

سازگار و سوزناک

شماره سی و نهم ماه جوزا سال ۱۳۷۰ مطابق با شماره مسلسل ۶۹۱-۶۹۲ سال چهارم
۱۴۱۱ مطابق جون

صدایی
از لای

اندوه ایمان

صفحه ۸

فکران را بی‌گناه می‌کشند

Ketabton.com



سپاروون

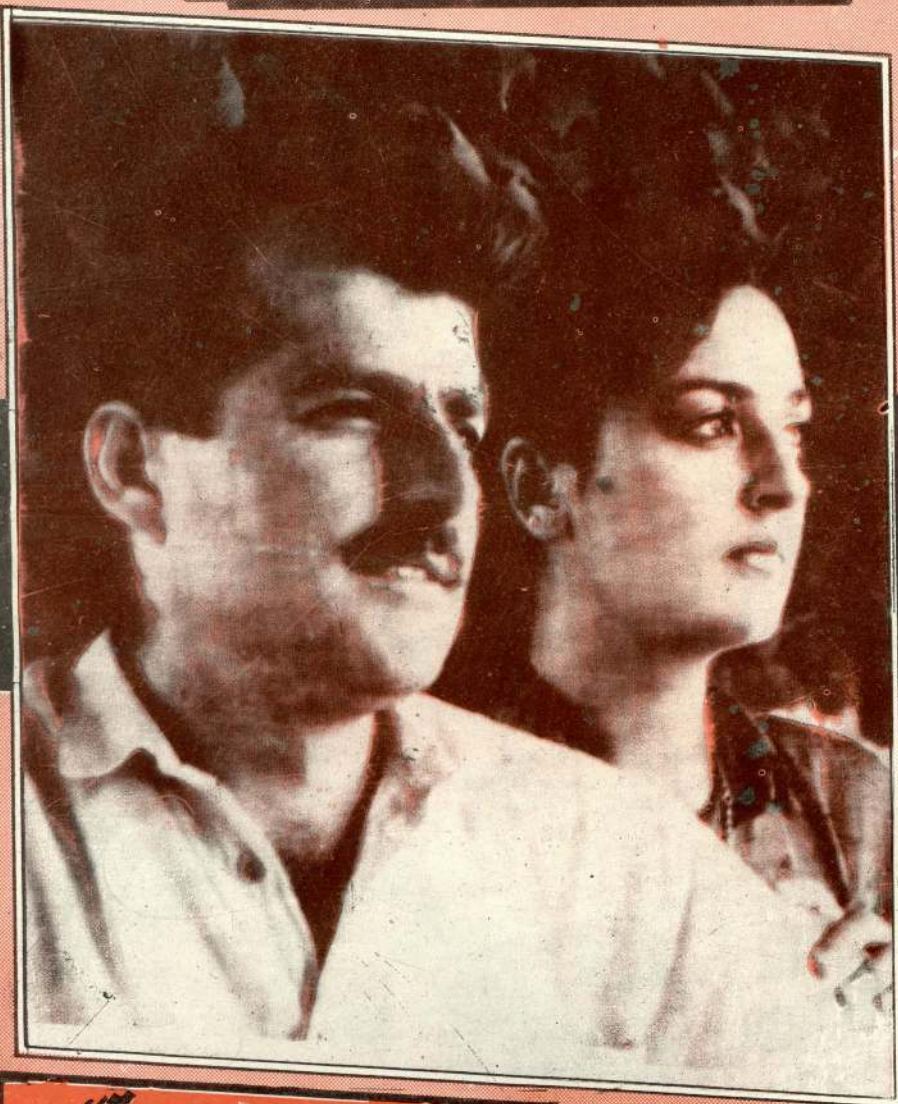
نشریه اتحادیه ژورنالیستان

آدرس: مگروویون سوم بلالک (۱۰۶)

Add:

Microrian-3 B. 106

شماره سوم ماه جوزا ۱۳۷۰ سال چهارم



مصیبت نویسنده گان ؟

بهرسید چگونه میتوان نویسنده
شد ؟

حتی امروزه برخی را ایمن
گان است که شاعران و نویسندگان
یسنده ها، تنها در لحظاتی
از الهام قادر به خلق آثار
هنری اند. شاید از این رو
ست که برخی نویسندگان
سالها چیزی نمی نویسند و در
انتظار الهامند.

مصیبت يك نویسنده آن زمان
ست که اندیشه های پیکسرو
خلاقش از دوك قلم فرار می کند
آن زمان است که قلبش شعله
ور است اما آنچه به روی کا
غذ می آورد از ناتوانی حکایت
دا رد. چه بسیارند نویسندگان
هایی که بایک کار خوب ه کار
را رها کرده اند و به تماشا
نشسته اند. زنده گی در گذر
است. زنده گی بدر جا ماندن
رانی بهشاید. زندگی ایمن
چنین نویسنده ها را در پشت
سرمی گدا رد. این مصیبت
انان را بس.

مصائب اختصاصی با فریدر استگار
و ویتهمر استگار

صفحه (۱۶)

اداره مجله درویرایش مطالب
دست باز دارد.
عقاید و نظریات در مضامین
نویسنده گان متعلق است

تکنا ماه کویته

صفحه (۲۲)

صد او سکوت سکوت
داستان دربی صفحه ۱۶

سوغات

بیتربله داستان ۲۰ ج ۱۲

دنیوازیار

عجایب طبابت

قصه خانه خرم

کپچی تپ

شکلی مسینه شپچی مسینه؟

صفحه (۲۸)

درباره رقص لمبادا چی میدانید

صفحه (۴۳)

استحمام خوب

این مطلب را حتماً بخوانید مخصوصاً در رین فصل گرم



صفحه (۷۶)

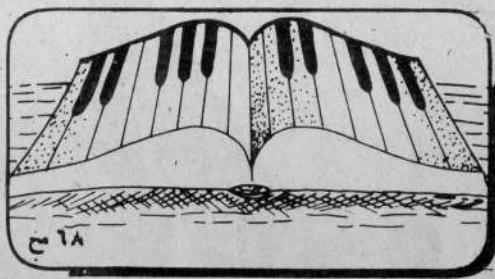
ACKNOWLEDGEMENT
S 803

افسانه پری های شهر

صفحه (۴۴)

درد و ملایزدهای
مهاکرم چی
دیگنورد؟

صفحه (۵۸)



ج ۱۸



Kabul-Afghanistan

مدیر مسوول: دکتور زاهر طنین

خطاطی: کبیرامیر محمدنعیم نیکزاد

Dr. Zaher "Tanin"
Editor-in-Chief of
"Sabawoon" Magazine
Tel. Off: 24510
۲۴۵۱۰

تلفون دفتر

گرافیک: نوره جندووشیه

عکاس: شمین گل

ترجمان: بدالله

لینوتایپ: محمد عارف

چاپ مطبعه دولتی

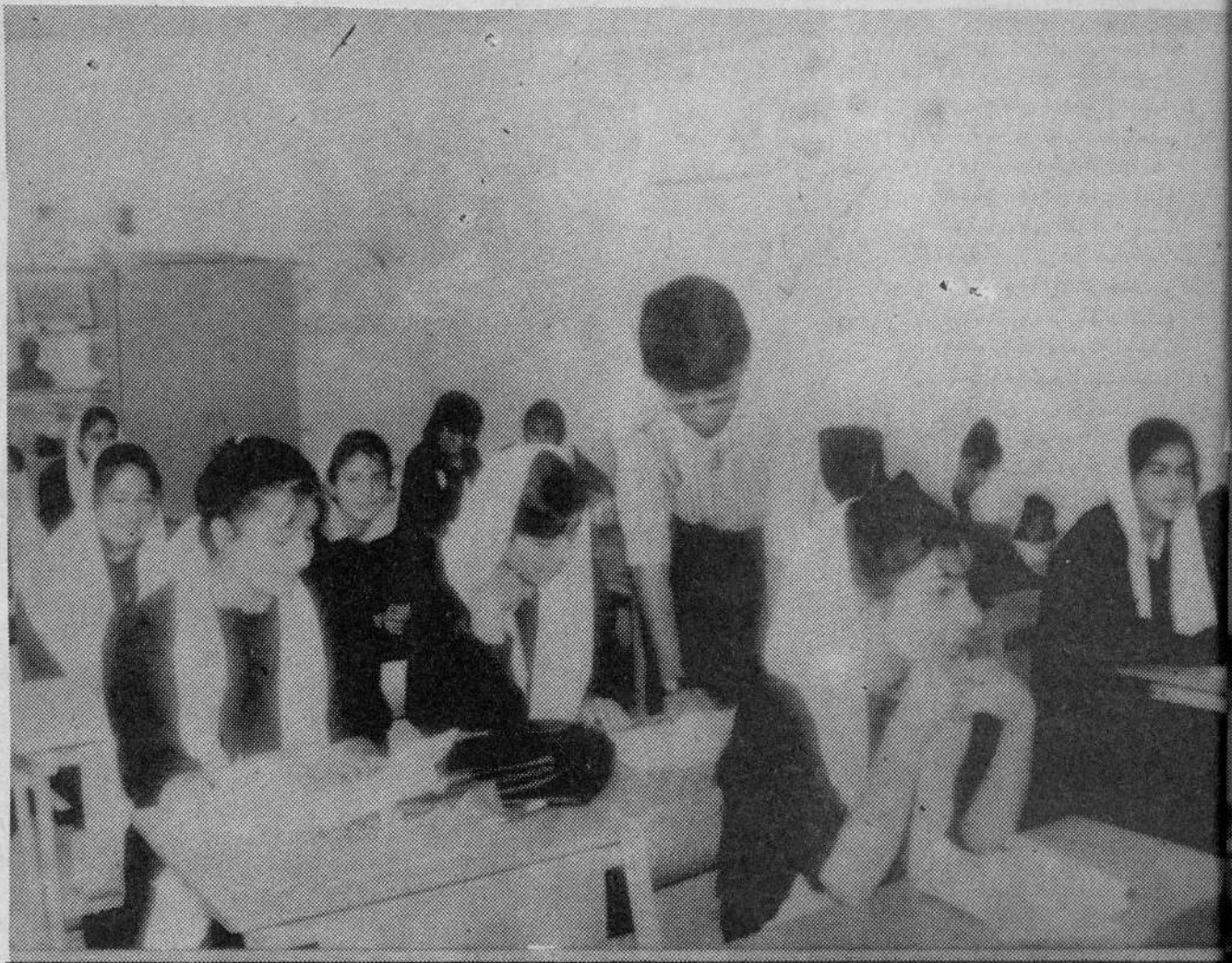
محمدصاف معروف
M Asir Maroof
۶۳۷۰۲

تلفون دفتر:

۰۳۳۳ ۸۰۶۰۰۰۰۰ افغانستان بانک

فصیا عبیدی حساب بانکسی

سکرتر مسوول:



معلم!

از تو

اموختید

سپس از تو!

مالمه مراد... محبیب لیه... در سال ۱۳۰۲... زبان و ادبیات در رشته... فارغ گردیده و تاکنون... هندی و معازاران... مختلف و زیات و مرتزای... وظیفه بوده است... تفاوت هادریخی از... های تعلیمی دهه... سالهای پیشتر از... در گذشته... چنانست به... بدین... هم بران... هم... در... تیره... که ما... از نخستین... اولی... اندانستم که... آغازید؟

زمانی که برای نخستین بار... مکتب رستم... پیش از آنکه... روی تخته را... از نخستین معلم خود... آموختم که باید با... روی... در یافتن... در راه... سوار... معلم ما... نامه ما... آب... خاسرات... از نخستین... روزی که حرفها... اولی... اندانستم که... آغازید؟

نمیشناخت... بروری تر... حیات... تر و مفهوم... آب آن روز... های ما... پهای ما... سرانجام روزی... در یادیدم... گشایش... بایر کثیر... لوتش... ترانه... من آب... من را... گرم... کی... و روزی... دانستن... اول... * * *

آنوقت ها ما... حقش اگر... در خانه... با سپید... مینوشت... برای خود... می ندانست... وقتی معلم... بدیم... میتوانیم... شایان... مودردیم... را برای... ما... بنویسد... امروز... صاحب... ده و استوار... * * *

معلم صاحب همه... قسم... داشت... میپوشید... داشت... دلداری... اما ماه... او را... ثابت داشت... تغییر... ما... هنوز... پیشین... ذهن... حقیقت... جویبار... بودند... پیوسته... بقیه... (۸۶)

صحت

تان

در خطر است

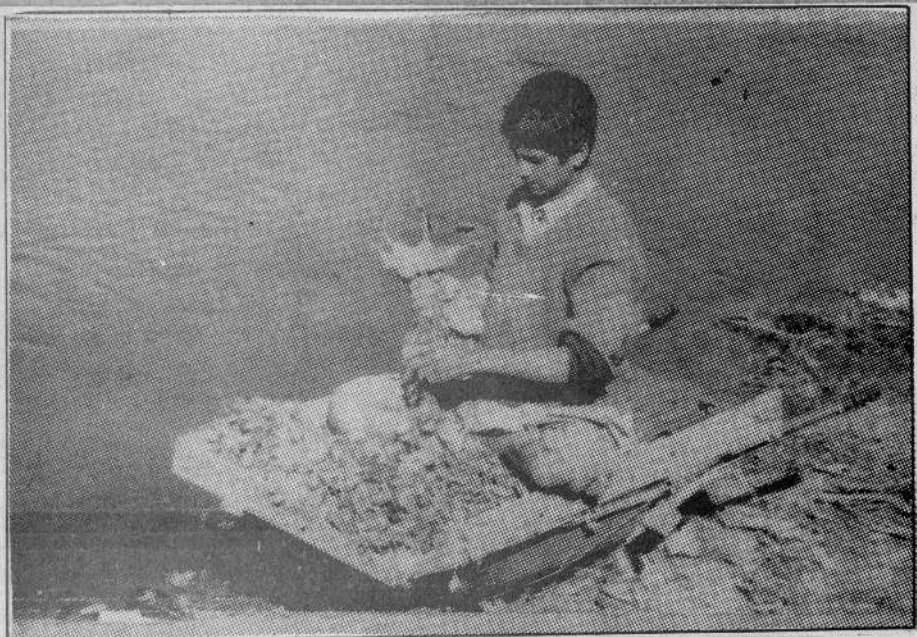


از آب آشامیدنی میوه‌ها و سبزیجات فصلی، مواد غذایی و تنوعات محیط زیست شان در موسم گرمای خود داری بهتر از حد را حد اقل در مورد کودکان رعایت نمایند. در این موسم بنام برگرمای هوا اکثر غذاها و مواد خوراکی در شهر عرضه می‌شود اگر از نظر صحتی مورد کنترل فرارنگورد خیلی‌ها خطرناک است مثلاً از شهر پیخ و آیسکریم تا ریخ بادنجان روسی و روغن ناسالم و غیره...

از آنجاییکه این مسأله خیلی‌ها حیاتی و جدی است از طرفی هم بنا بر نبودن سیستم منظم تنظیماتی در شهر کابل موجود نیست انبارهای کسافات و آب‌های ایستاده عوامل دیگر شیوع

و موش را مورد اجرا قرار می‌دهد غوری که شما اشاره نمودید حفظ الصحة محیط زیست، عدم رعایت نکات صحتی در مواد خوراکی اسرارگ و ناگسور را به طور ساری شیوع می‌سازد. مثل محرقة کولرا، امراض پرا-زیتی، امراض ویروسی، وافات جلدی از همین عوامل منشاء می‌گیرند که باید خانواده‌ها خودشان نیز با مراکز صحتی در زمینه همکاری نمایند.

ما در رابطه با چگونگی آب آشامیدنی در شهر برسی را با رئیس طب و قاپوی مطرح ساختیم چرا که شاید بهترین راه از هتاد تا هتاد فهمد آب آشامیدنی در شهر کابل به طور غیر صحتی مورد استفاده قرار می‌گیرد وی در این رابطه گفت:



خانواده‌ها متوجه صحت خود و اطفال تان باشید



شهر کابل بنا بر عوامل متعدد از نظر حفظ الصحة به شرایط سالم عرضه و توزیع مواد غذایی در این سلسله مشکلاتی است که به موجب آن اغلباً امراض مختلف و مقاوم بروز می‌کند. بسیاری از خانواده‌ها از مریضی اطفال شان رنج می‌برند و برخی از اطفال نیز می‌بانی این امراض می‌شوند.

خانواده‌ها باید عوامل این امراض را در ماحول خود جستجو کنند تعداد شان اندک است. مجله سبب و خواست توجه خانواده‌ها را به این مسأله معضوف بداند که آنان در رابطه با استفاده

امراض را در شهر به وجود می‌آورد و مخصوصاً در این اواخر امراض ناشی از پشه‌های ملاریا خانواده‌ها را متاثر ساخته است. ما با ریاست طب و قاپوی وزارت صحت عامه در تماس شدیم و دکتر عبدالقیوم ایوب رئیس این اداره به ما این روش‌ها را تداوم و قاپوی اصلی برای جلوگیری از حادثات قابل پیشگیری وجود دارد گفت:

تاکنون از کدام مرض مدتهاً خطرناک در شهر کابل گزارش نشده است. ولی در این ماه همگانی سازمان صحتی چندان به نصف پروگرام منظم

از نظر صحتی ضرورت است تا آب‌ها به شکل محفوظ و صحتی تهیه و به مصرف برسد. زیرا اکثر میکروب‌ها و ویروس‌ها از طریق آب آشامیدنی مخصوصاً اطفال را مصاب به امراض می‌سازد مثلاً در موسم گرمای خانواده‌ها از آب جوش داده شده استفاده نمایند که از نظر اقتصادی برای خودشان مفید تمام می‌شود. زیرا مجبور نمی‌شوند که مبلغی را صرف خرید آدویه نمایند. اداره طب و قاپوی برای صحتی ساختن آب آشامیدنی در جهت صحتی ساختن آب‌ها و چاه‌های صحتی پروگرام معنی را در دارد. خانواده

دست دارد. خانواده‌ها می‌توانند از طریق تماس با مراکز صحتی و اخذ مشوره از ارگان‌های طب و قاپوی آب مورد استفاده شان را کلوریزه و صحتی بسازند. معمولاً محفوظ بودن چاه‌ها با سر پوش و پاک بودن دست به هنگام کشیدن آب از آنجا یک مقدار کمک کننده خواهد بود.

رئیس طب و قاپوی در باره امراض انتانی (مکروبی) چنین توضیح داد که:

امراض انتانی چاره‌گرایی دارند و بار طریقه برای تکثیر آن

وجود دارد که مهم آن از این دو طریق انسان را مصاب می‌سازد. انتانات معدی-معایی که از طریق دهن موش گرفته می‌شود.

انتاناتی که توسط حشرات سرایت می‌کند از قبیل تیفانوس، تراخم، امراض زهرویی و میسایدس.

یکی از عواملی که قبلاً در رابطه به آن صحبت شد موجودیت انبارهای کسافات در شهر کابل است روزانه حدود دو هزار تن کسافات انبار می‌شود اگر شاروالی کابل به اداره‌های دیگر به خاطر انتقال آن به خارج



دوکتور عبدالقیوم ایوب رئیس طب و قاپوی از شهر جدی تلقی نشود آلودگی محیط زیست خطرات زیادی را به دنبال خواهد داشت.

تعمیر در صفحه (۸۸)

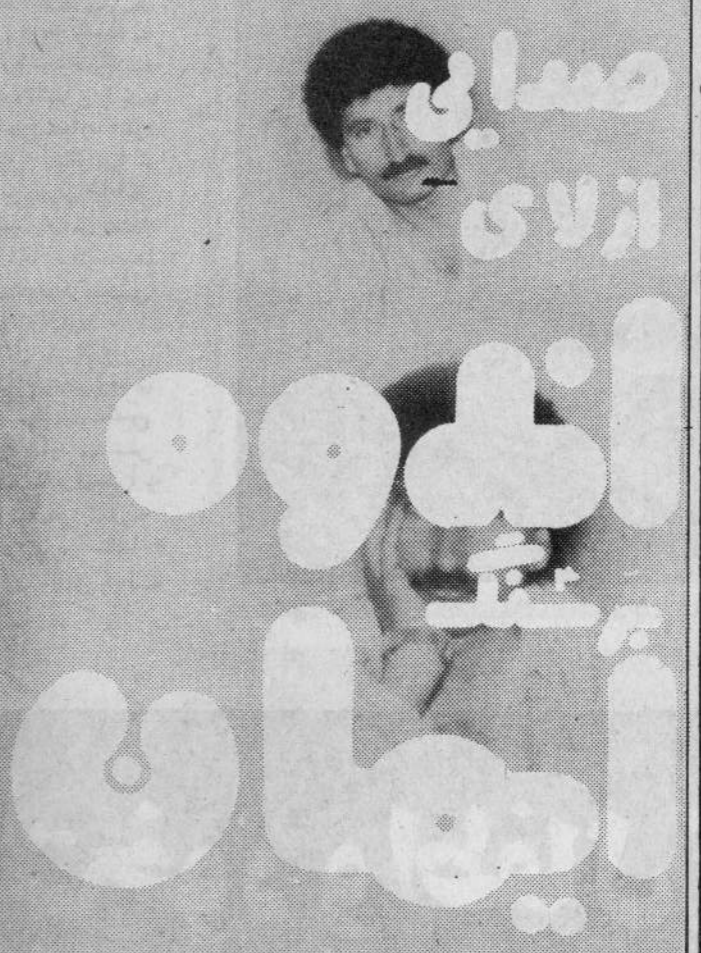
هنرمند سالندی هستی انسانی است، و ایما د انسانی هستی را با ارتفاع آرزوها اندازه میگیرند. آرزوهایی که ریشه در اصالت ها و شاخه در رسالت ها داشته باشند. همانگونه که هر "آرایی" نوا ی موسیقی نیست و هر "ایرایی" شعر شده نمیتواند. هر هوس و آرزویی نیز قله ها و بلندای بالنده گی را نمایش نمیدهد. برای اینکه بتوان در تیره کهها و خموشنای شب و خنکای میهم بادها و ترانه روشن باران را سرداد باید حنجره ابری داشت نه چهره و شمایل اشکبار تشلی.

همچنانکه برای دریا بودن باید امواج بهقراری داشت نه بستر خندقی.

وقتی که تن زخمی مهربان سخت به مردم احتیاج است و یادگار کد امین سروده در ذهن ماندگار و سنگی تاریخ زمانه ها حک خواهد شد؟

ترانه هایی نظا هری لای "ها" ه قسم و درد های بیحد "جوانی" داد و فرهاد از دست عشقهای احساساتی خم بکوهه ها و سردردیها و دلتنگی های تجملی فرهاد و زاریهای آیی غم من "نخ ترمن، شعر من "تب من، خاطر من و پاسرایش و ستایش حماسه ها و حماسه آفرینان "راه-علاجهای به مهربان ماندن به یاد غم نان و گندم و باریت در گوش کودکان همان کوجه هایی کرد آلود دیار خودمان - قصبه طلایی شهر خورشید و طلوعه حکایه مهربانی های رنگینتر از گلبرگ شعر شام-هران و سرانجام عشق در پیوند و آمیزش با حماسه و خاطره هایی عاشقانه "لهلا و لهلا های که با همه طنز، شهامت نیروی پنهانی نهفته در بالهای اوچ پهای یک پرواز اند، نه معشوقه های روزیایی و نازک نارنجی که همدا باعاشقهای تپاه شده و درد دیوار ریخته رو بروی آینه نشسته "شاناز یک کرباناشک میبزند.

وقتی همه جا غبار افسرده گی وزبانها ر ویرانگیها هکله های آدمیت و فرهنگ را به خاکستر مینشانند باکدامین ره - آوری در گفتار مردم بنشینم وگر دلال از چهره های خون آلوده شان بزدایم؟ با آفرین چهره های خواب آورده کساله بخش و ماتم آفرین افسانه های شبانه شکست و شومین و یا زمزمه های آرایبخش زنده گی ساز شور آفرین و ترانه های نشاط آوریکه در رگها حلول کند و حرکت دهد و چینه های بیاض بند و خیر از همت و عطوفت بهاورد!

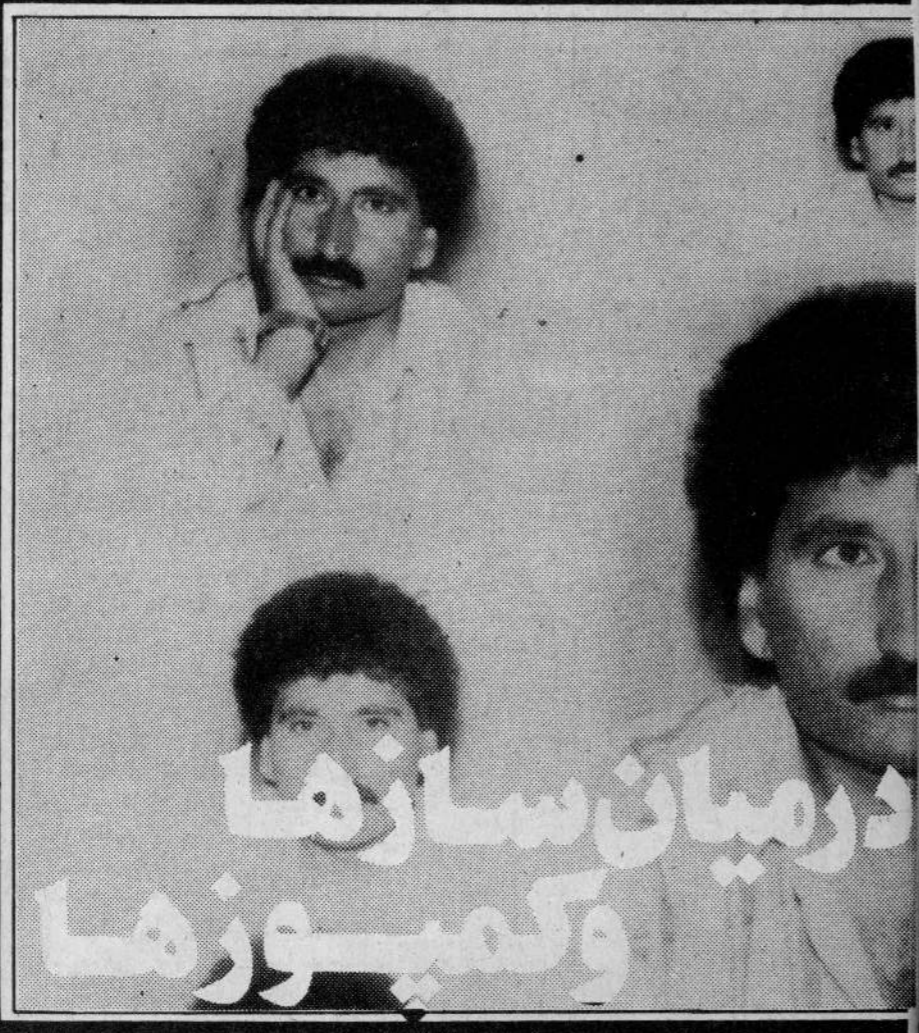


صدای
از لای

اندوه
پر شد
ایمان

امیرجان صبوری حنجره تمام دهکده بود و صدای همه روستایان باکدل

جلوگویی از یاد آموزی و وقی علاقمندان و زواج یافتن موسیقی یاس و شکست برارنده ترین خدمت صبوری است



در میان سازها
و کمپوزرها

و بدینگونه است که کسی به تنهایی در بلندای خاطر هها میماند و کسی با تمام حلقه های تبلیغ و تعظیم و کوی به جستجوی گنج قارین بروی سنگرفه های - فراموشی در زرفنا های قهرای نیستی و نابودی می افتد و باد شام داد تنهایی از سر در مانده گی از پهلوی به پهلوی غلبه میزند و به اصطلاح معروف زنده زنده میبرد.

س و شعر بهار بهتر از موسم کبوتری در فضای باصفای دهکده دور دست و کنار رود یا ری در ولایت هرات هکودگی برای نخستین بار آهنگ مهربانانه و دلا میز به هم آمیزی برگ درختان و باد سرگردان را شنید و شاید هم بهمار زود به شنیدن همچو ترنم ها عادت کرد. رود بار دهکده همچنان جاری بود همه سویی میرفت و کویی با خود آب لحظه ها را به هامین ناشناخته و نا پیدایی میبرد. - سفر آبی دریا آهنگ ملام و لطیفی داشت

داغهایی نبودند که از دل بیرونند. مرگ پدر - آخرین تکه گاه زنده کسی فرزند - کویی طنین واپسینی بود که از تصادم فریاد با صخره ها برگشته بود و در گوشها و خوانند: امیرجان { از همین جا باید آغازید از همین تنهایی ... از همین پایان ...

امیرجان میدید که رود بار دهکده د - رازنایی سالهان را همچنان جاری بود و کویی با خود آب لحظه ها را به هامین نا - شناخته و دور دست میبرد. این بار پویه امیدها و گرد زنده آرزو - های او بود که با هستی همانند سفر آبی در یاها ه آهنگ عتابنده تری میبافتند. زیرا روستایی زاده باکدل هنوز به آهنگ مهربانانه و دلا میز به هم آمیزی برگه یاد معتاد بود.

امیرجان بنه جای اینکه آرام آرام سر به دامان و زانوی غم های حقیقی و واقع های وحشتناکی بگذارد ه می ایستد. گام بر میدارد و به سفر میبرد. شاید به سوی هامین ها و ریزش گاه آنها. شاید او میبرد تا آغاز و پایان آب را بدریاید و با شعرها و ترانه هایش ه با ترنم و زمزمه هایش او میبرد ه با خودش ه با سایه اش ...

و میتوان گفت که وی در این سفر تنها نبود ه او هم سفر خودش بود ه او خود را یافته بود. شانزده سال داشت که فنامه اش را پیچید و در سینه دفن کرد. پیش هیچ کس آه "وایی خدایا" و "ایرایی" نگفته ه نگه و شکوه بی سر نداده ه چرخ و فرهاد به راه نینداخت " و مانند بهچاره های بیخس بر کشته و زبون که از رنج و درد خود - بهرق نمانشی میسازند " فرهاد لایه و - زاری اش بلند نشد. مشتاقانه راز درون پرده ها را جستجو میکرد ه تلاش می نمود ه ریاضت میکشید انگشتان هنر آفرین او با اهتزاز تارها در مس آمیخت و نوای د لطفینی را در فضا بخش میکرد.

او که در همان وقت ها میگفت بچهای غم ه پنهانخانه دل است نه توه زبان. خاطر ه های ماتنیزه اش را فرو خورده و رفت به سراغ دو تار همراز و حافظ همراز. او ریز های روشن ریز تارها را می آموخت و در شام فریمان به حفظ کردن فر - لهات حافظ میبرد اذیت ه آ هشتا هسته - لطفاً صفحه برگردانید

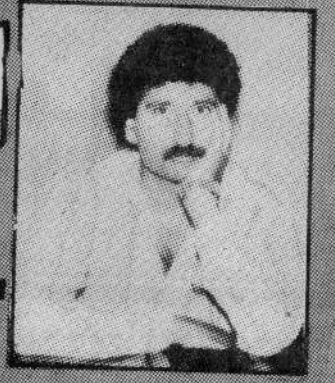
این جا و آن جا برای خوشی خاطر -
 وطنداران و روستا زاده گان پاکدل -
 دیگر میخواست و میخواند :
 دل بپوشد به جان آمد
 وقت است که باز آید
 در آن روزگار آواز بارین امیر جان -
 همان ترنم شور انگیز برکها در زوش با د
 ها را داشت .
 او را در دست داشتند ، زیرا هیچ
 محفل بدون امیر جان نشاط آور نبود .
 او حنجره تمام دهکده بود و صدای همه
 روستاییان . به این جهت او در همان
 وطندارانش محبوبیت عجیبی کسب کرد
 و عزیز دلها گشت .
 آوازه آوازه فستیوال آهنگهای ملی
 و محلی در کابل بود .
 هواخواهان امیر جان را حلقه کردند .
 آنها میخواستند دوست کوچک شان را به
 کابل بفرستند . اما امیر جان نمیدانست
 و میگفت : آخر آن جا هنرمندان بزرگی
 اشتراک دارند . یک تن از وطنداران از
 میان جمع جدا زد : امیر جان ! اگر تو
 کابل تروی و آهنگ " دختری هری " را -
 نخوانی ، در آن محفل بزرگ آهنگ محلی
 خودمان را چه کسی خواهد خواند ؟
 امیر جان هنوز هم بر سر د و راهی
 انتخاب بود : بزم ؟ نرزم ؟
 وقتی او آهنگ " دختری " را خواند ،
 مردم آنقدر کف زدند که حتی خودش هم
 آنرا باور کرده نمیتوانست . حاضرین و -
 تماشا چنان برایش جایزه فستیوال را در -
 خواست کردند .
 و به این ترتیب امیر جان صبوری هود ه
 ساله برنده مقام و جایزه دوم فستیوال
 گردید . (جایزه او به خاطر آهنگ
 " کمر بارین من " به ظاهر هویدا داده
 شد)
 او سال بعد (۱۳۵۱) " دختر -
 هری " را در رادیو افغانستان ثبت کرد
 و بعد یکی دو آهنگ دیگرش را ...
 دوران فرارسیده آواز امیر جان صبو -
 ری جان به و گبرایی د یگری میبافت و خو -
 دش در صد یافتن دوستان همدوق و
 هم سفری بود تا به اهداف برتر دست
 یابد . به زودی وهاب بدی را یافت
 و با پشتوانه مضمون تری به راه خود ادامه
 داد .
 * * * * *
 آنانیکه امیر جان صبوری را از نزدیک
 میشناسند در باره اش میگویند که یگانه
 رمز پیروزی او مستحکم بودن وی در راه بر -

آورده ساهتن آرزوهای بلندش است .
 وقتی او خود را به نقطه معینی میرساند
 ارتفاع دیگری را هدف قرار میدهد و
 میخواهد به این شیوه جایگاه خود را به
 دست خود و نهیت خود رفعت بخشد .
 امیر جان وقتی تنها میشد آرزوهای
 دیگری در خیالاتش جوش میبافت : " اگر
 نتوانم محمود آهنگ و تصنیف بیاورم ، باید
 در انتظار دیگران بنشینم و انتظار چسی
 تلخ است ! " .
 این را با خودش میگفت و گهگاهی با
 دفترچه خاطرات و دو تاره همرازش نیز
 مشوره های میکرد . در حاشیه خاطراتش
 نوشته بود " باید اندوه را به گوشه بسی
 نهاد و تا به آرزوهای شاد رسید ، دو تاره
 نیز همین را میخواست .
 امیر جان صبوری در لابلای تارها و صفحا
 ها باز به یاد شتاب سفر آبی در یکتار
 دهکده افتاد و در میان تخیلات ظریف
 شاعرانه اش دریافت که عزیز نا شناخته ای
 از دیاران روشنی ها در خانه او را میگو -
 بد . زیرا از راه پر نوری آمده است .
 به جای آنکه سوی درب منزلش برود
 دو تاره اش را بر میدارد و برای نخستین
 بار تصنیفی از خودش را رنگ موسیقی می
 بخشد و آوازه ها را در میان پرده ها
 شعریت میدهد .
 سرانجام از چوکات باز در پیچه اتاقش
 سروده می به گوش کوچکی کهها میرسد :
 " تو از شهر خورشید به اینجا رسیدی " .
 فردا این اولین تصنیف و کمپوز امیر جان
 صبوری از طریق امواج رادیو تا دور دست
 ها به گوش همه گان میرسد .
 و فرداهای دیگر و سروده های دیگر ...
 صبوری در ۱۳۵۵ خود را از تنهایی
 نجات داد و برای خودش طرح خانوادگی
 مختصری را ریخت و با دید دیگری به زندگی
 و کارهایش پرداخت .
 صبوری خانواده خوشبخت و کوچکی
 دارد که هر روز باخنده و غوغای سه
 پسرش علی سونا ، الیاس و اجمل رنگ
 زنده گی را بخود میگوید . وی برای سه
 پسرش آرزو میکند تل آنها به رنج و درد
 پدر گرفتار نیایند و زنده گی مسعودی
 داشته باشند .
 در ۱۳۶۰ وی با وجود برخی از مصر -
 وفت های اجباری زمانه به گردهم آوری
 و ایجاد آرکستری به نام " گلشن " که اینک
 مظهر و سمبول وحدت و دیرنده پاهای
 است موفق شد .
 او که تا دیروز مشغول آموزش پدیده ها

و جلوه های هنری برای خود بود ، به
 در یافتها و متعهدانه تر و ممولانه تر
 رسید ، گویی بازم همان دو تاره همرا ز
 و کتابچه خاطراتش بود که در گوشش میخواب
 شد .
 امیر جان (حالا دیگر تو تنها نیستی
 باید در باره یک جمع همدل و همراه و در
 مورد زنده کسی هنری همه شان بهندی .
 صبوری بار دیگر نقطه بلند تری را در

اوستا عریست آگاه و موسیقی دان نیست مسلط بیگانه

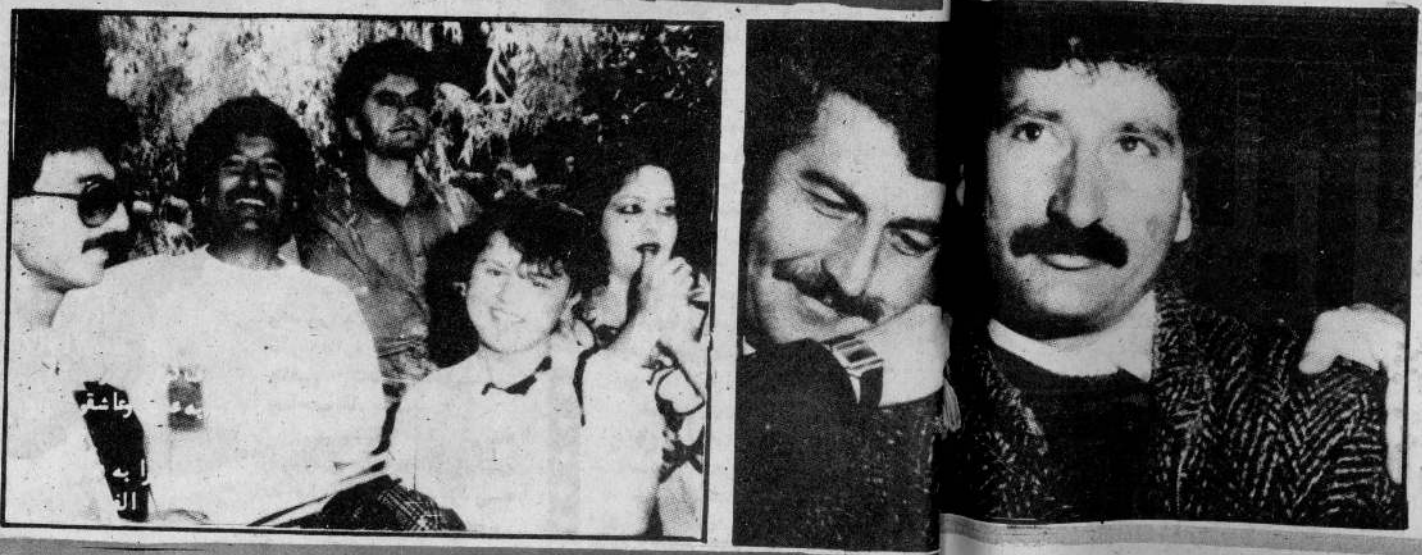
مرا راه خود محور قرار داد و به یاری و -
 یاری دوستان شتافت : و جبهه و فرهد
 رستگار ، حفظ وصال و محمود کامسن ،
 کهور متین و شریف ساحل ، نعم امیری و
 دیگران .



او به خاطر همه اعضای " گلشن " تهید ،
 تصنیف داد ، کمپوز تهیه کرد و بر عکس
 آنچه که ظالما به رایج است او خود را وقف
 دیگران کرد و آرام آرام خود را عقب کشید
 و دیگران را به جلو سوق داد .
 در باره اش میگویند که آواز این جهت
 یک استثنا و یگانه است و هنوز زوایای نا -
 مکشوفی در پهنای هستی هنری خود -
 دارد ، زیرا به گفته یک تن از همکاران
 دایمی اش او به خاطر آرزوهایش زنده است ،
 و برای رفیق جوش و ماجرا انگیزی ابداء
 وقت و حوصله ندارد .
 امیر جان صبوری یک فرد واحد اما متبا -
 رز و جلوه متفاوت و ستودنی هنر است .
 او شاعر نیست و آگاه و رسالتند و موسیقی
 دان نیست مسلط و بیگانه .
 برخی از ویژه گیهای شعر صبوری :
 - نخستین و چشمگیرترین خصیصه در
 سروده های امیر جان تلاشهای پیگیرانه
 و اصلی است برای نجات شعر از منجلاب

تاه نهت و تخفیه کلام صبوری بین دیار
 شهادت و حماسه و فرا خوانیست به نیست
 به داری ، هست ، بلخند ، فتح و پیروزی .
 حتی اگر از عشق میگوید .
 اندوهگینانه باید گفت برخی از شا -
 عران و تصنیف پر د زان لقب یافته و -
 احساساتی مان به گونه ترجم آوری در -
 سروده هایشان میکنند و جالب تر اینکه
 دیگران را نیز به گریه دعوت میکنند ، آگاهی
 نیز با ادواظوار مظلومانه دست ها
 و چشم ها از تب دا شتفا ، رخسار
 های تر شده با اشک و دلپهای خرابی
 دیده که خود شان هم نمیدانند " غم
 های جوانی شان را به کجا فر یاد کنند .
 (زیرا نشنیده اند که درد را باید تحمل
 کرد نه اینکه آنرا گریست)
 - اگر امیر جان در شعرهایش سفر عشق
 در پیش میگیرد ، جگر شیر دا رد او -
 عشق و عاطفه ، محبت و غرور و مهر بانی
 را با پرداخت حماسی گره میزند و هرگز

صبوری خلی به سمت بالا



در باره عشق احساساتی نمیشود و از -
 شکست و نامهربانی آن به یاد نمیکنند .
 سروده های امیر جان از نژاد آوازه -
 های بسیار معمول و ساده ، با استعاره و
 ترکیب های روشن و شفافیت ، صرف
 متعلق به خودش میباشد . او شعرهایش
 را " با تحفه ها و هدایا " به اصلاح خانه
 ها میبرد و قلم به عاریت نمیگیرد .
 - کلام صبوری بی نیاز از تکلام و اعلان
 شدن ، لقب گرفتن و مقایسه شدن با
 کلاسیکها و یا معاصرین است . صبوری -
 یعنی خودش ، همانگونه که است نه
 کمتر نه بیشتر .
 مخاطب شعر صبوری فرد نیست ، ملت
 است چه اینموی خط و چه آنموی خط .
 بعضی از ویژه گیهای پر داختهای
 موسیقایی صبوری :
 - صبوری ذوق حماس و سختگیری
 در آهنگسازی دارد و هرگز دنبال ذوق
 های سقوطی به راه نمی افتد ، بلکه
 مبتکرانه گام بر میدارد و می آفریند .
 - امیر جان تلاش ورزیده است تا
 القاب شدن آنها را به اساس علمی
 شان در " گلشن " رواج دهد . (آنچه
 که طی سالهای دراز از آن جلو گیری به
 عمل آمده است)
 در کمپوز های ساخته خودش شوره این
 تلاش در عرصه نزدیک سازی موسیقی فلان
 مند شرق یا موسیقی نیرو مند غرب کاملاً
 مشهود است .
 - ارزنده ترین کار امیر جان جلو گیری
 از بد آموزی علا قندان به خاطر رواج یا -
 فتن موسیقی پائس و شکست و نقش آمیزنی
 آن در جامعه جنگه زده و ابعاد فر سا -
 ینده جنگه است . زیرا او توانسته است
 روح بیداری و غررت آری را با آهنگها -
 پیش پا رد دیگر در خاطر ها زنده سا زد .
 - امیر جان صبوری انتخاب شایسته در
 عرضه گیتنش و انطباق مبلودهای آرام
 و معتدل با تصنیف های تلطف یافته
 و پارچه های ضری " ریشیک " در -
 تلفیق ضرب و آواز صوت (جهت به
 دست دادن خصیصه نشاط و سرور) -
 دارد ، که همین نمونه ها ، حدود ابعاد
 ماورای مرز های جغرافیایی به کاروی
 میدهد .
 سرانجام با کار کرد های امیر جان
 صبوری به یاد این نکته امیر خسرو
 دهلوی که استاد هر دو فن بود می افتم
 که میقت : شعر عروس زیباست و مو -
 سیقی آن را می آراید .
 بقیه در صفحه (۸۶)

سازمان

صاحبه کننده: سوسن همایون

هنر خوشی بر سر زخم های مردم نمک پیا سدد

میرد رستگار: سالهای ۵۶-۵۵ بود و در صف پنجم لصفه، صفحه برگردانید

کرد یگر ۰ به خاطر اینکه پرسیده اند ارجیا و یگوه آغاز کردید

لصفه بگویند نه آزارهای سنا چگونه کنند: توسط خودتان ریا

وند یگوه است که چرا این سروده ها زنگ و نبار کده گی نمیدیند و در گرداب فراموشی غرقه میشوند

♦ ♦ ♦

در ماهی که گذشت تعداد زیادی از خوانندگان (سیارون) با اارسان نامه ها و برشها خراسته بودند که ما و جیهه و میرد رستگار گفت و شنودی صورت گیرید تا آنها بتوانند درباره نقشه نظره های هنری، زنده گی و شخصیت این دو هنرمند ساخته شده معلوم سازند بیشتر به است آریند

باد رستگار است سلاا ت ارسالی! خبرنگار مجله سیارون بر آن شد تا بدون خبردهی قبلی، عصر روز جمعه (۲۴ جوزا) طی یکنهست یکنه ساعت از جریان صحبت های روزی با و جیهه و میرد رستگار یادداشت منسل تهیه نماید این نما ااد در جریان صحبت ها فراموشید هم:



هنر مند نباید یا

هنر مند نباید یا

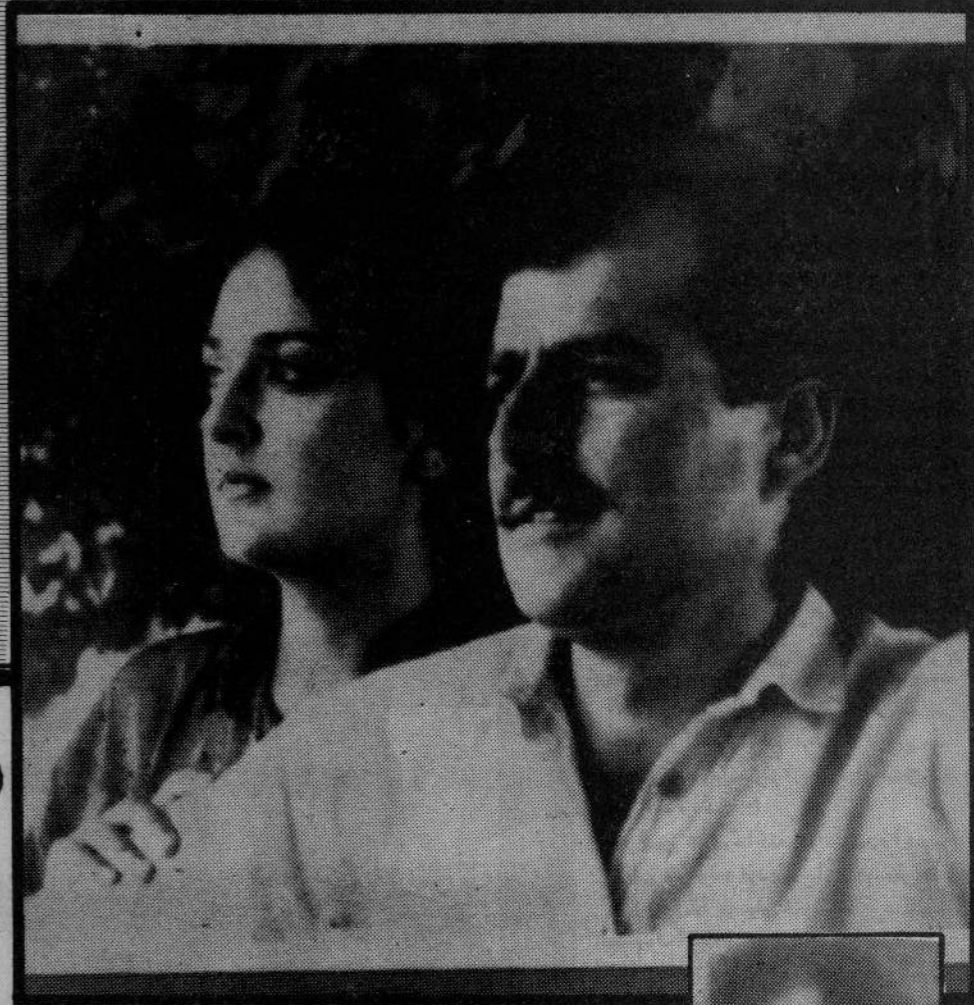
اگر از شته بندی موق بدون هنر تیسره و جاننیه بی بگدریم، نمیتوان از این نحوه ها و مثالها که در چند لفظه (وحد اکثر چند ساعت) فاصله فرسنگها را پیچود و خطوط جغرافیایی مرزها را درهم ریخته است! چشم بوشید:

مگر این آزادی صدها هموعن کنی کرده مان در آسوی مرزها نیست که میخوانند: "با این پرواز است لیلای... لیلای... لیلای..."

و آیا این ها همان مانشعای به معرفت نیستند که ارتش دن فریاد میکنند: "اگر بدانی یاندانی... یارجانی..."

در کدام محفل خوشی و سرور هم میهان ماست که حتی باین هارمونی و عبله خوانده نشود:

- تن میهن به مرهم احتیاج است
- توارشهر خورنید...
- تا شکی لبخند و تبسم بانه
- قیدانم قصه مایست روزی روشن میله



به گفته "پن تن از گشام های مشهور د پار موسیقی و از جریان سابقه دار راد یوفا معاستان (که مایل نیست نامش گرفته شود) مادر مرزین خوشی سه نوع موسیقی داریم: * موسیقی ثابت و استوار که ریشه در اعماق مردم دارد و بی نیاز از هر نوع تبلیغ و رنگام، سفارش فرمایید و هیا هر کس ری و جعلگاری است * موسیقی پاد رهرو و مکتوبر که ریشه در فله های قدرت دارد و به زود دستور و تلقین، تحمیل و تحویل و صاحب مقام میشود * موسیقی معلق و بی ریشه (و در عین حال مظلوم) که نه خواننده، معین دارد و نه شنونده، مشخص و طول عمر آن هم به کسی معلم نیست

در گسرخ، موربانه های تعبیری وجود ندارد
فرید: سفرهایم به من
و همانا که موسیقی
دیگران در کجا قادر دارد
و از مادر کجا





میکردم. از جانب دیگر در (گلشن) نیز کمبود یکنه دختر آوازخوان محسوس بود. موقوف مناسب یافتم و رخسار شهبختانه دریافت که من در انتخاب تصمیم خوبی شایسته نگردم ام.

آرام آرام همه چیز به سوی پیوند نرفت. من بزرگواری ها و رهنمود های امیرجان صبوری، کنگه و مشوره های دایمی فرید رستگار، معاونت های بیدریغ همکاران، عدت امکانات سازمان، کراتین جوانان (اتحادیه جوانان افغانستان) راهبرگر نمیتوانم به فراموشی سپارم.

فرید رستگار، امیرجان صبوری در میان هنرمندان کونی نه تنها در عرصه شاعری بلکه در رشته موسیقی نیز یک چهره استثنای است. قلب بی آلتی و جویب و مستی دارد. او به پیکانه گسی استعدادهای و توانایی های چند جانبه خود را کاملاً

حریف بازی، خسته گسی و شکست گزای اثری نیست. تعجب و تواضع او را با نگر شخصیت ستودنی او میباید. در باره امیرجان صبوری هر چه بگویم، حرف تمام نمیشود. وقتی در باره به گفته های فکر میکنم، در میابم که بازم کسم گفته ام.

درباره ها آمده است، که فرید رستگار برای خود چینی گونه نرفی دارد. من بر رسیدن این سران را از وجهه جان مناسب میدانم.

و جبهه: فرید در لحظات مختلف علاقمند بهای متفاوتی را نشان میدهد. مثلاً زمانی موسیقی محلی را با شور و شوق خاص میسندد و گاهی هم میباید بهای آرام و سلام آسای را. گروه مورد نظرش گسره، هنری "پله" است که همیشه همیشه ابرامینشود.

گاهی تمام قدرت ذوقی و سلیقه ها پیش را در برداخته. این تبارز میدهد. مثلاً او پارچه بی دارد به تمام (جنگ و صلح) که در جردود نشن، هفت دقیقه است



مادر رسید و تفاهم پیوسته میان هم با سایر اعضای گروه همدیگر را بیشتر و خوشتر درن کردیم. هرگز به نوبه "خوبی شتابلا" برای دیگری شناختهای ژرف و بی غش به جاگداشتیم.

در اصل بی نیازخواست بسیار سرزوی موجود بود، تا ما کمبود بیستگرا آوازخوان باقری هم و باز آمدن قابل حساب داشته باشیم.

امیرجان صبوری آمد و خلای موجود و بی غش خود سر را بر کرد. و جبهه نیز در قی و میباید به جای خود قرار گرفت و من هم همیشه

به همین ارتباط اجازه دهید بگویم اگر من اشتباه نکرده باشم، شما از همین طریق بیاد و شخصیت ممتاز بگرا آشنا شدید که اینک نام و نشان پرآوازه و بلند می دارند. جالب خواهد بود اگر خود در باره این آشنایی ها سخن های دانسته

فرید رستگار: به گمان بیشتر هدف شما از این د و کتر کرد رخشان امیرجان صبوری و جبهه خواهد بود اگر چنین باشد، بهصراحت باید بیان کم خوشبختی و افتخار شناخت با آنها را نیز ثمر ضرورت ایجاد و ساختار تکامل بعدی (گلشن) میدانم.



د از بد که در حالت رویا رو به همدیگر ابراز میزد از بد در این جامه وقت در انحصار یک شخص نیست. ماهه فرید مرد خود را در تمام ابعاد جاری تار کرد های مشترک مان با تمام اخلاص صادقانه و همدلانه هم میدانم. در روابط مافوق دو اصل وجود دارد: تفاهم و تعادل. اگر یک جمله کوتاه بگویم: بقای (گلشن) در نیت و هدف اعضای آن باز تاب یافته است. همین

و بد گویی خوب در زندگی کارها بالاخره همینگونه پیش میروند.

فرید رستگار: به گمان من این گروه گلشن در ساعات خالی و تفریح به اتفاق هم میباشند. آنها گاهی سنا، هنگام واحد ظاهر میباشند. علاقمندی من به آوازخوانی کمی بیشتر از دیگران است. اما این را اکثر آنها میدانند. یک روز قرار بود در لیه استقلال پروگرام یک کسرت روی دست گرفته شود. معلمی وارد صنف ما شد. وقت کسی از میان شما آواز خواند، میتوانم که استن را در نیت برامه بگیرم؟ ماهه سکوت کردیم.

و با گروه های بوده ایم. جالب اینکه تستیادی از آن ها (نه همه) دلایدر زنی داشته اند اما بقای "گلشن" از چندین نگاه در نگریاد می خواهد. لطفاً عوامل درونی این دوام را روشن سازید.

فرید رستگار (پسر ازاد): کی اندیشیدن) به نظر من علت اصلی و برتری دوام (گلشن) در انگیزه و موشنا ایجاد آن هفته است.

اگر زحمت نیاید، توضیح بیشتر بدهید. مثلاً چی گونه؟

فرید رستگار: قبل از همه گرداننده می و تشکل (گلشن) روی بی ضرورت همدیگر استوار بود. تعهدات و بیباک های مادر همان آغاز پندار شوقی، اتفاقی و تغنی نبود.

او باز رسید: در صنف کسی آوازخوان است یانه!

من گفتم: خوب نیست. اما معلم هنوز هم در حالت انتظار بود. ناگهان کسی از میان شاگردان با صدای ناتمامی گفت: معلم صاحب! و جبهه... و دیگر جمله. اثر را داده اند. معلم بدون اینکه چیزی بگریه برسد، گفت: و جبهه هر کسی است، حتماً میخواند. نامش را نوشتیم.

وقتی دوباره نام را شنیدم، در بزمی بود که خارج از صنف درس، غیاز است تفریح روی سنی باید برای شما شایع میخواندم.

از آن روی بعد بیهم شامل برامه های آوازخوا- بی شدم و همان طور که معمول است، هم تاییه و تشویق شدم و هم انتقاد

و با شنیدن درس میخواندم، آنوقت هادردلم ذوق و شور و جیبی احساس میکردم. اما امید انید، برای آوازخوانی و آوازده می در خوانده ما نیز همان ما- معنی های وجود داشت که معمولاً در خوانده های افغانا- نی میباید.

اگر برادرم نجیب رستگار را هکشی نمیکرد، شاید تا امروز در چارچوب آرزوهای دست میبازدم. من بی داشتن نجیب در کنار گاهلا- هم زین خلی میبخوانم آهسته آهسته یگان زمزمه زیر لبی، چیزی چیزی میخواندم و به این ترتیب راهی دنیای تارها و پرده ها گفتم تا بتوانم این مختصر را آغاز نامید. من آنرا تا همین حد و لازم به یاد آوری میدانم.

و جبهه: شاید شنیده باشید که یک تعداد دخترها گاهگاه هنگام ظرفشویی، کار

چرخش

و بد گویی خوب در زندگی کارها بالاخره همینگونه پیش میروند.

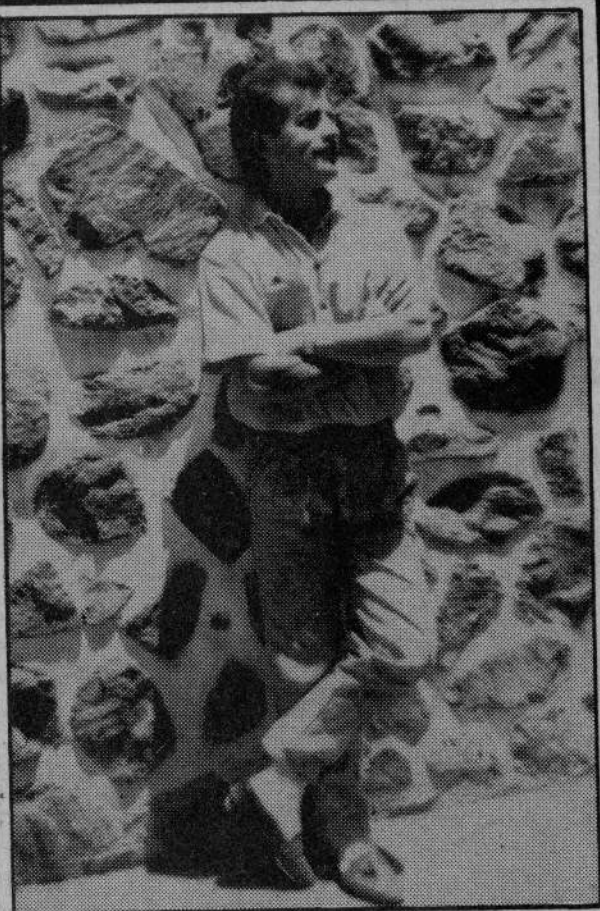
فرید رستگار: به گمان من این گروه گلشن در ساعات خالی و تفریح به اتفاق هم میباشند. آنها گاهی سنا، هنگام واحد ظاهر میباشند. علاقمندی من به آوازخوانی کمی بیشتر از دیگران است. اما این را اکثر آنها میدانند. یک روز قرار بود در لیه استقلال پروگرام یک کسرت روی دست گرفته شود. معلمی وارد صنف ما شد. وقت کسی از میان شما آواز خواند، میتوانم که استن را در نیت برامه بگیرم؟ ماهه سکوت کردیم.

و بد گویی خوب در زندگی کارها بالاخره همینگونه پیش میروند.

فرید رستگار: به گمان من این گروه گلشن در ساعات خالی و تفریح به اتفاق هم میباشند. آنها گاهی سنا، هنگام واحد ظاهر میباشند. علاقمندی من به آوازخوانی کمی بیشتر از دیگران است. اما این را اکثر آنها میدانند. یک روز قرار بود در لیه استقلال پروگرام یک کسرت روی دست گرفته شود. معلمی وارد صنف ما شد. وقت کسی از میان شما آواز خواند، میتوانم که استن را در نیت برامه بگیرم؟ ماهه سکوت کردیم.

و بد گویی خوب در زندگی کارها بالاخره همینگونه پیش میروند.

فرید رستگار: به گمان من این گروه گلشن در ساعات خالی و تفریح به اتفاق هم میباشند. آنها گاهی سنا، هنگام واحد ظاهر میباشند. علاقمندی من به آوازخوانی کمی بیشتر از دیگران است. اما این را اکثر آنها میدانند. یک روز قرار بود در لیه استقلال پروگرام یک کسرت روی دست گرفته شود. معلمی وارد صنف ما شد. وقت کسی از میان شما آواز خواند، میتوانم که استن را در نیت برامه بگیرم؟ ماهه سکوت کردیم.



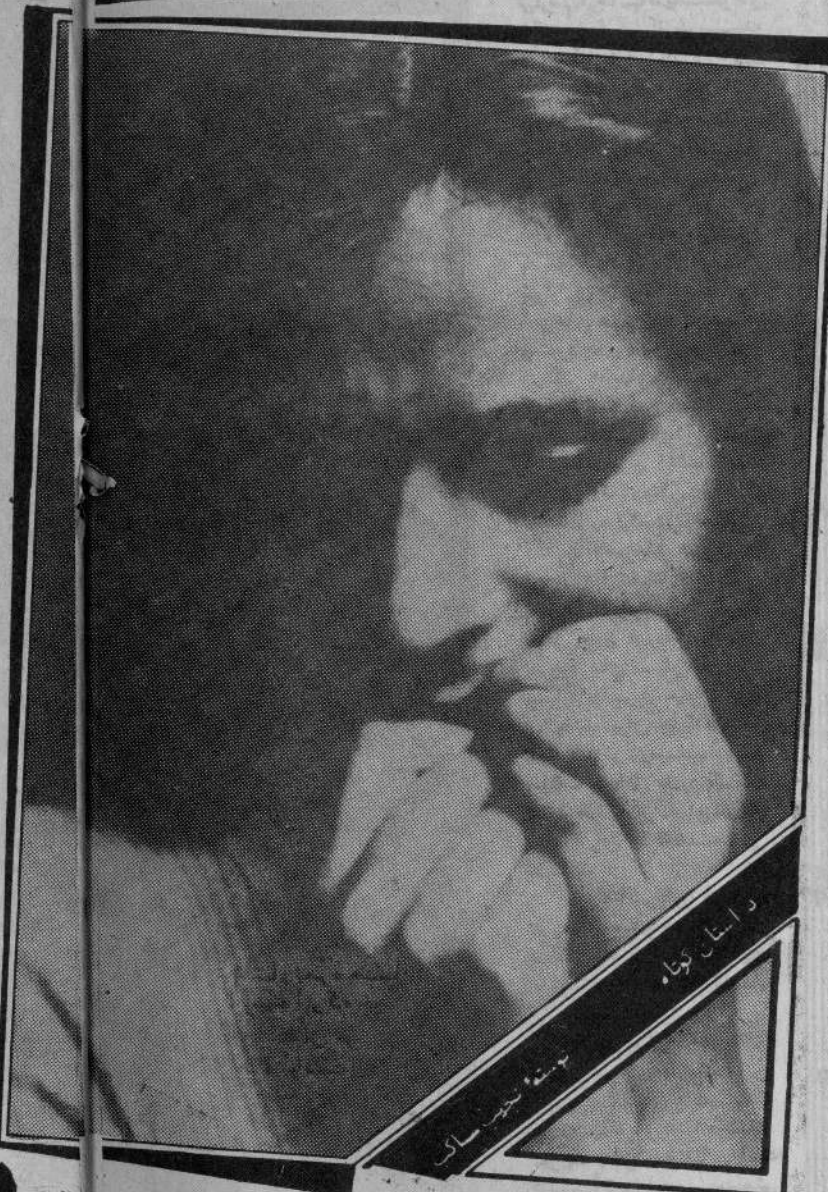
تو مهربانی

بقیه از صفحه (۱۵)
 از ترکیب سه حالت گویسه
 گونه موسیقی ارکستراسی
 ریتم های تند را که رول و
 نوازی افغانی تهیه نشده
 است .
 من فکر میکنم اگر این
 پارچه تصویری ساخته نشود
 از زبان بهتر درک خواهد
 شد .
 و اما در مجموع من
 موسیقی غیر را این شرفی
 بخشیده و عرصه های
 انطباقی آنرا با بلخ
 از آلات موسیقی کشور خودمان
 پیدا کند .
 از کدام آهنگها میتوان
 بیشتر راضی استید و از کدام
 ها خویش تر می آید ؟
 فرید رستگار : آهنگ
 دلخواه من (کاشکی) ...
 بقیه در صفحه (۸۱)

باناتوانی ، خود تر راکشا -
 نهد تا آخرین حرفش را ، در
 سکوت دختره فریاد کند ...
 وقتی ، چشم دختره او افتاد
 وحشت کرد ، صورت در هم
 رفته ، مرک را که دید عاطفه
 تلخی ، در زونی چشمانش
 سوسوزد ، مرد ، آخر یمن
 نپرویش را جمع کرد و با صدای
 گرفته ای که به ویرانی آسمان ،
 شباهت داشت گفت :
 - من ... تنها ...
 بودم !!
 بعد از آنانش حسرت
 شد ، برق شگرفی ، در ته
 چشمانش شکست و مثل فرود
 افتادن صخره ای ، در پای
 دختره سقوط کرد ، بدنش
 سرد شد و رنگ صورتش به
 سپیدی کابوس میماند ...
 دختره گسج و جا خورده
 به او نگاه نکرد ، لبهایش از
 هم دور شد ...
 دختره حرف میزد ...
 مرد ، ساکت بود !!
 پایان

پرتگاه ژرف و هولناکی بود که
 صدای فریادان قطره
 های خون ، در آن وانعکاس
 میکرد ، دختره در گوشه یسی
 نشسته بود ، از لای موهایش
 که روی صورتش ریخته بود ،
 به او نگاه میکرد ...
 مرد غلتی زد و پشیمانتر را
 باز کرد ... اتاق تنها
 بود ، سکوت ، همچنان برپا
 سهاهی ، پنجره هارا ، سی
 پیسود و " تنهایی " در قلب
 مرد آمان میکرد ...
 هر چند ، مرد با کابوس
 خورگرفته بود ، هر چند زندگی
 او ، کابوس بزرگی بود که در
 هرنفس تکرار میشد ، اما
 اینبار ، از وحشت و خشکس
 زد ، اینبار ، طور دیگری
 به خود لرزید ...
 تنش داغ بود و درد نا -
 شناخته ای ، بر سینه اش ،
 پنجه می کشید ، مرد ، شب
 را ، تا پایان ، حرف زد
 حتی وقتی که آفتاب تانیمه
 های آسمان رسیده بود ، مرد
 همچنان ، حرف میزد ، یکبار
 به خاطر آورد که دختره از
 دیر گاهست ، سکوت کرده
 است ، تمام نعره های
 عالم ، در سینه اش گره خورده
 قلبش ، داشت می ترکند ،
 واوه فقط ، توانست از درد
 به خود بپیچد !!

سکوت سکوت ...



از سکوت سنگینی که سهاهی
 وحشتناکی ، در آن زیانسه
 می کشید ...
 تاریکی ، تنهایی ، بی زبانی
 و سکوت ، او را ، فتح کرده بود
 ... او ، یک نفرین بود
 زشتی که به دشنام میماند .
 شاید همین دشنام را ، آفرینش
 روی پیشانیش کوبیده ، بود
 و شاید هم ... کسی چه
 میداند ؟
 شب که میشد ، حس غریبی
 قلب مرد را ، در پنجه میکشید ،
 چیز تاریکی ، مثل یاس و حجره
 های بدنش را می انباشت
 و یکبار ، خود تر را می دید که
 به اندازه دستانش تنهاست
 خواهر تنگ گریستن ، زیر
 پوستش می دوید و او ، با در -
 مانده گی ، سکوت میکرد ...
 چه سکوت سنگینی (به سکوت
 دختر میماند ...
 وقتی به این باور میرسد ،
 از هول بیهوشی ، پشتش
 می لرزید ، دلش میخواست ،
 دختره ، حرف میزد ، دلش
 میخواست اندوهی را که آسمان
 روی شانه های او گذاشته
 بود ، با دختره قسمت میکرد
 ناز سرانگشتان دختره از میان
 موهایش میگذشت ، او ، خود تر
 را ، به سبکی پیر ، در عطر
 گیسوان افتاده ، دختره ، رها
 میکرد ...
 یکشب ، یکشب دیگری ،
 هوا ، بغض کرده بود ...
 سکوت سنگینی ، برپا سهاهی
 پنجره هارا پیسوده بود ، و
 " تنهایی " ، در قلب مرد ،
 آمان میکرد ، تب داغی ، از
 رگهای او میگذشت و رخت
 از او ، هنده می ، پلکهایش را
 به عمق می بست ...
 هذیان تلخی ، در هفتش را پیر
 کرده بود ، و هر لحظه ، حس
 میکرد که دیوار بدنش را ،
 در خود ، میچاله میکند ، در
 میان این هذیان وحشی ،
 خودش را میدید که با ریسائی
 از پای ، آویخته است و قطره های
 داغ خون ، از موهایش به
 زمین میچکد ، آن پایسین ،

... دختره ساکت بود
 ... مرد ، حرف میزد ، دختره
 ساکت بود (مرد ، انباشته
 بود از گفتن ، پر بود از دریغ
 نکتین و مالا مال از بغض
 گریستن ... مرد ، دلش
 میخواست ، خود تر را فسه
 کند و ناله بلند ی را که هر
 لحظه از پنجه پاتافرق سرش
 تیر می کشید ، باز باینکه
 نمیدانست ، حرف حرف
 گریه کند ، او ، دلش
 میخواست بازتاب ضجه اش را
 در قفسه های دختره باز بیاورد
 ... دختره ساکت بود
 مرد ، حرف میزد ...
 یکروز پس ، وقت ، حس میکرد
 درد تلخی که در ریشش
 هر واژه اش پنهان است ،
 درون شریانهای دختره
 جاری می شود ، او ، با تمام
 گستره و ویرانی آسمان را
 در او می فهمد ... شاید
 اینطور بود ... اما ، دختره
 حرف نمی زد ... ساکت
 بود !!
 مرد ، روزها ، هفته ها و
 ماهها ، حرف میزد ، هر روز ،
 با اشتیاق بیشتر ، هر روز ،
 با گرمای فراوانتر ... و اما ،
 دختره ، هر روز ، بیشتر از روز
 دیگر ، ساکت بود
 یکروز ، مرد ، فهمید که دختره
 ساکت است ، این سکوت
 وحشی ، در دهنش را سنگین
 کرد ، دلش را لرزاند ، دست
 هایش را لرزاند ، صدایش
 رانتهز ...
 مرد ، تنها بود ، مرد ،
 گفتن " نمی دانست ، مرد ،
 " نکتین " نمیدانست ، زبانش
 طوری یگر بود ، انگاره از همان
 آغاز ، لال بود ، او ، به عمر
 هزاران قرن ، به صد هاسال
 و به گستره یک ابدیت ، از
 غم لبریز بود ، او ، به اندازه
 تمام زمین ، حرف دانست
 بغض انباشته " نکتین " ،
 داشت وجه فریاد های بلندی
 که هر گز از گلویش در نشد
 دنیای مرد ، لبریز بود

هغه منځي جي راجپوت گاندي

هغه منځي جي راجپوت گاندي ووارو له خپله خاندن ڀر شوي وه او پنخپله هم دچاودن په اثر ووڙل شوه



راجپوت گاندي سره ډورسته لمراده



راجپوت گاندي سره ډورسته لمراده

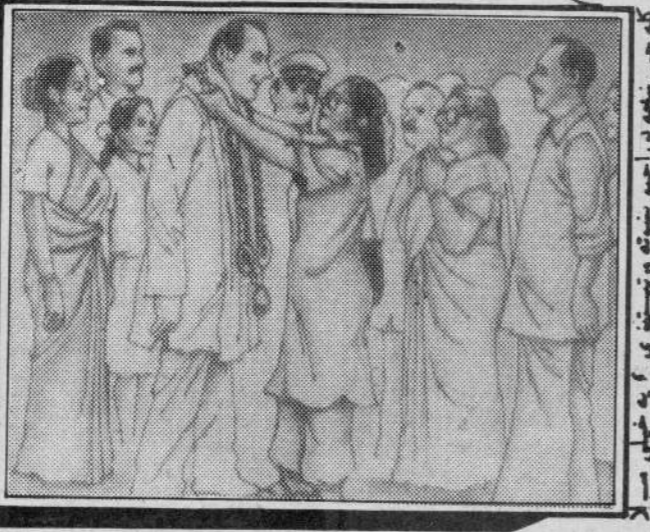


راجپوت گاندي سره ډورسته لمراده

شواړله هغه انتخاباتي حوزي
خخه چي ووږي لمان گاندي پد
کري وو، ده خپل لمان يا
رمان ته گاندي پد کړه . هغه
وخت ده په يوه مصاحبه کي
اخبار والاو ته ويلي وو چي :
(مورچانه په مرسته
راسره وکړي ۱۰)
په ۱۹۸۴ کال راجپوت
خپلو گوند يا نوتو پولي د ندي وو
کي ترخو په انتخاباتي کي پسرې
ترلاسه کړي . د همدې کال
داکتور په يوه پوښتنه مورسي
دا فراطي سکټور له خوا ووږل له
شوه اوراجپوت چي په غربي بنکال
کي ووله چي پسي . خخه
د خپلي مور وږني خبر ترلاسه
کړه . په دې ډول د مور له
پاتي په (۸۲) مع کي

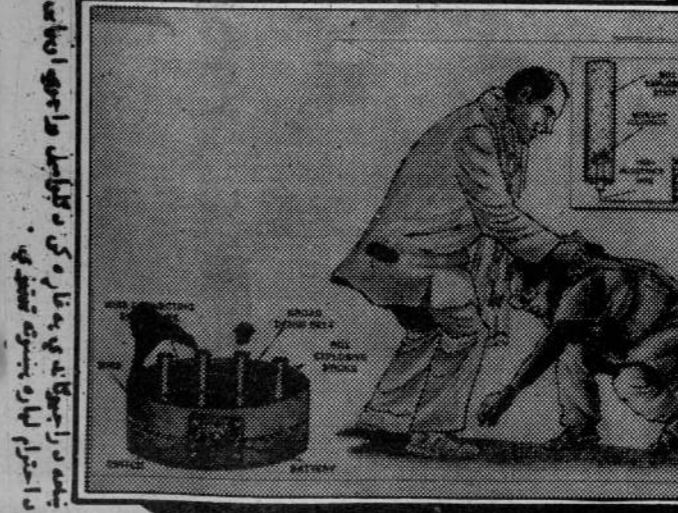
اندرا گاندي د لال بهادر شام-
ستري پر خي د چارواکي
په لاس کي ونيول . بياتر
۱۹۷۱ کال پوري کانگرس
پارتي اخماب وکړ او هند
اوراکستان جگړه کي پسر-
يا لپټوب ، ميروم اندرا گاندي
په يوه مشهوره کړه . په دغو
وختونو کي راجپوت گاندي گورډيد
اورميروم اندرا گاندي له خپل
کوچني زوي سره چي سنجي
نوميد ، يوځاي په سياسي کار
وښوخته وه . خوراچپوت له
دي چي له سياست سره
ميه ولري د سنجي له سره
ډورسته له خپلي مور سره يوځاي

لوستله . راجپوت سوجا
په هکله يوځل داسي ويلي وو:
(ما په هغه کي باطني بنکلا
وموندله ۱۰)
د گاندي کورنۍ نژدې
ملکري واي چي ، ميروم
اندرا گاندي لومړي د سونيا
په هکله په شک او ترديد کي وه .
خو ډورسته بيا د يوه ورسره
نژدې شوه . راجپوت سونيا



راجپوت گاندي سره ډورسته لمراده

کي کار کاوو او بيا به يي ايسر
کرم خرڅول . په همدې
ډول په ۱۹۶۰ کلونو کي
راجپوت غربي موزيم ، جازي
گه ون ، پيټلان او اوزاک موزيم
ته لاسونه پد وهل . په
همدې وخت کي يي له ايتا-
لوي سونيا سره پيوند کلو ي
ترلاسه کړه . سونيا په
هغه وخت کي انگرزي ژبه



راجپوت گاندي سره ډورسته لمراده

د روان کال د مې په دوه
ويشته نيټه د هند په نيموچه
کي زره پوځونکي پيښه منځ
ته راغله ، چي نه يوازي د نهي
وچي خلک يي په اوښکو کيښول
بلکه د نري ټول خلک يي
خواستني کړل .
هوکي راجپوت گاندي
د نيوز گاندي او پرياد رشنس
اندرا زوي ارسترجوا هر لال
نهرولسي ، د بېب دچاوديد-
ني په اثر د شپږ څلويښتو
کلوه عمر له جهان سره
پتي کړي .
راجپوت گاندي د ۱۹۴۴-
کال داگست په شلمه نيټه
په بمبي کي ، دري کاله د
هند وستان ترآرادي د خخه
اودوه کاله ډورسته له دي چي
مورسي له نيوز گاندي سره
واده وکړ ، ونيو پد . نيوز
گاندي پخپله پوږن نالست

اخيروسي حلقو کي له ده خخه
ظا هرېدل او ملگرو به دي تر
انتقاد لاندي هم نيوه .
ډورسته له دي چي نيوز-
نغمي يي بياي مورساره ، په
انگلستان کي د کمپنچ
پوهنتون ، ترينټي کالج
تولار ترخو ميگانېکل انجنرنگه
ولولي . د رخصتوبه ورسوگي
په يي دکالج په نانوا پد



له بیدو اعمالو وساتنی

لري چی د اسلام له نظر ه -
ټولې مرحلې یې حرام شمیرل
کوي . پوره وایې چی د یوه
بڼه نینه د هوسپاري نینه ده
په رستیا سره هم چی دا خبره
حقیقت لري . انسان د عقل
او هوسپاري په لرلو سره
له نورو موجوداتو څخه تمییز
لري اوله همدې سبب یې -

اشرف المصلوات بولي .
که چيري د سري په
سرد سرونو تاغ هم ایسې وي
د شرابو په خپلو سره به څنگه

د اجپاو وارثان دي که له
شرابو څخه خبرې کوي د هغوي
هدف او مراد بل شي دي -
هغوي غواړي چی له دې کلمه -
تو څخه گټه واخلی او خپل
تصرف او عرفاني مفاهیم
بیان کړي .
په اوس وخت کی چی
زموږ خلک له مصیبتونو سره
لاسه راوگرېوان دي ، نو بیایې
چی په هوسپاري سره خپل
لحاظه تری ویاړی ته داسی
چی شراب وڅیښی . دلته له
لخوا نسل څخه د پوري هیلې
کوي ، په تیره بیا هغه
لخوا نان چی په باندني هیوادو
کی په لویت بوخت دي هغوي
موز د تولنی جرم وینی دي

زده کړه د شرابو د خپلو لاره

یوه وځ د سترېنمبر
یو امتی جومات ته ست
راشووت اود دغه بان لجا ی
اداب یې مراعات نکړل
د جومات نظم وپچار نشو
اواسانی آیت جبرئیل امین
په لاندې شرحی سره
راښه :
یا ایها الذین امنو
لاتقربوا الصلوة وانتم
یسکری

یعنی ای مومنانو
کله چی مست یا سستی له مانجه
ته مه ورژئ دي کڼي .
خوبیا هم شراب مسح
نه نیول او یوازې حرام گڼلو
ته یې د عبادت په رڅیست
اشاره شوې وه .

پت پرستی اوفان لیدل
د شیطان له اعمالو څخه
دي نوتاسی تری د پوه وکړي
ترڅو چی بڼه موه برخه شی
موربه دي خبره نن وځ بڼه
پوهیږو چی پرمخدره مواد و
پاندي اخته کیدل ستر
زیان لري اوتولنه د مسام
په لوري بیایې . شراب سري
د میخانود روزي و تڼي ی
خولوي خدای په خپل حکمت
سره د محمد (ص) د دین
د پیروانو ایمان داسی تیښه
کړ چی په پای کی د شرابو
د حرامید لو زمینه برابره شوه
اود آیت رانازل شو .

یا ایها الذین امنو
انما الخمر والمیسر والانساب
والازلام رجس من عند
شیطان . فاجتنبوه لعلکم
تفلحون .
ژباړه : ای مومنانو!
پوه شی چی شراب ، قمار

لویږي اوله بد بختی یی
لاداده چی د خدای له امر
څخه لویه سوزونه شمیرل
کوي . بولي هم داسی
تصویر کوي چی گواکی د شرابو
خپل د سري غونه لږ وي .
په داسی حال کی چی دایوه
ستره اشتباه ده ، محکمه
شراب خپل نه یوازي د سري
ضرفته لري کوي ، بلکه سري
په داسی زهونواخته کوي
چی پها د هغوله منځه وړل
گران کار دي .

بولي شراب خپره شاعرانو
په خپلو شعرونو کی د شرابو
څخه بڼه صفتونه کړي دي چی
په حقیقت کی داد نساند په
لوري د خلکو راگوزل دي حال
دا چی انسان د شرابو خپلو
اولعادتو څخه د خوښند
اخیستلو په خاطر د نیوا
ته سترگی نه دي رنی کړي
بلکه انسان د عبادت لپاره -

په دې یوه شی چی کوم
د ندي په غاړه لري . کله
چی د هیواد کار زیار او
زحمت ته اړه لري او شراب
خپل اویخواره کی هېڅ گټه
نش رارسولای . زموږ د هیواد
پرځنگه د پوري ویسی تویسی
چي دي ، نواوس د دي و .
وارسیدلی دي چی د خلکو
غڼونه په خپلواک وکړورو ، نه
دا چی له میخانو څخه موز په
اډ وخیل کورته بوزي . پختوره
ده ووايو چی د ژوند په لپاره
باید په عقل او هوسپاري سره
روان شو . نه په سستی
اویخبري .

هغه کوره نی چی کوم
غري یې په شرابو خپلو پایه
کم بل مخدره مواد وپاندي
اخته دي ، خامخاپوهیږي
چی د هغه ژوند له خطر سره
مخامخ دي اولیبلې خواد کوره -
لی اقتصاد بریاد وي بولوي خدای

کړل پان قران خوڅو لجه بشري
تولنی اوبه خاصه ترکمسلمانان
صراط المستقیم ته رابلی دي
ترڅو د لوی خدای د اوامرو
د اجرا په خاطر په سمه
لاره روان شی .
په تری کی د پوري خبري
نشرته سیارل کوي . کوم
چی د پورمگونه نن وځ له
مخدره موادو په خاصه توگه
له شرابو ، هیروئینو ، چرسو
اوتریاکو څخه منع ته راځی
د دغو مخدره موادو په مقابل
کی نن وځ مبارزه پیل شوې
چی په خاصه توگه لخوا نسل
د مرگه له دغه جنگال څخه
وژغوري ترڅو مخدره مواد رڅخه
نجات وموسی . کم هغه
شی چی نن وځ د طب علم تا -
ثیدي وي . دادی چی له
مخدره موادو څخه ناربه گټه
اخیستل د دین اوردیجا
په تاران ده .

مادر مادر!

توباک وی الاپش ونزه ازهر
تیرگی وگورت امت عشق
توشقی است که هرگز هیچ
نقص هندی د راوینست عشق
توشقی ملکوتی . بنا پند
صمیمت و دوستی خداپه
بڼه گاش است اشپ بهاد
توانک سوز اشپ می
خواهم باتوراز ناز برد از م
وزاد دل خویش را به توباکم
نی دام قادر هستم که
بدین وسیله ارتوشکرکم
ویاس خدمات چند پسین
ساعات از تومیا سگزاره نام
نه هرگز
نیلوفر فضل معلم مکتب
قاری عبد الله

ونویسنده در وصف سرود هدا
وشعرها گفته اند . ولسی
خود نشان هیچیک نتوانسته
اند دره ای از اوصاف بی با
یان تر اوصاف کند .
اهایکی یکن نتوانسته
اند اوصاف بی شمار تر ابر
شمارند و با از خفا هم نیک
تویکی را بزبان آورند . تو
ایام جوانی خود را برای وجود
من تباه کردی تو را از تمام
لذایند دوران جوانیت به
خاطر من چشم پوشیدی ی بسر
با این حال چرا ترا چرشم
وبرای چه ترا دوست نداشته
باشم ای قلب عالم عشق تو برای
من بالاترین عشق ها است

ای فرشته زمینی هدا
دوست دارم ، زیواتوان
کسی هستی که ما ترا مادر
خدا صاب می کم تیان فرشته
ای هستی که مراد را امان پر
مهر و محبت خود پرورش دادی
من ترا هرگز فراموش نمی کنم
چگونه می توام فراموشست
کم توه سالیان دراز بامید
بزرگ شدن کودک زنج
د مریگه له دغه جنگال څخه
وژغوري ترڅو مخدره مواد رڅخه
نجات وموسی . کم هغه
شی چی نن وځ د طب علم تا -
ثیدي وي . دادی چی له
مخدره موادو څخه ناربه گټه
اخیستل د دین اوردیجا
په تاران ده .

تکنا هم کوتاه

اما یک خط لایتناهی

ترجمه: سس سس سیگما

لنا : با وجود آنکه برای اینسراینده استعداد آتسی از صورت های مطلقه است اما او بیوسسته باید در حال آموزش باشد به گونه مثال به چند نکته ی اشار میکنم :

- تسلط و تحکم بر لسان مادری و سایر لسان های که قرار است بدان ها آهنگ خوانده شود .

- تلفظ درست روح کلمه است ، لذا باید ادای الفصاحیح باشد .

- فهم دریافت ظرافت های تعریف .

- درک برداشت معماری از حالت آهنگ .

- دانستن موقعیت و حالت روانی و عاطفی شخصی که آهنگ را در برابر کمره اجرا خواهد کرد .

- افزون بر همه آنچه گفته شد

قدرت هنریک آواز خوان در اینست که چگونه باید آهنگ را به همان شیوه ای که آهنگساز توقع دارد ، دوباره به اصطلاح بسند هد .

مفهوم سخن من این نیست که آواز خوان باید صد درصد گوش به فرمان و دستور کمبوزتور باشد ، او باید به شکل آموخته گانه یک میلودی را با تمام ابعاد آن در یابد ، نهایت تسلط در آوردن مرام آوازسی که از او انتظار برده میشود به تندی و مهارت به ساحه اجرا در آورد لحناف صفحه بر گرداند

لنا ... این نام بسیار کوتا ماست ، ظنین گذر ا دارد .

اما اگر معنی شود ، لنا یک خط لایتناهی وین امتداد د کهنسانی خواهد بود .

حالا باید من سکوت را هسته ا هسته بشکنم

پیر سرش و با سخ ما آغاز می گردد ؛



از مصاحبه های روزی خوش نمی آید .

بونتیا - برای آواز خوان بودن د چیز بین از همه و بین از همه لازمی است . استعداد نظری و مهارت های آکسپس ، لطفاف اکون شما بگوید که برای آواز خوان خوب بودن اختصاصاف آموزش چی نکته های بس کار است .

برای دوسین بار دلهره ؛

این شایعه در سرزمین هند وستان از زبانی به زبان دیگر می رود . همه آهسته گسی و نا باوری از یک پتر می رسند : «لنا آواز خوانی را ترن میکند ؟...»

اصلا با سخ این پرسش مهم نیست به خاطر اینکه

برای پرسیدن مطرح نشده است . مگر طلیونها هند وستان نی در نیم قاره و طلیونها ملیونها شنوند و د پتراود در ستا سر جهان تحمل میتواند که لنا تانپوره اثر را به زمین بگذارد و خود به سوی سرزمین دور -

دست سکوت برود ؟

مگر آخر چنین چیزی هم میتواند معنی داشته باشد ؟ ... و سرانجام همین من و تو میگذا رم که لنا آواز خوانی را ترن نماید ؟

باز هم جهت تعریف گفت و شنود نزد لنا منگیشکر رفتم . مرابه خوشروی پذیرفت . قبل از اینکه کلی به سخن بگنایم

آهسته آهسته و شرمه شرمه گفت : از مصاحبه های امروزی هیچ خوشم نمی آید ! ایا هنوز هم چیزی نا گفته مانده است کسن در یک جایی ، روزنامه سی مجلسی و ناشریه ی نا گفته باشیم .

آری او چهلمین سال هنری اسرا پشت سر میگذارد .

انچه طی چهل وین سال در مطبوعات هند و جهان در باره زندگنی هنر شخصیت و ابعاد گونه گونه منسوب به لنا به لسان های زنده دنیا نوشته شد ماست به یک کتابخانه عظیم می رسد که چند سال قبل توسط یکی از همروا خواهان هنر لنا بنام د وکتور بهوشیه به همین دیوان پیوری رسما به خود بی اهدا گردید .

د یوا ارجن پتوارا سکرتر و مشاور ادبی لنا منگیشکر میگوید تا هم اکنون بیشتر از د و طلیون قطعه نامه عنوانی لنا را که توسط هند و پها و ا خا رچی ها نوشته شده است ، در ارفیف کلانک تالار منزل شخصی وی شماره بندی نموده ا . البته صد ها هزار قطعه کارت تبریکی و یاکارت های تعارفی تمجید و مناسبتی در این کلانک شامل نیست .

تازگیها د و نظم سریننده هندی توجه بسیاری از مردم را به سوی خود جلب کرد و سی انتهامحیریت یافت . «مین نی - بسیار کیا زچاند نی . اما چگونه ؟

از هر کبیر سید با سخ ثابت و مشترک است ؛ صرف به خاطر آواز لنا منگیشکر .

چیزهای را که کمتر در سرهای زنده می خود میباشند کدر گشته های دور بمن آموزاند شد بود با وجود آنکه اساسات تمرین و فراگیری اولیه من در باره موسیقی کلاسیک هندی از نزد پدر بود اما زمانی که روسوی موسیقی فلسفی نمودم از مراعات ادای صاف گرفتار خفیف ساختن و رسا - غنن آواز و مراعات دقیق و جزویات های قانونی هندی های آوایی همرا با بدنی آمیخته البته نکته ای را که من میخوانم رویان درنگ بیشتر صورت پذیرد اینست که بهر حال برای فراگیری موسیقی باید یک تعداد بسیار محکم و سنگینی از موسیقی کلاسیک داشت .



لنا تنگهگر در خانه

پونیتا : در این روزها بمنظر میرسد که فرزندان تمام شرا - پدرا و پاجایات دوری و کفگی راد رست مراعات میکنند مانند صفای و رسای آواز، دست و تسلط بر زبان، ترنات و - ریاضت های ضروری و برخوردار آری از یک پر منظر نیز میسر موسیقی کلاسیک با وجودی آنهم عدم محدودی از آنها قادر میشوند جاگین جایگاه نلی گردند نظر شماراد را بمن مورد میخوانم بداتم .

لنا : خوب این بالاخره یک حقیقت است که چه غزلخور - آنان وجه کلاسیک سرایان برای خود سمت گیریهای بسیار متفاوت موسیقی دارند همین - هسانما یشتاران آغازین روی - ستیزهای هنری اند و بایستی برای اجرای آهنگ های ملایم روی برد ماماد میباشند .

اگر یکی از آهنگهای اجرا شد درست از آب در نیاید، این ها آنرا دوباره سه باره میخوانند تا قناعت بخشن واقع گردند و یا بهنهم دیگر تنوع در گزینی های آن قابلیت پذیرش همگانی پیدا کند اما میدانید برایها (نوانند) گان نیست برده یا به اصطلاح کوتاه تر آوازخوانان فلسی زمینه های تفنی دروق و یا به الفاظ صاف و ساده و نورنعت های تجملی وجود ندارد .

مادر در روز این زندان کوینت نه تنها باید بخوانیم بلکه تمام نوس و لطافت بروز خوا - طب و حالات گوناگون را باسی را نیز از طریق انعطاف های - اجبار صوتی به بیکر روح آهنگ انتقال بد هم .

وقتی بهما گفته میشود که حالا بیستد یونیت بروید، دیگر باید هر آنچه را که از انتظار برده میشود : (درک محتوی پارچه در - یافت روح آهنگ موقف و حالت آهنگ سرا، مزاج و موقعیت - نه هنی مثل روی برد باید در لحظات کوتاه سه چهار دقیقه متعدد انحراف سهولانه نخست تقدیم کمپوزیتور و سیر پیشکش شنونده گان عمومی و سرتاسری خویش نماییم .

خوب به حاضران ، قصه سالها پیش است، زمانی که امیرخان صاحب طم تلحیح بسیاری از مشکلات در جریان آوازخوانی برای علم بیچو باورا میچشید . البته این خود تق و خشنوت دشوارها نبود که او را تحت فشار قرار میداد و اذیت میکرد بلکه مشکل ضیق وقت در نظر گرفته شد برای او بود . میدانید یکی از مشخصه های بسیار هم آوازخوانی پشت پرده شایستگی گزینش است . در موسیقی کهن آواز ، بریده های تصنیف های غنایی ، ابعاد عملکرد گوناگون اما با هم دارند آواز خوان با شیوه متفاوتی شکست و برش خطوط و قطعات آوایی را اجرا کرده میتوانند . مثلاً اوحق دارد آواز معینسی را هنگام تلفظ در جریان خوانند با آواز و پیوست کند و یا - گستی را به وجود آورد .

در حقیقت میتوان گفت واحد های صوتی (در تصانیف غنایی) درست آوازخوانش انعطاف پذیر و نرمش هار تجا - عبت سیالی پیدا میکند ، که چنین چیزی برای ما مسریست . میخواهم بکاره یگر رویان نکته تاکید صورت گیرد که اد از تلفظ خاص و مشخص واژه ها برای آواز خوان فلسی بین از - حد اهمیت دارد .

اوایی) که در حلقه ها و محافل صنعتی علم های هنری آنرا به نام (ترو) و یا (تاب) یاد میکنند چیست روشی بنیاد - انهد .

لنا : از دسته بندی آن - شروع میکنم . دو قسم (تاب) یا (نمایین آواز) وجود دارد . اول : (تاب) ذاتی - نظری که در متن آواز حلول دانسته و در عین آن نهفته است ، در - حقیقت نباید امیاشد نمیتوان آنرا به کسی یاد داد و یا از کسی آموخت و فراگرفت .

دوم : نوع دیگر (تاب) - اکسای است که همبندی یا همان شایستگی گزینش حسن انتخاب) دارد . کستواند (و باید) آموخته نشود . و برای آوازخوان از ضرورت های شمارمین به شمار میرود . همین "تاب" است که آوازخوان باید درست و دقیق بیاموزد که به طور مصیاری و دقیق جسی وقت چگونه و به چی اندازه - بالایی کدام سیلاب ها در یک واژه و سر آزان روی کدام سیلاب واژه و یا واژه گان در - میسان یک مصرع نشان صوتی و یا به اصطلاح تاکید و تکیه وارد نمود .

یادش بخیر محترم غلام - حیدر موزیک د ایر کتر معروف بود که به من اسامات متوق را آموخت . او بمن مفصلاً - شرح داد که چگونه باید بالای سیلابهای معین یک کلمه قسمی تاکید و فشار (اکنت) اجرا شود که مترافق و همزمان با یک ضرب موسیقایی (وایی) باشد .

تکنیک نغمه کشیدن در آواز - خوانی از اهمیت ویژه ای برخوردار است . آوازخوان باید به شکل عادت و الزامی بداند که در برابر مکرر فون جی و نسبت و چگونگی بعضی میخانیکیتی نفسی بکشد . او باید لحظه قطع و برش خط امتدادی و توافقی ادای نغمه خود را در آن مقطع بسیار دقیق بداند . و این عمل باید به شیوه غیر محسوس و ظریفانه انجام یابد .

پونیتا : آیا ممکن است در همین مورد مثال بدهد ؟

لنا : شما میدانید که هر - تکنیک نغمه کشیدن در آواز - خوانی از اهمیت ویژه ای برخوردار است . آوازخوان باید به شکل عادت و الزامی بداند که در برابر مکرر فون جی و نسبت و چگونگی بعضی میخانیکیتی نفسی بکشد . او باید لحظه قطع و برش خط امتدادی و توافقی ادای نغمه خود را در آن مقطع بسیار دقیق بداند . و این عمل باید به شیوه غیر محسوس و ظریفانه انجام یابد .

آهنگ تان یارتم دارد و قسمی من میخوانم که "دل را شکستی" (همان آهنگ معروف دل میرا تو را) لطفاً دقیق متوجه نازل شدن ضرب بالایی واژه "تورا" باشد . خوب حالا یاد ز نظر داشت قانونی نشان روتا که باید

انرا اینگونه بخوانم : (دل میرا تو را) به این ترتیب اکنون نمای تفاوت محسوس را هنگام شنیدن در نهایت میتوان یک صراحت و وضاحت هم در محضی (معنی) وهم در میلودی - (آهنگ) .

و اما حرف قبلی تکنیک نغمه کشیدن در جریان آوازخوانی این را از - اینجیل بسواسر آموختیم . او همیشه میگفت شنونده هرگز و بعضی - حالتی نباید صدای نفس کشیدن آوازخوان را بشنود . او همواره به تکرار میگفت : نغمه کش اما ناشنیدن .

پونیتا : و این چی گونه ممکن است جسی قسم آنرا به کار بندیم و چگونه مراعات کنیم ؟

لنا : به نظر تشریح مساله اندکی دشوار است . به هر صورت یکی از راهها خفیفاً "تورا" باشد . خوب حالا یاد ز نظر داشت قانونی نشان روتا که باید

هنگام نغمه کشیدن سویی داخل (یا نور بردن هوا به ششهاست) به سخن دیگر نغمه کشیدن نباید مستقیماً در جهت خط افقی رویه روی مایک صورت گیرد که با تاسف زیاد تعدادی - زیادی از آوازخوانان مرتکب این اشتباه میشوند .

پونیتا : آیا استادان موسیقی این نکات را به نوازمان یاد میدهند ؟

لنا : والله من خودم بالای یک تعداد از استادان موسیقی و کمپوزیتوران امروزی یاد مشکون استم "نوا آهنگ" بر علاوه این بسیاری چیزهای دیگر نیز یاد میدهند .

پونیتا : اما آیا پیوسته از تمرین ریاضت زیاد هم میزنند ؟

زده بار بالای ما تکرار میکردند . آنها لحظات طولانی را برای شاهنشاه و تصحیحات خود به کار داشتند . و دیگر اینکه هر اهنگ ساز راه و روش خود را داشت و به گونه مثال شنکر چی کشن برایم اتفاق های زیاد برای تمرین و نمونه به دست دادن عاجل اختصاص داده بود .

نوشاد صاحب مراغلهها در کنار خود میفشانده و تنها در باره تون تشریحات میداد بلکه در باره کلیت حالت ها و پدیده های غنایی برایم زیاد حرف میزد او در اوایل به خاطر لهجه مراتبی من زیاد احساس ناراحتی داشت . به همین جهت ولد دارم موسیخت تا مطرح ها را تکرار کنم و خود ظریفانه و مهربانانه طرز تلفظ مرا تصحیح میکرد .

درست پس از آنکه در اما - سات تلفظ و لهجه دقیق ارد و به درجه تسلط و مهارت رسیدم ، او برایم مهلود - یها را سپرد . به یاد دارم که او حتی در جریان ثبت آهنگ نیز به تصحیحات و رهنمود دادنها - پشاد ما میداد .

پونیتا : اما آیا پیوسته از تمرین ریاضت زیاد هم میزنند ؟



پونیتا : و این چی گونه ممکن است جسی قسم آنرا به کار بندیم و چگونه مراعات کنیم ؟

ادویه‌های گوناگون در طب سنتی

روان او دستخوش هیجان و نسا را حسی بسود
 ۱ ایمانده بزرگه خسود
 تنهای تنها بود غم جانگاهی
 روح او را زجر میداد هاو را
 میخورد و اما وقتی برآیم از
 مرکز گفتند باورم نشد لبریز
 ازانتظار ربه خانه اش رفتیم
 منتظرش بودم دلم می گفت
 همین حالا می آید مثل همیشه
 خندان و نشاطها اما انتظارم
 بهود بود او هرگز نماند
 او برده بود از مرکز برآیم
 گفتند از بزرگه تا بهنگام او
 و حالا او بر خاک بود باغم
 های بزرگش بار ازهای نسه
 گفتی اش که فقط نیمه میساز
 آن را برای من گفته بود زیرا
 که ما دوستان هم بودیم به
 هر سوی خانه که میگریستم
 او را می دیدم و آواز خنده
 بغایت را می شنیدم باورم نمی
 آمد که مرده باشد
 او غم بزرگ داشت و بااندو-
 هسی که بر قلبش سنگینی میکرد
 تنهای تنها بود یک روز به
 دیدنم آمد مسرور خواندن
 نامه های دستداران مجله
 بودم که به دستم آمد در
 سکوت پر از اندوه
 چشمهایم خیره گشت ظاهرا
 خاموش و سکوت غم انگیز و
 لبریز از هیاهو بود در
 از نگاهش مریخت حالت
 عجیبی داشت نشست و برآیم
 حکایت کرد هنگام صحبت
 کردن گاه چشمانش را اشک
 پرده میکشید و گاهی هم
 لبخند مرده می برگوشید
 درعنانر تکان میخورد و لبخند
 مثل شعله شمعی که در
 سینه دم آخرین ارتعاش
 خود را به شبنم سحری میسپارد
 زودگذر و نا پایدار بود دست
 راز بر لانه گذشت لحظات
 بنده با انگشتان دست چپش
 بزوی به روی موز نوشت
 بشما هم زایه در هنر دوخته
 بودم بالحن که امیخته به
 شرم وندامت بود برایم گفت
 تا دو سال قبل زنده گی آرام
 وی درد سری داشت تو مرا
 خوب میشناختی من یگانسه

بازی را که نمی شناختم
 و مسخره اش میکردم عشق بود
 تا آن روز که او به خانه ما آمد
 او در عین پدرم بود اگر چه
 هیچ چیز قابل ملاحظه می
 در او وجود نداشت ولی در
 همان نگاه اول چشمهایش
 جادویم کرد نامش حمید
 بود همین که نامش را میشنیدم
 قلمم فشرده میشد هیچ جا ن
 ناشناخته قلمم را فرامیگرفت
 تا صنف ۱۲ تحصیل کرده بود
 پدرم می گفت حمید کسی
 ندارد پسر خوبی است حمید
 خیلی محبوب بود هیچ گاهی
 سویم نمیدید و اگر میدید نگاه
 پش شتابنده و گد را بسود
 و همین نگاه های گد را سرا
 آتش میزد هیجان هم را
 با لذتی گنگ و ناشناخته می
 در قلم احساس میکردم گرم
 میشدم و در رویای خوشی
 فرو میرفتم بالاخره یک روز
 از او نامه می گرفتم که صرف
 نوشته بود: "دوست دارم"
 و همین یک کلمه کافی بود که
 مرا بسوزاند خواب و خوراکم
 را بگردد شبها با خیال او به
 بستر میرفتم صبح ها به آرزوی
 دیدنش از خواب برمیداشتم
 او خیلی مهربان بود ما مثل
 دو دلداده دیوانه هم بودیم
 از آن روز که به من انگار
 محبت کرد دیگر هر نوع نفوذی
 بین ما ازین رفت و هر دیواری
 فرو ریخت گاهگاهی در مورد
 تحصیل او می اندیشیدم یا خود
 میگفتم او باید تحصیلتش
 را ادامه دهد یک روز این
 موضوع را با پدرم در میان
 گذاشتم
 چون یگانه فرزند والدینم
 بودم پدرم نوز پد میرفت
 شاید ازدوستی ما چه چیزی
 فهمیده بود یک روز که در
 رویای خوشی فرورفته بودم
 حمید برایم مژده داد نامه
 تحصیل خود را داد پدرم
 او را به خارج از کشور جهت
 تحصیل میفرستاد بعد
 هر دو نشستم در مورد
 انتخاب رشته اش صحبت
 کردیم من محصل صنف ۲

ازتکلیف استغفار سینه



پوهنچی حرفی بودم ولسی از
 مملکت طبابت خیلی خوشم
 می آمد از حمید خواستم که سه
 طب بخواند او هم قبول کرد
 فراموش نمیشود که آن روز
 تاجه حد خوش بودیم آن روز
 کسی در خانه نبود حمید
 نخست از زندگی خود خبر برایم
 قصه کرد پدرش را به خاطر
 نداشت مادرش در دو سال قبل
 مرده بود بعد از آنکه بی
 که باید برای هم بسازیم
 صحبت کردیم نمیدانم آن روز
 ما را چه شده که خود را به کلی
 فراموش کرده بودیم آن روز
 دلم میخواست زمین و آسمان
 و همه مردم در خوشی با من
 شریک شوند وقتی به خود
 آمدم که من همه چیز خود
 را به حمید بخشیده بودم و
 خاطر آن چه که از دست
 داده بودم خود را سرزنش
 نکردم زیرا حمید برایم وعده
 داده که بعد از یک سال در
 رخصتی های ما بستانی به
 خانه ما می آید و ما با هم نامزد
 میشویم و روسی میکنم ای وای
 که چه خواب های خوشی
 دیده بودم حمید برایم
 میگفت و توجان من استی به
 خاطر توان قدر تند و شتابنده
 از پله های شهرت بالا خواهم
 رفت که مایه سر بلند می و سما
 دت تو کردم ولی انوس او
 مایه دلت و خوار می گردید
 وقتی غرض تحصیل عسازم
 اتحاد شوروی گردید احساس
 میکردم زنده گیم با او مسرود
 روز رفتن و لحظات وداع خیلی
 جانگناه بود مقابل دیدگان
 همه گریه کردم آن روز چشمه
 اشکهایم نمی خشکید کسی
 در روزم فریاد میزد و از دست
 مدهی وین باور نمی کردم وقتی
 بعد از یک ماه نامه او برآیم
 رسید از خوشی گریه میکردم
 چرخ میزد و مهر میفهم نامه
 اثر را با کلماتی که از عمیق
 احساس سرچشمه گرفته بود
 جواب داد نامه های من
 مارد و بدل میشد و من به
 لحظاتی من اندیشیدم که
 هر چه زود تر بیاید و با هم

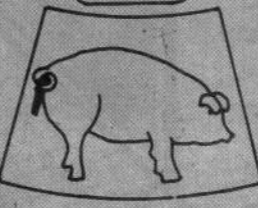
نامزد شویم همینکه ایام آمدن
 او نزدیک شد لباس نامزدی
 ام را نیز قیلا تهیه نمودم
 و روزی که انتظار آمدنش را
 داشتم نامه اثر برآیم رسید
 نامه می که زنده گی و آینده
 مرا آتیزد آن شب تا سحر
 مانند بهاران که در شبهای
 دراز خزانی از ملال ظلمت
 چشمه در بهجه صبح میدوزند
 از کلکین اتاق بخشم به کساره
 آسمان دوخته بودم آن شب
 تا سحر گریه کردم گریه بر مرگ
 انسانیت و گریه بر خوشبختی های
 یک دختر معمولی
 نمیدانم نامه او را چند بار
 خواندم که شاید چه شمای
 من اشتباه کرده باشند ولسی
 نه همه چیز همان بود که نوشته
 شده بودند او نوشته بود:
 عزیزم نخست نامه را
 تا پایان بخوان بعد قضاوت
 کن نباید آن را تانومه خوانده
 پاره نمایم
 من بعد از آن که با خود
 همه کج و ککار زنده گی ام را
 کاویدم به این نتیجه رسیدم که
 زنده گی من و تو با هم جور
 نمی آید اگر عشق را یکسو
 بگذاریم و وصلت من و تو
 دیوانگی است من متأسف
 استم که این هارا زود تریسو
 چه نشده بودم و اسباب ناراحتی
 حقی تو گردیدم آن چه
 که بین من و تو اتفاق افتاده
 زیاد در مورد فکرتنکن اگر
 اینجا بیایی ازادی را بیسه
 مفهوم واقعی آن در کمینکی
 و قضاوت خواهی کرد که آن
 چه میان ما اتفاق افتاد ماضی
 قابل اندیشه نیست شاید
 من دو باره به کشور برنگردم
 من این جا با دختری آشنا
 شده ام پدرش مرد با نفوذ
 و ثروتمندی است از افغان
 های خود ماست شاید
 از این جا به امریکا بروم
 امیدوارم که تو هر دو روزی زندگی
 را فکر کنی مدتی را که با هم
 بودیم نتیجه تب و تاب جوانی
 بود من اکنون دانستم ام که

بقیه در صفحه (۸۲)


حال آینده شما چیست؟

ستاره شناسان چینی آینده شما را پیشگویی می کنند


۱۹۰۹
۱۹۵۷
۱۹۳۵
۱۹۲۳
۱۹۱۱
۱۸۹۹



۱۹۶۰
۱۹۴۸
۱۹۳۶
۱۹۲۴
۱۹۱۲
۱۹۰۰



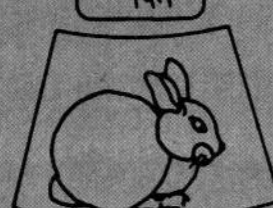
۱۹۶۱
۱۹۴۹
۱۹۳۷
۱۹۲۵
۱۹۱۳
۱۹۰۱



۱۹۶۲
۱۹۵۰
۱۹۳۸
۱۹۲۶
۱۹۱۴
۱۹۰۲



۱۹۶۳
۱۹۵۱
۱۹۳۹
۱۹۲۷
۱۹۱۵
۱۹۰۳



۱۹۶۴
۱۹۵۲
۱۹۴۰
۱۹۲۸
۱۹۱۶
۱۹۰۴



این يك مطلب استثنایی و جالب است يك مطلب از بزرگترین ستاره شناسان ایتالیایی که بر پایه علم نجوم بنیان گذاشته شده و - آینده و شخصیت شما را بر بنیان سالی که در آن متولد شده اید بیان می کند - طبق اصول و معتقدات قدیمی ستاره شنا - سان چینی ه هرمهه متعلق به يك حیوان است که خصوصیات آن حیوان با طالع آدم همان مربوط است. ما نمیکنیم صد درصد آنچه نوشته شده واقعتا در در این حال ستاره شناسی علمی است که در اروپا به آن اهمیت میگذرانند اگر هم به آن معتقد نباشید يك سرگرمی جالب است.

طرز استفاده از این فال و کشف سال زندگی شما بسیار ساده است. در ستونهای تصویر بالا و پائین که هر کدام با يك حیوان مشخص شده سالهای " میلادی " نوشته شده برای تبدیل سال تولد شما خود به سال تولد میلادی و یافتن حیوان سال تولد خود کافیست که سال تولد شمسی را با (۶۲۱) - جمع کنید و سال میلادی را بدست آورید. در آن سال زندگی روی يك حیوان چرخیده که سرنوشت شما در آن - تون آمده است.

مثال: شما متولد سال ۱۳۱۲ شمسی هستید این رقم را با عدد (۶۲۱) جمع کنید حاصل جمع آن (۱۹۳۳) میشود سال تولد شما در تقویم میلادیا به تصویر مراجعه کنید.

لدین سال ۱۹۳۳ روی سال خروس چرخیده اند باید ستون جواب خروس را بخوانید. مثال دیگر. شما متولد سال ۱۳۲۰ شمسی هستید این رقم را با ۶۲۱ جمع کنید سال تولد میلادی شما ۱۹۴۱ بدست می آید شما در - سال مار بد دنیا آمده اید آینده خود را در - ستون مار بخوانید.

متولدین سالهای اخیر میتوانند با دریافت سال تولد و اسامی آن که با حیوان مربوط فال پیشگویی درباره خود را بخوانند

اسک
تولد شما در همین سالی که زمین روی سنگ چرخیده از نظر منجمین همواره قرین با سعادت و پیروزی است.

در انجام کله کارهای مشکل موفقیت نصیب شما میشود. دارای قدرت ابتکار عجیب هستید که به شما کمک میکند تا به انجام اموری که حتی تصور هم از قوه فکری شما خارج است فاشق آید علاوه بر اینها نتیجه گیری و بهره برداری شما همیشه عالی می باشد از افراد بی اراده و پست فطرت هرگز جانبداری نمیکنید ولسی به نزدیکان غلبن زود اعتماد کرده و صدا کاری های لازم را انجام دهید. فردی هستبد کجگو، مال اندیش و باهوش و سعی دارید که از این ذکات خدا دادی خود به نفع دیگران استفاده نکنید همه آنها تیکه بگران را وادار میکند که به عقاید شما بایده

شما را میشناسند يك دل و یکصدا به صداقتان از عان دا رند و آماده برای جانپازی در راه خدمت شما میباشد با اینکه هرگز در لسان نمیباشد برای کسی ایجاد مزاحمت نمائید شجاعت و شجاعت در وجودتان نهفته و به همین دلیل هرگز از انتقاد وحشی ندارید و همواره سعی دارید که به کمک عقل و منطق بهترین راه را انتخاب کنید.

خروس
شناخت خصوصیات اخلاقی شما اگر مشکلی است زیرا آنقدر احساساتی هستید که در بر خورد اول نمیتوان به واقعت در وقت شما رسید. اصولاً طرز رفتار تان در ساعات اولی ملاقات با مردم خیلی سرد و خشک است بطوریکه طرف مقابل نمیتواند فوراً تشخیص دهد که از نظر معاشرت چه نوع ادابی را می پسندید در عین حالیکه آتشین مزاج میباشد قلبی رؤف و مهربان دارید فردی علاقتند به کار و منصف در قضاوت هستید.

دوست دارید کاری را که شروع نموده اید تا آخرین لحظه دنبال کرده و با موفقیت پایان ببر. مانند در مقابل مشکلات هراس از خود نشان نمیدهد مگر در صورتی که اگر یکی از افراد بیکه به و ایمان دارید نزدیکان باشد. شخصیت ظالمی هری شما خلی جذاب است و همین موضوع بگران را وادار میکند که به عقاید شما بایده

احترام بکنند. عدم توجه بی اعتنائی سایرین را نمیتوانید تحمل نمائید علاوه بر مزایای فوق بخوبی قادر هستید که بر افکار درونی و شیطانی خودتان پیروز شوید و به همین دلیل در روابط عاشقانه شخص محتاطی هستید ولی بهتر است کوشش کنید بهش از اینها سرچ الکلا پناهنده.


قبل از انجام هر کاری سعی میکنید که موانع و مشکلاتی را که بر سر راهتان قرار دارد از میان بردارید و به همین دلیل چندان عجول نیستید البته تا نهد میکنند که در اغلب اوقات اتلاف وقت موجب آن می گردد که به خواسته اصلی خودتان نمی رسید. قدرت تسخیر ناپذیری در وجودتان نهفته که دستهای به آن کار آسانی نیست و شما از طریق مطالعه راه های مختلف سعی دارید این قدرت را برای همیشه حفظ کنید قاضی از اینکه چنین رفتاری باعث فاصله گیری و - رخسه بین شما و زنده کی اجتماعی میگردد از همنشینی با اشخاصیکه شخصیت اجتماعی ندارند گریزان هستید در حالیکه کوشش میکنید افکار تان را به آنها تحمیل کنید.

گرچه راستگو هستید مگر مهربان نیستند و دست ندارند که همگان از رازهای درونی شما آگاهی یابند. در زندگی طراح بسیار ماهر هستید و راه مقابله با مشکلات را به خوبی میدانید. از زندگی مجلل پنهان است

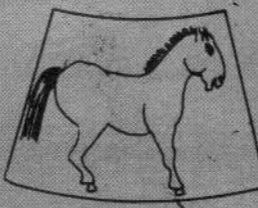
لذت میبرید و همیشه سعی دارید که راحت و آسوده خوال باشید. موفق همواره نقش مهمی را در زندگی شما بازی کرده ولی مهم کار در آنست که مشغول از چنگال شما خیلی زود میگذرد. هر کسی که دست کمک بسوی شما دراز کند بدون بهره نماند و با اطمینان کامل از وجودتان استفاده مینماید.

اسب
در صورت ظاهر شخصی آراسته و آرام و بدون سرو صدا هستید ولی در باطن همواره تحت تاثیر احساسات درونی خود میدانید در حال جنگوستن میباشید قدرت انجام مشکل ترین کارها در وجودتان نهفته ولی نمی دانید که چگونه از آن بهره برداری کنید. عشق را موی هیش جاودانی میدانید و تا آنجا که لازمست آنرا عزیز و محترم مینمایید. آزاد می فردی را بیش از هر چیز دوست دارید و همگی اجازه نمی دهید که آزاد می شما را محدود نماید. نیرویی در وجودتان پنهان است که به کمک آن می توانید تمام موانع را از جلوی راهتان بردارید. اگر بدنیال کار میروید فقط بخاطر کسب مقام و عمر وقت و همچنین پول هنگفت می باشد. خیلی زود اعتماد اعرافیان تان را جلب می کنید البته این بخاطر ظاهر آراسته ایست که دارید اغلب بدون نقشه قبلی و به اصطلاحی گسار بیهوده در صفحه (۶۰)


۱۹۶۵
۱۹۵۳
۱۹۴۱
۱۹۲۹
۱۹۱۷
۱۹۰۵



۱۹۶۶
۱۹۵۴
۱۹۴۲
۱۹۳۰
۱۹۱۸
۱۹۰۶



۱۹۶۷
۱۹۵۵
۱۹۴۳
۱۹۳۱
۱۹۱۹
۱۹۰۷



۱۹۶۸
۱۹۵۶
۱۹۴۴
۱۹۳۲
۱۹۲۰
۱۹۰۸



۱۹۶۹
۱۹۵۷
۱۹۴۵
۱۹۳۳
۱۹۲۱
۱۹۰۹



۱۹۷۰
۱۹۵۸
۱۹۴۶
۱۹۳۴
۱۹۲۲
۱۹۱۰



این مطلب جالب است
برای علم نجوم بنیان دارد
نیکی بپوش



нал турнира. Не рнишь в рунях всех 4308.

لندداستان

بشير دوديال

— جل جلاله، د ما سپين
 ازانو و شول .
 سيد گل چي د نژدي جومات
 لامل پيگرو د ازانو ژور وريد
 نو داوداسه اولمويخ په نيت
 لنه ورتاوشواورنوت . لومويخ
 ي وکړ . په بيوه راوت . د
 جومات وړه کي — يي خپلسي
 پيو کړي . پليو په لاره
 کي زغور زغور يوان شاوله
 دي بيوي سره د اجرت هم
 درلود .
 — دکال په دي وخت
 اوداسي په دي شپو — ورشو
 کي په کلي کي دکار خلاصی
 رنشته . د جوارولو، د هغو
 تولول . سپينول اړخاي پر
 معاي کول ، دکچلوايستل
 اوتر کوره وړل اودا وړ .
 يي . پر داسي تنگ
 وخت اوداسي بهر . خيبر
 خداي په هرڅه اسانه کړي .
 . . . سيد گل د دي چرت
 سره يوځاي گامونه لاجتک
 کړل اود پياده رويه منځ
 کي يي پناه لورم په افره
 وشوراو — سپوږمي يي .
 سره کش کړي چي غز يي
 لږ وړاندي وروسته واوريدل
 شو . او همداسي زغور زغور
 روان و . زړه يي لکه
 خوښي درکي وهلي .
 له همدې معاي لست وړ
 راندي يي نه نمسي
 د اړه گوته خپلي کوزونني ته
 اخيستي وه . د سلمان پيښک

کي . يي غوټه کړي وه اړد —
 واسکت د جيب کوچ کي يي
 اچولي وه . هر لکه نيمه
 د نيا . يي چي د واسکت
 جيب کي وي .
 سم له ماينام سره د خوار
 لسم سپوږمي راخيږي وروسته
 د شپي له وړدي هم پيښو کي
 کار کړي د پليو لاري
 يي خواته دکبابي هتسي
 شخمه وروته خيږي اوباري
 سوري اوريدل کړي . کله يي
 خواته د موټر لوري پري دي پر
 له پسي لکه د يوه هار سري
 همداسي سلخزي اوروران —
 دي .
 يوه خيله وطنه ! همداسي
 بنايستواوگن اوسي . پرکت
 دي کم مه شه (شوک دي
 چي بدوايي خداي دي خوار
 کړي نام خدا داگه گوته
 دا بنايسته فسي « اړه گوته ،
 دارنگه رنگه کشيږي ، چيتر —
 نه اوله دي سره يوځاي
 د پرد يسي وړمي ورياد شوي .
 خداي دي هيڅوک له خپلو
 نه پردي کوي . خپل وطن
 خود گلي مانجه ده
 اوه دي خبروسيه گل
 بيا خوښيږي . زغور زغور گام
 اخلي . د خپلو وړندي يي
 کلک تر لي ، د لورنگي شمله يي
 په يوه اړه پرته ده پناه کي
 يي کلک نيولي اوداسي
 چټک چټک گامونه اخلي چي
 ان د هغوي سپينو کي پيښاري
 چي په زغور د روان دي پوځ

خاي کي چي کي يوسخامخ
 راشي اوڅه يي ونيسي نو
 زړه کي ورته په غوسه شي ؛
 — خداي دي خوارک ايسه
 يوه خواصه . د ابل گوره
 چي مخکي راته ورو پايي
 کوي . چټ زلي يي زغور
 زغور دغه پالاره خوشي کړه .
 سيد گل ته د خپل
 انډ يوال (يي لوظي) وړيا —
 د نړي اوچت يي خرابيږي ؛
 لکه هغه ته په ته کيدلو
 په ده باندي ناروخته کړي .
 — يوه خوراگاري هڅه خوښ
 نه شو ، چي ودي ويلي . په
 دغه سات راحم نوي لوظي
 مه کوه خبره خوښيږي ، کلک
 پي دريوه . زړه يي دي په
 دي يي لوظي انډ يوالي در
 سره وشل . انډ يوالي خوڅه
 اسانه نه ده د ابا زاري
 اشنا يي من نه خوښيږي
 چته د پيښوانو يوالي اولنډي
 (. . . . د سيد گل چي پام
 کوي نولمر په زغور دي . زغور
 زغور گامونه اخلي چي کلي
 ته مارنگر پوري ورسيږي دوا .
 سکت د جيب په ياد يدوسره
 يي زړه نوري هم درکي وهي
 مخکي يي د وړ وړ وگامو ،
 (ترک ، ترک ، ترک) نږ
 اويږي دوه نجوني خوا په
 خوا سره رواني دي . د شاله
 خواد هغوي دواړه د پوښيږي
 پونډي اوچته پيښاري . سپيني
 پونډي چي د هر گام سره

همداسي پوښي اوزرته وړسي
 په باندي يي لمن
 پيوه سر پيوه لکه کم پالنيت
 دي چي نري خادر کي پيښاري
 وي ! نري ملاوي ، د پوي کوربه
 اولنه ويستان اود پلي افرده
 ويستان چي تر نري ملا يي
 رسيږي . دوه خپور هلکان منځ
 منخ د پليو لاري راويان دي .
 په ر وسترگو نجونوته گوري .
 وړسي پويل راويان دي .
 هغه هم دوه سترگي نجونوکي
 خيښي کړي .
 — يوه څه سپين سترگي پسي
 شرمه هلکان دي (؟) د خلکو
 ناموس ته په ر وسترگو گوري .
 په تنگ تنگ کي پويل پياد سيد گل
 سترگي په نجونولو يدي ، چي
 له ده څخه پيوه گامه وړاندي
 همداسي رواني دي (ترک ، ترک
 ترک) د هغوي پوي چي
 کوربه لنه ويستان لري د کمپر
 لويه غاړه يي د شاخواته لږ
 چوپړه لري . د کمپر له غاړه
 يي شاتره پوه لوشه ده . ان
 نژدي ملا يي پيښاري . په
 سپين بدن اوچتو
 پوځ د پوځچي ويسته داسي
 پيښاري لکه ماشوم چي په
 سپين کاغذ خطاي کوه کوي
 کونه ايستلي وي يا سيد گل
 تراوچه هڅه يور بجلي داسي
 نه وليدل . ان د نجونومونه
 پالاسي هم له دوسره نژدي
 نه وليدلي . په تنگ تنگ کي تري
 مخکي شوخو سترگي يي لاسکي
 گډولي پاتي وي ، همداسي
 تري مخکي کيده ، د هغوي
 (سپين سترگي) بجلي تنگي
 يي وليد . چي ان تر پايه
 خلاصه پاتي ده د کمپر گروان
 يي داسي پيښاري لکه چا
 چي پيلي کي کم شسي

راخولي وي چي ونه لويږي .
 د کمپر گروان يي هم خلاص
 پيښاريده اوهم داسي پيښاري
 چي په کم ش ورتول شوي
 اود هر چا زړه يي له هوسه
 تخناوه .
 — خداي دي سري
 له دي يي شرمساتي . پيا
 داسي زغور رواني دي لکه
 خپل انگري چي گرس او پولا
 يي يي نه وني د سړک
 په منځ کي يي تني خلاصه
 پيښي
 سيد گل د پليو لاره کي
 همداسي زغور روان وي
 هغه ايزه — يي چي پناه
 په شکر کي ولږ څه کفر پيښاري .
 لږ توت وړاندي د سونخو
 موټرو پيکارولاري دي چي
 لږ شيه وروسته په تمول
 له خپره دکلي په خوا روان
 شي .
 سيد گل چي د موټر سرته
 وخت اوچنگه کي کنياست هم
 د پوځو پوځو . تعب وايي
 نيمه دنيا يي د واسکت
 جيب کي ده د موټر پسر
 يي پند معاي پر معاي پسر
 معاي کي لوجنگه يي کلکه
 ونوله . وروسته خپره وځو .
 سيد گل . د سني تود لمر پسر
 بيه لگيده د موټر د پام منځ
 يي په خوندي وړه توگه تود کړي .
 د دغه سرور پوځي موټر له څنگ
 څخه پويل کوي گړندي مو .
 تر مخکي شو د دغه کورني
 موټر له پيښي څخه يوه هلکي
 چي مري د اړه خوله يي په
 سره د سيد گل خواته کورته
 پيووله اوخوله يي پيښاري .
 پاتي په (۸۴) من کي



فصلنامه خودمان

شما می توانید قصه
هاله ناله خود را به ما بگویید
یا ما در دلدکتید

فرار از کلبه پدربزرگ!

وقتی در مجله مساویون نوشته می را زیر نام " قصه خانه خود ما " خواندم تصمیم گرفتم تا این هم قصه می از جا رو بچنگال خانوادگی که ما را بنویسم. از محیط بنویسم که تاثرات سو آن در کتب هر کدام ما بی تاثر نبودند و شوره آنرا قطره قطره چون زهر منوشم.

میخواهم از دگرگونی مرکزی خانواده ما که یکی صبی و پرخاشگر و دیگری خاموش و تسلیم پذیر است و این هر دو پدر و مادر من میباشند بنویسم. زهراد چنین محیط اختلاقی آور هر کدام از ما به نحوی متضرر گردیده ایم.

بگذار خانواده کوچک ما را که در بر گرفته پدر و مادر و دهر ادره و خواهر و برادر کلام میباید محرض کنم.

برادر بزرگم که صنف دوم یکی از پوهنشی های پوهنتون کابل است به مشروب پناه برده زیرا در خانه کسی او را در نکند محبت را که والدین برایش داده تنها بستند آنرا در دنیا فریب یافته است.

برادر دوسم وقتی محیط خانواده کی را سردتر از کورستان یافته به دوستان پناه برد. تا زنگها در کسی

سکرت کشیدن را آغازید است. خ و اهرم که کوچکترین فرد فامیل میباید شد خیلی لجاجت و صمیمیت من نیز دختسر گوشه گمره خاموش و درخورد نور رفته و گریزان از اجتماع بار آمده ام.

دل من میخواهد بالای بلندترین برج دنیا برآیم و فریاد بزنم که ای پدرها و مادرها! آخر ما هم آدمیم برای من اینگونه محیط خانه را در زخ نسازید. این همه کج خلقی ها و زور زدنهای شما زنده گی ما را در برده ابهام میببیند. آینه ما را تا بهک نسازد و گل های آرزوی ما را بهرحانه بادستان خود بر سر نکند.

تا آنجا که به خاطر می آید بگو مگوی پدر و مادر من چون کلمات یک سرود شکسته و بی سره ولیطنین انداز فضای خانه ما بوده است. زیرا آنان همچو گاهی با هم توافق روحی نداشته اند. من فرزند دوم و والدینم استم چون دخترها ذاتا کنجگوار و حساس اند لذا بیشتر رنج میبرم همیشه اختلافات نظرها میباید که کار آنان به مشاجره لفظی بگذرد و پیش از آنکه

با هم آشتی باشند جنگسوی قهر اند. برای آشتی هم با درم پیشقدم میشود او را آنکه بارها از جانب پدرم است و کوب شده باز هم جهت نظم آوردن در خانواده و آراستش دوباره از قصه پدرم میگردد و ما با ما آنهم کانون خانوادگی ما سرد و بی روح است. پدرم هیچگاه خود شاد را در مقابل اعضای خانواده سهولت نمی داند و این تنها مادر است که باید با مسوولیت همه را بدوش بکشد. و از سوی پدرم تحقیر و توهین نیز میشود.

پدرم خصال عجیب و غریبی دارد با آنکه در صراحت نزدیکی میکند ولی فکوره مغرور و نفسی را تا هنوز در سر می برود. آن وقت دل من میترسد کسی قلم را در دست هایش میفشارد و میترسد که اگر یک ریز تند باد جدایی در خانواده ما بوزد آسمان ما را از هم فرو خواهد پاشد ما اطفال قد رزم قد سرگردان و آواره خواهیم شد. ولی مادرمین خوشترین مادرهای دنیا است. گاهی از خشم و بی رحمی بر سر آیم به خوبی و بی رحمی

و تسخیر همراست بود را پس گونه مشاجرات مادر کلام هم بی غرض و بی حرف نمیباشد خواهی نخواهی باید به طرفداری از پدرم چیزی بگویم در اوایل آن وقت ها که هنوز مادر و پدرم جوان بودند هر گفتمی که بین آنان صورت میگرفت کلمه شوم طلاق و جدا ای آنکه تا منوسی را در گوشه های منزه میگرد. همیشه میترسیدم مبادا یک ریز مادرها بزنند و بگویند: پس اس دگه پس اس و طاق شد.

حوصلم سر رفت نمیتوانم به ای قسم زندگی ادامه بدم. آن وقت دل من میترسد کسی قلم را در دست هایش میفشارد و میترسد که اگر یک ریز تند باد جدایی در خانواده ما بوزد آسمان ما را از هم فرو خواهد پاشد ما اطفال قد رزم قد سرگردان و آواره خواهیم شد. ولی مادرمین خوشترین مادرهای دنیا است. گاهی از خشم و بی رحمی بر سر آیم به خوبی و بی رحمی

باری مادر من زن دیگری هم در جهان وجود دارد؟ یکی از خصیلت های بد پدرم اینست که وقتی در خانواست هرگز با کسی صحبت نمی کند اگر چیزی از او بپرسیم به مشکل جواب میدهد اما در بیرون از منزل با دوستان و رفقایش یکی میگوید و صد تا میخندد. با درخواهد کرد اگر بگویم - اعضای خانواده ما خندیدن را تقریباً فراموش کرده اند.

پدرم هرگز طرفدار رفت و آمد دوستان به منزل ما نیست به ما هم اجازه رفتن به خانه کسی نمیدهد اگر احیاناً کسی به خانه ما بیاید پدرم آنقدر اوقات تلخی میکند که مهمان از آمدنش پشیمان میشود. آنقدر با وجود داشتن خویش و قوم و دوستان زبانه

خود را تنها احساس میکنم. پدرم همیشه متروصد است تا مادرم اشتباهی را مرتکب شود و پدرم آن را به رخش بکشد و نمیشن بزند و از پدرم که در چنین لحظات من از روحیه مادرم میدانم که سخنان پدرم چون دشنه بی در قلمش فرو میشود ولی به خاطر حفظ تعادل فضای خانواده کسی خاموش ماند و خاموشی که رساتر از هر فریادی است. اگرچه پدرم ذاتاً آدم بدی نیست و هنگامیکه قهر میشود من تصور میکنم شاید موجود دیگری اندرون پدرم نهاده میشود.

دل برای مادر من سخت بقیه در صفحه (۸۶)

باران یکی از بیکردنیها را فرو غلتاند

(اداره) پاسن چوب که از نظر ارتفاع سومین درخت در جهان بود، بد پسین تازه گی هاد را تباران فرو غلتید. این باران ها باعث تضعیف ریشه های درخت گردیده بود. درختان سرخ چوب که در ایالت کلیمون نیوا یافت میشوند همین ۱۲۰۰ - ۱۶۰۰ سال عمر دارد. این درخت که با آراخرد رسال ۱۹۲۲ - اندازه گیری شده بسود (۱۳۰) متر ارتفاع داشته و محیط مادری آن سه آن به بیست متر بالغ میگردد قطر این درختان کمی بزرگتر است به اندازه بی بزرگ است که از میان تنه بعضی آن ها تنگی شکافته شده که در خط موتوری یا قطار ریل از آن میتوان گذرد. یکی از این درختان که پنجاهم (شیرین) یاد میشود و دارا. ی دنن ۱۱۶۲ تن است در ایالت کلیمون نیوا در جنگلی به نام (ریفر د فایت) از این درخت ها فراوان وجود دارد.



ترجمه پرونده

تونل زیر دریای فرانسه - بریتانیا

اول دسمبر پیش از برترین طرحهای مهندسی قرن بیستم مرحله تکمیل برد پیشرفت عملیات حفاری سراسری زیر دریای ما نشن با ایجاد یک تونل ارتباطی به قطر یک متر بین دو قسمت حفاری شده است. خاک فراسه را با خاک بستن و برای او لوسن بارانگران فرانسوی و بریتانیایی با عبور از این قسمت از راه تونل به خاک کشور همسایه رفتند. ظاهر آن بدین ترتیب نباید بعد از این بریتانیا را جزیره خوانند.

لباسهای گرمی بدتر از سردی را تغییر میدهد

تا چند روز پیش در لندن، برای نخستین بار لباس های به نام پشمی در گرمای بدن فردی که آن را میپوشد رنگ این لباسها تغییر میکند این لباسها از راهادی به اسم (سپرومیکس) ساخته میشود و با گرم شدن هوا یا گرم شدن بدن فردی که آن را میپوشد، تغییر رنگ میدهد. این لباسها در ابتدا رنگ سیاه دارند و پس از گرم شدن ابتدا به رنگ قرمز، بعد نارنجی، سبز و سفید تبدیل میشوند و بعد هر قدر که از گرمای بدن فردی که آن را میپوشد، کاسته شود و با هر قدر که هوا سردتر شود، دوباره رنگ لباسها تغییر میکند.

عجایب

طبیعت در کابل

دکتر ظاهری

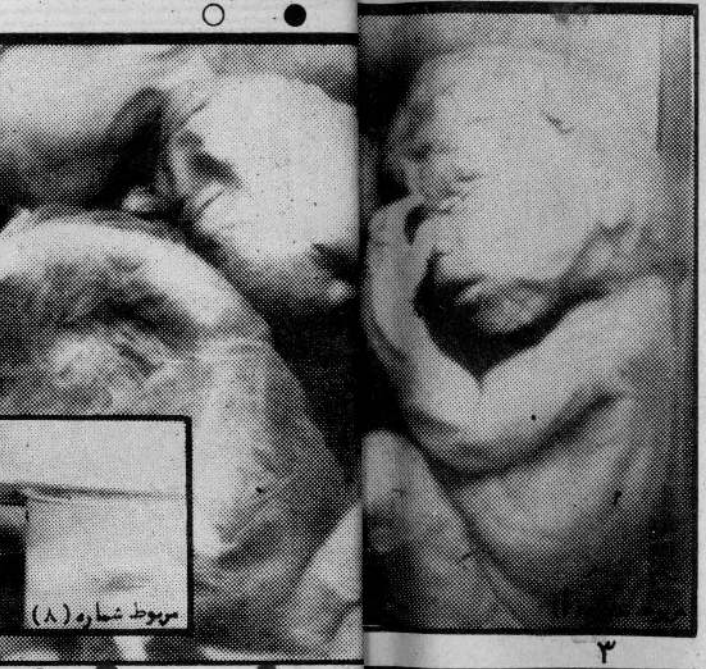
شنیدم که در انستیتوت طب کابل دیپارتمنتی وجود دارد به نام پتالوژی و درد دیپارتمنت پتالوژی موزیمی موجود است که از سالیان دراز بدینسو واقعات جالب طبی را بنویسد. های انسان و اعضای مرضی نگهداری میکند.

به آن دیپارتمنت رفتم تا مطلبی تهیه نمایم. در آنجا ه پروفسور و دکتر محمد عبدالله هاشمی آمر آن دیپارتمنت و استاد انستیتوت طب کابل با بزرگواری نظامی راد زمینه پاسخ به سوالات و دیدار از موزیم پتالوژی پذیرفتن و من به سوی سالون دوم تالار طب کابل عجا که موزیم در آن قرار دارد راهی شد.

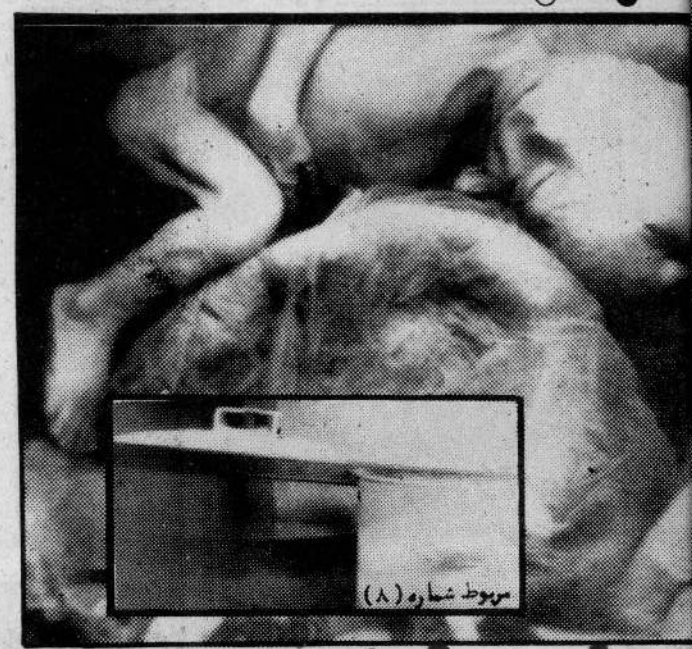
در جریان راه از پروفسور هاشمی پرسیدم :
- موزیم پتالوژی فاکولته طب کابل چه وقت و به کدام هدف ایجاد گردیده است ؟

او بی آنکه مکتب کند جواب داد :
- موزیم پتالوژی (مرض شناسی) فاکولته طب کابل در حدود ۴۰ سال قبل به ابتکار دانشمند گرامی افغانستان پوهنوال دوکتور عزیز الله صیف بنیانگذاری گردیده که هدف آن کمک به دانشندان و محصلان در زمینه های تحقیق و تدقیق می باشد.

پروفسور هاشمی در برابر یک پرسش دیگر چنین گفت :
د موزیم پتالوژی طب کابل نمونه های مختلف اعضا و انساج مرضی در این محلول های که از خراب شدن انساج جلوگیری می کند نگهداری می شود که امراض هر چه به صورت جداگانه ترتیب و بخش بندی گردیده است.
و من داخل سالون موزیم

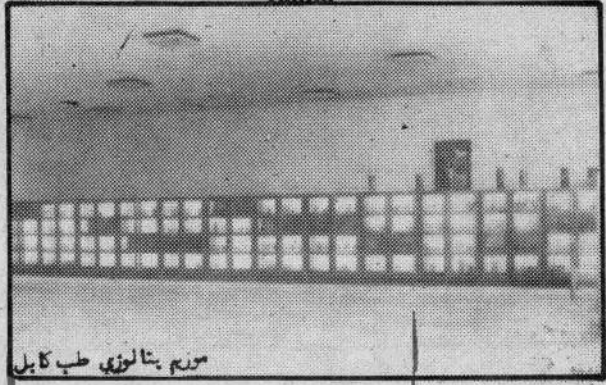


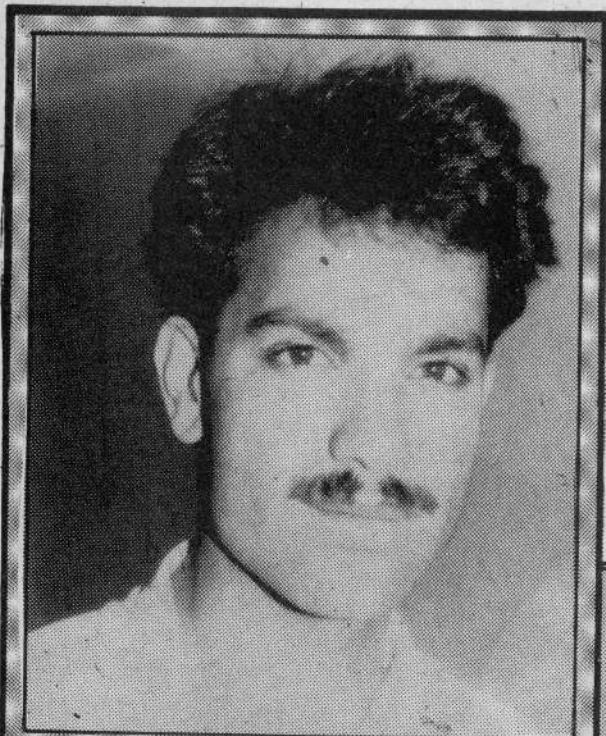
شدم توجه ام را تعداد زیادی از الماری ها به خود جلب کرد که به طور منظم پهلو می فرار داده شده بود.
در این الماری ها قطعی ها خورد و بزرگ شیشه ای به چشم می خورد که مسواک محلولات بودند و اعضای مرضی در آن جایجا شده بود.
در الماری اول به دهها قلب مرضی وجود داشت که از آنجمله سفلیس قلبی و روماتیسم قلبی را می توان نام برد.



هیچنان انساج مرضی فراوان مربوط جهازات تنفسی بولی و تناسلی و هضمی و ضربه در آنجا دیده میشد که اینها برای افراد مسلکسی می توانست دلچسپ باشد.
اماد این موزیم واقعاتی نیز وجود داشت که می تواند برای همه جالب باشد که در اینجا از چند نمونه آن تذکر به عمل می آید :
۱- کودک نوزاد بدون سر و مغز.
۲- کودکی دارای دوسر که سردومی بالای قفس سینه اولی چسبیده بود و هر دو سر دارای یک اندازه بود.
۳- طفل دوگانه کسی با پلاستیک مشترک.
۴- تخمدان های فوق العاده بزرگ که در حدود

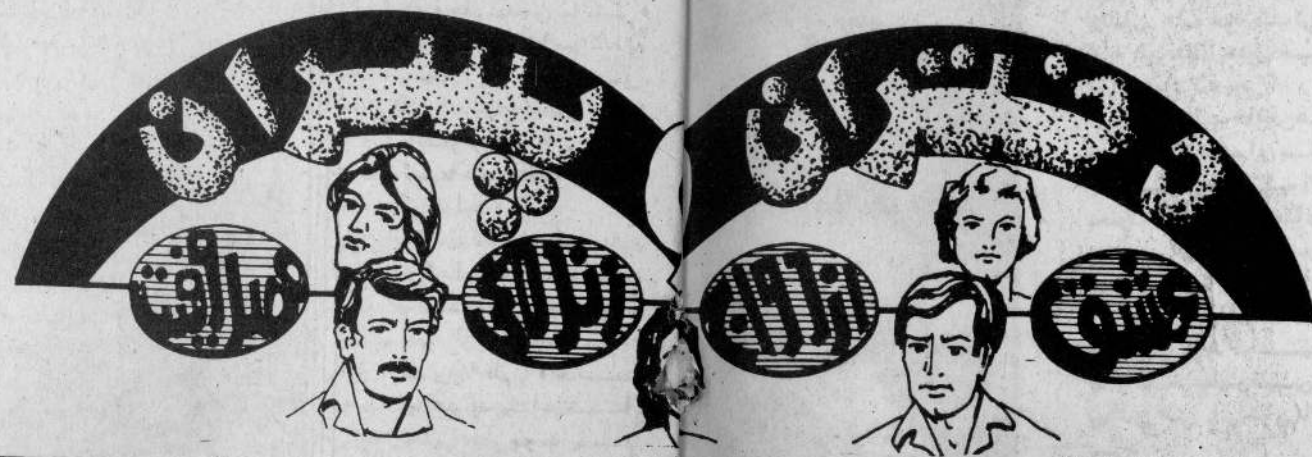
۴۰ کیلوگرم وزن داشت و کتله اش به اندازه آبدان بخاری های چوبی می رسید.
۵- طفلی با پلاستیک بزرگتر از خودش.
۶- کودکی که سرش سه چند تنه اش بود و چار دست و چار پای داشت.
۷- جنینی که در قسمت زنج و گردن خود دارای یک کتله طولانی هموار بود و هر سه آن به یک مرد ۷۰ ساله شباهت می رساند.
۸- مرضی که سرش جگر که به اندازه سر یک کودک در داخل جگر خالگاه تولد نموده جگر را سوراخ کرده بود.
۹- جگری که مبتلا به مرض مهرز شده به چهار خورد بقیه در صفحه (۸۷)





آه از دست تنهایی

دوست محمد تنها نارند وزارت مالیه
* از چو رنج میسر شد
- یگانه رنجم در زندگن تنهاییست همیشه خود را
تنها احساس می‌کنم - شاید دختر همسانی بتواند مرا
ازین تنهایی نجات دهد *



تعبه کنده نریا سرلوی

از کیم سرودی جوانان بدیم می آید

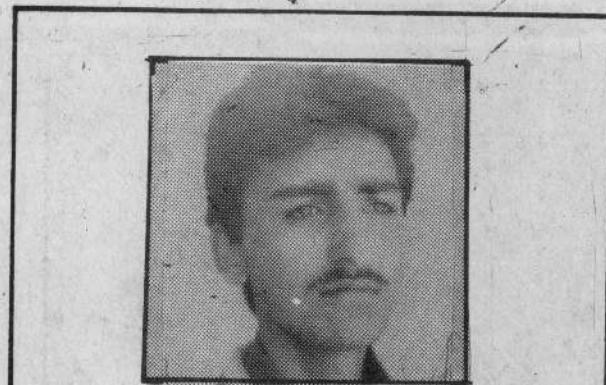
شکوفه رحیم متعلیم لیسه درد و سی

اینی تعاریف و کم نیوادی بسیاری از جوانان کشور که حتی حیاتشان
بعصورت درست اسم خود را بیوسند رنج میسر آن هاسمید اند
که آینده این کشور به دست آن هاست می شود که با حیسات
مردم سر زمین باری کرده
بایسد در مقابل مردم و کشور مسولانه عمل کرده *



از دلایطه دادان رنج می بدم

نریا سرزاده کارمند ارتباط خارجه افغانستان بانک
- اینی عدالتی و واسطه سازی همای اکثریت مردمان و منفکر کشور
رنج میبدم که در طی چند سال اخیر بیشتر محسوس شده اسه
مثال کسانی اند که مخالف به رفته و اعتماد شان به کسار
موظف میبندد و در آینده نمیتواند کار شیری را برای مردم و اداری
اثر انجام دهد - چه اوبه واسطه مفر رفته اسه - بآن هاسی که
بنا کار می کنند کارشان در نظر گرفته نمیشود و بایسد رنج بسزگر
برای من *



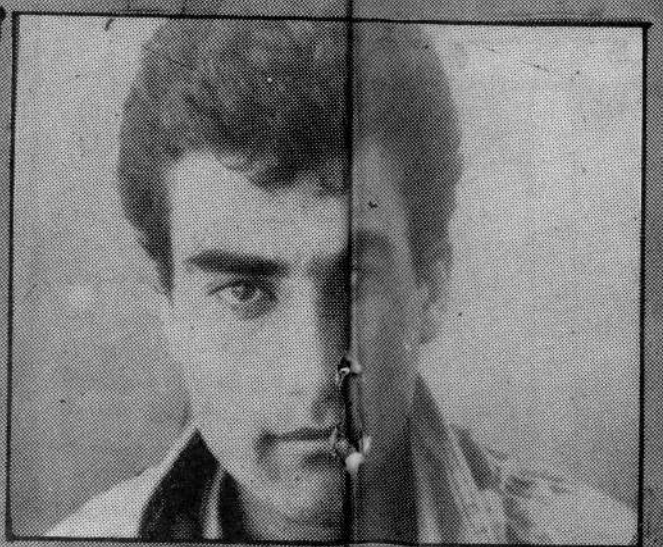
بیکاری چقدر بد است

محمد نصیر سر باز
دستم ساخته نمیشود خیلی
غمگین و زجر میبازد
این رادرنه بوده ام
که کار جزیم با ارزین زنده
گفت
از بیکاری در روزهای
رخستی رنج میسر در روزهای
که در خانه میام و کاری از

از آدم های مغرور خوشم نمی آید

سوزن صد ری بیلوت هوایی
ایمرا ز سر راه

من نهما از بروشدن
و ساخته نمودن با احساس
سرو و خود بسند رنج میبدم
چه آن هاکرم میباید که
فقط رفعتان هاس باشند
و در زمین خویش و بیایسی
نایسته آن هاست آن هاس
باید فکر کند که کسان دیگری
هم شده خیرتر



بیکاری چقدر بد است

نریا سرزاده کارمند ارتباط خارجه افغانستان بانک
- اینی عدالتی و واسطه سازی همای اکثریت مردمان و منفکر کشور
رنج میبدم که در طی چند سال اخیر بیشتر محسوس شده اسه
مثال کسانی اند که مخالف به رفته و اعتماد شان به کسار
موظف میبندد و در آینده نمیتواند کار شیری را برای مردم و اداری
اثر انجام دهد - چه اوبه واسطه مفر رفته اسه - بآن هاسی که
بنا کار می کنند کارشان در نظر گرفته نمیشود و بایسد رنج بسزگر
برای من *



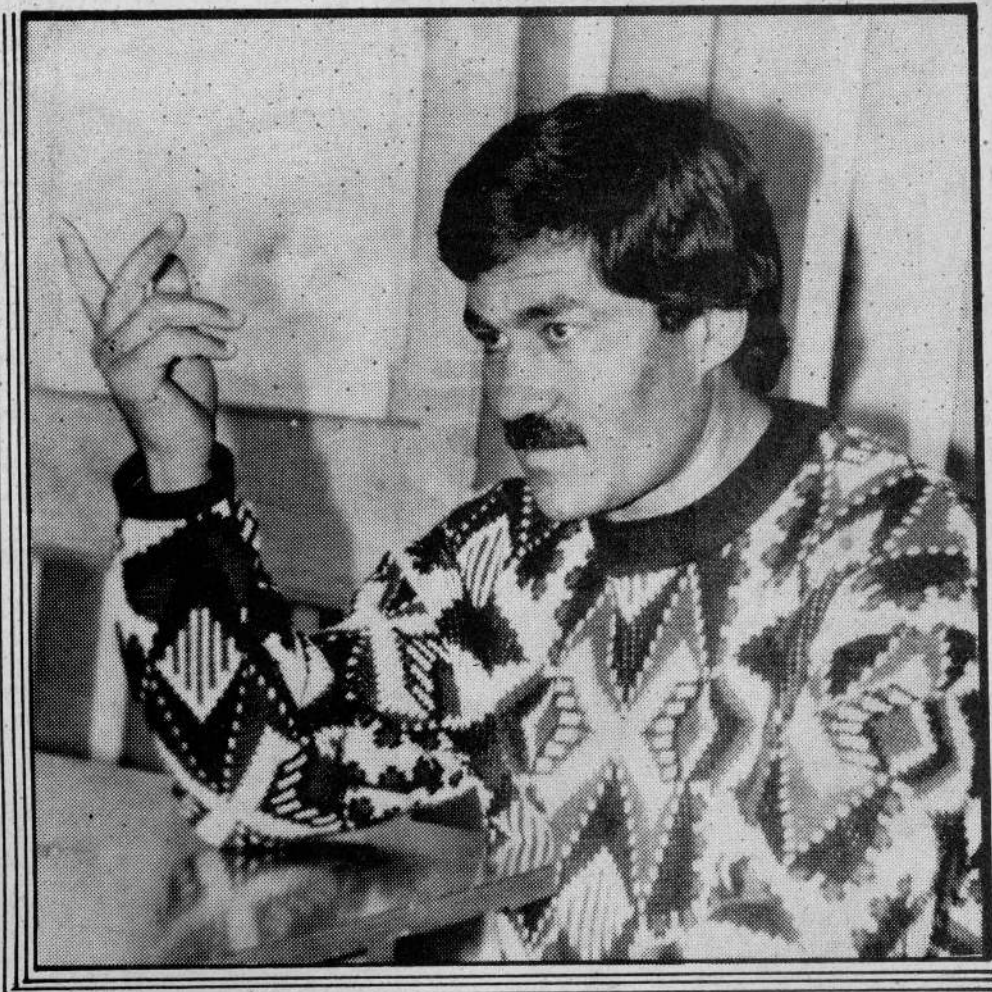
تلور اندیشه در یک اثر هنری و آنچه هنرمند ما ملتزم زمینه های معین ساختی و دریافت کلی اثر است که به وسیله آن حد و کیفی این اندیشه و سامان می یابد و اثر مندی لازم را در کسره ذهن تماشاگر به جا می گذارد.

دیدگاه و موسیقی فکری کارگردان و در رابطه با رخداد های پیرامونتر و بنه نحوی از انجا ماهیت اندیشه و فیلم را جهت میدهد و در یک استتجاج نشایی و چارچوب پیام خصوصی را صورتبندی میکند.

حقیقت دیگر اینکه پیام فیلم بر پایه میزان کیفی اندیشه و نحوه ژرفنگری کارگردان می تواند در سطح یاد دهنده سهر کند و این ارزش به هر پیمانه ای که در حقیقت به برد به همان مقیاس به فیلم و خصلت روشنفکرانسه می بخشد.

از شمار چنین فیلمهایی یکی هم فیلم کوتاه سونامی " سایه " از تجربه های تازه هنرپیشه موفی و کارگردان بالندیشه مان و محترم نصر المظاس است که اخسرها روی اکران آمد و خوانند مهای عزیزان شاهد تماشا ای آن و در برده تلویزیون های شان بودند.

فیلم سایه اصولا غننامه زمان مابیت که با چهره کسی شایان تحسینی و پرداخت یافته است. در این ترازوی " زنده گی " و " جامعه " به مثابه د و واقعیت اساسی به نحو غریبی مورد کاوش و تا مل قرار میگردد و سرنوشت محتوم انسانها که همانا ما - حصل سهر علی زندگی وفا - نونندی جبر حوادث زندگی در یک مقطع خاص زمانی است تعیین میشود. خاستگاه این جبر همان جامعه است که مادر و کودک از میان



فلسفه سایه

ترازوی زندگی

نوشته: نجیب ساکب

انبوه مردم و مجزاند و سه گونه الگوی خاصی ازادها در پویه حوادث زنده کسی و به سخن و اصحتره در معربر جبر زمان گذاشته میشوند . برخوردار کردن با حقایق و پدیده ها و مایعازارزها ی خاص جامعه شناسانه دارد که به نحو چشمگیری عالمانه و بانا مل پیمیزی شده است . او در جایگاه داور کارگشته بی حوادث و حقایق را از چشم انداز یک دانشمند جامعه شناس ، ارزشگذاری میکند و بانشان دادن تعارض و کانتر است زنده کی در چهره ها به نحو ملموسی بی تفاوتی را توجه میکند که همه ، پیامد رخداد های تلخ و ناگوارده اخیر کشور است که جنگه هشا خصه اصلی آنرا مهسازد .

فلم سایه هر چند که بر اساس داستان " بچه مردم " از بزرگرمرد حیطه ادب " جلال آل احمد " پرداخت یافته

است ، اما کارگردان به بنیاد آن به مثابه آدم مستقل " انتخاب " میکند و جزئیات ناممل برانگیزی را بهر پایه سلوچه خود در آن به باز افروزی و ابداع مینماید . تا حدیکه روال و مایه درونی داستان به نحو دلخواه در گگون می شود و فلم خصصه " افغانی " می یابد . سطره کارگردان بالای فلم تا حدیست که حتی سناریو را تحت الشعاع خود گرفته و بر تراز آن مایه میکند . این ویژه گی را در بهمان نمادین و زبان سمبولیک فلم به خوبی در می یابیم که سر تاپای فلم وحقی گاهی هر پدیده فلم انباشته از استفاد و نماد منحصری است که به وسیله آن در پهای را در کوزمی جاداده است .

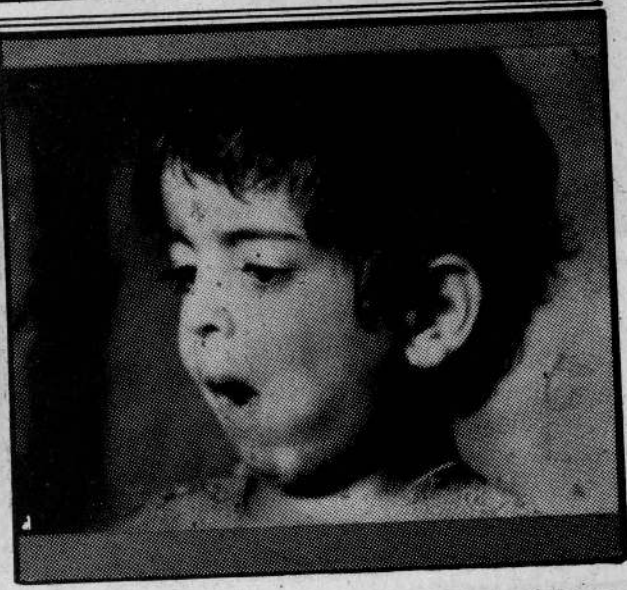
فلم از لحظهی آغاز می شود که مادره تصمیم دارد کودکش را ، بنا برخواست شوهر و

متر اجبارا به سرنوشت نامعلومی بسپارد و سراسر همیشه از او کناره گیرد . اصولا فلم ه هیئت قدر است . یعنی مادر و فرزندش راه در هم میجامد . هر ها میکند اما زیبایی فلم در پرداخت آن با تکمیل فلسف یک یا رجعت به گذشته است که این زیبایی با کتر عمق سمبولها و در چندان میشود :

باز چه می که سر تاپای فلم با کودک همراه است ، اساسا معرف خود کودک ، یعنی در هر گهرا و یخته بودنش از رشته سرنوشت است . او هواره در حال نوسان است که این اصل به خوبی معنویت و عدم اراده و بیخبری او را ، از زشتی های زندگن ، باز نمای میکند . ضمنا ، خود کودک نماد و تمثال نسل نویایی است که لطفا صفحه برگردانید

نخستین کارهای سینمایی اش را با موفقیت آرایه نمود

نصیر القاس



جنگه ، سر نوشت نکاند هنده
 را پیش پایش گذاشته
 است . باری ما این مفهوم
 به طور استادانه ، در احتل
 ره ، دید گرفتیم ، یعنی با
 نمایش مرغ و پرنده ، نمایش
 نمایانده می شود که سرخ
 یکی از جو ، هارا از خود
 میراند]
 فلم سایه ، گذشتماز اینکه
 روال جبر زندگی را در مسیر
 زیست مادر و کودک به نمایش
 می آورد ، به همین بهانه
 جامعه رانیز با ابعاد وسیعی
 در موازات آن تصویر میکند ،
 تا موجه بودن تصمیم مادر را
 در نتیجه ، ساخت نا سالم
 جامعه ، مبتلا به زشتی ها ،

" نانوائی " استدلال می شود .
 این زن ، در دورا هی زندگی
 قرار دارد ، یا باید به خاطر
 بی پناهی اش ، در پلشتی ها
 و فساد جامعه غوطه ور شود ،
 یا اینکه در پناه شوهری ، زن
 شرافتمندی باقی بماند . و در
 این میان ، کودک ، از دیدگاه
 شوهرزده ، سد حایل زنده گی
 اوست و زن ، با انتخاب راه
 دوم ، بایستی از کودک کشت
 بگذرد]
 و اما انتخاب فلم ، با پیامد
 های منطقی حوادث آن که
 انصافاً یک نیک ، حساب شده
 است ، مادر را ، براءت
 میدهد و اینهمه ناراستی ها
 و تراژدی هارا ، معلول شرایط

این زن و کودک ، همواره مثل
 جسم و روح زن و سایه آن با هم
 گره خورده اند و همواره ، یکی
 سایه ، دیگری است و چون نانکه
 میدانیم ، جسم و سایه ، ملزم
 همدیگر اند و هیچگاهی ، جدا
 از هم معنی نداشتند . از
 همسر و با موانست غریب کودک
 به مادرش ، با پاره تاکد ،
 صورت می پذیرد و زن ، هر چند
 که کودکش را ، برای رها کردن
 با خود می برد ، اما در برش
 خاصی ، از گم کردن او ، نسا
 آگاهانه ، سراسیمه می شود
 و زمانیکه او را ، رها می کند ،
 است ، کودک به خاطر ما در
 و مادر ، برای فرزند ، از درد ،
 مویه میکنند ، در زمانی دیگری

و خاک زیادی ازین آن مفضارا
 انباشته می سازد و کودک را
 از شمس انداز مادر ، محسو
 میکند که همانا ، کودک ، در
 لوث و آلودگی جامعه ،
 در سر نوشتی و بلا تکلیفی ،
 پائی میماند . باز چه اش
 آرام آرام ، از نوسان شدیدی ،
 بازمی ایستد و بعد ، صدای
 رگبار گلوله ها ، همراه با صدای
 های محوم دیگری ، می آید .
 در کنار آن ، بی تفاوتی ، در
 انبوه جمعیت چهره می شود .
 و کودک ، در میان جسد های
 زنده راه می افتد . آدمها
 همچون ، به او توجهی
 ندارند ، زیرا ، هر کدام ،
 یا عینکهای دودی دارند یا

فلم سایه

کازیدی

زمان



جنگه ، به خو بی نشان
 داده باشد ، یکی از زیبا
 ترین نمونه های آن صحنه
 است ، که ، دیوانه بی نمخوا -
 هند بر روی زمین به پیامد
 و تلویحا ، در همه جامعه ،
 هویتش را گم کند]
 توجه اینکه مادر ، چگونه
 مادر است و چنان می تواند
 فرزندش را از خودش براند
 با اختصار و زیبایی ، در صحنه "

ناگواری میدانده با منطق
 خاص ساختاری خود ، تا کنون
 در جامعه ما ، مهر گرد ماست
 هر ندکه زن ، جسامه از
 کودکش می برد ، اما پیوسته
 عاطفی و انسانی او با فرزندش
 آنقدر استوار است که هیچگاه -
 هر ، گمسته نمیشود . این
 ادعا به وسهله سهولت های
 ظریفی ، از جمله ، نام فلم ،
 برجستگی می یابد . یعنی

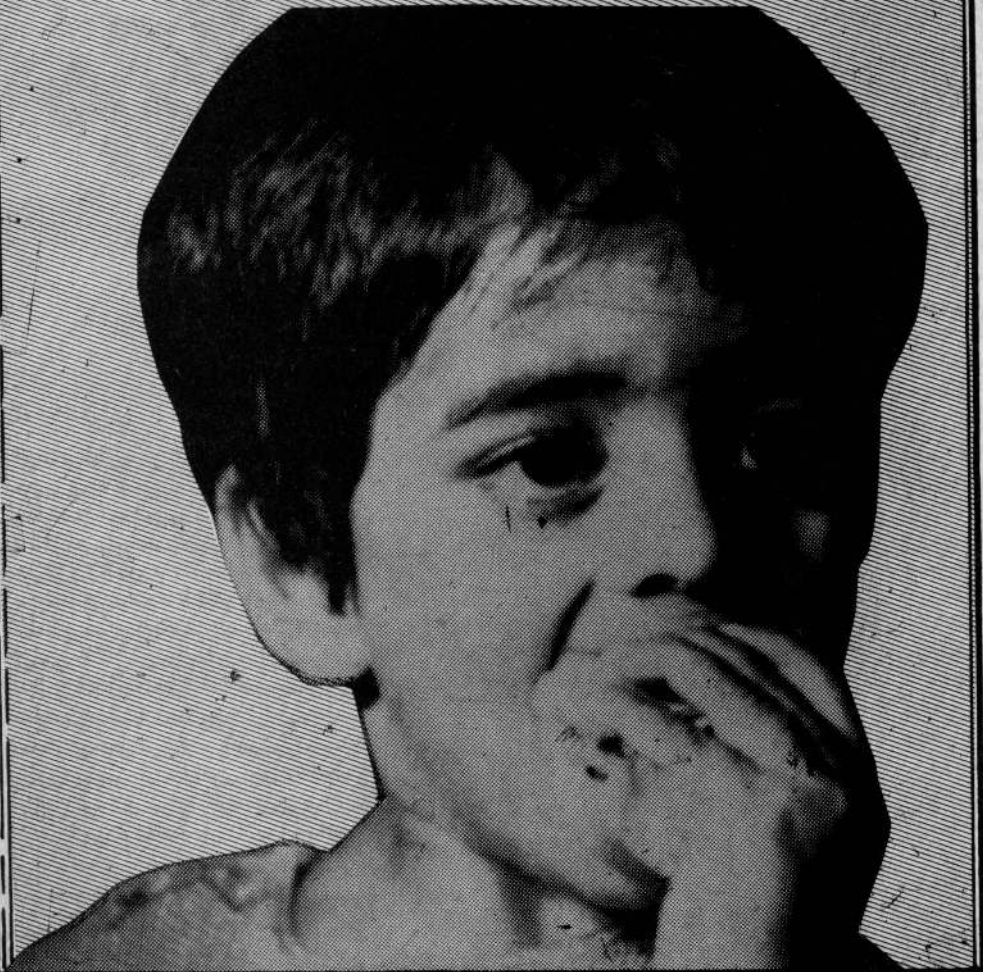
زن در تکس است و گوشه
 چادرش ، از دروازه آن ، بهرون
 مانده است . این نما خواسته
 است . برجدا ماندن تکه بی
 از بدن او و کتاپتا ، پاره بی
 از دل او ، تا کهد کند . . .
 و در این مهانه ، تکلیف کودک
 چه است ؟ باری ، این مساله
 بازم با زبان ناخوشی نمانده ،
 رویت می یابد .
 تکس ، دوری شود و گسرد

رو پوشره در برابر چشمان
 شان ، برده انگنده است .
 و با هم ، آنقدر کرخت و در
 خود فرو رفته اند که اصولا
 توجهی حتی به خود ندارند ،
 چه رسد به اینکه صدای -
 شهن کودک را شنیده بتوانند]
 در واقع این کودک ، با مرگ
 پدر ، همراه با مادرش ، یکجا ،
 قبلا ، نابود شده اند . زیرا
 این کتاپه ، با افتادن عکس

دسته جمعی شان و شستن
ورداشتن آن از طاب و تمام
شدن دسته جمعی شان سرا
هستار موده د.

یکی از مهمت های استثناهی
فلم سایه همانا، قدرتمندی
عاطفه بی است که در فلم
جان گرفته است و تاکنون
این و بالاترین میزان عاطفه
در فلمهای انقانی است.
به سخن دیگر می شود
گفت: فلم سایه و عاطفی
ترین فلم افغانی است.
اگر به فلم سایه و فلم کوتاه
است و نخستین تجربه
کارگردان در زمینه پرداخت
یک فلم به وسله دوربین
سینما و اما با آنهم کمتر
و شامیت یک فلم بلند را در
خود نهفته دارد که این نیز
وجه امتیاز دیگر فلم می تواند
بود زیرا در چهره ساخته
ها باید همه چه
اختصار و فشرده شود که در
آنسورت و پرورش کرکترها
و ایجاد فضای عام فلم رایج
مشکل بین بست و مواجه
می سازد. و اما فلم سایه
توانسته است با گرمی و قابلیت
بلند اثرگذاری عاطفی و
هنرمندانه و استادانه و شکل
بگیرد.

از مجموعه های تحسین
برانگیز دیگر فلم سایه همانا
نقش آفرینی های آن است که
در این معانه و نقش عمده و اول
به دوش "عمر شهزاد" کودک
خورد سال بود و الحو که با
قدرت اعجاب آوری و در قالب
خود زیسته بود. زیرا کار
بالای کودک در فلم و آنهم در
میان مردم و در فضای بیرون
کار بست سخت دشوار و طاقت
فرسا که در این فلم به بدون
کوچکترین خلایق در عمل
شکل یافته بود و موجب تر از
آن و دینگی یا ثبت دوباره
صدا بود که بازم به وسله
همین کودک صورت پذیرفته
بود و بدقت همانگونه
با حالت فخر مان فلم و روی
نوار آمده بود. "لطف
هستار دیمار" هنرمند دیگری



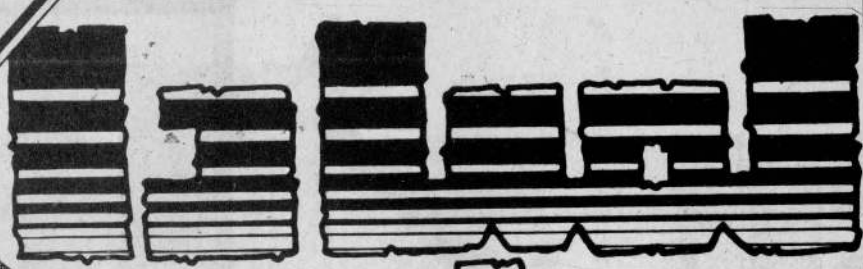
فلم نیز که خود از چهره های
جدید سینمای ماست، نقش
خودش را با موفقیت خاصی
بازی کرده بود که می توان به
آینده هنرش و امیدهای
فراوان بست. همینگونه روی
بازی "ماسمن یارمل" هنر
مند محبوب سینمای خوشنویز
جای حرف نداریم و قدرت
بازیگری اثر را و تحسین
می کنیم.
از تهیه سازی نهایت غالی
و موزیک متن عالیتر از آن که
بگذریم و مونتاز فلم و بدقت
حساب شده می و صحنهها را

بهم هرگز زده بود و حضور
آگاهانه فلمبردار را در تمامی
لحظه های فلم می توان
باشگفتی و شاهد بود.
یگانه خلایق فلم، در صدا
گذاری آن، احساس می شود.
زیرا در برخی از برشهای
فلم کیفیت صدا ناقص است.
از آنجمله و هدف این گفت
همیشه در صحنه دیوانه و
ضعف این گفت توقف موش در
صحنه بی که امکان تصادف
با کودک را دارد و بویژه
ضعف این گفت رگبارها در
آخرین تصویر فلم بهترین
اوج فلم را از کیفیت مسی
اندازد.
سخن آخر اینکه نصیر العالی

با چند تجربه مختصر اما
زوف و چشمگیرش تاکنون
توانسته است سبک و سلیقه
خاصی را که همانا پرداخت
سخت هنرمندانه به مایه های
روشنفکرانه است و در کارش
به ثبت برساند او تاکنون
همچو گاهی از این خط مشخص
نلغزیده و دچار تشتت سلیقه
نگردیده است.
و اما فلم سایه در کنار
اینکه نابترین و برترین تجربه
او در زمینه سینماست و
چایگاهش را در مقام اوج کنونی
سینمای افغانی از جهت
پرداخت بی نقص هنرمندانه
و گیرش مایه های انسانی
مشخص میکند.



جمشید سلطانی



چگونه آفریده شد؟

امروز
لمبادا در همه
سالونهای رقص جهان مود شده است



پارقص تانگو و سرچیدن بساط آن به وجود آورد ولی در آن زمان هیچ فردی حاضر به پذیرفتن و ترویج این رقص نبود و از طرفی هم تهیه و بخش روزافزون فیلم های رقص تانگو توسط رودلف والنتینو ها از جمله معاملی بود که لمبادا را محکوم به فراموشی ساخت در نتیجه پابلو رماند یوزا پس از ناکامی دستاوردش و ما بوسی از عدم پذیرفته شدن آن، راه مهاجرت از کشورش را در پیش گرفت روانه بولوی گردید در شهر پاز مسکن گزید تا اینکه در سال ۱۹۵۵ در همین شهر مرگ سراغ این اکتور رقص کوبایی را که با فقر و الکل دست و گریبان بود گرفت و بدین ترتیب پابلو و بنیادگاران لمبادا در غربت از وطن در دل خاک آرام گرفت.

درست در همین سالها رقص او که فراموش شده و پنداشته میشد در میان مردمان فقیر و تهیدست ریشه های قوی دواند تا اینکه در سال ۱۹۸۳ گونزالو هرموزا و اولیسیس هرموزا آن رقص را به



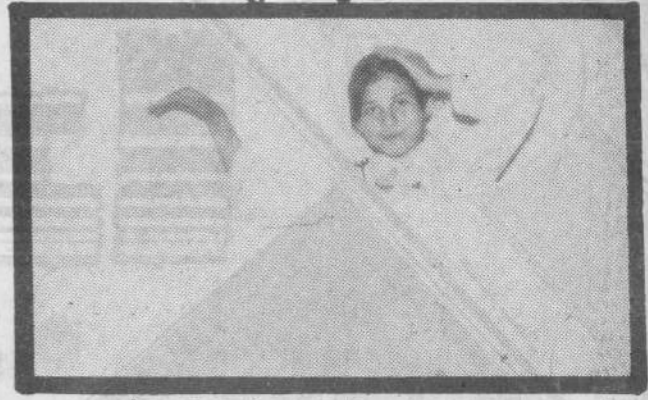
اولیسیس لارسک تولد کند و آشنای سنای فرانسه چهره ای که معرف اصلی رقص لمبادا در اجتمعات مردم و محافل تجاری اروپا محسوب میگردد معتقد است که رقص تانگو که کنده از نظر جهانی "واشاقانه لمبادا" در سالهای ۲۰ تا ۲۰ قرن ۲۰ در سرزمین کوبا آفریده شده است. اظهارات او که اولین بار در روزنامه اسپانیا "لکتوراس" به نشر رسید به همه نظریه های پیشین در رابطه با پیدایش لمبادا نقطه پایان گذاشت.

ولی بالاخره ایجاد کننده این رقص کست؟ به اساس ادعای لارسک این رقص ابداع و تفریحی یک مرد هاوانایی بنام پابلو ارماند یوزا میباشد که در سال ۱۹۲۵ آنرا در سالون های رقص پایتخت کوبا به نمایش گذاشت. لمبادا طوری ترتیب و تنظیم شده است که حرکات رقصان بسا موزیک ها و آواز و آهنگ بسا ارتباط و شباهت همگون را دارد بدون شک پابلو رماند یوزا این رقص را برای مقابله و

مونه و خیلواک از کودگستان دوستی

پایه های شهر

افسانه



نعمیه در کنار یادگاری (?) با نظیفه



در خانواده و دوستان و نزدیکان او را "ببو" صدا میزنند. ببو به گفته خودش کم و بیش هفتاد سال عمر دارد اما دیگر چرخ عمرش توان پاهایش را برهم سایید است. به مشکل میتواند خود را تا چند گام پیش بکشد. عینک هایش نشان دهنده آن است که چشمانش نیز از حس بیضایی خسته و کتوان شده اند. من کافسانه اسرار و ابهامی در خانواده شان را از پسرش محمد امین شنیده بودم. خواستم ببو خود دیده ها و شنیده هایش را در مورد قصه کند. ببو که با مشکل میتوانست روی توشک استواری خود را حفظ کند. باز حمت خود را به دیوار نزد یک ساخته و پس از آن که چادر قهوه ای گم رنگش را به دور و بر خود پیچاند گفت:

"از کجا شروع کنم معجب و پریشانی ترس و بیم. سعد و درحالی که کمتر به سوی من دقت داشت و گویی چشهایش پی گشده. بی راه میدیدند. به قصه اش آغاز کرد:

"در یک خانه کاهگلی در کارته نوزندگی میکردیم. در خانه فقط خود ما زنده کسی داشتیم. من و پسر امین جان خانیش. زنوا سه ها روز های آخر ماه مبارک رمضان بود. پسرم خانیش زنوا سه ام فهمم که اولاد اولی شان آس و جلال آباد رفته بودند. زنوا سه های دیگر همگی شان بمرور بودند. من نماز پیشین را ادا کرده روی چارهای آرام گرفته بودم. که توتی گلگی به روی اتاق افتاد. فکر کردم شاید بسبب بارانهای زیاد از سقف خطا خورده باشد. هنوز فکر را جمع نکرده بودم که پارچه دیگری نزد یکتر به کسار چارهای ای که من روی آن قرار داشتم افتاد. هنوز در مورد نه اندیشیده بودم که سومی و چارمی و همسنگوز تاد هم و بیشتر از آن رقم باران به دور بزم باریدن گرفت. سعد آرام یافت. راستی کسی ترسیدم. باز هم فکر کردم نشو و کنوا سه های بامن شوخی کرد باشند. در همین فکر بودم که آوازی به نام رسید. برخیز چیزی کن کمرسته استم."

باز هم فکر کردم شاید زنوا سه های مرا آزار میدهند. لحظه بی ننگ شست که همان صدا ه دوباره تکرار شد. من از ایمن که کسی را نمیدیدم و هنوز توان تا و بالا شدن را به چمتی و جابگی نداشتم. گفتم "شما کی استید آیات میدانید که من توان چیزی پختن راندارم؟" صدا همان سخن اول را تکرار میکرد. من به صورت روحش فرورفته بودم. که ناگهان چند تا کچالو و پیاز به روی اتساق پرتاب گردید و سپس یک خرپه گک خورد پلاستیکس که در آن مقداری روغن بود. بمشکل خود را از چارهای بی به روی اتاق خزاندم. هر چند، ترس و بیم مبرافرا گرفته بود و به سختی در پی جمع کردن کچالو و پیاز این سو و آن سو میخزیدم. با صدای نه چندان بلند پرسیدم "آخره؟" شما کی استید؟ چارهایم رحم ندارید. از من چی میخواهید؟ صدای زنانه با هیجان لهنه قلبی به جوامم گفت: ما پری استم. از کوی قاف آمدیم. ماد و خواهر استیم خورد میشد ه از نان خشک

ماد من نظیفه است و نام خود اهرم لیلی. در همین حرف ها بودم که زنوا سه ام فهمیدم وارد اتاق گردیدم. فهمیدم بادیدن آن حالت تعجب کرد. من به خاطر آن که فهمیدم زیاد ترسیده باشم او را دل آسوده گفتم. کچالو و پیاز روغن را برداشتم و آن را پختیم. فهمیدم که من مترس و ببو جان من به آشپزخانه رفته نمیتوانم. من نموروم. در همین اثنا زنوا سه های دیگر نیز یکی یکی دیگره خانه آمدند.

فهمیدم و یکی را مجبور ساختم تا به آشپزخانه رفته ترتیب پخت و پز را بگیرد. همان بود که پس از ساعتی کچالو پخته شد. من با زنوا سه های یک کنار دسترخوان نشستم و یکی دو قاب برای خود گذاشتم. و یک قاب هم بایسک پرچه نان و آنسو ترس. تا مهمانان نوش جان کنند. من کوشش کردم زنوا سه ها هم رف نان خوردن شوند تا بهم و هراس شان کمتر گردد. غذا خورد میشد ه از نان خشک



ببو، ماد محمد امین



محمد امین، پسران ببری ها

آیا واقعاً دریکی از خانه های شهر کابل پیر آمدی؟
... آنهایی که نمیدانند پیرها و خواهرها نامهای لیلی نظیفه اند.

بعد دور بهر خود روحایی را
پهچانده بود و صورتش دیده
نمیشد. سپس جستی زد و با
شوخی خود را در تنهایی که
بردستک صفت آویخته شده
بود انداخت. چند بار خود
را بالا و پایین کشید و سپس
ناپدید گفت.
روز سوم در صحن حویلی

نفره د چهار برگرد. تان -
وقت ه پدر و مادرش
خواهند آمد.
و هموشد که فهم خانه راترک
گفته رهسپار خانه خاله خود
گردید. آن شب صداهایی
به گوش ما تکرار به تکرار رسید
که باید از این حویلی کوچ کنیم.
هر چند دلیل مهر رسیدم هیچ

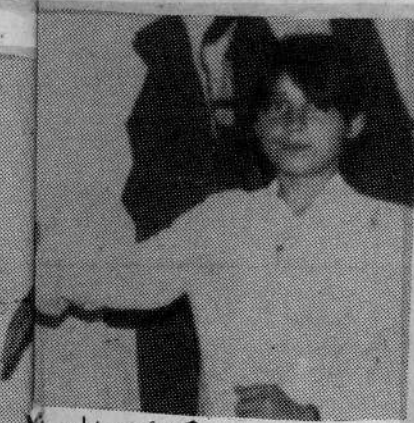
فرموده و از عملی شدن او امر
احساس شادمانی و خورشندی
یافته اند.
در مدت ۴۵ روز به امر این
دو خواهر مایه چندین خانه
سرزدیم. آنها به مول و خوا -
ست دلشان ما را خانبه خانه
میکشاندند.
اکنون آنها همه را بر و -

افسانه پری های تهر

قرارداد اتم هنگام عصر بود.
و نوا سه ام که چند ساعت پیش
از جلال آباد برگشته بود نیز
در کنارم قرارداد است. او تازه
از جبهان خبر شد بود. او حمل
س ترس بر او نیز چهره میگذشت.
در همین اثنا از همان آواز شنیدیم
- که فهمیم باید از این خانه
جای دیگر بروی و شب رانسه
بایست در خانه بماند. فهمیم
که نوجوان است با شنیدن
این سخن به هراس افتاد و -
رنگ از چهره اش پرید. من
گفتم: آخر این خانه که خانه
خودش است از این جایه
کجا برود؟ صدا مکرر آمد که:
برود به موت خیل، خانه
نه اش ه هنسوز
... بی نگذشته بود که
فهم فرهاد زده وای بیسو
و خود را به من چسباند. در
حالی که سر و صورتش از شدت
ترس ترشده بود جویده
جویده گفت:
ببو خمال کردم زنی
کارد به دستش بر من حمله
کرد و گفت که باید از این جا
بروم. من او را دلاری -
دادم که گفتم: نی بچم هیچ
گهی نیست. و اگر دست
میخواهد برو خانه خاله ات -

نمیگفتند. فقط به جواب -
صدا میآمد که اگر این جا بماند
برایتان سنگین تمام میشود.
آن شب رانیز با همه دلهره
و هراس به صبح رسا ندیم.
فردا وقتی پسر امین جان
و خانمش از جلال آباد برگشتند
با شنیدن این ماجرای اسرار
آمیز اظهار تعجب نمودند.
آن چه برای ما خیلی مهم
و همچنان دشوار نیز بود.
این بود که بایست در فاصله
یکروز ما آن حویلی را ترک گفته
کوچ و بار خود را از آن جا بر
میکنیم. کوچ کسی برای ما
کار ساده و آسانی نبود. افزون
بر این که در شهر کابل به زودی
حتی به هفته ها نمیشود خانه
کرایه دستیاب کرد. ما پول
کوچ کسی را نیز نداشتم.
در همین لحظه محمد امین
بی محابا وارد گپ شده آغاز
کرد: "در خانه بی که هم
اکتو نزنند مگر دارم سو مین
خانه ایست که به خوا هوش
نظیفه و لیلی در فاصله
چند روز به آن کوچ آوردیم."
این خواهران عزیز ما تا
جایی که دلشان خواست
او امر خود را بر ایمان صادر

خواست هایشان را به وسیله
دختر بزرگ فهمیدم و زده -
ساله است. به ما صادر -
میکنند.
آنها علاوه بر فرزان به تما -
شای فیلمهای هندی دارند.
از همین سبب به بارها ما را به
خانه خورشود انداخته در -
مکرر بهان زند مکی دارند صاحب
ویدیو و تلو ویژن استند
امرا قامت میدهند. این
علاقه مندی آنها باعث گردید
کما چندین شب راتا صبح به
تماشای فلم سپری کنیم. حتی
یکی از شب ها به اثر فرمایش
آن "دو خواهر" بیشتر از
فلم را در خانه یکی از دوستان
به تماشا نشستیم.
من باشنودن این افسانه
متک و فتنه ماندم. دوران کو -
دکی در ذهنم آرام ه آرام تازه
میشد. جن و هیرو دیو و کوه
قاف باز از نوخیالاتم را عبور
میگردند. فکر میکردم به
خواب استم. بی اثر صدای -
بسته شدن دروازه که باد آن
را به چو کات گفت و تکانی
خوردیم. "ببو چون نسیم
پیکری بی نفس در جای خود



نظیفه و محمد امین که به گفته خودشان



نظیفه! عکس یادگاری برداشتند

قرارداد است. امین بایستند
این گمان بسیاری از خداد ها
هنوز آگاه نبود و کثر مشایسی
را که بمنظر خود تر خلی ها
جالب بودند از مادر جو یا
میشد. من که هنوز بصحبت
هایشان گوشه بودم. تا -
خدیوی به چکو تکی ما جبرا
بی بردم. چند پرسش کوتا -
هی که در رابطه داشتم
با ببو در میان گذاشتم و چنان
در یافتیم که بایست با همیسه
از نزدیک صحبت کنم.
با همراهی محمد امین
خبر خانم را در خانه محمد عثمان
برادر محمد امین به قصد
کارته نوشتن گفتیم.
پس از طی مسافت نیم ساعت

هنوز دست نکرده بودیم
که محمد امین با تعدادی از
کودکان قد و نیم قدش وارد
اتاق گردید. آنها پس از سلام
و طلعک هریک به گوشه ای
نشستند. شمار آن ها به شش
هفت نفر رسید که بزرگتر
شان دخترکی بنام "مکی"
در حدود هشت یانه ساله
آنها تازه به جاهایشان فرار
گرفته بودند که دختر دیگری
داخل اتاق گردید و پس از
گفتن سلام به کوفتی نشست.
محمد امین به شوهر اشاره بی
نمود گفت: "دخترم فهمیه
است." بعد از وی خواست
تا نزدیک ما بنشیند. دخترک
آمده روی من قرار گرفت.
فهمیه مسای صبی دارد
چشمهای بادامی و رخسار
سپیدش خیلی به هم میخواب -
تند. گویا او از پیش میدانست
کما به چه منظوری آمده ام.
با آن هم بیکار از نوخواستیم
تا جبهان را قصه کند. او به
سخنانش آواز کرد. در آغاز
تا حدی کنده و بهر ده سخن
میگفت و هنگام سخن گفتن
انگشتانش را به هم میمالید.
پس از چند لحظه کلامش صراحت
شگفتی یافت. او همان گفته
ها را که از زبان "ببو" شنیده

من به خاطر این که
برگه بی از اصل ما جراد رهافته
با شمس خواستم واکنش ازمو -
جودات انسانی شان در -
بایم فهمیه بی چون و چرا
با آن ها سخن میگفت و پرچ
شهرها و حرفهای ما را برایش
انتقال میداد و در برابر هاسخ
ها و گفته های آنان را برای ما
بازگو مینمود.
من باری پرسیدم: "میکن
است آنها در مورد این که آیا -
مرا معرفت دارند یانه چیزی
بفرمایند."
فهمیه لحظه بی سرش را به
کتاب گردانده و سپس به سوی
من نگاه کرده گفت: "میگویند
کما ترا چه میشناسم؟ ما
همه مردم را که نمیشناسم.
من اصرار نکردم که فهمیه
جان هایشان بگوید: پس
چگونه از گم گفته ها و
از آن های که فرستک هادور
از این جا استند معلومات
میدهند؟"
فهمیه باز هم لحظه ای
رویش را به سوی دیوار گردانده
و سپس دید و گفت: "میگویند
کد بهاره آن ها جستجو میکنند.
و شد معلومات میدهم."
من از شگفتی و تعجب تپس
نمودم. در همین اثنا محمد امین
که سخت نگران صحبت ما بود

بسیوی سوز کوچک اغار نمود ده
گفت:
"آنست یک جو ره چهره
و طلون کاهای ویک پیراهن
که نظیفه خواهر برای فهمیه
و فهمیه خریداری کرده اند."
من باز هم با تعجب پرس -
میدم: "فهمیه جان بگو
که این احسان را چه وقت
بشما رو دادند؟"
پس از آن که فهمیه به
پاسخ من بهر دانه هسدش
در حالی که تبسح سرخش
رادانه دانه بی هم میرفت
رفته کلام را گرفته گفت:
"یک روز من از نظیفه
خواهر خواستم که در کنار امین
همسر گردانی که به حق ما را
داشته اند چی میشود کما -
فرمان را نوازش هم بفرمایند.
همان بود که یکی از روزها
امر نمودند که فهمیه و فهمیه
باید بروند به بازار تا پیراهن
لباس نو خریداری کنند.
ساعت های ۸ تا ۹ بجسه
صبح بود که برادر خواهر
بنابه دستور ما و ما را همراه
کرد پختند. بعد رخانه با دلهره
و اضطراب دقیقه شماری می -
کردیم. هنوز یکی دو ساعت
نگذشت بود که خواهر برادره
رنگ پریده و وحشت زده یکی
بقیه در صفحه (۸۸)

چگونه پری ها را بیسره درختی یکجوره لباس کو بای

واندی رسیدیم کنار "تسه"
قوالها. مطابق رهنمایسی
محمد امین مورا در کنار -
دروازه بی توقف دادیم محمد
امین داخل حویلی گردیده
و پس از چند لحظه ما را بعدا
رهنمای کرد.
در گوشه حویلی سرایچه ای
قرارداد است که دروازه کوچک

بیشترین آدمهای جامعه
ما در آن ها شب و روزشان
را شمار میکنند. کلم های نه
چندان نوه چند تخته توشک
ویک پایه مز کوچک در کج
اتاق اثاثه آن را میساخت.
از سقف اتاق به خوشی
پیدا بود که دوران چکک
انهر زیر سر کرده است.



لباسهای را کبری. ها خریداری نموده اند.

پاره‌ی لی از سرود دوم

" پ رخیز - ای که عزیز منی و در چشم من زیبایی - بر خیز و بیا
نگاه کن که زمستان گریخته است - فصل بارانی به آخر رسیده است و گذشته
وروزگار سرود و داستان بازآمده است "

XX

نگاه کن که گل‌ها بر سرا سر خاک رسته اند
بهار نوباز می‌آید
و آواز قمری در ولایت ما شنیده می‌شود
جوش سرخ مهوه نوبرانچهر بن نشسته است
و خوشه‌های به گل نشسته تاك بوی خوش می‌پراکند "

غزل کاسلین

ترجمه احمد شایو

" د لدارمن از آن من است و ه من از آن اویم به تمامی
همچون شبان جوانی که گله اش را در سوسن زاران به چرا می‌برد
ورویا هان جوانسال ه که تاکستان های پرگل را تاراج می‌کنند -
دلدارشا هوام ربه بوسه هایش را در سوسن زاران من به گردن می‌برد ه
ربه بوسه هایش را در تاکستان من به گردن می‌برد "

و هگان راز برای من به دام افکنید
شبان جوان را گرفته به سوی من آرید

برخیز و بیا - ای که عزیز منی - بر خیز و بیا
برخیز و بیا ای کبوتر من که در شکاف صخره هالانه داری های کبوتر من
که در جای های بلند می نشینی
بیا که مرا از دیدار روی خود شادمانی بخشی و از شنیدن آواز خویش
شکفته کسی ه

که صدای تو دلریاست
و روی تو دلریاست
در برترین مقامی از دلریایی ه

په هنگامی که نسیم عطر آگین شامگاهی بر من آید
وسایه های دراز و برخاک ه بی رنگ می شود
شتابان به سوی من آه ای دلدار بی همتای من
از دل کوهساران درهم و آبکده های بتره شتابان به سوی من آی "

○○○



وخت

وخت می لاسوکی اتکمی اچوی
 نه می پرہیزی چی پہ دی تیر واوسپہر و مہروکی
 زہ در نگین رنگین گلانوختم وشہندہہ
 وخت می پر لارمکی اغزی کرلی
 زما دہسو پلونہہ
 داغزوخوکی چہچہسی
 - چی دگلونوکش تہ ونہ رسم -
 وخت پہ سترگو دوروی
 سپہری سپہری خزلیہ
 خو دلہلا پر تہسہرہ
 دنازدگلو نندارہ ونہ کہم
 وخت می دکل دتارنجو باغ کی اور لگوی
 چی دتارنج کلونہہ
 دشہنگوپانو لہ شا
 زہور دکل خواتہہ
 دلہر دسپہنو اوزر ہنو شغلوہ
 دہر کلی لارکی ونہ غور ہری
 وخت سو خوی زما خانگونہ دحالاتو پہ اورہ
 چی دلہلا د خوب پالنگہ پوریہ
 وانہ لوزم

دفاروق فردا
 دوہشہ لونہ

خو زہ بہ وشہندہہ
 سپہرو مہروکی دگلانودانی
 خوزہ بہ خان وسپہنجم
 پہ گلکخونوکی دگلو پہ عطر ونوسرہ
 زما دکل دتارنج کلونہہ
 دلہر شغلو تہ بہ دہنی ستر گسونہ وکری
 اوزہ بہ ونازوم
 دخپلی مہنی دلہلا پر تہسہرہ
 دناز دگلو غوتہسی
 آچی زما پہ لاسوہ
 دنازیدلو دشہبہوہ ہہلہہ
 خیز انتظار ہاسی

دورانگو غونچہ

اوتور لاسونہ

زہ ورظلمہ
 زما پہ لاس کی وہ غونچہہ
 - دسپہنوسپہنو ورانگوہ -
 دپسر لہو ہوشہن فصل می لہنہ کی وہ
 دلہر لہ رو وسرہہ
 باغ می ہر سر ایچی سو
 زما پہ ورائندیہ
 دسوہر می دورہدلو ساز تہہ
 دیوی مہنی پر ہنسی نشہدی
 زہ ورظلمہ
 خود زہ ورہ کی - می وروت
 ہو گرد وہلیہ
 زنگہ وہلی زنجہرہ
 اولہ تاریخ تہ پاتی شوی
 ہوی زری قاتلیہ
 ور تہ پیری کولی

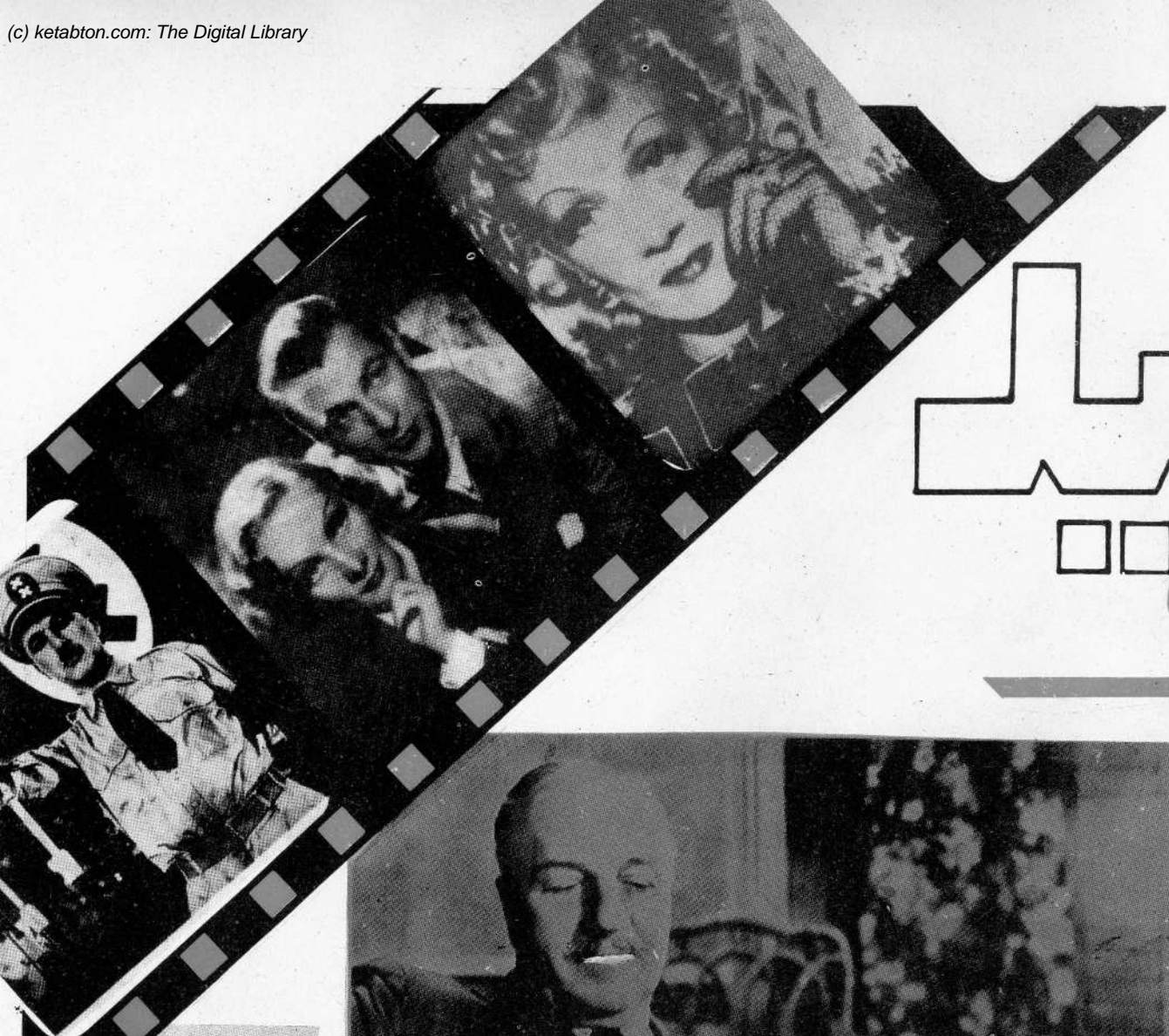
د دلوی آہہ جلال آباد

شاعر: رابندرانات تاگور (ہندوستان)

ادبیت پسند کی

دہنی پسی ایتر گرخم
 ہر خای
 او ہر مکان سرگردانہ لہوم
 خو
 تہ یسی شم موندلی
 زما جونگسہ کوچنی دہ
 اوکوم خوسو
 بی تری تہ لاریسی
 بیجا پر لاس تہ راخی
 زما خستہہ
 ستامکان بی پایہ دی
 ستا زمان تل پاتی دی
 زہ اوس
 دہنی دہندلو لہ پارہ
 ستا درگاہ تہ راغلی ہم
 ستا دبا شامنی آسمان
 ترنملی گو نیزی لاندی ولا ہم
 اوہر خپلو لہیوالو ستر کو تاتہ گورم
 راغلی ہم
 اود ادبیت پر پان ولا ہم
 دلنہہ ہیخ شہ نہ فنا کیزی
 خو
 زما لہ اوشکو پکی سترگی
 نور نشی کولی
 دہنی دہکلی ہنی
 اودہنی د خوسی
 نندارہ وکری
 آہہ
 زما دغہ بی شہرہ ژوند
 دوب کرہہ
 ادبیت پہ سمندر کی بی دوب کرہہ
 خو
 پریز دہہہ
 چی دہنی دہیش لہ خوارو خخہ
 سوازی
 دیو خیل لہ پارہ
 بشہر خونہ واخلم

زبانوکی: مفتاح الدین صافی



شهکارهای سفید و رنگی ساختند

... شهکارهای بزرگسنا -
می راباید دست ناخورد حفظ
کرد ...

... استعمال رنگه از
جذابیت فلم های معروف
سناه سفید می گاهد ...
با اظهار همچو جملات تنسی
چندان بهنگامان هنرپرده و
اکثریت بازمانده گان سنیبا -
گران نامور نیمه قرن بیست
درمبارزه علیه آنانیکه فلم های
سناه سفید را رنگی ساخته
وه شکل کت های وید پوی
به بازار جهانی عرضه میدارند
قد علم کردند .



عقیده می وجود دارد که:
شهکارهای بزرگ
سینمایی را باید دست
ناخورده حفظ کرد.

وباز میگویند که:
استعمال رنگ از
جذابیت فلمهای
معروف سیاه و
سفید میکا ضد.

جان هوستون دایرکتر
فقید سینمای هالیوود و نهض
قبل از مرگش رنگی ساختن
فلم های سناه سفید را عمل
اپلهانه خوانده بود .

این موضوع امروز سرودای
زهدی را در ایالات متحد ه
امریکا برپا نموده است . وودی
الن هاترا هانت بگا بزرگان
فلم اد نمود عقیده دارد که اخلاقا
هیچکسی حق چنین عملی را
ندارد . و ستیو شهبیرک حسی
در سطح کانگرس این موضوع
را مطرح کرد در جواب اینهمه
سرودا هاد دست اندر کار ان
پروسه رنگه پردازی فلم های
را عقیده برین است که امروز
مردم ایالات متحده و سایر
کشور ها خواهان فلم های

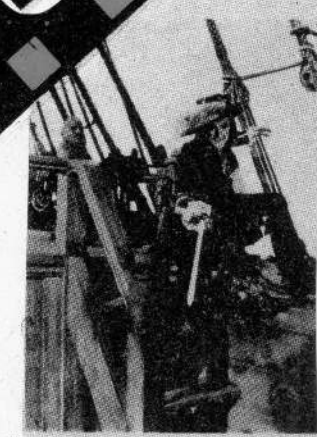


رنگی بوده و دست ندرند
از کت های وید پوی سناه
سفید استفاده نمایند .
تحسین تجربه بافلم
" شاهین ایچار " و " کاسایلا "
انجام شده که از یاد دهه برابری
فروش کت های وید پوی را
در قبال داشت .

در حال حاضر شرکت "تور-
نر" در هیزا فلم معروف را کسه
به طریقه سناه سفید تهیه
شده اند برای رنگه پردازی
جمع آوری نموده است که
از این مدرک سالانه مبلغ
ده ملیون دلار عاید دارد
رنگه آمیزان فلم ها میکنند
(برای در آوردن یک فلم
سناه سفید به شکل رنگی دقیقه
سه هزار دلار مصرف را ایجاد
می کند) روزه موبروس سر-
کت تورنر میگوید : " این عمل
تکنیک ساده می را ایجاد
میکند . بعد از ثبت فلم
روی نوار وید پوی نخستین
تصویر هر صحنه به پنجد و
بوست و پنجهزار نکته خفلی
کوچک مشخص میگردد و سپس
توسط رنگهای مخصوص قسمت
های مختلف تصویر بر سیا
احتیاط رنگ آمیزی میگردد
این پروسه خالی از اشتباه نمی
باشد . مثلا در کاپی رنگی
فلم (کاسایلا) هونیسری
بوگارت بالباس این رنگه نمایش

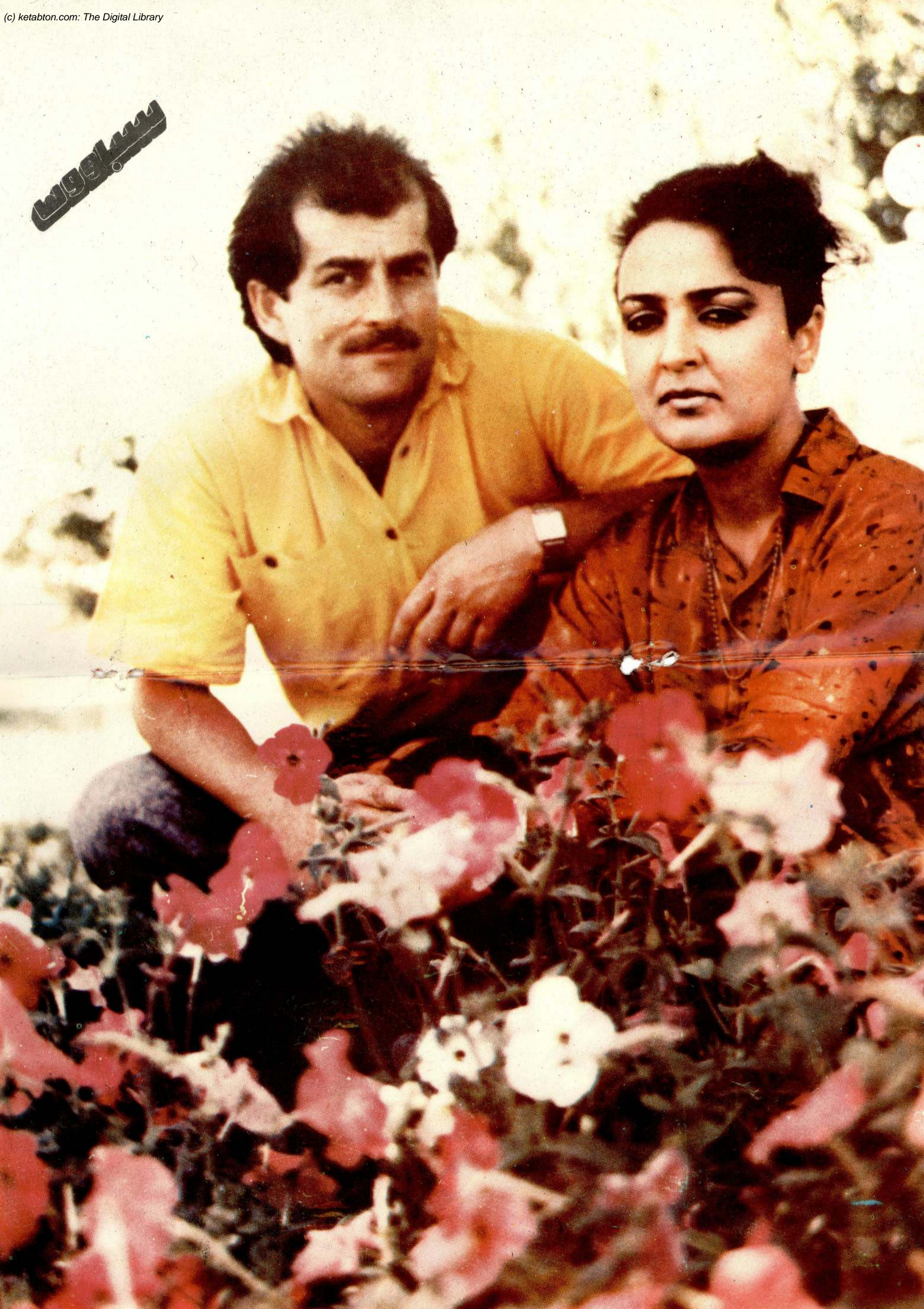
داده شده است در حالیکه
چندی قبل لباس را که
بوگارت در فلم به تن داشت
به لپام گذاشته شد و رنگه
آن نصاری بود به همین
ترتیب تصویر رنگه چشمان سنا
تراصوی ملکه دو نالد میوهید
این حقیقت است .

شارل پاول معاون شرکت
تکنالوژی رنگی میگوید : " ما
به نگیف اصلی فلم کاری ندا-
رم وانرا دست ناخورد حفظ
مینمایم . زیرا از رنگها زمانسی
استفاده به عمل میاید
که فلم روی نوار وید پوی ثبت
شده باشد . با انهم اگر
تنی چند علاقمند تماشاای فلم
های سناه سفید باشند
میتوانند تلویزیون های شان
را هنگام تماشا سناه
سفید بسازند .
دست آورد دیگر فعالین دستگا-
های رنگه پردازی اینست
که آنها موفق شدند از یک
تصویر پررنگ و در تصویر
نارمل بدست آورند که این
پررنگی را مصولا پیالای
فلم های تهیه شده طی
سالهای قبل از دهه ۵۰-
تطبیق نمایند . آنها عقیده
دارند که با وجود مخالفت
ها این پروسه جدید
خواهد داشت . یکی از آخرین
محصولات آنها ، کاپی رنگی



فلمی از کارگردانهای اکتیویس
معروف سینمای هالیوود -
لین مانرو بلام (یکی شعر
منخواهد) است که فیما
در عکس او را در کنار لویسی
کولهرن در صحنه ای از این
فلم می بینید .

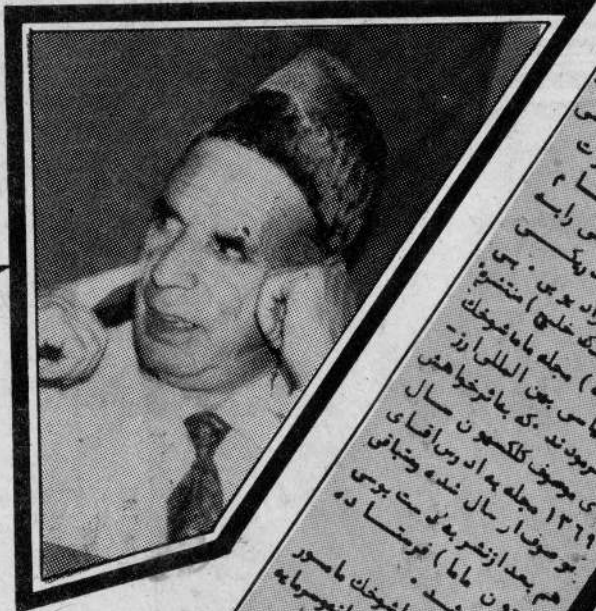
سازمان اسناد و کتابخانه ملی



میگلی بلاچید و باارگردان سینمای افغانی
ولی لطیفی •
بلاچید و درلبانی افسر شوروی دیده میشود
وی درفلم شکست افغانی نقش افسر شوروی
رأبه عهدہ دارد •



شما پرسیدید و ما پاسخ گرفتیم



چنانچه دانشمند محترم آقای
لطف علی قلی رزقانی (خنجی) از
همکاران و خبرنگار فعلی راد-
کالا تحقیق و خبرنگار فعلی راد-
پوی بی بی سی در مورد چنان بهارت
مدون و سری می تواند در یک
قابل قدری در باره آن را
خبرهای بی بی سی
طنزگفته می تواند راد بی بی سی
از روزگاری راد بی بی سی
سی طنز (ه) مجله ماما شوخ
را طنز سیاسی که با اثر خود
پایین می آورند که با اثر خود
۱۳۶۹ مجله به ادراک آقای
توسنوار سال شده و شبانی
هم بعد از نشر به دست
(چون ماما شوخ ماسور
خواهد شد

من: اگر بگویم می بودید یا
کدام شخص بود و در کنار سابقه
چون بزرگ و خدا را شکر دارم
که مرا از رفتن ای نرسیده اثر-
بسی به صورت بین هاشمی اند
من: چرا بعضی ها می آیند
اما به عشق بی باورند
بها طریقی که در هر یک
من: چرا بعضی ها می آیند
من: چرا بعضی ها می آیند
من: چرا بعضی ها می آیند

من: اگر بگویم می بودید یا
کدام شخص بود و در کنار سابقه
چون بزرگ و خدا را شکر دارم
که مرا از رفتن ای نرسیده اثر-
بسی به صورت بین هاشمی اند
من: چرا بعضی ها می آیند
اما به عشق بی باورند
بها طریقی که در هر یک
من: چرا بعضی ها می آیند
من: چرا بعضی ها می آیند
من: چرا بعضی ها می آیند

من: اگر بگویم می بودید یا
کدام شخص بود و در کنار سابقه
چون بزرگ و خدا را شکر دارم
که مرا از رفتن ای نرسیده اثر-
بسی به صورت بین هاشمی اند
من: چرا بعضی ها می آیند
اما به عشق بی باورند
بها طریقی که در هر یک
من: چرا بعضی ها می آیند
من: چرا بعضی ها می آیند
من: چرا بعضی ها می آیند

ماما شوخ پاسخ میدهد

من: اگر بگویم می بودید یا
کدام شخص بود و در کنار سابقه
چون بزرگ و خدا را شکر دارم
که مرا از رفتن ای نرسیده اثر-
بسی به صورت بین هاشمی اند
من: چرا بعضی ها می آیند
اما به عشق بی باورند
بها طریقی که در هر یک
من: چرا بعضی ها می آیند
من: چرا بعضی ها می آیند
من: چرا بعضی ها می آیند

من: اگر بگویم می بودید یا
کدام شخص بود و در کنار سابقه
چون بزرگ و خدا را شکر دارم
که مرا از رفتن ای نرسیده اثر-
بسی به صورت بین هاشمی اند
من: چرا بعضی ها می آیند
اما به عشق بی باورند
بها طریقی که در هر یک
من: چرا بعضی ها می آیند
من: چرا بعضی ها می آیند
من: چرا بعضی ها می آیند

من: اگر بگویم می بودید یا
کدام شخص بود و در کنار سابقه
چون بزرگ و خدا را شکر دارم
که مرا از رفتن ای نرسیده اثر-
بسی به صورت بین هاشمی اند
من: چرا بعضی ها می آیند
اما به عشق بی باورند
بها طریقی که در هر یک
من: چرا بعضی ها می آیند
من: چرا بعضی ها می آیند
من: چرا بعضی ها می آیند

حادثه‌های مشابه در زنده گی افراد چگونه اتفاق می افتد

لکین باز هم کدام با تحویلخانه کسان هدف قرار داد و بمداد به یک تئاتر فر کرد
۱۴- نام های (Andrew Jackson)
جانشین لینکلن (Lyndon Johnson)
کیدی هر دو از ۱۲ حرف تشکیل شده است.

۱۵- نام های (John Wilkes Booth)
(Lee Harvey Oswald)
کیدی هر دو ۱۵ حرف دارند
۱۶- همه می دانیم که "اسوالد" در قتل کیدی تئانه بود و شیک جین ها داشته است . در مورد "بوت" قاتل لینکلن نیز همینطور بود.

۱۷- بوت قاتل لینکلن را ، پستون کویت کشت و "اسوالد" قاتل کیدی را هم "جک رابین" کشت
در مورد هر دو نفر نیز گفته شد که هدف انتقام جویی احساساتی نبوده - بلکه خواسته اند سرپوشی بر روی اسرار یک ارزند .

۱۸- کسی بعد از مرگ لینکلن پس "رابرت" نام های خصوصی پدرش پالیدو بحیاری از آنها را سوزانید زیرا به گفته خودش مطابق این نام هاد لینکلن یکی از اعضای کابینه خا اوم شرکت داشت . و پس از لینکلن خواست نام او افشا شود . بعد از آن جان کیدی هم برادر او را رابرت کدی بحیاری از نام های خصوصی برادرش همین دلیل سوختند . و جالب است که نام پدر لینکلن و برادر جان کیدی هر دو "رابرت" است .

خوب آگاهی توان این هم نشانه مشترک میان زندگی لینکلن و کیدی را که هر دو رئیس جمهور آمریکا بودند دو رفاصله دقیقاً صد سال گشته فقط زائیده تصادف دانست ؟ علم کهد "بلی" ، اینها فقط تصادف است

در جمله که در این قیاس جنوی چاپ می شود منتشر شده است .

۱- لینکلن در سال ۱۸۶۰ به است جمهوری رسید و کیدی در سال ۱۹۶۰ . هر دو رئیس جمهور در روز جمعه کشته شدند .

۲- هر دو بانیر گلوله کشته شدند که از پشت سر به گله شان اصابت نمود .

۳- هر دو رئیس جمهور در حضور خانم شان کشته شدند .

۴- جانشین هر دو "جانسن" نام داشتند .

۵- هر دو جانشین ، عضو حزب دموکرات و از اهالی جنوب آمریکا بودند .

۶- هر دو جانشین عضو مجلس نمایندگان آمریکا بودند .

۱۰۱ افسان

علم قرارداد تامل و تفکر نباید به جاست که به برخی از سبیل که در (ماورای علم) قراردادند اشاره کنیم .

ساحران ، طلسم سازان و احضار کننده گان ارواح بیشتر اوقات به تتاسخ ارواح و حلول آن از کالبد یک انسان در کالبد انسان دیگر نیز عقیده دارند . آنها عقیده دارند که مثلاً تاریخ تولد ماه تولد سال تولد ، لحظه متولد شدن نام آدم ها جز از سر نوشت آنهاست . این مسائل را البته با علم نمی توان اثبات کرد . ولی مثال های است که آدمی را به فکر می اندازد .

آیا شما به حلول ارواح باور دارید؟ نشانه‌های وجود بار دیگر

۸- اندرو - جانسن "جانشین لینکلن در سال ۱۸۰۸ و "لینکلن - جانسن" جانشین کیدی در سال ۱۹۰۸ تولد یافته اند .

۹- "جان - ولکس - بوت" قاتل لینکلن در سال ۱۸۲۹ به دنیا آمده بود و "لی - هاروی - اسوالد" در سال ۱۹۱۶

۱۰- "بوت" و "اسوالد" قبل از اینکه محاکمه شوند به قتل رسیدند .

۱۱- خانم لینکلن و زاکن کیدی هر دو هنگامی که شوهرهای شان رئیس جمهور شوند در کاخ سفید زنده می سی کردند یک یک قتل خود را از دست دادند .

۱۲- سکرتر لینکلن که کیدی نام داشت قبل از اینکه لینکلن در شب قتلش به تئاتر برود و در همانجا کشته شود ، خیلی با او اصرار کرد که از رفتن به تئاتر خودداری کند . و سکرتر کیدی که لینکلن نام داشت ، خیلی به کیدی اصرار کرد بود که از رفتن به دالاس خودداری کند .

۱۳- "جان - ولکس - بوت" لینکلن را در تئاتر کشت و خود ش به کدی گدام فرار کرد و "اسوالد" کیدی را از -

مثلاً حالا غده بی از احضار کننده گان ارواح معتقد اند که "جان کیدی" رئیس جمهور فقید آمریکا که در ایالت تگزاس در شهر دالاس اصلاح متحده توسط او سر آمد به قتل رسید) از روز اول تولد به مرگ محکوم بود چرا! برای اینکه روح "لینکلن" (رئیس جمهور مشهور آمریکا که مثل کیدی قبل از تولدش بود) در کالبد "جان کیدی" حلول کرده بود! و همین برای اینکه روح "بوت" قاتل لینکلن نیز در کالبد "اسوالد" قاتل کیدی حلول کرده بود!! آیا می توان چنین سخنی را باور کرد؟ شاید نه . اما نشانه های شگرفی که در زنده گی و مرگ لینکلن و کیدی می بینیم آنقدر حیرت انگیز است که آدمی را و ابعاد اردک از خود بیرون آورد . (آیا براستی در میان حادثه قتل کیدی و لینکلن ، رابطه نیست؟ و آیا میان این ها ، خارج از زمان و مکان و خارج از روابط معمولی و محدود روابط پنهان و گنگ و نامعلوم دیگری وجود ندارد که بر سر نوشت شان حکومت کند ؟)

جاست آن نشانه های مشترک را که گتم میان زنده گی و مرگ لینکلن و کیدی وجود دارد . بشنیم این مطلب عجیب



در کار دستاورد های ملی حیرت انگیز چون فتح ماه ارسال سفایر به دیگر سارات مانند میخ ، زهره و غیره سرور جادو ، شفادادن بیمار ان از فاصله دور مینویسند ، سایر شیوه های ماورای علمی هنوز ملبونها زن مرد را در تمام جهان بخود جلب می کند .
در باره (وهم و خرافات) توضیح بیشتری لازم نیست ، چونکه همه می دانند که او هام مجموعه ای از خیالات و تصورات است که در عالم واقعیت قابل اثبات نیست و فقط ذهن خیال پرداز آدمی برای توجیه ، تفسیر و تمسخر حوادث که در طبیعت یا در زنده گی شخصی رخ می دهد و او دلایل فراموشی داند .
این او هام را می آفریند .
ماورای علم چیست ؟

همه می دانیم که حتی در مصر کوهان دانش بشری به هر حال محدود است و جواب همه سوال های پیچیده پارامسی دهد . خیلی از حوادث غایبات و واقعت دارد نمی توان از آنها انکار کرد . در حالی که نملاً با دلایل علمی و ریاضی نمی توان یک تعداد آنها را به اثبات رسانید .
دنیای دوری انسان و نیرو های پنهانی وجود او ، استعداد های کشف نشده او و آنقدر - اسرار آمیز است که می توان گفت هنوز انسان ناشناخته باقی مانده است .
ما باید وهم و خرافات را بکسر و سعی توید در کنیم ، اما در باره آنچه در ماورای

روایات و افسانه‌ها ماورای علم دنیای اسرار آمیز ما

چگونه مادران را کشتند را به قتل رسانید



قتل به خاطر تبیل

شهر محمد بعد از فوت خانم اولی خود پسه
فکر گرفتن زن دوس افتاد تا اطفال صغیر
اورا ز بهر حال خود بگیرد . با بوهه زنی پسه
نام فهروزه که از شوهر اولی اش صاحب
دخترزند بود ازدواج کرد .
همین که فهروزه همراه پاد و طفل خود
به خانه شهر محمد آمدند تنها اطفال قد و نیم
قد شهر محمد ز بهر حال فهروزه آرام نگرفتند بلکه
فضای خانه بهشت ترهه و غیر قابل تحمل
گردید .
از همان روز در خانه جاروچنگال
اطفال همراه افتاد . کسی چه میداند
شاید فهروزه که از یک سو به نام یاد زانند و
به آن خانه آمده بود اطفال با او بی حاشی
ختند و از سوی دیگر شاید د و طفل اعضای را
که ناگهانی چون سارق میزدند
تحمل کرده نمیتوانستند طبعاً فهروزه هم
در مناقشه ها طرف فرزندان خودش را
میکرفت لذت هر روز و هر ساعت در خانه چار
و چنگال و لبت کوب اطفال صورت میگرفت
اطفال شهر محمد بزرگ میشدند و قدم می
گشیدند اما عقده هانیز همراه با آنها رشد
میکرد . تا آنکه یکسال قبل پدر پسر
بزرگش اسحق را برای همیشه از خانه کشید
اسحق بعد از ترک خانه به خدمت سربازی
پوست . یکسال بعد دلش به هوا
دیدن خواهران و برادران به سوی خانه
پرزده . شب بود که به خانقاه . تصور
کرد با استقبال گرم اعضای خانواده روبرو
بقیه در صفحه (۶۱)

به تاریخ ۷ جوزا آنریت جنایی فرماندانی
تخارت و وی هر کابل تملقونی اطلاع
می یابد که در ساحه پلچرخس برخورد
مسلحانه صورت گرفته است .
گروپ او براتیش که همیشه آماده
بررسی چنین واقعات است به سرعت
وقت به محل حادثه شتافته در نتیجه
معلوماتی که از اهالی بدست می آید
معلوم میگردد که قشقه برسرخرد و فروغ
پتول بوده است که فرورنده و شتری
بهین خود به تفاهم نرسیده و دست
به گریبان میشوند در جریان زد و خورد فه
صلاح کار این صورت میگردد که در نتیجه
یک کشته و چهار زخمی به جا میگذارد .
فلا ۷ تن از هردو جانب در توقیف
قرار دارند ولی این که فه توسط چه
کسی صورت گرفته تا هنوز هیچکدام از
متهمین اقرار نکرده اند شاید تا آن گاهی
کسجه از چاپ برآید سر نوشت متهمین
نظروشن گردیده باشد .

ضرب الملتهای طبرستان
 - در موقعیکه از نعمت
 وافر برخورداري بشور مشو
 و هنگام انلاسی بولی هم
 خود را از لیل و خواب مکن
 - هرکس ریش دارد ، شانه
 هر پید اخواد کرد
 - در کشور با پینا بان آنکه
 یک چشم دارد خیلی چیزها
 می بیند
 - شمع هیچکس تا با باد انسی
 سوزد
 - برسان برسان میتوان به
 استان بول رسید
 - هرکس به گز خورا ن بد هد
 به موشها غذا میدهد
 - به مزرینقی بد که با مسن
 گره که کند رفیقی که با من بخندد
 با سانی خود میدا پیش میکم
 - و اما رفقای بدی هستند
 - برای تولد فقط یک طریقی
 هست و برای مردن هزار طریق
 - سگی که بگذار رود خانه
 د انوب شنا کرده با رهم در آن
 شنا خواهد کرد
 - ولود شفت مانند مورچه
 باشد از او همچنان بر خذ را شی
 که از شیرد روی میکی
 - آنکس که از همه کس متابعت
 نمیکند دچار اشتباه بزرگتری
 است
 - رویاه احمق با یک پاریسی
 ز رنگ ما هر چار ما گرفتار میشود
 - هیچ دشمنی نیرومند تر
 از طلا نیست
 - موی آشفته و درهم احتیاج
 به شانه پهن دارد
 - اگر در سر نمیخواهی روایت
 را با یاد بگران مختصر تر کن
 - امید زنده ای است
 - از اسب مانند یکد دست
 نگاهداری کن و مانند اسب
 دشمن سوارش شو
 - گرسنگی چشم دارد
 - بیماری لیترا لیترا میاید و گس
 گلم میورد
 - برای اینکه مغز را بخوری اول
 پوست را بشکن
 - اگر عدالت نبود بی عدالتی
 هرگز نخواهد مرد
 - هر وقت دروغ میگویی طوری
 دروغ بگو که خودت باور میکنی
 سخت راست است
 - از دو واج در جوانی خیلی
 زود استوار واج در سبوی خیلی
 دیر
 - بد بختی دم درازی دارد
 - اگر داخل اسباب شوی اول

با ارد بیرون خواهی آمد
 - بول موقع رفتن دارای صد
 با ست و موقع آمدن دارای دویا
 - درد واقعی را نمیتوان پنهان
 کرد
 - مانند گل و زنبور بار مانند شیر
 د لیر ، مانند زنبور زحمتکشتر
 و مانند پرند ه خوشحال و با نشاط
 باشی
 - اگر نمیخواهی بهاری ، بهاری
 مکن
 - کسیکه هرگز چیزی ندانسته
 فقیر نیست فقیر کسی است که
 دانسته است و از دست داده
 است
 - دعوا و بیخانی خواهد
 و بر آزند

ضرب الملتهای سلواکی
 - زهر درخت چنار ه سب
 مجوی
 - در بین گاو ان ه گاو نر قاضی
 است
 - مراسم وقاین خواه سران
 یکد بگراند
 - هر روزت را بهترین روز خود
 بدان
 - اگر روز کوتاه است سال کوتاه
 نیست
 - دیگران را ببخش خودت را
 هرگز ببخش
 - انتظار نهکی نداشته باش

مردم میگویند

از کتاب ضرب الملتهای



- هرکس پول دارد ارای
 یک شيطان است ه هرکس
 پول ندارد دارای دو شيطان
 است
 - تونمیتوانی دهان مردم را
 بدوی
 - کوهها تنگان خوردند موشی
 بد نهادند
 - هر سنگی که بطرف سقف خانه
 همسایه ای میاندازی روی
 سرخودت میافتد
 - دندانهای پیران درون
 شکمشان است
 - هر درخت موه ای که موه ه
 اش خود بخود میافتد سنگ مینداز
 - کسی که هر چیز جنگه میزند
 هیچ چیز را محکم نتواند گرفت
 - هیچ خوشبختی نیست که
 بد بختی سایه ای بر آن نهد
 اخته باعد
 - آنچه از دل بیرون نمایند
 بر دل نمی نشیند
 - تونمیتوانی به عمل دست
 بزنی و دست را نلهسی
 - راه شرف و افتخار از سفر
 ساخته شده لذا خیلی زود آب
 میشود
 - برای آدم زحمتکش قرص
 نانی در پشت هردرخت رسکه
 بولی زهره سنگ نهفته
 است
 - از آنچه چاره ناپذیر است
 باید استقبال کنی
 - آنچه که تغییر ناپذیر است
 از یاد ببر و بیشتر ناراحت باش
 - خوشی و اندوه همسایه
 دیوار بدیوار یکد بگراند
 - عدالت خیلی زیاد ظالمها
 بی عدالتی است
 - آنکه لنگه است در بر ترا زکی
 که نشسته پیش میرود
 - آنچه را که میتوانی از دست
 بدی بی دست وام بده
 - عشق مملو از عمل و زهر است
 - زن ماحقل ترجیح میدهد
 با مرد میزد واج کند که دوستش
 دارد نه با مردی که مورد
 علاقه اش میباشد
 - اگر از شیشه فرار کنی نوشش
 تهنتر خواهد بود
 - روی درهای آرام همه کس
 در بهانورد است

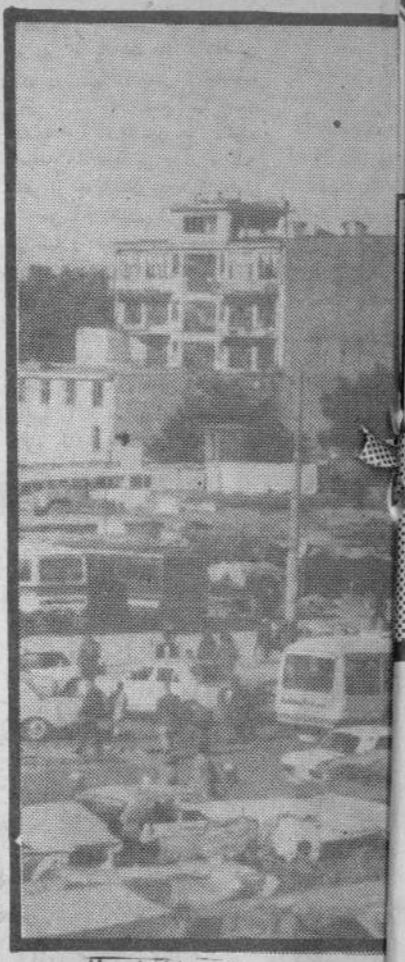
- موقعیکه باران میخورد باید
 با چند قطره شروع میشود
 - برای مرد فقیر حتی خوشبختی
 اود دشمن است ، ولی برای
 ثروتمند حتی دشمن قوم و خویشی
 است
 - رنگ زهگی در طلا نرندارد
 - مرد بیمار کم میخورد و لسی
 خرج میکند
 - شما نمیتوانید عمق همه چیز
 را اندازه بگیرید غیر از عمق سلوک
 را
 - زمان و برد باری برگه سوت
 را تبدیل با برشم میکند
 - بزرگترین گناه این است که
 گناه را نشناسم
 - وقتی که سر مرتکب گناه میشوید
 دم مکافاتش را متحمل میشوید
 - شما نمیتوانید شک تا نرا گسول
 بزنید

ولی نگذارش بر تو میخورد ، بزند
 - در مقابل نهکی انتظار نهکی
 نداشته باش
 - در روزه های جهنم همیشه
 حتی هنگام نیمه شب بازا است
 - اسب تند روزد خسته میشود
 - شوهر صراحت زن تاجسی
 است که رویش نهاده اند
 - زن زیبا احتیاج به
 شوهر دارد ، یک شوهر
 برای تصفیه بدی ها یک شوهر
 برای معاشقه و یک شوهر
 برای لذت و کعب کردن
 - همسایه های بد در ناک بهتر
 از همسایه های بد در ناک
 - عدالت قدر است
 - عشق آمار شهرت است

سرسبزی شهر ضروری است که ما سداب و هوشمشیر و ... آن نیاز دارند . ترمیم و تقویت ریزی سر راه است جدی دنبال خواهد شد



عبد اللطیف نوزادشاروال
منتخب درباره حل مشکلات
شهریان کابل صحبت
نمود



شهریان کابل در روشنی
این جد به شاروالیها
شاروال شایسته انتخاب نمودند
این که اعتراضها با تائید
های در رابطه با انتخابی بود
ن شاروال کابل این جبار
بجا مطرح میگردد حرفیست
بکر .
هم این است که شاروال
کشور کابل مشکلات متعدد
شهر را چگونه از زبانی نموده
و بی گونه راه حل درجه
مدت زمانی برای آن بیشتر
بسی میکند وهم این سلسله
مهم است که شاروال کابل
تا چه حد در صلاحیت
برای اجرای کارها دانشه
آیا به روزگاری کاری مانع
تحقیق پلان های بی نمیکرد
برای پاسخ به این پرسشها
با محترم عبداللطیف نوزاد
شاروال انتخابی کابل
صحبت نمودیم .

اقتصادی برپایه زمین
خود سری کام و نام در تکیه
موضه مواد غذایی به وجود
آمده است سیستم تجارت
شهری ایجاد تجدید نظرس
کلی را بنیاد سیستم کنترل
نرخها خود به عامل پلنسیه
یقین کم مدل شده و موثرتر
ندارد صرفاً این کنترل
کننده ها برای خود مواد راه
قیمت ارزان به دست میآورند
شاروال کابل در نظر دارد در
مورد تجدید نظرها
به جای اداره کنترل قیمت
تأمین مواد غذایی را
وجود آورد . در مجموع متکی
است رهبری جدید در عرضه
خدمات کلتوری بهبود وضع
سینماها ، فرهنگها ، مس
رکته ها و غیره تشریفات
بهره آید . بهتر خواهد بود
اگر شاروال کابل به جاسای
پرداختن به امور مساهل
در مدت کارش به چند سوال
اطلسی اصلی مردم جواب
داده و چند مشکل زمینای
و تعدادی را حل و فصل
نماید .
از نظر مامکت موفقیت
شاروالی درین حالست
خبر باشد .

مورث بگیرد به شهریان کابل
باید موده بد هم که طرح پلان
تظنی شهرکابل به کس
و همکاری سازمان ملل متحد
تکمیل گردد بد که اما می
آن در سال جاری متشن
های جمع آوری کفکات و ر
دوازده ناحیه اکمال خواهد
شد .
سرسبزی شهر ضروری
است که مانند آب و هوا
شهرزده ان به آن نیاز دارند
ولی این سلسله بدین مواظبت
مردم بدین همکاری مردم
و بدین همکاری موسسات طبی
و بین المللی میسر خواهد
بود طریقه شاقبلا گفته
اگر واقعا بهیازد و طبیون
باشند شهربانک متسر
مربع را سرسبز سازند و با پلک
یک درخت را بنشانند تصور
کنید چی میشود من در رابطه
با این مسائل پیشنهاد است
صاحب نظران و خصوص
طبوعات را بگیرد نموده و در
حدود امکانات آن را عملی
نماید .
یکی از مسائل دیگری که
باید با شاروال کابل مطرح
میگردد مسئله تامین شهرکابل
از نظر مواد غذایی است زیرا
در سیزده سال اخیر جنگ
نظم و شیوازه نده گسی

بدین ملحوظ در سال
روغن نقشه ساحات اند را بی
سالک وات و مقابل میلیو
تکمیل و کار نقشه ساحات مراد
خانی و شهرکمنه آغاز خواهد
شد .
شاروال کابل درباره
ساختن بناها و شهرکمنه در نظر
دارد در ساختن شهر
بر علاوه دستگاه های دولتی
د دستگاه های مربوط به
سرمایه داران ملی را نیز نشو
بق به کارنایم تاد را مسار
ساختنهای رهایی پلنسیه
منزل ، ساختنهای تجارتی
و عام المنفعه هم بگیرند
و به این ترتیب از تغییر ساحات
زراعتی و ساحات سبز در شهر
نیز جلوگیری به عمل خواهد
آمد .
ممکت با آغاز کار پروژه پس
که قبلاً از طرف شاروالی کابل
طرح گردیده تکمیل گردد
ترسیم و تقویت سرکها نیز
به طور جدی دنبال خواهد
شد اکثر ساحات رهایی
و تجارتی شهرکابل دارای سیستم
رد آب (کانالیزین) نیست
در نظر است به این مورد نیز
توجه جدی صورت بگیرد و ر
سایر عرصه خدمات شهری
مثل آب رسانی ، تغذیه
نیز باید کارهای جداگانه

ولی تا کون امکانات مالک
و برای برای تطبیق آن میسر
نمده است ، بل نتیجه صل
تطبیق آن دشواری های
زیادی را از نظر ساحات
رهایی ، تجارتی ، صنعتی
و عام المنفعه به وجود آورده
ساختنهای از شهر انکشاف -
متوازی نداشته و ساحات
خود سردر همه جا قند بلند کرده
و دیده اند .
در کام نخست شاروالی
کابل متکی به هدایت حکومت
و شوریه با شهرسازان در نظر
دارد تا در راستای پلان شهر
تجدید نظر نماید و متکی
به نیازند برای کونی شهر
باز ، برنامه های خوشبخت
عمار میبازد افزون بر آن در
نظرات تا ساحات رهایی
کلی سالهای متعددی بدین
رعایت نقشه و شعول در راستر
پلان تثبیت شده اند در آینده
نیز غرض حل مشکلات شهریان
با تخریب حد اقل با راهای
پلان به حیت نقاط رهایی
پیشینی شوند .

کابل چگونه است؟ چگونه باید باشد؟

شامل امور
ملختمانی ، خدماتی ، شهری
تجارتی ، کلتوری و سایر
عرصه های میباید .
از محترم شاروال نخست
در مورد ماستر پلان که از سال
ها به این سو در زمانست
طالب نظر شدیم .
وی گفت :
ماستر پلان و پلانهای تفصیلی
شهرکابل در سال ۱۳۰۸
رد تائید دولت قرار گرفته

میشود در فضای جدید
از کار قرار دارد یادداشتها
پلان های زیادی روی دست
ارد ممکت برای حمل
همه این مسائل فرصت نیاید
بن که خودش کدام مشکلات
ولیت میبخشد ما نمیدانیم
اظهار داشت .
فعلاً شاروالی کابل
یک انجمن را در کار خود دارد
که اعضای آن در بخش های
مختلف صاحب نظر میباشند
لان کار شاروالی کابل که

روشن بود خورا که در بین
انها عدم نظم ترافیکی ، سطح
پایین کلتوری ، در تبعه و عرضه
غذا و خدمات شهری ، ترانسیو -
رت ، طرح همه و همه
دست به دست هم داده اند
کابل یک چیزی ساخته اند
ممکت که سال های سال
به حل کامل آن ضرورت
میگردد ؟
شاروال کابل که معلوم

در همین تمام طور
مشیت عمل نماید واضح است
که چی خواهد شد ؟
در شهر کابل هر چه
باید همه را زنج میدهند
و آن خود سری هاد شهر
است چه اصناف منازل خود
سزهد تعمیرات بلند منزل
که ظاهر مطالبی نقشه
آخذند اما در واقع از لحاظ
موقعیت مناسب نیست همچنان
از یاد مارکتهای کلتوری

خلاصه قسمت گذشته بخیرنوم

خوانندیم که: امیر در یکی از محافل شعرهای شاعری را خواند که موجب تعجب استادش گردید و در محضر امیر کلال شایستگی زیاد نشان داد و در نتیجه امیر کلال وسایلی به او نمود. امیر بعد از حکایت نمود که چگونه مظالمه می نمود و کتاب گلشن را بر او پس تاثیر داشت. امیر تصمیم گرفت تا به خدمت یکی از امرا یا وایلنهر در آید.

در آن موقع در سر قند امیری بود موسوم به ((امیر یا خماق)) که در آن تاریخ هفتاد سال از عرش می گذشت و دو پسر جوانش کشته شده بودند و چاه نداشتن می ترسید که بر او زاده اش او را به قتل برساند.

امیر ((یا خماق)) پدرم را می شناخت و من برای پیشام فرستادم که اگر میل دارد مرا به خدمت خود بپذیرد امیر ((یا خماق)) موافقت کرد که من زودتر بروم و وقتی مرا دید حیرت من و وقت من تصور نمی کردم که ((تر قانی)) دارای یک چنین پسر جوان و رشیده باشد. آنگاه از من پرسید ((تیسور)) توجی کار می توانی بکنی؟ گفتم من در قلم زدن و شمشیر زدن مهارت دارم و می توانم هم دیوان تو را اداره کنم و هم قشون تو را امیر ((یا خماق)) قدری مرا نگرینست و بعد گفت تو برای ادا و هرگز دیوان جوان هستی ولی می توانم قشون خود را به تو واگذار کنم که ادا بر نمائی.

من در سر قند شروع به کار کردم و عهده دار اداره قشون امیر ((یا خماق)) شدم که در آن موقع نو زده سال داشتم من مانده قشون ((امیر یا خماق)) مردی به نام ((قولر کمال)) وخیلی فریاد و تصور می کنم که پنجاه سال از عمرش گذشته بود و وقتی شنید که ((امیر یا خماق)) مرا مامور اداره قشون خود کرده بود قدری مرا نگرینست و سپسی خندید و خطاب به سر پا زان خود گفت که ((امیر یا خماق)) برای ما یک پسر مزلف فرستاده است تا این که با او خوش

بوجود بیاورد. امیر یا خماق)) گفت هرچه می خواهم بکنم من هر ده سر پا زان را در یک جوخه جمع کردم و فرموده ما ند می جوخه را به یک نفر موسوم به ((او ن باشی)) سپردم هر ده جوخه را که یکصد نفر سر پا زان میشوید به یک نفر به اسم ((یوز باشی)) واگذار شتم و هر هزار سر پا زان را یک نفر به اسم ((مین باشی)) سپردم.

قبل از من در قشون امیر یا خماق)) ترسین جنگی متنازل نبود و سر پا زان که همه سوار به شمشیر آمدند کاری جز خوردن و

آمدند و به امیر شکایت کردند که در یک طائفه قره ختانی که در شمال سمرقند سکونت دارد در ندره اغنام آنها حملو آورده شد و شش هزار رگور سفید به پنا بردند و سه نفر از چوپانان را هم کشتند. من داوطلب شدم که بروم و سوار قین را به مجازات برسانم و گو سفندان را از آنها بگیرم.

خود قره ختانی من متوجه شد که نمی شود با ملایمت اسم دزد ها و محل سکونت آنها را از مردمان قبیله قره ختانی استنباط کردیم.



به آنها گفتم به اندازه خواندن یک سوره الحمد به شما مهلت میدهم که دزد ها را معرفی کنید و اگر نه یکا یک شما را گردن خواهم زد. آنها وقتی این حرف ها شنیدند خندیدند و یکی از آنان که مردی بود سرخ روی و فریاد و داری سیبیل خیلی بلند و کلفت گفت پسر از دهان تو این حرف ها خیلی دور است صبر کن و قنسی سیبیل تو به اندازه سیبیل من شده است وقت از این حرف ها بزن. موقمی که آن مرد این

خوابیدن ندا شنیدند من مقرر کردم که هر روز سر پا زان به صحرا بروند و میادرت بهترین گندو نیز دقت کردم که نسیا ز سر پا زان ترک نشود. من می دانستم که تغییر عادت سر پا زان برای آنها ناگوار است و لی مطمئن بودم که بعد از دو هفته عادت می خواهد شد. یک ماه بعد از این که وارد خدمت ((امیر یا خماق)) شدم جمعی از رعایای او گردیدند که از صحرا به ((سمرقند))

حرف را زد من با چند قزاق مردان خود در بورت (یعنی خیمه منتر جم) نشسته بودم و به مردان خود گفتم که آن مرد را بگیرند و از (بورت) خارج کنند. او را گرفتند و از (بورت) بیرون بردند من گفتم آن مرد را روی زمین بنشانید و از وی دور شو. مردان من چنین کردند و آن مرد را نشانیدند و از وی دور گردیدند.

سایر مردان قره ختانی هنوز تمیذا نداشتند که تصمیم من چیست. من در آن موقع با نیروی تمام بدین شمشیر را انداختم و شمشیر من گویشت و استخوانان گردن او را قطع کرد و دوسر آن مرد به زمین افتاد و خون از شاهرگ

جوان را دیدم حال من به طرز شکر فتن تغییر کرد و دل من که هرگز از وحشت ناطبیده بود از دیدن او به طیش در آمد و بی اختیار به یاد شعر ((شمس الدین محمد شیرازی)) افتاد که می گوید ((مرا عشق سیه چشمان زدل بیرون نخواهد شد قضا آسمان است این ویران خواهد شد من تو نستم او را ببینم و هر دفعه که رو برو می گردم دا نیدم مشاهده می گردم که او نگران من است و وقتی آن دختر از نظر نا به دیده شد من متوجه گردیدم که نمی توانم فکرش را از خاطر خود دور کنم و از این حیث متفصل بودم من خود را دلیر تر و نیرو مند تر از آن می دانستم که مشاهده یک دختر جوان

می کردم برای این که نمی توانستم خیال آن دختر را از ذهنم پاک کنم. گفتم من نمی چيست از دل به رکنم (تا) آنکه به فکر افتادم که به عنوان دیدار خود پشیمانان از (امیر یا خماق)) من خصی بگیرم و او را شهنشودمان (شهر کنس) رابیش گرفت و نزد (عبدالله قطب) رفتم. (عبدالله قطب) از دیدار من خوشوقت شد و گفت منی بینم که یک مرد بر جسته شده ای گفتم ای استاد بزد گوار این مرد بر جسته جز طفلک نا توان نیست و من آمده ام تا به تو بگویم که پیش نفس خود شرمه هستم و از فرط خجلت به فکر افتادم که با شمشیر به زنده گی خود خاتمه بدهم. (عبدالله قطب)) بر منید

است که زن بگیرد و به پدرت بگو که آن دختر را برایت طه کند. گفتم من نمی توانم این موضوع را به پدرم بگویم. (عبدالله قطب)) گفت تراست است من همین امروز نرسد پدرت خواهد رفت و با او خواهد رفت آن دختر را برای تو طه نماید. و به این ترتیب شیخ عمر میران شاهرگ دید به عقد من در آمد و وارد خانه ام شد. بعد از عرض من من متوجه شد که آرام گرفتم و دیگر اضطراب نداشتم و می توانم بدون دفعه فرما که قشون امیر یا خماق را به عهده بگیرم.

مقدمه

کهای او پرید و فواره زد و وقتی من فوراً خون آن مرد را بر سر کوهی برافشانیدم و مشاهده کردم که مثل فواره حوضی بزرگ منزل ((امیر یا خماق)) خون به طرف آسمان میروید لذتی عجیب کسب کردم. من تا آن روز ندیده بودم که خون گردن انسان مانند فواره به سوی آسمان جبین کند! و نماشای فوران خون برای من یک چیز تازه بود. قبل از این که از سرزمین جابل (قره ختانی) خارج شوم مقابل یک (بورت) چشم من به یک دختر جوان افتاد که به نماشای ما ایستاده بود و عبور سواران را می نگرینست همین که آن دختر

مرا متقلب کند و طوری از آن انقلاب پیش نفس حسرت شرمند بودم که گاهی فکر می کردم شمشیر را از غلاف بیرون بیاورم و بادست خود آنرا در شکم فرو نمایم تا این که خود را از نفس خویش حقیق نبینم. من بعد از مراجعت به سمرقند نتیجه ما مو ریت خود را با اطلاع امیر یا خماق رسانیدم و اسبها و گوسفندان را نحو یسل دادیم. ((امیر یا خماق)) خیلی از کار من تعجب کرد و گفت ای ((تیسور)) کاری که تو کردی از عهده مردان کنین ساخته نبود و یکصد اسب به من پاداش داد. با این که ((امیر یا خماق)) از کار من بسیار را ضعیف بود من خود احساس عدم اذیت

برای چه می خواهم به زنده گی خود خاتمه بدهم من چون نکی واقعه را برای پیش بیان کردم و ((عبدالله قطب)) گفت فرزند ایمن انقلاب که در تو پدید آمده انقلاب بی است که خدای نه در نهاد پسران جوان و دختران جوان به وجود می آورد تا اینکه زنا شوئی گفتم و پسر شاهرگ بنده گان خدا بیخود بنده. اگر این انقلاب که ایمنک ترا دیگرگون کسره ده دور پسر و دختر جوان به وجود نیاید هیچ مرد زن نمی گیرد و هیچ زن شوهر نمی کند تو نیا پذیرد خود منصل باشی مرد و هم زن در دوده چواری دو چار انقلابی شود و هیچکس تو نشان به حد می آید

رگ امیر یا خماق)) که میضایه مر من استسقا بود دو ماه ربيع الاول سال ۷۵۶ هجری زنده گی را پیرو گفتم و هنوز جسد (امیر یا خماق) را بخاک نسپرده بودند که (فرسلان) که وادار امیر یا خماق) به شاهرگ مدد دوجنور صاحب منصبان و سر پا زان به من گفت ای (تیسور خرقانی) از امروز من تو را از خدمت طرد میکنم و نودیکر در قشون من مستی نمانی چون مرا در حضور صاحب منصبان با وضعی خفت آور حرقه کرد خیلی بر من گران آمد. نقشه در شاه ایمنه

چاکو

چانلی



خلك دسینما هنرمندا نوتنه زریاته توجه لری

سینا (پویل) همواره هنرمندانه، چی دوه کاله کیږي تمثیل ته یې مخه کړې. ښه هنري استعداد لري او خورا پرمختللی ده. په هغه غوږ او کلونو کې دردی، الماس، سپا، په فلمونو او کونډو کې زوی په سریال کې برخه اخیستې، او خپل روزلی په ښه توګه ترسره کړې. سینا (پویل) په تیاتر کې هم کار کړې او د آند مکهار او انولګر په ډرامونو کې یې لوبې دي.

سینا پویل تراوسه نولس کلنه ده او د وید هنري کارونو څخه څرګند یې چې روښانه راتلونکې په مخ کې لري. د تحصیل سهیل بکلوریا ده. او د هنر په برخه کې لومړنۍ لمانځنې یې مسلکي زده کړې وکړي.

د اوایي: د سینما د هنر او تمثیل سره زیاته مینه لري ځکه ځانګړې د سینما هنرمندانو ته زیاته توجه لري او احترام ورته کوي. اما کله چې به تیاتر کې د سټیو پسر ظاهر یې و پرمخ بللایې، یوهې پوزې د تمثیل په هره برخه کې سینما ته د زیاتو پرمختلونو هیله کوي.

خپله وساحل

درساحل زنده گی ټیټ

ستاره جوان سینماي کشور که چنده یې بیس با ترف ساحل او زهران تازه کار ستند کتون با من تڼه یوه هم جاپین خبریه کونډه سریدې که (خپله د پکار چغان سینما باکوت) اما با ختیځه تڼه د احمد کارهای بیشتر د یوه سینما یوه ایم کدره من او اخر لم چنده یې په سیام (د پسا) از دوی یوه اند امید وایم تا یې عفت تازه کار درساحل زنده گی جدید کلام کدره ویا تاشا کارهای بیشتر شان د یوه هره هره یې خبری شان باشم.



ساحل حل



وغل محفل

خوشحال فرهنگي ټولنه د پښتو ژبې د ادبیاتو او فرهنگ د هره اړیکې د هغه د ترمزیزو کولو په خاطر د خپلو نورو هغو دنده په څنګ کې د موسیقۍ اړیکه خاصه توګه د پښتو موسیقۍ د پیل نلابسه والی اوږدې له پاره هلې ځلې کوي. چې لومړنۍ نښه یې د استاد رابندر د کولو د ساحل د وړاندې د د خورا د مباحثې په اړیکه وپښتنه نېټې د دغې فرهنگي ټولنې له لخوا د افغانستان د لاسي سنا یوه ښه ارتون کې د ساحل اوغل ترمزیزو پاتې په (۱۸) ۳۰

برازنطق شون معیاره راباير دنظر گرفتن

این معیارها را در آغاز کار داشتید ؟
- به نظرم مواد کافسی صدا و عشق و لافه فراوان معیارهای آغاز کار اند که این معیارها را من در جریان کار تقویت کرده ام.
- در اجرای کدام برنامه ها تاکنون خود را موفق احساس می کنید ؟

- در اجرای برنامه ذوق نطاق و گوینده عبقاق د خصل است. هرگاه محتوا و شکل برنامه با ذوق نطاق برابر باشد فکر میکنم خوتر و بهتر آن را اجرا میکنم. چون برنامه های هنری و ادبی با ذوق من همسری میکنند لذا خود را در چنین برنامه ها موافق تر احساس میکنم.



لینا در لباس سری دیوی

لینا هنرمند تازه کار کسی که درین او خرد و زلفها پش خوب درخشیده و توجه به شمارې راه خود جلب نموده چنده یې پش در فلسف خدا گواه نمیش از فلسف سری دوی را گزیده او یکنه نمید ام تا چه حد توانسته ام که دین نقش برقی باشم. اما معلوم میشد که روی کار خود زیاد حساب می کند. یو یکی از علاقه مندان اسرکت سری دویست وقتن ما را چکسی خواستم تا در جله چاپ نام برای ما بکشیم و افسر ستاد ولی در عقب بکشش نوشته بود از زنده گی بیزارم این که چرا از زنده گی بیزار است طعم نمیدانم.

چگونه

شیر آغا سرمایه دار شد؟

شیر آغا کسیکه از شروع سال پانصص صفحه طنز مجله را به جا ره گرفت است تصمیم دارد در بهلولی کارهای رسمی بعضی تشیبات تجارسی را نیز انجام بدهد از این سبب او یک مغازه بزرگ تجارسی در شهر بازمود موصفم دارد - مانند دو سه روزگانه شهر شهر بطور دایی در آتجیا لیلیم داشته باشند .

او با آشنایان قدیم وند پس مشوره نمود و در باره اینکه چگونه می تواند استیک فروشگاه لیلیم داشته باشد صحبت نمودند و بالاخره به این نتیجه رسیدند که یک هفته اول سال برای تمام اجناس مغازه قیمت دلخواه تعیین شد و به خطو درشت روی آن نوشته شود . مثلاً برای یک الیم بیست هزار افغانی برای یک کلدان - پلاستیکی ۱۱ هزار افغانی .

برای یک ریشهای طفلانه ۸ هزار افغانی پورای وسایل آرایش زنان چهار هزار و نصد تا - بیست هزار و نصد و نود و نه افغانی قیمت تعیین شود .

شیر آغا تصمیم گرفت که همین اجناس را که در حقیقت قیمت شان سه بار کمتر از این قیمت ها بود - بیست قیمت تخفیف داده به لیلیم بگذارد . و به

قول خودش تا زمانیکه دام های ساد و خوش باوری در شهر وجود دارد . مغازه دارانی چون شیر آغا درنی ماند

جالب اینکه شیر آغا از دستش مخصوص برسان کرد که برای بعضی قیمت ها را دو هزار و نصد و نود و نمانی یا سه هزار و نصد گذاشته ای - مخصوص کد رچال و چالیز تجارسی و به جان زدن های مردم تخصص دارد گفت :

این یک چال است که خریدار فکر میکند جنس را به دو هزار و چند صد افغانی خرید ماست در حالیکه اصلاً سه هزار بر - داشته است . شیر آغا برای پیشرفت در کار مغازه داری خود شوجه یک کار دیگر شد و آن اینکه بعضی اجناس را که مغازه های دیگره قیمت ایزان میفرشند هم را خریداری کرده بنام لیلیم چارچند بلند تر بفروش میسازد و از این سبب او یک بخش زیاد عواید خود را صرف اعلانات تلویزیونی نمود ماست .

عزیز به خیر شیر آغا که شکر فصل خدا حالا یکی از سرمایه داران شهر شده است لیلیم تازه ای را به انتخاب عید سعید اضحی براماندا - بقیه در صفحه (۸۱)

نوشته لطیفه (عهدی)

جلسه امروزی ختم شد!



در روز سه بی وظیفه گرفته بودم که همیشه زمزمه جلسه پلانی زنک گوشه های نیمه شنوایم رابه صدای آورد ، صبح طبق معمول ساعت نهمه همکاران در دهللیز قدم زنان با کتاچه های کوچک و زیبا که صرف برای نمودن دستان شان بود و یک سطر هم به عنوان تقدیم گزارش به جلسه بروی آن نوشته نمیگردند و در پهلولی آن به خاطر آنکه جلسه برایشان یک نواخت بود یگانگان را تون رئیس موصفم را آن رسامی می - کردند گشت و گذار می نمودند . یکی می گفت والله امروز



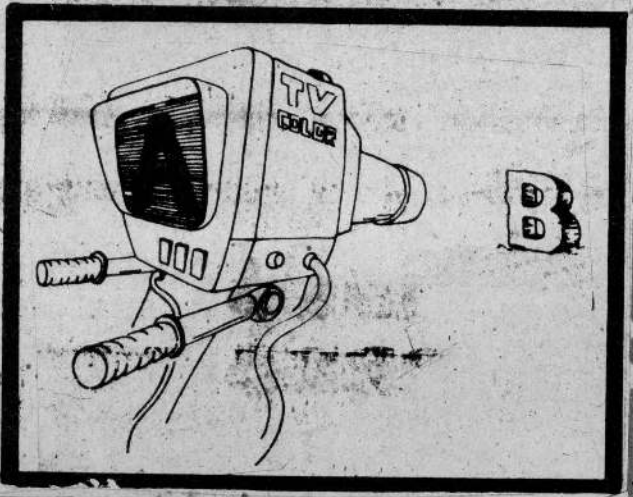
درس محاباتی

مرد عاقل

مستغرق به تعجب زاهد زده متهم کرد و گفت : راستی تعجب میکنم چگونه طورتوانستی ساعتی سر د را دزدی کنی و در حالیکه آن را به جیبش دوخته بودی هیچکس نمیتوانست آن را از جایش تکان بدهد .

مخمس خندید و گفت : آقای مستغرق ! از جواب به این سوال معاف کنید چون من حاضر نیستم در مورد غسل خودم به کسی بیرون بجانیس بدهم .

شخصی برای سر زدن در اوآن چوایان بود به خواستگاری دختری رفت و پدر دختر گفت : پسر شما هنوز به درجه کمال نرسیده است بهتر است صبر کنید تا کسی به امور زندگی اغنا شود و سفر کمال شود . آن شخص در جواب گفت : آنوقت به عقل آمده و نه تنها با دختر شما بل با هیچ زنی حاضر به ازدواج نخواهد شد .



مروج و نمک

نوشته: بلقیس بصل

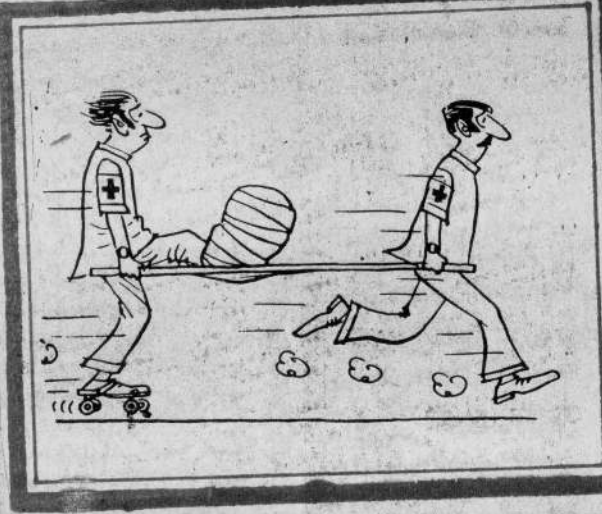
آبست، قلبم از دست رفت
و چون آب روانست
اشتهایم و باهام از نیست
ای گاش توهم آب میبودی !
چون که (او به به پانه بیلیندی)
لیت درد که تو آب نبودی
و به یت سلیلی مادر از من جدا شدی



عزیزم ! تو که هر چه میگوئی من
پا خنوش، همه را میبینم
حال تو گویند و من شنیده ام
لیت بدان که آن روز خواهی رسید
که من نطای تو را میگویم و بانسی

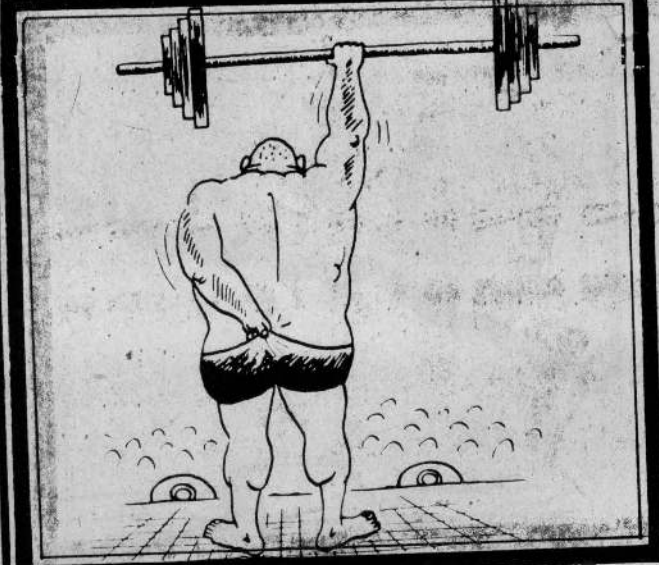
به چوئی اول جوریس قلبم نوشتم !
نخستین غیر سیاه سره ام من است
غش از روزاره دست آمد و رفت :
من رفیق موتروانم
نازنینم، میدام چرا، وقتی نیست
میباشی و من میبایم و کثارت میباشم
تو به نقشه د پتری خیره شده، حرکت
نکرده و نفر میباشی
نظاید میسند ازی که در پوی موترو
نخسته ای و من ط خورد و موسعید
هستم که کثارت ایستاده ام

خواهم بعد از مرگ
آخرین بار نام را تیره بران اری !
تیره رسم بر ایست که بعد از مرگ
نام را نطق اعلانات فوتی را دیو
باد و غلص به بران میباید
درد آه به سویم دید
من ترسیدم
به سویم آمد
من لرزیدم
آنغوس را باز کرد
من ترسیدم
دست به گردن آن که کام ایستاده بود
اداحت ... و من خندیدم



را اشغال نمودیم . رئیس
موسسه آغاز جلسه را چنهن
بدست گرفت البته بعد از
چندین بار غرزدن و غش زدن
که چس خدمت تان عرض کنم
رئیس ما یک آدم سپهار چاق -
اما (لاغرا لدا نثر) بود در -
عقب موز جلسه که من نشستم
شکمش به حدی بلند بود که
از کج های چاروغری استفاده
میکرد تا میباد اشکش بسروی
موز جلسه نمایان شود خوب
گپ از یاد منره که جلسه
چنهن آغاز شد .
دوستان و همکاران عزیز
جلسه امروز !
بمقدمه ر سعه (۸۹)

رئیس ما بسیار عصبی است و دیگری
من گفتم امروز زحمتا "بمساب"
موشوم و دیگری مویکت که
برو با چقد زمترو من فقد
عزرا شیل باشه و نفس تان را می
گیره و دیگری با هزاران هزار
ترس و لکت زبان مویکت :
والله نسه که (۱۰۰۰)
خوب باز همین گپ ها الی
حاضر شدن رئیس صاحب
موسسه جلسه درد هلو سز
زبانزد همه بود آن روز نیز
طبق معمول رئیس صاحب
حاضر شد و به سکرترش دستور
داد تا اشترک کننده گان
جلسه امروزی حاضر شوند
همه یت و یک جاهای مهمن



پدر کلانم زبان بازی کرده ام
نضیه و فاکو هستانی

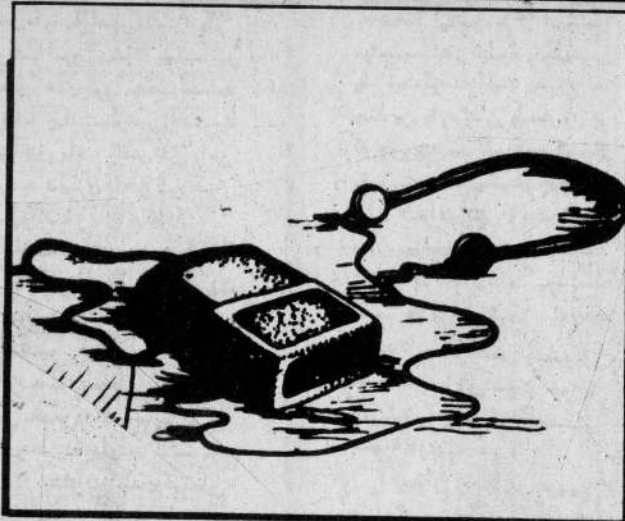
اداتی

یک مرد انگلیسی را به جرم
بد معنی در انتظار مردم
محاكمه می کردند .
او ضمن دفاع از خود گفت :
آقای قاضی باور کنید که من -
مستنبودم فقط کسی زیاد تر از
حد معمول وسکی نوشید بودم
قاضی کسی فکر کرده گفت :
بلی ! من حرف شما را کاملاً -
قبول دارم به همین خاطر من هم
به عوض دو روز زندان فقط چهل
و هشت ساعت شما را بازداشت
می کنم .

پدر کلان

جهانگردی آزده می کند -
شت ناگهان در سایه درختی
پهر مرد صد ساله بی رادهد
که گریه میکند . جهانگرد
هنگامیکه به پهر مرد نزدیک
شد پرسید : پدرجان چرا
گریه میکنی ؟ پهر مرد پاسخ
داد : پدرم مرا زده است .
جهانگرد که با دیدن چنهن
پهر مردی که پدرش هم زنده
است در تعجب فرو رفته بود ،
پرسید : چرا پدرت قسرا -
زده است . پهر مرد که گریه
اش شدید تر شده بسود
پاسخ داد : برای اینکه با -

د سلوا افغانو دوستی

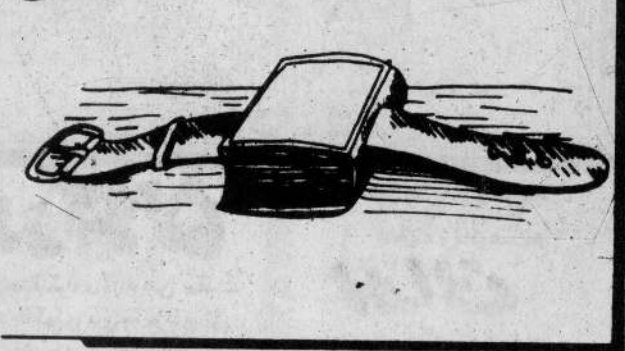


شور . دغه لاسلیک اړخو لیکل شوي جملې یې له همدې کتاب سره پرمخ یې خپل دوست ته د الی کړي وي . یې له مخه یې جیب ته لاس کړي اوله کتاب پلورونکی څخه یې همدغه کتاب د سلوا افغانو بیه واخیست .

له هغې وروسته د لیکوال څو کتابونه نور هم خپاره شول . اوهر کتاب به یې چې له چاپه راوت . نو د کتاب په تمای به یې په پاکت کې یې افغانستان خپل دوست ته لیکلې اوږد رسنه لیکل به یې . دغه سل گون زیاد . . . نوی کتاب په تمای تاسی ته به د یوه مینه د الی شو .

لیکوال د خپل کتاب د پشته په محبت بنکلی او شفیق خط ولیکل :

خپل گران دوست . . . ته په د یوه مینه الی شو . اوهر یې یې لاسلیک وکړی دغه کتاب یې خپل د دوست ته د یادگار په توگه وړاندې کړ . خوهر یې وروسته لیکوال د بنار په مرکزي واک کې د سوال له پاسه کتابونه کتل او زور یې وچې د خپل ذوق برابره کتاب پکې وپوښ او پای غلې . له څو کتابونو وروسته یې د خپل کتاب پر شتی سترگی ولیکه یې پخپله مینه یې را پورته کړی اوله پاینی اړ ولوسو یې د پشته په محبت خپل لاسلیک ته پام



ترکاری

رښتینوالی تر لاسه کوي چې کله سړي د بنار مرکزي سیمې مخې کې په خپله ترکاری د هري شپې لمد ولوبه حال کې وویني ترکاری پلورونکی لښکه ترکاری له یوه لمد وړي چې وزن یې دروند شی او په لږه ترکاری پوري بیی . تر لاسه کړي .

په لښکې قاموسونو (ترکاری) لوند والی ته وايي او (ترکاری) د یوڅه ژور کک او د یوڅه مانا راغلی دي . اوږد دغه دري نوم په پشته وار ول شی . نو ترکاری عبارت ده له د یو لوند والی څخه او د الفت هغه وخت بشپړ

د نوی فارموله کشفیل

نورمول هم (H₂O) د دې د یو وایي چې دغوره مال نوره غاړه او نرصلان او بوله نورس سره معادله ده او همدغه راز دغوره مال چې په هر لویس (ظرف) کې واچول شوی . نو د هماغه لویس شکل غوره کوي . چې دغه خاصیت کت مته په انوکې هم موجود دي . نو په دې ډول په ثبوت رسېږي چې اوه اڅوره مال یو خاصیت لري او د همدغو خصوصیاتوله مخې حکم کولای شو چې دغوره مال نورمول عبارت دي . له (H₂O) څخه هبله ده چې د نوسو یې جند ول په نوي چاپ کې دغه نېمگري تیا لصلغه لاره شی او د اوشپز پاشی صېب د تجرې په اساس بد لون پکې تحقیق وپوښ .

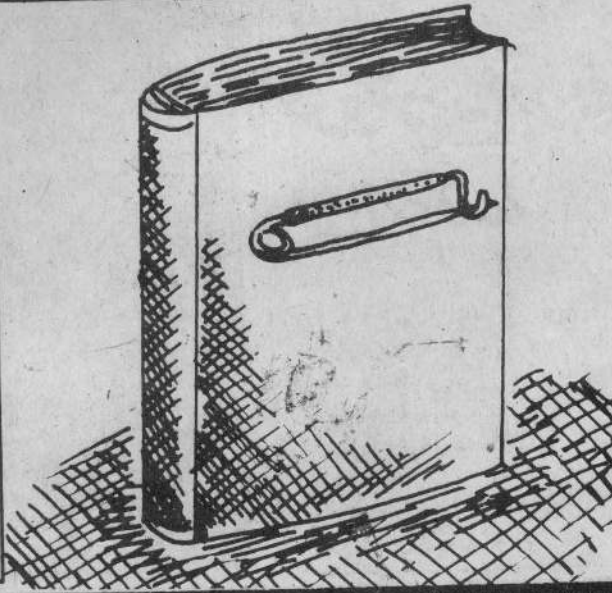
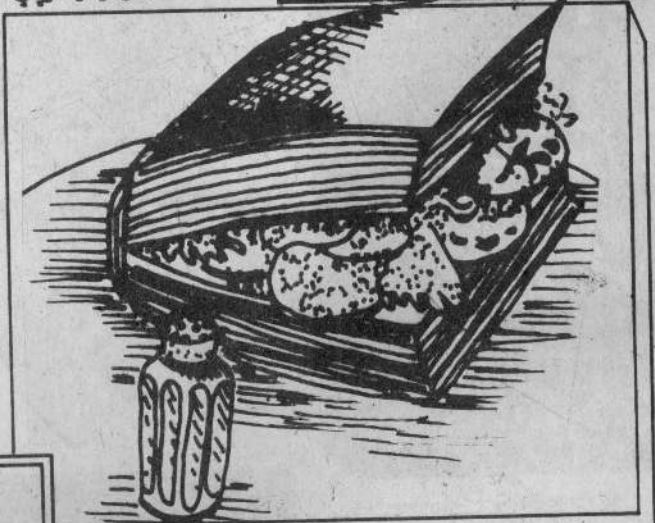
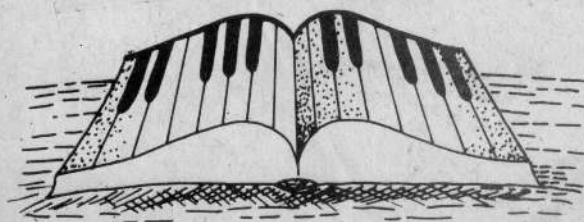
په دې نېمگري د نیا کړ داسی شی . نشته چې هغه نېمگري نه وي . خو پوهان په دې لټه کې دي چې دغه نېمگري تیا وې څه د پامه له منځه یو . سی . له نیکه مرفه د اد یو . په دې پرا وروسته وختونو کسې اوشپز پاشی صېب پکې دې بریالی شوي دي چې د اوشپز خانې په لابراتوار کې پوه نوي تجربه تر سره کړي . چې تجربې په تر سره کول و سره د خد لیک د جد ول پوه د یوه اساسی نېمگري تیا پکې بشپړه شوي ده . د خد لیک په جد ول کسې د اوبو نورمول (H₂O) دي . پاینی اوه له دوه هایدروجن اویواکسیجن څخه جوړې شوي دي . خوا اوشپز پاشی صېب په خپله نوي تجربه کې ثابت کړي د هغې دغوره مال (چاپلوس)

دوهمه برخه : دمريخ دکری مضوعاتوټه يوه کتنه

گرانولوسټونکو! خوښ يوچسې
تېرورته سرليک لاندې دمريخ
دکري دمطبعاتو په باپ خپر-
وڼي دوهمه برخه وړاندې کوو.
دغه مطلب چې اوږه به يې
تاسو لولئ دمريخ دکري له
يوخبرې بولتن څخه چسې
(مريخ اوشاخواستوري) سو
مخړي ، اقتباس شوي دي.
ددې بولتن په يوخبر
کې ليکل شوي : ((۰۰۰ د
نيمکې برخه عجيب اوغريب
مخلوقات ژوند کوي . ددغوا
ژوند يو موجود اتوپونسل
چې انسان نومېږي دعجايبو
موږم ورته ويلاي شو . د يوې
سيمي اوسيدونکي چې په يوه
زه خبرې کوي اوپه يونمار
اوپوه څرخه کې اوسېږي دوه
ډوله گيډي يا کولمې لري . يوه
ډله يې هره ورځ غوښې خوري
اوبله ډله دخپلو کولموکخورې

له يوه ډله څر ولوبوڅخه ډکوي
چې دوي ورته په خپله نه
کي کچالان وايي
که څه هم ددغوڅر ولوبو
په باپ بخواد مريخ په
تحقيقاتي مرکزونو کې ابتدايي
څيړنې شوي دي ، خو ددې
راوړوسته وختونو کې يو ماندازه
(کچالان) دلمسکې له گسړي
څخه مريخ ته دڅيړنې له
پاره راډول شوي دي خو
مالومشې چې يوشميرانسانان
څنگه يې له غوښې اوتورنڅدايي
مواد وپرته يوازي په دې څر ولو
تولکچالانو ژوند کوي .))
درولوستونکو اتاسو
ولوستل چې په کچالانو باندې
څه بلارازله شوي ده . همداسه
خبره ده چې دکابل په
بينارکي يون کچالويه دوزره
افغانۍ شوي دي . بخوابه

خلکوويل چې نورڅونه سر-
ته وختل خواوسه ملا تاښته
شوه چې په خپله چنښونه هم
مريخ تموختل .
خومريخ دمريخ دکري د
اوسيدونکو په برخه کې يو
تشوېش لروارهغه داچې :
که چيرته دوي هم دغه
څرې لوتې وڅيړي . نو
دلمسکې دمخ دتنځاخوږوکار
کوونکو په شمېر به يې يوه ډله
نه شي



واژه‌های زمان

تجدید و تنظیم (ناظم)

از زمین

جایان بازرهای اروپا و آمریکا را جمع کرده است

اکتون تنها امروز نیست
نده در جاپان بازارهای پارتی
و آمریکا را تصرف کرده و به کمک
محصولات کهنی های که به
کک جاپان در سایر کشورها
ایجاد شده نیز در این بازار
هزاره بازمی کنند
امریکا تصمیم گرفته است
در سال جاری عمده‌فروشی
نبرد هشت نهاد از محصولات
فابریک تولید دهد پویا اند نیز
پارا کمپنیک جاپان در انگلو
به فعالیت آغاز نموده خریداری
نمایند
فابریک تولید دهد پویا و
در این زمینه به کمک کهنی
پوسیتا است جاپان آسار
گردیده است و پویا کندی
نوع VHS را تولید می کند
کهنی سونی جاپانی که
از شهرت زیاد جهانی برخوردار
است در نظر ارد تا
خورد او است سرمایه گذاری
در این زمینه سرمایه گذاری
کند همچنین جاپان موضوع
انتقال فابریک های تولید
الات الکتریکی و پویا کندی
نشان را به آند و پنیا کندی
لحه میکند

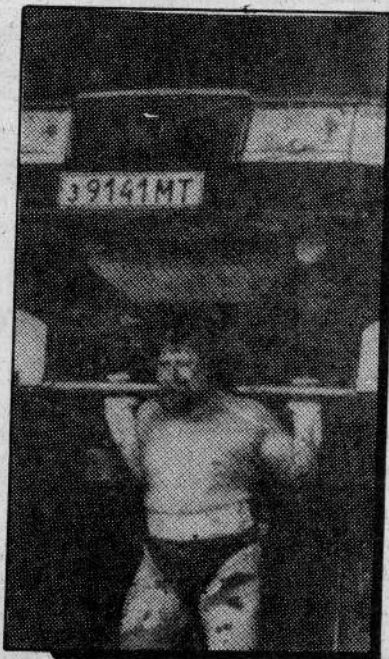


دینکلای ملیکی

بیغله لوتیاجونز، د مکتیو
اوسید وکی به دانسی
حال کی لیدل کیری جسی
موناکوت د ۱۹۹۱ کال د نری
د ینکلا ملکی تاج د دی پوسر
زدی موناکوت به ۱۹۹۰
کال کی د نری د ینکلا ملکه وه

نوروز و سرپی

وانتین دیکسول د شوروی
اتحاد زنده ویرگی جسی فزیکس
اوسنوی توان نری د نری
د مسکو به بنار کی خیل دغه
توان خلکوته وریشی



در برزیل : فروش دختران منع شد

مسولان یک آژانس برزیلی
که از صهیق آگاهی در مطبوع
عات د دختران جوان را به
ارزش ۷۰۰ دلار به معروض
فروش گذاشته بودند دستگیر
شدند
نشریه "فچلادسان پابلو"
چاپ برزیل نوشت :

تونلی که شو به هم وصل خواهد کرد

در آغاز قرن حاضر روح احداث
شاعراه بین القاره که شهری
های ماکتیک سایبریای شوروی
رایا الا ستای آمریکا از طریق
ایندی یورینگ وصل می کند
مطرح بحث بود اما با توسعه
مناجبات شوروی در یکا
وتیادله بزرگ می سابقه
امول از آمریکا و کانادا به
کشورهای اروپایی و از روسیا
به قاره آمریکا احداث ماهرا

و شوق تحت البحری در
د ستور روز قرار گرفته است
بعاساس گزارش از انیس
نورسنی در شوروی و آمریکا
اقداماتی برای احداث تونل
واحداث خط آهن تحت
ایندی یورینگ که شوروی رایا
امریکا و من شد آغاز یافته و به
شیوع طرق سرمایه گذاری مورد
مطالعه قرار دارد

یک مهندسی و یک افسر باز
نقشه ارد و برانبل که از
طرفین یکی از روزنامه های
محل شهر "بلو آوینز" است
د دختران جوان را به قیمت
۷۰۰ دلار به فروش گذاشته
بودند روز گذشته از سوی
پولیس این کشور بازداشت
شدند
آگاهی فروش دختران برزیلی
زلی برای اولین بار چند
مقدت قبل در مطبوعات
این کشور منتشر شد و سا
حیان این آژانس با مشاهده
عده کثیرت با کتندگان
تست های خود را استراپیسی
دادند

ملاقات ملاحان سرمدی

بین ازینکست بن بست در دنیا
جیات امیرکا و شوروی تا سهای
زیاد در بر سره های مختلف
میان این دو کشور است
چند آمده است
اخیرا به ایالات متحده ایالات
سرحدی ایالات متحده ایالات
شوروی شده و ارتکشی های
چنگی حوزه نظامی به سرری
و سایر یقات ورزشی را انجام
دادند
برای نخستین بار شوروی
ها ایکنار این ملی را بست و ش
گرفتند در سال گذشته
عیوسی گروه از ایالات شوروی
به دیگ ایالات شوروی
بازدید کردند

برای بیکاران مدد معاش پرداخته

در شوروی جایی که
چند سال قبل گفته می شد
که دران کشور بیکاری وجود
ندارد و کسی از فقر
نفس مبرد با بحرانهای اقتصاد
دی اخیری که دامنگیران کشور
شد ما خیرا دفتر کارهای
مسک و به پرداخت مدد معاش
ببیکاران آن شهرافاز

میشود

میتوانند از این معاش
استفاده کنند اما رقم
دقیق بیکاران شوروی تا
هنوز معلوم نیست

یوگا

۱- نفس بیرون کشید و باها را به سوی بدن تان نزدیکتر
ساخته تا وقتی که ... ن با زانوهای تان تماس پیدا کند. این -
حالت را برای ۱۰ ثانیه نگه دارید.
۲- غود را از ساخته و به تدریج به آغاز تمین برگردید.
نوتوی (۳۰)



هدف صده:

ارتجاعیت را در ستون فقرات بین های نوزانو
زانوهای، تریه های ساق پا و پشت های پارا بیشتر می سازد.

تصویر:

آهسته آهسته تمین را اجرا و از حرکات تند و سریع
اجتناب نمود. کنترل توازن را حفظ کنید.

تمین هشتم:

(به شماره های قلبی رجوع شود)
تمین نهم ساده (ماشیما)
(به شماره های قلبی رجوع شود)

فصل ششم

آمادگی های قلبی برای تمرین در هوای آزاد

ورزش های هوای آزاد مانند دویدن، آهلی، کسی یا
بایسکل دویدن وضع جهان غیور را بهتر متوجه می شود.
بدن را برای گرفتن مقدار بیشتر اکسیژن بیشتر می سازد. این
ورزش ها برای قلب، به راه مصلحت نمایانند بوده و نفس
اجرای این گونه فعالیت ها ایجاد آمادگی های کامل قلبی
را می نماید. تنفس عمیق و کشش آرام عضلات برای گرم کردن
عضلات و آماده ساختن بدن برای اجرای این گونه فعالیت ها
لازم می شود و می شود و برای سرد ساختن بدن بعد از اجرای
فعالیت های ورزشی در هوای آزاد نیز اهمیت ویژه برخوردار
دارد. یک ورزشکار قائل قبل و بعد از انجام فعالیت های
ورزشی در هوای آزاد به اجرای یک سلسله تمین های متوسط
به تنفس عمیق و کشش عضلات می پردازد تا فعالیت های ورزشی
ایش در هوای آزاد به نحو احسن اجرا گردد و از صدمه های
سنگین جلوگیری شده بتواند.

تمین های این فصل که در اینجا - تقدیم می گردد برای گرم
ساختن و سرد ساختن بدن قبل و بعد از اجرای فعالیت های
ورزشی در هوای آزاد مفید دانسته می شود. این تمین های
را با رعایت سلسله مراتب که ذکر است اجرا کنید - سعی
ورژدهای تمین به تمین دیگر کردن ننید. تداخل یک تمین
با تمین دیگر می تواند از بدن تند و سریع آغاز کنید. بعد به
اجرای تمین های ذیل می پردازد:

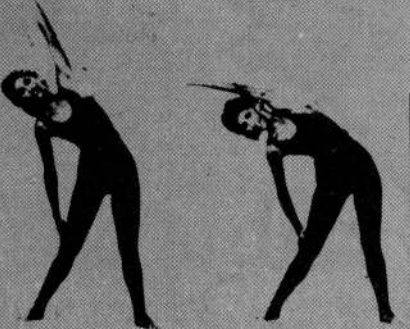
تمین کردن با حالت ایستاده

هدایات:

۱- در حالت پوز کوهی قرار بگیرید.
۲- چشمان تان را ببندید و سر تان را به طرف جلو خم کنید.
۳- تنفس کنید و آهسته آهسته گردن را به جناح راست
و بعد به چپ دور بزنید. این کار را چهار بار تکرار کنید.
نوتوی - شماره (۳۱)

تمین نهم

هدایات:
۱- با حالت راحت در وضعیت ایستاده قرار بگیرید.
۲- تنفس کنید و آهسته آهسته دست تان را تا سطح خانه
ها بلند کنید.
۳- دست تان را بالا ببرید.
۴- با آرامی دست چپ تان را به سوی پای چپ تان پایین
کشد. در همین حال دست راست تان را بالای سر تان راست
نگه دارید و سعی کنید آن را بالای گوش تان بگذارید، تنفس
عمیق کنید. این حالت را برای (۱۰) ثانیه نگه دارید.
۵- به تدریج به آغاز تمین برگردید و بعد تمین را با جناح
دیگر اجرا کنید.
نوتوی (۱۱)



هدف صده:

ارتجاعیت را در کمر، سینه، شانه ها و گردن افزایش می دهد.
تصویر:
سعی کنید اجرای حرکت با تنفس همزمان باشد.

تمین دهم (اوردهوا موکدا یا شیوانا اسانا)

هدایات:

۱- هموار بر پشت بخوابید طوری که دست تان مطابق
شکل دراز شده باشد. صیقل تنفس کنید.
۲- آنسور می بینید و کشید و تنه را باها را بلند کنید.
۳- دست انتهای کمر را رو بر زمین فشار دهید. یا هادی
تان را محکم چنگ بزنید سعی کنید باها را راست نگه دارید.

(ادامه تمین پنجم شدن به جلو)

۱- تنفس کنید و آهسته آهسته به آغاز برگردید. نفس
بکشید و راحت باشید.

هدف صده:

پس های نوزانو را تقویت نمود و موجب ارتجاعیت قسمت
زیرین ستون فقرات می گردد.

تصویر:

درجهان این اسانا آهسته آهسته حرکت کنید و از حرکت
تند اجتناب ورزید.

تمین فوساج (دهانور اسانا)

نوت: رجوع شود به شماره های قلبی
حرکت زانو به حالت نشسته.

هدایات:

۱- در حالیکه ساق های تان از هم دور باشد، بشینید.
توسعه یابید که پشت زانوهای تان روی فرش هموار باشد.
۲- ستون فقرات را راست نگه دارید و صدق سینه به سوی
جلو برآید باشد. پهلوی خم شوید و پنجه های پای تان را
محکم بگیرید. این حالت را تا شمارش چهار نگه دارید.
۳- نفس بیرون بکشید و تا جاییکه می توانید به جلو خم
شوید. سعی کنید ارتجاعیت بدن تان طوری گردد که
می توانید زنج تان را بر زمین بچسباند. این حالت را تا (۱۰)
ثانیه نگه دارید.
۴- آهسته آهسته به آغاز برگردید.
۵- تنفس کنید و بعد با هر دو دست به سوی پای راست
خم شوید. این حالت را برای (۱۰) ثانیه نگه دارید.
۶- به حالت نشسته و تنه در مرکز برگردید و بعد به سوی
پای چپ خم شوید. باز هم این حالت را برای (۱۰) ثانیه
نگه دارید.
۷- به آغاز برگردید و راحت باشید.

هدف صده:

ارتجاعیت جناح داخلی ران ها را بیشتر می سازد و موجب
آزادی مفاصل ران و آرنج می گردد.

نوتوی (۲۷) و (۲۸)



تصویر:

این تمین راه شکل تمین های اجرا کنید. از حرکات تند
و سریع جدا خود داری ننماید. به خاطر داشته باشید
که ارتجاعیت به تدریج افزایش می یابد.

پوشاک

کشف عالی

هدایات:

- ۱- درپوشی دستار بستن و شسته شدن بدن و تان را در دستار قرار دهید.
- ۲- یک قدم از دستار دور شوید.
- ۳- پای راست تان را عقب بکشید و کوی پا را خوب روی فرش بچسباند و دست دهید.
- ۴- زانو ها باید بسته باشند تا این حالت را برای ثانیه نگه دارید.
- ۵- کشف را بر روی همان زیر پا و سر خود بکشید یا احسان کنید.
- ۶- به مرحله نخست برگردید.
- ۷- با دست چپ تان بر روی دست چپ خود بچسباند.
- ۸- هدف عمده: ارتجاعیت تان را با این روش ها در دستار بچسباند.
- ۹- نتیجه: پارا تا حد توان بدون آن که کوی پا را بچسباند.
- ۱۰- بهمه این بهترین تمرین قبل از آغاز تمرینات است.
- ۱۱- آزاد و صفا از آن بشود.

تمرین برای تنفس

هدایات:

- ۱- درپوشی دستار و شسته شدن پاها را در دستار بچسباند.
- ۲- دستار را روی سرین قرار دهید.
- ۳- دستار را شسته کنید.
- ۴- دستار را شسته کنید.
- ۵- دستار را شسته کنید.
- ۶- دستار را شسته کنید.
- ۷- دستار را شسته کنید.
- ۸- دستار را شسته کنید.
- ۹- دستار را شسته کنید.
- ۱۰- دستار را شسته کنید.
- ۱۱- دستار را شسته کنید.
- ۱۲- دستار را شسته کنید.
- ۱۳- دستار را شسته کنید.
- ۱۴- دستار را شسته کنید.
- ۱۵- دستار را شسته کنید.
- ۱۶- دستار را شسته کنید.
- ۱۷- دستار را شسته کنید.
- ۱۸- دستار را شسته کنید.
- ۱۹- دستار را شسته کنید.
- ۲۰- دستار را شسته کنید.
- ۲۱- دستار را شسته کنید.
- ۲۲- دستار را شسته کنید.
- ۲۳- دستار را شسته کنید.
- ۲۴- دستار را شسته کنید.
- ۲۵- دستار را شسته کنید.
- ۲۶- دستار را شسته کنید.
- ۲۷- دستار را شسته کنید.
- ۲۸- دستار را شسته کنید.
- ۲۹- دستار را شسته کنید.
- ۳۰- دستار را شسته کنید.
- ۳۱- دستار را شسته کنید.
- ۳۲- دستار را شسته کنید.
- ۳۳- دستار را شسته کنید.
- ۳۴- دستار را شسته کنید.
- ۳۵- دستار را شسته کنید.
- ۳۶- دستار را شسته کنید.
- ۳۷- دستار را شسته کنید.
- ۳۸- دستار را شسته کنید.
- ۳۹- دستار را شسته کنید.
- ۴۰- دستار را شسته کنید.
- ۴۱- دستار را شسته کنید.
- ۴۲- دستار را شسته کنید.
- ۴۳- دستار را شسته کنید.
- ۴۴- دستار را شسته کنید.
- ۴۵- دستار را شسته کنید.
- ۴۶- دستار را شسته کنید.
- ۴۷- دستار را شسته کنید.
- ۴۸- دستار را شسته کنید.
- ۴۹- دستار را شسته کنید.
- ۵۰- دستار را شسته کنید.
- ۵۱- دستار را شسته کنید.
- ۵۲- دستار را شسته کنید.
- ۵۳- دستار را شسته کنید.
- ۵۴- دستار را شسته کنید.
- ۵۵- دستار را شسته کنید.
- ۵۶- دستار را شسته کنید.
- ۵۷- دستار را شسته کنید.
- ۵۸- دستار را شسته کنید.
- ۵۹- دستار را شسته کنید.
- ۶۰- دستار را شسته کنید.
- ۶۱- دستار را شسته کنید.
- ۶۲- دستار را شسته کنید.
- ۶۳- دستار را شسته کنید.
- ۶۴- دستار را شسته کنید.
- ۶۵- دستار را شسته کنید.
- ۶۶- دستار را شسته کنید.
- ۶۷- دستار را شسته کنید.
- ۶۸- دستار را شسته کنید.
- ۶۹- دستار را شسته کنید.
- ۷۰- دستار را شسته کنید.
- ۷۱- دستار را شسته کنید.
- ۷۲- دستار را شسته کنید.
- ۷۳- دستار را شسته کنید.
- ۷۴- دستار را شسته کنید.
- ۷۵- دستار را شسته کنید.
- ۷۶- دستار را شسته کنید.
- ۷۷- دستار را شسته کنید.
- ۷۸- دستار را شسته کنید.
- ۷۹- دستار را شسته کنید.
- ۸۰- دستار را شسته کنید.
- ۸۱- دستار را شسته کنید.
- ۸۲- دستار را شسته کنید.
- ۸۳- دستار را شسته کنید.
- ۸۴- دستار را شسته کنید.
- ۸۵- دستار را شسته کنید.
- ۸۶- دستار را شسته کنید.
- ۸۷- دستار را شسته کنید.
- ۸۸- دستار را شسته کنید.
- ۸۹- دستار را شسته کنید.
- ۹۰- دستار را شسته کنید.
- ۹۱- دستار را شسته کنید.
- ۹۲- دستار را شسته کنید.
- ۹۳- دستار را شسته کنید.
- ۹۴- دستار را شسته کنید.
- ۹۵- دستار را شسته کنید.
- ۹۶- دستار را شسته کنید.
- ۹۷- دستار را شسته کنید.
- ۹۸- دستار را شسته کنید.
- ۹۹- دستار را شسته کنید.
- ۱۰۰- دستار را شسته کنید.

نتیجه شماره (۱۱)



هدف عمده:

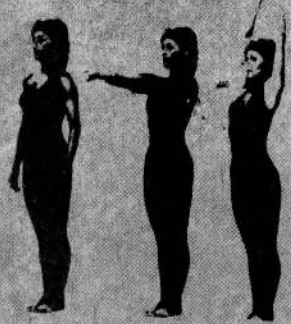
- ۱- جهان خون را به همه ششها رساند.
- ۲- اجازه دهد حرکت بدن تان در دستار بچسباند.
- ۳- تصور کنید که قلب تان قوی تر می شود.

نتیجه:

- ۱- اجازه دهد حرکت بدن تان در دستار بچسباند.
- ۲- تصور کنید که قلب تان قوی تر می شود.

تصویر:
 دستاره احساس (سنگ) در بدن تان باشد - همینکه دستاره تان را بالا میکشد، تصور کنید که شما پرند - در حال پرواز هستید.

فوتوی - شماره (۳۲)



کشف کسوتها

هدایات:

- ۱- پای راست تان را با یک گام فرج در جلوی پای چپ تان قرار دهید.
- ۲- زانوی راست تان را تا آنجا که خود را بر روی فرش در حالت کش قرار دهید - دستان تان را در هر دو دست تان پای تان به خاطر حفظ توازن بر روی فرش قرار دهید.
- ۳- کمر تان را راسته نگه دارید - این حالت را برای (۱۰) ثانیه نگه دارید.
- ۴- به مرحله آغاز برگردید و پایای دیگر تان را مستعدا - شروع کنید.
- ۵- هدف عمده: ارتجاعیت پا را از دیاد میبندد.

تصویر:

- ۱- حرکت را تند و سریع اجرا کنید - شکل درست را حفظ کنید.

تمرین همه ها

هدایات:

- ۱- طوری ایستاده هستید که پاهای تان از هم دور و را تنها راست باشد - دستان تان را بالای قسمت زهر بن کمر قرار دهید.
- ۲- هنگامیکه سر تان را پایین میکشد - آهسته آهسته تنفس کنید و قسمت فوقانی بدن را تا آنکه می توانید به عقب ببرید - بالای قسمت زهرین کمر فشار نیاورید.
- ۳- این حالت را برای (۲۰) ثانیه نگه دارید و تنفس سریع کنید - بعد از آن یک دقیقه به مرحله آغاز برگردید.
- ۴- فوتوی - شماره (۳۴)



هدف عمده:

- ۱- به ها را تقویت می نماید و تراکمیت را در سمت هر طرف میکند.
- ۲- بهترین روش کیک کننده این است که تنفس را چون - مایع و همه را چون طرف تصور کنید - آهسته آهسته در طرف مایع بپزند تا پاره شود - بعد نفس کشیدن را کنترل کنید.

نتیجه:

- ۱- بهترین روش کیک کننده این است که تنفس را چون - مایع و همه را چون طرف تصور کنید - آهسته آهسته در طرف مایع بپزند تا پاره شود - بعد نفس کشیدن را کنترل کنید.



هدف عمده:

- ۱- موجب کاهش شنج در گردن، تست فوقانی گردن است.
- ۲- مایع گردد.

تصویر:

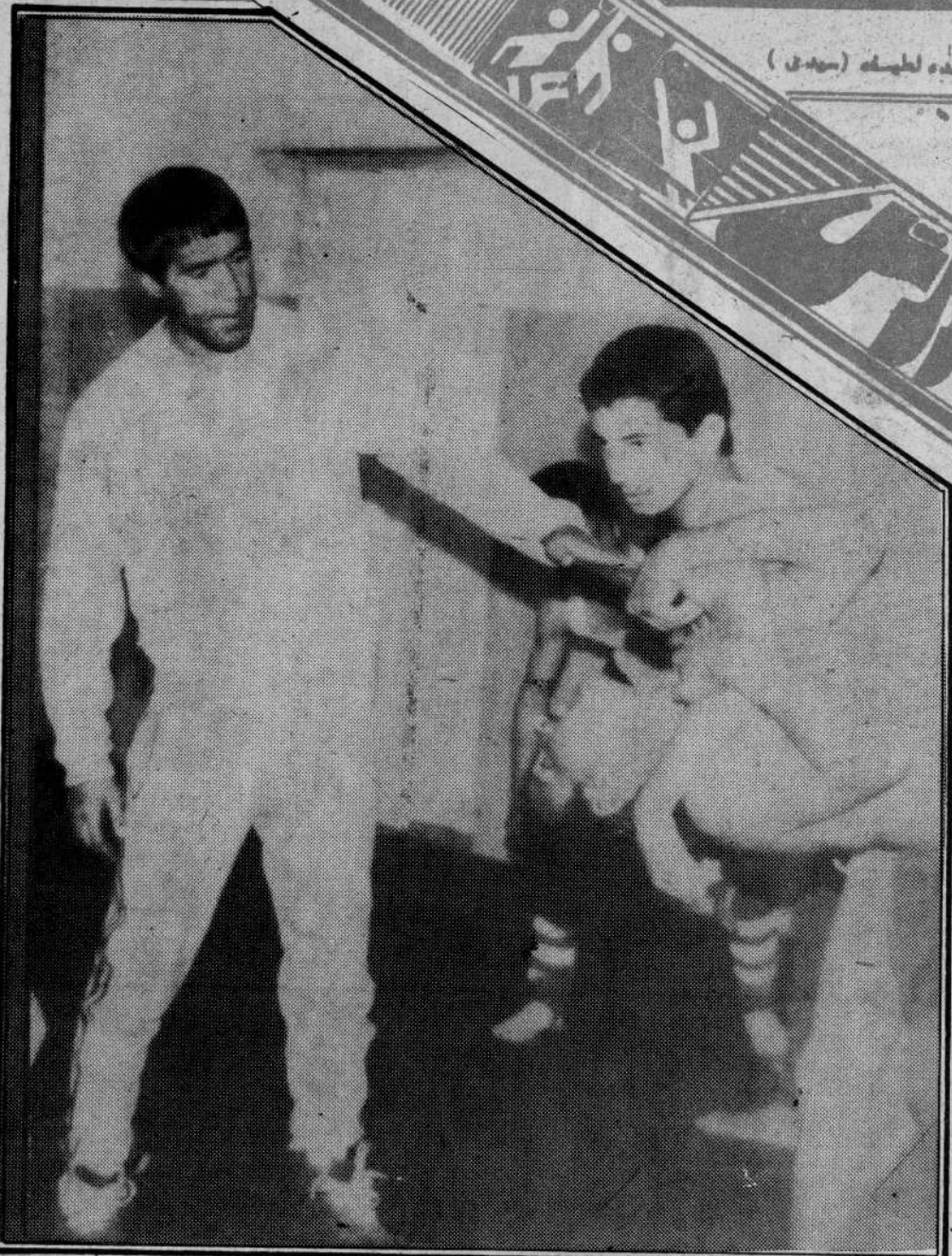
- ۱- شانه ها را به تان درجه انحراف این بهترین آزاد باشد.
- ۲- حرکت سر را در پایای که تنفس آرام اجرا کنید.
- ۳- تنفس کامل در حال ایستاده.

(پرتابها)

هدایات:

- ۱- پرواز - در پرواز کوی قرار گیرید.
- ۲- تنفس:
- ۳- درجه انحراف بالگردن دستاره آهسته آهسته تنفس کنید، دستاره بهین کشیده و شکم را به داخل بپرسد.
- ۴- نفس را تا ششها را چارتنگه دارید.
- ۵- ک تنفس کشید و آهسته آهسته دستاره تان را به حالت اولی برگردانید.
- ۶- این تمرین را تا ۳ بار تکرار کنید.
- ۷- هدف عمده: این تمرین موجب آرامش اعصاب و دماغ میگردد.

تجهیز کننده لوله‌ها (مردی)



کم‌نموده نیستند و نخواهند بود هزورفتن و قهرمانان اما این قلم سالهاست که در عرصه زندگی بزرگمردان پر سه می زند و راه و رسم زنده گی پهلوانان را می نگارد تا نام و یادشان را پاسی بدارد و تجارب ارزنده شان را به نسل ما بعد حکاکی کند .

با آنکه خیلی ها جوان است اما چنان سخن میگوید هانگار پهلوان صد ساله باشد . در سخن و صدا پیش تنه است مثل یک ورزشکار خوب . او عبدالرزاق بلال نام دارد . قامت و سهای کنونی او یاد دوران جوانی پدرش عبد الرحیم بلال را در یاد و مجسم خاطر می سازد . و سکوتش میگوید که او پهلوان زاده است .

نخستین پسرش را از وی چنین طرح نمودم : حکایت کند از پهلوانی ها و قهرمانی های خویش هر آنچیزی که اکنون شما را بر سکوی شهرت نشانمده است ؟

چنانی که قیله یاد آور شد بدین پسر همان پهلوانی استم که نزد هیوستان شریف ما از محبوبیت زیادی بهره مند است . طبعاً که من نخستین

که همیشه پیر و زانست

د جود و زده کړه ډیري لارښوونې ته اړتیا لري



اجراء کوي . د جود و کالسي له يوې چوښ يوه بظلمون او يوه کمښه څخه عبارت دي چي له کلکي توتي څخه جوړ پيښي ترخود نيولواو کښولې هرڅه کي خيري نشي . همدارنگه د اسپورټ په ازاده فضا کي نه ترسره کوي او د پهلواني په څير ورزشي سالونونو ته اړتيا لري .
په پاي کي بايد وويل شي چي تراوسه پوري د دغه ورزش په معرزي کي کار نه شي شوي او زموږ کومه سابقه نه ده ورکوي .

ډيري لارښوونې ته اړه لري . زموږ پمهيواد کي د جود ورزش هم له ۱۲۶۲ - کال څخه را په د پخوا رواج شوي دي ، خو په نورو هيوادو کي له ډيري پخوا څخه دغه ورزش المپيا پي لوبو ته ورکښ شوي وو . که څه هم کاراته ، کونډو ، تنکوا - نه و او داسي نور زمري - هيواد کي له پخوا موجود وو ، خو جود و چي يو المپيا پي ورزش دي ، زمري په هيواد کي موجود نه وو .
ښاغلي تاقبي د دغه ورزش د کالواو زموږ ورزشي ضرورتونو په هکله داسي وويل : (د جود و سپورټ د هغې توشکي په سر چي (د يو) نوم لري

احمد بشيرو (تاقبي) د جود و د ملي تم يوه بااستعداده خپره د خپرونه تن کي د سبا - وښ خپريان ته د خپلو ورزشي فعاليتونو او همدارنگه د ورزش په هکله داسي وويل :
د جود و زده کړه ، د نورو ورزشونو په پرتله په عمده پي توکي يوشنل ورزش دي . که دا ويريښي سانه رواجونه لري چي د تمرين ، مسابقاتو ، نورو ورزشکارانو په مقابل کي له هغو څخه گټه اخيستل کوي .
د دې لپاره چي د جود و هر - تخنيک پيل جاپاني نم لري زده کړه يي يوشمستونزي په تيوري او پرايک کي رامنځته کوي . ټوله دې کبله جود و

روزهاي کار خو پرا مصادف به سال ۱۳۴۶ آواني که بهمنسر از چهارده سال نداشم تحت نظر پدرم در کلب پهلوان آقا ز نمودم . بعد از یکسال تمرين در مسابقات تورنمنت هاي بها - ري و خزاني اشتراك نمودم که الي سال ۱۳۵۲ در هر دو تورنمنت همه ساله مقام اول را داشتم .

در سال ۱۳۵۱ که انتخاباتي تم ملي جهت اشتراك در مسابقات المپيايي شهر موزين آلمان در کشور به راه افتاد بود ، در همه مسابقات از - آزمون موفق پدر آدمم که ميبايست به اين مسابقات در وزن ۶۲ كيلو گرام اشتراك نمايم ، به عضويت در تم ملي پذيرفته شدم . در اين لحظه مکتي مينمايد و خاموشي مي شود .

مهرسم و همدا چي شد ؟ ميگويد :

نظر به خصوصت هاي که رئيس المپيک وقت با پدرم داشت مانع سفرم به آن کشور گرديدند و در عوض پهلوان هم عصمين احمد جان به آن کشور اعزام گرديد . اگر بگويم در طول اين مدت چند مسابقه داشته ايد و چي نتايجي را با خود همسراه داشت ؟

در اين مدت حدود چار هار عد مسابقه داخلي و خارجي داشته ام که در همه يي مسا - بقات بايه دست آوردن - امتيازات عالي مو فر گرديده ام که جالبترين مسابقه داخلي من با پهلوان به نام رسيد کشور محمد ناصر مشهور به "جواني" بود ، جالب بودن مسابقه اينست که موصوف اولين پهلواني بود که از خارج کشور مدال طلا داشت و نيز مسابقه يي که با يک پهلوان کشور ايران محمود قشنگه داشتم و همرا با يک ضربه يي فني مغلوب ساختم که براي تماشاچيان حيرت آور بود . و نيز بقيه در صفحه (۸۱)

استحمام با آب سرد

ترجمه ستانه

برای استنشاق استفاده از ریه
 کی مرگش بیشتر از شستن دندان
 هتا و شانه کردن موها ندارد
 استحمام سرد بظرافت تیرات
 با نیکه آن که اغلبا تا حسد
 انقباض آن را باعث میکند
 غرور صحن زیادی دارد که
 حتی اکثر ما از آن واقف نیستیم
 هفتاد و نه درصد از مردم بیایید
 از زمین امیرالاکرم...
 در طول روز، آلودگی
 های محیطی جلد بدن ما را
 مورد حمله قرار میدهد و مسام
 های بدن را مسدود میکند. این امر
 باعث میشود بدن به خاطر از بین
 بردن چرت و باز کردن مسامات
 برای استراحت، میباید و با استحمام
 از لحاظ تغذیه آن کثیر
 ترین تریه ما بوده است.
 استحمام خوب میتواند احساس
 آرامش و راحت جدیدی در قوا
 را در انسان زنده ایجاد کند.
 این امر باعث می شود که بدن
 را از آنکه بزرگترین حمله
 استحمام سرد در روزها
 استنشاق سردی است اگر شما
 را در این بین با نیکه

و چون زود رس میگردد حرا-
 رت زیاد نیز میتواند به صورت
 داپی ارمیه های نمرینه
 را متاثر سازد و باعث عدم
 توان یکی از فعالیت های جلدی
 یعنی تعرق حرارت بدن گردد.
 استحمام با آب سرد بهترین
 برای استحمام است.
 اگر احساس گرمی میکنید
 استحمام آب سرد به شما کمک
 خواهد کرد. هرگاه احساس
 خستگی میکنید و در جستجوی
 آرامش و راحت هستید، آب کمی
 گرمتر از درجه حرارت بدن
 تان برای شما سودمندتر
 است. استحمام با آب گرم
 قبل از استراحت به مفهوم
 خواب آرام در شب است چون
 این کار درجه حرارت بدن
 را بالا میبرد و باعث تغییرات
 بیوشیمی میگردد که موجب
 خواب عمیق میشود.
 از استحمام درست بعد از
 غذا جلوگیری نمایید زیرا
 زیرا که خون برای عمل هضم
 لازمست به سطح پوست
 منتقل میگردد.
 این کار باعث می شود که پیرتینسن
 ویژه میگردد پس شخصی
 بعد از استحمام هنگام برخاستن
 احساس ضعفی میکند این
 عمل همچنان موجب فعالیت
 بیشتر عصب و اکسیر (کازمان
 قلب و همچنان اعصاب بطنی
 میگردد) گردد که در نتیجه
 در نتیجه فعال شدن زیاد این
 عصب منتهی ضریان قلب
 کاهش پیدا کند.

آماده شدن برای استحمام

در زمان استحمام با نیکه
 های خشک
 در این بین با نیکه
 های خشک
 در این بین با نیکه
 های خشک

استحمام با آب گرم - با سرد

استحمام با آب گرم و سرد
 استحمام با آب گرم و سرد
 استحمام با آب گرم و سرد



از استعمال صابونها و مویزها اجتناب کنید

موقعیت ایده آل برای استحمام

برخی از متخصصین جلدی
 نشستن روی چوک حمام را به
 عنوان بهترین موقعیت برای
 استحمام تلقی میکنند. در
 چنین یک موقعیتی میتوانست
 به تمام قسمت های بدن تان
 رسیده گی نماید. در موقعیت
 ایستاده زیرا توجه بیشتری
 به قسمت های بالای بدن
 مبدول میگردد و نمیتوان
 یا عین کیفیت به قسمت های
 پایین بدن رسیده گی نمود.
 استحمام در تنه میکنند
 عصری و یا شکوه جلوه کند ولی
 غیر صحیح نیز بوده میتواند
 زیرا استحمام در تنه به
 مفهوم نشستن در همان آب
 کثیفی است که بدن خود را
 با آن شسته ایم. بهتر است
 قبل از نشستن در تنه آن را
 با آب گرم آبکش نمود.

چند نکته در مورد صابون های حمام

صابون های القلی اغلبا
 موجب تخریب پوست بدن
 میگردد.
 صابون نرم معمولا به علت
 آن که اندازه (PH) آن
 با (PH) پوست نورمال
 موافق بوده برای اکثر پوست

پوست ها مناسب است.
 هنگامیکه اندازه (PH)
 صابون با (PH) پوست
 موافق نباشد موجب واکنش
 های مانند سفت شدن
 پوست و خشکی و پوسته
 پوسته شدن و سرخی و
 تخریب و حساسیت در مقابل
 نور آفتاب و سوزش چشمها
 و تغییرات در رنگ پوست
 میگردد. گاهی صابون
 دیت ماده رنگ دهنده
 عطر یا ماده عطونی در صابون
 است که موجب تخریب
 پوست بدن میگردد.

های طبی مشکوک و قابل
 اطمینان نیست برای پوست
 سودمند تلقی نمیشود و حتی
 در بعضی موارد موجب آکنه
 میگردد.
 از صابون های معطر
 اجتناب ورزید. این صابون
 ها به خاطر داشتن مقدار
 زیاد الکل موجب خشکی
 میگردند. همچنان این نوع
 صابون ها میتواند واکنش
 های حس نوری را ایجاد
 کرده و تغییرات را در رنگ
 جلد به وجود بیاورد. صابون
 های معطر برای کسانی که

از کیمه سنگه پاها پارچه
 های حوله صرف وقتایی
 استفاده کنید که مطمئن
 گردید هاز آن ها چه کاری
 ساخته است و برای جلد شما
 چه کاری را انجام میدهد.
 میتواند جلد شما را بسازد
 درخشنده گی داشته باشد
 و بعد از برداشتن حجات
 مرده نباید احساس خشکی
 نماید. ناحیه های مانند
 گردن و پشت گردن ناحیه
 عقبی هارنج ها و زانو ها
 زانو ها و گوشها و پاها را
 که بیشتر بنه در معرض چرک

با آب خیلی گرم یا خیلی سرد استحمام ننمایید

قرار نگذارید. فنجن ها بیشتر
 در ناحیه های تارک و مرطوب
 نشو و نمو میکنند. به همین
 ناحیه ها باید توجه شود
 و نقاطی صابون خوب آبکش
 گردد.

ماساژ داخل حمام

هرگاه طرز زندگی تان
 اندوهبار و بی اوقات و
 بیغیه در صبح (۸۵)

تازه‌های دانش



کودکان قبل از تولد زبان مادری را می‌آموزند

کودکان قبل از تولد شروع به یادگیری زبان مادری خود می‌کنند. این تحقیق تازه توسط یک استاد روانشناسی به نام "انتونی داکامپر" صورت گرفته است وی می‌گوید: مطالعات نشان می‌دهد که

کودکان در رحم مادر رفتارها را به عنوان یک صدای هم‌بزه می‌شناسند و می‌توانند چند قطعه گفتار متفاوت را از هم تشخیص دهند.

"داکامپر" می‌گوید: موضوع این است که کودکان قبل از تولد اصوات گفتاری را تشخیص می‌دهند.

کودکان کم‌وزن

هوش و ذکاوت بالاتر دارند

کودکانی که هنگام تولد وزن بدن آنها کمتر از میانگین معمول است در صورت تغذیه مناسب در آینده از همه سبب هوش بالاتر رفتار اجتماعی مناسب‌تر در مقایسه با کودکان عادی برخوردار خواهند شد.

تحقیقات جدید نشان می‌دهد اگر کودکان ریز جثه به مدت سه سال تحت مراقبت‌های تغذیه‌ای با آموزشی قرار گیرند حداکثر هوش آنها ۱۳ نمره بیشتر از کودکان معمولی در همان شرایط سن خواهد بود.

پژوهشگران می‌گویند چیزی که علم به ما ثابت کرده این است که میتوان به کودکانی که به دلایل مختلف از جمله فقر مالی و ضعف جسمانی مادر وزنشان به هنگام تولد کمتر از حد طبیعی است کم کرد تا تا آخر رشد خود راتاسه سالگی جبران کنند.

پژوهشگران در مورد نتیجه کلی این تحقیقات - می‌گویند بشر با استفاده از اطلاعات وسیعی که در زمینه تغذیه و نحوه رشد انسان در سالهای اولیه به دست آورده امروز میتواند بسیاری از کاستی‌ها و ناهنجاری‌ها را در دوره حاملگی راکه بررشد می‌گذارد پس از تولد جبران کند البته این در صورتی است که امکانات مالی و علمی لازم فراهم باشد.



نمک یکی از مفیدترین و در عین حال مهم‌ترین مواد معدنی روی زمین است که ارزش خوراکی آن اندک است و علاوه بر آنکه غذاهای مغزی را خوش طعم می‌کند از آن در تمام محصولات شیرینی‌فروشیها غذاهای آماده پنچ زده و کسروی هم چنین در انواع ادویه جات و حبوبات - لبنیات و گوشت و مرغ استفاده میشود نمک یکی از بهترین مواد محافظ غذاست که از رشد میکروارگانیسم‌های فاسد کننده جلوگیری می‌کند و امکان نگهداری غذا را برای مدت‌ها و پیش از قرار دادن در سردخانه فراهم می‌آورد. نمک هزاران سال غذا و زبان ما را طعم و مزه بخشیده است در

آیا نمک موجب میگردد؟

بلا بودن فشارخون ناکام مانده است - پروفسور سوانزاد در این زمینه دچار شک و تردید است وی یافته‌های یک گروه مطالعاتی بین المللی را در مورد نمک در مجله طبی انگلستان منتشر ساخت. همین تحقیق در ۳۲ کشور صورت گرفته بود و در یافتن یک ارتباط مهم و واقعی بین نمک و

بلا بودن فشارخون ناکام مانده است - پروفسور سوانزاد در این زمینه دچار شک و تردید است وی یافته‌های یک گروه مطالعاتی بین المللی را در مورد نمک در مجله طبی انگلستان منتشر ساخت. همین تحقیق در ۳۲ کشور صورت گرفته بود و در یافتن یک ارتباط مهم و واقعی بین نمک و

سرطان

دانشمندان در سالهای اخیر انواع مختلفی از پروتئین‌های طبیعی را در بدن یافته‌اند که به جلوگیری از ایجاد سرطان کمک میکند. بنابراین تحقیقات هورمونی که تولید و رشد گلبولهای سفید را تنظیم میکند میتواند عامل مؤثر در کنترل سرطان خون و سیستم دفاعی بدن باشد.

یکی از دانشمندان محققین در این باره می‌گوید آزمایش‌ها انجام شده بر روی سلول‌های موثر و نشان نشان می‌دهد که این ماده در مهار کردن سلولهای سرطانی خون که بسیار سریع رشد میکند مؤثر است و وکتور آن می‌تواند اگر بتوانیم سلول‌های سرطانی را مابور انجام وظیفه بنماییم خواهیم توانست سلولهای سرطانی را به سلولهای سالم تبدیل کنیم.

تولید واکسن مننژیت

گروهی از محققان فرانسوی از انستیتوت پاستور اعلام داشتند که واکسن برای کودکان علیه نوع خطرناکی از مننژیت تهیه کرده‌اند. این واکسن مورد تایید قرار گرفته و به زودی وارد بازار خواهد شد. به کودکان ۱۸ ماهه تا ۶ ساله نیز تزریق میشود.

در کودکان کمتر از ۵ سال اغلب این نوع مننژیت باکتریال که از نوع "ب" است بروز میکند و از نوع خطرناک این بیماری است و اغلب در فصل زمستان بروز می‌کند این نوع مننژیت فقط در فرانسه سالانه ۶۰۰ نفر را مبتلا میکند که در ۱۳ درصد موارد عوارض خطرناک دارد و بین ۱۵ تا ۳۰ درصد مبتلایان نیز می‌میرند.

در این نوع خطرناک مننژیت عفونت به ناحیه تنفسی و ریه‌های کودکان منتقل میشود و تولید عفونتی که با گانه تبدیل به ذات‌الریه شده و در اغلب موارد موجب مرگ کودک میشود.

افزایش وزن

اسپهرین می‌تواند از بروز حمله قلبی در افراد سالم جلوگیری کند. در سال ۱۹۸۲ بهتر از ۲۲ هزار دکتور سالم و تندرست داوطلب شدند تا هر روز اسپهرین یا داروی ممکن مصرف کنند برای آنهایی که اسپهرین می‌خورند خطر تصلب شرائین به نصف کاهش یافت تعداد ۱۰۴ مورد حمله قلبی در میان این افراد و ۱۸۱ مورد میان گروهی که داروی ممکن مصرف نکردند گزارش شده است طبق بررسی‌های صورت گرفته در این مطالعه طبعی‌ها را برآورد تا شش ماه پس از آن به لحاظ آماری چنان مؤثر بود که دکتوران مجری این آزمایش تصمیم گرفتند این طرح را به صورت رسمی در تمام بیمارستان‌ها اجرا کنند.

ترک سگری

مطالعات جدید نشان داده است که ترک سگری باعث افزایش وزن میشود. نتیجه آخرین مطالعه‌ای که در این زمینه صورت گرفته در ژانویه ۱۹۸۲ "نیوانگلند ژورنال آف مدیسن" به چاپ رسیده است. اسپهرین بر روی نشان می‌دهد که عوامل بسیاری از جمله نوع جنسیت و نژاد می‌توانند تا شش ماه بعد از ترک سگری تا ۱۰ پوند اضافه کنند. این بررسی که (۱۰) سال بطول انجامیده نشان میدهد که افزایش وزن پس از ترک سگری اهمیت دارد.

میگردد؟

از آن می‌شود که بسیار دچار شوک شود پس چه مقدار نمک برای بدن خفلی زیاد و بیش از حد محسوب میشود؟ برای یک فرد مقدار قابل قبول ۴ تا ۱۰ گرم در روز است و یا به عبارتی یک سوم تا یک

به نمک علاقه‌مندند خوشایند است. زیرا بدن آن زندگی بسیار دشوار است. بدن انسان بطور مداوم به نمک نیاز دارد.

وقتی مقدار نمک درون بدن کم شود گلبول‌ها بجای نمک آب دفع می‌کنند بدن مایه‌دون این ماده معدنی نمیتواند به فعالیت خود ادامه دهد بنابراین مایه‌دون نمک را در بیمارستان و در بخش مراقبت‌های حاصل از طریق تزریق وریدی به بدن بیمار می‌رسانند. طی جراحی تزریق محلول نمک سفید

در حالیکه کاهش نمک می‌تواند منجر به کمبود نمک در بدن شود و این کمبود نمک را در افراد مبتلا به بیماری‌هایی که در آنها تعادل نمک و آب بدن بهم ریخته است باید مصرف نمک را محدود کرد.

هم اکنون دیگر دلایل علمی نیز که همراه با افزایش فشارخون در افراد مبتلا به بیماری‌هایی که در آنها تعادل نمک و آب بدن بهم ریخته است باید مصرف نمک را محدود کرد.

محققان فشارخون در سرتاسر جهان موضوع نمک را حساس یافته‌اند و بحث در باره آن را منتشر ساخته‌اند این افراد هشدار می‌دهند.

در حالی که کاهش نمک می‌تواند منجر به کمبود نمک در بدن شود و این کمبود نمک را در افراد مبتلا به بیماری‌هایی که در آنها تعادل نمک و آب بدن بهم ریخته است باید مصرف نمک را محدود کرد.

کریم بیسک از جمله فلمبرداران اکادمیک است



اورا دیدم خلاهاوکا سستی هله
یش زادر مورد فلمبردار ری با
او درمیان گذا شتم تاثیرات
خوبی برا یش دست داد چه
کریم بیسک فلمبردار بیست
انفکاد بذیر و ((حرفشون))
بهرتر است کریم بیسک زیاد در
کارهای سینما بی مصروف
مانند تا تلویزیونی

وحید رمق در مورد کریم بیسک

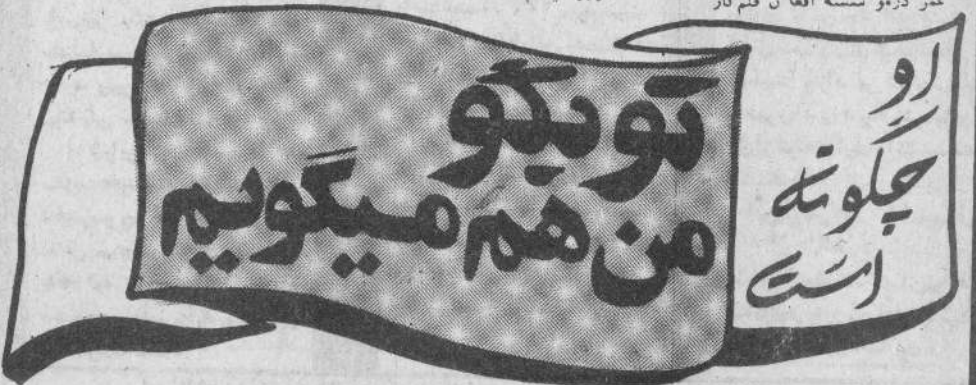
از کریم فلمبردار ری کریم-
بیسک دو قام زاده ام . که
به نظر من به تناسب کار
فلمبرداران دیگر میتوان او را
پیشگام تر دانست. حتی تفوق
بیست ساله باکارها یفوق
داشت . کریم از جمله فلمبر-
داران . اکادمیک است . ((یک
فلمبردار با بیست واقیعت های
عیسی زادر فلم های مستند
سینما بی انعکاس دهد)) . که
کریم بیسک کم و بیش چنین
فلمبردار است .
وقتی فلم مستند ((برق))

کرده است و بیسک از فلم های
اخباری و مستند تهیه و به
نمایش گذاشته است . تا
حدودی که کار کرد های
فلمبردار ری محترم رمق را
مشاهده کرده ام . وی خوبتر
نوانسته تا زوایای بسیار
منطقی را در فلمها یش بکنجاند .
به ویژه در فلم هنری حسانه
عشق ولی محترم و وحید رمق
زیک خصوصیت بسیار عیده
درین فلم طرفه رفته که مساله
لایت میباشد . که بیسک
دیگری که در کار فلمبردار ری-
اش به چشم میخورد . دو ز-
بودنش از دینامیک اثر است
چه باید کرد . مین با دینامیک
فلم بیوند ناگسستنن داشته
باشد . برای محترم و وحید-
رمق توانایی بیشتر و کمبو-
زیشنهای خوب فلمبردار ری
در کار فلمبردار ری آیندها ش
آرزو میکنم .



کریم بیسک در مورد وحید رمق فلمهای وحید رمق زوایای منطقی را در خود دارد

محترم و وحید رمق از شمار
فلمبرداران . فلمهای خوب
سینما بی و فلمهای مستند
سینما بی است . که بیسک
عمر دره و سسه افغان فلم کار



فلمبرداران سینما بی
فلمبرداران سینما بی
فلمبرداران سینما بی

غیاتی هنرمند مورد ویپکار است

کریم جاوید در مورد غیاتی

غیاتی از شمار هنرمندان
ب تجربه و خوب تاثیر افغانی
بوده هنر بیسک است مورد
در کار و متواضع طوری که
من دیده ام از دو سال بدینسو
پادلسوزی بیشتر در تیا تر
مشغول است در همین دو سال
او توانست دو نما یشتا مه
خوب برا به نام های وطن یا
کفن . برق نیز بنسویسد
امید میکنم که مجید غیاتی از
این بیشتر در پیشرفت کار
های تیا تر تلاش نماید .



کریم جاوید را میتوان از
جمع صمیمی ترین و بر کار-
ترین هنرمندان سائر به شمار
آورد هنرمندی که بسیار
خوب متواضع نقشهای را با
زشت و حرکت خوش آیند
و کمی هم میانه آمیز اجرا
نماید . سالها بار نما یشتا مه
به عنوان . انتظار نوشت که
قابل توجه بود آرزو میکنم
تا در آینده . نوشته های خوب
و به ذوق مردم مازین هنر بیسک
خود داشته باشیم .

پهلوانی

لطفاً...

شعلا از حصه دوم خیرجاه
 بر ایلم عمده اهالی خیر
 خانه سینه بعوضه حصه دوم آن
 اینست کد رغب مازن رها -
 یشی آنجا کوجههای وجود دارد
 نغز نام بر کوجه ها که
 مواد فصله چندین مازن در -
 آن جاتجمع میاید که اینسن
 نکته در ذات خود مشکلات
 فراوانی رابه اهالی به بار
 آورده است زیرا امراض بسیار
 خطرناک ودهش به سهولت
 میتواند دامنگیر کودکان
 واطفال آن ها شود . تقاضا
 مییم تاریاست تنظیف وسر
 سبزی شاروالی کابل در جهت
 دفع وازین بردن این کوجه
 های کم عرصه کشف اقداماتی
 جدی را بعمل آورند .

اگر توجه فرمایند

رحانه از خیرخانه سینه
 شاید یکی از سرولین
 ترافیک شهری گاهی متوجه
 ایستگاه برآزاد حام سرویس
 های پوهتون - علی آباد
 شده باشند . اما هیچگاه
 نچند بشید اند که در این
 ایستگاه نچاری به سایه بان
 است یانه . و نیز چون در مسو
 بل باع عمومی القی پوهنتون
 عده بیشتر را کین را محصلان
 میازند و وقت آمدنشان
 نیز همه روزه است پس
 اگر مسوولین درین مسورد
 توجهی بفرمایند کار نیکی
 خواهد بود .

از مشکلات

ما

پنویسید

نور از آینه
نور از آینه

بجای آنکه بفرستید
بجای آنکه بفرستید

نقشه شاداب شاعر لیس
نمون افشار

درد را زای ده سال
 پسین . تمام شاگردان مکاتب
 شهر ولایات در روس میست
 نورا اموتند اما امسال یک بازه
 مقام وزارت تعلیم و تربیه تصم
 کورت تایارد پیوسته سابق
 را عمل نماید . امید اند رایسن
 جاسر نوشت ما شاگردان که
 در جریان این تصام قرار
 داریم چی خواهد شد ؟ آیا
 ما به طور اساسی از سیستم
 سابق استفاده خواهیم کرد
 یا سیستم نو . درین صورت
 یا چنین برنامه های نوماه
 از آن خواهیم شد و نه از اینسن

بهرالد بین از بروزه ارزان قیمت
 از زمان ایجاد بروزه ارزان قیمت
 به اینسو همه اهالی آن
 جا از گن و خاک زمین های
 ساحه دولتی استفاد میکنند
 کما این کار سبب به وجود آمدن
 خندق ها و جفری های زیاد
 گردیده و طبعاً در آینده
 مشکلاتی راباعت خواهد
 گردید . امید مقامات مسووط
 وسوول در زمینه تدابیری
 اتخاذ کرده نگذارند تا بیشتر
 از این زمین های هموار
 خندق ها تبدیل شوند .

عکس یادگاری



زحل فضل طفل ۱ ماهه
 خیلی خوش خلق است
 اوکدی و گلها نیز بسیار
 دوست دارد .

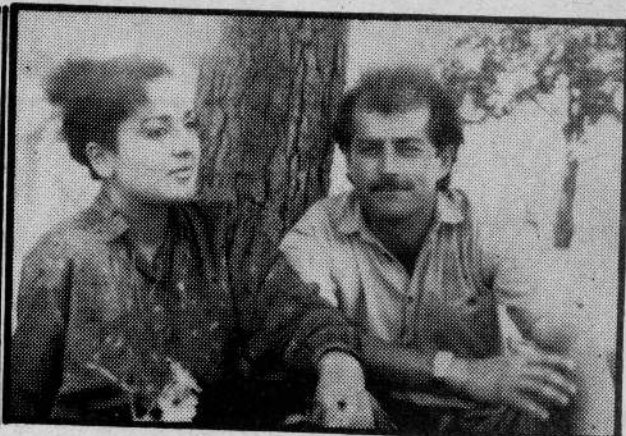
بقیه از صفحه (۷۴)
 که مجموعاً سه مدال طلا
 شانزده کپ نقره ای و چندین
 مدال نقره و شماره دیپلوم
 های ورزشی از جانب
 فدراسیون های پهلوانی به
 دست آورده ام .
 اگر بگویند که در این مدت
 شاگردانی را در زمینه ورزش
 پهلوانی تعلیم داده اید
 یا خیر ؟

مسلماً که در این مدت
 نه تنها برای خودم و بسرا ی
 موه فقیه خود فکر نموده ام
 بل حدود چهل جوان
 پهلوان را تقدیم جامعه نمودم
 ام که اکنون همه آنان در
 میان سایر پهلوانان برآزنده
 و شایسته تر هستند که کار
 هر کدام ان ها برایم قابل
 حساب میباشد .

عبدالرزاق بلال همیشه
 در روزهای ۵۷ - ۶۲ و ۶۸
 کیلوگرام مسابقه اجراتصوده
 است فعلاً به حیث ترین ترسم
 ملی جوانان را آموزش میدهد
 و همزمان فدراسیون پهلوانی
 میباشد او به این نکته اشاره
 مینماید که همیشه سفرهای
 ورزشی ورزشکاران به خارج
 از کشور لغوه می شود .

چنانچه قرار بود به تاریخ
 ۲۵ ثور سال جاری عازم کشور
 ایران جهت اشتراک در
 هشتمین دور بازیهای
 اسهای وارد تهران شوند که
 بنا بر ملحوظات مختلف مسفر
 ورزشکاران به کشور ایران
 فسخ گردید .

فقط ارزو دارم در این
 فضای پر خورد نسبت بسه
 ورزشکاران تجدید نظر شود .



پایه از صفحه (۱۷)

شما هر قدر به تین بلند اد ا
شود رسای خود را از دست
نمید هد و از لحاظ روحیه
هیچ آهنگی از شما محسوس
شکست ، اندوه ، حیم و فریاد
و بیایند آرد . آکتورا
پرداخته ها و رده ای هنری
شما بیان و ادای عمیقاً حماسی -
عاطفی و پاپ به معنی زیبای
شناسانه آن ظرف وانه خانه
اند نه اخود تلفیق آواز و گیتار
ذوقی خود را چگونه ترجیه
میکند ؟
وجیهه ، با اظهار سیاسی و
شکران زیاد از لطف دوستان
بزرگوار که چنین عقیده دارند ،
این یک حسن نظر است .
در باره آواز چیزی گفته
نمی توانم . اما در مورد بخش
دوم میخواهم به چند نکته
خاص اشاره کنم ؛
- اگر من در انتخاب
شعر حماسی و کجکاو استم ،
در این باب هنر امیرجان
صیوری با پیشکش نمودن شا -

پسته ترین و ناپ ترین اشعار
قابل یاد کرد و توصیف است .
- کسی که میخواهد برای
مردم بخواند ، باید هدف
و مراسم احترام قابل شدن
به تقدیس هنر برای مردم
باشد . نه اینکه برای سنو
سال خاص و قشر معین جهت
کسب شهرت و طرفدار ، اهداف
خود را به پیش ببرد . برای
هنرمند شناخته نیست که
با بازی کردن و وسو استفاده
از ذوقیات و عواطف صرفاً
قشر جوان به هنر لحظه ها
پسچید و صرف همین امروز
را ببیند و همان دایره
گلن را که تنی چند به هد یگر
تحسین و القاب میبخشند .
هنرمند اگر میتواند باید برای
همه گان بخواند و نه تنها
برای امروز بلکه برای فرداها .
- در سرزمین پرافتخار مان
سنگ و خاک و رنگ با حماسه
پیوند دارد . هیچکس نمیتواند
این را انکار کند . میخواهم

بگویم که در چنین موقعیتهایی
از عشق سخن گفتن گناه است
اما یاد ز نظر داشت یک نکته ؛
اول مهین سپهر عزیز دیگر
- هنرمند باید روحاً و قلباً
در خدمت مردم باشد ، نه
لفظاً . به عقیده من لایق
نیست کسی در دوزخ شخصی
خود را (بی اندازه با بسا
اندازه) ، سلیقه و تعایلات
شخصی خود را (اصلی یا
تفنی) بالای مردم تحمیل
کند .

برخی ها هم به خود وهم
به مردم تعمت میکنند و
میخواهند با چند زست و ادای
در عین حال معصومانه و قابل
ترحم ثابت بمانند که غم
فردی من غم ملت من است
خوب هر کسی در زنده کسی
خود با رنج ها و ناله های
مواجه میشود ولی این دیگر
حاجت به داد و فریاد بیشتر
مردم ندارد .

توسط هنر نباید روی زخم
های مردم نمک پاشید .
باید بگوئیم در چنین فضا و
حالت که میهن مان در آرد ،
برای هد یگر شماست ،
عواطف خالصانه ، سرود
بهد آری و آرزوهای انسانی ،
هد نصیب و احساسات
بان انسانی عاشقانه را
زنده کنیم نه گسره های خواب
آرزو و آلهای تضمینی
و تخیلی را .

تعدادی از خواننده و
گان مبارزون میپرسند که
وجیهه و فرید رستگار در باره
احمد ظاهر چی نظر دارند ؟

روز بعد فقط یک کاغذ بسته
شده و رنگ الموده نزد ما ماند
بود . مرد ها میگویند زن هزار
چهره دارد ولی من با راول مرد
باد و هزار رنگ صد چهره
دیدم .
شما میدانید وقتی نامه
او را خواندم چه گونه آتش
گرفتم ؟ چگونه سوختم ؟ بیانه
عدم . طاقم تمام شد . برای
اولین بار بادلش انباشته از
غم و سری ملول از جنون باتسن
خسته در حالیکه در آتش تب
موسختم به یکی از دوستانم
که از دوستی من و حمید آگاهی
داشت پناه بردم سرد را غوش

فرید رستگار بدین
مردم ما مشهور است که میگویند:
گپ در وقت خود میاید ، اتفاقاً
امروز بیست و چهارم جزو است ،
که باد و آزد همین سالروز
وفات این هنرمند والا مناسبت
دارد .

احمد ظاهر یک بدید .
بود . بیست و چهارم بود ،
آمد . در خنید و رفت اما
هنر من ماندگار و جاودان است ؛
هنوز میدرخشد و روشنتر
شده میورد . اگر احمد ظاهر
امروز به یک نقطه موضعی
تبدیل شده است . فردا به
یک سبک و یک روش
مبتدل خواهد شد .

بها بید او را بید و متعلق
به نسل گذشته نخوایم . او
هنرمند بیوقیب نسل حاضر
بود و است .

وجیهه : تنها کافیت
از میان همه قابلیت های او
صرف آواز حنجره اش یاد کنیم .
حنجره او این مقام بود . مقام
و هویت حقیقی احمد ظاهر
فردا که ذوق مردم از این
هم بلند بود واضح تر
خواهد شد .

این درست است که
احمد ظاهر برای شنوندگان
کونی خود یک خاطره است
اما همین خاطره ، با قلمی
تراز واقعیت وجود خود
مشاهده .

گاهی متوجه شد ما بد
که در تتهای چه چیزی را
زنده میکند ؟
فرید رستگار : گاهی
نه ، همیشه ، آراهای را که
در آری رتم های معتدل ملامت

گداشتم و نتوانستم گره گردم
و حالا نمیدانم چه کنم . من
خودم را زنده گس ام را و
آینده ام را کم کرده ام .
وقتی صحبتش به اینجا
رسید خاموش ماند . لبریز از
انتظار بود چه شان اشک
آلودش را به دهانم دوخته بود
میخواست راهی پیش بپوش
بگذارد ولی من راهی را نمودم .
یدم که فرجامش روشنایی باشد .
اگرچه او باک به دنیا آمد
بود او یک تکه موم بود موسی
که آماده بود به هر شکلی در
بها بید .
با خود اندیشه م ها اگر محیط

اندوهگر که بر قلبش

پایه از صفحه (۱۷)

حماسات چه یزد و یگر حقیقه
زنده کسی چه یزد بگواست .
اگرچه فراموش کردن من
برایت دشوار است ولی باورکن
من احساساتم را و قلبم را

رض به بود زنده یکی تو فریادی
مهدم . آخر تو از یک خانواده
سرشناس و من از یک خانواد
مجهول الهیت بوده ام .
اصلاً نمیدانم که پدرم چه
کسی بوده است . مادرم هم
معلم نموده است . نمیدانم
در کدام بدنام خانه می
دنیا آمدم و در کج کس ام
کوچه یا مسجد انگنده شدم
و کد ام زن بی فرزندی بزرگم
کرده . این بود محتویات
نامه او که من بارها آن را
خواندم و با اشک دیدگانم
همه آن را شستم زیرا که د و

و آرام باشند .
 وجیهه : بهترین آهنگهای احمد ظاهر و دیوین را
 * به کدام آلات موسیقی دسترس دارند ؟
 فرید رستگار : به هارمونیا ، آرگن ، اکوردیون ، گیتار و چند تانای دیگر .
 وجیهه : تحت نظارت محترم لاجمان نوشتن و هارمونیا میزنم .
 * در خشنا ترین آینه موسیقی معاصر کشور ادیسیای چه کسی میبینید ؟
 فرید رستگار : وجیهه - یمنآواز : وحید قاسمی .
 * کدام گشتی دیگر نمیتوانید که بدون پرسر آرا طرح کنید ، دارید ؟
 فرید رستگار : کابی خوانی های بیخبر به تنگه گاه مبدلند .
 * استاد عامر این مودتیکه - گاهی از میان برداشته نبود .
 وجیهه : دعاکم مرتبمی ایجاد شود که جوابگوی قسمت زیاد ی از خواسته های هنر - مندان باشد (اگر پاسخگویی همه نیازهایشان شده نمیتواند) .
 * میخواهد صاحب نما باجی جملاتی پایان یابد .
 فرید رستگار : حرف های دام در مورد وعده های که در کشور اتحادیه جوانان افغانستان گفته شده بود که ...
 وجیهه : فرید جان (از آن حرف ها صرف نظر کن . معمم نیست چاپ نشود .
 فرید رستگار : چرا چاپ نشود معمم است .
 هان گفته شده بود که در مرصه هنر توجه بیشتر

صورت بگیرد و اتحادیه نه تنها در این مورد بلکه در تمام گستره های حیاتی با جوانان و در کنار آنها به پشتیبانی دایمی می ایستد .
 اما ما که در عمل چیزی احساس نکردیم ، برعکس برخی از نوار - یهای ماه تنها به همان شیوه گذشته خود به اصطلاح سرگشته شد . بلکه در ساره بی از وارد جنجالی تر هم - گشته هنوز هم کمبود بودجه ، هنوز هم همان وسایل کهنه ، غالباً در خانه ترین میکسیم و یک تنگه ، درگیرانکه ...
 وجیهه : به اجازه فرید - جان ... من میخواهم چیزی را که درباره موسیقی باید قبلاً میگفتم ، در اختیار شما بزارم از امراموس کرده بودم .
 به عقیده من از خوانان و اسامی هنرمند به جای اینکه به شیوه موقت شهرت و تعداد حاضرین و تماشاچیان موجود نباشد ، باید در فکر ساحت نفوذ هنر خود باشد . شاید برای پارچه آهنگی امروزه منفرد نزنند ، اما فردا آنرا تا در دست ها بخورد زمره کند .
 تعداد هنرمند که در هیچ چیز کمیت تعیین کننده نیست .
 * از صحبت های شما یک جفان تشکر .
 فرید رستگار : تشکر از خواننده گان و علاقمندان گرامی ، که عنوانی سپاوی ، نامه فرستاده اند و سیاسی از دست اندرکاران سپاوی :
 اما حرف های من ناتمام مانده .
 وجیهه : و تشکر از شما

بشنواری

پایه د ۱۰ ام به هرگز در بسته به غلظت کلتی کی ، دخیلی کوره نی در رسم لسل داستانی به توگه دهنده د صد اعظم به حیث و تا کل شو .
 به ۱۹۸۴ گال کی راجیو خیل گوند به بی ساری بر پالنتوب یوه برخه کر . ده د هندوستان گاونده یوه هیواد و سره فوینتل چی د همگاری نژدی آر یکی ولری ؟ خودده داهیلک ترسره نه شوه اوجیور شوی د چین او پاکستان به مقابل کی د چین همان د دفاع تدابیر ونسی . همدغه راز د ده د حکومت به وخت کی لسه شوی د اتحاد سره د هندو حتمه بی نژدی آر یکی لختیگی شوی اوله سکونخه بی اقتصادی اونظامی کونونه ترلاسه کول . راجیو له امریکی سره هم آر یکی تودی کری . پخوا له امریکی سره دغه آر یکس پاکستان ته د وسلو و سپارلسو به خاطر سر پی شوی دی .
 راجیو له سیاستداران سو سرمناسی ولری ته دوسره میل نه دلرود . خود خلکو به منع کی به دیور خوشحاله وو . دده ملگرو تا کید کاوه چی باید دخیلو مشاورانو کری لوه کری اوله خیله همانه حوصا ونهیی . راجیو دی تته د محووب و کرکولوبه خاطر د نژو سیاستداران توه لورود انگل د ده دخل کار به موده کس سترکارونه سرته ورسول چی د هخوله جعلی خخه له خسو سیاسی مخالفو کرونو سره به یوه سیز کینیا ست اوجیوری بی ورسره وکری . دغه گرونه دده د مور به وخت کی سیاسی دینشان بلل کیدل . ده د پنجاب ، اسام ، میزور - رام اوجیو او کشمیر له پانیسی رهبران سره سوله وکره ؟ خو دده د گوند دیور و د دغه دول تیمی دنی او استازو کرکولوبه خخه شکایتونه وکرل او وروسته کله چی به تیوا نختا توکی بی فوخ بری ترلاسه نکر نود هغوی تیو بیالاستی وموند .
 راجیو به خیله کابینه کی خوار به بد لون راووست ارحتی له جمهور و پسر زایل سنگ سره بی هم جار و جنجالونه کول او به کارونکی بی له همانه

قاطعیت بنوده . دغه راز د وسلو عال محو اکونه سی لانکا ته ولجول ترخود سینهالی دی . یوه کیوا و تا میل لزه کیوترونغ شخری پای ته ورسوی . هندی محو اکونه تول دوه نم کالسه به دغه جنگ کی راکو و ترخو چی به ۱۹۹۰ کال کی بی خیل قوتونه راوکیتل .
 راجیو دخیلی مورهای دی ددی لپاره کینیا ست چی دی د کانگرس گوند رهبر و او د میوات کومه خبره به منع کس لوه . دچی میون گاند یی هخه قدرت به لاس کی نیولسی دده ، به دی پوی بی آر ده در لوده چی یوه دیوه کلکه بنخه وه اوله پلی خوابلری خورا مشهور سی وو . باید وایسو چی جواهر لال هنی کله داسی خیال نه دلرود ترخود قدرت لپاره به خیله کونی کسسی یوه سلسله رابع کری ؟ خو وروسته کله چی د گاندی له نم خخه به هند کی سلسله جوهره شوه ، دیور هندوستانجا نوت دابونشته راپیداشوه چی خنکه یوانی یوه کونی کولای شی به هیواد کی داسی شتر رول ولوی . به هر حال راجیو دخیلی مورانه راگاندی اوخیل نیکه جواهر لال نهرو ترنظر لاندی لوی شو . دده هیله داره چی به بین المللی سطحه کی هندوستان شتر او قوی دی . دده فوینتل چی د جواهر لعل نهرو او اندرا - گاندی به لپاره ولر شسی او به دی خاطر سی هلسی ملی می وکری . پندی هکله کیدای شی چی د هسته سی و سلو خخه پاکه نری اعلامیه ، به افریقا کی د آزادی ببنونکی نهضت رجعی صدوق پراختل اود فلسطین دخلکوله آزادی اود حقوق خخه تنگه کول پاد کسرو .
 راجیو دی تیوا نختا پانویساره کینیا بی کاو و ترخو قدرت گرسید واود خیل گوند بریالیتوب لپاره دخلکولای راوتولی کری د ترورستانوله خواره ناخوانی سره ووظل شو . دده به سه مرک نه یوانی هندوستان به نر اشوبلکه د نری تسول خلک بی خواشنی کرل اود ترورستانودغه ناخوانه عمل بی دموکراسی ته بیول گوا نی و باله

تربیت اوجیونی دستی که او را در مشت داشت توانا و پاک میبود هرگز حکایت زنده کسی اش چ نهن بد فرجام رقم نمیشد روزی کارش چ نهن تهره نمیکردید . آزادی بیشتر از حد او را با پایهای خود شریسه منجلا ب سقوط کشتاید و خود باعث بر باد ی و نابودی خود گردید .
 و اکنون بر ارم میگردند فریبا مرده ، فریبایی کماهل فریب نبود . فریبایی که همواره راست مهکت و به خاطر راست گوئی خود سوگند نمخورد . فریبایی که خولی خوب بود

لس فریبش داد ند . فریبایی که چون گلبرگه گلاب لطیف و معطر بود .
 اود بهک حادثه ترافیکی کشته شد ولی من میدانم فقط خدام میدانند که فریبا به خاطر فرار از آینه نامحسوس و تا بهکش با پای خود به آهوش مرگ شتافته است .
 اکنون که این مطبورا منوهمس یاد دختری که روزی از من کمک موخواست به سختی قلم رام آزارد و اشک به روی چشمهایم پرده میکشد . ضم سینه ام را تا سر حد ترکیدن پر کرده است .

سوغات

د (۳۱) مخ پاتې

توکه چینه کیولی وه چی کوا کی :

- ورس ورس مز خود ربه
مخکی شولوا ز سوروسته
پاتی شوې (د سید کل یوه
شبهه دغه کرندی موثر پیسی
کتل لږ شایسته ورته په عومه
شو خورزی خپله عومه
وخری)
- مخه خدای دی خوارکه
زه خیه خپله نه لم که نه
نه راحه چی منوه سره واخلو
پیا به کور چی ته مخنی کښی
که ره)

خومره چی موثر له بار
خخه لری کیده نوکه کرته لږ -
نیده ارد همه کر ند پتوب نه -
یده د سید ش زره له حوسپی
درینکی رهلی اوباع کیده
هداسله خوینی مسک ناست
و لکه چی نیمای د پنا -
بی دواسکت دجپ نوبح
کی ایسی خوه لاری به چی
موثر یوه لږه زوره کی تکیان
خوپ نو سید کل به فکر خرا پ
شو . سیرته به بی خان خای
برخای کر اود اصل به بی
وینه به طکه وینه . اوچی
بل وار به لږه زوره را تودی خوه

نود وخته به بی خان چمتو
کړی و ، دکاه وکړوسر
به بی غار داسی هسته تپیه
که لږه د کو چانوداویس به
شاچی تر ل شوی چرکه داویس
شاغاره هسته تپته کوی سید کل
به هم د سر تلور زوره کسی
هداسی شوا بی به خوخ
کیناست . زره به بی له خوینی
درینکی وهلی موثر لایندولسه
مخام نری بار لویزا دده له
غور و تپید . له بنکه خخه
د مانوما نوا وینول لږ غر پورته
راته . سید کل همداسی په
خوند سیل کاوازیاست و . د موثر
به کر ند پتوب لا خوینیسه :
- نام خدا زویدی لوی شه
... له خیره ترمازیکره رسیم
... بپیشه کس ورکه)
- ... نه کیم انسانی بی
بهایی جان بهایی بی)
ته چی راورتشی ...

زهی وی وراچی)
اوپنی نمله بی یاد وپوله دی په
به تبت شو . هغه بی له نساری
راتا وکره لږ بی تمه شوا د بندرو
خوند و پتوب بی نری بی یاد د موثر له
سره . زره خوا خپراوه :
- نین خالی ماته رالیولی
خین ریبارد بی بخت می بییدار
دی (دم)
دواسکت په جیب کسی
بی قیمتی سوغات ایسی لکه
نیمه د بیایی چی جیب کسه
وی :
- د من ازغمت باره باره
که می واخلی خبرای نگاره ،
چی قدرول بی رحمورداری

زی ازالم خیرینداری
زیم بل به زه اترسهاره
که می واخلی خبرای نگاره
د من ازغمت باره باره
موجبت چی بلا شده به جام
همینه به نعن این بتانم
زره می نه نارام بی له بیاره
که می واخلی خبر
اود اوخت د سید کل دواسکت
جیب د موثر د سر یاد د سیر
ترب (...) راره اوشا وخواهی
د (بزبز) غز کاره ترخوسو
سید کل ته خبرورتری چیسی
کوته وره شوې ده .

عجایب طبابت

بقیه از صفحه (۳۵)
ودانه داردیده میشد
۱۰- ... و بالاخره
کودکی که دارای یک چشم
بود و چشم آن در قسمت
متوسط پشانی بالای بینی اثر
فرا داشت .

ماما شوخک

پاسخ دهید
بقیه از صفحه (۵۵)

تا سب مستقیم پول و برق را -
رعایت کند و بدترین و تنبیل
ترین فروشنده مغازه پرچون
فروشی کسی است که نتواند
از مغازه پرچون فروشی ساز
بگشود .
س- شخص را دیدم ارزو
مؤکد کاش گوش نموده است
حدس میزنید چرا ؟
ج- بلی :
به خاطر یک صدای نوح
های سرسام آور را بگوشش
نشوند و یا اینکه خشوی خوش
اخلاق در منزل داشته باشد
س- اگر پول نمی بود خا-
نواده دختر از داماد چیسی
میخواست .

ج- از داماد بر علاوه
(۰۰۰) پیاز و کچالو و شلغم
زرد ک کرتون گوشت ، مربای
رواش و اچار زرد الو میخواست .
س- اگر سکر تریت از تشکیل
بعضی ادوات کم شود
رئیس ها چه خواهند کرد ؟
ج- به مد برکد روپر سونل
هدایت میدهد تا شعبه
جدیدی بنام تزئینات ریاست
پیشنهاد و منظوری بگیرد .
س- اگر رئیس می بودید
خوش داشتید که رئیس ملی س
باشید یا منی س ؟
ج- هیچکدام آن به خان
پای رئیس ترانسپورت مسکور
خصوصی نمورسد .

مادرم را می شناسم که هسته
آهسته میگرد و میگوید :
"به خدا خودمه می کشم ، دکه
حوصله برم نماده" و من
از شنیدن سخنان مادرم -
و حشتر زده موشوم شاید به
راستی هم یک روز به کلی
خسته شوم . شاید یک روز
نتواند تحمل کند زیرا زندگی
مثل یک دوز بازی با سکتیال
است که به برنده و چسه
بازنده باشی در ختم بازی
خسته ای " و این دو را که
من می چشم هردو خستفاند .
یکی از همبر غضب زیاد و فریاد
زد نهاد دیگری از خامو تر
ماندن و بی فریاد بودن
خود تر .

خم نکند پدرم پیشتر قدم نمیشود
و من گامها خود میگویم شاید
سرشت او چنین باشد .
اکنون که این یاد داشت ها
را می نویسم آواز بگو ، مگوی پدر
و مادرم از اشنه خانه شنیده
میشود . مادرم میگوید : " آخر
آهسته تره خاتمه همایسه
سدا تیر میشه ، شیم آس " .
ولی پدرم بلند تر و بلند تر فریاد
میزند : " بزی که به می کشم
باید همتو شوه ، بزی که به
می کشم خخته کوه جای که به
می کشم بروه جایی که به حکم
می کشم بشی ! بعد بیزه های
دیگری هم میگوید که درلا -
بلا ی فریاد های او می شنکند
بعد دوباره صدای زاری مانند

شان بردی گران حکومت کنند
و آراد و لویه زور هم باشد
بر سایرین تحویل کند و قش
به چهره پدرم د فیر می شوم
شبهات نزد یکی یا شیر دارد .
با تحمل این همه جار و جنجال
در من خانه گاهی تصور میکنم
که از زمان و مکان بهرون رفتم
وقتی به چهره مادرم می بینم
که قبل از وقت پیر شده است
دم می خواهد به زندمگی خود
خاتمه بدهم اما بعد ملتفت
میشوم که مرگ من هیچ با ری
را از دور مادرم کم نمیکند .
پدرم یک عیب دیگر هم دارد
که همه را خورد تر و یا بیشتر از
خود فکر میکند . لذاتاکسی
به او سلام ندهد و سر تعظیم

مادرک

بقیه از صفحه (۳۳)
میسوزد آخر و علاوه برآنکه
باید به کارهای خانه برسد .
بهرون از منزل نیز و غیقه دارد
تا سرخ اعتماد خانوادگی
از حرکت نایستد . و این دو
و عیقه بذات خود بر شانه
های مادرم سنگینی میکند .
یا مشاهده ظلم بی حد پدرم
به یاد نویسمی می رفتم که در
یکی از نشریه های خارجی
خواندم بودم در نوستامد
بود که در زمان هژاد اسک
حیوان است ، اشخاص شورنما
سلطه جو هستند و علاقه
دارند که درست شبیه هژاد

س - از آواز خوان های رادیو تلویزیون کی خوش تان میاید ؟

چهره اش زیبا باشد و آواز خوش و گهرا داشته باشد ؟

ج - جواب این سوال راملا نصرالدین میگوید .

شخصی از ملا نصرالدین پرسید ملا صاحب شور باخوش تان می آید یا پلوی ؟

ملا بعد از آنکه لبهاش را - لوسیدگفت بپن دو دوست قضاوت کردن مشکل است .

س - چون شما سابقه دارترین طنزنویس کشور -

استند به نظر شما در بین جوانان کدام اشخاص در طنز نویسی استعداد خوبی دارند .

ج - گرچه روانشناسان برای معلوم کردن استعداد شوخی و طنزنویسی ده سوال جداگانه طرح کرده اند که ممکن در یکی از شماره های مجله ما شوخک

نشر شود به آنها هم بمقتضه من در بین جوانان ژورنا -

لیست عصرهایی که نفر - استعداد طنزنویسی

خوش دارند .

(نامها مانور شد)

س : تلویزیون را تعریف کنید .

ج : اسان ترین وسیله انتقال امر از مغز زده گی و خارجی برستی . بنام می آید .

استحمام خوب

بقیه ارفصحه (۷۷)

احساس میکنید که تشنگی در پایان روزواج میگیرد و خودتان خود را تشنگی میگویید میتوان برای این تشنگی را با یک حمام استحمام کردن ، یعنی خود را با سار دهید .

بعد از استحمام

بعد از استحمام جلد تان را مالش ندهید و آن را بعد از خشک شدن نوازش دهید . هرگاه جلد تان طوریست که بعد از استحمام احساس خشکی میکنید هر طوب نگه دارید .

موقع برآمدن از حمام خود را با حوله کلان تره کی بپچانید موقعی که از حمام برآمدید ، از قرار گرفتن در هوای خشک و سرد و همچنین از نشستن زیر باد پکه (به ویژه اگر سر تان را نسته باشد) جلوگیری کنید . به سرا بخوردگی شده کی دچار خواهید شد .

حفظ و مراقبت لوازم حمام

همیشه ترجیح دهید که حوله شخصی داشته باشید زیرا باکتری های که باید یک شخص مصابقت دارد شاید برای شخص دیگر ایجاد عفونت کند . زیرا هر شخص مستعد عفونت جداگانه دارد . حوله تان را هفته یکبار باید شستشو

کنید . بعد از شستشو آن را خوب آبکشی نموده زیرا باقی بماند صابون خاصیت القیولی آن میتواند واکنش های برای پوست ایجاد کند . بهترین

طریقه ضد عفونی ساختن آن خشک کردن در زیر نور آفتاب است .

برس حمام : همیشه دندان های برس را بعد از استفاده بشوید و آن را به حالت آویزان نگه دارید تا خشک گردد . زیرا رطوبت میتواند زمینه مساعدی را برای عفونت بوجود آورد . برس را برای مدت زیادی نگه ندرید بلکه در موقع لزوم به تمویح آن

بپردازید .

اسفنج : همیشه که برس ها باید خوب فشرده شده و آبکشی شوند . صابون دانی ها باید همیشه خشک باشد .

اسفنج : همیشه که برس ها باید خوب فشرده شده و آبکشی شوند . صابون دانی ها باید همیشه خشک باشد .

استحمام کودک

تا آن جاکه ممکنست مادران باید خود شان به استحمام

کودکان شان بپردازند ، زیرا تان مادر به کودک کمک میکند تا مادرش را خوشتر بشناسد . افزون بر آن مادر میتواند عفونت ها و عوارض پوستی کودک را به خوبی درک کند .

گرچه از روغن نارمال و غیره معمولاً به خاطر ماساژ استفاده میشود ولی روغن آفتابگردان ترجیح داد - میشود زیرا این روغن لینولیک اسید دارد که مفید برای کودکان است . مستقیماً از پوست گذشته و داخل جریان خون میگردد .

افزون بر آن این روغن وسیله بسیار کوچکی تغذیه برای کودکان ناهنگام و آنانیکه مبتلا به سوء تغذیه اند

شمرده میشوند . از روغن خردل (بادام) بپرهیزید زیرا موجب حساسیت پوستی شده میتواند باعث عفونت حجیرات می گردد . همچنین از انداختن روغن در گوشها

و بینی کودک خودداری کنید .

زنان حامله

زنان حامله باید از استحمام با ابی که درجه حرارت آن از درجه حرارت بدن انسان خیلی گرمتر باشد اجتناب ورزند . زیرا آب گرم میتواند موجب افزایش جریان خون به ناحیه لگن خاصره شده و در نتیجه موجب اتساع آن گردد . زنان حامله هنگامیکه خیلی با سرعت از تب گرم بلند شوند به زودی دچار سرگیجی میشوند و در ماهها نخست امتنان ضعف نوسز موجود است . هر چند در ماههای آخر اگر زن حامله به خاطر رفع تشنگی عطشانی خود در میان وسیله استحمام که صرف لگن خاصره و ران هایش داخل آب شمر گرم گردد بنشیند و برایش خیلی مفید واقع خواهد شد .

در صورت بیماری

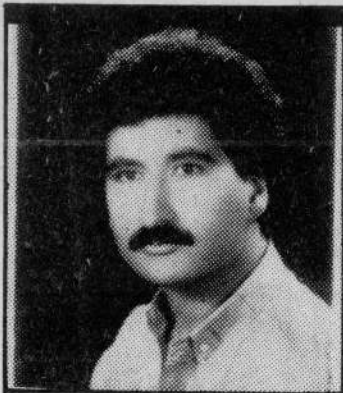
بر خلاف عقیده عمومی حتی اگر دچار بیماری عفونی مانند سرخک یا چهچک

یا تبخال نیز با شستند استحمام روزانه با صابون عادی و آب هیچ زیانی برای شما نمی رساند . ولی در موارد تب شدید اسفنج سرد ضروری است . آنانیکه دچار بیماری های قلبی و فشار خون بلند و سایر تشنج استند ترجیحاً باید از آب شمر گرم استفاده کنند (درجه حرارت آب باید معادل درجه حرارت بدن تان باشد) . استحمام با آب خیلی گرم باعث از یاد عرق شده که باعث کاهش مایعات بدن میگردد . و این عمل باعث کاهش حجم خون گردیده و فشار خون سقوط میکند و جریان خون به عضلات تریبی روی کاهش میورد . دوران خون مختل میگردد و در نتیجه مقدار اکسیجن کاهش میابد . سرگیجی و تشنج و ناتوانی از جمله اعراض معمول است .

بزرگسالان به ویژه آنانیکه به بیماری شکر دچار اند و از ناحیه دوران ضعف خون رنج میبرند با است از استحمام طولانی و آب سرد اجتناب ورزند زیرا جدا ری خون در پاها منقبض میگردد و در نتیجه پاها کبود شده و موجب انقباض عضلی باز خم میگردند .

بیماری مردم برای برطرف کردن در کمر بدنال استحمام آب سرد میروند ولی اگر آب سرد نتوانست مفید واقع شود روزی چهار بار نه زیاد ، آب گرم قرار بگردد و از مایع تشنگی میگیرد و دفعات زیاد نشود در غیر آن میکست در شدت تر گردد .

برای کاهش دردهای زمان قاعده کی استحمام با آب گرم را فراموش نکنید . گرمی جریان خون تان را سریع و عضلات تان را راحت و آزاد میسازد و در رفع انقباض عضلی کمک میکند .



صبوری

بقیه از صفحه (۱۱)

امیرجان صبوری هنرمندی با شخصیتی است که هرگز خودش را هنرش را به رخ کسی نمیگذارد، به همین دلیل است که نفوذ هنرش مرزها را پیچوده است. او در کارهای هنرش یک سیاهی آشنا برای ما هواخواهان در کشورهای اتحاد شوروی، چکوسلواکیا، آلمان، هندوستان، ن.لیبی، ترکیه، کوبا، منگولیا و بلغاریا مییابد.

صبوری افزون بر آنچه که گفته شده است برای شماری از هنرمندان به نام کشور ما از جمله شریف غزل، نجیب رستگار، هم آهنگ، مسحور، جمال، وحید قاسمی، روح الله رویین، میمون رخشان، مرینا و همچنان برای ترانه های برخی از کتاب و لیسه ها کمپوزرهای تعریف نموده است، او اولین شرکت کننده فستیوال بین المللی (بیچک سرخ) در شهر سوچی و کنگره مرتاسری کمپوزیتوران جهان در اتحاد شوروی بود.

صبوری همواره از دوستان و همکاران باقریحه اش به نیکی و رحمت خالصانه یاد میکند و تلاشهای مبتکرانه نرید رستگار و وجیهه راد رحمه جاسیتاید.

او میخواهد به کمک یاری همین همکاران، آهنگهای شرقی را کاملاً با موسیقی ستراد آراپین و سیواپین د سبیاون آید. این هنرمند محبوب را امروز نتواند رخشند و ترازاگون میخواند.

(سباون)

به سوئس اطمینان داشته باشید

از صباون، شاپو و مولد مایع ظرفشویی استفاده کنید، همیشه شتر آتش خنک بیدار شو، شما با خرید دو کارتن مولد مایع ظرفشویی به قولانی تحلیف جداگان نیز بدست آورید.

رایج مولد مایع لکه ها را به خوبی از بین میبرد.

گارس، کوچی باکیت، جاوید مست تیفون ۲۰۵۰۹

نمایندگی دکان موزیک، کوچه مست تیفون ۲۳۶۲۹ طبر پرچم هم در کاشان شهر دولاپا

دغزل معقل

د (۶۴) مخ یاشی

لومر نی پروگرام جور شو .
 به دغه پروگرام کیم
 دینتو موسیقی سند رضار
 پنا بسته سند ریویویلی اوسه .
 یوعبارت بی ددغی فرهنگس
 تولنی لومر نی هنری دله به
 رسمی توگه : هنر خونینونکو
 تعویضوند له ددغی هنری
 دلی به ترکیب کی دینتو
 خوزی سند رضار ی هماء
 ایشان مومند ارشامحمد
 د سند رضار و به توگه اوکین گل
 توریالی . فاروق اوسمروف
 د سازخیز وونکو به توگه به
 هنری فعالیت بوخت د بی .
 د دلی شرف شامحمد د بی
 او د دلی راتلونکی ته زیات
 امید لری .
 د دوی دبری هیله کوو .
 د سناقر خپرونه چی مخکس

د پارلمان غز به نامه د تلویزر
 بین د اطلاعاتو د اداری لخوا
 خریدله ، به پایه خبرون بیل
 زکر . دغه خپرونه
 د افغانستان جمعوریت د ملی
 شورا کارا فعالیت ته انعکاس
 ورکوی او د کار د نتیجوسه
 هکله وطنوالی د تلویزیون د پر-
 دی له لاری به مفصله توگه

معلم

بقیه از صفحه (۱۴)
 و ماهچنان ارزو داشتیم
 مثل معلم صاحب باشم :
 همواره ایستاده و استوار ،
 همواره مهربان .
 چی شکوهی دارد ، این واژه
 مقدس]
 چه والایی نهفته است در این
 راه پر افتخار]
 از آن روز سالها میگذرد

ده برای نخستین بار به پایسه
 مکتب گذاشتم ، امروز نوز یک
 نخستین دیگر د زنده کسی
 من است .

سر انجام من هم معلم شدم .
 همین امروز برای اولین بار به
 یک صنف موروم . هنوز آرزو
 دارم مثل معلم صاحب مان
 باشم ، از دوردست تر پس
 خاطره هایم کمک میخواهم . . .
 به صنف داخل موشوم ، تپاشهر
 میگویم و با سپیدی روی سیاهی
 خط میکشم و مینویسم : " آب "
 من نمیکندم آنها سالها
 مانند من در کنار یک سوالسه
 زنده گی کنند ، میگویم بخوانند
 " آب " و سپس به آهستگی
 میگویم از " آب " شروع میکنم
 به خاطر اینکه برای دانستن
 " آبرو " نیز باید اول " آب "
 را دانست .

سفر

اگر قصد سفر دارید
در بسته‌های خمیر آرام
و مستریح ۳۰۳ سفر
کنید.

بازارک

نخچیر

بازارک نخچیر بس شمارا
از کابل به بلخ می‌رساند
و همراه فریب معالج می‌رساند
آدرس: کابل - ساحه واقفانان دپلستی

تلفون ۲۱۷۸۴



دستورات محبت

دستورات محبتی که در این کتاب آمده است، از دستورات محبت برکنار
نماند. دستورات محبت، محبت عامه است که همه را در بر می‌گیرد.
دستورات محبت در همه اشکال و در همه احوال و در همه احوال
بجای دستورات محبت بر روزه دستورات محبت ۱۱ ۳ ۲ ظهر
بجای دستورات محبت، دستورات محبت در همه اشکال و در همه احوال
دستورات محبت در همه اشکال و در همه احوال و در همه احوال
دستورات محبت در همه اشکال و در همه احوال و در همه احوال



۲۵۷۶۶

لبا دادا

بقیه از صفحه (۴۳)

لمروی این رسم را درباره زنده ساختند ولی دیگر از نمیا گذاران آن هیچ فردی یاد بی خاطرنداشت، ایمن دهرادر لبا دادا با موزیک مدرن امروزی مطابقت دادند و بعداً نخستین دیسک را ثبت و پخش کردند با استقبال بی نظیر مواجه گردید به گونه مثال وقتی آن ها دیسک ها را با خود به "بوهیا" بردند دعتاء همه گاتی شد.

بعد از این تاریخ حیات و سیمتر رقص لبا دادا کاملاً واضح است. لاریک گروپ (کارما) را درها رقص ملاقا می کند و بعداً زمینیه انتشار لبا دادا به تمام سالونها رقص و میسکو تیک های جهان فراهم میگردد.

صحت تان...

— شستن میوهها و سبزیجات در محلول نمک و پتاس حد اقل تا بیست دقیقه.

— تا حد زیاد جلوگیری از استفاده غذاهای شب مانده و باسی و مخصوصاً اگر در هوای آزاد بوده باشد نمایند.

— اخذ مشوره صحتی از کلینیک ها و مراکز صحتی نزدیک محلات زیست شان.

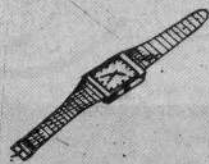
— مراجعه فوری به دکتر یا کلینیک های صحتی در صورت بروز نشانه علائم مرس مگروس مانند اسهالات و دلبدی ها.

— تهیه ادویه ضدافات برای ازین بردن مگس ها و پشه ها و میکروب های آب های استفاده و جاهای صحت.

— آرزو میکنم خانواده های صحت خود و کودکان شان توجه خاص داشته باشند.

بقیه از صفحه (۷۱)

رئیس طب و فاپوی نهزد را این مورد اشاره نموده و انرا بسک امرجدی تلفی کرد. وی در رابطه به سبزیجات فصلی گفت: تا از نجاییکه در زراعت شهر کابل به جای کوداز پاروی انسانی استفاده صورت می گیرد استفاده سبزیجات بدون شستن با محلول پتاس و محلول نمک که حداقل باید بیست دقیقه در آن محلول گذاشته شود به طور قطع مجاز نیست خانواده ها باید در محلات زیست شان با کارهای دسته جمعی کتابت را از محصل زیست دور ساخته و ابهای ایستاده را به شکلی که ممکن است ازین بپزند و هر خانواده به طور اساسی در چند مساله به خاطر نجات حیات خود و کودکان شان توجه داشته باشند برای صحت ساختن آب آشامیدنی آب را باید جوش بدهد.



دست تان را دست تان را بشوید!



باز هم محمد امین نزد ماتشریف آورد و من باز هم به همراهی یکی از دوستان عازم خانه ایشان گردیدم.

بنابینگفته محمد امین و دو دخترش فهیمه و مکی پیری خواهران، به همه کودکانی که من شان از هفت و هشت بهشتنمست چهره خود را در پیکرهای گونه گون ظاهر میسازند.

ماخواستیم تا این بار فقط در مورد این گفته نیز از ما پیشی را انجام دهم. وقتی وارد منزل محمد امین گردیدیم دختر بزرگش فهیمه موجود نبود و چون دختر دومی مکی نیز با پیری خواهرها هم صحبت بود، خواستیم او سه صحبت ما کرد.

مکی دخترک آرامی به نظر مدرسده چندان تیزگو و تیز هوش نیست همان گونه که از خواهر بزرگش من کمتر دارد و گفت و گویش نیز از او

یافت و فهیمه گفت: میگویند که بچه ها و دختر ها عکس های یادگاری میگیرند. ماکه ناچار بودیم به هر سخنی از زبان پیام آورشان گوش فراداده و به آن عمل کنیم و تیره را عیار ساخته شویم.

کاربرد آن را به فهیمه و اقدار گردیدیم. فهیمه طرز ایستادن و پناشتن و ژست گرفتن کودکان را بنا به دستور آنها حکم میکرد. چندین قطعه عکس به حالت ها و طرزهای گونه گون از هم جدا کردیم. سپس به اساس امر و هدایت آن دوبری خواهر که به وسوله فهیمه بر ایمن صادر گردید و خانم راترک گفتیم. بیا مبد آن که روز دیگر دریا فت های زنده از آنها خواهیم یافت.

وقتی فلم شسته شد جای آن دوستان در میان دوستان خالی بود. چند روز بعد

به دو تن بپزند. از خیالات بیرون آمدیم. باز هم فهیمه را مخاطب ساخته پرسیدم: ممکن است که آن فروشگاه و آن شخصی را به ما معرفی کنید؟

گفتند این از اسرار است که ما اجازه فاش نمودن آنرا نداریم. یکبار دیگر اصرار نمودیم تا برای ما اثری نشان دهند که به موجودیت شان باور کنیم. محمد امین باز دختر را مخاطب نموده گفت: "برایشان بگو که کدام توتی سبک و پاجوب پرتاب کنند تا ایشان باور کنند." فهیمه اصرار داشت که بعداً این کار را خواهند کرد آن وقت که شما متوجه نباشید. دروازه و یگانه کلکین رویه صحن حویلی بسته بود و ما گمان آن را نداشتیم که در چنین حالت است و انکشی دست دهد.

وقتی پرسش های ما پایان

اسرار پیری های شهر

بقیه از صفحه (۴۷)

بی دیگر وارد خانه شدند. وقتی جریمان را پرسیدیم گفتند ما را نظیفه خاله ولیلی خاله هدایت فرمودند تا در شهره کنار دوازده فروشگاهی قرار گیریم. پس از چند لحظه که ما آرام و ساکت برجای خود ایستادیم بودیم یک وقت متوجه شدیم که صاحب فروشگاه ما را صدا میزند و وقتی نزدیک رفتم گفت بگریه لبها صحتان را لبها را گرفته برگشتی. من در حالیکه متعجب به سخنها محمد امین گوش میدادم در دل با خود گفتم چه قدر خوب است دوستی با این ها و اگر روزی با من دوست گردند از آنها میخوسم اهمیت تخم باروت را از زمین

جایگاه امروزی

بعینه از صفحه (۶۷)
هدیه گرلو لوق سول کردیم
که (خدا یا خیر) چی گپ
مهم خواهد بود .

رئیس گفت : بلی گپ
از این قرار است که کدا مینک
از شمارنگمال استبد . زبراد ر
اثر باران های بیهم اتاق های
منزل اینجانب به شدت اسباب
دیده است ، یعنی رنگا
و روغن ان کاملاً از بس
رفته . لطفاً شخصی را که
در این رشته مسترس دارد به
هوشا رتوسه جلسه معرفی
نموده و بعداً در موردش -
تصمیم اتخاذ میکنیم .
چون همه سرایابه حرف
هایش گوش داده بودیم
دیدیم که (از زیر پلو نوش
پنجاه برآمد ؟) یکی از همکا -
ران که با جرات بود صدازد ،
صاحب موزاگل میتواند خویش
رنگالی کند ، به مجرد خارج
شدن این حرف از ذهن همکا ر
ما رئیس مواسسه گفت خوب

بها این مطابق عنعنه ای جلسه
یک رای گهری میکنم . کسانیکه
رای مخالف دارند ، همه
سه اکت هکسانی که رای مستنکف
دارند باز هم خاموشی زمانیکه
گفت رای مثبت همه دستا
وایلند کردیم .

رئیس صاحب مواسسه با -
بلند نمودن سخن هایش رویه
موزاگل کرده گفت خوب برای
موزاگل در این راه موفقیت
میخواهم . همه کارمندان
دعا میکردند تا جلسه بعدی
یک نباشد زهرا

چگونه شیرانما ...

بعینه از صفحه (۶۶)
خته است کدران شامیتو -
انید برای تزئین اتاق های
تان یک گلدان گل بلاستیکسی
را از زنا تر از یکصد هزار افغانی
ولباس های اطفال را مخصوصاً
کارمندان دولت با معاش یک
ریح خویش به سادگی
خریداری نمایند . تاکارهای
بعدی ای سید حافظ .

رعایت احتیاط

بعینه از صفحه (۷۸)
موتاه برای مطلع ساختن
مردم و موسسات تحقیقی از
اثرات آن متوقف شود . ولی
هنوز وقوع خونریزی مغزی
که به علت تخریب لخته خون
ایجاد می شود در گروهی که
آسپرین مصرف می کنند بیشتر
است و وکتوران ، رعایت
احتیاط در مصرف آسپرین
نزد کسانی که استعداد -
خونریزی دارند و سابقه زخم
معده دارند تا کوبد دارند .
همچنین عده ای از مردم
نسبت به آسپرین حساسیت
دارند و یا بعد از مصرف آن
 دچار شوک می شوند برای
آن افرادی که می توانند از این
دارو استفاده کنند حتی مصرف
بیش از یک قرص ۲۵ میلی گرام

نسبت به روز قبل نیز ککسی
نیس تواند بکند یک متخصص
بیماری های قلب دانشگاه
روارد وضو تم تحقیقاتی
میگوید : مصرف دوز بیشتر
دردی را دور نمی کند بلکه
خطر عوارض جنبی را افزایش
میدهد . در حقیقت استفاده
بیش از حد آسپرین ممکن است
تاثیرات - و در بلند آن علوم حمله
قلبی را ضایع کند . متخصصان
هشدار میدهند که اسپرین
دارویی جهت تسهیرات سبک
وروش زندگی که بتواند خطر
تصلب شرائین را کم کند
باید این متخصص میگوید :
" جای تا سف است اگر سبک
فرد سگری به جای ترک
سگری شروع به مصرف آسپرین
کند " . متخصصین هواروارد به
همراه دکتر لغفانت مدیسر
" مواسسه ملی قلب و ریه
رخون به خاطر امکان ایجاد
عوارض جانبی تا کوبد می کنند
که تصمیم به مصرف اسپرین
باید با مشورت د وکتور
اتخاذ شود .

شت و نیز ما یوس گردیده ،
در حالیکه دانه های تسبیح
قهوهایی رنگش را یکی پس
دیگر فرو می انداخت ، گو یا
موجودات ناموجود را مخاطب
ساخته گفت :
" خدا شما را فرق کند کمبارا
نزد همگی شرفند مو خجالت
میآزید .
یکی از خبرنگاران همکار ما که
در وکتور طب نیز بود ، اینچه
را آنان مشاهده نمودند
در حدود قصه های اسرار آمیز
و انسانی خلاصه میشود که ،
کدام زمینه واقعی برای آن -
وجود ندارد و به هاد می آید
زنی که گو یا خورشید ها لشم
ها که می آمدند و هر چه میبوس
بروند ، مایه که چی عوامیل
چنین بازار را گرم میسازد -
مستلزم یک تحقیق روانشناسی
و جامعه شناختیست .
کسه اگر دانشمندان محترم
ملک زمینه کاری انجام میدهند
آنها چاپ میبایم .

را صدابزنند ، کودک معصوم
وقتی داخل اتاق گردید
طبق لحظه پیش خود به خود
مقابل موزکوکچ قرار گرفت .
ما با زهم سوال قبلی را تکرار
نموده پرسیدیم :
" نصر جان در روی موزچه
چیزی را میبینی ؟
گویا مرغ نصر جان یک لنگه
داشت . بی هیچ تا ملی
روی همی دقتی گفتید ریما درم
و با این آزمایش همه گپ ها
تمام شد . مکی دخترک کمرو
که انگار رتوانسته بود نقش را
خوب بازی کند ، ماتولاجواب -
به سوی پدرش و لاهی نهمه
سوی ما و زمانی هم به سوی
موزکوکچ خیره ننگا میکرد .
کو دکان خوشباور کتانا وقت
انظار صنعهای جالبی را -
میبورند ، همه به سکو تسی
فرو رفته ساده لوحانه به سوی
هدیه گر میدیدند . محمد -
امین نیز که تا آن لحظات توقع
عملی خارق العاده بی رادا -

یک بکس در او رند . گفت :
خود را بمشکل بکس در آوردیم
آنگاه نصیر را صدازدیم تا دا -
خل گردد . وقتی داخل شد
از تر پرسیدیم :
نصیر جان : روی موزکس را
میبینی ؟ نصر جان طوطسی
وارگت :
" پدرو مادر من را :
محمد امین یکبار دیگر بر آن -
کودک شورید که خوب دقیق
شو . ما با زهم جواب همان
بود که بود . باز هم نصیر
را بهرون خانه فرستادیم
و این بار از مکی پرسیدیم که
در قالب چه چیزی در خواهند
آمد ؟ مکی گفت : میگویند که
پدر و مادر نصیر ، و مانده برفته
گفتم نی نمیشود . این بار -
برایشان تفهیم نمودیم تا یکی
شان خود را در قالب مرتبان
کوچکی که در زیر موز قرار داشت
در آورند . و سهارش ما را بگفته
مکی پذیرفتند . گفتم نصیر

خیلی ها کتاهی میگوید .
بتابه خواهش و پذیرش و
هدایت نظیفه و لیلی ، یکس از
کودکان حاضر که نسبت خواهر -
زاد مکی محمد امین را دارد و -
پسر است پنج ساله بنام نصیر ،
رویه روی میز قرار گرفت .
پوش از آن که ما از نصیر
سوال کرده باشیم که روی موز
چی چیزی یاچی کسی را می -
بیند ، مکی گفت : آنها
میگویند که ما خود را در هیکل
پد روما در نصیر ، ریما دریم .
وقتی از نصیر پرسیدیم که
چه کسی را روی میز میبیند ؟
گفت : " پدر و مادر من استند ."
بار دوم برای آن که تفهیم
کرد باشیم ، به نصیر گفتیم تا از
خانه بهرون رود . آن گاه از
مکی پرسیدیم که آیا پری خاله
هایت در شکل هر چیزی -
ظاهر شده میتواند ؟ گفت :
میگویند هان و ما کتیم -
برایشان بگویم خود را به شکل

به آب می زند که آنهم به علت شماییت و جرات فراوانی است که در وجود تان نهاده است و محبذا بهتر است که همیشه اسرار احساسات نبوده و کمی هم از عقل و منطق کمک گرفت زیرا زور گوئی برای همیشه خریدار ندارد .

یک نیروی باطنی همواره جلو دار روح سرکش شماست که گاهگاه کنترل آن از دستتان خارج میشود و موجب زیا نهایی فراوانی میگردد و به همین دلیل همواره مورد سرزنش و انتقاد قرار میگیرید . وقتی تصمیمی را می گیرید هیچ مانعی نمی تواند شما را از انجام آن بازدارد قدرت طلایی و تاخت و تازنتها خصلتی است که در وجود شما برای همیشه به ودیعه گذاشته شده است ولی توصیه می شود که قبل از انجام هر کاری قبلا نقشه آنرا طرح و بررسی نمائید زیرا بی هدفی اغلب باعث گمراهی میشود . بمصوب مردم داری و آئین دوستی با بی آشنائی کامل دارید و درد دوستی بسا مردم راه عداقت و یکرنگی را در پیش گرفتارید . نجابت و ظاهر آراسته شما مورد پسند همه اطرافیانست و به همین دلیل پیش از دیگران بهین سرو همسر و رفقا محبوبیت پیدا کرده اید به قوانین اجتماعی احترام می گذارید فردی مرتب یا انضباط هستید و ریز محبوبیت شما نیز در اینست که در انجام کارها ز ساد سختگیر نیستید .

شک و تردید در وجود تان راه ندادار و در اجرای تصمیمات خود ایستاده کی عجیبی دارید عقل و منطق همیشه موجب کسب موفقیت پسرای شما بوده اند به بیرونیکه بیشتر کارهای مشکلی را تاکنون به کمک آنها با پیروزی انجام دادید . در رهله اول برخورد با مشکلات مایوس می شوید ولی اراد به سرافشان می آید عقیده دارید که خواستن توانستن است و به همین علت از نیمه راه بر نمی گردید . بی عدالتی و ظلم شما را رنج می دهد و هرگز تحمل ندادارید که آنها را در زندگی اجتماعی مشاهده نمائید . طرز دفاع شما از جانب افراد یکسکه مظلوم واقع شده اند قابل تحسین است .

شما از انتقاد و ایراد های بی مورد دیگران بی نهایت رنج می برید و حاضر نیستید که مردم در زندگی خصوصی شما داخل شده و در مورد خصوصیات اخلاقی شما قضاوت نمایند . خیلی زود وارد بحث و مجادله میشوید و بعد هم همچون آبی که بروی آتش بریزند خاموش میشوید و با وجود اینهمه راه و روش به دست آوردن دل دوستان را به خوبی می دانید و خیلی زود تر از آنکه بتوان فکسر کرد به همه کس اعتماد می کنید و دست

دوستی می دهد

احساسات اغلب بر وجود تان غلبه می کند و شما قدرت مقابله را ندارید و خیلی زود دلباخته میشوید . از مسائل و مشکلات مهمی که در زندگی برای تان پیش می آید ناراحت شده و فوراً از میدان مبارزه خارج میگردید شخص باهوشی هستید و از غریزه مردم داری و نهک خواهی بهره مند می باشید که پیوسته موجب نزدیکی شما به سایرین می باشد . از انجام دادن کارهایی که میدان عمل و صمیمیت داشته و اجازه فعالیت های اجتماعی را ب شما میدهند بی نهایت خوششان می آید و دوست دارید در کمال صداقت و صمیمیت تا آخرین نقطه از موفقیت پیش بیا زید افسوس که موقع شناس نیستید در غیر اینصورت هیچ مشکلی برای مقاومت در مقابل شما نداشت توصیه می کنم که کمی مال اندیش باشید و به سوء رفتار دیگران بی اعتنا بمانید که صبر و ظفر درستان قدر نیستند .

آرزو ها

در سایه حساسیت و احساسات بی الیش خودتان همواره سعی می کنید که مشکلات دیگران را به نفع خود لخواه تان حل کنید و به همین علت مورد احترام و تحسین همگان قرار میگیرید . فردی هستید بی نهایت خود دار و بخوبی از ظریفه پیروزی بر مشکلات خودتان آگاه هستید سرشار از قوه تخیل و تفکرات مفیدی هستید که بهره آن بسیارین همسرند در زندگی اجتماعی فردی مدبر و سازمان دهنده و با اراده ای میباشید و ابتکار تان پیوسته مورد توجه و تائید همه قرار میگیرد . دوست دارید از آنچه برخورد دار هستید دیگران هم داشته باشند و بطور کلی آموزگار خوبی هستید برای اجتماع بخصوص در مورد جوانان می توان اذعان داشت که صداقت شما در دوستی و رفاقت بی نظیر می باشد زیرا که از هرگونه ضعف میباشید . قدرت عجیبی دارید و برای اینکه دوستی را بهین سایرین اشاعه بدهید همیشه کوشش می کنید که فردی مؤثر در زندگی دیگران باشید . در مقابل افراد ناپاک با خونسردی ایستادگی می نمائید زیرا عقیده دارید که اشخاص گمراه را میتوان به نیروی صبر و حوصله به راه راست هدایت کرد، هرگز از موقعیتی که در اجتماع دارید مغرور نمی شوید، ولی زبانه روی در ملاحت و مهر بانی اغلب تولید درد سرهایی می کند در انجام کارهایی که نتایج خوبی نخواهند داشت نه سنجیده عجله نکند .

اخلاق

روح خالص شما موجب پیشرفت در آموزش زندگی مشترک شده و موفقیت های اجتماعی را برای تان فراهم میسازد . شخص وظیفه شناسی هستید نهاد پاک و بی آلتش شما اجازه می دهد که

نسبت به همه کس خوشبین باشید . روح خشکاری و تعامین همواره بر تعداد دوستان صمیمی شما مفا فزاید و خوشحالی و شغف همیشگی شما را موجب می گرداند از برخورد با موانع هرگز دستچاچه نمی کنید زیرا که قبل از انجام دادن هر کاری قبلا جوانان با با دقت بررسی می نمائید . مسوولیت انجام کارها و اعمال تانرا مستقیماً بدست میگیرید و ایستاده کسی تا آخرین لحظه و رسیدن به هدف نهایی از خصوصیات اخلاقی شماست که تا کاری را به پایان نرسانید از پای نمی نشینید حتی اگر به قیمت جان تان تمام شود . عشق در زندگی کسی شما همواره قرین با خوشبختی بوده است زیرا واقعی است و به همین مناسبت هرگز آنچه را که به کمک عشق بدست می آورید به آسانی از دست نمی دهید . شخص با صداقتی هستید و درونگو یان و حقه بازان را به آسای نمی بخشید و این خصلت اخلاقی اغلب موجب برخورد های شدید شما با کسانی می شود که می خواهند بنحو ناعفایسته ای از وجود تان بهره برداری نمایند .

شما کی هستید شما چی هستید

یک نیروی خارق العاده پیوسته موجب آنست که بتوانید موانع را همواره با پیروزیهای درخشانی از پیش پای خودتان بردارید و به همین دلیل است که اکثرآ آنچه را که می خواهید بدست می آورید .

در زندگی خصوصی رسک کردن و تسلیم حوادث و سر نوشت شدن را بیش از هر چیز دیگری دوست دارید و انجام دادن کارهایی که برای دیگران ناممکن میباشد در شما ایجاد شغف و خوشحالی فراوانی می کند . مسافرت و گردش را دوست دارید مخصوصاً اگر مسافرت اتفاقی و بدین تعیین مقصد از قبل باشد . و گاه به هدف پیش میروید و به موانع برخورد می کنید . همیشه در انتظار عکس العملها میاید . زندگی هستید خیلی جوانانه تصمیم می گیرید البته گهگاه نتایج نامساعدی عایدتان میشود که از تحمل آنها بی اندازه رنج می برید . جاننازی و فداکاری در راه دوستان شما زندگی شماست و همیشه در صداقت و رفاقت محکم و پابرجا هستید . اتکا به نفس به محاسن شماست می باشد ولی اگر چنانچه سعی نکند آنرا به صورت خودخواهی و فرور جلوه گر سازید . در مورد عشق و احساسات شانس موفقیت چندانی ندارید . گرچه از آنجا

بیشتر لذت می برید ولی زندگی در اجتماع را هم نفی نمی کنید . آنچه مسلم است شخص با اراده ای هستید و مقاومت در مقابل سختیها اکثر آنجور میسر میسر میگردید .

۱- خواب

حرکت به خاطر برکت شمار شماست ولی خودتان بهتر از هر کسی به عظمت این سخن شمار پی برده اید و نتایج حاصله از بکار بستن آن در وجودتان چشم گیر است اما باطن شما با ظاهرتان فرق دارد زیرا که در اصل شخص آرام و سنگینی می باشد و به کلتوری عقل و دراکه و همچنین یک نسوری فیزی مسائل و مشکلات زندگی را به نحو دلپسندی حل می کنید . آزادی و استقلال را دوست دارید و به همین جهت اغلب شخصی سرکش جلوه می کنید در حالی که اطاعتانیم از بزرگترها جزو خواسته های واقعی شما می باشد . از دوستی با دیگران لذت می برید ولی سعی دارید دوستیها محدودتر باشد زیرا عقیده دارید که تعداد دوستان هر چه کمتر باشد میزان علاقه و صمیمیت به همان نسبت بالا می رود و به همین دلیل اغلب تصور می کنید که شما شخص گوشه گری هستید و یا از دوستی با دیگران خود شتان نمی آید .

هیچ وقت خودتان را یک فرد خوشبخت احساس نمی کنید . و همین تلقین به نفس اثر سوس در وجود شما بر جای گذاشته که به سراغ خوشبختی خیلی کم میروید در صورتی که در سایه کوشش بقول خودتان همیشه چیز حتی خوشبختی واقعی هم می توان رسید به حادثه جویی و یا تسلیم به سرنوشت شدن چندان عقیده مند نیستید و بطور کلی میتوان گفت که خیلی خوشسرمد و بی اعتنا به زندگی می باشید . اگر به اعناق قلبتان رجوع کنند دلتان می خواهد که شخص فمالسی باشید ولی بدینی به اجتماع اجازه فعالیت به شما می دهد . دیگران فکر میکنند که فردی خود خواه و گوشه گیر هستید . البته در دوستی خود همیشه پا بر جا بوده و از آنچه که بتوانید کوتاهی نداشتید بالاخر محیط خانواده کی را بیشتر دوست دارید .

۱- اصول

حماسه شادید به شما اجازه می دهد که بیشتر مشکلات را قبلاً پیش بینی نموده و از برخورد با موانع خودداری نماند و میتوان ادعا نمود که به کمک حسن تا شناخته ای که می شود آنرا حسن ششم نامگذاری کرد کلمه مسایل را قبل از اینکه پیش آید حدس می زنند و راه های مقابله با آنها را طراحی می نمایند . فردی هستید مردم دار و پاهرجسا در اصول دوستانه تا آخرین لحظه حاضر به ایستادگی در مقابل مشکلات هستید که

برای دوستان پیش میاید و به همین جهت اغلب اتفاق می افتد که بعضی ها تصور می کنند که لاهد و زحمتان هستید در صورتی که همه مساعدت های شما بدون نظر و کوچکترین چشم داشتی انجام می شود .

و از همه اینها که بگذریم این دوستی بی آلاشگاهی برای خودتان ایجاد دردسر و مشکلات می کند و به عبارت دیگر اغلب فردی هیچ میسر نمی آید در راه دوستان بدون اینکه روح خودتان از موضوع اطلاعی داشته باشد . توصیه می شود که اینقدر ها هم ساده لوح نباشید و گول ظاهری فریبنده اطرافیان را نخورید زیرا آنها به هنگام ناایمانیات در هر فرصت مناسب از کنارتان فرار خواهند کرد و شما در میدان نبرد تنها خواهید گذاشت کسی که یک گیسو ثابت برای خودتان پیدا نمایند زیرا پرسه زدن در اجتماع و از این شاخ به آن شاخ پریدن نتایج درخشانی نخواهد داشت به جلودقت کنید و از همه گذشته برای فداکاری در راه دوستی که قدرتان را نمی شناسند چند انچه حمله نداشتید و بداند که هر چیز به جای خود می نیگردد .

۱- کار

برای مقابله با مشکلات واقعا مقاومت عجیبی دارید و به خاطر رتبه بین مساعدت دیگران مخصوصا اعضاء خانواده از هیچ گونه تلاشی فروگذار نمی کنید خود را تسلیم سرنوشت کرده و از هیچ پیش آمدی هراس پیدا نمی کنید . اینهم نوعی شجاعت است که در وجودتان از ریز اول به دیده گذاشته اند که آنهم موروثی است به زندگی با تمام مشکلاتی که دارید علاقه مند هستید به چیز عشق میورید از انتقاد و زشتی اطرافیان به خصوص در مورد عشقهایتان هراس ندارید . اعتماد به نفس و متکی بودن به نیروی روانی و لایزال موجب میگرد که مشکلات ترس و واهی ای نداشته باشید از موقعیت اجتماعی خود راضی بنظر می رسید گرچه محیط کار چندان هم بیرونی مرادتان نیست اما موقعیت های درخشانی در انتظارتان می باشد . چنانچه به کوشش میگیران خود هم چنان ادا به بدید . از طبیعت و هر آنچه در اوست لذت می برید و عشق به زیباست و همچنین استفاده مشروح از زیباییهای طبیعت روز بروز در وجودتان شدت می گیرد . کینه و عناد بین دوستان شما را ناراحت می کند ولی سعی همیشه شما آنست که دشمنیهای بشر از بین برود . تشویق و تسخیر سایرین همیشه موجب پیروزیهای شما بر مشکلات زندگی بوده است . روی هر قسمتی شخصی منصف و درست کردار هستید و نصایح بزرگترها را از دل و جان می پذیرید .

چگونه مادران درخشانی...

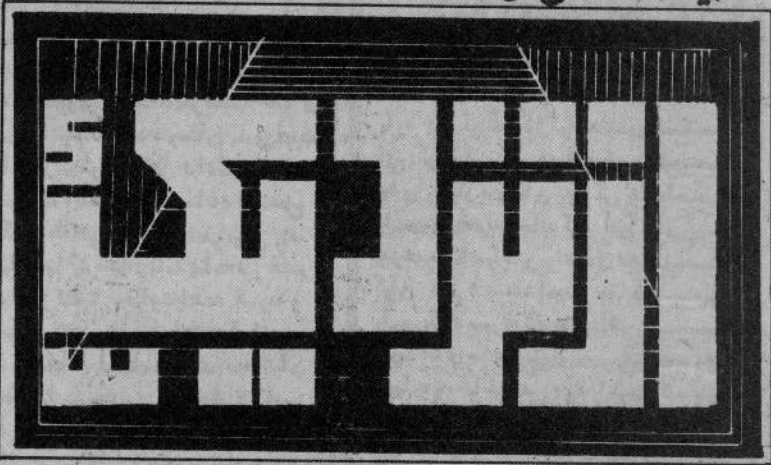
نیمه از صفحه ۵۸

مهربان . اما لحظاتی نگذشته بود که باردیگر بگویم آغاز کردید و سر سر آمدن گرفت و بعد کب به لک و کوب کشیدید و به بار دیگر در همان تیره کی شب اسحق را مجبور به ترک خانه کرد این بار رهسپار خورشید مادران در بر اسحق نگاه داشتند تمام شد خدا میداند شب را چه گوئید صبری کرد صبح وقتی که عقربه های ساعت بروی عدد پنج می رسید دوباره به خانه آمد . پدر اسحق که دوکانه را بود صبح وقت خانه را ترک گفته بود . اسحق به داخل راهی آمد و خواهر کوچک او در صحن حیاطی بسوید وقتی اسحق توسط خواهر اطینان یافت که پدرش در خانه نیست و اسحق به سوی آشپزخانه رفت مادران در راه تیاره میخواست برای نان پختن در تنور آسادی کی بگیرد کماحقا تهررا از گوشه آشپزخانه برداشت و قدرت هر چه تاثر بر نفس مادران در کوبیدن نقش زمین کرد پسند ولی دست اسحق یک بار دیگر نهیگر بالا رفت و فرقی مادران در فرود آمدن زن نهاد زد و بعد خاموش گردید . خون چهره زن را رنگ زد و همراه با هر قطر آن عقده های دل اسحق نیز خالی شد . و دروازه های زندان باز گردید به این ترتیب رنج و مصیبت بزرگی زاده شد .



ADD: MOH-JANKHAN WAT KABUL-AFG. TEL: 23222

آدرس: محمدجانخان وادی قابل شاد کابل - افغانستان تلیفون: ۲۳۲۲۲



همکار خوب حشمت اللعیم
نامه‌تان برای ما رسید
از این که به مناسبت یاد بود
از هنرمند محبوب، مرحوم
احمد ظاهر در مورد شخصیت
و هنر احمد ظاهر نوشته بودید
اینکه از نوشته های تان
خاطره‌تان را نقل میکنم
دو سال پیش از وفات احمد
ظاهر، روزی در یکی
از کسرت هایش که هنوز ز

طفل بودم همراه بایدیم -
اشتراک کردیم بودم فضای
تالار غوغای تان
چنان که هواخواهان
احمد ظاهر بودند، پرسود
واحد ظاهر با صمیمیت کف
زدنهای دوستاران هنرش
را با سخنگو بود و عاشق میخواند
بدم، یک آهنگ فرمایشی
نوشت همه دست من داد تا
برای احمد ظاهر بپریم، من
آن را بردم، احمد ظاهر
کافور از دستم گرفت و دو
را بوسید.
که آنروز هرگز فراموش
نمیشود. و همچنان آن آهنگ
را که بعد از فرمایش ما خواند:
(فقط سوزدم را در جهان
بروانه میداند.)

همکاران صمیمی مجله رحانه
حبیب صافی و زابعه حکیمی
محصلین پوهنشی زبان و
ادبیات نامه، را که در ضمن
میدان هوایی پوهنشی
زبان و ادبیات نوشته وارسا -
لیده بودید، برای ما رسید
از این که مطلب جالبی را
نترانسته بودید، بنویسید
برای تان مشوره میدهیم
که منهدم در ترمینل پوهنشی
زبان و ادبیات نوشته نامه
بنویسید تا با حوامی اندکسی
جمع مطالب جالب را به سوی
مجله در بروز آورید (از شما
یک طیاره، پارسی، تشکر!
محترم دنیا محصل سال اول
پوهنشی حقوق پوهنتون کابل!
نزد یک بهین میفرماید: پی
ساله حل است. شما
که علاقه سرسخت به آواز
هنرمند مذکور دارید، آواز
ایشان را بشنویید و دل تان را
خدای خواسته (او) نسانید
که از گم امید است.
همکاران عزیز نظیمه وفا کسو -
هستان و سموده (۰۰۰) ا
نزد یک بهین همین لحظه
احساس شرمند و کرم میکند ازین
که از تخلص تان عزیز (غیر از
چیزی دیگری ساخته نمیتواند
به هر حال برای آن که در
آینده این احساس، باز هم
وی را دست ندهد، لطفاً
در نوشتن نام از حوصله کار
بگنید، تا مجله (در مورد
مطلب تان باید گفت که
نزد یک بهین یا سخگویی نامه
های مجله، مهابون است

ناهید کشوری، عاطفه کشوری
و فریبا کشوری (نزد یک -
همین لحظه لبهایی (نزد یک -
بین) از خنده پیش نیاید
چون که دیگران میکنند
که (مجله زیبایی) ولی شما
نوشته اید که آدرس مجله
زیباعت به صورت ماسکویی که
این مطلب شما هم زیباعت
وتوزیایی (من زیبای
رادیست دارم. من و تو
دست به دست در کنار گلهای
که برای روز عروسی ما فرستاده
اند، لبخند میزنم. تو
در لباس سفید آغاز
(خوشبختیت) را جشن
گرفته ای و من با لباس سیاه خانه

(خوشبختیم) را با غم و دلخیزد
و با عزاداری، جشن گرفته ام.
محترم فلورا زلی متعلم
لیسه قصه کارگری ا
سلامهای گرم که از اماق) -
قلب تان سرچشمه گرفته بود
برای نزد یک بهین رسید
و همچنان پیشنهاد تان در مورد
حکایات از شاهنامه
فردوسی را در نظر خواهیم
گرفت. ولی خدا کند که مقصد
تان (شاهنامه فردوسی) با -
شد از شما تشکر. شماره دور
از اکثر، طبیب و حکم جسی
خواهیم.
محترم وحید الله ابراهیمی!
شما هم سلامهای نزد یک بهین
باید برانید. و وطن ادبی

زیبای تان برای ما رسید
ولی صد انوس که از شخصی
اخر نوشتن
یعنی از نوبه قلم شخصی تان
نمود. به امید نوشته های
از خود تان! جور باشید.
همکار خوب عبد الصبور!
نزد یک بهین باز هم عرض میدارد
اینکه بر متن طرح جدول دست
به سینه محذرت میخواهیم
حل کننده باشید!
دوست عزیز ما را از زیباعت
تا همین اختیاجات عامه
برای آن که احتیاج شماری
صفحه را مرفوع ساخته باشیم
اینکه، از نامه، بر لطف تان
چند مصراع از اشعار ارسالی
تان را میخواهیم:

محترم سیروس تنها، بیگار
در خانه!
همکار گل! از بیگاری کرده یگان
مطلب تکراری روان کردن هم
خوست میتوانید منهدم همکار
خوب و دایی ما باشید تا هم
از تنهایی وهم از بیگاری فارغ
شوید. مطلب طنزی تان را
به طنز خوان مجله سپردم.
سویرت های از ایستگا
زنده گی تان دور متوقف بها -
دا)
همکار دایی مومین کتواری!
نامه ای که به تاریخ
(۵۵ حوت) نوشته
و ارسال دانسته بودید همراه
با اخطار به تان! برای

همکار دایی و خوشنود و مجله
روشنه زین!
نزد یک بهین صرف یکبار لخشید
و تخلص مبارک شما را غلط
خواند امید شما با بزرگوار -
تان ببخشید. چون گفته
اند: از خورد ها لخشیدن
از زبان خندیدن. به
همین امید و آری دونک -
ارسالی تان را میخواهیم.
- بزرگترین صیب این است
که از صیب خود آگاه نباشیم
- انسان وقتی عادت کرد که
دیگری را گول بزند، مرا بچام
خود شردا هم گول خواهد
زد.
همکاران دایی مجله

عبد الرشید رحیم زینورد که
شکله رحیم زینورد که
نامه ای که در دیگری نوشته
بودید، یاد و مطلب تکراری
رسید. نزد یک بهین از هر دو
شما، در بار تشکر میخواهید
و منتظر نامه های زیاد تان
دو تایی تان است. از شما
دو جهان میاس و استان
همکار با جرات (۰۰۰ البته
به گفته، خورد نان (امیر -
حسین وحدت و مطلب تان
پاروچیه، مجله جسی که پاروچیه
آدرس مجله هم برابر نبود
از این که از همکاران خوب
ما هستید، چشم به راه مطا -
لب مهر چیه، تان هستیم

محترم سیروس تنها، بیگار
در خانه!
همکار گل! از بیگاری کرده یگان
مطلب تکراری روان کردن هم
خوست میتوانید منهدم همکار
خوب و دایی ما باشید تا هم
از تنهایی وهم از بیگاری فارغ
شوید. مطلب طنزی تان را
به طنز خوان مجله سپردم.
سویرت های از ایستگا
زنده گی تان دور متوقف بها -
دا)
همکار دایی مومین کتواری!
نامه ای که به تاریخ
(۵۵ حوت) نوشته
و ارسال دانسته بودید همراه
با اخطار به تان! برای

دو بین و نزد یک بهین رسید
باور کنید از ترس دیدن دور
وزن یکی هر دو شان که
شد. زبانهها بهمن
بسیار احترام دارند و همیشه
نامه های خوب تا مرا میخواهند
به هر صورت از خواندن مطلب
(چرا خمیازه میکشیم) هر دو
شان به فازه کشیدن شروع
کردند. و ما نیز میکشیم، اگر
این مطلب را بچام، تمام -
خواننده ها به فازه کشیدن
شروع خواهد کرد و حتی مس
بند ارم همین لحظه شاید
شما در پیشخوانده تان در
حال خمیازه کشیدن بانیید
همار درستی گوی مجله

زهره سرور ازلیسه سپید
 نور محمد شاه سینه !
 ورق های دوستی اورد تان
 برای ما رسید . از تمام
 دوستی های تان ، صرف
 مصرع اول یکی از دوستی
 های تان که (دو چشمان خسار
 داری فلانی) و فزاید است از شما
 تشکر و نون شما را متعادل می
 خواهم محترم (ک ۵۰) ()
 نام و نامه شما نزد یک بیسن
 را در رشک انداخت که جواب
 گوی نامه های سپارون است
 و از زود گرام کنونی ژوند
 امید که در آینده نام ، تخلص
 و آد رر تا روا واضح بنویسد
 از شما تشکر ! انتقاد تان
 (یک شینگه) به جا است
 میگویم آنرا در آینده
 در نظر گیریم . دوست کیسه
 بر از جیب رد دستکول تان
 کوتاه !

علاقه مند مجله . صم ۱
 شما همکار جدید التقریرمانه
 بلکه قدیم التقریر ما میباشید
 نزد یک به بین به امید آن که
 در آینده نام و آد رر مکمل
 تان را بنویسد . مطلب خوب
 تا نرا میچاید .
 مقاومت یک انسان کاسل ،
 بالغ و سالم .
 مدت ۱۲ روزه قد از نند میماند .
 مدت ۲۵ روز با کرسنه می زند
 میماند .
 مدت ۲ دقیقه ره تانچه ندر
 نمیکند .
 مدت ۶ دقیقه و ۲۶ ثانیه
 میتواند زرب آب زنده بماند
 - پیسی آکسیجن تا ارتفاع
 ۲۴ هزار متری از زمین بالا میرود
 و یک زن میتواند تا ۴۴ فرزند

به دنیا بیآورد .
 و نزد یک بین باتائید حرفهای
 بالا میگوید : پلی (حتس)
 یک انسان که ناخوشامسر
 با این رتبه باشد ، میتواند
 با آخرین درجه بلند بودن
 نخشا ، زنده بماند و با همان
 معاش گذاره کند .
 همکار ایی مجله قیام الدین
 غوثی ؟
 ما منتظر اختراعات دیگر
 تان هستیم .
 همکار ایی مجله فرخنده
 وارسته ؟
 فکاهی هفکاهی مانند تان سراها
 اراه و پشیره نزد یک بین همین
 لحظه بخوانید !
 - آیا استعداد دارید ؟
 - پلی داکتر صاحب ، مثل

کامیخونیم .
 - خواب تان چطور است ؟
 - بد نیر مثل یک خرس میخوابم
 - پس درین صورت ، پیش
 یک (وترنر) مراجعه کنین .
 همکاران عزیز مژگان سعایی
 از ابتداء این مجرم و محترم فرست
 سپارون (گفته) مشهور است
 که بنویس ، بنویس تا کسه
 نوی مژگان نویس .
 آباد ریا نویس .
 محترم عشق الله سخی زاد
 گفته ، بالا در مورد شاهام
 صدق میکند .
 همکار عزیز شما (عزیز) محصل
 پولیتخنیک کابل ؟
 ای کاش (معدات) از خود تان
 میزد . مقصد ماطن ادیس
 ارسالی تان است به هرحال
 یکم عالم تشکر !
 همکار ایی مجله حکمت الله
 ناظمی حکمت جو !
 از علاقه مندی مر سخنان
 تان نسبت به سپارون و آزار
 سال فوتی مبارک تان
 اضافه تر از یک عالم تشکر !
 افکار پیروزگان
 - بزگان آنا زمینکنند و خوردان
 ادا مه سید هند .
 - از شهدای ننگی کرده زهر
 ننگین بهتر است .
 - شیو سفید هیچگاه سیاه
 و دین کینه هیچگاه دوست
 نمیشود .
 - خوشفندی که از زنده ماند
 روزی گمراه است .
 ارسالی مجدد شما شننا

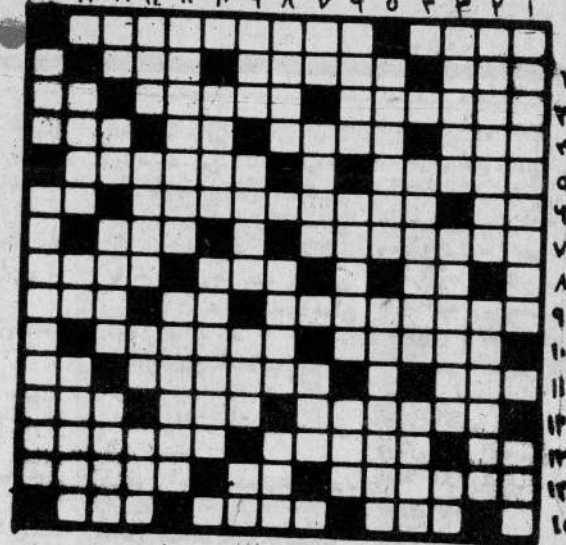
سر ازلیسه آریانا ، نصرالله
 از هیوری کابل و در خمشا حد
 پارا ما منتظر مطالب کارآمد و به
 درد بخور تان هستیم . از
 شکسته نفس تان تشکر ، شما
 را در روز شکسته بند خواهیم
 همکار خوب مریم جان ببیدی !
 برای کسانی که نمائندگیست
 گفته اید ، آنها نیز از بس
 دنیا رخت فریخته اند از
 احساس نیک انسانی تان تشکر
 ای کاش در تمام موجودات زنده
 که انسان نام دارند احساس
 وجود میداشت .
 محترم عادل نظری از عقب
 سفارت شوروی !
 طنز تان ، طنز بود از شما
 میطلبیم تا دیگر طنزهای
 تانرا نیز بفرستید تا از میان
 آنها بهترین ها را برای صفحا
 ت اختصاصی طنز انتخاب
 یکم استعداد تان قابل
 انرین گفتن و سخن تان قابل
 چاپیدن است . از شما تشکر !
 دوستدار مجله جاوید
 احمد (۰۰۰) ازلیسه
 عبد الصبور شهید ؟ نسبت
 منگدستی که شاید حال سواد
 نزد یک بین شده بود نتوانست
 تخلص تانرا بجاوند به هر صورت
 در آینده لطفاً تذکر دهید
 که طرحهای ارسالی تان مال
 کیست ؟ از شما رجحان
 سیاسی .

محترم و در محمد ط بر شبات
 له نگرهار رخه !
 ستاسی دومه ، دیر نیگی
 شعرونه دو در بین لاس ته
 را ور سید ددی له پارچی
 د شعر دخیرولو امکانات
 نلرو . بود در بین صاحب
 غیرله دی چی تاسی ته انرین
 روایی ، نور شه دهغه
 له لاسه پوره ندی . ستاسی
 نه دری دنیا منته .
 دوستداران مجله ، لود میلا
 و شگرنه باختری ازلیسه
 خدیجه جوزجانی ، در بین
 میفرماید : به خاطر علاقه
 مندی تان به نوشته های
 محترم کامله حبیب ، وی حاضر
 است با شما مکاتبه نماید .
 لطفاً آدرس دقیق تانرا
 بنویسد . از شما هفت
 کیلو تشکر .

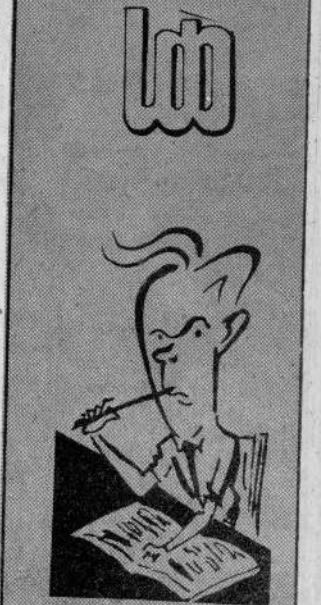
محترم ملکه مستمند سرور محلم
 درلیسه ، کوچک ؟
 پیشنهاد تانرا به پیشنهاد
 خوان مجله ، تحریری گفتم
 از شما تقریری تشکر می کنم
 همکار ایی ، گفته وقت بی
 مجله لید امان سعادت از
 پوهنتون بلخ ، گرچه در تعداد
 نامه های ارسالی تان درین
 اواخر کار من به عمل آمده
 ولی بماند آنکه انرا پیوستی
 بعمل آید ، اینک طرح
 ادبی را که از بزرگ خود کار بیگ
 خود تان است ، میچاپیم
 برای نامیدی های که دارم
 میندارم کافیت .
 خاک خاطره هایت راه سرگرم
 محترم جلیله سعادت (سلسلی)
 شاگرد لیسه مخفی ولایت
 بد خشان نامه ، تان رسید
 ما منتظر نامه های تان هستیم

زنامه خواننده تان صد نصد
 مجله ظاهره قلندری و نا هید
 قلندری از لخمیری با مری برای
 یکی از کارکنان درود ل
 میگرد . ضمن صحبت آهسی
 کشید وقت : پلی دوست
 عزیز ! من در تمام زنده گیم
 در عشق ، چانه نداشته ام
 زینرا فقط یک زن را دوست
 داشتم ولی امروز که او هم
 از دواج کرد .
 دوستش بر سید : او هم
 پارقیب .
 اولی سری تکان داده گفت :
 نخیر با خودم .
 همکار با سلیقه ، مجله نادره
 ایی از ولایت پروان ؟
 لطفاً بالا ای دو بین بپچاره
 غرده نگرید ، خداوند متعال
 میداند که نامه های قبلی
 تان در کدام منطقه گره خاکی
 زمین ، چکر میزند . صرف
 این نامه ، تان بایک مطلب
 یک کی زیاد تطویل برای ما
 رسید ، از شما تشکر . تقاضا
 مینامیم در آینده مطالب
 یک کی زیاد کوتاه بفرستید
 بدین گئی و سخنی میچاپیم
 تشکر شاد باشید .
 همکاران رفیق مجله عبد المقصود
 هتا ، کارمند مرسته عالی
 تر به معلم ولایت پروان ؟
 نین که از راه درود رازی لطف
 نموده ، نامه مرستاده آید
 ما منتظر ، طرحهای ادبی
 خود شما هستیم .





سازمان



پادشاهی

و همچنان نام کلیست.
۸- سرتاج اعداد از آنطرف
سپاس و ستایش است - نام
سرو کوهی است و همچنان
و صدای الاغ.
۹- کسی که بیش از یکبار رد
دارای دارد - از ویتامین
ها - چویدست.
۱۰- در پیله و کلکون به
لسان بیگانه - امانت را جمع
کنند.
۱۱- دختر خمر است و -
نوعی گهواره - از مارها
مکان.
۱۲- عضو مجلس سنا در آن

نان می پزند - بت.
۱۳- زنج است و هر یک
از دو قسمت استخوان بالا
و پائین دهان - از ماه
های سال - اولی درخس
انگور و دومی جرس - دو -
کلمه.

۱۲- از شاخه های فرقه
نظامی - بدو دو خدا احا -
فطی - تکرار یک حرف -
مردمی که در سرحدات ایران
و عراق و ترکیه زنده گی می
کنند.
۱۳- امروز در اردو - تن
پوش پرند گان - میگویند
ز یاد شرافت قبول مرکه است
آسیب و کوفتگی.
۱۴- زرق دهنده - نیسی از
عصمت - از د رجمه داران نظامی.
۱۵- کوزه سفالی - منطقه
در جنوب شهر کابل که قصر
زیبای در آنجا وجود دارد.
افغنی:

۱- کتاب معروفی از نسو -
پسند و امرتایی " به چسرا
ستوو" که فهرمان آن یک
سها هیوست است - نام محل
و زمین که حضرت محمد
بدخترش بخشیده بود.
۲- بیماری درد مفاصل
موی - سه فرهنگی وابسته
بملل متحد که هدفش بسالا
بردن سطح فرهنگ در کشور
های در حال رشد است.
۳- محل سهادت حسین
علیه السلام فرزند علی "ع"
هزار میلیون - حرف همراهی
۴- د کانبها - مال تراز -
دیگران.
۵- درستون افغنی ردیف
دوازدهم بچوئید - اتاق
جلسه و کنفرانس در لسان
بیگانه.
۶- مونث صغی اما در هم
د هلیز و گزیدور - مهبین
است و زاد بوم.
۷- بلی به روسی - بیبازی
و کارهای گو ناگون سرگرم
شدن - جمع رای.
۸- بیت چپ - نوعی نمایش
آواز کردن است و کار نمادی.
۹- قهیل بی پای - اکثر نام
کم گویند شهنیگانه قولف
را نی شکند از پایتخت های
ارد پای.
۱۰- کسی که پش دارد -
قصه ها و نقل کرده شده ها
۱۱- ارزانی را بهار مساورد
آشکار شدن و برهنه شدن
است اما بمعنی برهد و تو
استمال میشود.

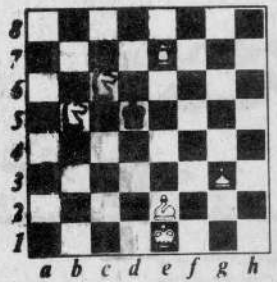
۱- از معادن کشور ما - ریما -
ضی دان معاصر کشور.
۲- آفتاب به یکی از لسان
های ما - اصلاح امور خلق
اداره مملکت و رعیت داری
در دو محنت.
۳- گیاه است داری گلپای
سفید که میان آن زرد است
و در طب و پختن بعضی خوب
راکنها استفاده دارد - بیان
کردن است و بمعنی بهانه
گرفتن نیز آمده است - خدا -
وند.
۴- مهبانخانه و کاخ - شمای
انگلیسی از اوزان محلی.
۵- از مرضی بعمل می آورند
دهقان و زارع.
۶- رمز سر بریده - از هرگرام
های آموزنده صحانه واد هو
قامت و بالا.
۷- اولی بودم در پشودوسی
فرزند ابر - دو کلمه "نومیدی

۱۴- پایتخت ایرلند - خرس
به عربی - امر و حکم.
۱۵- گروههاست و جمع است
ملی و رهنی انرا دارم از
سایل موسیقی ضربی.

ضرب السهل
میکمیل میگیرد

- خواهی نشوی
هم رنگ جماعت باش
- آب از روی خورده
میشود.
- کسکه نمیگوسد و
کسکه میگویند.
- برای به خاک سپردن مرده
هر خاکی
- لازم نیست یک
مرغ تمام انرا بخورید.
- مرده گان خیلی خوشبخت
..... هستند.
- هر چه بشیاطین
بیشتری برمیخورد.
- علف شبنی است.
- زاغان در میاهند.
- دریای ساحل ندارد
- هنگامیکه برادران با هم
..... کود به طلا مبدل -
میشود.
- تمام کالاها دارند.
- هرچه یک گولاس
زود تر مویزد.

شطرنج



ماعد
دو حرکت

جواب این در شماره آینده نشر
میشود

حل کنید جایزه بگیرید

جوایز این شماره

- دو کتابچه پس انداز
د افغانستان بانک
- دو جلد کتابچه پس انداز
بانک ملی افغان
- صرف آلتک چهار نفر
در فروشگاه بزرگ افغان

چگونه بنوشید؟

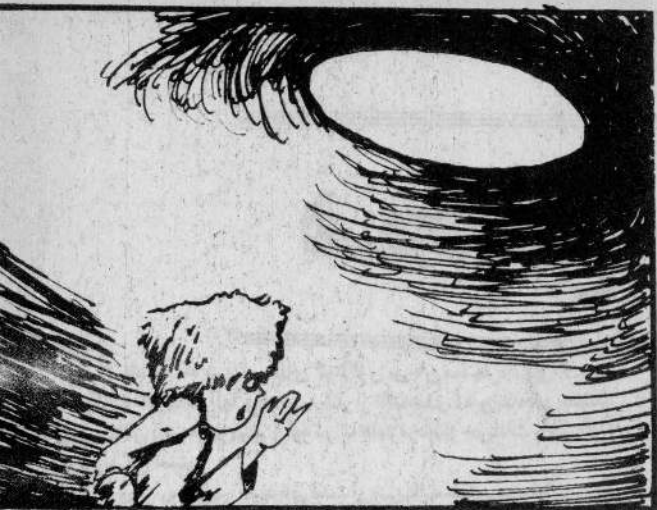
چارنفر از دستان گرد یک موز بنشینند. بعدا یک
گولاس پراز چای را روی موز بگذارند یکی از شما به
دستان خود بگویند که بدون تماس به کلا باسد
چای را از زهر کلاه صرف کنند بعدا خودتان در زهر
موز خود را خم نموده او از نوشیدن چای را توسط ط
دهان بهرون بیاورید بعدا بدستان خود بگویند
که چای را صرف نموده اید یا خیر؟ در ضمن لحظه
انها مشکوک هستند کما یا جای را نوشیده اید یا خیر؟
این عمل را اجرا نموده ببینید آیا به چه طریقی میتوانند
چای را از زهر کلاه بدون تماس صرف کنند حل انرا
برای ما بفرستند.

اعداد را وصل کنید



حل کتنده گان

- محترم محمد ظا هر غیزی
- محترم منوره مسعود
- محترم انهه افهدی
- محترم منصور نورستانی
- محترم شهرا حمدا مبری
- محترم حسنا غزال
- محترم سونا جاله
- محترم محمد نصر جاله
- محترم حمید سهدی
- محترم فروزان سهدی
- محترم ادیس
- محترم جمال ناصر



تاجر نادیده که از میان کوزه صدا پالاشد از وحدت نوز. بودنیاه یزید تصور کرد کلام چن خود را در کوزه پنهان کرده است. امر کوز کوزه را به دریا بند ازندا صدا پلا بی به سرش میاید .



مالک با آدم زیاد خمیاس است . پول فرزند اراهایش را نیز نیند هد من سه سکه طلایش را پنهان کردم . کوزه دو من گشت . این چیست من شن سه طلایش را گرفتند . ام . سرک وقتی این حرفها را شنید بسما ر تمجب کرد و پاخود گشت : کاش میخوانم یکی از این کوزه ها را برای خود بگیرم .

۱- برد تاجر که برای تجارت به پول زیاد ضرورت داشت . روی فرغ نشسته و فکر میکرد از کی فرغ میگردد . چن کسسی پول زیاد به او خواهد داد . زیر لب گشت : دستاخذ صد سکه کلال من سکه پسرک .

مدازد : سکه های کلا را کوزه ها پرود . ایند .



کوزه سخنگوی

۲- روزی کلال به شاکردی گشت : پسر جان . امروز تمام دیگه ها و کوزه های را که ساختیم ام میخریم تا پول های فروش تاجر را ببرد ام . هنوز کلال چندان از دو کاشی فاسله نگر ننه بود که اتفاقا سرو

از همین حالا کار یاد بگیرد تا در آینده بتواند برود زنگش خود خود . پسرک تا این حرف های ماد ریش را شنید . نزد کلال رفت و گشت : کالاجان ه شاکرد کارنده ایید . بیخواهم کوزه گری را یاد بگیرم چون این صمت خرم میاید .

۱- دهقانی یک پسر داشت . پسر بقدری جسم کوهک داشت که مادرش او را " چشندک" صدا میزد . روزی مادرش گشت : پسر خوب دارم اما کانه میباشی نیست که هیچ کار و پیشه بی را بلد نیست . او باسد



از میان یکی از کوزه ها پسرک بیرون شد . از تاجر از دیدن آن صحنه سکت به تمجب آفتند ازین که فرزندش ندا گشت و بسیار خوش شد که صاحب فرزندی شده است از آن روز به بعد پسرک نزد تاجر زنده گی میکرد و کسار منصور و با پول آن پدر و مادرش را کفایت میداد و ازین خوش چاشنی در زندگش نهیاست فادمان بود .

۳- هس دیو دکه سکه ها و چگونده مقابل چشاند نت بعد رخشنه . تاجر خدا گشته کوزه را بلند کرد و به زمین زد . چشاندید ای از میان تخته های تیکر مسکه های طلا در رخشنه ند . . . حساب است یا بیسدار . . . ۱۲۲۲

۴- هسکه نیکران کوزه را برد اشتند هار دیگر صدای آسار آسوزی از میان کوزه بلند شد . جمله در کار نیست . من میخوانم همسین تیکرها و تخته های کوزه را به سکه های طلا تبدیل سازم . آیا هیچ باوریت نمیدود ؟ بگو یکی از کوزه ها را بشکشان آن وقت به حقیقت سخنان من بی خواهی بردوخیا .



۳- نیکران تاجر قبل از همه طرف گلسی کلال کلال کلالی را که در آنتاب برای خشک شدن گذاشته بود . گر تته با خود بردنسد . در طول راه کوزه هایه سخن زدن شروع کرد ند . یکی از آن ها گشت :

۵- دروازه را باز کن . من تاجر استیبر که از خوف و ترس میان یکی از کوزه ها داخل شد . تاجر وارد دربان شد و خطاب به تو گزاش گشت : هه چیزهایی را که این جا به نظر تسان میاید باز کنود و بیهد . این کلال فرندوست پول بر نیند هه .

کله تاجر پیدا شد . وی از ندتها بشنود پولش را محاله میکرد و اما کلال نتوانسته بود پولهايش را برساند . از پترو تاجر باخشم فرهاد زد .



همخوانی مثلها، ترابط فرهنگها

۹) ادب از که آموختی، از بی ادبان (بوستان سعدی)
عربی: العاقل من اتعظ بغيره عاقل کسی است که از دیگران پند بگیرد
انگلیسی: **Wise man learns by others fault**
مرد عاقل از خطاهای دیگران پند می گیرد

۱۰) از چاله درآمدن، بچاه افتادن
عربی: من الدفء تحت المزاب: دوری از کنار دیوار و افتادن در جوی
انگلیسی: **Out of the frying pan into the fire**
درآمدن از ماهیتابه و افتادن در آتش
۱۱) از حرف گربه کوره باران نمی آید.

عربی: لا یضر السحاب نبح الكلاب عوعوی سگها به ابرها زیان نمی رساند
انگلیسی: **The moon does not heed the barking of dogs**
ماه به عوعوی سگها اهمیتی نمی دهد

مضمون این ضرب المثل به این بیت از شعر مولوی بسیار نزدیک است:
ماه بسر سطح فلک شد شب روان
سیل را نگذار از بانگ سگسان

۱۲) از دل برود هر آنکه از دیده برفت: کنایه از اینکه دوری دوستی را
کمرنگ می کند
عربی: بعید عن العین، بعید عن القلب: دور از نظر، دور از محبت
انگلیسی: **Out of sight, out of mind**

مشابه مثل عربی
۱۳) از کوزه همان بیرون تراود که در اوست
عربی: کل اناه ینضح بما فيه: از هر ظرفی همان بیرون می آید که در آن
است
انگلیسی: **Vessels leak of what they hold** مشابه مثل عربی و
فارسی

۱۴) از هر دست که بدهی از همان دست می گیری
عربی: الجزء من جنس العمل: پاداش از نوع عمل خود انسان است
انگلیسی: **Like fault, like punishment** مشابه مثل عربی

۱۵) انسان به امید زنده است
عربی: ما أضحی العیش لولا فسحة لامل: اگر وسعت آرزوها نبود زندگانی
چقدر تنگ می شد
انگلیسی: **If it were not for hope, the heart would break**
اگر بخاطر امید نبود قلب انسان می شکست

۱۶) این دغل دوستان که می بینی مگسافند گرد شیرینی
عربی: الکبیس املان لا یفتقد الخلان یک جنبه پسر هرگز بی دوست
نمی ماند
انگلیسی: **A full purse never lacks friends** دقیقاً مشابه مثل عربی

۱۷) با پنبه سر می برد
عربی: فم یسبح و ید یذبح دهانی که می ستاید و دستی که سر می برد
انگلیسی: **An iron fist in a velvet glove** یک مشت آهنین در دستکش
مخملی

۱۸) باد آورده را باد می برد
عربی: مال تجلبه الریاح تبعثره الزوابع: مالی را که باد می آورد طوفان
می برداند
انگلیسی: **Easy come easy go** (چیزی که) آسان می آید آسان هم
می رود

ضرب المثلهایی که در مناسبتهای گوناگون بر زبان ملتها جاری گشته
است چکیده تجربیات آنها بوده و سرشار از نکته های آموزنده می باشد
همچنین نشان دهنده تیزیابی و قوه درک عامه مردم از جریانات و مسائل
روزمره زندگی است.

آنچه در پیش رو دارید، گزیده ای است از ضرب المثل های متداول در سه
زبان که بصورت معادل گردآوری شده است:

۱) آب در خانه گندیده است: کنایه از بی ارزشی چیزهای نزدیک و
سهل الوصول

عربی: لا کرامه لنبی فی وصد. پیامبر - سرزمین خودش احترام ندارد.
ایضاً: بنتالدار عوراه (از ضرب المثل های عامیانه)

انگلیسی: **A prophet is not without honour, save in his own country**

ک پیامبر بی احترامی نمی بیند، مگر در سرزمین خودش.
۲) آخر الدواء الکی: سوزاندن آخرین راه درمان است
توضیح اینکه در قدیم زخمهایی را که معالجه نمی شد می سوزاندند

عربی: این عبارت عربی است و در هر دو زبان فارسی و عربی رایج است
حافظ می گوید:

بصوت بلبل و قمری اگبر سوسی سوسی
علاج کی کسنت، آخر الدواء الکی

انگلیسی: **The last resort is the hot iron**
آخرین چاره آهن داغ (سوزنده) است

۳) آدم گرسنه ایمان ندارد
عربی: کادالفقران یكون کفراً: فقر به کفر نزدیک است (حدیث)

انگلیسی: **When poverty comes in at the door, love flies out**
زمانیکه فقر از در وارد می شود، عشق از پنجره می گریزد.

۵) آشپز که دوتا شد، آش یا شور می شود یا بی نمک
عربی: من کثرة الملاء حین غرقت السفینه: از زیادی ملوانان کشتی غرق
شد

انگلیسی: **Too many cooks spoil the broth**
آشپز زیادی آبگوشت را خراب می کند

۶) آش نهورده و دهن سوخته
ایضاً: گسینه کسرد در بلیغ آهننگری

بسیه شوستر زدن کسردن
عربی: اکت الفلفل و تفلفل حلقی: فلفل را تو خوردی و گلوی من سوخت

انگلیسی: **One does the blame, another bears the shame**
گناه را کس دیگری انجام می دهد و شرمساریش از آن دیگر است

۷) آفتابه لگن هفت دست، شام و نهار هیچ چی. (کنایه از تشریفات
بیهوده و زائد)

عربی: اسمع ججمه ولااری طحنا سرو صدا می شنوم ولی آردی نمی بینم
(در اسباب)

انگلیسی: **Much ado about nothing**
هیاهوی بسیار برای هیچ ایضاً **Much bran, little meal**

۸) آنچه بر خود مهسندی، بدیگران مهسند
عربی: کما تدب، تدان = همانطور که دیگران را خوار کنی خوار خواهی
شد

انگلیسی: **Do as you would be done by**
همانطور با دیگران رفتار کن که باید با تو رفتار شود.

بانک ملی افغان

از شما و در خدمت شماست
امانت و پس اندازهای شما را با اطمینان نگهدارند

تایر تیوپ لیس

شما که بخاطر تایرهای جدید انتظار می کشیدید و مطمئن ترین تایر را جستجو می نمودید حالا می توانید مطمئن شوید این تایرها که از شهرهای کهنی تازه وارد گردیده در خدمت شما قرار دارد.

این تایرهای تیوپ لیس ضد پنچری و دفع کننده فشار و ضربه میباشد. تایرهای تازه وارد از سایر تایرها ارزانتر بوده و به اقتصاد شما کمک میکند. این تایرها چندین برابر تایرهای بادی عمر دارد مطابق استاندارد بین المللی ساخته شده. از این تایرها برای کراچی های خاک ریز و کراچی های حمل و نقل اموال و ماشین های سیار استفاده میشود.

این تایرها برای شهرها و قصبات کشور یک محصول مطمئن است.

از این تایرها استفاده نمائید و برابر همیشه از پنچر شدن و هواگیری راحت باشید.

کودرس فروش :- کابل حمه اول جاده نادر سینتون محمدی مارکیت دوکان غلام رضا
سالنگ و ات چهارراهی قوای مرکز سرای حاجی محمد عطا دوکان محمد رضا، ریا

تلفون ۳۴۹۸۱

رستوران ذائقه طلایی

فضای آرام با موسیقی شاد و بهترین موقعیت رستوران ذائقه طلایی همیشه در خطه
 باقی خواهد ماند. غذاهای لذیذ از گوشت گوسفند و مرغ را در سالن زیبای
 این رستوران که از ساعت ۸ صبح تا ۸ شب آماده خدمت است صرف نمایید. رستوران ذائقه طلایی
 مجال عروسی، شیرخوری و دعوتگان هموطنان مسلمان اهل هندو را با شرایطی سهل و اقتصادی پذیرد
 بکوشید وقت را قبل از ریزش نماید.

آدرس :- رستوران ذائقه طلایی، کادرم علوم مرکز فزیرا کرج، روبرو منگه (کرج)

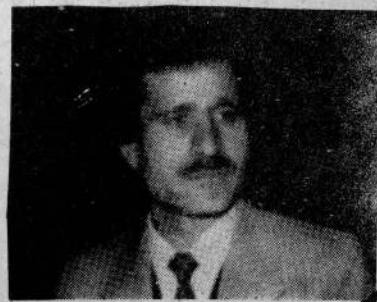
رهنمای مسابقات

روح الله نقییری

رهنمایی در خرید
 و فروش خانه
 زمین آپارتمان و موتور

آدرس:

شهرنو چارراهی حاجی یعقوب متصل مسجد
 جامع شیرپور
 تلفون ۳۲۵۲۹





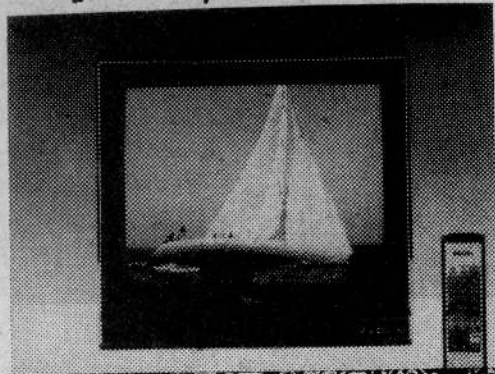
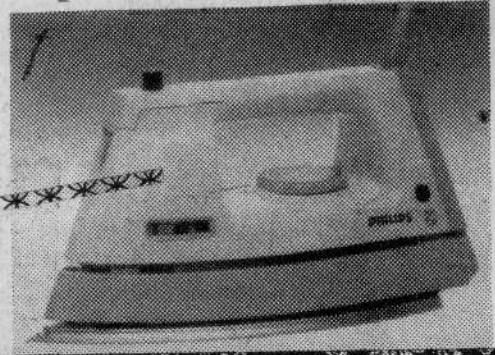
کفروشی سنبل
 کله تازه و گله مضمون لایق تره
 زهره شمس و خوش شمس و گل شمس
 مورت بورت میره بورت موش
 کله مرس زهره میره ان شمس نو کله کفروشی

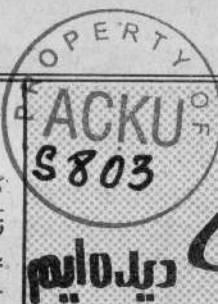


فروشگاه فلیس دلیایت

فروشگاه دلیایت شیک ترین اجناس
 راز شهر ترین کچین های جهانگ تان ولرد
 نموده و بلا شتر باغ عرضه میدارد.

تویوزیون های رنگ فلیس تو مایک ریگوت کنترول دلر به سایز های مختلف با یک سال
 گارنتی، دیدیوکت شارپ چاپر مدل VC-M730E تو مایک دلر شمس علم سیم استم
 ریگوت کنترول دلر، ارقام رادیوکت، تو مایک فلیس، با دیک سر مینر، تویوزیون های سنگین و سبک
 ۱۱ و ۲۰ انچه سیاه سفید ساخت اتحاد شمس در آدرس، تعالی شاه ولی کابل محمد جانخان ۱۱





برای شما فال

عقرب

میگویند کسی که خوب گره میزند خوب گره را باز هم میکند. اما گاهی اگر شما زنده و کسی تانرا خیلی محکم گره میزند برای حل مشکلات تان بیشتر از هر کس خودتان دچار جنجال میشوید، بهتر است سخت گیر نباشید و تا اندازم هر چه را آسان بگیرید.
دنيا به امید خورده شد.

حمل

هیچ مشکلی سر راه تان واقع نمیشود شما میتوانید با اراده و تصمیم قاطع بر سر دشواری ها غلبه کنید. در عشق چانس بیشتر دارید، اما مهم اینست کم میتوا- نمید از چانس خود استفاده کنید جسود نپاشید زیرا بیهوده خود را سردچار بهما- ری های روانی می سازید.

قوس

در گذشته ها کسی گفته بود که مرد- ها زن ها را جسام دوست دارند اما زنها قلبا و روحا. بهتر است اعتقاد او را خراب نسازید و آرزوهایش را زهر پا نکنید. مصیبت هرگز دایمی نمی ماند خود را با مقاومت سازید. در برابر حوادث سپر باشید تا بتوانید از خود دفاع کنید.

ثور

میگویند اگر قهر زنبور رانکشیدی قدر او عمل را نمیدانی، گاهی اجازه بدهید که حوادث هم وجود داشته باشد چرا که بدون تلخی نمیتوان مزه خوبی های زنده گی را چشید.
به استقبال يك خوشی بزرگ باشید و بدون آنکه خود را ناراحت سازید بسهاری از کارها سر بر راه میگردند مواظب خا- نواده خود باشید.



جدی

چیزی که گران است رایگان است. آنچه را که بمبطل بدست میآورید برایتان هم ارز تر دارد و هم خوشحالی.
دقت کنید که با تارک اندیشی دو-ستان خوب تانرا از دست ندهید.
چیزی را که انتظار دارید بدست میآورید اما همت خودتان میتواند بهتر شما را کمک کند. نامه بی دریافت خوا- هید کرد که خیلی برایتان خبرهای خوبی ارد.

جوزا

در رخ پای کوتاه دارد، شما متوجه باشید کسی که شمارا می فریبید همیشه قادر نیست فریبش را ادامه بدهد. تصمیم تان برای آنکه به يك دوست خود کمک نماید، خیلی بجاست اما کوشش نکنید این مساء مدت خود را همیشه به رخ او بکشید. دل فسخ داشته باشید. به زودی خبر سر خوشی به شما میرسد که میتواند برای شما خیلی با ارزش باشد یکی از دوستان تانرا ملاقات می کند که خاطره اش برای شما بسیار عزیز خواهد ماند.

دلو

همه چیز خوب است اما باید جوانسی را با تجربه های بهتر سپری کنید تا در پیروی جوان باشید. کسی را که بهاد دارد. رید شمارا به خاطر دارد و ممکن است به زودی او را ببینید. گمشده تانرا می یابید اما همه چیز مرهون زحمت شماست. شما توانایی آنرا دارید که بزرگوارتر از پیش باشید.

سنبله

بانشانی که جدی میباشند برخورد خود را جدی نگه دارید زیرا ممکن است شوخی های کوچک موجب شود تا مناسبات بسیار قدیمی و دیرینه شما خراب شود. کسی را که دوست دارید، از محبت خود آگاه سازید درین راه شهادت شما را کمک می کند. نامه يك دوست تانرا پاسخ بگو- یید و او را انتظار نذارید.

مشرطان

عادت نکنید همیشه منفی یاف باشید زنده گی پاته گفتن ساخته نمیشود، بلی بگویند و اما سنجیده. با دقت زیاد - کاری را که زیر نظر دارید انجام بدهید اما وسواسی نشوید و هرگز نخواهید همه چیز به مراد دل شما پایان یابد. از کسی که توقع نیکی ندارید در مقابل بدی اش آزرده نشوید. دعوت یکی از اعضای خا- نواده تانرا برای حل مشکلی بپذیرید.

حوت

هر وقت شما در باره خود اندیشید، اید در حقیقت دوستان تانرا هم از نظر دارید همیشه امید قوی شما مشکلات شمارا آسان ساخته و شمارا بخاطر زنده گی خوب یاری می رساند.
با دوستی که در هفته آینده ملاقات می کنید برایتان خیلی دلچسپ و مو- زنده خواهد بود. حرف های او را همیشه بخاطر بسیارید.

میزان

مهر بانتر از پیش باشید تا دوست تان احساس کند که شما در محبت خود سراو منت نگذاشته اید. زمانیکه کار خوبی انجام میدید خوشحال میشوید و نوعی راحتی وجدان شما را مسرور می سازد.
بدون آنکه اسباب زحمت اضافی دوستان تان را فراهم آورید گاهی احوال آنها را بگیرید. نگران گرمای هوا نباشید فقط خود را نگه دارید.

اسد

گرچه خوشی شما خوب است اما دقت کنید ممکن است بعضی ها آنرا نشانه سادگی باوری شما نه پندارند. برای زنده گی کردن هنر زحمت را بیاموزید.
یعنی تحمل و شکبایی. نامه بی شما میرسد که میتواند در موقعیت شما و در- تصمیم شما نسبت به آینده خیلی مو- ثر باشد.

موتورهای انصاری وات

آنها را به حفظ کیفیت و تمیزیت یک در موتورهای

ریانماقت و در شرکت والگا، ماسکوچ مدل ۱۹۹۰ احصا کرده اند؛

موتورهای والگا، ماسکوچ ۹۰ و موتورهای انصاری وات تازه وارد نمودند است



شما ازمایشگاه این موتورها در چهارراه انصاری شهرنودیدن کنید
و موتورده لخواه تا آنجا بارنگ مورد پسند انتخاب کنید . همچنان موتورفروشی
انصاری موتورهایی مدل جدید ۱۹۸۹ و ۱۹۹۰ بنز تویوتا و بیگ های
مختلف النوع را بدستوردارد اشخاصی و مؤسسات دولتی میتوانند با شرایط
سهل موتورمورد ضرورت خویش را دستیاب شوند

تصحیح :
با اعتبار به پوزیشن از خواننده ۳۳ خود نشنا
دارم در شماره اول ماه حمل در صفحه
۱۲۶۱ در ریفه داستان در روز دوشنبه
از شماره ۲۸ به بعد ۱۲ شماره به عنوان
فست اخبار استان مطالعه نمایند
شکر

که در سربار دیگر بنحاطر داشته باشد

تلفون ۳۰۵۲ چهارراه انصاری شهرنود

ملل
DS
350
225
3/14

موسیقی

فروشگاه بزرگ افغان

بیک شاپ بزرگ در فروشگاه بزرگ

فروشگاه بزرگ افغان

معاقل جوشی تانرا در سورت
فروشگاه بزرگ افغان بنگلار
نمایند تا خاطره آن همیشه باشد
بماند
وقت را بیزیرف کنید

ما میزبان شما در منزل مختلف فروشگاه بزرگ افغان آر و لیدی و در هر محصول
تولید کشوریم نموده کشیدل کون فرودست انجمن قیمت مناسب خریدار را نماید

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