مسیر

ورځپانه

نوی لید، نوی مزل

www.maseerdaily.af

یکشنبه د ۱۳۹۷ د مرغومې ۱٦مه | د ۲۰۱۹ د جنوري شپږمه | دویم کال| ۳۱۲مه گڼه

د سیاسي گوندونو ناظرین:
د ټاکنو کمېسیون هنگرونه د رایو د پلور او پېر په بازار بدل شوي

۳

د جدي غونډې ته ولي طالبان حاضر نه شول؟
۲ مخ

ټرمپ د افغانستان په اړه د امریکا له موخو پرده پورته کړه
۲ مخ

اساسي قانون د یو هېواد ستر حقوقي سند دی
۳ مخ

وکیلان: په افغانستان کې د امریکا حضور د گاونډیو هېوادونو د لاسوهنې سبب شوی

په افغانستان کې د امریکا له اوولس کلن حضور سره سره لا هم د افغانستان په ډېره برخه وسله وال طالبان حاکم دي او د امریکا د حضور له کبله د پاکستان او ایران مداخله ورځ تر بلې د ډېرېدو په حال کې ده.

د ولسي جرگې غړي په افغانستان کې د بهرنیو ځواکونو حضور ته په اشارې وایي چې افغانستان ته د امریکا له راتگ سره هممهاله د گاونډیو هېوادونو لاسوهنو زور واخیست او اوس د دې وخت راغلی چې امریکا له افغانستانه خپل سرتېري وباسي.

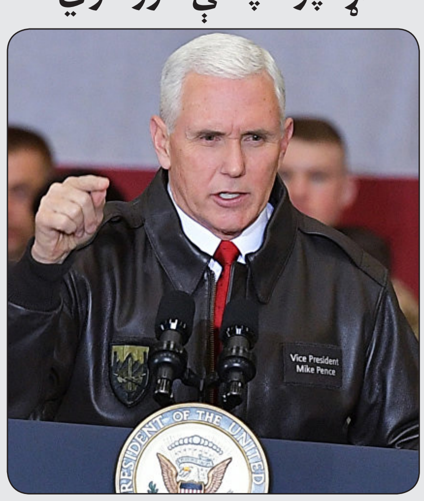
وکیلان وایي، که امریکایي ځواکونه له افغانستانه په منظم ډول ونه وځي، یاده چاره به په افغانستان کې یوځل بیا جبهه یي جگړو ته زمینه برابره کړي.

د ولسي جرگې غړي صالح محمد صالح په دې اړه وویل: «د امریکا شتون په افغانستان کې خامخا د ملکو په خاصه توگه همسایه گانو ته تشویشونه پیداکوي او د دغو تشویشونو د حل لپاره د افغانستان حکومت څه ونه کړای شول چې دوی ته قناعت ورکړي».

د ولسي جرگې غړي وایي چې له افغانستانه د امریکایي ځواکونو وتل د افغانستان په اوسني وضعیت هېڅ اغېزه نه شي کولی او بهرني ځواکونه باید د منظم میکانېزم له مخې افغانستان پرېږدي.

د جرگې غړو د ټرمپ د وروستیو څرگندونو په اړه وویل چې دی د افغانستان له واقعیتونو نه دی خبر او څرگندونې یې پر افغان جگړې هېڅ اغېز نه شي کولی.

ټرمپ په افغانستان کې د امریکایي ځواکونو د حضور په اړه پرله پسې غور کوي



۵ مخ

پوهنتون

۴ مخ

د زابل د لوړو زده کړو موسسه

د دې موسسې اداره د راتلونکي لپاره دوه پلانونه لري چې یو یې علمي او بل هم د موسسې لپاره په ساختماني برخه کې دی چې د دغو پلانونو پلي کول به یوڅه وخت ونیسي.

په کندهار کې پر کروندگرو د اصلاح شویو تخمونو او کیمیاوي سرو د وېش لړۍ پیل شوه

د کرنې، اوبو لگولو او مالدارۍ وزارت لخوا د کندهار د څلورو ولسوالیو، ډنډ، دامان، پنجوایي او ژړۍ پر کروندگرو د اصلاح شویو کرنیزو تخمونو او کیمیاوي سرو د وېش لړۍ پیل شوه.

د کندهار د کرنې ادارې مشر وویل: «کروندگرو ته به د دې مرسته شویو توکو په ترڅ کې د اصلاح شویو غنمو یو بنډل او د کیمیاوي سپینې سرې او ډي پي سرې دوه بنډلونه ورکړل شي».

د کندهار ولایت د مقام د ټولنیزو چارو مرستیال وویل، دا مهال د غنمو د کښت وخت لا شته دی او پر کروندگرو وېشل شوي کرنیز اصلاح شوي تخمونه به د دې سبب شي چې په راتلونکي کال کې د غنمو په حاصلاتو کې زیاتوالی راشي او همدا راز د روان کال د وچکالۍ د اوښتو زیانونو د جبران سبب وگرځي.

رییس‌جمهور: برای جلوگیری از تکرار تاریخ مردم باید متحد شوند

در اوج تلاش‌ها برای کشانیدن طالبان به میز صلح و احتمال خروج شماری از نیروهای امریکایی از افغانستان، رییس‌جمهور غنی خواستار اتحاد میان شهروندان شد.

آقای غنی که پس از چاشت روز شنبه، در مراسم گشایش بنیاد تاریخ محمد حسن کاکر، از تاریخ نگاران کشور، گفت که درد مردم مشترک است.

او از مردم خواست که برای گذر از این وضع، باید متحد شوند و جلو تکرار تاریخ را بگیرند.

رییس جمهور افزود که همدلی در کشور، مردم را برای یک آیندۀ خوب باورمند خواهد ساخت: «به نظر من، درد همۀ شهروندان کشور مشترک است و تنها طریقۀ ادای آن فرق می‌کند؛ هرکدام ما فریاد می‌کنیم که روستای من سوخته است و آن درد فراموشم نمی‌شود، اما حرف این است که روستای همۀ مان سوخته است».

رییس جمهور، در این مراسم در بارۀ کارکردهای محمدحسن کاکر نیز سخن زد. او از محمدحسن کاکر همچون تاریخ نگار و نویسندۀ برجسته یاد کرد: «در این حرف تأکید به کار است که پوهاند کاکر، در زبان انگلیسی و ترجمۀ مطالب پیچیدۀ انگلیسی به زبان پشتو و روان سازی آن به زبان پشتو استعداد ویژه داشت».

محمد حسن کاکر، از تاریخ نگاران معاصر کشور در در پوهنتون کابل تحصیل کرد و کارشناسی ارشد و دکترایش را در بخش تاریخ از بریتانیا و ایالات متحده امریکا بدست آورد. کاکر، در ایالات متحده زنده‌گی می‌کرد که در سال ۱۳۹۵ هجری خورشیدی به عمر ۸۸ سالگی درگذشت.

دریـــځ

د جدي غونډې ته ولې طالبان حاضر نه شول؟

د افغـان سـولې پـه تـړاو د جدي غونډه چې په همـدې ورځـو کـې بایـد شـوې وای، ونـه شـوه. ټـاکل شـوې وه چـې پـه دې غونډه کـې بـه پاکستان، امارات، سعودي، طالبان او امریکا برخـه واخـلي. افغـان چاروا کـو ویلي چـې دوی بـه هـم پـه دې غونډه کـې برخـه اخلي او لـه طالبانـو سره پـه مخامخ خبرو موافقه شـوې ده. اوس دا غونډه ځنډېدلې ده او ښـایي هېڅ ونه شي.

ولـې د جـدي غونـډه لـه خنـډ او ځنـډ سره مخ شوه ؟

پـه اماراتـو کـې د افغـان سـولې پـه تـړاو غونډه کـې پـر طالبانـو ډېـر فشـار و چـې د افغـان حکومت لـه استازو سره خـبرې وکـړي، خـو هغـوی ونـه منلـه. کـه څـه هـم حکومت تـه ډاډ ورکـړل شـوی و چـې طالبان به خـبرو ته مجبور کـړي، خـو بیـا هـم طالبانـو ونـه منلـه. لـه دې غونـډې وروسـته د افغـان حکومت او پاکسـتان ترمنـځ بدگومانـۍ پیـدا شـوې او ان ځینو خو د افغـان حکومت او امریـکا ترمنـځ د ناراضیتـوب خـبره هـم کولـه. حکومت تـه ډاډ ورکـړل شـو چـې پـه دویمـه غونـډه کـې بـه طالب استازي حتمـي اړ شي چـې لـه دوی سره وګـوري. لـه همـدې املـه حکومت پـه تمـه پاتـې شـو، خـو اوس د دویمـې غونـډې برخلیـک هـم معلوم نه دی.

د جـدي د غونـډې پـه تـړاو طالبـان لـه دوو فشـارونو سره مـخ وو. لومـړی فشـار دا و چـې دوی د یـوې غونډې لپاره سـعودي ته ولاړ شي. د طالبانـو او سـعودي ترمنـځ اړیکـې ښـې نـه دي. پـه قطـر کـې د طالبانـو د سیاسي دفتر او ځینـو نورو مسـایلو پر سر دواړو لـورو اختلاف درلـود چـې دې چـارې یـې اړیکـې ترینګلـې کـړې وې. طالبـان سـعودي ته لـه دې امله هم غوسـه وو چـې څـه وخـت وړانـدې یـې د افغان حکومـت پـه غوښـتنه ځینـې دینـي عالمـان را ټـول کـړل او د طالبانـو جګـړه یـې نامشروع وګڼلـه. طالبـان حـاضر نـه وو چـې سـعودي تـه ورشي، خو د پاکسـتان فشارونو دوی قانع کړي وو چـې سـعودي تـه بـه ورځـي. پاکسـتان لـه دې املـه طالبـان سـعودي تـه بېـول چـې دغـه هېـواد تـازه لـه پاکسـتان سره د شپږو میلیاردو ډالـرو مرسـتې اعلان کـړی و. طالبانـو دا لومړی فشـار ومانـه او پـه غونډه کـې ګـډون تـه حاضر شـول، خو پر طالبانو دویم فشـار داسـې و چـې دوی یـې منلـو تـه اړ نه شـول. دا فشـار د افغان حکومـت لـه اسـتازو سره د مخامـخ خـبرو و. طالبانـو تـه د سـعودي پـه غونډه کـې د ګډون ترڅنګ ویل شـوي وو چـې حتمي به د حکومت لـه اسـتازو سره ګـوري. همدا چاره د دې سـبب شـوه چـې طالبان پر خپـل دریځ ټینـګار وکړي او د جـدي غونـډه وځنډول شي او یا هم ښـایي ونـه شي. د افغـان حکومـت لـه اسـتازو پرتـه د سـعودي غونـډه د امریـکا، سـعودي، اماراتـو او پاکسـتان لپـاره هـم سـتونزمنه ده، ځکـه چـې افغـان حکومـت مخالـف و او لـه دغـه مخالفتـه ښـایي نـورې سـتونزې را پیـدا شـوې وی.

لـه دې سره دا پوښـتنه هـم را پیداکېږي چـې اوس بـه د سـولې د خـبرو برخلیـک څنګـه کېـږي ؟

کـه د جدي غونډه ونه شي، نو دا د دې معنا نه لـري چـې خـبرې به پـه ټپـه ودرېـږي. د امریکا او طالبانـو ترمنـځ بـه خـبرې دوام کـوي، خـو سـعودي او امارات به ترې ایسـتل شـوي وي. د پاکسـتان د ایسـتلو خـبره ځکه نه کېږي، چـې د طالبانـو او امریـکا خـبرې بـه د پاکسـتان پـه مرسـته پـر مـخ ځـي او پاکسـتان بـه په یـو ډول پـه دغـو خـبرو کـې ښـکېل وي چـې ښـایي دا ښـکېلتیا پټـه وساتل شي.

ټرمپ د افغانستان په اړه د امریکا له موخو پرده پورته کړه

لیکنه: سپین سالار

امریکا عمـلاً د یـوې خطرناکې جګـړې پر ډګر د افغانسـتان د بدلولو اعلان وکړ او په دغـه کار سره یـې د افغانسـتان په اړه خپل بـد نیت څرګنـد کـړ.

کـه څـه هـم چـې افغـان ولـس پـر خپـل هېـواد د امریـکا د یرغـل لـه هماغـه لومړیو څخـه د واشـنګټن پـر خطرناکـو موخـو پوهېـدو، خو اوس دا موخې تر لمر روښـانه شـوې.

د امریکا ولسـمشر ډونالـډ ټرمپ پـه روان ۲۰۱۹ ز کال کـې لـه خپلې کابینـې سره پـه لومړۍ ناسـته کې د افغانسـتان پـه اړه حیرانوونکـې څرګندونـې وکـړې او عمـلاً یـې لـه روسـیې، پاکسـتان او هنـد څخـه وغوښـتل چـې پـه افغانسـتان کـې دې جګـړه وکـړي.

ټرمپ پـه خپلو خبرو کـې پر افغانسـتان د پخـواني شـوروي یرغل هم په حقـه وباله او ویـې ویـل چې شـوروي ته (ترهګـر) ورتلل، نـو روسـیې حـق درلود چـې پر افغانسـتان یرغـل وکـړي.

د افغانسـتان پـه اړه د ټرمـپ وروسـتۍ څرګندونـې لـه څـو اړخونـو څخـه د غـور او تامـل وړ دي.

کـه څـه هـم امریکا پخـوا د افغانستان د خپلواکـۍ خیال نه دی سـاتلی، خو ټرمپ پـه دې خـبرې سره یوځـل بیا په ښـکاره د ټولـو نړیوالو اصولو خلاف، د افغانسـتان په چارو کـې مداخلـه وکـړه.

ټرمپ پـه داسـې حـال کـې پر افغانسـتان د روسـیې یرغـل پـه حقـه ګڼـي، چـې پـه ۱۳۵۷ لمریز کال کـې د پخـواني شـوروي له ملاتـړه برخمنو کمونیسـتانو په افغانسـتان کـې د قانـوني نظام پرخـلاف خونـړۍ کودتـا وکـړه. د وخـت ولسـمشر یـې د خپلـې کورنـۍ لـه ۳۰ غـړو سره وواژه او بالاخـره پـر افغانسـتان پخـواني شـوروي همداسـې خونـړی یرغـل وکـړ، لکـه پـه ۲۰۰۱ ز کال کـې چـې امریـکا وکـړ او هماغـه د کمونیسـتانو کودتـا د شـوروي د تېـري او تـر ننـه د افغانسـتان د ټولـو بدمرغیـو او سـتونزو پیلامـه شـوه.

پـه داسـې حـال کـې چـې د ۱۳۵۷ لمریز کال د غویـي د ۷مـې له کودتـا مخکې، په افغانسـتان کـې یو مرکزي حکومـت و او له افغانسـتانه هېڅ هېـواد ته ګـواښ نه و.

بـل دا چـې ټرمپ پـه ښـکاره توګـه وویـل چـې اوس د دې وخـت دی چـې روسـیه، هنـد او پاکسـتان په افغانسـتان کې جګړه وکـړي.

ټرمپ پـه دغـه کار سره د افغانسـتان پـه اړه د امریـکا بـد نیـت پـه ډاګـه کـړ او دا یـې وښـوده چـې امریـکا ته د افغانسـتان د خلکـو ژونـد او د دغه هېـواد برخلیک هېڅ ارزښـت نـه لـري او کـه د امریـکا ګټـې یـې ایجـاب کـړې، نـو دوی حـاضر دي چـې د افغانسـتان د برخلیـک پـه اړه لـه نـورو هېوادونـو سره معاملـه وکـړي.

دې تـه پـه پام سره چـې پاکسـتان او هند پـه خپل منـځ کـې پخوانۍ دښـمنۍ لري او دغه راز پاکسـتان له افغانسـتان سره هم تل د دښـمن په شان عمل کړی او څومره یـې چـې وس شـوی افغانسـتان یـې د بدمرغیو او سـتونزو ډنډ تـه ور ټېل وهلی او همدارنګـه روسـیه چـې د پخـواني شـوروي اتحـاد میـراث خـوره ده، هغه شـوروي چـې پـر افغانسـتان د دوی د تېـري ټپونـه لا جـوړ شـوي نـه دي، بلکـې هماغـه ټپونه په ناسـور بدل شـوي او افغانان تـرې کړېږي، نـو افغانسـتان ته یـې بیا رابلل پـه څه معنا دي؟

د دې معنـا دا ده چـې امریکا غـواړي افغانسـتان د سـوریې پـه برخلیـک اختـه کـړي، داسـې چـې یـوه سـیمه بـه روسـیه بمبـاروي، بلـه بـه هند، بلـه پاکسـتان، بله امریـکا او ښـایي ایران او نـور هېوادونه هم ور ګـډ شي چـې دا د جګـړه ځپلي، ټپي او پـه سـتونزو کې ښـکېل افغانسـتان لپاره د زهـرو غـوړپ دی، چـې کـه تـر سـتوني یـې تېـر شـو، نـو د تل لپاره بـه بیـا سر پورته نه کـړي.

امریکا پـه ۲۰۰۱ ز کال کـې د ترهګرۍ او نشـه یـې توکـو لـه منځـه وړلـو، د ښـځو له حقونـو څخـه د دفاع او له داسـې نورو پلمو او شـعارونو سره پـر افغانسـتان تېـری وکـړ، خـو لـه هماغه پیـل څخه تـر نن پـورې یې دلتـه داسـې وحشـتونه تـرسر کـړل چې با عزتـه انسـان یې پـه یادولـو شرمېږي.

پـه هوایـي او ځمکنیـو بریدونو کـې یې بې شمېره ښـځې، ماشـومان، ځوانان او سپین ږیـري ووژل، بـې عزتـه یـې کـړل، زندانونـه یـې ور بانـدې ډک کـړل او دغـه لړۍ لا هم دوام لـري.

ټرمـپ د امریکا کابینـې تـه پـه خپلـو څرګندونـو کـې اعتـراف وکـړ چـې پـه افغـان جګـړه کـې ښـکېلو جنرالانـو چـې څومره پیسـې ترې غوښـتې، ور یـې کـړې، خـو طالبـان او داعـش د یـو او بـل پرضـد وجنګېـږي.

د ټرمـپ دې خـبرې هغه حقیقت پـه ډاګه کـړ چـې افغـان ولـس لا ډېـر پخـوا چیغـې وهلـې چـې امریـکا پـه افغانسـتان کـې د جګـړې د دوام لامـل ده او همدا امریکایان غـواړي چـې د افغانسـتان پـر سر لـه نـورو هېوادونـو سره معاملـه وکـړي.

ټرمـپ یـو عـادي امریکایـی نـه دی چـې خـبرې یـې یـو سـاده او شـخصي تحلیـل وګڼـل شي، بلکـې د دغـه هېواد ولسـمشر دی او د ده خبرې د امریکا د رسـمي دریځ اسـتازیتوب کوي او کـټ مټ هغه حقیقت دی چـې امریـکا یـې غـواړي.

ټرمـپ خـو اوس یـوازې دا خـبره کـړې چـې امریکایـي جنرالانـو تـه یـې د داعـش او طالـب ترمنـځ د جګـړې لپـاره پیسـې ورکـړې، خـو حقیقـت دا دی چـې امریـکا د ټولـو افغانانـو ترمنـځ جګـړه غـواړي او دا خـبره پـه تېـرو شـاوخوا اتلسـو کلونـو کـې هـر افغـان تـه ثابتـه شـوې چـې دوی پـر افغانسـتان د تېـري لـه هماغـه پیـل څخـه د حکومـت پـه څنـګ کـې ځینـې پخـواني قوماندانـان، والیان او بدماشـان اسـتخدام کـړل او د خپلـو عسـکرو پـه شـان یـې ترې اسـتفاده وکـړه او لا یـې هـم کـوي.

دوی ان د دې خیـال هـم ونـه کړ چـې دغه کسـان بـه بالاخـره مرکـزي دولـت تـه پـه سرخـوږي بـدل شي او د کابـو کولـو تـوان بـه یـې نه لـري.

څـو ورځـې وړانـدې بـې بـي سـي د نیویارک ټایمـز ورځپاڼـې پـه حوالـه لیکلي وو چـې د امریکا اسـتخباراتي اداري (CIA) پـه افغانسـتان کـې داسـې کسـان اسـتخدام کـړي چـې د افغان پوځ او پولیسـو په پرتله درې چنـده تنخـوا ورکوي او دغـه ځواکونه د چاپـو پرمهـال د ملکـي خلکـو د مـرګ ژوبلـې خیـال نه سـاتي.

د بي بي سي پـه دغه راپور کې ویل شـوي چـې دامریکا د اسـتخباراتي اداري ملاتړي ځواکونـه ولسـي افغانـان وژنـي او ربـړوي یـې.

اوس د امریکایـي موخو په لا بربنډېدو سره افغانانـو تـه پـکار ده چـې نـور دې د خپل هېـواد د برخلیـک پـه اړه فکـر وکـړي او د خـدای(ج) پـه خاطـر دې د دغـه مظلوم ولـس پـر حـال رحم وکـړي او پـه خپلو کې دې سره کېنـي او امریـکا تـه دې ځـواب ورکـړي.

کـه لا هـم د امریکا پـر نیت نـه پوهېـږو او لا هـم پـه دې تمـه وو چـې پـردي بـه مـو وژغـوري، نـو هېـواد بـه لـه ډېـر خطرنـاک برخلیـک سره مـخ شي چـې بیا بـه یـې ژغـورل د ډېـرو افغانانـو ژونـد واخـلي او ان ښـایي پـه هـره بیـه یـې ونـه شـو ژغـورلای. نـور باید په دې پوه شـو چـې هېڅوک زموږ لـه غمه نـه دي مـړه او کـه د دوی ګټـې یې ایجـاب کـړي، نو په ډېـره ناخیزه بیـه به مو وپلوري.

لـه دغه ناوړین څخـه د ژغورنې یوازینۍ لار د افغانانـو یووالـی او بـا عزتـه سـوله او ټولـو پردیـو تـه ځـواب او لـه هېواد څخه ایسـتل دي.

اردوغان: هېواد به مو په نږدې راتلونکي کې د افغان سولې په تړاو د درې اړخیزې غونډې کوربه وي

د ترکیې ولسمشر رجب طیب اردوغان د پاکستان له لومړي وزیر سره په لیدنه کې ویلي، هېواد به یې د مارچ له ۳۱ مې وروسته د افغان سولې په اړه د درې اړخیزې غونډې کوربه وي.

اردوغان وویل: «انشاألله موږ به په استانبول کې درې اړخیزه غونډه وکړو چې د مارچ تر ۳۱مې وروسته به وي. زه باور لرم چې د افغانستان، پاکستان او ترکیې دا درې اړخیزه غونډه به د ډېرو ستونزو له حل سره مرسته وکړي.»

د پاکستان لومړي وزیر عمران خان هم په دغه خبري کنفرانس کې وویل، چې افغانان له جګړې ډېر کړېدلي او سولې ته سخته اړتیا لري.

عمران خان زیاته کړه: «د دې وخت را رسېدلی چې نړیواله ټولنه او بل هر څوک چې کولای شي، مرسته وکړي. پاکستان له مخکې لا کمک کړی، د طالبانو او امریکایانو ترمنځ د خبرو زمینه یې برابره کړې، خو دغه کار د ټولو اړخونو او د ګاونډیانو له لوري ډېره همکاري غواړي».

عمران خان دا څرګندونې داسې مهال کوي چې حکومت یې په تېره ډسمبر میاشت کې د امریکا او طالب استازو د کتنې په تنظیم کې چې په متحده عربي اماراتو کې ترسره شوه، مهم رول درلود.

اسلام اباد په افغانستان کې د امریکایي ځواکونو د شمېر د کمېدو په اړه د خپرو شویو رپوټونو هرکلی هم کړی دی.

دا په داسې حال کې ده چې په دې وروستیو کې ځینو امریکایي رسنیو راپور ورکړ چې ولسمشر ډونالد ټرمپ له افغانستانه د ۷ زرو امریکایي سرتېرو د ایستلو پر پلان غور کوي.

د پاکستان د بهرنیو چارو وزیر د ډسمبر په ۲۲مه وویل، چې د واشنګټن دا پرېکړه به افغانستان سولې ته نږدې کړي.

د ترکیې ولسمشر ونه ویل چې په استانبول کې غونډې ته د طالبانو له لوري هم څوک وربلل شوي، که نه.

د طالبانو د کوېټې شورا یوه غړي څو ورځې وړاندې د نوم نه ښودو په شرط، اسوشیېټډ پرېس ته وویل چې دا غونډه د جنوري په میاشت کې کېږي.

دا په داسې حال کې ده چې وسله والو طالبانو بیا بیا د افغانستان له حکومت سره مخامخ خبرې رد کړې دي.

یونیسف: روان زېږدیز کال به په افغانستان کې د پولیو مثبتې پېښې زیاتې شي

د ماشومانو لپاره د ملګرو ملتونو د وجهي صندوق یا یونیسف چارواکي اندېښنه څرګندوي چې واکسین ته د ماشومانو نه لاسرسی او د امنیتي ستونزو له امله به په روان ۲۰۱۹ ز کال کې د پولیو مثبتې پېښې زیاتې شي.

په افغانستان کې د یونیسف چارواکي وایي، کندهار، هلمند، ننګرهار، ارزګان او کونړ هغه ولایتونه دي چې د ماشومانو د ګوزڼ یا پولیو ناروغۍ خطر پکې ډېر لیدل کېږي او ډېری وخت په همدغو ولایتونو کې د ناامنیو له امله د پولیو کمپاینونه هم نه تطبیق کېږي.

د یونیسف د پولیو د پروګرام ویاند سیدکمال شاه د شنبې په ورځ ازادي راډیو ته وویل، اندېښنه دا ده چې واکسین ته د ماشومانو نه لاسرسی او د امنیتي ستونزو له امله به په روان ۲۰۱۹ ز کال کې د پولیو مثبتې پېښې زیاتې شي.

نوموړي زیاته کړه: «که چېرې امنیتي ستونزې زیاتې شي، زموږ لاسرسی به ډېر محدود شي او اندېښنه دا ده چې کېدای شي چې د پولیو پېښې نورې هم زیاتې شي. زموږ لومړیتوب همدا دی چې هغو سیمو ته ځان ورسوو چې ماشومان یې واکسین شوي نه دي او په تېرو څلورو کمپاینونو کې نږدې یو میلیون ماشومانو ته د امنیتي ستونزو له امله هېڅ واکسین نه دی رسېدلی.»

دا په داسې حال کې ده چې تر دې وړاندې د عامې روغتیا وزارت چارواکو ویلي وو چې د وسله والو طالبانو د مخالفت له امله د هېواد په جنوبي سیمو کې، چې د ګوزڼ زیاتې پېښې لري، نږدې یو میلیون ماشومانو ته د ګوزڼ ضد څاڅکي نه رسېږي.

د عامې روغتیا وزارت او د ماشومانو لپاره د ملګرو ملتونو وجهي صندوق یونیسف همدارنګه د افغان دولت پر وسله والو مخالفانو هم غږ وکړ چې د پولیو د واکسین د کمپاینونو مخه ونه نیسي.

دوی دغه راز له کورنیو هم غوښتنه کوي چې خپلو کوچنیانو ته ګوزڼ ضد واکسین ورکړي.

پولیو یا د ماشومانو ګوزڼ درملنه نه لري او د مخنیوي یوازینۍ لار یې له پنځه کلنۍ مخکې واکسین کول دي.

د روغتیا د نړیوال سازمان په وینا، افغانستان، پاکستان او نایجیریا د نړۍ هغه درې هېوادونه دي چې لا هم پکې د ماشومانو د ګوزڼ یا پولیو ناروغي له منځه نه ده تللې.

لیکنه: محمد اکبر هوتک

اساسي قانون د یو هېواد ستر حقوقي سند دی

اساسي قانون د فرعي قوانینو تنظیموونکی او مور بلل کېږي. په ټولیز ډول اساسي قانون د سیاسي اصولو جوړښت، سلسله مراتب او د یو دولت سیاسي واکمني بیانوي. دغه قانون د ولس او وګړو د حقوقو تضمینوونکی دی. هېڅ قانون باید له اساسي قانون سره په ټکر کې رامنځته نه شي.

همدارنګه اساسي قانون د حاکم نظام د صلاحیتونو، حدودو او قدرت تعینوونکی دی. اساسي قانون د اتباعو او ولس د حقوقو څرنګوالی او د درې ګونو قواوو لکه اجرائیه، مقننه او قضایه دندې او مسوولیتونه د ملت پر وړاندې تعینوي. په اساسي قانون کې نور موارد لکه پلازمېنه، ملي سرود(د ملت د یووالي غږ)، بیرغ(د هېواد د شرایطو مطابق رنګونه چې هر رنګ یې ځانګړی مفهوم لري)، ملي نښه(د هېواد هغه نښې او نښانې پکې ځای پر ځای کېږي چې د مذهبي، ملي او تاریخي شیانو استازیتوب وکړي) او نور اقتصادي، فرهنګي او د بهرني سیاست اصولو ته پکې پاملرنه کېږي.

افغانستان د معاصر تاریخ په ترځ کې د شاه غازي امان الله خان له (اصول نامې یا نظام نامې) څخه تر اوسه کابو ۸ اساسي قوانینه تجربه کړي. د افغانستان اوسنی اساسي قانون که څه هم ځینې نیمګړتیاوې لري او تعدیل ته یې اړتیا لیدل کېږي، خو بیا هم د سیمې او نړۍ په کچه یو غني او معتبره قانون ګڼل کېږي.

د بشر له پیدایښته ځینې قواعد او اصول موجود وو چې انسانانو یې پر اساس خپلې ورځنۍ حقوقي چارې پرمخ بېولې. په نړۍ کې یونان هغه هېواد دی چې له ۴۲۰ کلنو راهیسې اساسي قانون تجربه کوي او خپل دغه قانون یې د تاریخ په بېلابېلو پړاوونو کې خوندي کړی دی.

هغه هېوادونه لکه (ډنمارک، ناروې، سویډن، فنلنډ، جرمني او نور) چې قانون پکې حاکم دی، اتباع یې له ښه ژوند څخه برخمن دي، نو ځکه د قانون پلي کول د حکومت لومړیتوب ګڼل کېږي.

د یو با ثباته او قانونمند افغانستان په هیله

د سیاسي ګوندونو ناظرین:
د ټاکنو کمېسیون هنګرونه د رایو د پلور او پېر په بازار بدل شوي

د کابل د رایو د بیا شمېرنې بهیر د رایو د پلور او پېر پر بازار بدل شوی دی. ګوندونه او پر ټاکنو ځینې څارونکې اداري وایي چې د ټاکنو خپلواک کمېسیون په هنګرونو کې د رایو بیا شمېرنه روانه ده، خو دغه پروسه له پراخ فساده ډکه ده. د سیاسي ګوندونو د ناظرینو په خبره، د ټاکنو خپلواک کمېسیون په دې نه دی بریالی شوی چې تېرې ټاکنې په سمه توګه مدیریت کړي او اوس یې د بیا شمېرنې په بهیر کې پراخ فساد ته زمینه برابره کړې ده.

د سیاسي ګوندونو ناظرینو، چې د کابل د ولسي جرګې د رایو بیا شمېرنې پر پروسه یې څارنه کوله وایي، د ټاکنو کمېسیون ځینو کمېشنرانو په دې بهیر کې له مفسدو او متقلبو کسانو ملاتړ کاوه. دوی چې پرون یې په ګډه خبري غونډه کې خبرې کولې، د ټاکنو کمېسیون تورن کړ چې د رایو بیا شمېرنه یې د ټاکنو د مهندسۍ لپاره پیل کړې ده او په لوی لاس یې فساد ته زمینه برابره کړې ده.

د سیاسي ګوندونو استازي ادعا کوي چې د رایو له بیا شمېرنې مخکې صندقونه پرانیستل شوي وو، د پایلو اصلي پاڼې ترې لرې شوې دي او داسې ښکاري چې ډېری صندقونه د یوه ځانګړي کاندید په ګټه له سره ډک شوي وو. دوی همدا راز وایي چې له پرله پسې شکایتونو سره سره د ځینو صندقونو رایې د یوه ځانګړي کاندید په ګټه حساب شوې دي.

په ورته وخت کې د کابل د رایو بیا شمېرنې بهیر کې د مدني ټولنو ناظرین هم ادعا کوي چې د ټاکنو کمېسیون ځینو کمېشنرانو د ځینو نوماندانو له ناظرینو چې په فساد کې یې لاس درلود، ملاتړ کاوه. د دوی په خبره، هغه کسان چې د رایو په بیا شمېرنه کې د درغلیو او فساد په تور نیول کېدل، د ځینو ځانګړو کړیو په همکارۍ بېرته خوشي کېدل او د رایو بیا شمېرنې په پروسه کې شاملېدل.

د سیاسي ګوندونو یوه څارونکي سیف الرحمان حبیبي په خبري غونډه کې وویل: «ډېرې صندقونو ته هلته د ټاکنو خپلواک کمېسیون په هنګرونو کې د پایلو لیک (ریزلټ شیټ) جوړ شوی دی. ډېری صندقونه هلته ډک شوي دي. له ورایه ښکاري چې د یوه مشخص کاندید لپاره په یوه قلم رایې پکې کارېدلې دي.» د ده په خبره، له سندونو سره سره ډېرې صندقونه باطل شوي نه دي او رایې یې په ډېټابېس کې ثبت شوې دي.

د ولسي جرګې غړو هم په پرونۍ غونډه کې د خبرو پر مهال وویل، د ټاکنو خپلواک کمېسیون د ټاکنو په مدیریت کې ناکام و. د دوی په خبره، نږدې دوې نیمې میاشتې له ټاکنو واوښتې، خو لا هم د کابل پایلې نه دي اعلان شوې او د ځینو ولایتونو د ټاکنو اعلان شوو پایلو هم نانديرۍ را ولاړې کړې دي.

بل پلو د ټاکنو خپلواک کمېسیون بیا وایي چې ښایي د کابل نیمایي رایې له سره وشمېرل شي. د دغه کمېسیون مرستیال ویاند ذبیح الله سادات ویلي چې په کابل کې به د نږدې ۳۰۰ مرکزونو رایې تفتیش او له سره وشمېرل شي. د ده په خبره، له دغه کاره یې موخه د ټاکنو د شفافیت تامین او د درغلیو مخنیوی دی. هغه زیاته کړې چې د رایو د تفتیش په پروسه کې به د سیاسي ګوندونو استازي، د ټاکنیزو شکایتونو کمېسیون استازي، د ټاکنو د څارونکو بنسټونو استازي او د نوماندانو ناظرین ګډون وکړي. د ټاکنیزو شکایتونو کمېسیون هم ویلي چې استازي به یې د رایو بیا شمېرنې په دې پروسه کې ګډون کوي.

د کابل د رایو بیا شمېرنې په پروسه کې د مدني ټولنو استازي بیا وایي چې د کابل د ټاکنو په هکله دې د ټاکنیزو شکایتونو کمېسیون پرېکړه عملي شي. د دوی په خبره، په کابل کې د ولسي جرګې د ټاکنو پر مهال او وروسته د رایو د بیا شمېرنې پر مهال پراخه درغلي شوې ده، چې د سمو او ناسمو رایو بېلول یې اسانه کار نه دی. دوی ټینګار کوي چې په کابل کې دې له سره ټاکنې او د خلکو حقوقو ته دې درناوی وشي.

عراقچي له طالبانو سره د لیدنې په تړاو ولسمشر غني ته معلومات ورکړي دي

د ایران د بهرنیو چارو مرستیال وزیر عباس عراقچي د یوه پلاوي په مشرۍ، پرون کابل ته راورسېد چې له بېلابېلو افغان چارواکو سره یې د کابل- تهران په دوه اړخیزو اړیکو او د سولې په روانو هڅو خبرې کړې دي.

له ولسمشرۍ ماڼۍ څخه په خپره شوې خبرپاڼه کې راغلي چې عراقچي له طالبانو سره د ایراني چارواکو د وروستیو لیدنو په اړه ولسمشر غني ته معلومات ورکړل.

په دې کتنه کې دواړو لورو له طالبانو سره د بحث ترځنګ، د افغانانو په مشرۍ او مالکیت د سولې پروسې او له چابهار بندره د غوره ګټې اخیستنې د څرنګوالي په اړه هم بحث او خبرې کړې دي.

دا په داسې حال کې ده چې د ایران د بهرنیو چارو وزارت ویاند بهرام قاسمي تېره اونۍ وویل، د افغان طالبانو له استازو سره یې د غونډې کوربه توب درلود چې د افغان سولې په اړه یې ورسره خبرې وکړې.

قاسمي خبري غونډې ته وویل، طالب استازو د هغه هېواد د بهرنیو چارو وزارت له مرستیال عباس عراقچي سره مفصلې خبرې وکړې، خو دا چې د دغو خبرو پایلې څه وې، نه افغان او نه هم ایراني چارواکو تر اوسه څه ویلي دي.

طالبانو هم د تېرې سې شنبې په ورځ د یوې خبرپاڼې په خپرولو سره تهران ته د دوی د یوه پلاوي سفر تایید کړ او وویل چې دغه پلاوی د سیمې له هېوادونو سره د اړیکو په خاطر هغه هېواد ته لېږل شوی و.

افغان حکومت بیا د افغان سولې په اړه د هېوادونو له هغو هڅو هر کلی کړی چې د افغانانو په مشرۍ یې د سولې لپاره تر سره کوي.

دې ته په کتو، د افغانستان د سولې عالي شورا د اجرایه پلاوي غړي وایي، ایران له دوی سره ژمنه کړې چې په افغانستان کې د مثبت رول لوبولو هڅه کوي.

عبدالحکیم مجاهد ازادي راډیو ته وویل، ایران هڅه کوي چې له طالبانو سره د خبرو له لارې په سیمه ییزه اجماع کې ځان مخکښ کړي.

نوموړی وایي: «د سیمې هېوادونه هڅه کوي چې په اجماع کې ځان شامل کړي او په ګډه د افغانستان د سیاسي ستونزې لپاره مثبته حللاره پیدا کړي. دوی له دې وړاندې موږ ته په څرګندونو کې ژمنه کړې چې د هغې محدودې اندازې له اغېزه چې موږ یې پر طالبانو لرو، له هغې به په افغانستان کې د سولې په برخه کې استفاده وکړو.»

بریټانیا: روسیه دې په ډیپلوماسۍ کې شطرنج نه کوي

د بریټانیا د بهرنیو چارو وزارت روسیې ته خبرداری ورکړی چې په ډیپلوماسۍ کې دې شطرنج نه کوي.

جرمي هنټ دغه خبرداری د روسیې له خوا د امریکا د سمندري ځواکونو د پخواني غړي پاول وېلان تر نیول کېدو وروسته ورکړی دی. د روسیې د استخباراتو فدرالي ادارې، پاول وېلان چې د بریټانیا او ایرلنډ تابعیت هم لري، د ډسمبر په ۳۱مه د جاسوسۍ په تور ونیو.

هنټ وویل: «موږ له دې سره موافق نه یو چې د ډیپلوماسۍ په شطرنج کې له وګړو داسې کار واخیستل شي».

دا مسئله په داسې وخت کې پېښه شوې چې د مسکو او غربي هېوادونو ترمنځ سیاسي اړیکې تر بل هر وخت ډېرې ترینګلې شوې دي.

د سوریې په جګړه کې د روسیې دریځ، د اوکراین په ختیځ کې د روسیې مداخله، په امریکا کې د جمهوري ریاست په ټاکنو کې د روسیې د لاسوهنې ادعاوې او په بریټانیا کې د یوه پخواني جاسوس سرګي سکرېپال مسموول هغه مسایل دي چې د مسکو او غرب ترمنځ یې په اړیکو کې درځ پیدا کړی دی.

د امریکا د بهرنیو چارو وزارت ویلي چې په روسیه کې د متحده ایالتونو سفیر د جنورۍ په دویمه د مسکو په یوه توقیف ځای کې له پاول وېلان سره کتلي او د هغه له کورنۍ سره هم ټېلیفوني غږېدلی دی.

د متحده ایالتونو د بهرنیو چارو وزیر مایک پامپیو د پنجشنبې په ورځ په واشنګټن کې له نیوزمکس سره په مرکه کې وویل: «د امریکا خلکو ته دې دومره معلومه وي چې موږ پر دې مسئلې ډېر فکر کوو او د امریکا د حکومت په لوړه کچه پر دې غور کېږي».

بلخوا د ایرلنډ د بهرنیو چارو وزارت هم تایید کړې چې پاول وېلان د دغه هېواد تابعیت لري. هغوی له مسکوه غوښتنه کړې چې په کونسلي چارو کې له پاول وېلان سره د مرستې اجازه ورکړي.

د روسیې خبري اژانس انټرفکس ویلي چې د پاول وېلان پر ضد اتهام لیک د جنورۍ په دریېمه برابر شوی دی.

د هغه وکیل ولادیمیر ژیربینکوف د اتهام لیک پر جزیاتو له خبرو ډډه کړې، خو ویلي یې دي چې پاول وېلان ښایي د فبرورۍ تر ۲۸مې په مسکو کې په قسمي ډول په توقیف کې پاتې شي.

پاول وېلان چې د بریټانیا او ایرلنډ تابعیت هم لري، د جاسوسۍ په تور نیول شوی دی.

د پاول کورنۍ ویلي، هغه جاسوس نه دی او د واده په مراسمو کې د ګډون لپاره مسکو ته تللی و. پاول وېلان د امریکا په سمندري ځواکونو کې خدمت کړی او د امریکا د مشیګن ایالت اوسېدونکی دی.

د هغه تر نیول کېدو یوه اونۍ مخکې د مریا بوتینا په نوم یوې ښځې چې په امریکا کې یې محاکمه روانه وه، ومنله چې کرېملېن ته یې جاسوسي کوله، خو کرېملېن د هغې خبرې رد کړې.

د کتــاب خبــرې

د لوی فکر جادو

◎ ليکوال: دوکتور ډېوېډ شوارتز
◎ ژباړن: ميـراحمد يـاد

لومړی څپرکی
پر خپل بري باور ولرئ:

ج. (هېڅ فايده نه لري عمر تېر دی ... يا ډېر عمر پاتې دی، لا خو ځوان يم.) د ماتې د منلو دوه نورې بهانې د مناسب عمر نه لرل دي او دا دوه وختونه راځي: يا دا چې عمر تېر دی يا دا چې عمر پاتې دی. تاسې به ليدلي وي، زياتره عمر خوړلي خلک چې په کارونو کې ناکام وي يا وروسته پاتې وي، د بيا نه پيلولو لوی دليل دا ښيي چې: (عمر تېر شوی دی.) يا وايي چې (لا خو ډېر عمر پاتې دی، وبه يې کړو.) يا زما عمر کم دی او دا کار لا نشم پيلولای.

له بده مرغه لږ خلک داسې احساس کوي چې له خپل عمر سره ګنې سم روان دي. دغې د عمر بهانې زرګونه انسانان له واقعي فرصتونو بې برخې کړي دي. دوی فکر کوي چې عمرونه يې ګنې مناسب نه دي او په دې خاطر ځان تجربه کېدو ته هم نه پرېږدي.

د (تېر عمر) بهانه د بله مشهوره بهانه ده. دا ناروغي ناڅاپه په انسان راځي. مثلاً په يوه ټلويزيوني خپرونه کې د عمومي رئيس ژوند ښودل کېږي چې د شرکتونو د ادغام له امله دی ناڅاپه خپله دنده بايلي، خو بيا په دې دليل بل کار نه شي کولای چې عمر يې تېر شوی دی. مدير صيب مياشتې مياشتې پرته له کومې پايلې، در په در په دندې پسې ګرځي، بلاخره چې ستړی شي، نو ځان سره ووايي: عمر تير دی او نور په کور د کېناستو وخت دی.

څلوېښت کلنې ولې په کور د کېناستو عمر دی؟ په دې اړه ډېرې مجلې او ننداري هم ليکل شوې دي. خو دا ټول حقايقو ته اشاره نه کوي، بلکې په دې خاطر دا عنوان ټاکي چې ډېرو مشوشو او بهانه لټونکو ذهنونو ته په زړه پورې وي.

د عمر له بهانې سره څنګه چلند وکړو؟

د عمر بهانې او دلايل ختمولای شو. څو کاله مخکې د خرڅلاو د يوې روزنيزې خپرونې مدير وم، يوه ښه لاره مې پيدا کړه، دا لاره هم د شخص فکري سيستم بدلوي او هم پکې د يو قوي واکسين په توګه مدافعت پيدا کوي.

په هغې خپرونې کې مې د سيسيل په نوم يوه شاګرده لرله. سيسيل څلوېښت کلنه وه، غوښتل يې خپل شغل بدل کړي او د يوه توليدي شرکت د استازې په توګه لږ ښه کار پيل کړي، خو اوس يې هم داسې ګڼله چې د دې کار لپاره يې عمر لږ ډېر دی. هغې به ويل: (يعنې بيا يې بايد له صفره پيل کړم، اوس مې هغه پخوانۍ ځواني نشته، اوس د څلوېښتو کالو يم.)

زه څو ځله له سيسيل سره د هغې د ډېر عمر په ستونزو وغږېدم، هماغه پخوانۍ حللاره مې کاروله، يعنې ورته ويل به مې چې: ستا عمر ستا دننني احساس ټاکي.) خو دې خبرو هېڅ ګټه نه لرله، ځکه تل به يې همدا يوه خبره راته کوله چې: (زړه شوې يمه!)

بلاخره مې يوه ګټوره لاره پيدا کړه. يوه ورځ مې له درس وروسته سيسيل امتحان کړه، ورته ومې ويل: (سيسيل ته څه وايې چې انسان په څو کلنۍ کې د ګټورتيا (مثمريت) مرحلې ته ننوځي؟)

هغې څو شېبې فکر وکړ، بيا يې راته وويل: (فکر کوم له شل کلنۍ...)

بيا مې ورته وويل: (ښه اوس دا ووايه چې دا دوره يې کله ختمېږي؟)

هغې وويل: (که روغ پاتې وي او له کار سره يې مينه هم ولري، نو تر اويا کلنۍ کار کولای شي.)

ما ورته وويل: (ښه ډېر ښه، ګوره ځينې خلک له اويا کلنۍ وروسته هم کار کولای شي، خو موږ به همدا ستا خبره ومنو، يعنې د انسان د کار کلونه له شل کلنۍ تر اويا کلنۍ دي او دا نږدې پنځوس کاله يا نيمه پېړۍ عمر دی.)

بيا مې ورته وويل: (سيسيل ته څلوېښت کلنه يې، څومره کاري دوره دې تېره کړې ده؟)

ويې ويل: (شل کاله)

او څومره پاتې ده؟

ويې ويل: (دېرش کاله)

ورته ومې ويل: (يعنې نيم مزل دې هم لا نه دی کړی، يوازې له ۴۰٪ ژونده دې ګټه اخيستې ده.)

سيسيل ته مې وويل، په خبره لکه چې ورسېده. له دې وروسته يې د خپل عمر خبره بيخي هېره کړه. بلاخره پوهه شوه چې لا هم ورته د کار ډېر کلونه پاتې دي او ګټه ترې اخيستی شي. پخوا به يې ويل چې (زړه شوې يمه) بيا به يې ويل: (لا خو ځوانه يمه.) سيسيل پوهه شوه چې زموږ انسانانو عمر چندانې ارزښت نه لري، بلکې دا زموږ ذهنيت دی چې د نعمت له عمر نه راته د مصيبت عمر جوړوي.

که د عمر د بهانې درملنه مو وکړه، هغه ټول فرصتونه به بېرته ترلاسه کړئ، کوم چې په دې بهانې مو له لاسه ورکړي دي. يو خپلوان مې ډېره موده په بېلابېلو کارونو اخته و. کله به يې د پلور کار کاوه، کله به يې په بانک کې کار پيل کړ، کله به يې خپل ازاد کاروبار ... دی نه پوهېده چې له کوم کار سره يې مينه ده. بلاخره پوه شو چې له کشيش کېدو سره تر هر څه ډېر مينه لري. خو بيا يې چې دا کار وليد، نو پوه شو چې په دې حقيقت لږ ناوخته پوه شوی دی او دا خبره يې رښتيا هم وه، ځکه عمر يې پنځه څلوېښت کاله و، درې بچي يې هم لرل او پيسې هم ورسره لږې وې.

خو له نېکه مرغه خپل ټول جرائت او قوت يې راټول کړ او له ځان سره يې وويل: (عمر که څلوېښت وي او که پنځوس... خو زه بايد کشيش شم!)

دوام لري...

د زابل د لوړو زده کړو موسسه

حميدالله حميدي

د زابل ولايت لپاره د لوړو زده کړو موسسه په ۱۳۹۵ لمريز کال کې د لوړو زده کړو وزارت له خوا منظوره شوه چې رسمي چارې يې د ۱۳۹٦ لمريز کال د زمري مياشتې په ۱۵مه د يوه پوهنځي (ښوونې او روزنې) او ۲۰۰ محصلينو په درلودو سره پيل شوې. د زابل د لوړو زده کړو موسسې رييس پوهنيار رحمت الله کاکړ وايي، اوسمهال يې د ښوونې او روزنې پوهنځی څلور ډيپارټمنټونه (کيميا، فزيک، رياضي او بيولوژي) لري.

د پوهنيار کاکړ په خبره، سږ کال هم ورته د کانکور له لارې ۲۰۰ محصلين معرفي شوي دي چې اوس يې د ټولو برحاله محصلينو شمېر شاوخوا ۴۰۰ تنو ته رسېږي چې له دې ډلې د ګوتو په شمېر يې ښځينه محصلينې دي. دی وايي، موسسه يې هر کال د لږ تر لږه ۲۰۰ نويو محصلينو د جذب وړتيا لري.

د زابل د لوړو زده کړو موسسې د ښوونې او روزنې په پوهنځي کې تدريسي چارې د ۱٦ استادانو له خوا مخ ته وړل کېږي. پوهنيار کاکړ وايي، له دې ډلې يې دوه تنه استادان يو چين او بل هم هند ته د ماسترۍ اخيستو لپاره تللي دي چې د ماسترۍ پروګرام له بشپړولو وروسته به بېرته خپلو دندو ته را وګرځي. نوموړی وايي، تمه ده چې په نږدې راتلونکي کې د دې موسسې پنځه تنه نور استادان هم په کور دننه او بهر کې د ماسترۍ په پروګرام کې شامل شي.

څه کم دوه کاله کېږي چې د زابل د لوړو زده کړو موسسې فعاليت پيل کړی دی، خو د دې موسسې د رييس په خبره د ښوونې او روزنې پوهنځي د محصلينو لپاره يې يو کوچنی کتابتون هم جوړ کړی دی. پوهنيار رحمت الله کاکړ وايي، د کابل پوهنتون، علومو اکاډمۍ، کندهار پوهنتون او ځينو نورو ادارو په مرسته يې تر اوسه پورې ۳۵۰۰ ټوکه بېلابېل کتابونه را ټول کړي دي چې محصلين او استادان ترې د خپلې مطالعې او څېړنې لپاره ګټه اخلي. که څه هم چې د زابل د ښوونې او روزنې څلور واړه ډيپارټمنټونه په ساينسي برخه کې دي، نو لازمه ده چې تر يوې کچې پورې هر ډيپارټمنټ ته اړوند ساينسي کتابونه برابر شي، څو محصلين وکړای شي په خلاص لاس خپله څېړنه او په اړونده برخه کې مطالعه وکړي. کاکړ وايي، هڅه به يې دا وي چې کتابتون پراخ کړي او د محصلينو د اړتيا اړوند کتابونه ورته برابر کړي.

د زابل د لوړو زده کړو موسسه تر اوسه خپلې اداري او تدريسي چارې د زابل ولايت مقام په پخوانۍ ودانۍ کې مخ ته وړي. د دې موسسې رييس وايي، د محصلينو په ډله کې يې د ډېرو ولايتونو اوسېدونکي شته چې ډېری يې د ليليې په شرايطو برابر هم دي، خو دا چې دوی تر اوسه پورې د اداري او تدريسي ودانيو له نشتون سره مخ دي، نو هغه کسان چې د ليليې شرايط يې پوره کړي دي، د لوړو زده کړو وزارت د بدل اعاشې د مقررې له مخې ورته په مياشتنۍ ډول د بانکي حساب له لارې نغدې پيسې ورکول کېږي چې بيا دوی په خپله د قلات په بازار کې د ځان لپاره کوټې نيولې دي او پکې اوسېږي. پوهنيار رحمت الله کاکړ وايي، د لوړو زده کړو وزارت ته يې پنځه مياشتې مخکې د اداري، تدريسي او ليليې لپاره د ودانيو جوړولو وړانديز کړی دی چې په دې برخه کې د ښار جوړونې وزارت له خوا د دې موسسې لپاره د ليليې د ودانۍ د ډيزاين چارې پای ته رسېدلې او په نږدې راتلونکي کې به يې عملاً د جوړولو چارې پيل شي.

دا چې د لوړو زده کړو دغه موسسه د کندهار پوهنتون فليال بلل کېږي، نو په هر اړخيزه توګه يې ورسره مرسته کړې ده. د زابل د لوړو زده کړو موسسې رييس پوهنيار رحمت الله کاکړ وايي، د کندهار پوهنتون اداري ور سره د تدريسي او علمي معاونيت په جوړولو، تشکيل او په ټوله کې د دې موسسې په جوړښت کې خورا ډېره برخه اخيستې ده او په اصطلاح د کندهار پوهنتون يوه برخه بلل کېږي. رحمت الله کاکړ چې له دې وړاندې د کندهار پوهنتون استاد و، د کندهار پوهنتون د اداري پلاوي په مشوره او غوښتنه د زابل د لوړو زده کړو موسسې لپاره د رييس په توګه ټاکل شوی دی. پوهنيار کاکړ وايي، له دې سره په څنګ کې د زابل د لوړو زده کړو موسسه د پکتيکا پوهنتون، لوګر د لوړو زده کړو موسسې او ميدان وردګو د لوړو زده کړو موسسې له ادارو سره په اړيکه کې ده، د هغوی له کريکولم، تجربو او دا چې څه ډول يې دغه دوره بشپړه کړې ده، ګټه اخلي.

د دې موسسې اداره د راتلونکي لپاره دوه پلانونه لري چې يو يې علمي او بل هم د موسسې لپاره په ساختماني برخه کې دی چې د دغو پلانونو پالي کول به يوڅه وخت ونيسي. پوهنيار کاکړ وايي، په لومړي سر کې يې د ولايتي ادارې په مرسته د لوړو زده کړو د موسسې لپاره چې په راتلونکي کې به پوهنتون ته ارتقاع کوي، ځمکه مشخصه کړه چې له دې وړاندې نه وه معلومه شوې. دی وايي، اوس دوی د پوهنتون لپاره ۳۷۰ جريبه ځمکه ځانګړې کړې ده چې د احاطې کارونه يې عملاً روان دي او ډېر ژر به پای ته ورسېږي. دغه راز يې د لوړو زده کړو وزارت، ماليې وزارت، اقتصاد وزارت او ښار جوړونې وزارت ته د اداري، تدريسي، ليليې او نورو ودانيو د جوړېدو غوښتنليکونه سپارلي دي چې له دې ډلې به يې د ليليې د ودانۍ کارونه ډېر ژر د ښار جوړونې وزارت له لورې پيل شي. پوهنيار کاکړ وايي، تمه ده چې د تدريسي او اداري ودانيو د جوړېدو چارې د لوړو زده کړو وزارت په منظورۍ ډېر ژر پيل شي، ځکه له دې ودانيو پرته دوی نه شي کولی خپلې ورځنۍ چارې مخ ته يوسي، ځکه اوس هم د ولايت په پخوانۍ زړه ودانۍ کې خپلې اداري او تدريسي چارې مخ ته وړي چې جوړښت يې د تدريس لپاره جوړ نه دی. نوموړی وايي، له نشه يي توکو سره د مبارزې رياست ورسره ژمنه کړې ده چې د احاطې له بشپړېدو سره سم به د زابل د لوړو زده کړو موسسې لپاره د غونډو تالار جوړ کړي. کاکړ وايي، د زابل د حج او اوقافو رياست هر کال په ياد ولايت کې د يوه جومات د جوړولو چارې پر غاړه اخلي او ژمنه يې ور سره کړې ده چې راتلونکی کال به د دې موسسې لپاره جومات جوړوي.

د دې موسسې د ادارې دويم پلان په تدريسي او علمي برخه کې دی. کاکړ وايي، دا چې زابل ولايت اوس د مسلکي ښوونکو له کمښت سره مخ دی، نو په همدې موخه يې لومړی له لوړو زده کړو وزارت څخه د ښوونې او روزنې پوهنځي منظوري اخيستې او اوس عملاً د دغه پوهنځي په څلورو ډيپارټمنټونو کې محصلين پر لوړو زده کړو بوخت دي چې دوه کاله وروسته به زيات شمېر مسلکي ښوونکي نه يوازې په زابل ولايت، بلکې د هېواد په نورو ولايتونو کې هم د ښه او مسلکي تدريس په موخه په ښوونځيو کې وګومارل شي. کاکړ وايي، په ياد پوهنځي کې يې د دريو نورو ډيپارټمنټونو (پښتو ادبياتو، انګليسي ادبياتو او اسلامي تعليماتو) د جوړېدو فروپوزلونه جوړ کړي او لوړو زده کړو وزارت ته به يې د منظورۍ لپاره واستوي.

دا چې د زابل ولايت ډېری وګړي پر کرنه بوخت دي او هر کال زياته تازه او وچه مېوه د هېواد نورو ولايتونو او ګاونډيو هېوادونو ته صادروي او يا په ټوله کې د افغانستان جغرافيايي جوړښت ته په کتو سره چې ډېری اوسېدونکي يې پر کرنه بوخت دي، نو د زراعت په برخه کې مسلکي کسانو ته پوره اړتيا ليدل کېږي. د همدې ټکي په نظر کې نيولو سره د زابل د لوړو زده کړو موسسې رييس وايي، د تدريسي ودانيو په جوړېدو سره به د دې موسسې لپاره لوړو زده کړو وزارت ته د کرنې پوهنځي د منظورۍ وړانديز هم وکړي.

د زابل د لوړو زده کړو موسسې رييس وايي، دا چې دغه موسسه نوې تاسيس شوې ده، نو شته امکانات يې په نشت حساب دي. اداري ودانۍ، تدريسي ودانۍ، کتابتون، ليليه، جومات، لابراتوار، طعام خوري، د غونډو تالار، سپورټي ميدانونه، شنه ساحه، برېښنا، ژورې څاه ګانې او نور اړين شيان هغه څه دي چې ياده موسسه ورته جدي اړتيا لري. کاکړ له لوړو زده کړو وزارت او نورو اړوندو ادارو څخه غواړي چې په يادو برخو کې ورسره هر اړخيزه مرسته وکړي، څو زابل هم د نورو ولايتونو په څېر د لوړو زده کړو د يوې مجهزې موسسې او په راتلونکي کې د يوه پرمختللي او داسې پوهنتون درلودونکی شي چې په بېلابېلو پوهنځيو کې يې محصلين لوړې زده کړې وکړي، څو خپل هېواد او ټولنې ته د خدمت جوګه شي.

اقتصاد

د اسعارو بيې

$	۷۵,۴۵
€	۸۵,۹۰
Rp.	۵۳۸
₹	۱۰۷۰
¥	۱۰,۸۰
£	۹۵,۵۰

پروازونه

کابل - هرات	12:00
کابل - دوبی	15:30
کابل - کندهار	16:00

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

بيړنۍ شميرې

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

همیانی

علت خواب زیاد؛ عوارض آن و نحوه بهبود کیفیت خواب

ترجمه: فایز کریمی

پیش از هر چیز باید عنوان کرد که خواب زیاد تنها محدود به خواب شبانه فرد نمی‌شود. دراز کشیدن در رختخواب یا روی کاناپه و احساس خستگی (صرف‌نظر از اینکه این احساس شب‌هنگام به فرد دست دهد یا در طول روز) هم شامل بازه زمانی‌ای می‌شوند که برای اندازه‌گیری زمان خواب مدنظر قرار می‌گیرند. داشتن الگویی نامنظم برای خوابیدن و برخی اختلالات مرتبط با سلامتی از جمله دلایلی هستند که منجر به خواب زیاد و احساس خستگی مفرط می‌شوند. البته در رابطه با دلایل خواب زیاد و نیز توصیه‌های موجود برای رهایی از این اختلال هم اطلاعاتی را در اختیار شما قرار خواهیم داد که در بخش‌های بعدی مقاله جزیات آن‌ها ذکر خواهد شد، اما بهتر است مطلب را از پایه و اساس آن آغاز کنیم و پیش از هر چیز درک بهتری از این مسئله پیدا کنیم که در طول شبانه روز به چه میزانی از خواب نیاز داریم تا سلامتی‌مان تحت الشعاع قرار نگیرد.

در طول شبانه روز چند ساعت را باید به خوابیدن اختصاص داد؟

یکی از مهمترین عوامل تأثیر گذار بر سلامتی، داشتن خواب شبانه کافی است و در غیر این صورت، ممکن است مجموعه‌ای از اختلالات و بیماری‌های مرتبط با سلامتی گریبان‌گیر فرد شوند.

اما دقیقاً چند ساعت را باید به خوابیدن اختصاص داد تا از این گونه اختلالات و مشکلات به دور بود؟ میزان نیاز به خوابیدن به‌طور کلی با سن‌وسال افراد ارتباط پیدا می‌کند، اما بسته به شرایط و ویژگی‌های هر فرد می‌تواند متفاوت هم باشد. علاوه بر این‌ها عوامل دیگری نیز وجود دارد که بر این مسئله تأثیر گذارند. از آن جمله می‌توان به بارداری، بالا رفتن سن، کمبود خواب و کیفیت خواب اشاره کرد.

اگر نمی‌توانید به‌اندازه کافی بخوابید، بهتر است با کمی مطالعه و تحقیق در این رابطه تغییراتی در شیوه زندگی خود به وجود آورید و اگر از این تغییرات جواب نگرفتید، حتماً با داکتر متخصص مشورت کنید و علت آن را پیدا کنید.

البته همان اندازه که عدم خواب کافی می‌تواند دردسرساز شود، خوابیدن زیاد و بیش از اندازه هم زیان‌بار است. ممکن است علت خواب زیاد فرد، اختلالی مرتبط با سلامتی او باشد و به همین علت نباید مسئله را پشت گوش انداخت. همچنین خواب زیاد خود می‌تواند در بلند مدت سبب بروز اختلالات جدی‌تری شود.

علت خواب زیاد چیست؟

واژه تخصصی به‌کار گرفته شده برای اطلاق به خواب زیاد «پرخوابی» به انگلیسی (hypersomnia) است. نزدیک به ۲٪ افراد به پرخوابی دچارند و برای داشتن حالت ایده‌آل خود در دیگر ساعات شبانه روز به ده تا دوازده ساعت خواب شبانه نیاز دارند.

از آنجاکه مسئولیت‌های روزمره، اجازه صرف این زمان برای خوابیدن را با محدودیت رو به رو می‌کند، کسانی که زیاد می‌خوابند مجبور می‌شوند بیشتر از دیگران در ساعات بیداری فعالیت داشته باشند و به مراتب بیشتر احساس خستگی می‌کنند، به همین خاطر در روزهای تعطیل خود زمان بیشتری را به خوابیدن اختصاص می‌دهند که برای برخی افراد حتی به پانزده ساعت خواب شبانه هم می‌رسد.

ممکن است به‌خاطر بیدار شدن های مکرر به هنگام خواب شبانه دچار پرخوابی شده باشید. البته احتمالاً شما تمامی این بیدارشدن‌ها را به خاطر نخواهید آورد، اما این مسئله در نهایت باعث می‌شود خواب عمیق نشود و انرژی شما آن‌طور که بایدوشاید بازیابی نشود.

علت خواب زیاد بسته به شرایط و ویژگی‌های افراد ممکن است متفاوت باشد. احتمال دارد پرخوابی فرد ریشه در دوران کودکی او داشته باشد. اگر هم به تازگی به این اختلال دچار شده‌اید و همیشه این گونه نبوده‌اید، احتمال دارد پای مشکل دیگری در میان باشد. علت دیگر خواب زیاد می‌تواند به سبک زندگی افراد مرتبط باشد. اگر خواب شبانه فرد منظم نباشد، بدن او سعی می‌کند با خواب زیاد این کمبود را جبران کند.

همچنین اختلالات مرتبط با سلامتی و بیماری‌هایی هم وجود دارند که هر یک از آن‌ها می‌تواند علت خواب زیاد فرد باشد. در ادامه توضیحات بیشتری درباره این اختلالات عنوان خواهد شد.

۱. وقفه تنفسی در خواب یا آپنه خواب

آپنه خواب زمانی رخ می‌دهد که به‌هنگام خواب مکرراً در تنفس فرد اختلال ایجاد شود (تنفس دچار وقفه شود). این مسئله بر چگونگی استراحت کردن فرد و بازیابی انرژی او تأثیر منفی می‌گذارد. یکی از نشانه‌های تشخیص آپنه خواب، احساس خستگی پس از خواب کامل شبانه است.

۲. کم‌خونی

این اختلال به زمانی اشاره دارد که گلبول‌های سرخ موجود در خون فرد از حد معمول کمتر می‌شوند. این کمبود نیز خود باعث کاهش اکسجن قرارگرفته در اختیار دیگر اندام‌های بدن، و کاهش انرژی می‌شود.

۳. کم‌کاری تایروئید

این اختلال، علت دیگر خواب زیاد است. غده تایروئید وظیفه کنترل سرعت فرایندی را به عهده دارد که طی آن بدن فرد سوخت را به انرژی تبدیل می‌کند. مشخصاً زمانی که این غده در حالت ایده‌آل خود نباشد یا کم‌کار باشد، فرد احساس خستگی خواهد کرد.

۴. دیابت

افراد مبتلا به قند خون یا دیابت هم، از جمله کسانی هستند که معمولاً دچار خستگی می‌شوند و انرژی کمتری نسبت به افراد عادی دارند. این مسئله از آن‌جایی نشئت می‌گیرد که در بدن افراد مبتلا به قند خون، قند به‌جای آنکه با ورود به سلول‌های بدن تبدیل به انرژی شود، در جریان خون فرد باقی می‌ماند.

۵. بیماری قلبی

اگر در انجام فعالیت‌های روزانه خود به مشکل برخورده اید و دیگر توان و انرژی کافی برای انجام آن‌ها را ندارید، بهتر است با داکتر متخصص مشاوره کنید، چراکه ممکن است خستگی شما ریشه در بیماری قلبی داشته باشد.

به خاطر داشته باشید که اختلالات یاد شده همگی سبب خستگی و کاهش انرژی می‌شوند و در حقیقت همین خستگی است که بدل به علت خواب زیاد فرد می‌شود.

عوارض جانبی خواب زیاد

صرف نظر از اینکه علت خواب زیاد فرد چه باشد، پرخوابی می‌تواند عوارضی به همراه داشته باشد که از جمله آن‌ها می‌توان به تشویش و نگرانی، کمبود انرژی و اختلالات مربوط به حافظه اشاره کرد.

حتی اگر دچار پرخوابی نشده باشید، خواب زیاد در بلند مدت برای‌تان عوارضی به همراه خواهد داشت که از آن جمله می‌توان به سردرد، چاقی، دیابت، کمردرد، افسردگی، بیماری قلبی و در نهایت افزایش خطر مرگ اشاره کرد.

افرادی که بیش از حد می‌خوابند به مراتب بیشتر از سایرین در معرض حادثه‌های ناخواسته قرار می‌گیرند، بنابر این بهتر است در صورت داشتن خواب شبانه زیاد تا حد امکان از کار کردن با دستگاه‌ها و وسایل سنگین یا خطرناک خودداری کنید.

علت خواب زیاد چگونه تشخیص داده می‌شود؟

اگر بیش از شش هفته است که زیاد از حد می‌خوابید، بهتر است درباره نشانه‌های این مسئله با داکتر متخصص صحبت کنید. اگر تاکنون چنین تجربه‌ای نداشته‌اید، باید عنوان کرد که در چنین ملاقاتی احتمالاً داکتر متخصص سوالاتی درباره چگونگی خواب و عادات مرتبط با سبک زندگی شما خواهد پرسید (و نیز سوالاتی درباره داروهایی که مصرف می‌کنید و سابقه بیماری). همچنین ممکن است آزمایش‌هایی برای شما در نظر گرفته شود یا مطالعه دقیق‌تری بر چگونگی خواب شما صورت بگیرد.

نگاهی کلی به چگونگی بهبود کیفیت خواب

اگر خواب زیاد شما به واسطه اختلال یا بیماری مرتبط با سلامتی شکل گرفته باشد، مشخصاً با برطرف شدن آن، خواب شما نیز تنظیم خواهد شد و به حالت معمول برخواهد گشت. همچنین لحاظ کردن تغییراتی در سبک زندگی هر روزه می‌تواند به خواب سالم شما کمک کند.

توصیه ها برای داشتن خواب بهتر

با عمل کردن به توصیه‌هایی که در ادامه عنوان خواهند شد، می‌توانید خواب شبانه بهتری داشته باشید.

۱. داشتن برنامه‌ای مشخص برای ساعات خواب و بیداری

سعی کنید هر روز در ساعت مشخصی به رختخواب بروید و ساعت مشخصی را هم برای بیدار شدن در نظر بگیرید (حتی در روزهای تعطیل). با حفظ این روند در بلندمدت بدن شما خودبه‌خود فعالیت‌هایش را برای خوابیدن و بیدار شدن در آن ساعات مشخص تنظیم می‌کند. با این روند خواب شما ریتم مشخصی پیدا می‌کند و در نهایت شب‌هنگام کار راحت‌تری برای به خواب رفتن خواهید داشت.

۲. به وجود آوردن محیطی ایده‌آل برای خوابیدن

راحت بودن به هنگام خواب کمک می‌کند تا کار ساده‌تری برای به خواب رفتن داشته باشید. تا جایی که برای‌تان مقدور است، سعی کنید اتاق خواب‌تان خنک، تاریک و عاری از سروصدا باشد. استفاده از وسایلی چون گوش‌گیرهای مخصوص هم می‌تواند به خواب بهتر شما کمک کند.

۳. خاموش کردن دستگاه‌های الکترونیکی

صفحه کمپیوتر و موبایل نوری ساطع می‌کند که از آن با نام نور آبی یاد می‌شود. مشاهده این نور به هنگام شب می‌تواند سبب ایجاد اختلال در ریتم شبانه‌روزی بدن و چگونگی خواب شود، بنابراین توصیه می‌شود این گونه دستگاه‌ها را به هنگام خواب خاموش کنید و تا دو الی سه ساعت پیش از خوابیدن به صفحه آن‌ها نگاه نکنید.

۴. توجه نشان دادن به عادات رفتاری روزمره

با توجه بیشتر به رفتار خود در ساعات بیداری می‌توانید به بهبود کیفیت خواب خود کمک کنید. برای نمونه به خوراکی‌ها و نوشیدنی‌هایی که در طول روز مصرف می‌کنید توجه بیشتری نشان دهید. مصرف نوشیدنی‌های کافین‌دار به هنگام شب ممکن است باعث بی‌خوابی شود. مصرف نوشیدنی الکولی به خواب رفتن را ساده‌تر می‌کند، اما کیفیت خواب را پایین می‌آورد. می‌توانید از چای سبز یا شیر گرم به‌عنوان جایگزین مناسبی برای نوشیدنی‌های یاد شده استفاده کنید. نکته دیگر اینکه ورزش کردن مشخصاً برای سلامت شما مفید است، اما انجام فعالیت‌های ورزشی پیش از خوابیدن کیفیت خواب را پایین می‌آورد.

مایک پېنس: ټرمپ په افغانستان کې د امریکایي ځواکونو د حضور په اړه پرله پسې غور کوي

د امریکا مرستیال ولسمشر مایک پېنس، فاکس نیوز ته ویلي، ولسمشر ټرمپ په افغانستان کې د امریکایي ځواکونو د حضور په اړه پرله پسې غور کوي.

پېنس د فاکس نیوز د یوې پوښتنې په ځواب کې وویل: «ولسمشر ډونالډ ټرمپ دا مهال چې موږ او تاسو خبرې کوو، د ارزونې په یوه پروسه کې دی».

د نوموړي په وینا، ولسمشر ټرمپ په افغانستان کې د امریکایي ځواکونو د حضور د دوام په اړه غور کوي.

دا په داسې حال کې ده چې تر دې مخکې ځینو امریکایي رسنیو راپور ورکړ چې ولسمشر ټرمپ له افغانستانه په ځو میاشتو کې د نیمایي امریکایي سرتېرو پر وتلو غور کوي.

خو د دغو راپورونو له خپرېدو وروسته، امریکایي چارواکو په رسمي توګه دا پرېکړه تایید نه کړه.

د تېرې چهارشنبې په ورځ ولسمشر ټرمپ د کابینې د غونډې پر مهال وویل چې روسیه، پاکستان او هندوستان باید د امریکا پر ځای په افغانستان کې د ترهګرۍ پر ضد مبارزه کې ښکېل شي.

که څه هم نوموړي په مستقیمه توګه په افغانستان کې د امریکایي ځواکونو د حضور د دوام په اړه څه ونه ویل، خو دا پوښتنه یې راپورته کړه چې ولې امریکا ٦ زره میله لرې هلته په افغانستان کې ښکېل ده؟

ټرمپ دا څرګندونې په داسې حال کې کوي چې په دې وروستیو کې د امریکا له خوا له وسله والو طالبانو سره د سولې په برخه کې هڅې هم چټکې شوې دي.

شنونکي باور لري چې له افغانستانه په ناڅاپي توګه د امریکایي سرتېرو وتل به په دغه هېواد کې د طالبانو او داعش وسله والو پر ضد د افغان امنیتي ځواکونو مقاومت کمزوری کړي.

بلخوا امریکایي پوځي مشران هم وايي چې تر اوسه په رسمي توګه له افغانستانه د سرتېرو د ایستلو په اړه ورته څه نه دي ویل شوي.

افغان حکومت په دې اړه د راپورونو له خپرېدو وروسته ډاډ څرګند کړی، چې له افغانستانه د امریکایي ځواکونو وتل به د وسله والو پر ضد، د دوی پر جګړې د پام وړ اغېز ونه لري.

مسیر ورځپانه
مسوول مدیر: اسدالله وحيدي
مرستیال: شفيق اميرزی
اېډېټران: جواد تيموري او امان الله حنيفي
ليکوالان: محمد نظيم سمون، جاويد کوټوال
او شفيق همدرد
خبريالان: حميدالله حميدي، حکمت آرين
او حشمت الله نوري
ګرافيک او ډيزاين: ارمان
چاپخونه: وايګل چاپ ۰۲۰۲۵۱۲٦۲٦
۰۷۸۲۹۸۹٦۹٦
maseerdaily@gmail.com
0202502100 / 0777989696
www.maseerdaily.af
Maseer Daily
MaseerDaily

Maseer Daily

New Vision, New Journey

کابل د میوند جادې وروستۍ برخه، خوست ټاور، لومړی پوړ.

یکشنبه د ۱۳۹۷ د مرغومې ۱٦مه | د ۲۰۱۹ د جنوري شپږمه | دویم کال | ۳۱۲مه ګڼه

www.Maseerdaily.af | twitter/MaseerDaily | Facebook/MaseerDaily

کابل	هرات	کندهار	بلخ	ننګرهار	خوست
٤	۱۷	۱۵	۱۰	۱٦	۱۳
-۱٤	٥	۰	۲	۰	-۳

شرعي وختونه: سهار ۰٥:۳۱ | لمر ختل ۰۷:۰۰ | ماسپښین ۱۱:٥۹ | مازیګر ۰۳:۲۰ | ماښام ۰٤:٥۸ | ماخوستن ۰٦:۲۷

ناظران برخی احزاب، بر ابطال آرای انتخابات ولسی جرگه در کابل تأکید کرد

ناظران برخی احزاب سیاسی دیروز در یک نشست مشترک خبری در کابل، خواستار باطل شدن آرای کابل شدند.
سیف الرحمن جبارخیل عضو حزب اسلامی، در این نشست گفت که روند شمارش دوبارۀ آرای کابل، از سوی ۱۰۰ تن از ناظران احزاب سیاسی نظارت شد و دریافتند که در این روند نیز تقلب گسترده صورت گرفته است.
وی گفت: «ما در روند بازشماری آرای کابل، شاهد مفقود شدن ده ها کتاب انتخاباتی بودیم که در آن رای‌ها ثبت شده بود، هشت پایه ماشین بایومتریک از کمیسیون مستقل انتخابات مفقود شد، در اوراق نتایج آرای کابل دستکاری های زیاد شده بود، ما شاهد این بودیم که فرزند های وکلا، اقارب وکلا و دیگر افراد وکلا در داخل انگرهای کمیسیون مستقل انتخابات، بازار خرید و فروش رای را تنظیم کرده بودند.»
موصوف در ادامه افزود، ناظرین احزاب در این جریان، ۹٤ تن از کارمندان کمیسیون را که به نفع نامزدان مشخص تقلب می کردند، شناسایی و به امنیت ملی معرفی نمودند، ولی به ضمانت کمیشنران کمیسیون مستقل انتخابات رها شدند.
به گفته او، ناظران دیده اند که کمیسیون انتخابات آرای صندوق هایی را تائید کرده است که سر شان باز بود و هیچ رای بایومتریک شده در آن وجود نداشت و همچنان آرای صندوق هایی را اعتبار می داد که ٥۰۰ رای غیربایومتریک شده یک نامزد در آن موجود بود.
سیدحفیظ الله هاشمی منشی و سخنگوی کمیسیون مستقل انتخابات، اظهارات ناظران احزاب سیاسی درخصوص اینکه «کمیشنران کمیسیون مستقل انتخابات در تقلب دست دارند و یا رای خرید فروش می‌شود» را اتهام و دور از حقیقت خواند وگفت، کمیسیون مستقل انتخابات، تلاش می کند که آرای ناپاک را از آرای پاک جدا کند تا در این پروسه شفافیت کامل وجود داشته باشد.

نړۍ

بریټانیا: روسیه دې په ډیپلوماسۍ کې شطرنج نه کوي

۳

ایران: په اتلانټیک سمندر کې به خپلې بېړۍ ځای پرځای کړو

د ایران سمندري ځواک اعلان کړی چې په اتلانتیک سمندر کې به د پنځو میاشتو لپاره څو جنګي بېړۍ ځای پر ځای کړي.
دا د امریکا متحده ایالتونو پر وړاندې د ځواک ښودلو په موخه په سیمه کې د ایران د حضور هڅه ګڼل کېږي.
فارس خبري اژانس راپور ورکړی چې د دغو جنګي بېړیو د ماموریت د پیل لپاره ټول ترتیبات نیول شوي دي.
د ایران د سمندري ځواکونو مشر تورج حسني مقدم ایرنا خبري اژانس ته ویلي، د جنګي بېړیو دغه ماموریت به په راتلونکي لمریز کال کې پیل شي.
د سهند په نوم ځلورماشینه جنګي بېړۍ به هغه رهبري شوی میزایل لېږدوي، چې تېره میاشت یې د جوړولو اعلان وشو.
فارس خبري اژانس وایي، دغه جنګي بېړۍ به د لاتیني امریکا په هېواد وینزویلا کې چې ایران ورسره دوستانه اړیکې لري، تم شي.
د ایران په دغو جنګي بېړیو کې تر ټولو غټې دوې پرمختللې هغه هم شاملې دي چې دواړې د څرخي الوتکو د لېږدولو وړتیا لري.
د ایران د سهند په نوم جنګي بېړۍ د پخوانۍ ښې جماران ډېره پرمختللې او عصري بڼه یا وېرژن دی.
د ایران په رسنیو کې سهند د منځنۍ ختیځ تر ټولو ځواکمنه بېړۍ او د غربي اسیا تر ټولو پرمختللې جنګي بېړۍ ګڼل شوې ده.
د ایران د پوځ یوه مشر علي رضا شیخي ایرنا اژانس ته تېره میاشت ویلي وو چې رادار دغه بېړۍ نه شي کشفولای او د برښنايي جنګي تجهیزاتو د لېږد وړتیا هم لري.

پامپیو: له ترکي چارواکو سره په سوریه کې د کردانو په اړه خبرې کوو

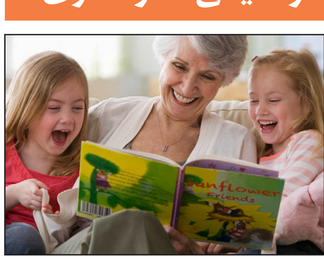
د امریکا د بهرنیو چارو وزیر مایک پامپیو ویلي، هېواد یې له ترکي چارواکو سره خبرې کوي، څو له سوریې د امریکایي ځواکونو له وتلو وروسته دغلته کردان ونه ځپل شي.
پامپیو دا څرګندونې د سوریې په شمال کې د هغو کردي جنګیالیو د راتلونکي په اړه د اندېښنو په ځواب کې کړې، چې د داعش پر ضد جګړه د امریکا په مشرۍ د ائتلاف مهمه برخه ده.
پامپیو د نیوز مکس په نوم له خبري وېبپاڼې سره په مرکه کې له سوریې د امریکایي ځواکونو د وتلو په اړه د ولسمشر ټرمپ د پرېکړې دفاع کړې، خو ویلي یې دي: «اوس مهمه دا ده چې ترکان په سوریه کې کردان ونه وژني او همدارنګه په سوریه کې د مذهبي اقلیتونو ساتنه وشي. دا ټول تر اوسه هم دغلته د امریکا د ماموریت برخه ده.»
مایک پامپیو که څه هم دقیق مهالوېش ونه ښود، خو ویې ویل چې له سوریې د امریکایي سرتېرو د وتلو پرېکړه به عملي شي.
بل خوا د ترکیې ولسمشر رجب طیب اردوغان خبرداری ورکړی چې د خلکو د ساتنې کنډکونو په نوم کردي جنګیالي به له منځه یوسي.

ژوند

په خوړو کې د مسالې استعمال مو له سرطانه ژغوري

ځینې امریکایي څېړونکي له هندي نژاده «فلایډ کاردوز» سره له څو لسیزو د مسالې په اړه څېړنې کوي چې د دغو څېړنو د نتیجې پر بنسټ په خوړو کې د مسالې استعمال انسان له مختلفو مهلکو ناروغیو څخه ژغورلی شي. ۱- کورکمن (Turmeric) : د امریکایي او هندي څېړونکو په وینا، کورکمن نه یوازې دا چې د خوړو خوند زیاتوي، بلکې د انټي اکسیډېنټ (Antioxidant) یو له غوره منابعو هم ګڼل کېږي. اکسیډېنټ ضد خاصیت او مواد په بدن کې د سرطاني حجراتو مخه نیسي او په دې ډول انسان د سرطان له بېلابېلو ناروغیو څخه ژغوري. د څېړونکو په وینا، که چېرې له کورکمن سره تور مرچ هم ګډ شي، نو روغتیايي ګټې یې نورې هم زیاتېږي.
۲- زنجبیل یا سونډ: د څېړونکو په وینا، له کورکمن پرته د مسالې نور ډېر ډولونه هم د سرطان په مخنیوي کې عمده رول لوبوي. که چېرې زنجبیل له سویا یا سونف سره یو ځای استعمال شي، په بدن کې سرطاني حجرات وژني.
۳- مرچ: په سرو مرچو کې شته کیسین نومي مواد په بدن کې د سرطاني حجراتو په خلاف جګړه پیلوي. څېړنو ثابته کړې چې مرچ په حیرانووکي ډول په وینه کې هر ډول سرطاني حجرات له منځه وړي.

ماشومان مو د کتاب لوستو سیالۍ ته وهڅوئ



د کتاب لوستلو سیالۍ تر ډېره په ښوونځیو کې ترسره کېږي؛ خپل ماشومان مو وهڅوئ چې په دې ډول سیالیو کې برخه واخلي. که مو یوځل ماشوم د کتاب لوستلو په سیالۍ کې د بریالیتوب خوند ولید، بیا به هېڅکله هم په دې ډول سیالیو کې د ګډون چانس له لاسه ورنه کړي او که پکې بریالی نه شو هم، تاسو باید خپل ماشوم وهڅوئ، څو د دویم ځل لپاره پکې برخه واخلي.
کله کله تاسو خپله هم ورته وړې ډالۍ واخلئ، څو نور هم د کتاب لوستلو ته وهڅېږي.
ماشومان مو لیک لیکلو ته تشویق کړئ
د ماشوم په ختېه کې د فکر کولو او کیسې ویلو غوښې موجودې وي، تاسو هڅه وکړئ چې هغه وغوړوئ. ماشومان مو وهڅوئ چې کیسه جوړه کړي، هغوی کولای شي په خپله کتابچه کې کیسه ولیکي او انځورونه ورته وباسي. کتابچه یې د یوه ارزښتناک یادګار په توګه ورته وساتئ او دوی ته دا وښایاست چې لیکل شوي شیان یې تاسو ته ډېر ارزښت لري.
د کیسو جوړولو ته د ماشومانو هڅول د هغوی تخیلي قدرت قوي کوي او له دې سره په څنګ کې ماشوم خپل احساسات هم څرګندولی شي. که ماشوم خپل احساسات په خپل ذهن کې وساتي او د څرګندولو موقع ورته برابره نه شي، د راتلونکې په اړه ناهیلی کېږي او فکري ځواک یې وده نه کوي.