



آبده چهل دختران دره اسپای منطقه الله یار ولایت غور

الله یار

نشریه سنا، فرهنگی و اجتماعی جوانان



سال دوم شماره دوازدهم میزان سال ۱۳۹۲ خورشیدی برابر با اکتوبر سال ۲۰۱۳ م

سر مقاله **عیدکلان-عیدقربان بر همگان مبارک!**

عبدالقدیر "فیصل"

آفت عصر بیستم

لباسها دستپوش هایش را به آتش انداخت...»
این چی بیماری است، که مثل بیماری (وبا) از جسد مرده آن بیزاری میجویند؟ طوریکه کسی آماده نشود تا وی را کفن کند؟ این بیماری، آفت عصر بیستم است که طبیبان از معالجه اش، عاجز مانده اند و آن را (ایبز) مینامند.

الله سبحانه و تعالی را سپاس و ستایش میکنیم، که تمامی افعال زشت بیماری را ناقل امراز و سایر کارهای بی عفتی را حرام گردانیده است. درود و سلام باد بر پیغمبر بزرگوار اسلام که از عواقب بد و زشت اینگونه اعمال، ما را آگاهانیده است.

در گذشته ها مردمان مسلمان ما، در حیا، پاکدامنی و اخلاق حمیده، نمونه عالمیان بودند. از خانواده های ما،



برای معالجه هر فردی که به بیماری ایبز گرفتار شود، حد اقل صد هزار دالر مصرف لازمی و حتمی میباشد و با وجود مصرف کردن این مبلغ بزرگ، هیچ طبیبی ضمانت تام شفا یافتن بیمار را داده نمیتواند. از همین جهت، بسیاری بیماران گرفتار به (ایبز)، تمامی دارائی و حتی خانه و کاشانه خود را فروخته، مبلغ بدست آمده را در تداوی آن صرف مینمایند. ولی هیبت-هیبت که در این مبارزه مغلوب شده تا چار به مرگ مصیبت وار دچار می گردند، اگرچی در این روز هیا بطور بسیار محدود از درمان کردن این بیماری خبرهای ابتدائی درمان بگونه محدود آن در روسیه به نشر میرسد. مصیبت اصلی این بیماری تنها بدبختی و ناکامی در دنیا نبوده، بلکه حیات ابدی (آخرت) را به بدبختی تبدیل میکند. پس برای هر فردی که حیات برایش عزیز هست و نیک بختی دنیا و آخرت مقصود اوست، باید اسباب پیدایش ایبز را بداند و از گرفتار شدن به آن حذر نماید.

بزرگترین دانشمندان، عالمان، بهترین شاعران و نویسندگان دنیا به ثمر می رسند. آن بزرگان تاریخ، از مادران پاکدامن و پدران با معرفت دنیا آمده، به جامعه خدمات شایسته را عرضه نموده اند. این همه خدمات باعث افتخار، شرفمند شدن مسلمانان و افزایش آبرو برای ما گردید.

چنین دستاوردهای بزرگ، در آن شرایط که باید امروز از دست نروند و برای اینکه نسل امروزه خود شناس و خدا شناس به ثمر رسد و از اخلاق نیاکان خود با خیر باشند بایستی و بر آنان است تا در این راه سعادت آفرین از این بزرگان تقلید و پیروی نمایند.

جای تأسف است، که امروز ما جوانان ما، پیشرفتهای مادی و تکنیکی غرب را دیده و به آن مفتون شده اند، به تمدن غربی ما پیرو گردیده اند، ولی از عاقبت هلاکت بار آن بی خبر اند.

آفت وبلای عصر بیستم: به حواله دلیلی تیلیگراف مورخ 14/6/1983 از وفات یک زن آمریکائی حکایت میکند چنین است که زن مذکور به سبب ابتلا به بیماری ایبز (اسپید) هلاک شده بود: «آن شخصی که مردگان را می شست و کفن می کرد از دست زدن به جسد وی اباورزید. طبیبی که او را معالجه میکرد دواها،

که فرزند دلیندش، جوان است بین 16- 18 سالگی که در مقابل امر خداوند (ج) بادل و جان سر تسلیم فرود میآورند. این اولین آزمایش الهی نیست، آزمایش که خود حضرت ابراهیم خلیل الله موفقانه سپری کرد آن بود که نیمرو در عصر دوران خود، خویشتن را خدای زمین و زمان میدانست، قد علم کرد و با کمال شجاعت و نیرومندی به مبارزه آغاز کرد و باین راهش ادامه داد و در نهایت نخواست که دینش فدای مصلحت اندیشی پدر، مادر، اقوام و خویشاوندانش شده، عطف و مهربانی پسری، حقانیت اش را مغلوب سازد. این بود که آتش نیمرو در نیمرو دیان برایش به گلستان تبدیل گردید.

باز هم اگر بر فلسفه قربانی برگردیم دیده میشود که صبر و استقامت اسماعیل جوان نوبالغ بود که مقبول درگاه آفریدگار گردید و صدها جوان مسلمان دیگر و بالاخره مبارزه با حکمت و پریممنت حضرت محمد (ص) پس از آن بود که توجه جهانیان را بخود جلب نموده و سبب متلاشی شدن دو امپراطوری (فارس و روم) بزرگ گردید.

جوانان عزیز! آبرای رسیدن به بزرگترین قله های موفقیت و برگشتن به حالت اصلی مان، همانا حاکمیت دینی و اسلامی در جهان است، آیا باین مبارزه که ما با این شکل و شیوه در پیش داریم خواهیم رسید؟ خیر جواب منفی است! خداوند (ج) در کلام مقدس خود میفرماید: (یقینا خداوند (ج) در یک قوم تغییری نمیآورد، تا زمانی که همان قوم در خود تغییر نیآورد).

بناءً ما جوانان مسلمان، تا زمانی که روش مبارزه را تغییر ندهیم، ما هرانه و عالمانه حرکت نکنیم، در رقم زدن سرنوشت خود دقیق نشویم، از گرایش به قوم، سمت و زبان نگذریم، تغییری را در جامعه خود نخواهیم آورد و حتی نخواهیم احساس کرد و در پایان پیکار، عرق عزت را در جبین همراهان خود مشاهده نخواهیم کرد.

کارگزاران ماهنامه الله یار از تمامی مسلمانان افغانستان آرزو دارند و خواهان آن اند تا صدقانه و ظرفانه، در مبارزات علیه باطل، صفوف خود را فشرده ساخته و گامهای عملی را جهت بهبود اهل سرزمین و سرفرازی میهن خویش

دست اندر کاران ماهنامه وزین الله یار عید گذشته و خجسته کلان را یک آزمایش سترگ برای ملت افغانستان، تک تک مردم ولایت غور دانسته خجسته باد و تهنیت عرض میدارد. بر همه کس میرهن است که فلسفه وجودی عید کلان بمثابة روز ایثار، فداکاری، روز عشق بخدای یگانه، آزمایش و تقویت ایمان، روز صبر، استقامت، روز سرور و شادی کرو و کرو و میلیاردها مسلمانان جهان، بطور خاص، بویژه روز کامیابی حضرت ابراهیم خلیل الله راکه از بزرگترین آزمون الهی پیرومندان گذشته است، روز صبر و شکیبایی جانانه جوان نورسته خاندانی ابراهیمی را برای مسلمانان جهان و کافه ملت مسلمان افغانستان تیریک گفته و از خداوند متعال برای هر فرد مسلمان جهان و این سرزمین سعادت، پیروزی و بهروزی دارین خواهانیم.

عید سعید اضحی که آغاز اش از به قربانگاه بردن حضرت اسماعیل (ع) بحیث فرزند جگر گوشه اش توسط بابایش سینا ابراهیم خلیل الرحمن منشا گرفته، بعنوان یک فریضه والا بر هر فرد مسلمان واجد شرایط و دارای نصاب معینه، میباشد؛ و این روز بمثابة بزرگترین آموزش و سرمشق جان نثاری، مقاومت در برابر نفس اماره و عبودیت در قبولی اوامر خداوند (ج) ، برای همه مسلمانان، بویژه برای جوانان میباشد که باید یک جوان مسلمان بگونه و سبب حضرت اسماعیل (ع)، آنهم بخاطر تسلیم شدن به او امر حق حقیقانه، از جان شیرین اش، گذشته و حتی جبین اش در هنگام اجرای امر خداوند (ج) و فرمان بابایش، ترش و دیگرگون نگردد.

قدر مسلم این است که آیا از هر فریضه، بیان حکمت و فلسفه آن، برای ما الگو خواهد بود؟ که البته کاملاً مثبت و بلی است!

دین اسلام، دین شعاری نیست بلکه دین کاربردی و عمل است؛ بناءً جوانان مسلمان نباید تاریخ درخشان اسلامی خویش را فراموش کنند و نگذارند تا افتخارات کمانی شده ایشان، توسط دیگران پایمال گردد.

هرگاه واقعه رویداد قربانی حضرت ابراهیم (ع) بدست حکایت سپرده شود بملاحظه میرسد

" ایبز" چیست؟: ایبز عبارت از چهار حرف اول کلمات (A) Acquired (A) و (I) Immune و از (D) Deficiency (D) از (S) Syndrome یعنی (AIDS) گرفته شده که معنایش در هم زدن موجودات دفاعی بدن، میباشد.

ادامه صفحه 3

نقش جوانان در جامعه

صدیق " صدیقی"

اصلاحات را بوجود بیاوریم.
آنچی را که از گذشتگان خود بمریث گرفته ایم، با امانت داری، صداقت و راستی، به نسل های آینده خویش انتقال دهیم و نسل جوان باید آمادگی داشته باشند تا این امانت بزرگ را بدوش گرفته، در زمان خود، بدیگران پس از خود نیز انتقال دهند. اگر باصل و ماهیت وجودی جوان، توجه، تعمق، تحلیل و تجزیه نمائیم، بدون شک، باین نتیجه خواهیم رسید که کلمه جوان خود، مفهومی است، حاوی شور، هیجان، اشتیاق، طغیانگری، طراوت، شادابی، قوت و انرژی کاری، اندیشه باز، تفکر آزاد، دید وسیع و غیره می باشد که بدون شک با اینگونه جملات، کلمات و یا با هر شیوه ساختاری و گفتاری که برای تعریف و تمجید جوانان به کار بسته شود، سازنده و برآزنده آنهاست، بنابراین، هیچ گرایش و جلوه نمی تواند، نقش جوانان را باین ویژگی ها و خصوصیات، نادیده بگیرد، که بدون شک استعداد و توانایی های زیادی در نهاد جوانان نهفته است. به کار انداختن این استعدادها، باعث شگوفائی، ترقی و پیشرفت جامعه میگردد. سهم دهی جوانان در تمامی شئون زندگی، کمک و راهنمایی آنها، برای توانمند شدن مفهوم جوان و جوانی، کمک میکند. در طول تاریخ تحول و دگرگونی در جوامع بشری که بوجود آمده، همه از اثر سعی و کوشش جوانان است.

و در شگوفائی جامعه خویش، کوشش بیدریغ از خود به خرج دهند. طوریکه بشما معلوم است، بقای ملت ها و موجودیت آنها، بستگی به فرهنگ اصیل اسلامی آنها، ریشه دار و اگر مزایای اخلاقی از آنها رخت بریست، جوامع و ملل مختلف، ایشان را آهسته آهسته محو و نابود خواهند ساخت. بزرگ ترین مبارزه غربیان در عصر حاضر، برای محو و نابودی فرهنگ اسلامی است. دشمنان قسم خورده اسلام، میخواهند مزایای اخلاقی مانرا بنام عقب گرایی و فردگرایی، افکار ارتجاعی بدور از دموکراسی، تمدن نوین و یا باصدها اسامی مرموز و فریب دهنده دیگری، از بین ببرند و روش بی دینی خود را به عنوان های مختلف، در جوامع اسلامی ترویج دهند که عبارت است از دموکراسی غربی با آزادی بیان، حقوق زنان، آنهم آزادی بدون قید و شرط آنها و غیره که بد اخلاقی، فحشا رذایل و بی بندوباری را جاکزین فرهنگ اسلامی کنند. متأسفانه مطالعه اوضاع کنونی جامعه و واقعیت های عینی، بیانگر آن است که این محاربه و تکنیک جنگی آنها، تا اندازه کارگر و مؤثر افتاده است، چی بد اخلاقی در جامعه باوج خود رسیده است. بدین اساس، فرد فرد این کشور، خصوصاً جوانان رسالت دارند تا علیه این نابسامانی ها مبارزه نمایند. یکی از وجیبه های دینی، اسلامی، ایمانی، هر مسلمان این سرزمین است که بخاطر مبارزه علیه فساد، تپای جان، برزند و ما آن زمان میتوانیم در جامعه خویش،

جوانان نخستین نیروی انسانی هستند که بشکل بهتری آن میتوانند پرچم دعوت، بسوی خداوند (ج) از طریق جهادی سبیل الله را برافرازند و خداوند (ج) برای چنین نیرو های که در راه خداوند جوجهد کرده اند پیروزی های بزرگی را نصیب گردانیده است. چنانچه در صدر اسلام چنین بوده و اکنون این جوانان اند که باداشتن نیروی فزیک و دماغی، تحولات بزرگی را در جوامع بشری ایجاد کرده اند، با ایثارگری، فداکاری و قربان ساختن جان های شیرین خویش در صدر اسلام، حکومت نوین اسلام را اساس گذاشتند که در آن زمان شعار ایشان الله اکبر، راه ایشان جهاد و آخرین آرزوی ایشان شهادت در راه خداوند (ج) بود. آنها طوری عمل کردند که الگوی اندیشوی همه متفکران و اندیشمندان جهان قرار گرفتند، طوریکه نام های ایشان باخط زرین در صدر اوراق تاریخ ثبت گردیده و تا آخرین روزهای بقای نظام این گیتی، دوام خواهد داشت.

جوانان امروز اگر خواهان پیروزی دین، سر بلندی امت و اتحاد همه جانبه مسلمانان جهان هستند، پس باید راه آن جوانان را تعقیب نمایند. جوانان زمانی میتوانند نقش و رسالت های خویش را به وجه احسن بانجام برسانند که شخصیت های ایشان چی از نظر علمی، فرهنگی، دعوت گری، چی از نظر مزایای اخلاقی و اجتماعی، مانند خورشید درخشان بدرخشند، زندگی خود را با توسل و تمسک به دین شگوفاسازند

ادامه صفحه 2

نقش جوانان....

جواهر لعل نهرومیگوید: جوانان مانند آب اند، اگر حرکت کنند انقلاب بر پامیکنند و اگر بایستند، گندیده میشوند.

زمانیکه رسول اکرم(ص) به پیغمبری مبعوث گردیدند به سن جوانی قرارداشتند تاآخرین لحظات عمر خویش، برای رسانیدن پیام وپخش کلام حق کوشیدند ولحظهٔ دروظیفهٔ خود تغافل نکردند. چنانچه هفتادو دوتن از اصحاب کرام برای ادین دفاع ومقابله با مشرکین قریش، در کوه احد جام شهادت نوشیدند.که درمیان ایشان جوانان مهاجرین وانصار نیزبودند، بهمین ترتیب دوازده صدتن ازقاریان قرآن کریم که درجنگ یمامه علیه منکرین زکات مبارزه کردند وبه درجهٔ اعلی شهادت نایل گردیدند، بیشتر ایشان جوانان بودند. دین در دوران امروز، برای ما وشمار در نشروپخش آن رسالت تعیین میکند آنهم به پیروی از خون پاک هزاران تن ازصحابهٔ کرام تابعین که بخاطر اشاعهٔ دین، ریختانده شده واین ایثار گران وفداکاران راه حق آزادی، بیشینه جوانان بودند. که بازور بازو وشمشیر خویش، گردن طاغوت وطاغوتیان راشکستند وسرزمین هائی را که سالها درتاریکی جهل ونادانی فرورفته بود، بانور عالمتاب دین مقدس اسلام، منورگردانیدند.

درجهان معاصر کشورهائیکه درمقابله بااستعمار گران غرب، به پیروزی رسیده، صاحب استقلال سیاسی وآزادی گردیده اند، همه وهمه نتیجهٔ استفاده درست ازتوانائی های فکری ودماغی جوانان این کشورهامیباشد وفقط تنها در طول قرن بیستم است که پدران ونیاکان ما دوامپراتوری بزرگ جهان را ازپادرآوردند، کسانیکه درسنگرهای مقاومت در برابر متجاوزین ایستادگی کردند همه جوانان این مرزبوم بودند که بانثار ساختن جان های شیرین خویش، ازدین، ناموس،غیرت افغانیت وتمامیت قلمرو کشورخود، جانبازانه دفاع کردند. امروزکسانیکه دررفاه وآسایش بسر میبرند واز هزاران نازونعمت درزندگی برخورداراند، همه وهمه نتیجهٔ جان فشانی های جوانان گذشته بوده که برای آزداسازی وجب وجب، این سرزمین، خون های پاک خویش راریختانندد ونام های خودرا باخط زرین درصفحهٔ روزگارنقش بسته اند واگر جان فشانی ها وفداکاری های آن جوانان قهرمان نمی بود، امروزماشاید درچنین حالتی قرارنمی داشتیم. آداب،رسوم،عنعنات،دین،مذهب،وفرهنگ پسندیدهٔ خویش رافراموش میکردیم که بهترین نمونه ومثال آن، کشورهای مسلمان زمین آسیای میانه میباشد که اکثریت نفوس این کشورهارا مسلمانان تشکیل می دهند ولی دراتر تحت استعمار بودن دریک مدت طولانی،

زبان، دین، مذهب وفرهنگ خویش راقسماً فراموش کرده اندکه از آنجمله شهر هاونقاط بزرگی مانند سمرقند، بخارا، خیوه، پنجده وغیره مناطق، فعلاً مربوط ازبکستان امروزی، قبل ازتجاوزروس ها، بزرگترین مهد تمدن اسلامی بودند که دراین میان در دوشهرآن، بزرگترین مدارس دینی وجود داشت ومشهورترین کتاب های فقهی دراین دوشهرتصنیف گردیده است، ولی امروزبه جز نامی دیگرهیچ اثری ازآنها باقی نیست. اکثرمسلمانان کشورهای آسیای میانه مسلمانائی برویت نوشته درتذکرهٔ تابعیت خود اند وبیشترایشان از دین ومذهب خویش، خبری چندانی ندارند. چنانچه چند سال قبل درتاجیکستان، اطفال پایین ترازسن 15 سال را ازرفتن به مساجد منع کرده بودند ولی باز هم خوشبختانه وخوشبختانه به کمک خداوند ذوالجلال بافداکاری وایثارگری جوانان دیروز، قانون شریعت اسلام، دراین سرزمین جاری است وانشالله تالیبجاری خواهدبود. ولی با این همه ایثارگری، فداکاری و ازخودگذری، بازهم جوانان درطول تاریخ با مشکلات وموانع زیادی روبرو گردیده اند، همواره قربانی پلان ها واستراتژی های نامشروع شده اند، استعدادهای شان سرکوب وبه خواستهای شان پشت پاخورده است. درهرمقطع زمانی ازتاریخ کشورکه مراجعه کنیم، مشکلات وموانع زیادی درقوانین دولتی، درآداب ورسوم اجتماعی مقررات وجود داشته که همهٔ این ها، بازدارندهٔ فعالیت های آزاد اندیشانه بدون قید وشرط برای جوانان گردیده است. اگرزمانی هم فرصت مساعد گردیده تاجوانان دست به فعالیت بزنند، این فعالیت ها ناخودآگاه بوده، کارسازواقع نگردیده است. دراین راستا، تنها نمی توان سیاست وپلان گذاری های گردانندگان امور را عامل ومقصدانست، بلکه

این خواست وتقاضا، برخواسته ازمتن ومحتوی فرهنگ وجامعه است که همیشه مردم خود را، در تاریکی وجهل نگهداشته اند واین کاربا عث گردید تاجامعه وجوانان ما، ازکاروان علم وتکنالوژی به فرسنگ ها فاصله عقب بماند ومدت های مدیدی است که این نا بسامانی دامنگیرمردم وجامعه ماگردیده وهمیشه مردم مابا این معضلات دست وپنجه نرم کرده اند. اینکه برکدام طبقه، بکدام قشروبرای چی دسته کسانی لازم است تاجامعه را از عواقب شوم این پدیده خطرناک، آگاه سازد وبه حل این معضلات به پردازد. بایدگفت که هرانسان عاقل ودارندهٔ عقل سلیم، با اندک تعمق وتوجه، باین مسئله پی می برد که راه برون رفت ازمعضلات ومشکلات فرا راه جامعه، مربوط به گردانندگان امورسیاسی ومدیران مدبر، اندیشمندان وروشنفکران توانای جامعه است، تاباساختن پلانهای راهبردی، روش های آگاهی

دهی درمورد حقوق وآزادی های فردی، درتطبیق باآزادی های جمعی واستراتژی های مشخص برای رشد وتوسعهٔ استعدادهای پنهان جوانان، زمینه رامهیا سازند، ولی متأسفانه این جلوه ها، درعرصهٔ عمل ، تحقق پیدانکرده وهمیشه برروی زبانها بوده، دست اندرکاران اموراجتماعی درانجمن ها ومحافل سیاسی، فرهنگی واجتماعی برای بدست آوردن اهداف شان، ازپلان ها وکارکردهای شان یاد آورگردیده، همیشه تعهد کرده اند که وعده های خویش را عملی خواهند ساخت. بنهأ بخاطرحل معضلات، لازم وضروری است تا زیرساخت های فکری واندیشه های سنتی ازنو به قسم اساسی وبنیادی آن ساخته شوند، درغیراین صورت، اینگونه اعمال، باعث سرخوردگی، ناامیدی ویأس جوانان خواهد شد وسرانجام آنهابه موادمخدر، سرقت وسایراعمال غیرانسانی رو، میآورند ویگانه امید وآرزوی مردم درهرجامعه بخاطرشگوفائی کشورشان، جوانان آن جامعه است.

آینده هرکشوری مربوط به نسل جوان آن کشوراست به این ترتیب آیندهٔ وطن عزیزمافغانستان نیز، مربوط به نسل جوان آن میباشد. جوانان سلحشور ومتعهد کشور، دیگرنخواهند گذاشت تا این سرزمین زجرکشیده، دوباره بسوی بحران برود. نسل جوان مانند کاغذ سفید است که هیچ لکهٔ به آن دیده نمی شود. این نسل وابسته به تفنگ وایثارجنگی نیستند، نسل نوی، دریک فضای نسبتاً آرام بوجودآمده باتفنگ بیگانه است واین نسل دنیابیدهٔ روشنفکر بوده، همیشه روشن می اندیشد ومتعهد به دین ووطن خود می باشد. این نسل درنظام آیندهٔ کشور، نقش مهم واساسی خواهدداشت.

امروزتقریباً65 درصدنفوس کشوررا جوانان تشکیل می دهند. اگراین کتلهٔ عظیم بسیج شوند ودریک محورجمع گردند ویک هدف رادنبال کنند، افغانستان رابه قله های رفیع سعادت نایل خواهند ساخت واگربه این تودهٔ پرقدرت وعظیم که مجهز به نیروی فزیکي ودماغی است توجه صورت نگیرد وبه خواستها وحرف های شان گوش داده نشود، برای آیندهٔ افغانستان، خطر آفرین خواهدبود. جوانان باید، برای وحدت ملی، همیشه کوشا باشند، تمامی استخوان شکنی ها، کینه توزی ها ودشمنی های گذشتگان رابه بادفراموشی بپارند، بخاطراعلای کلمته الله بالانگهداشتن پرچم اسلام، آبادی، شگوفائی وترقی وطن عزیزخود افغانستان، دست بدست هم داده، همیشه درکمک وهمکاری به یکدیگر، بشتابند وباتعهد، استقامت، پایداری ومردانگی، کشتی نجات، برای امت اسلامی وکشورخودباشند.

فسونگری های شیطان

حکایت نخستین

الله فرمودند، او چیزیکه برای تو گفت، دروغ گفته، تو خبردار باش! امشب باز می‌آید. ابوهریره (رض) شب دیگر، چشم براه درانتظار دزد نشسته بود، اما دید که همان دزد باز آمد واز آن مال باز هم چیزی را دزدی میکند. ابوهریره (رض) ، پیشرفت وباز هم او را گرفتار کرد، اما دزد این بار نیز عذروزاری بنا نهاد، عیال داری ومحتاجی خودرا بهانه رهایش خود ارایه داشت. این بار نیز در دل ابوهریره (رض) رحم آمد وهما دزد رارها کرد، اما صبح وقتیکه به حضور آن حضرت (ص) حاضر شد، حضرت رسول الله ، برایش فرمودند وپرسیدند! ابوهریره! قیدی دستگیر شده دیشب را چی کردی؟ باز ابو هریره (رض) عرض کرده رد پاسخ گفتند: «با رسول الله (ص) او برای من باز هم قصهٔ محتاجی خودرا بخاطر رهائی اش ، پیشکرد، ودردم رحم آمد و من او را رها کردم « پیامبر اکرم (ص) فرمودند : « هرچیزیکه برایت گفت، دروغ گفته، او امشب باز می آید.» ابوهریره(رض) شب سوم، خودرا خوب بیدار وهوشیار گرفت، دید که دزد باز آمد، اما این بار نیز، او را

جامعهٔ افغانستان یک جامعهٔ اسلامی، عنعنوی است وعقاید دینی مردم ما بنابر ارزشهای اسلامی بوده وبرآن استوار است. از نقطه نظری بعضی از افراد عضو جامعهٔ ما ، کلیه اساسات واصول دین اسلام درجامعهٔ مراعات میگردد، درحالیکه ، چنین دیده میشود که هیچ یکی از اعمال ، کردار وگفتار مان ، عیار با ارزش های اسلامی نیست وباصول موازین دینی واخلاقی وفق ندارد.

زن درافغانستان هم مانند موجود وابسته به مرد ، زندگی خود را بسر میبرد. خوشبختی ، سعادت ، خوشی وحتی بقای او ، دروجود یک مرد خلاصه میشود. زندگی او بابودن درکنار مرد معنا دارد. درمرحلهٔ اول بنام پدر یاد میشود ، بعداً هم بنام شوهر، ویا هم بنام پسر ، بنام آن دو وهرکه درمراحل زندگی ، وابسته به مرد است.اما این وابستگی تا به کی؟ اکثریت زنان افغانستان از حق فراگیری تعلیم وتربیه ، محروم اند واگر عدهٔ اندکی هم به این نعمت وحق دسترسی دارند ، آنها وابسته به خواست وارادهٔ پدر یا برادر ... وزن هاز خود ارادهٔ مستقل ندارد. عدهٔ کثیری از زنان بنا بر اعتقاد وباور های غلط اما پسندیدهٔ بی بنیاد ، که زیر پوشش بی ارتباط به دین، مذهب ، قوم ، غیرت جامیدهندوطرح میکنند، از این نعمت خداداد محروم اند. درحالیکه اسلام دین آموزش ، فراگیری تعلیم وتربیه را بر مردان وزنان بطور مساوی فرض قرار داده است . چنانچه حدیثی از حضرت محمد (ص) وجود دارد که میفرمایند: «طلب العلم فریضةٔ علی کل مسلم ومسلمة.»

ترجمه: " جستجوی دانش برای مردوزن فرض است".

پس زمانیکه رسول اکرم (ص) این حق را به زن داده است، کی میتواند او را از این حق محروم سازد؟ البته هیچ کسی این صلاحیت را بشکل مشروع آن ندارد، غیر ازاینکه باتکاء برعنعنات قبول شدهٔ مضرهٔ دنیوی ازجای دیگر خداوند (ج) زن ومردرا یکسان خلق نموده (ازلحاظ داشتن بسیاری حقوق) ویگانه فرق وبرتری آنها را نسبت بدیگری همانا تقوی

عنعنات پسندیدهٔ مضره ، درتضاد وتقابل با حقوق اسلامی زنان

سوسن " آریا" دانشجوی دانشکدهٔ حقوق وعلوم سیاسی مؤسسهٔ تحصیلات عالی الازهر

وپرهیزگاری قرارداده است. امروز دیده میشود که درنقاط دور دست افغانستان ، زنان گوش ، بینی بریده شده ، دست های ایشان بریده میشود ، چرابه کدام جرم وکدام دلیل؟ آیا به جرم اینکه آنها زن اند؟ علاوهٔا زنان درمکان های نگهداری میشوند که هتک به کرامت وشرافت انسان است. آیا اسلام چنین چیزی را اجازه میدهد؟

خداوند (ج) درقرآن کریم میفرماید: ... «ولقدکرمتنا بنی الادم» ترجمه: من فرزندان آدم را با کرامت خداوند(ج) به انسان قایل شده، شامل مرد وزن است. پس این چگونه مسلمانی است که سالیان متمادی ودرازی ، زنها را تحت سلطه واستبداد خود قرار داده اند ، با استفادهٔ سوء از نام دین اسلام ونام مسلمان بودن فقط زنان را شلاق زده اند وازآنها سوء استفاده نموده اند واگربه نظر حرمت دیده اند، فقط دریک مقطع خاصی، غیر ازاین هیچ حقی را بعنوان حق انسانی ، به آنها قایل نیستند. آیا اسلام چنین دستوری را صادر نموده است ؟ درحالیکه حرمت، احترام ، عزت وشرافت را که اسلام به زن قایل شده است در هیچ یکی از ادیان دیگر، نمیتوان یافت. اما چرا از این مزایای که دراسلام وجود دارد بشکل درست استفاده نمیشود؟

بعقیدهٔ من علت را درچند نکته بطور زیرین میتوان خلاصه نمود:

1- جهل وبیسوادی که دامن گیر قشر زنان گردیده ، یک علت اساسی است.

2- فقر وناتوانی ووابستگی مطلق زن به مرد.

3- عدم تشکل ونداشتن اتحاد قوی میان خود زنان.

4- کم توجه دولت وعدم اجرای عملی واقعی قانون.

همهٔ این مواد را که برشمردیم ، باعث گردیده است تا حقوق زنان نادیده گرفته شود. این روند متأسفانه ادامه دارد. ومادختران بامید روزی ، ثانیه شماری میمانیم که شعور وآگاهی زنان ارتقأ یابد، تا اینکه بتوانیم به احقاق حقوق حقه خود نایل آئیم.

سومین حکایت

حضرت بن مسعود (رض) فرمودند که آن حضرت یک روزی دیدند که گذری شیطان به نزدیک یک جماعتی افتاد که آن جماعت مصروف عبادت الهی بودندودرآن هنگام شیطان هر قدر که تلاش کرد تا دربین عبادت کننده گان اختلاف پیدا کند، پیروز بایجاد گونج گونج کردن آن مردم نشد.

پس از این، شیطان نزد همان مردمان رفت که مصروف گپ های دنیوی بودند، در این هنگام شیطان نیرنگ ودخالت کردن، آنها را به جنگ انداخت، طوری که درنهایت طرفین همدیگر ار به قتل رسانیده وگشتند. اما جمعی که مشغول عبادت الهی بودند، برای خلاص کردن طرفین جنگ، بحیث میانجیگر آمدند که در نهایت شیطان درمیان میانجیگرها نیز اختلاف پیدا کردکه سبب جنجال شد.

دومین حکایت

در کتاب موجود در عرش اعلی، ذکر شده است که یک روز، یک شخصی در پای یک دیوار کهنه و دیرینه فرسوده در خواب بود که ناگهان دیوار به لمبیدن و چپه شدن شروع کرد، در این هنگام یک شخص رهگذر، انأ چشم اش به شخص خوابیده در پای دیوار افتاد که آهسته و آهسته در زیر لمبیدگی های دیوار میشود. شخص رهگذر، آدم خوابیده را بیدار کرده و سپس وی را به طرف خود کش کرد. بعد از کش کردن وی، دیوار کاملاً لمبید و فرو افتید. شخص خواب شدهٔ قبلی در پای دیوار، از شخص بیدرا کننده و ناجی خود سپاس گذاری کرد و سپس نام وی را پرسید. شخص ناجی در پاسخ گف: «من شیطان هستم. «شخص نجات یافته، حیران شده و گفت: «شیطان ونیکی! عجیب گپی است». «شیطان درجواب گفت: «من علم و آگاهی داشتم که امت حضرت محمد(ص)، اگر زیر دیوار شده و وفات کند، درجهٔ شهادت را میبرد. روی این دلیل، من شمارا، نجات دادم تا اینکه شما درجهٔ شهادت را نبرید.»

^[1] حضرت بن مسعود (رض) فرمودند که آن حضرت یک

^[2] حضرت بن مسعود (رض) فرمودند که آن حضرت یک

شفافقرآنی (درمان با دعا)

حققان قلب (خوف ، ترس واضطراب): تمامی سوره "الرحمن" را سه بار خوانده و برآب دم کند، بیمار تا یک هفته پشت سر هم بنوشد.

درد معده: سورهٔ اخلاص را بالای سه عدد مرچ سیاه، 21 بار خوانده و تا یک هفته، این عمل را ادامه دهد.

سوء هاضمه: جهت برطرف کردن سوء هاضمه، سورهٔ "قدر" را قبل از صرف غذا، روی آب، 11 بار خوانده و بعد بنوشد.

درد گردن: سورهٔ " فاتحه" و معوذتین را، هرکدام سه بار خوانده و به روغن کنجد، دم کند و بعد از آن، روغن را روزانه سه مرتبه، به گردن خود مالش دهد.

دردکمر: سورهٔ طارق یا همزه را روزانه، 11 ویا 21 بار، خوانده و برروغن کنجد دم کند و درکمر خود مسازومالش دهد.

فلج: سورهٔ فاتحه را، برطرف نظیفی نوشته، آنرا با روغن (بلسان) شسته، 7 صبح، بخورید و نیزسورهٔ فاتحه را 7 بار برروغن بلسان خوانده و تاسه روز به تمامی بدن بمالید.

طریقه را، راه دستیابی به کامیابی در مبارزه علیه ایند میدانند.

نظریهٔ اسلام: طبق عقیدهٔ ما، هیچ بیماری بدون دارو و درمان نیست. چنانچه رسول الله(ص) میفرماید: «ما أنزل الله داء الا أنزل له شفاء» (رواه البخاری)

ترجمه:«الله هیچ بیماری را پدیدانکرده است، مگر اینکه برای آن شفا را نیز آفریده است.»

طبق عقیدهٔ ماهرردی رادرمانی است، ولی ایند از دیگر بیماریها فرق دارد، زیرا عامل این بیماری در نتیجهٔ نافرمانی از اوامر ممنوعهٔ الله تعالی است یعنی در اثر مقاربت های نامشروع جنسی است و از همین جهت، این يك بیماری عادی مثل دیگر بیماریها نبوده، بلکه حیث واکنش و غضب الله تعالی است که بر عاملان مقاربت های نامشروع جنسی نازل شده است. چنانچه این موضوع را رسول الله (ص) چنین شرح داده اند: «لم تظهر الفاحشة في قوم قط حتى يعلنوا بها الا فشا فيهم الطاعون و الأوجاع التي لم تكن مضت في أسلافهم الذين مضوا» (الحديث رواه ابن ماجه و الحاكم).

ترجمه: « در بین مردمی که زنا و لواطه تا حدی که آنرا آشکارا عملی نمایند، انتشار یابد، در بین ایشان بیماری وبا و بیماریهای دیگری انتشار می یابد که نیاکان شان آنرا ندیده اند.»

بدون شك ایند و سیفلیس از آن نوع بیماریهای میباشند که بخودی خود در طبیعت موجود نبوده و در نتیجهٔ تعمیم مقاربت های نامشروع جنسی است که پدیدار شده و میشود. چنانی معلوم است، نام سیفلیس از سال 1530 از نام چوپانی که بان گرفتار بود و سرانجام به سبب سیفلیس هلاک گردید پیدا شده و گرفته شده است. اما بیماری ایند در سال 1979 کشف گردید، که قبلا وجود نداشت.

آنانی که به خداوند (ج) و آخرین پیغمبراش ایمان دارند، بیماری ایند و سیفلیس را غضب فرستاده شدهٔ الله تعالی میدانند. چنانی اوتعالی مفرماید: " و ما أصابكم من مصيبة فبما كسبت أيديكم". (الشوری: 30)

ترجمه: «آن مصیبتی بشما میرسد، بسبب آن چیزی است که بدستان شما کسب شده اند، یعنی شما آنرا انجام داده اید ». بنابراین ما با ارادهٔ قوی و ایمان کامل، راه از بین بردن این بیماریها را در آخرین کتاب الله و تعلیمات آخرین فرستادهٔ وی می یابیم، زیرا ما خوب میدانیم که خالق و پیدا کنندهٔ ما، نسبت بما، خوب ترمیداند، که چی چیزی به نفع و چی به ضرر ما است، از همین جهت چون مقاربت های نامشروع جنسی به ضرر ما انسان ها است، خداوند تعالی آنرا منع و حرام گردانیده است، چنانی که میفرماید: " ولا تقربوا الزنا انه كان فاحشة و ساء سبيلا " (الإسراء: 32).

ترجمه: "به زنا نزدیک نشوید، بیشك زنا فاحشه گری بوده و راه بسیار بدی است".

مسیحه "عدل" دانشجوی سال دوم دانشکدهٔ علوم طبیعی دانشگاه استادیاتی

ریزش موها: سوره های (یس، فلق، کافرون، اخلاص و معوذتین) را، هر کدام یکبار و درود شریف را 101 بار خوانده و بر روغن بادام دم کند و سپس استفاده کند.

حساسیت بدن: سورهٔ قدر را سه بار و درود شریف را 7 بار بروی آب خوانده و بنوشد.

سرطان: اگر فردی مبتلا به بیماری سرطان است، روزانه، 100 مرتبه تهافت روز این نام خداوند(ج) " یارقیب" را بگوید و درود شریف را از اول تا به آخر، 11 مرتبه خوانده و بر زخم سرطان دم کند، اگر زخم در داخل بدن بود، نیز خوانده و در همان قسمت دم کند.

آنفلونزا و یا بیماری های واگیردار: سورهٔ قدر، بر آب خوانده شود و تمامی اهل منزل از این آب استفاده کنند و یا سورهٔ "القارعه" را، 121 مرتبه خوانده، انشاء الله از تمامی این بیماری ها، نجات حاصل خواهند کرد.

گزیدن مار: سوره های (فاتحه ، کوثر، کافرون، اخلاص ، الفلق و الناس) هر کدام را، تا آخر خوانده و 7 بار، دم کنید.

لواطه در واقع قبیح تر و زشت تر از عمل زنا است. چنانی به این معنی فرمودهٔ فرستادهٔ الله تعالی گواه میباشند که چنین است: " من وجد تموه يعمل عمل قوم لوط فاقتلوا الفاعل و المفعول به" (حدیث صحیح رواه أبوداود و الترمذی و النسائی و احمد و ابن ماجه و الدارقطنی و الحاكم)

ترجمه: «کسی را دیدید که عمل قوم لوط را انجام میدهد، فاعل و مفعول،(یعنی هردو را) قتل کنید.»

خطاب به جوانان: برادران و خواهران عزیز! جوانی زمان چندان درازی نیست، که در آن خشت اول کاخ زندگی گذاشته میشود. اگر آن خشت گذاشته شما راست باشد، دیوار کاخ حیات شما راست و استوار خواهد بود. اما اگر آنرا کج بگذارید آیندهٔ خود را به خطر جبران ناپذیری مواجه میسازید. از همین جهت هوشیار باشید تا به زنا و لواطه دست نزده دنیا و آخرت خود را بر باد ندهید! شرف و آبرونعمت بسیار بزرگی است که به هر کس داده نمیشود. شما آیندهٔ يك ملت میباشید که دین و فرهنگ خاص خود را داشته، روش زندگی و اخلاق این ملت از این دین و فرهنگ دینی سرچشمه گرفته اند.

باید بدانید، که دین و فرهنگ دینی ما کارهای بی حیایی از قبیل زنا، لواطه و غیره را ناروا میدارد. اگر شما فریفتهٔ تبلیغات مردم شهوت پرست و خدا بی خیر شده، اخلاق نیک، شرف و آبروی خود را از دست بدهید، آیندهٔ ملت خود را در خطر میگذارید و با این عمل تان به غضب الله تعالی گرفتار شده، هرگز از بیماریهای مانند ایند، سیفلیس و غیره نجات نمی یابید.

خطاب به پدران و مادران: رسول اکرم (ص) میفرماید: ثلاثة قد حرم الله عليهم الجنة مدمن الخمر و العاق و الدیوث الذي یقر في أهله الخبث. (حدیث صحیح رواه أحمد)

ترجمه:«یعنی الله سبحانه و تعالی بهشت را برای سه طایفهٔ مردم حرام گردانیده است:

- 1- به کسی که بر دوام شراب می نوشد.
- 2- به کسی که پدر و مادرش را میرنجاند.
- 3- به کسی که اهل و عیالش را از کارهای بی حیایی (از قبیل زنا و لواطه) منع نمیکند.»

ما و شما مکلفیت بزرگی را بدوش داریم. اگر فرزندان ما با عقیدهٔ درست و اخلاق حمیده به ثمر رسند، در دنیا باعث افتخار ما و در آخرت سبب دستیاب پاداش های بزرگی خواهیم شد. اما اگر بد اخلاق و بد رفتار به ثمر رسند در دنیا بی آبرو و در آخرت با عذاب سخت الله تعالی گرفتار خواهیم شد.

اگر زن و یا فرزند کسی زناکاری یا لواطه کار باشد و اوایشان را منع نکند، چنین شخصی در دین خدا دیوث نامیده شده و ویرایش بهشت حرام میگردد، چنانی که به کافران حرام است.

لوده لوزی

وقت زیادی نداریم ، سوال غریبانه مطرح نمودیم و از صاحب نظران علم « غریب شناسی » خواستیم در زمینه نظری ارایه فرمایند. خواننده هم، میتواند مفت و مجانی مجال تعریف خودش را داشته باشد که بگوید: "غریب یعنی چی؟"

یک دو سه شروووو!

دهقان: «غریب یعنی خار ، دفاع گر گلوآژه اغنیاکه هنر مندانه به تنهٔ اجتماع پیوند خورده است.»

سیاستمدار: «غریب یعنی الههٔ پوستر های انتخاباتی.»

سلمانی: «غریب یعنی کل ، تیغ سیاسی اقتصادی از کله اش براحتی می لشم و روی گردنش می نشیند.»

قانوندان: «غریب یعنی حرف، اتوماتیک بهم می چسپد، کلمه که شد عدالت مصنوعی میشود، مساوات که گردید زیرپا میشود و در آخر لگد سیاسی "جمله" را میخورد.»

اقتصاد دان: « غریب یعنی نان ، پشت سوخته ، بی نمک ، جوین (بدجوری) بیمایه ، (خوب جوری) باب دندان.»

وزیر: «غریب عبارت از سیم خارک هشت طرف سرای کابینه.»

رئیس جمهور: «غریب از نظر من تمدید جان در کالبد قلات.»

دموکرات: « غریب بمعنی مرغ ، نه در قفس نه در باغ ، زیر دام دموکراسی.»

موسیقیدان: « غریب یعنی دول، نرخ صدایش به فاصله تعیین میشود.»

سرمایدار: « غریب یعنی قروت، برای تیز شدن دندان موش های انبار اقتصادی.»

دولت: « غریب یعنی مزاحم، نه سیر میکند ونه میمیرد که پلان گذاران نفس راحت بکشند.»

کتاب فروش: «از نگاه حقیر، غریب آدم کورویب سواد و خوب هم چشم چران.»

زیست شناس: «غریب عبارت است از پرازیت روزه داری که به میزبان انرژی میبخشد.»

داکتر: «غریب یعنی سرطان رو برشد در سلول های اجتماع.»

سبزی فروش: « غریب یعنی شلغم، در حین بی ارزشی سینه صاف کن و زمستان کش.»

مهندس: « غریب یعنی پل استخوانی و مقاوم.»

رهبر: «غریب عبارت است از شعار وحدت بانک و بغل جیب.»

موجی: «غریب یعنی بوت لیلامی ، هم به پای خارجی برابر وهم تا آخر عمر پای داخلی را تحمل میکند.»

ریاضیدان: « غریب یعنی صفر طرف چپ.»

گاردسون: « غریب یعنی دستمال کاغذی سر میز سیاست.»

حاجی: «غریب یعنی گوسفند مذکر عید قدرت.»

قاضی: « غریب یعنی متهم ، سارق آفات و مصایب حویلی تقدیر.»

خودغریب: « غریب یعنی آدم لوده، که سراسیمه پول جیب اش را نشریه میخرد تا گزارش رسوایی خودش با سیاست و ولادت نا مشروع (عدالت) را بخواند.»

برگرفته شده، از گزینه طنز نجیب الله "دهزاد" زیر نام خطبه های.....چاپ سال 1386 خورشیدی

خطاب به قانون گذاران کشور: چنانی پوشیده نیست، هر کشور و یا هر مردمی، عرف، عادات، فرهنگ و معنویات خاص خود را دارند که آنرا در دیگر کشورها و مردمان یافت نشود. این همه فرهنگ و معنویات ما، از دین مان سرچشمه گرفته اند. از همین جهت هنگام تصویب قانون، باید این نقطه را در نظر داشته باشید تا آنچه را شما قبول میکنید به عقیده و فرهنگ مردم، موافق است و یا مخالف؟

قوانین دیموکراسی امروزه که مقاربت های نامشروع جنسی را رومیدارند، با عقیدهٔ ما مخالف بوده و با معنویات مردم ما، موافقت ندارند. اگر شما از غربی ها تقلید میکنید، روا بودن این اعمال زشت را، قانونی میگردانید، سبب برهم زدن اخلاق مردم و انتشار بیماریهای ایند، سیفلیس و غیره خواهید شد. از خداوند (ج) بترسید و به انجام چنین کارهایی اقدام نما یید!

غرب که با قوانین اش فخر کرده، آنرا سبب پیشرفت و ترقی میدانند به جولی که در زیر رسم گردیده، نظر نمایند که چی حاصلی را به بار آورده است؛ با قوانین غرب، شاید مردم ما از جهت اندوخت مادیات پیشرفت کنند، ولی معنویات ایشان از بین میروند، آنهم معنویاتی که با پول خریده نشود و اما معنویات حقیقی، سبب اساسی نیک بختی هر ملتی میباشد.

مثلاً: هر روز در امریکا، آنهم، همه در یک روز!!!

بازداشت شدگان مواد مخدر	253 نفر
مورد تجاوز	180 زن
کشته شدگان	54 نفر
سرقت موتر	2618 ماشین
تولد و لدالزنا	1282 نوزاد
وقوع طلاق	2986 مورد طلاق
بارداری دوشیزگان بازنا	2740 دوشیزه
نوشش شراب	90 میلیون شیشه شراب
گرفتار و مصاب	8493 نفر به سیفلیس

این جدول به شکل اختصار، از کتاب "ایند غضب الله تعالی" گرفته شده است.

سردبیر: محب الله "منش"
معاون سردبیر: زمان "رفعت"
ویراستار: عبدالمنان "ظهير"
تحت نظر هیت تحریر.
گزارشگر: محمد یاسین "آژند"
تمویل کنندگان: مردم الله یار و غور.

ماهانامه: از مطالب و مقالات ارسالی شما استقبال مینماید.

ماهانامه: در رد، پذیرش، ویرایش و تلخیص مطالب، دست آزاد دارد.

ماهانامه: مسئولیت های ناشی از تخطی های محتوانی را بعهده نگارشگران و نویسندگان مطالب و مقالات میداند.

آدرس برقی: abmannan_zaher@yahoo.com ph:0799101476

Email: Mohib.manish@gmail.com Mobile No:0796148879

سال دوم شماره دوازدهم میزان سال ۱۳۹۲ خورشیدی برابر با اکتوبر سال ۲۰۱۳ م ۴

ده نکته برای داشتن اندام موزون

اکرام الدین "شهر" دانشجوی رشته زبان انگلیسی، دانشکده زبان و ادبیات دانشگاه کابل

انسان چگونه میتواند یک شخص موفق باشد؟

محمد حسن "افضلی"

افراد موفق کسانی هستند که از خود آگاهی واقعی برخوردار بوده و در قبال پیش آمدهای ناگوار و سخت، نیاز به دارو های آرام بخش در خود احساس نمیکند. افراد موفق و ماهر، بخوبی خود را با مسائل گوناگون زندگی تطبیق میدهند، آنها خود را میشناسند و میدانند که چه نقشی را در زندگی ایفاء میکنند و تا چه حد استعداد دارند. ما نیز میتوانیم شخص موفق و خوش بین به پیروزی باشیم، بشرط اینکه چشم های خود را بروی امکانات موجود و راهکارهای آن، بخوبی باز کرده و در تغییر وضع کنونی زندگی، به نیروی کم نظیر باطنی خود، متکی بوده و با توکل به ذات یکتا، به آنچه درسر نوشت مان از ازل بوده و در وجود مان بودیعه گذاشته شده ریا، ارج نهمیم و بدانیم که، کلید اتکاء به نفس در وجود خودمان است. مامیتوانیم از همین امروز از عزت نفس بیشتر برخوردار باشیم، بشرط اینکه همیشه در زندگی خود، آراسته و منظم باشیم، به موفقیت خود ارج نهمیم، در همایش ها و مناظره ها شرکت کرده و همواره در مقابل نا خوشی ها لبخند بر لب داشته باشیم. این شعار مثبت همواره باید بیاد مان باشد. پاداش ها نیکه ما در زندگی دریافت میکنیم، فرآورد خدماتی است که انجام داده ایم و ما میتوانیم آنچه را که انتظار داریم و می خواهیم بدست بیاوریم، آنهم بشرط آنکه بخودمان باور داشته باشیم. بهترین نشانه به آرزورسیدن و چشمگیر بودن موفقیت، خود انتظار مثبت ماست که معنویات درون ما را از یک خوشبینی کامل، پر میکند و ضمناً به مشکلات بعنوان پدیده هائی برای کسب تجربه و بکار گیری خلاقیت و مهارت های خودمان برخورد و ارزیابی کنیم، بسلامتی خود توجه کامل داشته باشیم و از استراحت و ورزش لذت ببریم، همیشه صحبت های دلچسپ و تقویت کننده روحی با خود و دیگران داشته باشیم؛ از تجربه افراد خوش بین و موفق از طریق معاشرت بیاموزیم و مطالعه کتاب و مقالات آموزنده را نیز فراموش نکنیم، از تجارب گذشته پند گرفته، اما در حال و آینده زندگی کنیم. ما میتوانیم وسعت نظر داشته باشیم، بشرط اینکه دیگران را نیز مانند بستگان خود دوست داشته و عزیز بداریم، برای هموعان خود، ارزش قابل شویم، باشخص نیاز مند کمک کنیم، قدر دان محبت ها و نیکی های دیگران باشیم و با زبان نرم، خوش آیند، مهرآمیز و دوستی آفرین با همگان صحبت کرده و از نیش زدن و تلخ زبانی پرهیز کنیم، باید بدانیم که زندگی سخت و پراز موانع، مشکلات گوناگون و سرشار از دشواری است. تنها کسی میتواند از این راه پرخطر عبور کند که روحش مملو از امید و عشق به هموعان لبریز بوده و از خود خواهی و تکبر تهی باشد.

7- تمرینات تان را به خارج از باشگاه ببرید، اگر همیشه در باشگاه تمرین کنید، ورزش برای تان کسل کننده میشود و متعهد شدن به آن هم، سخت تر است. برای رفع این مشکل، سعی کنید، گاه بگاه، تمرینات تان را در خارج از فضای باشگاه، انجام دهید. در یک تیم باسکتبال، فوتبال و یا شنا، ثبت نام کنید. ورزش های جدید را امتحان کنید، برای تقویت قوه بدن تان به کوه نوردی و یا صخره نوردی (ویا بالا شدن به کوه و کمر) بروید.

8- حرکات کشش را به یک کار الزام آور تبدیل کنید. حرکات کشش اندام معمولاً قسمتی از تمرینی است که اکثراً نادیده گرفته میشود. انجام ندادن حرکات کشش اندام، شما را در معرض آسیب دیدگی قرار میدهد، پس سعی کنید، حد اقل، ده دقیقه بعد از تمرین را، بحرکات کشش اندام اختصاص دهید.

9- عملکرد ورزشی تان را ثبت کنید. اگر شما هم مانند آن دسته افرادی باشید که حافظه شان برای بخاطر سپردن مدت زمان تمرین و یا نحوه عملکرد شان، چندان قوی نیست، بهتر است که همه نکات مربوط به تمرینات تان را یاد داشت کنید. این کار باعث میشود تا روند پیشرفت تان را بهتر ارزیابی کنید و به نقاط ضعف تان پی ببرید تا اینکه بتوانید وقت بیشتری را صرف تقویت آنها کنید.

10 - تست و آزمایش چربی بدهید، احتمالاً برای ارزیابی پیشرفت تان، به کشیدن (وزن کردن) وزن تان، روی ترازو، اکتفاء میکنید، بد نیست تا کمی به خود تان زحمت بدهید و یک آزمایش چربی بدهید. این تست وضعیت ساخت و ترکیب بدن تان را بسیار دقیق تر و کاملتر، در اختیار تان قرار میدهد.

است، سعی کنید از این به بعد در اول صبح ورزش کنید. شاید نخست سخت باشد تا خود تان را زود تر از رختخواب بیرون بکشید، اما وقتی که برای تان عادت شد، خواهید دید که این بار خیلی نسبت به برنامه ورزشی تان متعهد تر خواهید شد.

4- یک جفت کفش خوب برای دوش (رانیگ - running) بخرید. اگر چند سال است که با همان کفش های قدیمی ورزش میکنید، دیگر وقتش رسیده است تا یک جفت کفش خوب دوش را برای خودتان بخرید. کفش ورزشی اگر کهنه و یا نامناسب باشد، موجب آسیب رسانی میشود. پس در مورد این نکته، به هیچ وجه غافل نشوید.

5- یک رشته ورزشی را شروع کنید، خیلی وقت ها شاید به سرتان بزند در مسابقه دوما رتن شرکت کنید یا وارد عرصه متناسب سازی و پرورش اندام شوید. اما کمتر کسی این اهداف را عملی میکند. امسال را، سال عملی ساختن اهداف ورزشی تان قرار دهید. در رشته ورزش مورد علاقه تان، نام نویسی کنید. یک برنامه تمرینی مناسب را شروع کنید و اگر شد، یکی از دوستان تان را هم، با خود همراه بسازید.

6- روی تناسب اندام بشکل عملی تمرکز کنید. وقتی که تمرین میکنیم، بیشتر وقت ها، همه تمرکز ما، روی این نکته خواهد بود تا وزنه پرس سینه و یا اسکاتمان را هر روز بالا تر ببریم و یا حد اقل، نسبت به حریف تمرینی مان، از وزنه های سنگین تری استفاده کنیم. با اینکه اینها هم، اهداف بدی نیستند، اما سعی کنید تا امسال، کمی روی نکات عملی تر، تمرکز کنید. مثلاً تمرینات تان را بر اساس فعالیت های روز مره طوری انتخاب کنید که قدرت و کار آیی تان را در فعالیت های روزمره بالا ببرد.

اندام موزون و مناسب یکی از مهم ترین اهداف پیشرفت در زندگی فردی است که در این روز ها، همه را فریفته خود ساخته است. هرگاه شما تا امروز توجهی به برنامه ورزشی و رژیم غذایی خود تان نداشته اید، اکنون، بهترین زمان برای اصلاح این وضعیت مساعد گردیده است. در زیر به نکات اصلاحی مهمی، در زمینه یادآوری میکنیم، امید واریم برای شخص تان مفید واقع شود.

1- در هر ماه، یک حرکت ورزشی نوی را امتحان کنید، چی نداشتن تنوع، یکی از مهم ترین اشتباهات در ورزش است، بدلیل اینکه بدن شما، بدون ایجاد تغییر، در یک برنامه تمرینی، دیگر به آن واکنش نشان نخواهد داد. پس سعی کنید در هر ماه، یک حرکت تمرینی جدید را به برنامه ورزشی خودتان اضافه کنید. اما یاد تان باشد که در زمینه لژیومی وجود ندارد تا حتماً از آن تمریناتی استفاده کنید که در آنها از دمبل و هالتر استفاده میشود، بلکه میتوانید با استفاده از وزن بدن خود تان، نیز تمرینات فوق العاده را در ورزش داشته باشید.

2- به تمرینات هوازی، تمرینات اینتروال را اضافه کنید. اگر تا امروز در تمرینات هوازی، از تمرینات اینتروال بهره نگرفته اید، اکنون وقت شروع استفاده از آنها است. این نوع تمرین ها، نه تنها اینکه عضلات تان را حفظ میکند، بلکه میتابولیسیم بدن تان را بالا برده، سوخت و ساز چربی هارا تقویت میکند. علاوه بر این ها، لازم نیست تا برای انجام آن، حتماً به باشگاه بروید.

3- به ورزش اول صبح پایبند شوید، اگر بدلیل اینکه از ورزش کردن، غافل می شوید، این نکته ارزنده است تا اینکه در طول روز، به نسبت اینکه مشغله تان خیلی زیاد

معلم روز زیبایت مبارک



احمد طاهر "فخرزاد"

معلومات راجع به بیماری طبق

بیماری طبق (دهن دردی و شنگول دردی در حیوانات، طبخ و بپاخته شدن دهن حیوانات و ایجاد پدیدگی در شنگول های حیوانات)

علامت بیماری طبق: حیوان تب داشته، خوراک و فعالیت آن کم میشود.

آبله های کوچک و زخم ها در سطح زبان، بیره ها و بین شنگول های پاهای حیوان بوجود میاید، بویژه در گاو ها، گوسفندان و بز ها.

آبله های بوجود آمده، حالت پیوسته را با یکدیگر خود، اختیار کرده و بالاخره آبله ها کفیده و زخم های درد ناک را برای جابجا شدن آفات ثانوی مساعد میسازد.

حیوانات اکثراً پس از مصاب شدن به این مرض، مقدار زیاد وزن بدن خود را طی مدت کوتاهی از دست داده اما صحت یاب میشوند.

تلفات اندکی در بین حیوانات جوان صورت میگیرد، بویژه در آنهده حیوانات که عضله های قلب های ایشان به این بیماری مصاب شده و با سکتة قلبی، حیوانات تلف میشوند.

دوره بیماری 1-3 روز را دربر میگیرد و طبق یک بیماری خیلی ساری است که میزان سرایت آن الی به 100% میرسد.

وقایه بیماری طبق: یگانه راه جلوگیری بیماری، تنها ساختن حیوانات مریض و محصولات آنها الی صحت یاب شدن آنها، در یک ساحه میباشد. همچنان راه دیگر جلوگیری از بیماری طبق، اجرای واکسین در حیوانات است، قسمیکه بطور دایمی در افغانستان مورد اجراء قرار می گیرند.

دانستن انواع واکسین ها بسیار مهم است که مطابق با نوع و ایروسی که در افغانستان شناخته شده است، باید در وجود حیوانات اجرا گردد.

عوامل بیماری طبق: عامل کلیدی بیماری طبق، و ایروسی است که یکی از اعضای خاندان (از فامیل پارا میگسو ویریدی) میباشد.

معلم لاله صحرای دانش
معلم اخترى شبى جهالت
معلم خورشیدی گیتی اطفال
سزوار ستایش است معلم
توانسان را ز تازیکی رهانی
همیشه خدمتت واضح و روشن
بهر جا فلیسوف عالمی هست
معلم رهبر هر یک چوروز است
معلم خورشیدی دنیای دانش
الهی بر روان و روح احمد
ز محنت ها، معلم را نجات دار
خلاصیش بخش ز محنت های دنیا
بعزت جمله را بنواز یکسر
مبارک روز زیبایت معلم

معلم داوری دنیای بینش
معلم شعله زیبای رحمت
معلم رهنمای ما بهر حال
مقامش ازینها بیش است معلم
برای جمله اطفال چون شبانی
از این خدمت بود دنیا چو گلشن
نشان خدمت این خادمی هست
بهر جا بنگری او دلفروز است
کند خالق مقامش را از این بیش
بروح پیروان پاک احمد
باین ملت تو آرامش عطادار
عزیزش دار، اندر دار عقبی
بحق حرمت آن شیر مادر
مبارک عشق و الایت معلم