

# په هرات کې دوه ملایان خپل ماین وژلي

د هرات ولایت په اوبې ولسوالۍ کې دوه طالب ځایي سرگرویان او ملایان د خپل ماین په چاودنه کې وژل شوي دي. د هرات د والي ویاند جیلاني فرهاد دغه پیښه تایید کړه او زیاته یې کړه ملا کامران او ملا منیر غوښتل چې امنیتي ځواکونو په لاره کې ماین کېږدي چې په همدې وخت کې یې پرې چاودنه کړې او دواړه ځای پر ځای وژل شوي دي. هغه وايي، دغه طالبان د ملا نسیم مبارز د ډلې غړي وو او د اوبې ولسوالۍ په شاینان کلي کې یې افغان ځواکونو ته ماینونه ځای پر ځای کول.

طالبانو په دې تړاو لا څه نه دي ویلي، خو په هرات ولایت کې له څو ورځو راهیسې پراخ پوځي عملیات پیل شوي چې افغان حکومت په کې د گڼو طالبانو د تسلیمېدو خبر هم ورکړی دی.

Ketabton.com

## غږي هېوادونه د افغانستان جگړې ته اندېښمن دي

لوی خطر بلل شوی دی. دې ډلې که څه هم په ننگرهار ولایت کې چې اصلي مرکز یې بلل کېدا، لویه ضربه ولیده، خو د ملگرو ملتونو د کارپوهانو راپور وايي، داعش ډلې پخوا ثابته کړې چې ارتجاعی حاکمیت لري، نو ځکه لاهم جدي گواښ دی.	کې د تروریزم قربانیان دېرې. د بل هر هېواد په پرتله زیات دي. راپور زیاتوي چې القاعد او له دې ښکې سره تړلي بهرني جنگیالي چې طالبان یې ملاتړ کوي، د افغانستان لپاره اورښمېالی گواښ دی. داعش بله ترورېستي ډله ده چې په راپور کې د افغانستان لپاره	دغه او عراق له خورا و د ملگرو ښې ويلي افغانستان
--	---	---

# د افغانستان او ترکمنستان ترمنځ د اړیکو پراختیا د سیمې د ټیکو او سوکالی لامل گرځي

## د ټاکنو په اړه ملت باید نور په انتظار کې ونه ساتل شي



د جنجالي رایو تفتیش لا هم نه دی بشپړ شوی او ټاکنیز کمسیونونه ونه توانېدل، چې بیا هم له مهالویش سره سم د رایو پایلې اعلام او بیا پر جنجالي رایو قانوني تصمیم ونیسي، د ټاکنیزو شکایتونو د اورېدو کمسیون ويلي، چې په دې کې له سرته هغوی نه دقت مهم دی او د دوی په خبره، چې دقت به کوي او خبره کې یې څو نورې ورځې هم به برکې ونیولې، دا خبرې به داسې حال کې، چې ټول ملت په دې اړه سخت اندېښمن دی، ملت د نورو ملکونو ټاکنې یادوي، چې په یوه روځ کې یې پایلې اعلامېږي، خو دلته په افغانستان کې دا دی له ټاکنو څلورو میاشتې تېرې شوې، چې وروستی پایلې یې مالومې نه دي او په همداسې حالت کې مقرضې کړې، چې د قدرت نېشه یې له سره نه وځي، په پوره زور هلې ځلې کوي، چې ټاکنې پایلې ورته کړي او هغوی اوسنی نظام جبه او خپله پر ولس په غیر قانوني توګه واکمن شي دغه کړې، په ښکاره توګه یا د سولې په بلنه او یا هم تر کوم بل نوم لاندې د حکومتونو طرحې را بیا سي او درنګرځه هڅې کوي، چې ملت پر خپل نظام بې باوره کړي، خو ملت بیا د ټاکنو پر بنسټ د خپل نظام تحقق غواړي او دا ملت له دوی سره په دې کې جوړ نه دی، له همدې امله ستره غوښتنه دا وه، چې د ټاکنو پایلې په خپل وخت اعلام شوي وي، که ټاکنیز کمسیونونه د سرعت پر ځای دقت غواړي، نو دا پورته اندېښنې یې یا هېرې دي او یا یې بابېشه کېدې دي په رسمي او غیر رسمي توګه ټولې دندې هم د ټاکنو د پایلو له خنډېدو سره سمې ځانېږي او ټکنې شوې دي، له سوداګرۍ او بانکونې نیولې ان په سیاسي نظام کې تر مداخلې پورې دا ټولې ستونزې د اندېښنې وړ دي، چې د ټاکنو د پایلو له خنډه سرچینه اخلې، مور د ټاکنو هغه پایلې غواړي، چې ملت اچولې دي او د ملت د رایو پر شرایطو برابرې وي، باید برخلیک یې مالوم شي، ځکه دا د ملت امانت دی او په دې اړه څوک تصمیم نشي نیولی او یا هم ځینې د کمسیون د خپلې غوښتنې او میل له مخې د ملت پر اړادو تصمیم نیولی نشي د ټاکنیزو کمسیونونو تصمیم ده، هغوی بیا هم له خپل مهالوېشه ډېر وخت مصرف کړي، ایله بیرون د ټاکنیزو شکایتونو کمسیون مشرانو په خبرې کفرانس کې وویل، د ۱۳۹۸ محلولو د ۳۰۰ زره جنجالي رایو له منځه یې په نمونه یي ډول ۱۳۷ زره رایې ځانګړې تفتیش ته استولې او د ۲۹۸ محلولو رایې به نورې هم ورسره تازه تفتیش شي د ټاکنیزو شکایتونو کمسیون مشري زهرې بیان سنواري وویل، ۱۳۷۲۳۰ رایې به بیا شمېرل کېږي او که ۶۵ سلنه رایې یې هم معتبرې راوخېزي، ټولو ۱۳۷ زره رایو ته به اعتبار ورکول شي (که ۲۵ سلنه رایو قانوني معیارونه پوره نه کړل نو ۱۳۷۲۳۰ رایې به بیا په ځانګړې ډول تفتیش کېږي، خو بایومتریک، ریزلټ شپټ او نور معیارونه یې پوره نه کړل پایلې به اعلام شي)، اخلې بیان وایي، ۱۰۲۰۱۲ رایې داسې وي چې له ټاکنې زمانه وتلې وي، مګر له دې منځه ۱۵ سله رایې بیا شمېرنې ته راجع کېږي تر اوسه ټاکنیزو ډلو څه نه دي ويلي، خو دا په داسې حال کې ده چې د عبدالله عبدالله ټیم ويلي وو، چې ۳۰۰ زره رایې دې یې فیده او بې شرطه پایلې اعلام شي مګر د اشرف غني ټاکنیزې ډلې بیا هیله سوډلې وه چې له تفتیش وروسته به یې د بریا فیصدي له ۵۱ اعشاریه ۶۴ سلنې څخه پورته ولاړه شي دغه تفاوت او جنجال باید په عادلانه او عاقلانه توګه داسې حل شي، چې د ملت ارادې په کې تریسولاندې نه شي او یوځل بیا د رایو تفتیش ژر وشي او ملت نور به تمه پرېنه سوډل شي

### ع، پیغام

د ښه ګاونډیتوب اړیکې، له ترکمنستان نه افغانستان، پاکستان او هندوستان ته د ټاپي دګازو د بل لیکې غځول، د ترکمنستان له لوري له افغانستان سره د اړیکو د لا ټینګتیا او په ځانګړې توګه په اقتصادي او سوداګریزو برخو کې د اړیکو پراختیا هغه پرمختګونه دي چې د دواړو هېوادونو اړیکې لا پیاوړې کوي دواړه هېوادونه کولی شي د دغو اړیکو د پراختیا په پایله کې خپل هېوادونه د ودې او پرمختګ لوړو پوړیو ته ورسوي او هم د سیمې هېوادونه کولای شي له دغو اقتصادي پرمختګونو څخه د خپلو هېوادونو په ګټه کارواخلي او ټوله سیمه د ترهګرۍ د ودې پر ځای په اقتصادي بیا رغونه بدله شي

د یادو بنسټیزو پروژو له ډلې د ټاپي دګازو د نل لیکې پروژه هغه ستره اقتصادي پروژه ده، چې د غځولو دمعلي چارو پرايسته یې په ۱۳۹۶ کال د کب میاشتي په څلورمه نېټه په هرات ولایت کې د ترکمنستان پولې ته نږدې د څلورو هېوادونو، ترکمنستان، افغانستان، هندوستان، د مشرانو او لوړپوړو چارواکو له لوري ترسره شوې وه

پاکستان او هندوستان نه د ټاپي د ګازو د نل لیکې په اړه جمهورریس غني څرګنده کړه، ټاپي یوازې دګازو نل لیکه نه، بلکې افغانستان او سیمې ته لوی اقتصادي دهلبز دی دا هغه پروژو او طلايي فرصت دی چې سیمې ته به اقتصادي او انکشافی



بدلونونه، پرمختګونه او فرصتونه راوړي هغه زیاته کړه، موږ به د کانونو په برخه کې یې همکاري وکړو او د ترکمنستان له تجربو څخه به استفادې به زموږ منابع انکشاف ومومي

نورې فایبر هم غځول کېږي چې د سیمه ییز اتصال دغه لویه پروژه به سیمه او اروپا سره ونښلوي هغه زیاته کړه، موږ غواړو له ترکمنستان سره د ترانسپټ او سوداګرۍ په برخه کې خپلې همکاري او راکړې ورکړې لا زیاتې کړو په افغانستان کې د اورګاډي پټلۍ غځېدل او انکشاف هم د دغو همکاريو یوه برخه ده

د افغانستان د اسلامي جمهوریت له جمهور رییس سره یې د ارګ په ماڼۍ کې وکتل

جمهوررییس له خپل ورور هېواد افغانستان سره د اړیکو لا ټینګتیا او په بهلابېلو برخو ځانګړې ډول اقتصادي برخه کې د همکاريو پراختیا غواړي

جمهوررییس غني وویل په لوړپوړو کې مې خپلو هېوادوالو او سیمې ته وویل چې زما د بهرنۍ پالیسی محور به ترکمنستان وي او له ترکمنستان څخه هم مننه چې موږ ته یې د ملګرتیا او همکاري لاس راوغواوه

له ترکمنستانه افغانستان، پلاوي د جوړېدو پر څرنگوالي، دا ټاوتریخوالي پر کمېډو او د اوریډ نه لري له همدې امله پرې سختې نیوکې دي، چې ولې یې د سولې

### شاوولي قرار شینواري

شوي وای او خپل غږ به یې له ملي او نړېوال غږ سره یوځای کړی وای اوس هم وخت دی، دوی دې له مخالفتونو لاس واخلي او له ملي اجماع سره دې یوځای شي، چې د سولې لپاره لومړی اوربند رامنځته او بیا بین الافغاني خبرې پیل شي اوه مخالفین دی نور دسولې په لاره کې دخپلونو له اچولو څخه لاس واخلي او په هېواد کې دتلباتې سولې لور هدف نه درسدېلو لپاره دې په افغانستان کې دسراسرې اوربند داعلامولو په اړه دې د افغان حکومت دطرحې اوغوښتنې بلي کولو ته ودانګسي او لسه دې لارې دې پرافغانستان اورېدو تپل شویو خوړپو جګړو ته دپای ټکی کېږدي او په دې

# د اوربند په اړه د حکومت غوښتنه د ټول افغان ولس غوښتنه ده

څه نشته، یعنې د «ټاوتریخوالي کمول» هغه څه چې پرې لاینه ده، دغو کسانو هم اوربند چې د ملت اساسي غوښتنه او د سولې لومړی شرط دی، مهم نه دی ګڼلې او په دې طرحه کې یې بوخ ټینګار نه دی پرې کړی؟ د ټاوتریخوالي کمول مانا دا چې دشمن به د یوې کورنۍ پنځه نه، بلکې څلور غړي وژني!!! حال دا چې د یوه ځاڅکي وینې توپولو واک او اختیار هم هېڅوک نه لري، نو دا کسان بیا ولې روایت ورکوي، چې ګڼې «ټاوتریخوالي دې کم شي» همدا راز د سولې بین الافغاني څرې بل شرط دی، چې دوی

لومړیتوب نه دی ورکړی، بلکې ويلي یې دي، چې ګڼې دا طرحه به بیا دې ته زمینه برابره کړي؟ دوی د ملي اجماع خبره هم کړې، چې ګڼې په دې طرحه کې شته، خو حکومت په دې اړه د خپل ملت په لارښوونه او مشوره، د سولې لپاره ډېر د وخته ملي اجماع رامنځته کړې او په تېرې وړي میاشت کې د ملت استازو د سولې لپاره په ملي مشورتي لویه جرګه کې دا اجماع نوره هم پیاوړې کړه او د

پلاوي د جوړېدو پر څرنگوالي، دا ټاوتریخوالي پر کمېډو او د اوریډ نه لري له همدې امله پرې سختې نیوکې دي، چې ولې یې د سولې



له یو کال څخه زیاته موده کېږي، چې دکلونو کلونو د جګړه خپلو افغانانو ديوې سترې غوښتنې په توګه په هېواد کې دتلباتې، پتمنې او سراسرې سولې لورهدف ته درسدېلو لپاره دقطر په دوحه کې دافغانستان دسولې په اړه دامریکا دخانګړې استازي زلمي خلیلزاد او طالبانو ترمنځ دسولې دخبرو لړۍ پیل شوې ده، خو له ډېره بده مرغه له یوې خوا دافغانستان دتاریخي او قسم خوړلو دښمنانو اوپه سرکې یې دنیري کوونکي پاکستان په لاسونو او هڅونو سره په افغانستان کې دطالبانو ډبره یې بې رحمانه او وحشیانه

توګه دې دټول افغان ولس ديوې سترې غوښتنې په توګه په هېواد کې دتلباتې سولې لپاره داوریډ په اړه دحکومت غوښتنې ته دعمل جامه ورواغوندي اوپرمت دې داوریډ په وړاندې دکورنیو مفرضو ډلو تپلو توسطې شنډې او ناکامې کړي او طالبان دې هم داوریډ به اړه دحکومت غوښتنې ته لیک ووايي او شین څراغ دې پرځلېدو او لګېدو راوړي

ملي اجماع په شتون کې د سولې لپاره مهمه طرحه او پلانونه لري، چې په ملي، سیمه ییزه او نړیواله کچه یې ملاتړ کېږي، مهم بهرنی لوري او په تېره نړیواله ټولنه، د سولې لپاره د افغان حکومت د سوله ییزو هڅو ملاتړ کوي او د افغان حکومت په مشرۍ د سولې لپاره د بین الافغاني خبرو ننگه کوي که دغو ډلو د سولې غوښتنه کولی، نو دسولې له دغه بهیر سره به یوځای

لپاره د خپلې واکمنۍ پر مهال څه ونه کړل بلکې جګړه یې لا تازه کړه او د دې جګړې د دوام لپاره د دوی د تاسمو کورنیو او بهرنیو پالیسو له لاسه ترهګري او اورپکي بیا را وټوکېده او ماتې خوړلې طالبان بیا د سرحوري سبب شول، همدا د دې طرحې څراخان وو، چې قطر او مسکو ته یې سفرونه وکړل او طالبانو ته یې سیاسي ارزښت ورکړ، بل دا چې په اوسنۍ طرحه کې هېڅ نوي

ا په اړه موضوعات مطرح شوي دي وایي دا طرحه به د ا بین الافغاني مذاکراتو ا پیل ته زمینه برابره کړي دغو ډلو تپلو اوکسانو تېره اوونۍ هم په همدې اړه غوښده کړې وه چې د سولې په اړه طرحه جوړه کړي دغه کسان له هغې وروسته د سولې لپاره طرحه جوړوي، چې ولشمر محمد اشرف غني دوی ته ويلي وو، چې هغوی د هېڅ یوې برخې لپاره جامع طرحه

هر اړخیزو طرحو سره سره د محکمني ولشمر حامد کرزي او د ملي یووالي حکومت د اجرایه رییس عبدالله عبدالله په ګډون د یو شمېر ډلو تپلو استازو او ګوندونو هم د جګړې د پای، له طالبانو سره د خبرو او سولې ته د رسېدو لپاره جلا طرحه جوړه کړې په دې طرحه کې د سولې لپاره په کور دننه د ا ملي اجماع او له طالبانو سره د خبرو لپاره د ۱۵ کسيز

پرسېدونو او له بلې خوا دمعرضو کورنیو کړيو، دقدرت ډګنډۍ او یسو دلپوښانو دنوطیو په پایله کې دسولې په اړه دخلكو هیلې ټکی شوي او له زیاتو اندېښنو سره یې مخ کړي دي او له طالبانو سره دسولې دخبرو ډېرمختګ لپاره ديوهم شرط په توګه په افغانستان کې دسراسرې اوربند داعلامولو په اړه دافغانستان او امریکا دحکومتونو سوله ییزې منډې تړنې او جامع طرحې یې پراویو لاهو

# روغتيا او ژوند

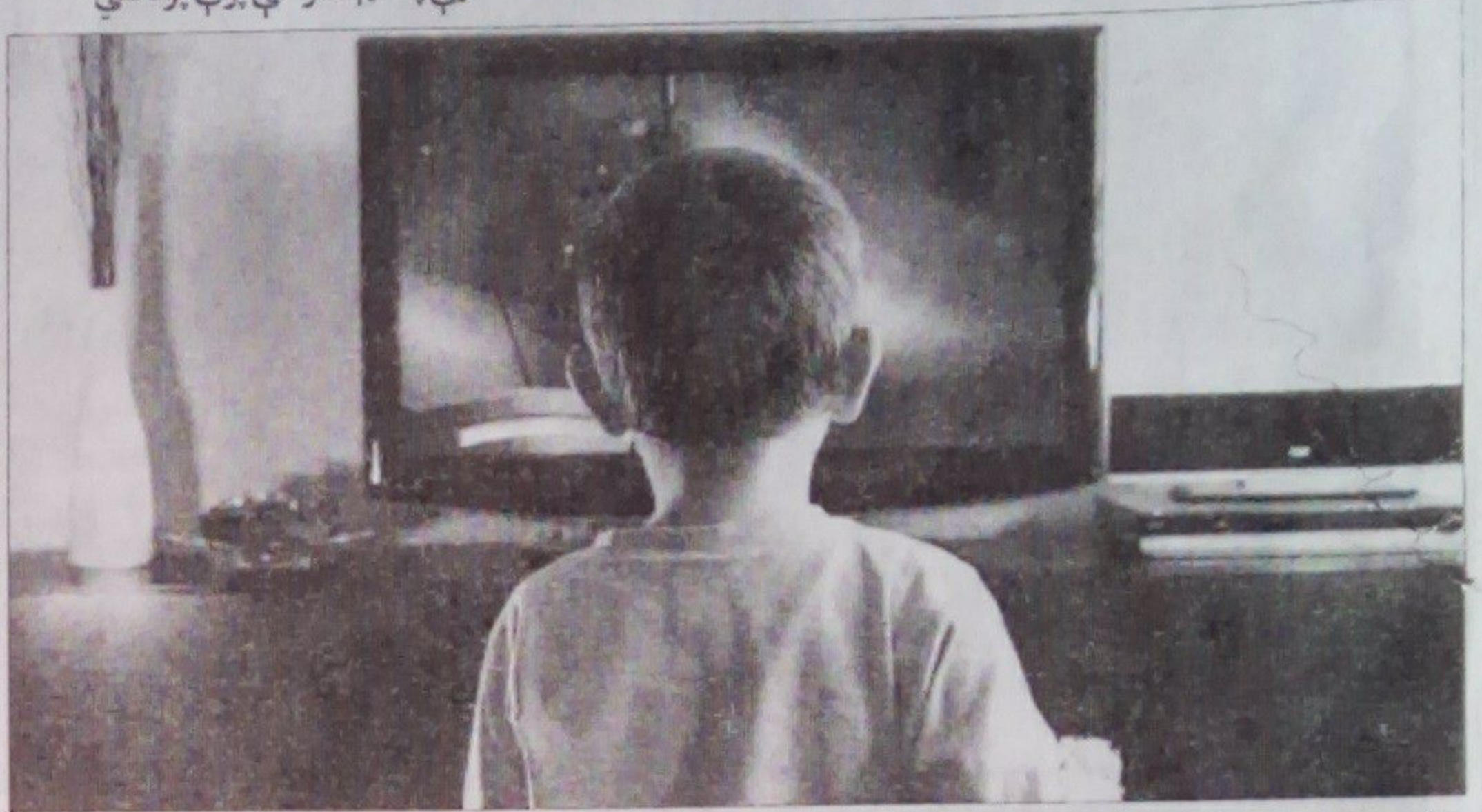


## تلویزیون زموږ پر ماشومانو څومره اغېزه کوي؟

### ضمير ساپی

چيالي سفر وکړي، د نورو کلتورونو په اړه ترې څه زده کړي او په ټوله کې ترې هغه نوښتونه زده کوي چې به خپله ټولنه کې يې نه شي زده کولای، خو د دې تر څنګ مې ټکي هم لري، ځکه ماشومان له ټلويزون څخه هغه څه زده کوي چې مور او پلار يې نه غواړي ماشوم يې به کم عمر کې پرې پوه شي

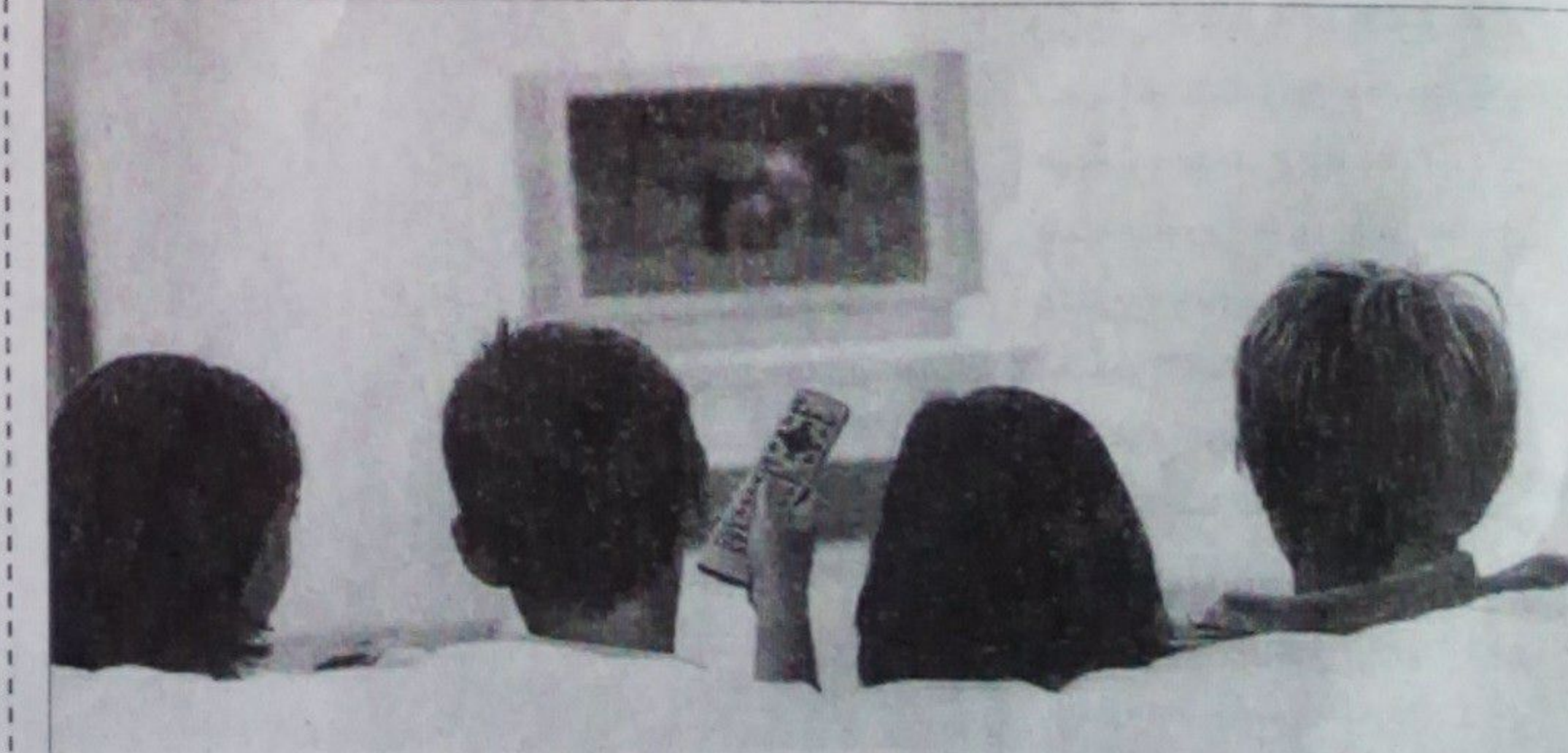
څه موده وړاندې مې شاوخوا درې کلنې ورېرې د ماشومانو په يوه کتاب کې يو انځور ولېده چې د يوه کارتون په مخکې د کليزې کېک ايسی وي ماشومه د دې کېک په لېدو سره ژر د خپلې مور خواته ورغله او غوښته يې ترې وکړه چې د کليزې کېک ورته راوباسي مور يې خبره عادي ونيوله، خو ماشومه وربسې کلکه شوه او ورته



وايي، دا خونديز کېک بايد حتما له انځوره ورته راوباسي

له يوې شيبې تېرېدو وروسته ماشومې يا فکر وکړ چې کېک څه ډول تر لاسه کړي، يايې خپلې مور ته وويل، چې کېک ورته له انځور څخه د جادو په مرسته راوباسي به ييل کې مور ټولو فکر وکړ، چې ماشومه ټوکې کوي، خو هغه لا ډېره جدي شوه او خبره آن ژړا ته هم ورسېده د کېک د تر لاسه کولو لپاره

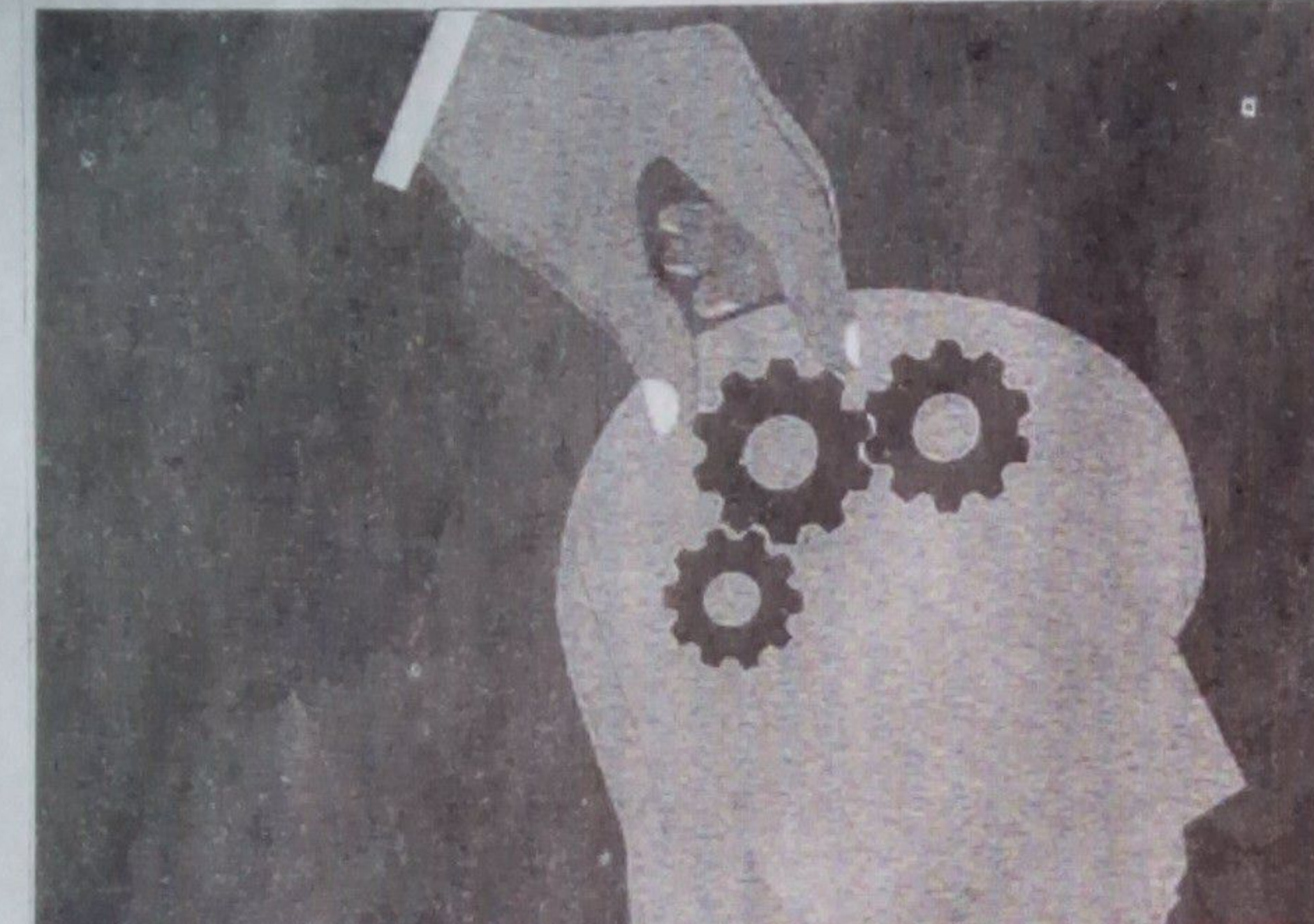
د خپل پلار څنګ ته لاړه او همداسې غوښته يې ترې وکړه بيا زما خوا ته راغله او په ټينګار سره يې را څخه غوښتنه وکړه چې کېک ورته له انځور څخه راوباسم، مور ډاډ ورکاوه چې سبا به درته همداسې بل کېک راوړو، خو ماشومې ويل، نه همدا خونديز کېک غواړم ماشومې چې له ډېرې مودې راهيسې د کورنۍ له نورو



غږيو سره يو ځای په لمر ټلويزيون کې د علائين په نامه له جادو ډک سريال خاړلی و، يايې له ما غوښتنه وکړه چې زما په څنګ کې پر خټين جک لکه د جادو په څېر لاس تير کړم او کېک ورته راوباسم، ما ډاډ ورکړ چې دا کار امکان نه لري، خو هغې پر خپلو سترگو او لېدل شوي جادو باور لاره دا حالت چې مې ولېده يايې په ذهن کې تېره شوه چې د

## ذکاوت يا هوښيارتيا

د دوی دماغ د اصلي دردناکه حالت په جريان کې له درد سره مخ شوی. که څه هم داسې کسان له فزيکي ليدلوري څخه جوړ شوي وي، د دوی مغزونه د درد احساس کولو لپاره دومره ښه شوي، چې ځانونه يې په دې اړه قانع کړي چې



د ذهن پالنې مفهوم په عصري ټولنه کې په بېلابېلو بڼو تعريف کېدای شي، د مثال په توګه دا يو ډول رواني چلند دی، چې يو څوک يې اختيارولی شي يا د تخنيکونو يو سپڼ دی، چې کولای شي په اوسني وخت کې د انسان شعور مهار کړي. خلک په يو ځل د ډېرو شيانو په اړه فکر کوي او له دوی څخه ډېر يې يا خو له تېر سره تړاو لري يا له راتلونکو او ناخبره شيانو سره. د هوښيارتيا معنی دا ده، چې خپل ذهن دلته او په حاضر وخت کې په پام کې ونيسي، دا کېدای شي په خورا آرام ډول وي او انديښنو او افسوس ته اجازه ور نه کړي چې ذهن ته يې خنډونه جوړ کړي، په ځانګړي ډول کله چې ستاسو ټول تمرکز د خپل ځان پر مراقبت او څارنه باندې وي. د ذهنيته په اړه اوسمهال په تکرار ډول د ډېرو شيانو د درملني په توګه په رسنيو کې بحث کېږي، په شمول د جدي

اضطراب او خپګان، د اوږدې مودې درد او د عصري ژوند له امله په ځان کې د ورکېدو احساسات او د فشار پر کموالي بحث کېږي. په هر صورت، هوښيار کېدل تل آسانه نه وي او همدارنګه ذهني مراقبت په ځانګړې توګه د اغېزمنتوب لپاره منظم تمرين ته اړتيا لري. **څنګه د ښه ذهنيته درلودونکي کېدای شو؟** ممکن يو څوک د دې لپاره چې د ښه ذهنيته خاوند شي دا لاره وټاکي چې ورځنيو کارونو ته پوره پاملرنه وکړي، خو ذهنيته د دغو ورځنيو کارونو د ترسره کولو لپاره داسې ځانګړو چلندونو لکه پلټنه کول، آزادي او منلو سره تړاو لري په دې توګه تاسو کولای شې د خپلو اصلي تجربو په اړه روښانه، له مخکښو فکرونو څخه آزاد او پرته له دې، چې د هغو پر وړاندې د عکس العمل په اړه پريشانه شئ. کله چې د يو شخص بشپړ تمرکز پر هوښيارتيا وي، نو ذهنيته په خورا شدت سره پرمختګ کوي د ذهني تمرکز داسې حالت د مراقبت په توګه تشریح کولای شو مراقبت ځينې وخت په داسې ډول بيانېږي لکه د خوب کولو پر وړاندې چې يو څوک راوبېږي. غور کول يا مراقبت کول د يو متمرکز منځګړيتوب په توګه طبقه بندي کولای شو، چېرې چې يو ځانګړې تمرکز وي لکه غږ يا په ذهني توګه غور کول چېرې چې په حاضر وخت کې د يوې مسئلې پر ټولو اړخونو باندې تمرکز کېږي. په هر صورت، په حاضر وخت کې د يوې مسئلې په اړه بشپړ

پوهواوی هم آسانه دی، په داسې ډول چې د مسئلې يوه اړخ ته پوره پام وکړو، لږ تر لږه په بېل کې، نو په دې ډول به مو د هوښيارتيا دواړه طبقې بېر او غور کول، له يو بل سره تړلي وي. د بدن دننه او بهر تنفيي حرکت به ذهني مراقبت کې د

پاملرنې خورا مشهور لومړی تمرکز دی، څنګه چې نفس تل موجود وي، نو د دې لپاره چې د خبرو پر مهال مو په ښه طريقه نفس کړی وي يو څه د بدن حرکاتو ته اړتيا لرو، چې زور نفس کول بيا پر ښه فکر او غور کولو ډېره مثبت اغېزه لري. ځينې خلک د غور کولو لپاره د ځينو تکراري، آرامو، لنډو جملو ويل غوره ګڼي يا هم څو ساده، منظم حرکتونه او يا هم ځينې خلک علاقه لري، چې په ويډيو يا ايډيو کې د يوه لارښود او هم د خپل معلم يا استاد سره د خبرو کولو له لارې خوند اخلي د مراقبت او غور کولو د لارښود لپاره انلاين ډېر څه شته، ليکني، ايډيو، ويډيو او نور، همدارنګه يو شمېر اپليکيشونه شته چې خاص په ليکني بڼه د ورته لارښود لپاره معلومات وړاندې کوي. عموماً خلک په چوپتيا سره پريوه چوکۍ ناست وي، تر څو آرامه وي، نو پوره غور کولای شي، هغه که د پروتې په حالت کې ياست، په يو بس کې ناست ياست يا هم د قدم وهلو په حالت کې ياست. ذهنيته د څه لپاره ګټور کېدای شي اهغه فکري او فزيکي حالت چې ذهنيته يې منځته راوړي د ډېرو ناروغيو په درملنه کې ګټور ثابتېدای شي، ځکه چې ذهني فشار د زړه د ناروغيو په شمول په ډېرو نورو ناروغيو کې يو مهم فکتور دی. ذهنيته همدارنګه له ډېرو خلکو سره مرسته کوي چې اصلاً ناروغ نه وي، خو داسې احساس کوي چې دوی کولای شي له اوسني

مور د کمې احساس کوو، مور فکر کوو، چې بد خلک يو او يا دا چې په ژوند کې هر څه د خرابۍ په لور روان دي، چې داسې احساس زموږ اوسني حالات لا نور هم خرابوي د لوړې په پرتله کمته خواته تلل ډېر آسانه دي، په ځانګړې توګه کله چې تاسو له مخکې څخه خپه شوي ياست او له هغو شيانو څخه هم خوند نه اخلو چې معمولاً مور خوشحاله کوي او هم د راتلونکې لپاره خوشبينه نه يو. ذهن پالنه له خپګان سره د تړلو منفي افکارو په مخنيوي کې مرسته کوي او مور ته درس راکوي چې پر حاضر حالاتو او شيبو تمرکز وکړو، نه دا چې د تېر په اړه يا د راتلونکې په اړه اندېښنه وکړو. ذهنيته کولای شي له مور سره مرسته وکړي، چې نړۍ په مستقيم ډول او پرته له قبضاتو څخه تجربه کړو او خوند ترې واخلو. مور بايد دا په ګوته کړو چې وېره لرو او پر ځای د دې، چې د هغې پر وړاندې مبارزه وکړو، هغه قبولو. هيله مند يم، چې د خپګان د حالت په دې طريقه سره مخنيوی وکولای شو يا ډېر لږ خپګان ومنو. له فشار سره مخ شوي خلک ډېر وختونه ځان ګنهگار بولي او نوره اندېښنه کوي چې داسې احساس حالات نور هم خرابوي. دا تخنيکونه ځينې وختونه د ذهني چلند پر بنسټ د ادراکي درملني يا MBCT په نامه يادېږي.

۲. دوامداره درد کوم خلک چې په دوامداره درد کې وي هملته بند پاته شوي، ځکه چې

بدن يې په حقيقت کې تر کوم ګواښ لاندې نه دی رنځوران معمولاً په يوه داسې دوره کې اخته کېږي چې دوی له سره ښه ورځ لري، ډېر کار کوي او وروسته يې بده ورځ بېلېږي، دا يو داسې پروسه ده، چې د فعاليت د دورې په نوم يادېږي. دماغ چې څومره ورځني کار ته اړتيا لري معمولاً د ناروغ له خوا ترسره کېږي، چې ناروغ لا په خپله حدودو کې وي او وروسته خپله د فعاليت کچه لوړوي. په خواشيني سره، دا ډېر مهم دي چې په آرامۍ سره د بدن تمرين وکړي، تر څو دماغ د ځينو ساحو څخه وېره کول بند کړي. ناروغان معمولاً هڅه کوي هغه ساحه چې ډېر درد کوي په لاس يا بل شي سره ټينګه ونيسي تر څو حرکت ونه کړي، خو دا ټينګ نيول په پايله کې د عضلي د لا درد لامل کېدای شي. د ذهنيته معنی دا ده چې رنځ وړونکي لومړی له خپل درد څخه خبر وي، د دې پر ځای چې په دې اړه اندېښنه وکړي چې دوی درد لري، دوی د درد هغه حالت قبليوي. دا په دې معنی هم دي چې ناروغان پوهېږي چې دوی بايد آرام وکړي او سخت کارونه ترسره نه کړي او په پايله کې د فعاليت له دورې څخه ډډه وکړي. دا پروسه آسانه نه ده او د دوامداره درد د تداوی په صورت کې درد په بشپړ ډول له منځه نه ځي په هر صورت، ذهني رنځوران داسې فکر کوي چې دوی خپل درد په ښه ډول اداره کوي او په پايله کې له ژوند څخه خوند اخلي

# ادب ، تاریخ او فولکلور



## (معرفی کتاب)

### زنده گی سیاسی شهید محمد داوود

مصطفی عمرزی

زنده گی سیاسی شهید محمد داوود د آغاز تا انجام، نام یک کتاب سه جلدی در 1300 صفحه است استاد سید



عبدالله کاظم در یک تالیف جامع، نقش سیاسی سردی را توصیف کرده است که مردم ما به او احترام داشتند

شهید سردار محمد داوود در خانواده ی معزز اعلی حضرت شهید نادرخان، پرورده شده بود نقش پسر نادرخان اکثر بزرگان خانواده ی او تا کودتای خونین هفت ثور، ارمنان ستودنی داشت که چه گونه در پیوند های تنگاتنگ با ارزش ها و درک روحیات جامعه، اتخاذ رویه کرده بودند و عام مردم ما با استقبال از آن، در بیش از 48 سال، افغانستان را به گونه ای متحول ساختند که اکثر زیربنای های اقتصادی، حقوقی و سیاسی آن به تشریح کامل بین المللی رسیدند

با حرمت به کار پسر ارج استاد کاظم، اما در معنی آن، می خواهم تبیین کنم که کتاب زنده گی سیاسی شهید محمد داوود، نوعی از آن فرهنگ سازی های مثبت است که باید با مراجعه به محور ها و دوره های سازنده گی، جامعه ی افغانی را در برابر ایدئولوژی های وارداتی، وقایع کنیم جمله ی معروف شهید محمد داوود خان، هر چند در تعمیم معنی، بسط نیافت، اما سال ها پس از شهادت او، بغرنجی را معرفی می کرد که مردم ما با فشار آن ها در چهار راه حوادث، قدرت تفکیک را از دست داده اند

من طی بیش از یک دهه کار فرهنگی گسترده، در کُل فرصت های فرهنگی و رسانه یی کوشیده ام با ارجاع به ثبات تاریخی افغانستان، بی نیاز از 40 سال تجریبات

داریغ به گذشته هایی مراجعه رفاهی مردم را آشکار می کند بی لحاظ چپ، راست، کشور های همسایه و منافع یگانگانه، تعریف می کردند

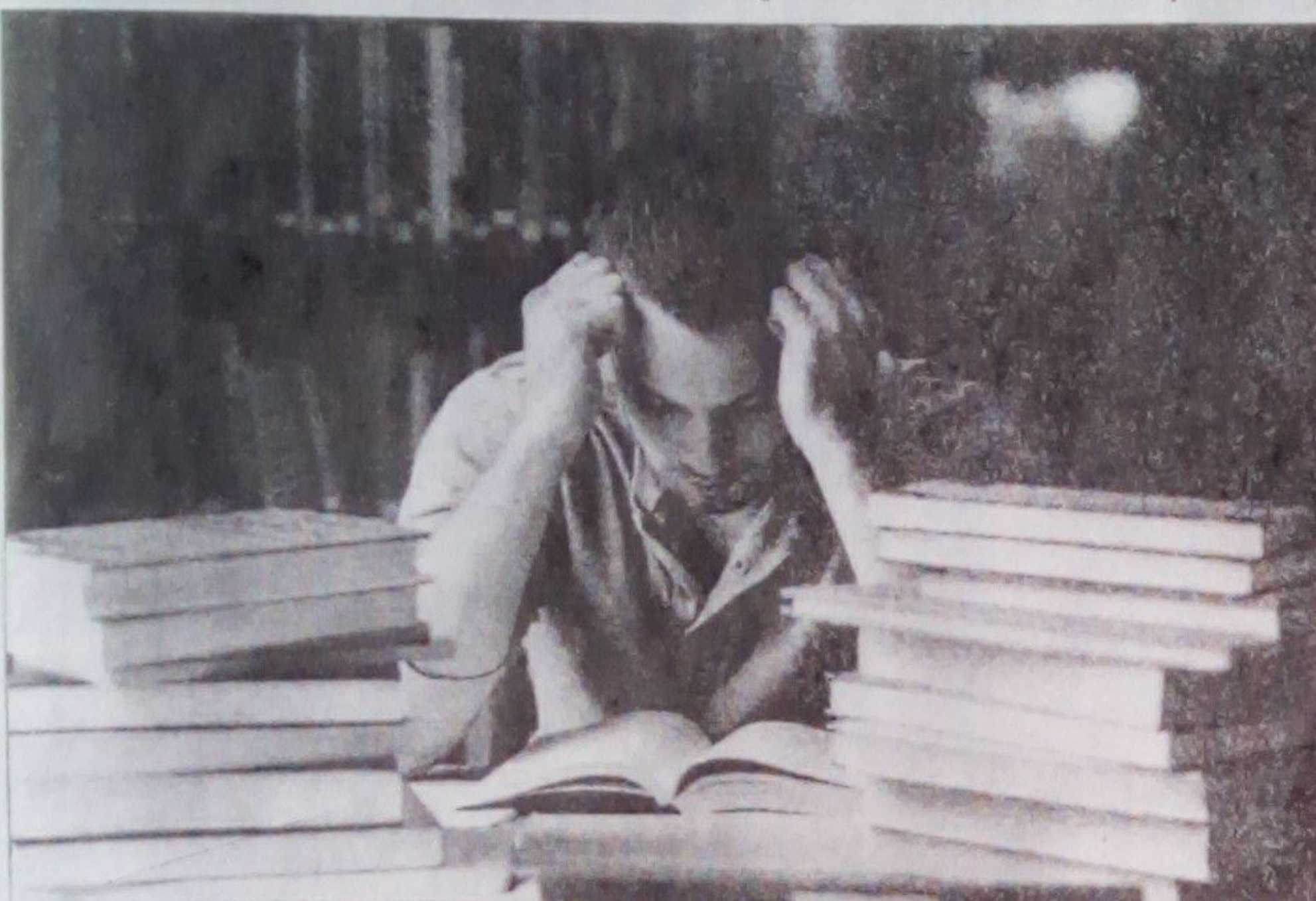
بازسازی فکری، مهم تر از بازسازی فزکی است در هرج و مرج کنونی که توجیه سیاست های یگانگانه، جزو کار مدنی، فرهنگ و رسانه یی شمرده می شود، کار بنیادین بازخوانی ارزش ها، محک خوبی ست تا امثال کتاب های زنده گی سیاسی شهید محمد داوود، را بخوانیم و معنی آن ها را تعمیم دهیم

ثبات فکری ما در گذشته هایی قبل از هفت ثور، وجود دارند هر نوع آتری که به خصوص بی میلان به چپ و راست، تاریخ افغان ها را تبیین کند، محتوای آن با جوهر اصالت ها مراجعت به خود را به نام انسانی که در یک جغرافیای واحد و مشخص، تجربه ی موفق، با عزت و با جرات تاریخی دارد، به عزت نفس بیشتر می رساند

مردم ما در منجلاب چهل سال بدبختی هایی سیاسی، راه گم کرده در بحران ایدئولوژی ها به این دلیل نیز بی رمق اند که از کارنامه ی سیاسی گذشته گانی که افغانستان را با مجموعه ی خوب آن میراث گذاشتند، دور نگه داشته شده اند افزون بر عقب نگه داشته گی سیاسی، تحریف تاریخ ما در چپ و راست الحادی و اخوانی، حتی خوب ترین کار های مدنی، فرهنگی و سیاسی ما را از مایه می اندازد؛ زیرا برکنار از منافع ملی ما، در ناکجا آباد دیگران، یگانگانه، ختم می شود

## په ټولنه کې د مطالعې ارزښت

غواړي په کتاب کې يې تر لاسه کولای شي پوهان وايي چې تر ټولو ښه ملگری کتاب دی مطالعه يوه پر له پسې شرطی او اکتسابي مرحله ده، چې بېلابېلې برخې لري. له مطالعې مخکې مهارتونه او له مطالعې وروسته تیاری، چې په وسیله يې کولای شو، په هره



د پوهانو په وینا مطالعه د ذهن لپاره داسې اړینه ده لکه ورزش چې بدن ته اړین دی، نننی ټولنه که له تېرو څو لسیزو سره پرتله کړو، نو راته به جوته شي چې نن مطالعې ډیر پرمختګ کړی دی، لکه څرنگه چې دغه د مطالعې رول د تېرو څو لسیزو جګړو ډیر کم رنگ کړ، خو له هغو جګړو یډه یډه بیا هم مطالعه له منځه نه لاره، خوشبختانه مطالعه په نننی ټولنه کې په عامو وګړو کې یو عادت ګرځېدلی ده ډېری ځوانان، نجونې ډېر داسې عام وګړي شته چې د مطالعې فرهنگ يې ډېر روښانه ساتلی د مطالعې د فرهنگ ژوندی ساتل زموږ نوي نسل ته دا انګېزه ورکوي چې دوی هم دې لارې ته و هڅول شي ډیر وخت یو شمېر هغه کسان چې له خپلو مسلکي درسونو سره بوخت وي هغوی هم اوس د درسونو تر منځ آزادې مطالعې ته مهال وېش برابر کړی دی

مطالعه د هر انسان لپاره ډېره مهمه او ارزښتناکه ده، دا مطالعه ده چې انسان له نړۍ څخه خبروي، له خپل دین او دیني اصولو څخه يې خبروي او دې ته ورته نورې اړینې ګټې لري، چې انسان ورته په خپل ژوند کې اړتیا لري مطالعه د انسان شخصیت جوړوي، هر څه، چې تر څو مطالعه کول مو د ورځنیو چارو

برخه کې خپل معلومات زیات کړو په مطالعه کې تر ټولو اړینه او مهمه خبره داده، چې ځان وړ سره عادت کړو، تر څو مطالعه کول مو د ورځنیو چارو سره زياتوالي ورکړي یوه خبره مو باید تل په یاد وي، چې هېڅکله مه وایي، چې له دې اوونۍ، له دې میاشتي او یا له راتلونکي کال

هر چېرې په ډاګه کړای سي؛ بد بختانه چې د نړۍ یرغلګرو او چپاولګرو د افغانانو دغه ملي احساسات هم اغېزمن کړي وو؛ افغانانو خپل ملي بیرغ ته په بشپړه توګه درنښت نه سو

کتاب زېری مور ته په دي وپرونو او اورونو کې په رښتیا چې د بېلبل د نغمو زېری دی، داسې زېری دی چې مور يې توقع نه سوای کولای په پرمختللو هېوادونو کې ډېرې بېرې وړاندې لا ملتونه

د حمزه شینواري د بیست په استدلال افغانان داسې فکر کوي چې زموږ په برخه به تل د غم خبر وي، لکه چې فطرت تل گم ته ږغ کوي چې اغزي درسره راوړه؛ دغه بل لوري مو هېر وي چې همدغه فطرت بیاو بېلبل ته ږغ کوي چې له نغمو سره راځه د بیرغ د تاریخ، شریعت او حقوقو په رڼا کې

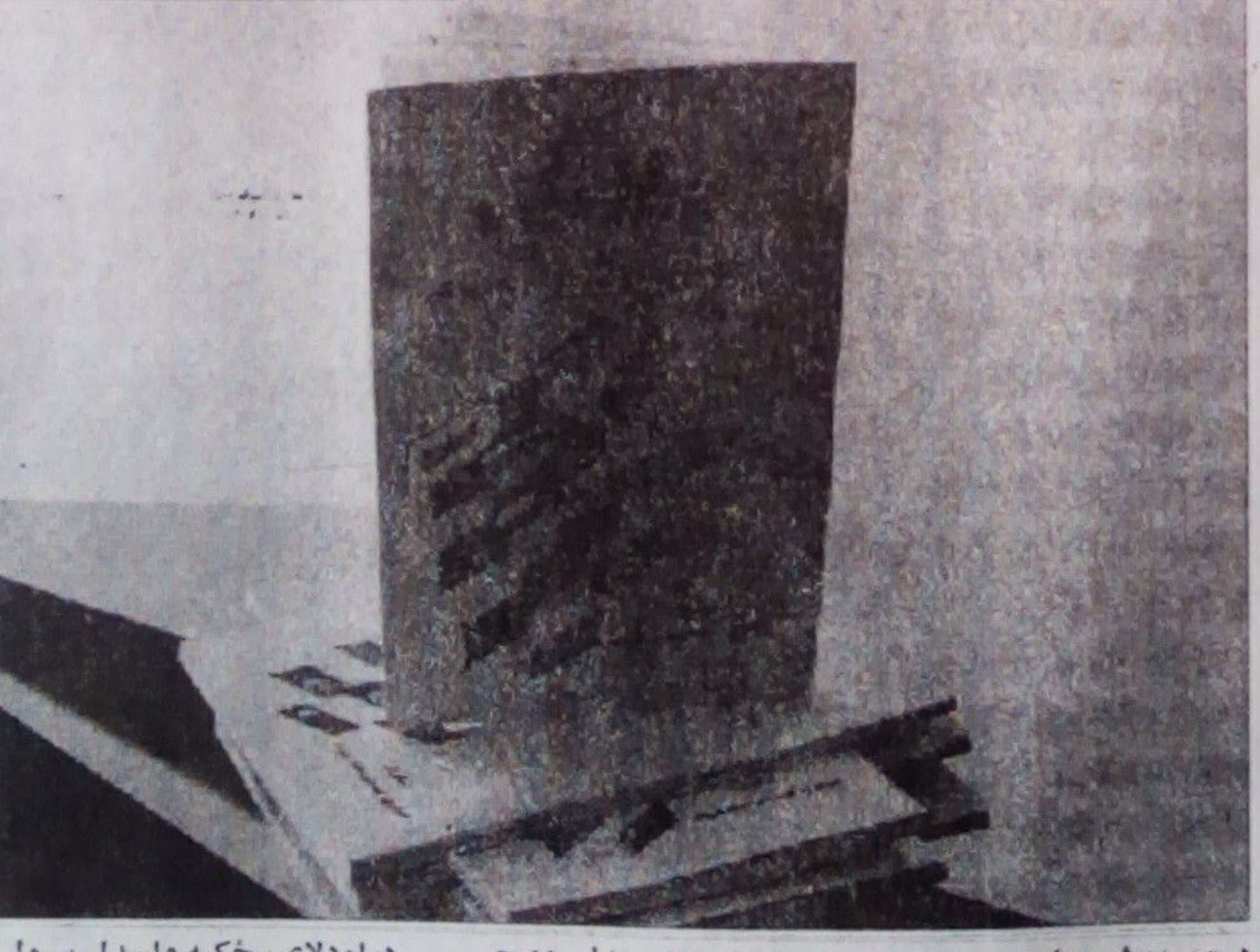
د هر چېرې په ډاګه کړای سي؛ بد بختانه چې د نړۍ یرغلګرو او چپاولګرو د افغانانو دغه ملي احساسات هم اغېزمن کړي وو؛ افغانانو خپل ملي بیرغ ته په بشپړه توګه درنښت نه سو

کتاب زېری مور ته په دي وپرونو او اورونو کې په رښتیا چې د بېلبل د نغمو زېری دی، داسې زېری دی چې مور يې توقع نه سوای کولای په پرمختللو هېوادونو کې ډېرې بېرې وړاندې لا ملتونه

د هر چېرې په ډاګه کړای سي؛ بد بختانه چې د نړۍ یرغلګرو او چپاولګرو د افغانانو دغه ملي احساسات هم اغېزمن کړي وو؛ افغانانو خپل ملي بیرغ ته په بشپړه توګه درنښت نه سو

نسیمه باري

## (( بیرغ د تاریخ، شریعت او حقوقو په رڼا کې )) کتاب چاپ شو



موضوع درد ډېرو کسانو ولید، خو دا توان په چا کې نه و، چې د بیرغ په اړه یو داسې کتاب ولیکي چې د هرې ډلې، هر سیاست او هر حکومت لپاره فناعست ور کولوکي وي او داسې کتاب وي چې یوازې پر حقایقو بنا وي او علمي دلایل يې ډېر قوي او بشپړ وي

هغه د عزت الله ځواب شعر

# زیستنامه سر محقق سیما رسولی

سیما رسولی، د رسال ۱۳۴۰ خورشیدی در شهر فیض آباد ولایت بدخشان زاده شد. پدرش الحاج غلام رسول خان نام داشت و تجارت یکنه بود. خانواده‌ی که این بانوی مستعد بدان مربوط است، همه شغل بازرگانی داشتند. بر علاوه روحانیت و معنویت را ارج وافر می‌دانستند و شاید از همین رو، سیما آزاد اندیش در عالم کودکی از ان انگریز، بیشتر کسب کرد تا در آینده صاحب قلم و نافرست شود. این فکر و خیال، در پی قلم و معنویت دویدن، آهنگ برای اجتماعی در شرایط نامناسب بل دانشجویی‌ها و پیچیدگی‌هایی همراه بود. اما خوشبختانه این فرزند فرهیخته بدخشان زمین، این جاده پر خم و پیچ را موفقانه سپری کرد. تحصیلات ابتدایی، متوسطه و لیسه را در زادگاهش، لیسه مخفی بدخشان، به پایان رسانید. در پی آن شامل بوهنجی ادبیات و علوم بشری بوهتون کابل گردید. بعد از گرفتن سند عالی فراغت از آن بوهنجی، بنا بر سعی و تلاش و عطشی که این بانوی آزاده به فراگیری علم و دانش داشت، شامل دوره ماستری استیتوت پیداکوژی کابل گردید و در سال ۱۳۴۲ خورشیدی، پس از سپری کردن موفقانه دوره کارشناسی ارشد، در رشته تاریخ و علوم بشری در دارالمعلمین سید جمال الدین افغان به صفت استاد مقرر گردید. پس از چند سال تدریس، در سال ۱۳۴۵ خورشیدی، عضویت علمی ریاست تالیف و ترجمه وزارت معارف را کسب نمود. پس از گذشت نه سال خدمت در ریاست تالیف و ترجمه، در سال



است که فعلا به حیث دبیرتتمت تاریخ معاصر انستیتوت تاریخ و اتنوگرافی اکادمی علوم ایفا وظیفه می‌نماید. سر محقق سیما رسولی در سیماهای علمی وین المللی در کشورهای ایران، پاکستان و هندوستان اشتراک ورزیده و در سال ۱۳۹۵ برنده جایزه آکو گردیده است و این افتخار بزرگ را نه تنها به زنان کشور بل به تمام فرهنگیان و دست اندرکاران عرصه‌های علمی و فرهنگی کشور کمانی نموده است. آثار مستقل علمی و فرهنگی، اعم از محقق سیما رسولی وی قرار ذیل است:

۱- استرداد استقلال و اصلاحات در افغانستان (۱۹۹۹-۱۹۹۹)

۲- این اثر از طرف اکادمی علوم افغانستان در سال ۱۳۹۲ اقبال چاپ یافت و بار تانی وزارت محترم اطلاعات و فرهنگ به افتخار صمیمین سال استرداد استقلال کشور آن راه دست نشیرد.

- ۱- نقش سلطان رضیه و سایر زنان ادب پرور غوری
- ۲- عوامل اضمحلال دولت غزنوی
- ۳- نقش نهاد های جلسه مدنی در تحولات اجتماعی
- ۴- اوضاع اجتماعی و فرهنگی عصر سلجوقیان
- ۵- نقش سید جمال الدین افغان و مبارزین ملی هند و افغانستان
- ۶- نقش ملای در جنگ میوند
- ۷- نقش سید جمال الدین افغان و محمود طرزی در مطبوعات معاصر افغانستان
- ۸- سیاست خارجی افغانستان در جریان جنگ اول جهانی
- ۹- جایگاه زن در اسلام
- ۱۰- اندیشه محمود طرزی در مورد نقش زنان در جامعه
- ۱۱- نقش زن در جنبش مشروطه خواهی افغانستان
- ۱۲- روش های مبارزه علیه رسوم مغایر با حقوق اساسی زنان
- ۱۳- ذکر برخی دولت مردان در اشعار ستایی
- ۱۴- احمد علی کهزاد مورخ ژرف نگار کشور
- ۱۵- سید جمال الدین افغان و نوگرایی
- ۱۶- روش های تعلیمی و تربیتی اسلام
- ۱۷- جنبش مشروطیت و تجربه دموکراسی در افغانستان
- ۱۸- چگونه میتوان حقوق انسانی زن افغان را تأمین کرد

- ۱۹- کابل در گذرگاه تاریخ
- ۲۰- نقش زن در نظام عدالت گستر
- ۲۱- ادبیات عصر محمود غزنوی
- ۲۲- دست آورد های دهه دموکراسی
- ۲۳- شاه امان الله و استرداد استقلال
- ۲۴- محمد ولی خان و جنبش مشروطیت
- ۲۵- حره خلی که بود
- ۲۶- امان الله و همراهان
- ۲۷- به افتخار هشتم مارچ روز بین المللی زن
- ۲۸- نوروژ در پامیر

## شوخې پارسانه هلا

اطلاعات روز شپوع ویروس کرونا شدت گرفت هېواد هزاره گنه پوښم که از حاشیان دور نشید، مگر سوپ، تیز مکرده! اطلاعات روز چرا مسوولان رسیدگی نمی کنند! هېواد چون روز ها کوتاه و مسئولینا خیلی زیاد است! جنرال امریکایی، نورستان از پاکستان وارد خاک افغانستان میشوند هېواد پس چرا پاکستان را هم مثل ایران تحریم نمی کنید! ویسا حقوق بشر ۲۰۱۹ کمال به افغانستان کی دملکی خلکو لپاره خوږی کال و هېواد به دې نورو کلونو کپ رستیا هم حلواوې او متهدی لونگی ویشل کېدې! صبح کابل قتل بی رحمانه یک زن درختار توسط خانواده شوهرش هېواد، خینی احقان لفظ دخیو پروژاندې نارینه او وی له کوره پیروهه ذره ناریتوب هم نه لري! صبح کابل مذاکره کننده گان قطر نماینده گان پاکستان اند هېواد، نوستاسو شاهدي به مور هم تانید کرو، خکه تاسو دکورله منخه خبرې کوئ! صبح کابل، صلحی میخوایم که در آن فونیا د دختران جرم نباشد هېواد بکتال چطور؟ یا همین یک فوتبال پس است! طالبان، اختلاف میان کابل و واشنگتن روند صلح را با مشکل مواجه کرد هېواد، ای دله خو (توت)، هم دیده نمیشه که باز چه گپ شده؟! اطلاعات، جراسیمتر ترفیکت پایتخت شفاف نیست! هېواد، بخاطریکه (مشکلات)، زیاد شده! سخنگوی والی هرات، طالبان یک عالم دین را در هرات کشتند هېواد، د اینجا همیشه (شاگردان)، (استادان)، خود را می کشند! هفته نامه نیمروز، ایستادگی در نهایت پیروزی است هېواد، بشرطیکه باران گیر ما نکند! ویسا، فلسطین و زغوری هېواد، یاره اوس خو زموږ چیل، به ختو کپ ترستونی پورې ډوب دی

- ۲۹- محمود طرزی و نوگرایی
- ۳۰- ارشاد السوان نخستین جریده زن افغان
- ۳۱- جایگاه زن در روزگار غزنوی
- ۳۲- نگاهی به آثار نورالدین عبدالرحمان جامی در سیمینار بین المللی عبدالرحمان جامی در کشور ایران (تربت جام)، به خوانش گرفته شد
- ۳۳- پیدل در افغانستان و آسیای میانه در سیمینار بین المللی پنجمین عرس پیدل در کشور ایران (تهران)، پذیرفته شد
- ۳۴- مشارکت سیاسی زنان
- ۳۵- بازتاب تحقیقات پژوهشگران ملی و بین المللی پیرامون بدخشان
- ۳۶- کوشانیان و راه ابریم
- ۳۷- ریشه های خونت در افغانستان
- ۳۸- نامه های تاریخی بلخ
- ۳۹- جغرافیای تاریخی تربت جام
- ۴۰- اهمیت آثار ابوالوفای بوژگانی
- ۴۱- نقش محمد ولی خان دروازی در تاریخ معاصر افغانستان
- ۴۲- روابط فرهنگی بین افغانستان و هندوستان کشور هند (بمی)

## د عنعوي جرگو څرنگوالی

عبدالرحمن احمدزې

دول په رسمي توگه جرگه له ولس سره د ټولنو انتخابي بهیرونو لپاره وکاروله شوه موږ اوس به هغه قومي جرگو او مرکو غږېږو چې ولس یې د خپلمنځیو ستونزو د لمنځه وړلو لپاره دایروي او په پرېکړو یې عمل کوي معمول کله چې په افغاني ټولنو کې ناندري او ستونزې راولاړېږي نو افغانان یې د جرگو او مرکو له لارې حل کوي جرگه کوونکي یا هغه کسان چې په جرگه کې وي کومې ځانگړتیاوې باید ولري؟

د ډول په رسمي توگه جرگه له ولس سره د ټولنو انتخابي بهیرونو لپاره وکاروله شوه موږ اوس به هغه قومي جرگو او مرکو غږېږو چې ولس یې د خپلمنځیو ستونزو د لمنځه وړلو لپاره دایروي او په پرېکړو یې عمل کوي معمول کله چې په افغاني ټولنو کې ناندري او ستونزې راولاړېږي نو افغانان یې د جرگو او مرکو له لارې حل کوي جرگه کوونکي یا هغه کسان چې په جرگه کې وي کومې ځانگړتیاوې باید ولري؟

معمولاً د قومونو او خېلونو مشران د جرگې برخه وال وي، چې گډون یې له افرادیت سره سره د ټولشموله معنی لري یعنې دوی ظاهر او یو فرد وي، خو بالقوه یو قوم، یو خېل وي، چې په جرگه کې د ټولو نماینده گي کوي زبه او لوظ یې د خپلو پرگنو زبه او لوظ وي او د هغوی به بشپړ ملاتړ ترسره کېږي د جرگو دوهمه بڼه مجلس ته وړاندې کوي اقتباس ترې کوي او یا پرېکړه پرې کېږي د یادولو وړ ده چې د پښتني جرگې غړي هېڅ ډول مادي امتیاز او نڅوا

نه لري او په جرگه کې برخه اخیستل خپله پښتني دنده بولي جرگې په کومو ځایونو کې وړاندې له دې چې جرگه کوونکي دایرېږي؟ هر کله چې د جرگې گډونوال د پورته یادو شویو ځانگړتیاوو په اساس وټاکل شي، نو په دوهم قدم کې د جرگو او مرکو لپاره د ځای انتخاب مهم وي چې په مناسب ځای کې سره راټول شي په افغاني ټولنه کې د مرکو او جرگو ځای د تیریم ځای وي چې د دعوه کوونکي په لوري پسي نه وي، معمولاً جوماتونه او حجرې د جرگو او مرکو د دایرېدو ځایونه وي، خو هغه جرگې چې گڼ کسان ورته وربلل شوي په آزده فضاء کې جوړېږي په آزاده فضاء کې گڼ اورېدونکي او سیلانیان هم ناست وي خو د جرگه کوونکيو حلقه بېله وي او له اورېدونکو څخه لږ فاصله لري او هر کله چې په کومه پرېکړه سره سلا شي نو اورېدونکو ته یې اوروي. په همدغه قومي جرگه کوم خاص مشر نه وي، بلکې غړي یې په مساوي شرایطو سره کېږي، په جرگه ځای کې، چې د جرگې غړي را ټولېږي، غونډه به دایروي بڼه جوړوي، چې د پورته او بڼکه امتیاز په کې راشي، کله داسې هم کېږي، چې جرگه پته وي او پرېکړې یې نه اعلانېږي

د جرگې پرېکړې تر څومره منل کېږي؟ وړاندې له دې چې جرگه کوونکي سره راټول شي، نو له دواړو لورونو نه واک اخلي او مجلغه ټاکي یعنې د موضوع اهمیت ته په کتو سره دا مجلغه توپیر کوي دا وسله او پسي هم کېدای شي جرگه کوونکي له دواړو غاړو پوښتنه کوي او د اړوندې مسئلې په اړه ځان پوهوي واک هم وي، په شریعت هم واک ورکول کېږي یعنې که جرگه کوونکي هره پرېکړه وکړي نو دواړه لوري مکلف دي چې د جرگې پرېکړه ومنی د جرگې له پرېکړې منلو وروسته د استادو د ثبت کوم ځانگړی دفتر لري چې دغه پرېکړې په کې خوندي شي، هم هغه شفاهي بڼه یې د کافي کرښه گڼل کېږي او عملي



# د سپورټ نړۍ



## افغان لوبغاړو په اماراتو کې د سپينو زرو دوه مډالونه وگټل

د افغانستان د تکواندو د ملي لوبډلې دوه لوبغاړي د متحده عربي اماراتو په فجيره اوښ امارات، سيالو کې د سپينو زرو مډالونه گټلي. دغه سيالي چې د ۲۰ هېوادونو تکواندو کارانو تر منځ په (G2) کچه شوې، افغان لوبغاړو هر يو فرزند منصوري د ۶۸ کيلو گرام او محسن رضايي د ۵۸ کيلو گرام وزنونو سره خپل

وېلي د دوو لوبغاړو گټل شوي امتيازونه به د دوی په نړيواله درجه بندۍ کې مثبت اثر وکړي د راتلونکې مياشتې په نوې درجه بندۍ کې سيالي محسن د نړۍ په ۵۰ غوره او فرزند د نړۍ په ۱۰۰ غوره تکواندو کارانو کې راشي. سربېره پر دې د ملي لوبډلې څلورو نورو لوبغاړو هر يو

## راشد خان د استراليا د بېگباش سياليو په غوره لوبډله کې راغلي



د افغانستان کرېکټ ملي لوبډلې تکره او غوره لوبغاړی، راشد خان ارمان، د استراليا د بېگ باش سياليو په غوره لوبډله کې راغلي. يک يک باش ليک چې په پری کې شمېر مينه وال لري د استراليا تجارتي ليک دی دغه ليک په ۲۰۱۹ کال کې د استراليا په مختلفو لوبغالو کې ۸۵ لوبډلو تر منځ د ډېسمبر مياشتې په ۱۷ مه د افغان لوبغاړو په شتون کې پيل شو. د استراليا کرېکټ بورډ په دغې ټولو لوبډلو کې يوه لوبډله غوره کړې، چې د مختلفو لوبډلو په کې لوبغاړي په گوته شوې په دې لوبډله کې د افغانستان د راشد ارمان نوم هم راغلي. راشد ارمان تر څنگ ماسکس سټوټس، حارث رووف، بيټر سيډل، ډايل سامز، ميجل مارش، ټام کورن، گلين مکسويل، متيو وېسټ، جې ويلز، او جاش انگليس شامل

## زابل لوبډلې نيمروز لوبډلې ته د ۱۸۶ مندو په توپير ماتې ورکړه

د کندهار په لوبغالي کې د درېيمې درجې ولايتي سياليو په درېيمه ورځ د زابل او نيمروز ولايتونو تر منځ لوبه وشوه، چې په کې زابل لوبډلې سيالي لوبډلې ته د ۱۸۶ مندو په توپير ماتې ورکړه. کرېکټ بورډ وايي په پيل کې د نيمروز لوبډلې د لويې پچه وگټله او زابل نه يې لومړی د توپو هېڅ بلنه ورکړه چې زابل د ټولو لوبغاړو په سوخېدو سيالي لوبډلې ته د ۲۵۴ مندو

منځ افتاب د زابل پنځه لوبغاړي له ډگره بهر کړل ورسې نيمروز لوبډلې د خپلې توپو هېڅ باغي بيل کړه او په ۱۴ اورونو کې يې د ټولو لوبغاړو په سوخېدو يوازې ۶۷ مندې ترلاسه کړې او سيالي لوبډلې ته يې د ۱۸۶ مندو په توپير لوبه وياېله. د زابل توپ اچوونکو په استازيتوب احمد زابلي پنځه او احمدالله څلور سيال لوبغاړي له ډگره بهر کړل او خپله لوبډله يې په ستر توپير

## د پکتیکا لوبډلې د باميانو لوبډلې ته ماتې ورکړه

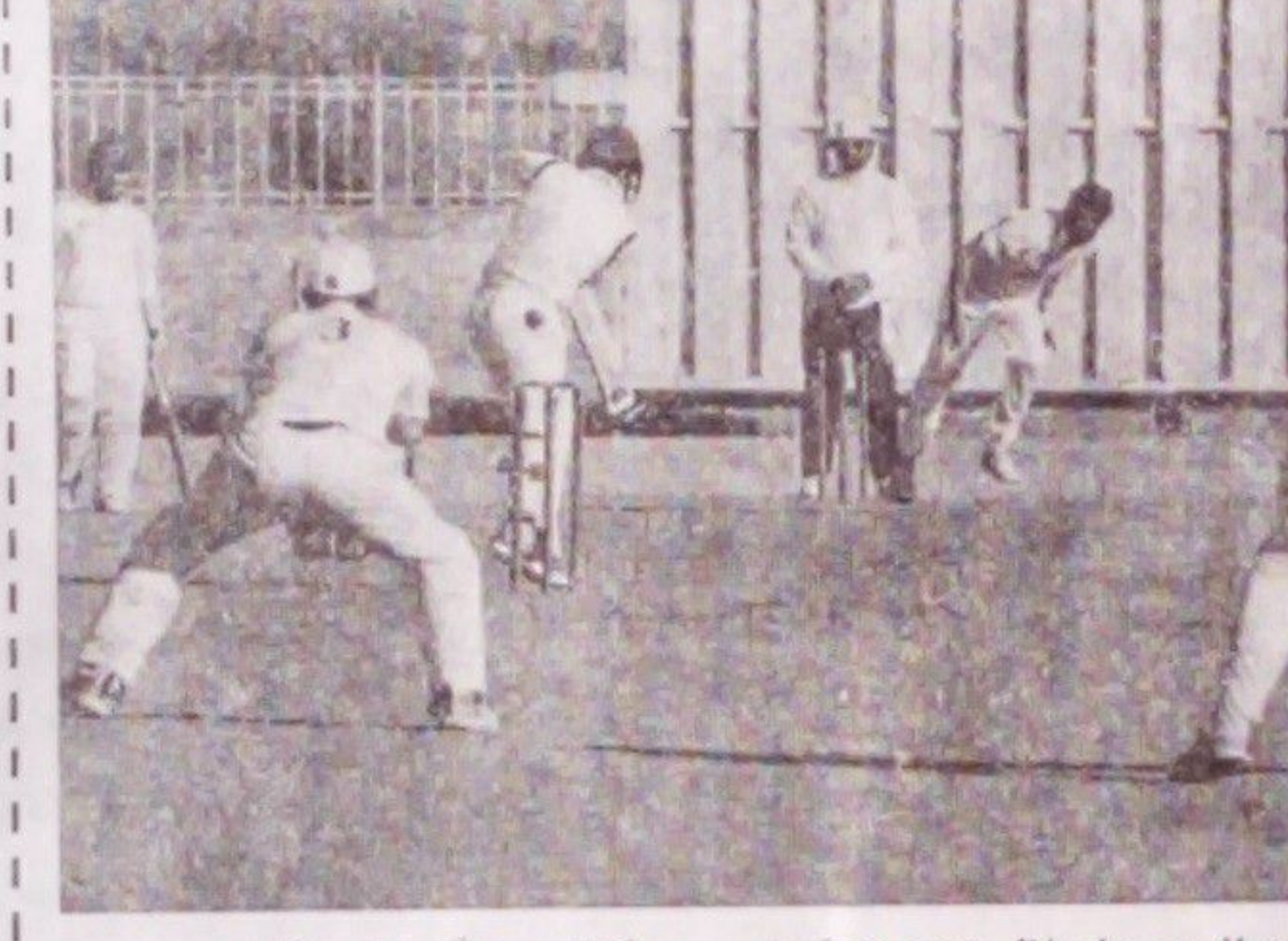
د چلچ کب د درېيمې درجې ولايتي سياليو په درېيمه ورځ د دوشنبې په ورځ په خوست کې د پکتیکا او باميان ولايتي لوبډلو تر منځ لوبه وشوه چې په کې پکتیکا لوبډلې د باميانو لوبډلې ته په ۲۲ تم اور کې د اوو وېکتو په توپير ماتې ورکړه.

باميان لوبډلې له لوري ورکړل شوی هدف د دريو لوبغاړو په سوخېدو په ۲۴ تم اور کې پوره کړي، چې د پکتیکا لوبډلې له منځه عظامحمد په ۵۲ توپونو ۵۸ مندې وکړې او وحيد يسا ۲۶ ناسوخېدلي مندې ترلاسه کړې د باميان لوبډلې د توپ اچوونکو له منځه ياسين،



څلور څلور سيلان مات او دغه بريايې خپله کره يادو لوبغاړو د سپنو زرو مډالونو په گټلو هريو ۱۲ امتيازونه ترلاسه کړي. د تکواندو نړيوال فدراسيون د خوانو تکواندو کارانو په درجه بندۍ کې، محسن رضايي د نړۍ ۶۹ او فرزند منصوري د نړۍ ۱۱۶ تکواندو کار راغلي. د افغانستان د تکواندو فدراسيون وياند ديسح الله شهزاد تېرې دوشنبې په ورځ امریکا غږ ته

حسين لطفی، زهرا ميرزايی، سيمه غلامي او حکمت الله زين هم په دغو سياليو کې لوبډلې، خو کوم مډال يې نه دی گټلی. که څه هم تېر کال هم افغان لوبغاړو په دغو لوبو کې گډون کړی و، خو دا لومړی ځل دی، چې افغانستان په خوانو لوبغاړو کې د سپينو زرو مډالونه گټي. د فجيره اوښ امارات سيالي هر کال په (G2) کچه، متحده عربي اماراتو کې کېږي.



محمد الرحمن او بلال يوه يوه وېکت ورکولو سره ۴ وېکټې واخيستې



هدف وټاکه د زابل د توپو هونکو له منځه محمد نافع ۲۲ او عبدالملک ۲۲ ډېرې مندې وکړې، په داسې حال کې چې د نيمروز توپ اچوونکو له

د بياتر کچې ورسوله باند وويل شی چې د دوشنبې ورځې د لوبې د غوره لوبغاړي جايزه هم بوند احمد زابلي ته ورکړل شوه

## افغان لوبغاړي د سكي لپاره پاکستان ته تللي

د افغانستان د سكي فدراسيون شپږ غړي د نړيوالو لوبو د گډون لپاره پاکستان ته تللي. په دغو لوبغاړو کې دوي سخي او څلور نارينه شامل دي. د افغانستان د سكي فدراسيون

او دغې لوبې د قانون په اساس لوبغاړي بايد په خپلو هاليتونو سره دغه نړۍ لږ تر لږه تر ۲۰۰ پورې راتپي کړي، چې په اولمپيکي لوبو کې د سيالي چانس پيدا



سکرټو ختال گل حسين باي زاده امریکا غږ ته ويلي چې په يادو سياليو کې د ۱۵ هېوادونو لوبغاړي لوبې کوي ده رټه کړه چې دغو لوبو کې زموږ لوبغاړي کوبسټ کوي، چې اولمپيکي لوبو کې د گډون لپاره منلې نړۍ ترلاسه کړي. د سكي لوبې قانون د نورو لوبو خلاف د نيمروزا کمول دي د سكي نړيوال سازمان هر لوبغاړي ته په پيل کې ۹۹۹ نمرې ورکوي

کړي. د افغانستان د سكي فدراسيون وايي په افغان لوبغاړو کې تر ټولو ټيټه نمره ۲۵۰ ده او پاکستان کې د لوبو وروسته بيلي يواځو لوبغاړي لازمي نمرې ترلاسه کړي، سږي په افغانستان کې نوي ورزش دی، چې د دغه فدراسيون پوښتيا شواخوا ۱۵۰ لوبغاړي په منلې ډول دغه لوبه کوي. په پام کې ده چې په ۲۰۲۲ کال کې د جين بيچينگ بنار د زمينو اولمپيکي لوبو کوربه شي

## د کوچيانو لوبډلې د نورستان لوبډلې ته د ۸ وېکتو په توپير ماتې ورکړه

لومړي يې د کوچيانو لوبډلې پر وړاندې د توپو هېڅ پرېکړه وکړه، چې په خپله باغي کې يې د کوچيانو لوبډلې ته په ۲۷،۶ اورونو کې د ۱۸۷ مندو هدف وټاکه. د نورستان توپو هونکو له منځه نورالله ۲۲ او حیات الله ۴۱ مندې وکړې او له کوچيانو يې ۱۸۶ مندې ترلاسه کړې. د کوچيانو لوبډلې د توپ اچوونکو له لخوا شريف الله ۳، محمد

يوسف او عظيم عادل هر يوه بيا ۲ لوبغاړي و سوخول ورسې کوچيانو خپله توپو هونه پيل کړه چې يادې لوبډلې د دوو لوبغاړو په سوخېدو سره هدف په ډېرې اسانۍ سره په ۳۸ اور کې پوره کړ. د يادې لوبډلې لپاره عامر زيب ۸۵ ډېرې او عثمان ۴۴ مندې وکړې او سياله لوبډله يې د اتو وېکتو په توپير سره له ماتې سره مخ کړه. د دغې لوبې د غوره لوبغاړي جايزه هم د کوچيانو عامر زيب ته ورکړل شوه، چې د خپلې لوبډلې په گټه يې ۸۵ مندې جوړې کړې وې.



د چلچ کب درېيمه درجه ولايتي غوراوی پړاو سيالۍ Provincial Challenge Cup Grade III Tournament February 2021

## د فيفا ادارې له خوا د بخارانو روزنيز ورکشاپ پيل شو

د فيفا ادارې له خوا په بېلابېلو برخو کې د لوبغاړانو د وېشنې په موخه روزنيز ورکشاپ پيل شوی، چې له مرکز او ولايتونو څخه په کې تر ۱۵۰ زياتو لوبغاړانو په کې گډون کړی دی. دا ورکشاپ د فيفا د ماليزيايي ټيسار بيوټي له خوا د افغانستان فوټبال فدراسيون په ودانۍ کې د تېرې دوشنبې په ورځ پيل شو. د افغانستان فوټبال فدراسيون وايي ددې فدراسيون رييس محمد يوسف کارگر د دغه ورکشاپ په پرانيسته کې گډونولو ته وويل. دا لومړی ځل دی، چې د افغانستان فوټبال فدراسيون په بېلابېلو برخو کې د روزنيز ورکشاپ پيل کوي. ددې ورکشاپ په موخه مننه وکړه چې ددې ورکشاپ يوه بيوټي محمد رودزالي د افغانستان فوټبال فدراسيون له عمومي منشي د شان پروگرامونو د تراسروي په موخه مننه وکړه. د يادونې وړ ده، چې ياد شوی ورکشاپ د فبرورۍ له ۳ څخه تر ۷ دوام کوي او په نيموري او عملي بڼه به کې د گډونولو د لوبغاړانو وړتياوې ارزول کېږي.

## افغان کرېکټ بورډ له کام اير شرکت سره د هوايي سفر د همکاريو تړون لاسليک کړ

افغانستان کرېکټ بورډ ورومه ورځ د دغې ادارې او کام اير شرکت د استازو تر منځ په هندوستان کې د ايرلنډ پر وړاندې د افغان ملي لوبډلې د دريسو شل اوريزو لوبو لپاره د هوايي سفر د همکاريو تړون لاسليک کړ، چې له مخې به يې د ملي لوبډلې لوبغاړي او د ادارې کارکوونکي د هوايي سفر په برخه کې د قرارداد له گټو برخمن وي او په بدل کې به يې اداره ياد شرکت ته د اعلا تاتو زمينه برابروي. دا په داسې حال کې ده چې له دې وړاندې هم د کام اير هوايي شرکت له افغانستان کرېکټ بورډ سره په هندوستان کې د وېسټ انډيز لوبډلې پر وړاندې د سياليو لپاره د سفر د همکارۍ تړون لاسليک کړی و کرېکټ بورډ وايي د افغانستان کرېکټ استازو په ياده غونډه کې د کام اير هوايي شرکت له مشرتابه او استازو مننه وکړه، چې له دغې ادارې سره يو ځل بيا د همکاريو تړون لاسليک کوي او هيله ده، چې په ياده برخه کې د

د کام اير هوايي شرکت له هندوستان کې د وېسټ انډيز لوبډلې پر وړاندې د سياليو لپاره د سفر د همکارۍ تړون لاسليک کړی و کرېکټ بورډ وايي د افغانستان کرېکټ استازو په ياده غونډه کې د کام اير هوايي شرکت له مشرتابه او استازو مننه وکړه، چې له دغې ادارې سره يو ځل بيا د همکاريو تړون لاسليک کوي او هيله ده، چې په ياده برخه کې د



am Air Partner

# په ننگرهار کې له ۲ ميليونه زيات نياگي اېښودل کېږي

# په سرپل کې سپين ږيري د ښوونځي د جوړولو لپاره مخکې پلوري



ښوونځي د نشونالي له کبله ډېر لږي خای ته د زده کړو لپاره استول، چې اوس به دا ستونزه حل شي دا په داسې حال کې ده چې پوهنې وزارت ۱۳۹۷ کال له پوهنې د ملاتړ کال کې برخه واخلي

د سرپل ولایت په توحید آباد کې خای سپین ږیری حاجي غلام حیدر خپله ۲ زره متره مربع مخکه د ښوونځي د جوړېدو لپاره وقف کړه د پوهنې وزارت وړاندې نوره نزهت وېلی دغه کس ژمنه کړې چې خپله یو جریب نوره مخکه به پلوري او یې به یې د پوهنې وزارت ته ورکوي، چې دغه ښوونځي پرې جوړ کړي نوموړې وایي حاجي غلام حیدر ورومه ورځ د سرپل د پوهنې ریاست ته ورغلی و او د خپلې ۲ زره متر مربع مخکې مالکیت یې د دوی خای مسوولینو ته سپارلی دی ۱۱ دغه مخکه دوه میلیونه افغاني ارزښت لري، چې د حاجي غلام حیدر په نامه لومړني ښوونځي به په کې جوړ کړای شي، په دې ښوونځي کې به ۵۰۰ ښوونکي او هلکان درسونه وایي، د آغلې نزهت به خپره د توحید آباد کلي څخه به خپل اولادونه د

چې سرکال د نویو کښول شویو نیاگيو د پالنې او څارنې چارې هم په جدي توگه سنډالوي. د ننگرهار چارواکي د نویو نیاگيو د کښولو خبره په داسې حال کې کوي، چې د افغانستان په بېلابېلو سیمو کې د ژمي په پای او د پسرلي په پېلېدو سره د نویو نیاگيو د کښولو لپاره موسمي فرصت برابرسېرې. د چاپېریال ساتنې د فعالیتو په وینا، افغانستان چې په وروستیو کې یې د پلازمېنې کابل په شمول بېلابېل ښارونه د هوا د ککړتیا له جدي ستونزې سره مخ دي په کې د ونو بوټو کښول او سمورتیا زیاتول دا ستونزه راکمولی شي.



لرونکي او نورې مېوې دي. د ننگرهار چارواکي ټینګار کوي،

په ننگرهار کې چارواکي وایي سر کال په دې ولایت کې له ۲ میلیونو خپله په ننگرهار کې د کښولو لپاره



زیات نوي نياگي کښوي. د ننگرهار کرل شوي او د یوې کپرنلارې له د والي ویناند عمالده څوگيانی مخې به پر بېلابېلو ادارو ووېشل

## د ټاپي پروژې په تگلوري کې د مخکو د استملاک د قانون طرحه تائید شوه

د ټاپي د گازو نللیکي د پروژې په تگلوري کې د مخکو د استملاک د قانون طرحه د کابینې د قواینسو دکمېټې په غولېده کې له څېړنې وروسته تائید شوه د کانونو او پېټرولیم وزارت ویناند عبدالقدیر مطلقې وایي، چې دغه طرحه د ټاپي پروژې د ښه تطبیق د زمینی د برابرو او د دغې سترې پروژې په تگلوري کې د مخکو د استملاک د اړوندو چارو د تنظیم په دې اقدام وکړي باحتر

## په هرات او غور کې ۴۰۰ طالبان تسلیم شوي

د ملي دفاع وزارت وایي، ۴۰۰ طالبان له غور او هرات څخه په غور او هرات کې په جگړه کې تسلیم شوي، خو عبدالاحد بیا له اتو وسله والو سره د هرات د چشت سرف په دره تحت کې افغان ورسېد د ملي دفاع وزارت ویناند روح الله احمدزي تاند ته ويلي، په دغو دوو ولایتونو کې یې عملیات روان دي او طالبان له ډېرې مجبوري، افغان ځواکونو ته له څه مسودې راهیسې تسلیمي ورکوي د هغه په خبره د غور په شېرک او د هرات په چشت شریف کې ورته ۵۹ طالبان تسلیم شوي دي (ملا

## د کانونو او پېټرولیم وزارت ۱۰۱ واړه کانونه داوطلبې ته وړاندې شوي

د افغانستان د کانونو او پېټرولیم وزارت وایي، چې ۱۰۱ واړه کانونه یې داوطلبې ته سپارلي دي. د دغه وزارت ویناند عبدالقدیر مطلقې آزادي راډیو ته ويلي، چې په دغو کانونو کې د شګې، جمل، تمیراتي او ودانیزو توکو کانونه هم د ښاغلي مطلقې په خبره له

## په کونړ کې له بې خایه شویو...

سربېره د پلازمېنې کابل څخه راغلي شوي، چې د ژمنو توکو رابولو په بار پلاوي پروفسور شاد محمد څرګند د ۱۹۵ کورنیو ته دوه دوه سوه امریکایي ترانسپورت وزارت میسانو د کرایا ډالر او د بیامشته کېدو په موخه د محمدی او احمد جاوېد همد، نورستان کورولو رغونې لپاره ۱۹۵ کورنیو ته والي حافظ عبدالقوم، کونړ مرستیال درې درې سوه امریکایي ډالر ورکړل والي او نورو مشرانو له خوا په اړونده شول سرچینه وایي مرستیال والي کورنیو وویشل شوي د کونړ ولایت وویل ځینې کورنۍ چې د دواړو مرستیال والي گل محمد بیدار وویل. برخو مستحق پېژندل شوي هغوی ته به ۲۱۶ کورنیو ته ۲۹۰ سهمه خاتګوري پنځه سوه امریکایي ډالر ورکړل شي



شامل دي ده زیاته کړه ۱۱ زموږ هدف دا دی، چې وکولای شو هغه ظرفیت چې د ودانیزو توکو په برخه کې لرو، په ریاست معارف شهر کابل غرض تدریس شاګردان لپاره اسلام آباد په یک دریند حویلی ۲۴ اطاقه و یا بیشتر از آن ضرورت لپاره اسلام آباد را به نثر سېده بود یک بار دیگر به اطلاع رسانیده می شود اشخاص که در ساحه مکتب فوق همچو تعمیر داشته باشند و طور کرایه بدهند درخواست های خویش را بعد از نشر اعلان الی مدت ۲۱ روز به مدیریت عمومی تهیه و تدارکات ریاست معارف شهر کابل واقع سرای غزنی کارته چهار سپرده شرطنامه را ملاحظه نمایند ۹۱۷

۱۳۹۸ ل د سلواغې ۱۷ مه د ۱۴۱۱ ق د جمادې الثاني ۱۱ مه د ۲۰۲۰/۶/۲

## افغان اعلانات

تګرډیده اند بنا به اطلاع اسماعیل هرېک ورته سید ظفر شاه یې بی نیت سید علی شاه سید یما سید سلیمان و پریا ولدان سید ظفر و سکینه سلطان منورسلطان بنات سید عبدالله مذکور رسانیده می شود که از تاریخ نشر اعلان الی مدت یک ماه بدعوی خویش حاضر نشود فیصله غیایي صورت گرفته اګناه حق شکایت را نخواهد داشت ۹۱۵

تګرډیده اند بنا به اطلاع اسماعیل هرېک ورته سید ظفر شاه یې بی نیت سید علی شاه سید یما سید سلیمان و پریا ولدان سید ظفر و سکینه سلطان منورسلطان بنات سید عبدالله مذکور رسانیده می شود که از تاریخ نشر اعلان الی مدت یک ماه بدعوی خویش حاضر نشود فیصله غیایي صورت گرفته اګناه حق شکایت را نخواهد داشت ۹۱۵





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