مسیر
ورځپاڼه
نوی لید، نوی مزل
www.maseerdaily.af
یکشنبه د ۱۳۹۷ د لیندۍ ۱۸مه | د ۲۰۱۸ د ډسمبر اتمه | دویم کال| ۲۹۶مه گڼه

امریکا له پاکستانه غوښتي چې پر طالبانو د دوی اډې ومني، خو پاکستان لا ډېر امتیاز غواړي

۳

د ټاکنیزې مسخرې اصلي پړه د چا پر غاړه ده؟
۲ مخ

د افغانستان اوبه او د پاکستان زهر
۲ مخ

درمان دیسک کمر و روش‌های کنترول درد ناشی از پارگی دیسک
۳ مخ

طالبان: له امریکایانو سره د بندیانو پر خوشې کېدو هوکړې ته نږدې شوي یو

د طالبانو باوري سرچینو بي بي سي ته ویلي، د دوی مرکچي پلاوی له امریکایي لوري سره د افغان دولت له زندانونو د زرگونو طالب زندانیانو د خوشې کېدو پر سر هوکړې ته نږدې شوی دی. دې سرچینې ویلي، د دغه کار موخه د سولې هڅې لپاره د باور فضا رامنځته کول ښودل شوي دي.
افغان حکومت په دې اړه څه نه دي ویلي، خو د چارو شنونکي وایي، د ملابرادر او څو نورو طالب چارواکو له راخوشې کېدو داسې ښکاري چې ممکن دواړه لوري دې هوکړې ته رسېدلي وي.
سرچینې ویلي، د طالب بندیانو د خوشې کېدو پر سر وروستی ځل خبرې څو ورځې وړاندې په اسلام اباد کې د زلمي خلیلزاد او طالب استازو ترمنځ شوي دي. سرچینې دغه راز ویلي، له طالبانو سره درې زره حکومت پلوه کسان بندیان دي، خو له دولت سره د طالب زندانیانو شمېر بیا شاوخوا لس زره یادوي.
په همدې حال کې د طالبانو د زندانونو د چارو یوې سرچینې هم بي بي سي ته ویلي چې د خپلو زندانیانو نوملړ یې چمتو کړی او امریکایي لوري ته یې سپارلی دی.
د افغانستان د زندانونو ریاست هم مني چې له دوی سره د ترهگریزو جرمونو په تور شاوخوا اته زره کسان زنداني دي. د طالبانو ویاند ذبیح الله مجاهد هم دا خبرې نه رد او نه تائید کړې.
سیاسي شنونکی وحید مژده چې د سولې هڅې له نږدې څارې وایي، د ملابرادر او یو شمېر نورو طالب چارواکو له خوشې کېدو داسې ښکاري چې ممکن امریکا او طالبان د بندیانو په خوشې کېدو هوکړې ته نږدې شوې وي.

بهرني قدرتونه دي د افغانانو برخلیک نه ټاکي

۲ مخ

پوهنتون
۴ مخ

د غور د لوړو زده کړو موسسه

د پوهنیار عطاالله فاضل په خبره، د غور د لوړو زده کړو موسسه یو مناسب کتابتون لري چې لږ تر لږه ۴۰۰ جلده کتابونه لري.

په ننگرهار کې د شاتو تولید ۳۵۰ ټنو ته رسېدلی

د ننگرهار ولایت چارواکي وایي، په دغه ولایت کې د شاتو مچیو د روزنې صنعت تر پخوا ښه شوی او د تېر کال له لیندۍ څخه تر اوسه له ۳۵۰ ټنو زیات شات ترلاسه شوي دي.
د ننگرهار د کرنې او مالدارۍ ریاست د شاتو مچیو د روزنې برخې امر شاولي ویلي، په دغه ولایت کې د شاتو مچیو ۳۰۰ فارمونه شته چې ۲۲ ډوله مچۍ پکې د شاتو د ترلاسه کېدو په موخه روزل کېږي.
د نومورې د معلوماتو له مخې، په دغه ولایت کې له یوه کال څخه بل ته د شاتو حاصلات مخ پر ډېرېدو دي او تېر کال هم له ۳۰۰ فارمونو څخه ۳۵۰ ټنه شات بازار ته د خرڅلاو په موخه وړاندې شوي دي.
نوموړی وایي، د مچیو د روزنې صنعت په ننگرهار کې سلگونو کسانو ته په مستقیم او سلگونو نورو ته په غیرمستقیم ډول کاري زمینه برابره کړې ده.

مسکو به قطع‌نامهٔ سازمان ملل دربارهٔ افغانستان رأی موافق نداد

همزمان با سفر زلمی خلیلزاد، نمایندهٔ ویژهٔ امریکا برای صلح افغانستان به روسیه، مسکو اما به قطع‌نامهٔ مجمع عمومی سازمان مل متحد در بارهٔ افغانستان رأی موافق نداد.
مجمع عمومی سازمان ملل متحد، در هفتادوسومین نشست این نهاد قطع‌نامهٔ پیشنهادی افغانستان را برای پشتیبانی از تلاش‌های صلح در افغانستان تأید کرد.
از نماینده‌گان ۱۲۷ کشور حاضر در این مجمع، ۱۲۴ کشور رأی مثبت دادند اما رأی روسیه، لیبیا و زیمبابوی به این قطع‌نامه ممتنع بودند.
واسیلی نیبنزیا، نمایندهٔ همیشه‌گی روسیه در سازمان ملل متحد، در بارهٔ علت ندادن رأی موافق به این قطع‌نامه می گوید که در متن آن تصویر نادرست از افغانستان داده شده‌است؛ زیرا به گفتهٔ او اوضاع این کشور در حال بدترشدن است.
واسیلی نیبنزیا در این باره افزود: «ما از بی‌میلی برخی ازهیئت‌ها برای بازتاب نیافتن نقش و نتیجهٔ مشوره‌های فارمت مسکو در این قطع‌نامه ناامید شده‌ایم. در حالیکه فارمت مسکو، سکوی مهم برای راه اندازی گفت وگوهای صلح افغانستان است، ناامید شده‌ای.»
اما، محمود صیقل نمایندهٔ همیشه‌گی افغانستان در سازمان ملل متحد در پاسخ به این انتقادهای نمایندهٔ روسیه می گوید که کابل از هرگونه تلاش برای برقراری صلح در افغانستان پشتیبانی می کند. او می‌افزاید که یکی از مشکلات نشست مسکو (فارمت مسکو) این بود که روسیه برای سفر چهار عضو طالبان به مسکو، درخواست مجوز سازمان ملل متحد را نکرده بود.

WAYGAL Printing Co.
وایگل چاپ
غوره کیفیت او چټک خدمات په وایگل چاپ کې تجربه کړئ!
if You Can Think It, We Can ink it.
+93 (0) 77 55 22 677, +93 (0) 782 98 9696
+93 (0) 202512626
Dehbori Crossroads in Front of Park Kabul
waygalprinting.co@gmail.com

دریـځ

د ټاکنيزې مسخرې اصلي پړه د چا پر غاړه ده؟

په کابل کې د شوو ټاکنو د برخليک په تړاو لا هم معلومات نشته. د ټاکنيزو شکايتونو کمېسيون د کابل د ټاکنو د لغوه کولو پرېکړه وکړه، خو اوس پر خپله پرېکړه له سره غور کوي. معلومه نه ده چې په دغه بياځلي کتنه کې به پخوانۍ پرېکړه تاييد شي او که به کمېسيون له خپلې پرېکړې وگرځي. يوازې په کابل کې نه، بلکې په نورو ولايتونو کې هم د درغلۍ پراخ رپوټونه دي او لا معلومه نه ده چې د ټاکنيزو شکايتونو کمېسيون به يې په اړه څه پرېکړه کوي.

د ټاکنو او ټاکنيزو شکايتونو کمېسيونونو ترمنځ ستونزو، په خپله په ټاکنو کمېسيون کې ستونزو او اختلافاتو، له درغليو او فساده ډکو ټاکنو، د کمېسيون کمزوري مديريت، فساد او تر سياسي فشارونو لاندې تصميمونو په افغانستان کې د ټاکنو په تړاو تصوير لا زيات خراب کړی دی. زموږ هر ځل ټاکنې تر پخوانيو هغو خرابې وي. په ۲۰۱۴ز کال کې که څه هم په ټاکنو کې ستونزې وې، خو د بهرنيانو لاسوهنې او د ولسمشر معاملې ټاکنې بې ارزښته کړې. اوس د ملي يووالي حکومت او د دوی له خوا جوړو شويو کمېسيونونو ټاکنې دومره مسخره کړې چې نه په کور دننه خلک پرې باور کوي او نه هم بهرنيان. د ۲۰۱۴ز کال د ټاکنو معاملو خلک ناهيلي کړل. له همدې امله له پراخو هڅو سره سره خورا کمو خلکو په ټاکنو کې برخه واخيسته. اوس چې يو ځل بيا ټاکنې مسخره کېږي، نو ستونزمنه به وي چې خلک بيا ولسمشريزو ټاکنو ته را ووځي. له ۲۰۱۴ز کال څخه تر ۲۰۱۸ز کال پورې ډېر وخت و، بدلونونه هم راغلي وو، خو اوس چې د ولسمشرۍ ټاکنو ته کم وخت پاتې دی، نو سر له اوسه ښکاري چې ډېر کم خلک به په ټاکنو کې برخه واخلي. يوازې په کور دننه د ټاکنو بدنامول هم نه دي، بلکې په نړيواله کچه هم زموږ ټاکنې بدنامې شوې دي. په دغو مسخره ټاکنو سره د ملي يووالي حکومت او د دوی له خوا جوړو شوو ناخپلواکو کمېسيونونو نړۍ ته داسې تصوير ورکړ چې په افغانستان کې رښې ټاکنې ناشونې دي، دلته خلک پر ټاکنو باور نه لري او په دې برخه کې هر هڅه بې ځايه دي. دا تصوير به په سياسي او نورو برخو کې د ستونزو ترڅنگ به د دې لامل شي چې مرستندويان نور د ټاکنو بودجه ور نه کړي، ځکه چې هغوی ته په افغانستان کې ټاکنې مسخره ښکاري او فکر کوي چې د ټاکنو په نامه د فساد، درغلۍ او انتصاب له يوې پروسې سره مرسته کوي.

له بده مرغه د ملي يووالي حکومت مشرانو د خپلو شخصي گټو او د واک د دوام لپاره نه يوازې په ۲۰۱۴ز کال کې د خلکو په رايو معامله وکړه، بلکې لا هم همغسې چټلې معاملې کوي. دوی د ټاکنيزو اصلاحاتو په نامه خپل کسان کمېسيونونو ته داخل کړل او کمېسيونونه يې خورا فاسد کړل. کمېشنران او د ټاکنو مديران به کمزوري او مفسد وي، خو د دې هر څه اصلي پړه پر ارگ او اجرايه رياست ده. همدوی وو چې د اصلاحاتو په نوم يې کمېسيونونه چټل کړل او همدوی دي چې لا هم د خلکو له ارادو سره لوبې کوي.

د افغانستان اوبه او د پاکستان زهر

لیکنه: نجیب منلی - وروستۍ برخه:

له پاکستان سره د اوبو وېش:
د پاکستان او افغانستان په دوه اړخيزو اړيکو کې تر اوسه د اوبو پر موضوع رسمي خبرې اترې نه دي شوې. د ۲۰۱۳ ز کال په اگسټ کې د افغانستان د ماليې وزير ډاکټر حضرت عمر زاخېلوال او د پاکستان د ماليې وزير محمد اسحق ډار د کونړ پر سيند د برېښنا د يوې سترې پروژې د گډ کار خبره وکړه چې له هغې وروسته نه افغانستان او نه هم پاکستان دا موضوع تعقيب کړې ده.
که د کابل د اوبو د حوزې طبيعي جوړښت ته وگورو، پاکستان له افغانستان سره نه اوس د اوبو پر سر کومه ستونزه لري او نه يې په راتلونکي کې پيدا کولای شي. که افغانستان د کابل سيند د اوبو له حوزې څخه اعظمي استفاده هم وکړي، له ډيورنډ کرښې د اوښتونکو اوبو په مقدار کې د پام وړ توپير نه شي راتلای.
باالمقابل، که چېرې افغانستان او پاکستان د خپلو گډو اقتصادي منافعو لپاره د کرښې دواړو لورو ته د اوبو او ځنگلونو پر مديريت په گډه کار وکړي او له شته امکاناتو استفاده وکړي، نو گټه به يې د کرښې دواړو غاړو ولسونو ته ورسېږي.
د پاکستان او افغانستان ترمنځ د اوبو مديريت کېدای شي د نړيوالو همکاريو يو فوق العاده اغېزمن موډل هم و اوسي. د کابل د اوبو پر حوزه که د انرژۍ د توليد تاسيسات رغېږي، نو دواړه هېوادونه ترې گټه اخيستلای شي. سربېره پر دې، که د کابل د اوبو په برنۍ برخه کې د طبيعي افتونو، د چاپېريال د ککړتيا او د ژوند د چاپېريال د تخريب مخه نيول کېږي، نو هماغومره يې د دې حوزې د ښکتنۍ برخې اوسېدونکي هم له ښو نتايجو برخه من کېږي.
دا به د دواړو هېوادونو د ولسونو په گټه وي چې له نورو اختلافاتو سره سره دواړه دولتونه د اوبو او د ژوند د چاپېريال په سالم مديريت کې همکاري وکړي.

سياسي لوبې او زهرپاشنې

افغان سياستوال عموماً د کونړ پر سيند او په مجموع کې د کابل د اوبو د حوزې د مديريت په برخه کې خپله ناغېرې د پاکستان د لاسوهنې په پلمه توجيه کوي. پاکستاني سياستوال هم هڅه کوي چې په افغانستان کې د خپلو ناوړه سياستونو د توجيه لپاره له کرښې اخوا ولسونو او عامه افکارو ته د پاکستان پر طبيعي سرچينو د هند د برلاسي کېدو ډار تلقين کړي.
پاکستاني مطبوعات، سياسيون او استخباراتي کړۍ د پاکستان په سياسي، اقتصادي او امنيتي مشکلاتو کې د افغانستان پر رول ځکه ډېر ټينگار کوي چې د پاکستان سياسي بقا په بهرنې گواښ کې ويني. د پاکستان له ايجاده تر دې دمه، دغه دولت هڅه کړې چې په خپل گاونډ کې بې ثباتي رامنځته کړي. له گاونډيو هېوادونو او ولسونو سره په يو ډول نه يو ډول د تخاصم فضا گرمه وساتي چې په کور دننه د بېلابېلو قومونو د حق غوښتنې تمايلات کنټرول کړي. له همدې امله سره له دې چې د پاکستان دولت عملاً د اوبو د مسئلې پر سر د خبرو اړتيا هېڅکله نه ده احساس کړې، په غيرمستقيم ډول پر خپلو طبيعي زېرمو او سرچينو د افغانستان برلاسي د خپل داخلي امنيت لپاره گواښ گڼي.
دا چې پاکستاني مطبوعات او د هغوی تر شا فعال استخباراتي لاسونه د کورنيو عامه افکارو د بوخت ساتلو په موخه په افغانستان کې هر اقتصادي پرمختگ او د هرې زېربنايي پروژې پلي کېدل د پاکستان پر سيمه ييز امنيت د هند د نادوستانه بريد په توگه معرفي کوي، دا هرڅه د پاکستان د اويا کلن تاريخ يوه ثابته مشخصه ده.
د دغو تبليغاتو د نارښتينوالي د ثابتولو لپاره دغه يوه ټکي ته اشاره کافي ده چې پاکستان له ټولو دښمنيو سره سره دې ته حاضر دی چې په کشمير کې له هند سره د اوبو د وېش لپاره دوه اړخيزه همکاري وکړي؛ خو په افغانستان کې يوه خورا کوچنۍ پروژه د شکونو په يو پراخ جال کې پوښي.
له بده مرغه په افغانستان کې د عامه افکارو جوړوونکې کړۍ (کورنې مطبوعات او په کورنيو مطبوعاتو کې فعال کارپوهان) د هېواد دننه واقعيتونو په اړه کره او مستند مالومات نه لري، يا يې د لاسته راوړلو هڅه نه کوي، نو تر ډېره بريده پر بهرنيو سرچينو تکيه کوي. د افغانستان او پاکستان ترمنځ د اړيکو په ارتباط، بهرنۍ سرچينې هم د افغاني واقعيتونو په پرتله د استخباراتي کړيو او په خاص ډول د پاکستاني استخباراتو له خوا د خپرېدونکو مالوماتو اخيستلو ته ډېر تمايل لري.
هغه زهر چې پاکستاني استخاراتي حلقې يې د خپلو لنډمهالو تکتيکي گټو لپاره د پاکستاني او نړيوالو مطبوعاتو له لارې خپروي او هڅه کوي چې د افغانستان او هند پر همکاريو د شک ځادر وغوړوي، په اوږدمهال کې د کرښې د دواړو خواوو د ولسونو په تاوان دي.
بيا هم پاکستاني استخباراتي کړۍ کېدای شي د يوې تکتيکي حربې د درلودو په خاطر دغه زهرپاشنې په خپله گټه وبولي؛ خو په افغانستان کې مطبوعاتي فعالين د مالوماتو د نشتوالي له امله په غيرشعوري ډول د همدغو زهرو د بيا خپرولو له لارې د خپل هېواد منافعو ته ضرر رسوي.
د رواني جگړې يو محوري ټکی هم همدا دی چې په خلکو کې داسې ذهنيت ايجاد شي چې مثبتو او رغوونکو اقداماتو ته هم د شک په سترگه وگوري. اوبه د يوې حياتي طبيعي شتمنۍ په صفت د هر چا لپاره مهمه او حساسه موضوع ده. که له کرښې اخوا وگړو ته دا احساس ورکړل شي چې په افغانستان کې د اوبو د مديريت هر برې د هند او پاکستان په مقابله کې د هند په گټه تماميږي، نو هغه خلک که له افغانستان سره خواخوږي هم ولري، له هند سره د دښمنۍ په خاطر د افغانستان د مشروعو منافعو قربانول ورته ستونزمن نه برېښي.
په کور دننه هم که د افغانستان وگړو ته دا شک پيدا شي چې د افغانستان د اوبو مديريت د پاکستان لپاره گواښ بلل کېدای شي، نو د ځوابي اقداماتو له وېرې ممکن د دغه ډول رغنيزو پروژو ناکامېدل ورته يوه لازمه قرباني ښکاره شي.
د افغانستان او پاکستان په اړيکو کې د اوبو د مسئلې ابعاد او په دې اړه د وضاحتونو ايجادول د پاکستان له خوا په افغانستان کې له پلان شوې رواني جگړې سره د مقابلې يوه ارزښتمنه وسيله ده.
افغاني مطبوعاتو ته په کار ده چې د ځمکنيو واقعيتونو د دقيقې څېړنې له لارې د هېواد د دښمنانو په لاس له خپلې خوښې پرته د افغانستان د منافعو پر ضد ونه کارول شي.

پای

خليلزاد: بهرني قدرتونه دې د افغانانو برخليک نه ټاکي

د افغان سولې لپاره د امريکا ځانگړي استازي زلمي خليلزاد يو ځل بيا پر بين الافغاني مذاکراتو ټينگار کړی او په ډاگه کړې يې ده چې بهرنيان بايد د افغانانو برخليک ونه ټاکي.
خليلزاد دا څرگندونې په مسکو کې د روسيې د بهرنيو چارو وزارت مرستيال او د افغانستان لپاره د روسيې له ځانگړي استازي ضمير کابلوف سره د ليدنې پر مهال کړې دي.
تر يادې ليدنې وروسته په مسکو کې د امريکا سفارت له خوا په يوه خپره شوې خبرپاڼه کې راغلي، په دې ليدنه کې د افغانانو په مشرۍ او مالکيت د افغان سولې په اړه خبرې اترې وشوې.
سرچينې زياته کړې، خليلزاد په دې ليدنه کې په ډاگه کړې چې د افغانستان شخړه بايد د خبرو اترو له لارې په سياسي توگه هواره شي.
هغه ويلي، افغانان بايد په خپله د خپل راتلونکي په اړه پرېکړه وکړي، نه دا چې بهرني قدرتونه د هغوی برخليک وټاکي.
په خبرپاڼه کې راغلي، د افغانستان د شخړې سياسي هوارۍ امريکا او روسيې دواړو ته گټور دی.
امريکا ويلي، د افغان شخړې له هوارې سره په سيمه کې د ترهگرۍ او نشه يي توکو گواښونه کم او اقتصادي پرمختگونه رامنځته کېږي.
زلمی خليلزاد چې د افغان سولې په هڅو کې سيمې ته په دريېم سفر راوتلی، پاکستان ته تر دوه ورځنې سفر او په کابل کې له ولسمشر غني سره تر ليدنې وروسته د پنجشنبې په ورځ مسکو ته تللی.
خليلزاد به له دې وروسته ترکمنستان، قطر، عربي اماراتو او بلجيم ته هم سفرونه وکړي.
دا په داسې حال کې ده چې په دې وروستيو کې په ملگرو ملتونو کې د روسيې استازي د افغانستان په اړه په يوه جوړه شوې غونډه کې ويلي چې نړيوال په افغانستان کې پر روان حالت او روانو واقعيتونو سترگې پټوي او همدا مسئله به د دې سبب شي چې د افغانستان د ثبات لپاره د ملگرو ملتونو او نورو نړيوالو بنسټونو هڅې بې گټې کړي. د دغه روسي ډيپلومات په خبره، په افغانستان کې وضعيت ورځ تر بلې ترينگلی کېږي او له طالبانو ورهاخوا نورې ترهگرې ډلې په دغه هېواد کې د پښې ځای پيدا کوي. هغه پر ملگرو ملتونو هم غږ کړی چې په افغانستان کې واقعيتونو ته په کتو گامونه اوچت کړي او دلته روانه خونړۍ جگړه پای ته ورسوي.

ولسي جرگه: حکومت دې د کندوز او غزني د ناوړه پېښو د تکرار مخنيوی وکړي

ولسي جرگه د هېواد امنيتي ستونزو ته په کتو وايي، حکومت دې د کندوز او غزني د ناوړه پېښو د تکرار مخنيوی وکړي.
د دې جرگې دويم مرستيال اميرخان يار چې د شنبې په ورځ يې د جرگې مشري کوله، په ځينو ولايتونو کې يې د امنيتي ستونزو په اړه د ځينو وکيلانو د اندېښنو له څرگندونو وروسته له حکومته او په تېره بيا له امنيتي ارگانونو وغوښتل چې دې مسئلې ته جدي پام وکړي.
نوموړي وويل: «وکيل صاحبانو چې د فارياب، د هرات ولايت شينډنډ او ځينو نورو ولايتونو پر ناامنيو اندېښنې وښودې، له حکومته مو غوښتنه دا ده چې هغو ولايتونو ته چې پخوا په امن کې وو او اوس د ناامنيو په لور روان دي، جدي پام وکړي».
په ولسي جرگه کې د فارياب ولايت استازو خبرداری ورکړ چې که دې دغه ولايت ناامنو ولسواليو ته توجه ونه شي، خلک به يې له ډېرو ستونزو سره مخ شي. دوی ادعا وکړه چې د ياد ولايت د ځينو ولسواليو اوسېدونکو د وسله والو مخالفينو د امنيتي گواښونو له امله خپلې سيمې پرې ايښې او د ولايت مرکز ته کډه شوي دي.
په دې وروستيو کې د غزني، کندوز او فراه ولايتونه د وسله والو مخالفينو د بريدونو او د دوی او امنيتي ځواکونو ترمنځ د سختو نښتو شاهدان وو چې د راپورونو له مخې په دغو ناامنيو کې ملکي او پوځي کسانو ته تلفات اوښتي وو.
خو د کورنيو چارو وزارت د امنيتي ځواکونو له خوا د وسله والو مخالفينو پرضد د پراخو عملياتو خبرې کوي او ډاډ ورکوي چې د هېواد امنيتي وضعيت د ښه کېدو په حال کې دی.
د دغه وزارت د وياند مرستيال نصرت رحيمي ويلي: «په وروستۍ يوه مياشت کې د کابل په گډون عمومي امنيتي وضعيت ښه شوی او د فارياب په گډون څو ولايتونه د امنيتي ارگانونو د عملياتو په سر کې دي. همداشان د پښتون کوټ او شينډنډ په اړه له مرکزه اړوندو قوماندانيو ته ځانگړې سپارښتنې شوې، فعاليت روان دی او انشاالله وضعيت به ښه شي.»
نوموړي ويلي، د وسله والو مخالفينو پرضد به د تهاجمي عملياتو له تېزېدو سره تر دريو- څلورو مياشتو پورې د هېواد په امنيتي وضعيت کې مثبت بدلون راشي.

امریکا له پاکستانه غوښتي چې پر طالبانو د دوی اډې ومني، خو پاکستان لا ډېر امتیاز غواړي

له پاکستان نه د افغان سولې په برخه کې د امریکا د مرستې غوښتلو اعلان، د واشنګټن پر وړاندې د اسلام اباد دریځ نور هم سخت کړی او اسلام اباد هڅه کوي له امریکا زیات امتیاز واخلي.

د پاکستان صدراعظم عمران خان د ډونالډ ټرمپ تر لیک وروسته په یوه مرکه کې وویل چې پاکستان د امریکا کرایي ټوپک نه دی چې د پیسو په بدل کې استعمال شي. د عمران خان له مرکې سره هممهاله د پاکستان د پوځ ویاند پر متحده ایالتونو غږ وکړ چې له افغانستانه د بایلونکي هېواد په توګه نه، بلکې د یوه دوست په توګه ژر ووځي.

نوموړي وویل: ((موږ هیله لرو چې امریکا ژر له افغانستان څخه ووځي؛ د بایلونکي په حیث نه، بلکې د یوه منطقوي دوست په حیث له دغه هېواده ووځي. له افغانستان نه د امریکا وتل هم د افغانستان په ګټه دي، هم د پاکستان او هم د ټولې سیمې.))

شنونکي وایي چې امریکا له پاکستان څخه مرسته غواړي او پاکستان یې په بدل کې ډېر امتیازات غواړي.

د سولې په خبرو کې د امریکا اصلي غوښتنه په افغانستان کې د خپل حضور او پوځي اډو ساتل دي، خو د طالبانو په اړه هم ویل کېږي چې له امریکا سره یې په تېرو دوو پړاوونو خبرو اترو کې د هغوی پر پوځي اډو توافق نه دی کړی. اوس ویل کېږي چې امریکا له پاکستان څخه غواړي چې پر طالبانو فشار راوړي او پوځي اډې ومني، خو پاکستان د دغه کار په بدل کې له امریکا د سترو امتیازاتو غوښتنه کوي.

د شنونکو په باور، متحده ایالتونو په تېرو اوولسو کلونو کې د ترهګرۍ ضد جګړې په ترځ کې د سیمه ییزې همکارۍ پرځای پاکستان ته ترجیح او امتیاز ورکړي او اوس د دغو غلطو سیاستونو بیه افغانستان ور کوي.

د چارو شنونکی او پوځي کارپوه محمداګل مجاهد وایي: ((بې له شکه امریکا چې په تېرو اوولسو کلونو کې په افغانستان کوم سیاستونه مخ ته یوړل، غلط وو او دوی چې دلته په کوم شعار راغلي وو، عملي نه شو. امریکایان په دې بهانه راغلل چې په افغانستان نشه یي توکي ختموو، تروریزم له منځه وړو، ښه حکومتولي رامنځته کوو او بشري حقونه تامینوو چې برعکس تروریستان له یوې ډلې څخه ۲۲ ډلو ته زیات شول، نشه يي توکي څو چنده زیات شوي او ښه حکومتولي رامنځته نه شوه، نو له همدې د دوی غلطو پالیسیو هم دوی ته ضرر رسولی او هم یې له افغانانو څخه ډېرې قربانۍ اخیستې.))

پاکستان د افغان سولې په برخه کې متحده ایالتونو ته خپل شرایط په داسې حال کې سخت کړي چې داسې اندېښنې هم موجودې دي چې واشنګټن له اسلام اباد سره د افغانستان پر سر کومې نوې معاملې ته غاړه کېښږدي.

سیاسي ګوندونه: مرکچي پلاوی مو له حکومتي پلاوي جلا له طالبانو سره د سولې خبرې کوي

افغان حکومت وایي، د سولې مرکچي پلاوی په جنیوا ناسته کې رسماً اعلان شوی او یوازې همدا پلاوی له طالبانو سره د سولې د خبرو صلاحیت لري.

د ولسمشرۍ ماڼۍ مرستیال ویاند شاه حسین مرتضوي د شنبې په ورځ ازادي راډیو ته وویل چې د خبرو په هر پړاو کې به له سیاسي ګوندونو نظر اخیستل کېږي. ده زیاته کړه: «د حکومت مرکچي پلاوی په جنیوا ناسته کې رسماً اعلان شوی او د حکومت د سولې له پلان سره سم موږ کمېټې لرو چې مشورتي بورډ جوړوي او له دې کمېټو یوه یې سیاسي ګوندونو ته ځانګړې شوې چې د خبرو په هر پړاو کې به د دوی نظر اخیستل کېږي، خو خبرې به حکومت کوي».

مرتضوي دغه څرګندونې وروسته له هغې کوي چې یوشمېر سیاسي ګوندونو ویلي، له طالبانو سره د سولې د خبرو لپاره د حکومت له خوا ټاکل شوی مرکچي پلاوی دوی ته د منلو نه دی.

مخکې تر دې مشرانو جرګې او د مدني ټولنو یوشمېر غړو هم انتقاد کړی او ویلي یې دي چې دا پلاوی ورته د منلو نه دی او پکار ده چې د غړو په اړه یې یو وار بیا غور وشي.

افغان حکومت د جنیوا په ناسته کې چې د نومبر په ۲۷مه او ۲۸مه د سویس په جنیوا ښار کې جوړه شوه، ولسمشرۍ ماڼۍ د دفتر رییس سلام رحیمي په مشرۍ ۱۲ کسیز پلاوی رسماً اعلان کړ.

دغه اقدام وروسته له هغې وشو چې د افغان سولې لپاره د امریکا د بهرنیو چارو وزارت ځانګړي استازي زلمي خلیلزاد د افغان حکومت او وسله والو طالبانو ترمنځ د سولې د خبرو لپاره په دې وروستیو کې هڅې تېزې کړې چې هیله ښنونکې ګڼل شوې دي.

په ورته وخت کې د افغانستان د ملي اسلامي غورځنګ ګوند د یوه بل پلاوي د ټاکل کېدو خبره کوي.

د دغه ګوند غړي عبدالله قرلق ازادي راډیو ته ویلي چې سیاسي جریانونه هم پر دې بحث کوي چې له طالبانو سره د سولې د خبرو لپاره خپل پلاوی وټاکي.

نوموړي وویل: «ګوندونه ناچاره شول چې په دې برخه کې مشوره او پرېکړه وکړي چې یو قوي او باصلاحیته پلاوی وټاکي چې طالبانو سره د سولې خبرې وکړي».

که څه هم قرلق په دې اړه ډېر جزیات نه دي ورکړي، خو ویلي یې دي چې دغه پلاوی به له حکومتي پلاوي جلا له طالبانو سره د سولې خبرې وکړي.

د ولسي جرګې یوشمېر غړو بیا د شنبې د ورځې په عمومي غونډه کې ټینګار وکړ چې د حکومت او سیاسي ګوندونو له خوا له وسله والو طالبانو سره د سولې د خبرو په موخه د بېلابېلو پلاوو د ټاکلو پر ځای، ښه به وي چې ټول تر یوه چتر لاندې راټول شي.

دا په داسې حال کې ده چې د حکومت د سولې دلارې په نقشه کې چې د ولسمشرۍ ماڼۍ لخوا خپره شوې ده، بدلون راتللی شي.

اجرائیه ریاست: په افغان سوله کې د روسیې همکاري مهمه ده

وروسته له هغه چې روسي چارواکو له زلمي خلیلزاد سره په کتنه کې د افغانستان د جګړې پر سوله ییزې حللارې ټینګار وکړ، افغان حکومت وایي چې د افغانستان د سولې په بهیر کې مسکو د پام وړ رول لوبولای شي.

د اجرائیه ریاست د ویاند مرستیال امېد میثم د شنبې په ورځ ازادي راډیو ته وویل چې روسیه د سیمې په چارو کې د یوه اغېز لرونکي هېواد په توګه کولای شي چې د افغانستان د سولې په بهیر کې مهم رول ولوبوي.

میثم مسکو ته د امریکا د بهرنیو چارو وزارت د ځانګړي استازي زلمي خلیلزاد سفر ته په اشارې سره وویل چې د افغانستان د سولې په پروسه کې د روسیې او د سیمې د نورو هېوادونو ترمنځ ګډه همکاري دغه بهیر بریالیتوب ته رسولی شي.

نوموړي وویل: «روسیه په سیمه کې یو تاثیر لرونکی هېواد دی او د سیمې او افغانستان په مسایلو کې مهم رول لري. موږ هیله لرو چې د روسیې او د نړۍ د نورو پیاوړو هېوادونو ترمنځ د افغانستان د سولې په برخه کې همکاري زیاته شي او د سولې روان بهیر بریا ته ورسېږي.»

د افغان سولې لپاره د امریکا د بهرنیو چارو وزارت ځانګړي استازي زلمي خلیلزاد د جمعې په ورځ د روسیې د بهرنیو چارو وزارت له مرستیال او د افغانستان لپاره د دغه هېواد له ځانګړي استازي سره په مسکو کې خبرې اترې وکړې.

ایټرټاس خبري اژانس د روسیې د بهرنیو چارو وزارت او په مسکو کې د امریکا د سفارت په حواله راپور ورکړی چې له طالبانو سره د افغان حکومت د مخامخ خبرو مسئله له روسي چارواکو سره د خلیلزاد د خبرو اصلي موضوع وه.

یاد خبري اژانس دا هم لیکي چې د روسیې د بهرنیو چارو وزارت مرستیال ایګور مارګلوف او د افغانستان لپاره د هغه هېواد ځانګړي استازي ضمیر کابلوف ټینګار کړی چې د افغان جګړې د حل خبرې اترې د روسیې او سیمې په ګټه دي.

د افغان سولې لپاره د امریکا د بهرنیو چارو وزارت ځانګړي استازي زلمي خلیلزاد د سیمې هېوادونو ته د خپل دریېم سفر په ترځ کې له دې مخکې له افغان او پاکستاني چارواکو سره هم کتلي دي.

دا په داسې حال کې ده چې مخکې تر دې د افغانستان د ملي شورا یوشمېر غړو په وار وار دا ویلي چې روسیه له طالبانو سره همکاري کوي، خو طالبانو دا ادعاوې رد کړې او مسکو هم یوازې له یادې ډلې سره اړیکې تایید کړې دي.

په ورته وخت کې د نړیوالو اړیکو کارپوه جاوېد مهمند د افغان سولې لپاره د سیمه ییزې اجماع په قالب کې د روسیې همکاري ډېره مهمه او حتمي ګڼي.

نوموړي وویل: «په سیمه ییزه اجماع کې د روسیې، چین او ایران همکاري ډېره مهمه ده او د افغانستان د سولې په برخه کې دې د دوی نظر واخیستل شي. د اجماع د رامنځته کولو لپاره د روسیې رول ډېر مهم دی، څو په افغانستان کې شته ستونزې هوارې شي، پرته له دې فکر نه کوم چې په افغانستان کې ژر سوله ټینګه او ستونزه هواره شي.»

ټاکل شوې چې د افغان سولې لپاره د امریکا د بهرنیو چارو وزارت ځانګړی استازی زلمی خلیلزاد د خپل سفر په لړ کې ترکمنستان، ازبکستان، بلجیم، متحده عربي اماراتو او قطر ته هم سفرونه وکړي.

حوثیان: د حدیدې بندر د سولې د خبرو اجنډا نه ده او حکومت ته دغه بندر نه سپارو

د یمن حوثي یاغیانو د دغه هېواد د کورنۍ جګړې د پای ته رسولو لپاره په سویډن کې د روانو خبرو په لړ کې حکومت ته د حدیدې مهم بندر سپارل رد کړي دي.

د حوثیانو یوه مشر د دغه هېواد د سولې په خبرو کې چې په سویډن کې پیل شوې دي، د یمن حکومت ته د حدیدې بندر سپارل رد کړي دي.

عبدالمالک العجزي د فرانسې خبري اژانس ته ویلي، حکومت ته د حدیدې بندر د سپارلو موضوع د سولې د روانو خبرو په اجنډا کې نه ده شامله .

د یمن حدیدې بندر چې د خوراکي موادو او بشري مرستو نوي په سلو کې له همدې لارې یمن ته داخلېږي، د ایران له ملاتړه برخمن د حوثي یاغیانو تر کنټرول لاندې دی.

د سعودي عربستان په مشرۍ نړیوال ائتلاف چې د یمن د ولسمشر عبدربو منصور هادي له حکومته ملاتړ کوي، له تېرو څو میاشتو راهیسې له حوثیانو څخه د دغه بندر د نیولو لپاره پراخ پوځي عملیات پیل کړي دي.

د حدیدې جګړې د دغه بندري ښار د ۱۵۰ زرو اوسېدونکو د خوندیتوب په اړه چې د دواړو خواوو په بریدونو کې بند پاتې دي، د نړیوالو اندېښنې زیاتې کړې دي.

سعودي عربستان وایي، شیعه حوثي وسله وال د حدیدې بندر له لارې له ایرانه وسلې ترلاسه کوي او د صنعا نړیوال هوایي ډګر یې هم د ملکي پروازونو پر مخ تړلی دی. ایران بیا دا ردوي چې ګواکې دغه هېواد حوثي یاغیانو ته وسلې ورکوي.

د سویډن په خبرو کې حوثیانو د صنعا د نړیوال هوایي ډګر د بیا پرانیستلو په اړه د یمن د حکومت غوښتنه هم رد کړه.

د یمن د پلازمېنې صنعا نړیوال هوایي ډګر په ۲۰۱۴ ز کال کې وروسته له هغې وتړل شو چې حوثیانو پلازمېنه او د دغه هېواد یوشمېر مهمې بندري سیمې لاندې کړې.

ملګري ملتونه وایي، د یمن جګړې په دغه هېواد کې تر ټولو لوی بشري ناورین رامنځته کړی دی او دا مهال ۱۴ میلیونه یمنیان د قحطۍ له ګواښ سره مخ دي.

د غور د لوړو زده کړو موسسه

حمیدالله حمیدي

د غـور د لـوړو زده کـړو موسسـې د بنسـټ ډېـره د خلکـو لـه پرلـه پسـې غوښـتنو او د لـوړو زده کـړو وزارت لـه منظـورۍ وروسـته پـه ۱۳۹۱ لمریز کال کـې د دغـه ولایـت پـه مرکـز فیروزکـوه کـې کېښـودل شـوه. د لـوړو زده کـړو دې موسسـې پـه لومـړي سر کـې یـو پوهنځـی (ښـوونه او روزنـه) درلـود چـې پـه دوو ډیپارټمنتونـو (فزیـک- ریـاضي او کیمیـا- بیولـوژي) کـې یـې محصلیـن جـذب کـړل. د غـور د لـوړو زده کـړو موسسـې رییـس پوهنیـار عطاالله فاضـل وایـي، د ښـوونې او روزنـې پوهنځـی اوسـمهال ټـول یوولـس ډیپارټمنتونـه لـري. د فاضـل پـه خبـره، پـه ۱۳۹٦ لمریز کال کـې د دې موسسـې لپـاره د کرنـې پوهنځـی هـم منظـور شـو چـې تـر اوسـه دوه ډیپارټمنتونـه (اګرانومـي او حیـواني علـوم) لـري چـې عمـلاً محصلیـن پکـې پـر زده کـړو بوخـت دي.

پوهنیـار عطاالله وایـي، د غـور د لـوړو زده کـړو موسسـه اوسـمهال ټولټـال ۱۱۷۰ محصلیـن لـري چـې لـه دې ډلـې ۱۹۷ یـې نجونـې دي.

نومـوړی وایـي، د اوسـنیو دوو پوهنځیـو د محصلینـو لپـاره یـې د زده کـړو کامـلاً ازاده، تـر وسـې پـورې پـر امکاناتـو سـمبال زمینـه او د لـوړو زده کـړو وزارت لـه قوانینـو سره سـمه فضـا برابـره کـړې ده.

د غـور د لـوړو زده کـړو موسسـه ټولټـال ۴۰ رسـمي اسـتادان لـري چـې لـه دې ډلـې یـې یـوه ښـځینه ده. دغـه راز پـه یوولسـو نـورو اداري کارکوونکـو کـې بیـا دوه ښـځینه کارکوونکـې هـم لـري. د غـور د لـوړو زده کـړو موسسـې د ۴۰ اسـتادانو لـه ډلـې ۸ تنـه یـې د ماسـټرۍ تـر کچـې پـورې لـوړې زده کـړې لـري او ۱۷ نـور یـې پـه بهرنیـو هېوادونـو، لکـه: ایـران، ترکیـې او هنـد کـې د ماسـټرۍ پـه پروګـرام کـې شـامل دي. فاضـل وایـي، پاتـې نـور اسـتادان بیـا د لېسـانس تـر کچـې پورې زده کـړې لـري، خـو هڅـه کـوي چـې پاتـې نـورو اسـتادانو تـه هـم پـه کـور دننـه او بهـر کـې د ماسـټرۍ پـه پروګرامونـو کـې د شـاملېدو چانـس برابـر کـړي.

د پوهنیـار عطاالله فاضـل پـه خبـره، د غـور د لـوړو زده کـړو موسسـه یـو مناسـب کتابتـون لـري چـې لـږ تـر لـږه ۴۰۰ جلـده کتابونـه لـري. دی وایـي، د کتابونـو پـه راټولولـو کـې د هـرات پوهنتـون چـې د غـور د لـوړو زده کـړو موسسـه د دغـه پوهنتـون علمـي فلیـال بلـل کېـږي او دغـه راز لـوړو زده کـړو وزارت، ځوانانـو او فرهنګپالـو ورسره مرسـته کـړې ده. دی وایـي، پـه کتابتـون کـې یـې تـر ډېـره د همـدې دوو پوهنځیـو اړونـد کتابونـه راټـول کـړي چـې محصلیـن او اسـتادان کولـی شي وخـت پـر وخـت تـرې د خپلـې مطالعـې او څېړنـې لپـاره ګټـه واخـلي. پوهنیـار فاضـل وایـي، د ښـوونې او روزنـې پوهنځـي د کیمیـا ډیپارټمنـټ لپـاره ورسره لـوړو زده کـړو وزارت د شـل زره امریکایـي ډالـرو پـه ارزښـت د لابراتـوار او د لابراتـوار د مـوادو مرسـته کـړې ده. دی وایـي، هڅـه یـې دا ده چـې پـه راتلونکـې کـې د نـورو ډیپارټمنتونـو لپـاره هـم لابراتوارونـه جـوړ کـړي او کتابتـون لا غنـي کـړي.

د غـور د لـوړو زده کـړو موسسـه یـوازې د نجونـو لپـاره د لیلیـې ودانـۍ لـري، خـو تجهیـز شـوې نـه ده. فاضـل وایـي، پـه افغانسـتان کـې د امریـکا متحـده ایالتونـو د سـفارت او لـه نشـه یـي توکـو سره د مبـارزې وزارت پـه مـالي لګښـت ورتـه دوې ودانـۍ د یـو میلیـون امریکایـي ډالـرو پـه ارزښـت د نجونـو د لیلیـې لپـاره جـوړې شـوې، خـو نـور تجهیـزات لا نـه دي ورتـه برابـر شـوي او دوی تـرې اوس د درسـي ټولګیـو پـه توګـه کار اخـلي. د دې موسسـې رییـس وایـي، د موسسـې لپـاره یـې سږ کال پـه مـلي بودجـه کـې د لـوړو زده کـړو وزارت لـه خـوا یـو میلیـون ډالـر ځانګـړي او د ښـار جوړونـې وزارت تـه انتقـال شـوي هـم دي، څـو د موسسـې لپـاره اداري ودانـۍ، تدریسـي ودانـۍ او نـورې اړینـې ودانـۍ جـوړې شي، خـو لـه بـده مرغـه تـر اوسـه پـه دې برخـه کـې هېـڅ پرمختـګ نـه دی شـوی او د پیسـو برخلیـک یـې نـه دی معلـوم. د غـور د لـوړو زده کـړو موسسـه تـر اوسـه پـورې د هلکانـو لپـاره لیلیـه نـه لـري او هغـو محصلینـو تـه چـې پـه شرایطـو برابـر دي، بـدل اعاشـه ورکـول کېـږي.

د دې موسسـې رییـس وایـي، تـر اوسـه پـورې د لـوړو زده کـړو وزارت لـه خـوا د دې موسسـې د پرمختـګ لپـاره ان یـوه خښـته هـم نـه ده اېښـودل شـوې. دی وایـي، موسسـه یـې تـر اوسـه پـورې اداري ودانـۍ، تدریسـي ودانـۍ، د هلکانـو لیلیـه، جومـات، سـپورټي میدانونـه، طعـام خـوري، احاطـه او نـور هغـه څـه چـې پـه یـوه پوهنتـون یـا موسسـه کـې بایـد وي او د محصلینـو اړتیـا بلـل کېـږي؛ نـه لـري. دی لـه لـوړو زده کـړو وزارت څخـه غـواړي چـې پـه دې برخـه کـې د غـور د لـوړو زده کـړو موسسـې تـه پاملرنـه وکـړي. فاضـل وایـي، کـه لـوړو زده کـړو وزارت ورتـه ځانګـړې پاملرنـه هـم نـه کـوي، یـوازې دې ورتـه خپـل حـق ورکـړي. د فاضـل پـه خبـره، تـر اوسـه چـې کـوم پرمختـګ د غـور پـه لـوړو زده کـړو موسسـه کـې شـوی، ټـول د خیریـه موسسـو، سپارتونو او نـورو اړونـدو بنسـټونو لـه لـوري شـوی دی او لـوړو زده کـړو وزارت ورسره هېـڅ راز مرسـته نـه ده کـړې.

پوهنیـار فاضـل وایـي، راتلونکـي پلانونـه یـې دا دي چـې لومـړی بایـد خپـل هغـه اسـتادان د ماسـټرۍ پـه پروګـرام کـې شـامل کـړي چـې د لېسـانس تـر کچـې پـورې زده کـړې لـري او د هغـو اسـتادانو لپـاره چـې ماسټري لـري، پـه بهرنیـو هېوادونـو کـې د دوکتـورا زمینـه برابـره کـړي. د نویـو پوهنځیـو منظـوري اخیسـتل او دغـه راز د اداري او تدریسـي ودانیـو جـوړول یـې هـم پـه لومړیتوبونـو کـې دي. پوهنیـار عطاالله فاضـل وایـي، هڅـه یـې دا ده چـې د خیریـه موسسـو او سـفارتونو مرسـته را جلـب کـړي، څـو پـه هغـه برخـه کـې ورسره مرسـته وکـړي چـې د موسسـې اړتیـا بلـل کېـږي. دی وایـي، لـه لـوړو زده کـړو وزارت څخـه یـې ځکـه تمـه شـکېدلې ده چـې پـه تېـرو شـپږو کلونـو کـې یـې د دوو پوهنځیـو لـه منظـورۍ پرتـه ورسره هېـڅ راز مرسـته نـه ده کـړې. فاضـل وایـي، د غـور د لـوړو زده کـړو موسسـې د جوړېـدو شـپږ کالـه کېـږي، نـه تـر اوسـه اداري ودانـۍ او نـه هـم تدریسـي ودانـۍ او احاطـه لـري.

غـور د افغانسـتان لـه مرکـزي ولایتونـو څخـه یـو دی چـې د بیارغونـې لـه پلـوه وروسـته پاتـې ولایـت ګڼـل کېـږي. کـه څـه هـم شـپږ کالـه کېـږي چـې د دغـه ولایـت لپـاره د لـوړو زده کـړو موسسـه جـوړه شـوې ده، خـو تـر اوسـه پـورې یـوازې دوه پوهنځـي لـري چـې د دې پوهنځیـو لپـاره نـه ودانـۍ جـوړې شـوې دي او نـه هـم هغـه امکانـات پـه واک کـې ورکـړل شـوي دي چـې د یـوې موسسـې لپـاره اړیـن بلـل کېـږي.

د دې موسسـې رییـس وایـي، مـوږ پـه یوویشـتمه پېـړۍ کـې ژونـد کـوو، خـو لاهـم زمـوږ اسـتادان او محصلیـن لـه نـوې ټکنالـوژۍ هغـه کـه پـه لابراتوارونـو کـې وي او یـا هـم کتابتـون کـې؛ بـې برخـې یـو. دی وایـي، موسسـه یـې تـش پـه نـوم انټرنېـټ لـري چـې ان یـوازې د یـوه محصـل اړتیـا هـم نـه شي پـوره کولـی، څـو د اړتیـا پـه وخـت کـې نـوی شـی ولټـوي او پـه اړه یـې معلومـات تـر لاسـه کـړي. دی لـه افغـان حکومـت پـه تېـره بیـا لـه لـوړو زده کـړو وزارت څخـه غـواړي، څـو پـه هـر اړخیـزه توګـه ورسره مرسـته وکـړي او د غـور د لـوړو زده کـړو لـه موسسـې سره دې د مـور او میـرې چلنـد پرېـږدي او ټولـو پوهنتونونـو تـه دې پـه یـوه سـترګه وګـوري.

د کتــاب خبـرې

د رهبرۍ اړینې ځانګړنې

۲۱ هغه ځانګړتیاوې چې یو غوره رهبر یې حتماً ولري

- لیکوال: جان مکسوېل
- ژباړن: میراحمد یـاد

شلمه ځانګړنه
زده کړه:

په کوڅو کې بریالیتوب

تقریباً ټول خلک به چارلي چاپلین پېژني، ځکه دی د ۱۹۱۰ او ۱۹۲۰ لسیزو مشهور سړی و. نن سبا که څوک د چارلي هومره مشهور وي، هغه به د باسکټبال لوبغاړی (مایکل جردن) وي. خو که وایو چې څوک به په خلکو کې همداسې ژوندی پاتې وي، نو ۷۵ کاله صبر به کوو، بیا به وګورو چې د مایکل جردن نوم او څېره به څومره خلک پېژني.
چاپلین چې پیدا شو چا ترې دومره تمه نه درلوده. دی په بېوزله کورنۍ کې پیدا شوی و کله چې د ده مور د بوډا خلکو د استوګنې ځای ته یووړه، چارلي هم د لارو او کوڅو شو. چارلي کلونه په وړکتون او یتیم خانو کې تېر کړل، بیا چې را لوی شو، نو د یوې مړۍ ډوډۍ لپاره یې د تیاتر په ننداره کې وړه دنده پیدا کړه. ده په ۱۷ کلنۍ کې خپل هنر وښووده وروسته چې بیا په ۱۹۱۴ز کال کې د څو ویشت کلونو و، نو د هالیوډ له کیسټون سټوډیو به یې د خپل کار په بدل کې هره اونۍ ۱۵۰ ډالره معاوضه اخیسته. د سینما په صنعت کې چې یې کار پیل کړ په لومړي کال یې په ۳۵ فلمونو کې د لوبغاړي، لیکوال او لارښود په توګه برخه واخیسته. په لږ وخت کې خلک د چارلي په هنر پوه شول او مینه وال یې مخ پر زیاتېدو شول. یو کال وروسته به یې د اونۍ ۱۲۵۰ ډالر معاوضه اخیسته. وروسته یې په ۱۹۱۸ زکال کې یو حیرانوونکی کار وکړ او د یو میلیون ډالرو تړون یې لاسلیک کړ. دی د نړۍ شتمن، مشهور او قوي فلم جوړونکی شو او په دې وخت کې یې عمر یوازې ۲۹ کاله و.
د چارلي د بریا راز د ده وړتیا، شوق او انګېزه وه، خو دا ټول پکې له دې امله پیدا شوي وو چې ده زده کړه کوله. ده تل هڅه کوله چې نوي شیان زده کړي او ځان کمال ته ورسوي. ان تر دې چې یو وخت د نړۍ لوی او شتمن سینمایي ستوری شو، خو بیا هم په خپل حالت راضي نه و.
په یوه مرکه کې یې ویلي وو:
(زما فلم چې خپرېږي، زه ګورم چې خلک یې کومې صحنې ته ډېر نه خاندي. ماته به ځینې حرکت خندوونکی ښکاري، خو زه چې وګورم ډېر زیات خلک برعکس دغه حرکت ته نه خاندي، زه بیا هغه حرکت نه تکراروم او که خلکو کومې صحنې ته ډېر وخندل، نو له ځانه پوښتنه کوم چې خلکو ولې دې صحنې ته وخندل؟ لامل یې څه و؟)
چارلي له ودې او پرمختګ سره مینه لرله او دغې مینې له اقتصادي پلوه هم قوي کړ. هر څه چې به یې کول، ډېر ښه به یې کول. تر دې چې د وخت په تېرېدو دا سړی د کمیډۍ نړۍ نابغه وبلل شو. نن د چارلي ډېر فلمونه شهکار بلل کېږي.
که چېرې چارلي دومره پرمختګ کړی وي، مغرور شوی وای او زده کړه یې پرېښې وای، نو دی به هم ورسره بدل شوی وای او نن به یې چا نوم هم نه اخیسته. خو چارلي د سینما په نړۍ کې د لوبغاړي، لارښود او لیکوال په توګه لوی نوم درلود او پرلپسې وده یې کوله. له دې وروسته یې له څو مشهورو هنرمندانو سره په ګډه د (یونایټډ ارټیست) سینمایي موسسه جوړه کړه او دا اداره اوس هم فعاله ده.

دې ته تم شئ

رهبران له دې خطر سره مخ دي چې په خپل اوسني حالت راضي دي، ښایي ځینو ته دا پوښتنه را پیدا شوې وي چې ما دومره پرمختګ کړی، دې حالت ته را رسېدلی یم، نو هڅو ته څه اړتیا ده؟ د دې اسانه ځواب دا دی:
ستاسو وده او پرمختګ دا ښیي چې تاسې څوک یئ او څه کوئ.
دا چې تاسې څوک یئ، له دې دا خبره معلومېږي چې څوک درباندې راټولېږي او دا چې په تاسې څوک راټولېږي، له دې دا خبره معلومېږي چې تاسې په سازمان کې څومره بریالي یاست.
که غواړئ چې سازمان مو وده وکړئ، نو تاسې باید زده کړې ته دوام ورکړئ.
که غواړئ چې همداسې زده کوونکی پاتې شئ، نو لاندې پنځو ټکو ته پام کوئ:

۱) د رسېدو فکر پرېږدئ

جالبه دا ده چې د نه زده کړې ریښه زیاتره په بریا کې وي. ځینې خلک تېروتي وي، دوی وایي چې یو هدف مو ترلاسه کړ، ګڼي نور پرمختګ ته اړتیا نشته. دا مطلب په بېلابېلو موضوعاتو کې صدق کوي. خو اغېزناک رهبران داسې فکر نشي کولای. په کومه ورځ چې دوی فکر وکړ چې خپله نهایي بریا یې ترلاسه کړه، هماغه یې د مرګ ورځ ده. (ری کروک) وایي: (ترڅو چې شنه یاست وده به کوئ، خو که ورسېدئ، نو وچ به شئ.)

۲) په بریا برلاسي شئ

بله ستونزه دا ده چې زیاتره وخت بریا د زده کړې مخه نیسي. بریالي رهبران پوهېږي، په کوم لامل چې دوی دا بریا ترلاسه کړې هغه لامل یې له دې څخه نور مخ ته نشي وړی. دې ته پام وکړئ، که پرون مو یو لوی کار کړی وي او نن هم درته هماغه لوی ښکاري، دا په دې مانا دی چې نن مو هڅه نه ده کړې.

دوام لري...

اقتصاد

د اسعارو بیې

$	۷۵,۹۰
€	۸٦,۱۰
Rp.	۵٤۵
₹	۱۰٦۰
¥	۱۰,۹۰
£	۹٦,٤۰

پروازونه

کابل - هرات	12:00
کابل - دوبی	16:15
کابل - جده	17:30

Kam Air

کابل - هرات	09:00
کابل - کندهار	09:00
کابل - ډهلي	10:00

flydubai

کابل - دوبی	08:50
کابل - دوبی	14:40
کابل - دوبی	18:15

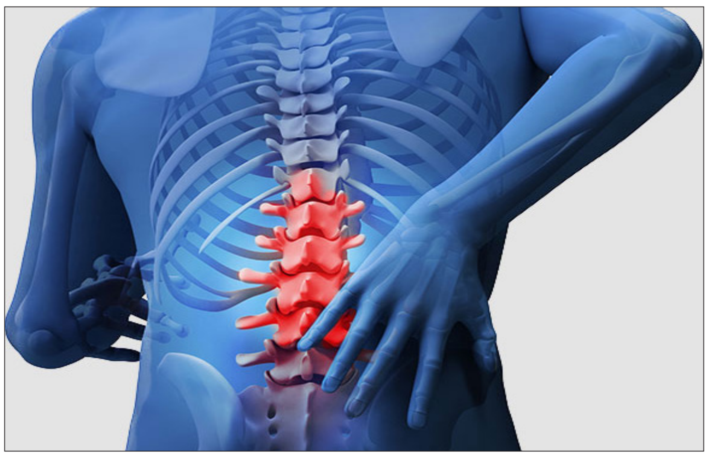
بیړنی شمیرې

پولیس
119 - 100
امبولانس
112
اتاترک روغتون
0202500312
ملالی زېږنتون
0202201377
وزیر محمد اکبر خان روغتون
0202301360
رابعه بلخي روغتون
0202100439

روغتیا

درمان دیسک کمر و روش‌های کنترول درد ناشی از پارگی دیسک

ترجمه: فایز کریمی



دیسک های کمری در واقع لایه‌های بین مهره‌های کمر هستند که فشار بین مهره‌ها را جذب و حرکت بدن در جهات مختلف را امکان‌پذیر می‌کنند. این در حالی است که آسیب یا پارگی دیسک کمری موجب ناراحتی و تحریک اعصاب در قسمت پایینی پا می‌شود. درمان دیسک کمر بسته به نوع و میزان آسیب و همین‌طور ناحیه آسیب دیده متفاوت است. اگر به دنبال راهی برای تسکین یا درمان دیسک کمر خود هستید، این مقاله را مطالعه کنید.

درمان دیسک کمر

شاید شما هم شنیده باشید که برخی از افراد مشکلی به‌نام دیسک کمر دارند. اگر کمی با ساختار بدن آشنا باشید، به‌خوبی می‌دانید که همه دیسک کمر دارند. پس مشکلی به‌نام دیسک کمر وجود ندارد. دیسک‌های نخاعی در قسمت تحتانی کمر نقش بسیار مهمی ایفا می‌کنند: بالاتنه را حمایت می‌کنند، فشار بین دو مهره را به خود جذب می‌کنند و باعث حرکت کردن در جهات مختلف می شود. اگر دیسک دچار آسیب‌دیدگی و پارگی شود، برخی از مواد داخلی آن بیرون می‌زند و به‌جای اینکه عضوی برای تسهیل حرکات عادی بدن باشد، به تهدیدی آزار دهنده برای اعصاب تبدیل می‌شود. در نتیجه، کمر درد، ناراحتی و تحریک اعصاب در قسمت پایینی پا به وجود خواهد آمد. مشکلات دیسک کمر معمولاً بدون هیچ دلیل خاصی به‌وجود می‌آیند. احتمال بروز این مشکل به‌واسطه حمل اجسام سنگین یا پیچ‌خوردگی ناحیه تحتانی کمر یا حرکاتی است که به دیسک فشار وارد می‌کنند. مشکلات دیسک کمر بسیار شایع هستند و بیشتر در افراد ۳۵ تا ۵۰ ساله رخ می‌دهند. در ادامه می‌خوانید که دیسک کمر چطور به‌وجود می‌آید و درمان آن به چه صورت است.

پارگی و آسیب دیدن دیسک کمر چگونه رخ می‌دهد؟

حلقه‌ای سخت موسوم به آنالوس از ماده ژل‌مانند موجود در هر دیسک محافظت می‌کند. این حلقه که پوششی بیرونی برای حفاظت است، نوکلئوس پولپوزوس نام دارد. در اثر افزایش سن و استهلاک بدن، دیسک‌ها بخشی از مایعاتی را که موجب انعطاف‌پذیری و نرمی آنها می‌شود، از دست می‌دهند. بنابراین، سفت‌تر و صاف‌تر می‌شوند و فرایند انحطاط و نابودی دیسک (دژنراتیو دیسک) به وقوع می پیوندد. این تخریب در اوایل بزرگسالی در بدن رخ می‌دهد. فشارهای مختلف روی دیسک کمر می‌تواند موجب تحدب، انشقاق و پارگی آن شود. وقوع این مشکلات در کمر باعث بیرون زدگی دیسک و فشار آوردن به ریشه اعصاب حوالی دیسک کمر می‌شود. نتیجه هم چیزی نیست جز درد در باسن و پاها. مشکل انحطاط یا دژنراتیو دیسک می‌تواند به مشکل دیسک کمر ختم شود. یادتان باشد که انحطاط دیسک یا دژنراتیو دیسک به خودی خود یک بیماری پیش‌رونده نیست و همیشه موجب مشکلات مزمن و دائمی نخواهد شد.

درمان دیسک کمر - پارگی

نخستین هدف برای درمان دیسک کمر در هر فرد، رهایی او از درد و علائمی است که به‌واسطه پارگی یا فتق دیسک رخ می‌دهد. روند درمان برای هر فرد باید به‌طور شخصی تعیین شود. یعنی باید معلوم شود که منبع درد در هر فرد کجا است. ضمن اینکه شدت و علائم درد هم باید بررسی دقیق شود. به‌طور کلی، در ابتدا به بیماران توصیه می‌شود تا سراغ جراحی کمر و ستون فقرات و غیره نروند. البته درمان هر فرد متفاوت است و بعضی از افراد باید از همان شروع درمان جراحی شوند. مثلاً اگر اعصاب فردی در اثر پارگی دیسک کمر آسیب دیده باشد و در ناحیه دست‌ها و پاها ضعف و ناراحتی احساس کند، امکان بهبود عصب با جراحی بیشتر می‌شود و از وقوع مشکلات بیشتر برای اعصاب این ناحیه جلوگیری به عمل خواهد آمد. در چنین وضعیت‌هایی عصب از بین می‌رود و آسیب‌هایی همیشگی و جدی فرد را تهدید خواهد کرد. پس اقدامات سریع ضروری است. در بعضی موارد هم نیاز به جراحی فوری وجود دارد. برای مثال، سندرم یا نشانگان دم اسب از جمله مشکلاتی است که در آن، فرد دچار ضعف دست و پا می‌شود و عملکرد روده و مثانه او نیز با اختلال مواجه می‌شود. در چنین وضعیتی نیاز فوری به جراحی و درمان به‌وجود می‌آید.

اقدامات اولیه برای کنترول درد ناشی از پارگی دیسک کمر چیست؟

زمانی که برای نخستین بار، علائم درد شدید پارگی دیسک کمر ظاهر می‌شوند، کنترل درد بسیار ضروری است. برای کنترل درد می‌توان از موارد زیر کمک گرفت:

استفاده از یخ: برای کاهش درد ناشی از پارگی دیسک کمر می‌توان از کیسه آب سرد و یخ برای کاهش التهاب استفاده کرد. ماساژ با یخ هم ایده خوبی است. یخ تا ۴۸ ساعت بعد از شروع کمر درد، مؤثرترین درمان خواهد بود.

داروهای رفع درد: داکتران معمولاً برای رفع درد دیسک کمر در شروع پارگی دیسک کمر، داروهایی بدون نیاز به نسخه مانند داروهای ضدالتهاب غیراستروئیدی (NSAID) یعنی ایبوپروفن یا ناپروکسن را برای رفع درد و التهاب توصیه می‌کنند.

شُل‌کننده ماهیچه: احتمال وقوع اسپاسم و گرفتگی عضلات همراه با پارگی دیسک کمر وجود دارد. استفاده از داروهای شل‌کننده ماهیچه به کاهش درد اسپاسم کمک می‌کند.

درمان با گرم کردن: استفاده از گرما و کیسه آب گرم تا ۴۸ ساعت بعد از پارگی دیسک کمر مفید واقع می‌شود. کیسه آب گرم، کمپرس آب گرم و نوارهایی مخصوص که با چسپاندن در ناحیه درد گرما ایجاد می‌کنند هم گزینه‌های خوبی برای رفع درد هستند. گرمای مرطوب مثل گرمای حمام هم اثرات مثبتی دارد.

ترکیب یخ و گرم: برخی از افراد برای کاهش درد به‌طور متناوب از کیسه یخ و آب گرم استفاده می‌کنند.

بهتر است استراحت مطلق و خوابیدن در رخت خواب هم به یک تا دو روز محدود شود، زیرا استراحت بیش‌ازحد باعث خشک شدن بدن و درد بیشتر می‌شود. بهتر است بعد از یک تا دو روز استراحت، فعالیت‌های سبک و حرکات تمرینی تکرارشونده‌ای (با در نظر گرفتن وقفه و استراحت) انجام شود. پرهیز از وزنه‌برداری و حرکات ورزشی شدید هم ضروری است.

جراحی و درمان‌های کانسرواتیو (بی‌خطر و محتاطانه)

برای پارگی دیسک در ناحیه گردن و کمر از درمان‌های بی‌خطر یا اصطلاح (Conservative) استفاده می‌شود. این سبک از درمان در طول ۴ تا ٦ هفته انجام می‌گیرد و به کاهش درد و ناراحتی کمک می‌کند. به‌طور کلی برای رسیدن به درمانی مناسب، کمی آزمون و خطا لازم است. شاید یک درمان به‌خصوص برای بیماری همراه با نتایج مثبت باشد یا بعد از مدتی نیاز به تلفیق چند شیوه درمانی به‌وجود آید. مثلاً درمان‌هایی که بر کاهش درد معطوف هستند (مثل درمان‌های دارویی) باعث می‌شوند که بیمار، درمان‌های دیگر (مثل فزیوتراپی یا مانیپولاسیون یا درمان دستی) را بهتر تحمل کند. فزیوتراپی، علاوه‌بر کمک به روند بهبود بیماران شیوه درست حرکت‌های بدن را هم آموزش می‌دهد. مثلاً بیمار یاد می‌گیرد که شیوه صحیح بلند کردن دست و کنترول حرکات آن چگونه است. حرکات صحیحی که فرد برای استفاده از اعضای بدن خود می‌آموزد از استهلاک دیسک کم می‌کند.

درصورتی‌که درمان‌های کانسرواتیو مفید واقع شوند، درمان با کمک آنها پیگیری می‌شود، اما افرادی که درد شدیدی دارند، عملکرد و کارایی بدن‌شان کاهش می‌یابد و با درمان‌های کانسرواتیو آرام نمی‌گیرند. برای این افراد جراحی و روش‌های دیگر هم انتخاب مناسبی خواهد بود.

درمان‌های کانسرواتیو برای پارگی دیسک کمر

برای کاهش درد ناشی از پارگی دیسک کمر می‌توان از درمان‌های کانسرواتیو زیر به‌صورت تکی یا تلفیقی در طول ۴ تا ٦ هفته بهره برد:

فزیوتراپی، ورزش و حرکات کششی ملایم برای کاهش فشار از روی ریشه عصب

استفاده از گرما یا یخ برای کاهش درد

درمان‌های دستی یا مانیپولاسیون مانند: طب سوزنی

استفاده از داروهای ضدالتهاب غیراستروئیدی مانند: ایبوپروفن، ناپروکسن یا مهارکننده انتخابی کوکس۲ برای کاهش درد

استفاده از مُسکن‌ها برای کاهش درد

مصرف استروئیدهای خوراکی برای کاهش التهاب ناشی از درد

تزریق استروئید اپیدورال که دارویی برای کاهش دردهای موضعی است و از آن برای کاهش التهاب ناشی از درد استفاده می‌شود. در ادامه برخی از این موارد را دقیق‌تر شرح می‌دهیم:

فزیوتراپی

فزیوتراپی برای آموزش حرکات کششی و تمرینات برای بهبود وضعیت فرد بسیار اثرگذار است. برنامه درمانی فزیوتراپی به فرد درباره حرکات روزمره هم آموزش‌های خوبی می‌دهد. مثلاً فرد متوجه می‌شود که شیوه صحیح بلند کردن اشیا یا قدم زدن چگونه است.

تزریق استروئید اپیدورال

تزریق این داروها هم می‌تواند به کاهش درد کمک کند. کاهش درد ناشی از تزریق این داروها باعث پیشرفت فرد در باز پروری می‌شود. البته اثرگذاری این دارو در افراد مختلف با هم فرق دارد. ضمن اینکه این اثرگذاری موقتی است.

درمان دستی ستون فقرات

این نوع درمان که پیش‌تر هم عنوان شد از سوی یک متخصص استخوان‌درمانی یا کایروپراکتر انجام می‌شود. اقدامات درمانی با این روش هم به کاهش درد و ایجاد شرایط بهتری برای درمان کمک می‌کند.

طب سوزنی

در این روش هم از سوزن‌های باریک در نواحی درد استفاده می‌شود. سازمان جهانی غذا و داروی امریکا هم، طب سوزنی را روش مناسبی برای درمان کمر درد معرفی کرده است.

درمان رفتاری-شناختی

درمان رفتاری-شناختی برای رفع درد سیاتیک مناسب است. در این روش به فرد کمک می‌شود تا با احساس شکست درونی خود مقابله کند. در درمان رفتاری-شناختی که به‌صورت رو در رو یا آنلاین انجام می‌شود، از تکنیک‌هایی مانند تجسم کردن یا مدیتیشن برای تمرین در لحظه زیستن هم برای کاهش درد کمک می‌گیرند.

ماساژدرمانی

ماساژدرمانی هم با افزایش گردش خون باعث کاهش کمردرد و آرامش ماهیچه‌ها می‌شود. ضمن اینکه ماساژ به ترشح مسکن طبیعی بدن یعنی اندروفین هم می‌انجامد.

انتخاب درمان مناسب برای پارگی دیسک کمر به شدت و مدت درد و بروز علائم وابسته است. نشانه‌های ویژه‌ای مانند بی‌حسی و ضعف و سن بیمار هم در گزینش فرایند درمان اثرگذار است.

مسیر ورځپاڼه
مسوول مدیر: اسدالله وحیدي
لیکوالان: محمد نظیم سمون، شفیق امیرزی، جاوید کوټوال او شفیق همدرد
خبریالان: حمیدالله حمیدي، حکمت آرین، حشمت نوري، جواد تیموري او امان الله حنیفي
گرافیک او ډیزاین: ارمان
چاپخونه: وایگل چاپ ۰۲۰۲۵۱۲٦۲٦ ۰۷۸۲۹۸۹٦۹٦
maseerdaily@gmail.com
0202502100 / 0777989696
www.maseerdaily.af
Maseer Daily
MaseerDaily

Maseer
Daily
New Vision, New Journey

یکشنبه د ۱۳۹۷ د لیندۍ ۱۸مه | د ۲۰۱۸ د ډسمبر اتمه | دویم کال | ۲۹۶یمه ګڼه

www.Maseerdaily.af twitter/MaseerDaily Facebook/MaseerDaily

کابل	هرات	کندهار	بلخ	ننګرهار	خوست
۹	۱٦	۱۹	۱۳	۲۰	۱٤
-۳	۱	٤	٦	٦	۳

شرعي وختونه: سهار ۰۵:۲۹ | لمر ختل ۰٦:٤٦ | ماسپښین ۱۲:۱۳ | مازیګر ۰٤:۰٤ | ماښام ۰۵:۳۹ | ماخوستن ۰٦:۵٤

نړۍ

حوثیان: د حدیدې بندر د سولې د خبرو اجنډا نه ده او حکومت ته دغه بندر نه سپارو

۳

وزارت‌های تحصیلات عالی و معارف از طرح تازهٔ کانکور دفاع می‌کنند

وزارت های تحصیلات عالی و معارف، انتقادها را در بارهٔ «سهمیه‌بندی قومی و سمتی در آزمون کانکور» رد می کنند.

این وزارت‌ها، طرح تازه‌یی را که در این زمینه تهیه شده‌است، تلاشی از بهر «انکشاف متوازن سطح تحصیلات عالی در ولایت‌های انکشاف نیافته» می‌دانند.

به گفتهٔ این وزارت‌ها، با عملی‌شدن این طرح، ۲۵ درصد سهمیه آزمون کانکور به استعدادهایی در سراسر کشور می‌رسد و پسان‌ها، از این استعدادها در ولایت‌های شان، هم‌چون متخصصان کار گرفته می‌شود.

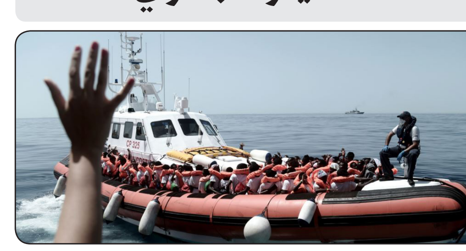
محمد فیصل امین، سخن‌گوی وزارت تحصیلات عالی که دیروز در یک نشست خبری سخن می‌زد، بیان داشت: «ظرفیت دارد؛ اما در امتحان کانکور، در یک رقابتی ما می‌اندازیمش که همان قدرت و توانش آن رقابت را ندارد که پیش ببرد. پس ما این را در یک رقابت دیگر می‌آریم، امکانات را هم برایش برابر می‌کنیم تا این آدم افتاده را هم بگیریم، بکشیم و این در تمام ولایت‌های افغانستان است.»

نوریه نزهت، سخن‌گوی وزارت معارف نیز افزود: «هدف از این طرحی که مشترک ریخته شده میان وزارت معارف و وزارت تحصیلات عالی افغانستان، آنچه که در شبکه‌های اجتماعی بازتاب یافت، خدا نخواسته تقسیم بندی قومی و سمتی و این مسایل نیست».

به گفتهٔ وزارت‌های تحصیلات عالی و معارف، در طرح که به آن «طرح بدیل و مشترک این وزارت‌ها در زمینهٔ تطبیق برنامه‌های آماده‌گی» نام داده شده است، آمده است که برنده‌گان آزمون بومی کانکور در سراسر کشور، باید در رشته‌های طب، حقوق، اقتصاد، زراعت و انجنیری، به متخصصان مبدل شوند.

برنبیاد این طرح، کسانی‌که در این رشته‌ها آموزش خواهند دید، افزون بر پوهنتون‌ها، دوره‌های آموزشی را هم سپری خواهند کرد.

د بې پولې ډاکټرانو ټولنه په مدیترانې سمندرګي کې خپل فعالیتونه بندوي



د بې پولې ډاکټرانو ټولنې اعلان کړی چې په مدیترانې سمندرګي کې د کډوالو د ژغورنې لپاره خپل فعالیتونه بندوي.

دې اداري په یوه بیان کې ویلي چې خپل فعالیت د اروپايي هېوادونو په تېره بیا د اېټالیا د لاسوهنو له کبله بندوي.

په بیان کې راغلي، بې پولې ډاکټرانو له ۲۰۱٦ ز کال راهیسې له لیبیا نیولې تر اېټالیا او مالتا د مدیترانې سمندرګي په اوبو کې شاوخوا دېرش زره کډوال له ډوبېدو ژغورلي دي.

دې ټولنې په خپله خبرپاڼه کې ویلي، اروپايي هېوادونو نه یوازې د کډوالو د پلټنې او ژغورنې د عملیاتو لپاره د ظرفیتونو د لوړولو په برخه کې ورسره مرسته نه ده کړې، بلکې د کډوالو د ژغورنې لپاره د نورو د مرستو د مخنیوي هڅه یې هم کړې ده.

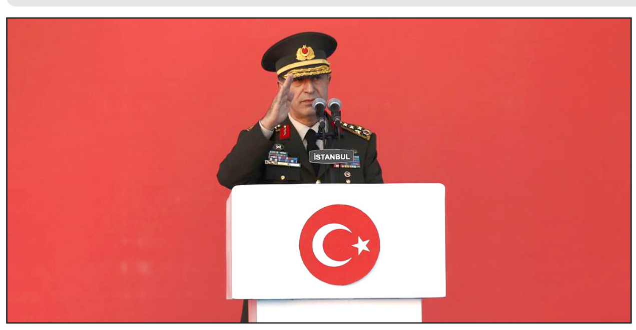
اکواریوس د بې پولې ډاکټرانو د ټولنې د کښتۍ نوم دی چې په مدیترانه کې د کډوالو د ژغورنې لپاره فعالیت کوي.

د روان کال په جون میاشت کې اېټالیا وروسته له دې چې خپلې پولې یې د کډوالو پرمخ وتړلې، دې ټولنې ته چې ٦۳۰ کډوال یې په اکواریوس کې ژغورلي وو، د دغه هېواد بندرونو ته د ننوتو اجازه هم ور نه کړه.

په تېره نومبر کې اېټالیا د بې پولې ډاکټرانو پر ټولنه تور پورې کړ چې په خپله کښتۍ کې یې څو ټنه زهرجن کثافات د اېټالیا پولو ته لېږدولي او په دې اړه یې د تحقیقاتو غوښتنه وکړه.

MSF یوازینۍ مرستندویه ټولنه نه ده چې په مدیترانې سمندرګي کې له کډوالو سره د مرستې فعالیت بندوي، بلکې یوې بلې غیرحکومتي خیریه ټولنې ساس مدیترانې هم ویلي چې د دوی په چارو کې د اروپايي هېوادونو د پرله پسې لاسوهنو له کبله په مدیترانې سمندرګي کې خپل فعالیت بندوي.

ترکیه: امریکا دې په سوریه کې خپلې څارونکې پوستې لرې کړي



ترکیې له امریکا غوښتي چې په سوریه کې د څارنې هغه امنیتي پوستې لرې کړي چې د ترکي ځواکونو او کرد وسله والو ترمنځ د نښتو د مخنیوي لپاره جوړې شوې دي.

د ترکیې دفاع وزیر حلوصي اکار دا غوښتنه په انقره کې د سوریې لپاره د امریکا له ځانګړي استازي سره په کتنه کې کړې ده.

تر دې مخکې د امریکا دفاع وزیر جېمز متېس ویلي وو چې د څارنې دا امنیتي پوستې د ترکیې د پوځ او د کردانو د (وای. پي. جي) وسله والې ډلې ترمنځ چې ترکیه یې تروریستي شبکه ګڼي، د شخړو د کمښت په موخه جوړې شوې دي.

د ترکیې دفاع وزیر همدا راز له امریکا غوښتي چې له وای پي جي وسله والې ډلې سره خپله همکاري هم پای ته ورسوي.

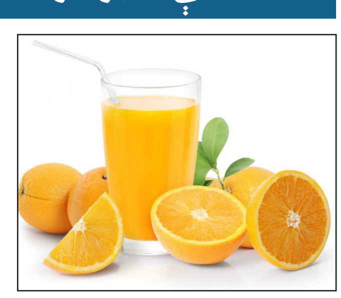
د سوریې کردانو له ۲۰۱۱ ز کال راهیسې د ترکیې پولې ته نږدې نیمه خپلواکه سیمه جوړه کړې چې ترکیه یې مخالفت کوي.

ترکیه وېره لري چې دا به د دغه هېواد پر خاوره مېشت کردان هم خپلواکۍ ته وهڅوي.

ترکیه په سوریه او عراق کې د مېشتو کردیانو پر مرکزونو هوایي او ځمکني عملیات کوي چې د امریکا په ګډون ځینو نورو هېوادونو یې له دغه کار سره مخالفت ښودلی دی.

ژوند

د مالټې د جوسو له دغو ګټو خبر یاست؟

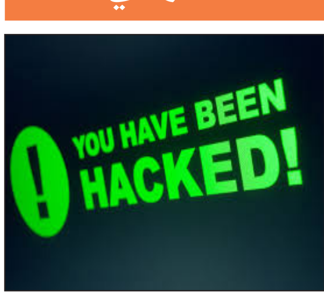


مالټه د ویټامین C غوره سرچینه ده چې په خوړلو سره یې د پوستکي ښکلا، د سترګو ځیر او د وجود دفاعي سیستم پیاوړی کېږي. دغه راز د یوې نوې څېړنې پر اساس په ورځنۍ توګه د مالټې او یا یې هم د جوسو څښل مغزو ته ارامښت ورکوي.

د برېټانیې د «ریډینګ» پوهنتون روغتیا پوهانو د خپلې یوې نوې څېړنې پر مهال د دوو میاشتو لپاره له ٦۰ تر ۸۱ کلونو پر عمر لرونکو کسانو ۵۰۰ ملي لېټره د مالټې جوس وڅښل. د څېړنې پر مهال د دغو خلکو په خبرو کې تعادل او برابروالی، د مغزي وړتیاوو او اورېدلو حس او ځواب ویلو کې په تدریج سره غوره والی راغلی و.

دغه روغتیا پوهان وایي، په مالټه کې د «فلووینویډز» په نوم کیمیاوي ماده په زیاته اندازه شته چې د مغزو د پوهېدو او معلوماتو د زېرمتون تر یوې مهمې برخې «هیپو کمپس» پورې د سیګنال او پیغام رسولو پروسه پیاوړې کوي. روغتیا پوهان وایي چې د مالټو جوس د ذهن د پیاوړتیا ترڅنګ د ځینو ناروغیو په مخنیوي کې هم ګټور تمامېدای شي؛ ځکه دا هغه طبیعي مېوه ده چې خوړل او د جوس څښل یې په هېڅ ډول بدن ته زیان نه لري.

له هک کېدو وروسته باید څه وشي؟



د هک کېدو ستونزه په نړۍ کې یوه عامه او هره ورځ په میلیونونه ځله پېښېدونکې ده. تاسې هم له دې ستونزې څخه حتماً ځان مستثنا نه ګڼئ، ځکه ټکنالوژي دومره پیاوړې شوې چې له ډېرو تدابیرو سره سره بیا هم یو څوک ستاسې انټرنېټي ادرسونه هک کولای شي. د هک کېدو زیانونه کم نه دي، یو مهم یې دا دی چې هک کوونکی ستاسې ټول شخصي او محرم معلومات ترلاسه کولای شي. مثلاً: خصوصي عکسونه، د بانکي حسابونو پاسورډونه او مهم فایلونه. دا چې له هک کېدو هېڅوک ځان سل سلنه خوندي نه شي ګڼلای، نو غوره دا ده چې پوه شوو له هک کېدو وروسته باید څه وکړو؟

که تاسې ګوګل، ایپل، فېسبوک، ټوېټر یا مایکروسافټ کاروئ، کولای شئ چې خپل اکونټونه بېرته ترلاسه او ورغوئ. دا شبکې په دې برخه کې خپلو کاروونکو ته ځینې فرصتونه ورکوي، پوښتنې کوي، چې دوی یې په سم ځوابولو سره بېرته خپل اکونټونه ترلاسه کولای شي.

د اکونټ هک کېدل مو اعلان کړئ.

د اکونټونو له هک کېدو سره مو زر دوستان خبرکړئ چې د اکونټ هک کېدل مو اعلان کړي.

که داسې ونه شي، امکان شته چې هکران مو له اکونټونو څخه غلطه استفاده وکړي او په جنجال مو واړوي.