

سال سوم شماره یکصد و چاردهم
شماره مسلسل ۱۹۳
دوشنبه ۱۲ جوزا ۱۳۸۲ هـ ش
۲ ربیع الثانی ۱۴۲۴ هـ ق
2 June 2003

راه پیمایی اعتراضی آمیز معیوبین در کابل

ده ها تن از معیوبین و معلولین کننده گان از مقابل ساختمان اعتراض کنندگان ادعا داشته گان که از طرف انجمن معلولین و معیوبین به سوی وزارت شهدا و معلولین موسسات غیر دولتی به مراجع مربوط میرسد. توسط اعتراض کنندگان ادعا داشته گان که از طرف انجمن معلولین و معیوبین به سوی وزارت شهدا و معلولین موسسات غیر دولتی به مراجع مربوط میرسد. توسط کارمندان وزارت خانه ها حیف و میل میشود این چندمین بار است که معیوبین در تظاهرات خواهان حقوق نشده است.

د بشر د حقوقو کمیسیون : لاس وهنه بنده کړی

د افغانستان د بشر د حقوقو کمیسیون او په کابل کی د ملگرو ملتونو ادارې په یوه اعلامیه کی د افغانستان له دولت څخه غوښتی چی د راتلونکی اساسی قانون په اړه دی د مشورتی چارو په لړ کی لاس وهنه نه کوی او د پولیسو له ځواکونو څخه یی غوښتی چی له هغو احتمالی گواښونو مخنیوی وکړی چی د اساسی قانون په اړه د خلکو د آزاد نظر د غوښتنی په وړاندی خنډونه جوړوی په دغه اعلامیه کی زیاته شوی چی د افغانستان په یو شمیر هغه کسانو چی د

د علماوو شورا د طالبانو

د ځینو غړو د رابللو ملاتړ کوی

په افغانستان کی د اسلامی علماوو یوې شورا د مینځ مهالی ادارې د مشر ښاغلی حامد کرزی د یوه وروستی وړاندیز ملاتړ کړی چی د طالبانو د پخوانی رژیم له ځینو غړو سره یی د خبرو اترو لپاره کړی و. د شورا یو غړی قیام الدین کشاف وایی په هیواد کی د ملی یوالی د تامین په مقصد په کار دی چی د ښاغلی حامد کرزی دا گام د عمل په ډگر کی پلی شی. نوموړی دا پریکړه د جنګ جگړی د



مسوولین شهرسازی وعده سپرده اند که در بازسازی شهر کابل پایتخت افغانستان اهمیت تاریخی و فرهنگی این شهر باستانی را در نظر خواهند داشت خداکند این تعهدات هم روی کاغذ باقی نماند.

د لوی او ښوونکی خدای په نامه
سرمقاله
په بنديانو کې ملک الطوائف باید اجازه داد

لغزش یک کوه در بدخشان

د راتر لغزش یک کوه در ولسوالی خواهان ولایت بدخشان پنج منزل مسکونی به کلی تخریب گردیده است. در این قریه که در ده کیلومتری جنوب ولسوالی خواهان ولایت بدخشان در بالای کوهی موقعیت دارد به تعداد (۱۰۰) خانواده زندگی می نماید. به اساس گزارش آژانس خبرسانی باختر ساعت ۸ صبح روز جمعه قسمتی از بدنه این کوه جدا و در حال لغزیدن به دریای آمو میباشد. به گفته یک تن از مقامات دولتی آن ولایت اهالی این قریه به مرکز ولسوالی پناه آورده و در فضای باز بدون سرپناه به سر می برند. از تلفات جانی ناشی از این حادثه تاکنون گزارشی داده نشده است.

وقتی نان به وزن بیشتر و قیمت مناسب تر می تواند در این چنین نانوايي های سيار دستیاب باشد چرا مسوولين تفتيش شاروالي نمی توانند وزن و قیمت نان را در خبازي های ثابت کنترل کنند.



تقسیمات ملکی ولایات همواره مبتنی بر یک سلسله از صوابدیدها و صلاحیتهای خاص صورت میگیرد. گرچه این مساله در گذشته بر اساس مصلحت های خاصتر از خاص و مقداری ارجحیت ها و لزوم دیدهای محلی، منطقه یی و امثالهم بنیانگذاری شده، ولی امروزه، این امر بعنوان یک اصل قابل قبول پذیرفته شده است. از مصلحتها و اسکان دادن های گروهی از یک محل به محل و منطقه دیگر که بنابر تبعیضات سیاسی زمامداران پیشین و بمنظور بر آورده شدن اهداف و مفکوره های خود شان که در گذشته های دور مرتکب شده اند، میگذریم حالاکه ملت ما متحد و یی زیاد یکپارچه است و باید باشد وطنی این همه سالها مانند اعضای شکسته یک بدن به هم جوش خورده است. باز هم اشخاص و قدرتمداران بنابر اهداف غرض آلود، و برای توسعه ساحه نفوذ خویش سعی می کنند که بذریکته و نفاق را در میان کتله های مردم یک ولایت و ولایت دیگر میباشند و با تشبثات و مداخلات، مسکونین یک ولایت را به جان ولایت دیگر می اندازند و با خود با سوء استفاده از قدرت دست داشته خود بدون داشتن حق و صلاحیت بر ولایت همجوار خود میتازند زنده گی و آرامش را بر مردم یک محل حرام ساخته و کشت و خون و ویرانی و خرابی جبران ناپذیری را به میان می آورند. این امر در ماهیت آن ناشی از خود خواهی ها و یکه تازیها و معلول همان افکار تعصب آمیز و تبعیض انگیزی است که از اینچا و آنچا منشا میگیرد و بدون اینکه مصالح ملی و حفظ امنیت و نظم کشوری مطمح نظر باشد، در برابر مردمی که در کنار او زندگی میکنند، مسلحانه به پا میخیزد.

په خواست کی د کونکرو ضد کمپاین

د خواست د خاخي میدان په ولسوالی کی د کونکرو د لومړني څلور لوسه پدغه سیمه کی لږ تر لږه (20) جریبه څمکه د کونکرو لومړني څخه پاک شوی چی دغه لږی لاد لاری د خواست چارواکی وایی د کونکرو په ضد د مبارزی د غلډی یی د ولس مشر ښاغلی حامد کرزی د فرمان په بنسټ پیل کړی ده چی د چارواکو په وینا د

هم څرگنده کړی چی مرکزی حکومت به د مامورینو سپارل شوی چی د افغانستان د مالیې وزارت پلاوي د گمرک و لرونکو ولایاتو ته په سفرونو بوخت دی خو لسه نوموړو ولایاتو څخه لاس ته را وړونکی عواید لسه دولتی بودیجی سره وصل کړی.

د ننگرهار گمرکی عواید هم مرکزی شول
ننګرهار چارواکو یو اندازه گمرکی عواید مرکزی حکومت ته سپارلی دی. د ولایت یو هیئت ویلی چی دا گام یی د ښاغلی کرزی د حکومت د هغه امر تر مخه پورته کړی چی وایی گمرکی عاید لرونکی ولایتونه باید عواید مرکز ته وسپاری د ننگرهار چارواکو دا هیله

بقیه درص ۴

د اساسی قانون د برابری لپاره د مخی

پرون په کابل کی څلور ورځنی ورکشاپ پیل شو په دغه ورکشاپ کی به د افغانستان د اساسی قانون په اړه کابو (۷۰) تنه وروزل شی چی خلکو ته د اساسی قانون ارزښت او بهیر بیان کړی د مذهبی ټولنی په نوم موسسی دغه ورکشاپ جوړ کړی دی . پداسی حال کی چی د افغانستان د راتلونکی اساسی قانون پر مسودی د څیړنی کار روان دی د اساسی قانون په اړه د عامی خبرتیا دغه ډول ورکشاپونه ښایي د قانون په جوړولو کی د افغانانو ونډه زیاته کړی . د نوموړی ورکشاپ د رابلونکی ټولنی یو استازی وایي چی د افغانستان له هری ولسوالی څخه به (۴) تنه را وغواړی د اساسی قانون په باره کی به روزنه ورکړی شی .

نړیوال خوراکي پروگرام او نوي پروژي

د نړی خوراکي پروگرام WFP د خوست د موسی خیلو په ولسوالی کی د ژورو څاگانو په کینډلو او د سرکونو په جوړولو لاس پوری کړی دی . د افغانستان د کلیو پراختیا وزارت په وینا د څاگانو او سرکونو د جوړونی په دغه کار کی ددغه ولایت نږدی (۸۰۰) بی روز گمارو خلکو ته کار ورکول شوی دی . دغه پروگرامونه د خوړو لپاره د کار د پروگرامونو یوه برخه جوړوی چی د افغانستان په نورو ولایتونو کی هم پدی شوی دی .

د دولت د ښاروالی په چوکات کی دپخوا په څیر کولی شی چی د ښاري پروژو دجوړولو لپاره ښار ته څیرمه ځمکی استملاک کړی واقعا ً بی کورو خلکو ته دکورنو نمړی د دوی دمیاشتنی عاید په پام کی نیولو سره دقسط په توگه وویشي اودبیا دټول قسط دورکولو په صورت کی قبالة ورکړل شی . دولت کولی شی چی

څو داستوگنې داسې پروژې باید ډاسې وویشل شی چی داستوگنې په ښاري پروژو کی بی کوره خلک دکورنو خاوندان شی چی نمړی بیرته دبدایانو لاسته ورته شی او بیابه دبی کورو خلکو لپاره دکرایې ستونزې تردې هم زیاتې شی . دکرایو ستونزې هغه وخت له منځه تللی شی چی اړونده ښاروالی له زور څخه کار واخلي او د ښاروالی پریکړې عملی کړی اودخپلو شخصی کورونو خاوندان دنمره په راتلونکی ویش کی برخه من نه کړی .

هیوادوال له کومو ستونزو سره مخ شوی دی؟ دهرې ورځې په تیریدو سره نوی دکانونه او پلازې په عصری توگه جوړیږي ددرنو کرایو او سرقلفیو ددرلودلو په اساس زمونږ غریب خلک دهغوی دنیولو وس نه لري ، مجبوراً دسرکونو په غاړه کی د بیلابیلو شیانوپه پلورلو بوخت دی . او دشاروالی او ترافیکو موظفین ورسره لاس او گریوان دی .

دکرایو ستونزې او دنفوسو زیاتوالی

او ترافیکي ستونزې یې رامنځته کړي دي له بلې خوا همدغه کاروباری خلک دخپلو پجیانو دروزلو او شخصی اطاقو دنیولوڅخه دخلاصون په خاطر خپل کورونه ښار ته راوړی خو په ښارونو کی ددوی او ډولتسي مامورینو دمیاشتنی عاید څخه دکورونو بی پوښتنې کرایې دزغملسو وړ نه دی .

جوړولو سره هر وخت په لس گونو هیواد ته راروانی دی . له دوی څخه زیاتې کورنی هم ترکلیو او بانډو له ښاري ژوند سره ښه اشنایی لري . دکلیوالی ژوند له اوسنیو ستونزو څخه دخپلو کورنیو دژغورلو په خاطر په ښارونو کی استوگنه غوره کوی . اوس به راشو دیتسه چی په ښارونو کی زمونږ

ښارگوټي هم وران شوی چی اوس په همغو ورانو ښارگوټوکی ځای ځای بیا دوکانونه جوړیږي . اوسنیو حالاتو کی چی په نسبی توگه دجگړو لمنه ټوله شوې ده دسیمه ییزو اولایتی ښارونو دجوړولو اوپراخیدلوپه برخه کی گړندیو پرمختگونوته اړتیا لیدل کیږي دداسی ښارگوټو دجوړولو له بیلابیلو علتونو څخه دنفوسو زیاتوالی،

دتاریخ په اوږده بهیر کی که له یوې خوا دطبیعی پیښو او جنگ جگړو دټکر په وړانوکو حرکتونو کی ښارونه له منځه ځي خو دټولنی دنفوسو دزیاتوالی اونورو بیلابیلو علتونو له مخی دننو ښارونو دجوړولو بنسټونه هم ایښودل کیږي چی د وخت په تیریدو سره په لویو ښارونوبدلیدی شی زمونږ دهیواد تاریخ په اوږدو کی هم دبیلابیلو علتونو له امله ډیر ښارونه له منځه تللی او په ځای یې نور ښارونه ودان شوي دي دهیواد په وروستیو جگړییزو کلونو کی زمونږ ډیر سیمه یز ښارگوټي هم وران شوی چی اوس په همغو ورانو ښارگوټوکی ځای ځای بیا دوکانونه جوړیږي . اوسنیو حالاتو کی چی په نسبی توگه دجگړو لمنه ټوله شوې ده دسیمه ییزو اولایتی ښارونو دجوړولو اوپراخیدلوپه برخه کی گړندیو پرمختگونوته اړتیا لیدل کیږي دداسی ښارگوټو دجوړولو له بیلابیلو علتونو څخه دنفوسو زیاتوالی،

وضع ناسامان مهاجرین و آوارگان افغان

بهاغه ای که کشور ما اشغال شده و ما در حالت جنگ به سر می بریم ، جبر زمان ما را به دیار شما ها کشانیده هر زمانیکه تمام شد دوباره به کشور خود بر می گردیم اقامت شانرا در این کشور ها توجه می کردند با پیروزی مجاهدین و براه افتادن جنگ های تنظیمی و برادر کشی همان توجیحات مهاجرین افغان بی مزه و بیکاره شد فلذا آوارگان در هر جای سرافکنده شدند و حرفی برای گفتن نداشتند و اغلباً به امراض روحی و جسمی دچار و علاوه بر آن فقر و تهی دستی هم بیداد میکرد مردم نمیدانستند کدام فشار را تحمل و یا کدام مشکل اولتر دست و پنجه احیاء خواهد شد .

وبگا گرفتن دست زن وفرزندان خودبنا دشواریهای زیاد عازم کشورهای همسایه شدند تابالاخره درحدود تخمین شش میلیون نفریبه کشورهای پاکستان وایران اقامت اختیار نمودند تاندازه زیادی ازکمک های دولتی و بین المللی مستفید و برعکس مهاجرین که با ایران بودند ازهرگونه امدادی بهره بودند فقط ازطریق کارگری وآنهم کارهای شاقه امرارمعاش مینمودند وعلاوتاً تحقیر وتوهین وزخم زبانی های را بعلت تفاوت های مذهبی وملی تحمل می نمودند و هم به مسایلی چون طرد و اخراج به ایزوگاه های مخوف برو برو بودند . در دوران جهاد مردم به

ملحدین آماده گی بیشتری بگیرند بنا اغلب مهاجرین درشهرهای مرزی اسکان یافتند چون دراوانل انقلاب ایران وجهادافغانستان ازخصلت اسلامی زیادتری برخورداربودند و از جانب دیگر علائق دینی ، زبانی و کلتوری دیرینه ای در بین مردمان این دوکشور وجودداشت که ایرانیان راودار به همنوائی بیشتری به آوارگان می نمود . گرچه ایرانی ها باین فکر بودند که افغانستان هم مانندکشورهای آسیای میانه جز خاک شوروی شد وراه نجاتی ندارد . پاکستان هم درقبال قضیه آوارگان کم وبیش چنین حالی داشت باین تفاوت که عده ای ازفراریان زمان داود خان درآنجا زندگی

وتعقیب وتعذیب مردم وادارساخت همین بود دراواخر ۱۳۵۷ بعد از قیام ۲۴ حوت هرات شماری از قیام گران با خانواده های شان از طریق کوه های صعب العبور دوشاخ و بند باباراهی کشور ایران شدند این حوادث مصادف با اوائل پیروزی انقلاب آن کشور بود رهبر انقلاب ایران که به برای اتحاد مسلمین جهان گفته بود (همه ای مسلمانان با هم برادر اند و در اسلام اصلاً مرزی وجود ندارد) باعث تشویق افغانان شد تا هر چه بیشتر ترک وطن گفته از دارالحرب افغانستان به دارالاسلام هجرت نمایند تاجای امنی برای خانواده خود سارغ نمایند و برای مبارزات بعدی علیه

افغانها از سالهای متمادی با اینطرف با مسئله آواره گی روبرو نبوده و برطن محبوب خود علاقه والفت داشته و دارای زندگی متوسط می بودند تنها در دوره زمامداری داود خان تعدادی از اتباع افغانی برای کار و مزدوری به کشورهای خلیج و ایران مسافرت می نمودند با کودتای ۱۳۵۷ اوضاع سیاسی واجتماعی درهم و برهم شد مظالم گوناگون واعمال وحشیانه کمونستها باعث فراری شدن جمع زیادی منجمله روشنفکران ، افسران ، روحانیون ، و بزرگان قوم گردیدند قیامهای مردمی اوضاع را بحرانی تر ساخته وحساسیت هر چه بیشتر کمونستها را برانگیخت و آنها رابه آزار و شکنجه

متصدی صفحه: حقیبال



صحت برای همه



آسپرین از ابتلای خانمها به سرطان سینه جلوگیری می نماید

مصرف سه تا بلیست قلبی زنان تجویز گردیده

آسپرین در هفته مانع است، ابتلا به امراض

ابتلای زنان بمرض سرطان سینه را نیز تاسی

سرطان سینه میشود. فیصد کاهش میدهد.

داکتر پاموالسین اخیراً به عقیده

درکنفرانس بین المللی داکتر مذکور

سرطان سینه در او تا و آسپرین از رشد و شکل

گفت: چنانچه آسپرین گیری رگهای خون

برای جلوگیری از امراض جلوگیری می نماید.

تداوی سرطان سینه

یک داکتر هندی با انجام

تحقیقات اعلام کرده که با

اجرای روش جدیدی میتواند

سرطان سینه را در مادران

بدون قطع کامل سینه تداوی

کرد.

این داکتر جراح هندی

و همکارانش می گوید اکنون

میتوانند غده سرطان

را در سینه زنان با روش

جدید معالجه کرد.

وی اضافه کرد: برخلاف

گذشته که سینه زنان

مبتلا به سرطان باید قطع

شود. در روش

جدید فقط بخش

های سرطان سینه بریده می

شود. و این کاملاً یک عمل بی

خطرات است.

علت پیدایش سرطان خون

عدم حفظ سیستم عصبی

و عدم رعایت فشارروحي

عامل موثری در مقابل

بامریضی سرطان محسوب

می شود یک محقق چینی

پس از مطالعات بیش

از دوهزار واقعه سرطان به این

نتیجه رسیده است. که

تومورهای سرطان در بدن

زمانیکه سیستم عصبی

سلامتی خود را از دست بدهد

و نتواند از بدن به نحو مطلوب

محافظةت کند به سرعت

شروع به تکراری

کند. آزمایشات انجام شده

نشان میدهد که تومورها ی

سرطان در افراد وحشت زده

بسیار بیشتر از افراد عادی

در صورتیکه این تومورها

در افرادی که در آرامش به

سر می برد و خون سرد

هستند ضعیف تر

رشد میکند.

مصرف ویتامین C مفید است

تحقیقات اخیر طبی نشان داده

است که ویتامین C برای

بسیاری از امراض و ناراحتی

های بدن مفید است و داکتران

از آن برای تداوی انواع مختلف

امراض در سرطان گرفته الی

سرماخوردگی استفاده می

کنند. امروز دوکتوران مصرف

ویتامین C را برای کاهش

ناراحتی های عصبی نیز

پیشنهاد و تجویز می کنند.

دانشمندان پوهنتون الاباما

در تحقیقات شان درباره

ویتامین C دریافتند که این

ویتامین می تواند ترشح

هورمون های مربوط به ناراحتی

های عصبی را کاهش دهد

و شخص را از ناراحتی

نجات دهد. دانشمندان مذکور

توضیح کرده اند که

در کشورهای اروپایی

مخصوصاً آمریکا

مردم در شبانه روز حتماً

مقداری از ویتامین C را برای

آرامش اعصاب و میسر شدن

خواب راحت مصرف می کنند.

په ورخ کی نیم ساعت په

پنبو تلل د اوونی په پنخو

ورخو کی بنایي د بدن په

نرموالی کی گتور وي خو

د کارپوهانو په اند د زړه

د ناروغی د مخنیوی

لپاره یوازی دومره فزیکي

کار لږ دی.

په امریکا او انگلستان

کی داکتران د زړه د

ناروغی د مخنیوی لپاره

خلک د اونی په پنخو ورخو

کی د دیرشو دقیقو لپاره

په پنبو تللو ته هڅوی چی

دا تک به چتک تک وی.

خو وروستی څیړنی

څرگندوی چی دومره

فزیکي کار کافی نه دی او

د زړه د ناروغی د

مخنیوی لپاره ډیر فزیکي

کار لازم دی دغه څیړنه د

کانرفیلی بنار په دوو زرو

تنو تر سره شوی چی له

45 نه تر 59 کلو یی

عمرونه درلودل. د څیړنی

د یوگاندا په هیواد کی

یوی موندنی پوهان د ایدز

ناروغی واکسین جوړیدو

ته یو گام نږدی کړی دی.

څیړونکی په یوگاندا کی

متوجه شوی دی چی ددغه

ځای خلک د ایدز د

ناروغی په وړاندی یو ډول

مصونه دي. ددغو خلکو

د بدن مقاومت د ایدز د

ناروغی په وړاندی کیدای

شی څیړونکی په ډیرو

شیانو وپوهوی. ډیر

څیړونکی په دی اند دی

چی یو وخت به د ایدز په

وړاندی واکسین ومومی

خو تراوسه پوری په دی

اړوند کومه پایله نه ده

ورکړی خو ډوله واکسینه

همدا اوس په نړی کی د

مړینی د کچی په تیتیدو

نه ده لرلی داسی ویل

کیږي چی تاکنونکی لامل د

انرژي مصرف نه بلکي د

ورزشی حرکاتو شدت و.

373 کیلو کالوری وه د

چتکی مړینی څخه

مصنون نه وو. دغه



د ورخی یی یواخی 45

کیلو کالوری انرژي

سوخوله 20 تنو ښه نتایج

تر لاسه کړل په هغوی کی

د زړه د ناروغی عوامل

47 په سلو کی او د زړه د

ناروغی کبله د مړینی

د مړینی له کچی څخه

اوجته ده او همدا اوس په

میلیونو تنه په دی ناروغی

د ایدز ناروغی لپاره د واکسین جوړیدو هڅی نا کله یی

د ایدز ناروغی لپاره د واکسین جوړیدو هڅی نا کله یی

د ایدز ناروغی تر اوسه

پوری په نړی کی د 25

میلیونو تنو ژوند اخستی

چی دا مړینه په دوهمه

نړیواله جگړه کی د خلکو

اخسته او کال په کال د

خلکو د مړینی کچه

لوړیږي. ډیری کمپنی او

ډاکتران پدی بوخت دي

چی د ناروغی لپاره

روغتیایی پاملرنی پرته پلورل

کیږي.

د خپلو کورونو په مینځ کی

یا شاوخوا هیڅکله د اویو

ډنډونه مه پریردی چی د مچانو

او ماشو د راټولیدو او خوریدو

سبب گرځی.

خپل ناروغان صحی کلینیک

او درملنی ته ورسوی هیڅکله

هم په خپل سر دارو او درمل مه

کاروی.

څرنګه چی وایي وقایه تر

درملنی ارزانه ده نور اخی



د مړینی له کبله مړه شوی

وو. هغه ډله چی لږ

فزیکي فعالیت یی درلوده

له نورو ډلو څخه چی

فزیکي فعالیت یی درلوده

ډیر مړه شوی وو. خو لږ

ورزش هیڅ ډول اغیزه د

د مړینی له کچی څخه

اوجته ده او همدا اوس په

میلیونو تنه په دی ناروغی

د ایدز ناروغی لپاره د واکسین جوړیدو هڅی نا کله یی

د ایدز ناروغی لپاره د واکسین جوړیدو هڅی نا کله یی

د ایدز ناروغی تر اوسه

پوری په نړی کی د 25

میلیونو تنو ژوند اخستی

چی دا مړینه په دوهمه

نړیواله جگړه کی د خلکو

اخسته او کال په کال د

خلکو د مړینی کچه

لوړیږي. ډیری کمپنی او

ډاکتران پدی بوخت دي

چی د ناروغی لپاره

روغتیایی پاملرنی پرته پلورل

کیږي.

د خپلو کورونو په مینځ کی

یا شاوخوا هیڅکله د اویو

ډنډونه مه پریردی چی د مچانو

او ماشو د راټولیدو او خوریدو

سبب گرځی.

خپل ناروغان صحی کلینیک

او درملنی ته ورسوی هیڅکله

هم په خپل سر دارو او درمل مه

کاروی.

څرنګه چی وایي وقایه تر

درملنی ارزانه ده نور اخی

رگونه خلاص کړی او د

زړه د ناروغی کچه را

تیتیه کړی خو لږ ورزش

دومره ددی کار لپاره

گتور نه دی.

هغه ویلی: چی د ښو

اغیزو لپاره باید ډیر

ورزش تر سره شی. ده

هغو خلکو ته چی ډیر

ورزش نه کوی خو بیا ډیر

ورزش پیل کوی مشوره

ورکړی چی په دی باب

لومړی باید له ډاکتر سره

وگوری. او ښه به دا وي

چی ورو ورو او پراو په

پراو ورزش زیات کړای

شی. د بریتانیا د زړه له

مرکز نه بلیند لیندن ویلی

دغه تومی داسی ټاکل

شوی چی ډیرو خلکو ته

د عملی کیدو وړ وی.

خو لږ فزیکي

فعالیت له دی نه

چی هیڅ فزیکي فعالیت

ونه شی گتور دی.

کالوری د 90 دقیقو د

پیاده تللو سره معادله وه

د کونیز د پوهنتون

ډاکتر جان یارنل د

بلقاست په ښار کی په دی

عقیده دی چی فزیکي

تناسب کولای شی د زړه

ماشومان د مور په نس کی د مور غو پېژندلی شی

له پخوا څخه دا عقیده موجوده

وه چی ماشوم وروسته له

زیږیدنی څخه د مور غو

پېژندلی شی. نوی څیړنی هم

جوته کوی چی ماشوم د مور

په نس کی وی د خپلی مور غو

پېژندلی شی.

ډاکترانو په هغو تجربو کی چی

تر سره کړی یی دی موندلی ده

چی ماشوم د خپلی مور غو په

رحم کی هم پېژندلی شی.

ډاکترانو د مخصوصو او خانګرو

آلو په ذریعه د ماشوم د زړه

ضربان وڅیړه، کوم وخت چی

ماشوم ته د مور غو واورول شو

نو د ماشوم د زړه درزا ډیره شوه

او کله چی د پردی ښځی غو ورته

واورول شو نو بیا د ماشوم د زړه

درزا یا حرکت ورو شو له دی نه

جوته شوه چی ماشوم د خپلی

مور غو پېژندلی شی. دغه راز د

مور په نس کی کله چی ماشوم

ته ترانی واورول شی او د مور د

ترنم غو واوروی ورسره عادت

کیږي. کله کله چی ماشوم

وزیږیږی نو بیا هم کله چی مور

هغه ته لولو ووايي نو هغه پری

کرار ږیږي. دغه راز د خپلی مور

غو په ډیرو نورو کسانو کی

پېژندلی شی. عجیبه د الهی

قدرتونه دی چی ماشوم ته یی

داسی استعداد ورکړی چی له

زیریدو سره سم یی د مور د سینی

رودلو عادت زده وی.

کورنی باید د هوا په تودیدو سره روغتیا ته لا پاملرنه وکړي

مخکی له دی چی په ناروغیو

اخسته شی د ناروغی د

وقایی لپاره هڅه

وکړی نه یواخی د

ناروغی لسه درد او کړاو

څخه ځانونه وساتی بلکي

خپل اقتصاد ته هم

ګټه ورسوی دغه راز د

روغو او سالمو

ماشومانو په درلودو سره د

ټولنی راتلونکی ته چی ښو او

روغو کسانو ته اړتیا لری

خدمت تر سره کړی.

ورخی ته پری نږدی.

د خپلو ماشومانو د پاکي

چارو ته دی ډیره پاملرنه

وکړی.

د کور د کړکیو او ورونو لپاره

دی له جالی څخه ګټه واخیستل

شی.

د ماشو او مچانو سره دی د

مبارزی لپاره له درملو او جالیو

څخه ګټه واخیستل شی.

خپل ماشومان هیڅکله مه

پریردی چی له هغو خوړو څخه

ګټه واخلي چی په بازار کی له

څرنګه چی هوا ورځ په ورځ په

تودیدو ده او د دویم موسم را

روان دی کورنیو ته بنایي چی

خپلو روغتیایی چارو ته لا

پاملرنه وکړی. په توده هوا کی

مکروبونه ښه وده کوی دغه راز

د ماشو په ژوندی کیدو سره د

ملاریا غونډی خطرناکه ناروغی

خوریدی شی. کورنیو ته په تیره

بیا میندو ته بنایي چی دا لاندی

خو ټکی په پام کی ولری.

هیڅکله دی هغه خواړه چی

یوه ورځ پاخه شوی وی بلی

ورخی ته پری نږدی.

د خپلو ماشومانو د پاکي

چارو ته دی ډیره پاملرنه

وکړی.

د کور د کړکیو او ورونو لپاره

دی له جالی څخه ګټه واخیستل

شی.

د ماشو او مچانو سره دی د

مبارزی لپاره له درملو او جالیو

څخه ګټه واخیستل شی.

خپل ماشومان هیڅکله مه

پریردی چی له هغو خوړو څخه

ګټه واخلي چی په بازار کی له

به پندارهای ملوک الطوائفی...

درواقع منشا و سرچشمه این رخدادها نخست به عملکردهای استعماری درین کشور برمیگردد و دودیدگر، ثمره کارنامه‌مداران دست نشانده و وابسته به دیگران و دست اندازی و دست آموزی همسایگان ماطی یکدهه بشمار می‌تواند رفت.

وحالا ماخواسته و ناخواسته درمحور همان هدفها و همدفندیها گام میگذاریم و آب به آسیاب دشمنان میریزیم.

بهرصورت والی‌ها بایستی عامل و تابع اوامر مرکز باشند نه از آنسوی مرزها و کشورها.

مصوبه شورای امنیت ملی دولت انتقالی اسلامی بعداز ماهها ست و نظاره برین ملوک الطوائفی‌ها، سرانجام رویکرد دیگری نداشت، جز اینکه میان چندین سنگ آرد، قدراست کند و بمثابه دولت تصمیم بگیرد و ابراز موقف نماید.

امید قوی وجوددارد که اشخاص و افراد قدرتمند درولایات پس ازین خودرا آقاوبادار یک محل نه، بلکه مامور و خدمتگزار آن به شمار آورند.

کارپاک کاری ولایات افغانستان از وجود ماین پاک هادرچارمین ولایت کشور به اتمام رسیده است. همزمان با کوچ اجباری ماین پاکان ازولایت خوست وزابل و سپس کندهاراینک بساط آنانرا ازولایت میدان وردک هم برمی‌چینند. واینهمه درشرایطی انجام می‌پذیرد که افزون برده هزارتن نیروکار آزموده و مجرب که با شرایط محاربه درهر وضعیتی آشنائی کامل داشته و با مدرنترین سلاح و امکانات نظامی مجهز است مصروف (۱) جنگ با بقایای طالبان و سازمان القاعده درافغانستان کشوری که متاثر ترین سرزمین ازناحیه ماین‌ها و مهمات منفلق نشده درجهان محسوب می‌شود و عملیات نظامی نیروهای ائتلاف پس از سپتمبر ۲۰۰۱ وضعیت آنرا بدتر ساخته است میباید قرار یک گزارش خسارات وارده برکشورافغانها طی دوازده سال اخیر رقم بالاتر از ۵۵۰ میلیون

دلار را نشان میدهد و مطابق به یک سروی ازیکصدوپنجاه تاسه صد قربانی ماین درهرماه برقربانیان آن افزوده می‌گردد. ارزشبانی‌های قبل ازسپتمبر ۲۰۰۱ ساحه بالاتر ازهفتصد کیلومتر مربع اراضی شناخته شده ماین گذاری شده را نشان

سیستم‌های آبیاری و اراضی تولیدات اولیه تشخیص داده شده است. عملیات نظامی نیروهای ائتلاف خطرات اضافی را به شمول ماین‌های جدیداً کارگذاری شده، هزاران واحد مهمات منفلق نشده از سلاحهای نیروهای ائتلاف به شمول بمب

بصورت گسترده مورد احترام قرار گیرد. با انکشاف ساختار حکومت ملی درکشور پروگرام ماین پاک‌ی برای افغانستان با بخش‌های مرتبط حکومتی که درساحات مختلف درسطح ملی فعالیت دارند یکجا کارکنند، برای انکشاف ظرفیت‌های این

غذائی، ازدیاد فرصت‌های اشتغال منجمه برای جنگ جویان سابق، ارتقای ظرفیت‌های اقتصادی کوچک، افزایش خودکفایی شخص و ملی و توسعه دسترسی به پروژه‌ها و پروگرام‌های عاجل، اسکان مجدد و انکشافی شود.

اما با تاسف نه تنها این آرزو‌ها و توقعات جامه عمل نبوشیده بلکه باگذشت هرروزعرصه فعالیت برای ماین پاکان محدود و محدودتر گردانیده شده و مایه این سوالات درازدهان مردم می‌شود که آیا این چارولایت ازکنترول حکومت مرکزی خارج شده است؟ یا اینکه نیروهای ائتلاف بین‌المللی تحت قوماندانده امریکا به مخالفین شان اجازه داده اند تا امورولایات یادشده راعهده دارشده و به ماین پاکان اخطار کنند که کوچ و بارشان رابسته و مناطق مربوط را هرچه زودتر تخلیه نمایند.

اخراج جبری ماین پاکان

میدهد یکجا با یکصد کیلومتر مربع اضافی که حالا تخمین زده می‌شود که درساخت جدیداً قابل دسترس (خطوط مقدم نظامی) قرار دارد. ازجمله ۳۰۰ کیلومتر مربع اراضی مذکور ساحات بسیار بااهمیت هم چون مناطق مسکونی، ساحات تجارتي، سرک‌ها، های کلستر و اجزای پراکنده شده از دیوهای بمبارمان شده مهمات ایجاد کرده است. درچنین اوضاع و حالات توقع می‌رفت بخش‌های پروگرام‌های ماین پاک‌ی درافغانستان توسعه بیشتر و بیشتر یابند. این پروگرامها هم توسط مقامات محلی وهم توسط جمعیت مردم

بخش‌ها بذل مساعی گردد، احیا و انکشاف و کمک برای تاسیس جلب حمایت بیشتر ازارگانهای هماهنگی عملیات و پلان گذاری رادبربرگیرد تطبیق موثر پلان‌های ماین رویی موجب افزایش اسکان مجدد، تقلیل تعدادزخمی‌ها و قربانیان ماین افزایش تولیدات



Few people appreciate that the mobile network in Afghanistan has grown per Capital, at a rate faster than anywhere else in the world during the past year. The volume of calls in downtown Kabul is actually as great than in New York, London, Tokyo or any other major city in the world. Afghan Wireless is proud to have built the service that serve and deliver this demand.

Therefore, Afghan Wireless is proud to announce that we will distribute 10,000 Thank you cards worth \$2.00, equivalent of 200 units, free to our subscribers with any single top-up card purchase they make.

The reward program will be effective in Qandahar, Herat, Mazar e Sharif and Kabul and start on May 31, 2003.

Afghan Wireless is very grateful to the patience and loyalty of its subscribers. With the global experience of its new Senior management team the company is poised to deliver the highest quality wireless voice and data service connecting all Afghans and Afghanistan with the world.

For further information, please contact:
Haqmal M. Neem
070 801 801
Yawar Yar Mohammad
070 801 802

د بنافلی استاد احمد علی کهزاد لیکنه مرنجان له اسرارو څخه پکه ښوونځی

چې دغه چاره دهخامنشيانو دسلطنت او قدرت په وخت کې شوې ده. ځکه چې په دغه وخت کې دهخامنشيانو دفتوحاتو او برلاسيو لمن په دغه سيمو کې غوړيدلې وه. په دغه تاريخي دوره کې دسوداگري کاروانونو او قافلو دروم دسمندرگي له څنډو څخه دسند ترسواخلو پورې تگ او راتگ کاوه. په هغه وخت کې دهخامنشيانو دومره سکې نه درلودې چې دسوداگري په بازارونو کې يې وچلوي نو دخپل وخت اويا لږې پخوانۍ سکې چې په يونان کې ورباندې ضرب وهل کيده په خپل قلمرو کې يې رواج کړی وې. هغه څه چې دغه نظر حقيقت ته ورنژدې کوي هغه دسپينو زرو يوه ټوټه ده چې په هغې باندې دميخي

ليک توري ليدل کيږي هغه توري چې هخامنشيانو په عصر کې معمول وو. او دغه څو توري دميخي خط هغه نښه ده چې ددغه خط د الف او با څخه په افغانستان کې کتل شوی ده په دې کې شک نشته چې سکندر او سيروس له سويو نه پخوالومرې داروش دسند ختيځې څنډې نيولې وې. تردې چې د سند په اوبو کې يې يو هيئت دکينټيو دچلولو لپاره ديوه يوناني ترنظراتدي چې «سيلاس» نوميده ليرېلې و. او په دې توگه دتجارتي کاروانونو لازې دلويديځې آسيا او افغانستان ترمنځ پرانستل شوې وې. او دا باور هم کيدلای شي چې کابل به په هغه وخت کې دتجارتي مرکز حيثيت درلود چې په دغه حساب دا دمنلو وړ خيبره ده چې د

میلاد نه مخکې له څلورمې ترپنځمې پېړۍ پورې دمرنجان دغونډۍ په شاو او خوا کې خلک اوسيدل. بازار يې درلود او دزرگري هتۍ هم په کې وې. چې دزرگرانو په کوتيالپوکې به سپين زر ويلې کيدل. په ۱۹۳۳ م کال کې دمرنجان دغونډۍ په ختيځه برخه کې چې دکابل او جلال آباد پخوانی سرک ورڅخه تير شوی دی په دوه برخو کې چې نژدې دوه سوه متره واټن يې سره درلود. دوه بودايي معبدونه هم ښکاره شول چې ښايی دغه معبدونه به د ۲- ۳ مسيحي پيړۍ په اوږدو کې دسترو کوشانيانو په وخت کې جوړ شوی وې. خودکيندلو له چارو دامعلوميږي چې خپله دکابل بت پرستانو په ۴ او يا ۵ مسيحي پيړۍ کې

ددهغو مرمت او ترميم کړی وې. هغه ديوال چې د «يوديس راتوا» سترت په کې ددوه ديوالونو ترمنځ کينټول شوی و. اودکيندلو په وخت کې يو ديوال روغ رمټ ترلاسه شو چې دکابل په موزيم کې ساتل کيده. دا بوداسي سترت و چې «۱۲» طلايي سيکو سره زمونږ ملي موزيم ورباندې وياړمن شوی و دمرنجان دغونډۍ بودايي معبد له دې کبله چې وخت په وخت ترميم شوی و نو ديوالونه يې ديوې کلکې او پندۍ کلا ديوال په توگه گرځيدلی و. دا هغه وخت دی چې په کابل کې ديفتليانو راڅرگنديدل او ترهغه وخته پورې په دغه بودايي معبد کې دعبادت چارې ترسره کېدلې چې دغونډۍ دمنلو وړ ده چې په دغه وخت کې به بت لمانځونکو دخپل معبد ديوالونه چې نرپدلي وو بيا له سره ترميم او جوړ خپور کړي.

In This Issue

- 1- Increase In Population And Rental Houses
- 2- Afghanistan Is In A Better Situation
- 3- Disabled Protest
- 4- Mudslide In Badakhshan
- 5- World Food Program And New Projects
- 6- Campaign Against Poppy Cultivation In Khost
- 7- Struggles For The Success Of Constitution
- 8- De-Miners Compelled To Expel
- 9- Health Page



Daily Independent Publication, Publisher: Afghan Media Resource Center
Founder: Haji Sayed Daud, Chief Editor: Zuhoor Afghan
Mobil Phone: 070224787 / 070279304 eradadaily@hotmail.com
engineerjamal_amiry@yahoo.com

زیر نظر هیات تحریر انتشار مییابد
موسس و صاحب امتیاز: حاجی سعید داؤد
مدیر مسوول: ظهور افغان
روزنامه آزاد و ملی نشریه مرکز نشراتی افغان
البدنه و عقاید مطرح شده از سوی نویسنده گان به خودشان مربوط است
کمپوز و دیزاین: نادر «هاشمی»
جای: مطبعه مرکز نشرات افغان