



تربیت

فصلنامه تعلیمی و تربیتی
برای کودکان و نوجوانان
شماره چهارم / سال دوم / خزان ۱۳۸۷

ضمیمه:
سوالات کانکور

پرستو

وقتی زمستان میشه
برف میشه، باران میشه
پرستوی مهاجر
بازام میشه مسافر
وقتی که بهار میشه
گل میشه، گلزار میشه
پرستوی خوش خبر
واز میکنه بال و پر
برمیگرده به لانه
میره خانه به خانه
میگه که: بهار آمد
وقت کار و بار آمد
بچه های با ادب
خوش خوش برین به مکتب!

ش. دیباج



این مجله رایگان توزیع میشود؛
خرید و فروش آن ممنوع است!



- ما میمیریم، اما از رفتن به مکتب باز نمی مانیم / ۲
- شاگردان در باره حادثه دردناک قندهار چی میگویند / ۳
- د ښو خلکو دوستان ډېروي / ۴
- د ډېرو میوو خوړل ګټه لري، که تاوان / ۵
- جوجه ګګ سپید / ۶
- طفل کوچک و کار های بزرګ / ۸
- سپینې سپینې واورې / ۹
- د ساعت جوړښت او دکابل د برجونو زنګي ساعتونه / ۱۰
- آیا میدانستید؟ / ۱۱
- تاثیر نام الله بر موجودات عالم هستی / ۱۲
- بروس لي د سپورت تلپاتې خبره / ۱۳
- آشیانه / ۱۴
- رنځوره نجلی / ۱۶
- خوب است بدانید! / ۱۷
- زنده گی و آثار خوارزمی / ۱۸
- امام بخاری (رح) / ۱۹
- دقلم نړیوالې ټولنې لنډ تاریخ / ۲۰
- ماشوم څوک دی / ۲۱
- آموزش فراگیر شود / ۲۲
- در مورد مغز چی میدانید؟ / ۲۵
- نا پیژندل شوې وسپنه یزې ټوټې مه ټولوی / ۲۷
- پېښنه تاریخی و انکشاف بازی هندبال / ۲۷
- آیا ترس، بد است؟ / ۳۲
- د مثنوي حکایتونه / ۳۳
- د رنګونو فلسفه / ۳۴
- پښتو لنډی / ۳۵
- بیایید رنگین کمان بسازیم / ۳۷
- ترکان او خراط / ۳۹
- و...



صاحب امتیاز: ریاست تعلیمات قبل از مکتب و خاص
مدیر مسؤول: دوکتور شفیقه یارقین، تلفن: ۰۷۹۹۶۳۹۲۴۲
معاون: حقیق الله عتیق، تلفن: ۰۷۸۶۳۵۱۰۹۵۳
اعضای هیئت تحریر: دوکتور محمد یوسف نیازی، محقق محمد نبی صلاحی،
ظهور افغان، مطهر شاه اخگر، محمد عزیز آسوده
طرح و دیزاین: ژکفر حسینی
تایپ: کلیم الله نیازی
به کمک مالی: مرکز ماین پاکی ملل متحد برای افغانستان (UNMACA)
سایت انترنټی: www.moe.gov.af
ایمیل: tarbeyatmg@yahoo.com

د پوهنې ترانه

لښکر یو د پوهنې مور تیارې رڼا کوو

وطن رڼا کوو

ډیوې د علم پوهې په تیارو کې لکوو

وطن رڼا کوو

خواري او فلاکت وطن نه لرې غواړو

وطن نه لرې غواړو

تیارې د جهالت وطن نه لرې غواړو

وطن نه لرې غواړو

لښکر د معارف یو له ظلم نه بې زار یو

له ظلم نه بې زار یو

د ژوند سمون لپاره د سولې پلویان یو

د سولې پلویان یو

د سولې لوړ بیرغ تر آسمانه لوړوو

وطن رڼا کوو

وطن رڼا کوو

سرڅیرونکي عبدالله بختاني خدمتګار

ما میسریم، اما از رفتن به مکتب باز نمی‌مانیم!

کشور عزیز ما افغانستان پس از سپری کردن سه دهه جنگ، خشونت، نفرت و ویرانی، پس از سقوط طالبان و ایجاد حکومت موقت توانست به یک آرامش نسبی دست یابد. در نتیجه این امنیت، در همه عرصه‌های زنده‌گی بازسازی و نوسازی آغاز یافت که بیشترین آن را در عرصه معارف میتوان مشاهده نمود.

در کنار گشایش مکاتب جدید و بازسازی و تجهیز مکاتب ویران، آنچه بیش از همه در ساحه معارف کشور چشم‌گیر است، استقبال بی‌نظیر شاگردان مکاتب از گشایش مکاتب و آغاز مجدد تعلیم و تربیه می‌باشد، چنانچه امروز شاگردان مکاتب افغانستان لشکر عظیم ۶ میلیونی دانش را تشکیل می‌دهند و آنچه بیش از همه باعث خوشنودی مردم افغانستان و جهان می‌باشد، برگشت گروه عظیم شاگردان اناث به سوی مکاتب کشور است. خوشبختانه امروز از پایتخت افغانستان کابل تا دورترین نقاط صعب‌العبور و دور از دسترس نیز مکاتب، مدارس، دارالمعلمین‌ها، دارالعلوم‌ها و مکاتب مسلکی و حرفوی با جنب و جوش فراگیران دانش و مسلک گرم است.

متأسفانه این پیشرفت بزرگ در ساحه معارف و به ویژه سهمگیری فعال دختران در پروسه تعلیم و تربیه حسادت دشمنان افغانستان را تحریک کرد که نشانه‌های آن گاهی با تخریب یا به آتش کشاندن مکاتب و تجهیزات آن و گاهی با پخش شبنامه‌ها مبنی بر عدم حضور دختران در مکاتب، به ظهور می‌رسد و گاهی هم فریب خورده‌گان اجانب یا متعصبین کوردل با اختطاف شاگردان ذکور یا پاشیدن تیزاب به روی شاگردان اناث و امثال این اعمال خشونت‌آمیز و دور از انسانیت می‌خواهند مشعل دانش و سواد را در کشور، به ویژه در صف دختران باثقوا و باشاهمت ما خاموش نمایند، اما خوشبختانه تا امروز این توطئه‌ها نتوانسته است شعله‌های شهامت را در دل مشعلداران سواد خاموش کند. امروز همه دختران و پسران تشنه دانش و عاشق آزادی و آبادی وطن یک‌صدا می‌گویند:

ما میسریم، اما از رفتن به مکتب و کسب دانش باز نمی‌مانیم!

تربیت میگوید:

فرزندان عزیز میهن، آفرین بر شما و شماست تان!

په کندهار ولایت کې په تیزابو ټپي شوې د زده کوونکې د خور وینا!



زما په اند کوم ناوړه عمل چې، د هېواد دښمنانوزما د خور او د هغې د نورو ټولګيوالوپه وړاندې ترسره کړ، داناوړه عمل نه يوازې دا چې، د بشري حقوقوته سپکاوی دی، بلکهې د اسلام سپېڅلي دين هم داسې د انساني ضد عملونه په کلکه غندي، ځکه په قرآن مجيد کې د انساني کراماتود خوندي ساتلو په اړه ډير ټينګار شوی دی.



د ښوونځي په نجونو د تیزابو پاشل، نه يوازې دا چې، زموږ د زده کړې د بهير خنډ نه شي کړخېدای، بلکهې زموږ ليوالتيا نوره هم د زده کړو په وړاندې پياوړې کوي.

زما وينا نورو زده کوونکو ته داده چې، هيڅکله د هېواد دښمنانو د ګواښونو تر اغيزې لاندې رانه شي او خپلو زده کړوته دوام ورکړي. زما خور هم له درملنې وروسته غواړي خپلو زده کړوته دوام ورکړي.

شاگردان درباره حادثة در دناک کندهار چه میگویند؟

دستگیر نموده، به پنجه قانون سپارند تا عبرتی باشد برای دیگران.



ویدا صنف هفتم مکتب خواجه رواش:

این عمل، غیر انسانی است. این عمل را ما شاگردان سخت تقبیح میکنیم. کسانی که چنین کارهای ناپسند و زشت را انجام میدهند دور از عقل و دانش هستند. اگر دشمنان دانش به آرزوی مسدود ساختن مکاتب دختران هستند، هرگز نمیتوانند در پلان های خویش موفق شوند، بخاطریکه ما دختران افغان هستیم. اگر به قیمت جان ما هم تمام شود، ما درس و تحصیل خویش را ادامه خواهیم داد.



هما صنف هفتم مکتب خواجه رواش:

این یک حقیقت واضح و آشکار است که نصف پیکر جامعه ما را اناث تشکیل میدهد. هرگز امکان آن نمیرود که دختران از کسب علم و دانش محروم باشند و در آبادی کشور سهم بارز نداشته باشند. پاشیدن تیزاب و یا سایر اعمال تخریب کارانه باعث کند ساختن روند تعلیمی ما دختران شده نمیتواند، ولی از ارگان های امنیتی خواهشمندیم تا افراد و اشخاصی را که دست به چنین اعمال میزنند،

بنکاري ته

ګوره دا بې ژبې مرغان مه وله نه چې، کوم یو اوږ بچی بې موره شي ته هم ګوره پلاریږې او بچی لرې پېغله لور تنکی زوی ګلالی لرې درد لرې ارزو لرې زرګی لرې نو

ای ښکاري اشنا در ته سلام کوم پام کوه ماشې ته ګوتې مه وروړه

فایده‌های نوشیدن آب

آزمایشی جالب بالای سه نفر که با تمرین با بایسکل تمرین انجام می‌دادند، صورت گرفت.



یکی از آن‌ها اجازه نداشت آب بنوشد، دومی اجازه داشت، صرف هنگام احساس تشنه‌گی، آب بنوشد و برای سومی گفته شده بود، هر قدر که می‌خواهد، آب نوشیده می‌تواند. (یعنی بیشتر از آن مقداری که ما تصور می‌کنیم).



شخص اولی که هیچ آب نوشیده بود، تنها توانست یک ساعت تمرین کند، بعد توقف کرد. شخص دومی دو ساعت تمرین کرد و شخص سومی توانست برای سه و نیم ساعت تمرین خود را ادامه دهد.



به این ترتیب بدن ما بیشتر از آبی که احساس تشنه‌گی ما را رفع می‌نماید، نیاز دارد.

فواید آب بسیار است، از جمله:

- ✓ آب، نیروی بدن را افزایش می‌بخشد.
- ✓ آب، خسته‌گی، درد و خشکی پوست بدن را رفع می‌سازد.

✓ آب، ضد عفونی بوده، وقتی غشای سیستم تنفسی در اثر کاهش آب خشک می‌شود، بدن ما طور مؤثر با میکروب‌ها مقابله کرده نمی‌تواند. هدف این غشاء مبارزه با جراثیم است.

✓ آب، رنگ پوست چهره را بهبود بخشیده و بهتر از کریم روی می‌باشد.

✓ آب، ترکیب و جریان خون را خوب نگه می‌دارد.



باید به‌خاطر داشت که نوشیدن بیش از ضرورت آب، یگانه راه معالجه امراض نمی‌باشد؛ ولی می‌توان گفت: آب، بهترین دواي طبیعی است که خداوند برای بشر به ودیعه گذاشته است. به‌خاطر باید داشت که آب پاک و صاف جهت نوشیدن مصرف گردد. تهیه آب جوش داده گران تمام می‌شود. ساده ترین طریقه به‌دست آوردن آب صاف این‌ست که بوتل پاک و شفاف را گرفته، پر از آب کنید و آن‌را چند ساعت در مقابل اشعه آفتاب بگذارید.

د ښو خلکو دوستان ډېر وي



په دې باندې موږ ټول پوهیږو، چې، د ښو خلکو دوستان ډېر وي او دا یو واقعیت دی. لومړی باید دا معلومه کړو چې، ښه خلک کوم دي؟ څوک دي؟ او کوم اخلاق باید انسان د ځان کړي چې، خلک ورته ښه ووایي. ښه انسان هغه څوک دی چې، د خپلې عقیدې پیروي او د خپلې عقیدې لاره، په رښتیني ډول تعقیب کړي. صداقت، عدالت او هر وخت د انصاف پلوی وي او د نوموړي د لاس نه بل مسلمان انسان ته تاوان ونه رسیږي او نه په ژبه باندې، د بل انسان او مسلمان غیبت وکړي او په ټولنه کې مادي او معنوي باور ولري.

کله چې نور خلک پدې باور شي چې، نوموړی انسان امانتکار او په هر کار کې صادق او عادل دی، نو ورو ورو دغه خبره خوله په خوله گرځي او په هر ځای کې ددغه سړي د ښو خویونو او عادتونو ستاينه کېږي، داسې پېښې هم کېږي چې، نوموړی سړی ډیرو لیدلی هم نه وي، خو خلک یې دوستان وي، نو زموږ هیله همدا ده چې، موږ باید د داسې صفاتو لرونکي شو چې، دوستان مو ډېر او دښمنان مو کم شي. څومره چې په یوه کلي یا ښار کې دوستان ډیرېږي، دښمنان په طبیعي ډول کمېږي.

درنوزده کوونکو! موږ او تاسو ته دې رب العالمین (ج) توفیق راکړي چې، د ښو اخلاقو په درلودلو سره ډیر او ښه دوستان ولرو. دوستان چې ډیر شي، نو هدف ته د رسیدو منزل هم اسان وي او د ټولنې د خوشبختۍ او نیکمرغۍ سبب گرځي.

دوستی بامردم دانابلورین کاسه ییست نشکند، گر بشکند، بشکسته ماند سال ها

د ډېرو میوو خوړل ګټه لري او که تاوان؟



په عمومي توګه، خلک دا نظر لري چې، میوې د انسان د روغتیا لپاره ډیرې ګټې لري. خو دلته د پام وړ خبره دا ده چې، ایا د میوې زیات خوراک روغتیاته ګټه لري او که تاوان؟

په میوو کې د قنډي وېټامینونو او کاني (معدني) موادو په شمول، مغذي مادي موجودې دي. په طبیعي ډول د میوو خوړل د روغتیا لپاره ګټه لري، مګر د زیاتو میوو خوړل، نه یوازې ګټه نه لري، بلکې زیانمنې هم دي.

ګرانو ماشومانو! څرنگه چې ستاسو د معدې او کولمو عمل یانې د هاضمې قوت کمزوری دی، که زیاتې میوې وخورئ، د هاضمې په جهاز کې به مو بادونه پیدا شي چې، په نتیجه کې د هاضمې د بې نظمۍ سبب گرځي. دغه راز، د زیاتو میوو خوړلو په سبب به پښتورګو کې ناروغۍ را منځته کېږي. په خاصه توګه، باید وویل شي چې، د بیلا بیلو میوو خصوصیات هم بیل وي، نو ماشومان باید ځینې میوې زیاتې ونه خوري. دبیلګې په توګه، که شتالو زیات وخورل شي، د تبې او د اشتها د خرابوالي سبب گرځي. که زیات ناک وخورل شي، معدې ته زیان رسیږي او د نس ناستې د ناروغۍ لامل گرځي، که املوک زیات وخورل شي، بیا په داسې حال کې چې معده خالي وي، په معده کې تیزاب پیدا کېږي.

هغه ماشومان چې عمر یې له اوو کالو څخه کم وي، ډیر ضعیف دي چې، د میوو قند د معدې او کولمو له خوا راجلب کړي، نو دوی د اشتها د خرابوالي اود نس ناستې په ناروغیو اخته کېږي.

دست یا فشار هوای زیاد، عملهای جراحی بینی، اضطراب و هیجانه‌های ناگهانی انحراف بینی نام برد.

برای برطرف کردن خشکی بینی باید داخل بینی را چرب و مرطوب نگه داشت.

برای چرب کردن بینی میتوان از کریم ویتامین A استفاده کرد. به این ترتیب که بدون استفاده از دست، دستمال و گوش پاک، نوک کریم را در دهانه بینی گذاشته و با فشار ته تیوپ مقداری از کریم را وارد

بینی کرد و نیز برای مرطوب نگه داشتن داخل بینی مقداری آب را به آرامی وارد بینی کرده، و از بینی خارج کنیم. هیچگاه آب



وارد شده از بینی را نباید از دهان خارج کرد چرا که فشار زیاد لطمه به مجرای بینی وارد کرده، گاهی منجر به خونریزی بینی میشود.

گاهی اوقات مخاط بینی بر اثر آلرژی یا انحراف بینی بیش از حد ترشح میکند و برای درمان و کنترل آن از آنتی هیستامین استفاده میشود، ولی اگر مقدار مصرف بیش از اندازه باشد، باعث خشکی بینی شده، موجب خونریزی بینی میشود.

خونریزی بینی

قابل پیشگیری است

و نگران کننده نیست!

بینی انسان به صورت طبیعی هیچگاه، دچار خونریزی نمیشود، مگر آنکه عوامل بیرونی باعث خونریزی بینی شود. بینی به دلیل

جریان داشتن مداوم هوا در داخل آن، باید خشک باشد، ولی ترشحات طبیعی که بینی انجام میدهد، مانع از این خشکی میشود.

از دیگر دلایل خونریزی بینی مینوان از مشاغل مرتبط با گرد و غبار و مواد زهری، وارد کردن جسم های خارجی به داخل بینی توسط کودکان یا بیماران روانی، عادت داشتن به دستکاری بینی در زمان تفکر و خشم و هیجان، بیرون آوردن مخاط بینی با

جوجه گک سپید

ش.ی. دیباج

پدر سنجر از بازار کتاب مصوری برایش آورد. در این کتاب مصور تصویر پرندۀ های گوناگون وجود داشت و در بارۀ هر پرندۀ معلومات داده شده بود. سنجر کتاب را چند بار ورق زده، تماشا کرد و خواند و از میان تمام پرندۀ ها یک جوجه گک سپید بسیار خوشش آمد.



سنجر از مدت زیادی بدینسو پولهایش را در یک قطی گک جمع میکرد. او قطی گکش را گرفته، پیش مادرش رفت و به او گفت:

– مادر جان، با این پولها یک جوجه گک خریده میشه؟
مادرش پرسید:

– جوجه ره چه میکنی؟ مرغ ما کورک شده، برو چند تا تخم خریده، بیار. اونا ره زیر مرغ میگذاریم، جوجه های زیاد میبرآیه. هر کدامش که خوشش آمد، از تو باشه.



سنجر فوراً به دکان رفت و یازده تا تخم مرغ خریده، آورد. مادرش در کنج

کاهدان مقداری کاه را هموار کرد و تخمها را نزدیک هم روی آن چید و مرغ کورک را روی آنها خواباند. بعد رو به سنجر کرد و گفت:

– اینه، حالی تو میدانی و نگهداری مرغ. هر روز دو سه بار آبشه تازه کو و دانه بتی و خبر بگی. پس از بیست – بیست و یک روز جوجه ها از تخم میبرآین. سنجر بیست و یک روز تمام به گفته های مادرش عمل کرد. روز بیست و یکم را با بسیار بی صبری و اضطراب گذراند. با صدای زنگ رخصتی از مکتب به خانه دوان – دوان آمد.

سنجر زمانی که در کاهدان را باز کرد، قلیش از شادی لبریز شد و چشمانش درخشید. به گوشش قق – قق مرغ و چو – چو چند تا جوجه ها رسید. سنجر زمانی که نزدیکتر رفت، جوجه ها از ترس بلند تر چو – چو کردند و زیر بالهای مادرشان خود را پنهان نمودند. مرغ، سنجر را شناخت و با قق – قق جوجه هایش را آرام ساخت. جوجه ها آهسته – آهسته، یکی – یکی از زیر بالهای مادرشان بیرون آمدند.



سنجر شمرد: یک، دو، سه، چهار، پنج، شش. جلو چشمهایش شش تا جوجه چو – چو میگردند و راه میرفتند. او با دقت جوجه ها را دید و چشمهایش جوجه گک سپید دوست داشتنی اش را پالید. جوجه ها رنگارنگ بودند: زرد، سیاه، ابلق. سنجر مأیوس شد و گریه اش گرفت. در میان آنها جوجه یی مانند

جوجه گک سپید کتاب مصور دیده نمیشد. آیا تمام زحمات و انتظارش به هدر رفته بود؟

در همین لحظه جوجه دیگری از پشت مرغ بیرون آمد و قلب سنجر را به تپش انداخت و خاطرش را شاد کرد. او چه میدید؟ یک جوجه گک سپید! عیناً مانند جوجه گک سپید کتابش! پرهایش مانند برف سپید برق میزد؛ دو چشمش مانند دو دانه الماس سیاه جلا میداد. نولش مانند مرجان سرخ و از سر تا پایش حتی یک خال سیاه هم وجود نداشت!

سنجر جوجه گک سپید را به دستش گرفت و بی توجه به قق – قق مرغ از کاهدان برآمد و دوان دوان پیش مادرش رفته، ذوقزده گفت:

– مادر جان، ای ره ببین! جوجه گک سپید مره ببین، عیناً مانند جوجه گک کتابم سپید اس!

– عجب جوجه گک سپید و مقبول اس! چند تا جوجه برآمده؟
سنجر مأیوسانه جواب داد:

– هفت تا، اما فقط همی یکی سپید اس. – سپید و سیاهش چیست؟ جوجه ها به هر رنگ که باشن مقبول میباشن، آهسته – آهسته رنگ جوجه ها تغییر میکنه. شاید چند تای شان پسانتر ها سپید شون. سال آینده تخمهای خود مرغ سپیده در زیر مرغ میگذاریم، او وقت تمام جوجه هایش سپید میشه.

– بری مه همی یک جوجه گک سپید هم کافی اس. جوجه ها چه میخورن؟
– هر نوع دانه ره میخورن، اگر دانه نیافتی، کمی سبوسه با روغن گد کده بتی.

سنجر به سوی کاهدان رفت. در همین لحظه مادرش از پشتش صدا کرد:

– سنجر جان، هنگام رفت و آمد دروازه کاهدانه خوب بسته کو. پشک سیاه کوچه جوجه ها ره نخوره.

سنجر که به کاهدان داخل میشد، با صدای بلند گفت:

– «بیغم باشین مادر جان! همیطو میکنم.» و داخل کاهدان شد. او به مرغ و جوجه ها آب و دانه داده، به تماشا نشست. پس از مدتی مادرش صدا کرد: سنجر، سنجر جان!

سنجر با شنیدن صدای مادرش دل و نا دل از جوجه گک سپیدش جدا شده «بلی، مادر جان، آمدم» گفت و دروازه کاهدان را به شدت زده، برآمد. دروازه به چارچوبش خورده، بازگشت و اندکی باز ماند.

سنجر آفتابه و دستشویی را آورده، دستهای پدرش را شست و بعد دسترخوان را آورده، هموار کرد. او برای آوردن ظرف غذا به آشپزخانه رفت.



هنوز به آشپزخانه نرسیده بود که چششش به دروازه کاهدان افتاد و دلش شور زد. به سوی کاهدان دوید و با عجله دروازه را گشود. در همین لحظه چیز سیاهی از جلوش به سرعت گذشت. سنجر به دقت دید و در تاریکی چشمان درخشندۀ پشک را شناخت.

سنجر، چراغ را از دست مادرش گرفت و به کاهدان داخل شد. در دلش گفت:
– خدا جان، کاشکی پشک سیاه، جوجه گک سپیده نخورده باشه!

چراغ را نزدیکتر برده، جوجه ها را شمرد: یک، دو، سه، چهار، پنج، شش. هر قدر شمرد، تعداد جوجه ها از شش تا اضافه نشد. سنجر مرغ را آنطرفتر کرد

و پشت و جلو او را دید، تمام نقاط کاهدان را از نظر گذراند؛ بیرون برآمد و هر کنج و کنار حویلی را دید. دوباره به کاهدان درآمد و همه جایش را پالید، اما تمام تلاشهایش بیهوده بود! با خود گفت: «کدام جوجه ره خورده باشه؟» و تمام جوجه ها را یکایک از نظر گذراند. غیر از جوجه گک سپید همه جوجه ها موجود بود. قلب سنجر شکست و خاطرش آزردۀ شد. او دروازه کاهدان را بسته، زنجیرش را انداخت و داخل خانه شد. هر قدر پدر و مادرش او را صدا زدند، جوابی نداد، به بسترش پناه برد و لحاف را به سرش کشید.

سنجر خود را گناهکار دانسته، ملامت میکرد:

– چطو دروازه ره باز گذاشته بودم؟ اگر دروازه ره خوب میبستم و زنجیرش را می انداختم، پشک سیاه جوجه گک سپیده خورده نمیتانست. بیچاره جوجه گک سپیدم خوراک پشک سیاه شد!

سنجر زیر لحاف پیچ و تاب خورده، نتوانست بخوابد. آه کشیده، سرش را از زیر لحاف بیرون کرد. در همین اثنا چشمش به دیوار روبرو و به غولکش افتاد.

سنجر به سرعت برخاست و غولک را با چند تا سنگچیل از تاقچه گرفته، زیر بالشتش گذاشت.

او در هدف گیری و نشان زنی با غولک بسیار ماهر بود و در مسابقه ها بر همه رفقایش پیشی میگرفت. او هیچگاه غولکش را برای زدن کدام گنجشک یا آزار جاننداری به کار نبرده بود، ولی حالا که پشک سیاه جوجه گک سپید دوست داشتنی اش را خورده بود!...

سنجر تا نیمه های شب همچنان بیدار بود و گاهی به انتقام گیری از پشک سیاه می اندیشید و گاهی ازین اندیشه خود باز میگشت. او با همین دو دلی ها آهسته آهسته به خواب رفت!...

سنجر صبح وقت از خواب بیدار شد و غولک و سنگچیل ها را از زیر بالشت

برداشت. او بسیار فکر کرده، به یک تصمیم رسیده بود.

خواننده های عزیز! شما چه فکر میکنید؟ سنجر به چه تصمیمی رسید؟ شما اگر به جای او میبودید، چه میکردید؟ برای این پرسشها جواب نوشته، به آدرس مجله تان بفرستید و یا به تیلیفون و ایمیل زیر تماس بگیرید:

شماره تلفون: ۰۷۹۹۶۳۹۲۴۲

ایمیل آدرس:

shafiqavargin@yahoo.com
tarbeyatmg@yahoo.com

صلح بنیاد پیشرفت و آسایش است تجلیل از روز جهانی صلح

گزارشگر: غلام حسین «پرویز»

محفل با شکوهی به مناسبت روز جهانی صلح روز یکشنبه ۳۰ سنبله، با اشتراک دکتر عبدالغفور غزنوی معین نصاب تعلیمی و رازات معارف، آقای کریس الکساندر نماینده سازمان ملل متحد در افغانستان، معصوم ستانکزی مسؤول برنامه خلع سلاح و شخصیت های علمی- فرهنگی کشور، برگزار گردید. دکتر غزنوی ضمن خواندن پیام وزیر معارف به مناسبت بزرگداشت از روز جهانی صلح از برگزاری محفل اظهار خوشنودی نموده، نقش بنیادی آنرا در بازسازی و آبادانی کشور مهم خواند.

معصوم ستانکزی مسؤول برنامه خلع سلاح و آقای کریس الکساندر و همچنان به تعداد ۱۲ تن از شاگردان لیسه عالی حبیبیه به ترتیب پیرامون صلح و تأثیرات مثبت آن در تشکلات اجتماعی، بازسازی و آبادانی کشور صحبت نمودند. در این محفل تحایفی از جمله (نشان صلح) به دکتر غزنوی و تمامی سخنرانان محفل مذکور تقدیم گردید. این محفل از سوی اداره لیسه عالی حبیبیه، به همکاری و اشتراک صندوق وجهی سازمان ملل متحد (WFPA) و مرکز گسترش آگاهی جوانان (UNDP) در تالار کتابخانه لیسه حبیبیه برگزار گردید.



ځمکه

اجمل تومان

ځمکه خپه کيږي نه
ځمکه خپه کيږي نه
ستوري به بيا شماره
پرې چې شپه پخه شي لا
اوس آسمان ته نه کورم
ځمکه به خپه شي بيا

ځمکه په ما گرانه ده
ځمکې په سر کور لرم
يومې دی دادا په کې
يوه ادکې مور لرم
پلار زما کندونکی دی
ښه ډولي خولې گنډي
مور مې پې خامک کوي
په ځنډويې مړۍ گنډي
خوله به په سر کړمه
ښکلی به ښکارېږمه

لاس به مې پرې اېښی وي
ډير به پې ډارېږمه

اوس شپه پخه شوې ده
ځمکه خپه کيږي نه
يو، يو ستوري شماره
کټ مې چې کيږي نه

تربيت



ژپړه غوا

علم گل سحر

سترگې مې تورېږي بيا

ژپړه غوا لټيږي بيا

ماڼه خوښۍ راوړي

ښکلې گلالۍ راوړي

رابولم به همزولي

دايره په وهي ټولي

دوی ته په اوږده ورکړم

ښه تازه، خواږه ورکړم



سپينې سپينې واوړي

اجمل تومان

تير شومنی تير شو

ورکې دورې، خاورې شوې

راغی ژمی راغی

سپينې سپينې واوړې شوې

فيض الرحمن فياض

کودک تيزهوش کشور

فيض الرحمن فياض فرزند لطف الله امینی سه ساله و شاگرد افتخاری لیسه عالی حضرت علی، از ولسوالی چاه آب ولایت تخار، باشنده فعلی ولایت کندز یکی از کودکان تیزهوش افغانستان است.



این کودک برای اولین بار از سوی والی کندز مورد آزمایش قرار گرفت و به ۱۵۰ پرسش دینی، معلوماتی، جغرافیایی، تاریخی و غیره پاسخ مثبت ارائه نمود. والی کندز وی را به ریاست معارف این ولایت معرفی کرد.

سپس از سوی ریاست معارف ولایت کندز به ریاست تعلیمات اساسی وزارت معارف معرفی گردید و از سوی بورد ازربایی این ریاست ذهن وی مورد آزمایش قرار گرفت و به عنوان کودک باهوش شناخته شد، سپس به مدیریت استعدادهای درخشان ریاست تعلیمات قبل از مکتب و خاص معرفی گردید.

این ریاست نیز نظر قبلی را تأیید نمود. بعد از آن موضوع به شورای علمی رجعت داده شد و شورای علمی، نظر تعلیمات اساسی و معینیت نصاب و ریاست تعلیمات خاص و قبل از مکتب را تصدیق نمود. این کودک در حال حاضر یکی از کودکان باهوش کشور می باشد.

طفل کوچک و کارهای بزرگ

مصاحبه با کارگردان خورده سال، جوانمرد پاییز، متعلم صنف ششم مکتب عبدالغفور ندیم

مصاحبه کننده: خان محمد حسیب

در آنجا از طرف فستیوال کن (بزرگترین جشنواره سینمایی جهان) به خاطر نمایش فلم "خاک و خاکستر" دعوت شده بودم. سفر دومی ام به کشور تاجکستان بود و در آنجا به خاطر نمایش فلم "بد" که در واقع خودم کارگردان آن بودم، دعوت شده بودم.

تربیت: آیا از طرف دولت و یا کدام نهاد دیگر دولتی و یا غیر دولتی جوایز و یا تحایفی دریافت کرده اید؟

جوانمرد: خیر، نهادهای دولتی کشور کوچکترین توجه به کارهای من نداشته و مکافاتی هم نداده است. اما یک مؤسسه جاپانی، هزینه مالی یکی از فلم هایم را پرداخته است.

تربیت: چه وقتها درس میخوانید و چه وقتها به برنامه های فلم سازی اشتراک میکنید؟

جوانمرد: البته ساختن فلم یک وقت معین و مشخصی میخواهد که در جریان ساختن فلم، من به ناچار از مکتب اجازه میگیرم و در مواقع دیگر فقط به مطالعه درسهایم میپردازم.

تربیت: پیام نان به جوانان و نوجوانان چیست؟

جوانمرد: من موفقیت و بهروزی تمام نوجوانان و جوانان کشور عزیزم را در راستای امور کاری شان میخواهم و مخلصانه میگویم که دنبال همان چیزی باشند که به آن عشق و علاقه دارند و با تصمیم قاطع آنرا دنبال نمایند. انشاء الله پیروزی نصیب شان خواهد شد.

تربیت: جوانمرد عزیز، از اینکه با مجله (تربیت) مصاحبه نمودید، تشکر. به امید موفقیت های هر چه بیشتر تان!

تربیت: جوانمرد! شما در فلمها مشخصا چه وظیفه یی را اجرا مینمایید؟
جوانمرد: من یک هنر پیشه ام و نقشهای گوناگونی را در فلمهای مختلف بازی کرده ام. قدر مسلم است که در ساختن فلم یک

و در ضمن در هنرپیشه گی یک استعداد خاص داشتم و خیلی به خود باور داشتم که از عهده هر نوع نقش بازیگری و ساختن فلمها برمی آیم. به همین لحاظ، وقتی در فلم «الماس شرق» شرکت کردم، بدون کدام تجربه قبلی خیلی موفق بودم. گذشته از آن وقتی پدرم این ویژه گیها را در وجود من احساس میکرد، بیشتر مرا تشویق مینمود و گاه ناگاه مسایلی را در همین زمینه ها برایم میداد.

تربیت: تا حال در کدام فلم ها اشتراک داشتید؟

جوانمرد: در چهار فلم شرکت کرده ام که نخستین آن «الماس شرق» بود، بعد در فلم «خاک و خاکستر»، «جنگ تریاک» و «من اسب میخوام». نه زن نقش هایی داشتم.

تربیت: آیا تا حال به ارتباط فلم سازی، سفرهایی به خارج از کشور هم داشته اید؟

جوانمرد: بلی، تا حال دو سفر به خارج از کشور داشتم. سفر اولی به کشور فرانسه بود.

تربیت: جوانمرد! شما در فلمها مشخصا چه وظیفه یی را اجرا مینمایید؟
جوانمرد: من یک هنر پیشه ام و نقشهای گوناگونی را در فلمهای مختلف بازی کرده ام. قدر مسلم است که در ساختن فلم یک



گروه (تیم) کار میکنند، بنابراین نقش مرا کارگردان فلم با در نظر داشت چگونگی فضای فلم مشخص میسازد.

تربیت: چند سال میشود که در فلمها بازی میکنید؟

جوانمرد: دو نیم ساله بودم که برای نخستین بار در فلم «الماس شرق» نقش یک مزاحم را بازی کردم.

تربیت

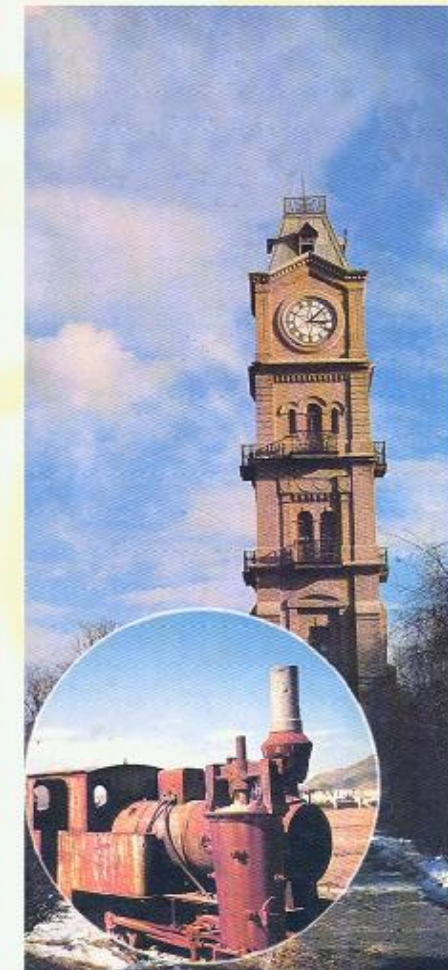
وخت د انسانانو په ژوند کې ډېر ارزښت لري خو دهنه د وېش، ټاکلو او له هغه نه د منظمې استفادې کولو په برخه کې انسانانو ډېرې ستونځې درلودې، د ورځې به يې وخت د لمر په گرځېدو او حرکت ټاکه او د شپې به يې د ستورو په يون ځان ته وخت معلوماوه خو کله-کله به بيا ورپځو او توپانونو ددوی ټول پروگرامونه کېدو کړل او له دوی نه به يې له وخت نه د سمې او منظمې استفادې امکانات واخيستل.

تر ميلاد اته سوه تر زر کاله وړاندې د لمر ساعتونه جوړ شوي وو چې د لمر له مخې به يې د ورځې بېلې-بېلې برخې ټاکلې چې دا ډول ساعت د مصر د فرعونانو په وخت کې جوړ شوی او تر لاسه شوې نمونه يې د برلين په موزيم کې خوندي ده. بيا د سپورمې او ستورو په حرکت هم ساعتونه جوړ شوي، د اوبو او اور ساعتونه هم وو، خو د ټولو کار نيمگړی او نا مکمل ؤ.

مسلمانانو ته وخت له دې امله چې په ورځ کې پنځه وخته لمونځونه کوي او په کال کې دېرش ورځې له سپېده چاوده تر مابنا مه روژې نيسي، ډېر ارزښت درلود، د مسلمانانو له خوا جوړ شوي ډېره ابتدايي بڼه درلوده، ريکي ساعتونه له همدې ډول ساعتونو څخه وو چې بيا وروسته تر اوږدو تجربو او دگڼو کسانو په وسيله د ساعت بېلا بېلي پرزې جوړې او ساعت تکميل شو.

واړه-واړه ساعتونو له پخوانه افغانستان ته راغلي دي خو ډېر لوی ساعت چې هيواد ته راغلی دی دهغې عمر څه کم يوه پېړۍ دی. دا ساعت د کابل د ارگ هغه زنکي ساعت دی چې د ۱۲۹۰ لمريز (۱۹۱۱ ميلادي) کال

شا او خوا په يوه لور برج کې نصب شوی دی. دا برج له ځمکې نه تر پوښه پورې سل فوټه لوړ دی چې په اتيايم فوټ کې يې يو لوی ساعت ځای پرځای شوی چې څلورو خواؤ ته ستنې لري او ټول په يوه ماشين جوړلېږي، د برج د ننې سور ۱۲ په ۱۲ فوټه کې دی.



دا ساعت د لندن په (جوېس) نومي کمپنۍ کې جوړ شوی چې د مسټر (ملر) په وسيله راغونښت شوی او دده تر څارنه لاندې په برج کې ځای پرځای شوی دی. دا ساعت په هغه وخت کې په نه زره پنځه سوه هندي کلدارو اخيستل شوی دی.

د ساعت جوړښت او د کابل د برجونو زنکي ساعتونه

ليکنه استاد حبيب الله رفيع

دې ساعت خپلو څلور واړو مخونو ته روښانه بڼيښې درلودې چې د شپې له خوا به يې شاته څراغ لکول کېده او ټول مخونه به يې خپلې-خپلې خواته خلکو ته تر لړۍ-لړۍ ښکارېدل او وخت به يې پرې معلوماوه. پر دې سر بېره دې ساعت يو زنک هم درلود چې وزن يې تقريباً دوه خرواره (تريو تن زيات) ؤ او د هر ساعت په تېرېدو به کلنک وهل کېده، په يوه بجه به يې يو ځل، په دوه بجو دوه ځله او همداسې په ۱۲ بجو ۱۲ زنکونه وهل په هر باو به يې يو ترنک کاوه. څو کاله وروسته يو بل دا ډول ساعت هم راوړل شو او د حضوري چمن په ختمېدو د محمود خان پله په څلورلارې کې برج ورته جوړ شو او هغه هم د لومړني ساعت غونډې په کارولويد.

ددې ساعتونو د زنکونو غږ ډېر لوړ او دروند ؤ چې تر لړۍ پورې رسېده خو په عين حال کې يې غږ نرم، خوړ او لکه د يوې بيانو غږ غوندې خوش آينده ؤ چې خلکو به په مينه اورېده، ټکونه به يې شمېرل او د شپې او ورځې به يې په ليرې-ليرې ځايونو کې د هغه ضربوټه غوږ اېښی ؤ او وخت به يې پرې معلوماوه.

دا دواړه ساعتونه تر وروستيو لسيزو پورې موجود وو، د ارگ د برج ساعت د ۱۳۵۷ کال د غويي د خونړۍ کودتا په لومړۍ ورځ له الوتکې نه په راغورځول شوي بم ولگېده او د برج د يوې برخې په نړېدو سره له کاره ولوېد خو د پل محمود خان د برج ساعت بيا تر ۱۳۷۱ کال را وروسته په تنظيمې جگړو کې ورو-ورو راوړېد او اوس يې ساعت څه چې د برج نخښه هم نشته ده.

فسکاهې!

صداى جوشيدن:

معلم: آيا ميدانى چرا آب در هنگام جوش آمدن صدا مى کشد؟
شاگرد: از اينکه مکروب هاى که در آب زنده گى ميکنند در هنگام جوشيدن ميسوزند، گريه ميکنند و صدا به وجود آيد.

آب:

معلم: بگو آب چگونه مايعى است؟
شاگرد: آب مايعى است که وقتى بچه ها دست و روى شانرا در آن مى شويند، به رنگ سياه در ميايد.

آن سر دنيا:

روزی دو نفر باهم صحبت ميکردند. اولی گفت: من يکروز تصميم گرفتم به آن سر دنيا بروم. آنقدر رفتم، تا رسيدم به آخر دنيا! آنجا يک ديوار خيلى بلند بود.
دومی گفت: وقتى کنار ديوار آمدی، پشت ديوار را هم دیدی؟
اولی: نى، نتوانستم.
دومی: بسيار بد کار شد. چرا که من پشت همان ديوار نشسته و منتظر تو بودم.

بقه قهرمان بود:

پدر از پسر خود سوال کرد: پسر، اولين کسى که در آب بازى قهرمان شد، کى بود؟
پسر جوابداد: پدر جان، معلوماتدار که بقه بود!



• آيا ميدانستيد که: برج ايفل ۱۷۹۲ زينه دارد.

• طولانى ترين کلمه در دیکشنرى آکسفورد از چهل و پنج حرف تشکيل شده است.

• انسان در روز بطور متوسط پانزده هزار بار پلک ميزند.

• ۳۰ برابر جمعيتى که امروز بر سطح کره زمين زندگى ميکنند، در زير خاک مدفون شده اند.

• تنها قسمت بدن که در آن خون جريان ندارد، قرينه چشم است.

• با يک پنسل ميشود خطى به طول پنجاه و هشت کيلومتر کشيد.

• چين اولين کشور جهان است که از پول کاغذى استفاده کرد.

• زمان بار دارى فيسل به دو سال ميرسد.

• حس بو يايى مورچه با حس بويايى سگ برابرى ميکند.

• ظروف پلاستيکى تقريباً پنجاه هزار سال در برابر تجزيه و فساد مقاومند.

• قلب گنجشک ۱۰۰ بار در دقيقه ميزند.

• گنجشکهاى روى زمين راه نمى روند، بلکه مى پرند.

• سيب پيشتر از يک ۱۰ پياله قهوه ميتواند صبحها خواب را از سر بيراند و انسان را آماده کار کند.

• پوست سيب ۵ برابر سيب ويتامين دارد.

• دود تنباکو و سگرت حاوى بيش از چهار هزار نوع ماده شيميايى است که شمار زيادى از آنها مواد محرک يا سمى و سرطان زا هستند.

• عسل چربى هاى اطراف قلب را آب ميکند، به همين دليل مصرف آن به سالخوردگان و بيماران قلبى توصيه مى شود.

• خورشيد ستاريست که پنج ميليارد سال عمر دارد.

• گريه و خنده از يک قسمت مغز ناشى ميشوند و هر دو در حد متعادل در سلامت انسان موثرند.

• صرف تخم مرغ براى تنظيم کليترول و بهبود بيمارى هاى قلبى بسيار مفيد است.

هواره خه کته لري؟-

په دې وروستيو وختوکې، په ډيرو هېوادو کې د کيمياوې دارو درملو پر ځاي طبيعي داروگان ډير کارول کېږي. پوهان وايي چې، اوسني انسان د لرغوني انسان په پرتله د بدن پاکولو ته ډيره اړتيا لري. ځکه خو بايد دده په خوړو کې، سابه، ترکاري په تيره بيا هواره چې په خپله ميکروبي او يا باکترىايي ضد ځانگړنې سره مشهوره ده، شتون لري.

هواره د پياز له نسله گڼل کېږي. هغه په خپل ترکيب کې، د شتو موادو لکه د المونيمو، قندو، عضوي تيزابو، منرالي مالگو په ټوليزه توگه د کاليم پوتاشيم او د B او C ويټامينونو او د خاصو غوړو په لرلو سره ساري نه لري. له هورې څخه د گيډې ساري ناروغۍ او په بدن د ويټامينونو کم والي د وقايې او درملنې لپاره کار اخيستل کېږي. همدا راز، د غاښونو د ناروغيو مخنيوي کوي او د بدن دفاعي سيستم پياوړې کوي. هواره د وبا (کولرا) او لويې تبې په درملنه کې اغيز منه ده.



لرغونی مصريان له ميلاد نه درې زره کاله مخکې د هورې په ارزښت پوهيدل او په خپلو خوړو کې تر هر څه هواره زياته کاروله. پر روغتيايې ځانگړنو سربيره، هواره د خوړو د يوې ډيرې خوندورې او په زړه پورې مسالې په توگه مشهوره ده. اوس هم په بيلا بيلو هېوادونو کې د سلاتې په جوړو کې، همدا راز د قورمې، پټايو، غوښې، بلو، د مرغانو غوښې، ښوروا، سوپ او نورو بيلا بيلو خوړو په پخلۍ د خوړو د لاهوندو کولو لپاره ترې کار اخيستل کېږي. هواره تازه هم خوړل کېږي. د هورې شنې اوږدې پاني د B له ويټامينونو شتمنې دي. په نړۍ کې، هسپانويان د هورې تر ټولو ډير لوي مينه وال گڼل کېږي او په نړۍ کې، د هورې تر ټولو زيات توليدونکي هم هسپانويان دي.

تريټ

تأثير عظمت نام «الله» بر موجودات عالم هستی

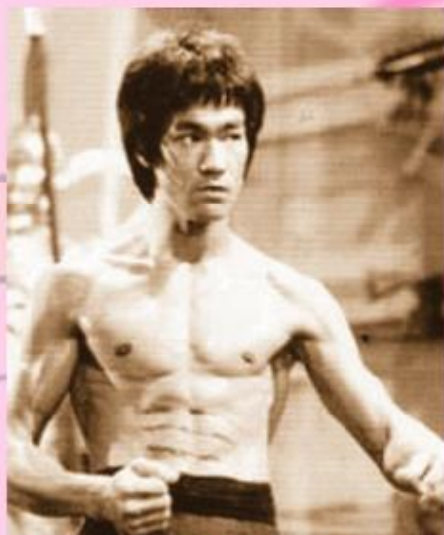
ياد و نام پروردگار عالم و نام مقدس «حق» نه تنها که بر هر فرد مسلمان تأثير گذار است و بر روح و روان آدمی تأثير عميق بر جای ميگذارد، بلکه اين نام بابرکت «الله» بر حالت همه موجودات هستی و حتی که پرنده گان و خزنده گان نیز تأثير ژرف دارد. چه زیباست که عظمت اين نام مقدس و تأثيرات با عظمت نام مبارک «الله» را که بر حالت یکی از موجودات عالم آفرينش به جای گذاشته است، از زبان عرفانی شيخ فريدالدين عطار بشنويم و بخوانيم:

مار فسای یکی حربه به دست کرده بود بر مار سوراخی نشست هر زمان میساخت معجونی دگر هر زمان میخواند افسونی دگر نا گهی عیسی (ع) بر آنجا درگذشت مار آمد پیش او با سر گذشت گفت: ای روح اله، شمع انام هست سیصد سال عمر من تمام مرد سی ساله مرا افسون کند تا ز سوراخم مگر بیرون کند رفت عیسی عاقبت ز آن جایگاه چون دگر باره فرود آمد به راه

گفت: ای مردک چی کردی کار را؟ گفت: اندر سیله کردم مار را شد سر آن سیله عیسی بر گرفت چون بدید او را سخن از سر گرفت گفت: ای مار، از چه طاعت داشتی؟ خاصه چندانی شجاعت داشتی آنهمه دعوا که کردی از نخست چون در افتادی چنین در دام سست؟ گفت: من نفريتم ز افسون او میتوانستم که ریزم خون او لیک چون بسیار حق را نام برد نام حق خوش خوش مرا در دام برد چون به نام حق شدم در دام او صد چو جان من فدای نام او وصل همچون آتشی جان سوزدت یاد باید تا جهان افروزدت

اندرز

بیهوده سنگ بر دل آزرده گان مزن اول بین که شیشه چی مقدار نازک است □□□ آفتاده گی آموز اگر طالب فیضی هرگز نخورد آب زمینی که بلند است □□□ اظهار عجز پیش فرو مایه ابله‌یست اشک کباب باعث طغیان آتش است □□□ توانا بود هر که دانا بود ز دانش دل پیر برنا بود □□□ دلا معاش چنان کن که گر بلغزد پای فرشته ات به دو دست دعا نکه دارد

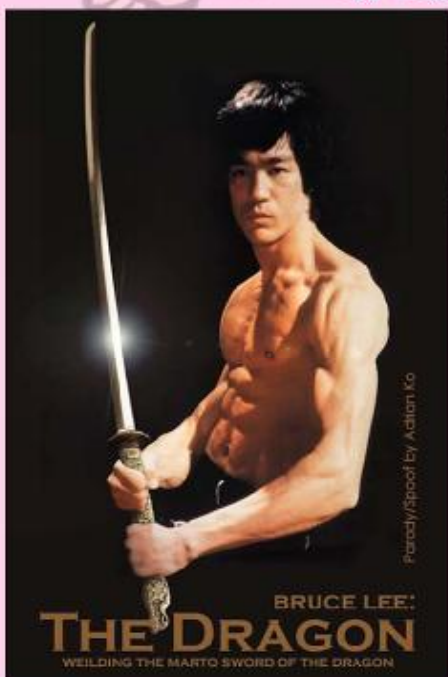


بروس لي په (۱۹۴۰ز)، کال د نوامبر په ۲۷ د ښارمار په کال، د جاکسن په کوڅه کې، د امریکې د سان فرانسیسکو په ایالت کې په یوه چینایي روغتون کې دې نړۍ ته سترگې وغړولې.

په چین کې بروس لي، له ماشومتو څخه سینما ته لاره ومونده، لومړی فلم یې په شپږ کلنۍ کې پیل کړ او همداشان، د سوبل ختینې آسیا د سیمو په ۲۰ فلمونو کې را څرگند شو چې، تر ټولو مشهور د یتیم په نامه د بېلګې په ډول یا دولی شو. پدې وخت کې، بروس لي ۱۸ کلن و چې، د بې کوره یتیم رول یې لوبول و او ورسره یې د خپل ځان لپاره کوچني ښارمار نوم غوره کړ. د امریکې په متحده ایالاتو کې، بروس لي د خپل پلار له یوه پخواني ملګري سره استوګنه غوره کړه، تر هغه چې د خوړو په یو دوکان کې یې د مزدور کار دندو موند. تر څو د خپل ژوند او زده کړې پسې وکتې. په کال (۱۹۶۷ز)، کې بروس لي، (د سیاتل، د واشنګتن په پوهنتون کې شامل او د فلسفې زده کړې یې پیل کړې، ددې تر څنګ یې، د پوهنتون محصلینو ته د کوانفو تمرینونه هم

بروس لي د سپورت تلپاتې خبره

پیل کړل او د سیاتل په ښار کې له لیدو ایمرز سره واده وکړ. بروس لي په کال (۱۹۶۶ز)، کې، د امریکې د تلویزیون په پرده د شنې غومسې په پرله پسې سریال کې راڅرګند شو. بروس لي، په کال (۱۹۷۱ز)، کې، بیرته هانګ کانګ ته راستوان شو، ترڅو خپله کورنۍ امریکې ته بوزي، خو هلته په هانګ کانګ کې د نومړي شهرت د هر چا تر غوړونو رسېدلی و. هلته یو بل پروډیوسر د لوی مشر په فلم کې د اتلولۍ د رول لوبلو غوښتنه ترې وکړه، هماغه و چې، بریالتوب یې په برخه شو، ان تردې چې، داسې ویل کېږي چې، په هانګ کانګ کې، په هر ولسو کسانو کې نهو کسانو نوموړی فلم لیدلی دي او په نوموړي فلم کې د بروس لي کټه یوازې ۱۰۰ زره ډالره وه.



نومړي سم د دریو اوونیو په اوږدو کې، ۱۰ ملیونه ډالر وکتلې بیا بروس لي ته د قهرجن سوک د فلم وړاندیز وشو چې، نوموړي فلم هم خیالي کټه ترلاسه کړي. بیا وروسته په کال

(۱۹۷۲ز)، کې د ښارمار لار فلم له شاک نورېس سره چې، نوموړي په کې د ساتونکي رول درلود، بروس لي نوموړی فلم په خپله ولیکه او خپورې کړ، بیا یې د مرک لوبه فلم د باسکټبال له نامتو لوبغاړي کریم عبدالجبار سره جوړ کړ. ددې ټولو شهرتونو، قوت، بډایتوب او د ځوانۍ د عمر ۳۳ کلونو سره سره بروس لي په کال (۱۹۷۳ز)، کې د جولای په ۲۰ نېټه د ماغزود سکتې له امله مړ شو چې، په مړینه یې د نړۍ زیات شمیر وګړي خواشینی شول، ځینې کنګسې داسې هم وایې چې، نوموړي د کوانفو د ځینو ماهرینو له خوا ووژل شو ځینې نور بیا وایې چې، د هالیوډ ځینو پروډیوسرانو نوموړی د شخصي کینې له کبله وواژه، ځکه چې، نوموړي ډېر شهرت ترلاسه کړ او ځینې نور پدې فکر دي چې، دا ډول مړینې یو عادي کار دي چې، د سپورت او رزمي لوبغاړو ترمنځ پېښېږي، خو په هر حال، د بروس لي څخه یوه لور او یو زوی پاتې شول. د بروس لي جنازه له مرک څخه پینځه ورځې وروسته وشوه او د نوموړي نېږدې ۲۵ زره ملګري او مینه وال دده جنازې ته راغلي وو.

بروس لي خپل هممهال (هم عصره)، او راتلونکو نسلونو ته داسې ابتکارات پرېښودل چې، اوس هم ځینې ځوانان ترې اغېز من دي او د نوموړي کیسې او تخنیکونه د کوانفو او له ځان څخه د دفاع په لوبو کې اوس هم کارول کېږي.

تريټ

آشیانه

داستان از: عزیز آسوده

بهار بود، پرنده ها در میان شاخه های درختان آشیانه میساختند. یگانه درخت اکاسی حویلی ما که از بوی خوش آن لذت می بردیم پر بود از گنجشکهایی که می آمدند و میرفتند، شماره آنها بیشتر از برگهایی بود که از شاخه های درخت آویزان بودند. روزها چرق چرق کنان می آمدند، خس و خاشاک را بانول خود می آوردند و شبها ناپدید میشدند.



صبح هنگام که پدرم مرا بیدار میکرد، بعد از نماز لحظات درازی صدای آنها را می شنیدم و شامگاهان نیز که با پدرم به مسجد میرفتم، فریاد گنجشکان حویلی مارا پر میکرد. پدرم میگفت: پرنده گان شب و روز ذکر خداوند (ج) را میکنند.



یگانه دل مشغولی من دیدن و شنیدن شور و هلهله یی بود که پرنده گان در میان شاخها و برگهای درخت خانه ما به پا میکردند. من از شنیدن این هیاهو همان لذتی رامی بردم که صبحگاهان از خوردن چای و نان گرم داشی و پتیر و یا خوردن کشمش نخود نذر برایم دست میداد. وقتی مادرم پیاله غوره یی نذر را در

جیبم خالی میکرد، روی صفة حویلی می نشستم و لحظات درازی دست و دهانم میچیدند.

یکروز هیاهوی گنجشکان به شدت بلند شد، به حویلی برآمدم، شاخه ها و برگهای یگانه درخت اکاسی خانه ما تکان میخوردند. به یاد آشیانه گنجشکان افتادم، دلهره آمدن پشک و خوردن چوچه ها، قلم را پر ازغم ساخت. با وارخطایی نزدیکتر رفتم، در میان برگها و شاخه ها کسی تکان میخورد. رامین پسر همسایه بود که به جان آشیانه گنجشکان افتاده بود.



دعای بد مادرش و هیاهوی پرنده گان با هم می آمیختند. ناگهان گریه رامین از میان برگهای



خاک آلود بلند شد. با شتاب خیز زد و خودش را روی بام خانه شان انداخت. در روی بام به سرو رویش میزد، به نظر می آمد که چند تا زنبور او را نیش زده باشند. رامین با گریه به خانه رفت.

روز دیگر رامین را در کوچه دیدم، سر و رویش پندیده بود. همه بچه ها با دیدن او به خنده افتادند.

من که همواره به یاد گنجشکان و آشیانه شان بودم، گاهیگاهی از زیر درخت آنها را تماشا می کردم. دلم میخواست، کاش میشد آنها را به جای امنی انتقال میدادم، اما مادرم برایم گفته بود که به آشیانه پرنده گان دست نزنم.

چاشت ترق بود که صدای بهم خوردن برگها رشته حواسم را برید. پشک سیاه همسایه را

دیدم که روی بام خودش را پرتاب کرد. با سنگ به سویش دویدم، با شتاب گریخت و در کنار ناردان نشست. با حسرت به سوی درخت و به سوی من میدید، بو میکشید و با بیرون آوردن زبان سرخش، لبهایش را می لیسید.



در روی حویلی چوچه گنجشکی افتاده بود، که به سختی خودش را به سینه میکشید. مادرش مثل تیر پایین و بالا میرفت. شاید میخواست از حمله پشک بر روی جلوگیری کند و یاشاید تصمیم داشت چوچه اش را دوباره به آشیان بر گرداند.

وقتی چشم مادرم به من افتاد، با داد و فریاد مرا نگذاشت به آشیانه و درخت نزدیک شوم. وقتی چوچه گنجشک را در روی حویلی دید با دلتنگی گفت: طفلک از درخت پایان افتاده، اینالی پشک همسایه میابه و یک لقمه خامش میکنه! نمایش که بیابه، سبیل شوه چطور پشک چشم سفیداس:

چوچه را به خانه بردم، برایش آب دانه گذاشتم، نخورد. مادرش بار بار میآمد و خودش را به شیشه دیوار میزد، تا مبادا به چوچه اش آسیب برسانم.

آفتاد غروب میکرد، هوا تاریک شده میرفت. آنشب تا نا وقت شب بیدار ماندم و به چوچه گک گنجشک اندیشیدم و با همین اندیشه که اگر نجاتش نمیدادم خوراک پشک میشد، به خواب رفتم. فردایش از خواب برخاستم،



چوچه روی طاقچه نبود. همه جارا گشتم، نیافتمش. دلم پر از غصه شده بود. از مادر

گنجشک و سر و صدایش دیگر خبری نبود. با شتاب دنبال مادرم گشتم، در گوشه حویلی پیدایش کردم. زیر اجاقی پر از ذغال که چایجوش روی آن قرار داشت پیهم پکه میزد. با صدای گرفته یی از وی سراغ چوچه را گرفتم. مادرم با خیال راحت در پاسخم گفت: چوچه را مادرش برد.



پرسیدم، چگونه؟ مادر باز پاسخ داد. پدرت صبح وقت نماز، آنرا برد و آشیانه اش، قرار داد.

گفته های مادرم را با تردید پذیرفتم، مثل اینکه مادرم نگاهم را خواند. با تکرار گفت: چوچه هم اکنون در آشیانه در زیر بالهای مادرش خفته...

سبکبال و راحت شدم. میخواستم بروم و ماجرا را از زبان پدرم نیز بشنوم. از کنار صغه



میگذشتم، پشک سیاه با وارخطایی در زیر نساودان نشسته بود. زبانش را دور دهانش میچرخانید و با حسرت به سوی آشیانه نگاه میکرد.



سُخن در دهان هنرمند چیست؟
کلید در گنج صاحب هنر
چو در بسته باشد چی داند کسی
که گوهر فروش است، یا پيله ور
«شیخ سعدی»

دغو پوښتنو ته سم ځواب پیدا کړی او له خپلو کورنیو څخه جانیږي تر لاسه کړی.



اندرز های سود مند

۱- امروز را دریاب به گذشته کمتر فکر کن.

۲- هدف بزرگ زنده گی کسب دانش نیست، بلکه استفاده از دانش در زنده گی و عمل است.

۳- با نیکان بدی مکنید که آنها را از نیکی باز میدارید.

۴- بیشتر فکر کنید تا نفهمید که هیچ نمیدانید.

۵- دو مرد و حسرت بردی «یکی آن که داشت و نخورد و دیگری آن که توانست و نکرد»

ارسالی عبدالکریم خوشی

تا مرد سخن نگفته باشد

عیب و هنرش نهفته باشد

در بیشه گمان مبر که خالیست

شاید که پلنگی خفته باشد

«شیخ سعدی»

تریت

۱۰- د یوسف (ع) مور څه نومېده؟

رنځوره نجلۍ



وو نه وو، د خدای کره وو، د بنده ورته کاته وو. شولې ډنډ غنم پاخه وو...

يو سوداگر ؤ، درې زامن يې درلودل چې درې واړه په خان باندې خوانان وو. دوی هر يوه له خپل پلار سره د سوداگرۍ په چارو کې برخه اخيسته او پلاري غوښتل چې هغوی د سوداگرۍ لارې زده کړي او تر دې وروسته د ده لاره وپالي.

د دوی په گاونډ کې د سيمې يو مخور سړي ؤ چې يوه پتنله لور يې درلوده. دا پتنله په صورت او سيرت دواړو ښکلې وه او د ښکلا اوازې يې هر لور ته خوړې وې. د سوداگر درې واړو زامنو غوښتل چې له دې نجلۍ سره واده وکړي. سوداگر نه پوهېده چې څنگه له خپلو درې واړو زامنو څخه دا نجلۍ يوه زوی ته وکړي او نورو ته قناعت ورکړي. سوداگر د دې له پاره چې د زامنو تر منځ شخړه ختمه کړي نو درې واړو ته يې زر زر (۱۰۰۰) روپۍ ورکړې او ورته يې وويل:

"درې واړه هندوستان ته ولاړشۍ. هر يو په خپلو در کړل شو يو پيسو سوداوي وکړۍ او مال واخلي. هر يو چې ښه او گټور مال اخيستی ؤ، هغه به په سوداگرۍ ښه پوهېږي او زه به بيا دا نجلۍ ورته غواړم او نکاح به يې ورسره تړم."

درې واړه وروڼه په سودا پسې هندوستان ته ولاړل او په يوه کاروانسرای کې يې درې کوټي خان ته ونيولې. د ورځې په هر يوه په ځانگړي ډول په سودا پسې ولاړ. مانښام به راغلل، يو ځای به يې ډوډۍ وخوړه. مجلس به يې سره وکړ او بيا به خپلو خپلو خونو ته ولاړل او ويده به شول.

يوه ورځ د سوداگر مشر زوی په لاره روان ؤ چې ويې ليدل يو سړی قالينچې خرڅوي او ناري وهي. "هلي! الوتونکي قالينچه واخلي! الوتونکي قالينچه! داسې قالينچه چې پرې کښې، هر ځای ته چې وغواړی رسوي مو!" د سوداگر زوی له ځانه سره فکر وکړ چې: "تر دې ښه خيز نشته. زه به همدا قالينچه واخلم او پلار ته به يې ورکړم. د هغه به خوښه شي او کومه نجلۍ چې زما خوښه ده هغه به ماته وغواړي!"

هغه قالينچه بيه کره او زر روپۍ قيمت يې درلود. زر يې خپلې راوړې زر روپۍ د قالينچې څښتن ته ورکړې او قالينچه يې راوښوله او په خپلې خور جينې کې يې ځای پر ځای کړه او بې له دې چې خپلو وروڼو ته يې ونښي په خپله کوټه کې يې په يو پټ ځای کې کښې کښېښوده.

د سوداگر دوهم زوی هم په سودا پسې وتلی ؤ. هغه چې د ښار په يوه بله کوڅه کې گرځېده، کتل يې چې يوه سړي هيندارې خرڅولې، جينې يې وهلې او همدا يې ويل: "واخلي هيندارې! داسې هيندارې چې هرڅه سړی وغواړي پکې ليدل کيږي!"

"د سوداگر زوی ته دا هيندارې په زړه پورې ښکاره شوې. ورته ودرېد او د بېې پوښتنه يې وکړه. څښتن يې وويل: هره هينداره زر روپۍ قيمت لري."

هغه سمدستي خپلې راوړې زر روپۍ سړي ته ورکړې او يوه هينداره يې ترڼه واخيسته او په جيب کې يې واچوله. کله چې د شپې خپلې کوټې ته راغی نو هينداره يې له وروڼو پټه د کوټې په يوه خوندي ځای کې کښې کښېښوده او وې ساتله.

د سوداگر کشر زوی هم په بازار کې گرځېده چې په يوه کوڅه کې پر يوه داسې جام ورپېښ شو چې څښتن يې جينې وهلې.

"دا داسې جام دی چې د څنگدن به حال کې ناروغ ته اوبه پکې ورکړل شي نو هغه سمدستي رغېږي او له مرکه ژغورل کيږي!" ده ته دا جام تر هر څه جالب او په زړه پورې ؤ او باوري شو چې که دا جام واخلم او پلار ته يې وروړم، د پلار به مې ډير خوش شي. نو زه به ميدان وگټم او نجلۍ به زما شي!

جام يې بيه کر او څښتن يې بيه زر روپۍ وويله. ده هم پيسې ورکړې او جام يې راښو. مانښام يې له ځانه سره راوړ او په خپله کوټه کې يې پټ کښېښود.

په دې ترتيب درې واړه وروڼو خپله خپله سودا وکړه او له يوډل نه يې پټه په خپلو خپلو کوټو کې خوندي کړه. تر دې وروسته يې سره وويل چې کور ته د تلو پروگرام جوړ کړي. دوی لا د تلو پروگرام نه ؤ جوړ کړی چې يو مانښام منځوی ورور خپلې کوټې ته ننوت، ور يې په خان پسې بند کړ او خپله راښولې هينداره يې راواخسته. هره خوا يې پکې کتله چې يوځل يې د خپلې سيمې لور ته وښوله، که گوري چې د دوی معشوقه ناروغه ده او د څنگدن په حال په بستر کې پرته ده. د هغه له خولې څخه بې اختياره د "واي" جينه وخته. په ځفاسته خپلو وروڼو ته راغی او دا حال يې هغوی ته ووايه.

کشري ورور وويل: "زه داسې جام لرم چې ناروغ اوبه پکې وځنۍ سمدلاسه رغېږي، خو په دې شرط چې زموږ سيمې ته د ژر رسېدلو

وسيله پيدا شي ځکه تاسو ته خو معلومه ده چې زموږ سيمه ډيره لرې ده."



درې واړو وروڼو ژر ژر خپل کالي راواخيستل. سامانونه يې راغونډ کړل او خپلې خوجينې يې ډکې کړې. هغوي راغلل او د کاروانسرای په انگر کې د قالينچې د پاسه کښېناستل. لوی خدای ته يې دعا وکړه، قالينچه والوته او د سترگو په رپ کې يې درې واړه دخپل کور په انگر کې کوز کړل. دوی درې واړو په پيره ناروغي نجلۍ ته ځانونه ورسول. کشر ورور جام له شربت څخه ډک کړ او هغې ته يې ورکړ. نجلۍ د شربت په څښلو سره سمدستي له ځايه را پاڅېده او روغه شوه او له احتمالي مړينې څخه وژغورله شوه.

د نجلۍ تر رغېدلو وروسته هم د وروڼو تر منځ لانجه غوڅه نه شوه او هر يو دعوی کوله چې: "نجلۍ زما ده." کشر ورور وويل چې: "که زما جام نه وای نو د نجلۍ د رغېدلو هيڅ هيله نه وه." خو مشر ورور ويل چې: "که زما قالينچه نه وای نو هيڅ ممکنه نه وه چې د نجلۍ تر مړينې وړاندې رارسېدلې وای." د منځوي ورور دعوه دا وه چې: "که زما هينداره نه وای نو موږ به څنگه د نجلۍ له ناروغۍ څخه خبرېدل!"

د درې واړو موضوع قاضي ته ولاړه او هر يوه خپله خپله دعوه ورته واوروله. قاضي کشري ورور ته وويل: "ستا د جام اوبه د نجلۍ و ژغورنې او بيا ژوند سبب شوې چې دا د پلارولۍ ښه لري نو ځکه تاته روا نه ده چې د نجلۍ سره واده وکړي خو دا دوه نور دې تر خپل منځ پچه واچوي که د هر يوه پچه وخته د هغه به وي!"

کيسه ولاړه پورته، موږ راغلو کورته. نلۍ روغه شوه خو موږ خبر نه شوو چې له کوم ورور سره يې واده وشو؟

استاد حبيب الله رفيع

خوب است، بدانيد!

- بزرگترین قاره: آسیا
- بزرگترین اقیانوس: آرام
- بزرگترین شبه جزیره: عربستان
- بزرگترین جزیره جهان: استرالیا
- بزرگترین دریای جهان: مدیترانه
- بزرگترین دریاچه جهان: خزر یا مازندران
- بزرگترین خلیج جهان: مکزیکو
- بزرگترین کشور جهان: روسیه
- طولانی ترین رود جهان: نیل
- پر آب ترین رود جهان: آمازون
- بلند ترین آبشار جهان: انجل در ونزوئلا
- بلندترین سد جهان: روگونسکی در تاجیکستان
- کوچک ترین کشور جهان: واتیکان
- پر جمعیت ترین کشور جهان: چین
- پر جمعیت ترین شهر جهان: توکیو
- وسیع ترین بیابان جهان: صحرای بزرگ آفریقا
- بلند ترین قله جهان: ایورست
- بلندترین کوه آتشفشان جهان: اكونگاوا در ارجنتاین
- پست ترین ناحیه در خشکی ها: اطراف بحرالمیت در اردن
- عمیق ترین ناحیه: گودال ماریال
- عظیم ترین یخچال ها: یخچال های قطب جنوب
- پر باران ترین ناحیه: چراپونچی
- کم بارش ترین ناحیه: بیابان اتاکامی
- گرمترین ناحیه: العزیزیه در جنوب لیبی
- سردترین ناحیه مسکونی: اویمیاکن در سایبریا
- بزرگترین مجمع الجزایر جهان: اندونیزیا
- بزرگترین فلات زمین: تبت
- بزرگترین دلتای زمین: سندرین در بنگلهدیش
- عمیق ترین دریاچه: بایکال در روسیه

ک.ا. "نیازی"



کتاب بهترین دوست ماست، اما اگر ما هم با او دوست شویم، زیرا کتاب اگر در بازار و در قفسه های کتابخانه زیر گرد و خاک بماند، چگونه او با ما و ما با او می توانیم سخن بگوییم؟

ما به دوستان زیاد و خوب ضرورت داریم تا اوقات فراغت و تنهایی خود را با آنان به خوشی سپری نماییم و هیچ دوستی نمی تواند در هر لحظه ای که ما فارغ باشیم و بخواهیم، خود را برای ما فارغ کرده، در اختیار و دسترس ما قرار گیرد.

پس یگانه دوستی که هر لحظه در اختیار و دسترس ماست، کتاب است. بیایید با کتابهای تازه که در زیر آن ها را شناسانده ایم، دوست شویم.



نام کتاب: **دنیای کودک**

مجموعه اشعار، حکایات، سرودها، فکاهیات، ضرب المثل ها، چیستان ها، بازی ها، فکر کنیم، بیایید رسامی کنیم...

گرد آورنده: طیبه سهیلا.

ناشر: کتابخانه های سیار اریک

سال: ۱۳۷۸ خورشیدی / ۱۹۹۹ میلادی

رسم ها: از استاد پاوند.

جای چاپ: پشاور

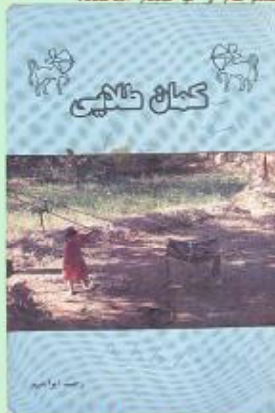


نام کتاب: **کاردستی های زیبا بسازید.**

ترجم: ی. پ. ز.

ریاست کودکانستان ها، ۱۳۶۶. کابل.

این کتاب، ساختن انواع کاردستی را به شاگردان تشریح و توضیح میکند.



نام کتاب: **کمان طلائی**

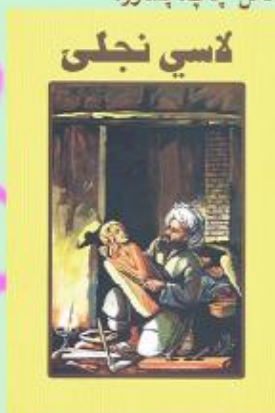
مجموعه سیزده افسانه محلی.

نویسنده و گرد آورنده: رحیم ابراهیم.

ناشر: کتابخانه های سیار اریک

سال: ۱۳۷۸ خورشیدی و ۱۹۹۹ میلادی

محل چاپ: پشاور.



نام کتاب: **لاسی نجلۍ**

د کتاب نوم: لاسي نجلۍ (په پښتو او انگليسي ژبو)

ليکوال: استاد حبيب الله رفيع

رسم: نجيب الله مهرزاد

ناشر: Op- Mercy Afghanistan

تربيت

زنده گی و آثار خوارزمی

ابو جعفر محمد بن موسی الخوارزمی از دانشمندان بزرگ ریاضی و نجوم می باشد. از زنده گی خوارزمی چندان اطلاع قابل اعتمادی در دست نیست، الا اینکه وی در حدود سال ۷۸۰ میلادی در خوارزم (خیوه کنونی) متولد شد. شهرت علمی وی مربوط به کارهایست که در ریاضیات، مخصوصاً در رشته جبر انجام داده است، به طوری که هیچیک از ریاضیدانان قرون وسطی مانند وی در دانش ریاضی تأثیر نداشته اند.

وی در هنگام خلافت مأمون عضو دارالحکمه یا مجمع دانشمندان در بغداد گردید که سرپرستی آن به عهده مأمون بود.

تألیفات الخوارزمی:

خوارزمی کارهای دیوانتوس را در رشته جبر دنبال کرد و به بسط آن پرداخت و خود نیز کتابی در این رشته نوشت. کتاب "الجبر و المقابله" او که به مأمون تقدیم شده، کتابیست درباره ریاضیات مقدماتی و شاید نخستین کتاب جبری باشد که به عربی نوشته شده است. دانش پژوهان بر سر اینکه چه مقدار از محتوای کتاب از منابع یونانی و هندی و عبری گرفته شده است، اختلاف نظر دارند.

معمولاً در حل معادلات دو عمل معمول است. خوارزمی این دو را تنقیح و تدوین کرد و از این راه به وارد ساختن جبر به مرحله علمی کمک شایانی انجام داد.

اثر ریاضی دیگری که چندی پس از جبر نوشت، رساله بیست مقدماتی در حساب که ارقام هندی (یا به غلط ارقام عربی) در آن به کار رفته و نخستین کتابی است که نظام ارزش مکانی را (که آن نیز از هند بود) به نحوی اصولی و منظم شرح میداد.

اثر دیگری که به مأمون تقدیم کرد زیج السند هند بود. «مکه» نخستین اثر اختر شناسی عربی است که به صورت کامل برجای مانده و شکل جداول آن از جداول بطلمیوس تأثیر پذیرفته است. کتاب «صورت الارض» که اثریست در زمینه جغرافیا، اندک زمانی بعد از سال ۱۹۵ - ۱۹۶ نوشته شده است و تقریباً فهرست طولها و عرضهای همه شهرهای بزرگ و اماکن را شامل میشود. این اثر که احتمالاً مبتنی بر نقشه جهان نمای مأمون است (که شاید خود خوارزمی هم در تهیه آن کار کرده باشد)، به نوبه خود مبتنی بر جغرافیای بطلمیوسی بود. این کتاب الخوارزمی از بعضی جهات دقیق تر از اثر بطلمیوس بود، خاصه در قلمرو اسلام.

اثر دیگری که از او برجای مانده است، رساله کوتاهیست درباره تقویم یهود. خوارزمی دو کتاب نیز در باره اصطقلاب نوشت.

آثار علمی خوارزمی از حیث تعداد کم، ولی از نظر نفوذ بی بدیل است، زیرا که مدخلی بر علوم یونانی و هندی فراهم آورده است. بخشی از جبر او دوبار در قرن ششم و دوازدهم به لاتین ترجمه شد و نفوذی عمده بر جبر قرون وسطایی داشت. رساله خوارزمی در باره ارقام هندی پس از آنکه در قرن دوازدهم به لاتین ترجمه و منتشر شد، بزرگترین تأثیر را بخشید و نام خوارزمی مترادف شد با هر کتابی که درباره حساب جدید نوشته میشد (و از اینجااست اصطلاح جدید الگوریتم به معنی قاعده محاسبه کتاب جبر و مقابله الخوارزمی که به عنوان الجبرا به لاتین ترجمه گردید و باعث شد که همین کلمه در زبانهای اروپایی به معنای جبر به

کار رود. نام الخوارزمی هم در ترجمه به جای الخوارزمی به صورت الگوریتمی تصنیف گردید و الفاظ الگوریتم و نظایر آنها در زبانهای اروپایی به معنی فن محاسبه ارقام یا علامات دیگر، مشتق از آن می باشد.

ارقام هندی که به غلط ارقام عربی نامیده میشود، از طریق آثار «فیوناچی» به اروپا وارد گردید. همین ارقام، انقلابی در ریاضیات به وجود آورد و هرگونه اعمال محاسباتی را مقدور ساخت.

کتاب جبر خوارزمی قرنها در اروپا مأخذ و مرجع دانشمندان و محققین بود و یوهانس هسپالنسیس و گراودوس کرمونسس و رابرت چستری در قرن دوازدهم آن را به زبان لاتین ترجمه کردند. نفوذ کتاب زیج السند، چندان زیاد نبود، اما نخستین اثر از این گونه بود که به صورت ترجمه لاتینی به همت آدلاردیاسی در قرن دوازدهم به غرب رسید و با جداول طلیطلی (تولدوی) یکجا قرار گرفت و به توسط ژرار کرمونایی در اواخر قرن یازدهم به لاتین ترجمه شد و از مقبولیت گسترده تری در غرب برخوردار گردید و دست کم یکصد سال تمام در میان دانشمندان متداول بود.

از کارهای دیگر خوارزمی تهیه اطلسی از نقشه آسمان، زمین و همچنین اصلاح نقشه های جغرافیایی بطلمیوس بود. جغرافیای وی تا اواخر قرن نوزدهم در اروپا ناشناخته ماند.

دیگر از کتب مهم خوارزمی کتاب مفاتیح العلوم است که کتاب مهم و ارزنده بیست. خوارزمی در حدود سال ۸۴۸ میلادی مطابق با ۲۳۲ هجری قمری درگذشت. آرامگاه وی در شهر خوارزم کشور اوزبیکستان به شکل باشکوهی ترمیم گردیده و زیارتگاه و سیاحتگاه دانشمندان و سیاحان جهان است.

منبع: انترنت

امام بخاری (رح)

بزرگترین محدث جهان اسلام

طبق قول راجح، امام بخاری(رح) در ۱۳ شوال سال ۱۹۴ هرق بعد از نماز جمعه، متولد شد. امام (رح) هنوز کودک بود که پدرش را از دست داد و مادرش پرورش او



را به عهده گرفت. مادرش زنی بسیار عابد و متدین بود. امام بخاری در کودکی، بینایی اش را از دست داد که این امر سبب ناراحتی شدید مادرش شد. او در عالم غم و اندوه به پیشگاه خداوند متعال با گریه و زاری، به دعا و نیایش پرداخت تا اینکه یک شب حضرت ابراهیم علیه السلام را به خواب دید. آن حضرت علیه السلام به او گفت: «عایت قبول شد و بینایی جگرگوشه ات مجدداً به او برگردانیده شد». صبح که بیدار شد، چشمان فرزندش بینا شده بود.

مادر بزرگوار امام بخاری، از آغاز کودکی او را به مکتب جهت حفظ کلام الله مجید، فرستاد. او خود میفرماید: «زمانی که در مکتب مشغول تعلیم و حفظ قرآن مجید بودم، خداوند متعال در قلب من القا فرمود که احادیث را نیز حفظ نمایم.»

ذکاوت و حافظه امام بخاری

رحمه الله علیه:

امام بخاری رحمه الله علیه پس از اینکه از

درس مکتب فارغ شد، در سن ده - یازده ساله گی در مجلس درس محدث مشهور بخارا، علامه «داخلی» رحمه الله و محدثان دیگر حضور پیدا کرد و دیری نپایید که در احادیث و اسانید آن، مهارت حاصل کرد.

حاشد بن اسماعیل یکی از معاصران امام بخاری میفرماید:

به همراه امام بخاری در محضر علما و مشایخ بصره رفته بودیم. ما شاگردان، احادیث و درس هایی که اسانید به ما املا

میکردند، مینوشتیم، اما امام بخاری رحمه الله مینوشت و فقط میشنید. شاگردان به صورت طعنه و مسخره به ایشان گفتند: تو در هر صورت وقت خود را ضایع میکنی، چرا احادیث را نمی نویسی؟ امام رحمه الله خطاب به آنان گفت: نوشته هایتان را پیش خود نگه دارید و گوش کنید تا من همه احادیث را برایتان بخوانم. او همه احادیثی را که آنان نوشته بودند که مجموعه آنها پانزده هزار حدیث بود، عیناً به همان ترتیبی که استاد بیان کرده بود، از حفظ خواند. شاگردان همه متحیر شدند و حتی در بعضی موارد دفترهای خودشان را طبق حفظ امام تصحیح کردند.

سفرهای امام بخاری برای فراگیری حدیث:

امام بخاری رحمه الله علیه برای فراگیری علم حدیث، سفرهای متعددی انجام داد.

نخستین سفر علمی وی زمانی بود که مادر محترمه و برادر بزرگش در سال ۲۱۰ هـ. عازم سفر حج شدند و امام بخاری را که کوچک بود، نیز با خود بردند. پس از فارغ

شدن از حج، مادر و برادرش به بخارا برگشتند و امام به قصد تحصیل علم در مکه مکرمه ماند.

حجاز مقدس در آن زمان مرکز علم حدیث بود و علما و مشایخ بزرگی در آن به سر میردند. امام رحمه الله از اساتید و محدثان بزرگی همچون ابوالولید احمد بن محمد ازرقی، امام حمیدی، حسان بن حسان بصری، خلاد بن یحیی و ابوعبدالرحمن مقری، علم حدیث کسب نمود.

امام رحمه الله در سن هجده سالگی در سال ۲۱۲ هـ ق. به مدینه منوره سفر کرد و در آنجا نیز از محضر محدثان مشهور کسب فیض نمود. در همین سال بود

که کتاب «قضايا الصحابة والتابعين» را به رشته تحریر درآورد و کتاب «التاریخ الكبير» را در زیر نور ماه تالیف کرد.

امام علاوه بر استفاده از علما و محدثان بزرگ حجاز مقدس، به دیگر مراکز علمی بزرگ آن روزگار مانند: شام، مصر، الجزیره، کوفه، بغداد و.... نیز مسافرت نمود.

وفات امام بخاری:

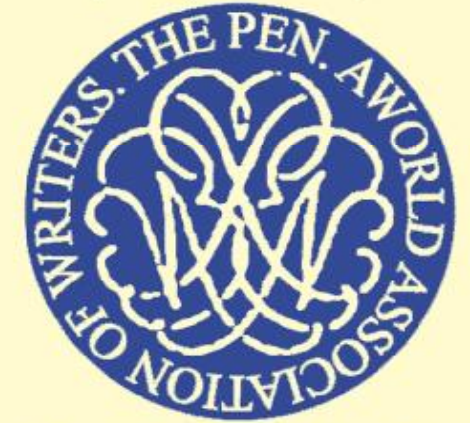
سرانجام امام بخاری رحمه الله وارد وطن خود- بخارا- شد و تدریس حدیث را آغاز نمود. پس از مدتی توسط حاکم بخارا (خالد بن احمد ذهلی) تبعید گردید و به سمرقند پناه برد و پس از مدتی اقامت در روستای "خرتنگ" سمرقند، روز شنبه در سال ۲۵۶هـ. ق. در شب عید فطر جان به جان آفرین تسلیم کرد و در همان روستا دفن گردید.

سعدیا مرد نکو نام نمیرد هرگز مرده آنست که نامش به نکویی نبرند

منبع: انترنت

د قلم د نړيوالې ټولنې لنډ تاريخ

څېړونکي: محمدنبي صلاحي



د انګليسي ليکوالې مېرمن داوسون سکات په نوښت او بلنې سره، ۴۱ ليکوالوچې د نړيوالې سولې او مفاهيمې پلويان وو، د ۱۹۲۱ ز. کال په اکتوبر کې غونډه وکړه او يوه ټولنه يې جوړه کړه. دا کار د قلم د نړيوالې ټولنې يا پښ انټرنشنل د بنسټ ايښودو پيل شو. ددغې ټولنې غړو جان ګلاسوردي د مشر په توګه وټاکه او په نورو هېوادونو کې، ددغه وړ مرکز د جوړولو لپاره هلې ځلې وکړي.

په هماغه کال، د آناټول فرانس، پاولي والري او آندره ژېد له خوا، د فرانسې د قلم ټولنې مرکز او يو کال وروسته په بلژيک، امريکا او سويډن کې د قلم مرکرونه جوړ شول. د قلم د نړيوالې ټولنې په لومړۍ کنگره کې چې، په ۱۹۲۳ ز. کال کې جوړه شوه، يوولسو مرکرونو، يو کال وروسته اتلسو مرکرونو پنځه کاله وروسته پنځه ويشتو مرکرونو ګډون وکړ. اوس په ټوله نړۍ کې له ۱۴۰ نه زيات د قلم ټولنې مرکرونه، د زرګونو شاعرانو، رمان ليکونکو، مقاله

ليکونکو، ادبي ژباړونکو او کره کتونکو، د راډيو او تلويزيون د چلوونکو، خبريالانو او دادبي څېړونکو له غړو نه جوړ شوي دي، چې ټول ګډ هدفونه لري او هغه ددغې ټولنې په کرناړه کې ليکل شوي دي. له لومړۍ نړيوالې جګړې نه را زېږېدليو وړانيو او وژنو، د ټولنې بنسټ ايښودونکي دې ته اړ کړل چې، يو منشور برابر کړي او د هغه د منلو پر بنسټ، ليکوال چې په هره ژبه څه ليکي، د دوستۍ، سولې او آزادي پېغام ورونکي شي او د هغو لوستونکي هم دغه پېغام خپل پېغام وبولي.

د قلم نړيواله ټولنه يوه نا دولتي او نا سياسي ټولنه ده چې، په بونسکو کې ډېر مهم ځاي لري او په ټوله نړۍ کې د فکر او بيان د آزادۍ او تر څارنې لاندې ليکوالو د دفاع لپاره زيار باسي.

د افغانستان د قلم ټولنه چې، د قلم د نړيوالې ټولنې يوه برخه ده، له نن نه شپږ کاله وړاندې، د هېواد يو شمېر دردمن اووېش ليکوال او شاعران، په خپله خوښه، د کابل په ښار کې سره را ټول شول او په ګډه سره يې، د افغانستان د قلم ټولنې بنسټ کېښود او په دې ډول، د قلم د نړيوالې ټولنې له خوا، په خپل ډله ييز غړيتوب او رسميت باندې وپېژندل شوه. اوس په دغه ټولنه کې، د هېواد له ۱۰۰۰ نه زيات، د افغانستان د بېلا بېلو ژبو

ليکوال او شاعران غړيتوب لري چې، د افغانستان د مختلفو سيمو او بېلا بېلو قومونو اوسيدونکي او استازي دي او په متحده توګه، د افغانستان د ادبياتو د پرمختګ، د آزادۍ د بيان اود ليکوالو او شاعرانو د هڅونې او تشويق په برخه کې،

ادبي کار او هلې ځلې کوي. د افغانستان د قلم ټولنه، هر کال په کابل کې د آلمان د فرهنگي مرکز (کويته انستيتوت) په مالي همکاري سره، د افغانستان د اوسنيو ادبياتو جشن لمانځي او تر اوسه پورې يې، له ۵۰ عنوانونو نه زيات ادبي کتابونه چاپ کړي دي. پر دې سربېره، د نويو چاپ شويو کتابونو مخ کتنې نيسي، د ليکوالو د هڅونې او تشويق لپاره ادبي غونډې جوړوي. ادبي کنفرانسونو او علمي او څېړنيزو سيمينارونو ته سازمان ورکوي. دغه ټولنه، په ۱۳۸۵ لمریز کال کې، د نړۍ د ۶۰ هېوادونو د قلم د ادبي ټولنو په منځ کې، په کومو هېوادونو کې چې، د قلم ټولنې نوې نوې جوړې شوې وي، لومړني مقام کتلي دي. ددغې ټولنې د څېړنې ارګان رسمي نوم قلم نومېږي، چې په پښتو او دري ژبوه، په دوو بېلا بېلو ايډيشنونو کې خپلو څېړنو ته دوام ورکړي. د افغانستان د قلم ټولنې رياست دوراني دي او تشريفاتي بڼه لري. هر کال د ليکوالو په منځ کې، انتخابات کېږي او د يوه کال لپاره نوي مشر ټاکل کېږي. د افغانستان د قلم ټولنې لومړي مشر پرتو نادري و، بيا استاد حبيب الله رفيع شو. له هغه وروسته، انتخابي بازيو ځل د اسدالله ولوالجي او بل وار، دالحاج محمد حسن حسام په سر کېښاست.



بوته څار

حکایتی از مثنوی معنوی

در روزگار قدیم شخصی بود که در میان راه بوته خاری نشانده بود. رهگذران او را به سبب کارش ملامت کرده و از او می‌خواستند که آن را از سر راه کند اما به حرف کسی گوش نمی‌کرد. آن بوته خسار روز به روز بزرگ‌تر می‌شد و پای رهگذران را زخمی و پر از خون و لباس‌های آنها را پاره می‌کرد.

حاکم که از شکایت مردم آگاه شده بود، از او خواست که بوته خسار را بکند. آن شخص گفت که حتماً من آن را می‌کنم. مدتی امروز و فردا کرد و بوته را نکند و در این مدت بوته بزرگ‌تر و محکم‌تر شد. حاکم روزی او را به حضورش طلب کرد و گفت چرا به وعده‌ات عمل نمی‌کنی؟ آن شخص گفت همین روزها این کار را می‌کنم. حاکم گفت: پس زود این کار را بکن چون هرچه که بگذرد آن بوته بزرگ‌تر و قوی‌تر می‌شود و تو که باید آن را بکنی پیرتر و ضعیف‌تر می‌شوی. تو هرچه که معطل کنی به جای آنکه بوته خار را کوتاه کنی عمر خود را کوتاه می‌کنی و باید بدانی که این بوته خار مثل کارهای بد است که هم خودت و هم دیگران را به عذاب می‌اندازد و هرچه آنها را دیرتر از خودت دور کنی، آنها بیشتر و بزرگ‌تر شده و مبارزه با آنها سخت‌تر می‌شود.

ایا پوهېږئ؟

انسانان د يوه شي خوند په ژبه معلوموي، خو پټنګان يې په ژبه نه، بلکې د پښو په تلو معلوموي.

ماشوم څوک دی؟ وخت سره زر دي

څېړونکي محمدنبي صلاحي

خوړو ماشومانو!

زموږ او تاسې د ژوندانه بېړۍ په مخ روانه ده. موږ ددغې بېړۍ د چلولو لپاره، دې ته اړ يو چې، يو لړ نیک او ښه کارونه وکړو. له دې امله به ښه دا وي چې، خپل کارونه په خپل وخت پیل او په ټاکلي وخت پای ته ورسوو. د علم او پوهې د زده کړې په ډګر کې، ډېر زيات کوشښ وکړو. ځکه له علم او پوهې نه، يو شي جوړېږي او له ناپوهي نه هېڅ شي هم نه جوړېږي. که تاسې له ناپوهانو سره پام ونه کړئ، هغه يې نه در سره کوي. له دې امله به ښه دا وي چې، له هغو سره د پري سر ونه نيسو. د نن ورځې کار سبا ته پرې نه ږدو، ځکه دغه کار بيا سبا ته نور هم درنېږي او دوه چنده کېږي. بيا ددې ډېره ويره وي چې، موږ اوږه ور نه کړواو بېخې را نه پاتې شي. له دې امله، وخت سره زر دي او په خپل وخت کار کول، د هوشيارانو کار وي. اوس چې د قلم او کتاب وخت دي، نه د جنګ، نوښه به دا وي چې، موږ خپل کورني کارونه او سبقونه په خپل وخت باندې سر ته ورسوو، تر څو خپلې تورې او ټوپکونه په قلمونو باندې بدل کړو!



د ملګرو ملتونو سازمان د عمومي ټولنې د ۱۹۸۹ کال د نوامبر د ۲۰ نېټې د تصويب له مخې، هر انسان چې، تر اتلسو کلونو کم عمر ولري، ماشوم بلل کېږي.

ټول هغه اقدامونه چې، د عمومي او يا خصوصي هوساينه د منل شويو ادارو يا د قانون جوړونې د ټولنو له خوا وی تر ټولو لومړي بايد د ماشوم لومړنی ګټې په پام کې ونیول شي.



مسابقات واليال بين لېسه‌های نسوان کابل در مسابقات واليال بين لېسه‌های نسوان شهر کابل، تيم واليال لېسه عالي الفتح با کسب پیروزی به اخذ کپ مسابقه نایل شد.

✽ صادق محبی

برنامه مؤثر طرح و تطبیق نماید و زمینه تدریس زبان های مادری را در مناطقی که به آن‌ها تکلم می شود فراهم نماید.“ اما در اسناد بین المللی حقوق بشر در رابطه به تعلیم در مادهٔ ۲۶ اعلامیهٔ جهانی حقوق بشر ۱۹۴۸ چنین آمده است .

الف) هر کس حق دارد که از آموزش و پرورش بهره مند شود. آموزش و پرورش لاقلاً تا حدودی که مربوط به تعلیمات ابتدایی و اساسی است باید مجانی باشد. آموزش ابتدایی اجباری است. آموزش حرفه‌یی باید عمومیت پیدا کند و آموزش عالی باید با شرایط تساوی کامل، به روی

آموزش، فراگیر شود

ایجاد زمینهٔ آموزشی برای همه افراد مطابق به احکام صریح قانون اساسی، مبانی دینی و قوانین و میثاق های پذیرفته شدهٔ بین المللی که افغانستان به آن متعهد است، الزام آور است و باید همهٔ شهروندان حق دسترسی به آموزش را داشته باشند.

افراد دارای معلولیت و بخصوص اطفال و زنان دارای معلولیت که از جمله آسیب پذیرترین اقشار اجتماعی به شمار می روند، مطابق به احکام قانون و اصول مقررات بین المللی نباید از حق آموزش محروم شوند و دولت مکلف است تا زمینهٔ مناسب فراگیری دانش و آگاهی را برای آنان فراهم سازد.

خداوند تعال در قرآن کریم درمورد جایگاه دانش و معرفت می فرماید:

ترجمه: آیا کسانی که می دانند و کسانی که نمی دانند برابرند؟

پیامبر بزرگ اسلام آموختن علم را بر همگان فرض دانسته است آموختن علم بر هر مرد و زن مسلمان فرض است.

در مورد تعلیم درمادهٔ ۴۳ قانون اساسی افغانستان چنین آمده است: **«تعلیم حق اتباع افغانستان است که تا درجهٔ لیسانس در مؤسسات آموزشی دولتی به صورت رایگان از طرف دولت تأمین می‌گردد.»**

دولت مکلف است به منظور توسعهٔ متوازن معارف، تأمین تعلیمات متوسطهٔ اجباری،

پاراگراف ۲ این ماده باید رایگان و در جایی که ممکن است با در نظر داشت منابع مالی والدین و دیگر افراد مراقبت طفل صورت بگیرد باید قسمی تنظیم شود که دسترسی مؤثر طفل دارای معلولیت و استفاده وی را از تحصیل، کارآموزی، خدمات صحی، خدمات بازپروری، آماده گی برای استخدام شدن و فرصت‌های تفریحی به طرزی تأمین نماید که زمینه ساز تحقق کاملترین شکل تلفیق اجتماعی و رشد فردی به شمول رشد فرهنگی و روحی وی شود.

دولت های طرف کنوانسیون باید مطابق به روحیهٔ همکاری‌های بین المللی، مبادلهٔ معلومات لازم را در زمینهٔ مراقبت‌های پیشگیرانه، طب عمومی، روانی وکاربردی اطفال دارای معلولیت به شمول پخش و وصول به معلومات مربوط به روش‌های بازپروری، تحصیلات و خدمات حرفه‌یی به قصد بالا بردن قابلیت‌ها و مهارت‌های دولت‌های طرف کنوانسیون و توسعهٔ تجارب شان در این ساحت، گسترش بدهند. در این زمینه نیازمندی‌های کشور های در حال رشد مخصوصاً باید در نظر گرفته شود.“

کنوانسیون حقوق افراد دارای معلولیت که جدیداً در سازمان ملل متحد و به عنوان اولین سند حقوق بشری قرن یست و یکم سازمان ملل متحد در مجمع عسومی در ۱۳ دسمبر ۲۰۰۶ و تصویب رسید به صورت همه جانبه به موضوع افراد دارای معلولیت نگریسته و به تعقیب اسناد گذشتهٔ حقوق بشر به تعلیم افراد دارای معلولیت توجه خاص نموده است و در مادهٔ ۲۴ حق تعلیم بند دوم چنین آمده است:

(الف) افراد دارای معلولیت از نظام آموزش همگانی بر مبنای معلولیت مستثنا نمی گردند، و به همین منوال کودکان دارای معلولیت از آموزش اجباری رایگان ابتدایی و یا متوسطه بر مبنای معلولیت مستثنا نمی گردند؛

(ب) افراد دارای معلولیت می توانند به آموزش ابتدایی و متوسطه رایگان، با کیفیت، و فراگیر بر مبنای برابر با سایرین در جوامعی که در آن زندگی می نمایند، دسترسی داشته باشند“

و بند سوم مادهٔ ۲۴:

دولت های عضو، افراد دارای معلولیت را قادر می سازند که مهارت‌های توسعهٔ اجتماعی و زندگی جهت تسهیل در مشارکت کامل و برابر آن‌ها در امر آموزش را به عنوان اعضای جامعه فرا گیرند. بدین منظور دولت‌های عضو تدابیر مناسبی را اتخاذ می نمایند، از جمله:

(الف) تسهیل آموزش خط بریل و خط های جایگزین، شیوه های تقویتی و جایگزین، روش‌ها و قالب‌های ارتباطی و مهارت‌های ترددی و جهت یابی، و تسهیل حمایت و راهنمایی همسان.

(ب) تسهیل در یادگیری زبان ایماء و اشاره و ارتقاء هویت زبانی جامعهٔ ناشنوایان. (پ) اطمینان حاصل گردد که آموزش افراد و بویژه کودکانی که نابینا، ناشنوا یا نابینا-ناشتوا هستند به مناسبترین زبان‌ها، شیوه ها و روش‌های ارتباطی برای افراد و در محیط‌هایی که توسعهٔ اجتماعی و آکادمیک را به بالاترین میزان افزایش می دهد، ارائه می گردد.

درافغانستان نظر به آمار و بررسی‌های مختلف انجام شده تعداد مجموعی اطفال واجد سن مکتب که به معلولیت های گوناگون فزیکسی، حسی، ذهنسی و غیره دچارند به ۱۹۶۰۰۰ تن می رسد که ۵۶٪ آن را پسران و ۴۴٪ را دختران تشکیل می دهند، از مجموع کودکان دارای معلولیت که به سن مکتب رسیده اند تنها ۶۲۵۰۰ تن آنان به مکتب مختلف شامل می باشند.

نظر به ظرفیت و توانمندی‌های خاص کودکان دارای معلولیت مختلف ایجاب می کند که مکتب خاص برای آن عده از کودکان که نیازمندی و محدودیت های خاص دارند ایجاد شود.

برای اطفال دارای معلولیت ناشنوایی مکتب ناشنوایی با امکانات تعلیم و تربیت متناسب با نیازمندی‌های شان به زبان اشاره، و سایر امکانات آموزشی مخصوص آنان درتمام نقاط کشور به زبان های مختلف رایج کشور راه اندازی شود و مکتب فعال در این عرصه تقویت و به وسایل و امکانات بصری زمان مجهز گردد، استادان مجرب استخدام و تربیت کارمندان این عرصه جستجو گردد و

همچنان در این رابطه از تجربیات مختلف نهادهای عرصهٔ تعلیمات خاص و همگانی فعال داخل کشور و خارج کشور استفاده اعظمی صورت گیرد تا باعث رشد استعداد این گروه آسیب پذیر شود.

برای آن عده از کودکانی که دارای معلولیت نابینایی است، مکتب و مدارس ویژهٔ آنان با امکانات ویژهٔ آموزش آنان به خط بریل فراهم گردد.

کودکان دارای معلولیت ذهنی نیز درمکتب ویژه‌یی شامل گردند که به نیازمندی شان رسیدگی شود. بدون شک کودکان دارای معلولیت استعداد های متفاوت و مختلفی دارند، به عبارت دیگر افراد دارای معلولیت و کودکان دارای معلولیت توانایی های متفاوت دارند، لذا برای رشد و بالندگی آنان باید زمینه های تعلیمی و تحصیلی که از وجایب دولت است، فراهم گردد و در شرایط کنونی زیر بنای تعلیم، شمولیت و خودکفایی کودکان دارای معلولیت به عنوان حقوق بشری و انسانی شان مانند سایر کودکان و شهروندان در دستور کار جدی وزارتخانه ها و ادارات مختلف و بخصوص ادارات ذیربط مانند وزارت معارف و تحصیلات عالی قرارگیرد.

در پهلوی ایجاد مکتب خاص و متناسب با ظرفیت و توانایی کودکان دارای معلولیت باید تعلیمات همگانی تقویت شده، گسترش یابد و آن عده اطفالی که به مکتب خاص ضرورت ندارند به مکتب عمومی شامل شوند و سهولت های شمولیت یعنی دسترسی فزیککی و مناسب سازی محیط برای جذب و اشتراک مورد توجه قرار گرفته، مهیا گردد؛ زیرا هر انسان حق دسترسی به حقوق شان را دارند، دولت افغانستان نظر به تعهداتش در مقابل اسناد بین المللی حقوق بشر و میثاق های گوناگون که به آن پیوسته است محیط قابل دسترس را به همه و به خصوص آسیب پذیران جامعه مهیا نماید.

قابل دسترس ساختن محیط نه تنها برای افراد دارای معلولیت، بلکه برای همه سهولت می آورد به طور مثال اگر یک عمارت یا آپارتمان با لفت مجهز باشد از آن نه تنها افراد دارای معلولیت بلکه همه از آن

بهره مند و مستفید خواهند شد. یکی از راه‌های اولیه در پهلوی دیگر راهکارها جهت شمولیت و ادغام مجده اجتماعی و جلوگیری از انزوای بیشتر افراد دارای معلولیت در آیندهٔ کشور، مناسب سازی محیط و قابل دسترس بودن آن برای اطفال دارای معلولیت به خاطر اشتراک آنان در مکتب در شرایط فعلی می باشند.

برای داشتن جامعهٔ عادلانه و متوازن که همه‌ی افراد بخصوص آسیب پذیر ترین افراد جامعه بتوانند در آن از حقوق مساوی برخوردارباشند و حالا که زمان نهادهینه سازی زمینه ها و فرصت ها می باشد چنین موارد مهم و حیاتی برای توانمند ساختن و خودکفایی بایستی درصدر برنامه های بازسازی و توانبخشی قرارگیرد.

گام‌های مختلفی در عرصهٔ آموزشی از طرف دولت، وزارت معارف، استراتژی توسعهٔ ملی و نهادهای فعال ملی و بین المللی عرصهٔ معلولیت برداشته شده است ولی این ها کافی نبوده است زیرا نیازمندی‌ها بیشتر از آن است، طرح های پیشبینی شده باید حالا تطبیق و اجراشده گسترش یافته و همهٔ مناطق را دربر گیرد.

برای پیش گیری از چالش ها و مشکلات بعدی تعلیمات زودهنگام در امر آموزش و پرورش اطفال یک امر کاملاً ضروری است که در اوایل سن مکتب فرصت های شمولیت و دسترسی به آموزش برای کودکان دارای معلولیت ایجاد شود که در آینده از مشکلات زیادی این عرصه جلوگیری و پیشگیری نموده و از استعداد آنان برای رشد و بازسازی وطن استفاده شده سهم خویش را به عنوان انسان مسؤول درجامعه ایفا نماید.

پیشگیری زودهنگام، توانبخشی زود هنگام و آموزش‌های زودهنگام راهگشای مشکلات متعدد بعدی این آسیب پذیران جامعه می باشد.

حقوق کودکان دارای معلولیت در شرایط فعلی باید در نصاب تعلیمی، آموزش همگانی، آموزش‌های خاص، ایجاد محیط‌های قابل دسترسی در عرصهٔ خدمات توانبخشی، صحی و روانی در همهٔ قوانین و سیاست‌ها و رویکردها مورد توجه قرار گیرد.

در مورد مغز چه میدانید؟



آیا تا کنون اتفاق افتاده که در مورد مغز خود فکر کنید و نسبت به عملکرد آن اظهار تعجب نمایید؟

مغز انسان یکی از جالب‌ترین چیزهایی است که بر روی این سیاره یافت می‌شود. بهتر است با چند نمونه سحرآمیزترین حقایق موجود در مورد مغز شگفت‌انگیزتان آشنا شوید.

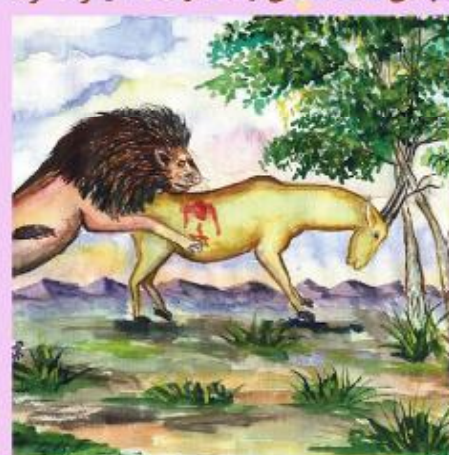
- ❖ در ماه‌های اولیه حامله‌گی با حجره‌ها عصبی موجود در مغز با سرعتی معادل ۲۵۰۰ نرون در دقیقه تولید مثل میکند.
- ❖ مغز از ۱۵ تا ۱۰۰ میلیارد سلول مغزی (نورون) تشکیل شده است.
- ❖ وزن مغز از ۲۵ تا ۱۶۰۰ گرم است.
- ❖ در حدود ۷۵ میلی لیتر خون در مغز جریان دارد.
- ❖ ۸۵ درصد وزن مغز را آب تشکیل میدهد.
- ❖ نیاز مغز به اکسیژن، حدود ۲۰ درصد از اکسیژن در یافتی بدن است.
- ❖ خود مغز هم میتواند درد را احساس کند. (میتوان نتیجه گرفت که عمل جراحی مغز درد زیادی به همراه دارد)
- ❖ در هنگام تولد تمام حجره‌هایی که باید تا آخر عمر وجود داشته باشد، در مغز وجود دارد.
- ❖ رشد مغز در سن ۱۸ سالگی متوقف میشود.
- ❖ با نظر گرفتن نسبت وزن کلی بدن با وزن مغز انسان‌ها بزرگترین مغز را نسبت به وزن بدن خود دارند.

کرد. گوزن متوجه شد و پا به فرار گذاشت.

سرعت گوزن آنقدر زیاد بود که بعد از مدتی دویدن، فاصله اش با شیر قدری



زیاد شد. گوزن با خیال راحت ایستاد تا نفسی تازه کند و در گوشه‌ی عقب شاخه‌ها و برگ‌ها پنهان شد، اما در همین وقت از روی بی احتیاطی شاخهایش در لابلای شاخه‌های یک درخت گیر کرد.



هر قدر تلاش کرد، بیرون آمده نتوانست. درین وقت شیر درنده نزدیک و نزدیکتر شد و بر بالای گوزن حمله کرد. گوزن گرفتار، چشمهایش را با درماندگی بست و با افسوس گفت: «وای به حال من که چه اشتباهی را مرتکب شدم. این پاهایی که در نظرم بد ترکیب بود، مرا از خطر دشمن نجات داد، ولی آن شاخهایی که به داشتن آن افتخار میکردم، بلای جانم شد و مرا به دهان دشمن انداخت» شاگردان عزیز! این حکایت را به دیگران بگویید و نتیجه آن را حدس بزنید. اگر نتیجه اش را میخواهید بدانید، به صفحه (۳۴) مراجعه کنید.



گوزن و چشمه

روزی یک گوزن تشنه دوان دوان سر چشمه می رفت تا آب بنوشد. در حال نوشیدن آب، عکس خودش را در آب چشمه دید و از تماشای شاخهای بلند و زیبایش لذت برد.

در حالیکه با غرور و افتخار به تصویر شاخهایش در آب میدید، ناگهان چشمش



به پاهای لاغر، باریک و درازش افتاد و از داشتن چنان پاهایی ناراحت و غصه‌دار شد.

در همین وقت شیر ترسناک و درنده‌ی از راه رسید و قصد حمله به گوزن را

صحبت‌هایی با دختران هنرمند و کوشا



جواب: من از طفولیت عاشق هنر رسامی بودم و از آن زمان آموختم و مشوق من درین راه فامیل من بود، خصوصاً مادر و پدرم.

سوال: میخواهید در آینده شامل فاکولته هنرهای زیبا شوید؟

جواب: نه خیر، میخواهم هم هنر رسامی را پیش ببرم و هم مصروف درس در فاکولته دیگری باشم.



س: لطفاً خود را معرفی کنید؟

ج: من اینتا، متعلم صنف نهم لیسه عالی الفتح هستم.

س: شما هنر بافنده‌گی را چطور آموختید؟
ج: من از مادرم و ویژه‌گیهای هنر بافنده‌گی را آموختم.

س: چقدر مدت میشود که این هنر را آموختید؟

ج: تقریباً مدت یک سال میشود.

س: در آینده چی میخواهید شوید؟

ج: من علاقه خاص به ادبیات دارم و میخواهم در فاکولته ادبیات درس خود را ادامه دهم.

س: پیام شما به دخترانی که به اینگونه هنرها علاقه نمیگیرند، چیست؟

ج: من از آنهایی که غفلت میکنند و هنر نمی‌آموزند، خواهش میکنم تا در مقابل همچو هنرها بی پروا نباشند. چرا که هنر هم به انسان احساس لذت و خوشی میدهد و هم در جامعه ارزش مادی و معنوی دارد.

سوال: لطفاً خود را معرفی کنید!

جواب: من عاطفه جلالی متعلم صنف دوازدهم لیسه عالی الفتح هستم.

سوال: هنر رسامی را چطور آموختید و مشوق شما در این راه کی بود؟

ما با دخترانی که هنرهای آموخته اند، مصاحبه‌هایی انجام میدهم:
س: لطفاً خود را معرفی کنید؟



ج: من ویدا متعلم صنف یازدهم لیسه عالی الفتح هستم.

س: هنر خطاطی را چطور آموختید؟

ج: من در کورس‌هایی که فعلاً وجود دارد، از نزد استادان افغان خود ما خطاطی را آموختم.

س: احساس تان پس از آموختن این هنر چیست؟

ج: من احساس عالی نسبت به هنر خود دارم. در هنگام بیکاری من از آن استفاده میکنم.

س: چی فکر می کنید، آیا در آینده میخواهید بهترین خطاط در سراسر افغانستان شناخته شوید؟

ج: بله! یگانه آرزوی من اینست.

س: پیام شما برای شاگردان معارف چیست؟

ج: پیام من اینست که توجه داشته باشند تا علم و هنر بیاموزند و وطن عزیز خویش را ترقی دهند.

پارچه‌های ناشناخته فلزی را جمع آوری نکنید! هدف:

شناخت خصوصیات فیزیکی ماین ها و مهمات منفجرناشده



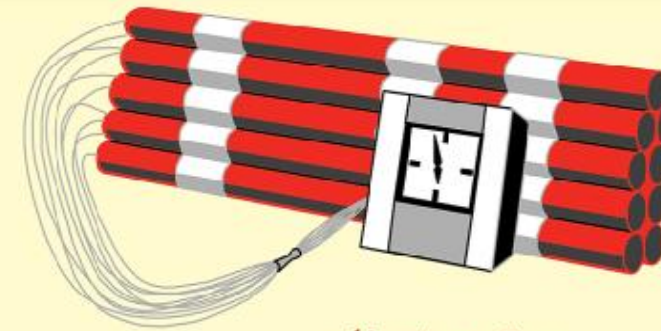
به یاد داشته باشید که هزار ها بمب و راکت در افغانستان به کار برده شده اند، مگر تمام آنها انفجار نکرده اند.



مهمات منفجرناشده در هر گوشه و کنار وطن عزیز ما یافت می شود. این مواد اکثراً از فلزات ساخته شده اند. اکثر فلزات قابلیت زنگ زدن را دارند. وقتی فلزی را زنگ میزنند، رنگ آن تغییر می کند و قابل شناخت نمی باشد؛ بناً باید بسیار متوجه بود که پارچه های ناشناخته فلزی را هرگز جمع آوری نکرده یا آنها را با دست یا پای خود بیجا نسازیم، زیرا امکان دارد که آن پارچه فلزی مهمات منفجرناشده باشد و به مجرد تماس دست یا پای تان انفجار نموده شما را زخمی نماید یا موجب کشته شدن تان گردد.

پیام اصلی این درس: هرگز به پارچه‌های ناشناخته دست نزنید!

تربیت



پت دښمنان استاد عبدالمتین وردگ

د انسان شته دی هر ډول دښمنان ښایي وساتي په پوهه تری خپل ځان خطرناک ترټولو دا پټ دښمنان دی نه ښکارپری، وی پراته غلی پنهان نابیره په سری بانندی ورتوپ کری دی ببرحمه خلک مړه کری او تپیان د چا لاس او چا پیسی له منځه یوسی څوک روان کاندی په لور د قبرستان ډیر شکلونه دی د دغو فریبکارانو ښایي خلکو ته یی وښایي پوهان زه خو پټ دښمنان بولم دا ماینونه ورسره دا ناچادولی نور شیان که چا یو، له دوی نه ولید په کوم ځای کښی خبروی به پری ډیر ژر مابن پاکان چی پخپله ور نژدی نشی هیڅکله هم تری ساتی خپلی نجونی، هلکان ظالمان یی ښخوی هروخت هرځای کښی "متین" وایی خدای دی ورک کری ظالمان



نا پیژندل شوې وسپنه یزې ټوټې مه ټولوئ!

په یاد ولری چې، په افغانستان کې، په زرگونو بمونه او راکتونه کارول شوي دي، مگر هغه ټول نه دي چاودلي. نا چاودیدونکي توکي، زموږ د گران هېواد په هره خوا کې، پیدا کیږي. دا مواد په ټولیزه توګه له وسپنو څخه جوړ شوي دي. اکثره وسپنې د زنگ وهلو وړتیا لري کله چې کومه وسپنه یزه ټوټه زنگ ووهي، نو دهغه رنگ تغیر کوي او پیژندل یې نا شونې وي، نو باید ډیر زیات پام وکړو ترڅو هغه وسپنه یزې ټوټې چې، موربې نه پیژنو دهغه له ټولولو او یا هم په پښه او یا په لاس دهغه له بې ځایه کولو څخه ډډه وکړو، ځکه د امکان وړ بریښي چې، هغه وسپنه یزه ټوټه له ناچاودیدونکو توکو څخه وي او د لاس یا د پښې له تماس سره سم د لاسه انفجار وکړي او ستاسو د ټپي کیدو او یا هم د مرګ سبب وګرځي.

ددې درس اصلي پیغام: هیڅکله په نا پیژندل شویو شیانو لاس مه وځنئ.

پشینۀ تاریخی و انکشاف بازی هندبال

ارسالی: مسعوده حبیبی

هندبال نوعی ورزش دستی و یکی از بازیهای معروف و مشهور جهان است. این ورزش در سال ۱۸۹۸ م توسط شخصی به نام (نیل سین) از کشور دنمارک که استاد تربیت بدنی بود، طرح و ایجاد گردید. نیل سین مدتی زیادی را صرف طرح این نوع بازی نمود تا موفق به ایجاد آن گردد. در آن زمان بازی فوتبال برای اثاث قابل اجرا نبود و آنان کدام بازی و یا سرگرمی مشخصی نداشتند. همان بود که آقای نیل سین بازی جدید و جالبی را به وجود آورد که با طرح و ایجاد آن دختران نیز قادر به اجرای آن شدند.

نحوه اجرای بازی و جریان راه اندازی آن طوری بود که توپ با پا زده نمی شد. چنانکه از نام آن پیداست، (hand ball) هندبال در زبان انگلیسی مرکب از دو واژه Hand یعنی دست و Ball یعنی توپ است که توپ بازی با دستان را افاده می کند.

چنانکه معلوم می شود، این بازی در واقع در مقابل بازی فوتبال (توپ بازی یا پا) ایجاد گردیده و هدف از ایجاد آن فراهم نمودن فرصت های ورزشی و تفریحی برای زنان به ویژه دختران جوان بوده است. گاهنامه این ورزش نشان می دهد که در ابتدا، صرفاً دختران به این بازی اشتراک می کردند و پسرها کمتر و یا هیچ علاقه بدان نداشتند. اما بعدها جذابیت و دلچسبی آن به تدریج باعث گردید که پسرها نیز علاقمندی نشان داده و با تشکیل تیم ها، به این ورزش روی بیاورند و بدین ترتیب این ورزش را بیش از پیش شهره آفاق نمایند، طوریکه امروز این ورزش از بازی های معروف و مشهور دنیاست که هم دخترها و هم پسرها در آن شرکت کرده، با دلچسبی خاصی آن را بازی می کنند.

فدراسیون بین المللی ورزش هندبال در سال ۱۹۲۸ تأسیس و در سال ۱۹۳۶ رسماً شامل بازی های المپیک گردید. پشینۀ تاریخی و چگونگی سیر تحول و انکشاف این ورزش مانند ورزش های دیگر خالی از فراز و فرود نیست. این بازی از آغاز به وقوع پیوستن جنگ جهانی دوم برای مدتی متوقف و پس از ۳۰ سال توقف، در سال ۱۹۷۲ مجدداً آغاز یافته، شامل بازی های المپیک گردید. امروز بیشتر از ۴۰ کشور جهان عضویت فدراسیون بین المللی ورزش هندبال را دارا می باشند.

قانون بازی هندبال:

ورزش هندبال از نوع بازی هایی است که در سالن ها و میدان های سرپا قابل اجراست. نظر به قانون بین المللی، طول میدان هندبال ۴۰ متر و عرض آن ۲۰ متر میباشد و در دو طرف میدان گولها وجود دارد که هدف از اجرای دقیق و درست بازی و به دست آوردن امتیاز با برتاپ توپ به گول حریف است. در بازی هندبال دو تیم د ر مقابل هم قرار میگیرند که اعضای هر یک آنها متشکل از ۶ بازیکن و یک گولکیپر میباشد. وقت بازی هندبال یک ساعت (۶۰) دقیقه، با ده (۱۰) دقیقه تفریح در بین دو نیمه (اول و دوم) است. البته وقت اضافی نیز در گرفته میشود که دقیق نبوده، داوران نظر به ضیاع وقت (وقت تلف شده)



تعیین مینمایند. تبدیل و تمویض بازیکن در این ورزش محدودیت خاص ندارد و به هر اندازه که سرمربی تیم خواسته باشد، میتواند بازیکنان را تبدیل نماید. همچنین در این ورزش رعایت نکات آتی به عنوان اصل قانون بازی قابل ذکر است:

۱. در مسابقات هندبال دو شخص به حیث داور، که یکی شان وقت سنج و دیگری آن به حیث سکرتر تعیین می گردند.
۲. گشت وگذار داوران در داخل میدان مطابق قانون بازی مجاز است.
۳. داوران باید قبل از شروع بازی وضعیت میدان را کاملاً بازمینی و بررسی نماید.
۴. در جریان بازی داوران باید به صورت دقیق و صادقانه بازی را نظارت و کنترل نمایند و در صورت وقوع اختلاف بین تیم ها باید درست، دقیق و متعادل قضاوت نمایند.

تربیت



برف

برف ریزد بر زمین
برف پاک نازنین
مثل کفتر از هوا
می نشیند هر کجا
روی بام و روی دشت
روی سطل و روی طشت
شیشه های پنجره
گشته از یخ خنجره
بچه های سرجه خور
از خوشی در جوش و شور
هم صدا با یکدیگر
می کنم این گفته سر
برف پاک نازنین
خوش رسیدی بر زمین

رازق رویین



افتو بارانک

آسمان آسمان باران کن
افتو مارا خندان کن
باران میشویه مارا
روی زمین، هر جا را
میگردیم و میگردیم
گرد جهان میگردیم
باران میبارد شر شر
کالای ما میشه تر
افتو کالای مارا
میکنند خشک و زیبا
یکسو میبارد باران

ترانه کودک

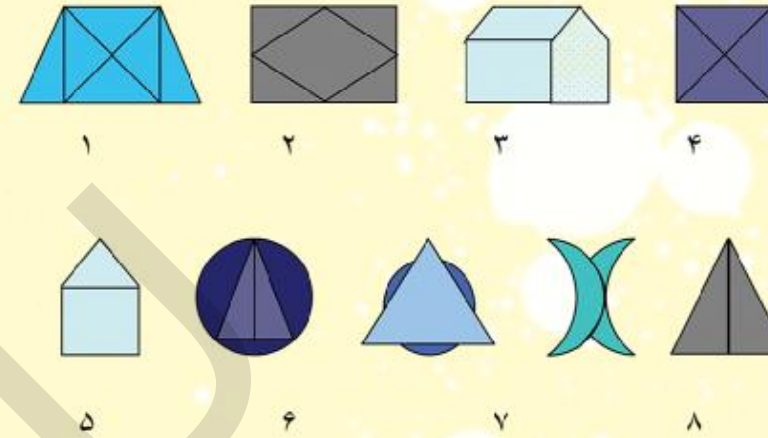
از: ع. آسوده

بچه با ادب هستم
هرچه خواندم، می دانم
از تنبلی بیزارم
مادر دسترخوان آورد
می گردانم ورق را
با اسپیک ناز نازی
یسالای کشال داره
به بستر خواب میرم
به اسپ خود می شینم
به کوه و دشت و صحرا
مانده و خسته هر دو
خوانیم ترانه خود

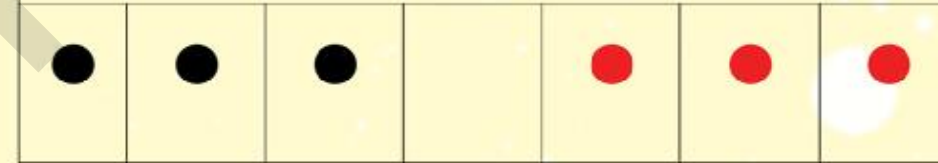
شاگرد مکتب هستم
درسای خوده می خوانم
معلماره دوست دارم
پدر جانم نان آورد
وقتی خواندم سبق را
می شوم گرم بازی
اسپیک من یال داره
بعد از بازی خواب می شوم
خواب خوشی می بینم
اسپیم دود به هر جا
پرواز کنیم به هر سو
آسیم به خانه خود

رازق رویین

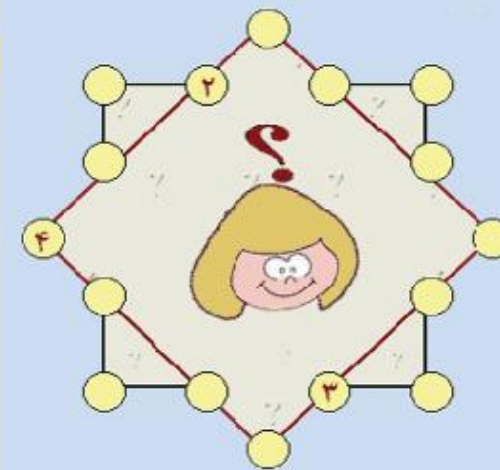
کدامیک از شکلهای زیر را با حرکت پیوسته قلم و بدون برداشتن آن میتوان کشید،
بی آنکه از روی یک خط دوباره بگذرد؟
آیا میتوانید یک قانون برای انجام این بازی پیدا کنید؟



سه مهره سیاه می خواهند جای شان را با سه مهره **سرخ** عوض کنند،



جمع اعداد



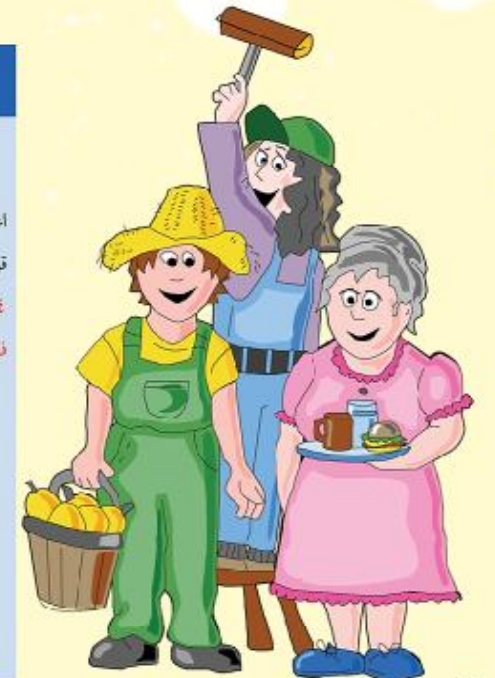
اعداد ۲ و ۳ و ۴ و ۵ را طوری داخل دایره ها
قرار دهید که در هر هشت ردیف، مجموع اعداد
۱۴ شود. توجه کنید که هر عدد در هر ردیف
فقط یکبار تکرار می شود

2	3	4	5
2	3	4	5
2	3	4	5
2	3	4	5



مجددم عقرب مطابق با هشتم اکتوبر، روز
جهانی کودکان و نوجوانان در سراسر
دنیاست. وزارت معارف افغانستان با قلب پر
از محبت و با آرزوی خورسندی و
صحتمندی همه اولاد و کودکان وطن، این
روز را به آنها تبریک عرض مینماید.
البته قدر مسلم است که روز جهانی کودک،
در تقویم کشور ما به صورت رسمی درج
نگردیده است. به همین خاطر، بسیاری از
کودکان عزیز از این روز پرمیمنت آگاهی
ندارند.

وزارت معارف افغانستان، با استفاده ازین
فرصت این روز را به صاحبان آن خیر داده،
بهروزی، موفقیت و صحتمندی تمام اولاد
وطن را از خداوند منان تمنا دارد.



مبارزه با بیماریها از طریق:

نظافت و بهداشت



شما هنگام دویدن و بازی کردن عرق میکنید و عرق، گرد و غبار و کثافت را به خود میگیرد. میکروبها روی پوست به سرعت رشد کرده، تکثیر میمانند. با انتشار میکروب آن در هوا و تماس با دست، سرماخورده گسی روی پوست شروع میشود که میتوان از طریقهای مختلف مثل داخل کردن دست در بینی، آن را به بدن انتقال داد.



با شستن دست و روی، قبل از خوردن غذا و شستن منظم تن و موی سر همیشه خود را پاک و نظیف سازید. همچنین ناخنهای خود را کوتاه و تمیز نگاه داشته. لباسهای پاکیزه بپوشید. امروز، رعایت نظافت به صورت مطلق، یکی از قوانین شفاخانه ها و یکی از آدابست.



از طریق نظافت میتوان میکروبهایی را که تولید عفونت میکنند، از بدن دور کرد. بعضی از میکروبها از راه ایجاد خراش یا بریده گسی وارد بدن انسان میشوند و با از طریق غذا خوردن با دستهای ناشسته. جمع شدن میکروبها و کثافت روی پوست دست و سایر نقاط بدن در طول روز اسری عادیست. در طول روز هنگام بازی در خارج از خانه، دست شما با چیزهای بسیاری تماس میابد. انسان ناگزیر به چیزهایی دست میزند که احتمالاً حامل میکروبهای عفونت آور هستند.

غصه یا منطق

یوه ریشتینی کیسه

د گران رسول (ص) د وختونو یو داستان کتابونو راوړی دی. وائی چې، یو عربي کس د خدای د گران رسول (ص) په خدمت کې حاضر شو او له هغوی یې وغوښتل چې، نصیحت ورته وکړي. رسول اکرم (ص) هغه ته په ځواب کې یوه لنډ غونډې نصیحت ورته وکړ او ورته یې وفرمایل: «آ تَغْضَبُ» یانې قهر او غصه مه کوه. هغه کس هم د رسول اکرم (ص) په دې لنډ نصیحت بسنه وکړه او د هغوی له خوا نه د خپل کلي په لور روان شو. کله چې، کلي ته ورسېد نو کوری چې د ده قبیلله له یوې بلې قبیلله سره جنگ ته د امدادګۍ په حال کې ده.

د جنگ وجه دا وه چې د مخالفې قبیلې خلکو د دوی د قبیلې له خلکو نه د یو مړی یا یو نقصان تاوان غوښته. ده چې کله ولیدل چې ده د قبیلې خلکو د مخالف لوري سره جنگ ته د آماده ګۍ په حال کې دي نو دده وینه هم په جوش کې راغله او د خپلې قبیلې په کتار کې اوږدېد. خو د جنگ له پیل کېدونه مخکې ورته د خدای د گران رسول (ص) نصیحت را په زړه شو او فکر یې وکړ چې دا همنهغه موقع ده پکار ده چې قهر او غصه و نه کړم او په همدې فکر سره ورته د مسئلې د اواری لپاره یو تدبیر په ذهن کې راغی وسله یې وغورزوله او د دښمن د صفونو په لور وروړاندې شو او د هغې قبیلې مشرانو ته یې له خپل مال نه د تاوان ورکولو وړاندیز وکړ. د هغې قبیلې مشرانو د دې سړي له ځوانمردۍ او جرئت څخه ډېر هر کلي وکړ هغوی هم له خپل تاوان غوښتو نه شاته شول او ورته یې بڅښنه وکړه او په دې ډول د یوې لویې وینې بهېدنې څخه مخنیوی وشو او د دواړو قبیلو تر مېنځ بیا وروړولی او له مخکې نه زیاته خوږه دوستۍ ټيکه شوه.

درخت تو گر بار دانش بگیرد به زیر آورد چرخ نیلوفری را

ناصرخُرو



ضرب المثل های حکیمانه

- ۱- در زنده گی اگر هدفی نباشد، زنده گی معنی ندارد.
- ۲- هر کاری که پیش آمد، نگو که سخت است.
- ۳- زحمت امروز باعث راحت در آینده میشود.
- ۴- جایی که زور زیاد باشد، در آن جا حق شناسی کم است.
- ۵- انسانی که در دل رحم نداشت، حیوان از آن خوب تر است.
- ۶- یک قطره آب کثیف تمام آب یک ظرف را کثیف میکند.
- ۷- علم از کتاب آموخته میشود، مگر ادب از انسان.
- ۸- انسان خاموش همیشه خاموش نمی باشد.
- ۹- پول زیاد غم زیاد دارد.
- ۱۰- اول انسان را بشناس، بعداً با او دوستی کن.
- ۱۱- ثروت زیاد انسان نادیده را مغرور میکند.
- ۱۲- درد اگر در هر جا باشد، آخر به دل احساس میشود.
- ۱۳- هر سوالی از خود جواب دارد مگر چرا جوابی ندارد.
- ۱۴- در جایی که انسانیت باشد، در آن جا شرافت خود به خود میآید.
- ۱۵- در جایی که نرمی زیاد شود، در آن جا غفلت نیز زیاد میشود.

تهیه کننده:

محمد سلیم نظامی معلم صنف یازدهم
لیسه عالی ابوذر غفاری.

غوره ویناوې

۱- درې ډوله انسانانو باندې رحم کوه، هغه د غزت خاوند باندې چې، ذلیل شوی وي، پر هغه عالم باندې چې گمراه شوی وي او پر هغه امیر باندې چې غریب شوی وي.

۲- درې شيان انسان تباه کوي (حرس، حسد او غرور)

۳- د دريو قدر په دريو وختونو کې وي، د زړورو او تورياليو قدر په جنگ کې د حليم سړي قدر د قهر او غصې په وخت کې او د ورور قدر په مصيبت کې

۴- دولت د درې شيانو نوم دی (علم، شرافت او عبادت)

۵- يوشی يا جنس چې په زياته پيمانه پيدا شي نو قيمت يې کميږي مگر که علم هر څومره زيات شي قيمت يې هم زياتيږي.

۶- پوه هغه څوک دی چې د دنيا د جرق او برق څخه دوکه نشی او دولت مند هغه دی چې، د خدای په تقسيم باندی راځي وی.

۷- الله سره ډېرې خبرې کوه او خلکو سره کمې.

۸- په دنيا کې ضعيف ترين انسان هغه څوک دی چې، د خپلو خواهشاتو تابع وي.

۹- د نيکۍ پيل تريخ او پایله يې خوږه وي. ليکن دگناه پيل خوږ او پایله يې ترخه وي.

۱۰- د يوه عالم طاقت د يوه لک جاهلانو څخه زيات وي.

مسجد جامع هرات



هرات که تاریخ بیشتر از پنج هزار ساله دارد، دارای آثار تاریخی فراوانی است که یکی از آنها مسجد جامع هرات میباشد. این مسجد مظهر هنر مختلط معماری، کاشیکاری، حجاری یا سنگتراشی، و خطاطی عصر تیموریان است.

مسجد مذکور در بین سالهای ۵۱۷ ق. مطابق ۱۲۰۰ میلادی بنا یافته است و یکی از بزرگترین و قدیمترین مساجد جهان و افغانستان است.

آنچه بر زیبایی عبادتگاه میافزاید، تنها بزرگی، وسعت و عظمت آن نیست بلکه استفاده از کاشیکاری ها و کاربرد هنر خراسانی در سده ششم هجری است، که برای امروزیان سخت حیرت انگیز است، زیرا امروز چنین ساختمانها نه تنها معمول نیست، بلکه کاشیکاری چنین بنایی سخت دشوار است، زیرا آنهمه کاشیکاران هنرمند استاد که در گذشته و همزمان با آبادی مسجد به سر میردند، در زمان کنونی میسر نیست.

آیا ترس بد است؟

چه کسی نمیترسد؟ آیا شما کسی را میشناسید که هیچگونه ترسی نداشته باشد؟ جواب از پیش معلوم است. در بین انسانها به ندرت می توان کسی را پیدا کرد که نداند ترس چیست و یا هیچ وقت نترسد. باید گفت که ترس بخشی از وجود هر انسان سالمی است که اگرما احساس ترس نداشته باشیم، ممکن است حیات مان را به خطر مواجه سازیم، مثلاً ممکن است دست به مارهای سمی بزنیم؛ به طرف حیوانات خطرناک برویم و کارهای دیگری انجام دهیم که نتیجه اش درهرصورت نابودی ما خواهد بود. پس ترس در بین انسانهای سالم یک امر لازم و ضروری است. افراد ماجراجو که میخواهند خودرا جسور و بی ترس بنمایانند، گاهی بی پروا از سرک های موثررو عبور میکنند و یا خود را به بلندترین قسمت یک عمارت میرسانند.

حالا سؤال اینجاست که ترس چیست و اصولاً در هنگام مواجه شدن با خطر چه تحولاتی در بدن ما رخ میدهد که منجر به عکس العمل صحیح در مقابل خطر میشود؟

در یک تعریف باید ترس را رشته یی از عکس العملهای مغز خواند که با واکنشهای عصبی آغاز و با آزاد شدن مواد کیمیای در بدن که باعث بالا رفتن ضربان قلب و سرعت تنفس میشود، به کارخود پایان میدهد. مغز یک سیستم پیچده است که با داشتن بیش از یکصد بیلون حجرات عصبی کارهای مختلف بدن را کنترل میکند. این حجره های عصبی باعث میشوند که بتوانیم احساس و فکر و عمل داشته باشیم. بعضی ازین رفتارها به صورت ناخودآگاه به وجود میآیند که ترس و واکنشهای آن هم یکی از همین اعمال ناخودآگاه است و باید گفت در مغز ما سیستمی درونی برای تصمیم گیری وجود دارد که مانند یک نیروی نامرئی عمل میکند.

درمغزما بخشهای مختلفی وجود دارد که به هنگام عکس العمل ما در برابر ترس، عمل میکنند. این بخشها شامل :

۱ - تالاموس است که تصمیم میگیرد تا واکنش ها در کجا ظاهرشوند مثلاً چشم ودهان ...

۲- قشر حسی که اطلاعات حسی را تفسیر میکند.

۳- هیپوتالاموس که عمل و عکس العمل را فعال میکند.

۴- هیپوکامپوس که کارش مرورکردن اطلاعات موجود در مغز در ارتباط با ترس است.

۵- آمیگدالا، که کارکشف احساسات و بررسی خطرها انجام میدهد و در واقع باید گفت که اطلاعات مربوط به ترس را ذخیره میکند. بر طبق نظر کارشناسان احساس ترس به دو شکل در وجود ما شکل میگیرد.

اول راه کونــــاه و دوم راه طولانی.

در راه کوتاه همه چیزسریع و با بودن یک محرک صورت میگیرد که درآن امکان تحلیل حادثه و اتفاق وجود ندارد، مثلاً: تنها در اتاق تان نشسته اید و ناگهان دروازه باز میشود در اول شما گمان میکنید که دزدی وارد اتاق شده است و فوراً احساس ترس به شما دست میدهد و یا ممکن است با خود بگویید که باد آن را باز کرده است. در هر دو حالت هیچگونه تحلیلی در باره آن ارائه نمیشود اما در حالت راه طولانی شرایط کمی فرق میکند در به مجرد تولید صدا، درحالی که شما احساس خطرکرده اید، مغز کار تحلیل خود را آغازمیکند: آیا باز شدن در، به خاطرآمدن دزد است یا چیز دیگر باعث آن شده است؟ دراین حالت اطلاعات توسط تالاموس به قشر حسی فرستاده میشود تا مورد تحلیل قرار گیرد. پس ازآن به هیپوکامپوس میرود تا به سؤالات مخصوص پاسخ داده شوند، سؤالاتی ازاین گونه که: آیا تا کنون من با چنین موردی برخورد کرده ام؟ اگر چنین موردی بوده، مربوط به چه موضوعی بوده؟ پس ازتحلیل، اطلاعات به آمیگدالا میرود و آنجاست که آمیگدالا به هیپوتالاموس دستور میدهد که حالت دفاعی بگیرد یا نه؟

این، توضیحی کوتاه و نه چندان زیاد در باره نحوه عملکرد مغز در باره ترس و عکس العملهای آن بود. درهر صورت ترس یک عکس‌العمل طبیعی و لازم است و در صورتیکه به طور کامل کنترل شود، میتواند مفید و مهم باشد. در حالت ترس منطقی شخص در مواجهه شدن با مشکلات، بیشتراحتیاط میکند. واتسون پایه گذار مکتب رفتارگرایی عقیده دارد که ترس یکی ازصد غریزه یا انگیزه یی است که انسان با آن به دنیا می آید. ترس یکی از پدیده هایی است که



نقش تعیین کننده در تکامل انسان ابتدایی داشته است.

ترس چیز بدی نیست، مهم این است که بدانیم ترس مان منطقی است یا غیرمنطقی. ترس منطقی آن است که درآن یک خطر واقعی وجود داشته باشد. دراین گونه ترس هیچگونه سرزنی متوجه شخص نیست و حتی مورد تایید است، اما ترس موهم و غیرواقعی: مانند ترسیدن از موش و موجودات خیالی، ترسی است که باید آن را از خود دور کرد و شخص مبتلا به آن را مورد تداوی قرار داد دراین گونه ترس هیچ گونه خطری متوجه شخص نیست، اما توهمات او به گونه یی است که دائماً خود را رودررو با خطر مینند و همواره تصور میکند که کسانی یا وقایعی او را تهدید میکنند. این ترس موهم وغیرواقعی باعث میشود که آدمی ارتباط صحیح و سالم خود را از دست بدهد و مانع از انجام حتی فعالنیهای روزانه شود.

اگر ما بتوانیم ریشه های ترس خود را بشناسیم، راه غلبه بر ترس چندان مشکل نیست. باید بعد از شناختن عوامل و چیزهایی که باعث ترس ما میشوند به این پرسش پاسخ بدهیم که چرا ما از این عامل میترسیم و اصولاً ترس ما منطقی است؟ آیا خطر واقعی ما را تهدید میکند؟ برای مثال کسی که ازموش میترسد، در وحله اول باید خیلی منطقی و عقلانی فکر کند که چنین موجودی چه کار میتواند انجام بدهد که باعث وحشت ما میشود بعد باید خود را با آن رودررو کند مثلاً در اول عکس و تصویر آن را تهیه و لمس کند و حتی حالتی نوازشگرانه با تصویر و عکس داشته باشد و اگر مجسمه ومدل آن را تهیه کند، کارآسانترمیشود و مهمتر از همه مطالب علمی را در باره آن پیدا کند و بخواند و در آخر چنانچه با آن در جایی مواجه شد، سعی کند که رفتارعادی ومعقول داشته باشد.

د مثنوی حکایتونه

د لقمان کیسه، چې په پټه د میوو په خوراک ملامت شوی و



لقمان د مريانو په منځ کې تر ټولو خوار او ډنگر و کله به يې، چې بادار خپل مريان د میوو بڼ ته واستول، چې میوې راوړي مريانو به، چې کله میوې راغونډې کړې لومړی به يې له ډیره حرصه خپله وخوړې خولقمان به دا کار نه کاوه دهغه باطن او ظاهر یو خیل و نه يې غوښتل، چې د بادار پسې شا له هغه سره خیانت وکړي، لقمان خو د میوو خوړلو عادت نه درلود یوه ورځ يې بادار ته ښې میوې نه وې ایښي. کله، چې ورسره مخامخ شو بد رد يې ورته وویل ملامت يې کړ، چې تر اوسه دې میوې ونه پېژندلې. لقمان په خواب کې ورته وویل: باداره خدای دې نه کړي، چې زه دې خاین واوسم، که باور دې نه راځي نو موږ ټول له یوې مخې وازمویه. بادار يې وویل هغه څنگه ده ورته وویل موږ ټولو ته د څښاک ګرمې اوبه راکړه بیامو یوې لوې دښتې ته وباسه، تاسې پر اس سپاره شي او موږ به پیاده ځغلو. د بادار يې دا خبره زړه ته ولویده. ساقی ته يې امر وکا، چې دې ټولو ته د څښاک ګرمې اوبه ورکړي. ټولو له ډاره وڅښلې بیا يې ورته امر وکړ، چې په دښته کې ښکته او پورته وځغلې کله، چې ټول له ستریا څخه د هر یوه خوا راوګرځیده

زړونه يې بدبد کیدل، چې ويې لیدل دهر یو له خولې څخه داوبو پر ځای میوه را روانه ده. یوازینې کس، چې له ستوني يې پاکې اوبه را روانې وې هغه لقمان و. داچې د لقمان پوهه او حکمت و د لوی خدای به څومره وي؟

بادار د لقمان زیرکتیا معلوموي

لقمان د خپل بادار ښه مریی او د هغه په کار کې ډیر مخلص و. خپل بادار ته دومره نږدې و، چې له خپلو بچیانو يې پرده ډیر پام کاوه. دا ځکه، چې ده دخپل بادار خدمت په ډیر اخلاص کاوه. یوه خبره، چې دا يې له نورو بیلاوه هغه دا وه، چې دا له پلاره مریې و او بادار يې ازاد او اصیل. بادار يې یوه ورځ ورڅخه وغوښتل له ما څخه یو څه بخشش وغواړه ده په خواب کې ورته وویل دا ماته د ډیر شرم خبره ده، چې زه له تاسې څخه یو څه وغواړم او تاسې له ما دغسې یوه غوښتنه کوئ. زه دوه سپک مریان لرم اودا دواړه پرتاسې خپل حکم چلوي بادار يې ورڅخه وپوښتل، چې دا خو ډیره د سپکاوې خبره ده دا دوه څوک دي ؟ ده ورته په خواب کې وویل: یو قهر اوېل شهوت. اوس ویلای شو، چې پاچا هغه وي، چې له پاچایې سره يې دومره مینه نه وي او له کوم زر او زور پرته دخلکو په زړونو کې ځای ولري او بډایه هغه دی، چې زړه او سترګې يې مړې وي له سپینو او سرو زرو يې مخ اړولې وي د لقمان بادار خو په ښکاره د بادارانو چمونه کول خو په حقیقت کې داخپله دلقمان مریې و. په نړۍ کې ډیر داسې کسان شته، چې مرغلرې ورته له خس وخشاګ هم کمې ښکاري.

د لقمان زیرکي

لقمان غلام و، خو بادار يې د هغه خیال ساته تل به يې هغه څه ورکول، چې خپله يې خوړل، تردې چې بادار يې به يې هیڅ څه يې لقمانه نه خوړل او هر هغه څه به چې لقمان نه خوړل ده به لرې غورځول: یوه ورځ چا د لقمان بادار ته خټکی راوړ هغه څېري کړ اولومړۍ ټوټه يې لقمان ته ورکړه. لقمان په ډیر خوند وخوړه، کله چې څښتن ولیده چې لقمان يې په خوند خوري نو بله ټوټه يې ورکړه اوپسې بله.. .. چې اووه لسمې ټوټې ته ورسیده نو څښتن يې فکر وکړ چې خټکی ډیر خوړ دی او خوندور دی نو خپله يې هم ځکه ترې وکړه که څه ګوري چې خټکی زهرو غوندې تريخ دی او دسړی حلق او خوله سوزوي، نو يې ورته وویل چې لقمانه! داڅه خبره ده، چې داسې تريخ لکه زهر، خټکی دی خوړ او حلق دې نه وایه، ولې دی په داسې قهر باندې د مهر نوم کېښود او پر تريخوالي دې صبرو کړ ؟ لقمان ورته وویل ما ستا له لاسه ډیر خواړه نعمتونه خوړلي، ډیر نازونه مې لیدلي، زه دومره ستا دخورو نعمتونو تر احسان لاندې یم چې د یو ځل ترخه خټکی په خوړلو مې شکایت کول مناسب ونه ګڼل. ما ته ستا له لاسه په محبت د زهرو په څیر ترخه خواړه هم خواړه شات ښکاري او زه باور لرم چې له محبت او مینې څخه هر تريخ شی خوړيږي دا محبت اومینه ده چې مس په سرو زرو بدلوي. او دردونه له منځه وړي، مینه او محبت، لورینه او پیرزونه د دردونو شفا ده، محبت مړي ژوندې کوي، محبت پاچا هم ستا بنده کوي. محبت د پوهې نښه ده، او هر نا اهله دمحبت کولو وړتیا نه لري هر څوک چې ښه عاقبت غواړي مینه او محبت دې خپله چاره وګرځوي.

د رنگونو فلسفه



فلسفو ډول ډول سايکالوجيکي (آروا پوهنيزې) اغيزې لري.

۱- سور رنگ: دا رنگ گرم مزاجه دی او په ليدلو سره يې، په ډېری خلکو کې، د فشار د لوړوالي، د زړه د درېدلو او انرژي سبب گرځي.

۲- نارنجي: دا رنگ د سره رنگ په شان گرم مزاجه خصوصيت لري، مگر بيا يې هم ډېر خلک خوښوي او په ليدلو سره يې د گرانست او صميميت احساس کوي.

۳- ژېړ: دا رنگ هم د سره او نارنجي په څېر، تود مزاجه او صميمي دی. دغه رنگ د سره او نارنجي نه زيات مينه وال او علاقمندان لري او له همدې امله، په تاريخکو او د کمي رڼا لرونکو تالارونو او سالونونو په منځ کې ډېر ليدل کېږي.

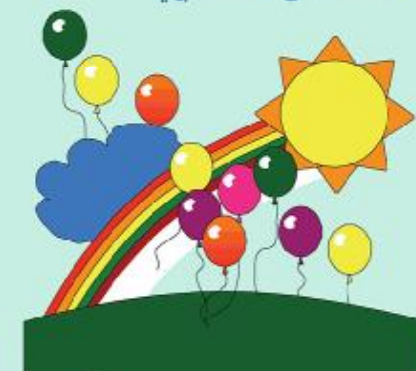
۴- شين: آراموونکی رنگ دی او دا رنگ د آبي په پرتله ډېر ښه اړخونه لري. دا رنگ زياتره د ناستي او خوب په کوټو او خونو کې کارول کېږي. دا رنگ د روغتونونو، کارخايونو او ښوونځيو د خونو لپاره يو ډېر مناسب او غوره رنگ دی.

۵- آبی: دا رنگ د آرامي او آسودگي احساس له ځانه سره لري. دا رنگ د خوب د کوټې لپاره مناسب، مگر د پخلنځي د خونې لپاره نه، ځکه د انسان د آشتيا د کموالي سبب گرځي.

۶- بنفش: دا يو فريب ورکوونکی رنگ دی، چې د ماشومانو ډېر خوښېږي، مگر سپين

زېږي يې چندانې نه خوښوی. که دغه د ماشومانو د خوب او زده کړې په خايونو کې و کارول شي، بده به نه وي.

۷- تور رنگ: دا رنگ د خواشيني سمبول دی او په ليدو سره يې په زړه غمگینی څپې راځي او د ظلمت مفهوم ترې اخيستل کېږي.



۸- خړ رنگ: دا رنگ د خړ او بړگ حال مفهوم هم افاده کوي او زياتره طبيعي رنگ ته ورته رنگ ښکاري. دا رنگ هم حواس آرامه ساتي چې، زياتره د سپين زېرو او سپين سرو ډېر خوښېږي.

۹- سپين رنگ: دا رنگ هم مثبتې اغيزې لري او د زړه د صافوالي او سولې مفهوم افاده کوي. که تور رنگ له سپين سره جوړه شي، نو بيا دواړه په گډه سره ددې وس لري چې، آراموونکې ښکلا توليد کړي او آراموونکې اغيزې ولري.

۱۰- کلايي: دا رنگ د زرغون په تناسب زيات خوښوونکی دی او دا ټول د انسان په روحياتو خپلې اغيزې لري او د دوی د اغيزو مينه وال هم وروړ دي. په دې مانا چې، هر رنگ خپل خپل خوښوونکي لري!



د مور ترانه

ده د عشق انځوره

مور! مور! مور!

مور! مور! مور!

هسک يې دی مقام شان يې دی اوچت
لور يې دی پرتم ډير يې دی عزت
دی ودان پرې کور

مور! مور! مور!

مور! مور! مور!

ده لومړی لارښود غېږه يې مکتب

هر ښکلي ماشوم اخلي ترې ادب

ژوند وېشي هر لور

مور! مور! مور!

مور! مور! مور!

نورده د دنيا جوړه پرې نړۍ

کار کوي او زيار دا هره کړۍ

ملک دی پرې سمسور

مور! مور! مور!

مور! مور! مور!

هر چېرې، هرځای هر وخت، هر زمان

يو لاس يې زانکو بل لاس يې جهان

زنگوي په شور

مور! مور! مور!

مور! مور! مور!

غونډوی حبيب الله رفيع

پاسخ صفحه (۲۵):

نتيجه: نبايد فقط از روی ظاهر قضاوت کرد. بسیاری اوقات چیزهای به ظاهر بی ارزش هم میتواند خیلی ارزشمند باشد.

د يوه کوچني ماشوم د ژوند کيسه

فريد الله نوري نورستاني

حمزه ډېر ورکى و. ايله به نه را پايې عمر پنځه او شپږو کلونو ته رسېده. موربه ئ له لمانځه وروسته هغه هم له خوب پاڅاوه. هغه د سبق لپاره جومات ته روان شو. حمزه ته به يې د جومات کې د کلي له ملا نه الفبا او يندادۍ سپاره ويله او له سبق نه وروسته به يې د دسه لمانځه او داسې نورې ضروري دعاوې او اسلامي آداب وربښودل. د سبق په پای کې به يې غوره ويناوي، پندونه او نصيحتونه هم وربښودل. له عادت سره سم يوه ورځ ورته د جومات ملا د سبق په پای کې داسې وويل:

- گورئ پچيانو! کله چې له جومات نه ووتئ، که مو څوک مخې ته راغلل، نو سلام ورواچوئ. که څوک ناست او که روان وي، هم سلام ورته واچوئ. که په لاره مو اغزي او يا تيرې وليدلې چې، پرته وي، نو هغه له لارې څخه لرې کړئ. کله چې کورته ولاړئ، نو د خپل کور ټولو غړوته سلام ورواچوئ.

حمزه په آوونۍ کې يوه ورځ هم غير حاضري نه کوله او هره ورځ به د سبق لپاره جومات ته ورته. حمزه د دريو مياشتو په لړ کې، د قرآن کريم وروستۍ سپاره او ډېرې نورې دعاگانې زده کړې.

د حمزه عمر اووه کلونو ته ورسيد او د هغه قانوني سن دې ته برابر و چې، نور په ښوونځي کې شامل شي. د کلي ښوونځی له سرک نه دلاندې يوه باغ (بڼ) کې و.

حمزه ته ښوونځی ډېر په زړه پورې ښکارېده. ځکه چې د کلي ټول ماشومان به يې په ښوونځي کې لېدل.



ښوونځي يوه ورځ د کلي ماشومانو جومات کې سبق وايه چې، د ښوونځي اوه تنه ښوونکي جومات ته ننوتل او سلام عليکم يې وويل. ملا صاحب هغوئ ته وعلیکم سلام وويل او هغوئ ته يې ستړې مه شي هم ورکړه.

هغوئ وويل: مولوي صاحب! تاسو خو پوهيرئ چې، د ښوونځيو سبقونه بيا پيل کېږي او موږ د لومړي ټولکي لپاره نوې زده کوونکي نيسو. نو اوس موږ د همدې لپاره راغلي يو چې، کوم هلکانو چې د اووه کلونو عمر يې پوره کړی وي، موږ يې

نومونه ليکو. ترڅو په ښوونځي کې شامل شي.

بيا ملا د څو تنو نومونه ور وښودل او هغوئ وليکل.

ملا حمزه ته وويل:

- حمزه! ته څو کلن يې؟

حمزه وويل:

سرکال مې په اووم کال کې مې پښه ايښې ده.

مولوی صاحب وويل:

ښه ته هم بايد په ښوونځي کې شامل شي.

حمزه وويل:

دا زما هيله او آرزو ده. تاسې زما نوم هم د دغو نو يوزده کوونکو په لست کې وليکئ. هو، نن ډېره د نيك مرغې ورځ ده چې، زه په ښوونځي کې شامل شم.

دغه ورځ د حمزه په ژوند کې د تل پاتې خاطري په شان پاتې شوه او حمزه په خوشحالی سره کورته ولاړ، تر څو د مکتب لپاره تياری ونيسي.

د خوراک پر وخت

د پاکۍ خيال ساتئ!

پاکي نيمايي ايمان دی. د ډوډۍ خورلو پر وخت د پاکۍ خيال ساتل ډيره مهمه او ضروري خبره ده.

کله چې ډوډۍ خورئ، کوښښ وکړئ چې، کوله سمه خولې ته يو سئ او در څخه و نه څاڅي. کله چې کوله در څخه څاڅي، بېرته يې را پورته کړئ، په باطله دانې يا بل خاص لوبښي کې واچوئ.

کله چې ټوخی درځي، خوله مو بلې خواته واړوئ او تر ټوخي وروسته که امکان ولري، وواياست (بخښنه غواړم) چې په دې توگه به ډېر با ادبه ښکاره شئ او خلک به مو ښه اخلاق ستايي. د ډوډۍ خورلو پر وخت ډېرې خبرې مه کوئ. يوازې خپل لوبښي او گولې ته کورئ. د خوراک د لوبښي خپله مخه خورئ او کله چې مشران خبرې کوي، ډېر مه ورته حيرانيرئ. ځکه چې، د ډوډۍ خورلو پر وخت بايد خپل حواس راټول کړئ. تر ډوډۍ خورلو مخکې او وروسته لاسونه مينځل ډېر ضروري دي، چې بايد هر وخت يې په پام کې وساتئ. دغه راز، تر خوب وړاندې هره شپه خپل غاښونه پاک پريمينځئ!

پښتو لنډۍ

د پښتو لنډۍ په هستولو کې، ښځو ډېر رول لوبولی دی. د پښتو فولکلوري ادبيات په عامه مانا او لنډۍ په خاصه مانا، يو بې نظيره شی دی.

د پښتو ۵۲% لنډۍ د ښځو له خوا ويل شوي دي. ۱۷% ښځې او نور دواړو ته منسوبېدلې شي او پاتې نورې د نارينه وو برخه ده. خبره داده چې، لنډۍ د ولس مال دی. مينه په تلو راتلو زياتيږي.

کله راځه کله به زه درځم مينه

□ □ □

بورا به خدای په کلو مور کړي

باغوانه ستا نمکړی نيت مې ژړوپنه

لس کاله د خپل ښوونځي عمومي اول نمره



د تربیت مجلې په دې ګڼه کې مو، له یوې داسې زده کوونکې سره مرکه کړې ده چې، لس کاله پر له پسې یې، په خپل ښوونځي کې، تر ټولو لوړې نمرې تر لاسه کړي او دخپل ښوونځي د عمومي اول نمرې په حیث پیژندل شوې ده. موږ ددې مرګې لوستلو ته ستاسو پام را اړوو.

تربیت: مهرباني وکړئ د تربیت مجلې درنو لوستونکو ته ځان ور وپېژنئ؟

• زه برېښنا صافی د کابل ښار د علامه قاري نیک محمد د عالي لېسې د لسم ټولګي زده کوونکې.

تربیت: ایا تاسوله لومړي ټولګۍ څخه تر اوسه د خپل ښوونځي عمومي اول نمره یاست؟

• هو! زه د لومړي ټولګۍ څخه تر اتم ټولګۍ پورې د محمد صديق فرهنگ په ښوونځي کې، عمومي اول نمره وم او هر کال مې د خپل ښوونځي د ا داري له خوا ستاېنلیکونه تر لاسه کړي دي او بیا مې د نهم او لسم ټولګي زده کړې د علامه قاري نیک محمد په لېسې کې پیل کړې چې په نوموړي لېسې کې هم عمومي اول نمره يم. تر اوسه مې شپږ ستاېنلیکونه تر لاسه کړي دي او یو ستاېنلیک مې د پوهنې وزارت له خوا تر لاسه کړ چې، زه پرې ډېر ویاړم، همدا راز، ما له لومړي ټولګي څخه تر اوسه پورې هر مضمون کې پوره - پوره نمرې او ورسره د ښوونکي له خوا آفرین هم تر لاسه کړی دی.

تربیت: ستاسو د بري راز په څه شي کې دی؟!

• دا خو یو څرګنده حقیقت دی چې، د هر بریالي کس تر شا د یو چا لاس وي. زه په یوه

تربیت

روښان انده کورنۍ کې زیږیدلي يم، چې زما د بریالیتوب یو لامل زما کورنۍ ده، ددې تر څنګ زه په خپلو ورځنیو چارو کې، یو منظم مهال وېش لرم او وخت ته په ارزښت ورکولو سره په ژمنو رخصتو کې د راتلونکي ټولګۍ درسي کتابونه لولم او هم د تیرو ټولګیو نوټونه او یادښتونه له ځان سره ساتم او د نوي ټولګي په درسونو کې ترې ګټه اخلم، ترڅو د نویو درسونو په زده کړو کې له ستونزو سره مخامخ نه شم او هم د تیر شویو درسونو له هیریدو څخه مخنیوی کوم. همدا رنګه، هوډ لرم، تر اخره پورې د خپل ښوونځي عمومي اول نمره پاتې شم.



تربیت: پرېښا جانې! سر بيره پر دې چې، د ښوونځي درسونه لولۍ نور څه مصرفیتونه لری؟

• زه د خپلو درسونو په څنګ کې، د کمپیوټر او د انګلیسي ژبې کورسونه تقبېوم. د خیاطۍ او د پخلي زده کړي مې هم پیل کړي دي او له دې سره، خپلې مورجانې سره د کور په کارونو کې هم مرسته کوم.

تربیت: خپلو همزولو ته څه وینا لری؟

• زما په فکر وخت تر ټولو ستره شتمنۍ ده او شتمن هغه څوک دي چې له دې شتمنۍ څخه ګټه پورته کړي. زما وینا ټولو زده کوونکو ته داده چې، له وخت څخه د ګټې اخیستو په منظور د خپل ښوونځي درسونو په څنګ کې، کورسونه هم تعقیب کړي او همدا راز د ګټورو کتابونه له لوستلو سره خپل معلومات نور هم پیاوړي کړي ترڅو په راتلونکي کې، خپل هېواد او هېوادوالو ته د خدمت نمونه وګرځي.

تربیت: برېښا جانې! داچې له موږ سره مرګې ته حاضر شوی له تاسو نه یوه نړۍ مننه.

• د تاسو هم کور ودان.



خالد د غلام محمد فرهاد د لېسې د څلورم ټولګي زده کوونکې.

زه د خپلو درسونو په څنګ کې، د خیاطۍ په دوکان کې هم کار کوم. ترڅو د اقتصادي ستونزو سره مخامخ نه شم. موږ په خپل ښوونځي کې د ځېلو اوبو ستونزې لرو، د پوهنې له وزارت څخه زما غوښتنه داده، ترڅو زموږ د ښوونځي ستونزو ته پام وکړي. په راتلونکي کې غواړم لیکوال شم.



نبیلا د ملکه ثریا د لېسې د پنځم ټولګۍ زده کوونکې.

دښوونې او روزنې اوسنۍ بهیر په ډیر ښه توګه روان دی خو د امنیت له پلوه موږ زده کوونکي په وېره کې یو له دولتي چارواکو څخه غواړو چې، د امنیت په ځانګه کې زیاته پاملرنه وکړي. ترڅو زده کوونکي وکولای شي په آرام توګه زده کړې وکړي. په راتلونکي کې غواړم پولیس شم ترڅو خپلو هېواد والو ته خدمت وکړم.

ترکان او خراط

سید جمال



په پخوا زمانو کې یو ترکان او یو خراط په یوه ښار کې اوسېدل. دواړو غوښتل چې، شاهکار او حیرانوونکي شیان جوړ او خلکو ته یې د نندارې لپاره وړاندې کړي. یوه ورځ ترکان یو داسې میز جوړ کړ چې په خپله یې حرکت کاوه اوله یوه ځایه بل ځای ته تللی شو. هغه خراط داسې وزرونه جوړ کړل چې، پر هغو یې الوتنه کولی شوه. ټولو به ویل چې، ترکان له خراط نه ډېر هنرمند او هوښیار دی. خراط دې خبرې ډېر نا آرامه کړ. له دې ښاره یې بل ښار ته سفر وکړ. هلته چې د پاچا زوی

خراط د الوتنو په حال

کې ولید، ورڅخه یې

غوښتل چې، خپل

وزرونه ده ته ورکړي او

په عوض کې یې ډېرې

پیسې ترلاسه کړي. خراط

ورسری و منله او وزرونه

یې د پاچا پر زوی

ویلورل. شهزاده وزرونه په ځان پورې

وتړل، والوت او یوه بل هېواد ته ولاړ.

هلته یې سترګې پر یوه هسک برج ولګېدې، چې په څراغونو روښانه و. دهغه برج تر څنګ کښېناست او پوښتنه یې وکړه چې، په دې برج کې څراغونه د څه لپاره روښانه دي؟

خلکو ورته وویل:

دلته د نړۍ ډېره

ښکلې شهزاده کی.

اوسې. د شهزاده په

زړه کې د هنرې

د لیدلو تلو سه پیدا

شوه. په خپلو وزرونو

والوت غوښتل یې چې، دیوې کړۍ له

لارې برج ته ورننوځي. خوساتونکو هغه

ولید. ویې نیو او پرېکړه وشوه چې، سبا به

یې شهزاده کی. په اور کې سوزوي. د

شهزاده چې وزرونه په ځان پورې تړلي

وو، کله چې د اور د لمبو تاوهغه ته

ورسېد، هغه ښکلې شهزاده کی. یې هم له

ځانه سره پورته کړه او خپل پلرني ټاټوبي

ته راغی. پلار یې چې د زوی په تللو ډېر

خوښی شوی و، په لیدلو یې ډېر خوښ

شو او هغه یې پر خپل ځای واکمن کړ.



د عمر ته پایه یې، په ډېره خوښې له ښکلې

شهزاده کی. سره ژوند تیر کړ.



د بې اتفاقی پایله!

یتوه ورځ چېرې پر لارې تېرېدم زه ناڅاپي د ونې لاندې ودرېدم زه

دوه مرغۍ شوې پاس په ونه کې په جنګ دواړه گردې کلوله شوې په یو درنګ

د غونډوسکې غونډې لاندې ولوبېدلې پشي ټوپ کړ، دواړه یې غبرګې ونيولې

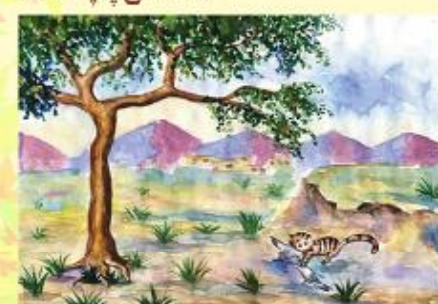
جغ او پخ، شور او فریاد یې وکړ ډېر بې فایدې و، ځکه وخت و ځنې تېر

نفاق دواړه د بلا په خوله کې ورکړې غلیم دواړه ربړ، ربړ، زېرو، زېر کړې

که څوک کاندې اختلاف له خپله وروره له دښمنه به پېمال شي هرگز کوره

فرض کړه داچې همېشه دښمن تیار دی! د فرصت او د موقع په انتظار دی!!!

استاد گل پاچا الفت



تربیت

قلب خود را چگونه محافظت کنیم؟



- ۱- روزانه ۳۰ دقیقه ورزش کنید.
- ۲- در هر دو ساعت یک پیاله آب بنوشید.
- ۳- اگر میتوانید روزی ۲۰ دقیقه بایسکل



سواری کنید.

- ۴- هر قدر که میتوانید، پیاده گردی کنید.
- ۵- در خواب اگر خر و پف میکنید، با داکتر مشورت کنید، چرا که این امر میتواند در تنفس و فشار خون شما اختلال به وجود آورد و در نهایت، سلامت قلب تانرا در معرض خطر قرار دهد.

۶- حد اقل روزی دو پیاله چای بنوشید.

۷- شبها حد اقل هفت ساعت بخوابید.

کم خوابی میتواند یکی از دلایل حمله قلبی باشد.



۸- کم از کم هفته یی یک بار ماهی مصرف کنید.

۹- از خوردن صبحانه کامل غافل نشوید.

۱۰- لوبیا صرف کنید.



۱۱- خوردن آلبالو برای سلامت قلب مفید است.

۱۲- در روزهای رخصتی فقط استراحت کنید. موبایل و کمپیوتر را از خود دور نگهدارید.



۱۳- مصرف مولتی ویتامین را نیز باید در نظر داشته باشید، اما قبل از آن نظر داکتر را بخواهید.

۱۴- وقت کافی را به گردش و همصحبتی با آنهایی که دوستشان دارید، اختصاص دهید.

روز جهانی «شستن دستها»

گزارشگر: غلام حسین پرویز



روز جهانی «شستن دستها» امسال برای اولین بار در کشور، به تاریخ ۲۴ میزان به ابتکار ریاست صحت و رفاه جوانان وزارت معارف و به کمک مالی مؤسسه یونیسف در تالار لیسه امانی تجلیل گردید. در این محفل که با حضور صدها تن از شاگردان معارف کشور برگزار گردیده بود، به اهمیت رعایت نظافت، به ویژه «شستن دستها» در زنده گی روزمره و نقش سودمند آن تأکید گردید. در این محفل وزرای محترم صحت عامه، انکشاف دهات، معین تدریسی وزارت معارف و رئیس مؤسسه یونیسف اشتراک نموده بودند. سخنرانان در مورد اهمیت «شستن دستها» در زنده گی روزانه و زنده گی صحتمند و عاری از هرگونه امراض صحبت کردند.

در پایان اشتراک کنندگان به طور عملی دستهای شان را شستند.

در پایان این محفل، برنامه رقابتی بین لیسه امانی و لیسه رابیا برگزار گردید و سؤالات پیرامون شستن دستها مطرح شد که در پایان به برنده گان این برنامه رقابتی، جوایزی هم اهداء گردید.

ادبیات کودک با ادبیات بزرگسالان چه تفاوتی دارد؟

ادبیات کودک دارای ویژه گیهایی است که آن را از ادبیات بزرگسالان جدا میکنند این ویژه گی ها قرار ذیل است:

- محدود بودن تجربه کودکان (از لحاظ نوع، وسعت و میزان تجربه)
- محدودیت و ساده گی زبان (محدود گنجینه لغات)

■ محدود بودن زمان دقت (کودکان نمی توانند از نظر فکری مدت زیادی در امری مثل خواندن داستان دقت کنند)

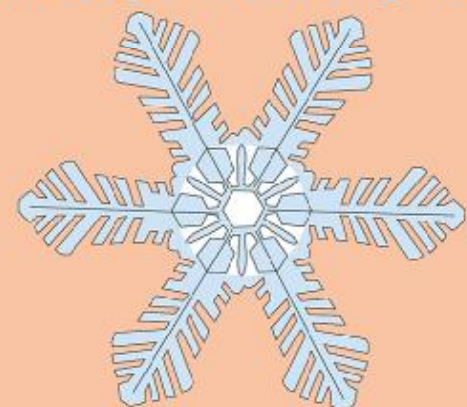
■ ناتوان بودن در دریافت رویدادهای مختلف در یک زمان.

■ این محدودیتها با بزرگتر شدن کودک کاهش میابند و ادبیات مورد استفاده او به ادبیات بزرگسالان نزدیکتر میشود.

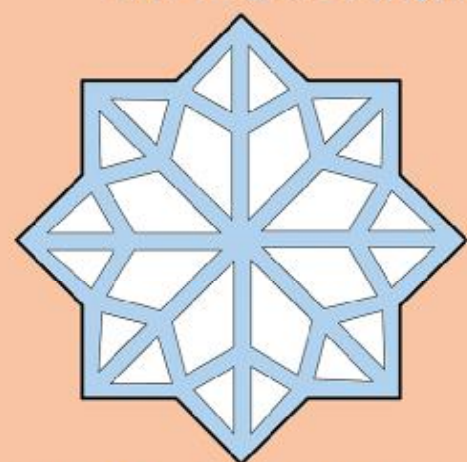
با توجه به این محدودیتها و نیازهایی که کودکان در سنین مختلف دارند، شاید بتوان این تعریف را پذیرفته که هر آنچه، افسانه، سرخ مال مطالب علمی و..... خارج از برنامه درسی و آموزشی مستقیم، هنرمندانه با نظر داشت سن، ساده گی و روانی زبان، ذوق و علاقه کودک، فانتزی و خیال پردازی، تصویر و جسم خلاقانه نوشته و تنظیم شود، ادبیات کودکان خوانده میشود

آیا می دانید:

دانه های برف اشکال مختلفی دارد؟
آیا می دانید که کاشف آن کیست؟

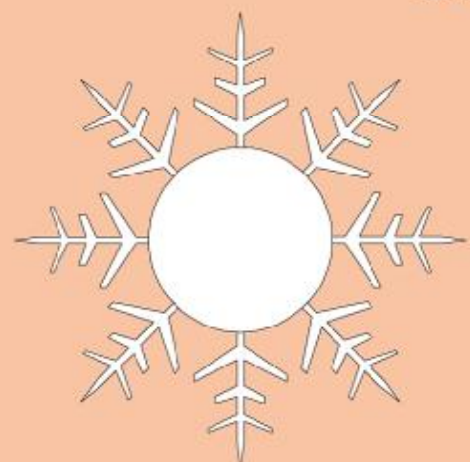


ویلسون بنتلی در ۹ فبروری سال ۱۳۶۵ در شهر جرینکو در آمریکا متولد شد. این ناحیه در قلب منطقه یی که کمر بند برفی نام دارد، قرار گرفته است و سالیانه ۲۵۰ سانتی متر برف در این منطقه میبارد.



ویلی از دوران کودکی آزمایشات زیادی انجام میداد. او پی برد که بلورهای برف ۶ شاخه و تعداد کمی هم ۳ شاخه هستند. در هر دانه برف همه شاخه ها شبیه یکدیگر بودند. ولی هر یک از دانه های برف شکل منحصر به فرد خود را داشت.

او معتقد بود وقتی دانه برف آب می شود، این زیبایی از بین میرود. او چند سال به نقاشی این دانه های برفی پرداخت و بعد تصمیم گرفت از آنها عکس بگیرد.



در سن ۱۷ سالگی خانواده او تمام پس اندازشان را صرف خرید دوربین مورد نیاز او کردند و بعد از سالها تلاش موفق به گرفتن تصویر از دانه های برف شد و در سن ۶۶ سالگی کتاب ویلی به چاپ رسید.



با توجه به عدم وجود تکنیکهای امروزی و با توجه به اینکه دانه های برف بلافاصله آب میشوند، باید به اهمیت تلاش این کاشف پی برد.

هر زده کوونکي ته یو کمپیوټر!

ګرانو زده کوونکو!

د پوهنې وزارت تل هڅه کوي چې، د ګرانو زده کوونکو!

تاسې ګلایو زده کوونکو لپاره، د زده په یاد ولری چې، دغه کمپیوټرونه د بیت

کړې غوره لارې چارې اونوي المال مال دي او

سلمان الات برابر کړي. د یوازې په رسمي

پوهنې وزارت د مشرتابه وخت کې ترې

پلاوي زیار باسي چې، ګټه اخیستلای

ډېر ژر یو شمېر لب تاپ شئ. تاسې سر له

کمپیوټرونه، اوسه، دا کوښښ

چې په هم وکړئ چې،

هر یو زده کوونکي په خپل کور کې،

ځانته شخصي

کمپیوټر هم ولری

ډېر کم لګښت لري، ددغه وزارت د یو

شمېر یو شمېر آزادو مغزو او پلورنځایونو کې

هم، د پيسو په مقابل کې، تر لاسه کړئ.

نېکمرغه به وي، هغه کور او هغه ماشوم

چې، هلته د خپلو زده کوونکو لپاره ځاني

کمپیوټرونه ولري. په دې ډول به، تاسې

ګران ماشومان او زده کوونکي، له نوې

تکنالوژي سره بلد او په ډېر لنډ وخت کې

به، ډېر څه زده کړئ. موږ سر له

اوسه، تاسو خوږو کوچنیانو او ګرانو زده

کوونکو ته، ددغه پرمختګ ډېره مبارکي

وايو. تاسې دې ژوندي، سرلوري او

ماشومانو سره هم، ډېر آشنا شي.

کامیاب یاست.



ارسالی نجیبه امیری از

لیسه علامه قاری نیک محمد

درمان لاغری



برای رفع لاغری باید کمتر کار و بیشتر تفریح کنید و مختصر حرکات بدن هم مفید است. موثر تر از همه، خوردن غذاهای مناسب و مخصوصاً مصرف لبنیات، مواد نشایسته یی و غذاهای پروتین دار میباشد.

مختصری در باره هوا بدانیم!

طبیعت اطراف مارا پر از هوا کرده است تا با آسانی بتوانیم از آن استفاده کنیم، زیرا هوا در حیات ما خیلی لازمست. هوا زمین را از کثافت پاک میکند.

بسیاری از مردم از فن تنفس کردن بیخبرند. در نتیجه این بی اطلاعی خون آنها به اندازه کافی تصفیه میشود.

برای این که خوب تنفس کنیم، باید از مجرای بینی هر روز یکی دوبار مختصراً آب داخل بینی نماییم و آنرا باید بیرون بریزیم تا مجرای بینی خوب شستشو شود.



هیله، د لامعه شهید د لېسې د اتم ټولګۍ

زده کوونکې.

زه په هېواد کې، د ښوونې او روزنې اوسنې بهیر ډیر ګټور بولم، ځکه د تاریخ په اوږدو کې، ښوونې او روزنې ته په خاصه توګه کوم خاص کار نه دی شوی، لکه: ځنګه چې، په دې وروستیو کلونو کې کېږي. د پوهنې وزارت د چارواکو د لا بریالیتوب په هیله په راتلونکي کې غواړم ډاکټره شم.



الهام عالمي، د عبدالهادي داوي د

لېسې د اتم ټولګي زده کوونکی.

زه د هېواد پرمختګ د اوسني نسل د ښې ښوونې او روزنې په پلي کولو کې ونډم. د ښې ښوونې په پلي کولو کې د ښوونکي ونډه تر ټولو زیاته وي. له چارواکو څخه غواړم ترڅو د ښوونکو اقتصادي ستونزې پام وکړي. په راتلونکي کې غواړم انجینیر شم.



برگزاری آزمونگاه ذهن



روز ۴ میزان سال روان ختم قرآن عظیم الشان و آزمونگاه ذهن به مناسبت ماه مبارک رمضان و روز جهانی صلح برگزار گردید.

در بخش نخست برنامه، سخنرانی رییس معارف شهر کابل، مدیر لیسه الفتح و دکلمه شعر در وصف صلح توسط شاگردان لیسه الفتح و اهدای پنج تقدیر نامه به پنج تن از معلمان ممتاز آن لیسه جا داشت.



در بخش دوم، آزمونگاه ذهن برگزار شد. ده - ده نفر در سه دوره باهم به رقابت پرداختند و در آخر برنده گان مسابقه از سوی «ریاست تعلیمات قبل از مکتب و خاص» یک یک جلد دایرةالمعارف و «مجله تربیت» اهداء گردید.



دستاوردهای هنری شاگردان



ویدا جان، گزارشگر

افتخاری مجله در لیسه

عالی الفتح

چندی پیش یکی از استادان چیره دست مرکز آموزشی هنری غلام محمد میمنه گی وفات یافت؛ شاید یکی از استادان مرکز آموزشی غلام محمد میمنه گی باشد که به منظور ارزیابی پارچه های نقاشی و خطاطی شاگردان لیسه عالی الفتح، تشریف آورده بودند.



در نتیجه ارزیابی، پارچه های نقاشی «هلینا» و «مینا» مقام اول، نقاشی های «جمیله عابد» مقام دوم و نقاشی های «صفا سلطانی» و «عاطفه» مقام سوم را کسب نمود. همچنان در زمینه خطاطی «فیصل مسعود» مقام اول، «فلزیه» مقام دوم، «محمد عثمان» مقام سوم را حایز گردیدند. و پانزده تن دیگر از سوی اداره لیسه عالی الفتح تقدیر گردیدند.



ساعت بدن

- نظم و انضباط چقدر در زنده‌گی روزانه شما مهم است؟
- آیا شما از آن دسته آدم‌هایی هستید که کارهای خودتان را سرساعت معینی انجام می‌دهید؟
- به وعده‌گاه خود به موقع حاضر می‌شوید؟
- برای زنده‌گی روزانه خود وقت و زمان تعیین کرده اید و همه چیز را طبق برنامه از پیش تعیین شده انجام می‌دهید یا نه؟



شاید برای عده‌یی از شما این امر زیاد مهم نباشد که کارهای‌تان را به موقع انجام دهید و اعتقاد دارید که نظم چندان ضرورتی در زنده‌گی ندارد. اگر صاحب چنین تفکری هستید، باید بدانید که درست فکر نمی‌کنید. اگر نگاهی به ساختار درونی خود بیندازید و بفهمید که همان گونه که در بیرون ساعتی مکانیکی یا دیجیتالی تعیین کننده زمان انجام بسیاری از کارهاست، در درون بدن همه ما هم ساعتی وجود دارد که به ساعت بیولوژیکی معروف است و وجود همین ساعت در بدن ما، تأیید می‌کند که نظم چقدر مهم است و چنانچه به این ساعت بی تفاوت باشیم، چه اتفاقاتی در زنده‌گی

ما می‌افتد. نگاهی کوتاه به کارکرد این ساعت، خالی ازفایده نیست.



در درون بدن هر انسانی و هر موجود زنده بی ساعتی وجود دارد. این ساعت درونی بدن، به ما کمک میکند تا فعالیت های خود را در روز افزایش داده، در تاریکی شب از شدت آن بکاهیم و به استراحت پردازیم. همچنین چرخه خواب و بیداری، فعالیت و استراحت، حرارت بدن، حرکات قلب، مصرف اکسیژن و اندازه ترشح غده ها توسط همین ساعت بیولوژیک بدن تنظیم میشود. در تنظیم ساعت بیولوژیک بدن سه عضو با همکاری دارند:

- ۱- گیرنده های نور واقع در چشم
 - ۲- بخشی از هیپوتالاموس مغز
 - ۳- غدد صنوبری
- هنگامی که نور طبیعی (خورشید) به چشمها میرسد، گیرنده های نور آن را به هیپوتالاموس مغز مخابره میکند. سپس هیپوتالاموس به غدد صنوبری که چشم سوم نامیده میشود فرمان میدهد که ملاتونین ترشح کند. در واقع تولید ملاتونین نسبت به دو عامل نور و حرارت بدن حساس است. هنگامیکه نور و حرارت کاهش می یابد، ما احساس خواب آلودگی خواهیم کرد. چرا که تولید ملاتونین افزایش می یابد. تولید

ملاتونین در شب ۱۰ برابر آن در روز است. میزان و تولید ملاتونین در افراد مسن با بالا رفتن سن کاهش می‌یابد. به این خاطر است که آن‌ها صبح‌ها زودتر بیدار می‌شوند.

وجود چنین ساعتی خود گویای این امر است که نظم چقدر در چرخه حیات ما مهم و لازم است. همانطور که بدن برای انجام فعالیت‌های خود از ساعت بیولوژیک بهره میبرد، ماهم زنده‌گی روزانه خود را باید طبق برنامه و هدف مشخصی تعیین کنیم. باید دانست که اساساً یکی از اصول موفقیت در زنده‌گی، شغل و تحصیل و دیگر فعالیت‌های انسان، نظم است. روانشناسان معتقدند که افراد سرحال و شادمان که احساس خوب درباره خویشتن دارند، از سه ویژگی برخوردارند:

- ۱- نظم در زنده‌گی
 - ۲- تجربه موفقیت و شکست را جزئی از زنده‌گی شمردن
 - ۳- داشتن برنامه و ایده و روش
- توجه کنیم که دو مورد از این سه مورد که خیلی مهم هستند، ارتباط مستقیم با نظم در زنده‌گی دارند. هنگامیکه ما بر اساس یک برنامه منظم به زنده‌گی خود ادامه می‌دهیم، این کار باعث به وجود آمدن نوعی هماهنگی بین جسم و روح ما میشود. چنانچه برنامه زنده‌گی روزانه ما هدف مشخصی نداشته باشد، نوعی اغتشاش و آشفتگی در زندگی به وجود می آید که چرخ طبیعی بدن را مختل میکند. وقتی ما نتوانیم با توجه به روشنایی روز و تاریکی شب، کار و خواب و استراحت خود را تنظیم کنیم، باعث به هم خوردن کارکرد طبیعی ساعت بیولوژیک بدن میشود و این ساعت نمیتواند به اموری که به خودش مربوط است، دستورات درست بدهد. برهم خوردن نظم ساعت درونی و نا همخوانی آن با طبیعت و شبکه اجتماعی منجر به

اختلال روح و روان میشود و باعث به وجود آمدن بیخوابی مزمن و خنلال خواب در کارمندانی میشود که در شب کار میکنند. تاریخ زنده‌گی انسانها به خوبی ثابت کرده است که آنهایی که با طبیعت بیشتر هماهنگ بوده و ساعات کار و استراحت خود را بر مبنای شب و روز تنظیم کرده اند، از سلامت روحی و جسمی بیشتری برخوردار بوده اند. تصور کنید کسی که شب ها بیدار است و روزها میخوابد! اولین اتفاقی که برای او می افتد، این است که از منبع نور خورشید بی بهره میشود نور خورشید نقش مستقیمی در ساختن ویتامین D دارد که برای سوخت و ساز کلسیم مهم است.

به هرحال ما نیاز داریم که برای انجام کارهای خود، برنامه منظمی داشته باشیم و بدانیم که سرساعت و به موقع در محل کار یا وعده حاضر شدیم. باید بدانیم که نظم و خوش قول بودن قبل از هر چیز به



جسم و روح ما شکل میدهد و از ما آدمی شاداب و پانشاط میسازد.

تهیه کننده: کلیم الله نیازی

«مور او پلارد ماشوم په روزه کې کېد مسوولیت لري او دولتونه باید په دې برخي کې مرسته وکړي.»

د ماشوم د حقوقو د کنوانسیون اتلسمه ماده

خلاقیت چیست؟

نویسنده: غلام حسین «پرویز»

وقتی به چگونه‌گی پرداخت یک اثر نقاشی به صورت دقیق مینگریم، عناصر مختلف و بعضاً متضادی را در آن احساس میکنیم که در

بازسازی و بازآفرینی میشود. خلاقیت تولید ایده و یا محصول فکری نو و مبتکرانه است، نه کپی مطلق طبیعت، اشیا و پدیده ها. خود داری از کپی کردن چه در نقاشی و چه در نوشتن داستانها و یا طرح اثر هنری دیگر و استفاده از قوه تخیل برای خلق یک اثر هنری، خلاق بودن آن را مسلم میسازد. البته خلاقیت همواره در نخستین



شکلهای خود از قلمرو

تکرار و تقلید و گاه کپی کردن عبور میکنند.

این راهیست که را هیان هنر باسیتی آنرا طی نموده، با طی تدریجی این مرحله و با استمداد از قوه مخیله و فضای عاطفی موجود به بازسازی و بازآفرینی آنچه هست، به خلق آنچه میتواند باشد، هدایت شود.

یک مقلد خوش ذوق و یک کپی گر با سلیقه خیلی زود این مرحله را میپیماید و به استقلالیت تخیلی و تجسمی خویش نزدیک میشود. هر قدر که او به استقلالیت طرح نو

قرین میگردد، هم تشویق شده و هم احساسات زیبایی پسندش برانگیخته میگردد. این حالت اثرات مثبت زیادی را بالای روحیه هنرمند در پی خواهد داشت که عبارت از گسترش قوه مخیله و تقویت نیروی تجسمی و وسعت نظر وغیره باشد. پس

خلاقیت امریست که میتوان از طریق تمرین منظم و تلاش سیستماتیک بدان رسید و این ویژه‌گی عظیم انسانی را کسب کرد و با استمداد از آن به خلق آثار هنری خلاق دست یافت.



مجله تربیت، سلام!

این مجله را به شما و همه شاگردان تربیت می‌گوییم.

من دختر ۱۶ ساله و فارغ صنف نهم یکی از مکاتب شهر کابل هستم. مادرم خانم خانه و پدرم مامور دولت است. سکونت اصلی ما ولایت فراه است، اما سال‌هاست که در کابل زنده‌گی داریم. من از صنف ششم به بعد با جار و جنجال دایمی و همه روزه به مکتب خود ادامه دادم و حال که صنف نهم در حال به پایان رسیدن است، پدرم به من اعلان کرد که بعد ازین به هیچوجه اجازه بیرون برآمدن از خانه و رفتن به مکتب را نخواهد داد و اگر باز هم مثل سال‌های قبل گریه و زاری و جار و جنجال نمایم، با اولین کسی که به خواستگاری‌ام بیاید، مرا عروسی خواهد کرد و فرقی نخواهد داشت که آن خواستگار پسر است یا جوان، تحصیل کرده است یا کاملاً بی‌سواد، صحتمند است یا مریض!

من از پس درین مورد به تشویش هستم، فکرم کار نمی‌کند و می‌ترسم که ناکام بمانم و صنف نهم تعلیمات اساسی را هم تمام کرده نتوانم.

من تحصیل را بسیار دوست دارم و در صنف خود نیز از شاگردان ممتاز می‌باشم. دلم می‌خواهد تا سویه ماستری و دکتورا درس بخوانم و چون مشکلات حقوقی خانم‌ها در افغانستان بسیار زیاد است، می‌خواهم حقوقدان شوم و به خواهران مظلوم وطن خود کمک نمایم، اما افسوس که با این لیبازی پدرم ادامه تحصیلاتم ناممکن خواهد بود.

لطفاً نامه مرا چاپ کنید تا به پدرم و پدران دیگری که مانند پدرم می‌اندیشند، درس عبرتی شود و بگذارند که دختران‌شان درس بخوانند و بالای پای خود بایستند و در کنار برادران خود در آبادی و ترقی وطن سهم بگیرند.

فهیمة متعلم یکی از مکاتب دخترانه ناحیه یازدهم شهر کابل

سلام به دست اندر کاران مجله تربیت!

از آنجا که تعلیم و تربیت و نقش حیاتی آن در هر جامعه انکار ناپذیر است، می‌توان گفت که توجه تمام نهادها، خصوصاً معارف کشور امر لازم و ضروری است. هر کشوری اگر بخواهد تغییرات مثبتی را در جامعه و حیات انسانی به بار بیاورد، باید از تعلیم و تربیت آغاز نماید.

وزارت معارف افغانستان نیز با توجه به این اصل اساسی، مدتی است که به تجدید نظر در نصاب تعلیمی و مواد درسی مکاتب کشور خصوصاً در دوره‌های ابتدائیه و متوسطه مبادرت ورزیده و تا صنف نهم این برنامه را به پیش برده است.

چنانکه اشاره کردم، من خودم در صنف نهم درس می‌خوانم و مدتی است که کتابهای چاپ جدید در دسترس ما قرار گرفته است. البته قبل از اینکه کتابها در دسترس ما قرار بگیرد، انتظارات شاگردان معارف خیلی بالا بود و ما توقع داشتیم که باتجدید نظر کتابها، حد اقل با یک سلسله مسایل مهم روز که کتابهای دوره قبل فاقد آن بود، آشنا خواهیم شد. اما بعد از توزیع کتابها، وقتی مشاهده کردیم، چیز جدیدی را نیافتیم و بسیاری از مضامین با همان مسایل و مباحث که در کتابهای قبل بود به چاپ رسیده است و ما اندک تغییری را از لحاظ محتوایی در کتابها مشاهده نمیکنیم. صرف یشی کتابها و همچنان کیفیت کاغذ آن اندک تغییر کرده که از یک کاغذ خیلی خراب و بی کیفیت استفاده شده است. وقتی دلیل آنرا جویا شدیم، برای مان گفتند که قرار است این برنامه ادامه یابد و بعد از هر دو سال، تجدید نظرشود.

علاوه براینها مشکلات تایی، صفحه آرای، جابجایی موضوعات نیز وجود داشته که به نظر میرسد در بخش کمپیوتر آن طور که باید و شاید توجه نکرده و صرفاً رفع تکلیف شده است. مشکل دیگر در قسمت توزیع کتابها بوده، بطورمثال: کتابهای دری که باید در مناطق پشتو زبان توزیع میشد، آنها را اشتباهاً در مناطق دری زبان توزیع نموده اند.

شریف شاگرد صنف نهم مکتب عبدالعلی مستغنی

گزارشگر: ذکيه احمدی

تربیت: استاد محترم! خود را معرفی کنید و بگویید که لیسه نابینایان در کدام سال تأسیس شده است؟



پاسخ: من خان عزیز حبیب، ۲۷ سال میشود که مضمون پشتو را تدریس میکنم. لیسه مذکور در سال ۱۳۴۱ در شش‌درک کابل با داشتن ۳ شاگرد آغاز به کار نمود. بعداً در

کارتۀ ۳ در حدود ۶۰ نفر شاگرد جذب این لیسه گردید. در آن زمان مکتب، غیردولتی بود و در سال ۱۳۵۷ رسماً در چوکات وزارت معارف و ریاست تدریسات مسلکی قرار گرفت. در سال ۱۳۶۳ برای اولین بار شاگردان سند فراغت شان را از لیسه مذکور به دست آوردند. بعداً این مکتب از تدریسات مسلکی جدا و به تحصیلات عالی مربوط گردید و فعلاً در چوکات وزارت معارف میباشد.

تربیت: در این لیسه به چه تعداد شاگردان ذکور و اناث مشغول آموزش هستند؟

پاسخ: فعلاً ۱۴۱ تن شاگرد داریم که به تعداد ۴۰ تن آنان اناث و بقیه ذکور میباشند.

تربیت: نصاب تعلیمی و مضامین این لیسه خاص است یا همانند مکاتب عمومی میباشد؟

مکتب روشندان به حمایت ضرورت دارد!

پاسخ: در اینجا نیز نصاب تعلیمی واحد تطبیق میشود و این لیسه هیچ فرقی با دیگر مکاتب ندارد.

تربیت: وزارت معارف به شاگردان و مسؤولین این لیسه چه امکانات را فراهم نموده است؟

پاسخ: تا حدی وسایل و امکانات را فراهم نموده، اما در قسمت مواد درسی و ترانسپورت و سامان آلات که در کشور پیدا نمیشود، مشکل داریم. وزارت معارف باید این لیسه را با مؤسسات خارجی در ارتباط بگذارد تا مشکل این لیسه حل گردد. کاغذ پلاستیک یا بریل هم نداریم.

تربیت: تا حال به چه تعداد شاگرد از این لیسه فارغ شده است؟

پاسخ: به تعداد ۶۰ نفر فارغ شدند که دوباره جذب لیسه گردیدند و به حیث استاد تدریس میکنند.

تربیت: آیا زمینه تحصیل بعد از فراغت صنف ۱۲ برای شاگردان فراهم است؟



پاسخ: در سالهای قبل وجود نداشت، اما در حال حاضر ۳ نفر از شاگردان این لیسه را که فارغ شده بودند، به زحمت توانستیم شامل پوهنتون تعلیم و تربیه کنیم.

تربیت: از معلوماتی که دادید، تشکر.

گزارش کوتاه از برگزاری

امتحانات رقابتی بین شاگردان

مکتب متوسطه خواجه رواش



به تاریخ ۲۶ عقرب سال ۱۳۸۷ امتحانات رقابتی بین شاگردان اناث مکتب متوسطه خواجه رواش برگزار گردید که درین امتحان حدود ۲۰۰ تن از شاگردان سهم داشتند.

هدف از برگزاری امتحان مذکور، تشویق هرچه بیشتر شاگردان و بلند بردن ظرفیت استعداد فکری شان در مسایل دینی و کشف استعدادهای درخشان بود که در اخیر این رقابت برای ۲۳ تن از دخترانی که حایز بلندترین نمرات شده بودند، از بودجه شخصی یک تن از استادان این مکتب به نام عبدالبصیر و به همکاری اداره مکتب، تقدیر نامه و یک دسته گل اهداء گردید و به امیدواری این که برنامه مذکور سرآغاز یک برنامه وسیع تر در بخش معلومات اسلامی در آینده باشد، اختتام یافت.

گزارشگر: حبیب تربیت

شاگردان ممتاز



مصطفی ولد عبدالحکیم صنف ۹
لیسه محمد حلم فیض زاد



مژگان بنت عبدالجبار صنف
هشتم مکتب متوسطه خواجه
رواش



مجتبا صنف ششم لیسه
ملکه ثریا

آثار دستی شاگردان

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
الحمد لله الذي هدانا لهذا
ما كنا لنهتدي لولا أن هدانا الله



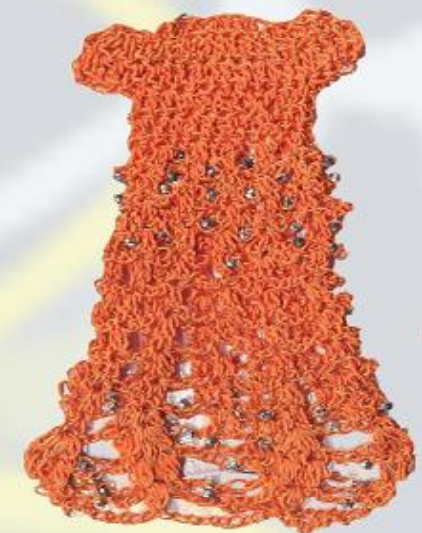
زهرة بنت حفیظ الله صنف سوم
الف لیسه علامه قاری نیک محمد



گیتا بنت محمد
اصغر صنف نهم ۲



عاطفه جلالی متعلم
دوازدهم لیسه عالی الفتح



حلیمه بنت عزیز احمد
صنف انشیم



شکریه بنت قیص محمد متعلم
صنف ۹ لیسه عالی الفتح

بزرگترین استبداد تجرید است
نماز ستون دین است

تربیت



مرسل بنت صالح محمد صنف ۱۰
لیسه نهدان تحصیلات فامیل



فاطمه د ده خدای داد د نجونو د
لیسه د ده لسه لکه زده کړه وني



زینب بنت عبدالقیوم صنف
یازدهم لسه عال ملال



خواجه کمال ناصر صنف ۱۲
لیسه محمد انه سما



اسماعیل ولد شاه محمود صنف ۹
لیسه علم فضا زاد



مصطفی ولد ویس الدین صنف
ششم متوسطه عبدالغفور ندیم (۱)



فرحت بنت محمد حسن صنف
۱۱ الف لیسه عال ملال



سحر بنت شرف صنف ۱۲ تاجور
سلطان



رابعه بنت رحم علی صنف ۱۲
لیسه تاجور سلطان



تواب ولد حبیب الله وحدت لیسه
محمد انه سما



گیو بنت محمد ولی صنف
یازدهم لسه لامعه شهید



فریما بنت محمد یوسف صنف ۱۲
لیسه نهدان تحصیلات فامیل



شفیع الله د خراسان د بنارگوینی د
لیسه د ده لسه لکه زده کړه نکي



رابعه بنت محمد عالم صنف ۱۲
لیسه شریک خراسان



یختاور ولد شاه محمود صنف نهم
لیسه نازه انا



محمد ندیم نقشبندی صنف سوم
لیسه نسوان ذلیخا



فضل الربی ولد فضل الحق صنف
هشتم نازو انا



عبدالصمد ولد عبدالغیاث صنف ۹
لیسه حکیم ناصر خسرو بلخی



رامین هادی د عبدالغفور احمدی
دلیسی د دولسم ټولګي زده کونکي



تریا بنت میرویس صنف ۱۰ لیسه
عالی ملالی

