

# په هرات کې دوه ملایان خپل ماین وژلي

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

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

Ketabton.com

## غږي هېوادونه د افغانستان جگړې ته اندېښمن دي

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

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

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



د جنجالي رایو تفتیش لا هم نه دی بشپړ شوی او ټاکنیز کمېسیونونه ونه توانېدل، چې بیا هم له مهالویش سره سم د رایو پایلې اعلام او بیا پر جنجالي رایو قانوني تصمیم ونیسي، د ټاکنیزو شکایتونو د اورېدو کمېسیون ويلي، چې په دې کې له سرته هغوی نه دقت مهم دی او د دوی په خبره، چې دقت به کوي او خبره کې یې څو نورې ورځې هم به برکې ونیولې، دا خبرې به داسې حال کې، چې ټول ملت په دې اړه سخت اندېښمن دی، ملت د نورو ملکونو ټاکنې یادوي، چې په یوه روځ کې یې پایلې اعلامېږي، خو دلته په افغانستان کې دا دی له ټاکنو څلورو میاشتې تېرې شوې، چې وروستی پایلې یې مالومې نه دي او په همداسې حالت کې مقرضې کړې، چې د قدرت نېشه یې له سره نه وځي، په پوره زور هلې ځلې کوي، چې ټاکنې پایلې ورته کړي او هغوی اوسنی نظام جبه او خپله پر ولس په غیر قانوني توګه واکمن شي دغه کړې په ښکاره توګه یا د سولې په بلنه او یا هم تر کوم بل نوم لاندې د حکومتونو طرحې را بيايي او درنګرځه هڅې کوي، چې ملت پر خپل نظام بې باوره کړي، خو ملت بیا د ټاکنو پر بنسټ د خپل نظام تحقق غواړي او دا ملت له دوی سره په دې کې جوړ نه دی، له همدې امله ستره غوښتنه دا وه، چې د ټاکنو پایلې په خپل وخت اعلام شوي وي، که ټاکنیز کمېسیونونه د سرعت پر ځای دقت غواړي، نو دا پورته اندېښنې یې یا هېرې دي او یا یې بابېشه کېدې دي په رسمي او غیر رسمي توګه ټولې دندې هم د ټاکنو د پایلو له خنډېدو سره سمې خنډې او ټکنې شوې دي، له سوداګرۍ او بانکونې نیولې ان په سیاسي نظام کې تر مداخلې پورې دا ټولې ستونزې د اندېښنې وړ دي، چې د ټاکنو د پایلو له خنډه سرچینه اخلې، مور د ټاکنو هغه پایلې غواړي، چې ملت اچولې دي او د ملت د رایو پر شرایطو برابري وي، باید برخلیک یې مالوم شي، ځکه دا د ملت امانت دی او په دې اړه څوک تصمیم نشي نیولی او یا هم ځینې د کمېسیون د خپلې غوښتنې او میل له مخې د ملت پر اړادو تصمیم نیولی نشي د ټاکنیزو کمېسیونونو تصمیم ده، هغوی بیا هم له خپل مهالوېشه ډېر وخت مصرف کړي، ایله بیرون د ټاکنیزو شکایتونو کمېسیون مشرانو په خبرې کفرانس کې وویل، د ۱۳۹۸ محلولو د ۳۰۰ زره جنجالي رایو له منځه یې په نمونه یې ډول ۱۳۷ زره رایې ځانګړې تفتیش ته استولې او د ۲۹۸ محلولو رایې به نورې هم ورسره تازه تفتیش شي د ټاکنیزو شکایتونو کمېسیون مشري زهرې بیان سنواري وویل، ۱۳۷۲۰ رایې به بیا شمېرل کېږي او که ۶۵ سلنه رایې یې هم معتبرې راوخېزي، ټولو ۱۳۷ زره رایو ته به اعتبار ورکول شي (که ۲۵ سلنه رایو قانوني معیارونه پوره نه کړل نو ۱۳۷۲۰ رایې به بیا په ځانګړې ډول تفتیش کېږي، خو بایومتریک، ریزلټ شپټ او نور معیارونه یې پوره نه کړل پایلې به اعلام شي)، اخلې بیان وایي، ۱۰۲۰۱۲ رایې داسې وي چې له ټاکنې زمانه وتلې وي، مګر له دې منځه ۱۵ سله رایې بیا شمېرنې ته راجع کېږي تر اوسه ټاکنیزو ډلو څه نه دي ويلي، خو دا په داسې حال کې ده چې د عبدالله عبدالله ټیم ويلي وو، چې ۳۰۰ زره رایې دې بې قیده او بې شرطه پایلې اعلام شي مګر د اشرف غني ټاکنيزې ډلې بیا هیله سوډلې وه چې له تفتیش وروسته به یې د بريا فیصدي له ۵۱ اعشاریه ۶۴ سلنې څخه پورته ولاړه شي دغه تفاوت او جنجال باید په عادلانه او عادلانه توګه داسې حل شي، چې د ملت ارادې په کې تریسولاندې نه شي او یوځل بیا د رایو تفتیش ژر وشي او ملت نور به ننه پرېنه سوډل شي

### ع، پیغام

د بڼه ګاونډیتوب اړیکې، له ترکمنستان نه افغانستان، پاکستان او هندوستان ته د ټاټې د ګازو د بل لیکې غځول، د ترکمنستان له لوري له افغانستان سره د اړیکو د لاس ته راوړلو په وروستیو کلونو کې د هېواد مشرانو هڅې د اړیکو پراختیا هغه پرمختګونه دي چې د دواړو هېوادونو اړیکې لاس ته راوړلې دي دواړه هېوادونه کولی شي د دغو اړیکو د پراختیا په پایله کې خپل هېوادونه د ودې او پرمختګ لور پورې ته ورسوي او هم د سیمې هېوادونه کولای شي له دغو اقتصادي پرمختګونو څخه د خپلو هېوادونو په ګټه کارواخلي او ټوله سیمه د ترهګرۍ د ودې پر ځای په اقتصادي بیا رغونه بدله شي

د یادو بنسټیزو پروژو له ډلې د ټاټې د ګازو د نل لیکې پروژې هغه ستره اقتصادي پروژې ده، چې د وړېمنو د لارې په څېر دادي یو ځل بیا د سیمې هېوادونو ته دا چانس په لاس ورغلي چې باید د امکان تر حده د خپلو ولسونو د سوکالی په لاره پرمختیا او سیمې د سوکالی په پیاوړي مرکز بدله شي او په سیمه کې آبادي او وړانې ځای ونیسي

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



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

د یادو بنسټیزو پروژو له ډلې د ټاټې د ګازو د نل لیکې پروژې هغه ستره اقتصادي پروژې ده، چې د وړېمنو د لارې په څېر دادي یو ځل بیا د سیمې هېوادونو ته دا چانس په لاس ورغلي چې باید د امکان تر حده د خپلو ولسونو د سوکالی په لاره پرمختیا او سیمې د سوکالی په پیاوړي مرکز بدله شي او په سیمه کې آبادي او وړانې ځای ونیسي

ګاونډیانو او دوستانو څخه ګڼې کچې او تراوسه یې له افغانستان سره خپله دوستي پیاوړې ساتلې ده

څو ورځې وړاندې د ترکمنستان لور ټبه پلاوی د هغه هېواد د بهرنیو چارو د وزیر رشید مرادوف په مشرۍ افغانستان ته راغلی و او

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

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

افغانستان د خپل جغرافیایي او اقتصادي موقعیت له مخې په سیمه کې ځانګړی ځای لري او د تاریخ په اوږدو کې تل د سیمې د سوداګریز مرکز په توګه د ورېښمو ستره سوداګریزه لاره هم زموږ له هېواده تېره شوې وه او د سیمې لوی سوداګریز کاروانونه زموږ له خاورې تېرېدل چې زموږ هېواد یې په سیمه کې په یوه ستر سوداګریز مرکز اړولی و

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

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

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

### شاوولي قرار شینواري

شوي وای او خپل غږ به یې له ملي او نړېوال غږ سره یوځای کړی وای اوس هم وخت دی، دوی دې له مخالفتونو لاس واخلي او له ملي اجماع سره دې یوځای شي، چې د سولې لپاره لومړی اوربند رامنځته او بیا بین الافغاني خبرې پیل شي اوه مخالفین دی نور دسولې په لاره کې دخپلونو له اچولو څخه لاس واخلي او په هېواد کې دتلباتې سولې لور هدف نه درسدېلو لپاره دې په افغانستان کې دسراسرې اوربند داعلامولو په اړه دې د افغان حکومت دطرحې اوغوښتنې بلي کولو ته ودانګسي او لسه دې لارې دې پرافغانستان اوربند تپل شویو خوړپو جګړو ته دپای ټکی کېږدي او په دې توګه دې دټول افغان ولس دپوې سترې غوښتنې په توګه په هېواد کې دتلباتې سولې لپاره داوربند په اړه دحکومت غوښتنې ته دعمل جامه ورواغوندي اوپرمت دې داوربند په وړاندې دکورنیو مفرضو ډلو تپلو توسطې شننې او ناکامې کړي او طالبان دې هم داوربند په اړه دحکومت غوښتنې ته لیک ووايي او شین خراغ دې پرځلېدو او لګېدو راوړي

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

شوي وای او خپل غږ به یې له ملي او نړېوال غږ سره یوځای کړی وای اوس هم وخت دی، دوی دې له مخالفتونو لاس واخلي او له ملي اجماع سره دې یوځای شي، چې د سولې لپاره لومړی اوربند رامنځته او بیا بین الافغاني خبرې پیل شي اوه مخالفین دی نور دسولې په لاره کې دخپلونو له اچولو څخه لاس واخلي او په هېواد کې دتلباتې سولې لور هدف نه درسدېلو لپاره دې په افغانستان کې دسراسرې اوربند داعلامولو په اړه دې د افغان حکومت دطرحې اوغوښتنې بلي کولو ته ودانګسي او لسه دې لارې دې پرافغانستان اوربند تپل شویو خوړپو جګړو ته دپای ټکی کېږدي او په دې توګه دې دټول افغان ولس دپوې سترې غوښتنې په توګه په هېواد کې دتلباتې سولې لپاره داوربند په اړه دحکومت غوښتنې ته دعمل جامه ورواغوندي اوپرمت دې داوربند په وړاندې دکورنیو مفرضو ډلو تپلو توسطې شننې او ناکامې کړي او طالبان دې هم داوربند په اړه دحکومت غوښتنې ته لیک ووايي او شین خراغ دې پرځلېدو او لګېدو راوړي

شوي وای او خپل غږ به یې له ملي او نړېوال غږ سره یوځای کړی وای اوس هم وخت دی، دوی دې له مخالفتونو لاس واخلي او له ملي اجماع سره دې یوځای شي، چې د سولې لپاره لومړی اوربند رامنځته او بیا بین الافغاني خبرې پیل شي اوه مخالفین دی نور دسولې په لاره کې دخپلونو له اچولو څخه لاس واخلي او په هېواد کې دتلباتې سولې لور هدف نه درسدېلو لپاره دې په افغانستان کې دسراسرې اوربند داعلامولو په اړه دې د افغان حکومت دطرحې اوغوښتنې بلي کولو ته ودانګسي او لسه دې لارې دې پرافغانستان اوربند تپل شویو خوړپو جګړو ته دپای ټکی کېږدي او په دې توګه دې دټول افغان ولس دپوې سترې غوښتنې په توګه په هېواد کې دتلباتې سولې لپاره داوربند په اړه دحکومت غوښتنې ته دعمل جامه ورواغوندي اوپرمت دې داوربند په وړاندې دکورنیو مفرضو ډلو تپلو توسطې شننې او ناکامې کړي او طالبان دې هم داوربند په اړه دحکومت غوښتنې ته لیک ووايي او شین خراغ دې پرځلېدو او لګېدو راوړي

پلاوي د جوړېدو پر څرنگوالي، دا ټاوتریخوالي پر کمېدو او د اوربند



نه لري له همدې امله پرې سختې نیوکې دي، چې ولې یې د سولې

پلاوي د جوړېدو پر څرنگوالي، دا ټاوتریخوالي پر کمېدو او د اوربند

پلاوي د جوړېدو پر څرنگوالي، دا ټاوتریخوالي پر کمېدو او د اوربند

پلاوي د جوړېدو پر څرنگوالي، دا ټاوتریخوالي پر کمېدو او د اوربند

پلاوي د جوړېدو پر څرنگوالي، دا ټاوتریخوالي پر کمېدو او د اوربند

پلاوي د جوړېدو پر څرنگوالي، دا ټاوتریخوالي پر کمېدو او د اوربند

پلاوي د جوړېدو پر څرنگوالي، دا ټاوتریخوالي پر کمېدو او د اوربند

پلاوي د جوړېدو پر څرنگوالي، دا ټاوتریخوالي پر کمېدو او د اوربند

پلاوي د جوړېدو پر څرنگوالي، دا ټاوتریخوالي پر کمېدو او د اوربند

پلاوي د جوړېدو پر څرنگوالي، دا ټاوتریخوالي پر کمېدو او د اوربند

پلاوي د جوړېدو پر څرنگوالي، دا ټاوتریخوالي پر کمېدو او د اوربند

# روغتيا او ژوند

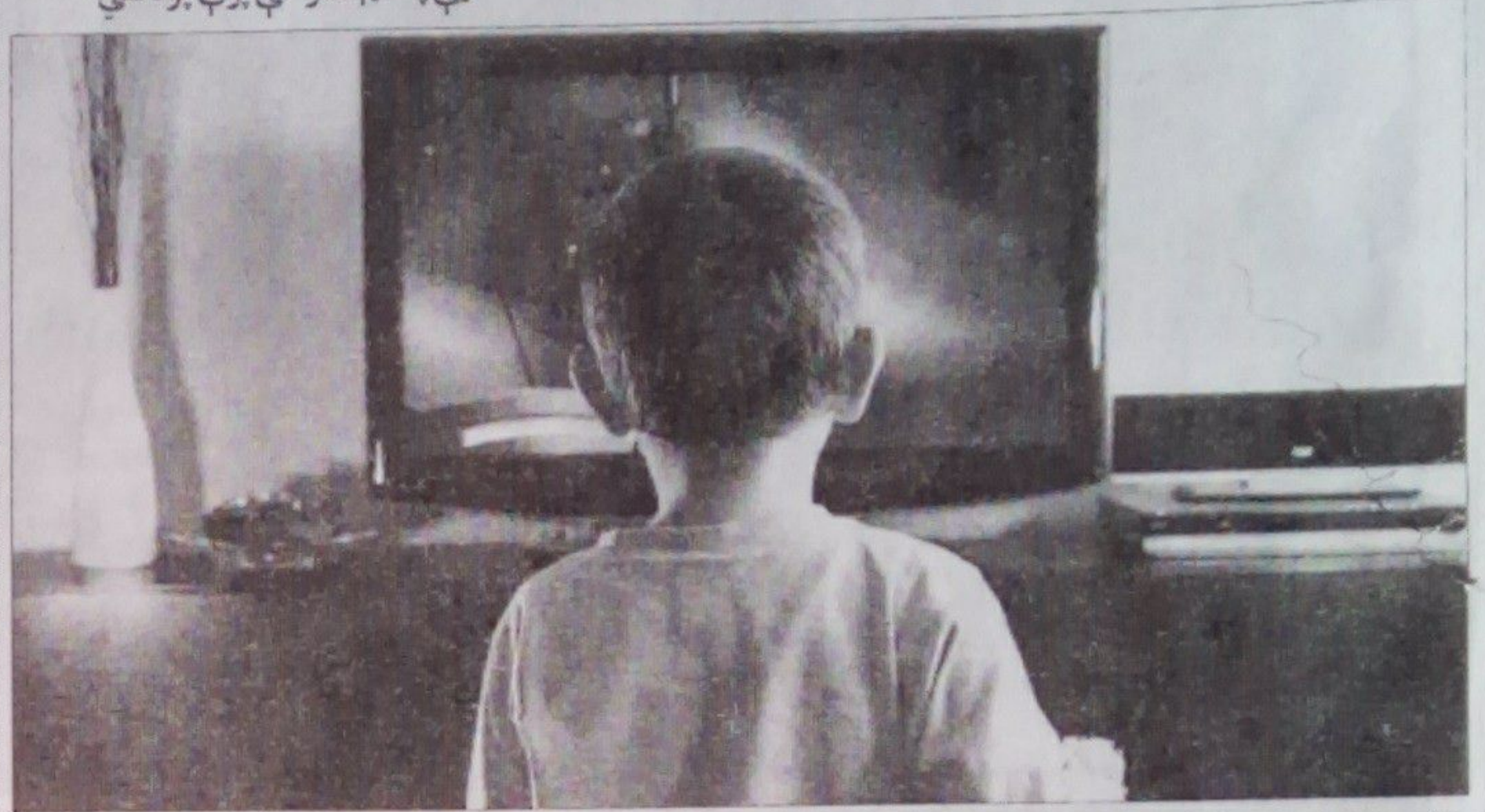


## تلویزیون زموږ پر ماشومانو څومره اغېزه کوي؟

### ضمير ساپی

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

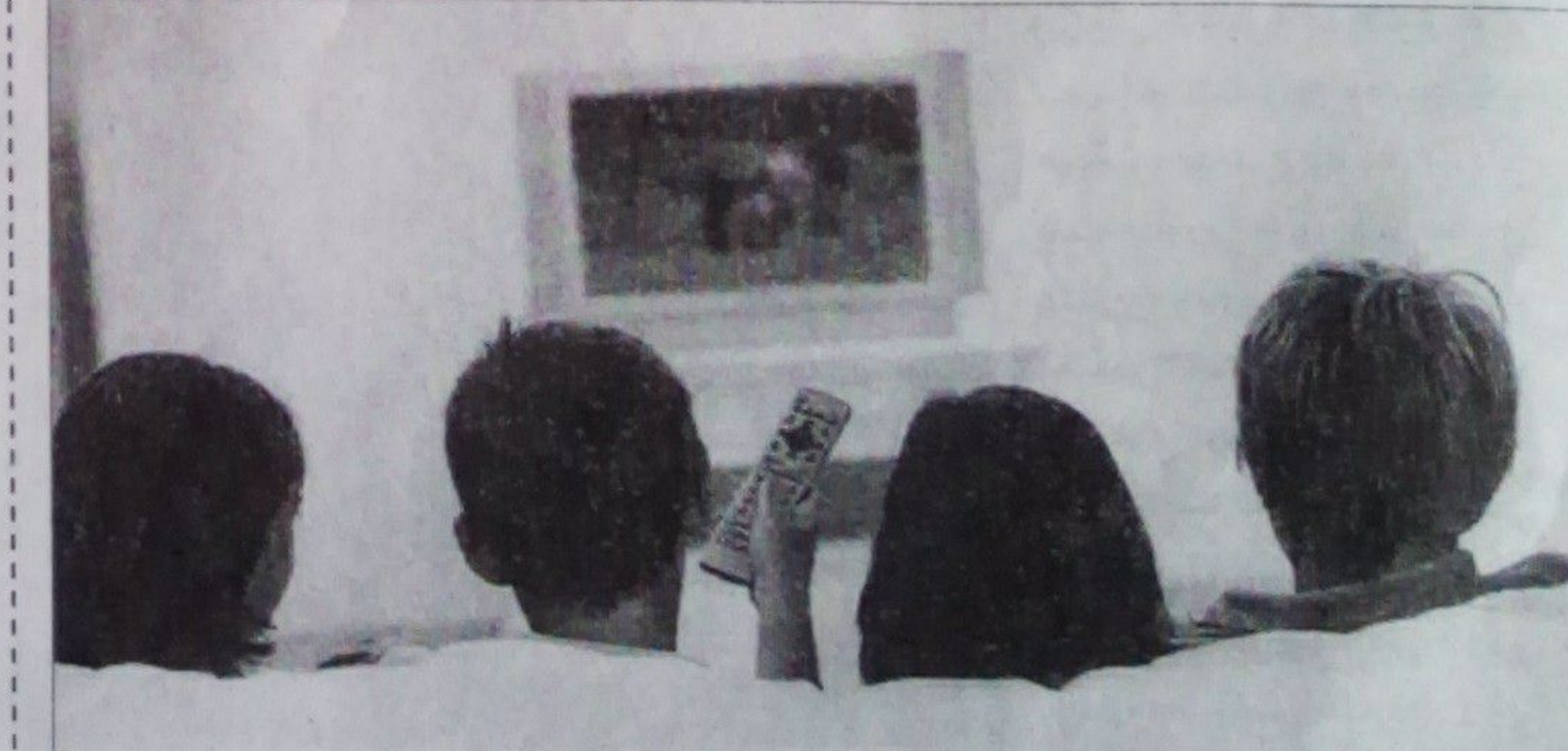
څه موده وړاندې مې شاوخوا درې کلنې ورېرې د ماشومانو په يوه کتاب کې يو انځور ولېده چې د يوه کارتون په مخکې د کليزې کېک ايسی وي ماشومه د دې کېک په لېدو سره ژر د خپلې مور خواته ورغله او غوښته يې ترې وکړه چې د کليزې کېک ورته راوباسي مور يې خبره عادي ونيوله، خو ماشومه وربسې کلکه شوه او ورته



وايي، دا خونديز کېک بايد حتما له نو درنو کورنيو ته مې په کلکه سپارښتنه دا ده چې په کور کې پر ټلويزون داسې خپروني او برنامې وگورئ چې له جنګ، جگړې، تاوتریخوالي او په ټوله کې له کرکې او نترته پاکې وي، ځکه ډېره جدي مسئله ده او دا هر څه د ماشومانو پر ذهن او راتلونکي ژوند خورا زياته اغېزه پرېباسي

په امريکا کې د مېشېک بوهتون موندني هم په ډاگه کوي، د ټلويزون ډېر کتل ماشومان په ښوونځيو کې له ښو نمرو اخيستلو محرومي، د خوب ستونزې ورته پيدا کېږي او د دې تر څنګ يې په چلند کې تغييرات راولي او د چاغوالي سبب هم گرځي

څپړونکي په دې اند دي چې د ماشومانو ډېر پروگرامونه هغه څه نه خپروي چې د دوی والدین يې



غږيو سره يو ځای په لمر ټلويزون کې د علائين په نامه له جادو ډک سريال خاړلی و، يايې له ما غوښتنه وکړه چې زما په څنګ کې پر خټين جک لکه د جادو په څېر لاس تير کړم او کېک ورته راوباسم، ما ډاډ وکړ چې دا کار امکان نه لري، خو هغې پر خپلو سترگو او لېدل شوي جادو باور لاره دا حالت چې مې ولېده يايې په ذهن کې تېره شوه چې د غواړي خپلو ماشومانو ته يې وسې او زياتوي چې د ماشومانو پروگرامونه خينې وخت له کرکې ډک او د ستونزو حل هم په کې د تاوتریخوالي په بڼه ښودل شوی وي چې دا چاره تر ډېره په کارتون کې وي

که څه هم ټلويزون کتل ماشومانو ته د ساعتري تر څنګ زده کړې ښيي، نوې پرې نه يې داخلي او فرصت ورته برابروي چې خپلې نړۍ ته

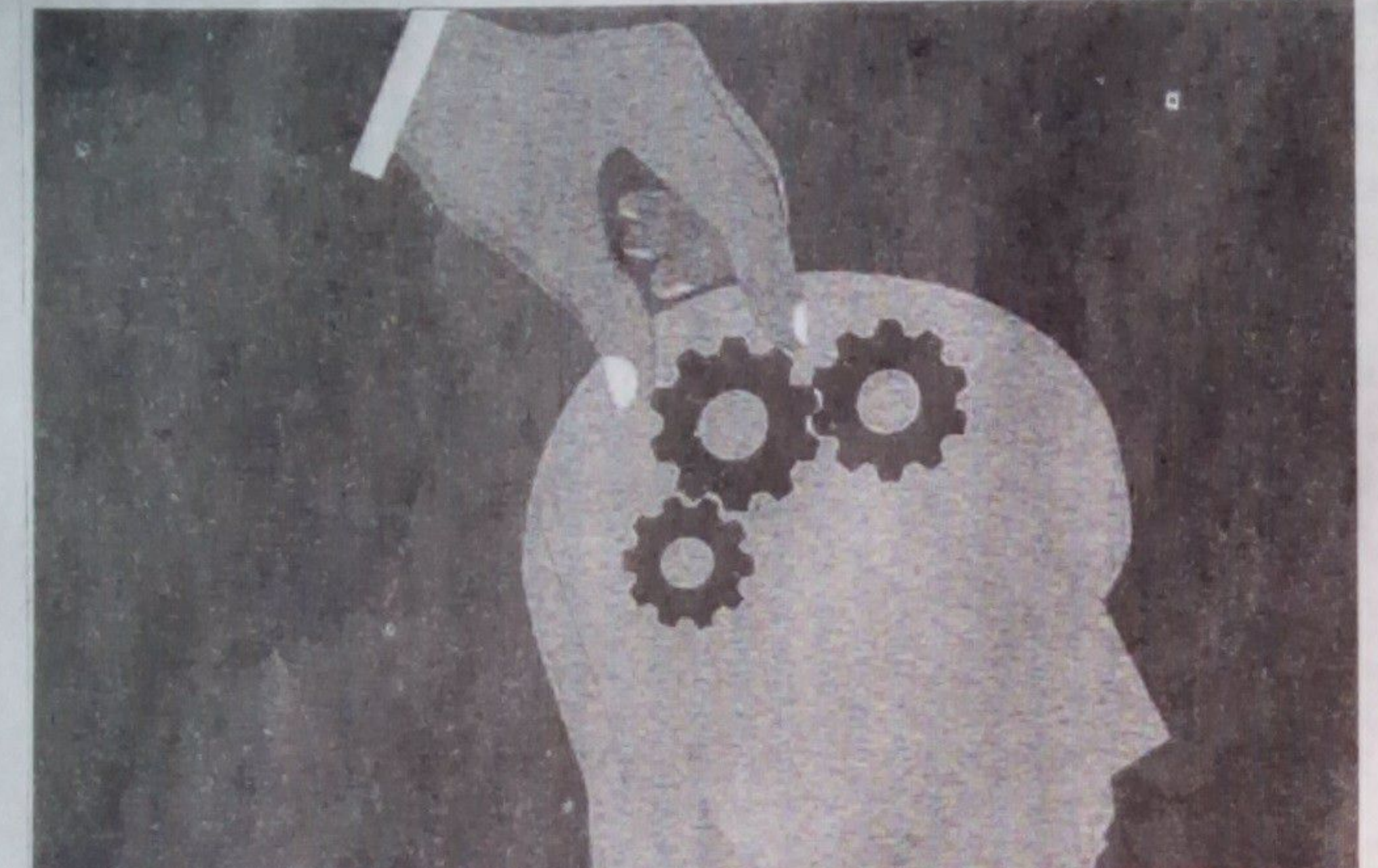
## ذکاوت يا هوښيارتيا

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

حالتو يو خوښ او معنی لرونکي ژوند ولري. په هر صورت، دوه ځانگړي شرايط شتون لري چې ذهني کولای شي پر هغو ځانگړي اغېزه وکړي:

۱. **خپلگان:** کله چې مور خپلگان ولرو زموږ منفي افکار او منفي مزاج له يو بل سره تړل کېږي.

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



بدن يې په حقيقت کې تر کوم گواش لاندې نه دی رنځوران معمولاً په يوه داسې دوره کې اخته کېږي چې دوی له سره ښه ورځ لري، ډېر کار کوي او وروسته يې بده ورځ بيلېږي، دا يو داسې پروسه ده، چې د فعاليت د دورې په نوم يادېږي. دماغ چې څومره ورځني کار ته اړتيا لري معمولاً د ناروغ له خوا ترسره کېږي، چې ناروغ لا په خپله حدودو کې وي او وروسته خپله د فعاليت کچه لوړوي.

په خواشيني سره، دا ډېر مهم دي چې په آرامۍ سره د بدن تمرين وکړي، تر څو دماغ د ځينو ساحو څخه وېره کول بند کړي. ناروغان معمولاً هڅه کوي هغه ساحه چې ډېر درد کوي په لاس يا بل شي سره ټينگه ونيسي تر څو حرکت ونه کړي، خو دا ټينگ نيول په پايله کې د عضلي د لا درد لامل کېدای شي. د ذهني معنی دا ده چې رنځ وړونکي لومړی له خپل درد څخه خبر وي، د دې پر ځای چې په دې اړه اندېښنه وکړي چې دوی درد لري، دوی د درد هغه حالت قبليوي. دا په دې معنی هم دي چې ناروغان بوهېږي چې دوی بايد آرام وکړي او سخت کارونه ترسره نه کړي او په پايله کې د فعاليت له دورې څخه ډډه وکړي. دا پروسه آسانه نه ده او د دوامداره درد د تداوی په صورت کې درد په بشپړ ډول له منځه نه ځي په هر صورت، ذهين رنځوران داسې فکر کوي چې دوی خپل درد په ښه ډول اداره کوي او په پايله کې له ژوند څخه خوند اخلي

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

اضطراب او خپلگان، د اوږدې مودې درد او د عصري ژوند له امله په ځان کې د ورکېدو احساسات او د فشار پر کموالي بحث کېږي.

په هر صورت، هوښيار کېدل تل آسانه نه وي او همدارنگه ذهني مراقبت په ځانگړې توگه د اغېزمنتوب لپاره منظم تمرين ته اړتيا لري.

**څنگه د ښه ذهني درلودونکي کېدای شو؟** ممکن يو څوک د دې لپاره چې د ښه ذهنيت خاوند شي دا لاره وټاکي چې ورځنيو کارونو ته پوره پاملرنه وکړي، خو ذهنيست د دغو ورځنيو کارونو د ترسره کولو لپاره داسې ځانگړو چلندونو لکه پلټنه کول، آزادي او منلو سره تړاو لري په دې توگه تاسو کولای شې د خپلو اصلي تجربو په اړه روښانه، له مخکنيو فکرونو څخه آزاد او پرته له دي، چې د هغو پر وړاندې د عکس العمل په اړه پريشانه شئ. کله چې د يو شخص بشپړ تمرکز پر هوښيارتيا وي، نو ذهنيست په خورا شدت سره پرمختگ کوي. د ذهني تمرکز داسې حالت د مراقبت په توگه تشریح کولای شو مراقبت خينې وخت په داسې ډول بيانېږي لکه د خوب کولو پر وړاندې چې يو څوک راوبښېږي. غور کول يا مراقبت کول د يو متمرکز منځگړيتوب په توگه طبقه بندي کولای شو، چېرې چې يو ځانگړې تمرکز وي لکه غږ يا په ذهني توگه غور کول چېرې چې په حاضر وخت کې د يوې مسئلې پر ټولو اړخونو باندې تمرکز کېږي. په هر صورت، په حاضر وخت کې د يوې مسئلې په اړه بشپړ

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

# ادب ، تاريخ او فولکلور



## (معرفی کتاب)

### زنده گی سیاسی شهید محمد داوود

مصطفی عمرزی

تحمیلی ایډیالوژی های وارده، اما با اشد، ضرورت



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

دازند به گذشته های مراجعہ کنند که اولویت های آنان را بی لحاظ چپ، راست، کشور های همسایه و منافع یگانہ، تعریف می کردند.

بازسازی فکری، مهم تر از بازسازی فزیک است در هرج و مرج کنونی که توجیه سیاست های یگانہ، جزو کار مدنی، فرهنگی و رسانه یی شمرده می شود.

کار بنیادین بازخوانی ارزش ها، محک خوبی ست تا امثال کتاب های «زنده گی سیاسی شهید محمد داوود...» را بخوانیم و معنی آن ها را تعمیم دهیم

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

مردم ما در منجلا ب چهل سال بدبختی های سیاسی، راه گم کرده در بحران ایډیالوژی ها به این دلیل نیز بی رمق اند که از کارنامه ی سیاسی گذشته گانی که افغانستان را با مجموعه ی خوب آن میراث گذاشتند، دور نگه داشته شده اند

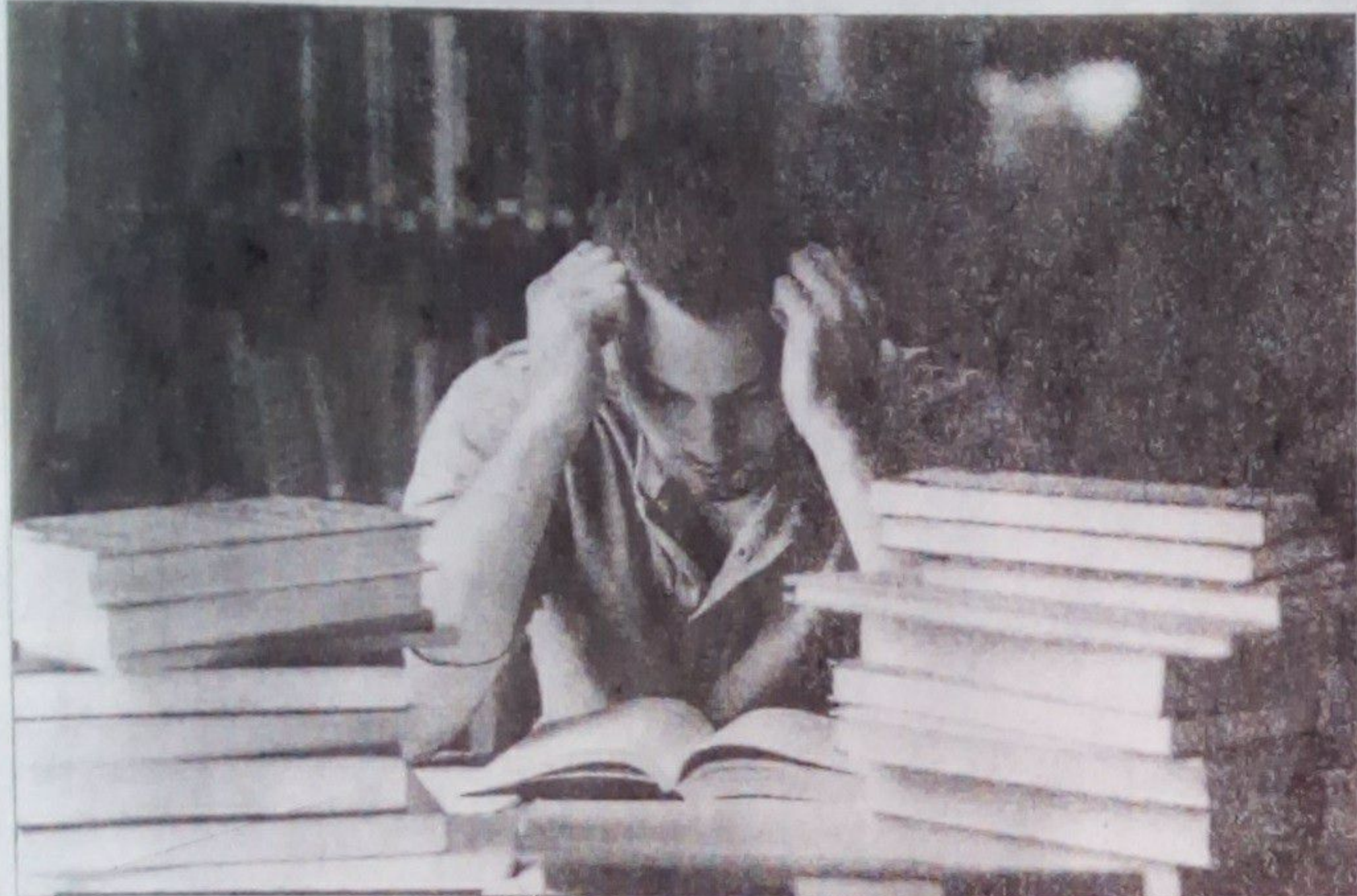
بر عقب نگه داشته گی سیاسی، تحریف تاریخ ما در چپ و راست الحادی و اخوانی، حتی خوب ترین کار های مدنی، فرهنگی و سیاسی ما را از مایه می اندازد؛ زیرا برکنار از منافع ملی ما، در ناکجا آباد دیگران، یگانہ گان، ختم می شود

شعور درک اولویت های ملی را در فرصت های کار، بازتاب فشار آن ها در چهار راه حوادث، قدرت تفکیک را از دست داده اند

فقط تبیین تاریخ یک خادم فرهنگی گسترده، در کُل وطن می دانم، بل سعی در فرصت های فرهنگی و رسانه یی کوشیده ام با ارجاع به موثر می شمارم که عام مردم ما ثبات تاریخی افغانستان، بی نیاز پس از ۴۰ سال تجریبات

## په ټولنه کې د مطالعې ارزښت

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

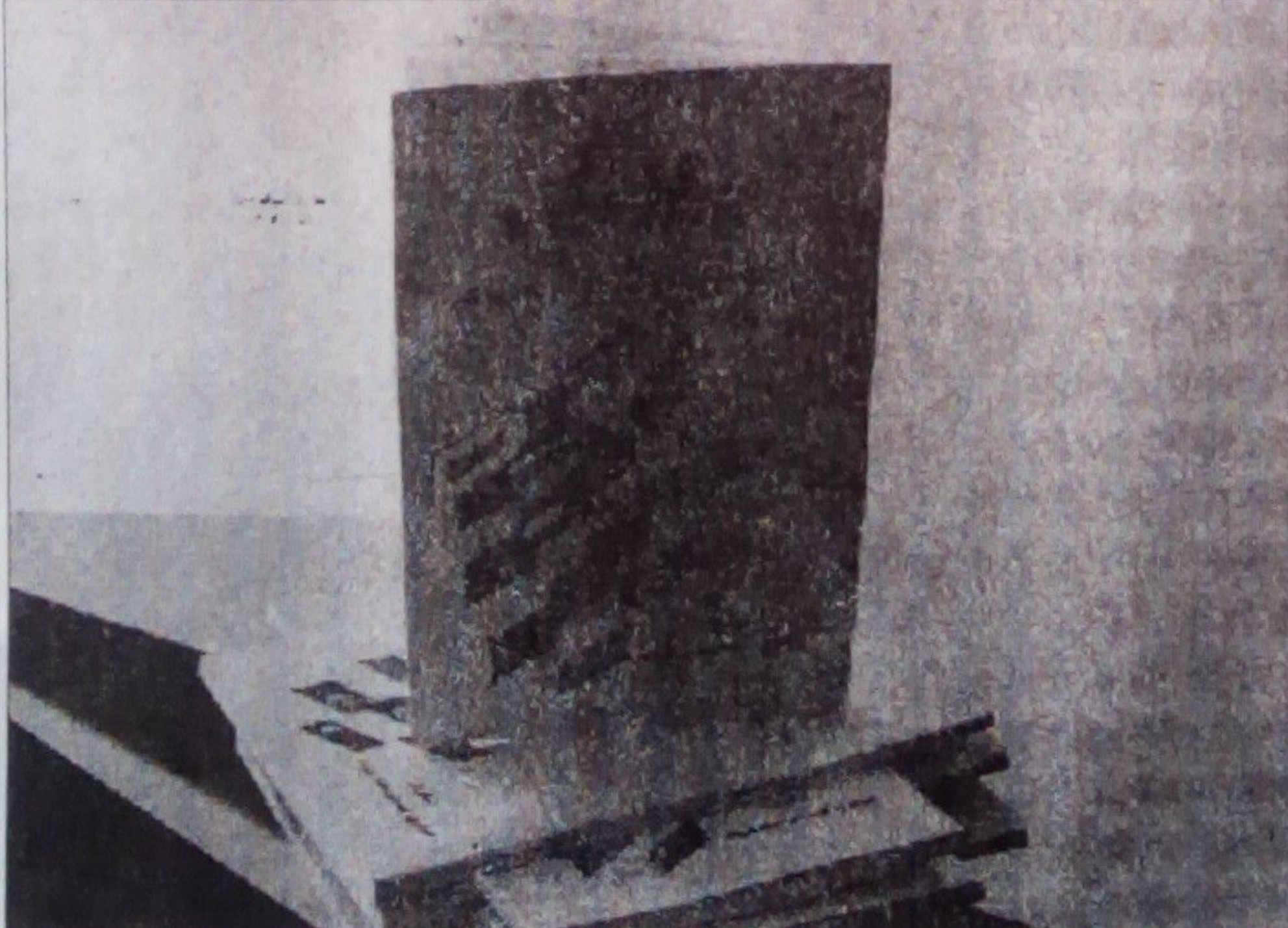


درسه د لاره ورته هواري نو هبله ده چې کتاب مو د ژوند ملگری کړی حشمت ناصري

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

هر چېرې په ډاگه کړای سي؛ بد بختانه چې د نړۍ یرغلگرو او چپاولگرو د افغانانو دغه ملي احساسات هم اغېزمن کړي وو؛ افغانانو خپل ملي بیرغ ته په بشپړه توگه درنښت نه سو کتاب زېری مور ته په دي وپرونو او اورونو کې په رښتیا چې د بېل د نغو زېری دی، داسې زېری دی چې مور يې توقع نه سوای کولای په پرمختللو هېوادونو کې ډېرې پېرۍ وړاندې لا ملتونه

دې چې وايي دلته هر چاته چل ول دی خپلې وسې پورې ددې خای هر یو سپرې غل دی خپلې وسې پورې پلمه دې جوړه ده کافرو په بس وړانوه يې وړان کابل دی خپلې وسې پورې افغانستان ته پلمه جوړه وه چې د هر چا به ورته خوښه سوه، د خپل ذوق برابري فتواگانې به يې ورباندې ورکولې د پیرغ موضوع هم له یادو متضررو موضوعاتو څخه يوه موضوع وه دلته ناوړین دا و، چې هرې ډلې او تنظیم خپل بیرغ مقدس گانډه، د نورو بیرغونه يې کفري او ناروا گڼل او دغه اجندا بیا تر ډېره د داسې کسانو په لاس کې وه چې هغه د چا خبره «د دوی چاره وه، زموږ غاړه»، د دې



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

په دي پوهېدلي وو چې پیرغ د هرې ټولې حق دی، دوی کولای سي چې خپل ملي احساسات، د پیرغ په ټوکرونو او رنگونو کې ونغاړي او بیا دغه رنگینې ټوټې د خپل ملت په استازولي په هېواد کې دننه او له هېواده د باندې ورپېرې، تر څو د همدې ملت احساسات هر خای او



# د سپورټ نړۍ

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

د افغانستان د تکواندو د ملي لوبډلې دوه لوبغاړي د متحده عربي اماراتو په فجیره اوین امارات، سیالیو کې د سپینو زرو مډالونه گټلي. دغه سیالی چې د ۲۰ هېوادونو تکواندو کارانو تر منځ په (G2) کچه شوي، افغان لوبغاړو هر یو فرزند منصوري د ۶۸ کیلو گرام او محسن رضایی د ۵۸ کیلو گرام وزنونو سره خپل

## راشد خان د استرالیا د بېگباش سیالیو په غوره لوبډله کې راغلي



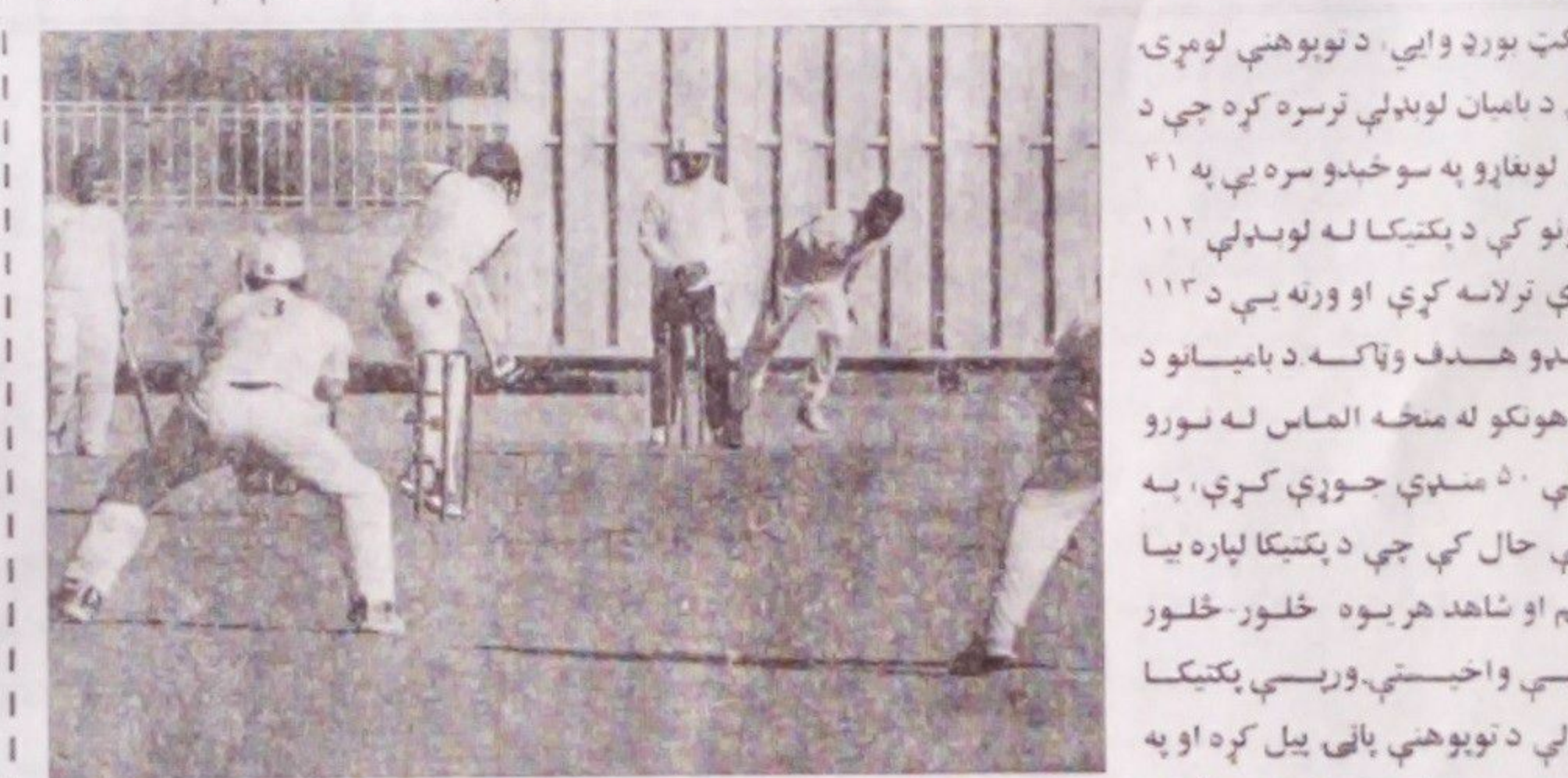
د افغانستان کرېکټ ملي لوبډلې لخوا غوره لوبغاړی، راشد خان اړمان، د استرالیا د بېگباش سیالیو په غوره لوبډله کې راغلي. راشد خان لیک چې په پری کې شمیر مینه وال لري د استرالیا تجارتي لیک دی دغه لیک په ۲۰۱۹ کال کې د استرالیا په مختلفو لوبغالیو کې ۸۵ لوبډلو تر منځ د ۱۷ مې میاشتې په ۱۷ مه د افغان لوبغاړو په شتون کې پیل شو. د استرالیا کرېکټ بورډ په دغې ټولو لوبډلو کې یوه لوبډله غوره کړې، چې د مختلفو لوبډلو په کې لوبغاړي په گوته شوي په دې لوبډله کې د افغانستان د راشد اړمان نوم هم راغلي. راشد اړمان تر څنګه مارکس سټونیس، حارث رووف، بیټر سیدیل، ډایل ساهز، میچل مارش، ټام کورن، گلین مکسویل، متیو وین، جی ویلر، او جاش انګلیس شامل

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

د کندهار په لوبغالی کې د درېیمې درجې ولایتي سیالیو په درېیمه ورځ د زابل او نیمروز ولایتونو ترمنځ لوبه وشوه، چې په کې زابل لوبډلې سیالي لوبډلې ته د ۱۸۶ مندو په توپیر ماتې ورکړه. کرېکټ بورډ وايي په پیل کې د نیمروز لوبډلې د لویې پیچ وگټله او زابل نه یې لومړی د توپو په بلنه ورکړه چې زابل د ټولو لوبغاړو په سوخېدو سیالي لوبډلې ته د ۲۵۴ مندو

## د پکتیکا لوبډلې د بامیانو لوبډلې ته ماتې ورکړه

د چلچ کب د درېیمې درجې ولایتي سیالیو په درېیمه ورځ د دوشنبې په ورځ په خوست کې د پکتیکا او بامیان ولایتي لوبډلو ترمنځ لوبه وشوه چې په کې پکتیکا لوبډلې د بامیانو لوبډلې ته په ۲۲ تم اور کې د اوو ویکټو په توپیر ماتې ورکړه.



محمد الرحمن او بلال یوه یوه ویکټ ورکولو سره ۴ ویکټې واخیستې



څلور څلور سیالان مات او دغه بریايي خپله کړه یادو لوبغاړو د سپینو زرو مډالونو په گټلو هریو ۱۲ امتیازونه ترلاسه کړي. د تکواندو نړیوال فدراسیون د ځوانو تکواندو کارانو په درجه بندی کې، محسن رضایی د نړۍ ۶۹ او فرزند منصوري د نړۍ ۱۱۶ تکواندو کار راغلي. د افغانستان د تکواندو فدراسیون ویاند ذبیح الله شهزاد تېري دوشنبې په ورځ امریکا غږ ته



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

## افغان لوبغاړي د سګي لپاره پاکستان ته تللي

د افغانستان د سګي فدراسیون شپږ غړي د نړیوالو لوبو د گډون لپاره پاکستان ته تللي. دغه لوبغاړو کې دوی سخي او څلور نارینه شامل دي. د افغانستان د سګي فدراسیون



سکرټر جنرال گل حسین بای زاده امریکا غږ ته ویلي چې په یادو سیالیو کې د ۱۵ هېوادونو لوبغاړي لوبې کوي. دغه لوبې په ۱۵۰ لوبغاړي کې لوبېدلې، چې د دغه فدراسیون پوښتیا لخوا ۱۵۰ لوبغاړي په سګي ډول دغه لوبه کوي. په پام کې ده چې په ۲۰۲۲ کال کې د چین بیجینګ ښار د ژمنو اولمپيکي لوبو کوربه شي.

## د کوچیانو لوبډلې د نورستان لوبډلې ته د ۸ ویکټو په توپیر ماتې ورکړه

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



د چلچ کب درېیمه درجه ولایتي غوراوی پړاو سیالۍ

د چلچ کب د درېیمې درجې ولایتي سیالیو په لړ کې د شنبې په ورځ د ننگرهار په غازي امان الله خان لوبغالی کې د کوچیانو لوبډله د نورستان لوبډلې پر وړاندې ډګر ته نښته شوه، چې د لوبې په پایله کې یې د کوچیانو سیالي لوبډلې ته د ۸ مندو په توپیر ماتې ورکړه. کرېکټ بورډ ویلي په پیل کې د نورستان لوبډلې د لویې پیچ وگټله او

## د فیفا ادارې له خوا د بخارانو روزنیز ورکشاپ پیل شو

د فیفا ادارې له خوا په بېلابېلو برخو کې د لوبغاړانو د وپېښې په موخه روزنیز ورکشاپ پیل شوی، چې له مرکز او ولایتونو څخه به یې تر ۱۵۰ زياتو لوبغاړانو په کې گډون کړی دی. دا ورکشاپ د فیفا د مالیزیايي ټیمار ښوونکي له خوا د افغانستان فوټبال فدراسیون په ودانۍ کې د تېري دوشنبې په ورځ پیل شو. د افغانستان فوټبال فدراسیون رییس محمد يوسف کازگر د دغه ورکشاپ په پراختیا کې گډونولو ته وویل: «دا لومړی ځل دی، چې د افغانستان فوټبال فدراسیون په پراختیا کې گډونولو ته وویل، چې تاسې باید له دغه ورکشاپ اغېزمنې گټه واخلي. په ورته وخت کې د دغه ورکشاپ یوه ښوونکي محمد رودزالي د افغانستان فوټبال فدراسیون له عمومي مشرې د شان پروگرامونو د ترسروي په موخه مننه وکړه. د یادوني وړ ده، چې یاد شوی ورکشاپ د فبرورۍ له ۳ څخه تر ۷ دوام کوي او په نیوري او عملي بڼه به یې د گډونوالو د لوبغاړانو وړتیاوې ارزول کېږي.

## افغان کرېکټ بورډ له کام ایر شرکت سره د هوايي سفر د همکارۍ تړون لاسلیک کړ

افغانستان کرېکټ بورډ ورومه ورځ د دغې ادارې او کام ایر شرکت د استازو ترمنځ په هندوستان کې د ایرلینډ پر وړاندې د افغان ملي لوبډلې د درېیو شل اوریزو لوبو لپاره د هوايي سفر د همکارۍ تړون لاسلیک کړ، چې له مخې به یې د ملي لوبډلې لوبغاړي او د ادارې کارکوونکي د هوايي سفر په برخه کې د قرارداد له گټو برخمن وي او په بدل کې به یې اداره یاد شرکت ته د اعاناتو زمینه برابروي. دا په داسې حال کې ده چې له دې وړاندې هم د کام ایر هوايي شرکت له افغانستان کرېکټ بورډ سره په هندوستان کې د وېسټ انډیز لوبډلې پر وړاندې د سیالیو لپاره د سفر د همکارۍ تړون لاسلیک کړی و. کرېکټ بورډ وايي د افغانستان کرېکټ استازو په یادو غونډه کې د کام ایر هوايي شرکت له مشرتابه او استازو مننه وکړه، چې له دغې ادارې سره یو ځل بیا د همکارۍ تړون لاسلیک کوي او هیله ده، چې په یاده برخه کې



د کام ایر شرکت سره د هوايي سفر د همکارۍ تړون لاسلیک کړ

# په ننگرهار کې له ۲ ميليونه زيات نياگي اېښودل کېږي

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

په ننگرهار کې چارواکي وايي سر کال په دې ولايت کې له ۲ ميليونه خپله په ننگرهار کې د کښولو لپاره شې د ښاغلي خوگيايي په وينا په دې نياگيو کې ۳۰۰ زره مېوه



زيات نوي نياگي کېږي. د ننگرهار کرل شوي او د يوې کپنلارې له د والي وياند عطاالله خوگيايي مخې به پر بېلابېلو ادارو ووېشل

چې سرکال د نويو کېښودل شويو نياگيو د پالني او څارني چارې هم په جدي توگه سنډالوي. د ننگرهار چارواکي د نويو نياگيو د کښولو خبره په داسې حال کې کوي، چې د افغانستان په بېلابېلو سيمو کې د زمي په پای او د پسرلي په پېلېدو سره د نويو نياگيو د کښولو لپاره موسمي فرصت برابريږي. د چاپېريال ساتنې د فعالاتو په وينا، افغانستان چې په وروستيو کې يې د پلازمېنې کابل په شمول بېلابېل ښارونه د هوا د ککړتيا له جدي ستونزې سره مخ دي په کې د ونو بوټو کېښودل او سمورتيا زياتول دا ستونزه راکمولي شي.



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

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

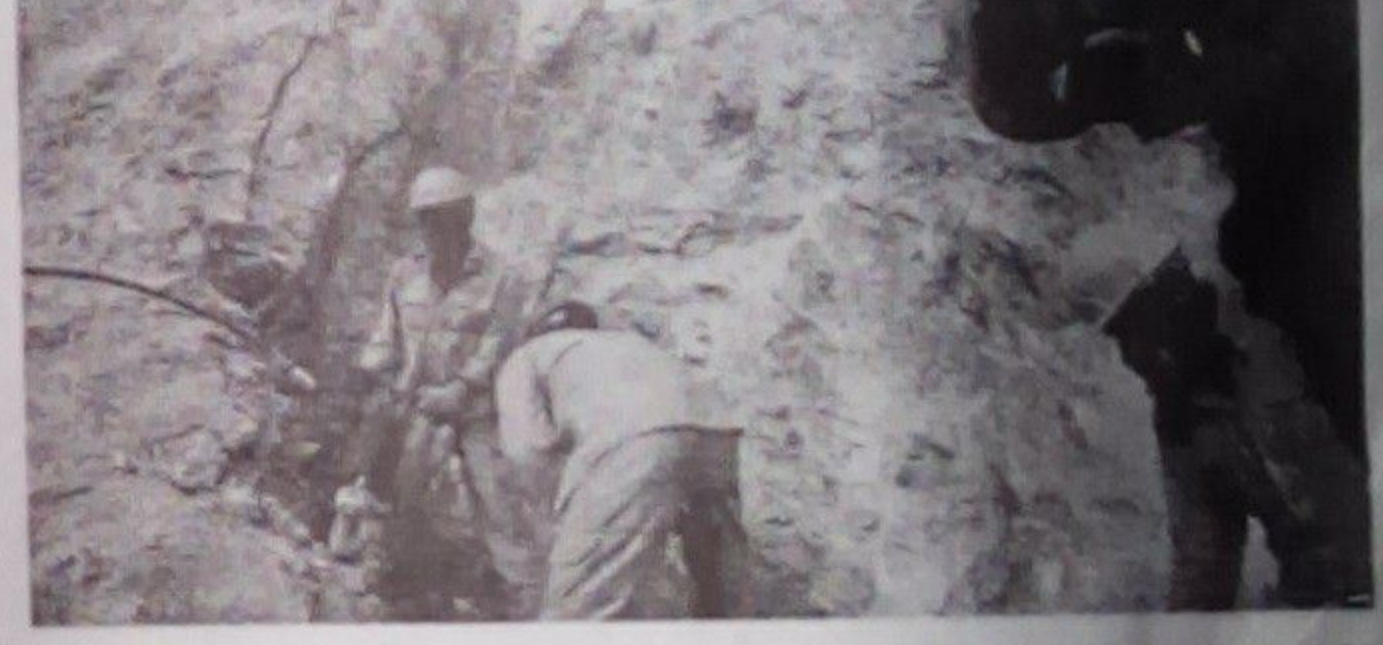
د ټاپي د گازو تلليکي د پروژې په تگلوري کې د مخکو د استملاک د قانون طرحه د کابینې د قوابینو کمیټې په غولڼه کې له څېړنې وروسته تائيد شوه د کانونو او پټروليم وزارت وياند عبدالقدير مطني وايي، چې دغه طرحه د ټاپي پروژې د ښه تطبیق د زمينې د برابرولو او د دغې سترې پروژې په تگلوري کې د مخکو د استملاک د اړوندو چارو د تنظيم په دې اقدام وکړي باحتر

## په هرات او غور کې ۴۰۰ طالبان تسليم شوي

د ملي دفاع وزارت وايي، چې په هرات او غور کې ۴۰۰ طالبان له جلاوړو کورونو سره سره د غور شېرک ولسوالۍ په جام سيمه کې تسليم شوي، خو عبدالاحد بيا له اتو وسله والو سره د هرات د چشت سريف په دره تخت کې افغان ورسېد د ملي دفاع وزارت وياند روح الله احمدزي تاند ته ويلي، په دغو دوو ولايتونو کې يې عمليات روان دي او طالبان له ډېرې مجبوري افغانستان خاړو کونو ته له څه سوډې راهيسې تسليمي ورکوي د هغه په خبره د غور په شېرک او د هرات په چشت شريف کې ورته ۵۹ طالبان تسليم شوي دي (ملا

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

د افغانستان د کانونو او پټروليم وزارت وايي، چې ۱۰۱ واړه کانونه يې داوطلبې ته سپارلي دي. د دغه وزارت وياند عبدالقدير مطني آزادي راډيو ته ويلي، چې په دغو کانونو کې د شگې، جمل، تميراتي او ودانيرو توکو کانونه هم د ښاغلي مطني په خبره له



شامل دي ده زياته کړه ۱۱ زموږ هدف دا دی، چې وکولای شو هغه ظرفيت چې د ودانيرو توکو په برخه کې لرو، په رښت معارف شهر کابل غرض تدريس شاگردان ليه اسلام آباد به بک درند حويلی ۲۴ اطاقه و يا بيشر از آن ضرورت ليه اسلام آباد را به نثر سېده بود یک بار ديگر به اطلاع رسانيده شيود اشخاص که در ساحه مکتب فوق همچو تعمير داشته باشند و طور کرايه بدهند درخواست های خوش را بعد از نثر اعلان الی مدت ۲۱ روز به مديريت عمومي تهمه و تدارکات رښت معارف شهر کابل واقع سراي غزني کارته چهار سپرده شرطنامه را ملاحظه نمايند ۹۱۷

## په کونړ کې له بي خايه شويو...

سربېره د پلازمېنې کابل څخه راغلي شوي، چې د زمينو توکو راټولو په بار پلاوي پروفسور شاد محمد څرگند د ۱۹۵ کورنيو ته دوه دوه سوه امريکايي ترانسپورت وزارت ميسانو د کړيا ډالر او د نيامېشته کېدو په موخه د محمدي او احمد جاوېد همد، نورستان کورولو رغونې لپاره ۱۹۵ کورنيو ته والي حافظ عبدالقوم، کونړ مرستال درې درې سوه امريکايي ډالر ورکړل والي او نورو مشرانو له خوا په اړونده شول سرچينه وايي مرستال والي کورنيو وويشل شوي د کونړ ولايت وويل ځينې کورني چې د دواړو مرستال والي گل محمد بيدار وويل. برخو مستحق پېژندل شوي هغوی ته به ۲۱۶ کورنيو ته ۲۹۰ سيمه خاڅتگري پنځه سوه امريکايي ډالر ورکړل شي



د هرات او غور کې ۴۰۰ طالبان تسليم شوي

## افغان اعلانات

۱۰۱ واړه کانونه داوطلبې ته وړاندې شوي  
د افغانستان د کانونو او پټروليم وزارت وايي، چې ۱۰۱ واړه کانونه يې داوطلبې ته سپارلي دي. د دغه وزارت وياند عبدالقدير مطني آزادي راډيو ته ويلي، چې په دغو کانونو کې د شگې، جمل، تميراتي او ودانيرو توکو کانونه هم د ښاغلي مطني په خبره له شامل دي ده زياته کړه ۱۱ زموږ هدف دا دی، چې وکولای شو هغه ظرفيت چې د ودانيرو توکو په برخه کې لرو، په رښت معارف شهر کابل غرض تدريس شاگردان ليه اسلام آباد به بک درند حويلی ۲۴ اطاقه و يا بيشر از آن ضرورت ليه اسلام آباد را به نثر سېده بود یک بار ديگر به اطلاع رسانيده شيود اشخاص که در ساحه مکتب فوق همچو تعمير داشته باشند و طور کرايه بدهند درخواست های خوش را بعد از نثر اعلان الی مدت ۲۱ روز به مديريت عمومي تهمه و تدارکات رښت معارف شهر کابل واقع سراي غزني کارته چهار سپرده شرطنامه را ملاحظه نمايند ۹۱۷

د ملي دفاع وزارت وايي، چې په هرات او غور کې ۴۰۰ طالبان له جلاوړو کورونو سره سره د غور شېرک ولسوالۍ په جام سيمه کې تسليم شوي، خو عبدالاحد بيا له اتو وسله والو سره د هرات د چشت سريف په دره تخت کې افغان ورسېد د ملي دفاع وزارت وياند روح الله احمدزي تاند ته ويلي، په دغو دوو ولايتونو کې يې عمليات روان دي او طالبان له ډېرې مجبوري افغانستان خاړو کونو ته له څه سوډې راهيسې تسليمي ورکوي د هغه په خبره د غور په شېرک او د هرات په چشت شريف کې ورته ۵۹ طالبان تسليم شوي دي (ملا

د افغانستان د کانونو او پټروليم وزارت وايي، چې ۱۰۱ واړه کانونه يې داوطلبې ته سپارلي دي. د دغه وزارت وياند عبدالقدير مطني آزادي راډيو ته ويلي، چې په دغو کانونو کې د شگې، جمل، تميراتي او ودانيرو توکو کانونه هم د ښاغلي مطني په خبره له شامل دي ده زياته کړه ۱۱ زموږ هدف دا دی، چې وکولای شو هغه ظرفيت چې د ودانيرو توکو په برخه کې لرو، په رښت معارف شهر کابل غرض تدريس شاگردان ليه اسلام آباد به بک درند حويلی ۲۴ اطاقه و يا بيشر از آن ضرورت ليه اسلام آباد را به نثر سېده بود یک بار ديگر به اطلاع رسانيده شيود اشخاص که در ساحه مکتب فوق همچو تعمير داشته باشند و طور کرايه بدهند درخواست های خوش را بعد از نثر اعلان الی مدت ۲۱ روز به مديريت عمومي تهمه و تدارکات رښت معارف شهر کابل واقع سراي غزني کارته چهار سپرده شرطنامه را ملاحظه نمايند ۹۱۷



**Thank you for reading**

Find more e-books and articles on Ketabton - your multilingual digital library.

**[www.ketabton.com](http://www.ketabton.com)**

*Ketabton - Pashto, Farsi, Arabic & English*