

# به سنگان کي آنته پر روغتيايي کار کوونکي د جنسي نيري په نور نيول شوي

د سنگان ولايت پوليس وايي پر روغتيايي کار کوونکي د ۱۸ نه يوه جنسي نيري په نور کي په کسان نيولي دي د رپوټونو له مخي پر دغسې روغتيايي کار کوونکي ليره اوونسي د سنگان ولايت د روغوب ولسوالۍ په روغتيايي مرکز کي يوې ډلي کسانو جنسي نيري کړي دي د رپوټونو له مخي دغسې روغتيايي کار کوونکي چي جنسي نيري نيري شوي نيري کوونکي پوزندلي او پوليسو له يې بډولي دي. دغه کسان همدارنگه پندي ملاست شوي چي پر دغه روغتيايي مرکز د برید پر وخت پر ولسو سيمال وو او يو بل روغتيايي کار کوونکي يې سخت و هلې او ډولي دي د سنگان د پوليسو وياند هاشم بيان ويلي چي له نيول شويو کسانو څخه يې څلور تنه له ۱۸ کلونو لږه عمر لري او نور يې د ۲۵ او ۳۰ کالو ترمنځ دي. بناعلي بيان وويل: دغه کسان د دوو روغتيايي کار کوونکو د استعا له مخي نيول شوي دي. دوسه مو څارنوالۍ له استولي او قضيه تر پليسي لاندې ده. د سنگان د والي وياند صديق عزيز هم ويلي چي لوله څخه يې ډانده چي دغه پينه سته و څپول شي او جزييات يې څرگند شي. مقاماتو ويلي چي تر اوسه يې پر دغه روغتيايي مرکز د برید د انگيزې په هکله اطلاعات ندي تر لاسه کړي.

Ketabton.com

# کار د دوام پر وړاندي د سياسي مخالفانو دريځ کودتا ده

ام پر وړاندي د حکومت د سياسي مخالفانو دريځ د اساسي قانون خلاف دی او کودتا بل کېدای شي.

د حکومت د سياسي مخالفې ډلې د	دريځ د اساسي قانون خلاف دی او کودتا
دوشنې په ورځ په خبري غونډه کې وويل	بلل کېدای شي. د ولسمشر د وياند مرستيال
چي ولسمشر اشرف غني بايد پو سرپرست	صميم عارف د سې شنبې په ورځ ويلي
حکومت ته واک وسپاري. خو ارگن وايي	راډيو ته ويلي، په دې اړه د اساسي قانون



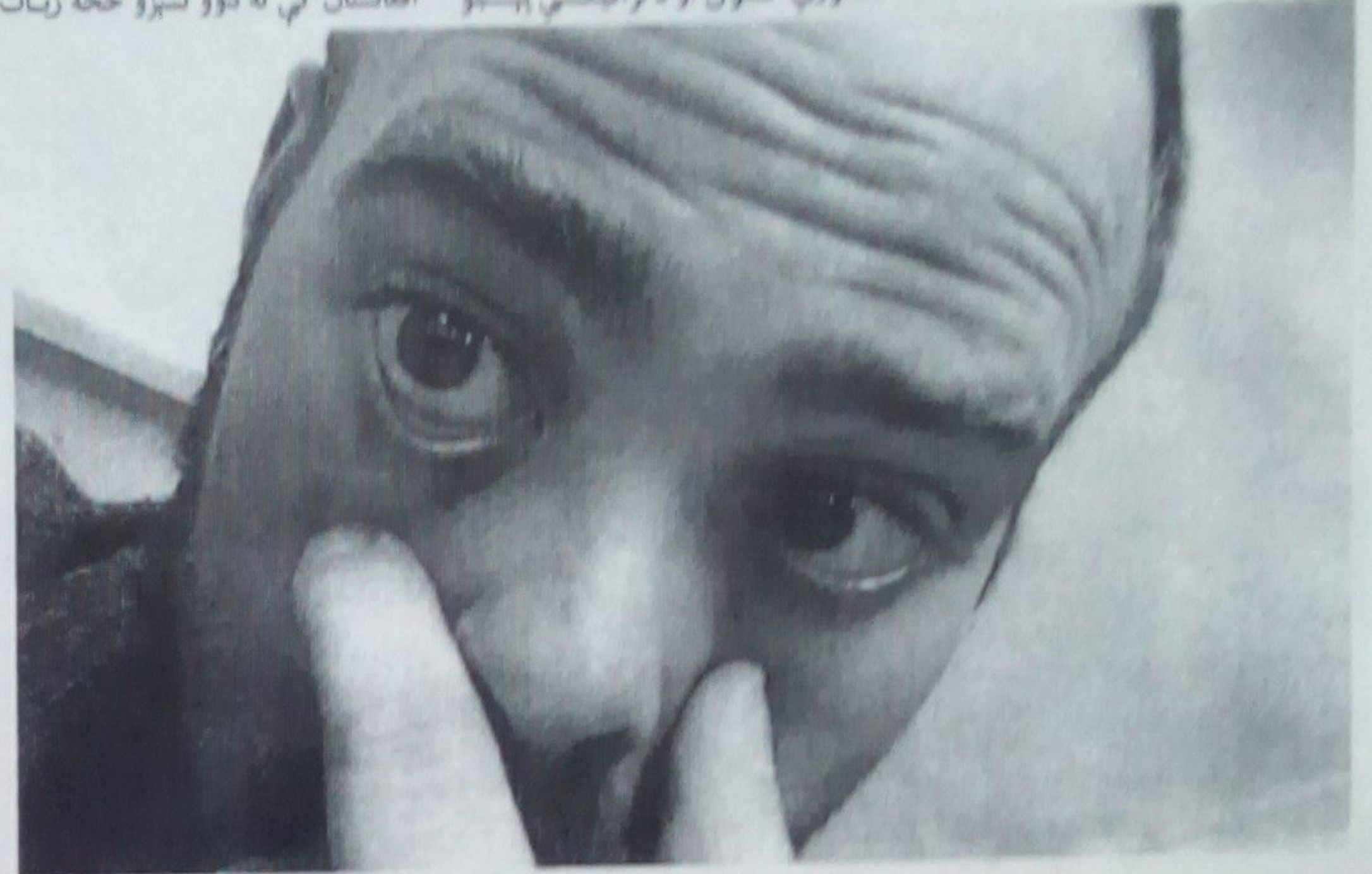
# روغتيا او ژوند



## د هپاټايتس بي وایرس ولې مضر دی ؟

افغانان د نورې نړۍ د خلکو په نسبت زیات بر ساري ناروغیو اغېزه کېږي، ځکه له یوې خوا غربت دي او له بلې خوا شخصي او معیني حفظ الصحې نه غوره پاملرنه نه کوي، تراوسه لا افغانان د میناسو، نالوستو او له انفالو متونو په فشار کې دي، دغه راز لږه او دسره دي، چې افغانان یې له یو بله جلا کړي او په طبي برخه کې یې له لوستو ښوونو سره مخامخ کوي.

دغه ناروغی اخله وي، روغو کسانو ته په لاندې ډول ناروغي انتقالولی شي، د جنسي یوځای والي یو اسطه لکه له مور څخه ماشوم ته دایموډاری برمهال، دزېږون پر مهال وویسې یو اسطه ټویسې انفالو، مشرکې سني او سرېونه استعمالول، د منډو جراحی او طبي وسایلو استعمالول، خال وڅنه او د غوړونو سوري کول او د تراختی پېسو



## خوانی دانی

زيانوالې له امله د بیا پاتېس بې وایرس بېبې زياتې شوې په افغانستان کې خلک ددې وژونکې ناروغۍ په مقابل کې د واکسين کولو نه اهميت نه ورکوي چې واکسين يې د ډېرو مهمو واکسينونو له جملې څخه دی، فېمېت يې لښت کم خو کې بې ډېرې زياتې دي دغه واکسين د مختلفو کمپنیو له خوا جوړېږي چې دوز يې کله دانسان بدن ته لگول کېږي له څلورو څخه تر شپږو مياشتو پورې وخت نيسي کله چې واکسين وشي، په مقابل کې يې چې کوم معافيت نولېږي تر ډېرشو کلونو دوام کوي



خو ځينې وخت په هغو کسانو کې چې د هپاټايتس يې په مقابل کې معافيت په اسانۍ سره نشي جوړولای پنځه کاله وروسته د يوې سټې د لگولو ضرورت شته، خو بايد په یاد ولرو کله چې د هپاټايتس يې وایرس په مقابل کې د ځان ساتنې په پلټه واکسين کېږي بايد مخکې له مخکې ورته نسبت اجرا شي پسه کومو حالاتو کې که نسبت مثبت شي بايد دوکسينو له لگولو څخه ځان وساتل شي، ځکه واکسين په هغه حالت کې انسان ته نطيفېږي چې په هپاټايتس يې وایرس مصاب شوی نه وي

څانگړه يې د تور سر يا سپين سر لرونکې دانې يا بخار او غوړ پوستکي ده مگر ځينې وخت ټپ هم پکې رامنځته کېدای شي په بنسټيزه توگه په پوستکي کې، د سيني په پاس برخه کې، په مخ او په ملا کې د غوړو مرغړي توليدېږي کله چې ناروغ په خپل پوستکي خواتکې وگوري نو د لوړې کچې توشپ، خپل ځان ته کم احترام،

موجودې دي لکه د ژوند کولو په طريقه کې بدلون، درمل او نور طبي بهيرونه لکه د بوري په څېر ساده کاربوهايډرېټ خوړل ممکن کېږي د پوستکي په سطحه کاربونکي يې azelaic acid, benzoyl peroxide, and salicylic acid دي له دې پرته اتېبي يونيک او ريتينوئيډ (retinoids) هم شته کوم چې په پوستکي کارېږي او يا د خولې له لارې خوړل کېږي خو اتې يونيک کارون ممکن له اتې يونيک سره د مکروب مقاومت زيات کړي، په بنجو کې ځينې د اميدواری د مخنيوي درمل هم د خواتکو مخنيوي کولای شي که چېرې خواتکی خورا زياتې وي نو د (Isotretinoin pills) گولي يې د درملنې لپاره اغېزمنې دي مگر په هغه وخت کې بايد ناروغ ته ورکړل شي چې نور درمل يې مخنيوي نشي کولای او يا هم د خوانی دانې يې خورا زياتې وي ځکه چې دا درمل خورا زيات بد اغېز (side effects) لري، په ۲۰۱۵ کال کې، په ټوله نړۍ کې تقريبا ۴۲۲ ميليونه کسانو د خوانی دانې لرلې او د نړۍ په ۸ عامو ناروغیو کې يوه ناروغي وه خوانی دانې معمولا په کم عمر کې پيدا کېږي خو کم شمير د زيات عمر کسانو کې هم پيدا کېږي

## له روژه ماتي وروسته مو د بدن د اړتيا وړ مايعات پوره کړئ!

د روژې په نيولو سره په بدن کې اوبه او انرژي کمېږي، په دغه وخت کې وجود انرژي ته اړتيا لري، چې په بېره د بدن اړتيا پوره کړي، خرما او د مېوو اوبه په دې برخه کې گټورې ناستېداي شي، په خوړو يې د بدن د کولو اندازه عادي حالت ته راځي او سربېره پر دې په وجود کې د معدني موادو توازن هم ساتي بله دا چې ډېر خواړه خوړل بياي روغتيا ته زيانمن تمام شي، په دا ده چې هر څه د يوه معيار له مخې وکارول شي، داسې چې نه مو پر معده بوج راشي او نه هم په بدن کې د مايعاتو له کمښت سره مخ شي اتې اوکسيډونه، وينايونه، پوتاشيم او ځينې نور معدني مواد د بدن له اسانې اړتيا پوره شمير کېږي، د مېوو او د هغو له اوبو په گټې اخيستو سره کولی شو، چې د وجود روغتيايي توازن وساتو، دا چې په وجود روغتيايي توازن وساتو، دا چې په روژه کې د انسان په ورځنيو عادتونو لکه خوب، خوراک، څښاک او نورو کې بدلون راځي، نو دغه څه تر ډېره زموږ د ستړيا لامل گرځي، د دې ستړيا د لرې کولو لپاره له مېوو او د هغو له اوبو څخه گټه واخلي



جنگ، سواد د کچې کموالی، په بېساري ډول د غربت موجوديت، داخلي او څارجي مهاجرتونه، دمخدرمو موادو شتون، خلاص سرحدات او د زرني متادينو د شتون د

## د روژې نيولو له شپږو مهمو روغتيايي گټو ځان خبر کړئ!

يوهان وايي، چې روژه کولای شي د انسان بدن ته يو شمير ناروغیو وژغوروي، لکه په وينه کې د کولسترول لوړوالی، د زړه ناروغي او چاغوالی، سربېره پر دې په روژې سره د انسان ذهني توجه او فکر غوره او ارام وي هغه مهال چې موږ خوراک نه کوو بدن مو توانېدلی شي چې د زهرې موادو مخه ونيسي، کوم چې د هاضمې سيستم او د بدن په نورو برخو کې ستونزې رامنځته کوي همدا ډول يوهان وايي چې روژه د دماغو حجروي له زور څپگان، سترېس او انډينو څخه وژغوري، د روژه سره به مو د زيات خوراک کولو کچه راټيټه شي زهرجن مواد له منځه وړل روژه د انسان لپاره غوره فرصت دی چې د هاضمې سيستم يې له زهرجنو موادو څخه پاک کړي، کله چې بدن د انرژي توليد لپاره د غوړو زېرمې په کار پېل وکړي په دې کې زهرجن مواد په الوماټ ډول سوزي، او په پای کې انسان له يوه سحتمند ژوند څخه برخمن شي

## د زړه د ناروغیو نښې نښانې

۱- په بنجو کې ساتنې د زړه د ناروغی نښه ده ځينې وخت ساه لنډې په نفسی سيستم کې د ستونزې له کبله وي، چې د خل لپاره يې بايد ورزش وشي او که د مواد بخوالي له کبله وي، بايد د البرکي ټابېټ خورول شي، خو که داسې نه وي، يا د زړه د ناروغی نښه کېدای شي

۲- د سيني په قفس کې د دروندوالي احساس د سيني په قفس کې دروندوالی، چې د زرين په نامه هم يادېږي او ورسره ساه لنډې، د زړه د ناروغی اصلي نښې بلل کېږي که له دې ډول بېبې سره مخ شوی او په يوه ويا چې لامل يې بل څه نه شي بېبې سره مخ کېږي او ډېر دوام هم

د زړه ټکان ايا تر اوسه مو زړه لږه او يا هم ټکان کېږي؟ که يې ناڅاپه ټکان کېږي وي مانا يې دا ده چې يا وېرېدلې يې او يا مو زړه په ضربان کې له ستونزې سره مخ شوی دی دغه څه په ډېرې اسانۍ سره حس کېدای شي ډاکټر سوزان شتابانوم وايي ډېر مراجعين يې وايي، له خوب وروسته له دغه ډول بېبې سره مخ کېږي او ډېر دوام هم



د هې زوال گواښ کوي او د بدن د غوړو په سوزولو کې مهم رول لري هغه شپږ روغتيايي گټې، چې روژه دار ترې برخمن وي خرما خوړل خرما د روژې مياشتې يو له مهمو خوړو څخه دي، د پېغمبر صلي الله عليه وسلم له وينا سره سم روژه دار پر خرما روژه ساتوي، په همدې ډول خرما په غوره هاضمه کې مهم رول لري، د پوتاشيم او ميگنشيوم له

## سزارين سکشن

تعريف سزارين عبارت از يک پروسيجر جراحی بوده که در آن ولادت طفل از طريق بطن (شق بطني و رحمی) ولادت داده ميشود اکثر واقعات سزارين زماني انجام ميآيد که مشکلات در زمان ولادت به وقوع ميرسد که عبارت اند از مشکلات مادری مشکلات جنینی مشکلات مادری و جنینی زمان حمله سزارين در حمل های دوگانه و چندگانه صورت ميگيرد زيرا در اين حالات سزارين يا عمليه جراحی نظر به ولادت به مادر و طفل مصون ميباشد حالات ديگر که بايد عمليه جراحی نزد مادر صورت گيرد قرار ذيل ميباشد: - زجرت نفسی جنين يعنی در بعضی حالات آکسيجن به جنين درست نميرسد و ضربان قلب جنين زياد ميشود - عدم تطابق راس (سر) جنين با حوصله مادر يعنی سر طفل بسيار کلان می باشد و يا بسيار خورد در حوصله مادر درست قرار نميگيرد

سزارين قبلی يا قبلاً مادر يک نديه عملياتی داشته باشد - خونريزی های زمان ولادت - وزن زياد جنين - هرگاه طفل به وضعيت معيوبه در حوصله مادر آمده باشد يعنی طفل به پای باشد، شانه يا پيشانی - فشار بلند مادر وغيره - سزارين چون يک عمليات بزرگ جراحی است دارای خطرات نيز ميباشد، احیای دوباره مادر نظر به ولادت طويل تر ميباشد بعد از التيام جرحه در ساحه عملياتی يک ساحه ضعيه باقي ميماند که بعداً

د اوبو د کمښت او يا هم سترېس له کبله وي **حميدالله حميدي** باعث ايجاد مشکلات در ولادت های بعدی مهلی شده ميتواند با وجود آن هم ميتواند نصف خاتم هانی که سزارين شده اند ولادت مهلی داشته باشد - حالاتی که مادر ميتواند ولادت مهلی به تعقيب سزارين داشته باشد - قرار ذيل اند - موافقت مريض - جنين زياد بزرگ نباشد - حوصله مادر مناسب باشد - حد اقل دو سال از سزارين گذشته باشد - پروسه ولادت نارمل باشد - رنخوړل د کتور ناهيد (هارونې) تر ډير متخصص در شفاخانه ملالی زېږتون

# ادب ، تاریخ او فولکلور

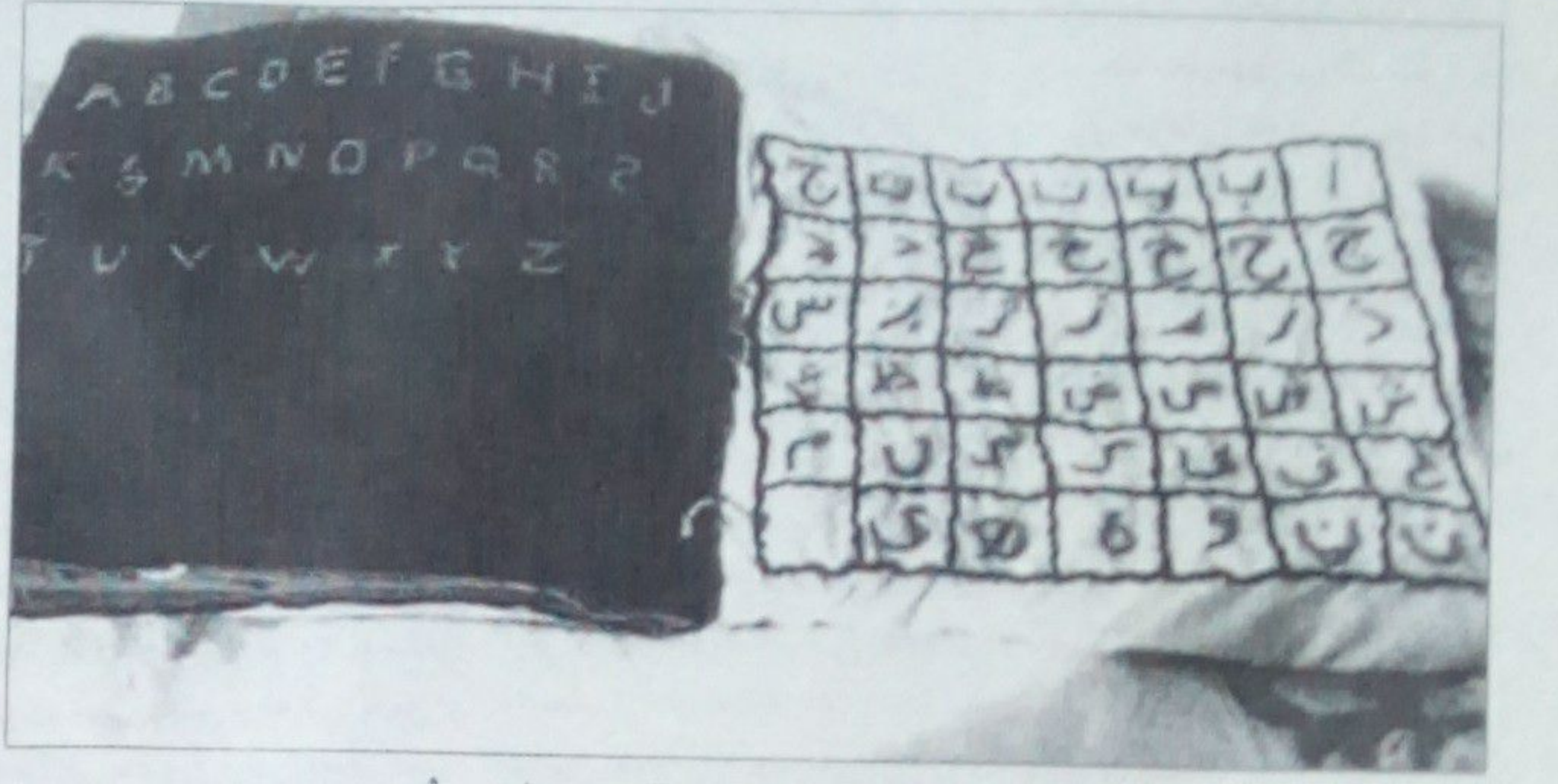


## پر ټوکر گنډل شوی کتاب

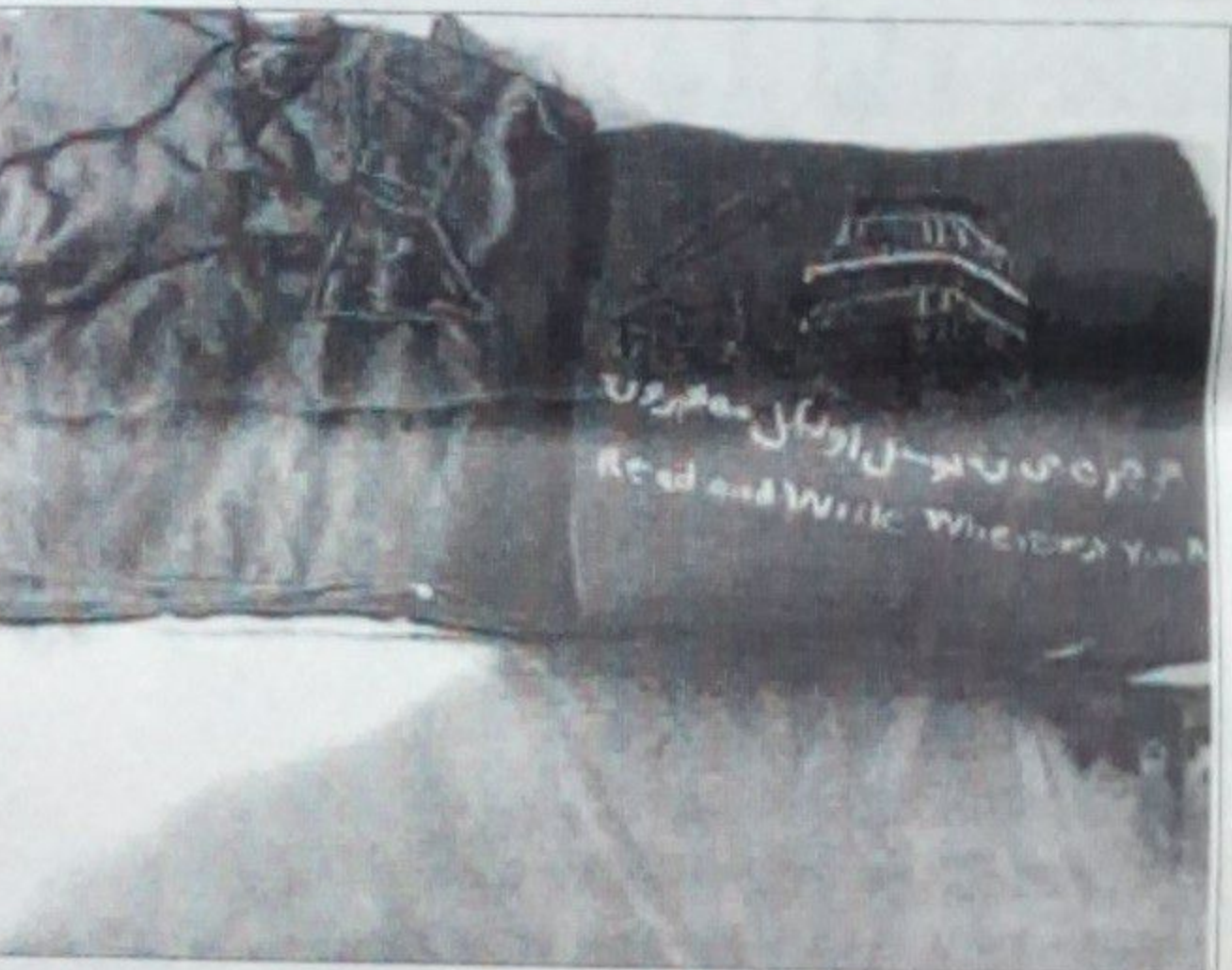
لکه څنگه چې ویل کېږي زده کړه له زاتو پیل او د عمر په هر پړاو کې نوم موسی، نو ځایي چې هر ماشوم له پنځه یا شپږ میاشتني وروسته له لیسک او کتاب سره روږدی او آشنا شي.

خو مور په خپله ټولنه او کلیو کورنو کې کورنوي زموږ داسې کمکیو ماشومانو ته کتابونه نه شته او که وي

کړې وي که څه هم ما پینو الف ب او انگریزي ای بی سی له خینو رسمولو لکه مرغانو، گلانو او داسې نورو سره په کې جوړ کړي، چې په دې توگه ماشومان له انگریزي سره پینو هم زده کړي، خو دا د هر چا د خپلې خوښې کار دی هر څنگه چې یې وغواړي هغسې یې جوړولی شي او خپل ماشومان پرې بسیا کولی



ماشومان له کتابونو او مطالعې سره بلد کړي، نو یو څو به د بېوادۍ په کتابو کولو لېرې پرتو سیمو کې هم لوستي او پیاوړې خویندې لرو په تېره بیا د لاسي



ماشومان له کتابونو او مطالعې سره بلد کړي، نو یو څو به د بېوادۍ په کتابو کولو لېرې پرتو سیمو کې هم لوستي او پیاوړې خویندې لرو په تېره بیا د لاسي

## د افغانستان دولتي پوهنتونونه

پوهنتونونه او د لوړو زده کړو موسسې هم معرفي کېږي د یادولو وړ ده چې د پوهنتونونو په اړه دغه معلومات په ۱۳۹۷ لمریز کال کې راټول شوي ښکاره ده چې دغه پوهنتونونه به د وخت په تېرېدو هر اړخیز بدلون کوي، د لوړو زده کړو موسسې به پوهنتونونو ته ارتقا کوي



کېدل له هغه را وروسته د کابل پوهنتون چې د افغانستان په پلازمېنه کابل کې یو له سترو پوهنتونونو څخه دی، په ۱۹۲۱ م کال کې یې د بنسټ ډبره کېږدول شوه او په ۱۹۲۳ م کال کې په رسمي ډول پرانیستل شو دغه پوهنتون اوس ډېر پوهنځي او په زرگونو نارینه او ښځینه محصلین لري

که څه هم په افغانستان کې د عصري زده کړو د پیل وخت لا سم روښانه نه دی، خو د اعلیحضرت غازي امان الله خان د واکمنۍ دوره چې د ۱۹۱۹ او ۱۹۲۶ م کلونو تر منځ وه، د افغانستان د پوهنې د اکتشاف او پراختیا په برخه کې یوه زړه او طلايي دوره گڼل کېږي. په دغه دوره کې د پوهنې په لاره کې داسې غورځنگ پیل شو، چې وړانګې یې تر ننه پورې خوري دي او له یوازې نارینه، بلکې په تاریخ کې د لومړي ځل لپاره ښځینه افغانانو ته هم د زده کړو زمينه برابره شوه په امانی دوره کې د افغانستان په مرکز او ولایتونو کې ځینې لومړني ښوونځي تاسیس شول، بهرني مرپین، استادان او متخصصین هېواد ته دعوت او د پوهنیزو موسسو په تشکیلونو کې مقرر شول همدارنگه په دې دوره کې د هېواد د پوهنې په تاریخ کې د لومړي ځل لپاره د ښځو ځانګړي ښوونځي جوړ شول، چې د (صصت، او (صورت)، په نامه یادېدل او په کابل ښار کې د لویانو لپاره د حیاتي سواد کورسونه جوړ شول، چې د (صوت غاري، تعلیمي او د سواد زده کړې اصول په کې تطبیق کېدل په دې ډول کورسونو کې پر پوهه مین پاچا غازي امان الله خان او میرمنې یې ژبا هم د ښوونکو په توګه برخه اخیستله او د هېوادوالو د سواد په برخه کې یې خپله ښې وځپه او ملي دنده ادا کوله په امانی دوره کې حبیبی لېسې ته لازمه پراختیا ورکړل شوه او پر امانی لېسې سربېره، د ټول هېواد په کچه ۳۲۲ ښوونځي د عامو او مسلکي زده کړو په موخه جوړ شول، چې په هغه کې ۵۱۰۰۰ زده کوونکو ته تعلیمي خدمات وړاندې

## کتاب (( منحنی تاریخ )) بیانگر واقعیت های تاریخی میباشد

این کتاب در حقیقت مجموعه مقالات شامل نقد و بررسی سلسله هخامنشیان و کورش به اصطلاح کبیر میباشد که به کوشش و اهتمام مصطفی عمرزی درمورد حقیقت و چگونگی کارکرد این سلسله و نیز در مورد تشخیص و تثبیت هویت و حقیقت شخصیت کورش جمع آوری و ثبت و سجل این کتاب گردیده مقالات کتاب درمورد نقد دوره زمامداری کورش خواندنی، آموزنده و بیانگر حقایق تلخ تاریخ است مقاله ی (ما کولوهارای) تحت عنوان کورش شاه عادل یا خونخوار «افشای یک دروغ بزرگ» به نقل قول نویسنده که به استاد از گزارش دلی تلگراف مستند ساخته حاکی از آنست که ایرانیان چگونه از شخصیت کورش به نفع خود استفاده جویی نموده است، نامبرده به نقل قول از روزنامه دلی تلگراف مینویسد: محمد رضا شاه پهلوی استوانه، کورش را از موزیم بریتانیا به خاطر تجلیل جشن ۲۵۰۰ ساله شاهنشاهی ایران امانت

گرفت و در پایان مراسم نمونه مشابه کورش ساخته و از سوی اشرف پهلوی پسر شاهنشاه به سازمان ملل متحد اهدا شد تا برای همیشه در جایگاه ویژه ازان به عنوان نخستین سند حقوقی بشریاد شود، اما در پهلوی آن سه محور اصلی دیگر نیز در گزارش دلی تلگراف برجسته شده بود که از آن صرف نظر شده بود و آن سه مورد چنین بود

۱- اینکه کورش یکی از پادشاهان ظالم و خونخوار بود و مردم را مجبور به فرمانبرداری از خود میکرد

۲- سیاست های نسبت داده شده به کورش که همگی حاکی از احترام اوبه حقوق بشر و تمدن های مختلف ذکر شده، دروغ و تبلیغات است دروغی که خاندان پهلوی در سال ۱۹۷۰ آنرا در تجلیل جشن شاهنشاهی مطرح کرد

۳- تمامی آنچه که از آن تحت عنوان تاریخ و متون بابلی یاد شده تبلیغاتی بیش نبوده اند

روى همرفتنه تعدادی از ایرانیان به این باوراند که کورش یکی از جمله ۳۹ تن میباشد که به ذوالقرنین نسبت داده میشود در حالیکه حقیقت چنین نیست زیرا دوکتور حنین فیض الهی «و حید» در یک قسمت از مقاله خود در کتاب مذکور مینویسد: به زبان ساده ذوالقرنین که بر ۳۹ شخصیت تاریخی انطباق شده است ایرانی ها میگویند کی یکی از آنها کورش هخامنشی است و یا به عبارته دیگر از کورش ذوالقرنین قرآنی ساخته دور از واقعیت و حقیقت بوده

کورش ذوالقرنین قرآنی نبوده بلکه یک چهره منحرف تاریخ میباشد

اینکه کورش که بود؟ رضا مرادی در مقاله ثبت کتاب منحنی تاریخ مینویسد کورش هانده جنگیز، تیمور و سکندر یک مهاجم ویرانگر بود که همتی را به خاکستر میدل میاخت، وی علاوه می نماید که سلطه طولانی



تاریخی در زمینه خیانت نیت داد تا به این شخصیت مورد علاقه یهودیان هویت میازد این جایب فرهنگى به وسیله یک مورخ یهودی غریب موسوم به (دیویسد استروناخ) انجام شده است استروناخ در فاصله سال های ۱۳۲۰ تا ۱۳۴۳ در مجموع پارسگاد (چارچوب، کاخ های ساخت و آنرا به کورش هخامنشی در ۲۵۰۰ سال پیش مطالعه قرار داد

# مینه منگل؛ د پلار کتپالی لور وه

مینه منگل د واکټر نجیبې د حکومت په وروستیو کلونو کې د کابل د ده براد خان په سیمه کې زېږېدلې او په کابل کې لویه شوې وه. ۲۰ کلنه مینه د خپلې کورنۍ لومړی اولاد و. له دې وروسته یو ورور او ورسې پنځه خویندې دي.

مشره نجیبه لیمه چې پخوا د بي سي سي راديو ويانده وه وايي: د مینې منگل ډېر لیکونه يې يې يې لیکل شوي وه. ۱۱ موز ټول به د مینې وړې نجلۍ پوهې نه حيران وو. د مینې په ورځ

ویل خو ډېر ژر يې پرمختګ وکړ او د همدغه ټلويزون پر پرده يې نړیږي خپرونې وړاندې کړې. له مینې کشره خور يې د مینې وړې يې پوهنه کوي چې مینې خپله لومړۍ خپرونه وړاندې کړې وه.



د کور نه په ډېره خوشالي راغله او ویل يې لومړۍ خپرونه مې لیکت شوه په ټلويزون کې ښکاره شوم. له شمعاد وروسته مینې په کابل کې له څو نورو ټلويزونونو سره هم کار وکړ. یوې پخوانۍ همکارې يې راته

کې یوه همکاره وپوښته، دا خو به هماغه مینه نه وي؟ خواب يې هو و اوفا د دومره استعداد خاوند، روښانه څراغ، شاعره، لیکواله او خبریاله نن تر خاورولاندې شوه. له دولسم ټولګي څخه له فراغت وروسته مینې سولاسي دنده پیل کړه. پلار يې وايي: مشر لور يې د هغه وخت مینه ۱۴ کلنه وه رستيو نه د مینې لومړی پیغام یو ډېر اوږد لیک و موز يې وايي: مینې څو رنگارنگ کاغذونه سره نښلوي وو چې ترې اوږد لیک جوړ شوی و. یانې مور هماغه لیک د کابل پوسته ځانې له لارې يې يې سي له یو څو نامتو خبریالانو سره معرفي لندن ته استولی و.



ویل: زه يې واده ته هم ورغلي وم خو د کار په ډګر کې له پلارو سره هلته مې له خلکو او وږېدل چې په

کورنۍ يې وايي: مینه د ډېرو کسانو لخوا ونډه وه. د حقوقو محصله، لیکواله او شاعره وه. پر دغو ټولو وړتیاوو سربېره يې له خبریالۍ سره ډېره مینه لرله.

ان په ماشومتوب کې يې لیکنې کولې. له څوارلس کلنۍ يې د راديو اورېدل پیل کړل او لیکونه به يې وړ لیرل.

د مینې منگل پلار د پکتیا د جاني خېلو ولسوالۍ دی او د ماسټرۍ تر کچې يې لوړې زده کړې په اوکراین کې بشپړې کړې دي. وايي دي په حیرانو کې عسکر و یوه ورځ يې يې سي راديو اورېدله چې د خپرونې وړاندې کوونکې د مینې منگل نوم واخیست او اوږد لیک يې ولوست.

نه د مینې لومړی پیغام یو ډېر اوږد لیک و موز يې وايي: مینې څو رنگارنگ کاغذونه سره نښلوي وو چې ترې اوږد لیک جوړ شوی و. یانې مور هماغه لیک د کابل پوسته ځانې له لارې يې يې سي له یو څو نامتو خبریالانو سره معرفي لندن ته استولی و.

د مینې پلار وايي: له رستيو سره د مینې ډېرې لیوالتیا ته په کتو، ده ورته یوه کوچنی راديو ډالۍ کړې وه. د بي بي سي د ژورناليزم اکاډمۍ

تولید و نمایش سریال هاو فلم های هنری در کشور های مختلف جهان جنبه های گوناگون سیاسی، اجتماعی، خانواده گی، پولیسی، جنایی و کمیدی دارد هدف مهم از نشر این سریال ها رساندن پیام های مختلف به بینندگان میباشد که بیننده پیام های آموزشی و تربیتی را از آن کسب می نماید اکثر اکتوران، فلم برداران و دایرکتوران سریال ها و فلم های هنری باید سعی و تلاش نمایند که سریال ها و فلم های هنری را تولید و به معرض نمایش بگذارند که اثر گذاری مثبت آن بیشتر بوده و درس های از آن گرفته شود سریال های که در تلویزیون های غیر دولتی افغانستان راه را باز کرده اند زیاد تر آن مبتدل می باشند، که بی نهایت عامل ضیاع وقت و انحراف بسیاری از اطفال، نوجوانان، جوانان و خانواده ها گردیده و مانع جدی رسیده گی آنان به درس شده و همه را مصروف خود کرده است بخش برخی از سریال ها و فلم های مبتدل نه تنها سازگار با فرهنگ مردم مانبود بلکه بخش و اشاعه

# که ښه روغتیا غواړئ تل خاندئ

خدا د ژوند مالګه ده... خدا د خوښو شونډو او خوشحاليو څخه د خوند اخیستلو په وخت اوازېږي او یو ډول وړتیا ده چې په موجوداتو کې یې یواځې انسان لري انسان د خدا او موسکا له وړتیا سره لري له راځي او انسان پرته له کومې زده کړې کولای شي د ژوند له پیل څخه وځاندي.

د اروا پوهنې له نظره خدا هغه کړنه ده چې د حیرانتیا له منځه وړلو او ځایي کولو لپاره استعمالېږي نو له همدې کبله له خندېدو څخه وروسته انسان له د آرماتیا یو ښه حس پیدا کړي.

علمي څېړنو ښودلې ده چې المېرډه گې د انسان اېنرژي جوړښت له زیان رسوي خو خدا برعکس وده ورکوي په ځانګړې توګه خدا د هغو ډېر فکر کوونکو کسانو لپاره چې تل ناخوښ فکروله کوي، ډېره ګټه لري ځکه د



- خدا د سړي عمر کم نسي
- خدا د ګوټه خلاص ساتي او روغتیا ته لري
- خدا د ونډې کارن داي اکساید مینځي چې سړي ته یو ښه حس پیدا کړي
- خدا یو ډول بې حرکت ورزش دي
- خدا چاڅ خلک ډنګروي
- خدا د دې لامل کړي چې خپلو غاښونو ته پاملرنه وکړو او په پاک ساتلو کې یې هڅه وکړو
- خدا د جسمي دردونو د زغملو وړتیا ډېروي
- خدا ستریا له منځه وړي
- خدا د مینې زېږنده ده
- خدا د انسان لپاره ښه ډاکټر دی

جوخت مینې یوه کورنۍ ستورزه درلوده او په یوه یې زغمه پلار يې وايي: لور يې لوی خپل کساري ژوند پیل کړی و، چې کورنۍ شوه، خو له خلک سره یې په رستيو کې د کار کولو او د خپلو نورو څېرو پر سر ستورزي او مخالفتونه پیدا شول.

د همدغو مخالفتونو له کبله يې ۱ کاله نامزدې وځپېده بیا واده شوه، خو له یوه مړغه د مینې لوی ژوند اېته شو.

د مینې یوازینی ورور شکیب چې اوس د درېو ماشومانو پلار دی وايي: مینه د کور د اقتصادي ستورزو له کبله خورېده، خو لور همت او ارمانونه یې لرل.

۱۱ مینه مې مشر خور نه، بلکې زما مشر ورور و، ما نه به یې ویل لا اقتصادي ستورزي به مو حل شي، تل به مو داسې په کرایي کورونو کې ژوند نه وي زه هڅه کوم چې نا له دنده پیدا کړم که دلته څه ونشول، نو بهر ته به دې ولېږم.

ورور يې زیاتوي: مینه د کورلیو ستورزو له کبله یو څه شلې او ګوټه نشینه شوې وه، خو له کوره بهر بیا هم ډېره فعاله وه قایلګي يې لوستلې وه او اوس د حقوقو پوهنځي د دویم کال محصله هم

ده. مینه پر خپلو رستیزو کارونو سربېره د میرمن ادبي بهیر سړې هم وه ادبي لیکنې يې کولې، شاعره وه، خو د خپلو شعرونو کومه ټولګه يې نه وه چاپ کړې.

د مینې لیکنې به یې په خپله فېسبوک پاڼه کې کولې. د مینې درېیمه خور چې پنځه کاله ترې کشره ده وايي: خور يې د هېواد امنیتي ځواکونو ته ډېر درناوی درلود او ورته يې ډېر شعرونه او مطالب هم لیکلي وو.

ساز په جاني

# نمایش فلم های مبتدل در تلویزیون های غیر دولتی اثرات منفی در قبال دارد

## عزیزی



دراين ګونه سریال های مبتدل فقط آرایش، خرید، عروسی های دوباره گی، خفگی، دوستی دختران و پسران نشر می گردد رسالت و اصابت دیگری به جوانان و خانواده ها قابل نشده است و آنان را در خیال ها پرورش میدهد نحوه زنده گی در این سریال ها اکثراً بر اتفاقات و تصادفات استوار است رفاقت ها، دوستی ها دیده و باز دیده، آشنایی ها و غم هائمانی تصادفی می باشند و هیچکدام آن کسانون و قانونمندی ندارند، خیال بافی در این سریال ها این کارآنان را می سازد و به این صورت به پرورش، باور های غیر علمی و تصادفی میان جوانان دختران و پسران می پردازد همچنان لباس پوشی، ازدواج ها و روابط و مناسبات میان دختر و پسر و زور

چنین سریال ها که در آن فقط لیرتک، بازی دادن، جعل کاری، تحقیر و توهین زنان به نمایش گذاشته می شود و جوانان ما را منحرف می سازد نشر و پخش اینگونه سریال ها مبتدل که وقت بسیاری از تلویزیون های غیر دولتی بدون اینکه به این مسائل توجهی داشته باشند این سریالها را خریداری و آنها را توسط عده بی بجه و دختر دویله کرده به نمایش گذاشته و در بهلوی آن اعلانات تجارتي شانرا به نشر رسانیده اند و پول کمایی میکنند بدون تردید که کشور ما از بیرون مورد یورش های فرهنگی گوناگون قرار گرفته و هر چیزی به شکل جعلی و تقلبی آن وارد افغانستان می شود با ارسال و باز پخش در شرایط کنونی می توان خطرات ناشی از آن را به گوش مردم برسانیم بسیاری از سریال ها هم از لحاظ هنری وهم از لحاظ محتوا معیاری بودن منحرف کننده و بی وزن نیستند و با نمایش آنها میتوانست نسل جدید را از خطر معتاد شدن به هنر های مبتدل نجات داد











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