

# سپاروون

شماره نهم ماه قوس ۱۳۶۶ سال چهارم • خرداد  
جواد یالثانی ۱۴۱۱ خرداد سهر ۱۶۶۰ شماره مسلسل ۴۰

نجیبه شریف: ریشه کلا

۱ و شیر دتلو بزونی نطاقی لپاره  
تشی شرطونه گیم ۱۸

فانگ

زندگی را فلیج میکند ۶

اگر کرباجف پیروز شود، سه سال بعد  
یک شوروی نوزاده میشود ۱۰

# سپاوون



موزيسين افغانى  
خاموش شد

استاد سليم سرمست

(۱۱)

شماره ۹  
ماقوس  
۱۳۶۹  
شماره مسلسل ۴۰

قصص القرآن ( خیر و شر در اعمال انسان )

صفحه ( ۳۶ )



صفحه ( ۱۶۶ )

چچی پروبلمهای  
ورزشی داریم؟



صفحه ۲۰

زما دسری ما بنام  
سپوزمی

صفحه ( ۲۱ )



چین دوباره زندگی می شود

ما و دهه

جهانی فرهنگ



صفحه ( ۴۲ )

مدیرمسئول : دوكتور ظاهرظنين  
تيلفون : ۲۴۵۱۰  
معاون : محمد آصف معروف  
تيلفون : ۶۲۷۵۲  
سكرتيرمسئول : ضياء عبادی

خطاطی : عیسی قانعی ونعیم نیکزاد  
گرافیک : حمیدحلیمی ، حمید - مسعود ورضیه .  
آریتیر کیتوتایب : محمد عارف  
مستهم : محمد گل  
عکاس : شهین

نشریه اتحادیه ژورنالیستان ج.ا.۱.

آدرس : مکروریان سوم بلاک ۱-۶  
مقابل تعمیر مطبعه دولتی .  
حساب بانکی ۴۰۲۳۳ بر ۸  
دافغانستان بانک .

# زموونر موسیقي ډیره ډیاملرنی وړ ډه باندی

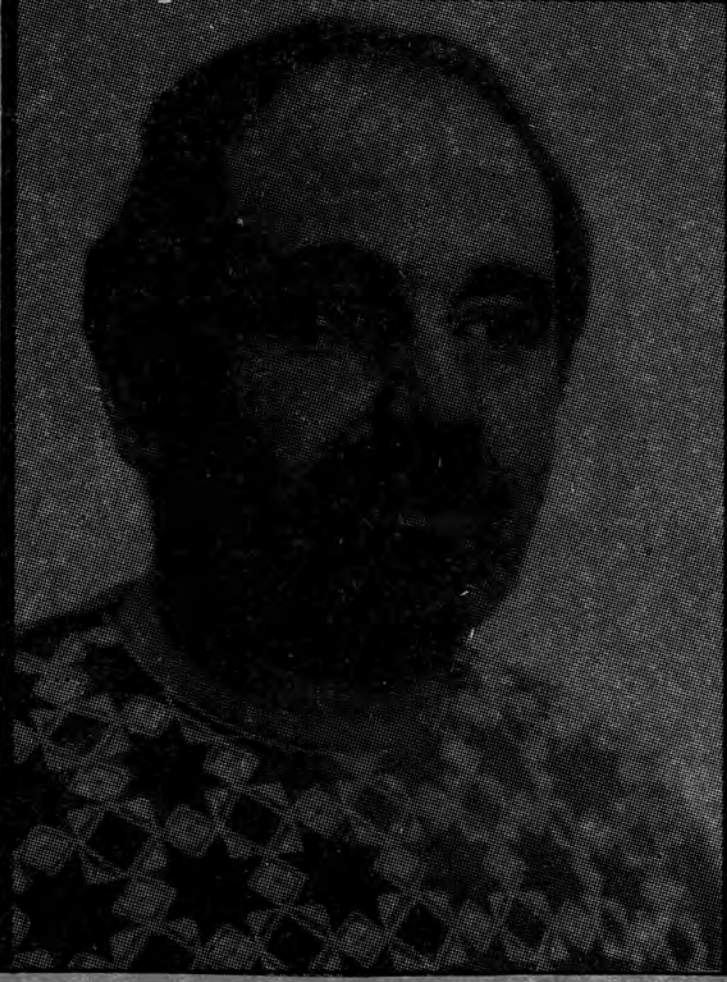
# سائق په موسیقي کلاسیکی



— شاعلي زحمانی : لطف وکړی او دخپلو هنري فعالیتونو ډیبل له خه ووايي :  
 \* زما اړیکې د موسیقي مسره د متداول نه ډول له وړکوب نه بیل شوه اوس له هغه نه می چې د موسیقي به برخه کی خه معلومات ترلاسه کړل. هندوستان نه ولاړم او هلته د هندي استادانو په لارښونه، دغه لارمی به اساسی توگه تعقیب کړه او بریو شای بوری ورسییم.  
 زما لومړنی باړخه (سائق) یسه مېکده ...)) وه چې په (۱۳۶۰) کال کی دکال د آهنگ ډیلوم می وگاټه. باید ووايم چې زما یوازینی مشوق د موسیقي به برخه کی، زما پلارو چې پوره ډیر افتخار کوم.  
 — ناسو دکومی موسیقي سره ډیره علاقه لری ؟  
 \* زه دکلاسیکی موسیقي، غزل او فولکلوریکي موسیقي سره هیڅه او علاقه لرم او نظرمی هم دادی چی خپل آهنگونه به هندي اساس باندی جوړ کوم.  
 — ځینی هنرمندان گوښس کوی چی د شرق او غرب موسیقي یو بل سره تلفیق کړی، ستاسو نظر خه دی ؟  
 \* زه دغه عمل ستایم. خو په دی شرط چی هنرمند به دغی برخه کی اوږد

لاس ولری، اوددغه تلفیق خخه یوښه مخون په لاس وراکړی .  
 — ناسو د شرق د کلاسیکی موسیقي په برخه کی ترکومه حده بوری لاس لری، اوهم ووايي چی دغه موسیقي ترکومه خایه بوری د زمانی به غوښتنه برابره ده ؟  
 \* دغه پوښتنه زما په نظر خه سخت غوندی ښکاري . ځکه د شرق کلاسیکه موسیقي، ډیر پراخوالی لری، که سری هر څومره به دغه بحر کی مخ ته ولاړ شی، بیا هم کوری چی دده پای لاندته ښکاري . که خه هم د ډیره خوا به بوری لاره وعلی وه، مگر بیا هم کورم

موسیقی یوه آرامتیا ښونکی موسیقی ده، سره له دی چی له مستی او وجدنه هم تشه نه ده، خو د جاز موسیقي صبرونه او بالونه د مستی حالانو سره زیات ارتباط او اړیکې لری، زما په نظر هم دغه علت دی چی ښوان هنرمندان د جاز موسیقي سره زیاته علاقه نیسی . او ښایي د شرق کلاسیکه موسیقي بیچلتیا اوزیاسار غوښتنه هم یو بل علت وی چی هر څوک نشی کولای ددغی موسیقي به اساسی باندی لاس پری پیدا کړی .  
 — د شرق موسیقي دکوم استادانو اوڅوانو هنرمندانو دهر سره مینه



اوارادت لری ؟  
 \* د شرق موسیقي استادان اوهر— مندان خورای شمیره دی، خو زه ښه خاصه توگه د مرحوم استاد سر آهنگ، مرحوم سلیم سرمست، استاد نی گل، استاد حاشم اوبه څوانانو گي دفرهاد دریا، شریف غزل، فواد ویلون — غروونکی سره ډیره زیاته مینه او علاقه لرم.  
 — زموږ دننی موسیقي به باب خه نظر لری ؟  
 \* زموږ د موسیقي حالت ډیر د پاملرنی وړدی، ځکه زموږ د موسیقي

مسولین او صاحب نظر خلك له دغه سره به ژور تیارخورد نه کوی، باید د موسیقي کورسونه به پراخه توگه ایجاد شی، به هندي ترتیب باید خارجی استادان د نوت شی اوڅوانو علاقه مندانو ته اساسی لارښوونسی به لاس ورکړی، او که داسی ونه شی به تأسف سره باید ووايو چی زموږ موسیقي د تابودی کندي ته خورا نژدی کیډونکی ده .

— لکه څنگه چی ښکاري ستا سو هنري فعالیتونه لړشوی دی، خه له؟  
 \* زه د مسولو مقاماتو نه شاکی یم، ځکه چی زمانیت شوی آ هنگونه ان بس له خوښاشته خخه هم نه نشیږی، اودغه عمل به خپله د دی سبب کیږی چی مانغوندی خلك له رادیو او تلویزیون خخه فاصله ونیسی او کوبه گیری غوره کړی.

— ستاسی د آهنگونو کیبور خوک جوړوی ؟  
 \* زه دخپلو آهنگونو کیبور به حبه جوړوم، ځنگه چی مخ کی می هم وویل ماد موسیقي اساسات په اساسی توگه رده کړی دی، او صدغه سبب وی چی ډیر زحمت باس ترخو چی زما لمپوزونه د موسیقي په اساساتو باندی تکیه ولری .

— سره له دی چی زه ځان ته د احق نه وکوم چی چاته د شاگرد خطاب وکړم خو بیا هم ترکومه حده بوری چی زمانوانو، عاشیتو هنرمندانو، لکه نغمه، نعمت الله کندهاری، خلیل ستارواز چی اوس په هندوستان کی دی، اوله ځینو نورو سره کار کړی دی اوځینو ته می یی آهنگونه هم جوړ کړی دی .

— دخپل شخصی ژوند به باب که خه ووايي ؟  
 \* په کندهار کی زیږیدلی یم، تربکلوږیا بوری می زده کړه کړی ده، زما دواده نه اته لس کاله کیږی چی شپږ اولادونه لرم، اوه مډا اوس د یوه شخصی شرکت رئیس یم .  
 — د موسیقي به برخه کی څه اختراعات اوویاږنی لری ؟  
 \* په (۱۹۸۷) کال کی به ډیبل کی د ((آسیا بسفیک اسوشن)) ته می یوه نری سمبول چی ((دلرگی چاره)) وه لاس ته راوړه .  
 همدارنگه په (۱۹۸۸) کال کی د بښتو موسیقي په برخه کی د رادیو ډیبل نه می یو بل هنري کب لاس ته راوړ .  
 — نوری خبری که ستاسو سره وی،  
 — دسیاوون مجله نه زیاته خخه کوی چی ماته یی ددغی صحاحی وخت واکې

# قرآن بسیار آموزنده است

قرآن مجید کتاب مقدس و عزیز مسلمانان است که امروز میلیون ها مسلمان به امری الهی آن گزین گشته و هدایت آن را به جان میپوشند. شبیه در دل هستی ماندگار است. این کتاب الهی همه شیون زنده‌گی

زمین دستکاه مرموز خیر گسری و خیر گزاری خدا است. و تمامی اعمال و اقوال و صدای او را که بر سطح آن نو دار شود بدون کم و کاست درخود ضبط کرده و بروز نماید. زمین دستکاه مرموز خیر گسری و خیر گزاری خدا است. و تمامی اعمال و اقوال و صدای او را که بر سطح آن نو دار شود بدون کم و کاست درخود ضبط کرده و بروز نماید.

## قصص القرآن

فصل اول کتاب زمین و آسمان و ستارگان از نظر قرآن

قال الله تعالى: اذا زلزلت الارض زلزالها و اخرجت الارض اقالبا و قال الانسان مالها يومئذ تحدث اخبارها بان ديك اوحى لها يو مند يصد الناس انشأ تا ليرو اعمالهم فمن يعمل مثقال ذرة خيرا يره ومن يعمل مثقال ذرة شرا يره

آن هنگام که زمین دچار سخت‌ترین و وحشت انگیز ترین زلزله و اضطراب شود و در بی این جنبش بی سابقه چیز های سنگینی که در درون دارد برون بیزد و انسان از روی وحشت گوید: زمین راجه بیش آمدی رخ داده؟

در جهان هنگامی گزارشات گذشته خود را اخبار خواهد نمود بوسیله رابطه مرموزیکه پروردگارت برای آن نهاده است درین روز مردمان دسته دسته از درون خاک بجهان زنده‌گی آخرین صدور خواهند یافت تا آنچه کرده‌اند بنگرند.

س هر که کوچکترین گسار

جهانم بوده و باین معنی است که: زمین به روز رساخیز تمامی گزارشات گذشته خود را آشکارا نماید...

چگونه؟ بوسیله رابطه‌ای مرموز که آفریده گار مریی نو (و تمامی آفریده‌گان) به هنگام آفرینش با آن گرفته و جهان رمزی شکفت انگیز در بنیه و ماده آن نهاده بهتر و دقیق تر از هر دستکاه گیرنده ای تمامی صور و صداها را در خود ضبط کرده و در موقع خود در محکمه عدل الهی تمامی آنها را بدون کم و کاست آشکار کند. و طبیعی است که دستکاهی می‌تواند فرستنده گزارشاتی باشد که قبلا آن گزارشات را در خود ضبط کند تا بتواند عین آنرا تحویل و گزارش دهد.

آیه فوق تصریح میکند که زمین بهای حوادث گذشته خود را ابراز خواهد کرد - پس ناگزیر بایستی همگی آنها را قبلا در خود ضبط کرده باشد.

این عنوان دوربین آیتی از قبیل آیات مورد بحث در روایاتی زیاد است که جهان وانمود ساخته: انسان تمامی اعمال و حالات خود را در جهان آخرت خواهد دید و صدا های خویش را خواهد شنید تا بجایی که:

**فمن يعمل مثقال ذرة خيرا يره**  
**ومن يعمل مثقال ذرة شرا يره**

## خبر از زمین و آسمان

مفهوم عظیمی است که در توحیه و تاویل اینگونه آیات ایست که گفتار هر گوینده و کردار هر عمل کننده ای - آنگونه که بوده - در آنجهان شنیده و دیده می شود.

بیش از اینکه بشر از راه علوم مادی باین حقیقت آگاه شود که: صورتها و صداها در فضای جهان نابود نمی‌شوند - مردمان از مقسم و متحد - بیدین و بادین - در اینگونه حقایق قرآنی متحیر بگردند.

این بحساب خرافات و مطالبی نامفهوم می آورد - و آن از لحاظ اینکه کلام الهی است می پذیرفت - پس از آنکه دستکاهای گیرنده و فرستنده ضبط صوت و رادیو و تلویزیون و غیره بوجود آمد تا آرزو روزهای نابج ازین رمز شکفت انگیز برای بشر نمودار شده که جهان ماده دستکاه گیرنده صورتها و صداهاست.

بر اساس همین موفقیت - بشر بپوست افتاده که صداها و بلکه صوتهای برخی از نواخ گشتگان را بگیرد - و صدا های آنانرا بشنود

و چهره هایشان را بنگرد تا چه پیش آید.

قرآن با الحان گوناگون مرتب شده کامل این رمز را در باره زمین و فضای آن تصریح کرده و حتی اعضاء و بدنهای مملکتها را همچون نوار ضبط صوت و ضبط کننده اعمال خواننده است و حشر ناهم قلم نغز در زمین جدا تمام انسانها را زنده کنیم و همه چیز هریک هریک آنها را - تمامی اجزاء بدنهای آنها را و همه اقوال و اعمالشان را در تمام ادوار عمر و عودت دهیم و چیزی از آنها باقی نگذاریم.

در آیت مورد بحث موضوع خبر گزاری زمین دو مرتبه تصریح و تاکید شده:

۱- لیرو اعمالهم... مردمان محشور می شوند تا کردار های خود را بنگرند.

۲- فمن يعمل... پس هر زشتی و زینا از گفته ها و اعمال خویش را خواهد دید و شنید.

## بشر انسان

خواهند دید و شنید...

بنابراین خبر گزاری زمین نیازمند بتأویل و توجیه به برخی از سخنان گفتگوان و یا معاصران نیست - بلکه این اخبار بمعنی اظهار عین انعکاسات اعمالیست که مردمان کردار های خود را بوسیله گزارش زمین خواهند دید و گفته‌های خود را خواهند شنید و چنانچه گزارش زمین بمعنی دیگر باشد رویت اعمال نیز برخلاف ظاهر معنی دیگری از قبیل باداش اعمال و مانند آن خواهند داشت.

**اخبار:**

بنده‌گان خدایه روز رستاخیز آنگونه که به اعمال خود آگاه می شوند که در همان حال انجام داده‌اند.

و طیرانی از ریخته جرحی از رسول الله (ص) آورده است که فرمود:

**تخلطوا من الارض فانها تمکم**

نسبت به زمین این دستکاه مرموز جاسوسی و خبر گزاری بسیار محافظه کار باشد که مرکز وزادگاه شماست و هر خیر و شری را از هر گسرت ثبت

وضبط نموده و بسوق خود گزارشش خواهد داد.

و این ابو حاتم از ابو خدری آورده است که چون این آیه نازل شد - نفس یصل مقال ذره خیرا یروه گفت یا رسول الله! رسانی من آنچه کرده‌ام خواهم دید؟

فرمود: آری. خواهی دید.

گفت: اعمال بزرگم.

فرمود: آری.

گفت: و کردارهای کوچک را!

فرمود: آری.

گفت: ای وای کاش هاد مرا سقط کرده بود.

فرمود: ترا بشارت بادا بوسعید! اعمال بسندیده ده برابر تا هفتصد و بیشتر اجر دارد و کار های ناستند بدون کم و زیاده و یا آنکه خدا (در صورت توبه و پشیمانی و غیره) از آن گناه درگذرد و هرگز احدی تنها بعمل خویش نجات نیابد.

گفت: نوبت جنتی رسول الله!

## در اعمال انسان

دستکاه ضبط در اعضاء و اعضاء آدمیان.

در آیتی چند اعضاء خود آدمیان بعنوان دستکاهای گیرنده خبر و ضبط کننده اصوات و اعمال مرفعی شده چنانکه فرماید:

**واكل انسان الزمناه طائره في عنقه**  
**فخرج له يوم القيمة كتابا يلقاه منشورا**  
**اقر كتابك كفى بنفسك اليوم عليك حسيبا...**

(طائره عمل) هر انسانی را بر گردنش تا به متولزم داشته ایم و به روز قیامت برای او استخراج می‌کنیم کتابی را که در برابر خود باز روشن می‌نگرد: بخوان کتاب خود را که خودت امروز برای گواهی بر اعمال خویش کافی میباشی.

طائر: سید شریف رضی طائره را بمعنی عمل گرفته است مراد اینست که نامی گفته‌ها و کردار های آدمیان از نظر سطحی خود شان همچون برنده‌هایی است که رها شوند.

اعضای انسانها همچون دستکاهای ضبط صوت است که در عین تحویل

دادن کلمات مجددا آنها را در خود ضبط می‌کنند آنکه از دست یهد.

چنانکه گوئی (فلان عمل گردن گیر من شده) چنانکه درین گونه موارد مقصود خصوص گردن نیست بلکه ذات انسان بعنوان عهده‌گرفتن آثار عملا منظور است در آیه فوق نیز برای توجه دادن بدونیکه لفظ عنق (گردن) ذکر شده است.

**کتاب اعمال**

واصولا کتاب بمعنی چیز است بر آن چیز را ثبت کنند و زوال پذیرترین وسیله ثبت وضبط نوشته های قلمی است و مراحل قویتر و پای حروف شنکی و سربی حروف امواج الکتریسته. کاملترین مرحله ثبت اعمال که انعکاس آنها باشد. باین معنی که خود صدا بدون کم و کاست در دستکاهی ثبت وضبط شود خود صورت عمل در دستکاهی منعکس گردد چنانکه در دستکاهای ضبط صوت و عکاسیایی که از فاصله‌های زیاد عکس برخی از مجالس را بر میدارند. مثلا از واشنگتن عکس جلسه‌یی را که در اروپا تشکیل یافته بر میدارند و بالعکس و اخیرا بشر در صدد تکمیل این دستکاه است که شاید بتواند عکس جلساتی که در گذشته اتفاق افتاده است بردارد و عین صورت جلسه را منعکس سازد.

اینک کتاب وجود ماکه گفته‌جا و کردار های ما را در خود ثبت کرده طبعاً کاملترین طریق ثبت است. در آن باراده الهی منظور گشته که انعکاس عین آنها در اعضاء عامه انسانی باشد.

خواندن این کتاب سواد مهم نسخواهد و روی همین اصل روز رستاخیز بهنگان تکلیف می‌شود که کتاب خود را که خدا از خود شان برون آورده بخوانند (اقر کتابک) و شاهد دیگر بر معنی فوقه برای کتاب جمله بعدیست که:

**كفى بنفسك اليوم عليك حسيبه**  
**خودت کافی هستی که حساب اعمال خویش را گزارش دهی**

واصولا گفتار در انحصار وسیله آن نیست و سخن هر موجودی بتناسب و موقعیت همان موجود است. چنانکه قرآن از گروهی از گنجه‌کاران به روز رستاخیز نقل می‌نماید که بیوست های بدن خود گوید - چرا علیه گواهی دادید؟

**وقالوا الجلو دم لم شهيدتم علينا؟**  
**قالوا نعمنا الله الذي اطلق كلشي**  
در پاسخ گوید: ما را بسخن آورد آن خدایی که همه چیز را بسخن آورده است.

آری. هر چیز سخن می‌گوید -



# ملاقات محترم فضل الحق خالقیبا صدر اعظم ج. ا. با هیات رئیسه اتحادیه ژورنالیستان

(وکلتهن مطبوعات و نشرات آزاد  
جزء مهم، جایی ناپلیر و مکمل  
صحرکراسی است. مطبوعات زبان  
مردم است لچون به یاری بیدریخ  
مردم خود باورد کامل دارهمی خواهم  
که زبان مردم مارتستر، گوینتر و  
صمیمانه تر سخن برانم. حکومت  
مطبوعات و نشرات آزاد را بهشتیبانی  
نمی کند و با امکانات دست داشته به  
کسک آنها می پردازد.) حکومت  
باجتین سیاست فرهنگ بر خورد  
خوبی رانست به فعالیت مطبوعات  
وبالاخص مطبوعات آزاد معین ساخته  
است.

متکی بر این اندیشه اخیراً  
حیات رئیسه اتحادیه ژورنالیستان  
جمهوری افغانستان با محترم خالقیبا  
صدر اعظم نشست داشتند و راجع  
به مشکلات موجود در عرصه های  
مختلف کار ژورنالیستی چگونگی  
بهبود وضع نشراتی وسایل ارتباط  
جمعی ونحوه استفاده از امکانات  
موجود در جهت آزادی و موثریت  
بخش های گوناگون مطبوعات  
پیشنهادات و نظریات شان را مطرح  
ساختند.

محترم صدر اعظم جمهور ی  
افغانستان نقش اهل مطبوعات

ها و شصیت مربوط آن وزارت فراهم  
آوری زمینه ها و شرایط بهتر کار و  
مساعدت در امر رشد استعداد ها  
وسهات های مسلکی ژورنالیستان و  
تشویق مادی ومعنوی آنان تدابیر  
لازم اتخاذ و عملی نماید.

با همکاری اتحادیه ژورنالیستان  
کشور بنسبست تجلیل شایسته از  
کنگره قریب الوقوع آن اتحادیه، در  
مورد تقدیر از کار و فعالیت هدفمند  
ژورنالیستان پیشقدم که در امر تحقق  
صلح و مصالحه ملی، تحکیم وحدت  
ملی وانعکاس واقعیت هانقش فعال  
داشتانند، پیشنهاد مشخصی به  
شورای وزیران ارائه نمایند.

با اشتراك اتحادیه ژورنالیستان  
وسایر ارگانهای ذیربط در جهت  
بهبود وضع مطبوعات و ارتقای کیفیت  
نشرات در مجموع، اقدام نموده و  
شیوه های موثر بسیج ژورنالیستان  
وکارمندان مطبوعات را در جهت  
رسانیدن حقایق مردم و انعکاس  
خواسته ها و نیلزمندی های آنان  
جستجو و تحقق بخشد.

متکی بر قانون مطبوعات، زمینه  
های مساعد را برای رشد و انعکاس  
فعالیت های مطبوعاتی فراهم نموده

رئیس اتحادیه ژورنالیستان جمهوری  
افغانستان به مراجع مربوط هدایات  
لازم دادند.

محترم صدر اعظم در مورد به کار  
گیری ژورنالیستان، تجلیل شایسته  
از کنگره قریب الوقوع اتحادیه  
ژورنالیستان، ارتقای کیفیت نشرات  
در کشور، رفع سانسور های بی -  
بورد، از بین بردن برانم های موجود  
نشریه های آزاد، انعکاس فعالیت  
های دولتی از طریق وسایل ارتباط  
جمعی ویک سلسله مسایل فریگر به  
وزارت اطلاعات و کلتور و وظیفه داد  
تادد پذیرش و به کار گیری کادری  
مسلکی عرصه ژورنالیزم (بخصوص  
فارغان پوهنشی ژورنالیزم) در بخش

و ژورنالیستان کشور را در تمثیل  
اصول صحرکراسی، انعکاس حقایق،  
تنویر افهان عامه وتامین صلح و  
آشتی برجسته ساخته، گفتند :  
(مطبوعات ما بحیث دکن عمده،  
دموکراسی را باید از حالت یک  
نواختی، تکرار گوینی ومجامله به  
وسيله موثر تحکیم وحدت ملی،  
روشنگری وواقعیینی مبدل سازد  
وسایل ارتباط جمعی باید حلقه  
اتصال مردم با حکومت بوده بجای  
صرف وقت دنشرات خسته گن  
وبی اثریک سیستم کنترل وانتقاد  
سالم را بوجود آورند).

محترم صدر اعظم در باره اجرای  
پیشنهادات و خواسته های هیات

باید میباید خسته کنیم

# ادبیات امروز

## ماچی

### گونه است و باید باشد؟



میسر مهرداد استاد و پژوهشگر تاریخ فرهنگ و تمدن کانون نویسنده گان جوان

روزنامه فرهنگی  
کتابهای کهن و نوین  
تعمیر و بازسازی  
سی آر آر کانون نویسندگان

\* محترم حمید مهرورز! لطفاً بگویند که یونسکو روی کدام اهداف دهه جهانی انکشاف فرهنگ را اعلام داشته است؟  
- از آغاز عصر صنعتی (و بعداً بزرگ) پیشرفت نامحدود، توسعه تأمین بالاترین شادکامیها و امکانات برای بیشترین مردم، مبنای آرزوها و امیدهای بشر بود. اما سیر پیشرفت تمدن تکنولوژیک، آدمی را متوجه آن ساخت که به قول اریک فرسوم (Erik Fromm) در راه تولید نامحدود و لاجرم مصرف نامحدود (و...) قرار داد. شکست عصر صنعتی در تمویل و تأمین (توسعه بزرگ) آن نشاندهنده آن است که ارزشهای نامحدود و همسایه ماندنیتریم. پیشرفت سریع اقتصادی و صنعتی کشورهای ترقی یافته، به هیچ وجه آن (بهبود حاکمی) نیست که بتواند تمدن صنعتی به (و جای بهشت موعود خداوند) عرضه کند. زیرا تمدن تکنولوژیک به قول البرت شوایتزر به انسان (فیزیکی) این (انسانی) داده است. اما (فخر و ابراز انسانی) راز او گرفته و او را (فخر انسانی) کرده است. آری، تمدن صنعتی به نیروی برق آسایش، فاصله هزاره کوتاهتر کرده است. اما جلای دنیا و روحها را بیشتر قلب ذره ها را شگافته است. اما به قلب آدمی راه نیافته بالهای خوشی را گشوده است و بر حای عشق رایسته و زنجیرهای عظیم گشته را بهم پیوسته است. اما آثارهای نازک برنیانی مهر را گسسته و وجه بسیار بسیار مصیبت های از اینگونه را سرشته است.

از پیشه مندان و فلاسفه آگاه غرب، بدین مسأله واقفند و یونسکو نیز به عنوان یک نهاد مسوول بین المللی سیرتوانست بدین مسأله بی توجه باشد. زیرا به چشم میبیند که در تمدن و فرهنگ امروز، تمدن مادی و تکنیکشن با شتاب عجیبی رشد کرده است. اما تمدن معنوی و فرهنگی آن به گونه رفتاری به

رکود و سقوط روبرو شده است. یونسکو مبداهه و میباید که بشر امروز، بیشتر از هر زمان دیگر امکانات مادی تأمین یک زندگی مرفه را برای خود دارد، اما بیشتر و وحشیانه تر از هر زمان دیگر، هم دیگر را نابود میکنند و متنوع خود را به کام حرکت فرو میبرند و فرآورده های خود را نابود میکنند. یونسکو متوجه است که نسبتاً مادیات تأمین کننده رفاه کلی بشر نیست. بل برای تأمین رفاه و سعادت بشری، در بهای امکانات مادی، فرهنگ و معنویات عالی انسانی نیز ضرور است. و بدون تناسب منطقی این دو هیچگاهی در تاریخ خوشبینی و بهر روزی بشر، تأمین نخواهد شد. این است که یونسکو دهه جهانی انکشاف فرهنگ را اعلان و میباید که بزرگ و نورانی فرهنگ بشر را به تجلیل نشسته است. به گونه ای مثال: فردوسی را به چیسان میشناساند تا بدانیم که چگو نه فرهنگ و معنویت آدمی را، به سرزمین های طلایی و آسمانی انسان بودن (به مفهوم واقعی کلمه) و تلفیق عاطفه میگذراند و چگونه مدتی رازنده نگه میدارد. و در بالایش دلپاوردودن زنگار روحها عدد میروساند.



نورمحمد نسیم دکابل ریجی مسوول مدیر

اوستی ادبی  
پروپاندرسیستی  
دنیای دی

یونسکو به دی و روسیه لسو کتوب کی دبیر ادبی بهیر به باس دیروخت سره درینتی به ترخ کی خیل نظر وویاست خواب: کله سی خیره لهوروسنیو لسو کتوبو حجه رامتخ نه گیری بو ورسره جوخت زما سترگونه د معنی دروونکی. وژونکی اوغموونکی بیل شوی جگری داوولسی راودریری سی دیواصنوی سامار به نوکه لگنا دی زهون بوله مادی او معنوی نسسی به بیرحمانه نوکه له سنوی نیسوری کله کله بیا دا کلو به حقه نایاباوه دورخی سازا زانه یادگری سی سریر سره له خوا شیبو نوکه وی هر ی خوانه یکی داغریو انبارونه برانوی او دوبرو وراو. کونورنلوو پیمانوا له سوو چیو او فریادونو برته نسوری انگازی نه یکی او بیدل گیری او یاله داسی هم لری فضا سره یکی مخامخ شو چی د ژوند نسکی نقشه مو یکی ذهنی سرگ به بهرغه او اوروو کی ورگه وی. ذهنی لرمو یکی دیسی تورول و زاجایر گیری وی او دیبانه نه لگیری ژوری باغیلی او نه زوند حجه دبیراری و پروونکی سیوی موبل معنیوی او به موربریری سی ژوند به دیوسکی طبعی حق نه نوکه وگورو اوس نوکه چیزی به نفسی حالوا ی خیل ادبی بهیر به نظر اوچوو او له بیروخت سره بی درینتی دیگر نه راواناسو. نوآیا سسه به وی چی وویو دغه سیر دخواستی اعجاز برخای برینانه سنسی منلی دیخواستی واری او دوزدولای برخای بی عدم سوزان اوگودوی رغلی او دابنگار او سکلا برخای له یووج اووزانوونکی بیگانه تقلید اونیکه نوب سره مخامخ شوی. زما به بوچه او دحکب سی ناو و سایجو نه به ماملره بورسی یوسسی تقریباً طبعی ایسی مگر دیادوونی وژو چی موز بو مغیره دخینو معو بسو استعدادونو له اعجاز حجه سرگری نشو سوئی. سی که خه هر

# ما بود و دقت جهانی فکر منش

فکری به اورکی راو کتوبی حوسمان نامی شوی او سائم برمع شی او بادی نوکه به یواری د شکل او محتواه لحاظ نسکی له استیک بلوه هم نه یواری بخوامی نواری اوستکله دوام و رکوی نسکی لای بیهای گوی هم یونسکو دافغانستان او نسوخوا دادنی بهیر و نو داوسنی و دی به باس معلومات راگری؟ خواب: تاریخ شاهد وی چی به فرهنگ لحاظ دافغانستان اوستو- بخوا خلک بل بودیل و بویه نانسوی او هخکله. هنج حایر او دوز له (دیورتنده) سره سره نه ازی بریالی شوی نه دی چی دغی تاریخی و زورولی نه ناوان واوی له هنندی امله زهون ادبی بهیرونه هم بو دین نه مرسته برمع نغلی دی اولالگبادی برمع شی هر حقه ادبی ایجاد چسی دانه باهلته کی رامتخ نه گیری نوموز خامخایه گله دخیل ژوند خیره یکی لیدی شو. خیل ازمانونه یکی لیدی شو او دخیل راتلونکی ژوند مسیر یکی لیدی شو. ناآنکه چی د ژوند خیره میویه ده. ازمانونه مو شریک دی او بوره باور دی چی راتلونکی به موهم نه یو گومسیر کی سیروگری. جوکه چیزی به بورتی یونسکو کی دادنی بهیر و نو داوسنی و دی خرنگوالی مرادوی بوله بده هرغه باید وراوی چی لس گنسی گور وراوونکی جگری

هرین زهون ادبی بنگ روابط لک ختوبو سره مخامخ گیری دی. نه یواری مومظن ادبی ایجادیات بو برینه سم او برحیل وخت به رسیری نسکی زیاده دیواو بل له رمتخا وو ناخبره با سی کیرو. طبعی ده چی دغه راز حالت دوام زهون ادبی بهیر و نو دصوبولی و دی نه ناوان نامیری حوسره لعدی هم بوره ناوولو چی دیرزو بهوسولی نه قوت دغه روابط خیل تاریخی بهیر نه سم شی شکله مور عقیده لرو چی سو له بریالی گیری. یونسکو: ناسی تر اوسه سووی دستونخوا ادبیانو به برخه کی خه کارونه برسره گیری دی؟ خواب: که خه هم زه هرکله بسنو ادبیانو نه شان بوووی گیم خویبامر دخل قاصر توان او طافت به مرسته نه دی بریالی شوی یی. چی له یواریات شمیر تحقیقی مقالو. ادبی کره کتوب اوخوو و زو طرونو سره سره دغه لاندی مستقل آثار. چاپ او بای و لیکم. ۱- دشرخ آزما - دکیسومحسوعه دافغانستان دلیکوالو انجمن له خوا. پاتی به (۷۵) مخ کی

# مطبوعات آزاد جزشم

## و تکمیل دموکراسی است

وبا د نظر داشت خط مشی حکومت از ابتداء محدودیت ها و سانسور های بی مورد در نشریات رادیو و تلویزیون جلوگیری بعمل آورد .

برایم های موجود نشریه های آزاد و ملی را با دقت مطالعه و با د نظر داشت نیازمندیهای عینی و واقعی آنان متناسب به امکانات دولت پیشنهادات مشخص خویش را در وسیع انجام مساعمت های ملی ملی با آنها ارائه نماید .

چهارم بهبود فعالیت و تعویض کار عملی ریاست نشریات با تقسیم متوازن وظایف در میان کارکنان مربوط کیفیت کارها را ادره را ارتقاء دهد .

با همکاری وزارت ها و ادارات و اتحادیه ژورنالیستان کشور در جهت انعکاس دست آورد ها و اقدامات ارگانهای دولتی از طریق وسایلی اطلاعات جمعی به خصوص رادیو ، تلویزیون ، روزنامه ها و جراید تدابیر لازم اتخاذ و نتایج اجراات انجام شده از جانب حاکمیت دولتی راه آگاهی مردم برسانند .

به اشتراک وزارت پلان، وزارت امور خارجه، وزارت تحصیلات عالی و مسلکی و اتحادیه ژورنالیستان در جهت جلب کمک های کشور های خارجی و موسسات بین المللی در امر تقویت بنیه مالی آن اتحادیه و تربیه کادرهای مسلکی در عرصه ژورنالیزم و مطبوعات و همچنین توسعه و انکشاف روابط با اتحادیه های بین المللی ژورنالیزم و سازمانهای بین المللی مشابه بخصوص با کشور های منطقه اقدامات عملی روی دست بگیرد .

به اشتراک اتحادیه ژورنالیستان، وزارت کار و امور اجتماعی و وزارت عدلیه مقرر حق الزحمه آثار ادبی، هنری، فرهنگی و هم طرح لایحه درجات و رتب ژورنالیستی را جهت

مساعمت در امر بهبود وضع معیشتی و شرایط کار کارکنان عرصه های فرهنگی ترتیب و طی مدت دو ماه جهت بررسی به شورای وزیران ارائه نماید .

دفتر مطبوعاتی صدارت عظمی گزارش داد که محترم صدراعظم جمهوری افغانستان پیرامون وضع مالی و بودجوی و اعطای گریفت های معین به اتحادیه ژورنالیستان، وزارت مالیه، وزارت تجارت و دافغانستان بانک و وظیفه سپردن تا به اشتراک اتحادیه ژورنالیستان کشور مسأله رفع مشکلات مالی و بودجوی آن اتحادیه را با د نظر داشت نیازمندیهای عینی و ضروری آن حین طرح پلان مالی و بودجه سال ۱۳۷ در نظر بگیرد .

با اشتراک وزارت تجارت و د افغانستان بانک پیشنهاد های اتحادیه ژورنالیستان کشور را در جهت اعطای گریفت های معین و ایجاد شرکت های تجارتي به خاطر خودکفایی آن مطالعه و بررسی نماید، در صورت لزوم پیشنهاد مشخص به شورای وزیران ارائه گردد .

مصارف تدویر کورس لسان انگلیسی برای اتحادیه ژورنالیستان را تمویل و معاش دوتن از مملکت هندی را که به این منظور تو طیف می گردند از سر جمع بودجه آن اتحادیه کار سازی نماید . پیشنهاد اتحادیه ژورنالیستان رامینی بر تمویل مصارف هیات شش نفری ژورنالیستان جمهوری مردم چین که در اوایل سال ۱۹۹۱ براساس دعوت آن اتحادیه وارد کشور می گردند بررسی و حل نماید .

با اشتراک اتحادیه ژورنالیستان و وزارت تجارت مسأله تصفیه تروض

سال ۱۳۶۶ و ۱۳۶۷ و ۱۳۶۸ ناشی از عدم پرداخت تفاوت کوپون کار - کتان آن اتحادیه را بررسی و سنجش نموده و تخصیص مورد نیاز را بدسترس آن اتحادیه قرار بدهد .

دفتر مطبوعاتی صدارت تصریح کرد که محترم صدراعظم پیرامون واگذاری زمین برای ساختمان ، تعمیر، تعیین ابارتمان مکروریان و تثبیت قیمت و مصارف ترمیم کتابخانه د افغانستان بانک از طرف اتحادیه ژورنالیستان به دوا بر مربوط چنین هدایت دادند :

شاروخی کابل پیشنهاد اتحادیه ژورنالیستان را در باره واگذاری زمین جهت ساختمان تعمیر مورد نظر در داخل ساحه ماستر پلان شهر کابل با د نظر داشت امکانات عینی آن اتحادیه مطالعه و ارز یابی نموده پیشنهاد مشخص در زمینه به شورای وزیران ارائه نماید .

اطلاعه شهر سازی و خانه سازی یک پاپ ابارتمان راند مکروریان ها به منظور تامین رفاهی مملکتان خارجی کورس انگلیسی بد سترس اتحادیه قرار دهد .

براساس فرمان شماره (۱۸۱) مورخ ۲۰/۲/۱۳۶۷ مقام محترم ریاست جمهوری افغانستان قیمت تعمیر کتابخانه د افغانستان بانک تحت نظر هیاتی مشتمل از نماینده وزارت مالیه (مسوول)، شاروخی کابل، دافغانستان بانک و اتحادیه ژورنالیستان با د نظر داشت مصارفیکه در جهت ترمیم و تجهیز آن از جانب آن اتحادیه صورت گرفته تثبیت گردد. در صورتیکه پرداخت یکبار قیمت آن از جانب اتحادیه ژورنالیستان میسر نباشد بر اساس پروتوکول های جداگانه با وزارت مالیه که بازپرداخت بدون ربح آن از مصلحت تجاوز نماید در زمینه تادیه قیمت آن بحساب عواید بانک و اجرای

قیه شرعی آن اقدام بعمل آید . هیاتی متشکل از والی بلسخ بحیث رئیس ، مستوفی، شاروال و رئیس اتحادیه ژورنالیستان و لا یت بلغ به شمول نماینده با صلاحیت مالک تعمیر مورد نظر موضوع واگذاری تعمیر متذکره را به آن اتحادیه بررسی و در زمینه پیشنهاد مشخص به شورای وزیران ارائه نماید .

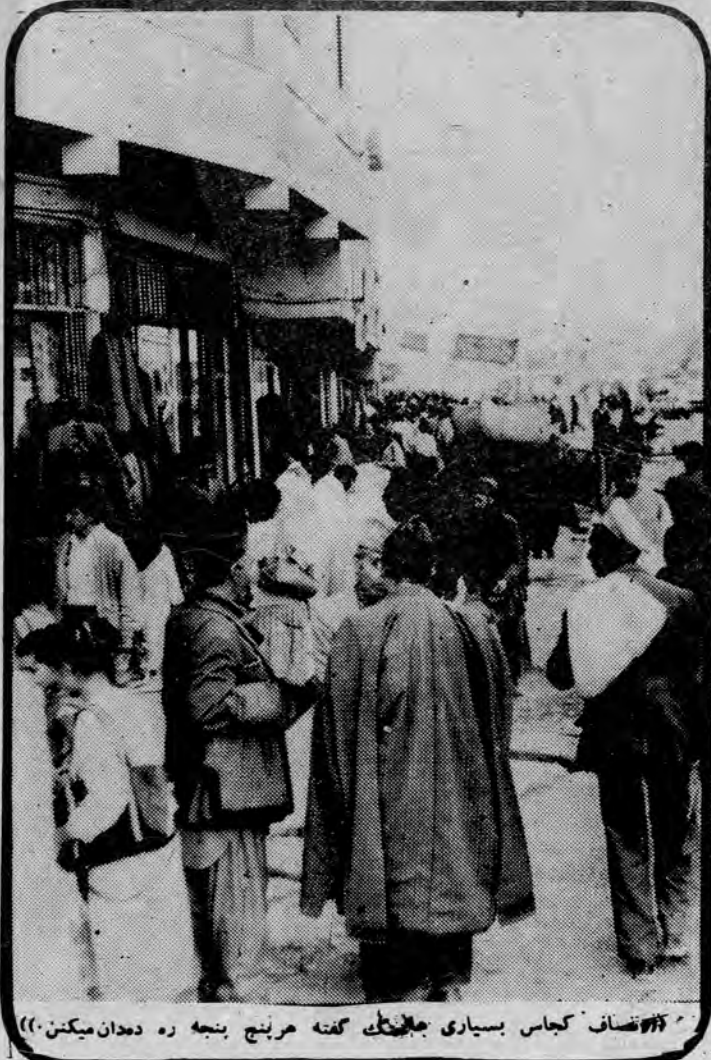
دفتر مطبوعاتی صدارت عظمی گزارش میدهد که محترم صدراعظم جمهوری افغانستان پیرامون تهیه کتب درسی، علمی و مسلکی محصلان پوهنخی ژورنالیزم تولید پوهنخی ژورنالیزم پوهنتون کا بلس با موسسات تحصیلات عالی کشور های خارجی، تقویه بنیه مالی پوهنخی ژورنالیزم، دادن بورس های تحصیلی و اشتراک ژورنالیستان در کنفرانس ها و سیمینار ها به وزارت های مربوط چنین هدایت دادند :

وزارت پلان، وزارت تحصیلات عالی و مسلکی ، وزارت اطلاعات و کلتور و اتحادیه ژورنالیستان در زمینه تهیه کتب درسی علمی و مسلکی از منابع داخلی و خارجی در بخش ژورنالیزم اقدام امکانا ت استفاده از مواد متذکره را جهت ارتقای سویه مسلکی محصلان پوهنخی ژورنالیزم و سایر ژورنالیستان کشور فراهم سازند .

وزارت پلان، وزارت امور خارجه و وزارت تحصیلات عالی و مسلکی مسأله تامین همکاری متقابل و توامیت پوهنخی ژورنالیزم پوهنتون کا بلس را با موسسات تحصیلات عالی کشور های خارجی مطالعه و در زمینه تدابیر لازم اتخاذ نماید .

وزارت تحصیلات عالی و مسلکی به منظور تقویه بنیه مادی پوهنخی





کابل میشه که ده مندوی ها تخلیه  
میشه البته از ولایات خیلی کم میایه.  
سابق که بود یک بوجی آردیا برنج  
ازخارج تانندوی شهرکابل (۱۴۰۰)  
افغانی تمام شد داشت اما حالی که  
راه ها بنداس یک بوجی (سه هزار)  
افغانی تمام شد داره.))  
هنگام صحبت چندتن ازفروشنده  
گان ورهنگران نیز دورما جمع  
میشوند. هرکس هرچقدر ذهنش دارد  
میگوید :

یکی میگوید : ((اوبرادر بی تفاوتی  
های ارگانهای دولتی هم نقش خوده  
داره تاجر ده هرجای که دلش شده  
مواده تخلیه میکند و تا منندوی  
نمیرسانه مواد احتکار میشه وبازده  
وقتش به قیمت بلند سودا میکند  
وظیفه ریاست مربوط امنیت دولتی  
است که از تخلیه بی جای موادجنوگیری  
بکنن: اما آنها این کار زا به دلایل  
مختلف نمی کنند.))

فروشنده دیگری میگوید : (( ما  
مردم ده هرجای دزهرگند لیج میشیم  
هرکس به نوبت ورسته خود ازماپول  
میگیره یک چوروچیاول اس.))  
کس دیگری میگوید : ((قبول همه  
کبهای تان قبول ولی ددو دوکان  
بیلوی هم چرا قیمت جنس فرقداره  
متلا برنج. مثلا آرد، نخود ده دودوکان  
لطفا صفاه برگر دانید

کم بفل که غیر از معاش ناچیز هیچ  
مفردک وعاید دیگری نداریم ظلم اس.  
کجاس نرخنامه. نرخنامه داری یانی؟  
مثل آن که زیربای فروشنده آتش  
افروخته باشند مانند فنر از جا یش  
میبرد با صعبانیت میگوید :

((نرخنامه. نرخنامه. خواندنش  
ده روی کاغذ مزه داره. نرخنامه چی  
کسی نمیبیره که بره ماچند  
تمام میشه.))

فروشنده دیگری که متوجه مکالمه  
آن هاست مداخله میکند : وبروبرادر  
توجی غم داری تا که کار میکنی معاش  
میگیری وقتی که تقاعد کدی باز هم  
پول تقاعدی برت میرسه. مگر ما که  
مواده ازجایش میگیریم و تا اینجسه  
میرسانیم ازگاو یک غدودمیمانه.))

به بازار دیگری میروم وبایکی از  
فروشنده های آرد و برنج سر صحبت  
داباز میکنم واز بلند بودن نرخ ها  
صحبت به میان می آورم نخست  
نمیخواهد صحبت کند اما همین که  
دوسه نفر دورما جمع میشوند .  
(میگوید :

((جان برادر آرد و برنج و در مجموع  
مواد اولیه مورد ضرورت از خارج  
خریداری شده واز جی راهم سایی وارد

بیش از ۱۲ سال جنگم نظم  
التصادی کشور را بشدت ضرر به  
زده است. که از اثر آن نرخ و نوا  
روزتاروز بلند رفته ومانند یک بار  
کمر شکن بردوش مردم سنگینی  
میکند. وجه بسا که کمر اقتصار کم  
درآمد جامعه را میشکند .

واقعاً هم این مساله قابل تامل  
است زیرا همین که صبح از خواب  
بیدار میشوی می بینی که بلون ترس  
از هیچ مقام ومرجعی هرفروشنده به  
خواست دلش به بلند بودن نرخ ها  
اقدام کرده است وهیکنه دلیل  
بخواهی فوراً هزار نوع استدلال  
میکند و دو صد هزار دلیل میگوید.

ما به منظور انعکاس نظر مردم سری  
به چندبازار ومارکیته میزنیم. نظریات  
مردم واستدلال فروشنده گان دا  
میگیریم بعد آنرا بروی کاغذمیآوریم.  
دریکی از بازار های شهر متوجه

مکالمه مشتری بی با فروشنده استم.  
مشتری میگوید : ((فکر نمیکنی که این  
خراندی برای امامامورین بایین دتبه و

دایورتلز از کلمه حبیبه

**فروشنده گان خود را بلوغ می کنند**

**فروشنده گان خود را بلوغ میدانند اما...**

**چند ساعت در صندوقها**

# کدام جنبه ها از کجاه با پرومیتونند؟

جنگ گفته هر پنج بنجه ره دزدان میکنن، هر دالته زیر نام جنگ انجام میتونن. دوکاندار دیگری که در یکی از مکاتب سمت عملی نیز دارد داخل صحبت ما گردیده میگوید: (( اگر اسکانات دولتی داشته باشید، کورپراتیف هاره ایجاد کنید، جهات رقابتی بازار ره بسنجید، کنترول نا سالم و تنبیه ناسالم باعث گردیده که نرخ ها بلند برود، ولی اگر در دو دوکان همجواریک جنس دو نرخ متفاوت دارد این وظیفه کنترول قیم شاروولی است. در حالیکه در عوض شبکه تجارت دولتی فلج ساخته میشود و میخواهند همه چیز دودست تاجر باشد از همین سبب یک قطی گوگرد را که مفاد دولتی افغانی می فروخت حالا باید هر سه افغانی بخریم. معلوم نیست که سیاست اقتصادی حکومت چگونه است چرا تجارت دولتی را فلج می کنند. ))

## فروشنده گان خود را بر حق میدانند...

مردی که هر لحظه با انگشتانش ریش جوگنمی اش راشانه میزند با گفتن لاهول بالله وارد صحبت ما شده میگوید: (( اکثریت کنترولران با دوکانداران ساخت و یافت دارن، ازکی گله کنی، نه شاروولی کابل ده ای کار خیر، گام مثبت می برداره، نه وزارت تجارت در تهیه مواد اولیه مورد نیاز مردم سهم ارزنده میگیره، از تاجر کلان گرفته تا تاجر کم سرمایه تا علاقی و تا دوکاندار همه میتالن، ده هر چیز خورد و خورداس)).



فروشنده دیگری که متوجه مقاله آن هاست مداخله میکند: «برو برادر توجی غم داری تا که کار میکنی معاش مسگری وقتنی که تقاعد کنی باز هم بول تقاعدی برت میرسه. مگر ها که مواده از جایش میگیریم و تا اینجسه میرسانیم از گاو یک غنود میمانه.»

یک تن از آن میان که از طرز صحبت هایش من حس میزنم باید کارمند شاروولی کابل باشد میگوید: (( او برادرها جرابی جای قضا و ت میکنن در نوا می شهر کابل به تعداد (۲۴) نفر کنترول سیار به خاطر کنترول نرخ مواد غذایی وظیفه اجرا میکنند تا جایی که من خبر دارم همه امتحالین را جریمه نقدی کرده اند. هم تعدادی از دوکان ها مسعود ساخته اند و هم چند نفر را به شاروولی معرفی کرده اند.))

کسی دیگری مداخله میکند: (( اگر از همه میشنوین پشت همی گپ ها نگرین کجاس گوشه که بشنوه.))

آن محل را ترک میگویم هر آنچه که شنیده ام در ذهنم نشسته اند. بعد از خودم برسم ماموری که فقط سه هزار افغانی معاش دارد چی گو نه زنده گی میکند، اوچی میخورد چی میپوشه، آیا و زنده گی میکند و یا با مرگ تدریجی دست و گریبان است؟

بعدتا سرخه خسته گی به این مساله می اندیشم و سپس هر آنچه را که شنیده ام بروی کاغذ میریزم.

رهگذری که به جمع ما پیوسته است بعد از آنکه اندکی گلوش را صاف میکند میگوید: (( همه میدانند که علت عمده بلند رفتن نرخ ها در کشور جنگ است، زیرا که تاسیسات اقتصادی تخریب شده تولیدات زراعتی و صنعتی کاهش یافته صادرات اندک است کسانی که باید در تولید سهم می داشتند امروز یا در دفاع از کشور می جنگند و یا علیه آن قرار گرفته اند، خلص کلام که اشعار نداریم و بول مارزش نداریم. ))

فروشنده دیگری که دوکان قصابی دارد میگوید: (( شماره به خدا یک طرفه قضاوت نکنین، مره (۷۰۰) - (۷۵۰) رویه نرخ داده البته گوشت گوسفند مگر همه میدانن که مواشی از ساحه که زیر کنترول مجاهدین اس آورده میشه مال که برمه تا اینکه آورده میشه صد جای حق، داده میشه اینتالی اگه مه یک کیلو گوشته به (۷۰۰) رویه بفروشم برم واره نمیکند آخر مه هم به کالا و صابون و دیگه جنس ضرورت دارم ده حالیکه نرخ تکه و صابون هر روز بلند میره پس منفرک ابتغایی بری مه فروش همی گوشت اس وبس.)) زنی از آن میان میگوید: (( ولی انصاف خوب چیز اس)) قصاب جواب میدهد: (( ای گپ چیس بروا ده همه شهر بگرد، اگه یکنفره با انصاف یافتی باز بیه از گلون مه بگی.)) مرد دیگری از آن سو مداخله میکند: (( اس میگی انصاف نمانده چند وقت پیش دو قطی روغن الفی خریدم یکیشه خوردیم خوب بود مگر قطی دوم فقط ده سر و بیخ خود روغن داشت ما بینش چیزی مثل آرد خمیره داشت، انصاف کجاس بسیاری ها

ده هر بنده از او بول میگیرن آخرای قسم درست نیس یکنفر خوده ده کشتن و بستن مته مگر ده هزار جای تحقیر و توهمین میشه. ))

دوکانداری که به سروروش گرد آرد نشسته و در صحبت کردن خیلی عجله دارد میگوید: (( یک گپ دگوره نوخبر شلم آوازه اس که مندوزی هاره به اجاره میتن، شاید یکنفر مندوزی ره به مبلغ ۵۰۰ لک اجاره بگیره مگر اجاره داره چی میکنه حالی مه میگم شب مال مردمه میکشه بعد مندوزی ره آتش میزنه اگه هتور نشد باز همینجه نشانی باشه همه علاف ها میکن که اگر مندوزی ره به اجاره بتن مامل خودمه مندوزی پایین نمیکنیم علاف خوش اس که مالش تحت کنترول دولت باشد نه تحت کنترول اجاره دار مثال خوب مارکت خربوزه اس، مارکت خربوزه به داوطلبی به ۱۶ میلیون افغانی اجاره دادن ده شتر برنامه فی موتر ۸۰۰ افغانی گفته شده بود ولی اجاره دار از هر موتر ۳۰ هزار تا ۱۸ هزار گرفت.))

آن تظلم را ترک میگویم به قسمت دیگری از شهر می آیم وقتی صحبتیم را با فروشنده می آغازم در اطراف اسم زهنگران حلقه می بندند، زیرا که گپ از نرخ و نواست و دل مردم هم بر از درد.

فروشنده می میگوید: (( قیمت مواد از بیاط میگیره به عرضه و تقاضا باید عرضه و تقاضا زاید تر رخ بگزارن، در وقت قیمت گذاری هم کسی باشه که همه مسائل ره بدانه نماینده انصاف هم باید که دعوت شه مگر در شاروولی همیشه از عقب میز قیمت گذاری میکنن.))

## زندگی را فلج میکند

شاروولی مقصر مطلق نیس اینجه دست کار میکنه، حالی وقت انتخابات اس شاروولی ره بدنام میکنن.))

رهگذر دیگری که تا کنون به صحبت های مابعدت گوش داده قهر آلود میگوید: (( هر روز انتخابات نیس که مساله بدنامی و نیک نامی کسی ده میان باشه چه وقت کار کنن که حالی موضوع انتخاباته بیش میکشی بسیار که زور شان رسیده دوکانداره جریمه میکنه دوکاندار دوباره اخ دلشه سر خریدار میکشه.))

مردی که بهلوان گو نه به دوازه دوکان یک بطله تکیه داده و مگر نوک بروت های ضخیم اش را تاب میدهد در جایش درست مسی نشیند دستش را بالای زانو میزند و میگوید: (( او برادر بگوینس که دوازه شهر کابل ره بسته کنسن نامواد خارج نشوه باز خات دیدین که نه قیمتی باشه نه هیچ مکم هیچ کس حقه نمیکه آخر اینجه بول تاویلا میشه هر روز جیبها بر میشه و ده سر خوار و غریب میسوزه.))

به یکی از مارکت های مواد اولیه غذایی میروم، فروشنده میگوید: (( هاره نمیکند که از ۵۰۰ بوجسی اضافه تر آرد بفروشم ولی تاجر آرده میره ده تانک لوگر، دیوان بگسی، و قمعچه بایین میکنه اگه مواد بیه مارکت برسه عایدش به دولت هم اس ولی اونجه عایدی به دولت نداره.))

درین مارکت هم تعداد زیادی از دوکاندار گرفته تا خریدار و رهگذر دو: مایجمع میشونه، یک تن از آن میان، میگوید: (( یکی از دوستای مه اس که همیشه آرد میاره باور کنین

یک نرخ نیستن؟ کسی پاسخ میدهد: (( نرخاره کسی کنترول نمیکند اگر اکتزولر آدم بسیار با ایمان باشه ده دو روز دوکاندار ده پوستش میدزاید و سوسه اش میکنه برش میگیره او برادر یک توکه پاک باشی چی، ده یک گل بهار نیشه اونوس که روز دگسه تفتیش خودش دهن جوال زه میگیره، گمش کنین اصلا گپ زدن ده چاری نرخ هافایده نداره ده مجلا و روز نامه هاقدر نوشته میشه کدام گوش میشنوه.))

آن محل را ترک میگویم راهم را به سوی دوکان های ترکاری فروشی باز میکنم، درین دوکان دو نسوع پیاز است یعنی که دو نوع نرخ است فی سیر (۶۵۰) و (۷۰۰) افغانی.

دوکاندار در مورد جریان تهیه پیاز میگوید: (( پیاز و کچالو از شهر کابل نیس از سمت شمال میایسه از راه میدانشار - لوگر و پروان وارد شهر کابل میشه ولی فعلا زاره ها بند اس، خوعلت قیمتی پیاز یک گپ دگه هم اس تا جایی که مه شنیدیم پیاز از سمت شمال بارگیری میشه ولی بس طرف دوشی بفلان میره بعد به بامیان و از اونجه به پاکستان انتقال داده میشه، از طریق لوگر هم به پاکستان برده میشه و یک مقدار کم صرف یک موتر وارد کابل میشه اوهم اگر سر جنومو تر یک آدم خدا شناس باشه، مگر ده باری کچالو برت بگویم که یک خورد کچالو هم وارد شهر کابل نشده، کچالوی کابل و شیوه کی هم خلاص شده هر روز مواد اولیه غذایی از شهر خارج میشه که ده اینجه مقصر درجه اول شاروولی کابل اس.))

کس دیگری مداخله میکند: (( او برادر



ماموری که فقط سه هزار افغانی معاش دارد چی گو نه زنده گی میکند.



# اگر گرباجف پیروز شود، سه سال بعد يك شوروی نوزاده میشود

## دلاری بازی ماهواره

از روزنامه ستیمن چاپ دهلی  
نوشته بهائیان سن گوینا  
ترجمه و هرو

غیر عادی خوانند. شوروی ها باید مردم بسیار کنفرانس دوست باشند. در واقعت امر در مسکو دو کنفرانس یکی به دنبال دیگری بر باشد. کنگره موسس حزب کمونسنت فدریشن روسیه و بیست و هشتمین کنگره ح.ک.ا.ش. بیش از دوسوم نماینده گان کنگره اول. در دوم اشتراک کردند و این امر به آن معنی است که تمام رهبران حکومتی و حزبی در آن شرکت داشتند. هر دو کنگره به صورت زنده از تلویزیون بخش میگردید. و به اینگونه میلیون ها شهروند شوروی توانستند از دریچه های تلویزیون خویش به کنگره ها نگاه نمایند و جروبخت داغ و نوقته را بشنوند.

آن چه برای من و بسیاری تماشاگران حالب مینمود. ریزش باران شدید انتقاد نماینده گان بر رهبران حزبی بود. بابرایی اولین کنگرس حزب کمونسنت فدراسیون روسیه. جسسه بر اهمیت ((شورای عالی)) جمهورییت که در آن ب. یالنسن پس از سه دورای گیری انتخاب شد. نیز تدویر یافت. این رئیس جمهور برسیزده میلیون نفر وودو سوم تمام اتحاد شوروی فرمان میراند. یالنسن بیش از هر رای گیری باید به باران تند برشش ها، پاسخ میداد. او نه تنها باید نقاط نظرش را در مورد مسائل داغ بیان میکرد. بل بر مناسبات شخصی خویش به خصوص سفر جنجالی اش در ایالات متحده امریکا و اروپای غربی روشنی میداد تا حدت و سایه اتهامات را از سرش دور میکرد.

کنگره حزبی روسیه. آقای ایوان بولوزکوف (۵۵ ساله) زاکسه در مسابقه برای دست یافتن به مقام ریاست جمهوری با یالنسن باخه بود. به مقام اولین منشی عمومی حزب. برگزید. او در سومین دور مسابقه از آن خارج شد. آقای بولوزکوف که به آدم دیوانی معروف است. مسرد حرفه بی حزب می باشد. او را هم چنان محافظه کار میخوانند. این اصطلاح به نازه کمی مانند تمام

اصطلاحات دیگر وارد فرهنگ سیاسی این بخش رایبان کند. آقای یالنسن از حزب کمونسنت استعفا داد. او دیگر در برابر حزب جدید کمونسنت فدراسیون روسیه. که دوسوم اعضای ح.ک.ا.ش. را میسازد، پاسخگو نیست. آیا این دو یعنی آقایان یالنسن و بولوزکوف چگونه در کنار هم قرار خواهند گرفت؟ اگر حزب و حکومت لگام نوسن اقدامات تازه راه های دیگر و مخالف بکشانند، آیا آقای گرباجف. به منابه رئیس جمهور و رئیس حزب میتواند نقش میانه را بازی کند.

گرباجف در کنگره با مهارت توانست. ناصر اعضای دفتر سیاسی را از تبع برشش های نماینده گان. نجات بدهد. اما تلاش گران برای دست یابی به مقام های بلند حزبی. صرف نظر از عقایدشان زیر رگبار برشش های نماینده گان در مورد مسائل داغ. حتی زنده گی شخصی شان. قرار گرفتند. دومرد آقای ولادیمیر ایواسکو. رئیس شورای عالی اوکراین و لیکاجف. رهبر بخش محافظه کار ح.ک.ا.ش. که جای دوم را در حزب داشت به شدت در برابر برشش های کج کننده قرار گرفتند.

آقای ایواسکو. نامزد آقای گرباجف. با شکستی توانست آزادی را در امر نزدیک به خود گرباجف به دست آورد. اما لیکاجف با تمام نبرد برزوز. و با جنگ و دندانی که انجام داد. شکست خورد. من این بخش نمایش نامه بیست و هشتمین کنگره ح.ک.ا.ش. را در کنار دوستان خویش در يك خانه روسی. از طریق تلویزیون تماشا کردم. هیچکدام علاقه مندی و تمایل به نقاط نظر سیاسی آقای لیکاجف نداشتند. اما از دفاع جانانه اش در مورد عقایدش. لغت بردند. برایم گفتند که دلیل سقوط لیکاجف. جزایی بود که وی در عوض مخالفت با گرباجف در طی این پنج سال در دفتر سیاسی و کمیته مرکزی. دریافت نینمود. دفتر سیاسی نو و گسترده شده.

است تا حزب را در جایگاه پیش - آهنگ انتقال سیاسی و اجتماعی اتحاد شوروی به سوی يك سوسیال دموکراسی استوار بر اصل تعداد احزاب بر ((تهداب های کمونسنت)) نگاه دارد. من (نویسنده) شاهد جروبخت های غیر عادی داغ درون کنگره که حار روز با حرارت هر چه بیشتر ادامه یافت. به ساده گی میتوان این کنگره را از تمام ابعاد و جوانیش

((م. گرباجف)) در مسابقه نیزه بازی واداره دوانی بیست و - هشتمین کنگره ح.ک.ا.ش. در آخر خط دولگام شوروی نویسنده را. در خالیکه هر دو به هم میخورند. به دست گرفت. او در جایگاه رئیس جمهور. عهد دارد تا حزب دولت راه يك فدراسیون واقعی جمهوری های مستقل. زیر طاق بلند بالای مرکز بر قدرت. مبدل نماید. در مقدم منشی عمومی ح.ک.ا.ش. بر آن متعهد



القبای باز سازی را تشریح کرد و به بررسی ها ایشان پاسخ داد. در این مسابقه او برنده شد و پشتیبانی سه چارم همه نماینده گان را به انتخاب خود و ایواسکو و پذیرش تمام فیصده نامه ها، با اتفاق آراء به دست آورد.

گرباجف حتی در گزارشش، که حتی يك بازهم كلمه ((امپریالیزم)) به کار نبرد. از امکانات کاهش نفوذ انتخاباتی ح.ک.ا.ش. سخن زد و پیشنهاد نمود تا حزب ائتلاف گسترده بی رابا نیرو های دمو - کرانیک برای ایجاد يك تفاهم ملی برخط ((سوسیال دمو کراسسی باسنگیایه های کمونستی)) بوجود آورد. این طرح در کنگره پذیرفته شد.

گرباجف در بیانیه پایانی چنین گفت:

((امرساده نیست. اما به خاطر منافع کشور و مردم حزب باید دستهایش را به سوی هرکسی که از دموکراسی و سوسیالیزم جانبداری میکند و خواهان همکاری است، دراز نماید.))

برنامه حزب و اساس نامه که توسط بیست و هشتتین کنگره ح.ک.ا.ش. تاحلود معین برپیشگویی ای.یاکولف، زاکه ح.ک.ا.ش. ((بیشتر از کنگره متر بیرون خواهد کرد به تجدید جامعه خواهد پرداخت. از دزون آزادتر، بیشتر دموکراتیک، باز به روی مردم و زندگی، به شدت علاقه مندان به هر چیز نو، مترقی و نویدبخش، خواهد بود)) مبر صحت گذارد.

### سازش

ح.ک.ا.ش. کهنه نمرد، ولی در باره از سر تولد شد. آقای گرباجف به ریسمان سازش چنگ انداخت. او با محافظه کاران و آنان باوی سازش کردند. اصل مرکزیت دمو کرانیک ترک نشد، اما پایینی ها ((حق بیشتر)) بحث و تصمیم گیری را)) یافتند. گرباجف دوسال را برای اینکه چرخ اقتصاد به حرکت تند نوسرود کند، نشانی کرد. اما خواهد توانست تا محافظه کاران را از سنگری متفاوتی و ناراضی بیرون خواهد کشید و از آنها خواهد خواست تا نشانه های شان را، زیر چرخ باز سازی بدهند. اگر بیروز شد، يك اتحاد شوروی و يك ح.ک.ا.ش. کاملان، سه سال بعد با به عرصه زنده گی خواهد گذارد. اگر ناکام ماند، ب. یالتسین راه پرا در انتخابات میان دوره بی ریاست جمهوری خواهد گرفت و سر زمین روسیه را به سمت گیری سرمایه داری و بازار آزاد خواهد راند.

آینه تمام نمای دیگر گونی هایست که در نظام دولتی شوروی، رخ میدهد. به صورت عموم دفترسیاسی خواست است. نمونه: ک.ک. گوربچ. از گرجستان ۴۵ ساله است. او مرد حزبی از گرجستان می باشد. چارنفر از اعضای نو ۵۰ ساله. دوتا ۵۲ و دیگران درگردد. سنی ۵۳-۵۹ گرباجف ۵۹ ساله یکی از کهنه - استند. دوتا بالاتر از ۶۰ و آقای کازترین فرد عالیترین مقام حزب است.

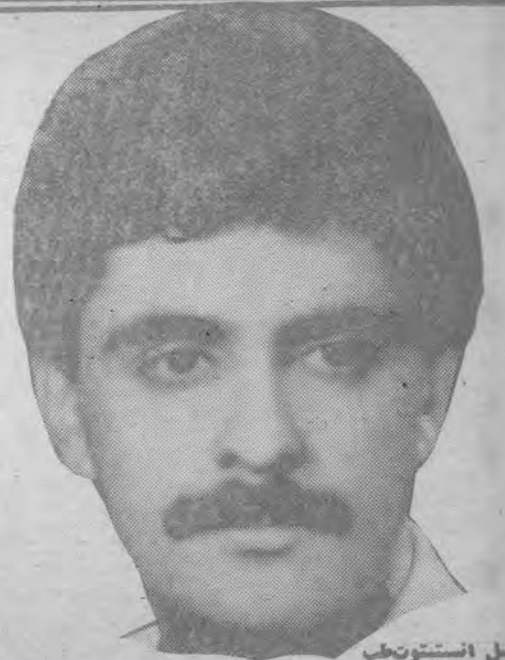
در دفتر سیاسی نو، تمام منشی های اول جمهوری ها عضویت دارند. این امر خصوصیت فدرالی دولت در حالت تولد شوروی را نشان میدهد. هر حزب در چار چوب رهبری عمومی ح.ک.ا.ش. مستقل است. رئیس جدید کمیسیون کنترل حزب، توسط کنگره انتخاب شد. نی کمنه مرکزی، در گذشته عادت چنین بود. آقای بوریس کار لویچ بکو، مرد ۵۳ ساله، نیز انتخاب گرباجف است. این امر که گرباجف از میان توفان بر جنجال کنگره بیروزمند بیرون برآمد، بر همگان روشن است. اما روشن نیست که چگونه او این مسابقه را برد. اکثریت قابل توجه نماینده گان از میان دستگاه ها ی حزب برخاسته بودند. و در برابر باز سازی، چهره خوش نشان نمودند. اگر بر ساختار حزب نظر بیندازیم، به بیرومندی نقش دستگاه می توان بی برد.

در فدراسیون روسیه که ۵۷.۹ درصد، نوزده میلیون اعضای ح.ک.ا.ش. در آن عضویت دارند، ۴۶.۶ درصد منشی های سازمان های حزبی اند. در دیگر جمهوری ها منشی ها ۵۳.۴ درصد برآ میسازند.

کنگره در جو بر نقد نسبت به گرباجف و باز سازی جریان یافت. در جلسه حزب فدراسیون روسیه، جنرالی بر گرباجف به خاطر از دست دادن ایوبای شرقی، تسلیمی در برابر آلمان ها و مازک آلمانی، ناختم. يك قطار کامل تالار کنگره را جنرالانی که انتخاب شده بودند، اشغال نموده بودند. حتی در مطبوعات غیر حزبی شایعه دست زدن بسنه کودتایی بخش گردید.

گرباجف، با مهارت خارق العاده، و حتی میتوان گفت تا سطح قهرمانی، توانست تاجو کنگره را به ((کنگره بازسازی))، بیش از این که کنگره پایان بگیرد، مبدل نماید.

اوساعت ها با ((پایینی ها)) مشیان سازمان اولیه، محلی، منطقه ای، ولایتی کارگران و دهقانان به جرو بحث پرداخت و برایشان



فرید حمید محصل استیتوت طب  
 آیا شما میخواهید در آینده در  
 یک فریه دور افتاده کار کنید ؟  
 - حرف ووظیفه یک دکتر کبک به  
 دردمندان است در هر کجایی که  
 کار کنید

سلام  
 سلام  
 سلام

سلام  
 سلام  
 سلام

سلام  
 سلام  
 سلام

# از مایه رسیده اند که



## رقابت خوشم میآید

انجیلا بیکار محصل سال اول  
 بوختی روابط اقتصاد بین المللی

• چه میخواهید باشید ؟  
 - یک محصل خوب  
 • چرا دوست دارید ؟  
 - تحصیل را دوست دارم که به  
 موفقیت به پایان برسانم  
 • وقتی غمگین میشوید چه  
 میکنید ؟  
 - فیلم می بینم و دوستانم را ملاقات  
 مینمایم  
 • چه وقت از خودتان بدتان آمده ؟  
 - زمانیکه یکی از دوستانم از من  
 رنجیده باشد  
 • از رقابت با دیگران واز دیگران  
 باخود راخوش دارید ؟  
 - بله، در صورتیکه رقابت ماسال  
 باشد

دور شک همه می خواهند بدانند  
 تا خودشان، دوستان و همصنفیان  
 شان از گروه بگوشه نشمارند  
 نامم طلب روانی بی زانکه در مورد  
 (صورت ها و چهره ها) است می  
 گویانیم  
 صورت پرورش آلود و شش  
 اینگونه اشخاص که احساس کرده  
 و در ظاهری جزئیات زندگی بیشتر می  
 توانی اشخاص می کنند، چنانکه  
 ذهن میباشند و غالباً برای قلب با  
 پول حساب میباشند  
 صورت لاش و کم گوشت  
 این اشخاصی که مرد وجه زینت  
 لب و دارای صفاتی باطن هستند  
 میباشند با قوه و حرف دوستند  
 اندیشه و فکر شان مربوط کار های  
 غیر است و در برابر با ملاقات  
 مشکلات زندگی و امور آنها شری  
 ثابت قدم میباشند

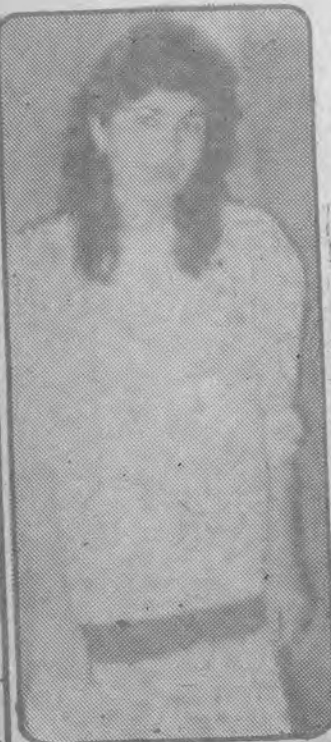
انجیلا بیکار محصل سال اول  
 بوختی روابط اقتصاد بین المللی  
 عمره شما  
 میگوید که  
 چگونه شخصی  
 هستید

• سوالات : قلب کوچک من حاسه  
 لکه تو است  
 • تساهل اختیار داری اگر آگاهی  
 یا ویرانی  
 • کم تر وقت تو سنگد و آب این  
 سیر را ساخته اند  
 • گذار همه سیر بر درخشش ترا  
 استک تو و از آینه در دمن باشه  
 • آن چه از تو امید دارم : شادمانی را  
 ما مکن ویران که باستان آید از خاطر

انجیلا بیکار محصل سال اول  
 بوختی روابط اقتصاد بین المللی  
 میرا از  
 خاطر رسید

انجیلا بیکار محصل سال اول  
 بوختی روابط اقتصاد بین المللی  
 از جوانان  
 ولایات

سلام  
 سلام  
 سلام



## زوند

ای تنگلی او بمصومی نجلی  
 ستاه سالو او رویشانه سترگوگی  
 لکه ددومی دنیسی و دخی و ریخسی  
 یوعالم پاکو سیبیلی والی نیکاری  
 ولی داوول په خیل شان کی دویه  
 خیل سپین او کوچنی تنلی دی په  
 دی بی خایه اندینو گونشی کړیدی  
 آیا شما سوال و تاته دومره گسران  
 اوسخت وه !



• چی باید مطالعه نمود ؟  
 - آن چه که نتیجه خوبی بسرای  
 زندگی حال و آینده داشته باشد  
 • بدبختی واقعی چیست ؟  
 - بایند نبودن به قوانین و مقررات  
 زندگی و بی پروا بودن در همه  
 جهات آن

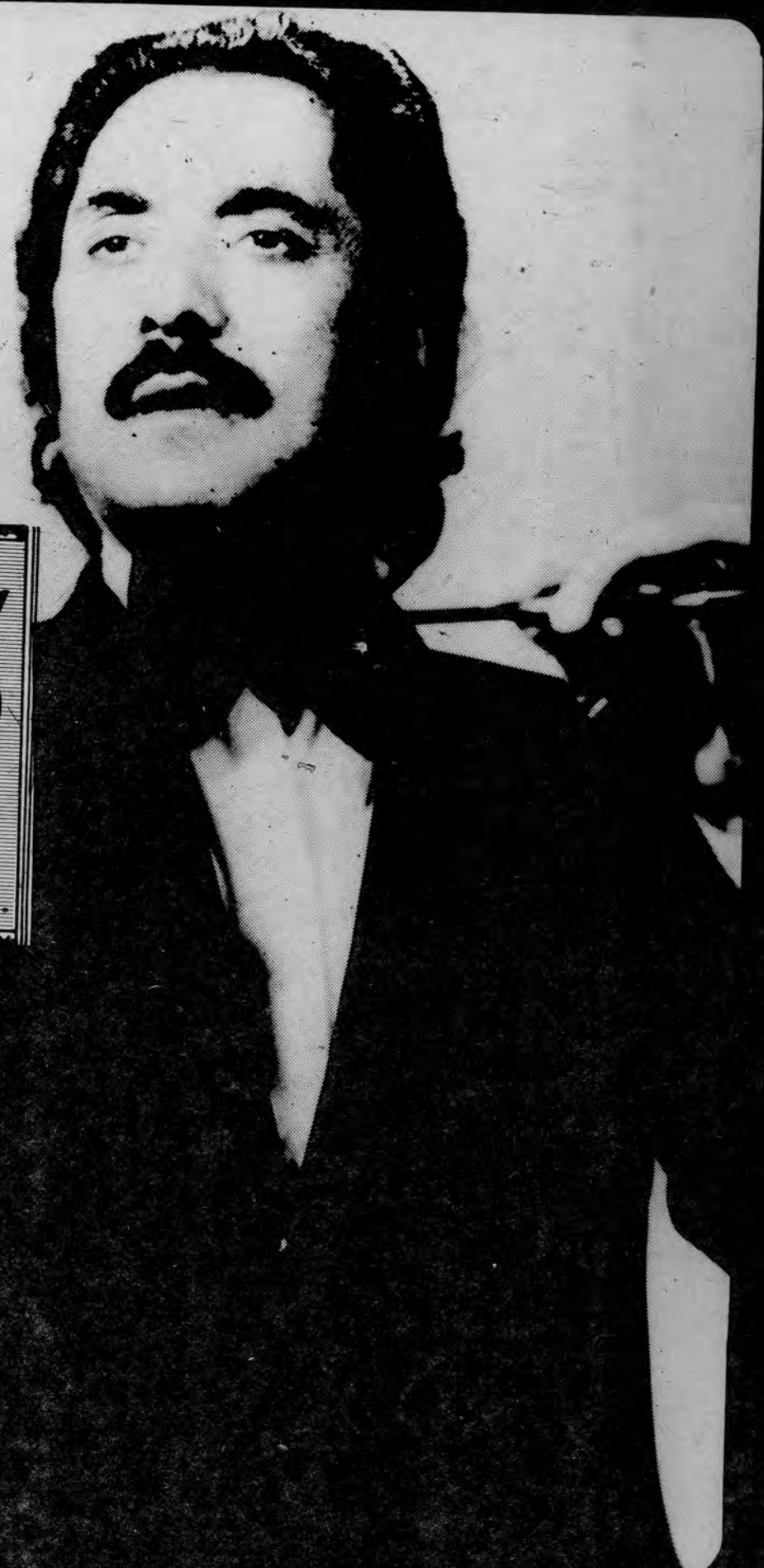
تفکرات  
 تنهایی  
 تفکر کوی، آیا خواهی خدا د پوینستی  
 خواب به یوه زور او فیلسوفانه پول  
 سره راگری، آیا اولی ! زما گرانی او  
 بنیاستی نجلی ! وروسته له دغه  
 خفه خیل شان نه د فکر او تردید  
 زحمت مه ورکوه هغه کوچنی اوساده  
 جمله چی زیات تردید او زوه نازوه  
 دی کراره په ژبه زاوړه شما دپاره  
 داوارود د فیلسوفانه بحث نه لویه او  
 قانع کوونکی وه ینه می واوریدل، بی  
 به دیره کرازی دی ترخیلی تازگی  
 زبی لاندی وویل (ددی دپاره دنیانه  
 راغلی یم چه زوند وکرم)  
 حمیده ورولا

## چرا رنج میبریم

احمد شاکر قریب  
 سوال - چرا رنج میبریم ؟  
 پاسخ - خلاصه زمانی که فاصله  
 بین (برنسیب) و (برکتیک) یعنی  
 فاصله بین (اصول) و (عمل) وجود  
 داشته باشد آنگاه نا راحتی و بی -  
 نظمی در زندگی زودیا جگرود که  
 با حالت عادی حیات تفاوت دارد و  
 چون ما با آن بی نظمی عادت نداشتیم  
 وسازش کرده نمی توانیم لغات راحت  
 و مشوش می شویم و اسم آن را می  
 گذاریم (رنج)

چرا در بین زونیا  
 نایب و چو زونیا  
 چرا در بین زونیا  
 نایب و چو زونیا

ذلیف غمخیزه ازیانا :  
 سوال - چرا در بین زونیا نایبه  
 وجود ندارد ؟  
 پاسخ - زونیا اساساً برایم های  
 بزرگتر از نایبه شدن دارند و آنهم  
 نوله نایبه هاست و گذشته از آن در  
 زن هم توانایی های وجود دارد که  
 بزرگترین نایبه های عالم از انجام  
 آن عاجزند - زن موجود ظریف  
 و جنسی است و آنقدر مرد او را در  
 حصار راحتی های خودش در آورده  
 است که زن کمتر موفق به برداشتن  
 به اختراعات می شود و فراموش نکند  
 بزرگترین مخترع است - مخترع  
 (عشق) و مخترع خانه



# مکتب موسیقی بازر ما

استاد سلیم سر مست به سال (۱۳۰۹) خورشیدی چشم به صیفه هستی گشود. دانش های نخستین را در مکتب صنایع نفیسه آموخت و سپس مکتب موزیک راه باستان رساند. آغاز کار های هنریش در آرکستر حربی بوختون بود که پس از آن رهبری آن را نیز به دوش گرفت. به سال (۱۳۲۹) به رادیو کابل راه یافت و با پدید آمدن (آرکستر شماره دوم) جاز رهبری آن راه عهده و ی گذاشتند که صد ها بارچه آهنگ به وسیله آن اجرا گردیده است. رادیو افغانستان به سال ۱۳۴۹ دو صد بارچه آهنگ فولکلوریک افغانی راهزمو نیزه و با آواز های آواز خوانان رادیو افغانستان عرضه

دوست داران موسیقی افغانی نویده است. به سال (۱۳۵۱) از سوی مقامات کلتوری لقب استادی برایش تفویض گردید. به همینگونه تنظیم آرکستر امیون سرود ملی ج.ا. را رهبری نموده است. استاد سر مست عمری سمت استادی در لیسه موزیک رانیز داشته است. استاد سر مست سفر های هنری به کشورهای شوروی، هند، ایران، چین، چکوسلواکیا و آلمان نموده و دست آورد ها و افتخاراتی با خود آورده است. استاد سر مست پس از عمری هنروری در بایز همین سال ۱۳۶۹ با همه سازها و صداهای تا همیشه ها بدرود گفت. از وی هفت فرزند باقیست

که از جمله احمد ناصر سر مست، دنبال کتنده مسلک پدر بوده و همین اکنون در اتحاد شوروی در رشته کمپوزیتوری مشغول فراگیری دانش است. استاد سر مست در درازای عمر هنریش (۵۰۰) بارچه آهنگ غنایی، (۱۰۰) بارچه آهنگ فولکلوریک و (۲۰۰) بارچه آهنگ حماسی را رهبری نموده و نیز در این جمله آهنگ هایی را خود کمپوز نموده و با برای آن ها تصنیف ساخته است. به همین گونه موسیقی آهنگ های فلم های دهانه ۵۵۵ و دهکده ها بیدار میشوند)) را نیز رهبری نموده اند.

رهبری آرکستر بزرگ اجرایی آهنگ های فولکلوریک کشور نوشتن نوت های آن به گونه یک رساله علمی یکی از تلاش کردهای دیگر استاد سر مست بوده که به یقین در زنده ساختن موسیقی فولکلور کشور کام پس ارجمندی بوده است. ایجاد و رهبری آرکستر بزرگ رادیو با همکاری سایر هنرمندان نیز از فرآورده های قابل یاد کرد استاد سر مست بوده که در سال (۱۳۴۸) بنیاد آن گذاشته شد. استاد سر مست در مورد موسیقی شرقی و غرب دانش های دقیقی به دست آورده و به همان اساس بود که کتابی زیر نام ((الات شناسی)) بنیشت و انتشار دادند. آری، «و این نواست که میماند... وقتی برنده عاطفه و احساس مان در دامن آهنگی فرود میآید. هیچ میماندیم که کدامین دست ها جنبیده اند و خسته گی کشیده اند. تا ذوق مانزه شود. انگشت ها به یاری هم میآیند. پرده ها به عنوانی یکدیگر میشتابند. آواز و آواهایی با آن ها میامیزند تا آهنگی پدید میآید و انسان راه گونه پی گرمی میبخشد. مگر، آیا همه انگشتان و همه آوا ها، پرده نواز عاطفه انگیزاند؟ به پاسخ باید آورد که شاید، نی. زیرا در این موارد بیشتر و افزونتر از همه قریحه و استعداد ذاتی و فطری نیاز است. سپس آموزش و پرورش. آن چه را که نه بایست در این مورد نادیده گیریم همانا سخن بزرگمرد زمانه. هاشم تبریز است که آورده: ((نوحه گر که عاشق نبود و نوازنده که دردمند نبود دیگران زاسرد کند.)) با این گفته به باوری میرسیم که هنرمند باید عاشق باشد. و درد و سوختی در نهاد داشته باشد، چی در غیر آن راهی به دل ها نخواهد برد. و از همین جا است که میشود گفت: استاد سر مست انسانی با دزد و سوخت بوده و تا توانسته با نواخته ها و ساخته های احساس شنونده گانش را برانگیزد و به آن ها گرمی و سوز ببخشد. با بدود هنرمند والا استاد سلیم سر مست موسیقی مادام دیگری یافت و سوگ دیگری گرفت. و در نبودش گفتنی میآید که: ((بار دیگر - تار هادر سوگ میمانند برده ها - چون داغیان خسته میمانند. کو، نوازشهای انگشتان سر مستی. کو، نوازشهای انگشتان سر مستی. لطفا صفحه برگردانید

# مکتب موسیقی بازر ما

هر د دات خود نوعی آفرینش زبانیست. به تعبیر دیگر نوعی ساخت و تدوین آوردن چیزی قابل شناخت است. از شناخت و به این ترتیب هنرمند کیست که از شناختن ها اثر شخصی بدیدمی آورد. و با از همین جا است که هنرمند انجایی آفریدگار است. بیوند زیبایی با هنر بیوندی ذاتی و فطریست و همین است که هنرمند زیبایی به شناخت نمی آید و اگر هنرمند سرورگرددی فراتر از دیگران دارد. درست در احساس زیبایی شناختی وی است. هنرمند به هر گونه ای که است در رابطه و بسته گی محیط پیرامونش بایست به کشف زیبایی های نابدا و نا مکشوف دست یابد. چه در غیر آن فرآورده ها و درآورده های ارجحی چندانی نخواهند داشت و به گفته دیگر فاقد اصالت هنری خواهند بود. به این ترتیب از سیماهایی یاد میماند که نوجو و تازه آفرین باشند. با درخ افزون که بهره دیگری

از این سیماهای روشن هنر موسیقی کشور نقاب به رخ کشیده استاد سر مست سیماهای هنر در کشور پس از عمری کار و تلاش هنری از جمع هنر وران جدا گشت. استاد سر مست در درازای عمر هنریش با هنروری و توانندی کم بدیل کار کرد های ماندگاری به جا گذاشته است. که با باور تمام میتوان گفت، وی در شمار آنانی میآید که جایشان را کمتر کسی در آینه ها میتواند پر کند. استاد سر مست از آغاز گران موسیقی جاز در کشور بود که به یقین، راهگشایی برای آماتوران کشور نیز شناخته شده است. وی با استعداد و قریحه خدادادی که نصیبش بود توانست درس های مکتب موزیک راه خوبی آموخته و از همان جا بود که مورد توجه استادان خارجی نیز قرار گرفتند. استاد سر مست پس از تمام کردن تحصیلات به زودی در رأس گروه های هنری قرار گرفته و صلابت هنر خویش را ثابت بسازد. به همین

رقم وی نخستین هنرمندی بود که توانست سیستم آرکستری را در کشور ایجاد نماید. که ایجاد آرکستر لیسه موزیک مصطفی این گفته میآید. استاد سر مست ترومیت و ماندولین را با مهارت و هنرمندی تمام مینواخت. گفته میتوانیم که استاد سر مست در محبوبیت هنرمند خوب ساربان سهم بس افزون داشته است. و برای این هنرمند خوب کمپوزها و تصنیف های هنری ساخته است که چسبون ((دیشب به خدا خمار بودم...)) و یاب هنرمند و نوازنده خوب ارمان آهنگ ((خواهم ز خدا سایه...)) ساخته و موسیقی آن ها را نیز خود ترتیب نموده است. به همین گونه یکی از کار کرد های قابل یاد استاد، ترتیب و رهبری موسیقی سرود ملی کشور به شمار میرود که به همکاری آرکستر بزرگ سمفونی (۱۱۸ نفری فل ارمونسی دولتی از پاکستان شوروی ثبت گردیده است.

رقم وی نخستین هنرمندی بود که توانست سیستم آرکستری را در کشور ایجاد نماید. که ایجاد آرکستر لیسه موزیک مصطفی این گفته میآید. استاد سر مست ترومیت و ماندولین را با مهارت و هنرمندی تمام مینواخت. گفته میتوانیم که استاد سر مست در محبوبیت هنرمند خوب ساربان سهم بس افزون داشته است. و برای این هنرمند خوب کمپوزها و تصنیف های هنری ساخته است که چسبون ((دیشب به خدا خمار بودم...)) و یاب هنرمند و نوازنده خوب ارمان آهنگ ((خواهم ز خدا سایه...)) ساخته و موسیقی آن ها را نیز خود ترتیب نموده است. به همین گونه یکی از کار کرد های قابل یاد استاد، ترتیب و رهبری موسیقی سرود ملی کشور به شمار میرود که به همکاری آرکستر بزرگ سمفونی (۱۱۸ نفری فل ارمونسی دولتی از پاکستان شوروی ثبت گردیده است.



# درباره



# استاد سرمست میگویند

تولید و آواز خوان خوب کشور و استاد لیسۀ موزیک :

((من از سال های پیش به اینسر یا استاد سرمست آشنا بودم. وی هنرمند بلند دستی بود که کمتر مانده دارد. استاد سرمست در مورد دایرکت و رهنمایی آرکستر مهارت بالایی داشته و تون های موسیقی را چنان میشناخت که هرگاه در جمع آرکستر، نوازنده بی بی سز میخواست به زودی آن را تشخیص مینداد.

به نظر من استاد سرمست هنر ساریان راه بازهنمایی های خوب بیشتر زنده ساخت. استاد سرمست بدون شك یکی از سرآمدان آن نریت نوازی در کشور بوده و در بوختن مانعولین در کشور همتایی نداشته است.

وقتی در تاشکند رهبری آرکستر بزرگی را جهت نیت سرود ملی به عهده او گذاشتند باچنان مهارتی آن را رهبری نمود که همه هنرمندان آن وی آفرین گفتند. و در آخر میتوان گفت که استاد سرمست گلی از گل های همیشه بهار موسیقی کشور ما بوده است.

استاد سرمست دانشمند موسیقی بود. او به آسانی مشکلاتین پارچه ها را میساخت و به سهولت زیاد موسیقی پارچه آهنگی را رهبری و ترتیب مینمود.

استاد سرمست به موسیقی کتب و ماحضرات زیادی نموده است که از جمله ایجاد آرکستر آماتور نوشتن کتاب ((الات موسیقی)) و نوت ساختن برای موسیقی فولکلور افغانی شمه بی از است و نیز از جمله کسانی که در



فعالیت های هنری آن مرحوم بسه شمار آمده میتواند. استاد سلم سرمست هنرمند و آوازی بود که چایش دیگر در میان هنرمندان و دوستان خالیست. برای ارج گذاشت.

وهاب مصلی در مورد ابتکار در کار های هنری استاد سرمست :

زمانیکه از اصل ((ابتکار)) در کار های ایجادیک هنرمند عرصه موسیقی صحبت به میان می آید. در قسم اول دو موضوع در ذهن انسان تداعی میکند. یکی این که عرصه بی از یک هنر مشخص اصلا در قلمرو موسیقی يك کشور وجود داشته. تا در آن عرصه کارهای ابتکاری صورت گرفته باشد یاخیر؟ دو دیگر این که اگر عرصه مورد نظر وجود داشته. چی کسانی در کنار هم دیگر قبل ویایس از یک دیگر شان باچی شیوه های کار و با چی ابتکاراتی همسان یا متفاوت از هم دیگر آثاری را ایجاد یا اجرا نموده اند؟ حالا که صحبت از استاد سرمست و کارهای ابتکاری او در زمینه هنر موسیقی در میان است اول باید دید. که استاد سرمست کی بود؟ بعد به خودمان پیش از استاد سرمست رهبر



# به یاد

# استاد صادق

به بهانه چارمین سال نبود هنرمند ماندگار، استاد رفیق صادق :

هنرمندی و درایتی می افتاد که گویی به یقین آن چنان زنده گی داشته و عمری را در سایه همان عمر به سر برده است. یکی از نشانه های خوب هنر است. زوایی و سلاست زبان آن استاد بود. که هرگز دزداریه گفته هایش به کنده و پزیده گی نمیگفتید. استاد رفیق صادق در (۴۵) سال کار هنریش در بیشتر از چار هزار پارچه گونه گون نقش آفرینی داشت و در این مدت افتخارات شایانی به تمامه قوس امسال چار سال ازین بود هنرمند بی بدیل و مثل کم مانده. روان شاد استاد رفیق صادق میگذرد. وقتی نام (دستان های دنباله دار) را می شنوید. سیمسای هنرمندی صمیمی و عزیز در خاطر ما زنده میشود. صدای صادق و گبرایش در برده های ذهن به تکرار در اهتزاز می آید. استاد رفیق صادق در قالب کرکتر ها و نقش های گونه گون. با چنان خالی خواهد ماند.....

کف آورد که از جمله مدال طلا دیپلوم افتخاری اتحادیه هنرمندان. لقب استاد. هنرمند ممتاز و القاب و افتخارات دیگری از همین گونه را میتوان یاد کرد. آری. هنرمند مردم. هرگز نمیبرد. استاد رفیق صادق هنوز پس از گذشت سال هایی چند زنده است و تادیر ها و دیر ها زنده خواهند بود. و به این بهانه يك بار از توبه روان اوتحاف دعا میفرستیم.

# نجيله شريف: پيڻنگلا

## غیر دتلویزیونی نطیاقی لیپاره

حتی شرتونه گنم



سره له دی چی بریالی ویندویده...  
 چه به رادیو اوهم به تلویزیون کی  
 دمطالبو دویلو به حال کی خپلو ویلو  
 به خانگی ارزښت و کوی بچل  
 نجیله شریف مو دمخمنو تلویزیونی  
 پروگرامونو به ترخ کی لیدلی ده.  
 دشتر ویلو به حال کی دخبرلوستلو  
 به حال کی اودذوقی مطالبو دلوستلو  
 به حال کی  
 نجیله شریف ددی به ښنگلا کی  
 چی ښه نطاقه ده بادوقه میرمن هم

ولری اویا ددی برخلاف خپل نظر بی  
 دی. خوزه د خبیلی نجر بی له محی  
 بدی بوزیم چی بی له شکه پيڻنگلا  
 دتلویزیونی نطاقی لیپاره یو ضروری  
 شي دی. اما به صیچ ډول باید غږته  
 به دلیسه درجه ونه گنل شي. که نه  
 نوپوازی باید سینمایی ستوری ددی  
 وډوگنل شي چی دتلویزیون به پرده  
 کی خان ښنگلا کړی. زه ښنگلا او  
 غردواډه دتلویزیونی ویونکی لیپاره  
 حتی شرتونه گنم اوبس.  
 ۲- تر کومه خایه چی گورو ښه  
 وروستيو کلونو کی غوره ویونکی  
 (نطاقان) چی دنطاقی به ټولو رهزونو  
 یوه وی نشته علت بی به څه کی  
 بولي؟  
 خواب: دولس کلن خونړی جگری  
 د ژوند دنورو برخو تر خنک بدی  
 برخه کی هم خپله شو مه نتیجه  
 بریښوده. زموږ غوره، نامتو،  
 خونړی او لوړ استعداد لرونکی  
 ویونکی دراز راز علتونو به وجه  
 مسافر ښول به برديو منکونو کی  
 هسی ورگه شول چی دډیرو بی بیانوم  
 هم جاوانه ورید، ولی نور علتونه هم  
 اددی سبب شول چی زموږ ټولنی  
 غوره او وړ نطاقان دلاسه ورکړل.  
 دژوندانفکراتو بی خاری اقتصاد دی  
 ستونزی به گلنوزی برخو کی دخان  
 بالنی آشنا بالنی او زور چلونو کړنو  
 اوسیاستونو هم د ډیرو استمدادونه  
 غوړیدونه پری نه ښودل او پوازی  
 گوني به شماز کسان وو چی هم  
 ویونکی شول و هم...  
 ۳- درادیو تلویزیون د نطاقانود  
 کمزوری یو علت شاید د مطالسی  
 کمښت وی ناسو دانظر شي. که بی

متی ولی؟  
 خواب: زما به عقیده او تجربه  
 زده کړه او آفاقی زده کړه باید دهر  
 غوزه ویونکی دورخنی کار یوه حتی  
 برخه وی.  
 ناسو بیخی به پای وویل دا چی  
 ډیر ویونکی کلسی سنی نه شي  
 لوستلی او د ویلو قواعد نفسی  
 مراعاتولای داد دوی د مطالسی  
 کمزورتیا نیسی. غوره ویونکی باید  
 تل خپله زده کړه او عمومي لوستنه  
 ونه خنډوی هیشکله باید له پوښتنو  
 او مشورو اوریډولو څخه تنگه ونه  
 کړی.  
 ۴- له رادیویی نطاقی سره مینه  
 لری اوکه دتلویزیون له خبرونوسره؟  
 خواب: زما غوښتنه له ډیر بخوا  
 څخه داوه چی ویونکی (نطاقه) شم.  
 اوداهم کیدای شي چی ځینی کسان  
 دکاذب شهرت دترلاسه کولو به خاطر  
 دتلویزیون پردی ته زیات هوسپیری  
 ولی ماته هم تلویزیون اوهم رادیو  
 دواډه دیادلرنی وودی څکه نو ښه  
 راتلونکی کی هم غواړم به دواډو کی  
 خپل کارته دوام ورکړم خو زیاته  
 مینه له هنری او ادبی خبرونوسو  
 سره لرم.  
 ۵- لکه چی لیدل کیری ویونکی  
 دکاغذ او اصطلاحاتو به ویلو کی  
 زباتی تیروتنی لری ستاسو به نظر  
 هضوی څه ډول کولای شي ځانونسه  
 له دغه حالت څخه وژغوری؟  
 خواب: زما مشوره او سپارښتنه  
 بیاهم ورخنی مطالعه ده. دورخپلوی  
 مجلو، اوداسی نورو کتابونو او  
 مقالو لوستل دی دژمی له اساساتو  
 سره ځان برابرول. ترټولو باوی

لاره ده چی ویاند کولای شي خپلی  
 نیمگرتیا وی لری کړی. ولسی  
 داطلاعاتی سیاسی خبرونو به سباب  
 باید ووايم چی دخبرونو د جوړونکو  
 برله یسی تلوار او دخبرونوزیاتوالی  
 او دخبرونو دجوړونکو دسوادددر چی  
 نسب والی ددی سبب گر ځی چی  
 ویونکی ډیری کلسی ونشي  
 لوستلای.  
 ۶- ترټولو زیات کوم ویونکی  
 خوشی. به کوم دلیل اوولی؟  
 خواب: زموږ رادیو اوتلویزیون  
 کی شمیر غوره ویونکی تاویای هم  
 لړل چی دټولو نومونه یادول ښه  
 ضروری نوی خوزه بخیله تر ټولو  
 زیات دابراهیم خیل، سبیل اصغری  
 او د ددی برخه کی نبیله جان  
 (همایون) او وحاب (شادان) او  
 دشینو نورو ویونکو کار او وینه  
 (نطاقی) دستانی وړ بولم. او علت  
 بی هم دادی چی دوی غوره غزلری.  
 کلسی ژوندی اداکوی اودنطاقی بشپړ  
 نورمونه به خپلو ویلوکی به پام کی  
 نیسی. ترڅخه مینه داچی دنطاقی  
 یوه لری.  
 ۷- ځان زیاتره دڅه ډول خبرونو  
 به لوستلو کی آرام احساسوی؟  
 آیا دراز راز خبرونو لوستنه درله  
 ستړی کونکی نه؟  
 خواب: بیاهم باید ووايم چی زما  
 زیانه مینه دادی خبرونو له لوستلو  
 سره ده. همدا اوس به رادیو کی  
 دادی خبرونی زیاتره برخی لولم.  
 خدای دی وکړی چی زما خبری ش  
 ټولنی له حالو... څخه نیسه ونه بلل  
 شي او هغه داچی مانه دشینو خبرونو  
 هغه هم دهرگ او ژوبی له بپ د



حقیقو به ژبه راوړل ډیر دردونکی  
 اوستړی کونکی تلمیچی زه فکر کوم  
 زما دا احساس به دجنگ څخه  
 ستړیوی.  
 ۹- که دویونکو (نطاقانو) مدیره  
 ځای څه موکول؟  
 خواب: مینه ده زما خبری د جا  
 شخصیت ته دکواش اوید نظر به مانا  
 تعبیر نشی که څه هم زه دنطاقانو  
 دمدیریت لیاره خان بشپړ نه بولم  
 خوبیا هم دډوکی نظر به توگه اودا  
 چی ناسی بی خوا به پاتی نشی وایم  
 چی که داسی وای نو لومړنی هڅه به  
 می داوه چی پوازی به می د فطری  
 استعداد او عملی لوړتیا له مخی  
 ویونکی غوره کول. بله داچی د  
 خبرونو به ورکړه کی به یوازی د  
 ویونکی مسلکی لوړتیا او تجربه څخه  
 او ټاکونکی شرط داوی ته نور اپیکي  
 او...  
 چی به دی توگه هیجا به ددغه  
 صاحب او دغه دهادیت له مخی د  
 نطاقی امتیاز نه وای ترلاسه کړی  
 اوبس.  
 داسی زموږ پوښتنو نه موه سره  
 سینه خواب ووايه له ناسو څخه  
 دډه له کومی مننه کوو.

**ځینی کسان د**  
**کاذب شهرت**  
**دترلاسه کولو پ**  
**خاطر**  
**دتلویزیون پر**  
**ته زیات**  
**هوسپیری**





کندون لعل سیگل (۱۹۴۶-۱۹۳۴):  
اولین آغازگر آرام بود. برای نخستین بار در محنت کی آنسو (اشک محبت) در ۱۹۳۲ که توسط (بی-اترا-تسی) دایرکت شده بود عرض اندام نمود و به زودی در یک سلسله از فیلمها در نقشهای درخشانی ظاهر شد. در ۱۹۳۴ دوغلم (جانندی داس) که نیتن



ملصورتال (۱۹۳۹-۱۹۲۶)

بوس آن را کارگردانی کرده بود. در ۱۹۳۵ در (دیوداس) که (بی-تسی) باروا) آنرا کارگردانی نموده بود. سیگل زابه آسمانهای شهرت پرواز داد. میتوان گفت که او در سینما منحیت یک بدیده ناهنگام مرکبیتی ۱۹۴۷ همچنان بی رقیب مانده. سیگل برخلاف هیرو های رواییسی فلسفهای هندی چهره نازیبا معمولی داشت به سادهگی لبس میپوشید. حسی بدسلیقهگی نیز میکرد. سرمایه او. آواز ملگونی او بود. که گویی از اعماق روح برمیخاست. چهره معمولی و راه و روش او به یکباره کی اورا نسبت کرد. اما شهرت یابی اورا بیشتر میتوان مرهون هنر سرایش وی دانست. بیروزیهای سیگل بریک زمینه بسیار لژان ستوار بسود. از پکسو کشمش عموی واز سوی

دیگر مدتیروزم. ویا گمکنس برخورد های هنر غرب به فرهنگ هند. اما سیگل در چهره های هویت یافت. بسیار ستودنی و بسیار بدیرقمنسی برای یک شعور هندی. سیگل فلسفهای زیادی را از آغاز درامه هیپایش نمایش (جانندی داس). (بریزدست). (دشمن). (سنتیت سنگرا). (میری - بین). (بهاگناسوداس). (ت-تسن) و شاه جهان. از خود به جا گذاشت. این آهنگهای وی که بیانگر عواطف و موقیبت های او بود. چه ماندگاز است

اولین قهرمان خود ویژه بهلوانی که به خاطر قوه اثرگذار جسمانی اش به صحنه وارد شد او را (دوگلاس فیربانکس) سینمای هند یاد میکنند که همانند دوگلاس قوی و شجاع بود. نقشها را معجزه آسا بازی مینمود. او بخاطر درخشش خویش با وجود آنکه بیشتر در نقش های مردان خشن ظاهر میشد. سالها بیروز بود.



آشوک کمار (۱۹۶۰-۱۹۳۵)

آشوک با نقش آفرینی های رومانیتیک در برابر خانم آمسورش (دیوی گارانی) ظاهر شد. مسر رندهگی آشوک کمار را (جیون نسا) به کلی تغییر داد. او نیز مدلی به یک بدیده در عرصه سینما گردید. قمنیا بود که بیسم بعد از فلسفا امضا میشد (اجوت). (کینا). (ککن). (بدهن) و (قسمت). هنریشه آواز خوان راه طرف سوپر ستار شدن رهنمون شد. جفت های رومانیتیک چون آشوک. دیوی کارانی آشوک. لیلانجس و آشوک ننی جیون. زندهگی اورا رونق بیشتر بخشید. در آغاز او نقش های انسانهای معمولی را بازی میکرد. مردم محبوبی بود. زندهگی آرام وی سرور صدایی داشت. به نقش های عاشقانه روی آورد. فلم قسمت سوزنی خازق العاده او بود. همه چیز او تغییر یافت.

ماسترویتال (۱۹۳۹-۱۹۲۶)

اولین قهرمان خود ویژه بهلوانی که به خاطر قوه اثرگذار جسمانی اش به صحنه وارد شد او را (دوگلاس فیربانکس) سینمای هند یاد میکنند که همانند دوگلاس قوی و شجاع بود. نقشها را معجزه آسا بازی مینمود. او بخاطر درخشش خویش با وجود آنکه بیشتر در نقش های مردان خشن ظاهر میشد. سالها بیروز بود.

خلیل (۱۹۳۷-۱۹۲۰)

خلیل یکی از بیشگامان گستره هنر تمثیل بود. او بلند قامت. زیبا و جذاب بود و در برابر معروف ترین هیروئین های فلم های صامت. نقش های زیادی بازی نمود. محسنتر درخشنده گیهای او با زمان زیبان کشوردن سینما دوام نمود.



ماستر تار



ماستر تار اولین سوپرستار فلسفهای گویا بود. به همان مقبومیکه امروز افاده میشود. او در محصولات (مدن نیار) کلکنه. کمپنی فلسی خود را که از سندیهوهای فلسی آغاز شده بود سرو صورت داد. او به خاطر توانمندی بی همتایش در قضا حنت کلام و آهنگ سرایی خوب بیو سنه بیروز بود. مردمان بیشماری حبت دیدار او. به سندیهو ها هجوم می آوردند. او به مثابه یک هنر بیشه بش از حد دارای شخصیت نیانرال بود.

راج سنو

راج سنو چهره دیگری از خلیل بود. اولین مردی از جنوب هند. که در فلم اندستری بیسی آمد. بلند قامت و خوش منظر بود. به راجسی در قالبهای گوناگون رولها دزمی آمد. باری او نقش یک (بدمعاش) را بسیار بیروزمندانها اجرا کرد.



خلیل

# سوپرستار

## سینمای هندی

SUPERSTARS

ترجمه و تلخیص همالیا

ریشم سلسله را اوامه میزدیم



چنان که مادر جامعه خود پیرامون -  
 ازدواج و روابط زن و شوهر قوانین +  
 نافله می داریم که هر دو جانب، زن و +  
 شوهر رایه مسوولیت ها و مکلفیت +  
 حاصلاتیت های شان در برابر هم +  
 متوجه ساخته است ، اما با وجود آن +  
 دیده میشود که شماری از زن ها بدون +  
 در نظر داشتن امور قانونی ازدواج +  
 شوهر ها فرار میکنند و هرگز متوجه +  
 این نکته نمی شوند که - قتل انسان +  
 اصلی را داشته باشند .

# فرار از خانه شوهر

فامی فرزانه است ، شانزده سال +  
 دارد ، شوهرش پنج ساله و پرورشیده می +  
 سر بلبل است وی میگوید : +  
 هنوز پانزده سال داشتیم که نظریه +  
 ضرورت اقتصادی مادرم مرا به یکی +  
 از شرکت های کشفی پاکي واقع +  
 صنایع کوچک شامل نبود در رفت و +  
 آمد از سرویس های شهری استفاده +  
 میکردم يك روز که میخواستم به منزل +  
 برگردم در بین سرویس در یورد بس +  
 چند نفر به من نگاه کرد ، نگاه او برایم +  
 لغت بخش بود آن کسی در جانم ریخته ، +  
 عاشق شدم ، عاشق دیوانه يك در یورد +  
 سرویس شهری هنوز از دیدار های +  
 خود سیر نشده بودیم که یگروز وقتی +  
 به خانه آمدم متوجه شدم که همسایان +  
 زیادی آمدند و همه میگویند مبارک +  
 باشد مبارک ، رفتم پیش مادرم که چه +  
 خبر است باتیسی برایم گفت ، ترا +  
 بهر دری شیرینی دادید دست و پایم +  
 و مادرش یان در یورد ؟

# کف شناسی

## آینده خود را پیش بینی نکرده بود

# چند روز از یک سال



### زنی را یک قصاص فریب داد

در بازار کوچک منطقه الشار +  
 ساعت چار عصر روز بیست و هشتم +  
 غریب غوغا و سر و صدایی بالا گرفته +  
 بود ، افسر خاندوی زنی را کشتان ، +  
 کشتان به سوی موتری که آن جا +  
 ایستاد بود می برد تعداد زیادی از +  
 مردم جمع شده بودند ، هر يك زیر +  
 زبان چیزی میگفت ، لحظه یسی +  
 نگفشته بود که زن را بردند و حلقه +  
 مردم از هم پاشیده شد ، من بادیمن +  
 این صحنه کنجاو شدم تا ببینم که +  
 قضیه از چه قرار است ، نزد افسر +  
 خاندوی رفته و جوای احوال شد م +  
 او چنین گفت :

در قلعه زمانخان ، فال بینی دکان +  
 کف شناسی باز کرده بود و از روی +  
 کف دست و قصیده خواندن آینده +  
 نامعلوم آدم ها را پیش بینی میکرد و +  
 راه و چاره رفع غم ها و درد های شان +  
 ر نوصیه میکرد ، به این منظور +  
 روزانه پیش از بیست تاسی زن مرد ، +  
 بچه و دختر نزدش مراجعه میکرد و +  
 آینده یی خود را می پرسید ، در چنین +  
 موارد زنان نظریه عقیده یی که به کف +  
 شناسی و فال دارند زود بوز میکنند +  
 اگر فال بین واقعت آن چه را که +  
 برای شان اتفاق افتاده باشد ، بگوید +  
 به خاطر رفع آن حتی از مال و متاع +  
 خود میگذرند ، در همین جا آن عده +  
 که از زندهگی خویش قسال بسدی +  
 دریافت میکردند و از آینده خود

# از یک سال

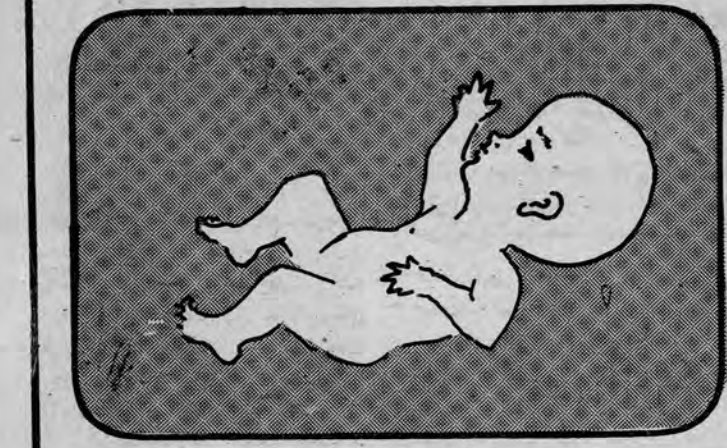
تپه کننده : ذکمه حاجر

### چرا اطفال مبتلا به سوء شکل می شوند

زن صبح وقت از خانه برآمده +  
 رد تا گوشت بخسرد ، در انصای +  
 خریداری ، قصاب او را گمراه کرده +  
 و میگوید اگر به نهالوش به خواست +  
 شیطانیش با منم دهد ، برایش گوشت +  
 را لغت خواهد داد ، زن در بی تفاوتی +  
 از هر فرزند کوچکش که در منزل +  
 استند لپول میکند و تا عصر با قصاب +  
 میباند ، همسایه ها از گریه و فغان +  
 بچه هایش خبر میشوند وقتی به +  
 منزلش میروند متوجه میشوند که +  
 طفل ده ماهه اش در اثر گریه و +  
 گرسنگی بی جان افتاده و کودک دو +  
 ساله اش آرام ، آرام به بی هوشی +  
 میروند ، قضیه رایه خاندوی محل +  
 اطلاع میدهند ، خاندوی با همکاری +  
 همسایه ها بعد از جستجوی زیاد +  
 زن را با قصاب مییابند و هر دو را +  
 دستگیر میکنند .

# دردناکترین آتش سوزی

در ماه گذشته دردناکترین آتش +  
 سوزی در منطقه شاه شهید در نیمه +  
 صلی شب به وقوع پیوست ، علل +  
 این آتش سوزی بی توجیهی فامیل +  
 به وسایل برقی بود که خود شان +  
 به مسافتی رفته و منقل برقی را فعال +  
 گذاشته بودند ، شعله های آتش +  
 بیشتر از سه صد هزار افغانی خساره +  
 رابه خانه وارد کرد و دو اتاق بسا +  
 وسایل ضرورت آن یکجا آتش گرفت . +  
 دردناکترین صحنه وقتی بود که +  
 اعضای خانواده سر حال از مسافتی +  
 آبه منزل شان آمدند و متوجه شدند +  
 که از خانه شان دود غلیظ بلند +  
 میشود و خانه را افسران سوز +  
 امنیتی با سبانی میکنند ...



طفلی پایاد آورشد که وزنش چهار +  
 کیلوگرام بوده و سر او نهایت بزرگ +  
 بود ، علت بزرگ بودن سر طفل +  
 همانا جمع شدن مایعی بنام +  
 (Hydrocephaly) می باشد . +  
 باید گفت که علل عمده این نوع +  
 تولدات همانا خوردن ادویه های خود +  
 سرانه در سه ماه اول حمل مروض +  
 بودن مادر به یکی از امراض حاد +  
 انتانی ویا مروض شدن مادر به +  
 شعاع ویا هم سوء تغذی در زردمادران +  
 حامله میباشد .

محترمه دوکتور فلك ناز داکتر +  
 موظف در شفابخانه ولادی ملالی +  
 زیرتون در مورد تولدات سوء شکل +  
 اطفال طی ماهی گذشته چنین گفت : +  
 طی شاهی که گذشت سه طفل +  
 سوء شکل داشتند ، این اطفال از +  
 نگاه وزن خود در حالت نورمال قرار +  
 داشته ولی از ناحیه دست ، پا و سر +  
 غیر طبیعی بودند . +  
 در میان این سه طفل ، میسوان

# چین و ایران

سند ما دوماً ما سپری شدتا چین در بستر درگونی های گسترده قرار گیرد. امروز در چین همه چیز تغییر میکند. در شهر ها عمارات عثمونی چینایی با بر چین هاوبرجیل های منحنی مانند آن جای خود را به ساختمان های بلند منزل نوع اروپایی خالی مینماید. چاه های بزرگه، پل های هوایی و راههای زیر زمینی مثل توکیو یا نیویارک از عظمت تمدن معاصر سخن میگویند. اما با این تفاوت که هرچند بزرگ در کنار خود به جاده های دیگری سرحد میرساند که در آن هزاران هزار پایسکل ران در حرکت اند. ظاهر آ تمدن غرب دوشهرهایی مانند پکنگ به سرعت در حال غلبه است. حتی مفازه های بزرگه دوکان های کوچک و رستورانهای خورد و کلان با آنکه بیشتر تولیدات چین را عرضه میکنند، زیر سایه تمدن صنعتی قرار گرفته اند.

حالا در چین هر آنچه را که میتوان در بازار های غرب یافت، بیست آورد. چین کمونیست جایی نیست که در آن لباس های گاو پای ها تکانیکی ویا امریکایی، یا سگرت خارجی و پیراهن ولباس اروپایی ویا وسایل الکترونیک جاپانی را از بازار سیاه واژ دست دوم، خرید. قطار های مردم برای مواد غذایی و یا مصرفی وجود ندارد و کشوری که پهلوانانوس بزرگ انسانی است. اکنون از خود کماهی غذایی صحبت میکند. شاید این خود کماهی پنظار ((کشوری)) عثمونی در چین باشد و یا قسوس

مدیر مسوول مجله سیاوون و معاون اتحادیه ژورنالیستان داکتر ظاهر ظنین که همزمان وظیفه معاون انجمن دوستی افغان - چین را به عهده دارد همراه با معاون و سرگتر مسوول اتحادیه ژورنالیستان عبدالله شادان از تاریخ ۲۲ اکتبر تا نوامبر سال ۱۹۹۰ عیسوی بنابه دعوت ژنرال سینهوا، از جمهوری مردم چین بازدید به عمل آوردند. این مسافرت نخستین سفر هیات ژورنالیستان افغانی طی ۱۲ سال اخیر به جمهوری مردم چین بوده است.

در چین از هیات افغانی و همی ژنرال سینهوا، مطلقاً عالی اتحادیه

غذایی این کشور که به گفته یسی مینوی غذایی خاص آن به (۵۰۰) نوع میرسد. اما به هر حال خود کماهی غذایی جامه بی یا این نفوس بزرگ کارساده بی نیست، کشوری که لزماًل پار بدینسو آماده شده تا به خارج برنج و کانسرو صادر کند ... صنعت چین تحول عظیم را از سر می گذراند. این کشور بزرگ آسیایی در جنب سرمایه خارجی که زمینه کار را برای هزاران کارگر مساعد نموده و چینایان را با شیوه های تولید با کیفیت کالاها آشنا می سازد، دره سال گذشته با شتاب مغفول عمل نمود. در حال حاضر - ۱۲ واحد بزرگ همکاری های اقتصادی با کشور های پیشرفته صنعتی در چین وجود دارد که بنام ((ساحات انکشاف اقتصادی و

ژورنالیستان و انجمن دوستی خلق چین با کشور های خارجی، رهبری روزنامه مردم استقبال نموده و با آنها ملاقات هایی به عمل آوردند. هیات ژورنالیستان افغانی همچنان با مسوولین و روسای شهرک های زراعتی و فابریکه ها دیدار نموده و از محصولات دیدنی و ترفیعی این بازدید کردند. نتایج این دیدار حداد پودتارهایی در شماره های (۱۷، ۱۶، ۱۵) اخبار هفت نیز انکشاف یافته است.

اینکه توجه خواننده گان مجله سیاوون و به گزارش دیگر که بازتابی از زندگی معاصر در چین است جلب میکند:

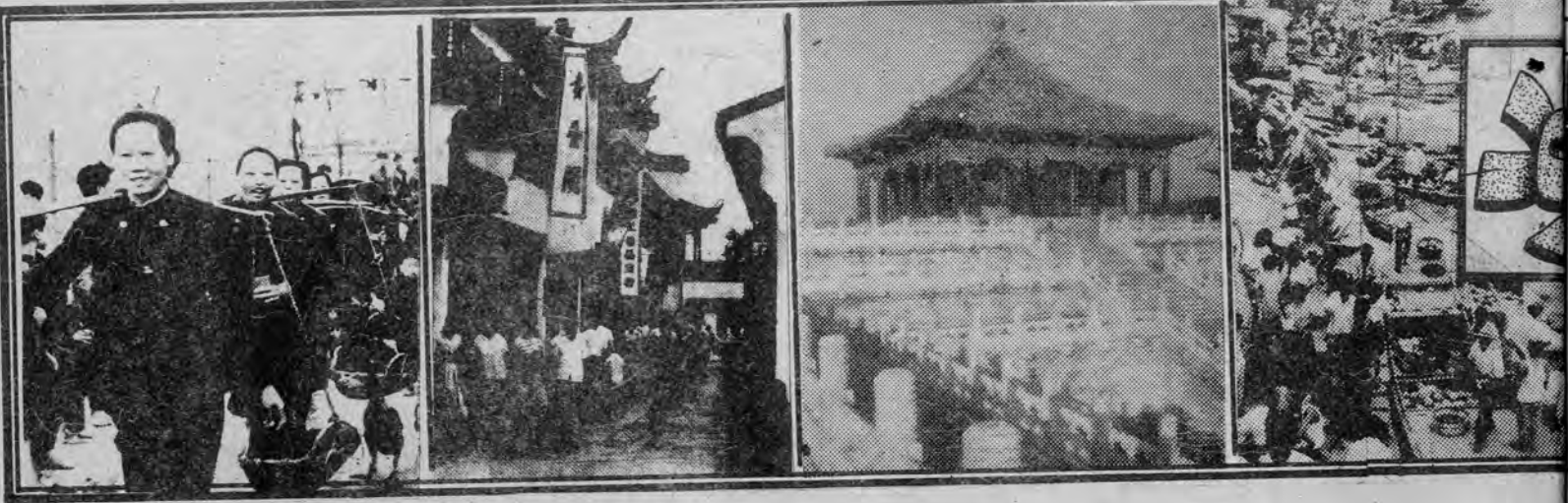
تکنیکی)) یاد میشوند. ساحاتی که هر کدام آن یک شهر بزرگ است و زمینها جنب میلیون ها دالر سرمایه خارجی را مساعد ساخته است. بزرگترین شرکت های صنعتی و اقتصادی جهان به چین رو آورده اند. آنها در چین با پول کمتر و دستمزد ارزاتر تولید میکنند و چین نیسز سرمایه هنگفتی را بدست می آورد. یک معامله دو جانبه که با فراغت از تعصبات فکری دو جانبه راه را برافز منفع متقابل هموار نموده است.

چین به مثابه یک کشور بزرگ همچنان در تلاش است تا زراعت را نو سازی نموده و تجربه های ناکام مانند ایجاد کمون ها را با شکل جدیدی از تعاون که شهرک های زراعتی نامیده میشود، تصویب



دیوار چین یکی از بنا های تاریخ که قدمت و اهمیت آن بسیار است

# چین و ایران همیشه



معاصر طوریکه می گویند مزاج بلفی و سرد چینی را به حالتی پرشور و شتابنده مبدل کرده است. در فابریکه ها و مزارع، در دفاتر و آموزشگاه ها در عقب چهره سرد جوانان که خاصه نژاد زردتلقی شده روحی فعال و هیجانی تند را میتوان مشاهده کرد. این روح فعال طالب آموزش بیشتر و مستیابی به آن سطح عالی از فرهنگ است که تاکنون غربی ها آن را در انحصار قرار داده اند. اما همزمان در اینسو و آنسو خانواده هایی را میتوان دید که کودکان شان را با شوق و شور لباس افسری میپوشانند و گویا میخواهند به فرزندان خود القاء کنند که سرباز باقی مانده و به مردان جنگی مبدل شوند. نسل بیشتر دوست همان نسلی است که در میان هیجان انقلابی بزرگ شده و قهرمانی را در لباس سربازی می بینند. این نسل در جنگ برای آزادی در مبارزه برای پیروزی انقلاب جنگیده است. از شروع قرن مردم چین فقط جنگ هارا باخاطر می آورند و تنها در دو سه دهه اخیر است که این کشور مزه صلح را می چشمت.

چین در گذرگاه تاریخ از خط هواری نگاشته است. از قرن شانزده میلادی تا اواسط قرن بیستم، چین صحنه تاخت و تاز استیلگران بیگانه بوده است. پرتگالی ها، اسپانیایی ها، انگلیس ها، امریکایی ها، جاپانی ها و روس ها یکی پس دیگری به این کشور بزرگ تاختند. سر زحین آن را پارچه پارچه نموده و اهمیت و لیاقت مردم را منسلب نمودند. ستم و ظلم خارجی استعمارگر در چین یکی از ننگین ترین اوراق تاریخ بشریت است. جنگ تریاک که آتش آن دوبار شعله ور شد هدفی جز سوختاندن ریشه های استقلال

چین نداشت. جدال چینیان و اروپاییان در شروع سده حاضر سبب راه افتادن جریبان های خون و وحشت بی نظیر در شهرها و دهات چین گردید. اما با انقلاب ۱۹۱۹ کشور عظیم چین آهسته آهسته کوله بارشقاخ داخلی و جدال مسلحانه با خارجیان را کنار گذاشت و شاید بخاطر نفرت از بیگانگان اندکی پس از این انقلاب سعی نمود تا به باهای خود ایستاده شده و دور از دیگران جامعه نو را به وجود آورد.

چین بعد از ۱۹۱۹ را موسیالیزم را برگزید. چیزی که نه به میل همسایگان بزرگش مانند جاپان بود و نه جامعه غرب از آن حایس میکرد. برای چین که به راه سوسیالیسم گرایید تنها یک متعهد جهانی باقیماند: روسیه شوروی که کشوری که تازه از زیر پاشنه های فاشیزم هلتری برخاسته و در کوره یک جنگ بزرگ تقریباً آب شده بود اما این اتحاد نیز دیر دوام نگرد. تنها یک دهه، پس از آن چین به این فکر رسید که نه تنها باغروب (امپریالیست) بلکه باید با روسیه (سوسیال امپریالیست) نیز دست و پنجه نرم کند.

ماتونستی تونگ رهبر چینی سوسیالیست میخواست با تکیه به (شور انقلابی) همراهانیش در کوتاه مدت جامعه ای آراسته صنعتی بوجود آورد و با قدرت بی نظیر هم در برابر غرب وهم در برابر شرق عرض انعام کند. او میخواست تا چین را در پیشاپیش کشور های آسیایی قرار داده و به مقام رهبر جهان سوم برساند. دو کتورین انقلابی ماتونستی تونگ ظاهراً به این اخطار نیرومند تاریخ میخندید که: ((کسی که موانع دیرینه را بپسوده بشمارد، بیگمان دچار توفان

خواهد شد))

البته قیام ها و انقلاب ها کار پیکروز است. ولی ایجاد یک نظام کار یک نسل. اراده گرایی مانو به او مجال نداد تا با انقلاب فر هنگی مورد نظرش اقتصاد عقب مانده چین را طی چند سالی به پای کشور های پیشرفته صنعتی برساند و فکر و نحوه زیست مردم را به یکباره دگرگون سازد. اما صرف نظر از وقایع دوران مانو پس از سال ۱۹۱۹ و عموماً از شروع قرن حاضر بدینسو که دستگاه پادشاهی خاقان ها جای خود را به نظام جمهوری داد و در راس آن سوزن یات سن قرار گرفت. ملت چین بعد از سه هزار سال افتادن و برخاستن، رستخیز ها و شکست ها، دو باره نیروی مادی و معنوی خود را بازیافت. هر انقلابی به تدریج شوراولی را که نخستین نسل با آن زیسته و به پیروزی رسیده اند از دست می دهد. پایان مرحله عواطف و احساسات در انقلاب ها، خوشسودی است و رجوع به خرد. در چین نیز ایسن امر بوقوع بیوست. در نیمه دوم سالهای هفتاد رهبری چین، ضرورت برخورد با واقعیت های ملی و جهانی را درک نمود. در مرکز این فکر سرده و واقعگرایی سیاسی متفکر بزرگ دن سیائوبینگ قرار داشت. کسی که در زمان ماو مورد غضب قرار گرفته و به نحوی در تبعیدگاه ها به سر می برد. اندیشه دن سائوبینگ برد و عنصر عمده اتکاء داشت: رفورم اقتصادی و سیاست بسازه هدف عمده دو کتورین دن، سوق دادن جامعه چین در مسیر پیشرفت اقتصادی، تکنیکی و جنب سرمایه و تکنالوژی غرب به وسیله نزدیکی با غرب بود. در دوازده مدت خواست جمهوری مردم چین آن است تا از طریق رفورم اقتصادی به سطح رشد

کشور های صنعتی تا شروع هزاره بعدی تایل آید. واضح است که تصیل این برنامه بلند بر وزانه رشد کار ساده یسی برای جامعه ارا میلیاردی چینی نبوده نیست. سیاست "دن در پایان یک دهه (۱۹۷۹-۱۹۸۸)، هنگامی که نسیم تفکر نوبه روی جهان وزیدن گرفت. از حدود و ابعاد قبلی آن خارج شد. چین در پایان دهه رفورم مجبور شد تا بازسازی سیستم سیاسی را در داخل و پراگماتیسم سیاست خارجی را نیز مورد توجه قرار دهد. اینها همه بسیاری از عناصر تفکر سیاسی چین را که در سال های آغازین انقلاب سو سیا لیستی شکل یافته بود، به تجدید نظر فراخواند. همزمان در حا لیکه خوشبینی های سیاست های چین در شرق و غرب افزایش می یافت. تظاهرات مصلحین در میدان تیانانمن روابط جمهوری مردم چین را با خارج زیر تاثیر عوامل جدیدی قرار داد.

اکنون در چین رفورم ها ادامه دارد و مردم مشغول مباحثه اند تا چگونه عظمت چین را احیاء کنند. روح قوی ملت چین و منابع غنی آن به نظر بسیاری ها وثیقه عظمت آنها در آینده خواهد بود.

چین امروز مشکلات زیادی را باید از سر راه خود دور کند. تمام جامعه چین همان جوانهایی نیستند که به جای آهنگ های ساده دیرینه خود به سنفونی های غربی گوش فرادهند. البته که سطح زنده گی و رشد در شهر ها و دهات متفاوت است و راه طولانی باید طی شود تا یک اقتصاد پیشرفته دسترسی مناسب همه مردم را به نعمات مادی و معنوی تأمین نماید. در ((بلسوک شرق)) منجمله در شوروی به تحولات اقتصادی چین ارزش قابل می شوند

واستند کسانی که سیاست لیاقت را در چین می ستایند. اما جامعه غرب به از حوادث تیانانمن ناراضی شان را از کمبود دموکراسی در چین پنهان نمی کنند.

در آغاز قرن بیستم چین در کمپ آشفتگی های داخلی و مداخلات خارجی میسوخت پیشگویی های زیادی در باره آینده چین وجود داشت. اما یک پیشگویی دانشمندان در دهه سوم این قرن با واقعیت امروز چین سازگاری یافته است: "چین در جریان یک قرن فاتحان خود را بخود جلب خواهد کرد. به آنها تمدنی ارزانی خواهد داشت و فنونی را که امروز موقتاً صنعت جدید خوانده می شود، خواهد

آموخت. راهها و وسایل حمل و نقل به چین وحشت خواهد بخشید. عقل معاش و صرفه جویی به آن تنول خواهد داد و حکومتی نیرومند آن را از نظم و آرامش بهره مند خواهد ساخت. آشفتگی برزخ تحول است. سر انعام بی سامانی و دیکتا توری علاج میشود و تعادل مییابد. موانع کهنسال به خشونت از میان میروند و راه نشونمای تازه باز میگردد. انقلاب همانند مرگ و قراض، چیز برای رفع پلیدی ها و جراحی زواید نیست. انقلاب فقط هنگامی مسرا میرسد که چیز های بسیاری آماده مردن باشند. چین بیش از این بارها مرده است و بارها از نو زاده شده است.



تأمین مردم از نظر مواد خوراکی در کشور یک میلیارد نفری چین کار خینی ها عظیم و دشوار است.



از داستان  
وقتی که نی‌ها  
گل می‌کنند  
فلم تهیه  
میشود

# چی چپ؟

## یاسمین یارمل: عبرت را مشق میکنم

نازه شونتگ فلم بچه مردم را نه آماده دینگ است تمام نموده و آماده مشق و تمرین تیاتر تلویزیونی جدیدی به نام عبرت میباشد. در مورد تیاتر تلویزیونی عبرت باید گفت که این تیاتر نو ششممترم

# چی چپ؟



## معروف قیام دوباره به تیاتر آمد



اطلاع یافتیم که معروف قیام هنرمند شناخته شده و مستعد کشور پس از شش سال وقفه دو باره به تیاتر کشور برگشت. معروف قیام خود در مورد کارهای تازه اش در تلویزیون و تیاتر چنین گفت: پس از شش سال وقفه میخواهم در دو تیاتر تلویزیونی به نامهای «مصر کیست؟» و «میسرت» نقش هایی را ایفا نمایم. «مصر کیست» نوشته نسیم سلووی بوده و توسط قادر فرخ کارگردانی میشود. امیدوارم که در نقشهای جدیدم بتوانم حرفی پدر آمده رضا یست بیسنده های تلویزیون و تیاتر را فراهم آورم.



## در غرب کی هستیم؟

وقتی های در اروپا برای من بود بعد از آمدن از ویانا به محض دیدن آوازه خویش اولین بیکار خوشی را به بازار عرضه نمودم و کمترین (اهلو ساینس) آنه شکل سر - کس راک ایجاد کرد بعد از آنکه های (اصداق موزیک و Raga: Andee)

فلکو هنرمندی که اکنون آموزش در قاره اروپا در حال حاضر و راهی داد در ۱۹۶۰ م. در ۱۹۵۷ متولد گردیده است. اولی اشک شخصی خویش را در موزیک با درس ۱۷ سالگی شروع کرده است. فلکو در ویانا و بعد



## وحید صابری آهنگهای جدیدش را ثبت مینماید



درین اواخر وحید صابری آواز خوان مستعد و شناخته شده کشور کنسرت جدیدی را از طریق تلویزیون تقدیم علاقه‌مندان آوازش مینماید. وحید صابری در کنسرت جدیدش شش باره آهنگ جدید را که کیبورهایش از فرهاد دریاست و در قسمت دایرکت آهنگها نورالله سیفی بوی همکاری نموده است تقدیم شونده ها و بیسنده های آوازش خواهد نمود. وی در زمینه گفت: آرزو مندم آهنگهای جدیدم مورد توجه شنونده های آوازم قرار گیرد و همچنان باید اضافه نمایم که به تعجب این کنسرت برای ثبت آهنگهای دیگر نیز آماده‌گی میگیرم و این آهنگها را به توکل الهی به مناسبت سال نو برای دستداران آوازم تقدیم خواهم نمود.

## اگر در خرمی ۸ در شوخی با هنرمندان احترام طرف را نگهداریم

خواجه خرمی که در مورد کارهای تازه اش میگوید: فلما در کنار دینگ فلم کشور برای منته برداری فلم گفتار گشته سنا روی آن را یاسین جوش نوشته آماده‌گی میگیرم. و همچنان در ویانستان وقتی که می‌ها گل می‌کنند. فلما در کنار فرادانی که سنا در فلم تانکیستان و آرام فلم کشور تقدیم گردیده و من به حیت مو لیس سنا بر انتخاب شده‌ام از آن ستاره‌روی ترکیب هم.

این فلم مشترک بین افغانستان و تانکیستان خواهد بود که در ماه حمل سال نو کاران آغاز میگردد. اولین فلم هنرمندان تانکیسی و افغانی عاشق خواهند داشت و امروز هنرمندانی آن نیز در افغانستان و تانکیستان انجام خواهد پذیرفت. باید اضافه نمایم که بر علاوه کارهای هنرمند درسه فلم جدید سلفی و روبا و الیس سینه نقش ایفا نموده ام.

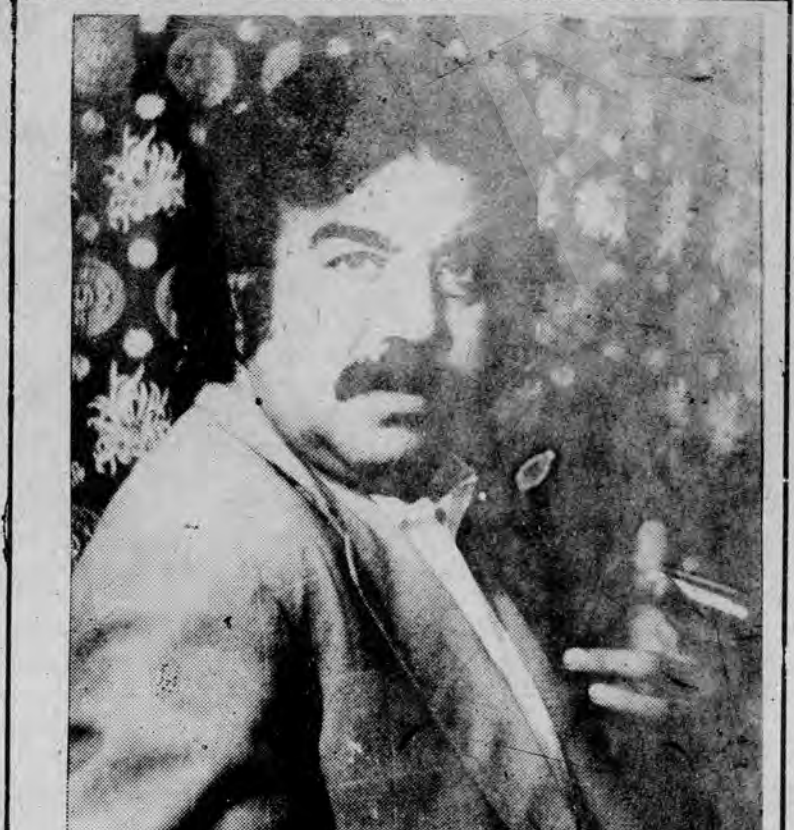
اگرم خرمی از جمله چهره های شناخته شده سینمای کشور است که با سینمای وی بسیاری از دستداران هنر سینما آشنا هستند. درین شماره مصاحبه یی از او داریم که میخوانید:

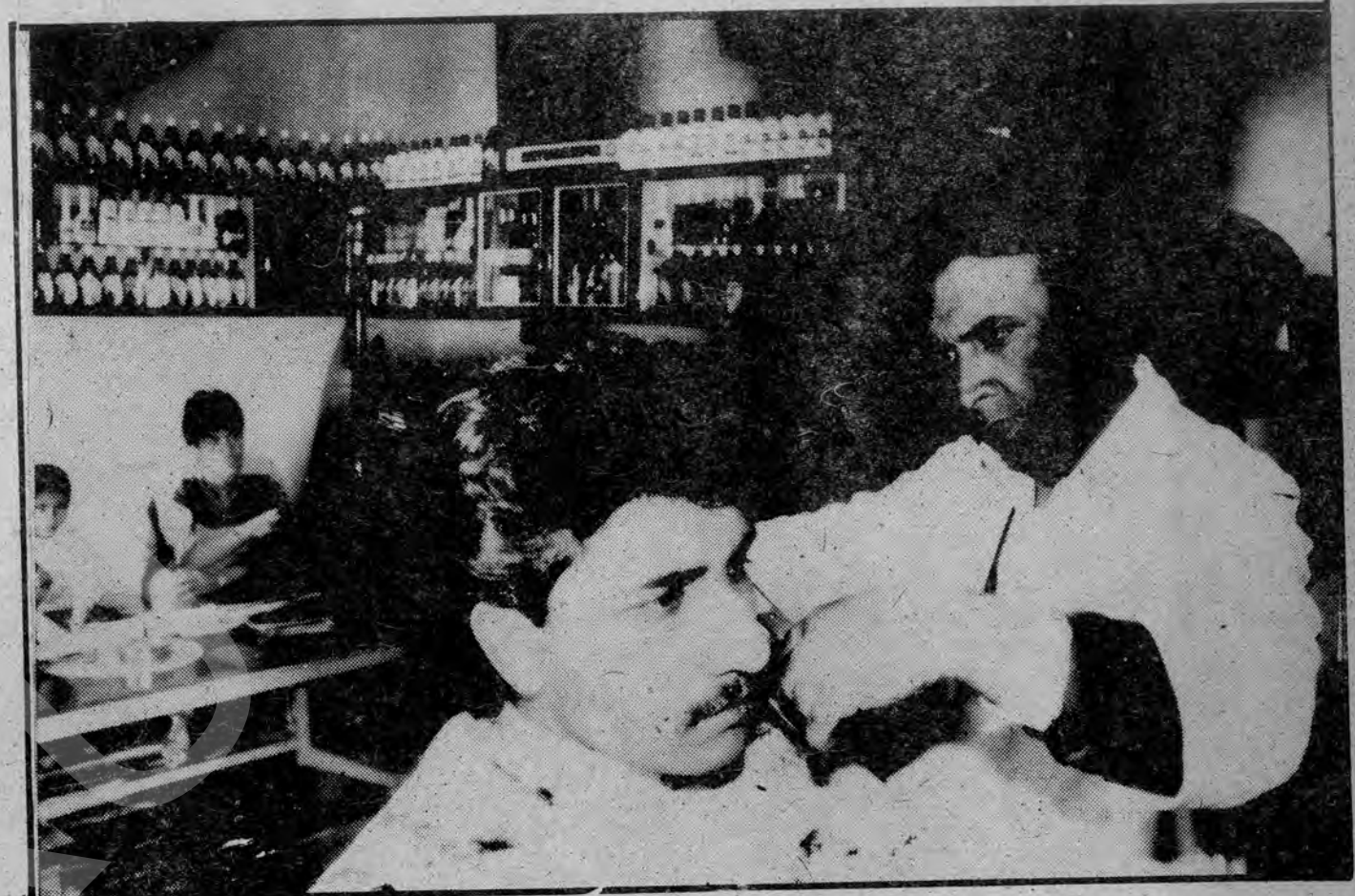
- در مورد آغاز کارتان با سینما و کارگرد هایتان روشنی بیندازند؟
- در سال (۱۳۰۲) با ایفای نقش در فلم سینمایی (روزهای دشوار) وارد دنیای جنجالی هنر سینما گردیدم. که آرام. آرام در فلم (ملاقات با مردان برجسته) به کارگردانی بیتی پروک کارگردان مو فق اروپایی و فلم های مجسمه‌های خنده، غلام عشق، عشق من میهن من، کام های استوار، دام مرگ وحادته، دهکده هایبدار میشوند، آیسمن، شبانگ دخترت با بیراهن سپید، زویا، بابا، صبح سپید، مرد هاره قول اس و فلم تلویزیونی پولدش

نقش های را اجرا کردم. • از کدام نقش تان در فلم های سینمایی بیشتر راضی هستید؟

مگتی میکند میگوید: از اجرای نقش خود در فلم صبح سپید و فلم غلام عشق راضی‌ام چه توانستم آنچه باید نقش داشته باشم داشته ام.

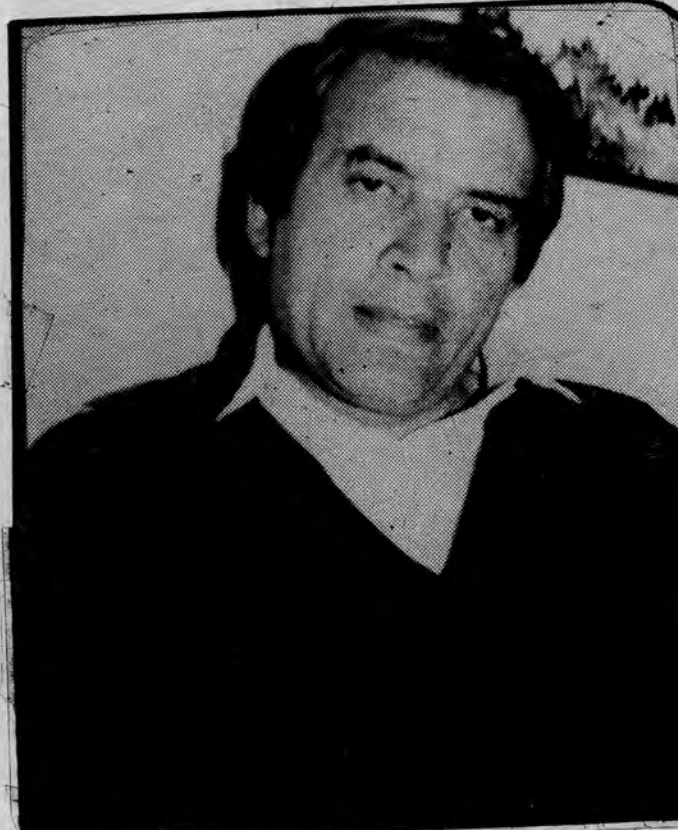
- شما بیشتر در نقش های منفی ظاهر میشوید و گاهی علاقه‌مندان هنر تان شمارا با همان شخصیت فلمی تان میشناسند. در پنمورد چه گونه در مورد شما چاپ شده آیا از چاپ آن ناراحت نشدید؟
- گرچه من از شوخی مطبوعات با هنرمندان آزاده نیشوم اما از اینکه آن قصه اصلا واقعیت نداشته و ساخته و پرداخته ذهن نویسنده بود ناراحت شدم امیدوارم که ژورنالیستان هنگام شوخی خود حیثیت هنرمندانرا احترام نموده و به آن لطمه نزنند.





ارایش زابه وجود آورد ؟  
 - سالون های به گونه امروزی اندکی مجلل و عسری را من به وجود آوردم. ولی از نظر نظم و ترتیب و وسایل خوب و مجهز سلطانی های پیشین در این رشته زیاد کار کرده اند.  
 \* چی خصوصیات در کار شما وجود دارد که قابل توجه است ؟  
 - در سالون آرایش ما نه تنها اصلاح کردن موی خانم ها و آقایان ، تونی کردن موی آقایان و خانم ها ، شستن موی و مساز دادن سر برای آقایان ، انجام داده میشود ، حتی بسیاری جلوگیری از تلف شدن وقت و مراجعین ، ریزش وقت هم صورت میگیرد .  
 \* روزانه چی تعداد مشتری نزد شما مراجعه میکنند ؟  
 - تخمیناً سی تا پنجاه نفر شامل خانم ها و آقایان .  
 \* بچه ها بیشتر در کدام سن برای تونی کردن موی خود نزد تان می آیند ؟  
 - بیشتر بچه هایی که بین سنین هفده تا بیست و دو اند مراجعه میکنند و از صبح وقت را ریزش میکنند .  
 \* میخواستم درباره مشکلات شما آگاه شوم ، پیشنهاد شما در اینر بهمان ؟  
 - منجبت یک سلمان سابقه دار به

- اگر منظور شما مشخص در مورد پیشینه تاریخی سلطانی ها در کشور خودما باشد ، باید بگویم که آن قدر قابل ارزش نزد مردم نیست چه آنان سلطانی رابه اسم ((دلاک)) میشناختند و به آن هایه دیده یسی حقارت می نگریستند به طور مثال ، استاد عبدالطیف افزون بر این که یک ساینس دان بود در کنار آن یک سلمان لایق ماهر و پرکار نیز بود ، اما هرگز مردم او را به صفت ساینس دان نمیشناختند ، بلکه به نام ((دلاک)) یاد میکردند ، لیکن در کشور های پیشرفته و مترقی چنین نیست ، دانش آموزان پس از پایان یافتن تحصیل مفرسه با علاقه مندی در رشته های مختلف برای تحصیلات عالی ثبت نام مینمایند و بعد از تحصیل دیپلوم اخذ میکنند و عاید سرشار نیز به دست می آورند ... از نقطه نظر اجتماعی نزد مردم نیز محبوبیت فراوان دارند . مناسبانه در جامعه ما آدم های کاملاً حقیر و خورد و جتنی ننگ آوز شمرده میشوند و بس . تحصیل و دانش آنان هیچ توجهی ندارند .  
 \* میتوانید بگوئید که در کابل کدام خانواده ها مشغول این عرصه کار بودند ؟  
 - اولین خانواده درین بخش



# ارایش مردان در افغانستان

مباحثه از تکه هاجر

صحبتی با عبدالله نیازمند  
 سلطانی ها ، پیشه وکارشان

نیاز انسان به آرایش در طول سده های زنده گی بشری همواره مطرح بوده است . آراستن و آرایشگری بعضاً به عنوان کارآماتوری و بعضاً هم به عنوان حرفه یی در جوامع مختلف عرض وجود نموده است در کشور ما نیز آرایشگری و مخصوصاً آراستن سروموی زنان و مردان در انواع گوناگون آن همواره یکی از مواردی مورد توجه بوده است ، که در بعضی جاها آرایشگران به شکل سنتی و عمتنوی این وظیفه را عهده دار بوده در برخی نقاط کشور مخصوصاً شهرها به اشکال دیگری آنچه که موجب شد حادد سباوون به این مورد بپردازیم ایجاد سالون های آرایش مردانه در سالهای اخیر است که افزایش یافته و مورد توجه هم قرار دارد . البته این آرایشگری و سالون

های آرایش مردانه از نظر فرهنگی ارایه یک کلتور جدید را نشان میدهد که هم حفظ الصحه صبحی وهم رفح نیازمندی اجتماعی را در بردارد و تازه در عنوان کردن محلات از جای ((سلمان)) به ((سالون آرایش آقایان)) نیز تغییراتی بوده است که بایکی از مبتکرین این بخش آقای عبدالله نیازمند در مکروویون سوم گفت و شنودی داشتیم .  
 موسوف در لیسه امانی تحصیلات خود را اكمال نموده و پیش از بیست و سه سال است که در بخش آرایش موی کار می کند و شاکر دانی هم تربیت نموده است . برای مدخل ، به صحبت برسیم :  
 \* لطفاً بگوئید که سلطانی از نظر شکل در کشور ما و مخصوصاً در کابل چه نوع پیشینه یی داشته اند ؟

خانواده محترم حاجی عبدالفضلی ، محترم ولی محمد ، عبدالخان ، محترم نیازمحمد و فقیر محمد بودند ، از جمله محترم ولی محمدخان ورزیده ترین و فعال ترین سلمان وقت بود که مدت های زیاد در این رشته کار کرد و در زمان حکومت شاه امان الله اولین جایزه یی را که سامان آلات عسری و پیشرفته به اصطلاح ((دلاکی)) بود از سوی شاه وقت برایش هدیه داده شد .  
 \* نخستین کسی که در افغانستان در این مسلك کار میکرد کی بود ؟  
 - اگر منظور شما در کابل باشد ، اولین سلمان لایق و ورزیده محترم ((چچو)) بود و اگر در تمام افغانستان باشد در این صورت شاید هیچ کسی معلومات داده نتواند .  
 \* کی به شکل امروزی سالون های

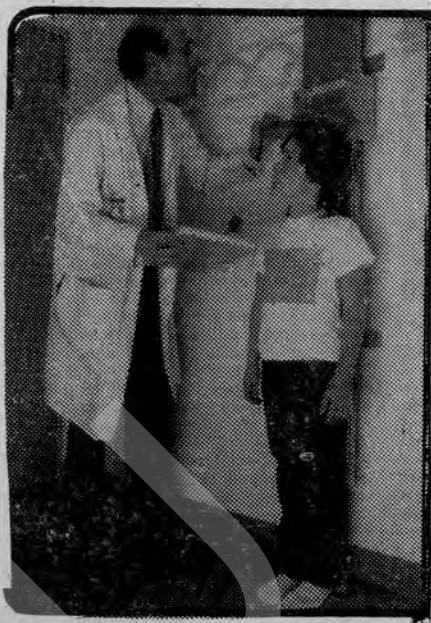


# پنج صد و پنجاه میلیون انسان در جنگال گرسنگی و نابودی

## اطفال و نوجوانان

هی تو آتد برای بلند  
ساختن قد شان از  
این هورمون استفاد  
نمایند

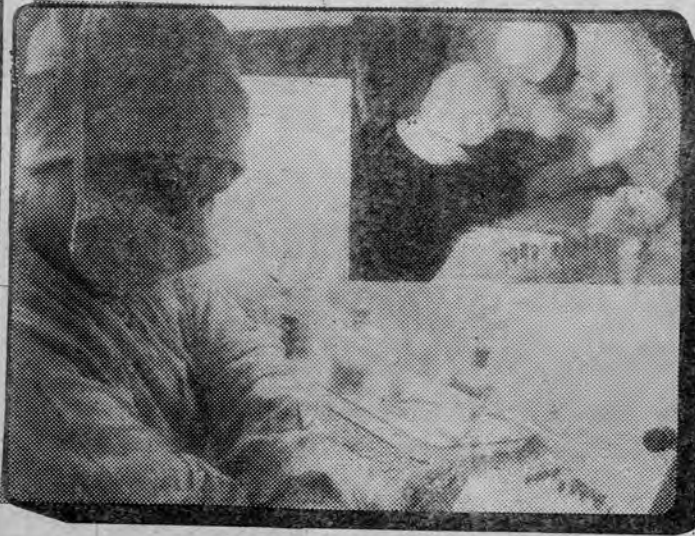
سازمان زراعت و مواد خوراکی ملل متحد بر داشت است که امسال بیش از پنجاه میلیون انسان از فقر و گرسنگی نابود خواهند شد و نیم میلیارد انسان دیگر در معرض گرسنگی قرار خواهند گرفت. طبق گزارش این سازمان در هر یک دقیقه پانزده نفره خاخر سوء تغذی و کبود آب صحنی جان میدهند. در حالیکه در همین ۶۰ گانه بیش از دو میلیون دالر همزمان با این خطر، دانشمندان اعلان کردند تا هشت سال دیگر در سراسر جهان زیاده از ۶۰۰۰۰ زن به بیماری کشنده (ایمز) دچار خواهند شد. سازمان صحنی جهان میگوید طبق تخمین ها زنان به مقایسه مرد ها در برابر این مرض بیشتر آسیب پذیرند. در حال حاضر از جمله هفت ملیون انسانی که از نقصا مختلف جهان فعلا بمرض ایذمیتلاند سه ملیون شانرا زنان تشکیل میدهند و اما دچار شدن زنان به بیامنه زیاد تر به این ویروسی از تقنی زن به عنوان مسره مادر و محافظ خانه ناشی میشود.



مستند اطفالیکه نمیتوان آنها را محبوب خواند اما به مقایسه اکثریت طفلان هم سن و سال شان کوتا هترند. با آن هم باتداوی هورمون رشد و نوی انسان که از سه سال پیش آغاز یافته، میتوان شاهد رشد عادی کودکان بود. با این شیوه تداوی رشد اطفال کوتاه قد چنان سرعت مییابد که به زودی هم قد طفل های هم سن و سال خود میشود. (اچ.جی.اچ) یک ماده کیمیایی طبیعی در وجود انسان است که در نمو انسانها کمک میکند پزشکان در گذشته در صورت فقدان این هورمون به مشکلاتی روبه رو میشدند اما فعلا شیوه های تازه علمی تولید میکنند

(اچ.جی.اچ) ممکن و میسر ساخته است که میتوان از آن وسیعاً استفاده کرد. تا جاییکه هزاران طفل و نوجوان که معیارهای عادی این هورمون هارا دارند، اما از لحاظ وراثت خانواده کمی کوتاه قدند، میتوانند از این هورمون ها استفاده نمایند. در حالیکه متخصصین طبی معالجه (اچ.جی.اچ) را در صورت کوتاهی زیاد قد توصیه میکنند از خطرات بالقوه آن هوشدار میدهند. داکتر میرون جنا، پروفیسر در بوستون ییل میگوید معیاریکه چسی شخص از این هورمون استفاده کند و چسی کسی نباید استفاده ببرد روشن نیست.

# فشارهای کشنده



## دستورات مفید برای انهای که فشار خون بلند دارند

و ناتوانی کلیه می دارد خیلی زیان آور است. بنابر این برای کسیکه کلیه های سالم داشته باشد مصرف گوشت رعایت حد اعتدال کلام مانی ندارد، به هرحال در صورتیکه فشار خون بلند باشد باید در مصرف گوشت و نمک امساک کرد.

رعایت پروگرام مناسب غذا یسی و فعالیت های بدنی آنانی که به فشار خون بلند دچار هستند از مسایل با اهمیتست که در صورت علم رعایت ممکن است به نتایج جبران ناپذیری بینجامد.

این دستوراتی درین مورد تقدیم میگردد:

نمک : غذای بی نمک ممکن است تا اندازه یی فشار خون را بایسنگ نگه دارد، مگر غذای نمک، خطرناک است. کمبود نمک در بدن نظیر الکتریکی بدن را برهم میزند، افزون بر آن غذای بی نمک وظایف کلیسه هارابه اختلال دچار میسازد، ضعف و مستی وحتی حالت شوک در نتیجه بی نمکی در بدن تولید میشود. خطر بروز عارضه همی به نام (Auremia) در بیماران که علم کفایه کلیه دارند هدایت داده میشود. خایر این غذای بی نمک غلط است و نباید غذای بی نمک را با کم نمک اشتباه کرد. مسلماً افراط در نمک مضر است و غذای کم نمک در بیمار فشار خون جز مهم دستورات است.

گوشت : گوشت و پروتین تنها اندازه یی برای بدن لازم است، مگر مسلم است که افراط در خوردن گوشت، مخصوصاً اگر مریض علم کفایه خطرناک است.

شحم و کالوری: برای جلوگیری از فشار خون به ویژه آنانی که چساق هستند، باید بصورت عموم غذای کم کالوری خورد و از مصرف چربی زیاد نیز باید خودداری کنند. البته منظور از چربی تنها روغن نبوده، بل باید از مصرف غذاهایی که چربی زیاد دارند و مضر هستند باید خودداری کرد از قبیل: مسکه، زردی تخم مرغ، بعضی انواع پنیر، روغن سالاد، غذای سرخ شده، ساسیج، روغن دنبه و گوشت چربی دار، پوست مرغ، کانسرو بعضی از مایه ها و غیره که هر یک از غذا های یاد شده سبب بلند رفتن مقدار کولسترول خون شده و متناسب با آن خطر تلمبشر این افزایش بیشتر مییابد.

آب خالص است مگر آن هایسی که آب خالصی است مگر آن هایسی که فشار خون بلند دارند - نباید در نوشیدن آن، افراط کنند و آب بر حسب عطش باید مصرف شود.

## خونریزی دندان با تلقین مستقیم کنترل میشود

تکنیک های اساسی هیپنوتیزم و میسار های آن را آموزش و بعد آهسته آهسته آن را با تمرین و کار عملی گسترش داد. این شیوه کار ایجاب میکند به بیمار آرامش را اعاده کرد و تشویق و اضطراب ویرا رفع ساخت تا آماده قبول بیحسی موضعی شود.

در رابطه با کنترل خونریزی میگوید که میشود با تلقین مستقیم خونریزی را به بیامنه یی کنترل کرد که پس از کشیدن دندان بیش از چند قطره خون ضایع نشود.

برای جلوگیری از درد های بعدی میتوان با تلقینات مثبت بیداری را تا ۱۲ و حتی ۲۴ ساعت گسترش داد. اما دوام آن به خاطر عوارضی مانند عفونت و نیاز به مراقبت های خاص خطرناک است.

## طب دندان و هیپنوتیزم

## طروف پلاستیکی برای صحت خطرناک است

تعدادی از دانشمندان را عقیده بر این است که استفاده از ظروف پلاستیکی غذاخوری برای صحت مضر است و آن ها به مواد کیمیایی که در ساختن این ظروف به کار میرود، استناد میکنند و میگویند بعضی از این مواد کیمیایی وارد مواد غذایی شده و سرطان را بار می آورد.

دانشمندان یاد شده خاصیت از مواد غذایی چربی دار مانند گوشت و پنیر یاد آور میشوند که قدرت جذب مواد کیمیایی را بیشتر دارند. آنان توصیه میکنند این نوع مواد خوراکی خاصیت گوشت پخته نباید به هیچ وجه در داخل ظروف پلاستیکی نگه داشته شود.



چشم تو خواب می رود یا که سوزان می کنی  
 نی بطحا کمال عقل چشم فراق می کنی  
 چشم بسته ای که تا خواب کنی حریف را  
 چونکه بظلمت برودش دست دراز می کنی  
 سلسله ای گشته سلسله ای دلایب نهاده ای  
 بند که سفت می کنی بند کسی بیلا می کنی  
 عاشق بی گناه را بیو نسوایمی کنی  
 بر سر کور کنگسان بانگ نواز می کنی  
 که بمثال سلفیان عقل ز طعنه می بسوی  
 که پیشا لطمه زبان گفته ساز می کنی  
 قبل فراق می زنی پای سروا می زنی  
 پیسردا بسویک و اچلت حجاز می کنی  
 جان و دل طعیر و غنچه دل امیر را  
 از صدقات حسن خود گنج نیاز می کنی  
 برده چرخ می دلی جلوه ملک می کنی  
 تاج شهبان همی بری ملک ایاز می کنی  
 عشق منی و عشق را صورت و شکل می بود  
 اینک صورتی نسبی امین به ایاز می کنی  
 گنج بلا نهایی که کجاست گنج را  
 صورت سکه گر کنی آن پس نماز می کنی  
 غرق غنا شو و بخش نسیم ببار چند چند  
 در آفت شنای او ناله ای می کنی

گفتا که کیست بر در گفتم که من غلام است  
 گفتا چه کار داری گفتم مها سلامت  
 گفتا که چند وانی گفتم که نا بخوانی  
 گفتا که چند جوشی گفتم که تا قیامت  
 دعوی عشق کردم سوگند ما بخوردم  
 که عشق باوه کردم من ملک و شهاب است  
 گفتا برای دعوی قاضی گواهی خواهد  
 گفتم گواهاشکم زردی رخ سلامت  
 گفتا گواه جر حست تر دامنست چشم است  
 گفتم بفر عدلت عدلند و بی غرامت  
 گفتا که بود همره گفتم خیالت ای شه  
 گفتا که خواندنت اینجا گفتم که بوی جانست  
 گفتا چه عزم داری گفتم وفا و یاری  
 گفتا ز من چه خواهی گفتم که لطف عامت  
 گفتا کجاست بخو شتر گفتم که قصر فیض  
 گفتا چه دیدی اینجا گفتم که صد کرامت  
 گفتا جر است خالی گفتم بی بیم ره زن  
 گفتا که کیست ره زن گفتم که این ملامت  
 گفتا کجاست امین گفتم که زهد و تقوی  
 گفتا که زهد چه بود گفتم ره سلامت  
 گفتا کجاست آفت گفتم بگوی عشقت  
 گفتا که چونی اینجا گفتم در استقامت  
 خاموش که گر بگویم نکتی ای او را  
 از خوشتر بر ایسی در بوده بااست

ما قیامت این می از انکود که من رفته است  
 که دل و جان هر زبان ز خسار افشته است  
 خم پیشین بختا و سر این خم بر بند  
 که چو زهرست نشاء همگان را افشته است  
 بند این جام بجا . جام ولسارا بر گیر  
 تا گویند که سالی ز وفا بر افشته است  
 در دم آن باد . اول که مبارک باشد است  
 مگر آن رشتا اول که مبارک رفته است  
 صد شگوه ز یکی چرخ برین خالا ز چیست  
 تا چه عشقت که اند دل ما برشته است  
 بر در خانه دل این لگلمت مزن  
 هان که ویران شود این خانه دل پکشته است  
 باده ای ده که بدان باده بلا وا گردد  
 مجلسی ده بر زبان گل که غمناش کشته است  
 تا چه است شوهر طرب سجده آکنیم  
 پیش نقشی که غمناش بغوی بنوشته است



# د خوشحال خټک شوغزلی



کلاه نه واي تابه خان لره بلل شوک  
 په پالنگ به دی داحسی دزخمل شوک  
 واوره لفظی دی جی می سروراته گیاه کر  
 گه! زه په شان چین، دسر بسندل شوک  
 جی پدنگ تهر وینسای دخرای نیکار منی  
 نورده خراغه له یی هواری جروتل شوک  
 پدنگه که کجه راسره نه و ای  
 یک تنیابه په خونیشوارولاروتل شوک  
 ددی میو پیالی لورو دی دخصتی  
 ولی ماغوندی به نومی لایقل شوک  
 دزخ به چادی بنددشونو مست وی  
 دواغ وینسای ریمه کوهی کی بروتل شوک  
 ته په خپله راته دوا می جی وایه ا  
 گه! زه، دهمیتی رازینسکاره ویل شوک  
 تمی وونه، دقصا سرانده بیننه مه کره!  
 دخیل خون، په طور بهونیسم یوبل شوک  
 شمعو دچی دجانوم به کی یادیری  
 به غانی دنیا به نومی ژوندی تل شوک  
 تا په خپله سینه خوله خوشحال وکره  
 گه دی، داحسی شونوی کینلول شوک



هله ، مخ راته نیکاره کسره ادیوانه شوم  
 به هه واره عالم کی الفسانه شوم  
 لاسی ستا د مخ چسراغ لیدلی نو  
 زه زومشوی لا حاله بری پروانه شوم  
 آشنایسی دی له غونو ، نکهه نم وی  
 جی داحسی له بنادیی بیگانه شوم  
 ستا د زلفو دم می ولیسده به لاری  
 له مسجدنه مقیم به بتخانه شوم  
 ستا د زلفو د زنجیر هو سر می وکر  
 نه چسزه له بی عقیسی دیوانه شوم  
 اغزیسن تی د بنسو نسویلاو  
 جی به خان دزده یی حسی نینیا نه شوم  
 زه جی قل د لیو نیسو یه شماره وم  
 بیا له کومه به ساعت کی فرزانه شوم  
 زه خوشحال هم یی نظیر یم به عالم کی  
 جی مین به بسی بطیری جانانه شوم

دزته چاوی جی دیار سره جفا کره  
 دایبار سره وفا، صبر خندا کسره  
 چې دپله خاوری جی ستر گولره هواری  
 د هغه سره فتنی، چنگله شوغزاکره  
 چغه یی جی له مادی محبت کر  
 که په اوږمی کېښوی، په اوږبه کېښیم  
 د یادشده دگنزی خه وو دیار په  
 لکه کر په خدی می ستا په صحنه بیداکره  
 دقصا ب غوندی می بند، په بند چدا کره  
 دکنزما پسر گفدی دزده دی، تیغ راواخله

زه خوشحال شه جیواری دسیکل نه یم  
 ددنیا خونه می ستا به مخ بیدیا کره

شیرینی به لږ اویا ډیره اندازه  
دورشنی غنا یوه برخه ده دغلیاڼه  
چی پر غاښو بانډی دهنی پوڅیزو  
پوه شو پایده په دی باب لنډ معلومات  
ولرو. ډاکتر یا خوړو او پروتینو پاتې  
شونی خان دغابونو په کلکه برخه  
نښلوی اوداسی برخه چی په سترگو  
نه لیدله کیږی رامنځ ته کوی.

دغه مخلوط چی دپلاک په نامه  
یادیږی غابونه ټول پوښی اوناړوغي  
له همدغه ځایه بیل کیږی. دغه پلاک  
دغابونو دخرابی سبب کیږی او د  
اوړیو ناړوغي هم رامنځ ته کوی .  
دپلاک دغه عمل به لاندی ډول ترسره  
کیږی :

پلاکوره + پوره = اسید  
(له خوړوشڅه)

اسید + غابونه = خرابی  
که چیری دغه عوامل له منځه  
پوسی هیڅکله به موغابونه خراب  
نه شی. مگر عملا خرابی پواشی د  
پلاک په له منځه وړلو اویا د شکر  
په کنترول سره نه ترسره کیږی .  
بلکی ددواړو فکتور له منځه وړ د  
غابونو دخرابی د مخنیوی په کارکی  
گټور ثابت شوی دی. د یوی القلی  
په واسطه داسیدو له منځه وړل  
امکان نه لری. له خوړولو وروسته  
دخولی ساده مینځل نه شی کو لای  
چی اسید له منځه پوسی. د خولی د  
اوبوکی تر ډیره حده د غابونو د  
خرابی سبب کیږی . له همدی امله  
دخولی داوبو لږوالی دغابونو په  
خرابی کی زیات مهم او دپاملرنی  
وړدی. ستونزی هغه وخت زیاتیږی  
چی دفلورایدو د ورځنی استعمال  
اندازه که شی اویا داجی د بسوری  
خوړل کنترول نه شی .

ډبوری او شیرینی ډولونه

دشیرینی ډیر مهم ډول سکروز  
(نیشکر اوچغندر پوره) گلوکوز  
(دانگورو شیرینی) فرکتوز (د میوی  
شیرینی) لکتوز (دشده شیرینی)  
او شات دی. دسپینی پوری اوشیرینی  
ټول ډولونه په سلو کی سل سکروز  
دی. داسی فکر کیږی چی سکروز د  
شیرینی دټولو ډولونو په انډول  
غابونو ته زیانمنه شیرین ده. ځکه  
چی دغه شیرینی په زیاته اندازه  
دبیردوالی سبب کیږی. گلوکوز د  
غابونو لپاره ښه نه دی. فرکتوز د  
پلاک دباکتریا په واسطه په آسانی  
سره ماتیری ځکه نودام په هم هغه  
اندازه دغابو لپاره زیانمن دی .  
دغه نظریه چی پوره په تیره بیا گلوکوز  
دانرزی ډیره ښه منبع گنله کیږی  
سمه نه ده بلکی ناسمه ده. شات  
دعمومی عقیدی خلاف طبی اوغذایی  
ارزښت نه لری پواشی ټینکه (غلیظه)  
شیرینی ده .

# شیرینی او غابونونه



به استراليايي ديوه نفر دشيريني کالني مصرف به ۱۹۸۱ کال کسي ۵۳۱۴ کيلو گرامه وپه داسي حال کي چي دغه اندازه به هند کي يواځسې (۸) کيلو گرامونه رسيري. به اوسني وخت دودي په حال کي هيواد ونه له شيريني څخه لرگنه اخلي.

## دشيرييني الکول

### دشيرييني الکول

دبوري الکول لکه سوربيتول او مانيتول دشيريني په انډول په نسبي توگه لږزيان لري خو بيه خورا لوړه ده.

## بي شيريني خوازه مواد

بي شيريني خوازه مواد اسپايريم، سارکارين او سايکلامت به مطلقه توگه غاښونونه زيان نه رسوي. سارکارين چي به ۱۸۷۹ کال کي کشف شو تر شيريني (۳۰۰) څلي زياد خوږدي تر (۱۲) تابلينو پوري يو سپري ۳ دورځي زيان نه لري. د سايکلامتونو شيريني د بوري دشيريني په انډول (۲۵) څلي زياده ده.

## ناڅرگندي پاتي شيريني

### ناڅرگندي پاتي شيريني

پر عادي شکرې برسیره چي مصرف کوي، زياتره خوازه، مشروبات او درمل زياته اندازه شيريني لري چي غاښونو ته زيان لري. به دغو کي تر ټولو بده شيريني هغه ده چي د شکل کيدو دعلبي به ترڅ کي رامنځ ته کيږي. څنکه به هغو کي دشيريني زياته اندازه شته ده کله چي شکل کيږي زياد وخت به غاښو کي پاتي کيږي او بر هفونينلي آيا پوهيږي چي عادي سوس، رومي بلدنجان دشيريني څلورمه برخه لري. **پوهيږي** هي داني بسکت يوه دچاي څښلو کاښوغه پوره لري. د مشروباتو زياته اندازه هم شيريني لري. داږتيا وپ مواد لکه جواړي، لوبيا، مکروني، نخود، سابه او غوښه ټاکلي ځانگړتيا له مخي زياته موده به غاښونو نښلي او تاوان ورته رسوي.

ښه به وي چي وپوښتونو څه شي: غاښونو لپاره گټوردي، دکټورو موادو نومونه دادی: دپيبي، غنم، پټير، مکروني، قهوه، پای اونور ښه به وي چي خوازه له پوري ټوتي پټير سره وځوړل شي.

## شيريني او روغتيا

### شيريني او روغتيا

شيريني کيدای شي دغاښونولپاره بده وي او ياتردی هم شايد زيانمنه وي شيريني د چاغوالي سبب کيږي او ناروغي رامنځ ته کوي. زيات مزيتوب او زياته شيريني دزړه دشریانو د ناروغي سبب کيږي. چي دا ټول شيريني ديوه زهره به توگه څرگندوي. شيريني سره له دې چي غناده له بلي خوا آرام او تدريجي زهر هم ده. مور زياتره به زياته اندازه شيريني کاروو. د انگلستان دشاهي کالج توصيه داده چي دشيريني دخوړلو اندازه بايد نصابي ته راتيجه شي. به سلو کي پنځوس شيريني چي مور بي اخلو هغه به ((برسته)) توگه به مشروباتو او توليد شوو خوړو کي شته ده. که چيري ستاسي دکورني دغو شيرين څلور تنه وي، به دوو اونيو کي بايد له يوه کيلو شيريني څخه زياته ونه څلي.

## شيريني او ماشومان

### شيريني او ماشومان

زيات استاد شته چي له شيريني سره د ماشوم مينه ان هم هغه دکوچنيوالي څخه راپه دي خوا پيدا کيږي. دغه ((خوازه غاښونو)) ماشومان دخوړو، ميوې او نورو شيانو له شيريني څخه اخلي او زيات هڅول کيږي. کله چي ماشوم خوازه نه خوړي مور يي هڅه کوي چي لږ شيريني بايد ورکړي. کله چي پوځل دا کړ و شي نور نو بيا ماشوم خپل خوازه بي له شيريني نه خوري. د ماشوم په خوړو کي دشيريني کارول سم کار نه دی په شيريني او ميوه باندې د ماشوم ويده کول هم زيانمن کار دی. به ښوونځي او وړکتون کي هم تراوسه ستونزي لارياني دي. شيريني تر اوسه هم د تعارف او مينې وسله ده په دغه امر باندې ټينگار ديسر گران دی. بايد په دغه ترڅ کسي له ښوونکو څخه مرسته وغواړي داستونزه بايد به گډو غونډو کي له ميندو او پلرونو سره طرحه شي. بايد هڅه وکړو چي دښوونځيو به کانتينو کي دشيريني به ځای ميوه او مښه کي زياتي خرڅي شي.

## ساده خوازه

### ساده خوازه

به ورځ کي درې څلي خوازه چي به کلاسيکه ډول ساده خوراک دی. به کوچنيوالي کي چي، ۹ پرله پسې توگه شيريني ماشوم ته ورکول کيږي څنکه نو دشيريني په خوړلو ټينگار کوي ډاکټران شايد وويي چي ماشومان د لاروځي اخستلو په خاطر شيريني ته اړتيا لري په داسي حال کي چي مور هره ورځ دشيريني ۱۰ پرځای يوه اندازه شيريني له يي - شيريني خوړو څخه اخلو د يادوني وړ ده څومره چي دشيريني مصرف زياتيږي به هم هغه اندازه يي زيان هم زياتيږي.

کله چي ستاسي ماشومان



لوړه دي توگه د دوولسو دقيقو به شاتوخوا وړاني بيل کيږي دهمسي فکر وکړي چي له لسو دقيقو وروسته به نوي شيريني باندې بيل کوي. څومره چي شيريني زياتيږي به هم هغه اندازه تيزات زيات جوړيږي.

مصولاً يو شمير کسان شيريني به چاي او قهوه کي کاروي او به کافي اندازه يي څښي او کله کله هم دمنځ يو شمير تابلينو ته هم خوري چي به دي توگه دشيريني زيات تراکم دباکټريا دزياتي سبب کيږي او به نتيجه کي يي دسته پلاکونه را منځ ته کيږي. او هم په يوه وخت کي د زياتي شيريني خوړلو دغاښونو لپاره زيان لري.

به غاښونو کي ددغي ناروغي د مخنيوي لپاره لازمه ده چي:

- ۱- غذايي رژيم کنترول شي به تيره بيا دشيريني کمښت او کنترول.
- ۲- دپلاک کنترول: (الف) د مينځنيکي پاکي په واسطه (ب) د کيمياوي مواد په واسطه.
- ۳- دغاښونو د مينځ بيا وپوړتيا: له فلورايد څخه کار اخستل کولای شي چي ترزياتي اندازه داسيدو په مقابل کي دغاښونو مينځ بيا وپوړي کړي.

دغاښونو د ناروغي دپياوړتيا يو دليل به ريتولوچيکي رژيم کسي د سکروز زياته کارونه ده. په دغه برخه کي به لومړيو دوو دريو کالونو کي دميوي اود غير الکولي مشروباتو ونډه دخانگري يادوني وړده.

## دخوراکی

## رژيم خارنه

### دخوراکی رژيم څونه

به ورو ماشومانو کي دغاښونو د خرابي يو سبب دزياتي شيريني کارول دی. کله چي مينځي به خپلو ماشومانو باندې يوه پوه شيريني دروي. دغه حالت به يوه دراهاتگه فضا رامنځ ته کړي. به آني توگه په دغه کلاسره دغاښونو دخرابي کار درويږي او دخو مينځنو په اوږدو کي وړانه شوي برخه تورپړي او به دي توگه دغاښونو د دکولو کار ترهغه وخته چي ماشوم لوړيږي خنډول کيږي. دښي ۱ مخوا ماشوم ته دښيدو پوړتل نه ورکول يو مشکل کار گڼل کيږي کيدای شي چي دغه کار به تدريجي توگه شمو (ټينگوالي دغلطت) په ترڅ کي ترسره شي بر هغه چي خو وکولای شو شدي به ساده او بو باندې واړوو.

دشيريني په څکلو باندې بيل کوي څه بيشه رامنځ ته کيږي:

- ۱- شيريني دخولي په اوبو کي منحله کيږي.
- ۲- دشيريني محلول د بلاک برده جوړوي.
- ۳- به چټکه توگه اسيد جوړيږي.
- ۴- دغاښونو ناروغي بيل کيږي.
- ۵- دشيريني شکل دوام کوي. غاښونه ډير زر خرابيږي باکټريا تکثير کوي او دشيريني سر يي جوړوي.
- ۶- شيريني خلاصيږي خودخولي شيريني دخولي په اوبو کي پاتي کيږي او باکټريا به هغې شيريني چي مخکي يي به بلاک کي ځای غوره کړي دي خپل فعاليت ته دوام ورکوي او نيزاب جوړوي.
- ۷- له شپږو دقيقو وروسته د شکرې لوړه اندازه خلاصيږي.
- ۸- څه ناڅه له ديارلسو دقيقو وروسته دغاښونو ناروغي بيل کيږي.



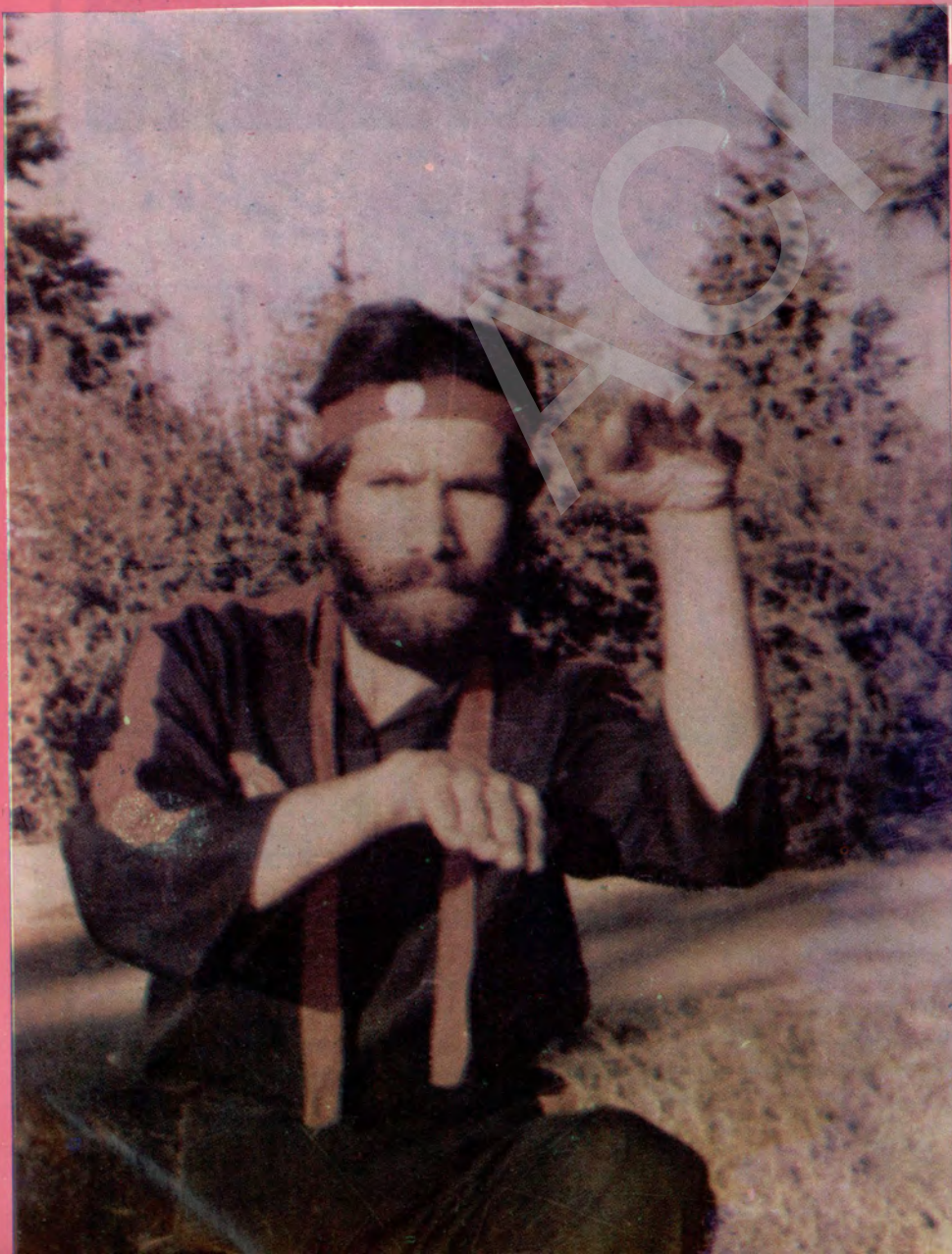
دختران امروز چین • آنها دیکسر  
مجهور نیستند یونان فورم به تن کنند •  
گزارش مربوط را در صفحه ( ۶۴ )  
مخوانند •

# جوانان



عبد الرحيم يوسفی شريف کلبگانگوتوا

اعضای تیم ملی فوتبال افغانستان



( زمان عثمان ) شريف تیم ملی فوتبال



در حاشیه سیمینار مطالعات بین‌المللی کوشانیان در کابل

# راه‌بر پیشم

## گذرگاه فرهنگ



محترم‌محقق عبدالواسع فیروزی رئیس مرکز باستانشناسی اکادمی علوم ج.ا.

بیستیمین سالگرد ایجاد مرکز تحقیقات کوشانی و مطالعات برنامه‌ی آن در ماه قوس در شهر کابل دعوت گردید.

سیمینار در سطح بین‌المللی دعوت شده بود که چند و چون بیشتر را محترم‌محقق عبدالواسع فیروزی رئیس مرکز باستانشناسی اکادمی علوم ج.ا. به ما توضیح می‌دهند:

بیست سال از ایجاد مرکز مطالعات مدنیت کوشانی‌ها می‌گذرد. یونسکو در ۱۹۶۰ کنفرانسی را در لندن دایر

یادگارهای همیشه جاودان را به یادگار مانده اند که سالهای درازی برای تحقیق و مطالعه آن لازم است و ناچار همین دلیل یونسکو مرکز تحقیقات و مطالعات مدنیت کوشانیان را در کابل در قلب کشور بیست سال پیش تعیین ساخت. نامحققان و اهل فرهنگ از کشورهای منطقه بازدیدگر نیز در همین چار راه فرهنگ ها با هم تلاقی کردند و به همین سلسله است که سیمیناری برای تجلیل از

چایکه فرهنگ هر نام متلاقی میشوند. چایکه شاهره‌های عبور فرهنگ را در دشت و دامان خود دارد و همان بندرگاه که محموله فرهنگ آنجا میماند و بعد رها شده گرفته گرفته می‌رود. میتوان آنرا مهد و جیگاه تمدن و فرهنگ خواند.

مدنیت کوشانی‌ها در حوزه خراسان قدیم و ماندگاری جاودانه آنها در سالهای بسین. برای موقعیت تاریخی و جغرافیایی افغانستان کنونی. هنوز آن



دوکتور حسین ابریشمی متخصص در موزه مطالعات تحقیقات فرهنگی



دوکتور ناصر تکمیل هما یسون لیسانس فلسفه و علوم طبیعی



حسین کامل باستان شناسی قرغزستانی گفت

کرد که مدنیت های آسیایی باید تحقیق و مطالعه شوند. در سال بعد در شهر دو شنبه تاجکستان شوروی تحقیقات آسیای مرکزی آغاز گودد. تصویب شده که مرکز مطالعات بین-المللی کوشانی ها در افغانستان تاسیس شود و در هر دو سال و بعدا بعد از هر چار سال یکبار سیمینار دایر گردد. این سیمینار ها در سال های مختلف در کابل دایر میشد. اما بنا بر برخی مشکلات در سالهای اخیر. پروگرام تنظیم و تدویر سیمینار ها رعایت شده نتوانست. بنا بعد از وقفه ۸ سال در سال ۱۳۶۷ سیمینار دعوت شد و فاصله شد که از بیستین سالگرد تاسیس این مرکز در سال ۶۹. یکسال قبل از موعد آن سیمینار دعوت شود به همین اساس اکادمی علوم ج.ا. امسال مهمانان دانشمندان و محققان درین سیمینار گردید که شما با محتوی برخی از مقاله ها در صحبت های مهمانان آشنا خواهید شد.

من از جانب سباوون برای سبیه این گزارش توظیف شد. م. با مهمانان ملاقات نمودم. محققان و دانشمندان با اظهار رضایت از شرکت در سیمینار نکات نظر جالبی را مطرح ساختند که خود اساس مطالعات بعدی را تشکیل میدهد. از جمله من با محققانسی از جمهوری اسلامی ایران. جمهوری هند و جمهوری قرغزستان گفت و شنود داشتیم که خواننده گان را با بخش هایی از آن آشنا میسازم.

دوکتور حسین ابریشمی متخصص در موزه مطالعات تحقیقات فرهنگی دانشمند مهمان از جمهوری اسلامی ایران که مرد خوش برخورد و محقق با حوصله می اند در مورد اینکه جای مقاله آنها در سیمینار حاضر در کجا بود گفت:

بدون مبالغه و خوشامد، سیمینار بطور ممتاز و عالی برگزار شد با همه مشکلات، تدارکات و تجهیزات دوسلخ بین المللی طوریکه شایسته است.

مقدم شد. بود.

- و جای مقاله شما؟

- بله. من نظریه می را شاید برای بار اول مطرح کردم که ابریشم از جانب خراسان، گیلان مازندران و گورگان به بلخ و سمرقند و نواحی سن کیانگ چین رفته است. در واقع راه ابریشم از ایران امروز و افغان - نستان و سیستان پیش از کوشانیان. به چین رفته. کلمه ((پیل)) را دانشمندان غربی مانند وست دوگرن ۱۹ و گریش سن بورانی و استاد میرداد و پروفسور قی تفضلی ایرانی بمعنی ((فیل)) یا ((بیر)) سالخورده گرفته اند در حالی که در منابع پهلوی بمعنی پيله ابریشم است.

به دو دلیل:

- ۱- در متن پهلوی کلمه پیل دقیقا بمعنای ابریشم مصدق دارد. در حالی که بمعنای فیل پایبر مشهوری از آن نمی آید.
- ۲- در چین تخم دبیله ابریشم را چینگ سیانگ میگویند که معنی آن

تقویت آن کوشی کنیه و تفرقه های کوچک را با حسن نیت برداریم ملاحظه مشترک مان سنایی غزنوی، رودکی، فردوسی، خلیف، عنصری، مسجیدی و سعدی قلبی مشترک است هیچ کتوری مانند افغانستان و ایران در بین ملل دیگر اینقدر علل و عوامل مشترک فرهنگی نداشته اند. سیمینار راه ابریشم در موزه مطالعات کوشانی ها ظاهرا اولین قدم را در ارتباط فرهنگی بعد از ده دوازده سال برداشت که سمپوزیم فردوسی علمی دیگری در همین رابطه بود.

دوکتور ناصر تکمیل هما یسون لیسانس فلسفه و علوم طبیعی که در تاریخ و جامعه شناسی دوکتورا دارند و سخت شوخ مزاج اند. به ادامه این صحبت گفت:

در مقاله من چند نکته اساسی جاناشت.

- ۱- شناخت دوره کوشانیان بسیار مشکل و تمام نشده است نمیتوان فقط با حرایات این مطالعات کامل

# قطب نما از حوزه خراسان به اروپا برده شده است

تخم فیل است و این کلمه بمعنی گوید که چینیان، آنرا ترجمه تحت اللفظی کرده اند، چرا که فیل تخم ندارد. این خلاصه مقاله من بود.

مدنیت کوشانی ها از فرهنگ و تاریخ مشترک مردمان ماکه شمالا جغرافیای سیاسی جداگانه دارد، حکایه میکند و طبعاً که این مطالعات مارا بیشتر به هم نزدیک میسازد.

من به مسئولین امور افغانی، گفتم که ملاحظه مشترک فرهنگی بسیار فراوان داریم که قادریم در جهت

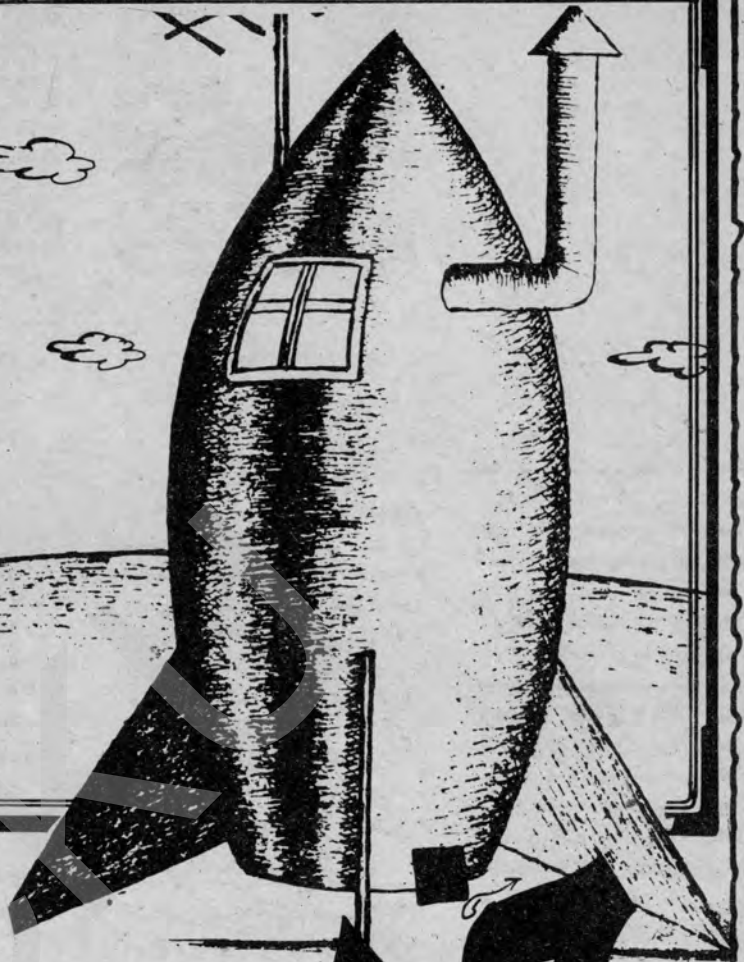
- شود.
- ۲- هنر کوشانیان، مذهب، سیاست و اقتصاد آنان به بیانه می وسیع است که یک نفر نمیتواند تمامی آنها را شناسایی کند. نظام چند دانشی با هم باید همکار باشد تا بطور جامع تاریخ و هنر کوشانیان را بیان کند از نظر باستان شناسی، جامعه شناسی، تاریخ، اقتصاد و هنر شناسی مطالعات و تحقیقات عملی گردد. سلسله کوشانیان فقط مورد سیاسی ندارد. تا آنجاییکه ما اطلاع داریم.
- ۳-

سلسله کوشانیان به لحاظ های مختلف با سلسله های سلطنتی ایران آریانا، مثل پارتها، ساسانی ها، با مذهب زردشت، بودا، باتمندن چین وامبرا - تودی چین و تمدن هند در رابطه بوده ازین سبب در شناخت کوشانیان باید از هندوستان، ایران و چین و مطلقان مذهب بودا و زردشت بسری دوران متأخر از مطلقان مسیحی شرقی و همچنین از مورخان یونان باستان، مخصوصاً یونان باختری استفاده کنیم. من به اعتبار رئیس گروه پژوهش جاده ابریشم از موزه مطالعات و تحقیقات فرهنگی اکادمی علوم بشری از سینچین بناهای تاریخی، مردم، زبان، اوضاع و احوال جغرافیایی کاریز ها آبادی های را ما و همه دیدیم تا رسیدیم به کاشغر.

پروفسور هندی خط رفتن جاده راه هند نشان داد. صدیقی خاطسر نشان ساخت که از دود کابل بصمت هرات راهی میروید. یعنی افغانستان چهار راه ابریشم نه حتی ده بازنده راه یا حتی ستیشن مرکزی بوده و افغانستان موقعیت فرهنگی موزاییک داشته است. مطالعه این همه فرهنگ عمیق کار مقاله چهار تابلج دقیقه نیست که رئیس سیمینار هم صدابزند آقا. وقت تان تکمیل شده!

ما توسط تحقیقات خود و از استادان افغانی محترم صدیقی و محققان شوروی باهم متوجه شدیم که راه از کاشغر یا ختن وصل میشود به افغان - نستان و دنیا را متوجه شدیم که از سمرقند به مرو ادامه مییابد باز به هرات مییابد و بصمت کوس و نیشاپور میروود و از سمرقند به بلخ نیز مییابد. باید مطالعات عمیقتر کنیم و اینس روابط علمی و فرهنگی ایران و افغان - نستان دانسته یا بگونه صرفا در مسایل شعبه و زبان فارسی بلکه دو همه مسایل امروز: سینما، تیاتر، ادبیات و غیره ملادین زمینه از نظر سنی و شیعه نکات قابل اختلاف نداریم باید با احترام به همدیگر به هم نزدیکتر شویم. قیبه از صفحه ۲۲

محمود دیاب در سال ۱۹۳۲ میلادی  
 در شهر اسماعیلیه مصر به دنیا آمد  
 و در رشته حقوق تحصیل کرد و لی  
 هم اکنون استاد دانشکده هنر های  
 نمایشی قاهره است. شهرت دیاب  
 بیشتر در زمینه نمایشنامه نویسی  
 است. ولی گاهی داستان نیز می  
 نویسد. از میان نمایشنامه های وی  
 نمایشنامه الزوبعه ((گردباد)) از همه  
 معروفتر است.



# حالتی برای فرزند باستانی

داستان کوتاه

ترجمه محسن سلیمانی  
 اقتباس از مجله سروش

در حالی که سعی میکردم بی تابیم  
 را از او مخفی کنم. به آرامی گفتم :  
 ((نه. یادم نرفته.)) و خانم با کنایه  
 گفت : ((حتماً میخواهی بگویی بول  
 نداشتم ؟))  
 گفتم : ((نه. بول داشتم.))  
 زخم به دستان خالی ام اشاره کرد  
 و گفت : ((اینها. این همه منتظرت  
 بودند و حالا هم که آمدی خانه. زحمت  
 آوردن کمی شیرینی را هم به خودت  
 ندادی.))  
 گفتم : ((خسته شدم از بس  
 برایشان شیرینی وسامان بسازی  
 خریدم.))  
 و در حالی که دیگر از این بهتر  
 نمی توانستم برای غافلگیر کردنش  
 مقدمه جینی کنم. ناکت بزرگی را از  
 زیر بغلم بیرون آوردم و به زخم دادم.  
 گفتم ((هدیه من داخل این ناکت  
 است.))  
 زخم سند را از داخل ناکت بیرون  
 کرد و نگاهی به آن انداخت. من میبست  
 از پاره غرور بودم. زخم که نتوانسته  
 بود بایک نگاه. از آن ورقه چیزی  
 بفهمد. صورت قشنگش را بالا  
 کرد و به آواز بلند فریاد زد :  
 ((این دیگر چیست ؟))  
 لبخندی زدم و گفتم : ((یک خانه  
 است. برای بچه ها.))  
 هشام از پشت سرم آمد و سرش  
 را لای باهام گذاشت و خنده  
 شیرینی کرد. دولاشدم و بفلس کردم  
 و صورتش را بوسیدم. دیگر تأثیر

ممکن نیست که این فکر به طور  
 ناگهانی به ذهن رسیده باشد. چون  
 من همیشه آرزوی داشتن خانه یی  
 رادر سر می برورندم. اگرچه در  
 رویاهای من کم و کیف این آرزو  
 مشخص نبود. اما به طور کلی  
 خانه یی بود که همه جاییش را گرمایی  
 لذتبخش و آرامش دربر گرفته بود.  
 بنابر این وقتی شانس خودی نشان  
 داد. سخت به آن چسبیدم. طوری که  
 زنده گی من بسنه به وجود آن است.  
 با اینکه این فکر برای من تازه گی  
 چندانی نداشت اما همسرم غافلگیر  
 شد. و از فرط هیجان نتوانست جلوی  
 اشکهایش را بگیرد. در حقیقت من  
 با فکر خشک و خالی او را غافلگیر  
 نکردم. و گرنه او این قدر هیجان زده  
 نمی شد. بلکه فکری بود که شکل  
 سندی واقعی زمین را به خود گرفته  
 بود. نکه زمینی از زمین های شرق  
 شهر. که به تازه گی محل سکونت  
 شده بود.  
 اتفاقاً آن روز. روز تولد بچه هایم  
 هلا و هشام بود. هلا چهار ساله بود و  
 هشام سه ساله. و هر دو در یک ماه به  
 دنیا آمده بودند. ولی البته روز تولد  
 شان باهم فرق میکرد. اما جشن  
 تولد هر دو شان را باهم و در یک روز  
 می گرفتیم.  
 آن روز. وقتی از سرکار به خانه  
 برگشتم. خانم گفت : ((دردت رفته  
 که امروز روز تولد بچه هاست ؟))



غیر منتظره خبر غافلگیر کننده ام را برهوسرم، فراموش کرده بودم. اما از آن لحظه به بعد، آن تغییرات عظیم در زخم ظاهر شد. مهر بانش و سرزنده تر شده بود. وبعد دیگر دوست وفامیلی باقی نمانده بود که زخم خیرخانه می را که قرار بود بسازیم به آنها نهداده باشد. در حقیقت دیگر دوست نداشت راجع به چیزی غیر از خانه بامن صحبت کند.

روز بعد چهار نفری رفتیم سرزمین نابقول زخم (نگاهی به آن بیندازیم). گوشه می از زمین ایستادم. زخم کنار من بود و از خوشحالی چهره اش گل انداخته بود. هلا و هشام هم در همان نزدیکیها باهم مسابقه دوش میدادند و جیج می کشیدند و گردوخاک به هوا میکردند.

زخم نقشه خانه را می کشید و بدون اینکه خودش بفهمد داریم حرفهایش را تکرار می کرد: ((بستر است یک طبقه باشد، نه؟)) اما وقتی بچه ها بزرگ شدند یک طبقه دیگر هم می سازیم. اطرافش را هم یک باغچه بزرگ درست می کنیم. دوست دارم خانه ام باغچه داشته باشد. خودم واریسی اش میکشتم. بر از گلش می کشم. راستی عزیزم، تو از چه گلی خوشت می آید؟ واقعا که مسخره است. من هنوز بعد از پنج سال نیتادم تو از چه گلی می خوشت می آید.))

گفتم: ((از گل یاسمن.))  
وزنم فریاد زد: ((بس سرناسر باغچه را گل یاسمن میکاریم. زنده گی در چنین خانه می که از دودوسرو- صدای شهر هم دور است برای سلامتی بچه ها بسیار مفید است. پدر کلانم یک خانه بسیار قشنگ در منصوره داشت که فقط باغچه اش یک جریب می شد. آه، چه جالب. راستی باید فکر یک اتاق هم روی پشت بام برای رخت شستن و یک اتاق هم برای مستخدمها باشی...))  
حرفش را قطع کردم و گفتم: ((اتاق مستخدمها دیگر برای چی؟))  
سالهای با ارزش عمر را گذاشتم تا چنین آرزویی را برآورده کنم. این است که از تو خواهش می کنم این آرزو را به باندھی.))

گفتم: ((درست است. پس یک گاراژ. خانه حتما باید گاراژ داشته باشد.))

گفتم: اما من که موتر ندارم.))  
گفتم: ((باشد بالاخره یک موقعی که موتر دار میشوی. و آن وقت اگر خانه گاراژ نداشته باشی، موترت را کجا خواهی گذاشت.))  
زخم هلا را صدا زد که برود و

برادرش را بیاورد. وبعد با صدای بلند خندید و مثل دخترها سیکسرا نه و دوان دوان دنبال بچه ها افتاد. در حالی که به بچه ها وزنم که در وسط زمین بودند، نگاه میکردم. افکادم در سالهای دور قسم می زد. و تنها وقتی که زخم برگشت و در کنارم ایستاد. به خود آمدم. او باز حرفهای قبلیش را تکرار میکرد و آب و تابشان میداد، و من هم همان طور که در فکر بودم، وبدون اینکه به حرفهایش گوش کنم. با بلی یانی جوابش را میدادم.

یادخانه می قبلی که از نظر مکان و زمان در دور دستها بودم اقتادم مکان خانه شهر اسماعیلیه بود اما زمانش را فقط بر اساس سنم میتوانستم مشخص کنم. آن موقع هشت، نه سال داشتم. مادر آن شهر خانه ای داشتیم. خانه ای نه چندان بزرگ و یک طبقه، که در اطرافش باغچه های کوچک اما زیبا بود. ولی آن خانه اتاقی برای مستخدمها نداشت. چون ما اصلا مستخدم نداشتیم. گاراژ هم نداشت. چون پدرم هیچوقت موتر نداشت. یادم می آید که در باغچه درختان نارنج و لیمو و یک خانه مرغ هم داشتیم. و باز یادم می آید که پدرم قبل از اینکه خانه بیاید، بیسل را بر میداشت و به کارهای باغچه میرسید. باغچه ای که دورا دورش گل یاسمن بود. درست یادم نیست کی صاحب این خانه شده بودیم و کی به آنجا کوچ کشی کرده بودیم. اگرچه خاطرم است که پدرم بسا به آن خانه فخر می فروخت و مادرم خانه دار شد زمان را واقعه ای تاریخی و شگفت انگیز میدانست. مادرم حتی تاریخ خانه دار شدنمان را بماء قرار داده بود و همه اتفاقات زنده گی خود و خانواده مان را بر اساس آن مشخص میکرد. بارها از او شنیده بودم که می گفت:

((وقتی به این خانه کوچ کشی کردیم من این یان را حامله بودم.)) یا ((وقتی این خانه را خریدیم، حقوق شوهرم آن قدر زیاد بود که...)) و حرفهای دیگر شبیه این. که هنوز هم وقتی یادم می آید، خنده ام میگردد. غیر از تولد یکی از برادر هایم یعنی بنجمن بچه یاسومین سسر خانواده مان واقعه خاص دیگری از آن خانه و از آن ایام یادم نمی آید. مسنما اتفاقات دیگر آن قدر پیش بافتاده بود که نشانی از آنها در خاطرم نمانده است گرچه یادم است که غروبها عده ای از همسایه ها به دیدن پدرم می آمدند و همگی در باغچه خانه مان دور هم جمع می شدند و راجع به چیزهای مختلف باهم

صحبت میکردند و ما بچه ها هم دور و برشان بازی می کردم. و نسیم خواب آور. بهار که به بوی خوش باسمن آمیخته بود. لخت و بی حالمان می کرد. طوری که در آن ایام در خانه ما همیشه بهار بود. چون حالا هر چه فکرمی کنم نمی توانم موقعی را که در باغچه بازی یابوی عطرا گل یاسمن را استشمام نمی کردیم. به خاطر بیاورم.

بعد حوادثی رخ داد که البته یک دفعه یکتوختی زنده گی ما را به هم نزد. به همین دلیل هم حالا به زحمت جزئیات وقایع آن ایام را به خاطر می آورم. هر چند هنوز هم بازتابهای گنگی از آن حوادث یادم مانده. مثلا یادم می آید که کم کم این طرف و آن طرف کلمه ((جنگ)) را می شنیدیم. که برایم واژه ای نوی بود و در خانه خیلی بیشتر از کلمه ((نان)) سر -

زبانها بود. بزرگتر هام در خیابان خیلی از این کلمه استفاده می کردند. اما من اولها معنیش را نمی فهمیدم. کم کم کلمات سخت و عجیب دیگری را که خیلی تکرار می شد، یاد گرفتم. کلماتی مثل متفقین، محور، آلمانها، خط مازینو و غیره. همه اینها کلماتی بودند که به طور اتفاقی می شنیدیم. پدرم و همسایه هایی که در حیاط خانه جمع میشدند. فقط راجع به این چیزها حرف می زدند. اما آنها به دو دسته مخالف هم تقسیم می شدند. عده ای دوست داشتند انگلیسیها بیروز شوند و لسی عده دعای می کردند که آلمانها در جنگ بیروز شوند. پدرم طرفدار آلمانها بود و من هم به نوبه خودم دعا می کردم آلمانها بیروز شوند. پدرم همیشه می گفت: ((معنی بیروزی آلمانها این است که انگلیسیها از مصر خارج می شوند.)) اما همسایه بغلی ما گاکا حسن معتقد بود که اگر انگلیسیها از مصر خارج شوند آلمانها جایشان را می گیرند. جوانهای بزرگتر از ما هم همه جابه طور مفصل و با هیجان زیاد باهم بحث می کردند و فقط برای اینکه بتوانند فردا دوباره بحثشان را ادامه بدهند. شبها به بحثشان خاتمه می دادند. ما بچه ها هم وقتی بازی می کردیم یک دسته آلمانی می شدیم و یک دسته انگلیسی. و من هم طبعاً جزء آلمانها بودم. وبعد به شیوه بچه ها باهم می جنگیدیم و به نفس نفس می افتادیم و تقریباً از حال می رفتیم.

شب موقع خواب، به نرمی در رخت خواب می خزیدم و همان طور که دراز کشیده بودم، مدتی به حرفهای بزرگترهایی که در حیاط بودند گوش می کردم و صدای پدرم را بین

آنها تشخیص می دادم. وبعد سعی می کردم آلمانها را بیش خودم محسوس کنم. در نظرم نه قد و قواره آلمانها مثل انگلیسیها بود و نه قیافه هایشان بلکه هیکلی درشت تر و هیبتی با شکوه تر داشتند.

یک شب آ زیر حمله هوایی زده شد. آن روزها آ زیر هم، چیز تازه و هیجان انگیزی بود. چراغهای خیابان و خانه ها خاموش شد و تاریکی و سکوت سنگین بر همه جا حکم فرما شد. هیکلهای شیخمانند دم درگاهها جمع شده بودند و رایحه گل یاسمن، مطر تر از شبهای قبل، همه جا پیچیده بود.

پدرم فریاد زد: (( هواییایی آلمانها!)) من به آسمان نگاه کردم و به دقت گوش دادم و توانستم هوای قطع هواییایی را که سیاهی غلیظ شد برآ در انتهای افق می شکافتند نزدیک می شدند تشخیص بدهم.

از ترس، از مادرم پرسیدم: ((می خواهند شهر را بمباران کنند.)) پدرم بالحنی که فکر میشد از این مسایل باخبر است، گفت: ((نه، عیتر این کار را نمی کند. هدفشان فقط اردوگاههای انگلیسیهاست.))

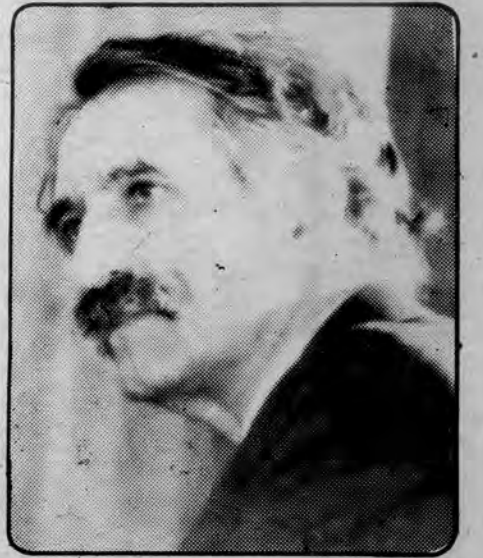
اردوگاههای انگلیسیها دور تا دور شهر کوچک ما گرفته و تقریباً به شهر چسبیده بود. ناگهان صدای انفجار وحشتناکی را شنیدم که حتی یک لحظه هم قطع نمی شد. یکی از هواییها در هوا آتش گرفت. و بعداً شباهی، با گامهای سنگین از آنجا گذشتند و به مردمی که هجوم می آوردند، گفتند که هواییها هادارند شهر را خراب می کنند و بهتر است مردم از خانه هایشان دور شوند. دسته هایی از هیکلهای شیخمانند به آن سمت جاده هجوم بردند. می دویدند پدر و مادر ها بلند شدند و بچه هایشان را بغل زدند و با جمعیت هراسان به طرف بیابانی که شمال شرقی شهر بود هجوم بردند. چون جای دیگری برای فرار نبود.

آن شب، آن مردم بیش از هر چیز مانند اجتماع مرده هادر صحرا می محشر شده بود. این را پدرم گفت و مادرم هم بعداً در حرف او اترکار می کرد.

مرد دیوانه وار همه دیگر را تپله میکردند همه پا برهنه بودند و لباس خواب به تنشانشان بود و در آن تاریکی غلیظ با صدای بلند همه دیگر را صدا میکردند.

((محسن کجایی؟ بچه ها کجا هستند؟ دروازه بسته کردی؟ پدر. صبر کن من هم بیایم!)) عوسوی سگها از هر طرف شنیده می شد. من و برادرها و خواهر هایم می دویدیم  
بقیه در صفحه ۷۴

# له زمري کاسي سره مرکه



زموږ ديوه خواخوږي هيوادوال به خاني مالي لگښت د ((سولس او روغتيا)) په نامه موسسه د هغو ماشومانو د تداوي په خاطر چي د جگړي په ترڅ کي تپي شوي دي پرانستل شوه. زموږ دغه هيوادوال دوولس کاله په غربت او مهاجرت کي ژوند تير کړي دي. دغه موسسه په اکبرخان مينه کي ده او اوس به دوولسو درسي او استراحت بهخونو سيماله ده په زړه پوري ده چي پدي برخه کي دسولني اوروغتيا د موسسي له رئيس محترم زمري کاسي سره مرکه ولرو:

- څه خبره ددغي موسسي د جوړولو سبب شو اوڅومره پيښي موخري کړي دي؟  
- لکه څنگه چي بخوامي هم ياده کړه دادوولس کاله چي زه له هيواد څخه ليري وم خو فکر مي هيتکله هم له خپلو خلکو څخه ليري نه و په دغه حساسه مرحله کي مي خپله دنده وکيله خوله دي لاري خپلو هيوادوالو ته برته له کوم منت څخه خدمت وکړم. بايد ووايم چي ددغي موسسي دلوپمني کار به خاطر ما پښه مليونه افغاني خري کړي او په راتلونکي کي به نظر کي لرم چي نوري پيښي هم خري کړم.  
- ستاسي مرسته له باندنيو هيوادو سره څه ډول اړيکي لري اوله باندنيو هيوادو سره ستاسي اړيکي څه ډول

- ددغي موسسي بنسټوال څوک

هغوي ددغي موسسي جوړول يونيک عمل بللي يوشير نوروله ما سره په دي باب مرسته ونه کړه او بسه دغه لاره کي زماښت هم شول خو ما خپل تصميم هغو افغانانو په مرسته چي له ماسره يوځيږه وو عملي کړ او دسولني دغه پروژه هم پيل کړه.  
- لکه څنگه چي جريو تاسي د مهاجرو افغانانو د ژوند په باب پوښم هر برابر کړي دي مهرباني وکړي په دي باب معلومات را کړي؟  
- په ۱۳۶۶ کال کي مي يو مستند فلم د ((غم افغان)) په نامه دايړکت کړ چي سناريوي يې هم ما کښلي وه نوموړي فلم هم په سرحداتو او د افغان مهاجرينو په کمپو کي برابر کړ. دغه فلم دوولس لسري سوال نستيوال ته هم وړاندي شو او بياله هغه وروسته دسويس، السمان او اتریش په تلويزيونو کي د دوو مياشتو لپاره ننداري ته وړاندي شو.

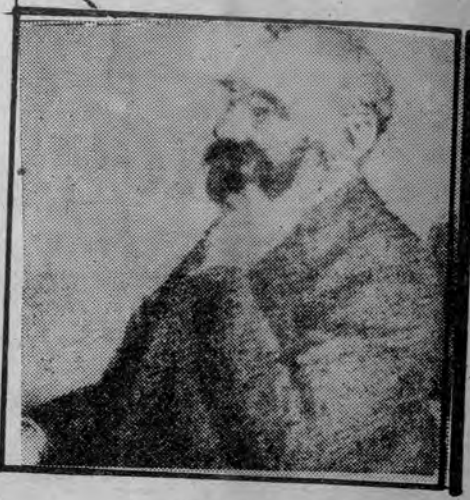
# د پکلي کلي له کلي سره ستی ته راځی

دادهر  
سلمان  
دنده ده  
چي له خپلو  
هيوادوالو  
سره له هر  
ډول مرستو  
څخه ځان  
وند  
غسروي

دي اوپه څه خاطر جوړه شويده؟  
- دپروژي دکار طرحه زما له خوا شويده. لومړني مرکز مويه اکبرخان مينه کي پرانست به راتلونکي کي به انشالله دخلکو په مرسته ددغي پروژي لري به ولايتونو کي هم ترسره شي اوپه کار به پيل وکړي. ددغي پروژي هدف به جگړه کي د نبي شوړيو ماشومانو فزيکي او جسماني تداوي ده. دلاسونو او پښو په جوړولو کي مرسته ورسيږه کوي. موربه څخه وکړو چي يولي رواني اوليک لوست کورسونه هم برانيزو.  
- کوم هيوادونه په دغه برخه کي له تاسي سره مرسته کوي؟  
- زه له دوولسو کلورا په دي خوا په سويس کي ژوند کوم. ما ددغو پروژو دسمايلتيا او خاطر له يولس سازمانونو او انفرادي کسانو سره خبري کړي او خپله من يم چي په راتلونکي کي به هم دداسي مرستو غوښتنه وکړم.

سمايل شوي دي؟  
- زه دکوم باندني هيواد استازي نه يم. مگر په دغه کار کي که هر هيواد له هور سره مرسته وکړي هغو ته به هرکي ووايز. زما اړيکي له باندنيو هيوادو سره يواځي په انساني بنسټونو باندې ولاړي دي او بس.  
- آيا ستاسي موسسي له مجاهدينو او دافغانستان له دولت سره اړيکي کلک کړي که نه؟ که چيري مويه دي باب کوم څه ترسره کړي وي لطفاً په دي رڼاواچوي؟  
- زه غواړم له خپلو هيواد والو سره چي د افغانستان په رښتينو پولو کي دي انساني مرستي وکړم البته ددهر مسلمان دنده ده چي له خپلو هيواد والو سره له هر ډول مرستو څخه ځان ونه غروي دا که د افغان نستان له دولت سره وي او که له مجاهدينو سره. مساله يو شمير افغانانو سره چي په اروپا، امريکا او پاکستان کي ژوند کوي خبري کړي





برنده‌گان تمام جوایز نوبل سال ۱۹۹۰ آشکار شده. جوایزیکه احتمال دارد با اعتبار ترین جوایز در عصر کنونی باشد. عنوان برنده جایزه در واقعیت امر به دارنده آن شهادتنامه افتخاری مبنی بر انجام سهم شایسته نفع بشریت اعطاء و نام او را ثبت تاریخ مینماید. جوایز نوبل از جوایز معروف دیگر (اوسکار و غیره) به علت رسمیت متناهی میگرد که تمام آنها خصلت وسیع داشته و از فعالیت در جهت صبح گرفته، تا کشف در عرصه های کیمیا و فزیک راند بر میگیرد. بتاريخ دهم دسامبر در روز درگذشت الفرید نوبل طرز عنعنوی محافل باشکوه در ستوکولم و اوسلو برپا و در آن ها جوایز نوبل سال به برنده‌گان آن تفویض میگردد.

## زنده گی الفرید نوبل

الفرید برن هارد نوبل کیمیا دان، مخترع دینامیت، انجنیر و کارخانه دار معروف سوئدی برای تمام جهانیان قبیله قدیمی سوئدن ریویکیوف را که در محل نیویولف در جنوب سوئدن زنده گی مینمودند، معرفی داشت. یکی از نیاکان نامبرده با شمولیت در پوهنتون اوسلو در سال ۱۶۸۲ برای خود نام خانوادگی که از نام آن محل اقتباس یافته و به شیوه لاتینی نوبلیوس درآمد و بعدها به نوبل کنونی مبدل گردید انتخاب نمود.

# نوبل و

## جایزه صلح ۱۹۹۰ میخائیل گرباچف تعلق گرفت

الفرید بتاريخ (۲۱) اکتوبر سال ۱۸۳۳ در شهر ستوکولم چشم به جهان گشود و در سال ۱۸۴۲ زمانی که او نه سال عمر داشت با اعضای خانواده عازم روسیه گردید و تحصیلات خویش را در پترزبورگ هلینگرادی فعلی و بمرجه اعلی به پایان رسانید. او زبانهای روسی، فرانسوی، آلمانی و انگلیسی را آموخت و به آن بطور روان تکلم مینمود. در همین مرحله بود که شخصیت الفرید تکمیل میگردد. او مدت طولانی در روسیه زنده گی نمود. خانواده نوبل (الفرید، پلوش و برادرانش) سهم ارزنده را در امر صنعتی ساختن روسیه و بویژه برای انکشاف صنعت نفت ایفاء داشتند. کارخانه های میخائیکو (نوبل) در روسیه فراوان بود. تمام دیزل که در روسیه السی جنگ اول جهانی تولید میگردد توسط همین کارخانه ها استخراج می شد. قابل تذکر است که پترزبورگ در آن زمان دارای خصلت بین المللی بوده و در آنجا سوئدی ها بتعداد ده هزار نفر آلمانی ها تقریباً صد هزار نفر زنده گی مینمودند.

## در ستوکولم میراثی الفرید نوبل

از اینکه الفرید نوبل متاهل نبود، خانواده هم تشکیل نداد و حتی خانه شخصی شخصی نداشت او در مورد خویش چنین میگفت: (خانه من در جایی است که آنجا کار نمایم و من در همه جا کار مینمایم) یک سال قبل

از وفاتش او وصیتنامه می را ترتیب و در آن تقاضا بعمل آورده بود که تمام دارایی های غیر منقول او بفروش برسد و پول آن به (اوراق بپرداز مصوون) مبدل گردد و از درآمد آن فوند ایجاد و اسالانه بشکل جوایز میان آنها می توزیع گردد که در جریان سال سیری شده بیشترین فایده را به بشریت رسانیده باشد. قابل تذکر است که اقارب الفرید متعی میراث او بودند و در مورد بخشی از آن برخی کشورهای نیز چشم دوخته بودند. مگر از وصیتنامه دفاع گردید و راگنار سولمان این شخص مورد اعتماد نوبل بمرجه زیاد به این امریاری رسانید.

در آنوقت دارایی نوبل به (۳۲) میلیون کرون سوئدی معادل (۹۰۲) میلیون دلار امریکایی تخمین میگردد. بقول ستیگوراملیو مدیر اجرایی (نوبل فونڈیشن) اکنون سرمایه فوند به (۳۴۰) میلیون دلار امریکایی معادل تقریباً (۱۰۹) میلیارد کرون سوئدی میرسد. بر طبق وصیتنامه نوبل این پولها به اوراق بپرداز مبدل گردید. گرچه بنابر تورم پولی آنها نیز می ارزش شد از همین رو از سال ۱۹۵۳ (فونڈ نوبل) بنامه یک کمیته عادی مالی عمل مینماید اکنون تقریباً چهل فیصد سرمایه در سهام کانسرن های مختلف سوئدی و خارجی بکار برده میشود. نظریه نوسانات مالی از سهام به وام و عکس آن کار گرفته میشود.

از تمام حسابات بانکی و دارایی نوبل سازمان مرکزی (نوبل فونڈیشن) که در ستوکولم موقعیت دارد نظارت مینماید. در سال گذشته جایزه نوبل حاوی (۲) میلیون کرون و اسمال چهار

# برنده گان ۱۹۹۰

میلیون کرون سوئدی میباشد. بر طبق وصیتنامه الفرید نوبل برای کسانی که در عرصه های کیمیا، طب یا فزیولوژی، فزیک ادبیات مبارزه بخاطر صلح اختراع و انری عام المنعمه بی مانندی از خود بیاد گذارند توسط چهار اداره جداگانه جایزه اعطاء میگردد.

۱- اکادمی علوم سلطنتی سوئدن پایه کمیته نوبل آن برنده گان جوایز را از عرصه های اقتصاد، فزیک و کیمیا تعیین مینماید. نوبل توجه خود را صرف به این عرصه ها معطوف داشته بود. ناسخ چنین است: فزیک، کیمیا، فزیولوژیک یا طب به فعالیت و اقربان و با او به آن علاقه مند داشت. و اما ادبیات چگونه؟ واقعیت امر اینست که الفرید نوبل خود شعر به چندین لسانی می سرود و مینوشت. او معتقد بود که ضرورت است تا هر فرد با استفاده از ادبیات خود را غنای ادروسی ببخشد. او جنگ را (وحشتناکترین وحشت، بزرگترین جنایت در میان جنایات) ضرورت به یاد آورید که چندی قبل یکی از اقارب الفرید بنام کلیسی نوبل اعلام داشت که مصمم است تا از نام خود (جایزه سبز نوبل) در عرصه حفظ محیط زیست را ایجاد نماید. به عقیده او در عرصه محیط زیست (۱۴) جایزه به اشخاص ساه تفویض گردد. موسسات همه که از آنجمله (۷) جایزه آن شامل (۵۰۰۰۰۰۰۰) دلار بتاريخ ۲۱ دسامبر و هفت دیگر آن حاوی (۳۵۰۰۰۰) دلار بتاريخ (۲۲) اپریل به روز زمین تفویض گردد. کلیسی نوبل که در ملیوس ایالات متحده امریکا زنده

## سرمایه کنونی فوند نوبل ۳۲۰ میلیون دلار معادل ۱۰۹ میلیارد کرون سوئدی میرسد

میتناید از بیزنس ها خواسته تا نظریه متذکره را مورد پشتیبانی قرار داده و آنرا تمویل نماید. اما مانع عمده در اینست که (نوبل فونڈیشن) بر استفاده نام نوبل در ایجاد جایزه که خود الفرید نوبل آنرا ایجاد نموده بود مخالفت میورزد. نخستین جوایز نوبل در آغاز قرن بیستم یعنی در سال ۱۹۰۱ تفویض گردید. درین مدت (۶۰۰) نفر افتخار دریافت آنرا کسب نمودند. در مورد انتخاب کاندیدان جایزه و میکانیزم آن، بورونی سکرتر مسوول کمیته نوبل در عرصه کیمیا وابسته به اکادمی علوم سلطنتی سوئدن چنین اظهار نظر میدارد: برای انتخاب برنده جایزه در حدود (۲۵۰) کاندید توسط کمیته نوبل مورد بحث قرار میگردد. خود کمیته در جلسه عمومی اکادمی علوم برای سه سال انتخاب میگردد. هر عضو آن برای سه مرتبه میتواند انتخاب گردد. مدت اعظمی عضویت در کمیته (۱۲) سال میباشد. اعضای کمیته میتوانند ابتاع سایر کشور هاباشند. کمیته نوبل کاندید های جایزه را

در انستیتوت کارولین در زمینه به ژورنالیستان چنین تو ضیحاتی ارا به داشتند. نظریه بیوندارگانهای يك انسان در انسان دیگر حتی در قرون باستان بوجود آمده مگر در طول مدت قرنهای متمادی دوکتوران نمیتوانستند آنرا تحقق ببخشند. تلاشهای بی ثمر در زمینه (( بیوند نودن)) در آغاز قرن کنونی نیز صورت پذیرفت. بن بست تاسرحدی آشکار بود که در سال ۱۹۱۲ برنده جایزه نوبل ا. کاریل از موجودیت يك (نیروی بیولوژیکی) که مانع بیوند در ارگانهای انسان میگردد سخن راند. در اخیر سالهای قبل برنده دیگر جایزه نوبل پ. هلدور تذکر داده که: ((این نیروی بیولوژیکی هیچگاه می تواند اجازه نمیده)). خوشبختانه که بسیاری از محققین دوکتوران با این تیسوری موافقت نمودند. آنها در سالهای (۶۰-۵۰) موفق به دریافت تعیین موجودیت انتی گینای بیوندی گردیدند. سیستم دفاع تلقیح انسان در انی بیوند ارگان تلاش می ورزد که این انتی گیناها را منتزاع سازد. خدمت ج. موری ((اودر سال ۱۹۱۹ متولد شده و در بوستون ایالات متحده امریکا زنده گی مینماید)) دریافت داشت که به کمک آن میتوان از پروسه انتزاع جلوگیری بعمل آورد. نخستین بار در سال ۱۹۵۴ کرده انسان را بیوند نمود. قابل تذکر است که بیماران او عبارت بودند از دودو گانه! کرده یکی را برای دیگرش بیوند نمود. بعد ها او به المات پیله از صفت ۷۵

# له ډوډي څخه لوبو شيان مېرۍ



زموږ په وارداتو کې بايد دغښو، موريو، تيل او صابون څخه هم د ماشومانو دلويې دسامانونو انډول زبات وي.

لکه څنگه چې ډوډي د گيډي غذا ده، همدا شان دلويې اوساتيري سامان هم دانسان دروغ غفاده. هغه شان چې بي ډوډي ژوند ستونزمن دي، په دې ډول بي لوبو اوساتيري هېژوند بي مزي اوبېکه وي.

مږ له وږوگوالي دغښو په ډوډي شخوند وهلي دي اوگيډي مورې مړي کړي دي. خودلويې دسامانونو لوږه لاديره ده، که بل څوک مثال رانه وږم، نوهمدازه آښيز باشي دنوروي شميره سړيو ژوندي مثال يم. کله کله چې ازارته دسودا له پاره شم نولومړي مي سترگي دماشومانو دلويو بسه سامانونو لگيري. اوکه دجيب وضعيت مي لږڅه جوړوي نو ضرورويوشبلاق ياموتريک دخپلو ماشومانو له بساره

اخلم خو تر اوسه پوري زما ماشومانو شېلاق په شونډونه دي ايښي او نه بي هم دموتري کونجې تاوکسري ده. ترټولو لومړي دموتريک کونجې زه ورتاووم اودکونې په غولي کې يې به حرکت راوړم او شېلاق خولام دکور به دروازه نهيم ورننوتلي چې به خوله کې مي وي. ترهغه يې تونگوم چې خوله کاره ولويزي. اوموتريک هم تر هغه دکوربه انگرې کې شلوم چې حوي ناپرونو له پاډي سره مخه ښه نه وي کړي. ماشومان خواران رانه ترپکې وهي اوژاي. کله کله مي به خپلسو ماشومانو زړه وخوريزي اوبريکسره وکړم چې ددوي له پاره به هم دلويو شيان راوړم. خوهرخلي مي چې ددوي به نوم څه نشي: اوږي دي. نوبه هغه زه تردوي زيات مصروف شوي يم. حتی تردې چې ډيرښه ډوډي خوړل هم راځني هيروي. ښځه مي تل رانه وايي چې:

نه شرميږي چې له ځانه دي

نويښتي ته مي اشارت وکړ او د گاونډي لوبې ته مي راوغوښته. دماشومانو مور چې تور بریتونه گاونډي دلانځکو په ودولو وليد، سر يې کښته واچاوي اوږه به دي ډاډه شوم چې نوره به ماشومتوب تا نه او نيغورنه راگوي.

نو اوس تاسو وواياست چې زما هغه لومړني ښځه به حق ده اوکه به ناحق؟

ماشوم جوړ کړي دي؟ يوه شيبه يې زوی ته خوشي کړه.

حيران وم چې له دې ډول ټاټو او نيغورونو به څنگه خلاص شم. خونيره ورځ بخت زاسره ياري وکړه او هغه داسې چې دپام له سره مي غيښل گاونډي وليد چې دعويې به کونج کې يې کي له وږوږوتير و کورنچکي جوړ کړي و اوله خپلي لورسره يې لانځکي ودولي. کله مي چې دالوبه وليده

# دويښري درمل

معلوم او څرگندوي. بې خطر- چې دخطر علت نامعلوم وي.

کله کله داسې هم گيداي شي چې په ظاهر کې چاته يوشې خطر ښکاره شي خو په حقيقت کې خطر بل شي وي لکه دمثال پر توگه يوماشوم په ظاهر کې داسې نه لاريږي او په حقيقت کې دبلار څخه گيداي شي خطر دايمي او پاموقتي وي. گيداي شي دانسان دتير شوي ياراتلونکي يا اوسني وخت پر وي رښتيني اوياغير واقعي بسوري اډه ولري.

داسې ډير ډول خطرونه شته د ويري ډولونه هم زيات دي. که چرته داڅرگنده نه وي چې سړي له څه شي ډايريږي نوډي ته اډه ده چې به پرله بسې توگه ويره به ويره بدله شي. ناپييلي ويره دويښري لرونکي د ژوند دتاريخ اونورو رواني اوسلکي معلومانو په مرسته په بيپيلي ويره بدلولي شي.

دغه دواگانې ويره له منځه وړلي نه شي بلکې دغه عودي له پاره يسي کموي او مخه يې نيسي. له دې کبله ددې په څواکي رواني درمل په کار دي.

دزيري رواني درمل دويښري دبيلا بيلو نظريو اوله بلسي خوا دويښري دخطر دښي په بيپيښلو کې کيسري څکه چې ويره يوداسې احساس دي چې علت يې خطر دي. دغه خطر گيداي شي چې ددني باباندني بېت يا ښکاره رښتيني ياغيررښتيني وي. ددني خطر د ((١٥)) اويا اخلاقي زه (وجدان) لهخوا پيدا شي لکه د دوزخ خطر دغضب خطر او داسې نورسپړني خطر لکه دغربت خطر دافت خطر د مرگ خطر دناروغي خطر او داسې نور چې زموږ نړي تړي وگه ده. رښتيني خطر هغه دي چې علت يې په رښتيا وي. غير واقعي خطر چې دخطر شي هېڅ نه وي او سړي تش يودهنې احساس دخطر وکړي.

ښکاره خطر - چې دخطر علت



يايښري عقلې او عصبي ناروغي داري لارگانيل يايميگافقي. ترکان ياترو- کمال او نوويرل وړکول کيږي.

دويښري هغه ناروغانو ته چې عصبي تکليف لري بې اغيزلر او هورهورات وړکول کيږي. دغه دواگانې دهور- فورات څخه چې له نباتي بوټو څخه جوړيږي. خوليزه اغيزه لري.

له دې امله که ويره اوتياورته نه دي له کارولو څخه يې بايد ډډه وشي

ويرو دوه خواوي لري جسماني اورواني.

له دې امله دويښري درمل هم دوه خواوي لري يمني رواني او بسل جسماني طبي لارځ. دا چې په کومه اندازه دويښري په دوسې اوبه کومه اغيزه په جسماني يا طبي درمل زور واچول شي په دې پورې اړه لري چې دويښري ددواډواو خونو څخه کوم يو دډوند او زيات رول لري.

دويښري جسماني يا طبي درمل په هغه وخت کې اغيزه ناک دي چې کله دويښري جسماني اړخ کړه رول لوبوي چې په څواکي يې رواني درمل هيروي. دطبي ساه پر هغې په روښتونونو کې دويښري هغه ناروغانو ته چې ددني

# تقلبي لوحی

يو وخت بهی به غوږيو کی تقلب کاوه. او کجالان به یی بکی گبول خو اوس کجالان به غوږيو کی گبول شه چی خوک یی له غوږيو سره خوږلای هم ناشی. چی به دی ډول دتقلب له فهرست څخه ووتل .  
وروسته بیاله شاتو سره دپوری دکبولو تقلب رواج وموند او دپوری ټینگ شربت به یی دشانو په نسوم تیراوه خ و اوس پوره ددی بهځای چی به تقلبي شاتو کی گډه شی همداسی دشانو یی ته رسیدلی ده او به دی



ډول دتقلب له فهرست څخه دوتلو به حال کی ده .  
مگر به دی زاوروسته وختونو کی دیوبل ډول تقلب بازار گرم دی اوڅخه دلوحو تقلب دی. دغه تقلبي لوحی چی شمیریی له حساب به وتلی خبره ده د ښار به هره گوشه اووای کی دخلکو د غولولو له پاره تر سترگو کیږی  
ډیر داسی کمپوزان شته چی د کنڅی په سر لوحه باندي یی خپل لوړ تحصیلات د امریکا او انگلستان بوختونونه لیکلی وی. خو حال داچی به خپله یی دترسنگ کورس هم به سخته توگه نهوی لوستلی. اوکه چیرته داډول تقلبي لوحی کنترول نه شی نوډیر ژر به دعامی روغتیا وزارت ملازمین به خپلو کنڅیو باندي دغه راز اوږدی او سوږوری لو حسی زاوڅروی .

• یرمیری دمړک موش او تلک مرینه غوره بولی .  
• دبیزوگانو فدراسیون په کلکه سره اعلامی چی که چیرته انسانان زموږ دناپودولو څخه لاس وانځلی نوموږ به له دی وروسته د انسا نانو دخوشی له پاره دشادی بازی مسلک خوشی. اوبه ژو بهونو کی به پسه اعتصابونو لاس پوزی کړو .  
• موږ دحيوانانو دهرډول استثمار اواستعمار به ضدیو .

• موږ کان اوبیزوگان حق لری چی به خپلو قلمرونو کی آزادوبی تشویشه ژوند وکړی .  
• انسانان غواږی چی دایمزد د ناروغی مکروب چی ددوی خپله بدمرغی ده. به بیزوگانو باندي ازمایشت کړی اودغه انسانی ترازیدی موږ نه هم راولیردوی .  
• موږ به ډاگه دغه تیری او تجاوز غنډو اودخپل اعتراض غږاوجتوو .  
• موږ کان دمکروبوونو دازمایشت

# دموږگانو داتحادیې اود بیزوگانو ددفدراسیو گډه اعلامیه

موږ موږکان اوبیزوگان دگډی همکاری او دعلمی تجربو اوږد گډه تاریخ لرو. همدا موږ کان اوبیزوگان ووچی دلومړی ځل له پاره یی به بهرنی فضا کی بل کینسود او دسیوږی د کړی له اسرارو څخه خبر شول . که څه هم گالیله دشمکی دکرویت فرضیه وړاندی کړی وه. خو موږ به عمل کی دشمکی کرویت به ټسوت رسولی دی . ځکه چی دلومړی ځل له پاره دشمکی گرد چاپیره گرځیدلی یو. دبی وزنی به حالت کی نژوند یو موجوداتو د ژوند به باب خپرنی زموږ دازمایشتونو نتیجه ده .  
خوله دی ټولو افتخاراتو او علمی لاس ته راوړنو سره سره. انسانان

غواږی چی به موږ دخپل حاکمیت واگی ټینگی کړی. دغه بدمرغه نسل چی موږ بیزوگان ددوی په خپلوی شمیرو به دی لڼه کی دی چی زموږ شته والی دشمکی به مخ له منځه یوسی .  
دوی دخپلو انسانی بد مرغیو او ناروغیو ازمایشتونو به موږ بیزوگانو اوموږ کانو باندي سرته رسوی . په لابراتوارونو کی دزهری گازانو او بوزوکر اوونو به وسیله زموږ ژوند تهیدیی .  
دموږکانو اتحادیه او دبیزوگانو فدراسیون اعلامی چی :  
موږ نه غواږو چی دانسانانو لهخوا به لابراتورونو به بیرحمانه ډول ووژل شو .



## توی څه ته وایسی ؟

توی چی څینی میرزایان یی به (ط) ++  
هم لیکی صبارت له واده څخه دی. خو ++  
دغه لفت بیابه لغوی قاموسونو کی د ++  
سیلاب به مانا هم راغلی دی هغه ++  
توی چی څینی میرزایان یی به (ط) ++  
هم لیکی صبارت له واده څخه دی. خو ++  
دغه لفت بیابه لغوی قاموسونو کی د ++  
سیلاب به مانا هم راغلی دی هغه ++

سینلاب چی هرڅه له مخی سره وی.  
ددی تعریف دښه ثبوت له پاره دغه لنډی مثال راوړو چی وایسی :  
دسیند نه یوای یساری مه کسره .  
بابه باران وی بیاه توی راغلی وینه نو اوس به یو سترگو ویلای شو چی توی (طوی) یاواده هغه توی یا سینلاب دی چی نن سبا دبی شایه دودونو او سینالداریو له لاسه دسری هستی او نیستی هرڅه له مخی سره وی .  
خو یوازی هغه څوک چی دییسو به گوی سیوړی له دی سرگین سینلاب څخه بچ کیدلی شی .

# فکرهای تازه

## میتا تو رهایم تقریهایی

زبان برده دار و برده در شخصیت است  
خیلی از دنیا در دهان تشنه اند  
علت بسیاری از دردها و مصائب است  
گاهی تحلیل و طبقه بحمل را انجام می دهد  
دروغ سرراهیه نبل است  
نقطه ضعف ما - نقطه امید دشمن است  
خیابان خون - دوطرفه است

اراده قیم استعدادهاست  
گاهی گردنهایی گردن آبی می شود  
بعضی در خواب می گویند ما داریم  
گاهی مذاکره و معامله مترادفند

در زمان سلطنت میرزا الفریک مولانا جامی اکثر اوقات در سمرقند بود و در آن زمان جوانی صاحب حسن و ظریف شاعر بیشه ازگان کل به سمرقند آمده بود و خاکی تخلص می نمود

روزی مولانا جامی با جمعی از طرفای خراسان از پیش خاکی می گذشت . خاکی بر سبیل نصر می گفت یکجا می روند خراسان؟ مولانا گفت : خاک نرم میخواهیم که بر آن بنظمیم .  
ارسالی عتیق الله سخیزاده



## امضای عشق

دوستی به دیدن لامارین آمد . ولی او در خانه نبود . زوی میزخاک آلود با انگشت نوشت : «احمق» و رفت از قضا دوروز بعد لامارین رادر خیابان دید و گفت : من به خانه نو آمده بودم ولی نبودی لامارین بالیخند گفت : امضایت روی میز بود .

ارسالی ناجیه مترفر

## دستگاه خنده



**محبت نامزدهای امروزه :**  
دختر جوانی که تمام روز را با نامزدش گذرانیده بود برای خواهر خوانده اش تعریف میکرد :  
او واقعا حیرت انگیز بود . اول غمق در چشم هایم خیره شدند و سپس دستش را بدمور کردم حلقه کردو بعد ... دختر همانطوریکه تعریف میکرد دستش را به گردنش برد و باحالتی مملو از وحشت و نا راحتی فریاد زد !  
اوه ، خدای من . گسردنینه مرواریم ؟ ...



**دو رفیق**  
دو رفیق باهم صحبت میکردند  
اولی به دومی گفت :  
احمد چند ساله هستی ؟  
دومی : ۵۵ ساله هستم .  
دومی از اولی پرسید : تو چند ساله هستی ؟  
اولی : نمی فهمم .  
دومی : از دخترها خوشش ات میاید ؟  
اولی : نی .  
دومی : پس تو چار ساله هستی  
**ارسالی فرخنده وادست**

**بسرک :** مادرجان بدم واقعا آدمی خوبی است . چون از روزی که خودت بیمار و بستر شده بی هر روز مرا به سینما می فرستند و خودش در کار های خانه یا (خمعه) مسان کمک می کند .  
**ارسالی برشنا نیکزاد و نیلوفر وحیدی**

## فدایش میکنم یک کاسه شوربارا

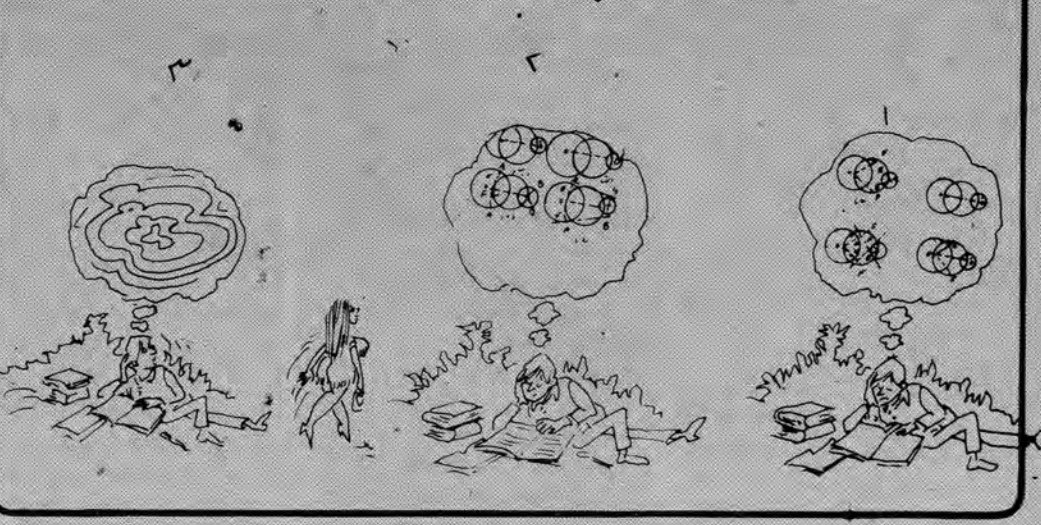
مکتوب برای حساب جبهه مسی سازد  
حرف مردیکی بسنت  
حلی از آیشها برای بو شانندن باطن است  
گاهی حرف حساب حذر مذاکرات است  
بعضی وقتها وقت تقاریم  
بعضیها آه منه انه  
گاهی گره محبت با قهر موقت باز می شود

بعضیها غم همه کس را می خوردند  
خرقم خودشان را  
وقت وقت است طلایم طلا  
قانون جنگل قانون انسانی حلی  
از کشور هاست  
عاقبت دارار . نازا چیست ؟  
حلییبا با احتیاط ناخای نای دیگران می گذارند  
در آسمان یک میلیون سال گذشته  
می توان دید  
کار یک دشمن هزار دوست هموزن است

خواب میبسم بیار و مرغ و نما را  
چو چار صبح بر خیریم آن گرد  
بسه خنوی  
بگوش خنور  
نیکرم حرف زشت لسان و آ  
الهی صلح میخواهم نو آرامی  
عنایت کن  
که بینم بار  
دیگر سبز خرم دشت و صحرا را  
از سالی همیشه تنها صدیقی متعلم  
صنف یازدهم کیسه نسوان خیرخانه



## مهمانان



## سوختی با همه کنگنه صنعه

جندی قبل جوان شیک و آراسته که از سروریشش مطر و کلونیا بساد میشد به اداره (بوجی خنده) تشریف آورده وطنی در خواستی خواهش تقریر در اداره بوجی خنده نموده که خود شان را جهت فرا گیری تحصیلات بیشتر به کورس سواد آموزی معرفی نمودم و صرف عریضه شان را در این صفحه بوجی خنده مقرر میکنم که توجه شما را به آن جلب میداریم :  
"به ریاضت موه نرم بوجی خنده این جانب زاهر میبوی که تاسیلات خود را در خارج وطن منجم داده هم می خاهم که در این ریاضت حوقر شوم از هر روز نان خایش منم که امر موقرزی بنده را انابت فرماید .  
بایترام (زاهر میبوی)



# کاسکال

کتابخانه

شماره گذشته

بگذار طفلک بیچاره قدری طلا داشته باشد. واقعیتش که من به قدر کافی طلا و پول داشتم مگر چرا آن را در عمر من استفاده دیگری نمیکنشتم. آخر راسکال نیز مرا فوق العاده کمک کرده بود. جشن را با آن همه شکوهش ترتیب داد...

گرچه راسکال اولین خدمتکار من باقیماند، علی الرغم آن بندل یک دوست حقیقی برای من بود. همیشه رامیتوانستم به او برشمرم.

بندل آگاه بود که دارایی و مکتب من محو حصری نیستناخت و هیچکس از آن نمیتوانست که بول من از کجا می آمد.

از مرد خاکی پوش که این پول جا و طلاها را میفرستاد اوز یاد میمانست. فقط همین بندل بود که میتوانست مرا ازین بدبختی و ارهاند.

او یگانه امید بود. او میتوانست همیشه مرا پیدا کند. ترتیب جشن باشکوه به وسیله من. برای مردم زیاد رضایتبخش بود و همه چنین می پنداشتند که شاه پروس من استم. گرچه کسی بعد در نشریه ها نوشته شده که شاه هیچگونه سفری ننموده. لاکن، از نظر مردم من حیثیت شاه را داشتم چون باور شانرا کسب نموده بودم و میخواستند مرا بیشتر ببینند و در حقیقت یکی از ثروتمندترین و شاهانه ترین که تصور میشد من متصف به آن بودم. همیشه با سخاوتمند بودن من بود. مسلماً شاهان از مال و منال دنیا به قدر کافی دارند. کنت بیشتر تا آن همیشه همان بود که بود.

یک روز هنگام آبیاری و شنا یک مرد تاجر پیدا شد که به جهت بزرگی ثروتش مورد توجه همه قرار گرفت. تاجر برای این آمده بود تا طلاهای مردم را زیر چشم نگهبانان و میخواست کاملاً بفهمد چه کسی دارا تر از اوست. او ایمن؟

من یک صحبت کوتاه در مورد کیسه بول خود نمودم. نتیجه ایمن شد تا فرار را ترجیح بدهد بدین ترتیب من از جنگاش خلاص شدم. در منطقه ای که خانه آباد کرده بودم

خیر در یک روزگار ضیافت رونق خاص گرفت. بندل و راسکال همه کارها را انجام دادند. شام شد، مهمانان ظاهر شدند و به من معرفی گردیدند. از شاه هیچ سخنی به عمل نیامد. اما برخلاف مرا با احترام و اکرام تمام خطاب میکردند: جناب کنت.

جی خدمتی میتوانیم انجام بدهیم. من که مخالف لقب نبودم. آن شب لقب (کنت پیش) را کسب کردم. در جریان مطب و جشن روح من لفظ در جستجوی آن که تاج را میخواست بر سرم بگذارد. پیشتر قشنگترین لفتنگه ها بود. بعد آن زیبا رویک جنگلیان بود. پاپی و مادرش به ساده گی به حرف زدن پرداختم.

دخترک نمیتوانست حرفی بر زبان بیازورد.

لژی خواهش کردم تاج را بر سر خود بگذارد و در مطب قفس گنقی را بگیرد.

در چشمانش خوانم که باچی بی میلی میخواهد دست به این عمل بزند.

وقتی در برابر دوشیزه خوشگل احترام زیاد را تبارز دادم. بسیاری مهمانان کافی بود از مثال من بیروی کندو لظافات و نازکی این دختر جوان به حیرت بروند. این همان مینا بود. زیبارویی که تمام هستی ام زیر پایش بود. شام برای جمعیت که در جشن همه داشتند. بول زیاد انباشتم و به مهمانانم جواهرات و فلزات نخبه و قیمتی را تحفه دادم. روز دیگر از بندل شنیدم که راسکال طلاهای بیشماری را که به او تعلق نداشت، برای خود نگهباری کرده است. گفتم:

تا آن را به فانی بسد عهد که نگهبانم. بنسند پذیرفت و باز هم سواری و آگون شد. من هم با او بودم. از آن جا فاصله گرفته. باردیگر در راستقامت شهر به حرکت افتیدیم. در عقب خود آخرین صدای غیر توپ ها را شنیدیم.

واگون مقابل منزل توقف کرد. به عجله سوی دروازه دویدم. از میان جمعیت عبور کردم جمعیتی که با علاقه مندی میخواست به من صحبت نشان بدهد. فریاد میکشیدند (کنت پیشتر زنده باشد!)

مقابلتاً، من دوی سرگ پیش باهای شان پارچه های طلا را می انداختم. همه سوی من به عنوان شاه پروس مینگریستند و احترام میکردند.

راسکال به تصور اینکه گویا من شاه استم، صحنه را زیاد کومیگ یافت. احساس کردم که مرا به عنوان یک شخصیت صاحب نام تلقی کرده اند. اجازه دادم زیر درختان مقابل خانم که جدیداً اعمار شده بود. برای شام بعدی جشنی ترتیب بدهند که در آن من تمام مردم شهر را دعوت بنمایم. غیر قابل باور بود. در چند ساعت محدود تنظیم آن همه امور برای جشن و ضیافت به چنان بزرگی رادر صورتی که نوکران و پول فراوان نیز وجود میداشت، ناممکن بود. ولی

بیشر شلیز بیس از یک سفر دریایی به بندر میرسد و در مهمانخانه بیس سراغ توماس جان مرد مورد نظرش را میگیرد توماس جان در صحن باغ او را به رقص دعوت میکند پیشر شلیز ناگهانی متوجه میشود که مرد خاکی پوش از بکس کوچکی دور بین بزرگ قالبین و خیمه بی را با پایه های آن برای میله بیرون می آورد.

و پیشتر با مشاهده این صحنه متوقف و هولناک میخواهد فرار کند. در این میان همان مرد خاکی پوش و معجزه گر از پیشتر میخواهد سایه اش را به او بدهد. مرد خاکی پوش در مقابل برای وی چندین خریطه بر اطلالی نساب میدهد.

بیشر شلیز متوجه میگردد که در بیوطنی حتی سایه آدم را نیز آرام نمیکشاند از آن بعد بدبختی پیشتر آغاز می یابد. همه او را به سایه نداشتن متوجه میسازند پیشتر ناگزیر آنجا متوطن و برایش به کمک دوستش بندل منزل اعمار میکند. بندل را مرد مهربانی می آید تا آن سرحد که سایه اش را برای پیشتر به عاریت میدهد.

بندل با دوشیزه بی به اسم مینسا دوست میگردد. و اینهمه دنباله سر نوشت پیشتر و شلیز:



میتوانم نزد خود تصور کنم گناه دوستدارو خاطرخواه من. چون اینهمه دیوانه وار دو سستی دارم. به دختر بیچاره چون من نمیخواهد درد تولید کند. آخ، تو چنان خوب استی که غیر قابل بیان، توبیایست قربانی من شوی. دل من قربانی نمیخواهد. اوه خداوند! من از خودم نفرت پیدا کرده ام. توبالاخره مرا خوشبخت ساختی، توبه من محبت را آموختی املان میدانم که ((گفت بستر)) به هیچوجه به من تعلق نمیگیرد. باید به جهانگردیش ادامه بدهد. هرگامی که از اعمال بزرگ تو میشنوم ویا مشاهده میکنم و میبینم که چی سان مردم به توبای تعجب میکنند. برایم مسلماً غرور دست میدهد. ببین وقتی من بدین فکر میکنم برای تو احق استم که توبه دختر ساده من چون من، سر نوشت بزرگ خود را مظلوف داشته ای، برو والی من بیشتر مایه بدبختی ات میگردم. آیا من نتوانسته ام کسی تا بنده کسی آفتاب را در زنده گیت بیآورم؟ خاطر خواه من، من ترا در قلبم دارم. توبه نداشته باش هرگاه من. برای توبه ساده گی میبیرم.))

به او توضیح دادم که من کنت واقعی نیستم. من مردی که تصادفاً بولداری شده ام. اما بی نهایت سرد بدبخت میباشم. من اسرار و حشمتی دارم که به هیچکس نمیتوانم بگویم حتی باشما نیز. چون که من هنوز همیشه راه حل بزوبلم را آرزو می کنم.

من به عین آتسم را توضیح دادم. وقتی مینا مراجعت بدبخت یافت. برایم گریست او چنان با من گرم صحبت بود و چنان خوب که ... او همه مساعی راه کار گرفت تا مرا از بدبختی نجات بدهد. بدبختی من باعث شد تا او بیگور و زوال نیشک به خود بگیرد.

باری به او گفتم: مینا! احتمالاً روز آخر ماه آینده، سر نوشت من دگرگون خواهد شد. اگر این کار نشود بایست بیروم، زیرا نمیخواهم ترا بدبخت ببینم. او گریان سرش را روی سینه ام گذاشت و گفت: هرگاه سر نوشت تغییر بیاید. بگذار فقط بپشم که تو خوشبخت استی. هیچ حقی بر تو ندارم اما هرگاه بر تو بد بگذرد، به من اجازه بده در حمل بدبختی ترا کمک کنم. گفتم: عزیزم. لطفاً حرفیایت را پس بگیر از تو خواهش میکنم، تونیدانی چی میگوئی چون که اسرار مسرا نمیدانی. امعلینابه باهیم افتید و التماسش

خزج بسیاری را میبیرم. دست به جهت ترتیب جشن و ضیافت شاهانه، تا وقتی که آفتاب میناید. دروازه هارا می بستم و در مردم میگفتند که کنت پشت میز تحریر نشسته و مصروف کار است. این را بسیاری نامه ها که قاعدتاً برایم می رسید. گول می میداد. فقط شام ها با همسانان می نشستیم و بنا به پیشنهادات بندل، سالون را روشن میکردم. هرگاه من از خانه بیرون میرفتم. بایست بندل شدیداً مراقب میبود، مخصوصاً هنگامی که آهنگ خانها جنگلی میگردم. دوشیزه قشنگی که قلبم را تسخیر نموده بود، میرفتم. مینا واقعاً موجود دوست داشتی و خوب بود. او فقط به من فکر میکرد و میکوشید به هر وسیله ممکن با این محبت خود مرا یاری رساند. او مرا به خاطر محبت میستود و قلب پاک و بیگناهی را با همه نیروی جوانی به من ارزانی داشت. او کاملاً زن مهربان بود و فراموش کرده بود. مردی را که حکم زنده گیش را داشت، شخصاً به فراموشی سپارد. بدون آنکه درباره آن فکر کند. او واقعاً عاشق بود و دوست میداشت. اما من از یاس و تردد خود را فراموش کرده بودم.

من انسان بدون سایه، حقیقت نداشتن خود را به این دختر سر قشنگ نزدیک بسازم و زنده گیش را با خود بیرون بزنم. ساعات پا او، برایم ترسناک بود. گرمی او هر لحظه مرا به خود میخواند.

یکباره مصمم شدم به او حقیقت را بازگویم به زودی با خودم قول دادم از وی خود را جدا و فرار نمایم. همزمان شخصاً به خود جرأت دادم به هر وسیله بی می شود مرد ناشناسی خاکی پوش باید پیدا و برگردد. این کار نمیتوانست دیر دوام کند. پدر و مادر مینا مردم صمیمی و خوبی بودند که یگانه فرزند شانرا زیاد دوست میداشتند. مناسبات و علائق مایه آن ها و میوه آنان باورمند نبودند که دختر شان طرف توجه یک کنت قرار بگیرد و اینک ((گفت!)) نه تنها او را دوست میداشت، حتی عاشقش شده بود.

مادرش کاملاً به امکانات پست عروسی می اندیشید و در حیطه توان علاقه مندی و همگاری نشان داد. پدر و مادرش مردود در مورد سر نوشت، حکم شانرا صادر نموده بودند. آخر الامر نامه می از مینابه دستم رسید که به خط خودش انشاء یافته بود.

او نوشته بود: ((من یک دختر ناتوان و احق استم.

آنسو خودش را دیدم. مینا بود. اما آیا او مرا شناخت؟ او آرام و اما گریان. خود را به آغوشم انداخت. من رفتم. اکثراً او را در اشک می یافت. مشاهده حالتش قلبم را سنگین و سنگینتر میساخت. فقط والدینش در بحر خوشبختی شنا مینمودند.

روز بر از سر نوشت نزدیک میشد. بر از ترس و از عاب به سان ابر کیره و تاریک. به مشکل نفس میکشیدم. هنوز چندین جوال طلا موجود داشتم. تا نیمه های شب بیدار ماندم. زنگ ساعت دوازده نواخته شد. از هر شرفه کوچک میترسیدم. به تدریج روز شد ظهر فرا رسید ... شام و بار دیگر بازم زنگ یسازده نواخته شد و هیچ اتفاقی نیفتاد وقتی نومیخانه خود را روی بسترم برتاب کردم، آخرین ضربه ساعت دوازده نواخته شد صبح بایست برای همیشه بی سایه میبودم. مینا راه زنی میگرفت. یک خواب نا آرام علیه صبح. جثمانم را فشار میداد.

را تکرار کرد. درین هنگام جنگلیان داخل آمده من عشق بزرگم را نسبت به دخترش به او بر سر دم و اجازه خواستم که اولاً اجازه عروسی دادر ماه بدهد. من این روز را برگزیدم چونکه مطلقاً باورمند بودم که تا آن وقت مرد خاکی پوش را حتماً خواهیم دید و زنده گیم تغییر می یابد.

مرد خوب جنگلیان وقتی پیشنهاد مرا شنید. ترسید. بعداً خودش را فراموش کرد و به گردن من دست انداخت. وقتی آن همه محبت و ایثار را مشاهده کردم، گفتم این که مردم مرا چنین دوست دارند، میبیرم. از او خواهش کردم اجازه بدهد به نام دخترش زمین بخرم. به نام دخترش پول آنرا بپردازم به قیمت یک میلیون ...

شام روز بعد بار دیگر به خانه جنگلی رفتم. بالا پوشم را روی شانه انداخته گلازه را خوب روی صورتم کشیدم. به سوی مینا رفتم. وقتی جنگلیان سوی من نگاه کردید حرکت غیر آگاهانه نبود ...



# دختر جوانی که از مرگ خاطر داشت ارپوش تا به ما رسید



## پی‌در تنگی‌ارپوش

چندین پیش در میان صدها نامه ای که به انور سپاهون می‌رسد نامه‌یی رسید که دردتر دست به دست گشت. هر کسی که بتواند گریست. حکایتی دردناک و جانکاذ است. نمی‌توانیم بگوییم چی و کی و چرا! چرا که این تنها سرگشت پل‌انسان نیست، جنگ ۱۲ ساله با سر نوشت هزاران انسان دیگر مثل این دوشیزه جوان مرگ بازی کرده و ماتنها حکایت او را بسا دستان خودش دریافتیم که اینک بدون تصرف باطل برخی اغلاط املائی و انشایی آنرا چاپ میکنیم. البته این یادداشت ها که در کتابچه پی‌درج بوده سر بازی آنرا از اطلاعات تنگی‌ارپوشم در شاهراه کابل-جلال آباد به دست آورده و بنا فرستاده است. لاجه در تنگی‌ارپوشم

از ارتفاعات کوه های سر به فلک کشیده تنگی‌ارپوشم، جایی که در خط اول جنگ با مخالفین مسلح قرار داریم، شب‌ها و روزها دیده با نسی داریم تا آنها بر قطار های اکمالاتی و وسایط ملکی حمله نکنند. اوایل بهار سال ۱۳۶۸ بود. هنوز چند روز بهار گذشته بود که هوا بیاب قطار و وسایط ملکی را آتش زدند. چنان فجایی را انجام دادند که یاد آن خیلی ما دردناک است. آنها زنان را بر حرمت کردند، اطفال را باره باره کردند، حوی سفیدان را مرقه در خون ساختند، زنان و دختران جوان را به کوه

● مایلا کردند .  
● وقتی سربازان به خاطر پاک‌سازی ساحه عملیات داشتند با صدها جسد به خاک و خون نقشته مردم بیگناه روبرو می‌شدند . هنوز هم که پیش از یکسال از آن روز گذشته در زیر سنگ ها و کنار دامنه هاودر داخل مواضع استخوان های اجساد کشته شده‌گان دیده میشود . هنوز هم در آنجا هالیاس های زنانه و اطفال دیده میشود که سوراخ های گرمی در آن موجود است .  
● زمانی که سربازان و افسران برقله های بلند تنگی‌ارپوشم هجوم بردند .

مخالفین فرار کردند و در آن ارتفاعات پوسته های محکمی افراز شد. در ارتفاعی که من قرار دارم وقتی که سبز بازان آنها اشغال کردند به یک جسد زن برخوردند که بالای دوشکی جان شیرین رابه حق تسلیم مسوده بود. مرغ وحش به عالم بالا پرواز نموده بود. جالب این بود که آثار جرح و زخم در وجودش دیده نمی شد. - جسد زاکه هیچ لباسی به تن نداشت در روحایی سفیدی بیجانیدیم و در یک چقوری دفن کردیم. از جسد بوی زهمختی به مشام میرسید. گمان میرفت که در روز های نزدیک مرده باشد.

چیزی با او نبود صرف یک جسد کتابچه رنگ و رو رفته ای موجود بود. شاید وقتی مطمئن شده بود که چند لحظه بعد میمیرد. او را در بالین مانده بود تاریشش باران و تابش آفتاب آنرا کهنه و فرسوده نکند.

ورق باره های کهنه میراث غم انگیز یک زن از دستی به دست دیگر می گشت. هر که این تراژیدی را میخواند موی بر بدنش راست می شد. تا اینکه این ورق های غم انگیز بدست من افتید. وقتی سر تا با خواندمش از رنجی که یک دختر مصوم کشیده بود دلم مالا مال اندوه گردید و تصمیم گرفتم که این تراژیدی را بساری مطبوعات یا بطور خاص به مجله وزین سیاوون بنویسم. اگر اقبال چاپ یافت همه هموطنانم ازین درد آگاه شوند.

خواننده عزیز اکنون این ورق باره ها که چون آتش دستهایم را میسوزانند در دست من قرار دارند. اینک من کتابچه رامی گشایم و باها منت داری تمام یادداشت هارامی نویسم. در ابتدا به خط مقبول و لطیف زنانه نوشته شده که :

**به هستی پا زدم از جان گشتیم  
ز عمر و زنده گی آسان گشتیم  
در آغاز جوانی بادل تنگ  
بسان غنچه زین بستن گشتیم  
سینه پوشان به سوگ ما تگریند  
که ما با دیده غمندان گشتیم  
بعد آبا خط ضعیف که معلوم می  
شد نوك قلم را لرزان و بسیار آهسته**

بروی کاغذ کشیده است درد های دل خود را یکایک چنین شرح داده بود: - من میمیرم. حتی میمیرم. اگر من نمیخواستم بمیرم کسانی بود که مرا وادار نمودند که باید بمیرم. من دیگر طعمه مرگ خواهم شد. زندگی دیگر برویم لیکن نخواهد زد امروز یافردا خواهم مرد. دیگر به زنده ماندن هیچ امیدی ندارم. درین سفر زندگی من باکام ماندن من میروم با تمام امید ها و آرزوهایم که در قلم موجود است. راستی میخواهم اصل مطلب را قصه

بربادی خود را بخاطر تسلی دلسم بنویسم. تاباشد اگر این یادداشت هایدست کسی برسد و غم مرا بدانند. همه انسان های خوب وهم انسان های بدویی وجدان که مرادین روز سیاه نشانده اند بخوانند و بشنوند.

دختر ۱۹ ساله ای استم. در جلال آباد در یکی از مکاتب درس میخواندم برای ما حادثه ای رخ داد که زنده گی ما بر باد میشد. در جلال آباد جنگ ادامه داشت شب و روز بالای ما راکت می بارید. نان بدرستی برای ما پیدا نمی شد. دکان های بسته بودند و تسبیح در آتش راکت می سوخت. ماهیچ چاره نداشتیم. جز اینکه از جلال آباد به طرف کابل کوچ کنیم. امر خروج از جلال آباد را از والی ولایت اخذ کردیم. برای درپور کاساز مبلغ ۵۰۰۰۰ افغانی کرایه پرداختیم و تمام کوچ و بار را به موتر بالا کردیم. پدرم. مادرم. دو برادر خورد سن و من دختر ۱۹ ساله فامیل به طرف کابل حرکت کردیم. در توئل درونته برای ما اجازه خروج نمی دادند. بهر حال ما از دونه عبور کردیم در آن لحظات من می اندیشیدم که در کابل خانگی رابه گرایه میگیریم و آنجا آرام زنده گی می کنیم. اما بی خبر از اینکه سر نوشت بدی در کین ما قرار داشت. موتر ما را به سرعت به طرف کابل به پیش میراند. موتر های زیادی پیش از ما و بعد از ما در حال حرکت بودند. آنروز تاریخ ۵ حمل سال ۶۸ بود هوا صاف و آفتابی بود. فصل بهار تازه آغاز شده بود.

در تنگی ابریشم دشمنان مردم بیش روی قطار را گرفتند. جنگ بهشت جریان داشت تمام وسایط یکی بعد دیگر در سرك توقف نموده بودند. از پیشروی و از ارتفاعات آواز های بیهم انفجارات و انداخت هاشنیده می شد. تنگی که در برده های دود و آتش خوابیده بود حالت غم انگیزی داشت ناگهان آوازه های فغان و ناله و گریان به آسمان ها بلند شد. دیگر دشمن رسیده بود. می گفتند اشراز آمده وسایط را آتش میزند. دشمن هم از پشت سر پایین شده بود. چنان لحظه ای هیجانسی بوجود آمده بود که در تاریخ بشر کسی مانند آنها ندیده است. زنان. مردان. اطفال. خورد و گلاب همه می دویدند تاجان شانرا تجات بدهند اما همه گشته می شدند. باره می شدند. و یا خود را بدریا می انداختند. یک نفر زادمیم که هم خود را و هم زن و دو بچه اش را گشت. زنان و دختران جوان را به کوه ها بالا میکردند. یک زن جوان که شوهرش را گشته بودند چیخ و فریاد میزد او را به چشم دیدم که در روی سرك گالایش را از جانش کشیدند

و به غمت آن تجاوز کردند و او را بار بچه باره کردند.

صد ها زن و دختر جوان رابه کوه بالا کردند که من هم با آنها بودم. با من شش زن و دختر به جنگسال قوماندان خاشی افتاد. ما را کشتان کشتان به کوه ها بردند آنشب تمام شب ما را به پیش می بردند شب به آخر رسیده بود که ما را به جگدک رساندند. در طول راه بخاطریکه خاشی قوماندان امر کرده بود کسی به ما تجاوز نکرد. دو روز بعد خاشی قوماندان به همراهی گروه خود آمد. ما را به حضور طلبید و همه ای ما را در بین افراد خود تقسیم کرد. مرا برای یک نفر خارنجی که بنام مستر صد هایش میگردند. تسلیم نمود مستر مرا به اطاق خود برد. و میخواست از من کام بگیرد. من هر چه التماس و زاری میکردم و اصلا زبان مرا نمی دانست. او میخواست به آرامی از من کام بگیرد ولی من به آسانی گوهر غمت را از دست نمی دادم او به زور هیچ کاری کرده نتوانست. من چیخ و فریادمیزدم و آواز می دادم به گوش هیچ انسان شریفی نمی رسید. با شنیدن فریاد های من خاشی قوماندان آمد همراهی مستتر سرگوشی کرد و بیرون شد. اندکی بعد خاشی قوماندان با جار نفر داخل اطاق آمدند و دست ها و باهای مرا محکم بسته کردند و کالایم را از جانم کشیدند. مستر از یکس خود بیجکاری را بیرون آورد و مرا بیجکاری کرد در لحظه ای که سوزن رنگ رنگ جانم را می سوزاند. خاشی گفت حالا خود بخود آرام می شی. من آهسته. آهسته از عوش می رفتم و سرم گیج می شد. درین میان باز آواز خاشی قوماندان را شنیدیم که می گفت: ((مستر شکار خوب)) بعد دروازه بسته شد من دیگر هیچ چیزی نمی دانستم فقط و قتی بیوش آلمم دیدم که بدن عریانم در آغوش مستر قرار دارد. من دیگر مالک هیچ غفتی نبودم دیگر با فشاری من بیپوده بود من دیگر مال مستر بودم. مستر به من دل بستگی خاصی نشان می داد. خصوصاً وقتی که شراب میخورد. مرا سخت در آغوش میفشرد. خاشی قوماندان گاهی می آمد و همراهی مستر سخن میزد که من هیچ دل بستگی به سخنان شان نداشتم. بعد از ۱۳ شبانه روز مستر عازم بشاور شد او میخواست که مرا هم با خود طور تخمه و یادگار ببرد ولی خاشی قوماندان برایش اجازه نداد و گفت که ضرور نیست این دختر را با خود ببری. بعد از رفتن مستر من مثل گودی در جنگال ۱۵ نفر مرد وحشی قرار داشتم. ۱۵ نفر از من کام می گرفتند. حتی زمانی که همه شان در بره جلم

می نفسستند مرا وادار می کردند که لب برقصم و من هیچ با فشاری نمی کردم.

چندین روز دیگر بدین متوال صبری شد که بالاخره از پوسته آنها که بخاطر انداخت بالای راه وظیفه داشتند. خواهش نمودند که مرا چند روز بخاطر رفع خستگی برای شان بفرستند. این خواست شان را خاشی قوماندان بر آورده ساخت و مرا با دو نفر به طرف تنگی ابریشم حرکت داد. وقتی ما به موقعیت آنها رسیدیم از بسکه خوش شدند بالای راه فیرهای افتخاری و شادمانه زدند.

من چه روز های سخت و وحشت ناک را که درین کوه بودم بشت سر گذشتانم هر لحظه امید و آرزوی مرگ را میگردم. مثلی که خداوند هرگز نمیخواست که جان ام را بگیرد. روز بروز ضعیف میشدم. وجودم خزان شده بود در وجودم بدون از پوست و استخوان چیزی دیگری نمانده بود. ناکفته نماند که درین جا ۱۱ نفر هر لحظه که دل شان میخواست از من بنجازه کام می گرفتند.

بالاخره در یکی از روزهای آفتابی سال ۶۸ که نیدانم کدام روز بود از طرف خاشی قوماندان ذریعه بی سیم برای شان هدایت داده شد. نیدانم که اوچه گفت. فقط وقتی آنها هشت دانه سوزن رابه حلقوم من داخل کردند من دانستم که خاشی قوماندان چه گفته و آنها میخواهند چه بکنند. اینها میخواستند من بمیرم که خوشبختانه من بکلی راضی بودم و هیچ با فشاری نکردم و تمام سوزن هارا خوردم. ۱۱ مرد بی ناموس رخت سفر بپوشند به طرف نامعلومی در حرکت شدند. من تا بسیار جاها که چشمم کار میکرد آنها را تعقیب کردم که ۱۱ انسان بی غیرت و وحشی با کام های سریع به طرف جگدک به پیش میروند. من همانطور که آنها را تعقیب میکردم یکبار در بحر سکوت غرق شدم به سرنوشت خود به تنهایی خود. و به آینده خود می اندیشیدم تمام دوران کوتاه زندگی من. پدر و مادرم. برادران قوم و خویش. دوستان و آشنا یان همه در پیش نظر من سبز می شدند. آسمان صاف و هوا نهایت گرم است در چار طرفم تا که چشمم کار میکند کوه هارا می بینم که با تمام عظمت و غرور خویش در حالت من حیران نظاره می کنند. همین حالا دلم را آتش گرفته است. درونم میسوزد آتش به تمام وجودم زبانه می کشد از حلقوم من بوی خون می آید نیدانم که تاجه وقت زنده خواهم ماند. دیگر بخاطر زنده ماندن هیچ امیدی وجود ندارد و سستی و بیکیه در صدمه ۷۳

# تئیریتیک

پوز کوهی یا ثابت  
(تادمانا)



شکل (۳) هلیات

(۱) باپاهای به هم چسبیده راست استفاده شوید . کف باهازا هموار بر زمین بچسبانید گویی که بر روی زمین آن ها را بین میسازید .  
(۲) تصور کنید که نخی از میان ستون فقرات شمارا به طرف بالا کش زانوها، مفاصل ران هاوی های زیر زانوی تا نرا بلند میکند .  
(۳) وزن بدن تان را مساویانسه تقسیم کنید، بدن وسینه تان وراحت نگه دارید . دستان را میتوانیید در دو جناح مطابق شکل اویزان نگه دارید .

شکل (۳)

تأثیر هغه :

این یک پوز اساسی توازن و کنترل بوده و اساس خوب استفاده شدن را



شکل (۴)

نشان میدهد .  
تبصره : قوه را تصور میکنید که وزن بدن شما را به صورت متوازن تقسیم میکند در حالیکه ستون فقرات تان هیچ صلعه نچیند و راحت است .

پوز توازن  
(تتواج اساسا)

(۱) در حالت پوز کوهی استفاده شوید .  
(۲) آهسته آهسته استنشاق کنید و دست راست تا نرا بالا بگیریید . در عین زمان مچ پای چپ را به عقب برده و بادست چپ محکم بگیریید . وزن تا نرا به طرف راست نگه دارید .  
(۳) نفس بکشید و پای چپ تا نرا به طرف بدن تان کش کنید و در حالیکه



شکل (۵)

به طرف بالا میگیریید کسی به پیشرو خم شوید دست راست تان توازن را حفظ خواهد کرد . این حالت را برای بیست ثانیه نگه دارید .  
(۴) آهسته آهسته از پوز خارج شوید و به حالت اولی برگردید . عین همین حرکت را با جناح دیگر نیز اجرا کنید .

تأثیر هغه :

عمل توازن ، هماهنگی و ارتعاشیت باهیجه های چهار سر را بهبود میدهد .  
تبصره : دو آغاز تمرین نقطه مرکزی را انتخاب کنید . برای حفظ توازن و کنترل روی آن متمرکز شوید .  
شکل (۴)  
کشش زانو

هلیات :

(۱) به صورت هموار بر پشت دراز بکشید . استنشاق کنید .  
(۲) نفس بکشید و زانوی راست را به طرف سینه تان کش کنید . زانو را با هر دو دست محکم بگیریید و بینی تان را به طرف زانوی تان بیاورید .  
(۳) این حالت را برای ده ثانیه نگه دارید . نفس عمیق کنید . آهسته آهسته به آغاز برگردید . عین همین حرکت را با پای دیگر نیز تکرار کنید .

تأثیر هغه :

ارتعاشیت ستون فقرات را افزایش بخشیده، پشت را قوی میسازد و موجب تقویت بدن میگردد .

شکل (۵)

تبصره : این تمرین آمادگی خیلی

بقیه از صفحه (۴۷)

## راه

## ایریشم

دانشمند محترم وی. بی. سنگم استاد بوختون جو و کشمیر نسبت به این سیمینار و مطالعات جدید در آن گفت :

راه ایریشم بسیار از اهمیت زیاد در دودان گوشانیان برخوردار است . زیرا که چهار راه مدنیت شرق و غرب بوده و برای روم، یونان و مدنیت های شرقی وسیله ارتباط بوده است .





شکل (۶)



شکل (۷)

خوب برای حرکات خم شدن به پیش است.

**نقطه کمر**  
**(باشپورتان اسانا)**

- هدایات:**
- (۱) بشینید و پاها را به طرف پیشروی دراز کنید. دست را روی زانو های تان قرار داده و ستون فقرات تان را راست نگه دارید.
  - (۲) دستهای تان را به طرف پیشروی ناسطح شانه ها بالا کنید. بعد به طرف بالا بیاورید طوری که کسی به عقب میلان داشته باشد.
  - (۳) پایین به طرف زانو ها خم شوید. زانو ها را محکم بگیرید و این حالت را برای ده ثانیه نگه دارید.
  - (۴) سر شما بطرف پایین خم باشد.
  - (۵) بدن تان را به طرف زانو های تان کش کنید طوری که شانه ها بیرون برآمده باشد. این حالت را برای ده ثانیه نگه دارید.
  - (۶) به حالت مستقیم به بالا برگردید.
  - (۷) دستهای تان را روی زانو های تان قرار دهید.

از زانو ها پایین تر میرود تا وقتی که باراحتی بتوانید کف پا و یا مچ پا را محکم بگیرید. به خاطر داشته باشید که همیشه شانه ها باید بیرون برآمده باشد برش نکنید.

**مارگپرا**  
**سوجاناک اسانا**

- هدایات:**
- (۱) روی زمین دراز بکشید. دستها به پهلو و سر به هر طرفی که میل دارید قرار داشته باشد. آهسته آهسته سر را در مرکز آورده و پیشانی تان را بر زمین بگذارید.
  - (۲) دستهای تان را در میان شانه ها بیاورید طوری که کف دستها به طرف پایین باشد.
  - (۳) سر را به طرف عقب ببرید و به بلند کردن تنه آغاز کنید کف دستها را بر زمین بفشارید و آهسته آهسته دستهای تان را به بالا کردن (راست ساختن) دستها بردارید.
  - (۴) این حالت را برای ده ثانیه نگه دارید.
  - (۵) آهسته آهسته سر را به پیش خم کرده و تنه را پایین بیاورید.

شکل (۷)

فشار را از ستون فقرات و پشت برطرف کرده و موجب تقویت بطن و کفل ها میگردد.

تبصره: در حالت سوم بالای خود فشار زیاد وارد نکنید. اگر راست ساختن دستها برای تان مشکل باشد

**شکل (۶)**  
**تأثیر عمده:**

ارتجاع ستون فقرات را افزایش بخشیده و پشت را تقویت میکند.

تبصره: شکل پیشرفته این تمرین طوریست که دستها در مربع خم شدن

آرنج ها را کمی فلت کنید. ستون فقرات را مست نگه دارید و بدون فشار زیاد بر قسمت تحتانی کمر تا حدود توان آن را کمی کنید.

**انقباض سینه**  
**و تنفس چاکراسانا**

- هدایات:**
- (۱) دستها به پهلو در وضعیت استاده قرار داشته باشد پا های تان باید در حدود شش اینچ از هم دور باشد. ستون فقرات را آرام نگه دارید.
  - (۲) با کف دستها به طرف بیرون ستون تان را ناسطح سینه بالا بیاورید. آرنج ها فلت شوند.
  - (۳) دستها را راست نگه دارید و بعد آهسته آهسته آن ها را به عقب بردارید و نگه دارید. در این حالت انگشتان دست یکی در میان دیگری درآمده باشد. سینه و شانه ها را فراخ نگه دارید.
  - (۴) آهسته آهسته به طرف خم شوید. نوازن و کنترل را دستگیر کنید. به طرف بالا بگردید و این حالت را برای ده ثانیه نگه دارید.
  - (۵) زانو ها بهم چسبید. به طرف پایین خم شوید و دستها از کمر بلندتر نگه دارید. این حالت را برای ده ثانیه نگه دارید.
  - (۶) به حالت استاده برگردید. انگشتان را باز کنید رسی کنید کردن. ستون فقرات و شانه ها را راحت



شکل (۸)

**شکل (۸)**

**تأثیر عمده:**

موجب هماهنگی و تقویت عضلات سینه، کمر و دستها میگردد. انقباض صندوق سینه در عمل تنفس کمک میکند.

تبصره: هرگاه در طول روز احساس خستگی و کسالت میکنید، این تمرین عالیترین بوز است و موجب تجدید قوا میگردد.

انکاسات فرهنگی و هنری در دوره مدنیته اسکندر که به طرف شرق آمدند از طریق همین راه ابریشم صورت گرفته و از اینجا به چین کشید و هند سرازیر شده است و متقابلاً مدنیته های شرقی را جلب نموده است.

وحدت یا تمرکز مدنیته حوزه ناشی از همین شاهراه بزرگ ابریشم است که هند و چین و آسیای میانه را در مجموع احتوا میکند و کلتور مشترکی را نمایش میدهد. از نظر دیگر بعضی انکشافات از جغرافیای این حوزه به غرب رفته از جمله قطب نما را عرب ها از اینجا برده اند. همچنان که

دیگری که شکل کنترولی اداره کننده و سمت یابی را دارد از اینجا توسط غرب به اروپا برده شد.

با مراجعه به سرود های ریگ ویدا و برخی اسناد دیگر فرهنگی عواطف ما، عکس العمل ها، برخورد ها، غنیمت و سنت های فرهنگی معلوم میگردد. که ما از مدنیته و فرهنگ مشترک صحبت داریم و در اصل همه ایرانی و هم نزدیکیم. برای این درین سیمینار مطالعه استاجوینده و محترم فیروزی خلیلی ها دلیلی بود.

حسن کا مل باستان شناس فرغزستانی گفت:

روابط نزدیک کلتوری افغانها و فرغزی ها از گذشته های دور وجود داشته است. فرهنگ و تمدن کوشانی ها با ریشه کلتور کوچی های که قبلاً در آسیای میانه وجود داشتند، مرتبط است. این کوچی ها، پادشاهی یونانی باختر را از یاد آوردند و تمدن نازه کوشانی ها را به جای آن بنیاد گذاشتند. درین جریان تاریخی کوچی های یابوچی ها و لوستی ها نقش عمده داشتند.

حرفیات افغانی مخصوصاً آثار ظالیه مطالعات باستان شناسی را بسیار غنایند ساخت همچنان که کلیات

جدید در ناحیه محل زیست کلتور نشان داد، که ایجاد دیرینه افغانها در مراحل دور تاریخی کلتور عالی و تمدن پیشرفته داشتند.

در سیمینار بین المللی مطالعات کوشانی محققان و دانشمندان از کشورهای ایران، هند، چین، سوئیس و فرغزستان دعوت شده بودند. همچنان محققان افغانی محترم رسول باوری، پوهاند جلال الدین صدیقی و دانشمند محترم پوهاند غلام جیلانی عسافزئی غنی نیک مهر و عبدالله مهریسان مقاله هایی داشتند که در رساله مربوط به چاپ میرسد.

# دویر فصل

دایک دلندن د جیرماین مستریت له یوی پتی نه رالیزل شوی او په یوه ډیر زینتی ډول لیکل شوی و. لیک داسی پیل کیده :

گرانی لارا، زه په یوه شخصي توگه تاته په عاجل ډول داخریني نندارې محکمو جامو دیوه ارزښت لرونکی بل په باره کی چی تراوسه دهغه پیسی ندی ورکړل شوی لیک استوم. ستاسو دمهربانی قدر دانی اوستاینه کوم او بیخي حق مودی چی زما دنندارې تصرف ستاسو په لاس کی وی خو زه تر اوسه پوری هم ددی پور ډیرته ورکولو توان نلرم. برسیره پردی زما ټولی هیلی په نوی نندارتی پوری تلی دی چی هغه به په رشتیا سره یوه واقی اوزبه ډونکی نندارموی او په کولای شی چی ماته دیور ډیرته مستولو توان راگری. له هغه پرته مایابللی ده. ماددی نندارې دباره پوره تیاری نیولی ده او اجازه راگری چی دابل دی اوس همداسی پاتی وی اود (۵۰۰) پونډو په شا او خوا کی زمانوی فرمایش ددغی راتلونکی ننداری دباره ومنی. زه پوره یقین لرم چی تاسو به انکارونه کړی.

ستاسو مخلص فریدریک هاستنگس وروسته له پوره دقت او پاملرنی نه. لاراخیل خواب دایک په لاندی برخه کی په پینسل پاندی په لندن کی دخپل سکرتر دپاملرنی دباره می داسی لیکلی و :

((زه فکر کوم چی ددی راتلونکی نندارې دباره دده تیاری کفایت نه کوی اوموږ نه شوکولای چی خطرمنو هغه باید یاخیل پورورکړی یا محکمی نه لاپ شی.))

خو اوس لارا کله چی ددغی شپسی دوروستیو پیسیو په روښنایی کی دایک بیا بیالوست. په خپل پخوانی امریې خط وایست.

برسیره پردی هغی له خپل میز نه یوه پاڼه راواخیستله. یوه خپله می د هغی خواب ولیکه :

((گرانه فریدریک - تاسو یوه ښه معامله بیشتهاد کړی ده اوزه ډیره



# دویر فصل د بایبلو و د پتی

خنده کاوه. هغی لیک مبرکې. هغه می په پاکت کی وچاوه او په خپله می په تالار کی دپوستی لیرلویه شای کی کښیښود او ډیر خوشحالی احساس ورسره پیدا شو. دخپلو جامو کوټی ته لاړه. چیرته چی ددی نوکره ورته منتظره وه چی ددی جامی وربدلې. اودا دخوب دباره تیاره کړی.

جیفری مورته وویل : ((موری. فکر می وکړ چی کومه نجلی زما خوانه زاروانه ده. او خه شکلی نجلی ده.))

لارا چی دهغه لاس په خپل لاس کی ونیو او هغه تر وټو لاندی می یوی شوکی ته راگښ کړ. په سترگو کی می درشایت نشی نیسانی شگا. بدی. ((لاتر اوسه دناری وخت هم ندی. راځه او دیوی شیبی دباره کښیته.))

هغه په آریانی سره ورته وکتل شو اطاعت می وکړ.

جیفری یو سکرتر روښانه کړ او اعتراف می وکړ. ((په دی هوا کی حیث دی چی سیری تل دننه اوسی. زه داسی سیرلی اولامبو دباره تللی وم نوته غوازی له ماسره خیسری وکړی؟))

لارا خپلی اوری پورته واچولی. خه هنرمنده وه! خوسره ددی کله کله و ته ډیره سخته وه چی ددغه هاسک بر مخی چی ان ددی دخپلوجه طلبیو او آرزوگانوته هم ورته زیات وه. بله وکړی.

هغی وخنډل. ((آیازه؟ نه پوهیږم. خوموږ له یوه بل سره ډیر لږ وینو. همداسی نه؟ برتا ډیر وپایم. جیفری خوله تاسره ډیر لږ کښتم.))

جیفری دیوه مین په شان دهغی زملاسی راتاوکی.

هغه مورته وویل : ((مور دواړه داسی پوناوړه کار لرو. موری ستاد سوداگری کاروبار او زما دفلج پورولو کارونه. ولی دی له کارونه لاس نه اخلی اوس خودی شه خو میلیونه هم ترلاسه کړیدی؟ ولی دی له خپل ژوند نه خوندنه اخلی. ته لاتراوسه بسوی هماغسی خوانه می. او ښه شکلی ښکاری. به هر صورت. ولسی واده کوی.))

هغی بیا وخنډل خونه له ډیر رضایت نه. ((واوه؟ اوله چاسره؟))

هغه خواب وکړ. ((هارکوت اکا هغه ددغی شکلی او خوانه ښکاریدله. لارا کله چی جیفری ته ورنژدی شو. هغه ورته وخنډل.

# پتی

پتیوسریال

یو لکس دی. برسیره پردی. باو. لرم چی ستا دپاملرنی وړم دی.))

هغه تکه سره شوه او اخوا ته یسی وکتل.

((جیفری. فکر نه کوم چی زه اوس دواده وږیم. د داسی آزاد ژوند نه وروسته! واپرت ښه دوست دی خو زه بدی ډاډه نه می چی زه برهغه مینه می. او برسیره پردی. مینه تل دواده دباره یوه پښانه نه ده.))

جیفری به ډیر خواښیني سره ورته وویل : ((مینه نه ده. غواړم چی بدی باره کی ښه پوه شم.))

هغی به ډیری ورځی سره خبره هغه ټکی ته راوستله چی دی غوښتل. هغی خپلی پتی ولوبولی. دبايلو دووږ نټی. خوه ډیر دقت اوباملرنی سره. ((غواړی؟ شه. ته بیسی ردوی. خو هغه ډیر ښه شی دی. زه ډیر خواږ نارینه بیژم چی له شتمنو ښخسو سره می واده کړی او بنیسمانه شوی هم ندی.))

((ښتیا وایی؟))

((ولی. زما گرانه زویه. ددی دباره چی بیسو هغوته داوس ورکړ چی غټ غټ کارونه ترسره کړی که نه به زوندکی به ډیر وروسته پاتسه وه. جیفری. جاه طلبی. بریالیتوب. دا ډیر غټ شیان هی. زه بدی پوهیږم ځکه مادادواړه ازمویلی دی.))

جیفری ورته په شیرشیر کسبل خوخواښیني وه.

((کله کله فکر کوم چی دی شیانوته خوشاله کړی نه می.))

((جیفری. زما خوشالی اونیکمرغی سبب همدا دوه شیان وه. زه تل خوشاله می. اوزه ډیره نیکمرغه می. زویه. چی تاته گورم او پوهیږم چی داټول کارونه می ستادباړه کړیدی.))

((گرانی محبوبی!))

هغه به ډیره مینه هغه مجو کړه او په مینه می دهغی سترگو ته خیرشو. دلارا دباره د ډیری خوشالی یوه شیبی وه.

هغه خپلو خپروته دوام وکړ.

((موری. خو زه نه غواړم چی ته ما بریاد کړی. هر انسان خائنه خپله لارلری اوزه هیله لرم چی برخپله لاره لاری شم به دنیا کی تر ټولو ماته گرانسی نجلی سره چی زما ژوند مرستندویه شی.))

تندی می تریوشه اوزه می شکته ولوید. ((ایلزه.))

هغه ورته وویل : ((ولی ایلزه نه؟ به هر صورت. موږ خو کوژده کړی او فکر کوم سره ددی چی زه د هغی ورتیا نلرم. بیا هم به جهان کم هیت قدرت مورله یوبل نه نشی بیلولی.))

حویه چوینتیا شوه. بیا جیفری خپلو خپروته دوام وکړ. ((موری ته شه فکر کوی. ایلزه ستانه خوښیږی.))

هغی ورته وویل : ((اوه. هسو. البته فکر کوم هغه یوه خوږه اوبیخی باکه نجلی ده خو جیفری. ایاتیروتلی نه می.))

((خدای دباره. موری!))

((نه. صبر وکړه او هیله کسوم فکره کوه چی زه تمصب لرم. ایلزی خپل کاروبار لری.))

((هغه خپل ژوند له ماسره تیروی.))

هغه موسکی شوله. ((جیفری. شی دویار خبری. خوابا خبری به کارسم کړی. زه ډیره ډاریم چی ته تیروتلی می او بنیسمانه به شسی ته به ژوندکی ډیره جانس لری.))

هغه به لوږ آواز وویل : ((زه به به دنیا کی ایلزی له چاسره بدله نه کړم او که شوک زموږ منځ ته راشی. موری - ان که توی.))

هغه ودرید اولارا ناخابه وډاره شوه او په خیر شیر می دهغه سترگو ته کتل. هغه ژوله زوه سواندی نه کار واخیست او بیا ورتیت شو تر خو هغه مجو کړی.

((زما گرانی محبوبی. بخښنه غواړم. پوهیږم چی ته به هیشکله داسی کا. ونکړی. فقط ددی دباره می هغه برماوړه گرانه ده.))

هغی ورته سر وښوداوه. آرامه شوه اوبیایي آمرانه رول ولوباوه.



((بیکاه شبه می یوخه ولیدل چی زه می هم ډیره اندیښمنه کړم.))

هغه ورته وویل : ((دایلزی. نه باره کی.))

هغی ورته ووسته له یوی شیبی خنده ورته وویل : ((هو. البته دا عمو می عقیده ده چی هره هنرمنده یو خه ناخه لری.))

((جیتیا ته دی. موری! ایلزی. له هر بلوه داگرانیت وړ اوباکه نجلی ده.))

((زما گرانی محبوبی. بخښنه غواړم. پوهیږم چی ته به هیشکله داسی کا. ونکړی. فقط ددی دباره می هغه برماوړه گرانه ده.))

هغی ورته سر وښوداوه. آرامه شوه اوبیایي آمرانه رول ولوباوه.

# مدد اکا کیسه

مدواکاد فراه بالابلوک ده سبز د کلی اوسیدونکی به گام اخگری اوبیا کمال زی دی عمر می د ۷۰ کالو پوری اټکل کیری.

کله چی مدواکا خبرشی به دغه یا هغه شنبه دنت. غره یا شنگله کی دلعتی جگری له امله مړه شسوی انسانان برانه دی خپل نوم (بیتل) او گلنگ واخلی برخره سیوسنی او شان ورورسوی او د جنگ شغه پاته شوی مری به ډیر احترام ښخوی.

مدواکا داتوبیر نلری چی مری دجگری به کوم لودی پوری اړه لری. مدواکا زده سوا ندی د تمصب. تمصبی او تنگ نظری شه بساک یوسیبخلی مسلمان او برتولو گران دی. دی دهر انسان حتی دهر ژوندی موجود دتبی کیلو. وژلو اوزو. بدلو شغه رنج وی اووایی خدایه!

((ټول ستا مخلوق دی ته می له غم او دده وژغوری.))

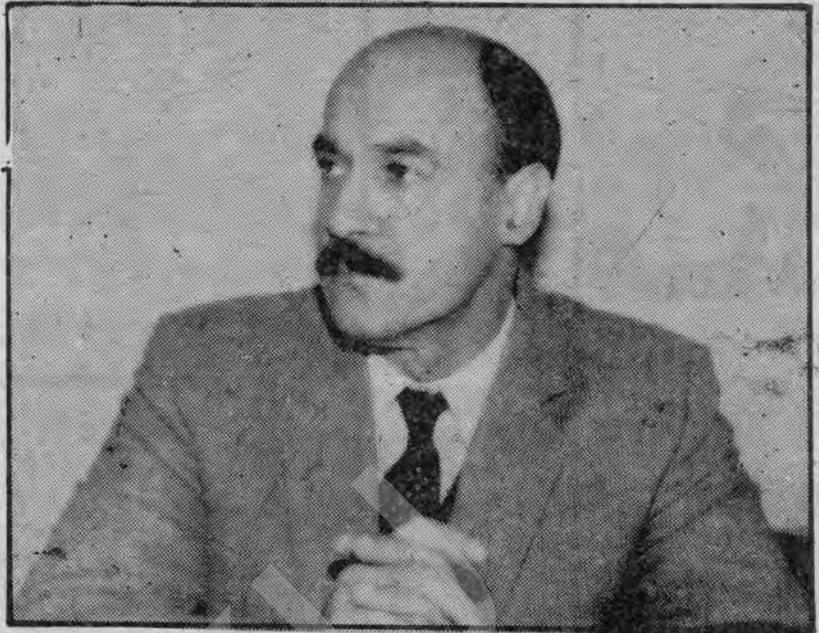
ما کوښښ وکړو چی مدواکا وویتم او مرسته ورسره وکړم خو د ځینسو ترانسپورتی ستونزو له امله د هغه به لیدو بریالی نشوم نو دخپل زوی ته می داسی وصیت وکړ :

زویه!

مدواکا هر انسان خپل همنوع او خپل وجودگنی. دنوع بشر خوشحالی غواړی. هغه بر ټولو حق لری. که بیا هم زه دمدواکا خدمت ته ونرسیدلم ته به می خدمت ته خان ورسوی او که ته ژوندی مدواکا وفات شوی وو نو دمدواکا دښو کارو لنډیز بر یوه ډبره ولیکه او دهغه برقریری وده.

حاجی سعید

# ورزشی



انجشیر نصیر احمد رئیس کمیته ملی المپیک

## حسی دشواری مسای ورزشی

### داریم؟

همکاری متقابل را با آنان جستجو نموده و برخی از این کلب ها را در سطوح تیم های ملی فراخوانید ؟  
- من شخصا به بسیاری از کلب های شخصی سرزده ام. آنان هم برویتم. هایی دارند اما بنابر موقعیت غیر - رسمی تا حدودی موفق اند. مخصوصاً کلب های مربوط به ورزش های رزمی ((کاراته، تکواندو و کانگفو)) در موقعیت بهتر قرار دارند .  
\* نظریاتی وجود دارد که باید فدراسیون این کلب ها را ایجاد نماید. تا اینکه شما بتوانید تیم ملی این رشته را انتخاب نموده و به مسابقات جهانی اشتراک کنید .  
- درسالجاری نماینده گان این کلب ها را دعوت کردیم تا جمع آیند. که فدراسیون ملی شانرا ایجاد کنیم. اما متأسفانه بنابر خصوصیت رزمی ورزش شان وهم از نظریه اصطلاح ((جورنیامدن)) ماموق نشدیم .  
چراکه هریک شان تقاضای ریاست فدراسیون را دارند ودرغیر آن حاضر نیستند از فدراسیون حمایت کنند .  
ما بنابر عنعنه گذشته درین زمینه

بقیه در صفحه ۷۲

هنوز مازامی نیستیم وتمام نو چه خودرا باید به بهبود وپنتر شدن معطوف سازیم. تا سال ۱۳۶۳ روابط کلتوری با کشور های همسایه و برخی کشور های دوست مانند هنگری بلغاریا ، منگولیا، هند، کوییت و چکوسلواکیا داشتیم که تیم های ورزشی را می فرستادیم اما فعلا این روابط محدود و حتی قطع گردیده است . از طرف دیگر در سطح ملی کمیته المپیک حتی یک جمنازیموم سپورتی را دراختیار ندارد. درحالیکه رهبری سپورت کشور را عهده دار است. تیم ملی بکس یک جمنازیموم ورزشی ندارد تیم های والیبال و باسکتبال دختران و پسران روزها اینجا و آنجا به خاطر تمرین سر - گردان اند .

مالوازم ساده سپورتی . متوازی . اوزان و غیره به اختیارنداریم. امکانات فرستادن تیم های خارج برای ما غیر مقدور است. نامه هایی به کمیته های المپیک غرض جلب همکاری فرستاده ایم. چراکه عمالتاً امکانات دولتی برای تدارک زمینه هاومساعدت باورزشکاران خیلی ناچیز وناکافیست.  
\* چه تعداد تیم های ملی در کدام رشته ها داریم ؟  
- فعلاً تیم های ملی والیبال، باسکتبال دختران و پسران، هندبال، هاکی روی سبزه، بوکسنگ، اتلتیک خفیفه ، وزنه برداری، شطرنج ، و جمناسٹیک زداریم .  
\* وضع کلب های ورزشی آزاد چگونه است . آیا تمیشود زمینه های

## رئیس کمیته المپیک سخن می زند

ورزشکاران در سطح ملی و جهانی تشکیل میدهد . کمیته تیم های ملی کشور را انتخاب و تربیت مینماید و روابط بین المللی سپورت کشور را مطالعه می کند .

وطیفه کمیته تربیت بدنی و سپورت توسعه و گسترش سپورت در سطح داخل کشور است .

\* به نظر شما وضع فعلی ورزش چگونه است. تیم های ملی در چه حال و احوالی قرار دارند ؟

- فعلاً ورزش در کشور ما بعد از حوادث مختلفی که نظام عمومی فعالیت های فرهنگی و اجتماعی را صدمه زده نسبتاً سر حال است واضحاً گنه

فعالیت های ورزشی در کشور ما بنابر اهمیت اجتماعی و انفرادی آن همواره مورد توجه نهاد های آموزشی و نهاد های مرکز رهبری این عرصه بوده است .

چرا باید ورزش کنیم . چگونه و در کدام بخش ها با حضور به مسایل تربیت بدنی نسل جوان و نو جوانان ارزش قابل توجه . همه و همه این مسایل در دهه اخیر دچار کمسی و کمبودی هایی گردیده است. که از یکطرف جریان پرسور و حرکت ورزش را در سطوح تیم های ملی کند ساخته و از طرفی هم ورزش در مکاتب عمدتاً به مضمون تفریحی بدل شده است .

به این ارتباط با محترم انجشیر نصیر احمد رئیس کمیته ملی المپیک صحبتی نمودیم. محترم نصیر بکن از ورزشکاران با سابقه و معررب درین بخش است .

وی برای بهبود فعالیت های ورزشی وانسجام بهتر امور در گذشته طرح های جالبی داشت که با توجه به آن انتظار زیاد از حاصل کار شان وجود دارد .

**بهم گفت و شنود را میخوانیم :**  
\* اساس فعالیت کمیته ملی المپیک را کلام مسایل تشکیل میدهد و تفاوت کار آن با کمیته تربیت بدنی در چیست ؟

- کمیته ملی المپیک جمهوری افغانستان به عنوان نماینده گی ملی کمیته بین المللی المپیک فعالیت دارد. وظیفه اساسی کمیته را تحقق ایده های المپیزم، دوستی و تساند



— عبدالرحیم یوسفی تریس تیم کانگفوبو —

# آیا می توانیم درست به معنای جهانی راه یابیم

از امکانات دست داشته او و دوسان مشابه او، استفاده مفید شود. وی مربی کلبی است که در میزان ۱۳۶۲ در کابل به فعالیت آغاز نموده است و تاحال بیش از شش هزار نفر زبانتیک کانگفو آموزش داده است. من برسیدم :

— شما چی چیز را هدف فعالیت چنین کلبی قرار داده اید ؟  
— هدف من رشد استعداد های افغانی در زمینه ورزش بطور عام و کانگفو بطور خاص است مکتب ورزش که تن و روان را می آراید . تسلط انسان بر خصوصیات نهفته وجودش . او را متکامل میسازد . پرورش روح انسان را قادر به شناخت برخی از اهرار آدمی من سازد . موازی با این اندیشه، پرورش تن نیز راز ها و رمزهایی دارد . کانگفو کمک میکند که انسان با هر چه متن بر شدن، قویتر شود و نیروی فیزیکی آن بعدی به تحویل رفتن، بیشتر قوام باید و مقاومت خود را حفظ کند .  
— شما کلب های ورزشی آزاد را چی اهمیت میدهید ؟

— کلب هایی مانند مکتب مراکز تربیت بدنی نسل جوان آنست . برداختن و مصروفیت نسل جوان مادر

چرا ما حضور خود را در جامعه جهانی ورزش یافته نمیوانیم ؟ این اندیشه هم مرا وهم بسیاری از ورزشکاران و ورزش دوستانی را بار ها مشغول داشته است. سالهای دشواری را که داریم میگذرانیم بهانه می است . اما ظالمانه خواهد بود که برای ندیدن استعدادی وطن . انگشت روی چشم بگیریم . امروز در ورزش به اصطلاح مدروز، تکواندو و کانگفو در کشور های زیاد قهرمانان و تریتران افغانها اند و در داخل کشور کلب های زیاد تحت هر شرایطی که است فعال اند و مربیان برجسته بی آنجا مصروف اند در صحبت هایی که با آنان داشتیم . احساس کردم و حس مبتنی شدم که حضور آنان در سند یوم های جهانی ورزشی می ثمر نخواهد ماند . اما اگر در تشخیص و فرستادن شان اصل های معین واقعی در نظر گرفته شود . ما خواهیم توانسته . به جای دیپلوم های افتخاری جوایز اصلی مسابقات را بدست آوریم . من با عبدالرحیم یکن از مربیان ورزش کانگفو صحبت داشتیم . برغم آنکه این صحبت ها با بحث جدی و نسبتا بلحن تند ادامه یافت اما منوجه شدم که او حرف هایی دارد که باید کسی به آن گوش فرا دهد و لازم است

نشریه هایی و طبعه رابه از گن های امسی راجع سوخته اند . حالانکه این وظیفه فدراسیون و مربیان همس ورزش است و کلا محاط شد نی و ممکن نیز است . چرا که در آن صورت مجال برای فرصت طبی و بدنام سازی این یان تیم و کلب باقی نمی ماند و میوان مسابقات را صمیمانه و در بهام دایر نمود و موقع سخت گویی به آدرس ورزشکاران را در مطبوعات هم بدست نداد .

— من پشیمانم موافق . اسم . ممکن است بعضا نشریه هایی در قضاوت عجله کنند . اما بیایید در مورد جهانی شدن ورزش افغانی نظر یسات تا ترا بشتنوم .

— از نظر احساسات ملی و وطنی طرح شما برایم خیلی ها دلچسب افیده است . تقاضا میکنم که الیبیک در بنمورد مسوولانه بیانید . این یک مسأله مهم و حیاتی است . در صورت تحقق آن میوان امیدواری های زیاد حتی از نظر معرفی دوباره افغانستان در جامعه جهانی داشت . حمایت مادی و معنوی از جانب حکومت و حتی حمایت مادی و فیزیکی کلب های آزاد ورزشی در این عرضه

بقیه در صفحه ۷۳

سالهای اخیر به ویدیو ساتون ها و اعتیاد شان به مواد مخدر . مؤثردی است که من فکر میکنم کلب های ورزشی میتواند بان در نقطه مقابل قرار گیرد . آیا این همکاری اخلاقی به تربیت نسل جوان نخواهد بود که به جای فلج شدن، نیرومند و قوی شوند با پرورش تن خود روان متواضع و خدمت گذار کسب کند .

— بعضا مشکلاتی در مسابقات ورزش های رزمی مثل تکواندو یا کانگفو به وجود میاید و از طرفی هم استعداد های زیاد در پشت پرده باقیمانده حتی میوان گفت حضور استعداد های افغانی در ورزش های رزمی درستیوم ها و مسابقات جهانی خالی است . شما چی میگویید ؟

— شما کاملا درست و بجای میگویید . ما بار هاست که تقاضای ایجساف فدراسیون این ورزش را نموده ایم . مشروط بر اینکه در راس آن اصل همین کار باشد . نه کدام شخص فاقد صلاحیت طور افتخاری . فدراسیون کمک میکند که این کلب ها عمل مسوولانه داشته باشند . تحت نظم در آیند تیم ملی ورزشهای رزمی بوجود آید و جلو حدانات ناخوشایند . طور مسوولانه گرفته شود . بعضی

# ورزش

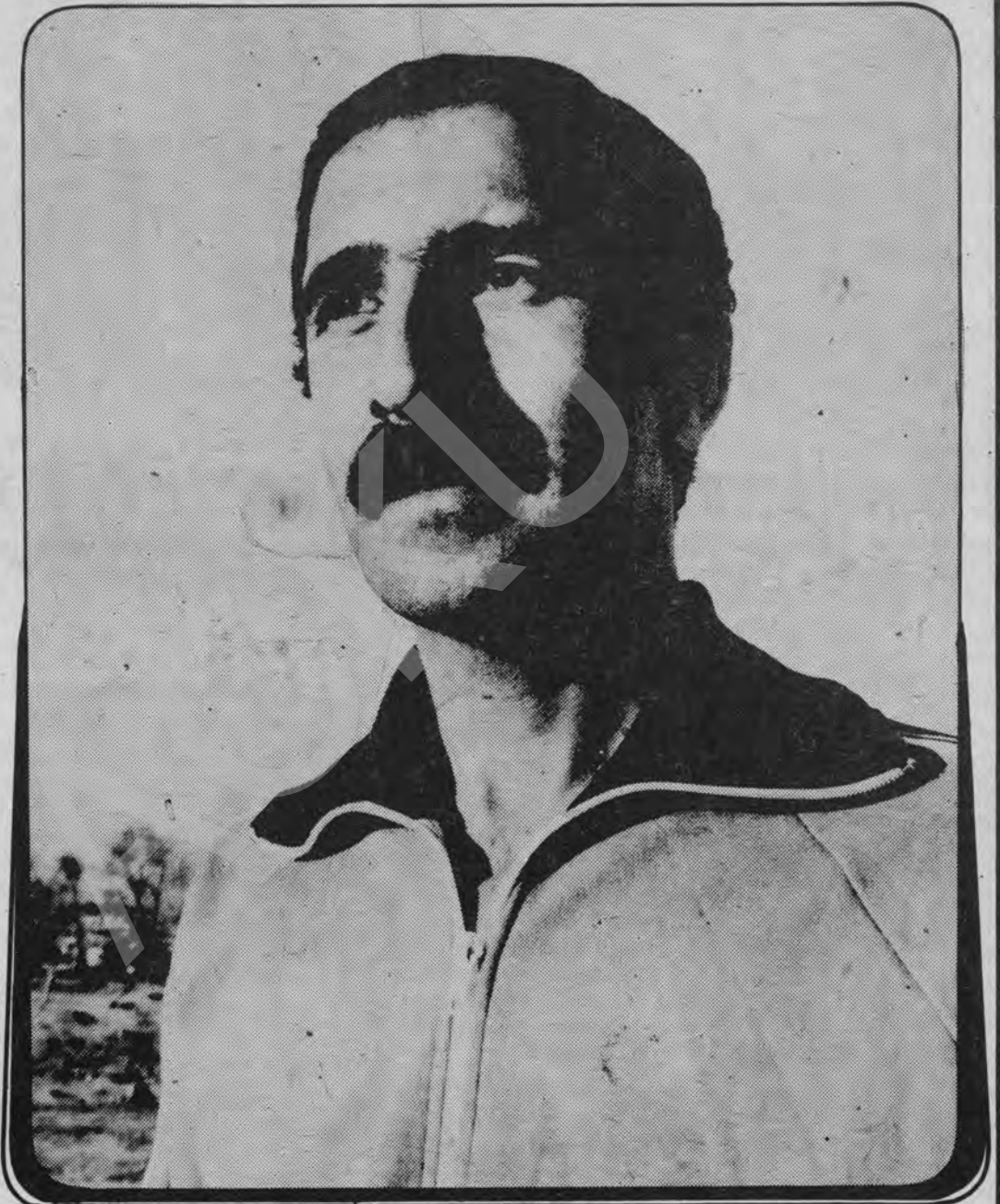
فوتبال هنوز ورزش شماره يك در جهان معاصر بحساب می آید و برای معرفی سز زمین های نا شناخته تیم های ملی فوتبال کاری را انجام میدهند که همسطح کار مورخین و جغرافیه نگاران است.

چند سال پیش تیم ملی فوتبال افغانی توانسته بود که آرام آرام جای خود را در کشور و منطقه تثبیت نماید دشواریهای پیش آمد که این ورزش دچار مشکلات گردید لازم است تا دو باره برای تیم ملی خویش در فهرست تیم های جهانی جایز کنیم و بسه تربیت بلیران منی توجه خاص نماییم.

مسابقات مقدماتی فوتبال برای مسابقات المپیاپی (۱۹۹۲) که در یکی از شهر های اسپانیا بنام (بارسلونا) دایر میگردد از اول مارچ (۱۹۹۱) آغاز میشود. بر اساس جدول فدراسیون بین المللی فوتبال (فیفا) مسابقات مقدماتی فوتبال در پنج قاره ساز ما ن یافته است. فدراسیون فوتبال افغا - نستان که از جمله بنیان گذاران کنفدراسیون فوتبال آسیا میباشد بعد از قرعه کشی در گروپ (C) بیسن کشور های افغانستان - عربستان سعودی - سزیلانکا - اردن و بحرین قرار گرفته است.

اطلاع یافتیم که کمیته ملی المپیک تیم ملی فوتبال را نوسازی نموده و قرار است تیم ملی فوتبال افغانستان بعد از دوازده سال وقفه در مسابقات مقدماتی در ماه حوت به کشور بحرین غرض شرکت در مسابقات بروند. اما تشویش هایی وجود دارد که ممکن است برای شرکت تیم منی فوتبال در بحرین برخی مشکلات در مورد سفر شان از افغانستان بوجود آید. از جمله پروبلم سفریه و مسایل مربوط به آن یکی از مواردیست که مستلزم توجه مقام محترم صدارت عظمی بوده و بدون همکاری آن حل این مسئله ممکن نخواهد بود. باتوجه به این نکته که اشتراك تیم فوتبال افغانی در مسابقات آسیایی به معرفی دو باره ورزش کشور در سطح جهانی مطرح میگردد لازم است درین مورد از همه امکانات استفاده شود.

ما در رابطه به چگونه اشتراك



زمان عثمان تربیت تیم ملی فوتبال

## ورزشکاران را به بیگانه ها پیروند

صاحب از لیلیا



# ورزشی



تیم ملی فوتبال افغانستان

جدول انتخاباتی یا (فورمه انتخاباتی) را که در آن معیار های چون تکنیک و تکتیک تمسکین درج گردیده بسود برویت میدان مسابقه هر بازیکن بطور فردی در هر مسابقه ارزیابی گردیده و نمرات درج جدول انتخاب میگردد . بعد از ارزیابی نهایی هژده بازیکن در تیم ملی فوتبال کشور انتخاب شد و اکنون نیز تمرینات ادامه دارد .

• آیا تیم ملی فوتبال از تکنیک و سیستم های جدید فوتبال در سطح بین المللی شناخت و اطلاع دارند ؟

- علم اشتراك تیم فوتبال افغانستان در مسابقات بین المللی مانع شناخت ورزشکاران ما از نحوه و میتود بازی تیم های کشورها بوده که اکنون هم نمیتوانیم سطح بازی تیم فوتبال برخی کشورها را باتیم خود مقایسه نماییم . ولی یاد آوری مینمایم که تیم ملی فوتبال کشور ما باوجود امکانات محدود توانایی انجام مسابقه رباتیم های خارجی دارد

• تیم ملی کشور ما در ردیف کدام تیم ملی کشور های آسیایی قرار میگیرد ؟

- با در نظر داشت وضع ناگوار اقتصادی که دامنگیر ورزشکاران ما بوده و از جانب مقامات مسوول مورد توجه قرار نمیگیرند و در مسابقات بین المللی اشتراك تیمورزند که خود

بقیه در صفحه ۷۲

فدراسیون بین المللی (فیفا) ؟

- اصلاً در صورت علم اشتراك تیم ملی فوتبال افغانستان در مسابقات مطرح نظریه عضویت فدراسیون فوتبال افغانستان در سطح جهانی و آسیا مورد بحث قرار خواهد گرفت با در نظر داشت اهمیت موضوع فدراسیون فوتبال از مقام محترم صدارت عظمی صمیمانه تقاضا نموده است تا زمینه اشتراك تیم ملی فوتبال افغانستان را در مسابقات آسیایی مساعد نمایند زیرا مصارف رفت و آمد تیم بدوش کشور شرکت کننده میباشد . کشور میزبان مصارف خوار و بار را می پذیرد .

• در تیم ملی فوتبال چی تعداد پلیران انتخاب شده اند ، انتخاب کاندیدان به کدام شیوه صورت گرفت ؟

- همه ساله مسابقات انتخاباتی بین کلب های آزاد ورزشی و موسسات رسمی صورت میگیرد که کنگوری اول شامل مسابقات میشود . بیش از تئویر مسابقات انتخاباتی نماینده های کلب های ورزشی و موسسات رسمی اعضای هیات انتخابات را معرفی مینمایند که البته در ماه جوزا سال ۱۳۶۹ بر اساس بلان فدراسیون فوتبال مسابقات فوتبال جهت انتخابات از سابقه دار ترین چهره های ورزشی فسال توسط نماینده ها انتخاب شد . قبلا فدراسیون فوتبال برای بار اول جهت انتخاب بهترین فوتبالیست ها

تیم ملی فوتبال  
افغانستان  
بعد از ۲۲ سال  
در مسابقات  
مقامات فوتبال  
جهانی اشتراك  
میتوانند

تیم فوتبال ما درین مسابقات ، مصاحبه ای با (زمان عثمان) ترینر تیم ملی فوتبال افغانستان که خود ماستر سپورت ج.ا. و از چهره های ورزشی و ورزش کشور است ترتیب نموده ایم که میخوانید :

• چی تدابیری برای نو سازی تیم ملی فوتبال و شرکت در مسابقات آسیایی اتخاذ نموده اید ؟

- فدراسیون فوتبال افغانستان بعد از دوازده سال زمینه را مساعد ساخت تا عملاً تیم ملی فوتبال افغانستان در بازیهای آسیایی اشتراك نماید . چنانچه این فدراسیون قبلاً اسناد مربوط به چگونگی اشتراك تیم ملی فوتبال افغانستان زادر مسابقات آسیایی به فدراسیون بین المللی فوتبال (فیفا) و کنفدراسیون فوتبال آسیا تکمیل نموده و اشتراك تیم افغانستان در مسابقات مذکوره مورد تأیید قرار گرفته است . لازم به تذکر است که تیم ملی فوتبال افغانستان بر اساس یادداشت (فیفا) مکلفیت دارد نادر مسابقات بین المللی سهم بگیرد . زیرا از دوازده سال به اینطرف تیم ملی افغانستان نتوانسته است در مسابقات آسیایی که هر چار سال بعد یکبار دایر میگردد اشتراك نماید .

• شرایط اشتراك تیم ملی فوتبال ما چگونه است . آیا قرار است مصارف را جانب افغانی بدهد یا

# زنی شوهرش را به قتل رسانید

نوشته رهش



حس محکوم میکند. اما بسیار  
تسجب آورد این است که بعد از ارجاع  
شدن دوسیه به محکمه بدنی، همه  
برائت حاصل میکنند .... صرفاً  
در فاصله یک محکمه تا محکمه بدنی  
بیست سال و شانزده سال حبس به  
جرم قتل عمدی برائت داده میشود.  
قابل یاد آور است که نامها راهه  
و همه مستعار برگزیده ام زیرا  
قهرمانان اصلی داستانم از برکت  
محکمه مرافعه آزاد و بری المنعمه  
استند. صرفاً شماره مکتوب های  
یادشده و شماره فیصله نامه ها  
حقیقت دارد. و داستان نیز حقیقت  
دارد. و یک حقیقت برجسته را از ملاقات  
بمقامات محترم لوی خارتوالی به دست  
آوردم که خارتوالی مربوط به فیصله  
مرافعه اعتراض نموده و طبق معمول  
منتظر محکمه سوومی باید بود که چه  
فیصله می خواهند کرد؟

بیرون میشود .  
وقتی جسد را پولیس محل به  
دست می آورد. دوائر زیگنال های  
قبلی آنرا با عکسهای فاروق کارگر  
تطبیق میکنند و وقتی متیقن میشوند  
که جسد فاروق است ، به مطالعه  
و تحقیق اخلاق و مناسبات فحیه زن  
فاروق میردازند و یکمده زیگنالها این  
نتیجه را به دست میدهد که فحیه با  
کسی دیگر ارتباطات نامشروع  
دارد. اولین گرفتاری های پولیس  
موافقانه ترین اعترافات را به دست  
میدهد .  
با ملاحظه اعترافات و مدارک دیگر  
انباتیه جرمی خارتوالی. محکمه ناحیه  
نهم ذمیمه نامه شماره (۲۰۵۴) مورخ  
۲۰۱۰۲۸ خویش در فیصله نامه  
۱۳۸۹۱۸ خویش علی و جبارا  
به مدت بیست، بیست سال حبس  
تفین و فحیه را به شانزده سال

آگاه میشود و به جبارا مراجعه میکند.  
جبارکه در موقعیت حساسی قرار  
گرفته، در خانه علی از دوستانش  
علی، عمر و محمود دعوت میکند که  
فاروق شوهر فحیه را بکشند و  
برایشان وعده میدهد که یک لک  
افغانی میبردازد، پس از موافقه آنان،  
شصت هزار افغانی را بیشتر تادیه  
میکند و چهل هزار افغانی را به آینده  
(پس از قتل فاروق) وعده میدهد .  
قاتلین شام به منزل فاروق رفتند،  
اورا از خانه بیرون میکنند و در  
منطقه ای به نام بند قابل بای میرند  
و در آن جا به ضرب ساطور بند بند  
وجودش را جدا جدا ساختند و بعد از یک  
بوجی میاندازند و آن محل را با قناعت  
خاطر ترک میکنند . جسد قطعه قطعه  
فاروق، کارگریکه هرگز نخوابسته  
بود همسرش با نام جرمی محرم شود،  
در یکی دوازده روز دم میکند از شناخت

آغاز یک مناسبت پنهانی  
به چنان انجلی رسید که زنده می را  
بی جان کنند !  
فحیه خانم فاروق کارگر یکی از  
فابریکات بود. مدتها با جبارا مناسبات  
پنهانی داشت ، اوکه خود زن کلان  
سنی بود و جبار نیز کلان سن تر از  
او بود در حفظ پنهان کاری مناسبات  
شان بسیار زیاده بودند ، تاحدی که  
برای گسترده شدن مناسبات شان،  
متوجه پیوند خویشی میشوند و دختر  
فحیه را به پسر جبار نکاح میکنند .  
و آزاد شدن پای جبار به خانه فحیه  
در مناسباتشان نوعی از افراط را دیدند  
می آورد که حتی فاروق همسر فحیه  
نیز مشکوک میشود و وقتی از این  
مناسبات آگاه میشود ، تصمیم  
میکیرد تا همسرش فحیه را به  
بهانه ای از شهر بیرون بکشند و به  
قتل برسانند و لذا فحیه از بیلتاش

# زما د

# سری ماښام

خیر نمل زوا

زما سترگی ستادمخ دلبر دڅلاندو  
وړانگو دهیلووړوکی کاسه شوه. نو  
هیلی دوصل هینی ته به تبه ده خو  
هلته دیریشانو غوړیدلو زلفو تیاری .  
ددی زبو وړانگوموچ وتوراوه - هغه  
دسری ماښام دسپینی سپوږمی به  
بلو. وزگه شو- جیری. هلته چی د  
هیلوکاسه د زړه دتل به خم کی ډوبه  
شوم- هو! دهغه خم تل ته ولویده.  
منم چی دزړه دتل خم ته ولویده او د  
ناآرامی دولولی جوش یی بیا آرا می  
ته نه پریشود .

ای زما دسری ماښام سپوږمی !  
بوهیږم چی دماښامتیاری تناو اوږد  
شو. او دعمر د غمونو دپارونو د  
تړلو دپاره غنځیږی. گوره زما دسری  
ماښام سپوږمی ! دادغونو دروندبار  
مایووږ. کلونه کلونه. آیا اوس د  
زړه ددی خم به تل کی دماسره دا  
نوان شته چی د هیلو دا کاسه او  
ډوبی شوی کاسی ته لاس وروغوه  
اوزما ترمادونو سره یی دسترگو .  
سروسترگو وکاسی ته وسپارم ؟  
منی چی هغه یادونه نن دسترگو  
کاسه هینی چی داوبنکو به سپینو  
مرغلرو ډکه ده. اوستا د مخ دلبر  
وړانگی خنی مروړی بیگاری .

زه دسری ماښام سپینی سپوږمی !  
زه ولی تاته دسری ماښام سپوږمی  
وايم ؟

زه چی هغه وخت د هینی د هیلو  
دتراد به نامرادی نوم خیر. ما خو  
فکر گاره چی دستا دمخ دلبر وړانگی  
به دهیلو دا کاسه تشه نه پریردی .  
مانه منله چی ستا دغوړیدلو زلفو  
تیاره به دادوړانگو موچ دوهسری  
توروی اودا دسپینی سپوږمی بلوشی  
به دزړه دتل به خم کی ډوبوی اود  
ناآرامی دولولی جوش به یی بیا آرامی

ته نه ږدی. خواوړن چی د زمان  
کلونو کلونو دتیاری تناو زما عمر د  
بشموسره سم وغشیده بیام دی د  
یادونو گنر زما دزړه طواف د هنی  
قینی دطواف خفه لانه دی گرزولی .  
خوزما دلبر زبه زبا ! هغه دهغه  
خای پردیوالونو موپلی چی سی د  
بامستیل. دغمنجو سترگی نه شوای  
پرلگیدلای. هلته ستا د مخ زبا. د  
امیسونو دمورو ((آسمانی غره ته ))  
دبیا لیدلو دتسی خفه لویدلی ده .  
خودلته دزړو تل خم دیادونو به لاس  
یو جام دروهاندی کوی اوداولولنه  
عظسی توده ساتی. ای زما د سری  
ماښام سپوږمی چی دتوری تیاری  
دظلمت به لاس دزمان کیسی ووه  
کری یی !

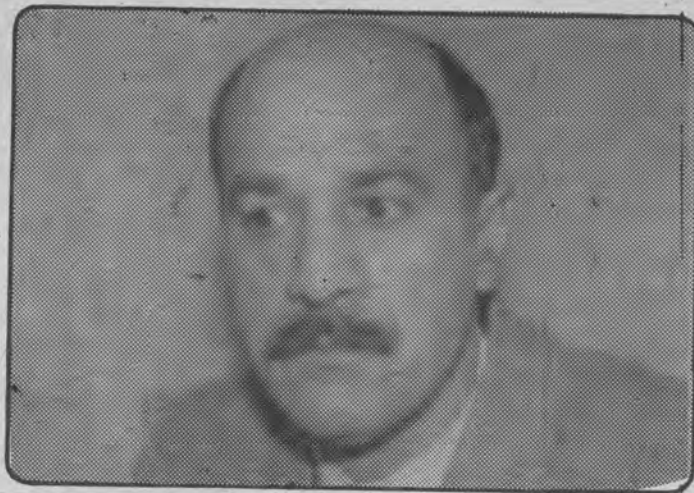
منم چی دنری دنیا یست دناوی  
(پاریس) رنگین بلوته وینی خوهغه  
تاته ددی ناوی به هر حال کی زما د  
زړه دداغونو یادساتلی دی .

ای زما دشوانی دهوسونو د باغ  
ناغوړیدلی غوږی تر

ته خو هلته دنری دنیا رنو هغه  
الوهیت حریانه کری یی. هغه چی  
دهتر الهه ورته زابلنی شوی ده مگر.  
ددی داغلی زړه دتودی ولولی یا دمه  
هیره وه هغه چی دلیدلو به وخت کی  
به ستا پر سپین مخ دحیا ... خنی  
زما دزړه سرولبنوته اشازی دزلودی.  
دهغو یادونو وږمه ستا خزان وهلی  
باڼه . نه لږ زوی .

خیر که ته دلخو لیخو به محفل  
کی داوړولو. اړولو نندارو او هغو یی  
سوزه نندارو ساعت گری مشغولانه  
اوپاستلی یی خوبیام هیله چی د  
بضای دسوزوساز هغه نغمه هیره  
نه کری. هغه چی ستا دحیادسرخ  
دلشبی تر مخ واری واری کیدله او زما  
دسوی زړه دسوز اوزی تازه سانه  
هیله بیام هیله چی دایاددخیسی  
خزان وهلی باڼی سره یوشای وستی!

# ورزشکاران...



## چشم‌انداز ورزشکاران ۰۰۰

### بقیه از صفحه ۹۹

زمینه را ایجاد مینماید که فاصله بین تیم فوتبال کشور ما و کشورهای همجوار محسوستر گردد.

• طوریکه در مسابقات دیدم میشود اکثر اعضای تیم ملی فوتبال از لحاظ توانایی در سطح پایینتر قرار دارند، چي راه های تربیت و پرورش بهتر شان را مدنظر دارید؟

- در صورتیکه مقام محترم صدارت عظمی جهت تقویه نیروی فزیکي آنان کمک مالی نماید و در پهلوی آن زمینه اشتراك تیم های فوتبال ما بخارج از کشور مساعد شود، نقاط ضعف ورزشکاران ما محدود گردیده به تدریج رفع میگردد. و در صورت عدم تقذیه درست و عنم اشتراك در مسابقات بین المللی سطح بسازی فوتبال ما پایین می آید و واضحاً بر اساس عصریه (۶۰) افغانی چیزی بدست

نیاید  
• چي فکر میکنید کدام يك از اعضای تیم در مسابقات خوب خواهد بود درخشید؟

- من به صفت نریز به این عقیده ام که بازی فوتبال بازی دسته جمعی بوده و برای کسب نتایج بهتر لازم است تا بازیکنان داخل میدان به صورت هماهنگ و موثر ایفای وظیفه نمایند زیرا بازیکن بطور فر دی نمیتواند بدون کمک و همکاری سایر بازیکنان نتایج معین را بدست بیاورند.

• در مجموع روحیه تیم ملی را چگونه بررسی میکنید؟

- روحیه بازیکنان ما جهت اشتراك در مسابقات آسیایی بهتر بوده و همه آرزوی آنها دارند تا در میدان مسابقات آسیایی بازی خوب اجرا نمایند.



موجود غرض معرفی ورزش افغانی در ستدیوم های کشورهای همسایه و عجلتاً قاره خود ما کدام ورزش هارا اولیت بدهیم، تا بتوانیم در ستدیوم جهانی حضور یابیم و در فعالیت های کمیته بین المللی المپیک وارد عمل شویم؟

- گرچه این سوال مشکل است که بتوانیم فوراً نتیجه گیری کنیم، به ورزش های ملی مانده. پهلوانی و در مورد دیگر به فوتبال باسکتبال باید فکر کنیم، تا تیم های ملی را تقویه کنیم.

• و در مورد ورزش های رزمی که به اصطلاح مود روز است چي؟

- هنوز این ورزشها شامل مسابقات المپیا نشده است، در نظر است که درین مورد تصمیم نهایی اتخاذ شود.

پاز هم ما مطالعه میکنیم با در نظر داشت تدویر چنین مسابقات و دعوت تیم های افغانی به هر حال امکانات چنین سفر های ورزشی را فراهم خواهیم آورد.

• تغییر بملی شما برای بهبود امور المپیک چیست؟

- سعی می و رژیم فدراسیونها فعالتر شود و تیم های ملی را در رشته های مختلف طوریکه لازم است فعال سازی و در برخی رشته های دیگر تاکنون تیم های ملی ایجاد شده که کار کنیم.

• از انتقادات جدی که به آدرس کمیته المپیک و کمیته تربیت بدنی وارد میشود که آن هم اساساً در شرایط کشور، باید هر دو يك کمیته باشند مساله سفر های خارج از کشور است. درین مورد کدام اصل های را در نظر می گیرید، بعضاً هم مشکلاتی پیش

بیشنهاد کردیم که بیایید رئیس فدراسیون را از میان شخصیت های اجتماعی، فرهنگی، مذهبی، سیاسی یا حتی محافل تجارتي انتخاب کنیم که هم دعوا مرفوع شود و هم مشکلات شما راحل کنیم.

• آیا ممکن است که کسانی سیورت را بلند نباشند در رأس فدراسیون ها قرار گیرند؟

- بلی در تمام جهان معمول بوده و قبل از انقلاب نیز روسای فدراسیون ها، شخصیت های مختلف اجتماعی اعم از ملکی و نظامی و علاقمندان ورزش بوده اند.

فعلتاً رئیس فدراسیون فوتبال ایتالیا شاروال شهر است یا رئیس فدراسیون شطرنج شوروی يك فضا نورد است این شخصیت ها از امکانات خود استفاده نموده در حل مشکلات و تدویر مسابقات نقش بازی می نمایند.

• چه اساس برای انتخاب این روسا وجود دارد؟

- شخصیت هانز جانبور ورزشکاران کاندید میشوند، بعداً با انتخابات آزاد یکی از آنان انتخاب میگردد.

• آیا این روسا از امتیازات کمیته هانند سفر های ورزشی و غیره هم استفاده مینمایند؟

- در مدت زمانیکه من در رأس کمیته قرار دارم تاکنون کسی ازینگونه امتیازات استفاده نکرده است. هدف ما هم این است که ما از امکانات آنها برای بهبود وضع نا به سامان ورزشی و برای حل مشکلات ورزشکاران بهره جویم، نه اینکه برای آنان امتیازی بدسترس هم نذاریم بدهیم.  
• با در نظر داشت، مشکلات

• میگویند بیشتر از ورزشکار با آنان هیات های تشریفاتی می رود؟  
- چنین مورد یان بوده یا بر اساس ضرورت های وظیفوی و استفاده مسوولین از تجارب مسابقات ورزشی در نظر بوده است.

• مادر شماره های بملی باز هم نظریاتی را در باره بهبود وضع ورزش به چاپ میرسانیم امیدواریم بتوانیم امکانات بررسی کامل و وضع را بدست آوریم.

میاید از جمله سفر تیم ملی فوتبال به بحرین که کمیته، وجوه لازم برای سفریه آنها بدسترس ندارد؟

- بلی این سرو صداها وجود دارد، اما یک مسئله است که ورزشکاران بنا بر اینکه هر يك از نظر خصوصیت رشته یی آماده مسابقه و شرکت در مسابقه اند، بنا برین همیشه تیم ها و افراد خود را مستحق تر می شمارند ما آماده میشویم که شرایط مینوی را درین زمینه بوجود آوریم.

نلاش بخاطر زنده گی برای من هیچ سودی ندارد. آخرین یادداشت من بعد از دو شب و دو روز در آخرین لحظه زنده گی بروی کتابچه ای که روزها قبل از مسگی گرفته بودم، می نویسم حال اوق های آخر من است. از دهان خون جاری شده خیلی ضعیف و ناتوان شده ام. جسمانم بسیار کم می بیند. حتی آواز پرند ها را که در جوار گردم آواز میخوانند بسیار ضعیف می شنوم شب گذشته یک حیوان شاید شغال و یا گرگ بود در نزدیکی های من مدت زیادی نشسته بود شاید به ناله های زاری که از من برمیخواست گوش داده بود یا اینکه منتظر بود که چه وقت من میمیرم و او به گوشت گنده ای جانم دندان تیز کند. من ندانستم که او چه وقت رفته بود شاید دلش بحال من سوخته بود، شاید آواز انسان های دنیا خوشتر بود. اگر او حوصله میکرد وقتی من میمیرم شکاری بدون گوشت نصیبش می شد، گوشت جانم را انسان ها خوردند و پوست و استخوان را حیوانات. من دیگر نمیتوانم این قلم را کش کنم و گرنه بسیار درد های ناگفته دارم شکوه و شکایت از انسان های دنیا دارم. فقط همین آرزو بدلم است که بعد از مرگ من هیچ کس قادر به کشف درد های دلم نخواهد شد من گلی بودم که بیش از جوانه زدن پژمرده شدم. من دیگر بوی گل نارنج جلال آباد را نخواهم بوید، و درین لحظه آخر یک خوشی همراهی است که به خوب است که من دیگر بروی انسان های زنده دنیا نگاه نمیکنم، انسان های دنیایم دیگر نمیخواهم حتی روی شما را ببینم. الوداع که من میمیرم همه گی تان. پدر، مادر، برادران خدا حافظ مرا ببخشید. من بیگناه مردم. من بیگناه غرق کثافت شدم و نوای آشنای من خدا حافظ ات.

(۴۴)

این بود نام چیزهای که در کتابچه درج شده بود. من عنوانی مجله سبب اوون آرا پاکت میکنم تا باشد اگر اقبال چاپ یافت چاپ شود تا سه بخوانند و اگر چاپ نشد باز هم بکنفر حنا آرا خواهد خواند.  
باتقدیم احترام به تمام کارکنان و مسوولین مجله سبب اوون.  
لمری خاتون نجم الدین جلی  
از نوای غارتقوی

# دستورات مفید...

پیه از صفحه ۳۵

حامله گی:

- \* خانم هاییکه فشار خون دارند و حامله میشوند و یا آنانی که بعد از گرفتن حمل فشار خون شان بلند می رود، هرگز نباید در خانه وضع حمل کنند، باید در شفاخانه و تحت نظر داکتر ((نه قابله)) ولادت صورت گیرد. این گونه بیماران بهتر است ۳-۴ ماه پیش از ولادت بصورت منظم تحت نظر داکتر قران داشته باشند، بی احتیاطی برای مادر و طفل خطرناک بوده میتواند.
- \* خون دادن: کم کردن خون ممکن است موقتا از فشار خون بکاهد، اما کوچکترین اثری در تنقیص فشار خون ندارد، مگر در صورتیکه زیاد بودن فشار خون از اثر تزاید گریوات سرخ خون باشد و یا تزاید گریوات سرخ با آن ضمیمه باشد کم کردن خون مفید واقع شده میتواند، در صورت سردردی های ناشی از فشار بلند خون نیز کم کردن خون مفید بوده میتواند.
- \* **تداوی فشار خون:**
- \* فشار خون بلند را به چهار گروه

میتوان تصنیف کرد:

- \* گروه اول آنانی که فشار خون شان علتی دارد که باید علت را دریافت و رفع نمود که فشار خون بلند نیز با رفع این علت از بین می رود.
- \* گروه دوم - آن هایی که علت فشار خون شان مجهول است، مگر هنوز عوارض و مشکلاتی برای شان ایجاد نکرده است که برای اشخاص، پروگرام ساده زنده گی برهیز غذایی و رعایت یک سلسله دستورات کافی بوده و نیز یک مقدار کم ادویه آرام بخش عصبی میتواند استفاده کنند.
- \* گروه سوم - آن هایی که فشار خون شان بلند بوده و تناسب بین حداکثر فشار خون و حداقل آن برهم خورده است و یا ناراحتی هایسنی احساس میکنند، این گروه باید تمام تدابیر غذایی صحی و زنده گی شخصی یاد شده را دقیقاً رعایت کرده و نیز ادویه خاصی استفاده نمایند.
- \* گروه چهارم - آنانی هستند که دچار عوارض و نتایج وخیم بیماری شده اند که هر یک از این عوارض افزون بر فشار خون باید به صورت جداگانه تداوی شود.

# مطبوعات

## آزاد

پیه از صفحه ۵۵

زورنالیزم در ارتقای سطح کیفیت مواد درسی و پروگرام های مربوط آن در جهت تربیت بهتر کادر های مسلکی اقدام بعمل آورد.  
وزارت بلان و وزارت تحصیلات عالی و مسلکی، وزارت اطلاعات و کلتور پیشنهاد اتحادیه زورنالستان را در زمینه معرفی کاندیدان عرصه زورنالیزم جهت آموزش تحصیلات عالی در خارج کشور و همچنین اشتراک در کورس های قصیرالمدت ارتقای سویه و سایر اقدامات دی امر تربیت و آموزش کادر های مطبوعات و زورنالیزم ارزیابی و حتی الامکان اهداف متذکره را در طرح پلانهای تحصیلی آینده تحقق بخشند.  
وزارت امور خارجه و وزارت اطلاعات و کلتور متناسب به امکانات، تسهولیت زورنالستان را در ترکیب بعضی از هیات های دولتی جهت اشتراک در کنفرانس ها، سیمینارها و سمپوزیم های بین المللی در نظر بگیرند.

وزارت اطلاعات و کلتور با اشتراک وزارت امور خارجه با همکاری دفتر مطبوعاتی صدارت عظمی به منظور تهیه مواد معلوماتی از وضع سیاسی و اجتماعی و تامین هم آهنگی فعالیت مراکز مطبوعاتی کشور و جمع آوری افکار عامه و مستحضر آن مسأله ایجاد مرکز مطبوعاتی داخلی را بررسی نموده والی ۲۵ جسی ۱۳۶۹ پیشنهاد مشخص در زمینه به شورای وزیران فرجه نماید.

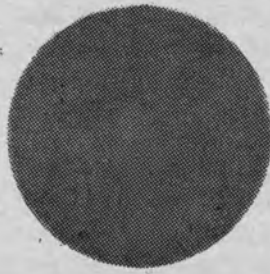
وزارت ها و ادارات در جهت رفع نواقص و نارسایی های که طی پیشنهاد ها و انتقادات از طریق وسایل اطلاعات جمعی (راديو و تلویزیون، روزنامه ها، جراید و مجلات دیه خصوص برنامه آئینه و برنامه هنرمند مردم) انعکاس می یابد اقدام و نتایج اجراءات خویش را در موارد مشخص با استفاده از امکانات اتحادیه زورنالستان و مطبوعات کشور به نشر برسانند.



# کتابخانه سبب اوون

پیه از صفحه ۶۷

اهمیت زیاد خواهد داشت. تنظیم سفر های خارج بر اساس لیاقت و استعداد واقع نگری و برهمنز از علاقمندی های گروهی و گروهی میتواند تریبار تر باشد حتی میتوانستیم از چنین مدال های اولی و اصلگی مسابقات زا به ارمغان بیاوریم.



# خانه‌ی برای ...

ما از سنگر بیرون شدیم و خسته و کوفته دنبال پدر و مادر هایمان روان شدیم در این موقع چشمانمان همان طور که به ماسفارش کرده بودند . کاملاً بسته بود (تامبادا نگاهمان به جنازه ها بیفتد) به طرف خانه ما ن به راه افتادیم ، اما خانه خود را پیدا نکردیم خانه کاکا حسن خانه سو می ونیمی از خانه چهارمی خیا بانان را رامه پیدا نکردیم همه آنها به کوه از خاک تبدیل شده بود . و بالای تپه خاکی که قبلاً خانه ما بود ، یکی از قاز های ما حیران و سرگردان بسود . یکی از پنج چوچهاش نیز پشت سرش بود . و در حویلی ، دیگر اثری از بوی خوش گل یاسمن نبود . پدرم مثل آدمهای تنگ ، اول - استاد و به خرابیها ، و بعد به مادرم که از دیدن آن منظره عجیب باناش پند آمده بود ، نگاه کرد . و آخرین و ناخوش آیند ترین اتفاق آن روز گریه پدرم بود . چیزی که تا آن روز ندیده بودم .

مادرم بین اشکهایش ، زمزمه کنان گفت : (( نتیجه یک عمر کار طاقت فرسا ، در یک لحظه از بین رفت . )) پدرم اشکهایش را پاک کرد و زیر لب گفت : (( خدا را شکر که ما در خانه نبودیم . )) چند دقیقه ای همه ساکت شدیم . و بعد پدرم گفت : (( باید کوچ کنیم برویم یک جای دیگر مملکت . )) و آن روز همه ای نازده ، یعنی کلمه (کوچ) را یاد گرفتیم .

پدرم دو باره گفت : (( برویم خانه عه تان تا سروسامانی به وضعمان بهمیم . البته اگر آن هم خراب نشده باشد . ))

شده که من میتوانستم انعکاس صدای ماشین های شان را که مرا می لرزاند حس کنم . و بعد ناگهان نورها به نحوی وحشتناک بیا بان را عریان کرد و بعد بلافاصله به قول زن کاکا حسن (دوسال بعد از آن شب که برای اولین بار به دیدنش رفته بودیم) (در گیار گلوله مثل باران بر سر مردم بارید.)

فریاد هایی که از زمین بر می خاست با انفجار هایی که از آسمان نازل می شد می آمیخت و چینی از هیاهو و ولوله به وجود می آورد . که هنوز هم پس از گذشت سالها ، صفایش در گوشم است . وقتی صبح شد ، مادرم و زنان دور و بر ما همه دچار تشنج شده بودند ، ولی پدرم بیپرده سعی میکرد تا مادرم را به حال عادی برگرداند .

و بالاخره قتل عام پایان یافت و طیارات از آسمان شهرمان محسو شدند و انفجار ها و غرشهای آسمان قطع و راه برای سرو صدای جنون - آمیز هموار شد . تا اینکه سیاهی شب رفته رفته کم رنگ و شمعای از روشنایی روز ظاهر شد .

پدرم فریاد زد : (( طیارات درست بالای سر ما هستند . )) مادرم از ترس چیخ کشید و خودش را روی ما انداخت تا ما را بپوشاند . پدرم هم همین کار را کرد . مردم از هر طرف صحرا فریاد میزدند که ساکت باشیم و پشت سرش هم کسانسی بودند که به آنها می گفتند :

(( خطه شوید ! )) من گردنم را دراز کردم و سرم را بیرون کردم و از پشت شانه پدرم به آسمان نگاه کردم . دلم میخواست که پیلوت آلمانی را در طیاره اش ببینم تا شاید بتوانم تصویری را که از آلمانها در ذهنم مانده بود ، صیقل و سنگین کنم . اما پدرم سرم را دوباره باز کرد .

مادرم زاری کنان پرسید : (( اگر آلمانها با انگلیسها جنگ دارند ، پس چرا ما را بمباران می کنند . )) ولی پدرم در جواب ، چیزی نگفت .

همین پرسیدم : مگر ما با آنها دوست نیستیم . )) و پدرم این بار با عصبانیت فریاد زد : (( خدا هر دویشان را لعنت کند . )) طیارات آنقدر به زمین نزدیک

و گریه می کردیم . یعنی خیلی از بچه هادر آن تاریکی غلیظ شب گریه می کردند .

پدرم نیست دقیقاً چند نفر در آن شب بر اضطراب به بیابان پناه آورده بودند . فقط می دانم که صحرای سیاه ، از جمعیت موج می زد . طوری که فکر می شد مردم جمع شده بودند تا جشن میلادیکی از اولیاء ، یا آن طوری که کاکا حسن به کنایه می گفت . جشن میلاد (شیخ هیتلر) را برگزار کنند .

پدرم بالحنی که گویا در این قسم کارها خبر است ، گفت : (( کمک کنید تا سنگر بکنیم . بچه ها سنگر بکنید . حسن ، افندی یک سنگر بکن تا بپس خوشه ای به بچه هایت صدمه نزنه .

ما هم یک سنگر بزرگ بکنیم و پدرم ما را بهلولی هم در سنگر جا داد . غرش انفجار های پیاپی در شهر و آواز مطلق طیارات آسمان و زمین را پر کرده بود . تشنج خیره کننده نورهایی که مثل برق می ماند ، گاه و بیگاه ، ناگهان همه جا را روشن میکرد . و بعد طیارات شروع کردند به گشتن بالای سر ما .

# نوبل و برنده گان ...

تاکید کردید که (( در اقتصاد مارکیستی نقش کلیدی را مارکیتهای مالی ایفاء داشته و این مارکیتهای مالی به جا بجا ساختن منابع میان عرصه های مختلف تولید یاری میرساند . )) نخستین بار سهم اساسی را در تدوین این مسایل هاری مار کوویس در سالهای پنجاه ایفاء داشت او تیوری را تدوین نمود که به درک این مطلب که چگونه میتوان سرمایه را با مساعدترین مفاد سرمایه گذاری نمود و بکدام شیوه از درجه ریسک کاست مدد میرساند . برای کسانیکه سرمایه های شانرا بکار می اندازند این تیوری بنشابه (نورماتیف مدد) در آمد و اکنون تیوری متذکره زادر مکاتب بسیاری کشورهامسی آموزند .

یکی از اصول این تیوری چنین است : (( نباید تمام تخم مارا در یک تگری گذاشت . ))

کوری در آغاز سالهای شصت نظریه ((انالیز تر وستنتیکی)) را تدوین نمود . این نظریه راه را به سوی ساختن ادویه جات طبی کاملاً جدید باز نمود .

در عرصه اقتصاد : جایزه نوبل درین عرصه به سه امریکایی هر یک هاری مار کوویس (پوهنتون نیویارک) میتون میلر (پوهنتون شیکاگو) ویلیام شارب (پوهنتون سنتفورد) نقیض شد . طوری که در کنفرانس مطبوعاتی

پوهنتون سنتفورد ایالات متحده امریکا)) تعلق گرفت . این جایزه بخاطر ((تحقیقات اساسی که اهمیت ارزنده برای انکشاف مودل کوارد داود)) برای سه تن دانشمندان نامبرده اعطاء گردیده است .

در عرصه کیمیا : برنده این جایزه پروفیسور پوهنتون هاروارد ایالات متحده امریکا بنام ایلیاس د - کوری گردید . جایزه متذکره بخاطر ((انکشاف تیوری و میتودلوزی سنتز ارگانیک)) به موصوف تعلق یافت .

و سانید که پیوند را میتوان به اشتراک انسانهای که از لحاظ بیولوژیکی یکسان هم نیستند انجام داد . با این نتیجه گیری زاه بر ای پیوند دیگر ارگانها (شش ها ، قنارس ، قلب) باز گردید .

در عرصه فزیک : این جایزه به دو تبعه امریکایی هر یک پروفیسور جبرومی فریمان و پروفیسور هنری کیندال (هر دو از انستیتوت تکنال - لوزی مساجوسیت)) و یک تبعه کانادایی بنام ریچارد تیلر ((استاد در

# اوستی ادبی ...

پاتی له (۴۳) مخ نه

۱۳۶۴ کال چاپ

۲- به اوسنیو بښتولنه وکیسو

کی ریالیستی افکار، تحقیقی اثر دافغانستان د علومو اکاډمۍ له خوا د ۱۳۶۵ کال چاپ

۳- دمحمد رسول ددیوان تحقیقی متن چاپ ته چمتودی

۴- به اوسنی بښتو شعر کی دنوښت مساله، انتقادی اثر، دافغانستان دلیکوالو د انجمن له خوا د ۱۳۶۹ کال چاپ

۵- دبری بښتونخوا لنډو کیسو ته کره کتنه، چاپ ته تیار دی

یوښتنه: به دی وروستیو وختو کی ستاسی بر ((بښتو اوسنی شعر کی دنوښت مساله)) نومی اثر باندی دتنگیال پوه توده انتقادی لیکنه به پام کی خپره شوه. ددغی لیکنی به باب ستاسو نظر څه دی؟

خواب: له بده مرغه زه لاتراوسه پردغه لیکنه نه یم اووښتی. خوخیله لرم. چی دیر زری و موم اووی لولم.

ژمنه کوم چی ددی یوښتی خواب به به دیر نردی وخت کی به جلا توگه دسپانوون ددنی مجلی مینه والو ته وړاندی کړم.

ساخت

فوخاطر نشان میسازد که اطلاع جایزه کاملاً غیر منتظره وسیه که این امر به لفت جایزه افزود و آنرا دلیبر تر ساخت. اصمیت جایزه نه تنها در اینست که این جایزه نام نویسنده را ثبت تاریخ نموده بلکه زمینه آنرا فراهم میسازد که حلقه وسیع تر خواننده گان با آثار ادبی مز آشنایی حاصل نمایند.

ژورنالیستان از نظریات سیاسی شاعر بر سرش های بمن آوردند که برنده جایزه ادبی چنین پاسخ ارایه نموده: من به اصطلاحات ((چسپ)) ((راست)) که اکنون استعمال میگردد باور ندارم. من به مکرر اسی معتقد میباشم. ما باید علیه ناسیو - نالیزم و فوندمنتالیزم ((بنیادگرایی)) که در گوشه های مختلف جهان گسترش یافته مبارزه نمایم.

# دیروز فردوسی

بقیه از صفحه ۴۲

شما به حیث رئیس انتصابی این کانون، برای ایجاد تحرك و پویایی لازم، باید به چی اقداماتی دست یازید؟

- کانون نویسنده گان جوان افغانستان در سالهای اخیر، اصلاً از فعالیت بازمانده بود و حتی وجود خارجی نداشت. چند ماهی میشود که کانون دارای توجه انجمن نویسنده گان افغانستان و به مسؤولیت محترم لریا واحدی شاعر خوب کشور، دوباره احیا گردیده است.

ما در نظر داریم برنامه هایی را در امر رشد، تشویق و پرورش استعداد های ادبی جوانان روی دست گیریم. سیمینار هایی را، در رابطه به مسایل مربوط به ((فرهنگ و جوانان)) تدویر نماییم. با فرهنگیان و نویسندگان جوان و مهاجر تماس برقرار نماییم، آثار شان را چاپ کنیم و آلاری رایبه آنان بفرستیم. در صورت امکان کتابخانه یی را در جنب کتابخوشی انجمن، برای جوانان علاقه مند به فرهنگ و ادب ایجاد نماییم. به احیا و ایجاد کانونهای نویسنده گان جوان، در ولایات همت گماریم و غیره.

نمودن آنان، چی پیشنهاد ها و پلانیهای دارید؟

- ((عده یی از فرهنگیان جوان)) هیچگاهی بی علاقه گی خود را، نسبت به کانون به طور دسته جمعی اعلان نکرده اند، اما آن چه مسلم است، این است که عده یی از فرهنگ دوستان جوان ما، در حالت انتظار قرار دارند. و وظیفه ماست که باید به سوی آنان برویم. ما این کار را خواهیم کرد.

به صورت کل به پنداشت من، علاقه و تمایل فرهنگیان جوان وقتی به سوی کانون جلب خواهد شد که آنان عطش و نیاز منوی هنری خود را، در وجود برنامه های فرهنگی کانون نویسنده گان جوان و سایر نهادها، ارضا شده یابند، ورنه تمایل و علاقه یی ایجاد نخواهد شد. متأسفانه امکانات بسیار محدودی در اختیار داریم، با آن هم ما تلاش خود را خواهیم کرد. بزرگان ما نیز رهنا و مددگار ما خواهند بود. آن گونه که سالها بوده اند.

\* کانون نویسنده گان جوان در سالهای اخیر، آن فعالیت را که باید میداشت، نداشت و یابک نوع رکود وی میلی روبه روشده بود.

دو باره دسته عزا دار شکل گرفت و همگی لنگ لنگان به راه افتادیم. موقعی که بزرگ ششم و ماجرأ را برای دوستانم نقل می کردم، می گفتم: ((در این موقع مثل آن بود که در حال تشییع جنازه کسی بودیم.)) قبل از اینکه خرابه های بجا مانده از خانه مان را بگذاریم و برویم بدرم یکی از سنگهای خانه را برداشت و به طرف تپه بزرگ خاک انداخت و گفت:

((وقتی جنگ تمام شد، بر می گردیم و دوباره خانه را از نو می سازیم.))

و جنگ تمام شد ... ناگهان همسر دستش را روی شانه ام گذاشت و تکلم داد و افکارم راه هم زد و گفت: ترا چی شده؟ گوش نهادی چی گفتم؟ کی شروع می کنی به ساختن خانه؟

شیخ خرابیها تمام ذهنم را اشغال کرده بود.

گفتم: آنهایی که این چیز های وحشتناک را برای خراب گسردن ساخته اند، چرا به چیزی که از خانه ها در برابر این وسایل مخرب محافظت کند فکر نکرده اند.

علایم تعجب بر چهره زلم آشکار شد. با مهربانی و حالتی استهزام آمیز، خیره خیره نگاهم کرد. و من لبخندی زدم و بعد آهی کشیدم و دستم را تکان دادم. طوری که گویا میخوام این افکار را از سرم بیرون کنم، گفتم: ((مهم نیست، چون که فکر نکنم دیگر جنگ بشود.))

ولی این حرفها فقط علایم تعجب را بر چهره همسر عزیزم زیادتر کرد.

عدم موجودیت آنرا میان ساختار اکتیف مالی کمپنی و سیاست حق - المنسم از یکسو و ارزش بسرآوردی مارکیتی این کمپنی ها از جانب دیگر توضیح مینماید.

ف. مودیلیان در سال ۱۹۸۵ بخاطر آثار دیگرش به دریافت جایزه نوبل نایل گردیده بود از همینرو اکنون این جایزه به میلر تعلق یافت.

- جایزه در عرصه ادبیات: جایز، ادبی نوبل سال روان به شاعر و نویسنده مکسیکویی اوکتا ویو پاس تفریض شد.

برنده جایزه دارای ۷۶ سال عمر بوده و در مکسیکو چشم بجهان گشوده است، موصوف مکتب کاتولیکی را بی پایان رسانیده و در جنگ داخلی هسپانیه بطرفداری از جمهوریخواهان اشتراک روزیده و یک مدت هم به وظایف دیپلماتیک گماشته شده است.

دومین سهم ارزنده را در تیوری اقتصادی در سالهای شصت گزویی ازانجمندهان که در آن ویلیام شارب نقش پیشرو را داشت ایفاء نموده است. با استفاده از نظریات مارکو- ویس او از لحاظ تیوریک به اثبات رسانید که سرمایه گذار چگونه میتواند ((تعبیر درجه یک)) را ذریعه وام پول یا واگذار نمودن آن به کریمت انجام دهد.

آثار شارب مانند مارکوویسی اساسات کتب درسی اقتصاد مالی را در تمام کشورهای پیشرفته جهان تشکیل داده است. سومین سهم ارزنده در رشته اقتصاد مالی زامیر - تون میلو و فرانکو مودیلیانی اداء نمودند. آنها تیوری ((تویسیل شرکت ها اهمیت ارزشی شرکت ها در بازار ها)) را مشترکاً تدوین نمودند. این تیوری ارتباط یا علت

# رستوران محبت



غذای خوب و شیرینی خور و غیره میفرستد تا روز در رستوران محبت برکندار  
 نماید. رستوران محبت با محبت خاطر و شرف بطوریکه بهترین غذا خوب  
 قیمت انداخته از بهمانه خوار و خوار میگردانند.  
 بهمانه رستوران محبت به روزی از ساعت ۱۱:۳۰ تا ۲ ظهر  
 نماز عشاء تا ساعت ۱۰ در خدمت مشتریان است.  
 آدرس: محمد اول عبادت میمون معاصریت - تقصیر چینی سرخی - ۲۵۷۶۶

تولید و توزیع

تقسیم هر نوع ویدیو - تلویزیون و رادیو تیپ

چارج هر نوع شیشه تلویزیون

آدرس: تهران - خیابان ولیعصر

# قرطاسیه فروشی شمیریز

نشرات گودال شمشاد: سبزوین، جولانام امروز، اخبار هفته، قرطاسیه و کارهای ترکیبی همه را به قیمت مناسب ازین قرطاسیه فروشی  
 آدرس: متصل بازار امیر

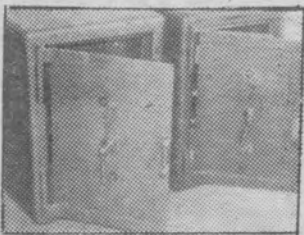


# قرطاسی فروشی محمدی

بهترین و زیبا ترین قلم ها، انواع علاقه نامه به قیمت ارزنده تقدیم می گردد  
 قرطاسیه مختلفه انواع و سایه های ترنسیه و دست و منیر کار همه به لازم همیشه جا بدست  
 آوریید

منزل اول فروشگاه بزرگ افغان

## آریا میز همیشه در خدمت شماست



خریدار درجه اول فرستاده مستحکم و با دوام توایید و همه تخفیفی که آریا میز برنده  
 به قیمت رفاه و مسرتان خود بخیرند

آریا میز فابریک: بخش ابر ۴۲۷۲۳

فروشگاه: حدود ۱۰۰۰۰ جاده میوه ۲۴۸۴۷

فروشگاه: منزل اول

آریا میز: بخش میوه ۲۳۷۲۷

# به تو

به گیسوات ، به کمان  
 ابروانت ، به فنون دیدگانت ، به  
 سیبیدی دندانانت . بدل منجست -  
 چوستگت به دو چشم سبز رنگت .  
 به نوای تاز و چنگت به جمال آب و  
 رنگت به دو گفته قشنگت که ترا به  
 جان برستم . به قطار کاروان ها ،  
 به امیر ساربانها به عروس آسمان  
 ها به صدای نیستان ها ، به نشاط  
 باغیان ها به صفای گلستان ها : که  
 ترابه جان برستم .  
 به خدای کس ندیده به قشنگی  
 تودیده به غمی گز تو رسیده به شسب  
 ونور و سپیده ، که ترابه جان برستم .  
 به کمال روح انسان ، به حیات جسم  
 و حیوان به تمام اهل کیهان به صدای  
 رعد و طوفان به نسیم عهد و پیمان ،  
 که ترابه جان برستم .  
 ارسالی زیلانوری و دیانا نوری

# و چیزها

- اگر خواهی خدادار باشی ، مردم  
 دار باش .  
 - هر چه گله به نمکدان افتاد نمکی  
 میشود .



## سوریا !

شعر «رفته ای ونمیروود ، یاد تو از  
 خاطر من» نهایت زیبا بود . ولی  
 «رازدار باشی» اظهار عقیده نمود  
 که هنگام نوشتن شما دقیق نبوده اید .  
 اگر اشکال نینداشت حتماً آنرا  
 مجابیدیم . شما را هنگام نامه نوشتن  
 حوصله مند میخواستیم .

## محترم وحیده ندهه فغریار ! لیسه مطلی ولایت بدخشان !

«نزدیک بین» فکاهی ، تهدید  
 بزرگه را بدون تهدید به بزرگ  
 صفت سپرد ، میتوانید ازش خوش  
 شرید .

## محترم فرزانه ظاهری محصل پوهنځی طب !

در مورد ، مطلب تان راجع به  
 «جاری چاپلین همین لحظه راز دار  
 باشی ونزدیک بین جرت میزنند و  
 میخواهند تصمیم بگیرند از شما  
 تشکر .

## محترم زومینه ونجیر فارغ لیسه سلطان رضیه کابل !

«رازدار باشی» پیشنهاد تا ترا  
 بامسولین بلند رتبه مجله در میان  
 گذاشت . لطفاً فال ببینید که  
 پیشنهاد تان عملی میشود یا نه ؟  
 به امید آنکه عملی گردد ؛ اینک نکته  
 ارسالی تانرا میجاییم .  
 - چنان زنده گی کن که وقت مردن  
 آرزو خواهی کرد و باهر کس چنان  
 سلوک و رفتار کن که از او توقع و  
 انتظار داری .

## محترم عبدالغیر شرقی از شهر ایبک ولایت سمنگان !

از خوشحالی سر «رازدار باشی»  
 در کلاه نمیکنید از اینکه مطلب جالب  
 فرستاده بودید و در ضمن نام  
 نویسنده ، مترجم و جای اقتباس را  
 تذکر داده بودید . یکاش تمام  
 همکاران قلمی حس راز دار باشی  
 دوستانه ونزدیک بین دوستانه داشته  
 باشند از شما سه ونیم پاس گزاریم .  
 محترم ذرفشه احمدیار فارغ لیسه

## محترم لیلا سعادت محصل سال دوم پوهنځی زبان و ادبیات پوهنتون بلخ !

نامه زیبای تان برای جناب «راز-  
 دار باشی» رسید . با الفعل اظهار  
 سباس نماییم ، زیرا فکاهی گک  
 تانرا بالفعل مینشرد .  
 زن مسنی که از سفیدی موهایش  
 به جان آمده بود به دوا خانه داخل  
 شد و بالفعل گفت :  
 برای موی سفیدی دارید ؟  
 دوا فروش نیز بالفعل گفت  
 احترام .

## محترم سیدشا افغامی محصل تخنیک ساختمانی و جیودوزی !

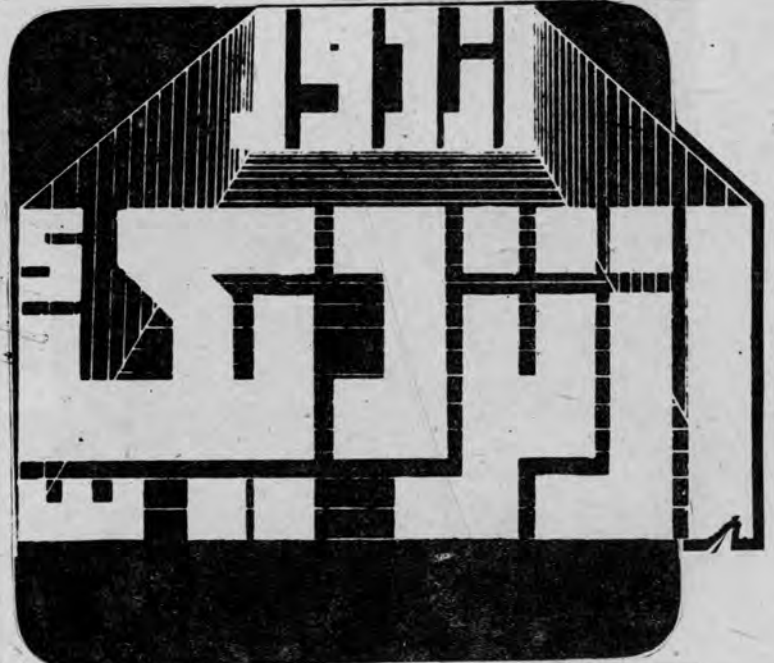
«نزدیک بین» دهانش باز مانده  
 و حیران است که نامه تانرا به غوث  
 زلمی بسپارد و پایه ایوبی ؟ «راز-  
 دار باشی» زاری زاری کرده گله گذاری  
 کرده میگوید در آینده هر مطلب رادر  
 ورق جداگانه ، آزادانه و واضحانه  
 بنویسید ! برایتان قرطاسیه ارزان  
 تنها میکنیم .

# علامه علامه شاعر

«امینم» «علامه» ، علامه ، شمار را  
 گویند . علامت مشهور و مقرری که برای  
 معرفی یک عقیده یا یک معنی مجرد وضع  
 شده باشد . علامات و شعایر ذیل و  
 نظایر آن در مصاری و دیگر صنایع  
 مستظرفه به کثرت استعمال شده  
 است و شاعران ونویسنده گان در  
 تالیفات خود آنرا معمول داشته اند .  
 این علامه معروف و معمول قرار ذیل  
 است :

- گبوتر علامه
- عفت و پاکدامنی در زناشویی علامه
- لنگر کشتی علامه
- امید و نجات علامه
- زنگ سفید علامه
- مصومیت و باکی علامه
- رنگ آبی علامه
- با وفايي علامه
- پوقلمون علامه
- تغییر عقاید علامه
- سگ علامه
- وفا علامه
- قلاده علامه
- اطاعت علامه
- جریان آب علامه
- حیات علامه
- انگشت بر لب علامه
- سکوت و احتیاط در گفتار علامه
- چنگ علامه
- ساز مقدس علامه

خروس علامه  
 مراقبت علامه



**محرمان مرضیه فقیرزاده وزرمیته**  
**فقیرزاده از واصل آباد!**  
 مطلب مشترک شما را بسیار ای  
 مسوول بختی سپردیم منظرش شرس  
 باشد.

**محترم محمد مصطفی محصل سال**  
**دوم رشته ییلوتی شیر گرسنا دار**  
**اتحاد شوروی!**  
 یک قطعه فونوی بان همراه بایک  
 نامه بستم ((رازار باشی)) رسید.  
 ((نزدیک بین)) تشکر سوخته گفت:  
 دعا کند که تمام اسبابها کسره  
 حاکی زمین را جداوند واسطه دار  
 سازد.

**محترم سید اسدالله شکوری از**  
**مکرویان!**  
 راز دار باشی میفرماید: شعر  
 ((ای لب)) برای ما رسید بر لب های  
 شما یک عدد آفرینی میفرستیم که این  
 سان شعر خوب سروده آید. از روی  
 لطف منظر رایج شدن صفحه شعر  
 جوانان باشی از شما یک مملکت تشکر.

**محترم محمد ابراهیم تنها از شهر**  
**مولاعلی:**  
 نزدیک بین مطاب ورزشی تا نرا به  
 ورزشکار صفحه سپرد (شوتبالیست)  
 باشید.

**محترم غلام دستگیر شمس!**  
 همین لحظه (رازار باشی) و (نزدیک  
 بین) درگیر جنگ ((سرد)) اند. یکی  
 شما را کارمند ((معبودلوتی)) میخواند.  
 و دیگری دعوی مینماید که این کدام  
 معنی ندارد باید مطبوعه دولتی باشد.  
 بهر صورت گناه از شما نیست بلکه  
 از آنهاست که استعداد خوانش،  
 شان رشد نکرده. اینک قسمتی از  
 مطالب ارسالی تا نرا گوش کنید:  
 - فرزندید، کلک ششم است که  
 اگر بریده نشد رنج میدهد و اگر  
 باشد زشت است.  
 - عشق آفتاب است که یکبار  
 طلوع کرد، دوباره غروب نمیکند.  
 ای برادر! بعضی عشق هاطلوع  
 ناکرده غروب میکنند.

**محترم محمد جاوید میاخیل از**  
**شهرنو!**  
 راز دار باشی میفرماید: جان  
 برادر، اینکه یکی از نویسنده گان  
 مشهور، آثار نویسنده های خارجی  
 را بنام خود چاپ میکند، گناه بنده و  
 همکار کم زلم (نزدیک بین) چیست،  
 شما میتوانید، انتقاد تا نرا به آدرس  
 خودشان بفرستید، از شما یک  
 کشور تشکر.

**محترم مجیب الرحمن کاوون از**  
**خیرخانه!**  
 نزدیک بین میفرماید: نامه تان  
 به خیرجویی از خیرخانه برای ما  
 رسید. یک چند افغانی (خیر) بدهید  
 که قسمتی از مطالب ارسالی تا نرا  
 همین اکنون میفرستیم:  
 - لیاقت، اعتماد به نفس را به  
 وجود میآورد و اعتماد به نفس، شوق،  
 و شوق دنیا را فتح میکند...  
 ((واتر))

- هنر جنگ علمی است که در آن  
 هیچ امری به موفقیت نمی انجامد.  
 مگر اینکه قبلا مورد تفکر و محاسبه  
 قرار گیرد...

**((نابلیون بناپارت))**  
 - هرگز مایوس نشوید، اگر  
 مایوس هم شدید، باز در حالت یأس  
 به فعالیت ادامه دهید.

**((اوموند بولا))**  
 • همکاران محترم فریبا فروغ  
 روح افزا و هلی جان. نامه ایرا که  
 سه تا می نوشته بودید. رسید.  
 سه سوال شما را به سه جیب  
 غوث زلمی انداختیم. از شما یک  
 پاس گذاریم.

• محترم خواجه ذبیح الله افسر  
 در هزار شریف: ((رازار باشی))  
 ای راز دار را میخواهد فاش سازد که  
 متأسفانه امکانات چاپ شعر جوانان  
 را مجله تان ندارد. و اما... تمام  
 مطالب طنزی تان را قایل چاپ است  
 ((نزدیک بین)) از جانب ایوبی از شما  
 تشکر.

# درد بر شعر

درد بر تو که قلب هارانه هم بوند  
 میدهی، و دلپای افسرده را که حالام  
 غم و اندوه اند، از خوشی و شادی  
 آماشته میسازی. درد بر تو ای  
 عشق که قلب مرا برای همیشه وجود  
 خود گرم ساختی تا سردی قلبهای  
 را که در اطرافم است احساس کنم.  
 درد بر تو ای عشق چون مراد کابوسی  
 که گرفتار بوم نجات بخشیدی.  
 احساس میکنم از وقتی که توانا به کلمه  
 سرد قلم گذاشتی انسان خوشبختی  
 شدم. درد بر تو ای عشق که لبنت  
 زنده می کردن را به من جشانیدی.  
**ارسالی عبدالرزاق حسن یار**

درد بر تو ای عشق که قلب سرد و  
 افسرده ام را گرم ساختی. درد  
 بر تو که احساسات عاطفه ای بر سرآید  
 زنده ام را به من باز گردانیدی. درد  
 بر تو ای عشق که چه زیبا و باشکوهی

# سطح دید

که فرو میزیم و در خاک سیه نابود  
 میشوم.  
**• همکاران عزیز مجله!**

این بود جواب به نامه های همدادی  
 + از شما! چون امکانات نشر نامه های  
 + باقی مانده موجود نیست، صرف از  
 + آنها نام میبریم و وعده میدهم که در  
 + شماره های بعدی مطالب شان را نشر  
 + نظریات و انتقادات و پیشنهادات  
 + تا نرا در نظر میگیریم.  
 + حمیده قدیری، نورالرحمن جهانی  
 + ناجیه ذبیایی، ذکریه ذکی، نظیمه وفا  
 + کوهستانی، عبدالواحد سخا، غلام -  
 + حسین ازیدخشان، فازه صائم هروی،  
 + عبدالمجید پژمان، حفیظ الله سرباز،  
 + وزمه ناصری، غلام حضرت نصرت،  
 + لیدانارام، محمد غفران امواج،  
 + احمد جاوید شعبی، فرشته مهرزاد،  
 + مزده آریانا صلح، برشنا نیکخواه و  
 + نیلوفر واحدی، حبیب الله میسارز  
 + احمدزی، فاروق صدیق یار، فهیمه  
 + تنها صدیقی، نیلاب حکیم، زحل -  
 + آصفی، وهاب راسخ، جلال الدین  
 + سید ذکی حوقانی، و رانکه اوریاخیل  
 + عزت الله همدرد، غلام ربانی بخشی  
 + محمد شاه آشنا، منیژه مسعود،  
 + حمیل جان، غاریا وکیل، روحکل -  
 + امیرزاده، قیام الدین غوثی، سید -  
 + اسدالله شفقوری، فاطمه محمود،  
 + روزان صدیقی.

خانم همانطوریکه وی جوگی  
 زسوزان نشسته بود با محبانیت  
 به مردی که به او خیره شده بود  
 و لحظه ای چشم از او بر نمیداشت  
 گفت:  
 اه ای بانو هستم، بحالت نمیکشی  
 این همه به باهای من نگاه میکنی؟  
 مرد در جواب گفت: من به باهای  
 شما نگاه نمیکم سطح دید من خیلی  
 بالاتر از اینهاست.

**ناظمه سبک محصل صنف سوم**  
**پوهنځی ساختمانی وصایه سبک لا**  
**محصل سال دوم پوهنځی طب**  
**معالجوی**

**محترم ع.ف. هاشمی از ولایت**  
**پست مخابرات!**  
 رازدار باشی، بعد از خواندن نامه  
 تان گفت:  
 برادر زاده عزیز! انتخاب هنرمند  
 سال از سوی جریده «درفش سیاون»  
 نه بلکه از سوی جریده «درفش جوانان»  
 راه انگلیزی شده بود، یعنی که انتقاد،  
 پیشنهاد و نظرات در نیمورد به اینجانب  
 و نزدیک بین صاحب، چندان ارتباط  
 ندارد. منتظر مطالب ارتباطی تان  
 استیم، و حال شما را ارتباط میدهم  
 با مطلب ارسالی تان:  
 توجشمی، ومن قطره اشک  
 چشمانت را به هم مگذار

# کوچکترین پستاندار

کوچکترین پستاندار روی زمین،  
 + موش دراز بوز است که فقط ((۰.۰۰))  
 + ملی متر طول دارد و در نواحی شمالی  
 + مدیترانه زنده می کند.  
**پرنده پستاندار:**  
 + تعداد پرنده های پستاندار در روی  
 + زمین به ((۲۱۰۰)) نوع میرسد و  
 + مشهورترین آن غناش گیاه خوار  
 + است که در نواحی شرقی هند زنده می  
 + میکند.  
**ارسالی: م صمیم**

شاخه بلوط  
 افتخار  
 شیر  
 قوت  
**القباس از نایرة المطرف**  
**ارسالی سخی صرم**  
**طرح ادبی**

مهربان! قلب کوچک من منزلت  
 توست.  
 تنها تو اختیار داری اگر آباد  
 میکنی یا ویرانش.  
 غم تو واشک تو سنگ و آب ایسن  
 تعمیر را ساخته اند.  
 بگذار همه چیز در بخشش ترازشک  
 تو و آیین درد من باشد.  
 آن چه از تو امید دارم: خانه ات  
 را رها مکن و مرا که با سپاس آنم از خاطر  
 میر!!  
**فرستنده لایلا سعادت از بلغ**

# سباوون کودك

## شاهدخت واقعی



بود نبود در زمانه های کهن  
شهرزاده بی بود، او آرزو داشت با  
شاهدختی عروسی کند که خیلی  
هوشیار باشد. او همه جهان را گشت  
هر جا که شاهدختی را می یافت مورد  
بستنش واقع نمیگردید و حتما عیبی  
داشت که شهرزاده نمیتوانست آنرا  
نادیده بگیرد. سر انجام مایوس و  
ناامید به خانه برگشت.  
در یکی از روز های که باران  
میبارید کسی به شدت به دروازه

حوالی میکوبید وقتی دروازه را  
گشودند پشت دروازه شاهدختی را  
دیدند که از سر تابایش آب میچکید.  
شاه از دیدن او با خود گفت:  
این شاهدخت واقعا چیست  
ملکه گفت:  
اورا امتحان میکنیم.  
همین که شب وقت استراحت  
فرار سید بالای تخت خواب او دانه  
های نخود را گذاشته و سپس ۲۰ دانه  
تشک را بالای آن هموار کردند آن

وقت از دخترک خواستند که استراحت  
نماید.  
فردا صبح همینکه از خواب  
برخاستند ملکه از دخترک پرسید که:  
آیا راحت خوابیده ای یانه؟  
دخترک در پاسخ گفت:  
بستر من خیلی ناراحت کننده بود.  
تصور میکردم چیز سختی را در بستر

## مرگ پشك

من پشك خود را زیاد دوست  
داشتم. پشك نیز یار من انس گرفته  
بود شبها کنار بستر من میخوابید.  
يك روز که از مكتب به خانه برگشتم.  
دیدم که پشك در يك گوشه دراز  
کشیده است. وضع او خراب بود  
معلوم نبود چرا پشك من ناگهان به  
حال ضعف و افسانه افتاده بود. مادرم  
هر قدر تلاش به خرج داد، بی نتیجه  
بود. زیاد آرزو داشتم پشك  
صحت یاب گردد. ولی پشك نفس  
های آخرین را میکشید....  
سر انجام جسد بیجان پشك را  
مادرم بیرون برد. روی مرا بوسید.  
امام چندین روز متناوب و مانوس  
بودم. هیچ چیز نمیتوانست خوشحالم  
کند شبها پشك را در خواب میدیدم  
روز ها منتظر آمدن او بودم. حالا  
يك سال از آن روز میگذرد همیشه  
پاخود میگویم. ای کاش برای آن  
هایی که خوب اند مرگ نمیبود.

## دوكتور آینده



• میخواهید غرض معرفی شما در  
مجله سباوون گفت و شنودی با هم  
داشته باشیم؟  
- بچرانه من مجله سباوون و زیاد  
صفحه ((سباوون کودکان)) را خوش  
دارم!  
• لطفا خود را معرفی نمایید؟  
- نام من حمیده ((فیض)) است  
شاگرد صنف هفتم لیسه دوستی  
استم. به درسهای زیاد علاقه دارم  
اما الجبر و فزیک را با علاقه مندی  
زیاد تر میخوانم. به رسامی دسترس  
دارم. افزون بر کتاب های مكتب به  
کتاب های تربیتی و آموزشی نیز  
علاقه دارم و برای بلند بردن سو یه  
خود بعضی داستانهایی از نویسنده  
های خارجی و داخلی را مطالعه میکنم.  
همچنان با خواهر کوچکم در درس هایش

كك ميكنم وهم در كار هاي خانه هم  
ميگيرم.  
• با اين همه مصروفيتي كه داريد.  
آيا احساس خسته گي نميكنيد؟  
- نه هرگز مصروفيت من طبق  
تقسيم اوقات تنظيم ميگردد.  
• براي آينده تان چي بلاني داريد؟  
- ميخواهم در آينده يك دكتور  
لايق باشم و به مردم خود كك كنم.  
• بختي هاي زمستاني را چگونه  
سپري خواهيد كرد؟  
- در رختي هاي زمستاني كورس  
ميگيرم تا اوقات فراغت را مفت و  
رايگان از دست ندم.  
• به آدرس مجله سباوون چي  
گفتي داريد؟  
- سباوون مجله محبوب خانواده  
هاست. ولي در صفحه سباوون  
كودكان مصاحبه ها كم است كسيه  
بايد توجه شود.

حمیده دانش آموز لایق و اول نمره صنف خود است

# سباوون



گداشته اند همه جانم در میکند لذا  
توانیم بخوابیم.  
ملکه فوراً به هوشیاری دخترک  
بی برد و دانست که او واقعا  
شاهدختیست که پسرش آرزوی  
همسری او را دارد. آن وقت آماده گی  
برای عروسی گرفته شد. و شهرزاده  
بی شاهدخت ازدواج کرد.



هوسی سپك دخترک با هوش  
و با بلیقه است در سرطان سال  
۱۳۶۵ تولد گردیده به خواندن و  
نوشتن علاقمندی زیاد دارد و با برادران  
خود فوق العاده صمیمی میباشد.

## بازیهای کامپیوتری تلویزیونی برای کودکان خطرناک است

خود نشان می دهند. قضاوت بر اینکه  
بیز بیماران معلول عنصر نوریا نقوش  
هستند. مقهور نیست. هرگاه  
+ اختلالی در دستگاه تلویزیون بروز  
+ کرده و باعث شود تصویر حالت ثابت  
+ خود را از دست داده و لرزان و متحرک  
+ شود و یا لرز مستعد در فاصله نزدیکی  
+ تلویزیون بشیند و یا در محلی تاریک  
+ به ناگاه تلویزیون مشغول شود  
+ احتمال بروز يك حمله صرعی در بیماران  
+ شدت افزایش می یابد.  
+ بظن می رسد که صرعی که در  
+ از بازیهای تلویزیونی ویدیو گیم  
+ اناری یا کامپیوتر ایجاد می شود.  
+ نظیر حملاتی است که از نمایشی  
+ تلویزیون بوجود می آید و بیسازارن  
+ به دلیل مشاهده نورهای چشمک زن  
+ و غیر ثابت و طرحهای هندسی دچار  
+ صرع عمومی می شوند. آسیب  
+ پذیری در افراد متفاوت است.  
+ گزارش یکی از محققین در مورد نوجوان  
+ ۱۵ ساله است که مدتی بدون هیچ  
+ مشکلی با ویدیو گیم بازی می کرده  
+ است و روزی در حال بازی با ویدیو گیم  
+ حالتی بدال بر نقصان سطح هوشیاری  
+ و حرکات غیر ارادی او مشاهده می  
+ شود. ساعتی بعد مادرش شاهد کنده  
+ فعالیتهای ذهنی و وضع روانی تحریک  
+ به این عارضه دچار می شوند در  
+ تحریکات نوری نیز حالات صرعی از  
+ تعدادی از محققین نیز گزارش  
+ کرده اند بعضی طرحهای هندسی  
+ بدگلیل تداخل و تقابل نقوش سیاه و  
+ سفید در آنها حملات صرعی ایجاد  
+ می کنند. چون بسیاری از افرادی که  
+ به این عارضه دچار می شوند در  
+ تحریکات نوری نیز حالات صرعی از



# نجیب ہوتل

محافل عروسی شیرینی خوری و دعوت تازہ و نجیب ہو با شائستگی ترین  
شکر بر کفہ نمایید . ذوق عالی فقط نجیب ہو و تجارتی مرکز  
رہے ہو با تہیہ غذا ہا متنوع و وسایط از شام و مہمانان پذیرائی نماید  
سرگرس و سرگرس اول پروژہ تائید

# عزیز ہوتل

این ہوتل با سامان و لوازم مدرن ہو تلداری تازہ بہ  
فعالیت آغاز نموده و با تہیہ غذا ہا متنوع  
و سالون زیب محافل عروسی ، شیرینی خوری و  
دعوت ہا شہکیان محترم رامی پذیرد .  
آدرس ، سرگرس اول پروژہ تائید جوار نجیب ہوتل

# فروشگاه بزرگ افغان

در خدمت شما

شما می‌توانید با خریداری از فروشگاه بزرگ افغان مساعی  
ملی کشور را تقویت نمایید.

در فروشگاه بزرگ افغان همه اموال مورد ضرورت

خانواده‌ها آماده فروش است شما می‌توانید در منازل مختلف

آن اموال طرف ضرورت خویش را بیست آورید.

در منزل فوقانی فروشگاه بزرگ افغان را **سپید**

فروشگاه قرار دارد. طعم چاشت را در آنجا صرف

نمایید. غنایهای خوشمزه افغانی با

قیمت‌های مناسب‌ها از آن

# سرگرمی‌های پارس‌شها

## جدول

برای این مصراع‌های شوق‌آفیه  
های منظر عرب بنویسید

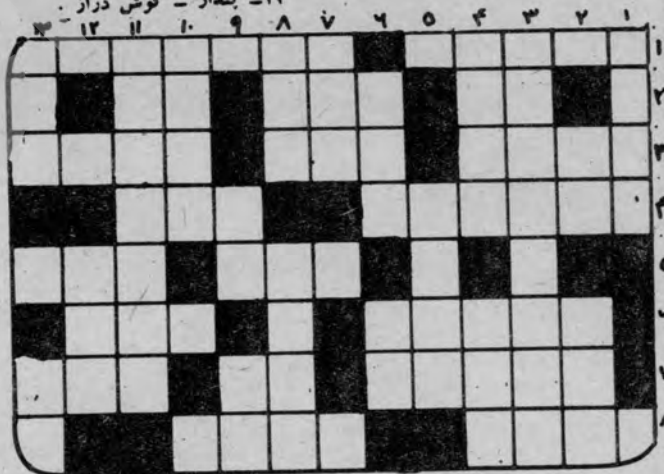
ز بعد مرگ نگیرد کسی سراخ مرا  
به غیر داغ کی روشن کند ..... مرا  
نمیدی که باز آیی براحت عمر سرگردم  
عبار و هکذارت نوتیای چشم .... کردم

درد ما را نیست درمان الغیبات  
حجر ما ۱۰ نیست ..... الغیبات  
صدخار باست سر به بیابان کشیده را  
آرام کی بود دل از خود ..... را

کدام مسایل به کی با ارتباط دارد

مهندس	جنایت	ممدنچی	عشق مسایل
جنگ	حرکت	کف شناس	عقد ها
ترانسپورت	سرگشت	حقوقدان	تولد
مادر	جواهر	برابلم‌های حقوقی	ملا
روانشناس	عبارت	پولیس	دین داری
فیلسوف	ویرانی		

- عمومی :
- ۱- عایق نیست .
  - ۲- تکرار حرف - حرف و اول یا
  - ۳- نهایی - همیشه .
  - ۴- راست (عربی) - دانشس
  - بی پایان .
  - ۵- تخلص صابری است .
  - ۶- جنگ نیست - او .
  - ۷- کفش اسپ - امانت نگهبان .
  - ۹- شراب - نفس .
  - ۱۰- سلخ فعل آنست .
  - ۱۱- ناشنوا - فوج .
  - ۱۲- دستیار داکتر .
  - ۱۳- بنهار - گوش دراز .
- الفی :
- ۱- تخلص نویسنده کتاب بوف
  - ۲- نویسنده کتاب (روح القوانین).
  - ۳- گوژده شراب - مرض مرگی - نیم هنر .
  - ۴- هجران - گنگ - زیاد
  - نسبت .
  - ۴- تو (انگلیسی) - کشتی اش
  - معروف است - فاعل خلیل .
  - ۵- نظریه - آریست ازگوگول .
  - ۶- امیاق سینما - تازه ونو .
  - ۷- حر - دست (عربی) - معکوس
  - آن خشوی مدگر است .
  - ۸- درامان - ای صنم .



## جواب پاره‌ها

9

## جایزه بگیرید

- حضرت موسی (ع) چند سال  
عمر کرد ؟  
مزدک کی بود ؟  
کلیه عمومت ترکیست ؟  
اولین برنده جایزه نوبل کی  
بود ؟  
کدام موسیقی دان جهان از همد  
سیزده هراس عجیبی داشت ؟  
بلندترین قله کوه در جهان  
کدام است و چقدر ارتفاع دارد ؟  
اورشلیم پایتخت کدام کشور  
است ؟  
بسمان (ورشو) در کدام سال  
وجود آمد ؟

### جایزه ها :

- صرف طعام چاشت پنج نفر در
- فروشگاه بزرگ افغان .
- يك تحفه شطرنج .
- يك بوتل شامپو .
- جوایز فوق را اداره فروشگاه
- بزرگ افغان با صمیمیت بدمیترا
- ما گذاشته اند که بر اساس قرعه
- برای برنده‌گان تقدیم مینماییم .

## حمل

وقت را گمایی کنید. ارزش حیات در فهمیدن ولت بردن است. سعی کنید خود را بازنده گی عملی و واقعی نان آمیزش بدهید. خوشبختی تانرا نسبت به چیزهایی که هنوز بدست نیامده است کم سازید. به صحت تان توجه داشته باشید

## ثور

میگویند شتر چانس در زنده گی بکبار مقابل دروازه هر کس زانو میزند. لازم است توجه و دقت تانرا خیلی ها حساس بسازید تا چانس های خوب را تشخیص داده و از آن فیض بگیرید. ارزش صحت تانرا کم ندانید حقیقه دوستان تان را بیشتر بسازید.

## جوزا

در پایان هر فصل غم انگیز خوشی برای انسان روی میدهد. گاهی ناامیدی و یاس خود موجب می گردد که خوشی های خود را انسان درک نکند. اعتقاد کامل به زنده گی و توانایی خودی به غلبه در راه مشکلات کمک می کند. خوشبختی انسان کامل شود امیدوار باشید.

## سپطان

هر انسان در رویای خود شاعر است. سعی کنید خواب های تان را عاقلانه تفسیر کنید از رسیدن یک نسخه خوب خیلی لفت می برید. به صحت خود کم توجه نباشید کسی را که به شما نیاز دارد ناراحت نسازید. تا دو هفته بعد تغییرات در زنده گی شما رونما می گردد.

## اسد

برای علاج بیماری های روانی تلاش و کوشش شخصی هم مفید واقع میشود. شما سعی کنید دوست تانرا آرامتر نگه دارید و موجبات عصبانیت او را فراهم نسازید. ملاقاتی را که در روز های آینده انجام میدهند با دقت کامل به سر رسانید.

# برای شما فال دیدن آیم

## عقرب

شما باید نقاط ضعف خود را ببیند کنید و بعدا توجه کنید که ضعف خود را چاره سازید زیرا میگویند مخالفین ازین نکته خیلی استفاده می نمایند برای کار های آینده تان تصمیم تانرا جدی تر سازید و با تعقل عمل نمایید.

## قوس

عادت کوتاه اندیشی را از خود دور سازید سعی کنید واقعبین باشید و با روحیه بهتر زنده گی نمایید داشتن حسن نود و زیور نمیتواند خوشبختی به بار آورد بهتر است به تن سالم و روان آرام فکر کنید و از گنجی که در اختیار دارید فیض بیشتر ببرید.

## جدی

بهباه گیری های بیجای شما موجب ایجاد درد سرهای اضافی برای خود تان و برای اطرافیان تان میشود. باید در زنده گی کسی با جرأت عمل حرکت کنید و کمتر ترسو باشید. اما به هر حال این توصیه نمود بعضی بی-نوجهی کامل باشد.

## دلو

میتوانید از ازدیاد فشار های روانی بر خود جلوگیری کنید شما باید خود را کمتر سر دچار کار های اضافی بسازید که برایتان ناآرامی های عصبی بوجود می آورد. چانس شما در عشق زیاد است بیشتر به فکر از خود گفتری باشید.

## حوت

انتظار کسی را که می کشیم ممکن است عاقلانه باشد اما نباید زنده گی تانرا وقف کسی بسازید که توجه او باشما اندک است. زنده گی جاده دو طرفه است اگر میخواهید شتر یکی رای زنده گی انتخاب کنید بهتر است بگنارید قسمتی از جاده را طرف مقابل ببسایید شما توانایی زیاد برای زنده گی کردن دارید.



## میزان

هر انسان قادر است کارهای بزرگی را انجام دهد شما حق دارید برای بهتر بودن کار هایتان تصمیم بگیرید لازم نیست بخاطر کسی که به شما توجه ندارد این همه روحیه وقف و ایثار داشته باشید در زنده گی ارزش کسی را بدانید که به شما ارزش قابل میشود.

## سنبله

سفری در پیش دارید که بسرای شما موجب ایجاد زمینه های جدید برای بهبود وضع اقتصادی تان میگردد. از آن کسی که شما را پیوسته تهدید می کند هراس نداشته باشید شما میتوانید نسبت به خود و آینده باور بیشتر داشته باشید هدیه دوست تانرا بپذیرید.



# صابون سیب طلایی

صابون سیب طلایی با ترکیب بهترین مواد که از کشور انگلستان وارد گردیده و با خوشبوئی دل انگیز آن جلد شما را معطر و ملائم نگه میدارد. بسته بندی صابون سیب طلایی کاملاً اقتصادی و به مفاد شماست این صابون را می توانید طور عمده از لطیف مارکیت، دکان چمن گل، باشمی مارکیت دکان نظر گل و قسم پرچون از محسوم دکانهای شهر بدست آورید.



فروش ویژه طلایی فریب

عطر طبیعی خاص تقوین عمده

طور عمده و پرچون

لکهنو، دین ناسخ، دیکان سریش، سریش، سریش، سریش

# الفی

الفی

روغن نباتی عالی

ALFFI

ALFFI

ALFFI  
PURE  
VEGETABLE  
GHEE

سمن  
نباتی عالی

# الفی

# الفی

روغن نباتی خالص و تصفیه شدہ با کیفیت عالی

روغن الفی دارا تصدیقاً منحصراً مشہور ترشح لا زوالہ دار  
صحیح جہان سے ہو رہا کہ اس شخصیات عالمی و طعم مخصوص اس طرح

روغن الفی کو پختہ نہ کرنا بہتر ہے

مرج ذرا تمام دکانہاں شہر و دیہات

طوبہ فرسوغ لست ۱۵۲۰۲

# الفی

# الفی

AGKU  
سلیس  
DS  
350  
22ص  
۷۷/۱۲۹



فروشگاه

بزرگ

افغان

در خدمت شما