

ژوندون

اطلاعات و کلتور

شماره ۳۲-۵

سال ۲۷

Ketabton.com



اختصار وقایع مهم هفته

با پیام ښاغلی محمد داود رئیس دولت و صدراعظم که شام اول عقرب از رادیو افغانستان بخش شد، تجلیل از سالگرد موسسه ملل متحد در سراسر کشور آغاز گردید.

ښاغلی محمد داود رئیس دولت و صدراعظم از مسابقات بزرگ بزمکشی تیم های ولایات رجهن منطقه جشن دیدن فرموده و در اخیر چپ اندازان را بحضور پذیرفتند.

ښاغلی محمد داود رئیس دولت و صدراعظم ساعت ۱۲ ظهر روز چار شنبه ښاغلی چاوان وزیر امور خارجه هند را در قصر ریاست جمهوری پذیرفته با وی ملاقات و مذاکره نمودند.

وزیر امور خارجه هند ښاغلی چاوان ښاغلی محمد نعیم قبل از ظهر روز چار شنبه در وزارت خارجه ملاقات کرد.

معین سیاسی وزارت امور خارجه ښاغلی حیدرالله ساعت سه بعد از ظهر روز چار شنبه با ښاغلی چاوان وزیر امور خارجه هند رهوتل انترکانتی ننتال ملاقات کرد.

ښاغلی وای بی چاوان وزیر امور خارجه هند که ریاست هیات هندی رادر کمیسیون مشترک اقتصادی افغان و هند دارد، برای بازدید رسمی و دوستانه وارد کابل شد.

درباره خط آهن افغانستان، مذاکراتی بین ښاغلی علی احمد خرم وزیر پلان و هیات کمپنی رایل فرانسه صورت گرفت.

سیمینار سالانه مدیران معارف ولایات کشور که بتاريخ ۲ میزان در ادیتوریم مکتب تخنیک ثانوی دایر شده بود ختم گردید.

جلسات علمی سیمینار حکیم ابونصر فارابی معلم نانی پایان یافت.

به تاسی آزمشی دولت جمهوری، تدابیر جدیدی برای تشویق صادرات کشور در مورد اقلام صادراتی کشور اتخاذ گردید.

شرح عکس ها از بالا به پائین:

— هنگامیکه ښاغلی رئیس دولت و صدراعظم، ښاغلی چاوان وزیر امور خارجه هند را در قصر ریاست جمهوری پذیرفتند.

— ښاغلی رئیس دولت و صدراعظم موقعیکه رئیس تیم بزمکشی سمنگان را پذیرفتند با وی مصافحه میفرمایند.

— ښاغلی وحید عبدالله معین سیاسی وزارت امور خارجه روز ملی ترکیه را به سفیر آن کشور و خانمش تبریک میگوید.



خبریه

به اساس پیشنهاد وزارت معادن و صنایع، مجلس عالی وزراء اعطای کردیت ۲۷۲۵ ملیون افغانی را برای خریداری ۱۸۰ هزار تن پخته دانه دار حاصلات سال جاری منظور نموده است.

یک منبع وزارت معادن و صنایع گفت: خریداری پخته دروایات کنده، تخار، بغلان، بلخ، جوزجان، فاریاب، سمنگان، کندهار، هلمند، فراه، هرات، بادغیس سر از پنج عقب آغاز می گردد.

منبع اضافه نمود با اعطای کردیت دوهزار و هفتصدویست و پنج ملیون افغانی یکصد و هشتاد هزار تن پخته دانه دار توسط موسسات سپین زر جن و پرس پنبه و روغن نباتی هلمند شرکت سهامی پخته هرات از زارعان خریداری می گردد. (ب)

امتحانات سالانه شاگردان مکاتب ابتدایی سردسیر کشور بتاريخ ۲۰ عقب واز مکاتب ثانوی و لیسه هابتاریخ اول قوس آغاز می گردد. یک منبع پوهنتون کابل گفت: امتحانات کانکور بغرض شمول در پوهنتون برای سال تعلیمی ۱۳۵۵ از عموم فارغان سال ۱۳۵۴ لیسه های ولایات کندهار، هلمند، فراه، نیمروز، بامیان، غور، بادغیس، لغمان و لیسه های گرمسیر ولایت ننگرهار بساعت ۹ قبل ازظهر روز جمعه ۲۳ عقب در مراکز آتی اخذ میگردد:

امتحان کانکور فارغان لیسه های ولایات کندهار و هلمند در شهر کند هار، امتحان کانکور فارغان لیسه های ولایات فراه، نیمروز، در فراه، امتحان کانکور فارغان لیسه های ولایات بامیان، غور و بادغیس در مراکز ولایات مذکور.

امتحان کانکور فارغان لیسه های ولایت لغمان در شهر میترلام و امتحان کانکور فارغان لیسه های گرمسیر ولایت ننگرهار در شهر جلال آباد اخذ می گردد.

منبع گفت: پروگرام ثبت نام و رهنمایی امتحان کانکور برای فارغان سال ۱۳۵۴ لیسه های ولایات کندهار، هلمند، فراه، نیمروز، ننگرهار و لغمان بروزهای هفدهم و هجدهم عقب و برای فارغان سال ۱۳۵۴ لیسه های ولایات بامیان، غور و بادغیس بروز های بیست و یکم و بیست و دوم عقب در مراکز ولایات شان صورت میگیرد.

پوهنتون کابل از عموم داوطلبان تقاضا میکند تا در روز های ثبت نام و امتحان در مدیریت های معارف ولایات متذکره حاضر گردند.

امتحان کانکور فارغان سال ۱۳۵۴ سایر لیسه ها بعدا اعلان خواهد شد. (ب)

درسی واز جمله درس های صنف دوازدهم را مطالعه نمایند و استفاده بیشتری از درسهای گرفته و هنگام امتحان کانکور نیز از آن استفاده ببرند.

به همین ترتیب چانس دیگر یک در امتحان امسال کانکور برای شمولیت در پوهنتون موجود است، اینست که پوهنتون کابل تجویز گرفته است تمام پوهنخی های مربوط را به داو بخش ساینس و اجتماعات تقسیم نماید تا تسهیلات بیشتری برای فارغان بوجود بیاید. بدینگونه فارغان میتوانند رشته مورد علاقه شانرا که عبارت از اجتماعات و ساینس است، حسب دلخواه انتخاب نمایند. از جمله سوالات که برای کانکور انتخاب گردیده در امتحان رشته اجتماعات پنجاه سوال از مضامین ساینس و در امتحان رشته ساینس پنجاه سوال اجتماعات می باشد. نیده شده است، که در نتیجه هر شرکت کننده ای که نمره اختصاصی یکی از پوهنخی هارا پوره نماید شامل همان فاکولته میگردد.

امتحانات گذشته کانکور پوهنتون کابل طوری بود که یک امتحان عمومی از تمام مضامین مربوط پوهنخی های مختلف اخذ میگردد و شا ملین کانکور ناگزیر بودند تا هم سوالات ساینس و هم اجتماعات را جواب بگویند. که درینصورت چانس کمتری برای شمولیت در رشته اختصاصی داشتند. با تجویز تازه پوهنتون کابل در مورد امتحانات کانکور امکانات بیشتری برای شا گردان بوجود آمده است.

بدین ترتیب متعلمان لیسه های مرکز و ولایات کشور باید در جریان امتحانات سالانه، امتحان کانکور را از نظر دور نداشته و در ضمن آمادگی برای سپری نمودن امتحان سالانه برای کانکور پوهنتون که فرق بسیار از سایر امتحانات دارد آمادگی بگیرند. بخصوص که اکنون امتحان از دورشته مشخص ساینس و اجتماعات اخذ میگردد، متعلمان امکان زیاد تری دارند تا نتیجه مثبت و دلخواه شانرا از امتحان کانکور پوهنتون برای سال ۱۳۵۵ گرفته و شامل پوهنخی مورد نظر شان گردند.

پیک شزدون

دولت جمهوری افغانستان بر پروگرامهای معارف تجدید نظر نموده و آنها را اصلاح خواهد کرد.
دولت زمینه های تعلیمات متوسطه و عالی را بمنظور پرورش کادر علمی آماده خواهد ساخت.

از بیانات رئیس دولت و صدراعظم

پنجشنبه ۸ عقب ۱۳۵۴ - ۲۵ شوال ۱۳۹۵ - ۳۰ اکتوبر ۱۹۷۵

امتحان کانکور پوهنتون

تعلیمی جوانان بحساب میروند. ازینرو، تمام متعلمان مکاتب درین مرحله ازدوره تعلیمی تلاش بسیار بخرج میدهند تا شامل دومین دوره تعلیمی شده و دانش شانرا در محیط پوهنتون که یک مرجع آموزش برای تعلیمات عالی می باشد بیش از پیش توسعه و گسترش دهند.

متعلمان صنف دوازدهم که اکنون در آستانه امتحانات سالانه قرار دارند، برای سپری نمودن کانکور پوهنتون چانس بیشتری در دست دارند. زیرا متعلمان اکنون این چانس را در اختیار دارند که یک بار دیگر تمام کتب

با اعلام امتحان کانکور، برای فارغان صنف دوازدهم لیسه های ولایات، جهت شمول در پوهنتون برای سال ۱۳۵۵، متعلمان لیسه های مرکز و ولایات کشور، در برابر دو آزمایش تعیین کننده قرار میگردند. امتحان آمادگی جهت سپری نمودن امتحان صنف دوازدهم که آخرین امتحان دوره مکتب است و شاگردان با گذشتن این امتحان و اخذ نتیجه مثبت نمره دوازده سال کار شانرا بدست می آورند و دو دیگر، امتحان کانکور برای شمولیت در پوهنتون. این امتحان برای شا گردان نقش تعیین کننده داشته نقطه عطف و فصل جدیدی در حیات

بنیاد علی رئیس دولت و صدراعظم به مناسبت روز جهانی ملل متحد گفتند:

تاسیس یک نظم اقتصادی بین المللی برای تقلیل تفاوت های یک امر ضروری میباشد

آرزو مندیم مردمانیکه در راه احقاق حقوق حقه شان در مبارزه اند به آرزوی شان نایل گردند .

آن سازمان نقش موثری را ایفا خواهد نمود .

آرزو مندیم تا کشور ها و مردمان دیگری که هنوز هم در راه احقاق حقوق حقه شان در مبارزه اند نیز هر چه زودتر به این آرزوی شان نایل گردند .

تاسیس یک نظم بین المللی جدید اقتصادی برای از بین بردن عدم مساوات همچنان تقلیل تفاوت بین کشور های انکشاف یافته و روبه انکشاف یک امر ضروری بشمار میرود، این نظم جدید فقط میتواند از طریق مشوره و اتحاد نظر بین جوانب ذینفع از طریق این موسسه جهانی تامین گردد .

نظام جدید اقتصادی بایست متکی به برنسیبی باشد که همه کشورهای جهان از روابط بین المللی اقتصادی بصورت عادلانه بهره مند شوند ، چنین وضع اقتصادی زمانی رویکار خواهد آمد که انتقال وسایل تکنالوژی از کشور های انکشاف یافته به کشورهای روبه انکشاف جریان یافته و در سازمانهای مربوطه بین المللی ریفرم های لازم مطابق به تصاویر سازمان ملل متحد عملی گردد .

با اعلام سال ۱۹۷۵ بحیث سال بین المللی زن یک سلسله فعالیت های بیشتر و سریعتری در مورد انکشاف سویه ذهنی و حیاتی زنان جهان صورت گرفت که یقین داریم دیگری نخواهد گذشت با مساعی ملل متحد همه زنان جهان بتوانند در جهت تامین حقوق حقه شان و سهمگیری در امور انکشافی و تحکیم صلح بین المللی بموفقیتی نایل آیند .

موسسه ملل متحد مرجع مهم اعمال بشریت برای نجات از جنگ ، فقر ، بیسوادی ، بیماری و سایر مشکلات دیگر بشمار میرود، امید است این موسسه جهانی بتواند قدم های موثری در این راه بردارد .

حکومت افغانستان با اساس گذشته و با پیروی از تصمیم جهانی برای رسیدن با اهداف منشور ملل متحد صرف مساعی نموده و از امکانات موجوده به نحو مطلوب استفاده خواهد کرد . در خانه یکبار دیگر آرزومندی خود، مردم و حکومت افغانستان را برای پیشرفت هر چه بیشتر اهداف سازمان ملل متحد ابراز نموده و امید داریم مساعی ملل متحد در راه بسط و تحکیم صلح و رفاه بین المللی قرین موفقیت باشد .

در تامین این امر از همه بیشتر میرم تر ساخته است .

در طول یکسال گذشته کشور های دیگر نیز از یوغ استعمار و تسلط بیگانه رها گردیده و عضویت سازمان ملل متحد را حاصل کرده اند که این امر بذات خود در تحکیم برنسیب جهان شمول سازمان ملل متحد و در پیشبرد اهداف

ملل متحد به نظر احترام نگریسته و در راه تطبیق اساسات و تامین اهداف عالی آن که حفظ صلح و امنیت بین المللی میباشد مجدانه همکاری نموده و در راه نایل به این مامول سهم خود را بنوع احسن ایفا نموده است .

ما متیقنیم که ضرورت غیر قابل انکار به صلح و رفاه بین المللی نقش منشور موسسه ملل متحد را

بنیاد علی رئیس دولت و صدراعظم پیام آنرا بمناسبت روز ملل متحد صادر فرمودند :

میرت دارم درین فرصت که سیومین سالگرد ملل متحد را تجلیل میکنیم از طرف حکومت و مردم افغانستان روز ملل متحد را به کافه مردمان صلح دوست جهان تهیت گویم . افغانستان از بدو شمولیت آن به عضویت سازمان ملل متحد همواره به اصول منشور

متن پیام بنیاد علی رئیس دولت و صدراعظم عنوانی دکاتور کورت والدهایم

با ابراز تبریکات صمیمانه و قلبی مردم و حکومت جمهوری افغانستان به مناسبت روز فرخنده ملل متحد ازین فرصت استفاده نموده میخواهم یکبار دیگر اعتقاد مارا به برنسیب های مندرجه در منشور موسسه ملل متحد و اهداف عالی موسسه ای که جناب شما در آن خدمت میکنید تأیید نمائیم .

افغانستان بحیث یک ملت صلح دوست با اعتقاد راسخ باینکه پیشرفت و سعادت بشر تنها فضای صلح و تفاهم بین المللی تامین شده می تواند از هر نوع مساعی در یمن راه استقبال و پشتیبانی خواهد کرد .

ما از نقش مهمی که موسسه ملل متحد در ایجاد روحیه تفاهم و همکاری بین جامعه بشری ایفا نموده است تقدیر نموده و موفقیت مزید آن موسسه را در سالهای آینده آرزو مندیم .

تمنایات نیک مارا برای صحت شما و موفقیت های مزید موسسه ملل متحد بپذیرید .

پیغام سرمنشی ملل متحد

به مناسبت تجلیل روز ملل متحد (۲۴) اکتوبر ۱۹۷۵ :

باشد که تمام مردم گیتی از نعمات دنیای ما مساویانه بهره ببرند باید دانش و فناوری که در جهان موجود است در راه اعمار یک نظم نوین اقتصادی بکار انداخته شود .

در مقابله با این چلنج ضرورت به ملل متحد از هر زمان دیگر بیشتر محسوس است . چنانچه جلسه خاص هفتم اسامبله عمومی به اتفاق آراء موافقه کرد کامیابی درین راه مستلزم تصمیم و اراده تمام ممالک عضو است براینکه به صورت همه جانبه اشتراک مساعی نمایند .

عرفد این جهان اعم از مردوزن با آینده موسسه ملل متحد علایق شخصی دارد، اگر ما بهین روحیه دوستی و تفاهم کار کنیم دیگر نباید از چیزی هراسید .

بیانید در این فرصت که سی امین سال موسسه ملل متحد را تجلیل میکنیم همین وجیهه را بحیث تعهد شخص قبول نمائیم .

امسال سال سرام موسسه خود را تجلیل میکنیم که در اوایل تشکیلی ساده دانست ولی به تدریج به یک سازمان تقریباً عالم شمول و مرکز جهان همکاری همگانی مبدل گردید که در تاریخ نظیر آن به مشاهده نرسیده است . ملل متحد در به میان آوردن یک جهان بهتر برای همه جدا کار میکند ملل متحد در عملیه مبارزه با استعمار نقش اساسی بازی کرده که هنوز هم ادامه دارد، این موسسه در مرکز جدوجهد تشکیل یک همکاری عالم شمول اقتصادی، اجتماعی و بشری قرار دارد .

ملل متحد کما فی السابق در حفظ صلح و امنیت بین المللی دلچسپی مبرم دارد . در چنین یک جهان خطرناک و مملو از کشیدگی های منظور صلح، بایست به تولید و انباشته شدن سلاح جنگ لگام زده شود .

بلای عظیم تحریت، گرسنگی، مرض و بیسوادی هنوز مهار نگردیده است اگر قرار



دوکاتور کورت والدهایم سرمنشی ملل متحد

هر سال به تاریخ ۲۴ اکتوبر (۲ عفر ب) سالگرد روزی را تجلیل میکنیم که در سال ۱۹۴۵ منشور ملل متحد نافذ گردید .

پیام بخوانندگان

جهت کشف و تثبیت ذخایر معادن بخصوص معادنيکه استخراج آن دارای اهمیت تجارتي میباشد مطالعات به شدت صورت گرفت. تفحصات در ساحة معادن طلا، سيماب، مس کرومیت و ايرك ادامه یافته و پروگرام تفحصات در ساحة معادن مس لوگر كه آینده خوبی را نوید میدهد، تشدید گردید. نقشه جیالوجی افغانستان به مقیاس يك بر ۵۰۰۰۰۰ تکمیل گردید. اموراتكشافی طلای سمتی خاتمه یافت و اقدامات جدی جهت استخراج آن رویدست گرفته شد.

پروگرام تفحصات نفت و گاز به منظور تثبیت ذخایر بیشتر آن ادامه و توسعه یافت و به اندازه تقریباً دوهزار متر برمه کاری اکتشافی و استخراجی مازاد بر پلان پیشبینی شده صورت گرفت. با افزایش در ذخیره گاز سلفردار به اندازه (۱۵) میلیارد متر مکعب و استفاده از ذخیره سابقه قرارداد پروژه سازی فابریکه تجرید سلفر از گاز امضاء و کارآن عنقریب آغاز میگردد. همچنان با کشف ذخیره جدید نفت و توسعه فعالیت درین ساحة پروژه سازی فابریکه تصفیه نفت که در گذشته به ظرفیت ۱۰۰ هزار تن در نظر گرفته شده بود بظرفیت بیشتر در ساحة تطبیق گذاشته خواهد شد. پایپ لاین هوایی گاز بطول شصت و شصت متر بالای دریای آمو تکمیل و افتتاح گردید. از معدن بیرایت که در ماه اخیر سال ۱۳۵۲ افتتاح گردید به اندازه بیشتر از هفت هزار تن بیرایت استخراج گردید.

در ساحة صنایع در نتیجه افزایش مسود زراعتی بخصوص بخته و استفاده اعظمی از ظرفیت تاسیسات صنعتی موجوده و تثبیت ساعات کار و حداقل مزد کارگران در میزان تولیدات صنعتی بمقایسه سال ۱۳۵۱ افزایش قابل ملاحظه نمود.

جهت رفع قسمت بیشتر حوايج عامه در ساحة منسوجات نخی تجویز گرفته شده که فابریکه های نساجی افغان، بلخ و بگرامی بجای دوشلست در سه شفت فعالیت نمایند. این امر بطوریکه گفته شد نه تنها در دفع نیازمندی مردم بصورت قابل ملاحظه کمک خواهد نمود بلکه زمینه استخدام را برای بیشتر از يك هزار نفر کارگر مهیا خواهد ساخت.

فابریکه کود و برق حرارتی بعد از تکمیل امور ساختمانی و تولید دوره امتحانی اخیراً افتتاح گردید.

تاسیس بانک صنعتی افغانستان از طرف حکومت جمهوری افغانستان به سرمایه مجوز ۲۴۰ میلیون افغانی تأیید گردید. پروگرام مرحله اول پارک صنعتی بشمول تأمین تسهیلات مشترك از قبیل ورکشاپ ها و غیره بیشتر از شصت فیصد تکمیل گردید.

صفحه ۵

دین شماره

نفت یا طلای منیاه	ص ۷	از: گ. ز. سراب
انبوه جنگل ها	ص ۸	راپوراز: گل احمد زهاب توری
بزرگترین نمایشگاه رسامی	ص ۱۰	راپوراز: عزیز اورمی
سوارکاران بر پشت یکصد و بیست اسب	ص ۱۲	راپوراز: ع. - بلیکا
نمایشگاه آلات موسیقی	ص ۱۲	راپوراز: ز
سیاهپوستان يك باستان شناسی ...	ص ۱۸	ترجمه: پرومند
جزیره ای که آنرا بریتانیا فروخت	ص ۲۰	ترجمه: رهپو
زنان و دهه انکشاف	ص ۲۲	نوشته: راحله راسخ
خوجه خس پول کرو	ص ۲۴	دالف، الف ژباړه
در راه طولانی	ص ۲۶	ترجمه: از: رز
فرانسوا ساگان فلم میسازد	ص ۳۰	ترجمه: اسر
ولی قندی مواد چاغوونکی دی	ص ۳۱	دمنت بار ژباړه
افسردگی چیست	ص ۳۴	ترجمه: رز
ساختن گرامافون هائیکه ...	ص ۴۶	ترجمه: دیپلوم انجنیر سروری
کودی	ص ۵۴	دامین افغانپور لیکنه
مقاومت در مقابل منیاه اسکندر ...	ص ۶۲	تتمع از: اشعه
عشق پدری	ص ۱۵	عکاسی شرار

عکس روی جلد مېوش و ژيلا عکاسي ستار جفايي



شمیت

در

پیکنگ

وقایع

مهم

سیاسی

مفید

سفر هیلموت شمیت صدراعظم آلمان غربی به پیکنگ که روز چهارشنبه آغاز گردید، از چندین نقطه نظر در خور توجه بوده و ناظرین سیاسی آنرا که اولین سفر یک صدراعظم آن مملکت به جمهوری مردم چین است، خیلی مهم میخوانند. هیلموت شمیت که صرف دو هفته بعد از ختم سفر دوکتور هنری کینسجر وزیر خارجه امریکا وارد چین شده در حقیقت به مذاکراتی بازعمای چین خواهد پرداخت که از نقطه نظر روحیه و متن موازی با نظریات کینسجر خواهد بود.

هیلموت شمیت که عضو کابینه (ویلی برانت) سازنده سیاست اوست پولاتیک بود و در ماه می (۱۹۷۴) جانشین وی شد یکی از چهره های براننده جهان سیاست بشمار میرود. آلمان غرب تحت صدارت وی یگانه مملکتی است که توانسته از تأثیرات انقلاب سیون و تورمات پولی جلوگیری نماید و با وجود پرداخت مبالغ هنگفت برای نفت بیشتر از (۳۵) میلیون دلار ذخیره اسعاری تجمع نماید. باوجود یکه همسایگان غربی آلمان غرب و دیگر اعضای بازار مشترک اروپا با مشکلات عدیده مالی دچار اند آلمان غرب نه تنها دارای وضع مالی قوی است بلکه با ایتالیا و دیگر ممالک بازار-کمکهای متعدد مالی نموده است.

مبصرین سیاسی در مورد آجندای مذاکرات شمیت با ماوتسی تو نک

معاون صدراعظم (تنک شیاو پینگ) و وزیر خارجه (چیاو کوان هـوا) معتقدند که همه جانبه بوده و محتوی آن شباهت کامل با آجندای مذاکرات با کینسجر خواهد داشت یگانه فرق بارز اینست که در این تماسها روابط ذات البینی دو مملکت مورد توجه بیشتر قرار خواهد گرفت. پکننگ در بین تمام ممالک سوسیالیستی یگانه دولتی است که بازار مشترک اروپا را بر شمیت شناخته و با آن روابط سیاسی قایم کرده. شمیت وحدت بازار مشترک و وحدت پکت ناتو را از زمره دوستون مهم سیاست خارجی خود میداند روی این اصل، شمیت خواستار همکاری بیشتر و همه جانبه بین بازار مشترک اروپا و جمهوری مردم چین خواهد گردید. هر نوع توافق سیاسی در این زمینه به نفع اروپای غربی و خود چین تمام خواهد شد.

پیکنگ پکت نظامی ناتو را در اوضاع فعلی یک ضرورت سیاسی میداند اگرچه توقع هیچنوع همکاری بین این پکت و چین دیده نمیشود یقیناً دول غربی ارزش آنرا برای اروپا به زعمای چین شرح داده و خواهان همدردی برای بقای آن خواهند گردید یک تخفیف سیاسی که چین همیشه و از ۱۹۴۹ باینطرف خواهان آنست قطع روابط سیاسی دول غربی با تایوان و شناختن آن بحیث جزء لاینفک جمهوریت مردم چین

میباشد جای شک نیست که از زمان سفر ریچارد نیکسن به پیکنگ در ۱۹۷۲ تا ایندم دول متعدد حاضر شده با تایوان قطع روابط نمایند اما امریکا و دول بازار مشترک بصورت قطع روابط شانرا با فارموسا نبریده اند توقع نمیرود که شمیت در سفر فعلی خود که قبل از سفر فورده رئیس جمهور امریکا به پیکنگ صورت میگیرد دست به ابتکاری بزند که ارزش سفر ویرا تقلیل بخشد.

دیتانت بحیثیک پالیسی قوه های بزرگ موضوع دیگری است که در مذاکرات شمیت بازعمای چین طرح خواهد گردید. طوریکه از مذاکرات دوکتور کینسجر بازعمای چین واضح گردید دیتانت سیاستی نیست که رهبران چین آنرا پسند نمایند طوریکه بارها در نشرات روزنامه مردم منطقه پیکنگ دیده شده جمهوری مردم چین دیتانت را وسیله برای (هیچی مونی) یا کنترل سیاسی در مناسبات بین الدول میداند و بر امریکا تاخت و تازهای متواتر در این حصه نموده است.

راجع به تنایج سفر شمیت بیشتر از این پیشگوی شده نمیتواند عکس العمل اولی که عبارت از استقبال شمیت باشد فوق العاده صمیمی بود چنانچه هزاران نفر از وی و خانمش در میدان هوایی پیکنگ با گل های کاغذی استقبال کردند.

شیوه استقبال از یک زعمیم خارجی توسط زعمای چین نزد ناظرین سیاسی شباهت به باوو میتری دارد که توسط آن درجه اهمیت سفر، توقعات از مذاکرات، ارزش روابط ذات البینی و آینده این روابط قضاوت میشود.

در فرانسه تربیه نموده و از همکاری جوانان افغانی استفاده نماید .
فعلا سروی امور جیو لو ژ یسکی منطقه مذکور آغاز گردیده و البته بروی آن پلان های تفحصاتی آن تر تیب میگردد .
می پرسیم :

- سروی نقاط نفت خیز، چگونه پیش می رود ؟
منبع میگوید :

- فعالیت در مورد نفت و گاز در مناطق شمال کشور ، از سال ۱۳۳۴- آغاز گردید و با استقرار نظام جمهوری در کشور ، دولت

به این موضوع توجه جدی معطوف کرد . علاوه بر بر مه کاری ساحه

۲۴۵ هزار متر مربع بمنظور اکتشاف و استخراجی ، کو شیده میشود تا امور مربوط به نفت و گاز به طور منسجم و سیستماتیک پیش برده شود ، مخصوصا در ساحاتیکه امکان تجمع نفت و گاز بیشتر میسر است ، پلانگذاری دقیق صورت گیرد . در اثر همین تلاش ها ، تثبیت ساختمان ها و نقاطیکه در آن ها بر مه کاری صورت گیرد تعیین گردید که بالنتیجه در تثبیت بیشتر ذخایر نفت و گاز کمک کرد .

منبع علاوه کرد :

- از آغاز بر مه کاری تا ختم سال ۱۳۵۳ طبق راپور های بدست آمده ۳۲۸۴۶۷ متر بر مه کاری صورت گرفته ، که شکل اکتشافی تفحصاتی و استخراجی داشته است . ساحاتیکه در آن ها بر مه کاری شده است مشتمل بر جر قدوغ ، سر پل ، سنگچارک ، گل تپه ، عرب پای ، ده ملک ، سوزمه قلعه ، قراول تپه ، آق دریا ، خان آباد و خواجه گوگردک می باشد .

منبع نتایج حاصله را مثبت خوانده افزود :

- این تفحصات در پهلوی نفت ، به منظور کشف و استخراج ذخایر گاز نیز بوده است .

- نواحی قلعه نو ، هرات ، شبرغان ، میمنه ، کندز ، تا لکان و هزار شریف نیز شامل این حوزه است .
همچنان ذخایر پترول در ساحه وادی هلمند نیز پیش بینی گردیده است .

منبع افزود :

- ذخایر این ماده بر ارزش در ساحه «انگوت» و «آق دریا» مهم خوانده شده ، که حجم مجموعی نفت قابل استخراج محلات مذکور ، چهار الی پنج میلیون تن ، تخمین گردیده است . همچنان درین نواحی امکان موجودیت معادن دیگر نفت و گاز نیز متصور است .

منبع در باره نوعیت نفت این ساحات گفت :

- هنگام بر مه کاری های ساحه جدید آق دریا ، مجرای نفت استحصالی از طبقات تحتانی دارای سلفر کم (صفر اعشاریه نود و سه فیصد) و متحرک بوده ، لیکن نفت طبقات گتریف سنگین ، یعنی صفر اعشاریه نهصد و بیست و پنج و دارای دو اعشاریه نه فیصد سلفر غلیظ می باشد .

پرسش دیگرم پیرا مون کمپنی هایی است ، که در ساحه استخراج نفت با افغانستان همکاری میکنند .
منبع درین مورد میگوید :

- دافغانستان د تیلوملی موسسه مذاکرات مقد ماتنی با کمپنی های مختلف نفتی به عمل آورد و از جمله مذاکرات با کمپنی تو تال فرانسوی به نتیجه رسید و موافقتنامه استخراج نفت بین د افغانستان د تیلوملی موسسه و کمپنی مذکور در ماه ثور امسال ، به امضاء رسید .

منبع افزود :

- به اساس این قرار داد کمپنی مذکور به مصرف خود و تسخت مراقبت دافغانستان د تیلوملی موسسه به تفحص نفت و گاز در ساحه بیست کیلو متر مربع ، در منطقه گتواز پر داخه وهنگام کشف تجارتی آن ، به اشتراک موسسه ملی نفت افغانستان ، به استخراج و انتقال آن اقدام میکند .

همچنان کمپنی مذکور متعهد شده تا یکتعداد متخصصین فنی افغانی را درین ساحه به مصرف خود ،

ازگ ، ز (سراب)

نفت

یا

طلای سیاه

همزمان با سایر فعالیت های اقتصادی و انکشافی کشف و استخراج معادن و ذخایر زیر زمینی را نیز از نظر دور نداشت و کشف و استخراج نفت نیز از اقدامات سودمند دولت بشمار میرود .

یک منبع وزارت معادن و صنایع در برابر این پرسش که :

- در کدام نقاط افغانستان ذخایر کشف شده است و مقدار آن ها به چه پیمانه میرسد ؟
گفت :

- نتیجه مطالعات نشان میدهد که موجودیت پترول در صفحات شمال کشور از ولایت تخار تا سرحد ایران و در غرب کشور از مناطق شمالی هندو کش وسلسله های تیربند تر گستان تا دریای آمو ، تثبیت گردیده است .

منبع علاوه کرد :

• ذخایر نفت ساحه انگوت و آق دریا به پنج میلیون تن می رسد .
• در بیشتر و لایات کشور موجودیت نفت تثبیت گردیده است .
• نتیجه بر مه کاری های انکشافی نفت و گاز امید بخش خوانده شده است .

نفت در جهان امروز غوغا بر پا کرده ، چرخهای اقتصاد کشور های بزرگ جهان بر محور نفت می - چرخد ، نفت کشور ها را بسوی انکشاف و ترقی میراند ، نفت بحیث موثر ترین حربه سیاسی مورد استفاده قرار می گیرد ...

افغانستان کشور غنی یی است ، غنی از مواد معدنی گونه گونی ، که طی سالهای دراز ، دست ناخورده برجای مانده است . دولت جمهوری

در پهن دشت های افغانستان، در دامنه کوهسار ها، در میان دره ها و در جلگه ها و قریه ها، در ساحه شرق و غرب سایه درختان تنومند و کهنسال، جنگل های انبوهی را تشکیل کرده است، که بر زیبایی و گوارایی کشور از یکسو و بر اقتصاد مملکت از طرف دیگر ارزشمند است.

سر زمین ما از لحاظ طبیعی، برای رشد و نموی جنگل ها و درخت های باأمر و زینتی مساعد بوده و بسا توسعه پروگرام های جنگل داری بر این سرمایه ملی نیز، سال به سال افزون میگردد.

همین حالا سه فیصد اراضی افغانستان پوشیده از درختان است، که ساحه مجموعی آن به نه ملیون هکتار زمین میرسد. با مقایسه این رقم و با در نظر داشت نوعیت خاک، آب و هوا، به این نتیجه می رسیم، که از یکسو ضرورت های ابتدایی مملکت از راه جنگل های موجود تا مین شده می تواند و از سوی دیگر با تطبیق پلان های حفاظوی و توسعهی دو لت، برپهنای جنگل ها، افزوده می گردد.

شماغلی سید آقا زمام رئیس جنگلات و علفچر های وزارت زراعت در برابر ۱۸ سشنی، پیرامون جنگل های کشور گفت:

— وقتی به گذشته های دور تاریخ نظر اندازیم، پی می بریم که صفحات شمال افغانستان پوشیده از جنگل های پسته بوده که به مرور زمان، از بین رفته است، تک درخت ۴۰۰ ساله که هنوز در دشت خشک اند خوی موجود است، شاهد خوب این ادعا بشمار میرود، به همین



عده ای از کارگران که به رهنمایی متخصصین کار خود را در جنگل دنبال می کنند

انبوه جنگل ها

از گل احمد زهاب نوری

- در افغانستان ۹۰۰۰۰۰۰ هکتار زمین از جنگل پوشیده است.
- تک درخت ۴۰۰ ساله دشت اندخوی . . .
- از نظر علمی دو نوع جنگل در شرق و شمال غرب وجود دارد.





محصولات جنگل همیشه مورد احتیاج انسانهاست در عکس مقدار چوب را می بینید که برای عرضه به بازار آماده شده .

ادراحتی از جنگل ها ، بدون تکثیر طبیعی و مصنوعی تأثیر بازاری نسل آن ، سبب شده بود ، تا خواهد انداخت . نخستین قدم این در هر دوره ، پهنای جنگلات کاهش یابد و البته اگر دولت متوجه این مسئله مهم نمی شد ، جنگل های موجود نیز تاده یا بیست سال آینده از بین میرفت .

ها نیز معلوم گردد .

وی می افزاید :

وزارت زراعت برای جنگل ها در افغانستان ، پروگرام های خاصی مدنظر دارد ، که با تطبیق آن ها ، بر توسعه و حفاظت جنگل های بنیادنی زمام میگوید : - تا سال های اخیر قطع جنگل های کشور ، بمنظور تهیه مواد تعمیراتی و محروقاتی آزاد بود و از بقیه در صفحه ۵۱



همچو درختان بسیاری از نقاط کشور ما را پوشانیده بود

ترتیب از هرات تا بدخشان از آن می را ، اینطور وانمود میکند : جنگل زار بوده ، که امروز متأسفانه کمتر اثری از آن باقی مانده است . دشت های قریب جنگلزار ها ، نبودن وی علت اساسی امحای جنگلات ذهنیت حفاظوی و بالاخره استفاده





این تابلو را میرمن شکور ولی «لی وئال» نام گذاشته است.

از: عزیز اورمر

بزرگترین نمایشگاهی رسامی

هفت

خویش را افغان میدانند و هرگز خود را غیر از یک فرد افغان چینی دیگر نمیپندارند.

سیمون شکور ولی باز نزدیک شدن و آگاهی به کلتور و فرهنگ غنی کشور ما افغانستان منجبت يك هنرمند ورزیده و متکی بواقعیت هنر، بزیبایی های طبیعت و روحیه متین و استوار افغان ها زود معرفت حاصل کرد و این آشنایی دیرپا گردید و امروز در همه آثار این هنرمند طبیعت زیبای کشور ما، سنت های نیک و باستانی ما چهره های متین و با وقار افغان ها بر د باری و لبات آنها را درمیدان زندگی و گوشه های دلگیر طبیعت با عظمت و سرافرازی کشیده این سرزمین نمودار است.

سیمون شکور ولی با استاد قند (برشنگ) از نزدیک همکار بود موصوف با وجود آنکه تریه اش در کشور غیر صورت گرفته ولی

چهار شنبه گذشته یعنی روز ۳۰ میزبان بزرگترین نمایش آثار رسامی سیمون شکور ولی به مناسبت سال بین المللی زن در فرات خانه لیسه اعانی برگزار گردید.

درین نمایشگاه که ۱۱۰ تابلو و ۱۴ پارچه تابه کاریهای سیمون شکور ولی در معرض نمایش قرار گرفته شده است در نوع خود بزرگترین نمایشگاهی است که از آثار نقاشان کشور ما تاکنون در کابل برگزار میگردد.

درین نمایش که آثار تازه و تابلو های زمان قبل سیمون شکور ولی به نمایش گذاشته شده، برای تماشاگر از آنچه در کار این هنرمند چهره دست پدید آمده میتوان دید.

میرمن شکور ولی که در فرانسه تولد یافته و در آنجا تحصیل نموده است گرچه پدر و مادر و زادگاهش همه فرانسوی است ولی او خود را افغان میگوید.

صفحه ۱۰

تعبیرات استفاده بعمل آمده است.

آثار این هنرمند بدفعات در کابل و همچنین در کشور های خارج چون هند، اتحاد شوروی فرانسه، چین، ترکیه، انگلستان و بسیاری از کشور های اروپای شرقی به معرض نمایش گذاشته شده موصوف چندین بار در نمایشگاه های بین المللی رسامی و نقاشی منجبت آرتیست افغانی برنده جایزه اول گردیده است.

سیمون شکور ولی منجبت يك هنرمند معروف کشور در نقاشی عضو اتحادیه بین المللی فرهنگ و هنری زنان است که مرکز آن در (ویش) فرانسه میباشد.

این اتحادیه به منظور همکاری و ایجاد یک تفاهم نزدیک و همبستگی هنری در بین زنان آرتیست، شاعر، موسیقی دان، نقاش، عکاس



تراش، نویسنده، ادیب و دیگورتور در سال ۱۹۴۸ بدون در نظر گرفتن اهداف سیاسی تاسیس گردید.

این هنر مند چیره دست که عموری به تریبیه اولاد کشور صرف کرده و در لیسه ملالی به تدریس پیدا کوژی و دیگر مضامین میپرداخت کتون مصمم است با همکاری میرمنوئوله که آرزوی تاسیس انجمن را در پرتو آرزو های اتحادیه متذکره تاسیس خواهد کرد دست به عملی زند ناشاکردانی را که خود میخواهد در دست پرورش گیرد و از خود آنطوریکه آثار زیادی گذاشته باز هم بگذارد. درینجا بی لزوم نمیدانم تبصره ای یکی از هنردوستانرا که درباره این هنر مند نموده خدمت خوانندگان ارجمند تقدیم نمایم.

(اسم شکورولی از برای جمله صنعت آفرینان و دوستانان هنر این سرزمین مفهوم پرارزشی است. این نقاش هنرمند در نمایشگاه های ملی بدفعات نمونه هایی از آثار هنری و افرو کثیرالانواع خویش را ارائه نموده است ... هنر مختص بخودش این هنرمند را منحیت التو ینک در نظر ها معر فی میدارد. وی بهو جب حسا سیتی که دارد احساس تعالی روحی و بینایی باطنی خویش را بارنگ های تیز ارائه میدارد.

از میرمن شکورولی پرسیدم که از چه وقت به نقاشی پرداختی به جواب گفت: من اصلا نمیدانم. تنها بخاطر دارم آن هنگامی را که خیلی خورده بودم و در بشقاب غذای که مادرم تهیه میکرد رسم میکردم تا آنکه این ذوق و علاقه مرا به مکتب آورد و از آنجا به پوهنتون رفتم و دوره شش ساله پوهنتون را در هنر نقاشی در طرف سه سال پایان رسانیدم و بعد از آن ذوق خویش را نه تنها با استعداد بلکه با تجربه و تیرین دنبال کردم.

پرسیدم که تا حال چند تابلو رسم کرده اید و خوبترین و پر خاطره ترین تابلوی تان کدام است ؟

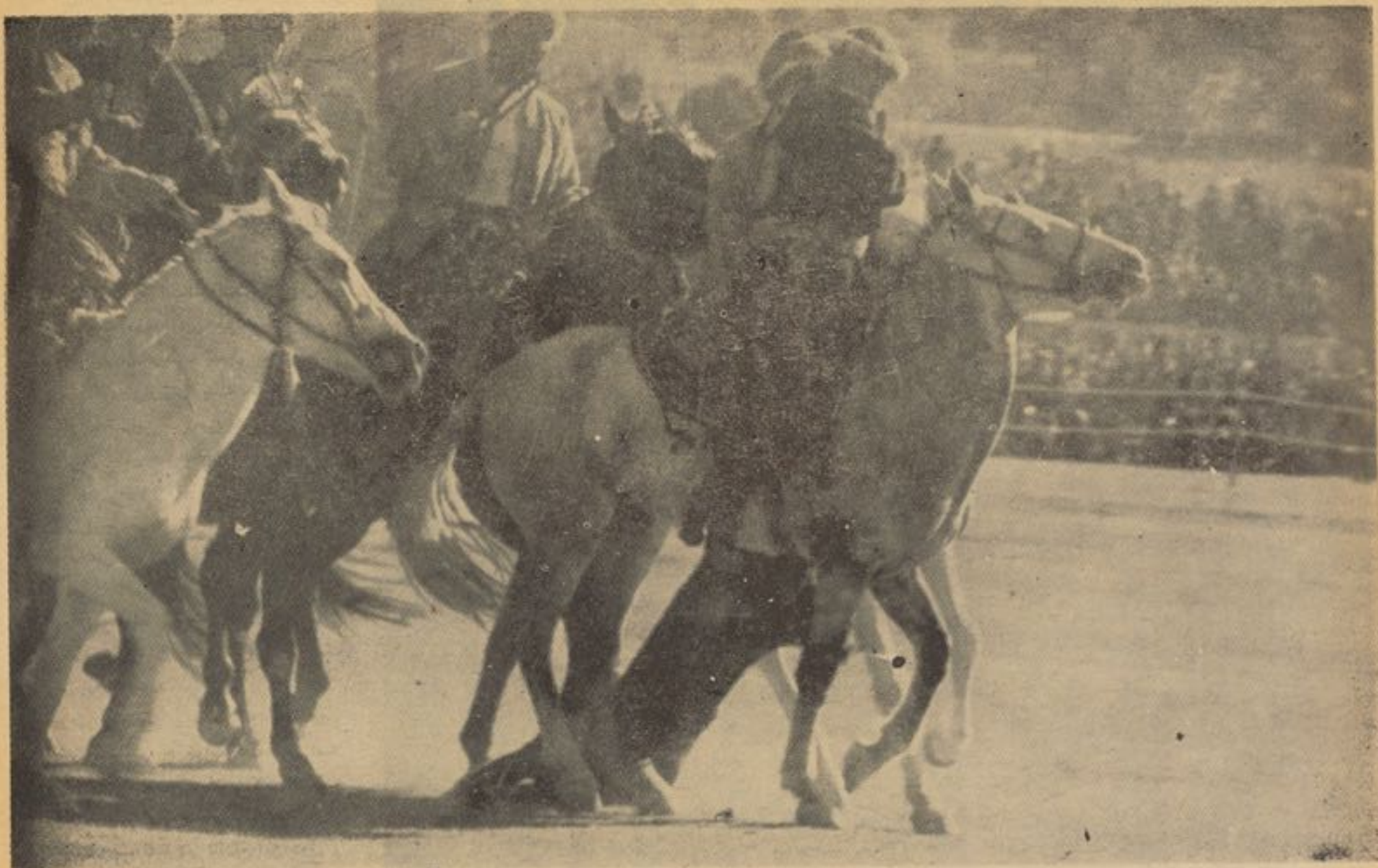
سیمون شکورولی خنده ای کرد و بعد گفت : من اصلا گفته ای درین مورد ندارم زیرا هر یک از تابلو هایم نزد من ارزش دارد که نمیتوانم یکی را بر دیگری ترجیح بدهم و در مورد سوال دیگر باید گفت که تا بحال در حد ود هشت هزار تابلو رسم کرده ام در مورد خاطرات خویش باید بگویم که وقتی من می خواهم تابلویی را بکشم اصلا نکته ای که من خیلی به آن توجه دارم این است تا از چیزی مثل طبیعت و یا یک قطعه شعر و یا کمپوز موسیقی یاد استان و غیره الهام گرفته و بعد مطابق ذوق خویش به ترسیم تابلو بپردازم زیرا من از کابی حتی اگر از طبیعت هم باشد خیلی بدم می آید با وجود آنکه در سبک ریالیزم اکثرا آنچه است در تابلوی نقاش بوجود می آید . من تنها الهام از طبیعت می گیرم ولی آنرا کابی نمیکم زیرا کابی آنچه را که باید برای تابلو ارزش گفت آنرا از بین میبرد . بقیه در صفحه ۵۷

از بالا به پائین :

۱- تابلوی (زن روشنی می آورد).

۲- تابلوی (گلستان)





سوار کاران مشهور با آخرین قدرت خویش مانع پیروزی حریف میگردند

از: ع - بلیکا

سوار کاران بر پشت یکصد و بیست اسب در هیجان انگیز ترین مسابقات بزکشی

وامسال برای اولین بار از ولایت پروان نیز تیمی اشتراک نمود که به این اساس تعداد تیم های اشتراک کنندگان برده رسید که هر تیم دارای لباس های دارای رنگ های مختلف و سمبول هاویبرق های مختلف میباشد تا در وقت مسابقه از هم تفريق گردند . ناگفته نماند که این همه سمبول هاو رنگ های پیراهن های آنها از طرف المپیک تثبیت گردیده و اکنون قابل تبدیل و تغییر نمیشوند ولی در آینده امکانات آن میسر است البته باتصمیمی که از طرف کمیته موقت در مورد اتخاذ خواهد شد درین جایی لزوم نمیدانم اگر از سمبول های هریک از ولایات یادآوری نمایم به این شرح که از بلخ (گل لاله) از کندز (گل غوزه) از بغلان (گل آفتاب پرست) از بدخشان (مارکوپولو) از سمنگان (یک درخت) از جوزجان (نقش قالین) از فاریاب (گوسفند قره قلی) از تخار (کتاب اسب) از بامیان (بندامیر) و از پروان (بلخمان) تثبیت گردیده است .

در نخستین روز مسابقات بزکشی ده تیم از ولایات در برابر هم قرار گرفتند . تیم های وزیده با اسب های تندرو و قوی درین مسابقه که تیم ها هر کدام تب و تلاش می نمودند تا برنده شوند تیم سمنگان گوی سبقت را برد و امروز این تیم برنده اعلام گردید . ولی مسابقات بزکشی به سیستم (دبسل ناک اوت) صورت میگیرد تا دیده شود که در فرجامین کدام یک از این تیم ها میدان رامیبرند و با کپ قهرمانی به ولایت شان برمی گردند .

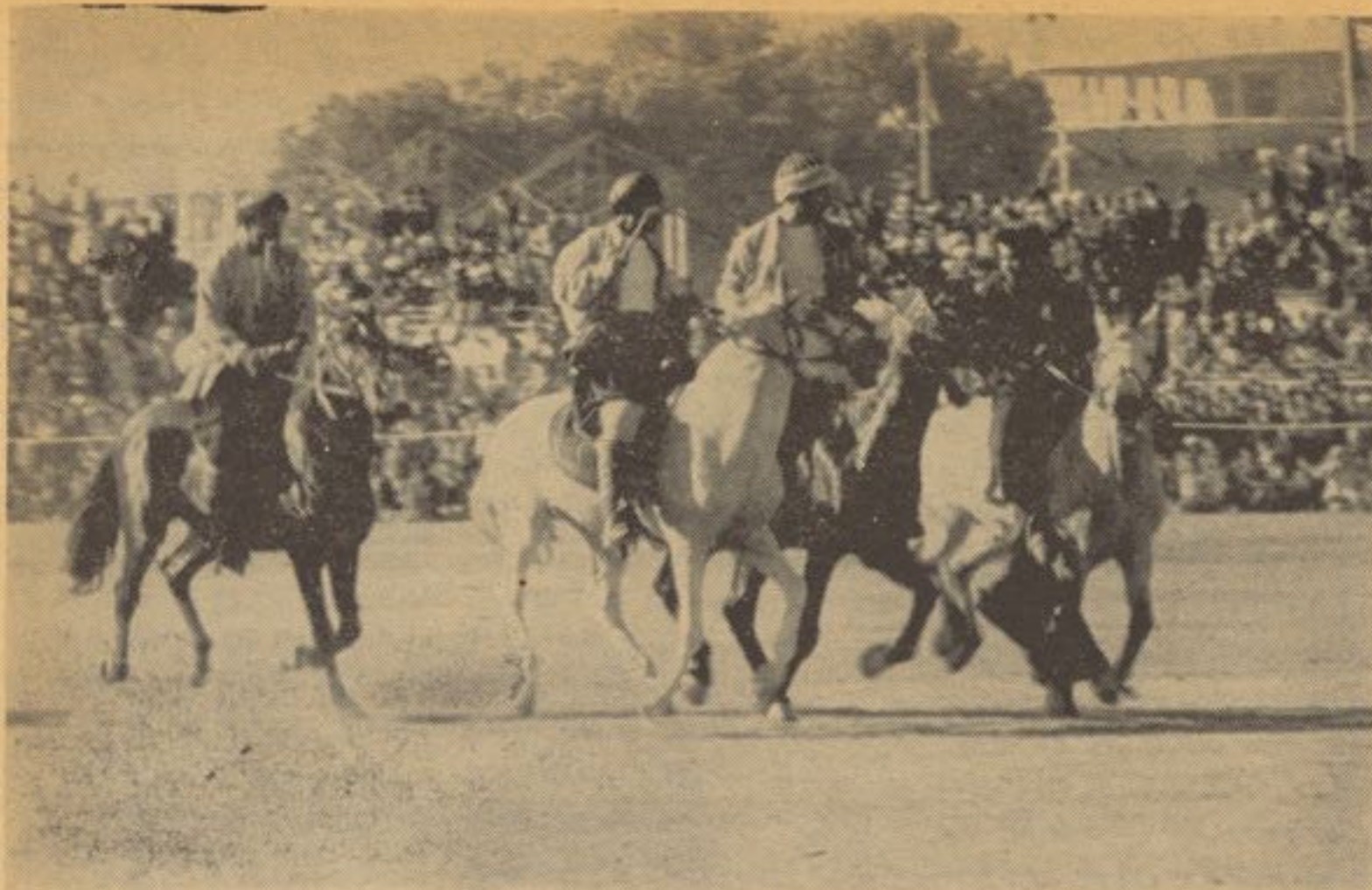
مقررات آمده بیشتر آنرا اصلاح و تحت مقررات و دستپلین آورد تا از یکطرف بر هیجان و زیبایی بازی افزوده شده و از جانبی هماهنگی را میان همه چاپ اندازان کشور مرعی دارند تا باشد روزی این بازی در جمله بهترین بازی ها قرار گیرد .

بناغلی وحید اعتمادی در مورد تیم های که امسال درین مسابقات اشتراک دارند گفت: تا دو سال قبل هشت تیم از ولایات بدخشان، تخار، کندز، بغلان، سمنگان، بلخ، جوزجان و فاریاب اشتراک داشتند که سال قبل برای اولین بار تیم بامیان نیز بر آنها افزود گردید .

سیاحتیکه آرزوی دیدن این ورزش باستانی مردمان مارا دارند بعد از مفاهمه و مذاکره با سابقه داران و صاحبان اسب و چاپ اندازان ولایات تجویز گرفته شد تا همه ساله از اول عقرب الی ختم مسابقات و هم از اول حمل الی ختم مسابقات در قابل دوالی سه بار هم در ولایات کندز و بلخ که دارای ستدیوم بهتر برای تماشاچیان را دارا میباشد دایر گردد . و هم چون همه بازی ها مستلزم یک عده قوانین و مقررات است لازم دیده شد تا مشوره با اهل بزکشی این بازی را که روزگاری فاقد مقررات بود و از چند سال قبل داخل یک سلسله

هدف از تدویر مسابقات بزکشی که طبق پروگرام مرتبه کمیته ملی المپیک همه ساله بروز اول عقرب برگزار میگردد .

بناغلی وحید اعتمادی سرپرست المپیک در مورد چنین توضیح کرد: از بدو تاسیس جمهوریست در کشور دولت متوجه ورزش گردیده تعمیم و رونق همه انواع سپورت ها را در کشور جزء پروگرام ملی المپیک قرارداد که انکشاف و پیشرفت بزکشی نیز جزء آن است، از آنجائیکه انکشاف ورزش بدایر شدن تورنمنت ها ضرورت مبرم دارد کمیته ای که به اشتراک نمایندگان ریاست المپیک - مگر خندوی سره میانش و غیره به همین مناسبت ترتیب شده بود چنین تجویز گرفت تا سالانه یک سلسله مسابقات بزکشی در مرکز ولایات بغاطر معرفی آن دایر شود . تا از یکطرف هم آهنگی و پیشرفت درین ورزش رونما گردد و از جانبی چون علاقمندان زیادی در جهان خارج دارد بمنظور معرفی و دفع عیش آن عده از



وقتی بز بدست چاب اندازی می افتاد با نظارت تام بسوی هدف می شتافت.

يك دور مسابقه را پناغلی وحید اعتمادی سی دقیقه گفت و هم اظهار داشت كه باراول این مسابقات به اشتراك سی اسب یعنی از هرولایت سه سه اسب باهم به مسابقه پرداخته و بعد از آن مسابقات بشكلی دایسر خواهد شد كه دودو ولایت باهم مسابقه داده و پیرمان کسی خواهد بود كه بیشترین نمره را در مجموع مسابقات بدست آورد .

امسال از هرولایت ۱۲ اسب ده چاب انداز و ده میتر و ده نفر مالك اسب ها از طرف ریاست المپك دعوت گردیده كه از روز حرکت از ولایات تا اخیر مهمان ریاست المپك بوده و دوازده اسب برای این است تا يك اسب برای رئیس هرتیم و يك يك هم برای معاونین تیم هادر روز مسابقات در نظر گرفته شده است. از سرپرست المپك پرسیدم كه چه تعدیلی در مقررات گذشته بزكشی وارد شده كه در جواب گفت: در قسمت ابعاد میدان كه سال گذشته چهار صد متر در چهار صد متر بشكلی مربع بود امسال ۲۵۰ متر بر ۲۵۰ متر تعدیل کرده زیرا از يكطرف هوا هنوز كاملا سرد نگردیده و از جانبی از تعداد اسب ها كاسته شده ازینرو اگر از يكطرف میدان گلان و از جانبی تعداد اسب ها زیاد باشد نه تنها جزایب بازی را ازین میبرد از جانبی برای اسب ها كه بعد از يك استراحت شش یا هفت ماهه دوباره به مسابقه پرداخته اند نیزگران تمام خواهد شد روی همین منظور تصمیم خورد ساختن میدان مسابقه گرفته شد همچنان فول ها كه سابقا يك عده زیادش در مقررات گنجانیده شده بود آنها نیز تنظیم و ترتیب گردیده تا از بی نظمی و پراگندگی و بی بندوباری مسابقه چنان كاسته شده باشد .

يكی ازین مقررات را میتوان در مورد محاسبه

است درآینده نزدیک در کشور تاسیس گردد بهترین اسب هادر اختیار هموطنان عزیز ما قرار گیرد .

قبل از آنكه راپور ترتیب شده ای خبرنگار ورزشی ژوندون را تقدیم شما دو ستداران ورزش نمایم لازم میدانم اگر چند نکته ای پیرامون این ورزش باستانی سرزمین کشور ما بشما بنویسیم .

بزكشی كه اساسا يك نوع مبارزه جنگی است برای اولین بار در میان مردمان سرزمین مادر آن آوانيكه کشور شان بنام آریانا نامیده . لطفا ورق بزنید.

نبوده همانطوريكه تهور قدرت و تجربه اساس این بازی را تشكيل میدهد باز هم زور خود قضاوت كند و آنكه نیروی زیادتر دارد مستحق به گرفتن نمره باشد .

پناغلی اعتمادی در حاليكه از همکاری های قوماندانی قوايمركز در مورد تدارك اعاشه و رابطه مهمانان المپك یادآوری میکرد توقع میشود تا هموطنان عزیز را در بهتر نگهداشتن وزنده داشتن و نگهداری نسل اسب های خوب و تریه آن برای بزكشی تاكید مینمود و توجه همه ای هموطنان را برای آن میخواست تا باشند با فدراسیون های بزكشی كه ممكن

نمرات دانست و آنهم طور است كه در گذشته يك چاب انداز با هزار زحمت بز را برداشته و بدور بیرق چرخ خورده و خود را در نزدك ترین قسمت دایره حلال میرسانید ولی بغت باو یاری نمیکرد و بز از دستش می افتاد درین فرصت حریفش خود را بریز رسانیده و آنرا (حلال) میکرد كه به این اساس يك نمره برای شخص اولی و دو نمره برای شخص دومی داده میشد كه این چندان منصفانه نبود ازینرو چنین تصمیم اتخاذ گردید تا درین فرصت وقتی بز را طرف مقابل میگیرد دوباره از بیرق گذشتانده و بعد به دایره حلال برساند تا بازی روی شانس



سپورت بزکشی برای اولین بار بعد از حملات سکه‌ساز کبیر بر آریانا بوجود آمد

۳۰ چاپ انداز آغاز یافت .

بازی خیلی جالب و هیجانی مینمود شطارت همه چاپ اندازان درخور توصیف بود زیرا هر یک بی باکانه حمله میکردند و با آخرین قدرت اسب خود را بجلو میراند گاهی چنان میشد که یکی دواسپ وقتی بالای بز تعداد زیادی را میدیدند و یا هم شاید از ذوق زیاد و یا از فشار یک از جانب سوار گارش بر او وارد میشد بردو پامی ایستاد و بالای بز به حمله میرداخت ولی یکی هم موفق نمیشد تا بز را از زمین بردرد زیرا بالای گوساله ای که قرار اعلان را دیو از ۳۰ سالی ۵۰ کیلو وزن را داشت چندین سم اسب قرار داشت وقتی یک پای گوساله را چاپ اندازی بدست می گرفت اسب های دیگر مانع آن میشد تا آنکه بعد از پانزده دقیقه یکتا از چاپ اندازان تیم ولایت تغر موفق شد گوساله را از دایره بر داشت و بسوی بیرق پرود ولی موفق نشد زیرادگران مانع او گردیده و او را مجبور ساختند تا بعد از یک دقیقه بز را دوباره به زمین اندازد درین هنگام که بز در قسمت شمالی میدان افتاده بود باز هم حملات و زور آزمایی پهلوانان و اسب هارا بخوبی میشد مشاهده کرد .

درین جائزها پنج دقیقه بز بحالت اولی قرار داشت و هیچک موفق نمیشد تا آنرا از زمین بردارد تا آنکه دو چاپ انداز یکی از سمنگان و دیگری از جوزجان بز را برداشته در حالیکه با هم به مجادله میرداختند بسوی بسیر ق میردند ولی اینبار هم هیچک نتوانست آنرا نگه دارد بز به زمین افتاد و باز هم همه بردور آن جمع شدند تا آنکه یکتا از چاپ اندازان تیم ولایت بلخ در حالیکه بریک اسب خیلی

چاپ انداز دارا میباشد یعنی اگر اسب خوب نباشد چاپ انداز کدام کاری کرده نمیتواند بز هم اگر چاپ انداز دارای نیروی کافی و تجارب زیاد نباشد اسب نمیتواند او را به مقصدش برساند یعنی اسب و چاپ انداز در بزکشی لازم و ملزوم یک دیگر میباشند .
روژاول غرپ چند دقیقه به دومانده بود که وارد منطقه جشن شدم هزاران نفر از هموطنان که عدهای زیادی از آنها از کابل و یکتعداد آنها هم از ولایات بمنظور دیدن بزکشی از ولایات به کابل آمده بودند در دورا دورچمن جمع شده بودند جاده های اطراف چمن بابرق های ملی تزیین شده بود عوام خیلی صاف بود مردم بی صبرانه انتظار ورود رهبر انقلاب را در آنجا می کشیدند چاپ انداز ها باروسای تیم ها و هیات حکم همه بالای اسب ها سوار و همه بی صبرانه انتظار داشتند دو نفر از روسای تیم ها که سال گذشته کپ و بیرق را گرفته بودند در مقابل دروودی لوز جمهوری بادسته های گل هم انتظار بودند .
درست ساعت یک و چهل و سه دقیقه ورود رهبر انقلاب را موزیک باسرود ملی اعلام داشت که همه ای حاضرین به پای برخاستند بعد از آن همه اعضای تیم های ولایات در حالیکه در صف اول هیات حکم در صف دوم روسای تیم ها و در صف سوم بیرق های تیم های مربوط قرار داشتند آهسته آهسته بسوی لوز جمهوری بخاطر تقدیم احترام بحضور رهبر انقلاب می آمدند اسب عاجین به آهستگی و موزون پامی گذاشتند که گویا سالباً تعلیم گرفته بودند بالاخره مراسم احترام خاتمه یافت و مسابقه میان ده تیم به اشتراک ۳۰ اسب و

میشد رواج پیدا نمود آنهم روی تصادف نبوده بلکه در موقع لشکر کشی سکندر مقدونی درین سرزمین که مبارزه مردمان آن و مقاومت بسیار شهادت آنها در دل تاریخ ثبت است موقعیکه میخواستند در جنگ هاترس و وحشت را بردل لشکریان سکندر بیندازند و آنها را مجبور به عقب نشینی سازند تکتیکی بکار بردند تا با سرعت هر چه تمامتر در میان آنها حمله برند و سپاهیان سکندر را با زور بازو و توانایی و جابجایی که از خواسته های سوارکاری مخصوصا بزکشی است گروگان بگیرند و با خود بیاورند عدهای هم عقیده بر آن دارند که با وجود اینکه سوارکاری و علاقه به اسب میان مردمان آریانا خیلی زیاد بود که حتی نام های خانواده هارابه آن مسما میکردند ولی این ورزش با آمدن مغل و حمله لشکریان چنگیزخان در میان مبارزین این سرزمین آغاز گردیده به سر صورت چون اساسش گذاشته شده چون مردم مانع میخواستند غفلت نمایند و تنبلی را بخود راه دهند و درین اندیشه بودند نادر صورت حمله از کدام طرف آماده هرگونه مجادله باشند این تاکتیک جنگی را بالاخره رنگ ورزش دادند تا هم اسب ها همیشه آماده پیکار باشند و هم جوانان و این ورزش بالاخره یک ورزش مردمی در میان مردمان صفحات شمال کشور ما که بهترین محل برای تربیه اسب ها است باقی ماند زمانی تنها مردم در روز های عید و محافل عروسی مسابقات آنرا بر پا میکردند و از دیدن آن لذت میبردند تا آنکه آوازه اش بلند شد که نه تنها مردمان داخل کشور بلکه خارجی ها خیلی به آن علاقه مند شدند و آرزوی دیدن آنرا کردند و نویسندگانی رومانیای در مورد بزکشی نوشتند و قهرمان های داستانهای خود را چاپ انداز ها انتخاب کردند تا بالاخره کمی های فلمبرداری متوجه آن شده و فلمی هم از آن تهیه کردند .

از آنجائیکه امروز مردمان زیادی درسراسر جهان مشتاق تماشای این ورزش هستند دولت جمهوری هم برای رونق آن توجه نموده از این رو برگزاری مسابقات آنرا مخصوصا همه ساله در اول غرپ در کابل تصمیم گرفت .

در کشور ما دونوع اسب برای بزکشی گماشته میشود که یکی تاناراست و یکی هم اسب خالص افغانی که اولی دارای اندام مناسب ولی تیز بوده در ولایات بدخشان ، تخار ، کندز ، بغلان و سمنگان یافت شده و نسل دوم در ولایات بلخ ، جوزجان و فاریاب پیدا میشود که دارای هیکل خیلی قوی بوده و خیلی نیرومند است . خوراک اسب های بزکشی جو ، علف ، بیده ، مالیده و تخم مرغ است یک اسب بزکشی از اوایل بهار الی اوایل خزان جای بند بوده تنها میخورد و میخوابد و تشنه را ایام زمستان از آنها برای بزکشی استفاده می کنند ، اسب ها آنقدر در بزکشی اهمیت دارد که

قوی هیکل و زیبا سوار بود و بز را در دست داشت یکباره از میان اسب های بیرون شد بر دیگران مجال نداد و بیرق را دور زد گرچه اسب های دیگر میخواستند مانع او شوند ولی سود نبخشید و او موفق به گرفتن یک نمره برای تیم خود شد ولی نتوانست کار خود را دوام بدهد زیرا دیگران او را دنبال کردند تا آنکه بز به زمین افتاد ، درین فرصت چند دقیقه ای بیش به ختم بازی نمانده بود ولی چاپ انداز ها از تلاش نمی ایستادند هر یک میخواست نمره ای برای تیم خود کمایی نماید هر لحظه صدای بیم خوردن رکاب ها و قمچین ها بگوش میرسید تلاش ها جایی را نمی گرفت زیرا خیلی مشکل مینمود که از میان ۳۰ تن از قوی ترین چاپ انداز ها و اسب ها چیزی بدست آورد تا آنکه ریفری ختم بازی را طوری اعلان کرد که بازی تنها یک نمره به نفع تیم ولایت بلخ بود .

ما میخواستیم راپور تازه مفصل همه بازی های همانروز را برای خوانندگان ارجمند ژوندون تهیه داریم ولی نسبت ضیق صفحات از آن معذرت خواسته تشنه را اینجا از بازی ها و بازی اول میان تیم های ولایات جوزجان و فاریاب ۴ مقابل ۴ مساویانه خاتمه یافت .
بازی دوم میان ولایات تغر و سمنگان ۱۳ مقابل ۷ به نفع تیم سمنگان خاتمه یافت که در نتیجه سمنگان با گرفتن این رقم قهرمان بزکشی امسال شده بیرق را بدست آورد .
مسابقه سوم میان ولایات بلخ و کندز که ۱۱ مقابل ۷ به نفع تیم کندز خاتمه یافت و کندز مقام دوم را حایز شد .

مسابقه چهارم میان بغلان و بدخشان بود که بازی ده مقابل هفت به نفع بدخشان خاتمه یافت و مسابقه پنجم میان ولایات پروان و بامیان بود که بازی یک مقابل صفر به نفع تیم بامیان خاتمه افت .

به این اساس تیم ولایت سمنگان مقام اول و تیم ولایت کندز مقام دوم و تیم ولایت بدخشان مقام سوم را حایز گردیدند .







آلات موسیقی افغان توجه زیادی از علاقمندان را جلب نموده است

نمایشگاه آلات

موسیقی افغانی

نمایشگاه آلات موسیقی افغانی در سالون نمایش های لیسه عالی استقلال افتتاح گردید. در این نمایش که از طرف مرکز کلتوری فرانسه دایر گردیده بود، جمع غفیری از علاقمندان آلات و هنر موسیقی اشتراك نموده بودند.

ما برای ازدیاد معلومات خوانندگان گرام مجله ژوندون و دوستانان موسیقی افغانی مصاحبه ای با مسیو (لوموون) که تنظیم کننده این نمایشگاه بود و یکتن از معلمین مرکز کلتوری فرانسه است بعمل آوردیم که ذیلا تقدیم میگردد:

مسیو لوموون مدت نه ماه می شود که در افغانستان اقامت دارد و هشت ماه دیگر نیز در افغانستان خواهد بود. او به کشور ما و آثارش علاقه فراوان داشته و ازینکه فعلا در افغانستان است خیلی خوشحال به نقل میبرد.

نظریه همین علاقه اش بود که بنابه پیشنهاد مرکز کلتوری فرانسه در کابل نمایشگاه آلات موسیقی افغانی و آلانی را که در افغانستان تاخته میشود ترتیب نموده و بمعرض نمایش

قرار داد. از لوموون می پرسیم: هدف از دایر نمودن این نمایشگاه چیست؟ در جواب میگوید: مرکز کلتوری فرانسه همیشه نمایشاتی را در سالون لیسه استقلال برگزار میسازد، چنانچه چندی قبل نمایشگاه آثار رسامی متعلمین لیسه استقلال را دایر نموده بود. به سلسله همین نمایشات مرکز کلتوری فرانسه دست به ترتیب چنین نمایشگاهی زده است.

لطفاً بگوئید که چه مدتی را ترتیب این نمایشگاه دربر گرفته؟

ترتیب این نمایشگاه تقریباً دو ماه را در بر گرفته است، باید اضافه کنم که من درین دو ماه متواتر کار نکرده ام، فقط در اوقات فراغت در جمع آوری آلات موسیقی مصروف می بودم، زیرا کارهای درسی ام خیلی زیاد است، اگر چنین نمیبود، میتوانستم در ظرف چند روزی آنها بطور متواتر، چنین نمایشگاهی را بوجود

آورم.

آلات که شامل نمایشگاه است تمام آن از سرزمین افغانستان است یا ..؟

حرفم را بریده میگوید: مقصدانرا فهمیدم.

بلی اکثر این آلات موسیقی از سرزمین باستانی افغانستان است، منتهی چند آله محدود آن از هندوستان میباشد، که آنهم بطور ماهرانه در افغانستان نواخته میشود و نواختن آن در افغانستان رایج است.

تعداد این آلات در نمایشگاه به چند میرسد؟

تعداد آنها در حدود سی آله موسیقی میرسد، تا جاییکه توانسته ام آنها را پیدا کرده ام، بعضی از آلات را که نتوانسته ام بیابم، عکسهای آنها در نمایشگاه جاداده ام.

این آلات را از کجاست آورده اید؟

تقریباً نصف آنها خریداری نموده ام، بعضی از آنها را دوستان افغانی ام برایم به امانت داده اند.

که از همکاری همه دوستان سپاسگزارم.

بیشتر گفتید که نصف این آلات را خریداری نموده اید، با آنها بعد از ختم نمایشگاه چه میکنید؟

آنها را با خود به فرانسه می برم و در پهلوی دیگر کلکسیون های آلات موسیقی که

از چند مملکت دیگر دارم قرار میدهم.

شما گفتید کلکسیون های آلات موسیقی بعضی ممالك را دارید؟

بلی.

از کدام ممالك؟

من تاحال موفق شده ام کلکسیون آلات موسیقی افریقا و امریکای جنوبی را بدست آورم. این آلات موسیقی افغانی را نیز در پهلوی آنها جا میدهم و کوشش میکنم تا بعضی آلات موسیقی افغانی را که تاحال نخریده ام تا موقع رفتنم به فرانسه خریداری نمایم.

درباره آلات موسیقی افغانی چه نقل دارید؟

آلات موسیقی افغانی از نگاه آواز خوش که دارد فکر میکنم سرآمد تمام آلات موسیقی جهان باشد.

آلات موسیقی افغانی نظریه بسیاری از آلات موسیقی غربی مکمل تراست مثال، رباب و تنبور از نگاه تاریخی فرعی (بجکی) نسبت به گیتار که آله موسیقی غرب بشمار میسرود مکمل تر میباشد.

لوموون می افزاید: موسیقی افغانی بسیار زیبا و جالب است مخصوصاً موقعیکه دستجمعی نواخته میشود.

دلچسپتر اینکه در این سرزمین آواز خوانان آن آزادانه میتوانند دهر گنج و کنسار آلات موسیقی شانرا بصدا درآورند که این خود به زیبایی طبیعت می افزاید در حالیکه در مملکت ما (فرانسه) چنین نیست.

به نظر بنده هر وقت و در هر جاییکه دل انسان خواست آله موسیقی را که در دست دارد بنوازد و بشنوند.

تا چه اندازه به موسیقی افغانی بلدیت دارید؟

از بسکه موسیقی افغانی را زیاد شنیده ام، حالا میتوانم که آواز يك آله موسیقی را از دیگرش تشخیص بدهم، در حالیکه برای يك خارجی بار اول که می شنود، تشخیص آن کار آسان نیست.

کدام آله موسیقی افغانی را میتوانست بنوازد؟

تاحال نه اما، میخواهم رباب و تبله را نزد کدام استاد فن آن فراگیرم، زیرا به تنهایی نمیشود به آن دسترس پیدا کرد.

مقایسه بین آلات موسیقی افغانی و غربی را بطور بررسی می کنید؟

موجودیت آلات ساده در موسیقی افغانی از قبیل دایره، زیر بقلی، دنبوره، غیچک و غیره که زمینه نواختن را برای هر علاقمند آن مهیا میسازد که به این اساس تعداد نوازنده چنین آلات در افغانستان به وفرت بملاحظه میرسد، موسیقی افغانی را از موسیقی غربی متمایز میسازد.



همه با علاقمندی خاصی ازین نمایشگاه دیدن میکردند

- می پسنید ؟ - به آهنگ رباب و تنبور علاقه زیاد دارم .
 - کدام نوازنده آله موسیقی افغانی را می شناسید یا خیر ؟
 - بلی، آقای روحنواز رامی شناسم و هنر مندی وی درنواختن رباب قابل ستایش است .
 - شما که از خلال گفتار تان معلوم شد تا اندازه به موسیقی افغانی و نوازندگان آن آشنایی دارید، آیا آواز کدام هنرمند افغانی را هم دوست دارید ؟
 - بلی آواز استاد محمد حسین سراجنگ رادوست دارم و شب های رمضان در کنسرته اشتراک میکردم .
 - آیا باز هم میخواهید کدام نمایشگاه دیگری نیز برگزار کنید ؟
 - بلی مرکز کلتوری فرانسه همیشه سعی دارد تا نمایشگاههای از آثار مقبول افغانستان ترتیب دهد . خودم امیدوارم در پهلوی این نمایشگاه بتوانم نمایشگاه های از قالین های افغانی ، زیورات افغانی و آرت افغانی ترتیب دهم .
 از مسئولان و موون که حاضر شده بود تا لحظه ای با هم درباره این نمایشگاه به گفتگو بنشینیم از جانب خود و اداره مجله تشکر نموده می نمایم .



در نمایشگاه تقریباً تمام آلات موسیقی افغانی به معرض نمایش گذاشته شده بود



باستانشناس فرانسوی در حال تهیه غذا



(فرانسوی یز سلاو ستری) برای آخرین بار در کنار شو هرورژنشن



بیچاره سلاو ستری بیش از شانزده ماه تمام رادر چنین کلبه های که از نی ساخته شده گذرانده

از منابع آلمانی :

سیاهپوستان آفریقائی یکرزن باستانشناس ۳۸ ساله امریکائی را اسیر گرفتند

سلاو ستری باستانشناس پسری نا معلوم می برده شده است زن باستانشناس با ششیدن این خبر دلخراش نه توانست از شدت تأثرش بکا هد زیرافرا نسوی ها معتقد بودند که سلاو ستری برده و تلاش برای زاری های او بی ثمر خواهد بود. زور نا لیستان فرانسوی که می دانستند سلاو ستری زنده است و این خبر رادیوی فرانسه

سلاو ستری) بود که در دست یغما گران آفریقای محله تیششتات اسیر باقیمانده بود. چندین بار مباحثاتی بین فرانسه و سران - سکنه (تیششتات) صورت گرفت اما هر بار این مباحثات به ناکامی - منتهی میشد.

یکروز سلاو ستری فرانسوی از رادیوی ترا نر ستور رش این خبر را از رادیوی فرانسه شنید که

دکتر ستان فن که از برادرزاده های گوستاف هاینریش - جمهور سابق آلمان بود پس از سه ماه آزاد شد و بجهت آنکه روابط دیپلوماسی دولت فدرالی آلمان و (تیششتات) قطع شده بود. «بن» بخاطر رهایی دکتر ستان فن دو میلیون مارك پرداخت. مارك گومبی نیز در ماه می همین سال بسوی ایبیا فرار کرد و فقط تنها این و فرانسویز

(شما داروی خواب ابدی دار ید بایست بدانید که من اکنون دیگر امیدی بر هابی از جنگا ل این آدم های کثیف و قسی القلب ندارم . باور کنید شما مگان ها ن همینکه - آفتاب غروب میکند فکر میکنم بایان روزهای زندگی منست و شاید از فرط اینهمه شکنجه های روحی - فردا بر نخیزم ، خوا هش میکنم ، التماس میکنم اگر باخود چنین - دارویی داشته باشید لطفا از روی عطوفت و نو عدوستی آنرا در - اختیارم گذارید میخوا هم بهم چیز امان دهم ، بخودم ، به آرزو هایم و...) این جملات دردناک را (فرانسوی یز سلاو ستری) یکرزن باستان شناس فرانسوی در حالیکه دانه های اشک چون مر وارید روی صورتش می غلتید و بغض گلوش را میفشرد و به زور نالیست فرانسوی هنگام مقابله شدن بیان داشت ، این زن ۳۸ سال دارد. ازدواج کرده و طوریکه گفته آمد شغلش باستان شناسی است و ادعا دارد که از زندگی سپیر شده زیرا پوره این شانزده ماه میشود که در وسط دشت های سو زان و سنگلاخی و سخره سنگهای - (تیشستی) ویا (تیشات) سر زمین غیر قابل اسکان آفریقای که آنجا راجل یغما گران و چپاول گران آفریقا نا میداند به اساس - ایجاب و طیفه آنجا رسیده بود به وسیله تیشستی ها گروهی از - سیاهپوستان آفریقا اسیر گردید. وقتی هر صبح آفتاب طلوع میکند او را هشت مرد مسلح از مخفیگاه

بیرون می کشند و با لایش اعمال طاقت فرسا و شاقه را انجام می دهند. بعدی که این حرکت برای زن باستان شناس سخت تکلیف ده است و بیچاره همواره فکر می کند که راهی زندان است .

سروز شما ری های سلاو ستری بایانی ندارد ، سلاو ستری که تاب شکنجه را بیش از آن آورد نمی تواند در (۲۱) اپریل ۱۹۷۴ ششید مریض میگردد. در همین تاریخ در (وازی باردای) یکی از نقاط کوهستانی (تیشات) بهمکاری (مارس گومبی) ویک داکتر آلمانی (کریستوف استافن) دوباره صحتش را باز می یابد و بدینتر تیب (مارس گومبی) همکار و استافن دکتر آلمانی که با او همراه بودند نیز اسیر می ماند.



درین عکس سلاوستری و ادرقبیلہ جاسو سان می یابند .

مباحثات مجدد فرانسوی ها با عث
رهایی او خواهد شد . سفیر
فرانسه روزانه دسته های گل
سرخ برای سلاوستری می
فرستاد اما این زن ازینکار سفیر
مملکتش زیاد را ضی نبود زیرا او
معتقد بود که دسته های گل چه
کمکی میتوانست برای او بکنند
بعد هائیکه از جاسو سان نشتات
سلاوستری را در محل دیگری می
برند ورسیدن ژورنالیستان -
فرانسوی بدان محل باز هم این -
امید واری را برای زن باستانشناس
تولید کرد که از اسارت نجات
خواهد یافت .

در پایان ماه جولای ۱۹۷۵
بازهم مباحثه تازه ای درینمورد
صور تگرفت و پافشاری های
(استفان هنسل) نماینده فرانسوی
جایی را گرفته نتوانست و حکومت
تشتات دنباله مباحثه را قطع کرد .
ماه اگوست روبه اتمام بود و
فرانسویز سلاوستری هنوز هم در
چنگال سیا هیوستان اسیر بود ،
درائتای عزیمت ژورنالیستان به
سوی فرانسه سلاوستری گریه
را راه انداخت اما متاسفانه هیچ
کس حاضر نشد برای زنی که (۱۶)
ماه تمام رنج فراوان کشیده بود
دوای خواب ابدی بدهد .

تمام نقاط صحرا ها و بین سخره
های (تیبستی) را که بنام سرزمین
(فورت لامی) نیز یاد میشود ، -
تفتیش کردند ودر هر روز تقریبا
۸۰ کلمه مترا مارا شمر میکنند ،

سرانجام بهدفرسیدند و سلاوستری
را پیدا کردند و همراهی آن زن -
ستمیدیده حرف زدند ، زن اسیری
که پیوسته از یک مخفیگاه بد یگر
مخفیگاه و از یک سنگلاخ به -
سنگلاخ دیگر برده می شد ، -
ربایندگان تیبستی هر لحظه برای
بیچاره خطر مرگ را تولید کرده
بودند که در اثر فشار های زیاد تمام
قوای جسمانی اش به تحلیل رفته
بود اما هنوز هم زنده بود و میدوار
تاروژی آزاد شود به آنهمه شکنجه
ها پایان بدهد ، در گرمای روز
در دل دشتها و سخره سنگها و -
سنگلاخ های سو زان کار میکردند و
شبانگاه بالجن زار ها و صند ها
حیوان وحشرات موزی همبستر
بود با آنهم میگفت من یک باستان
شناس هستم و تلاینجا هستم سعی
خواهم کرد روی شغل خویش کار
کنم .



(مارس گو مبی) فرانسوی که
بوسیله مونسری بزودی از چنگ
سیا هیوستان فراد کرد .

برایشان هیچان آور مینمود به
وسیله طیاره به سر زمین سنگلاخی
(تشتات) پایین آمده و خواستند
اجازه ملاقات اسیر مذکور را از -
سیا هیوستان بگیرند و به اصرار
اصرار پیهم آنان (الیساین هابری)
قوماندان آنجا بالاخره موافقت
کرد .
ژورنالیستان فرانسوی -
مارش کنان بهمراهی کو ماندو می



باستان شناسی فرانسوی در سنگلاخهای تیبستی .

های خصوصی خود را برپا داشته و از محل های مسکونی که کمپنی برایتان داده بسو د خارج شدند .

هنگام جنگ عمومی دوم دیگوبیچ پایگاه کشتی های سریع و رادیوی بحری مبدل شد. دو کشتی تندرو که در توفان بحری سال ۱۹۴۴ در هم کوبیده شدند هنوز آثار آنها در جنگل این جزیره وجود دارد. روبرت سکا که با گروه چاکوس در سال ۱۹۵۰ به جزیره سفر کرد گزارش داد که در دامنه شرقی جزیره نیز دهکاه های کوچکی بوجود آمده است. اومی نویسد : (دفاعه شرقی شباهت زیاد به دهکده های ساحلی فرانسه دارد) او همچنان نوشت (رنگ روشنی از ستن کهن که با کلیسا ارتباط دارد دیده می شود ... در دهکده ها گدام های سید، فابریکه ها و کارگاه ها دیده میشود که در اطراف زمین هاسر سبز تمبه شده اند .)

همچنان اواز استقبال گرم اهالی و اینکه مانند انگلیس ها به پیشو از مردم با بیرق می روند، چیزهای نوشت .

باشندگان جزیره صاحب کشتی های شخصی، وسایل ماهیگیری ، باغ های سرسبز و گله حیوانات بوده و در جامعه مشترکی زندگی می کردند که بگفته سکا (ریشه های

آن درهم کوبیده شده و جامعه ای که مناسب به شرایط جزیره است رشد کرده است .) در آغاز سال های شصت صنعت کوپرا با کشف گوا (کودی که از فضل مرغ دریایی یا زماهی می سازند و همراه با فوسفات برای کود کیمیاوی بکار می رود ۴۰) رونق بیشتری یافت و این ماده به بیرون صادر گردید . با جنبشی که برای استقلال این جزایر در موریوس بحث مرکز آن صورت گرفت ممکن این جزیره روزی یکی از جالب ترین جاسای برای سیاحان می بود ولی این کار صورت نگرفت .

مجموع الجزایر چاکوس به آرامی به منطقه استراتژیک دفاع غرب در اواخر سال ۵۰ بدل شد. از آن پس متخصصان نظامی امریکا به ضرورت داشتن وسایل مخابراتی در بحر هند آگاهی یافتند . زیرا از اریتر یای حبشه تا فلیپین چنین وسایلی در دسترس نبود. و هر دو کشور امریکا و انگلستان از موقعیت جغرافیایی و طبیعی مناسب دریاچه دیگوگارسیا آگاهی داشتند.

و عده به هند :

تقریباً سال های ۱۹۶۳-۱۹۶۴ بین دو حکومت انگلستان و ایالات متحده روی سر نوشت آینده جزایر واقع بحر هند مذاکره آغاز شد

و آنان با خروج انگلستان از عدن متوجه شدند که پایگاه دیگری برای سوخت گیری به طیاره های نظامی که از جزیره گان بسوی سنگاپور پرواز می کنند ضرورت است .

این کار صدای اعتراض هند را بلند کرد ولی حکومت انگلستان وعده داد که نه به خودش و نه هیچ کشور دیگر اجازه میدهد که يك (پایگاه بحری در بحر هند) برپا دارد . و ویلسن بارها گفت که حاضر نیست پایگاه نظامی بی رابرمردمان اصلی جزایر تحمیل کند .

ولی این اطمینان هادر عمل به سراب مبدل شد. انتونی گرینود وزیر امور مستعمرات بتاريخ اپریل ۱۹۶۵ سفری به موریوس نمود تا روی مساله استقلال برخی جزایر مذاکره کند. در نتیجه برخی از جزایر کوچکتر بشمول گروه جزایر چاکوس همچنان مستمره ماند و بنام ساحه خاک بریتانوی بحر هند نام گذاری شد .

حکومت انگلستان برای جزایر سیشل و موریوس مبلغ ۳ میلیون پوند درازای خرید برخی جزایر پرداخت .

اکنون انتونی گرینود استدلال می کند که او در آن زمان فکر کرده ساکنین جزایر (گروه کوچکی از ماهیگیران و شکارچیان اند .)

بهر ترتیب ساکنان جزیره باید کوچانده شوند زیرا انگلستان وبخصوص ایالات متحده برای امتیثش به آن جزایر ضرورت دارند . باشندگان ناراض و همسایگان عاصی مورد غضب پایگاه های خارجی ایالات متحده قرار گرفتند .

انگلستان به ایالات متحده گفت: که باید کمپنی ها و (کارگران قراردادی) خریده شوند. به این ترتیب کمپنی چاکوس ، اکالیکا و شرکا مبلغ يك میلیون پوند درازای ترك جزایر بدست آورد .

این منطق توسط اعلامیه ای بتاريخ ۴ می ۱۹۶۶ مبنی بر اینکه حکومت انگلستان میخواهد که جزایر ساحه خاک بریتانوی بحر هند را (بی نفوس) بسازد، ارائه شد. در همان موقع موافقت نامه ای بین لاردر چالانت از وزارت خارجه انگلستان و داوید بروس سفیر ایالات متحده امضا شد که در نتیجه آن جزیره دیگوگارسیا می تواند برای (مقاصد نظامی) تا مدت پنجاه سال استفاده شود .)

در همان موقع نه ایالات متحده و نه حکومت انگلستان قدرت آثرا داشتند که تشریح کند که چه ضرورت است که جزایر غیر مسکون لطافورق بزنید



تا این اواخر ، ساکنان جزیره زندگی آرام و بی درد سر داشتند .



در این چهره موج اندوه دیده می‌شود

می‌تواند با درستی بیشتر هدف را تعیین کند. مبدل شد.

جنگ اخیر عرب و اسرائیل بیشتر امریکا را متوجه بحر هند نمود و جیمز شلیستون روزیر دفاع از کانگرس پول بیشتر خواست تا قدرت زیادت در بحر هند بدست آورد و برای اینکار خواست تا پایگاه دیگوارسیا وسعت بیشتری از لحاظ تسهیلات برای نشستن طیاره های بی-۵۲ بیابد. کانگرس در برابر ۲۹ میلیون دلار درخواستی پنتاگون اعتراض کرد. این کار برای یک سال به تعویق افتاد. پنتاگون به چال دیگری متوسل شد و عکس های را به کانگرس تقدیم کرد که نشان داد اتحاد شوروی دست به ساختمان پایگاه بزرگی در بندرگاه ببرا واقع سو مالیا زده است بالاخره بتاريخ ۲۸ جولای امسال پنتاگون قدرت مصارف را در جزیره یافت.

این کار رقابت بین شرق و غرب را در راه مسلح ساختن بحر هند تشدید کرده و به همین دلیل کشور های مربوط به بحر هند از این وضع ناراضی اند.

خطر عمده این است که پایگاه دیگوارسیا نه فقط مصارف زیاد را جذب می‌کند بلکه نقطه دائمی را برای برخورد دو قدرت بزرگ آماده می‌کند.

به اوکینا وای دیگری مبدل کنند. در این جریان، بحری که سیاستمداران امریکایی به شمول دانیال مویسپان نماینده آن کشور در مو سسه ملل متحد، آترامپترین جای برای حفظ منافع امریکا خوانده اند. اکنون به نقطه داغ برخورد بین غرب و شرق مبدل شده است.

در واشنگتن صا حب منصبان پنتاگون در استدلال خود از پشتیبانی حکومت کارگر و محافظه کار انگلستان حرف زدند.

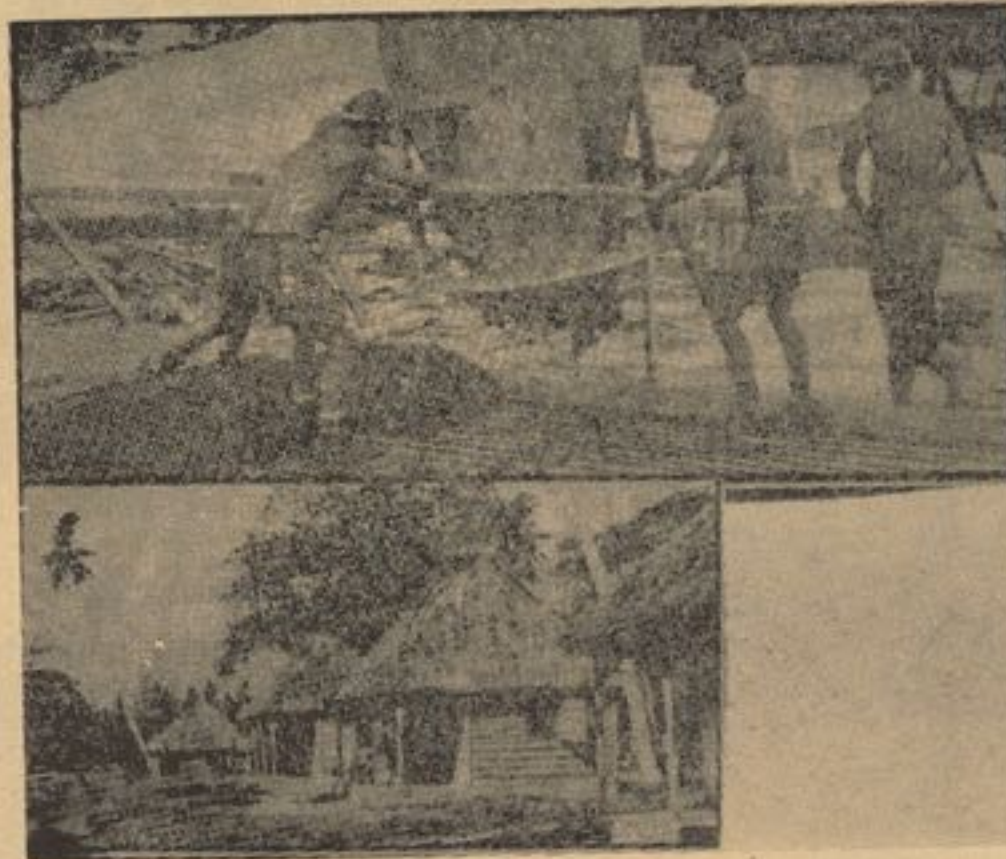
در سال ۱۹۶۶ که قرار داد امضا شد امریکا مصروف جنگ ویتنام بود. ولی در سال ۱۹۶۷ دانشمندان نظامی امریکا و انگلستان جزیره را سروی کردند.

ادمیرال جان مک سین این جزیره را (مالتای بحر هند) خواند.

اتحاد شوروی فرستادن قمر مصنوعی زونده بر منطقه نظارت را آغاز کرد. طی سال های ۱۹۶۸-۶۹ تعداد گشتی های جنگی از ۵۲۹ به ۱۱۳۸ افزایش یافت.

بعد از پیروزی محافظه کاران در انتخابات سال ۱۹۷۰ ادمیرال الموزوسوالت قوماندان قوای بحری ایالات متحده به سرالک دوکلاس سوم پیام تبریکی فرستاد و خواهان همکاری بیشتر گردید. به این ترتیب در د سامبر همانسال موافقت نامه ای برای استفاده مشترک از امکانات (مخابراتی) امضا شد.

به این ترتیب جزیره از یک مرکز مخابراتی طول موج کوتاه به سیستم مخابرات بحری امیکا که بوسیله آن زیر دریایی های ذروی



در ماه مارچ همان سال امریکاییان آمدند. ایشان به مردمان کوک، شیرینی و بیرو میدادند و تخلیه توسط دوگشتی آغاز شد.

دراول اهالی اجازه داشتند تا برخی اموال را با خود ببرند و به ۳۵ نفر آخر فقط اجازه بردن بارویستره داده و حیوا ناتیکه شدیدا به آنها علاقه داشتند باقی ماند.

و تیکه با ۵۰ نفر اهالی جزیره در موریتوس صحبت شد زنان گفتند بخاطری ما آرامش جزیره را ترک کردند که چاره دیگر نداشتند و از طرفی به آنها گفته شده بود که در موریتوس زمین و پول برایتان داده میشود.

یکی از اهالی قصه می‌کند که: (هنگامیکه به جزیره سیشل پیاده شدیم پاول موسنی که امور دادن خانه و زمین را برای ما به عهده داشت هر لحظه خود را تیر می‌کرد تا اینکه ما را به زندان شهر بردند و در آنجا شب خوابیدیم.)

آخرین دسته بسال ۱۹۷۳ وارد موریتوس می شدند با آگاهی از اینکه نه پولی نه زمینی به انتظار شان است از گشتی پیاده نمیشدند تا اینکه حملان بندر حاضر شدند آنان را بخانه هایشان جای بدهند. تاکنون از پول و زمین خبری نیست. مقامات موریتوس ملامتی را به گردن توفان بحری ماه فیروزی که ۹۰ هزار نفر را بی خانمان کرد، می‌اندازند.

خانه های سابق جزیره دیگوارسیا توسط امریکاییان از یک (محل سکونت همگانی) یک منطقه خشک نظامی مبدل شده است. طی نه سال اخیر امریکاییان به صورت مخفی طرح نموده اند که چگونه این جزیره را از هر لحاظ

ساخته شود در حالیکه از آن عاقل به مقاصد (مخابراتی) استفاده میشود و یا اینکه چرا کمپنی های کوپراسازی مسدود شوند.

این مساله هنوز در برده اسرار مانده که واقعا حکومت انگلستان و مالیه دهندگان آن چه اندازه پول در برابر پیشکش این جزیره (غیر مسکون) به ایالات متحده که آن را یکی از بزرگترین پایگاه هایش مبدل کند، بدست آورده اند. برای بدست آوردن این جزیره حکومت انگلستان چار میلیون پوند (بسرای جزایر موریتوس، سیشل و کمپنی های ناریال) پرداخت. در موافقت نامه چنین گفته میشود که هر دو کشوری توانند از این جزیره استفاده کنند و اندازه کار گرفت آن هم بسته بمقدار پرداخت پول می باشد در حالیکه ایالات متحده مجبوره پرداخت (کرایه) نیست.

با نهم درواشنگتن افشاء شده که ایالات متحده ۱۱۵ میلیون دلار در ازای ساختمان های سابق و کوچاندن اهالی این جزیره به انگلستان می پردازد.

این پول از جانب کانگرس تصویب نشد. زیرا گفته شده که این پول باید در عوض خرید تحقیقات راکت های پولاریس که انگلستان آن را بدست آورده مجرا شود. به این ترتیب انگلستان بدترین معامله را نموده است.

اکنون اداره گران مستعمرات انگلستان در جزایر سیشل به مشکل جای دادن امریکاییان مواجهه اند. اینان برای اخراج گارگسران هنگامیکه آنان به تفریح رفته بودند اجازه بازگشت ندارد و ۷۰۰ نفر تا پایان سال ۱۹۷۰ از این جزایر اخراج شدند.

برای اینکه پای حکومت انگلستان کشیده نشود این کار را توسط روسای کمپنی های فعال در جزایر انجام دادند. و این کار را با کوچاندن اهالی دیگوارسیا به موریتوس که ۱۲۰۰ میل فاصله دارد انجام دادند.

موسینی صاحب کمپنی نار یال در جزیره می گوید:

(از لحظه ای که چشمم به این جزایر افتاد به آن علاقمند شدم. اینجا به بهشت می ماند و هنگامیکه اهالی را گفتم که جزیره ترک کنند موجی از ناراضیاتی بر چهره های شان دوید. این هاینج نسل میشود که بر این جزیره زندگی می‌کنند به آن خو گرفته و مانند آن است که درختی را از ریشه بکنیم.)

کار در فابریک سال ۱۹۷۱ متوقف شد.

زنان و

دهه انکشاف

به مناسبت سال بین‌المللی زن

نوشته: راحله راسخ

به ارتباط گفته‌های کبه ترتیب آمده است اهمیت و ارزش اجتماعی زن چنان بر ملا گردیده که هیچکس عملاً نمی‌تواند در مقابل حق مساوی زن بامرد در همه امور مخالفت ورزند جز عقب‌گرایان و کهنه پرستان. با اهمیت شایانیکه روز به روز به نفع زن در جامعه به چشم بارز دیده می‌شود، سال بین‌المللی زن و دهه انکشاف از جمله اقدامات برگشت‌ناپذیری خواهد بود که در آینده بشریت مترقی‌درپرتو ایجاد جوامع قارغ از تنافس قضایات اجتماعی به رفاه همگانی خواهند رسید زیرا ظلم و تعدیکه بر زنان روا داشته اند، مستقیماً در جامعه اثر داشته و لنگش اساسی که تا کنون در جهان دیده می‌شود از عدم توازن منشاء میگردد که سالها زن را در حصار و دور از اجتماع نگهداشته اند. بهر حال تصمیمات بین‌المللی و اقدامات پیهم‌درین راه گام به گام مبارزه زنان در راه ایجاد آرا می‌همگانی نوید بخش آینده باسعادت‌یست که امکان آن محتوم است.

چنانچه در سال ۱۹۶۶ بنابر جبر تاریخ و خواست زمان در کمیسیون موقت زن در ملل متحد درباره زنان دنیا و مقام اجتماعی آن‌ها غور و تعمق صورت گرفت و با پیشبینی یک دهه انکشاف برای زنان دنیا، تصویب سازمان ملل متحد در زمینه حاصل نمودند.

بنابراین تعقیب این فیصله تا مه در سال ۱۹۷۲ در اثر پیشنهاد کمیسیون موقت زن در ملل متحد با احساس خطراتی که فقر و گرسنگی جمعیت کره ارض را تهدید می‌کند و با نقش همه جانبه که زنان در راه تنظیم خانواده دارند و با سهمگری در انکشاف ملل با تأمین حق مساوی به مردان در برابر قساوت و همچنین جاتبداری فعال ایشان در تحکیم صلح جهانی سال ۱۹۷۵ بنام سال جهانی نقوس و سال ۱۹۷۵ بنام سال جهانی زن تصویب گردید.

البته متصل به آن دهه انکشاف به منظور ارتقای سویه اقتصادی اجتماعی، فرهنگی و سیاسی زنان و نقش بارز آنها در پیشرفت جوامع بشری، در ملل متحد پیشبینی گردیده است. و زنان سراسر جهان امید دارند تا در جریان دهه انکشاف که از جنوری ۱۹۷۶ آغاز می‌گردد نوید بخش حل پروبلم‌های حاد و مضمونی برای همه زنان مخصوصاً زنان آسیا، آفریقا و امریکا لاتین باشند.

نقاط جهان آهسته آهسته زنجیرهای تعصب و قیودات را از هم بکسند و موقف خود را منحیت همسر، مادر، مربی، معلم و رهنما و پرستاری و داکتر و غیره در اجتماع ثابت سازند و در راه ترقی و تعالی جهان بشریت گام‌های استواری بردارند و نقش خود را در بهسازی و نو سازی جوامع بشری مؤفّقانه و بی‌روز مندانۀ ایفاء نمایند. یقیناً تجلیل از موقت و مقام معنوی زن یکبار دیگر نیمه از بیکر اجتماع را به این امر خطیر ملتفت ساخته تا با دریافت راه‌های مؤثر و مفید برای بدست آوردن حقوق تلف شده خویش بر زنند تا تساوی حقوق زنان بامردان در برابر قانون با مقبوس واقع می‌شود و جوامع تأمین گردد و همه نسل‌های بشر بدون تبعیض و امتیاز در پناه حیات مرفه و مسعود در پرتو تحکیم صلح جهانی زندگی نمایند و باید متذکر شد که زنان سراسر جهان با احساسات عمیق انسان و با روحیه شعارهای سترگ مساوات و انکشاف و صلح کشور های جهان را با نظام‌های مختلف ایشان به هیچان آورده و توجه جدی جهان را به حقیقت نیروی واقعی انسانیت و خویش، در اعمار جوامع بشری جلب نموده اند که برسمیت شناختن هر چه بیشتر موقت اجتماعی زنان به حیث عضو و تساوی حقوق جامعه بشری اعتراف گردیده است.

سال بین‌المللی زن باشعاً رسه گانه آن (مساوات، صلح و انکشاف) تقریباً یکسال قبل آغاز گردید و اهمیت خاص آن از آنجا نمایان می‌گردد که یک جنبش جهانی در راه تقویت و ارتقای مقام زن از لحاظ اقتصادی، اجتماعی، سیاسی و فرهنگی صورت گرفته و به موقت و شان زن بسویه جهانی تسویه مبدول گردیده است.

گذشت زمان باوقایع و رویداد هایش گهی نقش و ارزش معنوی زن را بطور برجسته تبارز می‌دهد و گهی شخصیت اجتماعی و حقوقی او را در عقب پرده‌های ابهام و تاریک مخفی می‌سازد اغلب زمان زنان در محکومیت و اسارت بسر بردند و کمتر فرصت آنرا یافتند تا برای بدست آوردن حقوق طبیعی خود مبارزه کنند و از حقوق حقه خویش استفاده نمایند.

اما جبر زمان با جنبش‌های دیموکراتیک زنان سبب شد تا در همه

وگوري، او هغه اقدامات چه داشغلې. لکرو قوتونو له خوا ترسره شويدي، وڅيړي او هغه کارونه مطالعه کاندې چه د جگړې دودونو او قوانینو سره سم یې دغیر فوځي عناصرو دساتنې په برخه کېنې باید دهغوی له خوا تر سره شوی وای، څه وپړه نلری او څه شمی دپټولو لپاره ندی نوییا هغوی ته دویزی له ورکولو څخه ډډه کول څه معنی لری؟ خو پدی صورت سره دا خبره ددرک کولو وړنده.

دهغه رپوټ په دویم مخ کی چه ددهغه بین المللی سازمان له خوا خپور شوی دی هم دایه ډاگه شویده چه، «ددوی (ددموکراتو حقوق پوهانو دپین - المللی اتحادی هیات) په مقابل کېنې چه داسراییلو دحکومت له خوا کوم مغرضانه اقدامات ترسره شول ویی نشول کولی چه هغوی دحقوق پین - الدول دضد اعمالو له کتنې څخه لری وساتی. هغه اعمال چه بدغو نیولو شویو سیمو کېنې ترسره کیدل. د همدغی یانې په پای لیک کېنې لولو: «اته میاشتی وروسته داسرا ییلو حکومت هغه لیزل شوی کمیسیون ته اجازه ورنکړه چه اشغالی سیمې وگوري چه ملگرو ملتو دامنیت شورا هلته د۱۹۶۸ کال دسپتامبر ۲۷ نیتی دتصمیم دترسره کولو لپاره هلته ورته.»

پدی برخه کېنې داهم دیا دو نی وړده چه داسراییل یوخل بیا هم هغه مخصوص هیات ته اجازه ور نکره چه اشغالی سیمو ته ولاړشی او هلته د اشغالی سیمو دغیر فوځي افرا دو وضعه وگوري. دغه هیات دسیلون سومالی، اویوگو سلاوی داستازویه شمول هلته ورلیزل کیده. اسرا ییلو به کلکه سره، عربی اشغال شویو سیمو ته ددهغه هیات له ورنگ څخه مخنیوی وکړ.

که چیرې اسرا ییل داسی تصور اوسوچ کوی چه هر کله خپلی دروازی دبین المللی هیاتونو پر مخ وتړی او هغوی لدغه کار سره ددغو سیمو دکتني څخه مخنیوی وکړی او پدی توگه قادرشی چه حقایق په یوه تیاره کنده اوڅاه کی وساتی یوا ځنسی نتیجه چه لدی کارڅخه اخستله کیرې داده چه اسراییل دهغه زرک کیسه کوی چه خپل سر په واورو کی منوی چه څوک یی ونه وینی! ځکه دغه حقایق تر هغه څه ډیر ترخه دی چه څوک یی پټ وساتلی شی. لدی خبری څخه انکار نشی کیدی چه صهیو نستانو وکولی شول چه دنیمی پیری لپاره

دغه حقایق پټ کاندې. یواځی پدی دلیل چه سیاسی چاری دیولر لوکس اوتجملی شیانو په څیر شمیرل کیدل چه په سالونو کښی اینودل کیده. خواوس په وضعی کېنې زښت زیات بدلون راغلی دی. اوس سیاسی چاری یواځی دسیاستمدارانو او سیاسی مشرانو انحصاری حق اود تفریح وسیلې ندی. نن ورځ سیاسی مسایل دخلکو دبرگنو په ورځنیو مشغو لاوو باندي بدل شويدي.

که چیرې خلکو ددی پیری په دري تیرو لسیزو کېنې پامځکی تر هغو صهیو نستی حساب شوی دیپلوماسی اودجل اوټکی څخه ډکو پروېکیندو ته اجازه ورکړه چه هغوی تیرباسی، اوس اوس نور پدی پوهیدلی چه یوڅه هم وو چه هغوی ترینه غافل یانې شويدي. ځکه چه وروسته تر شل کلو ددغو زاریو او ننواتو لدی گونکو سیمو څخه چه د «سوله ایزو اوسوله غوښتونکی» دولت، اوداسی دولت چه د تیری گونکو گاونډ یانو له خوا ورته گواښ کیري او هغه اسراییل ترستونی تیروی او «یهو» دیان سمندر ته ورتویوی «په باره کی ترسره شول، دادی نری دداسی بمونو دچاودنی سره له خبره راپا. ځیده چه نه داعرابو له خوا بلکه اسراییلی الوتکو څخه راتوی کیري اود عربی هیوادو او گاونډیانو دغیر پوځیانو لپاره مرگ او نیستی، له خانه سره منوعات راوړی.

لومړی په کال ۱۹۵۶ او بیا په کال ۱۹۶۸ کی هغه هم په غیر قابل تصور توگه داسراییلو «سوله غوښتونکی، پراختیا نه غوښتونکی او کوچنی» هیواد ډیرا ختیا له مخه دری واره زیات شويدي. داکاربنایي چه داسرا ییلو دامپراتوری دتحقیق موندلو په برخه کېنې ترسره شوی وی. هغه امپراتوری چه له ډیری اوږدی مودی راهیسی پی داسرا ییلو دجنگ وزیر موشه دایان خوب لیده، لکه څنگه چه هغه ۱۹۵۲ کال د فیروزی په ۱۲ نیټه په یوه راد یوی عربی تقریر کی وویل: «دا دخلکو وظیفه ده چه جگړی ته چمتو شی خو دغه وظیفه داسراییلو په اردو پوری اړه لری چه هغه جگړه ترسره کړی چه وروستی هدف یی داسرا ییلو دامپرا توری منځ ته راوستل دی ښکاره ده چه ددغو بیابیا تیریوانگیزه چه دلبنان په جنوب باندي کیري همدغه خوب دی. سره لدی هم ورځ ترورځی لازیات شمیر نړیوال پدی باوری کیري چه

دالف، الف ژباړه

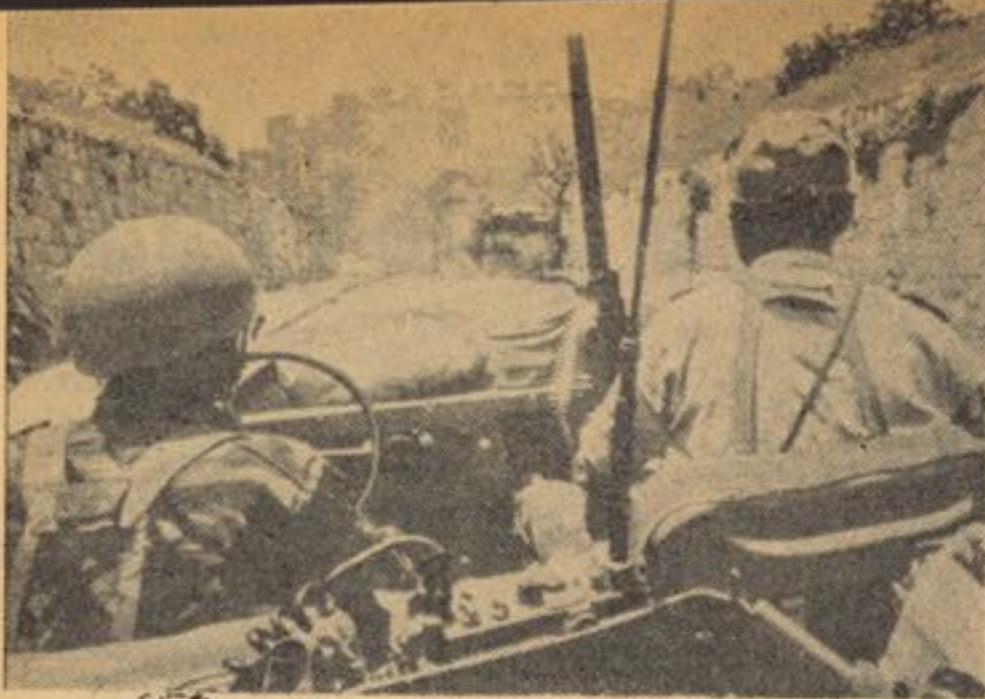
دریمه برخه

څو چه خس ټول کړو

یوه خوا پریردو او هغه دواقعیتونو دنیا وڅیړو چه اسراییل خپل ورختی نقش پکښی لوبوی. او وگورو چه هغه دبشر دپرمختگ په برخه کېنې څنگه ونډه اخلی. پدی هیله چه موږ وکولی شو دعینی وضعی یوه عینی کتنه وکړی شو نو په هغو شاهدی گانو باندي تکیه کوو چه هغه ته به عربانو پوری اړه لری اونه به اسرا ییلانو پوری. اودا کار یوی کوچنی ډلی کړی پدی چه هغه پریر دیوال مات کاندې چه اسرا ییلانو له خپله خانه چاپیر کړی دی. اولدغه دیوال څخه ورپوری نوځی او واقعیتونه دسربه سترگو وگوري. لدغی ډلی څخه یو هم ښاغلی مایکل آدامس دی چه د لندن دتایمز خبر یال بلل کیري. له بلی خوا ددموکراتو حقوق پوهانو بین المللی اتحادی دتصمیم ونیوچه یوهیات چه پکښی ښاغلو ژول چم دبروکسل دوکیلانو داتحادی حقوقی مشاور او فرا نیسیکو فابری دایتالی دناپل ډپو هنتون دبین المللی حقوقو دکرسی اسیتانت هم شامل وود عربی نیول شویو سیمو دننه ولیري څو چه له هغه ځای څخه یو کره او سم رپوټ برابر کاندې او په عربی نیول شویو سیمو کی د عربانو

«ددموکراتو حقوق پوهانو بین - المللی اتحادیه، ددغی اتحاد یی لیزل شوی هیات ته داسراییلی مقاماتو له خوا په اجازی نه ورکولو او لدغه کار څخه به ډډه کولو باندي اعتراض کوی. ځکه که داسراییلی مقامات اشغالی سیمو ته ددغی اتحاد یی هیات له ورنگ څخه چه غواړی په دغو سیمو کېنې دآواره گانو کمپونه

کیري: «ددموکراتو حقوق پوهانو بین - المللی اتحادیه، ددغی اتحاد یی لیزل شوی هیات ته داسراییلی مقاماتو له خوا په اجازی نه ورکولو او لدغه کار څخه به ډډه کولو باندي اعتراض کوی. ځکه که داسراییلی مقامات اشغالی سیمو ته ددغی اتحاد یی هیات له ورنگ څخه چه غواړی په دغو سیمو کېنې دآواره گانو کمپونه



ليک يودوفاکتو بوله منځ ته راوستله اویدی وسیلی سره یی دزیته د عربي کلی کلیوال له خپلو کروندو څخه څه هلته یی کرکيله کوله بیل کړل. هغه څه دوی یی لار ورکي کړل داوچه دهغوی کروندی او ځمکی داسرايیل ددولت برخه شوی اود هغوی کلی به اردن کښی پاتی شو.

هغوی چاره وکړه.. کلیوال بدی پوه شول چه باید ژوند بیرته پیل

کړی. هغوی دکلی به ختیځ سیمه کی دیری اولوئی ټولی کړی اود هغو ځمکو به ځای یی چه له لاسه ور کړی وی به هغو کښی یی به کر کیلی لاس پوری کړ. او به راتلو نکو کلو کښی یی نسبتا ښه کار هم وکړ. او بیا ۱۹۶۷ کال را ورسید.

دهمدغه کال دجون به نهمه یعنی

د ۱۹۶۷ کال دجگړی به پنځمه ورځ اسرايیلی یونپونه دغه کلی ته راغلل البته جگړه نه وه. خو اسرا يیلیا نو ځوهاوانه بدی کلی باندی فیر کړل چه وروسته ترهغه تسلیمیدل یو هرو مرو کار وه!

دوه ورځی ویری او وحشت به کلی باندی وزرونه خپاره کړی وو. به کلی باندی دمارشلا مقررات جلیلدل او هیڅ بیښه دلاندی شوی قوت او باندی شوی فوځ ترمنځ ونشو.

ددویمی ورځی به ماښام، یعنی د جون په یوو لسمه نیټه اسرا يیلی بولندوی (قوماندان) دزیته دکلسی دملک کره ورغی او هغه یی وپوښته چه څه شکایت پاغوښتنه لری کله نه؟ دزیته دکلی ملک چه «مختار» نومیده هغه وویل چه څه خبره نلری څوکه امکان ولری دمارشلاو فوځی حکومت دمقرراتو وخت دی لږ څه کم شی څو چه کلیوال اوبزرگران وکولی شی د

نوریا.

صفحه ۲۵

هغه څه چه کولی شی دنړی سولی تهجدی گواښ وی.

هغه خلک لږ ندی چه هېو دجگړی له دواړو خواوو سره څه خاص تعلق اواریکه نلری خو دغه خبره ځانته یو مسؤلیت کښی چه د زرهاوو فلسطینی عربو تراژیدی پوه روښانه پای ته ورسوی.

څو چه لږ خس ټول کړو

ښاغلی مایکل آدامس به خپلی یوی مقالی کی چه عنوان یی دی، «زیته بیت توبه، یالو اود اسرا يیلیانو به وسیله دسپیکلی ځمکی څخه دهغو دنشت کیدو څرنکوالی» اود ۱۹۶۸ کال دجون په ۱۶ نیټه دسنوی ټایمز په ورځپاڼی کښی خپره شویده هغه وحشیانه فاشیستی اقدامات چه په عربي نیولو شویو خاورو کښی د اسرايیلی پرغلکرو قوتونو له خواتر سره شویدی څرگندوی او وایی، «څو ورځی دمخه زه پوه ملگری د فلسطینی کلی زیته دکتلو لپاره دځانه سره بوتلم. لدی کبله چه په لاره با ندی بلدنه وونو له اورشلیم څخه به وتلو کښی دیوی نقشی داخیستلو لپاره تم شولو. یواځنی نقشه چه ما وکولی شول پیدا کړم هغه نقشه وه چه دزیارت کونکو لپاره له «سپیکلی وطن» څخه تهیه او برابره شوی وه. بدی نقشه کښی یولی وسوسه کونکی اطلاعات وچه د سپیکلی وطن به باب به سپیکلو کتابونو کی راغلی دی. او دی د ۱۹۴۹ کال داوربند موا ققت

اسرايیل هېو بدی لری خا وری باندی قناعت نکوی چه تر اوسه پوری یی نیولی ده. دغه خاوره اسرا يیلو به هغی سیمی کښی نیولی ده چه د عربي پراخو سیمو په منځ کښی پرته ده. طبیعی ده چه دغه خاوره اسرايیلو له دری ملیونه جمعیت، اوله دا یمی کسر بودجی او ویجاړ فوځی حالت سره نشوه نیولی. نو بدی اسرا س نشی ویل کیدی چه دا کار یی یواځی پخپله کړی دی. نویدی اساس ښکاره ده چه به یوه بل قوت باندی تکیه دی اودا خبره دلمر به شان روښانه ده چه دغه قوت پرته له امیریا لیزم چه د امریکی د متحدو ایالاتو په مشری لکیادی داکار کوی بل څه نشی کیدی چه روښانه هدفی دادی چه بدی سیمه کښی یوه کلکه اوږه اده ولری. دا هغه واقعیت دی چه بیابیا او اسرايیلو ته د امریکی اولویدیځو هیوادو د بیلابیلو مرستو سره تایید شویدی.

دمترقی هیوادو اوبی طرفو خلکو دیرزیات منورین به تیره بیا په لویدیځو هیوادو کښی خپل هغه دروند وجدانی او اخلاقی مسؤ لیت احساسوی کوم چه دمنځنی ختیځ به مقدسی سیمی کی یی داوسنی وضعی به منځ ته راتلو کی لری. دا خبره هغه چرخش څرگندوی چه د فلسطین د مسالی به برخه کښی اود منځنی ختیځ داوسنی وضعی به ځکه دنړی به عامه افکارو کښی راغلی دی. یعنی



در راه طوفانی



کورت وومیکوت نویسنده داستان

(کورت وومیکوت) نویسنده آمریکایی آثار گوناگونی دارد. این نویسنده به خاطر جمله هایش برپیلوهای ضعیف اخلاقی و برزندگانی معاصر اضلاع متعده، در میان جوانان خوب پذیرفته شده است. از رمانهای معروف این نویسنده (گهواره گربه) و (خداوند شما را خیر بدهد) را میتوان نام برد. داستان کوتاهی که درین صفحه میخوانید، مانند بسیاری از نوشته های دیگر این نویسنده طنز و تمسخری درخود نیفته دارد.

سیری میکرد. یونیفورمش چمک شده بود. بوتهایش پراز گردوخاک بود. ریشش تراشیده بود. دستش را به سوی مجله دراز کرد :
- بگذار این کتاب زیبارا ببینم .
دختر مجله را به او داد و گفت :
- من به زودی عروسی میکنم .
پسر گفت :
- میدانم، بیایم قدم بزنیم .
دختر گفت :
- من سخت مصروف هستم . آخر تایم هفته دیگر ازدواج میکنم .

پسر گفت :
- اگر بامن به قدم زدن بیایی، زیباتر میشوی . عروس زیبایی میشوی . صفحات مجله را ورق زد و عکسهای رابه دختر نشان داد :

- مثل این یکی ... مثل این یکی
مثل این یکی
دختر به یاد عروسهای زیبا افتاد .
چهره اش گلگون شد .
پسر گفت :

- زیبا ساختن توهیدیه مسن به (هنری استیوارت چلیستر) خواهد بود . وقتی ترابه قدم زدن ببرم، به او عروس خوشگلی خواهم داد .

دختر پرسید :
- توانا م او را میدانی ؟
پسر جواب داد :
- ها، مادرم بهم نوشت . از (پتسبورگ) است . اینطور نیست ؟

دختر گفت :
- درست است . از او خوشتر خواهد آمد .
پسر گفت :
- شاید .

دختر پرسید :
- به عروسی مامی آیی ؟
پسر جواب داد :
- فکر نمیکنم .
دختر پرسید :
- برای اینکه رخصتیت کافی نیست ؟

آندو در همسایگی همدگر، در گوشه یسی از یک شهر، بزرگ شدند . خانه های شان نزدیک کشتزار ها، جنگلها و باغها واقع بود و از آنجا منظره دلنشین برجی که زنگی داشت، دیده میشد. این برج به یک مدرسه خاص نابینایان متعلق بود .

حالا هر دوی شان بیست سال داشتند و برای تقریباً یک سال همدگر رانندیده بودند. روابط شان همواره گرم، صمیمانه و توأم با شوخی بود، اما هرگز باهم سخنی از عشق نگفته بودند .

پسر نامش (نوت) بود و دختر (کاترین) نام داشت . یکروز دراول بعد از ظهر، (نوت) دروازه خانه (کاترین) را به صدا درآورد .

(کاترین) در درواز باز کرد. مجله بزرگ و جلا داری رابه دست داشت . مجله سراسر به مسایل عروسان تخصیص داده شده بود . (کاترین) گفت :

- (نوت) !
از دیدن پسر شگفتی زده بود .
پسر گفت :

- می آیی کمی قدم بزنیم ؟
پسر خجالتی بود، حتی در برابر (کاترین) برای اینکه خجالتش را پنهان کند ، چنان صحبت میکرد انگار که ذهنش به جای دیگری باشد. این شیوه همیشه کمپ زدن او بود. حتی در مواردی که امیدی نداشت .

(کاترین) گفت :
- قدم بزنیم ؟
- (نوت) گفت :

- ها، مامی به جلو بر میداریم . بعد هم گامی دیگر روی برگها و بالای پلها ...
دختر گفت :

- نمیدانستم نودر شهر هستی .
پسر گفت :

- همین حالا وارد شهر شدم .
دختر پرسید :

- هنوز هم در دوران عسکری هستی ؟
پسر جواب داد :

- تاهلت ماه دیگر خلاص میشوم .
(نوت) خدمت عسکری رادر قوای توپچی صفحه ۳۶

- منظورت کارولینای شمالیست ؟

پسر گفت :

- درست است . نزدیک (فیت ویسل) همانجاییکه (اسکارلیت اوهارا) مدرسه میرفت دختر پرسید :

- به چه وسیله یی اینجا آمدی ؟

پسر دست وانگشتهایش را حرکت داد و به دختر فهماند که از موترها خواستش کرده است وی را بر دارند و گفت :

- دوزخ رادر بر گرفت .

دختر پرسید :

- مادرت خبر دارد ؟

پسر جواب داد :

- من برای دیدن مادرم نیامده ام .

دختر پرسید :

- برای دیدن چه کسی آمده ای ؟

پسر جواب داد :

- برای دیدن تو .

دختر گفت :

- چرا برای دیدن من ؟

پسر گفت :

- برای اینکه دوستت دارم ... حالامیتوانم

قدم زدن برویم ؟ گامی به جلو بر میداریم . بعد هم گامی دیگر روی برگها و بالای پلها

حالا مشغول قدم زدن بودند . در جنگلی که با برگهای قهوه یی رنگ پوشیده شده بود . (کاترین) فکر بود و میخواست گریه را سر بدهد. گفت :

- (نوت) ، این دیگر دیوانگیست .

(نوت) گفت :

- چرا ؟

دختر گفت :

- وقت بدی را برای اظهار عشق انتخاب کرده ای . پیش ازین هرگز چنین سخنی نزده بودی .

(کاترین) ایستاد .

پسر گفت :

- بیایم بزنیم .

دختر گفت :

- نی، همین قدر بس است . من اصلاً نباید

باتو می آمدم .

پسر گفت :

- ولی آمدی .

دختر گفت :

- برای این آمدم که ترا از خانه دور کرده باشم . اگر در آن لحظه کسی ترا میدید که

یک هفته پیش از عروسی من با چنان وضعی بامن صحبت میکنی

پسر گفت :

- خوب، چه فکر میکرد ؟

دختر جواب داد :

- فکر میکرد که تودیهوانه شده ای .

پسر سوال کرد :

- چرا ؟

پسر که اعلان انشای نقره یی رادر مجله میخواند، گفت :

- رخصتی ؟ من رخصتی ندارم .

دختر گفت :

- چرا ؟

پسر گفت :

- من فرار کرده ام .

دختر گفت :

- نی ، اینطور نیست .

پسر در حالی که هنوز مجله را میگریست، گفت :

- راست میگویم .

دختر پرسید :

- چرا فرار کرده ای ؟

پسر گفت :

- باید دریابم که نمونه نقره کاری مورد نظرتو کدام است .

بعد، نامهای نمونه هارا از روی مجله خواند :

- الهانه، خارزار، گل پرورده ؟

سرس را بلند کرد و تبسمی در لبهاش دودید :-

- در نظر دارم برای شوهرت یک قاشق نقره هدیه بدهم .

دختر گفت :

- بگو، تو واقعا

پسر گفت :

- میخواهم بروم قدم زدن ..

دختر دستهایش را بهم فشرد و با علاقه خواهرانه گفت :

- تودرباره فرار گردنت دروغ میگوی .

پسر ابروهایش را بالا برد و مانند پاسبان ها اشپلاق زد .

دختر پرسید :

- تو از کجا فرار کرده ای ؟

پسر جواب داد :

- از (فورت براگ) .

دختر گفت :

(کاترین) نفس عمیقی کشید و جواب داد :
- بگذار بگویم که ازین کار دیوانه وار
بسیار ممنونم . نمیتوانم قبول کنم که تو
فرار کرده ای . شاید هم کرده باشی .
نیتوانم باور کنم که تو واقعاً مرا دوست
داری . شاید هم داشته باشی . ولی ...

(نوت) گفت :

- دوست دارم .

(کاترین) گفت :

- بسیار ممنونم . من به حیت یک دوست
خیلی علاقه مند هستم . خیلی زیاد علاقه مند
هستم . ولی دیگر خیلی دیر شده است .
گامی از (نوت) دور شد و ادامه داد :
- تو حتماً مرا نبوسیده ای .

بعد ، دستپایش را به عنوان دفاع حرکت
داد :

- منظورم این نیست که حالا این کار را بکنی .
فقط منظورم این است که همه چی برایم
غیر منتظره است . کوچکترین تصویری ندارم
که چگونه جوابی بدهم .

(نوت) گفت :

- کمی بیشتر قدم بزنیم و لذت ببریم .
دوباره به قدم زدن پرداختند . دختر گفت :
- ازمن انتظار چه عکس العملی راداشتی ؟
پسر جواب داد :

- چطور میتوانستم عکس العملی را پیش
بینی کنم ؟ پیش ازین هرگز چنین کاری
نکرده بودم .

دختر پرسید :

- فکر میکردی خودم را در آغوش بیندازم ؟
پسر جواب داد :
- شاید .

دختر گفت :

- متاسفم که نومیدت میسازم .

پسر گفت :

- من نومید نیستم . من انتظار زیادی
نداشتم . همین خیلی خوب است که آدم قدم
بزند .

(کاترین) بار دیگر ایستاد :

- میدانی پس ازین چه واقع خواهد شد ؟
(نوت) جواب داد :
- نه .

دختر گفت :

- مادست می‌دهیم و مثل دونا رفیق از هم
جدا میشویم . مرحله بعدی همین است .
پسر سرش را تکان داد :

- خیلی خوب ! گاه گاهی مرا به یاد باور .
به یاد باور که چقدر دوست داشتم .

(کاترین) بی اختیار به گریه درآمد . رویش
را از (نوت) گشتاند و به ردیف بی انتهای
درختهای جنگل خیره شد . (نوت) پرسید :

- منظورت ازین کار چیست ؟

(کاترین) جواب داد :

- خشم !

بعد دستپایش را تکان داد و گفت :

- توحق نداری ...

پسر گفت :

- من میخواستم بفهمم که

دختر گفت :

- که دوست دارم ! من پیش ازین هم
میتوانستم این مطلب را بگویم .

- میگفتی ؟

دختر جواب داد :

- ها .

- به سوی پسر نگریست . چهره اش
سرخ میزد . گفت :

- تومیتوانستی این مطلب را بفهمی .

پسر گفت :

- چطور ؟

دختر گفت :

- تومیتوانستی بفهمی . زنها این نکته را
پنهان کرده نمیتوانند .

(نوت) از نزدیک چهره (کاترین) را نگریست .

از آشفتگی چهره او فهمید که زنها پرستی هم

عشق شان را پنهان کرده نمیتوانند . حالا در
سیمای دختر عشق را میخواند . بعد ، کاری را

کرده که باید میکرد دختر را بوسید .

دختر گفت :

- ما با هم خدا حافظی میکنیم .

پسر اندکی چهره اش درهم شد :

- خیلی خوب !

دختر دوباره به سخن پرداخت :

- ازینکه همدگر را بوسیدیم ، متاسف

نیستم . خوشایند بود . مایلی با هم نزدیک

بودیم . بایستی همدگر را ببوسیم . حسن

همواره ترابه یاد خواهم داشت .

خو شبخت باشی .

پسر گفت :

بقیه در صفحه ۵۰

- توجه انتظار داشتی ؟ یک اشتیاق



* تحقیقاتیکه تاکنون روی طول عمر انسان در هر گوشه ای از دنیا صورت گرفته نشان میدهد که عمر متوسط مردان بطورعموم کمتر از زنان است .

* زنان نسبت به مردان در مقابل بسیاری از امراض و عفونت ها مقاومت بیشتر دارند .

* اشک بهترین عامل محوکننده سموم بدن .

مردان این دسته نیرومند که قدرت جسمی فوق العاده و غیر قابل مقایسه با زنان دارند در مقابل بسیاری از امراض مقاومت بدنی شان کمتر و ضعیف تر از زنان است . این بارزنان اندکه درمجادله با امراض نسبت به مردان با نیروی بیشتر مقاومت مینمایند و قدرتی به مراتب زیاده تر از آنها دارند !

چرا چنین است ؟



زندگی امروز

پرده زیبا جلوه خاص به اتاق

میبخشد

بنابرآن در انتخاب پرده ، رنگ و هم آهنگی آن بادیگر اشیا و لوازم اتاق باید نهاییست دقت و سلیقه بکار برد . رنگ پرده هابایست حتمی یارتک در ، دیوار ، فرش ، مبیل ویا اگر اتاق خواب است باروتختی ، میز آرایش ویا اگر اتاق دیگر است باچه ... وجه مناسب و هم آهنگ باشد تازیبایی اتاق رادو چندان وبلکه سه چندان سازد .

درانتخاب پرده جنس تکه آنرا نیز نباید فراموش کرد . تکه پرده باید جنسی باشد که رنگ ندهد ، زود فرسوده نشود وازهمه بهتر اینکه به مقابل نورافتاب مقاومت نماید و رنگش راپرودی ازدست ندهد .

پرده علاوه براینکه ازوسایل ضروری هر اتاق است و برای جلوگیری از سرما ، گرما ، نورزیادی وموارد گوناگون دیگر ، ازآن استفاده مزید به عمل می آید ، وسیله ایست زیبایی آفرین دردکور اتاق ها .

یک پرده زیبا جلوه خاصی به اتاق میبخشد . پرده مناسب مکمل زیبایی اتاق است . دریک اتاق هر قدر سامان ولوازم قیمتی چیده شده باشد ویان اتاق باقالین های پر بها وگران قیمت مفروش گردد هرگاه پرده هایش ناچور وناهم آهنگ باشد ویا کلکین ها اصلا بدون پرده باشد دکور آن اتاق ناقص است .

زندگی انسان نیز فصولی دارد وفراز ونشیب هایی . بهار زندگی انسان هم مانند فصل بهار سال ، زود گذر وناپایدار است . زودتر ازآنچه تصور میشود به زمستان عمر میانجامد وآنچه باقی میمانند ندامت است وحسرت خوردن عمر وجوانی ازدست رفته ایکه برگشتنی نیست .

سیر زندگی انسان همچو آب جورفته ایست که توقف یابرجست آن محال وبه معنی واقعی ازامکان بدور است . نه میشود زمانرا متوقف کرد تابرای همیشه در جوانی بسر برد ونه میشود چرخ گردون رابه عقب گرداند تا از کپولت به جوانی گذشته راه یافت ، تنهاکاری که میشود کرد استفاده مزید ازوقت و ایام جوانی است برای حال وبرای آینده .

گذشته هابا همه زشتی هاو زیبایی هایش گذشته . آنچه درخور توجه وت فکر است حال است وآینده . به فکر گذشته بودن حسرت ایام ازدست رفته رابخوردن جز ضیاع وقت حاصلی ندارد .

برای بهترین وبیشترین استفاده بردن از ایام گردون وبرای درسربردن رفاه وآسایش طولانی حیات بایست درب های دیروز راکاملا به عقب بست ودریچه نوین فردا وآینده دور راکشود وبه فکر اسباب رفاهوجلجراغ زیبایی آفرینش بود .

مورچگان موجودات عجیبی اند ، کوچک ، زحمت کش ، آینده نگر ومصمم .

آیا هیچ شده موری رادیده باشید که از تصمیمش در بردن بار سنگین که حتی بیشتر از توانش بوده دست برداشته باشد ؟ نه ، اوبه این زودی وسهولت ازمجادله اش دست بردار نیست . اوناآخرین قدرت سعی اش را میکند وانگه بازهم موفق نشد مایوس نمیشود دیگری رابه کمک میطلبد وبه اتفاق بهانجامش میرساند . (ایشرا بارهابه چشمان خودم دیده ام وبه یقین شماهم متوجه شده اید .)

مور آینده نگر است ودور اندیش . اوبه خوبی میداند که وقتی سوز سرما به همهجا حکمفرما شد ، دیگر نمی تواند ازلانهایش بخزد وخوراک وآذوقه ایکه لازمه حیاتش است تهیه بیند . بنابرین اوخودش رامجبور ومکلف ساخته تادر ایامیکه میتواند آزادانه وبدون دست وپا گیری کارکند وحرکت نماید به فکر فردانیز باشد .

ازاینرو امروز راکه هم وقتش را دارد وهم قدرت وانرژی کاررا تنهابه رفاه امروز هدر نمیدهد وبه فکر آن ایامی نیز است که نمیتواند کارکند . شاید ببر سید زندگی مور ، چه ربطی به مادارد ؟ زندگی آنان نه تنها بی ربط نیست بلکه درسی بزرگی است برای ما . درسی از زندگی ، آموزنده وخیلی همبرمنا .



چرا مردان کمتر از زنان عمر میکنند ؟

کوشش نمی خوانند که يك زن نباید بگیرد زیرا به این عقیده اند که گریه کار زنانه است و چون دختر است اشکالی ندارد بآن عادت کند! نتیجه چه میشود؟ نتیجه همانی است که در اطراف خویش زیاد می بینیم - زنان چون به اشک وآه عادت کرده اند در برابر حوادث ناخوار و مشکلات روزگار با گریه و ناله به اصطلاح دل خود را خالی مینمایند و سموم ناشی از ناراحتی را در پیچه اشک و قیل و قال از بدن دفع میکنند یا به عبارت دیگر اندوه درونی خود را با اشک میسوزند و آرام میگیرند. در حالیکه مردان بآن تربیت خطایکه آموخته اند مرکز نباید بگیرند، مهر سکوت به لب میزنند و گریه و زاری را در برابر ناامیلات بقیه در صفحه ۵۷

می آورد و سلامتیش باخطر مواجه میگردد . دلیل عمده و مهم دیگر اینست که تربیت نادرست و دو کاسه - دختر و پسر - به مردان از همان طفلی تلقین کرده که ناله و زاری و شکوه و شکایت از زندگی و مسایل آن کاریست زنانه و در خور مرد نیست . والدین از همان آغاز و از کودکی در گوش پسران شان که وقتی میگیرند زمزمه میکنند: تویک پسری و مرد آینده، و یک مرد نباید گریه کند . ولی همین پدر و مادر به آن فرزند شان که دختر است مرکز چنین کلمات را نمیگویند . چه گریه را درون شان اونیسماند و هیچگاهی به

از حد راپرخود تحمیل میکنند و گاهی آنقدر کار و فعالیت مینمایند که اصلا خواب و استراحت فراموش شان میشود و سموم خستگی در خون شان راه یافته باعث ناراحتی های عصبی ، قلبی، بلند رفتن قندخون، زخم معده، فشار خون و.... به صدها مرض دیگر ازین قبیل در آنها میگردد. سرانجام این عوارض که مسبب اصلی مرگ زودرس در آقایان است آنها را به مرگ دعوت میکند. بنابراین بخاطر باید داشت مردی که بیش از حد توانایی خود کار میکند روحا و جسما خسته میشود و این خستگی از وی يك مرد تندخو و عصبی بسازد

این بخاطر است که مردان در رسیدگی به سرو وضع و سلامت شان سهل انگارند و آن توجهی را که زنان به شادابی، صحت و سلامت شان دارند در مردان کمتر می بینیم، حتی گاهی این توجه اصلا وجود ندارد . اکثر مردان چنین می پندارند که توجه و رسیدگی بخود کار خانمهاست و عقیده دارند که مرد بودن یعنی کار کردن، پول در آوردن، خانواده را اداره کردن، از خطر نهراسیدن و ناراحتی ها کوچک روحی و جسمی را نا دیده گرفتن ! و روی این ملحوظ و باین افکار غیرواقعی و دور از حقیقت فشار و خستگی بیش

پائیز

فصل هون، سیخ و بافت

درین روزها که زمستان کم کم خودش را نزدیک میسازد و آهسته آهسته در صد د آنست تا با سرمایش همه جا را در برگرفته جانشین فصل دیگر گردد، مردم به فکر

مجادله با سوز و سردی آن اند .

با آمدن زمستان که از هم اکنون مقدماتش چیده شده همه به فکر این اند که چگونه و با چه وسیله ای میتوانند خویشتن را از سردی آن حفظ نمایند .

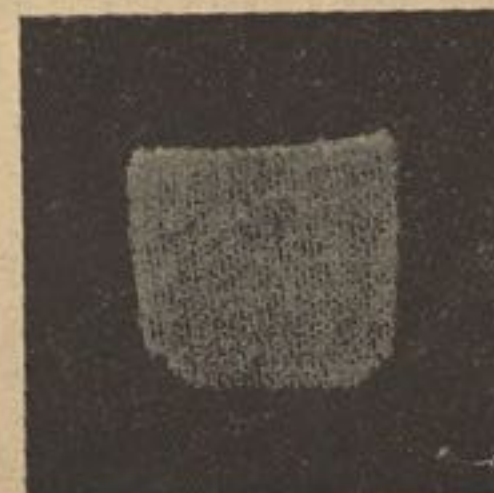
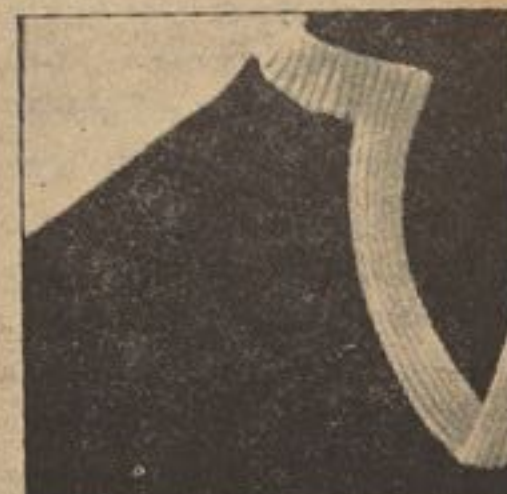
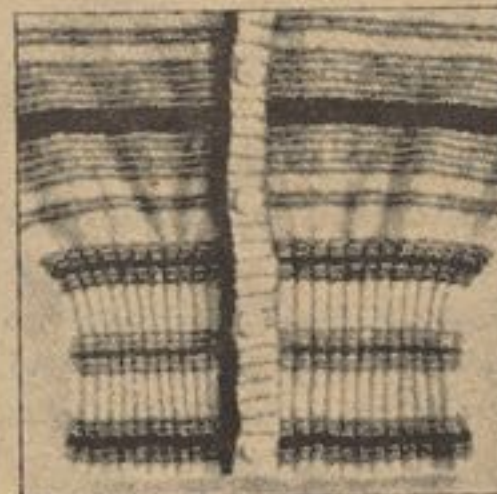
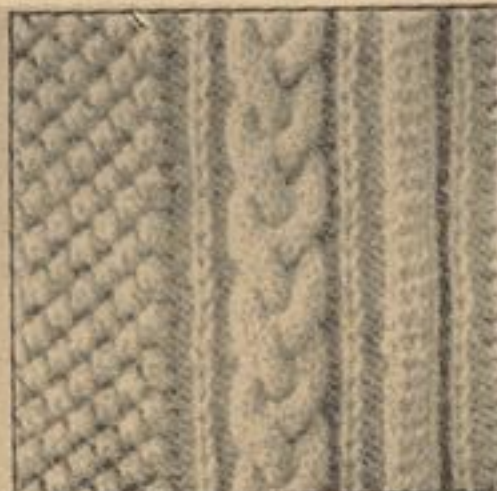
هون و جاکت های بافتی با آن یکی ازین وسایل است که اتفاقا هم خیلی مروج بوده و طرفداران زیاد دارد. چنانچه کمتر دختر و

خانمی رامیتوان سراغ کرد که درین روزها بافتی نداشته باشد، هونی و یاسیخی برای بافتن جاکت و یا کدام بافتی دیگر خرید نکرده باشد و یا هم اینکه به فکر نقش های زیبا و تازه و بافت جدیدی بر نیامده باشد .

بنابراین و روی این ضرورت ما هم خواستیم در مورد، خدمتی به شما انجام دهیم. از این رو نمونه های فوق را انتخاب و تقدیم کردیم تا از

طرح و رنگهای آنها در بافتنی های تان الهام گیرید و پوشیدنی های زیبا بیافید.

نمونه هایی را که درین جامشاهده میکنید مدلهایی است از بافت های رنگارنگ و گل چین شده از میان طرح های بافتن با نقوش و اشکال متنوع که به شما عرضه شده است. اینک انتخاب شما تا کدام يك را می پسندید و چه می بایفد .





«فرانسواز ساگان» میگوید که حتی عکس ساده‌ی هم بر داشته‌نمی‌تواند. ولی تصمیم گرفته است فلمی را کارگردانی کند.

از مجله نیوز ویک

ترجمه «زن»

«فرانسواز ساگان» فلم میسازد

عمل آورد.

س- فلم شما در باره چیست و چرا به کار فلم روی آورده اید؟
ج- این من نبودم که اندیشه فلمسازی به ذهنم راه یافت. یا نزده سال میشود که تولید گر سینما ژورژ دو بورگار در باره کارگردانی یک فلم بیخ گوشم داستان میخواند من بارها به او گفته ام که از فلمسازی چیزی نمیدانم و حتی یک عکس ساده برداشته نمیتوانم حالا سرانجام این کار را پذیرفته ام.

فلمی که من میسازم داستان عاشقانه‌ی رادربرد دارد. این فلم سرگذشت زن و شوهریست که به شکار می‌روند. بهترین دوست شوهر نیز با آندو همراه است. این مرد دختری را با خودش می‌آورد که به دختران هر جایی میماند درین سفر شوهر درمی‌یابد که بهترین دوستش عاشق زنش میباشد ازینرو تصمیم میگیرد که هنگام شکار دوستش را بکشد.

فرانسواز ساگان هنگامی که تنها هژده سال داشت، نخستین رومانش را به نام سلام بر غم منتشر ساخت این داستان سرگذشت دختر جوانیست که برای بار اول در زندگی با مسائل عشقی روبه‌رو میشود. در پهلوی تجربه این دختر، روابط پدرش با زن دیگر مطرح میگردد این رومان که فرانسه را تکان داد، فرانسواز ساگان و زندگی گانی بی بند و بار او را به سویه‌ی جنسی پر آوازه ساخت.

امروز فرانسواز ساگان که چهل سال دارد و صاحب یازده رومان و شش نمایشنامه است راه‌های تازه‌ی میانه‌ی مایه در میان این راه‌ها میتواند از نخستین فلمش نام ببرد داستان این فلم را ساگان نوشته و کارگردانی آن را نیز خودش انجام خواهد داد. پیش از آنکه وی برای فلمبراری به سوی آلپ برود، جین-فرید من با او این گفت و شنود را به

ولی سرانجام هیچکس را، حتی یک آمو را هم نمیکشد وی می‌فهمد که خودش ملاقاتش به خانه بر میگردد. داستانی بسیار ساده است.

س- آیا این فلم هر حله تازه‌ی در کارهای شماست؟

ج- کار فلم کاملاً از نوشتن فرقی دارد فلمسازی یک سرگر می‌ست، یک تنوع است نوشتن چیز نیست که بیشتر از هر چیز دیگر در جهان به آن علاقه دارم. به طور مثال، من عاشق آنهم که در جستجوی زمان از دست رفته را بنویسم جدی میگویم من میخواهم که روزی کتاب خوبی بنویسم پروا ندارد اگر این کتاب هم مانند سلام بر غم سر و صدا به بار آورد من فقط میخواهم کتابی بنویسم که از آن خوشم بیاید و به خاطر آن احساس غرور کنم س- انجام این کار را خواهم کرد نوشتن این کتاب شاید سه سال رادر بر گیرد.

س- به نظر میرسد که شما همواره داستانهای عاشقانه می‌نویسید آیا به عقیده شما جنبه رومانتیک زندگی بسیار مهم است؟ آیا این جنبه از جنبه‌های اساسی زندگیست؟

ج- بلی هم برای من و هم برای هر کس دیگری اینطور است مردم نا-توان هستند آنان به لطف و مهر بانی بیشتر از هر چیز دیگری نیاز دارند. مردم به مواظبت نیازمند هستند. حتی مردان برابر به زنان و کودکان به دلا سایی و مهربانی احتیاج دارند س- در کتاب سلام بر غم چنین به نظر میرسد که میخواهید بگویید مردم خودخواه هستند آیا فلسفه شما این است که آدمیان در تنهایی زیست میکنند؟

ج- وقتی این کتاب را نوشتم، خیلی جوان بودم خود خواهی سنگدلی و بدبینی بر من تسلط داشت. ما پس از جوانی مردم و زندگی را بیشتر می‌شناسیم.

س- ولی سلام بر غم رسوا یی بزرگی به بار آورد علت چه بود؟

ج- علت این بود که درین کتاب دختر جوانی در جستجوی لذت است و تنها به خاطر لذت با مردی همبستر میشود او این مرد را دوست ندارد خودش هم باک و پوست کنده این مطلب را میگوید بدون آنکه احساس یشمیمانی، شرم و یا نا سفا کند. وقتی این کتاب انتشار یافت، عشق و رزی برای دختران جوان ممنوع بود، ولی در حال حاضر این کارنه تنها ممنوع نیست، بلکه اجباریست.

س- خیلی چیزها در گون شده است بیست سال پیش این سخن شما خیلی عام بود که «در چهل سالگی کسی، به خصوص یک زن نمیتواند

شکل زندگی گیش را انتخاب کند زیرا زن در رابطه با مرد خودش را مشخص میسازد. در سن چهل سالگی زن دیگر نمیتواند شکل زندگی گیش را برگزیند باید هر چه هست، همان را بپذیرد» حالا که خودتان چهل ساله شده اید باز هم به همین عقیده هستید؟

ج- بلی، مثل هر کس دیگری. وقتی بیست ساله هستیم می‌پنداریم که در چهل سالگی همه چیز برای ما نه پایان میرسد در چهل سالگی فکر می‌کنیم که زندگی در شصت سالگی کمتر خوش شایند است و من فکر می‌کنم که وقتی شصت ساله شویم همین نکته رادر باره هشتاد سالگی خواهیم گفت.

بقیه در صفحه ۵۶

ژوندون

دعبدا للطيف منت بارژبانه

ولی قندی مواد چاغو و نکى دى

دهر څه نه به دا ښه وي چه په ورځنيو خوړو کښي قندي موادو اندازه ډير کمه وي او يا بالکل د نظر نه لو يدلي وي داځکه چه قندي مواد دهری غذا او خوړونه زيات د چاغی سبب گرځي سره له دې چه انسان ترينه عذاب مومي بياهم په هر ځای او هره کورنۍ کښي قندي موادو ته به اهميت قايل کيږي او په خپلو ورځنيو خوړو کښي ورته ځای ورکوي. په دې وروستيو کلونو کښي دقندي موادو دخوراک اندازه دپخوا په نسبت ډري برابره شوي ده چه دداکترانو پاملرنه يې ځانته اړولې ده.

ډير داسي شواهداو دلايل زمونږ سره شته چه د قندي موادو هرگرام څلور کالري ضرور دځان سره لري او په بدن کښي دزياتو ورزگو دپيدا کولو سبب گرځي چه هر گرام يې نهه کالري حرارت پيدا کوي.

دقندي موادو نه دواړو ترکيب دهر څه نه زيات دي همدغه نسبت دی چه ويل کيږي دقندي موادو دورځني لگښت څخه ډډه کول په کار دی.

دقندي موادو زيات استعمال په بدن کښي دزياتو وازگو دپيدا کولو زميني برابروي چه د بدن دپاره زيات تاوانونه رسوي.

قندي مواد دلورې په کمولو کښي دومره تاثير نه لري ځکه کله چه دغه مواد دخوراک لاندې نيسو نو لږ څه وروسته راته دلورې احساس پيدا کيږي، همدغه راز که دقندي موادو اندازه پسي زيا تيري په هغه توگه دجوړښت او سوزيدلو فعاليت زيا تيري، چه په نتيجه کښي دوينسي

قند لږيږي. لکه څنگه چه مو مخکښي وويل قندي مواد دکالري دپيدا کولو يوازي يني وسيله گرځي که چيري په همدې ترتيب يوڅه نور خواړه په همدغه اندازه کالري توليد کړي او يوبي هم په قندي موادو کښي گډون ولري نودغه راز خواړه به په زياته اندازه دچاغی وسيله وي.

داکتر «جی دبري» هغه کسان چه ځانونه به يې غذايي رژيم ته تسليمول په دوو ډلو ويشلي وو او يوزرو دوه سوه کالري رژيم يې دوي ته ورکړ چه اولني ډلي به قندي مواد زيات اوغوړ مواد ډير لږ لگول.

داولني ډلي، د بدن وزن په پوه ورځ کښي يو اعشاريه پنځه اتيا گرامه کم شو او دوهه ډله په عمومي توگه ۱۱۹ گرامه دوزن دکموالی سره مخامخ وه خو داچه دوي ته ثابت وه چه قندي مواد دچاغوا لي يوازيني وسيله گرځي او دابه کافي وي چه دغه رژيم ته په يوزرودوه سوه کالري کښي پنځوس گرامه قندي مواد زيات شي تر څو په پوه ورځ کښي يې پنځه سوه گرامه په وزن کښي زياتوالي پيدا شي.

داړتيا نه زيات دقندي موادواستعمال خطر ناک دی، دامريکا په متحده ايا لاتو کښي سپين ټيري او بوداگان دنورو خلکو په نسبت په سلوکی کښي شل زيات وزن لري.

اودغه وزن دکو چنيوالي دوخت نه ددوي سره يو ځای شوي دي. داځکه چه امريکايي ماشومان په کوچنيوالي کښي دخوړو او قندي موادو سره زياته علاقه ښيي اوهره ورځ په

زياته اندازه قندي مواد خوري. او کله چه يې به تدريجي توگه په عمر کښي زياتوالي ورځي بيا هم دعاداتو له مخي دقندي موادو سره علاقه څرگندوي.

په مترقي اوږر مختلفو هيوادونو کښي واپه ماشومان په زياته اندازه قندي مواد خوري او همدغه نسبت دی چه زيات يې د «ديابت» په ناروغي باندې اخته کيږي.

له دې امله چه دچاغی مخه نيول شوي وي او تاسي ته يې دو مړه سر گرداني نه وي پيدا کړي نوښه به داري چه به ورځنيو خوړو کښي د قندي موادو اندازه کمه کړي او په دې توگه دچاغی دناروغي نه مصون پاتي شي.

دشيدو او غوښي په ځای انگور وخورئ:

له هغه وخت واپه ديخوا چه د خوراکي موادو دمعنوي ارزښت په باره کښي څيړني شروع شوي دي نږدې نتيجه ته رسيدلي يو چه انگور دزياتو خوراکي موادو نه په زړه پوري دی او خوراک يې زيات گټور دی.

انگور له دې امله چه دويتا مينو زياته اندازه پکښي ځای شوي ده نو پوهان ورته ديوه کوچني در ملتون په نوم قايل شوي دي. او «پسي، ار هريپن» دانگورو دغذايي ارزښت په باره کښي داسي ويلي دي.

دانگورو اوبه يو ډول نېا تسي شيدی دی چه دغذايي موادوتر کيب يې دښځو دشيدو سره يو شان انډول کيدلي شي چه هضم يسي اسان او جذبول يې د بدن دپاره هم ساده او اسانه دی.

رسيدلي اوپاڅه انگوردنورو ميوو په نسبت دزياتو «آب اوټ» وپټا مينونو نه برخورداره دی. چه په قندي موادو اوسر بيره کاني موادو هم پکښي ځای شوي دي.

په انگورو کښي اوسپنه هم ډيره ده چه دغه اندازه په تورو انگورو کښي خورا زياته ده دغه ميوه علاوه له دې چه پرکلسيم، فسفور، منيزيوم، پتاسيم، يد، منگنز، لري غوړلرونکي مواد چه دالبوين، اوتانن څخه عبارت دی هم پکښي ځای لري.

هغه طبي کتابونه او طبي بوټي چه دخوراکي موادو کار پيژندونکو ليکلي اويا يې پيژندلي دي په پای کښي دي نتيجه ته رسيدلي دي چه انگور دمعدي التهاب، توره ټوخلي، سل، دوينو دکمښت دپاره زيات گټور دی.

دانگورو راديو اکتيو يته خاصيت: انگور دشيميایي ترکيبا تو په نسبت دمتيازودزياتوالي سبب گرځي دغه ميوه د بدن داسيد يته اواسيداوریک په برخه کښي په زړه پوري نقشي سرته رسوي.

انگور دکو لمو فرمانتو سيون لږ وي اود هاضمي عمل اسانه کوي، د وينو دښار مخه نيسي، ديو سټکي دناروغي دپاره چه د هاضمي دجهاز په واسطه منځ ته راځي په زړه پوري نقش سر ته رسوي. انگور دزړه د تقوي دپاره گټوره ميوه ده اود انگورو خوړه هغه ماده ده چه دويني دسيروم دپاره زياته گټه رسوي.

«داکتر کويه» په دې عقیده دی چه انگور دراديو اکتيو پټه په درلودلو سره ښه تاثيرات منځ ته راوړي.

انگور دويني دکمښت او مسو ميت مخه نيسي، بدن دسټي په مقابل کي هوساکوي، دهاضمي دگټو ډي بندونو ددرودروماتيزمو دليري کولو سره زياته مرسته کوي.

پوبل پوه او پياوړي دا کتورد انگورو دگټورتيا په برخه کي داسي نظريات څرگندوي.

انگور دخاصيت له نظره معتدل دی، هر څومره چه خواړه وي تود والي لري هغه وينه چه دانگورود استعمال له مخي بدن ته ننوزي دهغي وينې نه چه دخوما داستعمال له لاري بدن ته ننوزي ډيره ښه او په زړه پوري ده.

«داکتر گيلور هاورز» په خپلو زياتو کتا بونو کښي دانگورو رژيم ډير گټور بللی او ډيري ناروغي يې په انگورو باندې له منځه وړي دي. دانگورو معنوي ارزښت دپخوا

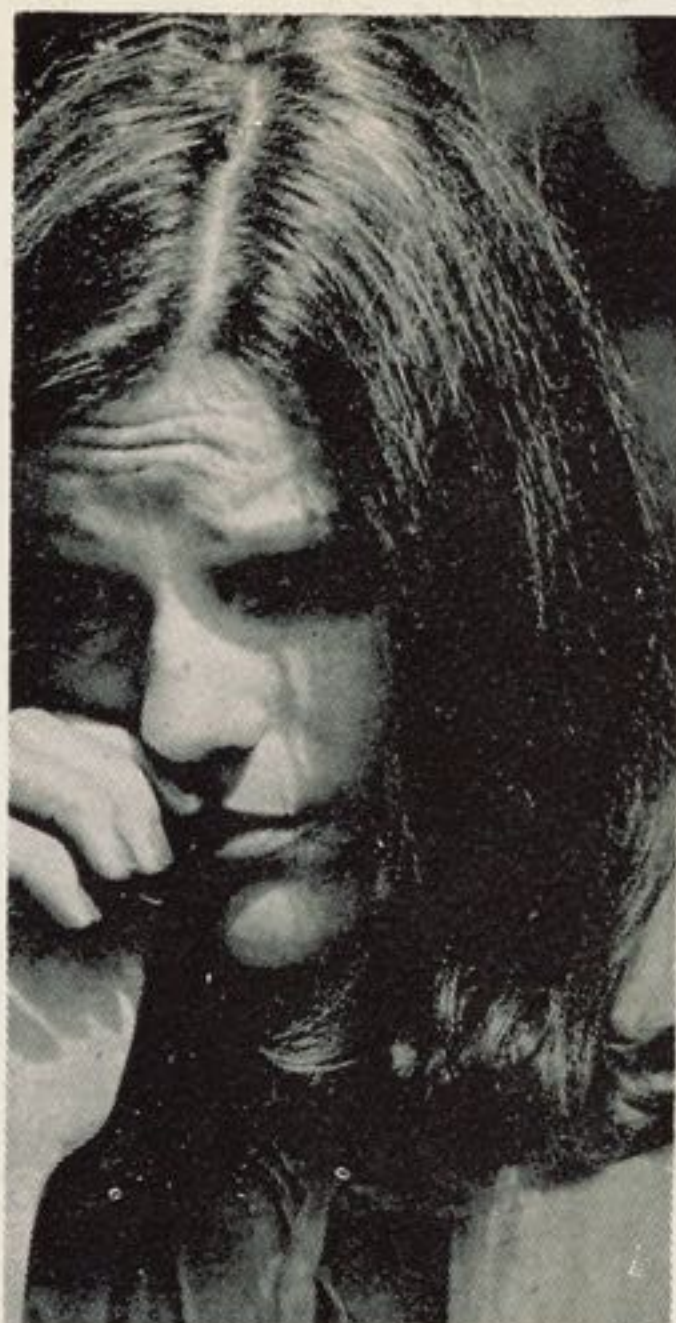
زمانی نه خلکو پيژندلي او حتی په هغو وختونو کښي چه د طب علم لادومره پرمختيا نه وه ميند لي نو خلک دانگورو په زيات اهميت باندې قايل شوي وو.

زمونږ په موجوده طب او طبابت کښي پوهان دانگورو دپاره په زيات اهميت قايل شوي اوغير له دې چه د بدن دغوړو سره مرسته کوي. د بدن په ښکلا او ښايست کښي هم پسي تاثير نه شوي پاتي کيد لي، دا چه انگور دمزاج دپاره گټور اعمال

سرتنه رسوي روح ته خوښي ور بخښي او دردونو ته تسکين ورکوي. انگور دمعدي دپا کوالي سره مرسته کوي دوينو وران راپاروي دمعدي ټولو گټو ډيو ته ځواب وايي اودزړه دناروغي دپاره ډير گټور دی.



در اینجا متن گفت و شنو دی از نظر تان میگذرد که با داکتر برترام براون رئیس انستیتوت ملی تندرستی دماغی اضلاع متحده امریکا صورت گرفته است و در ضمن آن آخرین نگرشها در زمینه افسردگی مورد بحث قرار میگیرد.



افسردگی چیست؟

نومیدی و بدبختی بیکرانی دست می دهد.

س- آیا نشانه های جسمانی هم با افسردگی همراه است؟
براون- بلی. وقتی افسردگی شدید باشد، نشانه های جسمانی به صورت آشکار نمودار میگردد به طور نمونه، به ندرت میتوان افسردگی شدیدی را یافت که با بی اشتیاهی توأم نباشد. برخی اوقات افسردگی بالاخر شدن همراه است. ازینرو طبیب همواره جویای دگر گونی وزن بدن میگردد.

نشانه دیگر جسمانی تغییر در وضع خواب است. در عام ترین شکلش شخص صبح خیلی وقت از خواب بر میخیزد، بدون آن که علت معقولی در میان باشد. در بعضی موارد دیگر شخص به سختی به خواب میرود.

سو من نشانه جسمانی افسردگی احساس درد و شکایت از این درد است بیمار در سینه، سروعضلات احساس درد میکند و می پندارد که استخوان هایش صدا میدهند.

س- تشخیص این نشانه ها آسان است؟
براون- تشخیص این نشانه ها در یکی از اعضای خانواده و یا در یکی

س- معیار سوم، در پهلوی احساس فقدان نیرو و عدم دلچسپی به زندگی، این است که شخص مبتلا به افسردگی، به حالت تقریباً فلج گونه، در گوشه بی می نشیند و خیره خیره و خفا رامینگیرد.

به طور نمونه زنی را در نظر میگیریم که به افسردگی دچار شده است.

اگر این زن بخواهد با شما صحبت کند، که غالباً نمیخواهد، از او پرسید که در باره چه چیزی فکر میکند. وی جواب خواهد داد که زندگی به درد سرش نمیآورد و یا اینکه وی انسانی وحشتناک است. این زن درباره رویداد هایی که اخیراً و یا در گذشته های دور اتفاق افتاده است، خودش را گناهکار میداند. وی خودش و جهان را تیره و تار می بیند. تا اندازه ای که این تیرگی ذهن و روانش را تسخیر میکند.

س- آیا این وضع درین مرحله به بیماری دماغی مبدل میشود؟
براون- بلی، من فکر میکنم که افسردگی درین مرحله خود یک بیماری دماغیست. یکی از شیوه های شناخت این مرحله آن است که به انسان احساس ناتوانی،

کار های روز مره.

س- داکتر، به طور مشخص افسردگی را چگونه تعریف میکنید؟
براون- از دیدگاه یک مرد عامی، گاهی از اوقات مردم میگویند که احساس افسردگی میکنند، حالا نکه اندکی گرفته هستند، اندکی دق هستند. این وضع کاملاً عام است. اگر ازین دیدگاه به موضوع بنگریم باید بگوییم که سی درصد مردم در ایالات متحده، گاه و بیگاه، از افسردگی رنج میبرند.

ولی هنگامی که از دیدگاه طب به بررسی افسردگی میپردازیم، مساله شکل جدی تری را به خود میگیرد. انسان مبتلا به افسردگی احساس میکند که نیروی کافی ندارد و به زندگی دلچسپی نشان نمیدهد. این وضع که ممکن است چند روز یا چند هفته دوام کند، فعالیت های حیاتی بیمار را متاثر میسازد.

س- به چه رنگی فعالیت های حیاتی را برهم میزند؟
براون- منظورم این است که حتی انجام دادن کار های عادی روزانه برای بیمار مبتلا به افسردگی دشوار میگردد. مانند آماده کردن صبحانه و یا به سر رسیدن

س- به چه رنگی فعالیت های حیاتی را برهم میزند؟
براون- منظورم این است که حتی انجام دادن کار های عادی روزانه برای بیمار مبتلا به افسردگی دشوار میگردد. مانند آماده کردن صبحانه و یا به سر رسیدن

س- به چه رنگی فعالیت های حیاتی را برهم میزند؟
براون- منظورم این است که حتی انجام دادن کار های عادی روزانه برای بیمار مبتلا به افسردگی دشوار میگردد. مانند آماده کردن صبحانه و یا به سر رسیدن

س- به چه رنگی فعالیت های حیاتی را برهم میزند؟
براون- منظورم این است که حتی انجام دادن کار های عادی روزانه برای بیمار مبتلا به افسردگی دشوار میگردد. مانند آماده کردن صبحانه و یا به سر رسیدن

افسردگی ارتباط دارد.

س- آیا افسردگی به آهستگی انکشاف میکند؟

براون- افسردگی میتواند به سرعت، در ظرف یک روز، یا به آهستگی در ظرف چند ماه انکشاف کند یکی از اشکال افسردگی با خودش یعنی هیجان و تحرك

پیوند دارد. این شکل را میتوان شکل تحرك - افسردگی نامید. درین شکل شخص يك مرحله تحرك و هیجان فوق العاده از خودش نشان میدهد که يك، دو یا سه ماه دنباله می یابد. سپس، چند ماه بعدتر، به بیماری افسردگی مبتلا خواهد شد. س- چند شکل افسردگی وجود دارد؟

براون- میتوان از چند شکل این بیماری سخن گفت: از جمله (۱) افسردگی انعکاسی که برخلاف افسردگی ناشی از انگیزه های درونی بیشتر بارویداد های جهان بیرونی پیوند دارد. افسردگی ناساز

انگیزه های درونی با عوامل بیولو- جیک همبسته است. (۲) افسردگی عصبی.

۳- افسردگی روانی که شکل عمیق این بیماریست. در افسردگی روانی آدم فکر میکند غذا نه تنها ارزش خوردن را ندارد، بلکه این اندیشه جنون آمیز بر ذهن چیره خواهد شد که غذاوی راخواهد کشت، زیرا او میخواهد که خودش را بکشد.

تازه ترین شیوه تکرش به افسردگی، شیوه محور يك قطبی و دو قطبیست.

شکل يك قطبی غالباً به نام تحرك - افسردگی، به روی مان گشوده، بیمار به گونه ای از افسردگی دچار است که نشانه های آن گاهی به صورت هیجان وزمانی به صورت افسردگی نمودار میشود. در شکل يك قطبی، در کنار افسردگی هیجان وجود ندارد...

س- انگیزه افسردگی چیست؟

براون- در اینجا باید از میکانیسم های بیولو جیک و آنچه که هنگام انتقال پیامها بین پیوند های عصبی رخ می دهد، سخن گفت.

انتقال از عصب «الف» به عصب «ب» يك پدیده پیچیده کیمیا یی - برقی است. درین عملیه انزایمهایی نیز دست اندر کار اند که مواد کیمیایی را در حرکت و تغییر ما عیت سریع شان کمک میکنند. اکنون ما میدانیم که چه مواد کیمیایی در محل بین عصب الف و عصب ب جایی که پیوند برقرار میشود و انتقال صورت میپذیرد، متمرکز میشود.

همین امر ما را به درمان هیجان انگیزمان رهنمائی میکند. میدا نم که در کار برد کلمه درمان باید دقیق باشیم. ولی باید در نظر داشت که اگر بیست سال پیش کسی به افسردگی شدید مبتلا میشد، ناگزیر بود از نه ماه تا يك سال رادر بیمارستان سیری کند. اکنون اگر این حادثه روی دهد، هشتاد تا نود در

صد امکان دارد که بیمار پس از يك یا دو ماه سر کارش بر گردد یا به خانه اش برود.

س- ممکن است بعضی از این درمانها را نام بگیرید؟ براون- یکی ازین در ما نه بسیار مؤثر و تا اندازه ای ترس انگیز است و من آرزو دارم که کاش درین باره بیشتر میدا نستیم. این در مان عبارت است از شاک برقی. مادر یافته ایم که در اشکال به خصوص افسردگی شوک برقی بیمار را از حالت افسردگی بیرون میکشد.

شیوه کامیاب دیگر درمانی دارو های «سایکو اکتیف» است. امروز ترکیبهای ضد افسردگی به میان آمده است که تاثیر مستقیمی بر اعصاب دارد.

یکی از دارو هایی که دور نمای خوب درمانی را، به وسیله جلوگیری از افسردگی، به روی مان گشوده، «لیتوم کلوراید» است. این دارو نمک ساده بیست که اگر به صورت

لطفا ورق بزنید





منظم گرفته شود، به خصوص از شکل تحرك - افسردگی جلو گیری میکند .
به هما نگونه که «انسولین» از تأثیرات بیماری قند جلو گیری مینماید .

س- استعمال این دارو عام شده است؟
براون- تخمین میکنیم که در حدود سی هزار نفر در اضلاع متحده «لتیوم کلوراید» استعمال میکنند .

دانشمندان مطمئن نیستند ، ولی فکر میکنند که اگر این دارو زیر نظر طبیب به کار برده شود، شاید صدها هزار نفر از فیض آن بهره مند گردند .
س- بیماران قند ناگزیر اند، در سراسر زندگی «انسولین» به کار برند . آیا در مورد لتیوم کلوراید نیز قضیه همین گونه است؟
براون- معمولا قضیه همین گونه است . زیرا وقتی منظور جلو گیری ووقایه شکل خاص تحرك - افسردگی باشد، کار برد این دارو يك مساله سراسر زندگی خواهد بود .

س- نظر تان در باره دارو های بدون نسخه، مانند گولی های محرک و مانند اینها، چیست ؟
براون- فکر نمیکنم که در مان خود سرانه سود مند باشد . چنین درمانی شاید زیانمند تر باشد تا درمان نکردن . مادر معالجه ، انواع دارو های نیرو بخش، چون «ایتالین» رابه کار میبریم، ولی کار برد این دارو ها باز تباطا به يك استر- تیژی وسیع صورت میگیرد . و البته امقی تامین بانظر داشت سر شت معتاد کننده آن خطر ناك است .

س- شما دو شیوه در مان را نام بردید ..
براون- سو مین شیوه در مان شیوه روانیست . درین شیوه لازم نیست در گذشته بیمار کما و ش صورت گیرد، بلکه لازم است بر احساس ناتوانی بیمار حمله شود . به طور مثال ، بیمار خواهد گفت که بسیاری ضعیف است . شمازش پرسان کنید: «چقدر وزن را بلند کرده خواهید توانست ؟» او جواب خواهد داد که سه کیلو گرام را . آنگاه شما میتوانید يك وزن هشت کیلو یی برایش بیاورید و بگذا رید که آن را بلند کند .

یا شاید بیمار بگوید که تا انجام دهلیز راه دراز یست و او نمیتواند این راه را ببیماید . شما با اند کسی تشویق میتوانید بیمار رابه انجام دهلیز ببرید و باز آورید . درین صورت بیمار به تجاربی دست مییابد که در واقع ضربه هایست بر احساس ناتوانی او .
س- اثرات شوک برقی تاجه مدتی بایدار مینماید ؟
براون- برای بسیاری از کسانی که شوک برقی گرفته اند، همان دوره برای همیشه کفایت کرده است . س- آیا مدت درمان با شوک برقی طولا نیست؟
براون- درین زمینه ما پیشرفت کرده ایم . مدت عادی در مان شاید از دو تا سه هفته طول بکشد . درین مدت بیمار چار تاده بار شوک برقی داده میشود .

در گذشته ها شوک برقی با حرکتهای عضلاتی و تشنجی همراه بود . اما در حال حاضر برخی از مواد کیمیایی به کار میبریم و این حرکتهای تشنجی دیده نمیشود .
س- هر شوک برقی چه مدتی دوام میکند ؟
براون- کمتر از يك ثانیه . وبعد از يك یادو ساعت بیمار میتواند به همراهی یکی از نزد یكانش به خانه برگردد . شوک برقی غالبا در بیمارستان داده میشود .

زیرا کسی که شوک می بیند، آن اندازه بیمار هست که با ید در بیمارستان باشد .
اگر چه شوک برقی در بیمار ان ترس واضطراب تولید میکند، مگر سبب میشود تا بیمار در ظرف يك تادو هفته در مان گردد . شوک برقی يك شیوه عاجل در مان است و بسیاری از طبیبان، به خصوص در موارد مبتلا یان بیماری خود کشی، به آن دست میسازند .

کار برد دارو ها نیز در ظرف دو تا سه هفته، در بسیاری از موارد، نتیجه های مؤثری به بار میاورد . با اینهمه، شوک برقی در افسردگیهای خفیف ، که زاده عوامل بیرونیست و خطر خود کشی ندارد، به کار نمیرود .

س- آیا شوک برقی تا ثیرات جانبی دارد؟
براون- شوک برقی یا هیچ اثری جانبی ندارد یا اندکی از دست دادن حافظه رابه بار میاورد که تنها برای چند روز دنباله مییابد .
س- آیا بیمار مبتلا به افسردگی چیزی کرده میتواند که به حالش برمیآیند ؟

سود مند باشد؟
براون- یكانه چیزی که این بیمار میتواند بکند ، حتی پیش از دچار شدن به بیماری، این است که خودش را متیقن بسازد که بیچاره و ناتوان نیست البته وقتی بیماری افسردگی آغاز شد و نیرو گرفت، بهترین کار بیمار این است که به طبیب مراجعه کند .

س- آیا داکتران بیماری های عمومی از عهده درمان افسردگی برمیآیند ؟
براون- بلی . همین نکته در مان افسردگی را امید بخش ساخته است .
بسیاری از داکتران بیمار یهای عمومی و متخصصان داخله میتوانند افسردگیهای ملایم و متوسط را با موفقیت در مان کنند . در واقع ، داکتران ناگزیر اند در موارد جرا-

حتما و بیماری های دیگر نیز به تسلی و دلا سازی خانواده بیمار پیر دازند در موارد افسردگی بقیه در صفحه ۵۱

ترجمه انجنیر میر جمال الدین نویسنده :
صدری مونیکا شوپرت

جلو گیری از بروز حوادث در خانواده

بی احتیاطی در خانواده حیات هزاران نفر را سالیانه با خطرات گوناگون مواجه میسازد، گرچه آغوش خانواده جای استراحت و آرامی است ولی در رپهلوی انجام امور روز مره در اثر بی احتیاطی حادثاتی ناگوار رخ میدهد که باعث تلف شدن يك و یا چندین نفر میگردد و خساره مالی به يك خانواده عاید میکند.

سال گذشته تنها در المان غرب دو ملیون حادثه رخ داد که باعث هلاک ۱۱۵۰۰ نفر گردید و به چندین قاتل میل ضرر مالی رسانید. لغزیدن در موقع ایستاده شدن بالای چوکی، میز وزینه های شکسته برای اجرای کار و افتیدن از دیوار، کلکین و غیره ۸۵ فیصد این واقعات را تشکیل میدهد هر هشتم معیوبیت یعنی شکستگی یا، دست و غیره از ناحیه بی احتیاطی در انجام وظایف خانواده است. خانم ها و اطفال هفتاد فیصد ازین ناحیه متاثر شده اند.

در شهر کاسل همسایه يك فامیل خبر میدهد که از اپارتمان همجواریش دود غلیظ برمی آید. بعداً معلوم میشود که صاحب اپارتمان در منزل تنها بوده و باسکرت روشن بخواب رفته و بستر را طعمه حریق گردانیده است. وی در اثر دود بی هوش شده است. اطفائی منزل و صاحبش را از حریق نجات میدهد.

خانمی در شهر « دوزل دورف » مشغول پاک کردن کلکین بود که از منزل دوم به صحن حویلی افتید و هلاک گردید. يك خانم جوان در آشپز خانه مشغول بخت ویز بود در موقع کوفته نمودن گوشت دو کلک خود را قطع نمود. اینگونه خبرهای ناگوار همیشه بگوش میرسید که تنها چند نمونه آن از جمله هزاران

خبر در بالا ذکر گردید که در اثر بی مبالایی اعضای فامیل بوقوع پیوسته است در آغاز سال نو بموقع «خانه تکانی» سالیانه سه هزار نفر تلف میگردند.

يكی از ما مورین عالیرتبه اداره مسئولیت خانواده ها موضوع را چنین توضیح میکند که چون خانم ها به عجله بعد از فراغت مشاغل رسمی به انجام کار های خانگی می پردازند و اکثراً میخواهند دو کار را یعنی پاک کاری کلکین ها و بخت ویز را در عین وقت انجام بدهند سر دچار این بلا ها و حوادث دلخراش میگردند. در فابریکه ها از لوايح و قیودات تضمیناتی کار گرفته میشود اما در فامیل و خانواده ها همچو لوايح و تابلو های اخطاریه در نظر گرفته نمی شود لهذا اعضای فامیل در انجام کار های روز مره مسئولیت کافی ندارند.

ما مور يك اداره تجارتي به خانه خود آمده می بیند که خانمش بالای ظرفشوی آشپز خانه بطور غیرطبیعی افتیده و هلاک گردیده است.

ما مورین (پولیس) موضوع را تحلیل نموده میگویند که خانم میخواست به بایرمه برقی دیوار را سوراخ نماید و در حالیکه پاهایش برهنه بوده بالای ظرفشوی ایستاده و از اثر شارتی برمه برقی، خانم مذکور هلاک گردیده است و بی مبالایی این خانم اصلاً در اثر نا آشنایی با وسایل برقی و از جمله برمه متذکره بوده است، دیگر اینکه خانم مذکور باید با پا های برهنه بالای ظرفشوی ایستاده نمی شد. و سمان آلات برقی خود را ذریعه یکنفر فنی حفظ و مراقبت اصلاح نموده شارتی را مرفوع میساخت.

بهمین ترتیب بسیاری از کسانی که با امور منزل سر و کار دارند در اثر

خرابی اشتوپ و منقل برقی صدمه دیده و یا معمولاً هلاک گردیده اند، دسته پر بیان، ديك بخار و غیره باید معمولاً بطرف عقب داش قرار داده شود در غیر آن بسر نوشتن خانمی گرفتار میشود که در آشپزخانه مشغول بختن و تهیه غذا بود که در اثر لغزش دستش به دسته بری پان خورده و روغن های داغ بری پان به بدنش ریخته جراحت و سوختگی ها را بار آورد و هلاکش گردانید.

بی احتیاطی در موقع سوختاندن ذغال سنگ يکی از عوامل عمده وقوع حادثات خانواده بشمار میرود ادویه جات باید همیشه محفوظ نگهداری شود و از دسترس اطفال خورد سال دور باشد زیرا يك طفل دوتیم ساله در موشن که تابلیت های «شیمین» را دیده و به خیال چاکلیت بخوردن آنها پر داخت بعد از سیری شدن چند دقیقه هلاک گردید.

بدینگونه باید ادویه جات، بودرهای ضد حشرات، مایعات تنظیفاتی لباس و غیره بدسترس اطفال قرار داده نشود.

مقادیر ادویه بزرگان برای اطفال نیز بسی اوقات کشنده است. زینه های شکسته چوبی بار ها باعث خطر گردیده، اما در تر میسم و نگهداری آنها توجه نمی شود و صحت و سلامتی اعضای فامیل را تهدید میکند و باعث صد ها واقعه

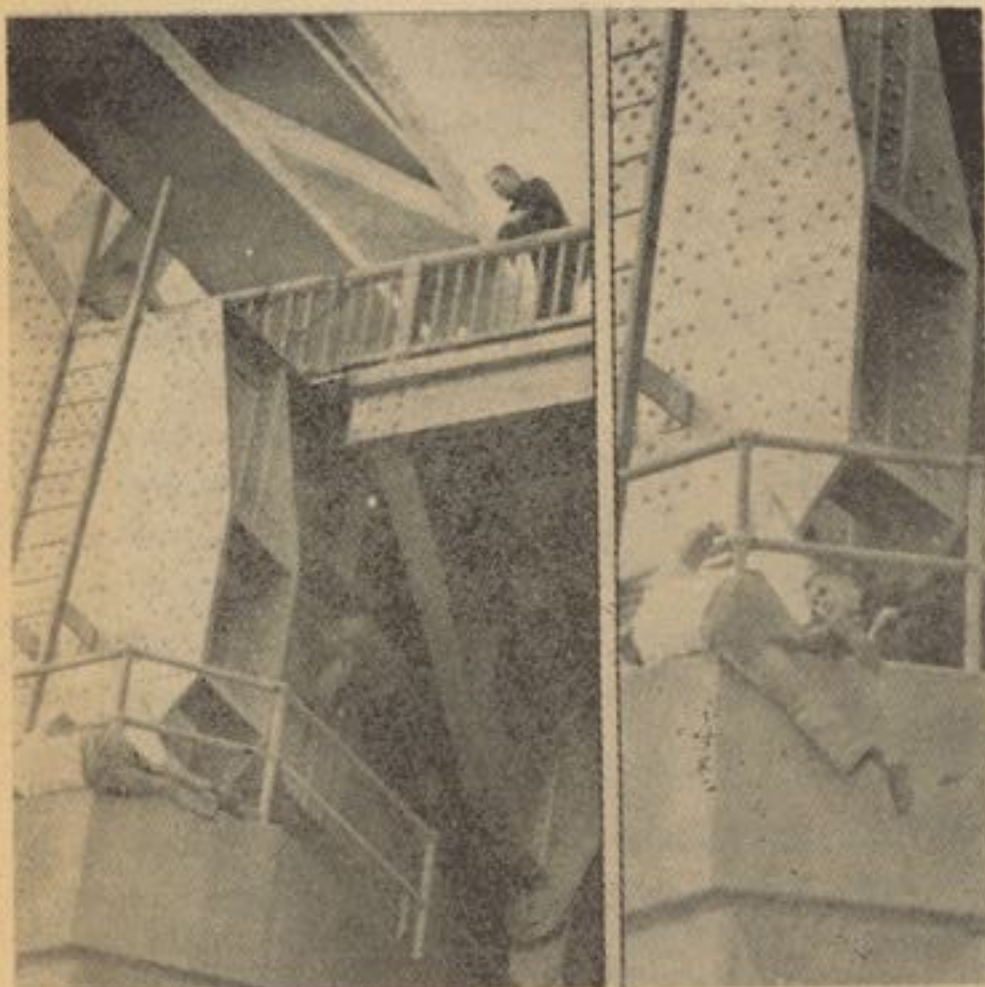
نا هنجار میگردد.

تنویر دهلیز ها، حویلی، تحویل خانه و غیره خیلی ضروری است. برای مرفوع ساختن خطر ازین ناحیه باید همیشه کوشش بعمل آید. زیرا تنویر کافی مانع لغزیدن و افتیدن گردیده از وقوع حادثات جلو گیری بعمل می آرد.

بعضاً تشناب های منزل د رائس استعمال بود و صابون لخشنده شده باعث افتیدن اعضای فامیل میگردد و سبب بروز حادثات نا گوار میشود که برای پیشگیری ازین گونه واقعات باید در تشناب ها دستگیره های ارزان قیمت نصب گردد.

مثلاً يك رسام در موقع شستن پا ها در تشناب افتید و به جمجمه اش صدمه شدید وارد گردید که باعث مرگش شد. بهمین صورت یکنفر هنگام حمام گرفتن به تلیفون جواب گفت و باعث هلاکتش گردید و شخصی توسط آبگرمی جان خود را از دست داد.

اینگونه اطلاعات باید زنگ خطر باشد و ما را متوجه بی احتیاطی های ما گرداند تا در انجام امور خانواده به حد کافی دقت و سعی بخرج داده شود و باعث تلفات جانی و مالی نگردیده و اهل فامیل از خطرات مسئول بمانند زیرا خانواده جانی آرامی و استراحت است نه جای خطر و حادثات مرگ آور.





کشور مذکور آزادی خود را بدست آورد .
اولین موسس حکومت دوم بلغاریا (آسان)
بود . پایتخت آن بنام تیرنوو یاد میشود .
بیر صورت حکومتی بود پس قوی که تابعیره
ادریاتیک میرسید و در جریان جهانگیر ی
امیرانوران عثمانی روز ۱۰ جنوری ۱۳۹۳
بلغاریا دوباره بتصرف ترکها درآمد و تا قرن
۱۹ استیلای عثمانی بربلغاریا ادامه داشت .
در ۱۲ نوامبر ۱۸۷۸ میلادی بموجب معاهده
برلین بلغاریا استقلال داخلی یافت ولی هنوز
جزء عثمانی بود و در ۳۱ دسمبر ۱۹۰۸ میلادی
استقلال کامل آن پذیرفته شد و رژیم سلطنتی
مشروطه را اعلام کرد و اولین پادشاه آن
فردیناند اول نام داشت در جریان جنگ دوم
جهانی یوریس دوم پادشاه بلغاریا مجبور به
ورود در جنگ بنفع آلمان هیتلری و ایتالیانند
و دارای متصرفاتی در بالکان گردید که بعد از
شکست همه را از دست داد زیرا با وجود اعلام
بیطرفی در سپتامبر ۱۹۴۴ عساکر شوروی به
دنیوب نزدیک شده و در بلغاریا حرکت انقلابی
شروع گردید بعد از آزادی صوفیه رژیم
سلطنت در بلغاریا خاتمه یافته و حکومت
دیموکراسی ملی بوجود آمد بروز ۱۵ دسامبر
دیرفرند ملی جمهوری را در این کشور
برقرار ساخت اکنون بلغاریا کشور بیست
دیموکراسی مردم و بزرگترین ارگان کشور را
شورای ملی یک حزبی تشکیل میدهد که به
آراء عمومی هر ۴ سال انتخاب میگردد .

قسمت اخیر

سرزمین بهترین گل گلاب جهان



در حال حاضر تجمع نفوس در یک کیلو متر
مربع به ۷۸ نفر میرسد .

بلغاریای امروزی بین رود دنیوب و بالکان
(بلغاریایی ها آنرا پلانین قدیم یاد میکنند)
اصلا در اواخر قرن ۷ میلادی بوجود آمده است
سکنه بلغاریا نیز مانند مردم مجارستان در
اصل زرد پوست اند که از آسیا بسال
۶۸۱ میلادی گذشته اولین حکومت بلغاریا را
تشکیل دادند ولی بتدریج بر اثر آمیزش با
سلاوها، نژاد دورگه ای در آن کشور پدیدار
شده است که بیشتر به سلاوها نزدیک است.
سلاوها از قرن ۷ میلادی در بلغاریا ساکن شدند
سلاوها بعد از سالهای متعددی استقامت کلتور
و زبان آنجا را پذیرفته و مردم ملت جدیدی را
بوجود آوردند اما سکنه اصلی این کشور
بلغارها بودند که قسمتی از زرد پوستان
مهاجم محسوب میشوند و نام کشور بلغاریا
نیز از آنان گرفته شده است در سال ۸۶۵
میلادی بلغارها مسیحی شدند از قضا دو قوه
بزرگ همسایه امپراتوری بیزانتین و سپس
ترکها بالای این کشور فشار آورده در ۱۰۱۸
عیسوی قسمت شرقی بلغاریا به بیزانتین و
متباقی متعلق به ترکها گردید این استعمار
مدت ۱۷۰ سال ادامه یافت بالاخره در ۱۱۸۷

معتدل ، گرم و خشک و قسمت جنوبی کشور
اقلیم تقریبا خاوری بری و در نواحی کوهستان
اقلیم کوهستانی نسبتا شدیدی دارد . درجه
حرارت وسطی ماه جنوری در حدود دو درجه
سانتی گراد در جنوب و اطراف بحیره اسود
و در کوهستانات دو منفی سه درجه میرسد ولی
حرارت وسطی ماه جولای پایین تراز ۱۸ درجه
در قسمت های مرکزی و جنوبی کشور میباشد
مقدار بارندگی وسطی سالانه در مناطق هموار
به ۴۵۰-۷۰۰ میلی متر و در کوهها از ۶۰۰ -
۱۲۰۰ میلی متر میرسد . کمترین بارندگی
در بایان بهار و مقدار بیشتر آن در خزان
و اوایل زمستان صورت میگیرد .

بلغاریا دارای ۲۳۷۶ متر ارتفاع و بنام بوتوی
یاد میشود . بحیره سیاه در شرق ۳۸۷ کیلو
متر با این کشور همسرحه میباشد . بلغاریا
کشور بیست دارای دریا های متعدده که بزرگترین
آن رود دنیوب میباشد که بفاصله ۴۷۱ کیلو
متر بارومانیه سرحد طبیعی را تشکیل داده است.
بلغاریا دارای ۳۰۰ چیل خرد و ریزه ای بوده
که بعضی از آنها بهترین محل تفریحی را بوجود
آورده اند .

بلغاریا با آنکه ۶ مراتبه از کشور عزیز ما
خردتر میباشد با این هم در هر قسمت اقلیم



از رهگذر تقسیمات اداری جمهوری بلغاریا
به ۲۷ نواحی اداری و ۳ شهر بزرگ (صوفیه،
پلودیف، وارنا) قسمت یافته است سوزوپول
یکی از شهرهای مهم بلغاریا بشمار رفته از
رهگذر ماهیگیری و آرتستیک هائز اهمیت
فوق العاده ای میباشد این شهر در قرن ۱۴
میلادی اساس گذاری شده و از خصایص بارز
آن صنعت حکاکی بوده از چوبهای نفیس بهترین
صنایع روستایی ساخته میشود در عین زمان
شهر مذکور عمارات چوبی خیلی زیاد دارد
که بامهارت خاصی ساخته شده و بنام مکتب
دیبور یاد میشود .

روشنایی، رنگها و انعکاسات ادوار باستان
در این شهر بخوبی هویدا است . کوچه های

باریک عمارات قدیمی کنار همدیگر، چالهای ماهگیری فضای دلکش و جالبی را در جهان توریسم بوجود آورده است باغات انجسیر و انگور از دیوارهای سنگی سرکشیده شهر آموغیرباستانی مهندسی قدیمی خود را حفظ کرده است که یکی از قدیمیترین شهرهای بلغاریا محسوب میشود تاریخ این شهر داستان رومانیکی داشته کومونیالیژهای یونانی در قرن ۶ قبل از میلاد از محل ملتور باین شهر آمده بنای آبادی را نمودند.

اوبینا یکی از مراکز مهم توریستی جوانان بین المللی بوده که در ناحیه عالی (پریمورسکو) موقعیت دارد این اتحادیه همه ساله پروگرام های دلچسپی برای جوانان طرح وهرتابستان هزاران جوان از سراسر جهان باین محل آمده رخصتی وایام فراغت خود را به کمال خوش دوفضا صمیمیت و برادری سپری میکنند برای این منظور عمارات عالی، هتلها، پارکها و وسایل راحت بصورت عصری و مدرن درین ناحیه ساخته شده بر علاوه هرگونه وسایل سیورتی و سرگرمی در هر گوشه و کنار آنجا مهیا میباشد.

بلغاریا بر علاوه اینکه از جمله معالک توریستی اروپایی بوده در آثار تاریخی و معابد خود نیز شهرت جهانی دارد ریلکه در ۱۲۳ کیلومتری جنوب صوفیه موقعیت دارد نمونه ای از این محلات تاریخی میباشد که در شاعراه بین المللی صوفیه، آتن قرار دارد. این موناوی بعد از آنکه در ۸۶۵ میلادی بلغاریا رسماً دین عیسوی را پذیرفت بوجود آمده است که موسس آن ایوان ریلسکی میباشد و بعد از کولوچیا اولین صومعه را در جنگلهای ریل متوجه شدند که ورود در آن خیلی دشوار بودم چنین در نیمه قرن دهم قسمت بیشتر آن مشکوف گردید. یادگار های دوره سلطه ای عثمانی در قرن ۱۴ میلادی از طرف شاهان بعدی بلغاریا حفظ و نگهداری گردید بعد از استیغ در اوگول بنا های تاریخی قابل ملاحظه ای در پهلوی آن از خود در این ریل باقی گذاشت. در قرن ۱۵ حمله ترکها بر بلغاریا شروع گردیده این بناهای تاریخی از نظر افتاده و یا مال گردید تا اینکه در اوایل قرن ۱۹ بلغاریا استقلال خود را حاصل و

وساختمان های تاریخی دوباره ترمیم و آباد گردیدند که با طرز و شکل خوبی در آمدند و تا امروز بحال اولیه خود باقی مانده و از عجایب ساختمانی بشمار میروند.

این موناوری جمعا ۳۲ هزار متر مربع ساحه را احتوا کرده و ۱۱۴۷ متر از سطح بحر ارتفاع دارد که دورادور آنرا دیواری مستحکم که دارای دومتر ضخامت و ۲۴ متر ارتفاع میباشد احاطه کرده است این بنا هادر شب و روز زیبایی خاصی دارند که تماشاچی در حیرت مانده مات و محو میگردد. عمارات عالی معابد باشکوه بارواقی و اتاقهای ملون آوت و صنعت قدیمی، فواره ها و مرمر های سیم فام آنجا از هر حیث تماشایی و قابل توصیف است. برج هریلوکه در ۱۳۳۵ میلادی ساخته شده است دارای ۲۳ متر ارتفاع بوده یکی از بهترین نمونه های ارکتیکت محسوب میشود. عبادتگاهی بنام حضرت عیسی (ع) که بطرز خاصی مزین و بنایافته است در طبقه چهارم برج مذکور جاه دارد و رسامی رواق آن از قرن



شعر

کعبه امید

ای خدا این وصل را هجران مکن
سر خوشان عشق را نالان مکن
باغ جان را تازه و سر سبز دار
فصد این بستان این مستان مکن
چون خزان از شاخ و برگ دل مزن
خلق را مسکین و سرگردان مکن
بر درختی کاشیان مرغ توس
شاخ مشکین مرغ را پیران مکن
جمع شمع خویش را بر هم مزن
فصد این پروانه حیران مکن
کعبه اقبال ما این در مه است
کعبه امید را و پیران مکن
نیست در عالم ز هجران تلخ تر
هر چه خواهی کن ولیکن آن مکن
مولینای بلخی

ادبی توتیه :

دیاردیدن

زما خورده یاره !
کله چه دی وویتم، نو پسو لورخنی کارونه یاتنی شی، او
زبه می غواهی چه یو له ورخ تا ته وگورم، خو هر خومره چه در ته
گورم، هغو مره می زبه تهراندی کیری، او په هر خل دی له لهدو بیل
خوند اخلم .
گرانه آشنا !
ما ته یوازی ستا لیدل تر هر خه زیات دی، او زما دی تش لیدل
آرزو ده .
خوته ! زما په آشنا بی نور نورگوماتونه کوی، او تش دیدن دی هم
په ما سیموی، او هر دیدن دی له نازونو او نخرو سره ملگری وی،
مگر زه دی له مکیزونو هم خوند اخلم ،
خو گوره زما دزبه سره آشنا! چه دیدن لورینه دی پرما تل اوسه!
که زه هم له نازونو او نخرو سره وی، خو که هر خو دی ښکلی مخ ته
گورم، په لیدو دی نه مریزم، اوددی لنډی په استناد دی له دیدن نه زبه
صبروم :

دیدن دبادو پیمانه ده

نه به پری مورشی، نه به وتری بارونه

صفحه ۴۰

«س، ل»

آرزو

کاش بر ساحل رودی خاموش
عطر مرموز گیاهی بودم
چو بر آنجا گذرت میافتاد
به سراپای تو لب میسودم
• • •

کاش چون نای شبان میخواندم
به نوای دل دیوانه تو
خفته بر هودج موج نسیم
میگذاشتم ز در خانه تو
• • •

کاش چون پرتو خورشید بهار
سحر از پنجره میتابیدم
از بس پرده لوزان حریر
رنگ چشمان ترامی دیدم
• • •

کاش در بزم فروزنده تو
خنده جام شرابی بودم
کاش در نیمه شبی درد آلود
سستی و مستی خوابی بودم
• • •

کاش چون آئینه روشن میشد
دل از نقش تو و خنده تو
صبحگاهان به تنم میلفزید
گرمی دست نوازشده تو
• • •

کاش چون برگ خزان رقص مرا
نیمه شب ماه تماشا میکرد
در دل بالچه خانه تو
شورمن، و لوله بریا میکرد

کاش چون یاددل انگیز زنی
میخزیدم به دلت بر تشویش
تا گهان چشم ترا میدیدم
خیره بر جلوه زیبایی خویش
کاش در بستر تنهایی تو
بیکرم شمع گنه میافروخت
ریشه زهد تو وحسرت من
زین گنه کاری شیرین میسوخت
• • •

کاش از شاخه سرسبز حیات
گل اندوه مرا میچیدی
کاش در شعر من ای مایه عمر
شعله راز مرا میدیدی
شعر از: فروغ

دعاشق پیغام

که سا قسی په کر شمو باده په جام کا
 صو فیان به محبت له می مدام کا
 که دخال دانه د زلفو په دام کښیږدی
 بی حساب دز پو مرغو نه به په دام کا
 به مستی کی که حجا بله مخه واخلی
 په خندا به قرار زړو نه بی آرام کا
 بل شوم رقیب له حاله آگاه نه شی
 په ابرودعا شقا نو ته پیغام کا
 سرو پا تو په خپل خای شی له حیرته
 محبوبا چه و گلزار و ته خرام کا
 نر گس پورته کتی نه شی له خجلته
 هم لا له یسی له اد به احترام کا
 قرار ی به دبلبل په دو د نه مو می
 چه نظریه دغه هسی گل اندام کا
 هغه زړه چه دنا مو س په حلقه بندوی
 محبت به بی فارغ له تنگ ونام کا
 همیشه به بی زړه خلاص وی له اندوه
 هرچه مینه پر شراب لعل فام کا
 خام طمع زاهد شه پا تی په انکار کی
 به پخته شی که نظر په می خام کا
 چه بی خان د آزادی و ملک ته ویو ست
 کریمداد به په خدمت و رته قیام کا
 « کریمداد روښانی ددو لسمی پیری شاعر »

جنون عشق

روزی دوم زپیش تو وازدیار تو
 پایاد خاطرات تو و یادگار تو
 لیکن ندانم اینکه چسان بگذرد به من
 آن روز های تلخ
 وان شام های تار
 که دور از نگاه تو
 بارنج بی تمر
 بادرد ناامیدی و یاد جنون عشق
 باز هرنامرادی این عشق ناتمام
 آری ندانم اینکه چسان بگذرد به من
 دوران وفا و مهر
 دو شپه نامرادی و دنیای بیگسی
 لایلا سرشار روشنی

اولسی ادب :

سپینکی مخ

دید دی چه ونه کړم ټوله ورځ وی به ماغم
 یو ځل که را ښکړه کړی سپینکی مخ د زړه ملهم

ستادر کښی زه ولاړ یم د دید نډباره یاره
 داسترگی راښکاره کړه که نه مرم د خدای دباره
 به هجر کی دی سو ځم نا زوینښه بی انگاره
 ارمان می را پوره که نوردی پر پرده خپل ستم
 دلبره را پخلا شه زیآ تی مه کړه رانه خنک
 هجران کی دی کړیم داجهان شوراته تنک
 ته شمع یی جا ناته زه یم ستاد مخ پتنگ
 چه شمع راښکاره شی پتنگ خان کړی پر برعم

راځه ای کبر جنه یاره پر پرده ظلم
 لږ رحم په ما وکړه ستا غمو نو کړم تک تور
 بشر چه دی رایاد شی نو زړگی می کوی شور
 چه تاسره یم وصل څه کوم درد وا لسم

چه ته تاسره سم شی نو پوره به مدعا شی
 هم ورکه به په مایوری دغیر غماز خندا شی
 دا ستا له لورینی به په ما جیهان رڼا شی
 غمونو ته به خلاص شم هر یو کار به می وی سم

«شین»

صفحه ۴۱

تودر آواز

خروسان بودی!

همه را می دینم
 که تودامی طلبیدند به اندازه باتکی که
 سحر می طلبد .
 تا فروافتد از چله شب .
 و به اندازه آبی که گیاه
 کم کمک می طلبد
 تا سیدار سپیدی باشد .
 و به اندازه خوابی که صدف -
 تا که مرواریدی ...
 تو هوا بودی و خورشید، و یامرگ بلند ؟
 برگ و دریا و زمین -
 همه را می دینم

که تودامی طلبیدند به آواز غمین
 از چراغی که درین ایوان سوخت
 تا جایی که در آن تاریکی .
 تودر آواز خروسان بودی .
 کاش بر جسم تومی لغزیدم .

فریادهای

مرگ

پیوسته بگفته

من جواب دادم : آری پلیس یکنفر را توقیف کرد... لئورانس ریدینگ را پیر زن بعجله گفت :

- لئورانس ریدینگ را ؟ .. عجب، حالانکه من ...

گریزدا باناراحتی حرف او را قطع کرده گفت: من هنوز هم با ور نکرده ام البته لئورانس به ارتکاب جنایت اعتراف کرده ولی باز هم این قضیه از نظر من قابل قبول نیست . میس مارپل گفت: آیا اعتراف هم کرده است؟ گفتید اعتراف کرده است ؟ حالا من می فهمم چقدر در اشتباه بوده ام ... آری خیلی خیلی در اشتباه بوده ام .

گریزدا: ولی من یقین دارم که این حادثه اتفاقی است . لن، آیا تو اینطور فکر نمیکنی؟ من این نتیجه را از روی عمل اخیر او گرفتم یعنی رفتن و به پلیس اعتراف کردن .

میس مارپل با کنجکاوی بسوی او برگشته پرسید: رسام خودش تسلیم شده ؟ - آری .

میس مارپل آه عمیقی کشیده گفت: خیلی خوشحال شدم واقعا از این موضوع خاطرم راحت شد .

من با تعجب به او تگریسته گفتم : طبعا این موضوع بیانگر احساس ندامت آن جوان است . میس مارپل در حالیکه علایم حیرت در چهره پدیدار شده بود اظهار داشت :

- احساس ندامت ؟ آه پدر مقدس، امیلوارم شما این جوان را حقیقتا قاتل تصور نمیکنید .

این بار شگفت زدگی نوبت من بود . گفتم: بدلیل اعترافی که کرده است .

- درست است ولی آیا همین ثابت نمیکند که وی با حادثه قتل هیچگونه ارتباطی ندارد؟ - خیر . من شاید کمی عقب مانده فکر میکنم و مغزم زود کار نمیکند مع ذلک این اعتراف هیچ راهی بسوی بیگناهی رسام باز نمیکند . کسی که مرتکب جنایتی نشده چه اجباری دارد نزد پلیس بشتابد و خود را قاتل قلمداد کند ؟

- البته این کار میتواند برای خود دلیلی داشته باشد . همیشه برای هر کاری یک علت وجود دارد . مگر اینطور نیست ؟ مردان جوان خیلی احساساتی هستند و دایما در مورد هر چیز پهلوی های بدی را انتخاب میکنند . سپس بطرف گریزدا تگریسته گفت: آيا شما بامن همفکر نیستید عزیزم ؟

گریزدا زیر لب جواب داد : - نمیدانم . درست نمیتوانم در اینباره فکر کنم . ممکن نیست آدم بفهمد علت این حرکت احتماله لئورانس چیست ؟ من اینطور داخل صحبت شدم :

- اگر دیروز شام چهره او را میدیدید ... میس مارپل گفت: ادامه بدهید .

برای اول لحظه باز گشت خود را شرح دادم وزن پیر به دقت گوش فرا داد . وقتی توضیح من پایان رسید ، او گفت : میدانم گاهی حماقت گل میکند و نمیتوانم هر چیزی را به آسانی قبول کنم و حالاهم درست نفهمیدم منظورشما

چه بود . اگر يك شخص برای انجام گناهی بزرگ آماده شد . و مرتکب قتل می گردد پس از ارتکاب قتل نباید آنقدر هراسان و آشفته احوال بشود . زیرا کاری که انجام میدهد مقتضی خونسردی زیاد است تا پلانی که در ذهن خود ترتیب داده به مرحله عمل درآید . طبعا قاتل کمی وحشت زده شده اشتباهاتی از او سر میزند اما آن چیز دیگری است و جانی هیچگاه چنانکه شما تعریف میکنید با سراسیمگی و دستپاچه در برابر گسان ظاهر نمیشود .

اعتراض کردم: ما وارد جزئیات نیستیم . احتمالا آنها گفتگوی شدید کرده باشند و لئورانس پروتیرو را در يك لحظه عصبانیت شدید به قتل رسانده باشد و بعد در برابر عملی که انجام داده ، دستپاچه شده است . راستش من ترجیح میدهم اینطور فکر کنم .

من میدانم بعضی از انسانها برخی چیزها را ترجیح میدهند ، آقای کلمنت . و لسی لازم است حقایق پیش نظر قرار داده شود . آیا اینطور نیست ؟

وقایع و حوادث هیچگاه دنباله رو پندار شما نمیشوند . خدمتگار تان اظهار داشته که آقای ریدینگ پیش از چند دقیقه در خانه نمانده است و برای گفتگو و دعوایی که شما تصور آنرا دارید ، در هر حال وقت بیشتری لازم بوده است . بعلاوه تاجانیکه من شنیدم آقای پروتیرو در حالیکه مشغول نوشتن پیامی بوده به مغزش فیر شده است . این موضوع را ملازم من بمن اظهار داشت .

گریزدا گفت : این موضوع درست است . وی مشغول نوشتن پیامی بوده که گویا میخواست بنویسد پیش از آن منتظر مانده نمیتواند . در بالای کاغذ هم ساعت را قید کرده و نوشته شش و بیست دقیقه . ساعت روی میز هم افتاده و روی وقت شش و بیست و دو دقیقه توقف کرده است . و آنچه که من و لن را هم بحیرت افکنده همین موضوع است .

پیرزن زیر لب گفت: خیلی عجیب است . ولی موضوع پیام واقعا مرا متعجب میسازد . یعنی ...

سپس خاموش شده تگاهی به اطراف خود افکند . لتیس پروتیرو در آستانه درب شیشه ای ایستاده بود . دختر به اتاق داخل شده با اشاره سر به سلام داده صبح بخیر گفت . سپس روی یکی از کوسنها افتاده با لحنی جاندار تر و با نشاط تر از همیشه اظهار کرد : نظربه شنیدگی لئورانس ریدینگ را توقیف کرده اند .

گریزدا با سر تایید گفت : آری و این خیلی باعث تاسف باشد .

لتیس گفت: راستش هیچ بفکر من نمی آمد که روزی کسی بد مرا بکشد . یقین دارم خیلی هامایل بودند او را از بین ببرند حتی شاید خودم حاضر بودم با اشتیاق این کار را انجام بدهم .

خونسردی و سخت دلی دخترک واقعا شگفتی آور بود . گریزدا پرسید : - چیزی نمی نویسی لتیس ؟ و یا نمیخوری؟ - خیر ، متشکرم . آدمم پیروم آیا من کلاه پوست خود را اینجا فراموش کرده ام یا خیر؟ شکل عجیب و رنگ زرد دارد . تصور میکنم دیروز آنرا در اتاق کار شما فراموش کرده باشم .

گریزدا جواب داد: اگر اینطور است باید کلاه تا هنوز آنجا باشد زیرا ماری عادت به جمع و جور کردن اشیا ندارد .

لتیس بر پا خاست و گفت : بروم نگاه کنم . از اینکه شما را ناراحت کردم معذرت میخواهم . ولی من مطلقا به هم کردن کلاه های خود عادت کرده ام .

من داخل حرف شده گفتم : می ترسم کلاه خود را نتوانی امروز بگیری .

زیرا مفتش سلاک درب آن اتاق را قفل کرده است .

- آه ، چه ناراحت کننده ! خیلی خوب ولی آیا نمیتوانم از درب شیشه ای که به حیاط باز می شود ، داخل شوم ؟

- خیر ، زیرا آن از داخل بسته است . در هر حال این روزها فکر نمیکنم بکلاه زرد زیاد احتیاج داشته باشی .

- یعنی منظور تان پوشیدن لباس عزا است؟ من از آنها بی نیستم که لباس عزا در بر کنم از نظر من این يك عادت کهنه و بیمورد است در هر حال مساله لئورانس واقعا خیلی بد شد . سپس ابروها را بالا کشیده تگاهی به اطراف خود افکند و افزود: بپر صورت علت اصلی واقعه من و مایوسم است . و این جدا خیلی مزخرف است .

گریزدا دهان باز کرد چیزی بگوید ولی معلوم نشد بچه علتی حسر فی از آن بیرون نیامد . لبان لتیس از تبسم معنی داری پر شد و به آرامی گفت: بخانه رفته به آن خبر میدهم که لئورانس توقیف شده است . این را گفته از راهی که داخل شده بود ، بیرون رفت .

گریزدا تگاهی به میس مارپل افکند و گفت: چرا پنجه پای مرا فشار میدهند ؟ پیر زن تبسم کتان جواب داد :

چون دیدم شما می خواستید چیزی بگوئید . باین دلیل پای تانرا فشردم عزیزم . بعضا در برابر حوادث صبور بودن و انتظار تنظیم خود بخودی آنرا کشیدن ، امری صواب است . لتیس را هرگز تصور نمیکنم آنقدر پریشان باشد حتما او در ذهن خود فکر خاصی دارد و او بدنبال همان مفکوره خود روان است .

درین موقع ماری تك تك زده داخل شد و مالجت ، مامور پلیس منطقه ماست . فورا از جا بلند شد م و موقعی که من از اتاق بیرون میرفتم ، همسرم دگر باره متوجه پیرزن گردید . گفت : جگر مالجت آمد .

جگر مالجت رو به طرفه افسر شیک پوش

و نظری است که موهایی قرمزی، نگاشته
عوضیادانه و چشمانی بزرگ آبی تیره دارد
همینکه داخل شد، گفت:

- صبح بخیر، آقای کلیمت. واقعه بدی
اتفاق افتاده، هر چند من ازین پروتیروی پیر
و بدبخت کسی که او را دوست داشته باشم،
وجود ندارد. موقعیت شما هم درین جریان
زیاد تعریف ندارد و امیدوارم همسر شما
ازین حادثه شوک نگرفته باشد.

وقتی به او تعریف کردم که گریژلدا جریان
را خیلی باخونسردی استقبال کرده است، گفت:
- این طور خیلی بهتر است. حادثه
یک واقعه جنائی در منزل شخص واقعا پیش
آمد خوبی نیست و راستش من از اینکه
ریدینگ جوان به این شکل مرتکب جنایت
شده، شگفتی زده شدم زیرا هیچ فکر اینکه
شما دچار دردسر میشوید، نبوده است.

نزدیک بود خنده ام بگیرد ولی معلوم میشد
چگونگی مالچت هرگز باین فکر نیست که یک
قاتل در حال جریان کار نمیتواند تفکر درست
داشته باشد. ازین لحاظ جلوخنده ام را گرفتم.
مالچت روی یکی از کوچپا نشسته اینطور به
سخنان خود ادامه داد: من ازینکه رسام نزد
پلیس رفته و به جنایت اعتراف کرده است،
واقعا متعجب شدم.

- جریان از چه قرار بود؟

- ساعت ده شام دیشب رسام وارد دفتر
پلیس شده تپانچه خود را روی میز نهاده
و گفته است: اینک آمدم و جنایت را هم من
مرتکب شده ام.

- خوب علت کار خودش را چگونه توضیح
داده است؟

- زیاد حرف نزده فقط گفته است که برای
دیدن شما وارد اینجا شده و با پروتیرو پرو
گردیده است. نخست گفتگو کرده اند و بعد
ریدینگ عصبانی شده و بطرف او فیر کرده
است ولی علت گفتگو و مشاجره را در ایسام
قرار داده. توجه بفرمائید آقای کلیمت، این
موضوع میان خود ما بماند آیاسما چیزی
ازین موضوع میدانید؟ من بعضی شایعات
شنیده بودم یعنی در مورد اینکه پروتیرو،
و رودرسام رابه منزل خودش منع کرده بود.
آیاسما تئیس را از راه برده بود؟ راستش
مانمی خواهم این دختریه در دسر بیفتد ولی
آیا حقیقت مساله همین است؟

جواب دادم، خیر. اگر از من می شنوید جریان
بکلی غیر ازین است ولی در حال حاضر
نمیتوانم توضیح بیشتری بدهم.

سر خود را بعلامت تاسف جنبانیده از جا بلند
شده گفت: از لطف شما خوشنود شدم.
اینجا و آنجا یکسلسله روایات روی زبانها
میگردد. درین دهکده تعداد زنان بیشتر است
و بهمین دلیل شایعه هم زیاد میشود. خوب
در حال من دیگر باید بروم. لازم است
دوکتور بایدوک را ببینم. چند لحظه قبل

وقتی سراغش را گرفتم گویا ببالین یکی از
بیماران خود رفته بود ولی درین ساعت حتما
برگشته است. راستش را بگویم، من دلم
بحال ریدینگ می سوزد زیرا من همیشه او را
جوان شریف و آقامنش تشخیص داده ام.
امیدوارم وکیل مدافعش بتواند از او بغویسی
دفاع کند مثل از قبیل خرابی اعصاب یا عارضه
جنون آنی. خصوصا پس از آنکه روشن شد
سبب مهمی در میان نبوده است. اکنون مرخص
می شوم. میل دارید بامن بیایید؟

- طبعاً.

این را گفته هردو از خانه خارج شدیم.

دوکتور بایدوک دوویلی که نزدیک منزل ما
واقع بود، اقامت داشت. ملازمش باذکر اینکه
دوکتور هم اکنون برگشته است، ما را بداخل
منزل هدایت کرد. دوکتور پشت میز صبحانه
نشسته مشغول خوردن تخم و زامبون بود.
با اشاره سر بمن سلامی دوستانه داد و افزود:
ازینکه ناچار شدم بیرون بروم معذرت
می خواهم. قضیه یک زایمان بود. در هر
حال تمام شب را مصروف مطالعه امور مربوط

بشما بودم و گلوله را از مغز مقتول بیرون
آوردم.

قطی کوچکی را در روی میز بطرف ما پیش

گفت: (کالیبر ۲۵ است).
دوکتور بایدوک سر تکانه تایید کرد:
آری. تفرعات تخنیکي آنرا برای روز بازپرسی
محلوظ نگه میدارم ولی آنچه دانستش برای
شما لازم است الساعه در اختیار تان میگذارم.
مردك درنخستین لحظه مرده است. راستی این
جوان دیوانه چرا بقتل پرو تیرو اقدام کرد؟
و هم اینکه کسی صدای فیر او شنیده، خیلی
تعجب آور است.

مالچت تصدیق کرده گفت: آری و منم ازین
امر متعجبم.

بقیه در صفحه ۶۳



اولین روز رفتن به مکتب



بردن کودک و شامل شدن آن به مکتب در روز های اول بعضاً موجب مشکلات برای والدین کودک میگردد چه کودک از محیط خانه بیک محیط نا آشنا پا میگذازد و در آن محیط با کودکان دیگر که هیچگونه آشنایی و تماسی در گذشته نداشته است ترس و بیزاری ازین محیط برایش ایجاد میگردد و کودک از آن تاحدی امکان دوری و گریز می نماید . و این دوری و بیزاری بعضاً سبب مشکلات مادر و پدر میگردد .

چون هیچ پدر و مادری نمی خواهند طفل شان بی سواد و بی دانش بار آید ازین روبه هروسیله که امکان داشته باشد کوشش میکند که کودک شانرا وادار سازد که به مکتب برود و با این محیط نو آشنا شود . و بعضاً اتفاق افتاده که کودک از رفتن به مکتب امتناع می ورزد و لی والدین کودک با قهر و غضب حتی بالت و کوب کودک را وادار میسازد که به مکتب برود . در حالیکه میتود تعلیم و تربیه امروزی این شکل را مردود دانسته و هرگز اجازه نمیدهد که با کودک با این شیوه رفتار شود .

در قدم دوم کوشش گردد که برای کودک رفیق جستجو گردد که در خارج از مکتب و صنف باوی در تماس باشد بطور عموم برای والدین لازم است که جداً از هرگونه تشدد با کودکان درین راه خود داری شود . اگر کودک هر قدر با ملایمت و خشرویی رفتار شود و کودک تشویق گردد به همان اندازه بیشتر علاقمند میگردد و به رفتن به مکتب و صنف دلچسپی نشان میدهد .

خبر گیری و کمک نمودن طفل به درس ها یکی از عوامل است که کودک را به مکتب علاقمند میسازد و سبب پابندی آن با این محیط میگردد .

برای آنکه پدر و مادران که طالب سعادت آینده اطفال شان اند و آرزو دارند که کودکان با سواد بار آیند خاطر نشان میشود که ابتدا قبل از اینکه کودکان به سن هفت برسد باید کودک را با وسایل مکتب و مدرسه آشنا ساخت تا کودک طور ناگهانی غافلگیر نشود .

از آداب معاشرت

یکی از شرایط آداب معاشرت این است که هرگامی در بازار و یاد ر جاده ها با رفیق و یا رفقا گردش میکنید سعی کنید با ملاقات شخص یا اشخاص دیگر رفیق یا رفقا خود را بیجا معطل نسازید . اگر با کدام دوست و یا کدام آشنایی در عرض راه تصادف میکنید صرف به احترام مختصر اکتفا ورزید و بگذرید نه اینکه خود را از رفقا جدا و با دیگری در حالیکه همه انتظار شما را می کشند به صحبت طولانی بپردازید . در همه دعوتها و محافل مخصوصاً در محافل رسمی بایست توجه خاصی بکار برد تا جای خود را شناخته و بنشینید ، اگر کارت دعوت شما نمره نمره دارد باید جای تعیین شده را اشغال نماید و اگر کارت شما نمره ندارد باز هم با توجه بحال خود به یک نظر میتوانید جای نشستن خود را پیدا کنید . اگر شما این نکته را مراعات نکنید و جای خود را شناخته در نظر مردمان سبک و بی تربیت جلوه میکنید .



روان شناسی

شرط اساسی زندگانی خوب عادات خوب است

اگر اکثر عادات شما خوب و مطلوب باشد به یقین زندگانی سعادت مند ی دارید . این مطلب بسیار صحیح و منطقی است زیرا که بسیاری از کار های روزانه ، بر حسب عادت صورت میگیرند . روانشنا سان به این عقیده هستند که شخص از یک سلسله عادات ساخته شده است . برای اینکه زندگی خوب و آرام داشته باشیم هرکس باید کمی در خود تعمق کند و پروگرام زندگی خود را از نظر بگذارد و فهرستی از عادات خود تهیه نماید . و ملا حظه نماید که این عادات آیا بسعادت وی در زندگی کمک میکند یا خیر ؟ عاداتیکه تا اندازه در سلا متی انسان مؤثر هستند و ارتباط مستقیمی در بهبود زندگانی انسان دارد عبارتند از : خوردن ، خوابیدن ، آشنا میدان و نظافت است . پیشنهاد های ذیل برای ایجاد یک بقیه در صفحه ۵۶

اگر اکثر عادات شما خوب و مطلوب باشد به یقین زندگانی سعادت مند ی دارید . این مطلب بسیار صحیح و منطقی است زیرا که بسیاری از کار های روزانه ، بر حسب عادت صورت میگیرند . روانشنا سان به این عقیده هستند که شخص از یک سلسله عادات ساخته شده است . برای اینکه زندگی خوب و آرام داشته باشیم هرکس باید کمی در



اندیشه‌های جوانان

شاغلی محمد امان:



داشتن تصمیم قاطع و خلل‌ناپذیر از خصایل عمده يك جوان است. جوان باید سمبول فداکاری، صداقت و امانت‌داری در بین مردم خود باشد.

جوان دارائی يك بینش علمی بوده شرایط زمانی و مکانی خود را درك و دیده‌های ماحول خود را پیوسته بر اساس واقعیت‌های عینی تجزیه و تحلیل نماید و پایه‌های علمی بینش خود را پیوسته استوار تر و متین تر نماید. روحیه انتقاد و انتقاد پذیری سالم و مثبت را در خود پرورش دهد.

جامعه و مردم خود را بشناسد، از موقف خطیر سازندگی خود در جامعه آگاهی کامل داشته باشد.

وبالآخره نقش خود را در جهت بر آورده ساختن آرمانها و خواسته‌های مردمش و در جهت عمران و پیشرفت وطنش آنطوریکه تاریخی برایش محول کرده و آنطوریکه مردم‌آزوی توقع دارند به وجه احسن ایفا نماید.

جوانی مانند نهالی پرثمریست که در همین موسم باید ازان حاصل گرفت.

وقتی يك دهقان نهالی را در زمین غرس می کند و همیشه ازان واری می کند به فکر آن است که روزی از حاصل اش استفاده کند اما اگر همین دهقان بداند که نهال در جوانی کدام حاصلی نمی دهد هرگز ازان واری نکرده و هرگز این نهال بی ثمر را در زمین غرس نمی کند!

به عقیده من جوانیکه به زندگی اش علاقه دارد به فامیلش علاقه دارد به کشورش علاقه دارد باید در همین موسم از هیچگونه سعی و تلاش که در آن منفعت همگانی نباشد دریغ نه ورزد.



اسدالله «شیرنگ» معلم صنف ۱۲

نجیب اله «رهنورد»

بعقیده من نخستین اصلی که هر جوان باید ازان برخوردار باشد عبارت از داشتن حس وطنپرستی، ایثار و فداکاری است که هر جوان به مفهوم واقعی آن به این اصل معتقد می باشد.

دومین رسالت ملی نسل جوان عبارت از احترام به اصل و طیفه، اجرای آن به بهترین صورت ممکنه و مبارزه با خرافاتی که بر مبانسی سست استوار شده میباشد.



يك رشته مروارید

— عموما اشخاصیکه زیاد میدانند کم حرف میزنند و کسانی که کم میدانند پر حرف هستند.

«ژان ژاک روسو»

— هر چه تمدن جلو تر میرود، قدرت فردی کمتر میشود.

(ارتل هیلنس)

— کسانی که مخالف آزادی دیگرانند خود لیاقت آزادی را ندارند.

(لینکن)

— ما به خاطر حفظ و بقای آزادی مبارزه میکنیم ما مخالف هیچ شخص و ملت و هیچ سیستم نیستیم.

ولی با آنانی که مخالف آزادی قیام میکنند مخالفت می نمایم.

(جان اف کینیدی)

— تا هنگامیکه همگان خوشبخت نباشند، هیچ فرد به تنهایی معسود نخواهد بود.

(هربرت سپنر)

— تا که همه گان آزاد نباشند، هیچکس از مزایای آزادی کامل بر خور دار شده نمیتواند، تا وقتی که همگان صاحب اخلاق نیکو نباشند هیچکس بطور کلی شرافتمند باقی نخواهد ماند.

(هربرت سپنر)

— چشم گریان دیگران را بانگاه‌های مسرت آمیز تبدیل کردن لذت بخش ترین خوشبختی هاست.

(بودا)

— باید فهمید که قانون در چه کیفیتی وضع شده و هرگز نباید قوانین را از کیفیتی که در آنها وضع شده جدا نمود.

(مونتیسکو)

(فرستنده: نریمان، ن)

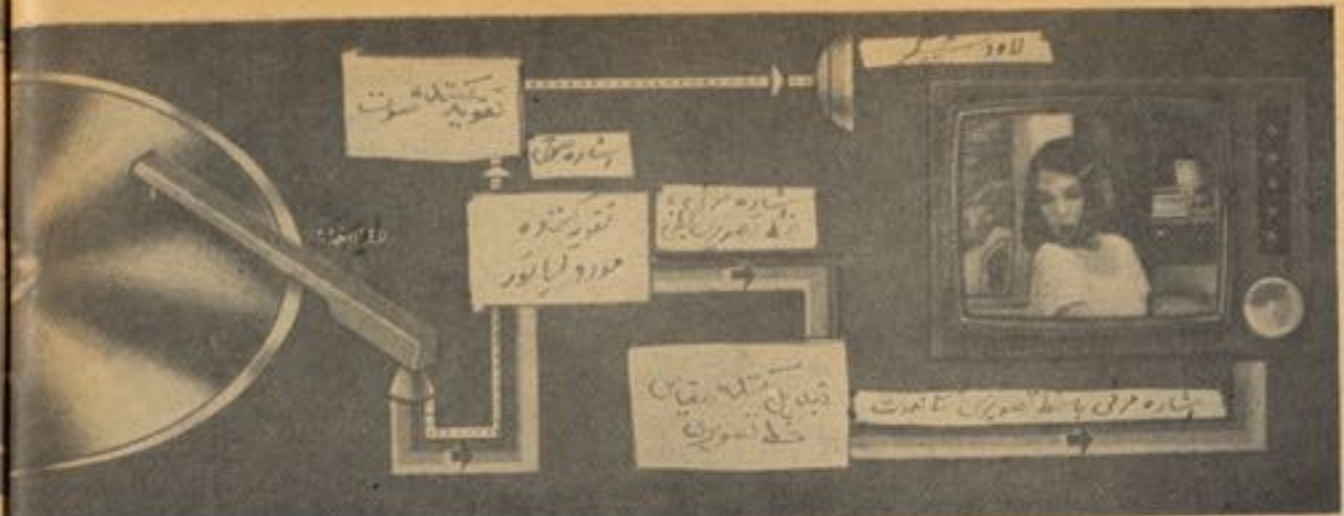
جدید ترین طرح از خیاطان پاریس با فرا رسیدن فصل سرما طراحی‌ها را با ریس چند مودل زیبای بطولون را برای علاقمندان مود عرضه داشته است.

این شش طرح کاملاً جدید از طرف بسیاری جوانان پاریس مورد استقبال قرار گرفته است.

طراح که این مود لها را تهیه نموده است کوشش نمود که ذوق و علاقه جوانان را با این چند طرح جلب نماید نکته ای که قابل یاد آور نیست این است که این شش طرح برای هر نوع ذوق قابل پذیرش است و استقبال جوانان پاریسی از این طرح ها خود ثابت میسازد که طراحان تا چه اندازه در کار خویش موفق بوده است.

مود جوانان





بلاک شمه ثبت و نمایش ها ایجا

مترجم دیپلوم انجیر سروری

ساختن گرامافون هائیکه خواهند در آن دیده میشود

و تا اکنون برای این مقصد از فیته فلز مقلای طبیعی خد مت می کنند مقلای طبیعی استفاده می گردید و فقط این موضوع اساساً امروزی است متوریو های تیلو یز یو نی تمام جهان را تشکیل داده است.

به همین پر نسیب بطور مثال اولین تایپ ریکارد قابل دید انحراف شوروی از طرف اتحادیه اویسیسک و میخائیک لیتنگراد ساخته شده است اولین نمونه این تایپ ریکارد قابل دید در سال ۱۹۷۳ از طرف کمیته لیتنگراد ساخته شده است مگر کمیته های مقدم جهان بحث نقل رهند معلو مات عکس دارای صفحه ریکارد استفاده می نمایند برای تهیه خود صفحات از ماده بسیار رزان - بولی کلرو پیل استفاده می شود.

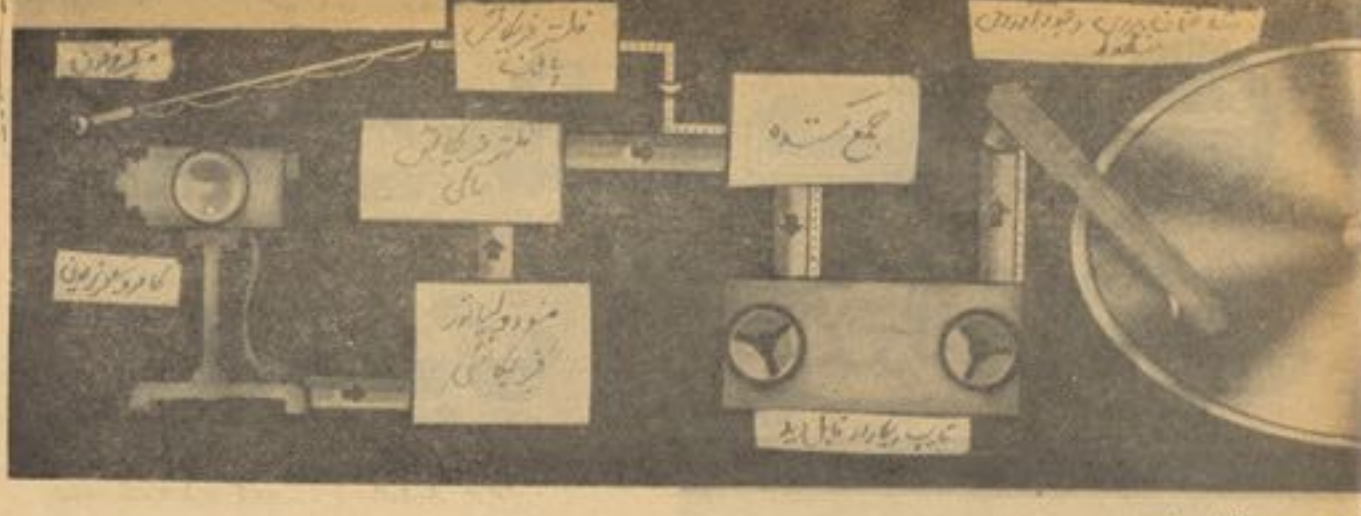
میتود های عصری تیراژ صفحات اجازه میدهد که به سرعت بدون - مضارف فوق العاده در بازار های ریکارد در معرض گند در صورت تهیه تعداد بسیار زیاد صفحات تیر ارزش ترین صفحات آنها مربوط به انتقال آنها است زیرا صفحات ت مدور و پلاستیکی نسبت به فیته های بسیار کم را اشغال می کنند در حالیکه زمان اجرای آنها مساوی است.

هم چنان میخائیک نیز می که صفحه ریکارد را با سرعت ثابت دور می دهد نسبت به تیراژ تیراژ ت گشیش

ریدن کانسرت بکام صفحات ت ریکارد اولین صفحه ریکارد قابل دید در سال ۱۹۷۰ ساخته شده است اولین تایپ ریکارد قابل دید در سال ۱۹۷۳ ساخته شده است شماع لازیر وظیفه سوزنک رادر یک قسم گراما فون اجرا می نماید .

تقریباً صد سال قبل صدای جرنک جرنک اولین دستگاه ضبط صوت (فونو گراف) که ذریعه صدای اویسون خواننده بود در لایرانوار عالم مشهور و مخترع بزرگ هزاران نفر از قسمت های مختلف امریکا را بخود جلب کرده بود اگر چه جریان سالیهای گذشته سلسله استوانه مومی اویسون به ریکارد سوسه دوره ای با لاستیکی تبدیل گردید و بجای دستگاه ضبط صوت مشهور اگر مافون سابقه و غیره استر یو گراما فون عصری و مودرن آمده و در گونی های جدید صفحه های ریکارد سبب هیجانات حتی با سطح موجوده تخنیک که با آنها عادت گرفته شده است.

در جون ۱۹۷۰ کمیته تیلوفون کن و نیل دیکه اعلان کرده بودند که با مساعی مشترک سیستم ثبت قابل مری در صفحه ریکارد ساخته و آن را می توان در تیلو یز یون های عادی خانه وصل کرد زمان اجرای کانسرت درین صفحه ریکارد به



گرام بصری مقابل دید

موضوع واضح است زیرا سو رنگ مذکور بالای صفحه باید حرکت کرده و نوسانات خطوط را که نسبت به یک دیگر بمسافه ۷ الی ۸ میکرون قرار دارد اخذ کند در عین حال صفحه ۱۵۰۰ دور را در دقیقه اجرا می نماید برای اینکه به تبدیل گشسته الکترونیکی نوسانات میخائیکس خطوط داده شود سو رنگ با پس بسیار حساس بوده و در پهلوی بسیار لوک نیز باریک و طولی باشد سوزنک هاباید با اندازه باریک باشد که شماع انحنای آن بیک میکرون برسد تقریباً مقلای بل ریش اگر به همین حالت سوزنک به صفحه ریکارد تماس پیدا کند البته بزودی خراب می شود.

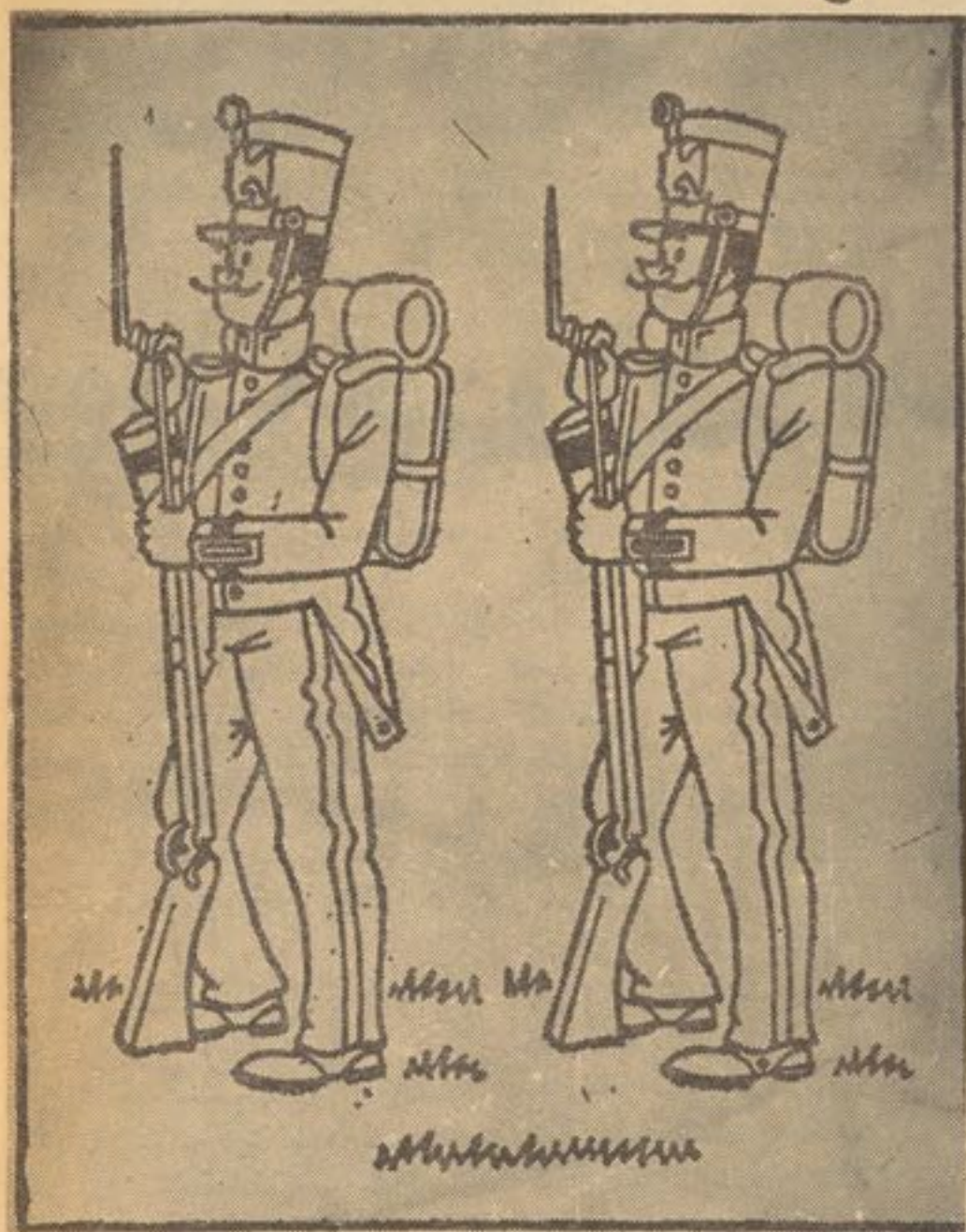
بهین قسم عنصر اخذ اشارات باید در یک سطح بزرگ تر تماس پیدا کند (باید نسبت به ضخامت یک خط زیاد تر باشد) اگر عنصر مذکور از مواد جامد سخت مانند الماس ساخته شود در آن صورت در بالای بعضی قسمت های سطح آن با قوه صفر اعشاریه دو گرام فشار وارد می کند پادر نظر گرفتن مشکلات مذکور انجیران بکام یک میخائیکم بسیار مغلق قسمت کلاکت گراما فون بصورت روان درامند شماع صفحه تقریباً با اندازه هشت میکرون در یک دوره حرکت می کند.

بقیه در صفحه ۵۰



چند اختلاف

جدول بازی



بین این دو تصویر که ظاهراً باهم شبیه هستند چندین اختلاف وجود دارد آیا میتوانید قسمت هایی را که دو تصویر ازهم فرق دارد پیدا کنید؟



مسئله تشریح

درین مسأله سفید بازی را شروع نموده در دو حرکت سیاه را مات میکند، حال شما طرز حرکت اول و دوم مهره های سفید را بمانویسید.

- ما این بار جدولی را طرح کردیم که آثار مشهور بعضی از نویسندگان های جهان را گنجانیده ایم شما بعد از شرح آنرا خانه پری نمائید.
- ۱- درنده .
 - ۲- از نوشته های فرانتس کافکا.
 - ۳- اثری از گونه نویسنده مشهور المانی .
 - ۴- اثری از نویسنده روسی .
 - ۵- کتابی از ولتر نویسنده مشهور فرانسوی .
 - ۶- باز هم اثری از نویسنده مشهور چکسلواکی .
 - ۷- اثری از لا مارتین .
 - ۸- کتابی از اشتفان زوا یک نویسنده اطریشی .
 - ۹- اثری از گوگول .
 - ۱۰- باز هم اثری از کافکا .
 - ۱۱- کتابی از فرانتس کافکا .
 - ۱۲- نوشته از پروسپه دوموریه .
 - ۱۳- کتاب مشهور ارسطو .
 - ۱۴- کتاب از نویسنده انگلیسی دافنه دو موریه .
 - ۱۵- اثری از ناتیل هاتورن .
 - ۱۶- مشهور ترین اثر افلاطون .
 - ۱۷- کتابی از نویسنده امریکایی ورکورد .
 - ۱۸- اثری از پرل باک نویسنده امریکایی .
 - ۱۹- کتابی از نویسنده مشهور شرقی را بیند رنات تاگور .



او کیست

همه کسانی که اهل مطالعه و کتاب و مجله هستند او را می شناسند ماهم بیوگرافی او را برای تان می نویسیم که بشما دریافتن اسم او کمک کند او کار نویسندگی را پیش از اینکسه به مرز ۱۸ سالگی گام نهاد بانوشتن مقاله برای روز نامه کوچک برادرش بنام «هانیبال ژورنال» آغاز کرد و تا پایان عمر از نوشتن و مطالعه کردن دست نکشید. این نویسنده بزرگ در ۳۰ نوامبر ۱۸۲۵ در فلوریدا چشم بزندگی گشود پدرش تاجر تنگدستی بود و «او» در ۱۲ سالگی ناگزیر شد که مدرسه را ترک گوید و شاگرد يك نقاش بشود در آن هنگام شوق جهانگردی در وجودش برانگیخته شد و در سال ۱۸۵۳ او نقاشی را پشت دنیال کرد و در نیو یورک وفیلا دلفیا به کشیدن تابلو و کار های نقاشی پرداخت بعداً به برازیل سفر کرد و در این سفر بفر افتاد که پیلوت شود اما به هنگام جنگ های داخلی امریکا او حرفه تازه را پیشه کرد استخراج معادن! در آن روز ها ، هر وقت هوانامساعد بود او به نویسندگی پناه میبرد و بعضی از نوشته های خود را بنام مستعار خود برای روز نامه «انتر برایز» ویر جینیامیفرستاد . ناشر این روز نامه از روی این نوشته ها به استعداد او بی برداو را با ۲۵ دلار در هفته به عنوان سر دبیر محلی استخدام کرد در شغل جدید او نویسنده چیره دست استعداد سرشاری ابراز داشت وبعد نام مستعاری را که بگوش همه کسانی که اهل مطالعه هستند آشنا است برای امضای داستان هایی که می نوشت انتخاب کرد به موازات نویسندگی بکار در معدن نیز ادامه داد اما ثروتی نیندوخت و در عوض به انتشار داستان «قورباغه جهنده» دامن شهرت خود را بسراسر امریکا گسترش بخشیدند بدنیال انتشار این داستان اوزمینة مساعدتری برای دریافت پول در برابر آثار قلمی خود بدست آورده و نوشته های خود را در بازار داغ تری عرضه کرد . او در سال ۱۸۷۰ با «اولیویا لانک دون» دختری از «المیرا» در نیویارک پیوند زناشوئی بست و در این

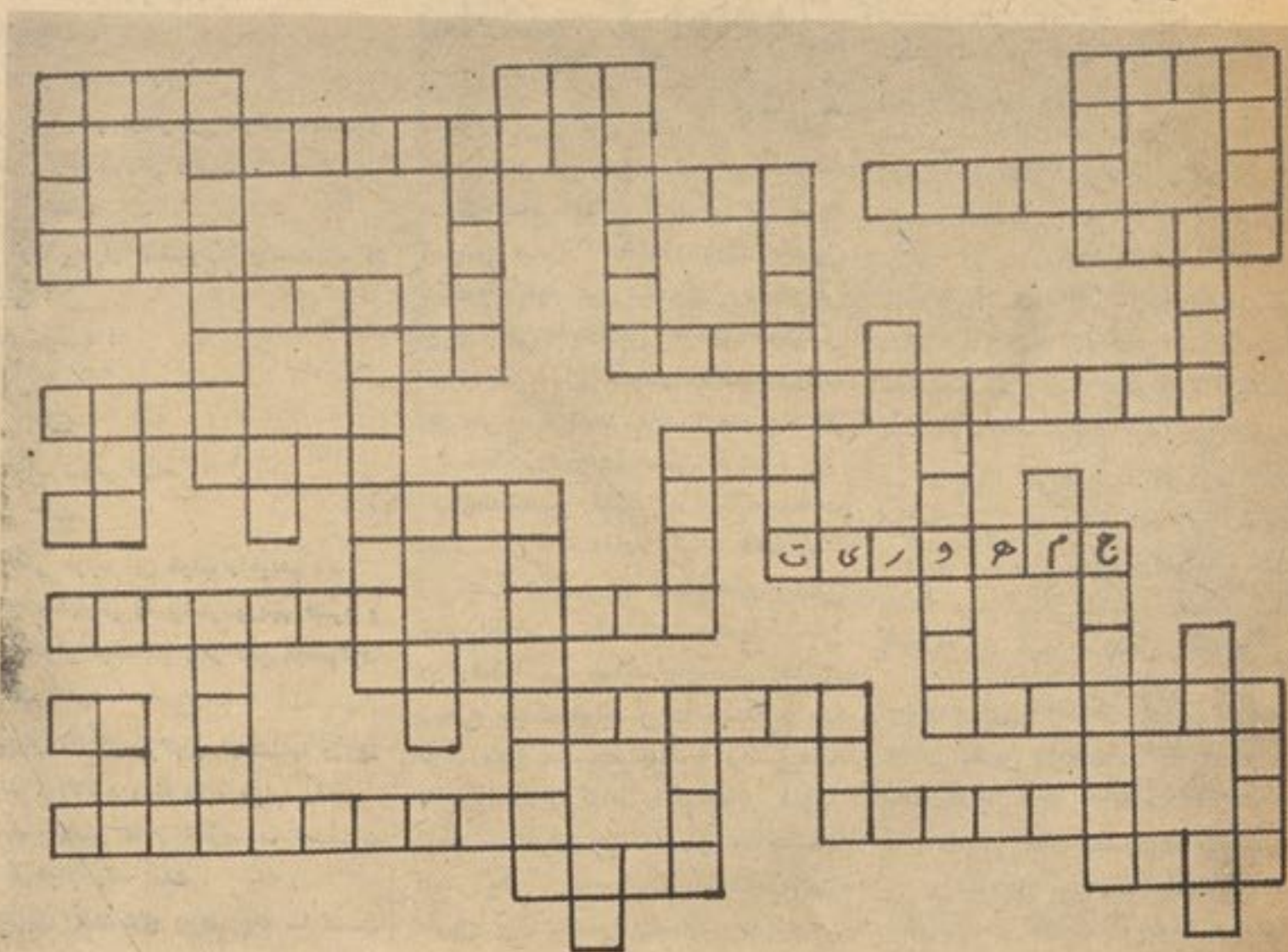
بقیه در صفحه ۵۷

- ۳۱- فلمی به اشتراك و چنتی مالا .
- ۳۲- ستاره فقید سینمای شرق .
- ۳۳- قیمت ترین سنگهای جهان .
- ۳۴- رفیق .
- ۳۵- حیوان باربر عربی .
- ۳۶- از روز نامه های کشور .
- ۳۷- کشور یاوطن .
- ۳۸- یکجا و رفیق .
- ۳۹- در بدن است .
- ۴۰- ستاره از سینمای شرق .
- ۴۱- مهربانی .
- ۴۲- جای گل ود رخت ها .
- ۴۳- فلمی از سر زمین هند .
- ۴۴- کلید جدول .
- ۴۵- فلمی از سینمای غرب .
- ۴۶- دروازه دهن .
- ۴۷- شکل سه ضلعی .
- ۴۸- از کشور های جهان .
- ۴۹- دعوای پراکنده .
- ۵۰- دیدن ها .
- ۵۱- دو بیست جمع چراغ .
- ۵۲- حرف اشاره .
- ۵۳- از بر اعظم های دنیا .
- ۵۴- از هنر متدان فلمهای هند .
- ۵۵- چند لغت .
- ۵۶- نصف داستان «دن کیشت» .
- باتغیر حرف آخر .

طرح کننده هوسی «غشی»

جدول جدید

- خوانندگان عزیز این بار جدول جدیدی را همکار ما پیغله هوسی (غشی) تقدیم میدارد، که کلید حل آن کلمه جمهوریت است شما نظر به همین کلمه تمام کلمات دیگر را پیدا کنید که ما شرح آنرا در زیر تقدیم کرده ایم :
- ۱- گشتنده .
 - ۲- ملت ها .
 - ۳- از خوردنی ها .
 - ۴- شب معکوس .
 - ۵- ضد خوشی .
 - ۶- جمع جواهر .
 - ۷- راوی معکوس .
 - ۸- جام آن مشهور است .
 - ۹- از شفا خانه های کشور .
 - ۱۰- محل .
 - ۱۱- سناج مغشوش .
 - ۱۲- آخرش را حذف کنید تا التهایی گردد .
 - ۱۳- دشمن «بشتو» .
 - ۱۴- از پوشیدنی ها .
 - ۱۵- از کوه های مشهور آسیا .
 - ۱۶- عدد بیگانه .
 - ۱۷- در پیاله ساقی .
 - ۱۸- هزار کیلو .
 - ۱۹- قضیه این عالم بسیار مشهور است .
 - ۲۰- از میوه جات خشك زمانی هم ترمی باشد .
 - ۲۱- درنده .
 - ۲۲- از خوانندگان مشهور موسیقی شرق .
 - ۲۳- سمبل بازیکی .
 - ۲۴- یکی از آنها دیوانه است .
 - ۲۵- معده بزبان بیگانگان .
 - ۲۶- بزرگترین حیوان .
 - ۲۷- اکت کردن .
 - ۲۸- مردم در بشتو .
 - ۲۹- موسم آن می آید .
 - ۳۰- مردانگی .



در راه طوفانی

- دیگر سرت ناوقت میشود .

دختر گفت :

- مشکرم ، (نوت) .

پسر گفت :

- سی روز .

دختر پرسید :

- چی گفتی ؟

پسر جواب داد :

- سی روز را در یک خانه کج چوبی زندانی

میشوم . بهای بوسه یی که از تو گرفتم .

دختر گفت :

- من ... من متاسفم . و لسی من از تو
نخواستم فرار کنی .

پسر گفت :

- میدانم .

دختر گفت :

- مطمئنا به خاطر این کار احمقانه به تو
نشان قهرمانی نخواهند داد .

(نوت) گفت :

- چه خوب است آدم قهرمان باشد .
ایا (هنری استیوارت جاسن) قهرمان است ؟
(کاترین) جواب داد :

- میدانی ، تو چقدر متعرض هستی؟ (هنری)
- اگر موقعیت بهش دست دهد، شاید
قهرمان شود .

دختر باناراحتی دریافت که هنوز قدم میزنند.
خداحافظی فراموش شده بود .

پسر سوال کرد :

- تو واقعا او را دوست داری ؟

دختر باحرارت جواب داد :

- مطمئنم که دوستش دارم . اگر دوستش
نمیداشتم ، با او ازدواج نمی کردم .

پسر پرسید :

- از چه چیز او خوشش می آید ؟

دختر جواب داد :

صادقانه بگویم ...

بعد ، ایستاد و پرسید :

- میدانی ، تو چقدر متعرض هستی ؟ «هنری»
صفت های خیلی خوب دارد . شاید هم صفت های
بدی داشته باشد . ولی اینها به تو مربوط
نیست . من (هنری) را دوست دارم و نمیخواهم
درباره صفات نیک او با تو مپ بزنم .

(نوت) گفت :

- متاسفم !

(کاترین) گفت :

- صادقانه !

پسر دوباره او را بوسید . دوباره بوسیدش
زیر دختر این کار را میخواست .

حالا به باغ بزرگی رسیده بودند . (کاترین)

پرسید :

صفحه ۵۰

- چطور اینقدر از خانه دور شده ایم ؟

پسر جواب داد :

- گامی به جلو . بعد هم گامی دیگر ... روی
برگها و بالای پلها ...

دختر گفت :

- بدینصورت گامها اضافه شده میروند .

زنک برج مکتب به صدا درآمد . (نوت)
گفت :

- مدرسه نایبایان .

(کاترین) گفت :

- مدرسه نایبایان .

بعد سرش را با شکفتی خواب آلودی تکان
داد :

- من باید برگردم .

پسر گفت :

- و خداحافظی کنی .

دختر گفت :

- هر وقت این کلمه را میگویم ، به نظر
می آید که بوسیده میشوم .

پسر زیر درخت سب کهنسالی روی سبزه
هانشست و به دختر گفت :

- بشین !

دختر گفت :

- نی .

پسر گفت :

- بهت دست نخواهم زد .

دختر گفت :

- به تو اعتماد ندارم .

بعد ، چند متر دورتر زیر درخت دیگری
نشست . و چشمپایش را بست .

پسر گفت :

- خوب (هنری استیوارت جاسن) را
می بینی ؟

دختر پرسید :

- چی ؟

پسر گفت :

- خواب شوهر آینده .

دختر گفت :

- خیلی خوب ، این خواب را خواهم دید .
دختر پلکهایش را بیشتر رویم فشرد و
تصویر شوهر آینده اش را در ذهن مجسم کرد .
پسر تازه کشید .

زنبوران در لای برگهای درختها وز وز
میکردند . (کاترین) تقریبا به خواب رفت .
وقتی چشمپایش را باز کرد ، دید که نوت
واقعا به خواب رفته است .

(کاترین) گذاشت که (نوت) يك ساعت
بخواهد . درین مدت باتمام قلبش او را ستایش
میکرد .

سایه درختهای سیب به سوی مشرق درازتر

شد و زنک برج مدرسه به صدا درآمد .

مرنگی به خواندن پرداخت .

دردور دستها موثری سلف زد و چلان نشد .

باز هم سلف زد و چلان نشد . باز هم چلان
نشد .

(کاترین) نزدیک (نوت) رفت . کنارش
زانو زد و گفت :

- (نوت) ؟

پسر چشمپایش را باز کرد :

- هم ... م ... م ...

دختر گفت :

- ناوقت شده .

پسر گفت :

- سلام (کاترین) :

(کاترین) گفت :

- سلام (نوت) :

پسر گفت :

- دوستت دارم .

دختر گفت :

- میدانم .

پسر گفت :

- دیگر دیر شده ها ؟

دختر گفت :

- ها ، دیر شده .

پسر برخاست . ناله کتان تمدد اعصاب کرد
و گفت :

- راه پیمایی خوبی بود .

دختر گفت :

- به نظرم هم همینطور .

پسر سوال کرد :

- همینجا از هم جدا شویم ؟

دختر پرسید :

- کجا میخواهی بروی ؟

پسر جواب داد :

- میروم شهر . بعد به آن خانه کج چوبی .
دختر گفت :

- خوشبخت باشی .

پسر گفت :

- تو هم .

بعد ، پرسید :

- (کاترین) ، بامن ازدواج میکنی ؟

دختر جواب داد :

- نی .

- پسر لبخند زد . لغتی خیره خیره دختر
را نگریست . بعد ، باشتاب از او دور شد .

(کاترین) او را دید که در میان چشم انداز
سایه ها و درختها گسوجکتر شده می رود .

فهمید که اگر حالا (نوت) بایستد و رویش را
بگرداند و او را صدا کند ، وی به سوی او خواهد

دوید . چاره یی نداشت جز اینکه به سوی
او بدود .

و (نوت) ایستاد . رویش را گشتانید و
صدازد .

- (کاترین) !

دختر به سوی او دوید . دستپایش را به
دورپسر حلقه کرد و نتوانست چیزی بگوید .

ساختن گرامافون

يك فرق دیگر صفحات قابل دید
تیلیفون کن به تیل ديك از گرامافون-
نهای صو تی در آنست که صفحه
بدون سطح اتکایی گردد ش می نماید
در سرعت ۱۵۰۰ دور در دقیقه بین
صفحه و پایه غیر متحرك بودن هوایی
بوجود می آید این هوای تشکیل
شده ضربات عمودی صفحه را از-
بین می برد انحرافات از سطح افقی
۵۰ میکرون زیادتیر نمی گردد .

متخصصین فلپس از تر تیبسات
میخا نیکی استفاده کرده اند که با
سرعت ۳۵ دور در دقیقه دور می-
خورد اول سوزنك را درینجا شعاع
لازیر اجرا می نماید پاراستر های
شعاع منعکسه بصورت مستقیم با
طول عمق هاسطح صفحه و مسافه
بین آنها ارتباط دارد فوتو دیود ،
اشارات نوری را به نو سانسات
الکتر یکی که بعد از تقدیه شدن به
تلویز یون داده می شود تبدیل می
نماید کمپنی هالندی خصوصیت
ساختمانی سیستم خود را بسیار

واضح نمی نماید در مطبوعات ثمان
فقط پرنسیپ های عمومی ساختمان
آن ها ذکر گردیده است نظر به-
بعضی اعلامات خواسته اند که اهالی
رائظر به معلق نبودن آنها اطمینان
بدهند و معلوم می گردد که ایسن
ترتیبیات باید ارزان باشد .

اولین صفحه قابل دید در جسون
سال ۱۹۷۰ با اجرای نما یشن
خواننده معروف وعصری مانویسل
ثبت گردید . در نزد شما در اخیر این
سوال پیدا خواهد شد که آزمایشات
این کمپنی چه وقت ازلا براتوار
بدست مردمان خواهد افتید؟ نظر
به اعلامیه کمپنی «تیل ديك» در سال
۱۹۷۳ باید ازین صفحات قابل دید
استفاده می شد مگر کمپنی هالندی
به فکر خوب ساختن شرایط استحصال
آن در ظرف چند سال آینده می-
باشد . بمر حال بصورت عمومی
می توانیم که ثبت صفحات قابل دید
دارای آینده درخشان بوده و به تمام
وعده و وعید ها جواب قناعت بخش
خواهد داد .

افسردگی چیست

بی درکار عادی، و یا چیز لذتبخشی شبیه آن شاید بهترین در میان افسردگی خفیف باشد. من عملاً دوستان خودم را دیده‌ام که کمی دل‌تنگ بوده‌اند.

آنان پس از چند هفته رخصتی خوش، با روحیه تازه بی سرکار برگشته‌اند.

مگر این تدبیر در افسردگیهای شدید کارگر نمیافتد.

برخی همه به آدمهای افسرده پیشنهاد میکنند که بروند و خودشان را مست کنند ولی من فکر نمیکنم که این کار درمان خوبی برای افسردگی باشد. بعضی از مردم در یافته‌اند که استعمال الکول طبیعتشان را دیگر میکند و از شدت اضطراب میکاهد. ولی اعتیاد به الکول که بعداً فرا می‌رسد بدتر، از اصل بیماری افسردگیست.

س- انسان چگونه از افسردگی شدید میتواند رهایی یابد، به خصوص اگر این شخص کاری سخت و برمسئولیتی رابه عهده داشته باشد؟

براون- موضوع دلچسپست. درین زمینه نمونه‌یی از بهبود موفقانه به دست داریم. این نمونه عبارت است از سناتور توماس ایگلتن، وی هنگامی که در سال ۱۹۷۲ از طرف حزب دموکرات نامزدی کرسی معاونت رئیس جمهور را داشت، بیماری افسردگی‌اش به اوج رسیده بود.

به نظر من بهبود یافتن سناتور ایگلتن گام بزرگی به جلو بود. ما امید داریم که مردم، با نظرداشت مثال سناتور ایگلتن و مثالهای دیگر دریابند که انسان شاید به افسردگی دچار شود، به بیماری ستان رود و در میان گردد. و لی بعد، دوباره به زندگی عادی- بپردازد و از لذتهای آن برخوردار شود.

در جنگلات مصنوعی درختان زودرس و دیررس شامل می‌باشند. وی علاوه میکند:

- ولایات شرقی و شمال غربی کشور، از حیث دارا بودن جنگلات، حایز اهمیت است، که در آن‌ها درختان و جنگل‌های عمده ارجیه، کمتر، بلوط و پسته وجود دارد.

ژوندون: در شماره آینده گزارش دیگر ما را پیرامون ۵۴ ملیون هکتار زمین علفچر ها و بهره برداری از حیوانات وحشی مطالعه خواهید کرد.

دیگر، فایق دیگر، خانه دیگر، مساحت خارج و مانند اینها می‌اندازد. چیزی که من در گردش خودم در کشور های جهان در یافته‌ام، این است که اگر انسان به سهم خودش قناعت میکرد، دیگر اضطراب، کشمکش و ندرتا افسردگی که زاده تو قناعت ماست، به میان نمی‌آمد.

س- آیا آب و هوا به چگونگی افسردگی تأثیری دارد؟

براون- شماره خود کشیها در شهر های مختلف جهان فرق میکند. درین زمینه که آیا آب و هوا درین خود کشیها عاملی مؤثر هست یا نه مطمئن نیستیم.

بررسیهایی که در سوئیتزلند انجام شده نشان میدهد که هنگام ورزش فوهرن شماره خود کشی و جنایت در آن کشور به صورت چشمگیری افزایش مییابد. فوهرن باد خشک و گرمیست که در دره های آن سرزمین میوزد.

دا نشمندان در زمینه تأثیر آب و هوا بر عملیه های دماغی ما تحقیقاتی انجام داده‌اند. اصل این پرسش سؤالیست کهنه. ولی بسیاری از بررسیها درین مورد هنوز بی نتیجه مانده است. غالباً از من میپرسند که در هنگام گرمس بر سر خود کشی و افسردگی چه میاید.

س- خوب چه می‌آید؟ براون- ما با شکفتی در یافته ایم که در حوالی گرمس میزان خود کشی کاهش مییابد و پس از آن در آغاز بهار، این میزان افزایش می‌دهد.

س- آیا رفتن به یک مجلس رقص یا یک هفته رخصتی کنار دریا در بهبود افسردگی خفیف سودمند هست؟

براون- به نظر من خرد آدمی در درازای قرون در یافته است که وقفه دار شود.

انام رئیس جنگلات و علفچر های وزارت زراعت، جنگل‌ها را در افغانستان، اینطور طبقه بندی میکند:

- بصورت عمومی فعلاً دو نوع جنگلات وجود دارد، که از نظر علمی

به جنگل های مصنوعی و طبیعی طبقه بندی شده‌اند. جنگل های طبیعی، مشتمل از درختان سوزنی برگ، صنعتی و غیر صنعتی و پهن برگ، شمر و مخروطی می‌باشند.



گوشه‌ای از جنگلات انبوهی که هم‌اکنون تحت کنترل ریاست جنگلات قرار دارد

انبوه جنگل‌ها

جانبی در صدور آن به خارج نیز، جنگل های پسته می‌باشند. مانعی وجود نداشت.

چنانچه در هر سال ده چند ضرورت درختان قطع می‌گردید و صرف یک حصه آن مصرف می‌شد، باقی مانده یا بصورت ضایعات در خود جنگل‌ها از بین میرفت و یا به خارج از کشور برده میشد اما وزارت زراعت امسال امور جنگل‌ها را تحت اداره و کنترل شدید قرار داده، صدور آن به خارج از وطن بکلی ممنوع اعلام گردیده است. چوب های قطع شده جنگل‌ها توسط دولت خریداری میگردد و سعی بر آن میشود تا با حد اعظم استفاده از تمام قسمت های درخت، صرفه جویی مثبت به عمل آید.

رئیس جنگلات می‌گوید: - پروگرام های دیگری در باره جنگل های پسته داریم، تطبیق این پروگرام ها، در مناطق باد غیس، سمنگان و بدخشان صورت می‌گیرد، چه این ساحات کشور، مناطق اصلی عملیات جنگلات می‌گویند.

- پروگرام های دیگری در باره جنگل های پسته داریم، تطبیق این پروگرام ها، در مناطق باد غیس، سمنگان و بدخشان صورت می‌گیرد، چه این ساحات کشور، مناطق اصلی عملیات جنگلات می‌گویند.

د برابر پرسش دیگر، بناغلی



درساعت سازی



حماقت

زن و شوهری خفته بودند که زن ناگهان شروع کرد به لگد زدن و نالیدن.
شوهر بیدار شد و زن را هم بیدار کرد و علت آن حرکات را پرسید.
زن گفت: خواب بدی دیدم، متوحش شدم خواب دیدم که مرده ام و می خواهند دفنم کنند! شوهر گفت: پس من چه احمق بودم که ترا بیدار کردم!



وقتی تایپ و خواندن بلد نیستی چطور میتوانیم ترا استخدام کنیم

دومر تبه خوشی

مردی پر خور با يك نفر کسور هنگام افکار هم مجمو عه شد قضا را کور از پر خوار شکم خواره تر بوده و مجال به او نمی داد هنگام رفتن پر خوار به صاحب خانه گفت: آقا خانه احسانت آباد. من امشب دو دفعه از تو شاد شدم اول بار بدان جهت که مرا با کوری هم مجمو عه نمودی و چنین انگاشتم که کاملاً خواهم خورد دوم آنکه سپس از فراغ از خوردن شاد شدم که این کور خود مرا هم نخورد

ژوندون

کتاب



برای محافظت از تنفس هوای آلوده و کثیف

هیبت الله

مردی از شخصی پرسید تا مت چیست؟ گفت هیبت الله گفت: راست می گویی یا میخواهی ما را بترسانی؟

صبح زن وقتی از خواب بیدار شد روبه شوهر کرد و پرسید: عزیزم، آن کتابی را که دیشب داشتیم می خواندم، ندیدی؟ شوهر جواب داد: کدام کتاب را میگوئی؟ زن گفت: همان کتاب (چگونه میتوان صد سال عمر کرد) را میگویم. شوهر جواب داد: عزیزم دنبالش نکردم، من آنرا سوزاندم! زن پرسید: چرا برای چه؟ شوهر جواب داد: چون مادرت دنبالش می گشت، ترسیدم آنرا پیدا کرده و بخواند!



چون همیشه مزاحم میشد من هم آرامش کردم

صفحه ۵۳

Amir



بچه خاموش باش که من بخیا لم جوړه اش را گرفتم

لباس داماد

وعروس

پدری، فر زندان خویش را
نصیحت و موعظت میکرد، در ضمن
صحبت گفت،
- این که در شب عروسی، عروس
لباس سمید می پوشد، برای این
است که آن شب خوشترین شبهای
زندگی او است.
فریده دخترش به میان حرفش
دویده گفت!
- پس چرا، داماد در این شب
لباس سیاه می پوشد؟
رضا برادرش جواب داد.
- چون آنشب، شب وفات آزادی
مرد است.



بدون شرح

حادثه موتر

دو نفر که به سختی مجروح شده
و تمام بدنشان بنداژ شده بود رو
بروی هم در شفاخانه بستر شده بودند
یکی از آنها به دیگری گفت!
- مثل این که خیلی سخت مجروح
شده اید؟

- بلی، بسیار نا راحت هستم.
- حادثه یی برا یتان پیش آمده؟
- بلی.
- از بدبختی حادثه موتر؟
- همین طور است.
- موتر تان با موتر دیگری تصادم
کرد؟

- نه خیر، در راه خانم مرا مجبور
ساخت تا جلو موتر را بپیگردولی مقصر
من بودم که گذاشتم زنم پشت جلو
بنشیند.

- خیلی بی احتیاطی کردی
اید.

- سپس از چند لحظه مجروح دوم
به اولی گفت!
- حالا شما مثل این که از حال من
بدتر است، برای شما هم حادثه
یی رخ داده؟
- بلی، تقریباً
حادثه موتر؟

- بلی گفته می توانیم اسمش را
حادثه موتر!
- تصادم کردید؟
- هیچ کدام، چون نمی خواستم
زنم پشت جلو موتر بنشیند، مرا
به این روز انداخت.



ترا راهی مرا راهی

دزد دزد!

دزدی جامه کسی بدزد دید و به
بازار برد و به دست دلال داد که
بفروشد. جامه را از دلال دزد دیدند!
و دزد اول نزد یاران آمد گفتند:
- جامه رابه چند فروختی؟
- به آنچه که خریده بودم؟

خرد دهقان

دهقانی باخارش که باز گندم
داشت وارد شهر شد چون در بین
شهر بیروبار زیاد بود و خور
بدرستی راه رفته نمی توانست
دهقان قهر شده و با چوب خر را
میسزد و این وقت که دلش
به حال حیوان بیچاره سوخت نزدیک
آمده و گفت چرا اینقدر حیوان بی زبان
را میزنی دهقان جواب داد ببخشید
من نمی دانستم که خر در شهر
رفیق ها زیاد دارد.



خواب میکنی به بلایم اما ای خور خور کدنت مره به مطالعه نمی ماند

دامین افغا نیور لیکنه

«کوډی»



خبرې کوی.. اوددی سپکو سپو رو
اوتورونو، تومتونو تصور هغی ته
سخته غوسه ور وستله .
خو شیبې یې همدا سې فکر کاوه
چې ناڅاپه دگلانی بېی خسک جرک
راغی اود هغی دکوټې مخې ته په یوه
بښه ودرید. خو واره یې کر کړی
وکړی ،اوخیل سر یې ها خوا دیخوا
واړاوه. اوچه بنیرازی جرک ته
وکتل نویی خپله پنه را واخیستله،
اوبه خسک جرک یې گوزار کړه.
دجرک دوزرونو توپ ترپ شو چې
په وار خطا یې سره یې ټپول اودویری
اوتعجب له زوره یې کر کړی کولی
بنیرازی په غوسې سره ویل:
«څښتن دی مرسته چا خو
کوډی درباندي ندی کړی چې دمنښ
په شان راشی او زما خولی ته و
درېږي.. دلته خو می دا ځای ستا
دمرداری دپاره ندی جارو کړی او..
جارو مړیه!»
گلانی بېی چې دا وینا له خپلې
کوټې نه واوریدله نویی خپله ملا چې

سخته خبرې پکې وشوه سیخه کړه. او
په بښو ودریده، او غوښتل یې چې له
کوټې څخه ووځي. خو چې جرک ته
په پام شو نویی ولیدل چې په یوه
بښه لکیدلی، او گوډ شویدی. هر
خومره قهر او غوسه چې یې په
ستونې کې غوټه شوی وه، په ترڅی
ژباړدله شوه. او شیبې پس یې
دپسرلی دباران په شان له سترگو
نه اوښکو داری وعلی. او په ژباړا
کې یې مړی هم ستایل ادکې مور،
آبا، ترور، ورور، او ځه یې چې مړه
شوی وو وستایل، اوکه هر څو
دنازوو ادی ډاډینه ور کول اوپرو
ته یې دعا کوله هغه نه ډاډه کیدله او
ژپایسې لایسې زور اخیست.. بښه
شیبه دنازورو ادی هڅه وکړه تر
هغو چې غلی شوه او له جغو نه
کیناسته په سلگو شوه او بیایسې
دلیوگی په شان منډه کړه اودبنیرازی
دکوټې مخې ته ودریده. دواړه لاسونه
یې په ملاپوری ونيول او جغه یې
کړه:

«ته زما جرک کوډی.. دا جرک

بنجخو ترمنځ ورکه شوه. خودگلانی
بېی توری جرگی هسې یې گټې او
تسه هڅه کوله چې هغه شنه بڅنه
کولی پیدا کړی دمنښوکه کی یې
ونیسې اود نورو جرگو جوړ کوډو
په ډله کښې پری وویاړی .

ها خوا په بله کوټه کښې بنیرازه
دټپې پړانگ یادمار په شان تاویده
راتاویده اودغوسې له زوره یې ساتنده
تنده چلیدله. دگلانی بېی په لښې
وینا سخته غوسه ورغلی وه...

همداسې یې له ځانه سره سو-
چونه کول چې څنگه تاجی بدی پښې
باندي خبرې کړی .

تاجی دگلانی زوی اود بنیرازی
میره وچه اصلی نوم یې تاج گل و
خود غوسې اوڅپگان په وخت کښې
په هم مور اوهم بنیرازی تاجی باله.
اوتاجی له دی پښو څخه ناخبره په
کړونده کی پکار لکیاؤ... بښه شیبې
تیره شوه. گلانه بېی اود نازورومور
په کوټه کښې سره پښتیدلې اوخبرې
یې کولی خو بنیرازی دا سوچ کاوه
چې لاتر اوسه پوری په هغې پسې

گلانه بېی یو څو شیبې دنازور
له ادی سره په دلا لانه کی وپښیدله او
بیایې بداسې حال کی چې د خپلې
نور بنیرازی کوټې ته کوټه نیوله
په زوره وویل:

«دنازورو ادی- آخر به دکوډگر
مخ تور شي چاچه کوډی کړی دی
آخريې بدلیدلی او پښیمان شویدی.»
بدی لنډی او پاروونکی وینا پسې
پد کليوالو بنجخو پوځو کړه کړه
مثالونه وشمیرل چې څنگه بلانی په
بلانی او بیستانی باندي کوډی کړی
وی ،او څنگه دپلانی لمسی مسره
شوه، دپلانی نور پنده، او کټه
شوه، اوڅنگه دبیستانی خوسې دناحقه
کوډو په وجه پند شو، او داسې نور..
اوبیا دواړه کوټې ته ننوتلې. او
کوټې ته په ننوتو کی دنازورو ادی
هم دبیرازی دکوټې په خوا کاږه
کاږه وکتل ،اوبیایې دخپلې شونډې
څخه دلندو اونم جنو نساوارو شنه-
بڅنه کولی په دوه گوتو راوو یستله
اود خبرې لاندې دتناره خواته یې
وشرله. شنه بڅنه کولی دپوټو او

چېما دملاخو له ماندينې نه په درې
منه جوارو اخيستي دي... ها...؟
اوبه يوه شيبه کي يې دعالم سبکي
سيوري به بشپړازي باندې واورولي.
اوبيا يې چيغه کړه:
«به خپل کور کي مو همدا سي
چرک درلود». په کور کي څه چې به
کلي کي مو داسي چرک ندې ليدلي
ورپړ نه پيژني پاتي کي چرک!
او ها خوا بشپړازي خوله پري
برانيستله. نه يې بلار ور پر پښود،
نهمور اونه خپل خپلوان.
ټول يې ورته ښه وستايل... اوبه
غلاټکي، لمسون، درواغو او سل نورو
عيبونو يې تورنه کړه.
دگلاني ببي په ستوني کي پسي
خبره غوټه وه. نوبې به زبي جا ري
شوه:
«وي وي خوارکي سته دي ور شه
کوډي دي وکړه. تاسو ټول کوډ گر
ياست. آبادي جوگي وادي دي بنگر-
يواله وه، ترور دي بنگر يواله وه قوم
او قبيل دي کوډگر او بنگر يوال دي»
اوبه همدې وخت کي دنازو رو
ادي راغله. اود بشپړازي بلا بلا پسي
واخيسته اوزني يې ورته ونيو لي او
په دلاسا کولو کي يې ورته وويل:
«لوري ته خو په ما گرانه يي زما
دسترگو توري... ته دي ولي خوله
لدې گلاني ببي سره سپکوي؟؟»
اوجې گلاني ببي دا خبري واوريدلي.
سخته غوسه ورغله او په نازوروادي
باندې يې خوله پيرته کړه. او بيبي
ترخه ژبا پيل کړه:
«وي زما خوراي برخي، زما ادکي
زما نازولي موري...»
اوبه ستاينو او ريښتينو پسي
چرک هم ياد کړ:
«وي زما به چرگو کي- ايکي
يواجي نازوليه چرکه... زما زړه وره
اوباتوره چرکه!!»
گلاني ببي بشپړازي ته او بشپړازي
کول قسمونه يې خپل، چې تاو يذ

ماويذ نشته او گلانه ببي درواغو يې
خوتاجي نه دريږده هغه همداسي تاويذ
غوښته آخر يې گلاني ببي ته وويل:
«اي تاويذ چيري دي... را شه
پخپله يې پيدا کړه!!»
گلاني ببي چې زړه يې په بشپړازي
باندې سر پر شوي وېه بريالي نظر
سره يې دسترگو له کنجه بشپړازي
ته وکتل اود هغه دکوتي خوا ته ور
تيره شوه، او هلته دکټ لاندې د
پوزي خنده يې راوا پروله.
هلته دمورک يوه سوږه وه، دکوتي
په څوکو يې سوږه وپلټله، او بيبي
پداسي حال کي چې دبري او وياړنه
زړه پرسيډلي وېو کوچني قات شوي
سپين چک کاغذ راوويست او تاجي
ته يې ونيو.
«ددرواغن مخ دي تور شي...
دادي واخله دتاويذ ندې څه شي
دي!!»
تاجي کاغذ واخيست او له کوزه
ووت.
همدا چې دکلي جومات ته ورسيد
نودکلي ملائوي دما سپين لمو نخ
خلاص کړي او ورو ورو يې تر-
شوندو لاندې دعا ويله... او چې تاجي
يې وليد نوبې دعا لنډه کړه او تاجي
ته يې مخ واپاوه.
«تاجکله بچو څه دي...»
تاج گل به څه خبري مېر او وي
سترگي ور واپولي او ورته ويسی
ويل:
«ملا صاحب کوډي مې راوړي
دي، چېوي باسي!!»
ملا په ډير خير او دقت سره کاغذ
راوسپړه، دتاجي او ملا به سترگو
اوزبونو کښي هيچان څپي وهلي.
دواړودکاغذ دقاتونو خلا صيدل
څارل. چې پورې خلاصه شوه نود
تاجي هيچان لاسي زيات شو...
ملا چې پورې ته وکتل نوبې په تندې
باندې کونځي راغلي... به غوسه
خوراوه.

اودملا دتندې په کتو سره دتاجي
هيچان خپل وروستي حده ورسيد.
چيغه يې کړه:
«ملا صاحب څه دي؟»
«خاوري دي په سر دي!!»
او به غوسي سره يې تاجي ته
وکتل
«هلکه تاجکله دا موخه ملنډي را
اخيستي دي... داتا ويذ دي!! تاسو
دعرشي سپکاوي کوي...»
او پورې يې بيرته تاجي ته گوزار
کړه اوچې پورې گوزار شوه نودهغه
له منځه نيول شويو نوکانو ترو هل
توبې شول.
تاجي خرخر کتل، اوسري تپ
اچولي وېه زحمت سره يې دملاصاحب
نه خدای پاماني وکړه. زړه يې دشرم
او غوسي له متضادو احسا سا تر
څخه پرسيدلي و. له جومات نه
راووت اوکور ته روان شو... په زړه
کي له بشپړازي نه سخت شرميده. او
همداچې دکور خواته ورسيد پوه
شيبه يې فکر وکړ چې له ولي څخه
لښتي زيري کړي او بيا کور ته لاړ
شي... خوبيا يې له خانه سره سوچ
وکړ... له خپل تصميم نه واوښت...
غوښتل يې چې کورته ننوځي خو په
زړه کي شرميده. له کورنه دبشپړازي
دژبا غږ پورته وددې غږ له اوريدو
سره يې خپله لاره کړه کړه او په پورې
نس پيرته کړوندي ته ستون شو...
دادي غږ يې په غوږو کي کړنکيده:
«اي بي غيرته... اي بي غيرته»
اوبيا يې دملاخبري څا تنه ور
يادولي:
«تاسو دهر شي سپکاوي
کوي!!»
اود شرم اولوپي له زوره يې لاس
کارته نه ورته... سر بيره پديدمور
دکوډ چرک دتاوان داخيستو خيال
خوراوه.

فرانسواز سازگان

س- آیا هنوز هم به این عقیده هستید که زنان نسبت به مردان ناقص تر اند.

ج- نه، فکر نمیکنم که من چنین چیزی گفته باشم به نظر من تنهادر موارد خاصی شاید اینطور باشد من زنانی را میشناسم که مردان را رهنما می میکنند همین گونه زنانی را میشناسم که تنها کارخانه را به دوش دارند یادگار گوشتی نشسته میگیرند به همین ترتیب مردانی را میشناسم که مثل گوسفند مطیع هستند و مانند سگ برای زنان کار میکنند این مساله فقط يك امر فردی وابسته به رابطه قدرت میان آدمیان است.

س- نظراتان درباره آزادی زن چیست؟

ج- من زیاد به این موضوع علاقه مند نبوده ام در هر ده سالگی کتابی نوشتم که خوب به فروش رسید. در نتیجه خودم زندگی خود را تا همین میگردم و مستقیماً سوال آزادی روبرو رو نشدم. چون از نظر مالی استقلال داشتم. روابطم با مردان بر پایه برابری استوار بود من هرگز از مردی ده فرانک برای غذا نخواستم ام مردان همواره دوستان من بوده اند.

س- نظر شما در باره ازدواج چیست؟

ج- هیچ. من دوبار با مردان دوست داشتنی ازدواج کردم. مادوستان خوبی بودیم حالا فکر میکنم که ازدواج زیاد ضرور نیست آنچه ضرور است، داشتن کسیست که آدم دوستش داشته باشد.

س- درباره این شایعه چه می گوید که فرانسواز سازگان شیفته موتر دوانی مشروب و مهپا نیست آیا این سخن واقعا يك شایعه است؟

ج- نه، درست است دودبی آتش که وجود ندارد من براستی تیرزانی را دوست داشتم کارهای احمقانه می کردم و میخواستم وقت خوش بگذرد اصلاً نمیخواستم بخوابم ولی حالا این کار امکان ندارد اگر چه آزادام ما نفعی موجود نیست اما پسر سیزده ساله داشتم فرزند چیز صخره بیست می دارم که به زندگیم شکل داده است من در وجود او زندگی میکنم.

س- نظراتان درباره زندگی زنان ناین لحظه چیست؟ هیچ احساس من



روضه شاه ولایتام از شاهکارهای معماری عصر تیموری در افغانستان

شرط اساسی

زندگانی خوب توام با سلامتی انسان است.

- ۱- میان دو غذا در صورتیکه گرسنه نیستید کوشش کنید چیزی نخورید.
- ۲- هنگامیکه غذا می خورید تانی و آرامش را حفظ کنید.
- ۳- با عجله غذا نخورید.
- ۴- سعی کنید از آشامیدن قهوه و جای به مقدار زیاد خودداری نمایید.
- ۵- هیچگاه مشروبات الکلی مصرف نکنید.
- ۶- کوشش کنید که حتی المقدور در پروگرام خواب شما سکتگی و بر هم خوردگی رونما نکرده.
- ۷- هنگامیکه از خواب بیدار شدید کوشش کنید که زود از بستر خارج شوید و خود را عادت ندهید که چنانچه لحظه دیگر نیز در بستر باقی بمانید.
- ۸- و بالاخره عادت کردن به پاکیزگی یکی از مهمترین عوامل سعادت و خوشبختی است.

داشتن مردم و داشتن جد تا رفیق

چمن يك زندگي عالي دارم به نظر من چیزهای خوب و مطبوع داشتن يك کار آزاد بودن و دوست داشتن است.

ولی قندی مواد

دانگورو خوراك دهغو خلکودپاره زیات گهور دی چه بهراز راز تیسو باندی اخته شوی وی.

انگور دوینی تریوالی له منخه باسی نرخکه باید و وایو چه دانگورو هرکیلو دیو لیتر کانی اوبو سره ورته والی لری. انگور دبدن حرارت تامینوی اوله همدی سبب نه یوکیلو انگور ددوه کیلو غوبنی خواب وایی انگور دبدن مسمو میت لیری کوی اوهمدغه نسبت دی چه یو کیلو انگور دیولیترا شیدو ونه زیات مو لری لری.

خو دایچه دانگورو مو لری دبدن دیولو لغرو دپاره زیات گهور دی نو راشی چه به خیلو ورخنیو خوراکونو کنبی ورته جای ورکرو او به دی تو که دبدن یولو ضرورتونو تسدد انگورو به استعمال شوره خوا بوته و وایو.

چرا مردان کمتر از زنان

تنها خوابیدن نیست .

مطالعه کردن، گوش دادن به موسیقی ، دراز کشیدن و یاحتی ورزش و ادمان همه استراحت است . و این بسته به میل خود شماست که کدام نوع آنرا با خوابیدن تسام می کنید .

نقش تفریح رادر حفظ سلامت و نشاط روحی و جسمی از یاد نبرید . تا حد امکان بکوشید از رخصتی ها استفاده مزید برید . با خانواده یا همکاران و دوستان گاهگاهی به گردش روید و سیاحت کنید .

اگر کسالتی دارید و یا ناراحتی کوچکی ، به آن بی توجه نباشید و نادیده نگذرید ، بلکه به زودترین وقت و کمترین فرصت به داکتر مراجعه کنید و دستور هایی از وی بگیرید .

دول غذائیز در سلامت جسم و فکر خیلی فعال و پراورش است بنابر آن در انتخاب غذا و آنچه می خورید به سرحد و سواس دقت کنید . از خوردن غذاهای ثقیل و چرب بپرهیزید ، غذا های پروتین و لبنیات بیشتر بخورید و در خوردن سبزیجات تازه و خام و میوه ها کاهای و سرشار از مواد مفید و ضروری بدن است صرفه نکنید .

بزرگترین نمایشگاه

گفتم: چه پیامی به جوانان هنرمند دارید . در حالیکه میرمن شکورولی خیلی به این سوال آمادگی داشت . گفت: من از همه آنها تیکه می خواهند هنرمند شوند و هنر خود را انکشاف دهند و در خدمت اجتماع بگذارند . تنها و تنها يك پیام دارم و آن این است که هنر ، اول علم می خواهد و بعد آن پشت کار اگر می خواهید هنرمند شوید عالم شوید و در مورد آنچه میخواهید شوید چیزی بیاموزید و بعد آنقدر کار کنید و سعی و عمل بخرج دهید تا مقصودتان برآورده گردد در غیر آن اگر دانشی نباشد ولو شما بسیار استعداد هم داشته باشید نمیتوانید انتظار نمائید و خلق نمائید در آن صورت مجبور خواهید بود ، دنباله روی نمائید ، که این خیلی بد هستم .

او کیست

شهر و « هارتفورد » دو کتاب معروف خود را که شهرت جهانی دارد نوشت : تام سایر ، شاعرزاده و گدا . . . بعد از بدست آوردن شهرت وسیع او باز هم هوس جهانگردی کرد و مدت چهار سال در لندن و وین زیست اما در سال ۱۹۰۴ که همسرش در

زندگی ضعف بزرگی شمرده همه غم و اندوه شانرا به دل میریزند و اغلب هم نتیجه ناگوار میگیرند . یعنی زهر چکیده از اندوه آنها را مسموم ساخته دچار ناراحتی های جسمی و روحی چون سکت قلبی ، مرض قند ، عصبانیت ها و امثال اینها میگرداند .

پس چه باید کرد ؟ :

قبل از همه برای جلوگیری از همچو عوارض بایست مبر سکوت از لب ها برچیده و هر دردی دارید به دوست یا دوستان مورد اعتماد بازگو نمائید و یا آنرا روی کاغذ بریزید . این روش بیشتر از آنچه فکر میکنید در کم کردن از بار اندوه موثر است .

در قدم دوم گریه را فراموش نکنید و در مواقع شدت غم و یا هر مساله نا راحت کننده دیگر از گریه خود داری نوزید و اگر در انتظار نمیتوانید بگریید آنرا در تنهایی انجام دهید و آنقدر بگریید تا آرام بگیرید .

استراحت ، تفریح و آرامش هم عواملی که سلامت را از خطر می رها کنند :

متأسفانه بسیاری از مردان در تفریح و استراحت هم سهل انگارند . آرامش و استراحت در خانه از اصول مهم زندگی است . استراحت

خاطره فراموش ناشدنی ام در تابلی است و یاد (پورتریتی) است که از مولانا جلال الدین محمد بلخی کشیدم آنهم طوری بود که شخص تقریباً ۲۰ سال قبل (پورتریت) های خیالی از مولانای بلخی بمن داد تا از روی آن نقاشی کنم ، وقتی من آنرا دیدم هیچکدامش خوشم نیامد . تا آنکه همه مثنوی دیوان شمس تبریز را بمن ترجمه کردند بعد مولانا را در خواب دیدم و بعد از آن به ترسیم پورتریت مولانا پرداختم .

پرسیدم که سبک نقاشی شما چه نام دارد ؟ به جواب تنها گفتم: (شکور یزم) و بعد خواندید و ادامه داد که این خود یک مکتب جدید است که تا حال از طرف کدام رسام دیگری تعقیب نشده .

گفتم: روی چه انگیزی به این کردن این نمایشگاه پرداختید ؟ گفتم: همیشه مرا می گفتند که تو کلتور فرانسوی داری ازینرو نمایشگاه هایت رادر لیسه استقلال دایر می نمایی . اینبار در قرائت خانه لیسه امائی این نمایشگاه را برپا کردم تا ثابت سازم که من يك افغان هستم و هر وجب خاك این سرزمین را من خاك خویش میدانم خوشبختانه که این نمایشگاه از بزرگترین نمایشگاه هاست که تا حال در کابل دایر شده است .

به کونرو نو کبسی

تخنیک دنارینه سره یو راز استعداد لری بنوونځی ته لیری . چه پسی ترتیب په کورونوکی پاتی استعدادونه دمرگه پوری پت پاتی اوتر خا ورو لاندی کیږی .

دټولو لوړو خبرو سره بیا هم په کونړ کبسی په خاصه توگه اودهيواد په نورو ولایتونو کبسی هم ښځی ته هغه حق نه ور کول کیږی چه نارینه ته ورکول کیږی .

دښځو دحق دتا مینولو لپا ره مبارزه ښایی چه د کور نی څخه پیل شی او پدی ځای کبسی دی چه باید دهلك او نجلی ترمنځ توپیر له مینځه و یوړل شی اودا خبره هیڅکله ونه شی چه: «په لور با ندی د پردی کور ودانیږی اود پلار اومور په درد نه دوا کیږی اوزوی دی چه دپلار دمټو قوت گرځی» او په دی غلط او بی ځایه قضاوت باندي خپله ټوله یا - ملرته دزوی تربیی ته واپوی او لور تر نظره وغور ځوی او پر یی نږدی چه زده کړه وکړی او په ټولنه کبسی و ځلیری له همدی امله دی چه دښځی لومړنی حقونه تربینو لاندی کیږی

نو ښایی چه تر ټو لو لو مړی دهغو کسانو دمغزو څخه چه د نر برتری ته دښځی په پرتله زیات قایل دی او ښځی دکور دیوی متاع په څیر گڼی دا خبره وباسو ، او ورته ور وښیو چه ښځی دژوندانه په ټولو چار کبسی خپله دنده تر سره کولای شی .

ښځی نه یوازی دکر کیلی ، د ځنگلونو د لر گیو دراوړلو او نور بدنی اود کور په چارو کبسی ښه قوت لری . بلکه په زده کړه کبسی هم دنارینه سره په پراو کبسی دی او په ډیره ښه توگه کولای شی چه د زده کړی جاری ترسره کړی ، اداری کارونه وکړی او په طبابت کبسی ښه

فلورانس دیده از زندگی فروبست او به نیویارک باز گشت چندی بعد ملکی در « ردینگ » در کنیتکات خریداری کرد بروی تبه خانه زیبایی ساخت و دو سال آخر عمر خود رادر آنجا بسر برد روز ۲۱ اپریل ۱۹۱۰ بود که تند باد مرگ شمع زندگی او را خاموش کرد حالا این نویسنده نامدار قرن ۲۰ و ۱۹ را به ما نسام ببرید .

فعاله برخه واخلی . لکه څرنکه چه اوس په نړی کبسی ښځی ددی از - موینی څخه په بری سره وتلی او هن دمغزو په جراحی کبسی ښځود نارینه څخه ښه او په زړه پو ری نتیجه ورکړی .

مگر له بده مرغه وینو چه زمونږ دهيواد دکونړ په سیمه کبسی چه کوم وخت دیوی کورنی مالی توان کمزوری وی نو ښځی دنارینه سره یوځای او اوږه پر اوږه کار کوی او دستر اومخ پټولو خبری بیځی په خو له نه اخستل کیږی . څو کله چه یو څه په پښو ودر یری او نارینه په ځان دکور دښځو او ماشو مانو د خوراک او پوښاک دعهدی څخه ووتلی شی نو بیا ښځی نه یوه بوقره (چادر) رانیسی او هماغه ښځه چه مودی مودی یی دمیره سره اوږه پر اوږه دژوند دښه والی دپاره هلی ځلی کړی په بوقره کبسی پته کړی اودکور څخه دراوتلو بندیز پری جاری شی او ستره یی کړی . پدی ترتیب دژوند دمالی وضعی څه ناڅه ښه توب په کونړ کبسی دښځی دکور په دننه کبسی دبندیدو سره مستقیما متناسب دی . که چیری دیوی کورنی اقتصادی وضعه ښه شی نو هر ورو به خپلی ښځی او لوفو ته یو قری رانیسی او هغوی به بیا بی یو قری نه شی گرځیدی .

مگر پوهو انسا نانو ته راجوته ده چه دټولانی دتکا مل قا نون په پریکړونی (قاطع) ډول دبشر دآزادی اومساواتو په گټه حکم کوی اود همدی طبیعی قاعدی لاندی دی چه دزمانی خرڅ دښځو د حقوقو د ترسره کولو په لوری مخ په وړاندی او چت گامونه اخلی .

د مساوات غو ښتنه یوه قوی انگیزه ده . پینښ لیک په پای کبسی بری دهغه چا گڼی چه مساواتو او برابری په لټه کبسی وی . لکه چه یوه یوه وایی : «مساوات دانسا ن حتمی سر نوشت دی اوله هغی نه تیښته نشته» .

نو ښه به داوی چه زمونږ دکونړ دسیمی وطنوال هم دی ټکی ته لږ څه به غور سره فکر وکړی اودزمانی دایجا باتو او انسانی حقونو په خلاف سنگر کبسی ونه دریږی او ښځو ته چه ددوی په ژوند کبسی یسی دنارینه سره ډیری ستو نزی گاللی اوگالی یی دیو انسان به سترگو وگوری اوتر غاړینه کمی ونه شمیری .

شخصیت زن

در آئینه مطبوعات کشور

تهیه و ترتیب از: ر.د.

سهم گیری زنان

در خدمات اجتماعی

چون عظمت، مهربانی و ترحم در نهاد زنان بیشتر سراغ میگردد لهذا میخواهم نقش زنان را در خدمات اجتماعی بیان کرده و درین باره روشنی بیندازیم.

به همه واضح است که بشر مخلوق اجتماعی بوده و حیات اجتماعی از تشکیل فامیل آغاز گردیداست لهذا از بدو پیسایش احساس اجتماعی در انسانها با مفکوره تساند و تعاون یکجابه میان آمده و این ذهنیت روز بروز قوی تر شده و وسیله ایجاد موسسات به منظور حمایت از منافع اجتماع گردید.

این حرکت موازی با انکشاف اقتصادی و اجتماعی سیر ارتقایی خود را پیموده مگر در گذشته ها که افق نگاه محدود بود فرد صرف به خود و به اجتماع کوچک خود فکر میکرد مگر امروز ناگزیریم یک ساحه وسیع تر که عبارت از جوامع بشریست بیندیشیم و همه آنها را تحت عنوان کارهای اجتماعی، خدمات اجتماعی و یا بهبود وضع جامعه مطالعه نماییم.

اکنون مشکلات اجتماعی یک جمعیت و یا یک ملت در صورتی حل میشود که تمام مردم آن جمعیت در پرتو اتحاد و اتفاق عمل منافع همگانی را حفظ نموده و در سایه این مساعی جمیله، سعادت افراد را حمايه کنند.

چینکه در سال ۱۸۴۸ انقلاب صنعتی در اروپا صورت گرفت این انقلاب در پهلوی سایر تحولاتیکه در ساحه های اقتصادی، اجتماعی و سیاسی وارد نمود با انکشاف و روابط جهانی فکر بشر را از مفکوره های محلی به اندیشه های آفاقی و نگاه های وسیع تحول بخشید آهسته آهسته موسسات خیریه و امور اجتماعی قوت گرفت.

و بعدا جنگ ها و خون ریزی های پیهم باعث تلفات انسانها گردید چنانچه از جمله میتوان از واقعه (۲۴ جون ۱۹۵۲) عیسوی یاد آورد که این واقعه یعنی میدان حرب (سالمرینو) چنان احساسات بشر دوستی هائری دوانالت

سلام بتو ای زن

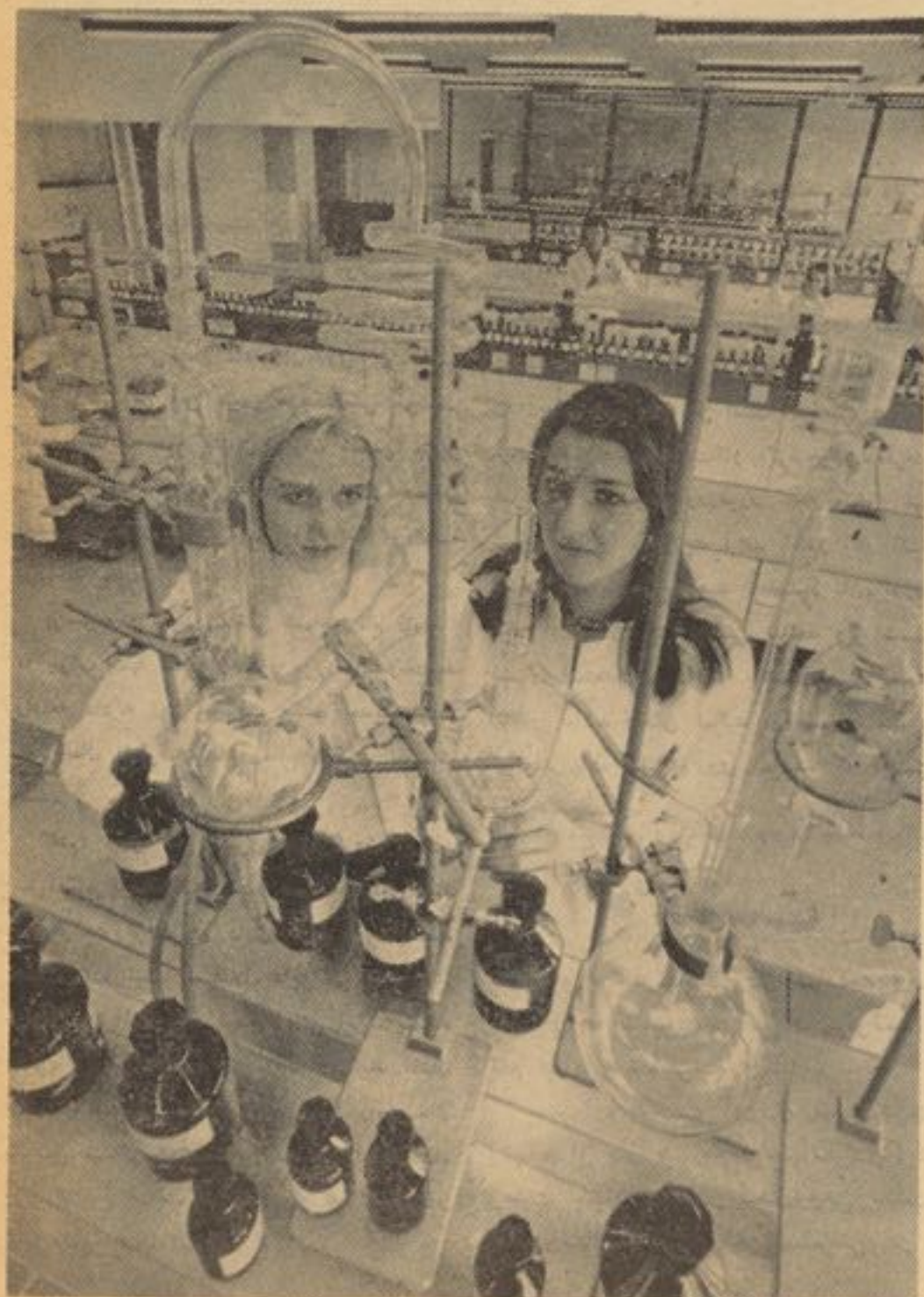
زن ای جنس لطیف و با طراوت
تو هستی مظهر تاج شرافت
تو پروردی نوابغ را ز طهرت
ز تو گلشن بود باغ نجابت
سراپایت بود موج لطافت
تو هستی مخزن اسرار خلقت
توئی سر چشمه راز طبیعت
تو هستی اختر شب های ظلمت
تو هستی مظهر عشق و محبت
توئی شهباز صنع دست قدرت

زن ای خورشید برج مهر والفت
زن ای سرمایه هستی بدوران
سعادت را تویی نو رو فرشته
زن ای آموزگار صدق پاکسی
زن ای زیبا ترین مخلوق ایزد
به تاج آفرینش گوهری تو
جهان را از لبت شاداب کردی
همه گیتی شده روشن ز رویت
روا باشد اگر دارم ترا دوست
تو باشی مونس و یسار (ایست)

نقش زن در اجتماع

به رنجوران و بیماران، باروخ کریم می نگرند و رسیدگی می کند به مصیبت انسان یارو همراه شایسته اند از سوی دیگر با حقوق مساوی در کار های زندگی و اجتماعی و جهانی سهم گرفته و می گیرند حالا از گذشته ها گذشته با استواری ها در میدان زندگی پا گذارده است مابین حرکت نوین رابرای زنان در خدمت عمو می با آرزو مندی توام مو فقیه می خواهیم.

از احساس لطیف و مهر با نی زن که با پرورش و آموزش اساسی و واقعی صیقل می پذیرد، باید در خدمات پر ورشی بهدا شتی و آموزشی بیشتر استفاده کرد زن طفل را خوب می پرورد، فرزند فردارا مالک سجایا و دانش بار می آورد. با آموزش نو باو گان بادل سوزی خاص و باحو صله و فراخ می پردازد.



زنان امروز دو شا دوش مردان در هر جا چه در فابریکات چه در مزارع و چه در دفاتر و غیره مصروف کار و فعالیت اند

په کونړونو کښي د ښځو وضعي ته يوه کتنه

دوهمه برخه

بي برخي دي.

د دوی دمتاع په څير په ميراث کې ویشل کېږي که دیوه ورور ښځه کونډه شي نو د بل ورور یا تره زوی سره اجباري واده ته را کښل کېږي. دوی دښوونځي دزده کړې نه بی خبره دي او که کومه یوه بی ښوونځي ته ځي نو د انگریز دوختودتوري ارتجاع گودا گیان چه داماني نهضت په خلاف همو عوامو ته داسي تشر غوږو کړي چه دنجو نو لیږل ښوونځي ته ددوی داخلاقي انحراف سبب کېږي او تاسي مسلمانان باید خپلي لوڼي ښوونځي ته ونه لیږي اووایی چه: «ښځه یا په کورده یا په کور».

د مینې، میدی او ماکسی ژوب سره هډو آشنا نه دي، لب سرین او وروڅو قلم دوی په واده کې هم په سترگو نه ویني ددوی لب سرین او وروڅو دندا سه دچار مغزپوټکی اورانجه دي.

دخوب، ویښی اوکار کمیس یی هماغه یو وی. دزیر نتون نه هم نا خبره دي اود اولاد دزیریدو په وخت کښی دکلی یوه زړه ښځه دزیر نتون دپاکتري وظیفه په غاړه اخلي. گڼ شمیر ښځی داولاد دزیریدو په وخت کښی دنیستی کندی ته لویږي او مری.

په داسی حال کې چه داوه اته میاشتو اولاد یی په نس کی وی د میره تر څنګه ددرانده کار څخه لاس نه اخلي. خو بیا هم دوی ته دحقارت په سترگو کتل کېږي او لکه څنګه چه دوی دنارینه سره یوراز انسانی حقوق لری له مغو تو اوڅخه

همدغه غلطه اوبی خایه پروپاګند اوس په بیرته پاتی سیمو لکه کونړ کښی دیو دود بڼه غوره کړی، او ډیر کم شمیر خلک پدی اوس کښی هم چه دفضا دتسخیر او علم او تکنا لوژی عصر دی او ښځی په علم او پاتی په ۵۷ مخکی



حبیبه عسکر یکی از زنان فعال تیاتر کشور

شماره ۳۲

تهیه و ترتیب: لطیفه نوری

اهمیت اجتماعی زنان

واضح است که زنان سازنده جامعه امروز و بنیان گذار جا معه فردای کشور اند چه وظایف خطیر و سنگینی که آنها بدوش دارند و با قبول زحمات و تکالیف گونا گون فامیلی زمینه کار و فعالیت راغر ض پیشرفت و رشد کشور بامبارزات پی گیر مساعد ساخته اند.

پس چرا به چنین عنصری که هرگونه فدا کاری و خدمت برای ملت ساخته دست اوست روی این همه ذکاوت و قدرت فهمش خط بطلان بکشیم و از حقوق وی چشم ببوشیم.

دلاوری های ملالی در صحنه جنگ و سر بازی های لیلا خالد و جمیل و بسادختران و زنان جهان که در صحایف و اوراق تاریخ نام های شان به خط زرین نگاشته شده، و مفتخرا نه در راه وطن سرداده اند و با به جهان بشریت ثابت ساخته که زن نیز انر ژي، قدرت و استعداد هر گونه، کار و فعالیت را دارد و هم ثابت نموده که میتواند دوشادوش مردان در اجتماع به حیث یک فرد فعال و خدمت گذار عرض وجود نمایند اما امروز آنچه را که دیروز زنان می خواستند خوشبختانه تحت لوای جمهوریت ارمان های زنان بر آورده شده و یا آماده بر آورده شدن میباشد خود را محظوظ و آزاد حس می کنند اکنون زنان با آمدن نهضت و تحول در جامعه سد ها و موانع را می شکنند و به پیش میروند.

این جا ست که با مسا عد گردیدن صحنه کار برای آنها وطن پیش خواهد رفت و همه آبرو مندا نه زندگی خواهند نمودای زن افغان! امروز جا معه به خدمت تو نیاز دارد پس بیا و دوش بدوش برادرانت کار کن زحمت بکش تا نسل های آینده به اثر کار و فعالیت تو آرامتر ورا حتر زندگی نمایند.

قضاوت مردان بزرگ

درباره شخصیت زن

دردنیا سه چیز است که فهم آنها از توانایی من بیرون است، خدا، حقیقت جهان و اندیشه زن.

زن است که مردان بزرگ را می پرورد، مرد هر قدر هم در سایه دانش و بیئتش، بزرگ و بانفوذ گردد، با سپهر زن درمادری و پرورش اینگو نه مردان بزرگ از سپهر هر سه عامل فوق الذکر، بالا تر است. زیرا پایه هستی و رشد و بقا مرد در سایه پرستاری و مهر بانی زن است.

(سلن: قانون گزار باستانی یونان)

باتو او چونست و من هستم چنان زیر پای مادران با شد جنان (مو لوی)

زنان بما ادب، حشمت و کرامت فراوان میدهند.

(ولتر)

من عقیده دارم که زنها بزرگترین و با شکوه ترین پدیده های آفرینش هستند.

(روسانا برا تزی)

وظیفه زن تهذیب اخلاق مرد است.

(ولتر)

من زبانم از بیان محبت ها و عواطف همسرم قاصر است لیکن همینقدر میگویم، تا زمانیکه او با من است، فقر و تنگدستی خود را با دارایی کر زوس مبادله نمی کنم هنگامیکه حوادث روزگار بین من و همسرم جدایی افکند بدون شک طو رمار هستی و زندگی هر دوی ما جمع و جور خواهد شد.

زن را طبیعت مانند مرد آزاد آفرید، بگذارید که این آفریده زیبا و پر و راننده نوابغ روزگار آزاد زیست کند.

(منتسکیو)

افسردگی چیست؟

فال حافظ



دوهر روزاز هفته که میخواهد فال بگیریده تصویر بالا توجه نموده یکحرف از حروف نام خودرا انتخاب کند و آنرا از دایره بزرگ پیدا نماید. (فرق نمی کند که حرف اول باشد یا دوم باشد یا نهم یا پنجم) در زیر همان حرف مثلی قرار دارد که دارای خانه های سفید سیاه میباشد و در داخل خانه های سفید آن سه عدد ثبت شده است از آن سه عدد هر کدام را که دلخواه شماست انتخاب کنید و آنگاه به همان شماره در زیر نام همان روزاز هفته مراجعه کنید و جواب خودرا از زبان حافظ شیرین سخن دریافت نمایید.

مثلا روز یکشنبه حرف چهارم نام خود را که میم است انتخاب و از جمله سه عددی که در زیر فوس مربوطه به این حرف دیده میشود بیت ۷ را اختیار نموده اید. باید به بیت هفتم روز یکشنبه به اشعار صفحه مقابل مراجعه کنید و بخوانید لسان اللفیظ شما چه می گوید:

کنیم. زیرا افسردگی بیش از آنکه ساعت کار خسته کن و تکراری برای فراورده اشتباه پدران و ما در آن باشد امرار معاش قابل تحمل است. ولی شاید عامل بیولو جیک و ازلی داشته اگر ارزیابی این هشت ساعت کار از دیدگاه فردی و درونی صورت گیرد، باشد...

س- آیا شرایط کار امروزی واقعا به نظر غیر قابل تحمل میاید. نسبت به گذشته ها بیشتر فشار دهنده و رقابت آمیز است؟ براون- به نظر من در حال حاضر شرایط کار از بسیاری جهات نسبت به دوره های پیشین بیشتر قناعت بخش است. بدین معنی که ساعات کار کمتر است، مزد بیشتری داده میشود و یکنواختی کمتری بر کار تسلط دارد. از طرف دیگر، تو قعاتی که ما از شرایط کار داریم، نسبت به شرایط کار بیشتر تغییر کرده است. هشت

های شدید و دوامدار مشوره بایک روانکاو ضروریست.

س- آیا دوستان و افراد خانواده بیمار کمکی به بیمار میتوانند کرد؟

براون- آنان کم از کم میتوانند سر بیمار فریاد نکشند، دیگر بس کن!

در حالی که بیمار نمیتواند بس کند، اگر میتوانست، دیگر افسرده نمیبود. به همینگونه، دوستان و افراد خانواده بیمار میتوانند از وارد ساختن اتهام به بیمار خود داری کنند تا احساس جنایت رادر او تقویت نکنند.

به طور مثال، اگر همکار شما احساس افسردگی میکند و میپندارد که کارش ارزشی ندارد، شما می توانید کار های خوب او را به رخش بکشید. وقتی او تایید شما را ببیند به این فکر میافتد که شاید آنقدر هم که فکر میکند بیچاره و ناتوان نیست. لازم است بگویم که بسیاری از مردم پیش از دست زدن به خود کشی نشانه های اختلال دهنده یی از خود شان بروز میدهند. این نشانه ها باید از طرف دوستان و نزدیکان شان جدی گرفته شود و بیمار را وادار سازند تا به روانکاو مراجعه کنند.

س- آیا در افسردگی زنان و مردان اختلافی وجود دارد؟

براون- بلی. احصاییه ها نشان میدهد در میان بیماران که زیر درمان قرار میگیرند، شماره زنان نسبت به مردان بیشتر است. می توان گفت که دو برابر است. این احصاییه در تمام سنین صدق میکند.

آنگونه که میدانید، برخی از رویداد های بیرونی در ایجاد افسردگی مؤثر است به طور مثال، زنی که در سراسر زندگی کار نکرده است، هنگامی که آخرین فرزندش خانه را ترک میگوید، وی نمیتواند خودش را با تنهایی تطابق بدهد. به همین شان مردی که کارش را با موفقیت انجام داده و در سن شصت سالگی متقاعد میشود و هنوز نمیداند که بعد ازین چه کند. این هر دو در برابر خطر افسردگی قرار دارند. معنای این سخن این است با دیگر

گون شدن شیوه زندگی زنان و مردان به صورت جدی متوجه نشانه های باشیم که افسردگی را به دنبال دارند. س- افسردگی بیشتر در میان زنان و مردان متاهل دیده میشود یا در میان مجردان؟ اصلا زندگی مشترک در امر افسردگی اثری دارد؟ براون- همین حالا ما سر گرم مطالعات احصاییه یی درباره سالاختمان خانوادگی و بیمار یهای دماغی هستیم. من به شما احصاییه های میدهم که، کم از کم برای خودم قابل اندیشه است:

شش در صد امریکا یانی که بین چل و پنج و شصت و چار سال دارند درمؤ سساتی چون بیمارستانهای دماغی، خانه های سالمخوردگان، مراکز یاز نشستگان و بیمارستانهای سالمندان زندگی میکنند. این عده شامل متاهلین، مجردان، طلاق شدگان و بیوگان است. درین میان شماره مجردانی که زیر درمان روانی قرار میگیرند، دوچند شمساره کسانیست که زندگی زناشویی دارند.

س- افسردگی در کودکان تاجه حد میتوان جدی باشد؟

براون- کودکان نیز به افسردگی دچار میشوند. اگر چه شکل تبارز آن از بزرگسالان فرق میکند. نشانه های افسردگی در کودکان گاه هشی به شکل بیتا بیست، گاهی به صورت بی توجهی به مکتب و گاهی هم به شکل بی خوابی و گاه بو سهای شبانه.

ما غالبا اطلاعات مان را در باره افسردگی کودکان روی هم میگذاریم و با دقت این نکته را بررسی میکنیم که بهتر شکل بر خورد با افسردگی کودکان کدام است. افسردگی در کودکان زمینه یی نامعین و بحث انگیز است. ولی به نظر من هر اندازه این زمینه بیشتر شناخته شود، در راه حل رفتار های درد سر دهنده و اسرار آمیز نو جوانان ما پیروزیهای بیشتری به دست خوا عیم آورد.

س- آیا وضعیت به خصوص سالا پدران و مادران کودکان را مستعد پذیرفتن افسردگی میسازد؟ براون- درین باره پاسخ ساده یی وجود ندارد. به نظر من در مورد افسردگی کودکان از ملامت پدران و مادران باید محتاطانه خود داری

فناك حافظ

شنبه

۱- همه شب درین امیدم که نسیم صبحگاهی
به پیام آشنایان بنوازد آشنایان را
۲- عینا شکار کس نشود دام باز چنین
کا نجا همیشه باد بدستست دام را
۳- سا قیا بر خیزو دوده جام را

خاک بسو کن غم ایام را
۴- مگر چه بد نامیست نزد عاقلان
ما نمی خواهم نام و ننگ را
۵- دود آه سینه نا لان من

سوخت این آتش دمان خام را
۶- ترسم این قوم که بردردکشان می خندند
درس کار خرابات کنند ایمان را
۷- یار مردان خدا باش که دوکشتی نوح
هست خاکی که به آبی نغرد طوفان را

یکشنبه

۱- ساقی بنور باده بر افروز جام را
مطرب بگو که کار جهان شد بگام ما
۲- مادر بیاله عکس رخ یار دیده ایم
ای بی خبر ز لذت شرب مدام ما
۳- هرگز نمیرد آنکه دلش زنده شد بعشق

تبت است درجیده عالم دوام ما
۴- ای باد اگر بگلشن احباب بگذری
ز تبار عرضه کن بر جانان پیام ما
۵- مستی به چشم شاهد لبند ما خوشست

زانرو سپرده اند به مستی زهام ما
۶- ای فروغ ماه حسن از روی دشتان شما
آبروی خوبی از چاه زنجندان شما
۷- با صبا همراه بفرست از رخ گلدهست
بوکه بونی بشنویم از خاک بستان شما

دوشنبه

۱- سینه از آتش دل در غم جانانه بسوخت
آتش بود درین خانه که کاشانه بسوخت
۲- تنم از واسطه دوری دلدار بگداخت
جانم از آتش مهر رخ جانانه بسوخت
۳- ای قصردل افروز که منزلتگه انسی

یارب مکناد آفت ایام خرابات
۴- بنفشه طره مفتول خود گره میزد
صیابه حکایت زلف تو در میان انداخت
۵- چون بیاله دلم از توبه که گردیم بشکست

همچو لاله جگرم بی می و خمخانه بسوخت
۶- شمع اگر زان لب خندان بزبان لاف زد
پیش عشاق تو شبیه نغمات برخاست
۷- حافظ از بادخزان در چمن دهر مرنج
فکر معقول بفرما گل بی خار کجاست

سه شنبه

۱- ساقی و مطرب و می جمله میبایست ولی
عیش بی یار میان شود یار کجاست
۲- باز پرسید ز گیسوی شکن در شکنش
کاین دل غمزه سرگشته گرفتار کجاست
۳- هر سرو می مرا با تو هزاران کار است

ما کجائیم و علامت مگر بیکار کجاست
۴- دل دو نیم و دلبر به ملامت برخاست
گفت با ما منشین کز تو سلامت برخاست
۵- در چمن باد بهاری ز کنار گل و سرو

به هوا داری آن عارض و قامت برخاست
۶- خیال روی تو در هر طریق همه ماست
نسیم موی تو پیوند جان آگه ماست
۷- چه ساز بود که در پرده میزد آن مطرب
که رفت عمرو و هنوزم دماغ پرز هواست

چهارشنبه

۱- اگر بزلد دراز تو دست ما نرسد
گناه بخت پریشان و دست کوتاه ماست
۲- زلف آشفته و خوی کرده و خندان لب و مست
بیرهن چاک و غزلخوان و صراحی در دست
۳- ترکش عربده جوی و لبش افسوس کنان

نیم شب دوش بیا لین من آمد بنشست
۴- سر فرا گوش من آورد با آواز حزن
گفت ابعاشق دیرینه من خوابت هست
۵- عاشقی را که چنین باده شبگیر دهند

کافر عشق بود مگر نشود باده پرست
۶- دودیر معان آمد یارم قدحی در دست
مست از می و میخوران از نرگس مستتر هست
۷- در لعل سمنند او شکل مه نوید است
در قد بلند او بالای صنوبر پرست

پنجشنبه

۱- آنچه او ریخت به پیمانه ما نوشیدیم
اگر از خمر بهشت است و اگر باده مست
۲- خنده جام می و زلف گره گیر نگار
ای بسا توبه که چون توبه حافظ بشکست
۳- ماراز خیال توجه پروای شراب است

خم گوسر خود گیر که خمخانه خراب است
۴- معشوق عیان میگردد بر تو لیکن
انبار همی بیند از آن بسته نقاب است
۵- زلفت هزار دل یکی تارو پرست

راه هزار چاره مگر از چار سو پرست
۶- در گنج دماغ مطلب جای نصیحت
کاین گوشه پراز زمزمه جنگ وریاست
۷- شیدا از آن شدم که تگرم چو ماه نو
ابرو نمود و جلوه گری کرد و رو پرست

جمعه

۱- رواق منظر چشم من آشیانه تست
گرم نما و فرود آ که خانه تست
۲- دلت به وصل گل ای بلبل صبا خوش باد
که در چمن همه گلپانک عاشقانه تست
۳- خلوت گزیده ربه تماشاچه حاجت است

چون کوی دوست هست به صحراچه حاجت
۴- ادباج حاجتیم و زبان سوال نیست
در حضرت کریم تماشاچه حاجت است
۵- تا سر زلف تو در دست نسیم افتادست

دل سودا زده از غصه دو نیم افتادست
۶- دل من در هوس روی تو ای مونس جان
خاک راهیست که در دست نسیم افتادست
۷- هنگام وداع تو زبانی گریه که کردم
دور از رخ تو چشم مرا نور نماندست

مقاومت در مقابل

سپاه اسکندر و جنگیز

مقاومت در مقابل هجوم پیکان یکی از ممیزات عنعنوی و تاریخی این سرزمین است شواهد تاریخی خود گواهی برین است که هر قدریکه هجوم وحمله دشمنان شدید بوده مقاومت و قدرت رزمندگی مردمان این مرزوبوم نیز به همان پیمانه شدید تربوده است. روح مقابله و مقاومت در مقابل تعرض و تجاوز در میان همه باشندگان این کشور بدون امتیاز زمان و مکان یکسان بوده و این روحیه از ازمته های افسانوی تار و زکاران معاصر همه جا مشهور بوده است.

شرح مختصر مقاومت امپراتوری حوزة هری رود و شهر تاریخی هرات در مقابل اسکندر مقدونی و جنگیز و وابستگان او در فاصله ۱۵۰۰ سال قبل مثال است از امثال مختلف و متنوع تاریخی که شاخص میره برای همه باشندگان این سرزمین باستانی شده می تواند.

حینیکه سپاه اسکندر مقدونی در سال (۳۳۰) به حوزة شاداب هری رود رسید، مردم هری رود به قیادت رئیس خود «برزان» به قصد دفاع علیه تجاوز کنندگان پرداختند. شهر (آبادانی) که درین وقت مرکز حوزة هری رود بود و در منابع یونان

بنام اور تاگانایاد شده دارای حصاری محکم که آنرا به صفت «آریا مترو» بود سخت استوار پولیس» یا مرکز ولایت (آریا) هم یاد کرده اند.

«برزان» با اینکه حصاری مستحکم در هرات داشت مردم هری بدور او جمع شده طبق نقشه نظامی دربر- خورد اول با سپاه یونانی حاضر به تسلیم شد.

و اسکندر مشاور نظامی خود اناگز (یو س) را به حر است هرات گذاشته و خود بطرف جنوب به حرکت افتاد تازه اسکندر به قراه نزد یک شده بود که «برزان» همراه با امپراتوری حوزة هری رود قیام نموده و مشاور نظامی اسکندر را به قتل رسانیدند و وقتی اسکندر ازین فاجعه اطلاع حاصل کرد مجبور به مراجعت فوری بدان دیار گردید برزان و سوار جنگ آوران چهره حصار «اورتا گانا» و چه در خارج به مقاومت پرداختند مگر سرانجام قلعه بدست طر فداران اسکندر محاصره شد و برزان از قلعه بر آمد در یکی از کوه های مجاور که

در آن وقت از جنگل انبوه پوشیده شده بود مسکن اختیار کرد و به مقاومت پرداخت و این وضع اسکندر را سخت ناراحت ساخت اما این مرد سلحشور و طرفدارانش وقتی تسلیم شدند که یونانیان جنگل مذکور را آتش زدند و سوختا شدند.

بعد از هجوم اسکندر مقارن سال ۶۱۸ هجری مطابق (۱۲۲۱ م) امواج طوفان دهشت خیز جنگیزی به حوزة هری رود نزدیک شد درین نبرد تولی یکی از پسران خان تاتار به امر پدر مأموریت داشت که بعد از فتح نیشا پور عازم هرات شود، درین فرصت ملک شمس الدین محمد جوزجانی از طرف خوارزم شاه سلطان جلال الدین منکیر تی بهر هرات حکومت میکرد و به اساس (نوشته های تاریخ نامه هرات و روضة الصفا) در حدود ۹۰ و ۱۰۰ هزار مرد جنگی برای دفاع شهر و مقابله با جنگیز.

و بعد از جنگ و مبارزات دامن داز جنگیز و پسران او در خود تساب مقاومت ندیده و بعد از دین خسارات و تلفات زیاد همینکه باطغیان و سرکشی اهالی هرات روپرو شد نصد

سپاه عظیم که مرکب از هشتاد هزار نفر مرد جنگی بود به سرکردگی ایلچکدای نویان پسر دوم جنگیز که قصد گرفتن هرات را نموده بودند بعد از شکست قاطع هرات را گذاشته و رفتند و اما باید متذکر شد که همانطوریکه مقاومت هراتیان در مقابل اسکندر شدید و قاطعانه بود در مقابل ایلچکدای نویان به مراتب از ایستادگی اول آنها شدید تر و پایدار تر بود محاصره شهر هرات ۹ ماه طول کشید و در طول مدت آن که هرات در محاصره بود جنگجویان ناتوانستند کشتند و سوختند و به یغما بردند این ضربات شدید حکم هلاکت قطعی را برای این سرزمین تاریخی داشت.

اما مؤرخین می نویسند که بعد از فتوحات اسکندر شهر هری مجددا آباد و معمور شد و بعد از مرگ جنگیز در دوره سلطنت سو مین پسر او «اوگتای قآن» شهر هرات بعد از سال ۶۴۰ هجری دوباره روبه آبادی و بهبودی گذاشت.

و اما در فرستیکه اسکندر به فکر گرفتن خاکهای افغانستان شد درین وقت افغانستان جز امپراتوری هخامنشی ها بود و حکمرانان ایالات بزرگ بلخ و سیستان و خراسان عندالضرورت بفکر مقابله با اسکندر افتادند و در صدد حمله علیه یونانیان برآمدند.



شمس الدین مسرور هنرمند محبوب رادیو افغانستان

فریاد های مرگ

من داخل صحبت شده گفتم: پنجره های مطبخ بطرف عقب باز می شود. از پنجهست آوازی از هر قبیل که در اتاق کاربلند شود درمطبخ شنیده نمیشود. بعلاوه در آن لحظه در منزل تنها خدمتکار ماحضور داشت.

مالجت گفت: خوب ولی باوجود آن این موضوع عجیب است زیرا ازاینکه آن زن سالخورده میس مارپل نیز صدا نشنیده، باید متعجب بود. درحالیکه درهای شیشه یی اتاق کارتان باز بوده است.

بایدوك، اظهار داشت: شاید هم شنیده باشد.

من گفتم: تصور نمیکنم شنیده باشد. میس مارپل چند دقیقه قبل به منزل ما آمده بود و اگر چیزی می شنید، حتما حرف آنرا میزد.

— شاید هم آواز سلاح را شنید اما اهمیت آن نداده است. و ممکنست آنرا صدای اگزازیك اتوموبیل تلقی کرده باشد.

بنظر من اینطور آمده که بایدوك امروز صبح

خیلی سر حال است و در گفتار و حرکاتش حالتی دیده میشد که گویا سعی دارد این سر حال بودن خود را پنهان بدارد. دوكتور گفت: شاید تپانچه مجرب به صدا خفه کن، بودی باشد. این خیلی ممکن است و لاجرم کسی نتوانسته صدایی بشنود.

مالجت با تردید سر تکانده گفتم: این موضوع را از دیدینگ هم پرسیده است ولی جوان رسام حتی نفهمیده مطلب اوازی سوال چیست. وقتی موضوع را به او توضیح داده اند، تاکید کرده که چنین وسیله ای را بکار نبرده است. در هر صورت باید حرف او را بساور کرد.

— که اینطور!.. بیچاره...

مالجت غرید: احمق! رسام واقعا يك احمق بیش نیست. راستش در مورد او این را که يك قاتل باشد، نمیتوانم باور کنم.

دوكتور بایدوك قهقهه خود را تمام کرده چوکی اش را عقب کشید و پرسید:

— خوب، ودلیل جنایت چه بود؟

— دیدینگ میگوید که در اثر گفتگوی شدید اعصاب خود را نتوانسته کنترل کند و باتپانچه بسوی پروتیرو فیر کرده است.

دوكتور بایدوك در حالیکه سر خود را به علامت باور نکردن تکان میداد، گفت:

— یعنی دیدینگ می خواهد ادعا کند که این کار را بطرح يك پلان قبلی انجام نداده است. در حالیکه اثبات این ادعا برای وی خیلی مشکل است. زیرا دیدینگ موقعی که پروتیرو مشغول نوشتن بوده از قفا وارد شده و روی مغزش آتش کرده است. این مساله هیچگونه ارتباطی نمیتواند با گفتگو پیدا کند.

من سخنان میس مارپل را بخاطر آوردم. واقعا دیدینگ فرصتی برای گفتگو نداشته است. در چند دقیقه معدودی که او در منزل من بوده فقط میتوانسته وارد اتاق شده پروتیرو را بکشد، ساعت را تغییر بدهد و بعد خارج شود. راستش وضع آشفته او در لحظه ای که در مدخل درب حیاط با من روبرو گردید، لحن گفتار و اطوارش فراموشم نمیشود.

خصوصا موقعیکه بمن گفت: پروتیرو را میخواهید ببینید؟ او را خواهید دید. و من ازین لحن گفتار باید پی می بردم که دیدینگ پروتیرو را چند دقیقه قبل به قتل رسانده و از کار خود مطمئن است.

باقی دارد



اطلاعات و کلتور

رئیس تحریر: محمد ابراهیم عباسی

مدیر مسؤل نجیب رحیق

معاون: پیغله راحله راسخ

مہتمم: علی محمد عثمان زاده

تلفون دفتر رئیس تحریر ۲۶۹۴۵

تلفون منزل رئیس تحریر ۲۲۹۵۹

تلفون دفتر مدیر مسوول ۲۶۸۴۹

تلفون ارتباطی معاون ۱۰

تلفون منزل معاون ۴۰۷۶۰

مدیریت توزیع ۲۳۸۳۴

سوجبور ۲۶۸۵۱

آدرس: انصاری واپ

وجه اشتراك:

درداخل کشور ۵۰۰ افغانی

دولتی مطبعه



Get more e-books from www.ketabton.com
Ketabton.com: The Digital Library