مسیر
ورځپانه
نوی لید، نوی مزل
www.maseerdaily.af
یکشنبه د ۱۳۹۸ د غويي ۲۹مه | د ۲۰۱۹ د مې ۱۹مه | دربیم کال| ۳۷۵یمه ګڼه

2 017550 139621

پوهنتون

۴ مخ

خراسان پوهنتون

د دغه پوهنتون د علمي چارو د مرستیال په خبره، پوهنتون يې د محصلینو لپاره دوه مجهز کتابتونونه فزيکي او ډيجيټالي لري، چې هر يو يې له ۳۰-۴۰ زرو ټوکو پورې په بېلابېلو برخو کې کتابونه لري.

له ناندريو او تورونو سره جوخت؛ مير رحمان رحماني د ولسي جرګې رييس وټاکل شو

۳

امریکا او طالبانو د ډوډۍ پر مېز څه ویل؟

۳ مخ

طالب جنګیالي څرنګه د شوراب نظامي اډې ته ننوتل؟

۲ مخ

دا ولسي جرګه هم د پخوانۍ پر پلونو روانه ده

۲ مخ

په ننګرهار کې د شوکاڼو پر پروسس ۱۵ میلیونه ډالره پانګونه کېږي

د کانونو او پټرولیم وزارت ویلي، د اقتصاد عالي شورا د ننګرهار د شوکاڼي طرحه منظور کړې، چې د یو قرارداد له مخې به هلته د پنځلسو میلیونو ډالرو پانګونې په ارزښت، د پروسس یوه ستره فابریکه جوړه او د استخراج او پروسس کارونه به يې منظم شي.

د یاد وزارت ویاند عبدالقدیر مطفي پرون پژواک ته ویلي، چې د اقتصاد عالي شورا د تېرې پنجشنبې په ورځ د ننګرهار د تالک پروژې طرحه منلې ده.

د نومورې په خبره، د اقتصاد عالي شورا په دریمه غونډه کې چې د غویي په ۲۶مه په جمهوري ریاست کې جوړه شوې وه؛ د کانونو او پټرولیم وزارت سرپرستې نرګس نهان د تالک پروژې طرحه چې د اکتشاف، ګټې اخیستنې او پروسس برخه کې جوړه شوې وه، وړاندې کړې ده.

د یادې پروژې په عملي کېدو سره به د سیمې ډېرو خلکو ته د کار زمینه هم برابره شي.

شاهين: د مذاکراتو په اووم پړاو کې به هم د شپږم پړاو اجنډا تعقيبېږي

که څه هم د امریکایي او طالب استازو ترمنځ په قطر کې د اووم پړاو خبرو نېټه لا مشخصه شوې نه ده، خو په قطر کې د دې ډلې د سیاسي دفتر ویاند سهیل شاهین ویلي، چې د خبرو په اووم پړاو کې به هم د شپږم هغه پر مواردو خبرې وشي.

نوموړي ازادي راډیو ته ویلي، چې دغه موارد له افغانستانه د بهرنیو ځواکونو د وتلو پر مهالوېش او بل د افغانستان خاوره د نورو هېوادونو پر وړاندې د ترهګرۍ په توګه نه کارول دي، چې په راتلونکي(اووم) پړاو کې به هم پرې خبرې وشي.

بلخوا د افغانستان د خلاصون لارې شورا مشر سید اکبر اغا هم ویلي، طالبان تر هغه چې دغه دوه موارد نهایي نه شي، پر نورو مسایلو بحث نه کوي.

نوموړي ویلي: «په دې کې هېڅ شک نشته چې له دغو دوو مسایلو پرته که هغه بین‌الافغاني مذاکرات، اوربند، د بندیانو ازادول او که د حکومت پر څرنګوالي خبرې کول دي، زما په اند طالبان پرې بحث نه کوي، هغوی وایي چې دا دوه خبرې د نورو ټولو مذاکراتو لپاره کیلي ده». د نوموړي په خبره، ښایي د دواړو لورو تر منځ د سولې د مذاکراتو په اووم پړاو کې پر دغو دوو مواردو هوکړه وشي.

دا په داسې حال کې ده چې تر دې وړاندې د افغانستان د سولې او پخلاینې لپاره د امریکا د بهرنیو چارو وزارت ځانګړي استازي او طالب پلاوي ترمنځ شپږ پړاوه خبرې وشوې، خو له کومې هوکړې پرته پای ته ورسېدې.

د سولې روانه پروسه د ولسمشریزو ټاکنو د چمتووالي مخه نه شي نیولی

۲ مخ

معلمان ده ها مکتب در غور به دلیل کمبود حقوق شان اعتصاب کاری کردند

معلمان بیش از ۲۰ مکتب در شهر فیروزکوه، مرکز ولایت غور به دلیل حقوق اندک شان، دست به اعتصاب کاری زده اند.

شماری از این معلمان می گویند که حکومت مرکزی همواره وعده افزایش حقوق ماهوار شان را داده؛ اما تا هنوز در عمل هیچ کاری نکرده است.

به گفته آنان، تا زمانی به اعتصاب شان ادامه می‌دهند که حکومت مرکزی، به خواسته های آموزگاران پاسخ مثبت دهد.

میراحمد ابراهیمی و پنج‌گل نوری دو تن از معلمان غور، به پژواک گفتند: «ما به این خاطر جمع شدیم که وزارت معارف معاش معلمین را بلند ببرند تا معلمین با روحیه آرام وارد صنف ها شوند، شما ببینید که اطراف پُر از شاگرد است؛ معلمین اعتصاب کاری کرده اند و به داخل صنف نمی‌روند».

وی افزوده است: «ما به این کاروان به این خاطر شریکم که مقامات بلند امیدواریم که صدای ما را بشنوند و امتیاز معلم را زیاد کنند و توجه خاص را بخاطر معلمین به راه بیندازند و معلمین را بسیار سالها می‌شود که وعده و نوید می‌دهند؛ اما هیچ عمل نمی کنند».

از سوی هم عبدالحی خطیبی، سخنگوی والی غور اعتصاب معلمان این ولایت را برحق می‌داند و می گوید که برخی معلمان این ولایت با حقوق اش که دریافت می کنند، به سختی گذران زندگی می کنند.

دریــغ

دا ولسي جرګه هم د پخوانۍ پر پلونو روانه ده

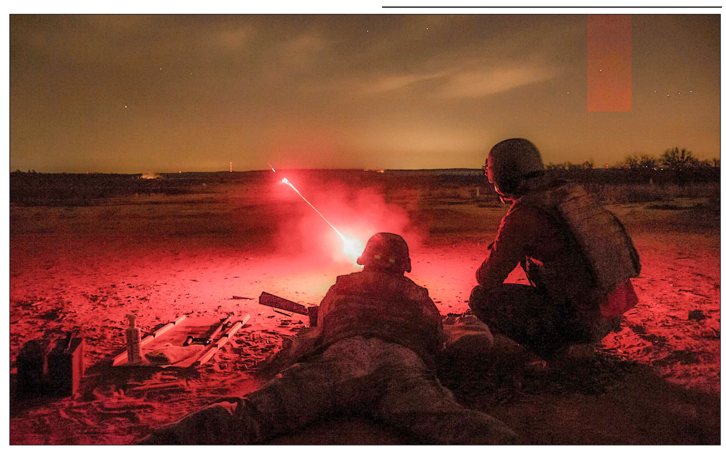
پرون د ولسي جرګې لپاره د دویم پړاو ټاکنې وشوې، چې پایله یې لانجمنه شوه، خو د جرګې موقت رییس میر رحمان رحماني چې ۱۲۳ رایې اخیستې وې، د جرګې رییس اعلان کړ. ډېرو وکیلانو اعتراض وکړ او د دغه اعلان مخالفت یې وکړ. دوی وویل چې موقت رییس پیسې اخیستې او د قانون پر اساس رحماني رییس نه دی، ځکه چې د جرګې رییس باید له حاضرو غړو څخه (۵۰+۱) رایې واخلي او په پروني نصاب کې دا رایې ۱۲۴- ګڼل شوې وې. دا لانجه پاتې ده او وروسته به حل کېږي، خو د ولسي جرګې غړو د ریاست لپاره په دوو پړاوه ټاکنو کې له اوسنۍ جرګې خلکو ته خپل لومړنی تصویر ورکړ.

پر تېره ولسي جرګه ډېرې نیوکې وې. ډېری وکیلان یې کمېشنکاران ګڼل کېدل. نه یوازې دا چې وکیلانو به پر حکومت د امتیاز اخیستلو لپاره فشار راوړ، بلکې پخپله په جرګه کې دننه هم پراخ فساد و. وکیلانو به خپله یو بل پر فساد او بډو اخیستلو تورنول. وزیرانو ته رایې په پیسو وې، دوی به وزیران را غوښتل او بیا به یې پرې فشار راوړ، چې قراردادونه ورکړي، خپل خپلوان یې مقرر کړي او پیسې ترې واخلي. د تېرې جرګې یو خیانت چې تاریخ به یې هېر نه کړي، دا و چې له امریکا سره یې امنیتي تړون په پټو سترګو تایید کړ او په بدل کې یې له حکومت او امریکا امتیازات واخیستل. تمه وه چې نوې ولسي جرګه به بدله وي، خو له لومړیو ورځو ښکاري چې دا جرګه هم د پخوانۍ هغې پر پله روانه ده. لومړنیو ګامونو ته په کتو یې ښکاري چې دا به تر پخوانۍ جرګې ډېره خرابه وي، ځکه چې له لومړۍ ورځې پکې د چټلو معاملو، بډو، رای پلورنې او فساد معاملې روانې وې. دوی نه یوازې له ولسي جرګې د باندې د دغو معاملو لپاره هڅې کولې، بلکې په ولسي جرګه کې دننه او بیا آن رییس ته رایې ورکولو پر وخت یې هم معاملې روانې وې او د رایو پېر او پلور روان و. خپله د جرګې موقت رییس بیا بیا وویل چې دلته د رایو پلورل او پېرل ودروئ او ګواښ یې وکړ چې که د رایې ورکولو پر مهال دا معاملې بندې نه شي، نو غونډه به ختمه کړي. دا هر څه د ولسي جرګې پر ټلوېزیون خپرېدل او خلکو لیدل.

پایله یې هم همداسې وه. د جرګې ریاست کوم عالم نه دی ګټلی او کوم سیاستوال هم نه دی ګټلی، بلکې د جرګې ریاست د امریکایانو یو قراردادي ګټلی، چې ډېرې پیسې لري او ټول پوهېږي چې رایې یې وپېرلې او تر ریاسته یې ځان ورساوه. د رییس خبره پر خپل ځای، خو تر سلو ډېرو وکیلانو خپلې رایې وپلورلې او دا ښکاره کوي چې دا جرګه هم د مفسدینو او معامله ګرو یو داسې کنډک دی، چې ښه خلک پکې کم دي. له بده مرغه د دې ولسي جرګې ډېری غړي هم د امریکا قراردادیان، مفسدین او هغه کسان دي چې په بډو بریالي شول او په جرګه کې یې هم کار بډې اخیستل، معاملې او فساد دی. له لومړۍ ورځې ښکاري چې له دې جرګې هم باید د خیر او سم کار تمه ونه شي.

طالب جنګیالي څرنګه د شوراب نظامي اډې ته ننوتل؟

لیکنه: وحید فقیري



نیویارک ټایمز د مې په ۱۵مه لیکلي، کله چې طالبانو د شوراب پر سترې نظامي اډې باندې د یوه حیرانوونکي برید بند و بست کاوه، هغوی د فاصله موادو په ټانکرونو کې دې نظامي اډې ته پټ ننوتل. دوی باور درلود چې د فاصله موادو د ټانکر بد بوی به د تلاشي عسکر له دقیق تفتیش او پلټنو څخه منصرف کړي او دوی به په دې سره خپلې موخې ته ورسېږي، چې همداسې وشول.

د شوراب پېښه د مارچ په لومړۍ وشوه. په دغه برید کې ۲۳ افغان عسکر ووژل شول او جګړې هم څو ساعته دوام وکړ.

په اډې کې دننه د امریکایانو مېشتې اډې سمدستي دفاعي حالت غوره کړ. هغوی له خپلو برجونو څخه ډزې کولې او له افغان عسکرو سره یې مرسته کوله.

له دغه برید را وروسته، امریکایي روزونکو له افغان عسکرو سره د ټرېنېنګ پروسه د څو اونیو لپاره وځنډوله. هېڅ امریکایي عسکر اجازه نه لرله چې له افغان عسکرو سره شخصاً په تماس کې شي او باید هر څه د ټلیفون له لارې شوي وای.

نیویارک ټایمز لیکلي، یو وخت په هلمند کې دا اډه د امریکایانو او انګرېزانو تر ټولو ستره نظامي اډه وه او په زرګونو امریکایي او برېټانوي عسکر پکې وو.

د نیویارک ټایمز په خبره، کله چې طالبان د شوراب دې سترې اډې ته ننوتل، هغوی سمدستي په تشو ګدامونو کې پټ شول او خپل نور ملګري یې له بهر څخه د زینو په واسطه اډې ته ور داخل کړل. د اډې د ننه یو طالب د ۲۰۰ عسکرو په مقابل کې جنګېدو. د جنګ لومړی قرباني د اډې قوماندان سراج الدین سراج و.

ځینې افغان پوځي کارپوهان وایي چې د شوراب پېښه د اداري فساد یوه کلاسیکه پېښه وه. هغوی پر دې اند دي چې قوماندان سراج دا مسلکي وړتیا نه لرله، چې د یوې داسې مهمې اډې قوماندان شي، خو د مرکزي حکومت د فساد له کبله یې دا مقام تر لاسه کړی و.

نیویارک ټایمز دغه راز لیکلي، چې په دې کې هېڅ شک نشته چې افغان عسکرو د خپلې دندې په اجرا کولو کې غفلت کړی و او ځینې یې آن د پیرې په برجونو کې ویده وو.

د سرچینې په خبره، کله چې طالبان اډې ته ننوتل، هغوی ځینې افغان عسکر یرغمل ونیول او هغوی یې مجبور کړل، چې د رهنما په توګه همکاري ور سره کړي. د طالبانو اصلي هدف د قوماندانۍ مرکز و؛ ځکه هغوی پوهېدل چې هلته امریکایي روزونکي او افسران هم وي.

نیویارک ټایمز همدا راز لیکلي، شک نشته چې طالبانو د دغې نظامي اډې په منځ کې خپل نفوذي خلک درلودل. سرچینه وړاندې وایي، چې د طالبانو دغه برید دا وښوده چې افغان امنیتي ځواکونه لا هم څومره ستونزې لري. د هغوی رهبري بې کفایته ده او رشوت او اداري فساد پکې اوج ته رسېدلی دی.

خلیلزاد: د سولې روانه پروسه د ولسمشریزو ټاکنو د چمتووالي مخه نه شي نیولی

د افغان سولې لپاره د امریکا ځانګړي استازي زلمي خلیلزاد ویلي، د سولې لپاره هڅې په دې مانا نه دي چې د ولسمشریزو ټاکنو لپاره دې چمتووالی ونه نیول شي.

نوموړي په یوه ټویټ کې لیکلي، په دې وروستیو کې ځینو کسانو په افغانستان کې د امریکا د لومړیتوبونو په اړه پوښتنې را ولاړې کړې دي.

هغه زیاته کړې، د سولې پروسه چې په افغانستان کې یو سیاسي جوړجاړي ته لاره هواروي، د ټولو لومړیتوب دی او ټول افغانان همدا غواړي. خو خلیلزاد ویلي، د سولې غوښتنه په دې مانا نه ده، چې د راتلونکو باور وړ ولسمشریزو ټاکنو لپاره د چمتووالي مخه ونیول شي.

د نوموړي په خبره، د ولسمشریزو ټاکنو پلانونه او چمتووالی باید د پروسې په څېر په سمه توګه پر مخ یوړل شي.

د ټاکنو په تړاو خلیلزاد دا خبرې په داسې حال کې کوي، چې امریکا تر دې وړاندې تر ټاکنو د سولې پروسې ته ارزښت او لومړیتوب ورکاوه، خو په دې وروستیو کې یې په دریځ کې بدلون راغلی دی.

په ورته وخت کې د امریکا د بهرنیو چارو وزارت د سویلي او مرکزي اسیا د چارو مرستیاله مېرمن الیس وېلز هم تېره اونۍ کابل ته راغلې وه او پر ولسمشریزو ټاکنو یې ټینګار کړی و.

هغې د ټاکنیزو کمېسیونونو له کمېشنرانو سره په لیدنو کې هم د ولسمشریزو ټاکنو پر چمتووالي خبرې کړې وې.

د ولسمشریزو ټاکنو لپاره د چمتووالي خبره داسې مهال مطرح کېږي، چې د افغان سولې په تړاو د قطر په پلازمېنه دوحه کې د طالب او امریکایي استازو ترمنځ شپږ پړاوه خبرې له کومې هوکړې پرته پای ته رسېدلې دي او ټاکل شوې چې په نږدې راتلونکي کې به د دغو خبرو اووم پړاو هم پیل شي.

ټاکنو خپلواک کمېسیون: پر ټاکلې نېټه د ولسمشریزو ټاکنو ترسره کېدو ته چمتووالی لرو

د ټاکنو خپلواک کمېسیون د خلیلزاد له تازه څرګندونو وروسته ویلي، پر وخت د ولسمشریزو ټاکنو د ترسره کېدو لپاره چمتووالی لري.

دا په داسې حال کې ده چې تر دې وړاندې د افغان سولې لپاره د امریکا د بهرنیو چارو وزارت ځانګړي استازي زلمي خلیلزاد ویلي وو، چې د داسې سولې تر څنګ چې افغانان یې مستحق دي، د ټاکنو پلانونه هم باید پرمخ یوړل شي.

نوموړي په یوه ټویټ کې لیکلي، د سولې غوښتنه افغانان د ولسمشرۍ د مشروعو ټاکنو د چمتووالي له غوښتنې نه راګرځوي.

د ټاکنو خپلواک کمېسیون سرپرست ویاند ذبیح سادات ویلي: «د ټاکنو خپلواک کمېسیون رهبري ژمنه ده، چې د ولسمشرۍ ټاکنې پر وخت ترسره کړي، په دې شرط چې حکومت وتوانېږي چې بودجه پر خپل وخت د ټاکنو خپلواک کمېسیون ته ورکړي او امنیتي بنسټونه امنیت خوندي کړي، تر دې دمه د راتلونکو ټاکنو لپاره د ټاکنو د خپلواک کمېسیون ډېر کارونه مخ ته تللي، تقویم نهایي شوی، عملیاتي پلان هم نهایي شوی دی».

دا په داسې حال کې ده چې په دې وروستیو کې داسې ګنګوسې وې، چې افغان حکومت او نړیوالو متحدانو یې ټول پام د سولې مسئلې ته ورګرځولی او د ولسمشریزو ټاکنو موضوع یې څنډې ته پرېښې ده.

د خلیلزاد تر څرګندونو مخکې د جنوبي او مرکزي اسیا لپاره د امریکا د متحده ایالتونو د بهرنیو چارو وزارت مرستیالې الیس وېلز تېره یکشنبه په کابل کې له ولسمشر محمد اشرف غني او اجرایه رییس عبدالله عبدالله سره پر ټاکلي وخت د ولسمشریزو ټاکنو د ترسره کېدو پر موضوع خبرې وکړې.

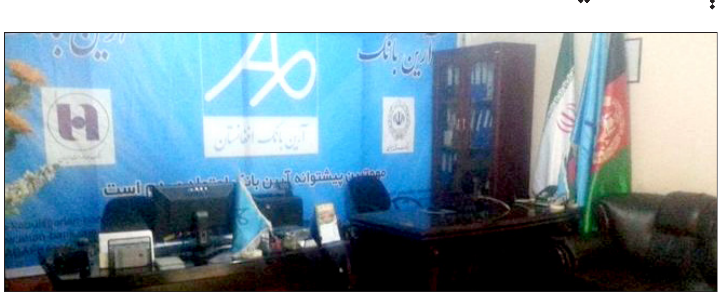
په افغانستان کې د ایراني پانګوالو د «ارین بانک» د فعالیت جواز لغوه شوی دی

د افغانستان بانک په هېواد کې د ایراني پانګه والو له خوا د جوړ شوي ارین بانک فعالیت لغوه کړی دی.

دا په تېرو دوو میاشتو کې دویم بهرنی بانک دی، چې فعالیت یې لغوه کېږي. د افغانستان بانک ویلي، دغه بانک د افغانستان په اقتصادي وده کې ونډه نه لرله اوقوانینو ته یې درناوی نه کاوه، نو له همدې کبله یې ترې د فعالیت جواز اخیستی دی.

دا په داسې حال کې ده چې د افغانستان بانک عالي شورا له دې وړاندې د پاکستاني حبیب بانک فعالیت هم لغوه اعلان کړی و.

ارین بانک د تهران او کابل تر منځ د سوداګریزو اړیکو د پراختیا لپاره په ۲۰۰۴ ز کال کې فعالیت پیل کړی و، چې اوس د افغانستان بانک ویلي، دغه بانک نه هم د افغانستان د اقتصادي ودې او نه هم د ټاکلې موخې لپاره څه کړي دي.



د افغانستان بانک ویاند ایمل هاشور بي بي سي ته ویلي، دغه بانک د افغانستان د بانکي نظام قوانین نه مراعتول، نو ځکه ترې د فعالیت جواز اخیستل شوی دی.

دغه بانک د ایران ملي او صادراتي بانک په ګډه پانګونه جوړ کړی و او موخه یې هم د دواړو هېوادونو تر منځ په مالي، اقتصادي او سوداګریزو برخو کې د ستونزو حل یاد شوی و.

خو د ارین بانک یوه مسوول د نوم نه ښودو په شرط بي بي سي ته ویلي، د دغه بانک د تړل کېدو پرېکړه غیر قانوني ده او دوی له افغان حکومت څخه د وضاحت غوښتنه کړې ده.

یادې سرچینې ویلي، اوسمهال د بانک فعالیت درول شوی، خو هڅه کېږي چې بېرته فعالیت پیل کړي.

افغان چارواکو بیا ویلي چې دغه پرېکړه یې د مالي نظام د پیاوړتیا او روڼې بانکدارۍ د دودېدو په خاطر کړې ده.

دا په تېرو دوو میاشتو کې دویم، خو په تېر یوه کال کې دربیم بانک دی چې د فعالیت جواز یې ترې اخیستل کېږي.

له ارین بانک او پاکستاني حبیب بانک څخه مخکې د افغانستان سوداګریز بانک فعالیتونه هم درول شوي وو، چې اوسمهال یې د تصفیې چارې روانې دي.

امریکا او طالبانو د ډوډۍ پر مېز څه ویل؟

لیکنه: بي بي سي پښتو/ شعیب شریفي

څو ورځې وړاندې د امریکا او طالبانو ترمنځ د سولې خبرو د خبري پوښښ لپاره په دوحه کې د خبرو خونې تر انگړ مې ځان رسولی و او د تړلو دروازو تر شا شپږم پړاو خبرې روانې وې.

په دریېمه ورځ فضا یو ځل بدله شوه. زلمي خلیلزاد په خپله ټوېټر پاڼه ولیکل: «د سولې د هر پړاو پایله دا ده چې د جگړې ټولې ښکېلې غاړې دې وسلې پر ځمکه کېږدي او دې موخې ته د رسېدو لپاره باید د تاوتریخوالي د کمېدو په اړه سلا وکړي او موږ تیار یو».

د هغې ورځې په ماښام قطریانو یو ښایسته او مشهور هوټل طالبانو او امریکایانو ته د مېلمستیا لپاره ځانگړی کړی و او د عربي خوړو بوی ټول دهلېز نیولی و او هوټلیان د بوفې ډوله ډکو دیگونو مخ ته د مذاکرې له خونې راوتونکو مېلمنو ته منتظر وو.

د شپې تر نهه نیمو بجو خبرې روانې وې. خو کله چې دروازه پرانیستل شوه، طالبانو بیرون ته مخه کړه، خپل ځیرک ټلېفونونه یې له هغو صندوقونو را واخیستل چې د قطري امنیتي کسانو لخوا ساتل کېدل او بیا د هوټل انگړ ته لاړل.

زه ساعتونه دې ته په تمه وم چې د طالبانو له مرکچې پلاوي سره د قطر د امنیتي کسانو له سترگو لرې خبرې وکړم.

د ښاغلي عباس ستانکزي په گډون، پنځه نور طالب مرکچیان چې هیجاني او جدي ښکارېدل، د هوټل د انگړ یوه څنډه کې سره را ټول شوي وو او خپلو لوړ پوړو چارواکو ته یې غړیز پیغامونه لېږل «د نوي حکومت جوړول، د سفارت رامنځ ته کول... موږ داسې وویل، هغوی دا ډول وویل». دا هغه څه وو چې د دوی ترمنځ رد او بدل کېدل.

ښځه او نظامیان

داسې برېښېده چې ښاغلي خلیلزاد په دریېمه ورځ طالبانو ته د مرکچي مېز پر سر ښه انتخاب وړاندې کړی و. د طالبانو استازي او امریکایي مرکچیان چې دوه پوځیان او کورتۍ لمن کې یوې مېرمن چې د پښو په رنگ جورابې یې په پښو وې، پر هغه مېز سره گډ ناست وو چې له لسو ډولو زیات خواړه پرې ایښي وو.

دواړه لوري د ډوډۍ پر مېز، د جگړې له میدان نه لرې له یو بل څخه خوښ برېښېدل.

د هوټل هغه کارکوونکي چې ډوډۍ یې پر مېزونو وېشله، کېدای شي فکر به یې نه کاوه چې دا دواړه غاړې دې له دې ښایسته هوټل نه دوه زره کیلومتره لرې یعنې په افغانستان کې د یو بل پر وړاندې جنگېږي او د یو او بل د وینو تږي دي.

یوه امریکایي چارواکي د طالبانو د یوه مرکچي د خبرو په تاکید ویل: «ستاسو نظر مې خوښ شو» او د طالبانو استازي ورته وویل: «بیا ونه وایې چې موږ له ډیپلوماسۍ سره اشنا نه یو».

لږ وروسته مې د طالبانو له یوه مهم غړي چې په تېرو دوو ورځنیو ناستو کې یې گډون درلود وپوښتل، هغه چې نه یې غوښتل نوم یې واخیستل شي وویل: «زموږ او د امریکایي پلاوي ترمنځ هېڅ ستونزه نشته، خبرې په ښه ډول مخ ته ځي».

ما د ښاغلي خلیلزاد د ټوېټر پیغام ته اشاره وکړه، هغه ویلي وو، طالبان باید خپله وسله پر ځمکه کېږدي او ومې ویل چې بهر ټول اندېښمن دي، چې خبرې له کوم خنډ سره مخ نه شي.

خو هغه د خلیلزاد د ټوېټر بل پیغام ته اشاره وکړه چې ویلي یې وو، د جگړې ښکېلې خواوې دې وسله پر ځمکه کېږدي، هغه د ویاړ په لهجه وویل، دا بیخي د تعجب خبره ده چې یو امریکایي چارواکی اخر دې ته اړ کېږي چې ووایي، دواړه غاړې باید وسله پر ځمکه کېږدي.

د طالبانو دغه استازي وویل، ښاغلي خلیلزاد «د خپلې تېرې ورځې د تېروتنې د اصلاح لپاره» دغه پیغام لیکلی او په مانا لرونکې خندا سره یې ورو وویل، د خلیلزاد د ټوېټر او هغه څه چې زموږ سره د مذاکرو پر مېز د خبرو ډول دی، توپیر لري.

د بغلان برید او د دوحې مذاکرات

طالبانو تل په تېره بیا له پنځم پړاو خبرو وروسته، د اوربند موضوع ته حساسیت ښودلی دی. د طالبانو او امریکایانو تر منځ د خبرو په څلورمه ورځ طالبانو د بغلان په زاړه پلخمري ښار کې د پولیسو پر قوماندانۍ ډله ییز برید وکړ. په دغه برید کې له سلو زیاتو امنیتي ځواکونو ته مرگ ژوبله واوښته.

په همدغه دوحه ښار کې څو کاله وړاندې طالبانو ته سیاسي دفتر ورکړل شو، چې کابل توند غبرگون پرې وښود. له بغلان نه کابو دوه زره کیلومتره لرې په دوحه کې د طالبانو یو مذاکره کوونکی مې ولید، چې د لمانځه د وقفې پر مهال مخکې له دې چې د مذاکرې د مېز پر لور لاړ شي، د بغلان د برید خبرونه یې په ځینو خبري سایټونو کې کتل.

طالبان پر دې ډېر باوري دي چې په افغانستان کې د دوی د ډلې له خوا ورته بریدونه، د مذاکرو پر مېز د دوی د پلاوي دریځ نور هم قوي کوي.

له امریکا سره د خبرو بیا پیلېدل او په پسرلي کې د دې ډلې د عملیاتو زیاتېدل، کېدای شي ډېرو ته په دې مانا وي چې طالبان سولې ته لېوال نه دي، خو ځیني طالبان پر دې باور دي چې د جگړې زور اړین دی څو امریکایان هغوی جدي وگڼي او غوښتنو ته یې غاړه کېږدي.

ښاغلي خلیلزاد د خبرو د شپږم پړاو د مذاکرو پر مېز نوې طرحه وړاندې کړه «د تاوتریخوالي او جگړې کمول چې اوربند ته لار هوار کړي». له دې وړاندې هغه تل په هر اړخیز اوربند ټینگار کړی و. دغه امریکایي استازي د خپلې نوې طرحې په اړه ونه ویل، چې ښتې باید د کومو شرایطو له مخې کمې شي، څو اوربند ته لار هواره شي. یادې طرحې په افغانستان کې د طالبانو لپاره د امن ځایونو ورکړې اټکل یو ځل بیا را ژوندی کړ.

ځینې پر دې باور دي چې د ښاغلي خلیلزاد موخه کېدای شي د سیمو او ولسوالیو په کچه اوربند وي، چې ورو ورو وغځېږي.

طالبانو ته یوې نږدې سرچینې وویل، د تاوتریخوالي د کمېدو د طرحې یوه برخه به دا وي، چې دوی په ښارونو کې خپلې حملې کمې کړي.

دې سرچینې تایید کړه چې له دې وړاندې هم د سیمې په کچه د اوربند خبره شوې وه، خو د دې سرچینې په باور د تاوتریخوالي کمښت به کېدای شي د اوربند په مانا نه وي.

د مذاکرو پر مهال پر نړیواله موسسه برید

د طالبانو او امریکانو ترمنځ په دوحه کې د خبرو په شپږمه ورځ، طالبانو په کابل کې په یوه نړیواله موسسه برید وکړ، چې په دغه برید کې پنځه تنه ووژل شول او له شلو زیات یې ټپیان کړل.

طالبانو وویل چې د کونټرپارټ انټرنېشنل موسسې، د امریکایانو د موخو لپاره په افغانستان کې څېړنه او فعالیت کاوه.

دغه برید په افغانستان او بهر کې په ځانگړي ډول د امریکا غوسه را وپاروله، خو د سولې خبرو پر بهیر یې اغېز نه لاره او خبرې لا یوه بله ورځ هم وغځېدې. سره له دې چې په دغو مذاکراتو کې افغانستان هره ورځ د بریدونو او نښتو شاهد و، خو دواړو خواوو په نرمه لهجه او هیله منونکي پیغام سره د خبرو شپږم پړاو پای ته ورساوه.

داسې ښکاري چې طالبان او امریکان تر ډېره په دغو خبرو سره په ځینو برخو کې سره سلا شول او سخت اختلافي نظرونه یې چې سره لرل، حل یې کړل.

خو اوس داسې انگېرل کېږي چې د طالبانو عمده اندېښنه دا ده، چې په افغان دولت کې د دوی اسلامي امارت او یا افغان دولت د طالبانو په امارت کې څنگه مدغم شي.

داسې برېښي چې طالبان په افغانستان کې د جگړې د میدان پرېښودلو لپاره له امریکا د ځانگړي ضمانت د تر لاسه کولو په لټه کې دي.

له ناندریو او تورونو سره جوخت؛ میر رحمان رحماني د ولسي جرگې رییس وټاکل شو

تېره پنجشنبه د ولسي جرگې غړو د خپل رییس د ټاکلو لپاره د رایې ورکول پیل کړل. په لومړي پړاو کې څلور کسه دغه څوکۍ ته نوماندان وو، چې دوو یې تر ټولو ډېرې رایې واخیستې. ټاکنې دویم پړاو ته لاړې چې پرون شنبه ترسره شوې. ویل کېږي چې د ټاکنو پر مهال او تر هغه مخکې ځینو وکیلانو د خاص نوماند په گټه کمپاین کاوه او ان په ټولنیزو رسنیو کې د فساد تورونه هم شته دي.

سره له دې چې د ولسي جرگې تېرې ټاکنې د ملي یووالي د حکومت پر کاري دوره یوه توره د فساد او درغلۍ ټاپه لگوي، خو بیا هم نوې ولسي جرگې خپل کار پیل کړ. په دغه جرگه کې استازو د خپل رییس د ټاکلو لپاره رایه ورکړه، خو ویل کېږي چې رایې په نقدو پیسو او ځینو امتیازاتو اخیستل شوې دي. د ټولنیزو رسنیو کاروونکي په دې برخه کې د ستر فساد تور پورې کوي.

پرون شنبه په پارلمان کې د نوي رییس لپاره د رایې اچونې پر مهال څو ځله ناندرۍ او کشمکشونه رامنځ ته شول. خو بالاخره په لومړي پړاو کې نه کمال ناصر اصولي او نه هم میر رحمان رحماني د ټاکنو گټونکی شو. وروسته داسې وویل شول، چې دوه رایې ورکې دي او یو هم تش کاغذ په صندوق کې پروت و. له همدې د وکیلانو ترمنځ ناندرۍ را ولاړې شوې او یوې ډلې وکیلانو وویل چې په دې اساس رحماني د ټاکنو گټونکی دی.

په دغو ټاکنو کې د خوست ولایت استازي کمال ناصر اصولي ۵۵ او د پروان ولایت استازي میر رحمان رحماني ۱۲۳ رایې وگټلې. په دغو ټاکنو کې ۵۳ رایې باطلې او ۱۳ هم سپینې وې. لومړیو کې ویل کېدل چې د مشرۍ گټلو لپاره ۱۲۴ رایې پکار دي، ځکه نو داسې فکر کېده چې د نن ټاکنې به هم د تېر په څېر بې پایلې شوې وې.

وروسته وویل شول چې دوې رایې ورکې دي او یو هم تش کاغذ له صندوق څخه ووت او جنجال له دې جوړ شو چې ځینو ویل رحماني گټونکی دی. له نږدې یوې گړۍ ځنډ او پټو دروازو تر شا له خبرو وروسته، د ولسي جرگې لندمهالي مشر رحماني گټونکی اعلان کړ. د کمال ناصر اصولي او میر رحمان رحماني ترمنځ د لومړي پړاو ټاکنې تېره پنجشنبه شوې وې. هغو ټاکنو کې د ولسي جرگې د ننگرهار استازي میرویس یاسیني او عمر نصر مجددي هم سیالي وکړه، خو یوه هم اکثریت رایې خپلې نه کړې.

د ولسي جرگې د تېرې دورې د مشرتابه ټاکنې له دې هم ډېرې جنجالي وې او تر یوې میاشتې او څلورو پړاوونو ټاکنو وروسته هم دې جرگې ته مشر ونه ټاکل شول. وروسته له ازبک قوم څخه چې هغه مهال یې پارلمان کې ۱۹ څوکۍ لرلې، د یو کس د غوره کولو وړاندیز وشو او عبدالرووف ابراهیمي د دې جرگې مشر شو.

بل پلو په ټولنیزو رسنیو کې د موقت رییس د پرېکړې په غبرگون کې پراخ کمپاین پیل شوی دی او کاروونکي وایي چې ولې په لومړي پړاو کې رحماني بایلونکی، خو تر یو ساعت ناندریو او پټو بحثونو وروسته گټونکی اعلانېږي. عام افغانان هم د موقت مشر دغه ډول غیر مسوولانه پرېکړه د نه منلو او غیر قانوني بولي.

مادورو: حکومت هڅه کوي چې له سیاسي مخالفینو سره سوله ییزه اجنډا جوړه کړي

د وینزویلا ولسمشر نېکولاس مادورو ویلي، حکومت هڅه کوي چې له سیاسي مخالفینو سره یوه سوله ییزه اجنډا جوړه کړي.

دا په داسې حال کې ده چې د ناروې حکومت وړمه ورځ تایید کړه، چې د وینزویلا د حکومت له استازو او سیاسي مخالفینو سره یې ابتدایي اړیکې ټینگې کړې دي.

د دغه هېواد د بهرنیو چارو وزارت ویلي، لا تر اوسه دا هڅې په لومړنیو مرحلو کې دي او پر بېلابېلو برخو غور او ارزونې روانې دي.

دغه وزارت ویلي: «موږ د یوې سوله ییزې حللارې د لټون لپاره د خپل ملاتړ دوام ته لېواله یو».

د ناروې د همدې منځگړیتوب د هڅو په لړ کې د وینزویلا ولسمشر ټینگار کړی، چې حکومت د خپلو سیاسي مخالفینو له استازو سره د یوې سوله ییزې اجنډا د جوړولو په لټه کې دی. بلخوا د حکومت د سیاسي مخالفینو مشر خوان گوایدو چې پخپله ناروې ته نه دی تللی، تایید کړې چې د وینزویلا د حکومت او سیاسي مخالفینو تر منځ د خبرو منځگړیتوب پیل کړی دی، خو دا یې رد کړې چې گواکې دواړه لوري دې مخامخ خبرې سره وکړي.

د دواړو لورو استازي تېره اونۍ ناروې ته ورسېدل چې دا په وینزویلا کې د څو میاشتني بحران د ختمېدو لپاره د یوې نوې تگلارې څرگندویي کوي.

په وینزویلا کې له څو میاشتو راهیسې سیاسي کړکېچ د خوان گوایدو په مشرۍ وروسته له هغې پیل شو، چې پر ولسمشر نېکولاس مادورو له بشري حقونو د سرغړونې او د دغه هېواد د اقتصادي چارو د ناسم مدیریت له کبله توندې نیوکې وشوې او سلگونه زره کسان یې له دندې څخه د لرې کېدو لپاره سړکونو ته راووتل، چې دغه لاریونونه وروسته پر تاوتریخوالي واوښتل او ډېرو کسانو ته پکې مرگ ژوبله هم واوښته.

په لومړي سر کې د خوان گوایدو له خوا د خوځښت هڅه وروسته له هغې له ناکامۍ سره مخ شوه، چې د وینزویلا پوځ د هغو ملاتړ ونه کړ. ولسمشر مادورو چې د روسیې، چین او کیوبا ملاتړ له ځانه سره لري، په ۲۰۱۳ ز کال کې ولسمشر وټاکل شو او بیا د دویم ځل لپاره یې په ۲۰۱۸ ز کال کې د ولسمشرۍ دویمې دورې لپاره لوړه وکړه، چې دغه کار له مخالفتونو سره مخامخ شو او سیاسي مخالفینو یې په رایو کې د درغلۍ تورونه ورباندې ولگول. خوان گوایدو چې د پارلمان مشري کوي، د روان کال په جنورۍ کې ځان د وینزویلا موقت ولسمشر اعلان کړ، چې تر اوسه یې د امریکا په گډون، د پنځوسو هېوادونو ملاتړ ترلاسه کړی دی.

د کتــاب خبــرې

د لوی فکر جادو

ليکوال: دوکتور ډېوېډ شوارتز
ژباړن: ميراحمد يـاد

لسم څپرکی
عمل مو عادت کړئ

د وېرې ختمولو او باور موندلو لپاره کار وکړئ. دلته يوه خبره ياد ساتئ. حرکت پر ځان باور زياتوي او ځنډ چې هر ډول وي، وېره پيدا کوي. که اقدام مو وکړ، له وېرې سره مو مبارزه وکړه او که ځنډ مو وکړ، وېرې ته مو ميدان پرېښود.

د پراشوټ يوه روزونکي راته کيسه کوله چې خپله راټوپ کول دومره سخت نه دي، له دې ټوپ وړاندې حالت انسان خوري. زه هڅه کوم چې له ټوپ کولو وړاندې وخت ډېر زر تېر شي. زياتره وخت خلک د دې ټوپ په پايلو دومره فکر وکړي چې وېره ورته پيدا شي او له کاره يې وغورځوي. که موږ يې دې ته تيار نه کړو چې راتلونکي پرواز کې ټوپ کړي، نو بنايي بيخي دا کار پرېږدي. څومره چې تاسې د ټوپ او الوت شيبه ځنډوئ، هومره درباندې وېره ډېره سپرېږي.

انتظار د ډېرو کاريګرو خلکو حوصله هم ختموي. په ټايم مجله کې راغلي چې (اډوارډ. ر. مارو) د هيواد تکړه نطاق دی، خو دی هم له خبرونو ويلو مخکې وارخطا وي او څنګه چې خبرونه پيل کړي، دا وېره او وارخطايي يې ختمه شي. د تياتر ډېر پاخه لوبغاړي هم له ورته حالت سره مخ کېږي. دوی ټول وايي چې له صحنې وېره، صحنې ته په ورتګ ختمېږي. وېره او وارخطايي هله ختمېږي چې انسان صحنې ته ورننوځي او د خلکو مخ کې لوبه شروع کړي.

اقدام وېره وژني. يوه شپه يوه ملګري کره مېلمه وم، ناڅاپه يې پنځه کلن ماشوم په خوب کې چيغې کړل. ماشوم يو تخيلي فلم کتلی و، داسې ورته ښکارېدل چې يوه شنه بلا د ده کوټې ته ورننوځي او ماشوم تښتوي. پلار د ماشوم د اراملو لپاره يو ډېر جالب کار وکړ. د نورو غوندې يې نه ورته ويل چې: (هېڅ خبره نشته بچيه، ورشه قرار ويده شه.) د دې پر ځای يې بل مثبت کار وکړ. ټولې کړکۍ يې د ماشوم د سترګو پر وړاندې خلاصې کړې او ورته يې وښودل چې وګوره سمې بندې دي. بيا يې د هغه پلاستيکي غشي را واخيستل او په مېز يې ورته کېښودل، ورته وويل: (زويه دا غشي هم د احتياط لپاره درسره کېږده.) د ماشوم څېره ارامه شوه، څلور دقيقې وروسته چې سرې ورغی، ماشوم ارام ويده شوی و.

زياتره ناروغان چې په خپله خوښه د خوب ګولۍ غواړي، ډاکتران ورته بې بوېه او بې خاصيته درمل ورکوي. زياتره وخت خلک يوازې په دې ارامېږي چې ګولۍ واچوي، ګنې دا ګولۍ هېڅ ځانګړنه يا خاصيت نه لري.

وېره طبيعي ده، خو له وېرې سره د مبارزې مروجې لارې چارې ګټورې نه دي. زه زياتره داسې پلورونکي ګورم چې د وېرې ختمولو لپاره پرله پسې قهوه څښي يا تر سرکې ځي او راځي. دا وېره ان په ډېرو تجربه کارو پلورونکو کې هم پيدا کېږي، خو دا کار هېڅ ګټه نه لري. له هر ډول وېرې سره مبارزه اقدام دی.

له ټيليفون کولو وېرېږئ؟ شمېره داېره کړئ، وېره به خپله ختمه شي.

ډاکټر ته له تلو وېرېږئ؟ وخت واخلئ، ډاکټر ته لاړ شئ، وېره به ختمه شي.

که تاسې ډاکټر ته تګ د وېرې له لامله ځنډوئ، نو دا وېره به دومره لويه شي چې بنايي تاسې له پښو وغورځوي.

خپل مشر سره له خبرو وېرېږئ؟ بې زړه کېږئ مه، خبرې وکړئ دا وېره او اندېښنې به خپله ختمې شي.

پر ځان باور پيدا کړئ، پر وخت اقدام وکړئ او وېره ووژنئ.

ذهن مو فعال کړئ

يو ځوان ليکوال ډېر لوی خيالونه لري، خو بيا هم چندانې برې ته نه دی رسېدلی، ده به ويل: (زما ستونزه دا ده چې په ورځو او اونيو د ليک سوژه نه شم موندلای.

تاسې خپله پوهېږئ چې ليکوالي نوښت دی. انسان بايد اغېزمن شي او احساسات يې د حرکت لامل شي.)

زه دا منم چې ليکوالي نوښت دی، خو يو بل نوښتګر ليکوال په خپلو ډېرو کتابونو کې د خپل (برې راز) دا ښودلی:

(زه خپل ذهن په يوه ځانګړې طريقه فعالوم، ځانته د کارونو لپاره يو ضرب الاجل ټاکم. نو په دې خاطر د نوښت تر راتلو صبر نشم کولای. زه خپل ځان نوښت ته مجبوروم. زه ځان پخپله ليک ته اړباسم، مېز ته کېنم، قلم را اخلم او ليک پيلوم. زما هدف يوازې ليک وي، څه چې ذهن ته راځي هغه ليکم، هسې پاڼې توروم، ګوتې او لاسونه خوځوم، خو د وخت په تېرېدو زما پام هم نه وي او يو فکري مسير ته برابر شوی يم. البته ځيني وخت چې د ليکلو پلان نه لرم ځيني فکرونه راځي، خو هغو ته ارزښت نه ورکوم، ځکه د کار پر وخت نور ډېر ښه فکرونه راځي.

حرکت له حرکته پيدا کېږي. دا د طبيعت قانون دی. موږ د ورځې لسګونه وسايل کار وو، خو يو شی هم خپله حرکت نه پيلوي.

ستاسې کور تودېږي، خو د بخارۍ درجه بايد تاسې وټاکئ. يعنې حرکت بايد وکړئ. موټر مو چالانېږي، خو کونجې بايد تاسې تاوه کړئ. ذهني حرکت هم همداسې درواخلئ. که نوښت ترې غواړئ، نو کونجې يې بايد تاوه کړئ. **دوام لري...**

خراسان پوهنتون

حميدالله حميدي

خراسان پوهنتون خپلې چارې په لومړي سر کې د لوړو زده کړو د يوې موسسې په توګه په ۱۳۸۶ لمريز کال کال کې د يوه پوهنځي (اقتصاد) په درلودو سره، چې يو ډيپارټمنټ (بي بي اې) يې درلود، د ننګرهار ولايت په جلال اباد ښار کې پيل کړې. د خراسان پوهنتون د علمي چارو مرستيال پوهاند دوکتور عبيدالله شينواري وايي، هغه وخت يې په همدغه يوه پوهنځي کې د تدريس چارې د بهرنيو او کورنيو استادانو لخوا پر مخ وړل کېدې. نوموړي وايي، دا چې ورځ تر بلې يې د متقاضيانو شمېر مخ پر ډېرېدو و، نو اړ شول چې د نورو پوهنځيو پر جوړېدو هم فکر وکړي او له لوړو زده کړو وزارت څخه يې منظوري واخلي.

د خراسان پوهنتون اداره وتوانېده چې په ۱۳۸۸ لمريز کال کې د پوهنتون په چوکاټ کې د انجنيرۍ پوهنځی هم زيات کړي. ښاغلی شينواري وايي، انجنيرۍ پوهنځي يې هم يوازې يو ډيپارټمنټ (ساختماني انجنيري) درلوده، چې ښځينه او نارينه محصلينو پکې زده کړې پيل کړې. د خراسان پوهنتون د علمي چارو مرستيال وايي، په دې پوهنځي کې د تدريس چارې د دايمي او قراردادي استادانو لخوا مخ ته وړل کېدې، چې په قراردادي استادانو کې يې ډېری د دولتي پوهنتونونو استادان پر دندو ګومارلي وو.

ښاغلی شينواري وايي، د معيارونو تر پوره کولو او د خلکو له پر له پسې غوښتنو وروسته، د خراسان پوهنتون اداره وتوانېده چې له لوړو زده کړو وزارت څخه د دوو نورو پوهنځيو (کمپيوټر ساينس او بشري علومو) منظوري هم واخلي. د خراسان پوهنتون د علمي چارو مرستيال پوهاند دوکتور عبيدالله شينواري وايي، د کمپيوټر ساينس پوهنځي بې دوه ډيپارټمنټونه (آی ټي او نېټ ورک او بل هم د سافټوير اينجنيرېنګ) او بشري علومو پوهنځي يې بيا درې ډيپارټمنټونه (ژورنالېزم، عربي ادبيات او انګليسي ادبيات) درلودل. ښاغلی شينواري وايي، په دغو پوهنځيو کې يې هم ښځينه او نارينه محصلين زده کړې کوي.

خراسان پوهنتون اوسمهال څلور پوهنځي (اقتصاد، انجنيري، بشري علوم او کمپيوټر ساينس) لري، چې د ټولو پوهنځيو د ډيپارټمنټونو شمېر يې اوو ته رسېږي. پوهاند دوکتور عبيدالله شينواري وايي، په ۱۳۹۲ لمريز کال کې يې ټول هغه معيارونه پوره کړل، چې لوړو زده کړو وزارت ورته ټاکلي وو، نو د همدغو معيارونو تر پوره کولو وروسته دوی وتوانېدل، چې بنسټ يې د خراسان له لوړو زده کړو موسسې څخه پوهنتون ته ارتقاء وکړي.

اوسمهال لږ تر لږه ۲۲۰۰ محصلين د خراسان پوهنتون په څلورګونو پوهنځيو کې پر لوړو زده کړو بوخت دي، چې په دې کې د ۱۱۰ په شاوخوا کې يې ښځينه محصلينې دي. خراسان پوهنتون له پيله تر اوسه پورې لږ تر لږه ۱۱۰۰ محصلين د لېسانس په کچه ټولنې ته د خدمت په موخه وړاندې کړي دي، چې د ښاغلي شينواري په خبره ډېری يې اوس په دولتي او غير دولتي ادارو او موسسو کې دندې لري. د خراسان پوهنتون د علمي چارو مرستيال وايي، هغه ښځينه محصلينې چې له انجنيرۍ پوهنځي څخه فارغې شوې دي، ټولې يې له کورنيو ساختماني شرکتونو او موسسو سره دندې تر سره کوي.

په خراسان پوهنتون کې د تدريس چارې د تجربه لرونکو او مسلکي استادانو لخوا پر مخ وړل کېږي. د ښاغلي شينواري په خبره، دوی هڅه کوي چې د لوړو زده کړو وزارت له معيارونو سره سم استادان پر دندو وګوماري، خو دا چې په ټوله کې په هېواد کې د دوکتورا لرونکو او ماسټرۍ لرونکو استادانو شمېر کم دی، نو دوی اړ دي چې لېسانس استادان هم وګوماري. د پوهاند دوکتور شينواري په خبره، لس سلنه استادان يې د دوکتورا، پنځوس سلنه يې د ماسټرۍ او پاتې څلوېښت سلنه استادان يې بيا د لېسانس تر کچې پورې لوړې زده کړې لري. دی وايي، هڅه کوي چې د خپلو هغو استادانو لپاره چې لېسانس دي، د ماسټرۍ او د ماسټرۍ لرونکو استادانو لپاره په کور دننه او بهر کې د دوکتورا اخيستو زمينه برابره کړي.

د خراسان پوهنتون د علمي چارو مرستيال وايي، هڅه يې دا ده چې نه يوازې د استادانو لپاره، بلکې د خپلو ممتازو محصلينو لپاره په بهر کې د نورو لوړو زده کړو، د دوکتورا او ماسټرۍ په پروګرامونو کې د ګډون چانس هم برابر کړي. نو له همدې کبله پر کورنيو پوهنتونونو سربېره دوی په هند، ترکيه، ماليزيا، امريکا او پاکستان کې له ځينو پوهنتونونو سره علمي اړيکې او هوکړې لري. نوموړی وايي، له دغه کار څخه يې موخه دا ده، چې د دغو پوهنتونونو له تجربو ګټه واخلي او تر څنګ يې پکې د خپلو استادانو او محصلينو د ورتيا لوړولو لپاره چانسونه برابر کړي.

د پوهاند دوکتور شينواري په خبره، پوهنتون يې د محصلينو لپاره دوه مجهز کتابتونونه لري، چې استادان او محصلين ترې د خپلې مطالعې او څېړنې لپاره ګټه اخلي. نوموړی وايي، فزيکي کتابتون يې لږ تر لږه څلوېښت زره ټوکه بېلابېل کتابونه لري، چې په ملي او نړيوالو ژبو ليکل شوي دي. دغه راز يو بل ډيجيټالي کتابتون هم لري، چې تر اوسه پورې يې دېرش زره ټوکه کتابونه ورپورته کړي، چې محصلين او استادان يې کولی شي په کور او پوهنتون دواړو کې له دغه کتابتون څخه په انلاين ډول ګټه واخلي.

د دې ترڅنګ، خراسان پوهنتون د خپلو محصلينو لپاره ټول هغه امکانات چې يو پوهنتون يې بايد ولري، برابر کړي دي. د بېلګې په توګه، کتابتون، کمپيوټر لب، ورزشي ميدانونه، د سپورټ توکي، ليليه او د انټرنېټ اسانتياوې. دغه پوهنتون د محصلينو لپاره کلنۍ، مياشتنۍ او مهالنۍ کورسونه او ورکشاپونه هم لري، چې د محصلينو د ورتياوو او تجربو په زياتولو کې ور سره مرسته کوي. خراسان پوهنتون د هرې کټه ګورې محصلينو لپاره بېلابېل تخفيف لري. ښاغلی شينواري وايي، هغه کسان چې د لوړو زده کړو وزارت د کانکور په ازموينه کې يې لوړې نمرې اخيستې وي، خو بې پايلې اعلان شوي وي، د لوړو زده کړو وزارت لخوا دوی ته ور معرفي کېږي، دوی تخفيف ورکوي او تر څنګ يې د شهيدانو او بېوزلو کورنيو غړو، مهاجرينو او ممتازو محصلينو لپاره ځانګړی تخفيف لري.

د خراسان پوهنتون اداره وايي، ټول هغه کارونه چې د محصلينو په تحصيلي اسنادو پورې اړوندېږي، خپله يې د پوهنتون استازي مخ ته وړي. د دغه پوهنتون د علمي چارو مرستيال وايي، هره اونۍ د دوی د پوهنتون استازی ځي لوړو زده کړو وزارت ته، له هغه ځايه د فارغ شويو محصلينو د ترانسکرپټونو، ډيپلومونو او نور اړوندو تحصيلي اسناد کارونه خپله خلاصوي او له خلاصېدو وروسته يې محصلينو ته سپاري، څو په اړونده برخه کې ترې ګټه واخلي. نوموړی وايي، که دغه چاره خپله محصل ته وسپاري، کېدای شي له ډېرو ستونزو سره مخ شي، نو دغه څه خپله دنده بولي او محصل ته تاييد شوي تحصيلي اسناد سپاري.

د خراسان پوهنتون اداره د دغه بنسټ د لا پرمختګ لپاره ډېر پلانونه په پام کې لري، چې ګام پر ګام به يې عملي کوي. د دغه پوهنتون د علمي چارو مرستيال پوهاند دوکتور عبيدالله شينواري وايي، لومړی هڅه به يې دا وي چې د لوړو زده کړو وزارت له معيارونو سره سم استادان وګوماري او ټول هغه قوانين عملي کړي، چې دغه وزارت ورته ټاکلي دي. تر څنګ يې غواړي په راتلونکي کې د خپلو پوهنځيو او ډيپارټمنټونو شمېر زيات کړي، خپله د جلال اباد په ښار او نورو ولايتونو کې څانګې ولري. دی وايي، هڅه نه کوي هغه پوهنځي يا ډيپارټمنټونه جوړ کړي چې خپله د ننګرهار پوهنتون يې لري، بلکې د کار مارکېټ ته په کتو، داسې پوهنځي او ډيپارټمنټونه به رامنځ ته کړي، چې په ياد ولايت کې يې بې نور پوهنتونونه ونه لري.

د ياد پوهنتون اداره وايي، دا چې په افغانستان کې خصوصي پوهنتونونه يوه نوې تجربه ده، نو اړتيا ده چې افغان حکومت او په تېره بيا لوړو زده کړو وزارت ور سره هر اړخيزه مرسته وکړي. ښاغلی شينواري وايي، ډېری خصوصي پوهنتونونه خپلې شخصي ودانۍ نه لري او په مياشتني ډول ډېره لوړه کرايه ورکوي، چې دغه څه يې د پرمختګ مخه نيسي. شينواري وايي، افغان حکومت بايد په دې برخه کې تر هغه د خصوصي پوهنتونونو لاسنيوی وکړي، څو پر ځان بسيا شي. نوموړی وايي، ماليې وزارت ترې په ډېره لوړه کچه ماليه اخلي، چې دغه څه يې هم د پرمختګ په مخ کې يو لوی خنډ دی. د خصوصي پوهنتونونو اتحاديه وايي، خصوصي پوهنتونونه چې د لوړو زده کړو وزارت په چوکاټ او د همدغه وزارت د قانون په رڼا کې فعاليت کوي، نو بايد دوه ګونی چلند ور سره ونه شي او له ټولو هغو امکاناتو او حقونو څخه برخمن شي، چې دولتي پوهنتونونو ته ورکول کېږي، ځکه دغه پوهنتونونه هم د دولتي پوهنتونونو په څېر د هېواد بچيان روزي او د هېواد په ابادۍ کې ونډه اخلي. پوهاند شينواري وايي، کوم امکانات چې د دولتي پوهنتونونو استادانو او محصلينو ته ورکول کېږي، خصوصي پوهنتونونوته نه ور کول کېږي.

اقتصاد

د اسعارو بيې

$	۷۹,۵۰
€	۸۸
Rp.	۵۳۸
₹	۱۱۰۰
¥	۱۱,۳۰
£	۱۰۰

پروازونه

کابل - هرات	07:00
کابل - دوبۍ	15:30
کابل - ډهلي	07:00

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 شمیرې

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

همیانی

علائم کم آبی بدن؛ عوامل، خطرات و راه‌های درمان آن

ترجمه: فایز کریمی

کم آبی بدن زمانی رخ می‌دهد که میزان مصرف یا استفاده از آب در بدن بیشتر از حجم آبی است که به آن وارد می‌کنید. وقتی آب کافی در بدن وجود نداشته باشد، عملکرد آن با مشکل مواجه خواهد شد. اگر آب و مایعات کافی به بدن وارد نشود، مشکل کم آبی یا دی‌هایدرایت شدن به وجود می‌آید. این مشکل برای همه افراد در سنین مختلف رخ می‌دهد، اما وقوع آن در افراد مسن و کودکان خطرناک است. در ادامه این مطلب بیشتر درباره کم آبی بدن می خوانید. دلیل اصلی کم آبی بدن در کودکان، اسهال و استفراغ است. افراد مسن هم به طور طبیعی، آب کمتری نسبت به دیگران در بدن دارند و مصرف برخی داروها هم باعث کاهش حجم آب و مایعات در آنها می‌شود. در نتیجه، بیماری‌های نه‌چندان جدی مانند برخی عفونت‌های ساده هم می‌توانند روی مثانه و شُش‌ها اثر بگذارد و موجب کم آبی بدن در بزرگسالان شود. علاوه بر اینها، کم‌آبی در هر فردی که کم آب می‌نوشد، در معرض گرما قرار دارد یا ورزش‌های سنگین می کند هم به وجود می‌آید. برای رفع کم آبی باید مایعات و آب بیشتر بنوشید، اما در موارد جدی نیاز به درمان وجود دارد.

علائم و نشانه‌های کم آبی بدن چیست ؟

تشنگی دلیل کافی برای کم آبی بدن نیست. یعنی بسیاری از افراد به‌ویژه افراد مُسن اصلاً احساس تشنگی نمی‌کنند، اما بدن‌شان فاقد آب کافی است. به همین خاطر باید در هنگام ورزش کردن و بیماری به نوشیدن مقدار آب کافی دقت کنید تا دچار کم آبی بدن نشوید. علائم و نشانه‌های کم‌آبی بنا به سن و سال متفاوت است:

علائم کم آبی بدن در نوزادان و کودکان

خشکی دهان و زبان؛
نبود اشک در چشم در هنگام گریه کردن؛
گود شدن زیر چشم و گونه‌ها؛
فرورفتگی قسمت نرم بالای جمجمه؛
بی‌قراری و بی‌حالی.

علائم کم آبی بدن در بزرگسالان

تشنگی زیاد؛
خستگی؛
سرگیجه؛
گیجی.

چه زمانی باید به داکتر مراجعه کنید؟

در صورت مشاهده موارد زیر در خود یا اطرافیان باید با داکتر تماس بگیرید:
دچار شدن به اسهال بیش از ۲۴ ساعت؛
بی‌حالی، کاهش میزان فعالیت و خواب آلودگی ؛
ناتوانی در نگه داشتن مایعات در بدن و دفع آنها؛
داشتن مدفوع سیاه یا خونی.

دلایل کم آبی بدن چیست؟

گاهی‌اوقات، کم آبی بدن دلایل ساده‌ای دارد. مثلاً سرتان شلوغ است، بیمار هستید یا در کوه‌نوردی، سفر یا گردش هستید و به آب سالم دسترسی ندارید. دلایل دیگر کم آبی بدن به شرح زیر است:

استفراغ

اسهال شدیدی که ناگهانی ظاهر می‌شود در مدت زمانی کوتاه، مقدار قابل‌توجهی از آب و الکترولیت‌های بدن را از بین می‌برد. اگر همراه با اسهال به استفراغ هم دچار شوید احتمال از دست رفتن مواد معدنی و مایعات بدن بیشتر می‌شود.

تب

هر چقدر درجه تب‌تان بیشتر باشد، آب بیشتری هم از دست خواهید داد. اوضاع وقتی وخیم‌تر می‌شود که علت تب، اسهال و استفراغ باشد.

تعریق زیاد

زمانی که عرق می‌کنید، آب بدن خود را از دست می‌دهید. اگر آب ننوشید، دچار کم آبی می‌شوید. هوای گرم و مرطوب باعث تعریق بیشتر و از دست دادن آب بدن می‌شود.

افزایش تعداد دفعات ادرار

ادرار کردن به دفعات زیاد می‌تواند نشانه ابتلا به دیابت باشد. برخی از داروهای قلب و داروهای ادرارآور هم باعث افزایش ادرار می‌شوند.

عوامل ایجاد کم آبی در بدن چیست؟

همه افراد می‌توانند به کم‌آبی دچار شوند؛ اما برخی بیشتر در معرض خطر هستند:

نوزادان و کودکان

این گروه از افراد بیشتر از دیگران در معرض خطر کم آبی هستند. زیرا بیشتر دچار اسهال و استفراغ می‌شوند. تب و سوختگی در نوزادان باعث می‌شود آب بیشتری نسبت به دیگران از دست بدهند. ضمن اینکه این گروه سنی نمی‌توانند نیازشان به نوشیدن آب را مطرح کنند یا خودشان آب بنوشند. پس احتمال کم آبی بدن در آنها زیاد است.

افراد بزرگسال

با افزایش سن، حجم آب موجود در بدن کاهش پیدا می‌کند و احساس تشنگی کمتری در بدن به وجود می‌آید. ابتلا به دیابت، زوال عقل و مصرف بعضی داروها هم باعث کم آبی بدن می‌شود. برخی از کهنسالان هم مشکلات جسمانی و حرکتی دارند و نمی‌توانند آب بنوشند.

افراد مبتلا به بیماری‌های مزمن

دچار بودن به بیماری‌هایی که درمان نشده‌اند هم بدن را در معرض کم‌آبی قرار می‌دهد. بیماری های کلیوی هم دفعات ادرار کردن را افزایش می‌دهد و بدن را به کم‌آبی دچار می‌کند. حتی سرما خوردگی و گلودرد هم امکان کم آبی بدن را زیاد می‌کند. چون در این حالات، میلی برای غذا خوردن و نوشیدن آب وجود ندارد.

ورزش کردن در محیط باز

هوای گرم و مرطوب هم باعث کم آبی بدن می‌شود. زیرا در هوای مرطوب، عرق بخار نمی‌شود و بدن را مثل هوای عادی خنک نمی‌کند. در نتیجه دمای هوا افزایش می‌یابد و نیاز به مصرف مایعات هم بیشتر می‌شود.

خطرات و عوارض کم آبی بدن چیست؟

کم آبی بدن خطراتی هم در پی دارد:

آسیب‌های ناشی از گرمی

اگر هنگام ورزش و تعریق شدید، آب ننوشید دچار مشکلاتی جدی خواهید شد. این مشکلات بنا به میزان از دست دادن آب بدن می‌تواند به شکل گرمازدگی یا خستگی گرمایی(سرگیجه و تهوع شدید) یا حتی مشکلات حادتری مانند سکته گرمایی(افزایش غیرعادی حرارت بدن) شود و حتی امکان مرگ هم وجود دارد.

مشکلات کلیوی

کم آبی بدن به طور مداوم می‌تواند باعث عفونت ادراری، ایجاد سنگ کلیه و حتی نارسایی کلیه شود.

تشنج

الکترولیت‌ها مانند سودیم و پوتاشیم به انتقال سیگنال‌ها از سلولی به سلول دیگر کمک می کنند. اگرتعادل الکترولیت‌ها در بدن از بین برود، پیام‌های الکتریکی میان سلول‌های بدن از بین می‌رود. در نتیجه امکان وقوع انقباض و گرفتگی ناخواسته عضلات و بی هوشی به وجود می‌آید.

کم‌حجمی خون

این مشکل بسیار خطرناک و گاهی‌اوقات مرگ‌آور است. زمانی که کاهش حجم خون باعث افت فشار می‌شود، سطح اکسیجن بدن هم افت شدیدی پیدا می کند.

چطور باید از کم آبی بدن جلوگیری کرد؟

برای جلوگیری از بی‌آب شدن بدن باید مقدار زیادی آب بنوشید و میوه‌ها و سبزیجات زیادی مصرف کنید. افراد سالم معمولاً به مقدار آب بدن‌شان توجه زیادی دارند. نوشیدن آب کافی به سلامت بدن کمک شایانی می‌کند.

چه زمانی بدن به آب بیشتری نیاز دارد؟

در موارد زیر، نیاز به نوشیدن آب بیشتر هم می‌شود:
اگر کودک‌تان به اسهال یا استفراغ دچار شد، در همان آغاز به او آب و مایعات بدهید و از کم‌آبی بدنش به کمک مایعات و داروهای مخصوص جلوگیری کنید. اجازه ندهید که بدن کم آب شود و بعد به فکر درمان مشکل باشید.

ورزش سنگین

بهتر است، قبل از شروع به ورزش‌های سنگین، آب بنوشید. ادرار روشن و رقیق نشانه کم آب نبودن بدن است. در فواصل انجام تمرینات ورزشی و بعد از آن، مایعات و آب مصرف کنید.

هوای گرم یا سرد

در هوای گرم و مرطوب باید دمای بدن خود را کاهش دهید و آبی را که با تعریق از دست داده‌اید، به بدن بازگردانید. در هوای سرد به ویژه در ارتفاعات هم برای جبران خشکی هوا و از دست رفتن آب بدن باید آب زیادی بنوشید.

بیماری‌ها

افراد مسن در خلال بیماری‌هایی مانند آنفلونزا، برونشیت یا عفونت‌های ادراری دچار کم آبی بدن می‌شوند و به همین خاطر باید در دوران بیماری و ناخوش‌احوالی، آب و مایعات زیادی مصرف کنند.

خارونکي بنسټونه: له بایومټریک پرته به ټاکنې له ستونزو سره مخ شي

پر ټاکنو د څار ځینو بنسټونو ویلي چې په لوړ لګښت د بایومټریک له اخیستل شویو دستګاوو ګټه نه اخیستنه به راتلونکې ټاکنې له کړکېچ سره مخ کړي.

د دوی په خبره، د ولسي جرګې په تېرو ټاکنو کې د افغان حکومت له بودجې د بایومټریک دستګاوو پر اخیستو نږدې ۲۰ میلیونه ډالره لګښت شوی دی.

د افغانستان د ازادو او عادلانه ټاکنو بنسټ یا فیفا ویلي، د افغانستان په څېر د بېوزله هېواد لپاره دا په ټاکنو کې تر ټولو لوړ لګښت دی، چې د ناسم مدیریت له امله اوس ورنه استفاده هم نه کېږي.

د دغه بنسټ اجرایوي مشر یوسف رشید ازادي راډیو ته ویلي، له بایومټریک سیسټم څخه نه استفاده به راتلونکې ټاکنې له ستونزو سره مخ کړي.

هغه ویلي: «په تېرو انتخاباتو کې د افغان دولت له بودجې د شلو میلیونو ډالرو په ارزښت بایومټریک دستګاوې واخیستل شوې، که په دې انتخاباتو کې ورنه استفاده ونه شي، د انتخاباتو قانون تر پښو لاندې کېږي، پر انتخاباتو د خلکو باور کمېږي او پایلې به یې کاندیدانو او د هغوی پلویانو ته د منلو وړ نه وي، چې دا هر څه انتخابات کړکېچ ته بیایي».

دا په داسې حال کې ده چې د نوي مهالوېش له مخې، ټاکل شوې چې د جمهوري ریاست، د غزني د ولسي جرګې او د ولایتي شوراګانو ټاکنې د راتلونکې تلې میاشتې په شپږمه نېټه ترسره شي.

د ټاکنو د نوي قانون د ۱۹مې مادې په دویم بند کې راغلي، چې د ټاکنو خپلواک کمېسیون مکلف دی، څو د ټاکنو د چټکتیا او شفافیت لپاره تدابیر ونیسي چې د نوملیکنې او رایې ورکولو تر کړنلارې پورې تړلې ټوله پروسه د الکترونیکي سیسټم له لارې په خوندي ډول ترسره شي.

بلخوا د ټاکنو خپلواک کمېسیون ویلي، چې د وخت او امکاناتو د کموالي له کبله، د جمهوري ریاست د ټاکنو له نوماندانو او سیاسي ګوندونو سره له سلا مشورې وروسته دغه پرېکړه شوې ده.

د دغه کمېسیون سرپرست ویاند ذبیح سادات ویلي: «له ناظرو بنسټونو، سیاسي ګوندونو او د جمهوري ریاست د انتخاباتو له کاندیدانو سره مسلسلې ناستې ترسره شوې، دغه موضوعات ټول له دوی سره شریک شول او وروسته له هغې د دوی نظر دا و چې د انتخاباتو کمېسیون شته وضعیت او خپلو امکاناتو ته په کتو سره هر ډول پرېکړه چې کوي، دوی ته د منلو وړ ده».

خو حزب اسلامي چې ګلبدین حکمتیار یې د جمهوري ریاست ټاکنو ته کاندید دی، ویلي چې له دوی سره په دې اړه سلا مشوره نه ده شوې.

د دغه حزب د مطبوعاتي ټیم غړي فضل غني حقمل ویلي، چې له بایومټریک سیسټم پرته راتلونکې ټاکنې دوی ته د منلو نه دي.

هغه ویلي: «دغه پرېکړه موږ ته د منلو وړ نه ده، موږ بیا هم ټینګار کوو چې د جمهوري ریاست په راتلونکو انتخاباتو کې باید له بایومټریک وسیلې استفاده وشي، څو په ټاکنو کې د تقلب او درغلۍ مخه ونیول شي».

مسیر ورځپاڼه
مسوول مدیر: اسدالله وحیدي
مرستیال: شفیق امیرزی
اېډېټران: جواد تیموري او امان الله حنیفي
لیکوالان: اېمل خان، نذیر احمد سهار او شفیق همدرد
خبریالان: حمیدالله حمیدي، حکمت آرین او حشمت الله نوري
ګرافیک او ډیزاین: ارمان
چاپخونه: وایګل چاپ ۰۲۰۲۵۱۲۶۲۶ ۰۷۸۲۹۸۹۶۹۶
maseerdaily@gmail.com
0202502100 / 0777989696
www.maseerdaily.af
Maseer Daily
MaseerDaily

Maseer

New Vision, New Journey

Daily

المبارک

توریستي شرکت

المبارک د ښه سفر لپاره غوره انتخاب دی!

flydubai

TURKISH AIRLINES

Emirates

ARIANA

0786 55 55 91
0786 55 55 92
0786 55 55 93
0777 77 78 55

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

یکشنبه د ۱۳۹۸ د غويي ۲۹مه | د ۲۰۱۹ د مې ۱۹مه | دریيم کال | ۳۷۵یمه ګڼه

www.Maseerdaily.af twitter/MaseerDaily Facebook/MaseerDaily

یکشنبه ۱۳۹۸/۲/۲۹

د سهار اذان ۰۳:۰۸ د ماښام اذان ۰٦:۵٦

رمضان کریم

	کابل	هرات	کندهار	بلخ	ننګرهار	خوست
لوړه	۲۲	۳۲	۳۳	۳۱	۳۲	۲۷
ټیټه	۱۱	۱٦	۱۹	۱۸	۲۰	۱۷

شرعي وختونه: سهار ۰۳:۰۸ | لمر ختل ۰۵:۰۸ | ماسپښین ۱۲:۰۷ | مازیګر ۰۵:۰۱ | ماښام ۰۷:۰۵ | ماخوستن ۰۷:۰۹

نړۍ

ربانی: علاقمند هستیم تا روند مذاکرات صلح افغانستان در ازبکستان برگزار شود

صلاح الدین ربانی سرپرست وزیر امور خارجه افغانستان گفته است که کشورش علاقمند است تا روند مذاکرات صلح افغانستان، در ازبکستان برگزار شود.

در خبرنامه وزارت امور خارجه آمده است که صلاح‌الدین ربانی سرپرست وزیر امور خارجه افغانستان، دیروز در شهر دوشنبه تاجکستان با عبدالعزیز کاملوف وزیر امور خارجه ازبکستان، دیدار نمود.

منبع افزوده است که وزیر امور خارجه، از جمهوری ازبکستان برای ابتکار از مذاکرات صلح قدردانی نموده و گفت، مردم و حکومت ازبکستان، دوست افغانستان بوده و حتی علاقمند هستند تا محل روند مذاکرات صلح افغانستان در ازبکستان باشد.

ربانی افزوده است که صلح و ثبات به این سادگی به دست نخواهد آمد و خواهان سهیم شدن تمامی کشور ها وجامعه بین المللی در رابطه به صلح کشور شد. وی گفته است که آلمان نیز در مذاکرات صلح افغانستان سهیم شده و افغانستان از این اقدام قدردانی می نماید.

سپس، کاملوف پیرامون صلح و ثبات در افغانستان صحبت نموده، افزوده است که اجماع منطقه ای پیرامون صلح افغانستان در حال گسترش است وبر تلاش های منطقه ای و جهانی در مورد صلح و ثبات افغانستان تأکید کرد.

وی افزود که حل منازعات امنیتی افغانستان از طریق گفت‌وگوهای مستقیم میان دولت افغانستان امکان پذیر بوده و سمرقند را بهترین مکان برای صلح خواند.

وی افزوده است: «از دید تاریخی نیز این شهر رابه هر مسلمان با اهمیت است و آماده ایم که هر نوع امکانات را برای مذاکرات حتی تا دو دهه فراهم سازیم».

ټرمپ: امریکا ته به کډوال یوازې د وړتیا او استعداد له مخې د ورتلو اجازه ولري

د امریکا ولسمشر ډونالډ ټرمپ کانګرېس تـه د کډوالۍ په هکله یوه نـوې طرحه وړانـدې کـړې، چـې پکـې د دایمـي اقامت لپـاره د لاټرۍ په ویـزو د بندیز تـر څنګ، د کورنیـو علایقـو پـر اساس امریکا تـه د خپلوانـو پـه راغوښـتلو هـم د بندیـز لګولـو وړاندیـز شـوی دی.

د دغـې طرحـې لـه مخـې بـه خلک یـوازې د وړتیـا او مهارت پـر بنسـټ امریکا تـه تللـی شي.

ټرمپ ویـلي، د قانوني کډوالـۍ نـوی سیسـتم بـه د امریکایانـو لـه حقونـو د دفاع تـر څنګ، د نـړۍ لـه ګوټ ګـوټ څخـه تـر ټولـو ښـه استعدادونه امریکا تـه را جذب کـړي.

د ټرمپ د نوې طرحې په اساس به امریکا تـه د کډوالۍ د ویـزې نـوم (امریـکا جـوړه کـړئ) وي. د دغـې ویـزې د اخیسـتلو لپـاره د عمر، د انګلیسـي ژبـې د پوهـې، زده کـړو او د کار پـر وړاندیزونـو سربېره د امریکا د تاریخ او حکومتـدارۍ پـه اړه یـوه ازموینه کې کامیابېدل هم اړین دي، خـو د نومـوړې دغـه طرحـه د ډیموکراټانـو لـه خوا رد شـوې ده.

د دغـه هېـواد پـه کانګرېـس کـې ډیموکراټانـو ویلي، چې پـه دغـه طرحـه کـې د هغـو ۷۰۰ زرو ناقانونـه کډوالـو لپـاره د حـل هېـڅ کومـه لاره نـه ده ښـودل شـوې، چـې پـه ماشـومتوب کـې پـه غیـر قانوني توګـه امریکا تـه راوړل شـوي دي.

ټرمـپ دغـه نـوې طرحه داسـې مهـال وړانـدې کـړې، چـې د امریکا د مـلي علمـي بـورډ د معلوماتـو پـر اسـاس، پـه امریکا کـې د سـاینس او انجنیرۍ پـه برخـه کـې ۳۰ سـلنه پوهـان پـه بهرنیـو هېوادونـو کـې زیږېـدلي دي.

ایران له چین، روسیې او نورو شریکانو غوښتي چې له شوې اټومي هوکړې دفاع وکړي

د ایران د بهرنیو چارو وزیر جواد ظریف پر چین، روسیې او نورو شریکانو غږ کړی، چې د ۲۰۱۵ ز کال له شوې اټومي هوکړې، د دفاع لپاره د ګامونه پورته کړي.

دا په داسې حال کې ده چې د امریکا متحده ایالتونه د ولسمشر ټرمپ په مشرۍ تېر کال له دې هوکړې ووتل.

بلخوا د ایران د بهرنیو چارو وزیر محمد جواد ظریف چین ته تللی او د دغه هېواد د بهرنیو چارو له وزیر وانګ یي سره یې په دې اړه خبرې کړې دي. دا په داسې حال کې ده چې په دې وروستیو کې د امریکا او ایران له ګوتڅنډنو وروسته، په منځني ختیځ کې ناکراري د زیاتېدو په حال کې ده. د امریکا متحده ایالتونو تهران ته د بالیستیک توغندیو د پروګرام او په سیمه کې د وسله والو ډلو د ملاتړ له امله خبرداری ورکړی دی.

امریکا په سیمه کې د ایران له لوري د شته ګواښونو د مقابلې لپاره یوه ستره جنګي بېړۍ چې الوتکې لېږدوي، د عربو خلیج ته استولې ده.

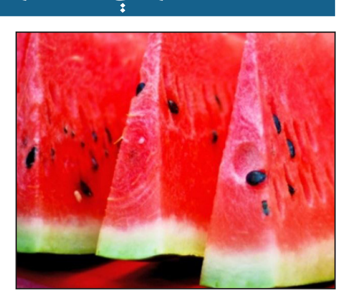
په دې بېړۍ کې چې جنګي الوتکې پکې بار دي، داسې نورې بېړۍ یې بدرګه کوي چې له سمندره وچې ته کروز توغندي ویشتلی شي.

بلخوا تهران بیا د امریکا دا تور رد کړی چې په منځني ختیځ کې یې امنیت ته جدي ګواښ پېښ کړی دی.

ایران پر امریکا تور پورې کړی چې دغه هېواد په سیمه کې کړکېچونو ته لمن وهي.

ژوند

د هندوانې له دغو ګټو څان خبر کړئ!

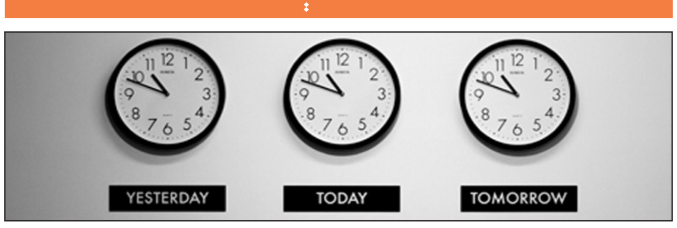


د هندوانې اصلي سرچینه هندوستان دی او له هغه ځایه یې د نړۍ نورو سیمو ته لار پیدا کړې ده. هندوانه یو کلن نبات دی چې پلنې پاڼې، څنبېدونکې بوټي او ژېړ ګلان لري. هندوانه د سیترولین په نوم امیني تېزاب، د کاروتن او لیکوپن په نومونو ځینې نور مواد او د مانیتول په نوم یو ډول خوږه لري. دغه راز د A.B.C ویټامینونو لرونکې هم ده. مثانه پاکوي او تیږه یا کاڼي یې له منځه وړي. که له خرما سره وخوړل شي، ګټه یې ډېره زیاتېږي.

د ډاکټرانو له لید لورو، هندوانه ډېرې روغتیایي ګټې لري، چې تاسې ته یې په لاندې ډول بیانوو :

- د وینې فشار کموي
- د مثانې پړسوب له منځه وړي
- بدن تازه او ښکلی ساتي
-معدې او بډوډو ته ګټه رسوي
- په هضم او د وینې په جوړښت کې مرسته کوي
- د وچکې (محرقې) لپاره هندوانه له درملو څخه کمه نه ده
- هندوانه د زړه ناروغۍ په درملنه کې مهم رول لوبوي
- تنده له منځه وړي
-د ماشومانو او تنکیو ځوانانو ذهني وړتیا پیاوړې کوي
-ټوخی له منځه وړي.

نن؛ ستاسو هغه سبا دی چې پرون ورته په تمه وی



همدا اوس مو په زړه کې همېشنۍ مینې ته ځای ورکړئ او له خپلو ټولو ښېګڼو کار واخلئ، څو همدا نن خوښ و اوسئ او نن مو د ژوند تر ټولو ښه ورځ حساب شي.

همدا اوس چې تاسو په کې ژوند کوئ، دا داسې یوه شېبه ده چې تل پاتې ده او هېڅکله به مو هم له یاده ونه وځي.

اجازه مه ورکوئ چې کومه ستونزه او تشویش مو وخت در ضایع کړي؛ ځکه همدا نن ستاسو هغه سبا دی چې پرون ورته په تمه وی. کرونین وایي: «تشویش هېڅکله د سبا غم او ستونزه له منځه نه وړي، بلکې له نن څخه دې هم وروسته پاتې کوي». په ژوند کې هغه شېبې چې ستاسو پر راتلونکې اغېز کوي، همدا نن دی. په هېڅ قېمت سره دغه وخت له لاسه مه ورکوئ، څومره توان چې لرئ، له همدې نن څخه ګټه پورته کړئ او له ژونده پوره پوره خوند واخلئ.

دغه مطلب هره ورځ ولولئ او دا هم مه هېروئ چې د نړۍ لویه برخه ستا په ذهن کې ده، که مو دا خبره درک کړه، پوه شئ چې نړۍ به تر پښو لاندې کړئ او هېڅ خنډ به ستاسو مخه ډپ نه کړي.