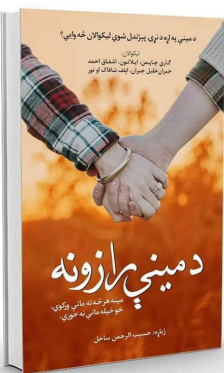




### د مینې رازونه



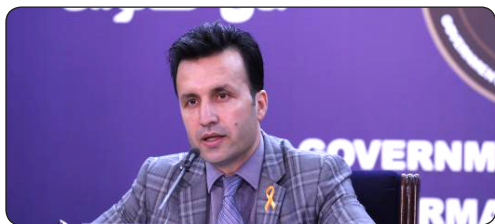
مینه هغه پدیده ده چې ژوند ته رښتیني مانا ورکوي او تاسې ته د ژوند کولو اصلي لارې ښيي. مینه مو د نفرت او کینې خلاف ژوند ته رابولي او ستاسې پر مخ د خوښیو وړ پرانيزي.

### په خوست کې د جلعوزیو او چهارمغزو ځنگلونو د بیارغونې پروژه پیل شوې



د خوست په پنځو ولسوالیو کې د جلعوزیو او چهارمغزو ځنگلونو د بیارغونې پروژه پیل شوې. د دغه ولایت چارواکي وايي، د دې پروژې په پلي کولو سره به له یوې خوا وهل شوي ځنگلونه بېرته ورغول شي او له بلې خوا به خلکو ته په کې د کار زمينه برابره شي. د هغوی په خبره، دغه پروژه د کرنې وزارت په مالي لگښت پلي کېږي او ٦٥ میلیونه افغانۍ لگښت پرې راځي. د خوست والي محمدحليم فدايي وايي، د دغه ولایت په سپېره، دوه منده، تڼیو، څاڅي میدان او موسی خېلو ولسوالیو کې د جلعوزیو او چهارمغزو هغه ځنگلونه چې زیانمن شوي، د دغې پروژې په پلي کېدو سره به بېرته ورغول شي. د هغه په خبره، د جلعوزیو او چهارمغزو نیالگیو د روزنې په موخه، د ٣٦٠ قوریو پر جوړولو کار روان دی چې هره قوریه د شپږو زره نیالگیو ظرفیت لري.

### هیواد: بر اساس یک بسته اصلاحات بنیادی در وزارت امور خارجه صورت خواهد گرفت



وزارت امور خارجه روی یک بسته اصلاحاتی کار می کند و پس از تکمیل شدن آن، اصلاحات بنیادی در این وزارت صورت خواهد گرفت. گران هیواد سخن گوی این وزارت که دیروز در یک کنفرانس خبری در مرکز اطلاعات و رسانه های حکومت صحبت می کرد، گفت که وزارت امور خارجه به اساس ارزیابی های همه جانبه، روی یک بسته اصلاحاتی کار می کند، که این بسته به تمامی نماینده گی های سیاسی افغانستان در بیرون از کشور فرستاده شده و پس از نهایی شدن ارزیابی ها، بسته اصلاحاتی اعلام می شود. هیواد افزوده است: «بسته اصلاحاتی در عرصه تحلیل، تصحیح و بروز رسانیدن دکتورین سیاست خارجی، قوانین و مقررات، لویح، تشکیل وزارت امور خارجه و اصلاحات کدري خواهد بود». او گفته است که عمده ترین بخش در این بسته اصلاحاتی، اقتصاد محور شدن دیپلوماسی سیاست خارجی افغانستان با جهان است. سخن گوی وزارت امور خارجه تأکید کرده است که هدف این برنامه، این است تا با در نظر داشت قوانین اقتصادی و حمایت اقتصادی کشورها از افغانستان، روابط اقتصادی افغانستان با جهان اقتصاد محور گردد. موصوف همچنان گفته است که حکومت در نظر دارد تا افغانستان را به عنوان نقطه وصل کشورهای منطقه به ویژه آسیای مرکزی با آسیای جنوبی، تبدیل کند. به گفته وی، به همین اساس وزارت خارجه باید در سیاست دکتورین خارجی، اصلاحات و ظرفیت سازی را انجام بدهد؛ تا کسانی که از افغانستان در بیرون از کشور نماینده گی می کنند، ظرفیت این را داشته باشند که برای افغانستان بازاریابی نمایند.

# مسیر

ورځپاڼه  
www.maseerdaily.af  
نوی لید، نوی منزل

چهارشنبه ۱۳۹۸ د لیندۍ شپږمه | د ۲۰۱۹ د نومبر ۲۷ مه | ۴۷۰ یمه گڼه

## د ټاکنو نامعلوم برخلیک؛

### د ثبات او همپالنې ټیم د نویو اعتراضونو د پیلولو خبرداری ورکړی دی



پولي سياستونه

مخ ۵

پاکستان په افغانستان کې څه غواړي؟

مخ ۲

زیاتېدونکې ټاکنیزه لانجه او حلاله

مخ ۲

### د ټاکنو خپلواک کمېسیون لاهم په درغلیو کې د ښکېلو کسانو نوملړ نه دی راسپارلی



مخ ۲

### ملگري ملتونه: افغانستان د ماشومانو لپاره تر ټولو مرگونی هېواد دی

ملگرو ملتونو ویلي چې افغانستان د ماشومانو لپاره تر ټولو مرگونی هېواد دی. دغه بنسټ د ماشومانو د ژوند د ښه والي لپاره په حکومتي ادارو کې پر کم کاري د نیوکې تر څنګ ویلي، له دريو میلیونو زیاتو ماشومانو د جگړې د دوام، ناامنو او فقر له امله ښوونځي پرېښي چې نیم میلیون یې په بهر کې مهاجر دي. په ورته وخت کې د بشري حقونو کمېسیون هم ویلي، چې په تېرو اوو میاشتو کې د تاوتریخوالي څلور زره پېښې ثبت شوې دي، چې د ماشومانو پر وړاندې خشونت هم پکې شامل دی. د افغانستان لپاره د ملگرو ملتونو ځانگړي مرستیال توبي لنزر ویلي، چې افغانستان د ماشومانو لپاره د جگړې، ناامنی او فقر له امله تر ټولو مرگونی هېواد دی، چې اوسمهال ۳.۷ میلیونه ماشومان چې ۶۰ سلنه یې نجونې تشکیلوي، له ښوونځیو څخه پاتې دي. په ورته وخت کې د بشري حقونو کمېسیون هم د ماشومانو پر وړاندې ستونزې د اندېښنې وړ بولي، خو حکومت په دې برخه کې د قانوني کړنو خبر ورکوي. د یادونې ده چې ماشومانو ته د حکومت نه پاملرنه او په هېواد کې د فقر او ناامنی زیاتوالی هغه لاملونه دي، چې له کبله یې ماشومان ښوونځیو ته له تگ څخه محروم دي او پر سختو کارونو بوخت دي.

## Shigal English Academy

### شیگل انگلیش اکاډمي



Easy English learning

DEL

TOEFL iBT

shigal.edu@gmail.com Shigal English Academy www.shigal.edu.af +93 (0) 789 98 9696

Dehbori, 2nd Street Behind Dehbori Park, 3rd District, Kabul.







## د ټاکنو نامعلوم برخليک؛

### د ثبات او همپالنې ټيم د نويو اعتراضونو د پيلولو خبرداري ورکړي دی



د شفافيت لپاره ميليونونه ډالر ولگول او بایومتریک سیستم يې وپېره؛ خو بيا هم کميسيون د پایلو پر اعلان او د مهالوېش په عملي کولو بريالی نه شو. د ټاکنو خپلواک کميسيون پخوانی رهبري هم په همدې موخه بدله شوه، چې نوې رهبري وکړي شي پر وخت او شفافي ټاکنې مدیریت کړي، خو د شنونکو په باور، کميسيون يې په چارو کې ناکام دی.

يوه خبري غونډه کې د خبرو پر مهال وويل چې افغانستان نور د خبرداريو هېواد نه دی او هر څه د قانون د حاکميت په رڼا کې حل فصل کېږي. له ولسمشريزو ټاکنو پوره دوې مياشتې واوښتې، خو د ټاکنو خپلواک کميسيون لا هم بريالی نه شو چې د دغو ټاکنو پایلې اعلان کړي. سره له دې چې د ټاکنو خپلواک کميسيون د پایلو د اعلان او په ټاکنو کې

د ولسمشريزو ټاکنو له نامعلوم برخليک سره هممهاله ټاکنيزو ډلو د نوو غبرگونو لپاره تيارى بنودلى دى. د ثبات او همپالنې ټاکنيزه ډله وايي چې که تر راتلونکې اونۍ د رايو د برخليک په اړه کميسيون د دوى غوښتنې ونه مني، نو د اعتراضونو په يوه نوي پړاو به پيل وکړي. دا چې د اعتراضونو دغه پړاو به څه وي، په اړه يې معلومات نه دي ورکړي. بلخوا ولسمشر غني بيا تېره ورځ په

تازه د ډاکټر عبدالله عبدالله په مشرۍ ټاکنيزه ډله وايي، په ډېرو ولايتونو کې يې د رايو د بياشمېرنې مخه نيولې ده او اعتراضونه يې دوام لري؛ خو که يې کميسيون غوښتنو ته ځواب ونه وايي، د اعتراضونو نوى پړاو به پيل کړي. دې ټاکنيزې ډلې ويلي، که ټاکنو کميسيون تر راتلونکې شنبې د دوى له خوا پېژندل شوې مشکوکې رايې باطلې نه کړي، دوى به اعتراضونو ته نوى رنگ ورکړي.

د دغې ټاکنيزې ډلې لومړي مرستيال عنايت الله بابر فرهنگد پرون په يوه غونډه کې له خپلو پلويانو وغوښتل چې په اوو ولايتونو کې د پيل شويو اعتراضونو ملاتړ ته ور ودانگي. هغه وويل: ((اوس عملاً اعلاتوو، د افغانستان ټول خلک دې چې د خطرڼو په قبلولو سره يې د خپل برخه ليک ټاکلو په موخه رايه ورکړه، اوس دې د خپل مسووليت د ادا کولو لپاره د ۷ ولايتونو له معترضينو سره يوځای شي، که د شنبې تر ورځې کميسيون تقليبي رايې باطلې نه کړي، مونږ به د اعتراضونو يو نوى څپرکى پرانيزو)).

د عبدالله عبدالله ټاکنيزه ډله پر شاوخوا دريو لکو رايو اعتراض لري چې د دوى په خبره، له ټاکلي وخت مخکې صندوقونو ته لوډلې او بيا يې هم د کارولو بڼه او څرنگوالى يې معياري نه دى. ياده ټاکنيزه ډله وايي، کميسيون بايد لومړى دغه شمېر رايې باطلې کړي او بيا په ولايتونو کې مشکوکې رايې بيا وشمېري. د ټاکنو کميسيون او د ثبات او همپالنې ډلې تر منځ ناندري هم د همدې موضوع پر سر پيل شوې چې له امله يې په ۷ شمالي ولايتونو کې همدغه ټيم د

ټاکنو د دفترڼو دروازې تړلې دي. د ټاکنو کميسيون تر دې وړاندې ويلي وو چې دوى ته بايد د رايو د بياشمېرنې اجازه ورکړل شي او دوى په دې توگه کولى شي سمې او ناسمې يا پاکې او باطلې رايې سره بېلې کړي. د اعتراضونو له خبرداري سره هممهاله ولسمشر غني بيا ويلي چې ټول بايد قانون ته درناوى وکړي.

ولسمشر غني چې پرون يې په کابل کې يوې غونډې ته خبرې کولې وويل، اوس د ناندريو وخت تېر شوى دى او ټول بايد قانون ته درناوى وکړي. دده په خبره، ملي امنيتي ځواکونه د قانون ساتندوى دي او اجازه نه ورکوي چې څوک قانون تر پښو لاندې کړي. د ثبات او همپالنې ټاکنيزې ډلې تر دې وړاندې هم د اعتراضونو خبرداري ورکړي و او ويلي يې وو چې که د ټاکنو خپلواک کميسيون يې غوښتنو ته پام ونه کړي، نو دوى به خپل اعتراضونه پراخ کړي. د ولسمشر غني په مشرۍ دولت جوړوونکي ټيم بيا پر ټاکنيزو ډلو غږ کړى چې د ټاکنو خپلواک کميسيون دې خپلو چارو ته پرېږدي او قانون ته دې درناوى وکړي.

د ټاکنو خپلواک کميسيون وياند ذبيح الله سادات د ثبات او همپالنې ټيم د څرگندونو په اړه ويلي، دغه ټاکنيزه ډله دې له دوى سره همکاري وکړي چې په پاتې ولايتونو کې د رايو بياشمېرنه بشپړه شي. بلخوا تر دې وړاندې د دغه کميسيون د دارالانشا مشر ويلي وو، که په ۷ ولايتونو کې اعتراضونه دوام کوي، دوى به د شته رايو او په ۲۵ ولايتونو کې د بياشمېرنې د پایلو له مخې، پرېکړه وکړي.

### ولسمشر غني: هېڅوک د قانون حاکميت

#### ته گواښ نه شي پېښولای

ټاکنيزو مسايلو اړوند د دوى خلک اعتراض وکړي او پر وړاندې يې زور وکارول شي، دى به يې ځواب په مرمۍ ورکړي. نوموړى دغه راز داسې مهال د قانون پر حاکميت ټينگار کوي چې ځينې حقوقپوهان وايي، د ملي يووالي حکومت پر مهال تر ډېره د قانون د نقضېدو پېښې ليدل شوې دي. د افغانستان د حقوقپوهانو ټولني غړى وحيد فرزه يي وايي: «د ملي وحدت حکومت په راتگ سره په هېواد کې د قانون د نقض موارد زيات شوي او دغه شان دوام لري. که چېرې حکومتونه قانون ته تن کېږدي، نو له خلکو به څه تمه وي.» حقوقپوهان پر دې باور دي چې له قانون سرغړونه، زورواکي، ناامني، بدمرغۍ او وروسته پاتې والي ته زمينه برابروي.

کبله په يوه قوم او سمت پورې تړلې نه ده. ولسمشر غني د يادو څرگندونو تر څنگ ويلي، د افغانستان په اوسني حالت کې هېڅوک د قانون حاکميت ته گواښ نه شي پېښولى او افغانستان د معاملو ځای نه، بلکې د پرېکړو وطن دى. هغه ويلي: «هېڅوک د قانون حاکميت نه شي گواښلى، موږ د قانون تابع يو او د قانون پر بنسټ خپلې دندې مخ ته ورو او بايد هغوى په دې ځان پوه کړي چې په گواښ سره معامله نه شي کولای او دا هېواد د معاملو نه، بلکې د پرېکړو وطن دى.» ولسمشر غني دا څرگندونې داسې مهال کوي چې په دې وروستيو کې د ولسمشرۍ ماڼۍ لومړي مرستيال جنرال عبدالرشيد دوستم ويلي، که چېرې په شمالي ولايتونو کې د

د ولسمشريزو ټاکنو د پایلو د اعلان پر سر وروستيو کړکېچونو او خبرداريو ته په پام، تازه ولسمشر غني د قانون پر تطبيق د ټينگار تر څنگ ويلي، هېڅوک د قانون حاکميت ته گواښ نه شي پېښولى. هغه دغه راز زياته کړې چې افغانستان د معاملو ځای نه، بلکې د پرېکړو وطن دى. نوموړي چې تېره ورځ يې د نظامي بنځينه وو د سولې او امنيت په لومړني کنفرانس کې خبرې کولې، وويل چې د افغانستان دښمنان دې د افکار له سره وباسي چې افغان ولس به ننواتي ته مجبور کړي. هغه زياته کړې، طالبان بايد متوجه شي چې له يو قوي دولت او پياوړي ولس سره مخ دي. نوموړي دغه راز په ياد کنفرانس کې ويلي چې سوله د ټولو افغانانو غوښتنه ده او له همدې

### اوچا: روان ميلادي کال له ۳۷۵ زرو زيات افغانان د جگړو

#### له کبله بې ځايه شوي دي

کورونو ته نه دي ستانه شوي او لا هم د هرات په ولايت کې اوسېږي. د اوچا د دغه راپور له مخې، سر کال د افغانستان له دوو گاونډيو هېوادونو ايران او پاکستان څخه هم تر اوسه څه باندې څلور سوه زره افغانان بېرته خپل هېواد ته ستانه شوي دي. د ياد راپور پر بنسټ، په روان ۲۰۱۹ ميلادي کال کې درې سوه زره او ۵۰۰ افغان کډوال له ايران او ۲۲ زره او ۹۰۰ نور له پاکستان څخه افغانستان ته ستانه شوي دي. په راپور کې وړاندې راغلي: «له ترکيې څخه د افغان کډوالو د ستونلو بهير هم مخ پر زياتېدو دى او په روان ۲۰۱۹ ميلادي کال کې ۲۲ زره او ۷۲۳ کډوال افغانستان ته ستانه شوي او همداشان يو کم

د افغانستان لپاره د ملگرو ملتونو د بشري مرستو د همغږۍ دفتر يا اوچا په خپل تازه راپور کې ويلي، چې د ۲۰۱۹ ميلادي کال له پيل څخه تر روانې اونۍ پورې ۳۷۵ زره او اته سوه افغانان د جگړو له امله له خپلو مېنو نورو سيمو ته کډه کېدو ته اړ شوي دي. اوچا په دغه راپور کې چې تېره ورځ يې خپور کړى، ويلي چې د جگړو د دوام له امله اکثره دغه بې ځايه شوي کډوال خپلو سيمو ته نه دي ستانه شوي.

د ملگرو ملتونو د بشري مرستو د همغږۍ دفتر دغه راز ويلي چې پر دې سربېره، د هغو ۲۵۴ زرو بې ځايه شوو کډوالو چې د وچکالۍ له امله په تېر ۲۰۱۸ ميلادي کال کې د خپلو سيمو پرېښودلو ته اړ شوي وو، ۷۵ زره يې بېرته خپلو

### راپورونه: د پاکستان سترې محکمې د پوځ د مشر په

#### تړاو د عمران خان پرېکړه ځنډولې ده



وړاندې د مولانافضل رحمان په مشرۍ د دغه هېواد پر پلازمېنه اسلام اباد سربېره، په ځينو لويو ښارونو کې د عمران خان پر ضد پراخ لاريونونه وشول چې ويل کېږي دغه لاريونونه هغه مهال بېرته غلي شول کله چې د دغه هېواد پوځ له ملکي حکومت څخه خپل ملاتړ څرگند کړ.

باجوه بايد د روانې اونۍ د پنجشنبې په ورځ تقاعد وکړي. په ورته وخت کې ځينې منتقدین د پاکستان پوځ پر دې تورنوي چې د دغه هېواد په سياست کې د برلاسى رول لوبوي. دا په داسې حال کې ده چې څه موده

هېواد د ولسمشر عارف علوي دى. خو د پاکستانې رسنيو د راپورونو له مخې، د پاکستان لوى څارنوال سترې محکمې ته ويلي چې ولسمشر دغه پرېکړه تاييد کړې وه.

د راپورونو له مخې، د پاکستان قاضي القضاات اصف سعيد ويلي، دا څرنگه امکان لري چې عمران خان د اگسټ په ۲۱مه د باجوه د دندې د غځېدو پرېکړه لاسليک کړي، داسې چې هغه دوې ورځې مخکې د اگسټ په ۱۹مه د پاکستان ولسمشر تاييد کړى و. خو لوى څارنوال ويلي چې د ولسمشر له تاييد وروسته دغه پرېکړه د کابينې په

د پاکستان سترې محکمې د دغه هېواد د لومړي وزير هغه پرېکړه ځنډولې، چې له مخې يې د دغه هېواد د پوځ د مشر جنرال قمر جاويد باجوه دنده درى کاله نوره غځولې وه. د پاکستان د پوځ اوسنى مشر قمر جاويد باجوه چې د ۲۰۱۶ ميلادي کال د نومبر له ۲۹م راهيسې د پاکستان د پوځ د لوى درستيز په توگه دنده مخ ته وړي، روانه درى کلنه دوره يې د روانې اونۍ د پنجشنبې په ورځ پای ته رسېږي.

د پاکستان سترې محکمې ويلي چې د هغه د دندې د غځېدو صلاحيت د پاکستان د لومړي وزير عمران خان نه، بلکه د دغه



د کتاب خبرې

پښتانه

د افغانستان او پاکستان د راتلونکي ناكل شوې مسئله

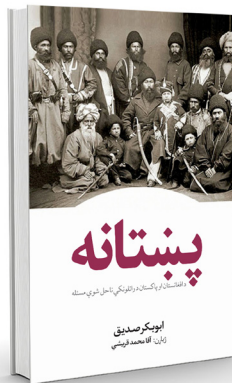
© ليکوال: ابوبکر صديق  
© ژباړن: اقامحمد قريشي

درېيمه برخه

افغانستان

اتم خپرکي

په لوی ننگرهار کې نوي او پخواني اسلام پال



د ۲۰۰۱ز کال په وروستيو کې حاجي روح الله او د هغوی د جماعت الدعوه القرآن والسنة ډله هم کونړ ته لاړل چې له طالبانو وروسته په انتقالي دولت کې ونډه واخلي. حاجي روح الله په کونړ کې لويه سياسي برخه واخيسته. د ۲۰۰۲ز کال په جون کې يې په بهرنۍ لويه جرگه کې هم د کونړ په استازيتوب ونډه واخيسته. هغه ډېر ژر په اگست مياشت کې ونيول شو او د امريکايانو د گوانتانامو زندان ته ولېږل شو. د هغه د زندان په دوسيه کې ښکاره شوه چې د برېتانيا د حکومت له کوم استازي څخه يې پيسې او تليفونونه اخيستي وو. د بل راپور له مخې، هغه د ۲۰۰۲ز کال په مارچ کې له ISI څخه ۱۲۰۰۰ امريکايي ډالر اخيستي وو چې د افغانستان د لنډمهالې ادارې پر ضد له جگړې سره همکاري وکړي. هغه په دې هم تورن و چې له افغانستان څخه يې پاکستان ته د عربو په رسولو کې همکاري کړې وه. د راپورونو له مخې په گوانتانامو زندان کې ډېرو زندانيانو بد ترې وړل. که څه هم د ۲۰۰۵ز کال په راپور کې د هغه په زندان کې د پاتې کېدو پر دوام ټينگار شوی و، خو هغه د ۲۰۰۸ز کال په دوبي کې د افغانستان يوه زندان ته ولېږل شو چې بيا له هماغه ځای ژر خوشي شو. هغه يوې عادي دندې ته اوږه ورکړه، د خپل صافي قوم د مشر په توگه يې فعاليت پيل کړ. د هغه کشر ورور او مرستيال حاجي حيات الله د خپلې ډلې فعاليتونه له پاکستان څخه رهبري کول.

خو د يوه مشر د نه موجوديت له کبله په کونړ کې امريکايي ضد جگړه پای ته ونه رسېده. د دوو کلونو په تېرېدو سره په ۲۰۰۳ز کال، په کونړ کې جگړه پيل شوه. د نوو طالبانو جگړه له باجوړه پيل شوه، په کوم ځای کې چې په ۱۹۸۰ز لسيزه کې د کونړ سلفيان مېشت وو. په پای کې کونړ او نورستان د القاعدې، د افغانستان اسلامي امارت، اسلامي حزب، د پاکستان د طالبانو تحريک، د پاکستان د پوښندي ډلو او لشکر طيبه د جگړو پر سنگر اوښتي و. د افغانستان د طالبانو د اسلامي تحريک غړی، قاري ضياءالرحمن تر ټولو مخکښ کس و. هغه به کله ناکله پاکستان ته تگ کاوه، هلته به يې له باجوړ څخه پر کونړ او نورستان سربېره په پاکستان کې هم جگړه کوله.

په کونړ کې د سلفيانو شبکه تر ټولو بريالۍ وه. جماعت الدعوه القرآن والسنة او نورو سلفي شبکو د وخت په تېرېدو له طالبانو سره اړيکې جوړې کړې. د ۲۰۱۰ز کال په پيل کې دا ډله په رسمي توگه د افغانستان د طالبانو په اسلامي تحريک کې گډه شوه.

له ۲۰۰۵ز کال څخه د نورستان او کونړ ولايتونو د سلفي جنگياليو په ليکو کې پښتنو، نورستانيانو، پنجابيانو، عربو او د مرکزي اسيا ياغيانو ونډه لرله. د کونړ په پيک، کورينگل او د نورستان په وايگل درو کې د جنگياليو او امريکايي ځواکونو تر منځ سختې جگړې وشوې. امريکايي ځواکونو کورينگل درې ته نږدې اډه جوړه کړه چې دې درو ته د جنگياليو له وړ ننوتلو مخنيوی وکړي. دې درې ته نږدې مېشتېدل امريکايي ځواکونو ته ډېر سخت تمام شول، تر ۲۰۱۰ز کال پورې کورينگل درې ته نږدې څلور څلوېښت امريکايي سرتېري ووژل شول او په سلگونو نور ټپيان شول. امريکايي ځواکونو پر دې ځای د مرگونو درې نوم کېښود. امريکايي ځواکونو د وايگل درې په واناټ کلي کې تر ټولو سخته جگړه وکړه او ډېره مرگ ژوبله ورته واوښته. د ۲۰۰۸ز کال په جولای کې يې وايگل درې ته نږدې يوه پوسته جوړه کړه چې د جگړو په ترڅ کې د دې کسانو له ډلې نهه تنه ووژل او ۲۷ تنه نور يې وژغورل شول. د ۲۰۱۱ز کال په پيل کې امريکايي ځواکونه له پيک درې ووتل خو شپږ مياشتې وروسته بېرته ورغلل. له ۲۰۰۳ز کال څخه وروسته په دې ځای کې له (۱۰۰) څخه ډېر امريکايي سرتېري وژل شوي وو.

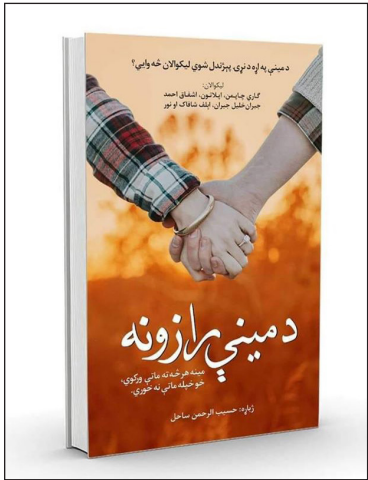
د پاکستان د پنجابيانو سلفي سازمان، لشکر طيبه هم د کونړ او نورستان په جگړو کې ونډه لرله. دې ډلې له ۱۹۸۰ز لسيزې څخه له سلفي ډلې، جماعت الدعوه القرآن والسنة سره اړيکې لرلې. کله چې کونړ کې جگړه پيل شوه، دې ډلې د کونړ اوسېدونکو ته په پېښور کې د افغان کډوالو په يوه کلي کې د جگړې د مهارتونو روزنه پيل کړه. د دې ډلې جگړه مار په جگړه کې له ځايي افغانانو ډېر تکړه وو، هغوی په پيک دره کې له افغانانو سره اوږه پر اوږه جگړه کوله.

کله چې پاکستانی طالبان په ۲۰۰۹ز کال له سوات وشړل شول، هغوی هم نورستان ته پناه يوړه. په ۲۰۱۰ز کال د پاکستانی طالبانو د تحريک جگړه مارو پولې ته نږدې برگ مټال ولسوالي ونيوه. په ۲۰۱۱، ۲۰۱۲ او ۲۰۱۳ز کلونو کې يادې ډلې د خيبر پښتونخوا په دير ولسوالۍ کې پر پوله پاکستانیو ځواکونو د بريدونو پر غاړه واخيسته.

اسلامي حزب په پاکستان کې خوندي ځايونه لرل، دې ډلې په نورستان او کونړ ولايتونو کې هم فعاليت کاوه. اسلامي حزب هم په حکومت کې ونډه لرله او هم يې جگړه کوله. د اسلامي حزب ډېرو غړو له ۲۰۰۱ز کال وروسته د کرزي په اداره کې د پارلمان د استازو، واليانو او په کابينه کې د غړو په توگه دندې لرلې. د دې ډلې يو قومندان، کشميرخان د کونړ په جگړه کې پوره درې لسيزې افسانوي نوم لاره. نوموړی له روسي ځواکونو، سلفي او مجاهدو ډلو، طالبانو او امريکايي ځواکونو سره جنگېدلی و. په جگړه کې د هغه شهرت ته يوازې په سويل ختيځ افغانستان کې جلال الدين حقاني رسېدی شوی. **دوام لري...**

د مينې رازونه

اکسوس کتابپلورنځی



مينه هغه کلمه ده چې هېڅ مخالف نه لري او هر څوک په درنه سترگه ورته گوري، د ټولو خونبېرې، د هر چا پر ذهن ښه لگېږي او په ټوله کې مينې ته ښکلا، ښايست، ظرافت، اخلاق او ان ښه انسانيت ويلاى شو. نو چې مينه دومره له ښکلاوو ډکه او دومره د ښو اخلاقو ټوټه ده، بايد چې يو څه برخه يې ولرو.

مينه د ژوند دويم نوم دی، ښکلا او مينه بيا يو له بل سره ډېرې نږدې اړيکې لري، هسې خو هره طبيعي پدیده په خپل ذات کې يو نه يو ډول ښکلا او جذابيت لري چې سترگې مو د ځان پر لور راکاږي. له بل پلوه ذوقونه او ذهنيتونه هم د ښکلا د رازونو په پوهېدو کې توپير کوي. هغه داسې چې يو چا ته يو څه ډېر ښکلې ښکاري، خو د بل چا په سترگو کې کېدای شي، هغه څه بيا دومره ښکلې نه وي. يوه مشهوره خبره ده چې وايي: «ليلا ته د مجنون په سترگو گوره». يانې ښکلا او ښايست له سترگو سره کار لري، کله کله يو چا ته وايو چې نن ډېر ښکلې ښکاري، په ځواب کې اوږو، سترگې دې ښکلې دي.

ژباړن وايي: «دا چې مينه د انسان په ژوند کې دومره ارزښت لري، نو ما هم هڅه کړې چې د نړۍ د اوسنيو او پخوانيو نامتو پوهانو «گاري چاپمن، اشفاق احمد، پروين شاکر، اېلف شافاک، ډاکټر علي شريعتي، جبران خليل جبران، اپلاتون، ژان ژاک روسو، سيدجمال الدين افغان، ډاکټر سيموبل الکساندر، والتېر لېيبن، مامون رشيد، الکساندر، پوپ ټوماس، جاي اورد، وونارگ، شانفور، کوسټېن، رابوټن، اميل زولا، مارسل ټېنر، اندره ټورپه، ايوانز، گراتس، کرنې، مارکوس بېکل، ژرژسان، بکت، فرېبر راستگو، ارنسټ همينگوي، سفوکل، اېډنر او نورو» له لوري د مينې په اړه سپړل شوي رازونه پښتو ته را وژباړم. پوره هڅه مې کړې، هغه خبرې چې ستر رازونه پکې پراته دي، په ساده او لنډو ټکو بيان کړم.

د هېواد جگړه ييزو او خونړيو حالاتو ته چې گورو، زموږ ماشوم، ځوان، بوډا، ښځينه، نارينه او هر پارکې (طبقه) مينې ته سخته اړتيا لري، دلته هره ورځ جگړه، تورتم، بدبختي، لوږې او تندې دي، نو په داسې يوه حالت کې مې د داسې يوه کتاب تشه

حس کړه چې لږ تر لږه خلکو ته مينه ور وپېژني او له بدبختيو يې يو څه په ارام کړای شي.»

هغه اړيکې، راشه درسه، ملگري او په ټول کې ژوند چې د مينې پر اساس يې حرکت نه وي پيل شوی، اصلاً به يې خونده او بې مانا وي.

مينه هغه پدیده ده چې ژوند ته رښتينې مانا ورکوي او تاسې ته د ژوند کولو اصلي لارې ښيي. مينه مو د نفرت او کينې خلاف ژوند ته رابولي او ستاسې پر مخ د خوښيو ور پرانېزي.

مينه وال کولای شي ياد کتاب له اکسوس او د ښار له نورو لويو کتابپلورنځيو څخه په مناسب قيمت تر لاسه کړي.

شمېره	د کتاب نوم	ليکوال / ژباړن	بیه
۱	Black Water	Jeremy Scahill	۳۲۰ ډ
۲	Many miles to Go	Brian Tracy	۲۵۰ ډ
۳	Official Toefl iBT Tests secound Edition Volume1	Mc Graw Hill	۵۰۰ ډ
۴	Official Toefl iBT Tests secound Edition Volume2	Mc Graw Hill	۵۰۰ ډ
۵	Still Me	Jojo Moyes	۲۷۰ ډ
۶	The Art of Seduction	Robert Greene	۲۳۰ ډ
۷	The Concise 48 Laws of Power	Robert Greene	۱۴۰ ډ
۸	You can Sell	shiv khera	۲۰۰ ډ
۹	اساسات نرسنگ	رياض احمد شرف زى	۲۵۰ ډ
۱۰	استراتیژی بازاربایى صادرات	شامینگ زو دگوان کیم	۳۵۰ ډ
۱۱	اقتصاد سنجی	بدی بلتاجای	۳۵۰ ډ
۱۲	پیشگیری از جرم پیشگیری رشد مدار	محمود مهدوی	۲۵۰ ډ
۱۳	حقوق بین الملل خصوصی	نجداد علی الماس	۴۵۰ ډ
۱۴	څنگه دوستان پیدا کړی او پرنورو نفوذ وکړی	ډیل کارنېگی/انېی مصداق	۱۷۰ ډ
۱۵	د آزادۍ نارې او د مغلگي غمیزه	سخي سرور میاخېل	۱۲۰ ډ
۱۶	د پرمختگ پیل	جان مکسویل	۱۳۰ ډ
۱۷	د جذب ځواک	برایان تریسی	۱۰۰ ډ
۱۸	د رهبرۍ اخلاق	جان مکسویل	۱۰۰ ډ
۱۹	د غاښونو چینجن کیدل	علی محمد سلام زى	۸۰ ډ
۲۰	د گوتانامو ۳ بنديان	نظرمحمد مطمین	۸۰ ډ
۲۱	د گېډې جراحي	گل اقا سادات	۲۵۰ ډ
۲۲	د ماکرو اقتصاد بنسټونه	احسان الله سعید	۲۰۰ ډ
۲۳	د مينې رازونه	حسب الرحمن ساحل	۱۰۰ ډ
۲۴	رادیولوژی	نجیب الله خلیلی	۱۳۰ ډ
۲۵	سل خبرې سل تجربې	حسب الرحمن نورمل	۱۰۰ ډ
۲۶	طالب مشرانو سره شپږ ورځې	نظرمحمد مطمین	۲۰۰ ډ
۲۷	طالبان په جاپان کې مور په وارسا کې	نظرمحمد مطمین	۱۲۰ ډ
۲۸	مالیه ی بین الملل	دنيس اپل یارد. آلفرد فیلد.	۳۵۰ ډ
۲۹	میتود های پالیسی سازی عامه	میلاذ بارکزی	۱۵۰ ډ
۳۰	ناروغ ناول	مومند محمدي اخر	۷۰ ډ

په خپل کور او کار ځای کې د کتابونو د تر لاسه کولو لپاره له لاندې شمېرو سره اړیکه ونیسئ



اقتصاد

هميانۍ

پولي سياستونه

ليکنه: گلاب بهار



سپما ده، چې په اقتصاد کې د پیسو د عدم تعادل سبب گرځي. همدارنگه د اقتصاد د علم له نظره، پانگه د تولید یو عامل دی چې د سپما په اساس رامنځ ته کېږي، چې په دې نقطه کې بانکونه اساسي نقش لري، ځکه بانکونه دي چې عام خلک د رسنیو له لارې هڅوي څو په کورونو کې زېرمه شوې پیسې بانکونو ته په بېلابېلو حسابونو (جاري حساب، معیادي حساب، مضاربت) ورکړي او دغه غیر تولیدي سپما پر تولیدي سپما بدله کړي، چې دغه تبادله د سوداگریزو بانکونو په واسطه صورت نیسي، ورسره پیسې په اقتصادي جریان کې لوېږي او د اقتصاد په بېلابېلو څانگو کې لگول کېږي چې له یو طرفه عامو خلکو ته گټه رسوي او له بل طرفه د پیسو د عدم تعادل مخه نیول کېږي. سوداگریز بانکونه هغه بانکونه دي، چې په مخامخ ډول د موسساتو، سازمانونو او عامو خلکو په چوپړ کې دي او د بانکي سیستم مهمه حلقه تشکیلوي. سوداگریز بانکونه له مشتریانو سره سوداگریزې اړیکې لري او د کړنو اصلي موخه یې د گټې لاسته راوړل دي. د بانکي قوانینو پر اساس، سوداگریز بانکونه د پیسو کاروبار کوي، د عامو خلکو سپما شوې پیسې د امانت په ډول اخلي، اړمنو خلکو ته یې د پور په ډول ورکوي، په کم سود امانتونه حاصلوي او په زیات سود یې ورکوي، چې د دواړو سودونو تر منځ تفاوت د بانک گټه تشکیلوي.

تल्ली دی. د جاري امانتونو لپاره گټه ورکول کېږي، خو دا سلنه په مراتبو د سپما امانتونو له گټې څخه کمه ده. ټول سوداگریز بانکونه مکلف دي، چې د قانون مطابق د خپلو امانتونو یوه ټاکلې سلنه د قانوني زېرمو په توگه په مرکزي بانک کې کېږدي. د امانتونو (سپارنو) بله برخه اضافي زېرمې بلل کېږي، چې د بانکي صندوقونو له موجودۍ سره یو ځای، د دې لپاره له نغدوالي څخه نسبت شتمنی ته ډېره برخمنه ده، کولای شي د چکونو د نغدولو په موخه چې په مستقیم یا نامستقیم ډول د بانکي حسابونو د یوه حساب لپاره ایستل کېږي، وساتل شي. اصولاً بانکونه خپلې مهمې گټې د اعتبار د ورکړې له لارې تر لاسه کوي، چې دا دولتي او نادولتي برخې ته د پور په ډول د سوداگریزو بانکونو د شتمنیو یوه فیصدي گڼل کېږي.

نن ورځ د بانکوالۍ سیستم پرمختللی دی او د بانکونو تر منځ اړیکې د کمپیوټر او برېښنایي سیستم له لارې ټینګېږي. په ځانگړې توگه، زموږ په هېواد افغانستان کې سوداگریز بانکونه په بشپړه توگه پرمختللي او انټرنېټي شبکې په واک کې لري. لکه د Core Banking Sestem سويټ، د گرځنده ټېلفون له لارې بانکوالي او نور پرمختللي وسایل، چې په لنډ وخت کې ډېر خدمتونه تر سره کولای شي.

سوداگریز بانکونه د یو هېواد په اقتصادي پرمختګ کې مهمه ونډه لري. که په یو هېواد کې سوداگریز بانکونه نه وي، نو د هغو هېوادونو اقتصادي پرمختګ له خنډ سره مخامخېږي او په اسانۍ سره نه شي کولای چې خپل اقتصادي پرمختګ ته ادامه ورکړي.

دا چې سوداگریز بانک د پرمختګ یو عامل دی، نو په اکثره پرمختیايي هېوادونو کې عام خلک پیسې سپموي، چې دغه سپماوې په دوه ډوله دي:

**الف) تولیدي سپما:** عبارت له هغې سپما څخه ده، چې د بېلابېلو اقتصادي کړنو په تمویل کې ترې استفاده کېږي او په اقتصادي پرمختګ کې ونډه لري.

**ب) غیر تولیدي سپما:** په دې ډول سپماوې کې پیسې له اقتصادي جریان څخه وځي. په پیسو کې عدم تعادل رامنځ ته کېږي، بانکونه له تادیاتي ستونزو سره مخامخېږي او د پیسو د کمبود سبب گرځي. په دغه ډول سپماوې کې عام خلک پیسې په کورونو کې زېرمه کوي.

له بل طرفه "کېنز" د غیر تولیدي سپما په هکله وايي: ((همدا غیر تولیدي سپما د وروستۍ سرچینې په توگه تعریف کړی دی. ځینې پوهان د مرکزي بانک عمده دندې د پولې بنسټ ساتنه او ثبات بولي او ځینې نور بیا د مرکزي بانک له خوا د پیسو د نشریدو پر دنده ټینګار کوي. په هر حال کې سوداگریز بانکونه له خلکو څخه امانتونه نه قبليوي، ډېری کارونه چې سوداگریز بانکونه یې د خلکو پر وړاندې باید تر سره کړي، نه یې تر سره کوي. مرکزي بانک په مخ پر وده هېوادونو کې مستقل طبیعت نه لري، په ځینو هېوادونو کې نیمه مستقل طبیعت لري، لکه په کاناډا او انګلیستان کې. په ځینو هېوادونو کې مرکزي بانک بشپړ واک لري، لکه د امریکا په متحده ایالتونو کې چې رییس یې د ولسمشر او مشرانو جرګې په وړاندیز ټاکل کېږي او د بانک رییس یوازې د مشرانو جرګې (سنا) پر وړاندې مسوولیت لري. د مرکزي بانک موخه د نورو مالي موسسو په څېر د گټې تر لاسه کول نه دي، بلکې موخه یې د کنټرول له لارې د پیسو د ثبات او ارزښت ساتل او د حجم مراقبت او همدارنګه د نورو بانکونو او مالي موسسو د ناکامۍ مخنیوی دی او په ځینو هېوادونو کې د مرکزي بانک پانگه په خصوصي ملکیت پورې تړلې، خو د عامه موسسو په ردیف کې راځي.

پولي سياست هغه سياست دی، چې د مرکزي بانک له خوا د پیسو د وړاندې کولو د کنټرول او د اقتصادي عمومي لپاره کارول کېږي. یا په بله وینا، پولي سياست د هغو تدبیرونو او تصمیمونو له ټولګې څخه عبارت دی، چې د ټاکلو اقتصادي موخو، په ځانګړې توګه د ثبات د ټینګښت، استقرار او پولي ارزښت په موخه نیول کېږي او یا هم پولي سياست له هغو مالي فعالیتونو څخه عبارت دی کوم چه د یو هېواد د مرکزي بانک له خوا اداره او کنټرول کېږي، لکه: د پیسو برابرول، د پیسو رامنځ ته کول، د اسعارو د تبادلې نرخ یا ارزښت ټاکل، د پیسو گټه او داسې نورې اړوندې دندې، څو مرکزي بانک وکولای شي چې اقتصادي پرمختګ وکړي، د اسعارو د تبادلې نرخ ثابت وساتي، خلکو ته د کار زمینه برابره کړي، د توکو نرخونه ثابت یا ځای پر ځای وساتي او د یو هېواد مروجې پیسې په ثابته توګه وکاروي. په ورته توګه اسلامي پولي سياست هم د دې لپاره پکار وړل کېږي، څو اقتصادي اهداف لکه د نرخونو ثبات، د عاید منصفانه وېش، د بېکارۍ له منځه وړل او داسې نور لاسته راوړل شي.

په لنډ ډول داسې ویلای شو چې پولي سياست هغه سياست دی، چې د مرکزي بانک له خوا د پیسو د وړاندې کولو د کنټرول او د اقتصادي عمومي سياست د اصلي موخو د تر لاسه کولو لپاره کارول کېږي.

د پولي سياست عاملین د پولي سياست عاملین په لاندې ډول دي:

الف- مرکزي بانک: په اوس وخت کې مرکزي بانک د هر خپلواک او مقتدر هېواد لپاره د یوې مهمې مالي موسسې رول لري، ځکه دا موسسه د دولت د اقتصادي سیاستونو په بشپړتیا، په ځانګړې توګه د پولي او مالي سیاستونو په چوکاټ کې مهم رول لوبوي او کړنې یې د دولت د سمو اقتصادي او مالي فعالیتونو لپاره اړینې دي او د هېواد د پولي چارو مدیریت پر غاړه لري. مرکزي بانک د بانکونو د بانک په نامه هم یادېږي. مرکزي بانک په ځینو هېوادونو کې ځانګړې توګه مخ پر وده هېوادونو کې د حکومت تر مستقیمې ادارې لاندې خپلې دندې تر سره کوي، خو د هر هېواد مرکزي بانک له نورو هېوادونو سره د دندو په برخه کې توپيرونه لري. پر دې بنسټ د وخت په اوږدو کې د مرکزي بانک د دندو د زیاتوالي په پام کې نیولو سره یو لنډ او نه بدلېدونکی تعریف ستونزمن دی. سره له دې مرکزي بانک نیبي چې د مرکزي پولي موسسې په توګه چې د سوداگریزو بانکونو د دندو ټاکل، د دولت مالي استازیتوب او د هېواد د پولي سیستم رهبري کول پر غاړه لري، هم یې باید یادونه وشي.

اقتصادپوهانو هم مرکزي بانک په بېلابېلو ډولونو تعریف کړی دی. د بېلګې په توګه، شو (Shw) مرکزي بانک د اعتبارونو د کنټرولونکي په توګه تعریف کړی دی. همدارنګه

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

**Kam Air**  
کابل - هرات 09:00  
کابل - کندهار 09:00  
کابل - ډهلي 10:00

**flydubai**  
کابل - دوبي 08:50  
کابل - دوبي 14:40  
کابل - دوبي 18:15

**د اسعارو بیې**

- \$ ۷۸,۶۰
- € ۸۶,۵۰
- Rp. ۵۰۰
- ₹ ۱۱۰۰
- ¥ ۱۱,۴۰
- £ ۱۰۰,۵۰

**پروازونه**

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

**Kam Air**  
کابل - هرات 09:00  
کابل - کندهار 09:00  
کابل - ډهلي 10:00

**flydubai**  
کابل - دوبي 08:50  
کابل - دوبي 14:40  
کابل - دوبي 18:15

**بېرني شمېرې**

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

**مسیر**  
مسوول مدیر: اسدالله وحیدي  
مرستیال: شفیق امیرزی  
اېډیټران: جواد تیموري او امان الله حنیفي  
لیکوالان: اېمل خان، نذیر احمد سهار او شفیق همدرد  
خبريالان: حمیدالله حمیدي، حکمت آرین او حشمت الله نوري  
گرافیک او ډیزاین: ارمان  
چاپځونه: وایگل چاپ ۰۲۰۲۵۱۲۶۲۶  
۰۷۸۲۹۸۹۶۹۶

maseerdaily@gmail.com  
0202502100 / 0777989696  
www.maseerdaily.af  
Maseer Daily  
MaseerDaily





شرعی وختونه: سهار ۰۵:۰۹ | لمر ختل ۰۹:۳۹ | ماسپینین ۱۱:۴۱ | مازیگر ۰۲:۲۵ | ماښام ۰۴:۴۵ | ماخوستن ۰۹:۱۳



### حقوقدانان: پیشبرد پروسه حج گذشته توسط کمیسیون تدارکات خلاف قانون بوده است



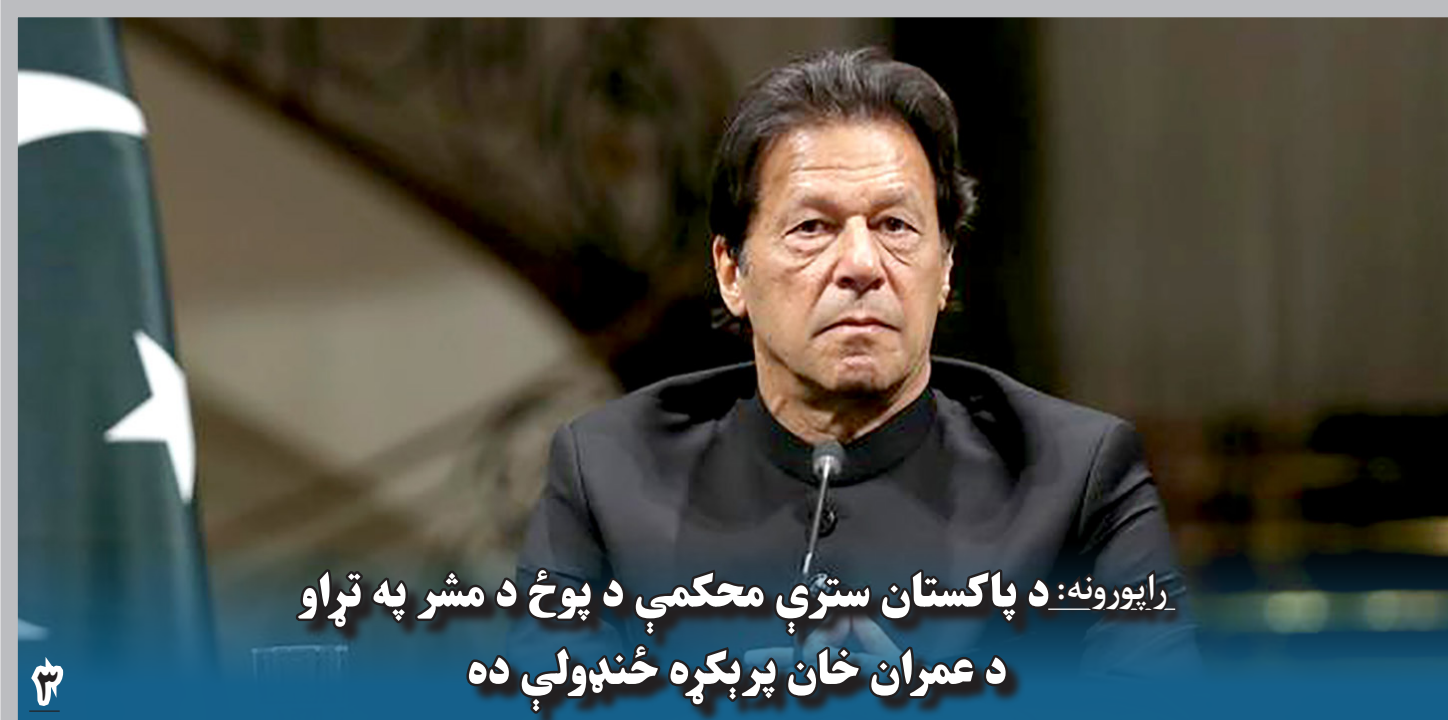
شماری از حقوقدانان، در حالی انتقال پیشبرد پروسه حج گذشته توسط کمیسیون تدارکات ملی را خلاف قانون می دانند که برخی حجاج افغان، مدعی اند که در پروسه حج امسال، بدترین خدمات به آنها فراهم شده بود. در پروسه حج امسال، بیش از سی هزار تن از افغان ها برای ادای مراسم حج فرضی به عربستان سعودی رفته بودند و پروسه انتقال حجاج، دوباره به کشور در اواخر ماه سنبله به پایان رسید.

در پی سپردن پروسه حج امسال به اداره ملی تدارکات، زابیرین بیت الله شریف با مشکلات دست و پنجه نرم می کردند و خدمات به شکل معیاری در دسترس آنها قرار داده نشده بود.

حاجی بنیامین بارز باشند ولایت فراه که در مراسم امسال، غرض ادای فریضه حج به عربستان رفته بود، گفته است که عماره ها در دور ترین نقطه برای حجاج افغان به خصوص ولایات درجه دوم و سوم گرفته شده بود، که بیش از یک ساعت باید زابیرین تا حرم شریف پیاده می رفتند.

وی از نبود ترانسپورت منظم برای حجاج از عماره الی حرم شریف و برعکس، غذای بی کیفیت و حرام برای مسلمان، اختصاص چهار دستشویی برای ۱۲۰۰ تن از زابیرین در منی، جابجایی حجاج در خیمه ها که حتی زابیرین توان قدم برداشتن در داخل خیمه را نداشتند، انتظار هشت ساعته حجاج افغان برای انتقال شان به عرفات و برعکس آن به مزدلفه و غیره را از مشکلات در پروسه امسال یاد کرد.

گل احمد مددزی معاون اتحادیه حقوقدانان کشور، در صحبت با آژانس خبری پژواک، انتقال پیشبرد پروسه حج را به اداره تدارکات ملی، خلاف قانون و تشکیلات اساسی دولت دانسته گفت: «این کار حکومت تعجب آور نیست؛ چون ما در چوکات قانون در حرکت نیستیم».



### رپورونه: د پاکستان سترې محکمې د پوځ د مشر په تړاو د عمران خان پر بکړه ځنډولې ده

### د البانیا په لوېدیځ کې زلزلې ۱۵۶ کسانو ته مرگ ژوبله اړولې



کسانو د ټپي کېدو راپورونه هم تر لاسه کړي، چې د ځينو ټپيانو روغتیايي وضعیت يې د اندېښنې وړ بلل شوی دی. د دې ادارې د معلوماتو له مخې، ښايي د مرگ ژوبلي شمېره نوره هم لوړه شي. چارواکو دغه راز ويلي چې زيانمنو سيمو ته يې مرستندويه ټيمونه اړولي دي.

د البانیا په لوېدیځو سیمو کې سختې زلزلې شپږ کسان وژلي او لسگونه نور يې ټپيان کړي دي. د راپورونو له مخې، د دې زلزلې شدت د رېښتر په کچه په ځينو سیمو کې درې اعشاریه شپږ او په ځینو کې بیا څلور اعشاریه شپږ درجې ښودل شوی دی چې له امله يې ډېر کورونه نړېدلي دي. د دغه هېواد د طبيعي پېښو پر وړاندې د مبارزې ادارې ويلي، چې د دې زلزلې مرکز د تیرانا ښار و او په همدې ښار کې يې شپږ کسان وژلي او ځینې نور يې ټپيان کړي دي. چارواکو ويلي چې د دې سیمې له بېلابېلو برخو څخه يې د ۱۵۰

### د بښني نړيوال سازمان: د ايران په لاريونونو کې د وژل شويو کسانو شمېر ۱۴۳ تنو ته رسېدلی دی



د بښني نړيوال سازمان يا امنیستي انټرنېشنل په خپل تازه بيان کې ويلي چې د ايران په وروستيو لاريونونو کې د وژل شويو کسانو شمېر ۱۴۳ تنو ته رسېدلی دی. دغه سازمان په يوه بيان کې ويلي چې دغه کسان تر ډېره په ډزو وژل شوي، خو د ايران حکومت بيا دا شمېرې رد کړې دي.

په بيان کې دغه راز راغلي چې په دغو لاريونونو کې د تاوتریخوالي پر مهال سلگونه کسان ټپيان شوي هم دي.

په ورته وخت کې د ازادې راډيو فردا څانگې معلومات ښيي چې په دغه هېواد کې په وروستيو لاريونونو کې څلور زره او ۸۰۰ کسان د دې هېواد په ۱۸ ولایتونو کې نيول شوي دي.

بلخوا د ايران سپاه پاسداران انقلاب اسلامي مرستیال قوماندان د دغه هېواد له قضايي ادارو غوښتي، چې نيول شويو کسانو ته سخته سزا ورکړي.

دا په داسې حال کې ده چې د ايران په لسگونو ښارونو کې وروسته له هغې پراخ لاريونونه پيل شول چې حکومت د تېلو بېبې لوړې کړې.

دغه راز رومه ورځ په تهران کې بيا د حکومت په پلوی هم زرگونه کسان راټول شوي وو، چې د ايران د سپاه پاسداران ځواکونو قوماندان حسين سلامي؛ امريکا، برېتانيا، اسراییل او سعودي عربستان تورن کړل چې د ايران په وروستيو ناراميو کې ښکېل دي.

### لومړی ژوند زده او بيا يې وکړی!



ژوند داسې يوې مرحلې ته رسېدلی چې د هرڅه زده کول پکې اړين دي، ژوند زده کړه غواړي، له ژونده خوند هم هغه کسان اخلي چې دوی ژوند زده کړی وي. مور کلونه کلونه د جگړو قرباني شوي يو، د ژوند په اړه له ډېرو رازونو بې خبره يو. مور ژوند کوو، خو د ژوند کولو په چل نه پوهېږو. ډېری خلک له خپل ژوند، هیلو، موخو، دندې، مېرمنې، اولاد يا په لسگونو نورو ستونزو شکایت کوي؛ دوی داسې فکر کوي چې دا ټولې ستونزې نورو د دوی په ژوند کې پيدا کړې دي. څوک خبر دي، کېدای شي د ستونزو لامل مور په خپله و؟ يو وخت مې يوه جمله لوستې وه، ښايي وروسته مې ډېره لوستې وي، خوډېر په زړه پورې پيغام يې درلود او هغه دا وه: «ځان وپېژنه چې خدای و پېژنې» دا خبره د کاني کرښه ده. هغوی چې ځان

### امروت؛ د امیدوارو مېرمنو لپاره غوره مېوه

اسيدونه دي. د امروتو د ونې پوستکي د قبض لپاره گټور دی، دغه راز که د امروتو د ونې پوستکي و اېښول شي، د بدوډو او مټانې ډېرې له منځه وړي او ادارر زياتوي.

د امروتو د ونې پاڼې هم بې گټې نه دي؛ د يادې مېوې اېښول شوې پاڼې کولی شي له مټانې څخه بدوډو ته غځېدلي لاره له هر ډول میکروبونو څخه پاکه کړي. د خامو امروتو په خوړلو کې بايد زياتی ونه شي؛ ځکه پر معدې فشار راوړي، خو د پخو امروتو خوړل نه يوازې د معدې لپاره گټور دي، بلکې نورې ډېرې گټې هم لري. که څه هم چې امروت د امیدوارو مېرمنو لپاره ښه مېوه بلل شوې ده، د هغو کسانو لپاره هم د پام وړ گټه رسوي چې د وينې له کمښت سره مخ وي.



امروت د ویتامين (A, B1, B2, C) او دغه راز د معدني موادو لکه فاسفورس، سوډيم، کلسيم، مگنيزيم، پوتاشيم، مس او اوسپنې تر ټولو ښه زېرمه بلل کېږي. امروت له ۷۶ نیولې تر ۸۳ سلنې اوبه او له شپږو تر ۱۲ سلنې قندي مواد لري. په امروتو کې د اسيد کچه يو يا دوه سلنه ده چې ماليک سیتريک، تانن، پکتين، انورتين او اسپاراژين يې معلوم