



2 017550 139621

کتاب

مخ ۴

د افغانستان د وسله وال پوځ تاریخ



د کتاب لومړۍ څپرکې د تاریخ او وسله والو ځواکونو پېژندنې ته ځانگړې شوی دی چې په هغه کې لومړی د تاریخ پر عامه او لنډه پېژندنه سربېره، د تاریخ د لیکلو په اړتیا، گټو، د تاریخ په سرچینو، پیل، ډولونو، د تاریخ په دورو او بیا ورپسې د وسله والو ځواکونو د عامه پېژندنې په ترڅ کې د اردو او وسله وال پوځ لغوي او اصطلاحې پېژندنه شوې ده.

کرنې ریاست: روان کال د هلمند د شاتو مچيو په تولید کې اووه سلنه ډېروالی راغلی دی



د هلمند د کرنې او مالدارۍ رییس زلمی الکو وایي، چې د دغه ولایت د شاتو مچيو په تولید کې د تېر کال په پرتله اووه سلنه زیاتوالی راغلی دی. د الکو په خبره، د هلمند د کرنې ریاست په همکارۍ د دغه ولایت بزگرو او بوالو ته د شاتو مچيو روزنې ډېر شمېر فارمونه جوړ شوي، چې د زرگونو کیلو شاتو د تولید ترڅنگ یې مچي اوس دوه برابره تکثیر او زیات شوي دي. د هلمند د کرنې رییس وایي، چې په دغه ولایت کې به سر کال ۲۴.۵ تنه شات تولید شي، چې د تېر کال په پرتله اووه سلنه زیاتوالی ښيي. دا په داسې حال کې ده، چې تېر کال په هلمند ولایت کې ۱۷.۵ متریک ټنه شات تولید شوي وو. د راپورونو له مخې، په دې وروستیو کلونو کې په هلمند کې د شاتو مچيو د ساتلو دود وده کړې چې ورسره سم د ډېریو کسانو اقتصادي ستونزې هوارې شوې دي.

رسولۍ: پنج مقام شفاخانه جمهوریت به اتهام اختلاس به څارنوالی معرفی شدند



وزیر پیشین صحت عامه، رئیس و چهار مقام دیگر شفاخانه جمهوریت را به اتهام اختلاس در مصرف نفت این شفاخانه به لوی سارنوالی معرفی کرده است و سرطیب این شفاخانه را سرپرست تعیین کرده است. اما بشیر نورمل معین وزارت صحت عامه رئیس پیشین این شفاخانه را دوباره به کارش معرفی کرده است. لوی سارنوالی می گوید که پرونده رئیس شفاخانه جمهوریت که به اتهام فساد اداری به این نهاد معرفی شده است، زیر بررسی است. سندها نشان می دهند که وزارت صحت عامه از بهر چگونگی مصرف نفت مرکز گرمی های شفاخانه جمهوریت از سال ۱۳۹۲ تا اواخر سال ۱۳۹۸ هياتی را برای بررسی گماشت و پس از بررسی های این هیات فیروز الدین فیروز وزیر پیشین صحت عامه، محمد الله علیشنگی رئیس شفاخانه جمهوریت، امین الله عمر خیل، مدیر اداری، بشیر احمد مدیر خدمات، سردار محمد مدیر یکی از بخش های این شفاخانه را به لوی څارنوالی معرفی کرده است و نوشته است که حاضری هایشان را تا روشن شدن این مسئله در وزارت صحت عامه امضا کنند.

جمشید رسولی - سخن گوی لوی څارنوالی گفته است: «رئیس شفاخانه جمهوریت با تعدادی از کارمندان این شفاخانه از سوی وزارت صحت عامه به اتهام فساد اداری به لوی څارنوالی معرفی گردیده است، قضیه تحت تحقیق و بررسی لوی څارنوالی قرار دارد.»

ورځپاڼه
www.maseerdaily.af
نوی لید، نوی منزل

چهارشنبه ۱۳۹۹ د غبرگولي ۱۴مه | د ۲۰۲۰ د جون درېیمه | ۵۴۴مه گڼه

له قرنطین او وزگارتیا سره هممهاله؛ کابل ښاریان وایي، په تېره دوره کې یې د برېښنا په بېلونو کې دوه برابره لگښت لیکل شوی



پر جوماتونو او علماوو برید، وحشت تر ټولو کم سارې بېلگه! مخ ۲

د شینجیانگ مسئلې په اړه رښتیا څه دي؟! مخ ۲

کارگل جنگ؛ کله چې هندي استخباراتو د جنرال مشرف خبرې ثبت کړې مخ ۳

د وزیر اکبر خان جومات په چاودنه کې د مولوي اياز نيازي په گډون دوه تنه وژل شوي

مخ ۲

خليلزاد: له افغان حکومت سره د بين الافغانی مذاکراتو د ژر پيلېدو لپاره د ځای او نېټې په اړه خبرې کوو

د افغان سولې لپاره د امریکا ځانگړی استازی زلمی خلیلزاد د بنديانو خوشې کولو او تاوتریخوالي کمېدل ښه پرمختگونه گڼي او وایي چې له افغان حکومت سره د بین الافغانی مذاکراتو د ځای او نېټې په اړه خبرې کوي. خلیلزاد دغه څرگندونې افغانستان او سیمې ته تر سفر وروسته په واشنگټن کې د بهرنیو چارو وزارت له ویاندې سره یوځای په یوه خبري کنفرانس کې کړې دي. هغه زیاته کړې، تېر ځل یې چې دلته له خبریالانو سره خبرې کړې وې، نو په افغانستان کې تاوتریخوالی زیات او د بنديانو د خوشې کولو پروسه هم د دوی له هیلو سره سمه نه وه روانه، خو نوموړي وویل چې اوس لږ حالات بدل شوي، په تېر اختر کې طالبانو او افغان حکومت

Aksos Book Store

اکسوس کتابپلورنځی

کتاب مو د ژوند ملگری کړئ

کابل درېیمه ناحیه، د دهبوري پارک جنوبي دروازې ته مخامخ

0798-98-9696, 0202504652

www.aksosbookstore.af

Aksos Book Store

aksosbookstore@gmail.com

دریځ

پر جوماتونو او علماوو برید، د وحشت تر ټولو کم سارې بېلگه!

تبر ماښام د کابل په نږدې تر ټولو امن سیمه وزیر اکبر خان جامع جومات کې چاودنه وشوه. دغه پېښه هغه مهال وشوه، چې لمونځ کوونکي د ماښام لمانځه له ادا کولو وروسته له دغه جومات څخه د راتولو په حال کې وو. د کورنیو چارو وزارت په وینا، په دغه برید کې د یاد جومات د ملا امام مولوي محمد ایاز نیازی په گډون دوه تنه شهیدان شوي او دوه تنه نور ټپیان شوي دي. د دغه وزارت ویاند طارق آرين وویل چې دغه چاودنه په جومات کې د ځای پرځای شويو چاودېدونکو توکو له کبله رامنځته شوې ده. نوموړي دغه راز وویل چې امنیتي ځواکونو د پېښې په ځای کې یوه اندازه چاودېدونکي توکي له چاودنې وړاندې خنثی کړي هم دي. که څه هم د دغه برید مسوولیت تر اوسه چا پرغاړه نه دی اخیستی، خو طالبانو په دې چاودنه لاس رد کړي دي. په ورته وخت کې دغې پېښې پراخ غبرگونونه راپارولي دي. د اوسني ولسمشر غني او پخواني ولسمشر حامد کرزي په گډون؛ اکثریت سیاستوالو، مشرانو، چارواکو او د ټولنیزو رسنیو کاروونکو دغه پېښه غندلې او خواشیني یې پرې څرگنده کړې او دا برید یې د اسلام او سولې د دښمنانو کار بللی دی. ولسمشرۍ ماڼۍ د یوې اعلاميې په خپرولو سره ویلي چې جمهور ريبس مسوولینو ته د یادې پېښې د هر اړخيزې څېړنې او د ټیپیانو د درملنې لارښوونه وکړه. دغه راز د پخواني ولسمشر حامد کرزي له مطبوعاتي دفتره په خپره شوې خبرپاڼه کې راغلي چې پر ډاکتر ایاز نیازی او نورو لمونځ کوونکو برید د هېواد د سولې او ازادۍ د دښمنانو کار دی چې غواړي په دغه ډول بریدونو سره د سولې روانه پروسه زیانمنه کړي.

دا لومړی ځل نه دی چې پر علماوو، جوماتونو او نورو مقدسو ځایونو په ډېر وحشت سره بریدونه او چاودنې کېږي، تر دې وړاندې هم ورته پېښې رامنځته شوي، خو له بده مرغه حکومت نه یوازې دا چې د دغه ډول پېښو په مخنیوي کې پاتې راغلی، بلکې پر دې نه دی توانېدلی چې د دا ډول پېښو عاملین ونیسي، افشا یې کړي، محاکمه یې کړي او ولس ته په ډاگه کړي چې دا بریدونه د چا او کومو کړيو کار دي.

د کابل تر ټولو امن سیمې وزیر اکبرخان جومات ته د چاودېدونکو توکو ورلو او هلته ځای پرځای کېدو گڼې پوښتنې راپورته کړي چې حکومت او مسوول چارواکي یې باید په اړه ځواب ووايي. دا واضح ده چې دغه ډول بریدونه په اوسنیو حساسو شرایطو کې چې د سولې لپاره تر یوې کچې د باور فضا رامنځته شوې، د پرديو استخباراتي شبکو او د سولې او اسلام د دښمنو کړيو کار دی، خو پوښتنه دا ده چې حکومت ولې بیا بیا د دا ډول بریدونو په مخنیوي کې پاتې راځي او خپل مسوولیت یوازې د خواشینۍ په څرگندولو او د پېښې د پلټنې په پلمه د پلاوي په ټاکلو سره له خپلو اوږو لرې کوي؟!

ولس نور د حکومت د ناغېږيو او دغه ډول پېښو د زغم توان نه لري، دوی نه یوازې دا چې د دغه ډول بریدونو د عاملینو او جنایتکارو د نیول او علني محاکمه غواړي، بلکې حکومت او مسوول چارواکي باید ژر تر ژره لاس پر کار شي او په راتلونکي کې د دغه ډول جنایتکارو، اسلامیت، بشریت او افغانیت ضد کړيو د وحشتونو مخه ونیسي.



ليکنه: وانگ يو
په افغانستان کې د چين لوی سفير

په دې وروستيو ورځو کې د امريکا استازو جرگې د تش په نوم ((د اوږغوریانو د بشري حقوقو لايحه)) تصویب کړه چې د چین د شينجيانگ د بشري حقونو او د چین د شينجيانگ پر تگلارې يې بې دليله نیوکې کړې، د ترهگری او تندلاری پرضد د چین پر قانوني تدبیرونو یې توروڼه پورېکړي او د چین په کورنیو چارو کې يې څرگنده لاسوهنه کړې ده. دغه لايحه په تېر يوه کال کې د امريکا په سنا او استازو جرگو کې څو څو ځله خنډول شوې او محتویات یې هم څو څو ځله بدل شوي دي. دوی یوازې غواړي د دې لايحې د مادو له لارې خپلې گټې پیدا کړي. په دې لايحه کې یوازې د چین په اړه د دوی غرور ښکاري، خو د چین د شينجيانگ په اړه هیڅ رښتیا او د بشري حقوقو هیڅ کلیمه پکې نه لیدل کېږي. ځینو هغو افغان ملگرو چې له شينجيانگ څخه یې لیدنه کړې، ما ته وویل چې د امريکا په قول د شينجيانگ معلومات بېخي ناسم دي او ناسمهغهزبه به وکړي. نو دلته زه غواړم چې د امريکا د دغې لايحې درواغ او د چین د شينجيانگ رښتیا په ډاگه کړم.

دا بېخي جعلي خبر دی چې په شينجيانگ کې يو ميليون وگړي په کېمپونو کې په مجبوریت کار کوي. یوه موده مخکې د امريکا یوه خپلواک خبري ويب سایت په دې اړه يو راپور خپور کړ چې له مخې يې دا په ډاگه شوي چې نوموړی جعلي خبر یوازې د یوه ښي اړخي سازمان له خوا د ځینو تندلارو کسانو د بلاگونو او لږ څه شخصي مرکو سره سم جوړ شوی دی. دوی کله وايي په شينجيانگ کې يو ميليون کسان په کېمپونو کې مجبوراً کار کوي او کله دغه شمېر درې ميليونو ته پورته کوي. په حقیقت کې دغه سازمان د امريکا حکومت، ناټو او وسلو جوړوونکو شرکتونو څخه پیسې ترلاسه کوي. د دوی داسې بې بنسټه خبرونه به بالاخره د خلکو له خوا وپېژندل شي. اوس ټول هغه زده کوونکي چې

د شينجيانگ مسئلې په اړه رښتیا څه دي؟!

د هېواد د معیاري ژبې، قانوني پوهې، مسلکي مهارتونو او د تندلاری له منځه وړلو په کورسونو کې يې گډون درلود، فارغ شوي دي. په اینډه کې به اړوند ښوونځي د بنسټیزو کدرونو او فارغ شويو زده کوونکو لپاره عامې او خلاصې روزنې او ښوونې برابرې کړي.

دا هم بېخي جعلي خبر دی چې په شينجيانگ کې مسلکي ښوونیز کارونه غیرقانوني څارنه او په ظلم ترسره کېږي. دا د امريکا تروونه دي چې پر چین يې لگوي. چین قانوني ټولنه لري، حکومت یې د ترهگری ضد قانون او د شينجيانگ له محلي قوانینو سره سم مسلکي ښوونیز مرکزونه جوړ کړي ترڅو له هغو کسانو سره چې کوچني جرمنه یې کړي او د تندلاری له افکارو اغېزمن شوي وي، مرسته وکړي شي. دا ښوونیز مرکزونه په پوره توگه زده کوونکو ته درناوی لري او زده کوونکي یې د زده کړو په بهیر کې د ښوونځیو په لیلیو کې اوسېږي، کله نا کله کور ته هم ځي، له اړتیاوو سره سم رخصت اخلي او معلوماتي ازادي لري. دا د قانوني ادارې رویه ښيي او بشري پاملرنې هم څرگندوي. دا د ټولنیزې ادارې په برخه کې د چټک او اساسي حل و فصل او د جمع ادارې هوښیارتیا ده.

دا هم جعلي خبر دی چې په شينجيانگ کې مسلکي ښوونه او روزنه قومي ظلم، کلتوري وژنه او مذهبي استبداد دی. دا جعلي خبر د امريکا د بد نیت گڼگوسه ده. په دغو مرکزونو کې د زده کوونکو یوازینی معیار دا دی چې آیا دوی له ترهگری، تندلاری او جرمنو سره تړاو لري که نه. دغه معیار له اوسېدونکې سیمې، قوم او مذهب سره هیڅ تړاو نه لري. په دغو مرکزونو کې ټولې قاعدې، تدریسي لیستونه او د خوږو مینو د هېواد په معیاري ژبه او د محلي ملي لږکیو په ژبو کښل شوي او د بېلابېلو قومونو کلتور، دودونه او د ژبو حقوق پکې تامین دي. د چین د نورو ښوونځیو په شان تعلیمي لارې چارې او مذهبونه یو له بل څخه جلا دي، خو زده کوونکي ازادي لري چې په کورونو کې په قانوني مذهبي فعالیتونو کې گډون کوي یا نه.

د دروغو منزل لند وي، مگر د امريکا د پارلمان ځینو غړو په تصص سره یاده لايحه جوړه کړې، خو دغه لايحه له دروغو او شکونو څخه ډکه ده. د دې لايحې عمده برخه د پلټنې نتیجه ده، خو د امريکا پارلمان د ځینو دوسیو په اړه ډیر بدلونونه راوروي او یوازې ځیني نامعلوم نومونه یې وړاندې کړي چې پکې واضح وخت، ځای او سرچینه نه دي یاد شوي. له دې نه څرگندېږي چې امريکا د شينجيانگ د بشري حقوقو لپاره غږ نه پورته کوي، بلکې د چین د پرمختگ د مخنیوي لپاره د شينجيانگ له مسئلې څخه استفاده کوي.

اینډه دروغ نه وايي. د چین د شينجيانگ پرمختگ د لیدو وړ دی. له ۲۰۱۸ ز کال راهیسې د ۹۰ هېوادونو او سیمو څه دپاسه زرو تنو ډیپلوماټانو، چارواکو او خبریالانو له شينجيانگ څخه لیدنه کړې ده. د دوی په نظر، د شينجيانگ ټولنه ارامه، اقتصاد یې سمسور، قومونه یې متحد، مذهبي چارې یې همغږې او رنگارنگ کلتورونه لري. د بېلابېلو قومونو وگړي په سوله، ارامتیا او ازادۍ کې گډ ژوند کوي. سمسورتیا او ارامتیا د شينجيانگ څرگنده نښه بلل کېږي او په دغې سیمې کې په وروستیو درې کلونو کې د زورزیاتي او ترهگری هیڅ پېښه نه ده رامنځته شوې، په ۲۰۱۹ ز کال کې د دغې سیمې د تولید عمومي ارزښت د کال د ۶۰ فیصده په زیاتوالي سره ۱۹۶ میلیارده او ۹۰۰ میلیونه ډالرو ته ورسېد، په ښارونو او کلیوالو سیمو کې د هر کس پر سر منځني عایدات په جلا جلا توگه ۵،۵ فیصده او ۹ فیصده زیات شوي، ۶۴۵ زره بې وزله وگړي یې له بې وزلۍ څخه وتلي او د بې وزلۍ توازن له ۶،۱ فیصده څخه ۱،۲ فیصده ته ټیټ شوی دی. د خلکو د لاسته راوړنې، نیکمرغۍ او امنیت احساسات مخ پر زیاتېدو دي. شينجيانگ د مسلمانانو ترټولو یو امن او نېکمرغه ځای دی.

امريکا خپل ځان د بشري حقوقو ساتونکی بولي، خو په کور دننه سخت نژادي سپکاوی لري. مثلاً د اقتصاد په برخه کې د افريقا او لاتیني امريکا الاصله امریکایانو لپاره د پوره وخت اونیزه تنخوا د سپین پوستو امریکایانو

په پرتله ۳۰-۴۰ فیصده کمه ده. د عدلیې په برخه کې پولیس د نژاد له مخې بېل غبرگونونه اجرا کوي چې د پولیسو له خوا د افريقا الاصله ځوانو امریکایانو د وژلو توازن د سپین پوستو ځوانو امریکایانو په پرتله ۲۱ چنده لوړ دی. څو ورځې د مخه د امريکا په مینیسوټا ایالت کې یو تور پوستي ځوان (Floyd) د سپین پوستي پولیس له خوا ووژل شو. دغه پولیس د دغه ځوان پر سټوني د ۸ دقیقو لپاره زنگون اېښي و چې اوس د امريکا په لږ و بر کې د حکومت ضد لاریونونه راپورته شوي دي. د دې ترڅنگ په امريکا کې د کرونا یو میلیون ۷۰۰ زره پېښې ثبت شوې او څه د پاسه سل زره کسان یې وژلي دي. د مرینې په دغې کچې کې د تور پوستو امریکایانو فیصدي %۲۳ ده، حال دا چې دوی د امريکا په نفوسو کې ۱۳ فیصده نیسي. امريکا هیمشه دوه اړخيزه معیارونه انتخابوي. کله چې په هانکانگ کې غلو غلا کوله، دوی د ښکلې منظرې نوم ورکړی و. کله چې چین په شينجيانگ کې د ترهگری ضد تدبیرونه ونیول، دوی سمدلاسه نیوکې پیل کړي. مگر کله چې د دوی په خپل هېواد کې لاریونونه رامنځته شول، په لاریونوالو پسې یې وحشي سپي ورخوښ کړي او د درنو وسلو په کارولو سره یې پر دوی زور اچولی دی. امريکا خپله په کور دننه د بشري حقوقو په اړه ژورې ستونزې لري، خو څنگه ځان ته باور او حیثیت ورکوي چې د شينجيانگ په چارو کې لاسوهنه وکړي او یا پر چین نیوکې وکړي؟

يو ځل له نږدې لیدنه د سل ځلو اورېدلو په پرتله غوره ده. په وروستیو کلونو کې د افغانستان ډېرو چارواکو، خبریالانو، ښوونکو او زده کوونکو له شينجيانگ څخه لیدنه کړې ده. دوی د شينجيانگ د سمسورتیا، ارامتیا او چټک پرمختگ شاهدان دي او د امريکا د خبري رسنیو او سیاسيونو برعکس د شينجيانگ رښتیني منظره لري. زه د زړه له کومې توده هرکلی کوم چې لازيات افغان ملگري شينجيانگ ته سفر وکړي او هلته خواره انگر او نورې خوندورې مېوې وخورې.

د امريکا د نړيوال سياست پوهنتون (IWP) په يوه کم ساري اقدام کې د افغان محصل هارون حکيمي ستاينه کړې



نړيوالو کنفرانسونو د مرستيال او تر هغه وړاندې د اطلاعاتو او کلتور وزارت د ارشد سلاکار په توگه دندې ترسره کړې دي. د یادونې وړ ده چې هارون حکيمي درېيم افغان دی چې د نړيوال سياست له پوهنتون څخه فارغېږي؛ لومړی یې د کورنیو چارو پخوانی وزیر علي احمد جلالی او دویم یې د سياسي چارو شنونکی شفیق همدم دی چې د ښاغلي حکيمي پر فراغت يې د خپل ټویټر له لارې خونې څرگنده کړې ده. د افغانستان په اوسنیو پېچلو او ناندريزو شرایطو کې امريکا د متحده ایالاتو (د نړيوال سياست پوهنتون) له لوري افغان محصل ته دا اعزاز ورکول په نړيواله کچه دافغانستان پر پرمختگ او د ولسواک نظام د سترو پر ټینګښت دلالت کوي. که څه هم افغانستان د جنگ جگړو، سياسي ناندريو، نشه يي توکو او ناقانونيو له کبله نړيوال شهرت موندلی، خو ورته خبرونه په کور دننه او له هېواده بهر پر عامه فکر مثبت اغېز کولای شي.

د خريال وېب پاڼې په حواله، د امريکا په پلازمېنه واشنګټن ډي سي کې د نړيوال سياست پوهنتون (The Institute of World Politics) چې په نړيوالو او امنیتي چارو کې د رهبرۍ په موخه په محدوده کچه د ماسټرۍ او دوکتورا تدریس کوي او د امريکا لپاره د يوه فکري مرکز په توگه فعالیت کوي، خپل يو افغان محصل هارون حکيمي وستايه. د یاد پوهنتون ادارې د هارون حکيمي چې تازه يې له دغه پوهنتون څخه د ملي امنیت په چارو کې په لومړي درجه ماسټري دوره بشپړه کړې، د وړتيا ستاينه کړې او په خپل وېبسایت کې يې د نوموړي د ترلاسه کړې درجې په پار د هغه ژوندلیک خپور کړی دی. دغه پوهنتون د هارون حکيمي په ژوندلیک کې راوړي چې هغه د طالبانو د واکمنۍ پرمهال په خپلکور کې زده کړې پیل کړې او د سپټمبر له پېښو وروسته چې په افغانستان کې اوسنی حکومت رامنځته شو، ښوونځي ته ولاړ.

د سرچينې په خبره، حکيمي ښوونځی له جهادي مدرسي څخه په پاتې ودانۍ کې په داسې حال کې پیل کړ، چې د هارون او ټولگيوالو لپاره یې په ودانۍ کې ځای نه و او له مجبورۍ یې له جهادي مدرسې څخه پاتې غسلاخانه د ټولگي په توگه کاروله. دغه پوهنتون د هارون حکيمي د علمي سفر د ستونزمن پیل او دوام پرمهال د هغه استقامت د نوموړي د اوسني مقام د بنسټیز راز په توگه یاد کړی او د فولبرایټ په گډون د گڼو معتبرو

کارگل جنگ؛ کله چې هندي استخباراتو د جنرال مشرف خبرې ثبت کړې

ليکنه: ريحان فضل- بي بي سي هندي

د جنرال مشرف په دندو کې دنده ترسره کولې، چې د هند د پوځ د لویو درستیو لپاره کارول کېږي.

د ۱۹۹۹ ز کال د مې ۲۶ شپه نېه نیمې بجې د هند د پوځ لوی درستیز ویډ پرکاش ملک ته د هېواد د امنیتي ادارو ترمنځ د ځانگړي تلیفون (د سکيور انټرنل ایکسچینج) زنگ راغی، د هند څارگرې ادارې مرستیال اړوند دوي و. لوی درستیز ته یې وویل، کارکونکو یې د پاکستان د لوړپوړو جنرالانو خبرې ریکارډ کړې دي.

نوموړي جنرال ملک ته زیاته کړه، په دوی کې یوه جنرال له بېجینګ خبرې کولې او چې ټولې وشل شوي، نو مالومه شوه چې زموږ لپاره مهم مالومات پکې دي.

جنرال ملک د دغه تلیفون په هکله بي بي سي ته وویل: «په اصل کې دوي د پوځي استخباراتو مشر جنرال ته تلیفون کاوه، خو تېروتنه کې یې ماته زنگ وهلی و چې پوه شو، زه ور سره مخ یم، ډېر وشرمېد، ما ورته وویل، چې د دې تلیفوني خبرو متن سملاسي را ولېږئ».

جنرال ملک زیاتوي، ټول متن یې چې ولوست اړوند دوي ته یې زنگ وکړ او ورته وېي ویل، دا خبرې د جنرال مشرف -چې دا مهال په چین کې دی او د یوه بل لوړپوړي جنرال دي: «ما دوي ته سپارښتنه وکړه چې دا نمبرونه ریکارډ کړي او هغه هم دا خبره ومنله».

د را د برلاسي هڅه

جنرال ملک وايي، درې ورځې وروسته بیا

کارگل جنگ؛ کله چې هندي استخباراتو

د جنرال مشرف خبرې ثبت کړې

د جنرال مشرف په دندو کې دنده ترسره کولې، چې د هند د پوځ د لویو درستیو لپاره کارول کېږي.

د هند څارگرې ادارې (را) د دواړو جنرالانو خبرې ریکارډ کړې، خو دا ځل یې دا خبرې د ده پر ځای د ملي امنیت سلاکار برچش مشرا او لومړي وزیر اتل بیھاري واجپای سره شریکي کړې، خو دوه ورځې وروسته چې نوموړي د سمندري ځواک مراسمو لپاره ممبيي ته ځي، نو په ستنېدو کې ترې لومړی وزیر تازه د «مخنیوي» پرمختیاوې وپوښتلې: «برجیش مشرا فکر وکړ چې زه خبر نه یم، نو ستنېدو کې یې دا تېروتنه سمه کړه او ماته یې متن را کړ». د جگړې پر مهال د هند څارگره اداره له هر چا سره مالومات نه شریکوي، بلکې ترڅو لوړپوړو چارواکو پورې یې محدودوي چې برلاسي شي. په خبرو کې څه دي؟

جنرال عزیز: دا پاکستان ده، له ۸۳۳۱۵نمبر کمږې سره اړیکه کوم.

مشرف: هیلو، عزیز

عزیز: ځمکنی حالات ښه دي، څه بدلون نشته، د دوی یوه چورلکه مو غورځولي، تا نن خبرونه اورېدلي، میا صیب له بهارتي سیال سره خبرې کړې دي.

ورته ویلي یې دي چې د هوایي ځواک له کارولو مخکې لږ صبر وکړئ، موږ تاوتریخوالی کمول غواړو، د بهرنیو چارو وزیر سرتاج عزیز ډیلي ته در لېږو.

مشرف: سمه ده، دا چورلکه زموږ سیمه کې غورځېدلې؟

عزیز: نه، د دوی په سیمه کې ده، موږ یې د غورځولو دعوه نه ده کړې، مجاهدینو یې د غورځولو دعوه کړې ده.

مشرف: ښه یې کړي دي.

عزیز: خو صحنه یې د لیدو وه، زموږ له لیدو سره د هغوی چورلکه وغورځېده.

مشرف: ډېر ښه، خو اوس زموږ له پولې سره له ستونزو سره مخ دي؟ وپرېدلي کنه؟ پام ورته وکړئ، اوس زموږ له پولې لرې الوتنېکوي؟ عزیز: هو، ډېر فشار پرې دی، الوتنې یې کمې شوي دي.

مشرف: ډېر ښه، ډېر ښه.

نواز شرف ته د خبرو اورول

د جون په څلورمه هند پریکړه وکړه چې دا غږ او متن د پاکستان لومړي وزیر ته واستوي. که د مشرف خبرې اورېدل دوی ته لوی بری و، خو تر نواز شریف رسول یې اسان نه وو.

پوښتنه دا وه چې تر اسلام اباد یې څوک ورسوي.

له نومېرته یوه کس وویل، مشهور خبریال ار کې مشرا د دې سفر لپاره غوره شو، چې په استرالیا کې و، هند ته ولبل شو او مسوولیت ور وسپارل شو.

د دې لپاره چې په اسلام اباد هوایي ډگر کې تلاشي نه شي، د ډیپلوماټ په حیث ولېږل شو او د هند د بهرنیو چارو وزارت یو مرستیال وویک کاتچو هم ور سره و.

ار کې مشرا د سهار ۸:۳۰ د ناشتي پر مهال له نواز شریف سره ولیدل او هغه ته یې ټیپ او متن وسپارل، خو نواز دا هم ورته وویل چې له اورولو وروسته یې دوی ته بیا نه ورکوي.

مانښام مشرا او کاتچو ډیلي ته ستانه شول، خو سفر یې پټ پاتې شو، دواړو له دې کار کولو انکار هم وکړ، خو یوازې له کلکتې خپرېدونکي اخبار ټیلی گراف د ۱۹۹۹ ز کال د جون په

څلورمه د پرني سرما په رپوټ کې د دې خبر ور کړی و.

کارگل کې هندۍ پوځي

نواز شرف هم د ۱۹۹۹ ز کال د جون په ۱۱

هند ته د بهرنیو چارو وزیر سرتاج عزیز له سفر مخکې یوه خبري کانفرانس کې د دغه ریکارډ یادونه وکړه، د دغه ټیپ سلگونه کاڼۍ هم په ډیلي کې سفارتونو ته ولېږل شوې.

د پاکستان په باور، د امریکا یا اسرائیل څارگرو ادارو له هند سره په غږ ریکارډولو کې مرسته کړې، دوی دا هم وايي، چې د اسلام اباد له لوري غږ ډېر روښان دی.

د کارگل په هکله د یوه وتلي کتاب (له کارگل تر تخت پرځولو پورې) پاکستانی لیکوال نسیم زهره لیکي، د مشرف له خوا په تلیفون دا ډول حساسې خبرې دا ثابتوي چې څومره بي پروا دی، بل خلکو ته دا هم ثابتوي چې د کارگل عملیاتو کې د پاکستان لوړپوړي چارواکي څومره ښکېل وو.

خو مشرف خپل کتاب (د کړنگ پر غاړه) کې په دې تړاو څه نه دي ویلي، خو کله چې ولسمشر و، له هندي خبریال سره په مرکه کې یې دا ټیپ ریکارډ تایید کړی دی.

د سرتاج عزیز سور هرکلی

نواز شریف ته له ټپ اړورلو یوه اونۍ وروسته د پاکستان د بهرنیو چارو وزیر سرتاج عزیز هند ته لاړ او په هوایي ډگر کې د پاکستان د لویي کمیشنری مطبوعاتي سلاکار په پرېشانه حالت کې د هغه راټگ ته منظر و.

د هند د بهرنیو چارو وزیر جسونت سینگ د سرتاج عزیز سور هرکلی وکړ.

د هغه په لاس کې لږ تر لږه شپږ هندي ورځپاڼې وې چې د مشرف او عزیز خبرې پکې وې.

دغه ټپ نړۍ په تېره هنديانو ته وښوده چې د

د ۲۰۱۱ د جون د ۱۰ نېټې په ورځ د پاکستان د لویي کمیشنري مطبوعاتي سلاکار په پرېشانه حالت کې د هغه راټگ ته منظر و.

راغلی دی». دی وايي، مېتر لوستونکی هم له دقت څخه کار نه اخلي او په خبره یې، ډېری وختونه د برېښنا شرکت کارکوونکي د اټکل له مخې کیلو واټونه لیکي.

عبدالمصور سمیر هم لیکي: «دا ځل مو د برېښنا بېل دوه برابره زیات راغلی دی، برېښنا شرکت باید میاشت په میاشت مېتر خوناي وکړي، څو خلکو ته برېښنا ارزانه پرېوځي». نوموړی زیاتوي، برېښنا شرکت له حکومتي ادارو او نورو زورواکو خپل پور نه شي اخیستی، نو اسانه لار یې دا ده چې زور یې له عامو خلکو وباسي او بېلونه ورته دوه برابره کړي. دغه راز د کابل ښار یوه بل اوسېدونکي روح الله هڅاند پر خپله فېسبوکپاڼه لیکلي: «مخکې له دې به مو د برېښنا لگښت د یونیم زرو افغانۍ په شاوخوا کې راتلو، خو دا ځل څلور نیم زره افغانۍ راغلی دی». اصف صفا لیکلي، چې دوی په خپل جومات کې یوازې درې گروپونه بند کړي، چې په هره دوره کې یې شاوخوا ۱۵۰ افغانۍ لگښت راتلو، خو دا ځل ورته ۶۸۵۰ افغانۍ بېل راغلی دی.

د خلکو دغه شکایتونه داسې مهال دي چې برېښنا شرکت تازه اعلان کړی، چې د قرظطین په موده کې په کابل ښار کې د هغو کورنیو د یوې دورې لگښت معاف کېږي، چې تر زرو افغانۍ پورې لگښت یې کړی وي. اوس ځینې کابل ښاریان ادعا کوي، چې برېښنا شرکت په لوی لاس بېلونه لوړ حساب کړي، څو یو زیات شمېر کسان له دې کټگوری

کارگل په کشاله کې نواز شریف ښکېل نه و او پوځ ترې لرې ساتلی و.

پر خپرولو نیوکه

د هند ځینې څارگرو کړيو د ټیپ ریکارډ پر خپرولو نیوکه وکړه. د را یوه مهم چارواکي تورن جنرال وي کې سینگ په دې تړاو کتاب ولیکه. هغه بي بي سي ته وویل، دا پته نشته چې هند د دغه ریکارډ په څرگندولو سره امریکا او متحده ایالتونو ته څومره بد ټکي په ښښه کړل، خو دا پاکستان ته مالومه شوه چې د اسلام اباد او بېجینګ ترمنځ سټلايټ لېنک یې رسوا شوی دی.

دی وايي؛ ځکه سملاسي پاکستان دا لېنک بند کړ، خو که جاري وی، نو دوی به له دې وروسته هم څومره ډېر مهم مالومات ترلاسه کړي وو.

نوموړی په دویمه نړیواله جگړه کې د برېتانيا له خوا د جرمني د یوه کوډ د موندلو یادونه کوي چې د جگړې تر اخره یې پټ وساته، خو جرمني دا کوډ تر پایه کاروه او له امله یې برېتانيا ته مهم مالومات په لاس ور تلل.

د دغه کوډ له لارې یوه ورځ برېتانيا وپوهېده چې سبا یې جرمن پوځ یو ښار بمباروي، پوځ غوښتل خلک ترې وباسي، خو د هغه وخت لومړي وزیر چرچل وویل، که داسې وکړي، نو جرمني پوهېږي، بیا کوډ بدلوي.

اروايي بری

خو د (را) یو بل پخوانی مشر بي رمن وايي، د دغه ټیپ ریکارډ په خپرولو سره هند په اروايي جنگ کې ډېر بری ترلاسه کړ: «زموږ د پوځ دا ادعا یې پیاوړې کړه چې کشمیر کې د بېلتنیوالو په ځای پاکستانۍ پوځ جنگېږي». د دوی په خبره، په دې سره امریکا هم پوه شوه چې په کشمیر کې پاکستان د کنټرول کرښې خلاف ورزي کوي.

د ۲۰۱۱ د جون د ۱۰ نېټې په ورځ د پاکستان د لویي کمیشنري مطبوعاتي سلاکار په پرېشانه حالت کې د هغه راټگ ته منظر و.

ووځي او لگښت یې معاف نه شي، خو د برېښنا شرکت ویاند وحیدالله توحیدي له مسیر ورځپاڼې سره په خبرو کې دغه ادعا رد کړه. نوموړی وايي، هغه کورنۍ چې تر زر افغانیو پورې برېښنا یې مصرف کړې، لگښت یې معاف کېږي نه، بلکې د بیړنۍ کمېټې لخوا برېښنا شرکت ته ورکول کېږي. دی وايي، که څوک د یوې افغانۍ برېښنا هم مصرف کړي اړ دي چې برېښنا شرکت ته یې پیسې ورکړي.

توحیدي د تېرې دورې د بېلونو د زیاتوالي په اړه وايي، چې سږ ژمی او له ژمي وروسته شپې او ورځې یخې وي، ښکاره خبره ده چې په یخنۍ کې خلک زیاته برېښنا کاروي، نو کېدای شي اصلي لامل یې همدا وي. نوموړی د مېتر ثبتولو په برخه کې د برېښنا شرکت د کارکوونکو تېروتنې هم مني او وايي، چې ځینې وخت د دوی ساحوي همکارانو د کار د زیاتوالي او تېروتنې له کبله دغه ډول ستونزې رامنځ ته کېږي. توحیدي وویل، کوم کسان چې له دې ډول ستونزې سره مخ شوي، مرکزي دفتر دې ورشي او خپله ستونزه دې ور سره شریکه کړي. د برېښنا شرکت ویاند د دې پوښتنې په ځواب کې چې گواکې د زورواکو زور له ځوار او غریب ایستل کېږي، وویل، هر پېرودونکی مکلف دی چې یوازې د خپل لگښت اړوند پیسې ورکړي او په خبره یې هېچاته تر لگښت زیاتې پیسې نه حسابېږي.

د ۲۰۱۱ د جون د ۱۰ نېټې په ورځ د پاکستان د لویي کمیشنري مطبوعاتي سلاکار په پرېشانه حالت کې د هغه راټگ ته منظر و.

د اعتراض لپاره رایوځای شوي وو چې پولیسو یې د خورولو لپاره پر هغوی اوبنکې بهوونکی گاز استعمال کړ.

په ورته وخت کې د تشدد د مخنیوي په خاطر په واشنګټن کې د ماښام له ۷ بجو گرځبندیز اعلان شوی دی. دغه راز د امریکا په نورو ښارونو کې هم د چور او د جايدادونو د تخریب د مخنیوي لپاره گرځبندیز لگول شوی دی. په امریکا کې دا لاریونونه د یوه پولیس له لوري د جورج فلوید په نوم د یوه تور پوستي امریکایي تر وژل کېدو وروسته پیل شول. هغه پولیس چې د جورج فلوید پر غاړه یې ځنگون وراېښی او هغه یې مړ کړی و، نیول شوی او د درېیمې درجې قتل تور ورباندې لگېدلی دی.



ټرمپ: که لاریونوال له وړانکارۍ او تشدده لاس وانخلي،

پوځ به یې پر وړاندې جدي اقدامات وکړي

ټرمپ ویلي چې د جورج فلوید مرگ داسې یوه لویه تراژیدی وه چې ټوله امریکا یې له قهر او غمه ډک کړه، خو ټینگار یې وکړ چې د هغه اداره به داسې لاریونونه چې په نښتو او چور او تالان تمامېږي، ونه زغمي.

د امریکا د متحده ایالتونو ولسمشر د سپینې ماڼۍ په روز گاردن کې خبریالانو ته ویلي: «دا گړۍ چې له تاسو سره خبرې کوم، زرگونه په درنو وسلو مسلح عسکر او پوځیان او د قانون

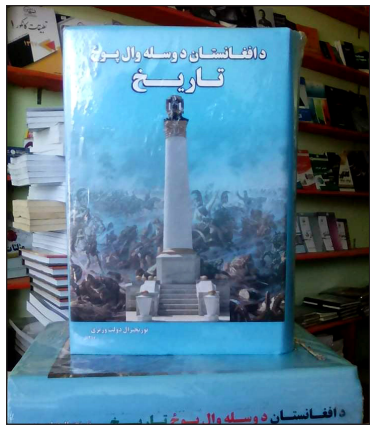
په امریکا کې د قهرجنو لاریونونو په دوام، ولسمشر ډونالد ټرمپ خبرداری ورکړی چې که خلک له تشدده ډک لاریونونه بند نه کړي، پوځ به یې په اړه جدي اقدام وکړي.

ټرمپ پر ایالتي مشرانو غږ کړی چې له سپارښتنې سره سم، د مظاهرو د مخنیوي لپاره په هر ایالت کې زیات شمېر د ملي گارد ځواکونه په دندو وگوماري، که نه دی به د امریکا پوځ ور واستوي.

دا په داسې حال کې ده چې په امریکا کې د کورنۍ جگړې د وخت د قانون پر اساس، ولسمشر دا صلاحیت لري چې په خاصو حالتونو کې یا د جگړې د پېښېدو په صورت کې د امریکا له پوځه د قانون د حاکمیت او د

د افغانستان د وسله وال پوځ تاریخ

اکسوس کتابپلورنځی



باندې يې بحثونه کړي دي. په څلورم څپرکي کې يې د مغولو د ستر واکي پر مهال د افغانستان د نظامي-پوځي حالاتو په اړه بحثونه شوي چې په ترتيب سره لومړی افغانستان ته د چنگيز او بيا د هغه د اولادې د راتگ او يرغلونو په اړه تفصيلي معلومات راورل شوي دي. پنځم څپرکی يې د هرات د ابداليانو او هوتکو د واکمنيو پر مهال د افغانستان د پوځي-امنيتي حالاتو څېړنې او سپړنې ته ځانگړی شوی دی.

شوی او په پای کې د منابعو او سرچينو په نښلولو سره، په همدې اووم څپرکي کې د افغانستان د اردو او وسله والو ځواکونو د تاريخ لومړی ټوک پای ته رسېدلی دی. په ټوله کې کتاب د اردو پېژندنې او بيا په خاصه توگه د افغان اردو پېژندنې په اړه پوره او تفصيلي معلومات وړاندې کوي. مينه وال کولای شي دا کتاب له اکسوس او د ښار له نورو لوبو او مشهورو کتابپلورنځيو څخه په مناسب قیمت ترلاسه کړي.

د افغانستان د وسله وال پوځ تاریخ نوی په پښتو ژبه ليکل شوی دی. د کتاب ليکوال تورن جنرال دولت وزيری دی چې کتاب ټولټال ۹۶۸ مخونه لري. د کتاب لومړی څپرکی د تاریخ او وسله والو ځواکونو پېژندنې ته ځانگړی شوی دی چې په هغه کې لومړی د تاریخ پر عامه او لنډه پېژندنه سربره، د تاریخ د ليکلو په اړتیا، گټو، د تاریخ په سرچينو، پيل، ډولونو، د تاريخ په دورو او بيا ورپسې د وسله والو ځواکونو د عامه پېژندنې په ترڅ کې د اردو او وسله وال پوځ لغوي او اصطلاحي پېژندنه شوې ده. په دویم څپرکي کې د اسلام د سپېڅلي دين له خپراوي وړاندې زمانو کې د لرغونې افغانستان د اردو يا ساتنه د دويه ځواک په اړه معلومات وړاندې شوي دي.

درېیم څپرکي کې يې افغانستان ته د سپېڅلي دين له راتگ څخه د مغولو تر يرغل پورې د بېلابېلو واکمنو لړۍ پېژندنې شوې او د هغو پر پوځي او نظامي حالاتو

د امتياز حق (Franchise) د امتياز حق د خطر زیاته برخه له منځه وړي. په مک دونالد يا سبويب غونډې لويو شرکتونو کې د امتياز حق اخيستل ستاسو برياليتوب خورا ډېروي او په دې کې ستاسو لپاره اساسي کارونه هم شوي وي. خو بيا هم له لومړۍ درجې ستونزې سره مخ یاست؛ تاسو بايد پيسې ولرئ. ځکه په يوه لوی شرکت کې د امتياز حق اخيستل له سل زرو تر ۱،۵ ميليونه ډالرو يا تر دې هم زيات ارزښت لري. دا يې يوازې قيمت دی. د مرکزي څانگې لخوا چې د روزنې، بازارموندنې او مرستې لپاره مياشتنۍ پيسې غوښتل کېږي، هغه بېله خبره ده.

له دې ټول ملاتړ سره سره د گټې کولو ضمانت نشته. ډېر ځله به ستاسو د امتياز حق په تاوان کې روان وي؛ خو تاسو به مرکز ته په پيسو ورکولو مجبور یاست. ښايي ستاسو د امتياز په حق کې ښې پيسې جمع کېږي؛ خو بيا هم په لومړيو څو کلونو کې هغه پيسې نشي ترې را ايستلای. دا هم ياد ساتئ چې د امتياز د حق په اخيستلو کې په هرو درېيو کې يو ناکامېږي.

زما نېستمن پلار چې پنځوس کلن و، دومره بېباکه و چې د هاوايي انتخاباتو ته يې ځان نوماند کړ. د انتخاباتو سيال يې د ده رييس و. کله چې زما پلار په انتخاباتو کې ناکام شو، نو له شرکت څخه يې هم وايست. ده هم خپلې ټولې سمبولې پيسې راواخيستې او په هغه شرکت کې يې چې د ناکامېدو چانس يې کم و، د امتياز حق واخيست.

هغه شرکت چې د ناکامېدو امکان يې نه و، ناکام شو. پلار مې يوازې ناکام نه، بلکې له پيسو هم خلاص شو او هرڅه يې ولاړل.

د تيورې له نظره، د لويو شرکتونو د امتياز حق اخيستل ښه خبره ده؛ خو دا اصلاً د قمار غونډې دی. د هغه قمار په څېر چې ټوله شتمني پر مېز کېږدي او قمار پيل کړي. د نافع له پيسو گټلو (Passive income) وړتيا

ايا تر اوسه مو له هغو نلکو څخه کار اخيستی چې د لږو اوبو د کارولو لپاره جوړې شوې دي؟ هغه نلکه نېمې چې اوبه ترې کاروي، په لاس به يې نيسي. که دې خوشې کړه، اوبه يې بندېږي. د ډېرو خلکو د پيسو گټل د دغو نلکو په څېر وي. که کار کوي، يو څه پيسې ورته راځي؛ خو که يې کار پرېښود، نو پيسې بندې شي. اقتصادي ازادې داسې نه تر لاسه کېږي. د پيسو گټلو لپاره هغې نلکې ته ضرورت دی چې يو وار اوبه راخوشې کړي، بيا تر هغو ترې بهېږي چې تاندي کې نه وي.

يوازې نن، سبا يا بله اونۍ نه، بلکې هر وخت ثابت او دوامداره گټه اړينه ده. دغې گټې ته غيرفعاله يا روانه دايمي گټه وايي چې د کار تر پرېښودلو زيات وخت وروسته هم درته راځي.

B کونج يا تجارت ته اوښتل د غيرفعالي پيسو گټلو يوه ښه لار ده؛ خو هر تجارت د غيرفعالي گټې ضمانت نشي درکولای. که يو رستوران ولرې، نو ترڅو چې مشتریانو ته خواړه تياروي او پلورې يې، گټه کولای شي. که د ايرکونډيشنونو د جوړولو کار کوي، نو تر هغو به گټه کوې چې دا خدمات جاري وي. ان زياتې پيسې گټونکي ډاکټران او وکیلان تر هغو پيسې گټي چې له ناروغانو او مراجعه کوونکو سره ويني. که په کومه اونۍ کې ډاکټر ته ناروغان او وکیل ته مراجعين را نشي، نو گټه يې د هغې نلکې د اوبو په څېر درېږي.

موږ د غير فعاله پيسو گټلو ته اړتيا لرو. ما او ډونالډ ټرمپ دواړو د غير فعاله پيسو گټلو تجارتونه وکتل او بيا مو د «موږ غواړو تاسو شتمن شئ» په نوم کتاب وليکه.

البته دا يوازې د يوه کتاب نوم نه دی، بلکې موږ رښتيا غواړو چې تاسو شتمن شئ. شتمنېدل لوبه نه ده. که يو کس شتمن شو، نو هغه بل به خپلې پيسې له لاسه ورکوي. که تاسو شتمن شئ، نو زما، ډونالډ ټرمپ يا کوم بل چا پيسې نه کمېږي. په کومه نړۍ کې چې موږ اوسېږو خورا حيرانوونکې ده او په دې نړۍ کې د هر چا د شتمنېدو لپاره کافي انرژي، وسايل، هونيار، نوښت او موخي شته.

تر دې ځايه څه شي ته متوجه شوو؟

متوجه شوو چې يو ډول تجارت شته چې تر ټولو لوړ او ښه دی. دا هغه تجارت دی چې د غيرفعاله پيسو لاره راته برابروي؛ خو د پيلولو لپاره يو څه نغدو پيسو ته ضرورت لري. ډېر لږ څه ته اړتيا لري او د دې لپاره چې يو متنشيت خپله تنخوا لرونکې دنده ورته پرېږدي، تر هغو نيم وخت (Part-time) ته ضرورت لري.

د تجارت دې ډول جوړښت ته شبکه يي بازار موندنه «Network Marketing» وايي او د دې کتاب پاتې برخه د دې جوړښت په اړه ده.

دوام لري...

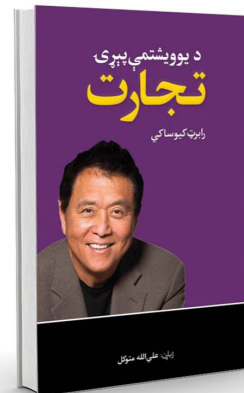
د يوويشتمې پېړۍ تجارت

ليکوال: رابرټ کيوساکی
ژباړن: علي الله متوکل

لومړۍ برخه

د راتلونکي واگې په لاس کې واخله!

شپږم څپرکی



د امتياز حق «Franchise»

روانه اونۍ اکسوس کتاب پلورنځي ته تازه راغلي کتابونه

شمېره	د کتاب نوم	ليکوال / ژباړن	بیه
۱	حقيقت و آفرینش نظريه يی تکامل	محمد فتح الله گولن/صادق آينه پور	۱۵۰ ډ
۲	جهاد روح و حقيقت آن در اسلام	محمد فتح الله گولن/صادق آينه پور	۱۵۰ ډ
۳	مبانی مدیریت بحران	مهدي ابراهيمی نژاد رفسنجانی	۱۷۰ ډ
۴	زندگی پیامبر ما	يوسف قره گل/احمد حسینی مروی	۱۰۰ ډ
۵	نورجاويدان جلد اول و دوم	محمد فتح الله گولن	۶۰۰ ډ
۶	کسیر جاودانگی کوزه شکسته	محمد فتح الله گولن	۱۸۰ ډ
۷	هیگل روح رستاخیزی در اندیشه و عمل	محمد فتح الله گولن/اسهراب عمر	۲۰۰ ډ
۸	درسایه ی ایمان جلد اول و دوم	محمد فتح الله گولن	۳۰۰ ډ
۹	جنبش گولن	هلن رز ایباف/فیروزه درشتی	۲۰۰ ډ
۱۰	تقدیر از دیدگاه قران و سنت	محمد فتح الله گولن	۱۲۰ ډ
۱۱	منشور جلد اول و دوم	محمد فتح الله گولن/اسهراب	۳۳۰ ډ
۱۲	در محور ارشاد	محمد فتح الله گولن	۱۳۰ ډ
۱۳	اقتصاد پیژندنه	محمد داود نیازی	۳۵۰ ډ
۱۴	د نړیوالو معاهداتو حقوق	ډاکتر موسی زاده/فضل ولي شیرانی	۲۵۰ ډ
۱۵	د افغانستان د اوبو حقوق	برکت الله اریویی	۱۰۰ ډ
۱۶	متحده ایالات او د نړۍ ستر قدرتونه	بوزن بیري/روح الله زهير	۳۰۰ ډ
۱۷	ملي امنیت او نړیوال نظام	ډاکتر جليل روشندل/احمد شاه وياړ او عزت بدلون	۲۷۰ ډ
۱۸	ستراتیژیک مدیریت	فريد آر ډیویډ/میراحمد یاد	۲۷۰ ډ
۱۹	کاروبار	محمد داود نیازی	۲۲۰ ډ
۲۰	د کار ستراتیژي	برایان ټریسی/العل الدین عاطف	۱۵۰ ډ
۲۱	د مغزو کنترول	فرشاد نجفی پور/العل الدین عاطف	۱۵۰ ډ
۲۲	عامه تمويل	امان الله، محمد دوا د نیازی	۲۳۰ ډ
۲۳	بريالی فکر	جان مکسویل/اسماعیل آشنا	۲۵۰ ډ
۲۴	د کاروبار اخلاق	اندریو گیلیر/میراحمد یاد	۲۳۰ ډ
۲۵	اصول مدیریت	علی رضائیان	۲۵۰ ډ
۲۶	مبانی سازمان و مدیریت	علی رضائیان	۳۵۰ ډ
۲۷	اقتصادشهری	نعمت الله اکبری	۳۲۰ ډ
۲۸	سیاست و حکومت خاورمیانه	حبیب الله ابوالحسن شیرازی، اسلان قربانی شیخ نشین، رضا سیمبر	۲۰۰ ډ
۲۹	مبانی مدیریت رفتار سازمانی	علی رضائیان	۳۵۰ ډ
۳۰	شبکه یی دولت	تیمور شاران/سمیع الله مجاهد	۲۵۰ ډ

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

څه ډول کولی شو چې په ځان کې نظم راولو او پر ټنبلی بریالی شو؟

ژباړه: بصیراحمد صدیقی

لپاره دویم پلان جوړوی، نو دا مانا لري چې ستاسو په ژوند کې چې کوم سخت حالات راځي، تاسو د هغه لپاره آماده کوي.

د بېلګې په ډول، تاسو د خپل ښه صحت لپاره له ځینې خورو څخه پرهیز یی او نه غواړی چې وېې خوری، خو د مېلمستیا بلنه درکړل شوه، اوس به څه کوی؟ باید مخکې تر دې چې هلته ولاړ شی، یو خیالی تصویر جوړ کړی، چط که د غوښو پر ځای اوبه او ډوډی وخورئ، نو څه به وشي. کله چې په دماغ کې دا پلان ونیسی، نو دا تاسو ذهني جوړوي تر څو هلته هغه خواره ونه خوری چې صحت ته مو تاوان رسوي. دا درسره د ژوند په مختلفو حالاتو کې مرسته کوي، تر څو ځان کنترول کړی. همدارنگه خپله انرژي به مو هم ساتلي وي، چې کله له ناڅاپي حالاتو سره مخ کېږی، نو د خپلو احساساتو د کنترول ځواک به ولری.

۹- ځان ته ډالی وړکوی!
کله مو چې خپل پلان او هدف تر لاسه کړ، نو ځان ته ډالی وړکړئ. لکه څرنگه چې کوچني وی او ستاسو د ښې روپې او غوره کار له وجې نازول کیدی، همداسې اوس خپل ځان په خپله تشویقوی. دا به درسره مرسته وکړي، تر څو تل مخته وګوری او د هدف پر لور لا نور هم تشویق شی. چمتوالی او تمه یو قدرت دی، دا درته د دې قدرت هم درکوي چې تمرکز مو قوي کړی او تل یې په لټه کت اوسی.

نو یوازې فکر مه کوی، بلکې عمل کوئ، د دې لپاره هڅه خپل شعار ګرځوی، کله چې مو خپل هدف تر لاسه کړ، نو یو نوی هدف د ځان لپاره وټاکئ او یوځل بیا یوه نوې ډالی د ځان لپاره وټاکئ، تر څو تل مخ پر وړاندې ولاړ شی.

۱۰- ځان ته ښه وکړئ او مخ پر وړاندې ځئ!
که مو هر څومره هڅه، کوشش او امکانات په کار واچوو، خو بیا هم ځینې وختونه د لنډمهال لپاره ناکامې، نو باید ژوره ساه واخلي، سر پورته آسمان ته ونیسی او ووايي، د بريا کيلي ناکامي ده، دا عادي عادي شيان زما مخه نه شي ډب کولی. که وغورځېدی، د علت څخه یې مننه وکړئ او مخ پر وړاندې درومی، مایوسي او خپګان ته په ژوند کې ځای مه ورکوی. له خپلو تېروتنو څخه زده کړه وکړئ، ځان ته ښه وکړئ، وروسته بېرته د لوبې میدان ته داخل شی او ځان اتل ثابت کړه. ستاسو هیلې او اهداف ستاسو لاره څاري، فقط اقدام وکړئ!

۳- د ځان لپاره روښانه موخې او اجرائوي پلان وټاکئ
که هيله لری چې پر لټیو مو برلاسی شی او ځاني نظم ته ورسېږی، نو باید یو روښانه لرلید ولری. دا باید مشخص کړئ چې ته څه غواړی تر لاسه یې کړی؟ بريا ستاسو لپاره څه مفهوم افاده کوي؟ که له دې ټولو وروسته بیا هم نه پوهیږی چې څه کوی او څه تر لاسه کوی، نو پر دې پوه شی چې هېڅکله به مو هم خپلو هیلو ته ونه رسېږی. له همدې کبله اړینه ده چې باید روښانه پلان ولری، تر څو قدم پر قدم مو خپلو اهدافو ته ورنږدېکړی. په دې اړه فکر وکړئ چې څوک یی او څه غواړی تر لاسه یې کړی؟

د ځان لپاره مو یو واضح چوکاټ جوړ کړئ تر څو هر وخت مو د تمرکز نقطه معلومه وي، کامیابه خلک تل واضح قدمونه اخلي او په بریالیتوب سره یې پای ته رسوي.

۴- ځاني نظم رامنځته کړه!
موږ یو هم له ځاني نظم سره نه یو زېږېدلي، بلکې دا یو زده کېدونکی عادت دی، لکه نور مهارتونه چې ته غواړی ځان پکې ورسوی. دغه څه درنه ورځنی تمرین او تکرار غواړي، کټ مټ لکه د بدن د ښکلا ورزش ته چې ځی. قوي عزم او ځاني نظم ډیر کار ته اړتیا لري، هغه هڅه او تمرکز چې ته یې پر ځان کوي، ښايي د وخت په تېریدو سره په تاسو کې د یوه روڼ تصویر غوندي وځلېږي.

ښايي ځيني وختونه ستا عزم کمزوری شي، یا ځان ثابت ساتل ستاسو لپاره سخت شي. په هره اندازه مو چې پرېکړه لویه وي، هغومره به له چلېنجونو سره مخ کېږئ، چې لا نور هم باید پر ځاني نظم باندې کار وشي، نو دا په یاد لری، ستاسو د بريا کيلي ځاني نظم دی، دا ورځنی عمل دی، هره ورځ یې باید تمرین وکړئ او زده یې کړئ.

۵- په ځان کې نوي عادتونه پيدا کړئ!
پر ځاني نظم او همدارنگه پر نویو عادتونو کار کول او خپل ورځني ژوند ته ور زیاتول ښايي په پیل کې ستونزمن وي، په ځانگړې توگه، په هغه وخت کې چې پر نورو مسایلو متمرکز وی.

که غواړی د مایوسي او تشویش احساس له منځه یوسی، نو عادي یې ونیسی. خپل هدفونه پر کوچنیو کوچنیو برخو ووېشئ او په مرحله وار ډول یې ترسره کړئ، نه دا چې په یوه ځل د ټولو د ترسره کولو هڅه وکړی. یوازې او یوازې پر یوه شي تمرکز وکړئ او په هغه کار کې د ځاني نظم ماسټر جوړوی!

۷- خیالونه مو پر پرېکړه بدل کړئ
د یوې څېړنې پر اساس چې په سټنفورډ پوهنتون کې تر سره شوې، ټينگه اراده او غوره پرېکړې کول د انسان پر باور پورې اړه لري، څومره یې چې باور قوي وي، انسان به هم هغومره بریالی وي. که تاسو دا باور ولری چې محدودې وړتیاوې لری، نو به هېڅکله به هغه محدودیت مات نه کړی، که محدودیت ته مو د ځان په داخل کې ځای ور نه کړی، نو ځان به ډېر قوي احساس کړی، مخکې تر دې چې خپل اهداف تر لاسه کړی، باور ولری چې کولی یې شی، په دې سره به د ژوند هرڅه درته هوسا شي.

په لنډ ډول، دا ټوله زموږ په داخلي باور او ارادې پورې اړه لري، چې موږ ځان څومره لایقه او په ټولني منو او د ځان کنټرول تر لاسه کوو. که مو له ژوند څخه د پر ځان نه باور منفي فکر له منځه یووړ، نو بیا هېڅوک نشته چې ستاسو د پرمختګ پر وړاندې خنډ شي.

۸- د ځان لپاره تل یو دویم پلان هم جوړوی!
ارواپوهان یو تخنیک کاروي چې د انسان ارادي ځواک زیات کړي، یانې د خیال عملي کول. کله چې د ځان

پر دې باور کول ښايي ستاسو لپاره سخت وي، چې په ورزش کې سخت کار او تمرین کول انسان ته ډېره خوښي ورکوي، نسبت دې ته چې پر کټ ارام او کرار پروت وي.

هغه کسان چې پر ځان ډېر کنترول لري، ډېر لږ وخت هغو کارونو ته ورکوي چې د دوی صحت ته تاوان رسوي. د دوی ذهني قوه قوي وي؛ ځکه نو مثبت فکر او اسانه توگه غوره پرېکړي کولای شي. دوی هېڅکله اجازه نه ورکوي چې سختی او ستونزې د دوی په اراده کې ان یوه اندازه توپیر راولي.

سربېره پر دې، دوی داسې پرېکړې کوي، چې د ډېرو مشکلاتو حل پکې نغښتی وي، په نتیجه کې دوی له خپل ژونده ډیر راضي وي.

دلته په دې لیکنه کې ځینې شيان شته، چې په مرسته یې په خپل ژوند کې نظم راولی او یو خوشحاله او راضي ژوند ولری.

که هیله لری چې څنگه خپل ژوند، انتخابونه او عادتونه کنترول کړی، نو دا لس شيان عملي کړئ تر څو د ځاني نظم په برخه کې پرځان بسيا شی.

۱- خپلې نیمګړتیاوې مو وپېژنی
موږ ټول په خپل ځان کې کمزوري ټکي لرو، هغه باید په نښه او د حل لپاره یې هڅه وکړ. که څه هم هغه ډېری کوچنی وي. دا ټوله پر موږ مثبت او منفي تاثیر کوي، نو پر خپلو غلطیو باید ځان پوه کړو، له بهانو څخه ډډه وکړو، ځان بې تفاوته نه کړو، بلکې ځان پرې خبر کړو ترڅو یې چې په خپله د حل هڅه ونه کړو، هېڅکله به په خپله اصلاح نه شي.

۲- خیالي ستونزو او وسوسو ته فکر مه کوئ
لکه څرنگه چې وايي: «څه چې له سترگو لري وي، هغه له ذهنه لرې وي.» دا شاید ستاسو لپاره احمقانه معلومه شي، مگر په دې خبره کې لوی پند پروت دی.

که تاسو له خپل چاپېریال څخه خیالي مشکلات او وسوسې او هغه عوامل چې د دې لامل ګرځي، له منځه یوسی، نو د خپل ځاني نظم په برخه کې به ډېر مخته ولاړ شی.

که غواړی صحتمن خواره وخورس، نو خراب خواره مه رانیسی، که غواړی خپل موثریت په کار کې زیات کړی، نو موبایل او فیسبوک مو ډېر مه کاروئ. څومره مو چې حواس لږ منحرفه وي، هغومره به پر خپلو کارونو ډېر تمرکز وکولی شی. پر خپلو وېرو بریالی شی او اقدام وکړئ! خیالي مشکلات مو مخه ونه نیسي او ځان مو د بريا لپاره تیار کړئ،

د کابل په وزیر اکبر خان جومات کې د تېر مابنم په چاودنه کې د دغه جومات خطیب مولوي محمد ایازی نیازی ووژل شو.

د کورنیو چارو وزارت پښه تایید کړې او وايي چې په دې چاودنه کې دوه تنه وژل شوي او دوه تنه نور ټپیان دي.

د دغه وزارت ویاند طارق ارین وايي: «تېر مابنم ۲۵:۰۷ دقیقې د وزیر اکبر خان جومات په انګر کې چاودېدونکو موادو چې د ترورېستانو له خوا ځای پر ځای شوي وو، چاودنه کړې چې د دغه جومات خطیب مولوي محمد ایازی نیازی د سختو ټپونو له امله شهید شو.»

مخکې له دې اړین ویلي وو چې یو انتحاري حمله کوونکي د کابل ښار ۱۰مې امنیتي حوزې د وزیر اکبر خان جومات انګر کې ځان ته چاودنه ورکړې چې یو تن پکې وژل شوی او درې تنه نور ټپیان دي.

مخکې له دې اړین ویلي وو چې یو انتحاري حمله کوونکي د کابل ښار ۱۰مې امنیتي حوزې د وزیر اکبر خان جومات انګر کې ځان ته چاودنه ورکړې چې یو تن پکې وژل شوی او درې تنه نور ټپیان دي.

مخکې له دې اړین ویلي وو چې یو انتحاري حمله کوونکي د کابل ښار ۱۰مې امنیتي حوزې د وزیر اکبر خان جومات انګر کې ځان ته چاودنه ورکړې چې یو تن پکې وژل شوی او درې تنه نور ټپیان دي.

\$	۷۶,۸۰
€	۸۴
Rp.	۴۷۲
₹	۹۵۰
¥	۱۰,۷۰
£	۹۱,۵۰

بېرني شمېرې

پولیس	100 - 119
امبولانس	112
اتانترک روغتون	0202500312
ملاي زېږنتون	0202201377
وزیر محمد اکبر خان روغتون	0202301360
رابعه بلخي روغتون	0202100439
د کرونا روغتیايي مرکز	166

مسیر

روښانه

مسوول مدیر: اسدالله وحیدي

مرستیال: شفیق امیرزی

اېډیټوران: جواد تیموري او امان الله حنیفي

خبريالان: حمیدالله حمیدي، حکمت آرین

او حشمت الله نورى

گرافیک او ډیزاین: ارمان

چاپخونه: وایگل چاپ ۰۲۰۲۵۱۲۶۲۶

۰۷۸۲۹۸۹۶۹۶

✉ maseerdaily@gmail.com

☎ 0202502100 / 0777989696

🌐 www.maseerdaily.af

📘 Maseer Daily

🐦 MaseerDaily

کورنیو چارو وزارت: د وزیر اکبر خان جومات په چاودنه کې د مولوي ایازی نیازی په گهډون دوه تنه وژل شوي

او انساني ضد جنایتونو ځواب حتماً ووبنی».

په ورته وخت کې ولسمشرۍ ماڼۍ هم دغه پېښه غندلې او مسوولینو ته یې د هر اړخیزې څېړنې او د ټپیانو د درملنې لارښوونه کړې ده.

په خپره شوې اعلامیه کې راغلي چې ولسمشر پر جوماتونو، تکلیاوو، روغتونونو، ملکي وگرو او عامه تاسیساتو د ترورېستې بریدونو کول بشري ضد جنایت بولي. د یادونې ده چې تر اوسه د دغې حملې مسوولیت کومې ډلې نه دی منلی، دغه راز طالبانو هم په دې چاودنه کې لاس لرل رد کړي.



ارین زیاتوي په سیمه کې یوه اندازه نور چاودېدونکي مواد د تخنیکي ټیم له خوا کشف او شنډ شول. د افغانستان د کورنیو چارو وزارت وايي، پر لمونځ کوونکو او علماوو حمله یو نه ښوونکی عمل دی او زیاتوي: «ترورېستان به د خپل اسلامي

Maseer

New Vision, New Journey

Daily



وايگل چاپ
WAYGAL Printing Co.

غوره کیفیت او چټک خدمات په
وايگل چاپ کې تجربه کړئ!



+93 (0) 202 51 2626
+93 (0) 782 98 96 96

waygalprinting.co@gmail.com

waygalprinting.co

Dehbori Crossroads in Front of Park Kabul

چهارشنبه د ۱۳۹۹ د غبرگولي ۱۴ مه | د ۲۰۲۰ د جون درېمه | ۵۴۴مه گڼه

www.Maseerdaily.af twitter/MaseerDaily Facebook/MaseerDaily



شرعي وختونه: سهار ۰۲:۵۹ | لمر ختل ۰۴:۴۲ | ماسپښين ۱۱:۵۲ | مازيگر ۰۳:۳۹ | ماښام ۰۷:۰۲ | ماخوستن ۰۸:۴۲



منابع امنیتی: خشونت‌ها از سوی طالبان پس از روزهای عید کاهش چشم‌گیری داشته‌اند و برای حکومت افغانستان پذیرفتنی است



حکومت افغانستان می‌گوید که خشونت‌ها از سوی طالبان پس از روزهای عید کاهش چشم‌گیری داشته‌اند و این کاهش برای حکومت افغانستان پذیرفتنی است.

منابع امنیتی و دفاعی حکومت افغانستان می‌گویند که طالبان پیش از عید در یک شبانه روز در حدود صد حمله انجام میدادند، اما اکنون این حمله‌ها به شش حمله کوچک کاهش یافته‌اند.

حکومت افغانستان می‌گوید که از بهر شناسایی کیستی زندانیان رها شده از سوی دو طرف، هیات‌های فنی حکومت افغانستان و طالبان از دو روز بدینسو سرگرم رای زنی‌ها هستند. در بیشتر از یک دهه پسین شاید نخستین سالی است که در این فصل جنگ به ویژه پس از ماه رمضان و آتش بس در روزهای عید، میدان‌های جنگ افغانستان آرام استند.

منابع امنیتی و دفاعی حکومت افغانستان می‌گویند که پیش از روزهای عید افغانستان در بیست‌ودو ولایت در یک شبانه روز گواه نزدیک به صد حمله طالبان بود، اما پس از روزهای عید این حمله‌ها به شش حمله کوچک کاهش یافته‌اند. ذبیح‌الله مهمند- فرمانده قول اردوی ۲۰۷ ظفرگفت: «در سراسر زون ما تحرکات زیاد وجود ندارد و ما در حالت دفاع فعال قرار داریم.»

هلمند که سال‌ها میدان گرم نبرد میان نیروهای دولتی و طالبان بود، اکنون آرامی را تجربه میکند. پس از آنکه حکومت افغانستان به ویژه از رهایی دو هزار زندانی طالبان اطمینان داد، افغانستان گواه کاهش خشونت‌ها از سوی طالبان شده است.



ترمپ: که لاریون‌وال که وراڅکاري او تشده لاس وائڅلي، پوڅ به پي پر وړاندي جدي اقدامات وکړي

په نړۍ کې د کرونا ویروس له کبله د مړو شمېر نږدې ۳۸۰ زرو کسانو ته ورسېد

۷۱۸ پېښو له کبله څلورم او برېتانيا د ۲۷۷ زره او ۹۸۵ زره مثبت پېښو په درلودو سره پنځم، هغه هېوادونه دي چې د کرونا ویروس دېرې مثبتې پېښې پکې ثبت شوي دي. دغه راز د ايتاليا، هند، فرانسه جرمني او پېرو په ترتيب سره، شپږم، اووم، اتم، نهم او لسم هغه هېوادونه دي چې د یاد ویروس کله دېر خپل شوي دي.

تر ټولو مخکښ هېواد دی. په دغه هېواد کې د کووېد-۱۹ ویروس ټولې مثبتې پېښې له ۱.۸۶ میلیونو واوښتي، دغه راز ۱۰۷ زره او ۴۱۹ امریکایان د دغه ویروس له کبله مړه شوي دي. له امریکا وروسته برازیل د ۵۳۱ زره او ۷۶۸ مثبتو پېښو په درلودو سره دویم، روسیه د ۴۲۳ زره او ۷۴۱ مثبتو له کبله درېیم، اسپانیا د ۲۶۸ زره او

د تازه شمېرو له مخې، په ټوله نړۍ کې د کرونا وبا له کبله د مړو شمېر ۳۷۹ زره او ۵۵۲ تنو ورسېد. دغه راز د یاد ویروس مثبت پېښې هم نږدې شپږ نیمو میلیونو ته رسېدلې او له دغه ویروس څخه ۲.۹۴ میلیونه کسان بېرته رغېدلي دي. د راپورونو له مخې، د امریکا متحده ایالتونه د کرونا ویروس د دېرو مثبتو پېښو او قربانیانو له اړخه د نړۍ

د ایران پارلمان د لومړي ځل لپاره ومنله چې د نومبر میاشتې په لاریونونو کې ۲۳۰ کسان وژل شوي دي



د ایران پارلمان یوه مهم غړي په لومړي ځل تایید کړه چې د نومبر په میاشت کې په دغه هېواد کې د حکومت ضد لاریونونو پرمهال ۲۳۰ کسان وژل شوي دي.

دا لومړنی ځل دی چې د ایران د پارلمان یو غړی د تېرو اعتراضونو پر مهال د مرگ‌ژوبلي شمېرې وړاندې کوي. دا په داسې حال کې ده چې د تېر کال د نومبر په میاشت کې په ایران کې د تېلو د بېو لوړېدل د حکومت پر ضد د پراخو اعتراضونو سبب شول.

په ایران کې د ۱۹۷۹ میلادي کال له اسلامي انقلاب راهیسې، د تېر کال د نومبر څلور ورځني اعتراضونه تر ټولو پراخ او له تاوړیوالي سره ډک لاریونونه گڼل کېږي. د ایرنا خبري اژانس د راپور په حواله، د ایران د پارلمان د ملي امنیت او بهرنیو چارو د کمیټې مشر مجتبی ذالنور ویلي، په دغو اعتراضونو کې ۲۳۰ کسان وژل شوي چې په پنځو کې یوې په امنیتي ځواکونو غړی و. د نوموړي په وینا، په وژل شویو کې له څلورویو تنو لاریونوالو چې اعتراضونو کې یې لاس نه‌درلود او یو شمېر یې له نږدې واټن څخه په سر او سینې په مرمیو لگېدلي وو. ذالنور ادعا کړې چې امنیتي ځواکونو له اعتراض کونکو څخه دېرو واټن درلود او دا کسان د امنیتي ځواکونو په ډزو نه دي لگېدلي.

ژوند

د ځان ارزښت مو وپېژنئ

له منځه یې یوسی؟ یوازې تاسې خپله یاست چې ځان ته مشوره ورکړئ د ستونزو په وخت کې لومړی خپل ځان ته رجوع وکړئ، هره ستونزه به مو په خپل وار سره حل شي، په مخ کې هر خنډ به مو له منځه ولاړ شي او د بریاوو دروازې به مو یو پر بل پسې پر مخ پرانیستل شي. ستاسې په وجود کې دغه الهي قوه هېڅکله هم تاسې ته داسې څه نه درکوي چې ستاسې او د نورو د ځورولو لامل وگرځي، د ځان په اړه ستاسې په ذهن کې ټولې سالمې مشورې ستاسې په گټه دي.



تر هرڅه وړاندې د خپل ځان په اړه فکر وکړئ چې کومې نېغې لری؟ د لاریونوالي لپاره یې څه کول پکار دي؟ له دغو نېغیو څخه خپلې موخي ته د رسېدو لپاره څنگه گټه اخیستلای شی؟ کومې نیمگړتیاوې او کمې لری؟ د دغو نیمگړتیاوو لاملونه څه دي او څنگه کولای شی

هغه خواړه چې د وینې فشار لوړوي!



په امریکا کې یوې نوې ترسره شوې څېړنې ثابتې کړې چې د کچالو له اندازې دېر خورل، انسان د وینې پر لوړ فشار اخته کولی شي. د هاروډ میډیکل سکول او بریگم اینډ ویمن هسپیتال له خوا په ترسره شوې څېړنه کې ویل شوي چې د دغو نشایسته لرونکو خورو دېر خوراک د وینې فشار او ۱۱ سلنه د دې ناروغۍ خطر لوړوي. په څېړنه کې د دغو خورو د استعمال د طریقې په اړه څه نه دي ویل شوي، خو روغتیايي څېړونکي او کارپوهان پر دې باور دي چې په غوړیو کې پخول یې د فشار د ناروغۍ خطر د نورو طریقو په پرتله دېر زیاتوالی شي. څېړونکو د څېړنې د ترسره کولو لپاره له خلکو پوښتلي چې څو ځلې چپس خوري؟



د عزیز بانک ماسټر ډیبټ کارت له پراخو خدماتو سره، ستاسو د مالي اړتیاوو او شرایطو سره سم ډیزاین شوی چې ستاسو له بانکي حساب سره تړاو لري او په هرځای کې خپلو پیسو ته لاسرسی لری شی.

- په ټوله نړۍ کې له ۲۵ میلیون دېرو سوداگریزو مرکزونو/پلورنځیونو کې د منل کېدو وړتیا لري.
- د دې لپاره چې ژر پیسې ترلاسه کړئ په افغانستان او بهر کې د صرافۍ له ټولو اتومات ماشینونو گټه اخیستلی شی.

www.azizibank.af 1515

