



بريالی کېدای شم



په دې کتاب کې کولای شی دېر هغه (کولای شم) ولولئ چې مخکې مو په خپل زړه او ذهن کې درلودل خو پر مټ يې د پرمختللو، لوړ ختلو او پوهېدلو لپاره له خنډونو او لوړو ژورو يوه تشه لاره جوړه کړئ؛ خو جرئت او وړتيا مو يې نه درلوده.

کرنې وزارت: په هرات کې روان کال ۲۰۰ ټنه شات توليد شوي دي



کرنې او مالدارۍ وزارت وايي، چې په هرات کې د شاتو د توليد سرني کچه ۲۰۰ ټنو ته رسېدلې ده. د یاد وزارت ویاند اکبر رستمی رښتو ته ویلي چې د هرات په کچه د شاتو د مچيو ۵۹۳ فارمونه فعالیت لري چې له یادو فارمونو سر کال ۲۰۰ متریک ټنه شات توليد شوي دي. هغه زیاته کړې چې په دغه ولایت کې کال په کال د شاتو مچيو روزنې فارمونه زیاتېږي. د نوموړي په خبره، د دغه ولایت پر مرکز سربېره، په انجیل، گذرې، کرخ، رباط سنگي، غوریان، ادرسکن، پښتون زرغون، اوږې، چشت شریف، شیندند او گلران ولسوالیو کې تر نورو ډېر شات توليد شوي دي. د یادوني ده چې په هرات کې دوه ډوله شات شته چې یو غرنې بولي او بل یې د فارمونو دي. غرنې شات غوره کیفیت لري چې په کورنیو بازارونو کې د یوه کیلو بیه له ۷۰۰ تر زرو افغانیو ده.

جیم گولبی: سیاست های نادرست ترمپ باعث ناتوان شدن حکومت افغانستان شده است



جیم گولبی محقق شورای اتلانتیک امریکا، سیاست های ناروشن دونالد ترمپ را سبب جسور شدن طالبان و ناتوان شدن حکومت افغانستان می داند. وی زیر عنوان «ترمپ وضعیت بد را در افغانستان بدتر می کند» یک مقاله یی نیز نوشته کرده است که در آن در باره وضعیت بد افغانستان از سیاست های نادرست ترمپ پرده برداشته است. این محقق می گوید که با وجود اطمینان دهی مکرر زلمی خلیلزاد از مشروط بودن خروج نیروهای امریکایی از افغانستان، طالبان هرگز مطابق انتظار پنتاگون و سران ارتش های ناتو عمل نکردند. به گفته او ترمپ و مایک پومپئو، رئیس جمهور غنی را زیر فشار قرار دادند تا به طالبان امتیازهای غیر ضروری بدهد اما به باور او، در برابر این امتیازها، هیچ چیزی به دست نیامده است. او براین باور است که مانورهای ترمپ همچنان رئیس جمهور غنی را ضعیف کرده است و در حالی که واشنگتن با طالبان مذاکره کردند، ترمپ و مایک پمپئو رئیس جمهور غنی را فشاردادند تا امتیازهای غیرضروری به طالبان بدهد اما درمقابل هیچ چیزی به دست نیآورد. جیم گولبی نوشته است: «مانورهای ترمپ همچنان رئیس جمهور غنی را ضعیف کرده است، در حالی که طالبان را به عنوان یک شریک مذاکره معتبر قانونی می داند. ترمپ و مایک پومپئو، به جای کمک به غنی درحل اختلاف های سیاسی داخلی او را زیر فشار قرار دادند تا امتیازهای غیر ضروری به طالبان بدهد اما هیچ چیز درمقابل آن به دست نیآورد.»

خونړۍ میاشت؛

د لومړي مرستيال له مسوولیت سره هممهاله هم، کابل ښاريانو ارامه ورځ نه لرله



د افغانستان- ایران اړیکې او د «اوبو سیاست»

مخ ۳

په گڼه د بشر د گډ برخلیک ټولنه جوړوو او لا ښکلې نړۍ به اباده کړو

مخ ۲

د استریالیایي ځواکونو د افغان شریکانو وجدانونه لا هم ارام دي!

مخ ۲

وحید عمر:

طالبان د ډېر امتیاز ترلاسه کولو په موخه پر جگړه تمرکز کوي



مخ ۲

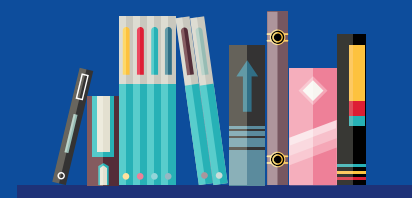
ایران: په افغانستان کې روان تاوتریخوالی د اندېښنې وړ دی

ایران یو ځل بیا ژمنه کړې چې د افغان سولې په پروسه کې به هر اړخیزه همکاري کوي. د بهرنیو چارو وزیر حنیف اتمر د ایران د بهرنیو چارو له وزیر جواد ظریف سره د سیمې پر روان وضعیت تلیفوني خبرې کړي او نوموړي ډاډ ورکړی چې په دې برخه کې پوره همکاري ته چمتو دي. ظریف دغه راز په افغانستان کې وروستی تاوتریخوالی هم د اندېښنې وړ بللی او هیله یې څرگنده کړې چې د سولې روان مذاکرات ژر تر ژره یوې پایلې ته ورسېږي. په ورته مهال حنیف اتمر هم په دې تلیفوني مکالمه کې ویلي چې د افغان سولې په تړاو د سیمه ییزې اجماع د پیاوړي کولو په برخه کې د ایران هڅې د ستایلو وړ دي. اتمر دغه راز د ایران د اتومي انرژۍ پر رییس وروستی برید هم غندلی او په وینا یې، د افغانانو په استازیتوب د خپلې خواخوږۍ مراتب له ایراني وگړو سره شریکوي. دا په داسې حال کې ده چې تر دې څه مودې وړاندې هم ایران ته د مصالحې د عالي شورا د مشر عبدالله عبدالله د سفر پر مهال، د یاد هېواد چارواکو نوموړي ته ډاډ ورکړی و چې دوی به د افغان سولې په برخه کې پوره همکاري وکړي.



اکسوس کتابپلورنځی
Aksos Book Store

Add a Book to Your Life



- دهیوریو پارک جنوبی دروازې ته مخامخ
- 0798-98-9696, 0202504652
- aksosbookstore@gmail.com
- www.aksosbookstore.af
- Aksos Book Store
- Aksos Book Store

سرليکنه

د استراليايي ځواکونو د افغان شريکانو وجدانونه لا هم ارام دي!

په دې وروستيو کې په افغانستان کې د استراليايي ځواکونو له خوا د شويو جنايتونو په اړه بحثونه گرم شوي دي. استراليايي ځواکونو په روزگان کې د خپل ماموريت پر مهال گڼې بې گناه خلک چې پکې ښځې، ماشومان او سپين ږيري هم شامل دي، ځورولي، شکنجه کړي، بنديان کړي او وژلي دي. د استراليايي ځواکونو د جنايتونو رسوايې آن څو استراليايي پوځيان ځان وژني ته اړ کړل او په نړيواله کچه يې غوغا جوړه کړه. اوس د دغو جنايتونو د يوه تصوير خپرولو د چين او استراليا ترمنځ لفظي شخړه راپورته کړې او پرون بيا يوې بلې نړيوالې رسنۍ هم د دغو جنايتونو نوي تصويرونه خپاره کړي وو.

د استراليايي ځواکونو افشا شوي جنايتونه رښتيا هم زړه بورنوونکي دي. دا يوازې افشا شوي جنايتونه دي، خو ښايي ډېر به لا همداسې پټ پاتې وي. د روزگان کلي کلي او کور کور د استراليايي وحشي پوځيانو د جنايتونو شاهد دی. دوی هلته هر ډول جنايت کړی، دوی د خپلې ساتېرۍ او مسخرو لپاره خلک وژلي دي. د خلکو ځورول، وهل، وژل او جنايت د دوی لپاره د خوند او لوبو يوه لاره وه. دوی داسې کارونه کړي چې که ټول پسې مستند شوي وای، نو ښايي د نړۍ د جنگي جرمونو او جنايتونو په تاريخ کې به دا يو ډېر لوی څپرکی وای.

دا يوازې استراليايي ځواکونه نه دي، بلکې افغانستان ته ټولو راغلو بهرنيو ځواکونو همداسې جنايتونه او وحشتونه کړي دي. امريکايي، برېتانيوي، جرمني او نورو بهرنيو ځواکونو په افغانستان کې د جنايتونو ريكارډ ټينگ کړی دی. دوی ممنوعه وسلې کارولي، انسانان يې سوځولي، پوره کلي يې ښکېلې او خپلې ځايونه يې وژلي دي، انسانان يې پر سپيو دارلي، په ځاگانو کې يې اچولي، تر ټانگونو لاندې يې کړي، ديوالونه يې پرې وړ نړولي، په کيمياوي او بيولوژيکي وسلو يې افغانان وژلي او سوځولي او د روحي شکنجې لپاره يې په مسلسل ډول د هغوی ديني ارزښتونو او مقدساتو ته توھين کړی دی. د دوی د دغو جنايتونو په اړه اسناد او شواهد هم شته، البته دا اسناد او شواهد د ځينو پېښو دي او د ډېری پېښو اسناد او شواهد لا همداغسې پټ پاتې دي.

په افغانستان کې د بهرنيو ځواکونو جنايتونو د نړيوالو وجدانونه ولرزول، خو په افغانستان کې ځينې وجدانونه لا هم ارامه دي. دلته ځينو چارواکو او سياستوالو دا هر څه نه يوازې اوربدلي، بلکې ځينې يې ليدلي او په ځينو کې دوی شريک هم دي. د بهرنيو ځواکونو دغو جنايتونو ته د دوی غبرگون ډېر سوړ دی او آن دا ورته مهمه نه ده. دوی په راتلونکي کې هم د دغو جنايتونو د مخنيوي غږ نه کوي او آن به يو ډول يې د دوام لپاره هلې ځلې کوي. دوی د بهرنيو ځواکونو د وتلو مخالفت کوي او غواړي چې دا وحشي ځواکونه همداسته پاتې شي، جگړه وکړي او همداسې جنايتونه او وحشتونه وکړي. له همدې امله د سولې مخالفت کوي او لا هم د جگړې، وينو او وژنو خبرې کوي. دا کسان له خپل ولس سره په دښمنۍ کې له ټولو ډولو اوښتي او د وحشي، جنايتکاره او مجرمو بهرنيو ځواکونو ملگري، د جرم شريکان او ملاتړي دي. دوی او بهرني ځواکونه دواړه، په يو ډول مسوول دي او بايد حساب او کتاب ورسره وشي.



ليکنه: وانگ يو
په افغانستان کې د چين لوی سفير

د چين د دولت رييس شي جين پينگ د نومبر له ۱۷مې تر ۲۲مې پورې د بريکس د پنځو هېوادونو، ايبيک سازمان او د شلو لويو صنعتي هېوادونو په غونډو کې گډون وکړ او د دغو دريو ډگرونو په اړه يې په ۶ مهمو غونډو کې ۶ مهمې ويناوې وکړې او ۲۳ مهم وړاندیزونه، غوښتنې او تدبيرونه يې وړاندې کړل. رييس شي جين پينگ د سولې او پرمختگ د وخت موضوع پر اساس او د تېرو سلو کلونو حالاتو ته په کتو، د يادو دريو سازمانونو په تاريخي موجوديت رڼا واچوله او خپلو خبرو کې يې دې ته اشاره وکړه، چې د يووالي پر مټ کولی شو چې خپلمنځي همکارۍ او گډې گټې تر لاسه کړو. د څو اړخيز له لارې د نړۍ سوله او ارامتيا ساتلی او د همغږي او پرمختللي چاپيريال د ابادولو له لارې نړۍ ته نیکمرغي رسولی شو.

د چين او نورو برخه والو ځواوو د گډو هلو ځلو په رڼا کې د مشرانو څو اعلاميې، د بريکس هېوادونو د اقتصادي همکارانو ستراتيژي (۲۰۲۵) او د ۲۰۴۰ کال لپاره د ايبيک سازمان د پوټراجيايا اميد په گډون، څو مهم سندونه خپاره شول چې د چين دريځونه، غوښتنې، پوهه، ځيرکتيا او فکرونه ترې څرگندېږي او د نړيوالو لوړه ستاينه يې تر لاسه کړې ده.

مونږ د کرونا وبا پر وړاندې گډه مبارزه کوو او د نړۍ بېلا بېل هېوادونه يو له بل سره مرسته کوي.

رييس شي جين پينگ خپلو خبرو کې دې ته اشاره وکړه، چې کرونا وبا يوه لويه ننگونه ده او د نړيوالې حکومتوالۍ نيمگړتياوې يې په گوته کړې دي. اوس د نړۍ بېلابېل هېوادونه د کرونا وبا د دويمې او درېيمې څپې تر اغېزې لاندې راغلي او د نړۍ د عامې روغتيا سيستم يې له جدي ازمويينو سره مخ کړی دی. ټول هېوادونه بايد د دې ناروغۍ پر وړاندې مبارزې ته لومړيتوب ورکړي او د بشر د گډ برخليک ټولني رويه بايد په پام کې ونيسي، يو اړخيز، پروټکشنيزم او زورواکي بايد پرېږدي، د وبا پر ضد د مبارزې نړيوالې همکارۍ بايد پياوړې او د بشر د ژوند امنيت او روغتيا لپاره بايد هر اړخيز خدمتونه وکړي.

لومړی؛ مونږ بايد د کرونا وبا پر ضد د نړيوالې مبارزې د مخنيوي دېوال جوړ کړو. مختلف هېوادونه بايد لومړی خپل کارونه ښه تر سره کړي او پر دې اساس دې نړيوالې همکارۍ زياتې کړي او نورو هېوادونو ته دې د همکارۍ لاسونه وغځوي. ډېرو هېوادونو اوسمهال د واکسين په تحقيق او توليد کې مثبت پرمختگ کړی، نو د روغتيا له نړيوال سازمان څخه بايد ملاتړ وکړو، څو د واکسينونو عادلانه او مؤثرې توزيع لپاره سرچينې همغږي او خپلې چارې تر سره کړي. چين د واکسين نړيوالې همکارۍ کې فعال گډون او ورڅخه ملاتړ کوي او د «کرونا وبا واکسين تطبيق پلان» کې يې فعال گډون کړی دی. چين به خپلې ژمنې پوره کړي، د افغانستان په گډون پرمختيايي هېوادونو ته به مرستې چمتو کړي او ملاتړ به ورڅخه وکړي او هڅه به وکړي چې د کرونا وبا ضد واکسين عامه توليد وگرځوي، څو د ټولو هېوادونو عام وگړي ترې هر ځای او هر وخت گټه واخلي.

دويم؛ مونږ بايد خلکو ته لومړيتوب ورکړو او لاسونه سره يو کړو او په يووالي د نړيوالو ننگونو پر وړاندې مقابله وکړو. بېلابېل

په گډه د بشر د گډ برخليک ټولنه جوړوو او لا ښکلې نړۍ به اباده کړو

هېوادونه بايد د خلکو ژوند ته لومړيتوب ورکړي او تر وسې پورې بايد د خلکو د ژوند امنيت او روغتيا وساتي. څوک بايد د کرونا وبا حالاتو ته سياسي رنگ ور نه کړي، کومه خوا بايد بدنامه نه کړي، خپل مسووليت بايد ادا او نړيواله همکارۍ بايد خرابه نه کړي. په عين وخت کې، بېلابېل هېوادونه بايد د بې وزلۍ د له منځه وړلو تدبيرونه هم ونيسي، د نړيوال پرمختگ لپاره دې لا مساوي او عادلانه دوستانه اړيکې جوړې کړي او لازياتو پرمختيايي هېوادونو ته دې د سرچينو گټې ورسوي.

دويم؛ مونږ بايد پانگونو قانون او عملي قاعدې نافذې شوې دي، د بهرنيو پانگونو د داخلېدو منفي لېست يې نور هم کم شوی او په پولي بازار کې د داخلېدو پروسې يې هڅولې دي. چين به د پرايستي اقتصاد سويه لوړه کړي، بازاړي، قانوني او نړيوال سوداگريز چاپيريال به جوړ کړي او د سوداگرو لپاره به لازياتي اسانتياوې برابرې کړي.

مونږ پر څو اړخيزم ټينگار کوو او د نړۍ سوله او ارامتيا ساتو

رييس شي جين پينگ په خپلو خبرو کې څرگنده کړه، چې تاريخي تجربو ته په کتو پر څو اړخيزم ټينگار کول او مساوات او عدالت د شخړو او جگړو مخه نيسي. يو اړخيزم او زورواکي هميشه د شخړو او جنجالونو د سختوالي سبب گرځيدلي دي. بېلابېل هېوادونه بايد د همکارو بيرغ اوچت کړي، د څو اړخيزم او گډې مشورې، ابادۍ او شريکو گټو پر اصولو بايد ټينگار وکړي او له کرونا وبا وروسته دې د نړۍ ارام پرمختگ وهڅوي.

لومړی؛ مونږ ټول بايد د تجارت نړيوال سازمان په مرکزيته له څو اړخيز ميکانيزم څخه ملاتړ وکړو، ازاد او پرايستي تجارت او پانگونې او د ورځلاصون، ټولشموله، پراخو گټو، برابری او گډو گټو پر لوري د اقتصاد د نړيوال کېدو پرمختگ بايد وهڅوو.

دويم؛ مونږ بايد نړيوال عدالت او مساوات وساتو، د څو اړخيزم بيرغ بايد اوچت ونيسو، د ملگرو ملتونو منشور نيت او اصول او د دې سازمان په مرکزيت بايد نړيوال سيستم او د نړيوالو قوانينو پر بنسټ نړيوال نظام بايد ټينگ وساتو. مور بايد د مشورو او مذاکراتو له لارې خپلمنځي توپيرونه حل کړو او د نورو هېوادونو په کورنيو چارو کې د لاسوهنې، يو اړخيزو بنديزونو او لاس غځونې سره کلک مخالفت وکړو او د پرمختگ سوله ييز او ارام چاپيريال بايد په گډه اباد کړو.

درېيم؛ مونږ بايد د نړيوال او سيمه ييز متقابل پيوستون پر پرمختگ ټينگار وکړو. متقابل پيوستون د سيمې د اقتصادي گټو د يو ځای کېدو مهم بنسټ دی او د نړۍ د گډ پرمختگ اړين شرط هم دی او د وبا په درشل کې يې ارزښت نور هم را برسېره شوی دی. چين غواړي چې له بېلابېلو ځواوو سره يو ځای يو کمربند او يوه لاره اباده او د سيمې د متقابل پيوستون لپاره پراخ ډگر چمتو کړي او د نړۍ اقتصادي پرمختگ ته پياوړی قوت ورکړي.

مونږ بايد خپل گډ کور (نړۍ) وساتو او د بشر او طبيعت تر منځ همغږي بايد پياوړې کړو

رييس شي جين پينگ خپلو خبرو کې دې ته اشاره وکړه، چې د نړۍ ټودوځې لور تيا د کرونا وبا له امله نه ده خنډول شوې او له اقليمي بدلون سره مقابله بايد يوه شېبه هم پرې نږدو. چين غواړي له نورو هېوادونو سره يو ځای د چاپيريال ساتلو په برخه کې د شته ننگونو پر وړاندې مقابله وکړي، پاکه او ښايسته نړۍ جوړه کړي او زموږ د ټولو شريکه دغه شنه کره وساتي.

لومړی؛ مونږ بايد له اقليمي بدلون سره مقابله پياوړې کړو. په دې برخه کې بايد ((د پاریس تړون)) پلی کړو. بېلابېلې ځواوې گډ مسوولیتونه لري، خو د هرې خوا مسوولیتونه بېل بېل دي او ځينې هېوادونه بايد له پرمختيايي هېوادونو سره لا زياتې مرستې وکړي. رييس شي جين پينگ څه موده مخکې اعلان وکړ، چې چين به خپل خدمتونه پياوړي کړي، تر ۲۰۳۰ کال پورې به د کاربن ډای اکسايډ د ايستلو اندازه تر ټولو لوړې څپې ته ورسوي او پس له هغې به يې مخ په څوړ کړي او تر ۲۰۶۰ کال پورې به کاربن نيټرل (carbonneutral) پوره کړي. چين به پر خپله ژمنه ولاړ وي او ټينگ تدبيرونه به ونيسي.

دويم؛ مونږ بايد پاکه انرژي وساتو او لا يې ډېره کړو. چين د پاکې انرژۍ په برخه کې د نړۍ تر ټولو لوی سيستم لري او د نوې انرژۍ د موټرونو د توليد او خرڅلاو ارقامو يې له ۵ کلونو راهيسې په نړۍ کې لومړی مقام نيولی دی. چين به د خپل څوارلسم پنځه کلن پلان او د ۲۰۳۵ کال لپاره د اوږدمهاله موخو وړاندیز سره سم له انرژي څخه پاکه او اغېزمنه استفاده پياوړې کړي، د پاکې انرژۍ صنايع به پرمختگ به وهڅوي.

درېيم؛ مونږ بايد طبيعت ته په درناوي، ايکولوژيکي سيستم اباد کړو. چين غواړي چې د وحشي ژويو غيرقانوني تجارت بيخي بند کړي او د وحشي ژويو او نباتاتو د ساتلو په برخه کې به د نظر تبادلې او همکارۍ پياوړې کړي. ټاکل شوې چې د راتلونکي کال په مې کې به د بيولوژيکي تنوع پروتوکل د بنسټگرانو ۱۵مه غونډه د چين په کون مينگ کې تر سره شي او هيله ده چې په دغه غونډه کې د بيولوژيکي تنوع د ساتلو لپاره دندې وټاکل شي او اړوند گامونه به پورته شي.

چين تر ټولو لوی پرمختيايي هېواد دی او چين او افغانستان دواړه د نړيوال څو اړخيز ميکانيزم مهم برخه اخيستونکي او مستقيم گټه اخيستونکي دي. رييس شي جين پينگ هميشه په نړيوالو څو اړخيزو ډگرونو کې د مخ پر ودې هېوادونو گټو ته پاملرنه کړې او په خپلو ويناوو کې يې د پرمختيايي هېوادونو گټې په نظر کې نيولې دي. نوموړي ويلي چې چين به له کرونا وبا سره د مبارزې په برخه کې له پرمختيايي هېوادونو سره مرستې وکړي، له کرونا وبا وروسته بايد د پرمختيايي هېوادونو ستونزو ته پاملرنه او ورڅخه ملاتړ وشي، د پرمختيايي هېوادونو حقونه او فضا بايد وساتل شي او د مخ پر ودې هېوادونو نمايندگۍ او غړ ته بايد وده ورکړل شي.

د چين په هڅو، د بريکس هېوادونو د مشرانو د ۱۲م ملاقات د مسکو په اعلاميه کې په افغانستان کې د دايمي سولې غوښتنه وشوه او د يو ثابت، ټولشموله، سوله ييز، خپلواک او سمسور هېواد د ابادولو په اړه له افغانانو څخه يو ځل بيا ټينگ ملاتړ وشو. د دې تر څنګ، د بين الافغاني مذاکراتو هرکلی وشو او د افغانستان په لارښوونې او حاکميت يې د افغانستان له سوله ييز بهير څخه کلک ملاتړ وکړ. د رييس شي جين پينگ مهم نظرونه او غوښتنې به افغانانو ته گټې ورسوي.

د افغانستان سوله ييزه لار لا هم سخته او تاوجنه ده او د کرونا وبا تر اغېز لاندې د افغانانو ټولنيز ژوند او اقتصادي پرمختگ هم له ننگونو سره مخامخ شوی دی. د نړۍ د تېرو سلو کلونو حالاتو ته په کتو او د اوسني ستر بدلون او وبا په حال کې به چين او افغانستان يو له بل سره مرستې وکړي، په نوې موده کې به په بېلابېلو ساحو کې واقعي همکارۍ وکړي، د څو اړخيزم لويه پروژه به په گډه اباده کړي، د ټوليز پرمختگ لوی کاروبار به پرمخ بوځي او د بشر د سوله ييز پرمختگ لوی اميد به پوره کړي.

د افغانستان - ايران اړيکې او د «اوبو سياست»

حکمت الله خلاند

نيمایي پورې په ريگونو کې پټ دي.

ج: په افغانستان کې د اوبو مدیریت اوبندونه په تېرو څلور نيمو لسيزو کې په افغانستان کې د سياسي او امنيتي گډوډيو له کبله ايران ته له افغانستانه د ورغلو اوبو دقيقه کلنۍ کچه معلومه نه ده؛ خو بيا هم د افغان چارواکو څرگندونو او ځينو څېړنو ته په کتو سره، چې مخکې يې يادونه وشوه، ايران په دې موده کې له افغانستان سره له گډو اوبو تر خپل سهم زياتې اوبه تر لاسه کړې دي او اوس يې هم د تېر په څېر تمه لري؛ خو دا چې له يوې خوا وچکالی ټوله سيمه ځپلې او له بلې خوا په افغانستان کې د ملي يووالي حکومت له راتگ سره د تېرو دورو په پرتله د اوبو د مدیریت په برخه کې ځينې گامونه پورته شول، د ايران انډېنې يې له ځان سره لرلې او ايران وېره لري چې د هلمند سيند اوبه به د وچکاليو او دغسې پروژو د تطبيق له کبله نورې هم کمې شي. د اوبو او انرژۍ وزارت د معلوماتو له مخې، افغانستان اوسمهال د ټول هېواد په کچه د ۴۰ بندونو په اړه د څېړنو او جوړولو عملي کار تر لاس لاندې لري، چې يوازې څلور هغه يې له ايران سره پر گډو اوبو جوړېږي. دا په داسې حال کې ده چې د اوبو او انرژۍ د پخواني وزير په وينا، ايران له افغانستان سره پر گډو اوبو بيا

۶۰۰ بندونه جوړ کړي دي. د ملي يووالي حکومت د بېلابېلو لاملونو له کبله چې يوه يې هم د اوبو قضيه ده، د کرزي د دورې په پرتله له ايران سره تنې اړيکې لري. د ولسمشر کرزي په دوره کې له ايران سره پر گډو اوبو بندونو جوړولو بيا ترميم چارو ډېر پرمختگ نه درلود او له همدې کبله داسې تورونه هم شته چې د کرزي په دواړو دورو کې د ايران د خوشحالولو لپاره دا کار وشو، ان تر دې چې له ايران څخه د تورو پيسو د راتگ خبره افشا شوه. ځينې راپورونه دا هم وايي چې په هلمند، هرات او ورڅېرمه ولايتونو کې د ايران لخوا په پټه ځينو چارواکو ته مالي امتيازونه ورکول کېدل.

په تېره څه باندې يوه نيمه لسيزه کې سلما بند يوازېنۍ بېلگه ده، چې پروژه يې بشپړه شوې ده. دا بند د ۶۴۰ ميليون متره مکعب اوبو زېرمه لري او په ۶۴۰ کليو کې نږدې ۸۰ زره هکتاره ځمکه څړوبولې شي او تر څنگ يې د ۴۲ ميگاواټه برېښنا، چې ۲۵۰ زره کورونه روښانه کولی شي، د توليد وړتيا هم لري. خو دا پروژه هم له سختو ننگونو سره مخ وه. د دغه بند طرحه لومړی ځل په ۱۹۷۶ کال کې وړاندې شوه او په ۱۹۸۸ کال کې يې عملي بڼه واخيسته، خو په افغانستان کې د اوږدو جگړو له کبله پاتې وه او د حامد کرزي په دوره کې هم د حکومت د محافظه کارۍ له کبله بشپړه نه شوه او بالاخره د ملي يووالي حکومت پر مهال بشپړه شوه.

ايران د سلما بند تر څنگ، د کمال خان بند د جوړېدو مخالفت کوي. د دغه بند پروژه په ۱۹۹۶ کال کې پيل شوه، خو تر ۲۰۱۱ کال پورې د امنيتي ستونزو له کبله کار پرې ونه

شو. له همدې کبله افغانستان په ۲۰۱۲ کال کې ايران تورن کړ، چې د سيمه ييزو وسله والو په ملاتړ کولو سره د دې پروژې د سېوتاژ کولو هڅه کوي. کمال خان بند د هلمند سيند پر اوبو د نيمروز په چهاربرجک ولسوالۍ کې جوړېږي او افغان چارواکي وايي، دغه بند داسې طراحی شوی چې د هلمند سيند د اوبو د ضايع کېدو لامل نه کېږي. افغان چارواکي دا هم وايي چې د دغه بند اوبه به د ايران د پولې په ۱۰۰ کيلومتري کې اندازه گيري هم کړي او ايران ته به پوره اوبه رسېږي.

د کجکي بند چې ايران يې تل د هلمند سيند د اوبو د کمښت يو مهم لامل بولي، که څه هم په ۱۹۵۰ مو کلونو کې جوړ شوی، خو د ملي يووالي حکومت پر مهال د دغه بند د دويم فاز جوړېدو د قرارداد لاسليک کېدو هم ايران انډېنمن کړ.

دغه راز د فراه د پخواني والي اصف ننگ په وينا، ايران د فراه ولايت د بخش آباد بند د جوړولو په چارو کې تخنيکي لاسوهنې کوي، چې له کبله يې په تېرو څو کلونو کې د دغه بند چارې نه دي بشپړې شوې. بخش آباد بند چې د هلمند د حوزې په فراهرد شاخه د فراه ولايت په بالا بلوک ولسوالۍ کې جوړېږي، د ۲۷ ميگاواټه برېښنا د توليد او ۲۶ زره هکتاره ځمکې د څړوبولو وړتيا لري. همدا لامل هم و چې د افغانستان دفاع وزير هم د فراه جگړه د اوبو جگړه وبلله.

څلورمه برخه؛ پر کابل - تهران اړيکو د اوبو مسئلې اغېزې

ايران او افغانستان، د افغانستان - پاکستان - هند په څېر د سيمو پر سر شخړې نه لري؛ خو د اوبو موضوع يې دوه اړخيزې اړيکې گواښي او

اوسمهال د اوبو مسئله په دغو اړيکو کې يو مهم فکتور بلل کېږي. کوم څه چې د ايران د بهرنيو چارو وزير جواد ظريف هم په خپله وروستۍ مرکه کې اشاره ورته وکړه.

له بده مرغه د ايران او افغانستان تر منځ د اوبو پر مسئله اختلافات يوه نوي پړاو ته د ننوتلو په حال کې دي او د گډو اوبو قضيه په دواړو هېوادونو کې خورا زياته سياسي شوې ده. په ايران کې د چاپېريال ساتنې په اړه نړيوال کنفرانس (۲۰۱۷ د جولای ۳مه) کې د ايران د ولسمشر حسن روحاني وينا او په افغانستان کې د بندونو پر جوړولو نيوکو، په افغانستان کې پراخ غبرگونونه راپارول. د موضوع حساسيت ته په کتو سره که څه هم اړتيا وه چې روحاني په خپلو خبرو کې د کلمو انتخاب په ځيرکۍ سره وکړي او تر يوه بريده يې خبرې ناسمې هم تعبير شوې؛ خو په ټوليز ډول نوموړي د افغانستان د بندونو موضوع په صراحت سره مطرح کړه، چې د افغان چارواکو، د ملي شورا ځينو غړو او په ټولنيزو رسنيو کې د عامو افغانانو له پراخ غبرگون سره مخ شوه، ان په ځينو ښارونو کې د ايران پر ضد لاريونونه هم وشول.

په ټوليز ډول ايران او افغانستان په خپلو دوو اړخيزو اړيکو کې له ځينو لوړو-زورو سره سره، نږدې اړيکې لرلې دي. خو په وروستيو کلونو کې د بېلابېلو راپورونو له مخې، په لوېديځو او سوېل- لوېديځو ولايتونو کې ايران د افغان حکومت د مخالفينو په ملاتړ او مرستو تورن شوی، کوم څه چې پر دغو دوو اړخيزو اړيکو يې سپوږم غورولې او يو لامل يې هم د اوبو قضيه بلل کېږي.

دوام لري...

خونړۍ مياشت؛

د لومړي مرستيال له مسووليت سره هممهاله هم، کابل ښاريانو ارامه ورځ نه لرله



د امنیت مسوولیت پر غاړه اخیستی دی. بلخوا حکومت د امنیتي میثاق په نامه پروگرام هم پیل کړی چې ادعا کوي له دې لارې د کابل په امنیت کې پوره بدلونونه راغلي دي. څه باندې یوه میاشت کېږي چې د کابل ښار د امنیت مسوولیت د ولسمشر لومړي مرستیال امرالله صالح ته سپارل شوی دی.

تېره میلادي میاشت د کابل ښاريانو لپاره خورا خونړۍ وه. د راپورونو له مخې، په تېره میلادي میاشت کې په کابل ښار کې گڼ بریدونه او چاودنې شوي دي چې له امله یې تر ۳۰ ډېر ملکيان وژل شوي او تر ۹۰ ډېر نور ټپيان شوي دي. دا پېښې داسې مهال کېږي چې د ولسمشر لومړي مرستیال د کابل ښار

د کورنیو چارو وزارت یوه باوري سرچینه وايي چې وسله والو طالبانو تېره میاشت په کابل ښار کې تر ۱۵ پورې بریدونه او چاودنې کړې دي. د کورنیو چارو وزارت ویاند طارق آرین سره له دې چې د شوو چاودنو او بریدونو د شمېر او تلفاتو په اړه څه نه وايي، خو زیاتوي چې امنیتي ځواکونو گڼ بریدونه او د ترهگریزو پېښو لپاره د وسله والو جوړ کړي پلانونه څنځی کړي دي. د آرین په خبره، د دې پېښو په تړاو د کابل امنیتي منسوبینو گڼ کسان نیولي دي. هغه وايي: ((په کابل کې د موټر بمونو مخنیوی شوی، د مقناطسي ماینونو په تړاو مو هم یو شمېر کسان نیولي، هغه شبکې چې په دې برخه کې ښکېلې وې، هغوی هم دوی ورځې وړاندې ونیول شوي، خو بیا هم زموږ کار روان دی)).

سره له دې هم تېره میاشت د کابل ښاريانو لپاره خونړۍ وه. پر کابل پوهنتون ډله ییز ترهگریز برید وشو چې دا پېښه خورا بوروبونکې وه او په نړیواله کچه یې غبرگونونه لرل. وسله والو داسې مهال پر کابل پوهنتون برید وکړ چې محصلین په زده کړو بوخت وو، نو له همدې امله یې تلفات هم ډېر وو. په دې پېښه کې ۲۲ محصلین ووژل شول او تر ۴۰ پورې نور ټپیان شول.

له دې پېښې څو ورځې وروسته پر کابل ښار ۲۴ توغندیز بریدونه وشول. د دې پېښې له امله هم لس ملکيان ووژل شول او تر ۵۰ پورې نور ټپیان شول. دا پېښه هم خورا ټکان وړکوونکې وه او په کابل کې یې د گڼو سفارتونو او نړیوالو ادارو غبرگونونه له ځان

سره لرل. بلخوا د ولسمشر لومړی مرستیال امرالله صالح چې د کابل د امنیت مسوول دی او دغه راز د امنیتي میثاق د تنظیم په چارو کې لوی لاس لري، وايي چې امنیتي ادارو گڼې ترهگریزې پېښې څنځی کړي او د ترسره شوو پېښو په تړاو یې هم گڼ کسان نیولي دي. امرالله صالح په خپلو ورځنیو خبرو کړو نوټونو کې څو ځله د کابل پوهنتون د برید عاملینو د نیول کېدو خبر ورکړی، خو تر دې دمه د دغې دوسې پایلې نه دي روښانه شوي. د دې تر څنگ په کابل ښار کې په دې وروستيو کې نږدې هره ورځ د مقناطيسي یا ځای پر ځای شوي ماین چاودنې کوي. د یوه راپور له مخې، په تېرو لسو ورځو کې په کابل ښار کې د مقناطيسي ماینونو لس چاودنې شوې دي. پر کابل ښار راکېتي بریدونو او دغه لسو چاودنو څوارلس کسان وژلي او ۷۰ نور یې ټپيان کړي دي. تر ډېره دغه چاودنې پر دولتي موټرو پورې د نښلولو شوو مقناطيسي ماینونو د چاودنې له امله رامنځ ته شوې دي. کورنیو چارو وزارت او د لومړي مرستیال مطبوعاتي دفتر په دې اړه هم د گڼو کسانو د نیول کېدو خبر ورکوي.

بلخوا کابل ښاريان دلته د روان امنیتي وضعیت په اړه انډېنمن دي. دوی له حکومتی او امنیتي چارواکو غواړي چې ژر تر ژره دې د کابل ښار د امنیت په تامین کې خپلې هڅې ډېرې کړي او په داسې اقداماتو دې لاس پورې کړي چې پایله یې د نا امنیو کمېدل وي.

باور کېږي، چې برېتانيا به لومړنی هېواد وي چې د فایزر او بيو این ټيک کمپنیو له لوري جوړ شوی واکسين د ډسمبر په اوومه پیل کړي. همداراز اټکل کېږي، چې له برېتانيا وروسته د ډسمبر په ۱۰ مه د امریکا د خوړو او درملو ملي اداره دا واکسين تایید کړي او خلکو ته به یې بېچکاري پیل شي. تر دې وړاندې رویترز خبري اژانس ویلي وو چې فایزر کمپنی به د امریکا د درملو او خوړو له ادارې د جواز له ترلاسه کولو ۲۴ ساعتونه وروسته ټولو ایالتونو ته واکسين ورسوي او له خلکو به وغواړي چې د واکسين د ترلاسه کولو لپاره چېرې مراجعه وکړي.

هېوادونو او دغه راز متحدو ایالتونو کې به ژر میلیونونو کسانو ته د کرونا ویروس پر ضد واکسين ورکړل شي. د فایزر او بيو این ټيک کمپنیو واکسين به د روانې اونۍ په پای کې په برېتانيا او بله اونۍ په امریکا کې گڼ شمېر خلکو ته بېچکاري شي. امریکا، جرمني او برېتانيا به لومړني هېوادونه وي چې په راتلونکو ورځو کې به خپلو خلکو ته د کرونا ویروس پر ضد عمومي واکسين پیل کړي. د امریکا د متحدو ایالتونو او اروپا روغتيايي چارواکي وايي، چې د کرونا ویروس د مخنیوي لپاره به واکسيناسيون په راتلونکو څو اونيو کې تر نوي میلادي کال وړاندې پیل شي.

تازه شمېرې: په نړۍ کې د کرونا وبا د مرو شمېر له یو میلیون او ۴۷۷ زرو واوښت

کبله د نړۍ څلورم او فرانسه د دوه میلیونو او ۲۲۲ زره او ۴۸۸ مثبتو پېښو له کبله د نړۍ پنځم هغه هېواد دی چې د کرونا ویروس ډېرې پېښې پکې ثبت شوې دي. دغه راز هسپانيا، برېتانيا، ایتاليا، ارجنټاين او کولمبيا په ترتیب سره شپږم، اووم، اتم، نهم او لسم هغه هېوادونه دي چې د کرونا له کبله ډېر خپل شوي دي. بلخوا د راپورونو له مخې، په گڼو اروپايي

په امریکا کې د دغه ویروس ټولې ۱۳ میلیونو او ۹۲۳ زره او ۷۵۸ مثبتې پېښې ثبت شوي او ۲۷۴ زره او ۳۸۶ نور امریکايان ترې مړه شوي دي. له امریکا وروسته هند د نهه میلیونو او ۴۷۷ زره او ۶۰۲ مثبتو پېښو له اړخه د نړۍ دویم، برازیل د شپږ میلیونو او ۳۳۶ زره او ۲۷۸ مثبتو پېښو په درلودو سره د نړۍ درېیم، روسیه د دوه میلیونو او ۳۲۲ زره او ۵۶ مثبتو پېښو له

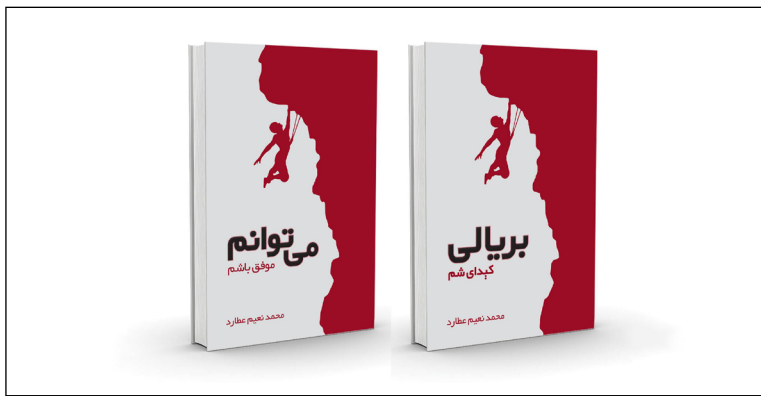
د تازه شمېرو له مخې، په نړۍ کې د کرونا ویروس مثبتې پېښې ۶۳ میلیونو او ۷۴۷ زره او ۷۵۰ ته ورسېدې. دغه راز د یاد ویروس له کبله تر دې مهاله یو میلیون او ۴۷۷ زره او ۱۴۴ کسان مړه شوي او له ۴۴ میلیونو ډېر ترې بېرته رغېدلي دي. د دغو شمېرو پر اساس، د امریکا متحده ایالتونه د کرونا ویروس له کبله د نړۍ تر ټولو مخکښ هېواد دی. د راپورونو له مخې،

په حال کې دۍ. د منفي ذهن په مرسته نه شو کولای چې يو مثبت ژوند ولرو. نو غوره ده چې خپل وخت پر خپل پرمختگ ولگوو، نه دا چې هر څه ته د منفي زاويې له اړخه وگورو. د تل لپاره بايد په ياد ولرو چې يا موږ بايد خپل احساسات کنټرول کړو او يا اجازه ورکړو چې احساسات موږ تر خپل کنټرول لاندې راولي. ژوند له داسې ستونزو، خنډونو او لوړو ژورو ډک دی چې که چېرې يې يو ځل زموږ لمن ونيوله او ومو نشوای کړای چې په ښه توگه يې مدیریت کړو، همغه ده چې په داسې يو لوی سر درد به بدل شي چې نور به يې د کنټرول او مدیریت کولو لپاره ډېره ناوخته شوې وي.

په ژوند کې پرله پسې ماتې، لوړې ژورې، د اړتياوو او هيلو نه پوره کېدل، پر ځان باندې د باور نه درلودل، نا مناسبه دنده، د ټولني له ستونزو سره د تحصيلي رشتې نا مناسب والی او ډېرې نورې ستونزې او ناخوالې هغه عوامل دي چې د يو شخص لپاره د دروني ځور، غم او لسگونو نورو ستونزو د رامنځ ته کېدو لامل کېدای شي. هغه کسان چې ډېر کله نور خلک د خپلو ماتو لامل بولي، معمولاً هغه کسان دي چې د برياليتوب د لارې پيدا کول ورته ډېر سخت او ان ناشوني ښکاري. په دې کتاب کې دې او دې ته ورته نورو ډېرو ستونزو ته د حل ډېرې معقولې لارې چارې وړاندې شوې دي. «بريالی کېدای شم» کتاب د هېواد په رسمي ژبو پښتو او دري باندې د پياوړي او هڅاند ځوان ښاغلي محمد نعیم عطارد لخوا ليکل شوی او په ښکلي صحافت چاپ شوی دی. مينه وال کولای شي ياد کتاب له اکسوس او د ښار له نورو لويو کتابپلورنځيو په مناسب قيمت تر لاسه کړي.

بريالی کېدای شم

اکسوس کتابپلورنځی



لازه جوړه کړی؛ خو جرئت او وړتیا مو بې نه درلوده. مور په داسې نړۍ کې ژوند کوو چې هره شېبه د بدلون په حال کې ده. دا چې څه ډول له دغو بدلونونو سره ځان عیار کړو، دا زموږ په خپل لاس کې دي. له يوه لوی بحر څخه د تېرېدو لپاره بايد د هغه د اوبو وچېدو ته په تمه نه شو؛ بلکې داسې لاره او چاره بايد وسنجوو چې وکولای شو له بحر څخه تېر شو. د انسان افکار د هغه د وجود حقيقت جوړوي. افکار د يوې نه ليدل کېدونکې (نا مرئي) انرژۍ په بڼه زموږ لخوا استول شوي او بالاخره د يوې فزيکي مادې په بڼه زموږ په وجود کې را څرگندېږي. ژوند په ټولو هغو شېبو کې چې د تېرولو د څرنگوالي لپاره يې نقشه جوړوو، د پېښېدو

که لږ پام وکړو، پوه به شو چې زموږ د هر يوه ژوند له ځينو داسې پېښو او کيسو ډک دی چې هېڅکله به هېرې نه شي. هغه شېبې چې موږ د يوه کار د تر سره کولو توان درلود، خو تر سره مو نه کړ، هغه شېبې چې موږ يو څه غوښتل، خو لاسته مو را نه وړل، هغه شېبې چې بايد پر يوه موضوع پوه شوي وای، خو هغه شېبه پرې پوه نه شوو، هغه تصميمونه چې بايد نيولي مو وای، خو د يادو تصميمونو د نيولو لپاره مو لوی زړه نه درلود او (نه شم کولای) کلمې زموږ د ژوند يوازېنۍ پېژندل شوې او ارزښت لرونکې کلمې وې.

په دې کتاب کې کولای شې ډېر هغه (کولای شم) ولولې چې مخکې مو په خپل زړه او ذهن کې درلودل څو پر مټ يې د پرمختللو، لوړ ختلو او پوهېدلو لپاره له خنډونو او لوړو ژورو يوه تشه

د کتاب خبرې

د جاسوسی پېښلر

RAW, ISI

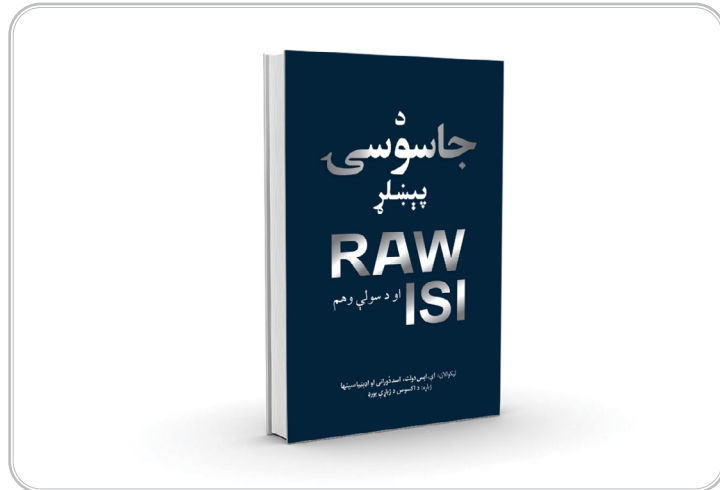
او د سولې وهم

© ليکوالان: اې. اېس دولت، اسد دورانی او ادبیتا سېنھا

© ژباړه: د اکسوس د ژباړې بورډ

دویمه برخه

د نړۍ دویم تر ټولو زوړ مسلک



نوموړي د کشمير، بشري حقونو، په کشمير کې روانو حالاتو او د هند - پاکستان د اړيکو په اړه خبرې وکړې. ما د هغه په خبرو خپله تبصره وکړه، له ډېرو خبرو سره يې موافق او له ځينو سره يې مخالف وم، خو مجلس په ټوله کې خوندي او صميمي و. ما بېرته موضوع استخباراتو ته کش کړه. په حقيقت کې ما غوښتل چې امتياز هغه او ساهاى ته يې له دې چې نوم يې واخلم، ورکړم. نو ما وويل: «تا او ملگري دې کله چې له يو بل سره مو خبرې کولې، ډېر ښه کار وکړ، چې پايله يې استخباراتي همکاري شوه. موږ په ۲۰۰۳ کال کې يو اوربند درلود، تاسو دواړو هغه څه وکړل چې مشرانو مو غوښتل» ما هغه کيسه ور زياته کړه چې استخباراتي معلومات مو تبادلې کړي وو چې پر بنسټ يې کېدای شواى د مشرف ژوند ژغورل شوی وای. ما وويل: مبارک، ستر کار شوی و. خلک هک حيران وو چې دواړو څنگه دومره عادي مباحثه درلوده. د غونډې په جريان کې د پوښتنو او ځوابونو برخه هم وه او موږ هڅه وکړه چې ټولو پوښتنو ته ځوابونه ورکړو. احسان صېب په يوه برخه کې ډېر محتاط و. په تالار کې يو شمېر حاضرې بلوڅ ځوانانو نونډې پوښتنې وکړې. نوموړي ځواب ور نه کړ چې زه يې نه ملامتوم. په پايله کې د پروگرام اسانچارې وويل: جنرال صېب ايا دې پوښتنو ته ځواب ورکوي او که نه؟ هغه وويل، نه زه سياستوال نه يم او دا پوښتنې بايد سياستوال ځواب کړي. د هغه دا ډول دريځ ډېر ښه و، خو يادو هلکانو سرې خجالت کړ. له دې ورهاخوا، پروگرام ښکلی و او تر پروگرام وروسته له دروازې سره نږدې ځای ته لاړو چېرته چې رسنۍ موږ ته منتظرې وې. زياتره يې پاکستانۍ رسنۍ وې او يوې ډلې يې پر پنجابي ژبه خبرې کولې. ما هم د هغوی پوښتنو ته په پنجابي ځواب ورکړ. هغوی حيران شول.

سېنھا: ايا هغه خبرې په اوسني ډيالوگ کې د بحث لپاره مطرح کېدای شي؟

دورانی: زما په اند دا بهير د لندن غونډې ته په کتو پيل شو. دا د لوړې کچې يوه مهمه غونډه وه چې ترسره شوه. دويم دا چې دا به زموږ د پروسې پيل په زړه پورې کړي. وروسته بيا سرې پوهنېرې چې څه پېښېږي، کېدای شي درېيم، زما گټې. دولت صېب تل وايي چې مشر لومړی تاسو، په دې وخت کې نه شې کولای چې انکار تری وکړي. هغه مشر سويچ کړی و او احسان ته يې د مشر خطاب کړی و، خو حداقل لومړی بايد هغه خبرې پيل کړې وای. احسان تکړه انسان دی او د دې وړتيا لري چې زموږ د نظر استازيتوب وکړي. هغه له ډېرو مسايلو سره نوی دی، ځکه چې تر ما لس کاله وروسته د ISI مشرۍ ته راغی. نوموړي رياست کړی و او د ارگان رئيس تېر شوی چې په لويه کې له دغه ډول مسايلو سره اشنا دی. دولت: احسان ښه سرې دی، خو موږ دواړه يوه ځانگړنه دا لرو چې غواړو رڼ او ساده اوسو. دورانی: رښتيا ده. زه خوشاله يم چې زما مخامخ ناست کس رښتيني دی. زه هم هڅه کوم چې رښتيني اوسم. زما ستونزه له هغو کسانو سره ده چې د نورو تر فشار او اغېز لاندې وي. همېشه د نورو نبض او سترگو ته گوري او فکر کوي چې په کور کې به راته څه ووايي.

دورانی: دا يوازې له نورو ډار او فشار نه دی ښاغلي.

دورانی: هر يو خپل محدوديتونه لري. زه په دې ډله کې ښه يم، زه د کوم فشار احساس نه کوم او نه خپل ځان محدودوم. د لندن سکول آف ايکونوميکس په څېر په يوه فورم کې ښايي زه تر ځانگړو موضوعاتو پورې خپلې خبرې محدودې کړم. حتی دلته هم کېدای شي چې ځينې کسان د نورو په پرتله ډېرې سپينې خبرې وکړي.

دورانی: ټول خوند يې په همدې کې دی. دا د راز ساتنې کار دی او کومه خبره چې تاسو وکړه، هر يو په خبرو او ويناوو کې خپل محدوديتونه لري. که يو څوک څومره ازاد وغږېږو، خو بيا هم اسمان يې په مخ کې حد دی.

سېنھا: د جنرال احسان او ښاغلي ساهاى تر منځ معادله اوس څه ډول ده؟

دورانی: هغوی د مشرانو په غوښتنه بيا سره وليدل، چې غالباً ښه کار يې وکړ. دواړه هغه وخت له کوم محدوديت او قيد سره مخ نه وو. هر يو په خپلواکه توگه خبرې وکړې. دا چې پر هغوی کوم محدوديت نه و، نو بايد وستايل شي. دا ډېر ښه کار دی.

سېنھا: ايا هغوی دواړه د خبرو په يوه هوسا کچه کې وو؟

دورانی: هغوی ښايي ورته خبرې په بل ځای کې هم وکړي، دا له دې کبله نه چې هغوی احسان يا ساهاى دي. که د هغوی پر ځای زه و اوسم، نو له ښاغلي دولت سره به سپينې خبرې وکړم او که نور خلک هم وي، نو پام به ونه کړم. زه تر دې کچې ازاد يم.

دورانی: دا په دې پورې اړه لري چې له نورو خلکو سره څومره هوسا يا راحته يې. زه خپله هڅه کوم چې له داسې حالت سره عادي چلند وکړم او توکې ټکالي وکړم. ولې له داسې مسايلو سره بايد جدي اوسو، دا بل کس ته وزن ورکوي او احساس کوي چې هغه يا پاکستان نه تحقيروم، بلکې دلته د دې لپاره راغلي يو چې په توکو او خوشالۍ خبرې وکړو.

دورانی: دغه ډول چلند موږ نور هم هڅوي چې په دې ډول پروگرامونو کې گډون وکړو.

دورانی: موږ ښايي پر يو بل کنايې ويلې وي، خو په خدا او دا په ټوله کې خونديرو. دوام لري...

روانه اونۍ اکسوس کتاب پلورنځي ته تازه راغلي کتابونه			
شمېره	د کتاب نوم	ليکوال / ژباړن	بیه
۱	اقتصاد افغانستان (ظرفیت ها، چالش ها و راهکارها)	محمد توسلی غرjestانی	۴۰۰ ښ
۲	تصميم گيری سازمانی و خط مشی گذاری عمومی	رحمت الله قلی پور	۱۸۰ ښ
۳	مبادی و اصول بررسی (تفتيش)	سيد محسن هاييل	۱۵۰ ښ
۴	سوداگريزې اړيکې	محمد ارشد اعوان/شفيع الله تاند	۱۸۰ ښ
۵	حقوق بیمه افغانستان	محمد محسن رضایی	۱۵۰ ښ
۶	اسلام او ډيپلوماټيک حقوق	محمد حسين پور اميني/نېک محمد ذکي	۱۸۰ ښ
۷	درملتون	علی وارسته/محمد نواب خونښ	۴۰۰ ښ
۸	لومړنی ښوونکی	فواد بن عبدالعزيز الشلهوب/رفيع الله نعماني	۱۰۰ ښ
۹	د شخصي احوالو فقه	عبدالوهاب خلاف/رفيع الله نعماني	۲۷۰ ښ
۱۰	د پروياگند الفبا	روين پوپل	۱۷۰ ښ
۱۱	د ميراث حقوق	عبيدالرحمن الکوزی	۲۰۰ ښ
۱۲	د انسان پيژندنې بنسټونه	پيټرمتکاف/عبدالوارث خوشحال	۱۸۰ ښ
۱۳	د رسنيو اقتصاد	گيليان دوبله/روح الله زهير	۲۰۰ ښ
۱۴	ماشوم روزنه	گری چپمن، رزکميل/امنه ستانکزۍ	۱۵۰ ښ
۱۵	زنان هوشمند چگونه می انديشند و چگونه رفتار می کنند؟	شم الدين حسيني، الهام آرام نيا	۲۸۰ ښ
۱۶	HOPELESS	COLLEEN HOOVER	۲۸۰ ښ
۱۷	Reinventing Your Life	Jeffrey E. Young, Janet S. Klosko	۲۰۰ ښ
۱۸	MONEY MASTER THE GAME	TONY ROBBINS	۴۵۰ ښ
۱۹	THE ENERGY BUS	JON GORDON	۳۰۰ ښ
۲۰	JUMP	STEVE HARVEY	۱۷۰ ښ
۲۱	زولوژی عمومی	قدرت الله، محمد همايون منير و محمد عارف عرفان	۳۱۰ ښ
۲۲	تبیوری و سیاست بودجه عامه	سيد محمد ټينگار	۳۰۰ ښ
۲۳	حقوق مالی	عبدالطیب رحمانی	۲۵۰ ښ
۲۴	هندسه تحلیلی	محمد انور غوری، نرگس حلیمی	۲۶۰ ښ
۲۵	حقوق مالیه عمومی	محمد جعفر کوهستانی	۲۵۰ ښ
۲۶	حقوق کار	محمد جعفر کوهستانی	۱۸۰ ښ
۲۷	رهنمای تطبیقات مابکروبیولوژی	نورمحمد نیاز	۲۰۰ ښ
۲۸	اصول محاکمات مدنی	نصرالله ستانکزۍ	۳۰۰ ښ
۲۹	میتودهای عمومی تدریس	کریمه دریخ	۳۰۰ ښ
۳۰	مه خپه کېږه! الله له موږ سره دی (د سکون لاسته راوړلو راز)	اسامه گنجي/عبدالله ابراهيمي	۱۵۰ ښ

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

اړیکه: 0798-98-9696 - 0202504652

پته: دهبوریو پارک جنوبي دروازې ته مخامخ

اقتصاد

لینکه: سپورمی

د چین میدیا گروپ خبریاله

د اسعارو بیې

\$	۷۷
€	۹۱,۲۰
Rp.	۴۸۱
₹	۱۰۴۰
¥	۱۱
£	۹۱,۲۰

بېرني شمېرې

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

د افغان ژوند ستر ارزښت لري؛ استرالیا باید بښنه وغواړي!

قانون سره سمون لري؟ او ایا پر دغو کړنو د نورو کسانو نیوکې بهې بنسټه دي؟ په ټوله نړۍ کې د کرونا وبا رامنځ ته کېدو له هماغه پیل راهیسې د استرالیا حکومت څو څو ځله پر چین تورونه ولگول، پرې یې بې دلیلې نیوکې وکړې او له امریکا سره په گډې توطیې سره غواړي چې وښيي چین د کرونا وبا سرچینه ده او په دې اړه یې د ځانگړې نړیوالې پلټنې غوښتنه کړې. که څه هم چيني حکومت بیا بیا له دې سره خپل مخالفت څرگند کړی، خو استرالیایي حکومت له چین سره د خپلو اړیکو له خرابولو سره سره خپلو کړنو ته دوام ورکړی دی. دوی په سیاسي ساحه کې د چین په مقابل کې سرسخت دریځ څرگندوي، خو له بلې خوا هم غواړي چې له چین سره سوداگريزې راکړې ورکړې پیاوړې کړي. د چین پر ضد له سپکاوي او دښمنۍ ډکې خبرې کوي او پر ضد یې تگلارې پلې کوي، خو لا هم غواړي چې پر چین خپل تولیدات وپلوري او له

کړي او دغه خبر د استرالیا د دفاع وزارت په اړوند رپوټ کې تایید شوی دی. د استرالیایي پوځیانو داسې بې رحمې او وحشي کړنې د نړیوالې ټولنې لخوا سختې غندل شوې دي. آن د استرالیا د دفاعي ځواکونو قوماندان انګس کمپبیل د نومبر په ۱۹ مه د اړوند رپوټ په خپرولو سره په دې اعتراف کړی چې پوځیانو یې په افغانستان کې ولسي افغانان او اسیران شکنجه کړي او وژلي دي. د ارګ لخوا په خپرو شویو خبرونو کې هم راغلي چې د استرالیا صدر اعظم سکات موريسن له افغان ولسمشر محمد اشرف غني سره په تېلفوني اړیکه کې تاسف څرگند کړی او د استرالیا د بهرنیو چارو وزیرې ماریس پیني هم په دې اړه له خپل افغان سیال محمد حنیف اتمر څخه بښنه غوښتې.

نو ولې د استرالیا صدر اعظم موريسن د خپلو پوځیانو د وحشي جرمونو په پرتله د چيني ډیپلومات پر یاد ټویټ لایزات په قهر شو؟ ایا د استرالیایي پوځیانو کړنې له

د استرالیا صدر اعظم سکات موريسن د نومبر په ۳۰ مه پر چین غږ وکړ، دا چې د چین د بهرنیو چارو وزارت ویاند جاو لي جیان په ټویټر کې د استرالیایي سرتېرو لخوا په بورنونګکي ډول د یو افغان ماشوم د وژلو په اړه جوړ شوی کارتوني انځور خپور کړ، نو باید بښنه وغواړي او دغه انځور یې ډېر بد او سپکوونکی وباله. د چین د بهرنیو چارو وزارت بلې ویاندې هوا چون بنگ بیا د همدې ورځې په یوه نوبتي خبري ناسته کې څرگنده کړه، چې د استرالیا حکومت باید په دې غور وکړي چې څه ډول د دې جرم عاملینو ته سزا ورکړي، له افغانانو څخه دې بښنه وغواړي او نړیوالې ټولنې ته دې ژمنه ورکړي چې خامخا به په افغانستان کې د خپلو سرتېرو لخوا د نا مناسبو کړنو مخنیوی وکړي.

په یاد شوي انځور کې ښکاري چې یو استرالیایي سرتېری په جاقو سره یو افغان ماشوم چې په غېږ کې یې وری دی، گوانبې. تر څنګ یې دغه سرتېری هم وايي چې مه وپرېره! مور تاسو ته سوله راوړو! په دې موده کې استرالیایي رسنیو په افغانستان کې د دغه هېواد د ځینو پوځیانو سخت جرمونه افشا

وحید عمر: طالبان د ډېر امتیاز ترلاسه کولو په موخه پر جگړه تمرکز کوي



ورځپاڼې راپور ته په غبرگون کې وویل چې ولسمشر غني د سولې بهیر مخه نه ده نیولې، بلکې په وینا یې د سولې مبتکر، معمار او پیلوونکی دی. هغه ويلي چې د افغانستان د اسلامي جمهوریت او طالبانو د مذاکراتي ټولنو د توافقي عمل پر ۲۱ مادو د توافق خبر وکړ، خو په قطر کې د طالبانو د سياسي دفتر ویاند بیا وویل چې د طرز العمل پر مقدمې هم هوکړه شوې ده.

یادې ورځپاڼې ويلي وو، که څه هم په بین الافغاني خبرو کې رامنځته شوی خنډ روانه میاشت مات شوی، خو په وینا یې، ارګ بیا هم له دغه پرمختګ څخه انکار کړی دی. بلخوا ورمه ورځ د ولسمشر غني ویاند صدیق صدیقي هم د نیویارک ټایمز

په ستراتيژیکو چارو کې د ولسمشر غني ځانگړی سلاکار وحید عمر وايي، افغان حکومت د سولې خبرو مخه نه ده نیولې، بلکې داسې یوې ډلې ته یې چې چمتو نه ده مور د یو دولت په توګه ومني، امتیازات ورکړي دي.

نوموړي پر خپل ټویټر لیکلي: «په ټوله نړۍ کې به هېڅ یو حکومت داسې یوې ډلې ته امتیازات نه وي ورکړي.» هغه زیاته کړې چې طالبان د ډېر امتیاز ترلاسه کولو لپاره د تاوتریخوالي پر زیاتېدو تکیه کوي. وحید عمر یادې څرگندونې وروسته له هغه کوي چې په دې وروستیو کې نیویارک ټایمز ورځپاڼې په خپل راپور کې ويلي وو چې ولسمشر غني او هغه ته نږدې کسان د سولې خبرې له خنډه سره مخ کوي.

توافق شوی او په وینا یې، د طرز العمل مقدمه زیات وضاحت ته اړتیا لري او د بحث په حال کې ده. دا څرگندونې وروسته له هغې کې چې روانه اونۍ د افغانستان اسلامي جمهوریت او طالبانو مذاکراتي ټولنو د مذاکراتو د طرز العمل پر ۲۱ مادو د توافق خبر وکړ، خو په قطر کې د طالبانو د سياسي دفتر ویاند بیا وویل چې د طرز العمل پر مقدمې هم هوکړه شوې ده. په قطر کې د افغان حکومت او طالبانو د مذاکراتي ټولنو ترمنځ مخامخ مذاکرات د تېرې سپټمبر میاشتې پر ۱۱ مه پرانیستل شول، خو تر دې مهاله پر کاري طرز العمل د اختلافاتو له امله پکې د پام وړ پرمختګ خبر نه دی ورکړل شوی.

جرمني: له افغانستانه د ناټو ځواکونو ایستل باید په مشخصو شرطونو پورې تړلي وي



نیمایي پورې به دوه زره امریکایي سرتېري له افغانستانه وباسي او شمېر به یې دوه نیم زرو ته راکم شي. د جرمني د بهرنیو چارو وزیر همدارنګه ويلي، دا غوښتنه له خپلو متحدینو د دې لپاره کوي، چې وضعیت ښه وڅېړي او وګوري چې ایا له افغانستانه د نورو سرتېرو د ایستلو لپاره شرایط څومره آماده دي، څو د سولې د بهیر پر وړاندې د ناسم

پکار ده چې له هر بېرني اقدام څخه ډډه وکړو. د جرمني د بهرنیو چارو وزیر په افغانستان کې د سولې له روان بهیر سره د ناټو تر مشرۍ لاندې ماموریت په چوکاټ کې د ځواکونو د احتمالي کمېدو په اړه دغه اندېښنه داسې مهال راپورته کوي چې د امریکا ولسمشر ډونالډ ټرمپ پرېکړه کړې چې د را روان ۲۰۲۱ ز کال د جنوري تر

د جرمني د بهرنیو چارو وزیر هايکو ماس وايي، ناټو باید تر ټاکلي وخت مخکې له افغانستانه د خپلو ځواکونو په ایستلو سره د سولې خبرې له ستونزو سره مخ نه کړي.

نوموړي دا خبره د ناټو د نورو غړيو هېوادونو د بهرنیو چارو وزیرانو تر غوندې مخکې کړې ده. د رويټرز خبري اژانس د راپور له مخې، ماس ويلي، د ناټو د متحدینو په توګه مور باید دا مسئله يقيني کړو چې په افغانستان کې د نورو پوځیانو کمېدل په مشخصو شرطونو پورې وتړو. هغه له افغانستانه د ناټو ځواکونو په بېرته وتلو په اړه ويلي، ناټو دې د سولې خبرې له ستونزو سره نه مخ کوي. د نوموړي په خبره، په افغانستان کې د شويو پرمختګونو د خونديتوب لپاره راته

پېغام ورکولو مخنیوی وشي. د جرمني د بهرنیو چارو د وزیر تر دې څرگندونو مخکې د ناټو عمومي منشي ينس سټولټنبرګ هم ورمه ورځ اندېښنه څرګنده کړې وه او ويلي یې وو، په داسې حال کې چې متحده ایالتونه غواړي یو زیات شمېر سرتېري له افغانستانه وباسي، دغه پوځي تړون په یاد هېواد کې د خپلې راتلونکې په اړه له یوه مبهم حالت سره مخ دی، هغه هم په داسې یوه وخت کې چې د طالبانو او د نورو سخت دریځو ډلو بریدونو زور اخیستی دی. سټولټنبرګ د ناټو د بهرنیو چارو وزیرانو تر غوندې مخکې په بروکسل کې په یوه خبري غونډه کې پر دې ټینګار وکړ چې د ناټو غړي که هره پرېکړه کوي، باید په ګډه او سنجول شوې توګه یې وکړي.

مسیر ورځپاڼه

مسوول مدیر: اسدالله وحیدي

مرستیال: شفیق امیرزی

اېډیټران: جواد تیموري او امان الله حنیفي

خبريالان: حمیدالله حمیدي، حکمت آرین

او حشمت الله نوري

گرافیک او ډیزاین: ارمان

چاپخونه: وایگل چاپ ۰۲۰۲۵۱۲۶۲۶

۰۷۸۲۹۸۹۶۹۶

✉ maseerdaily@gmail.com

☎ 0202502100 / 0777989696

🌐 www.maseerdaily.af

📘 Maseer Daily

🐦 MaseerDaily



شرعي وختونه: سهار ۵:۱۴ | لمر ختل ۴:۴۲ | ماسپینین ۱۱:۴۳ | مازیگر ۲:۲۵ | ماښام ۴:۴۴ | ماخوستن ۱۳:۰۴

نړۍ

روند گزارش دهی گروهی برنامه‌های نامزد وزیران به ولسی جرگه پایان یافت



روند گزارش دهی گروهی برنامه‌های نامزد وزیران به ولسی جرگه دیروز پایان یافت. در آخرین روز این روند، نامزد وزیران احیا و انکشاف دهات، صحت عامه، اقتصاد، معارف، امور سرحدات و قبایل و نیز نامزد رئیس بانک مرکزی با برنامه‌های شان را به مجلس گزارش دادند.

در همین حال، برنامه‌های برخی از نامزد وزیران با مخالفت‌ها و نیز سر و صداها در ولسی جرگه همراه شدند و در نهایت تنش لفظی میان برخی از قانون گذاران سبب شد که بخش زنده نشست مجلس دو بار قطع شود. خدیجه الهام، عضو ولسی جرگه در این باره گفت: «هیچ کس حق نداره که تالاره به گروه بگیره و یک وزیر صاحب ره در داخل تالار بی عزت بسازه». خان محمد وردک، عضو دیگر این جرگه گفت: «تالار ما به بازار دست فروشی تبدیل شده است، ملت بر ما قضاوت میکند».

نامزد وزیر احیا و انکشاف دهات گسترش برنامه میثاق شهروندی در یک صد بیست و سه ولسوالی را مهمترین برنامه سه سال آینده خود می‌داند. اما نامزد وزیر اقتصاد می‌گوید که از بهر بهبود اقتصاد و کاهش فقر در بخش جذب کمک‌های خارجی بیشتر تلاش خواهد کرد.

ارایه خدمات بهتر صحتی و از جمله مبارزه با ویروس کرونا، برنامه‌های نامزد وزیر صحت عامه اند. نامزد وزیر معارف هم می‌گوید که برای بلند بردن کیفیت و اصلاحات در نظام آموزشی کشور کار خواهد کرد. نامزد وزیر امور سرحدات و قبایل می‌گوید که، برای انسجام اقوام در کشور تلاش خواهد کرد. نامزد رئیس بانک مرکزی نیز برنامه‌هایش را در پنج بخش خلاصه کرد.



تازه شمیری: په نړۍ کې د کرونا وبا د مرو شمیر له یو میلیون او ۴۷۷ زرو واوشت

ملگري ملتونه: راتلونکی کال بنیایي په نړۍ کې د اړمنو کسانو شمیر ۴۰ سلنه نور هم لوړ شي

چې مرستندويه هېوادونه د مرستې لاس ور وغځوي. دا په داسې حال کې ده چې تر دې مخکې هم یاد سازمان خبرداری ورکړې و چې په نړۍ کې د کرونا وبا له خپرېدو وروسته میلیونه انسانان له سختې لوړې سره مخ شوي او که مرستندويه ډلې او هېوادونه په دې برخه کې اقدام ونه کړي، بنیایي بشري ناورین رامنځته شي.

وینا یې، روان کال ته په کتو، کرونا وبا د ځاني زیانونو سربېره خلک له سختو اقتصادي ستونزو سره هم مخ کړي او بنیایي دا شمیر نور هم لوړ شي. یاد سازمان دغه راز ویلي، ممکن د روانو جگړو له امله د افغانستان، یمن او سوریه وگړي زیانمن شي او ممکن یو شمیر هېوادونه یو مخ له لوړې سره مخ شي، نو اړتیا ده

ملگرو ملتونو د راتلونکي کال لپاره د ۳۵ میلیونو ډالرو بشردوستانه مرستې غوښتنه کړې ده. یاد سازمان ویلي چې د کرونا وبا له امله په نړۍ کې په میلیونونو انسانان له بېکارۍ او لوړې سره مخ شوي دي. د دغه سازمان په خبره، بنیایي په راتلونکي کال کې بشري مرستو ته د اړمنو شمیر تر ۴۰ سلنې لوړ شي؛ ځکه چې په

راپورونه: امریکایي بی پیلوټه الوتکو د یوه قوماندان په گډون د سپاه پاسداران څلور غړي وژلي



د راپورونو له مخې، امریکایي بی پیلوټه الوتکو د عراق او سوریه ترمنځ په گډه پوله د ایران د سپاه پاسداران یو لوړپوړی پوځي او د هغه درې ساتونکي وژلي دي. عراقی چارواکو هم دغه راپورونه تایید کړي، خو زیاتوي چې په دې نه دي بریالي شوي چې د وژل شوي لوړپوړي پوځي هویت تایید کړي. بلخوا عرب رسنۍ بیا وایي چې دغه کس مسلم شهیدان نومېده او په سوریه کې یې د ایران د سپاه پاسداران په ماموریت کې مهم رول درلود. دغه پېښه داسې مهال کېږي چې څو ورځې وړاندې د ایران د اتومي انرژۍ رییس هم د دغه هېواد پلازمېنې تهران ته نږدې په یوه برید کې ووژل شو. یادو پېښو په سیمه کې ناندري را ولاړې کړې دي. ایران یې د امریکا او اسرائیلو کار بولي، خو یادو هېوادونو بیا د ایران دا تورونه رد کړي دي.

تازه ایران ادعا کړې چې د دغه هېواد د اتومي چارو ساینسپوه محسن فخری زاده، د اسرائیل او مجاهدین خلق سازمان په واسطه په یو ډول نوبو او پېچلو عملیاتو کې وژل شوی دی. د ایران د ملي امنیت د شورا رییس علي شمخاني ویلي: «عملیات ډېر پېچلي وو او په الکترونیکي تجهیزاتو شوي. په صحنه کې هېڅوک حاضر نه وو، خو نښې نښانې شته.» تر دې وړاندې فارس خبري شبکې رپوټ ورکړی و چې په دغه برید کې له یوه اتوماتیک ماشیندار څخه کار اخیستل شوی چې پر یو موټر باندې تړل شوی و او له لرې څخه اداره کېده.

ژوند

دغه څه مو د ماشوم ونې په لوړېدو کې مرسته کوي



رول لري. د مور شیدې د کوچنیانو لپاره په لومړنیو ۶ میاشتو کې بشپړ او غوره خواړه دي، خو تر ۶ میاشتو وروسته میندې کولای شي، چې خپلو کوچنیانو ته له شیدو سره سره خواړه هم ورکړي. هر کوچني ته باید تر درې کلنۍ پورې په ورځ کې ۵ یا شپږ ځلې بېلابېل خواړه لکه د مور شیدې، ژېړې سبزیانې، شین کدو، خرما، الوبالو، زردالو او داسې نور ورکړل شي. که چېرته مو کوچنی پر ناروغۍ اخته شوی و، نو خواړه یې نور هم زیات کړئ، ځکه چې ماشومان له عادي ناروغیو سره هم ډېره انرژي مصرفوي او بدن یې ډېر مواد له لاسه ورکوي.

لوړ قد د طب له مخې د روغتیا نښه گڼل کېږي. جنونه د کوچنیانو د قد په لوړولو کې ستره ونډه لري، خو دا یوازینی فکتور نه دی، بلکې نورې اغېزناکې لارې چارې هم شته چې د کوچنیانو قد ورسره لوړېدای شي. ډېری بېروني عوامل لکه د ژوند شرایط او غذايي رژیم د کوچنیانو د قد په لوړولو کې ډېر زیات اغېزناک

څلوېښت قدمه پلي تگ او د هغه گټې



یوې نوې څېړنې ثابته کړې چې ۴۰ قدمه پلي تگ له نورو ډېرو روغتیايي گټو سربېره انسان ځوان، روغ او غښتلی ساتي. د دې څېړنې پر اساس هره ورځ ۴۰ قدمه پلي تگ د ورزش په موخه انسان روغ، ځوان او غښتلی ساتي. ډېر عمر لرونکي کسان چې دغه عادت یې خپل کړي، په ۷۰ کلنۍ کې هم د غښتلتیا احساس کوي. ۴۰ قدمه پلي تگ نورې ډېرې گټې هم لري او انسان له ډېرو بېلابېلو ناروغیو ژغوري، خو د امریکا په کلوراډو پوهنتون کې شوې دغه نوې څېړنه نښي چې پلي تگ د هغو کسانو لپاره هم خورا گټور دی، چې عمر ونه یې خورلي دي؛ ځکه په لوی عمر کې هم پلي تگ د انسان د بدن

مقاومت ډېروي او د ناروغیو په مقابل کې یې قوي ساتي. د څېړنې پر بنسټ کوم سپین پری چې ۴۰ قدمه پلي تگ کوي، نسبت هغو مشرانو ته چې دغه ورزش نه کوي، ډېر غښتلي وي او ناروغۍ پرې ژر غلبه نه کوي. څېړنو ثابته کړې، هغه کسان چې پلي گرځي، وینه یې په جریان راځي او له شکر ناروغۍ په امن کې وي.



د ازي پي (AZIPAY) پرمختللی بڼه



عزیزې بانک خپلې د ازي پي بټوي ته پراختیا ورکړې چې تاسو ته پراخ خدمتونه او گټي لکه: بایومتریک ننوتل-د کوتی او مخ پېژندنې له لارې، څو ژبې (پښتو، دري او انګلیسي) کارول، د ډالرو کارونه، د صورت حساب او کوچنی سټیمینټ لیدل، د صرافي خپلکاره ماشین څخه د ازي پي پرمټ د کارت پرته پیسې وپستل، د مبادل شمېرې ته پیسو استول او د صرافي خپلکاره څخه یې ماشین ترلاسه کول، د مبادل شمېرې ته کرډیت زیاتول، د بل اداینه او نورې برخې وړاندې کوي

مهرباني وکړئ نوې بڼه یې له ایستور او پلي ستور څخه دونلود (پښکته) کړئ، د لاریاتو معلوماتو لپاره 1515 شمېرې سره اړیکه ټینګه کړئ.