቲ ትበሃል ሎሚ እንተዘይተጀሚራ ምናልባት ዘይክትመጽእ ትኽእል ኢያ።

በዚ ኮይኑ በቲ እዚ ምኽሪ ኣብ ልብና የሕድሮ። ምናልባት ነዛ ጽሑፍ ዘንበብኩማ ሓያላት ኣትከኽቲ እንተሃሊኹም መለማመዲ ክኾነኩም ንሓደ ፍርቂ መዓልቲ ንሳንቡእኹም ዕረፍቲ ሃብወን። ቀስ ብቀስ ድማ ምሉእ ዕረፍቲ ትህብወን። ምትካኽ ጠጠው ነበል!

ወዲ ኣማን

ጥቕስታት

* ንዘደቀሰ ከልቢ ኣይትረብሸ

ኣሌሳንድሮ ኤሌግሪክ

* ካባኻ ንላዕሊ ንርእስኻ ሰላም ክህባ ዝኽእል የለን።

ኤመርሰን

* ስዕረት፡ ሓድሽ መንቀሳቐሲ እምበር፡ ብዝኾነ ዓይነት ተስፋ ንምቁራጽ ምኽንያት ኪኸውን የብሉን።

ሳውዛ

* ባዕሉ እቲ ሽግር መጺኡ ክሳብ ዘሸግረካ፡ ፈጺምካ ኣይትሸገር።

ምስላ ኣመሪካ

*ምስጢርካ ባዕልኻ ክትሓብኦ ዘይክኣልካ፡ ካልኦት ክሓብኡልካ ምጽባይ የዋህነት'ዩ።

ሴነካ

ምስላ

* ሰንካቲ የብስል፡ ተዛራቢ የምስል
* ስኣን እልይ ነገር ገፍሒ፡ ስኣን ስግር ውሕጅ በዝሐ
* ሰያብ ኣይትጸውዕ፡ ለባም ጸውዕ
* ሰይጣን ንኣመሉ መጽሓፍ ቅዱስ ይጠቅስ ይብሉ
* ሱር ሰብ ዘመድ፡ ሱር እምኒ ሓመድ
* ሳእኒ ምንም እንተለዎ ክብሪ፡ ኩሉ ሻብ ትሕቲ እግሪ
* ሳእንኻ ትመስል፡ ኣብ እግርኻ ዘይትኣቱ
* ሳዕሪ ኣገዶ ብማይ ዓብዩ፡ ማይ ከይኣቱ ትኽልክል
* ሽመት ንዘይፈልጦ የኽብዶ፡ ንዘይፈልጦ የዕብዶ
* ስጋ ወዲኣካ ዓጽሚ፡ ነገር ወዲኣካ ፈጽሚ

ሕንቅልሕንቅሊተይ

1.ማይ ጸሎት ዘየሕውዮ ምስ ሓዘ ዘይሰድድ ሕማም
2.ሜዳ ወዲኡ ሩባ ዘይሳገር
3. ምስ ከደት ዘይትምለስ፡ ምስ ተጠውየት ዘይትቅለስ

መልሲ ሕንቅልሕንቅሊተይ (ካብ ናይ ለካቲት 2006 ሕታም)

1 ዕዳጋ
2. መሸላ
3 ደርሆ

ካብ 'ያታውን ዘመናውን ምስላታት ትግርኛ' ብ ዶ/ር ክብረኣብ ወልደጊዮርጊስን ዶ/ር ኤርምያስ ክብረኣብን እተወስደ (ErmiPublishing.com) - እዛ ሓዳስ መጽሓፍ ኣብ ዕዳጋ ውዒላ ስለዘላ ናብ ekebreab@uoguelph.ca መልእኽቲ ብምስዳድ መጽሓፍ ምእዛዝ ይከኣል።

ብስራት ካብ ማይስ ኣት ዎርክ MICE @ WORK INC

ንኩሉኹም ዓማዊልና ርሑስ ሓድሽ ዓመት ክኾነልኩም እናተመነና ብሉጻት፡ ሕሱራት ኮምፕዩተራት ቀሪብና ከነኣንግደኩም ተዳሊና ኣለና። እዘን ዘወናውና ኮምፕዩተራት ከየምልጣኹም ተቃላጢፍኩም ብጽሑና። ቀልጥፉ! ቀልጥፉ! ቦክሲን ደይ ጌና ይቕጽል'ዩ ዘሎ።

416-782-5959

MICE @ WORK INC
1578 EGLINTON AVE
M6P 2G8, TORONTO, ONT
TEL: 416-782-5959

DEAR CUSTOMERS:

WE ALSO DO SECURITY CAMERA INSTALLATION FOR HOME OR BUSINESS FOR MORE INFO CALL US!

OTHER SERVICES

- **VCR CONVERSION (PAL TO NTSC)**
- **VCR TO DVD CONVERSION**
- **RESUMES**
- **PROFESIONAL LETTERS**
- **LETTER TRANSLATIONS**
- **IMMIGRATION FORMS DOWNLOADING, AND ASSISSTANCE COMPLETING THE FORM**
- **DV LOTTERY FORM ASSISTANCE ***

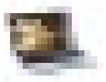
P4 System
-Intel P4 3.0 533/800 FSB
-512 DDR 400 MEMOR
-80 GB HDD
-PIONEER DVD+RW 16X DUAL
-17" DELL FLAT CRT MONTOR
-MOUSE & K/B
$599

P4 SYSTEMS
-AMD 2800+
-512 DDR 400
-80 GB HDD
-PIONEER DVD+RW 16X DUAL
-17" DELL CRT FLAT MONITOR
-MOUSE & K/B
$499.00

ንጽገና ኮምፕዩተር፡ ንምግዛእ ሓደስቲ ኮምፕዩተር: ንኣገልግሎት ኢንተርነት፡ ፋክስ፡ ፎቶ ኮፒ ኩሉ ግዜ ማይስ ኣት ዎርክ ምረጹ! ብውሕሉል ኣቀባብላናን ስሉጥ ኣገልግሎትናን ከምትዓግቡ ርግጸኛታት ኢና!

ኣድራሻና 1578 EGLINTON AVE at Oakwood 416-782-5959

Toshiba satellite M40-JM8



-Intel Centrino 740 (1.73 GHz)
-15.4" Screen size
-512 MB DDR RAM
-100 GB HDD, 4200 RPM
-Battery life 3.2 hrs
-DVD RW
- Intel Pro 802.11g wireless built in Ethernet 56k ITU v.90 ready fax/Modem
- I/O Ports: 1 x 6-In-1Multimedia Port (SD, Smartmedia, Memory Stick, Memory Stick Pro, MMC, xD Picture Card), 3 x USB 2.0, 1x RJ11, 1 x RJ45, 1 x IEEE1394, 1 x FIR, 1x External Microphone, 1 x Headphone, 1 x RGB, 1 x S-Video Out

$ 1499.97

$999.00

GATEWAY 6525GP Notebook

-Intel Pentium M processor 735 (Intel Centrino Mobile tech. 1.7 ghz)
-512 MB DDR SODIMM
-60 GB HDD, 4200 RPM
-Dual layer Multi-Format DVD+/-RW DR
-Intel Pro 802.11g wireless built in Ethernet 56k ITU v.90 ready fax/Modem
-1 firewire (IEEE 1394) 4 USB, 1VGA, 1MIC, 1 Headphone

$1499.00
$899.00

DELL
-Intel Pentium III 1Ghz
256mb/20hdd/DVD-Rom $499.00+
IBM
-Intel Pentium III 900 MHz
256mb/20hdd/DVD-Rom $449.00+

COMPUTER RETAIL DEPARTMENT

- **SALES (*MONITORS, PRINTERS, ACCESSSORIES, NEW AND USED*)**
- **UPGRADES**
- **REPAIRS**
- **VIRUS REMOVAL**
- **NETWORKING**
- **BACKUP & RECOVERY DATA**
- **WINDOWS INSTALLATION**
- **ONSITE SERVICE**

INTERNET LOUNGE

- **E-MAIL**
- **CHAT**
- **HIGH SPEED INTERNET**
- **OFFICE APPLICATIONS**
- **FAX – COPY - PRINT**
- **CD & DVD BURN**

ኩርናዕ ግጥሚ

ምጽኢ ሰላም

ሰላም ንዒ እንዶ ምጽኢ
እንዳደለኹኺ ኣይተቕብጺ
ኣነ ደልየኪ ዞኺዞኽ እንዳበልኩ
ደድሕሪ'ቶም ዘሽካዕልሉ ስለዘይከድኩ
ካን ምምጻእ ክትኣብዪ
ምስ ዝደልየኪ ግዳ ዘይትበልዪ።

ዓለም እንተኾነት ዕውርቲ
ምስኣ'ንዶ ኣይትሃውትቲ
መሓዛ ዶ ዝሓዝኪ መሲሉኪ
ክትከስብያ ብዙሕ ዝፈተንኪ
መሲሉኪ'ምበር ደንዳኒት'ያ ዓለም
ትስዕቦ ዶ እመስለኪ መንገድኺ ሰላም?

የግዳስ ኑቲ ዝብህገኪ ፍሉጢ
ምምጻእኪ ዘይተርፈኪ ኣይተዕለብጢ
ኣነ'ሞ ክንደይ ዘይፈተንኩ
ኣብ ፈቖዶ በዓቲ ኣበይ ዘይበጻሕኩ
እንተ ብጸመ ጸሎት
ተማህሊለ ድየ ኣብጺሐ ሰላት
ከምጻኣኪ ፈቲነ
ገና'ውን ኣይቀበጽኩኽን ይኸይድ ደኒነ
ንስኺ ምምጻእ ስለዝኣበኽኪ
ንዘለኽዎ ርኢኺ ፍረዲ ባዕልኺ
ኣነ ጥራይ ዘይኮንኩ ግራተይ ውን ቃዲሩ
ገደናና ባዲሙ ጥልመት ሳዕሪሩ
ካልኦ ይለከዋ ከይደንጎኺ ምጺ
ድሃይ ኣይተዋፍኢ ከይትቕበጺ።

ስለዚ ምጽኢ ሰላም
ወጊድ በልዮ መንገዲ ጸላም
ኣይትጨክንሉ ንወዲ ኣዳም
ምጽኢ ሰላም ኣይትበሊ ህልም።

ርእሶም ኣስመሮም

8 መጋቢት

ቅብልቲ ብድሙቕ ዕልልታ
ቀንዴል ሽምዓ ስድራቤታ
ጽላል ዳዕሮ መዕረፊት ኣሕዋታ
ደፋኒት ኣባይ ጊላ ንመሬታ

ተሓብሒባ ጸዲቓ ዝሰሰነት
ወሓለ ዝኾነት በዓልቲ ቤት
ፈጣሪት ስድራቤት መቐጸልታ ሂወት
ፈራይት ጀጋኑ ዓቀብቲ ናጽነት
እምብኣር ፍረሂወት
መጋቢት ዓንጋሊት
ሓብሓቢት ኣላይት
ሰታሪት ጠዋሪት
ደጋፊት ኣባዲት
ከቢርኪ ወዓሊ 8 መጋቢት

ዳኒኤል ነብየት
ቶሮንቶ 17/02/06

ታክሲ

ብመድህን ገብረስላሰ

በዓል ታክሲ ፓይሎት ናይ ምድሪ
ትሕምበብ ትውንጨፍ ናብ ኩሉ በራሪ
ኢዱ ይሓዘልካ ንበዓል ክፉእ ግብሪ።

ተኣንግድ ተበጻጽሕ ተቐማጦን ኣጋይሽን
ብሰላም ተመላልሶም ካብዝን ናብትን
ውሕሉል እንድዩ ስራሕካ በዓል ታክሲ ሽደን።

ፓይሎት ናይ መሬት መስተውዓሊ ዓቃል
መሪሕካ ትኸይድ ጥዑዋም ሰኽራኖም
ቀሲኖም ይኸዱ ንዓኻ ኣሚኖም፡
ፍቑራት ውን ባህ ይብሎም ክዝትዩ ናይ ልቦም
ሽማግለታት የመስግኑ ንዓኻ ምርካቦም
ሰባት ስርሖም የስልጡ ብኣኻ ተጓይዮም
ግዜኻ ስለተኽብር ኣብ ዘለውዋ ስለትነጥቦም።

ኣብ ኩሉ ዙርያ ኣብ ኩሉ ቦታ
ንስኻ መፍትሕ ንስኻ ቅናታ
ሓላዊ ወሰን ኢኻ ናይ ህዝቢ ዋልታ።

ግጥሚ

ናይ ስምዒት ፍቱን ብርዒ
ናይ ቛንቋ ሉላዊ ዑንቂ
ናይ ባህሊ መደንፍዒ
ናይ ሃገር ቅያ መድነቒ

ግጥሚ
ናይ ፍልቕሪ መጠዋዒ
ናይ ስነ-ጥሑፍ ምቁር ሰንቂ
ናይ ተዋስኦ ዓቢ ቅጥዒ
ናይ ደራፋይ ዕጥቂ

ግጥሚ
ደሃይ ተስምዒ
ዘረባ ተጸብቒ
ታሪኽ ተውግዒ
ፍልጠት ተዕሙቒ

ግጥሚ
ተንብዒ
ካዕ ካዕ ኣቢልኪ ተስሕቒ
ተዘናግዒ
ተደንቒ

ግጥሚ
ፍትሒ ክርከብ መጥርዒ
ዋልታ በትራ-ሓቂ
ንጅግና ተተባብዒ
ጸዋዒት ፀሓይ-ብርቂ

መሓመድ እድሪስ

The Rain Of Peace

By Selam. G/Berhan

Let there be peace on earth
The peace no one can give
The peace we refuse to conceive
The peace the world can not achieve

Dear lord the king of kings
Please let there be rain
Let the world feel the wetness
To fertilize our happiness
Let the nation feel safe
And a rose blossom from it's base

Thank you lord for your peace
A shelter from evil deeds
A home to plant our seed
A blessing when we are in need

ንሳ'ያ ፍትውቲ

ድሌተይ ረኺበዮ ከይንኪ ንስኺ'ቲ ዝምነዮ
ናትኪ ፍሕሹው ፍቕሪ መጺኡኒ ብስርዓት ብክብሪ።

መንፈሰይ ተሓድሶ፡ ድሌታተይ ንሳ ትምልሶ
ከም ቆጽሊ ኣታኽልቲ ብኡነት ፍትውቲ።

ኣየ ከምሕረላ ፍሽኽትኣ ምስ ትራማይለ
ጽባቐ ኣስናና ወርቂ ብሩር ስልም ዝበለ
ንጠማቲኣ መን'ያ ዘበለ
ናይ ብኡነት ንስኺ ናተይ ወሓለ።

ተባሃጊት ናተይ ምቃል ሓረግ ተኽሊ ናይ ወይኒ
ምልምል ስየ ዘውዘው ዝብል ጸጉራ ማራኺ ንዓይኒ
ዘስተብሃለ ብርሑቕ ብማዕዶ
ሕብራ ጽቡቕ ጽሩይ ከም ማይ ናይ ንግሆ።

ዓይና ኩሑል ጽቡቕ ብሁግ ነብሳ ምጭው'ዩ ሕብራ
መስርዓ ጽቡቕ ስየ ለይለይ ፍሉጥ'ዩ ኣሰራ
እሩም ህዱእ ስጉምቲ እግራ
ጣዕሚ'ለዎ ናታስ ምሉእ'ዩ ፍቕራ።

ተናኣዲት ጽቡቕ ምቁር ዘቢብ ጥዑም ልሳና
ንራኣኢኦ ተብል ኣነ ባዕለይ ኣነ'የ ዋና
ጻዕዳ ጸባ ጽሩይ ቲ'ኣስናና
መድሃኒተይ ንስኺ ናተይ ልቦና።

ኣማን ኀይትኦም

ብልጽቲ ፊልም "ኪዳን ገድሊ"

ኪዳን ገድሊ ዘርእስታ ፊልም ኣብ ዕዳጋ ተዘርጊሓ ከምዘላ ፈሊጥኩም ዶ! ብውሕልነት ኣተራርኺኣ፡ ብርሃነን ድምጽን ውህደታ ናይ ግዜና ዝበለጸት ፊልም ክትከውን ዝበቕዕት፡ ብተዓዘብቲ ኣድናቖት ዘትረፈት ፊልም ኣብ ዕዳጋ ተዘርጊሓ ኣላ። ቀዋሚት ንብረትኩም ክትገብርዋ ሃየ ተጓየዩ! ሓቀኛ ቅዳሕ ንምርካብ ንመብራህቱ ገብራይ ብ416-854-8084፡ ንኣዳነ 416-893-3820፡ ሳሊምን ኣዋሽ ስቶርን ተወከሱ!

Classified

Uhuru Sport's Bar

Pool and Billiards

Tel: 416-652-6594

380 Oakwood Avenue
Toronto, Ontario M6E 2W3

Elsabet Hailu
Manager

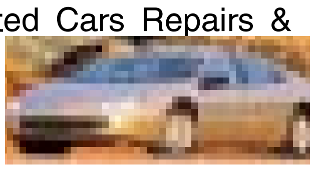
1260 Danforth Ave.
Toronto, ON
Tel: 416-913-1594
Cell: 647-885-4202

Besrat Bookkeeping Services

* Bookkeeping
* Personal & Business Tax Returns
* General Accounting
Besrat Solomon, BA
905-893-4128

JAMAL'S AUTO SERVICES

Domestic & Imported Cars Repairs & Maintenance



185 Weston Rd. Toronto, ON. M6N 3P1
Call Jamal at 416-604-4553

ቤት መግቢ ላሊበላ

Lalibela Restaurant
Ethiopian Cuisine

ክለብ ላሊበላ ብክለብ ሓበሻ ዝብል ስም፡ ቁ.ስልኪ ብ416-890-6259 ተተኪኡ ከምዘሎ ከነፍልጠኩም ንፈቱ። ሕጂ ኣእምሮኹም ንምሕዳስ ናብ ክለብ ሓበሻ ክትምርሹ፡ ብሉጽ መግብና ንክትበልዑ ናብ ቤት መግቢ ላሊበላ ክትግስግሱ ብሓበን ንዕድም። ብድሓን ምጽኡ!

875 Bloor St. W.
Tel: 416-535-6615

Digital Images Pro.

ናይ መርዓ ቪድዮ ንስእል፡ ካብ ንእሽተይ ናብ ዓቢ ቪድዮ ነሰጋግር፡ ካብ ናይ ኤውሮጳ ናብ ናይ ሰ.ኣመሪካ ሲስተም ንልውጥ፡ ካብ ቪድዮ ካሴት ናብ ዲቪዲ ነሰጋግር። ከምኡ'ውን ናይ ኢንተርነት ኣገልግሎት፡ ኮምፕዩተር ግራፊክስ፡ ናይ መርዓ ዕድመ ወረቐትን ስእሊ ፓስፖርትን ኣገልግሎት ንህብ። ተጠቀምቲ ውሕሉል ኣገልግሎትና ክትኮኑ፡ ናብዚ ዝስዕብ ኣድራሻና ተጓዓዙ!

2863 St. Claire Ave. E.
Tel: 416-750-4751

Sunlight Pan African Foods

እንጀራ፡ ባህላዊ ክዳን፡ ጀበና፡ ቡን፡ ዕጣን፡ ሕምባሻን ካልእን፡ ከምኡ ውን ዝደለኹሞ ዓይነት ቪድዮ፡ ሲዲን ዲቪድን ከም ነካርን ንሸይጥን ንዓማዊልና ነበስር።

1929 Davenport Rd. Toronto, ON. M6N 1C3
Tel: 416-844-8070 or Cell: 416-893-3820
Adane Abraham & Tsehaynesh G.

Mebrahtu Ghebrai

መብራህቱ ገብራይ

ንመርዓ፡ ንሕጸ፡ ልደትን ጥምቀትን ንዓና ምረጹ! ብዲጆይ ሙዚቃ ከነዐጅበኩም ኢና።

DJ Services for wedding, Engagement, Birthday & all other occasions.

416-922-8256
Cell: 416-854-8084

ፒያሳ PIASSA

የኢትዮጵያ ቅመሜ ቅመምና የባህል ምግብ ቤት
Authentic Spices & Foods
We specialized in Ethiopian Vegetarian Dishes
ገንዘብ ወደ ኣገር ቤት እንልካለን፡ ሽሮና በርበረ፡ የተለያዩ ቅማመ ቅመም፡ የእንጀራ ዱቄት፡ ቴፕ ካሴትና ሲዲ፡ መጽሄትና ጋዜጣ እንሸጣለን።

260 Dundas St. E. (at Sherbourne St.) M5A1Z6
Tel: 416-929-9116

Red Sea Village Restaurant

Red sea is back with bigger dance floor, fancy pool hall and delicious food! We also cater for wedding, birthdays & other occasions.

ሬድሲ ሬስቶራንት ብዓይነቱ ፍሉይ ዝኾነ ለይታዊ ትልሂት ኣብ ቀዳመ ሰንበት ቀሪባትልኩም ከምዘላ ብሓጎስ ተበስር። ብድሃን ምጽኡ!

945 B Bloor St. W.Tel: 416-538-6296

ሓበሬታ

ደብዳበ ናብ ጋዜጣ መፍትሕ ክትልእኩ ምስ እትደልዩ፡ ናብዚ ዝስዕብ ኣድራሻ ክትልእኩልና ብትሕትና ንሕብር!

Meftih Enterprise
260 Adelaide St. E.
Toronto, ON Canada
M5A 1N1
P.O.Box 192

Stella Variety Grocery Store & Dollar Store

Stella Variety
Grocery Store & Dollar Store
Abduselam
1985 Davenport Rd. Toronto, ON. M6N 1C5
Tel:- 416-656-7673

Global Food & Spice Store

ግሎባል የምግብና ቅማመ ቅመም መደበር

ትኩስ እንጀራ፡ ቅማመ ቅመም፡ ቡና፡ የተሌፎን ካርድ እንሸጣለን። እንዲሁም ሲድና፡ ካሴቶችን እናካርያለን፡ እንሸጣለን።

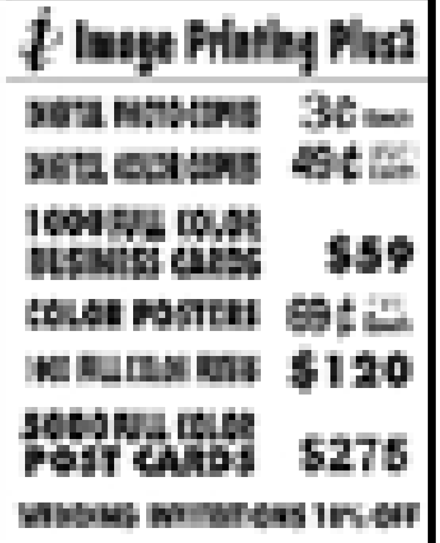
298 Gerrard Street East
Toronto,On. M5A 2G7
Tel: 416-929-6055

HOME RENOVATIONS

ብውሕሉልን ብሉጽን ኣገባብ ገዛኹም ከተመልክዑ ምስ እትደልዩ

-Dry wall, Framing, Taping, Painting, Ceramic, Tiling, Hard wood Sanding & Polishing

ኩሉ ዝደለኹሞ ዓይነት ኣገልግሎት ንህብ ኢና። ብስሉጥ ኣገልግሎትና ከምትዓግቡ ርግጸኛታት ኢና። ሃየ ቀልጢፍኩም ደውሉ! Aaron: Tel: 416-242-2465/Cell: 647-290-2465



Tel: 416-922-9686
Fax: 416-922-9321

Dahlak Restaurant

ዳህላክ ሬስቶራንት

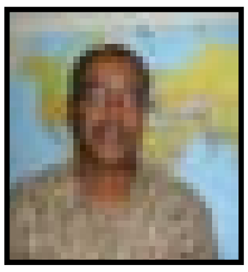
East African & Canadian cuisine
We specialized in Foul iuscious selection of vegeterian & meat dishes.
840 Bloor St. W(one block east of Ossington
Tel: 416-840-0190

Helen S. Kim

Barrister Solicitor Notary
3335 Yonge Street, Suite 401
Toronto, ON M4N 2M1
Tel: 416-913-4902
Email: helenskim@gmail.com

ቁማር ንሳዕቤናቱን

ሓለዋ ጥዕና



ብዮውሃንስ ፈርዲናንዶ ድራር

ቁማር ከበሃል ከሎ ንመኽሰብ ወይ ክሳራ ብገንዘብካን ንብረትካን ምጽዋት ማለት ኢዩ። እዚ ወልፊ ግን ሓደገኛ ኣብ ዝኾነሉ ግዜ ኣብ መዓልታዊ ናብራ ናይ ሰባት ዓቢ ዕንቅፋት ይኸውን። በዚ ምኽንያት ዚ ቁማር ከም ወልፊ ኣልኮላዊ መስተ፡ ድራግ፡ ግቡእ ሕክማናውን ምኽራውን ፍወሳ የድልዮ'ዩ።

መበገሲ ኣርእስተይ፡ ነዚ ወልፊ ኣብ ውሽጢ ሕብረተሰብና ኣብ ካናዳን ኣመሪካን ከም ሕማቕ ጠባይ ንምግምጋሙ ኣይኮነን። ይኹን እምበር ውሑዳት ሰባት በዚ ወልፊ ዝተጠቕዑ ኣባላት ማሕበረሰብና ኣለው። ናይ ቁማር ወይ ምጥላዕ ጠባያት፡ ደረቱ ዝሓለወ ሎተሪ ምጽዋት ቢልያርዶ፡ ቢንጎ፡ ንምዝንጋዕ ክኸውን ይኽእል። ካብኡ ሓሊፉ ግን ንሃልኪ መኽሰብ ምስዓር፡ ምስ ዝኸውን ኣብ ሓፈሻዊ ህይወት ናይ ደቂ ሰባት ዕንወት የኽትል። ናይ ቁማር ወልፊኛ ምስ ትኸውን ኣፍራዪ ኣይገብረካን። ዘይናትካ፡ ጽዒርካ ዘየምጽኣካዮ ገንዘብ ንክትከስብ፡ ንብረትካን፡ ንብረት ካልኦት ከተጥፍእን ክትልክምን ትግደድ። ባርያ ናይዚ ወልፊ ብምኻን ናብ ዘይትደልዮ ሕማቕ ጠባያት ከም ስርቂ፡ ምትላል፡ ሓሶት ክትጥሕል ትኽእል። በዚ መንገዲ ውን ናይ ሓንጎል ሕማማት ቀጺሉ እውን ዕንወት ኣብ ንብረትካ፡ ሂወትካን ቤተሰብካን የኽትሉ። ኣብ ገበን ማእሰርቲ ክሳብ ነብሰ ቅትለት ውን ከብጽሕ ይኽእል'ዩ።

ቁማርተኛ ንገዛእ ርእሱ ጥራይ ዘይኮነ፡ ንቤተሰቡ፡ ሓዳሩ፡ ማሕበረ-ሰብ፡ ብዝተፈላለየ መንገዲ ጉድኣት ከስዕብ ይኽእል። ወልፊ ቁማር ዕድመን ጾታን ከይፈለየ ንኩሉ ከጥቅዕ ይኽእል። ተመራመርቲ ንወልፊ ቁማር ኣብ ኣርባዕተ ደረጃታት ይሰርዕዎ። 1. ምስዓር 2. ዘይምስዓር፡ 3. ዓቕሊ ጽበት ድሕሪ ምስዓር ወይ ምኽሳር ንብረትን ገንዘብን ዘስዕብ። 4. ኣብ ተስፋ ዘቁርጽ ደረጃ ምብጻሕን ዕንወት ምኽታልን ኢዮም።

ሕማም ቁማር ካብ ካልኦት ወልፍታት ፍሉይ ዝገብሮ እዚ ጠባይ'ዚ ብቀሊሉ ኣብ ህይወት ናይ ደቂ ሰባት ኣይርአን ኢዩ። ወልፊኛ ኣብ ሓደጋ ምስ በጽሐ ግን እቲ ጠባይ ይፍለጥ። ወልፊኛታት፡ ዝተፈላለየ ኣሉታዊ ጠባያት የማዕብሉ። ንኣብነት፡ ሓሶት፡ ምትላል፡ ስርቂ፡ ገንዘብ ብብዝሒ ምልቃሕ ክኾኑ ይኽእሉ። መንእሰያት ምስ ዝኾኑ ካብ ትምህርቲ ምብኳር፡ ምስጢር ምብዛሕ፡ ንብረቶም ምሻጥ ኪኾኑ ይኽእሉ። እዞም ዝስዕቡ ጠባያት ኣብ ቁማር ምስ እንርኢ ናይ ግድን እቲ ሽግራ ኣብ ዝለዓለ ደረጃ በጺሑ ከምዘሎ ኣስተውዒልና፡ ምኽሪ ናይ ክኢላታት ምሕታት የድልየና።

1.ካብ ትምህርቲ ወይ ስራሕ ምብኳር ግዜኻ ኣብ ቁማር ምጥፋእ፡ 2. ገንዘብ ተለቂሕካ ቁማር ምጽዋት፡ 3. ንዘለውኻ ሽግራት፡ ብስጭት፡ ወጥሪ ንምብዳህ ምቁማር። 4. ንብረትካ ንምቁማር ምሻጥ 5. ዘጥፋእካዮ ገንዘብ፡ ንብረትን ግዜን ኣብ ቁማር ዘጥፋእካዮ ኣብ ካልእ ስራሕ ከዝነበርካ ጌርካ ምግላጽ። 6. ብሰንኪ ሳዕቤን ቁማር ድቃስ ምስኣን። 7. ብሰንኪ ክሳራን ቁማርን ህይወት ንምጥፋ ምሕሳብን ምህቃንን። 8. ንምቁማር ናይ ካልኦት ገንዘብን ንብረትን ምስራቕ። 9. ንዘለካ ናይ ገንዘብ ሽግር ንምፍታሕ ምቁማር። 10. ቁማር ድሕሪ ምስዓር ብቀጻሊ ምጽዋት፡ ቀጻሊ ህልኽ ምዕባይ። 11. ኣብ ሓዳርን ቤተሰብን ብሰንኪ ቁማር ሽግራት ምኽታል። 12. ስምካን ክብረትካን ከም ቁማረተኛ ብፈተውትን ማሕበረ-ሰብን ምፍላጥ። 13. ካብ ዝመደብካዮ ሰዓት ዝያዳ ቁማር ምጽዋት፡ 14. ብሰንኪ ቁማር ቆጸራ ምጥላም 15. ቀጻሊ ብምቁማር ጣዕሳን ሕርቃንን ምርኣይ ኢዮም።

መብዛሕትኦም ወልፊ ቁማር ዘለዎም ነዞም ኣብ ላዕሊ ዝተጠቕሱ ምልክታት የርእዩ። ከምዚ ዓይነት ጸገም ምስ ዝህልወና ብቕጽበት ምኽሪ ክኢላታት ምሕታት ኣገዳሲ'ዩ። ሓካይም፡ መራሕቲ ሃይማኖት፡ ክኢላታት ብምውካስ ዘድሊ ሓበሬታ፡ ምኽሪ ክንከታተል ንኽእል። ከምቲ ደረጃ ዕቤት ናይ ቁማር ወልፊ እውን ብተኸታታሊ ፍወሳ ክንወስድ ንኽእል። ፍወሳ (therapy) ውን ብውልቀ-ሰብ፡ ስድራ-ቤት፡ ጉጅለ፡ ማሕበረ-ሰብ ክውሰድ ይኽእል።

ካብቲ ብኤርትራውያን ኣሕዋትን ኣሓትን ንምቁማር ወልፊ ዘኽትሉ ሕሉፍ ጽምዋ ወይ ብሕትውነት ክኾኑ ይኽእሉ። በዚ መሰረት ውን ከም ጠላዕ ኣብ ባራትን ኣብያተ መግብን ክዝውተር ሓሓሊፉ ንርኢ። እዚ ግን ቀጻሊ ምስ ዝኸውን ኣብ ወልፊ ክሰጋገር ናይ ግድን ይኸውን። ከም ቢሊያርዶ ውን ንመዘናግዒ እንተዘይተውሰዱ፡ ዋላ ውን ብውሑድ ገንዘብ ይኹን ኣብ ናብራ ስድራን መዓልታዊ ህይወትን ኪኣቱ ስለዝኽእል ደረቱ ዝሓለወ ክኸውን ኣለዎ። ሕሉፍ ሎተሪ ምጽዋት እውን ናይ ቁማር ወልፊኛ ኪገብረና ይኽእል ኢዩ። ስለዚ ኩሉ ምስ ካብ ኢድና ወጻኢ ዝኾነ ገንዘብን ንብረትን ንምርካብ፡ ንገበሮ ወጻኢታት ደረቱ ዝሓለወ ክኸውን ኣለዎ። ጽቡቕ ልምድታት ከም ስፖርት፡ ምንባብ ወዘተ ብምዝውታር ካብ ጎዳእቲ ጠባያት ክንርሕቕ ንፈትን። ነቲ ዘሎ ማሕበራዊ ጸገማት ንምብዳህ ከኣ ምዕቡል ዝኾነ ኤርትራዊ ማእከል ምምስራት ኣገዳሲ ኢዩ። ብዝተረፈ ነቶም ኣብ ከባቢና ዘለዉ መዘናጊዕታት ብምጥቃም ካብዚ ሓደገኛ ዝኾኑ ወልፊ ቁማርን ካልኦትን ንምርሓቕ መዓልታዊ መደብና ብጽፈት ንሓንጽጽ።

ከምቲ ኣቦታት ዝምስልዎ ሓባኢ ቁስሉ ሓባኢ ፈውሱ ስለዝኾነ ነዚ ጎዳኢ ወልፊ ምስ ዝሕዘና፡ ኣብ ዘሎና ሃገር ግቡእ ፍወሳን ሓበሬታን ብ1-800-463-6273 ብምድዋል ካብ ማእከል ወልፍን ኣእምራዊ ጥዕናን ረድኤት ምርካብ ይከኣል። ኣብ ቶሮንቶ ንቕመጥ ብቁጽሪ ስልኪ 416-595-6111 ብምድዋል ዘድሊ ሓገዝ ክንረክብ ንኽእል። ብእንግሊዝኛን ከምኡ ውን ብናትና ቋንቋን ምኽርን ኣድላዪ ሓገዝን ክወሃበና ከምዝኽእል ምስትብሃል ኣገዳሲ'ዩ።

የውሃንስ ፈርዲናንዶ ድራር፡ ብሶሻል ወርክ ብማስተርስ ዲግሪ ዝተመረቐ ምሁር ኮይኑ ኣብ ሮያል ሆስፒታል ስነ-ኣእምሮ ኦተዋ ንነዊሕ ዓመታት ብሞያኡ ዘገልግል ዘሎ ማሕበራዊ ኪእላ'ዩ።

ማሕበራዊ ጥዕና

ኩርናዕ ኮምኒቲ

ነብሰ-ገምጋም (ንነብስኻ ብግቡእ ምግምጋም)

ነብስኻ ብግቡእ ምግምጋም ወይድማ ዓቕምኻ ምፍላጥ ኣብ ጥዕና ወዲሰብ ዓቢ ኣስተዋጽኦ ኣሎዎ። ዓቕምኻ ዘይምፍላጥ ዘምጽኦ ጸገም ጎሲኻ ዝሕለፍ ኣይኮነን። እዚ ጸገም እዚ ኣብ ማሕበረሰብና ጎሊሑ ዝርአ እዩ። ኣብ ሓድሽ ሕብረተሰብ ናብራ ክንጅምር ከሎና ሒዝናዮ ዝመጻእና ዓቢ ትጽቢት ምስቲ ዘጓንፈና ክውንነት ስለዘይቃዶ ንመብዛሕትና ተስፋ ኣብ ምቁራጽን መኣዝንና ከስሕተናን ንዕዘብ። ብኡ ኣቢሉ ድማ ንሓፈሻውን ስነ-ኣእምሮኣውን ጥዕናና ክጸልዎ ንርኢ።

በቲ ሓደ ሸነኽ ድማ ነቶም ኣብ ሃገርና ገዲፍናዮም ዝመጻእና ቤተሰብናን ፈተውትናን ትጽቢቶም ከነማልኣሎም ስለዘይንኽእል ንመብዛሕትና ስነኣእምሮኣዊ ወጥሪ ክፈጥረልና ንርኢ። እዚውን ኣብ ኩሉ መኣዝን ሂወትና ሃሳዩ ሳዕቤናት ኣሎዎ። ብዛዕባ ነብስና ምሕሳብ ከም ነውሪ ስለንወስዶ ከምኡውን ብዛዕባ ዘሎና ጸገማት ይኹን ካብ ቁጽጽርና ወጻኢ ዝኾኑ ብድሆታት ምዝራብ ከም ድኽመት ስለንወስዶ ኩሉ ኣብ ከብድና ብምግባር ፍሕሹው ገጽ እናርኣና ምኻድ ኢና ንመርጽ።

ቀጻሊ ከምኡ ኢልና ክንከይድ ስለዘይንኽእል ከምኡውን ኣካላትናን ኣእምሮናን ተጻዋርነቱ ድሩት ስለዝኾነ መወዳእታኡ ምስንካል ጥዕናን ኣእምሮን እዩ እቲ ውጽኢት። ካብ ከምዚ ዝኣመሰለ ኩነታት ክንድሕን እምበኣር ነዘን ዝስዕባ ነጥብታት ንመልከት።

ዓቕምኻ ፈሊጥካ እቲ ክትገብሮ ትኽእል ጥራሕ ምግባር ንሓዋሩ ዘዋጽእ ምኳኑ ንገንዘብ።
ንነብስኻ ከይሓገዝካ ወይድማ ከየማሓየሽካ ንካልኦት ክትከውን ከምዘይትኽእል ምፍላጥ።
ኣመዛዚንካ ምኻድን ዘዋጽኣካ ምግባር እምበር ኣብ ጥራሕ ጎልጎል ሓቦ እዩ ዘናብር እናበልካ ምኻድ የዋህነት እዩ።
ንነብስኻ ከይኮንካ ንደቅኻን ቤተሰብካን ሕብረተሰብካን ክትከውን ኣይክኣልን።
ዓቕምኻ ብግቡእ እንተድኣ መዚንካ ዘዋጽኣካ ትፈልጥ ክዓቢ ዘሎዎ ዓቕምታትካ ገምጊምካ ድማ ዝግባእ ስጉምቲ ትወስድ።
ነብሲ-ወከፍና ኣብ ናብራናን ሓፈሻዊ ሂወትናን ዘለዉ ጸገማት እንተተመልኪትና መበገሲኦም ድማ ብቕንዕና እንተመርሚርና ዝበዝሐ ግዜ ባዕልና ነምጽኦ ጸገማት ከምዝበዝሕ ንርኢ።
ሰብ ክርእየለይ እናበልካ ልዕሊ ዓቕምኻ ተመጢጥካ ዘየድልየካን ዘየዋጽኣካን ምግባር መወዳእታኡ ናይ ኣእምሮ ጭንቀትን ናይ ሕልና ወጥርን እዩ ትርፉ።

ስለዚ ዓቕምና ንፍለጥ፡ ዓቕምና ነዕቢ፡ ብቕንዕና ጸገማትና ንመርምር፡ መበገሲኡ ንፍለጥ፡ ግቡእ ስጉምቲ ንውሰድ፡ ኣብ ሂወትና ብቐዳምነት ንሰርዖም ጉዳያት ኣለዊና ዘሎና ዓቕሚ ኣብ ግቡእ መዓላ ነውዕሎ። ካልኦት ብዛዕባና ጽቡቕ ኣሎ/ላ ጥዒሙዎ/ዋ ኣሎ/ላ ሕጉስ/ቲ እዩ/ያ ኢሎም ስለዝተዛረቡ ኣብ ውሽጥናን ኣብ ቤትናን ዘሎ ክውንነት ኣይቅየርን። ቅድም ቀዳድም ንነብስናን ንቤትናን ዝጠቅም ንግበር ድሓር ንካልኦት ክንከውን ባይታ ክፈጥረልና እዩ። ኣብ ቤትናን ሂወትናን ዘሎ ክውንነት እምበር ናእዳ ፈታውን ጸላእን ከምዘየናብረና ንገንዘብ።

ሰናይ ቶሮንቶ

መርሓባ ጋዜጣ . . .

ካብ 2ይ ገጽ ዝቐጸለ

ውን ወሰደ ተብል'ያ። ናይ ብሓቂ እናዘናግዐ ዝምህር ትሕዝቶ'ዩ ዘለዋ። እቲ ዋዛታት፡ ትፈልጡ ዶ፡ ምስላታት ቀዳሞት ኩሉ ባህ ዘብል'ዩ። በዚ ኣጋጣሚ ንርእሶም ኣስመሮም ከመስግኖ ይፈቱ። እቲ ኣብ ዝሓለፈ ሕታም ዘውጽኦ ብዛዕባ ዝተፈላለየ ኩነታት ምዕባለ ሃገራት ዝገልጽ ብጣዕሚ መሃሪ'ዩ ኔሩ። ካብኡ ብዙሕ ነገር ተማሂረ። ከምዚ ከማኻ ምሁራት፡ ዘንበብዎ ከካፍሉ ዝደልዩ ይብዝሑ ይብል።

ዓምዲ ሓለዋ ጥዕናን ኩርናዕ ኮምኒቲን ውን ብጣዕሚ ዝናኣዳ'የን። እቲ ብየውሃንስ፡ ብርሃነን ሰናይን ዝቐርብ ዘሎ ጽሑፋት ዝምስገን'ዩ። ኩሉ እዋናዊ'ዩ። ህዝብና ብዙሕ ጸገም'ዩ ዘለዎ። ጭንቀት፡ ዓው ኢልና ዘይንዛረበሉ ሕማም፡ ወልፊ ናይ ዝተፈላለዩ ነገራት ኣለና። ጽሑፍኩም ኩሉ ንዘለና ጸገም ቅልዕ ኣቢሉ ስለዝዛረብ ድማ ኣዝየ ይፈትዎ።

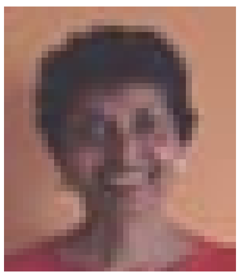
ካልእ ብፍላይ ነቶም ብቀጻሊ ግጥሚ፡ ዋዛታት ዝልእኩ ከም ዚፕዚፕ፡ መድህን፡ ዮርዳ ወዘተ ኣድናቖተይ ወሰን የብሉን። ከመይሲ፡ ኣነ ነዛ ጽሕፍቲ ከዳሉ ዳርጋ ሰለስተ ወርሒ'ያ ወሲዳትለይ። ይጅምር፡ የቋርጽ፡ ወይ ናብ እንዳ ፖስታ ምኻድ ይህከየኒ። ብሓጺሩ ዘይምግዳስ'ዩ። ንስኹም ግን ትንኣስ ትዕበ ጽሑፍኩም ብቀጻሊ ከተቕርቡ ምኽኣልኩም ዋው ንከምዚ ከማይ ዱቁሳት ዘበራብር'ዩ።

ልዕሊ ኩሉ ከኣ፡ ኣሰናዳኢ ከመስግነካ ይፈቱ። ንዝመጽአ ጽሑፍ ተነባቢ ንክኸውን ብዙሕ ጉልበት ኣጥፊእካ፡ ኣወሃሂድካ ኣብ ግዚኡ ኩሉ ግዜ ምቕራብካ ኣዝዩ ዝናኣድ'ዩ። ርእሲ ዓንቀጽ'ሞ ወሰደ ተብል'ያ። ኣብ ነፍስ-ወከፍ ወርሒ ቀዳመይቲ ትሕዝቶ ናይታ ጋዜጣ ዘንብቦ ቃል መፍትሕ'ዩ። እዋናዊ፡ ልዕሊ ኩሉ ድማ ከምትሓስብ ዝገብር ጽሑፍ'ዩ።

ብሕጽር ዝበለ፡ ጋዜጣ መፍትሕ ናይ ዘመና ዝበለጸት ጋዜጣ ክትከውን በቒዓ ስለዘላ፡ ኣነ ከኣ ኣካል ናይዞም ተነባቢት ከምትኸውን ዝገብርዋ ዘለዉ ተሳተፍቲ ክኸውን ስለዝደሊ፡ ካብ ሎሚ ኣትሒዘ ብቀጻሊ ክሳተፍ'የ። በርትዑ በርትዑ ይብለኩም ኣዳለውቲ ጋዜጣ መፍትሕ።

ደብ.ተስ.

Fast Friends



By
Grace Cherian

Caleb and Robin were high school sweethearts at Clarkson Secondary School in Mississauga. As soon as they graduated from Clarkson, they got married.

They had discussed their hopes and dreams before marriage. "Honey, I'd like to have at least four children. What do you think?" Robin asked.

"You know I love children, sweetie. But four? That's too many, don't you think? Children are expensive, you know. How about two?"

"Okay, I'll settle for two. Ideally, a girl and a boy."

Two years after their marriage, the couple began planning a family. To their delight, Robin became pregnant almost immediately. But she miscarried the baby after six months. Robin became very depressed.

"Honey, you know we can try again," Caleb tried to comfort her. But how could he understand Robin's grief? The life she had been nurturing inside her had died. A part of her had died as well.

The day came when she actually carried a baby to full term. As she gazed into the eyes of her new-born infant, her heart swelled with pride and gratitude. All the grief, tears, and effort were well worth it.

"Can we call her 'Angel', honey? She's God's gift to us."

"That's a perfect name, sweetheart."

Robin stayed at home to look after Angel. She thrived on being a stay-at-home mom. There were times, of course, when she felt quite lonely. It was impossible to engage in a stimulating conversation with an infant. She longed for adult company.

Then she found a group in her neighborhood–a community of young mothers just like her. These mothers met in each other's homes, talked about the difficulties they faced raising their children, and they supported one another. Robin looked forward to these meetings every week.

As Angel grew older, she developed a charming personality. "My name's Angel," she would say. "What's yours? I've brought my toys. We can play with them together if you like." The other children, Brent, Sasha, John, and Tory grew fond of her. Angel enjoyed playing with them. But at home in the evenings, she often felt lonely.

"Mommy, can I have a dog to play with?" she asked one day.

"We'll have to discuss that with Daddy, okay honey?"

There was nothing within reason that Caleb and Robin would deny their only child. One Saturday morning, her parents announced, "Angel, today we're going on an adventure."

"Where?"

"You'll just have to be patient, dear."

Angel smeared her face to the window as her father drove. She didn't want to miss anything.

"Okay, we're finally here."

The family dismounted from the car and walked into the building. Angel jumped up and down with glee as she saw the different animals in their cages. "Can I have any dog I want?"

"You pick something and we'll tell you whether you can keep it."

Angel walked slowly up and down, as carefully as an inspector.

"Mommy! Daddy! Can I have him?" Her parents walked over. Angel was pointing to a beige and white miniature bulldog terrier.

"He's a darling. He's begging me to take him home. I've already thought of the perfect name for him–Derry."

"Yes, you can have him," said Caleb.

From that day on, Angel was never lonely. She and Derry became fast friends.

Grace Cherian is a freelance writer and editor. You may reach her at grace.cherian@sympatico.ca

ስነ-ጥበብ

ዛና

4ይ ክፋል

ብዮናታን ገብራይ

እቲ ድምጺ ኣሓን መዝሙር ኣዕዋፍን ዝለመደ እዝና ነቲ ኣብ ዙርያኣ ዝሰማዕ ዝነበረ ረምታ-ኣልቦ ድምጺ ብቀሊሉ ክለምዶ ኣይክኣለን። 'እንታይ ሓጨውጨው'ዩ ደቀይ' በለት። ዕላምኣ ናብ ዕዳጋ ስለዘይነበረ ብዘዝምሰላ ኩርናዓት እናተጠውየት መንገዳ ቀጸለት። ኣብ የማነ-ጸጋም ካብ ዓቐን ንላዕሊ ዓው ኢሉ ዝሰማዕ ዝነበረ ናይ ባራት ሙዚቃ ናይ ሰባት ሸበድበድ ጭራሕ-ምራሕ ናይ ዕሙር ዕዳጋን ተሳንዮም ኣቃልቦኣ ብምስላብ ነቲ ኣብ ቅድሚኣ ተገቲሩ ዝጽበያ ኣሞኣ ናይ ምርካብ ጸገም ከምትርስዕ ገበርዋ። ሽዑ ንሽዑ እቲ ኣሞኣ ምርካብ ዝብል ሓሳብ ኣብ ቅድሚኣ ቅጅል በላ። ንካልኢት ውን ትኹን ግዜ ከተባኽን ከምዘይብላ ተገንዘበት። ሓሳባታ ናብ ሓደ ብምጥርናፍ ቅልጡፍ ስጉምቲ ክትወስድ ከምዘለዋ ዘከረት።

ኣብ ዘይትፈልጦ ከተማ መጺኣ ብከመይ ከምትጅምሮ ሓርበታ። ኣበይ ከምትከይድን ከመይ ጌራ ከምትሓትትን ዓቐብ ኮና። ብዙሕ ክትሓስብን ክትመራመርን ግዜ ስለዘይነበራ ንዝኾነ ሰብ ክትሓትት ወሰነት። ኣበይ እየን ዝቐመጣ እንተበሉኒ ኸ እንታይ ክብሎም'የ? ዝገደደ ድኣ መስሓቕ ሰብ ክኸውን እምበር በለት ምስ ነብሳ። ይኹን እምበር ኣማራጺ ስለዘይነበራ ዝዕድላ ንዝረኸበት ክትሓትት ወሰነት። ብጥቓኣ ዝሓልፉ ሰባት ንምርካብ ቁሊሕ ክትብል ጀመረት። እዚ ውን ቀሊል ኮይኑ ኣይረኸበቶን። ቅሩብ ምስተጓዕዘት፡ ሓንቲ ህውኽ ህውኽ እናበለት ትኸይድ መንእሰይ ረኣየት። ሰብነታ ብፍርሒ ከንቀጥቅጥ ተፈለጣ። ሱቕ ኢላ ከተሕልፋ ደለየት። ካብኣ ከምዘይሓልፍ ተረዲኣ ዝበለት ትበል ብምባል ብድፍረት ናብኣ ገጻ ብምቕራብ "ኣቲ ሓብተይ ኣደይ መብራት ዝበሃላ ቀደም ምስ ጥልያን ዝሰርሓ ዝነበራ ዶ ትፈልጢ?" ክትብል ተወከሰታ። እታ መንእሰይ ድማ ቅልጥፍ ኢላ "ኣብዚ ከባቢ ኣይኮንኩን ዝነብር ምናልባት ኣብዘን ድኳናት ኣቲኺ ሕተቲ ንሳቶም ይፈልጥወን ይኾኑ" በለታ።

"ኣደይ መብራት ዝበሃላ ኣብዛ ከተማ ኣይትፈልጥን/" ደገመት ድርቕ ኢላ። እታ መንእሰይ ብናይ ምግራም ዓይነት ስሓቕ ክሞልቃ እናደለየ፡ "ክንደይ መብራት ኢለ'ሞ ክፈልጥ'የ? ንምኧኑ ጥዕይቲ ዲኺ?" ብምባል ገዲፋታ ከደት። ትጽበዮ መልሲ ስለ ዝነበረ ብዙሕ ኣይተገረመትን። ቀጺላ እናሓለፈት ንዝተፈላለዩ ሰባት ተመሳሳሊ ሕቶ ሓተተት። ገሊኦም እናሰሓቑ ገዲፎማ ክኸዱ ከለው ገሊኦም ድማ ኣእምሮኣ ዝሓመመት መሲልዎም ብሓውሲ ድንጋጸ እናተጠመትዋ ይሓልፉ ነበሩ። ዝተሓባበራ ብዘይምርካባ ተስፋ ክትቆርጽ ጀመረት። ንብዓት ክስዕራ እናደለየ ኣብ ኣፍደገ ዕጹው ገዛ ኮፍ በለት። ሃንደበት ክልተ ብዕድመ ዝደፍኡ ኣቦታት ከመጽኡ ረኣየት። ካብታ ኮፍ ኢላታ ዝነበረት በርደግ ኢላ ብምትንሳእ ኣብ ጥቓኣ ክሳዕ ዝቐርቡ ተጸበየት። ከምዝተሓባበርዋ ርግጸኛ ነበረት። ዓበይቲ ብምኳኖም ይድንጉጽለይ ይኾኑ ዝብል እምነት ኣሕዲራ ቅርብ ኢላ ምስሓተተቶም ዘይተጸበየቶ ሕሱርን ብዕሉግ ቃላት ደርብዮምላ ሓለፉ። ምስ ዕድላ ኣናተማረረት ተመሊሳ ኮፍ በለት። እቲ ብድሮ ከም ቀሊል ዝመሰላ ኣሞኣ ናይ ምርካብ ዕላማ ከቢድ ምኳኑ ክርኣያ ጀመረ። ተስፍኣ ክጽንቀቕ ተፈለጣ። 'እዚ ናይ ከተማ ሰብሲ ክንደይ ይጭክን'ዩ! እቲ ጥዑም መልሓስሲ ንመን ቀተለ' እናበለት ምስ ነብስ ተማረረት።

ቅሩብ ድሕሪ ምዕራፍ እግራ ናብ ዝመርሓ ኮለል ምባል ቀጸለት። ከይተፈለጣ ኮለል ክትብል ግዜ ሓሊፉ ናብ ዕራርቦ ጸሓይ ገጹ ከምዝኸደ ተገንዘበት። ቀንዴል ተሰፉኣ ጠፊኡ ክትሰግእ ጀመረት። ኣረ ንምሽቱ ኸ እንታይ የ ክኸውን ክትብል ምስ ነብሳ ኣንጸርጸረት። ጥሜትን ድኻምን ግዜኣም ሓልዮም ኣእጋራ ብምሕላኽ ምስጓም ከልእዋ። ኣብ ሓደ ኩርናዕ ተኾርምያ ኮፍ በለት። ኣካላታ ዘይምቱእ ናብራ ሃገረሰብ ስለዝለመደ ነቲ ኣካላዊ ድኻም ክትጻወሮ ኣይጸገማን። ሕልናኣ ከዕርብ ዝገበራ ናይ ስነ-ኣእምሮኣዊ ሃልኪ ኢዩ ኔሩ። ካብዚ ዝተላዕለ ድማ ኣብ ዝነበረቶ ከቢድ ድቃስ ሒዝዋ ዕዝር በለ።

ድሕሪ ቅሩብ ሃተፍተፍ ክትብል ጀመረት። ብተደጋጋሚ ናይ ኣዲኣ ምስሊ ቅጅል በላ። እቲ ምስሊ "ኣቲ ሰይጣን ኣቲ ሰይጣን " ብዝብል ድምጺ ተሰንዩ ነእዛና ሃወኸን። ካብቲ ዘስካሕክሕ ናብራ ኣምሊጠ ኢላ እናሓሰበት ከመይ ኢላ ናብኡ ክምዝተመልሰት ክርድኣ ኣይክኣለን። እቲ 'ኣቲ ሰይጣን ኣቲ ሰይጣን' ዝብል ድምጺ ቀጸለ ብዘይንሕስያ ንኣእዛና ኣደንቆረን። እቲ ድምጺ ከቋርጽ ተመነየት ክኾነላ ግን ኣይክኣለን። ኣፋ ክትከፍት ሃቀነት። ኣይከኣለትን። ዝገበረት እንተገበረት ክኾነላ ስለዘይክኣለ ነቲ ዝህውኻ ዝነበረ ድምጺ ንከይትሰምዕ ንክልቲኡ ኣእዛና በእዳዋ ብምዕባስ ካብኡ ክትሃድም ፈተነት። እዚ ውን ነጻ ክገብራ ኣይክኣለን። ድምጽን ምስልን ናይ ኣዲኣ እናጎልሐ ከምብሓድሽ ብክልተ መንከባ ሒዘን "ኣቲ ሰይጣን፡ ኣቲ ሰይጣን" ኣናበላ ክንውንውኣ ክራኣያ ጀመረ። ብሓይሊ ፈንጺጋ ክትከይድ ኳ እንተደለየት ካብ ዝነበረቶ ፈልከት ከምዘይትብል ገበራ። ደጊማ ፈንጺጋ ክትከይድ ፈንጠርጠር በለት። ሃንደበት ምስ ምትራር ናይተን ሒዘንኣ ዝነበራ ኣእዳው፡ እቲ 'ኣቲ ሰይጣን፡ ኣቲ ሰይጣን' ዝብል ድምጺ፡ "ኣቲ ሓብተይ፡ ኣቲ ሓብተይ" ናብ ዝብል ድምጺ ክቕየር ተፈለጣ። ነገራቱ ደንጽዩዋ ቅሩብ ድሕሪ ምዕልባጥ ካብ ድቃስ ብር እንተበለት ናይ ወ/ሮ ቀደስ ምስሊ ዘይኮነስ ናይ ሓደ ጽሙእ ዝገጹ መንእሰይ ምስሊ'ያ ዝርኣየት።

"ድሓን ዲኺ? ተጸሊእኪ ድዩ?" ክብል ሕቶታት ኣዝነበላ። "ድሓን'የ" በለት ቅልጥፍ ኢላ ብሕፍረት ክዳና እናኣርነበት። ድሮ ዓይኒ ሒዙ ስለዝነበረ ኣብ ርእሲኡ ድማ ኣብቲ እዋን እቲ ኳል ኣነስተይቲ ኣብ መንገዲ ምድቃስ ናይ ድሓን ከምዘይኮነ ብምስትብሃል ኣጥቢቑ ኩነታታ ክትገልጸሉ ሓተታ። ብለውሃቱ ኣዝያ ተገረመት። ለካስ ኩሉ ሰብ ሓደ ኣይኮነን ክትብል ምስ ነብሳ ተዛረበት። ብርህራሀ ልቡ ተተንኪፉ ክሕግዛ ንዝሃቀነ ቅኑዕ ሰብ ክትሓብኣሉ ኣይደለየትን። ኩነታታ ካብ መጀመርያ ክሳብ መወዳእታ ከይሓብኣት ኣካፈለቶ። ጽን ኢሉ ድሕሪ ምስማዕ፡ "በሊ እንቋዕ ኣብ ሕማቕ ኣይወደቕኪ። በዚ ሎሚ ግዜ ይትረፍ ዶ ኣብ መንገዲ ተደርቢኻ ጸኒሕካስ፡ መዕቀሊ ሃልዩካ ውን ኣይተኻእለን" በላ ነቲ ዝተዋናጨረ ጸጉሪ ርእሱ ንቕድሚት ገጹ እናሰሓበ። "ዝኾነ ኮይኑ ኣነ ንባዕለይ ምስ ኣዝማደይ ተጸጊዕ'የ ዝነብር፡ ግን ናብ ሓደ እንዳሻሂ ዝውንን መታዕብይተይ ክወስደኪ። ንሎሚ ለይቲ ኣብኡ ትሓድሪ ሞ ናይ ጽባሕ ከኣ እዝጊ ይፈልጥ። እንታይ ከምትገብሪ ጽባሕ ንግሆ ንመክር" በላ። ኩነታታ እዚባ ይሕሸኒ እቲ ባ ይሕሸኒ ኢላ ተማርጸሉ ስለዘይነበረ ብልባ ንሕያውነቱ እናመስገነት ተሰማምዐት።

ተታሓሒዞም ናብታ እንዳሻሂ ከዱ። እዋን ሓሊፉ ስለዝነበረ ከይዕጸዎም ብምስጋእ ብሓውሲ ጉያ ናብታ እንዳሻሂ በጽሑ። ዕድሎም ጸቢቑ ንተኸለ ክዓጹ እናተቐራረበ ኣርከብዎ። ሰላምታ ድሕሪ ምልውዋጥ ግዜ ከየባኸኑ ጉዳይ መምጺኦም ሓበርዎ። ተኸለ ኣብ ልዕሊ በረቐ ዝነበሮ እምነት ኣዝዩ ልዑል ብምንባሩ ብዘይምጥርጣር "እሞ እንታይ ድኣ ክንገብር ነዛብእ ዶ ክንህባ ኮይንና" በለ ካብ ጸጉሪ ርእሳ ክሳብ ጽፍሪ እግራ እናጠመተ። በረቐ ንውሽጢ ገጹ መሪሕዋ ብምእታው ኣብ ሓደ ወገን ናይታ ክሽነ ዝነበረት ንእሽቶ ቦታ እናመልከተ "በሊ ኣብዚኣ ካብዚ ክሻታት ኣንጺፍኪ ደቅሲ። ጽባሕ ቀዳም ስለዝኾነ ኣንጊህ ክመጻኪ'የ። ጥዑም ለይቲ" ኢሉ ብታህዋኽ ንተኸለ ተፋንዩ ድፍእ ድፍእ እናበለ ናብ መሕደሪኡ ከደ። ኣወጣሽ፡ ኣብታ ጸባብ ክሽነ ተዓጽያ ኣምላኽሲ ጸድፌ ይፈጥር ሞ መደያይቦ ከኣ ይገብር ክበሃል ሓቂ'ዩ። ዘይሓሰብኩዎ ጥዑያት ሰባት ኣንጢቡለይ እናበለት ደስታኣ ምቁጽጻር ሰኣነት። ድምጺ ኣናጹ ከየሰከፉ ከኣ ተነጺፉ ናብ ከቢድ ድቃስ ሸለው በለት።

ይቕጽል

ሓበሬታ

ደብዳበ ናብ ጋዜጣ መፍትሕ ክትልእኩ ምስ እትደልዩ፡ ናብዚ ዝስዕብ ኣድራሻ ክትልእኩልና ብትሕትና ንሕብር!

Meftih Enterprise
260 Adelaide St. E. Toronto, ON Canada M5A 1N1
P.O.Box 192

BLACK HISTORY: WHOSE STORY IS IT?

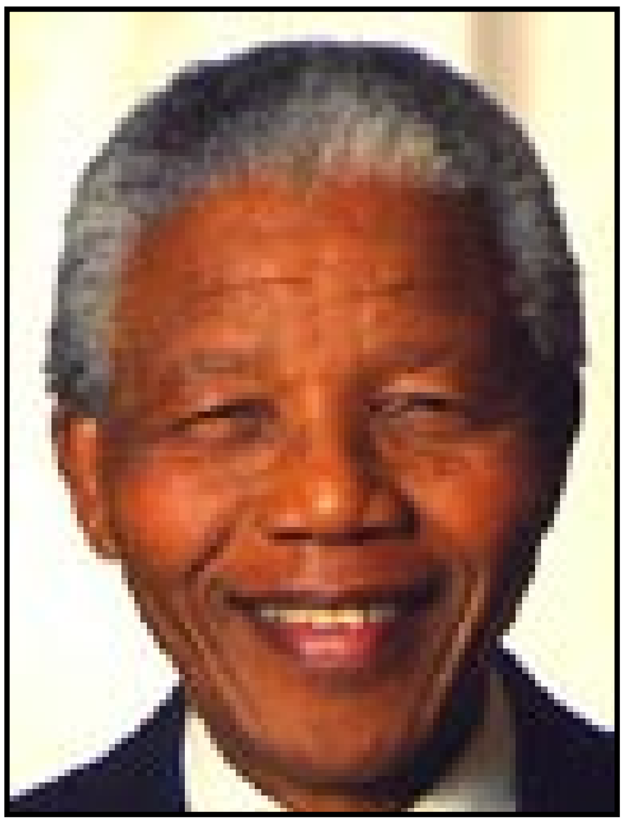
By Yafet Tewelde

Zeray Deres an Eritrean who had served as an interpreter to the confined Rases (in Rome).

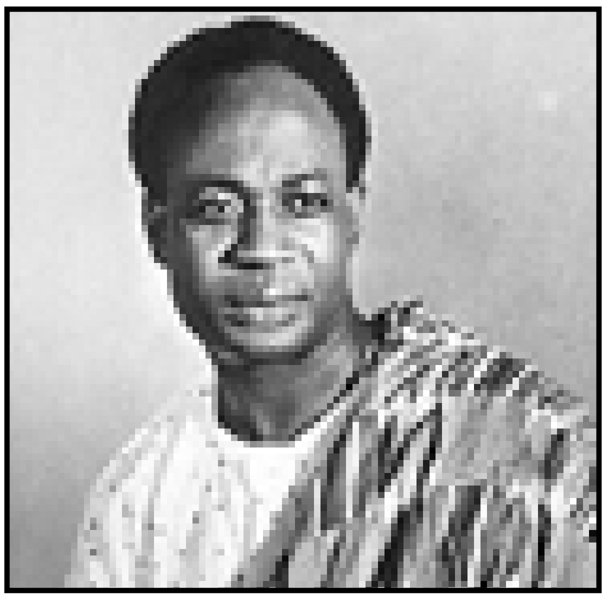
I remember when I was about seventeen years old, I was in English class and the person I was sitting next to asked where I was from. I told him that I was from Eritrea which is in the horn of Africa. His next comment was,

"Oh, so you're not Black," which threw me off because I thought being African and being Black were one in the same, so I asked him why he felt that way. After a lot of "Uh... Well, you know," he just admitted that he did not know why he felt that way. He just "knew" that black people and African people were different. This made me think of my home life where my mom would always differentiate us between Black people by saying that we are Eritreans but not necessarily Black. My mom's reasoning for this was that being Black meant that your history was one of slavery and, therefore, one could be traced back to a specific people in Africa. When I think about it, there is a sense of pride in being able to trace your ancestry back hundreds of years, which my mom claims she can do. Despite this, I still cannot get over the fact that she distinguishes between Blacks and Eritreans because all Black people are the descendants of Africans. However, can this distinction be based solely on being proud of where one is from, or is there a deeper meaning?

When I read about the great Black men and women who have contributed to the struggle for liberation, I cannot help but notice the lack of representation from the continent. And when Africa is discussed, it is from the standpoint of slavery and colonization which generally refers to Western and Southern Africa, respectively. Many of us can name some of the people who have fought for the rights of Black people in America like Frederick Douglass, Malcolm X, Dr. Martin Luther King Jr., Harriet Tubman, Rosa Parks, Marcus Garvey, Nanny of the Maroons, and Mary Ann Shadd. These were great people but when it comes to the African continent, the names start to dwindle: Nelson Mandela, Kwame Nkrumah, and Steve Biko are some of the more well-known ones.



Nelson Mandela, civil rights leader and former president of South Africa



Kwame Nkrumah was the first prime and later president of Ghana

I mention this because East Africa is sorely underrepresented when it comes to Black history. Where are the liberators, explorers, military leaders, educators, and politicians who come from East Africa? This region of Africa consists of more than people like Haile Selassie, a person whose legacy is riddled with fascism, dictatorship, and senseless violence towards many African people. While many have heard of these names, who has heard of Zerai Derress, an Eritrean man who killed several high-ranking Italian officials in Rome, Italy in protest of the Fascist occupation of Ethiopia. Who has heard of Marta Mebrahtu, a female liberation fighter, leader in the feminist movement in Ethiopia, and staunch opponent of Haile Selassie and his fascist regime? Who has heard of Colonel Abdullahi Yusuf Ahmed, a Somali military leader who was jailed for three years after refusing to take part in a military coup? Following his release, he led a guerilla movement to overthrow the Somali

Steve Biko, founder and martyr of the Black Consciousness movement in South Africa.

Please see Black *page 13*

ERITREA FACTS

Founded: May 24, 1993

Population: 4.4 million
Capital: Asmara

Ethnic groups: Afar, Bilen, Hidareb, Kunama, Nara, Rashaida, Saho, Tigre and Tigrigna

Religion: Roughly 50%Muslim, 50% Christian, and very few practice traditional religion

Language: Each ethnic group uses its own language, but Arabic, Tigrigna, and Tigre are widely spoken

Comparative Area: About the size of England or a little larger than Newfoundland

Literacy: Male 70 per cent; female 48 per cent

Primary industry: Subsistence agriculture

Currency: Nakfa (approx. 13 to the Cdn dollar)

BLACK. . .

From Page 12

dictator, Siad Barre. Who has heard of Tom Mboya, a Kenyan activist who organized protests against mass removals, detention camps, and secret trials? He was also involved in many political parties such as the Kenya African Union and the National People's Convention Party. I believe that part of our struggle lies in recognizing the achievements of all Africans, not only for the sake of inclusiveness but also for educational purposes. Different experiences can provide different solutions. We must set ourselves apart from the white supremacist society we live in by recognizing the achievements of all our people all the time.

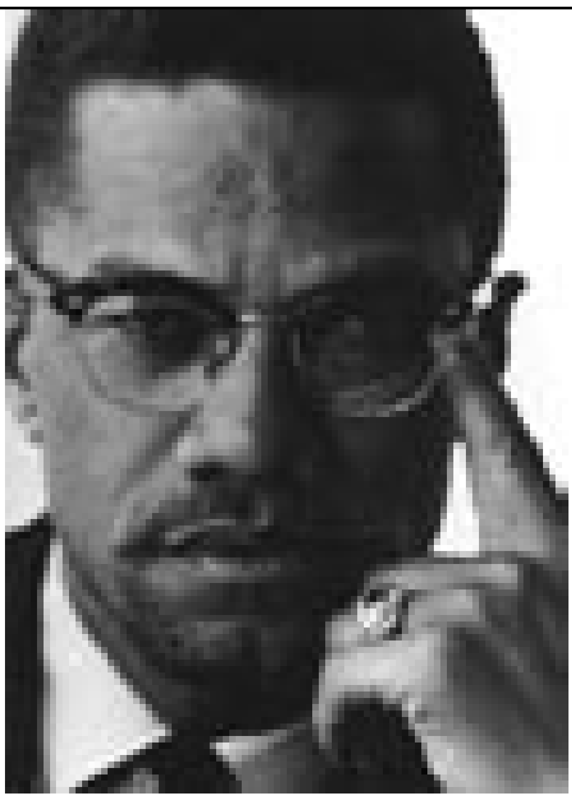
Now when I think about my misguided classmate in high school, I am forced to believe that he lives with his own perceptions of reality, which is that Black History Month is about the diaspora, which translates as Black. I can also see my mom's beliefs in context. She does not feel represented in the Black Liberation Movement. Nevertheless, this does not mean that she is not part of the movement. Many first-generation Eritreans here in Canada always ask the question: "Why is it that our parents do not see us as Black?" It is partly because they do not place the Eritrean struggle in the larger context of the Black Liberation Struggle. It may also be because we do not try hard enough to study the lives of our ancestors and their struggle. We should teach our children to challenge and critique our views and beliefs, thus adding a more nuanced dimension to the struggle. We have a great deal of work to do towards achieving Peace, Unity, Respect, and Responsibility.

Yafet Tewelde is a recent York University Graduate. He recieved his honours BA in Political Science and Law and Society. He is also the Vice President Internal on ESA

Frederick Douglass (1818 - 1895) was an American abolitionist, editor, orator, author, statesman and reformer

Harriet Tubman (1820-1913) also known as Black Moses, Grandma Moses, or Moses of Her People, was an African-American freedom fighter.

Rosa Louise McCauley Parks (February 4, 1913 — October 24, 2005) was an African American civil rights activist whom the U.S. Congress dubbed the "Mother of the Modern-Day Civil Rights Movement"



Malcom X (1925-1965) was a longtime spokesman for the Nation of Islam.

Martin Luther King, Jr. (January 15, 1929—April 4, 1968) was a Baptist minister and American political activist who was the most famous leader of the American civil rights movement

1ST Eritrean Students' Association Annual Conference

Strengthening Eritrea's Future THROUGH UNITY

Saturday March 18, 2006
11am - 6pm

This is the first event of its kind in Canada that will bring many different people together, young and old, to tackle the issues that directly affect us.

The day will include workshops on the importance of being involved in Canadian politics, gender relations, and linking the Eritrean struggle to the African struggle. There will also be performances by young Eritreans showcasing their talents in singing, acting, and spoken word.

FREE of charge with lunch provided

Location
Founder's Assembly Hall
Founder's College
York University
4700 Keele St.

for more information contact us at
339 Student Centre, York University, North York, ON, M3J 1P3
416-624-2950 or 416-570-8794 eritrea.yorku@gmail.com

Editor-in-chief
Aaron Berhane

Editor of English Section
Grace Cherian

260 Adelaide St. E. Toronto,ON,M5A 1N1
P.O.Box 192
www.meftih.com
Tel: 416-824-8124
Fax: 416-653-9297
info@meftih.com

Editorial

Meftih’s Word

Evaluate yourselves, sisters

March 8 is International Women’s Day. A day which commemorates at least nine decades of women’s struggle for equality, justice, peace, and development. On this day women all over the world remember their struggles, evaluate their achievements, and plan for the future.

From the first day they immigrated here, a number of our sisters have made remarkable progress in their lives. They practise in professions because they attended school. Through their education they have become integrated into Canadian society. They have been able to help their needy families and relatives. They have married, delivered children, and increased our population. By taking advantage of the resources available in Canada, they have almost attained equality. Cheers to you, sisters!

However we have other sisters in a totally different situation. Rushing to work day and night, they are unable to attend school. Their lack of professional qualifications usually forces them to work for minimum wages or less. Their prime opportunity to become educated and start serious relationship slips by when they invest their whole time to work. To improve the lives of their families, they end up sacrificing their own. We ought to be really concerned about these sisters.

Our sisters have naturally kind hearts. Their top priority is to support their parents and relatives as opposed to thinking of themselves. They are always on the forefront, carrying the burdens of their families. In their desire to care for others, they often end up shortchanging themselves. They do everything at the expense of their own best interests.

You will need to evaluate yourselves, sisters. It is good that you love your brothers. Supporting your relatives is also a work of the saints. Your amazing generosity is a good lesson for most of us, men. However you must be aware of what you are doing. You cannot assist your parents for long if you are not in a secure economic position yourselves. You cannot bring happiness to your parents and relatives by throwing away your own lives. Your parents care about you. They desire your happiness as much as you do. They want to share your burdens. Therefore be honest about your situation with them.

Look out for your needs, sisters. Improve yourselves. Follow the example of your successful sisters. If they can make it, you must believe that you can too. Pay full attention. March 8 is a meaningful day for you. Work hard to make positive changes in your life and evaluate yourselves on an ongoing basis. Only then you will be liberated from your stressful lifestyles. Victory to you, sisters!

aaron@meftih.com

BARIISA HOME UNIT
RENOVATIONS & DECORATIONS

ትፈልጡ ዶ ንኩሉ ምስ ጽገናታት ዝተሓሓዝ ስርሓት ብኣዝዩ ጽፉፍን ርትዓዊ ዋጋን ኣገልግሎት ከምንግብ? መዓስ ንሱ ጥራሕ፡ ብውቁብ መንገዲ ንባራትን ህንጻታትን ዲዛይን ንገብር። ኣብ ቶረንቶን ከባቢኣን ስሉጥ ኣገልግሎት ንህብ። ተጠቀምቲ ብሉጽን ስሉጥን ኣገልግሎትና ክንትኮኑ ከይደንጎኹም ተወከሱና!!

Residential and Commercial

- Dry walling -Basement Finishing
-Painting -Tiling -Shelving -Bathroom refinishing
-Bathtub & sink installation
-Carpentry works -General service

We do also Bar designing & building, and serve the Greater Toronto area & Vicinity
Please call Abdi for appointment :
Office : 416-539-0125 Cell- 416-986-2256

Meftih

Meftih 2.7 March 2006 An Eritrean Monthly Newspaper
260 Adelaide St. E. Toronto,ON, M5A 1N1 Tel: 416-824-8124 Fax: 416-653-9297 www.meftih.com email: info@meftih.com

Good News
Earn $$$$ - $3000/month from home + Residual IncomeProven,Powerful,Plan For info. call 416 564 0890 "Sky's the Limit" might be well.