Araada Interneeti fi Fayyadama FB

Description

Internetiin wal-qunnamtii namoota ariifachisuu fi fedhii namoota guutuu keessatti gahee guddaa taphata. Namoonni sakandii takka keessatti wanta addunyaa keessa jirtu tooâ€™atu. Argamni interneeti ilma namaati buâ€™aa guddaa haa buusu malee miidhan isaa yeroo ammaa buâ€™aa isaa caalaa jira. Yeroon hamma hin qabne interneeti irratti gubataa jira.

Namoonni akkuma araada alkooli,qumaari fi kkf qabaman,interneetiniis qabamaa jiru. Akkuma araadonni biroo miidhaa qaban interneetiniis miidhaa qaba. Baayâ€™een keenya aarada interneetitiin qabamuu keenya ofirratti hin beeknu. Mallatooleen aaraada interneeti agarsiisan maal faâ€™a,mee haa eerru:

- â€œInterneeti waliin hidhamuu. (Yaadota online darbanii fi dhufaniitin of cinquu)
- Gammachuu argachuuf jecha saâ€™aati interneeti itti fayyadaman dabalu.
- Interneeti tooâ€™achuuf,addaan kutuuf yookiin dhiisuf carraaqi milkaaâ€™inna hin qabne irra deddebiâ€™anii gochuu.
- Yommuu interneeti dhiisuf yaalan miironni boqonnaa dhabuu,dhiphinnaa yookiin aarii namatti dhagahamuu.
- Saâ€™aati jalqaba itti yaadan caalaa online irra turuu.
- Sababa interneetitin hariiroo barbaachisa kan akka niiti fi dhiirsa jiddu,carraa hojii fi barnoota dhabu.
- Miseensa maatii,terapist yookiin kan biroo hamma interneeti fayyadaman dhoksuuf sobuu
- Interneeti fayyadamuun rakkoo yookiin dhiphinna jalaa bahuuf yaadu.
- Miirri yakkumaa,dhiphinnaa namatti dhagahamuu
- Sagantaa eeguu dhiisu(unable to keep Schedule)
- Miirri yeroo gubuu itti dhagahamuu dhiisu(No sense of time)
- Kophatti bahuu(Isolation)
- Hojii hojjachuu dhiisu
- Keessi namaa gubachuu(agitation)â€•1

Tuqaalen armaan olii mallatoole aaraada interneeti fi miidhaa isaa walitti cunfite tan qabattedha. Namoonni sababa adda addaatiif interneeti fayyadamuu. Gosoota interneeti keessaa aaraada hamaa namatti kan taâ€™an Facebook,whatsupp,viber fi kkf dha. Kanniin keessaa muraasa filaachun miidhaa fi furmaata isaa itti barbaadaa adeemna.

Fesbooki(Facebook)
Namoonni fesbuuki kan fayyadaman odeefannoo garagaraa argachuuf,namoota fagoo fi dhihoo waliin wal qunnamuuf,barreefama barreessu,suuraa poostii gochuu fi kkf. Namoonni haala itti fayyadama feesbuuki yookiin gosoota interneeti biroo tooâ€™achuu dhabuu isaanirraa kan kaâ€™e salphatti interneetif gabroomaa jiru. Fesbuuki tooâ€™achuuf mee tuqaale armaan gadii haa eerru:

1.**Miidhaa fi faaydaa fesbuuki beeku**â€" fesbuukin akkuma faaydaa qabu miidhas qaba. Miidha fi faaydaa isaa addaan baasne yoo hin beekin fesbuuki tooâ€™achuun nutti ulfaata. Chaatiif moo odeefannoo fi beekumsa funaanuf moo waa barreessuf moo maaliif FB fayyadamta? Jenne mee wal haa gafannu. Erga miidha fi faaydaa isaa addaan baasne booda yeroon nuti fesbuuki irratti baasnu murteessadha. Wanta nu miidhuf yeroo keenya gubuun gowwuumaa malee wanta biraa taâ€™uu dandaâ€™a? Wanta nu fayyaduu yoo taâ€™ee immoo wanta kana caalu akka nu eeggatu haa beeknu. Guyyatti saâ€™aati hangam interneeti fayyadamna? Qurâ€™aana hoo torbaanittu saâ€™aati hangam qaraana(dubbisna)? Ergaa Rabbii keenya irraa garagalle yeroo hundaa interneeti fi addunyatti fiigun nuu baasaa sila? Yeroma Ramadaana Qurâ€™aana yaadanna moo guyyaa guyyaan ni qaraana? Deebiin keessanii.

Namoonni baayâ€™en rakkinni isaani chaatidha. Chaati fi wantoota update(haarawa) ilaaluf jecha facebooki irratti yeroo gubu. Facebooki harâ€™a yoo hin baniin akka waan tokko dhabnetti nutti dhagahama.Chaatin yeroo keenya kan gubuu fi dhiphinnaaf kan nu saaxiluu yoo taâ€™e, â€˜Turn Offâ€™ gochuudha. Chaatin miidhaa guddaa namarraan gaha. Wanta tokko osoo hin yaadinii fi gatii hin kenniiniif ni barreessina. Ergasii summii gaabbi nu keessaa hin baane nu keessatti hanbiste darbiti. Jireenya koo keessatti wanta hanga chaati keessa kooti fi kan namoota biroo madeessa hin jiru. Wanta tokko sirritti osoo itti hin yaadin nama sanii barreessa. Ergasii nama san mufachiisun gaabbiin keessa koo guba.

Rabbiin rahmata haa godhuuf namticha kana jedheef.
â€œWanta calâ€™iseef gonkumaa hin gaabbine. Wanta dubbadheef garmalee gaabbe.â€•

Kanaafu gaabbiin keessa keenya gubuu fi hariiron keenya addaan cituun duratti, wanta dubbannuuf gatii kennaa fi madaala adeemu qabna. Wanta nama hin fayyaneef calâ€™isuun faaya,warqiidha. Miidhan chaatii yeroo qofa gubuu osoo hin taâ€™in gaabbii,dhiphinna,gaddaa fi kkf nama saaxila. Hariiron akka addaan citu taâ€™a. Sababa chaatitin abbaa fi haadha manaa jiddu wal hiikkan dhufa. Ä°shiin/inni nama argite/arge waliin chaati yoo goote/godhe wal shakkiin isaan jiddutti ni uumama. Shakkiin kun babalâ€™achuun dhumarratti wal diigan dhufa. Kanaafu chaati gochuu dhiisun sammuuf boqonnaa,hariiro gaarii qabaachuf,yeroo qusachuuf nama fayyada.

2.Wanta haarawa hojjachuuf yaaduâ€" jireenyi adeemsa wanta haarawa itti dabalaniidha. Namni beekumsa waliin hin dhalanne. Erga dhalate booda beekumsaa fi sorata isaa argachuuf olii gadi kaata. Ani yeroo jalqabaa fesbuuki fayyadamu jalqabu garmalee suusi natti taâ€™ee tÃ¼re. Suusi isaa

hirâ€™isuuf maloota adda addaa fayyadamee. Isaan keessaa bartee haarawa uumudha. Innis bartee kitaaba dubbisuu fi barreessu gabbifachuudha. Interneeti irraa kitaaba barbaadun dubbisuu eegale. Cinaanis barreefama afaan Ingilifaatin shaakalu jalqabe. Yommuu kitaaba ingilifaan dubbisuu fi barreefama barreessu, yaanni isaa sirritti naa hin galu tÃ¼re. Barrefamni kootis baayâ€™ee caccabaa fi laafaa ture. Suutuma suuta naa galaa fi barreefamni kiyyas akkusama na qajeelaa adeeme. Alhamdulillah.

3.Facebook haarawa baniiâ€“ malli lamaafan suusi facebooki hirâ€™isuuf fayyadame akkaawunti haarawa maqaa kiyyaan kan hin taane bane. Akkaawintii kanarratti akka namni tokko na hin beekne godhe of dhokse. Fesbuuki maqaa kiyyaan jiru yoo fayyadamuu iddoo namoonni baayâ€™een jiran seene isaan keessaa bahuun garmalee ulfaataa akka taâ€™etti natti dhagahamaa ture. Garuu haraawa kanarratti namoonni waan na hin beekne fi chaati waan hin goonef salphatti dafee baâ€™a.Kanaafu wanta fesbuuki irraa barbaadu fudhadhe baha. Akkawantii haarawa banuun qofti araada fesbuuki hin hirâ€™isu. Sababni isaas hiriyyaan koo na barbaadu dandaâ€™a,Notification baayâ€™een naa dhufuu dandaâ€™a, homaa postii hin goone,namoonni â€˜mucaan kuni maaliif bade?â€™ jechuu dandaâ€™an jette yaadda. Sababa kanaan araada fesbuukitiiti deebita. Kanaafu malli kee maalii?

4.Torbaan tokkoof facebook cufii- mallii kee Fesbuuki akkawaanti kee â€˜Deactivateâ€™ gochuudha. Suusi facebooki hirâ€™isuuf torbaan tokkoof akaawunti maqaa kiyyaan jiru Deactivate godhe. Ergasi odeefannoo funaanuf akkaawunti haarawa bane sanitti fayyadama. Yeroo akaawunti kanatti fayyadamuus guyyatti daqiiqa hangam fayyadamuu akka qabu murteesse. Guyyatti daqiiqa 3o murteessef. Garuu torbaan kunii torbaan hadhaa itti liqimseedha. Nafseen koo gara Fesbuuki maqaa kiyyaan jirutti deebiâ€™i,deebiâ€™i nan jetti. Torbaan tokkoon booda Fesbuuki maqaa kiyyaan jirutti deebiâ€™e. Amalle suusin fesbuuki hin hirâ€™anne. Maal haa godhu ree?

5.Torbaan lamaaf facebook cufiiâ€“ Itti aanse torbaan lamaaf Fesbuuki cufe. Amma hadhaan obsa kan duraa caalaa naaf hirâ€™ate. Aaradni/suusin fesbuukis naa hirâ€™achuu eegale. Garuu hangas maraa buâ€™a qabeessaa miti. Itti aanse jiâ€™a tokkoof cufe. Amma kunoo aaraadni facebooki naaf hirâ€™ate. Aplikeeshinii fesbuukii kan akka Messenger telefoona irraa balleesse. Amma nagahaa fi tasgabbii argachuu eegale.Kanaan booda fesbuuki maqaa kiyyaan jiru akka jiruun balleessun fesbuuki lamataa qofatti fayyadamu itti fufe. Kitaaba dubbisuu fi barreefama barreessun aarada fesbuuki hirâ€™ise. Alhamdulillah.

6.Wanta facebook irraa argattu fi itti hojjattu madaali- baayâ€™een keenya yommuu gara fesbuukii seenu waan baayâ€™ee hojjachaa fi fayyadamaa akka jirru goone yaanna. Saâ€™aati saâ€™aatin fesbuuki banuun yeroo keenya baayâ€™ee ofirraa gubna. wanta fesbuuki irratti hojjannuu fi irraa argannuu sirritti yoo madaalle salphatti fesbuukiitti suusi hin taanu. â€œWanta ani postii/share godhuu anaa fi namoota biroo ni fayyada moo hin fayyadu? Yoo anaa fi namoota biroo hin fayyadin poosti fi share gochuun hiikni isaa maaliree? Fakkenyaaf suuraa koo,nyaata nyaadhu postii gochuun maal fayyada? Suuraa nyaata san postii gochuun anillee namoonni biroos hin nyaatan? Kanaafu maaliif postii fi share godha ree?â€• jenne of haa gaafannu.

Wanta aarada fesbuukitin akka qabamnu nu godhan keessaa Notification diimtu yeroo yeroon nutti dhufaniidha. Notification kuni araada nu qabsiisu qofa osoo hin taâ€™in dhiphinnaa fi aariif karaa bana. Comment fi like harâ€™a yoo hin argiin, dhiphachuu fi aarudha. Wanta postii goone namoonni like, comment yoo hin godhiin ni dhekkamna.

Kanaafu wanta fesbuuki irratti hojjannu haa madaallu. Wanti sun wanta addunyaa aakiraa keenya nu tolchan moo nu jala balleessan? **Jaalala Rabbii argachuufi moo jaalala namootaa argachufi**? Maaliif kana godha jenne of haa gaafannu. Like,share,comment walitti qabuun nama beekkama(Popular) taâ€™uuf moo ofii fi namoota biroo fayyaduuf jenne of haa gamaggamnu?

7.Hiriyyaa(Friend) baayâ€™ee add hin godhiinâ€“ aarada fesbuukitin akka qabamnu kan nu godhan keessaa kan biroo immoo hiriyyaa(Friend) baayâ€™ee add gochuun wanta share godhan guutuu hordofuudha. Namoonni lakkoofsa hiriyyoota qabaniin wal dorgomuuf namoota argan add godhu. Yeroo yeroon profile isaani ilaalu. Kana hanbisuuf nama hin beekne fi hiriyyaa si hin fayyanne add hin godhiin. Hiriyyaan kan qaaman wal agarru qofaa mitii kan Fesbuuki irraas nama balleessa. Hiriyyoota fesbuuki akkeessun wanta badaa isaan hojjatan sheyxaanni akka hojjannu nu kakaasa. Karaa sirrii irraa akka dabnu nu godha. Lakkoofsa hiriyyoota xiqqeessi. Yeroo si jalaa gubuu malee wanta biraa hin fayyadan. Wanta hin taane postii gochuun sammuu kee jeequ.

Page fi group si hin fayyanne balleessi. Sababni isaas peejii fi gareewwan kunniin wanta hin taane postii gochuun akka ati araada fb qabamtu si godhan. Oduu qabatama hin qabne fi sobaa dhiheessun si jeequ.

8.**Suuraa kee fi wanta jireenya kee keessatti hojjattu guutuu fesbuukif dabarsitee hin kenniin, jireenya kee guutuu addunyaan akka beektu hin hawwiin-** dhugumattii jireenya keenya guutuu addunyaan yoo hin beekiin nageenyi dhufuu akka hin dandeenye goone yaanna. Bakka jirru,wanta nyaannu,wanta uffannu,niiti,dhiirsa,ijoolle fi obolewwan keenya addunyaan guutun akka beektu hawwiina. Kana yaadu fi gochuun dura miidhaa duban dhufu sirritti barre jirraa? Namoonni yommuu nu ilaalan waraanni ija isaani(ijji budaan) hangam akka nama dhukkubsuu dandaâ€™u sirritti hubanne? Keessattu suuraa daaâ€™imaa postii gochuun maal fayyada? Sabiyyi ija hamtuun maaliif dhukkubsinaa/miinaa? Yommuu niiti,dhiirsa,ijoolle fi qabeenya keenya ilaalan nu waayyun nu jibbuu fi miidhaa nurraan geessu akka dandaâ€™an sirritti hubanne? Wantoota kanniin poosti gochuun buâ€™aa nuti argannu sirritti madaalle jirraa?

Dubartoota suuraa isaani postii godhanitti yoo deebinuu immoo kabajaa fi nafsee ofii akka miidhaa jiran sirritti haa hubatan? Suuraa postii gochuun gudeeddaf karaa bana. Dargaggeessi suuraa intala tanaa ilaale fedhii ofii guuttachuuf jecha gudeeduf mala jiru guutu barbaadu eegala. San booda intalli tunii harka ofiitin ibidda ofitti qabsiifte jedhama. Suuraa isaanii fb irratti poosti gochuun fitnaa(qormaata) baayâ€™isuu malee dhiirsa gaarii isaani hin fidu. Dhiirsi gaariin kan ishiif dhufu sodaa Rabbii yoo qabaatte fi kabaja ofii yoo eegdedha,haya(saalfannaa) yoo qabaattedha. Kanaafu Yaa oboleetti koo kanarraa of tiiksi. Biliclicii duniyaa tanaatin of hin gowwomsiin.

9**.Gatii yeroo beekii,saganteessi-** duniyaan tunii baayâ€™ee gabaabdudha. Jireenya duniyaa tanaa harâ€™a yoo hin saamatin yoom saamanna ree?

Nabiyyanaa Muhammad(SAW) akkana jedhu:
â€œ***Wantoota shaniin dura wantoota shan fayyadami. Dullummaan dura dargaggummaa,dhibeen dura fayyaa kee,hiyyummaan dura qabeenya kee,koâ€™oomun dura yeroo bilisaa kee,duâ€™aan dura jireenya kee fayyadami.***â€• Mustadrak Al-Hakim 7927

Yeroo yunivarsiita balâ€™aa kanatti yoo hin fayyadmiin yoom fayyadamuufi? Yeroo koo balâ€™aadha jenne yoo hin tattaafatin yoom tattaafachuufi ree? Yeroo keenya bakkuma arginetti gubuun boru gaabbi akkamitu nutti dhagahama. â€œAh osoo kaleessa akka namticha kanatti hojjadhe jiraadhe silaa harâ€™a akkuma isaa jireenya gaarii jiraadhaa mitii?â€•gaabbin jedhu boru keessa keenya hin dhukkubsu ree?

Harâ€™a akkuma argine yeroo keenyatti taphannee boru guyyaa Qiyaamaa akkana jechuuf teenyaa sila?

وَجِاْيٓءَ يَوۡمَئِذِۭ بِجَهَنَّمَۚ يَوۡمَئِذٖ يَتَذَكَّرُ ٱلۡإِنسَٰنُ وَأَنَّىٰ لَهُ
ٱلذِّكۡرَىٰ ٢٣
يَقُولُ يَٰلَيۡتَنِي قَدَّمۡتُ لِحَيَاتِي ٢٤

â€œ**Guyyaa san jahannamis ni fidama. Guyyaa san namni ni yaadata. Yaadannoon guyyaa sanii maal isaaf godha ree?**
Ni jedha â€œOdoo jiruu kiyyaaf (waan gaarii) dabarfadheen hawwa.â€• Suuraa Al-Fajr 89:23-24

Tuqaa kana hadiisa armaan gadii kanaan gudunfa.
Ibn Masâ€™uud(RA) akka gabaasanitti Nabiyyanaa Muhammad(SAW) akkana jedhan:
â€œ**Lukti ilma Aadam Gooftaa isaa duraa hin sochootu osoo waan shan hin gaafatamiin. Umrii isaa fi maalin akka dabarse, dargagummaa isaa fi akkamitti akka fixe,qabeenya isaati fi akkamitti akka argatee, fi maalirra akka oolche, wanta beeken maaliin akka hojjate.â€•** At-Tirmizi 2416

Yeroon gatiin malee Rabbiin nutti kenne garuu boruu kan irraa gaafatamnuudha. Yeroo keenyatti harâ€™a sirnaan yoo fayyadamne Ä°nsha Allah aadunyaa aakiratti ni milkoofna. Taâ€™uu baannan akkuma arginee yoo itti taphanne boruu gaabbi gubaa nuttu taati. Bakka gaabbin nama hin fayyanetti gaabbina.

Gudunfaa
Interneeti fayyadamuun dirqamaas miti dhowwas miti. Dirqama osoo taâ€™ee dhaloonni nun dura interneeti malee akkamitti qaroominna guddaa ijaaran? Sababa odeefannoo fi beekumsa salphatti sassaabutin interneeti fayyadamuun dhowwaadha hin jennu. Garuu wanti dhoowwa taâ€™e yeroo hojii malee fi bakka hin taanetti gubuudha. Interneetitti sirnaan yoo fayyadamne buâ€™aa guddaa arganna. Yoo sirnaan hin fayyadamiin immoo miidhaa guddaa cininna. Jiruf jireenya keenya keessatti wanta nu fayyadu fi hin fayyanne erga addaan baasne booda kan nu fayyadu filanne kaan immoo achii gatu qabna. Haaluma kanaan interneeti keessas yoo seennu wanta nu fayyadu fudhanne,wanta nu fayyanne dhiisudha. Fesbuuki yommuu fayyadamnu wanta nu fayyadu haa fudhannu,yeroo keenya irratti gubuu haa dhiisnu,daqiiqaa haa murteessinuufi. Chaati nu fayyanne, dubbii qullaa qofa kan taâ€™e Fesbuuki,viber,,whatsupp fi kkf irratti gochuu irraa of haa qabnu. Yoo akkana goone sammuu keenyaf boqonnaa,jireenya keessatti gammachuu argachaa adeemna. Taâ€™uu baannan garuu dhiphinnaa fi rakkinna garagaraatiif saaxilamna. Alhamdulillah. Yaada keessanii fi dogongoraa yoo argitan sammubani@hotmail.com na qunnamuu dandeessu.

wabii

1 <http://www.addictionrecov.org/Addictions/index.aspx?AID=43

<http://www.psychguides.com/guides/computerinternet-addiction-symptoms-causes-and-effects/

Date Created
December 12, 2015
Author
admin