د افغانستان اسلامي جمهوري دولت
د لوړو زده کړو وزارت
شیخ زاید پوهنتون - خوست

د شیخ زاید پوهنتون پوهنیزه مجله

د شیخ زاید پوهنتون خیرونیز ارګان
درې میاشتنۍ خیرونه
نهم کال، دویمه ربع، دویمه ګڼه ۱۳۹۶لمریز کال
د تاسیس کال: ۱۳۸۸، نهمه دوره – نولسمه مجله

۱۹

Ketabton.com

1
درې میاشتنۍ خیرونه، ۱۹امه ګڼه، پرلیسي دویمه ربع، ۱۳۹۶ ل ل

(c) ketabton.com: The Digital Library

بسم الله الرحمن الرحيم

(c) ketabton.com: The Digital Library

کتنپلاوی:

پوهندوی عبدالخليل افغاني	د شيخ زايد پوهنتون سرپرست رييس
پوهاند دوکتور گل سالم شرافت	ښوونې او روزنې پوهنځی
پوهاند دوکتور بادشاه زار ابدالي	طب پوهنځی
پوهنوال دوکتور ماستر و احدي	ژورنالېزم پوهنځی
پوهنوال ډاکټر جهان شاه تنی	طب پوهنځی
پوهندوی سيد کريم شاه نېکمل	ژبو او ادبياتو پوهنځی
پوهندوی دوکتور رحيم جان دردمل	اداره او تجارت پوهنځی
پوهندوی انجينر محمدحسن	انجينري پوهنځی
پوهندوی محمدالله مندوزی	حقوقو او سياسي علومو پوهنځی
پوهندوی زرولي صديقي	ټولنيزو علومو پوهنځی
پوهنمل رحمت الله هاشمي	کرنې پوهنځی
پوهنمل مياولي شاه مياخېل	ژبو او ادبياتو پوهنځی
پوهنمل عبدالجليل شهيدزوی	شرعياتو پوهنځی
پوهنمل اجمل خوستی	وترنري پوهنځی
پوهنمل محمد شفيق مندوزی	حقوقو او سياسي علومو پوهنځی
پوهنمل سيدولي شاه مندوزی	اداره او تجارت پوهنځی
پوهنيار محمدقاسم گربز	ژبو او ادبياتو پوهنځی
پوهنيار ميرويس تنی	کمپيوټر ساينس پوهنځی

(c) ketabton.com: The Digital Library

د مجلې په اړه:

د امتیاز خاوند:	د لوړو زده کړو وزارت، شیخ زاید پوهنتون
مسؤول مدیر:	پوهنیار محمد قاسم ګربز
اړیکه:	0093(0)771126767
برېښنالیک:	qasim.gurbaz@gmail.com
مهتمم:	نورمحمد انقلابي
اړیکو شمېرې:	0093(0)777791653- 0093 (0)700337022
برېښنالیک:	Enqelabi.sheikh@gmail.com
پته:	شیخ زاید پوهنتون، خوست - افغانستان
توک شمېره:	۲۰۰ توکه
چاپ کال:	۱۳۹۶هـ ش
چاپ ځای:	لمر ګرافیکس - خوست
اړیکو شمېره :	0093775888875
برېښنالیک:	lemar.graphics@yahoo.com

(c) ketabton.com: The Digital Library

د پوهنیزې مجلې د مقالو دستور العمل

د مقالو جوړښت باید په دې ډول وي: لنډیز، سریزه، هدف، د کار مواد او مېتود، متن، مناقشه، پایله، په انګلیسي ژبه Abstract او د ماخذونو لېست.

- ❖ لنډیز د ټولې مقالې اصلي لنډ مواد بیانوي.
- ❖ هدف هغه څه چې د مقالې د لیکلو موخه وي.
- ❖ د کار مواد او مېتود: په کومه طریقه او د څه ډول کتابونو څخه ګټه اخیستل کیږي.
- ❖ سریزه: د مقالې اهمیت او اصل موضوع بیانوي.
- ❖ متن: هر هغه څه چې لیکونکي غواړي تشریح، بیان د مناقشې او بحث لاندې ونیسي.
- ❖ پایله: هر هغه څه چې لیکونکي غواړي د مقالې د بحث او تشریح وروسته په لاس راوړي.
- ❖ په انګلیسي ژبه Abstract باید ولري.
- ❖ ماخذونه: د کتابونو یا منابعو لېست چې د مقالې په پای کې د الفبا په ترتیب لیکل کیږي. لکه:

تخلص، نوم.(دچاپ کال). د کتاب نوم. د چاپ ځای: مطبعه، ص.

- ❖ په متن کې د ماخذ ذکر کول: یوازې د ماخذ شمېره په [ ] کې یا (شمېره ماخذ، ص) یا (تخلص،کال: ص)

که مجله وي:

تخلص، نوم. (د چاپ کال). د مقالې عنوان په " نخونک کې " د مجلې نوم، ص.

که ورځپاڼه وي:

تخلص، نوم. (د چاپ کال، میاشت، ورځ) . عنوان مقاله په "نخونک کې " د ورځپاڼې نوم، ص.

که ویب سایټ وي:

د ویب سایټ لیکل د ماخذونو په لېست کې ضرور نه دی. یوازې په متن کې کافي دی.

له ویب سایټ څخه د راخیستل شوو موادو مکمل ادرس.

د مثال په ډول: http://szu.edu.af/ps/page/8280

(c) ketabton.com: The Digital Library

د مقالې لیکلو لاربښود

دا (پوهنیزه مجله) د شیخ زاید پوهنتون رسمي نشریه ده چې د ښلا ښلو پوهنځیو دعلمي کادر غړو علمي او تحقیقي مقالې یا تحقیقي ژباړه د مقالې په توګه د علمي ترفیعاتو په خاطر پکې چاپ کیږي. د علمي کادر د غړو مقالې چې مخکې په کومه مجله کې چاپ شوې نه وي، په دې مجله کې د چاپ لپاره منل کیږي. هغه لیکوالان (دعلمي کادر غړي) چې غواړي په دې مجله کې خپلې مقالې چاپ کړي، دا لاندې ټکي دې په نظر کې ونیسي:

۱- دا مجله علمي او تحقیقي مجله ده، هېڅ ډول سیاسي بڼه نه لري.

۲- مقالې به د ټولو اسلامي، فرهنګي او اخلاقي اصولو په نظر کې نیولو سره چاپ کیږي.

۳- مقالې به په پښتو او دري په روان او ساده ډول لیکل کیږي، له هر ډول شکلي،املایي او انشایي غلطیو څخه باید پاکې وي.

۴- مقالې به د نشراتو د اصولو مطابق وي او له هغو خارجي اصطلاحاتو څخه چې په پښتو او دري ژبو کې منل شوې معادلې کلمې ولري، باید ترې ډډه وشي.

۵- د مقالې لیکونکي باید ووایي چې مقاله یې په کومه بله مجله کې چاپ شوې نه ده او نه یې هم کومې بلې مجلې ته ورکړې ده، او د خپلې مقالې د موخې د صحت او اصالت ضمانت پرغاړه واخلي.

۶- مقاله باید په کمپیوټر لیکل شوې (سافټ کاپي)،دمقالې د عنوان فونټ ۱۴غټ (Bold)، دلنډیزفونټ ۱۱، په متن کې عنوان ۱۲(Bold)، او عمومي فونټ ۱۲ سایز وي، او انګلیسي یا لاتیني اصطلاحات په (Calibri(Body او پښتو فونټ پهPashtoReshad فارمټ کې وي.

که په پورته ډول ونه لیکل شي، وروسته د فونټ دبدلولو په وخت کې غلطۍ پکې راځي چې د سمون مسوؤلیت یې بیا پخپله د لیکوال پر غاړه دی.

۷- مقاله بایدپه A4 سایز کاغذ کې وي، دجملو ترمنځ فاصله Single line یا 1.0 سایزکې وي، دپاڼې پاس او ښکته برخې (Header and Footer) باید په ترتیب سره هیډر 0.5 او فوټر 1.81 انچه چې 1.27 او 4.6 سانتي متره کیږي، وي. دپاڼې دواړو خواوو (ښي او چپ طرفونو) ته خاشیې باید 1.26 انچه چې 3.2 سانتي متره سره مساوي ده، برابرې شي؛ د پاڼې سر اواخرنۍ برخې (Top and Bottom) باید په ترتیب سره 1.58 انچه چې 4 سانتي متره کیږي، منظمې شي؛ د مقالې Gutter باید 0.2 انچه یا 0.5 سانتي متره ښي طرف (Right Align)ته ترتیب شي.

۸- د هر پراګراف پیل باید له نوي لاین یا کرښې څخه پیل شي. لومړۍ کرښه یې باید یو indent مخکې لاړه شي او کنه له مخکې پراګراف څخه یو انټر لاندې نوی پراګراف پیل شي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۹- تصويرونه او ګرافونه، بايد واضح، روښانه او د شکل شمېره (   ) ولري. که چېرې تصوير يا ګراف توله پاڼه ونيسي، شمېره په پام کې نيول کيږي مګر ليکل کيږي نه.

۱۰- د مقالې هر ليکونکی بايد د ډېر غور او دقت وروسته يوه کاپي د مجلې مديريت ته په سافټ او هارډ (کمپيوټري او کاغذي) ډولونو کې راوړي.

۱۱- د مقالې هر ليکونکی بايد د مقالې د ارزونې خاصه فورمه دخپلې مقالې سره واخلي او د مقالې د ارزونې په وخت کې يې د اصلاح وروسته ډکه او د مجلې مديريت ته تسليم کړي.

۱۲- د مقالې ضمه واري د سمون، معنا، مفهوم او هدف له مخې د ليکونکي پر غاړه ده،د مجلې دفتر يې يوازې د ترتيب، تنظيم، چاپ او توزيع مسوؤليت لري.

د علمي مقالې د ليکلو طريقه او تخنيکي شرايط:

لومړۍ پاڼه:

- د مقالې عنوان بايد په مکمله توګه د معنا لرونکي او د متن سره مطابقت ولري او د پاڼې په منځ کې وليکل شي.

- د مقالې عنوان له ۸۰ حروفو څخه زيات نه وي، د ليکونکي نوم، تخلص، علمي رتبه، د تحصيل درجه، پوهنځی، ډيپارټمنټ، مبايل شمېره، او ايمېل ادرس (که څوک يې لري) د پاڼې سر ته په ښي طرف کې وليکل شي.

دويمه پاڼه:

- د مقالې عنوان د پاڼې په منځ کې په پښتو يا دري، لنډيز تر (۲۵۰) کلمو پورې وي، سريزه، د کار مېتود ، مواد، اصلي متن يا محتوا ولري.

- مناقشه، وړانديزونه، آخري پايله، په انګليسي ژبه لنډيز (Abstract) چې د اصلي لنډيز سره د معنا او مفهوم له مخې يو شی وي، ولري.

- ټولې منابع (References) بايد د لايحې مطابق په متن کې دشمېرې په ورکولو سره ذکر شوې وي.

- منابع (References) دالفبا په ترتيب په همغه ليکلې شوې ژبه (پښتو، دري، انګليسي) د لايحې مطابق په(APA) American PsychologicalAssociation سيستم وليکل شي.

د شيخ زايد پوهنتون پوهنيزه مجله

دشيخ زايد پوهنتون خپرونيز ارګان

(c) ketabton.com: The Digital Library

لیکلړ

ګڼه	سرلیک	لیکوال	مخ
1.	مېوه جات او ګټې يې	پوهندوی امرالله آصفي	۱
2.	د نړیوالو تړونونو مسوده	پوهندوی محمدالله مندوزی	۱۳
3.	د منو په وده، کیفیت او حاصل باندې د نایتروجن اغېزې	پوهندوی حکم خان حبیبي	۲۲
4.	د انساني حافظې فزیالوژیک بنسټونه	پوهنمل ډاکټر سید رحیم شاه شملوال	۳۱
5.	چاغوالی (Obesity) او د وزن زیاتوالی (Overwieght)	پوهنمل دوکتور طاهرشاه نېکمل	۴۲
6.	د څېړنې شکلي قالبونه	پوهنمل میاولي شاه میاخېل	۵۳
7.	په پښتو ګرامر کې د (یا) ډولونه او سمه کارونه یې.	پوهنیار ماستر محمد قاسم ګربز	۶۰
8.	د اوسپنیز کانکریټي پوښښ په واسطه د اوسپنیزو کانکرېټي پایو تقویه کول	پوهنیار ایمل هاند	۷۱
9.	د ږیرې حکم د اسلامي شریعت له انده	پوهنیار ذاکرالله ذکي	۸۴
10.	په لوړو زده کړو کې د الکترونیکي زده کړو سیستم پلي کولو لپاره د کامیابی بنسټیزعوامل	پوهنیار ماستر صالح خان صالح	۹۲
11.	د پیسو مینځل (قانوني شکل ته د پیسو اړول)	پوهنیار محمدصدیق نوابزاده	۱۰۳
12.	تاثیر فرهنگ تکلف گرایی بر رفتار اقتصادی افغانها	پوهنیار محمد عثمان عادل	۱۱۳
13.	تحلیل منش های قهرمانان گرشاسپ نامه	پوهنیار ماستر میرسبحان مجددی	۱۲۱
14.	شیخ عطار وهفت وادی سلوک	پوهنیار نورآقا نویسا	۱۳۶
15.	انسولین او دهغې میتابولیک تاثیرات	پوهنیار خان وزیر عادل	۱۴۷

(c) ketabton.com: The Digital Library

پوهندوی امرالله آصفي
د ښوونې اوروزنې پوهنځی
کیمیا څانګه
برېښنالیک:AmrullahAsefi53@gmail.com
ګرځنده شمېره:۰۷۰۰۷۹۲۷۲۵

مېوه جات او ګټې یې

لنډیز

مېوه جات محافظه کوونکي خوراکي مواد دي ،چې لرونکي د ویتامینونو ، منرالونو ، کاربو هایدریتو ، پروتینونو او شحم لرونکی دي.

ځیني مېوه جات لرونکي د ویتامینونو دي لیمو، نارنج، مالته ویتامین سی لري ، ځیني مېوه جا ت د منرالونو دي لکه منه ، زردالو ، کیله، سودیم، پوتاشیوم ، اوسپنه ، کلسیم ، مګنیزوم اونور لري ، ځیني مېوه جات لرونکي دشحم وی لکه پسته ، ځلغوزي ،چارمغزي چې خستي یي شحمي مواد لري .

الو بالو داسې مېوه ده چې پخه شي دسینې اومري په درملنه کې ،دقبضیت دمنځه وړلو لپاره ، دصفرا اود وینې جوش د له مینځه وړلو لپاره ډیره ګټه رسوي. پسته او ځلغوزی اوچارمغز هغه مېوه جات دي چې د مغزیاتوپه ډله کې حسابیږي لرونکي د دشحم ،پروتین ، کاربو هایدریت ، منرالونه لکه کلسیم فاسفورس ، اوسپنه ، فلورین آو برسیره پردې سره مهمه منبع د ویتامینونوهم ګڼل کیږی ،

موخې

زمونږ موخې ددې لیکنې څخه دادي ،چې مېوه جات دانسان بدن لپاره څومره ګټور دي اوځرنګه استفاده ورڅخه وکړل شي .

سریزه

میوې د کاربوهایدرویتونو، پروتین ، شحمیات، منرالونو، ویټامینونو ډیره ښه منبع ګڼل کیږي چې د غذایي توا ز ن په برقرار ساتلو کې عمده رول ادا کوي د نړیوال روغتیایي سازمان W.H.O د سپارښت په اساس هر تن باید د ورځې 450gr میوې اوسابه په مصرف ورسوي په دې توګه دهندوستان د طبي څېړنوکمیټه د ورځې د یوتن لپاره د 120gr مېوو دخوراک سپارښتنه کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د سبواومېوو خوړل د ځینو ناروغیو پر وړاندې د درملو په توګه او هم د ناروغیو پر وړاندې د انسان د بدن مقاومت لوړه وي او انسان تند رست ساتي اود نمو سبب یې ګرځي، د یوې تجربې له مخې ۲۴ داني کیلې چې هر یوه 100gr وزن لري .

د یوشخص لپاره 2400 کیلو کالوریانرژي تولیدوي ، په پرمختللي هیوادونوکي د خلکود خوړو 30-40% پورې میوې تشکیلوي چې خپله میوې د غوښو، شحمیاتو چې د قلوي خواص لرونکي دي د تیزابي کد لو سبب ګرځي ، اود بدن دتیزاپیت او قلویت حالت د تعادل او تنظیم لپاره اساسي رول لوبوي.

د B.B.C راډیو د خپرونوپه بنسټ هغه کسان چې مېوې استعمالوي د غوښې مصرفوونکو کسانوپه پرتله د زیاتو عمر لرونکي وي. همدغه میوې دي چې په خپل ځان کې یې معدنیات، ویټامینونه، فولاد، اوبه اونور کیمیاوي مواد رانغښتي اومونږ له ناروغیو څخه ساتي او بدن ته مو وینه او قوت رابښي اود درملو پرځای له مونږ سره مرسته کوي.

مېوه جات

مېوه جات محافظه کوونکی خوراکونه دي،ځرنګه چې مېوه جات د ویټامینونو او منرالونو ښه منبع ده نو ځکه دانسان په غذایي رژیم کې ارزښت ناکه شمېرل کیږي. د مېوه جاتو یوخاص صفت دادی چې د نورو موادوپه نسبت خام خوړل کیږي اودمنرالونو او ویټامینونو څخه یې ښه استفاده کیږي.

د مېوه جاتوارزښت : دمېوه جاتو ارزښت په لاندې ډول سره بیان شوی دی .

1. هغه مېوه جات چې په زیاته اندازه ویټامین C لري مثلا یو نارنج په متوسط ډول سره دیوه انسان ورځنې احتیاج پوره کوي ځینې مېوه جات په کافي اندازه Caroten لري لکه ام او نور.
2. منرالونه: میوجات د منرالونوخصوصاً د +Na او +K ښې منابع دي اوهم د ++Ca غني منابع لري لکه کجورې ،ممیز ،زردالو د Ca او Fe ښې منابع دي اومېوه جات مختلف عضوي تیزابونه هم لري. [2]

الوبالو

الوبالو داسېمېوه ده چېونه یې اغزي نه لري . ګیلاس وړه، مزه داره اوخوږه مېوه لري، چې د تولولو پر مهال یې دمیوې رنګ سور، زیړ او یا تور وي او په حقیقت کې په طبیعت کې هم په همدې رنګونو پیدا کیږي. دغه مېوه هغه وخت له ونې څخه راتولیږي،چې سمه پخه شي اوتر راتولیدو وروسته یواځې درې ورځې په سمه توګه ساتل کیدای شي، اکثره له الوبالوڅخه مربا اویا

(c) ketabton.com: The Digital Library

شربتونه جوړیږي، نو په همدې خاطر نه شوکولای په تازه شکل يې تر ډېره وخته پورې وساتو ، خوکولای شو،چې په فریزر کې يې ساتنه وکړو، لیکن غوره داده،چې لومړی يې زړي لرې کړو.

الوبالو وچ او يخ دي قبضيت له مينځه وړي، تنده ماتوي، صفرا کنترولوي،معده پیاوړي کوي، او التهابات له منځه وړي، د الوبالو نچوړ که له بادیاتو سره وخښل شي، نو د بولي تناسلي لارو د سوزش اودمثانې د تیږو د درملنې لپاره ډېر ګټور وي، الوبالو اشتها ډېره وي اود ينې د فعالیت د پیاوړتیا لپاره ګټور دي په ترکیب کې بې مغزي مواد موجود دي .

خوږ الوبالو د سينې او مرئ د سوي لپاره د قبض د له منځه وړلو لپاره د صفرا او وینې د جوش کرارولو لپاره د سوزاک، زړه بدوالی اوقی لپاره اوهمدارنګه له بادیاتوسره یوځای کارول يې د متیازو اود مثانې او ګردې (پښتورکو) د تیږو باسلو او روانولو لپاره کارول کیږي، خوتازه اوخوږ الوبالو باید څکه له خوړو وروسته ونه خوړل شي چې د معدې رطوبت له مينځه وړي نوجوته خبره ده،چې معده کمزوري کوي. [5]

د الوبالو ستراتیفکشن

الوبالو نوروسخت زړومیوو په شان ستراتیفکیشن ته ضرورت لري چې په لاندې ډول د ځینوډولونو يا نمونو لپاره جلا جلا ورځې ښودل شویدي.

نوعه	د ورځو شمیر	د تودوخې اندازه
Prunus Mahaleb	**88**	**37 F^0**
Prunus avioum	**125-100**	**37 F^0**
Prunus Serotina	**60-30**	**50-30 F^0**

د الوبالو د نیالګو لپاره د کندو ایستل

وروسته له دې چې په باغ کې نقشه وشي اودنیالګیو ځایونه په ډ اکونښه شي د کرلو د لرګي دتختې څخه په استفادي سره دنیالګیو لپاره کندي ویستل کیږي دلرګي تخته چې يو متر اوږدوالی لري په دواړو سرونوکې یوه نښه لري اوپه مینځ کې هم د سرونوپه خبر یوه یوه نښه لري اوپه منځ کې هم د سرونوپه څیر یوه یوه نښه لري دمنځ نښه دلرګي دهغه میخ سره په کوم چې دنیالګي ځای نښه شوی دی برابرولو اود سررونو په دواړونښو سره دلرګي دوه نورمیخونه خښوو نوموړي دواړه میخونه د نیالګیو د کښینولو مځکې نه بې ځایه کوو خو نوموړي عمل د پټی د یخوا نه شروع کووچې بیا د کندو ویستل او دنیالګیو کرل هم له همدې طرف نه پیل کیږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

کندې په داسې ډول ایستل کېږي چې دسر ښل خاوره ښي طرف اودلاندې ښل خاوره چپ طرف ته اچول کېږي،چې د نیالګیو دکرلو په وخت کې د ښي طرف خاوره دنیالګي بیخ ته اود چپې خوا خاوره دنیالګیو دکندې په پورتنۍ برخه کې اچول کېږي اویا د چپې خوا خاوره په پټي کې شیندل کېږي اود کندې په پاتې برخه کې د پټي دنورې برخې خاوره اچول کېږي.[8]

شکل (۱) د الوبالو انځور ځرګندوي

د ګنیو تاریخچه

داسې ویل کیږي چې ګني په [1766BC]قبل المیلاد کې چینایانو کرل او د ځان سره به یې د سفر د غذا په حیث په سفر کې وړل. د ګنیو د عصري کر کیدونکی نوعی [Saccharumofficinarum مبدا شاید (New guinea) وي او په(8000BC)قبل المیلاد دلته کرل کیدل او بیا د هغه ځای څخه سلیمان جزیری،نیوکالډونیا،او نیو هبریډس ته خپاره شوي دي. او (6000BC)قبل المیلاد کی دغه نوعه هندوستان ،ویابورنیو، برما،جاوا،مالایا،او فلپین ته یوړل شو.

د هغه شواهدو په نظر کی نیولو سره چی په هندوستان کی د لرغونپوهانو پواسطه پیژندل شوي دي داسې ګمان کیږي چی د ګنیو کرل لږ تر لږه په هندوستان کی(1000BC) ق م مروج وواو بل دا چی دګنیو وحشي نوعی هم په هندوستان او مدیترانه کی موندل شوی دي نو دغه دوه ځایونه د ګنیو د مبدا په نوم یادیږي .

همدارنګه د لومړي ځل لپاره د کرستل لرونکی بوری راپور(2500)کاله وړاندی په هندوستان کی ورکرل شوی و,. او عربستان،ایران،او چین ته د ګني د هندوستان څخه یووړل شول.په—500) (1100 م کال کی ګني د هندوستان څخه تاهیتي ته یوړل شول. په(600))م کال کی د ګنیو څخه خالصه سپینه شکره لاس ته راغله . د(8)قرن په شاوخوا کلونو کی د عربستان څخه مدیترانی ته معرفي شوه او دلمړنیو نباتاتو د جملی څخه دي چې د هسپانویانو پواسطه امریکاته یوړل شول.او

د شیخ زاید پوهنتون د ساینسي خپرونو مجله، دري میاشتنۍ خپرونه ۱۳۹۶ ل، دویمه ربع، پرلپسې ۹ امه ګڼه

(c) ketabton.com: The Digital Library

د افغانستان په شرقي سیمو کې دا نبات په محلي شکل کرل کیده مګر اساسي کښت یې په (1335)کال څخه شروع شو[7]

د ګنیو اقتصادي ارزښت

۱ــــد دی پواسطه بزګرانو ته زیات عاید لاس ته راځي.

۲ــــکارکونکو ته روزګار پیدا کیږي او غربت له منځه وړي.

۳ــــد بورى د فابریکو لپاره خام مواد برابروي.

٤ــــدګنیو پورتنی برخه دحیواناتو د تغذيي لپاره استعمالیږي

٥ــــد شکرې په فابریکو کې ترې بوره،ګوړه،پوک اوfilter-cake.

او wax لاس ته راځي.

٦ــــپوکbaggase: دکاغذ په جوړولو،دسختوتختو په جوړولو

د حیواناتو د تغذيي او د سرى په تولید کی استعمالیږي.

٧ــــFilter cake دعضوی موادو او زیات لګښتي او کم لګښتي عناصرو ښه منبع ده.

۸ــــد ګنیو وکس د فلترکیک څخه په لاس راځي او دبوټانو د رنګ په تولید کی پکاریږي.او بعضی پاتي شوني وي د ډیران په جوړولو کی پکاریږي.

۹ــــپه تازه ډول چوول کیږي

۱۰ــــاوبه یي د واوري او لیمو سره یوځاى کیږي او مزه دار شربت ترې لاس ته راځي.[6]

(۲) شکل د ګنیو انځور څرګندوي

(c) ketabton.com: The Digital Library

د پستې د ونې ځانګړتیاوې

د پستې علمي نوم Pistacia Veraدی کوم چې د Anacardiaceae په کورنی پورې اړه لري او Pistacia ددغه کورنۍ یو ډیر مهم جنس دی چې د تودو او نیمه تودو سیمو لاندې ډولونه دهغې سره ارتباط پیدا کوي.

1- Pistacia Vera

2- Pistacia Mutica

3- Pistacia Khinjuk

4- Pistacia Atlantica

5- Pistacia Lentisus

6- Pistacia Terebethus

7- Pistacia Chinesis

8- Pistacia Mwxicana or texana

9- Pistacia integrrima

10- Pistacia Verrestina

11- Pistacia Oleosa

چې ددغه پورته ډولونو څخه یې یوازې دوه ډولونه زیات اهمیت لري چې عبارت دي له Pistacia Atlantica او Pistacia Lentisus چې ددغه دوو څخه یېلوړني ډول ئي Pistacia Atlantica زیات د Rootstock په ډول استعمالیږي.

او هغه پستې چې د تخم د کرلو په ذریعه سره تولید شي کیدای شي تر څلور سوه کالو پوري خپل عمر اوږد کړی دا په داسې حال کې چې د پیوند ونو عمر تر 150 کاله پوري رسیدلای شي مګر بیا هم که چیري Pistacia Vera د Pistacia Atlantica په Rootstock باندې پیوند شي کیدای شي تر 200 کلونو پورې یې عمر دوام وکړي.

د پستې ونې بیا خپله Dieocious دی کوم چې مذکر او مونث ګلوونه یې په جدا رونوکي ځای لري. او د پستې ټول ګلونه وړی ته ورته شکل لري چې په مذکر ګلونو کې ددغه وړي جوړښت ډیر سره اوبدلی مګر په مونث وړي کې بیا ګلونه یو د بل څخه ځه نا ځه فاصله لري او دغه ګلونه یو دا نه تخمدان او یوه تخمه لري . دغه ونې د باد په ذریعه القاح کیږي نو د القاح د عملیې د تطبیق لپاره باید په بڼ کې 10% مذکر جنس وجود ولري.

(c) ketabton.com: The Digital Library

پاڼي ددغه ونې Compound leaf بلل کیږي ځکه دغه پاڼي په خپل وار سره (7-5) کوچنی پاڼي په خپل جوړښت کې جذبوي.د پستي دونې ریښې د Top root system څخه په پیروي سره د 2m څخه لازیاتي په ځمکه کې عموداً ښکته خواته حرکت کوي دا په داسې حال کښې چې جانبې ریښې هم په ډیره کمه اندازه د انکشاف په حال کې وي هغه هم د اصلې ریښه دریشي په انتقالي برخه کې ځای لري نو ځکه دغه ریښه جذب شوي معدني مواد په پوره تیزی سره ونې ته نشي رسولای، تر څو د خیني غذا په حیث ورته هغې ته بدلون ورکړي چې په همدغه حال کې یو ګڼ شمیر ونې د وچیدو سره مخامخ کیږي.

نو ددغه پرابلم د له منځه وړلو لپاره باید اصلي ریښه قطع شي ترڅو له یوې خوا دغه اوږده فاصله لنډه او له بلې خوا د جانبې او ویښته رقم (موی مانند) جذبوونکو ریشو انکشاف ته لاره هواره شي. دا هم پداسي حال کې چې اوږدې ریشې بیا دغه نبات د وچکالی په مقابل کې سخت مقاوم کوي.

د پستې دوني شاخونه او تنه بیا د تربانتین په نوم د کمیاوي موادو درلودونکی دی چې ددغه کورنی نوم (Terebenthsceas) له همدغه ځای څخه لاسته راځي[2]

د پستې ډیرښت او د هغه د باغ ایښودل

دنبات پژندنې علم څرګندوي چې پسته دوه ډوله تکثیر کیدای شي.

1- Layering
2- Seedling

خو د اقتصادي چارو څیرونکي بیا د پستې تکثیر ته د تخم په ذریعه ترجیح ورکوي ترڅو یو مناسب Root stock تولید او بیا د پستې یو په زړه پورې (Sion) ورباندې پیوند او تربیه شي نوځکه همدغه یوه لاره د څیرنې زیاته وړتیا لري. چې مونږ هم دلته یوازې د پستې کرنه او د پیوند کولو لارې چاري مطالعه کوو.

د پستې کرهڼه هم بیا د هغه کرنیز ځای له مخې دوه ډوله تربیه کیدای شي.

1- دپستې کرنه په قوریه کې.

2- پستې مستقیماً په کرنیزه سیمه کښې.

چې بیا په خپل وار سره په دغه پورته دوو طریقو کښې یې دویمه دلومړی څخه دلاندې عواملو له مخې داستعمال زیاته ساحه او غوښتونکي لري. چې ټول دغه عوامل د اقتصادي او زماني ضایعاتو د را کمولو له مخې یو له بل سره په پرتله کیدای شي.

1- د ریښې د طبعې خاصیت له مخې د پستې قوریه زیاتې پاملرنې ته اړتیا لري.

خپرونه ۱۳۹۶ ل، دویمه ربع، پرلپسې ۹ امه ګڼه، دری میاشتنې

(c) ketabton.com: The Digital Library

2- دقوریې ځخه د تربیې اصلي موقیعیت ته د نیالګیو وړل داسي یوه پروسه ده چي کیدای شي 15-60% نیالګي په کې وچ او له منځه لاړ شي.

3- که چیرې د قوریې ځخه انتقال شوي نیالګي د وچیدو او خرابیدو ځخه 100% بچ شي خو بیا هم د عاید د ورکړې پروسه (میوه نیونه) د یو کال په اندازه شاته غورځوي. [3]

(1)(۳) شکل دپستي انځور ځرګندوي

د زردالو ونه

کیږي خوزیا ت شمیر ریښي یي د ۲ مترو او ٤ مترو په ژور والي کي عمومیت لري .نو د زردالو ریښئ لپاره ۲ متره ژوروالي په ضرورت دي تول سخت زړي میوي لپاره باید داوبو سطحه له یو متر او یو متر او ۲۵ سانتي مترو ځخه کم نه وي .دزردالو لپاره باید دځمکي پي اچ په ۵-٦,٥ پوري وي . زردالو هم لکه دنورو سخت زړو میوو په شان دزخو دغوړیدو لپاره هواته ضرورت لري خو دډیرو سړو پواسطه له منځه ځي .[8]

د زردالو اقصادي ارزښت

زردالو دټولو سخت زړو میوو دډلي خخه یوازینی سخت زړي میوه ده چه په افغانستان کي په صادراتي میوو

کې ئي ځاي غوره کړي دي اوپه افغانستان کي په تجارتي ډول کرل کیږي .

تر اوسه په افغانستان کي دزردالو ډولونه نه دي پیژندل شوي او په هره سیمه کي ورته دهغوي درنګ ، خوند اوخوړوالي له مخي ورباندي نومونه ایښودل شوي دي خو یوازي دوه قسمونه یي مشهور دي چه عبارت دي له قیسي او امیري ځخه . دنوموړو میوو ځخه په افغانستان کي په مختلف ډول استفاده کیږي لکه د هغي دزړي ځخه په خوړو کي په تازه ډول او همدارنګه وچیږي او کښته تري جوړیږي اوپه کندهار کي ورځخه جیم هم جوړیږي .[1]

(c) ketabton.com: The Digital Library

توجو وړ ندي گرځیدلي .په همدي اساس ځنغوزي یوازي په افغانستان کې ډیر پیداکیږي [3].

د ځنغوزیو اقتصادي غذایي اهمیت او ارزښت

ځنغوزي یوه مغز لرونکي مېوه ده چې په هغه کې **7.5%**ر طوبت او**3%** معد ني مواد لري ۱٤% پروتین ، ٤۹% شخم ، ۲۱% کاربو هایدریت ۲۲% الیاف چی دا معد نی مواد عبارت دي له F2,P,Ca او پکتیت څخه دي همدارنگه شخمي اسیدونه هم لري لکه پالمتیک اسید، سنداسید او ریگ شته .

د ځنغوزیو ونې د نښترو د ونوسره پرتله کېږي رڼا ته پوره اړتیا لري او هم ټاکلي اوبه او هوا د إقلیم نه غواړي . یعني په هر ډول شرایطو کې وده او ژوند کولاي شي او په ځنگلونو کې هم له نورو ونو څخه جلا وده کوی او هم د نورو ځنگلي ونو سره گډه ځنگلي ټولنه جوړوي . (۵: ۵۳-۵۸)[9]

۰۵) بنکل دځلغوزیو انځور خرگندوي

د منو اقتصادي اهمیت

په افغانستان کې منې د انگورو په پرتله په لږه تجارتي پیمانه روزل کیږي د افغانستان اقلیمي او طبیعي شرایط د منو کرلو لپاره خورا په زړه پوري ښکاري. څو کاله پخوا دکابل منې ډیرې مشهورې وې خو متاء سفانه چې هغه ټول باغونه اوس له منځه تللي دي او یوازې دافغانستان په ځینو سیمو کې لکه دوردگ، لوگر ولایتونه او داسې نوروکې اوس د یو زیات شمیر خلکو پاملرنه دمڼو د باغونو کرلو ته اوښتي ده . برسیره پردې دنوموړو سیمو ښوالو دځینې اصلاح شوو منو دجنسونو په استعمال پیل کړي دي.

د مثال په ډول (Red Delicious) او(Golden or Yellow Delicious) په ځینو سیمو کې کرل شوي دي. په همدې ترتیب د ځینو Rootstocks (دمڼو دونو نیله بوټي) لکه ایسټ مالینگ

(c) ketabton.com: The Digital Library

٩ (Eastmalling 9) او مالينګ مرټن ١٠٦(Malling morten 106)استعمالول هم رواج شوي دي .[6]

په افغانستان کي تراوسه پورې مڼي يوازې په تازه دول خوړل کيږي خو په نوره نړۍ کي ورڅخه په يوزيات شمير مختلف شکلونو لکه قطی کړي ، مربا ، شربت ، پای ، او داسي نورو طريقو استفاده کوي . زمونږ دهيواد دمڼو د باغونو دټولي ځمکي اويا دمڼو دونو دشمير په باب تر اوسه پوري په احصائيوي ډول معلومات نشته .

په همدې ډول په يو جريب کې د مڼو دحاصلاتو د اندازي په هکله هم پوره معلومات نه لرو . دځينو باغوالوو سره دليکوونکو دخپلې خولې مرکي څخه داسي څرګنديږي چې د مڼي اوسني باغونه په يو جريب ځمکه کې ٥٥ ونې لري او هره شپږ کلنه ونه په کال کې ١٠٠ کيلو ګرامه مڼې نيسي او که چيري دهر کيلو ګرام مڼو بيه ٢٠ افغانۍ وټاکل شي نو يوه ونه په کال کې د ٢٠٠٠ افغانيو مڼې توليدوي چې په دي ډول په يوکال کې ديو جريب مڼو دباغ ټول حاصلات ١١٠٠٠٠افغانۍ کيږي .د ٢٠٠٤ کال داحصائـي په اساس افغانستان دمڼو کلنی توليد ٦٣٠٠٠ ټنه وو چې په بين المللي مارکيټ کې يې ديو ټن نرخ ٢٩٠ ډالره وو.[5]

٠٦) ښکل د مڼو انځور څرکندوي

نتيجه

دپورتنيو ليکنو او مقايسوی څرګندونوڅخه دې نتيجې ته رسيږو چې مېوه جات دانسانانو دبدن لپاره ډير ضروري دي ځکه چې مېوه جات ديره مهمه منبع دويتامينونواوانرجي دي ،همدغه مېوه جات دي چې دمختلف النوع ويټامينونو دلرلو له کبله دانسان بدن په نارمل ساتي ا وبر سيره پردې دانسان عصبي سيستم فعال ساتل کې خاص رول لري.

مناقشه

لکه چې جوته ده مېوه جات خصوصا الوبالو، ځلغوزي ، مڼه ،پسته ، بادام اوکوپره چې په حقيقت کې اصلي منبع د ويتامينونو ده دنړۍ اکثره پوهانو دپراخي مطالعي او کتني ور ګرزولی دي

(c) ketabton.com: The Digital Library

همداوجه ده چې په عملی څېرنوکې دهری ورځې په تیریدوسره نوی معلومات په دې ډګر کې لاسته راوړي .

تر اوسه پورې چې کوم معلومات ترلاسه شوي دی داسی جوته شوي ده چې دمېوه جاتو په برخه کې معلومات په مختلفو تجربو کې سره توپیر لري اوګټي ئی د انسانانو لپاره ډیري زیاتي دي، نوکوم وخت چې ما خپله څیرنه دنوري نړی دستندرد او عملي څیرنو سره مقایسه کړله ډیر شباهت ئي لره نو په دې اساس زمونږ داڅیرنه د مېوه جاتو په باره کې ډیره اړینه وه.

نتیجه ګیري

دپورتنیو څرګندونوڅخه دې نتیجې ته رسیږو چې دمېوه جاتو په برخه کې ښه معلومات څرګندول ډیر اړین دي ترڅوچې ټول خلک په دې پوه شي چې الوبالو ، پسته ، ځلغوزي دنورو مېوه جاتو تر څنګ دانسانانو لپاره ډیر ګټور مېوه جات دي نوخلک باید ورڅخه استفاده وکړي.

Abstract

Fruits are Prafertive Food items Contain Vitamins, mineral, carbohydrates , Proteins and Fats.

Fruits Containing abundant Vitamins are Lemon , Orange , Kinno which have vitamin C

Other which have minerals are apple, Apricot , Banana, Those ContainSodium , Potassium , Iron , Calcium , magnesium etc. .Some other fruits like Pistachio Pincnats walnuts Contain lipids .

Ripe Cherries are effective in chest and mucrat allness Constiption , bile ablood dyscrasia , Pistacheas , walnuts aPincnuts are amang nuts fraits and Contain Lipids , Pirotein, Carbohydrats add minerals . Such as Phosphorus , Iron Flarme and are also Considered and important somree Q vitamins .

(c) ketabton.com: The Digital Library

وړاندیزونه

دپورتني څیرني څخه زمونږ وړاندیزونه دافغانستان مومن ملت لپاره دادي؟

۱: ددې لپاره چې دانسان بدن ډیره ښه وده اونمو وکړي وي نو باید دمېوه جاتو څخه استفاده وکړي ؟

۲: الوبالوچې ډیر ښه دانسان دبدن ضرورت وړ مواد لري نو بزګرانو ته باید دهغې د کښت په برخه کې لازمه لار ښوونه وشي

۳: منه او زردالو دااسي میوي دي چې په زیته پیمانه سده معدني مواد لري نودهغوي څخه باید زیاته استفاده وکړل شي

۴: پسته او ځلغوزي چې پرسیره په ویتامینونو سره شحمي مواد هم لري نود هغوی کشت ار زرع کول ډیر ضروري دي

۵: دحکومت څخه مو هیله داده چې دمېوه جاتو لپاره دافغانستانپه په ټولو برخو کې فارمونه جوړ اودهغې څخه استفاده وکړل شي؟

مأخذونه

1. سیفي قمرالدین غذایي کیمیا .کابل پوهنتون ۱۳۸۸کال صص ۱۲، ۳۴،۵۶،۷۸
2. ب، م، شیرزاد. (۱۳۶۱هـ ش). د افغانستان پانریزې. دکابل پوهتون. صص ۱۲، ۶۵، ۹۰
3. ب، م، شیرزاد. (۱۳۷۸ هـ ش) . په افغانستان کې د باغونو او بزغلینو روزنه کابل پوهنتون. صص: ۸۷ ، ۹۸،۱۲۵
4. حسیني، سکندر. (۱۳۷۸) . د افغانستان کلک پستي میوې .عامه کتابتون خوست ولای د اطلاعاتواوکلتور ریاست صص: ۵۴،۹۸،۱۳۷
5. دعوتیار، محمد اجمل. (۲۰۱۱) . عمومي زراعت.میهن خپرندویه ټولنه صص۲۳،۵۴،۷۸،۹۰.
6. مشواني، عبدقیوم زاهد. (۲۰۰۲م). کورنۍ طبیب . دانش خپرندویه ټوله صص۱۳۸،۹۰،۹۸،۷۶.
7. ن، ګ،حمزه خیل . (۱۳۵۹) . دنباتاتودتکثیر لارې، کابل پوهنتونصص۶۵،۷۹،۹۷.
8. قاسمي ، نورالدین. (۱۳۹۲هـ ش) . مېوه جات همیشه سبز.انتشارات سعیدصص ۹۷،۲۳۱.
9. راحل، زیارت ګل. (۱۳۷۶ هـ ش) . دافغانستان پانریزي میوې. کابل پوهنتون ص ۷۰.
10. :جویان،محمدیوسف،کیمیا یي غیرعضوي چاپ دوهم طبي علوم پوهنځي کابل(1387 هـ ش صص ۲۳، ۶۷،۸۰، ۱۲۴
11. ۱۰: مصمیم، سردارمحمد،عمومي کیمیا(13 تدریسوي کابل پوهنتون ۱۳۸۸ ش کال صص ۱۲۳،۲۳۰

(c) ketabton.com: The Digital Library

پوهندوی محمدالله مندوزی
د حقوقو او سیاسي علوموپوهنځی
اداره او دیپلوماسي څانګه
برېښنا لیک : prof.mandozay@yahoo.com
ګرځنده شمېرې : ۰۷۹۹۶۹۰۰۷۰ / ۰۷۷۲۳۰۰۳۵۸

د نړیوالو تړونونومسوده

لنډیز

نړیوال تړونونه د ټولونړیوالو (سیاسي، اقتصادي، نظامي، فرهنګي، مذهبي ....) اړیکو د تحکیم او ټینګښت یوه مهمه وسیله او تر ټولو غوره سرچېنه بلل کېږي، چې په خپل ذات کې لرغونی تاریخ لري، یعني له هغې ورځې نه نیولې، کله چې د لومړي ځل له پاره د بین النهرین په سیمه کې ښاري دولتونه رامنځ ته شول، چې په خپلو منځو کې به یې کله دوستانه او کله غیر دوستانه اړیکې درلودې او کله نا کله به یې د یو او بل پرخاوره باندې تیری او تجاوز کاوه، چې د دغو تېریو د مخنیوي او د یو بل حاکمیت ته د درناوي په موخه تړونونه لاسلیک شول. دغه تړونونه د فرانسوي لرغون پوهانو له خوا، چې په دغه سیمه کې یې کندنې کړي کشف شول ، دا تړونونه په یوه ډبرینه تیږه په سومري ژبه لیکل شوې و او اوس مهال د فرانسې د (Laure) په موزیم کې د تاریخي یادګار په توګه ساتل شوې ده . د دغو پوهانو په نظر د دغې لیکنې تاریخ تقریباً (۳۰۰۰) مخکښې له میلاده اټکل شوی دی .

د کارمېتود

د ټولنیزو علومو په برخه کې څېړنه یوازې او یوازی له کتابتونونو او اوسنی تکنالوژۍ څخه ګټه اخیستل دی . نو د دې مقالې په لیکنه کې د ملي او نړیوالو معتبرو کتابونو څخه کار اخیستل شوی دی. په دې هیله چې د قدرمنو لوستونکو تنده به تر یوه بریده ورباندې ماته شي.

موخه

د دې مقالې له لیکلو څخه موخه داده، چې د حقوقو او سیاسي علومو او نورو ټولنیزو علومو د پوهنځیو استادان او محصلان د نړیوالو تړونونو د متن په مسودې باندې پوه شي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

سریزه

د هغې ورځې نه را په دې خوا کله چې انسان الله تعالیٰ دځمکې پر مخ راڅرگند کړ په ابتدایي وخت کې یې تیت او پارگنده ژوند درلود، چې د وخت په تېرېدو سره یې د مدنیت لوري ته پام شو، چې په پایله کې بېلا بېلې بشري ټولنې رامنځ ته شوي . څه ډول، چې له انسان طبیعي جوړښت د انسانیت څخه متآثر دی.

بنآ د یو لړ ستونزو او مشکلاتو سره لاس او گریوان شول . د دا ډول ستونـــزو د هوارۍ په موخه یې پـــه خپلو منځو کې یې د (ټولنیز تړون) پر بنسټ هوډ وکړ، څو د دولتدارۍ داسې یوه هسته جوړه کړې، چې د دوی د ټولنیز ژوند خوندیتـوب تضمین کړي. همغه و، چـې د ټولنیز قرارداد پر بنسټ یې د دولتدارۍ داسې یوه هسته کېښوده، چې زیاتره ستونزی هوارې کړي او د نورو دولتونو سره یې د خپل منځي اړیکو د ټینګښت او سمون په موخه نړیوال کنوانسیونونه لاسلیک کړل دا سلسله اوس هم دوام لري .

د نړیوال تړون متن او دلاسلیک بېلګه
دافغانستان او تاجکستان ترمنځ دپولو او نیک ګاونډېتوب په هکله !
نیټه :   /   /
دافغانستان ولسمشر (   )

د تاجکستان ولسمشر(   )

د تړون سریزه

- ددواړو خواوو دصادقانه ارادو په پام کې نیـول سره، چې د کابل /   /   نیټې پـه هوکړه کېبې انعکاس موندلی دپولو لنجې ددواړوخواوو ترمنځ دنورو ټولو مسایلو سوله ییز هوارۍ.
- که چېرې ددغو هېوادونو ترمنځ په دې هکله کوم پروتوکولونـه په خوا لاسلیک شوي وي په دې ځای کې باید ذکر شي.
- دواړه خواوې اراده لـري، چـې دمتقابل احترام او اعتمـاد فضا رامنځ تـه کـړې، چې مذهبي، کلتوري، مشترکې اړیکې، چې د یو او بل سره یې لري په دې ځای کې باید ورګډې کړې.

(c) ketabton.com: The Digital Library

تړون د دواړو خواوو لاسلیک کوونکي مقامات

دښه نیت(Bone Fide) او ګاوندیتوب، دخاورې تمامیت او دپولو دمصئونیت، په دې هکلهدانساناتو لپاره دتګ او راتګ د شرایطو برابرول.(۱:۵۵)
-د ملګرو ملتونوسازمان په منشورکې درج شوو اصولو ته په پام سره د یو او بل خپلواکۍ او حاکمیت تهدرناوی ددوستانه اړیکوټینګښت او پراختیا.(۲:۶۷)

دتړون ددواړو خواوو لاسلیک کوونکومقاماتو داختیاراتو وړاندی کول

- هغه څوک، چې دغه تړون لاسلیک کوي دپوره صلاحیت څخه برخمن دي، چې نومونه یې په لاندې ډول دي :
- دافغانستان ولسمشر ( )
- // دبهرنیو چارو وزیر ( )
- د تاجکستان ولسمشر)
- // د بهرنیو چارو وزیر( )
- موږ دتړون دواړه خواوې دتړون صحت او اعتبار ته په پوره درنښت قایل یو او دتړون په لاندې شرح باندې هوکړه کوو:

(c) ketabton.com: The Digital Library

دتړون اصلي ګټې

لومړۍ ماده: دتړون دواړه خواوې مني او تائيدوي، چې د تاجکستان – افغانستان ترمنځ دولتي پولې دې په ځانګړو نښو نښانی او هغه پروتوکول، چې لا پخوا په دې باره کې لاسليک شوي، په دې تړون پورې الحاق شي .(۶: ۱۴۴)

دويمه ماده:دواړه خواوې ژمني دي، دهغه پروتوکول په اساس، چې دامنيت او همکارۍ په برخه کې لاسليک شوې دي، دهرډول احلالګرومخنيوې به کوي او دپولو په اوږدو کې به دامنيت په ساتنه کې مرسته کوي.

درېيمه ماده: دغه نښاني شوې پولې په هېڅ صورت سره دبدلون وړ نه بلکې قطعي دي.

د ستونزو د هواريلارې چارې

څلورمه ماده: دپورته ذکر شوی تړون دتفسير په هکله که کومه ستونزه رامنځ ته شي، بايد په پوره درنښت په سوله ييز ډول هواره شي.که چېرې مسقيمې خبرې اترې، منځګړتوب اونور مېتودونه نتيجه ورنه کړې، موضوع بايد محکمې ته واستول شي. دمحکمې پرېکړې ددواړو خواوو لپاره الازم لاجرا دي او دمحکمې لګښت به ددواړو خواوو په غاړه وي. (۳: ۳۵)

د حالاتو بدلون

پنځمه ماده: دفورس ماژور حالت(Force Majeure) له هغه حالت څخه عبارت دي، چې د تړون د پلي کېدو په بهېر کې په طبيعي بڼه رامنځ ته کېږي. لکه زلزله، اورلګيدنه، د ريل ګاډي چپه کېدل، په اوبو کې د کشتيو عرق کېدل، د الوتکې سقوط ..... د داسې پېښو په رامنځ ته کېدو سره خساره لېدونکې خوا په مقابل لوري باندې د خسارې د جبران حق نه لري او که په تړون کې له وړاندېدا ډول ماده ذکر نه شي يو او بللورې پر يو او بل باندې د خسارې د جبران حق لرې او د خسارې د غوښتلو دعوا کولی شي.(۹: ۵۶)

د تړون اجزاو ته کتنه

شپږمه ماده:- دم.م منشور(۱۰۲) مادې دحکم په اساس نړيوال تړونونه بايد د ملګرو ملتونو سازمان په دارالانشآ کې ثبت او راجستر شي.(۴: ۱۰۲)

د نافذيدو نېټه

اومه ماده :- نوموړي تړون بايد دکورنيو قوانينو پر بنسټ تصويب شی.(۷: ۹۲)
اتمه ماده :-داسنادو تبادلې ته دنافذېدو حالت وايي او داجرا وړ ګرځي.(۸: ۶۶)

د تړون لاسليک کوونکي

نهمه ماده :-دتړون خواوې، چې دپوره صلاحيت څخه برخمني وي . دغه تړون لاسليک کوي.

د تړون د لاسليک نېټه او د لاسليکوونکو نومونه او مسئوليتونه

کابل : نېټه :- / /
( ) د تاجکستان ولسمشر
( )دافغانستان ولسمشر

(c) ketabton.com: The Digital Library

د تړون د لاسلیک پرمهال د شاهدانو نومونه
اوسنی تړون او درې نور پروتوکولونه او ضمایم یې دښاغلو هریو:
(   ) د ملګرو ملتونو سازمان سرمنشي
(   ) دمتحده ایالاتو دبهرنیو چارو وزیر
(   ) دروسیې دبهرنیو چارو وزیر

پایله

د نړیوالو عمومي حقوقو ټولو شخصیتونو ته لازمه ده، چې د خپلمنځي (اقتصادي، سیاسي، نظامي، فرهنګي، مذهبي او نورو) اړیکو د ټېینګښت په موخه ټول نړیوال تړونونه د ټولو نړیوالو معیارونو سره سم، چې د ملګرو ملتونو سازمان په منشور کې درج شوي لاسلیک کړي، څو یې حقوقي اعتبار ته صدمه ونه رسېږي. د نړیوالو کنوانسیونونو مفهوم ډېر لرغونی تاریخ لري، چې د مقالې په متن کې یې یادونه هم شوې ده دا ډول کنوانسیونونه د دولتونو د رامنځ ته کېدو سره سم رامنځ ته شوې، څو د دغو دولتونو او نورو نړیوالو حقوقي شخصیتونو ترمنځ اړیکې تنظیم او اداره کړې . لدې پرته به نړیوالې اړیکې بې نظمه او هېڅکله به نړیوال نظم او انسجام رامنځ ته نشي.

مناقشه

په نړیواله ټولنه کې اوسېدل ددې سبب کېږي، چې دولتونه د خپلو متقابلو نړیوالو ګټو په ساتلو سره د نړۍ د هېوادونو
سره اړیکو ته ور داخل شې، څو وکولی شې د خپلو خلکو اقتصادي، سیاسي او نورې اړتیاوې پوره کړې. دا هغه
اړتیاوې دي چې هېڅ یو دولت به ونشي کولی، چې په یوازې توګه هغې ته لاس رسی ولرې. دولتونه د یوې ورځې
نه بلې ورځې ته د داسې حالاتو سره مخامخ کېږي، چې د نورو دولتونو سره د اتحاد او یووالي داسې تړونونه لاسلیک
کړي، چې په پایله کې په نړیواله او سیمه ییزه کچه د نړیوالې سولې او امنیت د ټینګښت په لاره کې د دولتونو ترمنځ
په زړه پورې همکارۍ رامنځ ته شې، چې ډېرې مثبتې اغیزې د ځان سره لري. دلته پوښتنه پیدا کېږي، چې ایا دغه
نړیوال تړونونه به د نړیوالو شخړو په هوارۍ کې اغیزمن نقش لوبولی یا خیر؟

(c) ketabton.com: The Digital Library

په دې هکله باید د ملګرو ملتونو سازمان هڅو ته مراجعه وشي، چې په خپل تشکیل کې یې د نړیوالو معتبرو اسنادو د تدوین

او تصویب لپاره د نړیوالو حقوقو کمیسیون (ILC) په نوم سره یوه ادراه جوړه او تاسیس کړه، چې د نړیوالو تړونونواو

نورو نړیوالو اسنادو په تدوین او تصویب کې ارزښتناک نقش لوبوي، چې اوس مهال د دا ډول نړیوالوتړونونو او نورو

نړیوالو اسناد شتون سلګونو ته رسېږي، چې په دې ځای کې یې یادونه لږ څه ستونزمنه ښکاري.

په هر صورت د دا ډول نړیوالو اسنادو شتون په نړیواله کچه نسبي سمون او انسجام راوستې او دا لړۍ اوس هم دوام لري.

او همدارنګه ملګري ملتونه د خپلو همکارو سیمه ییزو سازمانونو له لارې هم دغو ستونزو ته لاس رسۍ لري.

د یادولوړ ده، چې نړیوال تړونونه د نړیوالي همکارۍ په برخه کې اغیزمن واقع شوې او تمام شوي دي . هیله دا ده،

چې پورته ذکر شوې نړیوال تړونونه د ورځني ژوند د اړتیاو له مخې د نړیوالې همکارۍ او د نړیوالې سولې او امنیت د

ساتنې لپاره ګټور تمام شي.

نتیجه ګیري

ګرانو لوستونکو! له دې څېړنې څخه لاندې نتیجې او پایلې په لاس راځي:

۱- بې له شکه، چې نړیوال تړونونه د ټول بشریت هر اخیز نظام اداره کوي، چې د کمزوریو او نیمګړتیاو څخه ډک دی،

نو د دغو کمزوریو او نیمګړتیاو د له منځه وړلو له پاره د نړیوالو تړونونو او کنوانسیونونو لاسلیک یوه اړتیا ده.

۲- نړیوال تړونونه د هغو مقرراتو څخه عبارت دي، چې ټاکلي حقوقي موضوعات کنټرولوی او اداره کوي.

۳- نړیوال تړونونه مو په نړیواله کچه د یوه ځانګړې نظم او انسجام سره مخ کوي، چې د دولتونو له خوا لاسلیک

او تصویبیږي.

خېرونه میاشتنۍ درې ګڼه، ۱امه ګڼه، پرلپسې ۹ ربع، دویمه ل، ۱۳۹۶ ل

(c) ketabton.com: The Digital Library

۴- نړیوال تړونونه، په نړیواله کچه د نړیوالو عمومي حقوقو د شخصیتونو ترمنځ فرهنګي، سیاسي، اقتصادي، نظامي .... اړیکی اداره کوي، نه یوازې په لاسلیک کوونکو هېوادونو؛ بلکې نا لاسلیک کوونکو هېوادونو باندې هم خپلې اغیزې شندي،

چې باید رعایت یې کړې.

۵- نړیوال عمومي حقوق د ټولو نړیوالو مسایلو اساس او بنسټ بلل کېږي، نو په کار ده، چې د نړۍ ټول دولتونه په

خپلو منځو کې دا ډول نړیوالو تړونونه لاسلیک او د پلې کېدو لپاره کلکه اراده ولرې.

۶- د ځېړنې په پای کې دې تنیجې ته رسېږو، چې نړیوال تړونونه نه یوازې په سیاسي ژوند؛ بلکې په اقتصادي، فرهنګي .... برخو کې هم لاسلیک شوې دي.

۷- د نړیوالو تړونونو پلې کېدل د دولتونو په اخلاقي مسئولیت او ملي ګټو پر بنسټ ولاړ دی، چې اخلاقي، سیاسي، اقتصادي، حقوقي، علمي، فرهنګي، هنري او دېته ورته نورې لاسته راوړنې د ځان سره لري.

۸- د لیکنې په پایله کې ویلې ش، چې نړیوال تړونونه د دولتونو د ګټو د ټک، عدم دلچسپي او د نه همکارۍ له امله د سقوط

سره مخ کېدای شي.

سره ددې، چې په نړیواله کچه ښه پرېمانه نړیوال تړونونه او نور معتبر قوانین او اسناد شتون لرې، ولې بیا هم څه

ډول، چې لیدل کېږي، نه دې مراعات شوې. دا چې نړیواله سوله او امنیت د ټول بشریت ګډ ارمان دی، لا تر اوسه نه

دی پوره شوی.

د نړیوالو عمومي حقوقوټولو شخصیتونو او په ځانګړي توګه دولتونو ته لازمه ده، چې د نړیوالې سولې او امنیت د ټینګښت

، نړیرالې همکارۍ او تودو او ګرمو نړیوالو اړیکو د ټینګښت لپاره ګډه مبارزه وکړي؛ څو مطلوب هدف ته ورسېږي.

وړاندیزونه

افغانستان د نړۍ د هېوادونو څخه یو هېواد دی، چې خپل ملي او نړیوال مسؤولیتونه لري او د ټولو ملي او نړیوالو قوانینو

تابع دی، چې د خپلو ملي او نړیوالو ګټو د خوندېتوب په خاطر ورته لازمه ده چې:

۱۳۹۶ ل، دویمه ربع، پرلیسي ۹ امه ګڼه، درې میاشتنۍ خپرونه

(c) ketabton.com: The Digital Library

۱- د سیمه ییزو او نړیوالو تړونونو غړیتوب ترلاسه او په هغوی کې فعال ګډون وکړي.

۲- د ګاونډیو او د نړۍ د هېوادونو سره داسې تړونونه لاسلیک کړې، چې افغان ولس ته یې خیر ورسیږي او په دې توګه ملي

او نړیوالې ګټې خوندي شي.

۳- د سیمه ییزو او نړیوالو شخړو په هوارۍ کې باید د نړیوالو عمومي حقوقو او د ملګرو ملتونو په منشور کې د درج شوو

اصولو او مېتودونو څخه کار واخېستل شي.

٤- افغانستان باید په سیمه کې د ګاونډیو هېوادونو پر وړاندې متوازن سیاست غوره کړي، څو وکولی شې خلک یې د هر ډول

بهرنۍ لاسوهنې څخه مصؤون پاتې شي.

۵- افغانستان باید په ټولو تعلیمي (لوړو او نیمه لوړو) مؤسسو کې د نړیوالو مسایلو تدریس مروج کړي، چې وګړې یې وکولی شې د دا ډول مسایلو سره پیژنګلوي پیدا کړي.

۶- د افغانستان د بهرنیو چارو په وزارت کې باید ځوان او مسلکي وګړي په کار وګمارل شي، څو د افغانستان د بهرنې سیاست

په برخه کې اغیزمن ګامونه واخلي.

۷- افغانستان باید د تل لپاره یو ستراتیـژیک دوست هېواد ولرې، چې د بهرنیو هېوادونو د لاسوهنې پر مهال یې ملاتړ وکړي.

۸- افغانستان باید د نړۍ د هېوادونو د مرستو څخه په پلانې او سالمه توګه ګټه واخلي.

۹- د پورته مقصدونو لپاره افغانستان باید یوه سالمه او کاري باتجربه اداره جوړه او د کارونو د اجرآ په خاطر مسلکي کادرونه

په مناسبو ځایونو کې ځای پر ځای کړې .

۱۰- ټولو نړیوالو حقوقي شخصیتونو ته لازمه ده، چې د نړیوالې سولې او امنیت د ټینګښت په خاطر په ټولو نړیوالو قوانینو

عمل وکړې او د یو او بل سره په دې برخه کې همکارۍ و کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

Abstract

International treaties are an important tool and the best source of(political, economic, military, cultural and religious) for supporting and sustaining international relation which has an ancient history . It took place for the first time , when urban government appeared in areas of beninnahrin. Some time they would have friendly and some time unfriendly relationship and even some times they were trespassing on each other . in order to prevent these aggression and have mutual respect , they agreed and signed international treaties . these treaties discovered a language . This discovery is kept in the laure museum , fence . According to them, this piece of historical writing has aout 3000 bc.

ماخذونه

۱- دفتري، احمد.(۱۳٤٥هـ ش). سازمان ملل متحد ونقش ان درحفظ صلح جهاني،تهران:کتابخانه حبيبي.

۲- شيرزاده، حميرا.(۱۳۸۱ هـ ش) . فرهنگ روابط بين المللي، تهران: نشرات وزارت امورخارجه

۳-صدر جواد.(۱۳۵۰ هـ ش) . تاسيسات و سازمانهای بين المللي، تهران: موسسه علوم سياسي وحزبي.

۴- طراز کوهي، حسن شريفي.(۱۳۸۸ هـ ش)حقوق بين الملل عمومي، تهران: نشر ميزان. ۵

- قايم مقام فرهاني،سيد عبدالمجيد.(۱۳۷۹ هـ شيخ زايد پوهنتون).حقوق بين المللي و سازمانهای بين المللي، تهران: دانشگاه تهران.

۶-گنجي، منوچهر.(۱۳۵۲ هـ ش). سازمان ملل درتيوري، تهران: کتابخانه حبيبي.

۷- مندوزی، محمدالله.(۱۳۹۱ هـ ش). د نړیوالو سازمانونو د رامنځ ته کېدو تاریخي بهیر، خوست: خیدر خېل ادبي بهیر.

۸- مقتدر، هوشنگ. (۱۳۷۸هـ ش). حقوق بين الدول عمومي، تهران: وزارت امور خارجه.

۹ - موسی زاده.(۱۳۷۷ هـ ش).حقوق معاهدات بين المللي، تهران:دانشگاه روابط بين المللي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

پوهندوی حکم خان حبيبي
کرنې پوهنځی
د باغدارۍ څانګه
ګرځنده شمېره : ۰۷۴۴۶۷۷۰۷۱
ایمېل ادرس: hukumkhanhabibi@gmail.com

د منو په وده، کیفیت او حاصل باندې د نایتروجن اغېزې

لنډیز

د منو په وده،کيفيت او حاصل باندې نايتروجن مهم تاثير لري. نايتروجن د کلوروفيل، نيوکليک اسيد او امينو اسيدونو ترکيبي جز شمېرل کیږي او نويو انساجو او حجراتو په تقسيم کې مهمه ونډه لري. خو نايتروجن هم د يوې غذايي منبع په توګه د منو په کيفيت او حاصل باندې ځانګړي تاثيرات لري.په نباتي تغذيه کې غذايي عناصر خصوصاً زيات مصرفه عناصرځانګړی ارزښت لري چې په نشتون کې يې نباتات نشي کولی چې خپله نورماله وده تکميل او ښه حاصل ورکړي. د منو ونې نايتروجن له مختلفو لارو څخه ترلاسه کوي او د قلت د نښو څخه علاوه يې د پاڼو تغذيه يوه ښه طريقه شمېرل کیږي. د نايتروجن زيات مقدار استعمال هم د پاڼو او جسمي زياتې ودې باعث ګرځي چې په نتيجه کې د ميوېکيفيت خراب او د امراضو په مقابل کې حساسيت ډېروي او حتی د پخيدنې نه وړاندې د ميوې د تويیدنې سبب ګرځي.

سريزه

نايتروجن د منو په انکشاف،حاصل خېزۍ او کيفيت باندې ځانګړي اغېزې لري البته د نايتروجنې سرو ورکړه، د خاورې د حاصل خېزي،نوع او د ونو په عمر پورې تړلي ده.په بعضو خاصلخيزو خاورو کې د غذايي عناصرو اندازه تر درېيمې برخې پورې هم راکميږي، په ځينو سيمو کې يوې ونې ته د (۵۰) کيلوګرامه حيواني سرې ترڅنګ (۳۵۰) ګرام نايتروجن يوې ونې ته ورکول کیږي خو په پوره رسېدلو ونو کې (۲۵) کيلوګرامه حيواني سره او (۲۵۰) ګرامه نايتروجن کفايت کوي. د نايتروجن د قلت په صورت کې د منو وده ضعيفه،د ښاخونو اوږدوالی کم او د مېوو سايز او رنګ کم او تغير وي. د منو د مېوې خالص وچ وزن د غوټۍ سپړلو څخه د مېوې د حاصل تر راټولولو پورې د نايتروجن د ټيټ استعمال څخه تر لوړ استعمال په تناسب دوه چنده شوي او د مېوې وزن د (۱۳۰) ګرامه څخه تر (۱۸۰) ګرامه پورې لوړ شوی دی اما پاتې دې نه وي چې د حد نه زيات استعمال يې خصوصاً په ناوخته د سپرلي په موسم کې په خاوره او بالاخره ونه کې د

(c) ketabton.com: The Digital Library

نایتروجن د زیاتوالي سبب ګرځي، چې په نتیجه کې یې جسمي وده زیاته،د مېوې رنګ ضعیف او د ساتنې په وخت کې د ستونزو د رامنځته کېدو باعث ګرځي.

د منو نوې ځانګې، پاڼې او مېوه،نایتروجن متفاوت مقدار ته ضرورت لري، په ځانګو او پاڼو کې د نایتروجن عمومي مقدار د غوټۍ له سپړلو څخه دځانګو تر نهایي ودې پورې زیاتیږي او له هغه وروسته د مېوې د حاصل ترټولولو پورې ثابت پاتې کیږي. په هغو خاورو کې چې درې فیصده عضوي مواد ولري د یو کال په موده کې د منرلاني تغیراتو په پروسه کې چېکوم نایتروجن خاورې ته ازادیږي یوازې ۶۰ سلنه یې د ونو په ذریعه جذبیږي.بناً د نایتروجن د جذب اندازه د یو مهم فکتور په توګه په نظر کې نیول کیږي.

موخې

ددې مقالې د لیکلو اساسي موخې د منو په حاصلاتو او کیفیت باندې د نایتروجن د استعمال اغېزې معلومول دي ترڅو له یوې خوا د هېواد په کچه ګرانو بزګرانو،محصلینو او استادانو ته اړین علمي معلومات تهیه او ترتیب او د هغوی نه په ګټې اخېستنې د منو د تولید په برخه کې د اړونده شته ستونزو ځواب ووایو، دا چې منه د هېواد د مهمو مېوو له جملې شمېرل کیږي نو بناً اړینه بلل کیږي چې پدغه برخه کې د موضوع اړونده موثق علمي معلومات راټول شي.پدې مقاله کې به دغه لاندې څو پوښتنو ته ځواب وویل شي.

۱: نایتروجن یا ناتیروجني سره په کومو مرحله کې د منو باغونو ته ورکړل شي؟

۲: په څومره مقدار ورکړل شي؟

۳: تاثیرات یې د مېوې په رنګ، سایز او خوند څه دي؟

۴: په حاصل او بالاخره په اقتصادي لحاظ کوم توپیرونه رامنځته کیږي؟

د کار مواد او مېتود

ددې علمي مقالې کړنلاره کتابخانه یي څېړنه ده او په ترتیب کې یې د معتبرو او موثقو علمي کتابونو،مقالو، د پوهنتونونو او علمي مراکزو له معتبرو وېب سایټونو او نورو علمي ماخذونو څخه ګټه پورته شوي او دیوه ځانګړي غوراوي او دقت نه وروسته ترتیب شوي ده.

د منو د ونو سره د نایتروجن ضرورت او ورکړې رابطه

کله چې د مېوه جاتو باغونو ته د کېمیاوي سرې د ورکړې په اړوند خبرې کیږي نو حتمي ده چې نایتروجن د ضرورت او عرضه کولو موضوع په نظر کې ونیول شي.د پسرلي په لومړیو کې د ونو جسمي وده او چتر جوړېدو او د مېوې د تشکیل او ودې لپاره د نایتروجن لوړ مقدار ته ضرورت دی

خېرونه ۱۳۹۶ ل، دویمه ربع، پرلیسې ۹ امه ګڼه، درې میاشتنۍ خېرونه

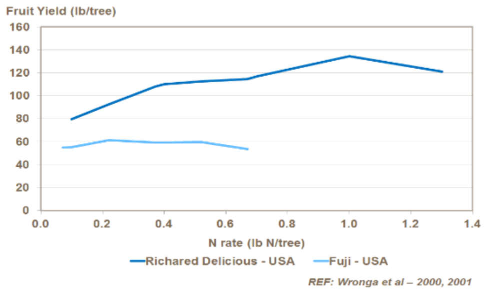
(c) ketabton.com: The Digital Library

خو د نيمايي فصلپه وروستيوکي د مېوې د کيفيت لپاره د نايتروجن نورمال مقدار ته ضرورت دی. د منو نوې ځانگې، پاڼې او مېوه،نايتروجن متفاوت مقدار ته ضرورت لري، په ځانگو او پاڼوکي د نايتروجن عمومي مقدار د غوټۍ د سپرلو څخه دځانگو تر نهايي ودې پورې زياتيږي او له هغه وروسته د مېوې د حاصل ترټولولو پورې ثابت پاتې کيږي.(۱)

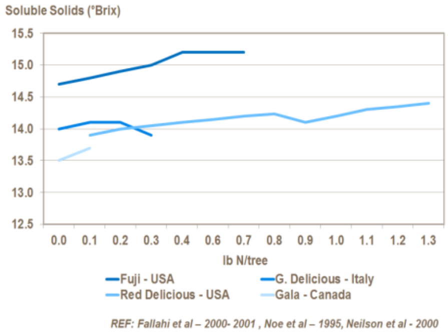
د نايتروجن د قلت په صورت کې د مڼو وده ضعيفه،د ښاخونو اوږدوالی کم او د مېوو سايز کوچنی وی. د مڼو د مېوې خالص وچ وزن د غوټۍ د سپرلو څخه د مېوې د حاصل تر راټولولو پورې د نايتروجن د ټيټ استعمال څخه تر لوړ استعمال په تناسب دوه چنده شوي او د مېوې وزن د (۱۳۰) گرامه څخه تر (۱۸۰) گرامه پورې لوړ شوی دی اما پاتې دې نه وي چې د حد نه زيات استعمال يې خصوصاً په ناوخته د سپرلي په موسم کې په خاوره او بالاخره ونه کې د نايتروجن د زياتوالي سبب گرځي چې په نتيجه کې يې جسمي وده زياته،د مېوې رنگ ضعيف او د ساتنې په وخت کې د ستونزو د رامنځته کېدو باعث گرځي. چې ياده موضوع په لاندې گرافونو کې واضح شويده. (۱۰)تحقيقاتو ښودلي دي چې تر يو منا سب حده پورې د نايتروجن د مقدار په زيادت سره د ميوې وزن زياتيږي چې په نتيجه کې يې عمومي حاصل هم ډيريږي ليکن زيات مقدار يې د مېوې د وزن د کموالي سبب کيږي ځکه چې هلته متقابله جسمي وده زياتيږي او په جسمي وده کې د زياتوغذايي موادو د مصرف له امله په ميوه منفي تاثيرات پريوځي (۱- شکل). د ناتيروجن په زياتوالي سره د انواعو په تفکيک د مېوې په قندي موادو کې زياتوالی راځي، چې دلته د نايتروجن د استعمال او د TSS ترمنځ مستقيما رابطه موجوده ده (۲- شکل). همدارنگهد نايتروجن زيات مقدار استعمال د ميوې په رنگ با ندې منفي اغيزې لري او د ميوې رنگ ضعيفه کيږي (۴- شکل). په ځنگ کې د ميوې په نرم والي او سختوالي باندې هم برعکس اغيزې لري (۳- شکل).په شکل کې څرگنديږي چې د نايتروجن د مقدار په زياتوالي سره په درې واړو مختلفو نوعو کې د نايتروجن د استعمال په زيادت سره د مېوې نرموالی زياتيږي. چې دا د مېوې په انتقال او ساتلو باندې منفي اغېزې لري. نو د نايتروجن په استعمال کې بايد پوره دقت وشي چې د نايتروجن په زيادت سره په حاصل او قندي موادو اندازه کې زياتوالی راځي خو ځيني نورو خواصو باندې بر عکس منفي اغيزې لري نو د تجزيې او دقيق تحليل نه وروسته بايد د مناسب مقدار سپارښتنه وشی. پاتې د نه وي چې منو د انواعو او وراټيو تر مينځ هم د نايتروجن د ضرورت په برخه کې تفاوت ليدل کيږي چې په گرافونو کې د (Fuji, Gala, Red Delicious and Golden Delicious) تر مينځ تفاوت په واضح ډول ښکاری . (۵)

خيرونه مياشتنۍ درې ګڼه، ۱امه ګڼه، ۹ پرليسې، ريع، دويمه ل، ۱۳۹۶

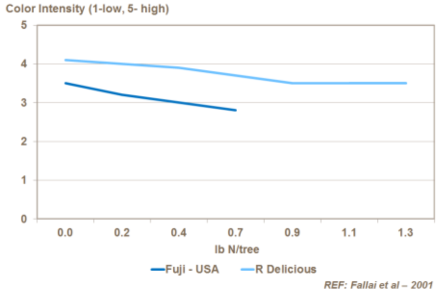
(c) ketabton.com: The Digital Library



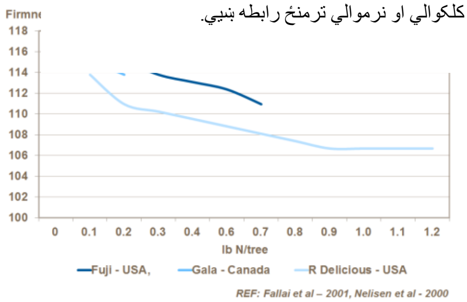
۱- شکل : د نایتروجن د استعمال او حاصل ترمنځ رابطه



۳- شکل : د نایتروجن د استعمال او د میوې د کلکوالي او نرموالي ترمنځ رابطه ښیي.



۲- شکل : د نایتروجن د استعمال او د میوې د



۴- شکل : د نایتروجن د استعمال او د میوې د رنګ ترمنځ اړیکه

ونو ته د نایتروجن علاوه کول د تېر موسم د ودې او د ونو د نایتروجن د مقدار پورې تړلی ده،څکه د لومړنۍ ودې لپاره په ونو کې کافي مقدار نایتروجن په پسرلي کې موجود وي.تحقیقاتو ښودلي دي چې د منو په ونو کې د سپرونو د تشکیل او د پاڼو د ودې لپاره په ونو کې ذخیره شوي نایتروجن ځخه ګټه اخیستل کیږي. (۳)

باغونو ته د سرې ورکړه،په خاوره کې د عضوي موادو په موجودیت،د خاورې د تودوخې په درجې او رطوبت پورې تړلي ده،د نایتروجن دوهمه منبع په طبیعتوګه د خاورې د منرلایزیشن د پروسې په جریان کې د نایتروجن علاوه کېدل دي.د نایتروجن دریمه منبع خاورو ته د نایتروجن علاوه کول دي چې خاورو ته او یا هم پاڼو ته د محلول په شکل د سپرې یا پاشلو په ذریعه علاوه کیږي. (۶)

نایتروجن د عرضې او تقاضا موضوع په ونو کې د موجوده نایتروجن د اندازې پورې تړلي ده چې د منو په برخه کې د پاڼو تجزیه ښه میکانیزم دی چې په لاندې جدول کې ښودل شوی دي.

جدول : د ونو عمر په نظر کې نیولو سره په پاڼو کې د ضرورت وړ نایتروجن فیصدي

(c) ketabton.com: The Digital Library

د ونو نوع	د نایتروجن د ضرورت وړ اندازه (٪)
د منو ځوان نیالګي	۲،۴ - ۲،۶ پورې
رسېدلي ونې البته هغه نوع چې د تازه خوراک لپاره وي	۱،۸ –۲،۲پورې
رسېدلي ونې چې د پروسس لپاره وي	۲،۰ –۲،۴پورې

د پاڼو په تجزیه کې باید له ډېر احتیاط څخه کار واخېستل شي،ځکه چې مختلف عوامل په پاڼو کې د منرالونو په ترکیب او موجودیت اغېزه لري.په خاصه توګه د حاصل مقدار او د ونو جسمي وده په هغو ونو کې چې زیات حاصل ورکوي د نایتروجن مقدار لوړ وي نسبت هغو ونو ته چې د مېوې او حاصل په نسبت یې جسمي وده زیاته وي.ځکه زیاته جسمي وده په زیات مقدار نایتروجن مصرفوي. په منو کې بې حاصله موسم (off season) د حاصل لرونکي (on season) کم نایتروجن لري.د یادونې وړ ده چې د پاڼو نمونې باید په ډېر دقت واخېستل شي او همدارنګه په تجزیه او تحلیل کې یې پوره احتیاط وشي، ترڅو یې په رڼا کې د نایتروجن د مقدار په هکله لازمې سپارښتنې وشي.(۴)

د ونو وده په سیده توګه د نایتروجن مقدار پورې تړلې ده، د ځوانو ونو سریعه نمو د جسمي ودې د تشکیل او وختي حاصل ورکونې په موخه کافي نایتروجن ته اړتیا لري. د ځوانو ونو د نمو لپاره د پاڼو د نایتروجن مقدار باید د ۴،۲ تر ۲،۶ فیصده پورې ورسیږي خو کله چې پوخوالي ته نږدې کیږي نو جسمي وده یې کمزوري کیږي نو د مېوې د ښه کیفیت،رنګ او د ساتنې مودې لپاره باید د نایتروجن اندازه کمه شي.(۱)

نایتروجن (یوریا) د ورکړې مناسب وخت

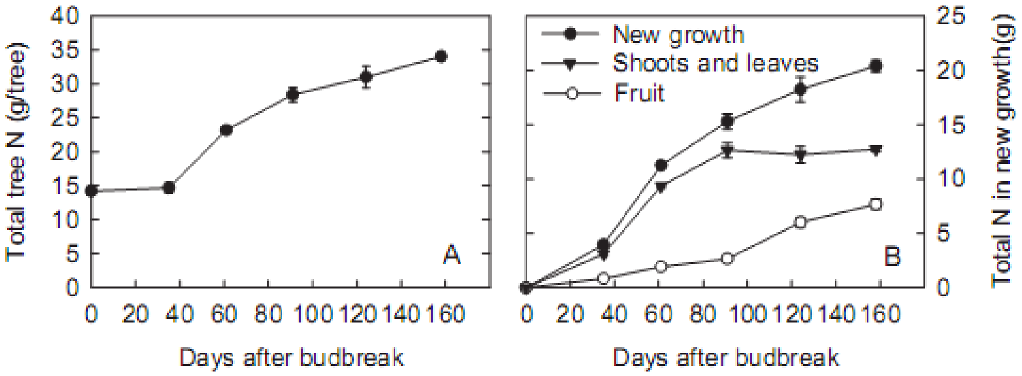
د نایتروجن د ورکړې لپاره کوم وخت مناسب دی؟ په اصولو کې نایتروجن هر وخت ونو ته ورکول کیږي پدې شرط چې په ونو کې په نمویي فصل کې د نایتروجن کمبود ولیدل شي، لاکن ښه نتیجه هغه وخت ورکوي چې د نمویي فصل د نایتروجن ضرورت په نظر کې ونیول شي هغه داسې چې د نمویي فصل په لومړیو کې د چتر د جوړېدو یا جسمي ودې او د مېوې د تشکیل او نمو لپاره زیات نایتروجن ته اړتیا لیدل کیږي.حال دا چې د مېوې د کیفیت لپاره یوازې نورمال سپارښت شوې اندازې ته ضرورت دی.(۲)

د نایتروجن د ورکړې لپاره دوه وختونه سپارښت شوي دي چې یو د غوټیو د سپړېدو څخه د ځانګو د چتکې ودې له وخته او دوهم د نمویي فصل په اخرو کې کله چې د خاورو د لارې د

(c) ketabton.com: The Digital Library

نايتروجن علاوه کول د مېوې په کيفيت باندې تاثير ونه لري يعني فقط د مېوې د راشکولو څخه لږه موده وړاندې او يا هم د حاصل د راټولولو څخه په عاجله توګه وروسته.

په ۵- شکل کې ښکاري چې د غوټې د سپېرلو څخه وروسته تر ۴۰ ورځو پورې د نايتروجن کم مقدار ته ضرورت لري، ولي د ۴۰ ورځې څخه وروسته تر ۱۶۰ ورځو پورې د نايتروجن ضرورت د ورځو په تيريدو سره زياتيږي. له بلې خوا د شاخونو او پاڼو لپاره د غوټې د سپېرلو څخه تر ۱۰۰ ورځې پورې د نايتروجن ضرورت ډيريږي ولي وروسته ورځو کې د نايتروجن ضرورت ثابت حالت غوره کوي. په ۶- شکل کې ښکاري چې د غوټې د سپېرلو څخه وروسته تر ۴۰ ورځو پورې د نايتروجن د ضرورت وړ اندازه ثابته (۱۵) ګرامه نايتروجن پر ونې ښودل شوی، ولي د ۴۰ ورځې څخه وروسته تر ۱۶۰ ورځو پورې د نايتروجن د ضرورت اندازه په تدريجي ډول د ورځو په زياتوالي سره زياتيږي.



۵- شکل : د غوټيو د سپېرلو نه وروسته د ورځو د شمېرپه زياتوالي سره په يوه ونه کې د نايتروجن مقدار ښيي.

ډېرو تحقيقاتو ښودلې ده چې د نيمايي فصل په لومړيو کې د نايتروجني سرې استعمال د پاڼو د انکشاف او د مېوې د غټوالي باعث ګرځي، حال دا چې د منې يا خزان په اواخرو کې د نايتروجن استعمال د راتلونکي کال لپاره د نايتروجن د ذخيرې سبب ګرځي چې په نتيجه کې د پاڼو د مېوې د انکشاف باعث ګرځي. ددې ترڅنګ بايد په ځمې کې د مينځل کيدو (Leaching) په ذريعه د نايتروجن ضايع کېدل هم بايد په نظر کې ونيول شي نو ښه داده چې د غوټيو د سپېرلو د ګلپاڼو د تويېدو ترمنځ مرحله کې نايتروجني سره استعمال شي ترڅو د ونو د نوې شروع شوې فصل اړتيا پوره کړي. (۶)

(c) ketabton.com: The Digital Library

که چېرته (۲۰ پونډه) خالص نایتروجن په یوه جریب کې استعمال شي نو په دوه بېلو بېلو وختونو کې باید علاوه شي.لومړۍ نیمه برخه د غوټیو د سپړلو ځخه دوه اونۍ وروسته او دوهمه نېمايي برخه د ګلپاڼو د تویېدلو ځخه وروسته سپارښت شوي ده البته په شګلنو او هغو خاورو کې چې د عضوي موادو اندازه یې کمه وي او یا هغه ورایټیو کې چې د مېوې کیفیت یې دنایتروجن سره حساس نه وي ښه داده چې په مختلفو وختونو کې د پسرلي ځخه د اوړي تر اخره پورې استعمال شي.(۴)

د نایتروجن د استعمال اندازه

څومره نایتروجني سره باید استعمال شي؟ ددې پوښتنې ځواب په لاندې دریو فکتورونو پورې تړلی دی. لومړۍ د ونې د نایتروجن د اندازې پورې،دوهم د خاورې ځخه په طبیعي توګه دنایتروجن د اخېستلو پورې او دریم د ورکړل شوې سرې د جذب د اندازې او موثریت پورې.په ګڼو ونو لرونکو باغونو (High Density Plantings) د نایتروجن کلني استعمال اندازه (۲۵ –۴۰ پونډه) پورې په یوه جریب کې رسیږي. خو د خاورو په عضوي موادو اندازه تودوخې درجه او رطوبت هم په نظر کې نیول کیږي.په خاوره کې په طبیعي توګه د منرالي تغیراتو په پروسه کې د نایتروجن د ازادېدو اندازه د عضوي موادو په موجودیت پورې تړلي ده.په هغو منرالي خاورو کې چې ۳ ٪ عضوي مواد ولري د یو کال په موده کې د منرالي تغیراتو په پروسه کې چې کوم نایتروجن خاورې ته ازادیږي یوازې ۶۰ سلنه یې د ونو په ذریعه جذبیږي، په همدې اساس د نایتروجن د جذب اندازه د یو مهم فکتور په توګه په نظر کې نیول کیږي.(۲)

د نایتروجن د استعمال طریقه

تجاربو او تحقیقاتو ښودلي ده چې د نایتروجن داستعمال طریقه د ضرورت وړ اندازې سره تړاو لري، که چېرې نایتروجني سره د پاڼو د لارې د محلول په ذریعه ورکول شي نو په کمه پیمانه نایتروجن ته ضرورت لري.ځکه چې پدې طریقه کې د جذب موثریت زیات وي.د نمویي فصل په لومړیو کې د پاڼو په ذریعه پاشل (Foliar Spray) د مېوې تشکیل او نمو لپآره ډېر مهم او اړین دي البته په هغه صورت کې چې د پاڼو تجزیه د تېر فصل د نایتروجن اندازه د (۲،۲٪) ځخه کمه وښیي.ددې په نتیجه کې ګرده افشاني موده هم زیاته او د حجراتو د وېش پروسه ګړندۍ کیږي.البته باید په یاد ولرو چې د پاشلو د محلول غلظت کم وي ترڅو د پاڼو د له منځه تللو باعث نه شي.(۵)

وروستې پایله

(c) ketabton.com: The Digital Library

د ونو وده په سیده توګه د نایتروجن مقدار پورې تړلي ده، د ځوانو ونو سریعه نمو د جسمي ودې د تشکیل او وختي حاصل ورکونې په موخه کافي نایتروجن ته اړتیا لري. د ځوانو ونو د نمو لپاره د پاڼو د نایتروجن مقدار باید د ۴،۲ تر ۲،۶ فیصده پورې ورسیږي خو کله چې پوخوالي ته نږدې کیږي نو جسمي وده یې کمزوري کیږي نو د مېوې د ښه کیفیت، رنګ او د ساتنې مودې لپاره باید د نایتروجن اندازه کمه شي. نود نایتروجن په استعمال کې باید پوره دقت وشي چې د نایتروجن په زیادت سره په حاصل او قندي موادو اندازه کې زیاتوالی راځي خو ځینېنورو خواصو باندې برعکس منفي اغیزې لري نو د تجزیې او دقیق تحلیل نه وروسته باید د مناسب مقدار سپاربښتنه وشي.

Abstract

Nitrogen has a major effect on yield and quality. It is a component of the chlorophyll molecule and involved in nucleic acid synthesis and hence important for cell division and the growth of young tissues (e.g. buds, flowers, leaves). Determining a tree’s nitrogen status is important for making decisions about whether and how much nitrogen fertilizer should be applied. Leaf analysis is highly recommended for this purpose. Over-use of nitrogen results in excess, luxuriant leaf growth at the expense of fruit development. Trees subjected to excess nitrogen applications can be more susceptible to disease attack (e.g. fire blight), and at risk of premature fruit fall. Fruit size is reduced and quality can deteriorate. N deficient leaves are small, narrow and pale green. The older leaves turn a yellowish orange to purplish color and drop prematurely.

(c) ketabton.com: The Digital Library

References

1. Cheng, L . and J Schupp 2004 , Nitrogen fertilization of apple orchards , New York Fruit Quarterly 12(1) : 22-25
2. Cheng, L., S.Dong , and L.H.Fuchigami 2002. Urea uptake and nitrogen mobilization of apple leaves in relation to tree nitrogen status in autumn. Journal of Horticultural Sciences and biotechnology 77: 13-18
3. J.S.Bal., Fruit growing ., 2006., P.134-135
4. Motosugi H. and Sugiura , Rootstock effect on fruit quality of Fuji apples grown with ammonium nitrate in sand culture .Sceintia Horticulturae (2005) 3-4: 205-214
5. Neilsen D., P. Millard, G.H. Neilsen , and E.J.Hogue . 1997. Sources of N for leaf growth in high density apples (Malus domestica) ,Tree physiology 17: 733-739
6. Oland, K. (1960). Nitrogen feeding of apple trees by post-harvest urea sprays. Nature , 185, 857
7. Schupp, J., L.Cheng , W.C.Stiles , E.Stover and K. Lungerman, 2001. Mineral nutrition as factor in cold tolerance af apple trees. New York Fruit Quarterly 9(3) :17-20
8. Stiles, W.C and W.S. Reid. 1991. Orchard Nutrition management. Cornell Cooperative Extension Bulletin P.219
9. T.K. Chattopadaya., A text book of Pomology Fundamentals. 2006., Vol. 1 ., page 313-314

Williams M.W., Billingsley H.D., 1994. Effect of Nitrogen fertilization on yield, size and color of golden delicious apple. J.Amer. Hort.Sci. 2: 144-145

(c) ketabton.com: The Digital Library

پوهنمل ډاکټر سید رحیم شاه شمل وال
طب پوهنځی
فزیولوژي څانګه
ګرځنده شمېره: ۰۷۷۹۱۶۵۳۷۴
برېښنا لیک: rahim2shah@yahoo.com

د انساني حافظې فزیالوژیک بنسټونه

لنډیز

په دې څېړنیزه مقاله کې د انساني حافظې فزیولوژیک بنسټونه، د حافظې ډولونه او د هغې تقویه تر بحث لاندې نیول شوې ده. لنډ مهاله حافظه په شته عصبي سرکټونو کې بدلونونو ته اړتیا لري، په داسې حال کېچې اوږد مهالي حافظه نوي پروټین جوړوني او ودې ته اړتیا لري. دغه بدلونونه ګڼ شمېر حجروي میخانیکیتونه دي، چې د عصبي حجرو د ننه ترسره کیږي. ثانوي پیغام وړونکي سیستمونه په حجروي بدلونونو کې د منځګړي رول لوبوي. د حجروي غشا په چاینلونوکي بدلونونه د زده کړې او حافظې سره تړلي وي. حافظه د میل، شعور او زمان په اساس په بېلابېلو ډولونو ویشل کیږي. پهمرکزیعصبي سیستم کې د حافظې لپاره پېچلي میخانیکیتونه شتون لري، چې د مرکزي عصبي سیستم ځانګړي برخې دا کار ترسره کولی شي او په اساسي ډول د سایناپس د ساحې سره تړاو لري. د حافظې د غښتلتیا لپاره ګڼ شمېر لاملونه شتون لري،چې تر ټولو اساسي یې ورزش، مناسب غذایي رژیم او د کافي خوب کولو څخه عبارت دي.

کلیدي ټکي: synapse، limbic system، short term memory، long term memory، consolidation.

سریزه

انساني حافظه د تېرو پېښو د بېلابېلو معلوماتو، د انساني چاپېریال د عیني انعکاساتو د تحلیل او تجزیې څخه وروسته د ثبت او بېرته په یاد راوړلو اساسي مرکز دی، چې د مرکزي عصبي سیستم په لیمبیک سیستم کې موقعیت لري.

داچې تر دې دمه د عصبي سیستم د بشپړو دندو د پوهېدو په موخه زیاتې څېړنې روانې دي اما په دې اړه ډېر کم معلومات لاس ته راغلي دي له همدې امله د شیخ زاید پوهنتون د طب پوهنځي د فزیالوژي ډیپارټمنټ اړینه وګڼله تر څو د وروستیو څېړنیزو او علمي اسنادو پر بنسټ د انساني

(c) ketabton.com: The Digital Library

حافظې بنستونه او هغه لارې چارې، چې کولی شي انساني حافظه تقویه کړي تر بحث لاندې ونیسي. او په دې اړوند وروستی پایلې د طب محصلینو او روغتیاپال قشر سره شریکې کړي.

په شعوري یا غیرشعوري حالت کې د تېرو واقعاتو په یاد راوړلو وړتیا ته حافظه ویل کیږي. یا په بل عبارت د دماغو په واسطه د معلوماتو ذخیرې ته حافظه ویل کیږي. د دماغو هغه برخېچې په انساني حافظه کې رول لري د hippocampus، para hippocampus، thalamus، amygdaloid، visual area، olfactory area او auditory area څخه عبارت دي. [۶]

د معلوماتو د خوندیتوب پر بنسټ د حافظې مرکز انسانان د دې جوګه کوي، چې مختلفې ژبې زده کړي، معلومات او مهارتونه زده کړي اویادې زده کړې لاپیاوړي کړي. خپلې راتلونکي کړنې او تولنیزې اړیکې تنظیم کړي، همدارنګه د همدې حافظې پر بنسټ خپل شخصي او تولنیز هویت د خلکو په منځ کې مشخص کړي. د انسانانو په بېلابېلو توکمونو او همدارنګه د یوه توکم په ځینو کسانو کې د انساني حافظې د معلوماتو د ساتلو او په یاد راوړلو وړتیاوې سره توپیر لري، یاد توپیرونه دي، چې انسانان د تولنیز هویت د ودې پر لور بیایي او په تولنه کې یې مقام ټاکي.

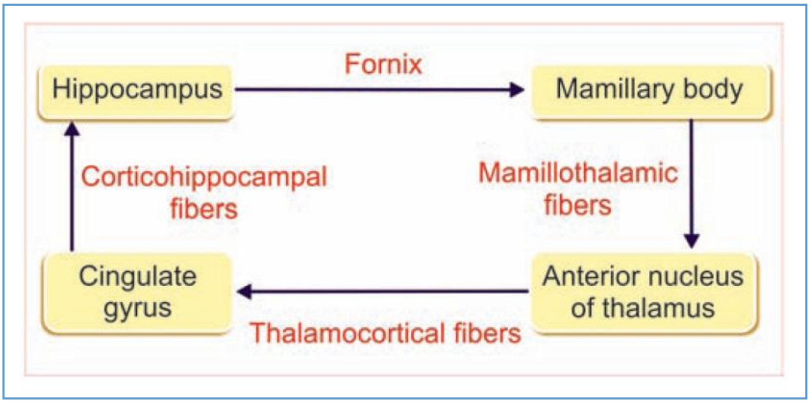
لیمبیک سیستم د دماغ اکبر په انسي کنار او د ډاینسیفلون په څمکه کې د قشري او تحت القشري برخو د اتصال د یوګروپ عصبي جوړښتونوڅخه جوړ شوی دی. د دې سیستم جوړوونکي برخې د دماغي ساقې او د ډاینسفلون چاپیرهیوه ساختماني حلقه جوړوي. یعنې لیمبیک سیستم د ډاینسفلون او دماغ اکبرد نورو برخو ترمنځ د یو سرحد په ډولځای اشغال کړی دی. [۹]

لیمبیک سیستمیواځینی قشري برخه ده، چې د هایپوتلاموسڅخه زیات شمېر تنبه رسوونکي عصبي تبارزات حاصلوي او د سلوک د کنټرول لپاره مرکزي ساحه ګڼل کیږي. برسېره پر دې لیمبیک سیستم په حافظه کې هم ستر رول لري. په حافظه کې د لیمبیک سیستم مرکزي رول په ۱۹۳۷ زیږدیز کال کې د James Papez په واسطه څرګند شو، چې د Papez circuit په نوم یادیږي. (۱- انځور)

دغه سرکټ په لنډ مهاله حافظه کې برخه لري. [۱]

(c) ketabton.com: The Digital Library

هغه امریکایي پوهان، چې د انسان د دماغي ساینپسونو ذخیره اندازه کوي، وایي چې د انسان مغز د نږدې 4.7 میلیونه کتابونو د ذخیره کولو وړتیا لري. څېړونکو موندلې، چې هر سیناپس په اوسط ډول د 4.7 بیټه معلوماتو د ذخیره کولو وړتیا لري،چې په دې توګه د انسان مغز تولټال د 670 میلیونه وېبپاڼو د ذخیره کولو وړتیا لري. [۸]



۱- شکل:Papez circuit. [۶]

(c) ketabton.com: The Digital Library

موخې

د دې مقالې اصلي موخــه د انساني حافظې په فزیولوژیکو بنسټونو باندې د محصلینو، روغتیاپالو مسلکي کارکوونکو او ټولو روڼ آندو پوهاوی او د حافظې د تقویې اړوند اړینو نویو او تازه معلوماتو برابرول دي، کومچې د وروستیوڅېړنو په پایلو کې رابرسېره شوي دي.

د کار مواد او مېتود

دا څېړنـه کتابتوني بڼه لري، چې د طب اړوند انټرنیټ سایټونوڅخه د معتبرو علمي مقالو تازه راټول شوي معلومات دي.همدارنګه د مسلک سره سم می د مسلکي مشرانو او باصلاحیته استادانو لارښوونې ترلاسه کړي دي.

د انساني حافظېډولونـه

۱ـ د علاقې او میل پر اساس

الف) مثبته حافظه: د انسان بدن له ټولو پنځوګونو حواسو څخه د مهمو او په زړه پوري معلوماتو ذخیرې ته ویل کیږي.

ب) منفي حافظه: په دېډول حافظه کېټول بې ارزښته معلومات، چې د پنځهګونو حواسو پواسطه مرکزي عصبي سیستم ته راځي د ذخیره کولو څخه یې مخنیوی کیږي.

له نیکه مرغه د پورتني میکانیزم پر اساس بې اهمیته معلومات زمونږ په حافظه کې نه ذخیره کیږي. که داسې نه وای، د خارجي محیطڅخه دماغ ته د بې شمېره سیالود دوامداره راتګ په پایله کې به د دماغو د حافظې برخېډکې شوي وای اود نویو او ارزښتناکو معلوماتو د ذخیره کولو قابلیت به یې نه درلود.

۲ـ د شعور پر اساس

شعوري حافظه: د بیدارۍ په حالت کې د تېرو پېښنو په یاد راوړلو ته شعوري حافظه ویل کیږي، چې کیدای شي دا په یاد راوړل فوري، بین البیني او یا اوږدمهاله وي.

غیر شعوري حافظه : د بې هوشۍ په حالت کې د تېرو پېښنو په یاد راوړلو قابلیت ته ویل کیږي، چې کیدای شي دا په یاد راوړل فوري ، بین البیني ، اویا اوږدمهاله وي.
[https://en.wikipedia.org/wiki/Human_memory_process]

۳ـ د وخت پر اساس

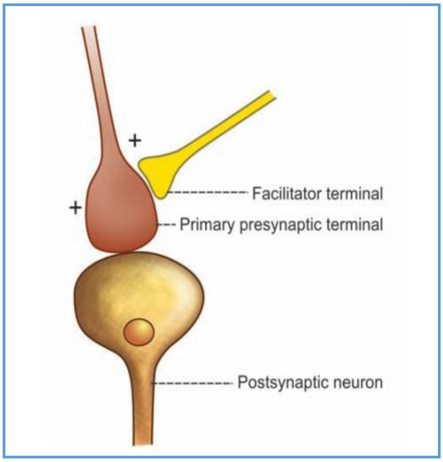
الف ـ فوري حافظه: په دېډول حافظه کې پېښې د لنډ وخت لپاره په حافظه پاتې کیږییا په بل عبارت دا ډول حافظه د هغو واقعاتو سره تړاو لري، کوم چې همدا څو ثانیېیا دقیقې د مخه واقع شوي وي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ب- متوسطه ، تازه او لنډ مهاله حافظه: دا ډول حافظه د هغو پېښنو سره تړاو لري، کومې چې یوڅو ساعته یا اونۍ د مخه واقع شوي وي. یا په بل عبارت په دېډول حافظه کې معلومات د ساعتونو او یا د اونیو لپاره ساتل کیږي.

ج - اوږدمهاله یا بعیده حافظه : د دېډول حافظې لرونکي اشخاص کولی شي هغه پېښې، چې میاشتې اویا کلونه پخوا واقع شوي وي په یاد راوړي. او یا په بل عبارت په دېډول حافظه کې معلومات د میاشتو او یا د کلونو لپاره ساتل کیږي.

د حافظې اساسي میخانیکیت: حافظه په کامل ډول د ساینپسونو دنده ده، چې په لاندې اساس ترسره کیږي: کلهچې یوه وصفي سیاله په یوهځانګړي ترتیب د ساینپسونو څخه عبور وکړي،دغه ساینپسونه په راتلونکي کې د عېنې سیالې د لیږد لپاره باسهولته یا اسانه کیږي او یا هم نوموړي ساینپسونه د عېنې سیالې د لیږد لپاره لا مساعدیږي. که چېرې په همدې لاره عېنې سیالېڅو وارې په پرلپسېډول د ساینپسونو څخه تیرې شي د نوموړو ساینپسونو وړتیا نوره هم زیاتیږي، چې حتا په دماغو کېبو واحد په یاد راوړونکی سیګنال کولی شي، چې د ساینپسونوڅخه د عېنېترتیب له لارې د پخوانیو سیالو د انتقال لامل شي یعني پخواني سیګنالونه را برسیره کړي، چې دغې پروسې ته حافظه وایي.

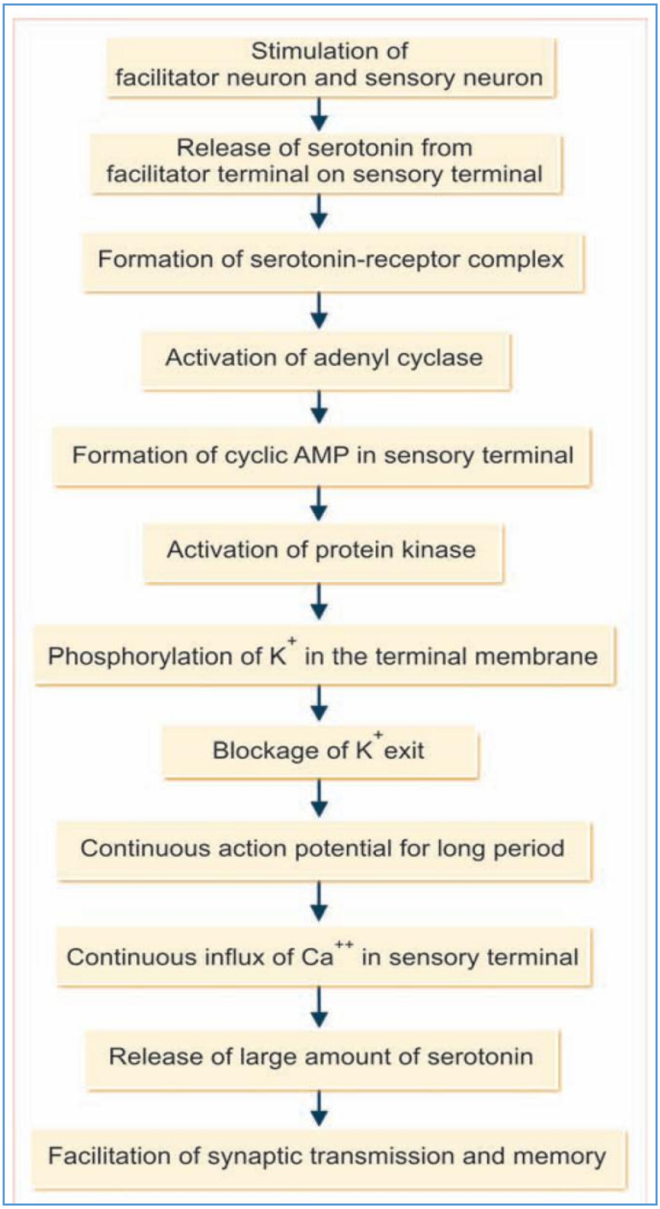


۲- شکل: د حافظې لپاره د کوډ ورکولو سیناپتیک نهایت. [۶]

اوس دا ثابته شوې ده کله چې یو ماشوم د ودې او زده کړې په حالت کې وي د هغه د دماغو د ساینپسونو شمېر هم زیاتیږي. د انساني حافظې فزیولوژیک مالیکولي میخانیکیت په دریم انځور کې ښودل شوی دی.

د ۱۳۹۶ ل ل، دویمه ربع، پرلپسې ۹ امه ګڼه، دري میاشتنۍ خپرونه

(c) ketabton.com: The Digital Library



۳- شکل: د حافظې engram. [۶]

د حافظې استحکام: د تازه حافظې په اوږدمهاله حافظه باندې بدلېدل د حافظې د استحکام په نوم یادیږي. پدې معنا، چې شخص کولی شي هغه پېښې، چې مخکې واقع شوې دي، میاشتې او کالونه وروسته یې بیرته په یاد راوړي. البته د یادونې وړ ده، چې استحکام په دوه ډوله دی: یوته اصغري استحکام او بل ته یې اعظمي استحکام ویل کیږي، چې د لومړي ډول استحکام لپاره د ۵

(c) ketabton.com: The Digital Library

څخه تر ۱۰ دقیقو پوري وخت ته اړتیآ ده، په داسې حال کې، چې اعظمی استحکام یو ساعت وخت ته اړتیا لري. [۶]

د استحکام میخانیکیت

لومړی یو مطلب مرکزي عصبي سیستم ته انتقالیږي، وروسته نوموړی مطلب ثبت کیږي او په اخر کې هڅه کیږي، چې نوموړی مطلب د اړتیا پر مهال بیرته په یاد راولي. [۹, ۸, ۷, ۶]

د انساني حافظې د تقوبې لپاره خورا زیاتې څېړني تر سره شوي دي، چې د ټولو ذکر کول دلته ناشوني دي، خو هڅه شوي، چې د اساسي او بنسټیز ټکي یې په ګوته شي. د انساني حافظې د تقوبې لپاره ځیني اساسي او بنسټیز ټکي په لاندې ډول دي.

ورزشي تمرینات: ورزشي تمرینات نه یوازې دا چې د انسان په دماغو بوج او فشار له منځه وړي بلکه حافظه هم غښتلي کوي. د بیلګې په توګه هغه څېړنه، چې د جنوبي کارولینا په پوهنتون کې ترسره شوي، ښیي، چې د بدني فعالیت په وخت کې د عضلاتو سربیره په دماغي حجرو کې هم مایتوکاندریاوې تولیدیږي، چې د ماغي فعالیت ته زیاتوالی او چټکتیا ورکوي. [۱]

مناسبه تغذیه: هغه کبان، چې Omega 3لري ، د توتانو بیلابیل ډولونه ، میوې او شنه سابه، قهوه، شین چای، چارمغز، ګازرې او داسې نور هغه غذایي مواد دي، چې په زیآته اندازه انتی اکسیدانټونه لري. انتی اکسیدانټونه هغه مواد دي، چې په بدن کې د آزادو راډیکالونو مخه نیسي او په دې توګه دماغي حجرې د آزادو راډیکالونو د تخریب څخه ساتي .

[https://articles.mercola.com/sites/articles/archive/2014/04/24/memory-improvement-tricks.aspx]

د rosemary بویول: څېرنو ښودلې ده، چې د rosemary (یو ډول تل زرغون بوټی، چې د نعناع ویلني بوی لري او د ځانګو څخه یې عطر جوړیږي) بویول حافظه غښتلي کوي. پخوانیو یونانیانو به د دې بوټي کوچنۍ ځانګې د ازموینو په ورځو کې د غوږونو شاته ایښودلې تر څو حافظه یې غښتلي شي.

[https://www.wikihow.com/Improve-Your-Memory]

د ژاولو ژوول: ځینو څېرنو ښودلې ده، چې د ژاولو ژوول حافظه غښتلي کوي، چې دقیق میخانیکیت یې معلوم نه دی، په داسې حال کې، چې بیا نورو څېرنو د حافظې په غښتلي کولو کې د ژاولو د ژوولو رول رد کړی دی.

[http://www.digiato.com/article/2014/07/09/6.13]

د شیخ زاید پوهنتون علمي - څېړنیزه مجله، دري میاشتنۍ خپرونه ۱ ګڼه، ۹ پرلپسې، دویمه ربع، ۱۳۹۶ ل

(c) ketabton.com: The Digital Library

خوب کول: یو کاهل کس په ۲۴ساعتونو کې ۸-۷ ساعته خوب ته اړتیا لري. څیرنو ښودلې ده، چې په کافي اندازه خوب کول حافظه غښتلي کوي. څیرنو دا هم ښودلې ده، هغه کسان، چې کم خوب لري ښه حافظه نه لري.

روحي فشار(stress): څیرنو ښودلې ده هغه کسان، چې روحي فشار لري ښه حافظه نه لري.

ناروغی: ځینې ناروغی لکه د شکرې ناروغي حافظه کمزوري کوي.

ارثیت: دا موضوع تر دې دمه تر څیړنې لاندې ده.

۴- انځور: د توتانو بیلابیل ډولونه، چې د حافظې په تقویه کولو کې ارزښت لري [http://digiato.com/article/2014/07/09/6].

درمل: ځیني درمل هم شتون لري، چې په حیواناتو کې یې حافظه غښتلي کړې ده، چې د کافیین، پیژوستیګمین، امپیتمین ، جنکوبا مستحضرات، نیکوتین، سترکنین او میترازول څخه عبارت دي. یاد درمل د حافظې استحکام غښتلی کوي. [۶]

روژه نیول : ځینو څیرنو ښودلې ده، چې روژه نیول حافظه غښتلي کوي. روژه نیول د اکسیدانت موادو سویه په وینه کې راکموي او د انتي اکسېدانت موادو ېّ توګه کار کوي، چې په دې ډول د دماغي حجرو ودې ته زمینه برابروي.

[https://www.articles.mercola.com/sites/articles/archive/2014/04/24/memory-improvement-tricks.aspx.1]

د کالوري او مشبوع شحمیاتو محدودول: څیرنو ښودلې ده، هغه څوک، چې د مشبوع شحمیاتو غني رژیم لکه سره غوښه، خالصې شیدې، کوچ، پنیر، پیروی او ایسکریم خورا زیات کاروي، په هغوی کې د هیرېدنې ، د تمرکز او حافظې د زیانمنیدو خطر زیاتیږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

[https://www.helpguide.org/articles/healthy-living/how-to-improve-your-memory.htm]

عمر: ځيرنو دا هم ښودلې ده، چې په ټولو زړو کسانو کې حافظه زيان نه مومي اما حافظه يې د ځوانانو په پرتله ورو کار کوي. په هغو زړو کسانو کې، چې حافظه زيانمنه شوې وي لاملونه يې جسمي يا روحي ناروغی ښودل شوې دي.

پايله

۱- په دماغو کې د حافظې ګڼ شمېر سيستمونه شتون لري.

۲- فعاليت کوونکي يا لنډ مهاله حافظه په شته عصبي سرکټونو کې بدلونونو ته اړتيا لري، په داسې حال کې چې اوږدمهاله حافظه د نوي پروټين جوړولو او ودې ته اړتيا لري.

۳- دغه بدلونونه ګڼ شمېر حجروي ميخانيکيتونه دي، چې د واحد عصبي حجرو د ننه ترسره کيږي.

۴- ثانوي انتقالي سيستمونه په حجروي بدلونونو کې د منځګړي رول لوبوي.

۵- د حجروي غشا په چاينلونوکې بدلونونه د زده کړې او حافظې سره تړلي وي.

۶- حافظه د ميل، شعور او زمان په بېلابېلو ډولونو ويشل کيږي.

۷- هغه لوی لاملونه، چې د حافظې په غښتلتيا کې رول لري د بدني ورزش، مناسب غذايي رژيم او کافي خوب کولو څخه عبارت دي.

وروستۍ پايلې

په مرکزي عصبي سيستم کې د حافظې لپاره پېچلي ميخانيکيتونه شتون لري، چې د مرکزي عصبي سيستم ځانګړي برخې دا کار ترسره کولی شي کوم چې په اساسي ډول د ساينپس د ساحې سره تړاو لري. د حافظې د غښتلتيا لپاره ګڼ شمېر لاملونه شتون لري، چې تر ټولو اساسي يې ورزش، مناسب غذايي رژيم او د کافي خوب کولو څخه عبارت دي. ځيني درمل هم شتون لري، چې په حيواناتو کې يې حافظه غښتلې کړې ده، چې د کافيين، جنکوبا مستحضرات، نيکوټين، سترکنين او ميترازول څخه عبارت دي. ځينو ځيرنو ښودلې ده، چې روژه نيول حافظه غښتلې کوي. روژه نيول د اکسيدانت موادو سويه په وينه کې راکموي او د انتي اکسېډانت موادو په توګه کار کوي، چې په دې ډول د دماغي حجرو ودې ته زمينه برابروي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

Abstract

In this scientific article physiological basis, types, mechanisms and promotion of human memory have been discussed. To know the mechanisms of physiological basis, types, mechanisms and promotion of human memory and to inform the related staff with before mentioned topics. This is a scientific review article which is written from internet and different standard scientific articles. There are multiple memory systems in the brain. Working memory requires changes in existing neural circuits, whereas long-term memory requires new protein synthesis and growth. These changes may involve multiple cellular mechanisms within single neurons. Second-messenger systems appear to play a role in mediating cellular changes. Changes in the properties of membrane channels are often correlated with learning and memory. There are multiple complicated mechanisms and particular areas in human central nervous system for memory. There are multiple factors for promotion of memory that some important are body exercise, suitable diet and adequate sleep.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ماخذونه

1. Alivand Farzaneh, Karimzadeh Fariba. “The Effect of Exercise on the Memory Improvement: a Review of Cellular and Molecular Mechanisms” (1394) Vol. 3, No. 4; pp.1-8.

2. Banerjee Ashis. (2005) Clinical Physiology Cambridge University pressNew York 1st ed. P.213.

3. Brady Timothy F. Konkle Talia,” Alvarez George A.et al.Visual long-term memory has a massive storage capacity for object details” (2008).

4. Karpicke JD and Blunt JR (2011). “Retrieval Practice Produces More Learning than Elaborative Studying with Concept Mapping” Science, 331(6018) 772.

5. Phelps Elizabeth A. (2006) “EMOTION AND COGNITION: Insights from Studies of the Human Amygdala”Annu. Rev. Psychol. 2006. 57:27–53.

6. Sembulingam K and Sembulingam. (2013) Essentials of Medical Physiology. 6thed. New Delhi: Jaypee Brothers Medical Publishers; p. 838.

7. Sumrall William, Sumrall Reid, Doss Daniel Adrian. (2016) “A Review of Memory Theory” International Journal of Humanities and Social Science.Vol. 6, No. 5; pp.1-8.

8. Tigner RB (1999). “Putting Memory Research to Good Use” College Teaching, 47(4) 149.

9. Vander et al. (2001) The Mechanism of Body Function, Eighth Edition,The McGraw−Hill Companies. P- 367.

(c) ketabton.com: The Digital Library

پوهنمل دوکتور طاهرشاه (نیکمل)
طب پوهنځی
مایکروبیولوژي دیپارتمنت
ګرځنده شمیره: ۰۰۹۳۷۹۹۱۳۶۶۵۹
بریښنالیک: tahirmekmal@gmail.com

چاغوالی (Obesity) او د وزن زیاتوالی (Overwieght)

لنډیز

چاغوالی او د وزن زیاتوالی یو مزمن حالت دی په بدن کې د زیات مقدار وازدې تولېدو ته چاغوالی ویل کیږي . څرنګه چې یوې خوا چاغوالی او د وزن زیاتوالی د ځینو مزمنو او ژوند ته ګواښ پیښوونکو ناروغیو لکه Type II diabetes, د زړه او د رګونو ناروغیو، hyperlipidemia او sleep apnea خطر لوړوي او په تعقیب یې د ژوند د پاتې کېدو موده یانې Life expectancy د ۷ کلونو په شاوخوا راکموي. له بلې خوا د نورې نړۍ په شان په ګران هېواد افغانستان کې د یادې ستونزې شیوع نه یوازې داچې مخ په زیاتیدو ده بلکه د زیاتره هېوادوالو د پامه هم غورځېدلې ده.

کلیدي ټکي: چاغوالی، وزن زیاتوالی، میتابولیک ناروغۍ او د ژوند د پاتې کېدو موده.

سریزه

څرنګه چې چاغوالی او د وزن زیاتوالی د ځینو مزمنو او ژوند تحدیداونکو ناروغیو لکه Type II diabetes, د زړه او د رګونو ناروغیو، hyperlipidemia او sleep apnea خطر لوړوي او په تعقیب یې د ژوند د پاتې کېدو موده یانې Life expectancy د ۷ کلونو په شاوخوا راکموي. نوځکه مې وپتېله چې په دې اړه کتابتوني څېړنه وکړم ترڅو ټول طبي کارکوونکي او هېوادوال د چاغوالي او وزن زیاتوالي څخه راولاړیدونکو ناروغیو او له هغو څخه د مخنیوي او ځان ساتنې په اړه معلومات او پوهاوی ترلاسه کړي. د ګران هېواد افغانستان د عامې روغیتا وزارت د National Public Health Instituteلخوا د خواجه میراسلم سعید لخوا د جلال آباد په ولایت کې په ترسره شوي څېړنه کې په تولیز ډول د چاغوالي سلنه ۲۷،۴٪ ښودل شویده، چې د جنس د نظره په ښځینه جنس کې ۳۵،۹ سلنه او په نارینه جنس کې ۱۶ سلنه ښودل شویده [۷].

د ګران هېواد افغانستان د عامې روغیتا وزارت د Head of Grant and Service Contract Management Unit (GCMU) لخوا په پلازمینه کابل کې د خواجه میر اسلم

۱۳۹۶ ل، دویمه ربع، پرلیسي ۹ امه ګڼه، دري میاشتنۍ څېرونه

(c) ketabton.com: The Digital Library

سعيد لخوا په ترسره شوي څېړنه کې په ټوليز ډول د چاغوالي سلنه په ښځينه جنس کې ۵۱,۱ سلنه او په نارينه جنس کې ۴۸,۹ سلنه ښودل شويده.[۸]. همدارنګه يوه بله څېړنه د National Health and Nutrition Examination Survey (NHANES) څېړنه ده چې د امريکا متحده ايالاتو د National Center for Health Statistic of U.S. Center for Disease Control and Prevention لخوا د Dang M او نوموړي ملګرو لخوا په ۲۰۰۳ او ۲۰۰۴ ميلادي کلونو کې ترسره شويده، په دې څېړنه کې په ټوليز ډول ۶۶,۲٪ کاهلو امريکايانو چې عمر يې ۲۰—۷۴ کاله وو د وزن زياتوالی يا چاغوالی درلود، چې ۳۳,۴ سلنه د وزن زياتوالی او ۳۲,۹ سلنه چاغوالی درلود[۵].

همدارنګه يوه بله د ايران د تهران پوهنتون د ميډيکل ساينس د Endocrinology او Metabolism- Cellular Sceince Institute لخوا د Shahzadr Jafari Adli او د هغه د ملګرو لخوا ترسره شوي څېړنه ده، په دې څېړنه کې ۲۷ سلنه کاهلو ايرانيانو چاغوالی او ۳۸,۵ سلنه د وزن زياتوالی درلودو [۲]. د پاکستان د کراچی ښار د آغاخان پوهنتون د اپيډيميولوژي، نيفرلوژي او Medicine and Community Health Sceinece ډيپارتمنتونو لخوا د Tazeen H او د نوموړي ملګرو لخوا په ترسره شوي څېړنه ده، په دې څېړنه کې ۲۵٪ پاکستانيانو د وزن زياتوالی او او ۱۰,۳٪ چاغوالی درلودو [۴]. چاغوالی يو مزمن حالت دې په بدن کې د زيات مقدار وازدې توليدو ته چاغوالی ويل کيږي. چاغوالی د (BMI) body mass index د لاندې فورمول پواسطه چې د بدن وزن نظر جګوالي ته توضيح کوي په ښه شان معلوميږي. د نوموړي فورمول صورت د شخص وزن ښايي چې په کلوګرام ښودل کيږي او مخرج يې د شخص جګوالی ښايي چې په متر مربع (m^2) ښودل کيږي.

$$BMI = \frac{Weight\ (Kg)}{Height\ (m^2)}$$

هغو کاهلان چې BMI يې ۱۸,۵ – ۲۴,۹ ترمينځ وي د نورمال وزن لرونکي شمېرل کيږي. هغه کاهلان چې BMI يې ۲۹,۹ – ۲۵ وي د زيات وزن (overweight) لرونکي شميرل کيږي، ولې هغه کاهلان چې BMI يې ۳۰ يا زيات وي چاغوالی لري [۴].

د خطر هغه فکتورونه چې د چاغوالي سره اړه لري: ۱. نژاد: نژادي فکتورونه کېدای شي چې د وزن اخستل چټک کړي. افريقايي نژاده امريکايی ښځې او هسپانيايی ښځې د اسيايي او سپين نژاده ښځو په پرتله زيات وزن اخستنې ته ميلان لري او د عمر سره سم چاغوالي اندازه age-adjusted)

(c) ketabton.com: The Digital Library

(obesity rate يې لوړ وي. ۲. د ماشومتوب د وخت وزن زياتوالى: هغه څوک چې د ماشومتوب په وخت، د ۱۳- ۱۹ کلونو د عمر ترمينځ (teenage) او د کاهلی د وخت په لمړيو کې زيات وزن ولري کېدای شي چې د کاهلۍ د وخت په چاغوالي باندې تاثير ولري. د بيلګې په توګه، هغه څوک چې په ۲۰ کلنۍ کې د وزن زياتوالی ولري د ۳۵ کلنۍ د عمر د اساسي چاغوالي سره اړيکه لري. هغه څوک چې د ماشومتوب د دورې په وروستي عمر کې د وزن زياتوالی ولري د کاهلی د وخت چاغوالي ته زيات مساعد دي. هغه څوک چې د ۱۳- ۱۹ کلونو د عمر ترمينځ (teenage) د وزن زياتوالی ولري د کاهلۍ د عمر د وزن زياتوالي ته ډير زيات مساعد دي. ۳.هورمونونه: ښځې خصوصآ په ټاکلي وختونو لکه حمل، menopause او د خولې د لارې د استعماليدونکو د حمل ضد درملو د استعمال په وخت کې وزن اخستنې ته ميلان لري، خوبياهم د اسټروجن کم مقدار لرونکو ګوليو شتون له کبله د وزن اخستل دومره خطر نه لري [۱].

شاليد

چاغوالی او د وزن زياتوالی يو مزمن حالت دی په بدن کې د زيات مقدار وازدې ټولېدو ته چاغوالی ويل کيږي . څرنګه چې يوې خوا چاغوالی او د وزن زياتوالی د ځينو مزمنو او ژوند ته ګواښ پېښوونکو ناروغيو لکه Type II diabetes,، د زړه او د رګونو ناروغيو، hyperlipidemia او sleep apnea خطر لوړوي او په تعقيب يې د ژوند د پاتې کېدو موده يانې Life expectancy د ۷ کلونو په شاوخوا راکموي [۵].

د چاغوالي لاملونه

د وزن اخستل د کالوري د اخستلو او انرجي د مصرفولو ترمينځ د نه سمون له لارې رامنځ ته کيږي. که چيرته يو شخص د هغه کالوری په مقايسه چې نوموړی شخص يې مصرفوي زياته کالوري واخلي نو شخص وزن اخلي (بدن اضافي انرجي د وازدېFat) (په ډول ذخيره کوي). که چيرته يو شخص د هغه کالوری په مقايسه چې نوموړی شخص يې مصرفوي کمه کالوري واخلي نو نوموړي شخص خپل وزن د لاسه ورکوي. له دې کبله د چاغوالي ډير عام لاملونه زيات خوراک او فزيکي لټي دی. د وزن زياتوالی د جينيتيکي، ميتوبوليک، محيطي، behaviour او کلتوري لاملونه په پايله کې هم رامنځ ته کيږي [۳].

جينيتک: هغه شخص زيات په چاغي اخته کيږي چې پلار مور يې يا يو ددوی څخه چاغ وي. جينيتيک هغه هورمونونه چې د وازدې په تنظيم کې رول لري هم متاثره کوي. د بيلګې په توګه د چاغوالي يو لامل د leptin هورمون کموالی ده، ليپتين هغه هورمون ده چې د شحمي حجراتو پواسطه افرازيږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

کله چې چې د بدن وازده په زیاته اندازه ذخیره شي لیپتین دماغ ته د پیغامونو په ورکولو سره د بدن وزن کنترلوي. د ځینو لاملونو له کبله که چیرته بدن په کافي اندازه لیپتین افراز نه کړي یا لیپتین دماغ ته خبر ورنه کړي دغه موازنه د منځه ځي او چاغوالی رامنځ ته کیږي. د چاغوالي په درملنه کې د لیپتین هورمون معاوضه کول تراوسه د چېړنې لاندې دی [۳].

زیات خوراک کول: زیات خوراک کول د وزن اخستنې لامل کیږي خصوصآ کچیرته خواړه زیاته وازده ولري. هغه خواړه چې د وازدې یا بورې زیاته اندازه ولري (د بېلګي په ډول زر تیاریدونکي خواړه ، سره شوي خواړه او خواږه) د انرجي لوړه اندازه لري (په کمه اندازه هغه خواړه چې زیاته کالوري لري). اپیډیمولوژیکو څېړنو ښودلې ده چې هغه خواړه چې زیاته وازده ولري د وزن اخستنې لامل کیږي [۳].

هغه خواړه چې د ساده کاربوهایدریتو لوړه اندازه لري: د وزن په اخستنه کې د کاربوهایدریتو رول واضح نه دی. کاربوهایدریت د وینې د ګلوکوز اندازه لوړه وي، کوم چې د پانقراص څخه د انسولین افراز تنبه کوي، او انسولین د شحمي انساجو وده پرمخ بیایي او د وزن د اخستنې لامل کیږي. ځینې ساینس پوهان عقیده لري چې ساده کاربوهایدریت (ګلوکوز، فرکتوز، **desssert**، خواږه شربت، بیر، شراب وغیره) په وزن اخستنه کې برخه اخلي ځکه چې دوی د مغلق کاربوهایدریتو **(pasta**، سرو وریجو، غله، سبزي ، خامې میوې وغیره) په پرتله په چټکۍ سره د وینې بهیر ته جذبیږي او لدې کبله د خوراک څخه وروسته د مغلقو کاربوهایدریتو په پرتله د ډیر زیات انسولین د افراز لامل کیږي، د ځینو ساینس پوهانو په عقیده د انسولین دغه لوړ افراز په وزن اخستنه کې سهم اخلي[۳].

د خوراک وختونه: د خوراک خواړلو دفعاتو (څو ځلې خوراک کول) او وزن ترمینځ ارتباط یوڅه د پوښتنې لاندې ده، هغه داچې د هغه خلکو په پرتله چې نورمال وزن لري د زیات وزن لرونکو خلکو د شتون راپورونه شته پداسې حال کې چې په کم دفعاتو سره خواړه خوري. ساینس پوهانو څېړلي ده چې هغه خلک په ورځ کې څلور یا پنځه ځلې خوراک کوي، د کلولیسترول ټیټه اندازه او د وینې د ګلوکوز اندازه یې ډیره ثابته وي د هغو خلکو په پرتله چې په کم دفعاتو سره خواړه خوري (په ورځ دوه یا درې ځلې د خواړو زیاته اندازه خوري). شوني ده چې د خوراک مکرر کم مقدار د انسولین ثابته اندازه تولیدوي، ولې د خواړو لوړ مقدار د انسولین لوړه اندازه تولیدوي[۳].

فزیکي لټي: ځای پرځای ناست خلک د هغو خلکو په پرتله چې فعال وي د کالوري کمه اندازه مصرفوي. National Health او(Nutrition Examination Survey(NHNES اوښودله چې فزیکي لټي په دواړو جنسونو کې په زیاته اندازه د وزن اخستنې سره تړاو لري[۳].

(c) ketabton.com: The Digital Library

درمل: هغه درمل چې د وزن اخستنې سره تړاو لري د ډیپریشن ضد درمل (درمل چې د ډیپریشن درملنې لپاره کارول کیږي)، د احتلاج ضد درمل (هغه درمل چې د احتلاج د کنترولولو لپاره کارول کیږي لکه کاربامازاپین) یا valproate، ځینې د شکر ضد درمل (هغه درمل چې د وینې د ګلوکوز سویه ټیټوي لکه انسولین، سلفانایل یوریا او thiazolidinedione) ځینې هورمونونه لکه د خولې د لارې استعمالیدونکي د حمل ضد درمل (oral contraceptives) او زیاتره corticosteroids لکه پریډنیسولون. د وزن اخستل د ځینو فشار ضد درملو او هستامین ضد درملو د استعمال سره هم لیدل شوی دی[۳].

فزیالوژیک فکتورونه: ځینو خلکو کې هیجان د خوړو خوړلو په عادت باندې تاثیر لري. زیاتره خلک هیجان لکه زړه ټکانونه، خفګان، فشار یا ناراحتي) ته په غبرګون ښودنې کې زیات خواړه خوري[۳].

ناروغی : ځینې ناروغی لکه hypothyroidism،(Polycystic ovary (PCO او Cushing's syndrome هم په چاغوالي کې برخه اخلي[۳].

اجتماعي موضوع ګانې: د اجتماعي موضوع ګانو او چاغوالي ترمینځ ارتباط شته. د صحي خوړو د رانیولو لپاره د پیسو نشتوالی یا د منډې یا تمرین کولو لپاره د مصوون ځای نشتوالی د چاغوالي خطر زیاتوي [۳].

د چاغوالي او وزن زیاتوالي له کبله پیښیدونکي روغتیایي ستونزې

د وینې لوړ فشار

د روغتیا نړیوال سازمان (WHO) مطابق د پرمختللي هیوادونو ۲۰ سلنه وګړي کېدای شي د چاغوالي پورې تړلي هایپرټینشن ښکار وي. یواځې چاغوالی ښایي په نارینه او ښځینه جنس کې په ترتیب سره ۷۸٪ او ۶۵٪ د essential hypertension لامل وګڼل شي. د وینې د لوړ فشار شیوع په چاغو نارینه کاهلانو کې ۳۸,۴ ٪ او په ښځینه کې ۳۲,۲ ٪ ده[۱].

د شکرې ناروغي

د چاغوالي او Type II Diabetes mellitus ترمینځ اړیکه په ښه شان پیژندل شویده. د وګړو په زیاترو چیړنو کې تخمیناً ۸۵—۹۵ سلنه د Type II Diabetes زیاتره ناروغان چاغ وي، خوبیاهم یواځې ۱۰ سلنه چاغو ډیابیټ لرونکو ناروغانو باندې شک کیږي چې یواځې چاغوالي کافي نه ده چې د Type II Diabetes لامل شي، نوره فکتورونه خصوصاً د islet beta-cell د وظیفې ناغیری هم اړینه ده[۱].

(c) ketabton.com: The Digital Library

د زړه د رګونو ناروغي

په بدن او قلبي وعایي ناروغیو باندې د چاغوالي منفي اغېزې روښانه دي. د et alWillett یوې څېړنې اوښوده چې زیات وزن لرونکي او چاغې ښځې د CHD لوړ خطر لري. هرکله چې د بدن وزن ۱۱ کیلوګرامه زیاتیږي د یادې ناورغی خطر ۱,۶ ځلې لوړیږي، ولې هرکله چې د بدن وزن ۱۱—۱۹ کیلوګرامه زیاتیږي د یادې ناروغی خطر ۱,۹ ځلې لوړیږي. کله چې BMI د 29 kg/m2 ته ورسیږي د CHD خطر ۳ ته رسیږي[۱].

سرطان

د تیونو سرطان د ښځینه جنس د ټولو سرطانونو تخمیناً ۲۰ سلنه حسابیږي چې ۸۰ سلنه پیښې یې په postmenopausal ښځو کې لیدل کیږي. د ۱۰۰ څخه زیاتو اپیډیمیولوژیک مطالعاتو د تیونو سرطان او BMI، د وازدې توضیع او وزن اخستنه په مختلفو عمرونو کې وازمویله. دغو څېړنو جوته کړه چې هغه ښځې چې زیات وزن او چاغوالی لري د ډنګرو ښځو په پرتله ۳۰-۵۰ سلنه د postmenopausal breast cancer زیات خطر لري. د Agency for Research on Cancer (IARC) International د اټکل له مخې په نړۍ کې ۲۵ سلنه د کانسر پیښو لاملونه چاغوالی او د بې فعالیته ژوند ډول (Sedentary life style) دي[۱].

د تریخي تیږې

د تریخي تیږې چې په اساسي دول د کولیسترول د مخلوط، calcium bilirubinate او calcium carbonate څخه ترکیب شوي وي. ځینې وخت کله کله داسې تیږې هم پیدا کیږي چې د پورته ذکر شویو موادو څخه یواځې د یو څخه جوړې شوي وي. د تریخي تیږو شیوع د چاغوالي د موضوع سره اړه لري. د تریخي د تیږو جوړیدل په هغه ښځو کې ۲,۷ ځلې fold-2.7 ځلې زیاته وي چې 40kg/m2 BMIs څخه پورته وي نسبت هغه ښځو ته چې 29kg/m2 BMIs کمه وي، ولې په نارینه جنس کې په عین کتګوري د BMIs کې یې احتمال ۲,۳ ځلې fold– 2.3 زیاتیږي[۱].

Osteoarthritis

Osteoarthritis په لمړي ډول یا په دویمې ډول د ضربې یا نورو حالاتو له امله د cartilage articular د توږنې پواسطه پیژندل کیږي. Cartilage نرم او نری کیږي، subchondral هډوکی لشم او سختیږي او د osteophytes څنډې خارج ته وده کوي، درد او د وظیفوي ضیاع لیدل کیږي. دغه په بنیادي ډول وزن لرونکي بندونه اخته کوي او په زاړو خلکو کې ډیر عام وي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

زيات وزن لرونکي او چاغ خلک زيات په خطر کې دي چې په Osteoarthritis اخته شي. يوه څېړنه چې په منځني عمر لرونکو ښځو باندې ترسره شوي ده داسې اټکل کوي چې د وزن په هر کيلوګرام زياتوالي سره د Osteoarthritis د اخته کېدو خطر ۹—۱۳٪ زياتيږي ولې يوې بلې څېړنې اوښوده چې د Osteoarthritis کم ترکمه ۲ پر ۳ برخه ناروغان د عملياتو په وخت چاغوالی درلوده[۱].

Sleep apnoeaاو د تنفسي جهاز نوره ستونزې

چاغوالی په سږو باندې منفي اغېزه کوي. يوه څېړنه چې په حيواناتو باندې ترسره شوي ده داسې اوښودله، چې چاغوالی د سږو جمله حجم او functional residual capacity د کموالي له کبله تنفسي جهاز اغېزمن کوي. د ګېډې چاغوالی په حجاب حاجز باندې د فشار لامل کيږي او ساه اخستنې (inspiration) په وخت کې د سږو د توسع قابليت کموي، ولې په سينه کې د وازدې توليدل د سينې د جوف مسافه کموي. Sleep apnoea د تنفس د قطع کېدو د تکراري حملو پواسطه پيژندل کيږي چې د خوب په وخت د تنفسي لارې د بنديدو له امله رامنځ ته کيږي او د آکسيجن د مشبوع کېدو د کموالي لامل کيږي. په Sleep apnoea اخته خلکو کې چاغوالی د مهم فکتور په توګه پيژندل شوی دی. څېړنو ښودلي ده چې په ۴۰٪ چاغو خلکو کې څرګنده Sleep apnoea موجوده وه، ولې ۷۰ سلنه د Sleep apnoea ناروغان چاغ وو. يوې بلې څېړنې ښودلي ده چې ۱۰٪ د وزن زياتوالی ۶ ځلې 6-fold د Sleep apnoea د پيدا کېدو خطر زياتوي[۱].

د تناسلی سيستم ستونزې

چاغوالی د ښځې د مياشتني عادت د ستونزو لکه د ۳۶ ورځو څخه زيات د عادت اوږديدل، د عادت غيرمنظم کيدل او په مخ باندې د نر په شان د ويښتو د پيدا کېدو، عقامت او خوبخودي زيان سره اړه لري. څېړنو ښودلي ده چې په حمل کې چاغوالی د فشار د زياتوالي، شکرې ناروغی، ولادي سوشکل او د مور او ماشوم دواړو د مرګ سره ملګري وي [۱].

د چاغوالي درملنه

د چاغوالي د درملنې موخه د بدن د وزن کمول او د اوږد وخت لپاره ساتل دي. نوموړې موخې ته د رسېدو لپاره د درملنې لاندې کړنلارې شتون لري.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د غذا پواسطه درملنه

کالورۍ اخستل باید په ورځ کې ۱۰۰۰ څخه تر ۱۲۰۰ کیلوکالوري پورې ښځو ته او ۱۲۰۰ څخه تر ۱۶۰۰ کیلوکالوري نارینه وو ته انتخاب شي. زیاتره زیات وزن لرونکي او چاغ خلک باید د کمې کالورۍ اخستلو د غذا سره اوږد مهاله ځان عیار کړي. په غذایي درملنې کې د غذایي رژیم تغییر شامل ده ترڅو دغې موخو ته ورسیږو[۶].

فزیکي فعالیت

فزیکي فعالیت د بدن په روغتیا باندې مستقیمې او غیرمستقیمې اغېزې لري. د فزیکي فعالیت ترسره کول د وزن د ضیاع لامل کیږي ځکه چې فزیکي فعالیت د انرژۍ مصرف زیاتوي او وزن په ثابت ساتلو کې عمده رول لري. فزیکي فعالیت د زړه د ناروغیو خطر هم کموي. ددې سره سره فزیکي فعالیت کېدای شي د بدن د وازدې په کمولو کې مرسته وکړي او د عضلي کتلې د کموالي څخه مخنیوي کوي کوم چې زیاتره د وزن ضیاع له کبله رامنځ ته کیږي. چاغ ناروغان باید فعالیت په تدریجي ډول زیات کړي او د ټپي کېدو څخه د مخنیوې په خاطر باید احتیاط ترسره شي. ۳۰ دقیقې د فزیکي فعالیت مختلف ډولونه لکه د کور سپک کارونو ترسره کول، منډه وهل، ګډه کول، باغباني کول، ګروپي یا انفرادي ډول د سپورټ کول، بایسیکل زغلول، په څرخیدونکي ماشین (Threadmill) باندې تلل یا ورو منډه وهل، زینه باندې پورته کیدل او لمبا کول د متوسط تمرین د ډولونو څخه عبارت دي. د وزن بایللو څخه علاوه د تمرین کولو نورې ګټې عبارت دي له:

د وینې د ګلوکوز په کنترلولو کې رول لري او د انسولین په مقابل کې حساسیت زیاتوي (د انسولین په مقابل کې مقاومت ټیټوي).

په وینه کې د Triglycerides اندازه ښکته کوي او د ښو کولیسټرول (good HDL Cholesterole) اندازه پورته کوي.

د ګېډې وازده کموي.

Endorphine افرازوي چې د خلکو د ښه والي د احساس لامل کیږي.

یادونه: د فزیکي فعالیت پواسطه د وزن بایلل که ترلاسه شي یا نه، پورته یادې شوي ګټې ترلاسه کیږي[۶].

د سلوک درملنه

د سلوک درملنه د خوړو اخیستنې او فزیکې فعالیت لپاره د پلان په جوړولو کې اغېزمنه طریقه ده. په خپله د خپل ځان څارل، د فشاراداره کول، د تنبهاتو کنترولول، د مشکل حلول، د احتمالي پیښنو اداره

(c) ketabton.com: The Digital Library

کول او اجتماعي ملاتړ د سلوک د وصفي کړنلارو څخه عبارت دي. د سلوک درملنه کېدای شي د غذا پواسطه درملنې (غذايي رژيم محدودول) د پرمختګ او فعاليت سره د ځان عياريدو په خاطر وکارول شي[۶].

د دوا پواسطه درملنه

فارماکوتيراپي کېدای شي په لوړ خطر لرونکو ناروغانو کې اغېزمنه وي. د FDA لخوا د اوږد وخت لپاره د دوا پواسطه تاييد شوي درملنه کېدای شي په ځينو چاغو ناروغانو کې اغېزمنه ثابته شي. کچيرته د ژوند دول تغيير د ۶ مياشتو څخه وروسته هم وزن کم نه کړي فارماکوتيراپي بايد په نظر کې ونيول شي. موجوده وخت فارماکوتيراپي هغو ناروغاتو ته توصيه کيږي چې BMI ≥ 30 يا BMI ≥ 27 وي خو د چاغوالي سره تړلي فکتورونه يا ناروغۍ ولري. بياهم ټول ناروغان درملنې ته ځواب نه وايي. کچيرته ناروغ ۲,۲ پونډه يا ۲ کلوګرامه وزن د ۴ اوونيو درملنې سره کم نه کړي، نو نوموړې ناروغ يادې دوا سره ځواب نه وايې. موجوده وخت Sibutramine او Orlistate د FDA لخوا تاييد شوي دي. Sibutramine اشتها د منځه وړي ولې orlistate د کولمو څخه د وازدې جذب نهي کوي[۶].

جراحي درملنه

جراحي پواسطه درملنه په هغه ناروغانوته چې شديد چاغوالی (BMI ≥ 40) ولرې يا BMI ≥ 35 وي ولې ددې سره سره يوځای جدې حالت ولري توصيه کيږي. عمليات شوي مريضان بايد د اختلاطاتو لپاره وڅارل شي او د ژوند کولو طرز بايد د خپل ژوند تر پايه عيار کړي[۶].

موخې

- **د چاغوالي او وزن زياتوالي له کبله د راوولاړيدونکو ناروغيو او ستونزو په اړه د روغتيايي کارکوونکو او هېوادوالو د پوهاوي کچې لوړول.**
- **د چاغوالي تشخيص، درملنې او د مخنيوي تدابيرو ته ددوې پام راړول**

وروستى پايلې

په نوره نړۍ او ګران هېواد افغانستان کې د ترسره شويو چېړنو په بنسټ د چاغوالي لوړې شيوع شتون ته په کتو سره د وروستي پايلی په توګه داسي ويلی شو چې خوست ولايت هم د يادې ستونزې څخه خالي نه دې خو که چيرته د چاغوالي او وزن زياتوالي د لاملونو او د هغې څخه د راولاړيدونکو روغتيايي ستونزو په په اړه عام پوهاوي ته سمه پاملرنه وشي نو پيښې يې راټيټيدی شي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

وړانديزونه

- د عامې روغتيا وزارت اړوند چارواکو ته وړانديز کيږي چې د چاغوالي، وزن زياتوالي او د هغې څخه د راوولاړيدونکو ستونزو په اړه ټول هېوادوال او خوست ميشتې وپوهوي.
- څرنګه چې د شکرې ناروغي په زياته سلنه د چاغوالی له کبله پيدا کيږي او چاغوالي مخنيوي د د فزيکي کړنو پواسطه کېدای شي نو فزيکي کړنې بايد د خپل ژوند برخه وګرځوي.
- اطلاعات کلتور رياست او نوره ميډياوې بايد په خپلو خپروني کې د چاغوالي، وزن زياتوالي او د هغې له کبله د پيدا کېدونکو روغتيايي ستونزو په اړه پيغامونو ته ځای ورکړي.
- ښه به وي چې د تعليم او تربيې وزارت د مکتبونو په نصابي کتابونو کې د وزن زياتوالي، چاغوالي ، د هغې څخه د راولاړيدونکو روغتيايي ستونزو او هغې څخه د مخنيوي په اړه ساده معلوماتو ته ځای ورکړل شي.

Abstract

Obesity and Overwieght is a chronic condition, excessive amount of fat collection in body is called Obesity. While from one side obesity and overweight increased the risk of some chronic and life threathening disease like type II diabetes, cardio vascular disease, hyperlipidemia and sleep apnea and decreased Life expectancy almost 7 years, from otherside like other world in dear country Afghanistan not only mention problem prevalence is increasing but is ignore from most of Afghan civilian.

Reference

1. Aus Tariq Ali & Crowther Nigel John (2005) Health Risk associated with obesity, published by: University of the Withwalersrand Medical School, Johanneshurg page(56,57,58 & 59).

https://www.cdc.gov/healthyweight/effects/index.htm

2. Adli Shahrzad Jafari, Jouyandeh Zahra , Qorbani Mostafa, Soroush Ahmadreza , Larijani Bagher and Ranjbar Shirin Hasani (2014) prevalence of obesity and overweight in adults and children in Iran' a

(c) ketabton.com: The Digital Library

systemic review, published by: Journal of Diabetes & Metabolic disorder page (1-10).
https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4301060/pdf/40200_2014_Article

3. Balentine Jerry R. (2015) Medicine Net page (2).
http:// www.medicine.com/obesity-weight-loss/page

4. Jafar Tazeen H, Chaturvedi Nish, Pappas Gregory (2006) prevalence of overweight and obesity an Indo-Asian population, pulished by: Pakistan Medical Research Council and the US department of health and human services page (1017).
https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1609152/pdf/20061024s00018p

5. Nguyen Dang M & El-Serag Hashem (2010) The epidemiology & obesity, published by: Gastroenteral Clin North AM page (2).
https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2833287

6. Pi- Sunyer F. Xavier (2011) The practical Guide identification, evaluation and treatment of overweight and obesity in Adult, published by: National Institute of health hearth, lung and blood Institule North American association for the study of obesity page (2,3,4).https://www.nhlbi.nih.gov/files/docs/guidelines/prctgd_c.pdf

7. Saeed Khwaja Mir Islam (2015) Prevalence and association Risk factors for obesity in Jalalabad city-Afghanistan, published by: Alexadria journal of Medicine page (348).
http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S209050681400117

8.Saeed Khwaja Mir Islam (2015) Pattern of Adult obesity in Kabul Capital of Afghanistan a cross sectional study using IOSR journal of pharmacy page (89).
http://www.iosrphr.org/papers/v6i11V2/L0611028996.pdf

(c) ketabton.com: The Digital Library

پوهنمل میاولي شاه میاخېل
د ژبو او ادبیاتو پوهنځی
پښتو څانګه
ګرځنده شمېره: 0777858384

د څېړنې شکلي قالبونه

لنډيز

(دڅېړنې شکلي قالبونه) عنوان لاندې مقاله کې لومړی سریزه لیکل شوې؛ په سریزه کې د مقالې موخه، اهمیت، او د اصل موضوع بیان لیکل شوی، ورپسې بیا د څېړنې په عامو او خاصو کالبونو باندې خبرې شوې، چې د عامو کالبونو په برخه کې: مقاله، د تحقیقي مقالې اوصاف، رساله، او کتاب معرفي شوي دي، په دویمه برخه کې د څېړنې خاص شکلي کالبونه تشریح شوي، چې په دې لړ کې ټرم پیپر Term paper، مونوګراف، تیزس او ډیزرټیشن ښودل شوي او په اخر کې د مقالې پایله او هم د هغو ماخذونو فهرست، چې د یادې مقالې د لیکلو پر وخت ګټه ترې اخیستل شوې، لیکل شوي دي.

سریزه

د شرق د فرهنګي اثارو له مطالعې څرګندیږي، چې له پخوا زمانو څخه تاریخي، معلوماتي، دیني، فقهي، طبي، نجومي او نورو عقلي او نقلي علومو په خصوص کې لیکل شوي اثار په دریو شکلي کالبونو کې، لکه: مقاله، رساله، کتاب لیکل شوي او تر موږ پورې رسیدلي دي؛ خو په ورستیو پیړیو کې د علومو له پراختیا او د لوړو تحصیلاتو له ترویج او عامیدلو سره سم د څېړنو لپاره ځینې نور شکلي کالبونه هم پیدا شول، چې زیاتره د تحصیلي سندونو د حاصلولو د علمي کار کوونکو او استادانو د علمي ترفیعاتو لپاره لیکل کیږي، نو په دې بحث کې موږ دا کالبونه د عام او خاص تر مقولو لاندې په دوو برخو کې مطالعه کړي دي، چې د عامو په برخه کې مقاله، رساله او کتاب شامل دي او د خاصو کالبونو په برخه کې ټرم پیپر، مونوګراف، تیزس او ډیزرټیشن مطالعه شوي دي؛ ترڅو موږ په دې و پوهیږو، چې د څېړنې کالبونه په لومړي سر کې په څو برخو ویشل شوي او هم کومې، کومې برخې په دې ځای کې د مطالعې ځای لري.

1. عام قالبونه

دا کالبونه لرغوني دي، په دې کالبونو کې مقاله، رساله او کتاب شامل دي، پخوا ټولې څېړنې او نور معلوماتي او تاریخي اثار موږ په همدغو دریو کالبونو کې موندلی شو، دا کالبونه تر اوسه زموږ په

(c) ketabton.com: The Digital Library

فرهنګ کې معمول دي او اوسنی څېړنې هم زیاتره په کلي ډول په همدغو دریو کالبو کې ترسره کېږي، چې په خپل وار سره به په هر یوه باندې خبرې وکړو.

الف: مقاله

په فرهنګونو کې یې د مقالې په باب داسې کښلي دي: په افغان دری – پښتو قاموس کې لیکلي: ((مضمون مفصل درتخت یک مضمون و موضوع که عموماً برای درج در یک روزنامه نوشته شود.)) (۱:۱۲۳۶)

په دریاب کې د مقالې په هکله داسې لیکي: ((لیکلی مضمون، د کتاب حصه، د معلوماتو مفصل مضمون.)) (۷:۱۲۰۲)

په پښتو—پښتو سیند کې داسې لیکلي: ((لیکلی مضمون، د کتاب برخه.)) (۵:۹۷۳)

د مقالې په هکله سید محی الدین هاشمي د لیکوالۍ فن په نوم اثر کې وایي، چې: ((هره موضوع چې د لیکنې او سپړنې څېړنیز ارزښت ولري په هغې مقاله لیکلی شو.)) (۹:۵۵)

له پورته یادونو څخه موږ دې نتیجې ته رسیږو، چې هرهغه مضمون، که هغه په هره موضوع وي؛ خو چې له رسالې او کتاب څخه کوچنی وي، مقاله بلله کېږي.

مقاله په عام ډول په مجلو، ورځپاڼو کې چاپیږي او یا هم په علمي مجامعو (سیمینارونو، کنفرانسونو او سیمپوزیمونو، د فرهنګي شخصیتونو د زوکړې د کلیزو او تلینونو غونډو) کې وړاندې کېږي.

استاد هېوادمل د څېړنې مېتودولوژۍ کې د مقالې په هکله زیاتوي: د هند په نیمه وچه کې په تېره پاکستان او د هند په اردو ژبو کې بیا د مقالې تعبیر داسې دی: دوی په عامه محاوره کې د حجم په لحاظ وړې لیکنې ته مضمون، منځنۍ لیکنې ته کتابچه او غټ کتاب ته مقاله وایي او حتی دا هم وایي د ((Ph.D)) مقاله، معنا دا چې په دې سیمه کې تر ټولو د غټ حجم لرونکي لیکنه مقاله بولي؛ یعنې د حجم د لږوالي او ډېروالي له پلوه دغو دریو شکلي قالبونو ته د مضمون، کتابچې او مقالې تعبیرونه کارول کېږي. (۸:۳۳)

د تحقیقي مقالې اوصاف

کاندید اکاډمیسن محمد صدیق روهي د یوې تحقیقي مقالې د اوصافو د څرګندولو په نیامت یوه نسبتاً مفصله مقاله لیکلې ده، چې نه یوازې د تحقیقي مقالې اوصاف موږ ته راښیي، بلکې د څېړنې په باب په عام ډول ډېرې د کار خبرې لري، که مبالغه یې ونه بولو، د میتود پوهنې په ډېرو تازه کتابونو کې هم تردې نوې خبرې نشو موندلی، زه دلته په ډېر لنډیز د یوې تحقیقي مقالې اوصاف ترې را اخلم:

(c) ketabton.com: The Digital Library

1. **تر ټولو غوره تحقیقي مقاله هغه ده، چې یوه نوې فرضیه اثبات ته ورسوي، د علومو په ساحه کې یو نوی قانون، پرنسیپ یا تیوري، چې پخوا نه وي څېړل شوې رامنځ ته کړي.**
2. **هغه مقاله چې که څه هم نوي پرنسیپونه او قوانین نه بیانوي، خو بیا هم د موضوع حق په داسې توګه ادا کړي، چې له ابتکاره خالي نه وي.**
3. **هغه مقاله چې په یوه ټاکلي ساحه کې پخوانۍ څېړنې له سره په انتقادي ډول مطالعه کوي، ښېګڼې او نیمګړتیاوې یې رابرسېره کوي او هدف یې داوي، چې د زیان رسوونکو او غیر علمي مفکورو د رواجېدو مخه ونیسي.**
4. **هغه مقاله چې په یوه ځانګړې موضوع کې خورې ورې او پراګنده څېړنې په سیستماتیک ډول راغونډې کړي، د موضوع تاریخي سوابق اوپس منظر وڅېړي او وروستي انکشافات یې هم وڅېړي. (۱۵:۲)**

استاد روهي زیاتوي، چې هره مقاله له یادو څلورو درجو راکښته شي، نو بیا د تحقیقي مقالې په چوکاټ کې ځای نه لري او د خرابو مقالو په کټګورۍ کې باید مطالعه شي.

ب: رساله

په (افغان درې – پښتو) قاموس کې د رسالې معنا (لیک) ده. (۶۱۹:۱)

او هم په یو بل پښتو قاموس (دریاب) کې یې معنا: لیک، مکتوب او وړوکی کتاب ده. (۷۶۰:۷)

په عام ډول د کتاب په تناسب د لږ او د مقالې په نسبت د زیات حجم لرونکي او نسبي اوږدې لیکنې ته، چې د یوې خاصې موضوع لیکلو ته وقف شوې وي رساله وایي، په شرقي فرهنګ کې زموږ پخوانیو فرهنګیانو د فقهي، عرفاني، اخلاقي، تاریخي، طبي، ریاضي، نجوم، ژوند پېښو، بلاغي علومو، تجوید او نورو پوهنو په باب په زرګونو رسالې لیکلي دي.

استاد هېوادمل د څېړنې په مېتودلوژي کې په دې هکله وایي: رسالې کېدای شي منظومې وي او یا هم منثورې، لکه: بایزید روښان، چې خپلو ځینو منظومو اثارو ته د رسالې نوم ورکړی دی، بایزید د خپلې یوې منظومې رسالې په پای کې ویلي دي: (دا تذکره د علم رساله نمینه) یا د یوې بلې رسالې په پای کې یو ځای ویلي دي: (دا رساله مې فرحت المجتبی). (۳۶:۸)

په شرقي فرهنګ کې د رسالې د استعمال دایره ورو ورو پراخه شوه او په معاصر دوران کې پر لږ حجمه تحقیقي اثارو هم د رسالې اطلاق عام شوی دی. زموږ د هېواد په فرهنګي کړیو کې، چې یوه لیکنه د مقالې له دایرې ووزي او حجم یې نسبي غټ شي، رساله ورته وایي.

څېړونه میاشتنۍ دري ګڼه، ۱۹امه ګڼه، پرلپسې ربع، دویمه ل، ۱۳۹۶ ل

(c) ketabton.com: The Digital Library

ج: کتاب

د کتاب په هکله یې په (پښتو ـ پښتو تشریحي قاموس) کې داسې لیکلي دي: ((چاپي یا خطي جونګ، کتاب له مجلې څخه د طول او فورم پر اساس توپیر لري، د حسابو، ریکارډو... د داخلولو لپاره څو پاڼې خط کشي شوې، یا د هوسۍ پوستکي... چې پر یوه خط سره ګنډل شوي، څه ور باندې لیکل شوي یا چاپ شوي وي او معمولاً د دوو پوښو (وقایه، اړانه) په منځ کې وي، اسماني کتابونه، لکه: زبور، تورات، انجیل او قران، چې په ترتیب سره پر خپل پیغمبر نازل شوي دي. د څو سیاسي اسنادو مجموعه ده، چې د صفت په توګه د رنګونو نومونه ورسره یادیږي، لکه: د فرانسې ژیړ کتاب، د بلجیم خړ کتاب، د ایټالیې شین کتاب... (۴:۳۴۸۸)

په (افغان درى ـ پښتو) قاموس کې د کتاب په هکله داسې لیکلي: ((نوشته که دارای اوراق متعدد باشد.)) (۱:۹۸۶)

په (پښتو ـ پښتو سیند) کې د کتاب معنا په دې ډول ده: چاپي یا خطي جونګ، مجلد شوې پاڼې. (۵:۷۷۱)

استاد هېوادمل د څېړنې په مېتودلوژي کې د کتاب په هکله د (فرهنګ سخن) په حواله لیکي: د لیکنو او یا تصاویرو مجموعه، چې په نازکو ورقو کښل شوي، صحافي شوې وي، جلد پښتۍ ولري، که خطي وي یا چاپي هغه کتاب بلل کیږي.

د کتاب په تېره د تحقیقي کتاب د محتوى په باب پوهان وايي، چې د کتاب محتوى مفصله، عالي، پخه او پیاوړې وي او د طرح شوې موضوع په اړه هر اړخیز او دقیق معلومات په منظم ډول لوستونکي ته وړاندې کوي، تحقیقي کتاب مقدمه، فصلونه، خاتمه، پیشنهادونه، ماخذونه، اصطلاحات او د اعلامو فهرستونه لري. (۸:۳۶)

2. خاص شکلي کالبونه

د څېړنې خاص کالبونه په نړۍ کې د علمي او تحصیلي دګریو او درجو د حاصلولو او یا هم په تحقیقي عالي او تعلیمي موسسو کې د علمي وجایبو د پوره کولو لپاره ایجاد شوي دي او پیدایښت یې د نړۍ په هېوادونو کې د عالي تحصیلاتو او علمي تحقیقي مراکزو له پرمختیا سره نېغه اړیکه لري.

خپرونه د میاشتنۍ دری ګڼه، ۱۰مه ګڼه پرلپسې ۹، دویمه ربع، ل ۱۳۹۶

(c) ketabton.com: The Digital Library

د تحقيق ډولونه، روښونه، مېتودونه او لارې چارې د څېړنو په عامو او خاصو شکلي کالبونو کې په کلي ډول ډېر توپيرونه نه لري، اما په جزياتو کې بنايي څه توپيرونه موجود وي؛ د تحقيق وسايل او شرايط هم بنايي ونه مومي.

د څېړنې هغه خاص شکلي کالبونه چې زموږ په هېواد او نورو هېوادونو کې معمول دي په لاندې ډول ښودل کېږي.

الف: ټرم پيپر Term Paper

د ټرم پيپر په هکله استاد هېواد مل د (Kate L. Turabian) په حواله ليکي: د امريکا په مکاتبو او پوهنتونو کې شاګردان د کورسونو او سمېسترونو په پای کې يوه ليکنه تهيه کوي، چې دکورس برخه جوړوي، دې ليکنې ته ټرم پيپر وايي، دا پيپر هم د څېړنې يو کالب دی، چې د مأخذ او ريفرنسونو پر بنا برابرېږي. (۳۷:۸)

ب: مونوګراف

زموږ په هېواد کې، چې څوک د ليسانس تحصيلي دوره پای ته ورسوي فارغ ته د مونوګراف ليکنې سپارښتنه کېږي، چې د بېلا بېلو علومو په بېلا بېلو څانګو کې موضوعات ټاکل کېږي.

د مونوګراف په اړه ګل رحمن رحماني په (مونوګراف ليکنه) اثر کې داسې ليکي: په افغانستان کې هغې تحقيقي ليکنې ته، چې محصلان يې تر فراغت دمخه يا وروسته له خپلې تحصيلي څانګې سره په يوې اړوندې موضوع ليکي مونوګراف بلل کېږي او مونوګراف معمولاً تر مقالې اوږد او تر کتاب وړو وي، کتاب ممکن د مختلفو موضوعاتو ټولګه وي؛ خو مونوګراف په واحده يا ځانګړې موضوع ليکل کېږي، کتاب شايد دويم ټوک ولري، خو مونوګراف دويم ټوک نه لري او موضوع پکې بشپړه شوې او نتيجې ته رسول شوې په کار ده. (۱:۳)

ج: تيزس Thesis

د انګليسي ـ پښتو قاموس، چې په ۱۳۸۵ کال کې چاپ شوی د تيزس معنا يې علمي رساله ليکلې ده. (۴۵۳:۶)

په Oxford Dictionary، چې په ۲۰۰۴ کال کې ليکل شوې ده، هغه بيا د پوهنتون .Ph.D او .M.A ډګريو د تر لاسه کولو لپاره تيزس ليکي.

کانديد اکاډميسن محمد صديق روهي د ماسترۍ ډګرۍ د تر لاسه کولو لپاره، چې محصل د تحصيلي دورې په پای کې، چې کوم اثر ليکي هغه ته تيزس وايي اما دوکتور ګيان چند بيا M.A او .M.Phil ډګريو د ترلاسه کولو لپاره ليکل شوي اثر ته Dissertation وايي. (۳۷:۸)

(c) ketabton.com: The Digital Library

د: ډيزرټيشن

څرنګه، چې مو د تيزس په برخه کې ولوستل، چې دوکتور ګيان چند ډيزرټيشن هغه تحقيقي اثر ته وايي، چې د .M.Phil او M.A د کورسونو فارغان يې د ډګريو د حاصلو لپاره ليکي اما مرحوم روهي، چې د .Ph.D ډګرۍ د حاصلولو لپاره، چې Scholar کوم تحقيقي اثر ليکي هغه ته ډيزرټيشن وايي، خو دوکتور ګيان چند بيا د .Ph.D د ډګرۍ د تر لاسه کولو لپاره، چې Scholar کوم اثر ليکي هغه Thesis بولي.

پهOxford Dictionary او Longman Dictionary کې يې بيا د ډيزرټيشن په باب ليکلي دي چې: ډيزرټيشن په يوه خاصه موضوع کې يو تحقيقي کار دی، چې د پوهنتون د ډګرۍ د حاصلو لپاره ليکل کيږي په دې ډکشنريو کې يې دا نه دي ويلي، چې ډيزرټيشن د کومې ډګرۍ د حاصلو لپاره ليکل کيږي. (۳۹۶:۱۰)

موږ ولوستل، چې د هرې تحصيلي درجې د حاصلو لپاره، چې کوم اثر ليکل کيږي هر يو بېل نوم لري، استاد هېوادمل د څېړنې په مېتودولوژي کې د (راهکارهای پژوهش) ليکوال په حواله زياتوي، چې: نوموړي د ليسانس، ماسترۍ او دوکتورا د تحصيلي دورې په پای کې، چې کوم اثار ليکل کيږي، ټولو ته يې د (رسالې) اصطلاح استعمال کړې ده، لکه: رساله پايان تحصيلي ليسانس، رساله ماسترۍ، رساله دوکتورا او حتی د علمي درجو د حاصلو لپاره، چې کوم اثار ليکل کيږي هغوی ته يې هم (رساله های نيل به رتبه های علمي) ويلي دي.

استاد هېوادمل د (روش تحقيق) په حواله بل ځای کې داسې ليکي: په ځينو عربي هېوادونو، لکه مصر او نورو کې هم ماسترۍ او دوکتورا د تحصيلي درجو اخيستلو لپاره، چې کوم اثار ليکل کيږي هغې ته رساله وايي، د قاهرې د جامع لازهر استاد دوکتور احمد شلبي د ماسترۍ تيزس او دوکتورا ډيزرټيشن دواړه رسالې بللي دي، خو له دغو ټولو توپيرونو سره سره د نړۍ په معتبرو پوهنتونونو او د تحقيق په مراکزو کې د ماسترۍ لپاره ليکل شوی اثر تيزس او د دوکتورا لپاره ليکل شوی اثر ډيزرټيشن بلل کيږي. (۳۸:۸)

پايله

دغو ټولو توضيحاتو څخه وروسته دې نتيجې ته رسيږو، چې کوم کالبونه د څېړنې په ساحه کې استعماليږي او يا ايجاديږي، هر يو يې بېل، بېل نوم لري او په هېوادونو او ټولنو کې دا نومونه فرق کوي، زموږ په هېواد کې د ليسانس دورې د تکميل لپاره مونوګراف ليکل کيږي. د ماسترۍ دورې د تکميل لپاره تيزس او دوکتورا لپاره د ډيزرټيشن اصطلاحات کارول کيږي او مروج دي. په داسې حال

(c) ketabton.com: The Digital Library

کې، چې په نوره دنیا کې دا نومونه او اصطلاحات د یو هېواد او ټولنې د بل هیواد او ټولنې سره یو شان نه دي.

د میتود پوهانو ترمنځ د اصطلاحاتو د تعابیر او د اصولو د تفاسیرو او تعاریفو په خصوص کې واړه، غټ اختلافات موجود وي او دا اختلافات طبیعي هم دي، اما په عام ډول څېړونکي له بې لاریو سره نه مخامخ کېږي، له دغو توپیرونو سره سره د نړۍ په معتبرو پوهنتونونو او د تحقیق په مراکزو کې د ماسترۍ لپاره لیکل شوی اثر تیزس او دوکتورا لپاره لیکل شوي اثر ډیزرتیشن بلل کېږي.

Abstract

This article is intended to introduce Kinds of Research Styles. This article provides a step-by-step approach to the Research Styles. The goals, importance, and the actual topic are introduced in the preface. After preface, a discussion is carried out on the common and proper styles of research. In common styles, I have discussed on the article, characteristics of research article (paper), booklet, and books. In the second part of the article, I have explained specific (proper) styles of research, in which term paper, monograph, thesis, and dissertations are explained in details. The last part of the article has a summary and prefaces, which were used in writing this article.

ماخذونه

1. افغان نویس. (۱۹۹۱). افنان دری ـ پښتو قاموس. پېښور: میهن خپروندویه ټولنه.
2. روهي، محمد صدیق. (۱۳۸۹). د څېړنې بنستونه او ډولونه. کابل: د افغانستان د سیمه ییزو مطالعاتو مرکز.
3. رحماني، گل رحمن. (۱۳۸۹). مونوگراف لیکنه. جلال آباد: گودر خپرندویه ټولنه.
4. ریس خیل، مسافر. (۱۳۶۵). پښتو ـ پښتو تشریحي قاموس څلورم ټوک. کابل: د علومو اکاډیمي د ژبپوهنې څانگه.
5. زاهد مشوانی، عبدالقیوم. (۱۳۸۵). پښتو ـ پښتو سیند. پېښور: دانش خپرندویه ټولنه.
6. سید جلالالدین. (۱۳۸۵). انگلیسي ـ پښتو قاموس. پېښور: اریانا خپروندویه موسسه.
7. مومند، قلندر. (۱۹۹۴). دریاب. لاړهور: امید پرنټرز.
8. هیوادمل، زلمی. (۱۳۹۲). د څېړنې میتودولوژي. کابل: ژبو او ادبیاتو پوهنځی، ماسترۍ پروگرام.
9. هاشمي، سید محي الدین. (۱۳۸۳). لیکوالی فن. پېښور: دانش خپرندویه ټولنه.
10. Della, Summers. (2006). *Longman Dictionary*. Language and Culture

(c) ketabton.com: The Digital Library

پوهنیار ماستر محمدقاسم ګربز
شیخ زاید پوهنتون
ژبو او ادبیاتو پوهنځی
پښتو ډیپارټمنټ
اړیکه: ۰۷۷۱۱۲۶۷۶۷
ایمېل: qasim.gurbaz@gmail.com

په پښتو ګرامر کې د (یا) ډولونه او سمه کارونه یې

لنډیز

په پښتو ژبه کې د یاګانو د ډولونو او سمې کاورنې سره ډېری لیکوال لاس او ګرېوان دي، ممکن د ګوتو په شمېر به داسې شخصیتونه وموندل شي، چې د یاګانو د ډولونو او سم استعمال سره به اشنا وي او په اهمیت او ارزښت به یې پوهیږي؛ زما په اند پر یاده موضوع پوهه او حاکمیت لرل ډېر اړین دي، ځکه د یاګانو ناسمه کارونه د مورفیمونو، کلمو، عبارتونو، ترکیبونو او جملو کې د بڼې او محتوا له مخې ګډوډې رامنځ ته کوي او د یادو واحدونو مطلوبهِ غایه له منځه وړي. په دې څېړنه کې مې پر ذکر شوې سکالو کار کړی او په تفصیل سره مې د یاګانو پر ډولونو او د هغوی د استعمال پر ځانګړو ځایونو بحث کړی دی.

سریزه

ژبپوهنه په عمومي ډول پر دوو لویو برخو وېشل شوې ده، چې لومړۍ برخه یې د نظري ژبپوهنې په نوم یادیږي او دویمې برخې ته یې تطبیقي ژبپوهنه وایي. نظري ژبپوهنه په خپل منځ کې بیا پر دریو څانګو تقیسم شوې ده، چې نومونه یې په دې ډول دي: تشریحي ژبپوهنه، تاریخي ژبپوهنه او مقایسوي ژبپوهنه. ګرامر د تشریحي ژبپوهنې لویه برخه جوړوي، چې همدغه ګرامر بیا درې لویې او عمده څانګې لري، چې لومړۍ عمده څانګه یې د فونولوژي په نوم یادیږي، دویمه د مورفولوژي او درېیمې څانګې ته یې سینټکس وایي.

فونولوژي د ګرامر هغه برخه ده، چې په هغه کې د یوې ژبې اوازونه او د هغوی د پیدایښت ډولونه او نورې ځانګړتیاوې په علمي او سیستماتیک ډول تر څېړنې او مطالعې لاندې نیول کیږي. یاده څانګه د ژبپوهنې یوه نوې او تازه سکالو ده، چې د شلمې پېړۍ په پیل کې په دغه برخه کې نوي علمي څېړنې او مطالعات وشول؛ ځکه پخوا داسې فکر کېده چې ګرافیم د ژبې یا وینا بنسټ دی، خو اوس دا ثابته

(c) ketabton.com: The Digital Library

شوه چې ژبه د انساني غږونو څخه ترکیب او جوړه شوې ده، یانې لومړی فونیم رامنځ ته کیږي او بیا ګرافیم.

په دې کې شک نشته چې زموږ د پښتو ژبې په الفبایي سېستم کې نیمګړتیاوې او ستونزې زیاتې دي، نه غواړم چې دلته یې رابرسېره کړم او یوازې د موضوع سره په تړاو مې پر یوه ستونزه رڼا اچولې، هغه دا ده چې زموږ په الفبایي لیکنه کې یو توری یا ګرافیم (یا) د څو بېلابېلو اوازونو لپاره ټاکل شوی او یا هم یو ګرافیم له څو فونیمونو څخه استازیتوب کوي. د بېلګې په توګه یو همدا د (ی) ګرافیم دی، چې دوه یې خپلواک غږونه او دوه یې دېفتانګ اوازونه دي.

پښتو ژبپوهانو د څلورو مختلفو غږونو لپاره یو ګرافیم ټاکلی او اصلاً ستونزه له همدغه ځایه پیلیږي، که څه هم دا ستونزه تر یوې اندازې په یاګانو کې د شکلي بدلون او د ټکو د تغییر په وجه تر یوه بریده له منځه وړل شوې ده.عام لوستونکي دغو څلورو مختلفو غږونو ته په یوه سترګه ګوري او د توپیر په کیسه کې یې نه دي، بیا ډېری داسې لیکوال هم شته چې د کارېدنې پر ځای، اهمیت، ارزښت او بڼو باندې یې پوهیږي، ځینې بیا داسې هم شته چې په لیک کې یې مراعت ته ډېره پاملرنه نه کوي، خو بیا ځینې یې په مراعتولو ځان نه ستړی کوي. ما په خپله لیکنه کې په تفصیل سره د یاګانو پر ډولونو او د سم استعمال پر اهمیت، ارزښت او اړتیا باندې رڼا اچولې ده او ټولو هغو ستونزو او ګډوډیو ته مې نغوته کړې چې د یاګانو د ناسمې کارونې څخه رامنځ ته کیږي. هغه کسان چې لا تر اوسه د دغو تورو په دقیق استعمال کې ستونزې لري، په دې هیله چې یاده مقاله لاس ته راوړي، په سم ډول یې ولولي او د یاګانو د ډولونو او د سم استعمال د مناسبو ځایونو څخه یې ځانونه خبر کړي او په دې امید چې نور د یادې ستونزې سره لاس او ګرېوان نه شي.

موخې

الف: د یاګانو د ډولونو په اړه له درنو لیکوالو سره د معلوماتو شریکول

ب: د یاګانو د سمې کارونې په اړه د دقیقو معلوماتو شریکول له لیکوالو او عامو لوستونکو سره

ج: د یاګانو له ناسمې کارونې څخه د مورفیمونو، کلیمو، عبارتونو، ترکیبونو او جملو په بڼه او محتوا کې د تغییراتو د رامنځ ته کېدو په اړه د پوهې تر لاسه کول

د: د یاګانو د سم او ناسم استعمال پر اهمیت، ارزښت او اړتیا رڼا اچول

هـ: په ځانګړي ډول د ژبو او ادبیاتو پوهنځي د پښتو ډیپارټمنټ محصلانو ته د یادې موضوع په اړه د شته ستونزو او اشتباهاتو د له منځه وړولو په موخه د موثقو معلوماتو ورسپارول

(c) ketabton.com: The Digital Library

د کار مواد او مېتود

په دې څېړنیزه مقاله کې مې له کتابتوني مېتود څخه استفاده کړې ده او په یاده لیکنه کې مې له معتبرو موثقو او قوي ماخذونو څخه ګټه اخیستې ده. په دې کې شکه نشته چې د یادې مقالې په بشپړولو کې د مسلک سره سم د مشرانو استادانو د اندونو او مشورو څخه هم مستفید شوی او د موضوع اړوند په ټولو اړخونو مې په عمیق ډول رڼا اچولې ده.

د یاګانو د سمې کارونې اهمیت، ارزښت او اړتیا ته لنډه کتنه

بې ځایه به نه وي، که ووایم چې تر دې دمه پښتانه او غیر پښتانه د (یا) د ډولونو او سمې کارونې سره لاس او ګرېوان دي؛ بې له شکه چې غیر پښتانه او عام پښتانه ورونه د همدې ستونزې سره مخامخ دي خو وینم چې ډېری سواد لرونکي شخصیتونه لکه: د پوهنتونونو استادان، د ښوونځیو ښوونکي، محصلان او شاګردان او داسې نور د بېلابېلو ادارو تعلیم یافته قشر یې هم له سم استعمال څخه عاجزه دی؛ ځینې بیا داسې هم شته چې د (یا) د ډولونو او سم استعمال په اړه په بشپړ مالومات او حاکمیت هم لري خو دغې لویې او درندې سکالو ته به په اهمیت او ارزښت قایل نه وي، خو ځینې بیا داسې درندې ستې هم لرو، چې فیصدي یې د نورو په نسبت کمه ده چې د هرې (یا) په خپل مناسب ځای کې د کارونې په اهمیت، ارزښت او اړتیا پوهېږي او دې ته ژمن هم پاتې شوي دي.

په دې پوهېدل اړین دي، چې د بل هر ګرافیم په څېر د یاګانو د استعمال ځانګړي ځایونه معلوم دي؛ که چېرې په نثر او نظم کې هره یوه پر خپل ځای وکارول شي، د متن په روانتیا، اسانتیا اومانیزې څرګندونې کې به ډېره مرسته شوې وي.

که چېرې یاګانې پر خپل مناسب ځای او خپله ښه ونه کارول شي، لوستونکی د متن په لوستلو کې د ستونزو سره مخامخېږي او کله دې ته هم اړ کېږي، چې د غونډلې پای ته ځان ورسوي او بیا له پیله د جملې روغه ښه ولولي. دا د دې مانا ورکوي چې د پښتو هر لوستونکی د پښتو د هر کتاب متن دوه ځله لولي. کله کله د یاګانو ناسمې کارېدنې له امله یو ویی، ترکیب یا غونډله د لیکوال غوښتې مانا هم نه شي رسولی او لوستونکی له ذهني ستړیا سره مخامخوي.

هغه کسان خو لا له ډېرو ستونزو سره مخامخوي، چې پر پښتو لیک او لوست پوره او بشپړ حاکمیت نه لري. د راډیو، ټیلیویژن او د نورو غونډو ویاندویان هم د یاګانو د نه مراعت له کبله له سختو ستونزو سره مخاخېږي او کله کله دومره سخته تېروتنه کوي، چې د متن اصلي مانا ته باالکل بدلون ورکوي. باید وکاږم چې په پښتو کې د بل هر ګرافیم په اندول د یاګانو کارېدنه زیاته ده، دا ځکه چې پښتو یاګانې په حقیقت کې څلور بېل بېل غږونه دي، چې دوه یې واول او دوه یې دېفتانګ اوازونه دي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

مفتي سیف الرحمن هاشمي د یاگانو د استعمال ستونزه څه داسې بیانوي: ((پښتو ژبپوهانو د څلورو بېلابېلو غږونو لپاره یو گرافیم (انځور) ټاکلی او اصلاً ستونزه له همدغه ځایه پیلیږي، خو دا ستونزه په یاگانو کې د شکلي بدلون او د ټکو د تغییر په وجه تر یوه بریده له منځه وړل شوې ده.)) (۱۴۷:۹)

محمد هارون خپل شعشعي هم د یادې موضوع په اړه داسې وایي: ((د غږپوهنې (فونولوژۍ) د قواعدو او اصولو له مخې باید هر غږ (phoneme) ته بېل توری (grapheme) یا نخښه (symbol) ومومو؛ ځکه د ډول ډول غږونو لپاره د یوه توري کارول له یوې خوا پوخ علمي او منطقي جواز نه لري؛ او له بلې خوا په زده کړه او ښوونه کې بې شمېره ربړې پیدا کوي. هېڅوک به دا خبره ونه مني چې د موټر او موټرسایکل یا خره او آس لپاره یو نوم استعمال شي، لکه: څنگه چې د دغو وسیلو او موجوداتو ترمنځ لوی توپیرونه شته، په ژبو کې هم د بېلا بېلو غږونو ترمنځ همدومره توپیرونه لیدل کېږي.)) (۱۴۹:۸)

هره (یا) باید په خپل مناسب ځای کې وکارول شي، که یوه (یا) د بلې پر ځای استعمال کړو، لویه گډوډي به یې رامنځ ته کړې وي، په دې مانا چې د مورفیمونو او کلیمو په مانا، بڼه او گرامري جوړښت کې به لوی تغییر راغلی وي او مطلوبه مانا او محتوا به یې له لاسه ورکړې وي، د بېلگې په توگه د (لیکي، لیکې) او داسې نورو لسگونو ویيو ترمنځ په مانا او گرامري جوړښت کې لوی توپیرونه شته، لکه: بریالیه لیک لیکې؟ او بریالی لیک لیکي. یادې دوې بېلا بېلې غونډلې دي؛ ځکه په لومړۍ جمله کې بریالی دویم مفرد شخص دی، چې پوښتنه ور څخه شوې ده او فعل یې جاري بڼه لري؛ په داسې حال کې چې په دویمه غونډله کې بریالی دریيم مفرد شخص دی، چې د وینا پر مهال حاضر نه دی او د لیکلو فعل یې ساده حال بڼه لري. که په دواړو جملو کې د لیکلو فعل په اوږده یا مجهوله (ې) ولیکل شي، نو په دواړو غونډلو کې بریالی د حاضر په توگه بیانیږي، حال دا چې حقیقت داسې نه دی. لومړۍ جمله د پوښتنې یا سوالیه په ډول او دویمه غونډله د بیانیې په ډول ویل شوې ده. په دې کې شک نشته چې په هره ژبه کې د زمانې په اړولو سره کړ بېل شکل غوره کوي.

د دې لپاره چې د موضوع عمق ته مې ورکوز کړي وئ، د حمید بابا د دیوان له خطي نسخې څخه درته یو ساری راوړم:

لکه ته و ساده رويیو ته پخسیږې!

نه پخسیږي ونارنج ته رنځور هسې

(۱۴۶:۸)

(c) ketabton.com: The Digital Library

که موږ تاسې د حميد بابا په دغه بيت کې د (پخسيږې!) او (پخسيږي) دواړې کلمې په اوږده يا مجهوله (ې) وليکو، نو د بيت محتوا په بشپړ ډول له منځه ځي؛ نو ځکه په لومړۍ مسره کې د (پخسيږې!) کلمه دويم شخص (مخاطب) ته خطاب دی او فعل يې جاري بڼه لري. په دويمه مسره کې د (نه پخسيږي) ترکيب مفرد غايب شخص ته اشاره ده او د جملې فعل د ساده حال په زمانې پورې تړاو لري.

د يادې موضوع د لاروښنتيا په موخه مو يو بل مثال ته هم پام رااړوم: (مستي - مستې) کليمو ته که وگورئ چې لومړۍ يوه يې په لنډه (ي) او دويمه يوه يې په اوږده (ې) ليکل کيږي، دواړې کلمې د ريښې، تلفظ او مانا له پلوه ډېر زيات توپير لري؛ مگر په مجهوله (ې) د دواړو کښل لوبې سرگردانۍ پيښوي، ځکه مستي د بې خودۍ، بې هوشۍ، نشه، وجد، بې حالي، لوبې، بازۍ او ساتېرۍ په مانا ده خو مستې له شيدو څخه جوړ شوو خواړو ته وايي.

يو بل ساري ته هم نغوته کوم، لکه: (سړي) کلمه که په اوږده (ې) وليکل شي، بايد د مېوې، ډبوې، کوې او داسې نورو وييو په شان وويل شي. په داسې حال کې چې هېڅوک دا کلمه د (سړې) په ډول نه وايي؛ ځکه په اوږده (ې) د دې کلمې ويل، د مانا له اړخه بدلون راولي؛ د مثال په توگه سړې د تودې په مقابل کې استعماليږي، چې له سړي سره په غږ او مانا کې مځکه او اسمان توپير لري.

د ياگانو د ناسمې کارونې موضوع محمد اقا شيرزاد او جمشيد رشيدي په دې ډول توضيح کړې ده: ((د دغو ياگانو په بدلون کله يو لغت په بل لغت بدليږي او په مانا کې يې تغيير راځي، لکه: (مېنه - مينه، غړی - غړۍ، شړی - شړئ) د ياگانو برخه په پښتو گرامر کې هم ډېره زياته ده يانې مفرد، جمع، مذکر او مونث فعل او اسم، غايب او مخاطب د همدغو ياگانو په وجه معلوميږي. که دا ياگانې په ليکلو کې فرق ونه لري نو(وړۍ) د (پشم) په مانا او (وړئ) د وړلو په مانا به يو راز ليکو، (راځئ) چې د امر صيغه ده، د (راځي) سره به په ليک کې يو ډول وي.)) (۷:۱۲۹)

دادی، نور مو د انتظار شېبې نه اوږدوم، د ياگانو په ډولونو او د سم استعمال په هکله يې مالومات درسره شريک کوم:

۱- (ي= i)

دغه (يا) ژبپوهانو، گرامرپوهانو، ليکوالانو او عالمانو په بېلابېلو آثارو کې په مختلفو نومونو ياده کړې ده. صديق الله رښتين ياده يا د څرگنده (يا) په نوم سره يادوي. (۹:۴)

د کابل پوهنتون د ژبو او ادبياتو پوهنځي د پښتو ډيپارټمنټ ښاغلی استاد اسماعيل يون ور ته د څرگنده، لنډه او معروفه (يا) نومونه اخلي. محمد اقا شېرزاد او جمشيد رشيدي يې په نسبتي (يا) سره

(c) ketabton.com: The Digital Library

راپېژني او محمد هارون خپل شعشعي ورته د ضرفي (یا) نوم اخیستی دی. دا (ي) په پښتو کې یو واول فونیم دی، چې په پښتو متن کې ډېر زیات کارېږي، چې د استعمال ځینې مهم ځایونه یې دادي:

الف: د هغو یوګړو نرینه نومونو د جمعې لپاره راځي، چې په نرینه (ی) پای ته رسېدلي وي، لکه: افغانی ـ افغاني، پردی- پردي، لمسی- لمسي، منګی- منګي، لرګی ـ لرګي او داسې نور.

ب: د هغو یوګړو نرینه نومونو د مغیره یا دویم حالت لپاره هم راځي، چې په نرینه (ی) پای ته رسېدلي وي، لکه: زمری ښکار کوي او زمري ښکار وکړ.

مورې تاسې وینو چې په لومړۍ غونډله کې (زمری) په اصلي حالت راغلی او په دویمه جمله کې چې په ماضي مطلق زمانه پورې تړاو لري، په غیراصلي بڼه یا مغیره حالت کې قرار لري.

ج: په یو شمېر کسبي نومونو کې چې د یوې پېښې یا کسب ښکارندویي کوي، راځي، لکه: موچي، دوبي، توپچي، ربابي، کبابي، تبله چي، دوکانداري، صرافي، اشپازي، بزګري، شپني، مزدوري، موټرواني، ...

د: د ځینو نسبتي نومونو او ستاینومونو په پای کې هم راځي، لکه: رحیمي، کریمي، قاسمي، نظري، فریادي، رحماني، سوکالي، خوشالي، غریبي، عاجزي، شوخي، مستي، ...

هـ: د حال زمانې د یو شمېر فعلونو په پای کې د درېیم شخص د مفرد مذکر، جمع مذکر، مفرد مونث او جمع مونث د بڼې ځرګندولو لپاره هم راځي، لکه: سیف الله لیک لیکي. شریف الله او جاوید الله د خپلو استادانو ډېر درناوی کوي. عاطفه درس لولي. شریفه او جمیله ښوونځي ته په ټاکلي وخت ځي. که پورتنیو جملو ته ځیر شو، د هرې غونډلې په پای کې چې کوم کړ راغلی دی، وینو چې په پای کې یې ځرګنده (ي) شتون لري.

۲- (ې= e)

د دغې (یا) لپاره هم بېلابېل نومونه اخیستل شوي دي، د بېلګې په توګه یون صاحب ور ته دغه نومونه راوړي دي: ((اوږده، مجهوله، ښځینه)) (۱۰:۴۴)

دا هم یو واول فونیم دی، چې په پښتو وییو په تېره بیا په مونث نومونو کې زیات راځي. د کارونې ځایونه یې دادي:

الف: خوېشکی یې په اړه وایي چې: ((اوږده یا د ښځینه نوم د جمعې نښې په توګه د هغو نومونو په پای کې راځي، چې په (a) خپلواک فونیم پای ته رسېدلي وي.)) (۳:۴۲)

لکه: ښځه ـ ښځې، کوتره ـ کوترې، چرګه ـ چرګې، ګیدړه ـ ګیدړې، وزه ـ وزې، غومبسه ـ غومبسې، پشه ـ پشې، رمه ـ رمې، لښته ـ لښتې، پڼه ـ پڼې، غرمه ـ غرمې، ونه ـ ونې، تخته ـ تختې، کوټه ـ کوټې، سترګه ـ سترګې، زنه ـ زنې او داسې نور.

خېړونه ۹ امه ګڼه، درې میاشتنۍ ، پرلیسې ربیع، دویمه ل، ۱۳۹۶ ل

(c) ketabton.com: The Digital Library

ب: د هغو يوګړو ښځينه نومونو په غيراصلي حالت کې راځي، چې په زور (a) پای ته رسېدلي وي، لکه: (زرمينه کتاب لولي.) په جمله کې زرمينه مفرد مونث نوم دی، چې اصلي حالت لري او (زرمينې کتاب ولوست.) په غونډله کې بيا زرمينه غيراصلي حالت لري.

ج: د هغو مونثو ستاينومونو د جمعې او غير اصلي حالت لپاره هم کارول کېږي، چې په ګرده (ه) يا زور پای ته رسيدلي وي، لکه: (اوږده لښته) يې مفرد او اصلي حالت او (اوږدې لښتې) يې جمع او غيراصلي حالت را په ګوته کوي.

د: په هغو نسبتي ستاينومونو او فعلونو کې استعمالېږي، چې د مونث نومونو لپاره کارول شوي او يا ګردان شوي وي، لکه: محصلې خاندېدلې. خوېندې ژاړېدلې. له بدې ورځې ويرېږم. د ښې ورځې څښتن شې.

هـ: د ځينو مونث نومځرو په غيراصلي حالت کې راځي، لکه: دې، دغې، هغې، هوغې

يادونه: (دې) يوشخصي کمزوری ضمير دی، چې د دويم شخص د مفرد مذکر او مفرد مونث دواړو لپاره کارول کېږي او بل د (دا) شخصي قوي ضمير غيراصلي حالت هم (دې) دی.

و: د ځينو يوګړو حقيقي ښځينه نومونو په پای کې هم راځي، لکه: ناوې، ادې، خواښې.

۳- (ی=ay)

دې (يا) ته هم عالمانو مختلف نومونه کارولي دي، ربښتين ور ته د ساکنه (يا) نوم اخلي. (۵:۴۰).

محمد اقا شيرزاد او جمشيد رشيدي بيا ورته معروفه (يا) وايي. (۷:۱۲۸)

يون صاحب يې په بې ټکو، نرمه، زورواله او نرينه نومونو سره راپېژني او پوهاند محمد صابر خوېشکي بيا دې يا ته د ملينه (يا) نوم کارولی دی. (۲:۴۳)

دا فونيم هم په اصل کې يو دېفتانګ فونيم دی، چې له يوه واول فونيم (a) او يوه سيمي واول (y) څخه تشکيل شوی دی او د يوه سيلاب په شان په يو وار له خولې څخه راوځي. د استعمال ځايونه يې دادي:

الف: د حقيقي او غيرحقيقي يوګړو نرينه نومونو په پای کې ځای نيسي، لکه: ځلمی، لېونی، کودی، لمسی

، ملګری، ژنی، سړی، تنی، سپی، غړی، ستوری، لوښی، مرغومی، اغزی، ژمی، منی، وری، سپرلی او داسې نور.

ب: په ځينو نسبتي نومونو کې هم راځي، لکه: خوستی، کابلی، کندهاری، ننګرهاری، ګردېزی، لغمانی، صبری، ...

ج: په ځينو نسبتي ستاينومونو کې هم راځي، لکه: بريالی، توريالی، ننګيالی، مېړنی، ...

(c) ketabton.com: The Digital Library

د: د هغو فعلونو په پای کې هم راځي، چې د مفرد نرینه نوم لپاره یې اوړون په برخه شوی وي، لکه:
هارون ډېر زیار ګاللی دی. استاد ګربز د خپلو علمي کارونو د ترسره کولو په موخه کابل ته تللی دی.
استاد نېکمل له دوبۍ څخه راغلی دی. محصل په ټولګي دی.
موږ تاسي که د پورتنیو غونډلو فعلونو ته ځیر شو، وینو چې د اصلي او کومکي فعلونو په پای کې نرمه (ی) راغلې او په دې کې شک نشته چې د بلې (یا) په شتون کې به یاد فعلونه خپل مفهوم له لاسه ورکړي.
هـ: د هغو نومونو په پای کې هم راځي، چې په ای(āy)، وی(oy)، وی(uy) دېفتانګ اوازونو پای ته رسېدلي وي، لکه: پایpāy - چایČāy، زویzoy - لویloy، خویxuy - بویbuy او داسې نور.
یادونه: زما په اند دغه درې پورتني دېفتانګ اوازونه په حقیقت کې بېل او ځان ته فونیمونه دي، خو د نورو فونیمونو په نسبت یې د نرمه (یا) سره ورتوالی زیات دی، نو په همدې اساس یې د مورفیمونو او کلیمو په پای کې په همدغه (یا) سره لیکو.
۴- (ی=Əy)
لکیداره (یا) ته هم ګرامرپوهانو په خپلو اثارو کې ډول ډول نومونه اخیستي دي او عموما په همدغو نومونو سره یې یاده کړې ده: زورکیواله، لکیداره، تانیثي، اسمي. دا هم یو دېفتانګ فونیم دی، له دوو فونیمونو څخه جوړ دی، چې لومړی یو یې زورکی(Ə) چې یو واول اواز دی او دویم یې سیمي واول(y)غږ دی. د استعمال ځایونه یې په دې ډول دي:
الف: د مفرد حقیقي او غیرحقیقي ښځینه نومونو په پای کې راځي، لکه: ابۍ، انۍ، بوډۍ، لمسۍ، جینۍ، ګلالۍ، کابلۍ، زمرۍ، هوسۍ، سپۍ، شڼۍ، ځولۍ، خولۍ، څوکۍ، ډوډۍ، رسۍ، څپلۍ، شپېلۍ او داسې نور.
ب: زیار صاحب لیکي چې: ((زورکي والا (ی) هغه ښځینه نومونه ډېرګړي کوي، چې په لنډه (ي) ته پای ته رسېدلي وي، لکه: ودانۍ، خپلوۍ، ناروغۍ، ښادۍ، خوښۍ، نېکمرغۍ ...)) (۶:۹۱)
ج: د هغو نسبتي ستاینومونو په غیراصلي حالت کې راځي، چې په څرګنده (ي) پای ته رسېدلي وي، لکه: د (دوستي) کلمه چې په څرګنده (ي) پای ته رسېدلی نسبتي ستاینوم دی او غیر اصلي حالت یې (دوستۍ) دی. په لاندې غونډلو کې د یاد مثال اصلي او غیراصلي حالت کتلی شئ.
د هارون او بلال ترمنځ ښه دوستي ده. د فهیم او رشید ترمنځ د دوستۍ خوند او مزه نشته.
یادونه: که څه هم دلته د دې اړتیا نه لیدل کېږي، چې د (حالت) پر موضوع په تفصیلي ډول رڼا واچوم، ځکه دا ځان ته او بېل سرلیک جوړوي؛ غواړم چې په لنډه توګه ورته یوازې دومره نغوته وکړم، چې کله کله یو اوښتونکی نوم په غونډله کې په بېلابېلو حالاتو کې واقع کېږي، د بېلګې په توګه

(c) ketabton.com: The Digital Library

کله يو نوم په جمله کې د فاعلي، غيرمستقيم مفعولي، مستقيم مفعولي، اضافي او ندايي حالاتو څخه برخمن کيږي، چې په پورتنۍ غونډله کې د (دوستۍ) کلمه په اضافي حالت کې قرار لري، بايد واضحه کړم چې په پښتو ګرامر کې دا عمومي فارمول او قاعده ده، چې هر اوښتونکی نوم په ترکيب يا جمله کې چې اضافي حالت ولري، په غيراصلي بڼه به راځي.

۵- (ئ= Əy)

همزه لرونکې (ئ) هم عالمانو په بېلابېلو نومونو سره ياده کړې ده، ځينې ورته د فعلي (يا) نوم اخلي، بيا ځينو نورو ور ته د امريه (يا) نوم اخيستی دی. ژبپوه هربرټ پنزل بيا ورته د ثقيله (يا) نوم کارولی دی. (۱:۲۳)

بايد وکاږم چې دا (ئ) له لکۍ دارې (ۍ) سره په تلفظ کې هېڅ توپير نه لري او دواړې ياګانې کټ مټ يو وينګ لري، ځکه چې د دواړو ياګانو په جوړښت کې يو ډول فونيمونو برخه اخېستې ده. دا هم د لکۍ دارې (يا) په څېر يو ډيفتانګ فونيم دی، چې لومړنی يې زورکی او دويم يې نيمواک فونيم دی؛ د لکۍ دارې (يا) سره يې کوم توپير نشته او دواړه اوازونه کټ مټ ورته دي او يوازې د استعمال په ځايونو کې فرق شتون لري. د يادې(ې) د کارونې ځايونه دا دي:

الف: فعلي(ئ) زياتره د جمع مخاطب د امر فعلونو په اخر کې راځي، لکه: وليکئ، ولولئ، وخاندئ، وژاړئ، وخورئ، وڅښئ، واخلئ، ...

ب: د جمع مخاطب د نهي فعلونو په پای کې هم راځي، لکه: مه ليکئ، مه لولئ، مه خاندئ، مه ژاړئ، مه خورئ، مه څښئ، مه اخلئ، ...

ج: په سواليه غونډلو کې د جمع مخاطب د فعلونو په پای کې هم راځي، لکه: تاسې پوهنتون ته راځئ؟ تاسې د کانکور په ازموينه کې ګډون کوئ؟ تاسې د والي صاحب په کور کې جوړېدونکې مشاعرې ته تشريف راوړئ؟ د کرکټ فاينل لوبې ته راځئ؟ او داسې نور.

بايد روښانه کړم، چې نرينه او تانيثي ياګانې د وييو په منځ کې خپل هويت ساتلی نه شي او ځای يې څرګنده(ي) نيسي، يوازې د وييو په پای کې يادې ياګانې د بڼو له پلوه خپل هويت ساتلی شي، لکه: کلی+وال= کليوال، لوی+والی= لويوالی، نری+وال= نريوال، ګاډی+وان= ګاډيوان، ...

يادونه: په کوزه پښتونخوا کې يو بل ډول يا (ے) هم کاروله کيږي، چې دا اصلاً په اردو ژبه کې شتون لري؛ په بره پښتونخوا کې يې په عوض نرمه (ی) کاروله کيږي، چې دواړې ياګانې په حقيقت کې د يو فونيم ښکارندويي کوي. زما په اند همدغې (ے) ته هېڅ اړتيا نشته او استعمال به يې يوازې پر پښتو ژبه د اردو ژبې اغېز وي او بس.

(c) ketabton.com: The Digital Library

پایله

په یاده څېړنه کې مې په پښتو ژبه کې د (یا) پر ډولونو او د هرې یا د سم استعمال پر سکالو په علمي او منطقي ډول ژور او تفصیلي بحث کړی دی. د پښتو ژبې په الفبا کې ډېرې نیمګړتیاوې شتون لري، یوه یې همدغه ذکر شوې ستونزه ده چې زیاتره پښتانه او غیرپښتانه ورونه ورسره مخامخ دي، ما په یاده مقاله کې د موضوع د سم تشریح، تفسیر او تحلیل په موخه د پیاوړو ګرامرپوهانو اندونه راخیستي او بیا مې د خپلې پوهې او تجربو څخه په استفادې سره د بېلابېلو یاګانو د سم استعمال پر اهمیت، ارزښت او اړتیا رڼا اچولې ده.

په خپله لیکنه کې مې دا روښانه کړې ده چې په حقیقت کې موږ تاسې د څلورو مختلفو فونیمونو لپاره یو ګرافیم کاروو، چې دا د فونولوژي د علم سره هېڅ سمون نه خوري او د یاد علم له مخې باید هر فونیم بېل او ځانه ته ګرافیم ولري. د څېړنې په بهیر کې تولو هغو ستونزو، ګډوډیو او تېروتنو ته اشاره شوې ده، چې په ژبنیو توتو کې د یوې (یا) پر ځای د بلې (یا) د کارونې څخه رامنځ ته کېږي. د فونولوژي د علم له نظره د هرې (یا) د فونیم پر جوړښت غبرګدلی یم. انسان ضعیف او کمزوری دی، پوره یو الله ج دی؛ که د یاد تحقیق په بهیر کې د سکالو اړوند کوم بعد مجهول او ګونګ را څخه پاتې وي، په دې هیله چې نور څېړونکي ور ته متوجه شي او د پای ټکی ورته کېږدي.

Abstract

Many writers are faced with the problem of correct usage and types of (y) in Pashto Language. Maybe a few people will be found who are familiar with the types and usage of (y) and they know the value and importance of them. In my opinion knowing and having control on the mentioned subject is very important, because the wrong usage of (y) will cause disarrangement of morphemes, words, phrases, structures, form and content in sentences. So it distorts the main objective of mentioned units. I have worked on the mentioned subject in this research, and I have discussed on the specific places of (y) usage and its types in detail.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ماخذونه

۱- پنزل، هربرت.(۱۳۸۹ل). د پښتو گرامر، دویم چاپ. ژباړن: محمد رحیم الهام. کابل: دانش خپرندویه ټولنه

۲- خوېشکی، محمد صابر.(۱۳۹۵ل). پښتو معاصر گرامر. کابل: جهان دانش خپرندویه ټولنه

۳- خوېشکی، محمد صابر.(۱۳۸۸ل). غږپوهنه - وییپوهنه. کابل: صمیم ادبي ټولنه

۴- رښتین، صدیق الله.(۱۳۹۰ل). ژب ښودنه. جلال اباد: مومند خپرندویه ټولنه

۵- رښتین، صدیق الله.(۱۳۷۲ل). پښتو گرامر. ژباړن: سید محی الدین هاشمي. پېښور: یونیورسټي بک ایجنسي

۶- زیار، مجاور احمد.(۱۳۸۴ل). پښتو پښویه.کابل: دانش خپرندویه ټولنه

۷- شیر زاد، محمد اقا او رشیدي، جمشید.(۱۳۹۰ل). پښتو ژبه او ادبیات. کابل

۸- شعشعي، محمد هارون خپل.(۱۳۸۹ل). د پښتو ژبې ننني مسالې. کندهار: علامه رشاد خپرندویه ټولنه

۹- هاشمي، سیف الله.(۱۳۹۳ل). د علمي څېړنې لارښود. ننگرهار: گودر خپرندویه ټولنه

۱۰- یون، محمد اسمعیل.(۱۳۸۷ل). پښتو لیکنی سمون. کابل: یون کلتوري یون ټولنه

(c) ketabton.com: The Digital Library

پوهنيار ايمل هاند
انجينري پوهنځی
سپول څانګه
ټيليفونشمېره: ۰۰۹۳-۷۹۲۹۸۳۳۳۱
برېښناليک: emalhand1@gmail.com

د اوسپنيز کانکريټي پوښښ په واسطه د اوسپنيزو کانکريټي پايو تقويه کول

لنډيز

د ودانيو تقويه او بيارغونه له هغې کړنلارې څخه عبارت ده چې په ترسره کولو سره يې د ساختماني عنصر مقاومت، سختي، مداومت او نورې ميخانيکي ځانګړتياوې لوړېږي. مختلف ډولونه لري لکه اوسپنيز کانکريټي پوښښ، فولادي پوښښ، فايبر او نور. په ياده څېړنه کې د اوسپنيز کانکريټي پايو بيا رغونه او تقويه کول د اوسپنيز کانکريټي پوښښونو په واسطه، د مختلفو عملي اړخونو په پام کې نيولو سره ارزول شويدي. چې د سلب سره وصليدونکي او تيريدونکي طولي سيخانو اچول، د تماس سطحو تيارول، د عرضي سيخانو تر منځ فاصلې، ساختماني عنصر لپاره مؤقته اتکاء ورکول او د تازه کانکريټ اچول شامل دي. د يادې موضوع اړونده دغه څېړنه کې کوښښ شويدېچې تر ټولو غوره اوسپنيز کانکريټي پوښښ پيدا او عملي کولو ته وړاندې کړل شي. پايله دا ښيي چې اوسپنيز کانکريټي پوښښ د اوسپنيز کانکريټي پايو لپاره غوره عنصر دی، او د ترسره کولو کړنلاره يې په ښه شان سره په کې واضح کړل شويده.

کليدي ټکي: اوسپنيز کانکريټي پوښښ، دپايو ميخانيکي ځانګړتياوې، د نويو ساختماني عناصرو اضافه کول، د ساختمان بيا رغونه او تقويه کول

سريزه

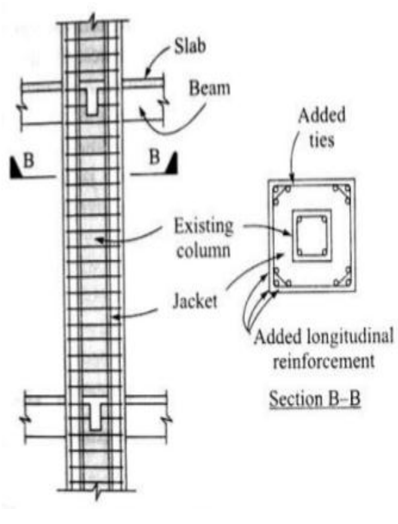
بشر د خپل هوسا ژوند تېرولو لپاره په سيمه او نړۍ کې په زياته اندازه اوسپنيز کانکريټي ساختمانونه جوړ کړي او دا لړۍ همداسې روانه ده. اوسپنيز کانکريټ يوه نا متجانسه ساختماني ماده ده چې د فولادي سيخانو او کانکريټو څخه جوړه شوې ده. مختلف عوامل لکه اضافه بارې، د اساس کېښيناستل، زلزله، زيات عمر او نورد دې سبب ګرځي چې کانکريټي ساختمانونه د

(c) ketabton.com: The Digital Library

ماتېدنې او تخریب سره مخامخ شي. (۱-شکل) نو پدې اساس اړتیا لیدل کیږي، هغه ودانۍ چې وړاندې جوړې شویدي د موجوده او راتلونکو خطرونو او تهدیدونو څخه د ژغورلو او مخنیوي لپاره بیارغونه او تقویه کړل شي.

د ساختمانونو بیارغونه او تقویه کول د ساختماني شرکتونو یو مهم اړخ جوړوي کوم چې مؤثریت یې ورځ تر بلې په نړیواله کچه مخ په زیاتېدو دی. مختلفې کړنلارې شتون لري چې هره یوه یېیو شمېر مثبت او هم منفي اړخونه لري، چې نظر د ساختماني عنصر ډول، د ماتېدنې ډول او اندازې او نورو شرایطو په پام کې نېولو سره غوره کېږي. که څه هم ډېر کم معلومات شتون نلري او یا هم په ډېرو کمو کوډونو کې هم غیر مؤثرو معلوماتو ته لاس رسی کیږي. په حقیقت کې زیاتره بیارغونه او د تقویه کولو ډیزاین د انجنیري ټیم مسلکي غړو په واسطه د ساحې د لیدو په اساس کېږي، او په ځینو وختونو کې محاسبوي پوهې ته هم اړتیا پکې پیدا کیږي، یاده څېړنه به د ساختمان تقویه او بیا رغونه د ماتېدنې پر وړاندې پر بڼه شان سره ترسره کړل شي.

پورتنیو مشکیلاتو ته په کتو سره اړتیا لیدل کیږي، چې د ساختمانونو د تقویه کولو تر ټولو عمده کړنـــلارو ته کتنه وکړو،لکه د اوسپنیز کانکریټي پایو پوښ کول (۲- شکل)، دغه کړنلاره مختلفو ځانګړتیاو ته په کتو سره ارزول شویده، د دې لپاره چې د ساختماني ډیزاین کوونکو سره کومک وکړي تر څو د حل غوره لاره ورته وړاندې کړل شي. یاده څېړنه پخوانیو څېړنو او تجروبو ته په کتو ترسره شویده.



۱ ـ شکل (اوسپنیز کانکریټیتخریب شوی   .شکل (اوسپنیز کانکریټی پوښښ ډیټایل)

(c) ketabton.com: The Digital Library

موخې

په سيمه او نړۍ کې د مختلفو عواملو لکه اضافه بارۍ، زلزله، د موادو ټيټ کيفيت، د اساس کښېناستل او داسې نورو عواملو په اساس اوسپنيز کانکريټي ساختمانونه او ساختماني عناصر لکه پايې، ګاډرونه، سلبونه، تهدابونه او نوردرزونه کوي او ماتيږي چې په پايله کې ودانۍ له نورمالې ګټې اخيستنې څخه لويږي او يا هم ساختمان ويجاړيږي. ماتېدنه اقتصادي زيانونه لري او که پر وخت يې رغونه ونه شي نو د انساني تلفاتو لامل هم ګرځي. د څېړنې موخې دا دي چې څنګه کولای شو اوسپنيز کانکريټي عمودي عنصر (پايه) د اوسپنيز کانکريټي پوښښ په مرسته تقويه کړو او هم يې د تقويه کولو تر ټولو غوره کړنلاره واضح کړل شي.

د ساختمان د بيارغونې او تقويه کولو اړتيا او لارې چارې

الف- کله د ساختمان بيارغونې او تقويه کولو ته اړتيا پيدا کيږي: د ساختمان د بيا رغونې اړتيا کېدای شي هر وخت رامنځته شي، د جوړېدو له مرحلې څخه نيولې د ساختمان د ژوند تر پايه پورې وي.

د جوړېدو په مرحله کې د لاندې سببونو لـه امله کېدای شي درزونه رامنځته شي: ۱- د ډيـزاين اړونده غـلطي.

۲- په ناسم ډول د سـاختماني مرحـلو بشپړکېدل.

۳- په کانکريټو کې د سمنټو (نښلونکو موادو) کمښت يا ناسم مخلوط کيدل

د ګټې اخېستنې پر مهال ساختمان د لاندې سببونو له امله ماتيږي، بيارغونې او تقويې ته اړتيا پيداکوي:

- د زلزلې د واقع کېدو په حالت کې
- د يوې پېښې د وقوع په صورت کې لکه: ټکر، اورلګيدنه، چاودنه او نور...
- له ساختمان څخه د ګټې اخېستنې تغير په صورت کې
- په کوډ کې د زياتو تغيراتو (باد، زلزله او نور) راتللو په صورت کې

ب- ولې ساختماني عنصر تقويه کوو

د ساختمان د بيارغونې او تقويه کولو پرېکړه يوازې هغه مهال ترسره کيږي چې د مسلکي انجنيري ټيم لخوا له ساختمان څخه ليدنه ترسره شي، ياده پريکړه د ساختمان ارزښت، ګټې اخيستنې او مصارفو ته په کتو د حل مختلفو کړنلارو ارزولـو وروسته ترسره کيږي. رودريګويز پارک

(c) ketabton.com: The Digital Library

Rodriguez Park [10]عالم چې زیاتره څېړنې یې په زلزله لرونکو سېمو (بلکان، جاپان، مکسیکو، پیرو او امریکا متحده ایالاتو) کې د اوسپنیز کانکریټو په بیا رغونه کې ترسره کړې، د مصارفو او ګټې اخیستنې تحلیل پر بنیاد په ۱۹۸۵ میلادي کال د مکسیکو په هېواد کې د شوې زلزلې وروسته ځینې ساختمانونه بیاترمیم او تقویه کړل چېد بیا رغونې د مصارفو درې یا څلور چنده ارزښت یې درلود.

ج - د بیا رغونې او تحکیم کارئ څرنګوالی

د بیارغونې او تحکیم کاري کړنلارې ټاکل د ساختماني عناصرو په ځانګړتیاوو پورې اړه لري. په ۱۹۸۱ میلادي کال کې د سوګانو[12] Sugano لخوا په جاپان هېواد کې د زلزلې په وړاندې د تحکیم کارئ یوه څېړنیزه مقاله خپره شوه، چې وروسته بیا په ۱۹۶۸ میلادي کال کې د توکاچای – اوکای Tokachi-Oki لخوا هم تعقیب شوه، د لیکوال په وینا د تحکیم کارئ د ستراتیژئ هدفونه کولای شو چې په لاندې برخو ووېشو:

- د افقیقواوو په وړاندې د ساختمان د مقاومت زیاتوالی
- د پاڼې کېدو قابلیت (Ductility) زیاتوالی
- یا هم دواړه حالتونه همزمان

همدارنګه د اوسپنیز کانکریټي ساختمانونو د تحکیم کارئ تخنیکونه کولای شو په لاندې برخو ووېشو:

- د نویو عناصرو اضافه کول
- د موجوده عناصرو تحکیم کول

اګیولر او همکارانو Aguilar et al. [2] په ۱۹۸۹ میلادي کال کې د ۱۱۴ اوسپنیز کانکریټیوداني چې په ۱۹۸۵ میلادي کال د مکسیکو په هېواد کې د شوي زلزلې له امله تخریب شوې دي، یوه احصایوي څېړنه ترسره کړې چې پر بنأ یې تر ټولو مناسبه کړنلاره اوسپنیز کانکریټي دیوالونه (Shear walls)او پایو ته د اوسپنیز کانکریټي پوښښونو اضافه کول ښودل شوي دي.

بیا رغونه، تقویه کول او یا په یو وخت کې د دواړو ترسره کول

۱--د اوسپنیز کانکریټي ساختماني عناصرو بیارغونه: د اوسپنیزو کانکریټي عناصرو بیارغونه د هغې هڅې او عمل څخه عبارت ده، چې په اجرأ کولو سره مات یا وراسته شوي ساختماني عناصرو مقاومت او شخي لومړنې حالت ته راشي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

رازمايريز او همکارانو Razmirez et al. [9]یې یوه تجربوي څېړنه خپره کړې چې په کې د سطحي بیارغونه او ساختماني بیا رغونه په واضح ډول تعریف شویده، سطحي بیارغونه د هغې رغونې څخه عبارت ده چې د عنصر مقاومت د لس سلنې څخه کم له منځته تللی وي او که چېرې مقاومت د لس سلنې څخه زیات له منځه تللی وي نو د ساختماني بیارغونې په نوم یادیږي.

د پورتنۍ نظریې په تعقیب که چېرې د اوسپنیز کانکریټي عناصرو یواځې سطحي مواد لرې او بیا جوړ شي نو دغه ډول بیارغونه د سطحي بیارغونې په حالت کې صورت موندلی شي (پلاستر کاري، رنګ او نور...)، چې په دغه حالت کې د عناصرولومړنۍ اساسي ځانګړتیاوې منځته نه راځي.

۲--د اوسپنیز کانکریټي عناصرو تقویه کول: د اوسپنیز کانکریټي عناصرو تقویه کول کولای شو داسې تعریف کړو،چې هغه عمل څخه عبارت ده چې په اجرأ کولو سره د ساختماني عنصر په لومړنۍ وړتیا کې زیاتوالی رامنځته شي. هغه مهال ورته اړتیا پیدا کیږي چې ساختماني عناصرو یو د پورته ذکر شویو لاملونو په اساس ساختماني ماتېدنه کړې وي.

۳--په یو وخت بیارغونه او تقویه کول: که چېرې ساختماني عناصرو مات او یا خوسا شوي وي، نوبیا رغونې علاوه تقویه کېدنې ته هم اړتیا ده چې باید ترسره شي. لومړی باید د تقویه کولو پروسه ترسره او بیا د بیارغونې کارونه بشپړ شي.

د اوسپنیزې کانکریټي پایې د پوښښ جوړونې مرحلې

د تقویه کولو دغه کړنلاره د نورو هغو کړنلارو په نسبت چېرې چې فولادي عناصر په کې استعمالیږي، برعکس زیات کاري تخصص ته اړتیا نه لري او هر هغه شخص یا کمپني چې د نویو فولادي ساختمانونو د جوړیدو وړتیا لري په اسانۍ سره کولای شي چې اوسپنیز کانکریټي پوښښ جوړ کړي.

نظر مختلفو فکتورونو ته دغه کړنلاره په لاندې ډول تشریح کوو:

- د سلب څخه د طولي فولادي سیخانو تېریدل او نښلول
- د کانکریټي سطحو اماده کول
- د اضافه شویو عرضی سیخانو تر منځ فاصلې ټاکل
- د کانکریټ اچول

خپرونه ۱۳۹۶ ل، دویمه ربع، پرلپسې ۹ امه ګڼه، دری میاشتنی

(c) ketabton.com: The Digital Library

▪ د طولي سیخانو اچول او د اساس سره نښلول

اوسپنیز پوښښ په مرسته تقویه کول د فولادي مایلو عناصرو (Steel bracing) او اوسپنیز کانکریټي دیوالونو(Shear Walls) په نسبت دا غوره والی لري چې پوښښ د عنصر سختي او مقاومت په متجانس ویشلې ډول سره زیاتوي او د ساختمان سره د قواوو په زغملو کې کومک کوي. دغه ډول کلکیدنې لپاره باید نوی تهداب جوړ کړل شي او یا هم طولي اچول شویو سیخانو باندې د پخواني اصلي تهداب سره په منظم ډول وصل کړل شي.

د تهداب سره د نویو اچول شویو سیخانو د تحکیم کولو لپاره په مارکیټ کې مختلف ډوله نښلوونکې (کلک کوونکې) مواد شتون لري، لومړی باید په ښه شان سره په تهداب کې سوري وکړل شي، سوری پاک کړل شي او د سیخانو د وصل کیدو کړنلاره یې په مؤثر ډول ترسره شي.

جیولایو[7] Julioد یوې پایې چې د اوسپنیز پوښښ په مرسته تحکیم کړل شوي وه تر څېړنې لاندې ونیوله،پداسې حال کې چې د اوسپنیز کانکریټي پوښښ طولي سیخان د پایې اساسي تهداب سره د ایپوکسی سریخ (Epoxy resin) په واسطه کلک کړل شوي وو. پایه د

۳- شکل (د پوښښ طولي سیخانو ښوئیدنه)

مونوتونیک ازموینې په واسطه چې ثابت محوري فشاري قوه ، زیاتیدونکي انحنایي مومنټ او غوځوونکي قوې تر اثر لاندې وازمایل شوه، چې په پایله کې د پایې اصلي سیخان ویجاړ او د پوښښ سیخانو د تهداب سره د اتصال په برخه کې ښوئیدنه رامنځته شوه، چې نمونه یې په (۳- شکل) کې ښودل شوې ده.

همدا ډول ورته نمونه د کششي قواوو تر اثر لاندې هم وازمایل شوه، او د دواړو نمونو په پایله کې په ډاګه شوه چې عمده مشکل د پوښښ په طولي اچول شویو سیخانو کې وو چې په سم ډول ورته سوري شوي نه وواو په سم ډول سره پاک شوي هم نه وو. د هوأ په مرسته د سوریو پاکول تر ټولو غوره کړنلاره ده تر څو سیخان د ښه نښلیدو وړتیا پیداکړي او د کشش په وړاندې د ښوئیدنې مخه وڅغورل شي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

- **د سلب څخه د طولي سيخانو تېرېدل**

که چېرې د منزلونو تر منځ د اوسپنيز پوښښ تسلسل ضروري وي، نو د سلب سوري کول او د هغې څخه د طولي سيخانو تېرېدل اړين دي. د سلب پايې ساختماني سيستم په صورت کې د پوښښ طولي سيخانو لپاره د سلب سوري کولو کار اسانه او په وړاندې يې خنډ شتون نه لري مګر د بيم پايې په صورت کې د سلب سورې کولو په وړاندې بيم ستر مانع او خنډ شمېرل کيږي، د دې لپاره چې د سيخانو د غوڅېدو مخنيوی شوی وي نو طولي سيخان يواځې د پوښښ په کونجونو کې ځای پر ځای کوو. نوموړی تخنيک هغه مهال د پليکېدو وړ دی، چې د پايې عرضي تشنجاتو مقاومت، پانې کېدو قابليت لوړيدل مطلوب وي، د پايې او پوښښ تر منځ آزاده فاصله بايد شتون ولري.

- **د تماس د سطحې تيارونه**

کومې څېړنې چې د اوسپنيز پوښښ جوړونې په برخه کې تر سره شوي، د تماس سطحې په اماده کولو باندې زيات ټينکار شويدي. تر څو وکولای شو د دوو سطحو تر منځ قوي اتصال رامنځته کړو او دواړه سطحې د يو واحد جسم په شان د قواوو په مقابل کې مقاومت وښايي. اوسنی عملي کړنلارې په اکثره هېوادونو کې د اساسيپايې د تماس سطحې د اصطکاک زياتوالياو ورپسې د نښلوونکو موادو کارونه او په ځينو حالاتو کې اوسپنيز اتصالات هم په پام کې نيول کيږي.

- **د تماس سطحې د اصطکاک زياتوالی**

د تماس سطحې د اصطکاک زياتوالي لپاره مختلفې کړنلارې استعماليږي لکه د لاس په مرسته چک کول، د شګو ويشتلو کړنلاره، جيک څټک، بريښنائي څټک، اوسپنيز برش، اوبو وينځلو کړنلاره اونور. زياتره څېړونکو په خپلو څېړنو کې ويلي چې د سطحو اماده کول او پاک کول اړين دي، مګر اغيزې يې د پام وړ ندي.

- **د کانکريټ اچونې وړاندې د سطحې اوبول يا اوبه ورکول**

د اوسپنيز کانکريټي پايو د سطحو اوبولو لپاره مختلف نظريات په ساختماني کوډونو او لارښود کتابونو کې ورکړل شويدي. AASHTO-AGB-ARTBA يوه امريکائي اداره ده چې د سطحو اوبولو لپاره يې داسې لارښوونه کړې،چې تازه کانکريټ اچونه دې د وچې سطحې پر مخ واچول شي په استثنأ د ګرمې او وچې هوا (د اوړي په ګرم موسم کې). مګر د کانادا معيار جوړونې ادارې د A23.1 معيار له مخې د پوښښ تازه کانکريټ اچولو لږ تر لږه څلورويشت ساعته د مخه بايد د پايو سطحو ته اوبه ورکړل شوي دي. ايمونز [5] Emmons د څېړنې له مخې د سطحو د رطوبت کچه يو بحراني حالت دی، تر څو وکولای شو د نښليدو غوره کيفيت لاسته راوړو. مطلقې وچې

خېړونه، د ښاغلي ميامې ، درې کې، ۱امه ګڼه، ۹ پرلپسې، دويمه ربع، ل ۱۳۹۶

(c) ketabton.com: The Digital Library

سطحې د تازه اچول شويو موادو څخه په زياته اندازه اوبه جذبوي،چې د زيات غونجيدو او هم د نښلوونکو موادو د کيمياوي تعامل لپاره اړينو اوبو د کموالي سبب ګرځي. همدا ډول د سطحې رطوبت په زياتيدو سره سوري د اوبو په واسطه ډکيږي چې په پايله کې سوريو ته د نښلونکو موادو د نفوذ مخينوی کوي، تر ټولو غوره يې د وچو سطحوحالت ښودل شوی دی.

- د سريخناکو موادو اچول

د ترميماتي موادو (پوښښ) او د کانکريټي سطحو ترمنځ د اتصال لپاره په ځينو نښلوونکو موادو څېړنې ترسره شوي او خپرې شوي دي، چې ترلاسه شوي پايلې يې د مختلفو ليکوالانو په واسطه تل يو شان ندي[11,3] او پايلې يې هم د زيات تفاوت له امله د پرتله کولو وړ ندي.

- د فولادي اتصالاتو اچول

د فابريکه ئی کانکريټي ګاډرونو او په ساحه کې جوړ شويو کانکريټي سلبونو په حالت کې د فولادي اتصالاتو استعمال ډېر اړين دی. دا خبره په زياتره ساختماني کوډونو او لارښود کتابونو کې ذکر شوي ده. [8, 1, 6]

۴- شکل (د تماس سطحې لپاره فولادي سيخانو نصب

جيولايو او ملګري Julio et al. [7, 8] د سطحو نښليدنې مقاومت لپاره د فولادي اتصال د اثر لپاره کششي ازموينه ترسره او تحليل يې وړاندې کړی(۴--شکل).

اووه نمونې چې مختلف ډوله سطحيې ترتيب شوي تر تجربې لاندې نيول شويدي، او داسې پايلې ته ورسيدل چې فولادي اتصالات کوم چې د سطحې څخه تيريږي په مؤثر ډول د نښلولو وړتيا نه زياتوي مګر د طولي غوڅوونکي مقاومت او ښوئيدنې مقاومت زياتوي.

د اوسپنيز کانکريټي پوښښ د جوړښت ترتيب

جيولايو Julio[7] د سالمو اوسپنيزو کانکريټي پايو نمونې چې د اوسپنيز کانکريټي پوښښ پواسطه تقويه شوي وي د يکوانخت او دورانيقواوو تر اغېزي لاندې ازموينه ترسره کړه. د تماس سطحو مختلف ډولونه يې تر څېړنې لاندې ونيول، ساده پايه (يو ريخت موډل)، تقويه شوي پايه چې د تماس سطحيې نه وي اماده کړل شوي، تقويه شوي پايه چې د تماس سطحيې اماده شوي وي، هغه نمونه چې د تماس سطحې د ښه وصل لپاره سيخ کارول شويوو او هغه نمونه چې د سطحو د تماس لپاره

(c) ketabton.com: The Digital Library

یې سریښناکې ژاولې کارول شوې وې او پوښښ په مصنوعی ډول ورته اچول شویؤ، د تجربې پایلې دا په ډاګه کړې چې اکثره نمونې د وارده یکوانخت او دوراني قواوو پر وړاندې یکنواخت خواص درلودل.

د پورتنې څېړنې پایلې د هغه عملي کړنو چې په مختلفو هېوادونو کې د پایې د تقویه کولو لپاره ترسره کیږي مخالفت په ډاګه کوي او ثابتوي چې د سالمو پایو لپاره د تماس سطحې ترتیب او جوړلو ته اړتیا نه لیدل کیږي. یاده څېړونکي دا هم ثابته کړه چې لنډې پایې د پوښښ سره ښه اتصال پیدا کوي.

بیټ او همکارانو [4] .Bett et al د بیارغونې او تقویه کولو مختلفو کړنلارو مؤثریت پر لنډو اوسپنیز کانکریټي پایو چې د عرضي قواوو تر اغیزې لاندې واقع وي تر مطالعې لاندې ونیولې، چې په پایله کې تر ټولو زیات مقاومت اوسپنیز کانکریټي پوښښ درلودلو.

- د عرضي سیخانو تر منځ فاصله

ګومیز او اپلیتون [6] Gomes & Appleton د محوري او دوراني قواوو د عمل په صورت کې د اوسپنیز کانکریټي پوښښ د عرضي سیخانو مختلف مقدار ارزونې لپاره یې نمونې جوړې او تر ازموینې لاندې یې ونیولې، چې د هرې نمونې ځانکړتیاوې د قواوو د عمل په صورت کې ترلاسه او ثبت کړلې. په پایله کې هغه نمونه چې د عرضي سیخانو اندازه یې زیاته وه د لوړ مقاومت او یو ریخت ځانګړتیاوې یې زیاتې وې، دوی داسې وړاندېز وکړ چې د اوسپنیز کانکریټي پوښښ د عرضي سیخانو تر منځ فاصله باید د اساسي پایې د عرضي سیخانو د فاصلې نیمایي غوره کړل شي.

- د ساختماني عناصرو لپاره لنډ مهاله اتکاء

د ساختماني عنصر د تقویه کولو او بیارغونې لپاره تر ټولو مهم د ساختماني عنصر د تقویه کولو تکنالوژي ده، چې څنګه یې جوړ کړو. د ساختماني وزن زغمونکي عناصرو او وزن نه زغمونکي عناصرو د تقویه کولو تر منځ د پام وړ توپیر شتون لري. په لومړي حالت کې هڅه کیږي چې د ټولو قواوؤ د برداشت مسؤلیت اوسپنیز پوښښ په غاړه لري، مګر په دویم حالت کې اوسپنیز کانکریټي پوښښ او پایه یو ځای د قواوو د برداشت مسؤلیت په غاړه لري. که چېرې د ساختماني عناصرو د تقویه کولو حل لاره د ډیزاین انجینر لخوا دویم حالت (غېرې وزن برداره) ثابت کړل شو نو په اسانی سره لنډمهاله ساده قالبندي د پوښښ لپاره ترسره کېږي او که چېرې تقویه کوونکي غناصرو وزن برداره ثابت کړل شو نو د هایدرولیکي جیکونو څخه استفاده کیږي.

د پرلیسي ۹ ګڼه، دوهم کال، د ۱۳۹۶ ل کال، دویمه ربع، پرلیسي ۹ امه ګڼه، درې میاشتنۍ خپرونه

(c) ketabton.com: The Digital Library

- د پوښښ کانکریټ اچونه

په عادي ډول د اوسپنیز کانکریټي پوښښ لپاره د جغل اعظمي اندازه 2cm ښودل شوي چې سبب یې د پوښښ په داخل کې د سیخانو اچولو له امله د فاصلې کمښت ښودل شوی، بل علت یې دا دی چې اکثره وخت په کانکریټي پوښښ کې خپله تخته کېدونکي کانکریټ Self-Compacting Concreteکارول کیږي. او هم د دې لپاره چې د پوښښ ضخامت راکم کړل شي نو لوړ مقاومت لرونکي کانکریټو څخه استفاده کیږي. د لوړ مقاومت لرونکي کانکریټ په ترکیب کې سلیکا-فیوم Slica Fume کارول کیږي، چې د مداومت یا لوړو ځانګړتیاوو درلودونکي کانکریټو په نوم هم یادیږي. د دې لپاره چې د پایې کانکریټ معمولاً زاړه وي نو داسې توصیه کیږي چې پوښښ لپاره استعمال کېدونکي کانکریټ باید زیاته غونجیدنه ونه کړي. همدا ډول جیولایو او همکارانو Julio et al څېړونکو د تازه اچول کېدونکو کانکریټي موادو اغیز د کانکریټي پوښښ او پایې د تماس سطحو لپاره ترسره کړی، چې د لوړ مقاومت لرونکي کانکریټ د تماس سطحې اړیکه تقویه کوي چې په نتیجه کې پایه او پوښښ د یو ریخت عناصرو په ډول کار کوي.

مناقشه

اوسپنیز کانکریټي پوښښ د نورو تقویه کوونکو کړنلارو په پرتله د پایې مقاومت او سختي په متجانس ډول سره لوړوي او همدا ډول د عناصرو عمر (مداومت) هم زیاتوي. د پورته عواملو په اساس ویلای شو چې پوښښ تر ټولو غوره کړنلاره ده. د ساختمان د نورو تقویه کوونکو تخنیکونو په شان د اوسپنیز کانکریټي پوښښ په مرسته تقویه کړل شوي پایې ساختماني خواص هم د کړنلارې د ترسره کولو په غوره تشریح پورې تړاو لري. د دغه کړنلارې د غوره ترسره کولو لپاره لاندې مرحلې په پام کې نیول کیږي.

- فولادي اتصالاتو نصب کول: که چیرې پایه لنډه او د دوراني قواوو تر اغیز لاندې واقع وي نو د مقاومت او سختۍ د لوړولو لپاره فولادي اتصالات باید په پام کې ونیول شي.
- لنډمهاله اتکاء: لنډمهاله اتکاء باید په داسې ډول عملي شي چې پوښښ په اساسي پایه د وارده بارونو یوې برخې د برداشت مسؤلیت په غاړه واخلي، نه یوازې د اضافه کېدونکو بارونو.
- د پوښښ د طولي سیخانو وصل کول: طولي سیخان باید د پایې د تهداب او یا پوښښ ته نوي جوړ شوي تهداب سره کلک کړل شوي وي. د پایې تهداب سره د اتصال لپاره باید په تهداب کې د برمې په مرسته سوري جوړ شي او بیا د هوا یا فشاري اوبو په مرسته پاک کړل شي او بیا د ایپوکسی سریښنو (Epoxy resin) په مرسته په سوریو کې نصب کیږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

- د منزلونو تر منځ د طولي سیخانو تسلسل: د پوښښ د طولي سیخانو د تېریدلو لپاره باید په سلب کې سوري وکیندل شي. مګر که چېرې یواځې د پایې د غوځیدنې او الاستیکیت مقاومت زیاتیدنه مطلوب وي نو بیا د سلب څخه د سیخانو تېریدلو ته اړتیا نشته، مګر دغه حالت کې د پوښښ او پایې تر منځ خلا رامنځته کول غوره دي.
- د طولي سیخانو موقعیت: طولي سیخان باید په مساوي ډول د پوښښ د مقطع په ټولو برخو کې وویشل شي. که چېرې د ځینو عواملو لکه بیمونو او نورو موانعو شتون له امله په مساوي ډول ویشل امکان ونه لري نو کوښښ باید وشي چې سیخان داسې ځای پر ځای شي چې په کونجونو کې د زیات انحنایي مومنټ مخنیوی وکړي.
- د عرضي سیخانو ځای پر ځای کول: د دې لپاره چې پایه او پوښښ د یو واحد ساختماني عناصرو په شان د وارده قواوو پر وړاندې عکس العمل ولري نو د پوښښ د عرضي سیخانو تر منځ فاصله د اساسي پایې د عرضي سیخانو نیمایي ثابته شوې ده.
- کانکریټ اچونه: معمولاً په تقویه کوونکو پوښښونو کې په خپله تخته کېدونکي کانکریټ کارول کیږي، نو باید تازه کانکریټ داسې ډول ډیزاین کړل شي چې په زیاته اندازه غونجیدنه ونکړي. لوړ مقاومت او زیات عمر لرونکي کانکریټ کارول کیږي.

پایله

د څېړنې پایله دا په ډاګه کوي چې اوسپنیز کانکریټي پوښښ د پایې مقاومت او شخې، مداومت او د اور په مقابل کې مقاومت اضافه کوي. اوسپنیز کانکریټي پوښښ نسبت نورو تقویه کوونکو کړنلارو ته اقتصادي، اسانه او لوړ مقاومت لرونکي دي، چې د ترسره کولو لپاره یې زیات فني کسانو او لوړې تکنالوژۍ ته اړتیا نه لیدل کیږي. د تماس سطحې تیارول، د طولي سیخانو لپاره په تهداب کې سوري کول او سریښناکو موادو کارول اړین دي. لوړ مقاومت لرونکي کانکریټ باید د پوښښ په جوړولو کې وکارول شي.

Abstract

Retrofitting is a technique to enhance the structural capacities such as the strength, stiffness, ductility, stability, and integrity of a building that is found to be deficient or vulnerable. It can effectively raise the performance of a building against earthquake and other loads to a desired level, and to even satisfy the requirements of an upgraded

خپرونه میاشتنۍ دري ګڼه، ۱امه ګڼه، ۹ پرلیسی، ربیع دویمه ل، ۱۳۹۶ ل

(c) ketabton.com: The Digital Library

design seismic code. The building need not be deteriorated or damaged. The purpose of this paper is to study the behavior and efficiency of reinforced concrete columns strengthened byreinforcement jacket.

Most of the research and expert professional have studied experimentally and have and covered to find out effective way and arrangement of this strengthening technic. Size of the steel bars, arrangement of longitudinal bars and how to bond it, strip spacing, types of RCC concrete use in Jacket, formwork, and temporary support if needed and also the surface preparation are the parameters which are used in the studies.

Keywords - Concrete Jacketing, Structural Properties of member, Repairing, Strengthening

ماخذونه

[1] ACI 318-95. Manual of concrete practice, Part 3: Use of Concrete in Buildings Design, Specifications and Related Topics 1996.

[2] Aguilar J, Juarez H, Ortega R & Iglesias J. The Mexico earthquake ofSeptember 19, 1985. Statistics of damage and retrofitting techniques in reinforcedconcrete buildings affected by the 1985 earthquake. Earthquake Spectra 2006: 5(1):145–151.

[3] Austin S, Robins P & Pan Y. Tensile bond testing of concrete repairs. Materials and Structures 1995: 28: 249–259.

[4] Bett BJ, Klingner RE & Jirsa JO. Lateral load response of strengthened and repaired reinforced concrete columns, ACI Structural Journal 2003: 85(5): 499–508.

[5] Emmons PH. Concrete Repair and Maintenance. Part 3: Surface Repair, Section 6: Bonding Repair Materials to Existing Concrete. RS Means Company, MA: 2001: 154–163.

(c) ketabton.com: The Digital Library

[6] Eurocode 2, Env 1992-1-3:1994. Design of Concrete Structures. Part 1-3: {General Rules} Precast Concrete Elements and Structures CEN, 1994.

[7] Hellesland J & Green R. Tests of repaired reinforced concrete columns,Journal of the American Concrete Institute, December 2010: 770–774.

[8] Julio ES, Branco F & Dias da Silva V. A influencia da interface no comportamento de pilares reforc¸ados por encamisamento de betao armado. Proceedings of the Congresso Construc¸a˜o 2001, IST, Lisbon, 17–19 December 2001: 1: 439–446

[9] Ram2rez JL, Barcena JM, Urreta JI, de Val B & Aurrekoetxea JR.Repair of concrete columns with localized partial loss of corners or coverProceedings of the Conference on Structure Faults and Repair, Edinburgh, 2004: 195–203.

[10] Rodriguez M & Park R. Repair and strengthening of reinforced concretebuildings for earthquake resistance. Earthquake Spectra 2004: 7(3): 439–459.

[11] Saucier F & Pigeon M. Durability of new-to-old concrete bonding.Proceedings of the ACI International Conference on Evaluation and Rehabilitation ofConcrete Structures and Innovations in Design, Hong Kong, 2000: 1: 689–707.

[**12]** Sugano S. Seismic strengthening of existing reinforced buildings in Japan.Bulletin of the New Zealand National Society for Earthquake Engineering 2000: 14(4):209–222.

خپرونه میاشتنی دري کلیزه ۹ امه پرلیسي ربیع دویمه ل ۱۳۹۶

(c) ketabton.com: The Digital Library

پوهنیار ذاکرالله ذکي
شیخ زاید پوهنتون
شرعیاتو پوهنځی
فقه اوقانون څانګه
اړیکه:۰۷۶۶۷۰۰۷۰۸

دږیرې حکم داسلامي شریعت له انده

لنډیز

اسلام تر ټولو دینونو کامل او بشپړ دین دی،چې تر قیامته پورې به جاري وي او نه منسوخ کېدونکی دی، نو فلهذا د انسانانو د هر ډول کمیابۍ ژمنه یې کړې ده، ږیره چې د انسانانو ښکلا ده او د سړیتوب نښه ده په قرآني ایاتو او نبوي احادیثو سره یې اثبات شوی دی ږیره د نبي (صلی الله علیه السلام) داسې اهم سنت دی، چې ټولوانبیاوو علیهم السلام، صحباوو او سلفو صالحینو پرېښې ده او هېڅ یو پکې ږیره خریلې نه ده.

موخې

له همدې مقالې څخه مې موخې په لاندې ډول دي:

۱-لوستونکي به د نبوي سنتو په لړ کې د مهم او اړین سنت (ږیرې) په حکم په بشپړه توګه پوه شي.

۲- لوستونکي به د ږیرې د خریلو په جزا پوه شي .

۳- لوستونکي به د ږیرې درلودلو په حکمت پوه شي .

د موضوع اهمیت

په نننۍ اسلامي ټولنه کې باید د ټولنې ځوانان د ږیرې په اهمیت باندې پوه او خبر شي د ږیرې پرېښودل د انبیاوو علیهم السلام سنت طریقه ده او خریل یې د انبیاوو علیهم د سنتو پر خلاف عمل دی .

د بحث منهج او ټګلاره

ما د خپل تحقیق او څېړنې په اوږدو کې داسې ټګلاره غوره کړې ده،چې د هرې موضوع د څېړنې په موخه مې لومړی د الله (جل جلاله) سپېڅلي کتاب قرآن کریم ته مراجعه کړې،ورپسې مې نبوي سنتو ته مراجعه کړې، همدا راز د څېړنو په اوږدو کې مې د قرآن کریم او نبوي سنتو د پلټنې وروسته د فقهې هغو مستندو، معتمدو او د اعتبار وړ مأخذونو ته مراجعه کړې.

(c) ketabton.com: The Digital Library

سريزه

حامد ا ومصليا و مسلما اما بعد

اسلام تر ټولو دينونو كامل او بشپړ دين دی، چې تر قيامته پورې به جاري وي او نه منسوخ كېدونكی دی، نو فلهذا د انسانانو د هر ډول كميابی ژمنه يې كړي ده، ږيره چې د انسانانو ښكلا ده او د سړيتوب نښه ده په قرآني اياتو او نبوي احاديثو سره يې اثبات شوی دی ږيره د نبي (صلى الله عليه السلام) داسې آهم سنت دی، چې ټولو انبيانوو عليهم السلام، صحباوو او سلفو صالحينو پرېښې ده او هيڅ يو پكې ږيره خريلې نه ده، د بېلګې په ډول كله چې موسى عليه السلام له طور غره را وګرځيده او قوم يې د خوسكي عبادت پيل كړی و، نو هارون عليه السلام ته غصه شو، چې تا ولې نه منع كول نو له سر او ږيرې څخه ونيوه چې حكايت الله تعالى داسې كوي: (قَالَ يَبْنَؤُمَّ لَا تَأْخُذْ بِلِحْيَتِي وَلَا بِرَأْسِي)[سورة طه:۹۴]

ژباړه: هارون (عليه السلام) وفرمايل آ زما د مور زويه : مه نيسه ږيره زما او نه ويښتان د سر زما [۸:۲۲۳]

په حديث كې يې هم د پرېښودلو امر شوی دی :عَنِ ابْنِ عُمَرَ، عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: " خَالِفُوا الْمُشْرِكِينَ: وَفِّرُوا اللِّحَى، وَأَحْفُوا الشَّوَارِبَ " وَكَانَ ابْنُ عُمَرَ: «إِذَا حَجَّ أَوِ اعْتَمَرَ قَبَضَ عَلَى لِحْيَتِهِ، فَمَا فَضَلَ أَخَذَهُ»[۳: ۱۶۰]

ژباړه: ابن عمر (رضى الله تعالى عنه) روايت كوي د نبي (صلى الله عليه السلام) چې هغه وفرمايل د مشركانو خلاف وكړئ، چې ږيرې اوږدې كړئ او بريتونه لنډ كړئ. ابن عمر به چې كله حج يا عمره كوله،نو په ږيره به يې په موټي كې قبضه كړه نو كومه ږيره چې له موټي اوتله هغه به يې لنډه كړه. نو غواړم،چې په مختصر كلماتو سره پرې بحث وكړم.

ومن الله التوفيق

د ږيرې لغوي او اصطلاحي پيژندنه

لِحْيَة په لغت كې مفرد دی ، چې جمع يې لُحَى ولِحَى چې په زنه او د زني يوې بلې خوا اننكيو باندې ولاړو ويښتانو ته ويل كيږي.[۳: ۲۰۰۳]

د فقهاؤ په اصطلاح كې يې داسې تعريف شوی دی:وَظَاهِرُ كَلَامِهِمْ أَنَّ الْمُرَادَ بِهَا الشَّعْرُ النَّابِتُ عَلَى الْخَدَّيْنِ مِنْ عِذَارٍ وَعَارِضٍ وَالذَّقَن. [۱: ۷۴]

ژباړه: ږيره له مخ د هغو ويښتانو څخه عبارت ده، چې د مخ په طرفونو او په زنه را شنه شوي وي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د ږیرې شرعي حیثیت

ږیره په اسلام کې اوچت او یو ځانګړی حیثیت لري او د رسول الله (صلی الله علیه وسلم) په حدیثونو کې یې د پرېښودلو امر شوی دی، ږیره په انسانو کې د سړیو لپاره یوه فطري او خلقي ښکلا ده او د بلوغ نښه ده، نو کله چې کوم سړی له بلوغ څخه وروسته ږیره نه وي هغه ته د پښتو په تولنه کې (کُوسه) ویل کیږي چې بیا همدا کس زیات بد لیدل کیږي او پر مخ باندې یې د وېښتانو راشنه کیدلو لپاره ډول ، ډول درملنې کوي، په قرآن کریم کې د ږیرې یادونه داسې شوي ده:

(قَالَ يَبْنَؤُمَّ لَا تَأْخُذْ بِلِحْيَتِي وَلَا بِرَأْسِي)[سورة طه:۹۴]

ژباړه: هارون (علیه السلام) وفرمایل آ زما د مور زویه : مه نیسه ږیره زما او نه وېښتان د سر زما [۱: ۲۲۳]

دا هغه وخت وشول، چې کله موسی (علیه السلام) د طور غره په طرف د الله تعالی په حکم مخه کړه او هارون (علیه السلام) یې د سرپرست په توګه پرېښود، نو بنی اسرایلو د مصر څخه د شام په لاره د خوسکي عبادت شروع کړ، خو کله چې حضرت موسی (علیه السلام) د طورغره څخه راستون شو او د خپل قوم د شرکي کړنو څخه خبر شو نو د ایمان د جوش له امله غصه شو او حضرت هارون (علیه السلام) یې د سر او ږیرې څخه ونیوه.

په قران کریم کې که څه هم د ږیرې یادونه یو ځای شوې ده البته په احادیثو کې یې زیات تفصیل شوی دی په حدیث شریف کې راځي د بېلګې په ډول:عَنْ عَائِشَةَ ، قَالَتْ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ)" عَشْرٌ مِنَ الْفِطْرَةِ: قَصُّ الشَّارِبِ، وَإِعْفَاءُ اللِّحْيَةِ، وَالسِّوَاكُ، وَاِلاسْتِنْشَاقُ بِالْمَاءِ، وَقَصُّ الْأَظْفَارِ، وَغَسْلُ الْبَرَاجِمِ، وَنَتْفُ الْإِبِطِ، وَحَلْقُ الْعَانَةِ، وَانْتِقَاصُ الْمَاءِ - يَعْنِي الِاسْتِنْجَاءَ بِالْمَاءِ -، قَالَ زَكَرِيَّا: قَالَ مُصْعَبٌ: وَنَسِيتُ الْعَاشِرَةَ إِلَّا أَنْ تَكُونَ (الْمَضْمَضَةَ).[۴: ۱۴]

ژباړه: حضرت عایشه (رضی الله تعالی عنها) فرمایي، چې نبي (صلی لله علیه وسلم) فرمایي: لس شیان د فطرت څخه دي : بریت لنډول، ږیره اوږدول، مسواک وهل، پوزې ته اوبه اچول، د نوکونو لنډول، دګوتو منځونو مینځل، دتخرګونو وېښته ابستل، دزیرناف وېښته خریل او استنجاءکول یا پرتوګ ته د اوبو شیندل، زکریا فرمایي چې مصعب وفرمایل لسم می هیر شوی دی خو غالبه دا ده، چې هغه خولې ته اوبه اچول دي.

یو بل حدیث کې راځي :عَنِ ابْنِ عُمَرَ، عَنِ النَّبِيِّ (صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ) قَالَ: " خَالِفُوا الْمُشْرِكِينَ: وَفِّرُوا اللِّحَى، وَأَحْفُوا الشَّوَارِبَ " وَكَانَ ابْنُ عُمَرَ: «إِذَا حَجَّ أَوِ اعْتَمَرَ قَبَضَ عَلَى لِحْيَتِهِ، فَمَا فَضَلَ أَخَذَهُ»[۳: ۱۶۰]

(c) ketabton.com: The Digital Library

ژباړه: ابن عمر(رضی الله تعالی عنه) روایت کوي د نبي (صلی الله علیه السلام) چې هغه وفرمایل د مشرکانو خلاف وکړئ، چې ږيرې اوږدې کړئ او بریتونه لنډ کړئ. ابن عمر به چې کله حج یا عمره کوله نو په ږيره به یې په موټې کې قبضه کړه نو کومه ږيره چې له موټې اوتله هغه به یې لنډه کړه.

په یاد شوي حدیث کې د ږيرې لنډلو دحرمت لامل په کوټه شو، چې هغه د مشرکانو سره مشابهت دی او مشابهت له کافرانو سره په یو بل حدیث کې په صراحت سره منع شوی دی: عَنِ ابْنِ عُمَرَ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ): (مَنْ تَشَبَّهَ بِقَوْمٍ فَهُوَ مِنْهُمْ).

[۴: ۴۴]

ژباړه: چا چې د کوم قوم سره ځان مشابه کړ،هغه به د قیامت په ورځ به د هغوی له ډلې څخه شمېرل کیږي.

لکه څه ډول،چې د ږيرې په خریلو کې د مشرکانو سره مشابهت دي همدا ډول د ښځوسره هم مشابهت دی،چې همدا مشابهت هم په حدیث کې منع شوی دی: عَنِ ابْنِ عَبَّاسٍ، عَنِ النَّبِيِّ (صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ):(أَنَّهُ لَعَنَ الْمُتَشَبِّهَاتِ مِنَ النِّسَاءِ بِالرِّجَالِ، وَالْمُتَشَبِّهِينَ مِنَ الرِّجَالِ بِالنِّسَاءِ).[۴: ۱۰۴]

ژباړه: حضرت ابن عباس (رضی الله عنه) روایت کوي چې رسول الله (صلی الله علیه وسلم) په هغو ښځو لعنت وویلو، چې ځانونه د سړیو سره مشابه کوي او په هغو سړیو یې هم،چې ځانونه د ښځو سره مشابه کوي.

د لومړني حدیث څخه دا ثابته شوه ،چې ږيره یو فطرتي او خلقتي شی دی ، نو د فطرت خلاف کول د الله تعالی په تخلیق کې تغیر کول دي چې د شیطان له عملونو څخه بلل کیږي ، لکه څه ډول په قرآن کریم کې راغلي دي: (وَلَآمُرَنَّهُمْ فَلَيُغَيِّرُنَّ خَلْقَ اللَّهِ وَمَنْ يَتَّخِذِ الشَّيْطَانَ وَلِيًّا مِنْ دُونِ اللَّهِ فَقَدْ خَسِرَ خُسْرَانًا مُبِينًا).[سورة النساء:119]

ژباړه: شیطان وویل: زه به امر وکړم خامخا دوی ته پس تغیر به ورکړي دوی خامخا پیدایښت د الله (جل جلاله) ته او هر څوک چې ونیسي شیطان دوست بې له الله(جل جلاله)؛ نو په تحقیق سره زیان یې وکړ په زیان ښکاره سره.[۸: ۵۳۷-۵۳۸]

نو تفسیر قرطبي کې دي .چې د ږيرې خریل هم په د الله تعالی په پیدایښت کې داخل دي، د الله تعالی په پیدایښت کې تغیر کول لویه ګناه ده.[۷: ۳۹۳]

څرنګه چې الله تعالی هر نارینه ته فطرتًا د ږيرې خلقیت ورکړی دی، نو کوم خلک، چې خپله ږيره خریي هغوی د شیطان په لمس فقط خپله ږيره نه خریي بلکې خپل فطرت مسخه کوي.

د انبیاوو (علیهم السلام) طریقه د صحیح فطرت تقاضه او انساني معیار دی ځکه چې د فطرت څخه مراد د انبیاوو (علیهم السلام) طریقه نه بلکې د هغوی سنت هم دي نو بناءً ویلی شو، چې د بریتونو

خېړونه میاشتنۍ درې ګڼه، ۹ امه ګڼه، پرلیسي ربیع، دویمه ل، ۱۳۹۶ ل

(c) ketabton.com: The Digital Library

لندول او د ږیرۍ وړدول د ټولو انبیاو (علیهم السلام) متفق سنت دي او دا هغه مقدس جماعت دی، چې رسول الله (صلی الله علیه وسلم)ته د دوی د اقتداء حکم شوی دی لکه چې الله تعالی فرمایي:(أُولَئِكَ الَّذِينَ هَدَى اللَّهُ فَبِهُدَاهُمُ اقْتَدِهْ قُلْ لَا أَسْأَلُكُمْ عَلَيْهِ أَجْرًا إِنْ هُوَ إِلَّا ذِكْرَى لِلْعَالَمِينَ) [سورة انعام: ۹۰]

ژباړه: دغه انبیاوو هغه کسان دی چې هدایت کړی الله تعالی دوی ته نو په طریقه د دوی اقتداء وکړه (ای! محمده) ووایه چې نه غواړم له تاسې په دغه تبلیغ څه اجر(مزدوري) نه د دغه قرآن مګر یوازې ذکر(وعظ) دی لپاره د ټولو عالم.[۸: ۷۷۸]

د ږیرۍ خریلو پیل او د خریلو لاملونه

الله تعالی د لوط (علیه السلام) قوم د کومو ګناهو په سبب هلاک کړی و هغه ګناه الله تعالی خپله په قرآن کریم کې ذکر کړې ده، چې هغه لواطت (یعنې د نارینه هلکانو بدفعلي) دی لکه چې الله تعالی فرمایي: (إِنَّكُمْ لَتَأْتُونَ الرِّجَالَ شَهْوَةً مِنْ دُونِ النِّسَاءِ بَلْ أَنْتُمْ قَوْمٌ مُسْرِفُونَ) [الأعراف: ۸۱]

ژباړه: تاسې ښځې پرېږدی له نارینه و سره خپله غریزه مړوئ حقیقت دا دی، چې تاسې بې له حده تیرېدونکي خلک یاست .

او د نورو ګناهونو ذکر یې رسول الله (صلی الله علیه وسلم) فرمایلی دی دا ږیرۍ ولې دوی خریلې؟ د دې لامل دا و، چې دې خلکو کې د هلکانو سره د بدفعلۍ عمل ډېر زیات و کومو خلکو به، چې دا کار کاوه هغوی به ږیرۍ خریلې ترڅو دوی ته د خلکو میلان همداسې جاري وي.[۱۱: ۲۵]

دفساد پر وخت په یو سنت عمل کول

په داسې وخت کې چې خلک فساد لاندې کړي وي او د اسلام طریقې ته یې شا کړي وي او د شیطان د پلانونو په لومو کې ښکار شوي وي او د نبي (علیه السلام) سنت لباس ځان لپاره بد بولي د کافرانو لباس او څیره د ځان لپاره ښایست بولي او د اسلام غیرتي شکل د ځان لپاره پېغور ګڼي، نو په داسې وخت د نبي (علیه السلام) په یو سنت عمل کول د یو شهید اجراو ثواب لري لکه چې ابی هریره (رضی الله عنه) روایت کوي، چې رَسُولُ اللَّهِ (صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ)فرمایي(مَنْ تَمَسَّكَ بِسُنَّتِي عِنْدَ فَسَادِ أُمَّتِي فَلَهُ أجر مائَة شَهِيد).

[۱۰: ۶۲]

ژباړه: چا چې زما د امت د فساد پر وخت زما سنت باندې عمل وکړ نو د هغه لپاره د سل شهیدانو اجر دی.

خېړونه میاشتنۍ دری ګڼه، ۱امه ګڼه، پرلیسی ۹ دویمه ربع، ل ۱۳۹۶

(c) ketabton.com: The Digital Library

د ږیرې اوږدوالي اندازه د فقهاوو له انده

د ږیرې څخه زیاتو اوږدو ویښتانو په مورد مخکې یادونه وشوه چې وَكَانَ ابْنُ عُمَرَ: «إِذَا حَجَّ أَوِ اعْتَمَرَ قَبَضَ عَلَى لِحْيَتِهِ، فَمَا فَضَلَ أَخَذَهُ» نو د ږیرې د وږدوالي په اندازه کې د فقهاوو مختلف نظریات دي، چې په لاندې ډول یې یادونه کوو:

ابن حجر فرمایي، چې د ابن عمر همدا کړنه چې د ږیرې څخه د زیاتو اوږده ویښتان به یې نه دا، چې یوازې د حج او عمرې پروخت لنډول بلکې همیشه به یې لنډول، امام طبري ویلي دي، چې ځینې خلکو ظاهر د حدیث راخیستی او کمول دږیرې د طول او عرض څخه مکروه بولي او ځینې ویلي دي، چې د یوې لوښتې څخه د زیاتې ږیرې لنډول پروا نه کوي نو امام طبري په خپل سند سره د ابن عمر څخه روایت کړی دی، چې هغه به داسې عمل کولو چې د ږیرې د یوې لوښتې (یوموټې) څخه زیاته برخه به یې اخسته او د حضرت عمر (رضی الله تعالی عنه) څخه یې هم روایت کړی، چې هغه د یو سړی ږیره په قبضه برابره کړه او د ابو هریرة (رضی الله تعالی عنه) څخه یې هم روایت کړی، چې هغه د قبضې څخه زیاته ږیره برابروله او له جابرڅخه روایت شوی دی چې هغه فرمایلي دي موږ ږیرې په هر وخت کې په خپل حال اوږدې پرې ښودې مګر حج او عمره کې نه (چې قبضه کولې مو) له دې وروسته امام طبري د علماو اختلاف په دې کې را نقل کړی دی چې له ږیرې څخه چې کومه اندازه اخېستل کیږي ایا د هغې لپاره اندازه شته او که نه؟ ځینې علماوو ویلي دي چې له موټې زیاته ږیره به اخېستل کیږي او له حسن بصري څخه را نقل شوي، چې هغه به طولاً او عرضًا ږیره لنډوله خو زیاته نه او ځینو نورو بیا د حج او عمرې له وختونو پرته په نورو وختونو کې د ږیرې لنډول مکروه بللي دي او له عطاء څخه روایت راغلی دی، چې که یو څوک داسې ږیره پریږدي، چې دومره اوږده شي چې عرضًا او طولاً له خپله حده زیاته شي نو ځان به د خلکو په وړاندې مسخره کړي، عیاض وایي چې د ږیرې خریل او لنډول مکروه دي خو که چیرې ډېره اوږده وي او د طول او عرض څخه یې اخیستل غوره دي او یا دا چې په اوږدې او لنډې ږیرې سره شهرت مکروه دی خو امام نووي فرمایي چې د ږیرې په خپل حالت پرېښودل غوره دي البته که چېرته د ښځې ږیره یا برېتونه وشول نو خریل یې ورته مستحب دي.[۶: ۳۵۰-۳۵۱]

د ږیرې خریل د طب له نظره

په امریکایي ډاکټرانو کې یو مشهور عیسایي ډاکټر (جارلس هومر) د یو لیک په ځواب کې چې ځینو منشیانو او د پوهنتونونو محصلینو ورلیږلی و او زور یې پرې راوړی و چې د بجلی یوه داسې ستنه ایجاد کړي چې دږیرې ویښته له بیخه وباسي چې بیا را شنه نه شي او د دوی هغه قیمتي وخت او د

(c) ketabton.com: The Digital Library

روپيو خرڅ محفوظ شي کوم چې د ږيرې په خريلو مصرفيږي، نو ده يې په ځواب کې داسې وويل: زما نه ځينې خلک د ږيرې خريلو لپاره د يو مشين ايجاد کولو غوښتنه کړي ده، چې په دې سره يې قيمتي وختونه وساتل شي ليکن زه نه پوهيږم چې خلک د ږيرې د نوم نه ولې ويريږي؟ دا خلک خو د سر ويښته لوی لوی پريږدي نو د ږيرې په اوږدولو کې څه عيب دی؟ او کله چې د يو سړي د سر ويښته اوغورځيږي نو بيا ځان ته ګوري او ګنجی وي نو شرميږي او عجيبه او د خيرانتيا خبره خو دا ده، چې خپل مخ په خپلو لاسونو ګنجی کوي او هيڅ شرم او پښېمانتيا نه محسوسوي، سره له دينه، چې ږيره د سړيتوب نښه ده او دا قوت مرداني هم زياتوي او سيرت او امتياز هم قوي کوي.

نو ډاکټر شيرعلی شاه مدنی (رحمه الله تعالی) ليکي : که يو څوک ږيره خريي او د هغه بچيان تر اومې پيړۍ پورې په همدې د ږيرې خريلو عادت باندې پاتې شي نو په اتمه پيړۍ کې به يې داسې بچيان پيدا شي چې د قوت مرداني نه به خالي وي يعنې د ماني ماده به پکې نه وي.[۷۸:۹-۷۹]

پايلې

د څيړنې په وخت موږ لاندې پيلې ته ورسيدلو

۱-ږيره د انساني فطرتونو څخه يو فطرت دی.

۲-ږيره د ټولو انبياوو(عليهم السلام) سنت دي.

۳-د ږيرې پرېښودل په قرآني اياتونو او نبوي احاديثو سره ثابت دي.

۴-ږيرې خريل د کافرانو خلکو عادت و.

۵-د ږيرې پرېښودل د طب له نظره ګټې لري او خريل يې زيان لري.

مناقشه

ايا :د ږيرې خريل د اسلام له نظره حرام عمل نه دی؟

دږيرې خريل داسلامي شريعت له انده حرام او ناروا عمل بلل شوی دی.

وړانديزونه

۱- ددیني علماو، ښوونکو او استادانو له خوا د ږيرې احکامو په موخه عامه پوهاوی.

۲- د اسلام د پاک او سپيڅلي دين په ارشاداتو او د بشپړ اسلام پرځان منلو په لړ کې د بشريت ستر لارښود حضرت محمد (صلی الله عليه وسلم) په ژوند کې د هراړخيزو سنتو پلي کول.

۳ -ملا امام او خطيبان دنده لري، چې په خپلوجوماتونو او نورو عامو ځايونوکې خلک دږيرې خريلو په جزا پوه کړي.

خېړونه څېړنې مياشتنۍ درې کڼه، ۱امه ګڼه، ۹پرليسې ريع، دويمه ل، ۱۳۹۶

(c) ketabton.com: The Digital Library

مأخذونه

۱-قرآن کریم

۲-أحمد مختار عبد الحميد عمر (المتوفى: 1424هـ) (.الطبعة: الأولى، 1429 هـ - 2008 م). معجم اللغة العربية المعاصرةج۳،المكتبة الشاملة

۳-بخاري أبوعبدالله محمدبن إسماعيل.(الطبعة: الأولى،۱۴۲۲هـ).صحيح البخاري ج۷،المكتبة الشاملة.

۴-الجِسْتاني سليمان بن الأشعث.(؟). سنن ابی داود ج۱/۱۴.المكتبة الشاملة.

۵-الشام محمد امين ابن عابدين المعروف.(ب،ت).رد المحتار ج۱،محله جنګي پېښور،پاکستان المكتبة الحقانية.

۶-العسقلانی ابن حجر احمد بن علی بن حجر ابوالفضل (ب.ت)فتحالباريشرحصحيحالبخاري ج۱۰،المکتبة الشامله.

۷-القرطبي أبوعبدالله محمدبن أحمدبن أبي بكربن فرح الأنصاري الخزرجي شمس الدين(الطبعة: الثانية، 1384هـ - 1964 م) تفسيرقرطبي ج۵ القاهرة، مصر، دارالكتب المصرية.

۸-محمود الحسن شيخ الهند او عثماني شبيراحمد ،پښتو ژباړونکي د افغانستان د سترو عالمانو يوټولګی، .(؟). تفسير کابلي ج۱،چاپ خانه د حرمينو شريفينو د خادم بادشاه فهد د قرآن کريم د طباعت لپاره.

۹-مدني ډاکټر شيرعلی شاه .(ب،ت).په اسلام کې دړيرې مقام، محله جنګي پيښورمذهبي کتب خانه.

۱۰-ولي الدين محمدبن عبدالله الخطيب.(الطبعة: الثالثة، 1985؟). مشكاة المصابيح۱ج، المكتبة الشاملة.

۱۱-هاشمي سيف الرحمن .(ب،ت).په اسلام کې د ږيرې مقام خپرندويه ټولنه افغان کلتوري بهير.

(c) ketabton.com: The Digital Library

پوهنیار ماستر صالح خان صالح
کمپیوټرساینس پوهنځی
معلوماتي سیستمونو څانګه
تلیفون شمیرې: 0799134711/0777134711
برېښنالیک: salih.angel@gmail.com

په لوړو زده کړو کې د الکترونیکي زده کړو سیستم پلي کولو لپاره د کامیابۍ بنسټیزعوامل

لنډیز

الکترونیکي زده کړې لکه د نوم څخه یې چې څرګندیږي، هغه زده کړې دي، چې د الکترونیکي وسایلو پرمټ ترسره کیږي او په ټوله کې د معلوماتي او مخابراتي ټکنالوجۍپه شتون کې صورت نیسي، چې بې له معلوماتي او مخابراتي ټکنالوجۍ کارولو الکترونیکي زده کړې ورته نشو ویلی. په یوویشتمه پیړۍ کې د الکترونیکي زده کړوسیستم پلي کول د لوړو زده کړو په بهیر کې زیات فرصتونه رامنځته کړیدي او د زده کړې بهیر ته یې په لوړه کچه پراختیا او پیاوړتیا ورپه برخه کړې ده. سربېره پردې، په زده کړه دالکترونیکي زده کړو سیستم په کاراچول د اوسني وخت غوښتنه هم ده، چې په زیاتره مخ پرودې هېوادونو کې یاد سیستم په بشپړ ډول د عملي کېدو په حال کې دی. په لوړو زده کړو کې د الکترونیکي زده کړو سیستم د تطبیقولو لپاره یو شمېر بنسټیز عوامل دي، چې په نظر کې نیول او په کار اچول یې د الکترونیکي زده کړو سیستم د کامیابۍ سبب ګرځي او نه پاملرنه یې په زده کړه کې د الکترونیکي زده کړو سیستم پلي کول ټکنی کوي لکه تخنیکي عوامل، بنسټیز عوامل، پیداګوژیک عوامل، د موسسې اړوند عوامل، مدیریتي عوامل، اخلاقي عوامل، د ارزوني عوامل، سرچیني عوامل او ټولنیز متقابل عوامل.

کلیدي‌ټکي: الکترونیکي زده کړه، د الکترونیکي زده کړو د بریالیتو ب عوامل،اوږد مهاله زده کړه، لوړې زده کړې.

(c) ketabton.com: The Digital Library

سریزه

پـه یوویشتمه پېړۍ کې معلومـاتي او مخـابراتي ټکنـالوجۍ د اوږد مهـالې زده کړې غښتلي وسیلې ګرځېدلي دي. سربېره پـر دې، یـاده ټکنـالوجۍ ددې وړتیـا لـري او کـولی شي پـه اوسنۍ نړۍکې سوداګریزو فعالیتونو او ټولنیز سیاسي چاپیریال تـه بـدلون ورکړي او ورکړی یې هم ده.(۱:۴۸۵) معلوماتي او مخابراتي ټکنالوجۍ د ډېروعصري، ګټورو او اغېزمنو لارو کارولو له لارې د زده کړې په خاصه توګه د لوړو زده کړو د غښتلي کولو او د وخت د غوښتنو په پام کې نیولو اړتیا رامنځته کړې ترڅو په اسانه، ګټوره اواغېزناکه توګه زده کړه صورت ونیسي، چې ښه بېلګه یې الکترونیکي زده کړه ده. الکترونیکي زده کړه د ویب پر بنسټ زده کړه، د انټرنېټ پـر بنسټ روزنـه، پرمختللي وپشل شوي زده کړه، د ویب پر بنسټ لارښوونې، انلاین زده کړه او خپلواکه زده کړه پـه برکې نیسي.(۶:۱) د الکترونیکي زده کړې د کورس محتوا او د هغې اړوند مواد د الکترونیکي رسنیو لـه لارې لکـه انټرنېټ، انټرانېټونـه، اکسـټرانېټ، دسپوږمکۍ لـه لارې خپرېـزې یـا ویـډیوي خپرونـې، د کاروونکي د کنټرول وړتلویزیوناوCD-ROMپه واسطه لېږدول کیږي.

په اوسني وخت کې زیاتره د لوړو زده کړو موسسات د زده کړې د پیاوړتیا په موخه د الکترونیکي زده کړو سیستم کاروي، ځکه چې په ښوونکو، زده کوونکو او ټولنه باندې یې مثبتې اغېزې د لمر په شان روښانه لېدل کیږي او د زده کړې او تدریس نوي او غښتلي فرصتونهیې رامنځته کړي دي. همدارنګه د الکترونیکي زده کړوسیستم د ښوونکو او زده کونکو ترمنځ نوي ارتباطي چینل تـه وده ورکوي. ښوونکي او زده کوونکي کولی شي د خپلې زده کړې اهدافو د ترسره کولـو لپاره دوی پـه خپل منځ کې د پوهې د انتقال لپاره له الکترونیکي زده کړوسیستم څخه کار واخلي.

موخې

د همدې مقالې څخه مې موخې په لاندې ډول خلاصـه کړي دي ترڅو د مقالې تربشپړېدو پورې دغه موخو ته ځان ورسوم:

- د الکترونیکي زده کړواهمیت ته به په لنډ ډول کتنه وشي.
- په لوړو زده کړو کې د الکترونیکي زده کړې دتطبیقولو لپاره د بریالیتوب مهم عوامل به یو په یو په ګوته شي.
- په لوړو زده کړو کې د الکترونیکي زده کړو د پلي کولو لپاره به بنسټیز عوامل وپېژندل شي.

خپرونه ۱۳۹۶ ل، دویمه ربع، پرلیسې ۹ امه ګڼه، درې میاشتنۍ

(c) ketabton.com: The Digital Library

د کار مواد او مېتود

یاده څېړنه چې (په لوړو زده کړو کې د الکترونیکي زده کړو پلي کولو لپاره د کامیابۍ بنسټیز عوامل) ترعنوان لاندې ده، تر ډېره بریده یې تمرکز تېروآثارو ته په کتنې او موندنې د موجوده اړونده تېروآثارو څخه په لوړو زده کړو کې د بررسی پر بنسټ ده ترڅو د لوړو زده کړو په برخه کې د الکترونیکي زده کړو سیستم پلی او هغه عوامل روښانه شي، چې په لوړو زده کړو کې د الکترونیکي زده کړو د کامیابۍ سبب کیږي. د دې لپاره چې یاده مقاله بشپړه کړم، د انګلیسي ژبې له معتبرو کتابونو، مجلو، ژورنالونو، مقالو او انټرنېټ څخه مې ګټه اخیستي ده. همدارنګه د څېړنې په جریان کې مې د خارجي او داخلي مشهورو پوهنتونونو له تدریسي او علمي موادو او کرنلاروڅخه استفاده کړیده. دمقالې له عنوان ټاکلو وروسته د اړتیا وړ مواد د کتابخاني تحقیق د میتود په اساس راټول او د لارښود استاد په مشوره لړلیک ترتیب او د کار لاندې ونیول شول.

د الکترونیکي زده کړو پیژندنه

معلوماتي او مخابراتي ټکنالوجۍ زده کوونکي ته د دې زمینه برابروي، چې د زده کړې یو ښه پلان ترتیب، د زده کړې مراکز، یو تربله اړیکه، د وخت مطابق موثرې زده کړې او د الکترونیکي زده کړو یو ښه چاپیریال رامنځته کړي. د معلوماتو په ټولنه کې الکترونیکي زده کړه (E-learning) اصطلاح په پراخه پیمانه کارول کیږي، چې په دې ډول زده کړو کې د معلوماتي او مخابراتي ټیکنالوجیو څخه کار اخستل کیږي. کله چې یاده اصطلاح په ساده ډول تجزیه کړل شي، نو E په معنی د برېښنایي یا الکترونیک، Learning په معنی د زده کړې او یا هغه زده کړه، چې د الکترونیکي مډیاوو پر مټ ترسره کیږي الکترونیکي زده کړه بلل کیږي. که مخکینې یعنې کلاسیک سیستم ته نظر واچوو، نو د هغې ټوله اتکاء په درسي کتاب، ټولګې، ازموینه او د یادې زده کړې اړوند وسایلو باندې وه، چې اوس هم نوموړی میتود په ځینو هېوادونو کې شتون لري کوم، چې د اوسني عصر سره اړخ نه لګوي. د ټکنالوجۍ په انکشاف سره په زده کړه کې ډېر فرصتونه رامنځته شول لکه د زده کړې بهیر یې چټک کړ، زده کړه یې اسانه کړه، د زده کړې اړوند لګښتونه یې ارزان کړل، زده کړه یې هرچاته په ورغوي کې ور کیښوده، چې د ټکنالوجۍ څخه مخکې یې شتون نه درلود. همدا ډول په کلاسیک میتود کې د زده کوونکي فزیکي شتون په ټولګي کې اړین وو، مګر د ټکنالوجۍ په شتون سره یاد میتود تر ډېره بریده له منځه لاړو. اوس هرڅوک کولی شي، چې په هرځای او هر وخت کې زده کړه وکړي، درسي موادو ته لاس رسی پیدا کړي، چې له یوې خوا به یې د بوختیاوو له امله زده کړه نه وي ټکنی او له بلې خوا به یې پر وخت او تازه

(c) ketabton.com: The Digital Library

معلوماتو ته لاس رسی پيدا کړی وي، چې ورته الکترونيکي زده کړه يا هغه زده کړه چې د الکترونيکي وسايلو پرمټ ترسره کيږي وايي.

د الکترونيکي زده کړو سيستم د کاميابۍبنسټيز عوامل

په زده کړه کې د الکترونيکي زده کړوسيستم په کاراچول د زده کړې يوغښتلی ميتود دی، چې فعاله او پر وخت زده کړه ورته ويلی شو. ياده زده کړه يوه خپلواکه زده کړه ده، چې په کوم ځای او وخت پوري محدوده نده. الکترونيکي زده کړه نه يواځې په ځای او وخت پوري محدوده نده بلکې د زده کوونکي او ښوونکي دواړو لپاره يې بې شمېره فرصتونه هم برابر کړي دي لکه معلوماتوته لاسرسی په کې اسان دی، د ښوونکي او زده کوونکي ترمنځ د اړيکو نيولو اسانه زمينه برابروي، د ليري واټن څخه زده کوونکي ته د زده کړې فرصتونه چمتو کوي، نوي او پر وخت درسي مختويات زده کوونکي او ښوونکي دواړو ته په واک کې ورکوي، شاګرد محوري زده کړه ده، چې هر وخت شاګرد فعال ساتي، په کمه بيه زده کړه او د زده کړو سرچينو ته د لاس رسي زمينه برابروي، زده کوونکي ته د دې فرصت برابروي، چې د زده کړې سره يوځای کورني کارونه هم پر مخ يوسي، دزده کونکي درسي جريان منظم کوي، ځارنه په کې په اسانۍ تر سره کيږي او د ښوونکي او زده کوونکي په يو وخت کې شتون او نه شتون په کې يو ډول دی.(۲: ۳۹ - ۴۹)

د الکترونيکي زده کړو سيستم پلي کولو لپاره يو شمېر بنسټيز عوامل شتون لري، چې په هغې باندې ولاړه زده کړه ده. دغه عوامل د الکترونيکي زده کړې برياليتوب هم ډېری وخت اغېزمن کوي او نه پاملرنه يې الکترونيکي زده کړې د خنډونو سره مخامخ کوي، مګر په ځينو مواردو کې د الکترونيکي زده کړو د ناکامۍ سبب هم ګرځي. په لاندې برخه کې هغه بنسټيز عوامل چې د الکترونيکي زده کړو سيستم په تطبيق باندې اغېز اچوي او د زياتو څېړونکو لخوا ور باندې څېړنې ترسره شوي دي يو په يو په لنډ ډول تشريح کوو.

تخنيکي عوامل

په لوړو زده کړوکې د الکترونيکي زده کړو سيستم پلي کول د اغېز لرونکو عواملو يوه برخه تخنيکي عوامل جوړوي، چې په اړه يې زياتې څېړنې ترسره شوي دي. تخنيکي عوامل لکه د الکترونيکي زده کړو په اسانۍ سره کارونه، معلومات، باوريتوب، اغېزناک توب، زيربنايي پلان جوړونه، خونديتوب، لاس رسی، محرميت، د ښوونکي او زده کوونکي لپاره تخنيکي حمايه، هارډوير او سافټوير، د الکترونيکي زده کړو جوړښت، د انټرنېټ چټکتيا او د الکترونيکي زده کړو

(c) ketabton.com: The Digital Library

په اړه د ښوونکي او زده کوونکي روزنه.(۱۰: ۸۸ - ۸۹) د تخنیکي اړخونو چمتو والی هم د بریالی الکترونیکي زده کړې په پلي کولو کې مهم رول لوبوي.

یو تن څېړونکي Chantanarungpak او د هغې ملګري په خپله څېړنه کې ویلي دي، الکترونیکي زده کړې په هغه وخت کې د ښه تطبیق وړ دي، چې تخنیکي وسایل لکه د ټکنالوجۍ اړوند روزنه، د اړیکو نیونې وسایل او زده کوونکي د Help Desk ملاتړ له ځانه سره ولري.(۷ : ۱۹۵) پدې برخه کې تحصیلي موسسه مکلفه ده، چې د الکترونیکي زده کړو د پلې کولو لپاره تخنیکي ملاتړ په خپل جوړ شوي او یا جوړېدونکي پلان کې ځای په ځای کړي ترڅو زده کوونکو ته دا ډول خدمات برابرکړي. د دې ډول خدماتو کیفیت د زده کوونکو او ښوونکو په باوریتوب، په زده کړه او تدریس ژاور اغېز لرلی شي، چې پدې کې وسایلو ته لاس رسی، مدیریت، پانګونه، د سرچېنو برابرول ځای لري.

سرچیني عوامل

په لوړو زده کړو کې د الکترونیکي زده کړو سیستم په کامیابۍ سره د تطبیقولو یوه برخه سرچیني عوامل تشکیلوي، چې د الکترونیکي زده کړو د تطبیق په وخت کې باید ورته پوره توجه وشي. د الکترونیکي زده کړو سیستم د ښه تطبیق په موخه باید مالي ملاتړ شتون ولري، د الکترونیکي زده کړې لپاره د محتوا غني کولو لګښتونه په نظر کې ونیول شي، د کمپیوټرونو او وړتیاوو مالکیتونو ته پام وشي، د انټرنېټ لاس رسی په نظر کې ونیول شي او د الکترونیکي زده کړو په خاطر برېښنا له پامه ونه غورځول شي. یاد عوامل د الکترونیکي زده کړو د کامیابۍ سره په پوره معنی تړلي دي.(۴: ۴۸۴)

اخلاقي عوامل

په لوړو زده کړو کې د الکترونیکي زده کړو سیستم په کامیابۍ سره د په کار اچولو له اغېز لرونکو عواملو یوه برخه اخلاقي عوامل تشکیلوي، چې پدې کې ټولنیز او اساسي اغېز، کلتوري اغېز، تعصب، د جعرافیایي نه ورته والي له رویه اغېز، د زده کوونکو نه ورته والي له رویه اغېز، توضیحات، قانوني او حقوقي مسایل شامل دي.(۱:۳)

خېړونه میاشتنۍ درې ګڼه، ۹ امه پرلپسې ربع، دویمه ل، ۱۳۹۶

(c) ketabton.com: The Digital Library

پیداګوژیک عوامل

په لوړو زده کړو کې د الکترونیکي زده کړو سیستم په کامیابۍ سره د په کاراچولو له اغېز لرونکو عواملو یوه برخه پیداګوژیک عوامل دي، چې په پام کې نیول يې د الکترونیکي زده کړو د کامیابۍ سبب کیږي، چې پدې اړه يو شمېر څېړونکو خپلې څېړنې تر سره کړي دي. د بېلګې په توګه د مصومي (Masoumi) او د هغې ملګرو یادونه کوو، چې ویلي يې دي، د الکترونیکي زده کړو د کامیابۍ پیداګوژیک عوامل د زده کوونکو په وړاندې روش، متقابله اړیکه نیونه، د منځپانګې تحلیلونه، د لیدونکو تحلیلونه، د موخې یا موخو تحلیلونه، د الکترونیکي زده کړو د طرحې تحلیلونه، د زده کړې تګلاره، د ویب پربنسټ د زده کوونکو ملاتړ، زده کوونکو ته دوامداره او رغندهفیډبک ورکونه، د ښوونې او روزنې په برخه کې مسلکي روزنه او د اکاډمیک پس منظر څخه عبارت دي.(۹: ۲۷ - ۴۱)

مدیریتي عوامل

د الکترونیکي زده کړو د کامیابۍ د اساسي عواملو یوه برخه مدیریتي عوامل تشکلیوي، چې تر ډېره بریده په یوه اداره تمرکز کوي. په یاد عامل پورې اکاډمیکي چارې، د زده کوونکو لپاره د خدماتو عرضه کول او داسې نور لکه د الکترونیکي زده کړو مدیریت کوونکی ټیم، درسي محتوا ته پراختیا او دغښتلي کولو پروسې پرمخ بېول، د وخت مدیریت، د پلي کولو لپاره د اړینو مهارتونو درلودل، د ځانګړي ټکنالوجۍ په پام کې نیول، مدیریتي ملاتړ، اغېزمنتوب، موثریت، غښتلي ستراتیژي او هڅونه تړلي دي.(۱۱: ۳۲۳ - ۳۲۸) د دې لپاره چې الکترونیکي زده کړې په کامیابۍ سره تطبیق شي، اداره باید د الکترونیکي زده کړو لپاره غښتلی پلان ولري. د دغې کټګورۍ اړونده فرعي عوامل څېړونکو په لاندې ډول خلاصه کړي دي.

۱). **مارکیټ ته کتنه:** یاده کتنه د مارکیټ هغه غوښتنې په برکې نیسي، چې د زده کړې په موسسې پورې تړلې وي او موسسه باید د مارکیټ له غوښتنو څخه باخبره واوسي، نو له دې وجې د مارکیټ اړوند معلومات باید په کلني ډول و ارزول شي او یا د پلان جوړولو څخه مخکې تغیر شي.

۲). **د پروګرام چوکاټ:** د موسسې مدیریت باید داسې مشخص چوکاټ او پراختیا (Scope) ترتیب کړي، چې په هغې کې د دوی خپل اړونده کارونه په واضحه توګه بیان شوي وي او دا کېدای شي د یوې ادارې پالیسي او کړنلاره وي لکه ماموریت، د چاپ حق اړتیاوې او داسې نور. دغه عامل داسې پراختیا ته اړتیا لري لکه څنګه، چې د یوې ادارې په ستراتیژۍ کې بدلونونو ته اړتیا ده.(۸: ۶۳)

(c) ketabton.com: The Digital Library

۳). د لګښت اغېزمنتوب: په زده کړوپه خاصه توګه په لوړو زده کړو کې د الکترونيکي زده کړو په بشپړه توګه پلي کېدل به بوديجې ته اړتيا ولري، چې بايد په پوره ډول ورته پام وشي او د زده کړو موسساتو لپاره پدې برخه کې پانګونه اړينه ده. دا ځکه چې الکترونيکي زده کړې لګښتونو او اوږد مهاله پايښت ته اړتيا لري. پاتې دې نه وي، چې د دوی د خدمتونو د پراختيا لپاره د ادارو پر اړتياوو سربېره د لګښتونو کمولو ته هم اړتيا شته ترڅو موسسه له مالي ستونزو سره مخامخ نشي او د الکترونيکي زده کړو بهير ته ادامه ورکړي.(۱۴۹:۱۲ - ۱۶۱)

د زده کړې موسسې اړوند عوامل

په لوړو زده کړو کې د الکترونيکي زده کړو سيستم په بريالي ډول پلي کول د اغېز لرونکو عواملو يوه برخه د زده کړې موسسې اړوند عوامل دي لکه اړتياوو ته په کتو ارزونه، مالي چمتووالی، زيربناييچمتووالی، انترنېټياړيکې، کلتوري چمتووالی، ستراتيژي، د روزنې او زده کړې کلتور لپاره د موسسې ملاتړ، د ښه والي په موخه په زده کړه او تدريس کې بدلونونه، عامه پوهاوی او داسې نور.

د ارزونې عوامل

په لوړو زده کړو کې د الکترونيکي زده کړو سيستم په کاميابۍ سره د په کار اچولو د اغېز لرونکو عواملو يوه برخه د ارزونې عوامل تشکيلوي. دغه عوامل د زده کړې هغه نتيجه په لاس راکوي، چې هيله ورته لرو او خپل هدف ورباندې ترلاسه کوو، چې د څېړونکو د څېړنو په نتيجه کې داسې په ګوته شوي دي. عمومي ارزونه، د کورس ارزونه، د منځپانګې پرمختيايي پروسې ارزونه او د زده کوونکي د زده کړې ارزونه.

د زده کړې محيطي عوامل

د زده کړې په چاپېريال کې د الکترونيکي زده کړې چاپېريال هغه موقعيتونو ته اشاره کوي، چې زده کوونکي الکترونيکيسرچېنو ته لاس رسی ولري. په دې کې لارښوونې او د موسسې ملاتړ په بشپړه توګه شامليږي. د زده کړې چاپېريال بايد په ټولو اړخونو لکه فزيکي، اعتماد، درناوی، مرسته او ازادۍ کې ارام وي ځکه، چې د زده کړې چاپېريال د زده کوونکو د زده کړې په پايله باندې ښبغ په ښېغه اغېز لري. د زده کړې چاپېريال اړوند فرعي عوامل په لاندې برخه کې په لنډه توګه واضح کوو.

۱). د موخو روښانه کول: د الکترونيکي زده کړو موخه کټ مټ لکه د زده کړې د نورو تګلارو په څېر د زده کړې موخې ترلاسه کول دي. پدې کې هغه معلومات شامل دي کوم چې اصولو ته د زده کړې محتوا او د وسيلو په کارولو سره اصول روښانه کوي. سربېره پر دې، د زده کړې

څېړونه ی میاشتنۍ درې ګڼه، ۱امه کڼه ۹ پرلیسي ربیع، دویمه ل، ۱۳۹۶ ل

(c) ketabton.com: The Digital Library

لاربښوونه په روښانه توګه تعریف شوي اړین جوړښت دی، چې زده کوونکو ته خپله لاره په واک کې ورکړي او د زده کړې اړتیاوې منعکسې کړي.

۲). د محتوا کیفیت: د الکترونیکي زده کړو په ښه ډول تطبیقولو یوعامل د محتواکیفیت دی. یاد عامل یو پیاوړی تدریجي بنسټ دی. د الکترونیکي زده کړو لپاره غوره شوي محتوا او د زده کړې مواد د معتبرو سرچینو څخه را خیستل د زده کړې موادو د پلي کولو لپاره اړین دي ترڅو نوي او پر وخت معلومات پکې ځای په ځای شي.(۵: ۸۴۳ - ۸۵۵)

پایله

الکترونیکي زده کړې هغه زده کړې دي، چې د الکترونیکي وسایلو پرمټ ترسره کیږي او په ټوله کې د معلوماتي او مخابراتي ټکنالوجۍ په شتون کې صورت نیسي، چې بې له معلوماتي او مخابراتي ټکنالوجۍ کارولو ورته الکترونیکي زده کړې نشو ویلی. د دغې څېړنې په بشپړیدو سره دې پایلې ته ورسیدم، چې د لوړو زده کړو په موسساتو کې د الکترونیکي زده کړو سیستم په کامیابۍ سره پلي کول د تخنیکي عواملو، سرچیني عواملو، پیداګوژیک عواملو، مدیریتي عواملو، د زده کړیزو موسساتو اړونده عواملو او د زده کړې محیطي عواملو سره تړلی دی، چې پاملرنه یې د الکترونیکي زده کړو سیستم د کامیابۍ باعث ګرځي او نه پاملرنه یې د الکترونیکي زده کړو سیستم پلي کول ټکنی کوي.

سپارښتنې او وړاندیزونه

د الکترونیکي زده کړو پروګرامونو د کامیابۍ لپاره ځیني خاصې کړنې شته، چې باید په ښښه شي او د الکترونیکي زده کړو د په کار اچوونې یوه کامیابه ستراتیژي رامنځته کړي. په دې برخه کې څوعام او اساسي وړاندیزونه او سپارښتنې اړینې بولم، چې باید ورته توجه وشي ترڅو په لوړو زده کړو کې د الکترونیکي زده کړو سیستم په کامیابۍ سره پلی شي.

۱. د معلوماتي او مخابراتي ټکنالوجۍ او د الکترونیکي زده کړو زیربناوو ته پراختیا ورکول، چې په دې سره به زده کوونکو او ښوونکو ته د زده کړې ښه فرصتونه برابرشي.

۲. د لوړو زده کړو موسساتو لخوا د نورو فعالیتونو ترڅنګد معلوماتي او مخابراتي ټکنالوجۍ او د الکترونیکي زده کړو بودیجې ته لومړیتوب ورکول، چې پدې سره به الکترونیکي زده کړو ته لارموندنه اسانه شي.

۳. په درسي کوریکولوم کې د الکترونیکي زده کړو پروګرامونو شاملول، چې په دې سره به د الکترونیکي زده کړو پروګرامونه په اسانۍ سره تطبیق شي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۴. د انټرنېټ په بيو کې ټيټوالی راوستل او د چټک انټرنېټ شتون، چې په دې سره به الکترونيکي زده کړو ته لاس رسی اسان شي او هرڅوک به يې د کارولو توان ولري.

۵. د الکترونيکي زده کړې په برخه کې د ښوونکو مهارتونو لوړول، چې په دې سره به الکترونيکي زده کړې په ښه ډول عملي شي.

۶. د نورو هغو هېوادونو او يا موسساتو سره نږدې اړيکي ساتل، چې الکترونيکي زده کړې په کې معمول ګرځيدلي وي، چې پدې سره به د ښوونکو د مهارتونو په لوړولو او زيربناوو په ايجادولو کې مرسته وشي.

۷. د دوامداره برېښنا برابرول، چې په دې سره به هم د زده کوونکو او هم د ښوونکو د معلوماتي او مخابراتي ټکنالوجۍ هروخت په کارولو ستونزه اواره شي.

۸. د مناسبو پالیسيو وضع کول، چې کېدای شي د ټول دولت په کچه وي، د وزارت په کچه وي او يا هم کېدای شي د يو ولايت په کچه وي، چې په دې سره به د دولتي او خصوصي لوړو زده کړو موسسات د الکترونيکي زده کړو سيستم په ښه ډول تطبيق ته رهنمايي شي.

۹. د خارجي ژبو په خاص ډول د انګليسی ژبې کورسونو جوړول، چې په دې سره به د ښوونکو او زده کوونکو ظرفيت لوړشي او دوی به وکولی شي، چې د معلوماتي او مخابراتي ټکنالوجۍ څخه سالمه ګټه پورته کړي ځکه، چې د ښوونکو او زده کوونکو يوه عمده ستونزه د خارجي ژبو سره اشنايي پيدا کول دي.

Abstract

The aim of this research study is to specify the critical success factors that affect the successful implementation of electronic learning in higher education institutions, derived from literature review. The results of the critical success factors for implementation of e-learning in higher education can be clustered into nine factors: 1) technological factors, 2) institutional factors, 3) pedagogical factors, 4) management factors, 5) ethical factors, 6) evaluation factors, 7) resources factors, 8) social interaction factors, 9) learning environmental Factors. Each of these general factors includes several important sub factors that can assist in enhancing the efficiency of e-learning implementation in higher education institutions. To summarize, critical success factors for implementing e-

(c) ketabton.com: The Digital Library

learning system in higher education are the areas that must be critically taken care of if institutions that needs success in the implementation of this new and modern learning method in education.

References

[۱] Alias, N., Zakariah, Z., Ismail, N. Z., & Aziz, M. N. A. (2012). E-Learning successful elements for higher learning institution in Malaysia. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*.

[۲] Arabasz, P., Pirani, J. A., & Fawcett, D. (2003). Supporting E-learning in Higher Education. EDUCAUSE Center for Applied Research.

[۳] B. H. Khan, *E-learning quick checklist*, 2005, IGI Global.

[۴] Bere, R. C., Silvestru, C. I., &Nemes, L. (2013, January). E-learning platform for public administration-case study. In *The International Scientific Conference eLearning and Software for Education*. " Carol I" National Defence University.

[۵] Bhuasiri, W.; Xaymoungkhoun, O.; Zo, H. & Rho, J. (2012). Critical success factors for e-learning in developing countries: A comparative analysis between ICT experts and faculty. *Computers & Education*.

[۶] B. H. Khan, *A framework for e-learning.* 2001, LTI magazine.

[۷] Chantanarungpak, K. (2010). Development of success indicators of e-Learning system for higher education institutions in Thailand. Ph.D. Thesis, Bangkok: Chulalongkorn University.

[۸] Cheawjindakarn, B., Suwannatthachote, P., &Theeraroungchaisri, A. (2012). Critical success factors for online distance learning in higher education: A review of the literature. *Creative Education*.

[۹] Masoumi, D., &Lindström, B. (2012). Quality in e-learning: a framework for promoting and assuring quality in virtual institutions. *Journal of Computer Assisted Learning*, *28*(1).

(c) ketabton.com: The Digital Library

[۱۰] May, M., Fessakis, G., Dimitracopoulou, A., & George, S. (2012, July). A study on user's perception in e-learning security and privacy Issues. In *Advanced Learning Technologies (ICALT), 2012 IEEE 12th International Conference on*.
[۱۱] Mridha, M., Nihlen, G., Erlandsson, B. E., Khan, A. A., Islam, M. S., Sultana, N., ... & Srinivas, M. B. (2013, September). E-learning for empowering the rural people in Bangladesh opportunities and challenges. In *e-Learning and e-Technologies in Education (ICEEE), 2013 Second International Conference*.
[۱۲] Puri, G. (2012). Critical success Factors in e-Learning – An empirical study. *International Journal of Multidisciplinary Research, 2*(1).

(c) ketabton.com: The Digital Library

پوهنیار محمدصدیق نوابزاده
اقتصاد پوهنځی
مالي او بانکي چارو ډیپارتمنټ
ګرځنده شمېره: 93781329090+
برېښنالیک: sediq2011@gmail.com

د پیسو مینځل (قانوني شکل ته د پیسو اړول)

لنډیز

دغه مقاله د پیسو مینځل او د تورو پیسو سپینول (Money Laundering)څېړي او همدارنګه د مجرمینو، غلو، قاچاقبرانو او نورو غیر قانوني کاروبارلرونکو له خوا د بېلابېلو مېتودونو څخه په ګټې اخیستنې سره قانوني مالي سیستم ته د غیر قانوني پیسو داخلول تربحث لاندې نیسي. د څېړنې په پایله کې وموندل شوه، چې د غیر مشروع او غیر قانوني کاروبارونو څخه تر لاسه شوې پیسې د بېلابېلو تخنیکونو او مېتودونو څخه په ګټې اخیستنې په قانوني او سپینو پیسو اړول کېږي او قانوني مالي سیستم ته داخلیږي. د څېړنې پایلې په ډاګه کوي، چې هر کال په نړیواله کچه له 800 میلیارد ډالرو څخه تر دوه ترېلیون ډالرو پورې پیسې مینځل کېږي. دغه مقاله د کتابخانایي تحقیق د مېتود څخه په ګټې اخیستنې سره د دویم لاس مالوماتو پر بنسټ بشپړه شوې ده.

سریزه

چینایان وایي سره زر په اور او انسان په سرو زرو ازمایل کېږي. هونرا ډې بایڅک د زیاتې جمع شوې شتمنۍ په تړاو شک څرګندوي او زیاتوي، چې د هرې تجمع شوې شتمنۍ تر شا د یو جنایت حکایت پروت وي. په ډېرې کمې استثناء سره د زیاترو جرمونو تر شا د مفاد مشترکه انګیزه موجوده وي. حرص او زیاتې غوښتنې جنایت کوونکو ته انګېزه ورکوي ترڅو په غیر قانوني ډول تر لاسه شوې پیسې د هېواد مشروع مالي سیستم ته داخلې کړي. مالي مجرمین په بېلابېلو شکلونو هڅه کوي، چې د وسلو، مخدره موادو، له مالیاتو څخه د تېښتې او نورو غیر مشروع لارو څخه لاسته راغلې پیسې په داسې ډول سره مالي سیستم کې ځای پر ځای کړي، چې له یوې خوا همدغه غیر قانوني پیسې او له بلې خوا د دغو پیسو سرچینې (غیر مشروع کاروبار) د پولیسو، مالیه ګذارانو او نورو کشفي ارګانونو له خوا کشف نشي.[29:4] دا یو څرګند حقیقت دی، چې قانوني او مشروع مالي مؤسساتاو کاروبارونه د پیسو په مینځلو او درغلیو کې په یوه نه یوه بڼه ښکېل دي.د غیرقانوني لارو څخه ترلاسه کیدونکو پیسو څخه د راپیداکیدونکو خطرونو د مخنیوي په موخه او

(c) ketabton.com: The Digital Library

په دې اړه د نړیوالو اندېښنو په زیاتېدو سره په 1989 م کال کې اوو لویو صنعتي هېوادونو (G7) د مالي عمل مشترک ځواک یا Financial Action Task Force رامنځته کړ. اوس مهال د دې ځواک د غړو شمېر د 35 هېوادونو او دوه نړیوالو سازمانونو په ګډون 37 ته رسیږي. له دې ور ها خوا د نړۍ تقریباً ټول هېوادونه په خپلو قضایي سیستمونو کې د پیسو د مینځلو او مالي درغلیو پر وړاندې سخت قوانین او جریمې ځای پر ځای کوي.[47:5] د پیسو مینځلو له لارې، چې یوه نړیواله ستونزه ده، یوازې په متحده ایالاتو کې د کال تقریباً 300 میلیارده ډالر له دې پروسې څخه تېرېږي او مشروع مالي سیستم ته داخلیږي. خو تر ټولو بده یې لا دا ده، چې د هر هېواد دمالي سیستم په داخل کې یوه ډله خلک شته چې دغو تنظیم شوو جرمونو ته خدمات وړاندې کوي او زمینه ورته مساعدوي. هغه چې په دې برخه کې ډېر ښکېل دي له حقوقي وکیلانو، بانکدارانو او محاسبینو څخه عبارت دي.

(https://legal-dictionary.thefreedictionary.com/money+laundering)

موخې

د دې مقالې له لیکلو څخه موخه دا ده ترڅو په اقتصاد کې د پیسو مینځلو د ناوړه پدیدې په تړاو علمي مالومات زیات او د مسلک اړوند کسان په ځانګړي ډول د اقتصاد پوهنځي استادان او محصلین د پیسو مینځلو او له پیسو مینځلو څخه راپورته کېدونکې ستونزې وپېژني.

د کار مواد او مېتود

د دې لپاره چې د (پیسو مینځل) تر عنوان لاندې مقاله بشپړه کړم؛ نو د بېلابېلو ژبو له کتابونو، مجلو، مقالو او انټر نېټ څخه مېکار اخیتسی. د څېړنې موضوع له ټاکلو وروسته د اړتیا وړ مواد د کتابخانایي څېړنې د مېتود پر بنسټ راټول او د لارښود استاد په مشوره لیکلړ ترتیب او د کار لاندې ونیول شو.

د پیسو مینځلو مفهوم

د پیسو مینځل یوه اوږده پروسه ده، چې پر بنسټ یې له غیرقانوني لارو څخه ترلاسه شوې پیسې او مالي منابع مشروع مالي سیستم ته په داسې ډول داخلیږي، چې له یوې خوا غیرقانوني (چټلې) پیسې قانوني شکل ته واړوي (پاکې کړي) او له بلې خوا د دغو غیرقانوني پیسو د ترلاسه کولو سرچېنې هم پټې پاتې شي. د پیسومینځلو بېلابېل تعریفونه شته دي، چې ټول یې مشترک مفاهم انتقالوي. دلته د ځینو تعریفاتو یادونه کېږي. د مشروع مالي مؤسساتو او سوداګریو له لارې د

(c) ketabton.com: The Digital Library

غیرقانوني فعالیتونو څخه د ترلاسه شویو پیسو هغه جریان چې په هغه کې د پیسو اصلي سرچینه نامعلومه پاتې شي د پیسو مینځلو څخه عبارت دی.[83:5]

په عنعنوي ډول د پیسو مینځل د غیرقانوني (چټلو) پیسو له صفا کولو څخه عبارت دي، چې دغه چټلې پیسې د جنایي فعالیتونو لکه د غیرقانوني درملو او یا هم د مخدره موادو د سوداګرۍ څخه ترلاسه شوې وي او یا هم د بینرجي (Banerjee) له نظره د پیسو مینځل د فریبکارۍ له هغه عمل څخه عبارت دی، چې پر بنسټ یې مربوطه ادارې او چارواکي په دې قانع کېږي، چې د غیرقانوني لارو څخه لاسته راغلې پیسې قانوني وګڼل شي او همدارنګه د ملګرو ملتونو د تعریف پر بنسټ د پیسو مینځل له هغې پروسې څخه عبارت ده، چې له مخې یې په غیرقانوني مفادو باندې بدون له دې، چې له مجرمینو سره یې جوړجاړی وشي، پرده اچول کېږي او له نهایي عوایدو څخه یې همدغه مجرمین ګټه اخلي. له دې پرته مختلفو مالي ادارو د پیسو مینځلو مختلف تعریفونه وړاندې کړي دي، چې ټول یې همدا مشترک مفاهیم له ځان سره لېږدوي، چې هغه د غیرقانوني او چټلو پیسو اړول دي په پاکو او قانوني پیسو باندې. د پیسو مینځل د مخدره موادو قاچاق کوونکو، د تنظیم شوو جرمي ګروپونو، د مالیې څخه تېښته کوونکو او نورو دا ډول ګروپونو د غیرقانوني اهدافو (مفادو) په لاسته راوړلو او سهولت جوړولو کې اساسي رول لوبوي. دا سهولت د پیسو د مینځلو څخه لاسته راغلی حاصل د قانون د منګولو څخه ژغوري او د مجرمانو قانوني ملکیت یې ګرځوي.[14:1]

د پیسو مینځلو لنډه تاریخچه

د پیسو مینځل له هغه وخت نه راپیل شوي دي له کوم وخت نه، چې د پیسو استعمال شروع شوی دی. د پیسو مینځل تر ټولو پخوانی جرم نه دی خو په زماني لحاظ تر ټولو پخوانیو جرمونو ته نږدې جرمونو څخه ګڼل کېږي. د مشهور تاریخ لیکوونکي سټرلینګ سیګریف (Sterling Seagrave) له نظره له 2000 کاله څخه هم مخکې به شتمنو چینایي سوداګرو خپلې شتمنۍ،عایدات او مفاد د وخت له حکمرانانو څخه پټول او خپله شتمني به یې د اصلي مقدار په نسبت کمه ښودله. د نوموړي تاریخ لیکوونکي له نظره د وخت حکومتونو هم د سوداګرۍ په مختلفو شکلونو باندې بندیزونه لګولي وو ځکه حاکمان او حکومتي چارواکي په دې عقیده وو، چې سوداګر ظالم او حریص خلک وو او له خلکو سره یې په سوداګریزو راکړو ورکړو کې له چل او فریب څخه کار اخیست. همدغه وجه وه، چې د وخت حکمرانانو د سوداګرو فعالیتونه محدود کړي وو. له دې څخه علاوه د سوداګرو د عایداتو یوه لویه برخه له تور بازار، رشوت او بلاک مېل کولو څخه ترلاسه کېدله. هغه

(c) ketabton.com: The Digital Library

سوداګر، چې پټ به پاتې کېدل په دې توانيدل، چې د چارواکو له بلاک مېل او غصب څخه خپله شتمني محفوظه وساتي او د دې کار لپاره به يې د يو لړ تخنيکونو څخه استفاده کوله لکه په منقولو دارايي ګانو باندې د نغدو پيسو بدلول او يا هم نقدې پيسې به يې د حاکمانو د قدرت له قلمرو څخه خارجولې او په يوه بل سلطنت کې، چې نسبتاً کم محدوديتونه به يې لرل، سرمايګذاري کولې. د پيسو مينځلو دغه تخنيک په نوې او عصري بڼه تراوسه پورې د ډېرو پيسو مينځونکو له خوا استعماليږي.

د شفاهي رواياتو پر بنسټ د پيسو مينځلو (Money Laundering) اصطلاح په 1920s کلونو کې کله، چې متحده ايالاتو دغه عمل منع اعلان کړ رامنځته شوې ده. په هغه وخت کې د تنظيم شوو جرمونو ګروپونه په زياته اندازه د الکولو په قاچاق او غير قانوني ليږد راليږد کې ښکېل ول او له دې لارې ترلاسه شوې غيرقانوني پيسې به يې د مشروع کاروبارونو د پيسو سره يوه ځای کولې او په دې ترتيب سره به يې غيرقانوني پيسې مشروع مالي سيستم ته داخلولې. خو د روبينسن (Robinson) له نظره دغه اصطلاح د لومړي ځل لپاره په 1973 کال کې د واترګېټ رسوايي Watergate Scandal لپاره استعمال شوه، چې په نتيجه کې يې چټلې يا غيرقانوني پيسې د يو سلسله معاملاتو له لارې په کار واچول شوې او قانوني بڼه ورکړل شوه.[17:3]

دا چې په قانوني پيسو باندې د غيرقانوني پيسو بدلولو ته ولې د پيسو مينځل (Money Laundering) وايي، پيټر ليلي (Peter Lilley) يې په اړه وايي، چې د 1920s کلونو په اوږدو کې کله چې جنايي ډلو په غيرقانوني پيسو باندې د پردې اچولو او پټولو هڅه کوله، نو داسې کاروبارونه يې شروع کړل، چې د نغدو پيسو زيات حاصل يې درلود لکه د کاليو مينځلو اتومات ماشينونه، د موټرو مينځلو خدمات او داسې نور. په دې ډول به جنايي ډلو خپلې (غيرقانوني) چټلې پيسې له قانوني هغو سره يو ځای کولې. که څه هم مينځل (Laundering) د لغوي معنی په لحاظ د کاليو د مينځلو معنی افاده کوي خو دغه اصطلاح په اقتصاد او مالي او بانکي چارو کې د پيسو مينځلو لپاره استعماليږي. سره د دې، چې اوس پيسې په هغه پخواني شکل سره نه مينځل کيږي (د کاليو مينځلو او موټرو مينځلو کاروبارونه) خو هغه تخنيکونه، چې پخوا د پيسو مينځلو لپاره استعماليدل نن ورځ هم د ډېرو ورته او مشابه تخنيکونو څخه استفاده کيږي لکه د پاکو پيسو سره د چټلو(غيرقانوني) پيسو يو ځای کول او هغه د قانوني کاروبار څخه د لاسته راغلو پيسو په ډول مالي سيستم ته داخلول. [21:4]

۱۳۹۶ ل، دويمه ربع، پرلپسې ۹ ۱مه ګڼه، درې مياشتنۍ خپرونه

(c) ketabton.com: The Digital Library

دپیسو مینځلو پړاوونه

په عمومي ډول د غیرقانوني کاروبارونو څخه ترلاسه شوې پیسې د لاندې دریو پړاوونو څخه تېرېږي تر څو قانوني مالي سیستم ته داخلې شي او قانوني بڼه ځانته غوره کړي.

ځای پر ځای کول Placement

په دې پړاؤ کې هدف دا وي، چې د جنایي فعالیتونو څخه ترلاسه شوي حاصلات، چې معمولاً د پیسو په شکل وي، د هېواد په دننه او بهر کې په یوه بانکي حساب کې امانت کېښودل شي. د دې هدف لپاره لومړی پیسې په تجارتي اموالو، الماسو، د سرو زرو ښتو، چیک او یا هم د نورو ارزښتناکو اموالو شکل ته اړول کېږي. بله لاره یې دا کېدای شي، چې غیرقانوني (تورې) پیسې لومړی په لویو یا کوچنیو تناسبونو سره په بهرنیو اسعارو باندېبدلې شي تر څو د نقدو پیسو د انتقالوونکو له خوا د انتقال په موخه په اسانۍ سره ومنل شي. له دې وروسته دغه نقدې پیسې یا قیمتي اموال (تجارتي اموال، الماس،...) د هغه هېواد څخه چیرته، چې د جرم ارتکاب شوی وي، یوه بل هېواد ته انتقالیږي چېرته، چې پیسې په اسانۍ سره په بانکونو کې امانت ایښودل کیدلی او سرمایه ګذاري کیدلی شي. د دغو ټولو فعالیتونو د ترسره کولو لپاره جنایت کوونکي زیاتره وخت له دریم ګړو اشخاصو او مؤسساتو لکه وکیلانو، بانکونو، د پانګې اچونې مؤسساتو او نورو څخه استفاده کوي.

پوښ کولLayering

په دې پړاؤ کې هدف دا وي، چې د غیر قانوني لارو څخه ترلاسه شویو عوایدو اصلي سرچینه پټه وساتل شي. د دې هدف لپار پیسې تکراراً د بانکي حسابونو، هېوادونو او افرادو تر منځ وېشل او لېږل رالېږل کیږي. همدارنګه پیسې په دفعه یي ډول له بانکي حسابونو څخه ایستل کیږي او په نورو بانکي حسابونو کې اېښودل کېږي. معمولاً د دې کار لپاره په هغو هېوادونو کې د بانکونو څخه استفاده کیږي، چې د بانکي معلوماتو د محرمیت جدي قوانین لري.

یوځای کول یا پیوست کول Integration

په دې پړاؤ کې هدف دا وي، چې د غیر قانوني لارو څخه ترلاسه شووعوایدو لپاره یوه ظاهراً مشروع سرچینه جوړه شي. د دې هدف لپاره جعلي معاملات، رسیدونه، د محاسبې کتابونه، قراردادونه، او بېلونه جوړېږي. پر دې سربېره جعلي اسناد، مالي صورت حسابونه، کلني راپورونه، او نور بېلابېل اړین اسناد په جعلي ډول چمتو کېږي. له دې ټولو کارونو وروسته غیرقانوني

(c) ketabton.com: The Digital Library

(تورې) پیسې، چې اوس سپیني او مینځل شوې وي د ژوند د اړتیاوو د پوره کولو، پانګې اچونې، قرض ورکولو او نورو لارو باندې مصرف کیدلای شي.[6:73-76]

د پیسو مینځلو اقتصادي اغیزې

هغه اغیزې چې د پیسو مینځلو پر بنسټ د یوه هېواد په اقتصاد باندې واردیږي په لاندې دریو برخو کې خلاصه کیږي.

الف: اقتصادي اغیزې

کله چې د مالیې او ګمرکي محصولاتو څخه تیښته کوونکي په قاچاقي ډول تجارتي توکي د هېواد څخه صادروي او یا یې داخل ته واردوي، دا په دې دلالت کوي، چې د عامه خدماتو او اجناسو وړاندې کوونکې ادارې د عوایدو یوه لویه برخه له لاسه ورکوي او ګټه یې یوازې او یوازې څو مشخصو جنایت کوونکو ته رسیږي. له بلې خوا څرنګه، چې د غیرمشروع لارو څخه ترلاسه کېدونکې عواید د پیسو مینځلو په جریان کې په پټ ډول پرته له دې، چې په مؤثر ډول اقتصادي جریان ته داخلې شي د مغلقو مالي معاملاتو څخه تیریږي او له یوه ځای څخه بل ځای ته لیږدول کیږي. دغه ټول فعالیتونه د یوه هېواد په مالي سیستم باندې د پانګه اچوونکو او پس انداز کوونکو د اعتماد په کمولو سره ټول مالي سیستم کمزوری او بې ثباته کولی شي. پر دې سربېرهد یوه هېواد څخه بهر ته د سرمایې غیر منظم او غیرمتوقعه جریان د سود نرخ لوړوي او د خارجي اسعارو په نرخونو کې بې ثباتي رامنځته کوي.

ب : قانوني اغیزې

د پیسو مینځل د ناوړه اقتصادي اغیزو برسېره یو لړ قانوني او جنایي ستونزې هم راپیدا کوي. له یوه طرفه یوه لویه اندازه پیسې له غیرمشروع لارو لکه د وسلو قاچاق، د مخدره موادو سوداګرې، د فحاشي په موخه د انسانانو قاچاق، او نورو ناوړه فعالیتونو څخه ترلاسه کیږي او د ټولنې نظم ته جدي خطرات متوجه کوي له بلې خوا د قانون ماتونې او جنایي جرمونو موارد زیاتیږي. له دې څخه علاوه ځینې هېوادونه د پانګې د جلبولو په موخه د پیسو مینځلو پر وړاندې نرم قوانین او سیاستونه لري، چې دا په هغو هېوادونو منفي اغیز کوي له کومو، چې د پیسو مینځلو په جریان کې پیسې بهر ته استول کیږي.

ج: ټولنیزې اغیزې

جنایت کوونکي له غیرمشروع فعالیتونو څخه ترلاسه شوې پیسې د دې لپاره مینځي چې هغه په جریان کې واچوي او غیرمشروع کاروبارونو ته وده ورکړي. د پیسو مینځلو په ټولنیزو اغیزو کې د

(c) ketabton.com: The Digital Library

مخدره موادو د اعتیاد زیاتیدل، د بډو او رشوت مروج کېدل، ټولنیز نظم کمزوری کیدل او تر ټولو بده یې دا، چې جنایت کاران اقتصادي قدرت ترلاسه کوي او ټولنې حاکمان جوړیږي.[23:2]

د پیسو مینځل او نړیوال کیدل

د مالي معلوماتو، ټیکنالوژۍ او مواصلاتو په برخه کې چټک پرمختګونه د دې باعث شوي دي، چې پیسې د نړۍ هرې برخې ته په اسانۍ او چټکتیا سره ولیږل شي، چې دا کار د بل هر وخت په پرتله د پیسو مینځلو په وړاندې د مبارزې دنده لا اړینه او مهمه کوي. څومره چې په عمق سره چټلې یا تورې پیسې نړیوال بانکي سیستم ته داخلیږي په هماغه اندازه یې د سرچینې تشخیص ستونزمن کیږي.هغه اندازه پیسې، چې په نړیواله کچه هر کال مینځل کیږي، په تخمیني ډول د ټولې نړۍ د داخلي ناخالص تولید (GDP) له 2% څخه تر 5% تشکیلوي. یا په بل عبارت په کلني ډول په ټوله نړۍ کې په تخمیني ډول سره د 800 ملیارد امریکایي ډالرو څخه تر دوه ټریلیون امریکایي ډالرو پورې پیسې مینځل کیږي. سره د دې، چې د دغو تخمیني اعدادو تر منځ فاصله ډیره لویه ده او یوه دقیقه محاسبه نه راکوي، خو که چېرې هغه کمترین تخمین یې 2%(یا 800 ملیارده ډالر) هم فرض کړل شي نو بیا هم د ستونزې د جدیت اټکل کیدلی شي. په نړیوال مالي سیستم کې د ورستیو لسیزو پرمختیاوو د غیرقانوني او جنایي فعالیتونو څخه د ترلاسه شوو عوایدو پیداکول، کنګل کول او جریمه کول لا ډېر ستونزمن کړي دي. همدارنګه د ټیکنالوژۍ پرمختګ په نړیوال مالي سیستم کې د الیکترونیکي پیسو انتقال (د کمپیوټر په سکرین باندې یوازې د سمبولونو تغیر) ډیر اسانه کړی او د پیسو مینځلو پر وړاندې مبارزه یې لا ستونزمنه کړې ده.[13:8]

د پیسو مینځلو په وړاندې د مبارزې اړتیا

لکه څرنګه، چې یادونه وشوه په نړۍ کې یوه لویه اندازه غیرقانوني یا تورې پیسې په قانوني هغو اړول کیږي، چې دا کار د مالي او حقوقي مؤسساتو، سوداګریزو مرکزونو، بانکونو او نورو دریم ګړو اشخاصو له مرستې او ښکېلتیا پرته ناشونی دی. د پیسو مینځل نړیوال اقتصاد، نړیوال مالي سیستم او د مالي او حقوقي مؤسساتو او بانکونو بشپړتیا او اعتبار ته یو جدي ګواښ بلل کیږي. د دې لپاره، چې دغو ګواښونو ته حتی الامکانه ځواب ویلی شوی وي په 1989 کال کې د اوو سترو صنعتي هېوادونو له خوا د پیسو مینځلو پروړاندې د مبارزې په منظور د مالي عمل مشترک ځواک رامنځته شو، چې تر اوسه یې د غړو هېوادونو او سازمانونو شمېر 37 ته رسیدلی دی. له دې ور ها خوا د نړۍ زیاترو هېوادونو د پیسو مینځلو پر وړاندې ځیني قوانین او مقررات جوړ او تطبیق کړي دي. په ټوله کې د پیسو مینځلو پر وړاندې د مبارزې څخه د لاندې موخو لپاره استفاده کیږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

الف: ټولنیز اهمیت

د پیسو مینځلو پر وړاندې مبارزه له یوې خوا په ټولنه کې د جرمونو د مخنیوي او د جرمونو د کچې د راټیټوالي باعث ګرځي او له بلې خوا له دې لارې هڅه کیږي، چې د هغو مؤسساتو او افرادو عامه اعتبار بیرته ځای پر ځای شي، چې د پیسو مینځلو څخه یې اعتبار ته صدمه رسیدلې وي.

ب: د مالیاتي جرمونو تشخیص

غیرمعمولي معاملات کېدای شي د مالیاتي جرمونو (لکه له مالیاتو تېښته) نښه وي او د دا ډول جرمونو تشخیص د ښکېلو خواوو د تشخیص او نیول کېدو باعث کیږي.

ج: د جنایي ګروپونو د دارایي ګانو قبضه کول

د پیسو مینځلو پر وړاندې د مبارزې په پلټنو کې، چې ځومره ښکېې شتمنی او دارایي ګانې د چارواکو او پلټونکو لاس ته ورځي د پیسو مینځونکو څخه ضبط کیږي، چې په دې کې هغه شتمني لکه بانکونه، د حقوقي مؤسساتو دفترونه، کشتی، نغدې پیسې او نور شامیلدای شي.[63:6]

پایله

د پورته موضوعاتو لنډیز په دې ډول ارایه کولای شو، چې پیسې مینځل یوه داسې پروسه ده، چې په هغې کې له غیرمشروع کاروبارونو څخه ترلاسه شوې پیسې د مختلفو تخنیکونو او مېتودونو څخه په استفادې په قانوني یا سپینو پیسو اړول کیږي. په تاریخي لحاظ د پیسو مینځلو مفهوم تر 2000 کاله پخوا زماني ته رسیږي خو هغه، چې په نننۍ بڼه د پیسو د مینځلو لپاره کومه اصطلاح (Money Laundering) استعمال او رواج شوې ده تاریخ یې د شلمې پیړۍ دریمې لسیزې (1920s) ته رسیږي. د پیسو مینځل درې مختلف پړاوونه لري، چې هر یو یې عبارت دي له: ځای پر ځای کول، پوښ کول او یو ځای کول. په لومړۍ مرحله کې پیسې مالي سیستم ته داخلیږي، په دویمه مرحله کې د پیسو د اصلي سرچینې د افشاء د مخنیوي هڅې کیږي او په دریمه مرحله کې د غیر قانوني یا تورو پیسو لپاره یوه جعلي مشروع سرچینه جوړیږي او پیسې د عملي ژوند د اړتیا لپاره په مصرف رسیږي. د ملګرو ملتونو د مخدره موادو او جنایي جرمونو په وړاندې د مبارزې ادارې د ارقامو پر بنسټ هر کال په نړیواله کچه له 800 میلیارد ډالرو څخه تر دوه تریلیون ډالرو پورې پیسې مینځل کیږي، چې په دې برخه کې ټیکنالوژي او مالي سیستم د پرمختګ د رول څخه سترګې نه شي پټیدلی. او بالاخره د پیسو مینځلو څخه د رازپرېډلو ستونزو د مخنیوي او په نړیوال مالي نظام، د هېوادونو د ټولنیزو نظامونو د نظم او مالي او جنایي جرمونو د کچې د راکمولو په منظور د پیسو مینځلو پر وړاندې نړیوالې، سیمه ایزې او د هېوادونو په کچه منډې ترې زیاتې شوې

د شیخ زاید پوهنتون پوهنیزه مجله، درې میاشتنۍ خپرونه ۱امه ګڼه، پرلپسې ۹ ګڼه، دویمه ربع، ۱۳۹۶ ل

(c) ketabton.com: The Digital Library

دي، چې له دې جملې څخه د مشترک عمل مالي ځواک، د پيسو مينځلو پر وړاندې د اسيا او پيسيپيک هېوادونو ټولنه اود اروپايي – اسيايي هېوادونو ګروپ يادونه کولای شو.

وړانديزونه

- د دې له پاره چې په افغانستان کې د غير مشروع کاروبارونو څخه تر لاسه کېدونکي پيسو مخنيوی شوی وي؛ نو:
- افغان دولت بايد د پيسو مينځلو قانون د تطبيق له پاره اړين امکانات برابر کړي.
- په هېواد کې ټولې شته مالي ادارې (سوداګريز بانکونه، د بيمې کمپنۍ، د پانګې اچونې شرکتونه او داسې نور) بايد د خپلو مشتريانو د ترلاسه کېدونکو عوايدو د منابعو اړوند اسناد ولري.
- افغان دولت بايد د دولتي او خصوصي سکتور د عوايدو د منابعو د تصديق اداره رامنځ ته کړي.
- افغان دولت بايد د جرمي اقتصاد د مرکتبينو له پاره سختې سزاګاني وټاکي.

Abstract

This research article discusses money laundering and the methods through which money launderers, gamblers, criminals and others disguise their illegally earned gains and put them into the legal financial system. The findings of the research show that illegally gained funds are laundered and put into the legal financial system using various techniques and methods. The findings also show that globally 800 billion to two trillion dollar are laundered every year. This article is written on the basis of secondary data from various sources.

References

1. Banerjee, R. (2017). *What is Money Laundering*. Retrieved from Money Laundering in the EU: http://people.exeter.ac.uk/watupman/undergrad/ron/index.htm

(c) ketabton.com: The Digital Library

2. Capgemini. (2011). *The Growing Threat of Money Laundering.* Capgemini Financial Services.
3. Law Teacher. (2013,). *The Early History of Money Laundering*. Retrieved from Law Teacher: https://www.lawteacher.net/free-law-essays/commercial-law/the-early-history-of-money-laundering-commercial-law-essay.php
4. Lilley, P. (2006). *Dirty Dealing.* London: Kogan Page.
5. Nimmo, M. (2007). *Fraud and Money Laundering.* London: The Chartered Institute of Managment Accountants.
6. OECD. (2009). *Money Laundering Awareness Handbook for Tax Examiners and Tax Auditors.* Paris: Organization for Economic Cooperation and Development.
7. The Free Dictionary. (2017). *Money Laundering*. Retrieved from The Free Dictionary: https://legal-dictionary.thefreedictionary.com/money+laundering
8. UNODC. (2017). *Money Laundering and Globalization*. Retrieved from United Nations Office on Drugs and Crime: https://www.unodc.org/unodc/en/money-laundering/globalization.html

(c) ketabton.com: The Digital Library

پوهنیار محمد عثمان عادل
پوهنتون هرات
پوهنځی اقتصاد
د اړیکي شمیره: 0799499835
بریښنالیک: osman_1360@yahoo.com

تاثیر فرهنگ تکلف گرایی بر رفتار اقتصادی افغانها

چکیده

این نوشتار در پی آن است که تاثیر فرهنگ تظاهر و خودنمایی را بر رفتار اقتصادی افغانها مورد بررسی قرار دهد. نوع فرهنگ حاکم در یک کشور، از جمله مهمترین عوامل تاثیرگذار بر الگوه مصرفی خانواده ها به حساب می آید. در کشوری که پدیده خودنمایی و تکلف گرایی به یک فرهنگ تبدیل شود، اولویت های مصرفی از بین می رود و افراد بر خلاف مقتضای وضعیت اقتصادی و مالی خویش به خریداری های نامعقول اقدام می ورزند و این مشکل آن قدر ساری است که مربوط به گروه خاصی از جامعه نشده بلکه اقشار مختلف جامعه در دام آن گیر می مانند.

مقدمه

فرهنگ از برجسته ترین عواملی است که در درازنای تاریخ بشر به رفتار اقتصادی انسانها رنگ و رخ داده است. پیدایش و پرورش فرهنگهای گوناگون در جوامع مختلف با قافلهٔ پیشرفتهای تمدنی همرکاب بوده است. در این میان، برخی از فرهنگها بر رفتار اقتصادی افراد تاثیرات سودمند و سازنده داشته و برخی دیگر، پیامدهای زیانمند و ویران کننده یی را از خود بجای گذاشته است. این نوشتار بر آن است تا فرهنگ تکلف گرایی را مورد بررسی قرار دهد و با مثال های واقعی و زنده روشن سازد که این فرهنگ زیانبار چگونه رفتار افغانها را در ساحه امور اقتصادی، غیراقتصادی و نامعقول ساخته است.

نخست از همه ایجاب می نماید تا به تعریف کوتاهی از واژه های فرهنگ، تکلف و رفتار عقلانی اقتصادی اشاره یی رود. فرهنگ بطور کل عبارت از مجموعه آداب، رسوم، عقاید، ارزشها و باورهای مشترک یک جامعه است. از دیدگاه کاتلر، فرهنگ عبارت است از مجموعه ارزش ها، مفاهیم، خواسته ها و رفتار های که در راستای ارتباط فرد با جامعه و گروهی از افراد مطرح می باشد. [1] مفهوم فرهنگ برای نخستین بار توسط سرادوارد بارنت، مردم شناس انگلیسی در سال 1871 بکار رفت.[2] ادوارد تایلور، فرهنگ را مجموعه ی پیچیده ای از دانش ها، باورها، قوانین،

(c) ketabton.com: The Digital Library

اخلاقیات و عاداتی می داند که افراد از جامعه خویش فرا می گیرند. [3] واژۀ تکلف به معنای کار را بر خود مشکل ساختن و به زحمت انجام دادن است؛ چنانکه فرهنگ عمید آن را تظاهر کردن معنا می کند [4] و فرهنگ فارسی معین متکلف را کسی می گوید که کار را به زحمت و رنج انجام دهد؛ آنسان که بر طبع گران آید. و رفتار عقلانی اقتصادی یعنی اینکه افراد امکانات و بودجه دست داشتۀ خویش را جهت تامین نیازهای خویش طوری تخصیص داده و به مصرف برسانند که سطح مطلوبیت شان به حداکثر برسد. اکنون مسئلۀ اصلی که در این نوشتار به بحث کشیده می شود، این است که فرهنگ تکلف گرایی یا خودنمایی، الگوه مصرفی افغانها را غیراقتصادی و زیانبار ساخته و سبب شده تا رفتار شان بر خلاف عقلانیت اقتصادی شکل گیرد. اینک پیش از آنکه به فرهنگ تکلف گرایی بپردازیم، ابتدا رابطۀ فرهنگ را با رفتار اقتصادی روشن می سازیم و سپس پدیدۀ تکلف گرایی عقلانیت گریز را به بررسی می گیریم.

هدف

هدف اصلی این مقاله تبیین رابطه بین فرهنگ و رفتار اقتصادی و روشن ساختن اثرات منفی و زیانبار فرهنگ تکلف گرایی بر الگوه مصرفی افراد و خانواده های می باشد. این مقاله بر آن است تا با شواهد تاریخی از کشورهای جهان و مثال های زنده از افغانستان تحلیل نمایید که تکلف گرایی و خودنمایی چگونه اقدامات افراد و خانوادها را غیراقتصادی و نامعقول ساخته است.

میتود و مواد کار

این مقاله بر مبنای روش تحقیق کتابخانه ای نگارش یافته است. علاوه بر آن، در تحلیل موضوعات عمدۀ این نوشتار، از یافته های تحقیقات میدانی انجام شده دیگران در این زمینه، استفاده شده است. هرچند حوزه مکانی این نوشتار افغانستان است اما ساحه و نمونه مورد نظر در تحلیل داده ها، بیشتر شهر هرات می باشد.

فرهنگ، منحیث مهمترین عامل تاثیرگذار بر رفتار اقتصادی

رفتار اقتصادی افراد وابسته به یک سلسله عوامل مختلف از قبیل سطح درآمد، نوع فرهنگ و میزان دانش و آگاهی شان می باشد.رفتار اقتصادی مصرف کنندگان همواره الهام گیر و تاثیرپذیر از عامل فرهنگ بوده و نوع فرهنگ حاکم در جامعه بر نوع رفتار مصرفی افراد همیشه نقش بارز و پررنگی بازی نموده است.

رفتار مصرف کننده به شکل قابل توجهی به عوامل فرهنگی وابسته است. ارزشهای فرهنگی بر رفتار مصرف کننده مستقیماً تاثیرمی گذارند و این اثرگذاری نظر به فرهنگهای مختلف بین کشورها،

(c) ketabton.com: The Digital Library

متفاوت است، اما این پدیده زمانی به شدت پیچیده می شود که مردم به کشورهای خارجی که فرهنگهای متفاوت دارند، مهاجر می شوند.[5] شواهد تجربی اقتصادی ثابت و روشن می سازند که فرهنگ به گونه ی چشمگیری بر رفتار اقتصادی افراد اثرگذار است، چون تمام یافته های تجربی در این زمینه این بینش را تایید و تقویت می کنند که بسا از تفاوتهای رفتار اقتصادی افراد ریشه در فرهنگ های متفاوت شان دارد.[6] این پرسش که آیا می توان فرهنگ، عقاید و سنت ها را به عنوان مهمترین معیار اثرگذار بر مصرف کننده در خرید کالاها و خدمات قلمداد نمود، یکی از سوالات عمده یی بود که در یک تحقیق میدانی توسط سه تن از پژوهشگران پوهنتون Adiyaman در سال 2011 مورد آزمایش قرار گرفت. نتیجه این تحقیق نشان داد که از جملۀ 1289 نفر که بطور اتفاقی انتخاب شدند، 1108 نفر (82%) آنها بدین پرسش پاسخ مثبت دادند و اظهار داشتند که فرهنگ و سنت مهمترین عامل اثرگذار بر رفتار خرید مصرف کننده می باشد.[7] در کل، تعیین کننده هویت افراد یک جامعه، فرهنگ شان می باشد و فرهنگ یک جامعه به مثابه پیشینه و غنای فرهنگی آن جامعه به حساب می آید. [8]

اگر به وضعیت اقتصادی و اجتماعی برخی از کشورها یک نگاه گذرا بیندازیم این نکته روشن می شود که ویژگیهای اقتصادی مردم هر کشور رابطۀ مستقیم با ویژگیهای فرهنگی شان دارد. به عنوان مثال مردم برخی از کشورهای آسیای جنوب شرقی مانند ژاپن، کره جنوبی، مالزی و چین به لحاظ ویژگیهای فرهنگی بسیار صرفه جو هستند و به مسئله پس انداز توجه قابل ملاحظه مبذول می دارند در حالیکه کشورهای دیگر این منطقه چنان نیستند. مسئله دیگر اینکه در اکثر کشورهای جهان بیشترین وسایل و مواد آرایشی توسط زنان به مصرف می رسد اما در فرانسه نظر به تفاوت فرهنگ مردم آن کشور، مردان بیشتر از زنان به خرید و مصرف مواد آرایشی مبادرت می ورزند.[9] بنابراین، الگوی مصرفی هر کشور از فرهنگ حاکم در آن، رنگ و بو می گیرد و به وضعیت و ساختار اقتصادی آن رنگ و رخ می دهد.

بر پایۀ نکات پیشگفته، به ثبوت و وضاحت این نکته می رسیم که فرهنگ به عنوان یکی از عوامل مهم اثرگذار بر رفتار اقتصادی افراد – بویژه رفتار مصرفی شان- شناخته می شود. و درخور توجه است که فرهنگهای درست و پیشرفته، پیامدهای سودمند و خوشایندی را در اقتصاد هر کشور به ارمغان می آورند اما فرهنگهای نادرست و عقب مانده نتایج و پیامدهای زیانمند و ناخوشایندی را به دنبال خواهند داشت.

خپرونه میاشتنۍ دري کڼه، ۱ امه ۹ پرلپسې ربع دویمه ل ۱۳۹۶

(c) ketabton.com: The Digital Library

اکنون در روشنایی این پس زمینه، فرهنگ تکلف گرایی افغانها را – که یک فرهنگ نادرست است- به بررسی می گیریم و با مثال های زنده و واقعی، روشن می سازیم که فرهنگ تکلف گرایی چگونه رفتار اقتصادی شان را نامعقول و زیانبار ساخته است.

تکلف گرایی عقلانیت گریز

از چند دهه بدین سو، همزمان با پیشرفت های تمدنی و افزایش سطح رفاه و فزونی امکانات و تسهیلات زندگی، تکلف گرایی افغانها بویژه در ساحه مصرفی رشد بی رویه و فزاینده یافته است. مفهوم تکلف در ابتدای این نوشتار روشن شد و آن به معنای تظاهر کردن، کار را بر خود سخت گرفتن و بر خلاف طبع، خود را به مشقت انداختن بود.

افغانها غالباً رفتار تکلف آمیز دارند. نگاهی هرچند گذرا به وضعیت مصرفی آنان، روشن می سازد که در اکثر موارد گرفتار زیاده روی (افراط) یا کم روی (تفریط) هستند و در امر خرید کالاها یا خدمات آنچنان تحت تاثیر فرهنگ نادرست تکلف گرایی قرارگرفته اند که اقدام مصرفی شان غیراقتصادی و نامعقول شده است. به عنوان مثال به یک نمونه ساده برمی گردیم؛ رفتار مصرفی افغانها در قسمت خرید میوه جات چگونه است؟ آیا مطابق به اقتضای نیاز جسمی و بودجه موجود خویش اقدام به خرید میوه جات می کنند؟ نخیر، غالباً دیده می شود کسانی که بودجه کافی برای خرید میوه جات به پیمانه زیاد نداشته باشند از خرید مقدار میوۀ کم صرف نظر می کنند، یعنی یا اصلاً میوه خریداری نمی کنند (تفریط) و یا میوه زیاد بیش از نیاز خریداری نموده (افراط) و خویشتن را از نیازهای دیگر محروم می سازند. زیرا این، عیب و کسر شان پنداشته می شود که اگر کسی – و لوکه اعضای فامیلش سه نفر هم باشند- داخل مغازه شود و با خرید چهار دانه سیب یا کیله از مغازه خارج شود. در حالی که درکشورهای پیشرفته (مثلاً آلمان) زیاد دیده می شود که یک نفر – که سطح درآمدش بیشتر از مجموع درآمد ده نفر در افغانستان است- وارد مغازه شده و مطابق به نیازی که دارد مثلاً چهار دانه سیب یا کیله خریداری کرده آنها را در دست گرفته و بدون آنکه کدام احساس شرمندگی و کسر شأن داشته باشد از مغازه خارج می شود. این بدان جهت است که مردم این کشورها آنگونه که هستند و می اندیشند، زندگی می کنند و از تظاهر و خودنمایی و تکلف گرایی پاک اند. اما سوگمندانه باید گفت که اکثر افراد بیسواد و باسواد کشور ما در دام همچو خودنمایی ها و تکلف گرایی ها، همچنان گیر مانده اند.

آنانی که در دام خودنمایی و تکلف گرایی گیر می مانند، بودجه شان جهت تامین نیازهای شان بشکل اقتصادی و معقول تخصیص و توزیع نمی گردد و در نتیجه، رفتار شان غیراقتصادی و عقلانیت گریز می شود. هم اکنون در افغانستان کم نیستند آنانی که بودجه کافی برای خرید یک موتر گران

(c) ketabton.com: The Digital Library

قیمت و لوکس ندارند. اما چون فرهنگ تکلف گرایی و خودنمایی بر آنان چیره گشته، به خود اجازه نمی دهند که به خرید موتر ارزان قیمت، موترسایکل یا بایسکل اکتفا کنند و از طرفی چون استفاده از وسایط ترانسپورت عمومی مثل ملی بس یا وسایط کم قیمت (مثل زرنج) را هم برای خود نوعی کسر شأن می پندارند، لذا یا ترانسپورت گرانقیمت را –که خلاف اقتضای بودجه شان است- بر می گزینند یا به پیاده روی و از دست دادن وقت که ارزش آن با هیچ منبع دیگری قابل مقایسه نیست، روی می آورند. بسیار عجیب است که امروزه استفاده از برخی وسایط ارزان قیمت مانند بایسکل در جامعه ما عیب و کسر شأن پنداشته میشود؛ به گونه یی که اگر مردم کسی را ببینند که وضعیت اقتصادی اش خوب است ولی از بایسکل استفاده می کند میگویند این فلانی خسیس است یا ورشکست شده است. این در حالی است که در کشورهای پیشرفته (مثل آلمان) برخی اوقات دیده می شود که پروفیسور پوهنتون – که از مقام و مرتبۀ والایی علمی و مالی برخوردار است- از وسایط ترانسپورت عمومی مثل قطار و ملی بس استفاده می کند و یا گاهی هم با بایسکل خویش داخل پوهنتون می شود.

الگوی مصرف در هر کشور باید متناسب با سطح درآمد مردم آن کشور باشد. اما متاسفانه چیره گی پدیدۀ خودنمایی و تکلف گرایی از مهمترین و بنیادی ترین عواملی است که این الگو را در افغانستان نامتعادل و غیراقتصادی ساخته است. آیا برگزاری محافل شادی مانند مجالس عروسی و جشن فراغت، و مراسم عزاداری، در این سرزمین مطابق به سطح درآمد و وضعیت مالی مردم است؟ نخیر، غالباً دیده میشود که دو زوج جوان بخاطر تحمل مصارف کمرشکن مراسم ازدواج، صدها اولویت مصرفی خویش را از دست داده و تا چند سال بعد از عروسی، زیر قرض می مانند. و به همین ترتیب مراسم عزاداری، جشن های فراغت و مهمانی ها نیز بر خلاف اقتضای عقلانیت اقتصادی برگزار می گردد. براستی مهمانی ها به جای آنکه به منظور گسترش پیوند دوستی و استحکام و افزایش شادی ها و صمیمیت ها باشد، بیشتر معطوف به مصلحت ها و چشم و همچشمی ها شده است و نسبت به گذشته آنچنان تشریفاتی، تکلفاتی و پرهزینه شده که تکرارش برای اکثر افراد آسان و خالی از مشکل نیست و در نتیجه سبب شده که وابستگان و دوستان همدیگر را کمتر دید و بازدید نمایند.

آنچه بیشتر مایۀ تاسف و تاثر است این است که اکثریت قشر باسواد و دانشگاهی جامعه نیز در دام این فرهنگ نادرست خودنمایی و تکلف گرایی گیرمانده اند و چون این پدیده به یک فرهنگ تبدیل شده، شاید نمی خواهند که برای رهایی از این دام، هنجارشکنی کرده و ریسک آن را به جان خویش بخرند. براستی چون این پدیده تقریباً به یک هنجار تبدیل شده است، حتی طبقه روشنفکر جامعه و

خېړونه میاشتنۍ دری کڼه، ۹ امه ګڼه، پرلیسې ربع، دویمه ل، ۱۳۹۶ ل

(c) ketabton.com: The Digital Library

عالمان دین هم دیده میشوند که خویشتن را به اجرای همچو مراسم پرهزینه و تکلفاتی ملتزم میدانند و با این حال، شاید خیلی عجیب نباشد که فارغ التحصیلان پوهنتون هم بدین مراسم تکلفاتی و غیراقتصادی خود را پایبند بدانند و مصارف محفل فراغت (100 نفر فارغ التحصیل) رشته اقتصاد که فقط محدود به یک وعدۀ غذایی است، از سرحد یک میلیون افغانی هم تجاوز نماید.

براستی علت عمده یی که در پس این رفتارهای غیراقتصادی و نامعقول وجود دارد، چیز دیگری جز فرهنگ تظاهر و تکلف گرایی بوده نمی تواند. همین تکلف گرایی است که الگوه مصرفی ما را معیوب و غیراقتصادی ساخته و سبب شده تا با زیاده روی ها یا کمروی های خود، تعادل مصرفی خویش را از دست دهیم و به اولویت های مصرفی و سرمایه وی خود بی توجهی کنیم و در نتیجه نتوانیم با بودجۀ موجود به نتیجه مطلوب دست یازیم (عقلانیت اقتصادی). اگر از آنانی که به حکم فرهنگ تکلف گرایی گردن می نهند، پرسیده شود چرا با وجود پیامدهای منفی و اثرات زیانبار این فرهنگ، بازهم بدان پایبند می مانید، پاسخ قناعت بخشی نخواهیم شنید مگر اینکه با توجیه های بی پایۀ خود از عقلانیت اقتصادی گریز زنند. رویهمرفته اما دیده می شود اکثر کسانی که به اقتضای فرهنگ تکلف گرایی مرتکب همچو رفتارهای غیراقتصادی می شوند، از کار خود در باطن، ناراض و پشیمان اند و از ننگ زمانه است که برخلاف طبع و میل باطنی خویش، خویشتن را به سختی و مشقت می اندازند.

نمونه های یادشده از مصداق های خودنمایی و تکلف گرایی بیشتر ناظر بر شهروندان شهر هرات است و وضعیت شهرهای دیگر افغانستان هم کم و بیش با این وضعیت همخوانی و همرنگی دارد. بهرحال نکته مهم این است که نباید نسبت به فرهنگ جامعه بی تفاوت باشیم. همین فرهنگ تظاهرگرایی و تکلف گرایی 10 سال پیش هم در جامعه ما بود اما به اندازۀ که امروزه فربه شده و شاخ و برگ گرفته، نبود. یعنی اگر ما فقط تماشاگر پیدایش و پرورش فرهنگ های متفاوت در سرزمین خویش باشیم و نقش تاثیرگذار و هدایتگر بر آنها نداشته باشیم، شاید وضعیت ما را در آینده خیلی خرابتر از حال سازد، چنانکه جامعه شناس و روانشناس امریکایی، "ادگار شاین" می گوید: اگر شما فرهنگ را هدایت نکنید، فرهنگ شما را هدایت می کند و ممکن است حتی متوجه نشوید که چه بلایی سرتان آمده است.[10]

نتیجه

از آنچه بحث شد بدین نتیجه می رسیم که پدیدۀ تکلف گرایی یا خودنمایی رفتار مصرفی افغانها را غیراقتصادی و عقلانیت گریز ساخته است و با فربه شدن و شاخ و برگ گرفتن هرچه بیشتر این فرهنگ نادرست، روز تا روز الگوه مصرفی خراب شده می رود. و تنها رشد تعلیمات مکتبی و

(c) ketabton.com: The Digital Library

افزایش سطح دانش اکادمیک هم نمی تواند افغانانها را از چنبرۀ این فرهنگ غلط –که روز به روز دامن می گستراند- برهاند. بنابراین ایجاب می نماید که این پدیده به عنوان یک مشکل فرهنگی، اقتصادی و اجتماعی در نظرگرفته شود و مسئولین و آگاهان امور نسبت به آن دغدغه های جدی پیدا نمایند و با برنامه ریزی های منظم و استراتیژیک در جهت حل آن آستین همت برزنند. و از آنجایی که تغیرات فرهنگی کار ساده و زودرس نیست، باید بالای افکار عمومی جامعه در این زمینه با برنامه های موثر و منظم از طریق رسانه های دیداری و شنیداری کار شود. طبقه تحصیلکرده، روشنفکر و عالمان دین در این زمینه میتوانند نقش بس سازنده و سودمندی را بازی نمایند، و کارشناسان اقتصادی نیز با سنجش مصارف و زیانهای ریز و درشت این فرهنگ و نشان دادن قربانی شدن صدها اولویت و آلترناتیف مصرفی میتوانند کمک شایانی را در این راستا انجام دهند. کشورهای که به بالندگی و شکوفایی اقتصادی دست یافته اند خود را از همچو فرهنگهای زیانبار پاک نموده اند؛ آنسان که اگر گاهی با کدام رفتار تکلف گرا و تعارف آمیز مواجه شوند آن را عیب پنداشته و شگفت زده می شوند. لذا به منظور بهبود الگوه مصرفی و بهسازی وضعیت اقتصادی باید خود و جامعه را از سیطره و نفوذ همچو فرهنگهای زیانبار و نامعقول رهایی بخشید.

Abstract

This article analyzes the impact of culture on consumer behavior. It particularly studies the negative effects of affectation (pretentious) of Afghan people on their economic behavior. In fact, the type of culture, existing in a country, affects significantly the consumption pattern of families. Wherever the grandstanding action becomes as a culture the consumption priorities dissipate, and the individuals despite to their financial situation do unreasonable purchasing and this problem infects to financial behavior of different groups living in a society.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ماخذونه

[1] Kotler, P. J., & Armstrong, G. M. (2010). Principles of marketing. Pearson Education.

[2] آشوری، داریوش، (1358). تعریف ها و مفهوم فرهنگ، چاپ اول، تهران، مرکز اسناد فرهنگی آسیا.

[3] تایلور، ادوارد بارنت، (1871). فرهنگ ابتدایی، انگلستان.

[4] عمید، حسن، (1335). فرهنگ فارسی عمید، تهران.

[5] Andrew, J. M. (2010). Cultural Effects on consumer behavior, p. 22

[6] Tanner Ehmke, M. D. (2005). The influence of culture on consumer behavior with applications to food and the environment. P. 2.

[7] Durmz, Y., Celik, M., & Oruc, R. (2003). The Impact of Cultural Factors on the Consumer Buying Behaviors Examined through An Empirical Study. International Journal of Business and Social Science, 2(5), pp. 109-113.

[8] ملکی، صفی الله، (1388). نگاهی به جایگاه توسعه فرهنگی در سند چشم انداز و سیاست گذاری ها، تهران، انتشارات قدس.

[9] Durmz, Y., Celik, M., & Oruc, R. (2003). The Impact of Cultural Factors on the Consumer Buying Behaviors Examined through An Empirical Study. International Journal of Business and Social Science, 2(5), p. 110.

[10] Edgar Schein, professor at the MIT Sloan School of Management: “If you do not manage culture, it manages you. And you may not even be aware of the extent to which this is happening”.

(c) ketabton.com: The Digital Library

پوهنیار ماستر میرسبحان مجددی
پوهنحی زبان و ادبیات
دیپارتمنت دری
شماره تماس: 0787375544

تحلیل منش های قهرمانان گرشاسب نامه

خلاصه

تحلیل رفتارها، کردارها و عقاید پهلوانان و بیان تفاوت‌ها و شباهت‌های منش‌های پهلوانی آنها می تواند فرهنگ دیرین آریانازمین را بازگو کند و نقاب از چهره اخلاقی و غیراخلاقی آن ها بردارد. همچنین مقایسه منش‌های عالی انسانی و رذیلت‌های اخلاقی قهرمانان گرشاسپ نامه و مقایسه آن با بعضی از پهلوانان شاهنامه می تواند چهره قهرمانان دو اثر را بهتر نشان دهد.

کلیدواژه‌ها: تحلیل، منش، حماسه، پهلوانان، گرشاسپ نامه و شاهنامه.

مقدمه

آثار حماسی آریانا از دیرباز در فراز و فرود تاریخ، همواره تجلی‌گاه دلاوری‌ها، مردانه‌گی‌های پهلوانان و آینه تمام نمای اندیشه‌ها و افکارِ قهرمانان است و منش‌های اخلاقی و غیراخلاقی آنها را با همه تضادها، به نمایش می‌گذارد. در این رهگذر، شاهنامه فردوسی به عنوان اثری بی‌بدیل، بر بلندای تاریخ زبان فارسی دری یا آریانا، خودنمایی می‌کند و آثار حماسی تالی‌شاهنامه نیز رفتار، کردار و عقاید پیشینیان را در قالب زبان حماسی بیان می‌کنند.

با نظرداشت به اینکه توجه محققان و ادب‌شناسان بیشتر به شاهنامه معطوف شده است، پرداختن به شناخت منش‌های پهلوانان در آثار حماسی پس از شاهنامه ضروری می‌نماید. نگارنده، حاصل مطالعات خود را در زمینه تحلیل منش‌های پهلوانان در گرشاسپ‌نامه و مقایسه آن با بعضی از پهلوانان شاهنامه در این مقاله ارائه می دهد.

گرشاسپ‌نامه

حکیم ابونصرعلی بن‌احمد طوسی از شاعران بزرگ قرن پنجم و از جمله حماسه‌سرایان بزرگ زبان فارسی دری است. درباره آغاز زنده‌گی وی اطلاع دقیقی در دست نیست. مولد و موطن او به اتفاق نظر تذکره‌نویسان و به استناد گفته‌هایش در مقدمه «گرشاسپ‌نامه»، شهر طوس بوده است. «دوره بلوغ او در شاعری مصادف بود با انقلابات خراسان و غلبه سلاجقه بر آن دیار و بر افتادن حکومت غزنویان از آن سامان و چون اسدی محیط مساعدی در چنین وضع نابسامان برای شاعری نمی

خپرونه میاشتنی دری، گڼه ۹ امه پرلپسی، ربع دویمه ل، ۱۳۹۶

(c) ketabton.com: The Digital Library

یافت، ناگزیر خراسان را ترك گفت و از مشرق به مغرب ایران روی نهاد و بار اقامت در آذربایجان افگند (۱: ۴۰۵).

وی به دربار ابودلف، حکمران نخجوان رفت. اسدی طوسی نزد این حکمران فرهنگ‌دوست، محترم و بزرگ می‌زیست و به تشویق او گرشاسپ‌نامه را به نظم درآورد. نظم کتاب، در سال **458** به پایان رسید. «ممدوحان او علاوه بر امیر ابودلف امیراجل، شجاع‌الدوله ابوشجاع منوچهربن شاوور، از پادشاهان شدادی بود» (۱ : ۴۰۶).

جذابیت و احساسات گرم ملی و میهنی‌که در شاهنامه مشاهده می‌شود، در گرشاسپ‌نامه دیده نمی‌شود. «افراط اسدی در تصویر، به ویژه تصویرهای تشبیهی و استعاری، فضای شعر او را از حماسه دور نگه می‌دارد و این تزاحم تصویرها، در جای‌جای گرشاسپ‌نامه محسوس است... وی توجه نسبتاً زیادی به تصاویر انتزاعی دارد و این تصاویر انتزاعی با شعر حماسی سازگار نیست (۲ : ۶۱۸) .

موضوع گرشاسپ‌نامه

گرشاسپ‌نامه منظومه‌ای حماسی است که حکیم اسدی طوسی، در آن شرح جنگاوری‌ها و دلاوری های گرشاسپ را به نظم کشیده است. این منظومه، صرف نظر از اینکه یك اثر حماسی است، پندهای اخلاقی، تربیتی و اجتماعی بسیاری در خود دارد و نویسنده آن از نکات فلسفی و مذهبی نیز ضمن حماسه یاد می‌کند.

اسدی طوسی به دلیل علاقه‌ای که به حماسه گرشاسپ دارد، به شرح زنده‌گی و جنگ‌های این قهرمان اسطوره‌ای پرداخته است. حماسه، از ماجرای گریختن جمشید به زابلستان و عاشق شدن دختر گورنگ پادشاه زابلستان و ازدواج جمشید با او حکایت دارد. جمشید، صاحب فرزندی می‌شود که او را تور می‌نامد. پس از مدتی، ضحاك از مخفی‌گاه جمشید آگاه می‌شود. وی، ابتدا به هند و سپس به چین می‌گریزد و سرانجام، ضحاك در چین او را با اره دو نیم می‌کند.

جوانی گرشاسپ با پادشاهی ضحاك، مصادف است. قسمت اعظم زنده‌گی این قهرمان در خدمتگزاری ضحاك سپری می‌شود. قسمتی از منظومه، شرح دیدار گرشاسپ با برهمن در کوه دهو است. گرشاسپ، درمورد هستی کردگار، علت خلقت جهان، سپهر و ستاره‌گان از او می‌پرسد. وصف دختر قیصر روم، قهرمان حماسه را دلباخته می‌سازد. پس او رهسپار سرزمین روم می شود و در آنجا با دختر قیصر ازدواج می‌کند. پس از مدتی فریدون قیام می‌کند و به حکومت ضحاك خاتمه می‌دهد و خود، پادشاه آریانا می‌شود. گرشاسپ هم به عنوان جهان‌پهلوان، در دربار فریدون، کمر به خدمت

(c) ketabton.com: The Digital Library

می‌بندد. حیات پهلوانی وی پس از هفتصد و سی و سه سال خاتمه می یابد و او چهره در نقاب خاک می‌کشد.

تحلیل منش‌های قهرمانان گرشاسپ‌نامه

حکیم اسدی طوسی، گرشاسپ را فرزند اثرط، فرزند شم، فرزند طورگ، فرزند شیدسپ، فرزند تور، فرزند جمشید، معرفی می‌کند. در اوستا «کِرِساسپَ» به معنی دارنده اسب لاغر و یکی از نامدارترین چهره‌ها در اساطیر آریانا است. در یسنه «ثریت» پدر گرشاسپ از خاندان «سام» سومین کسی از مردمان است که نوشابه آیینی «هَوم» را آماده می‌کند و به پاداش این کار وَرجاوَند دو پسر (گرشاسپ و برادرش اورواخشیه) بدو داده می‌شود».

اسدی، قهرمان کتاب خود را پهلوانی کامل معرفی می‌کند و از هر عیبی پاك و مبرا می‌داند. «در کتاب‌های مذهبی باستانی، گرشاسپ، پهلوان مغلوب نشدنی و زنده جاوید و از یاران موعود زردشتی است و حکیم اسدی، نظر به همین روایات، گرشاسپ را فرد کامل معرفی می‌کند (۲ : ۷).

او قهرمان کتاب خود را از نظر دانش و فرهنگ، گردن فرازی و رزم، مهر دل و کین، از قهرمان فردوسی برتر می‌داند و معتقد است:

اگـــــر رزم گرشاسپ یادآوری

همـــــــه رزم رستم به بادآوری (۲ : ۴۴)

و آن‌قدر به قهرمان خود، عشق می‌ورزد که بر این باور است:

ز گـــــویندگانی کشان نیست جفت

به خوشی چنین داستان کـس نگفت (۲ : ۴۱۴)

او رستم شاهنامه را قهرمان و دلاور میدان رزم نمی‌خواند؛ چون جهان پهلوان فردوسی:

همان بود رستم کـــــــه دیو نژند

ببردش به ابـر و به دریا فکـــــند

سته شد ز هـــومان به گرز گـــران

زدش دشـتبانی بـــــه مازندران

زبن کـــــــردش اسپندیار دلیر

به کشتیش آورد ســـــــهراب زیر (۳ : ۴۴)

(c) ketabton.com: The Digital Library

اسدی معتقد است که قهرمان حماسی او تا زنده بود، کسی کمرش را به خاك نرساند و همچون رستم، خوار نشده بود. گرشاسپ در هند، روم و چین قهرمانی هایی از خود نشان داد که رستم موفق به انجام دادن آن ها نشد .

نه ببر و نه گرگ آمد از وی رها
نه شیر و نه دیو و نه نـر از اژدها (۳ : ۴۴)

ولی دیدگاه فردوسی در مورد رستم، خلاف نظر اسدی است. او تمام ویژه‌گی‌های پهلوانی را در رستم می بیند و بس:

جهان آفرین تا جهـــــان آفرید
سواری چـــــو رستم نیامد پدید

زمانی که سلطان محمود، فردوسی را تحقیر می‌کند و به شاهنامه و قهرمان وی می‌تازد و کتاب را چیزی جز (حدیث رستم) نمی‌داند، فردوسی جوابی هوشمندانه می‌دهد و به او می‌گوید: «زندگانی خداوند دراز باد. ندانم که اندر سپاه تو چند مرد چون رستم باشد اما این دانم که خدای تعالی خویشتن را هیچ بنده چون رستم دیگر نیافرید (۳ : ۷) .

رستم شاهنامه تا زنده بود، در برابر هیچ پادشاه غیرآریایی سرِ تسلیم فرود نیاورد اما جهان پهلوان اسدی، مدت‌ها از ضحاكِ خون‌خوار که دستش به خون جوانان آریایی آلوده شده بود، فرمانبرداری می‌کرد. در مهمانی‌ای که اثرط برای ضحاك ترتیب داده است، قدرت و هیبت گرشاسپ، پادشاه ماردوش را متعجب می‌سازد. پس او از گرشاسپ می‌خواهد که با اژدهایی که آسایش شاه را بر هم زده است، به رزم برخیزد. گرشاسپ دستور ضحاك را اطاعت می‌کند و سر از تن اژدها جدا می‌سازد. بدین ترتیب، او «سرچشمه اژدها کشی‌ها در اسطوره‌ها و حماسه‌های آریایی چه در ادبیات آریانای باستان و چه در ادبیات فارسی دری می‌باشد (۳ : ۱۰).

آن‌گاه ضحاك، او را برای مبارزه با بهو به شهر سرندیب می‌فرستد. نبرد گرشاسپ با بهو هیچ انگیزه ملی یا مذهبی ندارد. او فقط برای خوشایند خاطر ضحاك به این جنگ تن در می دهد؛ زیرا مهراج، پادشاه هندوستان دست نشانده ضحاك است و بهو حکومت را از چنگ وی در آورده است؛ وگرنه بهو هیچ عداوتی با آریانا و گرشاسپ نداشت.

(c) ketabton.com: The Digital Library

در گرشاسپ نامه می بینیم، اولین کسی که جرئت و جسارت در خود می‌بیند که مهراج، دست نشانده ضحاك، را از تخت پادشاهی به زیر بکشد و مخالفت خود را با ضحاك اعلام دارد، بهو است. او مهراج، پادشاه هندوستان، را نصیحت می‌کند تا از اطاعت ضحاك ستمگر سر بتابد و از دادن باج به پادشاه ماردوش خودداری کند:

چـرا گـــــم کنی گوهـــر پاك را
دهی هـدیه و باژ ضحـــــــاك را
نترسـم ز ضحـــاك من روز جنگ
مرا هســت ازو گر تـو را نیست ننگ (۴ : ۸۱)

مهراج، حاضر به همکاری با بهو نمی‌شود. ضحاك، گرشاسپ را جهت حمایت از مهراج و نبرد با بهو به سرزمین هندوستان می‌فرستد. بهو از گرشاسپ می‌خواهد که با هم متحد شوند و ریشه ظلم و ستم ضحاك را بر کنند؛ اما قهرمان اسدی، از درِ مخالفت برمی‌آید و شاه را سایه کردگار می‌خواند و سرپیچی از فرمان او را کاری ناشایسته می‌داند:

ز فرمان شه ننگ و بیغـــاره نیست
به هر روی، کَه را ز مَـه چاره نیست
بـــود پادشاه سایه کـــــــــردگار
بــی او پادشاهـــــــی نیـــاید به کار (۴ :۸۲)

گرشاسپ اعتقاد دارد که چون بهو زمینه ناراحتی شاه جهان (ضحاك) را فراهم آورده و در همه جا از او به بدی سخن گفته است، مایل به اتحاد با او نیست:

تو شاه جهـان را بیاشـــــفته‌ای
فراوان مـــــر او را بدی گفته‌ای
مـــرا گفـــت رو و تـو پیکار کن
بگیــرش نگـــون زنده بردار کن (۴ : ۱۰۸)

(c) ketabton.com: The Digital Library

گرشاسپ اسدی از اهریمن صفتی که شاه جهانش می خواند، اطاعت می کند و حاضر نمی‌شود از فرمان او تمرد کند:

بِر ما چه بر گشتن از شاه خویچـه برگشتن از راه یزدان و کیش

به سر مرمرا تاج و فرمان توست   به گردن درم طوق و پیمان توست   (۴ : ۱۰۹)

و بدین ترتیب با مهراج، متحد می‌شود؛ بهو را شکست می‌دهد، رضایتمندی ضحاک را به دست می آورد و پس از اسارت بهو و سپاهیانش، بدترین رفتار را با او و سپاهیانش می‌کند:

بفرمود تا هـــــر که بد خواه و دوست

ز سیلی به گـــــــردنش بردند پوست

در آکند خاکش به کـــــــام و دهن

ببردند بر دست و گـــــــردن رسن   (۴ : ۱۲۳)

سپهبد بنه پیش را بار کـــــــــرد

بهو را بیاورد و بردار کـــــــــرد

تنش را به تیر ســـــــواران بدوخت

کرا بند بد کـــــــرده بآتش سوخت   (۵ : ۱۹۰)

آن‌گاه به همراه هدایایی به خدمت ضحاک می‌آید تا خوش‌خدمتی خود را بیشتر به اثبات برساند.

ســـر مه دگـــــــــر هدیه‌ها با سپاه

گسی کـــــرد و شد نزد ضحاک شاه   (۵ :۱۹۲)

گرشاسپ نمی‌داند از پادشاهی فرمان می‌برد که خواهان نابودی‌اش است و وجود این پهلوان را مایه خطر برای خود می‌داند. لذا پس از غلبه بر بهو، با حیله و نیرنگ او را از کشور دور می‌کند:

به دل گفـــت تازو نبینم گـــزند

از این کشـــــــورش دور باید فکند   (۵ : ۲۴۶)

(c) ketabton.com: The Digital Library

به همین منظور، گرشاسپ را برای مبارزه با دیوان به خاورزمین می‌فرستد.
این است، قهرمانی که اسدی او را از رستم شاهنامه برتر می‌داند. رستم نام‌آوری است که صرف‌نظر از چند خصوصیت منفی‌که دارد، مایه افتخار و سربلندی آریایان است. بی‌دلیل نیست که فردوسی با کلام و بیان جادویی خویش ـ که خواننده را سحر می‌کند ـ رستم دستان را جهان پهلوان می‌نامد. او ایمان دارد که فرمان بردن از کسی که خود مطیع پادشاهی ظالم و غیرآریایی است، شایسته نیست؛ همچنان که گرشاسپ از چنین کسی اطاعت می‌کرد.
بی‌ربط نیست که فردوسی بر ضحاک می‌تازد؛ چون می‌داند با آمدن ضحاک است که:

نهـــــان گشـــت آیین فرزانگان
پراگـــــــنده شـد نام دیوانگان
هنر خـــوار شد جـادویی ارجمند
نهان راستـــــی، آشکار را گـــزند
شـــــده بر بدی دست دیـــوان دراز
ز نیکــــــــی نبودی سخن جز به راز (۵ : ۵۱)

در برخورد با اسیران، با شخصیت دوگانه گرشاسپ، روبرو می‌شویم. او که گاه، دستور آزادی اسیران و گاه، فرمان قتل آن ها را صادر می‌کند. آن هم به شکلی بسیار فجیع؛ اسیران را سر می‌برد یا به آتش می‌سوزاند:

تنش را به تیـــر سواران بدوخت
کرا بند بد کـــرده بآتش بسوخت (۵ : ۱۹۰)

پدر، او را پند می‌دهد تا از ریختن خون اسیران خودداری کند ولی او در عمل به نصایح پدر توجه نمی‌کند:

به زنهـــاریان رنج منمای هیچ
به هـر کار در داد و خوبی پسیچ
ز سوگند و پیمان نگـــر نگذری
گــــــه داوری راه کژ نسپری

(c) ketabton.com: The Digital Library

چو چیـره شوی خون دشمن مریز
مکـــن خیره با زیر دستان ستیز (۵ : ۲۹۸)

همان‌گونه که ذکر شد، در جنگ با سپاه بهو، همه اسیران از جمله بهو را از دم تیغ می‌گذراند. در نبرد با سپاه کابل، اسیران کابل را روانه سیستان می‌کند، آن ها را در مکانی گرد می‌آورد و همه را سر از تن جدا می‌سازد و از گِل آغشته به خون آن ها، باره شهر را بالا می‌آورد:

اســیران که از کـابل آورده بود
به یك جایگه گردشان کرده بود
بفرمود خـــــون همه ریختن
و زیشـان گـــل باره انگیختن
یکـــی نیمه بد کرده دیوار شهر
دگر نیمه‌کردند ازآن گل دو بهر (۵ : ۲۴۳)

در نبرد با سپاه طنجه، پادشاه و دو تن از سپاهیان را اسیر می‌کند و به بدترین شکل، آن ها را می کشد:

ببریدشان گوشت یکسر به گاز
بمردند و کس هیچ نگشاد راز (۵ : ۳۹۳)

ولی هنگامی که فغفور چین و سپاه او را اسیر می‌کنند، دستور می‌دهد با شاه چین با مهربانی رفتار کنند و همه اسیران را زنهار می‌دهد:

از ایشان گنه پهـــلوان در گذشت
ســـپه را ز تاراج و خون بازداشت (۵ : ۳۶۱)
و از شاه چین نیز پوزش می‌خواهد:
چـــو فغفور را دید شد پیش باز
نشـــاند از بر تخت و بردش نماز

د شیخ زاید پوهنتون، څیړونیزه علمي مجله ۱۹ مه ګڼه، دري میاشتنی څېړونه، پرلپسې ۹ ل، دویمه ربع، ۱۳۹۶

(c) ketabton.com: The Digital Library

بسی خـــــواست زو پوزش دلپذیر
که این بد که پیـــش آمد از من مگیر(۵ : ۳۶۲)

گرشاسپ، در مقابل فریدون، فغفور چین را می‌ستاید:
که شـــــاهی سزا افسر و گاه را
ندیدم چـــــو او جز شهنشاه را(۶ : ۳۷۰)

قهرمان اسدی از توانایی‌های جسمانی بسیار بالایی برخوردار است، بر تمام حریفان خود غلبه می کند، سپاه او همیشه پیروز میدان های رزم است. شکست در لشکر او معنا و مفهومی ندارد، کشته‌گان سپاه دشمن در هر نبرد، چندین هزار و کشته‌گان سپاه او یك نفر است:

ز کابل سپه کــشته شد شش هزار
ندانست کــس خستگان را شمار

نبد کشته از خیل گرشاسپ کس
شمردند یك مرد کــم بود و بس (۶ : ۲۳۱)

او از شاهِ زمان خود به صرف اینکه شاه است، اطاعت می‌کند؛ چون معتقد است که «چه فرمان یزدان چه فرمان شاه». اما همین که فریدون، شاهِ زمانش را به بند می‌کشد، از ضحاك روی گردان می‌شود و جانب فریدون را می‌گیرد. خواننده پیش از پادشاهی فریدون در هیچ کدام از نبردهای گرشاسپ، انگیزه ملی نمی‌بیند. او می‌خواهد نظر ضحاك را به خود جلب کند و قدرت خویش را بدو بنماید.

خواننده پیش از آغاز نبردِ گرشاسپ با حریفان، می‌تواند به راحتی پایان جنگ و پیروزی وی را بر حریفان پیش‌بینی کند؛ چون حریفان او بیشتر زبون و بی‌چاره‌اند. او تنها به قدرت جسمانی و جنگاوری خود، مباهات می‌کند:

کنم ز اژدهای فلك ســــر ز کین
چه باك آیدم ز اژدهای زمـــــین (۶ : ۷۱)

۱۳۹۶ ل، دویمه ربع، پرلپسی ۹ امه گڼه، دري میاشتنی خپرونه

(c) ketabton.com: The Digital Library

شما را مــــــی و شادی و بم و زیر
مــــــن و اژدها و کــــه گرز و تیر   (۶ : ۷۲)

اثرط، پدر گرشاسپ، نیز پهلوانی با تدبیر و آینده‌گراست و پایان کار را قبل از آغاز آن پیش‌بینی می کند. او، در ظاهر مطیع ضحاك است و نسبت به او مخالفتی نشان نمی‌دهد. فرزندش جهان پهلوان ضحاك است. او را بیشتر پهلوانی می‌بینیم که پندهای حکیمانه به فرزند می‌دهد. از تدبیر ملك داری تا رعایت عدل و انصاف، ترحم بر زیردستان، همه و همه، فرزند را آگاه می‌کند. او زیبنده‌ترین افسر شاه را خرد می‌داند و خرد را بالاترین افسر، هوشمندی و دانش شاه را بهترین لشکر، و مرد دانا را بزرگ‌ترین گنج تلقی می‌کند. نیك‌بختی شاه را در دادگری می‌پندارد و به فرزند پند می‌دهد که:

چو خـــواهی که شاهی کـــنی راد باش
به هر کــــــار با دانش و داد بـــــاش   (۶ : ۲۳۹)

دوام و پایداری حکومت گرشاسپ به خاطر ترس دیگران از قدرت اوست. در مدتی که گرشاسپ در روم به سر می‌برد، پادشاه کابل به زابل حمله می‌کند و به راحتی سپاه او را شکست می‌دهد. اثرط به فرزند، نامه می‌نویسد و از وی تقاضای کمك می‌کند. گرشاسپ به کابل حمله می‌برد و کابلیان را شکست می‌دهد. به‌رغم اینکه اثرط چهره‌ای مثبت در گرشاسپ‌نامه دارد؛ اما در گفته‌های او تناقض هایی می‌بینیم که نوعی سیاست پیشه‌گی او به حساب می‌آید.
از جمله: هنگامی که گرشاسپ دستور ضحاك را مبنی بر مبارزه با اژدها می‌پذیرد، اثرط دل نگران فرزند است و فرزند را شماتت می‌کند که چرا دستور ضحاك را اطاعت کرده است.

به گرشاسپ گفت اثرط ای شوربخت
زشاه از چه پذرفتی این جنگ سخت
نه هر جایگــــه راست گفتن سزاست
فراوان دروغست کـــان به ز راست

اما در جای دیگر، از گرشاسپ می‌خواهد از فرمان شاه (ضحاك) سرپیچی نکند:

میاشتنۍ خپرونه، دری کلیه، ۱امه گڼه، پرلیسی ربع، دویمه ل، ۱۳۹۶

(c) ketabton.com: The Digital Library

چو رفتی بر شـــه، پرستنده باش
کمر بسته فرمانـــش را بنده باش
همه خوی و کـــــردار او را ستای
همان دشمنش را نکـــوهش فزای (۶ : ۸۳)

مگــــــردان دروغ آنچه گوید سخن
وزآنچت بپرســــد نهـــان زو مکن (۶ : ۸۴)

یا زمانی که ضحاك، گرشاسپ را به جنگ منهراس می‌فرستد؛ پدر، فرزند را این‌گونه نصیحت می کند:

که هــر کار کاو با تو گوید همی
ز ترس تو مــرگ تو جوید همی
بخوان بر ز مهمانت نو گــر کهن
ز سیصد یکی راست مشنو سخن (۶ : ۲۴۸)

ضحاك / دهاك/ اژی دهاك: «اژی به معنی اژدها یا مار بزرگ و دهاك نام خاص است که به صورت ضحاك درمی‌آید. اژی‌دهاك در متن‌های دینی آریانا، جز دیوان و فرزند اهریمن است که سه سر، شش چشم و سه پوز دارد. او، روشن‌تر و اساطیری‌تر از دیگر آفریدگان زیان‌کار، توصیف شده است» (۷ : ۵۱).

ضحاك در گرشاسپ‌نامه چون ضحاك شاهنامه، چهره‌ای منفور ندارد و از ستم‌ها و بیدادگری‌های او بر آریانا خبری نیست. گاه او را در لباس یك انسان کاملاً معتقد به خدا می‌بینیم. او در نامه‌ای که به اثرط می‌نویسد، این‌گونه آغاز می‌کند:

سر نامــــــــه نام جهـــــانبان نوشت
خدایی که او ساخت هر خوب و زشت
ســــــــرایی چنین پر نگـــــار آفــرید
تن و روزی و روزگـــــــار آفــــرید
به یك بند هفت آسمـــــان بسته کــرد

(c) ketabton.com: The Digital Library

بدین گـــــوهران کار پیوسته کـــــرد
زمین ایســـــتاده بـــــــه باد سپهر
همی گـــرد گـــــردان شده ماه و مهر (۷ : ۸۱)

و گاه او را در هیئت یك انسان خیرخواه می‌بینیم. ضحاك به اثرط سفارش می‌كند كه گرشاسپ ازدواج كند و از تخمه او پهلوانی نژاده، از نژاد آریایان و پهلوانان متولد شود:

دگر گفــت خـواهم كز این پهلوان
بود تخمه و نام تا جـــــــاودان
ز تو مانــــد خــواهد نژادی بزرگ
همه پهلوانان گــــــرد سترگ
كه هر یك ســـــر نامداران بوند
نشاننده شـــــــــهر یاران بوند

مهراج نیز مطیع و دست‌نشانده ضحاك است. برای به دست آوردن قدرتِ از دست رفته، از بخشیدن گنج به گرشاسپ و سپاهیان آریانا دریغ نمی‌ورزد. زنده‌گی او، همراه با بیم و امید است؛ بیم از اینكه مبادا گرشاسپ با بهو هم‌داستان شود و بهو بر تخت پادشاهی هند تكیه زند و امید به آنكه گرشاسپ با بهو مبارزه كند و پس از شكست دادن بهو، قدرت از دست رفته را به كمك پهلوانان آریایی به دست آورد.

جمشید كه «در شاهنامه، بزرگ‌ترین پادشاه و در اسطوره، نخستین انسان است (۸ : ۲۲۶).
به خاطر غرور و تكبر، فره ایزدی از وی جدا شد و خداوند ضحاك را بر او مسلط كرد. در گرشاسپ نامه، او به چهره‌ای ترسو تبدیل شده است كه برای رهایی از مرگ، از ضحاك می‌گریزد، تشنه و گرسنه به باغ دخترِ پادشاه كابل پناه می‌برد و به جای رزم با ضحاك، بزم را بر می‌گزیند و با دختر شاه كابل به باده‌نوشی می‌پردازد. او از ترس، نام خود را كتمان می‌كند تا مبادا كسی از هویتش خبردار شود و به ضحاك گزارش دهد. دختر یقین می‌كند كه از بزرگان و شاهان است. دلبسته او می شود و با او ازدواج می‌كند. اما جمشید از ترسِ مرگ، زن را رها می‌كند و از شهری به شهری می گریزد و ضحاك، در چین، به حیات شاه اسطوره‌ای آریانا خاتمه می‌دهد.

(c) ketabton.com: The Digital Library

در شاهنامه، فریدون پس از جمشید، بزرگ پهلوان داستانی آریانا در حماسه ملی ماست. او در اوستا این‌گونه معرفی شده است: «ثرئتون پسر آثویه و در پهلوی فردون و در فارسی آفریدون و افریدون و فریدون، نام یکی از کهن‌ترین چهره‌های اساطیری در اوستا و دیگر متن‌های دینی آریانا و نیز در شاهنامه و دیگر کتاب‌های فارسی دری و عربی پس از اسلام است».

از زنده‌گی پرماجرای فریدون در گرشاسپ‌نامه خبری نیست و حضور او بسیار کم‌رنگ‌تر از شاهنامه است. شاعر از بیان عدالت و دادگری فریدون لب فرو بسته است. خواننده آن هنگام که در گرشاسپ نامه از فریدون صحبت می‌شود، تصویری همچون فریدون شاهنامه در ذهن دارد. این دو یك شخصیت‌اند ولی فریدون در گرشاسپ‌نامه، کاوه آهنگر را به باد تمسخر می‌گیرد. فریدون، قباد (فرزند کاوه) را به خاطر اعتراضی که به گرشاسپ روا می‌دارد، مستحق کشتن می‌داند و نیش طعنه اش را متوجه کاوه می‌کند؛ دودمان کاوه را زیر سؤال می‌برد و با خشم و غضب قباد را مخاطب قرار می‌دهد:

پدرت از سپاهان بد آهنگـــــری
نه زیبا بزرگی نه والا ســـــری
چو بگزید ما را نکـــــو نام شد
به کف درش پتك گـــران جام شد
از آهنگری رســـت و ســالار گشت
پس از کلبه داری سپهدار گشت
بد آن گــاه در کلبه با دود و دم
کنونت در بزم با ما به هـــــم
بدادیمش اهـــواز و ده باره شهر
همی زین فــزون تر ز ما یافت بهر (۸ : ۳۸۱)

دیگر پهلوانان گرشاسپ‌نامه، چه آریایی و چه غیرآریایی، را در روند حماسه تنها به عنوان جنگجو شاهدهستیم و می‌بینیم که آن ها نقش دیگری در حماسه ندارند. گاه شاعر فقط به آوردن نام يك پهلوان در يك یا دو بیت اکتفا می‌کند. برای نمونه، به نیاکان گرشاسپ از جمله شم، طورگ، شیدسپ و تور، نگاهی بسیار گذرا دارد و در مورد شم، به ذکر دو بیت، بسنده می‌کند. لذا نمی‌توان آن ها را به عنوان تیپ منحصر به فرد و بی‌بدیل شناخت. آن ها اندك‌زمانی در صحنه داستان خود را نشان

خېړونه میاشتنۍ دري کڼه، ۱ مه ګڼه، پرلپسې ۹ ګڼه، دویمه ربع، ۱۳۹۶ ل

(c) ketabton.com: The Digital Library

می‌دهند و سپس در غبار گمنامی فرو می‌روند و تا پایان داستان از آن ها نام برده نمی‌شود؛ به همین دلیل تحلیل جنبه‌های مثبت و منفی شخصیت آن ها امکان‌پذیر نیست.

نتیجه‌گیری

منش‌های عالی اخلاقی قهرمانان آریایی شاهنامه، همچون دادگری، ترحم بر اسیران دشمن، مهربانی و دیگر صفات اخلاقی، از قهرمانان گرشاسپ‌نامه بیشتر است. وسعت نگاه فردوسی به قهرمانان آریایی و عشق و علاقه خواننده به قهرمانان آریایی، به مراتب بیش از گرشاسپ‌نامه است؛ به نوعی که خواننده با دیدن صفات اخلاقی قهرمانان، به آریاییبودن خود می‌بالد. در حالی که قهرمانان گرشاسپ‌نامه چنین ویژه‌گی‌هایی ندارند.

اسدی، قهرمان کتاب خود را پهلوانی کامل معرفی می‌کند و از هر عیبی پاك و مبرا می‌داند. «در کتاب‌های مذهبی باستانی، گرشاسپ، پهلوان مغلوب نشدنی و زنده وجاوید و از یاران موعود زرتشتی است و حکیم اسدی، نظر به همین روایات، گرشاسپ را فرد کامل معرفی می‌کند.

او قهرمان کتاب خود را از نظر دانش و فرهنگ، گردن فرازی و رزم، مهر دل و کین، از قهرمان فردوسی برتر می‌داند و معتقد است:

اگـــــر رزم گرشاسپ یادآوری   همــــه رزم رستم به بادآوری

Abstract

Analysis of behaviors, actions, beliefs of athlets, narration of differences and similarties of morility of athletic of them can state the land of ancient Ariana,and remve the veil from their moral and immoral face.Thus, comparison of excellent human morilaty and moral badness,champions of Greshop Nama and its comparison with some athlets of Shahnama can show face of champions of these two masterpieces.

(c) ketabton.com: The Digital Library

سرچشمه ها

1. آموزگار، ژاله. (1376). تاریخ اساطیری ایران، تهران: انتشارات سمت.

2. اسدی طوسی، ابونصر علی بن احمد. (1386).گرشاسپنامه، تصحیح حبیب یغمایی، تهران: انتشارات دنیای کتاب.

3. اکبری مفاخر، صفدر آرش. (1385). روان گرشاسپ، نشریه دانشکده ادبیات و علوم انسانی کرمان، شماره 17-20.

4. بهار، مهرداد. (1386). از اسطوره تا تاریخ، تهران: نشر چشمه.

5. تاریخ سیستان،(1366). تصحیح ملك‌الشعرای بهار، تهران: انتشارات پدیده خاور.

6. شفیعی‌کدکنی، محمدرضا. (1383). صورخیال در شعر فارسی، تهران: انتشارات آگه.

7. صفا، ذبیح‌الله. (1385). تاریخ ادبیات در ایران، ج.1، تهران: انتشارات فردوس.

8. فردوسی، ابوالقاسم. (1376). شاهنامه، تصحیح سعید حمیدیان، تهران: نشر قطره.

(c) ketabton.com: The Digital Library

پوهنیار نورآقا نویسا
پوهنځی زبان و ادبیات
دیپارتمنت دری
شماره تماس: ۰۷۷۶۷۸۰۱۵۷
ایمیل ادرس: Noor Aqa Naveesa@yahoo.com

شیخ عطار وهفت وادی سلوک

خلاصه

هفت وادی سلوک در منطق‌الطیر عطار مراحلی‌ست که سالک طریقت باید طی کند. عطار، طی کردن این مراحل را به بیابان‌های بی‌زینهاری تشبیه کرده است که منتهی به کوه‌های بلند و بی‌فریادی می‌شود. سالک برای رسیدن به هدف ناگزیر است که از این بیابان‌های مخوف و گردنه‌های مهلک بگذرد. شرح کامل و تعلیم این هفت وادی مخوف که در واقع راه عشق است در مثنوی منطق الطیر در قالب داستان سفر مرغان به رهبری هدهد و حکایاتی که شکل می‌گیرد، آمده است.

واژه‌گان کلیدی: عطار، منطق الطیر، سالک و هفت وادی عرفان.

مقدمه

شیخ فریدالدین عطار نیشاپوری از زمرۀ شاعران و عارفان شهیر و نامور زبان پارسی دری‌ست. او در طول سال‌های زنده‌گی خویش، مدارج عرفانی را طی نمود و در متون عرفانی به عنوان گذر کننده از هفت شهر عشق یاد می‌شود مقامی که بسیاری از عارفان در طلب رسیدن به آن عمر گذرانده‌اند.

عطار در مثنوی‌های خود مطالب دشوار عرفانی را در قالب حکایت و تمثیل گنجانیده است. بدون شک که او یکی از بزرگترین سراینده‌گان روایت‌های عرفانی زبان فارسی به شمار می‌رود. وی نقش و تأثیر بسیاری بر بزرگان زمان خود و پس از خود داشته است.

مثنوی منطق الطیر در حقیقت یک شاهکاربزرگ عرفانی‌ست و دیده می‌شود که مورد توجه شاعران بزرگی چون مولانا قرار گرفته است. این مثنوی از نگاه درون‌مایه، بحث و گفت‌وگوی پرنده‌گان از یک پرندۀ داستانی به‌نام سمیرغ است. در این منظومه گروهی از پرنده‌گان برای جستن ویافتن پادشاه شان سمیرغ، سفری را آغاز می‌کنند و در هر مرحله، گروهی از پرنده‌گان از راه باز می‌مانند و به بهانه‌هایی پا پس می‌کشند تا این که پس از عبور از هفت مرحله، از گروه انبوهی از پرنده‌گان تنها« سی مرغ» باقی می‌مانند و با دیدن در آیینه حق در می‌یابند که سمیرغ در وجود خود

(c) ketabton.com: The Digital Library

آن‌هاست. در نهایت با این خود شناسی پرنده‌گان جذب جذبهٔ خداوند(ج) می‌شوند و حقیقت را در وجود خویش می‌یابند.

شیخ عطار و هفت وادی سلوک

در میان شاعران و نویسنده‌گاه عارف زبان پارسی، شیخ فریدالدین عطار از جایگاه ویژهٔ برخوردار است. عارفان و صوفیان بزرگ پارسی گوی، حضور همیشه‌گی خود را در ابیات اوراق زرین تاریخ ادبیات پارسی دری تثبیت کرده و کارنامهٔ درخشان شان به جاودانه‌گی سپرده شده است؛ اما شیخ عطار، سنایی و مولوی کهکشان های خیره کنندهٔ هستند که بر شاعران و عارفان پس از خود، سایه افکنده اند.(۱: ۷)

اغلب نویسنده‌گان و تاریخ نگاران نام وی را فریدالدین ابوحامد محمد ابن ابوبکر ابراهیم ابن اسحاق عطار کدکنی نیشاپوری قید نموده اند. و احتمالا در سال 537 در کدکن – یکی از توابع نیشاپور - چشم به جهان هستی گشوده است.(۲ : ۱۶۷)

عطار، در واقعهٔ قتل عام مغولان در نیشاپور در ماه صفر سال 618 هـ به شهادت رسید. پدر عطار در شادیاخ دکان عطاری داشت و وی پیشهٔ پدر را دنبال کرد و به همین مناسبت به لقب عطار مشهور شد. (۲ : ۶۹)

آثار: تاریخ نگاران و پژوهش‌گران ادبی تعداد آثار شیــخ عطار را مختلف ذکر نموده اند. برخی ها آثار وی را چهل، بعضی ها یک صدونود و همین گونه تعدادی صدوچهارده که هما نا برابر است به تعداد سوره های قـــرآن کریم ذکر نموده‌اند. (۳ : ۱۰)

اما آثار مسلم عطار، قرار ذیل است:

1- مصیبت نامه
2- الهی نامه
3- اسرار نامه
4- مختار نامه
5- منطق الطیر
6- خسرونامه
7- دیوان غزلیات و قصاید
8- جواهر نامه
9- شرح القب
10- تذکره الاولیاء به نثر نوشته شده است. (۴ : ۲۹)

(c) ketabton.com: The Digital Library

منطق الطیر

منطق الطیر از میان تمامی مثنوی های شیخ عطار مهم‌تر و شیواتر می‌باشد. به باور پژوهش‌گران ادبی، منطق الطیر بهترین آفریدهٔ شیخ عطار و یکی از زیباترین و موفق ترین نمونه های آثار تمثیلی و رمزی در ادبیات پارسی دری‌ست. تعداد ابیات این منظومه در نسخ و چاپ های مختلف بین (4400 تا 4700) بیت آورده شده است. نام این مثنوی در آثار عطار به سه گونه « منطق الطیر»، « مقامات طیور» و « طیور نامه » آمده است، این اثر مانند سایر مثنوی های عطار با توحید، آغاز می شود.(5:27) در این منظومه، شاعرانه‌ترین و عارفانه‌ترین تجربه‌ها و یافته‌های شیخ عطار را می‌توان یافت.(۴: ۵۰)

شیخ عطار در مثنوی منطق الطیر هفت وادی سلوک یا هفت شهر عشق را شرح کرده است که عبارت اند از: وادی طلب، عشق، معرفت، استغنا، توحید، حیرت، فقر و فنا (۵: ۲۶۴)

گفت مـــا را هفت وادی در راه است
چون گذشتن هفت وادی، درگه است
باز ناید در جهـــان زمن راه کـــس
نیست از فـــــرستگ آن گاه کس
چـــون نیاید باز کس زین راه دور
چـــون دهندت آگهی ای ناصبور
چـون شدند آن جایگه گم سربه سر
کـــــی خبر بازت دهند ای بی خبر
هست وادی طلب آغـــاز کـــار
وادی عشق است زان پس بیکـــــنار
پس سیـــم وادیست ز آن معـرفت
هست چـــــارم وادی استغنا صفت
هست پنجـــــم وادی توحید پاک
پس شـــشم وادی حیـرت صعبناک
همــــــین وادی فقراســت وفنا
بعـــد از این وادی روش نبـود تـــورا (۵ : ۱۳۷)

(c) ketabton.com: The Digital Library

۱- وادی طلب

طلب در اصطلاح جستجو کردن از مراد و مطلوب را گویند. مطلوب در وجود طالب است و طالب می‌خواهد تمام مطلوب را بیابد و آن را باید در وجود خود بطلبد و اگر از خارج بطلبد، نیابد.راه طلب، نشیب و فراز بسیار دارد. شوق و شور در طلب، تکاپو، کوشش و رفتن است. این وادی ورطه‌های بسیار دارد؛ اما گام نخستین است. هر که در این وادی سستی کند، محو و فنا می‌گردد و جانش از دست می‌رود. طالب باید بخواهد، بردبار و شکیبا باشد. باید بیدار بود و چشمی بازداشت، راه را از چاه بازشناخت به بیراهه گام نگذاشت و از طلب لحظهٔ غافل نماند. خرسندی و خشنودی طالب در این وادی، مرگ اوست. طالب تنها، باید بطلبد و در این وادی در پی مطلوب بدود، آن‌چه نکوست مطلوب است در نیمهٔ راه آن‌چه به دســـت آید، در خــور دلبسته‌گی نباشد و باید دید و از کنار آن گذشت و سر فرود نیاورد و بدان ناچیز گوهران دل نباخت.(۵: ۱۳۸- ۱۳۹)

۲- وادی عشق

بعــد از ین وادی عشـــق آید پدید
غـرق آتش شد کسی کـــآنجا رسید
کـــس درین وادی به جـــز آتش مباد
وآنکــه آتش نیست عیشش خوش مباد
عاشق آن باشد کــــه چون آتش بود
گـــــرم رو سوزنده و ســـرکش بود
عـــــاقبت اندیش نبود یک زمـــان
درکشد خوش خوش برآتش صد جهان
لحظای نه کافـــــری داند نـــه دین
ذره‌ای نه شـــک شناســـد نه یقین
نیک و بد در راه او یکـــــسان بود
خود چـــو عشق آمد نه این نه آن بود (۵: ۲۰۲-۲۰۳)

عشق، شوق مفرط و میل شدید به چیزی است. عشق، آتشی‌ست که در قلب واقع شود و محبوب را بسوزاند، عشق بلا و جنون الهی و قیام قلب است بامعشوق بلاواسطه.

(c) ketabton.com: The Digital Library

مولانا می‌گوید:

عشق جـــوشد بحر را مانند دیگ

عشق ساید کـــــوه را مانند ریگ

عشق بشکافد فلک را صد شکاف

عشق لرزاند زمین را از گــــزاف

عشق مهم‌ترین رکن طریقت است و این مقام را تنها انسان کامل که مراتب ترقی تکامل را پیموده است، درک می‌کند. به عاشق در مرحلهٔ کمال عشق، حالتی دست می‌دهد که از خود بیگانه می‌شود و از زمان و مکان، فارغ و از فراق محبوب می‌سوزد و می‌سازد.

عشق را به عشق حقیقی و مجازی جدا کرده‌اند:

الف) عشق حقیقی: الفت رحمانی و الهام شوقی است وذات حق که واجد تمام کمالات است و عاقل و معقول بالذات است. عشق حقیقی، به لقاء محبوب حقیقی است که ذات احدیت باشد و باقی، عشق‌های مجازی است.

ب) عشق مجازی: ابتدا محبت و هوی بعد علاقه سپس وجد و عشق است که منشأ آن هوی و حب مجازی است و پس از مرتبهٔ عشق، شغف است که سوزانندهٔ قلب است.(۶: ۱۳۹- ۱۴۰)

تفاوت‌های عشق مجازی و حقیقی:

۱- عشق مجازی ناپایدار بوده؛ ولی عشق حقیقی پایدار است.

۲- عشق مجازی موهوم و مخیل می‌باشد؛ لیکن عشق حقیقی موهوم و مخیل نیست.

۳-عشق مجازی مقدمهٔ است برای عشق حقیقی.(۶ : ۷۲-۷۴)

در این وادی هرچه است همه آتش است. ره سپردن در این وادی تنها کار عاشقان است. هرکه را عشق نیست، راهی به این سرزمین نیست و آن که در این وادی گامی نهد، باید که خود سراسر آتش باشد.

3- وادی معرفت

بعــــد از آن بنمایدت پیش نظـــر

معـــرفت را وادیی بی پا و ســـــر

هیچکس نبود که او این جایگــــاه

مختلف گــــــــردد ز بسیار راه

هیچ ره در وی نه چون ن دیگرست

(c) ketabton.com: The Digital Library

سالک تن سالک جان دیگــــرست
باز جان و تن زنقصان و کمــــــال
هست دایـــــم در ترقـــــی وزوال
لاجـــرم بس ره که پیش آمد پدید
هـــــریکی بر حد خویش آمد پدید (۶ : ۲۱۰)

معرفت، یعنی شناخت. از نظر عارفان، اصل معرفت، شناخت خداوند(ج) است.(۷: ۱۴۱)

4- وادی استغنا

بعــــــــد ازین وادی استغــــــنا بود
نه درو دعـــــوی ونه معــــــنا بود
می‌جهد از بی نیازی صــــرصـــری
می‌زند برهـــــم به یک دم کشوری
هفت دریا یک شمـــر این جـــا بود
هفت اختر یک شـــــــرر اینجا بود
هشت جنت نیز اینجـــــا مرده‌ایست
هفت دوزخ همچو یخ افسرده‌ایست
هستم موری را هم اینجا ای عجب
قوت صـــــد پیل آخـــر بی سبب
تا کلاغــــــی را شود پر حــوصله
کس نماند زنده در صد قــــــافله
صد هزاران سبز پوش ازغم بسوخت
تاکـــــه آدم را چراغی برفروخت (۷ : ۲۱۵)

استغنا یعنی بی‌نیازی که لازمهٔ قطع علاقه از حطام و بهره‌های دنیا از جاه و مقام ومنال است. حافظ شیرازی گوید:

بیـــار باده کــه در بارگاه استــــــــــغـــنا
به پاسبان و به سلطان به هوشیار و چه مست

(c) ketabton.com: The Digital Library

از این رباط دو در، چون ضرورتست رحیل
رواق وطاق معیشت چه سربلند و چه پست

در سرزمین بی‌نیازی بادی وزد که پندارها در هم می‌کوبد و جمعی دست از همه چیز شسته را برکرسی می‌نشاند. در وادی استغنا آنان که می‌پندارند جهان را برای ایشان آفریده‌اند، به اشتباه خود پی می‌برند. اما گذشتن از این وادی سهل نیست، دل شیر می‌خواهد و هر کس را که چنین دلی نباشد، پای در این وادی نهادن نتواند و در نخستین گام فرو افتد وبه خاک در غلطد.

هزاران طالب در این کویر، سر درگم شده‌اند و از میان صدها کاروان که از این ورطه گذر کرده‌اند، تنها کاروانی توانسته است به منزل برسد.

صدهزاران سبز پوش از غم بسوخت
تاکـــــه آدم را چراغی بر فروخت
صدهـــزاران دیده شد دریای خون
تاکـــه یوسف آمد از زندان برون
صدهــــزاران طفل سر ببریده شد
تاکلیم الله صـــــاحب دیده شد
صد هــزاران خلق شد آتش پرست
تا خـــلیل الله از آتش بـــرست
صد هــــزاران خلــق در زنار شد
تاکـــه عیسی محــرم اسرار شد
صد هزاران جان و دل تاراج رفت
تا محمد یک شـــبی معراج رفت   (۷ : ۱۴۳- ۱۴۴)

5- وادی توحید

بعـــد از آن وادی تــوحید آیدت
منزل تجـــرید و تفـــرید آیدت
روی‌ها چـــون زنی بیابان برکنند
جمله سر ازیک گـــریبان برکنند
گـــر بسی بینی عـــدد را اندکی
آن یکـــی باشد درین ره دریکی

(c) ketabton.com: The Digital Library

چون بسی باشد یک اندر یک مدام
آن یکــی دریک، یکی باشد تمام
نیست آن یک کـــآن احد آید ترا
زان یکی، کآن در عـــدد آید ترا
چــون برونست آن زحد و از عدد
از ازل قطـــع نظـــــر کن و ز ابد
چون ازل گم شد، ابد هم جاودان
هـــردو را خـــود هیچ باید در میان
چــون همه هیچی بود هیچ این همه
کــی بود در اصل جز پیچ این همه (۷ : ۲۲)

توحید، یکی گفتن و یکی کردن است. توحید به معنای اول«یکی گفتن» شرط در ایمان باشد که مبدأ معرفت است و به معنای تصدیق به آن که خدای تعالی یکی‌ست. توحید به معنای دوم«یکی کردن» کمال معرفت باشد که بعد از ایمان حاصل شود.

وادی توحید سرزمین برهنگی و یگانه بینی است. برهنگی آن است که رهرو از هر چیز، برهنه شود و خانه از کالایی خالی کند واز هر چه هست دست بشوید، ترک یار و دیار بکند و در دو جهان جز خدا چیزی نخواهد و یگانگی، آن باشد که تنها و یگانه باشد.باهمانندهای خود سرنکند به جز یکی نخواهد ، جز یکی نگوید، همچون مجنون، تنها لیلا خواهد، لیلا گوید، لیلا جوید. در این وادی عدد و شماره از میان برخیزد، همه یکی شود و در این یک، نیز عددی نگنجد و به حق، یگانه و یکتا گردد.(۸ : ۱۴۴- ۱۴۶)

6- وادی حیرت

بعـــــــد ازین وادی حیرت آیدت
کـــــــار دایم درد و حسرت آیدت
هـــــر نفس اینجا چو تیغی باشدت
هـــــر دمی اینجا دریغـــی باشدت
آه باشد درد باشـــــد ســـــوز هم
روز و شب باشد، نه شب نه روز هم
از بن هـــر موی این کس، نه به تیغ

(c) ketabton.com: The Digital Library

می‌چکد خـون، می‌نگارد ای دریغ
آتشـــی باشد فســـرده مرد این
پخته‌ای بس ســـوخته از درد این
مـــرد حیران چون رسد این جایگاه
در تحیر مــــانده و گم کرده راه (۸ : ۲۲۶)

حیرت یعنی سرگردانی و در اصطلاح اهل الله، امری‌ست که بر قلوب عارفین در موقع تأمل، حضور و تفکر آن‌ها وارد می‌شود و آن‌ها را تأمل و تفکر حجاب می‌گردد و بالجمله، مردم درگرو و مرهونند، درعوض آن‌چه آفریده‌شده‌اند که عبودیت باشد و غافلند از آن و در حیرت عبودیت زیست می‌کنند و کسی که بخواهد که بشناسد، آن‌چه را در گرو اوست، می‌سوزد و کسی که طلب علم رها کند، می‌سوزد و در حیرت باقی می‌ماند؛ زیرا این علم، بی‌نهایت می‌باشد.

رهروانی که به این وادی می‌رسند، جز حسرت و درد، بهره‌ای ندارد، هر نفسی که بر می‌آورند چون خاری است که جانشان می‌خلد و چون تیغی است که جگرگاهشان را می‌درد. رهنوردان وادی حیرت را آهی سینه سوز، دردی سرو افکن و سوزی جان شکار به همراه است. روز شان چون شب سیاه، شب شان چون درد باظلم و رنج و شکنجه توأم است. رهروان این وادی چون بدین حال در افتند، راه گم می‌کنند و در دست‌اندازی‌های حیرت محو و سردرگم می‌شوند، از خویش و بیگانه بی‌خبر می‌مانند و جهان و هستی را از یاد می‌برند.(۷ : ۱۴۶-۱۴۷)

وادی فقر وفنا

بعـــد ازین وادی فقـــرست و فنا
کســـی بود اینجـــا سخن گفتن روا
عین این وادی فـــراموشـــــی بود
گنگی و کــــری و بی‌هوشی بود
صد هـــزاران سایهٔ جـــاوید تو
گـــم شده بیتی ز یک خورشید تو
بحـــر کلی چون به جنبش کرد رای
نقش‌ها بر بحـــر کی ماند به جای
هـــر دو عالم نقش آن دریاست بس
هرکه گوید نیست این سوداست بس

(c) ketabton.com: The Digital Library

هــرکه در دریای دل گـم بوده شد
دایما گــــم بوده و آســـــوده شد
دل درین دریای پر آســــــودگــــی
مــــی‌نیابد هیچ جز گــــم بودگی
گـــر ازین گم بودگی بازش دهند
صنع بین گــــردد بسی رازش دهند
ســـــالکان پخته و مـــــردان مرد
چـــــون فرو رفتند در میدان درد(۹ : ۲۳۳)

فقر و فنا یعنی نیازمندی، از مقامات عرفان است، سالک راه حقیقت به مقام فقر که عبارت است از عدم تملک اسباب، نرسد الا بعد از عبور بر مقام زهد.اسم فقر برکسی که رغبت دارد به دنیا، اگر چه هیچ ملک ندارد عاریت و مجاز بود، چه فقر را اسمی است و رسمی و حقیقتی. اسمش عدم تملک باوجود رغبت و رسمش عدم تملک باوجود زهد و حقیقتش عدم امکان تملک است.

آخرین وادی، وادی فقر و فناست که پس از وادی حیرت پدید می‌آید. گرچه سخن گفتن را در این باره روا ندانسته‌اند، لیکن بر آنان که به رازهای ناگفته دست یابند سر آن این است که این وادی، سرزمین فراموشی و بی‌گوشی و گنگی و بی‌هوشی است.

هرکه در این وادی پا بگذارد، در آن گم می‌شود و گم شده‌گی در این گذرگاه خود آسوده‌گی است و هر کدام که گم نگردد، آسوده نشود و چون گم شد، به رازهایی دست می‌یابد و همه آنچه ناخواندنی است، بخواند. در این وادی تنها مردان پردل و پرگذشت می‌توانند گام نهند و پختگان به این پایگاه می‌توانند برسند. رهروان سوخته و مردان پاک‌باخته، چون به این وادی رسند هم در نخستین قدم گم شوند و آن‌گاه بر مسند نیشنند، آن که پاک است به این دیار تواند رسید.(۹ : ۱۴۷- ۱۴۸)

نتیجه‌گیری

شیخ فریدالدین عطار نیشاپوری از جملهٔ سراینده‌گان توانا و عارف والاجاه زبان پارسی دری بوده و از وی آثار فراوان به یادگار مانده است. شیخ، شاعری است که شیفتهٔ عرفان و تصوف بوده و باسوز و گداز سخن می‌راند. عطار در منظومهٔ« منطق الطیر» با بیان رموز عرفان، رهرو این راه را قدم به قدم تا مقصود می‌برد.

شیخ عطار برای بیان مفاهیم بلند عرفانی از همه چیز از جمله تمثیلات و حکایت‌هایی که حیوانات قهرمان آن هستند، بهره جسته است و امروزه می‌توان مثنوی«منطق‌الطیر را یکی از مهم‌ترین

خېرونه میاشتنۍ درې کڼه، ۹ امه کڼه، پرلپسې دویمه ربع، ل ل ۱۳۹۶

(c) ketabton.com: The Digital Library

فابل‌ها در زبان و ادب دری دانست. گفته می‌توانیم که عطار، سرمایه‌های عرفانی شعر دری را که سنایی غزنوی آغازگر آن است به کمال رساند و راه را برای کسانی چون مولانا باز کرده است. از اشعار این شاعر و عارف والا مقام برمی آید که هفت وادی را خود پیموده و به منزلگاه حق و حقیقت رسیده است.

Abstract

The seven valleys of styles in Mantiq-u-tuair of Atar are those stages that the peripatetic of path should traverse. Atar compared traverse of these stages with the open deserts, which ends with high no sounds mountains. The peripatetic is compelled to cross these horrible deserts and fatal peaks. Complete description and learning of these seven horrible valleys is love. In the couplet and in the body of story of Mantiq-u-tuair the journey of birds with the guidance of hoopoe and stories that happens have come.

سرچشمه ها

1. **بنووال، محمد افضل.(1394). ادبیات عرفانی. کابل: انتشارات سعید.**
2. **پیمان، محمد.(1373). پانصد غزل فریدالدین محمد عطار نیشاپوری.تهران: چاپ کیهانک.**
3. **رحیمی، جعفر، احمد رضااحمدی و دگران. (1369). هزارسال شعر فارسی. تهران: کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان.**
4. **عطار، فریدالدین محمد.(1380). دیوان عطار: اهتمام و تصحیح تقی تفضلی. تهران: شرکت انتشارات علمی و فرهنگی.**
5. **عطار، فریدالدین محمد. (1378). منطق الطیر: تصحیح و شرح کاظم دزفولیان. تهران: انتشارات طلایه.**
6. **قویم، عبدالقیوم. (1390). سیری در ادبیات عرفانی. کابل: انتشارات سعید.**
7. **کریمی، مرزبان. (1386). چاپ اول، عرفان، ادبیات و تصوف. تهران: انتشارات اندیشهٔ اسلامی.**
8. **گلزار، محمدآصف. (1389). فرمانروای هفت شهر عشق. کابل: انتشارات سعید.**
9. **مجددی، میرسبحان.(1395). زنده‌گی نامه و فعالیت های نثاراحمد نوری. پوهنتون کابل: پایان نامهٔ دورهٔ ماستری.**

پوهنیار خان وزیر عادل
شیخ زاید پوهنتون
ښوونې او روزنې پوهنځی
کیمیا او بیولوژي څانگه
گرځنده شمېرې: 0764 618085 _ 0707 818989
Khwazir.adil@gmail.com

انسولین او دهغې میتابولیک تاثیرات

لنډیز

انسولین د قند میتابولیزم کنټرولوي او په ځیگر کې د وینې اضافي قند د گلایکوجن په توگه ذخیره کوي. د انسولین د نشتوالي له کبله د وینې گلوگوز له طبیعي اندازې څخه زیاتیږي، چې پدې حال کې د گلایکوجن عمومي ذخیرې کمیږي او په حقیقت کې د انسولین د نشتوالي له امله شکره نه ذخیره کیږي او نه اکسیدایز کیږي، چې انساج د غذایي انرژي څخه بې برخې (محروم) پاتې کیږي او شکره په وینه کې زیاتیږي، چې په نتیجه کې د قند مرض (Diabetes mellitus) پیدا کیږي او د وینې اضافي شکر د تشو بولو سره بهر وځي، خو دا ویل هم په کار دي چې د قند مرض یوازې د لنگرهانز د جزایرو (Langer Hans Islets) د حجراتو د ناتواني له امله ندی، بلکې د نخامیه، تایراید، ادرینال غدې، ځیگر، ارثي خواص، عمر، جنسیت او چاغښت د یادې ناروغۍ په رامنځته کېدو کې مهم رول لوبوي.

سریزه

په وینه کې د گلوکوز د سطحې ساتنه او تنظیم په دوو ښو سرته رسیږي، یو په تاکلو وختونو کې د غذا خوړل، بل د هغه هورمون په واسطه چې د پانکراس د غدې پواسطه څڅول کیږي. پانکراس یو شمېر ځانگړې حجرې لري چې د لنگرهانز د جزیرو (Langer Hans Islets) په نامه یادیږي. د لنگرهانز د جزیرو حجرې دوه ډوله حجرات لري، چې یو ډول یې الفا او بل ډول یې د بیتا په نامه یادیږي. د الفــا حجرې د گلــوکاگــون (Glucagon) هــورمون او د بیتا حجرې د انســولین (Insulin) هورمون څڅوي، چې د انسولین هورمون په وینه کې د گلوکوز سطحه ټیټوي. د انسولین هورمون د عضلاتو حجرې تحریکوي تر څو اضافي گلوکوز جذب او پر گلایکوجن (Glycogen) چې یو پولي سکراید (څو قېمته قند) دی بدلوي او په ځیگر کې زېرمه

(c) ketabton.com: The Digital Library

کیږي، انسولین د بدن د ټولو نسجونو او خصوصا د عضلاتو شحم د ذخیروي نسج او ینې په وسیله د ګلوکوز اخیستل او استعمال په چټکتیا سره اجرا کوي.

د کار توکي او کړنلاره

د دې مقالې په لیکنه کې مې د کتابتوني کړنلارې څخه کار اخیستی او کوښښ مې کړی، تر څو هغه وروستنۍ څېړنې او موندنې چې پدې وروستیو وختونو کې د طبي څېړونکو، ناروغۍ پېژندونکو، معتبرو علمي کتابونو، علمي ژورنالونو او انټرنیټي سایټونو پواسطه تر سره شوي دي، د ځانګړي غوراوي وروسته راغونډ او د خپلې علمي ټولنې په واک کې ورکړم.

موخې

۱_ لکه چې جوته ده په یوویشتمه پېړۍ کې د شکرې ناروغۍ د زیاتو ستونزمنو مسایلو له جملې څخه شمېرل کیږي، کوم چې د نړیوالو پاملرنه یې ځان ته راګرځولې ده، نو زموږ موخه د دې مقالې څخه دا ده، چې پدې توګه خلک د انسولین هورمون د ارزښت او دندو په هکله خبر شي او د خپلو ورځني کارونو د اجرا په موخه ګټور غذایي مواد وکاروي، تر څو په وجود کې ورڅخه حجرات او انساج لازمه انرژي تولید کړي.

د انسولین هورمون

دا هورمون د لومړي ځل لپاره په (۱۹۲۲) زیږدیز کال کې د Banting And Best په وسیله له پانکراس څخه بېل شو او په دې ډول یې د شکرې په ناروغۍ د اخته ناروغانو حالت له ناڅاپي خرابوالي څخه د یوه روغ کس د ژوند په لور روان کړ. په تاریخي ډول دا هورمون د وینې له ګلوکوز سره تړلی دی. دا خبره تر یوه ځایه صحیح ده، ځکه چې انسولین د کاربوهایډریټونو پر میتابولیزم باندې ډېرې ژورې اغېزې لري، خو د شحمي توکو د میتابولیزم ګډوډي یا ابنارملتي چې د Acidosis & Arteriosclerosis لامل ګرځي او دا دواړه بیا په خپل وار د شکرې په ناروغانو کې د مړینې عام لاملونه دي. همدرانګه هغه ناروغان چې د اوږدې مودې لپاره د شکرې پر ناروغۍ اخته وي، په بدن کې یې د پروټین جوړېدل کمیږي، چې دغه کار د نسجونو د وزن د بایللو او د ډېرو حجرو د دندو له لاسه ورکولو لامل ګرځي. لدې څرګندونو څخه داسې ښکاري چې انسولین لکه څنګه چې د کاربوهایډریټونو پر میتابولیزم اغېزې لري، له دوی نه ډېر یې د شحم او پروټینونو پر میتابولیزم لري.[۱]

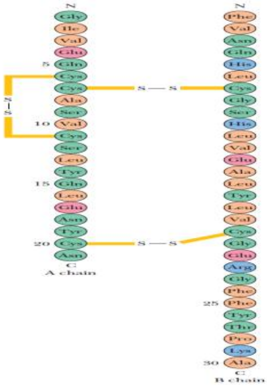
د انسولین افراز په ډېرې انرژۍ پورې اړه لري، دا خبره دا معنا لري چې که په خوراکي رژیم کې په لوړه کچه انرژي لرونکي توکي وي، په ځانګړي ډول کاربوهایډریټ او

(c) ketabton.com: The Digital Library

پروټین په لوړه کچه انسولین افرازوي او دا ډېر انسولین په ځانګړي ډول په خوراکي رژیم کې د کاربوهایډیټونو د ډېروالي له کبله افرازیږي. انسولین د اضافي انرژۍ په زېرمه کولو کې ونډه لري، کله چې بدن په لوړه کچه کاربوهایډرېټ ولري، نو انسولین د دې لامل ګرځي، چې دا کاربوهایډریټ په ځیګر او عضلاتو کې د ګلایکوجن په ډول او شحمي توکي په Adipose Tissues کې زیرمه کوي. همدرانګه ټول هغه کاربوهایډریټ چې د ګلایکوجن په ډول نه زېرمه کیږي، د انسولین په وسیله په شحم بدلیږي او بیا په Adipose Tissues کې زیرمه کیږي. په هغه حالت کې چې پروټین په بدن کې لوړ شي، نو انسولین د حجرو په پرده نبغ په نبغه اغېزه لري، تر څو امینواسیدونه په پروټینونو بدل کړي. د دې تر څنګ انسولین د هغه پروټینونو د Hydrolyses مخه هم نیسي کوم چې مخکې له مخکې په حجرو کې پراته وي. [۱]

د انسولین کیمیاوي جوړښت

انسولین یو کوچنی پروټین دی چې په انسان کې یې مالیکولي وزن (5808) دی. د امینواسیدونو له دوه ځنځیرونو څخه چې یو له بل سره دBonds Disulfide رابطو په وسیله یو ځای شوي جوړ شوی، خو کله چې د امینواسیدونو دا دوه ځنځیرونه یو له بل څخه بېل شي نو انسولین خپله دنده له لاسه ورکوي.



۱_ شکل: د انسولین کیمیاوي جوړښت بنیې.

انسولین د بیتا په حجرو کې د هغې ماشینرۍ په وسیله جوړیږي چې پروټین جوړوي، پدې ډول هغه رایبوزوم چې په ER پورې نښتي دي د RNA د Translation په وسیله لومړی یو Preprohormone جوړوي چې مالیکولي وزن یې (11500) وي، لږ وروسته دا مرکب په ER کې ماتیږي او Proinsulin جوړیږي چې مالیکولي وزن یې (9000) وي، دا مرکب

(c) ketabton.com: The Digital Library

مخکي له دې چې په Secretary Granule کې ځای ونیسي په ګولجي باډي کې توټه کیږي، تر څو انسولین او کوچني پیپټایډي توټه لاس ته راشي. سره له دې هم د افرازي انسولین 6/1 برخه پروانسولین جوړوي چې د انسولین په څېر دنده نه لري. کله چې انسولین وینې ته افراز شي، نږدې په بشپړه توګه په دوران کې په ازاد ډول ګرځي. په پلازما کې یې Half Life په منځني ډول سره 6 دقیقې او په 15 – 10 دقیقو کې له دوران څخه وځي. د انسولین له هغو برخو څخه پرته چې د Target Cell له آخذو سره نښلي نورې برخې یې په بنسټیز ډول په ځیګر، لږه اندازه یې په پښتورګو، عضلاتو او یوه کمه اندازه یي په نورو نسجونو کې د Insulinase په وسیله تخریب او له منځه وړل کیږي. د پلازما څخه د انسولین چټکه لېرې کوونه ډېره ارزښتناکه ده، ځکه لکه څنګه چې د انسولین څارونکو دندو چالانول اړین دي، په هماغه ډول یې بېرته ودراول هم څو وارې ډېر اړین دي. [٤]

د کاربوهایډرېټو په استقلاب د انسولین اغېزې

د هغو خوړو له خوړلو سمدستي وروسته چې په لوړه کچه کاربوهایډرېټ ولري هغه ګلوکوز چې وینې ته جذبیږي د انسولین د چټک افراز لامل ګرځي، چې دا انسولین بیا په خپل وار د بدن په ټولو نسجونو په ځانګړي ډول په عضلاتو او شحمي نسجونو او ځیګر کې د ګلوکوز د چټکې اخیستنې زیرمې او کارولو لامل ګرځي. د ورځې په ډېره برخه کې عضلات خپله انرژي له ګلوکوز څخه نه بلکې له شحم څخه اخلي. دلیل یې دا دی چې په روغ حالت کې له Resting Muscle حجرو پرده د ګلوکوز په وړاندې ډېره لږه د تیریدو وړتیا لري، خو دا خبره په هماغه وخت کې کله چې عضلي حجره د انسولین په وسیله تنبه شي سمه نده. د دوو خوړو تر منځ د انسولین د افراز کچه لږه ده او نشي کولای چې عضلي حجرو ته په زیاته اندازه ګلوکوز ننباسي، مګر په دوو حالاتو کې عضلات ډېر ګلوکوز کارولای شي: [۹]

اول حالت: د منځني او درانه تمرین په وخت کې د ګلوکوز دغه کارونه د انسولین لوړې کچې ته اړتیا نلري، ځکه چې تمرین کوونکي عضلي حجرې د خپلو تقلصي پروسو لپاره د یوه ناڅرګند دلیل له مخې د ګلوکوز په وړاندې خپله د تېریدو وړتیا ډېروي، که څه هم انسولین نه وي. [۸]

دویم حالت: له خواړو څخه یو یا څو ساعته وروسته عضلات په لوړه کچه ګلوکوز کاروي، چې په دې وخت کې د وینې د ګلوکوز غلظت ډېریږي او پانکراس په لوړه کچه انسولین افرازوي.

د ۱۳۹۶ ل، دویمه ربع، پرلیسې ۹ امه ګڼه، درې میاشتنۍ خپرونه

(c) ketabton.com: The Digital Library

دغه لوړ انسولین عضلي حجرو ته د ګلوکوز د چټکې لیږدونې لامل ګرځي. حجرو ته د دومره ډېر ګلوکوزو ننوتلو دلیل دا دی، چې په دې وخت کې عضلي حجرې د شحمي اسیدونو پر ځای د ګلوکوز کارولو ته ترجیح ورکوي . [٤]

که له خوړلو نه وروسته عضلات د تمرین په حالت کې نه وي او په لوړه کچه ګلوکوز عضلي حجرو ته ننوځي، نو دا وخت د دې پر ځای چې د ګلوکوز لوړه کچه انرژي وکارول شي 2/3% یې د عضلي ګلایکوجن په ډول زېرمه کیږي، چې وروسته دا ګلایکوجن د عضلاتو پوسېله د انرژۍ لپاره کارول کیږي. دا کار په عضلاتو کې د دې لپاره ګټور دی، چې عضلات د اړتیا په وخت کې د لنډ وخت لپاره اضافي انرژي تر لاسه کړای شي. دا کار د هغه Anaerobic انرژۍ د آزادیدو څخه هم مخنیوی کوي چې د ګلایکوجن څخه منځته راځي.

په ځیګر کې د انسولینو رول

د انسولین له ارزښتناکو اغېزو څخه یوه هم دا ده، چې هغه ګلوکوز چې له خوړو څخه وروسته جذبیږي سمدستي یې په ځیګر کې د ګلایکوجن په ډول زېرمه کوي، بیا د دوو خوړو لکه د سهار چای او د غرمې ډوډۍ تر منځ کله چې کس خواړه نه خوري او د وینې د ګلوکوز غلظت په ټیټېدو پیل کوي، نو د انسولین افراز په چټک ډول لږیږي او د ځیګر ګلایکوجن بېرته په ګلوکوز توټه کیږي او وینې ته ازادیږي، تر څو په وینه کې د ګلوکوز د غلظت له ډېر ټیټېدو څخه مخنیوی وشي. [۱]

هغه مېخانیکیت چې څرنګه انسولین په ځیګر کې د ګلوکوز د اخیستنې او زېرمې لامل ګرځي، ګڼ شمېر پړاوونه په ځان کې رانغاړي چې نږدې په یوه وخت کې ټول رامنځته کیږي.

۱_ انسولین د ځیګر Phosphorelase انزایم چې د ځیګر ګلایکوجن په ګلوکوز توټه کوي غیر فعالوي دا کار د ځیګر په حجرو کې د زېرمه شوي ګلایکوجن د ماتیدو مخنیوی کوي. [۷]

۲_ انسولین د ځیګر حجرو ته دا توان ورکوي چې د وینې څخه د ګلوکوز ډېره اندازه واخلي. دا کار د Glucokinase انزایم د ډېروالي په وسیله تر سره کیږي. دا انزایم د ګلوکوز د لومړني Phosphorylation لامل ګرځي وروسته له هغې چې د ځیګر حجرو ته ننوځي. اوس دا Phosphorelated ګوکوز په موقتي ډول سره د ځیګر په حجرو کې پاتې کیږي، ځکه چې Phosphorylized ګلوکوز نه شي کولای چې بېرته د حجرو له پردې څخه تېر شي. [۷]

د ښوونې او روزنې یا ساینس، ۹ امه ګڼه، دری میاشتنۍ خپرونه، پرلپسې دویمه ربع، ۱۳۹۶ ل

(c) ketabton.com: The Digital Library

۳_ انسولین د هغو انزایمونو دندې ډېروي چې د ګلایکوجن د جوړېدو لامل ګرځي، لکه Glycogen Syntheses چې د مونوسکرایډونو د پولي میرایزیشن په پایله کې د ګلایکوجن مالیکولونه جوړوي.

د تېرو ټولو کارونو وروستی اغېزې دا دي چې په ځیګر کې د ګلایکوجن کچه لوړه کړي. د ګلایکوجن کچه دومره لوړېدای شي چې د ځیګر د ټولې کتلې 6% – 5% جوړه کړي، چې زېرمه شوی ګلایکوجن په ځیګر کې له نږدې سل ګرامه سره برابر دی. کله چې داسې څوک خواړه نه خوري او د وینې د ګلوکوز سویه یې په ښکته کیدو پیل وکړي، نو ډېرې داسې پېښې رامنځ ته کېږي چې له ځیګر څخه دوراني وینې ته د ګلوکوز د خوشې کیدو لامل ګرځي. [۷]

که ګلوکوز په ځیګر کې له هغې کچې څخه لوړ شي چې د ګلایکوجن په ډول زېرمه کېږي او یا د Hepatocytes د میتابولېزم لپاره کارول کېږي، نو انسولین دا اضافي ګلوکوز په شحمي اسیدو بدلوي. دا اسیدونه یا د ترای ګلیسرایډ په ډول په (Very Low) (VLDL Density Lipoprotein) کې بسته کېږي او په همدې ډول د وینې انسولین د Gluconeogenesis مخه نیسي. دا کار د ځیګر د هغو انزایمونو د کار او کچې د لږوالي په وسیله تر سره کوي، کوم چې د دې کار لپاره اړین دي، مګر د دې اغېزو یوه برخه د انسولین د هغه فعالیت په وسېله ترسره کېږي، چې انسولین یې د عضلې او Extra Hepatic نسجونو څخه د امینواسیدونو لپاره کموي. [۵]

په دماغو کې د انسولین کړنې

دماغ د بدن د نورو نسجونو څخه په دې باره کې توپیر لري او هغه داسې چې د دماغ په وسېله د ګلوکوز په اخیستلو یا کارولو باندې انسولین ډېره لږه اغېزه لري. دماغي حجرې له انسولین څخه پرته هم د ګلوکوز په وړاندې د تیریدو وړتیا لري او هم ګلوکوز کارولای شي. د انرژۍ په اړه هم دماغي حجرې د بدن د نورو نسجونو څخه په بشپړ ډول توپیر لري. پدې معنا چې دماغي حجرې په روغ حالت کې یواځې ګلوکوز د انرژۍ لپاره کاروي او د انرژۍ نورې سرچینې لکه شحم په ګرانه کاروي، ځکه نو دا اړینه ده چې د وینې د ګلوکوز سویه هر وخت د Critical Level څخه پورته وساتل شي، چې دا کار د Blood Glucose Control System یوه له ډېرو ارزښتناکو دندو څخه ده. [۱۰]

کله چې د وینې د ګلوکوز کچه ډېره راټیټه شي (20 – 50mg/dl) د Hypoglycemic Shock نښې راڅرګندېږي چې په پرلپسې ډول په عصبي تخریش متصف وي، چې دا بیا د

(c) ketabton.com: The Digital Library

Fainting، Seizure او Comma په لور پرمختګ کوي. انسولين لکه د عضلي حجرو په شان د بدن نورو حجرو ته (پرته له عصبي حجرو څخه) هم د ګلوکوز په ليږد او کارونه کې ګړندیتوب راوړي. شحمي حجرو ته د ګلوکوز لیږدول د شحمي ماليکول د ګليسرول برخه جوړوي، څکه نو ويلای شو چې انسولين په غير مستقيم ډول په شحمي حجرو کې د شحم د ځای پر ځای کيدو ملاتړ کوي. [۳]

د شحم په استقلاب باندې د انسولين اغېزې

که څه هم انسولين په شحم لکه د کاربوهايډريټو په شان ناڅاپه او د ليدلو وړ اغېزې نه لري، خو بيا يې هم اغېزې د شحم په ميتابولېزم په يوه اوږده موده کې ارزښت لري، په ځانګړي ډول هغه اغېزې يې چې بيخي ډرامتيکې دي او د انسولين د کمښت له امله په پراخه ډول د Atherosclerosis له امله د زړه د حملو، دماغي شاک او نورو وعايوي ستونزو په لور ځي. انسولين په شحم داسې ډېرې اغېزې لري، کوم چې په شحمي حجرو کې د شحم د زېرمه کيدو لامل ګرځي . په لومړي قدم کې انسولين د بدن د ډېرو نسجونو په وسيله د ګلوکوز لګښت ډېروي، پدې توګه د شحم له خپل سري لګښت څخه مخنيوی کوي او د شحم د ډال په ډول دنده ترسره کوي. انسولين د شحمي اسيدونو جوړيدو ته پرمختګ ورکوي او دا خبره هغه وخت بيخي سمه ده چې ډېر کاربوهايډريټ واخيستل شي (له هغې کچې څخه چې سمدستي د انرژۍ لپاره وکارول شي) او پدې ډول سره د Fat د جوړيدو لپاره Substrate چمتو کوي. د شحمي اسيدونو د جوړيدو دا پروسه د ځيګر په حجرو کې تر سره کيږي او بيا وروسته شحمي اسيدونه له ځيګر څخه د وينې د Lipoprotein په ډول شحمي حجرو ته ځي، تر څو زېرمه شي. هغه بېلابېل فکتورونه چې په ځيګر کې د شحمي اسيدونو د زياتي جوړيدنې لامل ګرځي پدې ډول دي: [۱]

۱_ انسولين د ځيګر حجرو ته د ګلوکوز ليږدونه چټکوي: وروسته له هغې چې د ځيګر د ګلايکوجن کچه 6% – 5% ته ورسيږي، پخپله همدا کچه په ځيګر کې د نور اضافي مقدار ګلايکوجن د جوړيدنې مخه نيسي او پدې ډول نور ټول هغه اضافي مقدار ګلايکوجن چې د ځيګر حجرو ته ننوځي، د دې لپاره چمتو کيږي چې شحم جوړ کړي، په لومړي قدم کې ګلوکوز په Glycolytic Pathway کې په Pyrovate بدلوي او بيا دغه پايرويټ په پای کې په Acetyl-Coa بدليږي. دغه وروستۍ ماده له هغې مادې څخه عبارت ده چې په شحمي اسيدونو بدليږي. [۱]

۱۳۹۶ ل، دویمه ربع، پرلپسې ۹ امه ګڼه، درې میاشتنۍ خپرونه

(c) ketabton.com: The Digital Library

۲_ د انرژۍ لپاره د ګلوکوز د ډېرو کارولو په وخت کې د Cetric Acid له لارې د Cetrate او Iso Cetrate ایونونه جوړیږي. دغه ایونونه بیا په خپل وار د Acetyle-Coa Carboxylase انزایم په فعالولو کې نېغه ونډه لري، دا انزایم د Acetyle-Coa د Caroxylation لامل ګرځي او Malonyle-Coa جوړوي. [۱]

۳_ ډېر هغه شحمي اسیدونه چې تر اوسه په ځیګر کې جوړ شوي د ترای ګلیسرایډ د جوړیدو لپاره کارول کیږي او دا هغه ډول شحم دی چې زېرمه کیږي، دغه شحم د وینې دوران ته د Lipoprotein په ډول د ځیګر د حجرو په وسیله ورخوشی کیږي. انسولین د شحمي نسجونو د وینېته ډولـه رګونو په دیوال کې د Lipoprotein lipase په نوم انزایم فعالوي، چې په دې ډول ترای ګلیسرایډ یو ځل بیا په شحمي اسیدونو توټه کیږي، چې د اړتیا او غوښتنې سره سم شحمي حجرو ته جذبیږي او وروسته په ترای ګلیسرایډ بدل او زیرمه کیږي.[۱]

په وده او د پروتین په استقلاب د انسولین اغېزې

دا هورمون د پروتین د جوړښت او زېرمه کولو ملاتړ کوي، پدې ډول چې له خوراک څخه یو یا څو ساعته وروسته کله چې په دوراني وینه کې د مغذي توکو کچه لوړه شي، نو کاربوهایډریټ او شحم د پروتینو سره یو ځای په نسجونو کې زېرمه کیږي، چې د دغو توکو زېرمه کیدل انسولین هورمون ته اړتیا لري. باید ووایو چې د پروتین د زېرمه کیدو په اړه د انسولین ونډه لکه څنګه چې د شحم او قند په اړه نه ده څرګنده شوي، خو ډېرو حجرو ته د امینو اسیدونو لیږد تنبه کوي، د بېلګې په ډول د Valine, Laucine, Tyrosine او Phenylalanine لیږد حجرو ته ډېروي، نو ویلای شو چې انسولین پدې اړه د Growth Hormone سره یو ځای حجرو ته د امینواسیدونو لیږد هم ډېروي او هم یې اسانه کوي، خو دواړه هورمونونه په یو واحد امینواسید ځان نه بوختوي. [٦]

انسولین د mRNA د ژباړې یا Translation پروسه ډېروي، پدې ډول د نورو پروټینونو د جوړیدو لامل ګرځي. انسولین د ځینو ناڅرګندو لارو په وسیله د رایبوزوم ماشینري چالانوي، له همدې کبله د انسولین په نه شتون کې د رایبوزوم فعالیت په ټپه دریږي. د دې څخه څرګندیږي چې انسولین د یوه on And off ماشین په ډول کار کوي. په یوه اوږده موده کې انسولین د حجرو د هستو په ځینو ځانګړو جینونو کې د Transcription پروسه ګړندۍ کوي، داسې چې د RNA جوړښت ډېروي او په دې ډول د نورو پروټینونو په جوړیدو پای

(c) ketabton.com: The Digital Library

ته رسیږي. په ځانګړي ډول د داسې پروټینونو جوړیدل ډېروي چې د انزایم په ډول د کاربوهایډرېټو او شحم په زېرمه کولو باندې اغېزه ولري. [۲]

انسولین د پروټین کتابولېزم بندوي، په پایله کې د نسجونو څخه په ځانګړي ډول له عضلي حجرو څخه د امینواسیدونو خوشي کول بندوي. دا کار د انسولین د هغه وړتیا په پایله کې رامنځته کیږي، چې د حجرو د لایزوزوم په وسیله د پروټین د نارمل تخریب کچه راکموي. انسولین د پروټین جوړښت تنبه کوي او تخریب یې بندوي له همدې کبله د انسولین نه شتون د پروټین د تخریب او په پلازما کې د امینواسیدونو د کچې د لوړوالي لامل ګرځي، یعنې که د انسولینو موجودیت نه وي تولې پروټیني زېرمې به بندې شي او کتابولېزم یې لوړیږي، جوړښت یې بندیږي او په پلازما کې به د امینواسیدونو کچه لوړه وي. دا امینواسیدونه نیغ په نیغه د انرژۍ د سرچینې په ډول او یا د Gluconeogenesis لپاره د خامو توکو په ډول کارول کیږي. برسېره پر دې دا کار د تشو بولو له لارې د یوریا د ډېروالي لامل ګرځي، په پای کې ویلای شو چې د پروټین له لاسه ورکول د شکرې د ناروغۍ له شدیدو ناخوالو څخه یوه ده چې د بدن د شدید ضعیف والي او ډېرو دندو د ګډوډۍ لامل ګرځي. [۹]

پایله

څرنګه چې انسولین د پروټینونو د جوړښت لپاره ضروري دي او د انسولین په نشتوالي کې د پروټینونو جوړښت نه اجراء کیږي او له بلې خوا د پروټینونو موجودیت د نشوونما هورمونونو د جوړښت لپاره لازمي دي او همدرانګه د پروټینونو کموالی چې د ودې د هورمونونو د کموالي سبب کیږي او په نتیجه کې د انسان په وده کې سستي او خرابي لیدل کیږي. د غذا څخه وروسته زیات مقدار غذایي مواد لکه کاربوهایډرېټ، شحم او پروټین په وینه کې زیاتوالی پیدا کوي، چې په نتیجه کې پروټین هم د شحم او کاربوهایډرېټو په شان په نسجونو کې ذخیره کیږي، چې د دې کار لپاره د انسولین موجودیت ضروري دی. دا چې څنګه انسولین د پروټینو په ذخیره کیدو تاثیر کوي تر اوسه پورې یې واضح دلیل ندی وړاندې شوی، خو برعکس د انسولین نشتوالی د وینې په پلازما کې په امینواسیدونو کې ډېرښت راوړي او په دې ډول د بدن په پروټینو کې کمښت منځته راوړي.

خېړونه د میاشتنۍ درې ګڼه، ۱۹مه ګڼه، پرلپسې ربیع، دویمه ل ۱۳۹۶ ل

(c) ketabton.com: The Digital Library

Abstract

Insulin controls sulfur metabolism and stores additional blood sugar in the liver as glucose. Due to lack of insulin, blood glucose is more than natural estimates, although the general reservation of glucose levels is actually not stored due to lack of insulin and is unacceptable to prevent food from non-food (Deprived) and the sugar grows in the blood, resulting in a diabetes mellitus, and additional blood sugar stains outside the blood pressure, but it is also said that acne is only available in the lungrines. Langer Hans Islets are not due to nutrient disorders, but also result in nucleus, thyroid, pancreatic, liver, arthritis. Wạṣ, age, gender and obesity play a major role in the establishment of the disease.

اخځلیکونه

۱_ احسان، احسان الله، (۱۳۹۵ل) اندوکراین، زړه، رګونو او پښتورګو فزیالوژي، ننګرهار پوهنتون طب پوهنځی : م م ، ۱۰۲ _ ۱۱۵

۲_ بهسودوال ، خلیل احمد، (۱۳۹۲ل) د سېستمونو پتالوژي، د ننګرهار د طب پوهنځی: م م ،۱٤ _ ۲۰

۳_ سلطانی، عبدالواسع، (۱۳۹۱ل) اندوکراینولوژی و روماتولوژی، چاپ دوم ، پوهنتون طبی کابل :م ۳۱

٤_ شریف الله، (۱۳۸۰ل) طبي فزیالوژي، د ننګرهار پوهنتون طب پوهنځی: م م ، ۱٦۳_ ۱٦٦

٥_ ظفرزی، محمدظاهر، (۱۳۸۹ل) د هضمي جهاز ناروغی، د ننګرهار طب پوهنځی: م م ، ٤۱ _ ٤٥

٦ _ فروتن، محمدناصر، (۱۳۹۰ل) فزیالوژي طبي، انتشار عازم کابل : م م ۱٥۷ _ ۱٦۷ .

۷_ نشاط،محمدطیب، (۱۳۹۰ل) اندوکراینولوژي او روماتولوژی ، ننګرهار پوهنتون:م م ۷۰ _ ۷۲

۸_ هادی،سیف الله، (۱۳۹۰ ل) د پښتورګو او هضمي سېستم ناروغی، م ۳۷

۹_ هاشمي، سیدعبدالله، (۱۳٦۲ل) پتالوژي عمومي، انستیتوت دولتي طب کابل: م م ، ۸۱ _ ۸٥

10_ Bloom and Fawcett Concis Histology Chompan and Hall (1997) (PP. 99 - 102)

11_ Carol-Mathson,Parth Pathophysiology.5th Edition Lippion cott. (1988) Chapter 10 (PP.35 – 37)

(c) ketabton.com: The Digital Library

Ministry of higher Education
Shaikh Zayeduniversity

AcadamicJournal

Editor-in-Chief: T.Assist. Muhammad QasimGurbaz
Mobile: 0093771126767
Email: qasim.gurbaz@gmail.com

Associate Editor: Noor Muhammad Enqelabi
Mobile: 0093700337022
Email: enqelabi.sheikh@gmail.com

Get more e-books from www.ketabton.com
Ketabton.com: The Digital Library