آیا صلح آمدنی است؟

قریب به چهل سال است که سایه شوم جنگ در این کشور سایه افگنده و همه ده، دیار، شهر وبازار وطن به کندواله بدل شده ومردم عذاب کشیده است. این سرزمین چه مصایب ومشکلاتی که نبوده دیدن از دربدری و آوره گی فقر، فاقگی تلفات جانی ومالی وغربت اعتیاد همه را تجربه کردن ولی کجاست که جنگ این ما درهمه خبایث از این سرزمین رخت بربند ومردم ما بعد از این همه عذاب کشی ها نفس راحتی بکشند. تنها چیزیکه گاه گاهی میخواهند دهان زهر آلود مردم را شرین نمایند. گفتن صلح است و از آمدن آن مژده ها دادن ومیدهند وبخاطر آن نهاد ها جور کردن وحتی وزارت صلح هم جور شد وخارجی ها هم از داخلی ها پس نماندن و آنها هم تلاشها کردن ومذاکرات نمودن، از اینجا تا مسکو، المان، پاکستان، اندونیزیا وغیره جاها محافل گرفتن گردهم آمدند گپ زدن ولی نتیجه همان بوده که بود. اما طی یکسال گذشته خلیل زاد هم به نمایندگی از دولت امریکا دراین عرصه قدم پیش نهاد و مذاکرات پیهم نفس گیر باطالبان در قطر انجام دادن وتاهنوز هم انجام میدهند. گاهی مستقل وگاهی هم مشوره با دولت افغانستان حال تازه گروهی طالبان را وارد به آن ساخته اند. تا تن به آتش بس مؤقت ده روزه بدهند تا اعتماد سازی بیشتر میان طرفین دولت و طالبان بوجود آید ورفته رفته به صلح واقعی نزدیک شویم، هرچند رهبری وحامیان گروهی طالبان حراس دارند که اداره وکنترول گروهای جنگی طالبان از دست شان نرود. زیرا تجربه آتش بس سه روزه سال گذشته درس فراموش ناشدنی برای طراحان جنگ درافغانستان است که در آن وقت لشکریان جنگی گروهی طالبان به مساعد شدن فرصت درکنار برادران خود که درصفوف قوای مسلح افغانستان بودن وهستند یکجا شده و برادروار باهم ابراز محبت بایکدیگر می نمودن ودریک سفره نان خوردند. ازجنگ وبرادرکشی نادم بودن وبعد ازختم آتش بس به مشکل به جبهات جنگ سوق داده شدن وتعدادی هم ازجنگ دست کشیدن. حالا که باز هم بافشارهای جامعه جهانی خصوصاً آیالات متحده امریکا بر پاکستان وطالبان آماده گردیده اند تا آتش بس مؤقت نمایند وبا استفاده از آن مذاکرات بین الافغانی نیز شروع گردد یک قدم مثبت است.

امید واریها براین است که بادوام فشارهای بالای حامیان جنگ درافغانستان امکان ختم جنگ وتامین صلح درکشور تحقق یافتنی است. درغیر آن فقط صلح گفتن صرف گپ خواهد بود، مانند گذشته بناً توقع ما ازجامعه جهانی، سیاسیون افغانی و دولت مردان کشور اینست تا از کشورهای تاثیر گذار بر پاکستان بخواهند که فشارهای واقعی را برپاکستان واردنمایند تا برای طالبان اجازه دهد که بامذاکرات صلح تسکین نمایند و از جنگ وخونریزی ناحق درکشور مادست بردارند.

به امید تحقق صلح واقعی درکشور!

نویسنده: استاد عارف «نظری»

لرغوني ځايونه او تاريخي سيمې دهېواد دملي هويت ځرګندويي کوي!

افغانستان دنګ دنګ غرونه، ښينې او زرغونې سيمې، ښکلې منظرې، تاريخي او لرغوني ځايونه لري، دا پيرزوينه دلوی خدای (ج) ده، چې پرافغان ولس يې کړې ده. خو افغانان دپورتنيو نعمتونو څخه په هغه اندازه خوند نشي اخيستی او ولې په دې اړه بې پروايي ښکاره کوي؟ ځکه په هېواد کې د ډاډمنې سولې او امنيت دنشتون له امله په ښه زړه او ذوق سره ديادو سيمو ليدنه نشي ترسره کولی او که چيرته په هېواد کې سرتاسري امنيت او سوله واي، نو افغانان به هم له خپلو شته وو فرهنګي او سيلاني سيمو نه خوند ترلاسه کړې واى او بهرني سيلانيان به هم دې هېواد ته په خورا مينې سره يون (سفر) ترسره کا وه او هېوادوالو ته جوتېدل، چې د بهرنيو هېوادونو وګړي دطبيعي، لرغونو او تاريخي سيمو څومره زيات مينوال دي.

په دې سربيره دهېواد اکثره خلکو هم دخپل ملي هويت ته پوره درناوی او ملي ګټو ته ژمن اوسيدل او هم به دافغانستان لرغوني او تاريخي سيمو په خونديتوب او ژغورنه کې خلک لاس په کار کيدل.

لرغوني او تاريخي سيمې دفرهنګي ميراثونو څخه شميرل کيږي، چې دمعنوي او هنري ارزښتونو څخه برخمنې دي. لرغوني او تاريخي سيمې د يو هېواد دملي هويت ځرګندويي کوي، داچې افغانستان په نړۍ کې بې سارې تاريخي او لرغوني سيمې لري، دا موږ ته جوته وي، چې څنګه زموږ نيکونو د ژوندانه چارې سمبالولې او په کوم ډول فلکلوريک ژوند يې پر مخ بېول.

نو ويلی شو، چې لرغوني ځايونه زموږ دتاريخ پاڼو ته رنګينې او زرينې ښکلاوې وريه برخه کړې دي او راتلونکي نسلونو ته هغه څه وريه ډاګه کوي، چې دوی خامخا به دپرمختګ په لوري ځانونه باسي.

ځکه پخوانيو خلکو د ژوند تېرولو کړاونه او ستونزې چې ګاللي هغه وريه يادېږي او دامهال د ځوانانو په ذهنونو کې د ننني ټکنالوژۍ آسانتياوې او سهولتونه راګرزي او فکر کوي، چې اوسنی ژوند دپادشاهي ژوند دی.

خو په دې چې ورڅخه ګټه نشو ترلاسه کولای، دا د تنبلۍ په لومه کې راګير ولسونه يو، ولې بياهم دتيرو ولسونو په ژوند چې فکر وکړو، نو بيا يو څه دځان د شرم لپاره پرمختللي نړۍ ته سروهو او دپرمختګ په لوري ګامونه اخلو.

تاريخي سيمې دهېواد په ټولو ولايتونو، ولسواليو او کليو کې شته، خو ځينې تاريخي او لرغوني سيمې دتاريخ له کرښو پاتې شوي، خو داچې ځايي ولسونو دهغوی په اړه خبرتيا نه دي کړي او په اړه يې بشپړ مالومات نه دي وړاندې کړي، نو ښکاره خبره ده، چې دهغو سيمو وګړي خپل ملي هويت ته ځانګړې پاملرنه نه ده کړې.

نو راځئ، چې دخپل ملي هويت په ساتنه او خونديتوب کې ټول ځانونه مسؤل وګڼو ترڅو زموږ ملي شتمنۍ تر ډيره بريده پاتې وي او ولس اړو ګڼو، چې په ځينو سيمو کې لرغوني او تاريخي نښې اونښانې موجودې وي او تردې مهاله په اړه يې څېړنې نه دي شوې، بايد دغه کار ترسره شي او ملي هويت راتلونکي نوي نسلونو ته ثابت پاتې وي.

ليکنه: شيرمحمد «اميني» ستانکزی

د ټولنيزو رسنيو د کاروني اخلاق

ليکوال: محب الله آرمل **لومړۍ برخه:**

د ليک او مطبعې تر اختراع وروسته د انټرنېټ کشف په نړۍ کې درېيم انقلاب بلل کيږي، چې د بشر په ژوند کې يې مهم رول لوبولی او نړۍ يې په يوه کلي بدله کړې ده. انټرنېټ چې استاد غضنفر يې د بشر مشترک مغز بولي د ژوند له نهايت مهمو وسايلو شمېرل کيږي او اهميت يې ورځ تر بلې د پراخېدو او ډېرېدو په حال کې دی.

د انټرنېټ په اړه زښته ډېرې خبرې دي چې بايد وشي، مګر ټولې په دغه ليکنه کې نه شو کولی دلته به يوازې په ټولنيزو رسنيو، د هغې په کارونه او اخلاقو بحث وکړو.

ټولنيزې رسنۍ لکه فسبوک، ټويټر، انسټاګرام، ايميل، ګوګل پلس، يوټيوب... د ننني وخت فردي رسنۍ او د انسانانو تر منځ د پېښو، افکارو او نظرياتو د شريکولو وسيلې او د ارتباطاتو آسان او چټک ابزار دي.

نن سبا اکثره وګړي موبايل لري او په موبايل کې يې انټرنېټ فعال دی، آن هغه کسان هم له انټرنيت کار اخلي او د ټولنيزو رسنيو خاوندان دي چې سواد هم نه لري، په انټرنېټ د ننني عصر انسانان داسې ورټول دي لکه په ګوړه مېږيان، هر څوک هڅه کوي چې د انټرنېټ مزه وګوري او تجربه يې کړي، دغه ګوړه يانې انټرنېټ يوازې ګوړه نه بلکې له زهرو او ګوړې مکس شوي مواد دي چې که احتياط پکې ونه شي نو تر ګټو يې زيان کم نه دی.

په انټرنېټ ګوړې او زهر دواړه يو شان پيدا کيږي، له لوڅو فلمونو نيولې ترکتابونو، عکسونو، مستندونو، عجايبو، علمي مقالو، ساينسي علومو، تاريخ، سينما ... او په زرګونو ډوله مواد او معلومات د انټرنيټ په حافظه کې پراته دي. دغه معلومات لنډ دوه برخې ويشلی شو، يو هغه چې د انسان لپاره ګټه کوي او بل هغه برخه ده چې وخت وژني، د بېلارۍ سبب کيږي ... او په ټوله کې تاواني بللی شو.

هغه څه چې د انسان وخت وژني، ګټه نه لري او د انسان د بېلارۍ لامل کيږي په شرعي آساس حرام دي، چې انسان بايد ځان ترې وساتي، همدا لامل دی چې اکثره ديني عالمان انټرنېټ د فسق و فساد وسيله بولي دوی ځکه داسې کوي چې د انټر نېټ يوازې منفي اړخ مدنظر نيسي او له ګټو يې سترګې پټوي، پداسې حال کې چې د انټر نېټ يوه ستره برخه مواد د انسان د خير او ښېګڼې لپاره دي.

را به شو دېته چې د ټولنيزو رسنيو کارونه کومې ګټې او تاوانونه لري. رسنۍ چې نن سبا د څلورمې قوې په مانا دي د انسان د ژوند يو مهم اړخ دی، انسان هر وخت غواړي چې له حالاتو خبر وي او په روانو حالاتو خپل نظر هم شريک کړي.

دا چې د طالبانو له سقوط وروسته په افغانستان کې يو دم د ټکنالوژۍ بير و بار ډېر شو لکه د ډېر وخت اوبه چې په بند کې ايساري وي او يو دم په يوه کلي را خوشي شي، پر موږ هم ټکنالوژي د يوه سېلاب په څېر راغله او ورسره وا يې خستو، موږ د ټکنالوژۍ په اهميت او کارونه هيڅ بلد نه وو لکه لامبو مو چې نه وي زده سخت يې ستومانه او پرېشانه هم کړو.

موږ په داسې ټولنه کې اوسېدو چې رسنۍ پکې د ګوتو په شمېر هم نه وې، تلويزيوني خو په نشت حساب وې، اخبارونه هم کم ول، انټرنېټ چا نه ؤ ليدلی او نه يې تجربه کړی ؤ، فلم او سريال... کټل منع ؤ... کله چې د طالبانو حکومت سقوط شو ځوانان تر درانه بار لاندې راغلل، دوی بايد ځان بدل کړی وای، بدلون ته يې غاړه ايښې وای او د ټکنالوژۍ په اهميت ارزښت او کارونه يې ځان پوی کړی وای... تر دغه بار ځينې روغ ووتل ځينو له انټرنېټ د ګوړې پر ځای د زهرو ګټه واخسته، ځينې لا هم پکې لاهو دي او لوری يې پکې ورک کړی.

اصلي خبره د ټولنيزو رسنيو په تېره د فسبوک ده چې افغانان يې څنګه کاروي. فسبوک د ټولنيزو رسنيو له ټولګي هغه ممتاز شاګرد ته ورته دی چې د مکتب نږدې ټول شاګردان او معلمان يې پيژني. په فسبوک ممکن هغوی ټول آيډي ګانې ولري چې تچ موبايل لري او انټرنېټ فعالوي. فسبوک رسنۍ ده او هغوي ټول چې پکې دي هم خبريالان دي او هم خبر لوستونکي، اوس پوښتنه داده چې فسبوک څنګه وکارو؟ کوم مواد په فسبوک خپاره کړو؟ څنګه مثبت ګټه ترې اخستی شو؟ ځان او بل ته پرې کوم زيانونه اړولی شو؟ او ...

پاتې په راتلونکي ګڼه کې

څنګه خوشاله ژوند وکړو؟

لومړۍ برخه:

ژباړه: عطا محمد مياخيل

انسان هغه مهال ښه او اوږد ژوند لرلی شي، چې د فعاليت په حال کې وي، له هر غړي نه چې کار وانه خيستل شي، نو له منځه ځي؛ دا په داسې حال کې ده، چې ننني انسان هوساينې او آرامتيا ته له کچې زيات ارزښت ورکړی دی، چې د ستونزو او مشکلاتو ډېره برخه يې د همدې آرامتيا غوښتنې زېږنده ده. بې خوځښته او له اندازې زياته آرامتيا نه يوازې ستړې کوونکې ده، بلکې د مغزونو حرکت او فعاليت هم ټکنی کوي.

بده نه ده، وپوهېږئ، چې جورج برنارد شاو په ۷۰ کلنۍ کې د نوبل جايزه وګټله، بنجامين فرانکلن خپل يو شمېر ښه آثار په ۸۴ کلنۍ کې وليکل، نو که چېرې غواړئ، چې په غوره جسمي او رواني شرايطو کې ژوند وکړئ، نو لازمه ده، چې د کار او عمل په ډګر کې واوسئ.

ټولنيز فعاليت:

له رواني پلوه انسان يو ټولنيز مخلوق دی او ورته مهمه ده، چې په ټولنه کې ژوند او رول ولري، تر څو د بريا احساس او ډېره ګټه ترلاسه کړي، درنښت او پر ځان باور يې پياوړی شي؛ رواني، عاطفي او ټولنيز پرمختګ وکړي، د يوازېتوب او کمزورۍ احساس ونه کړي او وکولای شي، چې د ژوندانه له بېلابېلو مسايلو او موضوع ګانو سره په ښه توګه مخامخ او په سم ډول يې حل کړي، پايله دا چې د بدن د سلامتيا له پاره په هر عمر کې ټولنيز فعاليت اړين دی، حتی د عمر ډېروالی هم نبايد د ټولنيز فعاليت د مخنيوي لامل شي، دا په داسې حال کې ده، ځينې کسان چې بوډاتوب ته رسېږي، نو له کار او ټولنې څخه لرې کېږي او په کور کې ناستی غوره ګڼي، کله چې د يو کار د ترسره کېدو له پاره له خپلو جسمي او رواني ظرفيتونو او وړتياو څخه ګټه اخلئ، نو ماغزه مو په دوامدار ډول فعاليت کوي او که نه، نو د وخت په تېرېدو سره به لا پسې ناتوانه شئ.

د موخې لرل:

د ژوند په هېڅ پړاو کې بې موخې مه اوسئ، موخه هغه څه ده، چې يو کس دې ته اړ کوي، چې حرکت وکړي، د ژوند مهمې موخې مو مشخصې او هغو ته د رسېدو له پاره ډېرې هڅې وکړئ، کله چې موخه ولرئ، نو د کار د ترسره کېدو له پاره به هم ډېره انرژي پيدا کړئ، پر ځان باندې به د ډېر باور احساس ترلاسه کړئ. د کار د پيلېدو له پاره به ډېره انګېزه او د کار د ترسره کېدو له پاره به ډېر تصميم ولرئ.

د انګېزې رامنځته کول:

په خپل ځان کې انګېزه را منځته کړئ او اجازه مه ورکوئ، چې د ژوند ورځنۍ ستونزې، مشکلات او موانع ستاسو په احساساتو او روحيې باندې بده اغېزه وکړي او دغه راز ستاسو د پشتکار او انګېزې د کمزورتيا لامل شي. باور وکړئ، چې تاسو د ډېرو سترو کارونو د ترسره کولو وړتيا لرئ، يوازې بايد وغواړئ.

د ګټورو کارونو ترسره کول:

په خپلو ورځنيو دندو او مسؤليتونو باندې بيا کتنه وکړئ، که هر څومره محدوديت هم ولرئ، نو بيا کولای شئ، چې مسؤليت يې په غاړه واخلئ، که چېرې داسې کارونه وي، چې ستاسو د وخت د ضايع کېدو لامل کېږي، نو ښه داده، چې هغه لرې کړئ او هغه کارونه ترسره کړئ، کوم چې ګټور دي، د مثال په ډول: تلويزيون ډېر مه ګورئ، پر ځای يې ورزش او يا هم مطالعه وکړئ او يا هغه کار ترسره کړئ، کوم چې له تاسو سره د ستاسو په پرمختګ کې مرسته کولای شي.

پاتې په راتلونکي ګڼه کې

ګرانو هېوادوالو!

لکه څنګه چې پوهېږئ، په دې ورستيو کې دچين په ووهان ښار کې دکرونا وايروس ناروغۍ رابرسيره شوې، چې د زياتو خلکو داخته کيدو او مړينې لامل شوې. له نېکمرغه تردې دمه دا ناروغي زموږ په ګران هېواد کې نه ده ليدل شوې، نو د احتياط په خاطر ديادې ناروغۍ دخپريدو او مخنيوي په موخه لاندې ټکي مراعت کړئ!

۱- لاسونه موهره ورځ په اوبو او صابون باندې بيا بيا پريمنځئ.

۲- د ټوخي او پرنجي پرمهال مو پزه په ماسک، دستمال يا لاس وپوښئ.

۳- دهغو کسانو له نږدې تماس څخه چې په زکام يا ريزش اخته وي، ځانونه وژغورئ.

۴- غوښه او هګۍ له خوړلو څخه دمخه ښه پاخه کړئ.

۵- له ځارويو سره دتماس پرمهال ژغورونکي وسايل لکه؛ چپنه، دستکش، ماسک، عينکې او موزې وکاروئ.

دغه پيغام تاسو ته دعامې روغتيا وزارت لخوا وړاندې شو.

دمور دشيدو دتغذې پيغامونه!

درنو ميندو!

ماشوم مو تر دوه کلونو پورې په بشپړه توګه دمور په شيدو تغذيه کړئ، تر څو د نس ناستې او خوارځواکۍ نه په امان وي.

درنو کورنيو!

شيدې ورکونکې ميندې په حقيقت کې دوه تنه تغذيه کوي له دی کبله بايد په ورځ کې لږ تر لږه پنځه ځلې ډول ډول خواړه لکه غوښه، شيدې، مستې، لوبيا، نخود، ميوې او سبزيجات وخوري.

درنو کورنيو!

ماشوم ته مو د سالمې ودې په موخه د شپږو مياشتني څخه د مور د شيدو سربيره ډول ډول نرم او پاسته خواړه له کمې شروع کړئ او په تدريجي توګه يې دفعات او اندازه زياته کړئ.

درنو هيوادوالو!

راځئ! همدا نن خپله زړورتيا دجګړو له لارې نه، بلکې دملي يوالي او وحدت له لارې ثابت کړو، چې موږ په خپل هيواد کې دتلپاتې سولې غوښتونکي يو اوچاته نور اجازه ورنه کړو، چې زموږ په کورنيو چارو کې پټې اويا په ښکاره ډول لاسوهنې وکړي او زموږ ګران هيواد وران او ويجاړ کړي. بس ده! ډيرې تباهي او بربادۍ مو وليدلې، ډير تنکي او زلموټې ځوانان مو له لاسه ورکړل. بس دی!

نور ې مبارزې بايد ديو موټيوالي او يوالي لپاره وکړو، نور خپګان پر خوښيو او خوشحاليو بدل کړو.