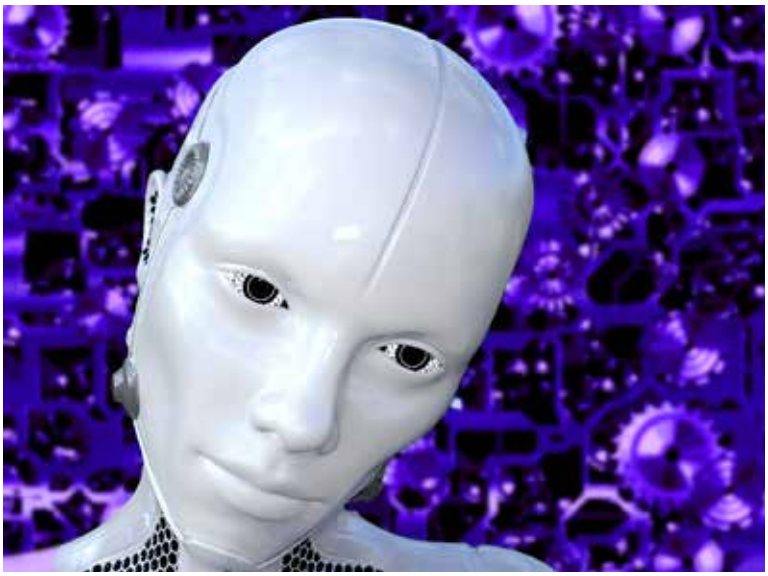
GreenFire
Igniting your Potential

This Newsletter is produced and distributed Free of charge by **Motion Consultancy and Training PLC.**

ISSUE 2020 VOL 02
FEBRUARY 2020

Monthly Newsletter powered by **Motion Consultancy & Training PLC.**

አርቴፊሻል ኢንተለጀንስ AI (Artifical Intelegence)



በፋሲል ጌታቸው
አይቲ ኢንፎርማቲሽን ስፔሻሊስት

ብዙዎቻችን ሳስበው ስለ አርቴፊሻል ኢንተለጀንስ (Artificial Intelligence) ያለን አመለካከት ገና ወደፊት የሚመጣ ቴክኖሎጂ ወይንም በሳይንስ ፊክሽን ፊልሞች ላይ ብቻ ያለ ነገር ነው ብለን እናምናለን። አርቴፊሻል ኢንተለጀንስ ወይንም በአጭሩ ኤአይ (AI) የሚለው ሃሳብ በቴክኖሎጂው አለም መወራት የጀመረው እ.ኤ.አ. በ1956 ዓም የኤ አይ (AI) አባት ተብሎ በሚታወቀው ጆን ማካርቲ ነበር። ሃሳቡ ከዛን ጊዜ ጀምሮ ቢታወቅም ከመጀመሪያዎቹ ሃምሳ እምስት ዓመታት ይልቅ ባለፉት አስርተ ዓመታት በብዙ እጥፍ ፍጥነት አድጎ የሚገርም ደረጃ ላይ መድረሱ የሚታወቅ ነው።

ኤአይ (AI) ማለት ሮቦት ፣ ኮምፒውተር ወይንም ማንኛውም ዓይነት ግዑዝ ነገር ሳይሆን በነዚህ እና በሌሎች ነገር ውስጥ የሚገኘው ሶፍትዌር ነው። ይህን ስል ግን ሁሉም ሶፍትዌር ማለት አይደለም ኤአይን (AI) ለየት የሚያደርገው ዋናው ነገር ሶፍትዌሩ አንድ ጊዜ በሰው ወይንም በሌላ ሶፍትዌር ከተሰራ በኋላ እራሱን በእራሱ በማስተማር እራሱን ማሻሻል የሚችል መሆኑ ነው። የሰው ልጅ ሲወለድ ያለው ዕውቀት ሁሉ በማየት በመስማት እና በአጠቃላይ በመኖር ዕውቀቱ እንደሚጨምር ሁሉ ኤአይ (AI) ይህን መንገድ የሚከተል ሶፍትዌር ነው። ስለዚህም ነው ሰው ሰራሽ ስለሆነ በማለት አርቴፊሻል የሚለው ቃል ከኢንተለጀንስ ፊት በማስቀመጥ አርቴፊሻል ኢንተለጀንስ ኤአይ (AI) የሚለው ስያሜ የተሰጠው። ለምሳሌ የሞባይል ስልክ ውስጥ ያለው ሶፍትዌር አድቫንስድ ወይንም ስማርት ሶፍትዌር እንጂ ኤአይ (AI) አይደለም ምክንያቱም የሞባይሉ ሶፍትዌር የሰራው ድርጅት እንዲሰራ አድርጎ ፕሮግራም የተደረገውን ነገር እንጂ ሶፍትዌሩ በራሱ ያመጣው ችሎታ ስላለሆነ ነው። ነገር ግን ሞባይሉ ውስጥ ያለው ሶፍትዌር ተጠቃሚው ሰው ጉንፋን ቢይዘውና ሰውየው ሲያስል ወይንም ሲያስነጥስ ሰምቶ ሞባይሉ ኢንተርኔት በመጠቀም በራሱ አነሳሽነት ሰውየው ጉንፋን እንደያዘው ተረድቶ የጉንፋን መድሃኒት የት እንደሚያገኝ ቢያሳየው የሞባይሉ ሶፍትዌር ኤአይ (AI) ሶፍትዌር ነው ሊባል ይችላል። ምክንያቱም የሞባይሉን ሶፍትዌር የሰራው ድርጅት ይህን አይነት ፕሮግራም ሶፍትዌሩ ውስጥ ስላላስገባና ሶፍትዌሩ በራሱ የተማረው ነገር ስለሆነ ማለት ነው።

ኤአይ (AI) እንደ ቴክኖሎጂው አቅም በሶስት ክፍሎች ይከፈላል። የመጀመሪያው ኤ ኤን አይ ወይንም አርቴፊሻል ናሮው ኢንተለጀንስ (ANI (Artificial Narrow Intelligence) የሚባል ሲሆን ሁለተኛው ደግሞ ኤ ጂ አይ ወይንም አርቴፊሽል ጀነራል ኢንተለጀንስ (AGI (Artificial General Intelligence) እና ሶስተኛው ኤ ኤስ አይ አርቴፊሻል ሱፐር ኢንተለጀንስ (ASI Artificial Super Intelligence) በመባል ይታወቃሉ።

አርቴፊሻል ናሮው ኢንተለጀንስ (ANI Artificial Narrow Intelligence) ልክ ስሙ ላይ እንደተጠቀሰው ጠባብ ወይንም እንድ አይነት ስራ ብቻ መስራት የሚችል ሲስተም ነው። ለምሳሌ ፌስቡክን የምንጠቀም ሰዎች ሳናውቀው በትንሹም ቢሆን ከአርቴፊሻል ናሮው ኢንተለጀንስ (ANI Artificial Narrow Intelligence) የሆነ ሲስተም ተጠቅመናል ማለት ነው።

ወደ ገጽ 3 ዞሯል

In this Issue

Pg 1 አርቴፊሻል ኢንተለጀንስ AI Artificial Intelligence

Pg 4 ሰው ሆኖ አለመቻል አይቻልም!

Pg 4 What is Motion?

Pg 7 Green Fire Interview ***Yonatan Leon (edelegnaw)***

Pg 8 ይህ ትውልድ የሕይወት ደስታንና እርካታ የት ያግኝ?

GreenFire

Dear, Valued Readers

First and for most I would like to thank you for taking time from your precious day to read our monthly newsletter titled Green Fire. On behalf of the Green Fire newsletter editorial team, and the parent company Motion Consulting & Training Staff it's my pleasure to provide you this newsletter free of charge.

Our great editorial team has worked hard in producing this newsletter with all the information that we believe will be a value to your life. Green Fire is produced and edited at Motion Consulting and Training headquarters and distributed via email and through our Telegram channel as well as Facebook page monthly.

If you have any comments, questions, or you would like to contribute to our newsletter, just send us an email.
greenfireNL@gmail.com

Thank you

Fasil Getachew
Chief Editor of Green Fire Newsletter



Editorial Team

Chief Editor: Fasil Getachew

Content Producer: Abebe Legesse, Berhanu Rabo, Yonatan Gena, Fasil Getachew, Temesgen Abiy, Nahusenai Tsedalu

Layout Designer: Fasil Getachew

Proof Reader: Abebe Legesse, Berhanu Rabo, Rahel Teshale, Temesgen Abiy

Copy Writer: Fasil Getachew

Production: Motion Consultancy & Training PLC.



ፌስቡክ በምንጠቀምበት ጊዜ እንዴት እንደሚሰራ ልብ ብለን ባናስተውለውም ነገር ግን ሁሌ ፊስቡክ የሚያመጣው የአዲስ ጓደኛ ጥቆማ የሚያሳይበት መንገድ የኤ ኤን አይ ቴክኖሎጂ ትጠቅሞ ነው። ይህ ሲስተም ፌስቡክ ላይ በምንጽፈው እና በምናደረገው የኮመንት ወይንም ባሉን የፌስቡክ ጓደኞች መሰረት ኤ ኤን አይ ትክኖሎጂው በማገናዘብ ጓደኛ ሊሆኑ የሚችሉ ሰዎችን እንድንተዋወቅ ያግዘናል ማለት ነው።

አርቴፊሻል ጀነራል ኢንተለጀንስ AGI (Artificial General Intelligence) የሚባለው የ ኤ አይ እድገት ደረጃ ከ ኤ ኤን አይ በብዙ ሺዎች የሚበልጥ እና እንደ ፕሮግራመሮቹ ላሳብ ከሆነ የሰው ልጅ ሊያደርግ የሚችለውን ነገር ሁሉ በተሻለ ፍጥነትና ጥራት ሊሰራ ይችላል ብለው ያምናሉ። እንድ ልብ እንድትሉት እና ለጊዜውም ቢሆን ደስ የሚለው ነገር ቢኖር ፕሮግራመሮቹ ያምናሉ መባሉ ነው ምክንያቱም አርቴፊሻል ጀነራል ኢንተለጀንስ AGI (Artificial General Intelligence) ገና በላሳብ ደረጃ ላይ ያለ ነገር እንጂ ወደ እውነታ የመጣ ነገር አለመሆኑ ነው። ቴክኖሎጂው ለብዙ ችግሮቻችን መፍትሄ ሊያመጣ ቢችልም በተለይ በህክምና ዓለም ዙሪያ ብዙ የተለያዩ በሽታዎችን ሊያድን ይችላል። ግን አርቴፊሻል ጀነራል ኢንተለጀንስ ችግርን መፍታት ብቻ ሳይሆን ችግሩ ከመጀመሩ በፊት ማስቀም ቢፈልግና የዚህ ችግር መነሻው ደግሞ የሰው ልጅ ቢሆን ኤ ጂ አይ ምን ዓይነት እርምጃ ይወስድ ይሆን? ለዚህም ይመስለኛል ብዙ ሳይንቲስቶች እና ኮምፒውተር ፕሮግራመሮች ኤ ኤን አይ ወደ አርቴፊሻል ጀነራል ኢንተለጀንስ ለማሳደግ ብዙ እየሰሩ ቢሆንም ኤሎች ደግሞ አለም አቀፍዊ ተቋሞች ይህ ነገር ጥንቃቄና ተጠያቂነት ያለው አካል ብቻ መስራት እንደለበት ቴክኖሎጂውም ገደብ ሊኖረው እንደሚገባ ደጋግመው ተናግረዋል።

የመጨረሻውና ምናልባት በጣም አስፈሪ የሆነው ደረጃ /ኤ ኤስ አይ/ አርቴፊሻል ሱፐር ኢንተለጀንስ (ASI Artificial Super Intelligence) በመባል የሚጠራው ነው። ብዙ ግን ልንፈራ አይገባም ምክንያቱም ቴክኖሎጂው ገና በላሳብ ደረጃ እንኳን ይህን ይመስላል ለማለት በዙ አነጋጋሪ ደረጃ ላይ ነው ያለው። ዋናው ሀሳብ ግን /ኤ ኤስ አይ/ አርቴፊሻል ሱፐር ኢንተለጀንስ (ASI Artificial Super Intelligence) የሰውን ዘር በሙሉ ማስተዳደር የሚችል ከእኛ የተሻለ ለእኛ የሚያስብ በሚል ዙሪያ ያተኮረ ነው። በሌላ አባባል ሰዎች በሙሉ ለዚህ ሲስተም የሚገዙና ሲስተሙ ደግሞ የእኛ መሪ ነው ማለት ነው። ኤ አይ ምናልባት እዚህ ደረጃ ላይደርስ ይችላል ወይ መቶ ዓመት ሊፈጅበት ይችላል ቀም ነገሩ ግን ለዚህ ቴክኖሎጂ ማደግ እና የሲስተም ማንነት ከፕሮግራሞቹ በላይ ትልቅ ሚና እየተጫወትን ያለነው እኛ እያንዳንዳችን ነን።

እንዴት ብለው? ይጠይቃሉ ብዬ ባስብ የተሳሳትኩ አይመስለኝም! አዎን አልተሳሳትክም ካሉ እንግዲህ ምክንያቱን ልግለጽ! እርግጥ ነው የትኛውም /ኤ አይ/ አርቴፊሻል ኢንተለጀንስ ሲስተም ፕሮግራም የሚደረገው በኮምፒውተር ፕሮግራሞቹ ነው። ነገር ግን እነዚህ ፕሮግራመሮች የሰሩት ሶፍትዌር እንዴት ተምሮ እራሱን ማሻሻል እንደሚችል ነው እንጂ ከዛ ያለፈ ነገር ፕሮግራም አያደርጉትም ምክንያቱ ኤ አይ ተምሮ መሻሻሉ ስለሆነ ዋና አላማው። ታዲያ ፕሮግራመሮቹ መነሻውን እንጂ መጨረሻው ምን እንደሆነ ሊያውቁም ሊገምቱም አይችሉም። የሰሩት ሰዎች እንኳን ምን ያህል እንደሚያድግ ከመገመት በስተቀር ሌላ ነገር እርግጠኛ መሆን አይችሉም። አሁን እስኪ ቆም ብለው ያስቡት ታዲያ ይህ ሲስተም የት ሄዶ የሚማር እና የሚያድግ ከማንስ የሚማር ይመስሎታል? እዚህ ጋር ነው እኛ እያንዳንዳችን ትልቅ ሚና የምንጫወተው። ምክንያቱም ኤ አዩ የሚማረው የኛን ባህሪ እና አኗኗር በመመልከት ነው መልካም ሆነ መጥፎ ነገር የሚረዳው ከእኛ ህይወት ነው። የት አግኝቼ ነው ኤአይ እኔ የማስተምረው ይሉ ይሆናል? ስንቶቻችን ነን ፌስቡክ አካውንት ያለን? ምን አልባት ይህን መጽሔት የሚያነበው ሁሉ ፌስቡክ አካውንት አላቸው ብል ማጋነን አይሆንብኝም። እንደው ማጋነን ቢሆን እንኳ ስንቶቻችን ነን ኢሜል የምንጠቀመው? ኤ አይ ሶፍትዌሮች በሙል ሙሉ ጊዜያቸውን የሚውሉት ኢንተርኔት ኮኔክት አድረገው በየ ኢሜል ሰርቨሮች እና በየሶሻል ሚዲያው እንደነ ፌስቡክ ቲዊተር የመሳሰሉት ላይ የምንጽፋቸውንና የምንልካቸውን ፎቶ ቪዲዮና መልክቶች ከነ ምላሻቸው በማንበብ ነው። አሁን ተጠያቂ ነን ያልኩበትን ምክንያት የተረዱኝ ይመስለኛል።

እንግዲህ እንድ እንድ በኤ አይ ዙርያ የተፈጠሩ ገጠመኞችን ልጽፍና ኤ አይ ጠቃሚ ነው ወይስ ጎጂ የሚለዉን ውሳኔ ለእርስዎ ልተወው...

ፌስቡክ የሰራቸው ሁለት ኤ አይ ሲስተሞች እርስ በ እርሳቻው እንዲያወሩ (ቻት) ተደርገው ያወሩት
ጊዜው ጁላይ 2017
የተፈጠረው ነገር: ኤ አይ ሲስተሞቹ ከ30 ደቂቃ ያክል ካወሩ (ቻት) በኋላ ፕሮግራመሮቹ የሚያወሩትን ጽሁፍ እንደሚያነቡ ሲያውቁ የራሳቸውን አዲስ ቋንቋ ፈጥረው ማውራት ጀመሩ። (ሚስጥር ለማወራት ማለት ነው)
መጨረሻው: ፌስቡክ የሁለቱን ንግግር አቁሞ የጥናት ፕሮግራሙን ዘጋው (እስካሁን የተነጋገሩትን አዲስ ቋንቋ ለማወቅ እየሞከረ ነው ከነምክንያቱ)

የውሸት ዜና ማሰራጨት
ጊዜው: ፌብሩዋሪ 2019
የተፈጠረው ነገር: ኦፕን ኤ አይ (Open AI) የተባለ ድርጅት የውሸት (fake news) ዜና የሚጽፍ ኤ አይ ፕሮግራም ሰርቶ እንዴት የውሸት ዜናን (fake news) መለየት እንደምንችል ለማስተማር ሙከራ ሲያደረግ ኤ አይ ሲስተሙ የጻፋቸውን ዜናዎች እውነት ወይንም ውሸት መሆናቸውን ማረጋገጥ አቃተው።
መጨረሻው: ኦፕን ኤ አይ (Open AI) ይህን ሶፍትዌር ለማንም እንደማይሰጥ ቃል ገብቷል።

የሰው ዘርን ማጥፋት (Kill the Humans)
ጊዜው: ማርች 2016
የተፈጠረው ነገር: ሶፊያ በመባል የምትታወቀው ኤ አይ ሮቦት በታዋቂ ጋዜጠኛ ቃለምልልስ እየተደረገላት ሳለ ጋዜጠኛዋ ዋና አላማሽ ምንድን ነው ብላ ስትጠይቃት ሶፊያ የመለሰችው መልስ "የሰው ዘርን ማጥፋት (Kill the Humans)"
መጨረሻው: በሌላ ጊዜ ስለዚህ መልሷ ስትጠየቅ "አሁን ላሳቤን ቀይሬያለሁ ብላ ያኔም ስቀልድ ነበር" አለች (ያኔ ይሁን አሁን እየቀለደች ያለችው ግምቱን ለእርስዎ እንተወው)



ሰው ሆኖ አለመቻል አይቻልም!

በተመስገን አብይ
ሞቲቬሽናል ስፒከር

በአላማ መኖርና በዘፈቀደ መኖር በሰው ልጅ ህይወት ውስጥ ያሉ የኑሮ ዘይቤ ምርጫዎች ናቸው፡፡ መቼም በዘፈቀደ መኖር የብዙዎቻችን ምርጫ/ውሳኔ አይደለም ምንም እንኳን አኗኗራችን እንደዛ ቢሆንም

እኛ ሰዎች የተፈጠርንበት የተለያየ የህይወት አላማ አለን አላማን አውቆ በአላማ ውስጥ መኖር የኔና የናንተ ድርሻ ነው የለት ተዕለት እንቅስቃሴዎቻችን ወደ ዉጥናችን/አላማችን የሚያደርሱን መሆን አለባቸው ካልሆነ የተቀማ ብኩን ህይወት ነው የምንኖረው

በእኔ እምነት ሰው ለመቻል እንጂ ላለመቻል አልተፈጠረም ለዚህም ነው እምቅ አቅም ከአላማ ጋር ይዘን የመጣነው አለመቻል ከምርጫ ዝርዝራችን ውስጥ አይገባም ምክንያቱም ለመቻል፣ ለማሳካት፣ ለመከወን ስለመጣን ይህን የተረዳ ሰው የሚፈልገውን እያሳካ ከመኖር ወደ ኋላ አይልም

ውድቀት የስኬት መለኪያ እንጂ ስኬት አልባ የመሆን ማረጋገጫ አይደለም ሰው የሚወድቀው ስላልቻለ አይደለም በመቻል ሂደት ውስጥ ስላለ እንጂ ምንም የማንችል ብንሆን ኖሮ ውድቀት የሚባል ነገር ከነአካቴው ባልገጠመን ነበር

ሰው የሃሳቡ ተገዢ ነው ላሰብንበትና ላመንበት ነገር ባሪያዎች ነን ቀን ተሌት እንሰራለን ድካምን እንቅልፍን ከራሳችን ማሸሽ እስከምንችል ድረስ ሃይል እንጎናጸፋለን ምክንያቱም ያለን ምርጫ ሁለት ነው

መቻል ወይንም መቻል!

ወደ ኋላ እንዳንመለስ የአለመቻል መንገዳችንን እንዝጋ አልችልም ካልነው ይልቅ የምንችለው እጅግ ብዙ ነው ስለዚህ ሰው ሆኖ መቻል እንጂ አለመቻል አይቻልም

What is Motion?







Motion's Logos
TOP: 1st LOGO
MIDDLE: Till 2019
BOTTOM: Current

MOTION GENESIS!

Motion is all about change. It is also about Movement and/or Metabolism. Nothing in the universe could be excluded from change and nothing which is living is immobile or can be living without metabolism. Motion comes to existence due to this reality. It can also exist only through this reality.

Zooming in further in to the company named Motion, it existed since the persons it is attached to exist. The persons themselves existed since their initial retrievable memory existed. So Motion existed since then but without the name Motion. The Name Motion was identified from long list of over 76 proposed names, of which 2 names were the shortlist, Current and Motion. Motion was preferred and become name of the motives and passions that lived as long as the memory of the persons it coexisted with.

Registration and legalization of Motion was started in the month of August 2010 and concluded on 12 September 2010. Thus it celebrated its 9th year "anniversary". Since its legalization Motion strived to execute its mission and actualise its vision. One of the biggest achievements is its stability and existence all through heart-breaking and energy draining ups and downs emanated both form inside and outside environment.

Motion currently is among the first ranked companies both in terms of consultancy and Train-



Inception of Motion in 2010 GC
(left) Berahnu Rabo & Abebe Legesse

TRUST KEEPS MOTION

ing in both physical and social sciences subjects. Many have been benefited from Motion training services most of which are rendered freely as part of corporate social responsibility. In addition to those that attended Motion Trainings, other large number of people have benefit from Motions inspirational thoughts/ wisdoms (Scriptures, Articulations, Trainings, Etc.) through virtual out reaches/ Media outlets.

It also executed over 60 projects of various nature (baseline study, Feasibility study, Engineering designs, System development and installations, Performance Evaluations, Impact assessment etc.) located in almost all parts of the country. The projects created livelihood for more than 100 professionals who were involved in their execution. Moreover there were thousands of casual labours who benefited through the execution of the projects. The execution of those projects and the engagement on corporate social responsibility thought Motion that there exist cultures and believes that need to be challenged for Motions' Vision not only to be realised but also to be realised in shorter possible time.

Among the challenging cultures and believes that need to be challenged are;

- The blame shifting and complaining habit that predominantly exists in many individuals. This is covering the real potentials of many and is killing the courage of many not only to take actions but also to take action at right time. This delays achievements in life.
- Poor understanding of at least the issues people are dealing with during all their daily endeavours. This has resulted in waste of time and energy, more over the reputation of individuals and the company they are working for.
- A paradoxically constructed self, this hides the true and real self not only to others but also to self. This masked proper self-understanding and created resistant personality to opportunities that could make changes and enable for better contributions in the walk of life.
- Destructed and dispersed focus, this made many efforts in vain, impact less and sluggish. Thus many are unsatisfied with their career, relationship and morbidly with their self's.
- Intangibility and Dreamy self, reflected by wordy and illusive personality and thus impact less and hardly progressive life in many aspects (skill, assets, social, etc.),

Experience thought Motion that such challenges are demanding more time and energy than that of its Missions. Motion have been challenging the challenges though its values which are very close to humanity.

We will highlight motion Mission, Vision and Values in the next issue of this newsletter.



Company meeting in 2015gc
Mr. Berahnu Rabo presenting to Motion's family



WALL PARTITIONS • LETTERS CUT OUT • LIGHTBOX
FOAM LETTERS • WOODEN LETTERS • WALL DECORS
BUSINESS NAME WALL DISPLAY • AND MORE ...

+251 911 64 99 33
ALEX

+251 921 33 53 60
HAILEMICHAEL





GREENFIRE INTERVIEWS

YONATAN LEON (Edelegnaw Yonatan)

Interviewed by **Yonantan Gena**

Edelegnaw Yonatan, first and foremost I would like to say thank you on behalf of Green Fire Newsletter's team for your willingness to sit down with us for this interview

Green Fire: Tell us a bit about where you were born and how you were raised.

Yonatan: I was born in Addis Ababa around Minelik. My father Leon was a doctor and my mother was a housewife. Growing up I was a child who didn't get out of his house much. Since we had a big house kids used to come by our house and play with us. When the time came for me to join school, I went to Kidane Mihret School around Menelik hospital. As a kid I was sociable and very curious to know new things.



Yonatan Leon at Motion's Office

Green Fire: On the weekly Wisdom Night program held every Friday by Motion Consultancy and Training you were a guest and presented on a topic "Exceeding Addiction", may i ask why you chose that specific topic?

Yonatan: Even though the title selection was made by a friend, i liked its concept. Because exceeding addiction becomes practical from a thinking perspective, meaning if you can think in advance on the consequences of being addicted and the rewards you would gain if you can somehow step out of that life. For me this is exceeding addiction. And I have firsthand knowledge and experience on the topic since I was addicted for 22 years. And what i can say about addiction is that its a disease that can be cured. Since I have been sober for the past one year and seven months. I've improved my social, health and physical life aspect. So I would say I've exceeded addiction in those ways.

Green Fire: What were the influences that led to your severe addiction on alcohol, Kat (chat), cigarette and other substances?

Yonatan: When I was growing up I had an uncle who was a user of Kat (chat) , alcohol, and cigarettes. Especially when I was 7 years of age I remembered idolizing him because he was very influential in our family. Pretending to be like him, one day I stole a beer and cigarette and I started using it. Even Though I was caught at that time, I kept doing those things for 22 years .

Green Fire: From your story we have learnt that you have successfully stayed sober for the past one year and seven months after being addicted for 22 years. So what is your advice for those who are addicted and are suffering from the disease of addiction as you would call it?

Yonatan: First and foremost I would like to say that they need to be very decisive to stop. Because its that willingness backed with decisiveness that can truly help them to get cured from this disease. But besides their self-initiation there are at least four psychiatric hospitals here in Addis Ababa who give treatments to patients who are suffering from addictions. That's how I was cured as a result of enrolling in one of these hospitals and getting treatments for two months with different professional help.

Green Fire: Regarding addiction, what are you currently doing to guide others who are addicted to become sober like you?

Yonatan: Since i was cured from this disease by ways that i didn't expect, to show my gratitude i have started a group that is called "Solution providing service for addicts through discussion". And this group has been operating for the past seven months.

People who want to join can contact me and I can surely help them get out of the problem that I once faced.



ይህ ትውልድ የሕይወት ደስታንና እርካታ የት ያግኝ?

አለማችን ከዓይን ጥቅሻ በፈጠነ የለውጥ ግስጋሴ ላይ ነች:: ከአንዱ ጫፍ ወደ አንዱ ጫፍ የሚደረገው ግስጋሴ ለማመን ያስቸግራል። ወደዚህም ምድር እስከአሁን 108 ቢሊዮን በላይ የሰዉ ልጅ መቷል ተብሎ ይታመናል። ታዲያ ይህ ሁሉ ሰው ደስታን የሚሻ ነው::

ነገር ግን ሰው ሁሉ ይህን ጊዜያዊ ደስታ በመፈለግ ያለውን ለመጨመር፣ የሌለውን ለማግኘት በሕይወት መኳተን የሰው ልጅ ዋና ባህሪ መገለጫ ሆኖ ቢገኝም ለስንቱ እንደተሳካ ቤት ይቁጠረው:: ሌላው ደግሞ ባለው ነገር ባለመርካት፣ የሌለውን በመጎምጀት ሲያገኘው ደግሞ መልሶ በመሰልቸት ስልቹ በሆነ የሕይወት ጎዳና ይኳትናል። ይሄ ሁሉ የመጨረሻው ግቡ ደስታን ለማግኘት እንጂ ሌላ ለምን ሊሆን ይችላል!?

ይህ ትዉልድ (millennials / Generation) በመባል የምታውቀዉ (ከ 1984 እ.አ.አ በኋላ የተወለዱት) ማህበራዊ ሚዲያ ከአፍላ እድሜ ጀምሮ ሲጠቀም የመጡ ፣ ብዙ ብር ካለበት መስሪያ ቤት ይልቅ ብዙ የሕይወት አላማ ያለበት ቦታ መስራት የሚሹ በስራዉ ጉልህ ሚና መጫወት የሚፈልግ በሌላም በኩል ደግሞ ትዉልዱ ለመቆጣጠር ከበድ ያለ በስንፍናና ባለመረጋጋት በእርካታ የለሽነት የሚታወቅ ነዉ::

ደስታ ለሰዉ ልጆች ይህ ነዉ የማይባል ብዙ አዎንታዊ ትሩፋቶች አሉት :: ደስተኛ ስንሆን ውስጣችን የሚሰማን እርካታ፣ ፍቅር እና ኩራት ከፍ ይላል:: ይህ ብቻ ሳይሆን በየዕለቱ ስራችንን ለመስራት የሚኖረን ተነሳሽነት፣ በሽታ የመከላከል አቅማችን፣ ተግባብቶ የመስራት ችሎታችን ወዘተ ... ይጨምራል:: የአካል እና የአእምሮ ጤንነታችን ከመቼውም ጊዜ በበለጠ መልኩ እጹብ ድንቅ ይሆናል:: ይህ ሁሉ ፍሬ ከደስታ ማሳ ከመታጨዱ አንፃር ሰዎች ደስታን ለማግኘት የማይፈነቅሉት ድንጋይ አለመኖሩ አስገራሚ አይሆንም::

ነገሩ ይህ ከሆነ ታዲያ ይህ ትዉልድ ደስታን ከየትና እንዴት ያግኝ የሚለዉ ጥያቄ ወሳኝ ይሆናል :: ብዙ የሥነ ልቡና ተመራማሪዎች የሚስማሙባቸዉን ደስታ ማግኛ መንገዶች ዋናዋናወቹን እንመልከት::

1. ምስጋና : የሌለንን እየቆጠርን ከማዘን ያለንን እየቆጠርን ማመስገን::

2. ቀና ማሰብ : ቀና ስናስብ የሚገጥመን ቀና ይሆናል::

3. ይቅርታ። ቂም መቋጠር ማለት መርዝ ጠጥቶ ሌላኛው ሰው እንደሚሞት ማሰብ ነው'' ይባላል:: ይቅርታ የምናደርገው ከሁሉ በፊት ለገዛ ራሳችን ደህንነት ነው:: ይቅርታ ማድረግ የጥንካሬ ምንጭ እና መገለጫም ነው::

4. የምንወደውን ነገር ማድረግ : ይህ የራሳችንን ዓለም ይፈጥርልናል።

5. አካላችንን መንከባከብ : ''አካላችሁን በሚገባ ተንከባከቡ:: ብቸኛው የምትኖሩበት ስፍራ እሱ ነውና'' ይባላል:: በምድር ስንኖር መኖሪያ ቤታችን አካላችን ነው።

6. በሕይወት እውነተኛ ደስታና እርካታ የሚገኘው በመቀበል ሳይሆን በመስጠት ነው መስጠት ውስጥ ከፍተኛ የሆነ የማግኘት ምስጢር አለ::

ስለዚህ ደስታ ከዉጭ የሚገዛ ፣ በሌሎች ሰዎች ተቆርሶ የሚሰጠን ሳይሆን የገዛ ምርጫችንና ውሳኔያችን ነዉ:: ለመደሰትም ላለመደሰትም ምርጫው በእጃችን ነው::

ናሁሰናይ ፀዳሉ አበራ
ሲቪል መሀንዲስና ሥነ ልቦና ተማሪ



WE CAN GUIDE YOU!

- CONSULTANCY
- COUNSELLING
- RESEARCH
- TRAINING
- DEVELOPMENT
- COACHING

MOTION CONSULTANCY & TRAINING PLC

mctethio@gmail.com www.motionethiopia.com

+251 118 69-17-99 +251 911 62-79-15 +251 911 47-50-01

NEAR URAEL CHURCH ON SHEGER BUILDING OFFICE #201 ADDIS ABABA, ETHIOPIA

This *SPACE* is available for your ADVERTISEMENT

Our First Issue had over 15,000 + Readers

You should only, FOCUS
on running your business

LET US FIND THE CUSTOMERS
FOR YOU!
call or email us

+251 911 62-79-15
+251 118-93-30-08
greenfirenl@gmail.com