

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

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

Ketabton.com

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

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

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



# روغتيا او ژوند



## د هپاټايټس بي وایرس ولې مضر دی ؟

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

د هې، ناروغی اخله وي، روغو کسانو ته په لاندې ډول ناروغي انتقالوي شي د جنسي یوځای والي یو اسطه لکه له مور څخه ماشوم ته د امینواری پر مهال، د زېږون پر مهال، د وینې یو اسطه د وینې انفالو، مشرکې سني او سرخوونه استعمالول، د منډو جراحی او طبي وسایلو استعمالول، خال وڅنه او د غوړونو سوري کول او د تراختی پېسو

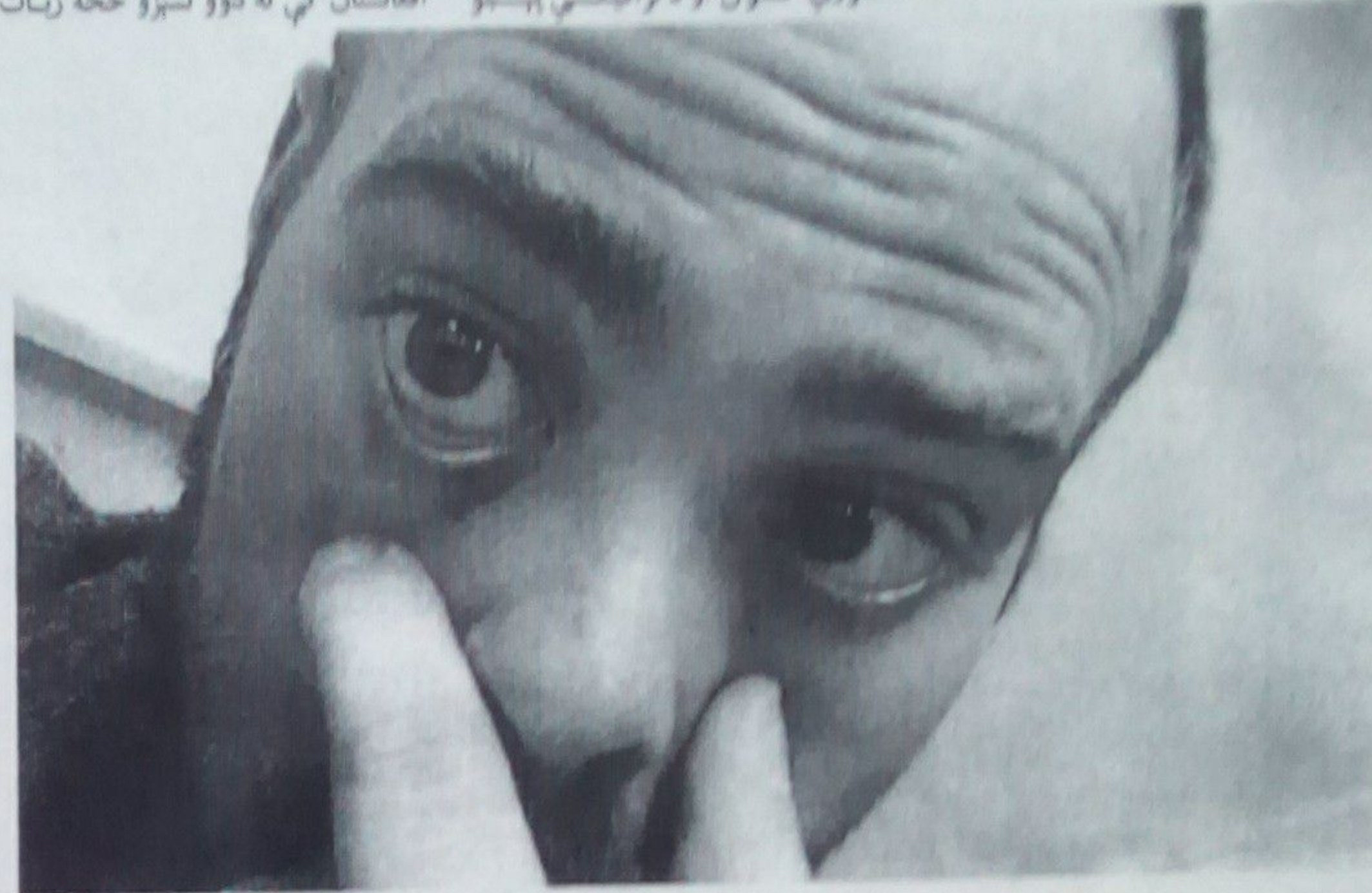
## ځوانی دانی

زیاتوالي له امله دیا پاتېس یې وایرس یې زياتې شوي په افغانستان کې خلک ددې وژونکې ناروغی په مقابل کې د واکسین کولو نه اهمیت نه ورکوي چې واکسین یې د ډېرو مهمو واکسینونو له جملې څخه دی، فېمټ یې لږتیا کم څو کې یې ډېرې زیاتې دي دغه واکسین دمنځنیو کمپنیو له خوا جوړېږي چې دوز یې کله دانسان بدن ته لگول کېږي له څلورو څخه تر شپږو میاشتو پورې وخت نیسي کله چې واکسین وشي، په مقابل کې یې چې کوم معافیت نولېږي تر دېرشو کلونو دوام کوي



څو ځینې وخت په هغو کسانو کې چې د هپاټايټس یې په مقابل کې معافیت په اسانۍ سره نشي جوړولای پنځه کاله وروسته د یوې سټې د لگولو ضرورت شته، خو باید په یاد ولرو کله چې د هپاټايټس یې وایرس په مقابل کې د ځان ساتنې په پلټه واکسین کېږي باید مخکې له مخکې ورته نسبت اجرا شي پسه کومو حالاتو کې که نسبت مثبت شي باید دوکسینو له لگولو څخه ځان وساتل شي، ځکه واکسین په هغه حالت کې انسان ته تطبیقېږي چې په هپاټايټس یې وایرس مصاب شوی نه وي

څو ځینې وخت په هغو کسانو کې چې د هپاټايټس یې په مقابل کې معافیت په اسانۍ سره نشي جوړولای پنځه کاله وروسته د یوې سټې د لگولو ضرورت شته، خو باید په یاد ولرو کله چې د هپاټايټس یې وایرس په مقابل کې د ځان ساتنې په پلټه واکسین کېږي باید مخکې له مخکې ورته نسبت اجرا شي پسه کومو حالاتو کې که نسبت مثبت شي باید دوکسینو له لگولو څخه ځان وساتل شي، ځکه واکسین په هغه حالت کې انسان ته تطبیقېږي چې په هپاټايټس یې وایرس مصاب شوی نه وي



ځنگ، سواد دکچي کموالی، په بهساري ډول دغبرگ موجودیت، داخلې او څارجي مهاجرنونه، دمخدرمو موادو شتون، خلاص سرحدات او دزري متادینو دشتون د

## د روژې نیولو له شپږو مهمو روغتیايي گټو ځان خبر کړئ!

پوهان وایي، چې روژه کولای شي د انسان بدن ته یو شمیر ناروغیو وژغوروي، لکه په وینه کې د کولسترول لوړوالی، د زړه ناروغي او چاغوالی، سر بېره پر دې په روژې سره د انسان ذهني توجه او فکر غوره او ارام وي

هغه مهال چې موږ خوراک نه کوو بدن مو توانېدلی شي چې د زهرې موادو مخه ونیسي، کوم چې د هاضمې سیستم او د بدن په لوړو برخو کې ستونزې رامنځته کوي

همدا ډول پوهان وایي چې روژه د دماغو حجری له زور خپګان، سترېس او اندېنو څخه وژغوري، د

په روژه کې د هپاټايټس یې وایرس هم عام خلک یې نور زیږی مولي ساري ناروغي ده، چې له یو انسان څخه بل انسان ته که شرایط ورته برابري شي په آسانی انتقال مومي. هغه کسان چې پر

په روژه کې د هپاټايټس یې وایرس هم عام خلک یې نور زیږی مولي ساري ناروغي ده، چې له یو انسان څخه بل انسان ته که شرایط ورته برابري شي په آسانی انتقال مومي. هغه کسان چې پر

## له روژه ماتي وروسته مو د بدن د اړتیا وړ مایعات پوره کړئ!

د روژې په نیولو سره په بدن کې اوبه او انرژي کمېږي، په دغه وخت کې وجود انرژي ته اړتیا لري، چې په بېره د بدن اړتیا پوره کړي، خرما او د مېوو اوبه دې برخه کې گټورې ثابتېداي شي په خوړو یې د بدن دگلو کوزو اندازه عادي حالت ته راځي او سر بېره پر دې په وجود کې د معدني موادو توازن هم ساتي بله دا چې ډېر خواړه خوړل باید روغتیا ته زیانمن تمام شي، نه دا ده چې هر څه د یوه معیار له مخې وکارول شي، داسې چې نه مو پر معده یوچ راشي او نه هم په



## د زړه د ناروغيو نښې نښانې



۱- په ښځو کې ښاندي د زړه د ناروغی نښه ده ځینې وخت ساه لنډې په نفسی سټې کې د ستونزې له کبله وي، چې د خل لپاره یې باید ورزش وشي او که د مواد یووالي له کبله وي، باید د البرکې ټابلیټ خوړل شي، خو که داسې نه وي، یا د زړه د ناروغی نښه کېدای شي

۲- د سښې په نفس کې د دروندوالي احساس د سښې په نفس کې دروندوالی، چې د اړین په نامه هم یادېږي او ورسره ساه لنډې، د زړه د ناروغی اصلي نښې بلل کېږي که له دې ډول پېښې سره مخ شوی او په یوه وی چې لامل یې بل څه نه شي

۱- په ښځو کې ښاندي د زړه د ناروغی نښه ده ځینې وخت ساه لنډې په نفسی سټې کې د ستونزې له کبله وي، چې د خل لپاره یې باید ورزش وشي او که د مواد یووالي له کبله وي، باید د البرکې ټابلیټ خوړل شي، خو که داسې نه وي، یا د زړه د ناروغی نښه کېدای شي

۲- د سښې په نفس کې د دروندوالي احساس د سښې په نفس کې دروندوالی، چې د اړین په نامه هم یادېږي او ورسره ساه لنډې، د زړه د ناروغی اصلي نښې بلل کېږي که له دې ډول پېښې سره مخ شوی او په یوه وی چې لامل یې بل څه نه شي

## سزارین سکشن

تعریف: سزارین عبارت از یک پروسیجر جراحی بوده که در آن ولادت طفل از طریق بطن (شق بطنی و رحمی) ولادت داده میشود

اکثر واقعات سزارین زمانی انجام میآید که مشکلات در زمان ولادت به وقوع میرسد که عبارت اند از:

- مشکلات مادری
- مشکلات جنینی
- مشکلات مادری و جنینی زمان ولادت

همچنان سزارین در حمل های دوگانه و چندینی صورت میگیرد زیرا در این حالات سزارین یا عملیه جراحی نظر به ولادت به مادر و طفل مصون میباشد

حالات دیگر که باید عملیه جراحی نزد مادر صورت گیرد قرار ذیل میباشد:

- زجرت نفسی جنین یعنی در بعضی حالات آکسیجن به جنین درست نمیرسد و ضربان قلب جنین زیاد میشود
- عدم تطابق راس (سر) جنین با حوصله مادر یعنی سر طفل بسیار کلان می باشد و یا بسیار خورد در حوصله مادر درست قرار نمیگیرد

سزارین قبلی یا قبلاً مادر یک ندهب عملیاتی داشته باشد

خونریزی های زمان ولادت

وزن زیاد جنین

هرگاه طفل به وضعیت معیوبه در حوصله مادر آمده باشد یعنی طفل به پای باشد، شانه یا پیشانی فشار بلند مادر وغیره

سزارین چون یک عملیات بزرگ جراحی است دارای خطرات نیز میباشد، احیای دوباره مادر نظر به ولادت طویل تر میباشد بعد از التیام جرحه در ساحه عملیاتی یک ساحه ضعیفه باقی میماند که بعداً

د اوبو د کمیت او یا هم سترېس له کبله وي **حمیدالله حمیدي**

د اوبو د کمیت او یا هم سترېس له کبله وي **حمیدالله حمیدي**

د اوبو د کمیت او یا هم سترېس له کبله وي **حمیدالله حمیدي**



د هې زوال گواښ کوي او د بدن د غوړو په سوږولو کې مهم رول لري

هغه شپږ روغتیايي گټې، چې روژه دار ترې برخمن وي

**خرما خوړل**

خرما د روژې میاشتنې یو له مهمو خوړو څخه دي، د پیغمبر صلي الله علیه وسلم له وینا سره سم روژه دار پر خرما روژه ساتوي، په همدې ډول خرما په غوره هاضمه کې مهم رول لري، د پوتاشیم او میگنیشیم له

څخه دی، د زړه ډاکټرانو د څېړنو پر مهال موندلې چې په روژې سره د انسان په بدن کې د وینې کولسترول په پراخه کچه کمېږي د کوم په مرسته چې د زړه په ناروغیو اود دماغی سکتې په رامنځته کېدو کې کموالی راځي

**دواستاره اشنا کوي**

له خوراک څخه لږه والي د روژې پر مهال انسان له دواستارې اشنا څخه وژغوري، په دې معنا چې د لوړې احساس به مو کم شي او په

# ادب ، تاریخ او فولکلور

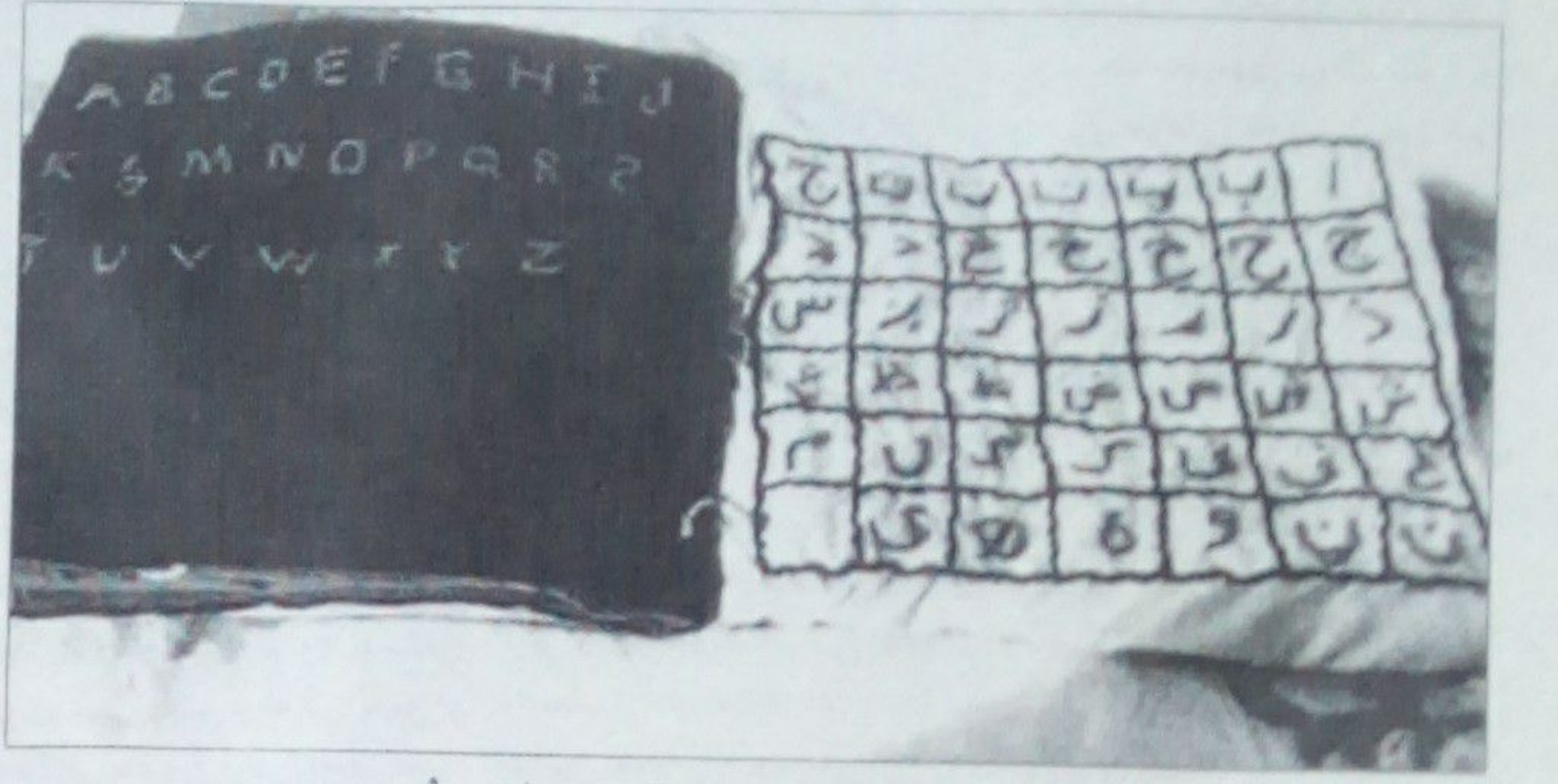


## پر ټوکر گنډل شوی کتاب

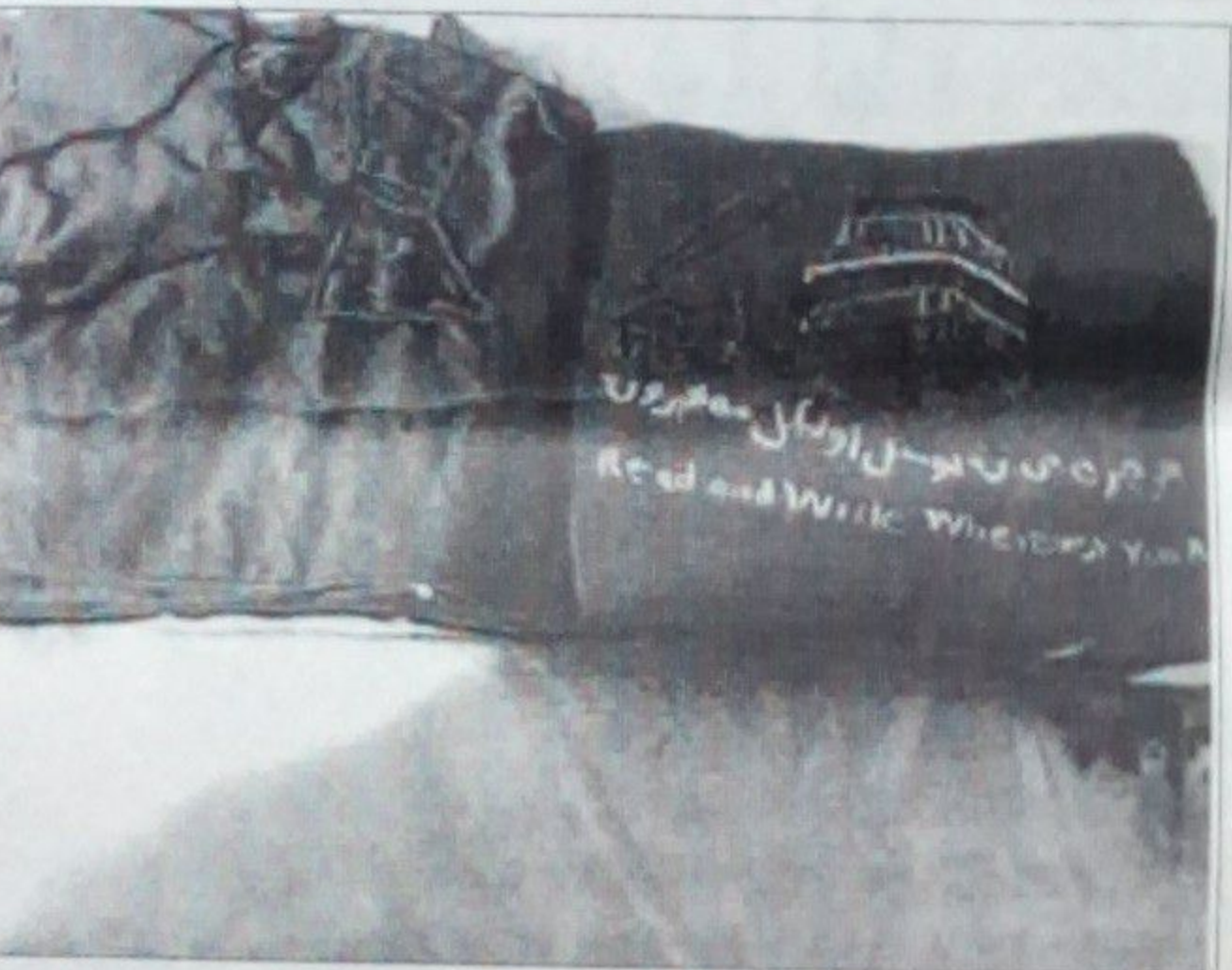
لکه څنگه چې ویل کېږي زده کړه له زاتو پیل او د عمر په هر پړاو کې نوام موسی، نو ځایي چې هر ماشوم له پنځه یا شپږ میاشتې وروسته له لیسک او کتاب سره روږدی او آشنا شي.

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

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



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



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

## د افغانستان دولتي پوهنتونونه

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



له دې سره په څنگ کې اوس نږدې ټول ولایتونه د پوهنتون او د لوړو زده کړو د موسیې او دارالمعلمین درلودونکي دي.

د افغانستان دولتي پوهنتونونه، کتاب چې حمیدالله حمیدي د هېواد د پوهنتونونو له ریسانو او نورو مسوولینو سره تر مرکو وروسته لیکلي، د هېواد ټول دولتي پوهنتونونه او د لوړو زده کړو موسیې یې په بشپړ ډول په کې معرفي کړي دي. پوهنتون په اصل کې د سپوږمۍ راډیو یوه معلوماتي خپرونه ده، په دې خپرونه کې د دولتي پوهنتونونو او د لوړو زده کړو موسیو تر څنګ، خصوصي

که څه هم په افغانستان کې د عصري زده کړو د پیل وخت لا سم روښانه نه دی، خو د اعلیحضرت غازي امان الله خان د واکمنۍ دوره چې د ۱۹۱۹ او ۱۹۲۹ م کلونو تر منځ وه، د افغانستان د پوهنې د اکتشاف او پراختیا په برخه کې یوه زړینه او طلايي دوره گڼل کېږي. په دغه دوره کې د پوهنې په لاره کې داسې غورځنګ پیل شو، چې وړانګې یې تر ننه پورې خوري دي او له یوازې نارینه، بلکې په تاریخ کې د لومړي ځل لپاره ښځینه افغانانو ته هم د زده کړو زمينه برابره شوه. په امانی دوره کې د افغانستان په مرکز او ولایتونو کې ځینې لومړني ښوونځي تاسیس شول، بهرني مرین، استادان او متخصصین هېواد ته دعوت او د پوهنیزو موسیو په تشکیلونو کې مقرر شول. همدارنگه په دې دوره کې د هېواد د پوهنې په تاریخ کې د لومړي ځل لپاره د ښځو ځانګړي ښوونځي جوړ شول، چې د (صصت، او (صورت)، په نامه یادېدل او په کابل ښار کې د لویانو لپاره د حیاتي سواد کورسونه جوړ شول، چې د (صوت غاري، تعلیمي او د سواد زده کړې اصول په کې تطبیق کېدل. په دې ډول کورسونو کې پر پوهه مین پاچا غازي امان الله خان او میرمنې یې ژبا هم د ښوونکو په توګه برخه اخیستله او د هېوادوالو د سواد په برخه کې یې خپله دیني وجیبه او ملي دنده ادا کوله. په امانی دوره کې حبیبی لېسې ته لازمه پراختیا ورکړل شوه او پر امانی لېسې سربېره، د ټول هېواد په کچه ۳۲۲ ښوونځي د عامو او مسلکي زده کړو په موخه جوړ شول، چې په هغه کې ۵۱۰۰۰ زده کوونکو ته تعلیمي خدمات وړاندې

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

این کتاب در حقیقت مجموعه مقالات شامل نقد و بررسی سلسله هخامنشیان و کورش به اصطلاح کبیر میباشد که به کوشش و اهتمام مصطفی عمرزی درمورد حقیقت و چگونگی کارکرد این سلسله و نیز در مورد تشخیص و تثبیت هویت و حقیقت شخصیت کورش جمع آوری و ثبت و سنجش این کتاب گردیده است. اما قبل از همه درمورد عنوان کتاب باید گفت، که منحنی کجی را گویند انحنای نه تنها در دیوارها خطرناک بوده بلکه انحنای تاریخی خطرناکتر از هر چیز میباشد زیرا واقعیت هارا کتمان و لغزش های تاریخی را بوجود می آورد، و وقایع تاریخی را به گونه کج جلوه میدهند، به هر صورت در کتاب (منحنی تاریخ) به گونه مستند ثابت گردیده که سلسله

هخامنشیان یک دوره رفاه و سعادت بشریت نبوده بلکه یک دوره تیره و تاریخی بوده که ملل ها در آن مورد آزار، اذیت و شکنجه کورش قرار گرفته است و جالب اینکه ایرانیان آنرا تفاخرتاریخی دانسته و به آن میبالند اما مقالات کتاب درمورد نقد دوره زمامداری کورش خوانندگی، آموزنده و بیانگر حقایق تلخ تاریخ است. مقاله ی (ما کولوهارای) تحت عنوان کورش شاه عادل یا خونخوار «افشای یک دروغ بزرگ» به نقل قول نویسنده که به استاد از گزارش دلی تلگراف مستند ساخته حاکی از آنست که ایرانیان چگونه از شخصیت کورش به نفع خود استفاده جویی نموده است، نامبرده به نقل قول از روزنامه دلی تلگراف مینویسد: محمد رضا شاه پهلوی (استوانه، کورش را از موزیم بریتانیا به خاطر تجلیل جشن ۲۵۰۰ ساله شاهنشاهی ایران امانت

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

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

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

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



تاریخی در زمینه خیانت فرهنگی و دروغ پردازی آشنا میازد این جایب فرهنگي به وسیله یک مورخ یهودی غریبی موسوم به (دیویس) استروناخ، انجام شده است استروناخ در فاصله سال های ۱۳۲۰ تا ۱۳۴۳ در مجموع پارسکاد (چارچوب، کاخ های ساخت و آنرا به کورش هخامنشی در ۲۵۰۰ سال پیش

نیت داد تا به این شخصیت مورد علاقه یهودیان هویت تاریخی مادی و قابل اثبات ببخشد پیام کتاب این میباشد که نه باید به دروغ پراگنی های بعضی اشخاص در مورد جایبکاران تاریخی باور کرد و همه وقایع تاریخی را غرض استنباط حقیقی و واقعی به گونه دقیق مورد مطالعه قرار داد

# مینه منگل؛ د پلار کتیالی لور وه

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

کورنۍ یې وایي مینه د ډېرو کمالونو خاوندې وه، کله د حقوقو محصله، لیکواله او شاعره وه پر دغو ټولو وړتیاوو سربېره یې له خبریالی سره ډېره مینه لرله.

ان په ماشومتوب کې یې لیکنې کولې له څوارلس کلنۍ یې د راپیو اورېدل پیل کړل او لیکونه به یې ور لېږل.

د مینې منگل پلار د پکتیا د جاني خېلو ولسوالۍ دی او د ماسټرۍ تر کچې یې لوړې زده کړې په اوکراین کې بشپړې کړې دي.

وایي دی په خیرانو کې عسکر و یوه ورځ یې یې سې راپیو اورېدله چې د خبرونې وړاندې کوونکې د مینې منگل نوم واخیست او اوږد لیکت یې ولوست.

هغه وخت مینه ۱۴ کلنه وه رستيو مینه لومړی پیغام یو ډېر اوږد لیک و موزې وایي مینې څو رنگارنگ کاغذونه سره نښلولي وو او دې ترې اوږد لیک جوړ شوی و.

یابې مور هماغه لیک د کابل پوسته خانې له لارې یې سې سې له یو څو نامتو خبریالانو سره معرفي لندن ته استولی و.

د مینې پلار وایي له رستيو سره د مینې ډېرې لیوالتیا ته په کتو، ده ورته یوه کوچنی راپیو ډالۍ کړې وه. د مینې لومړۍ دنده په شمنا د تلویزیون کې وه هلته یې یو څه موده د پردې تر شا د هوا حالات

ویل خو ډیر ژر یې پرمختګ وکړ او د همدغه ټلویزیون پر پرده یې تاریخي خبرونې وړاندې کړې. له مینې کشره خور یې د هغې ورځې یادونه کوي چې مینې خپله لومړۍ خبرونه وړاندې کړې وه.



کور له په ډېره خوشالی راغله او ویل یې لومړۍ خبرونه مې لوست شوه په ټلویزیون کې ښکاره شوم. له شمنا وروسته مینې په کابل کې له څو نورو ټلویزیونونو سره هم کار وکړ. یوې پخوانۍ همکارې یې راته



ویل: زه یې واده ته هم ورغلي وم خو د کار په ډگر کې له پیاوړو سره هلته مې له خلکو اوږدېدل چې په

جوخت مینې یوه کورنۍ ستورزه درلوده او په ټټه یې زغمه. پلار یې وایي لور یې لوی خپل کسارې ژوند پیل کړې و، چې کورنۍ یې له خلکو سره یې په رسنیو کې د کار کولو او د خپلو نورو خبرو پر سر ستورزي او مخالفتونه پیدا شول.

د همدغو مخالفتونو له کبله یې کاله نامزادي وڅښېده بیا واده شوه، خو له یوه مرقه د مینې لوی زوند اېده شو.

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

مینه یې مشره خور نه، بلکې زما مشر ورور و، ما ته به یې ویل لا اقتصادي ستورزي به مو حل شي، تل به مو داسې په کرایي کورونو کې ژوند نه وي زه هڅه کوم چې

تا له دنده پیدا کړم که دلته څه ونشول، نو بهر ته به دې ولېږم. ورور یې زیاتوي مینه د کورنیو ستورزو له کبله یو څه شلې او کوبه نشینه شوې وه، خو له کوره بهر بیا هم ډېره فعاله وه قابلیت یې لوستني وه او اوس د حقوقو پوهنځي د دویم کال محصله هم

هغه پر خپلو رسنیو کارونو سربېره د میرمن ادبي بهیر غړې هم وه ادبي لیکنې یې کولې شاعره وه، خو د خپلو شعرونو کومه ټولګه یې نه وه چاپ کړې.

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

شاز په جاني

# که ښه روغتیا غواړئ تل خاندئ

خدا د ژوند مالګه ده... زيار د عبدالله غري

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



- ۱- خدا څیره روښانه او ښکلې کوي
- ۲- خدا عمر زیاتوي
- ۳- خدا د سړي عمر کم نسي
- ۴- خدا رګونه خلاص ساتي او روغتیا ته کټه لري
- ۵- خدا د ونسي کاربن داي اکساید مینځي چې سړي ته یو ښه حس پیدا کړي
- ۶- خدا یو ډول یې حرکت ورزش دي
- ۷- خدا چاغ خلک ډنګروي
- ۸- خدا د دې لامل کړي چې خپلو غاښونو ته پاملرنه وکړو او په پاک ساتلو کې یې هڅه وکړو
- ۹- خدا د جسمي دردونو د زغملو وړتیا ډېروي
- ۱۰- خدا ستریا له منځه وړي
- ۱۱- خدا د مینې زېږنده ده
- ۱۲- خدا د انسان لپاره ښه ډاکټر دی

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

عزیزی

چنین سریال ها که در آن فقط لیرتک، بازی دادن، جعل کاری، تحقیر و توهین زنان به نمایش گذاشته می شود و جوانان ماترا منحرف می سازد نشروپخش اینگونه سریال ها مبتدل که وقت بسیاری از تلویزیون های غیردولتی بدون اینکه به این مسائل توجهی داشته باشند این سریالها را خریداری و آنها را توسط عده بی بجه و دختردوله کرده به نمایش گذاشته و در بهلوی آن اعلانات تجارتي شانرايز به نشر رسانیده اند و پول کمایی میکنند. بدون تردید که کشور ما از بیرون مورد یورش های فرهنگی گوناگون قرار گرفته و هرچیز به شکل جعلی و تقلبی آن وارد افغانستان می شود باارسال



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

و هنر بی پیام، هنر بالنده و هنر مبتدل که فقط باانتقاد و نقد آنان در شرایط کنونی می توان خطرات ناشی از آن را به گوش مردم برسانیم بسیاری از سریال ها هم از لحاظ هنری وهم از لحاظ محتوا معیاری بودن منحرف کننده وبی وزن نیستند و با نمایش آنها میتوانست نسل جدید را از خطر معتاد شدن به هنرهای مبتدل نجات داد





# د سپورټ نړۍ



## افغانستان ايرلينډ ته ماتې ورکړه، سيريز مساوي شو

دغه شنبې په لوبه کې افغانستان ايرلينډ په ۵۰ اورونو کې د ۳۰۴ منډو هدف وټاکه. دا د ايرلينډ د بلډسټ په دغه میدان کې تر ټولو لوړ هدف و، چې ولوساوه د دوی دواړو ترمنځ د څه د افغانستان وټاکه، خو ايرلينډ د ټولو وکړې او سوځېده، خو د محمد شيران او د رحمت شاه ۲۱ منډو ايرلينډ ته د لوړ هدف په ټاکنو کې مهم رول ولوباوه د دوی دواړو ترمنځ د څه سره د ايرلينډ او افغانستان ترمنځ د دوو



لوبو لړۍ ۱۰۰ مساوي شوه افغانستان لومړنی لوبه د تيرې بکشي په ورځ وبللله افغانستان تر نړيوال جام مخکې د جمعې په ورځ می ۲۴، پاکستان او د دوشنبې په ورځ می ۲۶ له انگلنډ سره تمریناتي لوبې ترې

## په اسیايي لوبو کې د گډون لپاره ۲۰ کلنو فوټبال لوبډلې

### قمرينات پیل کړې

د اسیا فوټبال اتلولي سياليو د پیل په درشل کې، د هېواد د ۲۰ کلنو فوټبال ملي لوبډلې په دغو سياليو کې د گډون لپاره په کابل کې خپل تمرينات پیل کړل. ټاکل شوي چې د هېواد ملي لوبغاړي له مياشتې په کم وخت کې د اسیا فوټبال اتلولي سياليو کې د حضور لپاره ايران ته سفر وکړي د هېواد د فوټبال ملي نوسنې روزونکي رارق معرک وايي چې دغه تمرينات د يوې مياشتې لپاره دي او په دغې موده کې به د هېواد لوبغاړي د اسیا اتلولي سياليو لپاره بشپړ چمتووالي ولري. د اسیا اتلولي سياليو په مانت وروسته د څو اسیايي هېوادونو له حضور سره په ايران کې نرسره شي افغانستان د دغو لوبو په الف ډله کې د ايران او هانگ کانگ ته لوبډلو سره هم ډلې دي.



## د فوټبال په راتلونکي نړيوال جام کې خبريالان ولې گډون کوي؟

د افغانستان د ورزشي خبريالانو فدراسيون عمومي ريس ساير خلاند د می پر ۱۶ له قطر نه په رسمي سفر تللی و، نوموړي هلته له فطري خبريالانو سره د فوټبال په راتلونکي نړيوال جام کې د افغان خبريالانو د گډون پر موخه تړون لاسليک کړی دی په افغانستان کې د ورزشي خبريالانو فدراسيون له کتلو سره راهيسې په رسمي ډول په فعاليت بوخت دي. د دې فدراسيون غړيتوب له ټول هېواد څخه په لسگونه او په سلگونه ورزشي خبريالان لري د ورزشي خبريالانو فدراسيون غړيتوب اکثره خبريالان فعاله دي دوی په



## ((افغان لوبډله له نړيوال جام وروسته نوی روزونکی گوماري))

د افغانستان کرېکټ بورډ چارواکي یې سي ته ويلي، د ملي لوبډلې د نوي روزونکي هیل سايمنز قرارداد په راتلونکي جولای مياشت کې ختمېږي او کرېکټ بورډ پلان لري چې د نړيوال جام تر لوبو وروسته د کرېکټ ملي لوبډلې لپاره په شريابطو برابرو لوی روزونکی وگوماري د افغانستان د کرېکټ بورډ مشر عروانله فصلي وايي د سافلي سايمنز قرارداد د جولای مياشتې پر پنځلسمه نېټه پای ته رسېږي او تر هغه وروسته به کرېکټ بورډ نوي روزونکي گوماري سافلي فصلي وايي کرېکټ بورډ غواړي داسې يو کس د ملي لوبډلې د روزونکي په توگه وگوماري، چې د دوی پر شريابطو برابر وي او تر ټولو مهم شرط دا دی چې نوی روزونکی به افغانستان کې کار کولو نه چمتو وي هیل سايمنز د وېسټ انډیز پخوانی انرونډر کرېکټ

## د فوټبال د بنځينه لوبډلې د غړو د جنسي ځورونې د تحقيق نتيجه به ژر په ډاگه شي

### څومره پيسې تر لاسه کوي؟

د کرېکټ نړيوالې شورا د خبریاتي له مخې، د سپ کال نړيوال جام گڼونکي لوبډله به څلور ميليونه ډالر او د دوهم مقام لرونکي لوبډله به دوه ميليونه ډالر تر لاسه کوي د کرېکټ نړيوالې شورا پر وينا د نيمه پابلونې بيلونې لوبډلې ته به ۸۰ زره او د گروپ سياليو په پړاو کې د هرې لوبې گڼونکي ته به ۲۰ زره ډالره ورکول کېږي د سپ کال کرېکټ نړيوال جام سيالي د روانې مې مياشتې په ۲۰ مه برتانيا کې پيلېږي چې د جولای مياشتې تر ۱۲ مې نېټې به دوام وکړي په دغو سياليو کې د افغانستان په گډون



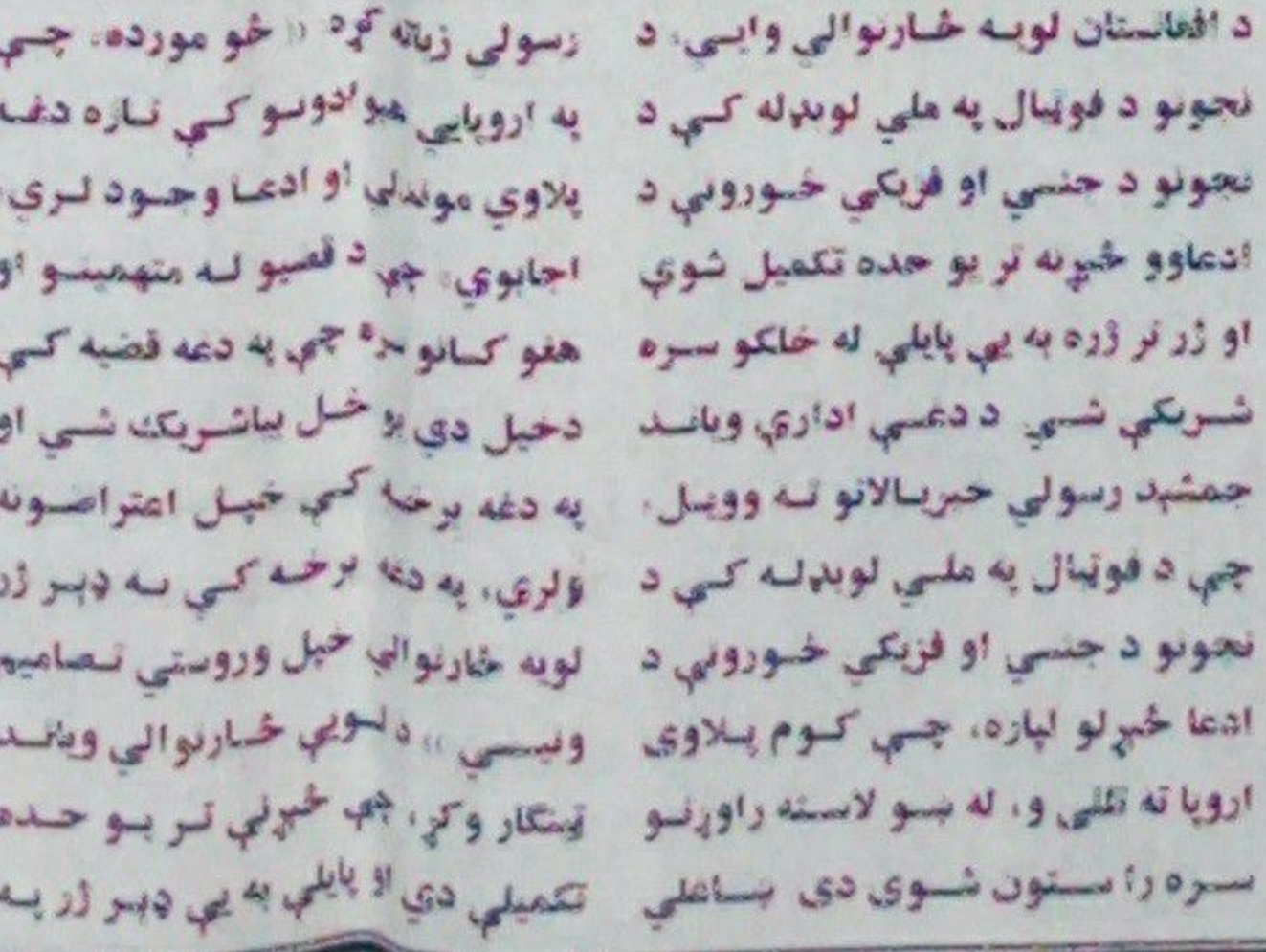
## د فوټبال لوبډله له نړيوال جام وروسته نوی روزونکی گوماري

د افغانستان کرېکټ بورډ چارواکي یې سي ته ويلي، د ملي لوبډلې د نوي روزونکي هیل سايمنز قرارداد په راتلونکي جولای مياشت کې ختمېږي او کرېکټ بورډ پلان لري چې د نړيوال جام تر لوبو وروسته د کرېکټ ملي لوبډلې لپاره په شريابطو برابرو لوی روزونکی وگوماري د افغانستان د کرېکټ بورډ مشر عروانله فصلي وايي د سافلي سايمنز قرارداد د جولای مياشتې پر پنځلسمه نېټه پای ته رسېږي او تر هغه وروسته به کرېکټ بورډ نوي روزونکي گوماري سافلي فصلي وايي کرېکټ بورډ غواړي داسې يو کس د ملي لوبډلې د روزونکي په توگه وگوماري، چې د دوی پر شريابطو برابر وي او تر ټولو مهم شرط دا دی چې نوی روزونکی به افغانستان کې کار کولو نه چمتو وي هیل سايمنز د وېسټ انډیز پخوانی انرونډر کرېکټ

## د فوټبال د بنځينه لوبډلې د غړو د جنسي ځورونې د تحقيق نتيجه به ژر په ډاگه شي

### څومره پيسې تر لاسه کوي؟

د کرېکټ نړيوالې شورا د خبریاتي له مخې، د سپ کال نړيوال جام گڼونکي لوبډله به څلور ميليونه ډالر او د دوهم مقام لرونکي لوبډله به دوه ميليونه ډالر تر لاسه کوي د کرېکټ نړيوالې شورا پر وينا د نيمه پابلونې بيلونې لوبډلې ته به ۸۰ زره او د گروپ سياليو په پړاو کې د هرې لوبې گڼونکي ته به ۲۰ زره ډالره ورکول کېږي د سپ کال کرېکټ نړيوال جام سيالي د روانې مې مياشتې په ۲۰ مه برتانيا کې پيلېږي چې د جولای مياشتې تر ۱۲ مې نېټې به دوام وکړي په دغو سياليو کې د افغانستان په گډون



## د نړيوال جام تمریناتي سيالي د تلویزیون له لارې په ژوندۍ بڼه خپروي

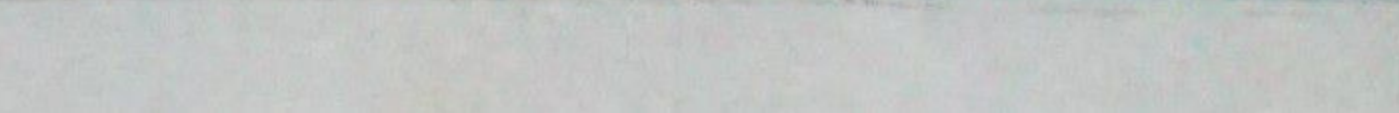
د ۲۰۱۹ م کال د کرېکټ نړيوال جام چې د روانې مې مياشتې په ۲۰ مه پيلېدونکې دی، ټولې تمریناتي سيالي د کرېکټ نړيوالې شورا له خوا په تلویزیون په ژوندۍ بڼه خپري شي د کرېکټ نړيوالې شورا له خوا رسماً اعلام شوی چې د راتلونکي نړيوال



جام لس تمریناتي سيالي کومې چې به ۲۲ مې پيل کېږي د لومړي ځل لپاره به ژوندۍ بڼه وپېژندل شي د لوبو په ژوندۍ بڼه ښودلو د لاسني لپاره د کرېکټ نړيوالې شورا د هرې لوبې لپاره ۲۲ سترې کسارې استعمالوي، چې په کې اضافي موش هاگ آی کامري، د وېکټو مخې، شانه

## د ۲۰۱۹ م کال بنځينه د فوټبال نړيوال جام په فرانسه کې پيلېږي

د بنځينه فوټبال نړيوال جام دا ځل په فرانسه کې د ۲۲ لوبډلو ترمنځ نرسره کېږي، چې د جون مياشتې پر ۱۰ مه نېټه پيلېږي او د جولای مياشتې پر ۱۰ مه نېټه پای ته رسېږي ټولې لوبډلې به ۴۰ گروپونو وېشل شوي او د گروپونو مخکښې لوبډلې به د جام جام په ۱۹۹۱ م کال کې پيل شو چې نرسره مهال درې اتلولي امریکايي لوبډله لري، دوه ځلې جرمني دا جام خپل کړی او يو يو ځلی جاپان او ناروي هېوادونو گټلی دی سترې نړيوال جام د فرانسه په ۱۰ لوبو نارونو کې نرسره کېږي، چې پرايډونکي لوبه به د یاد هېواد په مرکز پاریس کې وي چې د یاد نړيوال جام کې تر ټولو ډېر اړونکي هېوادونه لوبېږي او په دوهمه درجه کې پنځه آسټرکي هېوادونه دي، چې د دې جام برخه به وي





د کتاب له سوځولو څراغ جرمونه هم شته، یوه بې دای چې کتاب ونه لولي... د کتاب واخه او وپې لوله، پلورن کتابونه هلته دي چې پورته دي، د کتاب وروستی چاپ غوره وي، خو که کتاب د لیکوال ماغزه بند شوی نه وي...

پوهنځي کلتور خاص ریاست عمومی امنیت ملی تر ټولو تعلیمات خاص بلنه گروه سارښ مسلح خطرات را که به رهبری عیدالله شهنور به رییس عید و اقبال در شهر کابل مشرف فعالیت های اطلاعاتی، قتل و سرقت های مسلحانه بود...

حکمتیار: بهرنيان د ولسمشرۍ په انتخاباتو کې لاسوهنه کوي

د حزب اسلامي منر گلبدین حکمتیار دوما کې موجوده بهرنيان ډېر پخو او خميدلي کوي چې بهرنيان د ولسمشرۍ په انتخاباتو کې لاسوهنه کوي او د شخړو او وخت د څلورو انتخاباتو د پوځي کيدو...

پي ټي ايم: پاکستانی ملېشې دې د پښتون ژغورنې غورځنگ ځورونه ودرروي

په رڼا کې لاند حق او امن غواړي، مشرانو ويل که د ولس او پښتون ژغورنې د فعالينو په خلاف د گورناريو او نورو اروپي روانه لړۍ بنده شي نو غورځنگ به پر امنه توگه سختو احتجاجونه مخ په وړاندې بوځي د کولې و احتجاج د وينا پر محال د پي ټي ايم د بلوچستان کوارټر ايسټو کېت حسين آغا وويل چې پي ټي ايم غير پارلماني غورځنگ دی او په پر امنه طريقه به د پښتو ژوند او د حقوقو جنگ کوي به بلوچستان کې د پي ټي ايم د احتجاجي جلسو لړۍ لومړی په نوراني کې پيل شوه، بيا په چمن نسا کې هم مظاهري وشوې د پاکستان پوځي مشر جنرال قمر جاوېد باجوه ويلي وو چې پي ټي ايم خپله مسله نه ده خو د تحريک په مشرانو کې خپلې نه بهر نه پسې اخلي پاکستانی چارواکو ويلي د پي ټي ايم په نو شمېر غوښتنې تر ډېره حده پورې کار شوی دی

کې پروا وکړو د امنيتي سرتېريو لخوا دزو، د پښتون ژغورنې غورځنگ څخه غړي لڼا اعجاز ته د سرگرم دېرکويسه ورکولو او د غورځنگ د فعالينو لکه عالم زيب محسود او نورو دگورناريو په خلاف



د حزب اسلامي منر گلبدین حکمتیار دوما کې موجوده بهرنيان ډېر پخو او خميدلي کوي چې بهرنيان د ولسمشرۍ په انتخاباتو کې لاسوهنه کوي او د شخړو او وخت د څلورو انتخاباتو د پوځي کيدو... د دوشنبې په ورځ د انتخاباتو د خپلواک کميسيون مشرې حوا نورستاني وويل چې د جنوبي او منځني اسيا لپاره د امريکا د بهرنيو چارو مرستيال وزيرې د کابل د وروستي سفر په لړ کې ورڅخه وغوښتل چې يوازې د ولسمشرۍ انتخابات وکړي خو دې د هغې نظر رد کړ ښاغلي حکمتيار وايي، سره له دې چې بهرنيان غواړي انتخابات مهتسي وړانولو په فکر کې دي، ځکه که دوی شفاف او عادلانه انتخابات غوښتلې، نو په هېواد خو دوی هڅه کوي چې په ټاکنو کې د ماتې وژکولې شي

د پښتون ژغورنې غورځنگ پي ټي ايم، فعالانو د بلوچستان په يو شمېر ښارونو کې احتجاجي جلسې وکړې او غوښتنه يې وکړه چې حکومتي ادارې دې د تحريک د کارکوونکو ځورونه ودرروي. د پي ټي ايم لږ نظارت لاندې د دوشنبې، په ماسخولن د بلوچستان په مرکزي ښار کولې، ژوب، شيراني موسی خېل، قلعه سيف الله، دوکې او سڅاوی کې لاريونونه او احتجاجي غونډې وشوې. په احتجاجي لاريونونو کې د ژغورنې غورځنگ فعالينو، د پښتونخوا ملي عوامي گوند، عوامي لېشل گوند، پي اېس او، پي اېس اېس، اېس، پي اېس اېس اېس اېس او مدني فعالانو په گڼ شمېر کې شرکت وکړ. لاريونونه او احتجاجي غونډې د پروفيسر ابراهيم د ارمان لوني، د وژنې د پېښې عيني شاهد او مدعي قيوم اتمانخېل د ميينه اغوا او بيا پر هغه د ميينه تشدد په خلاف په چمن

Advertisement for Afghan Telecom. Large numbers '۲۹۹' and '۲۰۰۰' are prominent. Text includes 'افغانی', 'په ورکړې سره', 'دقیقی دیجیتل ته', 'دقیقی سلام ته', 'يو مياشت خبری وکړی', 'دا وړانديز یوازې د مخکې ادا پیردونکو لپاره دی', 'د دي وړانديز فعالولو لپاره ۳۳۳ شمیره دایل کړی'. Logo for 'افغان Afghan Telecom' is at the bottom right.

Footer section containing contact information for the newspaper. It includes the website 'www.afghantelecom.af', email 'info@afghantelecom.af', and 'afghantelecom.af'. On the left, there is a list of staff members: Farid Ahmad Farhang, Ahmad Zalmi Shahbaz, and others. On the right, there is a list of phone numbers and a QR code for 'www.dailies.gov.af'.



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