

# سادات: د کانديدانو د لومړني لېست د اعلام لپاره تيار يوو

د انتخاباتو خپلواک کمېټيون وايي چې د ولسمشرۍ انتخاباتو د کانديدانو د لومړني لېست د اعلام لپاره نښکي تيار يوو. د دغه کمېټيون يوه وياند ذبيح سادات وې. ماياښم ازادۍ راډيو ته ويلي چې په دې اړه د کمېټيون د مشرانو د پرېکړې په تمه دي. دې وايي: «د لاکو خپلواک کمېټيون تصميم لري چې د ولسمشرۍ انتخاباتو د کانديدانو لومړني لېست خپور کړي. په دې اړه ټولې نښکي چارې بشپړې شوې دي. يوازې د مشرانو پرېکړې نه اړ يوو، چې د ولسمشرۍ لاکو د مهال وېش پر اساس پرون د سلواغې ۱۹مه مور د ولسمشرۍ انتخاباتو د کانديدانو لومړني لېست خپور کړو.» د ښاغلي سادات تر دې څرگندونو څو ساعته وړاندې د انتخاباتو د خپلواک کمېټيون يوې مرستيال وياندي شېما علم سروش وويل چې د لېست شويو کسانو د تابعيت په اړه ناشپړې ارزونې، ښايي د دغه لومړني لېست اعلام له خنډ سره مخامخ کړي. د انتخاباتو خپلواک کمېټيون ويلي چې د ولسمشرۍ انتخابات به د راتلونکي لمريز کال د چنگاښ په ۲۹مه کوي په دغو انتخاباتو کې د سيالۍ لپاره ۱۸ کسانو خپل نومونه لېست کړي دي.

Ketabton.com

## سپ د افغان سولې لپاره خبرې

## ورځ هلې ځلې او پر طالبانو فشار بللی

لسمر حکره پای ته ورسېږي، خو د دوشنبې رد کړ، چې غواړي له دغو دوو  
د هغې په ورځ د امریکا کانگريس په لوی هېوادونو بې وخته  
ل به هم اکثریت سره د ښاغلي ټرمپ هغه پلان خپل ځواکونه وپلني

### د مسکو غونډه به څه پایلې ولري؟



پرون سې شنبې د مرغومي په ۱۴ مه د روسیې په پلازمینه مسکو کې د افغان سولې په تړاو د طالبانو د پلاوي او یو شمېر افغان سیاستوالو ترمنځ دوی ورځنۍ غونډه رسماً پیل شوه. په دې غونډه کې د طالبانو استازي او یو شمېر افغان سیاستوال گډون کوي. د افغان حکومت په استازیتوب دې غونډې ته څوک نه دي ورغلي. دا غونډه په داسې حال کې جوړېږي، چې ورته ورځ همدلته طالبانو د کورنۍ روسانو په حضور کې پر کنډوز پراخ برخل وکړ او پلان یې دا و، چې کنډوز یوځل بیا د نېر په څېر لاندې کړي، دوه ځله طالبانو د همدغو روسانو په حضور کې پر کنډوز برخل کړي او د لنډې مودې لپاره یې لاندې کړي هم و، له کنډوز سره د تاجکستان پر پوځ د روسانو سپر زره ځواکونه چې پر صیبر وسلو او هوايي ځواک سومیال وو، د ترهگری او اورپکۍ د مخنیوي په پلمه ځای پر ځای دي، نو د تعجب خبره دا ده، چې د مسکو په کوربه توب، د سولې لپاره به دې غونډه کې ااست طالبان د شونې له پیل څو ساعته وړاندې د روسی عسکرو په حضور کې پر کنډوز برخل کوي. نو دا د سولې کوم او څه ډول بیام لري؟ په هر حال افغان حکومت او ولس به مسکو کې روانه غونډه، د سولې په بهیر کې مرسته نندویه نه بولي، ځکه دا غونډه د دین په کوربه توب شوي هغه چې په افغان ستان کې یې مداخله د پنجاب تر کچې رسېدلې او د افغانستان د یوې برخې د لاندې کولو او پر سیمه د خپلې اچولو لپاره ناولی نیت لري، همدا اوس د روسیې د بهرنیو چارو وزیر سرکي لاوروف منځنۍ اسانه پر سفر ولسی، چې خپلو رفیانو ته ویني، چې دا سیمې یې خپلې دي، خود شونې د یو شمېر گډونوالو خبرې یې وي، هیله ده، چې دا د سولې پر لور د یو الاقنای خپرو لپاره د پیل گام وي، خو تر هغې چې د دې غونډې منځني پایلې نه وي حس شوي، نړۍ نه نه شي کېدای، دا لوري باید خدای ته مخ کړي او روسیې ته شا، او په دې فکر وکړي، چې افغان سوله غواړي، دا پرې حق دی، دا غوښتنه یې اسلامي او ملي غوښتنه ده، دوی باید نور د دې لپاره سره یو لاس شي، چې نور له افغانانو دا حق او دا غوښتنه دسیمې او نړۍ په تیره بیا گاونډي هېوادونه وانه شي اخیستلی اندېښنې دا دي، چې پنجاب به له سوډي، عربي اماراتو او امریکا تر لاسه کړي یې، په افغانستان کې د نیل شوي جگړې د شدت او بیرنورو سختو ترهگریزو بریدونو و لگوي، د دې سوخي د سبه تر عیني کولو لپاره به د جگړې ټوله قومانه، د پنجاب له خوا روکول کېږي. په همداسې حال کې طالبان له افغان حکومت سره خبرو ته نا حاضرېږي، هغوی به دین مسکو کې چې په افغانستان کې یې د ونیې تویولو او نیل شوي جگړې بنسټ اېسي، شونې نه ځای سرېږي، خو په شهید او ایس کابل او د مسلمانانو په قلمه او د پاک خدای، او په خونه، کعبه شریفه کې دې غونډو ته هېڅ اهمیت هم نه ورکوي. افغانانو او په تیره بیا افغان حکومت د همدغو اندېښنو له امله د مسکو غونډې ته، هیله من نه دي، بیا هم گوري، چې له دې غونډې څه را وړي به داسې سوال کې چې طالبان له افغانستان د امریکایي ځواکونو و تلو پلانونو نور هم باب کړي، چې گڼې په وتو سره به یې په اسانه د افغانستان حکومت لاسکو کړي، له همدې امله د طالبانو یوه مشر ویلي، چې له دې بریا سره سم به، یې افغان ځواکونه منحل کړي ولس د دې موخې پر ضد سخت تیرکونو، ښکاره کړل، په همداسې حال څوک داسې ضمانت ورکولی شي، چې طالبان سوله کوي او د خدای او د هغه د رسول او مظلوم افغان ملت لپاره یې لوی؟

# له افغانستان د امریکایي ځواکونو ایستل یا پرېښودل

د امریکایي ځواکونو د وتلو په اړه یې د امریکا ولسمشر ټرمپ ته استولی و، په ایسک کې د امریکایي ځواکونو دغه لگښت، چې ښاغلي ټرمپ یې په اړه اندېښنه لري، د حل لاره ښودل شوې ده. افغان ولسمشر پلان لري، چې بهرنی ځواکونه په تدریج سره کم او یا یې لگښتونه را کم شي. دا لگښتونه په کال کې تر پانځوسو میلیارډو ډالرو اوزي، چې یوازې په افغانستان کې د امریکا پر ۱۲ زرو امریکایي ځواکونو راځي، د څوارلسو زرو ځواکونو تر څنګ نور مرستندوی لوري او ټلې چې حساب شي، نو تر ۳۰ زرو پورې رسېږي، له دې سره خوځست د ناټو د نیورو غړیسو هېوادونو ځواکونه هم حضور لري، د افغان حکومت پلان دا دی، چې له ۵۰ زرو میلیارډو ډالرو دا لوړ لگښتونه را ایست او آن په کال کې تر ۳۰ میلیارډو ډالرو پورې امریکا ته سیما وکړي، یعنې که د دغه ستر لگښت په ځای یوازې له ۱۱ ۱۵ میلیارډو ډالرو دا لگښت له ۵۰ میلیارډو ډالرو را کم او پر افغان ځواکونو وشي، نو دا امریکا او په تیره بیا د امریکا د ولسمشر ډونالډ ټرمپ اندېښنه لري او هغوی ته به ستره سمبا وي دا هم امکان لري، هم د افغان ځواکونو د نه تجهیز لپاره معقول پلان په ډاګه کوي



جمهورییس دغه پلانونه هم دغه هېواد د ایستل یا پرېښودلو او هم په امریکا کې له سختو نیوکو سره مخامخ شول. مګر کونسل لپاره اوولې وویل چې دا څه، القاعده او نور متحدين یې اوس هم د پخوا په شان امریکا متحدو ایالتونو له لوی خطر دی. دوشنبې په ورځ، دوشنبې، د امریکا متحدو ایالتونو سنا مجلس په لوی اکثریت سره له افغانستان او سورې څخه د امریکایي ځواکونو د ایستلو په اړه د ولسمشر ډونالډ ټرمپ د پلانونو مخالفت وکړ. هغه مسووبه چې د امریکا په سنا کې د جمهوریت غوښتونکو د اکثریت لرونکي سناټور مېک کونل، له خوا د دوشنبې په ورځ سنا مجلس ته وړاندې شوه، په ۷۰ مثبت او ۲۴ مخالفو رایو سره تصویب شوه. د مسووبې په متن کې راغلي چې له دواړو هېوادونو، افغانستان او سورې، څخه په بیه د امریکایي ځواکونو ایستل «هغه په سختیو په لاس راوړي بریاوي او د متحدو ایالتونو ملي امنیت» به په خطر کې واچوي. ټرمپ د تیر کال په ډسمبر میاشت کې اعلام وکړ چې شواړې په سوریه کې مېشت ۲۰۰۰ امریکایي ځواکونه له دغه هېواده وباسي. ډونالډ ټرمپ یې دلیل په سوریه کې د داعش ډلې پر وړاندې د جگړې په ټکر کې بریالیتوب ښودلی دی. وروسته یې بیا له افغانستان د خپلو ځواکونو د ایستلو موضوع ته مخه کړې، خو دا دی دا پلانونه یې رد او قانوني بڼه خپله نه کړه. په دغو دواړو هېوادونو کې خراب امنیتی وضعیت ته په کتلو سره د امریکا

شاهزاده محمد بن سلمان د حکومت د انتقاد کوونکي ژورنالېست د «قتل په قضیه» کې گرم بللی و. د امریکا د سنا مجلس په یوه بله مسووبه کې غوښتنه کړې چې امریکا دې دین په کورنۍ جگړه کې له سوډي عربستان ملاتړ ختم کړي. دا امریکایي ځواکونو د وتلو په اړه یې د امریکا ولسمشر ټرمپ ته استولی و، په ایسک کې د امریکایي ځواکونو دغه لگښت، چې ښاغلي ټرمپ یې په اړه اندېښنه لري، د حل لاره ښودل شوې ده. افغان ولسمشر پلان لري، چې بهرنی ځواکونه په تدریج سره کم او یا یې لگښتونه را کم شي. دا لگښتونه په کال کې تر پانځوسو میلیارډو ډالرو اوزي، چې یوازې په افغانستان کې د امریکا پر ۱۲ زرو امریکایي ځواکونو راځي، د څوارلسو زرو ځواکونو تر څنګ نور مرستندوی لوري او ټلې چې حساب شي، نو تر ۳۰ زرو پورې رسېږي، له دې سره خوځست د ناټو د نیورو غړیسو هېوادونو ځواکونه هم حضور لري، د افغان حکومت پلان دا دی، چې له ۵۰ زرو میلیارډو ډالرو دا لوړ لگښتونه را ایست او آن په کال کې تر ۳۰ میلیارډو ډالرو پورې امریکا ته سیما وکړي، یعنې که د دغه ستر لگښت په ځای یوازې له ۱۱ ۱۵ میلیارډو ډالرو دا لگښت له ۵۰ میلیارډو ډالرو را کم او پر افغان ځواکونو وشي، نو دا امریکا او په تیره بیا د امریکا د ولسمشر ډونالډ ټرمپ اندېښنه لري او هغوی ته به ستره سمبا وي دا هم امکان لري، هم د افغان ځواکونو د نه تجهیز لپاره معقول پلان په ډاګه کوي

## د پښتون ژغورنې غورځنگ پر ضد د پنجابي کړيو توپي

د وخت دانگلي استعمار جوړ شوي مصنوعي اوگوداډي هېواد پاکستان مفروضو استخباراتي اوپوخي کړيو، نه یوازې د لروا وروپښتنو او بلوڅو په گډون د افغانانو پزرزه دانگليسي استعمار د خنجر دتور داغ په توگه پرافغانانو د ډيورند دمنجوسې او کرغړي ټپل شوي کرښې هغې غاړې ته د پرنو کوزو پښتنو او بلوڅو دولت پالو اوآزادۍ غوښتونکو ولسونو او دغه راز دمنظور احمد پښتنې په مشرۍ دپښتون ژغورنې غورځنگ دغړو په لښه کولو، مرموز وژلو، دهنوي خورولو، نیولو او بندپالونو لښه زور ورکړې او پرهغوی باندي یې د ترهگرو د ټاپي هولو په پلمه نه یوازې پرشومو توپيو لاس پورې کړی، بلکې دغو مفروضو پنجابي او نژاد پالونکو کړيو دهنوي



د وخت دانگلي استعمار جوړ شوي مصنوعي اوگوداډي هېواد پاکستان مفروضو استخباراتي اوپوخي کړيو، نه یوازې د لروا وروپښتنو او بلوڅو په گډون د افغانانو پزرزه دانگليسي استعمار د خنجر دتور داغ په توگه پرافغانانو د ډيورند دمنجوسې او کرغړي ټپل شوي کرښې هغې غاړې ته د پرنو کوزو پښتنو او بلوڅو دولت پالو اوآزادۍ غوښتونکو ولسونو او دغه راز دمنظور احمد پښتنې په مشرۍ دپښتون ژغورنې غورځنگ دغړو په لښه کولو، مرموز وژلو، دهنوي خورولو، نیولو او بندپالونو لښه زور ورکړې او پرهغوی باندي یې د ترهگرو د ټاپي هولو په پلمه نه یوازې پرشومو توپيو لاس پورې کړی، بلکې دغو مفروضو پنجابي او نژاد پالونکو کړيو دهنوي

د وخت دانگلي استعمار جوړ شوي مصنوعي اوگوداډي هېواد پاکستان مفروضو استخباراتي اوپوخي کړيو، نه یوازې د لروا وروپښتنو او بلوڅو په گډون د افغانانو پزرزه دانگليسي استعمار د خنجر دتور داغ په توگه پرافغانانو د ډيورند دمنجوسې او کرغړي ټپل شوي کرښې هغې غاړې ته د پرنو کوزو پښتنو او بلوڅو دولت پالو اوآزادۍ غوښتونکو ولسونو او دغه راز دمنظور احمد پښتنې په مشرۍ دپښتون ژغورنې غورځنگ دغړو په لښه کولو، مرموز وژلو، دهنوي خورولو، نیولو او بندپالونو لښه زور ورکړې او پرهغوی باندي یې د ترهگرو د ټاپي هولو په پلمه نه یوازې پرشومو توپيو لاس پورې کړی، بلکې دغو مفروضو پنجابي او نژاد پالونکو کړيو دهنوي

د وخت دانگلي استعمار جوړ شوي مصنوعي اوگوداډي هېواد پاکستان مفروضو استخباراتي اوپوخي کړيو، نه یوازې د لروا وروپښتنو او بلوڅو په گډون د افغانانو پزرزه دانگليسي استعمار د خنجر دتور داغ په توگه پرافغانانو د ډيورند دمنجوسې او کرغړي ټپل شوي کرښې هغې غاړې ته د پرنو کوزو پښتنو او بلوڅو دولت پالو اوآزادۍ غوښتونکو ولسونو او دغه راز دمنظور احمد پښتنې په مشرۍ دپښتون ژغورنې غورځنگ دغړو په لښه کولو، مرموز وژلو، دهنوي خورولو، نیولو او بندپالونو لښه زور ورکړې او پرهغوی باندي یې د ترهگرو د ټاپي هولو په پلمه نه یوازې پرشومو توپيو لاس پورې کړی، بلکې دغو مفروضو پنجابي او نژاد پالونکو کړيو دهنوي

## د افغان سولې په اړه د خلیزاد د څلورم سفر پیل

خلیزاد د چین، اومتحدو عربي اماراتو له سفر وروسته دمرغومي په ۲۹ تمه کابل ته سفروکړ او په کابل کې یې له ولسمشر محمد اشرف غني، اجرائیه ریس ډاکتر عبدالله عبدالله، دملې امنیت شورا له سالاکر ډاکتر حمدالله محب اوپورو چارواکو او شخصیتونو سره دخپلو سفرونو په باب خبرې وکړې. خلیزاد وویل دسیمې هېوادونو ته یې دسفرموخه دافغان سولې دپروسې د پیلولو لپاره د سیمه ییزې اجماع رامنځته کول وو اودکابل له سفر وروسته به دغو سفرونو ته دوام ورکړي. پاکستان ته د خلیزاد سفر: خلیزاد د افغاني مشرانو او چارواکو له خبرو وروسته دمرغومي په ۲۷ تمه دسولې دخبرو لپاره پاکستان ته روان شو. خلیزاد، اسلام آباد ته له رسیدلو وروسته دافغان سولې په اړه دپاکستان دپهیرنو چارو دوزیر مرستیالي تمیمه جنجوعه سره خبرې پیل کړې دواړو لورو دسولې اوپخلاصې دپهیر پروانکتشافاتو خبرې وکړې په دغو خبرو کې له خلیزاد سره د امریکا ددفاع وزارت اوملي امنیت شورا غړي هم ملگري وو. دمریم جنجوعه په مشرۍ دپاکستان په پلاوي کې دپاکستان ددفاع اوپهیرنو چارو وزارتونو چکپوز مامورینو هم برخه لره.



خلیزاد، اسلام آباد ته له رسیدلو وروسته دافغان سولې په اړه دپاکستان دپهیرنو چارو دوزیر مرستیالي تمیمه جنجوعه سره خبرې پیل کړې دواړو لورو دسولې اوپخلاصې دپهیر پروانکتشافاتو خبرې وکړې په دغو خبرو کې له خلیزاد سره د امریکا ددفاع وزارت اوملي امنیت شورا غړي هم ملگري وو. دمریم جنجوعه په مشرۍ دپاکستان په پلاوي کې دپاکستان ددفاع اوپهیرنو چارو وزارتونو چکپوز مامورینو هم برخه لره. خلیزاد، سیمې ته دخپلو سفرونو په اړه جنجوعه ته معلومات ورکړل. په مقابل کې جنجوعه وویل چې هېواد یې د افغان سولې له پروسې سره مرستې ته ځان ژمن بولي. له جاوید باجوچه سره د خلیزاد لیدنه: په داسې حال کې چې خلیزاد، دپاکستان دپهیرنو چارو له وزیري له مرستیالي مریم تمیمه جنجوعه سره خبرې تېروي وبلې، دمرغومي په ۲۸ تمه دپاکستان له لوی دسرتیز جنرال قمر جاوید باجوچه سره د ده دکار په دفتر کې په راولپنډۍ کې ولیدل. په دې کتنه کې خلیزاد له جنرال باجوچه سره دافغان سولې، پخلاصې او دامنیت په اړه خبرې وکړې. په دغو خبرو کې باجوچه ټینگار وکړ چې پاکستان افغان سولې ته اهمیت ورکوي. نوموړي وویل باور لري، دسولې پیل شوې هلې ځلې به دسیمې او افغانستان سوله اوامنیت راوړي. په دغه وخت کې د امریکا دپهیرنو چارو وزارت مرستیاله لیزا کریس، هم په پاکستان کې وه اوله بېلابېلو چارواکو سره یې دسولې خبرې پیل کړې وې. له عمران خان سره د ولسمشر غني تېلوني خبرې: په داسې حال کې چې خلیزاد د پاکستان له چارواکوسره د افغان سولې په اړه خبرې پیل کړې وې افغان ولسمشر محمد اشرف غني دپاکستان له صدراعظم عمران خان سره تېلوني خبرې وکړې، په دغو خبرو کې چارو وزارت ځانگړې استازي خلیزاد، ولسمشر غني عمران خان ته بلنه ورکړه، چې په یو مناسب وخت کې کابل ته راشي چې دغه بلنه د عمران خان له خوا ومنل شوه، خو دسرفدقیقه نېټه راتلونکې ته پاتې شوه. په دغو خبرو کې عمران خان ولسمشر غني ته ډاډ ورکړ چې پاکستان دخبرو په لاره صادقانه هلې ځلې کوي او دا خپل موولیت گي له افغانستان سره د ناټو د ژمنو تازه والی: په داسې حال کې چې د امریکا دپهیرنو چارو وزارت ځانگړې استازي خلیزاد، امنیتي ځواکونه په جدیت کار کوي، څو دخپل هېواد امنیت ټینگ کړي اونه پرېږدي چې هېواد یې یوځل بیا دترهگرو په امن ځای بدل شي. دناټو دغسرو هېوادونو دپېوځي قوماندانانو له دغه رنگه څرگندونو دا په ډاګه کېږي چې افغانستان یوازې نه پرېږدي له افغانستان سره د سولې اولیات په برخه کې په راتلونکې کې خپلو پوځي او مالي مرستو ته دوام ورکړي. له طالبانو سره د مستقیمو خبرو هیلي: په داسې حال کې چې طالبانو له

خلیزاد، سیمې ته دخپلو سفرونو په اړه جنجوعه ته معلومات ورکړل. په مقابل کې جنجوعه وویل چې هېواد یې د افغان سولې له پروسې سره مرستې ته ځان ژمن بولي. له جاوید باجوچه سره د خلیزاد لیدنه: په داسې حال کې چې خلیزاد، دپاکستان دپهیرنو چارو له وزیري له مرستیالي مریم تمیمه جنجوعه سره خبرې تېروي وبلې، دمرغومي په ۲۸ تمه دپاکستان له لوی دسرتیز جنرال قمر جاوید باجوچه سره د ده دکار په دفتر کې په راولپنډۍ کې ولیدل. په دې کتنه کې خلیزاد له جنرال باجوچه سره دافغان سولې، پخلاصې او دامنیت په اړه خبرې وکړې. په دغو خبرو کې باجوچه ټینگار وکړ چې پاکستان افغان سولې ته اهمیت ورکوي. نوموړي وویل باور لري، دسولې پیل شوې هلې ځلې به دسیمې او افغانستان سوله اوامنیت راوړي. په دغه وخت کې د امریکا دپهیرنو چارو وزارت مرستیاله لیزا کریس، هم په پاکستان کې وه اوله بېلابېلو چارواکو سره یې دسولې خبرې پیل کړې وې. له عمران خان سره د ولسمشر غني تېلوني خبرې: په داسې حال کې چې خلیزاد د پاکستان له چارواکوسره د افغان سولې په اړه خبرې پیل کړې وې افغان ولسمشر محمد اشرف غني دپاکستان له صدراعظم عمران خان سره تېلوني خبرې وکړې، په دغو خبرو کې چارو وزارت ځانگړې استازي خلیزاد، ولسمشر غني عمران خان ته بلنه ورکړه، چې په یو مناسب وخت کې کابل ته راشي چې دغه بلنه د عمران خان له خوا ومنل شوه، خو دسرفدقیقه نېټه راتلونکې ته پاتې شوه. په دغو خبرو کې عمران خان ولسمشر غني ته ډاډ ورکړ چې پاکستان دخبرو په لاره صادقانه هلې ځلې کوي او دا خپل موولیت گي له افغانستان سره د ناټو د ژمنو تازه والی: په داسې حال کې چې د امریکا دپهیرنو چارو وزارت ځانگړې استازي خلیزاد، امنیتي ځواکونه په جدیت کار کوي، څو دخپل هېواد امنیت ټینگ کړي اونه پرېږدي چې هېواد یې یوځل بیا دترهگرو په امن ځای بدل شي. دناټو دغسرو هېوادونو دپېوځي قوماندانانو له دغه رنگه څرگندونو دا په ډاګه کېږي چې افغانستان یوازې نه پرېږدي له افغانستان سره د سولې اولیات په برخه کې په راتلونکې کې خپلو پوځي او مالي مرستو ته دوام ورکړي. له طالبانو سره د مستقیمو خبرو هیلي: په داسې حال کې چې طالبانو له

# روغتيا او ژوند



## کم خوبی مو پر بېلابېلو ناروغيو اخته کوي

د شپې په خوب د هر چا خوښ وي، دا له یوازې د انسان فکر بهه کوي، بلکې د سترگو شاوخوا نورو حلقو مخنیوی هم کوي، همدا ډول مناسب اندازه خوب د زړه، وزن او ذهني روغتیا لپاره تر ټولو اړین دی. نن سبا، چې د شپې له خوا بوختیاوې زیاتې شوي، ورسره خوب هم گډوډ شوی او هر څوک نه شي کولای یوازې د شپې له خوا په ټاکلې موده خوب بشپړ کړي. روغتیا پوهان د یوه عام کس لپاره په شپه او ورځ کې له ۷ څخه تر ۸ ساعتونو خوب مناسب گڼي، دوی زیاتوي، چې له دې کم او یا زیات خوب په انسان کې د بېلابېلو ناروغيو لامل جوړېږي، د لا به روغتیا لپاره د ورځې نیم ساعت قبلوله غوره لاره ده.



د دغه هغه زیانونه چې د کم خوب له کبله رامنځته کېږي په نښه کوو: غوصه د بې خوښۍ یو ستر لامل دادی چې انسان د ورځې په اوږدو کې نه هر څه څخه شکایت کوي او په کوچني لمرگو

څیر غوصه ورځي، دا د طب له لحاظه یوه ناروغي گڼل کېږي چې یوازې په به او ارام خوب سره له منځه ځي، په یوه څپنې کې څرگنده شوې چې منفي فکر او زیات شکایت کول د کم یا خراب خوب نتیجه ده، په دې سره انسان د ورځې هیڅ یو کار په سمه توګه نه شي ترسره کولی.

سر دردي د کم خوب دویم زیان دا دی، چې د ورځې له خوا به مو په سر درد وي، ښکاره خبره ده، چې د سر درد انسان هېڅ ډول یوه کار ترسره کولو ته نه پرېږدي، پوهان سره په یوه خوله دي، چې د ورځې له خوا سر دردي رامنځته کېدل د شپې خراب یا د کم خوب لامل دی، دوی وايي، چې په کم خوب سره د انسان نیم سر درد کوي، چې ډیر دردونکی وي، همدا ډول هغه کسان چې په خرابې، خرابې وهلو یې خوب خرابیږي زیات یې له سردی شکایت کوي.

چاغوالی د انسان لپاره په عام ډول چاغوالی له کومې ناروغي نه کم دی، کم خوب په چاغوالي کې مرسته کوي، ځکه چې په دې سره د انسان د بدني هارمونونو توسط خرابیږي او زیات کالوریز لرونکې خوړو ته اشتها کېږي، له چاغوالي سره سره کم خوب انسان کې د ستوماتیا ناروغي هم رامنځته کوي.

سترگو لید د خوب کموالي د سترگو لید کموي، په دې سره انسان ته د ورځې هر څیز خپ، خپ یا دوه رنگه ښکاري، سترگو ته دارام ورکولو لپاره خوب انتهایی ډیر اړین دی.

د زړه ناروغي د څپنې په دوران کې ځینې کسانو ته تر ۸۸ ساعتونو د وینې پاتې کېدو نوسیه وشوه، د دې په جریان کې د دغو کسانو د وینې فشار پورته شو، خو کله چې دوی ته یوازې تر ۲ ساعته د شپې وینه کېدو اجازه ورکړل شوه، د دوی د زړه درزا زیاتنه شوه او بدن کې داسې پروټین رامنځته شکر د خوب په دوران کې بدن په

شول، چې د زړه ناروغي گواښ یې زیاتوه. سست غبرگون د کم خوبې بل زیان دادی، چې انسان په خواب یا غبرگون بڼو کې سست او ورو وي، د یوې څپنې له مخې ځینو کسانو ته د پوره او ځینو ته د کم خوب مشوره ورکړل شوه، په پایله کې وموندل شوه، چې د بشپړ خوب کوونکو په پرتله د کم خوب کوونکو کارکردگي ښکاره او په غبرگون بڼو کې سست وو.

انفیکشن یا غلط اغیز ناسو به لیدلې وي، چې د ځینو کسانو زخم زړ نه بهه کړي، خوب د انسان دفاعي سیستم غوره کوي، که خوب مو کم وي، نو زخم به مو انفیکشن اخلي او په زړه بهه کېدو کې به ستونزې گوري، ځکه چې

د بوي شپې کم خوب هم د باکتریاو پر ضد د انسان په دفاعي سیستم منفي اغیزه کوي، چې له کبله یې زخم انفیکشن یا غلط تاثیر اخلي. لمرگو د یو چا خسرو ته غور نیول، د درس ولولو یا د یوه داسې کار پر مهال چې سوچ، فکر او تمرکز نه اړتیا لري، داسې حال کې مو تمرکز سم وي؟ که خواب مو هو وي، نو د دې لامل د خوب کموالی دی، څپنې ښي چې په کم خوب سره انسان د تمرکز له مادې خلاصېږي او ذهن له ستونزو سره مخ کوي چې ورته هر کار سر نه رسول ستونزې شي.

د والکینو دانر کېدل واکین عموماً بدن د ځانگړو وایروسونو څخه ساتلو لپاره کېږي، خو که چېرې مو خوب کم وي د واکین اثر مو پر بدن د پوره خوب په پرتله کم وي، ځکه چې کم خوب د انسان دفاعي نظام کمزوری کوي.

په خبرو کې ستونزې د خوب کموالي د انسان پر خبرو هم اثر کوي، د خبرو پر مهال داسې برېښي چې کومه نښه یې کړې وي، د څپنې له مخې، ځینې کسان د ۲۶ ساعتونو لپاره وینې پرېږدول شول، وروسته د خبرو پر مهال معلومه شوه، چې انسان ترې ځانگړې خبره کول غواړي هم په سمه توګه نه شي ترسره کولای.

همېشه د زکام او پوځي ناروغي که تاسې هر وخت که د زکام یا پوځي له ناروغي سر ټکوی، او په یوه ځای بدلولو د زکام سره مخ کېږئ، نو د دې یو ښکاره لامل د خوب کموالی هم دی، د څپنې له مخې، هر هغه څوک، چې له اووه ساعتونو کم خوب کوي په دوی کې دغه ناروغي درې چنده زیاته هم ستونزمنه شي، لسه یوې څپنې څرگنده شوې چې د خوب په جریان کې بدن ته وده ورکولوکې او زیان له منځه وړونکي هارمونونو ویل، چېکېرې، د فیتنس «Fitness» روغتیا پوهان هم د عضلاتو قوي کولو لپاره پوره خوب اړین گڼي.

## د معدې د جراثیمو لاملونه نښې او درملنه

په معدې د جراثیمو اخته ناروغان د شتون معلومات کېږي. \* د ډکوسټازو «stool examination» معاینه، د دې لپاره، چې د هاضمې سیستم کې خو به نورې ناروغي به وي. \* د ساه اخیستو معاینه، په دې کې ناروغ ته مایع اوبه غونډې درمل ورکول کېږي، پوراً، بائروجن او شاع لرونکي کربون واري، همدارنګه به یو ډول پلاسټیکي آلنه کې د انسان د ساه اخیستو او لارې ټو کولو فوت هم معلومېږي که څوک د معدې د جراثیمو په ناروغی اخته وي. د مهم دی))

\* ځینې وخت د معدې جراثیم د دوی د کمېدو ((ایمیا)) لامل هم کېږي او بدن نه شي کولی، چې نوي گټور مواد جذب کړي. \* ځینې وخت درې د زګونو د بندېدو لامل هم کېدای شي ((دا هم ډیر لږ وخت امکان لري))

د معدې د جراثیمو نښې او قراین د معدې د جراثیمو علامات به لاندې ډول دي، باید ورته متوجه شو، چې مور او تاسې خو به پرې اخته نه یوو

\* خړوبه کې سخت خوړونکی درد، چې دغه درد څو دقیقې او آن تر ساعتونو هم دوام کولی شي. \* په معدې کې د تیرابیت زښتدل، پرداسې اندازې، چې زغمل یې ناشونی وي او دغه تیرابیت حوړي نه هم رسېږي. \* سڼه، زړه او شاوخوا غړو کې داسې مناسب وخت یې درملنه و نه شي، به سرطان هم بدلېږي او د وخت په تیریدو د خوراک اشته له لاسه ورکوي. \* د خوراک اشته او وزن له منځه تلل په داسې حال کې، چې په ځان به دې دا باور هم نه وي، چې د خوراک کولو توان لري.

\* د معدې سوخت، پړسوب، اسهال، کاتګي او ورته نورې ستونزې، خو دا به سختو حالاتو کې کېږي. \* ځینې وخت ناروغ دومره خراب شي، چې یې هوشی پرې راشي. \* د ساه لنډېدل او د مخ رنگ خرابېدل ((دا هم په سخت حالت کې))

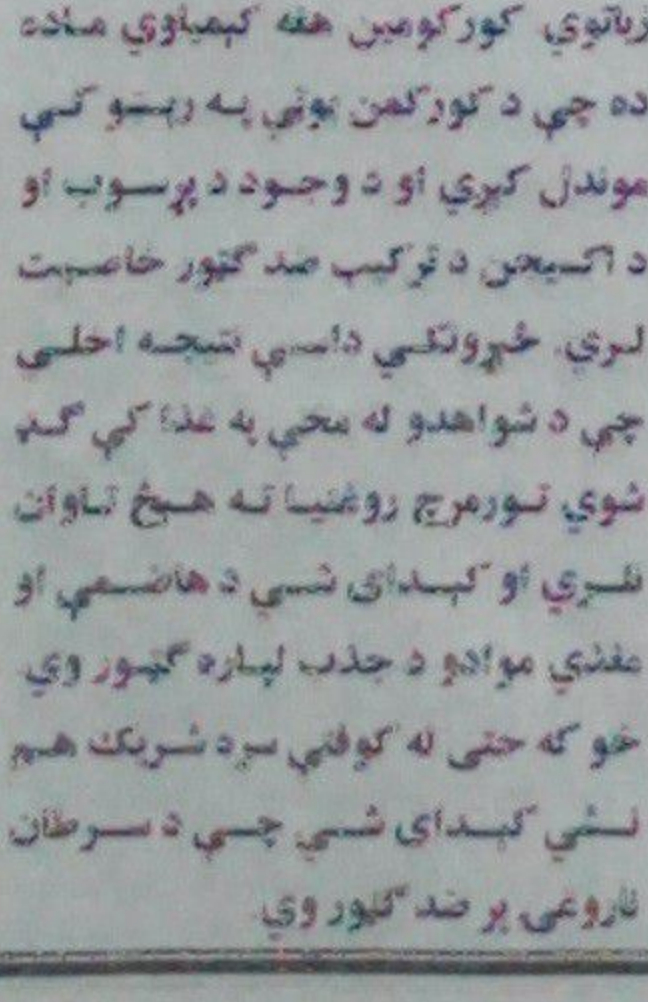
له همدې امله باید د معدې د جراثیمو درملنه په مناسبه توګه د متخصص ډاکټر په مشوره او لارښوونه په خپل وخت وشي او د ستونزې د زیاتېدو د مخنیوي لپاره په لومړیو وختونو کې انسان د ځینې درملنې هم وکړي. \* د معدې د جراثیمو تشخیص کله، چې د معدې ناروغ ډاکټر ته د درملنې لپاره ورشي، هغه ورته د څو معاینو لارښوونه کوي، چې په لاندې ډول دي: \* په وینه کې د انټي باکټري معاینه، چې دې سره به بدن کې د جراثیمو د شتون او نه دی

په معدې کې پیدا کېږي، همدا رنگه په معدې کې پیدا کېږي، یعنې هر هغه چې د معدې ناروغ ډاکټر ته د درملنې لپاره ورشي، هغه ورته د څو معاینو لارښوونه کوي، چې په لاندې ډول دي: \* په وینه کې د انټي باکټري معاینه، چې دې سره به بدن کې د جراثیمو د شتون او نه دی

## تور مرچ د سرطان ناروغي مخنیوي کوي

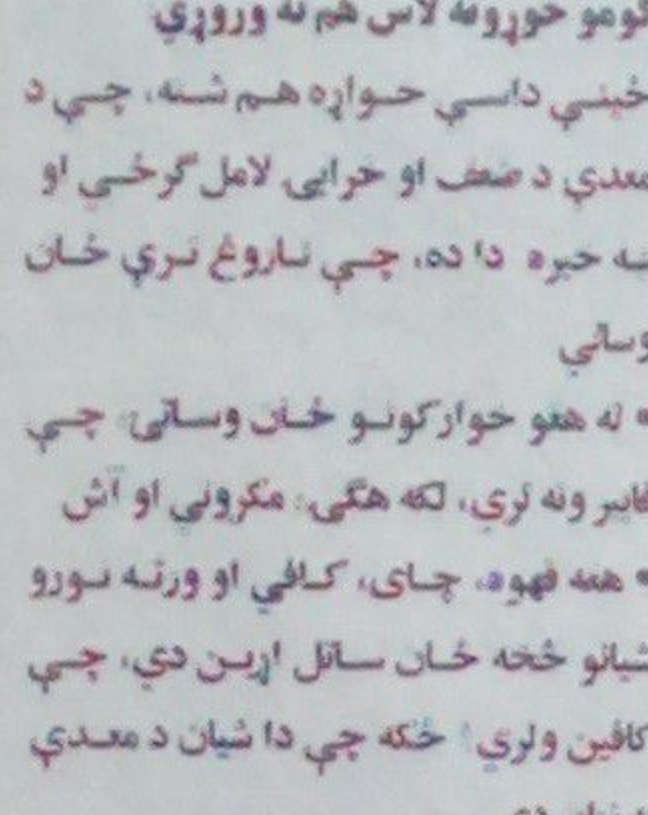
د مالګې په څیر تور مرچ هم د ډوډۍ خوړلو پر اکثره میزونو موجود وي د مالګې او سوډیم د استعمال په اړه کتابونه لیکل شوي، خو لوړو مرچو ته حرارت کې ډېره ورته او سوژول شوي غوښه و خوړل شي د امریکا د

ورنګو کې چې د سرطان زیږندنه کېمیاوي مواد دي، گټور بللي دي هیتروسکلېک کېمیاوي مواد هغه وخت پیدا کېږي کله چې په لوړ حرارت کې ډېره ورته او سوژول شوي غوښه و خوړل شي د امریکا د د مالګې په څیر تور مرچ هم د ډوډۍ خوړلو پر اکثره میزونو موجود وي د مالګې او سوډیم د استعمال په اړه کتابونه لیکل شوي، خو لوړو مرچو ته حرارت کې ډېره ورته او سوژول شوي غوښه و خوړل شي د امریکا د وړنګو کې چې د سرطان زیږندنه کېمیاوي مواد دي، گټور بللي دي هیتروسکلېک کېمیاوي مواد هغه وخت پیدا کېږي کله چې په لوړ حرارت کې ډېره ورته او سوژول شوي غوښه و خوړل شي د امریکا د



متحدو ایالتونو د کنسرټی ډولټسي پوهنتون یوې ډلې ډاکټرانو موندنې کېمیاوي ترکیباتو یا HCAs په له منځه

بدلوي، چې بدن ته د عضلاتو جوړولو او کمزورې له منځه وړلو کې ستونزې رامنځته کېږي، همداغه لامل دی چې عضلاتو ته زیان رسېږي او د دې درملنه هم ستونزمنه شي، لسه یوې څپنې څرگنده شوې چې د خوب په جریان کې بدن ته وده ورکولوکې او زیان له منځه وړونکي هارمونونو ویل، چېکېرې، د فیتنس «Fitness» روغتیا پوهان هم د عضلاتو قوي کولو لپاره پوره خوب اړین گڼي.



د معدې د جراثیمو اخته ناروغان به کومو خوړونو لاس هم نه وروړي

ځینې داسې حواړه هم شه، چې د معدې د صفت او خرابۍ لامل ګرځي او په حیره دا ده، چې ناروغ ترې ځان وساتي. \* له هغو حواړونو ځان وساتي، چې فایبر ونه لري، لکه هګۍ، مکرولي او آس. \* هغه فېوډ، جلی، کافې او ورته نورو شیانو څخه ځان ساتل اړین دي، چې کافین ولري، ځکه چې دا شیان د معدې په زیان دي.

ساه اخیستو او لارې ټو کولو پر مهال یې غږ کې بدلون راځي. \* د معدې اېنټیګوې معاینه ((د حوړي له لارې د معدې حالت په کامره کتل))، چې ډاکټر پوه شي، چې معدې کې جراثیم، زخم او نور پتېر شیان شه که نه؟ \* د معدې د جراثیمو درملنه، د معدې لپاره ځانګړې درمل شه، خو ناروغ یې په خپله خوښه د ډاکټر له اجازې پرته نه شي کارولی، د درملو خوړلو او د ډاکټر مقدار او ملي ګرام بېزنټونو لپاره د ډاکټر سخته اړینه ده.

\* ډاکټر د معدې د جراثیمو درملنې لپاره انټي باکټري ((کلېترومایسین، مټرنازول، اومیسرازول)) وړکوي. اومیسرازول د معدې تیرابیت او زخم ختموي، میټرنازول، چې د تلنه د فوډجېل او په پورې نومونو پیدا کېږي، چې د معدې ویروس ختموي او کلېترومایسین یا د معدې جراثیم ختموي او زړه ته د ټولنو مکررونو مخه نیسي.

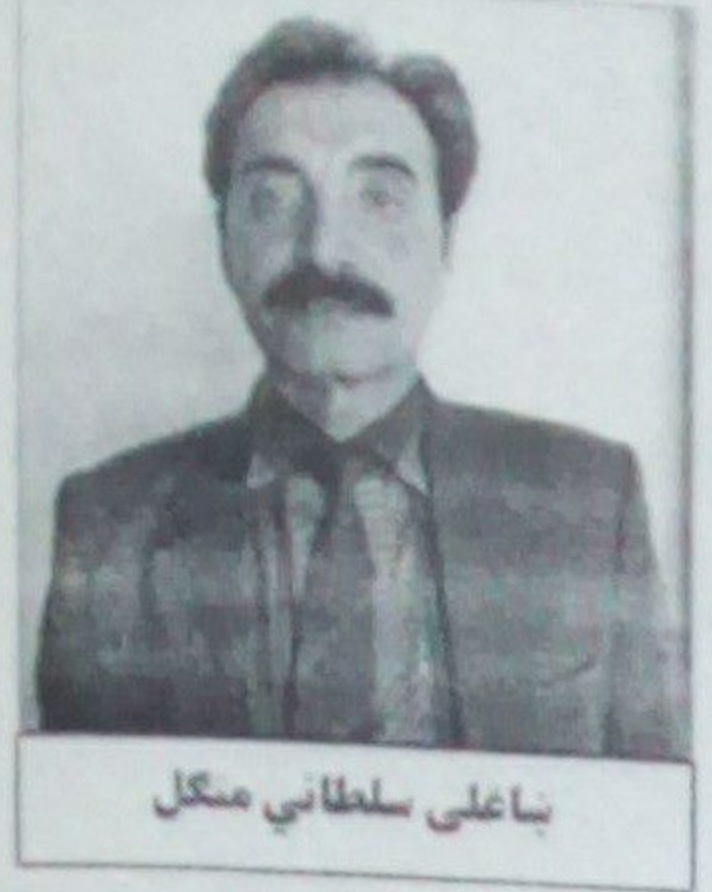
\* د معدې متخصص ډاکټر proton pup inhibitor ګروپ درمل په ورکولو سره د معدې د زخم او د هاضمې د سختی درملنه کوي. \* د معدې جراثیمو د مخنیوي لپاره صحي خواړه، د معدې په جراثیمو اخته ناروغان فکر کوي، چې خوراک کول به د معدې په زیان وي او له همدې امله یو شمېر خلک له خوراک څخه لاس اخلي، خو دا کار د روغتیا لپاره گټور نه دی.

چې تورمرچ بایي د هاضمې انزایمونو تحریک کړي او د هاضمې په تېوب کې د غدایي موادو تېرېدل اسانه کړي او همدارنګه تورمرچ کېدای شي د یو شمېر معدې موادو جذب زیات کړي پوهانو موندلې چې د تورمرچو په ترکیب کې تڼده او تیره ماده د انسان په وجود کې د کورټیونوینو هاضمې مادې جذب وي، خو د دې څپنې لیکوال وايي چې تورمرچ، د مالګې، د انګورو د غوړي او د ډېک له نورو ډولګانو سره مخلوط شول کېدای شي د سرطان ناروغي ضد تاثیر ولري او د سرطان تولیدونکو کېمیاوي موادو د تولید مخه ونیسي. د انوناسی پوهنتون پروفسور کیت سینګلټري چې دغه څېړنه یې اړولې ده وايي ځینې څېړنې ښيي، چې تورمرچ هاضمې ته هم به دي. باغلي سینګلټري لیکلي ناروغي پر ضد گټور وي.

# ادب ، تاریخ او فولکلور



## علامه سید جمال الدین افغان د اسلامي هېوادونو خلک د وخت د استعمار پر ضد راوپښ کړل



بیاعلی سلطانی منگل

په هیواد، د سیمې او نړۍ د سیاسي، اقتصادي، فرهنگي او نظامي ټولنیز ژوند هره برخه په زوره علمي او پرتله ییزه توگه مطالعه او ترخپری لاندې ونيوله او د سیمې او نړۍ د اکترو هیوادونو سیاسي، اقتصادي، فرهنگي او نظامي اوضاع یې د ځان لپاره معلومه کړه. د سید جمال الدین افغاني ټول ژوند او عمر له کړاوونو، ستونزو، تبعیدونو، مسافرتونو، جنجالونو او مشکلاتو څخه ډک و او د پری په هر هیواد کې په روښانه ډول څرگند دی. د سید سفرونه له افغانستان څخه نیولې یا تر هند، سعودي عربستان، عراق، ایران، ترکیې، روسیې، جرمني او انگلستان نه څرگند دي، چې په دغو هیوادو کې ده ته په دایمي توگه د استوگنې ځای او حق ورتکړای شو او تل د پخواني انګلیس د څارگرې ادارې له خوا تکرارې لاسني کول کېده.

**ده جوته کړه:** سید د امیر دوست محمد خان په وخت کې د سلاکار وزیر په توگه کار کاوه، خو کله چې امیر دوست محمد خان مړ شو، نو د امیر شیر علی خان په زمانه کې یې د صدراعظم په توگه دنده تر سره کوله، خو په دغه وخت کې د امیر دوست محمد خان درېیمو تر منځ د سیاسي قدرت پر سر کورنۍ شخړې پیل شوې، چې په دغو شخړو کې دوخت د انګلیس دولت هم لاس درلود. د هیواد هغه روز سیاست چې «بي اتفاقي واچوه او حکومت وکړه» انګرېانو ترې کار اخیست، په دې وخت کې د هیواد تکړه او بېدار خلک د بهرنیو د سېسو نکار او قرباني شوي وو.

**ساعلی منگل څرگنده کړه:** په عمومي ډول په ختیځ او لویدیځ او په ځانګړي ډول د سید جمال پلازني هیواد افغانستان کې د ده اصلاحي او ترقيسي غوښتونکیو اندېشو او پیغامونو وه. ډیره توجه او پاملرنه نه کیدله، نو سید د یوه لوی شخص په توگه د

بی زیات علوم زده او تر پایه ورسول له هغې جملې څخه یې د صرف، نحو، معاني، بیان، لیک او کتابت، تاریخ او شرعي علوم لکه تفسیر، حدیث، فقه د فقهی اصول، کلام تصوف او له علمي علومو څخه لکه منطق، عملي حکمت، «مذرب سیاست» تدبیر منزل، تهذیب النفس نظري حکمت، طبعیات او الهیات، او ریاضي علوم لکه حساب، هندسه، الجبر او طب علوم زده کړل او دغه ټول علوم یې په ۱۸ کلني کې له مجربو اسنادونو څخه پای ته ورسول.

سید جمال الدین افغاني پر دغو زده کړو برسیره د نورو زده کړو غوښتنه کوله، چې په نتیجه کې یې هند، ایران او ترکیې نه د زده کړې لپاره سفرونه وکړل.

سید جمال الدین افغاني چې یو اصلاح غوښتونکی او ریمورمیسټ شخصیت و، ده وغوښتل چې په افغانستان او نورو اسلامي هیوادونو کې د اصلاح غوښتني پروگرامونه پلي کړي، نو کله چې نه حج څخه خپل گران هېواد افغانستان ته راستون شو، دانه په افغانستان کې د انګلیس په اشاره کورنی جنگ پیل شو. په سید جمال الدین افغاني سیاسي فضا تکه او له هیواد څخه یې د وتلو هوډ وکړ. په همدغه وخت کې یې تر فتره یز پلان امیر شیر علی خان ته وسپاره، خو نوموړی پلان عملي نه شو، ځکه چې په هیواد کې د ننه کورني شخړې او دوخت بهرنی استعمارگر انګلیس موجود و.

**بیاعلی منگل زیاته کړه:** سید جمال الدین افغاني د دموکراسۍ پلوی و او د استبدادي دولت سر سخت مخالف و، دی د کورني استبداد په اړه په عروه الوتقي ورځپاڼه کې داسې لیکي: «هغه دولت چې د خپلو هیوادنیو ستونزو او چارو د حل او فصل توان و نه لري، خلک یې د حکومت په چارو کې ګډون او مشاورې ورنه کړي، د هیواد په عامه چارو د نظر څرګندونه ونه کړي، د خلکو غوښتنو ته مثبت

سید جمال الدین افغان په داسې وخت کې وزېږېده، چې نړۍ له یوې خوا د بېرنيو برلګرو په منګولو کې گیر وه او له بلې خوا مذهبي خرافاتو د خلکو اذهان د

دغه زده کړو سید پر سیاسي مبارزو رڼا اچول. سید هغه سياسي مقوله چې وايي: «له طالبانو څخه د حق غوښتلو په لاره کې بندې کیدل ریاضت او فسراري تبعید، سیاحت او وژل

سید جمال الدین افغان په داسې وخت کې وزېږېده، چې نړۍ له یوې خوا د بېرنيو برلګرو په منګولو کې گیر وه او له بلې خوا مذهبي خرافاتو د خلکو اذهان د

کیدل یې شهادت دی او دا ډیره لوړه مرغه ده چې چاته حاصله شي.»

سید جمال الدین افغان یو لوی فیلسوف سیاست پوه، تاریخ پوه، لیکوال، ژورنالیست، څېړنپوه، اصلاح غوښتونکی او ریمورمیسټ، محاهد او شرق پېژندونکی، اسلام پېژندونکی او د ختیځې نړۍ د آزادۍ او خپلواکۍ د غورځنگونو ستر متفکر و.

د سید د خاطراتو په اثر نامي کې د زوکړې په اړه داسې لیکي: «دا ستر مفکر سید جمال الدین افغاني په ۱۲۵۴ هـ ش چې له ۱۸۳۸ م کال سره سمون خوري د شعبان په میاشت کې د کونړ ولایت د شیرگرځ اسد آباد کې دې دنیا ته سترګې غړولې دي. پلار یې سید صدرنومیده، چې د امیر دوست محمد خان په وخت کې د دربار محرد و. ده د نسب سلسله سید علي ترمذي او له هغه پورته امام حسین بن علي رض، بن ابي طالب ته رسېږي.»

یوچوالي په لوړې رهنمائي کول، نو له دې کبله، شیر علي «طریقي» په دې اړه لیکي: «په نو لسمه میلادي پېړي کې، کله چې اسلامي نړۍ له یوه نوري د مستبدو واکدارانو له خوا د بي اتفاقي او استبداد نه رپرو سپړه مخامخ وه، له بل لوري د خرافاتي دودونو او متحجرو ديني مدعیانو نه لاسه، له هر راز نوست څخه یې برخې وه، نو له دې امله یې د بهرنیو برلګرو لپاره د پخې مړۍ حیثیت غوره کړی و او دوخت داړه مبارزو «روسي او اروپا» په کې د ستري برخي غوښتنه کوله.»

د سید زده کړې په اړه د سید د خاطرات نامي په اثر کې لیکي: «سید جمال الدین افغاني په اووه کلني کې په خپل کور او کونړ کې له سید فقیر شاه څخه د دیني او عربي دودونو او عنعنوي پوهنو پر زده کړو پیل وکړ، بیا کابل ته راغی، په کابل کې یې د سراجي د کوڅې د ګودري په جومات کې خپلو درسونو ته دوام ورکړ. په ۱۸ کلني کې

سید جمال الدین افغان په داسې وخت کې وزېږېده، چې نړۍ له یوې خوا د بېرنيو برلګرو په منګولو کې گیر وه او له بلې خوا مذهبي خرافاتو د خلکو اذهان د

کیدل یې شهادت دی او دا ډیره لوړه مرغه ده چې چاته حاصله شي.»

سید جمال الدین افغان یو لوی فیلسوف سیاست پوه، تاریخ پوه، لیکوال، ژورنالیست، څېړنپوه، اصلاح غوښتونکی او ریمورمیسټ، محاهد او شرق پېژندونکی، اسلام پېژندونکی او د ختیځې نړۍ د آزادۍ او خپلواکۍ د غورځنگونو ستر متفکر و.

د سید د خاطراتو په اثر نامي کې د زوکړې په اړه داسې لیکي: «دا ستر مفکر سید جمال الدین افغاني په ۱۲۵۴ هـ ش چې له ۱۸۳۸ م کال سره سمون خوري د شعبان په میاشت کې د کونړ ولایت د شیرگرځ اسد آباد کې دې دنیا ته سترګې غړولې دي. پلار یې سید صدرنومیده، چې د امیر دوست محمد خان په وخت کې د دربار محرد و. ده د نسب سلسله سید علي ترمذي او له هغه پورته امام حسین بن علي رض، بن ابي طالب ته رسېږي.»



سید جمال الدین افغان

سید جمال الدین افغان په داسې وخت کې وزېږېده، چې نړۍ له یوې خوا د بېرنيو برلګرو په منګولو کې گیر وه او له بلې خوا مذهبي خرافاتو د خلکو اذهان د

کیدل یې شهادت دی او دا ډیره لوړه مرغه ده چې چاته حاصله شي.»

سید جمال الدین افغان یو لوی فیلسوف سیاست پوه، تاریخ پوه، لیکوال، ژورنالیست، څېړنپوه، اصلاح غوښتونکی او ریمورمیسټ، محاهد او شرق پېژندونکی، اسلام پېژندونکی او د ختیځې نړۍ د آزادۍ او خپلواکۍ د غورځنگونو ستر متفکر و.

د سید د خاطراتو په اثر نامي کې د زوکړې په اړه داسې لیکي: «دا ستر مفکر سید جمال الدین افغاني په ۱۲۵۴ هـ ش چې له ۱۸۳۸ م کال سره سمون خوري د شعبان په میاشت کې د کونړ ولایت د شیرگرځ اسد آباد کې دې دنیا ته سترګې غړولې دي. پلار یې سید صدرنومیده، چې د امیر دوست محمد خان په وخت کې د دربار محرد و. ده د نسب سلسله سید علي ترمذي او له هغه پورته امام حسین بن علي رض، بن ابي طالب ته رسېږي.»

## کتاب (( ناگفته های ارگ )) از نگاه ارزش و محتوایی به لسان دری نیز ترجمه و چاپ شد

### حیات الله حلیم

لسان های پشنو و دري دردسترس محققين قرارخواهد داشت. مطالعه این کتاب سودمند برای سیاستوران حال و آینده منجبت دستاویز استادی و نسل نو بسیار مهم و آموزنده است و به مورخین که تاریخ و منابع اخیر افغانستان را رقم میزنند نیزیک منبع استناد معتبر میباشد زیرا معلومات آن دقیق و موثق و از تحریبات کافی برخوردار است که در اختیار آن ها قرار داده میشود نویسنده کتاب به مسوود دست اول، دوم و سوم دسترسی پیدا نموده و آنرا تسجیل نموده است درین کتاب مسوادی

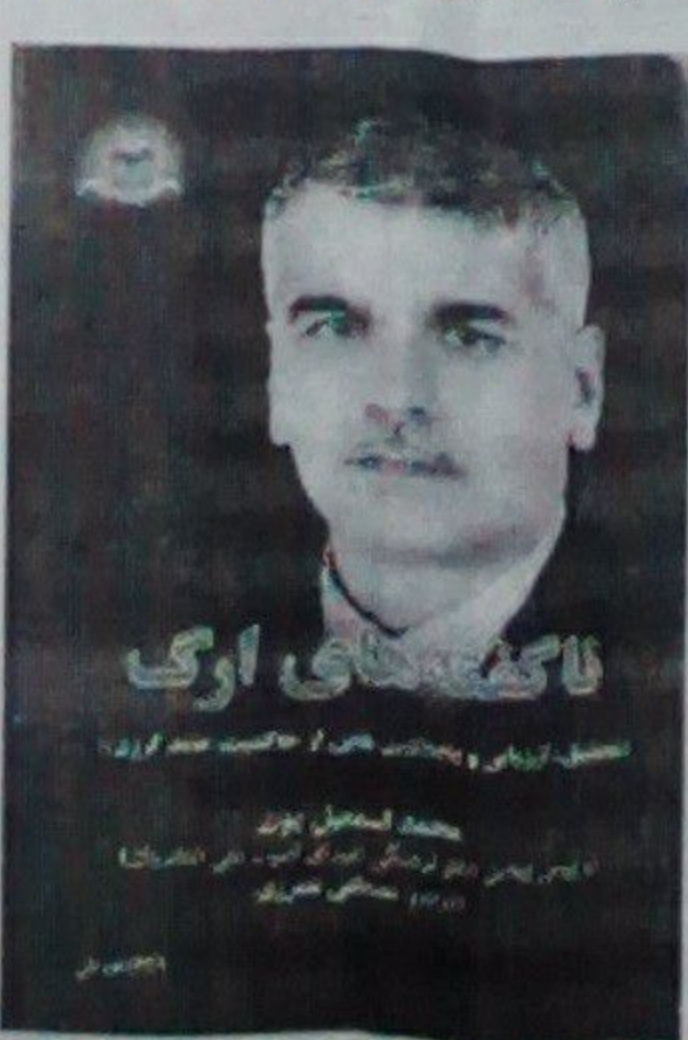
چقدر بود؟ چهره های تاثیر گذار در ارگ کی ها بودند؟ پول ایران را چه کسی، برای چه کسانی میبرد؟ سطح صلاحیت حامد کرزی در حکومت تا کدام سرحد بود؟ اثرات طالبان و ائتلاف شمال در جنگ و صلح، چه قدر بود؟ نوظبه قتل حامد کرزی را چه کسانی طرح ریزی کرده بود؟ آیا کرزی با اقبال یا به تدبیر حکومت میکرد؟ وی قانونی را چه کسانی قایل کرده بود؟ چه کسانی به حساب پنجاه هزار عمل غیرقانونی انجام داده است؟ نیز شامل صفحات این کتاب میباشد، تماماً مابین فوق که از آن تذکر به عمل آمد منجبت اسناد معتبر درآینده به

کتاب میباشد، حامد کرزی به چه کسانی باخ میدهد؟ طرح افغانستان سبب وسفید از کی بود. چهره های مطرح ارگ، کی ها بودند؟ باخ های ماهانه رهبران کردند؟ و چه گونه کرده اند؟ در متن این کتاب به غصب چهارو نیم میلیون جرمین زمین که از طرف مقامی زمین غصب شده نیز اشاره شده است و روی هرفته اینکه در قلمب شهرکابل چگونه زمین های شیرپور، چور و تاریخ گردید نیز معلومات کاملاً مستند ارایه شده، که باورنا کردنی است تبدیل شدن بانکوت های کهنه به بانکوت های جدید مسئله عادی بوده که شامل صفحات

در اطلاعات جمعی بازتاب نیافته و از منظر و دید مردم غایب و به دور مانده است، چنانچه استاد در آغاز کتاب به این هدف خود اشاره نموده که اخذ وظیفه او در داخل ارگ به خاطر تسجیل جریان های پنهانی و ناگفته های ارگ به نسل های آینده کشور میباشد.

هدف اصلی این کتاب بیان واقعیت های تلخ گذشته است که مطالعه آن خواننده گان را بسا واقعیست های که دور از انظار عوام در ارگ رخ داده، مواجه می سازد در این کتاب نمونه یی از هنک خورست اشخاص و افراد دیده نمیشود

کتابی که دارای ارزش محتوایی و معلومات زیاد باشد سزاوارست که به زبان های دیگر نیز ترجمه شود یکی ازین کتاب ها (( ناگفته های ارگ )) میباشد که در گام نخست از طرف محمد اسمعیل یون به زبان پشتو هنگام ماموریت به حیث رئیس دفتر فرهنگي شوروی امنیت منی پیشین افغانستان تحریر گردیده بود اینک نظریه اهمیت و ارزش کتاب مذکور از طرف نویسنده و تحلیفگرو رزیده کشور محترم مصطفی عمرزی به لسان دری نیز ترجمه گردید، این اثر تحقیقاتی پادداشت های بسا مهم و ارزشمند از دوره حاکمیت حامد کرزی دارد و بشتر مسائل معلوماتی و رویداد های پنهانی آن دوره در این کتاب یاد آوری شده که



نویسنده کتاب ناگفته های ارگ

تشریح شده است که شاید خواننده گان بار اول به آن مواجه شوند، و نیز مطالعه این کتاب برای افغان ها، جهانیان و شمار زیادی از سیاست گران به ویژه آسیایی که در روند رویداد های سیاسی و اجتماعی دهه های اخیر افغانستان شامل بودند منبع آگاهی و استناد خوب میباشد.

بناء اگر میخواهید ارجحیات بیشتر حاکمیت کرزی و از ناگفته های دیگر ارگ آگاهی یابید این کتاب را بخوانید، این کتاب در نوزده فصل و صد عنوان توسط سپین سهار دیزاین گردیده و از طرف تحریک ملی افغانستان در مقبعه اسد دانش به تیراژ ۱۰۰۰ جلد به چاپ رسیده است و به رهروان راستین اسلامیت، انسانیت و افغانیت اهدا گردیده است.

# د موسیقۍ زده کولو علمي او مسلکي لارې

شکيب ((ولبراد)) او مطيع الله نوابي د اطلاعاتو او فرهنگ وزارت د موسیقۍ د زده کړې په ریاست کې ویلون او تبله زده کوي. دغه سوي ځوانان، ځکه د موسیقۍ د زده کړې په ریاست کې ویلون او تبله زده کوي، چې په راتلونکي کې مسلکي موسیقۍ غږونکي شي. د اطلاعاتو او فرهنگ وزارت د موسیقۍ زده کولو ریاست یو سندر د او په هنري میپارونو ولاړه اداره ده. په دغه اداره کې د هېواد پوه او ناسانو سندرغاړي او موسیقۍ غږونکي روزل شوي دي.

ویلون غږونکي شکيب ((ولبراد)) دغه ریاست ته د خپل راتگ په اړه داسې وویل: له څه مودې راهیسې د موسیقۍ د زده کولو په ریاست کې د ویلون پر زده کولو بوخت یم.

دغه ریاسته کومه له کوچنیوالي د ویلون له غږولو سره مې لېوالتیا او مینه ومونده، دا هغه مهال و، چې زما پلار ویلون غږاوه. له هغې مودې راهیسې زما علاقه له ویلون غږولو سره پیدا شوه. اوس د موسیقۍ په ریاست کې د ویلون پر مسلکي زده کړه بوخت یم غواړم په راتلونکي کې یوه او مسلکي ویلون غږونکی شم اوس زه د استاد احسان تر لارښوونې لاندې ویلون زده کوم. په لنډه موده کې مې د ویلون غږولو طریقه زده کړې، چې په راتلونکي کې که خدای غوښتل یوه اوسلکي ویلون غږونکی شم د ویلون نښه پور موسیقۍ استادان له مور سره پور

لومړی او ترڅنګ یې ویلون هم غږوم، چې د نیوري او عملي کار په ترڅه کول سړی ډېر پرمختګ کولی شي. ده د پرتو ستونزو په اړه څرګنده کړه. د اطلاعاتو او فرهنگ وزارت د موسیقۍ د زده کولو ریاست د نويو ځوانانو د روزلو لپاره آسټرایایې برابري کړې دي. نو زه نه دغه ریاست څخه منښدوی یم، ده وویل له کورڅخه تر ریاست پورې هم ستونزه نه شته په نورمال ډول له کور څخه ریاست ته او له ریاسته کورته تګ او راتګ کوم.

تبله غږونکي مطيع الله ((نوابي)) له موسیقۍ غږولو سره د خپلې مینې او علاقې په اړه څرګنده کړه: ما هغه مهال د تېلې غږولو سره مینه او علاقه پیدا کړه، چې ورور مې په کور کې تېله غږوله او په ډېر خوندې ډول کار ترسره کاوه. زما ورور د تېلې په غږولو او زده کولو کې ډېر تشویق کوم، نو ځکه ما د دغې آتې غږولو ته مخه کړه. اوس زه د اطلاعاتو او فرهنگ وزارت د موسیقۍ زده کولو په ریاست کې تېله زده کوم او له خپل کارڅخه ډېر خوښ یم. دغه آله په علمي او میپاري مې زده کوم.

ده وویل له هغې ورځې راهیسې، چې د موسیقۍ په ریاست کې تېله زده کوم، ډېر پرمختګ مې کړی دی. زه غواړم په راتلونکي کې یو په تېله غږونکی شم د موسیقۍ استادان له مور سره پور

زارياسې، ترڅو په پرمختګ وکړو او ترلاسه شوی وخت یې ځایه ساتم له سړي ډېر پرمختګ کولی شي. **ساغلي ((نوابي))** جولنه کسه؛ ما د موسیقۍ د زده کولو لپاره خپل ټول چمتووالي نیولي، ترڅو د زده کولو پراخ بشپړ کړم او د هېواد په سطحه یو وطنی او پوه هنرمند شم. د موسیقۍ ریاست د نويو ځوانانو لپاره آسټرایایې برابري کړې او د موسیقۍ زده کولو په لاره کې کومه ستونزه نه وینم.

**د اطلاعاتو او فرهنگ وزارت د موسیقۍ د زده کولو ریاست کارمند او د گیتار د زده کولو او تدریس په اړه داسې وویل** زه زده کوونکو ته د گیتار د زده کولو طریقه او روش وښییم. د موسیقۍ په ریاست کې تقسیم اوقات لرو او د هغه له مخې له زده کوونکو سره د موسیقۍ د زده کولو او تدریس څخه سره مخ یم. د شپې په ورځو کې نوښت او ختیځ تیوریکي درسونه زده کوونکو ته ورکوم او همدسې په اوونۍ کې دوه څله د سهار له خوا له زده کوونکو سره د گیتار د ورنښودلو د طریقي او چارې ترسره کوم او د دې ترڅنګ د سندرو ویلو کار هم پرمخ بیام.

ده زیاته کړه، هڅه اوهاند کوم، چې گیتار زده کوونکي په مسلکي او علمي مې دغه آله زده کړي هر یوه څلوربخت اویځه څلوربخت کلونه

زیار ایسلي، ترڅو د استادۍ پورته رسېدلي دي هغه کسان، چې په سندري غاړې شوي ځه په لړل کې او ځه په نورو کلاسیکو او عصري سندرو کې، دوی موسیقۍ اوسندري زده کولو په مسلکي او علمي بڼه زده کړې دي په اسانه توګه دغو پوړیو ته نه دي رسېدلي. بیا هم خبره تکراروم، چې په ټوله کې د موسیقۍ او سندرو علمي او معیاري زده کول ستونزمن کار دی. ځکه زده کوونکي ورته ملا وتړي او لوړې او زوړې وټالې، نو زده کوونکي به، چې دوی په پرمختګ وکړي شي هر مسلک باید په نظري او عملي بڼه زده کړي شي. ساغلي منصور وایي: زان، په موسیقۍ کې د خپلې مخینې لېوالتیا په تېرو او څرګنده کړه. کله چې زه د محمود طرزي په ښوونځي کې د شپږم ټولګي زده کوونکی وم کله چې له دغه ښوونځي فارغ شوم د وخت د موزیک ښوونځي په اووم ټولګي کې شامل شوم او تر دوولسم ټولګي پورې مې په یاد ښوونځي کې زده کړه وکړه او فارغ شوم. ساغلي ولي زان وویل: د دې ترڅنګ، چې د گیتار استادۍ کوم، د استاد محمد احسان، عرفان، تر لارښوونې لاندې له دوه کلونو راهیسې په کلاسیک ډول غزل هم زده کوم. زه غواړم په دې برخه کې هم ځان ورسوم، ترڅو وشم کولی، نو زه زده کوونکو د غزلو ور زده کولو علمي او معیاري طریقه وښییم.

کوم عملي او نظري درسونه، چې زده کوونکو ته ور زده کوم، چېرې هغه په سم اوسنیم ډول پرمخ بوري راتلونکي به ځلانده کېدای شي. زده کوونکي، چې پر دغو کلاسیکو معیارونو زده کړه وکړي، دوی بیا خپله نوښتګرې او په سیکونه ټاکي، که چېرې موسیقۍ په کلاسیک او عملي بڼه زده نه شي، د کلونه وروسته هم د سندراغږو او موسیقۍ غږونکو په کار کې پرمختګ نه دی. خود زیار، استاد او کونکس له ترسټو ګو ګو کې د موسیقۍ هنر پیچلی دی. خود زیار، استاد او کونکس له لارې زده کول کېدای شي اوس موږ د موسیقۍ او سندرو استادان وینو، چې هر یوه څلوربخت اویځه څلوربخت کلونه

## د مېرمنو اقتصادي پیاوړتیا کورنۍ ژوند تضمینوي

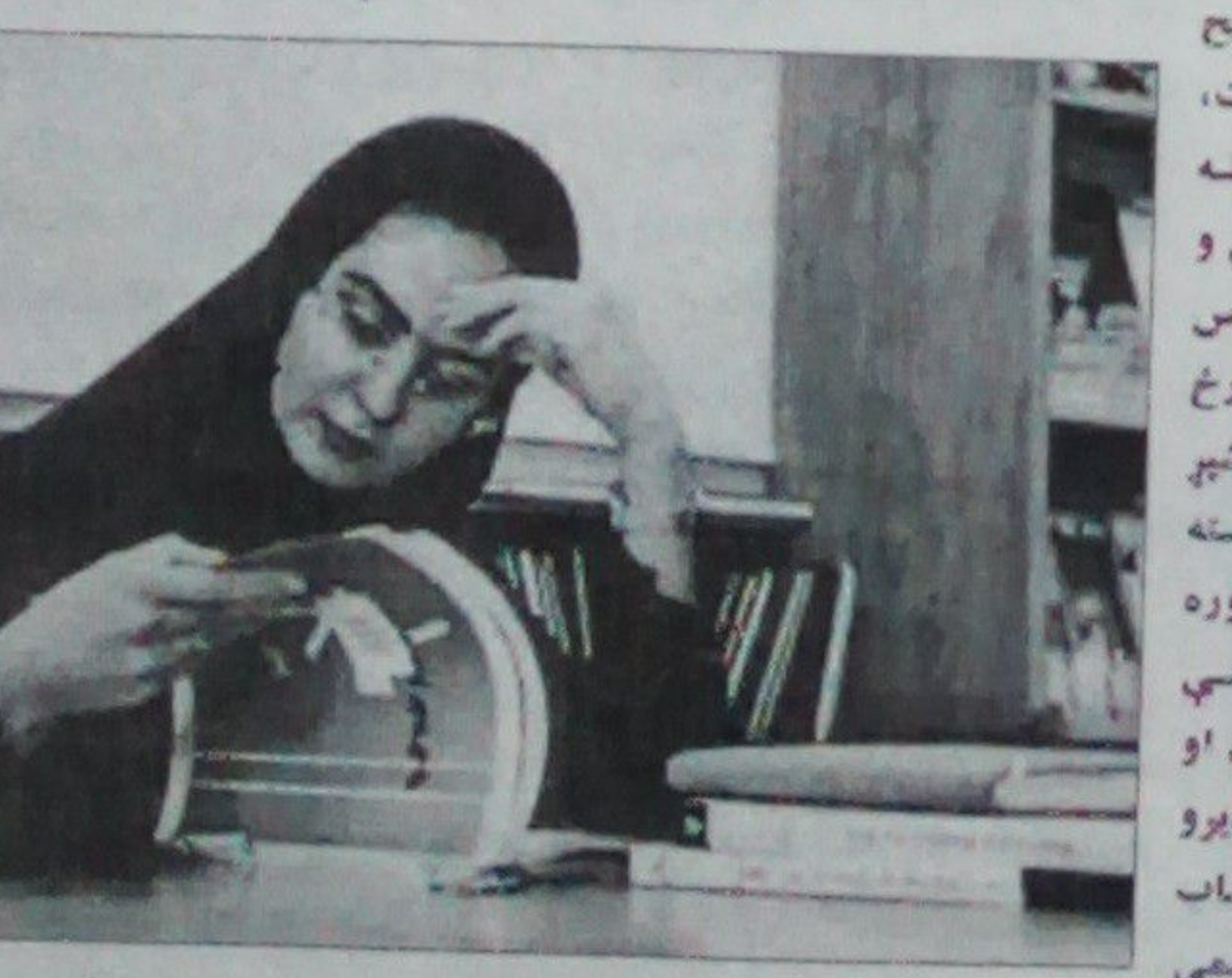
کندوز والي دا څرګندويي په کندوز کې د مېرمنو د اقتصادي پیاوړتیا د ملي پروګرام د پیل شويې پرمهال وکړې. په دغه غونډه کې سووینو مېرمنو، مشرانو، ځوانانو او د رسنیو استازو ګډون درلود. په پیلرو خبرو کې په شمال ختیځ ژوند کې د مېرمنو د اقتصادي پیاوړتیا د ملي پروګرام د موصل ساغلي عبدالوکیل احساس او د کلیو او پراختیا ریاست ریس د دغه پروګرام په اړه معلومات ورکړل او یادې یې کړه چې د مېرمنو د اقتصادي ملاتړ پروګرام تازه



په تازه د هېواد په یونیمو ولایتونو کې پیل شوی چې موخه یې د مېرمنو د اقتصادي پیاوړتیا او هغوی ته د سوداګریزو مهارتونو ښودل دي. خو په دې سره د بې وزلو کورنیو اقتصاد پیاوړتیا ومومي. د دوی په خبره د مېرمنو اقتصادي پیاوړتیا پروګرام چې د کانه وخت تری په لومړي ځم کې په کندوز په مرکز او علي آباد ولایتونو کې پیل شي او وروسته به ټول کندوز ته وغځېږي، چې د کښوالي شوراګانو له لارې چې لیا سته ونډه به په کې د مېرمنو وی تطبیق شي، د دغه پروګرام

## ولې باید مطالعه وکړو؟

نو ځکه خو د همدې ځای زده کوونکي هره ورځ ۸ کیلومتره مسال کوي ترڅو ښوونځي ته ولاړ شي او په لاره کې دوی ته داسې غرونه مخ ته ورځي چې له دوی سره لس مټره زښې وي او دهغو په واسطه پورته خبرې خو سره له دومره ستونزو هم دوی خپل تعلیم ته ادامه ورکوي او دامل د هیسان د خلکو دی چې هېڅ غرنې کونې مور له ښوونځي څخه راوگرځوي وګړي اوس به د هغو وګړو ژوند نه راشو چې همدې مطالعې یې ژوند ور ژغورلی دی. برنیزد راسل دی دانګلستان له هېواد څخه دی، د ژوند په لومړیو کلونو کې یې ډېرې ستونزې لرلې او تل به یې د خانوونې په اړه فکر کاوه، خو په گورکي له مطالعې سره مینه پیدا شوه او دوه حوس او بریالی ژوند په لور یې ګام واخیست چې اوس د



او د یوه خوښ سړي په څېره کې راڅرګند شو. ۹۸ کاله عمر وکړ. ده ۱۰۷۳۱۰۰۰ کښني ولیکلي او یو نه هغو عناووو څخه شمېرل کېږي چې ډېرې لیکنې لري اوس خو په پوه شوي یاست چې داسې مطالعې وژغوره؟ ۱. هینن کبیر په خونه ګونګه، د پور ونو ګڼه او په سترګو ړنده نو د ورځې ډېرش دقیقې منظمه مطالعه ساتي ژوند له معجزې راو ټلی شي، نو د مطالعې لاره یې غوره ټلی شي

## ولې باید مطالعه وکړو؟

د اچې موږ د معلوماتو په بهیر کې Information age کې نو د اکثر پرمختللو هېوادونو او بریالو وګړو د بریا د همدې لوستل دي، چې اوس یې ځینې دېلګې په توګه رااڅلو هیوادونه ۱- امریکا امریکا چې د اقتصاد په نړۍ کې لومړی ځای لري په ۸۹۵ کال کې له اقتصادي رکود سره مخ شوه چې د اورسون سویټ مارټن په نوم یو کس خپل یو هوټل هم په کې له لاسه ورکړ، نو همدغه کس چې هوټل یې له لاسه ورکړی و، وغوښتل داسې بوکتاب ولیکي چې خلک له ستونزو سره مقابله نه راوېږي دی لاډ بو اطاق یې وینوه او شپه او وروځ یې په خپل کتاب pushing to the front کې ۸۰۰ مخه یې لړل کار وکړ او په یوه کال کې بشپړ شو کله چې کتاب خلاص شو، نو دی د تشریح په موخه ماښام مهال بهیرون ووت، خو کله چې بیا خپل اطاق ته راغی، نو اطاق یې اور اخیستی و او ټول کتاب سوې و دی مایوس نه شو او بیا یې بوکال شپه او ورځ کار وکړ تر څو بیا هغه کتاب بشپړ شو دغه کتاب له چاپیدو وروسته دهغه وخت د نوابیو پر ذهن ژوره اغېره وکړه چې په هغې ډله کې هنري فورډ، نوماس اېسون او ناپلیون هیل هم شام و او د ډیرو پوهانو په آند همدغه کتاب pushing to front امریکا شتمني

بېرې نه داخله کړه، نو داچې امریکا دومره پرمختللی هېواد دی یو له ډېرو عمده علتونو څخه یې همداکتاب او مطالعه ده ۲. چین هغه هېواد چې په نړۍ کې له امریکا څخه وروسته په ډېر به اقتصادي حالت کې ځای لري، همدغه چین دی که د دغه هېواد دیرسا رازونه راوېنښو، نو په دې کیسه کې یې موندلی شو هیسان د چین یوه داسې غرنې سیمه ده چې هلته دخلکو د تحصیل لپاره دولت هېڅ ټول امکانات ندې برابر کړي

# وزارت امور زنان در راستای تامین حقوق زنان گام های مثبتی برداشته است

پسختنه شېره بانو: جانش ها وموانع زیادی فرا راه زنان افغان وجود دارد که حضور گسترده زنان را در جامعه ناممکن مواجه ساخته است ادارات زیادی در راستای تامین حقوق زنان فعالیت دارند که یکی از این حمله وزارت امور زنان است خیرکار روزنامه

پسختنه شېره بانو: جانش ها وموانع زیادی فرا راه زنان افغان وجود دارد که حضور گسترده زنان را در جامعه ناممکن مواجه ساخته است ادارات زیادی در راستای تامین حقوق زنان فعالیت دارند که یکی از این حمله وزارت امور زنان است خیرکار روزنامه

پسختنه شېره بانو: جانش ها وموانع زیادی فرا راه زنان افغان وجود دارد که حضور گسترده زنان را در جامعه ناممکن مواجه ساخته است ادارات زیادی در راستای تامین حقوق زنان فعالیت دارند که یکی از این حمله وزارت امور زنان است خیرکار روزنامه



پسختنه شېره بانو: جانش ها وموانع زیادی فرا راه زنان افغان وجود دارد که حضور گسترده زنان را در جامعه ناممکن مواجه ساخته است ادارات زیادی در راستای تامین حقوق زنان فعالیت دارند که یکی از این حمله وزارت امور زنان است خیرکار روزنامه

پسختنه شېره بانو: جانش ها وموانع زیادی فرا راه زنان افغان وجود دارد که حضور گسترده زنان را در جامعه ناممکن مواجه ساخته است ادارات زیادی در راستای تامین حقوق زنان فعالیت دارند که یکی از این حمله وزارت امور زنان است خیرکار روزنامه

# د سپورټ نړۍ



## اصغر افغان: د نړيوال جام د خوبونو تعبير ريښتيا كوو

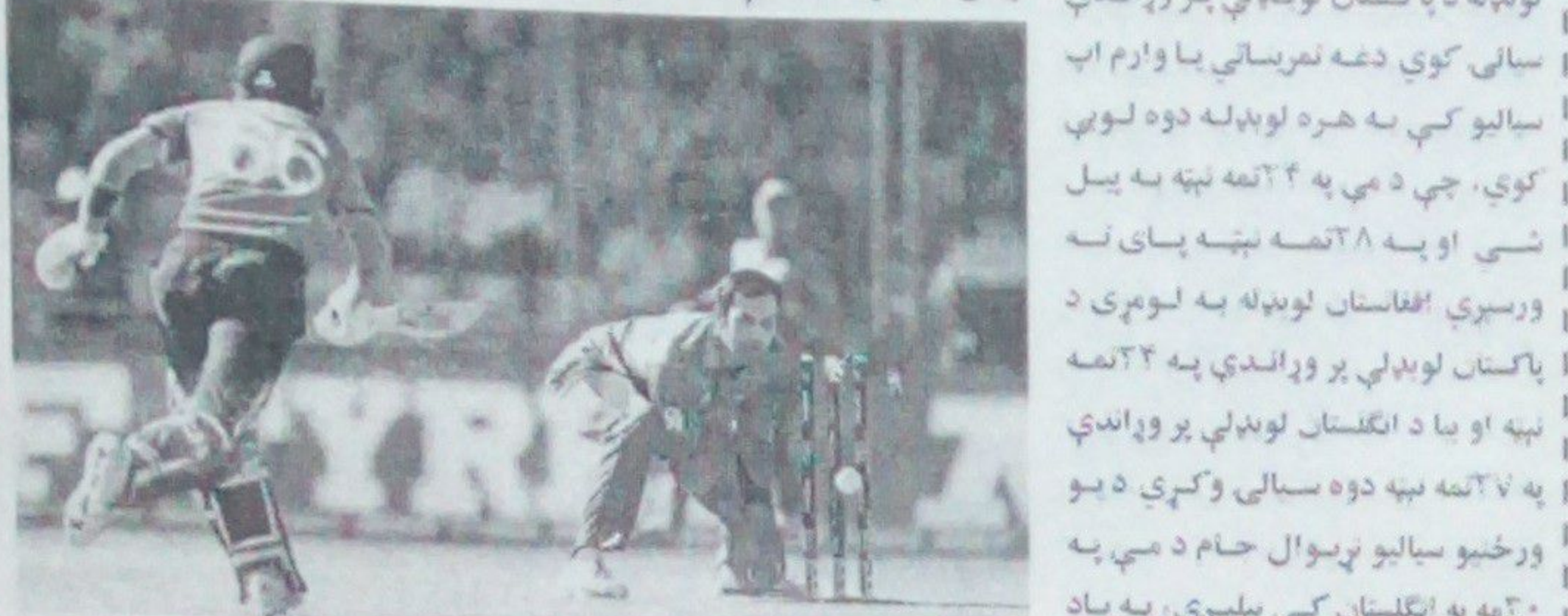
د افغانستان ملي لوبډلې بريالي لوبډلمشر اصغر افغان په مرکه کې ويلي، چې نور په نړيوال جام کې گډون سي يوازې نه، بلکې د سايلو د گټلو لپاره خو...



خوبونو پورې منحصر نه دی، بلکې د دغه خوبونو تسيرونو وخت راغلی د کرېکټ نړيوالې شورا سره په تازه شوې مرکه کې اصغر افغان ويلي، چې پخوا به يوازې په نړيوال جام کې گډون ته خوشحاليده، نړيوالو لوبغاړو کې مو يوازې به خپلې ملي نړاي اورېدو بسنه کوله، د نړيوال جام گټل راته يو خوب و، خو اوس وخت رارسېدلی دغه خوب په ريښتيا بدل کړو. اصغر افغان په يادانه مرکه کې وينا کړې، پخوا به مو غوښتل لوبډله مو نړيوال جام ته لاره...

## افغانستان له پاکستان سره تمريناتي لوبه کوي

د کرېکټ نړيوالې شورا له خوا د راتلونکي ۲۰۱۹م کال نړيوال جام تمريناتي سايلو مهالونډ په ډاڼه شو، چې په لومړۍ سيالۍ کې به افغانستان لوبډله د پاکستان لوبډلې پر وړاندې اوسمهال د ملي لوبډلې ټول رورونکي پر لوبغاړو ټول ورځنيو سايلو ته په جمنووالي تمرکز کوي او د تمريناتي په وروستۍ اوونۍ کې به د شل اوريزو سايلو لپاره جمنووالي نيسي د يادونې وړ ده، چې افغان لوبډله له نړيوال جام وړاندې د پاکستان او انگلستان لوبډلو سره دوه تمريناتي سيالۍ کړي، دا ټول په ۲۰۲۰م کال نړيوال جام کې مستقيماً شلمه شوي او په ۲۰۲۰م کال کې خای لري.



د افغانستان ملي لوبډلې لوبډلمشر اصغر افغان په وينا کې په هره لوبه کې به هره لوبډله دوه لوبې جمنووالي تمرکز کوي او د تمريناتي په وروستۍ اوونۍ کې به د شل اوريزو سايلو لپاره جمنووالي نيسي د يادونې وړ ده، چې افغان لوبډله له نړيوال جام وړاندې د پاکستان او انگلستان لوبډلو سره دوه تمريناتي سيالۍ کړي، دا ټول په ۲۰۲۰م کال نړيوال جام کې مستقيماً شلمه شوي او په ۲۰۲۰م کال کې خای لري.

## قيس احمد د استراليا په بيگ باس ليگ کې اخيستل شوی

د افغانستان ملي لوبډلې لوبډلمشر اصغر افغان په وينا کې په هره لوبه کې به هره لوبډله دوه لوبې جمنووالي تمرکز کوي او د تمريناتي په وروستۍ اوونۍ کې به د شل اوريزو سايلو لپاره جمنووالي نيسي د يادونې وړ ده، چې افغان لوبډله له نړيوال جام وړاندې د پاکستان او انگلستان لوبډلو سره دوه تمريناتي سيالۍ کړي، دا ټول په ۲۰۲۰م کال نړيوال جام کې مستقيماً شلمه شوي او په ۲۰۲۰م کال کې خای لري.



د افغانستان ملي لوبډلې لوبډلمشر اصغر افغان په وينا کې په هره لوبه کې به هره لوبډله دوه لوبې جمنووالي تمرکز کوي او د تمريناتي په وروستۍ اوونۍ کې به د شل اوريزو سايلو لپاره جمنووالي نيسي د يادونې وړ ده، چې افغان لوبډله له نړيوال جام وړاندې د پاکستان او انگلستان لوبډلو سره دوه تمريناتي سيالۍ کړي، دا ټول په ۲۰۲۰م کال نړيوال جام کې مستقيماً شلمه شوي او په ۲۰۲۰م کال کې خای لري.

## محبوب د بيگ باس ليگ سيالۍ په ځانگړي برياي پای ته ورسولې

د افغانستان ملي لوبډلې لوبډلمشر اصغر افغان په وينا کې په هره لوبه کې به هره لوبډله دوه لوبې جمنووالي تمرکز کوي او د تمريناتي په وروستۍ اوونۍ کې به د شل اوريزو سايلو لپاره جمنووالي نيسي د يادونې وړ ده، چې افغان لوبډله له نړيوال جام وړاندې د پاکستان او انگلستان لوبډلو سره دوه تمريناتي سيالۍ کړي، دا ټول په ۲۰۲۰م کال نړيوال جام کې مستقيماً شلمه شوي او په ۲۰۲۰م کال کې خای لري.



د افغانستان ملي لوبډلې لوبډلمشر اصغر افغان په وينا کې په هره لوبه کې به هره لوبډله دوه لوبې جمنووالي تمرکز کوي او د تمريناتي په وروستۍ اوونۍ کې به د شل اوريزو سايلو لپاره جمنووالي نيسي د يادونې وړ ده، چې افغان لوبډله له نړيوال جام وړاندې د پاکستان او انگلستان لوبډلو سره دوه تمريناتي سيالۍ کړي، دا ټول په ۲۰۲۰م کال نړيوال جام کې مستقيماً شلمه شوي او په ۲۰۲۰م کال کې خای لري.

## قطر د آسيا د فوټبال اقل شو

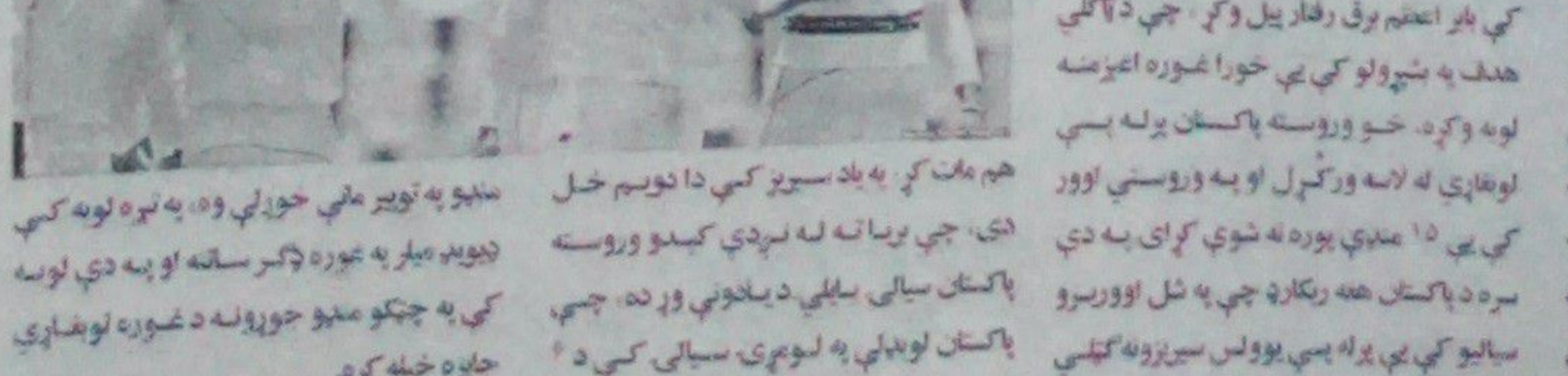
د افغانستان ملي لوبډلې لوبډلمشر اصغر افغان په وينا کې په هره لوبه کې به هره لوبډله دوه لوبې جمنووالي تمرکز کوي او د تمريناتي په وروستۍ اوونۍ کې به د شل اوريزو سايلو لپاره جمنووالي نيسي د يادونې وړ ده، چې افغان لوبډله له نړيوال جام وړاندې د پاکستان او انگلستان لوبډلو سره دوه تمريناتي سيالۍ کړي، دا ټول په ۲۰۲۰م کال نړيوال جام کې مستقيماً شلمه شوي او په ۲۰۲۰م کال کې خای لري.



د افغانستان ملي لوبډلې لوبډلمشر اصغر افغان په وينا کې په هره لوبه کې به هره لوبډله دوه لوبې جمنووالي تمرکز کوي او د تمريناتي په وروستۍ اوونۍ کې به د شل اوريزو سايلو لپاره جمنووالي نيسي د يادونې وړ ده، چې افغان لوبډله له نړيوال جام وړاندې د پاکستان او انگلستان لوبډلو سره دوه تمريناتي سيالۍ کړي، دا ټول په ۲۰۲۰م کال نړيوال جام کې مستقيماً شلمه شوي او په ۲۰۲۰م کال کې خای لري.

## سويلي افريقا له پاکستان څخه د شل اوريزو لوبو سپريرز هم وگاته

د افغانستان ملي لوبډلې لوبډلمشر اصغر افغان په وينا کې په هره لوبه کې به هره لوبډله دوه لوبې جمنووالي تمرکز کوي او د تمريناتي په وروستۍ اوونۍ کې به د شل اوريزو سايلو لپاره جمنووالي نيسي د يادونې وړ ده، چې افغان لوبډله له نړيوال جام وړاندې د پاکستان او انگلستان لوبډلو سره دوه تمريناتي سيالۍ کړي، دا ټول په ۲۰۲۰م کال نړيوال جام کې مستقيماً شلمه شوي او په ۲۰۲۰م کال کې خای لري.



د افغانستان ملي لوبډلې لوبډلمشر اصغر افغان په وينا کې په هره لوبه کې به هره لوبډله دوه لوبې جمنووالي تمرکز کوي او د تمريناتي په وروستۍ اوونۍ کې به د شل اوريزو سايلو لپاره جمنووالي نيسي د يادونې وړ ده، چې افغان لوبډله له نړيوال جام وړاندې د پاکستان او انگلستان لوبډلو سره دوه تمريناتي سيالۍ کړي، دا ټول په ۲۰۲۰م کال نړيوال جام کې مستقيماً شلمه شوي او په ۲۰۲۰م کال کې خای لري.

## ((يک)) تلويزون د افغانستان او ايرلينډ سيالۍ خپروي

د افغانستان ملي لوبډلې لوبډلمشر اصغر افغان په وينا کې په هره لوبه کې به هره لوبډله دوه لوبې جمنووالي تمرکز کوي او د تمريناتي په وروستۍ اوونۍ کې به د شل اوريزو سايلو لپاره جمنووالي نيسي د يادونې وړ ده، چې افغان لوبډله له نړيوال جام وړاندې د پاکستان او انگلستان لوبډلو سره دوه تمريناتي سيالۍ کړي، دا ټول په ۲۰۲۰م کال نړيوال جام کې مستقيماً شلمه شوي او په ۲۰۲۰م کال کې خای لري.



د افغانستان ملي لوبډلې لوبډلمشر اصغر افغان په وينا کې په هره لوبه کې به هره لوبډله دوه لوبې جمنووالي تمرکز کوي او د تمريناتي په وروستۍ اوونۍ کې به د شل اوريزو سايلو لپاره جمنووالي نيسي د يادونې وړ ده، چې افغان لوبډله له نړيوال جام وړاندې د پاکستان او انگلستان لوبډلو سره دوه تمريناتي سيالۍ کړي، دا ټول په ۲۰۲۰م کال نړيوال جام کې مستقيماً شلمه شوي او په ۲۰۲۰م کال کې خای لري.

# بڼځو ته د خپلو حقونو د ساتنې او دفاع لپاره پوهاوی اړین دی

## په بېلابېلو ولایتونو کې د ۲۷۰۰ ښوونځیو د جوړولو کار پیل شوی

د هېواد په بېلابېلو ولایتونو کې د ورځې په تېرېدو سره د رسنیو له لارې د بڼځو او نښوونو پر وړاندې د تاوتریخوالي د پېسو په برخه کې زده پوښوونکي رپوټونه خپرېږي که څه هم په دولتي ادارو کې د بڼځو د حقونو د خوندي ساتلو لپاره د جنرال امرتونه جوړ شوي خو له دولتي ادارو څخه د باندې د بڼځو پر وړاندې په لوړه کچه تاوتریخوالي لیدل کېږي د افغانستان د علومو اکاډمۍ غړې او محفېشي ته نوماند لیسې « خیال » د هېواد ورځپاڼې د خبريال د دې پوښتنې په ځواب کې ، چې د هېواد شرایطو او وضعې ته په کتو سره د بڼځو پر وړاندې تاوتریخوالي څنگه دی ؟ داسې وویل په افغانستان کې بڼځې یوه مظلومه او محکومه طبقه ده مظلومیت او محکومیت ولي له پخوا راهیسې تراوسه زیور په ټولنه کې شتون لري ؟ یوه بڼځه ، چې په ټولنه کې ژوند کوي ځان یې د یوې مظلومي بڼځې په توګه منلی دی محکومیت له څه نه سرچینه اخلي ؟ که چېرې یوه بڼځه له خپلو حقونو ، چې لوی حدای اچ ورکړي خبره نه وي ، د تل لپاره به تامل او محکومیت لاندې ژوند پرمخ بیايي له هر څه نه د مخه هغه حقونه ، چې په اسلام کې بڼځو ته ورکړل شوي ، پرمخو باید پوه وي . دا چې بڼځې په ټولنه او کورنۍ کې



آغلی لیمه (( خیال ))

ژوند کوي پر خپلو حقونو باندې باید پوه وي بڼځې ، چې په یوه کورنۍ کې ژوند کوي پرمینو ، پټونو او وروڼو څه حقونو لري او همداسې دوی پر خپله لور څه حقونه لري کله ، چې بڼځې د خپلو حقونو په اړه مطالبه او ازروڼه باندې ونه لري او سربېره پردې هغه فضیلتونه ، چې لوی حدای اچ ، هغوی ته ورکړي پرې پوه نه وي او یا ځان ترې خبر نه کړي ، تل به تر څو او محکومیت لاندې وي زموږ په ټولنه کې ، چې د بڼځې بڼځې یا باندې ژوند کوي بڼځې او وروڼو څه حقونو لري او همداسې دوی پر خپله لور څه حقونه لري کله ، چې بڼځې د خپلو حقونو په اړه مطالبه او ازروڼه باندې پیل وکړي همداسې هغه کتابونه ، چې د بڼځو د حقونو د پوهاوي په برخه کې د بېلابېلو لیکوالانو له خوا لیکل شوي ، هغو ته باید حدی پاملرنه وکړي ، څو دوی وتوانېږي په ټولنه کې خپل حقونه ترلاسه کړي او د بڼځو ترلاسه کول پرته له مطالعې ، زده کړې او څېړنې نه

شې ترلاسه کېدای د هېواد په لږې پرتو سیمو کې ، چې د خلکو ترمنځ تاوتریخوالی را منځ ته کېږي د بڼځې یا باندې په قرباني کولو سره ، چې موږ او ناسې ورته بدل وایو ، جګړه او تاوتریخوالی پای مومي په بدو کې ورکړل شوي نخلی ته د ټولنې د بڼځې پرې په توګه حق نه دی ورکړل شوی دا ټولې یوه اضافي غړې شمېرل کېږي ، چې یوازې په بدو کې د ورکولو په توګه ترې ګڼه اخیستل کېږي په هر حال په ډېره خواشینی سره باید وویل شي چې په بدو کې ورکړل شوي بڼځه یا نخلی له خپلو حقونو څخه بې خبره او د پردیو په مقابل کې په بدو کې د ورکولو هر ډول ستونزې مومي دا نجلو په دې اند دي ، چې د پیدایښت له ورځې زما ژوند او برخلیک همداسې طرحه شوی دی د نخلونو او بڼځو د حقونو د ترلاسه کولو لپاره یوازې لاره زده کړه ، تحصیل ، پوهه او مطالبه کول دي له هر څه د مخه بڼځو او نخلی باید د خپلو حقونو پوه او ناخبره وي او د دوی پر منځ کې د پوهاوي بهیر نسل پر نسل باید دوامداره وساتل شي تر څو له خپلو حقونو څخه په کلکه دفاع وکړای شي کله ، چې یوه بڼځه پر خپل حق پوه وي د خپلو ماشومانو پر حقونو باندې هم پوه وي کله ، چې یې اولادونه یا ماشومان غوښتي او دوونه کوي یا هغوی هم د خپلو ماشومانو پر حقونو باندې پوه وي او دا لړۍ د تل لپاره دوام مومي

د پوهنې وزارت وایي د ولسمشر غني د حکم له مخې یې په هېواد کې د ۲۷۰۰ ښوونځیو جوړېدو کار پیل کړی دی دغه وزارت وایي نورې لږه وایي د پوهنې وزارت د ولسمشر غني له خوا د شپږ زره ښوونځیو د ټولنې پر بنسټ د ۲۷۰۰ ښوونځیو کارونه به ۱۳۹۷ کال کې پیل کړي دي دا وایي « دا په جوړولو لاس پورې کوي ، بڼځې په دغو ښوونځیو کې ګډون کوي خو یا هم ګورو چې د بڼځو د حقونو پر وړاندې اخیستو کې کمزورتیا لیدل کېږي له هر څه د مخه د هټکانو او نجونو حقونه باید تر اړیکې شي ، نجونې پرته له ښوونځیو باید ښوونځي ، پوهنتون او د نورو لوړو زده کړو لپاره بهرنیو هېوادونو ته پرېښودل شي د دې ترڅنګ نجونې باید په خپله خوښه او د خپلې ملګروې برابر ځان ته د ژوند ملګری ونیوي او له هغه سره واده وکړي او په ټولنه کې دې له نارینه سره واده په اوږه کړ وکړي او سربېره پردې نارینه هم دنده لري ، چې بڼځینه طبقې په خپل فطري ومني او ورته درناوی وکړي



د پوهنې وزارت وایي د ولسمشر غني د حکم له مخې یې په هېواد کې د ۲۷۰۰ ښوونځیو جوړېدو کار پیل کړی دی دغه وزارت وایي نورې لږه وایي د پوهنې وزارت د ولسمشر غني له خوا د شپږ زره ښوونځیو د ټولنې پر بنسټ د ۲۷۰۰ ښوونځیو کارونه به ۱۳۹۷ کال کې پیل کړي دي دا وایي « دا په جوړولو لاس پورې کوي ، بڼځې په دغو ښوونځیو کې ګډون کوي خو یا هم ګورو چې د بڼځو د حقونو پر وړاندې اخیستو کې کمزورتیا لیدل کېږي له هر څه د مخه د هټکانو او نجونو حقونه باید تر اړیکې شي ، نجونې پرته له ښوونځیو باید ښوونځي ، پوهنتون او د نورو لوړو زده کړو لپاره بهرنیو هېوادونو ته پرېښودل شي د دې ترڅنګ نجونې باید په خپله خوښه او د خپلې ملګروې برابر ځان ته د ژوند ملګری ونیوي او له هغه سره واده وکړي او په ټولنه کې دې له نارینه سره واده په اوږه کړ وکړي او سربېره پردې نارینه هم دنده لري ، چې بڼځینه طبقې په خپل فطري ومني او ورته درناوی وکړي

### د مسکو د افغان حکومت، د وسله والو او سیاسي

ځوانینې څرګند کړې او وینې دي « دوی حاضر دي چې اصولو ته شاک کړي او ددې لپاره چې له واکه لرې شوي د ورشو د اصولو لورنه یې مخه کړي ده » « جرایه یس عبدالله عبدالله وپه پرمخ لوسته وویل چې طالبان له خپل لمر پرته بل څه نه مني او په هر درې کې کوم بدلون راتلی ده زه په ځان « څو له دې سره سره د امریکا په سا محض کې نصب شوي متصوبه به د منځني ختیځ د امنیت په اړه په قانون کې ور علاوه کړای شي د سا محض چې جمهوري غوښتونکي په کې اکثریت دي ، مخکې تر دې یې هم د سعودي حکومت د منتقد ژورنالېست جمال خانغچي د قتل د قصې په اړه نه

### د امریکا سنا د افغانستان او سوریه په اړه

برسې سره مخالفت ښودلی و سناټورانو په ډسمبر میاشت کې د مصوبې په ترڅ کې د سعودي قدرتمند شاهزاده محمد بن سلمان د حکومت د انتقاد کوونکي ژورنالېست د « قتل په قیامت کله به یوه سیمه او کله هم به بله سیمه تېرېږي ، خو پښتانه لاهم له دې بلا څخه نه دي خلاص او ددې هر څه تر ټولو لوی دمه وار پاکستان د پاکستان پوځ او استخبارات دي ، چې هم یې له لرښتانه په ترهګرو ووژل ، بیاسي ترهګرو په نامه په خپله ووژل بیاسي ترهګرو په نامه په خپله او اوس هم په زندانونو کې ژوند تېروي کله چې پاکستانی پولیسو د پښتون ځغورني غورځنګ مخکنی مبارز او پروفیسور آرمان لویي په شهادت ورساوه ، چې ټول لږ او برښتانه یې ولړزول ، یا چې د شهید آرمان لویي جنازې ته د پښتون ځغورني غورځنګ مشران اوبلویان ورتلل ، پاکستانی پوځیانو ورته په لارو کې خنډونه اچول او تن په ځینو سیمو کې یې پرې ډزې هم وکړې کله چې منظور پښتنی علي وزیر او محسن داوړ د یوې قافلې په شکل روان ، نو هم په لاره کې پرې پاکستانی پوځیانو ډزې وکړې ، چې د علي وزیر دموتو بښبه یې هم ورنانه کړه له څو ورځو راهیسې په ټول تړاو بریښتون وطن کې مات دی ، ټول خلک د آرمان لویي په شهادت سربې سترګې ژاړي ، خو که چیرته ناسی پاکستانی رسنی وګورئ ، نو دوه کرښې خبره به پیدا نه کړئ ، چې کومه پاکستانی رسنګي کې دي د آرمان لویي د شهادت یاد دومره لویې جنازې په اړه هم د منظور پښتنی او دغه په ملګرو د خنډونو ، ډزو او نورو پېښو په اړه خبره خپور شوي وي دخپل پښتون ورور په غم په ټولنه نړۍ

لري ، چې په هېواد کې د امنیت اوښات د خوندي ساتلو ترڅنګ د بڼځو او نجونو امنیت ته هم ډېره پاملرنه وپورې او د زړه کړې او تحصیل زمينه ورته په لوړه کچه برابره کړي که څه هم ، بڼځې په اداراتو کې دندې ترسره کوي ، خو دوی د پرمختګ پر وړاندې لوی لوی خنډونه شتون لري او نوری هم خپل کارونه دوام ورکوي په هر حال د راواړو ځینو او ستونزو پر وړاندې یا هم سربوړې درېدلې او هر ډول ستونزې تر شا پرېږدي او په بریالیتوب خپل ورځني کارونه پرمخ وړي محبوب هېواد

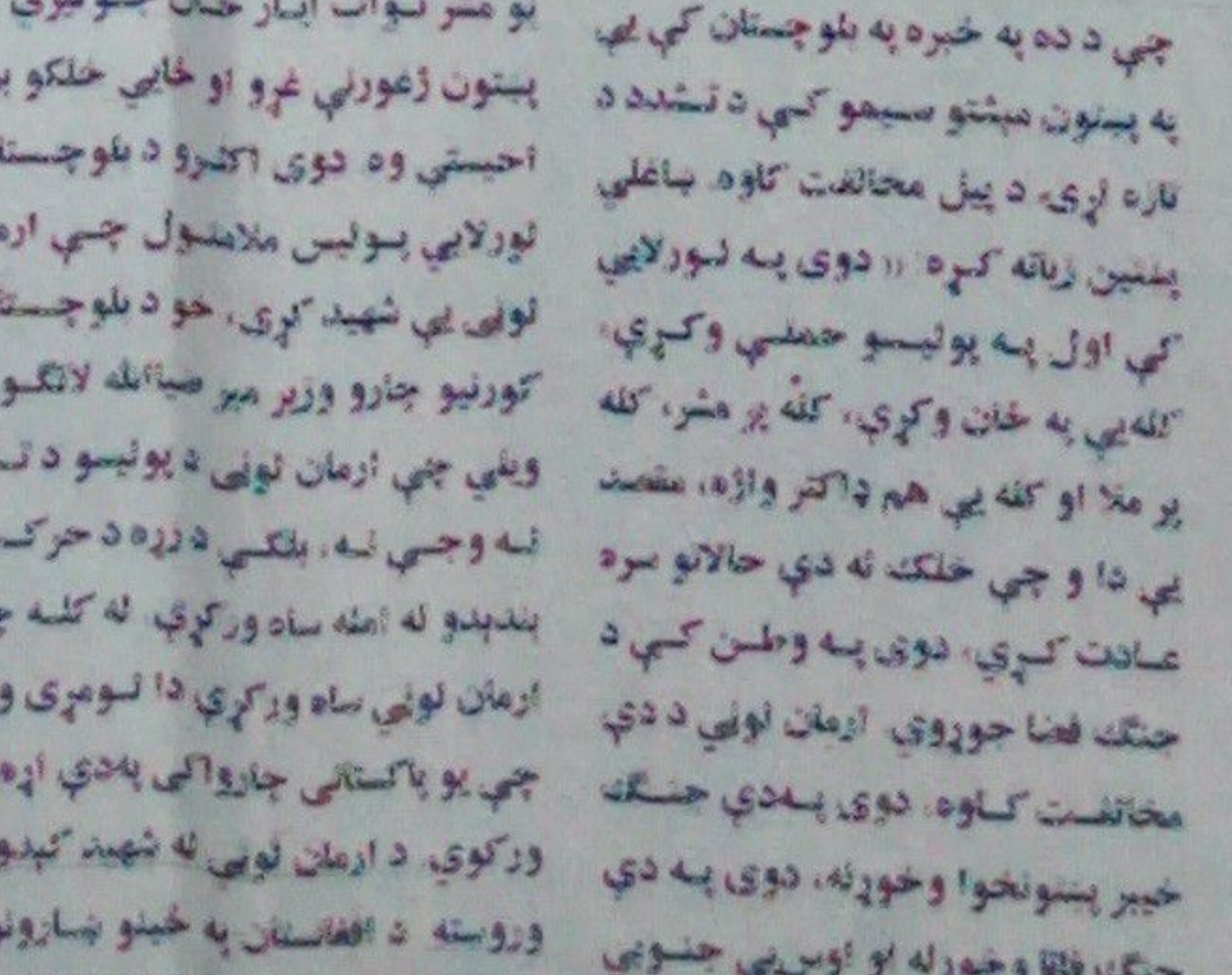
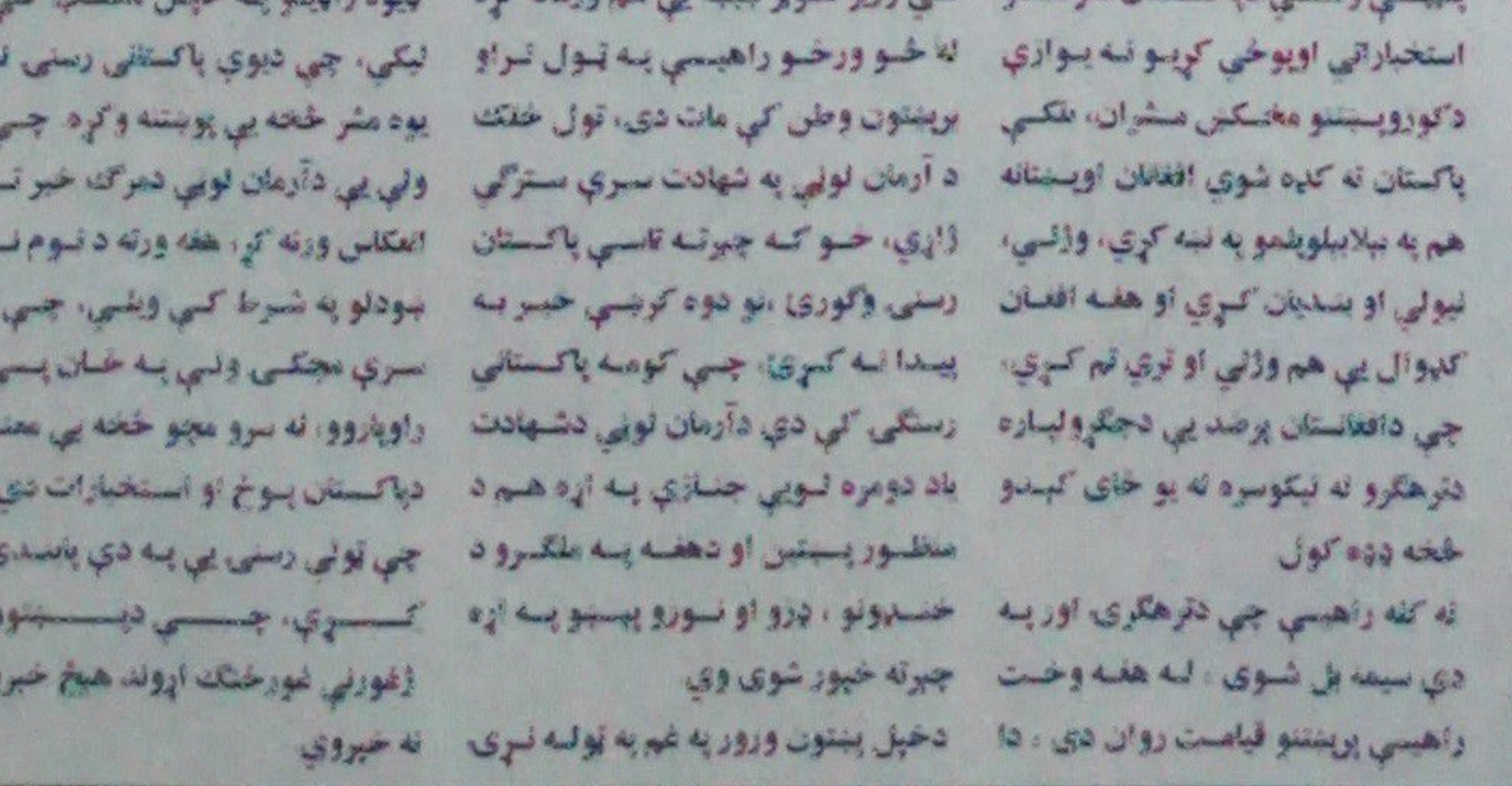
# د پښتون ځغورني غورځنګ پر ضد د پنجابي کړيو...

فران قسم خورم چې د ده وینې به کله هم موږ معاف نه کړو... د منظور احمد پښتنی نه هري خبرې سره به د ارمان لویي د جنازې ګډوډولو او « موږ عدالت غواړو » شعارونه ورکول پښتنی زیاته کړه ، ابراهیم لویي ځکه شهید کړای شو

په پښتو ځغورني غرو او ځایي خلکو برخه اخیستي وه دوی اکثره د بلوچستان د لوړلایي پولیس ملازمین چې ارمان لویي یې شهید کړی ، خو د بلوچستان د کورنیو چارو وزیر میر سیال لانګو یې وینې چې ارمان لویي د پولیسو د شهید نه وجې نه ، بلکې د زده د حرکت د بندېدو له امله ساه ورکړې له کله چې ارمان لویي ساه ورکړې دا نوموړي وار و چې یو پاکستانی چارواکی بهدې اړه نظر ورکوي ، د ارمان لویي له شهید کېدو یې وروسته د افغانستان په ځینو ښارونو ، د

چې د ده په خبره په بلوچستان کې یې په پښتون مجتو سیمو کې د شهید د ناره اړۍ د پیل مخالفت کاوه باغلي پښتنی زیاته کړه « دوی په لوړلایي کې اول په پولیسو محسې وکړې ، کله یې په ځان وکړې ، کله پر مشر ، کله پر ملا او کله یې هم ډاکټر وژه ، شهید یې دا و چې خلک ته دې حالاتو سره عادت کړي ، دوی په وطن کې د جنگ لخوا جوړوي ارمان لویي د دې مخالفت کاوه ، دوی بهدې جنگ ځیر پښتونخوا وخورنه ، دوی په دې جنگ لخوا وخورله او اوس یې جنوبی

ځغورني غورځنګ د مخکنی غړي محمد ابراهیم ارمان لویي جنازې ته سلګونه کسان ورغلي وو د پښتون ځغورني غورځنګ غړي وایي چې دی د سربې شنبې په ماښام خپل کور ته د ستنېدو پر مهال د پولیسو له خوا د ټوپک په ګنداغونو وهل شوي او سايې ورکړې ده د نويې په جنازه کې د پښتون ځغورني د غورځنګ مشر منظور احمد پښتنی د پاکستان حکومت د پښتو په تړور او خورونو تورن کړ او وپېژندل چې پښتون قوم ته نور ژمنه نه دی بلکې لوموړي زياته کړې ، زده د خدای په پاک



ځغورني غورځنګ د مخکنی غړي محمد ابراهیم ارمان لویي جنازې ته سلګونه کسان ورغلي وو د پښتون ځغورني غورځنګ غړي وایي چې دی د سربې شنبې په ماښام خپل کور ته د ستنېدو پر مهال د پولیسو له خوا د ټوپک په ګنداغونو وهل شوي او سايې ورکړې ده د نويې په جنازه کې د پښتون ځغورني د غورځنګ مشر منظور احمد پښتنی د پاکستان حکومت د پښتو په تړور او خورونو تورن کړ او وپېژندل چې پښتون قوم ته نور ژمنه نه دی بلکې لوموړي زياته کړې ، زده د خدای په پاک





**Get more e-books from [www.ketabton.com](http://www.ketabton.com)  
Ketabton.com: The Digital Library**