پوهنتون
۴ مخ

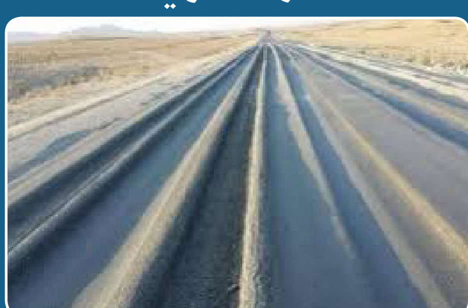
مسیر
ورځپاڼه
نوی لید، نوی مزل
www.maseerdaily.af

یکشنبه د ۱۳۹۷ د کب ۱۹مه | د ۲۰۱۹ د مارچ لسمه | دویم کال|۳۴۷مه گڼه

شفاء د لوړو زده کړو موسسه

شفاء د لوړو زده کړو موسسې علمي مرستیال وايي، ۹۵ سلنه استادان يې د دوکتورا او ماسټرۍ او پاتې پنځه سلنه يې بیا د لېسانس تر کچې پورې لوړې زده کړې لري، چې ژر به يې پاتې استادان هم د ماسټرۍ پروگرام پیل کړي.

د اسیا پراختیایي بانک د کابل – کندهار د لویې لارې د بیارغونې په پار مرسته کوي



د اسیا پراختیایي بانک د کابل – کندهار د لویې لارې د بیارغونې لپاره ۳۰ میلیونه ډالره مرسته کوي.

د ټول گټو وزارت هم پرون دا خبر تایید کړی او ویلي يې دي، چې د کابل – کندهار د لویې لارې د بیارغولو کار پر دریو پړاوونو وېشل شوی دی، چې ډېر ژر به يې عملي کار پیل او تر ۲۰۲۰ زېږدېز کاله پورې به ورغول شي.

دا په داسې حال کې ده چې په دې ورستیو کې د جگړو او ماینونو له امله پر ډېرو لویو لارو تگ راتگ سخت شوی دی.

افغان حکومت بیا وايي چې دوی په وروستیو پنځلسو کلونو کې تر اته زرو کیلومترو ډېر سړکونه جوړ کړي دي.

خو د رپوټونو پر اساس، د سړکونو ډېره برخه د جگړې او د کیفیت د کمزورتیا له امله تخریب شوې ده.

د مارشال فهیم د تلینغونډې گډونوال:
ځینې کړی له طالبانو سره د سولې له روانو خبرو په وېره کې دي

۳

د سولې خبرې او د یو بدلون اړتیا
۲ مخ

د ښځو نړیوالې ورځې په مناسبت؛ راځه چې ښکلا او سوله په غېږ کې ونیسو
۲ مخ

کمال گرایی چیست و چطور می‌توان با آن مقابله کرد؟
۵ مخ

د بشري حقونو سازمان: د ملکي مرگ ژوبلې عاملین دې محاکمه شي

په میدان وردگو ولایت کې د افغان او بهرنیو ځواکونو په گډو عملیاتو کې یوځل بیا ملکي وگړو ته مرگ ژوبله اوښتې ده.

د وردگو ولایت اوسېدونکي او مدني فعالان وايي، ورمه شپه گډو ځواکونو د دغه ولایت د سیداباد ولسوالۍ اړوند تنگي دره کې، په دوو کورونو او یوه مسجد بمبار کړی، چې له امله يې د یوې کورنۍ درې غړي وژل شوي، شپږ ټپیان دي او درې نور تري تم دي.

د دغه ولایت اوسېدونکي او مدني فعال ولي‌الله شاهین په دې اړه وايي: «په دې عملیاتو کې دوه کورونه بمبار شوي...چې په شهیدانو کې یوه مېرمن ده، یوه يې ماشومه لور ده ورسره او یو يې زوی دی».

د دغه ولایت اوسېدونکي وايي، د افغان ځواکونو له لوري د ملکي وگړو په نښه کول، به د حکومت پر وړاندې د خلکو د مخالفت لامل شي.

په ورته وخت کې د افغانستان د بشري حقونو سازمان رییس، لعل گل لعل د افغان حکومت د جگړې پر اوسني میکانېزم نیوکه کوي او له حکومت او اړوندو نړیوالو ادارو غواړي، چې د ملکي وگړو د وژنې عاملین دې په نښه او مجازات کړي.

د دغه سازمان مشر لعل گل وايي: «دولت، بهرني ځواکونه او همدغسې وسله والو مخالفین هم چې کوم عملیات کوي، دا ټول هغه څه دي چې د نړۍ د ټولو قوانینو پر خلاف بربنډه خلاف ورزي ده او د بشر پالنې نړیوال قوانین تر پښو لاندې کوي».

حکومت دې له ځنډ پرته له طالبانو سره د خبرو لپاره نوی پلاوی وټاکي

۲ مخ

عادله راز اعتمادنامه اش را به سرمنشی ملل متحد سپرد

عادله راز، منحیث نخستین نمایندۀ زن افغان در چارچوب ملل متحد، اعتمادنامه اش را به سرمنشی این اداره سپرد.

خبرنامه ای که از سوی دفتر ویژۀ افغان در سازمان ملل متحد، به تاریخ ۱۸ حوت انتشار یافته، نگاشته است که خانم راز، به صفت اولین سفیر زن افغان در این سازمان، اعتمادنامه اش را در مراسم ویژه ای که به مناسبت ۸ مارچ روز جهانی زن تدویریافته بود، به انتونیو گوترش سرمنشی ملل متحد تحویل داد.

منبع علاوه نموده است که عادله راز، تمنیات رئیس جمهور اشرف غنی را به انتونیو گوترش ارائه کرد.

بر اساس خبرنامه دفتر نماینده خاص افغانستان؛ سرمنشی ملل متحد، در مورد تلاش‌های جاری صلح افغانستان ابراز امیدواری کرد و گفت که تلاش های متذکره، برای صلح پایدار در افغانستان زمینه سازی خواهد کرد.

عادله راز همچنان در مقر سازمان ملل متحد، با نمایندگان و سفرای برخی کشورها نیز دیدار نموده و در خصوص روابط افغانستان، با آنها تبادل نظر نموده است.

خانم راز پیش از این، منحیث معاون سخنگوی حامد کرزی رئیس جمهور پیشین و از چند سال بدینسو، به صفت معاون وزارت امور خارجه اجرای وظیفه نموده است.

قابل ذکر است که بعد از تأسیس سازمان ملل متحد؛ در سال ۱۹۴۵ میلادی، عادله راز منحیث دوازدهمین نماینده افغانستان در چارچوب سازمان متذکره، اجرای وظیفه می‌کند.

if You Can Think It, We Can ink it.
غوره کیفیت او چټک خدمات
په وایگل چاپ کې تجربه کړئ!
WAYGAL Printing Co.
وایگل چاپ
+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

دریـــځ

د سولې خبرې او د یو بدلون اړتیا

پـه قطر کـې د طالبانـو او امریکایـي استازو خـبرې دربیمـه اونۍ هم دوام لـري. که څه هم د دغـو خـبرو د جزیاتـو پـه اړه رسـمي معلومات نشـته، خـو دواړه لـوري وايي چـې د ځواکونو پر وتلـو او د نـورو پـر ضـد د افغـان خـاورې پـر نـه استعمال خـبرې کېـږي. طالبـان او امریکایـي لـوري دواړه وايـي، چـې خـبرې ښـې روانـې دي او د ښـو پایلـو هیلـه څرګنـدوي.

د خـبرو لـه دې پیـل سره یـو ځای ځینـې لوري د دې خـبرې او سـولې پـر ضـد دریځونـه او کارونـه کـوي او هڅـه کـوي چـې د سـولې مخه ونیـسي. د سـولې پـه خـبرو کـې تـر ټولـو لـوی خنـډ ولسـمشر غنـي او ملګـري یـې دي. دوی فکـر کـوي چـې کـه سـوله کېـږي، نـو ورسره د دوی واک او ځـواک ختمېـږي. لـه همـدې امله پـه خـبرو او عمـل دواړو کـې د سـولې ضد دریځ لـري. د سـولې د خـبرو له پیـل سره په حکومت کـې د طالـب او سـولې ضـد کسـانو ګومـارل پیـل شـول. بیـا ولسـمشر د سـولې پـر ضـد څرګندونـې وکـړې. وروسـته یـې د سـولې خبرو لپـاره یـو داسـې پـلاوی وټاکـه چـې دا خـبرې او هـر څـه مسـخره شي. حکومـت پـر دې هـم بسـنه ونـه کـړه، بلکـې شـپنیو عملیاتـو، چاپـو، د کورونـو ړنګولـو، د عامو خلکو وژلـو او پر طالبانو بریدونـو تـه یـې زور ورکـړ. حکومـت لا هم هڅه کـوي چـې نظامـي فشـار زیـات کـړي او په دې ډول د سـولې پـه چـاره کـې خنـډ پیـدا کـړي. که څـه هـم طالبـان واړه بریدونـه کـوي، خـو دوی هـم په هلمند کـې سـتر برید وکـړ، چـې دا هم د سـولې ضد هڅه وه. ځینـې سیاسي کړۍ چـې لـه حکومـت سره نـږدې اړیکـې لري او یـا هم د حکومـت پـه هڅونـه د سـولې د خـبرو مخالفت کـوي او داسـې مسـایل مطـرح کـوي چـې لـه ورایـه تـرې د سـولې مخالفت ښـکاري. ځینـې داس ډلـې هـم شـته چـې لـه حکومـت سره اړیکـې نه لـري، خو د خپلو شخصي او ګوندي ګټـو لپـاره د سـولې د خـبرو مخالفـت کـوي.

لـه دې ټولـو سره سره داسـې نه ښـکاري چې د سـولې د هڅـو پـر وړانـدې دې جدي او داسـې خنـډ وي، چـې د سـولې مخـه دې ونیـسي. هغـوی چـې د سـولې مخالفـت کـوي، د خلکـو د وژنـې او د جګـړې د دوام غوښـتونکي دي. دوی پـه دغه مخالفت سره یـوازې خپله څېره لا زیاتـه روښـانه کـوي او خلکـو ته ښـيي چې موږ سـتاسې د ارمانونـو، ژونـد، ارامـۍ او سـوکالۍ دښـمنان یو. له دې پرته دوی نه رښـتینی خنډ جوړولـی شي او نـه هـم د سـولې د هڅـو مخـه نیولـی شي.

هغـوی چې رښـتیا سـوله غـواړي، پـکار ده چې عمـل او خـبرې یـې هم د سـولې پـر روحیه ولاړ وي. دوی بایـد لـه خپلـو مخالفینو سره نه یوازې دا چـې پخوانـی شـدید عمل پرېـږدي، بلکې په خـبرو او نظر کـې هم باید د سـولې او پخلاینې روحیـه ولـري. لـه همـدې املـه، پـه حکومت، سیاسـیونو، طالبانـو او ټولـو اړخونـو کـې سـوله خوښـوونکي او د سـولې رښـتیني ملاتـړي بایـد پـه عمل او خـبرو دواړو کې واضح کړي، چې د سـولې ملاتـړي دي او پـه دې برخه کـې مرسـته کـوي. پـه ټولو لورو کـې همداسـې یـو بدلون ته اړتیـا ده چـې له دې سره موږ سـولې ته لا زیات نږدې کېدلی شـو.

د ښځو نړیوالې ورځې په مناسبت؛ راځه چې ښکلا او سوله په غېږ کې ونیسو

لیکنه: په افغانستان کې د چین لوی سفیر لیوجېن سونګ

د مارچ ۸مه د ښځو نړیواله ورځ وه. دا د چین او افغانستان یوه ګډه ورځ ده. په وروستیو ورځو کې د چین سفارت د افغانستان د مشهورې عکاسې اغلې فاطمې لپاره د عکسونو یو ځانګړی نندارتون جوړ کړ. دا لومړی ځل دی چې د چین سفارت د افغان هنرمند لپاره نندارتون جوړوي.

اغلې فاطمه د افغانستان د عکاسانو ټولنې غړې ده او عکسونه یې د زیاتو هېوادونو په هنري فېستیوالونو کې نندارې ته وړاندې شوي دي. هغې د یاد نندارتون لپاره کابو شل عکسونه وړاندې کړي، چې له ډلې یې ځینې لومړی ځل ننداري ته وړاندې شول. د هر یو عکس تر شا یوه کیسه شته، چې هره یوه یې په زړه پورې او ګټوره ده. له دغو عکسونو څخه د افغان ټولنې بدلونونه او متنوع والی او د افغان ښځو ښکلا او د زړونو غړونه څرګندېږي. یاد عکسونه د چین د انقلاب لارښوونکي ښاغلي سون جونګ شان یوه مشهوره خبره تصدیقوي، چې (که په نړۍ کې ښځې نه وي، ۵۰ سلنه رښتیا له منځه ځي، ۷۰ سلنه نیکۍ او ۱۰۰ سلنه ښکلا به کمه شي). دا د ښځو ستاینه ده او د رښتیا پاتې کېدو، نیکۍ او ښکلا خپرونه هم ده.

په چین او افغانستان کې یو متل دی، چې وايي: «ښځه نیمه نړۍ ده». په چین کې کابو ۶۸۰ میلیونه ښځې شته او د چین د دیارلسمې دورې ملي ولسي کانګرېس په کلنۍ غونډه کې چې اوس په بیجېنګ کې روانه ده، ۷۴۲ ښځینه استازې دي. د ښځینه استازو شمېر د استازو په عمومي شمېر کې ۲۴.۹ سلنه برخه نیسي، چې دغه اندول د تېرې غونډې په پرتله ۱.۵ سلنه لوړ شوی دی. په چین کې د ښځو کاري فرصتونه په عمومي کاري فرصتونو کې ۴۴ سلنه برخه نیسي او د ښځو کاري اندول ۷۰ سلنو ته رسېږي. په پوهنتونونو کې د ښځینه محصلینو شمېر د محصلینو په عمومي شمېر کې ۵۲.۵ سلنه نیسي. اوس په چین کې کابو شل ښځې لوېې سفیرانې، زیاتې ښځې وزیرانې او جنرالانې شته. د چین د حکومت له خوا د اصلاحاتو او ورخلاصون په سلو غوره شخصیتونو کې ۱۱ یې ښځې دي.

دا شمېره په زړه پورې ده. د رسمي شمېرې له مخې، تېر کال د چین په لویو ښارونو کې د ښځو عایدات د کورنیو په عمومي عایداتو کې له نیمې برخې څخه زیات شوي دي. دغه شمېره پر نارینه‌وو فشار اچوي. که کوم کس پوښتنه وکړي چې ولې چینایي ټولنه دومره ارامه ده؟ دوی له دغه شمېر څخه ځواب پیدا کولی شي.

د چین حکومت جنسي مساوات او د ښځو د حقونو ضمانت ته په ډېره درنه سترګه ګوري. د دغه هېواد په اساسي قانون کې په ښکاره توګه لیکل شوي، چې د چین په ولسي جمهوریت کې نارینه او ښځې د سیاست، اقتصاد، کلتور، ټولنې او کورنۍ په شمول، هره ساحه کې برابر حقونه لري. نارینه او ښځې د یو شان کارونو له مخې یو شان عایدات اخلي او ښځینه چارواکي د روزنې او انتخاب په برخه کې نارینه‌وو ته ورته حقونه لري. دغه راز، چین د ښځو د حقونو د ساتنې قانون بیا تنظیم او تطبیق کوي. د چین د صدراعظم لي که چیانګ له خوا د چین حکومت په کاري راپور کې یو ځل بیا پر دې ټینګار شوی، چې د ښځو او ماشومانو د روغتیا د ساتنې کارونه دې پیاوړي شي او د ښځو، ماشومانو، زړو کسانو او معیوبینو حقوق دې وساتل شي.

چین او افغانستان یو د بل ستراتېژیک همکاران او دوستانه ملګري دي او دا د دواړو هېوادونو د ښځو په ملاتړ او همکاریو پورې نه جلا کېدونکې اړه لري. چین او چینې سفارت د افغانستان له سولې پیزې بیارغونې څخه د ملاتړ کولو په بهیر کې هم د افغانستان د ښځینه چارو پرمختګ ته پاملرنه کوي او ور څخه ملاتړ کوي. چین په تېرو دوو کلونو کې په چین کې د مسلکي روزنې په هکله کابو ۱۹۰ افغان ښځو ته بلنې ورکړې دي، د افغانستان د ښځینه چارو وزارت ته یې د روغتیا د ساتنې تجهیزات ورکړي، په چین کې د زده کړې په برخه کې یې ۱۵ افغان ښځینه محصلینو ته مالي مرستې برابرې کړې، په مزارشریف کې یې د نجونو مکتب جوړ کړی، چین ته د سفر په هکله یې د چینې (وو شو) د افغان ښځینه ډلې ته بلنه ورکړه او په بریالۍ توګه یې هغه ۲۵ افغان نجونې تداوي کړې، چې د زړونو په مورزادي ناروغۍ اخته شوي وې. دغه راز، چین په کندهار کې چینې روغتون جوړ کړ، په کابل کې یې د جمهوریت روغتون جوړ کړ، د کابل په پوهنتون کې یې اړوند تاسیسات اباد کړل، په ټیټه بیه د استوګنې ودانۍ یې جوړې کړې، د افغانستان د دولت مسلکي روزنې مرکز یې جوړ کړ او د افغانستان د بېلابېلو ځایونو مکتبونو او ښوونځیو ته یې تعلیمي سامانونه برابر کړل چې زرګونه افغان ښځو ورڅخه ګټې واخیستې او اخلي یې.

څو تنه چینې ښځې له خپلوانو څخه په لرې واټن کې په افغانستان کې د شته ستونزو د حل په پار افغانانو ته، په تېره بیا ښځو ته خدمتونه برابروي. په افغانستان کې د چینې سوداګرو ټولنې مشرې منګ شیاولي په کابل کې د علاوالدین په نوم د نجونو دارالایتام ته بسپنه وړاندې کړه او ویې ویل چې (ماشومان د هېواد راتلونکی دي او ښځینه یتیمان تر ټولو پاملرنې او مرستې ته اړتیا لري. زه به د خپلو ماشومانو په شان افغان نجونو ته پاملرنه وکړم.)

د یاد دارالایتام مسوولې او ماشومانو ډېر لوړ احساس درلود. تېر کال یو خبر او عکس د چین په ټولنیزو رسنیو کې خپور شو، چې په دغه عکس کې یوه ځوانه مور جهان تابې احمدي ښکاري، چې خپل بچی یې په خپله غېږ کې نیولی دی. هغه په دوو ساعتونو کې پر غرونو له ختلو وروسته، بیا د موټر د نهو ساعتونو مزل له لارې، د کانکور ازموینې ځای ته رسېدلې وه، بچی یې ژړېده، هغه په ځمکه ناسته وه او د اولاد د ارامولو ترڅنګ یې په ازموینه کې ګډون کړی و. دغه عکس پر زیاتو چینایانو اغېز کړی دی، ځینو کتونکو ویلي، چې هغه کس چې هیله لري او هیلې ته د رسېدو لپاره زیار باسي، که جنس او رول یې هرڅه دی، دا ډله وګړي په نړۍ کې تر ټولو قوي بشري ډله ده.

سږ کال د افغانستان د خپلواکۍ له سلمې کالیزې سره برابر دی، افغانان په دغه کال کې ډېره لویه هیله لري، چې وطن ته یې سوله راشي. افغان ښځې په جګړه کې ډېرې سختې زیانمنې شوې دي او هم د سولې ډېرې مثبت ملاتړ کوونکې، ساتونکې او ابادوونکې دي. د سولې په اړه د دوی غوښتنو ته باید درناوی او احترام وشي او باور لرو چې د سولې په اړه به د دوی هیله په حقیقت بدله شي. چین او افغانستان په دغه بهیر کې د ګډ برخلیک یوه ټولنه ده، چین تل د افغانستان توریالیو ورونو او خویندو ترڅنګ ولاړ دی او له افغانستان سره به د نړۍ د سولې، همغږۍ او ښکلا د ساتلو لپاره ګډ کوښښونه وکړي.

عبدالله: ټول سیاسیون باید په ګډه د سولې لپاره کار وکړي

اجرایه رییس عبدالله عبدالله ویلي، د ملي یووالي حکومت لپاره عادلانه سوله لومړیتوب لري او ټول سیاسي مشران باید د سولې د لارې د خلاصون لپاره متحدانه کار وکړي.

نوموړي چې تېره ورځ یې د پخواني افغان ولسمشر د لومړي مرستیال محمد قسیم فهیم د پنځم تلین په یاد غونډه کې وینا کوله، ویلي چې سوله د ټولو افغانانو لپاره مهمه ده.

هغه دغه راز ویلي: «د هېواد د یوه وګړي او د ملي یووالي د حکومت د یو مسوول په توګه، دا بیا تکراروم چې عادلانه سوله موږ ته لومړیتوب لري. په ورته وخت کې د افغانستان د خلکو لپاره مهمترینه موضوع سوله ده، مشران او موږ ټول باید د خپل هېواد د سترې ملي ګټې لپاره یو ځای سره راټول شو او د افغانستان د خلکو لپاره لاره اسانه او خلاصه کړو چې خلک په سوله کې ژوند وکړي».

دا په داسې حال کې ده چې لا هم په قطر کې د امریکایي او طالب استازو ترمنځ د سولې پنځم پړاو خبرې روانې دي.

که څه هم د دغو خبرو په اړه زیات جزیات نه دي ورکړل شوي، خو طالبانو ویلي چې له امریکایي پلاوي سره د سولې په بهرني اړخ خبرې کوي.

ټاکل شوې وه چې د سولې پنځم پړاو خبرې درې ورځې دوام وکړي، خو اوس دغه خبرې څوارلسمې ورځې ته داخلې شوې او لا هم روانې دي.

پخواني ولسمشر حامد کرزي هم د ماشارل محمد قسیم فهیم د پنځم تلین په یاد غونډه کې وینا کړې او ویلي یې دي، چې د سولې لپاره د امریکا هڅې تاییدوي او هیله یې څرګنده کړې چې ډېر ژر به سوله ټینګه شي.

نوموړي زیاته کړې چې د مسکو په غونډه کې ثابته شوه، چې جګړه پر افغانستان تحمیل شوې او ټول د سولې هیله لري.

په ورته وخت کې د سولې د عالي شورا رییس محمدکریم خلیلي په دغه ناسته کې ویلي، چې سوله د راکړې ورکړې یوه پروسه ده او یو اړخیزه نه پلې کېږي.

نوموړي زیاته کړې چې افغانستان یو ځل بیا د طالبانو امارت ته نه ستنېږي او حکومت د طالبانو تسلیمي هم نه غواړي.

نوموړي زیاته کړې: «د حکومت او طالبانو رهبري باید پوه شي چې سوله د خلکو غوښتنه ده او په اساسو شرایطو کې قرار لرو، چې باید ورنه استفاده وشي او د خلکو غوښتنه عملي کړو، که طالبان امارت غواړي، هېڅکله به هم د دوی دغه خوب رښتیا نه شي او که دا خوا د سولې د غوښتنې پر وړاندې درېږي، بیا به هم بریالي نه وي».

عرفان: حکومت دې له ځنډ پرته له طالبانو سره د خبرو لپاره نوی پلاوی وټاکي

د ولسي جرګې اداري پلاوي ویلي چې افغان حکومت باید له ځنډ پرته له طالبانو سره د مذاکراتو نوی پلاوی وټاکي.

که څه هم د حکومت د سولې د مذاکراتي ټیم د پراخولو او په دې اړه د مشورو له پیل څخه له یوې اونۍ زیات وخت تېرېږي، خو داسې ښکاري چې لا هم لازم پرمختګ نه دی شوی.

په ورته وخت کې د ولسي جرګې اداري پلاوي له حکومته غوښتي، چې دغه ټیم ژر اعلان کړي.

د دې جرګې دویم منشي عرفان الله عرفان ازادي راډیو ته ویلي، چې نوی معرفي کېدونکی پلاوی باید پراخ او هر اړخیز وي، څو د ټول ولس استازیتوب وکړای شي.

هغه زیاته کړې: «له حکومته موږ غوښتنه کوو چې ژر د مذاکرې داسې پراخ او هر اړخیز پلاوی وټاکي، چې په هغه کې بانفوذه او ور خلک شامل وي، څو وکولای شي چې له طالبان سره په مخامخ خبرو کې د افغان حکومت او ولس بشپړ استازیتوب وکړي».

دا په داسې حال کې ده چې افغان حکومت په تېرې لیندۍ میاشت کې له طالبانو سره د حکومت د مذاکره کوونکي ۱۲ کسیز پلاوي لېست اعلان کړ.

په دغه لېست کې یو کس د عالمانو شورا، یو کس د ملي شورا او پاتې نهه نور حکومتي چارواکي دي.

خو د راپورونو له مخې، په دې وروستیو کې د افغان سولې لپاره د امریکا د بهرنیو چارو وزارت ځانګړي استازي زلمي خلیلزاد، د ملي یووالي حکومت له مشرانو سره په خبرو کې د دغه ټیم د پراخولو خبره کړې ده.

دا په داسې حال کې ده چې د افغان سولې لپاره د امریکا د بهرنیو چارو وزارت ځانګړی استازی زلمی خلیلزاد په قطر کې د طالبانو له سیاسي استازو سره پر پنځم پړاو خبرو بوخت دی او دا خبرې څوارلسمې ورځې ته داخلې شوې دي.

بل خوا په دې وروستیو کې ځینو سیاسي څېرو هم له وسله والو طالبانو سره په قطر کې لیدلي دي.

د افغانستان د بهرنیو چارو وزارت پخوانی سیاسي مرستیال حکمت خلیل کرزی او په پاکستان کې پخوانی افغان سفیر حضرت عمر زاخېلوال هغه کسان دي، چې له طالبانو سره یې په ځینو ناستو کې ګډون کړی دی.

د افغان حکومت د سولې د مذاکراتي ټیم اعلان ته که له یوې خوا د خلکو د استازو بېړه ده، نو له بل پلوه یې په کیفیت هم ټینګار کېږي، ځکه مخکې تر دې د پخواني ټیم په اړه ډېرې نیوکې موجودې وې.

د مارشال فهیم د تلینغونډې گډونوال:
ځینې کړی له طالبانو سره د سولې له روانو خبرو په وېره کې دي

د مارشال فهیم په پنځمه تلینغونډه کې گډون کوونکو، سیاسي او جهادي مشرانو او چارواکو په خپل وخت د ولسمشریزو ټاکنو په ترسره کېدو د ټینگار ترڅنگ، د بین الافغاني مذاکراتو غوښتنه کړې.

د یادې ناستې گډونوال او پخواني جهادي مشر عبدالرب رسول سیاف ویلي، چې په داسې حال کې چې له طالبانو سره د سولې مذاکرات پیل شوي، په کور دننه ځینې کړی له طالبانو سره د مذاکراتو له روان بهیره په وېره کې دي.

د سیاف په خبره، سوله د ټولو افغانانو گډه غوښتنه ده، خو له دې پروسې څخه د وېرې پر ځای باید سولې ته کار وشي. سیاف ویلي چې اوسمهال د سولې خبرو لپاره تر ټولو مناسب فرصت رامنځته شوی او پکار ده چې ټولې خواوې له دغه فرصته مناسبه استفاده وکړي.

په ورته وخت کې پخواني ولسمشر حامد کرزي چې دې ناستې ته یې خبرې کولې، ویلي چې د بین الافغاني مذاکراتو په هدف یې له افغان سیاسیونو سره په همغږۍ هڅې چټکې کړې دي او تمه یې دا ده چې دغه پروسه به بریا ته ورسېږي.

ښاغلي کرزي دغه راز ویلي چې له طالبانو سره یې په همدې موخه ناستې هم پیل کړې او ټول لوري پر دې باور دي چې روانه جگړه پر افغانانو تحمیل شوې ده. نوموړي ویلي، د داسې سولې پلوی دی چې د افغانانو ټولې لاسته راوړنې پکې خوندي وي.

د سولې عالي شورا رییس کریم خلیلي بیا د سولې یو اړخیزه پروسه ناکامه بللې او په باور یې، د حکومت ترڅنگ طالبان هم باید له ځینو غوښتنو تېر او سیاسي جوړجاړي ته ورسېږي.

د نوموړي په خبره، د طالبانو او حکومت ترڅنگ هېڅوک حق نه لري چې د افغان سولې پروسې پر وړاندې خنډ رامنځته کړي.

خلیلي زیاته کړې: «موږ نن ورځ د سولې لپاره لویه ملي اجماع لرو او هېڅوک نه شي کولای چې د دې اجماع مخه ونیسي».

جهادي مشران او پخواني چارواکي داسې مهال پر بین الافغاني مذاکراتو ټینگار کوي، چې په پام کې ده د وسله والو طالبانو استازي د مسکو د ناستې په دوام، له افغان سیاسیونو سره بله ناسته هم وکړي او ویل کېږي چې ښایي دا ځل په دغه پلاوي کې د افغان حکومت استازي هم برخه واخلي.

د روغتیا نړیوال سازمان: افغانستان توانېدلی چې د ایډز ویروس مهار کړي

د روغتیا نړیوال سازمان یاWHO نوی راپور ښیي چې د نړۍ د ۱۸۰ هېوادونو په ډله کې، افغانستان توانېدلی چې د ایډز ویروس مهار کړي.

په دغه راپور کې افغانستان له ایډز ویروس سره د مبارزې په برخه کې لومړی مقام گټلی دی.

د دغه سازمان حوزوي مشرې ډاکترې ماریا الناجي فیلیو برروميو، پرون یوې ناستې ته ویلي چې د افغانستان د عامې روغتیا وزارت توانېدلی، څو دغه ویروس کنټرول او له پراخېدو یې مخنیوی وکړي.

مېرمن النا ویلي، افغانستان به د ایډز ویروس د نویو پېښو د له منځه وړلو هدف ته ورسېږي. نوموړې ویلي: «اجازه راکړئ څو له فرصته په گټې اخیستنې ووایم، چې افغان حکومت کومه ملي ستراتېژي چې ۲۰۲۰ او ۲۰۱۶ کلونو ته د ایډز لپاره په پام کې نیولې، مونږ به هدف ته ورسوي، مونږ دغه طرحه مرور کړې او ډېره پر ځای او مهمه ستراتېژي ده او ټول لومړیتوبونه پکې په پام کې نیول شوي دي».

دا په داسې حال کې ده چې لاهم په روان ز کال کې په افغانستان کې په (ایچ. ای. وي) یا ایډز د اخته کسانو شمېر ۵۹۰۰ تنه اټکل شوی دی.

د روغتیا د نړیوال سازمان د راپور پر بنسټ، په ۲۰۱۷ ز کال کې په ټوله نړۍ کې پر ایډز ناروغۍ اخته نږدې یو میلیون کسان مړه شوي دي.

د ایډز ویروس په ۱۹۸۸ ز کال کې په امریکا کې کشف شو، چې دا مهال په نړۍ کې شاوخوا ۳۲ میلیونه انسانان پرې اخته دي، چې زیاتره یې په افریقا او د اسیا په جنوبي هېوادونو کې دي. ایډز یوه ویروسي ناروغي ده چې علاج یې نه کېږي. دغه ویروس د انسان بدن ته له داخلېدو وروسته، د انسان دفاعي سیستم له منځه وړي او د انسان د مړینې لامل گرځي.

د دغه ویروس د لېږد لوی لاملونه نامشروع جنسي اړیکې، د ککړو پیچکاریو کارول او د وینې انتقال بلل کېږي.

د عامې روغتیا وزارت د ایډز د کنټرول د پروگرام امر ډاکتر نقیب‌الله همدرد ویلي، تر اوسه د ایډز د کنټرول له ادراې سره ۲۷۰۰ مثبتې پېښې ثبت شوې دي.

په دغه ناسته کې د عامې روغتیا وزارت سرپرستې ډاکترې مموسۍ زیور ویلي، چې د ایډز ویروس د له منځه وړلو لپاره یې وزارت ژمن دی.

زیور ویلي، په دغه هېواد کې پر ایډز د اخته کسانو وروستی اټکل ښیي، چې اوس پر دغه ناروغۍ د اخته کسانو په شمېر کې کموالی راغلی دی.

زیور زیاته کړې: «دا یوه لویه لاسته راوړنه ده، ځکه په نورو هېوادونو کې دا شمېره زیاته ده، خو په روان کال کې د ایچ ای وي یا ایډز ناروغۍ له امله ۲۸ کسان مړه شوي، چې دا یو کم شمېر دی».

د یادونې ده چې د ملگرو ملتونو د روغتیا د نړیوال سازمان تر لاس لاندې پروگرامونو له پلان سره سم ټاکل شوې، چې په ۲۰۳۰ ز کال کې نړۍ له ایډزه پاکه اعلان کړي.

افغان حکومت په را روان پسرلي کې د پراخو تهاجمي بریدونو لپاره د چمتووالي خبر ورکوي

په داسې حال کې چې په دې وروستیو کې د افغان سولې په تړاو خبرې تر ټولو حساس پړاو ته رسېدلې، خو ورسره سم دفاع او کورنیو چارو وزارتونو د پسرلي په راتگ سره، د وسله والو مخالفینو د ځپلو په موخه په تهاجمي بریدونو کې د زیاتوالي خبره کوي.

د دفاع وزارت ویاند غفور احمد جاوید ازادي راډیو ته ویلي، چې افغان دفاعي ځواکونه چمتو دي، څو په پوره مېړانه د خپلې خاورې او خلکو ساتنه وکړي.

نوموړي ویلي: «د پسرلي راتگ یا د نوي کال په راتگ سره هم موږ بشپړ چمتووالی لرو او په ټول قوت سره به د افغانستان له خاورې دفاع کوو او د تروریستي ډلو پر وړاندې به خپلې مبارزې ته دوام ورکوو. ولس ته ډاډ ورکوو چې ستاسو په همکارۍ افغان دفاعي ځواکونه دا وړتیا لري چې تاسې ته یو با ثباته چاپېریال رامنځته کړي.»

دا په داسې حال کې ده چې هر کال د پسرلي په راتگ سره، په افغانستان کې جگړې زور اخلي او خلک له امنیتي ستونزو او گواښونو سره مخ کېږي.

بلخوا په ننگرهار او کابل کې وروستیو بریدونو چې لسگونو تنو ته پکې مرگ ژوبله واوښته، د ځینو خلکو اندېښنې راپارولې دي.

د پنجشنبې په ورځ په کابل کې د عبدالعلي مزاري پر یادغونډه د هاوانونو په توغولو کې ۱۱ تنه وژل شوي او ۹۵ ټپیان شوي دي.

بل خوا د ننگرهار هوایي ډگر ته نږدې د (E.B.E) پر شرکت باندې پنځو تنو وسله والو برید وکړ، چې د دغه شرکت ۱۱ کارکوونکي پکې ووژل شول.

که څه هم د دغو دواړو بریدونو مسوولیت د اسلامي دولت نومې ډلې یا داعش پر غاړه واخیست، خو کورنیو چارو وزارت ویلي چې په کابل کې وروستی خونړی برید وسله والو طالبانو کړی دی.

له دې ټولو سره سره، د دغه وزارت د ویندوی د دفتر سرپرست نصرت رحیمي ویلي، چې تروریستي ډلې د پخوا په پرتله کمزورې شوې او د پسرلنیو عملیاتو پر مهال به لا وځپل شي.

نوموړي زیاته کړې: «موږ خپلو تهاجمي او تعرضي عملیاتو ته په شدت سره دوام ورکوو، دښمن په ټول افغانستان کې کمزوری شوی دی، مشران یې هره ورځ وژل کېږي، په پسرلنیو عملیاتو کې به هم په هغو سیمو کې زموږ عملیات پیلېږي، چې کشف او استخباراتو په نښه کړې دي. موږ تاسو او ستاسو له لارې خلکو ته ډاډ ورکوو چې په پسرلي کې به دښمن نور هم کمزوری شوی وي او په امنیت کې به ښه والی راغلی وي».

رحیمي ویلي، د کورنیو چارو وزارت د تروریستي پېښو د مخنیوي لپاره هم ځانگړي پلانونه لري، چې په پلي کېدو سره به یې تر ډېره د دغو پېښو مخه ونیول شي.

هندي چارواکي: پاکستان بالاکوټ ته د خبریالانو د ورتلو اجازه نه ورکوي

د هند د بهرنیو چارو وزارت ویاند راوش کومار ویلي، پاکستان ژورنالېستانو ته اجازه نه ورکوي چې په دغه هېواد کې د هند د وروستیو هوایي بریدونو له ځای څخه له نږدې لیدنه وکړي. نوموړي دغه راز ویلي چې پاکستان هڅه کوي، څو په دې اړه معلومات پټ وساتي.

د رویټرز خبري اژانس د راپور له مخې، د پاکستان امنیتي چارواکو د تېرې پنجشنبې په ورځ د امنیتي اندېښنو له امله، د یاد اژانس ژورنالېستان یادې سیمې ته له ورتلو څخه منعه کړي دي.

راوش کومار ویلي: «واقعیت دا دی چې پاکستان تر دامهاله څو ځله سیمې ته د ژورنالېستانو د تگ غوښتنه رد کړې ده».

کومار دغه خبرې په داسې حال کې کوي، چې هند تېره میاشت د پاکستان تر ولکې لاندې کشمیر په بالاکوټ سیمه کې د جیش محمد ډلې پر مدرسې بریدونه مطلوب او بریالي بللي دي، خو پاکستاني چارواکي بیا د هند د برید په سیمه کې د تروریستي ډلو د مرکزونو موجودیت ردوي.

د تېرې فبرورۍ په ۱۴مه، د هند تر ولکې لاندې کشمیر کې پر هندي پوځیانو ځانمرگي برید چې ۴۱ تنه یې ووژل، د پاکستان او هند اړیکې تر هوایي بریدونو ورسولې.

هند د یاد برید په غبرگون کې په فبرورۍ کې د پاکستان تر ولکې لاندې کشمیر کې، د بالاکوټ په سیمه کې د جیش محمد وسله والې ډلې پر مرکزونو هوایي بریدونه وکړل، چې تر هغه یوه ورځ وروسته پاکستان د هند تر ولکې لاندې کشمیر کې هندي پوځي تاسیسات په نښه کړل او د یو او بل د جنگي جېټ الوتکو د راغورځولو راپورونه یې هم ورکړل.

تر هغه وروسته د امریکا د بهرنیو چارو وزارت له پاکستان څخه وغوښتل، چې په خپله خاوره کې د ټولو تروریستي ډلو مرکزونه له منځه یوسي.

دا په داسې حال کې ده چې ورمه ورځ د پاکستان لومړي وزیر عمران خان ویلي وو، چې هېڅ ډلې ته اجازه نه ورکوي څو د پاکستان له خاورې نه پر نورو هېوادونو د برید لپاره گټه واخلي.

د پاکستان لومړي وزیر د جمعې په ورځ د دغه هېواد په جنوب کې خلکو ته د وینا پر مهال ویلي: «زما دولت اجازه نه ورکوي چې له دې خاورې نه د بهرنیو تروریستي بریدونو لپاره کار واخلي».

د هند او پاکستان ترمنځ کړکېچ نړیوال غبرگونونه درلودل او امریکا، برېټانیا او اروپایي اتحادیې له هند او پاکستان نه وغوښتل، چې د پوځي نښتو له دوام نه ډډه وکړي.

د کتــاب خبــرې

د لوی فکر جادو

◎ لیکوال: دوکتور ډېوېډ شوارتز
◎ ژباړن: میـراحمد یـاد

شپږم څپرکی
ځان چې څه گڼې، هماغه يې

خو د الف کټګورۍ کارکوونکي بيا کار ته په بله سترګه ګوري. دوی خپل راتلونکي ته اندېښمن وي او موږ نه د راتلونکي پرمختګ په اړه جدي او قاطع لارښوونې غواړي. دوی يوازې هغه فرصتونه غواړي چې خپلې وړتياوې او نوښتونه پکې ښکاره کړي. د الف کټګورۍ خلکو ذهن او نظر پراخه وي. دوی د کار د ښه والي لپاره وړانديزونه کوي او دا مرکې ګټورې بولي. د (ب) ډلې خلک بيا دا مرکې يو ډول مغز مينځنه (براين واش) بولي او هڅه کوي چې له اغېزو يې ځان خلاص کړي.

اوس دا ذهنيتونه امتحانولای او پر کاري وضيعت يې اغېز معلومولای شو. د ترفيع، معاش لوړولو، ځانګړو امتيازاتو وړانديزونه د کارکوونکو د مشر يا مستقيماً خپله د کارکوونکو له لورې ماته را رسېږي. دا وړانديزونه تقريباً زياتره د (الف) کټګورۍ له خوا وي او د (ب) کټګورۍ له لورې زياتره ستونزې او لانجې راځي.

په دې کار کې زما لويه موخه دا ده چې خلکو سره له (ب) کټګورۍ (الف) کټګورۍ ته په راتلو کې مرسته وکړم. خو دا کار اسانه نه دی، ځکه تر څو چې فرد خپل کار مهم و نه بولي او په مثبته سترګه ورته و نه ګوري، تر هغې ورسره مرسته نه کېږي.)

دا د دې ښه ثبوت دی، ته چې ځان څه ګڼې، هماغه يې. تاسې د خپل فکر تابع ياست، ځان ته چې څنګه فکر کوئ، هماغسې جوړېږئ. که فکر کوئ چې ضعيفه يئ، په شرايطو برابر نه يئ، بايلونکي يئ، بې ارزښته يئ ... که داسې فکر کوئ، نو د محروميت په ژوند به محکوم شئ.

خو اېوته که داسې ووايئ چې زه يو څوک يم، وړتيا لرم، کار مې تر ډېره ښه دی، خپل کار ته ارزښت ورکوم ... که دا فکر مو وکړ، نو ځان مو د برې لارې ته برابر کړی دی.

ستاسې د برې کونجي د ځان په اړه ستاسې مثبت فکر دی. خلکو ته ستاسې د وړتياوو په اړه د قضاوت لپاره تر ټولو قوي دليل ستاسې کارونه دي او کار ته مو افکار لوری ورکوي.

تاسې چې ځان څه ګڼئ، هماغسې يئ.

ځان يو څو اونۍ ځان د خپل مشر پر ځای وګڼئ او ووايئ چې د چا د ترفيع او پرمختګ وړانديز به کوئ:

١. هغه سکرتر چې رئيس نه وي، دی د مجلو په لوستو سات تېروي، که هغه سکرتر چې رئيس نه وي، دی يې کارونه ورته منظموي؟

٢. که کارکوونکی چې وايي: (ماته هر ځای کې کار پيدا کېږي، که ستاسې خوښ نه يم بل ځای ته به لاړ شم)، که هغه کارکوونکی چې نقد ته د فرصت په سترګه ګوري او هڅه کوي چې د خپل کار کيفيت لوړ کړي.

٣. هغه پلورونکی چې وايي: (ماته چې څومره کار راسپارل شوی هغه کوم، راته يې ويلي ته وګورئ چې دا کس څه وايي) که هغه پلورونکی چې وايي: (ښاغليه زه ستاسې په خدمت کې يم، امر کوئ.)

٤. هغه سرکاريګر چې کارکوونکي ته وايي: (که رښتيا درته ووايم، دا کار مې چندانې په زړه نه دی جوړ. دې پاس ناستو خلکو مې اعصاب را خراب کړي دي، زه نه پوهېږم چې څه راته وايي.) که هغه سرکاريګر چې وايي: (په هر کار کې ستونزې وي، خو زه به درته ووايم، دا پاس دفترونو کې چې کوم خلک ناست دي، دوی زموږ سره ښه کوي؟) اوس پوه شوئ چې ځينې خلک ولې ټول عمر له يوه حالته پرمختګ نه شي کولای؟ يوازې د دوی فکر دا خلک همدلته ساتي.

د يوه تبليغاتي شرکت مشر راته د دوی په شرکت کې د نويو او بې تجربو کارکوونکو د ګومارنې په اړه غږېده، ويل يې:

(زموږ د شرکت پاليسي دا ده چې له ليسو نوي ځوان کارکوونکي د ليک لېږونکو په توګه ګومارل کېږي. دا په دې مانا نه ده چې څلور کاله چې دوی له پوهنتونه فارغېږي، وظيفه يې دا وي چې د يوې اداري ليکونه دې بلې ته يوسي، خو زموږ موخه دا ده چې نوي خلک سازمان کې له ډېرو برخو او مسايلو سره بلد کړو، دا ټول کارونه يې چې وليدل، بيا ورته مسئوليت ورکوو.

ځينې وخت موږ ځوانان پوه هم کړو چې کار ولې بايد له دې ليک لېږلو پيل کړي، له دې ټولو دلايلو سره بيا هم ورته خپل دا کار سپک او بې ارزښته ښکاري. داسې حالت چې راشي، نو موږ پوه شو چې په ګومارنه کې تېروتي يو. که دی په دې پوه نه شي چې ليک لېږل د راتلونکې دندې او مسئوليتونو لپاره مهم پړاو دی، نو په سازمان کې ورته خپل هېڅ راتلونکی نه ښکاري.)

دا ياد ساتئ، مشران لومړی دا پوښتنه ځوابوي چې کارکوونکی اوسنۍ دنده څنګه ترسره کوي او چېرې دی؟ له دې بيا دا ځواب پيدا کوي چې په وروستيو پړاونو کې به کارکوونکی کار څنګه ترسره کوي؟

منطق يې بيخي اسانه دی، دا جمله لږ تر لږه پنځه ځله ولولئ:

څوک چې خپل کار مهم ګڼي
د کار د ښه ترسره کولو لپاره ذهني اشارې ترلاسه کوي؛
او ښه کار يعنې
ډېر پرمختګ، ډېرې پيسې، ډېر درناوی او ډېره خوښي.

دوام لري...

شفاء د لوړو زده کړو موسسه

حمیدالله حمیدي

له نن څخه نږدې اوولس کاله مخکې، کله چې له ښوونځيو څخه د فارغېدونکو زده کوونکو شمېره لوړه شوه، نو لوړو زده کړو وزارت نه شوی کولای چې د دوولسمو ټولګيو ټول فارغين دې د لوړو زده کړو او يا هم نيمه لوړو زده کړو لپاره په دولتي پوهنتونونو او يا موسسو کې جذب کړي. نو په دې برخه کې خصوصي سکټور ته هم د فعاليت اجازه ورکړل شوه، څو د لوړو زده کړو وزارت له معيارونو سره سم خدامات پيل کړي او په خصوصي پوهنتونونو او موسسو کې محصلين لوړې زده کړې وکړای شي. دغه هڅه ان له ۲۰۰۳ ز کال را په دېخوا کېدله، خو په ۲۰۰٦ ز کال کې يې په عملي ډول د لوړو زده کړو موسسو ته اجازه ورکړه، څو په دې برخه کې پانګونه وکړي او محصلين جذب کړي. له دې ډلې يوه هم شفاء د لوړو زده کړو موسسه ده. شفاء د لوړو زده کړو موسسې خپلې رسمي چارې د ۱۳۹۳ لمريز کال د کب مياشتې په ۲۰مه پيل کړې دي. دغه موسسه اوسمهال څلور پوهنځي(معالجوي طب، ستوماتولوژي، عالي فارمسي او حقوقو او سياسي علوم) لري. دغه راز شفاء د لوړو زده کړو موسسې د خپلو محصلينو د لا ښه چوپړ او عملي زده کړو په موخه روغتون، درملتون، کتابتون، کمپيوټر لب او نور هغه امکانات برابر کړي، چې د محصلينو د پرمختګ او تجربو د زياتوالي لامل کېږي.

لکه څنګه مو چې مخکې وويل، شفاء د لوړو زده کړو موسسې خپلې رسمي چارې د افغانستان د اساسي قانون د ۴٦ مادې له حکم سره سم، د لوړو زده کړو وزارت په منظورۍ، په ۱۳۹۳ لمريز کال کې پيل کړې. دې موسسې هغه وخت دوه پوهنځي، حقوق او سياسي علوم او ستوماتولوژي درلودل. په ۱۳۹۵ لمريز کال کې د دې موسسې په چوکاټ کې د فارمسي پوهنځي هم پر فعاليت پيل وکړ. شفاء د لوړو زده کړو موسسې علمي مرستيال عبدالباري خپلواک وايي، دوی وکړای شوی چې سږ کال (۱۳۹۷) کې د طب پوهنځي منظوري هم واخلي، چې اوس عملاً په دې پوهنځي کې هم محصلين زده کړې کوي. اوسمهال دغه موسسه څلور پوهنځي (معالجوي طب، ستوماتولوژي، عالي فارمسي او حقوق او سياسي علوم) لري، چې هر پوهنځی بيا په خپل چوکاټ کې بېلابېل ډيپارټمنټونه لري.

د ښاغلي خپلواک په خبره، شفاء د لوړو زده کړو موسسه د څلورو زرو په شاوخوا کې محصلين لري، چې له دې ډلې يې ۱۸ سلنه ښځينه او پاتې نور يې نارينه محصلين دي. شفاء د لوړو زده کړو په موسسه کې د تدريس چارې د لږ تر لږه ۱۲۸ استادانو لخوا پر مخ وړل کېږي، چې په دې ډله کې ښځينه استادانې هم شته. شفاء د لوړو زده کړو موسسې علمي مرستيال وايي، ۹۵ سلنه استادان يې د دوکتورا او ماسټرۍ او پاتې پنځه سلنه يې بيا د لېسانس تر کچې پورې لوړې زده کړې لري. ښاغلی خپلواک وايي، ځينې استادان يې اوسمهال په بهر کې د ماسټرۍ پر اخيستو بوخت دي، چې د ماسټرۍ پروګرام تر بشپړولو وروسته به بېرته خپلې دندې ته راګرځي. د خپلواک په خبره، موخه يې دا ده چې تر ۲۰۲۰ ز کال پورې يې بايد ټول استادان لږ تر لږه د ماسټرۍ تر کچې پورې لوړې زده کړې ولري.

شفاء د لوړو زده کړو موسسه د خپلو محصلينو او استادانو لپاره مجهز کتابتون لري، چې په زرګونه ټوکه سافټ او هارډ کتابونه پکې شته. د دې موسسې محصلين کولی شي، وخت ناوخت له دغه کتابتون څخه ګټه واخلي، خپله مطالعه او څېړنه پکې وکړي. دغه راز شفاء د لوړو زده کړو موسسه چې تر ډېره پکې په داسې پوهنځيو کې تدريس کېږي، چې عملي کار ته اړتيا لري، نو د خپلو محصلينو لپاره يې، د ۲۴ ساعته روغتون، درملتون او څلورو لابراتوارونو امکانات هم برابر کړي، څو يې محصلين هر څه په عملي ډول وګوري او زده يې کړي.

شفاء د لوړو زده کړو موسسه د ورځې په دريو ټايمونو کې محصلين د زده کړو لپاره ورغواړي، د سهار له اتو د غرمې تر دوولسو، د ماسپښين له يوې تر څلورو او درېيم هم د شپې لخوا.

ډېری کسان په دې اند دي، چې له خصوصي پوهنتونونو او د لوړو زده کړو له موسسو څخه فارغېدونکو کسانو لپاره په ډېرې سختۍ دنده پيدا کېږي او لامل يې هم په خصوصي پوهنتونونو کې د زده کړو ټيټ کيفيت بولي، خو د شفاء د لوړو زده کړو موسسې علمي مرستيال وايي، دا چې دوی د خپلو محصلينو لپاره د نظري زده کړو ترڅنګ، د عملي هغو امکانات هم برابر کړي، نو محصلين يې تر فراغت وروسته ډېر ژر په دولتي او خصوصي ادارو کې چېرته چې ورته اړتيا ليدل کېږي، په دنده ګومارل کېږي. ښاغلی خپلواک وايي، دوی له ډېرو بنسټونو سره په دې برخه کې هوکړه ليکونه لري، چې له فراغت وروسته ورته خپل محصلين ور معرفي کوي. د عبدالباري خپلواک په خبره، دوی د موسسې لپاره پنځه کلن پلان لري، چې له مخې به يې د درملو جوړولو فابريکه، حلقوي درملتونونه او کلينيکونه ولري او لږ تر لږه ۲۰۰۰ فارغ شوي محصلين به يې په دنده په کې وګومارل شي. ښاغلی خپلواک وايي، سږ کال يې له حقوقو او سياسي علومو پوهنځي څخه خپله لومړۍ دوره محصلين فارغ کړي، چې له نيکه مرغه ډېری اوس عملاً په بېلابېلو ادارو کې پر دندو ګومارل شوي دي.

ډېری هغه کسان چې له خصوصي پوهنتونونو او يا هم د لوړو زده کړو له موسسې فارغېږي، يوه اندېښنه ور سره د خپلو تحصيلي اسنادونو د تر لاسه کولو وي. شفاء د لوړو زده کړو موسسې علمي مرستيال وايي، دوی د لوړو زده کړو وزارت له قوانينو سره سم فعاليت کوي او د محصلينو د تحصيلي اسنادو هغه برخه چې په پوهنتون پورې اړه لري، دوی يې په اړه پر وخت اقدام کوي او ټول اړين توکي ورته برابروي، څو محصل وکړای شي له خپلو اسنادو څخه د دندې پيدا کولو او نورو برخو کې ګټه واخلي. خو هغه کارونه چې پر لوړو زده کړو وزارت پورې اړه لري، لږ ځنډېږي. ښاغلی خپلواک وايي، له نيکه مرغه اوس تازه د لوړو زده کړو وزارت د خصوصي پوهنتونونو لپاره هم ځانګړی ډېټابېس جوړ کړی، چې له مخې به يې له خصوصي پوهنتونونو او موسسو فارغېدونکو کسانو ته ډېر ژر خپل تحصيلي اسناد رسېږي، چې د دولتي پوهنتونونو له اسنادو سره به يې ارزښت يو شان وي.

دغه موسسه له خصوصي او دولتي پوهنتونونو سره علمي اړيکې لري، چې له مخې يې د تجربو تبادله هم کوي. ښاغلی خپلواک وايي، په ټوله کې په کور دننه له پوهنتونونو سره ښې او نيکې اړيکې لري او له دې سره په څنګ کې د خصوصي پوهنتونونو او د لوړو زده کړو د موسسو د اتحاديې غړيتوب هم لري.

د شفاء د لوړو زده کړو موسسې علمي مرستيال وايي، موسسه يې يوازينۍ هغه ده چې خپلو محصلينو ته په ټيټه بيه، خو لوړ کيفيت زده کړې ورکوي. د ښاغلي خپلواک په خبره، دوی د ممتازو محصلينو لپاره، ۵۰ او ۲۵ سلنه تخفيف ورکوي. دی وايي، د همدې برخې لپاره يوه ځانګړې کمېټه لري، چې د سميسټر په سر کې د شهيدانو وارثينو او هغو کسانو ته چې کورنۍ اقتصاد يې کمزوری وي، ځانګړی تخفيف په پام کې نيسي. د ده په خبره، په محصلينو کې يې داسې کسان هم شته، چې د وړيا زده کړو زمينه يې هم ورته برابره کړې ده.

شفاء د لوړو زده کړو موسسې اداره په پام کې لري، چې په راتلونکو کلونو کې لومړی له موسسې څخه پوهنتون ته ارتقا وکړي، د ماسټرۍ پروګرام پيل کړي او په څنګ کې ورسره د اقتصاد او ښوونې او روزنې پوهنځي هم جوړ کړي. ښاغلی خپلواک وايي، په ټوله کې له لوړو زده کړو وزارت څخه راضي دي، خو کله کله يې هغه کارونه چې په لوړو زده کړو وزارت پورې اړوندېږي، ځنډ پکې راځي چې دغه کار د دوی د پرمختګ په مخ کې خنډ ګرځي. نوموړی له لوړو زده کړو وزارت څخه غواړي، هغه خصوصي پوهنتونونه يا د لوړو زده کړو موسسې چې د کار کيفيت يې ښه نه دی، يا يې بايد مخ ونيول شي او يا هم پرې کنټرول زيات شي، څو د خصوصي سکټور لپاره پر مخ تور خال نه وي.

همیانی

کمال گرایی چیست و چطور می‌توان با آن مقابله کرد؟

ترجمه: فایز کریمی

کمال گرایی چیست و چه تاثیری بر زندگی شما دارد؟ آیا تاکنون شما را «کمال‌گرا» خوانده‌اند؟ آیا خودتان را یک «کمال‌گرا» می‌دانید؟ آیا با انواع کمال گرایی آشنا هستید؟ با این‌که همه دوست دارند کارهایشان را با کیفیت بالایی انجام بدهند، اما کمال گرایی بیش از حد نیز می‌تواند برخلاف انتظار، نتیجه‌ی منفی به‌بار بیاورد. برای مثال، کمال گرایی بیش از حد برای اعتماد به نفس ما و کسانی که با ما کار می‌کنند، مخرب است. این خصیصه در روابط ما تنش ایجاد می‌کند و در برخی موارد، می‌تواند مشکلاتی برای سلامتی ما هم داشته باشد. در این مقاله، به دلایل مخرب بودن کمال گرایی بیش از حد و راه‌های غلبه بر آن می‌پردازیم.

کمال گرایی چیست و اصلاً چند نوع کمال گرایی داریم؟

غلبه بر تفکر «یا همه یا هیچ»

کمال گرایی مجموعه‌ای از الگوهای فکری محکوم به شکست است که برای رسیدن به اهداف غیرواقع‌بینانه، شما را وادار به تلاش می‌کنند.

دکتر تال بن-شاهار (Tal Ben-Shahar) در کتاب خود به نام «The Pursuit of Perfect» توضیح می‌دهد که دو نوع کمال گرایی وجود دارد:

کمال گرایی سازگار؛

کمال گرایی ناسازگار.

کمال‌گرایان سازگار روی توسعه‌ی مهارت‌هایشان کار می‌کنند. استانداردهای آنها همیشه در حال افزایش است و آنها با خوش بینی، لذت و تمایل به بهتر شدن کار می‌کنند. بدون شک، این نوع سالمی از کمال گرایی است. اما، کمال‌گرایان ناسازگار هرگز از داشته‌هایشان راضی نیستند. اگر چیزی کامل و بی‌عیب و نقص نباشد، آن را کنار می‌گذارند. این دسته از افراد ممکن است ترس از شکست، تردید، غم و احساسات دردناک دیگر را تجربه کنند.

درک تفاوت بین کمال گرایی ناسازگار و جست‌وجوی سالم موفقیت مهم است. از نظر کمال‌گرایان ناسازگار، اشتباهات پذیرفتنی نیستند، زیرا باعث می‌شوند که دیگران آنها را بی‌کفایت بدانند. برعکس، از نظر کسانی که به روشی سالم و درست در جست‌وجوی بهتر شدن هستند، اشتباهات، فرصت‌هایی برای رشد تلقی می‌شوند. این دسته از افراد درک می‌کنند که اشتباهات بخشی از فرآیند یادگیری هستند، بنابراین آنها را می‌پذیرند.

در این مقاله، روی غلبه بر کمال گرایی ناسازگار تمرکز می‌کنیم.

آیا بی‌عیب و نقص بودن ایرادی دارد؟ آیا همه‌چیز نباید بی‌عیب و نقص باشد؟

واضح است که ما باید سخت کار کنیم و بهترین نتایج ممکن را ارائه کنیم.

بی‌عیب و بی نقص بودن زمانی اهمیت ویژه پیدا می‌کند که پای مرگ و زندگی در میان باشد یا زمانی که عواقب شکست، بسیار مهم و قابل‌توجه باشد. در این موارد، رویکرد سطحی به کیفیت انجام کار می‌تواند فاجعه‌آمیز باشد. در این موقعیت‌ها، شما باید نهایت تلاش‌تان را بکنید، کارتان را به‌طور کامل آزموده و بررسی کنید و سپس نتیجه را ارائه کنید.

وقتی عواقب نقص در چیزی ناچیز است، پس اصرار به کامل بودن، کار بیهوده‌ای است. در این موارد، «خوب بودن به اندازه‌ی کافی» بسنده می‌کند.

اصرار به «بی عیب و نقص بودن» در جای دیگری نیز بیهوده به‌نظر می‌رسد و آن هنگامی است که کار شما مرحله‌ی آزمایش کامل، دقیق و منضبط را با موفقیت گذرانده است، اما شما همچنان نسبت به کار خودتان تردید دارید.

عواقب کمال گرایی

وقتی کمال گرایی از حد بگذرد و به سوی کمال گرایی ناسازگار کشیده شود، جلوی موفقیت فردی و حرفه‌ای را می‌گیرد.

برخی از عواقب کمال گرایی بیش از حد عبارت‌اند از:

سلامت عمومی

طبق تحلیل‌های انجام‌شده که در مجله‌ی(Journal of Counseling and Development) به چاپ رسیده‌اند، کمال گرایی با مشکلاتی در حیطه‌ی سلامت عمومی از قبیل اختلال در خوردوخوراک، افسردگی، میگرن، اضطراب و اختلالات شخصیت مرتبط است. خواهان کمال بودن می‌تواند منجر به کاهش بهره وری، ایجاد استرس و آسیب به روابط شود.

اعتمادبه‌نفس

کمال گرایی روی اعتمادبه‌نفس اثر منفی می‌گذارد. کمال‌گرایان، ارزش فردی خودشان را وابسته به چیزی می‌دانند که در جست‌وجوی رسیدن به آن هستند و باور دارند که دیگران نیز بر همین اساس، آنها را قضاوت می‌کنند. از آنجا که این افراد هرگز از داشته‌هایشان راضی نیستند، هرگز نمی‌توانند مطابق استانداردهایی که برای خودشان تعیین کرده‌اند، زندگی کنند. این وضعیت سبب می‌شود که آنها دائم خودشان را قربانی انتقادات و سرزنش‌های خودشان کنند.

تعلل

کمال گرایی با تعلل ارتباط نزدیکی دارد. برای مثال، یک فرد کمال‌گرا تا زمانی که راه کامل و بی‌عیب و نقص انجام یک پروژه را پیدا نکند، آن را آغاز نمی‌کند. این فرد کمال‌گرا به علت تعلل، معمولاً از کارهایش عقب می‌ماند و این روال بر اعتبار و روابط کاری او اثر می‌گذارد.

تأثیر بر خلاقیت

یکی از عواقب کمال گرایی این است که ماهیت دست‌وپاگیری دارد. کمال گرایی نمی‌گذارد ریسک کنیم و جلوی بازیگوشی و تمایل ما به رؤیاپردازی را می‌گیرد. این حالت، سبب اُفت توانایی خلاقیت و نوآوری ما می‌شود.

نشانه‌های فرد کمال‌گرا

اگر کمال گرایی شما به یک مشکل تبدیل شده، شناسایی آن کار آسانی است. حتماً برخی از ویژگی‌های زیر را در رفتارهای خودتان خواهید دید:

اهداف سخت یا غیرواقع‌بینانه دارید.

اگر نتوانید بهترین باشید، گاهی تسلیم می‌شوید و آن هدف را رها می‌کنید.

به هر اشتباهی به‌عنوان شکست نگاه می‌کنید و اگر کسی، کار یا پروژه‌ای را بهتر از شما انجام دهد، شما احساس شکست می‌کنید. همچنین، ممکن است اشتباهات‌تان را از دیگران مخفی کنید.

معمولاً کارتان را دیر تحویل می‌دهید، چون دائم در حال بازبینی آن هستید و تعلل می‌کنید.

وقتی مطابق تعریف خودتان از کمال، به هدفی که می‌خواهید نمی‌رسید، احساس ناراحتی می‌کنید.

ریسک کردن را دوست ندارید، چون هیچ تضمینی وجود ندارد که با ریسک پذیری بتوانید کارتان را کامل و بدون عیب و نقص انجام بدهید. بنابراین، ترجیح می‌دهید کارهای امن‌تر را بپذیرید، چون از انجام بدون عیب و نقص آنها مطمئن هستید.

شما از فرایند یادگیری و کار لذت نمی‌برید، چون فقط نگران نتیجه هستید.

تفکر شما معمولاً «یا همه یا هیچ» است، یا به چیزی که می‌خواهید تمام و کمال می‌رسید، یا اگر چنین نشود، خود را شکست‌خورده تلقی می‌کنید.

وابستگی ناسالمی به عقاید دیگران دارید. احساس می‌کنید اگر عیوب شما نمایان شوند، دیگران شما را طرد خواهند کرد. زیاد پذیرای انتقاد و بازخورد نیستید.

ممکن است دیگران را هم با استانداردهای غیرواقع‌بینانه‌ی خودتان بسنجید و زمانی که همکاران‌تان مطابق انتظارات شما عمل نکنند، از آنها انتقاد کنید. بنابراین با این رویکرد، روابط نزدیک زیادی در محل کار نخواهید داشت.

در تفویض اختیار و واگذاری کار به دیگران مشکل دارید.

آیا برخی از این ویژگی‌ها را در خودتان پیدا می‌کنید؟ اگر چنین است، نگران نباشید. در ادامه، به روش‌های مدیریت این رفتارها می‌پردازیم.

به چالش کشیدن رفتارها و باورهای کمال‌گرایان

مراحل زیر که برگرفته از یک رویکرد توسعه‌یافته توسط مرکز مداخله بالینی پرث (Perth Center for Clinical Interventions) هستند، در به چالش کشیدن رفتارها و باورهای کمال‌گرایانه به شما کمک خواهند کرد:

مرحله‌ی اول- شناسایی رفتارها

کار خود را با فهرست کردن تمام کارهایی آغاز کنید که در محیط کار، خانه، روابط شخصی و سرگرمی‌هایتان باید «بدون عیب و نقص» انجام دهید.

برای مثال، شاید کارتان را بارها بررسی می‌کنید یا از ترس درست انجام ندادن کارتان، آن را دیر تحویل می‌دهید. شاید خیلی زود به محل ملاقات می‌رسید، چون از دیر رسیدن می‌ترسید. یا شاید زمانی را که می‌توانید به استراحت کردن یا کار روی پروژه‌های دیگر اختصاص دهید، مدت بسیار زیادی را صرف مرتب کردن میز کار خود می‌کنید.

همچنین، کارهایی را فهرست کنید که به خاطر کمال‌گرا بودن، آنها را انجام نمی‌دهید.

مرحله‌ی دوم- شناسایی باورها

در کنار هر رفتار، یادداشت کنید که چرا باور دارید این عمل باید «بدون عیب و نقص» باشد.

برای مثال، تصور کنید هرگز کاری را به دستیارتان واگذار نمی‌کنید، حتی اگر او را برای این کار استخدام کرده باشید. شما معمولاً تا دیروقت کار می‌کنید تا وظایفی را به اتمام برسانید که دستیار شما هم می‌تواند آنها را انجام دهد. شما کاری را به او واگذار نمی‌کنید، زیرا باور دارید که او به درستی آن کار را انجام نخواهد داد و این وجهه‌ی شما را خدشه‌دار خواهد کرد.

مرحله‌ی سوم- به چالش کشیدن رفتارها

زمانی که رفتارهای کمال‌گرایانه را شناسایی کردید، برای غلبه بر هر یک از آن رفتارها، یک گام مشخص بردارید.

برای مثال، سعی کنید کاری غیرضروری را به دستیارتان واگذار کنید. زمانی که او کار را به انجام رساند، برای این که مطمئن شوید او کارش را به‌درستی انجام داده است، «یک بار» کارش را بررسی کنید.

حتی اگر کار خودتان را بارها بررسی می‌کنید، چون باور دارید که شاید اشتباهی در کارتان باشد، سعی کنید بررسی خود را به دو بار کاهش دهید: یک بار پس از پایان کار و یک بار در پایان روز.

نکته

هر بار، فقط یک رفتار را به چالش بکشید. اگر تمام رفتارهایتان را یک‌جا به چالش بکشید، اضطراب‌تان هم به همان نسبت بسیار زیاد خواهد شد.

محب: نامسووله وسله وال او ډلې باید قانونمندې شي

د ملي امنیت سلاکار حمدالله محب ویلي، چې نامسوولې ډلې او اشخاص باید د واحدې پالیسۍ پر اساس قانونمند شي، څو خلکو او په ځانګړې توګه ښځو ته د ژوند کولو خوندي فضا رامنځته شي.

نوموړي دغه څرګندونې د ملي امنیت په شورا کې د ښځو نړیوالې ورځې نمانځلو پر مهال کړې دي.

محب زیاته کړې: «افغان اتلې مېرمنې له سړیو سره اوږه په اوږه د امنیتي او دفاعي ځواکونو لیکو او په زیاتو نورو برخو کې کار کوي، چې دا د هغوی د وړتیا او جرئت ښکارندویي کوي».

محب ټینګار کړی چې افغانان تېر ته بیا نه ګرځي او د تېرې یوې نیمې لسیزې لاسته راوړنې باید قرباني نه شي او په ټولو برخو کې د مېرمنو حضور هم باید پراخ شي.

نوموړي دغه راز ویلي چې سوله او امنیت د خلکو اساسي غوښتنې دي، چې له دې لارې باید افغان مېرمنو ته د پرمختګونو لپاره ارام چاپېریال برابر شي، څو له نارینه وو سره په ګډه کار وکړي.

محب ویلي چې اوس هم دلته د جګړې فرهنګ موجود دی او هر څوک غواړي چې د زور له لارې خپلې غوښتنې پر خلکو تحمیل کړي، په داسې حال کې چې له نوي نسله غوښتنه دا ده، څو پرې نږدي چې هېوادوال یو ځل بیا له جګړو او کړاوونو سره مخ شي.

د ملي امنیت سلاکار له زورواکو سره پر مبارزې ټینګار کړی او ویلي یې دي چې نامسوولې ډلې او اشخاص باید د واحدې پالیسۍ پر اساس قانونمند شي، څو خلک او په ځانګړې توګه افغان مېرمنو ته د ژوند کولو خوندي فضا رامنځته شي.

اقتصاد

د اسعارو بیې

$	۷۵
€	۸٤,۳۰
Rp.	٥۳۷
₹	۱۰٥٥
¥	۱۱
£	۹۷,۲۰

پروازونه

کابل - هرات	09:00
کابل - انقره	01:00
کابل - استانبول	01:00

Kam Air

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

flydubai

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

بیړنۍ شمېرې

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

مسیر ورځپاڼه
مسوول مدیر: اسدالله وحیدي
مرستیال: شفیق امیرزی
اېډېټران: جواد تیموري او امان الله حنیفي
لیکوالان: محمد نظیم سمون، جاوید کوټوال
او شفیق همدرد
خبریالان: حمیدالله حمیدي، حکمت آرین
او حشمت الله نوري
ګرافیک او ډیزاین: ارمان
چاپخونه: وایګل چاپ ۰۲۰۲٥۱۲٦۲٦
۰۷۸۲۹۸۹٦۹٦
maseerdaily@gmail.com
0202502100 / 0777989696
www.maseerdaily.af
Maseer Daily
MaseerDaily

Maseer Daily

New Vision, New Journey

یکشنبه د ۱۳۹۷ د کب ۱۹مه | د ۲۰۱۹ د مارچ لسمه | دویم کال | ۳۴۷مه گڼه

www.Maseerdaily.af twitter/MaseerDaily Facebook/MaseerDaily

کابل	هرات	کندهار	بلخ	ننگرهار	خوست
۹	۱۰	۱۲	۱۵	۲۲	۱۷
-۲	۳	۲	۷	۹	٤

شرعي وختونه: سهار ۰٤:٤۹ | لمر ختل ۰٦:۱۳ | ماسپښین ۱۲:۰۵ | مازیگر ۰۳:۲۵ | ماښام ۰۵:٥٦ | ماخوستن ۰۷:۲۰

نړۍ

هندي چارواکي: پاکستان بالاکوټ ته د خبریالانو د ورتلو اجازه نه ورکوي

۳

راپورونه: امریکا پلان لري چې د سرتېرو لگښتونه یې کوربه هېوادونه ورکړي

د متحده ایالتونو ادارې پر داسې پلان کار کوي چې له مخې به یې په نورو هېوادونو کې د مېشتو امریکایي سرتېرو لگښتونه، کوربه هېوادونه ورکوي.
بلوم برگ او اسوشیټېډ پرېس خبري اژانسونو د ځینو امریکایي چارواکو په خبره ویلي، چې سپینې ماڼۍ د امریکا له دفاع وزارته غوښتي، څو په دقیق ډول دا معلومه کړي چې په نورو هېوادونو کې د مېشتو امریکایي ځواکونو د لگښت څومره برخه باید کوربه هېوادونه ورکړي.
دا په داسې حال کې ده چې د امریکا د متحده ایالتونو ولسمشر ډونالډ ټرمپ دا شکایت لري، چې د امریکا متحدان د ناټو د غړو په شمول، د ځانونو د دفاع لپاره سمه پانگونه نه کوي او د دغو لگښتونو بار، د امریکا د مالیې ورکوونکو غاړې ته لوېدلی دی.
دغه څرگندونې داسې مهال مطرح کېږي چې امریکا اوسمهال په ځینو بهرنیو هېوادونو کې، له تروریزم سره د مبارزې او په بېلابېلو نومونو ځواکونه او اډې ځای پر ځای کړي، چې د دغو ځواکونو مصارف هم د متحده ایالتونو د خلکو د مالیې له لارې تامینېږي.
د یادونې ده چې په دې وروستیو کې له سوریې څخه د امریکایي ځواکونو وتل، وروسته له هغې پیل شوي چې ولسمشر ټرمپ تېر زېږدیز کال اعلان وکړ، چې یه یاد هېواد کې یې داعش ډلې ته ماتې ورکړې ده.

ترکي ځواکونو د سوریې په شمال لوېدیځ ولایت ادلیب کې گزمې پیل کړې دي

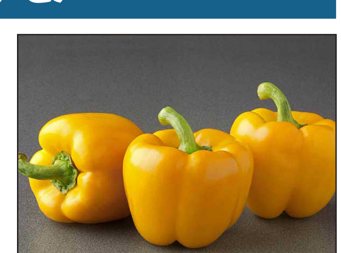
د راپورونو له مخې، ترکي ځواکونو د سوریې په شمال لوېدیځ ولایت ادلیب کې گزمې پیل کړې دي.
دا په داسې حال کې ده چې ویل کېږي دغه اقدام په سوریه کې له ایران او روسیې سره د شوې هوکړې له مخې شوی دی.
د ترکیې دولتي اژانس انادولو خبر ورکړی، چې ترکي ځواکونه د ادلیب له شماله د ترکیې د پولې په اوږدو کې، د سوریې د حلب ایالت تر جنوبي سیمو گزمه کوي.
د ترکیې دفاع وزیر خلوصي اکار ویلي، ترکیه به د سوریې د خاورې دننه له ۱۵ تر ۲۰ کیلومترو پورې ساحه کې گزمه وکړي او روسیه به د ادلیب بهر سرحدي سیمې څاري.
اکار دغه راز زیاته کړې چې له دې سره سم د روسیې له لوري هم گزمې پیل شوې دي.
بلخوا د ترکیې دفاع وزیر ویلي، چې دا هڅې د اوربند د ادامې لپاره او په ادلیب کې د ثبات په خاطر مهمې دي.
دا په داسې حال کې ده چې د فبروري په څوارلسمه د ترکیې، روسیې او ایران مشرانو د روسیې په سوچي کې غونډه وکړه او د تېر کال هغه پرېکړه یې تایید کړه، چې په سوریه کې به یو حایل زون رامنځته کوي.

رئیس جمهور غني: یک هیأت باصلاحیت برای بررسی وضعیت فراه اعزام می‌شود

رئیس جمهور غنی می‌گوید که جهت بررسی وضعیت امنیتی ولایت فراه، یک هیأت باصلاحیت در آیندۀ نزدیک اعزام می‌شود و تمام جهات ناامنی را بررسی خواهد کرد.
رئیس جمهور غنی، این اظهارات را دیروز در جریان سفرش به ولایت فراه در ملاقات‌های جداگانه ابراز داشته است. موصوف در جریان این سفر، با جوانان و اعضای جامعه مدنی آن ولایت دیدار کرد.
در این دیدار، داکتر همایون شهیدزاده به نمایندگی از دیگران صحبت نمود و مشکلات و پیشنهاداتی را در بخش‌های امنیت، زراعت، مدیریت آب و بند بخش آباد، صحت، ایجاد سردخانه‌ها برای نگهداری محصولات زراعتی، توسعه پوهنتون و فرستادن هیأت باصلاحیت بخاطر بررسی های امنیتی این ولایت، با رئیس جمهور شریک ساخت.
سپس رئیس جمهور غنی گفت که ولایت‌های فراه، نیمروز و هرات بادهای فراوان دارند و با کمپنی زمنس در این مورد صحبت شده است تا از این بادها در تولید برق استفاده گردد. وی افزود که این بادها به صورت تخمینی، ظرفیت تولید ٦٥ هزار میگاوات برق را دارد.
موصوف به جوانان ولایت فراه گفت که دیوار احاطۀ پوهنتون این ولایت، از سوی واحد عملیاتی ارگ اعمار خواهد شد و از آنان خواست تا در توسعه پوهنتون، شرایط انکشافی محلی را در نظر بگیرند.
رئیس جمهور غنی گفت که کمک‌رسانی برای آسیب دیدگان سیلاب‌های اخیر، با درنظرداشت امکانات و مشوره با مردم، جریان دارد و سبزخانه‌های زراعتی و کانال‌های آبی دوباره احیا خواهند شد.
محمد اشرف غنی رئیس جمهور کشور در رابطه به خواست مردم فراه مبنی بر فرستادن یک هیأت باصلاحیت جهت بررسی وضعیت امنیتی این ولایت گفت که هیأت باصلاحیت، در آینده نزدیک به این ولایت اعزام می‌شود و تمام جهات ناامنی را بررسی خواهد کرد. وی از جوانان ولایت فراه خواست تا روی یک طرح مردمی، جهت بهبود امنیت نیز کار نمایند.

ژونـــد

دلمه مرچ او گټې یې!



دلمه مرچ په اصل کې د بانجانو له کورنۍ څخه دي. وده یې په روزنې پورې اړه لري. هر څومره یې چې ښه روزنه وشي، په هماغه کچه ښه وده کوي. رنگ یې له شنه پیلېږي، ورو ورو ژېړ، نارنجي او په پای کې سور رنگ خپلوي. علمي نوم یې(Capsicum Annuum) د رنگ سوروالی یې پر پخېدو دلالت کوي.
هر څومره یې چې رنگ تېز وي، هغومره د مغذي موادو کچه پکې زیاته وي. دغه مرچ هم لکه د نورو ترخو شنو مرچو په خبر، وچېدای هم شي چې هغې ته بیا (پاپریکا) وایي. دلمه مرچ د سلاد په بشقاب کې یوازې یوه اضافي سبزي نه، بلکې ډېرې گټې هم لري. دغه مرچ هم پوخ او هم خام خوړل کېدایی شي. دا چې دغه مرچ ډېرې زیاتې گټې لري، نو له همدې کبله یې ډاکټران او د تغذیې د برخې متخصصان د خوړو سپارښتنه کوي. دلمه مرچ د بدن مقاومت لوړوي او د بېلابېلو ناروغیو پر وړاندې د سپر په څېر کار ورکوي. سترگې روغې ساتي، د ناروغیو پر وړاندې د بدن مقاومت لوړوي، د مور په خېټه کې د جنین لپاره مغذي مواد جوړوي، وزن کموي، له سرطاني ناروغۍ سره مبارزه کوي، عصبي سیستم قوي کوي، له وخته مخکې د زړ زړښت مخه نیسي، له تنفسي سیستم سره مرسته کوي، د وینې جریان گړندی کوي او د هاضمې سیستم پیاوړی کوي.

کایلي جنر؛ تر ټولو ځوانه میلیاردره

فوربس امریکایي مجلې د نړۍ تر ټولو ځوانه میلیاردره معرفي کړه. کایلي جنر چې موډل، فلمي لوبغاړې او امریکایۍ سوداگره ده، په روانه میاشت کې د فوربس مجلې له خوا د نړۍ د تر ټولو ځوانې میلیاردرې په توگه معرفي شوه. کایلي جنر ویلي: «هېڅ مې په دې اړه فکر نه و کړی، د دغه څه وړاندوینه مې نه وه کړې، خو په هر صورت، دا یو ښه احساس دی او دا یوه ډېره لویه لاسته راوړنه ده». نوموړې ویلي، ټولنیزو شبکو زما د دې لویې لاسته راوړنې په برخه کې مهم رول لوبولی دی. دا د همدغو ټولنیزو شبکو برکت دی، چې اوس ما خلک د نړۍ په گوټ گوټ کې پېژني. په رښتیا هم چې انټرنېټ او دې هر څه اوس نړۍ په یوه کلي بدله کړې ده. کایلي جنر ۲۱ کاله عمر لري. نوموړې په ۲۰۱٦ ز کال کې د (Kylie Cosmetics) په نوم د سینگار توکو شرکت تاسیس کړ، دغه شرکت یوازې تېر کال د ۳٦۰ میلیونو ډالرو په ارزښت توکي پلورلي وو. له دې وړاندې د نړۍ د تر ټولو ځوان میلیاردر ځای د فېسبوک شبکې مشر مارک زاکربورگ خپل کړی و. مارک په ۲۳ کلنۍ کې میلیاردر شو. فوربس مجله هر کال د نړۍ د میلیاردرانو لېست خپروي او بېلابېلې کټگورۍ لري.