# امریکا د ولسمشریزو ټاکنو لپاره ۲۹ میلیونه ډالر مرسته کوي

په کابل کې د امریکا سفیر جان بس اعلام کړی چې هیواد یې له افغانستان سره د ټاکنو د مصلیاتي چارو د پرمخ بیولو لپاره ۲۹ میلیونه ډالر مرسته وکړي.
جان بس پرون چهار شنبه ویسنیو ته په استولي اعلامیه کې د ټاکنو د بیودجې د تهایي کیدو هرکلی کړی او زیاته کړې یې، چې امریکا هم د ټاکنو د ترسرا لپاره له افغانستان سره ۲۹ میلیونه ډالر مرسته کوي. جان بس وایي، هیواد یې په افغانستان کې د کورنیو څارونکو مصارف هم ورکوي، چې خلکک د ټاکنو د اعتبار او روڼتیا په تړاو ډاډمن شي. جان بس دغه راز ټینګار کړی چې د خلکو له نمې سره سم باید ټول ولسمشري کاندیدان په هیڅ ډول له دولتي سرچینو په کمپاینونو کې استفاده ونه کړي. ټاکل شوي چې د ولسمشري ټاکنې د دارولي میزان میاشتي په شپږمه وشي. د اوږ ولسمشري لپاره ۱۸ کاندیدان دریدلي چې د ټاکنو لپاره تر اوسه حکومت کمیسیون ته شپږ اعشاریه ۹ میلیارده افغانی ورکړي او ۲ اعشاریه ۲ میلیارده افغانی یې له نړیوالې ټولنې غوښتي دي.

Ketabton.com

# ...الي هوکړه، پر ولسمشریزو ټاکنو اغېز نه لري »

«... د اساسي قانون له مخې یو ضروري پروسه ده او د افغانستان راتلونکی ولسمشر هغه څوک وي چې ... ولري، خلک سوله سختې بریکړې، سختې چانې وهل غواړي او باید وکولی شي چې بېرته یې د افغانستان پر خلکو ومني.»

... هغه امریکا او طالبانو ترمنځ تومسوري د سې شپې په ورځ په کابل کې د ترکیبې د «ټي ار ټي» له نړیوالې شبکې سره په مرکه کې وویل، د امریکا او نورو مذاکره کوونکو سره یې په دې توافق کړی چې له طالبانو سره له انتخاباتو مخکې پر ابتدایي سوله باندې سولې پر یو کارې چوکاټ توافق وکړي. په دې مرکه کې

۸ مخ

# د ترکيې له «TRT» راډيو تلويزيون سره د جمهوررئيس غني مرکه

۱۳۹۸ د چنګاښ ۲۴ | ۲۰۱۹ د جولای ۱۵ مه

خبرياله: مننه چې تاسو د ترکيې دولتي راډيو تلويزيون شبکې «TRT» ته وخت ورکړ.

جمهوررئيس غني: خوښ يم چې ستاسو هرکلی کوم. همداراز د ترکيې خلکو او حکومت ته مې نېکې هيلې ورسوئ.

خبرياله: له يوه لوري طالبانو د اسلامي امارت د بيا راژوندي کولو لپاره خپل پروګرام پټ نه کړ او له بل لوري امريکايان هم له افغانستانه د خپلو ځواکونو د اېستلو غوښتونکي دي. په دوحه کې د غونډې په ترسره کېدو سره، داسې ښکاري طالبان لوړ موقف خپل کړی او امريکايانو هم امتيازات ورته په پام کې نيولي دي. ستاسو په نظر، د دوحې غونډه به په افغانستان کې د سولې ټينګښت لامل شي؟

جمهوررئيس غني: زما په نظر، دا ټول د فرضياتو په کچه کې دي. اساسي موضوع دا ده چې په افغانستان کې ثبات يوازې د يوه ډيموکراتيک بهير له لارې امکان لري.

لومړی، که چېرې موږ داسې سيستم ته لاسرسی ونه لرو، چې خلک د خپل هېواد د رهبر د انتخابېدو زمينه برابره کړي، نو د ثبات ټينګښت امکان نه لري. د افغانستان خلکو هېڅکله هم امارت نه دی منلی، بلکې په تصنعي ډول پر دوی تحميل شوی و. د سولې مشورتي لويه جرګه چې د غويي مياشتې له ۹ تر ۱۲ مې جوړه شوې وه، په «جمهوري نظام» ټينګار وکړ. سوله بايد په جمهوري نظام کې راشي، نه په اسلامي امارت کې.

دويم، يوې هوکړې ته د لاسرسي لپاره لياري، د هوکړې نتيجه ګيري او د هوکړه ليک تائيد د سولې د هر بهير مراحل ګڼل کېږي. يوازې خلک کولای شي د پارلمان، لويې جرګې يا ټولپوښتنې له لارې د سولې هوکړه ليک تائيد کړي. په همدې اساس، بايد يوه شو چې دا بهير بېلابېلې مرحلې لري.

د امريکا او طالبانو ترمنځ بحثونه پر څلورو اصلي برخو متمرکز دي، چې په ټولو موضوعاتو هوکړه ونشي، په هيڅ يوې موضوع به هوکړه نه کېږي. له کوم وخته چې د افغانستان حکومت د روان کال په جنوري مياشت کې، په افغانستان کې د امريکايي ځواکونو د حضور کچې د ارزونې وړانديز مطرح کړ، پر دې موضوع د نظر هيڅ ډول اختلاف نشته. يقيناً تاسو به په دې اړه نورې پوښتنې هم لرئ.

له تروريستي شبکو سره د اړيکو اقطع کولو په اړه د طالبانو د ژمنتيا موضوع يوازې په امريکايانو پورې نه مربوط کېږي، بلکې دا په نړيواله، سيمه ييزه او په ځانګړي ډول په ملي کچه يوه موضوع ده. په همدې اساس، دا ساده موضوع نه ده، چې کوم تضمين يا د تائيد او ارزونې سيستم ته له لاسرسي پرته په راحتی اطالبانوا ته امتياز ورکړل شي.

دريمه موضوع، اوربند دی او موږ په بشپړ ډول دا کار کړی بايد ووېل شي چې د سولې راوستو لپاره د اوربند نوښت د افغانستان د حکومت له لوري مطرح شو، ځکه چې د يخوالي جمهوررئيس په وخت کې اوربند تشولی و، خو موږ هغه عمومي کړ.

څلورم، د افغانستان د حکومت او طالبانو ترمنځ خبرې دي؛ چې بايد مذاکره وکړو.

دوه نور اساسي موضوعات؛ لومړی د نشه يي توکو او له جرمي اقتصاد سره د طالبانو اړيکه ده، چې دا يوه نړيواله او سيمه ييزه موضوع ده، دا موضوع د هېروئينو د توليد له مرحلې تېره شوې او اساسي موضوع د مت امفتامين او شيشې د روږدي کوونکو موادو توليد دی، چې په

نړيواله کچه ورته پاملرنه لازمي ده.

او بله موضوع د پاکستان او له طالبانو سره د دغه هېواد اړيکې دي په همدې اساس، زما په نظر په دې اړه قضاوت چې اطالبانوا ته امتياز ورکړل شوی دی، تر وخت وړاندې دی هم افغانستان او هم امريکا په دې اړه جدي هڅې پيل کړې او په دې برخه کې د دواړو هېوادونو سياسي اراده شته ده. اوس توپ د طالبانو په ميدان کې دی، چې مشخصه شي هغوی له دوامدار سياسي بهير سره يو ځای کېدو ته ژمنتيا لري او که

خبرياله: تاسو په ځلونو د طالبانو د حملو لپاره هغوی ته وړانديزونه کړي، خو طالبانو يا هر ځل له افغان حکومت سره له خبرو ډډه کړې دليل يې څه دی؟

جمهوررئيس غني: دليل يې ايډيولوژيک موضوعات. له امارت سره د هغوی ټوليز فکر او اله نورو سره د طالبانو اړيکې دي. بايد ووېل چې موږ برياليتوبونه هم لرو. په ۲۰۱۸ م کال کې، موږ په ۲۰ کلونو کې په لومړي ځل وتوانېدو اوربند عملي کړو او هغه اوربند يوه ازموينه وه، چې په بشپړ ډول زموږ په کنټرول کې وه. د طالبانو لس زره کسان د هېواد له نورو خلکو سره يو ځای شول او تر اوربند وروسته هغوی په هېڅ صورت د جګړې بيا پيلېدو ته ليواليا نه لرله. له همدې امله بايد د طالب جنګياليو او رهبرانو ترمنځ بې توپير وکړو. هغه موضوع چې د اوربند پر مهال په بشپړ ډول روښانه شوه بايد له دې هم انکار ونه کړو، چې د سولې ټول بهيرونه له پېچلتياو خالي نه وي او اعقاومت! او نه منل د سولې په بهير کې نوې موضوع نه ده بايد ووايم، د سولې هدف چې موږ يې هڅه کوو، هماغه چې مشورتي لويې جرګې موږ ته واک راکړی، هغه هدف دی چې ځان مو ورته وقف کړی دی.

خبرياله: داسې ښکاري چې په دې اړه د نظر اختلاف شته، چې څوک د هېواد په ډېرو سيمو کنټرول لري. آيا دا موضوع اهميت لري. تاسو په باور، آيا «د ډېرو سيمو او ساحو کنټرول» کولای شي د امتياز اخيستو اساس وبلل شي؟

جمهوررئيس غني: دا موضوع له دوو راويو تشريح کولای شو.

لومړی، که چېرې رسمي شمېرو ته وګورو، طالبان د هېواد د ټولو ۴۰۰ ولسواليو ۹ تلي يوازې په ۲۲ ولسواليو کنټرول لري. دا وضاحت د سلنې د ترلاسه کولو لپاره تاسو سره ډېره مرسته کوي.

دويم، هلاند عيني واقعيتونه په پام کې ونيسو. د هېواد ډېر نفوس په ښارونو کې ژوند کوي. حد اقل د هېواد پنځه ميليونه کسان، چې د هېواد د ټول نفوس يو پر شپږمه برخه جوړوي، په کابل کې ژوند کوي، که چېرې هغه لوړ ځايونه چې د ښارونو په مرکزونو کې ژوند کوي، محاسبه کړو، نو پايله به يې بيو لوړه رقم وي. بايد ووايم چې آن د هېواد يو ښار هم د طالبانو په کنټرول کې نه دی.

درېيم، د هېواد ټر ځايونه او غرني سيمې دي. کله چې «د ټک رالګت د آزادۍ» په اړه خبرې کوو، هغوی اطالبانا د خپلو شبکو په مرسته د لګت رالګت آزادۍ لري. خو د سيمو د کنټرول مسئله په منفي ډول تعريفوي. هر طالب پاسپورټ، تذکرې او روغتيايي خدمتونو ته د لاسرسي غوښتونکي دي. چې دا کار په حکومت پورې اړه لري. هغوی له ښاريانو او ولسوالو سره يو څه شباهت لري چې د لاسرسي او د خدمتونو د وړاندې کولو لپاره يې يو سيستم جوړ کړی دی.

اصلي موضوع، د طالبانو «منفي قدرت» دی، چې مشورتي لويې جرګې هغه د هېواد د اوسېدونکو لپاره يو مخرب قدرت، په روغتونونو بريد، په ښوونځيو بريد او په کاروانونو د بريد په توګه تائيد کړ. په همدې اساس، دغه ټول قدرت يو مثبت ليدلوری نه، بلکې د جګړې يو تحريکوونکی عامل ګڼل کېږي او تر له هم هغه تائيدوي. په همدې اساس، دا خبره يوې حللارې ته اړتيا لري او موږ ځان سره پوښتنو چې يوه حللاره ورته وړاندې کړو. دا موضوع زموږ د اجنډا په لومړيتوبونو کې ځای لري. په همدې دليل، هر ډول انګېزه يا انديښنه يوې حللارې ته د رسېدو په موخه د شرايطو د تغيير لپاره ده.

خبرياله: ښاغلي جمهوررئيس، ښکاري ډېر افغان سياسي اپوزيسيونونه لاس په کار شوي وي او لکه د امريکا متحده ايالتونه او طالبان غونډې جوړوي، خو احتمالاً وکولی شي خپل سياسي راتلونکی تضمين کړي يا هم اړ شوي له دې کار څخه پرته بل بديل نه لري. کولی شئ خپل د سولې پلان توضيح کړئ؟

جمهوررئيس غني: په پيل کې د سولې هغه پلان چې زه يې لرم، ټولشموله دی. په دوحه کې د خبرو په وروستي دور کې چې مدني ټولنې، ښځو، ځوانانو او د ټولنې بېلابېلو اقشارو په کې ګډون کړی و، په خودجوشه، خو په څرګند ډول له «جمهوري نظام» څخه دفاع وشوه. کله چې د سياسيونو په اړه خبرې کوو، هغه سياسي ګوندونه مې هدف نه دي، چې ځانګړې ټاکنيزې حوزې لري

آيا هغوی پخپله دې کار ته ځانونه انتخاب کړي؟ اساسي موضوع دا ده، چې د افغانستان حکومت، د افغانستان د خلکو منتخب استازی دی. د افغانستان حکومت له هوکړې پرته هيڅ ډول حرکت نشي ترسره کېدای. آيا د سياسيونو يوه ډله کولای شي اد خبرو د لوريوا سياسي بنديان آزاد کړي؟ يقيناً چې دغه صلاحيت يوازې له حکومت سره دی.

**زموږ د سولې پلان لاندې برخې لري**

لومړی، د سولې د ائتلاف جوړېدل، چې د مهم والي يو [illegible]

[illegible]

دويم، د «خبرو» او «مذاکرې» [illegible] بايد توپير وشي [illegible] په وروستي دور کې وشول [illegible]

[illegible]

او اوس يې لري. [illegible]

[illegible]

درېيم، مذاکره خبري ټولشموله موضوع ده، خو مذاکره د دوو اصلي لوريو ترمنځ متمرکز بهير دی. موږ په دوو مرحلو کې د يوې هوکړې ته لاس يوو. په لومړۍ مرحله کې يوې ابتدايي هوکړې يا يوه چوکاټ ته لاسرسي شاملېږي چې دواړه لوري پرې هوکړه وکړي او [illegible] سپتمبر وړاندې ورته ورسيږو. په دويمه مرحله کې، يوې هر اړخيزې هوکړې ته رسېدل دي. په پای کې، د هوکړه ليک د تطبيق موضوع ده. ما د سولې [illegible] هوکړې لوستې دي [illegible] پر دې مسئلې مې يو عمر کار کړی دی. په همدې دليل بايد بسم او حساب شوي عمل وکړو. دوامداره سولې ته د رسېدو لپاره اړتيا ده، [illegible] مسايلو ته پام وشي. په همدې دليل د سولې بهير هره برخه مختلف شريکان، مختلف صفونه او مختلف ائتلافونه لري. په دې برخه کې اصلي موضوع د ښاروند محور اسولې هوکړه ليکدا تائيدي ميکانيزم دی.

خبرياله: له هغه ځايه چې د سولې او جګړې په اړه د سيمې د دولتونو پاليسۍ حياتي ده، آيا هغوی د سيمه ييز ائتلاف لپاره ستاسو د وړانديز ملاتړ کوي؟

جمهوررئيس غني: يقيناً. د سيمه ييز ائتلاف لپاره موږ واقعاً د عمل په مرحله کې يوو. [illegible] کاله وړاندې افغانستان په وچه کې د يوه ايسار هېواد په توګه معرفي کېده، په داسې حال کې چې اوس د آسيا پر څلور لارې د بدلېدو په حال کې دی. هغه څه چې موږ د منځنۍ اسيا هېوادونو او له هغه ها خوا د قفقاز حوزې له هېوادونو سره کړي، حيرانوونکي دي. ويلی شو چې باور وړ فضا رامنځته شوې ده.

د ۲۰۰۰ کلونو لپاره زموږ جغرافيايي [illegible]

[illegible]

۷ مخ

سرمقاله

# د مؤقت حکومت غوښتنه د افغانانو د تباهۍ «طرحه!» ده

له تېرې يوه مرحله: چې د ولس د اراده، غوښتنو او ملي ګټو پر خلاف يو تسمير کېږي، لا هم په افغانستان کې د ولسي نظام پر ځای د «مؤقت حکومت»، د راوستلو خبرې کوي، هغه «مؤقت حکومت»، چې د افغانستان د تاريخي او قسم خورو دښمنانو له خوا د افغانانو د بربادۍ او د هېواد د له منځه وړلو طرحه ده، دا طرحه لومړی د پاکستان لومړي وزير عمران خان په خوله بيان شوه، بيا يې په کابل کې غږ پورته شو او دا دی د ولس له مخالفت سره سره بيا هم د ځينو کړيو له خوا زمزمه کېږي، چې د ملت اراده او ملي ګټې ورته د لوټ د بڼالي هومره ارزښت هم نه لري، خو د «مؤقت حکومت» د دې لټاوري او پلېتي طرحې پرضد د ولس او حکومت دريځ معلوم دی او هغه دا چې دا طرحه پوچه طرحه ده، دا طرحه د افغانانو د بربادۍ او د هېواد د ورانولو او تجزيې طرحه ده، افغان ولسمشر محمد اشرف غني يو ځل بيا له ترکيې تلويزيون سره په مرکه کې د «مؤقت حکومت» طرحه وغندله او په دې اړه يې د حکومت او ولس ګډ دريځ يو ځل بيا روښانه کړی دی. د ولس دريځ د تېرې غويي مياشتې په ۱۲ مه د سولې لپاره په ملي مشورتي لويه جرګه کې معلوم شو او د دې جرګې د ملي ريښتينو استازو په پرېکړه ليک کې د «مؤقت حکومت» پرضد ملي غږ پورته شو او غوښتونکي يې په سختو ټکو وغندل شول، خو دې جرګې د اوسني حکومت ننګه او ملاتړ بيان کړ. دا هغه لويه جرګه وه، چې څه ناڅه درې نيم زره استازي يې د لومړي ځل لپاره د ولس په اراده او د انتخاباتو له لارې غوره شوي وو، نه ټاکل شوي هم وو، او د نورو فرمايشي جرګو پر ځای يې د ملت اساسي غوښتنې مطرح کړې، نو دلته که هر څوک بيا هم هڅه کوي، چې د «مؤقت حکومت» د راوستلو او د ولسي نظام د پرځولو لپاره کار وکړي، هغوی په ملت کې د لا نورو ګرکي ورګرځي او خپل ځان په خپله سپکوي؛ دا ولې يوه بله بيولاله هم غږوي، کله چې د «مؤقت حکومت» د شعلې غږ پورته شي، نو بيا په بله پلمه د ولسمشريزو ټاکنو د ځنډولو او د افغانستان د نظام پرضد د نورو مخالفتونو د راولاړولو لپاره غږ پورته کوي، هغوی وايي، چې کېدای شي ولسمشريزې ټاکنې دې له طالبانو سره تر سولې وځنډول شي، ځکه سوله د افغان ولس ملي غوښتنه او ستره اسلامي فرموده ده، چې افغان ملت تر بل هر څه ورته ډېره اړتيا لري، خو کومه دې سوله، تر اوسه په هيڅ توګه څرګنده شوې نه ده، دوه ځله ولسمشريزې ټاکنې د همدې سولې لپاره وځنډول شوې، اوس هم تر تلې يا ميزان مياشتې پورې ډېره موده نه ده، چې د سولې لپاره بسنه کوي، دا ګز او دا ميدان، څوک سوله راولي او له چا سره سوله کوي؟ افغان ولس له همدغو فورمول ورکوونکو پوښتي، چې د ولسمشريزو ټاکنو په دوه ځله ځنډولو سره، چا سوله راوسته او يا يې سوله ممکنه کړه؟ له اوسني طالب سره خو سوله کېدای نه شي، ځکه دا طالب په افغانستان کې د پاکستان، ايران، روسيې او د پرديو تر شا د انګريزانو د ناوړو ګټو د دوام لپاره د جګړې توکي دي، چې هيڅ د سولې لپاره تصميم نه شي نيولی، خو افغان حکومت د سولې راوستل ستر لومړيتوب ټاکلی او که بيا هم طالب ونه ځان خپلواک ښيي، نو ټوی دې تر ولسمشريزو ټاکنو وړاندې سوله وکړي، خو د ناشونې سولې په پلمه د ولسمشريزو ټاکنو ځنډول، په اصل کې افغانستان د بحران او بې ځګړي او له ورايل وهل دي. افغان ولس او په ټېره بيا افغان حکومت د داسې ناوړو پلانونو مخنيوی په ټول زور او قوت سره کوي او ولسمشريزې ټاکنې يا د ولسي حکومت د دوام اړتيا ويني، چې د ملت خير په کې دی که له ټاکنو وړاندې سوله ونه شي، نو غوره ده، چې د سولې لپاره نوی ټاکل شوی ولسمشر د سولې هڅو ته دوام ورکړي، د سولې لپاره تصميم ونيسي او بايد د سولې مهم او حياتي ترون لاسليک کړي.

# خیبرپښتونخوا له مرکزي حکومته د خپلې برېښنا پور غواړي

د خیبرپښتونخوا حکومت د اسلام آباد له مرکزي حکومته د برېښنا یا بجلۍ په بدل کې ۱۲۸ میلیارده روپۍ غوښتي چې ژر تر ژره یې دې ورکړي. د توانایۍ د صوبايي حکومت سلاکار حمایت الله په دې اړه ویلي، دا ۱۲۸ میلیارده روپۍ کالو راهیسې پرې پاتې دي او دوی ګیلې چې په اسلام اباد کې د دې مسئلې د هوارولو لپاره نورې انتظامي شخړې جوړول کېږي. هغه ویلي دا د ۳۲ کالو مسئله ده او دوی مرکزي حکومت ته ویلي چې دا مسئله دې نوره هواره کړي

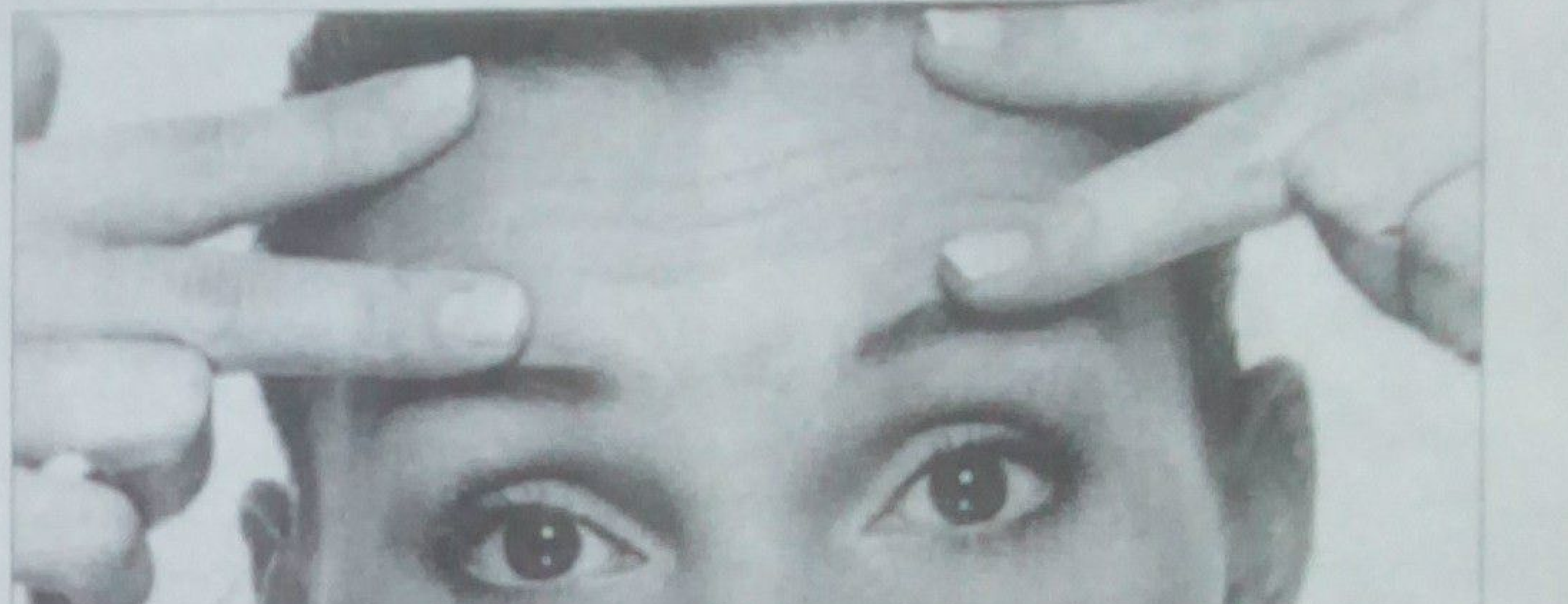
دي او دا تر بېلې او نورو بجلۍ پیدا کوونکو پروژو پیسې دي. هغه ووېل د ۲۰۱۸ کال د اپرېل په میاشت کې یوه کمېټه جوړه شوې ده د دې لپاره او اوس خبرې اخري شوې او دوی تر اوسه هم نه په شا کېږي. د خیبرپښتونخوا د خزانې وزیر تیمور سلیم جګړا په وروستیو کې ویلي مرکزي حکومت دې د جوړې کړای شوې فارمولې له مخې د برېښنا یا بجلۍ د ګټې د خالص رقم صوبې ته د ورکولو او د لوطایمي له عملي کولو ته د وروړې. هغه ویلي دا روپۍ له تېرو ۳۰ هغه زیاته کړې له ۳۰ کالو بېخوالي زمانې یوه روپۍ اوس هم په یوه روپۍ میلاوېږي او په دې کې ډېر ټکي دي. روان کال هم د برېښنا یا بجلۍ د ګټې لپاره مرکزي حکومت له دغې صوبې ۳۲ اعشاریه اووه میلیارده روپۍ اېسارې کړې دي او د خزانې وزیر ویلي له دې امله د صوبې په پرمختیایي چارو کې کمی راغلی. صوبایي حکومت له مرکزي حکومته دا هم غوښتي چې د برېښنا د انتظامي مرکزي دفتر دې واپډا هاوس دې د لاهور په ځای اسلام اباد ته منتقل کړل شي

(c) ketabton.com: The Digital Library

# روغتیا او ژوند

## د تندي او مخ ګونځې مو د ټول عمر لپاره لرې کړئ

د تندي او مخ ګونځې عموماً په زیاته کې پیدا کېږي خو ځینې وختونه کېدای شي دا ګونځې تر زیاته مخکې هم پیدا شي. په ورځني ژوند کې ستړیا او ټنګ فکر ستاسو د مخ ګونځو د پراختیا وړ کوي. په اوس وخت کې دا ستونزه تر ډېره حده شوې ده او ځکه نو اړ نه یاست چې په اړه ډېر اندېښمن شئ. دلته یې یو څو لاملونه او د حل پر لارو پرېکړې یو لاملونه.



۱ - **د لمر وړانګې**: د لمر وړانګې له بوازې ستاسو د مخ یا تندي په ګونځو کې مهم رول لري، بلکې کېدای شي ستاسو د سګرټو څکول هم، ځکه په سګرټو کې موجود نیکوټین د طبیعي نرښوب اصلي عمل ځل کېږي. نو اړینه ده چې دغه ناوړه عادت ژر تر ژره پرېښودل شي.

۳ - **د خوب نشتوالی**: که چېرې تاسو په کافي اندازه خوب ونه کړئ، نو ستاسو بدن نشي کولای چې ستاسو د بدن سري حجرې را ژوندۍ کړي، نو ځکه تاسو باید د شپې څخه تر له ۸-۷ ساعتو پورې په شپه او ورځ کې خوب وکړئ نو پښې ټول سره په د ګونځو د پراختیا مخنیوی وکړئ.

۴ - **د تلو په اوبو زیات مخ پرېمنځل**: د هغه تلونو د اوبو څخه باید په زیاته اندازه د کوچې، خاورې، ګرد او نورو له لاسرسي وکړو نو د مخ پرېمنځلو لپاره باید له ډې اوبو څخه کار واخلو او هڅه وکړو چې د ټول صابونونو استعمال هم ستاسو د مخ طبیعي غوړ له منځه وړي نو باید په مخ پرېمنځلو کې مو له ډېر احتیاط څخه کار واخلو او په ډېرو لږ خاصیت لرونکو صابونونو مخ ونه مینځلو او تر مینځلو وروسته باید پاک دستمال څخه پاکه پښتي خپل مخ وچ کړئ.

**حل لارې**

۱ - د ستاني طرز مو سم کړئ. کتاب ډېر له نږدې مه لولئ که چېرې په لیدلو کې کومه ستونزه ولرئ، نو کوښښ وکړئ چې د سترګو پر تشر برابرې عینکې وکاروئ، ځکه کتاب ته ډېر نږدې کتل هم ستاسو د تندي او مخ د ګونځو په پراختیا کې مهم رول لري.

۲ - **د لمر ضد عینکې وکاروئ**: د لمر ضد عینکې استعمال ستاسو د مخ د ګونځو د پراختیا مخنیوی کوي.

۳ - منظم اوبه وکړئ، ۸ ورځ کې ۲ دقیقې قدم ووهئ او ټول سره په ژوبې کې یوه ورځ سخت تمرین وکړئ کله شوي او پر سر وخوږوئ. ځکه پر سر ټوپي ستاسو د بدن عضلات دي. له منځه لاړ شي استراحت وکړئ.

۴ - منظم غذایي رژیم: منظم متوازن غذایي رژیم ستاسو د ټول وجود د سالم والي سربېره ستاسو د پوستکي په سالم والي کې هم مهم رول لري، کوښښ وکړئ په زیاته اندازه مېوه، سابه او د کب غوښه وخورئ.

۵ - **مستي**: مستي د ګونځو د ورکولو لپاره یو له مهمو موادو ګڼل کېږي. تګلاره یوه کاچوغه مستي راواخلئ او یو څه اندازه میده کوزکس ورسره ګډ کړئ او وروسته یې خپه په ګونځو شو ځایونو ووهئ.

۶ - **د زیتون تیل**: د زیتون تیل یو له ډېرو ګټورو تیلو څخه ګڼل کېږي. ګونځې شوي ځایونه د زیتون په تیلو غوړول، مساجول د ګونځو په کمښت کې مهم رول لري.

۷ - مېوه: یوه دانه مېوه راواخلئ په اوبو کې وایشوئ او تر څه وروسته یې میده کړئ، یوه کاچوغه عسل او یوه کاچوغه وچې شیدې ورسره ګډې کړئ او وروسته په مخلوط شوي محلول په ګونځو سوو ځایونو ووهئ په ورځني ژوند کې په ډېرو ساده بدلونونو سره کولای شي په ژوند کې مو ستر بدلون راولې، خوان به ښکاره شي او پر خپل ځان به مو باور زیات شي.

مخ د پوست د سرطان لامل هم وګرځي، نو د لمر په وړاندې تر ګرځېدلو مخکې باید د لمر ضد کریم وکاروئ، پڅې ټول په وتوانېږئ پوست ته مو د رسېدونکي زیان او د ګونځو د زیاتېدو کچه را کمه کړئ.

۲ - **د سګرټو څکول**: د تندي او مخ د ګونځو د پراختیا تر ټولو لوی عامل د مخ پرېمنځلو لپاره کار وانه خیستل شي چې د اوبو ذخیره ور څخه لیرې وي. ځکه چې دغه اوبه د زیات وخت لپاره په تلونو کې وي او کېدای شي په زهرجنو موادو ککړې وي، مګر په اوسني وخت کې دا چاره نا شونې ده چې د تلونو له اوبو څخه دې کار وانخلو خو که چېرې د

صالح محمد حوتک

## له سپورت پرته مو وزن کم کړئ

د وزن زیاتوالی په اوسني وخت کې یوه ستره ستونزه ګرځېدلې. د خښې په ساحه کې غوړ زیاتېدل یو غیر صحي امر دی چې ورسره ټول بدن ستونزمن کېږي. د وزن زیاتوالی د زړه او شکر ناروغی خطر زیاتوي. پوهان وایي چې مصنوعي غوښه پوهان سپارښته کوي چې مصنوعي یا پروسس شوې غوښه په انسان کې د نورو ناروغیو رامنځته کولو سربېره غوړ هم په پراخه کچه زیاتوي چې ورسره انسان چاغېږي، د غوښې په بدل کې اوبیکا ۳ خواړه چې غوړ نه لري خکه چې دا په غیر صحي اندازه غوړ لري چې د بدن لپاره ګټور نه دي. او په دې کې د مالګې اندازه هم زیاته وي. ددې په بدل کې تازه مېوه او یا هم مالګه نه لرونکې وچه مېوه خواړه دي.

د خښې او ملا په ساحه کې د غوړ له منځه وړل د انسان پر روغتیا ژور مثبت اغېز کوي، ټوی وایي چې زیاتره خلک په دې اړ کې بوازې پر ورزش انحصار کوي خو ددې لپاره د خوراک سمون هم ډېر اړین دی. له دغو خوړو څخه ډډه وکړئ:

لري د وزن په کمولو کې مرسته کوي، په دې کې سورخې غوښه هم شامله ده چې د وزن زیاتوالي سربېره د سرطان لامل هم کېږي.

**د الوګانو چپس** پوهان د الوګانو مصنوعي چپس او دې ته ورته خوړو څخه د ډډې کولو سپارښتنه کوي.

**ګازي څښاک** ګازي څښاک په معده کې سوزش رامنځته کوي، یو شمېر خېړنو د ګازي څښاک استعمال او په ملا کې د غوړ د زیاتوالي ترمنځ یو ربط موندلی دی، ددې په بدل کې د لیمو اوبه، بادرنګ یا نعناع غوره خواړه دي.

**الکول** د انګلستان د ملي روغتیا اداره وایي چې په اوونۍ کې نیم لیټر الکول څښل په کال کې (۲۴۲۰۰) کالوریز زیاتوي، دغه شمېره په انسان کې په لوړه کچه غوړ زیاتوي.

**کیک، بیسکټ او نور خواږه خوراکونه** دغه ټول خواږه له مالګې، غوړ او خوږو لـــــه ډک وي، له همدې کبله پوهان ددې خوړو څخه په سختۍ سره د ډډې کولو سپارښتنه کوي.

## د زیاتو خولو راتلو لاملونه او د حل لارې!

د انسان له بدن څخه خولې راتلل یو طبیعي کار دی چې د بدن په پنځ سالو لامل دي. بوازې دا نه بلکې زیاته خوله راتلل د خینو هغه مهال هم پېښېږي چې موسم ګرم نه وي خو د وینې فشار کچې په کمېدلو سره کې مرسته کوي، خو ځینو خلکو څخه د نورو په پرتله زیاتې خولې راځي چې په عام ډول یو بد عادت ګڼل کېږي.

د خولې نورماله اندازه سړي له تشویش سره نه مخ کوي خو که چېرې انسان له اندازې زیات او له حد پرته په دوامدار ډول خوله کېږي، نو دا یوه ستونزه ګڼل کېږي، انسان له شرمندګۍ سربېره د بدبویۍ ویره هم لري.

پوهانو د زیاتې خولې راتللو په اړه بېلا بېل لاملونه په ګوته کړي دي: لومړی دا چې د بنځو په پرتله نارینو څخه زیاته خوله راځي، دویم: هغه کسان چې فزیکي ورزش نه کوي هم زیاته خوله لري څي، مثلاً دا چې هغه کسان کوم چې زیات ورزش کوي د هغو په پرتله چې له یې کوي کمې خولې راځي، دریم د وزن زیاتوالی هم د زیاتې خولې راتللو سبب ناروغیو لامل هم کېدای شي چې په لاندې ډول دي:

**د زړه حمله** که چېرې مو له بدن څخه زیاته خوله وځي نو د زړه حملې او یا هم د زړه کومې بلې ناروغی نښه ګڼل کېږي، که چېرې د ځان په اړه د زړه کومې ناروغی یا حملې شکمنه لرئ نو د زیاتې خولې راتلو په حال کې هرو مرو ډاکټر ته رجوع وکړئ، خو که چېرې د خولې راتلو سره د سینې تکلیف هم وي نو دا د زړه د جدي ناروغۍ نښه وي.

**ذهني فشار** زیات وخت د ذهني فشار په نتیجه کې له بدن څخه خوله وځي، فشار یا ذهني ستړیا بوازې پر بدن منفي اغېز نه کوي بلکې د خولې وتلو پرمهال هم انسان ته د زیان رسولو خبرتیا ده.

**د وینې کم فشار** ځینې مهال د وینې کم فشار هم د زیاتې خولې وتلو لامل وي، دا ډېره زیاته لوړه، ذهني ستونځانیا، سر ګرځېدل او د سترګو لید په خیر ستونزو نښې څرګندېږي.

**د درمل منفي اغېز** د زیاتې خولې وتل د بېلا بېلو درملو خوړلو پرمهال هم کېږي، که څه هم دا کومه ستونزه نه ده خو ځینې د انتي بایوټکس، د وینې فشار یا نور درمل په استعمال سره خوله راتلل منفي خو عام اغېز ګڼل کېږي.

که چېرې مو له پورته ستونزو څخه کومه نه درلوده او له بدن څخه مو بیا هم زیاته خوله خارجېږي نو په لاندې خوړو سره یې مخه نیولای شئ: د مڼې سرکه، د لیمو شربت، (مالګه او لیمو)، تور چای، د خوږو سوډا، همدا ډول ددې ستونزې له منځه وړلو لپاره مالګه او لیمو ګډ کړئ په لاسونو او پښو یې ومومښئ له وچېدو وروسته یې پرېمنځئ.

## داسې اپلیکېشن چې د ((ټوخي)) د آواز په اورېدلو د ناروغی تشخیص کوي

په عام ډول د ناروغی تشخیصولو لپاره ډاکټران د خپلو تجربو پر اساس او یا هم د بېلا بېلو ټیسټونو په کولو

سره ناروغي تشخیصوي، خو لکه څرنګه چې عصري طب د ټکنالوژۍ په برخه کې ستر پرمختګ کړی همدا ډول طبي ساینس پوهانو د ټکنالوژۍ په مرسته یو داسې اپلیکېشن یا کاربال جمتو کړی چې د ټوخي اواز په اورېدلو سره د ناروغی تشخیص کولای شي. د استرالیا په کوینزلېنډ پوهنتون کې پوهان په دې توانېدلي چې د «۱۴۳۷» د کوچنیانو چې عمرونه یې ۱۲ کاله وو د ټوخي اوازونو په واسطه د څېړک مبایل یو داسې اپلیکېشن جمتو کړی چې د ټوخي اواز په اورېدلو د ناروغی اصلي لامل په ډاګه کړي. زیاتره کوچنیان د ټوخي پر ناروغی ډېر اخته کېږي چې بېلا بېل لاملونه هم لري، ددې اپلیکېشن په واسطه کولای شي د ماشوم د ټوخي اواز په اورېدلو سره د ناروغی نوعیت او یا هم چې ماشوم کې د کومې ناروغی د اخته کېدو امکان زیات دي وښايي. که څه هم ماشوم باید د ټوخي پرمهال ډاکټر ته وښودل شي خو که چېرې دغې ته لاسرسي ستونزمن وي نو دغه اپلیکېشن د ټوخي اواز له سختوالي د ناروغی اندازه معلوموولی شي چې ایا ناروغ په کومه ناروغی اخته دی.

دغه اپلیکېشن د لومړي وار ازموینې لپاره «۸۵۲» بېلا بېل د ماشومانو ټوخي اوازونه وازمویل شول، چې اپلیکېشن په کامیابي سره د هر ټوخي اواز په اورېدلو د ناروغی اصلي لامل او نوعیت له ۸۱ څخه تر ۹۷سلنه پورې سم معلوم کړی دی. تر دې دمه ددې اپلیکېشن په واسطه د سینه بغل، ساغری، ساه تنګي، او نورې تنفسي ناروغی په رسمي ډول تجربه شوې دي، خو د لا غوره والي لپاره پرې کار روان دی. دغه اپلیکېشن تر دې دمه له بېلا بېلو ازموینو لاندې دی او په عام ډول د خلکو پرمخ نه دی وړاندې شوی، خو ویل کېږي چې ډېر ژر به وړاندې شي او خلک بـــه د نـــاروغی پرمهال له سخت تشویش څخه وژغورې. د یادونې وړ ده چې له دې وړاندې جاپاني ساینس پوهانو هم دې ته ورته اپلیکېشن جمتو کړی و چې په واسطه به یې د تنفس ناروغیو تشخیص کېدل شونې وو.

## د بوتلونو تودې اوبه روغتیا ته زیان اړوي

که په موټر کې له ځان سره په بوتلونو کې اوبه لرئ، مه یې څښئ! ځکه چې روغتیا ته زیان لري. په دغو بوتلونو کې اوبه د ګرمۍ له کبله ګرمېږي او د انسان روغتیا ته جدي زیان اړولی شي. په دغه حالت کې د اوبو د حرارت درجه تر ۷۰ سانتي ګراده ګرمۍ له امله له اوبو سره ګډېږي او اوبه زهري کوي چې بیا وروسته انسان ته د څښلو پر مهال زیان اړوي. که چېرې له موټره بهر د حرارت درجه له ۴۰ تر ۴۵ پورې وي، نو د موټر په داخل کې به د حرارت درجه له ۶۰ تر ۷۵ پورې وي. د دې لپاره چې بوتلونه خراب نه شي، هغو د جوړولو لپاره یو ډول مواد چې (Polyethylene terephthalate) نومېږي، استعمالېږي او دغه مواد (پي اي ټي) د ګرمۍ له کبله له اوبو سره ګډېږي، کله چې په اوبو کې حل او بیا وڅښل شي، د انسان صحت ته زیان اړوي.

لورېږي او د پلاستیکي بوتل پلاستیکي مواد چې په ترکیب کې کیمیاوي مواد لري، د

## څلور عادتونه د سرطان د رامنځته کېدو لامل کېږي

په امریکا کې د سرطان یو شمېر پوهانو ځینې عادتونه په ګوته کړي چې د سرطان رامنځته کېدو لامل کېږي، د بېلګې په ډول په سهار ناشته کې زیات ګرم څښاک، کول، هغه څلور عادتونه چې د سرطان لامل کېږي په لاندې ډول دي:

**ډېر ګرم خوراک یا څښاک** په امریکا کې د مری د سرطان رامنځته کېدو خطر زیات وي چې د ډېر ګرم خوراک یا څښاک استعمال کوي، دوی د خولې له وچېدو روغتیا سره هم مخ کېږي، ددې لپاره پوهان سپارښتنه کوي چې د کوم خوراک یا څښاک د تودوخې درجه له ۶۰ څخه زیاته وي باید ونه خوړل څښل شي.

**سهارني ګافي** د ګافي دانو د ازمښت پرمهال له دې څخه ځینې سرطاني مواد جوړېږي چې د خټلو پرمهال په بدن کې راټولېږي. له همدې امله د ورځې له دوو پیالو څخه زیاته ګافي څښل په هغو کسانو کې چې سګرټ هم څکوي د سږو سرطان ۳۱ سلنه زیاتوي، دغه خبره په امریکا کې د سرطان ټولنې په ۲۱ ...

ملونه کلنو له ازموینو وروسته کړي.

**هره ورځ غوښه خوړل** هره ورځ سورخې غوښه خوړل یا هغه غوښه چې پروسس شوې وي د سرطان له کبله د زړه د ناروغی خطر ۲۲ سلنه زیاتوي، پوهان وایي چې په مصنوعي غوښه کې داسې زهرجن مواد موندل کېږي چې له کبله یې بېلا بېل څلور ډوله سرطان چې د هاضمې سیستم له منځه وړي رامنځته کوي.

**د شپې ویښ پاتې کېدل** کم خوب او د شپې تر ناوخته ویښ پاتې کېدل په بدن کې د میلاټونین هورمون خولنجوب کموي. میلاټونین د انسان په بدن کې د ورځنۍ ژوندي سیستم سوولیت پر غاړه لري، کله چې ددې هورمون کچه کمه شي، د پوهانو په وینا په بدن کې یې نقصي رامنځته کېږي او یو شمېر ژیاتي تومورونه رابنکاره کوي. د پوهانو او د سرطان ناروغۍ متخصصینو په وینا ددغې هورمون کموالی په انسان کې د سینې یا پروټو سرطان خطر زیاتوي.

# د خوشحال په طب نامه کې نوي طبي حقایق

پوهنیار سیداصغر هاشمي

خوشحال خټک يو ماهر طبیب اوحکیم و، د طب او حکمت په میدان کې يې د عقل او پوهې نه ډکې خبرې کړې طب دخوشحال کسب نه و او نه د طب عمومي استعمال ته يې دومره وخت درلود ،خوطب په هغه زمانه کې د علم او ادب یوه حصه وه او د ضرورت مطابق دغه علم ضروري و

د روغتیا په برخه کې اصلاً د ده تجربه د الوتونکو په برخه کې وه، خو په انساني طب کې يې هم تجربې درلودې

طب نامه دخوشحال خټک منظوم اثر دی،لکه څنګه چې له نامه يې ځرګنده ده په دې کتاب کې يې دځینو مرضونو د علاج لپاره درمل په کې ښودلي دي

خوشحال خان خټک په منظم او سیستماتیک ډول زده کړې نه وې کړې ، خو د دوو استادانو شاه اویس ملتاني او سیالکوټي صاحب نومونه په ځینو ادبي څېړنو کې یاد شوي بابا د خپل وخت د فارسي، عربي او داسې نورو ژبو مطالعه درلوده، نو له همدې امله د ده پر ویناوو کې د معنا له مخې د فارسي ژبې شاعرانو مولانا جلال الدین بلخي، سعدي، سنايي او داسې نورو د ویناوو څرکونه لیدل کېږي

همدارنګه د عربي ژبې ځینې منظومې ژباړې په دې دلالت کوي ، چې د عربي ژبې د ویلو او پوهېدلو پوره صلاحیت يې درلوده په دستارنامه کې يې ځای ځای د خپلو خبرو د تائید لپاره د فارسي ژبې شعرونه، عربي معقولې، قرآني ایاتونه او احادیث راوړي دي

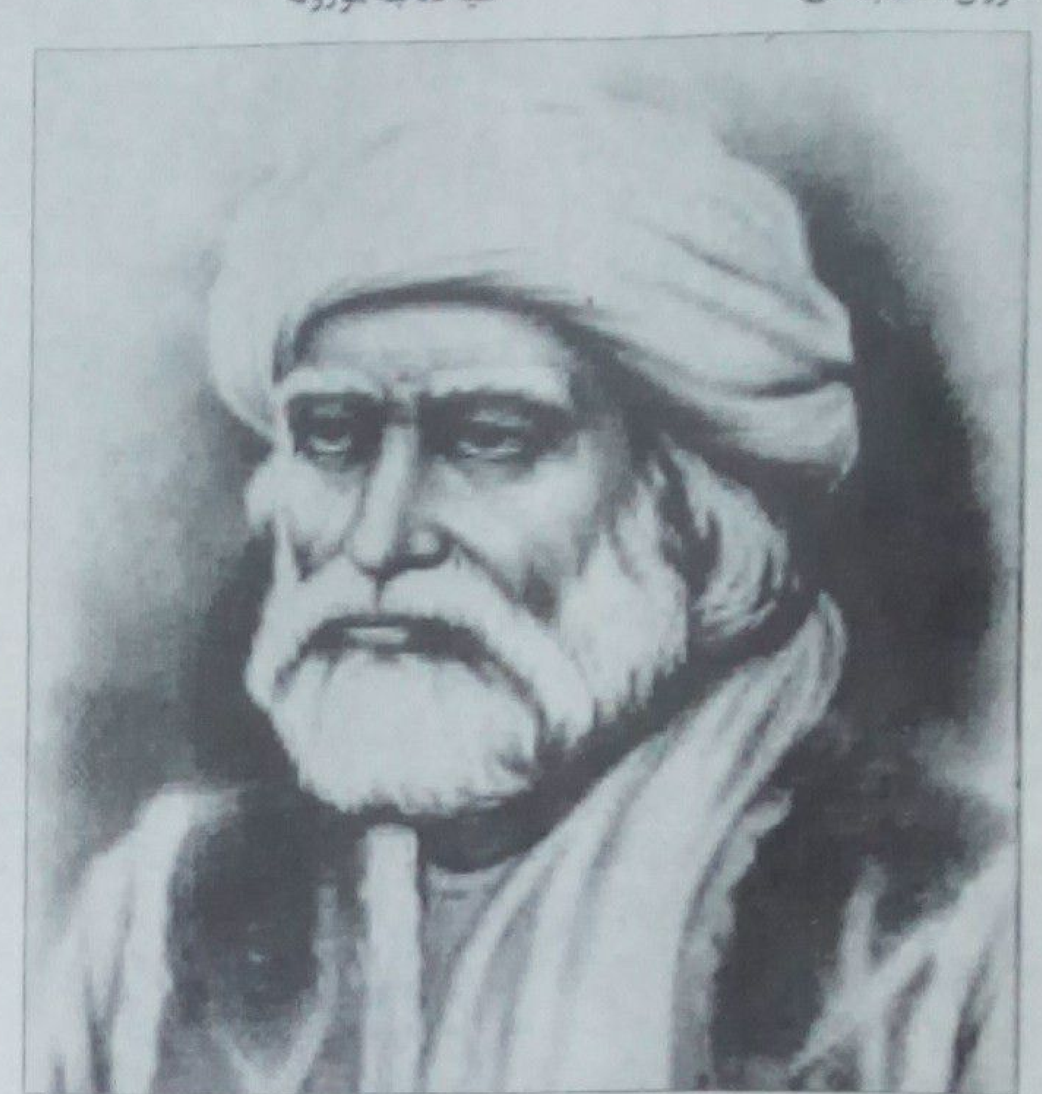
په ځینو آثارو کې خان بابا د فیلسوف په نامه یاد شوی ، چې د ده له مطالعاتو نه وروسته زیاد نه رسولې شو، چې خان ریښتیا هم فیلسوف و له اسلام نه مخکې په مصر او یونان کې هغه چاته دا لقب ورکول کېده ، چې د نړۍ د اکثرو علومو او فنونو نه به يې مطالعه درلوده په هغه وخت کې ټول علوم د کل په ډول د یوې ونې د ډډ حیثیت درلود ، خو د وخت په تېرېدو علوم تقسیم بندي شول او ورځ تر بلې علوم د پرمختګ په حال کې دي

خوشحال بابا هم د خپل وخت د اکثرو علومو مطالعه درلوده چې د ده په منظومو آثارو کې په طب نامې ځیلې خبرې پیل کوم

طب نامه د بابا منظوم طبي اثر دی خوشحال د نورو زده کړو تر څنګ

په منظم ډول طب هم نه دی لوستی ، خو د وخت د طبي آثارو مطالعه يې درلوده

د ده په طب نامه کې د ځینو طبي آثارو یادونه شوې او دا ثبات ته رسوې چې بابا حتماً دغه آثار لیدلي او ویلي



**په کلیاتو کې يې راغلي دي**

د نزول علت بلا دی

د جا مه شه لا دوا دی

ما بو نقل اورېدلی

په شفاعلیل کې کښلی

هغه نقل درته کښمه

زه په خپله نه وایمه

دطب نامې منظومې په وینا کې د (شفاعلیل) ذکر راغلی دی، دا اثر د خپل وخت مشهورطبي اثر او له پورته ذکر شوي شعر نه ثابتولای شو ، چې خان پورته اثر لوستی دی همدارنګه وایي

خو پرهیز دې یرې ډېر سخت وي

رز په روغ شي که دې بخت وي

په لوی طب کې مې لیدلي

یا په خود مې ازموېلي

په پورته شعر کې د لوی طب نه هدف طبي اثر دی امکان لري ، چې دا دې د بل اثر نوم وي او دا هم کېدای شي، چې دا دې د کوم اثر نوم وي

په نړۍ کې له خوشحال مخکې ډېر لوی لوی طبي ډاکتران تېر شوي ، چې له دوی ابو علي حسین ابن عبدالله ابن سینا دی دی د طب او فلسفې لوی عالم تېر شوی او د طب په برخه کې يې د (القانون) اثر يو ادبي شهکار بللی شو

دا کتاب د لوېدیځ په پوهنتونو کې تر ۱۷ پېړۍ پورې او هم د هند په نیمه وچه کې تر ۲۰ پېړۍ د طبي زده کړو د رسمي پروګرامو جز و

خوشحال د طب نامې په نسخه کې د رفرنس په ډول د القانون کتاب یادونه کوي او هدف يې دا دی چې دغه وینا

مې له القانون نه اخیستې ده او وایي

که سرې په صورت زوړ شي

هم خشکي لري هم سوړ شي

ادویه يې دا ضداد کړه

فهم عقل هلته زیاد کړه

کلیه ده په موزونه

ماده کښلي له قانونه

په طب نامه کې ځینې داسې روغتیايي ویناوې هم شته چې د معنا له مخې د ابن سینا له طبي نظریاتو او افکارو سره يې پرتله کولای شو

د ابن سینا په طبي تحقیقاتي ویناوو کې کله کله د سر له ناروغیو پیل کوي او په پښو يې پای ته رسوي ، چې د خوشحال پر ویناوو کې هم داسې خبرې شته امکان لري چې خان به د ابن سینا د کتابونو مطالعه هم درلوده ( وردګ، ۱۸۳_۱۸۵ مخونه)

د طب په ډولونو کې خوشحال د یوناني طب ډېره مطالعه درلوده، خو که چېرې يې خبرې د ننبو عصري طبي څېړنو سره پرتله کړو، خبرې هم يې تائیدولای شو

خوشحال د دیني علومو مطالعه هم درلوده او د ده اکثره لیکنې په دې دلالت کوي، که فضل نامه يې مطالعه کړو،نو زما دغه خبره به ثبوت ته ورسېږي

غواړم په قرآن او احادیثو کې طبي لارښوونې له عصري طب او د خوشحال بابا له طب نامې سره پرتله کړم او دا ثبوت ته ورسوم چې د خان طب نامه له نوي عصري ویناوو سره په ځینو برخو کې مقایسه کولای شو او همدارنګه يې ویناوې د قرآني آیتونو او احادیثو سره هم پرتله کولای شو

دکب کبې په غذاکې د ماهي د غوښې یادونه د الله تعالی په سپېڅلي کتاب کې قرآن کریم کې شوې ده

زباړه ،، ستاسې لپاره د سیندښکار او د هغه طعام حلال وګرځول شو، تاسې او مسافران له هغو نه ګټه واخلئ ،،

همدارنګه د قرآن کریم بل ایات دی

زباړه ،، الله تعالی هغه آیت دی، چې سیندېې ستاسې لپاره مسخرکړ، چې د کبانو له تازه غوښې نه ګټه واخلئ ،،

خوشحال بابا د اخیګر، مطالعه درلوده او د ده په څېړنو کې تصوفي، عرفاني، دیني او علمي خبرې ډېرې لیدل کېږي، نو له همدې امله د ده ځینې ویناوې له قران کریم سره هم اړیکې لري په طب نامه کې د ځینو شیانو یادونه شوې او د ماهي د خوړلو په هکله هم داسې خبرې لري، چې په قرآن کریم کې هم راغلي او نوي ساینسي او طبي تحقیقات په کې هم ذکر شوي

د سر درد لپاره يې لارښوونه کړې ده ماهي واخلئ له هرځایه پاک کړئ، کوم هډوکي یا لنګې چې لري، ځینې لرې کړئ او د کنځلو په تبلوکې يې په پوخ کړئ، کله چې ماهي پوخ شي وايي خلئ او په بولونې کې يې کېږدئ چې غوړي نه تري وڅاڅي کوم څه چې په غوړیوکې پاتې کېږي، د شیشې په واسطه يې لرې کړئ ، چې غوړي صاف شي او له هغه وروسته يې د مریض په غوږ یا پوزه کې وڅڅوي نو د سر درد به يې له منځه ولاړ شي لکه چې وایي

که تازه ماهي خوک واخلي

که روهو وي له بـــــهتر

اندرون يې درست کالي کا

الایش يې کړه بـــدر

دمـــــروه په پاېو پک شي

د ده کبده درست ځيګر

بیا يې ګېډه سره کوک کا

چې مـــحکم شي لــــــروبر

دکونجد په تېل يې بوخ کړه

چې بـــــه بوخ شي سراسر

بیا دې بوخ ماهي راواخــــلي

له روښه ګـــــرم تـــر

پــه طباخ کې دي يې پرېږدي

چــــې غوړي شي ترې بــــدر

بیادې صاف هـــغه غوړي کـــا

پــــه شیـــــشه دې يې کـــا در

په صماخ کې يې بوڅاڅکی

یـــا پــــه پوزه کــــې اندر

چــــې د درد خلاصی دا وکا

پرې ورکېږي دردسر

که هغه ماهي څوک وخوري

ســـود يې باد اړي بېشتر

ناسور یو ډول بد تکلیف دی، چې د درملنه په هکله يې ستونزې موجودې وې ، خو د الله تعالی په فضل نوي طبي تحقیقاتو ډېرو سختو تکالیفو لپاره درملنه شوني کړې ده

# زما اوښکې

زما اوښکې دمرحوم استاد پوهنوال غلام دستګیرړنګ دشعرونو لومړنۍ ټولګه ده چې دهغه مرحوم له مړینې وروسته چاپ شوې ده دکابل پوهنتون دساینس پوهنځي پخوانی استاد اودریاضي دیپارټمنټ مشرخدای بخښلي دیپلوم انجنیرغلام دستګیرړنګ خوږیانی د۱۳۸۹ هـ ل کال دلیندۍ په میاشت کې په حق ورسېد ارواح دې ښاده وي دنوموړي خدای بخښلي له مړینې وروسته دده دوه شعري ټولګې د عبدالرووف قتیل خوږیاني په کوښښ اود ډاکتر لطف الله ړنګ په کمپوزترتیب او چاپ ته چمتو کړای شوي چې دادی لومړنۍ ټولګه يې د ،، زمااوښکې،، په نامه له چاپه راووته اوبله ټولګه به يې په راتلونکي کې چاپ شي ددې چاپ شوي ټولګې په پیل کې دمیهن خپرندوی ټولنې په مرسته دیوښ په لومړي مخ کې په پنځه سپین لیکک ،، زمااوښکې،، سرلیک اوپه لاندې خنده کې يې دشاعر نوم لیکل شوی دی دلومړنۍ پاڼې په مخ کې يې هم دشاعر نوم راغلی دی. ددې مخ

په پای کې لیکل شوي، چې ۱۳۸۹ کال دهمدې پاڼې په دویم مخ کې دافغانستان نقشه اونقشې جوړښت دبسم الله الرحمن الرحیم په مبارکه کلمه کې نغښتل شوی دی ترنقشې لاندې دکتاب پېژندنه او ترې لاندې يې دکتاب نوم دشاعر نوم دچاپ ځای، دکتاب پلورنځی، دچاپ کال ۱۳۸۹ هـ کال اوبیا ډېرابن دبختیارصاحب اوورېږي دچاپ شمېر اوددغه مخ په پای کې دنورې بلې کرښې په مخ کې په سپین خط لیکل شوی،چې ددې کتاب ټول حقوق له خپرېږي ټولنې سره خوندي دي ددویمې پاڼې په لومړي مخ کې دالی داسې لیکل شوي ، چې ،، دررونـــو دواکـــداراودهیلو دیداکوونکي په نامه په دې کتاب پیل کوم او هغه چاته يې وړاندې کوم چې دپاک زړه په پرده کې پاکې آرزوګانې روزي اود دردونو اومایوسو امیدونوبوره پوره قدر داني وکولای شي ترډالی لاندې لیکل شوي ړنګ خوږیانی ددلوې میاشـت ۱۳۸۹ کـال ننګرهـار جلال آباد ددې پاڼې په دویم مخ کې ښاغلي قتیل خوږیاني دلیکوال ترلنډې پېژندنې لاندې لیکلي دي ښاغلي ړنګ دننګرهار ولایت دخوږیانیو دمرکز کرې په زاړه بنار کې زېږېدلی هغه په قوم ابراهیم خېل خوږیانی اودارواښاد محمدسرور خان زوی دی ارواښاد بېنوا په اوسنۍ لیکوال کې دنوموړي دزېږېدلو نېټه ۱۳۰۷ هـ کال لیکلې ، خو په خپله مرحوم ویلې چې په تذکره کې يې راته دزېږېدنې کال ۱۳۰۰ ل لیکلی ، خو زه هغه مهال چې امیر حبیب الله خــان ووژل شــو دکـرې دشیراحمدخان کلا له ارواښاد ملاصاحب سره دقدري ، مومني ، نظم ، پنج ګنج، ګلستان اوبوستان په زده کړه بوخت وم اوبیا مې دکرې دروښانکوټ دلوی جومات له ملاامام ارواښاد استاد محمدعلیخان څخه نوې دیني زده کړې وکړې

که دغه مهال ۱۹۱۹ ع ۱۲۹۸ ل ښاغلی ړنګ اته کلن وګڼو، نو په ۱۲۹۰ هـ ل کې زېږېدلی دی. په۱۳۰۶ ل کال کې ښاغلی دکرې دلومړنیو زده کړو دښوونځي له څلورم ټولګي څخه فارغ شوی او په ۱۳۱۸ ل کال کې دکابل دارالمعلمین ښوونځی شو په ۱۳۲۹ ل کال دجلال آباد دمنوسطې مدیر شو، په ۱۳۳۰ ل کال کې يې دالفت، خادم، رښتین اونايب الحکمه عبدالله خان وردګ په ملاتړ دجلال آباد متوسطه، دننګرهار په لیسه ونوموله وروسته بیا دننګرهار، لغمان او کونړونو نوې ولایتي جوړښتونه رامنځته شول او دپوهنه رېا ده، غربي ترلرې پرتو سیمو ورسېد په ۱۳۳۱ ل کال کې دننګرهار ولایت دپوهنې مدیر وټاکل شو په ننګرهار کې دننګرهار دشاعرانو ټولنې جوړول يې دغه مهال ستره لاسته راوړنه ده په ۱۳۳۸ ل کال کې دپکتیا دپوهنې مدیر وټاکل شو، چې دلته دنجونو دښوونځیو موسس هم ګڼل کېږي

په ۱۳۳۹ ل کال کې دوخت دپوهنې وزیر ښاغلي علي احمدخان ، نوموړی دلغمان دپوهنې سرپرست مدیر وټاکه په ۱۳۴۰ ل کال کې دکابل دابن سینا لیسې مدیر وټاکل شو چې دوزارت په ملاتړې په کې دقتیل خوږیانی، محمدعثمان تړند په زیار پارسي کتابونه پښتو ته نه یوازې وژباړلو، بلکې وباړل شوي کتابونه يې دتدریس وروګرځول په ۱۳۴۴ ل کال کې دپوهنې وزارت دملګرو ملتونو ښوونیزې او روزنیزې موسسې ته وروپېژندل شو، چې ورته دپوهنې ښوونځیو ته دکتابونو دلیکلو او دښوونکو دروزنې دنده وسپارل شوه په همدې کال په جاپان کې دریاضیاتو نړیوالې غونډې ته وبلل شو او د استاذ ړنګ دریاضیاتو تعلیمي نصاب دآسیايي هېوادونو لپاره ومنل شو په ۱۳۴۳ ل کال دبیروت امریکایي پوهنتون ته ولېږل شو او دریاضیاتو په څانګه کې يې لوړې زده کړې پیل کړې، هېوادته له راستنېدو سره سم دتالیف او ترجمې په ریاست کې دریاضیاتو ددیپارټمنټ علمي غړی مقرر شو په ۱۳۴۹ کال امریکاته ولېږل شو دریاضیاتو اوفزیک په څانګه کې يې دفریدونیا په پوهنځي کې ماسټري واخیسته او په دوکتورا بوخت شو، دغه مهال دریاضیاتو نړیوال کنفرانس ته چې په جرمني کې جوړ شوی و وبلل شو خو په اساسي قانون دلیوکې پرلامـــل دوخـــت صـــدراعظم ، محمدیوسف خان بېرته هېواد ته راوغوښت او ددوکتورا دتېرس دفاع ترې پاتې شوه

په ۱۳۵۶ ل کال دکابل پوهنتون دساینس پوهنځي استاد وټاکل شو او ... شمېرمحصلان يې وروزل په ۱۳۷۸ ل کـال پېښورته مهاجرشو چې لومړی دسیدجمال الـدین افغان پوهنتون علمي مرستیال اوبیا دافغان پوهنتون دریاضیاتو استاد وټاکل شو، کله

چې افغان پوهنتون پکتیاته واستول شو استاد په پېښور کې پاتې شو په ۱۳۸۲ ل کال يې دسترګو عملیات ناکام ترسره شول چې دژوند په وروستیو وختونو کې يې سترګې له لیدو پاتې شوې

په ۱۲۸۰ ل کال کې دساپې ښښو خپرنـو اوپراختیامرکز په مالي لګښت يې دطب، زراعت او انجنیري پوهنځیو دکیمیا او بیولوژي څانګونه دعمومي ریاضیاتو اساسات کتاب چاپ او خپور شو ددولسم ټولګي ریاضیات دنهـم ټولګي کیمیا دپوهنتون دلومړۍ اودویم کورس لپاره خطي الجبره اودیټ نظریه يې هغه کتابونه دي چې پخوا چاپ اوخپاره شوي دي مرحوم ړنګ سربېره پرښوونیزو پراختیايي هڅو په لوی ننګرهار، کابل اوپکتیا کې له ورځپاڼو سره ملي اوفرهنګي مرستې ترسره کړې او هم يې دپکتیاهمدارنګه اخبار دمدیر نورمحمد پوونده په غیاب کې ددغه اخبار سرپرستي هم کړې ده دجمعې شپه او ،، وزیربه يې دلنډه کیسه بیلګې دي چې دپکتیا په وړانګه اخبارکې پرله پسې خپرې شوې دي دغه راز يې په ننګرهـارکې لسګونه اصلاحي اوانتقادي ډرامې دسټیج لپاره جوړې کړې چې برېالی لوبېدلي دي دښاغلي ړنګ لیکنې اوشعرونه په هېواد، زېري، اصلاح اوو ړانګه اخبارونو کې خپاره شوي دي ورپسې قتیل صاحب داوښکې ترسرلیک لاندې سریزه اوبیا عارف خان همدرد سابې دخو خبرې تر سرلیک لاندې خپلې لورېې کړې دي تردې دمه يې دغه شعري ټولګه چې زما اوښکې نومېږي خپره شوې چې په ۲۱۶ مخونو کې يې ۸۹ شعرونه ځای کړي اودلوستونکو اومینه والو دادبي تندې ماتولو ته يې وړاندې کړې دي، دکتاب په لومړي برخه کې ،، زماربه،، ترسرلیک لاندې مناجات داسې دی

زما ربه نوی رنګ نوی جهان را

نوو نوو اشاروته نوی شان را

زما ربه په توفیق مې هومره بارکړې

چې خان وپېژنم خان لره چشمان را

دنیا نه ده لوی دریاب دی په کې ورک شوم

لاسنیوې ته مې لایقه کشتیبان را

چې صاحب دقناعت وي په هرځه کې

خدایه دغه رنګه سپېڅلی پاک وجدان را

چې دخپل ورور دوجود غوښې ونه خوري

همې رنګه ملکان او حاکمان را

لمدې غوښې پرې دورور چې خوړی نشم

داسې خوله خاونده دارنګه زبان را

دکتاب په پای کې يې دمور، ترسرلیک لاندې داسې لوړنه کړې، چې دهرمرض د واده هغه مور ده

تش مکا يې په ژوندون کې نوی ژوند دی

په صفت چې مسیحا ده هغه مور ده

ګل باعث دزیبايي دچمن ګرځي

چې دهرګل نه زیبا ده هغه مور ده

په للولو کې رنګ ورکوي ړنګ ته

په ښکلا کې چې ښکلا ده هغه مور ده

مولف آغا محمدګرندی

# مطالعه کتاب ((اگر جهانیان شکست بخورند)) مفید میباشد

اگر جهانیان شکست بخورند نام کتابیست که مجموعه از نوشته های سیاسی و اجتماعی محمد اسمعیل یون استاد پوهنتون کابل بوده که در گام نخست به لسان پشتو نوشته و چاپ گردیده است و نظر به اهمیت محتوایی بار دوم توسط مصطفی عمر زی به لسان دری ترجمه و چاپ گردیده است

درین کتاب در مورد وضع تلخ و نا هنجاری های اجتماعی سیاسی افغانستان توضیحات سازنده و انتقادی ارایه گردیده یا به عباره دیگر این کتاب مجموعه از نوشته هایست که با دو رویکرد اجتماعی و سیاسی وبا توجه محوری برحضور جامعه جهانی ، ما را به پندار و دقت بیشتر برآن ساله های می کشاند که در ظاهر جزهمان گفتمان های مردم عام اند ، ولی اهمیت آنها ، زمانی آشکار میشود که حاصل دهند وآن زمان متوجه می شویم که ظاهرساده ی بسیاری ازمفاهیم ، وقتی در دستگاه تجربه و تحلیل عقلانی قرارمیگیرد ،چه مهم ،تاثیرگذار وحاد بوده اند

این کتاب در کنار فراخوان شما بر ساله های مهم ،گوشه های ازبینش ومنش نویسنده اش را با شفافیت کامل و کوتا ترسیم میکند نویسنده ی کتاب با جسارت وجرئت درخورتحسین ازتاختن به هرنا بکاری هراس ندارد و

حیات ا لله حلیم

درحالیکه با یک برنامه ی روشن فرهنگی می کوشد تا خالیگاه حوزه ی کارفرهنگی ، فزون شود ، در بحث سیاست وعدالت ، خواهان تامین حقوق انسانی و درخورشان مردم این سر زمین است ، باید گفت که تمام مقالات این کتاب به روحیه ملی نوشته شده است در صفحه ۲۹ کتاب میخوانیم ، درگونه ی عام ، ملت افغان درحالش حضور هیچ نیروی خارجی را نه می پذیرد و نه تحمل کرده میتواند ، لیکن هنگامی که حضور

۷ مخ

(c) ketabton.com: The Digital Library



# افغان ((جزائل))، چې د انګرېزانو تر پښو لاندې يې مځکه سور اور کړه

جواد مختار

جزائل څه شی دی؟

په افغان ـ انګلیس لومړی (۱۸۳ ـــ ۱۸۴۲)، دویمې (۱۸۷۸ ـــ ۱۸۸۰) دریمې (۱۹۱۹) جګړو کې بوازینی ... سی چې د انګریزانو خوب ... ې تښتولی و جزائل (Jezauil) ټوپک و. انګلیس ... ساریخ لیکوونکي وایې د ... مکتانې له قوله د هغه مشهوره خبره لیکي ((افغانان به له جګړو سترې نه شي او جزائل له ډرو))

کابو دوه سوه کاله د مخه زموږ نیکونو د دښمن مقابله په خپل لاس جوړو کړیو ټوپکونو (جزائل) کوله، زیات یې د کابل په اهنګرخانه کې جوړېدل او یو شمېر نور بیا په مختلفو دولونو او شکلونو د هېواد په نورو برخو کې دا ټوپکونه طبیعتاً د افغانانو له جنې (بدني جوړښت) سره جوړ وو؛ اوږده، ظریف، رسا نښه ویشتونکي، ساده او په عین حال کې خطرناک

**له جزائل څخه د انګریزانو وېره**

Behind the Khyber Pass د جان ویلر لیکل شوی کتاب دی چې د افغان جزائل په اړه یکې په پوره تفصیل خبرې شوې ویلر د میرمن لیډي سیل (د ګرمن رابرټ باب میرمن وه چې له انګریزانو سره د یرغل پر مهال یې افغانستان ته سفرونه کړي) له قوله په خپل کتاب کې لیکي ((داسې لېدل کېږي چې انګریزي مسکټ ټوپک اغېزمن نه دي او په قشله کې پرانه دي، انګریزان له زړو ټوپکو کار اخلي چې دواړه د افغان جزائلو سره سيالي نه شي کولای، انګریزانو باید د افغان جزائلو بیخ ایستلای وای))

کله چې د کابل په بي بي مهرو غونډۍ کې جګړې شدت واخیست او له هر لوري افغاني غازیانو حملې پیل کړې دا داسې وخت و چې جګړې خودجوشه حالت غوره کړی و نه کوم قوماندان موجود و او نه هم په دې جګړه ایز حالت کې له چا سره ددې فکر و او نه هم په داسې احساساتي وخت کې چا، د چا خبره اورېدله، له انګریزانو لاره ورکه وه د دوی کوښښ دا و چې له هرې ممکنې لارې په استفادې خپل ژوند و ژغوري، د همدغه کتاب په ۲۲۲ مخ کې لیکل شوي:

ډګرمن تامس اولیور غوښتل خپل دار شوي عسکر د بي بي مهرو د غونډۍ سرته و خېژوي، هیڅ د هغه خبره و نه منله او په همدې کشمکش کې د جزائل دګولۍ ښکار شو، دا د هغه د ځولې وروستۍ خبره ده، خپلو خلکو پرې برباد کړم))

په بي بي مهرو ... ي له جګړې ...

د افغان ـ انګلیس لومړی جګړه (۱۹۲۲) وروسته انګریزانو د خپلې ماتې په دلایلو غږېدلي دي، د ماتې په دې دلایلو کې پنځه هغه يې تخنیکي او شپږم هغه یې چې د انګریزانو په ماتې کې يې اساسي رول لوبولی جزائل ټوپک و

**د جزائل او انګریزي وسلو توپیر**

معمولاً انګریزي مسکټ ټوپکونو له ۵۰ تر ۷۵ متره پورې هدف ویشته، انګریزي ټوپکونه به په کارخانو کې تولیدېدل، او د شکل او ډیزاین له مخې یو شان وو، جزائل بیا لاسي جوړ ټوپکونه وو هر آهنګر او استاد يکې خپله سلیقه پاللې دا له انګریزي ټوپکونو اوږده وو، حتی سایز يې تر ۱۸۰ سانتي متره پورې رسېږي او د همدې اوږد میل په برکت و، چې تر ۱۵۰ مترو پورې يې رسا نښه ویشته

**د جزائل مختلف دولونه**

**د جزائل جوړښت**

جزائل اوږد میل لاره او د میل دننه جوړښت يې شپږ او اووه ضلعې لرلې، د میل په امتداد يې په لاندې برخه کې د باروتو د ډکولو او د میل د پاکولو لپاره اوږد سیخ لاره چې په میل کې د داخلېدو لپاره استعمالېږي، د میل په لاندېنۍ برخه کې له لرګي استفاده شوې چې دا لرګی بیا له میل سره د یوې حلقې وسېنې په واسطه نښل شوی د لرګي او میل د اوږدوالي له امله د وسپنې دا حلقې حتی تر خلورو پورې رسېږي

د جزائل بله برخه د کنداغ ده چې د خو موخو لپاره استعمالېږي، کله چې د پروت په حالت کې ترې استفاده کوي نو کنداغ د ورمېږ او اوږې د مخ برخې ته برابرېږي، کله چې په ولاړ حالت کې استفاده کېږي دا کنداغ داسې ډیزاین شوی چې په تحرک کې نیول کېږي او هم د لاس مټ ته برابرېږي

جزائل د میل د خولې له لارې له باروتو ډکېږي او ورسې له وسپنې جوړ مردکی ور اچول کېږي او بیا په دې ټوپک کې د نصب سیخ په مرسته برابرېږي کله چې دا پروسه ختمه شي نو د جزائل کولنګ شا لور ته کش کېږي له دې وروسته جزائل د ډز او نښې ویشتلو لپاره تیار دی

افغانان طبیعتاً ښکلا خوښوونکي خلک دي او دا ذوق يې حتی په ټوپکو کې هم پاللی، د جزائل ظاهري ښکلا او تزئین هم د بحث وړ موضوع ده، د هر جزائل کنداغ او د میل د لرګي برخې په دومره ظرافت جوړې شوې او تزئین شوي چې په اوسني عصر کې د اتلمې پېړۍ دې هنر ته سړی ګوته په غاښ کړي

**مکتانې په جزائل وژل شوی**

د افغان ملي تاریخ لیکوال دا خبره په سراج التواریخ کې

یو شمېر تاریخي کتابونو او خپرونو کې د ... وسطي قسمونو له ... هم تر ډېره ... افغان ـ انګلیس جګړو ... محمد شاه خان بابکر ... تاریخي واقعې ... ووال لې ...

هغه مسایل چې موږ د بسوونځیو په تاریخونو کې لوستي تطبیق کړو، مثلاً موږ د ښوونځیو په کتاب کې لوستي چې مکتانې د وزیر اکبر خان په لاس وژل

له جزائل څخه استفاده

کله چې انګریزان د افغان ـ انګلیس دریو جګړو کې مات شول جزائل خورا مشهور شو، د جزائل د شهرت اوازې

فابریکې تولید نه و، چې څېره شي او یا ډېر تولید شي همدا وجه وه چې په نورو سیمو کې ددې ټوپک نقل یا کاپي استعمالېده دا هم د هېرولو نه ده چې د افغان ـ روس جګړې په لومړي سر کې له همدې جزائلو او نورو استفاده شوې وه چې وروسته بیا خدای په مجاهدینو امریکا مهربانه کړه

**په افغانستان کې د وسلو جوړولو تاریخچه**

په لسمه میلادي پېړۍ کې د غور ولایت خورا اباد و او خیښې مشهور باړونه يې لرل چې فیروز کوه، مندیش او آهنګران يې لا تر اوسه پاتېږي؛ مندیش د تاریخي اسنادو پر بنا د امیر کروړ د زیرون ځای دی او امیر کروړ هغه ځوک دي چې موږ ته د پښې خزانې له لارې لومړنی لیکلی پښتو شعر په لاس راغلی، په غور کې پر لیږو، نورو او چړو سربېره یوه ویروونکي وسله جوړېده دا وسله د ګرده توپ په شکل وه او دې توپ بیا تیغونه لرل او ورسره تر دوو مترو

خپلو آهنګرانو جوړولې، جزائل که څه هم د تیمور شاه دراني په وخت کې د کابل په اهنګر خانه کې جوړېدل خو په دومره کچه نه وو چې د ټولو خلکو تقاضاوې پوره کړي، د خلکو له اړتیا سره سم د هېواد په ډېرو سیمو کې په مختلفو سایزونو او ډیزاینونو جوړېدل، د کابل آهنګرخانه د بالاحصار په څنګ کې وه او د پښانو، آهنګرانو، دوډۍ به له شاهي پخلنځي ورکول کېده، اوس هم په کابل او ولایتونو کې یو شمېر سیمې د آهنګرانو په نامه شهرت لري

انګریزانو چې کله د جزائل زور ولید نو بیا يې په کاسبینو او آهنګرانو پسې تبلیغ پیل کړ چې دا د اصیلو خلکو کار نه دی د ټولنې ټیټه طبقه او هر هغه څوک چې اصل و نسب نه لري دا کارونه کوي او له هغې وروسته نه بیا چا جزائل ولیده او نه هم خپل تولید

**جزائل څو نومه وسله**

جزائل اصلاً عربي کلمه ده لغت نامه دهخدا يې په دې ډول مانا کوي (مأخوذ از تازي، شمخال) که له تازي موخه (تازي سپي) وي نو هغه اوږد اندام لري، خورا چالاکه وي او د ښکار لپاره ترې استفاده کېږي، جزائل هم د ښکار او جنګ لپاره استعمالېږي او له نورو وسلو ډېر اوږد دی شمخال وزن لرونکي او درونډ ټوپک ته وايي

همدا رنګه په ویکیپېډیا کې دجزائل نوم پر ورانګې د اوږده میل لرونکي ټوپک ذکر شته جزائل په پښتو لنډیو او شفاهي ادبیاتو کې په مختلفو نومونو یاد شوی نور ټوپک، بوړی، پیټی، سه رخ او عامیانه نوم ټوپک په دې اړه ډېرې لنډۍ مشهورې دي

ر دې بوړي ټوپک دې ځار شم
په اوږه ستا دې کړه زه درسره ځمه

په نور ټوپک مې وله یاره
داسې خو مه وایه چې خوله نه درکومه

په نور ټوپک ویشتلی جوړ شو
د سپینې خولې ویشتلی ویښی تویوینه

د نور ټوپکو استا کاره
د ښو خوانانو خون به ستا په غاړه وینه

چاوني په توپو نه ورانېږي
تکړه زلمیان پسې په ټوپکو ورانوینه

د استعماري جګړو پر مهال جزائل هغه بوازینی ټوپک دی چې په انګلیسي ادبیاتو کې يې یادونه شوې، دا لاندې شعر رودیارډ کیپلنګ انګریز شاعر په ۱۸۸۶ کال ویلی

A scrimmage in a Border Station
A canter down some dark defile
Two thousand pounds of education
Drops to a ten-rupee jezail
The Crammer's boast, the Squadron's pride
Shot like a rabbit in a ride

په سرحدي پړاو غوغا وه
آسونو په خپله خفاسته فضا خړه کړې وه
د دوه زره پاونډه تعلیم
د لسو روپیو جزائل ته ټیټ شو
د یووالي تیغ، د نظم و ضبط غرور
په خفاسته کې لکه د سوی په شان ولګیده

د پورته شعر لنډ مفهوم دا دی چې هغه مهال د انګلیس د حکومت پوخ د نړۍ تر ټولو رزول شوی، بانظمه او مجهز پوخ و، چې په هر تن يې لا هاغه مهال زرګونه پونډه مصرف شوی و، اما د لسو روپیو په ارزښت جزائل ټوپک داسې ښکار کړل لکه څوک چې په ښته کې سوی (خرګوش) ښکار کوي

**وروستۍ خبره**

دوه سوه کاله د مخه موږ خپله اهنګرخانه او د ټوپکونو د تولید خاوندان لرل او په هماغه وسله مو د نړۍ داسې قوت درې ځله مات کړ چې لمر يې په واکمنۍ کې نه ډوبېده کله چې دښمن پوه شو زموږ وسلې دوی تباه کولی نو په تبلیغ يې لاس پورې کړ، کسبونه يې د بې نسو او ټیټو خلکو کار وباله او حتی تر اوسه موږ کسب و کار ته لاس نه ور وړو

انګریزانو دجزائل د تولید د ختمولو لپاره د تبلیغ حربه د غازي امان الله خان پر وړاندې هم وکاروله که جزائلو انګریزان مات کړل په سیاسي میدان کې د خپلواکۍ اعلان غازي امان الله خان وکړ او بیا انګریزانو د پیرانو، ملایانو او مذهبي اشخاصو په نوم د غازي امان الله خان پر وړاندې د بې دینۍ تبلیغ وکړ او د هغه واکمني يې

د بچه سقاو په واسطه رنګه کړه دا سلسله له هغه دمه تر نن دمه په یوه او بل نوم روانه ده تر څو زده کړې ونه کړو، له فکره کار وانه خلو او پخپله پخپل ځان کې تغییر را نه ولو او د خیلواکۍ له احیښلو وړاندې د خپلواکۍ په ساتلو فکر و نه کړو تاریخونه به تکراریږي خو زموږ وضعیت او حالت به هماغه وي

وسپنیز زنځیر، دا وسله يې قلاب بلله او له لرې فاصلې په دښمن ورګوزارېده هو بهو لکه د اوسنیو تکواندو بازانو ناڼچک، چې زنځیر لري خو په همدومره توپیر چې ناڼچک د زنځیر په دواړو سرونو کې لرګي لري او قلاب یوازې په یوه سر کې تېغ لرونکی توپ، دا له توري خطرناک او اغېزمن و او څا چې به قلاب کاراوه هغه يې قلابي باله

کله چې د باروتو وخت راغلی لومړنی کس اعلیحضرت شاه محمود هوتک و چې په ۱۷۲۲ کې يې د ایران په وړاندې باروتي توپ (زنبورک) وکاراوه، دا پر اوښانو د جګړې ډګر ته انتقالېده

قلاب، زنبورک، جزائل، توري، نېزې او چړې دا ټول زموږ

مرکزي اسیا، هند او حتی منځنۍ ختیځ ته ورسېدې، زما په فکر د جزائل د شهرت یوه مهمه وجه دا هم کېدای شي چې د جزائل پر مټ داسې یو قوت مات شو چې لمر يې په واکمنۍ کې نه ډوبېده او په خپله انګلیسانو د جزائل په قوت اعتراف کاوه، بله وجه دا هم ده چې جزائل د داسې یوې ولس تولید و چې په خپل فکر يې اختراع کړی و او دا فکر يې بیا د جګړې په میدان کې په عمل کې هم پلی کړ

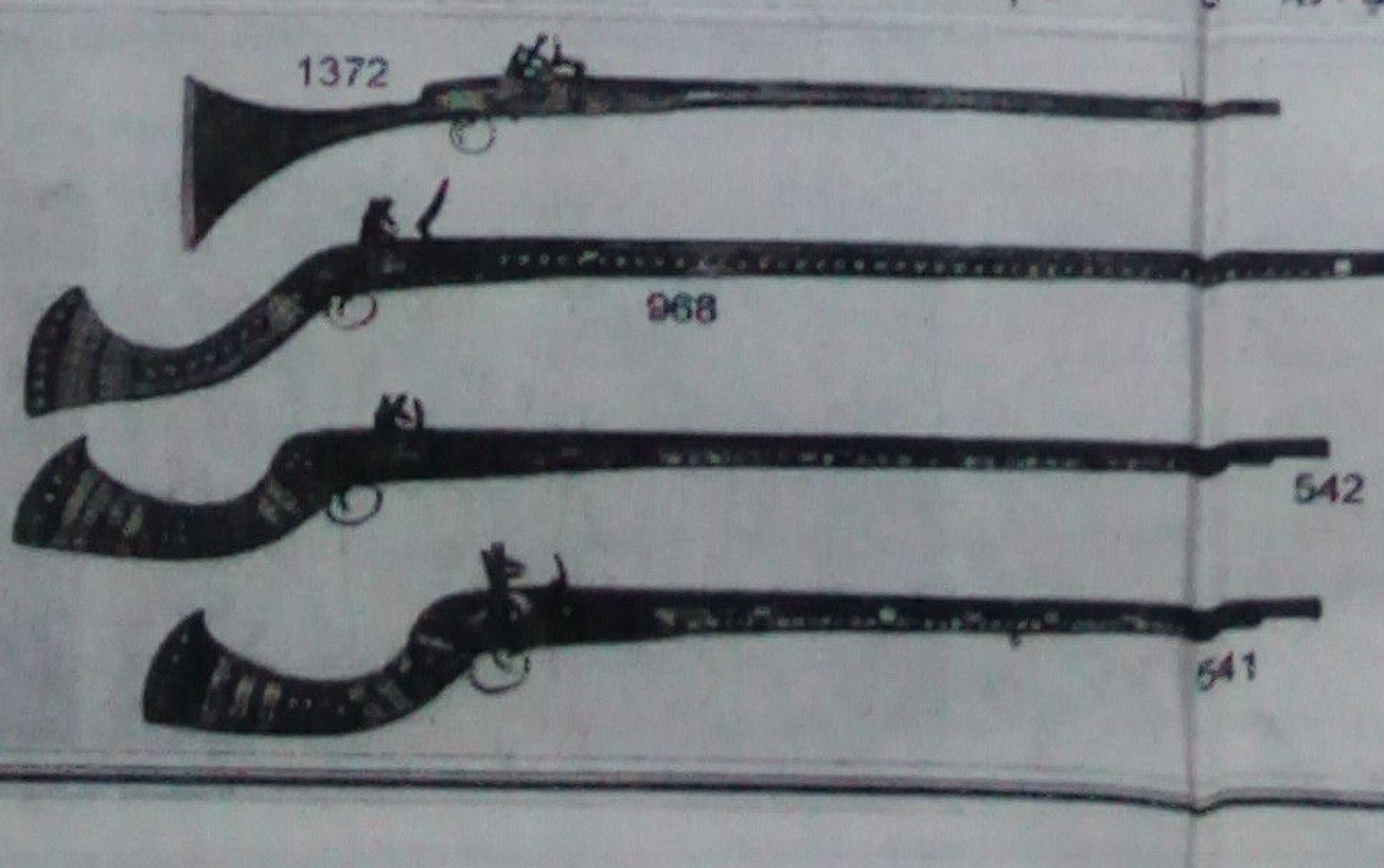
د جزائل ټوپکونو کاپي او نقل په هند کې یېځی عام شو مرکزي اسیا او حتی تر منځنی ختیځه يې نقلونه ورسېدل، یو خل بیا باید یادونه وکړو چې افغان جزائل ټول د افغانانو له لوري لاسي جوړېدل، دا د کومې

شوی خو ساغلی حداد دا خبره نه مني ځکه په کټ مټ د حداد صیب لیکل را نقل کړم

((په افغانستان کې په ټولو تاریخونو کې لیکي چې وزیر اکبر خان مکتانې وژلی حال دا چې دا خبره غلطه ده مکتانې یوه سپاهي وژلی دی

د فرهاد بابا په علوي سفر کتاب کې لیکل شوي چې مکتانې د میدان د تکتانې اوسېدونکي چې نوم يې رجب خان و وژلی دی، دا قصه ماد اروابناد غلام محمد فرهاد پابا (د کابل ښار لومړنی ښاروال) له خولې اورېدلې چې غازي رجب خان هغه وخت مکتانې و واژه چې د وزیر اکبر خان او مکتانې جګړه وه، وزیر اکبر خان غوښتل هغه ژوندی و نیسي رجب خان د وزیر اکبر خان له تحرکه د ټوپک میل تېر کړ او هغه يې و واژه))

د همدې متن په اوږدو کې راغلي چې اکبر خان نه غوښتل مکتانې و وژني هغه نیت درلود چې مکتانې له خانه سره بندي کړي او د خپل پلار په بدل کې چې په هند کې يې له انګریزانو سره په تبعید کې ژوند کاوه معامله وکړي



(c) ketabton.com: The Digital Library

د دې پاڼې چارواکی: علي الله مایار

# د سپورت نړۍ

## افغان الف لوبډلې بنګله دېش ته په لومړي سریز کې ماتې ورکړه

افغان الف لوبډلې د بنګله دېش له الف لوبډلې خخه د غیر رسمي دوو لوبډلې له بنګله دېشي الف لوبډلې خخه په ۷ وېکټو وګټله، چې د یادې لوبې کې د دواړو لوبډلو لوبه مساوي پای ته ورسېده، چې د لوبې غوره

ټیسټ یا فرسټ کلاس لوبو سریز یو پر صفر وګاټه لومړۍ لوبه افغان الف لوبې غوره لوبغاړی قیس احمد وټاکل شو په دوهمه فرسټ کلاس لوبغاړی پیاهم له افغان الف لوبډلې خخه ابراهیم خدران وټاکل شو د

فرسټ کلاس سیالیو په یاد سریز کې تر ټولو ډېرې منډې افغان لوبغاړي ابراهیم خدران وکړې همداراز د سریز په یادو دوو لوبو کې تر ټولو ډېرې وېکټونه قیس احمد ۱۳ ترلاسه کړې افغان الف لوبډله بنګله دېش ته تللې او د یاد هېواد له الف لوبډلې سره د کرېکټ د دوو فارمټونو سریز لوبه کوي لومړی د فرسټ کلاس سریز و او دوهم د پنځو یو ورځنیو لوبو سریز دی، چې د راتلونکې جمعې په ورځ د جولای پر ۱۹ مه نېټه پیلېږي افغان الف لوبډله به هلته د جولای تر ۲۹ مې نېټې خپل سفر پای ته ورسوي له افغان الف لوبډلې سره په دې سفر کې ناصر جمال لوبډلمشر، افسر ځاځی وېکټ ساتونکی، ابراهیم خدران، بهیر شاه، شاهدالله کمال، درویش رسولي، عثمان غني، شراف الدین اشرف، قیس احمد، نوین الحق او یمین احمدزی شتون لري

**فضل الله فضلي**

## په کرېکټ کې د افغان لوبډلې ماتو کوچني کرېکټران ناهیلي کړي

د کرېکټ په نړیوال جام سیالیو کې د افغان لوبډلې پرله پسې ماتو یو شمېر هغه ماشومان او کمکي ځوانان چې د لارو او کوڅو پر سر کرېکټ کوي، ناهیلي کړي. د دوی د هر یوه په زړه کې لکه د کرېکټ د نړۍ د نورو ستورو په شان په سترو نړیوالو سیالیو او میدانونو کې د خپل هېواد په استازیتوب د لوبېدو هیلې او ارمانونه پراته دي، خو هغوی، چې دغه ارمان ته رسېدلي او د افغانستان د کرېکټ د ملي لوبډلې لباس یې پر تن کړی، تر کومه بریده توانېدلي چې د کرېکټ په نړیوال جام سیالو کې د دغو ماشومانو او کمکیو ځوانانو زړونه خپل کړي؟

۱۳ کلن تمیم او ۱۶ کلن سمیع الله، چې په ډېرې سختۍ یې بېټ او توپ اخیستي او د کابل په حضوري چمن کې له خپلو نورو ملګرو سره کرېکټ کوي، په نړیوال جام کې د افغان لوبډلې وروستیو ماتو بوخه ناهیلي کړي، خو دوی بیا هم کرېکټ نه دي پرېښی او وایي: «دې ماتو په موږ زیات اغېز کړی، خکه د پرله پسې لوبو بایلل سړي ته خفګان پیدا کوي، خکه دا عادي لوبې نه وي، د نړیوال جام لوبې وي، دغو ماتو ځوانان زیات ناهیلي او له کرېکټه زړه توري کړي چې دا خه وشول؟» دې ماتو د خلکو او زموږ په روحیاتو زیات اغېز وکړ، دوی پرله پسې ماتې وخوړې، د افغانستان اتلان چې داسې شي، نو له چاګیله وکړو؟ لړزلړه یې زړه ماتي کړي یم» د تمیم او سمیع الله په

خبره، په نړیوال جام سیالیو کې د افغان لوبډلې د ماتې یو لامل په لوبډله کې د وړتیا له مخې، لوبغاړو ته چانس نه ورکول دي. چې د دوی په خبره، که ملي لوبډلې ته د وړتیا له مخې لوبغاړي وټاکل شي، نو

افغانستان له هرې لوبډلې لوبه ګټلی شي. افغانستان د ۲۰۱۹ م کال د کرېکټ په نړیوال جام سیالیو کې چې په انګلستان او ویلز کې د نړۍ د لسو غوره لوبډلو ترمنځ وشوې او انګلستان یې اتلولي وګټله، نهه لوبې یې وکړې او خپلې ټولې لوبې یې بایلودې. د کرېکټ مبصرینو په نړیوال جام کې د افغان لوبډلې د پرله پسې

ماتو لامل د نړیوال جام په درشل کې د لوبډلمشر بدلول، په لوبډله کې ډلبازي، له اروپايي میدانونو سره د افغان لوبغاړو نابلدتیا او د لوبغاړو خراب فټنس بولي. بل خوا د افغانستان د کرېکټ بورډ د کورنۍ کرېکټ پخواني مسوول او اوسني د رسنیو مېنجر نظیم جار عبدالرحیمزی هم مني، چې د افغان لوبډلې پرله

پسې ماتو پر هغو ماشومانو او ځوانانو چې خپل راتلونکی یې کرېکټ ټاکلی، زیات اغېز کړی، خو هغه د دغه اغېز لامل له کرېکټ سره د دوی زیاته مینه بولي او زیاتوي هیڅ شک نشته چې دا زیات اغېز لري، زموږ د لوبو لمه دا وه،

چې موږ به خو مېچونه ګټو، خو له بده مرغه چې ومو نه شوای ګټلای، په دوی چې اغېز کوي، نو دا ښېي چې دوی له کرېکټ سره خومره کلکه مینه لري، نو دا که له یوې خوا د خفګان لامل شوي، نو بله ورخ که لوبډله لوبې ګټي، نو دوی لا هڅېږي، زه باور لرم چې مشران خومره به وخلېږي، پر کشرانو همدومره به اغېز کوي. د کوڅو

کرېکټ یا په انګلیسي اصطلاح سټریټ کرېکټ، د هر لوبغاړي اساس جوړوي، هر کرېکټر په لومړیو کې په همدې کوڅو او لارو کې کرېکټ کوي او بیا ورو ورو مخته ځي او تر ملي لوبډلې خان رسوي او په نړیوالو میدانونو کې د خپل هېواد بیرغ خلوي او ستر نوم خپلوي، خو دا یوازې تمیم او سمیع الله نه دي چې په نړیوال جام سیالیو کې د افغان لوبډلې ماتو ناهیلي کړي، بلکې داسې ګڼ شمېر نور ماشومان او ځوانان شته چې په ډېرو سختو شرایطو کې په خاورینو او له دوړو ډکو میدانونو کې کرېکټ کوي او غواړي چې په راتلونکې کې د کرېکټ ستوري شي

**محمد واصل وصال**

## راشد خان او حضرت ځاځي د کرېکټ اکاډمي جوړه کړه

د افغانستان د کرېکټ ملي لوبډلې لوبډلمشر راشد خان او لوبغاړي حضرت الله ځاځي په ګډه د ځوانانو لپاره د کرېکټ د زده کړې اکاډمي جوړه او ګټې اخیستنې ته وسپارله. د معلوماتو له مخې، په پلازمېنه کابل کې راشد خان او حضرت الله ځاځي د کرېکټ دا روزنځای له نویو امکاناتو او پرمختللو وسایلو خخه جوړه کړې، چې اوونۍ وړاندې د یو لړ مراسمو په ترڅ کې پرانیستل شو. له دغو مراسمو یو شمېر خبریالانو «خبریال ډاټ کام» ته ویلي، چې د راشد خان او حضرت الله ځاځي کرېکټ اکاډمي له ډېرو نوښتونو سره په مکمله توګه د تمرینانو لپاره چمتو شوې ده راشد خان د اکاډمۍ د پرانیستې په

مراسمو کې وویل: «دا اکاډمي له ډېرو نویو او تازه بدلونونو او زماتو اسانتیاوو سره جوړه شوه، چې د هېواد د ځوانو لوبغاړو په خدمت کې به تل قرار ولري» راشد خان دغه راز

خدمت وباله، چې له دې سره به نور ډېر کارونه هم وکړي او په دغې اکاډمي کې به ډېرو ځوانانو ته د ملي لوبډلې ځینې لوبغاړي روزنه هم ورکړي. د دې اکاډمي د پرانیستې په

ووېل په خپل هېواد کې به له دې وروسته هم پانګونه کوي، هغه دا یو

مراسمو کې ګڼ شمېر ملي لوبغاړو هم برخه اخیستې وه، چې له ډلې یې

پخواني لوبډلمشر اصغر افغان، رحمت شاه زرمتی، شاپور خدران، حشمت شهیدي او په خپله راشد خان او حضرت ځاځي هم برخه درلوده. د کرېکټ دا اکاډمي چې له پخوا راهیسې د جوړېدو په حال کې وه، هغه وخت د دې اکاډمۍ مسوولیت د بل چا په لاس کې و، خو اوس راشدخان او حضرت الله ځاځي د دې روزنځای مسوولیت او صلاحیت په غاړه اخیستی. حضرت ځاځي او راشد ژمنه وکړه، چې په دې اکاډمي کې به کوچنیانو، منظم سیستم او په ښه شکل به ځوانانو ته د کرېکټ زده کړه ورکړي. د یادونې وړ ده، چې له دې وړاندې بل افغان لوبغاړي محمدنبي هم یوه اکاډمي په اسټرالیا کې د مهاجرو او هلته د مېشتو افغانانو لپاره جوړه کړې وه، چې اوس هم د مهاجرو په خدمت کې ده.

## ورزش های رزمی بهترین وسیله تقویه صحت جسمی، عاطفی و روحی است

در ایام قدیم مردم کره زمین ورزش های مختلف و گوناگون را بخاطر به دست آوردن اهداف متفاوت انجام می دادند در آن زمان ورزش بیشتر بخاطر سرگرمی شاهان، حفظ قلمرو، وسعت بخشیدن به امپراتوری ها و حفاظت جان، مال و کاروان های تجارتی مورد استفاده قرار می گرفت. ولی به مرور زمان ورزش در بین کشورهای جهان از جایگاه ویژه و ارزش خاص برخوردار شد. در عصر کنونی ورزش یکی از کارهای مهم و ارزشمند جامعه بشری به شمار میآید. امروزه ورزشکاران رشته های مختلف از قبیل بوکس، پهلوانی، جیدو، تکواندو، مبارزات آزاد جمناستیک، فوتبال، والیبال، کرکت وغیره، به سطح ملی و بین المللی مسابقاتی را انجام میدهند و به خود و کشور خود افتخارات بزرگ را کمایی میکنند.

سپورت وسیله ایست که صحت و سلامتی جسمی و روانی افراد جامعه را تضمین میکند. امروزه اکثریت مردم جهان بیشتر امراض کشنده و خطرناک را توسط سپورت وقایه و تداوی میکنند. افغانستان هم از جمله کشورهای است که در این اواخر ورزش در آن نسبت به سابق پیشرفت های چشمگیر داشته و علاقمندان زیادی را نیز به خود جلب نموده است. به ارتباط پیشرفت ورزش های رزمی در افغانستان مصاحبه یی را با یکی از پیش کسوت های محبوب و مشهور اداره ورزش کشور انجام داده ایم که توجه تان را به خواندن آن جلب می نماییم

استاد خیبر عمرخیل فرزند محمد نبی در سال ۱۳۵۸ خورشیدی در یک خانواده متدین، روشنفکر و ورزش دوست در ولایت لغمان چشم به جهان گشود. تحصیلات خود را الی سویه بکلوریا در کشور قزاقستان شهر الماتا به پایان رسانیده و به زبان های پشتو، دری، روسی، قزاقی و اردو آشنایی و بلدیت کامل دارد. کار کرد های ورزشی استاد خیبر عمرخیل قرار ذیل است. سرتربیر تیم ملی کیک بوکسینگ افغانستان، آمر برگزاری مسابقات پرورش اندام، رئیس مجتمع های ورزشی، رئیس فدراسیون باتوران دود و آرچری افغانستان

**سوال: استاد محترم! شما چی وقت و در کجا به ورزش دلخواه خود رو آوردید؟**

**جواب:** بنا به شوق و علاقمندی خاصی که به ورزش داشتم در سال ۱۳۶۸ خورشیدی در کشور روسیه تحت نظر مربیان خارجی به ورزش رزمی و اجتماعی رو آوردم

**سوال: دست آورد های ورزشی تان چقدر است و کدام ها اند؟**

**جواب:** ۲۲ مدال ۷ کپ قهرمانی و ۲ جام اخلاق را از مسابقات داخلی و خارجی کسب کرده ام و ۲۸ بار به حیث نماینده رسمی افغانستان در مسابقات آسیایی و جهانی اشتراک نموده ام و دارای کمربند سیاه دان ۷ کیک بوکسینگ داور ملی و بین المللی نیز میباشم و بیش از ده ها تقدیر نامه را از رویدادهای مهم داخلی و خارجی بدست آوردیم و نیز بیش از ۲۰ کلپ ورزشی را به سیستم ستندرد بین المللی ایجاد کردیم، که صدها جوان روزانه در آن مصروف تمرینات ورزشی هستند و ناگفته نه ماند که اکثراً ورزش کاران نخبه رشته های رزمی و پرورش اندام شاگردان بنده میباشند و نیز سه بار جهت ترینگ در رشته مربی گری در کشور های تایلند، اوکراین ویونان در سال های ۲۰۰۹، ۲۰۱۱، ۲۰۱۲ اشتراک کردم.

**سوال: استاد محترم! تا حال چند سفر ورزشی به کشورهای خارجی انجام داده اید؟**

**جواب:** سفرهای خارجی بنده بسیار زیاد است از جمله به کشورهای روسیه، تایلند، یونان، اوکراین، ایتالیا، ترکیه، دنمارک، قزاقستان، ازبکستان، تاجکستان، ترکمنستان، چیچنی، داغستان، پاکستان، قرغزستان، کوریا، ایران، هند، امارات متحده عربی، تایوان، فلیپین وغیره سفر های خارجی انجام داده ام

**سوال: شما اکنون به حیث رییس فدراسیون باتوران دود و آرچری افغانستان نیز ایفای وظیفه میکند فرق بین این رشته ورزشی و سایر رشته های**

محترم استاد خیبر عمرخیل

**ورزشی در چیست؟**

**جواب:** ورزش باتوران دود یک ورزش افغانی است که اصطلاحات این رشته به دو زبان ملی ساخته شده باتوران به معنای قهرمان، شجاع، جنگ جو و دلیر و دود به معنای رسم و رواج فرهنگ و آرچری هم به معنای تیر و کمان است.

**سوال: بنیانگذاران و موسسین این رشته ورزشی در افغانستان کی ها اند؟**

**جواب:** بنیان گذاران این رشته همایون عالمیان، قسامر زرور داکتر عتیق احمدزی و تعداد دیگر از ورزشکاران است این رشته ورزشی در چوکات تربیت بدنی و کمیته ملی المپیک رسماً در سال ۱۳۸۴ هـ ش به فعالیت آغاز نمود

**سوال: از آن جاییکه ورزش آرچری یا تیر وکمان از تاریخچه طولانی برخوردار است، وگفته میشود که اولین خاندان ورزش های المپیکی نیز به شمار میاید. آیا تا به حال این ورزش را از آدرس افغانستان در بازی های المپیکی شامل ساخته اید یا خیر؟**

**جواب:** ورزش آرچری یا تیر و کمان واقعاً یک ورزش تاریخی است که شامل بازی های المپیکی نیز میباشد ولی تا به حال از آدرس افغانستان این ورزش در بازی های المپیکی رسماً ثبت و راجستر نشده اما کوشش های ما بخاطر ثبت و راجستر این ورزش در بازی های المپیکی جریان دارد.

**سوال: آیا تا به حال در این رشته ورزشی ورزشکاران تان در مسابقات خارجی اشتراک نموده اند یا خیر؟**

**جواب:** در بخش آرچری یا تیر و کمان یک بار در مسابقات جنوب آسیا ورزشکاران ما اشتراک نمودند و مقام سوم افتخاری را به نفع افغانستان کسب نمودند.

**سوال: به نظر تان ورزش های رزمی زیاد در افغانستان پیشرفت نموده یا ورزش های اجتماعی؟**

**جواب:** در هر دو بخش ورزشکاران ما خوب درخشیده اند و به شکل مساوی در افغانستان فعلاً هم ورزش رزمی پیشرفت کرده وهم ورزش اجتماعی که شامل فوتبال، کریکت، والیبال، فوتسال و غیره میشود

**سوال: استاد محترم با وجودیکه ورزشکاران ما با مشکلات زیاد مواجه اند، و امکانات کافی هم در اختیار ندارند، نظر به سایر کشورهای جهان، چه باعث شده است که در اکثر مسابقات ورزشکاران ما نتایج خوبتر به نفع افغانستان کسب میکند**

**جواب** واقعاً ورزشکاران ما مشکلات زیاد دارند عواملی که اکثریت وقت ها باعث کامیابی ورزشکاران ما میشود در قدم اول روحیه بلند وطنپرستی است که در نزد ورزشکاران ما وجود دارد صبر، استقامت، تلاش پی در پی ایمان و باور داشتن به کامیابی مثبت اندیشی از عواملی است که در موفقیت ورزشکاران ما نقش بارز را بازی میکند.

**سوال: استاد محترم! در آینده چه پلان هایی دارید بخاطر رشد ورزش باتوران دود و آرچری در افغانستان؟**

**جواب:** بخاطر رشد هر چه بهتر و خوبتر این ورزش ما سیمینار ها، کورس های آموزشی، مسابقات رون و تیم ملی را برگزار می نماییم و به چهره برتر این رشته زمینه مسابقات خارجی را فراهم میسازیم.

**سوال: پیام تان به ورزشکاران و آن عده کسانیکه ورزش نمی کنند چیست؟**

**جواب:** ورزش وسیله صحت جسمی روحی و عاطفی هر انسان است هدف اصلی سپورت یافتن حقیقت، حاکمیت انسان بالای خود و نفس خود است، زمانیکه یک انسان به نفس خود حاکم شود در هر کار کامیاب وموفق شده میتواند و پیام من برای آن عده کسانیکه ورزش نمی کنند این است که ورزش کنند تا در تمام امورات زندگی خود نتایج خوبتر کسب نمایند

**سوال: استاد محترم! تشکر از اینکه وقت گرانبهای تان را در اختیار ما گذاشتید. در آخر از دولت افغانستان در رابطه به پیشرفت ورزش به خصوص ورزش باتوران دود و آرچری چی میخواهد**

**جواب:** خواست من از دولت افغانستان این است که بخاطر رشد ورزش زمینه گرفتن سیمینار ها، کورس های آموزشی، مسابقات ملی و بین المللی را به ورزشکاران این رشته و سایر رشته ها فراهم بسازد.

**محمدطارق صابر**

# د ترکيې له ((TRT)) راډيو ټلوېزيون سره د جمهور...

د افغانستان پر سند کوم تا اعلام شوی جنګ بدل شوی، تر اوسه هم دوام لري. ترورستي ډلې اوس هم د مدارسو د شبکو له لارې پناه ځایونه او ښوونه لري، چې په لومړیو مرحلو کې په همدغو ځایونو کې د نوي خوځښت پیاوړي د پخولو ور دي. چې اوس د پاکستان حکومت کار کوي چې په دې هېواد کې د مدرسو تعلیمي نصاب بدل کړي.

عمده موضوع چې لومړي وزیر عمران خان کې په مکرر ډول یادونه کوله، دا وه چې آیا د پاکستان پخوانی پالیسي ددې هېواد په ګټه یا په زیان ده. د دواړو هېوادونو (افغانستان او پاکستان) راتلونکې اړیکې به د دې پوښتنې ځواب روښانه کړي. زموږ موخه دا ده، چې دواړه خپلواک شولتونه د هر اړخیزو همکاریو اړیکې پیدا کړي. موږ کولای شو دغو دوه اړخیزه کیو له زمینه برابره کړو.

په اسلام آباد کې مې پخپله وینا کې د اتصال موضوع په وضاحت تشریح کړه هغه موضوعات چې ما ورته اشاره وکړه دا وو، چې افغانستان له ډول تضمینونه برابرولی شي هدف دا و، چې هغوی له واد ورکړو چې دواړه هېوادونه کولای شي خپل خان له وابستګی خخه خلاص کړي او د انرژۍ، ګازو، اتصال، نوري فایبر او نورو برخو کې همکارۍ ته زمینه برابره کړي. د دې موخې د ترلاسه کولو لپاره یو چوکاټ شته چې موږ کولای شو سیاسي، امنیتي حسابونه، د جرمنو وضع کول، په مدیریتي، ټولنیز او چاپېریال ساتنې برخو کې هغوی (د پاکستان سوداګرو او پانګوالو) ته تضمینونه برابر کړو. موږ باید د خپلو اړیکو په اړه فکر وکړو او کولای شو له یوه بل سره کار وکړو. په ریښتیا هم چې دا د پاکستان لپاره یوه حیاتي پوښتنه ده سره له دې چې پاکستان په ساتلوه ډول یو بوسټګر هېواد دی او په افغانستان ډول خپل رول لوبوي. خو پخوانیو پالیسیو دغه هېواد منزوي کړ: تر هغه ځایه چې د یووالي کچې د راکمولو پر ځای یې دغه هېواد د پورونو زیاتوالي او راتلونکي ابهام سره...

تحلیلګرانو همدا ورانډوینه کوله چې په شپږو میاشتو کې به امنیتي ځواکونه سقوط شي. هغوی غوره او فنلي شوي، ډول همم دي هغه کړي چې جوړولو او آبادۍ ته لېږل، وبس، نه د جګړې رهبري نه، خو د وسله والو ځواکونو د اصلي سرقومانداني په توګه د هېواد په امنیتي او دفاعي ځواکونو ډېر زیات باور م په امنیتي برخه کې اصلاحات ترسره شوي، هغه ځکه چې په تېر کې له مقاومت سره مخ شوي وو حاضر شه، د افسرانو، پرېسانو او سرتېرو غوره او نوی نسل په هېواد کې فعالیت کوي. د دې برخې اصلي ستونزه په سیستمونو، پروسو، مدیریت او رهبرۍ کې وه.

سر کال، په خلافګرۍ ډول په تېرو شپږو میاشتو کې، اړه امنیتي برخه کې ا همکارانو مې په غوره ډول خپلې دندې ترسره کړې. دا د فضې یو اړخ شی، دا ځکه چې موږ د سل زره ړیوالو ځواکونو خالي ځای ډک کړ او د جمهوررییس کرزي په وخت کې مې په ویاړ د امنیتي مسوولیتونو د لېږد بهیر طرحه او مدیریت پر غاړه درلود.

دویمه برخه، د لرغګرۍ موضوع ده لرغګرۍ...

...

لګښتونو د کموالي پلان ورکړی و آیا په دې اړه بحثونه دوام لري؟

**جمهوررییس غني** یقیناً موږ په دې اړه دوامدار بحثونه لرو خوښ یم، چې همدا اوس هم موږ د لګښتونو د کموالي په حال کې یوو موږ همدا راز زموږ په غوښتنه د ځواکونو د شمېر په کموالي مفصل بحثونه

هم بهرني ملاتړ ته اړتیا لري.

**جمهوررییس غني** له پوښتنې مو مننه دا موضوع دوې برخې لري. لومړی اجازه راکړئ چې د هېواد د امنیتي ځواکونو د زړورتیا، قربانیو او هېوادنۍ مینې له امله هغوی ته احترام اداء کړم کله چې زه د افغانستان جمهور رییس شوم، له یادنه مه وباسئ چې ټولو

# مطالعه کتاب ((اگر جهانیان شکست بخورند))...

نیروهای جامعه جهانی در اثر انگیزه های گوناگون داخلی و خارجی، احساس و حضور آنها حتمی و ضروری پنداشته شود افغانها در اساس پندار برمنفعت های ملی خویش میتوانند درین باره فکر کنند که به چقدر نیروها و برای چه مدت نیاز است.

آن افغانانی که به رازهای منفعت های ملی کشور میدانند آنان این نیاز را احساس می کنند که نیروهای خارجی تا آن زمان در افغانستان باید بمانند که افغانستان و اردوی آن قابلیت دفع و طرد حملات دشمنان مغرض داخلی و خارجی را داشته باشند تا بقیه جهان...

خارجی را دارند

برگ های کتاب ((اگر جهانیان شکست بخورند)) عناوین ذیل را احتوای می نماید

- این مجموعه از نوشته های سیاسی و اجتماعی ((اگرجهانیان شکست بخورند)) یک کرسی ریاست جمهوری و یک درجن نامزدان، محکمه خود قابل محکمه است، سوزاندن مکتب ها، سوزاندن زنده گانی، احمدی نژاد در افغانستان به انگیزش نژادی میپردازد، هفتم و هشتم ثور، دو سر یک اندوه، نیاز به قانونیت وحضور نیروهای جهانی، القاعده درافغانستان و القاعده در...

# افغان اعلانات

اوراق دعوی خیبر ولد نورالله علیه اسامیان تیمور ولد عبدالغیاث وحکمت الله ولد تیمور در این محکمه تحت رسیدگی قرار دارد بنابر این به اطلاع اسامیان تیمور ولد عبدالغیاث وحکمت الله ولد تیمور رسانیده می شود تاجهت رسیدگی دعوی به محکمه حاضر گردند در صورتیکه نامبرده گان تامدت دوماه جهت تعقیب دوسیه نسبتی شان به محکمه ابتداییه تجارتی ب ولایت کابل حاضر نگردد در غیاب شان تصمیم اتخاذ وانګاه حق شکایت را ندارند ۲۴۱۱

◈ ◈ ◈ ◈

موضوع اعلان سه سیت تجهیزات طبی مورد ضرورت دیپارتمنت اورتوپیدی شفاخانه تدریسی علی آباد

ریاست پوهنتون علوم طبی کابل "ابوعلی ابن سینا" از تمام داوطلبان واجد شرایط دعوت مینماید تا در پروسه داوطلبی باز داخلی پروژه سه سیت تجهیزات طبی مورد ضرورت دیپارتمنت اورتوپیدی، شفاخانه تدریسی علی آباد ریاست پوهنتون علوم طبی کابل "ابوعلی ابن سینا" اشتراک نموده ونقل شرطنامه مربوط را از تاریخ...

مهرنواخانه عبدالخالق عزیزی ملکیت عبدالسمیع ولد بسم الله دارنده تذکره ج سوم ص ۱۲۳ ث ۲۶۰۲ مسکونه اصلی ولایت کابل واقع ناحیه هشتم ولایت کابل مفقود گردیده از اعتبار ساقط است اشخاص وموسسات ودوایر دولتی در مورد ادعای داشته باشند از تاریخ نشر اعلان الی مدت سه یوم به این آدرس مراجعه نمایند ۲۵۴۶

◈ ◈ ◈ ◈

محمد فاروق فرزند محمد نعیم دارنده تذکره ج ۷ مرکز گردیز سال ۱۳۵۷ ص اول ث ۲ مسکونه اصلی ولایت پکتیا امتیاز یک باب درملتون ملکیت خویش را به اسم نوی شهنشاه واقع ناحیه هشتم ولایت کابل بالای محترم سید کبیر ولد لعل سید دارنده تذکره جاول ص ۱۲ ث ۴۰۳ مسکونه اصلی ولایت ننگرهار فروش میرساند اشخاص موسسات ودوایر دولتی که بالای در ملتون مذکور ادعای داشته باشند از تاریخ نشر اعلان الی مدت ده یوم به این اداره اطلاع دهد ۲۲۸۶

◈ ◈ ◈ ◈

(c) ketabton.com: The Digital Library

HEWAD DAILY
هیواد
سیاسي - اقتصادي ورځپاڼه
پنجشنبه د ۱۳۹۸ کال د چنګاښ ۲۷ مه ۱۴۴۰ ق د ذوالقعدې ۱۵ مه د 18/7/2019

## د فوټبال په نړیوال جام کې د افغانستان ځای معلوم شو

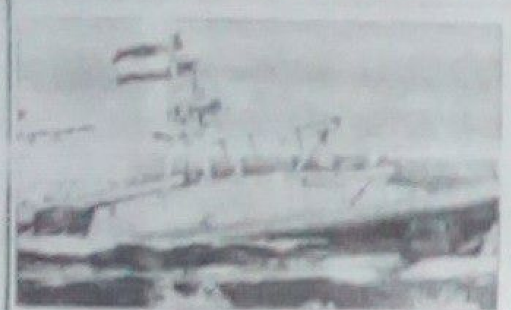
## په فاریاب کې د طالب قوماندان په ګډون ۱۹ وسله وال وژل شوي

## بهرنۍ لنډې خبرونه

## پر ترکیه د اف ۳۵ ډوله الوتکو د پلور معامله

## اورزولا فن در لاین د اروپايي کمېسيون مشره شوه

## ایران: د تېلو له بهرني کښتۍ سره یې مرسته کړې

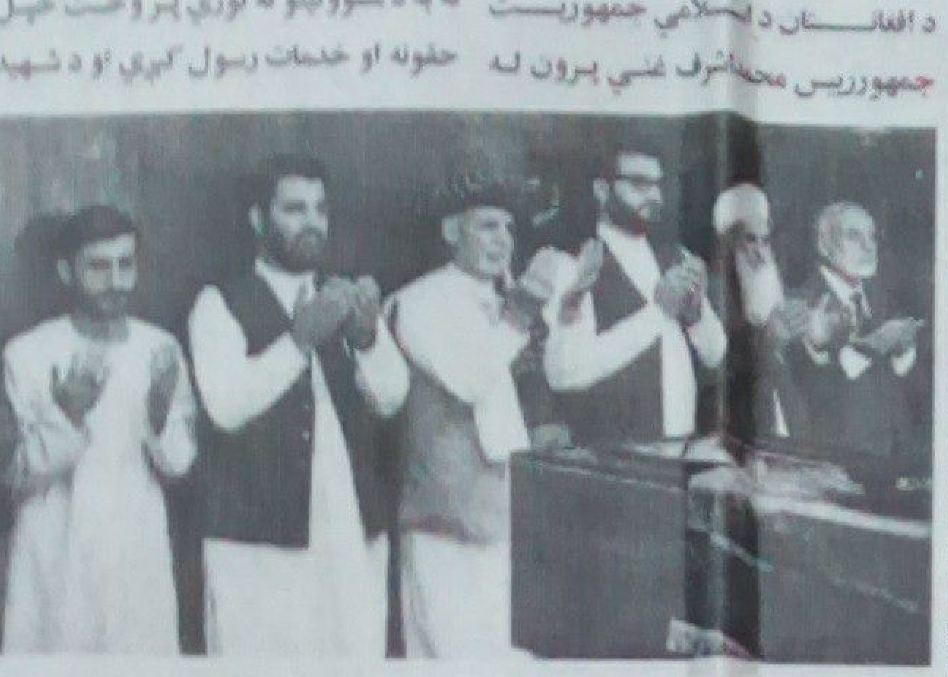


## د ټرمپ د ځرګندونو په اړه د استازیو پریکړه لیک

## ترکیه له روسیې سره په ګډه نوي توغندي جوړوي

## دوه میلیارده انسانان له خوندي خوړو بې برخې دي

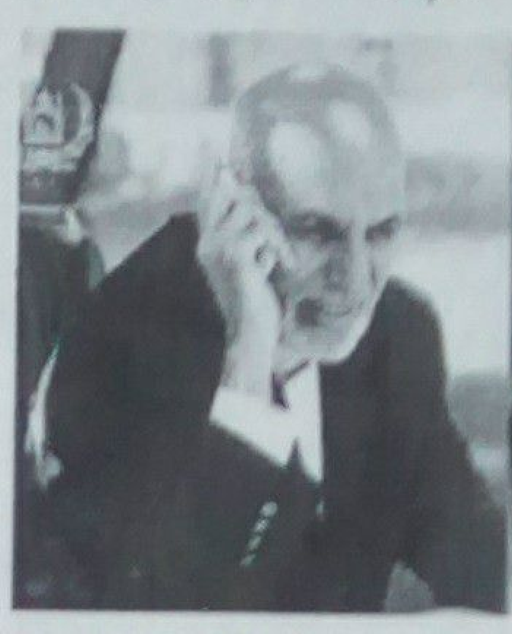
## جمهوررئیس غني د شهید برید جنرال حاجي عبدالغفار احمدزي جنازې ته درناوی وکړ



## ولسمشر غني د سعودي له شهزاده سره پر دوه اړخیزې همکارۍ خبرې کړې

ولسمشر له محمد بن سلمان سره په ټیلیفوني تماس کې د سولې لپاره د سعودي پر رول، امنیتي مسایلو، تروریزم ضد جګړه او د سعودي عربستان بازارونو ته د افغاني تولیداتو په برخه کې د ښهونو ولړې کولو په اړه خبرې کړې دي

مسایلو، تروریزم ضد جګړه او د سعودي عربستان بازارونو ته د افغاني تولیداتو په برخه کې د ښهونو لړې کولو په اړه خبرې کړې دي ولسمشر دغه راز له شهزاده بن سلمان سره په سیمه ییز اقتصادي اتصال کې د سعودي عربستان په رول هم ټینګار کړی سعودي عربستان هغه هیواد دی چې د افغانانو په مشرۍ او مالکیت یې د سولې له



د پاکستان په خبر له ترهګرو ډلو څخه قوې ملاتړ کوي، خو دواړو هیوادونو یا ټل دا تورونه رد کړي دي

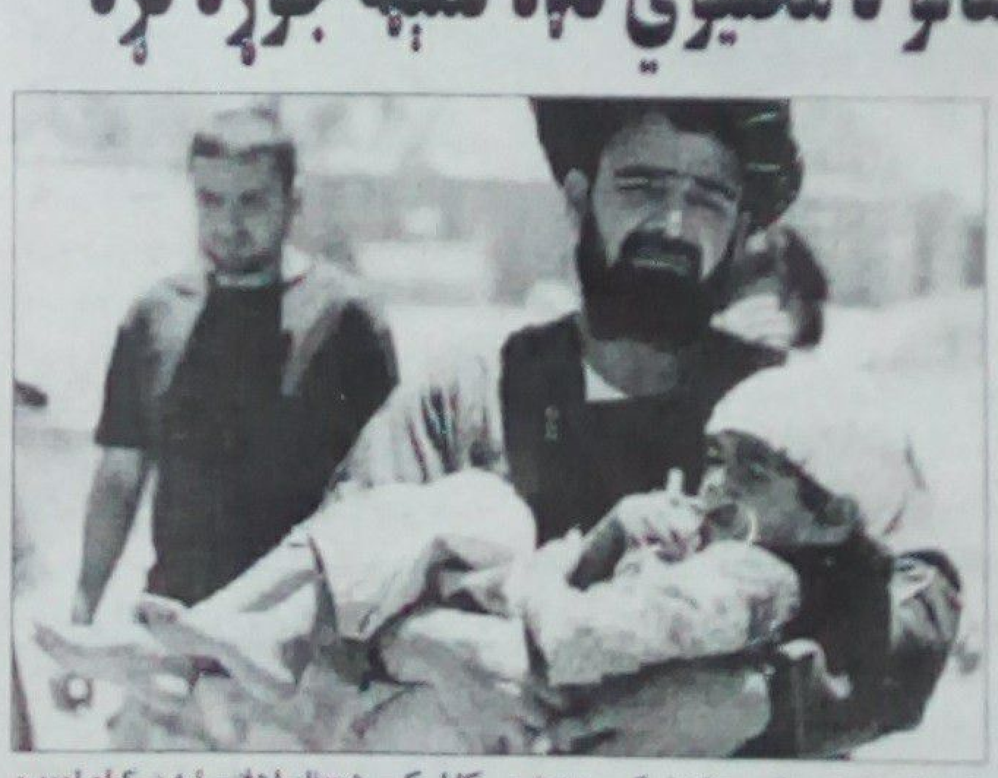
## هیڅ ترهګر به سرپورته کولو...

کانګرس ته په راپور کې ویلي چې داعش ډلې په افغانستان کې فعالیتونه پراخ کړي او زیاتې سیمې یې ولکه کړې دي، خو د ملي دفاع وزارت ویاند روح الله احمدزي یا ویلي افغان ځواکونو د ترهګرو د فعالیت سیمې پر دوی تنګې کړې دي. نوموړي دغه راز زیاته کړه، افغان ځواکونو اوس د لوبو لارو د امنیت په خوندیتوب کې هم بریا ترلاسه کړې او ګټې لوبې لارې یې پرانیستې دي

## سیما سمر تر ۱۸ کلونو وروسته له دندې لرې شوه

عبدالله، سرور دانش، لوی څارنوال او د افغانستان قاضي القضات څه موده مخکې له خو لنو سره د بشري حقونو د خپلواک کمیسیون د کمېشنرۍ لپاره مرکې کړې دي. سیما سمر له شاوخوا اتلسو کلونو راهیسې د افغانستان د بشري حقونو د خپلواک کمیسیون مشره وه

## حکومت د ملکي تلفاتو د مخنیوي ګډه کمېټه جوړه کړه



## په هر صورت له مؤقت حکومت...

## طالبانو په وردګو کې د سویډن کمېټې...

## (( د افغانستان له ځنګلونو داعش ډله...

## د سولې احتمالي هوکړه، پر ولسمشریزو ټاکنو اغېز...

Farid Ahmad Farhang, Head of Govt. Dailies
Editor –in-chief: Ahmad Zalmai Shahbaz
0700078578
د ورځپاڼې د وېش څانګه
۰۷۹۳۵۳۱۵۱۳ _ ۰۲۰۲۳۰۰۳۳۷
چاپځای د آزادۍ مطبعه
www.dailies.gov.af د ورځپاڼو وېب سایټ
کتنلاوی ډله
شاولي قرار
سید یوسف شریفي
رفیع الله روښان
محمد یونس ...
میر مسجدي عزیزي
حبیب الرحمن ابراهیمي
هغت الله امین زی
د دولتي ورځپاڼو رییس فرید احمد فرهنګ ۰۷۰۴۰۰۸۰۸۰
مسؤل مدیر احمد زلمی شهباز ۰۷۰۰۰۷۸۵۷۸ ۰۲۰۲۳۰۲۱۳۰
مسوول سکرتر شیرمحمد نظري ۰۷۸۸۵۰۳۳۷۱
ډیزاین احمدشاه سخي ۰۷۹۹۵۶۶۲۸۵
برېښنالیک: hewad1948@gmail.com

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