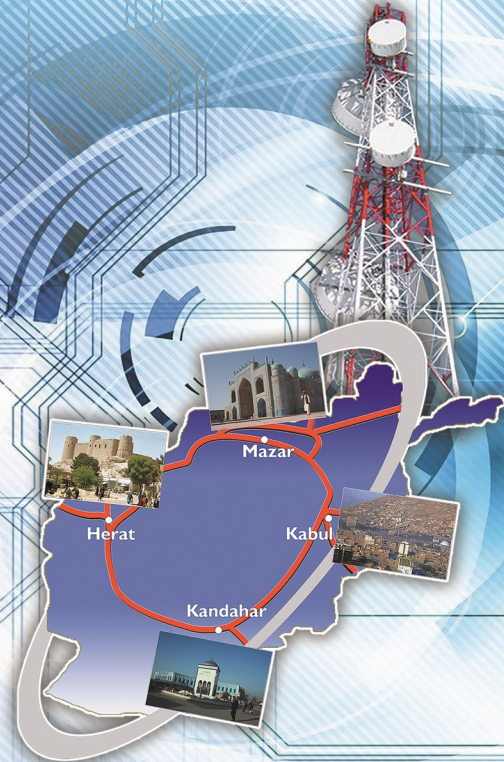


- ◆ افغان بیسیم مخابراتی شرکت په جلال اباد ښار کې د 4G/LTE چېک خدمتونه پیل کړل
- ◆ مصاحبه اختصاصی با پوهنمل مجیب‌الرحمن کریمی...
- ◆ د خپلواکۍ سلیزه
- ◆ توسعه شبکه چه امکاناتی به همراه خواهد داشت؟
- ◆ پر 4G د 5G ښه والی
- ◆ منظوقوی اقتصاد او چاپهار بندر
- ◆ مصاحبه با بانو شکیبیا «شمیم»؛ شاعر و نویسنده



ماهانة افغان بیسیم، سال دهم \* شماره ۱۱۰ \* اسد ۱۳۹۸



افغان بیسیم ارتباط دهنده افغانستان

# از همه بهتر!

## 50% اضافی اینترنت و تماس

در تمام بسته های ماهانه

نام بسته	قیمت	اینترنت	مجموع اینترنت	فعال سازی
ماهانه	250 افغانی	1 جی پی پی + 0.5 جی پی پی	1.5 جی پی پی	*477*4*1#
ماهانه	400 افغانی	3 جی پی پی + 1.5 جی پی پی	4.5 جی پی پی	*477*5*1#
ماهانه	600 افغانی	5 جی پی پی + 2.5 جی پی پی	7.5 جی پی پی	*477*6*1#
ماهانه	800 افغانی	6.25 جی پی پی + 3.125 جی پی پی	9.375 جی پی پی	*477*8*1#
ماهانه	1100 افغانی	10 جی پی پی + 5 جی پی پی	15 جی پی پی	*477*10*1#
ماهانه	1800 افغانی	14 جی پی پی + 7 جی پی پی	21 جی پی پی	*477*16*1#

نام بسته	قیمت	دقایق*	مجموع دقایق	فعال سازی
ماهانه	180 افغانی	1000 دقیقه + 500 دقیقه	1500 دقیقه	*233*9*1#
ماهانه	300 افغانی	1500 دقیقه + 750 دقیقه	2250 دقیقه	*233*4*1#
ماهانه	499 افغانی	5100 دقیقه + 2550 دقیقه	7650 دقیقه	*233*2*1#

## بسته های هفته وار اینترنت و تماس

1.5 جی پی پی

فقط 125 افغانی

فعال سازی: \*477\*125\*1#  
برای تمام روز ها بدون فرات

400 دقیقه

فقط 80 افغانی

فعال سازی: \*233\*8\*1#  
غیر فعال سازی: \*233\*9\*2#

سریعترین اینترنت 4.75G+

وسیع ترین پوشش با شفافترین صدا

اینترنت و تماس اضافی برای 7 روز قابل اعتبار میباشد. | ثبت سیمکارت ضروری می باشد.



AFGHAN WIRELESS

ارتباط دهنده افغانستان  
Connecting Afghanistan

152  
(24 hrs)

www.afghan-wireless.com @myawcc



## با فامیل افغان بیسیم یکجا شوید

سریعترین اینترنت 4.75G+ | وسیع ترین پوشش | شفافترین صدا



## امتیازات جدید سیمکارت تاپ\*

100 ام پی | 30 پیام کتبی | 30 دقیقه



\*این امتیازات برای 30 روز قابل اعتبار میباشد. | دقایق و پیام های کتبی از افغان بیسیم به افغان بیسیم. | ثبت سیمکارت ضروری می باشد.



152  
(24 hrs)

www.afghan-wireless.com @myawcc





# ماهنامه افغان بیسیم

در گستره فرهنگ، اجتماع، اقتصاد و معلومات  
سال دهم ❖ شماره ۱۱۵ ❖ اسد ۱۳۹۸

## فهرست مطالب

۲	چشم انداز
۳	مصاحبه اختصاصی با پوهنمل مجیب الرحمن...
۶	گزارش

## تکنالوژی معلوماتی

۸	توسعه شبکه 6G چه امکاناتی به همراه خواهد داشت؟
۱۰	تحقیقات فیسبوک در صنعت ریاتیک
۱۴	پر 4G د 5G بڼه والی
۱۷	چطور مانع ایجاد اتوماتیک هایپرلینک ها در....
۱۸	مزایای موثرهای برقی
۱۹	دانستنی ها و اطلاعات جالب در مورد انترنت
۲۲	اصطلاح 404 Not Found

## اقتصادی

۲۵	راه های برای مبارزه با فساد اقتصادی
۲۷	نگاهی دیگر به نقش کمک های خارجی
۲۹	منطقوی اقتصاد او چاپار بندر
۳۴	همه چیز درباره تبلیغات بنری
۳۷	تعادل در رهبری، کلید موفقیت در افزایش بهره دوری
۳۹	برای تاجر شدن از کجا شروع کنیم؟

## فرهنگی

۴۵	گلشن شعر
۴۷	دخپلواکی سلیزه
۵۱	مصاحبه با بانو شکیبا «شمیم»: شاعر و نویسنده
۵۵	عیدقربان و فلسفه قربانی
۵۹	په متن کې د اوسني لوستونکي ونډه
۶۳	اهمیت جامعه شناسی و مطالعه آن

## معلومات عمومی

۶۷	معلومات عمومی
----	---------------

صاحب امتیاز  
شرکت مخابراتی افغان بیسیم

مؤسس  
امین رامین

مدیر مسئول  
نقیب الله فلک

naqibullah.falak@afghan-wireless.com

هیأت تحریر

ولی محمد سلطانی  
عبدالرحیم دانش  
محمد ناصر ناصری  
هبت الله ناقد

ویراستار پشتو

عبدالحق سمون  
abdulhaq.samoon@afghan-wireless.com

طراح و گرافیسټ

عصمت الله احمراری

تایپ و کمپیوتر

کلیم الله نیازی

گزارشگر

عبدالعظیم شبلی

عکاس

رامین اکبری

آدرس

شرکت مخابراتی افغان بیسیم، خواجه ملا، سرک دارالامان،  
حجاری نجاری سابقه، کابل - افغانستان.

وب سایت

<https://publication.afghan-wireless.com>

تماس با ما

۱۸ ۱۸ ۷۰۳ (۰۰۹۳)

magazine@afghan-wireless.com

یاد آوری

• دفتر مجله افغان بیسیم، از آثار نویسندگان، فرهنگیان و قلم بدستان استقبال می کند.

• دفتر مجله افغان بیسیم، در قبول کردن، رد کردن، تغییر و اصلاح مطالب، بدون هرگونه اطلاع به نویسنده آن، دست باز دارد.

• دفتر مجله افغان بیسیم، پذیرای پیشنهادات، نظریات و انتقادات سالم خوانندگان خود می باشد.

• بجز چشم انداز و گزارشات، مسؤلیت سایر نوشته ها بدوش نویسندگان آن می باشد.

شرکت مخابراتی افغان بیسیم افتخار دارد، که برای همشهریان جلال‌آباد نوید از افتتاح سریع‌ترین خدمات 4G/LTE را می‌دهد. با افتتاح این خدمات، شهر جلال‌آباد از جمله شهرهای محسوب می‌شود، که از وسیع‌ترین پوشش و سریع‌ترین خدمات اینترنتی 4G/LTE افغان بیسیم برخوردار است.

در این نوبت چاپ مجله شرکت مخابراتی افغان بیسیم مانند گذشته، در گستره‌های تکنالوژی، اقتصاد، اجتماع، اقتصاد، فرهنگ و معلومات عمومی علاوه بر گزارش درباره نوید فوق‌الذکر، مطالب مفید را انباشت نموده ایم، تا خوانندگان محترم بتوانند از این مطالب ارزشمند در تمام عرصه‌های زندگی خود استفاده نمایند. عصر امروز را دوران انفجار معلومات می‌نامند و داشتن معلومات در عرصه‌های گوناگون در واقع قدرت تأمین رابطه اجتماعی را در جامعه و داد و ستد اقتصادی را در عرصه اقتصاد به وجود می‌آورد. روی هم‌رفته آگاهی بروز شده از رخدادهای تکنالوژی در واقع هم‌گام بودن با دنیایی نوین معنی می‌دهد.

به همین منظور می‌توانم بگویم، که مطالب گنجانیده شده در مجله شرکت مخابراتی افغان بیسیم از جمله مطالب است که مطابق به نیازمندی روز نوشته و انتخاب گردیده، تا به تمام خوانندگان محترم تفهیم نماید، که در کدام برهه از زمان و به کدام نیازمندی اولویت بندی شده نیاز داریم؟

این دور چاپ مجله شرکت مخابراتی افغان بیسیم، ضمن داشتن مصاحبه با محترم پوهنمل مجیب الرحمن کریمی؛ وزیر احیا و انکشاف دهات حاوی مطالب؛ توسعه شبکه 6G چه امکاناتی به همراه خواهد داشت؟، تحقیقات فیسبک در صنعت رباتیک، پر 4G د 5G بنه‌والی نوشته از محترم هدایت‌الله "ظاهر"، چطور مانع ایجاد اتوماتیک هایپرلینک‌ها در (MS Word) شویم؟ مزایای موترهای برقی، دانستی‌ها و اطلاعات جالب در مورد انترنت را در خصوص تکنالوژی و مخابرات مورد مطالعه قرار خواهید داد.

مطالب اقتصادی مانند؛ نگاهی دیگر به نقش کمک‌های خارجی - بخش پایانی از نوشته استاد سید محمد فیروزی، منطوقی اقتصاد او چاپ‌بند نوشته از پوهاند محمد بشیر "دودیال"، همه چیز درباره تبلیغات بنری (Banner)، تعادل در رهبری، کلید موفقیت در افزایش بهره‌وری را از مهم‌ترین مطالب در عرصه اقتصاد مطالعه خواهید نمود.

در بخش گلشن شعر، بر علاوه مصاحبه همراه با بانو شکیبا "شمیم" شاعر و نویسنده کشور، گلدسته‌های نابی که از حدیقه افکار شاعران تراوش کرده و در قالب هنرآذین بندی شده تا باشد ارج برنویسنده‌های عزیز کشور کرده باشیم و از ادبیات کهن مردم این سرزمین پاسداری.

در بخش مطالب اجتماعی مجله به مناسبت عید قربان نوشته از محترم استاد هبت‌الله "ناقد" را تحت عنوان "عید قربان و فلسفه قربانی" که این نیشه کمک فراوان برای فهم بهتر «عید قربان» به خوانندگان عزیز خواهد کرد، همچنان مقاله مفصل درباره صدمین سالگرد استقلال افغانستان به نام د خپلواکی سلیزه از محترم عبدالحق "سمون"، په متن کې د اوسني لوستونکي ونډه نوشته از پوهندوی دکتور "اجمل بنکلی"، اهمیت جامعه شناسی و مطالعه آن از اثر محترم نصرت‌الله "عثمانی"، مهم‌ترین مطالب خواهند بود، که در افزودن دانش اجتماعی علاقه‌مندان مجله شرکت مخابراتی افغان بیسیم کمک بس شایان خواهد نمود.

در بخش مطالب معلوماتی؛ پیسی یا لکه سفید روی جلد نوشته از دکتورس حمیرا "نورزی"، عجیب و غریب‌ترین قوانین در کشورهای مختلف دنیا، معرفی ولایت ارزگان، داغ‌ترین شن جهان چیست؟ کلیدی‌ترین عناوین است که در بخش مطالب عمومی در نظر گرفته شده است تا باشد بر جامعه درد دیده خود نوازشی از نوع علمی آن تزییق کرده باشیم.





## مصاحبه اختصاصی با پوهنمل مجیب الرحمن کریمی؛ وزیر احیا و انکشاف دهات

گزارش از: عبدالعظیم شبلی

احیا و انکشاف دهات انتخاب شد و در سیزدهم ماه قوس همان سال از سوی مجلس نمایندگان رأی اعتماد گرفت. پوهنمل مجیب الرحمن کریمی، در تعدادی از برنامه‌های کوتاه مدت آموزشی و مسلکی مانند استراتژی انکشاف شوراهای اجتماعی و انتقال قانون، چالش‌های ولایات، مدیریت و پلان‌سازی، تحریک اجتماع، اداره و مدیریت مسلکی و مدیریت تدارکات نیز اشتراک داشته است.

**ابتدا از تاریخچه، برنامه‌های کاری این وزارت به خوانندگان مجله‌ی افغان بیسیم ابراز سخن نمایید؟**

وزارت احیا و انکشاف دهات تاریخ بیش از شصت سال دارد. این وزارت در سال ۱۳۳۳ هـ.ش نخستین بار به نام کمیسیون انکشاف دهات ایجاد شد، بارها نامش تغییر کرد یا هم لغو شد، اما در سال ۱۳۶۷ هـ.ش رسماً به عنوان وزارت مستقل در بدنه‌ی ای کابینه‌ی ای حکومت وقت ایجاد شده

پوهنمل مجیب الرحمن کریمی، وزیر احیا و انکشاف دهات و کادر متخصص، متعهد و کاردان کشور، در سال ۱۳۵۶ ولایت خوست متولد شد. تحصیلات ابتدایی خود را در لیسه عالی و مرکزی غرغشت خوست به پایان رسانید، سپس وارد فاکولته‌ی ای زراعت پوهنتون کابل شد و در سال ۲۰۰۱ مدرک لیسانس خود را از این فاکولته به دست آورد.

آقای کریمی مدرک ماستری خود را سال ۲۰۱۴ از پوهنتون بین‌المللی AIT کشور تایلند در بخش پلانگذاری منطقی و انکشاف روستایی کسب نمود.

وزیر احیا و انکشاف دهات قبل از نامزد شدن به مقام وزارت، افتخار ۱۶ سال تجربه‌ی ای کار مسلکی با ادارات داخلی و خارجی را به منظور خدمت به وطن و هموطنان خود دارد.

آقای کریمی به تاریخ ۳۰ سنبله‌ی ای سال ۱۳۹۶ با صدور حکمی از سوی جلالتمآب اشرف غنی، رئیس جمهور جمهوری اسلامی افغانستان، به حیث سرپرست و نامزد وزیر





را نیز میسر می‌سازد.

### سالانه به چه تعداد پروژه‌های جامعه‌ای جهانی از طریق برنامه‌های ملی این وزارت تطبیق می‌شود؟

به طور کل اکثریت پروژه‌های تطبیق شده توسط وزارت احیا و انکشاف دهات، پروژه‌های پیشنهاد شده خود مردم افغانستان است. ما هیچ پروژه‌ای مربوط به جامعه جهانی در وزارت خود نداریم، ولی همکاران جامعه

جهانی ما برای تطبیق پروژه‌های انکشافی با ما همکاری‌اند. به طور مثال بانک جهانی هم در برنامه ملی میثاق شهروندی و هم در برنامه‌ای تقویت اقتصاد روستایی با ما همکاری‌اند. یونیسف در برنامه‌ای ملی آب رسانی ما را همکاری می‌کند و بانک انکشاف آسیایی هم در عرصه انرژی پایدار با ما همکاری است. در کنار آن نهاد‌های بین‌المللی نظیر جایکای جاپان، سفارت کوریای جنوبی و تعداد زیادی از این‌گونه نهادها برای تطبیق پروژه‌های ملی با ما همکاری‌اند.

### برنامه ملی اخیر این وزارت (میثاق شهروندی) کدام خدمات را در بر می‌گیرد، و چه فعالیت‌ها را در کدام ساحات انجام داده است؟

برنامه‌ای ملی میثاق شهروندی یک برنامه بین‌وزارتی بزرگ برای انکشاف روستاهای افغانستان است که توسط جلالتمآب رئیس‌جمهور مطرح شده است. این برنامه همه فعالیت‌های انکشافی در روستاها از ساخت مکتب، جاده، کلینیک صحنی، بند های کوچک آب گرفته تا ساخت سرک، پل و پلچک، بند های آب گردان، کانال آب، دیوارهای استادی و محافظتی را در بر می‌گیرد. این برنامه در فاز اولش 123 ولسوالی در 34 ولایت کشور را زیر پوشش دارد و تنها در سال مالی 1397 بیش از هفت هزار پروژه را در سراسر کشور تطبیق کرده است.

و تا امروز همچنان به عنوان یک وزارت مستقل فعالیت دارد. در رابطه به برنامه‌های کاری وزارت باید بگویم، وزارت احیا و انکشاف دهات برای تحقق اهداف خویش، فعالیت‌هایش را از طریق برنامه ملی میثاق شهروندی، برنامه ملی راه‌سازی روستایی، برنامه ملی آب رسانی و حفظ‌الصحه محیطی، برنامه انسجام و پاسخ به حوادث، برنامه ملی انکشاف صنایع روستایی و برنامه ملی مصنونیت اجتماعی و نظارت بر آسیب‌پذیری در قریه‌های سرتاسر افغانستان توسعه و گسترش می‌بخشد. ما به هدف کاهش فقر، رشد روستاهای پویا و توانمند و اشتغال‌زایی فعالیت‌های خود را متمرکز ساخته‌ایم.

### برنامه‌های وزارت انکشاف دهات چقدر در کاهش فقر روستایی و بلند بردن سطح حاصلات زراعتی دهقانان کار ساز و مفید بوده است؟

کاهش فقر یکی از اهداف بلند مدت وزارت احیا و انکشاف دهات بوده است در همین زمینه تمامی برنامه‌های ما به شکلی دیزاین شده که با مشکل فقر در روستاها ما مبارزه کند. اکثریت برنامه‌های ما باعث اشتغال‌زایی در دهات می‌شوند. ما سالانه در حدود 14 میلیون روز کاری ایجاد می‌کنیم. تنها برنامه انکشاف صنایع روستایی ما که در سال 2018 میلادی به پایان رسید، توانست 100 هزار شغل دائمی را برای زنان روستایی ایجاد کند. پروژه‌های وزارت احیا و انکشاف دهات در کنار ایجاد رفاه و تسهیلات، زمینه‌ای اشتغال‌زایی و امحای فقر



جایکای جاپان می‌باشد.

### کدام فعالیت را به عنوان دست آورد، بزرگ تان در این وزارت عنوان می‌نمایید؟

عمده ترین فعالیت ما که هنوز هم ادامه دارد، ساخت 6000 مکتب برای فرزندان این آب و خاک است. ما در تلاش ساخت شش هزار مکتب برای کودکان خود هستیم. کار ساخت نزدیک به دو هزار مکتب شروع شده و این روند همچنان ادامه دارد.

### خدمات شرکت مخابراتی افغان بیسیم را به مثابه اولین شرکت مخابراتی در کشور چگونه ارزیابی می‌نمایید؟

افغان بیسیم یکی از شرکت های مخابراتی معتبر و پیشرو در افغانستان است. این شرکت در کنار آن که توانسته زمینه ارتباطات میان مردم عزیز افغانستان را میسر سازد، برای هزاران شهروند کشور شغل آفرینی کرده است. برای ما که اشتغال‌زایی یک دغدغه اساسی است، باعث خوشحالی است که افغان بیسیم در عرصه کار یابی و اشتغال‌زایی قدم های بلند گذاشته است. علاوه بر آن برای عرضه خدمات فرهنگی نیز دستش بالا است.

### جناب! از زندگی شخصی تان برای خوانندگان مجله‌ی افغان بیسیم بگویید؟

من مانند هر شهروند دیگر افغانستان زندگی ساده دارم. پدر پنج فرزند هستم که همه پسر اند. در بیرون از کشور خانه ندارم با خانواده ام در کابل زنده گی. فرزندانم را به مکتب می‌فرستم. با این که وزارت برایم مصروفیت بیش از حدی ایجاد کرده است ولی تلاش می‌کنم که وقتی در خانه هستم با خانواده ام باشم. زیاد میل به سفر های خارجی ندارم، برعکس بیشتر دوست دارم به ولایت های مختلف کشور سفر کنم و از وضعیت زندگی هم وطنانم با خبر شوم. عشق و علاقه اساسی ام به تدریس در پوهنتون است. چون سالهای زیادی در این دنیا بوده ام. حالا هم هر باری که میسر شده رفته ام پوهنتون و به محصلان لکچر داده‌ام. اوقات بیکاری خود را که بسیار هم کم است تلاش می‌کنم به کتاب خواندن و مطالعه در رشته اختصاصی ام بگذرانم.

### دست آورد پروژه ای رشد معیشت در ساحات مرزی افغان- تاجک (لیتاکا) چه چیز ها بوده و مرحله‌ی دوم آن در کدام ساحات و چه کار کرد ها را خواهد انجام داد؟

برنامه ای رشد معیشت در ساحات مرزی افغان- تاجک یکی از بهترین برنامه های ما، در سمت شمال کشور است. این برنامه توانسته هزاران فرصت شغلی را برای مردم این مناطق ایجاد و زمینه ای تقویت اقتصاد خانواده را در آنجا میسر سازد. این برنامه از سوی کشور جاپان حمایت مالی می‌شود و فاز دوم آن نیز که ولایت های کندز، بدخشان، تخار و بلخ را در بر می‌گیرد روی تقویت اقتصاد محلی و اشتغال‌زایی دایمی تمرکز دارد. برنامه لیتاکا، تشبثات کوچک محلی، فعالیت های صنایع محلی در روستاها را پوشش می‌دهد و در کنار آن زمینه ای بازاریابی بین مرزی را برای مردم هر دو طرف مرز مهیا می‌سازد.

### سال 1397 که گذشت، این وزارت چند فیصد بودجه ای خویش را و در کدام موارد به مصرف رسانیده است؟

خوشبختانه وزارت احیا و انکشاف دهات از وزارت خانه های صدر نشین در عرصه مصرف بودجه بود. این وزارت 95 فیصد بودجه‌ی 20 میلیارد افغانی خود را به مصرف رسانیده است. وزارت احیا و انکشاف دهات در سال مالی 1397 نزدیک به هشت هزار پروژه انکشافی را تطبیق کرد و 1006 پروژه را نیز در این سال تکمیل و به بهره برداری سپرد.

### کدام کشور ها از تمویل کننده های این وزارت بوده و سال پار از کدام پروژه‌ها حمایت نموده اند؟

همان گونه که گفتم، وزارت احیا و انکشاف دهات را بیشتر نهاد های بین المللی حمایت می‌کند تا کشور ها با این حال کشور جاپان و کوریای جنوبی از جمله کشور های اند که به طور مستقیم با ما همکاری دارند. در کنار آن، رابطه کاری ما با یک تعداد زیاد از سفارت خانه های کشور های مختلف در افغانستان حسنه است و گاهی آنان ما را در عرصه ای تطبیق پروژه ها کمک می‌کنند.

اما همکاران اصلی ما در وزارت احیا و انکشاف دهات، بانک جهانی، بانک انکشاف آسیایی، مؤسسه یونیسف و



**د عبدالحق سمون راپور**

افغان بیسیم مخابراتي شرکت د افغانستان د لومړني مخابراتي شرکت او بیسیم خدمتونو د بنسټ اېښودونکي په توګه ویاړي، چې د لومړي ځل لپاره تر نورو وړاندې یې د نننۍ نړۍ تر ټولو چټک 4G/LTE انټرنېټي خدمتونه افغانستان کې فعال کړل.

افغان بیسیم د خپلو اغېزناکو مخابراتي خدمتونو په دوام وپتېله، چې ګران افغانستان د نړۍ له پرمختللي ټکنالوژۍ سره څنګ په څنګ وساتي، له همدې کبله یې د ۲۰۱۷ ز. کال په می میاشت کې د 4G/LTE انټرنېټي خدمتونه پیل کړل.

کابل د هېواد په کچه لومړنۍ ولایت و، چې په لومړي سر کې پکې دا خدمتونه پیل شول او ورپسې هرات، کندهار، پلخمرې ښار، فراه، نیمروز، تخار، میمنه ښار، خوست ښار او دادی اوس په جلال آباد ښار هم د هغو ښارونو په ډله کې شامل شو، چې د افغان بیسیم په چټکو 4G/LTE سمبال دي.

د جلال ښاریان به اوس وکولای شي، چې د افغان بیسیم په 3G کڅوړو کې د نوموړي شرکت له بې سارو 4G/LTE خدمتونو

**افغان بیسیم مخابراتي شرکت په جلال آباد ښار کې د 4G/LTE چټک خدمتونه پیل کړل**

د ننگرهار ولایت پایتخت: جلال آباد هم د هغو ښارونو په ډله کې ورګډ شو، چې د افغان بیسیم مخابراتي شرکت تر ټولو پرمختللي او چټک انټرنېټي خدمتونه پکې فعال دي.



څخه خوند واخلي. د درنو پېرېدونكو لپاره د يادونې وړ بولو، چې د 4G/LTE خدمتونو فعالولو لپاره كومه ځانگړې پېچلې پروسه نشته، بلكې بساغلي پېرېدونكي كولای شي، چې په خپلو اړونده سيمو كې د افغان بېسيم له يوې ځايي رسمي څانگې ليدنه وكړي. همالته به د افغان بېسيم كاركوونكي د دوی په سيم كاروونو كې پرته له كوم لگښته، د 4G/LTE خدمتونه فعال كړي.

د دې ترڅنگ كه چېرې په خپل سيم كار كې د 4G/LTE خدمتونه فعالوئ، نو ستاسو لپاره ښه زېرى دادى، چې افغان بېسيم تاسو ته د دوو ورځو لپاره 1G وړيا انټرنېټ هم دركوي. په حقيقت كې دا چاره، د افغان بېسيم هغه ژمنتيا راتازه كوي، چې د تل په څېر خپلو درنو پېرېدونكو ته په هره برخه كې د دوی د خوښې وړانديزونه وړاندې كړي دي.

د افغان بېسيم 4G/LTE خدمتونه د هېواد درنو سوداگرو او عامو پېرېدونكو سره مرسته كوي، چې د لوړ او چټك كيفيت انټرنېټ تجربه كړي او خپلې سوداگريزې او د ژوند نورې چارې له كوم خنډ پرته، په تر ټولو چټكه او اغېزناکه توگه سرته ورسوي.

دا چې د افغان بېسيم 4G/LTE خدمتونه د هېواد په څخه خوند واخلي. د درنو پېرېدونكو لپاره د يادونې وړ بولو، چې د 4G/LTE خدمتونو فعالولو لپاره كومه ځانگړې پېچلې پروسه نشته، بلكې بساغلي پېرېدونكي كولای شي، چې په خپلو اړونده سيمو كې د افغان بېسيم له يوې ځايي رسمي څانگې ليدنه وكړي. همالته به د افغان بېسيم كاركوونكي د دوی په سيم كاروونو كې پرته له كوم لگښته، د 4G/LTE خدمتونه فعال كړي.

د دې ترڅنگ كه چېرې په خپل سيم كار كې د 4G/LTE خدمتونه فعالوئ، نو ستاسو لپاره ښه زېرى دادى، چې افغان بېسيم تاسو ته د دوو ورځو لپاره 1G وړيا انټرنېټ هم دركوي. په حقيقت كې دا چاره، د افغان بېسيم هغه ژمنتيا راتازه كوي، چې د تل په څېر خپلو درنو پېرېدونكو ته په هره برخه كې د دوی د خوښې وړانديزونه وړاندې كړي دي.

د افغان بېسيم 4G/LTE خدمتونه د هېواد درنو سوداگرو او عامو پېرېدونكو سره مرسته كوي، چې د لوړ او چټك كيفيت انټرنېټ تجربه كړي او خپلې سوداگريزې او د ژوند نورې چارې له كوم خنډ پرته، په تر ټولو چټكه او اغېزناکه توگه سرته ورسوي. دا چې د افغان بېسيم 4G/LTE خدمتونه د هېواد په





## توسعه شبکه 6G چه امکاناتی به همراه خواهد داشت؟

های پیشین شبکه های مخابراتی انواع طول موج ها از فرکانس های رادیویی تا طول موج های میلی متری را در اختیار دارند، تنها بازه بی خطر باقی مانده طول موج های کوتاهتر از یک میلی متر است. بعد از آن طول موج های اپتیکی، اشعه ایکس، گاما و امواج کهکشانی قرار دارند که برای سلامتی انسان مضرند.

تیم داکتر رپورت اعلام کرده با این که شبکه های 5G از لحاظ تئوری باید بتوانند دسترسی به سرعت هایی تا سقف صد گیگابایت را ممکن کنند، فناوری های مترکم کننده سیگنال کنونی توانایی رسیدن به این سقف را ندارند؛ حتی با استفاده از طول موج های میلی متری کنونی که مشابه یک آزادراه 500 مسیره عمل می کنند. در نتیجه استفاده از فرکانس

طوری که شبکه های 5G در حال گسترش هستند، گروهی از محققان در حال آماده کردن زمینه های لازم برای فناوری 6G طی یک دهه آینده هستند. به گفته آن ها مهمترین قابلیت شبکه 6G دیگر تلفون های سریع تر یا اینترنت های بیسیم خانگی نخواهد بود، بلکه این فناوری امکانات بسیار پیشرفته تری از جمله دسترسی بیسیم به سیستم های هوش مصنوعی با توانایی های مغز انسان را فراهم خواهد کرد.

این یکی از جذاب ترین یافته ها در تحقیقی است که داکتر «تد رپورت»، یکی از محققان پیشگام در حوزه فناوری های بیسیم و تیشمنتشر کرده اند. تمرکز این تحقیق استفاده از فرکانس های بیسیم 100 گیگاهرتز الی سه تراهرتز است. از آنجایی که نسل





های ترهترزی دسترسی به پهنای باندی را میسر می کند که قادر به جا به جایی مقادیر غیر قابل تصویری از اطلاعات در یک ثانیه خواهد بود.

مهمترین آن ها قادر ساختن دستگاه های بیسیم به جا به جا کردن حجمی از اطلاعات قابل پردازش در لحظه است که با مغز انسان برابری می کند. کاربرد اصلی فناوری 6G این است که این بار پردازشی را به سیستم های هوش مصنوعی با قابلیت انسانی منتقل می کند. طبق قانون مور، انسان ها تا سال 2036 قادر به خرید کمپیوترهایی با قدرت پردازشی مغز انسان به قیمت هزار دالر خواهند بود؛ اما فناوری 6G دسترسی به این میزان قدرت پردازشی به وسیله هر دستگاهی را بسیار زودتر میسر خواهد کرد.

به گفته این تیم، فرکانس های ترهترزی اولین طیفی هستند که قدرت پردازشی در سطح مغز انسان را به طور بیسیم فراهم خواهند کرد. برای مثال پهنای را با قابلیت های پردازشی بسیار محدود تصور کنید که توسط یک سرور هوش مصنوعی با توانایی های بهترین خلبان ها هدایت می شود. چنین قابلیت هایی هم اکنون هم تحت شبکه 5G در دسترس هستند، اما اپراتورها حتما باید انسان باشند.

داکتر ریپورت عنوان کرده طول موج های کوتاه تر از یک میلی متر بسیاری از صنایع کنونی را نیز بهبود خواهند داد. از جمله دوربین های دید در شب موجی میلی متری، رادارهای پر جزئیات و اسکنرهای امنیتی بدن. علاوه بر این فرکانس های ترهترزی مهاجرت از کبیل های فیبر نوری به فیبر بیسیم برای مراکز تجمع داده (backhaul) و دیتاسترها را نیز ممکن می کنند.

البته هنوز چالش های تکنیکی بسیاری برای تبدیل شدن

فناوری 6G از رویا به واقعیت وجود دارند، از جمله کوچک کردن ابعاد تکنولوژی های کلیدی مورد نیاز و انجام تحقیقاتی در جهت اثبات بی خطر بودن این فرکانس ها برای سلامتی انسان. علاوه بر این، این امواج هم مانند امواج میلی متری نیازمند آنتن های کاملاً جهت دار هستند؛ زیرا چنین امواجی خصوصاً امواج بالاتر از 800 گیگاهرتز، به شدت نسبت به تداخلات اتمسفری حساس هستند.

اما محققان عنوان کرده اند این چالش ها قابل حل اند، همان گونه که چالش های مربوط به موج های میلی متری طی ده سال گذشته حل شدند. دستیابی به فناوری 6G فواید بسیاری برای کاربران خواهد داشت، از جمله مصرف انرژی بسیار کمتر برای انتقال اطلاعات، کوچکتر شدن دستگاه ها به خاطر کاهش سایز آنتن ها و ارتباطات با درجه امنیتی نظامی که کار شنود یا دخالت را بسیار دشوار خواهد کرد.

چندی پیش نیز کمیسیون ارتباطات فدرال آمریکا پهنای باند 95 گیگاهرتز تا 3 ترهترز را برای انجام تحقیقات و توسعه فناوری 6G آزاد کرد تا دست شرکت های آمریکایی برای ادامه راه باز باشد.

منبع: <https://digiato.com/article>





## تحقیقات فیسبوک در صنعت رباتیک

فیسبوک حوزه ای تحقیقات رباتیک را به فعالیت های خود افزوده است و به نظر می رسد برنامه هایی جدی برای آینده ای این صنعت در نظر داشته باشد.

فیسبوک به دنبال افزایش تحقیقات در حوزه ای رباتیک است. شاید شنیدن این خبر در نگاه اول باعث تعجب همه شود که چرا غول شبکه های اجتماعی به جای پرداختن به مسائل تخصصی خود، حوزه های جدید را برای فعالیت انتخاب می کند. به هر حال فیسبوک سازمانی بزرگ است که اولویت های متعددی را برای رقابت در نظر می گیرد. به علاوه شاید تحقیقات فیسبوک در حوزه ای رباتیک، تأثیر مستقیمی بر تجربه ای کاربران در شبکه ای اجتماعی نداشته باشد، اما آن چه آن ها از تحقیقات می آموزند، احتمالاً مفید واقع خواهد شد.

اگرچه صنعت رباتیک به عنوان فعالیتی جدید از سوی فیسبوک شناخته می شود، فعالیت آن ها در حوزه ای هوش مصنوعی، تاریخچه ای طولانی دارد. امروزه مکانیزم هایی که با هوش مصنوعی پیاده می شوند، تقریباً همه ی بخش ها از جلوه های تصویری شبکه های اجتماعی تا مدیریت خودکار محتوا را بر عهده می گیرند.

هوش مصنوعی و رباتیک، حوزه های مشترک زیادی با هم دارند. به همین دلیل پیشرفت در یکی از آن ها می تواند به سود حوزه ای دیگر هم باشد. به علاوه دستاوردهای جدید در هر حوزه می تواند زمینه ای برای تحقیقات



و ساختاری همچون جایزه دادن به خاطر راه رفتن را در برنامه‌هایش پیاده‌سازی کرد. هیچ آموزش مستقیمی درباره‌ی نحوه‌ی راه رفتن به ربات داده نشده و همه چیز به صورتی تجربی آموخته شد. هدف از این پروژه ای تحقیقاتی، کاهش حداکثری زمان یادگیری راه رفتن ربات بیان شد.

اکنون این سنسور پیش می‌آید که چنین پروژه ای چه فایده‌ای برای فیسبوک خواهد داشت؟ فیسبوک مجموعه‌ای عظیم از داده‌ها را در اختیار دارد که به صورت پیچیده ساختار بندی شده‌اند. البته پیدا کردن مسیر در شبکه‌ای در هم تنیده از اطلاعات، با راه رفتن عادی تفاوت‌های زیادی دارد، اما ایده‌ی اصلی که سیستمی با استفاده از قوانین مختصر و در زمانی کوتاه، فعالیت‌ها را بیاموزد، در هر دو صورت مسأله مشترک است.

فرایند اصلی یادگیری توسط هوش مصنوعی و چگونگی از راه برداشتن موانع، دور زدن قوانین و پردازش داده‌ها و موارد دیگر، همگی برای کارگزاران هوش مصنوعی اهمیت دارند. کارگزارانی که

بیشتر در حوزه‌ی دوم را فراهم کنند. به همین دلیل نمی‌توان تعجب کرد که فیسبوک با آن سابقه و علاقه‌ی شدید به هوش مصنوعی، در صنعت رباتیک نیز وارد شود. شاید آن‌ها قصد دارند با تحقیقات در این حوزه، بینش و چشم‌اندازهای جدید در بخش هوش مصنوعی دریافت کنند. در ادامه نگاهی به پروژه‌های در حال اجرای تیم تحقیقات رباتیک فیسبوک و کاربردهای آن‌ها خواهیم داشت.

### یادگیری راه رفتن

راه رفتن یکی از پیچیده‌ترین یا مجموعه‌ای از پیچیده‌ترین عملکردهای بدنی محسوب می‌شود. به علاوه وقتی با رباتی ۶ پارو به رو باشیم، راه رفتن پیچیده‌تر هم می‌شود. ربات‌های مورد تحقیق فیسبوک از همین نوع هستند. مهندسان می‌توانند ربات‌ها را به گونه‌ای برنامه‌ریزی کنند که راه بروند. البته با چنین روشی به نوعی راه رفتن را به آن‌ها آموخته‌اند. انسان‌ها هیچ‌گاه با آموزش، راه رفتن را نمی‌آموزند. به همین دلیل مهندسان فیسبوک تصمیم گرفتند یادگیری



در آینده در دنیای فیزیکی یا مجازی فعالیت خواهند کرد. شاید در مرتبه‌ی بعدی که فیسبوک قصد نظارت بر پلتفرم خود را داشته باشد، مدل هوش مصنوعی با قوانینی کار کند که در نتیجه ای همین یادگیری کسب خواهد کرد.

### بهره‌گیری از کنجکاوی

پروژه‌ای دیگر فیسبوک جلوه‌ی فیزیکی ندارد، اما مرتبط تر با فرایندهای اصلی شرکت خواهد بود. همه‌ی مردم، تا حدودی حس کنجکاوی دارند و با وجود آن که از خطرات احتمالی آن مطلع

راه رفتن را بر عهده‌ی خود ربات بگذارند.

چنین تحقیقاتی در دنیای رباتیک تازگی ندارد. بسیاری از متخصصان رباتیک و محققان هوش مصنوعی مشغول تحقیقات در این بخش هستند. در گذشته مقاله‌ها و دستاوردهای گوناگونی از تیم‌های رباتیک دیده شد که یادگیری راه رفتن را به سوژه‌ی خود اضافه کردند. به عنوان نمونه می‌توان به ربات‌های حشره‌ای اشاره کرد که جاپانی‌ها یادگیری فرایند راه رفتن را به عنوان قابلیت درون آن‌ها قرار دادند.

تیم تحقیقاتی فیسبوک، موارد ابتدایی را به ربات خود اضافه کرده





که کاربر را دنبال کرده و پردازش تصویری دقیقی هم ارائه می‌کند. کسب اطلاعات از محیط پیرامون، برای این کاربردها و هر مورد دیگری که با دیدن و حس کردن همراه باشد، مفید خواهد بود.

هر کمره ای که داخل یک اپلیکیشن یا دستگاه وجود داشته باشد، به صورت دائمی در حال بررسی تصاویر اطراف است تا اطلاعاتی مفید از آن‌ها استخراج کند. به همین دلیل وقتی یک چهره وارد تصویر کمره می‌شود، چندین الگوریتم به کار می‌افتند تا تحلیل اطلاعات را شروع کنند. وقتی کمره‌ها فرد را می‌بینند، چنین سنسورهایی را در الگوریتم‌ها حل می‌کنند: آیا مخاطب جسمی در دست دارد؟ آیا متنی دارد که باید ترجمه شود؟ آیا یک بازکرد در دست دارد؟ پس زمینه‌ی تصویر چگونه است؟ چه قدر با سوژه فاصله دارد؟ به علاوه وقتی جلوه‌های واقعیت افزوده در کمره لحاظ شود، سنسورها بیشتر هم می‌شوند. مثلاً هوش مصنوعی باید خطوط چهره و موهای مخاطب را تشخیص دهد تا آن‌ها را با سوژه‌های واقعیت افزوده جایگزین کند.

اگر کمره یا هر گجت دیگر یا ربات، بخواهد وظایف و سنسورهای بالا را به یک باره بررسی کند، قدرت عظیمی از پردازنده‌ها را مصرف خواهد کرد. چنین رویکردی نه تنها مورد پسند کاربر نیست، بلکه مهندسان سیستم نیز به دنبال آن نیستند. به علاوه اگر بررسی‌ها همیشگی باشند هم نتایج خوبی نخواهند داشت. در این میان اگر کارگزار هوشمند وارد عمل شود و با کمی حس کنجکاوی به دنبال کاهش عوامل عدم قطعیت باشد، می‌توان دستاوردی قابل قبول را انتظار داشت. شاید حس کنجکاوی تنها در این بخش برای فیسبوک کاربرد داشته باشد که با توجه به اولویت‌های آن‌ها، بخش مهمی محسوب می‌شود.

### دیدن به کمک لمس کردن

بینایی یک حس بسیار مهم برای انسان‌ها و همچنین ربات‌ها محسوب می‌شود، اما ما و ربات‌ها تنها از طریق این حس با جهان ارتباط برقرار نمی‌کنیم. ربات‌های بسیاری به حسگرهای صوتی،

می‌شوند، باز هم

با بهره‌گیری از همین

حس، یادگیری پر بازده تری خواهند

داشت. فیسبوک حس کنجکاوی را به یک بازوی رباتیک اضافه کرد که وظیفه‌ی انجام اموری ساده را بر عهده داشت.

شاید در نگاه اول عجیب به نظر برسد که حس کنجکاوی در رباتی اضافه شود. در تعریف دقیق‌تر باید بگوییم که هوش مصنوعی موجود در ربات، با اضافه شدن بخش کنجکاوی انگیزه می‌گیرد تا در فرایندهای خود به دنبال راه‌هایی برای کاهش عدم قطعیت باشد.

کنجکاوی در بازوی رباتیک، دستاوردهای گوناگونی خواهد داشت. به عنوان مثال تغییر زاویه‌ی کمره از سوی آن، با هدف بهبود دید و انتخاب صحیح‌تر اجسام انجام می‌شود. شاید با اضافه شدن کنجکاوی، ربات مقصد خود را پیش از انجام عمل بررسی کند تا گذاشتن اجسام با فاصله و دقت عالی‌تر انجام شود. به هر حال، اضافه شدن قابلیت‌هایی که منجر به انجام مطمئن‌تر فرایندها می‌شود، در نهایت به افزایش سرعت خواهد انجامید. البته شاید در ابتدا کمی با کاهش سرعت به خاطر کنجکاوی پیش از تصمیم‌ها روبه‌رو شویم.

درباره‌ی ای فواید این دستاورد برای فیسبوک باید بدانید که غول شبکه‌های اجتماعی، تخصصی عمیق در بینایی کامپیوتری دارد. نمونه‌هایی از تخصص آن‌ها را در دستگاه هوشمند Portal دیده‌ایم





نوری، حرکتی و موارد دیگر مجهز هستند، اما لمس کردن آن چنان مرسوم نیست. چالش اصلی در این بخش، کمبود فناوری های بازخورد لمسی است. به هر حال محققان فیسبک قصد دارند از همین بازخوردها به عنوان کمکی برای داده های بصری استفاده کنند.

با نگاهی کلی، می توان منطقی بودن طرح مورد نظر را درک کرد. انسان های مبتلا به اختلالات بینایی نیز از حس لامسه برای مسیریابی یا درک موقعیت اطراف استفاده می کنند. البته نمی توان ادعا کرد که آن ها به کمک لامسه می بینند، اما به هر حال مفاهیم مشترکی در این تجربه به دست می آید. محققان فیسبک در این بخش مدلی از هوش مصنوعی پیاده کردند که عملکرد خود را بر اساس ویدیو تنظیم می کند. ویدیو نیز به جای داده های واقعی، از داده های باکیفیت لمسی به دست می آید. در نتیجه ای تحقیقات فیسبک مشخص شد که هوش مصنوعی اهمیتی به دیدن یا ندیدن محیط اطراف نمی دهد. تا زمانی که داده ها به صورت تصویری عرضه شوند (حتی به صورت نقشه ای نقاط فشار روی یک حسگر)، تصمیم گیری توسط هوش مصنوعی مانند هر تصویر دیگر انجام می شود.

نمی توان ادعا کرد که فیسبک به دنبال لمس کردن کاربران از نزدیک باشد، اما کاربرد تحقیقات بالا را نباید تنها در لمس کردن دید. شاید هدف نهایی، باز هم پیاده سازی یادگیری در مفاهیم مختلف باشد.

تصور کنید که دو جسم را بدون دیدن و تنها از طریق لامسه، از هم تشخیص دهید. چنین فرایندی عموماً بدیهی به نظر می رسد، اما چرا ما چنین توانایی هایی داریم؟ چون وقتی جسمی را می بینیم، تنها شکل آن را درک نمی کنیم، بلکه مدلی از زوایا و احساسات مختلف آن را نیز در ذهن ترسیم می کنیم.

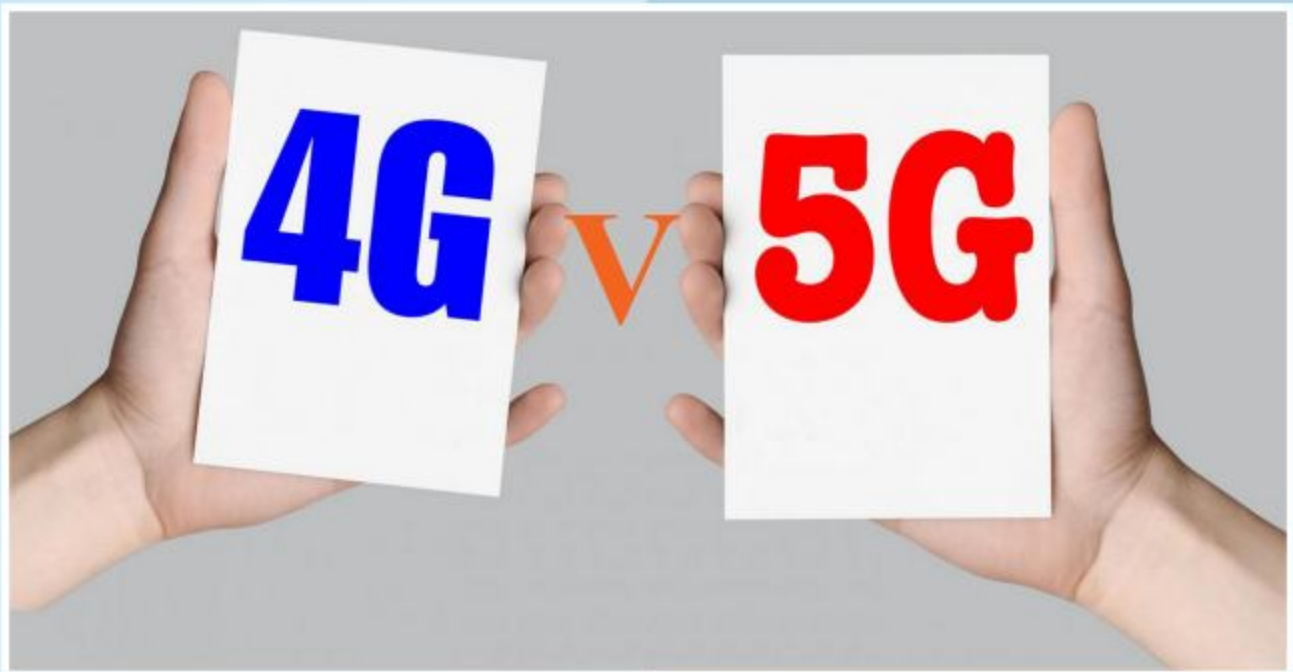
شاید کارگزارهای هوش مصنوعی هم باید فرایند یادگیری خود را از زمینه ای به زمینه ای دیگر منتقل کنند. به عنوان مثال شاید روزی داده های شنوایی به حسگر یک بازو بگویند که جسم را با چه فشاری بگیرد. یا داده های تصویری به میکروفن بگویند که چگونه صداها را از هم تشخیص دهد. جهان واقعی پیچیدگی های فراوان دارد و داده ها نیز در آن پیچیده تر و بیشتر هستند. در نهایت توانایی بهره گیری از حجم بالای داده صرف نظر از نوع آن، به توانایی در درک و ارتباط با دنیای واقعی منجر می شود.

تحقیقات فیسبک در حوزه ای رباتیک را می توان به زبان ساده توضیح داد. مهم تر از مفاهیم تحقیقات، زمینه هایی هستند که از آن ها بهره خواهند برد. فیسبک در پستی و بلاگی درباره ای همین کاربردها نوشت:

ما روی فعالیت های رباتیک متمرکز شده ایم تا نه تنها ربات ها را بهبود ببخشیم، بلکه مرزهای هوش مصنوعی را نیز در سال ها و دهه های پیش رو گسترش دهیم. اگر بخواهیم به مفهوم ماشین هایی با توانایی فکر کردن، برنامه ریزی و منطق شبیه به انسان نزدیک شویم، باید سیستم های هوش مصنوعی بسازیم که بتوانند در موضوعات گوناگون و حتی فراتر از دنیای دیجیتال، یادگیری خودکار داشته باشند.

فیسبک به شدت تلاش می کند تا تأثیرگذاری اش را از مجموعه ای اپلیکیشن های شبکه ای اجتماعی و پیام رسان به جهان واقعی یعنی اتاق خواب، آشپزخانه یا دفتر کار مردم بیاورد. در چنین مسیری، کارگزارهای هوشمند غول شبکه های اجتماعی باید رویکردی قوی تر و پیچیده تر داشته باشند. البته قطعاً ما در آینده ی نزدیک شاهد «ربات فیسبک» به مفهوم واقعی نخواهیم بود.

منبع: زومت



که 5G شبکه هر خومره ژر یا وروسته د خلکو ژوند ته ورننووخی، خو بیا به هم د تېرو نسلونو د شبکه په پرتله بېسارې لاسته راوړنې او پرمختگونه له خان سره ولري. 5G شبکه له څو میاشتنو راهیسې د پام وړ کاروونکي پیدا کړي او د تکنالوژۍ په نړۍ کې د ګڼ شمېر کاروونکو په منځ کې یې ځای خپل کړی دی. د سمسنگ گلکسي S10 او OnePlus 7 Pro د لومړنیو ګجتونو له ډلې وو، چې د نړۍ د اوسمهال په پرمختللي انټرنېټي 5G شبکې سمبال وو.

د ګجتونو تر څنګ د نړۍ په بېلابېلو سیمو کې د 5G کوچنی او لویې شبکې له ازماينېستي پراوه تېرېدونکي دي او په ډېر احتمال سره په نږدې راتلونکې کې به د هغوی د پراخه پوښښ شاهدانو واوسو.

هغه ډله انټرنېټي کاروونکي چې د 5G شبکې تر پوښښ لاندې سیمو کې اوسېږي، په قطعي توګه باید د 5G خدمتونو د نوم لیکنې په پړاوونو کې هیڅ فرصت له لاسه ورنکړي، دا ځکه چې د 5G شبکه ګڼ شمېر نوي امکانات لري، چې له دې ډلې دوه یې د یادولو وړ دي؛ لومړی یې د 4G په پرتله تر ټولو لوړ سرعت چې د کاروونکو تنده به په بشپړه توګه خړوبه کړي. دویم یې د اتصال یا نېټسولولو پر مهال کم خنډ دی. البته یوازې دا دوه امکانات یې مشت نمونه خروار و، بلکې ددې تر څنګ لا نورې په زړه پورې اسانتیاوې هم لري.



هدایت الله ظاهر



کتوراندوینه کولای شو، چې په نږدې راتلونکې کې به د 8K او 5G محصولاتو لاسرسی د بل هر وخت په پرتله اسان وي.

## 2. د لوړ سرعت او حجم دانلود

د 5G شبکې په منځته راتګ او پرمختګ سره لکه څنګه چې د خپراوي وړ محتویاتو کیفیت پورته ځي. په همدې توګه کولای شو د لوړ سرعت دېټاګانې د 4G سرعت په پرتله په لوړ سرعت کې دانلود کړو.

د سرعت په زیاتوالي سره د لوړ حجم فایلونو دانلودول هم منطقي کېږي. په ساده وینا؛ که نن ورځ په 4G شبکه کې 10GB فایل د دانلود لپاره ولرو، بنسايي د دانلودولو لپاره ورته نورې لارې چارې ولتوئ، خو له 5G سره د ورته حجم دانلودونه بېخي اسانه دي.

همدارنګه د دانلود وړ حجم په زیاتېدو سره برابر وونکو ته د دېټاګانو د زیاتولو امکان ورکوي. په نتیجه کې به د لوړ کیفیت او ښه ګرافیک لوبو او اپلېکېشنونو شاهدان واوسو.

په دې حالت کې به انټرنېټي کاروونکو ته یوازینی ننگونه د زیرکو موبایلونو او ګجتونو محدوده زېرمه وي. یا هم بنسايي په موبایلونو یا ټابلېټونو کې د داخلي زېرمې (Micro SD) په نامه کوم مفهوم نه وي.

دا هم هېر نکړئ، چې په 5G شبکه کې یوازې په چټک سرعت ټینګار نه کېږي، بلکې داسې ډېرې نورې بېلابېلې اسانتیاوې هم لري، چې په قطعي توګه له 4G سره د پرتلې وړ نه دي.

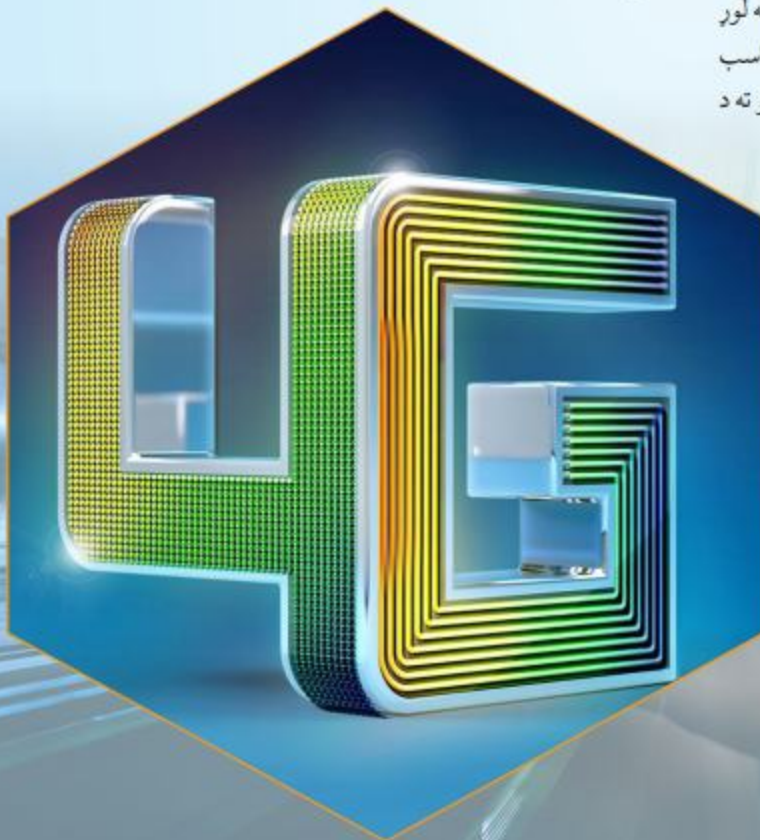
د 5G ډېری امکانات لاتراوسه پورې نه دي په ډاګه شوي او بنسايي په اړه یې هیڅ تصور هم ونکړو. ځینې نور امکانات یې چې د ټکنالوژي نړۍ اوسني حالت ته په کتو په پرمختللو تجهیزاتو سمبال دي، د انټرنېټي کاروونکو تجربه به له ټکنالوژۍ څخه په لویه کچه تبدیله کړي. لاندې د 5G هغو لسو امکاناتو ته لنډه کتنه لرو، چې په 4G شبکه کې د هغو د کارولو امکان نه و.

## 1. د لوړ کیفیت 8K ویدیو

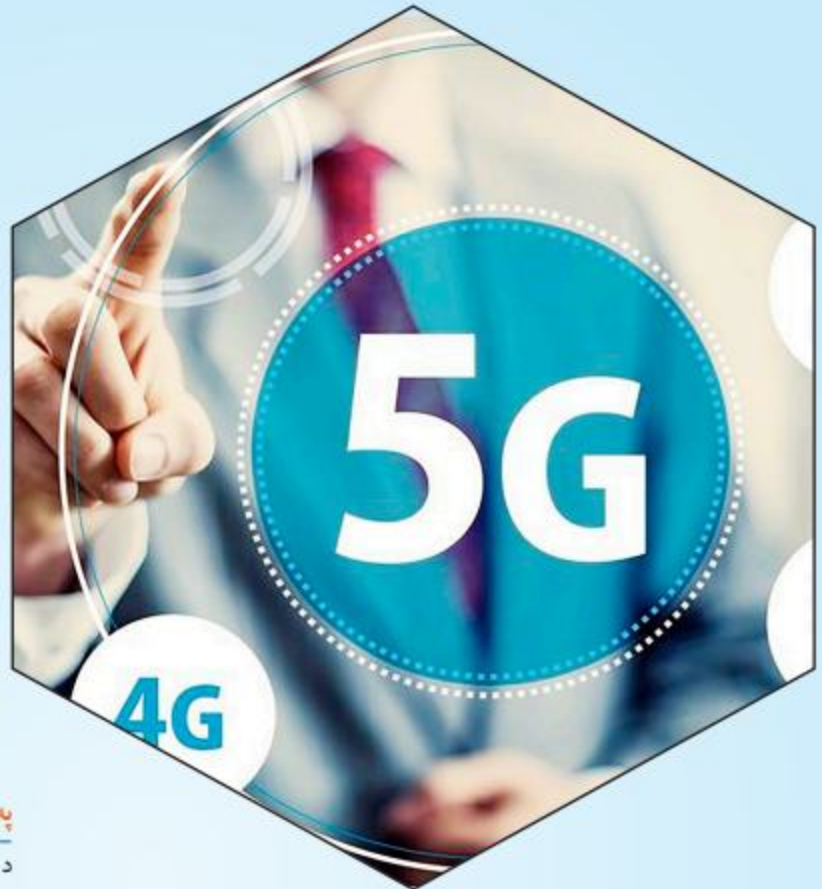
نن ورځ د 4G شبکې د ښلولو سرعت ته په پام سره، حتی د 4K ویدیوګانو خپرول هم د محدودو کاروونکو د وسې کار دی. د 5G په منځته راتګ او ودې سره به په دې برخه کې د لوی پرمختګ شاهدان واوسو، چې پکې به د انټرنېټ کاروونکو او د ټکنالوژي نړۍ فعالانو ته د لوړ کیفیت 8K ویدیو خپرولو زمینه برابرول هم شامل دي.

د 8K داسې کیفیت والا ویدیو ده، چې په قطعي توګه پکې د اوسنیو ځنډونو پر خلاف، هیڅ ځنډ نه رامنځته کېږي. د لوړ کیفیت ویدیوګانو خپرول هغه ځانګړنه ده، چې په راتلونکو انټرنېټي نسلونو کې د لوړ سرعت شاهدې ورکوي. په ساده وینا؛ داچې دېټا په لوړ سرعت سره لېږدول کېږي، نو کولای شو ډېرې دېټاوې په مناسب وخت کې ځای پر ځای کړو. په نتیجه کې کولای شو، کاروونکو ته د لوړې کچې محتوا ولېږدوو.

د انټرنېټي کاروونکو اوسني تجهیزات، لکه: زیرک ټیلیفونونه، ټابلېټونه، تلویزیونونه او تصویري وسایل لاتراوسه پورې د 8K ویدیو چلولو او له 5G شبکې سره د ښلونې وړتیاوې نه لري. البته د لوړ سرعت تجهیزاتو پرمختګ ته په







#### 4. د VR لوبو ستریم

لکه څنګه چې وویل شول، 5G په Cloud Space کې د لوبو زمینه برابروي. په نتیجه کې به د لوبو د ستریم لپاره هیڅ محدودیت نه وي. له بلې خوا د ورته محدودیتونو له مخې په لرې کېدو سره د مجازي واقعیت لوبو وده هم منطقي کېږي. راتلونکې لوبې به د اوسنیو نسخو لکه د Google مجازي واقعیت هدست او PlayStation VR له لور کیفیت څخه برخمنې وي. پر دې سربېره ددې لوبو د لوبولو لپاره به اضافي وسایلو ته هم اړتیا نه وي، یوازې یو زیرک ټیلیفون او د مجازي واقعیت یوه جوړه عینکې کولای شي، په ډېره ساده توګه دا لوبې وچلوي.

#### په VR بڼه د ژوندیو پېښو خپراوي

د مجازي واقعیت په توګه د ژوندیو ورزشي پېښو او کنسرتونو خپرول کوم نوی مفهوم نه دی. اوسمهال ددې تکنالوژۍ زیاتې بېلګې نه تر سترګو کېږي او دلیل یې هم هماغه د انټرنېټ نښلولو اوسنی محدودیت دی. د 5G شبکې په پراخېدو سره ددې تمه کېدای شي، چې هر انټرنېټي کاروونکی یوازې له انټرنېټ سره په نښلېدو او د مجازي واقعیت ځانګړو عینکو لرلو په حالت کې، د ژوندیو پېښو رښتینې تجربې ولري.

د مجازي واقعیت په توګه د ژوندیو پېښو خپراوي د 5G شبکې څخه په ګټنې په یوه ځانګړې طریقه د ژوندی کولو ظرفیت لري. ددې لاسته راوړنو د نتیجه د مثال په توګه په کنسرتونو او ورزشي لوبغالو کې فزیکي حضور کم میلان ته اشاره وکړو، چې ورځ په ورځ مخ په کمېدو دی. حتی ددې امکان هم شته چې یو وخت د ژوندیو لوبو د ورتګ لپاره ټکت اخیستل بېخي منسوخ شي او په ډېره ساده توګه، د مجازي واقعیت په یوه جوړه عینکو سمبال زیرک ټیلیفون یې په هر ځای کې وګورو.

نور په بله ګڼه کې...

#### 3. د مسلکي کنسولونو په کچه آنلاین لوبې

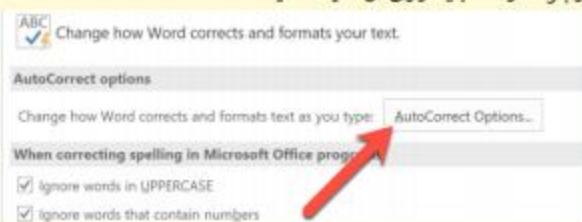
د انټرنېټ اوسني سرعت ته په کتو په لوړ کیفیت د آنلاین لوبو کول منطقي نه برېښي. نه یوازې سرعت، بلکې تأخیر هم د آنلاین لوبو پر وړاندې لویه ننګونه بلل کېږي. په اصل کې تأخیر ستاسو ځوابونه شبکې ته په ډېر خنډ رسوي او ددې سبب د لوړوالي په حالت کې د آنلاین لوبو ترسره کول له ستونزو سره مخ کوي. د 5G شبکې په پراخېدو سره به د آنلاین لوبو کوونکو له مخې په قطعي توګه دغه ستونزه لرې کړای شي. د نښلولو سرعت په بڼه والي سره د لوبو کیفیت بڼه والی او نور جزیات هم زیاتېدی شي.

ښایي د آنلاین لوبو کیفیت د حرفوي کنسولونو تر کچې لوړ شي او کاروونکو ته د واقعیت تر پولو نږدې تجربه وړاندې کړي. دغه ډول وړتیاوې کولای شي، حتی د بشپړ ژوندی بهیر لوبو وړاندې کولو زمینه هم برابره کړي. یا په بله وینا؛ ښایي یو وخت د لوړ حجم والا ټولې لوبې په Cloud Space کې ترسره او د زیرکو ګجتونو لپاره نهایی محتوا شي. ګوګل په Stadia پروژه کې همدغه ډول چاره په پام کې نیولې ده.

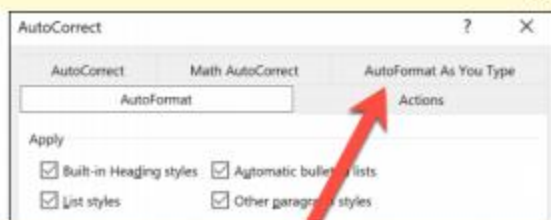


## چطور مانع ایجاد اتوماتیک هایپر لینک ها در MS Word شویم؟

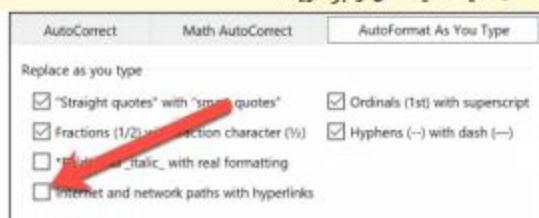
با کلیک بر این گزینه در سمت راست صفحه ویژگی های قابل تنظیم ورد تغییر می کنند  
در این موقعیت باید به دنبال بخش AutoCorrect Options باشید. در این بخش، یک دکمه با همین نام AutoCorrect Options وجود دارد که باید روی آن کلیک کنید:



با کلیک بر این گزینه پنجره AutoCorrect باز می شود. در این قسمت می توانید تب بندی های مختلفی را ببینید اما شما با تب AutoFormat As You Type کار دارید پس روی آن کلیک کنید:



در این تب نیز بخش های مختلفی برای تنظیم کردن وجود دارد. در میان این بخش ها Replace As You Type را جستجو کنید. سپس آپشن Internet and network paths with hyperlinks را غیر فعال کنید (تیک آن را بردارید)



در این حالت ok را بزنید تا پنجره AutoCorrect بسته شود. در ادامه دوباره با پنجره ای مواجه می شوید که ok دارد، روی این گزینه نیز کلیک کنید تا پنجره آپشن نیز بسته شود و تنظیمات به درستی اعمال شود.

بدین ترتیب از این به بعد، هر بار که آدرس وبی را در ورد بنویسید، به صورت هایپر لینک آن را مشاهده نخواهید کرد و همچون متن عادی در اختیاران قرار خواهد گرفت. منبع: وب سایت گویا آی تی

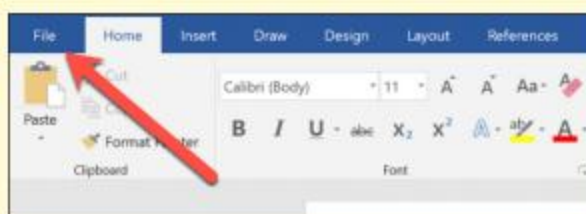
اگر از آفیس ۲۰۱۶ یا آفیس ۲۰۱۳ استفاده می کنید، به احتمال زیاد شاهد این بوده اید که به محض این که یک آدرس وب در داخل سند ورد می نویسید، بلافاصله این آدرس به صورت لینک دار نمایش داده می شود. اصطلاحاً به این کار گفته می شود، ایجاد اتوماتیک هایپر لینک در ورد! که البته هم می تواند خوشایند باشد و هم نه.

در این حالت معمولاً متن هایپر لینک شده، به رنگ آبی در می آید و زیر آن خط قرمز می گیرد تا به روش قوی بتواند توجه کاربر را جلب کند. حالا تصور کنید بخواهید لیست بلندی را از آدرس ها بنویسید! ظاهر صفحه چنگی به دل نخواهد زد.

خوشبختانه شما می توانید به کمک قابلیت های ورد، و تنظیمات آن، کاری کنید که جلوی ایجاد اتوماتیک هایپر لینک ورد را بگیرید.

### شیوه ممانعت از ایجاد اتوماتیک هایپر لینک ورد

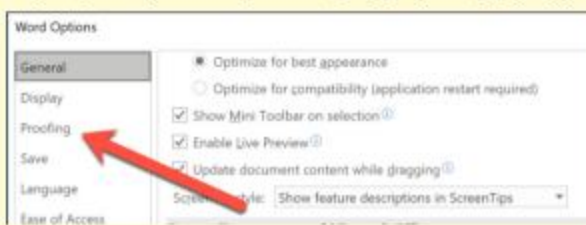
برای ممانعت از ایجاد اتوماتیک هایپر لینک ورد در صفحه ای که از ورد قرار دارید مستقیماً به منو ها مراجعه کرده و به منوی flie بروید:



وقتی که روی این آپشن کلیک کردید، شاید بار نشان داده می شود که در سمت چپ صفحه واقع است و تقریباً در انتهای آن گزینه Options را می بینید. روی این گزینه کلیک کنید:



وقتی که روی این گزینه کلیک کنید قاعدتاً باید وارد صفحه Word Options شوید. در این جا نیز آپشن های مختلفی وجود دارد که باید از میان دسته بندی های مختلف Proofing را انتخاب کنید:







## مزایای موترهای برقی

که در آمریکا به فروش می‌رسند بنزینی خواهند بود و 31 درصد مابقی را موترهای هیبریدی، برقی و پلاگین هیبریدی تشکیل می‌دهند. هرچند این آمار حاکی از آن است که سهم زیادی از بازارهای فروش در اختیار موترهای بنزینی قرار دارد، اما بدون شک موترهای برقی و الکتریکی از قابلیت‌های متعددی بهره می‌برند که باعث می‌شوند علاقه‌مندان بیشتری به خرید موترهای الکتریکی ترغیب شوند.

### مزایای موترهای هیبریدی

از جمله مزایای مهم موترهای هیبریدی می‌توان به صرفه‌جویی در زمان، کاهش آلودگی هوا، رانندگی آسان و بدون صدا، بهره‌مندی از تکنولوژی‌های جدید، ایمنی بیشتر، کمک به اقتصاد، طراحی زیبا و جذاب، کاهش وابستگی به نفت و فرآورده‌های نفتی، حفظ سلامت بشر، حیوانات و محیط زیست اشاره کرد. از این رو با توجه به چنین مزایایی کشورهای متعددی در تولید و ساخت موترهای پاک و دوستدار محیط زیست پیش قدم شده‌اند و برای تولید انبوه این موترها تسهیلات ویژه و تبلیغات گسترده‌ای را برای مشتریان در نظر گرفته‌اند.

در همین راستا دولت چین عنوان کرد تا سال 2025 می‌بایست از هر 5 دستگاه موتوری که در این کشور تردد می‌کنند، یک دستگاه برقی و هیبریدی باشد. همچنین دولت‌های متعددی چون انگلستان، فرانسه، ناروی، اسپانیا، یونان، مکزیکو، چین و هند به عنوان پیشگامان این عرصه فعالیت‌هایی را انجام داده‌اند تا با چنین طرح‌هایی میزان آلودگی هوا را به حداقل رسانده و دمای زمین را نیز کاهش دهند. از این رو تا دهه 2030 یا حداکثر تا دهه 2040 میلادی فروش موترهای بنزینی و دیزلی در این کشورها ممنوع خواهد شد و تولید آنها به طور کامل متوقف می‌شود.

منبع: <https://gadgetnews.net/365208>

امروزه بسیاری از دوستاناران محیط زیست از خرید موترهای برقی استقبال می‌کنند، اما همچنان موترهای بنزینی سهم زیادی از بازار را در اختیار دارند. از این رو در این مقاله 9 مزیت خرید موترهای الکتریکی را بررسی می‌کنیم.

در حال حاضر بسیاری از کشورهای دنیا برای جلوگیری از آلودگی هوا و به حداقل رساندن میزان آلاینده‌ها و گازهای گلخانه‌ای قصد دارند طرح‌های ویژه‌ای به موترسازان خود ارائه کنند تا میزان تولید موترهای الکتریکی و برقی افزایش پیدا کند. با توجه به این که محبوبیت موترهای برقی همچنان در حال افزایش است و مشتریان نیز خواهان موترهای پاک هستند، چنین موضوعی باعث شد تا غول‌های موترسازی جهان برای طراحی و تولید موترهای برقی با توان بیشتر رقابت تنگاتنگی را شروع کنند. این شرکت‌ها برای طراحی موترهای هیبریدی، برقی و الکتریکی برنامه‌ریزی‌های متعددی را انجام داده‌اند تا طی سال‌های آینده سهم زیادی از فروش این موترها را به خود اختصاص دهند.

### مشتریان به خرید موترهای برقی علاقه‌مندند

بر اساس جدیدترین آماری که مؤسسه تحقیقاتی DoneDeal منتشر کرده است، طی دو سال اخیر میزان جستجوی کلمات کلیدی موترهای هیبریدی و موترهای برقی و الکتریکی توسط کاربران در محیط وب به میزان 244 درصد رشد پیدا کرده است. در کشورهای اروپایی و آمریکای شمالی نیز فروش موترهای هیبریدی و برقی با رشد چشمگیری همراه بوده است. طبق آمار از ژانویه سال 2019 حدود 7 هزار و 500 دستگاه موتر هیبریدی و 2 هزار دستگاه موتر الکتریکی در کشور ایرلند به فروش رسیده است که نسبت به بازه زمانی مشابه سال گذشته رشد 12 درصدی را نشان می‌دهد.

اخیراً نیز کارشناسان با بررسی‌هایی که انجام داده‌اند پیش‌بینی می‌کنند تا سال 2030 میلادی فقط 69 درصد از موترهای جدیدی





## دانستی ها و اطلاعات جالب در مورد اینترنت

سرعت پیشرفت اینترنت از آنچه که تصور می کنید بسیار بیشتر است و توانست در طول چندین سال کاربران زیادی را مجذوب خود نماید و با این حال پیشرفت صنایع دیگر به کمک اینترنت توانستند به این مرحله از پیشرفت برسند که تخمین های منتشر شده اخیر گوگل در مورد دنیای وب و اینترنت توانستند بسیار شوکه کننده باشند. آیا می دانید آمارهایی منتشره از دنیای اینترنت چقدر شگفت انگیز هستند، آیا برایتان مهم است که بدانید آمارگردش اطلاعات اینترنتی در یکسال چقدر است؟

محققان برای جمع آوری چنین اطلاعاتی تا انتهای اینترنت رفته اند و از آنجا برگشته اند و سپس به بررسی و مقایسه یک لیست بسیار جذاب پرداخته اند.

این که تا کنون چند ایمیل ارسال شده؟ چند دامنه ثبت شده؟ محبوب ترین مرورگرهای اینترنت کدام بوده اند؟ چند نفر کاربر اینترنت هستند؟ و.....سوالاتی هستند که پاسخ های جالبی را به دنبال دارند که در ادامه این مقاله از مجموعه دانستی ها مشاهده خواهید کرد.

### میزان داده های گوگل در سال 2010 میلادی

اما گوگل اخیراً اعلام کرد که در 2010 میلادی حدود 5 میلیون ترابایت داده در صفحات آن ثبت شده بود که از شگفت انگیز



طبق گزارشات انجام شده روزانه بیش از 250 میلیارد ایمیل در روز به کاربران متعددی ارسال می شود که تمام این نامه ها توسط اشخاص ارسال نمی شود و تنها 20% درصد آنها توسط انسان ها انجام می شوند و مابقی آن یعنی 200 میلیارد ایمیل، نامه های تبلیغاتی هستند که به صورت خودکار با استفاده از ربات های ساخته شده ارسال می شوند. با این حال لازم به ذکر است که اولین ایمیل تبلیغاتی در سال 1978 میلادی توسط شرکت «Digital Equipment Corporation» ارسال شد.

### اولین وب سایت جهان کدام سایت می باشد؟

اولین وب سایت جهان به نام «info.cern.ch» می باشد که یک سایت HTML می باشد و هم اکنون هم پابرجاست و می توانید وارد آن شوید.

### آمار وحشتناک بارگذاری ویدیو در یوتیوب

تا این که شما به این قسمت از مطلب رسیدید، بیش از 2800 ساعت ویدیو بر روی سرورهای یوتیوب بارگذاری شده است به طور کلی در هر دقیقه بیش از 400 ساعت ویدیو در یوتیوب آپلود می شود که این آمار بسیار زیاد و باورنکردنی می باشد که هر ماه بیش از یک میلیارد نفر از این وب سایت استفاده می کنند.

### آمار برنامه های ساخته شده برای اندروید و IOS

به طور کلی بیش از 4.9 میلیون برنامه در فروشگاه های

ترین واقعیت هایی که گوگل از آن پرده نمایی نمود، این بود که تنها 0.004% محتوایی که در گوگل منتشر می شوند، در اینترنت نشان داده می شوند!

با این حال طبق آخرین گزارشات انجام شده در 14 اکتبر سال 2018 میلادی حدوداً 4.46 میلیارد صفحه در گوگل تخمین زده شده است که این بسیار زیاد و عظیم می باشد.

### تعداد وب سایت های ثبت شده در 18 اکتبر 2018

طبق تخمین گوگل در 18 اکتبر سال 2018 میلادی، گفته شد که حدوداً بیش از 1.9 میلیارد وب سایت در اینترنت وجود دارد که در میان این وب سایت ها 75.8 میلیون آنها مجهز به محیط کاربری وردپرس هستند. همچنین روزانه بیش از 5 میلیون پست در گوگل منتشر می شوند.

### اولین ایمیلی که ارسال شد

از مهم ترین برنامه هایی که گوگل برای کاربران خودش فراهم ساخته است و هر کاربری می تواند به راحتی تمام از آن استفاده نماید، ایمیل یا همان نامه الکترونیکی می باشد که اولین ایمیل توسط «Ray tomlinson» در سال 1971 میلادی ارسال شد که از نماد «@» برای این استفاده نمود که نشان دهد نامه توسط یک کاربر انسان نوشته شده است و نه یک ربات.

### آمار روزانه ارسال ایمیل در روز.







85000 وب سایت که مجهز به جوملا و وردپرس هستند، هک می شوند!

### آمار ثبت دامنه در ساعت

هر وب سایتی دارای نام و دامنه خودش می باشد که اولین قدم برای ساخت وب سایت می باشد که طبق آخرین گزارشات انجام شده، هر ساعت 5000 دامنه، هر روز 120 هزار و هر سال چیزی بیش تر از 43 میلیون دامنه در گوگل ثبت می شود که در میان این دامنه ها تنها 25% آنها فعالیت زیادی دارند و مابقی آنها هیچ فعالیتی ندارند.

### آمار روزانه انتشار تصاویر در اینستاگرام

طبق گزارشات انجام شده روزانه بیش از 95 میلیون عکس در اینستاگرام انتشار داده می شوند که در میان این تصاویر 70% آنها دیده نمی شوند.

### تعداد کاربران آنلاین انترنت

ILS یا سازمان کنترل انترنت در اکتبر ماه 2018 وضعیت کاربران آنلاین را چک کرد که تعداد کاربران آنلاین برابر بود با «4,045,421,895» که این نشان دهنده آنلاین بودن 4 میلیارد انسان از حدوداً 8 میلیارد انسان روی کره زمین می باشد و انتظار می رود این میزان در سال 2020 بسیار بیشتر شود.

منبع: <http://daneshha.akaup.com>

اندروید و IOS وجود دارد که طبق گزارشات انجام شده کاربران گوگل پلی در سال 2016 میلادی بیش از 75 میلیارد برنامه و کاربران اپ استور بیش از 25 میلیارد بار دانلود داشته اند.

### سایت هایی که دارای بالاترین رنگ می باشد

گوگل از شناخته شده ترین سایت هایی که است که در آن دنیایی از محتواها و داده ها وجود دارد که به همین دلیل گوگل دارای بیشترین رنگ در میان سایت های دیگر را داراست. 3 سایت بزرگ جهان از لحاظ رتبه عبارتند از:

1. گوگل
2. یوتیوب
3. فیس بوک

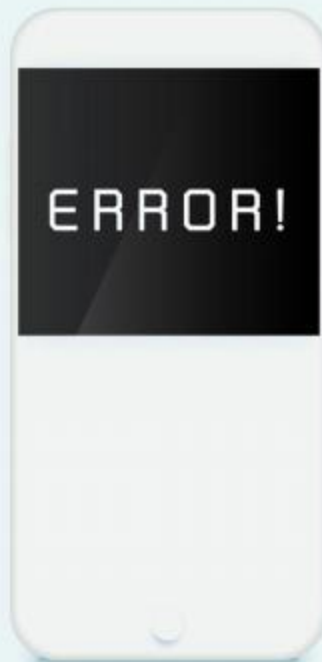
### میزان آنلاین بودن کاربران انترنت در طول روز

میزان میانگین کاربران آنلاین در طول روز بیش از 10 ساعت اعلام شده است که این میزان در سال های آینده چندین برابر خواهد شد و علت آن هم عرضه میزان زیادی از گجت ها می باشد که بیشترین میزان از این 10 ساعت در گوگل صرف می شود.

### آمار هک شدن وب سایت ها به صورت روزانه

از بزرگترین مشکلاتی که برخی از کاربران گوگل شاهد آن هستند، هک شدن سایت ها توسط برخی افراد سودجو می باشد که طبق آخرین گزارشات انجام شده، گفته شد که روزانه بیش از





# 404

Sorry! The page not found

BACK TO HOME

## اصطلاح Not Found 404

404 Not found یک پیغام اعلام خطا (error) است و به این معنی است، که URL صفحه خواسته شده در یک سرور خاص یافت نشده است. هم چنین این مفهوم را می‌رساند، که این صفحه وب یا به یک آدرس جدید منتقل شده و یا دیگر در آنلاین حفظ نشده. البته این احتمال هم وجود دارد، که آدرس را اشتباه وارد کرده باشیم و یا به طور کلی از همان ابتدا آدرس ما اشتباه بوده است.

اگر بر روی لینکی جذاب که به وسیله یک موتور جستجو فهرست شده کلیک کنیم، اما به جای صفحه مورد نظر پیغام 404 Not Found را دریافت کنیم، باز هم این فرصت را داریم، که بتوانیم بفهمیم صفحه مورد نظر ما به کجا منتقل شده؟

کافی است اشاره‌گر (ماوس) خود را در جعبه URL در پایان آدرس بگذاریم و کلید برگشت به عقب (backspace) را بزیم تا این که به آدرس ریشه (به عنوان مثال درست بعد از com یا org) برسیم. سپس سعی کنیم URL مورد نظر ما را از خود وب سایت و در آدرس ریشه پیدا کنیم.

اما گاهی هم تنها به پیغام 404 بر می‌خوریم. این پیغام هم یک پیغام خطا است، که در صفحه وب دیده می‌شود و نشان دهنده این است، که URL خواسته شده در سرور یافت نشده است. منتها این پیغام به معنای این است که هیچ سرنخ و نشانی از URL درخواستی وجود ندارد. به این معنا که تاریخ آن گذشته و منسوخ شده و دیگر در فضای مجازی وجود ندارد.

وب سایت‌های کاربر پسند معمولاً در زمینه این خطاها به ما کمک می‌کنند و توضیح می‌دهند، چه مشکلی وجود دارد، اما معمولاً بیشتر سایت‌ها در این زمینه کاری انجام نمی‌دهند.

منبع: <http://www.020.ir>



# بهترین بسته انترنتی هفته وار

با سرعت 4.75G+



افغان بیسینس  
AFGHAN WIRELESS

ارتباط دهنده افغانستان  
Connecting Afghanistan

## 1.5 جی بی

فقط  
125 افغانی

فعال سازی: #1\*125\*477\*

فقط برای 7 روز قابل اعتبار میباشد.  
برای تمام زون ها بدون هرات  
ثبت سیمکارت ضروری می باشد.



4G LTE



HD VOICE



www.afghan-wireless.com

152



(24 HRS)





افغان بیسیم  
AFGHAN WIRELESS

ارتباط دهنده افغانستان  
Connecting Afghanistan

# بسته هفته وار اندیوالی

وسیع ترین پوشش با شفاف ترین صدا

فقط 80 افغانی

فعال سازی: #1\*8\*233\*

غیر فعال سازی: #2\*8\*233\*

400<sup>☎</sup>  
دقیقه

تماس از افغان بیسیم به افغان بیسیم

ثبت سیمکارت ضروری می باشد.







## راه های برای مبارزه با فساد اقتصادی

• اطمینان حاصل شود شرکت هایی که خدمات بهداشتی ارائه می دهند، از شیوه های خوب بین المللی برای ارائه خدمات استفاده می کنند. به عنوان مثال، اجازه ورود داروهای تقلبی به بازار به دلایل حرص و آز می تواند کل جامعه را به خطر بیندازد.

• شهروندان نباید چشم خود را به اقداماتی که بخش خصوصی (یا دولتی) برای کسب سودشان انجام می دهند ببندند.

• اطمینان از این که به کارکنان دولت دستمزد مناسبی پرداخت می شود و این که آنها در جیب شان پول دارند، راهی برای مبارزه با وسوسه گرفتن رشوه است.

• از کسانی که زنده گی و معیشت شان را در معرض خطر قرار می دهند تا افراد

گفت و گوی اجتماعی تبدیل شود.

• برای بخش خصوصی ای که رشوه می دهد و هزینه اضافی ای برای مذاکره با مقامات فاسد پرداخت می کند جریمه های قانونی و مالی قراردادهای افزایش یابد.

• باید از قوانین در مورد رقابت عادلانه پیروی کرد.

• ایجاد ارتباط میان منابع محلی و ملی و سپس استفاده از اطلاعات جمع آوری شده برای اطلاع رسانی به مردم، یک ابزار قدرتمند است.

• با اجرای روش های تحمل صفر در برابر فساد ثبات اقتصادی ایجاد می شود.

• یک جامعه تجاری شفاف و باز، سنگ بنای هر دموکراسی قوی ای است.

• باید سیاست ها درباره قبول هدایا، زنجیره تأمین، افشاگری درباره سوء استفاده ها و دیگر مسائل مربوط به فساد مشخص شود و به همه کارکنان درباره آنها آموزش داده شود.

• کارکنان اگر احساس اطمینان کنند که در محیط عادلانه و درست کار می کنند بهتر کار خواهند کرد.

• حمایت از یک سیستم آموزشی قوی از طریق حمایت و کمک های مالی سرمایه گذاری خوبی برای آینده است.

• اقدامات ضد فساد به طور جدی اجرا شود و از حسابرسان مستقل استفاده گردد.

• استراتژی های مبارزه با فساد به





• به فرزندان ما آموزش دهیم که فساد غیر قابل قبول است.

• والدین می توانند به فرزندان شان ارزش یکپارچگی و اتحاد را آموزش دهند.

• از پرداخت و یا دریافت رشوه، هزینه های تسهیل یا هدیه خودداری کنیم.

• نپذیرفتن پاداش های غیرقانونی برای کارهایی که انجام می شود یا باید انجام شود پیام قوی ای را نه فقط برای افرادی که سعی می کنند به خواست های خود برسند، بلکه برای کسانی که با آنها همکاری می کنند ارسال می کند.

• به مقامات منتخب یادآوری شود که مبارزه با فساد باید بخشی جدایی ناپذیر از تمام سیاست های توسعه ای باشد.

• کسانی را که به کار استخدام می کنید برای شان یاد آوری کنید که آنها در داخل و خارج از کشور از شما و آرمانهای تان نماینده گسی می کنند و این نه تنها حق شماست، بلکه مسئولیت شماست.

• لزوم دسترسی آسان و شفاف به اطلاعات بهداشتی در خدماتی که شهروندان حق دارند و هزینه های آنها.

منبع: ir.020

• حفاظت از عدالت و ارتقای آن و شفافیت از طریق اقدامات جمعی به شدت به توسعه کمک می کند و فقر را کاهش می دهد.

• دستمزد منصفانه و شرایط کاری خوب برای کارکنان مراقبت های بهداشتی فراهم شود.

• باید هر فردی درباره حاکمیت قانون و آنچه دولت برای مبارزه با فساد به آن متعهد است آموزش ببیند.

• شهروند آگاه بودن، نه تنها برای یک دموکراسی سالم حیاتی است، بلکه مقامات منتخب را مسئول اقدامات شان نگه می دارد.

• گزارش وقوع فساد به مقامات. با این کار مقابل فساد می ایستیم.

فاسد را افشا کنند و آنها را به دست عدالت برسانند حفاظت شود.

• وقتی افراد متوجه شوند افشای فساد آنها را در وضعیت ناامنی قرار نمی دهد افراد بیشتری به این کار روی می آورند.

• فراموش نکنیم که معلمان ما فرزندانمان را آموزش می دهند و از آنها مراقبت می کنند.

• استراتژی های ضد فساد وارد گفتگوی اجتماعی شود و بخش کسب و کار مطمئن شود که تحمل در مقابل فساد صفر است.

• محیط کسب و کار غیر فاسد نه تنها برای کسانی که در آن کسب و کارند، بلکه برای مشتریان بالقوه نیز جذاب است.



## نگاهی دیگر به نقش کمک‌های خارجی

سیدمحمد فیروزی

از دیدگاه مکتب وابستگی رابطه وابستگی ارادی و اختیاری نیست. وابستگی و توسعه نیافتگی دو پدیده همزاد و مکمل یکدیگراند (لهسانی زاده، عبداللهی، ۱۳۸۱: ۸۶).

پیامدهای منفی کمک های مالی جامعه جهانی در افغانستان

چنان که در آغاز گفته شد؛ سودمندی و ضرورت حضور و کمک های مالی جامعه جهانی به یک امر مسلم و مورد قبول اکثریت مردم افغانستان تبدیل شده است. گهگاهی

آمریکا و متحدین اش برای اطمینان مردم از ضرورت و حتمیت حضور و کمک های شان در افغانستان سخن می زنند. اما به رغم جنبه های مثبتی کمک های مالی کشورهای غربی، پیرامون تبعات منفی و زیانبار این کمک ها بحث و بررسی صورت نگرفته است. در این نوشتار کوتاه به تحلیلی برخی از پیامدهای منفی، کمک های کشورهای خارجی بر توسعه و اقتصاد افغانستان در روشنایی نظریات مکتب وابستگی و جامعه شناسی توسعه پرداخته می شود.

### ۱- نهادینه شدن فساد مالی

سرازیر شدن یک بارگی میلیارد ها دالر در نبود سیستم های مدرن اداری جهت جذب و بهره برداری مؤثر برای توسعه کشور، فقدان متخصصین مالی - پروژه ای و عدم نظارت و پاسخ گویی در سوء استفاده از آنها علاوه بر هدر رفتن بخشی بزرگی از این کمک ها سبب نهادینه شدن فساد وحیف و میل پول های توسعه ی نیز گردیده است. شواهد زیادی وجود که در سال های نخست حضور پررنگ جامعه جهانی، مصرف بودجه به هر طریقی قابل قبول بوده و احتمالاً هزاران پروژه های خرد و بزرگ بدون مؤثریت و مشمریت و حتی خیالی اجرا



بخش پایانی  
پیوسته به گذشته...

۶- فورتادو و دگرگونی اقتصاد داخلی و وابستگی به تصمیمات بیرونی

او معتقد است که به دلیل پایین بودن سطح آگاهی طبقاتی و سازمان یافته نبودن ایدئولوژی طبقه کارگر کشورهای توسعه نیافته فاقد منازعه طبقاتی است و نیز الگوی مصرف از طریق توسعه صنعتی و جایگزین کردن واردات نیاز است و همچنان سرمایه داری پیرامونی قادر به

خلق ابتکارات نیست از این جهت به ابتکارات و تصمیمات بیرونی وابسته و محتاج اند.

در این میان سمیرامین یکی از شناخته شده ترین نظریه پردازان مکتب وابستگی راه حلی را به عنوان قطع ارتباط مطرح می کند. او معتقد است که قطع ارتباط یا توسعه خود محور راه حل برای جایگزین ساختن وابستگی است (پیترز، ۱۳۹۵: ۱۰۷).

۷- دوس سانتوس و انتقال مازاد اقتصادی از پیرامون به مرکز او تشریح می کند این مازاد اقتصادی از طرق ذیل از کشورهای عقب مانده به کشورهای توسعه یافته انتقال می کند.

الف- سلطه همه جانبه و انحصارات شرکت های بزرگ بر بازار جهانی

ب- خارج شدن بهره ها و سود های سرمایه گذاری های خارجی از کشورهای فقیر

ج- با توجه با مسأله پیشین کشورهای عقب مانده مجبور به گرفتن وام ها شده و این انتقال مازاد و بهره دوام یافته و باز تولید میشود.



شده است. اجرای پروژه و مصرف پول به هر شکلی، چنان فساد زا بوده است که حتی زورداران منطقه ای برای اجازه دادن اجرای پروژه پول های هنگفتی را به صورت باج گونه اخذ می کردند. این فساد مالی در اجرای پروژه های چنان گسترده و عمیق که حتی دست سوم و چهارم یک قرارداد تا 90% از بودجه پروژه مفاد کسب می کنند. نتیجه ملموس این فساد های گسترده مالی در پروژه های سخت افزاری تخریب زود هنگام آن ساخت و سازهاست، در بعد نرم افزاری مانند پروژه های آگاهی دهی، ورکشاپ ها، تنظیم سفرهای داخلی و خارجی و... نیز نتیجه مطلوب را نداشته است.

## 2- گسترش فاصله طبقاتی

افزایش فاصله طبقاتی در پی سرازیر شدن پول های بی حساب و کتاب از کمک های جامعه جهانی که به دست یک قشر محدود از جامعه رسیده، بسیار مشهود است. امروزه فیصدی بسیار کمی از مردم در رفاه اقتصادی به سر برده و اکثریت مردم با فقر مطلق اقتصادی دست و پنجه نرم می کنند. تحقیقات نشانگر افزایش گراف فقر و تنگ دستی میان مردم است. در حالی که تعداد محدودی از مردم، از حیف و میل پول های کمک شده و یا گسترش کسب و کار شان در سایه پول های جامعه جهانی، به سرمایه های هنگفتی رسیده اند. تبعات و پیامد های منفی و زیانبار آن سبب گسترش فاصله طبقاتی گردیده که قابل بحث و بررسی است و در حوصله این نوشتار نمی گنجد.

## 3- افزایش رخوت، تبلی و مسئولیت ناپذیری اجتماعی

نوسازی و بازسازی هر جامعه ارتباط مستقیم با سهم گیری مردم آن جامعه دارد. اجرای پروژه های خرد و کوچک در زندگی روزانه مردم، سبب افزایش تبلی و مسئولیت ناپذیری شده است. مردم دیگر حتی جاروب برف بام خانه ای شانرا هم از مؤسسات توقع دارند. اگر پل و پل چک، سرک و کوچه و امثالهم نیاز به بازسازی یا ترمیم هم داشته باشد، کسی جرئت و جسارت نمی کند که بدون کمک خارجی دست به کار شوند. در شهرها نیز دیده میشود که کوچه های بلندمنزل ها پراز گل ولای و مملو از کثافات است. این عدم مسئولیت پذیری و سهم نشدن به بازسازی جامعه از پیامدهای منفی کمک های بی حساب خارجی است. امروزه حتی بدون پول و پول کسی در یک برنامه آموزشی هم شرکت نمی کند.

## 4- گسترش فساد سیاسی و پرورش نخبگان مزدور

### و تحت الحمایه

واضح است که حضور فعال کشورهای بیرونی، نیازمند همکاری دوطرفه با قشر سیاسی است. طوری که مطالعات پل باران و پل سونزی در هند نشان می دهد که بریتانیای کبیر برای کنترل مطلق جامعه

هند یک قشر سیاسی وابسته به خودشان را پرورش داده و براریکه قدرت می نشانند. این قشر وابسته دوام شان را منوط به حمایت خارجی ها دانسته و ازین جهت یک رابطه دو سویه شکل می گیرد که مردم در آن اهمیتی ندارد. در افغانستان این رابطه به وضوح دیده می شود. مردم قبول کرده اند که رئیس جمهور کسی خواهد شد که مثلاً آمریکایی ها بخواهند، در این معامله منافع و حقوق مردم، توسعه و ضروریات اصلی کشور به فراموشی سپرده می شود.

## 5- وابستگی شدید مالی، انرژی، تخنیکی و فن آوری به کشورهای خارجی

به رغم مصرف دهها میلیارد دلار از پول کمک های جهانی، هر روز وابستگی کشور به خارج بیشتر و بیشتر میشود. کلید روشنایی (برق) ما در خارج از کشور است، صادرات و واردات ما 12 در 88 (بازار ما بر اساس 88% واردات و 12% صادرات استوار است)، بالای 80% بودجه عادی و انکشافی وابسته به کمک های خارجی است و قس علی هذا.

## 6- از میان رفتن صنایع داخلی و محلی و افزایش بیکاری

یکی از پیامدهای منفی سرازیر شدن هنگفت پول های نقد در کوتاه مدت سبب افزایش قدرت خرید و وارد شدن کالای های مرغوب خارجی است. در این میان صنایع داخلی - محلی توان رقابت با کالای های خارجی را ندارد. اشتغال زایی نیز وابسته به پروژه های خارجی بوده، دیده شد که با کاهش سربازان خارجی و نیز کمک های خارجی بیکاری نیز گسترش یافته که در نتیجه قدرت خرید مردم نیز روز به روز کاهش یافته است.

### منابع:

- 1- الوانی، سید مهدی، کیا کجوری، کریم و رودگر نژاد، فروغ، (1389) مدیریت توسعه، اشرافی، تهران.
- 2- پیترز، جان ندر وین، (1395)، نظریه توسعه (فرهنگ، اقتصاد، جامعه) مترجم: محمدی، انور، گل آذین، تهران.
- 3- سو، اولوین.ی، (1397)، تغییر اجتماعی و توسعه (مروری بر نظریه های نوسازی، وابستگی و نظام جهانی) مترجم: حبیبی مظاهری، محمود، پژوهشکده مطالعات راهبردی، تهران، چاپ دهم.
- 4- شیرزادی، دکتر رضا، (1386)، نوسازی، توسعه و جهانی شدن (مفاهیم، مکاتب و نظریه ها) حق یاوران، تهران.
- 1- لهسانی زاده، دکتر عبدالعلی، عبداللهی، دکتر احمد، (1381)، جامعه شناسی جهان سوم، نوید شیراز، شیراز.
- 2- نراقی، یوسف، (1380)، توسعه و کش. رهای توسعه نیافته، تهران.





## منطقوي اقتصاد او چاپهار بندر

پوهاند محمد بشير دوديال

سريزه

لپاره هلې - خلې کوي؛ افغانستان هم حق لري چې له اوږدې مودې جگړې وروسته يوه مرفه انساني ټولنه ولري او خپلې طبيعي سرچينې، اقتصادي امکانات، موقعيت او هغه پوتانسيل چې لري يې، د خپلو خلکو په کته وکاروي. په دې لړ کې يوه لاره داده چې د افغانستان د جيوپوليتيک او جيوپاکنوميک موقعيت څخه ښه استفاده وشي او له انزوا څخه ووځي. ددې مقصد لپاره بايد د منطقوي سازمانونو، منطقوي اقتصاد، نړيوالو اوبو ته د لارموندنې، په بهرني تجارت کې د لوی کسر د له منځه وړلو او له راز راز سياسي فشارونو د خلاصون لپاره لارې ولټول شي. په دې کې يو هم د تجارت او اقتصادي مبادلاتو لپاره د امکاناتو لټول دي. په دې بهير کې د چاپهار د بندر پرانيسنه يو ښه زيری و. دلته به په ډېر لنډ ډول په دې موضوع بحث وشي:

**چاپهار بندر د افغانستان د نويو اقتصادي او تجارتي**

**ارېکو لپاره مناسب دهليز**

افغانستان له هغه وخته چې انگرېزي استعمار دلته د آسيا په دې سيمه کې يوه مصنوعي جغرافيه جوړه او د هند او افغانستان له

پياوړی اقتصاد، په خپلو پښو ولاړه ټولنه، ټولنيز ثبات، ملي پياوړی حاکميت، د ځمکنی بشپړتيا ډاډمنتوب او ملي او نړيوال لوړ پرستيژونه، هغه پياوړي دريځونه دي، چې وينو ملتونو د اساسي مقاصدو په توگه خان ته ټاکلي دي. نن ورځ اقتصاد يواځې د احتياجياتو او فزپولوژيکي اړتياوو پوره کول نه، بلکې تر دې اوچت اهداف؛ يعنې هوساينه هم لري، چې گڼ شمېر معيارونه لري. پر مختللو هېوادونو، د رفاه اقتصاد (Welfare Economy) او د رفاه دولت (Welfare State) ته پاملرنه کړې ده، هغه دوه ټکي چې دوی يې د ملت په وړاندې خپله لومړنی دنده او د خپلو خلکو د رضایت عامل بولي.

له بلې خوا د رفاه مسئله د نن ورځې د معاصر اقتصاد اصلي بحث دی. معاصر اقتصادپوه (Mark Blaug) په ډېر ښه شکل دا مسايل څېړلي دي او ددې موضوع لپاره يې د (The Fundamental Theorems of Modern Welfare Economics) تر عنوان لاندې قواعد تشریح کړي دي. په داسې حال کې چې هر هېواد د خپلو خلکو د ژوند د ډېر ښه سمون



ترمنځ د (APTTA) تجارتي او اقتصادي همکاريو تړون لاسلیک شوی و، خو پاکستان ددغه تړون په یوه ماده هم عمل نه دی کړی او د واکې بندر یې په افغاني توکو او سوداګرو بند کړی. پردې سربېره د کراچي بندر کې یې هم افغاني سوداګرو ته تل ستونزې جوړې کړي دي. په نتیجه کې افغانستان عملاً د ګاونډي پاکستان له خوا څو څو ځله د لارې په بندولو سره تر فشار لاندې راغلی دی.

خوشبختانه، د ولسمشر دوکتور محمد اشرف غني د سیاسي هلو-خلو په نتیجه کې افغانستان ته د منطقي انضمام او همبستګۍ، قانوني او حقوقي فضاء، بینادي او اداري اصلاحاتو، نړیوال مستحکم او حمایتي مېکانیزم امکان برابر شو. تېرو پنځو کلونو کې موږ د لاندې مهمو پروژو شاهدان وو: د ورېنمو د لویې لارې پروژه، کاسا زر، د لاجوردو لار، د آقینه بندر، د سوداګرۍ نړیوال سازمان کې د افغانستان عضویت او دغه سازمان ته د یوه استازي استول، ټاپي پروژه، د اوبو بندونه او چاپهار بندر.

د نړیوال تجارت په جوړښت کې د ولسمشر ژور تحلیل ددې سبب شو، چې افغانستان د ترانسپورت په مصارفو کې کموالی او نړیوال تجارت کې ښه والی رامنځ ته کړي، چې ښه او واضح مثال یې د چاپهار بندر پرانیسته ده. افغانستان له انزوا څخه د وتلو او نړیوالو اوبو ته د لاس رسې، د تجارت په برخه کې له راز راز فشارونو

خاورو یې د یوې یوې ټوټې په جلا کولو د پاکستان په نوم هېواد جوړ کړ. له هغه وروسته تر نن پورې په وچه پورې ایسار هېواد وګرځېد او له سمندر سره یې رابطه پرې شوه. کلونه کلونه افغانستان لکه د یو شمېر نورو په وچه پورې ایسار هېوادونو په شان له سمندري آسانتیاوو څخه محروم و. په وچه کې راکیروالی د سوداګرۍ او اقتصاد لپاره یو لوی چلېنګ دی، خو دا ستونزه دوی ته کومه برخلیک ټاکنې مسئله نه ده، ځکه ددې ډول چلېنجونو د حل لپاره عملي حل لارې شته. د مثال په ډول ترانزیتی دهلیز ته لاس رسې، منطقي انضمام او همبستګۍ، قانوني او حقوقي فضاء رامنځ ته کول، بینادي او اداري اصلاحات، نړیوال مستحکم او حمایتي مېکانیزم ترلاسه کول، اقتصادي سیمې جوړول او نور. همدارنګه په وچه کې د را ایسارو هېوادونو د خارجي تجارت په جوړښت کې د ژور تحلیل له لارې پالېسي جوړونه کولای شي، چې د نوموړو هېوادونو د ترانسپورت په مصارفو کې کموالی او نړیوال تجارت کې ښه والی رامنځ ته کړي. که څه هم د ملګرو ملتونو کنوانسیون د نړیوالو اوبو په هکله د قانون (۱۹۸۲) په ۱۲۵ بند کې راغلي دي، چې په وچه کې را ایسار هېوادونه حق لري، چې د ترانزیتی هېوادونو د قلمرونو له لارې د ټولو ترانسپورتي وسایلو څخه په ګټه اڅېستلو، له خپلې ترانزیتی ازادۍ څخه د ترانزیت هېواد په خوښه او د دوه اړخیزه او سیمه ییزو تړونونو له لارې ګټه پورته کړي. له بلې خوا د افغانستان او پاکستان





یو شمېر منطقه یې جوړښتونو لکه: SAARC او ECO، SCO او په فعاله کډون لري. په دې وروستیو کې د چاپهار بندر د تاسیس ترڅنګ، د لاجوردو لار هم پرانیستل شوه. دلته به د دغو سازمانونو پېژندنه راسره مرسته وکړي، چې د افغانستان دريځ جوت شي.

د مالونو تبادلې، ترانزیت او بهرنی سوداګري د نن ورځې د اقتصاد یو مهم بحث دی. زیاترو هېوادونو خپل اقتصاد د ترانزیت او سوداګرۍ له لارې ښه کړی دی. له نېکه مرغه افغانستان د خپل جغرافیوي موقعیت له پلوه په یوه ډېر ښه دريځ کې دی. ټاپي پروژه، کاسا زر (د نوري فایبر پروژه) او د سیمې د رېل پټلۍ پروژه ددې ډول منطقي همکارۍ ښه مثالونه دي. افغانستان کولای شي له خپل ستراتیژیک موقعیت څخه په استفادې د مرکزي آسیا او جنوبي آسیا ترمنځ د یوه پله حیثیت ترلاسه او د تجارت په څلورلارې بدل شي. افغانستان ډېر پخوا هم کله د ورپښمو د لارې پر سر پروت و او کله یې د لاجوردو د لارې مهمه برخه جوړوله. اوس چې یو ځل دا امکان برابر شوی دی، چې مرکزي آسیا له جنوبي آسیا سره وصل شي، د افغانستان لپاره یو ډېر مساعد فرصت دی. د افغانستان مهم دريځ ته د ترکیبې په آسیا زره کنفرانس، د شانګهای د سرمشریزې په غونډه کې او په ۲۰۱۶ م. کال کې د عشق آباد د نړیوال ترانزیت په غونډه کې دې مهمې موضوع ته اشاره وشوه او د سیمې هېوادونو په

او انحصار څخه د خلاصون او د خپلو داخلي تولیداتو د مارکېټ موندنې لپاره له ایران او هند سره په ګډه همکاري د چاپهار د بندر هوکړه لیک لاسلیک کړ.

### افغانستان او د سیمې اقتصاد

افغانستان له جغرافیوي پلوه په سیمه کې فوق العاده اهمیت لري. افغانستان د منځني آسیا، منځني ختیځ او د جنوبي آسیا ترمنځ د یوه پله حیثیت لري او د سیمې د لویو او نویو اقتصادونو (هندوستان او چین) لپاره نړیوالو بازارونو ته د لارې په توګه ارزښت لري. په سیمه کې د تاریخ په اوږدو کې داسې مدنیت نه و او نشته چې پرته د افغانستان له ګډون څخه رامنځته شوی وي. د تجارت لرغونې او ډېره مهمه لار (د ورپښمو لار Silk Rout) له افغانستان څخه تېرېدله او په معاصر وخت کې یې یو ځل بیا خپل مهم ستراتیژیک اهمیت بیا وموند. په سیمه کې د نوي وضعیت راڅرګندېدو دا وښوده چې په سیمه کې منطقه یي اقتصاد ته اړتیا ده او د لاجيرو او ورپښمو لاره باید بیا نوې شي. د روسیې، چین او هندوستان ورځ په ورځ پیاوړی کېدونکی اقتصاد په سیمه کې یو نوی وضعیت رامنځ ته کړی، چې د افغانستان همکارۍ ته اړتیا لري. افغانستان همدا اوس د سیمې







په تاریخ کې یو لومړنی او بېساری اقدام وي. همدا راز تصمیم ونيول شو، چې له چاپهار څخه به هند ته دوه مسیرونه (تکلوري) فعال شي:

۱. چاپهار - ممبې د اونی جفت ورځو کې به تګ - راتګ ورباندې کېږي.
۲. چاپهار - کانډالا، چې د اونی په طاق ورځو کې به تګ - راتګ ورباندې

کېږي.

ډېر ژر به افغان سوداګر خپلې بېرې وپېري.

د تازه پرېکړې له مخې د شانګهای غړي د Euro Asia طرحان او د مرکزي آسیا هېوادونه په دې فکر کې دي، چې د چاپهار بندر په واسطه د تورغونډۍ له لارې افغانستان له جنوبي آسیا سره وصل شي. ددې سمندري لارې اهمیت یواځې په دې کې نه دی، چې ترانزیت به لنډ او افغانستان به هند سره وصل شي، بلکې بل ارزښت یې دا دی چې یوه واحده تعرفه به وټاکل شي او ډېر بنديزونه به لرې شي. افغاني محصولات (غالی، انار، انګور، خټکي، شوکاني، وری، منې، طبي بوټي، جنغوزي، لاجورد او ډېر نور) به په ډېره ښه بیه بهر ته ورسولای شو.

له تېرو یو نیم سل کالو راهیسې افغانستان له تجارتي پلوه بد حالت او انزوا کې و، خو دا دی اوس یو ځل بیا دا زمینه برابره شوې چې له خپل جغرافیوي مهم موقعیت څخه ګټه پورته کړي او له نړیوال اقتصادي بهیر او تجارتي کاروان سره ګام اوچت او خپل اقتصاد پیاوړی کړي، خو مهمه دا ده چې ددې چارې او امکان لپاره په دقت سره د کار نقشه جوړه شي.

### اندېښنې او ممکنه خنډونه

له بده مرغه سیمه له امنیتي او سیاسي پلوه ډېره بې ثباته ده. سیاسي کشمکشونه، سیالی، پر ځینو هېوادو اقتصادي بنديزونه او بې ثباته سیاسي وضعیت هغه ناوړه عوامل دي، چې نه یواځې د چاپهار بندر، بلکې ډېرو نورو سیمه ییزو پروژو ته هم زموږ هیلې ټکنی کوي.

تېره بیا تاجکستان، چین، ترکمنستان، هند او ازبکستان کلک لیوال دي، چې د افغانستان له لارې خپله سوداګري پیاوړې کړي، چین ته افغانستان له اقتصادي او ترانزیتي پلوه ډېر ارزښت لري، له بلې خوا دا به افغانستان لپاره یو ښه فرصت وي، چې د سیمې د هېوادو له علاقمندیو څخه او د ECO, SCO, WTO او SAARC په سازمانونو کې د غړیتوب په لرلو خپل اقتصاد ته پرمختیا ورکړي.

په نړیوال تجارت او اقتصاد کې ورګډېدل او د Globalism په اوسني دوران کې خپل اقتصادي دریځ پیاوړی کول د اوسني عصر یوه تازه او نوې غوښتنه ده. هیڅ هېواد له نړیوال اقتصادي کاروان څخه په انزوا کې نشی پاتې کېدای. له بده مرغه افغانستان له نن څخه ۱۳۰ کاله وړاندې له خپلو طبیعي سرحداتو څخه محروم او د استعماري ځواک له استعماري تصمیم سره سم یې یوه برخه جلا او له نړیوالو اوبو سره یې رابطه پرې او په وچه پورې ایسار هېواد باندې بدل شو. دا هغه وخت و چې د نړۍ د تجارت مخه له وچې څخه د سمندر خواته شوه او اتلانتیک د سوداګرۍ لاره شوه، افغانستان چې وچې پورې ایسار او د نړیوال تجارت څخه ګوښه شوی و، اوس بېرته د پاملرنې مرکزي نقطه وګرځېد.

اوس په سیمه کې داسې یوه اړتیا او تفکر رامنځته شوی چې د مرکزي آسیا هېوادونه له جنوبي آسیا سره تجارتي روابط ولري او دغه سوداګري به د سمندر له لارې ارزانه او په لوی حجم ترسره کېږي، دا ځکه چې بحري ترانزیت وسایل د وچې په پرتله د ډېرو محمولو (پیتو) ګنجایش لري.

افغانستان د چاپهار بندر له پرانیستو وروسته، دا دی په دې لنډ وخت کې د سمندري تجارت سازمان کې د غړیتوب لپاره غوښتنلیک ورکړ، چې ډېر ژر به د دغه سازمان غړیتوب ترلاسه کړي. دا به زموږ





(په دې هیله چې زرنج مو "زرکنج" او  
دلرام مو د هر افغان "دل آرام" وي)

### اخځونه

۱. دودیال، محمد بشیر. (۱۳۸۶) د  
طبیعی منابعو اقتصاد. د پوهنتونونو لپاره  
درسي کتاب، د لوروزده کړو وزارت چاپ:  
کابل - افغانستان

۲. دودیال، محمد بشیر. (۱۳۹۶)، منطقی اقتصاد، درسي کتاب  
ختیځ خپرندویه ټولنه، جلال اباد - افغانستان.

۳. صباغ کرمانی، مجید. (۱۳۸۰) اقتصاد منطقه ای. سازمان  
مطالعه و تدوین کتب علوم انسانی دانشگاهی (سمت): ایران - تهران

۴. حافظ نیا، محمد رضا. (۱۳۸۴)، افقهای جدید در جغرافیای  
سیاسی، سازمان مطالعه و تدوین کتب علوم انسانی دانشگاهی  
(سمت): ایران - تهران.

5. Blair, P. J. (1991). Urban and Regional  
Economics, Richard Irwin Inc.

6. Raleigh Barlewe (1980), Land Resources  
Economic (The Economics of Real property),  
Michigan state University

7. Karl, Helmut. (2008) Economic Policy. Ruhr-  
University, Bochum - Economic Policy Department III

8. Nijkaup, P. (1986): Handbook of Regional and  
Urban Economics, (Vol.1) Elsevier publishers

9. Losch, A. (1964) Regional Development and  
Planning, MIT press.

1. Peter Chalk, ) 2012 )Occasional paper ,  
Implications for the United States and India's and  
Pakistan's Strategies in Afghanistan ( by the RAND  
Corporation.

2. ADB (2012). Modernizing Sanitary and

Phytosanitary Measures to Facilitate Trade in  
Agricultural and Food Products: Report on the  
Development of an SPS Plan for the CAREC Countries

3. Asian Economic Integration Monitor - July  
2012 <http://www.adb.org/publications/asian-economic-integration-monitor-july-2012>

4. Islamic Republic of Afghanistan: Transport  
Sector Master Plan Update <http://www.adb.org/sites/default/files/project-document/81553001--47210/tar.pdf>

5. Project CASAREM (CASA 1000) and Its  
Impact on Central Asian Countries <http://www.forum-adb.org/docs/BW2009Q34-.pdf>

6. Afghanistan Information Management Services.  
Accessed November 2014. <http://www.aims.org.af/>

7. ANDS (2008). The Afghanistan  
National Development Strategy <http://www.embassyofafghanistan.org/page/afghanistan-national-development-strategy>

8. EWI: East-West Institute (2014). Afghanistan  
Reconnected: Regional Economic Security Beyond  
2014 <http://www.ewi.info/idea/afghanistan-reconnected-regional-economic-security-beyond-2014#sthash.6MIend3p.dpuf>



**SPECIAL OFFER**

**DER NOW >>**

**همه چیز  
دریاره  
تبلیغات  
بنری (Banner)**

امروزه دنیای تبلیغات بنری پیشرفت زیادی داشته است و فقط در وبسایت مورد علاقه شما موجود نیست، بلکه در شبکه های اجتماعی مانند فیسبوک، اینستاگرام و بسیاری از برنامه های اسپانسر شده نیز دیده می شود. طبق داده های آماری معتبر، تبلیغات آنلاین با فرمت بنر، ویدیو و تبلیغات اسپانسری بزرگترین سهم تبلیغات دیجیتال را به خود اختصاص داده اند.

تبلیغات بنری یکی از سنتی ترین مدل های تبلیغات دیجیتال محسوب می شوند

### بعضی از تأثیرات تبلیغات بنری

افزایش ترافیک مشتری: تبلیغات بنری، بازدید کنندگان را تشویق می کند تا با کلیک کردن روی وب سایت تبلیغ کننده، به آن جا بروند و هزینه تبلیغ به روش های مختلفی دریافت می شود. جلب توجه مشتری: قطعاً در مورد این که چطور خلاق باشید و چگونه از این خلاقیت در طراحی بنر خود استفاده کنید تا جمعیت

تبلیغات بنری، کاربر را به خرید محصولات خاص تشویق می کند. تبلیغات بنری یکی از سنتی ترین مدل های تبلیغات دیجیتال محسوب می شوند. اگر در اینترنت چرخ زده باشید، حتماً با تبلیغات بنری زیادی مواجه شده اید. این تبلیغات که در کادرهای مستطیلی کوچک وجود دارند، تقریباً در تمام صفحات وب و در ابعاد مختلف و موضوعات گوناگون در برابر چشم هایتان ظاهر می شوند، اما همه ی آنها یک کارکرد اساسی دارند: اگر بر روی آنها کلیک کنید مرورگر وب، شما را به سایت تبلیغ کننده خواهد برد.

اولین بنر تبلیغاتی در اکتبر سال ۱۹۹۴ در مجله Wired ایجاد شد و

محتوای این بنر یک جمله ساده «آیا تابه حال بر روی اینجا کلیک کرده اید؟» بود.

از سال ۲۰۱۷ میلادی، تقریباً یک پنجم تمام هزینه های تبلیغات آنلاین به سمت تبلیغات بنری و تبلیغات مشابه آن رفته است.



زیادی را به وبلاگ خود جذب کنید، اطلاعات زیادی دارید، اما باید بازار هدف خود را هم مطالعه کنید تا بدانید نیازتان، یک تبلیغ متحرک با زمینه ازدحام است یا یک فونت شیک در پس زمینه ای ساده.

فروش یک محصول خاص: تبلیغات بنری، کاربر را به خرید محصولاتی خاص تشویق می کند. برای این که تبلیغات بنری مؤثر باشد، باید آن را در وب سایتی مرتبط با موضوع تبلیغ قرار گیرد. این کار باعث می شود که وب سایت بتواند به سوالی که با دیدن تبلیغ برای بازدید کننده مطرح می شود، پاسخ دهد.

اعلام تخفیف و فروش: یکی از شیوه های افزایش درآمد برای کسب و کارها، استفاده از مبحث تخفیف است. تصور کنید جمعه سیاه یا Black Friday است و برای فروش بسیاری از محصولات خود تخفیف ویژه دارید. یکی از بهترین روش ها برای اطلاع رسانی از این موضوع، تبلیغات بنری با موضوع جمعه سیاه است.

### دلایل استفاده از بنر تبلیغاتی

تبلیغ کننده ها معمولاً امید دارند که یک بنر تبلیغاتی یکی از این دو کار زیر را برای شان انجام بدهد. به طور ایده آل، بازدیدکننده ی سایتی که در آن از بنر تبلیغاتی استفاده شده است، روی بنر کلیک می کند و به صفحه ی وب سایت تبلیغ کننده می رود. در این مورد بنر تبلیغاتی بازدیدکننده ای را به سایت تبلیغ کننده آورده است.

تأثیر دوم تبلیغات، برندگذاری نامیده می شود. همه ی ما اثرات برندگذاری را تجربه کرده ایم. مثلاً تلویزیون را روشن می کنیم و همیشه تبلیغات فلان برند را می بینیم. اگر برای اینکه یک کالا را بر دیگری ترجیح بدهید دلیل نداشته باشید، به احتمال زیاد کالای را انتخاب می کنید که بیشتر با آن آشنا هستید، حتی اگر این آشنایی از طریق دیدن تبلیغات باشد.



از بنرهای متحرک به جای بنرهای غیر متحرک استفاده کنید

### روش کار تبلیغات بنری چگونه است؟

اگر شما می خواهید برای کسب و کار خود از تبلیغات بنری استفاده کنید، سه گزینه کلی پیش روی دارید:

این که با یک سایت دیگر به توافق برسید که در تبلیغات بنری با همدیگر تبادل داشته باشید. یعنی شما تبلیغات بنری آنها را بگذارید و آنها تبلیغات شما را در سایت خود بگذارید. البته این حالت شرایط زیادی دارد. نخست آن که تعداد بازدید دو طرف تفاوت فاحشی با هم نداشته باشد. ثانیاً مشتریان هدف مشترک یا مرتبطی دارا باشند.





برای اینکه متوجه شوید که آیا یک سایت برای تبلیغ شما مناسب است یا نه مخاطبان آن سایت را در نظر بگیرید و از خودتان بپرسید که این افراد برای چه چیزی وارد این سایت (سایت مورد نظر شما برای قرار دادن تبلیغ) شده اند؟ اگر دلیل ورود کاربران به این سایت مرتبط با زمینه کاری شما باشد تبلیغات شما بهره وری بسیار بالایی خواهد داشت.

از تصاویر باکیفیت استفاده کنید. آمارها نشان می دهد که تصاویر بی کیفیت باعث ایجاد یک حس عدم اطمینان بین بازدیدکننده و برند می شود. ۵۴٪ کاربران بر روی بنرهای تبلیغاتی دارای تصاویر بی کیفیت کلیک نمی کنند، چرا که به آن ها اطمینان ندارند.

بنرهای تبلیغاتی را با محتوای وب مربوطه پست کنید. (هرچه این ارتباط و تناسب بیشتر باشد بهتر است)؛ شما از کاربرد این انتظار را دارید که به بنر تبلیغی شما توجه کند؛ از طرفی او نیز انتظار دارد در مدت زمان کوتاه بنر شما را بخواند. بنابراین نباید از فونت های ناخوانا و شکسته استفاده کنید.

از بنرهای متحرک به جای بنرهای غیرمتحرک استفاده کنید.

در طراحی بنر حتماً به این نکته مهم دقت کنید که میان موضوع تبلیغ شما و موضوع کانال، پیج یا وب سایت مورد نظرتان همخوانی وجود داشته باشد و افرادی تبلیغات شما را ببینند که عضو جامعه هدف شما هستند. این که قبل و بعد از بنر تبلیغاتی شما چه چیزی قرار می گیرد بسیار مهم است و به همخوانی موضوعی آن بسیار دقت کنید و تلاش کنید برند و تبلیغات خود را با مناسبت ها و اخبار شاد گره بزنید

منبع: beytoote.com

به عنوان مثال یک کسب و کاری که در فروش لوازم ورزشی کار می کند نمی تواند با یک قهوه فروشی آنلاین کار کند.

به یکی از سایت های پر بازدید مبلغی بدهید که تبلیغات بنری تان را در سایت خود بگذارند. قیمت این سایت ها با توجه به اندازه و مکان برند کاملاً متفاوت است. معمولاً قیمت سربرگ ها یا headerهای سایت ها از قیمت sidebarها بیشتر است. توجه داشته باشید که صرف تعداد بازدید زیاد برای یک گزینه خوب کافی نیست. سایتی که تبلیغات بنری شما را قرار می دهد باید نرخ پرش پایینی داشته باشد که این نشان از محبوبیت محتوای آن دارد.

سایت ها یا آژانس های تبلیغاتی هستند که می توانید با پرداخت هزینه ادامه کار را به آنها بسپارید. این سایت ها تبلیغات بنری شما را در با توجه به بودجه تان در سایت های مختلف می گذارند. طبیعتاً در این حالت کمترین کنترل را بر تبلیغات بنری خود دارید. بنابراین فقط در صورتی سراغ این گزینه بروید که به آژانس موردنظر اعتماد کامل دارید. بنرهای تبلیغاتی را با محتوای وب مربوطه پست کنید

### نکاتی برای اینکه بنر تبلیغاتی با بهره وری بالا

#### داشته باشید

قبل از طراحی بنر حتماً باید این نکته را در نظر داشته باشید. در مرحله اول مخاطبین اصلی تبلیغات خود را تشخیص دهید و سپس دقت کنید که چه درخواستی از آن ها دارید. کلیک بر روی وب سایت شما؟ خرید محصولات محدود در حراج؟ استفاده رایگان از یکی از محصولات/خدمات شما؟

اگر در وب سایت های دیگر بنر تبلیغاتی خود را قرار می دهید به موضوع آن سایت، نوع مخاطبانش و ارتباط مفهومی آن سایت با وب سایت خودتان توجه داشته باشید.



# تعادل در رهبری، کلید موفقیت در افزایش بهره‌وری



رهبری در کسب و کار با هدف افزایش بهره‌وری، نیازمند به‌کارگیری استراتژی‌های خاصی است که یکی از مهم‌ترین آن‌ها در حفظ تعادل معنا می‌شود.

هر فردی در زندگی شخصی و کاری خود نقاط ضعفی دارد که با شناسایی و درک آن‌ها موفقیت بیشتری کسب خواهد کرد. مدیران و رهبران نیز از این قاعده مستثنی نیستند و حفظ تعادل میان نقاط ضعف و قوت، کلید موفقیت آنها خواهد بود. در دنیای کسب و کار رهبرانی

موفق محسوب می‌شوند که گروه را با خود همراه کنند. برخی از آن‌ها به قدری روی تیم خود تأثیر می‌گذارند که حتی پس از ترک سازمان، اکثر کارمندان با آن‌ها تغییر مسیر می‌دهند.

موفق‌ترین رهبران نیز نقطه‌یسا نقاط ضعف دارند. به‌عنوان مثال رهبری با کار زیاد و وفاداری به سازمان، خود را از سایر متمایز می‌کند. فرض کنید الهام‌بخشی همین فرد، حسی از ترس را در میان همکارانش ایجاد می‌کند. خصوصاً آنهایی که در سطوح پایین‌تر هستند و شناخت کمتری از او دارند، ترس بیشتری را حس می‌کنند. به‌هر حال مدیر مورد نظر ما انتظارات سطح بالایی دارد و عملکرد ضعیف را تاب نخواهد آورد. شاید رویکرد او در الهام‌بخشی موفق باشد، اما قطعاً ترسی غیرقابل قبول را در میان کارمندان ایجاد می‌کند. شاید در تیم تحت مدیریت او، افراد زیادی را پیدا کنیم که جرئت ارائه‌ی ایده‌های

خود را نداشته باشند.

ترس نتیجه‌ی خوبی در عملکرد افراد نخواهد داشت. کارایی آن‌ها در اثر ترس کاهش می‌یابد چون ریسک کمتری می‌پذیرند و انتخاب‌های محافظه‌کارانه‌ای دارند. افراد ترسیده، عملکرد نامنظمی هم پیدا می‌کنند و در گردابی از اعتماد به نفس سقوط می‌کنند. آن‌ها توانایی صحبت کردن شیوا ندارند و عدم اطمینان در رفتارهایشان دیده می‌شود. در نتیجه‌ی همین عدم اطمینان، مدیران نیز به عملکرد کارمند شک می‌کنند و با درخواست‌های تهاجمی‌تر، وضعیت را برای او بغرنج‌تر می‌کنند. چنین چرخه‌ای، مسیر سقوط کارمند را ایجاد می‌کند.

مقصر داستان بالا، هم کارمند و هم مدیر است. کارمند باید اعتماد به نفس خود را افزایش دهد تا در برابر درخواست‌های تهاجمی قابلیت دفاع



همیشه تلاش می‌کنند تا بهترین کارایی را از اعضای گروه استخراج کنند، پس مشکل هر کارمند مشکل آن‌ها هم خواهد بود.

برخی از مربیان کسب و کار برای حل چالش ترس از رهبران، از آن‌ها می‌خواهند که لحن خود را تغییر دهند. چنین رویکردی هم مناسب نخواهد بود؛ زیرا رهبر را در موقعیتی بدون اطمینان قرار می‌دهد و حتی شاید نشانه‌ای از عدم قدرت و امید او باشد. به‌علاوه اکثر رهبران اعتقادی راسخ به درخواست‌ها و ایده‌های خود دارند و کوتاه

اعتدال در لحن و رویکرد مدیران، راهکار حل چالش ترس خواهد بود. برای درک بهتر اعتدال می‌توانید اضافه کردن چاشنی به غذا را تصور کنید که با هدف بهتر کردن طعم انجام می‌شود. در واقع دو یا چند طعم متناقض به غذا اضافه می‌شوند تا به تعادلی دل‌خواه برسیم. به بیان دیگر اعتدال به معنای حذف رویکردی خاص نیست. بلکه با اضافه کردن رویکرد و روحیات دیگر، کمی از شدت حالت اولیه کاسته می‌شود.

باتوجه به مثال چاشنی غذا می‌توان برای مدیر مثال بسالا، راهکاری را ارائه داد. او برای بهبود شرایط نیازی به تغییر رویکرد یا کاهش لحن خود نخواهد داشت. تنها با اضافه کردن چاشنی دیگر (مثلاً دوستی و رفاقت با کارمندان) می‌توان تلخی رفتار اول را کاهش داد.

برای رسیدن به اعتدال در رفتار با کارمندان، می‌توان درکنار درخواست‌های دشوار با هدف افزایش بهره‌وری، ق‌دردانی و درک شخصیت آن‌ها را اضافه کرد. به‌عنوان مثال مدیر پیش از ارائه‌ای درخواست خود شناختی از روحیات کارمند پیدا کند تا لحنی مناسب شخصیت او انتخاب شود. به‌علاوه ق‌دردانی یا پذیرش سنووال و انتقاد هم می‌تواند در رسیدن به اعتدال مفید باشد.

همه‌ای ما ویژگی‌هایی داریم که هم زمان به نفع و علیه ما نقش ایفا می‌کنند. راهکار کاربردی برای چنین ویژگی‌هایی در حذف آن‌ها خلاصه نمی‌شود. می‌توان در شرایط گوناگون، با اضافه کردن روحیاتی دیگر، از شدت روحیات اولیه کاست و به تعادل رسید. مهارت‌های مکمل، همان راهکاری هستند که در رسیدن به تعادل مفید واقع می‌شوند.

منبع: <https://www.zoomit.ir>

آمدن از آن‌ها، شاید در گزینه‌های هیچ رهبری نباشد.

حتی اگر راهکار تغییر لحن و کاهش تقاضاهای مدیر جواب دهد، کارایی تیم کاهش خواهد یافت. در واقع دیگر مدیری وجود ندارد که افسرد را برای رسیدن به حداکثر توانایی تشویق (یا مجبور) کند. در نتیجه تلاش آن‌ها نیز به‌سرور کاهش می‌یابد. در نهایت کارایی بسالا جای خود را به عملکرد متوسط می‌دهد. رهبران سخت‌کوشی که روحیه‌ی کمال‌گرایی هم دارند، قطعاً در چنین شرایطی راضی نخواهند بود.

داشته باشد. به‌علاوه مدیر نیز برای بهره‌برداری بهینه از کارمندان خود باید محیطی سالم ایجاد کند تا آن‌ها در بهترین شرایط به کار خود ادامه دهند.

اگر رهبران به تقصیر خود در شرایط ترس و از بین رفتن اعتماد به نفس کارمندان دقت نکنند، رویکردی برای حل چالش نخواهند داشت. در واقع اکثر آن‌ها تصور می‌کنند که ترس و عملکرد پایین‌تر از انتظار، مسأله‌ای کاملاً مرتبط با کارمند محسوب می‌شود و نمی‌توان کاری برای بهبود آن انجام داد. شاید تا حدودی حق با مدیر باشد، اما به‌رحال نمی‌توان همه‌ای تقصیر را به‌گردن کارمند انداخت. رهبران





# برای تاجر شدن از کجا شروع کنیم؟



هر کسی که کسب و کاری دارد (حالا این کسب و کار می تواند در یک شرکت کوچک باشد، یا یک شرکت در سطح بین المللی باشد و یا این که خود فرد کارآفرینی کرده

باشد) می شود برایش «تاجر» گفت. موفقیت در این زمینه هم می توان ناشی از موفقیت ها و دستاوردهای خود فرد باشد و هم ناشی از سلامت کسب و کاری که آن فرد برایش مشغول باشد؛ و این دو تا اغلب به هم مرتبط اند؛ چون دستیابی به اهداف شرکت، با موفقیت افرادش حاصل می شود. در ادامه برای موفقیت توی کسب و کار راه هایی را پیشنهاد می کنیم که خواندنش می تواند برای هرکسی مفید باشد.

## ۱- به خودتان آموزش بدهید

باید حتماً اساس و اصول کاری که انجام

می دهید را بدانید. از طرفی اکثر کارفرمایان به تحصیلات دانشگاهی و مدرک خیلی اهمیت می دهند. شرکت در صنف های مرتبط با کارتان نشان می دهد که به یادگیری علاقه دارید و می تواند در رزومه تان نقش خوبی بازی کند. به هر حال هر کسی باید از جایی شروع کند.

اگر می خواهید دانشگاه برید و مدرک دانشگاهی بگیرید از

قبل را جمع به رشته ای مورد علاقه تان تحقیق کنید.

برای یادگیری در حوزه ای کارتان می توانید از سمینارها و سخنرانی ها هم کمک بگیرید. گوش دادن به حرف آدمهای موفق، می تواند خیلی به روشن شدن مسیرتان کمک کند. برای این که بتوانید در کارتان موفق و متخصص بشید باید همیشه اطلاعات تان به روز باشد.

## ۲- بعد از ساعات کاری هم به کارتان ادامه

### بدهید

موفقیت در تجارت و کسب و کار به معنی این است که بیشتر از حد معمول پیش برید. اگر تکالیف و وظایف معمول تان را انجام دادید و کار دیگری به ذهن تان نرسید می توانید از



منابع آنلاین کمک بگیرید تا بیشتر و بیشتر یاد بگیرید.

خیلی از کارفرماها به مهارت‌هایی که کارجوها دارند اهمیت زیادی می‌دهند. بنابراین سعی کنید علاوه بر تحصیل مهارت هم کسب کنید. البته حواستان باشد که کار زیاد، کل زندگی‌تان را تحت الشعاع قرار ندهد و حتماً زمان استراحت هم داشته باشید. می‌توانید هر وقت خوب کار کردید به خودتان جایزه بدهید.

### 3- از یک شخص باتجربه‌تر راهنمایی بخواهید

با شخص متخصصی که کارش را تحسین می‌کنید ارتباط برقرار کنید تا بتوانید شبکه‌ای کاری‌تان را گسترش بدهید. قبل از ملاقات با او فرد چند تا سؤال آماده کنید، مثلاً این‌که «از کجا شروع کردید؟»، «آیا دانشگاه رفتید؟» و «یا این‌که کار فعلی‌تان اولین تجربه‌تان بود؟». اگر همکار یا دوست پدر و مادرتان در کاری هست که شما هم برایش علاقه دارید، از والدین‌تان بخواهید که ایمیل یا شماره‌شان را برای شما بگیرند یا ترتیبی بدهند که با ایشان

ملاقات کنید. اگر محل کار فرد مد نظرتان نزدیک‌تان را، می‌تواند وقتی دارد سر کار می‌رود پیشش بروید و ازش سؤال بپرسید! خودتان را فرد علاقمندی نشان بدهید که دست آوردهایش را تحسین می‌کند و بپرسید که آیا وقت خالی دارد که با او صحبت کنید. در مکتب یا دانشگاه، شاید استادتان همانی باشد که دنبالش می‌گردید. هیچ وقت ارزش علم و دانشی که در دانشگاه وجود دارد را دست کم نگیرید. این طور فکر نکنید که شما فقط اجازه دارید در زمان صنف چیزی یاد بگیرید، بلکه طی ساعات اداری هم می‌توانید به دفتر استادتان مراجعه و هم‌ریش مشوره کنید.

### 4- کارآموزی بگذرانید

اگر تجربه‌ای کاری ندارید می‌توانید کارآموز باشید. این دوره‌ها می‌توانند در طولانی مدت، برای‌تان به پلی موفقیت تبدیل شوند و چون زمان‌شان هم خیلی طولانی نیست، بدون مزد بودن‌شان مشکل‌آفرین تمام نمی‌شود. کارآموزی کمک می‌کند که در اولین تجربه‌ای کاری‌تان با افراد حرفه‌ای همکار شوید. کارآموزی‌هایی که هیچ نقشی در موفقیت آینده‌تان ایفا نمی‌کنند رو قبول نکنید.

### بخش ۲- ایجاد عادت‌های خوب







### ۱- کارهای تان را اولویت بندی کنید

کارهایی که بیشتر به نفع تان هستند را اول انجام بدهید. شما باید بتوانید به خوبی فرق بین کارهای «اولویت بالا» (یعنی کارهایی که در طولانی مدت سود بیشتری برای تان می رسانند) و کارهای «اولویت پایین» (یعنی کارهایی که شاید ساده تر باشند ولی فایده شان هم کمتر است) را تشخیص بدهید.

### ۳- پروژه های تان را تمام کنید

کاری را که شروع کردید دنبال کنید. تمام کردن یک پروژه برای تان چیزهایی زیادی یاد می دهد. گاهی می شود که کارهای تان عقب می افتند و تا چند هفته از همه چیز فرار می کنید و هدف تان را گم می کنید. از برنامه ریزی ای که کرده بودید و وقتی که به پروژه تان اختصاص داده بودید هم گذشته. این طور باید اول برنامه تان را بازبینی کنید (از لحاظ کارهای اولویت بالا و پایین که قبلاً گفته شد). اگر این اتفاق زیاد برای تان می افتد شاید وقتش باشد که آستین های تان را بالا بزنید و هرطور که شده آن کار را تمام کنید.

### ۲- امروز فردا نکنید

با تعلل کردن کاری از پیش نمی برید. سعی کنید کاری را که دوست ندارید سریع تر انجام بدهید. فهرستی ترتیب کنید تا کارهای تان همیشه جلوی چشم تان باشد و از یاد تان نرود. وقتی کاری را انجام دادید از فهرست خطش بزنید، این کار حس خوبی به آدم می دهد. فهرستی که درست می کنید نباید خیلی کوتاه باشد که سبب تنبلی شما شود و نه خیلی بلند که کلاً دل سردتان کند یک روش برای انجام کارهایی که ظاهراً غیر قابل مدیریت اند این است که آن ها را به بخش های قابل مدیریت تقسیم کنید و بعد قسمت های نه چندان خوشایندش را با کارهایی که دوست





#### 4- مسئولیت‌پذیر باشید

یک تاجر موفق، چه کارش را خوب انجام داده باشد و چه داخل کارش گند زده باشد در هر صورت مسئولیت کارش را قبول می‌کند، اگر مسئولیت کارهای تان را قبول نکنید همه از شما دوری می‌کنند و باعث ایجاد پیامدهای فاجعه‌آمیزی در کار تان می‌شود.

#### بخش ۳: به کارتان مشتاق و علاقه‌مند باشید

##### 1- کاری را دنبال کنید که برای تان مهم است

اگر کاری را که به آن علاقه دارید دنبال کنید، باعث می‌شود حتی در روزهایی که زیاد حال تان خوش نیست هم کارتان را ادامه بدهید. تلاش که می‌کنید همیشه باید منجر به چیزی شود، که در انتها سرفرازتان کند و یا حداقل یک قدم شما را به هدف نهایی تان نزدیک تر کند.

##### 2- بین کار و تفریح، تعادل برقرار کنید

برای موفقیت طولانی مدت، باید تعادل برقرار کنید، ولی طور که انتظار می‌رود، در شروع، جاه طلبی و موفقیت

بیشتر نیازمند کار بیشتر است. داشتن علاقه به کارتان، باعث می‌شود بتوانید این ساعت های طولانی‌ای را که سر کار می‌گذرانید طاقت بیارید. کار زیاد بدون تفریح، استرس را افزایش می‌دهد و بازدهی آدم را کم می‌کند. بنابراین کارتان را محدود کنید و برای خودتان زمان‌های استراحت در نظر بگیرید تا دوباره چارج شوید. این را هم یادتان باشد که نباید به خاطر کار، زندگی تون رو نابود کنید.

##### 3- بیش از حد ایده‌آل‌گرا نباشید

در کارتان حد تعادلی را رعایت کنید که هم بتوانید رئیس تان را راضی کنید و هم مشتری را. اگر بخواهید کاری را به بهترین و کامل‌ترین شکل انجام بدهید و مشتری را خیلی راضی کنید، ممکن تحویل کارتان زیاد طول بکشد و در نتیجه رئیس تان ناراضی شود. پس سعی کنید بین این دو تا تعادل را رعایت کنید.

بقیه در شماره بعدی...





# تماس - صحی

248

مجموعه دقایق تماس	فیس	بسته
20 دقیقه	1 افغانی	روزانه
80 دقیقه	7 افغانی	هفته وار
200 دقیقه	20 افغانی	ماهوار

## سهولت ها

- صحبت با داکتر
- کمک های اولیه/آمادگی های عاجل
- امراض و ویروس های موسمی
- واکسیناسیون
- معرفی شفاخانه ها
- معرفی داکتران
- موضوعات حفظ الصحوی و صحی
- مشوره های اساسی و تجویز نسخه

غیر فعال سازی: به شماره 248 تماس گرفته و دکمه 0 را فشار دهید و یا به شماره 152 به تماس شوید.  
ثبت سیمکارت ضروری می باشد.





از تماس شما به **احمد** تشکری مینماییم  
لطفاً منتظر باشید تا تماس شما جواب داده شود



# نام خود را منحه‌ی صدای زنگ خویش ثبت نمایید

بسته	هزینه	مدت اعتبار	تمديد به شکل اتومات
هفته وار	10 افغانی	7 روز	بلی

#606\* را دایل نمایید

ثبت سیمکارت ضروری می باشد.



امانات بیسیم  
AFGHAN WIRELESS



HD  
VOICE



@myawcc

www.afghan-wireless.com

152  
24 HRS



ارتباط دهنده افغانستان  
Connecting Afghanistan





# گمشده

خلیل الله خلیلی

عبدالقهار عاصی

اختر در صف سربازان  
ای طرفه غزال من تو دختر صحرایی  
پیدا زنگاه تست سر مستی و شیدایی  
جان از تو بیفرایید زیرا که تو جان بخشی  
دل از تو بیا ساید زیرا تو دل آرایی  
عشق آید و حال آید صدگونه جمال آید  
آنجا که تو از مستی در ناز و خرام آیی  
از خون دل آرم جام تا شام بیا شامی  
و زاشک ترا شویم تا صبح بر اسایی  
از یاد کسی هر روز در پای تو گل ریزم  
هر چند تو از هر گل بویایی و زیبایی  
گه با تو غزل خوانم از غصه مهجوری  
گه با تو سخن رانم از قصه تنهایی  
هر چیزی که می پرسم با چشم دهی پاسخ  
در فتنه چشم تست خاموشی و گویایی

نیت کردم ادا سازم نماز شام گیسویت  
پریشان شد ز پشم اقتدای مصحف رویت  
هوای سجده‌های ناتمامی داشتم، لیکن  
فراموشم شدند از جلوه‌های باغ ناجویت  
قیام و قعددهام بودی، رکوع و سجدهام بودی  
نماز شام را کردم ادا، پهلو به پهلویت  
ملک بود و مقام قدس، عاصی بود و آزادی  
قیامت سجده می‌زد بر جناب حضرت رویت



بازمحمد عابد

نشه ده د شرابو په رگ، رگ کې مې خوره ده  
سندرې چې زما د تخیل په تال سپره ده

نظر مې بېنکلا وزېروي کوم لور ته چې گورم  
له کله نه چې بېنکلی مې په سترگو کې دېره ده

چې تا په گلورین نظر یو وارې ورکتلی  
جانانه د زړه سیمه مې اوس ټوله گلدره ده

یو څوک راغلل ژوندون یې د مرگي نېزه کې یوړو  
دا پورې کلی وگوره چې واړه هدیره ده

د روغې څه خبره به یې «باز» سره وي شوې  
کوټره چې په شین سهار د بام په سر بېنکاره ده

جلال امرخېل

په شوخو سترگو کې سلام کوه چې مې نه شمه  
په ژوند مې دغه یو اکرام کوه چې مې نه شمه

نه، نه یوازې به مې نه پرېږدې بلا دې واخلم  
نه، نه جانانه گوره پام کوه چې مې نه شمه

شرابي سترگو ته دې ووايه، په شعر ژوندی يم  
د شرابي غزل الهام کوه چې مې نه شمه

خیر دی نن مه څه، په نشه کې مې تېشه مه وهه  
نن خو له ما سره ناکام کوه چې مې نه شمه

د ژوند طوفان دی، گړنگونه دي، پرېوځم پیره!  
بس لاس نیوی مې په هر گام کوه چې مې نه شمه





## د خپلواکي سليزه

عبدالحق سمون

د زمري مياشتې 28 نېټه د افغانستان د خپلواکي بېرته اخیستلو، له سلمې کليزې سره برابره ده. د افغانستان په تاريخ کې تر ټولو روږ اندي پاچا، اعليحضرت غازي امانالله خان سل کاله وړاندې، د ۱۲۹۸ ل. کال د زمري په اته ويشتمه، چې د ۱۹۱۹ ز. کال د اگسټ له ۱۹ سره برابره ده، له انگرېزانو رسماً خپلواکي ترلاسه کړه.

امانالله خان د امير حبيب الله خان زوی و، چې د 1892 ز. کال د جون په لومړۍ نېټه د کابل په پغمان کې زيږېدلی و. نوموړی يوزرور، د ښکېلاک ضد او ازادي غوښتونکی سرتېری و. ده له تاريخ او حماسي ادبياتو سره يې ډېره مينه وه. د امير حبيب الله د زامنو له ډلې امانالله خان لومړنی شخص و، چې رسمي پوځي زده کړې يې کړې وې.

نوموړي د ۱۹۱۹ کال د فبرورۍ پر ۲۰مه، د خپل پلار د وژل کېدو غم کې د خپل تره نصرالله خان د امارت له اعلانېدو سره مخالفت وښود او هود يې وکړ، چې د خپل پلار غج به اخلي او له انگرېزانو به خپلواکي به بېرته ترلاسه کوي.

سرکال د خپلواکي کليزه له دې کبله ډېره مهمه ده، چې دا خپلواکي پوره سل کلنه کېږي. له همدې کبله له ټولنيزو مجازي شبکو رانېولې تر حقيقي ژونده پورې، ډېری افغانان د خپل جگړو خپلي هېواد د خپلواکي سلمې کليزې ته لکه د اختر په خپر شپې ورځې شمېري.

په هېواد دننه او له هېواده بهر گڼ شمېر هېوادوالو د خپلواکي په وياړ، د هېواد په درې رنگه بيرغ باندې له وړاندې مخونه رنگ کړي او ترڅنگ يې اوږده بيرغونه جوړ کړي دي.

د هلکانو تر څنگ نجونې هم د خپلواکي لمانځلو په دې سيالي کې وروسته پاتې نه دي او د افغانستان په درې رنگه بيرغ پوښلو پرونو او لوپټسو يې دا په ډاگه کړې، چې دوی هم نورې لکه د خپل هېواد په څېر خپلواکي دي.







وکره، چې د انګلیس سفیر هم په مراسمو کې حاضر و. ډبلیو ادک په خپل کتاب "د افغانستان سیاسي اړیکو تاریخ" کې د دې وینا یوه برخه داسې راخپستې:

"ما خپل ځان او خپل مملکت له کورني او بهرني پلوه بشپړ ازاد او خپلواک اعلان کړ. تر دې وروسته زموږ هېواد، د نړۍ د ټولو دولتونو او قدرتونو په شان ازاد دی او هېڅ ځواک ته د سر د یوه وېښته هومره اجازه نه ورکول کېږي، چې د افغانستان په کورنیو او بهرنیو چارو کې لاسوهنه وکړي، او که چا دا کار وکړ، غاړه به یې په دې توره ووهم." بیا یې د انګلیسانو سفیر ته مخ ور واراوه او ویې پوښتل:

"څه مې چې وویل پرې پوه شوي؟" د انګلیسانو سفیر په احترام او تعظیم ځواب ورکړ: "هو، پوه شوم".

غازي امان الله خان د افغانستان یو خورا هوښیار پاچا و، نوموړي د 1927 ز. کال د ډسمبر په 10 یو شمېر اسیایي، اروپایي او افریقایي هېوادونو ته شپږ میاشتیني سفر پیل کړ، چې ددې سفر له پای ته رسېدو سره سم یې د هېواد په بېلابېلو برخو کې په اصلاحاتو پیل وکړ.

امان الله خان د خپل شپږ میاشتیني سفر په ترڅ کې، د ډېرو اسلامي هېوادونو

اثر سراج التواریخ کې لیکي، چې امان الله خان د ۱۲۹۷ کال د کسب پر نهمه (۱۹۱۹ فبروري ۲۸مه) په داسې حال کې، چې پوځي جامې یې اغوستې وې، د کابل عسکرو او ښاریانو ته داسې وینا وکړه:

"لومړی خپل ټول اصیل رېښتیني ملت ته اعلان کوم او زېږی ورکوم، چې ما د افغانیه سلطنت تاج د افغانستان د کورنی او بهرنی خپلواکی او حاکمیت په نوم پر سر کړ".

امان الله خان زیاته کړه: "زما کران ولسه! زه دا پوځي جامې تر هغې نه وباسم، چې خپل مور وطن ته د خپلواکی جامې چمتو نه کړم!"

شاه امان الله د ۱۹۱۹ د اپرېل پر ۱۳مه، د کابل دربار کې په داسې حال کې وینا

د انګرېزي استعمار څخه د افغانستان خپلواکي نه یوازې د افغانانو لپاره ارزښتمنه وه، بلکې ددې تر څنګ ګڼ شمېر نورو هېوادو ته یې هم له افغانستانه کم ارزښت نه درلود. په حقیقت کې د افغانستان خپلواکي اخیستل د نورو مستعمرو هېوادو لپاره، د خپلواکي اخیستلو په لار کې یوه الهام بڼونکې چاره او د انګرېزانو په اسیایي مستعمرو کې د ازادۍ غوښتونکو حرکتونو لپاره یوه پیلامه شوه.

تاریخ پوه فیض محمد کاتب په خپل





پرمختګ لیدلی و او غوښتل یې چې دده هېواد هم د نوموړو هېوادونو په څېر ژر پرمختګ وکړي، خو د امان الله خان دغه اصلاحات د ځینو ناپوهو هېوادوالو له غبرګون سره مخ شو او په پایله کې د نوموړي پر خلاف ګڼ شمېر دسیسې جوړې شوې.

دا چې امان الله خان د یو شمېر ناپوهو هېوادوالو د دسیسې ښکار او په پایله کې یې دا ستر پاچا د خپلواکۍ خوند څکلو ته پرېښودل شو، له همدې کبله تاریخ پوهان د افغانانو دا تېروتنه افغانستان په تاریخ تر ټولو لویه او نه جبرانېدونکې تېروتنه بولي.

افغان تاریخ لیکونکي؛ استاد حبیب الله رفیع د زمري اته ویشتمه د افغانستان په تاریخ کې یوه زرينه او برخلیک ټاکونکې ورځ بولي. نوموړی ټینګار کوي، چې د خپلواکۍ ساتلو لپاره باید نوی افغان نسل پر پوهې سربېره، د هېوادنۍ مینې په ورځیه وروزل شي:

”اوس پکار ده چې مونږ په دښمن ونه غولېږو. مونږ باید خپل ځوانان د هېواد پالنې په روحیه وروزو او د خپلې خپلواکۍ ساتلو لپاره هوښیار او بیدار واوسو. لویه لاره یې دا ده چې مونږ باید علم او پوهه عامه کړو، نوی نسل پرې

سمبال کړو او د همدې پوهې له لارې خپل هېواد اباد او له پردۍ و لاسوهنو وساتو.”

د امان الله خان پرضد یوه دسیسه نوموړي تکفیرول و، خو له تاریخي شواهدو دا په ډاګه کېږي، چې نوموړی اسلامي ارزښتونو ته ډېر کلک ژمن پاچا و. د نوموړي همدا ژمنتیا د ۱۳۰۳ ل. کال د سلواغې په نهمه، د هغې تاریخي وینا په ترڅ کې ښه په ډاګه کېږي، چې یو شمېر محصلینو او شاهي قطعې ته یې کړې ده.

”زه د افغان ولس او افغانستان او اسلام لپاره په پوره رښتینولۍ خدمت کوم، حتی هیله لرم، چې ددې هېواد هر نیالکې په خپلو وینو اوبه او د پرمختګ

تر پولو ورسوم. د افغانستان او اسلام د پرمختګ لپاره په خپلو کارونو کې بریالی یم او په دې برخه کې د هیچا تر لاس لاندې نه یم. ای لویه خدایه! ته ښه پوهېږې چې امان الله د اسلام او افغانستان له ښېرازۍ او د افغان ملت د پرمختګ او خوشالی پرته بله موخه نه لري، دغه شیطان صفته غداران مې ددغو لوړو او مقدسو موخو له کبله دښمنان شوي دي. ای خدایه! ستا د دوستۍ په خاطر مې دوی خپل دښمن ګڼي.”





د امان الله خان د اصلاحي چارو له ډلگي يو شمېر دادي؛ د لويې جرگې ترسراوی او د لومړي اساسي قانون (اساسي نظامنامه) تصويبول، د اسارت او غلامۍ لغوه کولو، د مشروطه شاهي نظام پايښت، د قواوو تفکيک، د زده کړې اجباري کول، په مالي چارو اصلاحات رامنځته کول، د اجباري کار منع کول، بهرنۍ و هېوادونو ته د محصلينو لېږل، په کابل کې د لومړني کتابتون رامنځته کول، د ورځپاڼو په خپراوي کې مهم پرمختگ او ددې ترڅنگ نورې اصلاحي چارې هغه خانگړتياوې دي، چې د غازي امان الله خان د پاچاهۍ دوره د هېواد په تاريخ کې يوه زرينه دوره بولي.

د ښځو د زدکړې او تحصيل خوندیتوب په موخه يې دوی ته خانگړۍ پام وکړ او ښځينه ښوونځي او ښځينه روغتون "مستورات" يې جوړ کړ. پر دې روغتون سربرېره، ملگې ثريا د مستورات په نوم ښوونځی هم د کابل ځينو ښځو په همکارۍ جوړ کړی چې اوس د ملالی لېسې په نامه يادېږي.

امان الله خان ونه غوښتل چې دده پر ضد د يو شمېر ناپوهو هېوادوالو له لورې د دروغجنو دسيسو ته په وينه خواب ورکړي او په خپلو متو ترلاسه کړې خپلواکي په وينو ووينځي. له همدې کبله نوموړي د 1929 ز. کال په لومړۍ وکې له هېواد په وتلو مجبور شو. په لومړي سر کې يې په برتانوي هند کې استوگنه غوره کړه، خو وروسته بيا د تل لپاره د ايتاليا په پلازمېنه روم کې مېشت شو.

د امان الله خان له گوښه کېدو وروسته د څو ورځو لپاره دده ورور؛ عنايت الله خان د چارو واکې لاس کې واخېستې، خو تر لنډې مودې وروسته د حبيب الله کلکاني له خوا، له واکه راوپرځول شو.

امان الله خان د عامه تمې خلاف، په روم کې د ژوند تر ټولو سختې شپې ورځې تېرې کړې او هيڅکله يې هم له غروړه ډک شاهانه ژوند ونکړ، بلکې د يوه عادي وگړي په توگه يې د مرگ تر وروستۍ سلگې پورې شپې ورځې سبا کړې.

هاغه پاچا چې افغانان يې د سلگونو کلونو نه ختمېدونکو جگړو څخه خلاص او د يوه خپلواک هېواد څښتنان کړل، د ژوند وروستۍ ورځې په روم کې، په ډېر بد حالت او جلاوطنۍ کې تېرې کړې او په پای کې د 1960 ز. کال د اپرېل په 25 د سويس په زورېځ ښار کې له دې نړۍ سترگې پټې کړې.

له مرگ وروسته د ارمانجن پاچا ارواښاد امان الله جنازه ننگرهار ته راوړل شوه او په جلال اباد ښار کې د خپل پلار ترڅنگ خاورو ته وسپارل شو.

مأخذونه:

1. نطق های اعلیحضرت امان الله خان غازی؛ معاون سرمحقق نصرالله سوبمن و محقق فرهاد ظریفی، قسمت اول، 1368، اکادمی علوم افغانستان.
2. بي بي سي پښتو ويب پاڼه د ازادي راډيو پښتو ويب پاڼه





## مصاحبه با بانو شکیبا «شمیم»؛ شاعر و نویسنده

### از خودتان بگویید، از روند زندگی، از سیر و سلوک شعری و علایق و سلیقه‌های ادبی‌تان؟

دختر محمد امان رستمی و بی بی حلیمه مشرقی هستم. در کابل به دنیا آمدم و با کابل الفت گرفتم. درد کابل مرا شاعر ساخت، درد مردمش. در کودکی از جنگ نالیدم و در جوانی از غربت. شعر در نهاد من است انگار مادرم شاعر به دنیا آورده. شعر به من زندگی می‌بخشد و نفس‌هایم را تازه می‌کند. تفاوتی ندارد آزاد باشد یا در قید قافیه، غزل باشد یا مثنوی، هر رنگ گلی آمده در باغ معطر.

### نخستین آذرخش شعری در شما چگونه به وجود آمد؟

ممکن است از نخستین تلالوی که قریحه‌ای شاعر بودن را در من می‌ده خودم نیز غافل باشم، شاید اولین ونگ ونگ بعد از تولدم شعری بوده باشد، حکایتی از عالم مجهول. عالمی که حقیقت آن در تفسیر همان نخستین گریه‌ها پنهان می‌ماند. جرقه‌ها را از خاطر برده‌ام اما اولین شعله‌ها را از خاطر نمی‌رود وقتی اولین بار در جایم ایستادم و با صدای بلند در صنف درسی خواندم؛

چرا ای میهن زیبا

به کام جنگ افتادی

مگر مردان خاک تو همه در خواب غرق هستند

و یا دشمن ندیده غیرت مردان افغان

صدای کف زدن هم صنفانم و چهره‌ها بر افروخته و خشمگین معلم دو شعله‌ای بودند که یکی از مهر برخاسته بود و دیگری از قهر. و من در میان این هر دو تب کرده بودم و عرق سرد بدنم را پیمانیده بودم.

اگر از آثار چاپی‌تان کمی معلومات بدهید که تا کنون چند اثرتان به کدام عناوین اقبال چاپ را کسب کرده است، الان چه کاری در دست نوشتن دارید؟  
دو اثر چاپ شده دارم به نام‌های جلوه‌گاه عشق و مذهب



همواره آگاهانه و ناآگاهانه از طرق مختلف چون دیدن، شنیدن، خواندن و ... وارد ذهن ما می شوند و بدون این که خود بدانیم در ذهن ما پرورش یافته و ترتیب و تدوین می شوند و چون آماده تحویل دهی شد زمان، مکان و حالت را نمی شناسد و با تمام قوای خود غلبه کرده بیرون می جهد و آن جاست که هنر رنگ اصلی خود را به تصویر می کشد و چهره ماندگار از خودش به نمایش می گذارد. شاعر واقعی در سرایش شعری که سوزده اش انتخابی باشد و باید در مدت معین سروده شود کامیاب نمی شود. کامیاب نشدن به معنی این نیست که شعری سروده نمی شود اما شعر مثل یک شکل هندسی فقط اجزای مورد نیازش را دارد و میانش تهی است.

**شما در سرایش شعر به چه چیزی بیشتر توجه دارید به**

دل. دو اثر دیگر آماده چاپ و یکی در حال طرح و تدوین است. در حال حاضر به ترتیب غزلیات به گونه ردیف بندی شده مشغولم و می خواهم دو اثر جداگانه غزلیات و مثنویات را مرتب نمایم تا باشد که دست آورد خوبی به دسترس علاقمندان قرار دهم.

**ارزش یک شعر هنری در آن است که خواننده خود تفکر نماید و از مسیر اندیشه خویش راهی به سوی محتوا و پیام شعر باز نماید. که کاربرد استعاره ها، سمبولها، تشبیهات، و ترکیبات بدیع موجب اساسی آن به شمار می آید. «آیا شما به همین شیوه شعر می سراید و یا کار شما شکلی دیگری است؟»**

برای تفکر کردن نمی توان تصمیم گرفت بلکه اسباب تفکر



توانند سدی برای کامیابی ما شوند. رسوم نادرست و ناروا را باید تغییر داد و شاعر رسالت بزرگی در این کار دارد. چه کلام موزون خیلی تأثیر گذار تر از کلام ناموزون است.

### آیا شما به عنوان شاعر گاهی مجبور به خود سانسوری شده اید اگر شده اید علت آن چی بوده؟

من به عنوان شاعر تا حال از خود چیزی حذف نکرده ام. سروده های من اکثراً پیام های نیک دارند و کوشیده ام شعرم تنها واژه های آهنگ دار نباشد بلکه آموزنده و الهام بخش باشد.

### به عنوان شاعری که ارادتی نام به شعر نو دارد از این قالب و گونه های امروزش بگوئید؟

شعر نو شعری است که می توان به راحتی همه ناگفته های خود را در آن جا داد. البته که شعر نو هم وزن و قافیه دارد اما شکل دهی آن از شعر کهنه متفاوت است.

با تأسف تعدادی این سبک زیبا را به بازی گرفته اند و سطر های را که نه چندان مفهوم و جذابیت دارند زیر هم می نویسند و اسمش را شعر نو می گذارند.

### در بین شعرای گذشته و معاصر کشور ما کدامین آنها بهترین الگو در سرایش شعر برای شما بوده و یا می باشد؟

هر شعر خوبی از هر شاعری که بوده و یا است می تواند بالایم تأثیر گذار باشد.

بزرگانی چون مولانا، حافظ و خیام بی حضور فیزیکی معلم من بوده اند. پروین اعتصامی و فروغ فرخزاد را خیلی دوست دارم. سهراب سپهری شاعر زیبا پردازی است.

برای چی شعر می سرایید؟

نمی دانم می تواند جواب مختصری باشد برای دانستن هایی که در بیان نمی گنجند.

### مضامین اشعار شما بیشتر در چه زمینه های است؟

از هر دری سخن زده ام، از هر دردی فریاد کرده ام و از هر لیخندی احساس مسرت برابم دست داده، خدا را نزدیکتر از تار و بود وجودم حس می کنم و همین کافیست و باقی همه هیچ.

### اندیشه، تخیل، عاطفه، تصویر پردازی، شکل، پیام، زبان، ترکیبات تازه، واژه ها و یا چیز های دیگر؟

آنچه در هنگام سرایش ندارم توجه است چه توجه داشتن به یک یا چند بخش مشخص احساس را فرو می نشانند. بر من آنچه غالب است احساس است و تمام توجه ام را از همه جز خودش سلب می کند و من هم به آن اعتماد دارم که در وزن گیری کم نمی آورد و قافیه ها را درست می سنجد. سرایش یک شعر به طور مکمل برای من جز چند دقیقه نیست و اگر از دقیقه ها گذشت و نا تکمیل ماند برای همیشه نا تکمیل می ماند.

### برای بیان یک شعر چه حالاتی باید رخ دهد تا اشعار به ذهن جاری شود؟

گاهی یک نگاه کوتاه به یک تصویر می تواند شاعر را بر انگیزد. گاهی عمیق ترین درد و بزرگترین خوشی هم نمی تواند واژه ای را بیرون کشاند. این راز را صاحب راز داند و بس.

### شما هر موقع که اراده کنید می توانید شعر بگوئید یا این که باید در یک زمان و حالت خاصی قرار بگیریید و آیا برای پرورش ذوق شاعر تکنیک و احساسات کافی است و یا شما چیزی های دیگری بر آن علاوه می کنید؟

برای شعر سرودن اراده ای در کار نیست. من تصمیم نمی گیرم شعر بسرایم بلکه شعر تصمیم می گیرد مرا به سوی قلم و کاغذ ببرد و اغلب ناچوانمردانه خودش را تحمیل می کند و فکر این را ندارد که نیمه شب است و خواب هم حق مسلم شاعر.

و یا عالمی کار برای انجام دادن دارد. من شعرم را مهمان ناخوانده می نامم. مهمانی که خود گاه و بیگاه سر می زند و اگر من بخواهمش پا به فرار می گذارد.

### یکی از پدیده های مشکل برانگیز، در بین مردم ما، سنتی بودن و گرایش به روابط بسیار کهنه و قدیمی آنان است، که اکثراً برای جوانان و برای بانوان سد واقع می شوند، آیا فکر می کنید که سرایش شعر نقشی در تغییر سنت های کهنه داشته باشد؟

اگر بگوئیم همه سنت های کهنه ی ما بدون استثنا خوب اند دروغ محض گفته ام اما باید معترف بود که اکثر سنت های قدیم ما سازنده و نیک اند مشروط بر این که ما حقیقت آنها را درک کرده و استفاده ای بی مورد از آنها نکنیم و اگر با تدبیر پیش برویم نمی



**اگر بخواهید به عنوان شاعر تعریفی از شعر ارایه بدارید به نظر شما شعر یعنی چی؟**

شعر احساسی است که قابل بیان نیست و در وصف نمی گنجد. شعر یعنی زندگی، شعر یعنی امید، شعر یعنی توانایی برای مقابله کردن با همه ناملایمات روزگار.

**اگر روزی کسی بگوید که متقدمان شعر همه معنایی موجود را گفته اند و ما دیگر حرفی برای گفتن نداریم پاسخ شما در زمینه چیست؟**

بروی شان لبخند می زنم و می گویم اگر خورشید بگوید من هر روز تابیده ام و تابیدنم تکراریست، اگر باران بگوید باریدنم تکراریست، اگر صبح بگوید آمدنم تکراریست، اگر خدا بگوید رحمتم تکراریست من هم می گویم دیگر حرفی برای گفتن ندارم.

**نقش همزبانی و تبادل کتاب‌های ادبی در یک پارچگی و نزدیکی فرهنگی سه کشور فارسی زبان را چگونه می بینید؟**

از کدام تبادل سخن بزنیم که فرهنگ کتاب خوانی در بین ما رو به انهدام است. باید بگوئیم در قدم نخست این فرهنگ را دوباره در میان خود ما مروج سازیم. چه اگر خود کتابی در دست نداریم پس تبدلی با کشورهای هم زبان هم نداریم. یقیناً که تبادل کتب بین کشور های هم زبان نقش بزرگی در بهتر شدن روابط همگانی دارد.

**برای کسانی که می خواهند به نویسنده گی قلم بر دارند چه رهنمود دارید؟**

تا می توانند بخوانند و برای نوشتن عجله نکنند. بخوانند، باز نویس کنند، زمزمه کنند و به معانی و مفاهیم دقت کنند. نوشتن در زمان معین که ذهن واژه های ناب به قدر نیازش را در خود داشت، به آهنگ شعر آشنا بود و موازین را می شناخت، خودش قد علم می کند و موفقیت را با خود ارمغان می آورد.

**یکی از خاطرات خوب تان را در عرصه شعر و شاعری بگوئید؟**

جهان شعر و شاعری هر لحظه اش خاطره ای است دوست داشتی. شعر مرا تا مرز های دور با کسانی آشنا ساخته که هر کدام شان جایگاه خاصی برایم دارند و معرفت با هر کدام شان برایم

بهترین خاطره است.

**شما به غیر از برنامه های فرهنگی تان شغل دیگری هم دارید؟**

همسر بودن، مادر بودن، همسایه بودن، هموطن بودن، هم زبان بودن همه پر مسئولیت ترین وظایفی اند که ما به آنها توجه خاصی نمی کنیم و به چشم کم می بینیم. خارج وطن زندگی میکنم و به حیث ترجمان در یکی از دفاتر معتبر آلمان وظیفه اجرا میکنم.

**یک تعداد از سروده ها بر دل سرآینده ی آن جایگاه خاصی دارد اگر ممکن باشد همان سروده های تان را به عنوان نمونه ی از اشعار تان در این جا بنویسید؟**

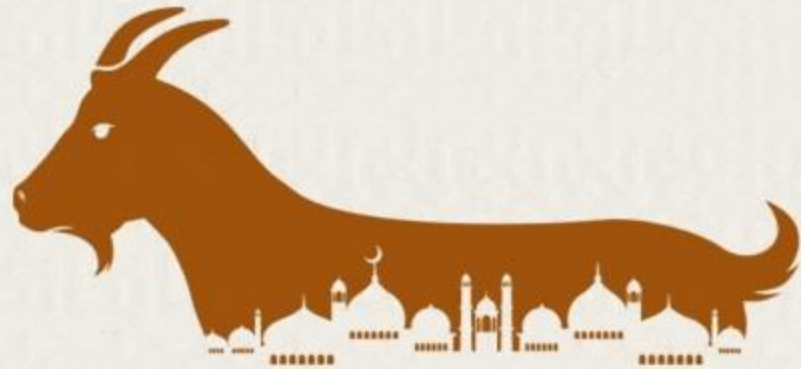
چه راهی از دلم تا من نشییب بس فرازش بس  
 چه راهی از دلم تا او که ره کوتاه و رازش بس  
 چه رمزی در قیام من که می اقم و می خیزم  
 چه رمزی در قعود دل سجودش کم نمازش بس  
 چه بی رو من منی دارم دعایش بس و شکرش کم  
 چه پررو من دلی دارم حضورش کم نیازش بس  
 چه شوری این تتم در من نمک ریزد ز چشم او  
 عجب تلخ این منم در من دخولش کم جوازش بس  
 چه داغ این خاک می سوزد که دودش بس و سوزش کم  
 چه آتش در تنور دل خمیرش کم خیازش بس  
 چه بس آزدگی هایی میان آرزو و دل  
 چه بس آشفته گی هایی که قهرش کم و نازش بس

**فعالیت های فرهنگی شرکت مخابراتی افغان بیسیم را در کشور چگونه ارزیابی می کنید؟**

از فعالیت های خوب شرکت مخابراتی افغان بیسیم همواره شنیده ام. جای خوشی است که کسانی در پی وصل کردن ها اند و باعث باهمی می شوند. برای همه کارمندان این شرکت موفقیت مزید آرزو دارم و خیلی ها ممنونم از این که مرا فرصت دادید تا از طریق شما با دوستان خواننده هم کلام شوم.

تشکر بانو شکبیا « شمیم»، من هم امیدوارم از خودت در آینده ها هم شعر های ناب و ماندگار بخوانیم و بشنویم، و شما هم با شادی ها سبز باشید.





به قلم هبت الله ناقد

# عید قربان، فلسفه قربانی

بی جا نخواهد بود که نخست مفهوم عید را بیان نماییم؛ زیرا برخی اوقات مفاهیم روی احکام نیز اثر می گذارد. بنا برآن عید واژه عربی است که از نظر لغوی بازگشت معنی می دهد و در اصطلاح عبارت از جشن خوشی است که سال دوبار می آید یکی در ختم رمضان که آن را عید فطر گویند دیگری در دهم ذی الحجه که آن را عید سعید اضحی می گویند و هر کدام دارای یک سلسله احکام خاص است.

## فلسفه تاریخی عید اضحی یا عید قربان

ابراهیم (علیه السلام) به تاریخ هشتم ماه ذی الحجه خواب دید در خواب از جانب پروردگار برایش گفته شد فرزندان اسمعیل (علیه السلام) را قربانی کن. او در مورد این خواب فکر می کرد، شب نهم ذی الحجه بار دوم در خواب برایش چنین دستور داده شد. این بار فکرش بیشتر پیرامون این خواب مشغول گردید و بار سوم شب دهم ذی الحجه عین خواب را دید. این بار حدس اش به یقین تبدیل گردید. بنا برآن در روز دهم ذی الحجه فرزندان اسمعیل را به قربانگاه بزرگ وادی منا برد تا او را ذبح نماید. قربانگاهی که سالانه میلیون ها مرد وزن مؤمن در آن به منظور پاسداشت از سنت ماندگار ابراهیمی قربانی های خویش را نثار مقدم رضای پروردگار می نمایند.

## جایگاه اجتماعی عید

عید در کنار این که از جایگاه اعتقادی و عبادی برخوردار است، جایگاه اجتماعی نیرومندی را نیز حایز می باشد. بدون اغراق و غلو جایگاه اجتماعی عید فراگیر تر از بُعد معنوی و اخلاقی



### مراسم ویژه و تعاملات مختص به عید

عید درکنار این که عبادت است یکی از مراسم اجتماعی نیز است. هرپدیده ای اجتماعی شرایط و حالات مختص به خود را دارد که عید نیز از این قاعده مستثنی نمانده دارای یک سلسله امور و شرایط خاص است که ما در زیر روی پاره از این ویژه گی ها انگشت می گذاریم:

➤ پوشیدن لباس نو: یکی از ویژه گی های عید پوشیدن لباس نو است.

➤ ذبح نمودن حیوان قربانی: برجسته ترین و درشت ترین خصیصه عید قربان همین کشتن حیوان است.

➤ رفتن به نماز عید: خصیصه دیگری این عید رفتن به نماز گاه است که مردم برای انجام عبادت به عید گاه می روند.

➤ خواندن تکبیرات تشریق: ویژه گی دیگری که در عید قربان است در دیگر عیدها نیست همین تکبیرات تشریق است.

➤ رفتن به خانه نزدیکان و بسته گان: در عید مردم به خانه های نزدیکان خویش می روند؛ حتی اگر بعد از یکسال هم باشد به بهانه

آن است؛ به این معنی که از لحاظ بعد معنوی و اخلاقی عید صرف برای مسلمانان دارای قداست و ارزش است، اما به لحاظ اجتماعی برای تمام شهروندان کشورهای که در آن جا درکنار مسلمانان غیر مسلمانان نیز زیست می نمایند دارای اهمیت است. برای بزرگداشت از عید تمام شهروندان مواد عیدانه تهیه و تدارک می بینند، به منظور فراهم آوری میوه ها و خوراکی های مختص به عید همه به بازارهای می ریزند و این امر سبب ازدحام می گردد؛ به گونه ای مسالمت آمیز عید را به همدیگر تبریک می گویند. کشورهای نظیر هندوستان، کشورهای اروپایی و... شاهد خوبی برای مدعی ما است که مسلمان و غیر مسلمانان در کنار هم طوری زنده گی می نمایند که گویا عید نزد همه آنها از عین وزنه و جایگاه برخوردار است.

پس بُعد اجتماعی عید فراگیرتر و فراختر از بُعد اخلاقی و دینی آن است؛ چون جشن خوشی و اظهار مسرت است همه در این خویشی خویشتن را شریک می دانند و از آن استقبال می نمایند. انسان فطرتاً موجود کمال جو و مسرت پسند است و پیوسته تلاش می نماید خوش باشد و در خوشی دیگران شریک شود؛ جز آنانی که مشکل روانی یا اخلاقی داشته باشند؛ به علت این که فطرت انسانی مرز نمی شناسد، پس خوشی های عید نیز در میان شهروندان یک کشور که درکنار هم به گونه ای مسالمت آمیز زنده گی می کنند مشترک است.



# عید قربان

می نماید؛ به این معنی که ثروت مندان در هر فصل سال که خواسته باشند، می توانند با استفاده از امکاناتی که در اختیار شان است، در کنار سایر نعمت های پروردگار از گوشت نیز استفاده نمایند، اما افراد نیاز مند و تهی دست از این نعمت محروم اند، در عید سعید اضحی از گوشت قربانی بدون امتیاز و تفاوت همه استفاده می نمایند.

➤ از سوی دیگر محصول اقتصادی قربانی از راه توزیع گوشت و پول به دست آمده از فروش پوست آن نیز به تهی دستان مساعدت می کند.

➤ استوار نگه داشتن پیوند امت مسلمه با سنت ماندگار ابراهیمی؛ هر سال که عید می آید امت اسلامی مجدداً با روش ایثار گرانه ابراهیمی تجدید عهد می نمایند.

## تعریف قربانی

عبادت مالی است که در روز دهم ذی الحجه یا ایام تشریق با کشتن یک بز یا گوسفند یا شریک شدن در هفتم حصه یگ گاو یا شتر به نیت تقرب و عبادت انجام داده می شود.

## تاریخ مشروعیت قربانی

تا سال پانزدهم بعثت امت اسلامی دستور و حکم قربانی را

عید مبارکی جویای احوال همدیگر می شوند.

➤ صدقه دادن به فقرا و نیازمندان: در این روز، افزون بر توزیع گوشت قربانی، به نیازمندان صدقه می دهند.

➤ مسلمانان در این روز اظهار خوشی نموده و نا راحتی ها را کنار می گذارند.

## فلسفه قربانی در عصر کنونی

قربانی در عصری که ما زنده گی می کنیم نیز دارای مصالح و منافی است که در زیر به صورت فشرده و موجز، به بیان آن می پردازیم:

➤ امثال و عمل نمودن به سنت جاویدان ابراهیمی، که در واقع ارج گذاری به فرهنگ ایثار و از خود گذری بسی بدیل تاریخی پدر انبیاء ابراهیم علیه السلام است.

➤ یکی از زمینه های توزیع نعمت پروردگار است که ثروت را از انحصار یک فرد بیرون می نماید و برای فقرا و نیازمندان توزیع می نماید.

➤ قربانی زمینه ای یک رنگی و همطرازی اجتماعی را ایجاد

دریافت نکرده بود؛ در سیزده سال دور مکی تشریح اسلامی و دوسال دور مدنی قربانی بالای مسلمانان واجب نبود، به اتفاق تمام فقها قربانی به عنوان یک عبادت مالی در سال دوم هجری بر مبنای دلایلی از کتاب الله (جل جلاله)، سنت مطهر پیامبر (صلی الله علیه وسلم) و اجماع صحابه (رضی الله عنهم) ثابت شده است که این دلایل روشن را زیر عنوان دلایل مشروعیت قربانی نقل می نماییم.

### دلایل مشروعیت قربانی

قربانی به دلایلی از کتاب و سنت، عمل کرد و اجماع صحابه مشروع گردیده است اینک غرض توضیح مطلب به ذکر دلایل متوصل می شویم:

#### نخست- دلیلی از کتاب

➤ پروردگار بزرگ می فرماید: «فَصَلِّ لِرَبِّكَ وَأَنْحِزْ». ترجمه: به نام پروردگارت نماز بگذار و قربانی کن.

#### دوم- دلیلی از سنت

➤ پیامبر (صلی الله علیه وسلم) فرموده است: «مَنْ وَجَدَ سَعَةً وَلَمْ يَذْبَحْ فَلَا يُقْرَبَنَّ مُصَلَّاتَنَا». ترجمه: کسی توانایی دارد و قربانی نمی کند، به نماز گاه ما نزدیک نشود.

#### سوم- دلیلی از اجماع صحابه

بعد از وفات پیامبر (صلی الله علیه وسلم) صحابه (رضی الله عنهم)، تابعین و تبع تابعین و همین سلسله تا امروز ادامه دارد و کسی از آن انکار نکرده است و قاطبه امت اسلامی آن را به عنوان یک عبادت مالی واصل تعبدی انجام داده اند.

#### حکم قربانی

فقهای احناف قربانی را واجب می دانند؛ زیرا خداوند جل جلاله به صراحت امر کرده است که نماز بخوان و قربانی کن. اگر قربانی واجب نمی بود پیامبر (صلی الله علیه وسلم) از آمدن کسی که بر رغم داشتن توانایی قربانی نکرده است به عید گاه ممانعت نمی کرد، پس در نتیجه می توان گفت قربانی واجب

است، شیخ صالح محمد بن عثیمین از جمله فقهای معاصر و جوب قربانی را ترجیح می دهد.

جمهور فقهای مالکی، شافعی، حنبلی و امام ابو یوسف از جمله فقهای احناف (رحمهم الله) قربانی را سنت مؤکد می دانند.

### شرایط فرد قربانی کننده

فردی که قربانی می کند باید دارای شرایط زیر باشد:

- عاقل باشد، پس قربانی بالای دیوانه واجب نیست.
- بالغ بودن، پس قربانی بالای نابالغ واجب نیست.
- مسلمان بودن، پس بالای غیر مسلمان واجب نیست.
- داشتن مال و ثروت، پس قربانی کردن بالای فقیر واجب نیست.

### شرایط حیوانی که قربانی می شود

حیوانی که در قربانی ذبح می شود باید از عیوب زیر سالم باشد:

- کور نباشد.
- لنگ نباشد.
- گرگی نباشد.
- بسیار لاغر نباشد.
- شاخ اش میده نباشد.
- دم اش بریده نباشد.
- گوشش بریده نباشد، اگر یک حصه ای گوشش بریده بود و دو حصه آن باقی بود درست است.
- پیر نباشد.
- اکثر دندان هایش نریخته باشد.

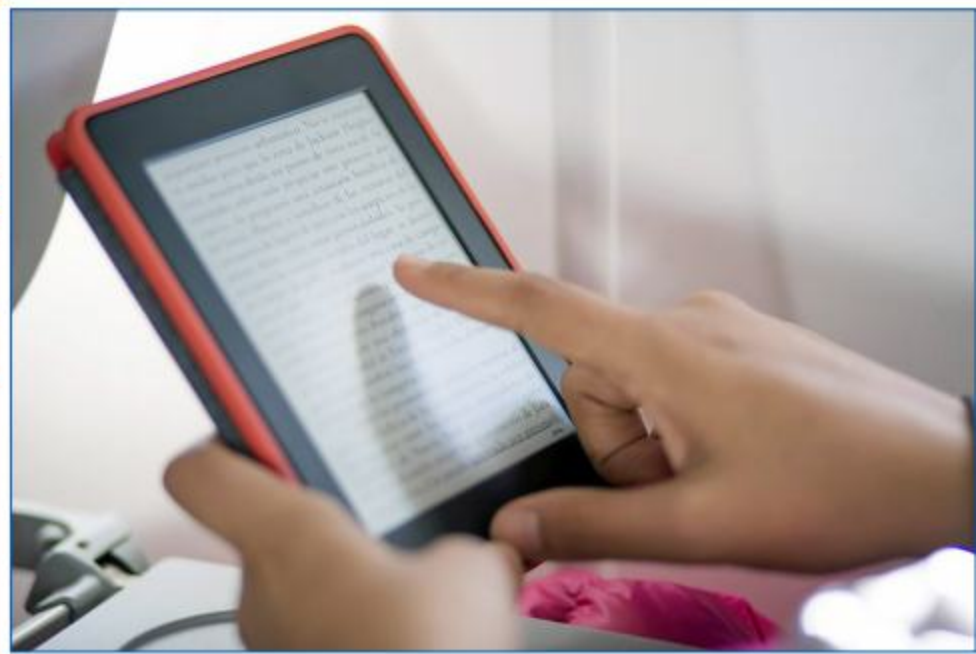
حیوانی را که در قربانی ذبح می نمایند باید از عیوبی که در بالا نام برده شد خالی باشد در غیر آن قربانی درست نیست.

### ابتدا و انتهای وقت قربانی

قربانی از روز اول عید دهم ذی الحجه آغاز می شود به مذهب احناف تا روز سوم عید و به نزد جمهور فقها و معاصرین وقت ختم آن تاریخ سیزده هم ذی الحجه است.



## په متن کې د اوسني لوستونکي ونډه



پوهندوی دکتور اجمل بشکلی  
د کابل پوهنتون استاد

خلک پر ماډرنیزم چې د انسان پر پرله پسې  
پر مختګ یې باور درلوده، شکمن شول او  
دې شک د انتقاد په بڼه د لویدیځ فکري  
لیدلوری وازاوه او د انسان د هوساینې او  
سوله ییز ژوند لپاره یې د فکرونو د وسله  
وال ټکر پر ځای هر فکر ته موقع ورکړه،  
چې د بحث له لارې خپل حقانیت ثابت  
کړي، چې په دې توګه له یوې خوا نه ټولنه  
د یوه فکر له استبداده بچ شي او له بله پلوه  
وګړي د خپل فکر پر کمزوریو اړخونو پوه او  
باشعوره شي. په لویدیځ کې یې د مذهب،  
سیاسي فکر، جنس، عملي کلچر او نورو  
برخو کې دې پراخه فرهنگ ته پسنویتوب  
ووايه، چې په ګڼو غوراویو ولاړ دی.

د شلمې پېړۍ د وروستیو لسيزو د  
مشهور فرانسوي فیلسوف میشل فوکو په  
اند، پسنویتوب هغه فرهنگ دی، چې د  
یوې ایډيالوژۍ ځای یې ګڼو ډسکورسونو ته  
ورکړ. ډسکورس په اصل کې بحث ته وايي،  
چې د اوسني لویدیځ فرهنگ مهمه ځانګړنه

محدودې وې او یو فرهنگ به پر بل هغه په  
لسيزو او پېړیو کې اغېز شینده، د فکرونو  
ګڼوالی کم و او پر ټولنه به بالعموم یو فکر  
مسلط و، چې د وخت په تېرېدو سره به یې  
پر وړاندې یو بل فکر راولاړ شو او د هغه  
تسلط به یې ختم او خپله واکمني به یې  
جوړه کړه. فکري استبداد د نويتابه (ماډرنیزم)  
ځانګړنه وه؛ خو اوس د فکري استبداد د  
مخنیوي لپاره ولسواکي مختلفو فکرونو ته  
لار هواروي، چې په سوله ییز چاپیریال کې  
وده وکړي او له نورو فکرونو سره یوځای پر  
ټولنیز شعور واک وچلوي.

پسنویتوب (پوسټ ماډرنیزم) د لویدیځ  
د تاریخ طبیعي پایله ده. هلته تر دوو نړیوالو  
جګړو او د سوسیالستي استبداد وروسته

مور د غربي فرهنگ پر وړاندې حساسیت  
ښیو؛ خو شعوري ناشعوري ترې دومره  
اغېزمن یو، چې پر خپلې بیوسۍ موزره  
وسوزي. که خپل عملي ژوند ته متوجه شو،  
تر ستوني پورې په فرهنگي پور کې ډوب یو.  
اوس چې نړۍ په یوه نړیوال کلي  
اوبښتې، اغېز یې لا زیات شوی او دا مور  
په خپله ټولنه کې د لویدیځ د پسنویتابه د  
اغېزې په بڼه وینو. د لباس، خوراک څښاک  
متنوع ذوقونه مو د غربي پلورنیزم څرګندې  
ښې دي. همداسې د فکري او ادبي انتشار  
په برخه کې هم مور د لویدیځ د پسنویتابه  
د ګڼو غوراویو پر پور سترګې نشو پټولای.  
پخوا چې د معلوماتو سرچینې



سیاسی تونیز و موضوعاتو بحثونه جوروی او غواری، چې د عوامو ذهنونه او لاسونه په خپله کتبه یا د خپل ملاتړي په کتبه وکاروي.

د برېښناييزو رسنيو په راتگ يو ډسکورس په ډېره اسانه او ډېر ژر د نړۍ له يوه گوټ نه بل گوټ ته رسېږي او خپل اغېز شيندي. له غربي کلچر نه زموږ د اغېزمنېدو مهم لار رسنۍ دي، په تېره خوا له رسنۍ چې په لويديځ کې يې د پلورليزم د کلچر له ودې سره مرسته وکړه، په پاتې هېوادونو کې يې فکري انتشار رامنځته

کړ.

په پرمختلليو او مخ په وده هېوادونو کې ځواکمن نظامونه دي، چې پر رسنيو کنټرول لري او فرهنگي تنوع د خپلسو وگرېو په کتبه څرخوي او تشدد ته يې نه پرېږدي؛ خو په پاتې هېوادونو کې چې نظامونه کمزوري دي، فکري تنوع په فکري انتشار باندې اوږي. دلته د مانا داسې ځواکمن مرکز نه وي، چې هر فکر وټوري او د خپل کلچر د بدلېدو لپاره يې وکاروي؛ نو هر فکر هڅه کوي، چې د تبليغ او توپک په مټ ځان واکمن کړي. د دې انتشار له امله هر فکر ته ځان مطلق په حقه او بل په ناحقه ښکاري. په لويديځ کې په مادرينيزم کې هم يوې ايډيالوژۍ ځان په صراط مستقيم ليده او بله ورته باطله ښکارېده، چې له دې امله ډېرې جگړې وشوې، هغه که نازي فاشيزم و، که سوسياليزم او که بله ايډيالوژي؛ خو د پوسټ مادرينيزم بنسټ پر نه غوراوي ولاړ دی، دا نه غوراوی د حق او ناحق په اړه هم سم دی. هلته د حق و ناحق مانا هم له پخواني تسلط سره نه ده پاتې.

زموږ ټولنې ته د پوسټ مادرينيزم اغېز د رسنيو، په تېره د خواله رسنيو له لارې راغلی. په خپلو خواله رسنيو کې متنوع فکرونه وینو، چې تقريباً هر کس له بل هر کس سره يا ډېر يا څه نا څه فکري توپير لري.

په اوسني پسنويتابه ولسواکيز فرهنگ کې پر مانا د نظام پر ځای د ولس تسلط ډېر شوی. هر څوک د رسنيو په مټ هڅه کوي، چې په ولس کې د ځان لپاره تبليغ وکړي. رسنۍ د مخاطب ذهن په يو عالم معلوماتو ډکوي. رسنيو ته هم نندارچي، اورېدونکي او لوستونکي تر

ده. دا بحثونه د بېلابېلو فکرونو څښتنو کسانو تر منځ کېږي، چې هر يو هڅه کوي، چې بل پر ناحقه او ځان پر حقه وښيي او په دې توگه د ولسواکۍ له اصل نه په استفاده په عوامو کې نفوذ وکړي. دا بحثونه د عوامو تش ذهنونه په خپلو معلوماتو ډکوي، دا معلومات بالعموم بشپړ رښتيا نه وي. په دې توگه بحثونه عوامو ته د فکر او ژوند کولو لار وربښيي او له دې لارې په خلکو کې يو ډسکورس رامنځته کېږي، چې له تاريخي پلوه په گڼو روايتونو (narratives) ولاړ وي يا به داسې ووايو، چې له تاريخي روايتونو نه د عوامو په فکري انسجام کې استفاده کېږي. د ميشل فوکو په اند، اوسنۍ انسان غواري، چې مثلاً د سوسياليزم غوندي يوې لويې استبدادي دعوي پر ځای د خپل ژوند کوچنيو خواهشونو ته اهميت ورکړي او له ورو ورو ډسکورسونو سره ژوند وکړي.

د ډسکورسونو په ايجاد کې مهم نقش د رسنيو دی. رسنۍ په بېلابېلو





پخوا ډېر مهم شوي، خپلې خپرونې د نندارچې له خوا هس سره برابروي او ورسره په خوا کې د هغه ذهن په خپلو غوره کړيو معلوماتو ډکوي. په لويديځ کې د متن پسر مانا د پنځگر (ماتن) پرځای پخپله د متن او بيا د لوستونکي يا اورېدونکي تسلط د پسنويتابه د فرهنگ يسوه برخه ده. په پسنويتابه کې د لوستونکي ذهن له ماناوو ډک دی چې لوستلېدونکي متن ته مانا ورکوي. دلته مانا او ځواک سره ډېر نېژدې کېږي. لوستونکی ځکه د متن پر مانا مسلط دی، چې رايه ورسره ده، چې سياسي گوندونه ورته اړ دي.

په دې توگه اصلا د ځواک سرچينه خلک دي. پښتانه وايي، چې د ولس زور د خدای زور دی يا لکه خوشال چې وايي:

ملتونه چې سند و بله و کا

پادشاهان ورته سچود کاندې اختيار

نو چې ځواک له وگړي سره دی، د رسنيو د خپرونو په مرکز کې هم وگړی دی: وگړی څه وايي؟ څه غواړي؟ او څه نه غواړي؟

د لوستونکي دومره اهميت زموږ ادبيات هم اغېزمن کړي. که يوازې شاعرۍ ته راشو؛ نو خواله رسنيو د شاعر او مخاطب ترمنځ واټن صفر ته راوستی. که څه هم په يوه شعر کې شاعر عملا حاضر نه وي او په وسمهال کې د شاعر شتون چندان اهميت هم نه لري، ځکه چې د مانا او ارزښت ټاکنې واک و ځواک له لوستونکي سره دی؛ خو شاعر خپل شعر ډېر ژر د نړۍ د بل گوټ لوستونکي ته رسولای شي.

په اوسني چټک مهال کې مواد ډېر ژر زېږېږي، رسنی ډېر ژر خپل مواد تاندوي، چې لوستونکی له زرو موادو سره تنگ نشي او په تازه موادو يې دلجو يې وشي، ځکه نور رسنی يو لوی جوال ته ورته دي، چې شاعر يې بايد ژر ډک کړي. ژر ژر ډکول د لوستونکي د غوښتنې پر بنسټ کېږي او د شعر کيفيت ته زيان رسوي. شاعر هڅه کوي، چې پر انلاين بازار خپله اجاره داري ثابته وساتي. مطلب دا چې په وسمهال کې د چټکتيا او مصرفي فرهنگ له امله د شعر و هنر غوندې څيز هم د خرڅلاو په څيز اوښتی، چې سپانسر کېږي

او بايد په مارکېټ کې خرڅ شي؛ نو شاعر د گټې لپاره بايد خپل مواد ژر ژر تازه کړي. که داسې ونه کړي، ډېر ژر د لوستونکو له خولې غورځېږي. موږ د دې تېرې يوې نيمې لسيزې په لنډه موده کې د گڼو داسې شاعرانو د تود بازار د سرېدو شاهدان يو. دا ژر ژر تيا د شعر پر کيفيت منفي اغېز کوي او د شاعر عمر لنډوي، ځکه چې شاعر د پيل نوبت تر پای نشي ساتلی او ډېر ژر تکرار او له خپله خانه غلا (Self-plagiarism) ته لاس اچوي.

د لوستونکي اهميت يوازې د مانا تر کسج محدود نه دی، بلکې لوستونکی د ادبي ماهيت ټاکندوی دی. پخوا چې د شاعر او لوستونکي ترمنځ واټن ډېر لرې او مبهم و، ادبي اصول عيني گڼل کېدل او شاعرانو به هڅه کوله، چې دغه اصول پلي کړي او د دې آرونو له مخې ماډل ته خان ورسوي. په کلاسيکه شاعرۍ کې يې وړاندې شوې محبوبه بڼه بېلگه





وخت د لوستونکي د ټيټ ذوق و فکر بلهاري شوي. د دې ټيټ ذوقی له امله هغه شاعران هم تود بازار لري، چې پخوانو ورته ناظم او څو لسيزې مخکې ماعران گنل کېدل.

د کيسې په برخه کې هم د لوستونکي اړتيا او خوښې ته کتل کېږي. دا خوښه کله د موضوع د انتخاب په بڼه خان نسي، چې يې اړتيا وي؛ خو لوستونکی يې غواړي.

د لوستونکي خواهش د لرغوني يوناني تصور غوندې دادی، چې ښکلا او نيکي هممهاله وويني. د کيسو اصلي کرکټرونه که ښخمنه وي، بايد گورې زلفې، لوړه ونه، اوږدې گوتې، پاسسته لاسونه، سپين گرد مخ او ... ولري، چې لوستونکی ورته رامات شي؛

خو هممهاله بايد دا ښکلا نیک خوښه هم

ونغاړي؛ وفاداره وي، لمونځغاړې وي، حياناکه وي، چلن يې خوږ وي؛ خو په واقعيت کې نيکي او ښايست دوه بېل ارزښتونه دي. ښکلی انسان ښايي جفاکار وي يا د ښو اخلاقو والا بدرنگ وي. ښايست او اخلاق دواړه نسبي هم دي. د لوستونکي غوښتنه دا ده، چې مثالي ښايست او اخلاق تجربه کړي او کيسه ليکوال د ده دا هيله ورپوره کوي. په واقعيت کې د ښايسته گڼلو د تار يوه څوکه د نندارچي په ذهن کې وي. نندارچي د پديدې ښکلايزې تشې په خپلو عواطفو، تجربو، محروميتونو او ذوق دکوي. همداسې د وگړيو اخلاقي چلن هم ثابت او له ټولو وگړيو سره يو ډول نه وي.

په کيسه کې د لوستونکي هيله دا وي، چې ظالم کس بايد پر هر چا ظلم وکړي؛ خو یتيم ماشوم بايد ښکلی او د هر چا له لاسه پرې ظلم وشي. يو کس ښايي له يو سره بد وکړي؛ خو په واقعيت کې ضرور نه ده، چې دی دې هر چا سره بد وي. مطلق تصور جوړول د لوستونکي خواهش دی، چې له دې سره ناشعوري د يوه فکر استبداد عامېږي.

زموږ شاعر او عالم ته د لوستونکي يوازې د معلوماتو د تندي خړوبول او د ذوق مړول نه دي ورتر غاړې، بلکې فکري او ذوقي روزنه هم ور تر غاړې ده؛ نو شاعر بايد د شعر و نثر لويي د لوستونکي د هر ضد قرباني نه کړي، ځکه چې زموږ ځينې لوستونکي هغه ماشومان دي، چې هر پر کېدونکي څيز ته خوشحالي ښيي، هغه که سراب وي او که د اسمان ستوري. هونښيار شاعر به پرې د ستورو د وطن ننداره کوي.

ده؛ خو اوس د ښه او ناښه شعر تله د لوستونکي پر لاس ده، ځکه چې که لوستونکی نه وي، د فيسبوک د بازار په دومره گڼو توکيو کې به د يوه شاعر شعر څوک اخلي. شاعر خان مکلف گڼي، چې د لوستونکي د فکر، باور او ذوق احترام وکړي او هغه چې څه غواړي، هغه ورته وړاندې کړي.

په لويديځ کې که د متن مانا تر لوستونکي راغله؛ خو د هغه خای لوستونکی زموږ له لوستونکي سره ډېر توپير لري. د هغه خای لوستونکی ايډيل نه سهي، عملي (applied) يې هم يوه نړۍ علم لري او د متن پر متنوعو ماناوو فکر کولای شي؛ خو موږ ته دا فرهنگ په داسې حالت کې راغی، چې زموږ زياتره لوستونکي ځينې کمسواده او ځينې پخپله د شعر په اړه لا لومړني معلومات نه لري؛ خو لايک او کمنټ ورکوي او د شعر د ارزولو اختيار لري.

د لوستونکو هجوم که څه هم د څومره والي له مخې زموږ شاعري ډېره کړې؛ خو د څرنکوالي له امله زياتره





## اهمیت جامعه‌شناسی و مطالعه آن

نصرت الله عثمانی

تری به این پرسش است که چرا ما این گونه ایم که اکنون هستیم؟ و چرا بدین گونه عمل می‌کنیم؟ جامعه‌شناسی به ما می‌آموزد که آن چه طبیعی، اجتناب‌ناپذیر، خوب یا حقیقی می‌شماریم شاید چنین نباشد، زندگی ما به شدت تحت تأثیر نیروهای تاریخی و اجتماعی قرار دارد. فهم شیوه‌های ظریف اما پیچیده و ژرف نحوه انعکاس زمینه‌های وسیع‌تر اجتماعی و تجربی در زندگی فردی ما، سنگ بنای نگرش جامعه‌شناختی است.

خواندن جامعه‌شناسی نمی‌تواند فقط روند معمول کسب دانش باشد. جامعه‌شناس کسی است که می‌تواند از بند فوریت اوضاع و احوال شخصی خویش خلاص شود و همه چیز را در متن وسیع‌تری قرار دهد.

نگرش جامعه‌شناختی، بیش از هر چیز، مستلزم آن است که ما بتوانیم با فاصله گرفتن از روال‌های معمولی در زندگی‌های روزانه مان بیندیشیم و به آن‌ها نگاه تازه‌ای بیندازیم.

بینش جامعه‌شناختی ما را قادر به درک این مطلب می‌کند که بسیاری از وقایعی که ظاهراً فقط به فرد مربوط می‌شوند در واقع مسایل بزرگ‌تری را منعکس می‌سازند. برای نمونه، طلاق ممکن است برای کسی که درگیر و دار آن است، فرایند به‌غایت دشوار باشد

پیوسته به گذشته...

مطالعه جامعه‌شناسی به دلایل متعدد اهمیت دارد که عبارت‌اند از: ایجاد نگاهی تازه به ابعاد مختلف محیط اجتماعی، شخصی کردن جایگاه فرد در جامعه، بررسی علل عدم ارتباط گروه‌ها در جامعه، شناخت محیط و فرهنگ‌هایی که در مورد آن‌ها اطلاع داشته و یا کمتر مطلع بوده‌ایم، افزایش توانایی افراد در فهم اندیشه‌ها و گرایش‌های مختلف، پیش‌بینی و کنترل رفتارها، کاهش پیشداوری‌ها جهت تطابق بیشتر رفتارها و با موفقیت‌های جدید، دسترسی به نیروی اجتماعی مؤثر و جدید در رفتار افراد جهت واکنش مناسب در برابر پدیده‌های اجتماعی.

جامعه‌شناسی مطالعه زندگی اجتماعی انسان، گروه‌ها و جوامع انسانی است. کار یک جامعه‌شناس بسیار جذاب و گیراست چون موضوع مطالعه از رفتارهای خودما در مقام موجودات اجتماعی است. دامنه مطالعه جامعه‌شناسی بسیار گسترده است و از تحلیل برخوردهای زودگذر عابران در خیابان تا پژوهش در باره فرآیندهای اجتماعی جهانی را در بر می‌گیرد.

اکثر ما جهان را بر اساس سیمای آشنای زندگی‌های خودمان می‌نگریم. جامعه‌شناسی بیانگر نیاز به داشتن دیدگاه بسیار وسیع



از چستی مسایل آن‌ها نیز می‌رسیم. آن‌دسته از سیاست‌های عملی که مبتنی بر اطلاع و آگاهی از شیوه‌های زندگی مردم نیستند بخت ناچیز برای موفقیت دارند. بنابراین، مدد کار اجتماعی سفید پوستی که در یک اجتماع عمدتاً سیاه پوست کار می‌کند، نمی‌توان اعتماد این اجتماع را به دست آورد مگر این که نسبت به تفاوت تجربه‌های اجتماعی جداکننده سیاهان و سفیدان به اندازه کافی هوشیار و حساس شود.

این که جامعه‌شناسی می‌تواند ما را به خود-روشنگری، یعنی فهم هرچه بیش تر خویش‌مان مجهز کند. اما هرچه در باره چرایی اعمال که انجام می‌دهیم و درباره عملکردهای کلی جامعه‌مان بیش تردانیم، به احتمال بیش تری می‌توانیم برآینده‌مان تأثیر بگذاریم.

که دانشمند امریکایی بنام میلز آن را گرفتاری شخصی می‌نامید. اما به گفته میلز، طلاق در جامعه‌ای مثل بریتانیای فعلی که یک سوم کل ازدواج‌ها را طول ده سال به جدایی می‌انجامد، مسأله عمومی نیز هست. یا ممکن است بیکاری برای کسی که از کاری اخراج می‌شود و نمی‌تواند کاری دیگری بیابد، یک تراژدی شخصی باشد. اما وقتی میلیون‌ها نفر از اعضای جامعه همین وضعیت را داشته باشند آن‌گاه بیکاری چیزی فراتر از یأس و حرمان خصوصی است: یعنی مسأله‌ای عمومی است که روندهای اجتماعی بزرگی را نشان می‌دهد.

یکی از مفاهیم مهم دیگر که در جامعه‌شناسی اهمیت دارد ساخت اجتماعی است.



ساخت اجتماعی بیانگر این واقعیت است که زمینه‌های اجتماعی زندگی ما فقط از نظم و ترتیب‌های تصادفی رویدادها و کنش‌ها تشکیل نمی‌شود؛ بلکه این زمینه‌ها، به شیوه‌های متمایزی شناخت یافته یا الگومند هستند. در شوه‌های رفتار ما و در روابطی که با یکدیگر داریم روال‌های تکراری و منظمی وجود دارد. اما ساخت اجتماعی شبیه یک ساختار فیزیکی مثل یک ساختمان نیست که مستقل از کنش‌های انسانی و خود داشته باشد. جوامع بشری همیشه در فرایند ساخت یابی هستند.

مطالعه جامعه‌شناسی به ما امکان می‌دهد به دینای اجتماعی از دیدگاه‌هایی غیر از دیدگاه خودمان بنگریم. در اغلب اوقات اگر درک درستی از چگونگی زندگی دیگران داشته باشیم، به فهم بهتری

#### منابع ماخذ:

- بروس کوژین ترجمه دکتر غلام عباس، فاضل دکتر رضا. مبانی جامعه‌شناسی سال چاپ 1938
- توسلی غلامعباس نظریه جامعه‌شناسی سال چاپ 1386
- گیدنز اتوننی با همکاری کارن بردسال ترجمه حسن چاوشیان جامعه‌شناسی سال چاپ 1393 تهران
- محمد رضا آژاد منش به همکاری سید عبدالصمد مشتاق سال چاپ 1393 کابل





**50% اضافی**  
تماس در تمام بسته های ماهانه



فقط  
**180**  
افغانی

**1500** دقیقه  
تماس

فعال سازی: #1\*9\*233\*

1000 دقیقه	500 دقیقه
اصلی	افغانی

دقایق اضافی برای 7 روز از افغان بیسیم به افغان بیسیم قابل استفاده می باشد. | وسیع ترین پوشش با شفاف ترین صدا. | ثبت سیمکارت ضروری می باشد.



HD VOICE



www.afghan-wireless.com

152  
24 HRS

# 4.75G+

زندگی سریعتر  
زندگی بهتر



افغان بیسیم  
AFGHAN WIRELESS

ارتباط دهنده افغانستان  
Connecting Afghanistan

سریعتر

بزرگتر

بهتر



32 جی بی  
1500 افغانی

از بسته 32 جی بی 1 جی بی آن بشکل روزانه استفاده میگردد و 2 جی بی فیسبوک برای 7 روز قابل استفاده میباشد.

فعال سازی: #477\*32\*1 را دایل نمائید

در صورت استفاده بیشتر از یک جی بی، مصرف اینترنت از بسته هاییکه قبلاً فعال گردیده باشد وضع میگردد و باهم 8 افغانی فی ام بی از بیلانس اصلی تان در صورتیکه کدام بسته اینترنتی از قبل فعال شده نداشته باشید وضع میگردد.  
ثبت سیمکارت ضروری می باشد.

4G LTE



HD VOICE



@myawcc

www.afghan-wireless.com

152

(24 HRS)







## پستی یا لکه سفید روی جلد



### نویسنده: دکتورس ممیرا نورزی

اندکی از افراد، خارش در محل ایجاد پوس یا برص گزارش داده شده است، در اکثر افراد این بیماری هیچ علامت دیگری نداشته و فرد دچار در سلامت کامل به سر می‌برد.

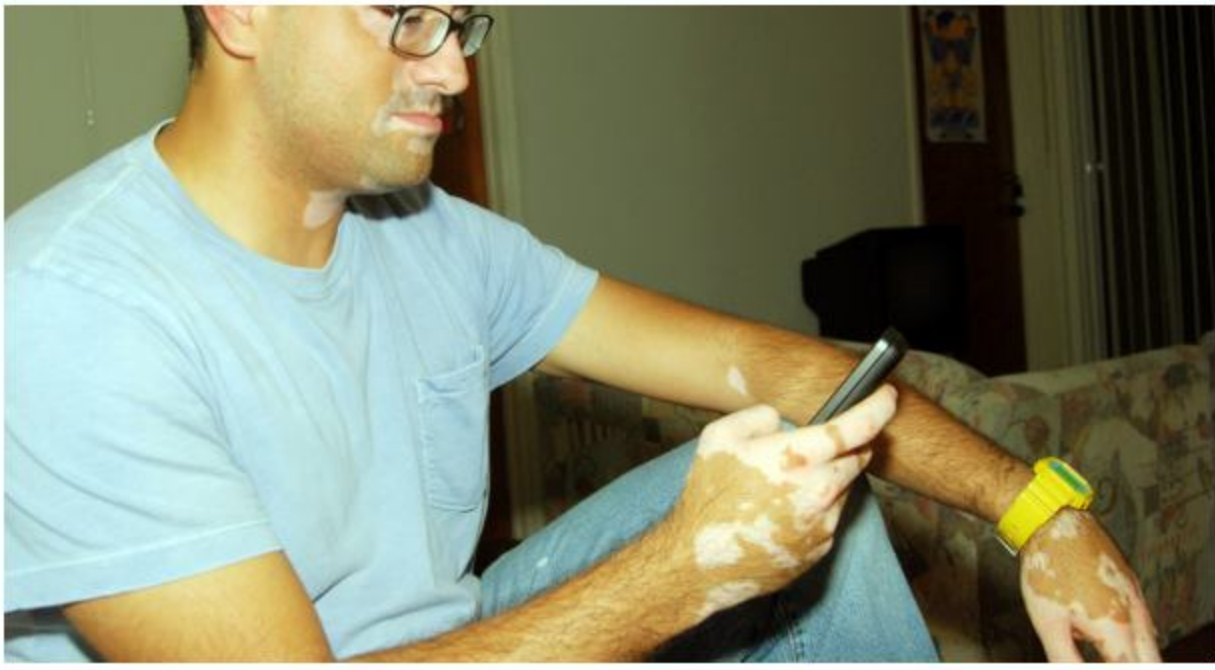
پستی یا Vitiligo بیماری خطرناکی نیست اما می‌تواند در زندگی فرد مبتلا تأثیرات ناگواری داشته باشد و مشکلات افسردگی را برای بیمار ایجاد کند. علاوه بر مشکلات جلدی و زیبایی، روی اعتماد به نفس فرد مبتلا تأثیر جدی دارد، نگرانی‌های آن‌ها تنها به بهبود بیماری محدود نمی‌شود بلکه نحوه رفتار، باورها و واکنش‌های ناپسند و ناشایسته دیگران روی اعتماد به نفس و سلامت روان فرد دچار به مرض پوس دغدغه‌ی آن‌ها را چند برابر می‌کند. باید در برابر این افراد با فرهنگ باشیم، نگاه‌های خیره، متأثر کننده، ترحم برانگیز، ترس از تماس با بیمار، پرسش‌های مکرر از جمله رفتارهای آزار دهنده‌ای است که معمولاً اشخاص مبتلا به Vitiligo به آن مواجه می‌شود.

بنابر این، باید بسیار مراقب فرهنگ رفتاری و گفتاری خود با افراد دچار این بیماری باشیم و نباید آن‌ها را مورد تمسخر قرار دهیم، چون می‌تواند روی کیفیت زندگی‌شان تأثیر منفی بگذارد پس باید با

پستی (Vitiligo) یک بیماری یا اختلال جلدی است که از بدو تولد تا به کهن سالی ممکن است ظاهر شود و زیبایی افراد را تحت تأثیر ناخوشایند خود قرار دهد. بسیاری افراد از بروز لکه‌های سفید یا کم‌رنگ در ناحیه‌های مختلف پوست شکایت دارند و در بسیاری از موارد این تغییرات پوستی برای فرد دچار، بسیار نگران کننده می‌باشد. در این مقاله شما را به علت مبتلا شدن به بیماری پوس و روش‌های مقابله و درمان آن می‌پردازیم.

### پستی (Vitiligo) چیست؟

پستی، جزء بیماری‌های خود ایمنی بدن به شمار می‌آید اما خوشبختانه مانند سایر بیماری‌های خود ایمنی و دفاعی بدن، حیات فرد مبتلا را به خطر نمی‌اندازد و فقط پوست وی را درگیر می‌کند این بیماری جزء بیماری‌های نادری است که فرد مبتلا آن، دچار درد و آزار جسمی نمی‌شود و پوست فقط رنگ خود را از دست می‌دهد. همچنان این بیماری، ساری نبوده و به افراد دیگری سرایت نمی‌کند. از میان رفتن رنگ پوست و ایجاد لکه‌های سفید بدون درد و خارش است و رنگ پوست ممکن است شفاف‌تر و یا کاملاً سفید شود و در



آن‌ها رفتار خوب داشته باشیم.

### علت به وجود آمدن پیسی (Vitiligo):

علت بیماری پیسی به طور کامل شناخته نشده است، اما دانشمندان نظریاتی مختلفی در رابطه به آن دارند. این بیماری زمانی ایجاد می‌شود که حجرات میلانوسایت یا همان سلول‌های که باعث تولید رنگ در جلد می‌شود یا به اصطلاح عام رنگ دانه‌های جلد تخریب می‌شود و وظیفه‌ی خود را که رنگ دادن به پوست و مو هست، از دست می‌دهد. هنوز در رابطه به این که چرا این سلول‌ها از بین می‌روند، نظریه قطعی وجود ندارد، اما برخی به این باورند که بیماری پیسی، بیماری خود ایمنی است که در آن سیستم دفاعی بدن به حجرات رنگ دانه ساز جلد یعنی (میلانوسایت‌ها) حمله می‌کند و آن‌ها را از بین می‌برد، در مجموع می‌توان گفت عوامل مختلفی مثل کمبود خون و آهن، ضعف اعصاب، شوک، سترس، افسردگی و منفعل شدن در برابر خیرهای بد عاطفی در به وجود آمدن بیماری پیسی مؤثر اند و سترس موجب بدتر شدن علائم بیماری پیسی می‌شود.

بیماری پیسی می‌تواند ارثی باشد، یعنی قادر است در بین افراد فامیل بروز کند. اطفال که والدین شان مبتلا به این بیماری هستند، بیشتر احتمال بروز پیسی را دارا هستند. بیشتر افراد مبتلای آن سابقه ای از ایسن بیماری را در فامیل دارند، وجود یکی نقص ارثی موجب

حساس شدن حجرات میلانوسایت می‌شود همچنان حجرات میلانوسایت ممکن است عامل از بین رفتن خودشان باشد، یعنی زمانی که میلانوسایت در حال ساخته شدن است، مواد زایدی نیز در کنار آن تولید می‌شود که سمی بوده و قادر به از بین بردن خود سلول‌هاست، طبق نظر بو علی سینا و سایر بزرگان طب سنتی، مشکلات خونی عامل مهمی در ایجاد آن است.

پیس در محل دست‌ها، دور دهن یا لب‌ها، پاها، کشاله‌ران، آرنج‌ها، زیر بغل، پره‌های بینی، دور چشم‌ها، دور گردن، ناحیه‌های پشت بدن و دور ناف را درگیر می‌کند و می‌تواند در نواحی آلات تناسلی و در اطراف مختلف بدن رشد کند، همچنان موهای که در نواحی دچار به بیماری Vitiligo وجود دارد نیز سفید می‌شود.

### چه کسانی به Vitiligo مبتلا می‌شوند؟

در دنیا میلیون‌ها نفر دچار پیسی هستند، حدود یک الی دو درصد جمعیت جهان 40-50 میلیون افراد به این بیماری مبتلا می‌شود، بیماری پیسی تمام نژادها و هر دو جنس را یکسان تحت تأثیر خود قرار می‌دهد. حدود نیمی از افرادی که به این بیماری دچار می‌شوند قبل از 40 سالگی علائم آن را در خود خواهند یافت. وسعت، دوره و شدت از دست دادن رنگ دانه (میلانوسایت) در اشخاص مختلف متفاوت بوده، پیس در افراد با پوست تیره بسیار واضح‌تر از روشن پوستان می‌باشد.





روی موضع بمالید این عمل را روزانه تکرار کنید.

- بیماران مرض پیس باید در غذاهای خود از ادویه بی خطر زعفران استفاده کنند و حتماً به برنج خود زعفران علاوه کنند یا این که هنگام صبحانه یک گیلان شیر را به مقداری از عسل و زعفران بجوشانند؛ زیرا زعفران خاصیت رقیق کننده خون را دارد و خون رقیق و خوشرنگ به بدن کمک می کند تا رنگ لکه های پوستی را باز گرداند.

- گوشت و نخود کوبیده، خون خوبی را برای افراد فراهم می کند و داشتن ذخیره خونی و آهن خوب در بدن از ارکان درمان بیماری پیس در طب سنتی به شمار می رود.

- زنجبیل برای مقابله و بهبود مرض پیس نیز مؤثر است، می توانید یک ریشه ای از زنجبیل را با پودر زرد چوبه و خردل مخلوط کنید این خمیر را به طور مستقیم روی مناطق دچار لکه پیس قرار داده و بعد از 20 دقیقه شستشو دهید.

- زردچوبه یک ادویه مفیدی است که برای بهبود پوست تأثیر مثبتی دارد، چون این ادویه طلایی مانند یک رنگ دانه طبیعی عمل می کند.

- دوری از نور آفتاب و استفاده از سایه بان برای صورت و دستکش برای دست ها برای جلوگیری از نور مستقیم آفتاب شستشوی پوست با آب سرد خصوصاً در فصل گرما و تابستان و استفاده از صابون های گیاهی و گلسرین.

پسی در افراد مبتلا به بیماری های اتوایون شایع تر است و اکثراً مبتلایان پیس تا آخر عمر با پیس خواهند ماند و احتمال از بین رفتن این مرض در بعضی ها بسیار اندک می باشد.

### باورها و اعتقادات نادرست در خصوص Vitiligo:

در مورد مرض پیس یا Vitiligo باورها و افکار نادرست در بین مردم نیز وجود دارد. باورهای غلط و عامیانه، مانند ارتباط بروز این مرض با مشکلات کبدی و یا مصرف همزمان برخی غذاها مثل خوردن گوشت ماهی با ماست و یا خوردن شیر با ماست و ترشی و غیره. همچنان شوک های روانی نا به هنگام مثل مرگ عزیزان، دست دادن روبوسی با مبتلایان مرض پیس، یا هم افتادن چلپاسه و یا هم ادرار کردن آن به روی جلد در بروز و انتقال این مرض مؤثر است، در حالی که هیچ یکی از این موارد در علم طبابت به اثبات نرسیده است و در ضمن برای مرض پیس هیچ گونه ممنوعیت غذایی وجود ندارد.

### درمان بیماری پیس به روش های طب سنتی:

- استفاده از عسل طبیعی به صورت موضعی بر روی محل های لکه ای پیس، یکی از روش های درمانی در طب سنتی است. برای درمان پیس با عسل یک تکه پشمی را در آب بسیار داغ قرار دهید سپس محل پیس را با آن ماساژ دهید بعد مقداری از عسل را با نشایسته مخلوط کنید و بعد از خشک شدن محل پیس، آن را بر

• سترس و اضطراب یکی از عوامل است که در تشدید بیماری پس و دیگر آفات جلدی نقش مهمی دارد، تا حدی که کنترل سترس با تمرین‌های از جمله یوگا و مدیتیشن از شدت بیماری ویتیلیگو می‌کاهد، پس برای این بیماران ورزش یوگا توصیه می‌شود. برخی ترکیبات طبیعی روی پوست تأثیر خوبی دارد و باعث کاهش لکه‌ها می‌شود البته باید بدانیم که تأثیر این روش‌های خانگی در افراد مختلف متفاوت است اما بهتر است برای رسیدن به نتایج مثبت نا امید نشویم و به درمان ادامه دهیم.

### درمان و تداوی مرض Vitiligo یا پس در طب نوین

هدف اصلی درمان پس بهبودی وضعیت ظاهری پوست است و روند درمان نیاز به زمان طولانی دارد. انتخاب نوع درمان به تعداد محل و گستردگی ضایعات بستگی دارد، در طب نوین برای درمان بیماری پس روش‌های متعددی وجود دارد که استفاده از این روش‌های برای 70 درصد بیماران جواب مثبت می‌دهد، شاید شما هم شنیده باشید اغلب افراد درمان این بیماری را غیر ممکن می‌دانند، ولی متخصصان پوست این ادعا را رد می‌کنند و معتقدند امکان درمان بیماری Vitiligo وجود دارد و مبتلایان این بیماری نسبت به بهبودی بیماری خود باید صبور و امیدوار باشند؛ زیرا درمان این بیماری زمانگیر و طولانی مدت است. روش‌های درمانی مرض پس قرار ذیل می‌باشد:

- مصرف داروها و ادویه‌ها کورتون.
- درمان لیزری و اشعه ماوراء بنفش (تحریک میلانوسایت‌ها برای مهاجرت به محل لکه پس) با وجود این که استفاده از لیزر و فتوتراپی می‌تواند عوارضی را برای شخص به همراه داشته باشد، خصوصاً به روی نواحی سالم پوست.
- محققان با جدا سازی حجرات میلانوسایت (رنگ دانه) از نواحی سالم پوست و تفکیک آن‌ها در آزمایشگاه آنها را به محل‌های فاقد میلانوسایت (رنگ دانه) تزریق می‌کنند پس از 2 الی 3 هفته رنگ دانه سازی پوست آغاز می‌شود.
- یک روش دیگر در موارد مقاوم به درمان عبارت است از بی‌رنگ کردن باقی مانده پوست بدن تا به لکه‌های سفید هم‌رنگ شود. این روش درمانی برای بیمارانی که حد اقل 50 درصد پوست آنها گرفتار مرض پس است توصیه می‌شود.
- استفاده از پوشاننده‌های پوست با مواد آرایشی یا خالکوبی

کردن منطقه درگیر تا هم‌رنگ پوست شود در صورت مؤقت می‌تواند در این بیماران مؤثر باشد.

• استفاده از داروهای موضعی که می‌تواند رنگ دانه‌های پوست را به آن برگرداند معمول‌ترین نوع این دارو کورتیکو سترونید ملایم و یا قوی در حدود 45 فیصد بوده که با استفاده از آن معمولاً بعد از 4 الی 6 ماه مقداری از رنگ پوست بر خواهد گشت.

### تفاوت Vitiligo قابل درمان و غیر قابل درمان

سفیدی‌ها و سیاهی‌های جلدی، پس یا Vitiligo به دو حالت می‌باشد یک نوع آن را یزّص یا پس اصلی گویند که معمولاً در بعضی خانواده‌ها مشاهده می‌شود با امکانات زمان حاضر نادراً قابل مداوا است و یا هیچ مداوا نمی‌شود. نوع دوم لکه‌های سفیدی است که آن‌ها را (بهق) گویند و تا حدودی قابل مداوا و برگشت می‌باشد.

### بیماری‌های جلدی که با Vitiligo علائم مشابه دارد:

پتیریازیس آلبا، پسوریازیس و ویتیلیگو سه بیماری جلدی با علائم مشابه هستند که تشخیص آنها از هم جهت ادامه درمان نیازی به دقت نظر دارد.

پسوریازیس، یک بیماری مزمن و خود ایمن است یعنی بدن به دلایل نامعلوم به حجرات و سلول‌های خودی حمله می‌کنند. این بیماری هنگامی رُخ می‌دهد که سیستم ایمنی یا دفاعی بدن با ارسال سنگال‌های اشتباه باعث افزایش سرعت چرخه رشد حجرات پوست و ریزش آنها می‌شود. در کل 5 نوع پسوریازیس وجود دارد که شایع‌ترین آن پسوریازیس پلاک است که با ناحیه‌های سرخ رنگ با پوشش نقره‌ای و سفید از حجرات مرده پوست مشخص می‌شود.

پتیریازیس آلبا، این بیماری یک اختلال پوستی خوش خیم است که در آن پوست به صورت لکه‌ای به طور مؤقت رنگ دانه‌های خود را از دست می‌دهد. پتیریازیس آلبا بیشتر در کسانی که زمینه آلرژی دارند رُخ می‌دهد و قسمتی از پوست که در معرض نور آفتاب قرار دارد دچار خشکی و سفیدی می‌شود، البته سفیدی آن مانند سفیدی بیماری ویتیلیگو نیست که پوست کاملاً رنگ دانه‌هایش را از دست بدهد. پتیریازیس آلبا درمان خاص ندارد، اما معمولاً تا سن 20 الی 30 سالگی لکه‌ها از بین می‌رود.



## معرفی ولایت ارزگان



اکثر باشندگان این ولایت را پشتون ها تشکیل داده اند شماری اندک هزاره نیز در آن به سر می برند.

قبیله های مهم پشتون در این ولایت عبارت است پوپلزی، اشکزی، نورزی، بارکزی، الکوزی و درانی، درکنار عشایر یاد شده کوچی ها نیز در آن جا زنده گی می کنند .

### سابقه یا قدامت تاریخی

ارزگان با منطقه باستانی اراکوزیا پیوند داشت ، قبل از میلاد کنترل آن در دست سکندر مقدونی بود و با مرور زمان تحت حاکمیت آشوکای بودایی قرار گرفت.

در قرن ۷ میلادی زمانی که اعراب به هدف نشر و دعوت اسلام وارد کشور ما شدند، فوشنجیان و صفاریان در آن حاکم بودند و پس از آن در قرن ۹ غزنوی ها، غوری ها و منگولی ها در آن حاکم گردیده و تا قرن ۱۷ در کندهار و مناطق اطراف آن حکومت نمودند. هنگامی که احمدشاه درانی به قدرت رسید، درنخستین اقدام ارزگان را تحت سیطره ای خویش درآورد.

ارزگان که به نام های روزگان یا اروزگان نیز مسمی گردیده از جمله ۳۴ ولایت افغانستان است.

ارزگان بین ولایات کندهار، غزنی، دایکنندی، زابل و هلمند موقعیت دارد که یکی از ولایات مرکزی افغانستان شمرده می شود، اما شماری دیگر، آن را از جمله ولایات جنوبی کشور می دانند .

این ولایت از جنوب با ولایت زابل و کندهار، از جنوب غرب با هلمند، از شمال با دایکنندی و از شرق با ولایت غزنی هم سرحد است.

### مساحت عمومی

ارزگان بیشتر از ۱۲،۵ هزار کیلومتر مربع مساحت دارد و از مرز ای ولایات نسبتاً پس مانده کشور به شمار می آید. ۷۲ درصد مساحت این ولایت را کوه ها بزرگ و کوچک تشکیل داده و ۲۱ درصد دیگر آن زمین های هموار می باشد .

نفوس این ولایت به اساس آمار سال ۲۰۱۱ میلادی ۳۲۸ هزار تن تخمین شده است .



مختلف کشورهای همسایه صورت گرفته. یک مرکز بزرگ شاهان یفتلی و زابل شاهان زابل کنونی است که در جنوب شرق ولایت ارزگان موقعیت دارد. از نام این ولایت در برخی بیشتر نوشته ها و متون تاریخی به ویژه در آثار نویسندگان دور اسلام تذکر یافته است. رویداد های بیشتر زمان زابلیان و رتبیلان در صفحات تاریخ ثبت گردیده که به شکل متواتر برای دو قرن از پیشرفت اعراب جلوگیری کرده و قهرمانی خود را در مقابل مهاجمین پی در پی نشان داده است.

آثار ده ها بنای تاریخی در هر ولسوالی ولایت ارزگان به چشم می خورد، اما متأسفانه تاکنون مورد توجه دولت افغانستان و نه هم محققان معاصر کشور قرار نگرفته است. مرحوم استاد علامه حبیبی که از محققان معاصر است یگانه پژوهشگری است که ضمن سفرهای تاریخی به این ولایت، سنگ نوشته های باستانی این ولایت بررسی کرده و از برخی حوادث تاریخی ارزگان یاد آوری کرده دارای ارزش باستانی است.

### مشاهیر

ملا محمد عمر، وکیل عبدالغفور خان کاکر، دلاورخان، محمد شریف خان مهاجر، حاجی محمد عمر خسان، بلاد خان، حاجی خدایساد خان، عبدالرحیم خان، غلام محمد خان، داد محمد خان خروتنی، شهزاده خان و عبدالغنی خان اخکزی از چهره های مشهور این ولایت به شمار می آیند.

### رسانه ها

رادیو ملی، رادیو پیوستون غر، رادیو ارزگان غر و رادیو سیمه ییزه از رادیوهای فعال این ولایت است، از نشریات رادیویی، رادیو نوا، سبا

ارزگان در هنگام تجاوز اتحاد شوروی سابق شاهد جنگ های بزرگ بود و در آن زمان جان محمدخان رهبری مجاهدین را در این ولایت به عهده داشت. در سال ۱۹۹۴ میلادی تحت حاکمیت رژیم طالبان درآمد، تا سال ۲۰۰۱ میلادی طالبان فرمانوای این منطقه بودند، پس از آغاز تهاجم غرب به رهبری ایالات متحده امریکا، حامد کرزی رئیس جمهور پیشین با هوا خواهانش وارد این منطقه گردید که تاکنون جزء از مناطقی است که زیر قلمروی حکومت افغانستان قرار دارد.

### معارف

سطح سواد در این ولایت خیلی پایین است، تعدادی اندکی از باشندگان این ولایت نسبت به سایر ولایات به مکتب می روند؛ در قسمت دست رسی به خدمات صحی نیز وضعیت قناعت بخشی ندارد، بررغم وجود همه مشکلات و چالش ها اخیراً کارهای نیز در حصه بازسازی و نوسازی در این ولایت صورت گرفته است.

یک دانشکده تعلیم و تربیه، یک باب دارالمعلمین، دو باب دارالعلوم، ۴۸ باب مکتب لیس، ۴۰ باب مکتب متوسطه ۱۵۸ ابتدائیه و ۵۳ مرکز سواد آموزی در این ولایت فعالیت دارد.

### آثار تاریخی

در شهر ترینکوت و سایر ولسوالی های این ولایت نمونه ها و سازه های مناطق تاریخی و باستانی موجود است که هر یک آن ارزش مطالعات علمی و تحقیقی را دارد.

موقعیت جغرافیایی ولایت ارزگان بدون شک نشان می دهد که موقف خود را از نگاه نظامی، اقتصادی و سیاسی حفظ کرده است. یک ثبوت آشکار این ادعا ما تحقیقاتی است که در مناطق





برگزار می شود، همچنان نهاد های فرهنگی نیز در این ولایت آغاز به فعالیت کرده است .

#### صنعت

صنایع دستی ارزگانی ها تا حدی بیشتر برای فروش به ولایات دیگر نیز فرستاده می شود، گرچه کارگاه صنعتی در این ولایت وجود ندارد، اما صنایع دستی میان زنان این ولایت رواج دارد که عبارت است از خامک دوزی، قالین بافی، گیلیم سازی و سایر صنایع دستی کوچک.

#### آب بند ها

بندهای کوچک آب نیز در این ولایت وجود دارد که عبارت است از بند آغا جان ، بند منی غار و بند ملیزو که تنها برای آبیاری زمین ها مورد استفاده قرار می گیرد.

#### ورزش

ورزش های عنعنوی سابق چون خوسی، دوره، تنده خره و بجلی و همچنان والیبال، باسکتبال، فوتبال و ورزش های رزمی چون تکواندو، کاراته و جودو در این ولایت مروج است، اما خیراً بازی کرکت نیز در این ولایت بسیار رایج گردیده و این ولایت اکنون دارای یک تیم کرکت رسمی است .

#### واحد های اداری ولایت ارزگان

ولایت ارزگان به شمول مرکز هشت واحد اداری دارد. این

تلویزیون ، بی بی سی رادیو ، آزادی رادیو که از مرکز پخش می شود، در این ولایت قابل شنیدن می باشد. متأسفانه در این ولایت کدام رسانه چاپی وجود ندارد .

#### محصولات زراعی

نود و هشت در صد باشندگان این ولایت زراعت پیشه اند و محصولات مهم زراعی آنها عبارت است از: گندم، جواری، ماش، تریاک، زیره و برنج.

#### محصولات اشجاری

بادام، چهار مغز، کشته، کشمش، توت و سنجد محصولاتی اند که از درختان و باغهای این ولایت به دست می آید.

#### فرهنگ

بررغم این که فرهنگ این ولایت در شکن اعصار و قرون متمادی تهاجمات گوناگون را پشت سر گذاشته، اما هنوز هم زنده است، اکثریت مشکلات و منازعات این ولایت توسط جرگه های محلی و ریش سفیدان حل و فصل می گردد و باشندگان این ولایت با لباس دراز، لونگی سیاه ، ریش دراز و لباس های قدیمی شناخته می شوند .

یک عنعنه که سابق در این ولایت بجا مانده این است که خرد سالان دست بزرگان را می بوسند و در حضور آنان سخن نمی گویند. اخیراً فرهنگ مطالعه و نوشتن کتاب در این ولایت توسعه یافته و همه ساله مشاعره ها در ولسوالی ارزگان خاص این ولایت





دارد، باشندگان این ولسوالی نیز مصروف زراعت و مالداري اند و شماری اندک باشندگان آن امور زنده گی شان را در شهر ترینکوت به پیش می برند. این ناحیه با جنگلات وسیع پوشانده شده است، که به زیبایی آن افزوده است. در این ناحیه شماری زیادی مناطق تاریخی نیز وجود دارد، که از آن جمله توره چینی، کاروان غوندی و زیارت نیکه جان شایان ذکر است.

#### 4- چارچینو (شهید حساس)

این ولسوالی در حدود ۶۰ کیلومتری شمال غرب ترینکوت موقعیت دارد. باشندگان آن مانند باشندگان نواحی دیگر سرگرم کشاورزی استند و مهمترین حاصلات آن گندم و جواری می باشد.

#### 5- گیزاب

ولسوالی یاد شده در حدود ۷۰ کیلومتری شمال ترینکوت موقعیت دارد، دارای باغ های میوه تازه می باشد و دریای هلمند از قلب آن عبور می کند، اکثر مردم آن مصروف زراعت و مالداري می باشند.

#### 6- ارزگان خاص

این ولسوالی در ۹۰ کیلومتری شمال شرق ترینکوت موقعیت دارد. هوای آن نسبت به نواحی مجاور دیگر گرم است. این جا درکنار پشتون ها هزاره ها نیز امرار حیات می نمایند. وضع تعلیم و تربیت در این جا خوب است. در کنار پسران دختران نیز به مکتب می روند.

منبع: ویکی پدیا

ولایت در گذشته دارای شش واحد اداری بود. در این اواخر دو ولسوالی دیگر نیز دریدنه ای واحد های اداری این ولایت از جانب دولت منظور شده است.

ولسوالی های آن عبارت از دهر اوود، چوره، گیزاب، چارچینو و خاص ارزگان بوده و مرکز آن شهر «ترینکوت» است، اما در این اواخر ولسوالی های سراب و چنارتو نیز ساخته شده است، که تا حال امور رسمی آن به شکل منظم آغاز نشده است.

#### 1- ترینکوت

ترینکوت مرکز ولایت ارزگان است، که در قلب ولایت موقعیت دارد، با ولایات کندهار و دایکنندی سرحد مشترک دارد. در آن جا در پهلوی میدان هوایی ملکی و نظامی تمام ادارات دولتی فعالیت دارند. ترینکوت زمین های وسیع زراعتی دارد و اکثر باشندگان این ولایت در همین شهر زنده گی می کنند.

#### 2- دهر اوود

این ولسوالی در ۳۵ کیلومتری غرب ترینکوت موقعیت دارد که دارای زمین های وسیع زراعتی و باغ های ثمرخیز می باشد، دریای هلمند نیز از این ولسوالی عبور کرده و زمین های زراعتی آن را آبیاری می کند. باشندگان این ولسوالی با تعلیم علاقه خاص دارند شماری از باشندگان این ولسوالی در کشورهای خارج زنده گی می کنند. ازنگاه پیدا وار زراعتی در این ناحیه بیشتر گندم، جواری و برنج کشت می شود.

#### 3- چوره

ولسوالی چوره در ۳۵ کیلومتری شمال شرق ترینکوت موقعیت





## عجیب و غریب ترین قوانین در کشورهای مختلف دنیا



### ادرار کردن در دریای کشور پرتگال

ادرار کردن در دریای کشور پرتگال غیر قانونی است البته این کار در هر جای دنیا پسندیده و درست نیست.

### قانون پنسیلوانیا درباره تا زدن اسکناس

در پنسیلوانیا امریکا، خلاف قانون است که اسکناس را تا بزنید و سپس سعی کنید آن را صاف کنید.

### بیرون رفتن با لباس زیر در تایلند ممنوع

در تایلند، اگر لباس زیر به تن داشته باشید نمی توانید خانه را ترک کنید البته چه کسی می داند چه بر تن دارید؟

تبعات سنگین فراموش کردن روز تولد همسر در  
ساموا

در ساموا، فراموش کردن روز تولد همسر غیر قانونی و ممکن است تبعات سنگینی برای فرد داشته باشد.

### یک قانون عاقلانه در نگراس

در نگراس، تهدید کردن کسی با تفنگ غیر قانونی است این قانون عاقلانه و برای مصونیت افراد لازم است.

### حمل بستنی در جیب در کنتاکی ممنوع!

در کنتاکی، حمل بستنی (آیسکریم) در جیب افراد غیر

هر کشوری قوانین خاص خود را دارد و مردم آن کشور ناگزیرند که به این قوانین احترام بگذارند، اما برخی از این قوانین برای مردم کشورهای دیگر عجیب و خنده دار به نظر می رسد. جالب است بدانید که هنوز در برخی از متمدن ترین کشورهای دنیا نیز قوانین عجیبی که تصور اجرای آنها دور از ذهن است، اجرا می شوند.

اگر می خواهید به کشور دیگری سفر کنید، بهتر است از قبل با قوانین و مقررات عجیب آن آشنا شوید؛ زیرا با ورود به آن کشور باید از این قوانین پیروی کنید. در ادامه این مقاله از مجموعه مقالات آکآپ، گلچینی از قوانین عجیب و غریبی که در کشورهای مختلف جهان در حال اجرا است را مشاهده خواهید کرد.

در اسکاتلند، اگر کسی در خانه را بزند و نیاز به استفاده از توالت داشته باشد، باید به آن ها اجازه دهید وارد شوند و از سرویس بهداشتی استفاده کند بهتر است که در اسکاتلند جواب کسی را ندهید، مگر این که منتظر کسی باشید.

### قانون آلاباما درباره کشتی خرس

کشتی خرس در آلاباما غیر قانونی است و دلیل خوبی دارد چون مطمئن هستیم خرس در هر مسابقه برنده می شود.

### عدم وجود سن قانونی ازدواج در عربستان

در عربستان سعودی، حداقل سن ازدواج وجود ندارد. در سال 2008، دادگاه سعودی خواسته دختر 8 ساله را رد کرد که خواستار طلاق از همسر 58 ساله اش بود.

### دستگیری افراد مبتلا به ایدز در یونان

در یونان، پلیس مجاز است هر کس مظنون به ویروس اچ آی وی را دستگیر کند. پلیس همچنین مجاز است تا تست اچ آی وی و نام افراد مبتلا به اچ آی وی را به اطلاع عموم برساند.

### غیر قانونی بودن طلاق در فیلیپین و واتیکان

دو کشوری که طلاق در آنجا غیر قانونی به شمار می رود فیلیپین و واتیکان است.

### غذا دادن به کبوترها در ایتالیا

غذا دادن به پرندگان در ونیز ایتالیا ممنوع است؛ زیرا مقامات برا این باورند که پرندگان برای سلامتی خطر ناک هستند و ممکن است به آثار باستانی آسیب بزنند اگر فردی این کار را انجام دهد 700 دالر جریمه می شود.

### ساجق جویدن در سنگاپور

در سنگاپور فروش ساجق غیر صحتی یا جویدن ساجق معمولی 1000 دالر جریمه دارد. جریمه دوم 2000 دالر و مجبور به پاک کردن بخش عمومی شهر برای یک روز می شوید.

### قانونی در چین درباره رسیدگی به پدر و مادر

در جولای 2013 قانون در چین تصویب شد که می گوید فرزندان بزرگ سال باید از والدین خود بازدید کنند و آن ها باید به نیازهای روحی پدر و مادرشان رسیدگی کنند.

### گرفتن ماهی آزاد و نگهداری آن در بریتانیا

در بریتانیا، گرفتن ماهی آزاد و نگهداری آن در شرایط مشکوک غیر قانونی است اما منظور از شرایط مشکوک همچنان مشخص نیست.

قانونی به شمار می رود زیرا ممکن است در طی مسیر آب شود و لباس ها را آلوده کند.

### استفاده از تنگ های آب پاش در کامبودیا

در کامبودیا فروش و واردات تنگ آب پاش ممنوع است افراد از آن در مراسم سال نو استفاده و ترس، نا آرامی بین مردم ایجاد می کنند.

### فروختن خمیر دندان و مسواک در رود آیلند

در رود آیلند، فروختن خمیر دندان و مسواک در روز یکشنبه غیر قانونی است. مطمئن شوید که روز شنبه زمانی که اشکالی ندارد به محصولات دندان پزشکی خود نگاه کنید و یا چند بار سفر خود را در روز یک شنبه انجام دهید.

### منفجر کردن وسیله هسته ای در چیکو، کالیفرنیا

در چیکو، کالیفرنیا، قانون تصریح می کند اگر کسی یک وسیله هسته ای را در محدوده شهر منفجر سازد، 500 دالر جریمه دارد. چیکو باید واقعا برای بازسازی ارزان باشد.

### قانون گرفتن ماهی در شیکاگو

نمی توانید هم زمان با نشستن بر روی گردن زرافه در شیکاگو، ماهی بگیرید. خوشبختانه، برای پیدا کردن زرافه در شیکاگو باید سخت تلاش کنید.

### دسترسی به ایمیل بدون مجوز در ایالات متحده

از سال 1986، مقامات ایالات متحده حق قانونی برای دسترسی به ایمیل قدیمی 180 روزه بدون مجوز داشتند.

### قانون عجیب کتک زدن خانم ها توسط همسر در

#### آرکانزاس

در آرکانزاس قانونی وجود دارد که در دهه 1800 میلادی به تصویب رسید که می گوید شوهر مجاز است همسرش را کتک بزند، اما تنها یک بار در ماه.

### ممنوعیت های زنان در عربستان

در عربستان قانونی وجود دارد که زنان اجازه رانندگی ندارند و حتی چندین سال قبل حق رأی نداشتند.





## داغ‌ترین شیء جهان چیست؟



در زمان به عقب برگردیم، جهان بدون هیچ محدودیتی فشرده تر، چگال تر و داغ‌تر می‌شود. تکینگی (singularity) بیگ بنگ باعث نقض نظریه گرانش انیشتین می‌شود، درست در همان نقطه‌ای که مقادیر چگالی و دمای ماده و همچنین تشعشع به بی‌نهایت میل می‌کند. بنابراین برای این که بتوانیم نگاه درستی به بیگ بنگ داشته باشیم باید معادلات انیشتین را با استفاده از مکانیک کوانتوم اصلاح کنیم.

متأسفانه هنوز تئوری قابل اعتمادی در زمینه گرانش کوانتومی در دست نداریم تا بفهمیم که در هنگام بیگ بنگ و پس از آن چه اتفاقی رخ داده است. پدیده‌های دیگری مانند سیاهچاله‌ها هم وجود دارند که امیدواریم بتوانیم با بهره‌گیری از همین تئوری‌ها در مورد آن‌ها هم اطلاعات بیشتری به دست آوریم.

جیمز بیچم؛ محقق پست دکتری فیزیک دانشگاه دوک و فیزیکدان در مرکز تحقیقاتی سرن

به نظر من داغ‌ترین اجسام شناخته شده در دنیا نقاط برخوردی هستند که در هنگام تصادم یون‌های سنگین در برخورد دهنده بزرگ

درگرمای تابستان و زمانی که زیر نور داغ خورشید در حال عرق ریختن هستید احتمالاً دمای 40 درجه به نظرتان بسیار داغ بیاید، اما در مقیاس کهکشانی قطعاً این دما بسیار ناچیز به حساب خواهد آمد. مثلاً دمای خورشید بالای 15 میلیون کلوین است با این حال احتمالاً در رقابت برای احراز جایگاه داغ‌ترین شیء جهان خورشید داغ ما هم حرفی برای گفتن نخواهد داشت.

در واقع دانشمندان موفق شده‌اند دمایی بسیار بالاتر از این را هم روی کره زمین و در قالب انرژی جنبشی و در محیط‌های میکروسکوپی تولید کنند. با این اوصاف احتمالاً تا به این جا این سوال برای شما هم پیش آمده که داغ‌ترین شیء جهان چیست و در کدام نقطه از این پهنه گسترده قرار دارد؟ در این مقاله پاسخ برخی از دانشمندان و اخترشناسان به این سوال را برای شما آورده‌ایم تا با دیدگاه آن‌ها در این زمینه آشنا شده و در مورد داغ‌ترین شیء جهان بیشتر بدانید.

آبراهام لوب؛ پروفیسور نجوم، دانشگاه هاروارد  
داغ‌ترین شیء جهان به معنای واقعی کلمه بیگ بنگ است. اگر



هادرونی (LHC) در سرن به وجود می‌آیند. دمای این برخوردها حتی بالاتر از دمایی است که برای ابرنواخترها متصور هستیم. حتی می‌توانیم تصور کنیم که موجودات پیشرفته‌تری از ما نیز در دنیا هستند که با برخورد دادن یون‌های سنگین به یکدیگر دمایی بیشتر از دست‌یافته‌های کنونی ما تولید می‌کنند.

موضوع جالب دیگری که در LHC به آن برخورد می‌کنیم وجود بیشترین و کمترین دمای جهان در یک مکان است. آهن‌ربای 27 کیلومتری که برای خم کردن و جهت دادن اشعه در تونل LHC به کار رفته در هلیوم مایع تا دمای 1.9 کلوین سرد می‌شود. یعنی حتی سردتر از دمای 2.7 کلوین در فضا. هم‌زمان نقاط برخوردی با داغ‌ترین دمای ممکن جهان در همین برخورددهنده به وجود می‌آید. ایلین تی. مایر؛ استادیار فیزیک، دانشگاه مریلند

قبل از این که به پاسخ این سوال پردازیم باید تعیین کنیم که منظورمان از داغ چیست؟ برای سنجش دمای یک جسم باید میانگین دمایی ذرات آن را در هنگام تعادل دمایی اندازه‌گیری کنیم. تعادل دمایی زمانی اتفاق می‌افتد که دیگر تبادل انرژی بین ذرات ماده وجود نداشته باشد، یعنی هر ذره تقریباً انرژی برابری با میانگین انرژی سایر ذرات آن ماده دارد. با چنین تعریفی و در نظر گرفتن این که ماده مذکور برای مدت طولانی در این تعادل دمایی باقی بمانند می‌توانم دو پاسخ به این سوال بدهم.

در یک سو مرکز ستارگان قرار می‌گیرند. پلاسمای موجود در آن‌ها آن قدر چگال است که عناصر با یکدیگر همجوشی پیدا می‌کنند. ستارگان عظیمی که با سرعت می‌سوزند دمایی نزدیک به 200 میلیون درجه در مرکز خود دارند. از سوی دیگر گازهای بین کهکشان‌ها در خوشه‌های کهکشانی ممکن است دمایی برابر با صدها میلیون درجه داشته باشند. این که این گازها چطور به چنین دمایی می‌رسند هنوز مورد بررسی قرار دارد با این حال بعضی‌ها احتمال می‌دهند که گرم شدن آن‌ها به خاطر انفجار سیاه چاله‌های غول‌پیکر موجود در کهکشان‌های آن خوشه باشد.

البته یک مورد دیگر هست که می‌تواند این دورا در رقابت کنار بزند، آن‌هم ستارگان عظیم در سست در لحظه تبدیلشان به ابرنواختر هستند. دما در چنین حالتی می‌تواند به میلیاردها درجه برسد.

اسپنسر کلاین؛ دانشمند ارشد آزمایشگاه لورنس برکلی و فیزیکدان محقق در یوسی برکلی

پاسخ این سوال به تعریف ما از شی برمی‌گردد. از آن جا که دما معیاری از انرژی میانگین هر ذره است، بنابراین تنها زمانی می‌توانیم

دما را اندازه بگیریم که تعداد زیادی ذره به انرژی میانگین یکسان برسند. ما هیچ‌وقت در مورد دمای یک اتم تک صحبت نمی‌کنیم، همین‌طور زمانی که هر ذره انرژی متفاوتی دارد نمی‌توانیم دمای آن ماده را اندازه‌گیری کنیم.

عموماً ما 100 تا 1000 ذره را برای بررسی تعادل دمایی مورد بررسی قرار می‌دهیم. با این محدودیت داغ‌ترین شی زمینی پلاسمای گلوئن کوارک (QGP) است که در برخورد دهنده هادرونی بزرگ در سرن بر اثر برخورد دو هسته اتم سرب به وجود می‌آید. این ماده از هزاران کوارک و گلوئن تشکیل شده که در هنگام تبدیل انرژی جنبشی هسته اتم سرب به ماده هسته‌ای به وجود می‌آید. کوارک‌ها و گلوئن‌ها در نهایت خنک و منبسط شده تا با ترکیب شدن شان پروتون و سایر هادرون‌ها شکل بگیرد.

در این پروسه بیشترین دما زمانی اتفاق می‌افتد که کوارک‌ها و گلوئن‌ها به اندازه‌ای با هم تراکنش داشته باشند که به تعادل دمایی برسند. این وضعیت هنوز دقیقاً مشخص نیست بنابراین تعریف یک زمان دقیق برای هنگامی که QGP به عنوان یک ماده به تعادل دمایی می‌رسد آسان نیست.

البته اگر این مسأله محدودیتی از نظر فضا و زمان نداشته باشد، می‌توان گفت بیگ بنگ دمای خیلی بالاتری نسبت به QGP داشته است.

کوین ای. پیمبلت؛ مدرس ارشد اخترشناسی، دانشگاه هال انگلستان

اگر تعریف مان از دنیا را به هر چیزی که تا به حال اتفاق افتاده بسط دهیم، بنابراین داغ‌ترین شی جهان که تا به حال وجود داشته خود بیگ بنگ است. در حال حاضر تخمین زده می‌شود دما در زمان بیگ بنگ حدود 10<sup>32</sup> کلوین بوده است. این دما برای ما قابل درک نیست و هنوز ابزارهای مناسب را برای اندازه‌گیری آن را در اختیار نداریم.

اما دماهایی که می‌توانیم اندازه‌گیری کنیم چطور؟ خوشبختانه ما روی زمین توانسته‌ایم دماهای بسیار زیادی را اندازه‌گیری کنیم. مثلاً در سال 2012 برخورددهنده هادرونی بزرگ در سرن با برخورد دادن یون‌های سنگینی که در کسری کمتر از سرعت نور حرکت می‌کردند، توانست دمایی در حدود 5 تریلیارد کلوین را تولید کند. این بیشترین دمای شناخته شده برای ماست.

علاوه بر این‌ها مرکز یک ستاره بعد از فروپاشی آنقدر داغ است که دمایی در حد ده‌ها میلیارد کلوین دارد. منبع: وبسایت دیجیاتو





## سگرت څکول «سترگې او سپرې» خرابوي



ورثيا ترې اخلي.

بله يې دا چې د غير سگرتي خلکو پرته ۱۶ برابره ډېر يې شونتيا شته چې خپل ليد يوځلي له لاسه ورکړي، ځکه سترگو ته د وينې د رسېدلو مخه نيول کېږي. د سترگو متخصصه او سلاکاره عايشه فضلاني وايي: "خلک د سگرتو او سرطان ترمنځ په اړيکه پوه شوي، خو ډېر خلک لا خبر نه دي سگرت څکول يې پر سترگو څه اغېز لري."

### د سگرتو له امله مړينې

په ۲۰۱۷ کال کې برتانيا چاپې گارډين ورځپاڼې د سگرت څکولو زيانونو په تړاو يو مطلب خپور کړ او پکې يې ليکلي و، چې په نړۍ کې د رامنځ ته کېدونکو هرو لسو مړينو يوه د سگرت څکولو له امله ده.

د يوې څېړنې موندنو بنودلې وه، چې د تباکو کارونې مخنيوي په برخه کې د هېوادونو د شته تگلارو سره سره په ۲۰۱۵ م کال کې د نړۍ په کچه يو ميليارډ وگړو سگرت څکولې وو. تمه ده چې د نړۍ د وگړو شمېر له ډېرېدو سره د سگرت څکونکو شمېر هم زيات شي.

څېړنې ويلې وو، چې په ۲۰۱۵ م کال کې د نژدې شپېږنيم ميلیون وگړو مړينه له سگرت څکولو سره تړل شوې وه، چې نيمایي دغه کسان په چين، هند، امريکا او روسيه کې ول.

سرچينه: <https://bbc.com/pashto/world-48841758>

متخصصينو خبرداری ورکړی، چې په برتانيا کې په ميليونونو کسان د سگرتو په څکولو د خپلو سترگو ليد په خطر کې اچوي.

د سترگو د متخصصينو يوه ټولنه وايي، سره له دې چې د سگرت څکولو او رنډېدو ترمنځ نېغه اړيکه شته، په پنځو کسانو کې يوازې يو يې مني چې سگرت څکول دې رنډولی شي. څېړونکې ادارې وايي، د هغو پرته چې سگرت نه څکوي د سگرتيانو د رنډېدو شونتيا دوه برابره ده. ځکه چې د تباکو لوگي د ډېرو ستونزو د پيدا کېدو او د ځينو د لا بدتر کولو لامل گرځي.

### سگرت څکول مو سترگو ته څنګه تاوان رسوي

د سگرتو لوگي زهري کيمياوي مواد لري، چې سترگې زيانمنوي. د بېلګې په ډول، درنې وسپنې لکه مس په لېنس کې ټولېدای شي. لېنس هغه رڼه برخه ده چې د سترگو د کسو ترشا ده او د رڼا وړانګې تمرکز ته ورجذبوي او د سترگو له کاتارک سره تړلی دی چې گردجنه کېږي.

سگرت څکول له شکرې سره تړلې د ليدو ستونزه نوره هم ډېرولی شي ځکه چې د سترگو ترشا د وينې رګونه زيانمنوي.

د هغو خلکو پرته چې سگرت نه څکوي، سگرتيانو ته درې برابره ډېر د دې خطر شته چې په سترگو کې يې هغه داغونه پيدا شي، چې له لوړ عمر سره تړلي دي. دا داسې ستونزه ده چې د يوه کس مرکزي ليد زيانمنوي، په دې معنا چې د يوه شي د جزياتو د ليدو





## دریچه تصاویر



انجیران افغان بیسیم در حال بازسازی آنتن، در بلندترین نقطه سالنگ



خوست کوچک، ولایت بغلان





تپه وزیر محمد اکبر خان، کابل، افغانستان



منطقه ترشت، ولسوالی ورسج، ولایت تخار



سرریعتر بزرگتر

بهتر



بسته اینترنتی هفته وار

125 افغانی  
مدت اعتبار 7 روز

فعال سازی: #1\*23\*477\*

غیر فعال سازی: #2\*23\*477\*



4G LTE



HD VOICE



@myawcc

www.afghan-wireless.com

152 (24 HRS)



# 4.75G+

اولین شبکه 4G<sub>m</sub> در افغانستان



افغان بیسلیس  
AFGHAN WIRELESS

ارتباط دهنده افغانستان  
Connecting Afghanistan

## حالا از سرعت

# 4.75G+

## لذت ببرید



HD  
VOICE



@myawcc

www.afghan-wireless.com

152  
DURRANI

### Concessionaire

AWCC

### Founder

Amin Ramin

### Chief Editor

Naqibullah Falak

naqibullah.falak@afghan-wireless.com

### Board of Editors

Wali Mohammad Sultani

Abdul Rahim Danish

Mohammad Nasir Nasiri

Hebatullah Naqid

### Pashto Editor

Abdul Haq Samoon

abdulhaq.samoon@afghan-wireless.com

### Graphic Design

Esmatullah Ahrary

### Type in Computer

Kaleemullah Niazi

### Reporter

Abdul Azim Shebli

### Photographer

Ramin Akbari

### Add

Khwaja Mula, Darul Aman Road,  
Hajari Najari Bus station. Kabul - Afghanistan.

### Website

<https://publication.afghan-wireless.com>

### Contact No

+93 (0) 703 181818

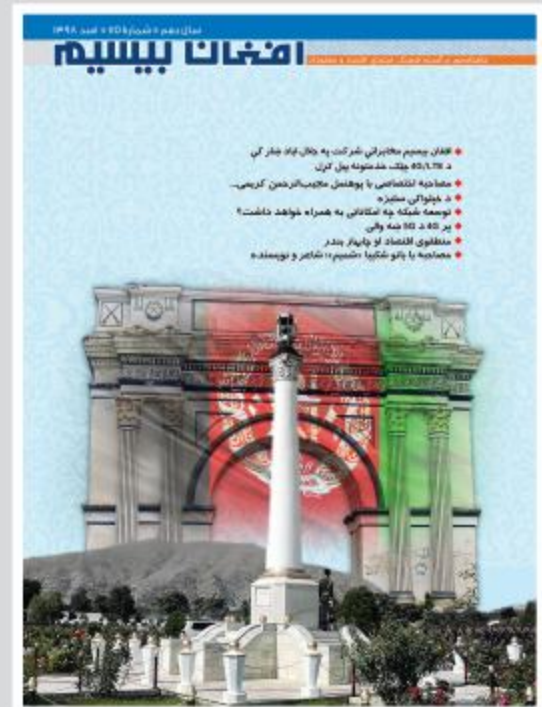
magazine@afghan-wireless.com

### Annotation

- Afghan Wireless monthly magazine office most welcomes articles from writers, social workers and essayists.
- Afghan Wireless monthly magazine office holds the rights to accept, reject, change or modify any article without informing its writer.
- Afghan Wireless monthly magazine office accepts your sound suggestions, comments and feedbacks.
- Except editorial and reports, for all other articles, their writers are responsible.



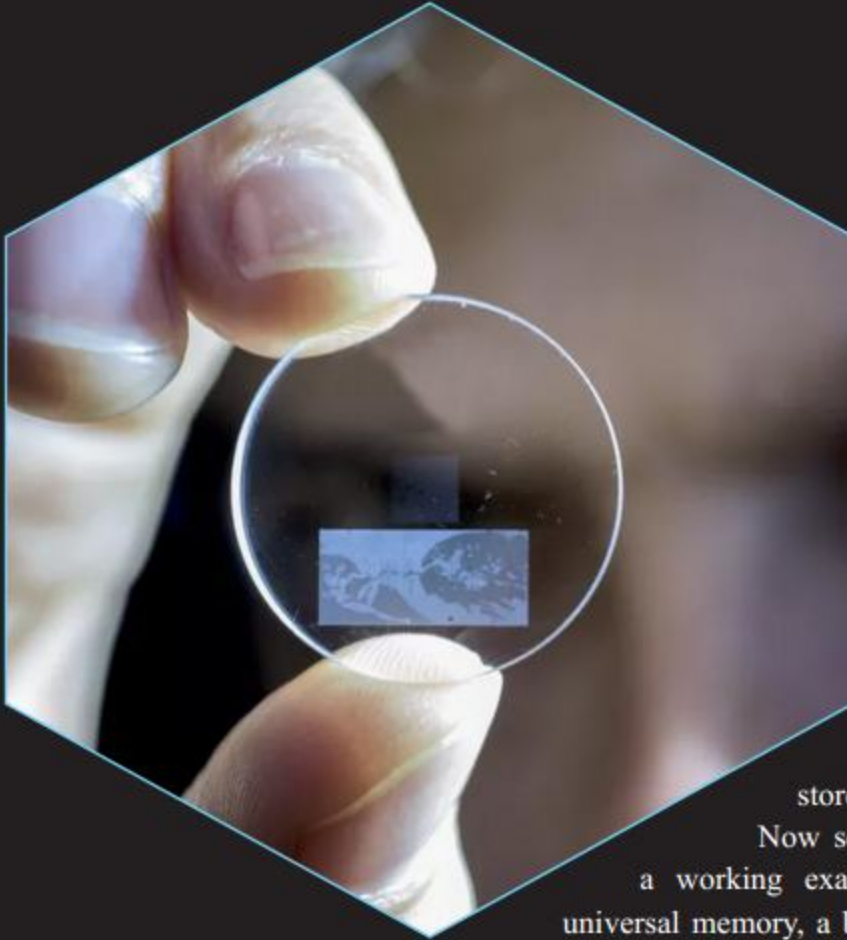
## Afghan Wireless Monthly Cultural, Social, Economic and Scientific Tenth year \* 115<sup>th</sup> Edition August 2019



### Table of contents

Scientists Create 'Universal' Computer Memory That Could Change The Way....	2
3 Easy Things You Can Do to Improve Your Business Today	4
Top 8 Reasons to Use Outlook	6
Health Benefits of Mangos	9
A Moral Story: The Fox without Tail	10





## Scientists Create 'Universal' Computer Memory That Could Change The Way We Store Data

The data from all those Instagram pictures you're posting needs to be stored somewhere, and the increasing amount of digital information we're all producing means we also need an increasing amount of energy just to store it all.

Now scientists have come up with a working example of what's known as universal memory, a brand new type of electronic memory cell that combines the best elements of existing memory tech while minimizing many of the drawbacks.

The memory cell demonstrated in this latest study was developed using a quantum mechanics approach, which was able to improve the energy efficiency of the system as electrons tunnel around it.

"Universal memory, which has robustly stored data that is easily changed, is widely considered to be unfeasible, or even impossible, but this device demonstrates its contradictory properties," says physicist Manus Hayne, from Lancaster University in the UK.

Modern-day computers, phones and data centers use two types of memory, broadly speaking. There's the RAM (Random Access Memory) that keeps all your open apps and files in memory – its super-fast, and low in energy use, but everything it stores gets lost when the power is cut.



If you've ever lost unsaved work because your computer crashed on you, you'll be aware of the limitations of RAM. Dynamic RAM or DRAM is the type most commonly used in computers, though a small amount of Static RAM (SRAM) is usually deployed on the computer's main processor as well.

Then there's flash storage: it can keep files long term - such as when you save a document or a photo to your laptop - but it's slower than RAM and is more energy intensive. It also degrades over time, though at a slow-enough rate that you shouldn't notice before you upgrade to a new device.

What scientists have managed to do here is mix

and match them both - albeit only in the lab for now, so we'll probably have to wait a while before it'll make it into our personal gadgets.

If and when it does arrive though, you won't need to upgrade your laptop's hard drive for a while.

"The ideal is to combine the advantages of both without their drawbacks, and this is what we have demonstrated," says Hayne. "Our device has an intrinsic data storage time that is predicted to exceed the age of the Universe, yet it can record or delete data using 100 times less energy than DRAM."

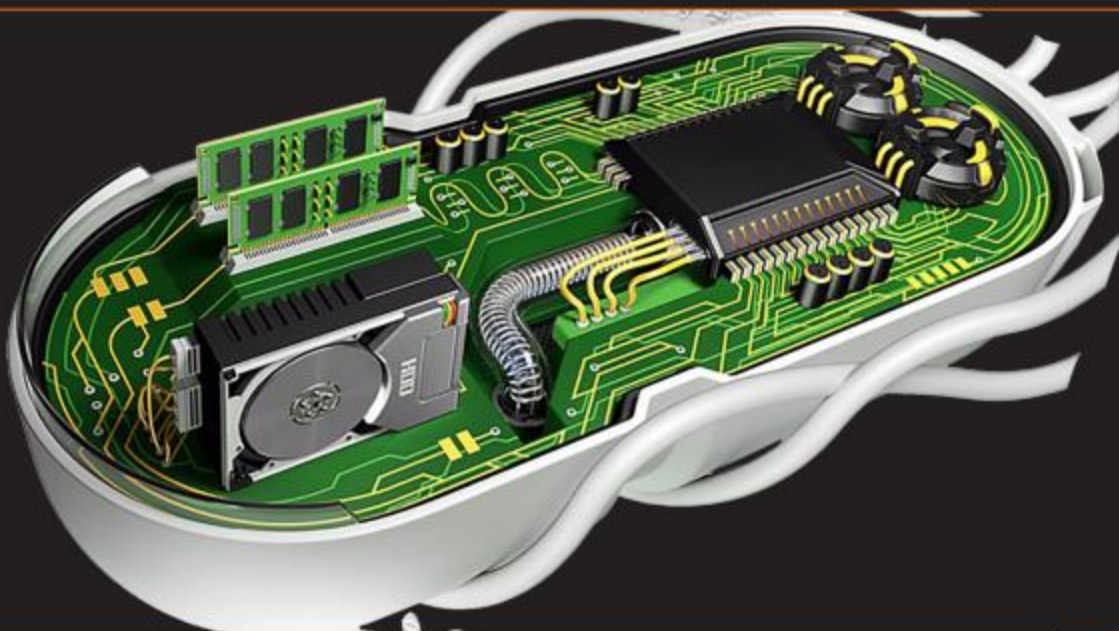
The researchers say their universal memory could reduce data center energy usage at peak times by up to a fifth. It would also enable

a new type of computer that would never need booting up, but rather instantly and imperceptibly go to sleep whenever it wasn't being used - even between key presses.

With one patent registered and another on the way, there's obviously a commercial interest in getting this new technology off the ground, and the first customers may well be the tech giants - the companies who need to store vast amounts of data - rather than phone and laptop makers.

Potentially though, it could be beneficial for anyone using a next-gen electronic device, and would mean all our social media posting and Netflix streaming doesn't drain our energy resources quite as much.

Source: Science Alert







# 3 Easy Things You Can Do to Improve Your Business Today

Entrepreneurs will do anything to improve their companies -- read leadership books, take courses, hire experts, pay for coaches and consultants, etc. These are all great things to do but there is one very simple thing we often forget to pay attention to: listening.

This might come naturally to some of us, and for the rest it might require some attention and practice, but it is a skill that anyone can acquire. And the great thing is, this is a skill

that can help you solve problems, identify opportunities, make you a better leader and -- I am not kidding -- even help you at home with your spouse and family. The best part is you can start this today and you don't have to pay anything.

The listening I'm talking about is not the kind most people do (or think they're doing). Rather, it is actual, active and intentional listening, which I've written about before. That article was about how to do it. Here, I would like to talk about who and what you should listen to, particularly these three groups.

## 1. Talk with your employees with no agenda.

Have free ranging chats with them where you ask them open ended and speculative questions (like; If you were the head of your department or CEO, what would you do in this situation?).

Ask them what their goals would be for the company this month, quarter, year. Ask them what they think about the business, what they like and what they would change. You can try



asking them what they don't like about it if you think you could get an honest answer. Ask them what they would like to do themselves, what their inspirations and challenges are, what they would like to achieve.

You can learn so much about your team members, your management team and your company processes through these conversations. They'll give you some ideas to improve how you do things and maybe even some ideas for product innovations.

If this is something you've never done before, employees might not be expecting it and therefore you might have to warm up the conversation before you really dive in.

Learning about team members is something we like to do in our business as much as we can, and is probably one of the things we enjoy most. In the last year alone, these open ended conversations have helped us move a couple of people from one department to another where their skills are better utilized, come up with a product idea and keep a key staff member who was at risk of leaving.

### **2. Invest in the relationships with your vendors/suppliers.**

Set up a time to talk and tell them you want to improve your relationship with them, invest in a stronger partnership and learn what you can do better. Vendors might be sceptical at first, especially if they are not used to anything like this, but I guarantee this will create a ton of value for you.

Ask them what they consider to be best practices and how they view your industry and they will open up. At the end, you will have a better understanding of your industry, a better and stronger relationship with your vendors, and you might even identify some quick win opportunities

together.

Recently, with one of our vendors, we found out that we were separately working on similar product innovation projects and that we could actually collaborate and bring those two separate projects together into one. This would never have happened if we hadn't sat down with this particular vendor and had an open-ended discussion with no formal agenda.

### **3. Have candid conversations with your customers.**

If you are a B2B business, it's fairly easy to set up a candid conversation with your customers. If you are B2C, you might have to rely more on tools like customer surveys.

Ask them about their pains, what they see in your industry and what they like and don't like about it, what ways your company can improve and how they interact with your team. Not only will you identify what you should change or avoid, you can find out what you're doing right and keep doing the same.

<https://www.inc.com>







## Top 8 Reasons to Use Outlook

### 1. Outlook and Microsoft Exchange Play Well Together

If your e-mail server runs Microsoft Exchange, Outlook is a no-brainer. They go together like bacon and eggs, toast and coffee, peaches and cream.

Users need to know absolutely nothing to connect. They just fire up Outlook, enter their e-mail address, and it and Exchange commune. Transparently. That cuts down on IT involvement in client configuration and allows users to switch computers easily.

### 2. Outlook Plays Well With Active Directory.

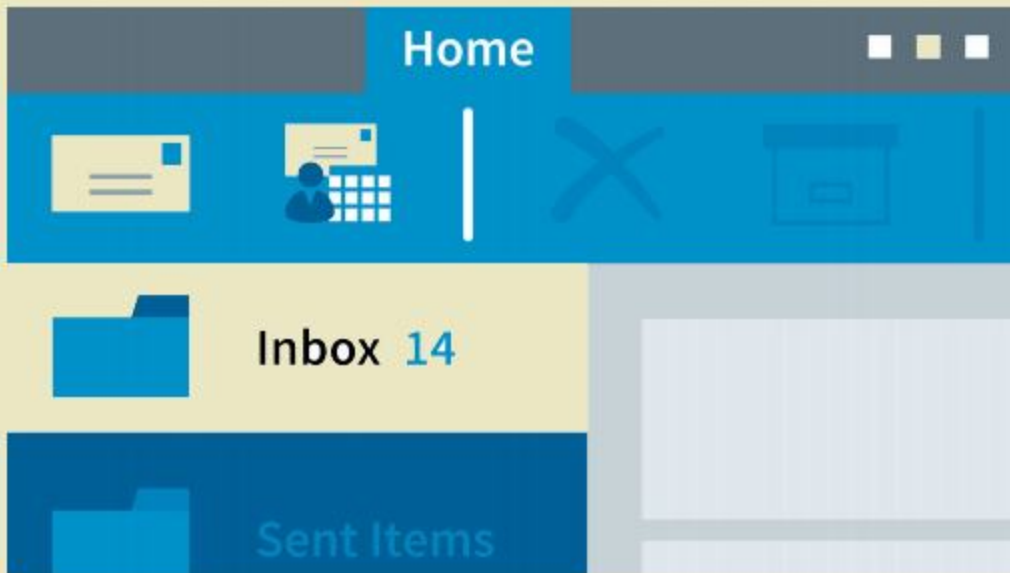
Active Directory's authentication extends to Exchange. That means that a user can simply log on to a computer, start Outlook, and her Active Directory credentials are passed to the Exchange server—no typing or separate logon required.

In fact, since the e-mail address is stored in Active Directory, a user need not even enter that information

Most of us have a love-hate relationship with e-mail. It's allegedly our servant, but, let's face it, we are often its slaves.

Many of us also have a similar relationship with our e-mail client. Whether we use a desktop e-mail client or access our messages via a Web-based interface, these are necessary tools that, at their best, can ease the burden of the e-mail onslaught. And at their worst they help us learn some Very Bad Language. In corporate circles, that desktop e-mail client is often Microsoft Outlook.





if authenticating through AD. Outlook automatically figures out the right e-mail address (and, yes, you can bypass that functionality if you need to), log you in and you're good to go.

### **3. Outlook Integrates with Many Devices and Applications**

If you're possessed by any sort of PDA or smartphone, there's a way to synch it with Outlook. Some vendors don't even provide a native personal information manager for their devices, but rely on the fact that most customers have a copy of Outlook that does the trick very nicely.

Even third party add-on applications for devices like BlackBerry or various Windows Mobile models manage to talk to Outlook. Skype talks to Outlook. ACT! Talks to Outlook. In fact, it's hard to find a desktop tool that doesn't talk to Outlook. And you can find dozens of little add-ins that extend Outlook even farther-check out Office Addins.com for example.

### **4. Outlook Expedites Workflow**

Outlook's messaging isn't limited to mere e-mail. Companies can set up workflows for functions such as online voting. For example, if a group wants to decide on a location for a festive lunch, the coordinator can send a message offering several options. Recipients simply click a voting button within the e-mail message to send their responses.

Using Outlook's forms feature, things like requests for time off can be automatically routed to approvers, and the reply returned to the user.

### **5. Outlook's User Interface is Familiar**

Since Microsoft Office is the market leader in productivity software, the Outlook user interface is familiar to users, cutting down on the learning curve. Sure, there's a ton of functionality to discover, but the basics are relatively intuitive to someone who's used to Microsoft Office. That can save a bundle in training costs.





And since the familiarity extends to the development environment, it's also relatively easy for developers using Microsoft Visual Studio to interface with Outlook, either to add functionality or to tie it to other corporate applications.

### 6. Outlook Offers Integrated Calendar, Tasks, etc.

Outlook includes an address book, calendar, task list and virtual sticky notes. All pieces are integrated; dragging and dropping an e-mail

### 7. Believe It or Not, Outlook Has Pretty Good Security

Yes, I know Microsoft has a bad reputation on the security front. But Outlook 2007, in particular, has good junk mail filtering (as long as you keep it up-to-date), blocks external content such as web bugs and downloaded images and data from foreign sites, disallows executable attachments and prevents the execution of ActiveX applets, by default. You can bypass the security if you like, but it has to be a conscious decision.

### 8. Outlook Offers One-Stop E-mail

You're not limited to a single account in Outlook. Several accounts using different protocols (including POP3 and IMAP) can feed into the same set of folders, and be managed with one set of rules. Or, if you prefer, they can be sorted into separate folders by account. You choose.

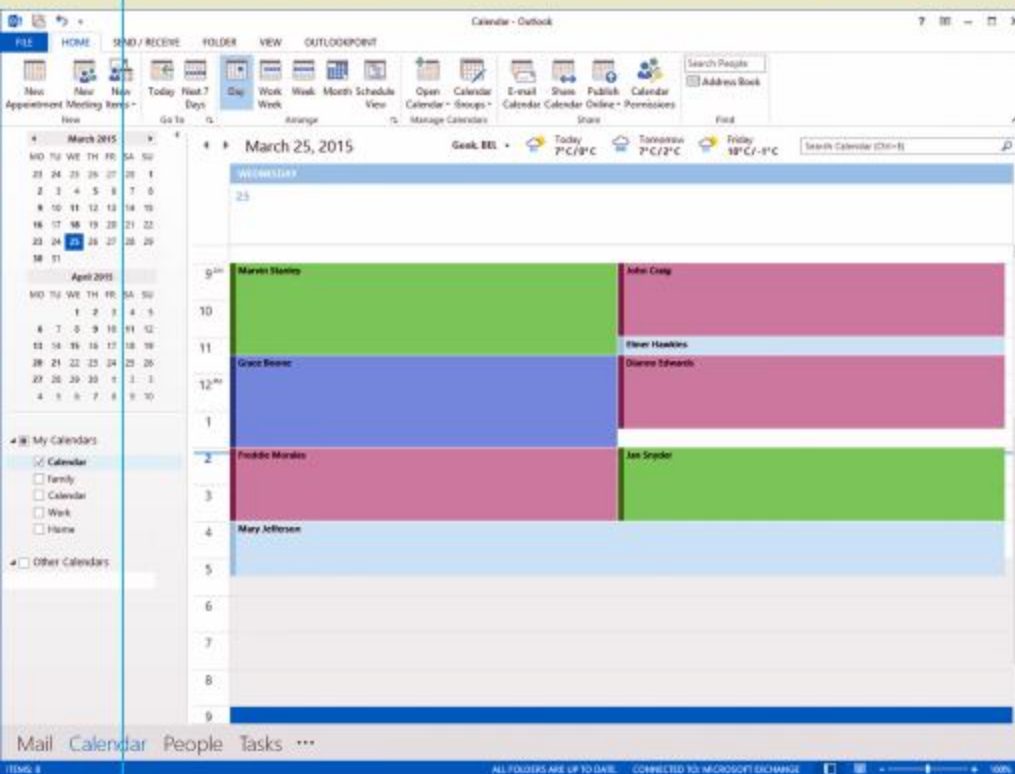
Yes, other e-mail clients can integrate multiple accounts, but Outlook's advantage lies in its native

message can create an appointment or a task or a note. Tasks may be delegated with a click or two. Not only does the responsible victim get informed of the job he's inherited, but the delegator can get regular status reports. And with the purchase of the version containing Microsoft Business Contact Manager, Outlook becomes a business in a box for a small enterprise.

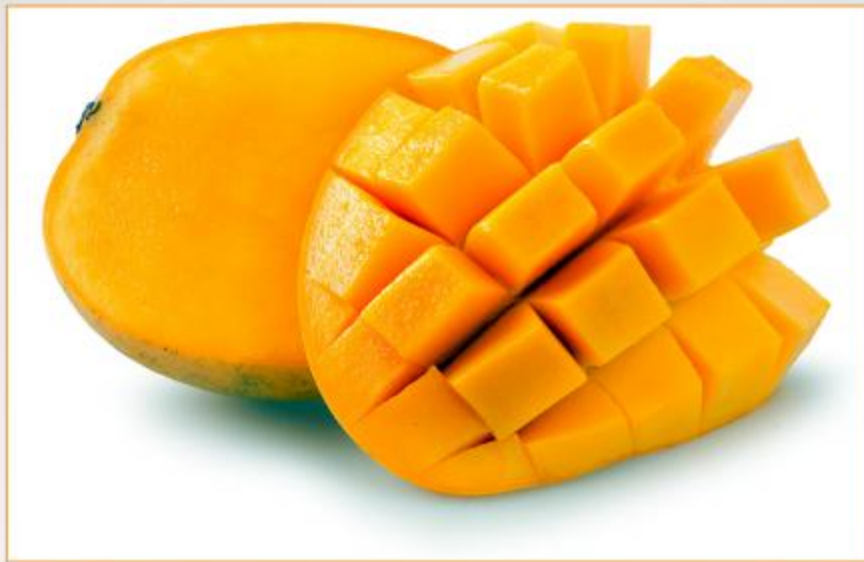
support for Exchange.

Of course, in the grand scheme of things, it all comes down to picking the right tool for the job, and that job is primarily e-mail. Microsoft Outlook is now robust, secure and versatile enough to be that tool. The extra functionality is just the cherry on the sundae for lucky Outlook users.

Source: [www.pcworld.com](http://www.pcworld.com)







## Health Benefits of Mangos

Mangos taste so good that people forget they are also healthy! Discover how the “king of fruits” can help you, plus why monkeys eat mango seeds and a few mango cautions and concerns.

### 1. Prevents Cancer:

Research has shown antioxidant compounds in mango fruit have been found to protect against colon, breast, leukemia and prostate cancers. These compounds include quercetin, isoquercitrin, astragalin, fisetin, gallic acid and methylgallat, as well as the abundant enzymes.

### 2. Lowers Cholesterol:

The high levels of fiber, pectin and vitamin C help to lower serum cholesterol levels, specifically Low-Density Lipoprotein (the bad stuff).

### 3. Clears the Skin:

Can be used both internally and externally for the skin. Mangos help clear clogged pores and eliminate pimples.

### 4. Improves Eye Health:

One cup of sliced mangoes supplies 25 percent of the needed daily value of vitamin A, which promotes good eyesight and prevents night blindness and dry eyes.

### 5. Alkalizes the Whole Body:

The tartaric acid, malic acid, and a trace of citric acid found in the fruit help to maintain the alkali reserve of the body.

### 6. May Help with Diabetes:

Mango leaves help normalize insulin levels in the blood. The remedy involves





boiling leaves in water, soaking through the night and then consuming the filtered decoction in the morning. Mango fruit also has a relatively low glycemic index (41-60) so moderate quantities will not spike your sugar levels.

#### **7. Promotes Healthy Sex:**

Mangos are a great source of vitamin E. Even though the popular connection between sex drive and vitamin E was originally created by a mistaken generalization on rat studies, further research has shown balanced proper amounts (from whole foods) does help.

#### **8. Improves Digestion:**

Papayas are not the only fruit that contain enzymes for breaking down protein. There are several fruits, including mangoes, which have this

healthful quality. The fiber in mangos also helps digestion and elimination.

#### **9. Helps Fight Heat Stroke:**

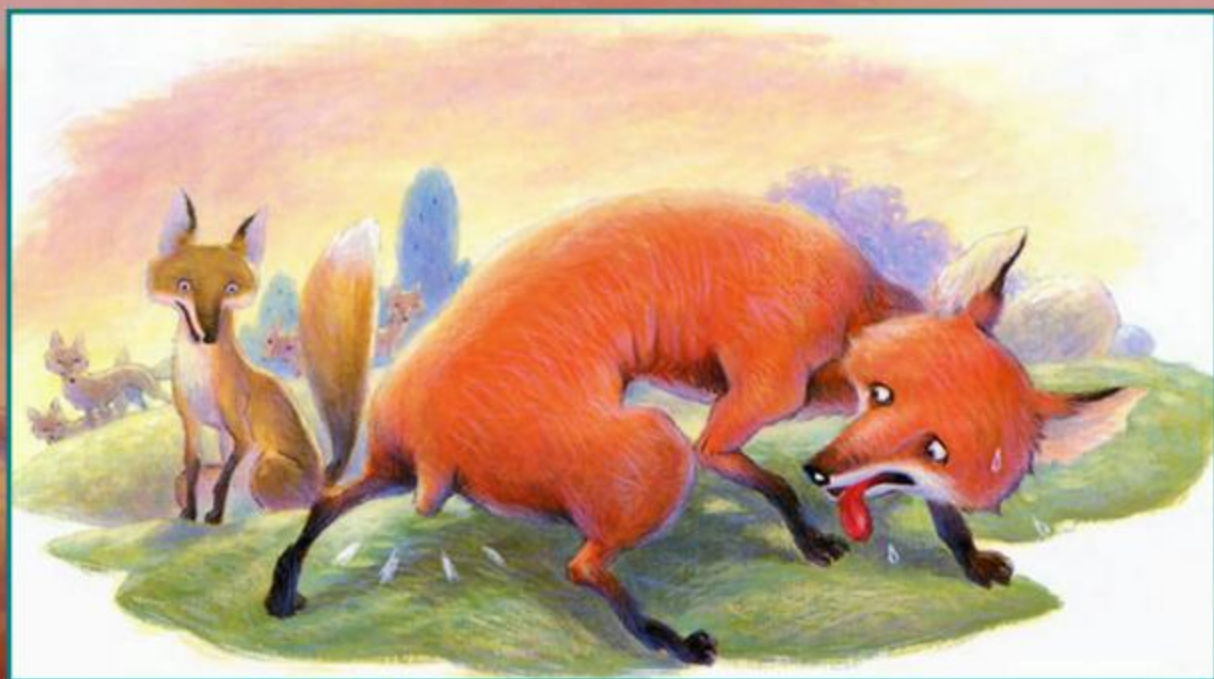
Juicing the fruit from green mango and mixing with water and a sweetener helps to cool down the body and prevent harm from overheating. From an ayurvedic viewpoint, the reason people often get diuretic and exhausted when visiting equatorial climates is because the strong “sun energy” is burning up your body, particularly the muscles. The kidneys then become overloaded with the toxins from this process.

#### **10. Boosts the Immune System:**

The generous amounts of vitamin C and vitamin A in mangos, plus 25 different kinds of carotenoids keep your immune system healthy and strong.

Source: [www.care2.com](http://www.care2.com)





## A Moral Story:

# The Fox without Tail

A fox was stealthily crossing a field. But alas, he got trapped. He tried hard to come out of the trap. At last he made it. But his tail got cut off. He was ashamed of his loss.

Back in the Jungle a few of his friends saw him without his tail and asked “What happened?”

The fox did not want to accept his ill fate. He said, “The tail is just an extra weight. I cut it off “. But his clever friends could guess the reality and they asked, “If that is the case, why are you sad”.

The fox did not know what to say now. He went away without giving an answer.

**MORAL:** Empty words cannot become facts.