له قبایلي مشرانو سره د ارتګري او اوزبکی د مخنیوي پر سر د خبرو اترې (۲ مخ)

د دښمنانو وحشیانه بریدونه افغانان د ملي هوساینې د پرمختګ له کلک هوډه نه شي اړولی (۲ مخ)

حقیقت خورشید (کتاب تحقیقاتی در مورد افغانستان از چاپ برآمد) (ص ۲)

مساعی برای افغانی شدن مصالحه (ص ۲)

...ر ډول همکاري ته چمتو دی

...سره هر ډول همکارۍ ته چمتو دی ...په دغه ټلیفوني اړیکه کې څرګنده کړه چې ...ي جمهوررییس د لوړې له مراسمو وروسته ...ب فرصت کې هغه هیواد ته سفر وکړي ...د ایران منتخب جمهور رییس ډاکتر حسن ...دې په ترڅ کې چې د افغانستان ...ي د نیکمرغۍ او بریالیتوب هیله وکړه، د ...هوررییس له ټلیفوني اړیکې څخه مننه وکړه ...د کرزي څخه یې وغوښتل چې ...ر وکړي

Ketabton.com

...ي وزیران او د نورو اړوندو ادارو چارواکي کې ...ونو ستونزې او غوښتنې په هر اړخیز ډول وڅېړي

...کړې هیواد ورځپاڼې ته د جمهوري ریاست د رسیو له دفتره په را استول شوي خبر کې ویل شوي ،چې په دغې کتنه کې چې پرون غرمه په ارګ کې ترسره شوه،مولوي محمد نسیم

آخند زاده، مولوي نظر محمد، مولوي عبدالمبین او د هلمند ښاروال محمد فاضل صافي د نورو په استازیتوب خبرې وکړې او د ارغنداب پر سیند د اوبو د دوو بندونو، ۸ مخ

(c) ketabton.com: The Digital Library

سرمقاله

دپوځي عملیاتو او مسوولیتونو د پر غاړه اخیستو لپاره د کورنیو ځواکونو وړتیاوې

کورنیو ځواکونو په ټول افغانستان کې په رسمي ډول د پوځي عملیاتو مشري د بولړ ځانګړو مراسمو په تر کې پر غاړه واخیسته. دا له پلان سره سم د هغې ژمنې پوره کول دي، چې څه موده وړاندې د افغانستان د اسلامي جمهوریت د جمهور رییس حامد کرزي په مشرۍ افغان پلاوي امریکا ته د سفر پر مهال د امریکا له ولسمشر بارک اوباما او د ناټو له سرمنشي راسموسن سره د کتنو پر مهال کړې وه پرون په کابل کې له بهرنیو ځواکونو څخه کورنیو ځواکونو ته د پوځي عملیاتو د مشرۍ د سپارلو او د امنیتي مسوولیتونو د لېږد د پنځم پړاو د پیل لپاره ځانګړي مراسم جوړ شوي وو، چې په کې د حامد کرزي او د افغان لوړ پوړو چارواکو ترڅنګ د ناټو عمومي سرمنشي اندرس فوګ راسموسن هم ګډون کړی و دا د افغانستان په تاریخ کې مهم پړاو دی، چې پیل شو له دې سره کورني ځواکونه نور هم تر ډېره مسوولیت لاندې راغلل او د تاریخ په ډېرو حساسو شېبو کې هغوی دې ملي دندې ته اوږه ورکړه دا په داسې حال کې ده، چې له هېواده د بهرنیو ځواکونو د وتلو لړۍ روانه ده او د تاریخي دښمنانو په لمسون په ښکاره توګه لاسوهنو او جګړو زور اخیستی پاکستان په ښکاره توګه خپل جنګیالي افغانستان ته پر حکومت د فشار او د خپلو موخو د ترسره کولو لپاره را استولي او پر سولې سیمو یې حملې برېدونه جاري ساتلي دي افغان ځواکونو ته د امنیتي مسوولیتونو د لېږد پنځم پړاو هم پیل شو، چې په بشپړېدو سره به یې د هېواد امنیتي چارې افغان لوري ته وسپارل شي تر اوسه کورنیو ځواکونو په پوره مېړانه او ملي روحیې د لېږد څلور واړو پړاوونو ته اوږه ورکړې او په هغو سیمو کې، چې دا پړاوونه بشپړ شوي، امنیت د ډاډ وړ دی، خو بیا هم کورني ځواکونه د دښمنانو د لاسوهنې او د هغوی د مخامخ جګړې د مخنیوي لپاره باید د نن زماني له غوښتنو سره سم پیاوړي وای، سره له دې، چې په دې اړه د نړۍ ګڼو هېوادونو له افغانستان سره د مرستو ژمنې کړې او د ناټو مشر راسموسن پرون بوځل بیا دا ژمنې تازه کړې، چې له افغانستان سره به دریږي او د کورنیو ځواکونو د پیاوړتیا لړۍ به دوامداره ساتي، خو لا هم کورني ځواکونه د لرې ویشتونکې موخې وسلې، د هوایي مدافعې لپاره پیاوړې الوتکې او نور اړین جګړه ییز تجهیزات نه لري، دا چې په مخامخ جګړه کې دښمن کورنیو ځواکونو ته نه شي ټینګېدای، دا هغه ملي اسلامي او د وطن پالنې لوړه روحیه ده، چې د کورنیو ځواکونو په څنګه کې احصل شوي، خو د نن زماني جګړه پر پیاوړې روحیې نه، بلکې په پر مخ تللو وسلو او جنګي تجهیزاتو ګټل کېږي، له همدې امله د کورنیو ځواکونو د پیاوړتیا سخته اړتیا ده جمهور رییس د همدغې اړتیا د پوره کېدو په هیله له نړیوالې ټولنې غوښتنه وکړه، چې د سیمې شرایطو ته په پام سره دې د افغان ځواکونو د پیاوړتیا او تجهیز لپاره مرستې وکړي او ناټو او نور مرسته کوونکي هېوادونه دې د افغانستان پوځ له هوایي او مځکني پلوه پر پیاوړي پوځ بدل کړي که داسې ونه شي، نو افغانان به له سختو ستونزو سره لاس او ګرېوان وي، ځکه د امریکا په مشرۍ ناټو په ګاونډ کې د ترهګرۍ مخنیوی ونه کړ او پر هغو کړیو او حکومتونو یې فشار رانه ووړ، چې ترهګر پالي، روزي یې او بیا یې پر مهمو موخو د برېدونو لپاره ګوماري دا چې د نړیوالو ځواکونو شمېره د مهال وېش له مخې کمېږي، نو باید ځای یې کورني ځواکونه په داسې حال کې ډک کړای شي، چې پر مختلفو وسلو او پیاوړې هوایي ځواک ولري د پوځي ځواکونو د پیاوړتیا تر څنګ اقتصادي پرمختګ او پر ځان بسیاینه هم د افغان حکومت لویه او څنډ نه منونکې دنده ده، چې باید په کم وخت کې یې تر سره کړي

له قبایلي مشرانو سره د ترهګرۍ او اورپکۍ د مخنیوي پر سر د خبرو اړتیا

هدایت الله نوري

دا چې د پښتونخوا د عوامي نشنل ګوند مشر محمود خان اڅکزي او نور مشران او سیاسیون وایي چې پاکستان په ښکاره د افغانستان په چارو کې لاسوهنه کوي. د عوامي ګوند مشر محمود خان اڅکزي په اسلام اباد کې د بلوچستان د وروستیو ناامنیو په اړه د ملي شورا ځانګړې غونډې ته ویلي، چې د ناامنیو پېره په ټوله کې پر امنیتي ارګانونو ده. "پاکستان د افغانستان په چارو کې لاسوهنه کوي. اسامه په ایبټ اباد کې اسلام اباد ته څېرمه د پوځ مرکز ته نږدې ووژل شو. اتوم بم مو خرڅ کړ او په قبایلي سیمو کې مو وسله والو ته پناه ورکړې. چې دې ټولو ته نړیواله کچه پاکستان منزوي کړی دی." د نوموړي په وینا، ټوله نړۍ د پاکستان دښمنه شوې او د نړیوالو ډېرې ادعاوې او تورونه هم ثابت شوي دي. "د پاکستان امنیتي او استخباراتي اداري دومره پیاوړې دي چې له خړو اوبو څخه ستنه پیدا کولی شي، خو په کوټه کې امنیت نه شي ټینګولی." د هغه په وینا، پخوانې پوځي چارواکي کیانې امام اعتراف کړی و، چې ۹۵ زره کسانو ته یې په بېلابېلو برخو کې پوځي روزنه ورکړې. چې له حکومت سره یې هیڅ اسناد نشته. هغه غوښتنه وکړه، چې له قبایلي سیمو څخه دې پوځ و ایستل شي او په دې سیمو کې له مېشتو وسله والو طالبانو سره د امریکا په ګډون خبرې اترې پیل شي. خو اڅکزي وویل، چې د خبرو اترو له پیلېدو سره سم دې امریکا په قبایلي سیمو کې بې پیلوټه برېدونه بند کړي: "امریکا خو لیونۍ نه ده، چې پر قبایلي سیمو بې پیلوټه برېدونو سلګونه زره ډالر لګښت کوي. دا یو حقیقت دی چې هغه وسله وال شته چې تیرې." په هر حال په افغانستان او له ډیورنډ کرښې پورې سر د پاکستان د ناوړو موخو لپاره روانه جګړه او لاسوهنې څه نوې مسئله نه ده، بلکې لومړی د افغانستان د بربادۍ لپاره د اوولسمې پېړۍ په پای کې انګرېزانو پلانونه پر لاره واچول. بیا یې افغانستان د اتلسمې پېړۍ د پای په څو لسیزو کې پر بېلابېلو ټوټو سره ووېشل. خو کله، چې په ۱۹۴۷ زېږدیز کال د انګرېزانو د مغرضانه هلو ځلو په ترڅ کې یو کاذب هېواد پاکستان رامنځته شو، نو خپلې لاسوهنې یې تیغ په تیغه نه، بلکې د پاکستان پر مټ په افغانستان کې تر ننه جاري وساتلې. انګلستان په اصل کې داسې علاقې سرچینې نه لري، چې پرې بسیا وي. نو د بډایو هېوادونو د لاندې کولو په صورت کې ساتلې تر لاسه کوي او د دې لپاره یې د خپلې امپراتورۍ د پراختیا هلې ځلې پیل کړې او دا چې هندوستان تر اوولسمې پېړۍ پورې ګڼې خزانې لرلې، نو انګرېزانو هم د هند د سرو زرو د مرغۍ د تر لاسه کولو لپاره هلې ځلې ګړندۍ کړې. د اوولسمې پېړۍ په نوي یمو کلونو کې انګرېزانو ته دا مهمه وه، چې پر هندوستان د پښتنو واکمني پای ته ورسوي او د پښتنو د راتلو ستراتیژیکې سیمې تر ولکې لاندې کړي. هغه مهال په افغانستان او هندوستان کې د نوي احمد شاه بابا د زوی زمان خان امپراتوري وه، خو انګرېزانو د خپلو شومو موخو لپاره د زمان خان واکمني کړاره پرې نښوده. هغه ته یې په کور د ننه او په بهر کې ستونزې را ولاړې کړې. بیا یې زمان خان د خپل ورور، محمود په لاس ړوند کړ. سترګې یې پرې په لستر وایستې او د کابل په بالاحصار کې یې بندي کړ. انګرېزانو د زمان خان بل ورور شاه شجاع خپل لاسپوڅی وباله او لومړی یې تر لاهور په څو بوجیو وربجو واخیست. له همغې ورځې انګرېزانو په سیمه کې د خپلې واکمنۍ د ټینګښت لپاره هلې ځلې جاري وساتلې. له افغانستان سره یې درې جګړې وکړې. خو کله یې یوه هم ونه شوای ګټلی، نو په پراخه کچه یې تر یې په بېلابېلو پړاوونو کې مځکې او سیمې بېلې کړې، چې ښه نمونه یې په ۱۸۹۳ کال کې د ډیورنډ کرښې ایستل او تر اټکه پورې یې د افغانستان د سیمو بېلول دي. خو دا بېلتون په هیڅ توګه هم افغانانو نه دی منلی، بلکې د ټولو شویو سیمو د تر لاسه کولو لپاره یې ګڼې قربانۍ هم ورکړې او دا هڅې اوس هم روانې دي. دا چې اوس پر ټله شوې سیمه د نوي رامنځته شوي کاذب هېواد پاکستان، واکمني ده، نو انګرېزان یې تر شا ولاړ دي او د پخوانیو پلانونو له مخې د افغانانو د سر سرې وژنې، د پوهې او پرمختګ مخنیوی یې کوي او په کور د ننه یې افغانان سره په جګړه کې را ښکیل ساتلي دي. دې ته په کتو سره دپاکستان لاسوهنې ښکاره دي، نه پټې. د ډیورنډ کرښې دواړه غاړې اوس د تاریخي دښمنانو په لمسون تر سخت ناورین لاندې دي. په دغو سیمو کې ترهګرې او اورپکې پالل کېږي او لومړی د افغانانو د وژلو لپاره ګمارل کېږي او بیا په سیمه او نړۍ کې نوري موخې هم د همدې ترهګرو او اورپکو، پر مټ تر ترهګرېزو او ځانمرګو برېدونو لاندې راوستل کېږي. دا چې په سیمه کې د امریکا په مشرۍ د ناټو ماموریت، چې وایي د ترهګرۍ د خپلو ماموریت دی. ناکام او بې پایلې دی لامل یې همدا دی، چې انګرېزان د امریکا پاخه متحدین دي او امریکا نه شي کولی، چې د خپل مهم متحد د پالیسۍ مخنیوی وکړي، بیا یې تر هغه مهاله د انګرېزانو په لمسون په افغانستان او قبایلي سیمو کې د سر د سړیو د وژنې او د پرمختګ د مخنیوي لپاره جګړه روانه وي، چې دا ولس سره نه وي متحد شوی. د پاکستان د ناوړه سیاست او مداخلو له امله، چې اوس یې کوماندویان، پوځیان او استخباراتي کړۍ په افغانستان کې جګړې او په قبایلي سیمو کې یې هم د خپلو موخو لپاره وژنې او جګړې روانې ساتلې، ټول په تنګ شوي دي. په دې اړه د افغانستان د اسلامي جمهوریت جمهور رییس حامد کرزي هم اندېښنه څرګنده کړې، خو په تش ویلو څه نه کېږي. افغان حکومت باید د دغه اور، چې له پېړیو پېړیو په سیمه کې د افغان وژنې او بېلتون لپاره بل دی، مخ کړي. د دغه اور د مخنیوي لپاره باید د پاکستاني چارواکو پر ځای له قبایلي مشرانو سره خبرې وشي او د ډیورنډ کرښې دواړو غاړو ته پراته مشران باید د سیمې د تباهۍ د جګړې د مخنیوي او د خپل وحدت لپاره لاس په کار شي، غوره دا ده، چې افغان حکومت د ډیورنډ کرښې پورې غاړې ته له پرتو افغانانو سره غونډې دوامداره وساتي او په پای کې داسې حل لاره را وباسي، چې دا سیمه له پېړیو پېړیو ناورینه وژغورلی شي. له دې پرته نورې لارې چارې ځکه ناسمې دي، چې نړیواله توانه د افغانانو نیکمرغي نه غواړي او په یوه او بله پلمه مو تېر باسي

د دښمنانو وحشیانه بریدونه افغانان دخپل هېواد د پرمختګ له کلک هوډه نه شي اړولی

قرار شینواري

دافغان دښمنو هېوادونو او دسیمه ییزو اوړېوالو استخباراتي اوپوځي شبکو په لمسونو، هڅونو، مالي ملاتړ اوتقنیې سره به دهغوی پیرودل شوي اجیران اولاس په نامه نوکران هېڅکله ونه شي کړای چې په خپلو ځانمرګو اوغلچکي برېدونو، بمي چاودنو اونوروانساني ضد، اسلامي ضد اوترقۍ ضد عملونوسره پرخپل وطن، ملي واکمنۍ، خپلواکۍ، ابادۍ، سولې اوملي یووالي باندې مېن افغانان دخپل هېواد دښېرازه کولو له هوډه واړوی. له دې لارې یې خپل خاینه احتیاج اومحتاج کړي. ویې لوبوي او دخپلو شومو موخو ښکار کړي. ته چې د وخت پرغلګر سره روسان او د انګرېزانو ښکېلاکګر او ځبښاکګر ځواکونه د افغانستان د حماسه زېږوونکي هېواد د اتلو خلکو پر ضد د زیاتو تېریو او ټوټو سره سره خپلو شومو موخو ته ونه رسېدل اوله، له شرمه ټکو ماتو سره مخ شول. همدارنګه به د سیمې دغه ډول مغرضې استخباراتي او پوځي شبکې او په سرکې به یې پاکستان هم د افغانستان په ضد خپلو شومو موخو او ناوړو پلانونو ته ونه رسېږي. دغه پلانونه به هېڅکله د عمل جامه وانه غوندي اوپه خوب او خیال به یې بدل شي. د افغانستان جمهور رئیس حامد کرزي د پاکستان له جیو تلویزیون سره په مرکه کې هم یادو ټکو ته ګوته ونیوله او په زغرده یې وویل د افغانستان خلک د پاکستان له خلکو ګیله من نه دی، بلکې ددغه هېواد له استخباراتي او پوځي بنسټونو او ادارو څخه شکایت لري چې له مذهب څخه د ناوړه ګټې اخیستنې له لارې یې د افغانستان په بې ثباته کولو یې را اخیستې ده چې تر پاکستان په خپله د ټوندلارۍ او بنسټپالنې په توګه کې ښکیل شوي دي، له ځانمرګو او غلچکي برېدونو، بمي چاودنو او داسې نورو زړه دردوونکو پېښو سره بې مخ کړي دي. د پاکستان مغرضې او مخربې استخباراتي کړۍ غواړي چې افغانستان یې تل تر لاس لاندې وي. ویې لوبوي. د زیاتو ناورینونو او ناخوالو لامل یې وګرځي. تر زیاتو فشارونو لاندې یې راولي او له دې لارې یې دېته اړ کړي چې پر افغانانو د ډیورنډ تپل شوې منحوسه او کرغېړنه کرښه دا د افغان ولس پر زړه دوخت د انګرېزانو د استعمار د خنجر تور داغ پر افغانانو په رسمیت وپېژني. خو د پاکستان ددغو مغرضو کړیو دغه تش خوبونه او خیالونه به هېڅکله ریښتیا نه شي او د افغانانو لاسختي خپېړې به پر مخ وخوري او هم به افغانان هېڅکله دا اجازه ورنه کړي چې د افغانستان بهرنۍ سیاست د پاکستان د هېواد په خونه جوړ شي اوددغه هېواد دشومو موخو ښکارشي. مور له پاکستان سره تل یې اړیکي غوښتي دي، خو له ډېره بده مرغه استخباراتي او پوځي شبکو یې په غبرګون کې هېڅ نه دي کړي او د خپلې ناوړه دوه مخې پالیسۍ پر مټ یې د دواړو لوریو ترمنځ د اړیکو فضا تل خړه پړه کړې ده او په خپلو یې شرمانه لاس وهنو او لمسونو سره یې د جګړې اور لاتازه کړې دی تمه ده چې پاکستان د ۲۰۱۴ زېږدیز کال تر پایه پورې له دغه وخت څخه په ګټې اخیستو سره ددغو دواړو ګاونډیو هېوادونو ترمنځ د اړیکو د ښه والي له پاره زمینه برابره کړي او دواړه هېوادونه په ګډه د ترهګرو دا بشر د ستر او ګډ دښمن پر ضد ګډې مبارزې له پاره په کلکه خپلې ملې راتړوهي. خالي یې ونګې کړي او د ترهګرو مشران او نور ډېر خطرناک اورپکي او تروریستان چې پاکستاني استخباراتو او پوځیانو تر خپلې لمنې لاندې پټ کړي دي. د اسامه بن لادن په څېر له برخلیک سره مخ کړي او له منځه یې یوسي، نو هغه به د افغانستان او پاکستان په ګډون د سیمې او ان د ټولې نړۍ د هېوادونو خلک د ترهګرو له شره خوندي شي او په ارامه به ساه کاږي. او د افغانستان په ګډون به په سیمه کې د سولې او ثبات څراغونه په تکېدو راولي. له دې پرته به د ترهګرو او اورپکو د ځانمرګو او غلچکي برېدونو، بمي چاودنو او داسې نورو فجایعو ښکار کېږي. دښځو، ماشومانو او تنکیو ځوانانو په ګډون به بې بې دفاع او بې ګناه خلک وژل کېږي، معیوبېږي او معلولېږي. ښځې به یې کونډې کېږي، دخاروبکۍ به یې جوړې وي اوهدیروته به سپارل کېږي اوبیا به یې تری تم کېږي. دخناورو او مرغانو دخوراک ښکار کېږي به په ترابه داوی چې افغان دښمن هېوادونه اوسیمه ییزې مغرضې استخباراتي کړۍ، نور باید په افغانستان کې له ورانکاریو اولاس وهنو څخه لاس واخلي اوپه مرسته دې په افغانستان اوپاکستان اوان په ټوله سیمه کې د سولې اوثبات له پاره زمینه برابره کړي

مساعی برای افغانی شدن مصالحه

اعزامی

پروسه صلح در ابتدا به ابتکار دولت افغانستان آغاز شد وبرای وصول به این مامول چهار سال قبل گردهمایی بزرگی از سران قوم ، علما، دانشمندان ورجال دولتی برگزار گردید ودرپایان مباحثات ورایزنی هابا تجویز جناب حامد کرزی ، شورای عالی صلح تشکیل گردید. شورای عالی صلح تحت ریاست استاد ربانی شهید، طی دوسال درداخل وخارج کشور تلاش های خستگی ناپذیری به خرج داد، هیئت های این شورا بخاطر راه اندازی این پروسه به کشور های پاکستان ، عربستان سعودی، ترکیه ، ایالات متحده امریکا، ایران و سفرهای داشتند تا با وادار ساختن طالبان درجهت شرکت درین پروسه عملاً به کار آغاز نمایند. همچنان در داخل کشور نیز مساعی صلحجویانه درمرکز و ولایات تشدید یافت، به نحویکه علاوه از تشکیل شورای ۷۰ نفری درمرکز، درجنب آن دفاتر اداری وخدماتی نیز تشکیل گردید ومانند آن شوراهای صلح درتمام ولایات واکثر ولسوالی ها با پرسونل اداری وخدماتی تشکیل گردیدند. پس از شهادت استاد ربانی ، یقیناً که در کار این شورا سکتگی احساس شد، ولی دیری نگذشت که با جانشینی پسر ایشان در این پست ، این پروسه تعقیب گردید. محور بزرگ کار این شورا پس از تشکیل روی این نقطه می چرخید که هیئت های صلح افغانستان درکجا و چگونه با طالبان دیدار و مذاکره نمایند؟ زیرا سران طالبان بخاطر درج بودن اسمای شان در لست سیاه شورای امنیت ملل متحد وتحت تعقیب بودن نیروهای امریکایی، درمحضر عام ظاهر شده نمی توانستند. این معضل باعث آن گردید که با پا درمیانی آلمان گفتگوهای ابتدایی میان مقامات وهیئت های طالبان درجرمنی وبعد ها در قطر صورت بگیرد وضمن آن درمورد صدور تجویز یک دفتر برای طالبان وهمچنان آزادی یکتعداد سران طالبان از زندان های گوانتانامو، بگرام وپاکستان وآزادی صدور ویزه ومسافرت ، سهولت های قایل شوند. چنانکه تجویز دفتر طالبان در قطر ، آزادی تعدادی از طالبان از زندان های افغانستان وپاکستان و دادن اجازه رفت و آمد به هیئت های آنها از دستاورهای همان گفتگو ها بود. علی رغم دادن سهولت فوق الذکر به طالبان ، تا حال کدام پیشرفتی در مذاکرات صلح بین دو طرف صورت نگرفته وکماکان هر دو طرف به پیش شرط های خویش تاکید می کنند. دولت افغانستان برافغانی بودن پروسه صلح تاکید دارد وهدف آن اینست که رهبری پروسه صلح کاملاً در دست شورای صلح باشد. خارجی ها در این پروسه دخالت نکنند بلکه رفتن آنها باید فقط زمینه سازی ، وادار ساختن طالبان وحامیان آنها به مذاکره وتدارکات ضروریات و نیازمندی های پروسه باشد وبس . ولی از سوی دیگر طالبان با نادیده گرفتن نقش دولت افغانستان در پروسه صلح ، بر اشتراک ایالات متحده امریکا درگفتگو تاکید دارند. واین اختلاف نظرهابرسرمیکانیزم گفتگو، موجب گردیده که باگذشت چهار سال از آغاز این پروسه تا هنوزگام مثبتی درجهت اعاده صلح برداشته نشود. رئیس جمهور افغانستان اخیراً گفت. برخلاف اراده صلحجویانه ما، بعضی از کشور های خارجی از پروسه صلح می خواهند که به حیث وسیله برای رسیدن به اهداف خودشان استفاده کنند. ما این تلاش ها را با دقت واحتیاط دنبال می کنیم اگر خارجی ها به خواست ما حرکت نکردند و منافع ما را فدای اهداف خودشان کردند، درآنصورت توطئه ها را افشا و به مشوره دوستان تصمیم خواهیم گرفت. از این اظهارات رئیس جمهور به صراحت پیداست که اختلاف نظر در جهت راه اندازی پروسه صلح وساختن میکانیز م آن بین هرسه طرف هنوز پا برجاست وهرطرفی تلاش دارد که پروسه را به محور منافع خود بچرخاند. درحالیکه با همچو نیات ومقاصد تکروانه ویکجانبه صلح به میان نمی آید. مصالحه از خود مقتضیات وشرایطی دارد که بلااستثنا همه اطراف قضیه باید آن را رعایت کند. اگر منظور از مصالحه حل بحران افغانستان باشد ، در آنصورت باید همه اطراف درگیر، منافع افغانستان وخیر افغان ها را درمیکانیزم صلح ترجیح بدهند. کشورهای خارجی اعم از دو رو نزدیک ،بدون اینکه در پروسه صلح اهداف خود را مدنظر داشته باشند، تلاش شان باید براین نکته متمرکز باشد که میان دو طرف قضیه گفتگو آغاز شود وهر طرفی که با وضع پیش شرط های غیرعملی ، پروسه را اخلال می کند، باید آن را از این روش برحذر داشته وبه تنازل وگذشت دعوت نمایند. دربن شکی نیست که اصلاح بدون عفو،گذشت، تنازل و واداری دوطرف بمیان نمی آید وبرای مصالحه قبل از همه به یک هیئت میانجی بی طرف ضرورت است که متاسفانه تا هنوز ایجاد نشده است. شورای عالی صلح مربوط به دولت افغانستان است وهیئت های صلح قطر مربوط به طالبان می باشد ، هیئت صلح مرکب از عناصر بیطرف ، متقی ، خیرخواه ودلسوزی می باشند که به هیچ طرفی وابسته نبوده واز هیچ طرفی معاش وامتیازی بدست نمی آورند. بلکه اینها بدون داشتن طمع وتوقع وبرای کسب رضای خدا (ج) برای اصلاح ذات البینی کار می کنند لهذا افغانی شدن پروسه صلح ، عدم دخالت خارجی ها درکار مصالحه ، تشکیل هیئت میانجی بیطرف با ترکیب معدود افراد مخلص، دلسوز، متقی وغیر وابسته از جمله شرایط مقدماتی اند که بارعایت آن کار پروسه صلح راه خواهد افتید

د افغانستان وسله وال ځواکونه د ولس له پراخ او ټینګ ملاتړ څخه برخمن دي

آیرون

اوس افغانستان له پوځي پلوه په سیمه کې د یو کلک سنګر په توګه خپل حیثیت لري. د افغانستان ځواکونه لکه ملي اردو، ملي پولیس او نور امنیتي ځواکونه د کیفي او کمي پیاوړتیا له امله ډېر ځواکمن دي چې کولای شي په ډېره لنډه موده کې ددښمن هر ډول هڅه شنډه کړي. په څو تېرو عملیاتو کې مو ولیدل چې افغان امنیتي ځواکونو له دښمنانو څخه لارې ګودرې ورکې کړې چې په مثال یې دګوشتې ولسوالۍ نیسته ده. افغان امنیتي ځواکونو وکړای شول چې د افغانستان پر خاوره بهرنیو یرغلګرو ته شاتې ماتوونکی ځواب ورکړي. دغه راز څه موده وړاندې د افغانستان د اسلامي جمهوریت د کورنیو چارو وزیر او ددغه وزارت یو شمېر جګ پوړیو جنرالانو د پولیسو د کوماندو ۲۲۲ خاصه قطعه وکتله او ددغې قطعې هغه ټول منسوبین یې وستایل چې د روان کال د غبرګولي د میاشتې په دریمه نیټه په مېړانې او متانت سره د وسله والو یرغلګرو په وړاندې ودرېدل او مبارزه یې وکړه او پرې یې نه ښودل چې تروریستان خپلو ناوړو او غرضي موخو ته ورسېږي. همدارنګه د کورنیو چارو وزیر په جلال آباد او پنجشیر کې د وروستیو تروریستي برېدونو ته په اشارې سره وویل د پولیسو د خاصې قطعې موظفینو په جلال آباد ښار او پنجشیر کې په خپل چټک غبرګون سره ثابته کړه چې په همغو لومړنیو شېبو کې ددښمن د تحرک د شنډولو توان لري چې دا د پولیسو د ملکي کېدو او د یې ساري پیاوړتیا بېلګه ده. د کورنیو چارو وزیر ددې مطلب په بیانولو سره چې د افغانستان خلک د امنیتي مسوولیتونو د لېږدونې د پروګرام د بشپړ مسوولیت په منلو او د جمهوري ریاست د انتخاباتو د ترسره کولو په درشل کې دي. د کورنیو چارو وزیر په خپلو خبرو کې زیاته کړه باید ددې هېواد دښمنانو ته وخت ورنکړو چې په خپلو پوچو او بې بنسټه تبلیغاتو سره نړیوالو ته زموږ د امنیتي ځواکونو غلط تصویر وړاندې کړي حقیقت دادی چې د افغانستان دښمنان ډېرې هلې ځلې کوي چې د افغانستان پیاوړي ځواکونه کمزوري وښيي او د خپلو ګوډاګیو غلچکي برېدونو داسې څرګند کړي چې ګواکې ډېر پیاوړي

دي حال دا چې د غلچکیو برېدونو او د منظمو او روزل شویو ځواکونو ترمنځ عملیات ډېر توپیر لري. د افغانستان د سولې او ثبات دښمنان زیات بایسي په ځان مرګو برېدونو او د سړک پر غاړه د ماین په ایښودلو سره ځان پیاوړي وښيي حال داچې دا هېڅکله حقیقت نه لري او دا کار له یو منظم ځواک سره پرتله کېدای نه شي بله مساله چې افغان ځواکونه یې نه ماتېدونکي کړي هغه له خپل هېواد سره د افغانانو مینه ده. دا مینه د هر افغان په وینه کې ځای لري. دا د اوس خبره نه ده، افغانانو تل کله چې افغانستان ته له کوم لورې خطر پېښ شوی بیا افغان ولس سره یو موټی شوي او ګډ دښمن ته یې داسې ځواب ورکړی چې د تاریخ پاڼې پرې ډکې شوي دي. دا یوه څرګنده خبره ده چې افغانستان د تاریخ په زړه کې روښانه او څرګند ځای لري او د تاریخ په اوږدو کې هېڅ یو زبرځواک په دې نه دي بریالی شوی چې افغانستان لاندې کړي اوس هم افغانان د خپل هېواد د ساتلو پوره صلاحیت لري. همدا لامل دی چې د افغانستان د وسله والو ځواکونو لیکې ورځ تر بلې پیاوړې کېږي. همدا اوس مهال دغه ځواکونه هم د کمیت او هم د کیفیت له پلوه پیاوړي او غښتلي دي. افغان ولس پر خپلو وسله والو ځواکونو باندې ویاړي او دا باور لري چې له ۲۰۱۴ م کال وروسته زموږ وسله وال ځواکونه کولای شي چې د نړیوالې ټولنې له مرستې پرته پر خپل مټ په بشپړ باور سره د خپل هېواد دفاع ته ملا وتړي، خو څنګه

۷ مخ

(c) ketabton.com: The Digital Library

روغتیا او ژوند

په کندهار کې د لشمانیا ناروغۍ پېښې زیاتې شوې دي

عبدالله کندهاري

د کندهار د عامې روغتیا مسوولین وايي چې په دغه ولایت کې د لشمانیا ناروغۍ پېښې زیاتې شوې، خو ملاریا بیا کمه شوې ده په کندهار کې د ملاریا او لشمانیا د ناروغیو د کنټرول مسوول ډاکټر عبدالشکور نصرت د ملاریا د مخنیوي د ورځې په لمانځونده کې وویل، په دغه ولایت کې تېر کال لس زره کسان معاینه شوي چې ۲۵۳ کسان په شدیدې او عادي ملاریا ناروغیو اخته و د یادې سرچینې د څرګندونو له مخې په ملاریا اخته ناروغانو درملنه په وړیا توګه شوې ده «دغو کسانو ته مو په درملو لړلي پشه خانې هم ورکړې» نوموړی وايي پر دې

سربېره یې په کندهار ښار او ولسوالیو کې هم ۳۳۹۱۴۵ پشه خانې وېشلې دي «زموږ له خوا د پشه خانو د وېشلو لړۍ روانه ده او تر راتلونکو دریو کلونو پورې به څلور ملیونه پشه خانې د ملاریا او لشمانیا د ناروغیو تر ګواښ لاندې سیمو ته ورکړل شي.» ډاکټر عبدالشکور نصرت د کندهار ښار ترڅنګ پنځ، دامان، پنجوایي او ژړۍ ولسوالۍ د ملاریا او لشمانیا تر ګواښ لاندې سیمې وګڼلې «موږ په هغو سیمو کې چې د ملاریا او لشمانیا خطر ورته متوجې دی، هلته مو د عامه پوهاوي کار پیل کړی.» ډاکټر نصرت همدارز وویل چې تېر کال یې په کندهار کې ۳۹۲۶ د لشمانیا یا کالدانې پېښې ثبت کړې چې د دې ترڅنګ دولس زره یې تعقیبي ناروغان وو. د نوموړي په خبره، نړیوال روغتیايي سازمان دغې ناروغۍ ته د اندېښنې له کبله د کندهار زخم نوم ورکړی او د ورکېدو لپاره یې حدي هلې ځلې کوي «په کندهار کې یو بله سخته ناروغي چې عوماشي یې رامنځته کوي، د حاشوې کالدانې په نوم ده چې د انسان په بدن کې دننه په پټه فعالیت کوي او بیا وروسته د بدن پر دباندې حصه ښکاره کېږي» د ملاریا او لشمانیا د کنټرول د دغه مسوول په خبره، د ټول هېواد په کچه د حاشوې کالدانې ۲۵ پېښې ثبت شوې چې له دغې ډلې ۱۷ یې په کندهار کې دي دا په داسې حال کې ده چې د عامې روغتیا وزارت د معلوماتو له مخې له ۲۰۰۰ تر ۲۰۱۰ میلادي کاله پورې په هېواد کې د ملاریا په پېښو کې ۲۶ په سلو کې کموالی راغلی

ټولنیز روح له کوره پیل کېږي

د دې لپاره چې کوچنیان د ټولنې په خنګ کې د قدر وړ ژوند وکړي، بیلوبیلو اجتماعي مصروفیتونو ته اړیاری کوچنیان داسې فرصتونو ته اړتیا لري چې د دوی د عمرونو او منګونو سره مناسب دوستي او ملګرتیاوې وکړای شي، د خلکو حقوقو مراعات وکړي، په اجتماع کې خپل محبوبیت حس کړي. له نورو سره د دوستۍ قدرت په ځان کې وګوري او ژوند په ټولو ضروري چارو کې د دې چارو د اجراکولو او سرته رسولو له عهدې ښه ووتلای شي د پلرونو په حیث په موږ کې دا قدرت او سبک شته چې له خپلو کوچنیانو سره په ژوندانه کې په زړه پورې مرسته وکړو او د داسې چارو سرته رسولو اقدام وکړو چې کوچنیان زموږ د تقلید او پېښو په واسطه په اجتماعي ژوند کې په سمه لار روان شي کور کوچنی ته د اجتماعي ژوندانه لومړنی ښوونځی دی چې په کوچنی کې دوام لرونکې اغېزه پرېږدي او د عمر تر پایه پورې ترینه نه ځي. هغه کوچنیان چې په کورني ژوند کې په زړه پورې مصروفیتونه او پوهې حاصلې کړي او په کاله کې د مور او پلار په خوږه مینه ماړه وي داسې کوچنیان ژوندانه او ټولنې ته په ښه سترګه ګوري او کوم کوچنیان چې له دغه پورته یاد شوي نعمت نه بې برخې او محروم وي د ژوندانه د پرمخ بیولو قدرت او توان په ځان کې نه ګوري او اجتماع ته په کرکه ګوري. هغه کوچنیان چې په داسې کورونو کې استوګنه کوي چې له نورو کورونو سره دوستي، او اړیکې لري، نو ټول کوچنیان چې لوی شي نو ملګرتیا او له دوستۍ خوند اخلي او د ژوندانه په خوږو پوهېږي. نو وېلای شو چې د کور سلوک د کوچني اجتماعي، ذاتي انکشاف ودې او په ژوندانه کې د کوچني د بریا په پایلې کښو او عدم انکشاف سرچینه ده. پخوا اوردي چې کوچنی د نورو ګرانښت رده کړي لازمه ده چې لومړی ورته خپل ځان ګران وي ځکه د ځان ګرانښت او قدر له ژوندانه او اجتماع سره ستر عامل دی

ډېرې لارې چارې شته چې مور او پلار د هغو په مرسته کولای شي چې خپل کوچنیان په دې پوه کړي چې خپل ځانونه وپېژني او ځانونه په درنه سترګه وګوري

د پلار او مور د مینې او پېرزو له لارې کوچنی پوهېدلای شي چې د مور او پلار زړونو ته ډېر ورنږدې دی کله چې کوچنی د خپل مور او پلار مینه او محبت د خپل ځان په باره کې وویني نو دا په ورته ثابته کېږي چې د ده ژوند قیمتي او مهم شی دی او د خپل ځان په اهمیت پوهېږي. کله چې کوچنی په دې پوه شي چې څرنګه یې د قصور اړخونه منلي او څرنګه د خپل قوت له اړخونو څخه ګټه اخلي. له همدې لارې دا هم رده کوي چې څرنګه د نورو قدر وکړي او داسې یې ومني لکه څرنګه چې دي او په درځوی ورته وګوري. دا خبره د مور او پلار په وس کې نه ده چې په خپل اولاد کې سم نفسي او وجداني اړخونه وروزي او نه خپل اولاد سره داسې مینه ولري او داسې یې ومني لکه څرنګه چې په نفس الامر کې وي. یعنې نه چاسره مینه باید د اجتماعي واقعي سمون او ګټو په اساس وي او نه د ضدي نظر په اساس لازمه ده په کوچنی کې داسې حس وروزل شي چې له واقعیتونو نه خپل

عصمت او نظر څخه، کمزوري او په واقعي توګه درک کړي او چاپېریال ته د واقعیت له مخې په مثبت او منفي نظر وګوري نه د خپل نفسي نظر له مخې که په کوچنی کې مور او پلار داسې حس وروزلای شو نو نوي د ټولنې او اجتماع په تعمیر کې پخه خښته کېښودله او خپله

وجداني، ایماني او انساني وظیفه یې سرته ورسوله او خپل کوچنی یې د روښانه راتلونکي په لورې سوق کړ او که مور او پلار خپل کوچنی داسې وروزي چې هر څه او هر څانه د خپل نفسي نظر له مخې ګوري او واقعیت ته په کوم ارزښت قایل نه وي نو په دې صورت کې دوی د اجتماع په تعمیر کې اوبه، شرېدلې خښته ایښې ده. ټول اجتماع د دواني بقا ته یې ډېر تاوان رسولی دی په کوچنی کې تعصب او رخه له دې کله څرګندېږي چې هر څه او هر څانه د خپل نفسي او عندي نظر له مخې ګوري او د نفس الامر ښېګڼه او بدی له نظره غورځوي هر څه چې ده ته ښه ایښي ښه یې بولي او هر څه چې ورته بد ایښي بد یې بولي د تعصب په ساحه او محیط کې روزل شوی کوچنی د ښو او بدو معیار خپل نظر او نفسي احساس بولي کله چې کوچنی خپل مور او پلار ګوري چې، د ځینو کړو او یا ځینو اجتماعي فعالیتونو سره تمسخر لري، په کرکه او نفرت ورته ګوري نو دی هم له همدغه کوچنیتوب څخه د خپل پلار او مور په پله کټ مټ، په لاشعوري توګه پل ږدي او هغه څه بد بولي چې د ده مور او پلار یې بد بولي او هغه څه ته ښه ویني چې مور او پلار یې ورته ښه وایي له همدې ځای نه په کوچنی کې د تعصب او رخې ریښې ټینګې کېږي او وده کوي، تردې چې په پای کې دغه تعصب او رخه غریزه او طبیعت وګرځي که بیا وروسته په حقیقت پوه هم شي، خو له دغه غریزي صفت څخه ځان شکول ورته ډېر ګران او سخت وي. د مور او پلار وظیفه ده چې، کوچنیان له حقیقت او واقعیت سره د اشنایي په ساحه او محیط کې وروزي او هر څه او هر اجتماعي فعالیت ورته وباکي، ځکه چې وي هم هغسې یې ورو ښیي او د واقعیت ښې حس په کې کلک وروزي ترڅو وکړای شي چې واقعي ښه او بد درک کړای شي او په شخصي او اجتماعي ژوندانه کې مثبت او ګټور رول ولوبوي

د وزن کمولو غوره لارې

د وجود د وزن کمول د ډېرو کسانو لپاره یوه ستونزه بلل کېږي چې د وزن د کمولو لپاره بېلابېلې لارې هم شته خو په ورځنۍ توګه د خپلو خوړو او خوراک له کمولو پرته هم کولای شو چې په اساني سره د بدن وزن کم کړو او لوږه په نه زغمو. تاسو کولای شئ چې په خپلو ورځنیو خوړو کې ځینې د شامل کړئ:

مستې:

مستې هغه شي محصولات دي چې له شیدو ترلاسه کېږي. دا خواړه سپک او ډېر کلسیم لري چې په وجود کې د چټک جذبېدلو سره یې د وجود د وزن د کمېدو لامل هم کېږي

د چرګو هګۍ:

که غواړئ په خپله سهارنی کې سپک او خوندور خواړه ولرئ نو بیا ورته د دوو یا د درېیو هګیو خوړل، څېړنې ښيي چې که په سهارنی کې هګۍ وخوړل شي نو ژر لوږه نه راځي او د سهارنۍ او غرمې تر منځ واټن اوږدېدای شي.

پسته:

پسته داسې فکر وکړئ چې مغز لرونکي خواړه د چاغېدو لامل کېږي. خو پسته په دې ډلې پورې ده د پستې په شان زیاتره مغز لرونکي خواړه فیبر او پروټین لري، چې د مړېدو لامل کېږي، چې د [illegible] لامل هم کېږي.

مرچکي:

مرچکي د غوښې پر ځای خوندور او لږ کالوري لرونکي خواړه دي، چې کولای شي د وزن پر کمولو ښې اغېزې ولري. که په هر ځل خوړو کې د غوښې پر ځای مرچکي وخوړل شي نو شاوخوا ۲۲ اضافي کالورۍ به مو له بدنه لېرې کړي وي.

د زیتونو غوړي:

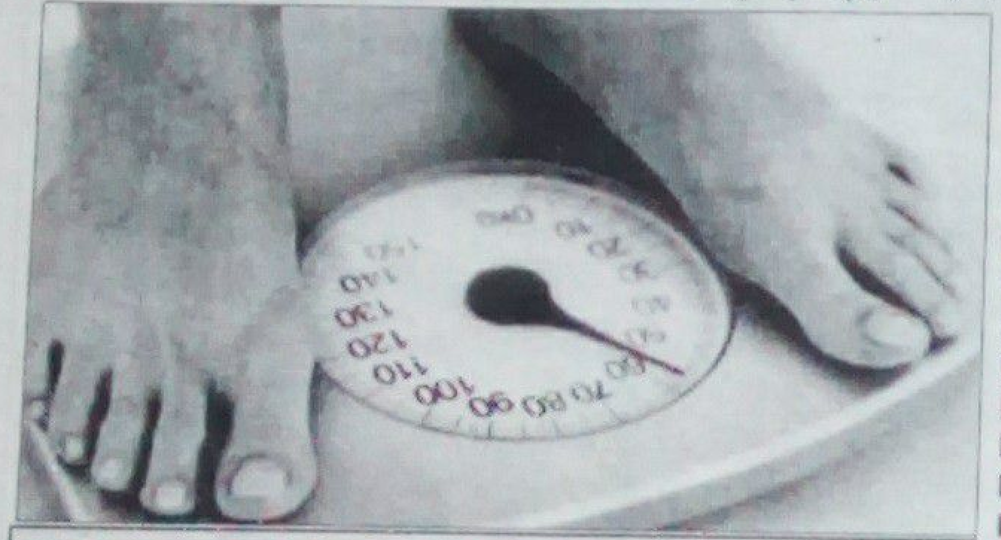
په خپلو خوړو او سلاد په تیارولو کې د زیتونو له غوړیو که اخیستنه د وجود د وزن په کمولو کې ډېرې اغېزې لري. زیتون په خپل جوړښت کې د اولییک اسید په نوم مواد لري او د خوړو په مهال یې مغزو ته داسې انګېزه رسوي چې ګواکې تاسو ماړه شوي یاست

ګرزې یا سوس لرونکي غلې:

که غواړئ چې وزن مو ژر کم شي نو له د عادي او معمولي غلو خوړل کم کړئ او پر ځای یې ګرزې یا سوس لرونکو غلو خوړل پیل کړئ. څېړنو ښوولې چې د سوس لرونکو غلو خوړل د وزن په چټک کمولو کې ډېر اغېزمن دي. په دې برخه کې تاسو کولای شئ چې له وریجو، لوبیا، نخودو او نورو حبوباتو سره سوس لرونکې ډوډۍ وخورئ.

مرچ:

په خوړو کې لږ اندازه مرچ اچول نه یوازې ستاسو خواړه خوندور کوي بلکې ستاسو د وزن پر کمولو هم اغیز کوي. سره مرچ د کپسایسین په نوم مواد لري چې د بې اشتهایي لامل کېږي. د خوړو مرچو خوړل هم په دې برخه کې مرسته کولای شي.



مرچکي د غوښې پر ځای خوندور او لږ کالوري لرونکي خواړه دي، چې کولای شي د وزن پر کمولو ښې اغېزې ولري

باقلې:

باقلې ډېر پروټین لري او څېړنو ښوولې چې د باقلې شي دانې انټي اکسیډانټي خاصیت لري چې په وجود کې د غوړو د راټولېدو مخنیوی کوي او په بدله کې د وزن د کمېدو لامل کېږي.

وریجې له سبزیو سره

شنې سبزي لکه کاهو او کرم په خپل جوړښت کې ډېر فایبري مواد لري چې د وریجو د اضافي کالوري د مخنیوي لامل کېږي چې په خوړو لو سره یې د وریجو ځای نیسي او تر ډېره د مړښت احساس کېږي. څېړنو ښوولې چې څوک د ورځې له وریجو سره سبزي وخوري نو په ملیاتنی کې بې اشتها کمه وي او لږ خواړه خوري.

د ژوند روغتیايي طریقه مرګ ځنډوي

ژباړن جاوید اوریل

ټولنیزه روغتیا

اجتماعي صحت د خلکو سره د ژوند کولو د لارې په مانا دی یعنې داسې چې نه نوي ملګري پیدا او زړې یارانې وساتي. کار او لوبې د ملګرتیا په فضا کې مخته یوسي او کله چې ضرورت پیدا کېږي نو نه امداده او اوسي چې د نورو سره مرسته وکړي په دې برخه کې ارتباطات او خپل احساسات د نورو سره یې شریکول مهم دي

د روغتیا مثلث

کله سخت سټړي یا وږی شوی یې آ هغه احساس ستاسو د نورو سره پر کړنو څه تاثیر کړی و آ که چېرې دا سټړي والی او یا وږي والی همداسې پاتې شوی وای نو ستا د وجود پر فزیکي حالت به یې څه تاثیر کړی وای آ حتما چې تاثیر به یې کړی وای، له دې ځایه ښکاري چې د فزیکي، رواني او اجتماعي صحت تر منځ مستقیم ارتباط قایم دی. نو که چېرې په صحت غواړو نو دریو واړو برخو ته باید توجه وکړو. د دریو مساوي ضلعو مثلث د صحت د تعادل نظریه څرګندوي. د دې له پاره چې د صحت لوړې څوکې ته ورسېږو، باید دریو واړو برخو ته پام وکړو که چېرې د مثلث یوې ضلعې ته پام ونه کړو یا هم په یوې ضلعې کې ډېر تم شو او دا نورې هېرې کړو نو په داسې وخت کې ممکن یادې ضلعې له منځه لاړې شي او د روغتیا مثلث خپل مفهوم له لاسه ورکړي.

د روغتیا دوام

د روغتیا مانا دا ده چې په ټوله کې نه ژوند وکړي یعنې کامل صحت ولري. کامل صحت د ورځني ژوند په کولو سره نه مالومېږي. په روغتیا کې دا هم شامل دي چې نه ځانګه پرېکړې کوي، ځانګه خپل چلند انتخابوي اساس یې پر صحي علم او صحي ایډیالوژۍ ولاړ دی آ دا خبره د ژوند په درې اړخونو پورې اړه لري ده چې هغه د فزیکي، رواني او اجتماعي صحت لرل دي صحت د پراخ مفهوم درلودونکې کلمه ده ور سره د کامل صحت نظریه بیا فزیکي، رواني او اجتماعي صحت تاثیراتو ته توجه کوي چې دا په خپل وار سره د انسان روغتیا باندې څه اغیز کولی شي. د صحت دوام د یوه چارټ او ګراف سره بیانولی شو چې یو فعالیت، حرکت یا دوره رانه بیان کړي. په مجموع کې صحت او مرګ په یوه ویکتور کې راولو چې یوه سر ته یې یو وي نو بل سر ته یې بل، نو په داسې یوه وکتور کې د ښې لور خوانه حرکت د کامل صحت په لور حرکت دی او چپې خوانه یا مریضي او بلاخره مرګ دی چې یو څوک لومړی د صحت په ټولو برخو کې د مشکلاتو سره مخ او بیا له دنیا سترګې پټوي

د روغتیا پراختیا

په طبابت کې وروستیو پرمختګونو نږدې هغه ټولې مریضۍ له منځه وړي دي چې دا څو لسیزې وړاندې یې ډېر خلک هر کال له منځه وړل. خو دا نو په دې مانا هم نه ده چې موږ د ناروغیو څخه خلاص یو بلکې زموږ په منځ کې د هغو ساري ناروغیو را دېخوا ته نوي ننګونې پرتې دي. هغه ننګونې دا دي چې څوک خپل صحت ته په پام سره ځانګه وکولی شي چې، داسې پرېکړې وکړي چې د دوی ژوند پېرې اغېزمن نه شي، دوی، ځانګه صحي خواړه او غذایي رژیم جوړ کړي، دوی سپورټ او فعالیت ته ځانګړې زمینه مساعده کړي. د خلکو سره ځانګه او اوسېږي او د خپل رواني صحت نه پاره کومې برخې په پام کې ونیسي او د خلکو سره هم ښه وضعیت وکړي. دا کار فکر او مالومات ته اړتیا لري چې هر څوک باید ورته پام وکړي او یا دا شیان یې د روغتیا د اغېزمنتیا سبب نه شي.

د ژوند کولو مهم فکتورونه له کلونو راهیسې چې د روغتیا د برخې کارپوهانو د خلکو

مختلفې ډلې مطالعه کړې دي، دوی داسې فکتورونه موندلي چې هغه د خلکو پر روغتیا، خوشالي او اوږد ژوند کولو مستقیم تاثیر کوي. هغه خلک چې په منظم ډول دا اووه عملونه اجرا کوي دوی د ښې روغتیا لرونکي او د اوږد عمر کوونکي یاد شوي دي. دغو اوو عادتونو ته د ښه ژوند فکتورونه وایي. دا عملونه تکراري دي یعنې هغه عادتونه دي چې یو څوک باید همېشه ورته پام وکړي او خپل ژوند ور سره عیار کړي چې بیا یې د روغتیا د حاصلېدو سبب هم ګرځي. هغه دا دي

هره شپه له اوو تر اتو ساعتونو خوب کول

د ورځې درې وخته په ټاکل شویو وختونو کې ډوډۍ خوړل

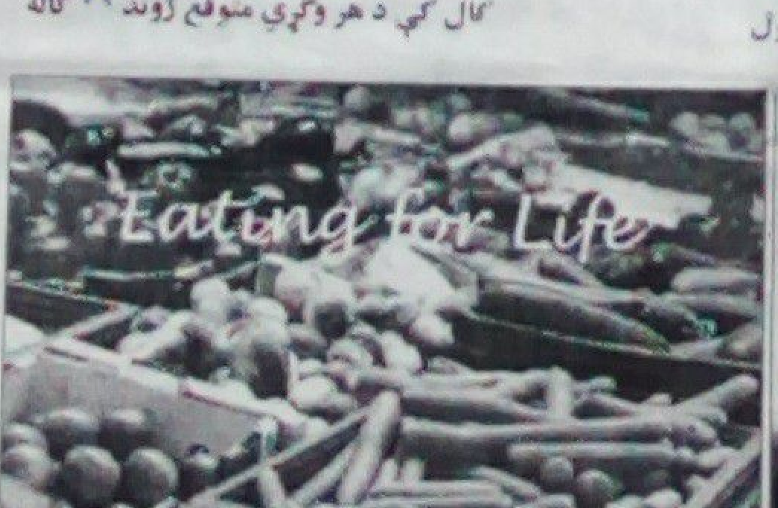
له سګرټ څکولو څخه ډډه کول

هره ورځ سهارنی کول

په ازادي هوا کې هره اوونۍ درې تر څلور ځله نیم ساعت ازاد تمرین کول، یعنې سپورټ باید وشي

د الکولو نه استعمالول

او خپل وزن کنټرولول



د روغتیا له پاره دا صحي عادتونه خپلول د هر چا له پاره ډېر ضروري دي او هر څوک چې دغو ټکو ته پاملرنه همېشه وکړي نو کلونه کلونه ژوند به یې اضافه شي او که څوک ورته پام نه کوي نو کلونه کلونه ژوند به یې ور کمولی شي

متوقع ژوند

متوقع ژوند د هغو اوسطو کلونو شمېر دی چې د خلکو د یوه ګروپ یا ډلې له پاره توقع کېږي چې دوی به دومره کلونه ژوندي پاتې شي. متوقع ژوند پر ډېرو فکتورونو ولاړ دی لکه جنسیت، ارثیت، چاپېریال، کلتور، طبي خدمتونو ته لاسرسی او د صحي عادتونه خپلول یعنې که په دې برخو کې پرمختګ وشي نو سبب ګرځي چې یو څوک ډېر ژوند وکړي او برعکس که دې ټکو ته پام ونه شي او یا په نظر کې ونه نیول شي د خلکو متوقع ژوند به کم ټاکل کېږي. د امریکا په متحده ایالاتو کې متوقع ژوند نسبت شلمې پېړۍ ته، تقریبا دوه چنده شوی دی. په ټولس سوه نوییم میلادي کال کې د هر وګړي متوقع ژوند ۷۹ کاله و څو په ۱۹۸۹ میلادي کال کې دا اندازه ډېره لوړه شوه یعنې ۷۵ کلونو ته متوقع عمر ورسید. متوقع ژوند د ۱۹۵۰ میلادي کال را دېخوا د ښځو په برخه کې ۹ کاله او د سړیو په برخه کې ۸ کاله زیات شوی دی. د یوې پېړۍ په تېرېدو سره وژونکي ناروغۍ لکه نمونیا (سینه ویغل)، زکام، توبرکلوز او نورې انتاني ساري ناروغۍ ډېرې را کمې شوې دي ځکه چې اوس د ښه ژوند کولو فکتورونو یا عادتونو ته زیاته توجه شوې ده. خو اوس د مرګ نوي سببونه پیدا شوي دي، داسې چې د امریکا په متحده ایالاتو کې د زړه ناروغي، سرطان، د مارغو سکټې او ترافیکي او نورې حادثې د مرګونو ډېرې فیصدۍ تشکیلوي یعنې اکثره مرګونه د دې سببونو څخه را منځ ته کېږي. په ځوانانو کې یعنې له ۱۵ کلنۍ څخه نیولې بیا تر ۲۴ کلنۍ پورې عمر لرونکو کې د مرګونو اکثره سببونه یا زخمي کېدل دي، وژل کېدل دي، ځان وژنه او سرطانونه دي. متوقع ژوند د یوه هېواد څخه تر بل هېواد پورې توپیر لري

د مثال په ډول یو څوک چې د امریکا په متحده ایالاتو کې په کال ۱۹۸۹ کې زېږېدلی، د هغه متوقع ژوند ۷۵ کاله او څو په ایتوپیا کې چې څوک پر همدې وخت زېږېدلی متوقع ژوند یې ۴۱ کاله و د دې سبب د امکاناتو په تغیر کې دی، روغتیايي خدمتونو ته لاسرسی، روغتیايي تعلیم، معافیت یعنې د مریضو په مقابل کې ځان واکسین ول ور سره په خوړو، او د ژوند په معیارونو کې توپیر هم د دې سبب ګرځي چې د متوقع ژوند کلونه زیات یا کم شي

خوشاله ژوند

صرف اوږد عمر کافي نه دی د ژوند د کمیت تر څنګه کیفیت هم مهم دی د ژوند کیفیت په دې مانا دی چې د روغتیا اندازه یې او د ژوندي پاته کېدو څخه یې رضایت څومره دی.

د روغتیا په فزیکي، رواني او اجتماعي برخو کې کامل صحت لرل د سړي په ژوند کې د خوشالیو اندازه زیاتوي چې دا بیا د سړي د عمر په نسبت معلومېږي. د ژوند په پرېکړه کولو کې صحي مهارت لرل او د صحي عادتونو عملي کول د ژوند پر کیفیت همدا اوس او په اینده کې هم په اغیز کولی شي

ستا فکر ستا پر روغتیا زور تاثیر لري

د نو روغتیايي عادتونو عملي کولو تر څنګ چې ته باید څه وکړې او څنګه وکړې نور شیان هم مهم دي، لکه ستا فکر پر دې تاثیر کوي چې ته څومره د ځان سره احتیاط وکړې د مثال په ډول، که غواړې چې صحي عادتونه عملي کړې نو ته به پر دې باور لرې چې ددغو عادتونو په عملي کولو سره ستا وجود ته فایده رسېږي او دا دې په ګټه دي او که چېرې یې عملي نه کړې نو تاوان به در رسېږي

ستا له پاره دا هم ضروري ده چې د خپل فکر څخه خبر و اوسې، چې د صحت په اړه یې لرې که چېرې پخوانۍ انګېرنې ایسته وغورځوې او د خپلې روغتیا په برخه کې د مسولیت احساس وکړې نو دا کار د ژوند پر کیفیت مهم تاثیر کولی شي او د کامل صحت لورې ته خپل وجود رهبري کولی. څېړنو ښودلې ده. هغه کسان چې خوشبین یا مثبت فکر لري نسبت هغو کسانو ته چې دوی بدبینه او منفي فکر لري ډېر په مریضو اخته کېږي. د ښې روغتیا لرل هغه وخت تصمیمېږي چې د هغه فکر هم سم وي که یو څوک په بد وضعیت کې هم وي خو مثبت فکر ولري نو دا مرسته کوونکی کار په دې چې دی به د هغو حالاتو د بدلون هڅه وکړي او ځان به ترې وباسي په منظم ډول خپل ایډیالوژي ته انکشاف ورکول یو څوک د روغتیا هغه څوک ته رسولی شي چې له مریضو به امن شي او خپل ژوند داسې جوړ کړي چې که محیط، وډېري هم نو دی به د تغیراتو راوښتلو وړتیا ولري.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ادبي پاڼه

په شعرکې د موسيقي انځورونه

شعر د خپلې ښکلا په ساتلو کې په ډېرو توکو تکيه کوي؛ چې يو له هغو توکو څخه د موسيقي انځورونه دي، چې په شعر کې پېراخ ابعاد لري، او کره کتونکې ورته خير شوي دي، د کره کتونکو په نزد شعر په عمومي ډول پر څلورو اصلونو ولاړ دي

۱- عاطفه - خيال

۲- ژبه

۳- موسيقي

۴- شکل

په يوه ادبي اثر کې په ډېر خواږه پرانه وي چې کېداي شي تر اوسه هم کره کتونکي په دې نه وي برياليي شوي چې دغه خواږه په ډاګه کړي او دا هم د ادبي فنونو يوه ځانګړنه ده. موسيقي او له هغې رازېږېدلې خوند يو فطري شي دي او دا په دې مانا دي چې د شعر سرچينه روح او د شاعر غريزه ده، ارسطو وايي: «د شعر او نورو ښکلو هنرونو ترمنځ مشترک عامل محاکات دي» د شاعر، مصور، موسيقار او بت تراش په ذهن کې د يو شي تصور پيدا کيږي چې غواړي په ملموسه بڼه يې وړاندې کړي خو خپله هم ترې خوند واخلي او نور هم ترې خوند واخلي خو د محاکاتو هنرونه په خپلو کې د موضوع، مادې او يا هم د محاکاتو د اسلوب او طريقې له مخې اختلاف لري، نو په همدې اساس د محاکاتي هنرونو ترمنځ اختلاف په ماده کې دي، په شعر کې کارول شوې ماده ملفوظ ويل شوې، کلمات دي چې ځانګړي آهنګ لري، او موږ په اسانۍ کولی شو چې اهنګ د لرې په هره زاويه کې مشاهده کړو، د اسونو د پښو په ټکا، د لښو په اړولو او د خپل زړه په درزا کې يې موندلي شو، خو زموږ د بحث موضوع شعري موسيقي ده، معاصرو کره کتونکو شعري موسيقي په څلور ډوله وېشلې ده.

خارجي موسيقي، ځانبي موسيقي، داخلي موسيقي او معنوي موسيقي

خارجي موسيقي تر ډېره په شعري بحرونو ولاړه ده، که څه هم په پښتو ژبه باندې د عربي عروض دومره نه پلي کيږي، خو بيا هم موږ کولی شو چې د اوږد او لنډ بحر ترمنځ توپير وکړو، په عموم کې لنډ بحرونه د اوږدو بحرونو په نسبت شرنګېدلي موسيقي لري، کټ مټ د سپند څپو ته ورته وي چې لامبوزن ترې خوند اخلي، خو که لامبوزن نه وي بيا ورته همدغه څپې بلا ښکاري، اوږده بحرونه بيا تر ډېره په ځانبي، داخلي او معنوي موسيقي ولاړ دي او دا د شاعر په هنري تجربې او په شعر کې د اوږد لاس په لرلو تر سره کېدلای شي

د پښتو ژبې معاصر شاعر پيرمحمد کاروان وايي:

وطن د اور په سپند کې لامبي ژلمي

ځنګ خوړلي

د کابل ځان د نجونو مړي هم نهنګ

خوړلي

غېچ د شهيدې لېلا واخله محمور

مجنونه

دګور جنجبو ترې خوندې خونړې

لونګ خوړلي

د کاروان صاحب دغه پورتنى غزل په اوږد بحر کې ويل شوى دي، که څه هم د کاروان په شعر کې د موسيقي انځورونه تر بل هر شاعر غښتلي دي، خو بيا هم دغه غزل د هغه نه بو بل غزل سره پرتله کوو چې په لنډ بحر کې يې ويلي دي

سپاړو کې د ګل

بلبلان بلبلان

وايي تل دي وډان

دا وطن د افغان

او يا هم دا چې

ښکار کوه چې کار دې دي

وله مې چې وار دې دي

ورکت د غره کاروان په کې

لوټ کوه چې ښار دې دي

په اوږد بحر کې د رحمن بابا دا غزل چې وايي

چې مې مينه خداى پر تا باندې پيدا کړه

ترکه ما په هغې ورځ خپله رضا کړه

او بل ځاى وايي

په ليمو کې مې مدام

عکس ګرځي د ګلفام

نور د سترګو مې ګلګون شو

په اررو د ګل اندام

که څه هم په پورتنيو لنډو بحرونو کې ځانبي موسيقي هم نشته او په لومړي غزل کې د همس نوري ډېر زاغلي يا په نه ويناداخلي موسيقي په کې هم غښتلي ده. خو د بحر په حساب يې تر دوهمي، غزلې موسيقي کمزوري ده. کله ناکله موږ ګورو چې د اوږده بحر په غزل کې د لنډ بحر نه موسيقي شرنګيدلي وي، موږ يې عمومي قاعده څکه نه شو احيستلي، کېداى شي چې په اوږد بحر کې. مخ

شرر سابي

ای وطن!

اقامحمد (لبيب)

ای وطـن نـازم نـام پـاک تـو

مينمايم سرمه چـشمان عـالم خـاک تـو

شـرق وغـرب بادا فـدايت هـم جـان مـن

از خـدا خـواهم تباهی دشمن سفاک تـو

خرقـه درکنـدهار اسـت علـی انـدرمزار

شـهره افاق بـوده مولـوی جـام تـو

[illegible]

راه دانـش بـاز کـرد در مصر و هـم درشام تو

مردخيـز اسـت کنـدهارا وکنـدهار ای دوستان

رفعـت اسـلام بـود سـت شـهر غزنـه نـام تـو

هـرات باسـتان بـالم بـا و ای دوسـتان

خورشـيدتابان جهـان بـدخش اسـت بـام تـو

بلنـدی کـوه پغمـان اعـتلای نـام تـست

باقصر ايـبض کـی دهـم سـيها و نـاک تـو

تابنـده وپاينـده خـواهم نـام تـو انـدر جهـان

شـهرت عـالم شـمول اسـت مـيوه هـای تـاک تـو

قلـب قلـب اسـياکابـل مـقبول مـا

رازشکـست دشـمان بودسـت فرجـام تـو

ای وطـن گرتوصـيف توصـبح وشـام کـنم کـم اسـت

کـی اداگـردد لبيـب بـاگفتـه هـای خـام تـو

په خوست کې د سولې مشاعره وشوه

په دې وروستيو کې په خوست کې د سولې په نوم پراخه مشاعره ترسره شوه، چې په کې د خوست ترڅنګ له يو شمير نورو ولايتونو هم لسګونو شاعرانو برخه اخيستې وه. دغه مشاعره پيل شوه، چې د بل شعريې له ګانګه راغلي مېلمه قاضي محمد حسن حمار ونوست د مشاعرې په دوهمو و شاعرانو هم خپل او انتخاب کړي شعرونه واورول، چې په

چې د خوست د والي عبدالجبار نعيمي په کور کې جوړه شوې وه. بلکې والي نعيمي په خپلو خبرو کې دغه ډول مشاعرې او راتلونکې ګټورې وبللې او غوښتنه يې وکړه، چې شاعران بايد په خپلو هنري الفاظو سره د سولې لپاره ډېر څه وکړي نوموړي زياته کړه، له دې مشاعرې يې موخه د خوانانو ترمنځ مينه او پېژندګلوي او دغه راز د سولې په برخه کې د هڅو د لرې بوه برخه وه. ورو سته ولولو سره بدرګه شول مشاعره د شپې ناوخته نوي نجې د کنسرت په ورکونو سره پای ته ورسېده، چې کنسرت د سدرغارو صالحمد کندهاري او سورګل کيواري له خوا ورکړل شوه يادونې وړ ده، چې له دې بوه شپه وړاندې په همدې ځای کې د سولې يو لوى جشن هم تيول شوى و، چې په کې د هېواد له ګوټ ګوټ څخه زرګونه تنه راغلي وو

رحيم ګل نايل

حقيقت خورشيد (كتاب تحقيقاتى درمورد افغانستان از چاپ برامد)

حيات الله حليم

آسيا يک پيکر آب وګل است
ملت افغان درآن پيکردل است

درسلسله نشر کتاب های مفيد و سود مند درين اواخر کتابی بنام «حقيقت خورشيد» که دران راجع به کلمه افغان و افغانستان توسط عده از دانشمند ان کشور مقالات به رشته تحريرامده که خيلی ها سودمند بوده وکتاب مذکور به کوشش و اهتمام مصطفی عمرزی شرف چاپ يافته است

در کتاب تحقيقاتی حقيقت خورشيد نام وچګونګی تاريخی افغانستان به اساس روايات معتبر تاريخی مانند خورشيد ثابت ګرديده وکتابيست که نهايتاً مورد توجه اهل ادب و علي الخصوص کسانيکه به تاريخ کشور وجهان علاقمند هستند قرار ګرفت زيرا مقالات منتشره کتاب طوری که قبلا اشاره شد ازيک سو مبنی بر ديرينه بودن کلمه افغان و افغانستان ميباشد و ازجانب ديګر محتويات کتاب پاسخی است به آنعده فرزندان ؟؟ کشور که ميخواهند به بهانه های اين و آن نام کنونی کشور عزيز مارا تغيير دهند

مقالات بيشمار در فهرست کتاب رقم زده شده ولی ما برخی ازعناوين مقالات مهم را بطور نمونه تذکر ميدهيم

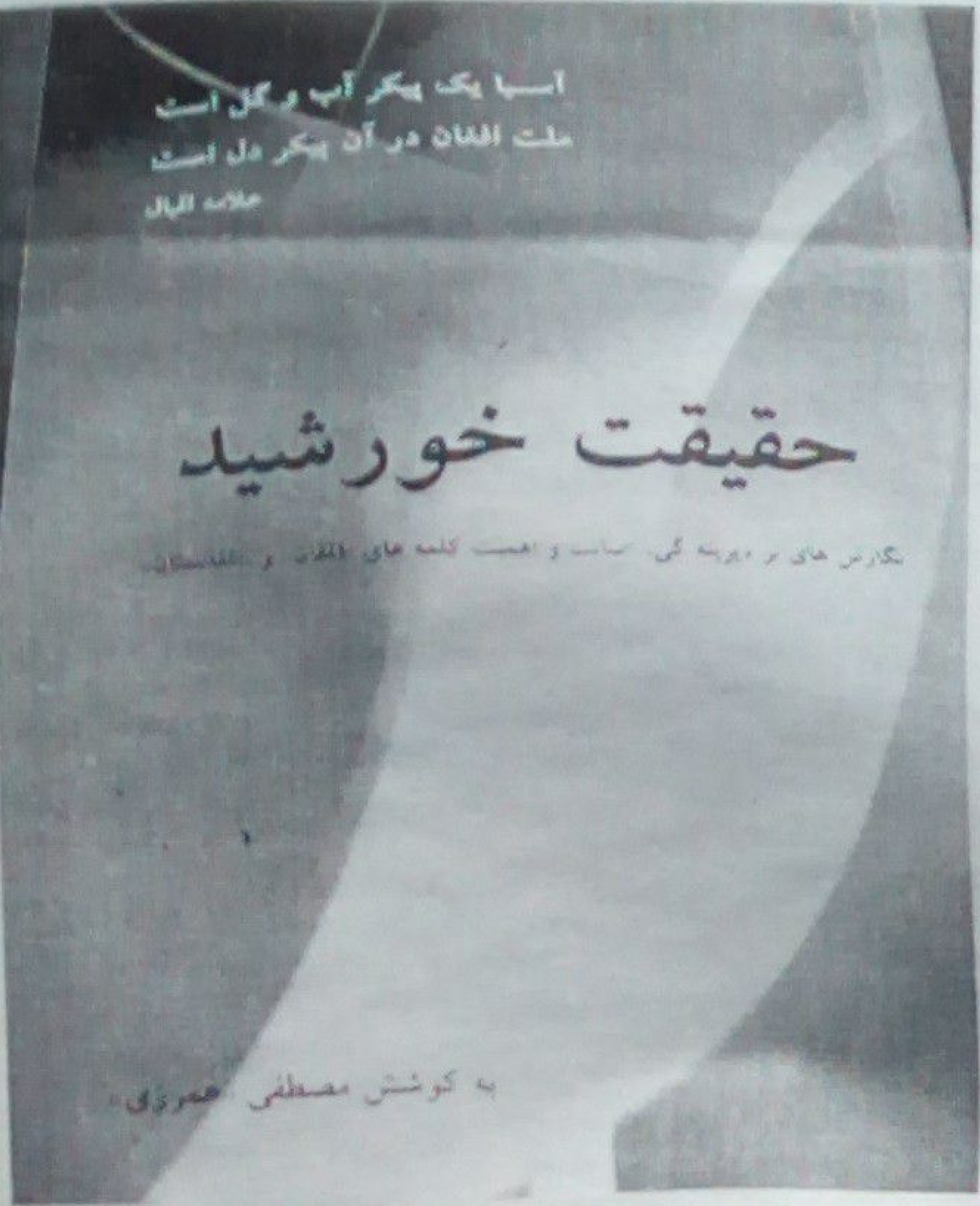
پيشينه تاريخی کلمه افغان وافغانستان، قوم افغان بزرګترين و قديمترين قوم افغانستان، نام های کهن و اساطيری هندو ستان وافغانستان در نزد هندوان و ايرانيان، قدامت اسمای تاريخی «افغانستان» و «افغان»، تحقيقی در مورد نام افغانستان، خراسان ايران وافغانستان و ده ها مقاله ديګر

اما مهتر ازهمه در مورد پيشينه تاريخی کلمه افغان و افغانستان که در پشتی اخر اين کتاب از هيوان تسانګ زائر چينايې قول ګرديده، بيشتر از همه جلب توجه ميکند زيرا او مينويسد: «اين مردم «افغانان» را تحت نام ابوکين، آوپاکان بسيار با ايمان ودرستکار و بلند همت توصيف کرده است در واقع اين واژه «افغان» ريشه بسيار کهن تاريخی داشته وحتی پيش از اسلام، درآثار کهنی چون مهابهاراتای هندوان و آثار چينايان به صورت «اپاګانه و اپوکين»، ذکر شده است به ګفته ی ګريګوريان «برای بار اول به کلمه «افغان» در قرن ششم ميلادی «وراها مهيرا»
Varahamihira
منجم هندی در کتاب خود «برهام سام ميتا -
Brhatssamhita
به شکل اوګانا Avagana اشاره کرده است»

ازينرو ميتوان ګفت که کلمه افغان يک کلمه بسيار قديمی و ديرينه ميبا شد وتحقيقی در مورد نام افغانستان که ازطرف بعضی از مورخين که ذهن وطرز تفکر شان از چشمه اجنبی ها سيراب ميګردد وميخواهند که فرهنګ اجنبی را داخل ترمينالوژی کشور ما نمايد، ګفته ميشود که اين نام يک نام جديد ميباشد که سابقه تاريخی ندارد در حاليکه نظر به ګفته دانشمند فاضل عبد الحی حبيبي واژه افغانستان سابقه هفده صد ساله را دارا ميباشد وليز در اسناد و مدارکی بجا مانده از عصر قبل از اسلام، به سند ايرانی هندی وچينيی در مورد واژه افغان موجود است که مکرر در متون مختلف عربی و دری دوره های اوايل اسلام وقبل از اسلام موجود ميباشد.

صوفی محمد «شنا» رهبر حزب کارګران جوان افغان ساکن ولايت پنجشير مدعی براين داعيه بود که استعمال کلمه افغان به پښتون ها يک اشتباه محض وتاريخی ويک بګو مګو بی بی فايده وبی نتيجه ميباشد، وی مدعی بود که مجموعه تاجک، پښتون، هزاره و تمام اقوام ساکن د ر افغانستان مساوی به افغان ميباشد

کتاب مذکوردر ۲۷۸صفحه به تيراژ ۱۰۰۰جلد به زبان دری در سال ۱۳۹۲به چاپ رسيده و حق نشر آن محفوظ ميباشد



ولسي ادب يا فولکلور

په پښتو ولسي اوفولکلوري ادب کې به دلنډيو ګلپاڼې تل تازه او تاندې وي

علامه استاد اروښاد آکادمسين پوهاند رشاد، دلنډيو په برخه کې، داسې په يوه ليکچرنوټ کې، له نن څخه پنځه څلويښت (۴۵) کاله دمخه راته ويلي وه.

لنډۍ دپښتو شعر په ګلستان کې، هغه فورم دى چې لومړى نيم بيتي يې لنډه او دوهمه يې اوږده وي. دامو ټول پښتانه ولس ته راجوته ده، چې لنډۍ دپښتو ادب يوه بې ساري ستره ادبي شتمني او خوږه، تانده اوخوشبويه پانګه ده. دپښتانه ولس اوپرګنو دژوندانه، فکر، ناستې ولاړې، راشې درشې، توري او ميړانې، دود او دستور، مينې اومحبت، له وطن سره عشق، دخپلواکۍ په برخه کې، سرښندنه اوداسې نور دژوندانه اړخونه نشته، چې په دغو ولسي ميناتوريو او دادب په تابلو کې به يې انځور او انعکاس نه وي راځغېدلى.

لنډۍ اوټپه، مسرۍ اونيکسی دپښتون ستر آريايي تاريخي تيراومېړني ولس دژوندانه اوکړو وړو اصلي څېره راتمثيلوي نه دې کېله له تصنع اوتقليد څخه ډېرې لرې دې، خو له دې غوره سپېڅلتيا سره که په غور ورته خير شو ډېر فصاحت اوبلاغت لري، نوځکه ويلای شو، چې دا ادبي لوړې دردانې، دپښتون ولس دګه ملي ادب ډېرې قيمتي مرغلې دي، چې پردي کلمې، تعبيرات اوتشبيهات لږ په کې ليدل کيږي، ددغو ملي ميناتوريو ويونکي معلوم نه دي، خو ټول پښتانه، نر، ښځې، پېغلې اوځوانان يې په مينه سره وايي دټول پښتانه ولس ګډه اوشريکه ادبي خزانه ده، چې ديدابېت تاريخ يې دپښتو نه پيدا کېدو سره سم، سيخ تړلی دى، کله چې پښتانه پيدا شوي دا ادبي مرغلرې يې زمزمه کړې دي

څومره چې موږ ته راځرګنده ده، په لنډيو کې غالباً عشقي اوبزمي رنګ ډېر دى، چې زياته برخه يې دښځو له خوا ويل کيږي سره له دې په لنډيو کې ملي او ټولنيز ډېر مضامين اونقدهم په کې په ګلورين رنګ رانغښتې اورغول شوي دي

اروښاد استاد عبدالرؤف بېنوا دلنډيو دادبي ارزښت په برخه کې داسې کيلي دي

لنډۍ نه ټپه، ټکی، مسری، اوسندره هم ويل کيږي اوپه پښتو موسيقۍ کې ډېر اهميت لري او په هرځای کې په بېلو بېلو آهنګونو ويل کيږي، چې سري يې هرو مرو تراثر او اغېزې لاندې راځي، دلنډيو آهنګ ډېر خوږ اوسوزناک دى په دغو آهنګونو کې نيرابي وزن ډېر شهرت لري

که دپښتو په کليو اوبانډو کې، څوک دلنډيو خوږه آهنګ اوزړه راپاروونکي سوزناک رنګ ته خير شي، نو دپښتوا صاحب ديادونې سره سره، چې بولاړې نيرايي وزن په شهرت سره يادوي، توبه په مينه سره داووايي، چې دپښتو په ټولو کليو اوباندو کې، دا ملي ادبي عالي ميناتورې په عالي آهنګ او وزن کې راځليږي چې اغېزه او شهرت يې په بوله پښتونخوا کې پوښان دى،

څېړنوه_ علي محمد منګل

چې دهر اوريدونکي زړه راپاروي اوپه دردنګ يې راولي.

په هرحال، نهايي جان دخپل خوازه اواحساس راوستونکي او راويښوونکي شعر ترڅنګ په خپلو قلمي آثارو کې، ځاى ځاى له نبکه مرغه يوه نيمه لنډۍ هم په خپل قلم اوحسن خط ليکلې ده، چې ډېرې رنګينې دي، دپنولسز ژوند په هره برخه کې يې ويلې دي، خپنې وايي، چې داده خپله ليکلې او ويلې دي چې مصنوعي رنګ لري زه وايم ماشاالله، ځکه چې لنډۍ دټول پښتون ګډه ادبي زېرمه ده، هر پښتون اوپښتنه يې وايي دنهايي جان لنډۍ ديو پښتون ويونکي په شان موږ ته مللې دي، چې نه سرو اوسپينو زرو ډېر ارزښت لري دده دغو ملي، برمي اوټولنيزو ادبي ګلانو ته په خير شو، څه سه ګلونه اوسپرغمي يې راته ګېډي اوغونچه کړې دي په مينه به دلې ورته ځاى ورکړو څه نبې يې په ادبي ادارانه انځور کړې دي او وايي

ستا په اوربل مې قسم کړی

چې هېرمې نه کړې غوندونه دي هېرومه

دچيټ کميس دي مبارک شه

دباندې مه څه چې اورونه لګوينه

امبل ترڅنګ روپۍ ترغاړه

په بام ولاړه مخامخ مزه کوينه

په مدينه دې ستا قسم وي

چې ګرۍ واخلې مخ راواړوه مينه

ډيګي مې شوخوسترګو شوخ کې

خکه مې خوب دماخوستن ته نه پرېږدينه

جنګ دکابل په لوړو غرو دي

دکمارې په کلانغ وروخانونه

دفرنګي پښتي راغلې

جنګ پرميدان دی پښتانه ځوانان ځمه

ورځينه

خال به تازه کم سترګې توري

چې په سنګر کې دې لونګی شمال وهينه

نيم کشې سترګې په ياد راغلې

چې مسرۍ وايم قلم اوښکې توبوينه

له شوخو سترګو دې شرمېږم

نه بل ته ګوره نه به ستا ديدن کومه

دلوړو غرو په سرمې کېږدی

چې دآشنا دوطن باد راته راځينه

ارمان مې نه ووکه بيامړوای

چې ستا په سپين مروند مې کړې واى خوبونه

ډيګي مې شوخو سترګو شوخ کې

لکه کبلې ترګړنګو وهي ځېرونه

پرغرنې سپينې واورې اورې

ددوو مينو ترمنځ لاري بندوينه

نن مې نه باد سره جنګ وکی

چې زما ديار پرزلفومه وهه لاسونه

علاقه دار دترخوماردی

حاکم لرم دی، حکمران لبوه نه

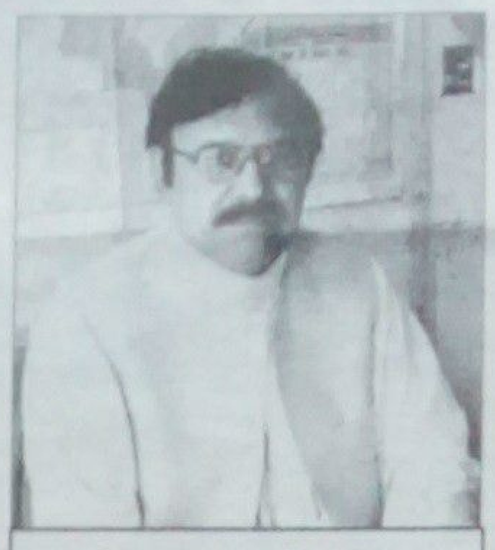
(c) ketabton.com: The Digital Library

فرهنګ، هنر، اقتصاد او ټولنه

دجلال آباد ښار د ټولنیزې شورا مشر ډاکتر مسعود سایي

د جلال آباد ټولنیزه شورا خلکوته د ښو خدمتونو د وړاندې کولو ترڅنګ، غواړي، چې د پردیو د کلتوري یرغل مخه هم ونیول شي

دجلال آباد دخلکو ټولنیزه شورا، چې نوې جوړه شوې اودخلکو د ستونزو د اوارولو په موخه، چې څرنګه هغو له درسنیو اومطبوعاتوله لارې انعکاس ورکړې، پراخې هڅې یې پیل کړې دي ددغې ټولنیزې شورا مشر پوهنمل ډاکترمسعود سایې دهېواد ورځپاڼې دخبريال ددې پوښتنې په ځواب کې، چې دجلال آباد دخلکو د ټولنیزې شورا په اړه، چې تراوسه یې څه ګټورې چارې دخلکودستونزو د اوارولو په موخه ترسره کړې دي؟ ووېل دجلال آباد ټولنیزه شورا ددې ولایت دخلکودغوښتنو ممثله شورا ده، چې یوکال وړاندې پرانیستل شوې اوخپل حوازې ټولنه کړې دي ددغې ټولنیزې شورا لومړۍ موخه داده، چې څرنګه دجلال آباد خلک پریوه ټولنیزمحور راټول کړي اوخپلمنځي اختلافات له منځه یوسي له بده مرغه کومې ستونزې، چې له تېروجګړو راپاتې دي بایې کمې یې کړي اودخلکوپه منځ کې ملي یووالي برابر شي اوددې ولایت ټول خلک دپاکۍ اوامنیت په ساتنه کې برخه واخلي، نوځکه دجلال آباد دټولنیزې شورا له موخوڅخه یوه داده چې ټولنیزې، بړکې ستونزې اوارې کړي اوپه دې هکله شورا دجرګو جوړولو له لارې دخلکو ستونزې اوارې کړې دي دغه ټولنیزه شورا هوډمنه ده، چې دخلکوپخوالي د جرګې دودونه، چې دستونزودلرې کولولپاره دېراغیزمن واقع کېدل، بېرته یې را ژوندي کړي اودوام ورکړي دوهمه برخه، چې ددې ولایت په ټولنیزه شورا کې ډېره روښانه ده، دخلکوستونزې په ګوته کوې اودجرګو اومرکوجوړولو له لارې یې داړوندو چارواکوسره دستونزې دلرې کولولپاره یوځای کوې دیوکال په موده کې چې دغه شورا جوړه شوې، دخلکو ستونزې موږ په ګوته کړې اوخوځله مو دجلال آباد دخلکوستونزې له ولایت اوهمدا راز له ښاروالۍ سره مطرح کړې اوهمدارنګه دنورواړوندو ادارو سره موخبرې کړې اوداوارولولپاره موستونزې ورته په ګوتو کړې دي دجلال آباد د ټولنیزې شورا له دندوڅخه یوه داوه، چې دجلال آباد ښار په درېو ناحیوکې دګذرشوراګانې منځ ته راوړي، ددې لپاره چې دخلکوګډون په حکومتوالۍ کې ډېره اغېزمنتیا ومومي، دګذرشوراګانې دې پیاوړې شي، چې ددغو شوراګانوله لارې دګذر دخلکوستونزې جوتې اوله ښاروالۍ سره یې داوارولولپاره پرې خبرې وشي، نوځکه زموږ په کړنوکې یوفعالیت داو، چې موږ وتوانېږو دجلال آباد په لومړۍ، دوهمه اودریمې ناحیه کې شوراګانې جوړې کړو، چې وتوانېدو ۳۲ شوراګانې په دریمه ناحیه کې، اوهمدارنګه ۱۷ شوراګانې په دوهمه ناحیه کې اوڅخه ۲۸ شوراګانې موپه لومړۍ ناحیه کې جوړې کړې دغه شوراګانې له یوې خوا له دولت سره اړیکې ټینګوي اوله بلې خوا دخلکو دستونزو داوارولو لپاره له چارواکوسره خبرې کېږي موږ دجلال آباد له شوراګانوسره په همغږۍ لړو اوهڅه کوو، چې زموږ اړیکې ورسره لاټینګې شي موږ په دې باور لرو، چې دجلا آباد په



پوهنمل ډاکترمسعود سایي

څلورمه اوهمداراز په پنځمه ناحیه کې داډول ټولنیزې شوراګانې منځ ته راوړو، چې خلکوته دټولنیزوخدمتونو د وړاندې کولوزمینه برابره شي یوه بله موضوع، چې موږ غواړو وړاندې کار وکړو هغه دا ده، چې دجلال آباد د ټولنیزې شورا په موخوکې یوه داده، چې څرنګه کولی شي خپل کلتور دپردیو له یرغل څخه وساتي دې موخې ته درسېدولپاره موږ دجلال آباد داطلاعاتو او فرهنګ له ریاست سره ګډه پروژه لرو، که خدای کول په دې وروستیوختونوکې به دغه چارې پیل کړو اوهېوادته راتلونکې اصطلاحات اولوحې، چې څرنګه یې اصلاح کړو په دې تړاو هڅې کوو اوپه راتلونکې کې به غونډه جوړوو اودستونزې دلرې کولولپاره به ګډ تصمیم ونیسو دجلال آباد دټولنیزې شورا مشر دیوې بلې پوښتنې په ځواب کې ووېل ددې لپاره، چې موږ خپل اصیل افغاني اوپښتني کلتور اوفرهنګ وساتو، یوه خپرونه هم لرو، چې دجلال آباد مجلې غږیه نامه نومول شوې اوتراوسه مو دوه ګڼې چاپ کړې دي اوخپل جواز به ژر ترلاسه برابرکړو اودپړاولومړنۍ بهیر یې دجلال آباد داطلاعاتو اوفرهنګ په ریاست کې ترسره شوی دی اوهمدا راز نور اداري پړاونه به یې په کابل کې ترسره شي نوزموږ موخه له دوسره خپروسره سره داده چې دخپل تاریخ اوکلتور په خوندي کولواوساتنه اودخلکو دفکرونو په روښانه کولوکې برخه واخلو ډاکترمسعود سایي څرګنده کړه بله موضوع، چې اړینه ده ددموکراسۍ بهیر دی، چې څرنګه خلک په چاروکې ونډه واخلي اومثبت اواغېزمن رول ولوبوي اوهمدارنګه زموږ دټولنې دښځو دحقونوپه خوندي ساتلو کې پاملرنه وکړي اوټول اسلامي، اساسي اونړیوال قوانین اومیثاقونه، چې دښځو لپاره دي هم په پام کې ونیسي اودښځو دحقونو څخه دې دفاع وشي دجلال آباد دشورا مشردجلال آباد دخلکودېرتوستونزو په اړه دیوې بلې پوښتنې په ځواب کې داسې ووېل دجلال آباد نوی ښار دېځوالي جلال آباد له ښار سره [illegible] اوږدوکې له ولسوالیواونوروسیموڅخه جلال آباد ته خلکومهاجرتونه کړي دي، چې له یوې خوا دغه بهیر دوګړو ددېروالي لامل شوی اوهم هره ورځ یو زیات شمېرهېوادوال داګاونډیو هېوادونوپه تېره بیا له پاکستان څخه جلال آباد ته راستانه اوپه دې ښارکې استوګن کېږي دجلال آباد دخلکو په شمېر کې داسلي اوسیدونکو په پرتله ډېروالی راغلی دی یوه له دغو ستونزوڅخه داده، چې ددغه ښارخلک هدیره نه لري دغه ستونزه، چې اوس کوچنۍ ښکاري په راتلونکې کې به ډېرې نورې ستونزې راولاړې کړي، ځکه هغه دوستان، چې په جلال آباد کې اوسېږي دکلیو اوولسوالیو څخه ښارته راغلي دي دوی به منځ کې، چې کوم مهال مړینه رامنځ ته کېږي، دوی خپل مړي خپلو کلیوته لېږدوي اوهلته یې خاورونه سپاري موږ ددې ستونزې دلرې کولولپاره خوځلې دجلال آباد له ښاروال اوهمدارنګه ددغه ولایت له والي سره خبرې کړې، نوموړو هیله لرو، چې دجلال آباد ښاروالي ددې ستونزې له زوره پاملرنه وکړي اوله جمهور رئیس حامدکرزي سره دې هم خبرې وشي چې د دوی دغې ستونزې ته دپای ټکی کېږدي دوهمه موضوع، چې دجلال آباد خلک ورته پاملرنه لري، هغه دبرېښنا ستونزه ده، چې په جلال آباد کې شته، خوله بده مرغه، چې دبرېښنا وېش په عادلانه توګه نه ترسره کېږي اوعاموخلکوته په لږه کچه برېښنا رسېږي، چې داهم یوه لویه ستونزه ده ددغې ستونزې دلرې کولوپه تړاوموهم دبرېښنا اونوروچارواکو سره خبرې اوکتنې کړې دي اوله هغوی څخه موغوښتي دي، چې دبرېښنا ستونزه دې دعدالت په پام کې نیولو سره اواره شي په دې توګه موسم کې چې په دې ولایت کې هوا [illegible] عام اوبیوزلي خلک همدارنګه ښځینه اوماشومان دتودې هوا له امله له عذاب سره مخ دي نوزموږ غوښتنه دبرېښنا له چارواکوڅخه په جلال آباد کې داده، چې هره ورځ څوساعته برېښنا بیوزلو اوعاموخلکوته ورسوي

هېواد _ نوري

هنر و اهداف آن

سکندری

هنر به مثابه عالي ترين پديده اجتماعي ومولود جامعه بشري، كه با احساس، تخيل و روان آدمي سروكار دارد، داراي اثرات متعدد بوده و نتايج آن درابعاد گوناگون زندگي قابل بررسي است. كه ميتوان گفت تعليم وتربيت وبهداشت رواني يكي از مهمترين آنها محسوب ميگردد. يكه اثر هنري ميتواند هدف هاي مشخص را دربر گيرد. مسلماً اين هدف ها گاه بصورت جزئي هستند وگاه درحد كلي ترو عميق تر تا آنجا كه اساسي ترين و كلي ترين اهداف تربيت را درآثار هنري جستجو كرد. زيرا هنر اصيل ترين ومتعالي ترين نمونه هاي خود برجلوه هاي از مسايل اساسي انسان، نيازهاي ژرف وي وآرمانها وايده آل هاي عظيم درنظر دارد و ره آوردهاي اولي زنده گي را برايش به ارمغان مي آورد. ازاين رو يك اثر مفيد وبرجسته هنري تنها نمي تواند به تفريح وتنوع محدود شود وتاثيراتش تنها به هيجانات سطحي وآني مخاطبين نمي انجامد، بلكه هنراصيل و مطلوب ارزنده ترين نتايج خود را درحفظ و بهره دروني وپايدار ونقشي كه درتحول وبينش وگرايش وتغيير رفتار ورشد وتكامل مخاطبين داشته باشد، مي جويد. يك اثر هنري زماني قادر خواهد بود باوجود انسان پيوند عميق برقرار كند كه بتواند درترسيم مسايل اصلي حيات وتعيين نيازهاي اصيل انساني موفق باشد. ارايه مضامين پر بار و پيام هاي مطلوب انساني و اعتقادي به گونه اي عميق تر وموثر، با بهره گيري از اعجاز هنروزيبايي بيان تداوم بخش وجود آثار هنري است از اين رو عمر هنري غالباً بسته به ميزان ارتباطي است كه با روان انسان وباواقعيت وحقيقت وجودي وي داشته باشد. درمجموع آثار هنري ميتوانند با درنظر داشتن اساسي ترين مراحل وعميق ترين ابعاد حيات و تربيت، شخصيت مخاطبين را با تغيير وتحول بنيادي مواجه سازد. چنانكه درفرهنگ ها وتمدن فكري وسياسي مختلف، هنرنقش ارزشمندي خود را دارد وهمگام با روش هاي فلسفي واعتقادي وگاه فراتر از آن، حتي پيش تر از آن گام برميدارد، وبه موفقيت هاي برجسته اي نايل مي آيد. از اينرو هنر علاوه برنقش فردي از تاثيرات اجتماعي پراهميتي برخوردار است درفرهنگ اسلامي و كشور ما هنر ارزش ورسالتي ويژه دارد درميان انواع هنرها ادبيات وشعر، ازجمله رايج ترين وبرجسته ترين آنها شناخته شده است پس به عنوان مثال بررسي تاثيرات هنر در ابعاد اساسي واهداف عالي را ميتوان درنمونه هاي از اشعار دري وپشتو جستجو كرد. دراين ميان اشعار وسروده هاي شعراي چون، سنائي، عطار، مولوي ورحمان بابا وغيره برينش واعتقاد سازنده بي استوار است. اينگونه اشعار ضمن به نمايش گذاشتن نگرش وگرايش شاعر نسبت به جهان وانسان ترسيم جلوه هاي شكوهمند عرفان وتصوف، روح مخاطبين را از زيبائي هنر وغناي معنوي خود بهره مند مي سازد ودر تربيت وسلامت وي نقش درخور توجه دارد. به علاوه قصه ها وحكايت هاي موجود درآثار ادبا، فلاسفه وحكما وقصه هاي قرآن كريم وساير متون اسلامي ما دربر دارنده ويژه گي هاي محتوايي وتربيتي فوق ميباشد

ښځه او ټولنه

له ښځو سره د تاوتریخوالي عاملین باید مجازات شي

زرغونه صالحي

په تېرو دوو کلونو کې د پردې شاته ځینو لاسونو له خوا د ښځو د وژلو او جنسي تېري د ثبت شمېر لوړې شوې دي، خو د دغو قضیو څلوېښت سلنه عاملین نه دي مجازات شوي. اداري فساد او د زورواکو لاسوهنه، یادو قضیو ته د نه رسېدو عمده دلایل بلل شوي دي، چې دغه چاره د ورته پېښو د زیاتېدو سبب شوې ده. د اژانسو رسنیو مشارکت رېزواک خبري اژانس، کلید ګروپ، هشت صبح ورځپاڼې او صباشراني موسسې یوه خپرونه څرګندوي، چې د افغانستان د بشري حقونو د خپلواک کمېسیون، ترڅنګ ځینې قربانیان او د کورنۍ غړي په عادلانه ډول د دوی د قضیو له نه څېړلو شکایت کوي او ځینې دولتي چارواکي هم په دې برخه کې د شته ستونزو یادونه کوي. نویه خارنوالي ادعا کوي چې ټولې قضیې یې په عادلانه ډول څېړلي دي. د کورنیو چارو وزارت هم وایي چې له تښتېدو پرته یې د ورته پېښو ټول تورن نیولي او اړوندو ارګانونو ته یې سپارلي دي. په افغانستان کې د ښځو د وژنې او جنسي تېري په څېر د ترټولو سختو تاوتریخوالو ترڅنګ د وهلو ټکولو، په بدو کې ورکولو، د نفقې نه ورکړه، د میراث له حق څخه محرومول او ورته نور ډولونه هم موجود دي. د ښځو وژنې، جنسي تېري او د ورته نورو قضیو په څېړنې ځینې اندېښنې هم پیدا کړې دي. د افغانستان د بشري حقونو کمېسیون د ښځو د حقونو د ملاتړ برخې مسووله لطیفه سلطاني د اندېښنې په څرګندولو سره وایي چې په دغه کمېسیون کې د ناموسي وژنو د پردې شالو له خوا د ښځو وژل او پر ښځو د جنسي تېري ثبت شوي شمېري په وروستیو دوو کلونو کې زیاتې شوې دي. د سلطاني په خبره، د ۱۳۹۱ کال په لومړیو ۹ میاشتو کې د ټول هېواد په کچه ۱۰۰ قتلونه، ۱۰۰ جنسي تېري پر ښځو او نجونو شوي او دغه راز په ۱۳۹۰ کال کې ۸۹ د قتل او ۹۵ د جنسي تېري پېښې د افغانستان د بشري حقونو په کمېسیون کې ثبت شوي دي. میرمن سلطاني ووېل چې د دا ډول تاوتریخوالو شمېرې د تېر کال له نهو میاشتو راهیسې تر اوسه نه دي راټولې شوې. هغې څرګنده کړه چې له ۱۳۸۱ نه تر ۱۳۸۹ پورې په ټولیز ډول پر ښځو د جنسي تېري ۲۱۱ پېښې د دغه کمېسیون له خوا ثبت شوې دي. خو ناموسي وژنې بیا یوازې له تېرو دوو کلونو راهیسې ثبت شوي، ځکه په تېرو کلونو کې له یوې خوا ورته وژنې ډېرې محدودې وې او له بلې خوا کورنۍ نه حاضرېدې، چې دا ډول پېښې ثبت کړي. خو سلطاني په خواشینۍ سره ووېل، هغه څوک، چې د دغه کمېسیون له خوا د هېواد په عدلي او قضایي ارګانونو کې شوي، څرګندوي چې په تېرو دوو کلونو کې د جنسي تېریو او ناموسي وژنو یوازې ۶۰ سلنه عاملین نیول شوي او مجازات شوي دي. نوموړې د دغو پلټنو په اړه د جزیاتو له ورکړې پرته زیاته کړه چې د ورته قضیو پاتې څلوېښت سلنه عاملین یا نه دي نیول شوي او یایې هم د پیسو په بدل کې برائت حاصل کړی دی. دا په داسې حال کې ده چې شاید په هېواد کې د ښځو د وژنې او جنسي تېریو نورې پېښې هم موجودې وي، خو له ثبت او تعقیب څخه پاتې دي. د ولسي جرګې د ښځو چارو د کمېسیون غړې نسیمه عظیمي د بشري حقونو د خپلواک کمېسیون څرګندونه معتبره ګڼي او وایي چې د دې پلټنې پایلې هم د ښځو پر وړاندې د تاوتریخوالي د زیاتېدو او هم د نه څېړلو په برخه کې د اندېښنې وړ دي. هغې هم د شمېرو له څرګندولو پرته ووېل چې د وژنې جرګې هم کمېسیون ته د قربانیانو د کورنیو شکایت د ښځو پر وړاندې د تاوتریخوالي د دغو دوو ډولونو د زیاتوالي څرګندونه کوي. د ښځو چارو وزارت د حقوقو رییسه فوزیه امیني هم وایي چې د دغه ورکړل شوي راپور شمېرې د تاوتریخوالي د دغو دوو ډولونو د زیاتوالي څرګندونه کوي. د سرچینې د معلوماتو له مخې، د ۱۳۹۱ لمریز کال په لومړیو دریوو ربعو کې ترډې د ښځو د وژنې ۹۰ او د جنسي تېري له ۵۰ زیاتې پېښې په مرکز او ولایاتو کې په داسې حال کې ورکړل شوې چې په تېرو کلونو کې دغه شمېره ډېره ښکته وه. هغې هم د تېر کال له دریمې ربعې وروسته د ورته تاوتریخوالو شمېرې مشخصې نه کړې او وېل چې په ټوله کې په تېرو لسو کلونو کې د ښځو د وژنې ۵۲۴ او د جنسي تېري ۱۶۰ پېښې د ټول هېواد په کچه د دغه وزارت له خوا ثبت شوې دي. خو امیني څرګنده کړه چې د ښځو چارو وزارت تیاره د اندېښنې وړ موضوع دا ده چې په تېرو دوو کلونو کې د ښځو پر وړاندې د تاوتریخوالي تر ټولو سخت

ډولونه: وژنې او جنسي تېري، زیات شوي دي. نوموړې وایي چې د ورته قضیو د څېړلو په برخه کې د تېر په پرتله ښه والی راغلی، خو د هغو دوسیو شمېر یې څرګند نه کړ چې تر اوسه پورې څېړل شوي دي. اداري فساد او د زورواکو لاسوهنه د ورته قضیو د نه څېړلو عمده علتونه او نه څېړنه یا د دغو جرمونو د ډېرېدو له مهمو عواملو څخه ګڼل کېږي. مېرمن سلطاني وایي «دا چې ښځې په کورنۍ جابرسال کې وژل کېږي او یا پرې جنسي تېري کېږي، عمده علتونه یې دا دي چې د ورته پېښو له عاملینو او مجرمینو سره پرېکنده چلند نه دی شوی.» سرچینه وایي چې د بشري حقونو کمېسیون، تېر کال د حکومتي چارواکو، د ورته تاوتریخوالي له قربانیانو او د مدني ټولنې له استازو سره ناستې درلودې او ګڼ شمېر کورنیو د ورته کړنو د مجرمینو پر وړاندې د پرېکنده چلند له نه کېدو څخه شکایت کاوه. سلطاني زیاته کړه «له مجرمینو سره پرېکنده چلند نه کېږي، مجرمین تښتېدلي دي، پیسې ورکوي او خپل ځان خوشې کوي.» سلطاني وایي چې ډېر ورته تاوتریخوالي په لرې پرتو سیمو کې رامنځته کېږي، هلته چې په بشپړ ډول د قانون حاکمیت نشته.» د هغې په وینا، ګډونوالو د افغانستان د جزا په قانون کې شته ستونزې د دې ډول تاوتریخوالو د ډېرښت د عمده علت په توګه یادې کړې. نوموړي د اساسي قانون ۳۸۹ مې مادې ته په اشارې سره ووېل چې دغه ماده د «ناموسي وژنو» د ډېرېدو سبب شوې ده. په دې ماده کې راغلي: «هغه شخص، چې له خپل ناموس څخه د دفاع له امله خپله ښځه او یا یې هم له محارمو څخه یو څوک د زنا د تلبس په حالت او یا له یوه غیر شخص سره په یوه بستره کې ووینې او سم له لاسه دواړه او یا هم یو له هغوی نه ووژني او یا یې ټپي کړي، د وهلو او ټپي کولو له جزا څخه معاف، خو تعزیرا حالت ته به پام په بند، چې له دوو کلونو څخه ډېر نه وي، محکومېږي.» سلطاني وایي «موږ وینو چې د افغانستان د جزا په قانون کې جنسي تېري مسکوت دي او هلته تېري په عنف د یرغل «زور زیاتي او زور» په نامه یادونه شوې، خو بیا ورځ له بده مرغه، په محکمو کې ځینې داسې قضیې لرو، چې د تېري جرمي وصف یې په زنا بدل کړی. خو مېرمن باید ښکېل شي د افغانستان د بشري حقونو په خپلواک کمېسیون کې د ښځو له حقونو څخه د ملاتړ څانګې مسؤولې زیاتوي «که چېرته یو کس خپله ښځه له بل چا سره په زنا ووینې او هغه ووژني، نو په دوه کاله بند محکومېږي، خو که چېرته یوه ښځه خپل خاوند له یوې ښځې سره په زنا ووینې او ویې وژني، نو تر ټولو په سختو مجازاتو محکومېږي، دا خپله په څرګند ډول یو تبعیض او د افغانستان په قوانینو کې له شته حقوقي ستونزو څخه یوه ده.» د سلطاني په وینا، د زنا د عمل سره له رسول یو جرمي عمل دی، د داسې قضیو څېړل د کورنیو د غړیو د صلاحیت نه، بلکې د محکمې له صلاحیتونو څخه دی. نوموړې په قضیو کې د متنفذو کسانو لاسوهنه هم د ښځو د وژنې او جنسي تېریو د زیاتېدو له عواملو کې ځینې زیاته کړه «اداري فساد، له نفوذي تاوره استفاده، په دې معنا چې د ښځو د وژنې او جنسي تېري مرتکب کسان په یوه ډول نه یوه ډول له یوه قوماندان سره اړیکه لري، له یوه څارنوال او قاضي سره تړلي او جنسي هغه کسان، چې په اداروکې کار کوي، په خپله د جنسي تېري مرتکبین دي، یا خپله مېرمن او یا یې هم خپله نلوې وژلې، دوی پوهېږي چې له مجازاتو معاف دي، او وجت موقف لري او نه مجازات کېږي، نو په همدې اساس ډېر ښکاره او په جرئت سره کولای شي دغه کار ترسره کړي.» هغې د یادو اشخاصو د هویت د افشا کولو په اړه ووېل: «که چېرته د قضیې د محرمیت په اړه پېنګ ورکړل شي، نو شاید د قرباني د ځان او یا هم کورنۍ امنیت په خطر کې ولوېږي، موږ نه غواړو چې د هغو تېري کوونکو وژونکو او ورسره تړلو نومونه افشا کړو.» نوموړې ووېل چې په هېواد کې پر ښځو د شوو جنسي تېریو د ثبت شوو شمېرو ډېرښت، له خپلو حقونو څخه د خلکو د علم پوهاوي د کچې لوړېدل او د بشري حقونو په تړاو د خلکو د پوهاوي لوړېدل د دغه دوه ډوله تاوتریخوالي د ډېرښت د دلیلونو څخه دي.

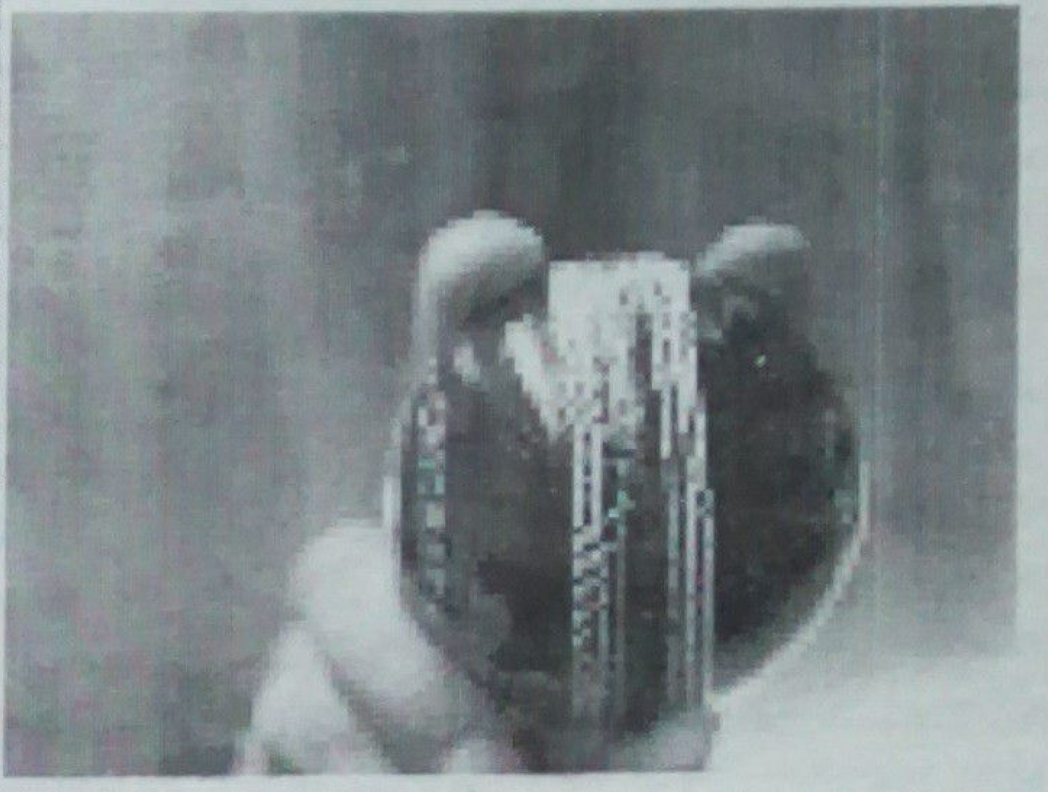
(c) ketabton.com: The Digital Library

د سپین غر زون د کرېکټ لوبډله د زونونو سیالیو ته پوره چمتوالی لري

سپین غر زون کرېکټ لوبډلې لوبغاړي وایي دوی پوره چمتوالی لري چې د زونونو ترمنځ د سیالیو اتلولي ترلاسه کړي. د سپین غر زون کرېکټ لوبډله چې په ننګرهار کې په تمرینونو بوخته وه، لوبغاړو او په ځانګړې ډول د لوبډلې کپتان حمید حسن وایي لوبډله یې په لوړ مورال سره د زونونو په سیالیو کې ګډون کوي او اتلولي به هم ترلاسه کوي. حمید حسن زیاتوي د نورو زونونو لوبډلې هم پیاوړې دي خو دی په خپلې لوبډلې باوري دی او نه څرګندوي چې د زونونو سیالیو کې به وځلېږي. لوموړي ووېل دوی ته روزنه د باتجربه روزونکي اسد خان لخوا ورکول کېږي یادوونې وړ ده په لومړیو کې د سپین غر زون لوبډلې

کریم صادق مرستیال کپتان، افتاب عالم، شفق الله شفق، شبیر نوري، شوکت زمان، نسیم سرخرودی، باطن شاه او د خښخ زون پیاوړي ولایتي لوبغاړي شامل دي.

په لومړیو کې سپین غر زون د لوبډلې د حوږېدو په موخه خلوردیرش کسیزه لوبډله اعلان کړه چې په تمرینونو بوخته وه چې له تمرینونو وروسته یې اتلس غوره لوبغاړي غوره او اوس سیالیو لپاره پنځلس کسیزه لوبډله اعلان کړه. د سپین غر زون لوبډلې کپتان د ملي لوبډلې تېز بالر حمید حسن وایي دا لوبډله پوره چمتو ده چې په یادو سیالیو کې به خپلو سیالو لوبډلو سره سخته سیالي وکړي او لوبډلې لوبغاړي نه څرګندوي چې یادو سیالیو اتلولي



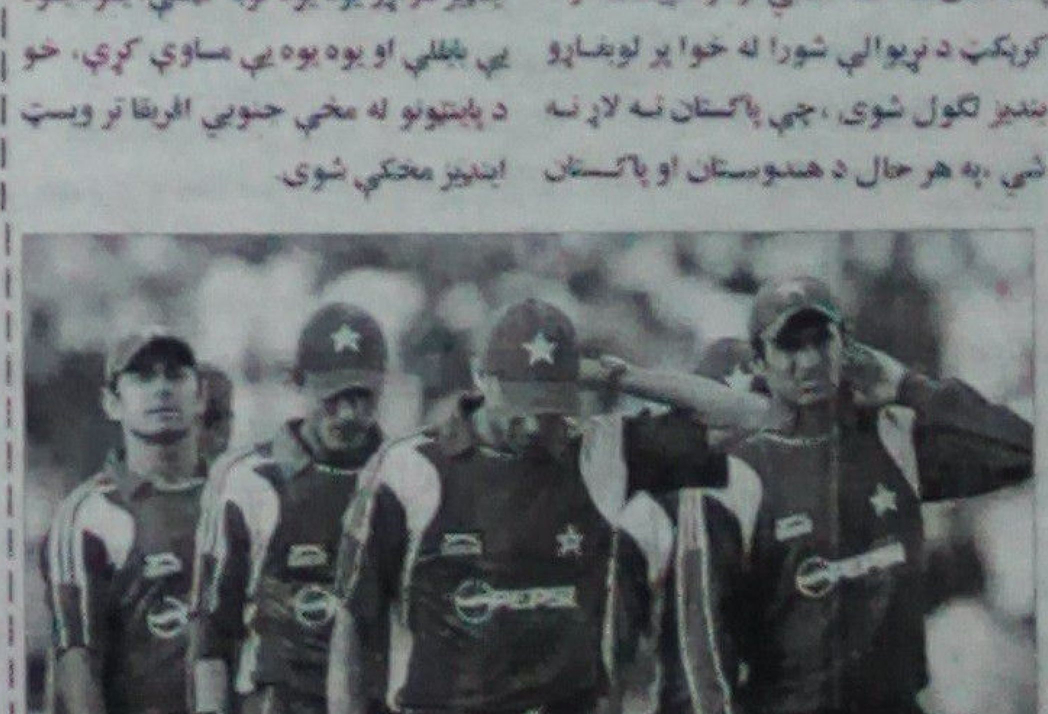
حوړولو ته خلوردیرش کسیزه لوبډله اعلان شوې وه خو اوس تېرې اتلس غوره لوبغاړي غوره شوي او د سیالیو لپاره په خوارلس کسیزه لوبډله اعلان کړي. سپین غر زون لوبډله کې د ملي لوبډلې لوبغاړي، حمیدحسن کپتان،

به هم ترلاسه کوي. یادونې وړده سپین غر زون لوبډلې نه پخواني لوبغاړي اسدالله لخوا روزنه ورکول کېږي. دوی پوره لس ورځې تمرینات وکړل او خپل منځي شل اوریزي تمریني سیالي هم ترسره کړې دي.

د کرېکټ د اتلانو د کپ له لوبو د پاکستان ملي لوبډله اوت شوه

پاکستان د شنبې په ورځ د هند له ملي لوبډلې په اتو ویکټو لوبه بایلوده پاکستاني لوبډله په ۱۶۵ منډو اوټ شوه په خواب کې یې د باران له کبله اوورونو راالند شول او هند د دوو لوبغاړو له سوځېدو سره پاکلي هدف ته ځان ورساوه تر مخکې پاکستان په خپل ګروپ کې له وېسټ انډیز او جنوبي افریقا لوبې بایللې وې. د هندوستان او پاکستان ترمنځ دا لوبې په ملیونونو کسانو د ټلویزیونونو پر مخ وکتلې او لوبغالي ته هم ډېر کسان ورغلي وو. د هندوستان او پاکستان ترمنځ لوبې په تېره بیا په هندستان او پاکستان کې هر څوک، چې ټلویزیون لري او یا ورته لاسرسی ولري، نو ګوري یې. په تېره بیا د اتلانو د سیالیو لوبې، خو هر څوک باید ووایي، که څه هم د دغو دوارو هېوادونو ترمنځ سیاسي او پوځي اړیکې ښې نه دي او لکه د افغانستان په څېر پر یو لو سره شخړې لري، خو تر منځ یې د کرېکټ لوبې ډېرې کېږي، خو کله، چې په پاکستان کې د سریلانکا پر لوبډلې خونکاله وراندې برید وشوې، نو د هندوستان او نړۍ لوبغاړي پاکستان ته نه ځي او اولمپیک او د کرېکټ د نړیوالې شورا له خوا پر لوبغاړو بندیز لګول شوي، چې پاکستان ته لاړ نه شي، په هر حال د هندوستان او پاکستان

تر منځ لوبې ډېرې مینه وال لري. په تېره بیا هندوان او پاکستانیان خو یې هره رسمي یا نارسمي لوبې ویني او هر لوري د خپلې لوبډلې د بریا لپاره په تمه وي، خو دا ځل پاکستان څکه په یولو لوبو کې ماتې وخوړه، چې د توپ وهنې یا بېټینګ لپاره یې څوک نه درلګو کېدل. داسې تبصرې پرې روانې وې، چې د پاکستان هېڅ داسې لوبغاړی نشته، چې پر مېچ وردېږي او منډې جوړې کړي. دغه راز د توپونو په بیولو یا کېچ کولو کې هم پاکستان د نورو لوبډلو پر پرتله کمزوری و. بیا په بل وینا د پاکستان د لوبډلې د کمزورۍ جوت اړخ د دغه ټیم بیټینګ دی، چې د اتلانو د جام لوبو په لړ کې یې یو ځل ۱۷۰، بل ځل ۱۶۷ او درېیم ځل ۱۶۵ منډې وکړې. د کرېکټ په لوبو کې چې ۲۵۰ منډې هم د یاد وړ نه ښکاري تر ۲۰۰ لږ منډې د ډېرې کمزورۍ نښه ده. د کرېکټ د اتلانو په جام لوبو کې له بې ګروپه بیا هندوستان د درېیو لوبو له ګټلو سره د خپل ګروپ په سر کې راغی او نیمه پای لوبې ته هم ووت، په هند پسې جنوبي افریقا او وېسټ انډیز دوارو یوه یوه لوبه ګټلې، یوه یوه یې بایللې او یوه یوه یې مساوي کړې، خو د پېښتونو له مخې جنوبي افریقا تر وېسټ انډیز مخکې شوه.



د سپورت نړۍ

د اې سي سي د اتلانو د جام سیالیو پایلوبې ته هندوستان او انګلنډ ووتل

د کرېکټ د اتلانو جام سیالۍ (چیمپینز ټرافي) د کرېکټ د نړیوالې شورا (اې سي سي) لخوا په لاره اچول شوې چې له نړیوالو لوبو ورلډ کپ څخه وروسته تر ټولو مشهورې او مهمې سیالۍ بلل کېږي. له څلور کاله وروسته کرېکټ کې د اتلانو جام سیالۍ چیمپینز ټرافي په انګلستان او ویلز کې روانې دي. د دغو سیالیو پایلوبې ته هندوستان او انګلستان ووتل. دواړو لوبډلو د ګروپونو لوبې ګټلې او په پایلوبه کې سره مخامخ دي. انګلنډ نیمه پایلوبې ته ووت په انګلنډ انګلستان او ویلز کې د کرېکټ د اتلانو په سیالیو چیمپیز ټرافي کې انګلنډ او نیوزیلنډ په اې ګروپ کې سره مخامخ شول چې په نتیجه کې یې انګلنډ مقابلې لوبډلې ته په لسو منډو ماتې ورکړه. له نیوزیلنډ څخه د سابقې ګټلو انګلنډ د دې سیالیو نیمه پایلوبې ته ورساوه. دا مسابقه، چې په کارډیف ښار کې وشوه، د باران د اورېدو له کبله ناوخته پیل شوه او د پنځوسو اوورونو په ځای هر ټیم ته ۲۴ اورونه ورکړای شول. بیا نیوزیلنډ وګټله څو انګلنډ ته یې د لوبې پېټینګ کولو بلنه ورکړه. انګلنډ په ۲۴ اور او ۴ تویونو ۱۶۹ منډې جوړې کړې. نیوزیلنډ په ۲۴ اوورونو کې د نو لوبغاړو د سوځېدو په بدل کې ۱۵۹ منډې جوړې کړای شوې له دې سره انګلنډ نیمه پایلوبې ته ووت او له هندوستان سره به، چې نوموړی لوبې یې ګټلې پایلوبه کوي. د کرېکټ دغه خورا مشهور جام په سر کال د وروستي ځل لپاره ترسره شي. د دغو سیالیو لومړۍ لوبه ترېنه ورځ د هندوستان او سوېلي افریقا د لوبډلو ترمنځ د وېلز په مرکز کارډیف

کې ترسره شوه، چې هند سوېلي افریقا له ماتې ورکړه او دوه پوائنټونه یې وګټل دغه سیالۍ په لومړي ځل په ۱۹۹۸ کال کې پیل

شوې. د دغو لوبو د فارمټ له مخې به د اتلانو جام سیالۍ په دوو کلونو کې یو ځل تر سره کېدې، خو سر کال دغه لوبې څلور کاله وروسته د وروستي ځل لپاره ترسره کېږي. د کرېکټ مینه وال باور لري د چیمپینز ټرافي لوبو په ختمېدو ډېر خوښ نه وي، خو د کرېکټ د نړیوالې شورا په وینا چې د دغو سیالیو لپاره د بدیل په لټه کې دي.

د اتلانو سرني جام

د سرنې جام لپاره د کوربه توب امتیاز د انګلستان او ویلز په برخه دی، چې د نړیوال کرېکټ د لومړي کتار ۸ لوبډلې به کې د جام د ګټلو لپاره سره مخامخ دي دغه لوبډلې په الف او ب ګروپونو کې سره وېشل شوې وې، چې په هر یوه ګروپ کې به څلور لوبډلې وې.

د اتلانو جام د نړۍ سیالیو کوربتوب او کوربه هیوادونه

۱۹۹۸ د دغو لوبو کوربه د بنګله دېش

هیوادو او اتلولي سوېلي افریقا وګټله ۲۰۰۰ کوربه توب د کینیا پرغاړه او اتلولي د نیوزیلانډ په برخه شوه ۲۰۰۲ دغه لوبې په سریلانکا کې

ترسره شوې، تو په پای کې هند او سریلانکا اتلان وټاکل شول ۲۰۰۴ کوربه انګلستان و خو د اتلولي جام د وېسټ انډیز لوبډلې یوړنه کې ۲۰۰۶ هندوستان د دغو لوبو کوربه و او اتلولي د استرالیا لوبډلې وګټله ۲۰۰۹ دغه لوبې په سوېلي افریقا کې تر سره شوې او اتلولي یې د دویم ځل لپاره د استرالیا په برخه شوه. په الف ګروپ کې د استرالیا، انګلستان، سریلانکا او نیوزیلانډ لوبډلې سره مخامخ وې، چې انګلنډ توپي لوبډلې ماتې کړې او پایلوبې ته یې ځان ورساوه او په ب ګروپ کې بیا د هندوستان، سوېلي افریقا، پاکستان او وېسټ انډیز لوبډلې سره مخامخ وې، چې دا بیا هندوستان ماتې کړې او پایلوبې ته یې مخه وکړه.

د اتلانو جام سیالۍ به دوو پړاوونو کې ترسره شوې

په لومړي پړاو کې چې د ګروپ لوبو پړاو بلل کېږي هره لوبډله په خپل ګروپ کې له سیالي لوبډلې سره لوبه ترسره کړه. تولو لوبډلو به په دغه پړاو کې درې لوبې تر سره کړې او د هرې لوبې د ګټلو لپاره دوې نمرې پوائنټونه ټاکل شوي وو. د لومړي پړاو په پای کې له هر ګروپ څخه د سر دوې لوبډلې نیمه پایلوبې ته لاره وموندله.

په نیمه پایلوبو کې د الف ګروپ د سر لوبډله د ب ګروپ له دویمې لوبډلې، او د ب ګروپ د سر لوبډله د الف ګروپ له دویمې لوبډلې سره مخامخ وې.

له نیمه پایلوبو څخه دوې غوره لوبډلې هندوستان او انګلنډ پایلوبې ته ووتې او هغه به سره د اتلولي د ګټلو لپاره سیالي وکړي.

د اتلانو جام د سرنیو لوبو مهال وېش:

لومړۍ لوبه (الف ګروپ) جون ۶، د پنجشنبې ورځ هندوستان او سوېلي افریقا (هندوستان وګټله)

دویمه لوبه (الف ګروپ) د جون ۷، د جمعې په ورځ پاکستان او وېسټ انډیز ترمنځ وه، چې وېسټ انډیز وګټله درېیمه لوبه (ب ګروپ) جون ۸، د شنبې ورځ انګلستان او استرالیا ترمنځ وه، چې انګلستان وګټله څلورمه لوبه (ب ګروپ) د جون ۹، د یکشنبې ورځ نیوزیلانډ او سریلانکا ترمنځ وه، چې نوي زیلنډ وګټله پنځمه لوبه (الف ګروپ) جون ۱۰، دوشنبې ورځ پاکستان او سوېلي افریقا ترمنځ وه، چې پاکستان په کې سخته ماتې وخوړه. شپږمه لوبه (الف ګروپ) د جون ۱۱، سې شنبې ورځ هندوستان او وېسټ انډیز ترمنځ وه، چې هندوستان وګټله

اوومه لوبه (ب ګروپ) د جون ۱۲، چهارشنبې ورځ استرالیا او نیوزیلانډ ترمنځ وه، چې استرالیا وګټله اتمه لوبه (ب ګروپ) د جون ۱۳، پنجشنبې ورځ انګلستان او سریلانکا ترمنځ وه، چې انګلستان وګټله نهمه لوبه (الف ګروپ) د جون ۱۴، جمعې ورځ سوېلي افریقا او وېسټ انډیز ترمنځ وه، چې سوېلي افریقا وګټله لسمه لوبه (الف ګروپ) د جون ۱۵، شنبې ورځ هندوستان او پاکستان ترمنځ وه، چې هندوستان په اتو وکټو وګټله او پاکستان په دې لوبو کې نوه هم ونه

شوای ګټلی او له لوبو و ایستل شو. یوولسمه لوبه (ب ګروپ) د جون ۱۶، یکشنبې ورځ انګلستان او نیوزیلانډ ترمنځ وه، چې دا هم انګلستان وګټله او نوی زیلنډ له لوبو ووت. دولسمه لوبه (ب ګروپ) د جون ۱۷، دوشنبې ورځ استرالیا او سریلانکا ترمنځ وه، چې سریلانکا وګټله او استرالیا ته یې سخته ماتې ورکړه، که دا لوبه استرالیا ګټلې وای، نو نوي زیلنډ ته بیا هم د بلې لوبې چانس و، خو استرالیا په کې سخته ماتې وخوړه. په دې لوبه کې لومړی سریلانکا منډو جوړولو ته ملا وتړله

او استرالیا ته یې د ۲۵۴ منډو هدف وټاکه، خو استرالیا که څه هم ډېر مقاومت وکړ، خو لوبه یې سریلانکا ته د ۲۲ منډو په توپیر وبایلله. اوس به د نړۍ د کرېکټ دوې پیاوړې لوبډلې د جام د پورته کولو لپاره سره سیالي کوي. دا لوبه به څوک وګټي؟ انګلستان که هندوستان؟ د دغو اتلانو جام په کومه وچه پوسې، اسیا که اروپا؟ په ۲۰۰۲ کال کې دغه لوبې په سریلانکا کې ترسره شوې، او په پای کې هندوستان او سریلانکا اتلان وټاکل شول که څه هم په ۲۰۰۴ کال کې هم کوربه انګلستان و خو د اتلولي جام د وېسټ انډیز لوبډلې یوړنه کړ. په دې توګه تر اوسه د دغو لوبو جام انګلستان نه دی پورته کړی، که څه هم دا دوهم ځل دی، چې د دغو لوبو کوربه توب کوي. په مقابل کې هندوستان هم په ۲۰۰۶ هندوستان د دغو لوبو کوربه و او اتلولي د استرالیا لوبډلې وګټله، خو داسې اټکل کېږي، چې په هندوستان د نړۍ په کچه د کرېکټ پیاوړي لوبغاړي لري او شاید د اتلانو د کرېکټ دا جام هندوستان راوړي، خو د کرېکټ پر لوبو اعتبار ځکه نه شي کېدای، چې تر پایه پورې یې د ګټلو یا بایللو شک او اندېښنې وي.

د عینو مېنې لوبډلې د کندهار د فوټبال اتلولي ترلاسه کړه

په کندهار کې د عینو مېنې فوټبال لوبډلې په پایلوبه کې د لوی احمدشاه بابا عالي لیسې فوټبال لوبډلې ته په ماتې ورکولو سره د کندهار د فوټبال اتلولي جام پورته کړ. د کندهار په

کې د فوټبال لوبې مینه غښتلي کول او د کندهار لپاره د یوې قوي فوټبال لوبډلې ټاکنه وه. د یادو لوبو لېدلو ته په زرګونو کندهار په احمدشاهي لوبغالي کې زرګونه د فوټبال لېدارچیان راټول او دواړې

احمدشاهي لوبغالي کې د فوټبال دغه تورنامنټ یو نیم میاشت مخکې د ۱۶ الف لوبډلو ترمنځ پیل شوی وو چې پایلوبه یې د احمدشاه بابا لیسې او عینو مېنې لوبډلو ترمنځ تر سره شوه. احمدشاه بابا لیسې فوټبال لوبډله ونه توانېده چې په لوبه کې له خپلې اتلولي دفاع وکړي او پایلوبه یې دوه د یوه ګول په مقابل کې د عینو مېنې ځوانې لوبډلې ته وبایلله. د دغه تورنامنټ له جوړېدو څخه هدف د ځوانانو په منځ

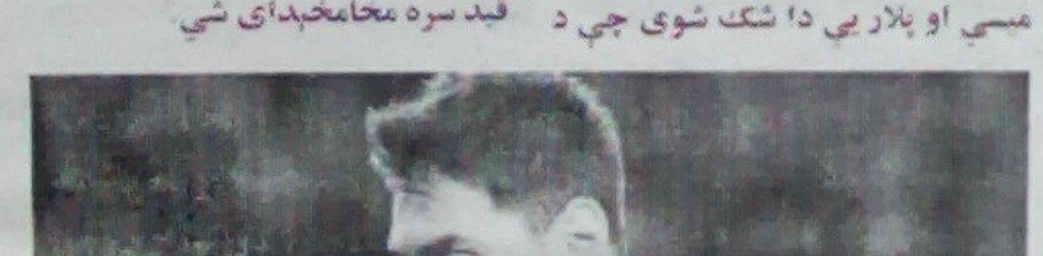
ځواوې به یې په خپلو چکچکو او ولولو سره بدرګه کولې. د ځوانانو د تشویق او غوره فوټبال لوبډلې د ټاکنې په موخه دغه تورنامنټ د کندهار اولمپیک آمریت په نوښت او د کندهار ولایت مقام او ښاروالۍ ریاست په تخنیکي او مالي کومک سره جوړ شوی و. تر پایلوبې وروسته د تورنامنټ پر غوره ټیم، لوبغاړو او منېجرانو تحایف او جوایز هم ووېشل شول او په دې توګه یې نو کارکډیو څخه ستاینه وشوه.

د فوټبال د نړۍ غوره ستوری میسي د مالیې په نه ورکولو تورن شو

د نړۍ د فوټبال یو له خورا تکړه لوبغاړیو څخه لیونل میسي په اسپانیا کې په دې تورن شوی چې نږدې پنځه میلیونه ډالر یې د مالیې په توګه نه دي ورکړي. د ارجنټاین د ملي لوبډلې او د اسپانیا د بارسلونا کلب لوبغاړی لیونل میسي له مالیې وروسته د کال ۱۶ میلیونه یورو تنخوا اخلي خو اوس پر ده او د ده پر پلار تور پورې شوی چې د اسپانیا حکومت ته یې تر څلورو میلیونو یورو ډېرې د مالیې په توګه نه دي ورکړي. پر ۲۵ کلن میسي او د ده پر پلار دا تور دی چې د ۲۰۰۷ کال څخه تر ۲۰۰۹ کال پورې یې د مالیې په اسنادو کې جعل کاري کړې ده. میسي دا څلورم کال دی چې د نړۍ د کال غوره فوټبال لوبغاړی نومول کېږي. ده تر اوسه پر دغو تورونو څه نه دي ویلي. خو د میسي په فیسبوک پاڼه کې وروسته دا ولیکل شول چې ده تل د مالیې اسناد او فورمې ډکې کړې او سپارلي دي. د

ده کالنی معاش دومره دی چې د نړۍ له خورا شتمنو لوبغاړو یې بولي. خو ورځې وړاندې بارسلونا ته نږدې یوه څارنوال په محکمه کې د میسي پر ضد شکایت ثبت کړ. رپوټونه وایي چې که چېرې قاضیانو دا شکایت ومانه نو له هغه وروسته به پر میسي رسمي تور پورې کېږي. پر میسي او پلار یې دا شک شوی چې د

څېل عکس د څېر او ی د حقونو لګښتونه یې له اسپانیا دباندې په یوراګوای او بېلز هېوادونو کې له شرکتونو سره ثبت کړي چې په دې توګه مالیه پرې ورنه کړي. د اسپانیا د یوه حقوقي اژانس له رپوټ سره سم که پر میسي دا تورونه ثابت شول نو له خورا لویې جریمې او ان شپږ کاله قید سره مخامخېدای شي



که پر میسي دا تورونه ثابت شول نو له خورا لویې جریمې او ان شپږ کاله قید سره مخامخېدای شي

برازیل د کنفدرېشن کپ لومړۍ مسابقه وګټله

په برازیل کې د کنفدرېشن کپ په نوم د فوټبال د سیالیو په لومړۍ مسابقه کې کوربه هېواد برازیل جاپان ته درې پر صفر ماتې ورکړه. د جاپاني لوبغاړو روحیه هغه وخت مړاوې شوه چې برازیلي لوبغاړي نیمارلي د لوبې په درېیمه دقیقه ګول ووهه. دوهم ګول هم په لومړۍ نیمایي کې ووهل شو خو له لومړۍ نیمایي وروسته جاپاني لوبغاړو په دوهمه نیمایي کې ښه لوبه وکړه. د ګول وهلو ډېرې هڅې یې وکړې. جاپانیان په

خپلو هڅو کې په بریالۍ نه شول بلکې د لوبې په وروستیو شېبو کې یې درېیم ګول وخوړ. په دې لوبو کې د لومړي ځل لپاره له ټکنالوژۍ (لاین ټکنالوژۍ) څخه کار اخیستل کېږي. دا مسابقې په داسې حال کې کېږي چې برازیل راتلونکي کال د فوټبال د نړیوالو اتلولیو کوربه توب ته تیاری نیسي. د دغو سیالیو لپاره برازیل پر لوبغالو او د لګښتونو زره بهرنیو میلمنو د پاڼې لپاره د ښارونو پر جوړونو ډېرې پیسې

لګولي او لاپې هم لګوي. خو یو شمېر برازیلیان د حکومت پر مصرفونو انتقاد کوي.

وايي چې د لوبغالو په ځای دې روغتونونه جوړ کړي. د جاپان او برازیل د مسابقې په وخت هم له لوبغالي دباندې زر تنه په مظاهره کې رابوځای شول چې خپل اعتراض څرګند کړي. د راتلونکي ۲۰۱۴ کال د جون له ۱۲ د جولای تر ۱۳ به د فوټبال نړیوال کپ سیالۍ په برازیل کې وشي. دا به دوهم ځل وي چې د فوټبال د نړیوال کپ سیالۍ په برازیل کې ترسره کېږي. لومړی وار په ۱۹۵۰ کال برازیل د فوټبال د نړیوال کپ کوربه و. همدارنګه پام کې ده چې په ۲۰۱۶ میلادي کال د برازیل ریو ډي جنیرو ښار د المپیک کوربه شي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

Genycomastia

تعریف عبارت از نشونمای سلیم انساج ثدیه درنزد طبقه ذکور میباشد این مرض بصورت نادردر نزد اطفال نیز رخ میدهدوهمچنان میتواند بصورت یکطرفه ویادوطرفه واقع شود

Genycomastiaمیتواند از سبب عوامل مختلف از قبیل امراض میتابولیکی عوارض جانبی بعضی دواها کمبود طبیعی بعضی هورمون ها از قبیل تستسترون ودراثر مصرف بیش از حد مواد پروتینی بوجود میآید. این حادثه در75%واقعات بصورت خود به خودبدون تداوی باالخاصه از بین میرود

اعراض وعلایم اعراض این مرض عبارت ازموجودیت یک تورمTendernessاحساس سنگینی یک کتله درد ناک ویایک کتله بدون دردمیباشد این حادثه بعضی وقت ها الی چندین سال بدون اعراض بوده وهم چنان این حادثه به مرور زمان درصورتیکه بدون تداوی بماند به کانسر تحول می نماید

تشخیص مرض بخاطرتشخیص این مرض باید تمام امراض ثدیه بشمول ابسی ثدیه کانسرثدیه - Mastitia Chest wall lipomaسیست درموتیدی سیستcebacealهماتوم ثدیهchest wall fat necrosضروری میباشد معایناتی که بخاطر تشخیص این حادثه توصیه میگرددعبارتند ازالتراسوند Mamography-Needle aspiration biopsyکلیشه صدری واجرای معاینات کبدی وکلیوی بخاطرردمیتاستاز

جسامت کتله این حادثه ازنقطه نظر جسامت به چهار Gradeتقسیم میگردد

1 Gradeدرین کتگوری جسامت کتله(0-3)سانتی متربوده و skin Elevationموجود نمی باشد

2 Gradeدرین کتگوری جسامت کتله(3-6)سانتی متربوده و Skin Elevationموجود نمیباشد

3 Gradeدرین کتگوری جسامت کتله زیادتر از6سانتی متر بوده Skin Elevationموجود میباشد

4 Gradeدرین کتگوری جسامت کتله بسیار بزرگ بوده که به اساس معاینات فزیکی به اسانی تشخیص میگرددویکنوع تناظر صدری موجود میباشد

تداوی این حادثه سه نوع تداوی دارد تداوی طبی-تداوی جراحی-ورادیولوترایی

1- تداوی طبی برای این مرض معمولاً برای یک سال توصیه میگردد که در ینصورت از دوا های ضد التهاب مازساحه وعدم استفاده از مواد پروتینی میباشد

2- برای تداوی جراحی مرض معمولاً ازدو پروسیجر ذیل استفاده میگردد

a-Sub cotaneus Mastectomy
b-Liposuction Assissted Mastectomy

3-درتداوی نوع رادیوترایی معمولاً از دوا بنامTamoxifenاستفاده میگردد

اختلاطات تداوی مرض تشکل هماتوم انتان زخم-تشوش حسیت طرف-غیر متناظربودن یک طرف صدر-نکروزقسمت Areolaثدیه وتشکل یکنوع Pain ful scarمیباشد

ترینر متخصص جراحي رنځورمل
نسیمه اعظمي

نقش کاندم در وقایه از امراض زهروی جنسی وحمل

با انکه طفل یک تحفه خداوندی ونعمت بزرگ است اما تربیت وپرورش آن ،فراهم نمودن شرایط بهتر صحت،تعلیم وتربیه،رشدونموونفذی از مسئولیت های والدین می باشد در شرایط کنونی بر آمدن از عهده این مسئولیت ها به اقتصاد و حوصله مندی زیاد ضرورت دارد از طرف دیگر تولدات زیاد و پیهم باعث متضرر شدن صحت طفل ومادر نیز می گردد ازین لحاظ تطبیق پروگرام های حمایه طفل و مادر وپلان گذاری خانواده (فاصله دادن بین ولادت ها) برای یک فامیل که به صحت ، اقتصاد و آینده درخشان خود و کشور خود می اندیشد ، ضروری می باشد جهت بدست اوردن این مامول ذرایع و طریقه های متعدد موجود است که در اینجا تنها در مورد نقش کاندم در وقایه امراض جنسی و حمل ذکر می نماییم طریقه های مختلف جهت جلوگیری ازحمل وجود دارد وتنهااستفاده ازکاندم (به اصطلاح عامه پوش پاپوقانه) برعلاوه جلوگیری ازحمل ازانتقال امراض جنسی نیزجلوگیری مینماید. درابتداء قرن هژدهم ازکاندم های استفاده میگردید که ازروده های حیوانات ساخته میشدند . کاندم های مدرن اکثراً ازجنس لاتکس (latex) یارابراندواشخاصی که بارابر حساسیت دارندنمیتوانندازپوش های پلاستیکی که از Polyurethaneساخته شده است استفاده نمایند، که رول آن دروقایه حمل وامراض جنسی باپوش های رابری یکسان میباشد. کاندم لاتکس برای جلوگیری ازحمل ووقایه مرض AIDS ودیگرامراض جنسی بسیارموثربوده،به شرط آن که ازآن بصورت درست ودوامداراستفاده گردد. اکثراً امراض جنسی،امراضیکه ازطریق مقاربت جنسی انتقال مینمایند،شامل مرض HIV\AIDS ،گونوریا،سوزاک، کلامیدیا،تریکوموناز، امرض ویروسی Papilloma HPVانسان،که منجربه سرطان عنق رحم نیزمیگردد، سیفلیس وهپاتیت میباشند نزدیک به یک میلیون امریکایی به HIV مبتلاگردیده اند.وقایه AIDS حالانظربه هروقت بسیارمهم میباشد،اکثراً انتقال HIV ازطریق مقاربت جنسی صورت گرفته وتخمیناً سالانه با 15 میلیون واقعات دیگرامراض جنسی همراه بوده وداشتن ستراتیژی جهت وقایه این امراض بسیارمهم است. استفاده از کاندم یگانه دلیل برای جلوگیری از AIDS نبوده بلکه جلوگیری از امراض دیگر جنسی یک دلیل مهم برای استفاده از کاندم می باشد. کاندم ازبسیاری امراض شما را محافظه نموده و در مقابل امراضی که توسط مقاربت جنسی انتقال می یابد بسیار مهم بوده به خاطری که اکثر این امراض باعث اختلاطات جدی می گردند ؛ ازعقامت تا مرگ ومیر ، وقایه AIDS بسیار مهم بوده به خاطریکه HIV/AIDS یک مرض تهدید کننده حیات بوده ومقاومت بدن شخص مریض را در مقابل امراض ساری پایین می آورد. مطالعات لابراتواری نشان داده که کاندم لاتکس یک مانع موثر درمقابل HIV ودیگر امراض جنسی می باشد وقتیکه درهرمقاربت جنسی ازآن استفاده گردد، مخصوصاً نزدکسانیکه یک همبستر سالم ودیگری مصاب مرض باشد. مطالعات نشان داده که میزان پاره شدن کاندم درامریکا 2% بوده وعلت آن استفاده نادرست بوده نه کیفیت خراب کاندم استفاده از موادلشم کننده چرب، حرارت وروشنایی آفتاب باعث تضعیف وپاره شدن کاندم می گردد. کاندم تاریخ تیر شده زودپاره میگردد وهمچنان کاندم توسط دندان ها وناخن ها نیز پاره شده می تواند. کاندم را میتوان بصورت رایگان ازکلینیک های انجمن رهنمای خانواده بدست آورده ودردواخانه ها نیز به قیمت نازل قابل دریافت است

رنځورپال دوکتور روزا تقدیر ترینر
متخصص نسایی ولادی

باز هم آتش سوزی ده ها دکان را به کام خود برد

عوامل دقیق این نوع آتش سوزی ها باید روشن گردد وبرای جلوگیری آن تدابیر لازم گرفته شود فقط چند روز پیش خبری را مبتنی برآتش سوزی از یکی از تلویزیون های خصوصی شیدم یک مارکیت تجارتی که اکثریت دوکان های آن لباس فروشی و سایر اموال تجارتی بود در لیسه مریم واقع خیرخانه مینه شهر کابل طعمه حریق گردید بقول شاهدان عینی هیچ دوکان این مارکیت سه منزله بدون خساره نمانده وده ها ملیون دالر به این دکانداران خساره رسیده است اگر به سال های گذشته نگاه کنیم حریق دکاکین یک ما باید وقوع چنین حوادث ناگوار را جدی بگیرند و درزمینه تحقیقات وسیع وگسترده را انجام دهند ونتایج آن را با مردم شریک سازند تا مردم بدانند که علت این آتش سوزی ها که درحقیقت زمینه کشته شدن وزخمی شدن صد ها تن را مساعد ساخته وملیون ها دالرخساره را نیز به میان آورده است مردم در زمینه حق دسترسی به معلومات را دارند گرچه علت ودلیل پخته این نوع حادثات هنوز در پرده ابهام است ویا اینکه به یاد فراموشی سپرده شده است ولی میتوان از طریق تحقیقات دقیق سرنخ

مارکیت تجارتی در هرات ، حریق دکاکین یا مارکیت تجارتی قالین مزار شریف وبه همین ترتیب دکاکین مندوی کابل و حریق تعداد از شرکت های گاز در شرق شهرکابل و دکاکین شهرجلال آباد یکی پی دیگر باعث صدها ملیون دالر خسارات مالی گردیده وهمچنان تلفات جانی رانیز به جاگذاشته است وعلت آتش سوزی آن درهمان آغاز شارتی برق ، انفجار بالون گاز وغیره عنوان شده است ما نمی گوییم که این عوامل نمی تواند باعث آتش سوزی یا حریق گردد ولی این آتش سوزی ها میتواند عوامل دیگر نیز داشته باشد که به تحقیق بیشتر نیاز دارد. مسوولین امنیتی این نوع حوادث را دریافت کرد ما از مردم میخواهیم تا درزمینه با مسئولین پولیس ویا دیگر نهادهای مسئول معلومات شانرا شریک سازند درپهلوی آن تعداد از همشهریان ما از دیر رسیدن اطفائیه نیز شکایت دارند وآنرا یک اداره کاملاً مسلکی نمی دانند به باور ما اگر علت وعوامل این نوع آتش سوزی های بزرگ ریشه یابی گردد تا حد ممکن میتواند در قسمت مصئون ساختن ساحات تجارتی کمک کند و خطرات را کم سازد و هم اتخاذ تدابیر لازم میتواند خطرات اینگونه آتش سوزیها را کاهش دهد

نیک محمد آزاد

افغان اعلانات

اداره ملی حفاظت محیط زیست چهار عراده وسایط که دو عراده صرف مودل 1994/1993 جاپانی ودوعراده والگاه روسی مودل 2003 میباشد لیلام می نماید. اشخاص ادارات وشرکت هایی که خواهش اشتراک را درجلسه داوطلبی داشته باشند درخواست های خویش را به ریاست تهیه تدارکات وخدمات اداره ملی حفاظت محیط زیست واقع پروان دوم عقب پوهنتون کاردان بسپارند وخود شان به تاریخ 1392/4/4 ساعت 9 بجه قبل ازظهر به اداره ملی حفاظت محیط زیست حضور یابند وسایط متذکره را می توانند ملاحظه نمایند

◈◈◈◈

وزارت انرژی واب ازداخل بودجه خویش میخواهد کار پروژه
Chamkani Small Hydro Power project IFB No-MEW/009-92/ICB
را به داوطلبی میگذارد
شرکت های واجد شرایط موسسات دولتی وغیردولتی که خواهش قرارداد انرا داشته باشند به ریاست تهیه وتدارکات وزارت انرژی و اب واقع سناتوریم سرک دارالامان مراجعه شرطنامه را از مدیریت قراردادهای بین المللی اخذ نموده خود ویا نماینده با صلاحیت شان درساعت 10 قبل ازظهر ومورخ 20 جولای 2013 که مطابق 1392/4/29 میشود درمجلس افرگشائی طبق رهنمود شرطنامه شرکت نمایند تضمین طبق مقررات اخذ میگردد

◈◈◈◈

قوماندانی امنیه ولایت پروان نظر به هدایت مرکز ترمیم وکانکریت ریزی صحن مدیریت اطفائیه مربوطه وسایر ضرورت ان را عقد قرارداد میماید
شرکت های ساختمانی راجستر شده وموسسات که حداقل سه سال تجربه کاری داشته باشند وخواهش عقد قرارداد انرا داشته باشند درخواست های خویش را به مدیریت تهیه وتدارکات داخل قرارگاه قوماندانی امنیه ولایت پروان عقب بلاک مدیریت لوژستیک جوار طعامخانه جدید بسپارند وخود شان ازنشراعلان الی بیست ویک روز کاری که اخرین روز داوطلبی میباشد حاضر شوند شرطنامه ومشخصات را میتوانند ملاحظه نمایند تضمین اخذ میگردد

◈◈◈◈

ریاست دیوان مدنی محکمه حوزه سوم شهرکابل به اطلاع عوض علی ولد میرزا علی ساکن قسمت الف خوشحال مینه مربوط حوزه پنجم شهرکابل میرساند تاجهت دعوی حقوقی عبدالهاشم ولد عبدالنبی وکیل شرعی ورثه علم جان ازنشراعلان الی پانزده روز به ریاست دیوان مدنی محکمه حوزه سوم شهرکابل حاضر شود درغیران درغیاب وی فیصله صادر وانگاه حق شکایت را نخواهد داشت

◈◈◈◈

مدیریت اراضی ولسوالی سروبی موازی 520 مترمربع املاک دولت واقع شیرخان گج را ماهانه مبلغ 2000 افغانی سالانه مبلغ 24000- افغانی برای مدت پنج سال با عصمت الله ولد نعمت الله به اجاره می دهد اشخاص وافرادی که خواهش مزایده انرا داشته باشند ازنشراعلان الی ده روز به مدیریت اراضی ولسوالی سروبی مراجعه نمایند

◈◈◈◈

مدیریت اراضی سروبی موازی 300 مترمربع املاک دولتی واقع کنج شیرخان را برای مدت پنج سال به اجاره می دهد اشخاصی که خواهش اجاره گرفتن انرا داشته باشند ازنشراعلان الی بیست ویک روز به مدیریت اراضی سروبی مراجعه نمایند

◈◈◈◈

شرکت وست لند جنرال تریدنگ به یک تن محاسب که دارای دوسال تجربه کاری وبه لسان انگلیسی وکمپیوتر بلدیت داشته باشد ضرورت دارد
علاقمندان کار میتوانند CV خویش را به ادرس کارته سه سرک 19 خانه نمبر 842 به ایمل bedel yahoo.com Kabul@ ارسال نمایند ویه به شماره های ذیل 0796581526 ویا 0799320905 تماس حاصل نمائید

◈◈◈◈

شاروالی شهرچاریکار درنظر دارد که قسمت هایی از جاده های داخل شهر را مطابق نورم تخنیکی و فنی تنویر نماید بناً به اطلاع شرکت های راجستر شده داخلی که جواز معتبر داشته باشند رسانیده میشود تا درخواست های شانرا جهت اخذ افر به شاروالی شهرچاریکار تقدیم نمایند وخود شان ازنشراعلان الی بیست ویک روز غرض داوطلبی وافرگشایی به شاروالی شهر چاریکار نزد هیئت حاضر گردند شرطنامه را ملاحظه نموده تضمین اخذ میگردد

د افغانستان وسله وال ځواکونه د ولس...

کاربوهان دا اندېښنه څرګندوي چې لا اوس هم زموږ وسله وال پوځ د مجهزو او مډرنو وسلو له کمښت سره مخامخ دی او دغه راز د افغانستان هوائي ځواکونه، جنګي مجهزې چورلکې جټ او څارګرې الوتکې په خپل واک کې نه لري چې په هوائي برېدونو کې لکه څنګه چې ښايي هماغه شان کار ترې واخلي چې دغه کار يوه تشه ګڼل کېږي که څېرنه د افغانستان د وسله والو ځواکونو دغه تخنيکي تشه ډکه شي او زموږ وسله وال ځواکونه پرمختللې او مډرنې وسلې ترلاسه کړي، نو ښه باور لرو چې د افغانستان وسله وال ځواکونه به په سيمه کې يو ډېر غښتلي او پياوړي ځواک تکرار باید ووبل شي چې افغانان پر خپلو دغو شتو وسلوالو ځواکونو باندې وياړي او د افغانستان د خاورې د بشپړتيا په دفاع او د سولې په ساتنه کې يې ګټور بولي، څکه د خپل پوځ ملاتړ کوي او هېڅکله يې يواځې نه پرېږدي

په شعر کې د موسيقي ...

جانبي، داخلي او معنوي موسيقي همغاړې شوې وي او طبيعي ده چې بود درېيو په وړاندې کمزوري دي.

جانبي موسيقي:
لکه څنګه چې يې له نوم څخه په ډاګه کېږي، د شعر په يوه څنګ کې راځي، پښتو، فارسي او اردو شعرونه له عربي شعرونو څخه د جانبي موسيقي په برخه کې دغه يو امتياز لري چې پر قافيې سربېره رديف هم لري، رديف له قافيې وروسته راځي او تکرارېږي، تکرار په خپله موسيقي ده، خو چې د الفاظو په انتخاب کې څېرنه شوې وي، د همېش له پاره رديف داسې کلمې ټاکل کېږي چې اسانې او خوږې وي.

د قافيې موسيقي هغه مهال نوره هم پسې شرنګېدلې شي چې د مضمون په خدمت کې ودرېږي. د نورو او حرکتونو ترمنځ يې تشابه موجوده وي او له مضمون سره يې معنوي تړون غښتلی وي، خو د اورېدونکي او لوستوال زړه ته نږدې او عاطفي اړخ يې راوپاروي.

بيروني وايي: «انساني نفس هر هغه شي ته لېوالتيا ښيي چې ترمنځ يې نظم او تناسب موجود وي او له هر هغه شي نه مخ اړوي چې مبتذل او شيندل شوي وي.»

د عربي ژبې يو صوفي شاعر بوصيري په خپله مشهوره قصيده کې وايي:

فا الدر يزادد حسنا وهو منتظم
وليس ينقص قدرا غير منتظم

که مرغلرې اميل شي نو ښکلا يې زياتېږي، خو که خورې ورې پرتې وي نو يا هم خپل ارزښت لري او شعر په ارزښتونو خبرې نه کوي، شعر ارزښتونه، نه بلکې ښکلا جوړوي او ښکلا ته انساني نفس ډېر لېواله وي که کلمات خورې ورې مرغلرې فرض کړو، نو شعر يې هغه وربښمين تار دی چې تنظيموي يې، او ترمنځ يې تناسب ساتي او دا هغه څه دي چې ښکلا زېږوي. او که د شعر د اجزاو ترمنځ اړېکه هر څومره منظمه او محکمه وي نو هغومره ورته لېوالتيا ډېرېږي، او که د دې پر عکس وي نو لېوالتيا په کې کمېږي، قافيه د شعر په دغه نظم کې خورا مهمه ونډه لري، څکه چې په همدې باندې د هر بيت موسيقي ويده کېږي،او دا د بيت د موسيقي هغه وروستي اهنګ دی چې په زړه کې د بيا اورېدو تلوسه راژوندۍ کوي.

کاروان صاحب وايي:

راشه د رحمت بارانه ښار اخيستي اور دي
ژوند لکه د کلي د چينار اخيستي اور دي

تاسې په دغه بيت کې وګورئ چې د قافيې موسيقي تر نورو کليمو خوږه او شرنګېدلې ده، رديف يې «اخيستي اور دي» چې د رديف او قافيې ترمنځ قوي اړيکه رامنځته شوې ده، او يا د نورو کليماتو او د قافيې ترمنځ اړيکه هم غښتلې ده،او دغه هر يوازې د مخکښو او لوښتګرو شاعرانو پلوي کوي،په پورتني بيت کې دغه نظم او اړيکې په ښوليره توګه يوه خوندوره موسيقي رامنځ ته کړې ده.

داخلي موسيقي:
په شعر کې داخلي موسيقي د نورو په مواصفاتو او د ترکيبونو په اهنګين جوړښت پورې تړلې ده،که شاعر په مهارت سره دغه کليمات او ترکيبونه وکاروي، نو د لوستوال او اورېدونکي احساس ته کوږېږي او ژوره اغېزه پرې ښيندي، داخلي موسيقي په لفظي ښکلا پورې تړاو پيدا کوي، خو په دې شرط چې د تکلف او تصنع نه خالي وي.

همدا لامل دی چې کله موږ يوه شعري ټوټه بلې ژبې ته ژباړو، نو هغه خوند او رنګ يې نه پاتې کېږي څکه چې داخلي موسيقي نه ژباړل کېږي

راځئ چې دې بيت ته لږ تم شو:

ګلاب، ګلاب لبمې راته په سرو وينو کې وړې
ميرات شي، خوانيمرګ شي، مړ شي جنګه خوانيمرګه

په پورتني بيت کې لفظي او معنوي تکرار بيت ته يوه ځانګړې موسيقي ورکړې ده، لفظي تکرار (ګلاب، ګلاب) او معنوي تکرار (ميرات شي، خوانيمرګ شي، مړ شي خوانيمرګه) که دغه مفهوم موږ پرځای پرېږدو او لفظونه ورته بدل کړو، نو شعري خوند او ښکلا به د لاسه ورکړي

حمزه بابا وايي:

يو شور يې د شهرت و چې شوم پيښ په پېښور
حمزه مې په خاموشه هډيرو کې لټوه

په پورتني بيت کې پر جناس سربېره د تفشي توري (ش) څلور ځله تکرار شوي چې په زړه پورې موسيقي يې زېږولې ده.

همدارنګه کاروان صاحب وايي:

هغه لښې، لښې بانه د اشنا نشته نشته
د مرګي ژرندې ومرې ډېر دې غمرنګ خوږلي

په پورتني بيت کې تکرار ډېره خوږه موسيقي زېږولې ده.

راځئ چې د همدغه غزل مطلع ورسره پرتله کړو:

وطن د اور په سېند کې لامبي زلمي جنګ خوږلي
د کابل جان د نجونو مړي هم لهنګ خوږلي

تاسې که مطلع او دغه بيت له ځان سره تکرار کړئ، درته به جوته شي چې له مطلع نه په بيت کې موسيقي شرنګېدلې ده او دغه موسيقي ټوله د معنی په خدمت کې ده، معنی او موسيقي سره غاړه غړې شوې دي او په زړه پورې ښکلا يې پنځولې ده.

که چېرته موږ د دغه بيت لفظونه بدل کړو او منځپانګه يې په ځای پرېږدو، دغه خوند او لذت نه راکوي، مثلا که ووايو:

هغه ښايسته اوږده بانه د اشنا نشته دي اوس
د مرګي ژرندې ومرې ډېر دې غمرنګ خوږلي

دلته موږ مشخصاتي [illegible] خو د تکرار لفظونه مو په نورو لفظونو واړول، يا په بله وينا، داخلي موسيقي مو رنګه کړه او مفهوم مو پر ځای پرېښود، خو اوس هغه خوند او شرنګ نه لري، نو يې له شکه موسيقي د شعر اساسي توکي دي، خو دا هر څه د شاعر په مهارت پورې تړاو لري چې دغه داخلي موسيقي څنګه څنګ په څنګ ږدي.

معنوي موسيقي:
ياده مو کړه چې د لفظي صنايعو په نتيجه کې خوږه موسيقي زېږي، نو په معنوي ښکلا کې معنوي موسيقي پرته ده او دا هم د شاعر په مهارت او د هنر په ځواک پورې تړلې ده، حمزه بابا وايي:

وروځې، لبمې، زلفې بانه پښتانه
څنګه يو ځای شول پښتانه، پښتانه

په پورته بيت کې د مراعات النظير صنعت کارول شوي دي په بديعي اصطلاح کې کله چې شاعر په خپل شعر کې داسې کلمې راوړي، چې ترمنځ يې تناسب او نږدې والی موجود وي، مراعات النظير يې بولي په پورتني بيت کې وروځې، لبمې، زلفې او بانه يو له بل سره تناسب او نږدې والی لري او يوه ځانګړې موسيقي يې جوړه کړې ده، چې معنوي موسيقي ورته وايي.

طباق او تضاد هم معنوي موسيقي رامنځ ته کوي، ديوې قوي کلمې راوړل د هغې ضد په ذهن کې معکوسوي او متنبي وايي د ضد ښکلا ضد څرګندوي، او دا د کلماتو منفي تناسب يو ډول دی، منفي ورته څکه وايي چې په ذهن کې د يو شي له تصور سره د هغه ضد متصور کېږي، د دوزخ په اورېدو د جنت کلمه په ذهن کې انځورېږي.

حمزه بابا وايي:

ته راته سبا سبا کوه زه به بېګاه کړم
پرېږده چې لوزونه د د روغو دې رښتيا کړم

په پورتني بيت کې «سبا» او «بېګاه» دوه متضادې کلمې دي چې د يوې په اورېدلو بله په ذهن کې متصوره کېږي او همدغو کلمو موسيقي هم رامنځ ته کړې ده چې معنوي موسيقي يې بولي يا هم د حمزه بابا په لاندې بيت کې د ايجابي او سلبي تضاد نمونه راوړو.

تا چې سبا وکه سبا نه راځي
راشي په هر ځا خو په ما نه راځي

په لومړي بيت کې (تا چې سبا وکه) سبا نه راځي، همدا رنګه د (راشي) او (نه راځي) ترمنځ تضاد موجود دی.

او همدغه تضاد خوږه او ځانګړې موسيقي رامنځ ته کړې ده د همدغه غزل په مقطع کې وايي:

عشق دي لکه وخت اوسه حمزه په کې
تل وي په تګ ببرته په شا نه راځي

په پورتني بيت کې موسيقي ډېره خوندوره ده، ببخښې داسې ده لکه رباب، منګی، او باجه چې سره همغاړې موسيقي رامنځ ته کړي، کټ مټ د سمندر څپو ته ورته موسيقي لري، چې کله پرې کښېنې او يا هم لامبوزن تېرېږې، نو يو ډول خوند ترې اخلې.

په شعر کې موسيقي د شعر روح دی او هيڅکله هم کوم شعر له موسيقي څخه خالي نه وي، خو کله چې هم کوم شعر د موسيقي له نعمته بې برخې وي، بيا يې خوند او مزه له منځه ځي، که موږ او تاسې د الفت صيب شعرونه وګورو د معنا او يا هم د استاذ شپون په وينا له منځپانګې نه مالامال دي، خو موسيقيت نه لري، نو څکه يې له شعر نه نثر راپاندې ته لګېږي، د استاذ شپون صيب نثر هم د پېښوريانو په اصطلاح حد کوي، خو شعر يې بيا د نثر په پرتله خوندور څکه نه دی چې موسيقيت يې کمزوری دی. د کاروان او درويش دراني په شعرونو کې ماته همدغه توپير ښکاري، دواړه د دې عصر د پښتو مخکښ شاعران او د يو لاس ګوتې دي خو د شعري موسيقي په برخه کې يو له بل نه توپير لري او د همدغې موسيقي له لارې موږ يو له بله جلا کولی شو.

شرر ساپی جلال اباد روغتون

(c) ketabton.com: The Digital Library

ورځپاڼه هیواد
HEWAD DAILY

د ۱۳۹۲ ل د غبرګولي ۲۹ مه د ۱۴۳۴ ق د شعبان المعظم ۱۰ مه د 19/6/2013

د بهرنیو اسعارو په مقابل کې د افغانۍ بیه

دکابل د شهزاده سرای د صرافانو د رییس د معلوماتو له مخې، پرون له غرمې مخکې دبهرنیو پیسو په مقابل کې دافغانۍ ارزښت په دې ډول و

یو امریکایي ډالر پیرودل په 55/85 افغانۍ	پلورل په 55/90 افغانۍ	
یو انګلیسي پوند پیرودل په 86/40 افغانۍ	پلورل په 86/50 افغانۍ	
د اماراتو یو درهم پیرودل په 15/10 افغانۍ	پلورل په 15/15 افغانۍ	
یوه یورو پیرودل په 74/30 افغانۍ	پلورل په 74/40 افغانۍ	
یو سعودي ریال پیرودل په 14/80 افغانۍ	پلورل په 14/85 افغانۍ	
زر هندي کلداري پیرودل په 980 افغانۍ	پلورل په 990 افغانۍ	
زر پاکستاني کلداري پیرودل په 557 افغانۍ	پلورل په 558 افغانۍ	
زر ایراني تومانه پیرودل په 16/40 افغانۍ	پلورل په 16/50 افغانۍ	

د هوا حالات

کابل	چهارشنبه	لمر	لوړه 30°C	ټیټه 16°C
〃	پنجشنبه	لمر	لوړه 34°C	ټیټه 17°C
کوټه	چهارشنبه	لمر	لوړه 34°C	ټیټه 18°C
〃	پنجشنبه	لمر	لوړه 36°C	ټیټه 20°C
پېښور	چهارشنبه	لمر	لوړه 36°C	ټیټه 24°C
〃	پنجشنبه	لمر	لوړه 40°C	ټیټه 26°C

افغانستان د نړیوالو رسنیو په هنداره کې

په دوحه کې طالبانو ته د دفتر د پرانیستلو ملاتړ شوی دی

فارن پالیسي خپرونه لیکي؛ چې افغانستان، امریکا او د پاکستان حکومت د سولې د مذاکرو د بریالیتوب لپاره په دوحه کې د طالبانو د دفتر د پرانیستلو ملاتړ کړی. یو شمېر کسان دا فکر کوي چې؛ که طالبان له وسلې والې ډلې په قانوني سیاسي ډلې بدل شي دا به د افغانستان د سولې د بروسې لپاره لومړنی مهم ګام وي. خو تر اوسه د روغې جوړې لپاره هڅې یوازې په خبرو او شعارونو پورې محدودې پاتې شوې دي. د فارن پالیسي په لیکنه، داسې هیڅ شواهد نشته چې څرګنده کړي، د طالبانو رهبري د سولې د موافقې لپاره رضایت لري یا دې کار ته مجبوره ده. په عین وخت کې جمهور رئیس حامد کرزي چې غواړي نوم یې د سولې د ټینګوونکي

بوازې په هغه وخت کې بریالیتوب ته رسېدلای شي چې واقع بینانه اهداف ولري او پاکل شي. یوه څرګنده ستراتیژي ولري. ملي وحدت موجود وي او له حوصلې څخه کار واخیستل شي. وال سټریټ ژورنال لیکي. جمهور رئیس حامد کرزي په پاکستان کې د وسله والو پر ضد د بې پیلوټه الوتکو له حملو سره شدید مخالفت څرګند کړ. په غیر مترقبه ډول د ولسمشر حامد کرزي دا څرګندونې داسې شکاره شوې چې د هغه له پخوانیو خبرو سره په ټکر کې دي. چې؛ له امریکایې غوښتنه کوله ! په پاکستان کې د وسله والو د خالو د له منځه وړلو لپاره نور جدي اقدامات وکړي. وال سټریټ ژورنال د ولسمشر کرزي د مطبوعاتي دفتر د اعلامیې

په هغه فطري میرانې سره چې لوی خدای (ج)...

سره د هیواد د امنیت د ساتنې په لاره کې شهیدان شوي دي یادونه وکړم لوی خدای (ج)، هغوی ته جنت او کورنیو ته یې جمیل صبر په برخه کړي. جمهور رییس د شهیدانو د کورنیو، معلولینو او زخمیانو کسانو د حالت ددایمي پوښتنې او څېړنو لپاره دیو غیر دولتي ملي مرکز دجوړېدو اعلام وکړ او له ټولو هېوادوالو او له ملي سوداګرو څخه یې وغوښتل چې له دغه ملي مرکز سره لازمې مرستې وکړي. حامد کرزي دې ته په اشارې سره چې په تېرو لسو کلونو کې دهیواد یو شمېر خوانان د طالبانو په نامه دیرشو له خوا تېر ایستل شوي او په هیوادپې برید کوي ووېل هغه کسان چې په ناپوهۍ سره او نورو ته په خدمت کې جبل ژوند ته لاسه ورکوي، افغانان دي. مېنې. خوشحالي ماشومان او کورنۍ لري. دهغوی کورنیو ته د ډاډګیرنې مراتب څرګندوم. جمهور رییس زیاته کړه زما هغه داده چې دطالبوملاتړان باید په دې پوه شي چې ددې خاورې ځوانان دیرشو دهغوی لپاره استعمال نه کړي. نه دهوی په خاورې برید وکړي. نه خپل ماشوم او خور ووژني. نه د خپل ژوند برباد کړي او نه د خپلې خاورې ته زیان ورسوي. حامد کرزي دامنیتي

ملت په ټولو سختو ورځو کې دیو واحد بدن په توګه په سرښندنې سره د خپلې خاورې دفاع کوي او د خپلو میړنیو بچیانو وياړلې تود پرخای کوي. د هیواد په حساسو سیمو کې د افغانستان له ساتونکو خواکونو سره د افغان سخو اونارینه و نملاتړ او پیوستون غږ پوځل بیا ونسوده چې زموږ د ملت اوډ امنیتي خواکونو ترمنځ ژوروپیوندونه شته. جمهور رییس دېته په اشارې سره چې افغانستان له تروریزم سره د مبارزې په لاره کې په زرګونو تنه قرباني ورکړي دي وویل دغه قرباني موږ ته ددې حق راکوي چې له نړیوالو خواکونو او په سر کې یې له امریکا څخه وغواړو چې په افغانستان کې د سولې د تامینولو اود تروریستانو دپټخایونو دتړلو ویني نوانو لپاره روښانه او اغېزمن سیاست غوره کړي. حامد کرزي وویل موږ په دې پوهېږو چې په افغانستان کې تروریزم مسئله په سیمه کې جرړې لري په دې لاره کې افغانستان به دې ترخ کې چې دطالبانو او د سولې د عالي شورا ترمنځ د سولې په خبرو بندي ټینګار کوي، له پاکستانه غواړي چې تروریزم په منځه وړلو کې له افغانستان سره همکاري وکړي. ده څرګنده کړه چې له تروریزم سره ملاتړ، تروریستانو ته د پټځای تامینول اود بهرنۍ سیاست د وسیلې په توګه له هغوی څخه کاراخیستل دسوله یز ګډ ژوند له ټولو نړیوالو اصولو پرخلاف دي او په ګاونډیتوب ریښو لا

ستراتیژیکي قراردادونه هغه وخت لاسلیک کړو چې زموږ له ملي ګټو سره سمون ولري. حامد کرزي ټینګار وکړ دهیوادد وسله وال پوځ ژورو افرادو ته لاربښوونه وکړه او وې وېل تاسو ته لارښوونه کوم چې په هغه فطري غوښتلي او میرانې سره چې لوی خدای (ج) ددې هیواد بچیانو ته ورکړي دي د افغانستان د مقدس حریم دفاع وکړي او باور لرم چې زموږ ملت به تل زموږ دفاعي او امنیتي خواکونو مدافع، ملاتړي او همکار پاتې شي. جمهور رییس دغه راز لارښوونه وکړه چې د جمهوریت ریاست د ۲۰۸۲ کېه حکم سره سم دهوایي پوځ د استعدادي په باب عمل وکړي چې ملکي وګړي له هوایي پوځ څخه په استعدادي سره تلف نه شي. دغه وخت دنا زمان سرمنشي اندرس فوګ راسموس هم په غونډه کې وینا وکړه او وې ویل، نن یوه ډېره مهمه ورځ ده جمهور رییس کرزي په دې باب ستاسو د اعلام له امله چې د افغانستان امنیتي خواکونه د هیواد په ګوټ ګوټ کې د امنیت درهبرۍ مسوولیت په غاړه اخلي، مننه کوم. نن هغه ورځ ده چې افغانان باید ورغنډې وویاړي او زه هم ویاړم چې ستاسو ترڅنګ یم. ده زیاته کړه: له دې سره جوخت چې افغان خواکونه د خپل هیواد په ګوټ ګوټ کې امنیتي مسوولیتونه په غاړه اخلي زموږ دخواکونو اصلي هڅې څخه به له جنګي ماموریت څخه په ملاتړ ماموریت واوړي. اندرس راسموس زیاته کړه موږ له

خپلو متحدینو سره یو لوی متفاوت پلان ... داوپرتمهال ملاتړ اوپیاوړتیاداد دی او دا یوه لله یه ښانه ده چې افغانستانه په اوس وخت کې او نه به را تلونکې کې یوازې پاتې کیږي

افغانستان د خپلواک او د ملي وا کمنۍ لرونکي هیواد په توګه له ټولې نړۍ سره له نړیوالو اصولو سره سم د برابرو اړیکو غوښتونکی دی ده وویل

د فکري مالکیتونو د حقوقو د روزنې ورکشاپ پای ته ورسید

د پوهنې او فواید عامې وزیران او د نورو ...

مو، د قطر دفتر منو ، خو تول لوري دي ...

امریکا له طالبانو سره د مخامخ خبرو اعلان وکړ

وېل چې دا یوه اوږده لار لومړی ګام دی هغه زیاته کړه چې حکومت د اکثراً د سولې په خبرو باندې رسېږي. خو هیڅ ضمانت نشته چې دا ...

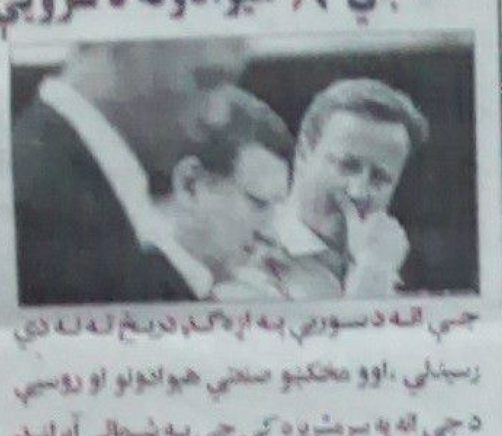
خبرې دې هرو مرو بریالۍ شي. خو داد ولسمشر اوباما د دې ژمنې د ترسره کېدو پر لور یو مهم او لوی ګام دی چې د امریکا جګړه په پای ته ...

طالبانو په دوحه کې خپل سیاسي دفتر پرانیست.

فدراسیون ژورنالیستان و خبرنگاران

بهرني لنډ خبرونه

د جي ۸ هیوادونه د سوریې په اړه هوکړې ته ونه رسېدل



جي د آزاد تجارت په اړه د یوه تړون په ترڅ کې ۸۰۰ میلیونه ډالره د ګټې په برخه کې هوسایي رامنځ ته کړي. په دې اړه به خبرې د جولای په میاشت کې په واشنګټن کې وشي. په دې کار سره به د یورو زون اقتصادي او اسعارو ټولنې لا پسې لوړې شي. جاپان او امریکا باید، تر هر څه دمخه په دوو کلونو کې دغه ...

جي اته د سوریې په اړه د کوم څرګند تړون ته ونه رسېدل. اوو مخکښو صنعتي هیوادونو او روسیې د جي اته په سرمشریزه کې چې په شمالي آیرلنډ کې تر سره شوه د سوریې د سیاست په اړه کوم څرګند تړون ته ونه رسېدل. د امریکا د ولسمشر بارک اوباما او د روسیې د ولسمشر ولادیمیر پوتین ترمنځ لیدو کتو هم په دغه حالت کې کوم بدلون نه دی رامنځ ته کړی. په اقتصادي سیاست کې ګامونه د لاس ته راوړلو وړ دي. اروپایي ټولنه او امریکا غواړي ...

بارک اوباما برلین ته په رسمي سفر لاړ

د امریکا ولسمشر بارک اوباما پرون د برلین ته په رسمي سفر لاړ. په دغه سفر کې له بارک اوباما سره د هغه میرمن او دواړې لوڼې ملې دي. په پام کې ده چې هغه به نن د جرمني له صدراعظمې انګلا مېرکل سره ووینې. د برانډن ...

روحاني د یورانیمو بډاینه نه بندوو

کامرون له مالیو نه ورکولو سره باید مبارزه وشي

په برازیل کې لسګونه زره کسان سړکونو ته وتلي

له بهرنیو منابعو څخه

کتونکې ډله

دورځپاڼو رئیس ډاکتر شمس الحق آریان فر ۰۷۹۹۳۲۵۸۵۰	• سید یوسف "شرعي"	Dr : shamsulhaq Aryanfar. Head of Govt. Dailies
رئیس او مسوول مدیر احمد زلمی شهباز ۰۷۰۰۰۷۸۵۷۸ ۰۲۰۲۳۰۲۹۳۰	• محمد صادق قلندري	Editor –in-chief: Ahmad Zalmai (Shahbaz) 0700078578
مرستیال شاولي قرار ۰۷۹۹۳۱۶۵۰۶ ۰۲۰۲۳۰۲۱۲۹	• میر محمدي عزیزي	Deputy: Shah Wali "Qarar"
سرپرست مسوول سکرتر شیرمحمد نظری ۰۷۷۲۰۳۶۷۱۵	• قسیم آیرون	د ورځپاڼې د وېش څانګه ۰۷۰۰۷۹۶۰۱۷۱ – ۰۲۰۲۳۰۰۳۳۷
ډیزاین احمدشاه سخي ۰۷۹۹۵۶۶۲۸۵	برېښنالیک hewad1948@yahoo.com	چاپځای د آزادۍ مطبعه

Get more e-books from www.ketabton.com
Ketabton.com: The Digital Library