

ناشرانديشه های زنان افغانستان در اروپا



۱۳۸۱  
۷۸۸  
۳۴۱  
۲۰۱۹  
۱۹  
۵

شماره پنجاه و دوم  
سال نهم

# بانو

سال ۲۰۲۰ خجسته بلا!

خشونت عليه زنان را  
منكوب مينمايم.

زنان را بايد از پرتگاه  
سقوط حقيقي  
نجات داد!

## خديجه بره کی

خديجه بره کی بانویی با انرژی مثبت و فعال امور اجتماعی

۵۱

# عکس های فصل



# بانو

شماره ۵۲ دسامبر ۲۰۱۹

هر کتابی که بوی عشق به بشریت نمی دهد، برگ کاغذ است و رنگ مروفه!

**BANU**  
Erste unabhängiges afghanische  
Frauenjournal

**Inhaber und Gründer der  
Zeitschrift:**  
Ghousuddin Mir

**Managing Editor chef editor:**  
Nahid Olumi

**Korrektor:**  
Sidiq Wafa

**Design & Druck:**  
MT Design Co.  
www.mtdesign.at

**Inhalt:**

Inhalt diese Zeitschrift Vor Wort von Inhaber und Gründer der Zeitschrift Heim und Familie Fraune recht Frauen schönheit Frauen gesund heit Regenbogen Gedichte Poet Frauen Occupational Health and Beauty Interviews Wahre Geschichten Ein Ventil tausend Worte Literatur und Frauen Report Nachricht. Kochen Frauen freiheit bewegung Kids und Teens Kunst und Künstler.

**Kontakt:**

(0043) 699 171 68 648  
(0031) 639 81 44 32  
info@akiseu.com  
www.akiseu.com

**فهرست**

- ۲ - سخن فصل غوث الدین میر
- ۴ - یادداشت مدیرمسئول ناهید علومی
- ۸ - خانم خانم خدیجه بره کی را چگونه میشناسیم؟
- ۹ - تاریخچه خونین بیکارت
- ۱۰ - صحت و سلامتی
- ۱۲ - یادمانده ها و خاطره ها
- ۱۴ - دردی از هزارن درد
- ۱۶ - تحصیلکرده های جوان
- ۱۸ - یک دریاچه هزار سخن
- ۲۰ - زن و جامعه
- ۲۲ - قصه های حقیقی در قالب داستان
- ۲۴ - زنی با خصوصیات و کارنامه های ارزنده (قاضی سخی صمیم)
- ۲۶ - آینده گان و بالنده گان
- ۲۷ - قصه و رسامی برای اطفال
- ۲۸ - کشتزار سوخته
- ۲۹ - عشق مجازی و تابویی که در این روزها دامن گیر شده ...
- ۳۰ - زن و زیبایی
- ۳۳ - صور خیال یا د خیال انخور
- ۳۷ - اغلی حوری سپیچی
- ۳۸ - بیاید آشپز خود باشیم
- ۴۰ - هنر و ادبیات
- ۴۲ - زن و پژوهش
- ۴۳ - زنان افغان که افتخار می آفرینند!
- ۴۴ - سرگذشت های واقعی در ژانر داستان کوتاه
- ۴۵ - وضعیت زنان و دختران در افغانستان
- ۴۶ - قصه ی حقیقی "کیست اینجا؟"
- ۴۸ - آینه زنان
- ۵۰ - مناسبات و روابط بین المللی
- ۵۳ - گفت و شنود نذیره کوهستانی با خانم فریبا نادری
- ۵۵ - رویداد های مهم ملی و بین المللی در فصلی که گذشت
- ۵۶ - د غزنی ولایت پیژنده
- ۵۷ - تعزیت و تسلیت
- ۵۸ - سخنان انتباهی و پند آمیز در مورد "راست" و "دروغ"
- ۵۹ - همکار جدید قلمی - فکاهی ها و حکایت های پند آمیز
- ۶۰ - گزارش مصور فعالیت های کانون فرهنگ افغانستان در اتریش
- ۶۲ - شبکه طنز
- ۶۴ - متن آلمانی

**بانو**  
نخستین نشریه مستقل زنان افغان در اروپا

**بنیاد گذار و صاحب امتیاز:**

غوث الدین میر

**مدیر مسؤول:**

ناهید صدیق علومی

**ویراستار:**

صدیق وفا

**هیئت تحریر:**

داکتر روح افزا نعیم، مینا میر، فرشته نوری،  
خانول مهمند، انجنیر فردیانا - ظریفه طیب زاده،  
فریبا چرخ، پریشان صدیقان، و صالحه  
محک "یادگار"

✓ نویسنده مسؤولیت نبشته هایش را عهده دار  
میشد.

✓ اداره بانو در ویرایش و کمی مطالب و همگون  
سازی واژه های ریان دری طوری که موضوع صدمه  
نبیند آزاد است.  
تعماری پا ها:

(0043) 699 171 68 648

(0031) 639 81 44 32

info@akiseu.com

www.akiseu.com

آدومی فیسپوگ ها:

ناشر اندیشه های زنان افغانستان در اروپا BANU

به مجله باو اشتراک نهند

**اشتراک سالانه مبلغ ۳۵ یورو**

**قیمت تک شماره مبلغ ۱۰ یورو**

مشترکین محترم خارج قاره اروپا نسبت گران بودن پست لطفاً  
معادل ۵۰ یورو واریز نمایند.

شماره حساب بانکی:

IBAN: AT89 6000 0103 1023 7189

BIC: BAWAATWW

BAWAG PSK



# مجله بانو

## غوث الدین میر

### دیدار از مادر وطن با مجله بانو

مجله (فصلنامه بانو) منیث یگانه رسانه چاپی از سوی زنان افغانستان در اروپا یکی از رسانه هایست که در پایان ماه دسامبر ۲۰۱۹ وارد بیستمین سال نشراتی خود میشود. این مجله با امکانات و توانایی های فکری و اندیشه یی زنان تولید میکند، مقاله ها، تحلیلها بخصوص گفت و شنود های این مجله بکروناب است. زیرا هیئت تحریر مجله تحت نظر خانم علومی مدیر مسوؤل با تدبیر آن و فرآهم سازی زمینه چاپ و توزیع آن از سوی اینجانب منیث بنیان گذار و صاحب امتیاز مجله توانسته اند، همکاری طیف وسیعی از زنان آگاه، چیز فهم، نویسنده و شاعر را روز تا روز جلب و ساحه پخش و نفوذ آنرا گسترش دهند.

طوری که خواننده گان گرمی مجله بانو میدانند، اینجانب در ماه اکتوبر سالروان سفری داشتم به مامن زیبای ما افغانستان دوست داشتنی، در این سفر که مجله بانو همراه و همسفرم بود، از مادرم که بزرگترین تکیه گاهم میباشد، از خانواده، دوستان و همچنان همکاران فرهنگی، مراجع رسمی، تلویزیون ها، رسانه ها، خانواده مطبوعات کشور بازدید و مورد تفقد شان قرار گرفتم. همچنان در این سفر به شماری از مستحقان به سلسله گذشته بخصوص صدها دختر خرد سال یتیم و بی بضاعت در مکتب بی بی حوا واقع خیر

خانه مینه لوازم مکتب با یونیفورم مکمل توزیع و شاگردان ممتاز آن مکتب را که بیشتر بی بضاعت بودند مورد حمایت مالی نیز قرار دادم. به تاریخ ۴ اکتوبر مهمان تلویزیون ملی ج افغانستان بودم که روی موضوعات مبرم جامعه مان مصاحبه یی داشتم. در همین روز ملاقاتی با خانم نیله مصلح معین مالی وزارت امور زنان داشتم. در این نشست روی همکاری های متقابل و حمایت دوجانبه از فصلنامه بانو و نشریه های ارشاد النسوان و میرمن که از سوی وزارت امور زنان نشر میشود تبادل نظر شد، نشریه ارشاد النسوان (ناشر افکار و خواست های زنان افغانستان) دور سوم نشریه ارشاد النسوان اولیه میباشد که بنیان گذار آن ملکه ثریا همسر شاه امان الله و مدیر مسوؤل آن اسما رسمیه همسر محمود طرزی در سال ۱۹۲۲ بود. همچنان مجله میرمن که یکی از مجله های معتبر دوره دموکراسی بود حال خوشبختانه توسط وزارت امور زنان گرداننده گی میشود. میان ما تبادل و به همدیگر هدیه داده شد. همکاری و توجه وزارت امور زنان منیث ارگان ذیصلاح پالیسی ساز و حلقه اتصال زنان، دولت و جامعه جهانی در راستای مشارکت، بسیج و تشکل زنان و انکشاف ملی جلب گردید.



### هنگام ملاقات و بازدید با خانم نیله مصلح معین وزارت امور زنان و هیئت اداری آن وزارت

به سلسله دید و بازدید ها شام روز سوم با آقای حجت ظهیر همکار مجله بانو و رئیس دفتر مشاوریت رئیس جمهور در امور سیاسی و مردمی در هوتل کابل ستار دیدم و ضمن قدر دانی از



### هنگام توزیع لوازم و یونیفورم برای شاگردان مکتب بی بی حوا واقع خیرخانه - کابل



دیدار با خانم زهره یوسف داوود و آقای بشیر بیژن



هنگام دیدار با آقای خوشحال رئیس نشرات تلویزیون آریانا و خانم رویا در برنامه صبح وزنده گی

در روز هفتم اقامت با خانم دلبر نظری وزیر امور زنان افغانستان در دفتر کاری شان دیدار داشتیم، ایشان ضمن یاد آوری از کار و فعالیت ناچیز این جانب در عرصه زنان و کارهای فرهنگی طی ۲۲ سال در کانون فرهنگ افغان در اتریش و ۲۰ سال در مجله بانو با اهدای تقدیر نامه با حضور داشت معینان مالی پالیسی سازی و روسای آن وزارت مورد تفقد قرار دادند که با سپاسگذاری پذیرفته شد.



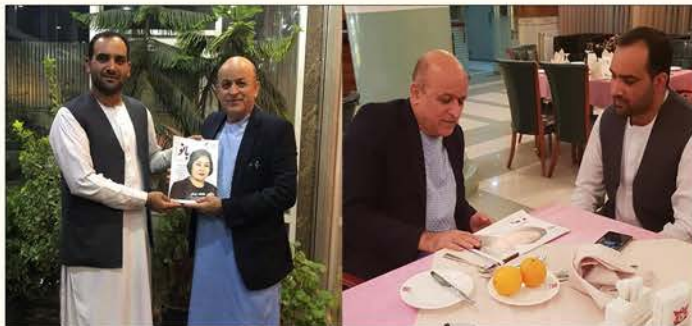
در دفتر کار وزیر امور زنان افغانستان - کابل

در ضمن این سفر با یکن از زنان قهرمان به نام گلجان که با همت والا از طریق فروش کتاب فرزندان را به دانشگاه فرستاده نیز دیدار داشتیم، او کتاب فروشی سیار در شهرنو کابل دارد که این بار یک جلد کتاب برایم تحفه داد و این در حالیست که سالانه حدود بیست جلد کتاب از نزد او میخرم و به مستحقان توزیع مینمایم.



این بود گوشه یی از آنچه دیدار من و مجله بانو را از مادروطن در بر میگرفت.

همکاری قلمی موصوف در بخش زبان پشتو، پیرامون همکاری های بعدی و موضوعات ذی علاقه تبادل نظر نمودیم.



حین دیدار با آقای حجت ظهیر در هتل کابل ستار - افغانستان

در چهارمین روز، نسبت ضیقی وقت ملاقاتهای کوتاه یی با والی محترم کندهار جناب حیات و کاندید ریاست جمهوری جناب فرامرز تمنا داشتیم، در این ملاقات های پیرامون دشواری های مهاجرین افغانستان در اتریش و فعالیت های فرهنگی و اجتماعی کانون فرهنگ افغان و بخصوص در رابطه به فصلنامه بانو و اثرمندی آن در رشد استعداد های ادبی و نوشتاری زنان افغان در اروپا صحبت و تبادل نظر نموده و شماره های از مجله بانو را منحصیث برگ سبز اهدا نمودم.



هنگام دیدار با آقای حیات والی کندهار و آقای فرامرز تمنا یکی از کاندیدان ریاست جمهوری

همچنان با چهره آشنا مطبوعات کشور خانم زهره یوسف داوود مشاور مطبوعاتی بانوی نخست در مهمانخانه ریاست جمهوری دیدار داشتیم، ضمن رسانیدن شماره یی از مجله بانو سلامها و تمنیات نیک خانم علومى مدیر مسوؤل مجله بانو را به موصوف رسانیدم که از همسویی های فرهنگی و مطبوعاتی نیز یاد آور شدیم.

در ملاقات جدا گانه با، شخصیت مبارز و خدمتگزار کابلیان جناب بشیر بیژن سر پرست (نهاد خدمتگاران کابل) پیرامون اوضاع اخل کشور گفتگو نموده و شماره های از مجله بانو را به کتابخانه نهاد اهدا نمودم.

طبق روال همیشه گی در برنامه های تلویزیونی آریانا، طلوع و تلویزیون ملی نیز شرکت داشتیم. ضمن آن با محترم خوشحال رئیس نشرات تلویزیون آریانا، محترم سعیدی و بانو رویا گرداننده موفق برنامه صبح وزنده گی و همچنان در دیدار دیگر با محترم مدق رئیس نشرات تلویزیون ملی، محترم انجینر نعیم سروری رئیس تخنیکى تلویزیون طلوع، جناب اصغری مشاور ارشد ار گانهای محلی دیدار های جدا گانه داشتیم که حتی الامکان شماره های از مجله بانو را توزیع و تبلیغ نمودم.



# یادداشت مدیر مسوول ناهید صدیق علومی

## مشارکت زنان نامدار در حماسه وتاریخ گذشته افغانستان

زنان افغانستان از گذشته های دور تا امروز در عرصه های سیاسی، اجتماعی و فرهنگی سهم شایسته و درخور اهمیتی داشته اند، در هر مرحله یی از تاریخ سیاسی افغانستان میتوان از نقش برجسته زنان یاد آور شد و به نسل های بعدی بشارت داد که زن افغان در هر دور تاریخ به رغم دشواری ها و موانع جدی برانزده گی و شایسته گی لازم را از خود تبارز داده اند.

### گذشته های دور:

آنچه از تمدن ویدی و اوستا (۱) در یکنیم تا دوهزار سال پیش از میلاد مسیح به یاد گار مانده است، سیمای جامعه را منقسم به طبقه های اجتماعی متضاد نشان میدهد، در این دوران اگر آنرا دوره نظام برده گی به پنداریم، مواضع مردم بر حسب موقعیت طبقاتی آنان مشخص شده است. زنان و مردان این دوران تفاوت کلی نداشتند و در یک ردیف قرار داشتند.

### زنان در مدنیت ویدی:

از سروده های ویدی در مورد موقف زن در جامعه و خانواده به صراحت معلوم می گردد که به زن در این دوره حرمت قایل بودند و با مرد ها در همه موارد حیات اجتماعی فرقی نداشتند.

زنان در زمره سرود سریان ویدی شامل بودند، چنانچه همین ریشی ها (دانیان و روحانیون زن و مرد) رهنمایی جامعه را هم بعهده داشتند، پس میتوان گفت که در مدنیت ویدی مقام و منزلت زن و مرد با هم یکسان بوده است.

در این دوره با آنکه مرد فرمانروای خانه بود، اما زن را به دیده حقارت یا مانند کنیز نمی نگریستند، بل او را همکار و غمخوار فرزندان می پنداشتند. زنان بر علاوه انجام کار ریشی گری ( شاعری و آواز خوانی) به مجلسهای "سبها" که به جرگه های قبیلوی کنونی شباهت داشت اشتراک می ورزیدند.

این امر نوعی از نخستین مشارکت سیاسی زنان در حیات اجتماعی را نشان میدهد، همچنان در آن عصر زنان اسیر چهار دیوار خانه نبودند، بل دوشادوش مردان در مزارع، چراگاهها و حتی بازی های مشترک که آنرا "سامانه" میگفتند اشتراک داشتند. در این دور زن شعر میگفت، به میدان های قربانی و کارهای مشترک حاضر میشدند

و در تضامیم مهم سیاسی سهم بارز داشتند.

### زنان در عصر اوستا:

تمدن اوستایی که ادامه همان تمدن ویدی در آغوش جامعه آریایی بوده و از هزاره اول پیش از میلاد آغاز یافته است، در آن زنان همچنان در امور اجتماعی و فرهنگی با مردان سهم مشترک داشتند و در خانواده از حرمت و اعتبار لازم برخوردار بودند. ازدواج نکردن در عصر اوستایی نوع عیب اجتماعی شمرده می شد، تقاضای نامزدی هر چند از طرف پدر و مادر صورت می گرفت، اما دختر و پسر در انتخاب شان از حق معین بهره مند بودند.

این امر بیانگر آنست که تساوی حقوق در این عصر لمس شده و سستیهای ناپسند مانند ازدواج اجباری در این مرحله از تاریخ میهن ما به مشاهده نرسیده است.

به قول داکتر گیگر Dr.Geiger دانشمند اوستا شناس معروف آلمانی در عرصه دیانت زردشتی میخوانیم: ک زن در صف همسری شوهر قرار میگیرد نه از تابعین او، کنیزش نیست، بل رفیق و همسر در کلیه حقوق با وی شریک و برابر است. (۲)

### در زمان اسکندر مقدونی:

در سال ۳۳۰ پیش از میلاد سکندر از ایران به افغانستان که فاقد دولت مرکزی بود مارش کرد. برخلاف انتظار مدت چهار سال با صد هزار عسکر در دامنه های هندوکش گیر ماند. روکسانه (رخشانه - روشانه - روشنک) دختر و خوش ارد والی باختر (بلخ) که زیبا ترین دختری مثل هزاران زن دیگر، در جریان لشکر کشی اسکندر به شرق بدست قشون مقدونی اسیر گردید. روکسانه با ملاحظت و لطافت شرقی در میان هزاران زن اسیر توجه اسکندر را بخود جلب کرد و اسکندر او را به همسری برگزید، روکسانه ولیعهد اسکندر را به دنیا آورد. (۳)

احمد علی کهزاد مؤرخ شهیر افغانستان در جلد اول تاریخ افغانستان از قول سر اورل ستن پژوهشگر انگلیسی مینویسد: "روکسانه دختر یکی از نجای باختر (بلخ) به واسطه حسن خارق العاده به یکی از قلعه های (دره روشان در جوار شغنان - بدخشان) فرستاده شد تا در آنجا محفوظ بماند. در هنگام لشکر کشی بدست لشکر افتاد و ملکه اسکندر شد.

بدخشان طور زندانی سپری کند، خانم لودی که سوار بر کجاوه شتر، تحت نظر محافظین مغولی به سوی افغانستان حرکت میکرد، وقتی قافله به محل قلعه اتک رسید، توقف نمود و پس از استراحت مختصر دوباره به راه افتاد، هنگامی که قافله از روی پل سند عبور میکرد، خانم ابراهیم لودی دفعتاً از روی کجاوه بلند گردیده و مانند عقابی خشمگین بال گشود و خود را در وسط رود خانه پرتاب کرد و امواج رود خانه این بانوی با شهامت را در خود فرو برد و محافظین مغولی با حیرت مشاهده کردند که این زن دلیر افغان چگونه در کام امواج خروشان رود خانه فرو رفت و مرگ را برزنده گی در اسارت دشمن ترجیح داد.



این نقاشی منسوب به شاه خانم همسر ابراهیم لودی میباشد. (۱۲)  
**زنان با درایت:**  
 میرمن نازو انا دختر سلطان ملخی توخی یکی از رؤسای محلی قلات (زابل) و متولد ۱۶۵۰-مادر میرویس خان هوتکی مؤسس دولت هوتکیان در کندهار، گفته میشود هنگامی که سلطان ملخی در یکی از حملات دشمن به قتل می رسد، پسرش حاجی عادل خان به جنگ رفت و حفاظت قلعه به نازو انا خواهر خود واگذار شد. نازو مانند یک سپاهی دلیر خود را مسلح ساخت و به پاسداری از قلعه پرداخت. او شاعر و شخصیت سیاسی و حامی فرزندش بود، دیوان شعری هم دارد.

جنگیزی و ایجاد دولت گورگانی (تیموری) در هرات که شاهرخ میرزا یکی از نواده های تیمور گورگانی در قرن ۱۴ زمام امور را به دست داشت. این دور را از لحاظ هنر، ادب و فرهنگ میتوان دور درخشانی محسوب نمود، در همین وقت ملکه گوهر شاد بیگم بانوی شاهرخ میرزا قدر افراشت و در رشد و احیای فرهنگ دوشا دوش شوهر کار نمود. در دانشنامه آزاد میخوانیم: گوهر شاد بیگم پس از پدرش امیر تیمور، به مدت ۴۳ سال بر مناطق وسیعی از ایران و افغانستان حکمرانی کرد و توسط او در سال ۱۴۰۵ پایتخت تیموریان از سمرقند به هرات منتقل شد. (۸) در کنار وی زنان نامدار دیگر هم ظهور نمودند، اما هنوز هم در تعلیم و تربیه و با سواد شدن زنان موانع وجود داشت.



نقاشی گوهر شاد بیگم (۹)  
**دور افغانهای لودی در هند**  
 "درده های ۳۰ و ۴۰ قرن پانزدهم میلادی در نظام پادشاهی دهلی که در حال اضمحلال بود، افغانها آهسته ولی مداوماً بصورت یک گروه فشار در آمدند. در بین آنها ملک بهلول لودی، جانشین اسلام خان لودی، قوی ترین فرد این خانواده بود" (۱۰)  
 پوهاند عبدالشکور ارشاد در یک مصاحبه خود میگوید: "در نتیجه توطنه مادر ابراهیم لودی غرض بر انداختن سلطنت بابری در هند، بابر مقهور شد و در سال ۱۵۵۴ بعد از سرنگونی سلطنت لودیان در دهلی و آگره و قتل سلطان ابراهیم لودی در میدان جنگ شاه خانم همسر سلطان ابراهیم لودی را با پسر خورد سالش به افغانستان تبعید تا بقیه عمر خود را در قلعه مظفر

فروختند و زیبا رویان بشماری از مناطق مفتوحه چون تحفه های گرانبها به دارالخلیفه ( بغداد ) فرستاده شد. آثانی که تسلیم شده بودند موالی ( بنده گان ) خوانده شدند. مساله حقوق زن و مرد پایمال شد و فاتحان عرب که از شکوه و جلال دربارهای محلی حسرت و لذت میبردند، غالباً رسالت خود را فراموش نموده و از سرزمینهای شرقی غلام بچه گان و کنیزان زیادی را جمع و به غنایم شان افزودند.

**دوره های طاهریان، سامانیان، غزنویان، سلجوقیان و خوارزم شاهیان:**  
 تحت تاثیر مفکوره های اسلامی موسسات مذهبی زیادی به وجود آمد که زن را به اسارت عمیقتر کشید و به تداوم آن زن از بیشترین حقوق خود محروم گردانیده شد.

**استیلاي جنگيز:**  
 مغولها که در قرن سیزدهم به سرزمین ما هجوم آوردند، همه شهر ها را به ویرانه مبدل و شمار اندک مردم که در کوه پایه ها بودند نجات یافتند.

**احیای مجدد ، غوریان و عصر تیموریان هرات:**

در دور غوریان سلطان رضیه دختر شمس الدین التمش غوری افغان در سال ۱۱۸۵ میلادی در دهلی بر تخت سلطنت جلوس نمود و ۲۶ سال پادشاهی نمود. التمش رضیه را از همه فرزندانیش بیشتر دوست داشت، میگویند: رضیه بر علاوه دیگر دانستی ها، اسپ سواری، شمشیر زنی و غیره فنون مردانه مهارت بسزایی داشت. (۶)  
 طوری که از تصویرش پیداست، خیلی قشنگ و دلربا هم بود، گویند صدای جذاب داشت که به زیبایی اش افزوده بود.



نقاشی سلطان رضیه غوری (۷)  
 بعد از یک دور تاریک سابقه



تصویر نقاشی شده روکسانه و اسکندر مقدونی (۴)  
 این نخستین شاهدخت باختر وزن افغانستان بود که در اداره امور امپراتوری بزرگ جهان سهم متبارز ایفاء داشت، وی پس از مرگ ناگهانی اسکندر در بابل در ۳۲۳ پیش از میلاد از او فرزندی بنام اسکندر چهارم بدنیا آورد. پس از مرگ اسکندر، روکسانه و پسرش قربانی دسیسه های سیاسی امپراتوری اسکندر شدند.

**دوره کوشانی ها و موقف زنان:**

زمانی که دولت مقتدر کوشانی جاگزین دولتهای قبلی گردید و ساحت نفوذ این امپراتوری تا کرانه های سند پیش رفت، تعصب مذهبی کمتر وجود داشت، کنشکای کبیر ( از ۱۲۰ تا ۱۶۰ م ) که پایتخت تابستانی او بگرام و مرکز زمستانی اش پشاور بود، مذهب بودایی را در کشور وسعت بخشید. (۵)

از آثار تاریخی این دوره در معبد بگرام آشکار میشود که زن در آن وقت منزلت بسزایی داشت تا آنکه به شکل "الهه ها" مورد ستایش و پرستش قرار می گرفتند، در این دور تساوی زن و مرد یک تصاعد معین را نشان میداد و برای جامعه قابل پذیرش بود. زن در خراسان:

در قرن هفتم میلادی زنان خراسان تا حد اشتغال مقام پادشاهی حق داشتند. کنایون همسر شاه بلخ، سیندخت - شاه زن کابل مادر رودابه، تهمنه شاهدخت سمنگان همسر رستم و مادر سهراب ، همچنان در دور ساسانی ها "پوران دختها" و "آذر دختها" به پادشاهی رسیده بودند. از همینجاست که میتوان موضوع مشارکت سیاسی زنان در اداره امور را الگو و نشانه گرفت و مدعی شد که زنان در هر مرحله تاریخ افغانستان حماسه آفریده اند و سیمای درخشان شان هویدا بوده است.

**وضع زنان هنگام استیلاي عرب:**

در دوران تسلط عربها که برده گی زنان شدت یافت و ایده های مذهبی بنیاد ایدئولوژیک مناسبات جامعه را تحت کنترل گرفت، اشراف و عیان و طبقات دارا برای شکوه و عظمت شان در بارها و حرمسرای های بزرگ تشکیل داده و زنان زیادی را در این حرمسرا ها بحیث کنیز و برده نگهداری نموده و زنان را به اسارت هوا و هوس خویش کشیدند.

استیلاي عرب بدون غارت، انهدام و کشتار انجام نیافت، در کنار دیگر فجایع و یرانی ها، دختران و زنان بیشمار خراسان را در بازار های مدینه

میکنند، این زن میرمن اکرم همسر اکرم خان بود که ندای جهاد بلند کرد و بر اسب سوار علیه انگلیسها برخاست، انگلیسها میرمن اکرم را هم زندانی نمودند و به کابل فرستادند، اما مردم غیور غزنی بر سپاه دشمن یورش برده زندانیان و میرمن اکرم را آزاد نمودند. (۱۸)

#### - ملالی میوند (افغان)

"در جنگ دوم افغان - انگلیس (محاذا میوند) در سال ۱۸۸۰ به رهبری سردار ایوب خان که به شکست شدید انگلیس و واپس گیری کندهار منتج شد، از شناخته شده ترین افراد شرکت کننده در این جنگ بانویی بنام ملاله بود. ملالی دختری کندهاری بود که در جنگ میوند به مبارزان افغان آب آشامیدنی می رساند. هنگامی که پرچمدار نیروهای افغان هدف گلوله قرار گرفت و بیرق از دستش بر زمین افتاد. ملالی مشک آب را بر زمین گذاشت و بیرق افتاده را بلند کرد با خطاب قرار دادن مبارزان افغان آنان را به ادامه جنگ فراخواند:

که په میوند کی شهید نشوی / خدایه لالیه بی ننگی ته دی ساتینه

ترجمه: اگر در جنگ میوند شهید نشدی، خدا ترا برای بی ننگی حفظ کند.

همین سخنان باعث تحریک نیروهای ملی و تا حدودی شکست خورده افغان شد و در نهایت به پیروزی آنان انجامید، اما ملالی خود نیز در این پیکار جان باخت. نظر به گفته های پوهاند ارشاد خانواده ملالی میوند هنوز در قریه (دخوکپانو کاریز) زنده میکنند" (۱۹)



نقاشی منسوب به ملالی افغان در جنگ میوند (۲۰)

**غزالی ادی** که از خوشی ولایت لوگر برخاست و در قیام علیه استعمار انگلیس حماسه آفرید. همچنان زنان دیگری مانند: گلناره، میرمن اکرم، میرمن سینه ادی، بخت نامه، معصومه (توریا زن کاکا)، مستوره، زهرا هر یک قهرمانی هایی در راه حصول استقلال و آزادی داشتند.

- **عایشه درانی** سال وفات ۱۸۲۰ یگانه شاعری بود که اشعارش در اواخر قرن ۱۹ لیتو گرافی شد، یعنی از نخستین چاپخانه سنگی طبع شد، بی بی سنگی که کوتاه سنگی به نام اوست، مریم کنیزک و صنوبر عاجزه و بعد مستوره غوری، محجوبه هروی، مخفی بدخشی از مشاهیر شاعر زنان اند.

"زنان و دختران کابل در جنگها و معرکه های استقلال خواهی سهم فعال داشتند، به مردان نان، آب و اسلحه می رسانیدند. به همین دلیل در یک روز ۸۰ زن مبارز کابل در دامنه های کوه آسه مایی از سوی انگلیسها شهید شدند و آرتزمان باروی باز غازیان را در مقابل با غلیمان تشویق و یاری می نمودند. انگلیسها برای جلوگیری از این تحریکات دست به تدبیر زدند، که بتوانند زن ها را از مرد ها تجرید و تفکیک نمایند و عوامل احساسات غازیان را از میان بردارند، تدبیر چنان بود که زنان را جبرا متحمل به پوشیدن چادری نمودند، این امر در شهرها و اکناف به وسیله فشار روحانیون و حمایه دولت وقت (امیر دوست محمد خان) گسترش یافت. (۲۱) بعد از دوره امانی این کیسه از میان برداشته شد و آزادی زنان تضمین گردید.

- **بی بی حلیمه** مشهور به بوبو جان جیفه دار - دختر میر عتیق الله از اولاده

ضربتی به او حواله و به زندان افگندش. روی این شجاعتها در میان مردم کندهار به لویه ادی (مادر بزرگ) شناخته و معروف شد.

لویه ادی از قریه مالگیر - ولسوالی گرشک و منسوب به قوم بارکزیایی و مادر وزیر فتح خان بود. (۱۷)

- **میرمن عینو**: یکی از زنان نامدار کندهار در عصر احمد شاه ابدالی میباشد، غلام محمد غبار در کتاب (احمد شاه بابا) از زبان مردم کندهار می نویسد: "در بازگشت احمد شاه بابا از یکی از سفرهای جنگی اش در علاقه دامان قرار گاه اردوی خود را بنا کرد، یکنفر سپاهی شبانه اردو را ترک و بدون اجازه به سوی قریه خود که از قرار گاه دور نبود به دیدار "عینو" همسرش رسید، اما همین که خانم او دانست که شوهرش گریزی رکاب احمد شاه را ترک نموده، سوگند یاد نمود که او را به خانه راه ندهد و گفت عیب است پیش از آن که احمد شاه بابا به حرمسرای خود داخل شود. سپاهی او به خانه آید. سپاهی مجبور به عودت و در ورود به اردو گاه ز سوی پهره دار توقف داده شد. فردا این قصه به منصبدار رسید، سپاهی آزاد ولی عین حکایت به دربار احمد شاه رسید. احمد شاه از چنین احساسات یک زن افغان بی نهایت مشعوف و به غرض تشویق این کاریزی را که نزدیک قصبه مذکور بود به آن زن بخشید. این زن همان بی بی عینو بود که تاحال منطقه مذکور به نام کاریز عینو یاد میشود.

#### زنان هنگام قیامها و مبارزه آزادی خواهی مردم افغانستان علیه استیلای خارجی:

مبارزه آزادی خواهانه علیه تسلط بیگانه ها از ولایات شرقی و جنوبی آغاز یافت، در محاذ های استقلال طلبانه زنان بیشماری ظهور نمودند که علم استقلال را برافراشته نگهداشتند و مشوق مردان در استرداد استقلال بودند.

- **میرمن اکرم**: در دسامبر ۱۸۴۰ مردم زمیندور در سواحل هلمند به رهبری اختر محمد خان عزیزایی علم قیام و جهاد علیه انگلیس را برداشتند و جنرال نات وراولسن را ماتی مصروف با خود ساختند. در این محاذ انگلیسها به زور پول از طریق جواسیس خود اکرم خان را دستگیر و در کندهار به توپ بستند. اینجاست که زن شجاع دیگری ظهور میکند، این زن میرمن اکرم همسر اکرم

سحرگه و د نرگیس لیمه لاندۀ خاخی خاخی پی له سترگو خخیده ماویل خه دی بنکلیه گله ولی ژاری دی ویل ژوند می دی یوه خوله خندیده نام این قهرمان پاک دامن افغان برای همیشه در خاطره ها باقیست، به میمنت نام و شهرت نیک او بسی از مردم افغانستان نام دختران خود را "نازو" گذاشته و میگذارد. (۱۳)



این نقاشی ها منسوب به نازوانا خوانده شده است (۱۴)

#### - زرغونه انا مادر احمد شاه درانی مؤسس دولت مستقل افغانستان:

بنابر روایت اکادمیسین رشاد و عبدالروف بینوا - زرغونه انا مادر احمد شاه بابا، یکی از زنان هوشیار افغان بود، احمد شاه در سال هشتم پادشاهی اش که مصادف ۱۷۵۵ بود، جرگه بزرگ قومی را به خاطر اعمار شهر دعوت کرده بود. که شهر باید حصارها داشته باشد، اما زرغونه انا ناگهان وارد جرگه شده و خطاب به فرزندش مانع این حصار شد و گفت اگر در شهر مردان با همت باشند نیاز به حصار بلند و دیوار کشی نیست. این شهامت و درایت ثبت تاریخ افغانستان است. (۱۵)



این نقاشی را به زرغونه انا منسوب می دانند (۱۶)

#### - لویه ادی - مادر وزیر فتح خان:

یکی از زنان با شهامت که بر اثر چندین حرکات و اعمال شجاعانه مانند: حمله مسلحانه به زندان شهر کندهار و رهایی قیصر پسر زمانشاه، حفظ امنیت شهر کندهار تا هنگام معلوم شدن سرنوشت جنگ و صلح سال ۱۷۹۹ در عهد شاه زمان نواسه احمد شاه درانی که گفته شده است - داماد خود مرتضی خان را که قصد چپاول تجارت خانه ها و دوکان ها را داشت با شمشیر



### مآخذ و منابع

(۱) - اوستا کتابیست که مجموعه کهن ترین سروده های { زرتشت، زردشت، یازرتشترای بلخی } در آن گنجانیده شده، حداقل یک هزار سال پیش از میلاد مسیح به وجود آمده است. ص ۳۶ چاپ اول { افغانستان در مسیر تاریخ - میر غلام محمد غبار }  
- سروده های ویدی یا ریکویدا به وسیله ریشی ها (دانایان، آواز خوانان برهمنان و روحانیون زن و مرد) بین یک هزار و پنجاه تا دوهزار و پنجاه سال پیش از میلاد قسماً در افغانستان و بعد در هندوستان تکمیل شده است.

همانجا.

(۲) تمدن خاور مبحث دیانت زردشتی ترجمه دستور شهریار / ص ۱۳۱

(۳) زنان نامدار افغان در تاریخ (کاندید اکادمیسن محمد اعظم سیستانی)

(۴) منبع نقاشی های رو کسانه واسکندر مقدونی و یکپیدا - دانشنامه آزاد و گوگل

(۵) ص ۵۰ افغانستان در مسیر تاریخ (میر غلام محمد غبار)

(۶) سیمای زن افغان در حماسه و تاریخ (کاندید اکادمیسن اعظم سیستانی)

(۷) منبع نقاشی رضیه سلطان / گوگل

(۸) ویکپیدا - دانشنامه آزاد

(۹) گوگل و انترنیت

(۱۰) مقدمه یی بر حاکمیت پشتونها در هند / کاندید اکادمیسن اعظم سیستانی

(۱۱) سایت انترنیتی میوند

(۱۲) نقاشی شاه خانم همسر ابراهیم لودی / گوگل

(۱۳) پته خزانه (گنجینه پنهان) محمد هوتک بن داوود

(۱۴) نقاشی منسوب به نازوانا / گوگل

(۱۵) آریانا دایرة المعارف - ریاست اکادمی علوم - جلد چهارم بخش [دپستی میرمنی] اثر عبد الروف بینوا

(۱۶) نقاشی زرغونه انا - Wasiweb.com

(۱۷) سراج التواریخ - ص ۶۱ و ۶۲ تاریخ سلطانی ص ۱۶۵

(۱۸) افغانستان در مسیر تاریخ (میر غلام محمد غبار) - د پستو تاریخ (قاضی عطا الله خان) - دو نایغه نظامی و سیاسی افغانستان (کاندید اکادمیسن اعظم سیستانی)

(۱۹) دپشتی میرمنی (عبدالروف بینوا) - آریانا دایرة المعارف (اکادمی علوم افغانستان)

(۲۰) نقاشی منسوب به ملالی افغان در جنگ میوند / گوگل

(۲۱) زنان افغان (تعلیم و فعالیت های اجتماعی در عصر امانی) می اسکینازی پژوهشگر فرانسوی و ترجمه رقیه حبیب

(۲۲) الفنتون (کتاب سلطنت کابل) ترجمه پ بن تو از دو کتور حسن کاک و ترجمه دری محمد آصف فکرت

(۲۳) دانشنامه آریانا

(۲۴) شعر زنان افغانسان به کوشش مسعود میر شاهی ص ۱۲

میر واعظ کابلی، همسر امیر عبدالرحمن خان در سال ۱۹۰۱ یا ۱۹۰۳ در بارانه کابل چشم به جهان گشود، او در خانه پدر علوم متداوله را فرا گرفت در جوانی و بلوغ بخصوص بعد از همسری شاه مقتدر، خود حلیمه از توریته و هژمونی زنانه برخوردار بود و در ادب و شاعری در میان زنان آنروزگار برجسته و سر آمد بود. (۲۲)

### زنان بعد از حصول استقلال سیاسی افغانستان:

بعد از حصول استقلال سیاسی افغانستان در سال ۱۹۱۹ زنان در احیای فرهنگی نقش بسزایی داشتند. نخستین مکتب برای زنان به نام مکتب مستورات و کتابهایی به نام "امان النسوان" برای دوره "رشدیه" تنظیم گردید. جریده "ارشاد النسوان" با مدیریت اسما رسمیه خانم محمود طرزی و روح افزا دختر محمد زمانخان چاپ و نشر گردید. تشویق ملکه ثریا در تقویت نهضت زنان نقش مهم داشت، رفع حجاب، ممنوع قرار دادن نکاح دخترنا بالغ، لغو کامل برده گی و کنیز گیری زنان از جمله کارهای برجسته این دوره برای زنان بود.



### ملکه ثریا طرزی همسر شاه امان الله خان

- یکی دیگر زنان نامدار این دوره "ماگه رحمانی دختر غلام احمد رحمانی از پدر افغان و مادر روسی که در سال ۱۹۲۴ در ماسکو به دنیا آمد. (۲۳) او اکنون ۹۶ سال عمر دارد، هنگامی که این سطرها رامینویسم به گمان اغلب در خانه های کهن سالان بسر برده و امکان تماس با او محدود است، قبل براین با او ارتباط و گفت و شنود تلفونی داشتم، از یکنیم سال پیش ارتباط ما قطع شده است.



### ماگه رحمانی متولد ۱۹۲۴ اکنون در لندن

او منیث نخستین زن تذکره نویس شاعر زنان افغان مولف کتاب "برده نشینان سخنگوی" میباشد که در این کتاب فهرستی از زنان شاعر در طول تاریخ حتی الامکان آمده است. ماگه در آنزمان آموزگار جوانی بود که خلای چنین پژوهشی را حس کرد. (۲۴)  
مجله بانو در نظر دارد که کارنا تمام خانم ماگه رحمانی و کتاب شعر زنان افغانستان را به همت گروهی از زنان پژوهشگر تکمیل و ادامه دهد.

**بانو را با قلم، قدم  
و در هم خود یاری نمایید.**

Website: www.akiseu.com

IBAN: AT896000010310237189

BIC: OPSKATWW

# بانو خدیجه بره کی را چگونه میشناسیم؟



خانم خدیجه بره کی یکتا از زنان افغان که توانسته است در عرصه های مختلف اجتماعی و کار با زنان و کودکان، خود را منحیث یک سیمای با استعداد و درخشان تبارز دهد. خانم بره کی در یک خانواده روشنفکر در مربوطات ولسوالی چهارقلعه چهاردهی شهر کابل چشم به جهان گشود. مکتب ابتدائیه را در زادگاه اش و لیسه را در مکتب نسوان افشار کابل به اتمام رسانیده است. بعد از فراغت از لیسه و سپری شدن امتحان کانکور، شامل پوهنځی ساختمانی انستیتوت پوالتخنیک کابل گردید. مدت دو سال را در رشته مهندسی تحصیل نمود، ولی نظر به معاذیر فامیلی نتوانست به تحصیلات ادامه دهد، بدین لحاظ جهت امرار زنده گی شامل

ماموریت در ریاست عالی ستره محکمه و بعداً به ریاست شهدا و معلولین ریاست امور شورای وزیران به وظیفه ادامه داد. قابل تذکر است که در سال ۱۹۹۷ نسبت وضع ناهنجار کشور که اکثریت هموطنان مابه آن مواجه بودند خانم بره کی هم ناگزیر همراه با همسر و یک طفلش ترک وطن و رهسپار دیار غربت گردید. که از آن زمان تاکنون در کشور شاهی هالند اقامت دارد.

بنابر علاقمندی وافر به کارهای اجتماعی و خدمت به هموعان از سال ۲۰۱۵ با انجمن زنان برای زنان { Vrouwen voor Vrouwen } که یک نهاد هالندی است و در موارد مختلف به باشندگان شهر هوستراوت مساعدت مینماید - منحیث مسوول امور مالی همکاری دارد، همچنان از سال ۲۰۱۶ بدینسو مسوول بخش زنان انجمن افغانهای شهر هوستراوت میباشد. کار در هر دوی ارگان را با استندرد های اروپایی صمیمانه انجام میدهد.

خانم بره کی در یک گفت و شنود دوستانه در مورد سوالی که به کدام رنگ و کدام غذا ها علاقمند هستید... آیا خودتان هم به آشپزی دسترسی دارید؟

برایم چنین گفت: خدیجه: من به رنگ سفید، که پیام آور صلح و پاکیزه گی است، زیاد علاقه دارم، و بیشترین لباس هایم نیز سفید رنگ است. همچنان به غذا های خوشمزه افغانی خود بسیار علاقه دارم، مزه غذا های ما را در هیچ جای یافته نمی توانید..

در پاسخ دیگری که: اگر یک روز وزیر امور زنان شوید، اولین کاری که میکنید، چه خواهد بود...؟ چنین گفت: "اگر من برای یکساعت هم وزیر زنان شوم، باز هم برای حق و حقوق زنان سعی و تلاش خواهم نمود."

ناهیید: اگر کمی در مورد کار و فعالیت های روز مره و خانواده تان برای ما قصه نماید، خوش میشویم؟

خدیجه: کار های روزمره من تقسیم به دو بخش فعالیت های اجتماعی و وظایف مادری را در برمیگیرد، مواظبت از اطفال ام منحیث یک مادر با مسوولیت در صدر کار هایم قرار دارد.

خانم بره کی با آقای همایون بره کی ازدواج نموده و ثمره آن سه فرزند میباشد.

## تاریخچه خونین بکارت



میگردند و اعلام سر فرازی می نمایند و در صورتیکه آن نشانه پیدا نیاید، و با به حال دختر. چه بسا دختران مظلوم هموطن ما که به همین خاطر از سوی شوهر و یا فامیل خویش کشته و یا به عذاب های شیطانی تا آخر زنده گی دچار شده اند.

در حالیکه بسیاری از عوامل جسمی، بیولوژیکی و روانی است که این نشانه را در دختران از بین می برد.

دانش امروز ( پرده بکارت ) را یک اسم بی مسما دانسته است. چنانکه می نویسند: « در مراحل آغاز رشد جنینی، اصلاً با بهشت ( آلت تناسلی مونث ) طفل سوراخی ندارد. آن لایه از بافتی که در این مرحله کاملاً راه ( با بهشت ) را مسدود کرده، تقریباً کمی قبل از تولد دختر بطور ناقصی تقسیم شده، پیوستگی و یکپارچگی خود را از دست می دهد. اندازه و شکل گسست و پاره گی پرده بکارت در هر دختری نسبت به دیگری فرق می کند. دخترانی هستند که حتی در بطن مادر خود، بطور کلی این بافت را از دست میدهند؛ ... و بسیاری از دختران بالغ و نابالغ در اثر برخی حرکات فیزیکی نظیر ورزش، اسب دوانی، دوچرخه سواری، پرده بکارت خود را یا به شدت نازک نموده و یا اصلاً به کلی از دست می دهند... بنا بر این ملاقه سفید آغشته به خون اصلاً هیچ ملاک قابل اعتماد برای بکارت یک دختر جوان نمی باشد.

اما این ملاک برای تعیین شخصیت زن که از لحاظ روابط انسانی و نگرش های طبی، بی نهایت سخیفانه و توهین به زن به شمار می رود از کجا ناشی شده است؟

این ملاک یکی از قضاوت های دین یهود است، که یهوه خدای موسی آن را جهت ارزیابی زنان امر نموده است، و این ملاک پس از استیلای اسلام از سوی اعراب بر جامعه ی ما تحمیل گردید. این یهودیگری را از میان صد ها موارد دیگر برای آن به بررسی گرفته شد، که همین چندی پیش خیر یافتم که در گوشه یکی از ولایات کشور ما، تازه عروسی را که به خانه شوهر برده بودند صبح شب زفاف، عروس جوان را فامیل داماد در حضور مادر و پدر دختر به جرم اینکه بکارت نداشته است، در درختی بسته اند، فامیل داماد و عروس انقدر او را با چوب و مشت و لکد کوبیده اند که خون از سرو صورت و دامنش، فواره زد. غرق خونش نمودند، تا هلاکش گردانیدند. حکم آسمانی این فاجعه را از سوی الله برای موسی در کتاب تورات - تثیبه - باب (۲۲) میخوانیم که: " اگر کسی برای خود زنی گیرد و چون بدو در آید، او را مکرو دارد. و اسباب حرف بد به او نسبت داده، از او اسم بد شهرت دهد و گوید این زن را گرفتم و چون به او نزدیکی نمودم؛ او را باکره نیافتم. آنگاه پدر و مادر آن دختر علامت بکارت دختر بر داشته، نزد مشایخ شهر نزد دروازه بیاورند، و پدر دختر به مشایخ بگوید؛ ( دختر خود را به زنی به این مرد داده ام و از او کراهت دارد، و اینکه اسباب حرف بد بدو نسبت داده، میگوید دختر ترا باکره نیافتم، و علامت بکارت دختر من این است ) پس جامه را پیش مشایخ شهر بگستراند. پس مشایخ ( قاضی ) آن شهر آن مرد را گرفته، تنبیه کنند. لیکن اگر این سخن راست باشد، و علامت بکارت آن دختر پیدا نشود، آنگاه دختر را نزد در خانه پدرش بیرون آورند، و اهل شهرش او را با سنگ سنگسار نمایند تا بمیرد "

این ناهنجاریها صد ها سال را در بر گرفت، تا به هنجار های باوری مردم ما تبدیل یافت، که یکی از علت های قبولاندن آن در پهلوی تهدید شمشیر ها، البته استفاده از زبان مردم و پراگندن آن به وسیله شیوخ بومی میباشد.

۱- سایت انترنیتی فارسی، زنان

۲- کتاب مقدس، عهد عتیق، باب تثیبه، شماره (۲۲)، مکروه داشتن زن

وقتی اسلام به سر زمین ما { باخا } ( بلخ، ایران، خراسان، افغانستان ) پا می گذارد، تاریخ شهادت می دهد که مردم ما در دفاع از دین و فرهنگ نیاکان خویش دو قرن علیه اعراب مسلحانه مقاومت می نمایند و بعد از آنکه شکست هم میخورند به شیوه و شکل دیگری بر علیه اعراب و دین و فرهنگ آنها به مقاومت ادامه میدهند، یعنی از میدان جنگ مسلحانه به آوردگاه علم و ادب و فلسفه و تاریخ صف می بندد و این نبرد راهمیشه به نحوی از انحا ادامه می دهند.

چرا؟ به خاطر اینکه آنچه را که اعراب بر جامعه ما قبولانند و اجتماع ما قهراً و جبراً و مصلحتاً به خواست های اعراب گردن نهاد، با آیین، فرهنگ، سنت ها و عنعنات ملی و غیرت اجتماعی سرزمین مایبگانه بود.

سنت های یهودی در اسلام را مردم سرزمین ما قبول نداشتند که اگر زن یا دختر شان مرتکبی گناه شود، به مانند یهودها آنها را به میدان بیاورند تا یک حلقه از مردان بیگانه بر سرو روی ناموس شان سنگ بزنند، اگر خطایی را جزا می دادند خود می دادند. آنها نمی خواستند مانند یهود عمل نمایند. سنگسار زن را و در مجموع عمل سنگسار از زشتی می انگاشتند و آن را مربوط دین یهود می دانستند و از همچو اعمال نفرت داشتند. وقتی تاریخ ملاحظه می شود، در سرزمین ما همه ادیان جا داشت، اما جای پای آیین یهود را در سرزمین خویش پیش از اسلام نمی یابیم. مانند سنگسار کردن، قصاص، طلاق، عشق را زنا پنداشتن و زنا را با ناموس مردم زیر نام کنیز و اسیر جنگی حلال شمردن، ذبح ظالمانه حیوانات، و صدها نشانه و علائم دیگر که همه از پندار های دین یهود است، در کشور ما پیش از اسلام رواج نداشت. مثلاً، یکی از رسوم که بعد از ایلغار اعراب و آنگاهی که مردم ما مستعرب شدند، و این رسوم در میان خانواده ها رواج یافت و تا امروز هم ادامه دارد، مسئله بکارت دختر است. که همین امروز هم وقتی دختری عروسی می نماید، صبح شب زفاف، چند زن از خانواده عروس به خانه داماد می روند، تا دستمال که نشانه از بکارت دختر در آن دیده می شود از داماد بگیرند. اگر ( نشانه ) در دستمال موجود باشد فامیل عروس با چنگ و چغانه زنان به خانه بر



متصدی های صفحه

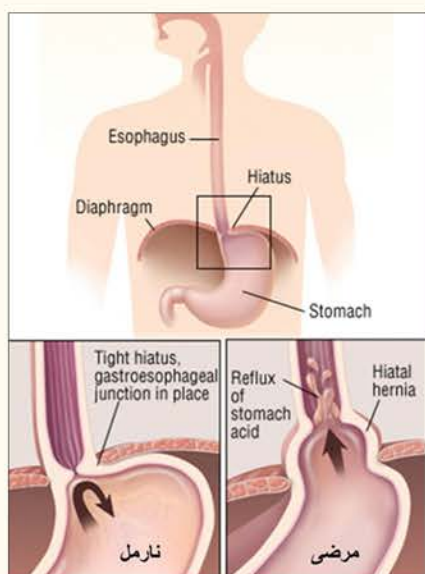
دکتر روح افزا نعیم و دکتر شکره قرغه مینه پال

# صحت برای همه

سلامتی جسمی و روانی ثروت بزرگ هر دو جهان است،

در این صفحه که به همت دو داکتر ورزیده و مجرب تنظیم و ترتیب میشود، بهترین و سودمند ترین مشوره های طبی با خواننده گان عزیز مجله بانو در میان گذاشته میشود:

## دلجوئی چیست و کدام عوامل سبب آن می شود؟



ولی در بسی موارد گرفتن غذای های چرب، غذا های سرخ شده، استفاده از محصولات تنباکو سگرت - چلم - نصوار، استفاده از الکل، گرفتن بیش از حد مواد کافئین دار مانند نوشابه های گاز دار، قهوه، چای و نوشابه های انرژی زا یا انرژی دهنده، مصرف دواهایی ضد درد مانند ایبوپروفن یا بروفن، نپروکسین... و حامله گی نیز می تواند باعث دلجوئی گردد.

در بعضی حالات زخم ها یا قرحات معده و اثنی عشر (قسمت اول روده های کوچک) نیز میتواند باعث بوجود آمدن این حالت شود. همچنان میکروبی بنام (هلیکوباکتیر پیلوری) H. Pylori - Helicobacter Pylori نیز میتواند باعث بوجود آمدن چنین اعراض شود. باید گفت که اچ پیلوری مرض نه، بلکه نام میکروبی است که در معده بیشتر از نصف نفوس

اگر این عمل بصورت متکرر و دوامدار واقع شود نه تنها باعث دلجوئی و ناراحتی می شود بلکه تخریباتی هم در طبقه داخلی غشای مری بوجود می آید که مری آنرا دوباره ترمیم می نماید. این تخریب و ترمیم متکرر در طول المدت می تواند باعث تنگی یا تضیق مری شود.

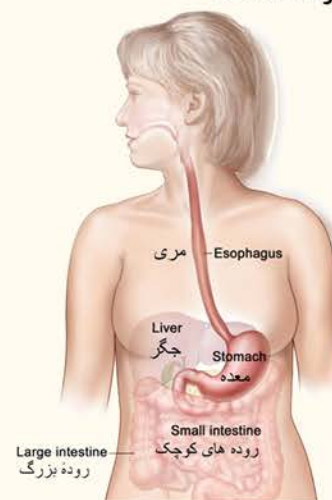
در بعضی حالات جهت مقاومت مقابل این تخریبات متداوم، مری خود را به نسج متفاوتی تبدیل می نماید تا بتواند مقابل اسید معده مقاومت نماید. این نسج جدید و متفاوت می تواند پیشقدم نوعی از سرطان مری باشد که بالاخر میتواند به سرطان مری تبدیل شود.

حالت دیگری که باعث دلجوئی شده می تواند التهاب معده یا Gastritis و التهاب مری یا Esophagitis است.

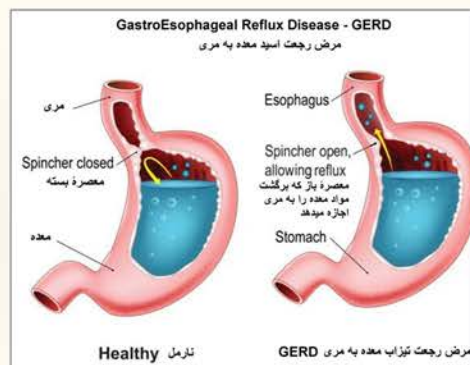
گرفتن بعضی ادویه جات که غرض کاهش درد و التهاب استفاده می شود و بنام Non-Ste-roidal Anti-Inflammatory Drugs یا NSAID یاد می شوند؛ مانند نپروکسن، آیبوپروفن... و تعدادی دواهای دیگر که باعث تخریب جدار معده و مری شوند نیز میتوانند چنین پرابلم را بار بیاورند.

همچنان دلجوئی یا "اسید بلند معده" میتواند از اثر عوامل مختلف دیگر بوجود آید از جمله: تشوش ساختمانی یا آناتومیکی و حالتی که قسمتی از معده از حجاب حاجز بالتر بیاید و اسید معده به سادگی به مری بال رود، نیز باعث چنین پرابلم می شود. این حالت بنام Hiatal Hernia یاد می شود.

آیا استفاده از دواي دلجوئی Zantac زنتک یا Ranitidine خطرناک است؟



لقمه غذایی از دهن از طریق ساختمان تیوب مانند بنام مری به معده میرسد. بین مری و معده ساختمانی وجود دارد بنام معصره یا Sphincter که به شکل دروازه یکطرفه مواد غذایی را اجازه میدهد که به معده داخل، ولی برگشت مواد را از معده به مری اجازه نمیدهد.





احتمال اینکه NDMA باعث سرطان نزد حیوانات شود موجود است ولی نزد انسان چنین موضوع تا هنوز به اثبات نرسیده است. یاد آور باید شد که NDMA به مقادیر بسیار کم در آب، مواد غذایی، لبنیات و گوشت نیز دیده شده است.

رنیتیدین یا زنتک به فامیل دوایی تعلق دارد که به دلیل میخانیکیت تأثیر کمیایوی آن به نام Histamin Receptro Blocker یاد می شود.

این فامیل دوایی دواهای دیگری نیز دارد، مانند: Cimeti dine یا Tagamet تگمیت، Famotidine و Zantidine که میتوان در صورت ضرورت تا روشن شدن نتایج تحقیقات میتوان از این دواها استفاده کرد.

همچنان دواهای دیگری نیز وجود دارد که بنام PPI یا Proton Pump Inhibitors یاد می شوند که با نهدی پمپ پروتون در غشای معده، باعث نهدی تولید تیزاب معده می شود.

میکانیزم تأثیر دواي زنتک یا Ranitidine طوری است که آخذه های هستامین ۲ را بالک نموده (-Histamin<sub>2</sub>Recep-tor Blocker) و به این ترتیب تولید اسید معده را حدود ۷۰ فیصد پائین می آورد.

با منتظر نتایج تحقیقات در مورد سرنوشت Zantac بود که عنقریب اعلام خواهد شد.

قابل یادآوری است که در این اواخر NDMA در یک تعداد دواها که در تداوی فشار بلند خون و تداوی عدم کفایه قلبی بکار میروند نیز دیده شده است.

این گروه دوا که بنام Angetensin Receptro Blockers یا بالک کننده های آخذه آنجیوتنسن یاد میشوند شامل چندین دوا است که از آن جمله سه دواي ذیل مورد سوال و تحقیق اند

Losartan یا کوزار Cozaar، والسارتان Valsar-tan، یا دیووان Dioven و اریسارتان Avapro Irbesartan. خاطر نشان باید کرد که دواي که کاملاً عاری از عوارض جانبی احتمالی باشد وجود ندارد و در قسمت گرفتن دواها حتی دواهای بدون نسخه بصورت طویل المدت باید همیشه محتاط بود و از داکتر خویش مشوره گرفت.

امید معلومات فوق پاسخگوی بعضی سوالهای دوستان باشد.

تند و تیز و تیزاب یا اسید بیش از حد در معده است.

در اوائل دهه ۱۹۸۰ داکتر بری جیمز مارشل Barry James Marshal یک داکتر استرالیایی در پوهنتون (وسترن استرلیا- پرت)، نظریه عامل میکروبی التهابات و زخم ها یا قرحات معدی معایی را پیشنهاد نمود. این نظر داکتر مارشال نه تنها مورد قبول واقع نشد بلکه از طرف مجامع طبی مورد استهزا و تمسخر نیز قرار گرفت.

داکتر مارشال مؤفق نشد که این نظریه را با استفاده از حیوانات لابراتوری به اثبات برساند و نظر به معیارات خالقی نمی توانست این تجربه را بالای انسان ها انجام دهد.

داکتر مارشل برای اثبات ادعای خویش بالاخره تصمیم گرفت که این تجربه را بالای خود عملی نماید. وی مایع حاوی میکروب های کشت شده اچ پیلوری را نوشیده و خود را با میکروب اچ - پیلوری منت ساخت. این کار سبب التهاب معده و

اعراض و علایم مرضی نزد وی شد و بعد از معاینات الزمی و معاینه آنتسکوپي و تثبیت اچ - پیلوری منحيث عامل سببی، خود را به واسطه آنتی بیوتیک ها تداوی نمود.

این تجربه باعث شد که عقیده سابقه متروک و ادعای داکتر مارشل مورد قبول جوامع طبی جهانی قرار گیرد.

به پاس این خدمت بشری داکتر بری مارشل و همکار پتالوژست اش - روبین وارن) جایزه نوبل طبی سال ۲۰۰۵) به وی اهدا شد.

اگر انسان های بزرگ چون داکتر مارشل برای خدمت بشریت، خود و صحت خویش را به مخاطره می اندازند، اخلاق طبابت و اخلاق انسانی حکم می کند که هیچ داکتر با وجدان به علت نداشتن دانش کافی و یا

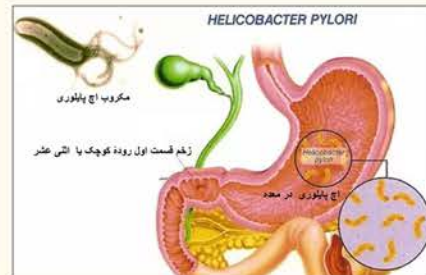
غرض بدست آوردن پول نباید صحت دیگران را با استفاده نادرست از ادویه به خطر مواجه سازد.

در این روزها که سروصدا در باره خطرات ممکنه در قسمت زنتک Zantac یا رنیتیدین Raniti-dine، یکی از دواهایی که باعث کم شدن افراز تیزاب معده می شود، شنیده می شود، باید گفت که کمپنی تولید کننده این دوا، بصورت داوطلبانه تا تکمیل تحقیقات

الزم طبی، فروش این دوا را منع نموده است. دلیل این کار موجودیت مقادیر اندک ماده ای کیمیای بنام N-Nitrosodimethylamine یا NDMA در این دوا بوده است.

مطالعات نزد حیوانات نشان می دهد که

انسان های دنیا وجود دارد.



یعنی زیادتر از چهار میلیارد انسان میکروب اچ - پیلوری را در معده خویش دارد که نزد اکثریت آنها باعث مرض نشده و هیچ ضرورتی به تداوی نیست.

موجودیت میکروب اچ - پیلوری تنها نزد ۱۰ فیصد مرضیانی که اعراض و علایم دارند ممکن به تداوی ضرورت داشته باشند

طوری که گفته شد، اچ - پیلوری (H. Pylori) یا (Heli-cobacter Pylori) مرض نبوده بلکه نام میکروبی است که می تواند در بعضی حالات باعث التهابات و زخم های معدی معایی شده و بعضاً هم سبب سرطان معده شود.

مثبت بودن معاینه لابراتواری (اچ - پیلوری) در خون همیشه به این معنی نیست که شخص حالت مرضی داشته و باید تداوی شود. صرف نشان میدهد که شخص به میکروب معروض شده است. یک شخص تنها زمانی که اعراض و علایم داشت میکروب اچ - پیلوری را داشته و با معاینات لابراتواری تشخیص تثبیت گردد، تداوی می شود.

باید به خاطر داشت که بعد از تداوی اچ - پیلوری، معاینات لابراتواری میتواند حتی تا حدود دو سال نیز مثبت باشد، که به هیچ صورت نشاندهنده میکروب فعال در بدن شخص نبوده و نباید تداوی های متکرر صورت گیرد.

در صورت ضرورت، تداوی میکروب اچ - پیلوری با رژیم دوایی که شامل حد اقل دو آنتی بیوتیک (همراه با یک دوایی نهدی کننده پمپ اسید معده، مانند اومپرازول یا دواي دیگری از فامیل ادویه نهدی کننده پمپ پروتون)، برای چهارده روز است نه بیشتر از آن. در حالت نادر ممکن به یک کورس دومی ۱۰ الی ۱۴ روزه آنتی بیوتیک ضرورت واقع شود.

تداوی بیشتر از دوهفته اچ - پیلوری با آنتی بیوتیک ها نه تنها از نظر طبی توصیه نمی شود بلکه میتواند برای شخص مضر هم باشد.

تا قبل از سال ۱۹۲۸ چنین فکر می شد که التهابات و زخم های معدی معایی و بالتیجه سرطان معده، نتیجه سترس یا فشار روحی دوامدار، استعمال زیاد مرچ، خوردن غذاهای

# یادمانده ها و حاضرها

نگارش: اناهیتا ادا



متوجه شدم گپ کلان شده خود را از زینه با عجله پائین رساندم و لخچان و افتان طرف پدرم که حالا از زینه پائین میشد رساندم در حالیکه مادرم مرا سر زینش میکرد گزارش را میخواستم برای پدرم بدهم. مرد همسایه با خشم بدر خانه ما میکوبید و من با عجله خلاصه چشم دیدم را برای پدرم که طرف درب کوچه روان بود بازگو میکردم.

پدرم خاموش بود و طرف درب حویلی رفته درب را باز کرد. مرد همسایه با عصیانیت میخواست چیزی بگوید که پدرم گفت سلام بیا داخل مرد گفت نخیر مه جای خوردن نیامدیم. از خانه تان سیاسر تان دعو میزند و در دیوار ما بالا شده و در موضوع فامیلی ما مداخله میکند. پدرم گفت وقتی سر و صدا بلند میشه و از درز دیوارها بگوش همسایه ها میرسد موضوع شخصی نمیماند و همسایه همچنان برای روز بد خوب است. همچنان از صد خیش و قوم نزدیکتر چون قبل از اونا ما و شما به داد یکدیگر میرسیم. و عزت ما یک عزت است. داخل بیا برادر خشونت راه حل نیست. بیا کمی آرام شوی. و آن سیاسر که گفتی دخترم مریم است و با لبخند گفت: با معذرت چون دخترم نازدانه است شما را هم خیال ما کرده و جرت و فرت کرده. شما ببخشید مرد گفت: تشکر خیر بیینی حالا دیر وقت است. باز دگه روز میایم. مرد رفت و پدر

مریم: داشتم از پنجره به بیرون نگاه میکردم در دلم با احساس آشنا سیر و صفا داشتم. برگشتم به بیست و پنج سال قبل. بیاد شب سرد زمستان، که هوا بی اندازه سرد بود. و پاغنده های برف رقصان از هوا میامد از پنجره به بیرون نگاه کردم زمین فرش سفید پوشیده بود و درختان همچنان لباس های سفید و با شکوه بر تن داشتند. ناودان ها زنگوله بسته بودند. از دودکش بخاری که با تخته منقل بزرگ در اتاق نشیمن گذاشته بودیم دود غلیظ در فضا پخش میشد. من از دیدن این همه زیبایی لذت میبردم. همانگونه که از پنجره به بیرون نگاه میکردم، سر و صدایی از کوچه بگوشم رسید. چندان توجه نکردم. اما سر و صدا بیشتر و بیشتر شد. خوب گوش دادم صدا از طرف دست راست خانه همسایه میامد. پریشان شدم. و با کنجکاوای رفتم طرف دهلیز خانه، تا بالاپوش گرم خود را پوشیده با فضولی از بامبوتی تنور خانه سرک بکشم تا از احوال خانه همسایه باخبر گردم. مادرم از آشپزخانه متوجه شد و صدا زد مریم باز کجا شال و کلاه میکنی؟ بیرون نرو که مریض میشوی. گفتم مادر از خانه همسایه نو ما صدای غالمغال میاید. یک قیامت است. میروم از بامبوتی تنور خانه ببینم چه گپ است. مادرم گفت: به تو چه دخترم ما هنوز اینا را نمی شناسیم و نمیدانیم کی و چکاره هستند. گفتم: مادر دختر شاترا دو روز پیش در راه دیدم خواستم سلام کنم هیچ جواب نداد. نمیخواهند با کسی سلام علیک داشته باشند. مادرم گفت برو دختر جان ما را به کار مردم غرض نیست. بیا کمک کن که حالا صدای باییت و بیادرایت بلند میشود. برویم و نان شب را سرشته کنیم. در همین گپ بودیم که سر و صدا به حدی زیاد شد که تا کوشکن خانه بگوش ما رسید. صدای زنی میامد که میگفت او مسلمانا کمک کنید. عاجل بالاپوشم را پوشیدم و بدون توجه به حرف مادر از دروازه کوشکن به مشکل چون بیرون تقریباً یک متر برف زده بود خود را تا پیش بامبوتی رسانیدم. و زینه چوبی را با هزار مصیبت جابجا کردم و بالا شدم. محشر پیا بود از اورسی خانه شان معلوم میشد دختری را مردی به مو هایش چنگ انداخته و محکم به زیر پا گرفته و یک پایش را هم بالای سینه دختر گذاشته و دشنام میدهد. و زنی که گویا مادر دختر است در مقابل چوکی که مرد دختر را در چنگال گرفته بود زانو زده و التماس میکنند. و زمانی مرد به دختر ضربه میزند زن فریاد میکشد و کمک میخواهد. برایم جالب بود که مردی ریش سفیدی با دو پسر جوان سیل بین بودند و تماشا میکردند. صدای دختر بگوش میرسید که میگفت آغا جان غلط کردیم ببخش. و مرد میگفت برای ما سر نماندی نمیدانم این بی سر و پا را از کجا کردی؟ او بی پدر ما خونو در این منطقه آمدیم. فکر کنم با این کثافت از سابق رابطه داشتی. مادر خطا هستی، مادرت هم دختر همسایه ما بود و با ما تار دوانده بود وقتی بابیه بی غیرتش ما ره گیر کرد پیش آغایم آمد و به ریش ما چسپاندیش ما بی غیرت نیستیم. و با همین حرف لگدی محکم بدختر زد که دختر چیغ زده از درد به خود می پیچید و مادرش بیچاره با التماس طرف دو پسر و مرد پیر فریاد میزد و کمک میخواست. من از دیدن این همه ظلم خونم بجوش آمده بود. برای یک لحظه خود را بجای دختر قرار دادم از ترس مو به تنم راست شده بود. فاصله از بامبوتی تنور خانه ما که چسپیده بدیوار آنها بود تا اتاق نشیمن آنها پنجاه متر یا کمی بیشتر بود. ندانستم چه شد بیخود فریاد زدم او ظالم بی غیرت دختر را ایلا کو زوریت را به زن نشان میتی؟ با صدای بلند و ایکو دارم که مادر جانم یگان وقت با کتره میگویند صدایت

نزدیک بخاری یک کمپل نازک را گرفته افتادم و خوابم برد. زمانی صدای مادرم را شنیدم که با عجله مرا شور داده میگوید بخی کمپل را جمع کن که زن همسایه آمده. با شتاب از جای پریدم کمپل را برداشتم دستی بر سرم کشیدم تا موهایم را مرتب کنم که زن همسایه با مادرم داخل اتاق شدند. سلام کردم با لبخند جواب سلامم را داد. رفتم جای را تیار کردم و آوردم. گفت زیاد نمیانم بابه اولادا مسجد بری نماز رفته. قبل از آمدنش باید نان چاشت را آماده کنم فقط یک گیلان جای میگرم و میروم. فهمانند که چاشت ماندنی نیست با نوشیدن چای قصه آن شب را کرد که بابه اولادا بدخوی است. برادر صنفی دخترم کتابچه نوت دخترم نسرین را کار داشته نسرین ترسیده که آغابش غلط فکر نکند گفته سرکوچه برو پیش دروازه نباش آغایم قهر میشه. بچه سرکوچه رفته و دختر دیوانه آمده خانه کتابچه را گرفته شتابان طرف کوچه رفته آغایش شک کرده و آهسته دختره تعقیب کرده و سرکوچه همراهی برادر صنفی دیده فکر کرده که همراهش رابطه داره و بدون چون و چرا دختره خانه روان کرده و بچه مردم لت و کوب کرده که مردم از دستش خلاص کردند. اگر نی بچه مردمه میکشت. خانه آمد سر شام بود مه در دیگ پختن بودم که یک قیامت شد دختره زیر مشتم و لگد گرفت خدا خیر بته شیر دختر خودته که سر و صدا کرد و دختره نجات داد. و با لبخند من پهلویش نشسته بودم بیغلم کرد سرم را بوسید. ایستاده شد که برود و باز هم تشکری کرده گفت مادر مریم جان خدا خیر تان بته وقتی بابه اولادا را با پیغ و فغان دیدم زیر دیگ را گل کردم که نسوزه دیگ ما خام بود. نان شما به موقع رسید بسیار مزه دار هم بود. همه خوردیم و دعا کردیم صبح وقت پدر صنفی نسرین آمد و عین گپ های دختره زد حالا دل بایش جمع شد. گفتم برایش او دختر دیوانه چرا آن بچه را سرکوچه روان کنی تنها آغایت نه هر کی میبود شک میکرد. بی عقلی که کردی کار دست داد با خنده گفت خدا عقل بته دختر دیوانه را بسیار کم جرات است. و بعد خدا حافظی کرد و رفت یک هفته از این مسله گذشت.

ادامه در شماره ۵۳ ...

**بانو را با قلم، قدم  
و درهم خود یاری نمایید.**

Website: [www.akiseu.com](http://www.akiseu.com)

IBAN: AT896000010310237189

BIC: OPSKATWW

بدون اینکه مرا سرزنش کند یا حرفی بزند طرف مادر نگاه کرد و گفت: در این حال خدا میداند که اینا نان خوردن یا خیر، نان شب ما را همایشان نصف کن. با مریم خانه شان بیز از دروازه خانه بدست شان بده و داخل نرو چون هم ناوقت است و هم اوقات شان تلخ است. مادرم گفت: درست است و صدا کرد مریم بیا کمک کو بچیم که نان بکشیم وقتی درب خانه شانرا میکوبیدیم مرد ریش سفید که پدر کلان خانه معلوم میشد درب را آهسته باز کرد و مادر و من سلام کرده گفتیم همسایه تان هستیم و پطنوس غذا را بدستش دادیم. پیر مرد تشکر کرده گفت زحمت کشیدین و در این وقت شب غذا آوردین. خدا حافظی نمودیم. اما باز فضولی من گل کرد قبل از مادر خود را لخبان و افتان تا زینه و بعد تا دیوار رساندم. مادرم آهسته قدم برمیداشت و خود را در شال پچانده بود. از بالا دیدم پیرمرد هم به اتاق رسید غذا را بدست زن که شاید عروس فامیل و مادر دختر بود داد. صداها درست فهمیده نمیشد و از دختر هم خبری نبود. شاید به کدام اتاق پناه برده بود. خاطر جمع شد. خوشحال بودم که دختر را از دست پدر ظالم نجات داده بودم. مادرم پیش زینه رسید و با سرزنش گفت حیانداری؟ بابت خبر شود پایته میشکند. پائین شدم و با مادر طرف خانه رفتیم. مادر نصیحت میکرد. اما من خوبی های پدرم را با آن مرد ظالم مقایسه میکردم. برای اولین بار متوجه شدم خوشبخت ترین دختر دنیا هستم. فردای آنروز جمعه بود و مادرم در روزهای جمعه هرکی خانه بود کار میکشد. و از طرف صبح خانه تکانی داشت. و بعد از خانه تکانی حمام میرفتیم. حمام ما از ساعت پنج تا هفت مرانده میبود. و از هفت و نیم زنانه میشد و روزهای جمعه ساعت پنج و نیم مادر همه را بیدار میکرد. مردها حمام میرفتن و ما خانها خانه تکانی میکردیم. تا ساعت هفت که پدر با برادران از حمام باز میگشت خانه تر و پاک، گرم، و چای تیار بود. من و مادر بقچه و سطل و لگنچه بدست ما طرف حمام میرفتیم. من حمام را دوست داشتم. در گرمی حمام در غسل خانه که عروس خانه نام داشت تا میتوانستم بالايم آب سرد انداخته میرفتم. مادرم بار بار دنبالم میامد که او دختر چرک هایت سنگگک شد. پیش از کیسه کسی آب بخ نمندازه و منی بازیگوش در این مورد گوش شنوا نداشتم. و گفته مادر چرک سوخته از حمام خارج میشدم. دوان دوان خود را به کراچی شورنخود میرساندم و یکی دو قاب شورنخود میخوردم. مادرم میگفت شکم گشنه سرکه و مرچ میخوری تیزاب معده پیدا میکنی. با خوشرویی به مادر میگفتم مه به خاطر شورنخود برایت خانه تکانی میکنم و حمام میایم هر دو میخندیدم. چون بازار خور بودم دو قاش لبلبو و دو پرچه هوسی هم خریده با خود خانه میبردم که پسان نوش جان کنم. وقتی خانه رسیدیم مادر یک دو شاخه چوب در بخاری انداخت که خوب گرم شویم گفت مریم موهایت را خشک کن و بیا چای بخوریم که من برای چاشت دیگ دارم. گفتم مادر مه سیراستم خودت چای بخور مه کمی آرام میکنم. در



متصدی صفحه: صالحه محک یادگار

## دردی از هزاران درد

### عروسی بیاد ماندنی شهلا و طاهر

داشتند رقصیدند. هر قدر مادر عروس به طرف دخترش چشمک و ابرو گنگ زد عروس متوجه نشد و یا خود را به نفهمی زد، به رقصیدن و پایکوبی اش ادامه داد. دختران جوان بدور عروس و داماد حلقه زده و با چک چک و یگان اشپلاق آنها را همراهی می کردیم. بالاخره تمام حاضرین به پا خاستند و عروس و داماد را تشویق می کردند، یگان مشت نقل و چاکلیت بر سر شان می انداختند.

سال ۱۳۷۹ دوران حکومت طالبان بود. در شهر کابل عروسی ها همه در خانه بدون ساز و سرود از طرف روز برگزار می شد. طالبان در دوران حکومت خود تمام رادیو کست و تلویزیون های که در خانه ها بود همه را جمع و در محضر عام به آتش کشیدند، شنیدن موسیقی را حرام اعلام کردند. عروسی طاهر بود در دو حویلی همجوار محفل زنانه و مردانه را برگزار کرده بودند. زنان و دختران به آخرین درجه ممکن آرایش کرده همه موهای خود را بیگودی کرده بودند. به خاطریکه موهای شان در زیر چادری خراب نشود. همه چادری را به زحمت بالای بیگودی پوشیده بودند. من با خواهران داماد و عروس و همراه با دختران کاکا و ماما ایشان در داخل حویلی زنانه دم دروازه برای پذیرایی مهمانان ایستاده بودم. تمام مهمانان که داخل می شدند چادری شان یکی دو بلست از سر شان بلند ایستاده شده بود. روی شان پت داخل حویلی می شدند. داخل حویلی که می شدند چادری را به مشکل کش گیر کرده از سر خود دور می کردند. ما از دیدن چنین صحنه چادری بالای بیگودی که در موهای خو پپچانده بودند قوت می خندیدیم. هر کدام طالب ها را لعنت می کردند و می گفتند از ترس شلاق نباشد در روز های عروسی والله اگر چادری در سر خود کنیم. موهای آدم در زیر چادری در کله آدم می چسپه، فقط که سرش زده باشه. همان روز ساعت ها از دیدن چنین صحنه ها خندیدیم

زنان دختران داخل دهلیز می شدند. آرایش خود را تجدید می کردند و به سالون می رفتند. قبل از عروسی خانواده داماد و عروس یک هفته جر و بحث بالای داشتن موزیک صورت گرفت. ما جوانان می گفتیم عروسی بدون ساز و سرود نمیشه. مردان خانواده از ترس شلاق و لت و کوب طالب ها با ساز و سرود جد مخالف بودند. به بسیار زحمت بالای مردان خانواده قبولاندیم که باید از رادیو کست استفاده کنیم. آنها گفتند به یک شرط که صدای آن بلند نباشد. ما هم قبول کردیم. گرمی تابستان به اوج خود رسیده بود، ما از ترس اینکه ساز و سرود به بیرون درز نکند کلکین ها را بسته بودیم و چند کست مست لوگری را پیدا کردیم. ما دختران و زنان از سال ۱۳۷۵ از ترس طالب ها در همین چند سال صدای ساز و سرود را نشنیده بودیم. به اصطلاح عام خممار خممار موسیقی بودیم، وقتی رادیو کست روشن شد صدای موسیقی همه ما را چنان مست کرده بود که نپرس. تمام زن ها و دختر ها بدون در نظر داشت سن و سال رقصیدیم و پایکوبی کردیم. بعد از مراسم آینه مصحف، عروس و داماد تا شیمه



سر و صدای خانم های پیر بلند شد که شما ایستاده شده اید مانع دیدن ما می شوید، بروی زمین بنشینید که ما هم عروس و داماد را تماشا کنیم. همه بطور حلقوی بدور عروس و داماد بر زمین نشستند، مادر عروس لخبچک لخبچک کرده از میان جمعیت خود را تا صحن سالون رساند. آرام و آهسته کنج و کنار دامن عروس را کش می کرد و آرام آرام می گفت: هو دختر! ابرو برای ما نماندی، عروس هستی در جایست سنگین بنشین که مردم سرت خنده می کنند. عروس گوش خود را به کری زده بود در ساز لوگری همتو



خاله بی بی مطابق تال طبله لوگری با حرکات ظریف و زیبا از زمین برخاست. دخترش قهر شد بطرف خواهر عروس چپ چپ نگاه کرد و رادیو کست را خاموش کرد. خاله بی بی دوباره چپه شد، نه حرف می زد و نه جواب دخترش را می داد که بالای سرش صدا می زد مادر جان! مادر! خواهر عروس که چشم سفید و شوخ بود، دوباره رادیو کست را روشن کرد و موسیقی لوگری را بلند تر کرد. خاله بی بی دوباره به هوش آمد و به حرکات ظریف و زیبا که از سن و سالش بعید می نمود کمرک زده به راست و چپ خم و چم می شد. تمام سالون از خنده روده بر شده قهقهه می زدند. در همین لحظه درواز کوچک به شدت تمام کوبیده شد. کسی اصلاً به صدای درواز توجه نکرد. واه واه و کف زدنهای بلند و بلند تر می شد. کدام طفل از میان جمعیت رفت و دروازه را باز کرد. سه تن طالب داخل خانه شدند، مردان خانواده از ترس در حویلی مردانه پنهان شده بودند. میدانستند. به خاطر این ساز و سرود مردان را لت و کوب کرده با خود می برند. جمعیت زن ها و دخترها چنان غرق حرکات ظریفانه خاله بی بی بودند که اصلاً متوجه نشدند که سه نفر دم دروازه سالون ایستاده اند. طالب ها که داخل شدند فریاد زدند هله! زود چادری های خود را بپوشید. همه وارخطا دست و پای خود را گم کردند، هریک سوراخ می پالیدند که پنهان شوند. هرج و مرج عجیبی صورت گرفته بود. خواهر زاده ام، طفلک ده ساله چشم دید خود راقصه کرد....

طالب ها پشت خود را دور داده صدا می زدند زود خود را بپوشانید. همه از ترس چادری بر سر کردند. خاله بی بی که جن داشت بدون ترس و هراس می رقصید. طالب ها وقتی روی خود را دور دادند تمام زنها و دختر در زیر چادری پنهان شده در روی سالون نشسته بودند. منظره زیبای کشت و زراعت کاهو در مسیر دریای کابل که سرک مکرووریان کهنه و مکرووریان سوم را از هم جدا می سازد به نظرم مجسم کرده بود. واقعا دیدنی و جالب بود. مگر کاهو سرچه. یک طالب صدا زد او پیره زن! در جای بنشین از خدا بترس این چه ساز و رقص برپا کردی. خواهر عروس که حاضر جواب بود. از زیر چادری صدا زد طالب جان! به خدا گناه ما نیست. جن های خاله بی بی امروز موسیقی دلشان شده بود. طالب که در می را با لهجه حرف می زد، گفت: خاک ده سر تام از جن های تان هم، خواهر عروس از زیر چادری به جرأت زیاد صدا زد، طالب جان! وقتی خاله بی بی را جن گرفت.

مادرم شصت چیش را محکم گرفت و از جن هایش پرسید، چه کنیم که خاله بی بی را رها کنی. جن ها در جواب گفتند بعد از ساز و رقص رهایش می کنیم. یک طالب که خیلی عصبانی شده بود، شلاق را در هوا تکان داد و به خشم گفت: خوب بهانه برای خود ساختید. خواهر عروس ترسیده و لرزیده جواب داد. طالب جان به خدا دروغ نمی گویم، خودتان موزیک را خاموش کنید و بنشینید. طالب با اعصاب خراب رادیو کست را خاموش کرد و میخواست از قد خود بلند کرده بر زمین زده و زیر پا توته کند، متوجه شد که خاله بی بی غش کرد. خواهر عروس گفت دیدی؟ به خدا جان قسم مه دروغ نمیگویم. شما یک بار روشن کنید و بنشینید. طالب زیر لب غم غم کرد و آنرا روشن کرد، متوجه شد که خاله بی بی کمرک زده برخاست و یک پنجه رقص کرد. طالب قمچین بدست لاجول والله گفت: به طالب های دیگر اشاره کرد، برویم زور ما به جن نمی رسد. او آنقدر قوی است که یک زن هشتاد ساله را که پایش در لب گور است می رقصاند. هر سه طالب از سالون خارج شدند و یکی از آن جمله صدا زد جن های خاله که آرام شد رادیو کست را با سنگ بشکندید. نفس های همه در سینه حبس شده بود همه ما انتظار شلاق کاری را داشتیم. از جا برخاستیم و هر کدام دست و روی خاله بی بی را بوسیدیم و از جن هایش تشکر کردیم در همین لحظه مردان با غیرت خانواده که خود را در حویلی پنهان کرده بودند، آمدند صد بار خدا را شکر کردند که بخیر گذشت. پدرم صدا زد به افتخار خاله بی بی امشب هم تا سحر ساز و سرود کنید مگر موسیقی را پخش کنید. آه! که چه خبری خوشی بود همه دست به هم دادند برنج تر کردند و برای شب تیاری گرفتند ساعت دوازده شب غذا آماده شد همه با شادی صرف کردن و آن شب را به حساب تخت جمعی عروس و داماد برگزار کردن تا سحر همه پایکوبی کردند و تادلشان خواست رقصیدند....

چپ و راست می رقصید که نپرس. داماد مانده و ذله شده پایکوبی را بس کرد و نفسک می زد چند گیلاس آب نوشید. مگر شیلا جان هنوز دلش یخ نکرده بود. تا توان داشت چرخ زد و رقص کرد. یگان زن و دختر که کمی شرمندوک بودند به اشاره بمن می فهماندن که آنها را به رقص دعوت کنم. به زحمت از میان جمعیت می گذشتم و دست شانرا می گرفتم. آنها به بسوی هریک نگاه می کردند و خود را به چپ و راست حرکت می دادند نی والله شرم است، نی الله یاد ندارم، نی الله همه سرم خنده می کنند. من به دربار خدا حیران مانده بودم. دلم می خواست فریاد بزنم هو! مردم دروغ میگه خودش به اشاره به من فهماند که به رقص دعوتش کنم. توبه از آنها وقتی به میدان سالن داخل شدند ترسک شان که می پرید آن چنان رقص می کردند که دختر های فلم هندی به گرد پای شان نمی رسید. همه منتظر بودند که رقص ختم کنند و میدان را بگذارند برای دیگران. نی! آنها ماندن والا نبودند ساعت ها با انرژی کامل می رقصیدند. از برکت طالب ها و ممانعت موسیقی، عروسی طاهر جان یک رقم دیگر شاد و پیاد ماندنی بود. متوجه شدم که هر فرد بیش از ده بار رقصیدند و پایکوبی کردند. تنها هر دو خشو، مادر داماد و مادر عروس رقص نکرده بودند. در دل گفتم: از دست طالب ها همه شما پشت ساز و موزیک هلاک هستید. به خدا مانع شدن موزیک شما را هم تشنه ساخته، خاله ضیا گل که زن پنجاه و پنج ساله بود بار بار رقص کرد و به شوق فراوان شاکو کو جان قندهاری را خواند. من بسوی اشاره کردم که مادر داماد را با مادر عروس برای رقص دعوت کند. خلاصه هر دو خشو ها یک چند ناز کردند که نی بد است مردم چه می گویند. مادر داماد در میدان درآمد و بلند خندید مه خو بازی می کنم، شکر مادر داماد هستم.

مادر عروس متوجه شد اگر بیشتر ناز کند و نی بگوید، بدون شک چانس خود را از دست می دهد. خودش در میدان درآمد و چادر خود را بر سرش جا بجا کرد و چادر خاله ضیا گل را از سرش کش کرد و بالای دست های خود انداخت و بلند صدا زد مه هم شکر مادر عروس هستم. شروع کرد به رقص در ابتدا با ادا الهی مبارک با ادا با صدای زیبای و دل نشین خواند و بعد خوب یک چند چرخ زد و به جای خود نشست. فکر میکنم تمام مهمانان از کوچک تا بزرگ بیش از چند بار رقص و پایکوبی کردند. فقط یک خاله بی بی شاید بالای هفتاد سال عمر داشت، خیلی لاغر بود. بیچاره همانقدر که جسماً لاغر بود اعصابش نیز ضعیف شده بود. خاله بی بی گاه گاهی بی حال میشد، دست و پایش بی اراده تکان می خورد همه می گفتند، بیچاره جن دارد. عصر شد و همه مهمانان آماده گی داشتند که محفل را ترک و بسوی منزل خویش بروند. خاله بی بی لکاتک خورده از جا برخاست با حرکات ظریف به راست و چپ خم شد و با دست های استخوانی خود چند دست کف زد همه به احترامش از جا برخاستند واه واه گفته او را بد رقه کردند. دخترش که آن هم خانم سر سفید و صاحب نواسه ها بود مانع مادرش. موسیقی را خاموش کرد. خاله بی بی بیچاره دفعاتاً ضعف کرد و دراز در روی سالون افتاد. خواهر عروس دوباره موسیقی را روشن کرد.

# تحصیل کرده های جوان



خانم هیله باین توخی

متصدی صفحه: سمیرا پوپلزى

اتاقش را اشتباه گرفته و این سروصدا را ایجاد نموده، توجه ننموده و بخواب خود ادامه دادیم ولی فردای آن که بیدار شدیم فهمیدیم که دیشب زلزله نهایت شدید بوقوع پیوسته و شدت آن آنقدر زیاد بوده که در سرک مقابل هتل شگاف بزرگ ایجاد شده بود و دولت بخاطر خطر که هنوز هم موجود بود، کود نارنجی را اعلام کرده بود ولی با آنهم همان روز ما بیدار شدن یکی از وسایل اطفاییه در کوه بالا شدیم.

سال بعدی که به وینتسیا رفتیم، از اثر بارنده گی بیش از حد، آب خیزی شده و نیم از جزیره را زیر آب ساخت، دچار پرابلم شدیم ولی خوشبختانه بعد از یک ساعت مقامات مربوطه، کشتی ها را آماده ساخته و مارا به محل امن انتقال دادند.

**سمیرا:** در دوران تحصیل برای اخذ تجارب با کدام مراجع و موسسات کار کردین و کار در چنین مراجع را چگونه آموزنده یافتید؟

**هیله:** در دوره تحصیل جهت اخذ تجارب کاری در مراجع مختلف ستاز/کار نموده ام. طور مثال: در محکمه امستردام بخش حقوق بشر و حقوق جزای اتحادیه اروپا، دریک دفتر وکیل مدافع حقوق کار در امستردام، اتحادیه کارگران FNV MOOI، مشاور حقوقی در دفتر انجمن انستیتوت حقوقی اجرای وظیفه نموده ام. برایم همه آنها جالب و آموزنده بودند و در نتیجه آن من توانستم رشد نمایم و بی نهایت بیاموزم. درین دروه افرادی بسیار جالب و مسلکی را ملاقات نمودم که این همه باعث شد تا من به هدف نهایی خود که باید حقوقدان شوم و این علم را بیشتر بیاموزم نزدیکتر شوم.

**سمیرا:** و ضیعت تحصیلی جوانان افغان را در کشور هالند چگونه ارزیابی میکنید؟

**هیله:** در جریان تحصیل در فاکولته حقوق کمتر با محصلین افغان مقابل شده ام، در مجموع در حدود هفت نفر را بخاطر دارم ولی اکثرآ از دیگران شنیده ام که هموطنان ما بیشتر در رشته های طب و فاکولته طب دندان مصروف تحصیل اند. من میدانم که افغانها اکثرآ از جمله محصلین ممتاز و خوب در میان هم قطاران خود اند اما در وسایل اطلاعات جمعی در این مورد کمتر چیزی دیده و شنیده میشود.

چنانچه چند سال قبل به اساس بک تحقیقات، افغانها بخاطر داشتن نتایج خوب و درخشش عالی شان مورد تمجید قرار گرفته بودند.

در این صفحه کوشش بعمل میاید، تا چهره های درخشان و تحصیل یافته افغان را که در رشته های مختلف تحصیلات بلند دارند، به معرفی بگیریم. در این شماره مصاحبه جالب و خواندنی با خانم هیله باین توخی داریم. که توجه شما عزیزان خواننده را بدان جلب مینماید. در آغاز از ایشان پرسیدم، تا خود را به معرفی بگیرد.

**هیله:** اسم من هیله باین است و در سال ۱۹۹۳ تولد شده ام. از سال ۱۹۹۷ در کشور هالند زنده گی مینمایم. دریک فامیل روشنفکر بزرگ شده ام، پدرم حقوق دان و مادرم اقتصاددان اند. یک خواهر کوچکتر از خود دارم که فعلا مصروف تحصیل دوره ماستری در رشته روانشناسی میباشد.

**سمیرا:** هیله جان عزیز در مورد تحصیلات تان به طور مفصل برای ما اگر لطف نماید؟

**هیله:** مکتب (Gymnasium) را با نتیجه عالی همزمان در دو رشته متفاوت (اقتصاد و جامعه، جامعه و کلتور) را به پایان رسانیدم. بعداً شامل فاکولته حقوق یونیورستی لایدن شدم و بعد از ختم موفقانه فاکولته، به ماستری اول خود در رشته حقوق بین الدول آغاز نمودم. در نیمه ماستری اول، ماستری دوم را در رشته حقوق کار - آغاز نمودم که بعد از مدت معینه آنها را موفقانه به انجام رسانیده و به اخذ دیپلوم دو مستری نایل گردیدم.

**سمیرا:** از سفرهای کاری و تحصیلی تان بگوئید و اگر خاطره جالب از آن دوران داشته باشید.

**هیله:** در دوره تحصیلات در سیمینارها و کنفرانس های علمی که از طرف یونیورستی در خارج از هالند برگزار میگردد اشتراک نموده ام. سفرهای که من در ارتباط با رشته تحصیلی ام نموده ام، در قدم اول به بلگراد جهت اشتراک در یک کنفرانس International Model United Nations Conference سفر نمودم. همچنان در شهر (Cassino) ایتالیا در مسابقه، Moort Court Competition تحت نام De Hugo Sınzheimer اشتراک ورزیدم. بر علاوه از طریق انجمن های متعدد محصلین در London Talent Trip سهم گرفته ام. همچنان سفری از طرف انجمن محصلان (محصلین دوره ماستری) که در ارتباط رشته تحصیلی ام «حقوق کار»، سازماندهی شده بود، به روم و لیزابون نیز سفر کاری داشته ام، هنگام دروس مکتب هم به ارتباط مضامین لاتین و یونانی به شهرهای روم، سورینتو و وینتسیا هم سفرهای داشته ام.

یکی از خاطرات جالب که هنگام سفرم به روم اتفاق افتاد این بود که در هتل خواب بودیم و نیمه های شب سر و صدای دروازه ها را شنیدیم و فکر کردیم که کدام شخص مست حتماً

**سمیرا:** مشوق تان در همه عرصه های هنری، کاری و تحصیلات تان کی ها هستند؟

**هیله:** مشوقم در ارتباط کار های هنری و مشغولیت های نویسنده گی اکثرأ دوستانم و استادان مکتب ام بوده اند، بعضاً بخش های از داستانهایم را بایست در صنف در مقابل همه همصنفی هایم میخواندم و مورد تشویق بیشتر آنها میگرددیم. تحصیلاتم نتیجه توجه والدین ام است زیرا به نظر آنها تحصیلات بلند و داشتن سطح بالای تحصیلی در زنده گی از اهمیت فراوان برخوردار است.

**سمیرا:** چه وقت ها را برای نواختن پیانو مناسب میدانید؟ و یا نواختن ابزار موسیقی هم مانند نوشتن شعر و یا داستان خودش سراغ شما میاید؟

**هیله:** اکثرأ موقع که فشار درس و یا کار بالایم زیاد میگردد و استرس پیدا کنم، به نواختن پیانو میپردازم، زیرا این کار برایم آرامش خاص میبخشد و نوشتن را فعلاً که درسهایم به پایان رسیده، دوباره آغاز نموده و هر روز چیزی مینویسم زیرا از نوشتن انرژی بیشتر بدست می آورم.

**سمیرا:** نویسنده ها شاعران و در کل هنرمندان با داشتن طبع زیبا و ظریف زیبایی ها را از بعد دیگری مبینند مثلاً باران، خزان، دریا، مهتاب و رنگ ها را می ستایند و خالق اثر های ماندگار میشوند شما منحصراً یک نویسنده و نوازنده پیانو کدام پدیده های زیبایی طبیعت را دوست دارید؟

**هیله:** طبیعت برایم همیشه زیبا است و از دیدنی های آن لذت میبرم. هر فصل سال زیبایی های خاص خود را دارد ولی برای من فصل بهار که پیام آور شادی، زنده گی جدید و زیبای ها است، با تمام زیبایی هایش نهایت دوستداشتنی است. من از همه پدیده های طبیعت لذت برده و آنها برایم انرژی میبخشد تا مفکوره های خود را توسعه دهم.

**سمیرا:** آیا هیله جان در هنر آشپزی هم مهارت دارد؟ یا غذا های خوشمزه را فقط مادر جان میزد؟

**هیله:** غذا های ساده و ضروری را اکثرأ میتوانم تهیه نمایم. از آنجائیکه غذا های شیرین را بیشتر دوست دارم در تهیه آنها هم بیشتر مهارت دارم ولی غذا های خوشمزه افغانی را اکثرأ مادرم تهیه میکنند. بعضاً تحت رهنمایی مادر جانم من هم غذا های خوشمزه تهیه میکنم.

**سمیرا:** به عنوان ختم این گفتمان اگر پیامی برای جوانان به خصوص بانوان افغان داشته باشید؟

**هیله:** پیام من به جوانان و بخصوص خانم های عزیز کشورم این است که هرگز بخاطر فشار کلتور و عنعنات فرسوده و سابقه، جرأت شان را از دست ندهند و فکر نکنند که ناتوان اند. زیرا در اثر سعی و تلاش، انسان میتواند پله های موفقیت را تسخیر کند، با اطمینان باید گفت: که زنان کشور عزیز ما هم از استعداد، حوصله مندی و پشتکار عالی برخوردار اند، در قدم اول آنها از نظر اقتصادی به پای خود باید بایستند و استقلال اقتصادی داشته باشند.

پیامم به جوانان اینست که به آموزش و تحصیل ادامه دهند، موقع تحصیل از سفرها و امکانات موجود و اضافی که برایشان میسر میگردد استفاده اعظمی نمایند، زیرا از یک جهت نهایت جالب است و از جهت دیگر خیلی موضوعات را از آن می آموزند که در بدست آوردن کار خوب و مناسب آنها را یاری خواهد کرد.

**سمیرا:** سپاس بیکران از وقت زیبایتان همواره موفق و زیبا بدرخشید هیله جان عزیز.

**هیله:** جهان سپاس از شما، و از اینکه برایم موقع داده و افتخار بخشیدید تا در مورد خود مطالبی را خدمت شما و علاقمندان مجله وزین بانو بازگو نمایم، مروهون زحمات شما.

موفقیت های مزید برایتان در معرفی بیشتر جوانان افغان آرزو میدارم.

**سمیرا:** منحصراً یک جوان آگاه و دانش آموخته که تربیه یافته یک خانواده روشنگر و تحصیل کرده می باشید تا کجا دوست دارید در جامعه هالنندی برای خود راه باز کنید و تا کدام سطح به تحصیلات عالی تان می پردازید؟

**هیله:** من بیشتر علاقمند، در رشته حقوق کار رشد نموده و درین رشته کار نمایم. در آینده علاقمندم، منحصراً مشاور حقوقی و یا شاید هم به صفت قاضی مشغول کار و وظیفه شوم، و هم به درجه های بلندتر تحصیلی نایل آیم، البته سعی خواهم نمود این کار را با رشته مورد علاقه ام که نوشتن و نویسنده گی است دوام دهم.



**سمیرا:** تا جاییکه معلومات دارم در پهلوی اینکه یک بانوی زیبا پرکار و فعال هستید و مصروف تحصیلات عالی می باشید همچنان به هنر نویسنده گی و نوازنده گی دسترسی دارید دوست داریم از خود شما در این مورد بیشتر معلومات حاصل کنیم؟

**هیله:** در دوره تحصیل، نظر به کمبود وقت و برای جلوگیری از فشار کار زیاد از نوشتن صرف نظر نموده آنرا موقتاً توقف داده بودم.

در ارتباط به نوشته هایم باید بگویم، مطالبی را که نوشته میکنم با مرور زمان تفاوت نموده است، در گذشته ها داستانهای را که در اخیر یک ختم موفقانه و خوش آیند داشت می نگاشتم ولی فعلاً داستانهای پر ماجرا و هیجان انگیز روانشناسی را ترجیح میدهم.

از مدت چهار سال است که به نواختن پیانو مصروف بوده و در ختم هر سال یک نمایش کوچک در سطح محدود اجرا مینمایم.

**سمیرا:** چگونه در یافتید که استعداد نویسنده گی در وجود شما نهفته؟ و اولین نوشته تان چه بود؟

**هیله:** از طفولیت همیشه فکر میکردم که بعد از ختم یک کتاب یا داستان چه میتوانم واقع شود ولی هیچگاه فکر نمیکردم که نویسنده خواهم شد، تا اینکه یک دوست دوره مکتب ابتدایی این مطلب را برایم گفت، از همان زمان نوشتن را جدی گرفتم. اولین مطلب را که نوشتم و در آزمون هنوز پنج سال داشتم یک دیکشنری هالنندی بود که هر لغت را با رسم مربوطه آن بیان نموده بودم. گرچه غلطی های فراوان داشت ولی باز هم منحصراً خاطره تا حال آنرا حفظ نموده و نگهداری میکنم.

# یک کریچه هزار سخن

## شب سیاه

### قسمت دوم / پیوست به شماره ۵۱

خواننده گرانقدر!

شوهرم بعد از طلاق قبول نمی کرد که طفل چهارمی ام که دختر بود از او باشد در حالیکه در جریان مراحل طلاق من از وی حامله بودم، بدین منظور برای اثبات این امر بعد از سن چهار سالگی دخترم را مورد آزمایش (دی ان ای) قرار داده و مطمئن شد که دختر مشترک ماست که این عمل وی میتواند بزرگ ترین توهین به یک زن باشد. من بعد از این همه توهین و تحقیر، دوری از خانه و پسرانم، که شوهرم سرپرستی شانرا به عهده گرفته بود صرف این دختر آخری را با خود داشتم و روزهای شنبه و یکشنبه دخترم را نیز پدرش با خود میبرد، آنهم بعد از چهار سال که مطمئن شد دختر مشترک ما است. بعد از این همه سال دوباره با مادر و برادرانم که یکی شان تازه عروسی کرده بود و دومی در جریان نامزد شدن بود، یکجایزنده گی میکردیم.

طرز نگاه ها و کنایه های خانم برادرم اذیت کننده بود، گویا خواهر طلاق شده همسرش با طفلش چرا با آنها زنده گی میکنند؟ البته خانم برادرم این را فراموش کرده است حالا که در شهر تورنتوی کانادا زنده گی می کند با تحمل کردن عالمی از مشکلات و بدبختی های من این چانس برایش میسر شده است، البته زخم زبانش اذیتم میکرد.

خلاصه اینکه پنج سال در همین وضعیت زنده گی کردم، همان بود که مادرم تصمیم گرفت که برادرم را با دختری در پاکستان نامزد کند و ما هم برای مراسم نامزدی به پاکستان و بعد برای مدتی به افغانستان برویم که رفتیم.

قبل از رفتن دخترم را نزد پدرش فرستادم، در یکی از هتل های کابل محفل شیرینی خوری برگزار شد، نزدیکان خانواده ما و همکاران سابقه مادرم همه در آن شرکت کردند. درین میان یکی از همکارها و دوست سابقه مادرم که از ولایت میدان وردک بوده و از ملیت پشتون بود، نیز در محفل شرکت کرده بود مرا آنجا دید



### متصدی صفحه: فریبا چرخي

و از جریانات زنده گی من از طریق مادرم آگاه شد.

پسر خواهر خوانده مادرم که تقریباً هم سن و سال خودم بود و در حین حال انجنیر ساختمانی در یکی از شرکت ها بود، از طرز نگاه ها و حرف هایش فهمیدم که منظوری دارد.

بعد از رفتن شان به مادرم زنگ زد و برایش گفت که ما میخواهیم به خواستگاری دخترت بیایم و مادرم در جریان صحبت هایش میگفت که باید از خودش پرسیم بعد شمارا در جریان می گزارم. همان بود که بعد از ختم صحبت تلفونی مادرم با دوستش، من و خاله ام هر دو از مادرم پرسیدیم که خیریت باشد، حرف های تان معنی دار به نظر میرسد؟

مادرم بسیار خلاصه گفت: که کریم جان ترا به پسرش که هم سن و سال تو و انجنیر است، خواستگاری نمود و میخواهند به زود ترین فرصت یعنی قبل از رفتن ما، رسماً به خواستگاری بیایند و شمارا نامزد کنند.

من که مانند یک کنده یخ شدم و از ترس اینکه باز سرنوشت با من چه بازی را راه خواهد انداخت، مثال درخت بید میلرزیدم، از حرف زدن ماندم و مادرم به ادامه حرف های خود گفت: که اگر از من پرسید کاملاً راضی هستم چون سن و سال خودت زیاد شده میروود و تا چه وقت در خانه برادرت خواهی ماند؟ وضعیت اقتصادی این پسر هم خوب است و متیقن هستم که همه آرزوهایت را برآورده میکند. من در بین حرفهای مادرم پریدم و گفتم: که مادر تو باید پرسسی که خواست من چیست؟ که چنین میگوئی، من در زنده گی خیلی ها رنج کشیده ام فقط آرامش میخواهم و بس و شخصی که باید با من ازدواج کند باید مرا درک کند و برایم آسایش روحی بدهد، خواست زیادی از زنده گی ندارم و من این شخص را نمی شناسم و حتی تا هنوز اسمش را هم نمیدانم، با این عجله ممکن نیست.

همان بود که مادر حرفم را برید و با عصبانیت گفت: تو هم مثل دخترهای نو جوان ناز میکنی، چنین شانسی به هر زن طلاق شده و مادر چهار فرزند کم پیش می آید، پسر مجرد است، زنده گی خوب دارد و خانواده خوب هم هستند، دیگر چه میخواهی؟

گفتم: برای من اینها کافی نیست، زیرا من نمیدانم که این مرد چه عادات و خصلت ها دارد؟ آیا ما با هم توافق نظر و هم مفکوره هستیم یا خیر؟ مادرم از قبل هم بیشتر عصبانی شد، قهر کرده و در حالیکه به اطاق دیگری میرفت گفت: من نمیدانم که تا به چه وقت زنده هستم و خودت و دخترت را از کتیره و کنایه های زن های برادرانت محافظت کنم؟ درس هم نخواندی که بیک کار و کسب از خود میداشتی و میتوانستی خودت به پای خود بایستی و بدون حمایت کسی دیگری زنده گی کنی.

اینجا بود که بغض یا گره گلویم ترکیب و گفتم: که اگر من را سیزده ساله به مردی که بیست و پنج سال از من بزرگتر بود، بخاطر برآورده شدن خواست های خودت عروسی نمی کردی، حتماً درس میخواندم و واقعا امروز به پای خود ایستاده میشدم. و طعنه درس نخواندن را حتی از خودت هم نمی شنیدم.

خلاصه شب با عالمی از ریختن اشک و تکرار یاد های تلخ زنده گی، گذشتاندم و صبح فرارسید و بعد خوردن صبحانه همه بفکر کار و زنده گی روزمره شان شدند ولی من با خود، ذهن و قلب خود درگیر بودم و سرم را از درد شدیدگی که داشت با یک دستمال محکم بسته بودم و بدون اینکه با کسی حرف بزنم در گوشه تنها نشسته بودم.

برای خوردن نان چاشت صدایم کردند اما نه اشتهایی داشتم و نه حوصله، ساعت دویچه بعد از چاشت بود که زنگ کوچه زده شد و مهمان های دیروزه دوباره با تغییر لباس و فیشن ها از راه رسیدند. منظور آمدن شان واضح بود، در این تصمیم مادرم، خاله ام نیز رضایت نداشت و تاکید داشت که از آنها شناخت کافی نداری سالها قبل مادر این پسر همکارات بوده و این تصمیم عجولانه است و بس. اما مادرم مثل اینکه فقط بیک بار اجباری را از سر راه خود بردارد، به حرفش همچنان تاکید داشت و امر و نهی کرد که دستمال را از سرم باز کنم و کمی به سر و وضع خود رسیده و بحضور مهمانان بیایم. در غیر آن بی نزاکتی تلقی میشود، خاله هم نیز گفت: که بلی! دخترم اینکار را با خودت

آنجا با من تماس گرفت و از دوری و دلنگی اش نسبت به ما حرف میزد بعد از یکی دو روز تماس هایش کم رنگ شدند و به بهانه اینکه مصروف دیدن دوستان هستم و گاهی به این بهانه که گویا اینترنت خوب کار نمیکنند، از گرمی تماس ها کاسته شد و تا اینکه مدت ده روز تماسی دریافت نکردم و هر گاه برایش زنگ میزد جواب نمی گرفتیم و مجبور شدم که با خواهر و شوهر خواهرش تماس گرفتیم که گپ از چه قرار است؟

آنها گفتند که این مرد ترا فریب داده است او از قبل زن داشت ولی اولاد پیدا نکرده بود درین مدت خودش و جمله خانواده اش با علمی از نیرنگ و فریبکاری این موضوع را از خودت پنهان کرده بودند.

من اصلا باور نکردم و فکر میکردم که اینها شاید بخاطر کدام نارضایتی و یا کدام عقده که با او دارند چنین تهمت میزنند. تمام شب به حرفهای شان فکر میکردم که این چه حرفهایی بود که شنیدم؟ چندین بار با شوهرم تماس گرفتم ولی متاسفانه همه بی پاسخ ماندند، خلاصه برایش در پیامی جریان را نوشته و فرستادم که از چنین موضوعی باخبر شدم ولی هرگز قبول نکرده ام چون میدانم که تو چنین شخصی نیستی و این چنین خیانت را با من نکرده و از این قبلی حرفها.

ولی در پاسخ فقط کوتاه نوشت که هر چه شنیدی یک حقیقت است ، چندین بار سعی کردم که برایت بیان کنم اما نتوانستم.

این پیام من را از آسمان به زمین انداخت و فکر کردم شوخی میکند، باور نکردم. بعد متوجه شدم که متاسفانه موضوع جدی و حقیقت بوده است. زنده گئی ام طی چند روز کوتاه به همان سرعتی که خوش بخت شده بودم به همان سرعت هم به بدبختی کشید. دو ماه گذشت و شوهرم اصلا با من تماسی نگرفت. باز هم با خواهرش تماس گرفتم که برادرش کجاست و چرا جوابم را نمیدهد؟

خواهرش گفت که برادرم بیشتر از یکماه شده که به کانادا رفته است. گفتم این دیگر چه شوخی است که با من میکنید؟ گفت که نه چه شوخی، از رسیدن خود به مادرم اطمینان داد. من یکبار دیگر حیران شدم این چه بازی است که با من میشود؟

ماه ها گذشت و شوهر با من تماس نگرفت در حالیکه به گفته فامیلش در کانادا هم بوده است. به شماره ها، ایمیل هایش و هر طریقه ممکن تماس گرفتم ولی هیچ پاسخی دریافت نکردم تا اینکه دیگر فامیلش که در کابل بودند هم جواب تماس هایم را ندادند، مجبور شدم با پسر عمه اش که برادر زن اولی اش هم میشد، از طریق منسجر تماس گرفتیم و پرسیدم که این مرد کجاست؟ آیا میداند دلیل این برخورد هایش چیست؟

پسر عمه اش گفت که بلی! با من در تماس است، او با یک زن دیگر زنده گئی میکند و هم گفته است که تو جفا شده ای بدین لحاظ نمیخواهد که دیگر با تو زنده گئی کند. ترافلف برای رسیدنش به کانادا نیاز داشت و حرفهایی خیلی ها بدتر از این هم گفت. گفتم: فقط شماره جدیدش را برابم بدهید تا بتوانم پیدایش کرده و در مورد اولاد های مشترک ما تصمیمی بگیرم اما او معذرت خواست که این کار را با خطری کرده نمیتوانم که برابم تاکید کرده است که شماره اش را بشماندم.

خلاصه سال دوم است که حتی برای یکبار هم به دیدن فرزنداناش نیامده است ناگزیر شدم که اقدام قانونی کنم، دولت پیدایش کرد ولی دو بار در جلسه رسمی حاضر نشد تا به کدام سرنوشتی برسیم حالا با چهار طفل، مسوولیت های زنده گئی و عالمی از مشکلات کاری هفت روز در هفته و مسوولیت های فرزندان کوچک و درد هاییکه از بابت تشویش ها و استرس سردچارش شدم، ام، بسر میبرم.

اینکه این بدبختی زنده گئی مرا تا نا کجا های زنده گئی ام دنبال خواهد کرد، برابم غیر قابل پیشبینی است.

این بود قصه سرگذشت تلخ و نافر جام که در قالب داستان واقعی نشر شد تا پندی باشد برای مادران و خانواده ها که در مورد فرزندان شان، مخصوصا دختران خود، چنین تصمیم اشتباه و جبران ناپذیر نگیرند.

به ناحق این قدر پریشان و ناراحت بودم و ترس داشتم. میله ها، گشت و گذار ها، تحایف قیمتی و به اصطلاح نشان دادن بازار ها سرخ و سبز بهم به نمایش گذاشته شدند. کم کم به نامزدم علاقه گرفتم و حس کردم که واقعا از او خوشم می آید. مرد خوشتیپ و خوش قد و اندام هم بود. با وصف آنکه خیلی خوش برخورد و خوش صحبت بود.

دو هفته بعد از نامزدی ما دوباره روانه کشور کانادا شدیم و نامزدم هر روز و شب با من تماس می گرفت، حرف های عاشقانه و درد دلنگی هایش را با من شریک میساخت.

خلاصه اینکه من را وادار ساخت که هر چه زود تر دوباره کابل رفته و عروسی کنیم. دو ماه بعد از رفتن، در حالیکه کار های رفتن نامزدم نیز در جریان بود، برگشتم به کابل و عروسی صورت گرفت. محفل آنقدر زیبا و قشنگ برگزار شد که مثل رویا میماند. پنج هفته با شوهرم در کابل با هم بودیم البته خیلی عاشقانه بود و هر روز به شوهرم وابسته تر از قبل میشدم و به تصور اینکه هر آنچه بد بختی که در گذشته داشته ام حالا با داشتن این شوهر که چنین عاشقانه برخورد میکند، جبران میشود. وقتی دوباره برگشتم به کانادا به زود ترین فرصت حس کردم که حامله ام این خبر را با شوهرم و خانواده اش شریک ساختم که خیلی خوشحال شدند. یکی از شرایط آمدن شوهرم داشتن کار بود که به آن منظور برای خودم کار پیدا کردم خانه گرفتم تا به دولت کانادا نشان دهم که خود کفا هستم تا به زود ترین فرصت ممکن شوهرم نزد من بیاید.

خلاصه یک فرصت کوتاهی که پیدا میکردم خودم را نزد شوهرم رسانیده و دوباره بر میگشتم تا این که پسر به دنیا پا گذاشت و هنوز هم شوهرم در کابل بود و روز های سخت تنهایی را میگذشتاندم با طفل پنج ساله از شوهر قبلی و طفل نوزاد، پیشبرد کار، رفت و آمد به کابل که زود زود دلنگش می شدم، دو سال از عروسی ما گذشت همان بود که طفل دوم را هم حمل گرفتم نزدیک تولد طفل دوم ام بود که شوهرم بعد از ختم کار های رسمی به کانادا آمد. خیلی ها خوشحال بودم که بزود ترین فرصت آفتاب خوشبختی های زنده گئی ام طلوع کرد به هم خیلی ها خوشحال بودیم، پنج سال تمام را بسیار با سرور و شادی سپری کردیم طفل سوم ما هم پا به جهان هستی گذاشت، شوهرم نیز مراد را کار های خانه و محافظت از اطفال کمک میکرد، خانه ما را زیبا و رویایی ساختیم. شوهرم تصمیم گرفت که به دیدن خانواده اش به کابل برود و من هم به تصمیم اش احترام گذاشتم تا بعد این سه سال رفته و خانواده اش را از نزدیک ملاقات کند. قرار وعده شوهرم سفر کرد، بعد از رسیدن از

نکن، کار زور نیست، هر کسی خواستگار میشود به این معنی نیست که حتما باید با این مرد نامزد شوی. برو نزد مهمانان در غیر آن زشت است.

من هم ناگزیر چنان کردم و رفتم. مادرم چنان وانمود میکرد که گویا خواستگار نه بلکه خسران من آمده است، اعصابم آرام آرام خراب میشد

بعد از قصه های گرم و شیرین مادرم با مهمانانش، آنها قصد رفتن داشتند، من از دهلیز خدا حافظی کرده داخل یکی از اتاقها شدم ولی مادر و خاله ام تا دروازه خانه مهمانان را همراهی کردند. شب مادرم دوباره نزد من آمد و با حرف های عاطفی چون دخترم زنده گئی را سخت بگیر این جوانی تا ابد برایت نمی ماند و تنها زنده گئی کردن دشوار است، خودم تجربه کرده ام و من مادرات هستم به خوبی و آینده خودت فکر میکنم، باید زنده گئی خودت را دوباره بسازی، حالا دیگر سیزده ساله نیستی گرم و سرد دنیا را دیده ای، خودت میتوانی زنده گئی ات را آنطوری که خواهی بسازی. در آن ایام من سی و چهار ساله بودم و مادر چهار فرزند که تلخ ترین تجربه های زنده گئی را دیده ام. با شنیدن اینهمه حرف های مادرم اصلا نمی توانستم دلم را راضی کنم. یکبار دیگر زنده گئی را باید از صفر با کسی که اصلا نمی شناسم، شروع کنم فقط بحال خودم اشک میرختم.

خلاصه تمام شب گذشت و فردا مادرم به دوستش زنگ زد که امروز به خانه ما بیاید، خودش با خاله ام به بازار رفتند و با خود شان یک سبد شیرینی و چاکلیت گل زده آوردند و من را با پسر دوستش، که فقط یکبار در محفل نامزدی برادرم دیدم و یکبار دیگر برای چند ساعت که بخاطر تریکی با خانواده اش پیش ما آمده بود، نامزد کرد.

شخص مطلوب موقع را از دست نداده انگشتر نامزدی و مقداری طلا با خودش آورده بود و به همین ساده گئی نامزد شدیم و رفتند. شب تماس گرفتند که در همین مدت سه هفته که شما اینجا هستید محفل نامزدی میگیریم و موضوع را رسمی میسازیم، فردا به خانه شما آمده بعد برای خرید و ریزرف هتل و باقی آماده گئی های محفل میرویم.

همان بود که در ظرف یک هفته محفل نامزدی خیلی با شان و شوکت برابم گرفته شد و در محفل نامزدی عقد نکاح نیز صورت گرفت و آنهم بخاطر یک من بتوانم بعد رسیدنم به کانادا کار های رسمی خواستن نامزدم را شروع کنم.

خلاصه موضوع نامزدی و عقد نکاح ما با سرعت نور انجام شد و پیش آمد و برخورد نامزدم و خانواده اش درین مدت به حدی بود که فکر میکردم مادرم حق بجانب بوده و من



متصدی صفحه: انجنیر فردیانا طیب

# زن جامعه

مورد مسایل شخصی و اجتماعی و در برقراری روابط علت و معلول دارای ضعف هستند.

## ۲- والدین پرخاشگر و عصبی:

اصلی ترین عامل در برقراری روابط انسانی، توقعات افراد از یکدیگراند. روابط کودک کان و بزرگسالان هم دارای توقعات متفاوتی از نوع لفظی و یا رفتاری است. برخی از والدین آنچنان محیط خانواده خود را به یک منطقه بحرانی تبدیل می کنند که گویی افراد در یک قرارگاه نظامی قرار دارند. بعضی از والدین، معیارهای خارج از قدرت برای فرزندان خود در نظر می گیرند و در این راستا از روش های پرخاشگرانه به طوری کاملاً متعصبانه رفتار مینمایند. بطور مثال: انتظار اینکه اتاق کودک ذره نامنظم و کثیف نباشد، موهای او کاملاً مرتب باشد و بیانگر پیامی بدین مضمون است.

"بدون کمترین نقص، باید آنچه را انجام می دهی، بخوبی مورد نظر و انتظار ما باشد."

ایده آل های ترسیم شده توسط والدین عصبی می تواند بسیار جالب و مطلوب باشد، اما با توجه به شیوه لفظی و یا رفتاری توام با پرخاشگری، می تواند عملاً نتایج نامطلوبی را در پی داشته باشد. والدین پرخاشگر با اتخاذ روش زیاده روی در تذکر، به کودک خود نشان می دهند که نظر او برایشان فاقد اهمیت است و با سرزنشهای مکرر باعث پیدایش احساس حقارت در فرزند خود می شوند.

زنده گی میدان بازی نیست که در آخر برنده و بازنده مشخص شود و والدین هم مجبور به برنده بودن همیشه گی نیستند. چون در مسابقه شرکت نکرده اند. هدف اصلی این است که به فرزندان کمک شود که با استقلال عمل، مسئولیت رفتارشان را برعهده بگیرند، چنین روندی از طریق پیگیری روش قاطعیت توام با مهربانی فراهم میشود.

## ۳- والدین حکمران:

این والدین تمایل دارند به عنوان بهترین اولیا در گروه خود شناخته شوند. برای تحقق این خواسته سطح بالا از فرزندان خود می خواهند که به بهترین شکل موجود عمل کنند. آنها همیشه مبلغ این طرز تفکر و بنیاد هستند که انجام دادن کار یعنی انجام دادن آن بدون خطا، این

داشتن فرزندان سالم و درک شخصیت، خلق و خوی آنها یکی از اصلی ترین شیوه های تربیه مناسب است که سبب شناسایی بهتر استعدادها و تمایلات کودک می گردد. روش های متفاوتی تربیه شان وجود دارد که والدین می توانند با آگاهی بیشتر، مطالعه منطقی تربیه کودک را جستجو کنند.

به همین منظور این بار خواستم چند طریقه و روش نادرست والدین بخصوص مادران را با فرزندان شان که بعد از یک سلسله تحقیقات روانشناسی صورت گرفته، به شما پیشکش نمایم. تا از یک سو به عواقب ناگوار تربیه ناسالم عطف توجه شود و از سوی دیگر به نقش زن در جامعه که خانواده رکن اصلی اجتماعست ملتفت شده باشیم.

## ۱- والدین همه کاره:

از ویژه گی های بارز این نوع والدین میتوان به توجه بیش از حد به تمام امور فرد حتی امور جزئی نام برد. دلهره ابتدایی آنها ترسیدن از بوجود آمدن مشکلی است که باعث از دست دادن فرزندان شان شود است، اما برای این نوع نگرانی ها پایانی وجود نخواهد داشت. مواردی که امکان دارد برای دیگران امری طبیعی باشد برای این نوع از والدین امری حیاتی است. این موارد حتی در مادران این گروه به مراتب بیشتر است. این نوع والدین بدون نظرخواهی عهده دار امور فرزندان شان می شوند. با توجه به سن و جنسیت فرزند امکان دارد. حساسیت والدین کمی متفاوت باشد ولی به طور کلی وظایفی که جوامع به فرزندان محول میکنند را در این نوع والدین خود آنها برعهده می گیرند. این نوع والدین هم تصمیم گیرنده هم اقدام کننده هستند و فرزند خود را فاقد قدرت تصمیم گیری و اجرا می دانند.

کودکانی که والدین شان این سبک را دنبال میکنند شاید از نظر جسمی رشد کنند ولی هرگز به بلوغ روانی دست پیدا نمی کنند. این کودکان حتی در شکل گیری مفهوم خود (برداشتی که هر شخص از خودش دارد) هم دچار مشکلات اساسی می شوند. از ویژه گی های فرزندان این نوع والدین این است که، آنها در ارتباط با مهارتهای مقدماتی تصمیم گیری از جمله فکر کردن در

برعکس باید اظهار داشت که مدیریت خانواده هم ممکن است دارای نقاط ضعف های باشد، اما هم از نقاط ضعف خود آگاهی دارد هم در جهت رفع آنها تلاش میکند. یکی از موارد مطرح در مورد والدین کم اطلاع، عدم توجه آنها، به تاثیر اختلاف نظر آنها بر سراسر اصول تربیه آنها است. باید توجه کرد که صرف نظر از موافقت یا مخالفت والدین بر روی یک اصل، رفتار کودک شکل خواهد گرفت. والدین ممکن است موجب تقویت رفتاری شوند که خیلی ضروری نیست.

#### ۶- والدین وظیفه شناس افرای:

همیشه شخصیت کودک به رنگ محیط عاطفی خانواده ارتباط میگیرد. پیامدهای برخی از حرکات والدین به صورت کاملاً خاصی قابل پیش بینی است. حرکات نامطلوب والدین بیش از حد وظیفه شناس دامنه وسیع دارد. آنها هر چند امکان دارد مهربان و از خود گذر باشند، اما بیش از حد به فرزندان خود توجه دارند. بطور مثال: والدینی که گاه و بی گاه به اتاق فرزندان سرکشی می کنند و یا حتی در طول روز موفق به این کار نشوند، با نگرانی و دلهره تصور می کنند که در ایفای نقش والدینی خود دچار وقفه و تزلزل شده اند.

آنچه در رویه این قبیل والدین به شدت قابل احساس است این است که آنها به جای این که به تقسیم مسئولیتها به شیوه مناسب، منطقی و یا افزایش حس مسئولیت پذیری در فرزندان، پردازند، تلاش می کنند تا خانواده خود را از طریق ابزارهای فشار یا حتی استهزاء و غیره اداره کنند.

این والدین بیش از اندازه با فرزندان خود در تقابل هستند و با این فرض که باید همه کارها را برای فرزندان انجام دهند، دخالت در همه امور ایشان را نیز حق خود می دانند.



نتیجه گیری:

بر مبنای چنین تدقیق و پژوهش ناگزیریم در گزینش شیوه نا سالم تربیت و برخورد با کودکان و نوجوانان خانواده تجدید نظر نمایم. لازم است با اطفال و نوجوانان خود نظر به کرکتر و شخصیت او رفتار نمایم، از حرکات که سبب تقابل، بی مسوولیتی و فرار آنها از خانواده و فامیل میشود، بطور جدی اجتناب ورزیم، زیرا همین والدین هستند، که خوبترین و یا بدترین الگو برای فرزندان خود میباشند.

نوع والدین خود را مانند مقام ریاست یک سازمان و فرزندان را همچون زیردستان می دانند، این نوع والدین برای فرزندان خود موفقیت حتمی و بهترین بودن در همه کار است. چنین اظهاراتی به صورت غیرمستقیم به کودک می فهماند که تنها زمانی با ارزش است، که موفق باشد. هر اندازه که فرزندان این نوع والدین بزرگتر شده و از قلمرو فرهنگی خود فاصله می گیرند مشکلات بیشتر برایشان پیدا میشود. والدین ریاست طلب یا حکمران اغلب نمی توانند درک کنند که چرا فرزند نوجوان آنها دوست دارد از فعالیت های و وظایف خانواده فرار، تا با دوستان خود باشد و نوجوانان نیز نمی توانند بفهمند که چرا والدین آنها می خواهند که اعضای خانواده تا جایی که امکان دارد دور هم باشند و یا انتظار دارند که تکالیف خود را به بهترین نحو انجام دهند. تحقیقات نشان داده اند که شیوه برخورد مستبدانه و ریاست طلبانه والدین با ویژه گی های افسرده گی، فرزندان ارتباط مثبت و معنی دار دارد.

#### ۴- والدین خود محور:

والدینی هستند که به دلایل مختلف از پذیرش مجموعه متناسب و هماهنگ از مسوولیت در خانواده امتناع میورزند. و صرفاً بخش نظارتی خود را به بخش جزئی محدود میکنند. شاید موقعیت های مختلف باعث فراهم شدن بستر مناسبی برای این افراد برای دورنگه داشته شدن از مسوولیت های خانواده گی فراهم کرده باشد. روابط این نوع والدین از نوع روابط عمودی است. در صورتی که پدران دارای این سبک باشند، معمولاً به جای اینکه با همه اعضا خانواده در ارتباط باشند صرفاً با مادر خانواده در ارتباط است. و مادر با فرزندان. در این نوع شیوه مدیریت، مدیران خود را بی نیاز از همفکری با دیگران می دانند و خود را کاملاً متمایز از دیگر اعضای خانواده تصور می کنند. به خاطر شرایط جوامع امروزی که در آنها پدر معمولاً سرپرست به حساب می آید، مادر نقش حاکم عملی و نظم دهنده را دارد و این امر موجب به خطر افتادن نقش های سنتی مادران می شود. الگوی مدیریت پدران خود محور برخلاف تصورات قبلی از نقش پدری است. در این الگو کودک کان چندان فرصتی برای شرکت در گفتگوهای معنادار با پدران به دست نمی آورند. پیامد این جریان حاکم کردن مادر در خانواده و به خطر انداختن نقش های دیرینه اوست. رفتاری که توسط پدر مورد تشویق قرار میگیرد هرگز نباید به وسیله مادر سرزنش شود و یا برعکس، چرا که نتایج تربیه این گونه رفتار با فرزند، بسیار ناگوار و حتی غیر قابل جبران خواهد بود.

#### ۵- والدین کم اطلاع:

در این زمان که شیوه اطلاع رسانی زیاد گردیده و شرایط آن خواه یا ناخواه خانواده هارا نیز تحت تاثیر عوامل مختلف ناشی از این اطلاعات قرار میدهد. که گاه جنبه غیرمنتظره هم دارد. با توجه به این حقیقت که یکی از لوازم مدیریت مجهز بودن مدیران به اطلاعات فراوان و جدید است، والدینی که از این حقیقت فاصله گرفته اند و خود را برای رویه رو شدن با تحولات غیرمنتظره آماده نساخته اند، بی تردید از اعمال مدیریت مناسب ناتوان خواهند ماند. بزرگترین مشکل قابل طرح برای همچو دسته از والدین این است که گاهی آنها نمیدانند چه ناتوانی در رویه آنها وجود دارد. مدیریت این خانواده ها به صورت مریض گونه دچار این ابهام است که والدین مطرح می کنند که والدین نباید هیچگونه نقطه ضعفی داشته باشند. در حالی که به صورت کاملاً



تراوش از قلم: وحیده اکبرزی

# قصه های حقیقی در قالب داستان

کیست اینجا....  
قسمت دوم

دوست امیر از وضعیت امیر نگران به نظر میرسید و همچنان سوسیس نگاه میکرد. بعد از مکنی پرسید: میتوانی کلید دروازه حویلی تانرا برام بدهی من میروم و به سرعت بر میگردم. امیر جواب داد آخر در این نیمه شب همه جاها بسته است.

دوست امیر گفت: نه، کابل حالا آن کابل سابق نیست. هتل های هستند که تا ساعت دو سه بجه شب محفل دارند و باز میباشند. تو بی فکر باش صرف کلید را برام بده من با آهسته گی میروم و بر میگردم. امیر با دستان لرزانش دست را در جیب واسکت سیاهش که خط های باریک فولادی داشت و یکی از واسکت های دلخواهش بود، کرد و یک کلید را که در یک بند طولیل گره خورده بود از جیبش آهسته بیرون کشید. دوست امیر گفت: گرفتم گرفتم فکر نکن و تا بر میگردد یک چشم بخواب.

امیر که درد اش بیشتر و صدایش آهسته تر میگردد جواب داد آرام آرام برو تا کسی بیدار نشود.

مدتی گذشت و امیر چشمانش را باز نمود، ولی نمیدانست چه وقتی است ولی روشنی مهتاب از اتاقش رخت بسته بود و سپیده دم سپیدی اش را فرش اتاق امیر ساخته بود. امیر در مقابل خود شخصی را دید که برایش آهسته آهسته آواز میداد. امیر امیر من هستم برایت غذا آورده ام و به طرف میز اشاره کرد.

امیر با ناتوانی زیاد سرش را به طرف میز دور داد و دید که غذا های متنوع با میوه های رنگارنگ روی میز چیده شده است. امیر که باورش نمیشد تسمی کرد و گفت ای جوانمرد خدا این همه غذا ها را از کجا آوردی و چرا اینقدر فراوان؟ تو میدانی که من توان دهم حصه آنرا ندارم.

دوست اش جواب داد: سالهاست که به مردم کمک کردی، به مساجد غذا فرستادی، به یتیم و بیوه تحفه ها دادی اکنون وقت آنست که ما به خدمت تو برسیم بگیر و نوش جان کن دوست. امیر با آنکه از حرف های دوستش اشک در چشمانش حلقه بسته بود و گلویش را بغض گرفته بود گفت: ممنونم دوست عزیزم. خانه ات آباد!

امیر به خوردن غذا شروع نمود ولی بعد از یکی دو لقمه حس ناتوانی کرد و خواست بخوابد. به دوستش گفت: امروز صحتم خیلی خوب نیست و همه جانم درد دارد. فکر میکنم اگر کم بخورم بهتر خواهد بود. این همه غذا ها را با خود ببر چون میدانی که از آمدنت انکار کردم.

امیر به عجز تمام به عرووش جواب داد: نه بیچیم او قبل از ساعت دوازده اینجا را ترک کرد و رفت. اینجا هیچکس نیست. صدای امیر آنقدر به آهسته گی از دهانش بیرون می گردید که گویی هیولای اضطراب بر تن نحیفش نشسته و دستانش را بر گلو امیر می فشرد.

عروس امیر بی باکانه طرف او دید و گفت: اگر جای کم بنوشی، نیازی به دست سویی نخواهی داشت و هم دردی سری برای ما ایجاد نخواهی کرد ولی نمیدانم چرا این چند حرف ساده را نمیتوانی در کله ات جا دهی! امیر جواب داد: تشنه بودم و تو میدانی که من سعی میکنم کم بخورم و کم بنوشم تا باشد که شما را شبانه با سر و صدایم به تکلیف نسازم. عروس امیر که سر و گردن را چون ملکه دیار بی خردان از غرور بالا گرفته بود جواب داد: بلی میدانم و می بینم که چقدر سعی کرده ای تا ما را نازام نسازی! او همینکه این حرف را زد در اتاق امیر را بست و طرف اتاق خوابش روانه شد.

امیر آنقدر نفس راحت کشید که حتی درد هایش را برای لحظه کاملاً فراموش نمود و همینکه چشمش به دوست اش انداخت، دوست امیر نیز تبسم نمود و گفت: یقیناً و با آهسته گی آمد و در گوشه پایین تخت خواب امیر نشست و به طرف او نگاه میکرد.

امیر خواست به پهلو بخوابد اما یکباره متوجه شد که اواصلاً خود را تکان داده نمیتواند. درد شدیدی جانب چپ بدنش را فرا گرفته بود. با دستان ضعیفش بالشی که در کنار راستش بود طرف خود کشاند تا بتواند سرش را بلندتر بگذارد و بتواند کمی بالاتر بنشیند تا به امید اینکه درد هایش کمتر گردد، دستی بر طرف چپ بدنش بکشد.

امیر ناتوانی شدیدی را احساس کرد و نتوانست بالش را طرف خود بکشاند. چشمانش را از شدت درد بست و همینکه چشمانش را بست صدای دوستش را شنید که با آهسته گی میگفت امیر صدایم را میشنوی؟ بیا من ترا نزد داکتر ببرم!

امیر جواب داد: ای دوست ساده من! در این هنگام شب داکتر در کجاست؟

دوستش جواب داد: من ترا شفاخانه میرم، اکثر شفاخانه ها بیست و چهار ساعت باز می باشند.

امیر که با دست چپش آهسته آهسته طرف چپ بدنش را مالش میداد با چشمان همچنان بسته جواب داد: نه بگذار خوب خواهم شد، خیلی ناوقت است. در این وقت شب همه ناآرام خواهند شد. ولی دوستش همچنان اصرار مینمود که با او برود. امیر گفت من نمیتوانم بروم چون همه وجودم درد دارد و توان برخاستن را ندارم ولی سخت گرسنه ام، تا صبح انتظار کرده نمیتوانم. اگر میتوانی در همین دور و پیش بین اگر میوه بی یا بسکتی باشد برام بده. با اشاره به طرف میزی که بالای تلویزیون گذاشته شده بود گفت: دخترم اکثراً بعضی مواد خوراکی را در آنجا برام میگذازد، میتوانی ببینی اگر چیزی برای خوردن در آنجا باشد؟

دوست امیر بعد از اینکه الماری کوچک میز زیر تلویزیون را جستجو کرد به نهایت ناامیدی رو به امیر کرد و گفت. متأسفانه که اینجا چیزی نیست ولی تو فکر نکن، من به زودی میروم و غذای نهایت خوشمزه برایت میآورم.

امیر با شتاب گفت: نه دوست خوبم، این وقت رفتن نیست، نیازی نیست، من با گرسنه گی عادت کرده ام. خوراکی زیاد برام خوب هم نیست. فقط میخواستم یک چیزی سبک بخورم.



با شنیدن این جمله صدای فغان و گریه دختر و نواسه های امیر خاموشی اتاق را برهم زد. دختر امیر بار بار از داکتر التماس معاینه درست را میکرد. دختر امیر آماده شنیدن خبر مرگ پدرش نبود. پسر امیر سرب سینه پدرش گذاشت و زار زار گریست. بلی، مرگ امیر را در آغوش گرفته بود. او برای همیشه مهمان خداوند گردیده بود.

دختر امیر گفت شاید از خسته گی چنین اتفاقی برایش رخ داد. او برایش گفت که تمام شب با دوستش بود و با هم صحبت میکردند. نواسه امیر با گریه های کودکانه اش گفت نخیر بابایم دیشب در دست شویی افتیده بود و سخت افکار شده بود. داکتر با تعجب سوی دختر امیر نگاه کرد و گفت چه؟ پس شما از مرضی پدرتان آگاهی نداشتید؟ دختر امیر گفت چگونه مرضی؟

داکتر جواب داد: امیر شیخوفرنی داشت. او اصلاً دوستی نداشت. او دوستانی خیالی داشت. شیخوفرنی یک بیماری روانی است که اکثر در کهن سالی اشخاص دچار آن میشود. اینگونه اشخاص از تفکیک حقیقت و خیال عاجز میباشند. چطور امکان دارد که این همه وقت شما از مشکل پدرتان آگاه نبودید. شما نباید در هیچ حالتی برای مدت طولانی او را تنهایی گذاشتید.

دختر امیر که درد مرگ پدرش با شنیدن مرضی روانی اش دوچند شده بود گریه کنان گفت. داکتر صاحب من میدانستم که پدرم کدام نوع مرضی دارد چون بعضی اوقات برایم تلیفون میکرد و حرف هایش زیاد مغشوش کننده بود ولی من بخاطر اینکه پدرم را "دیوانه" صدا نکنند خاموش بودم و با هیچ کسی اینرا ذکر نکردم. داکتر گفت: در جامعه بدبخت ما دیوانه ها هوشیار نداشته میشوند و مرض هادیان!

دختر امیر با چشمان پر از اشکش طرف تن بی حرکت پدرش نگرست و گفت اینکاش کمی وقتر میآمد شاید گفتنی برام داشت. امیر به همین آسانی چشم از دنیا بست. کلیدروازه حویلی که برای دوستش از جیب واسکتش بیرون کرده بود، همانطور در لب میزش آویزان بود.

امیر که انسان با عصر و رسوخ بود در سال های اخیر عمرش صرف انتظار مرگ را میکشید. او آرزو میکرد که همانطوریکه او عمرش را وقف اندوختن ثروت و دارایی برای اولاد هایش کرده بود، آنها نیز بخشی از وقت شانرا در روز های تنهایی اش با او می گذشتانند. ولی دیگر خیلی ناوقت بود. امیر تنهای تنها بود و بالاخر در قلب سیاهی شب از این تنهایی به تنگ آمده، دست از دامن زنده گی برداشت و راهی دیار ابدیت گردید.

بزنی؟ امروز بسیار دلم برایش تنگ شده. چند روز میشود که با او حرفی نه زده ام و از او خبری ندارم.

ماه نور که دختر کوچک امیر بود رابطه خاصی با پدرش داشت. او برخلاف اولاد های دیگر امیر میتوانست با ناز های دخترانه اش با پدرش شوخی های طفلانه کند، او میفهمید چگونه پدرش را بخنداند و چگونه غم درونش را بزاید. ماه نور دو سه سالی شده بود که مسافر بود ولی با او همیشه در تلیفون حرف میزد. ماه نور از پدرش خاطراتی فراوانی داشت. ماه نور پدرش را خردمند ترین مرد دنیا میدانست. امیر و ماه نور ساعت های زیاد را با هم در بحث های علمی و ادبی هم میگذشتانند. امیر که سخت عقیدتمند مولانا بود و اکثر اشعارش را به حافظه سپرده بود، ساعت ها در تفهیم اشعار مولانا با ماه نور کمک میکرد. ماه نور در شروع هر گفتگویی به پدرش هشدار میداد و میگفت: پدر خبردار که در جریان خواندن شعر مولانا گریه نکنید! پدرش با تبسمی میگفت: اگر شعر مولانا را از دل بخوانی، گریه جزء آن میشود ولی کوشش میکنم اینکار را نکنم و به این شکل ساعت ها را با هم در شعر خوانی با هم سپری میکردند.....

شیلا جواب داد حتمن ولی بگذار کمی جای بنوشید و استراحت کنید بعداً اینکار را خواهیم کرد. امیر در جوابش گفت پس من فقط یک ده دقیقه میخوانم، شما همینجا باشید و روی خود را طرف نواسه های نو جوان خود کرد و گفت: زیاد وقت میشود که تلاوت قرآن شریف را نه شنیده ام، اگر امکان داشته باشد سوره یاسین شریف را برایش تلاوت کنید تا خوب بخوابم. نواسه های امیر با خوشی تمام قرآن شریف را باز کردند و شروع به تلاوت سوره یاسین نمودند. امیر سر به بالشتش ماند و با پهلوی راستش خوابید. چند دقیقه بعد پسر امیر با داکتر داخل اتاق شد. پسرش رو به داکتر کرد و گفت فکر میکنم پدرم را خواب برده است، میتوانی چند لحظه انتظار بکشید. داکتر طرف امیر نگاهی انداخت و گفت این خوب امیر است! او بعضی اوقات نزد من به معاینه خانه ام میآمد. باید معاینه اش کنم چون رنگش خیلی پریده به نظر میرسد. داکتر بالای سر امیر رفت و با لحن مهربان و صدای آرام گفت امیر من هستم داکتر اسحاق، میخواهم یک معاینه ات کنم. امیر که غرق خواب بود هیچ حرکتی در جواب داکتر از خود نشان نداد. داکتر با آرامش دست بالای شانه امیر گذاشت و او را آهسته رو به پشت دور داد. بدن امیر که مانند باد کم وزن گردیده بود به آسانی دور خورد. چشمانی امیر نیمه باز بود و لبانش کبود ولی هنوز گویی میخواست تبسمی کند و به همه خدا حافظ بگوید. همه طرف امیر خیره بودند که چون خاک تبه های کابل که در شام با رنگ غروب طلایی مینمایند، زرد مینمود. قیافه خسته، ضعیف و معصوم امیر بی جان مینمود. رنگ و روی امیر خبری خوبی نمیداد! داکتر با دیدن روی امیر به عجله نبضش را گرفت. خاموشی، ترس و هیچان آنقدر فضای اتاق امیر را در بر گرفته بود که گویی فقط صدای تپش قلب های نواسه ها و دختر امیر قابل شنیدن بود. گر چه تن بی روح امیر هیچ نیازی به تشخیص داکتر نداشت لیکن همه میخواستند بشوند که فکر نکنید او خوب است.

همه چشم ها سوی داکتر بود و داکتر سوی پسر امیر دید و گفت: انا الله و الیه راجعون!

دوست امیر گفت: هیچ فکر نکن من همه اینها را با خود خواهم برد، تو بخواب. امیر که سخت از درد خسته بود سر به بالینش نهاد و چشمانش را بست.

ساعت ده بجای صبح امیر با صدای پسرش بیدار شد. پسرش پرسید. خوب هستی پدر؟ امیر جواب داد: نمیدانم پسرم احساس خسته گی میکنم. پسرش جواب داد: چون شب ها را با دوست سپری میکنی و درست نمیخوابی پس باید خسته باشی.

امیر چیزی زیادی برای گفتن به پسر بزرگش نداشت چون فاصله عاطفی در بین شان آنقدر جا گرفته بود که پسرش درد امیر را در چشمانش و در حرف هایش نمیدید. پسرش با خون سردی تمام دروازه اتاق را بست و صدای گام هایش را از قلب امیر هم دور میساخت.

بعد از یک ساعتی پسر کوچک امیر در را باز کرد و از او پرسید: چه حال داری پدر؟ خوب هستی؟ جای صبح را خوردی؟

امیر که میتوانست تا حدی با پسر کوچکش راز دل را در میان بگذارد گفت نه پسرم ولی دلم نمیخواهد جای بنوشم چون شب دوستم انواع و اقسام غذای را برایش آورده بود و با هم خوردیم. واقعاً که خوشمزه بود. دوستم میوه های آورده بود که فکر نمیکردم در کابل پیدا شود.

پسرش با کنجکاوی پرسید: دوستت چگونه آمد؟ دروازه را من دیشب قفل کرده بودم. کی در را برایش باز کرد؟ امیر با وسوسه گفت: پسرم من با کلید خودم در را برایش باز کردم. امیدوارم که آزرده نشوی اما مطمئن باش که بعد از رفتن من دروازه را دوباره قفل کردم. پسرش نگاهی به صورت پدرش انداخت و گفت: پدر چرا رنگت اینگونه پریده است؟ دیشب چه اتفاقی افتاد؟ امیر که نمیخواست پسرش را ناآرام کند گفت: هیچ اتفاقی نیفتاد، فقط من با دوستم برای مدت طولانی قصه کردیم و خوب نه خوابیدم. حالا خوب هستم چون صبح خوابیدم ولی زیاد دلم میخواهد که خواهرت شیلا را یک زنگ بزنی تا بیاید و حتی دختر خود و دخترانی هدیه (دختر دوم امیر) را نیز با خود بیاورد چون زیاد وقت است که آنها را نه دیده ام.

پسر امیر جواب داد: خیلی خوب ولی به شرطیکه چایت را بخوری و استراحت کنی. امیر جواب داد: اینکار را حتمن خواهم کرد.

پسر امیر رفت و بعد از مدتی کوتاهی با خواهرش شیلا و دختر اش داخل اتاق امیر شد. نواسه های دیگر امیر که پسر امیر برایشان تلیفون کرده بود تا بیایند نیز در اتاق حاضر بودند. یکی از نواسه های امیر با دیدن شیلا خاله اش به سرعت از جا برخاست و آهسته در گوش شیلا چیزی گفت. شیلا چشم به پدرش خیره کرد و در حالیکه طرف پدرش نزدیک میشد گفت: نه خدا نکند پدرم شکر خوب است. پسر امیر با وارخطایی گفت چه شده است. برای من هم بگو. نواسه امیر به مامایش نزدیک شد و گفت فکر میکنم باید بابایم را نزد داکتر ببریم، فکر میکنم حالش خوب نیست. شب در هنگام استعمال دست شویی افتیده است و تمام جانش درد دارد.

پسر امیر بدون معطلی رفت تا داکتر را نزد پدرش بیاورد.

شیلا دستان پدرش را گرفت و گفت: سلام پدر من هستم شیلا.

چهره امیر با شنیدن صدای شیلا روشن گردید و تبسمی نازکی روی لبانش رقصید. امیر با آهسته گی به دخترش گفت دخترم امروز بسیار یادم میآمدی، خوب شد که آمدی. شیلا مانند همیشه با بسکت های دلخواهی امیر و پاکت های میوه به پدرش نزدیک شد و گفت: پدر بسکت های عالی خارجی برایت آورده ام و میوه خیلی تازه.

امیر خندید و گفت: تو یگانه کسی هستی که ذوقم را خوب میدانی. تشکر جان پدر. من امشب خوب نه خوابیده ام شما نزد من بنشینید من میخواهم یک چند چیز برای همه تان بگویم.

شیلا گفت: حتماً پدر جان، ما همه اینجا هستیم. شما آرام بخوابید و وقتی خوابتان پوره شد با هم مانند همیشه قصه خواهیم کرد.

امیر از دخترش خواست تا لباسش را تبدیل کند و بالشتش را منظم کند. بعد از تبدیلی لباس امیر به دخترش گفت: میتوانی به ماه نور زنگ



نگارشی از قاضی سخی صمیم

اختتام جسم و بدن خویش رنج دایمی می کشید و از نواقص جُثه و فقدان بدن سالم به عنوان یک انسان عادی و عضو جامعه بشری رنج می بُرد زیرا او خوب درک میکرد که با این حالت غیر عادی از مزایای طبیعت و لذایذ زندگی بر خوردار نیست و مطالبیم عجیبی بر او مسلط است.

او با درک و احساس همین کمبود احتیاط لازم بخرچ می داد تا بدون ضرورت و مجبوریت از رفتن و تردد در مجامع عمومی و خیابان ها خود داری نماید.

او گوشه تهنائی را اختیاری نمود و درهمنشینی با اطفال خانواده خوش و آرام بود

بر اطفال عشق می ورزید و مهر و الفتش با اطفال کمتر از مادر حقیقی نبود.

#### تصویر نوشتاری از «خاور»:

خاور زنی بود از تبار فرشتگان نیک صفت که بطور تخمین « ۲۰ تا ۲۳ » کیلو وزن و کمتر از « یک متر » قد و با سر و صورت جالب و جُثه نحیف خیلی دوست داشتنی بود، چوکات روی او کوچک و پُرچُرک بود چشمهای خُرد و گیرایش متناسب با ساختمان روی و سیمای ویژه اش در قالب اسکلیت بدن همخوانی داشت که نَمای خیلی جذاب و دوست داشتنی از او مجسم ساخته بود، او با ظاهر آرام و خصلتِ ملکوتی هر بیننده را بخود جلب و مُتَحیر می ساخت بر خورد مهر آمیزش جالب و جذاب بود، آرام و آهسته سخن می گفت و خنده های بخصوص او در اثنای سخن گفتن دیدنی و شنیدنی می گشت.

خوراک او همسان با یک طفل شش یا هفت ساله و لباس هایش بگونه لباس اطفال و پاپوش هایش پاپوش اطفال تفاوتی نداشت.

او احساس و محبت بلندی در مقابل کودکان و اطفال

## بزرگداشت از مقام والای زن (مادر) زنی با خصوصیات و کارنامه های ارزنده

«خاور» زنی که با تن خُرد و همت بلند، 23 کیلو وزن و 95 سال عمر، علی الرغم بی مهری طبیعت کارنامه ها آفرید و الگوی زحمت و کارشدا!



اوانسانی بود از جنس زن که با خلقت و سرشت جذاب و شهامت بینظیر در حدود 95 تا 96 سال عمرکرد و گهواره «دوازده - 12» کودک را جُنْبانَد و مادر معنوی درکنار مادر حقیقی شد. و این دختران و پسران فعلن در امریکا و اروپا با پسران و دختران خود شان حیات دارند.

حقیقت داستان گونه، که نه داستان خیالی است و نه افسانه فکری، بل: واقعیت است از زنده گی و کارنامه های بخصوص یک انسان و یا زنی با شهامتیکه به تناسب جُثه و اندام و خلقت طبیعی متفاوت از دیگر انسانها ولی از نگاه ارزش و جایگاه و قدرت و مقاومت خویش از تبار آزادگان جنس بشر که طبیعت با او ناسازگاری و جسم و بدنش را از نَمو و رشد اصلی باز داشته و متفاوت از شکل و شمایل مکمل و اصلی انسانها به او حیات بخشیده است.

او با رنج و عذاب جسمی و معنوی این نابرابری و شکنجه روحی را تحمل و عذاب دنیوی را قبول اما تصورات طبیعت را مبنی بر ناتوان بودن خویش نپذیرفت و در ستیزه به آن با قدرت عجیب بگونه انسانهای عادی کارنامه های عملی و معنوی به یادگار گذاشت که همه مستند و قابل درک و دید است.

بلی: همان طوریکه در تصاویر ملاحظه می فرمائید گمان برده میشود که او با این قد و قامت و جسم نحیف نمیتواند کاری را انجام دهد و یا هم مصدر خدمتی در اجتماع و خانواده ممنوع خود شود. ولی این تصور وحشی مثبتی نیست: او همیشه با طبیعت در جنگ و جدال بود ولی از کمبود و نقصان اعضای بدن و زجر معنوی خویش اعتراض علنی نکرد و برخلاف با عزم و رزم توانمند و فولاد گونه با سختی ها و مشکلات مبارزه و چنان کارنامه ها آفرید که کمتر مرد و زن سالمی می تواند آن را انجام دهند.

این زن ملکوتی «خاور» نام دارد و در مجموع به صفت یک مادر معنوی مهربانتر از مادر حقیقی « ۱۲ » کودک و اطفال خانواده را به آغوش ناتوان خویش توانا و بزرگ ساخت که فعلن اکثریت آنها در امریکا و اروپا به صفت اشخاص برومند و مستقل صاحب خانواده های جداگانه و اهل اولاد و حتی نواده های هستند که همه زندگی آرامی دارند.

گرما با وجدان پاک و دید بشردوستانه در حق این شخصیت محروم از نعمات معنوی جنس انسان ولی ناقص الاعضاء دآوری عادلانه روا داریم و کارها و زحمات او را که در دنباله این نبشته می آید با تناسب جسم و جان آن در نظر گیریم متیقن می شویم که او در حقیقت خجسته ترین زن روزگار و شایسته ترین بانوی زمان بوده است که قدر و منزلتش به هزار تقدیر می آرزید و دستهایش به هزار بوسیدن و زیارت.

مظالم طبیعت بر «خاور»:

بایست با مستندات تصویری و حدیث و سخن نوشتاری بپذیریم که خاور از تکوین و

حجیم و بزرگتر از وزن و جسم شان که به مراتب سنگینتر و وزینتر است مبادرت می ورزند و توانائی خود ها را به نمایش می گذارند و همین اصل است که ایشان را (سمبول قدرت) می نامند.

ذکر این کوتاه سخن در باره مورچه و بودن سمبول قدرتش این مطلب را به ذهنم تداعی می کند که:

در دوران مکتب و تحصیل خوانده بودم: (مُشبه عین مُشبه به نمی باشد) یعنی مُشابهت و مانند بودن یک جنس و یا زنده جانیکه با جنس و زنده جان دیگری تشبیه و مانند میشوند، جنس وزنده جان تشبیه شونده عین جنس و یا زنده جان مثال داده شده در «اصل» نمی باشد بگونه مثال اگر برای احمد مُشابهت شیر بودن میدهی: مطلب ازین انتساب شجاعت اوست، نه عین شیر بودن او زیرا او شیر حقیقی نیست مگر تنها شجاعت او شیرگونه است. به هر صورت میخواستم عرض کنم که:

مقصد من از ذکر و پیوند خاندان مورچه در تمجید و تبجیل از «خاور مرحومه» صفات شایسته و ویژه این حشره بلند همت است که با تن و جسم کوچک الگوی «کار و قدرت» شده است. «خاور مرحومه» نیز با دارا بودن همین صفات و شایستگی بلند الگوی قدرت و زحمت بود.

در بُجوحه وضع نا هنجار میهن؟

خانواده ای که «خاور مرحومه» را نگهداری و پرستاری میکرد و مذکوره دران آرامش روحی و راحت جسمی یافته بود بیکاری را نمی پسندید و در ازاء این همه نیکویی پاداش به سزائی به آنها می داد و با همت و احساس پاک و علاقه شخصی تقریباً همه کودکان خانواده را با صداقت و جوهر مهر در پهلوی مادر حقیقی آنها پرورش می داد و زحمت فراوانی متقبل می شد.



جالب اینکه این همه صداقت و عطف «خاور» که سالهای درازی ادامه داشت به هدر نرفت و ندای وجدان پاکش او را یار و یاور شد تا مهر معنوی کودکان دست پرورده و نوازش یافته دامن او شیفته زحمات او گردند و به او الفت و محبت زیادی پیدا کنند و این مهر معنوی تا سرحدی گرم شده بود که همه او را پرستش میکردند، این احساسات انسانی و ندای وجدانی در خانواده ای که خاور سالها خدمت کرده بود بیدار و زنده بود و مزید بر آن خصوصیات ویژه و شاذ معروف و معمولیکه عبارت از شجاعت و شهامت و قدر دانی و قدر شناسی است باعث آن بود که «خاور» منحیث عضو با ارزش این خانواده بحساب آید و جدایی از او جدایی از عضو اصلی فامیل محسوب گردد، بر همین بنیاد:

زمانیکه به علت وضع نا بسامان میهن افغانها مجبور به ترک دیار و سرزمین خود ها شدند فامیل حامی و نگهبان «خاور» نیز ازین زجر و درد بدور نماند و خانه و کاشانه را ترک و آواره شدند، ولی هیچگاهی «خاور» را از خود جدا نساختند و با هزاران مشقت و تکالیف نامبرده را تا به آلمان رساندند و تا زمان حیات همه در بساط یک سفره با هم نان خوردند و زندگی کردند تا اینکه «خاور» پدرود حیات گفت و بعد از تشییع جنازه و مراسم معمول کفن و دفن و در قبرستان مسلمانان به ایالت هامبورگ آلمان بخاک سپرده شد روح شان شاد و کارنامه هایش جاودانی باد.

خُرد سن تبارز می داد، بی مهری دیگران را در مقابل کودکان و اطفال خُرد سال نمی پذیرفت و در تقابل با این امر احساس غُصب او تحریک و حتی با خورد زشتش همراه می گشت.

### «خاور» و برخورد بادیگران:

خاور: در دید و نگاه اولی با بیگانگان: می کوشید از صحبت و سخن خود داری و خود را در گوشه پنهان نماید و نمیخواست طرف توجه قرار گیرد. زیرا او در حقیقت زمانیکه چهره مقابلش را تشخیص می نمود: می دانست که نگاهای دوخته شده به او تعجب آور و حیرت انگیز است؛ همین انگیزه سبب میگردد که او با بیگانگانیکه معرفت و آشنائی سابقه نداشت با سادگی و سرسری برخورد و با روحیه خیلی ها ضعیف خود را کنار می بزند و جرأت و یارای سخن زدن و تبادل گفت و شنود برایش مشکل می نمود، او کوشش میکرد زود تر خود را کناره و ازین مواجهه ناخواسته نجات یابد.

### برخوردهای ناسالم بسا از افراد جامعه در برابر خاور:

زیادترین رنجی را که «خاور مرحومه» از قشر ناصالح جامعه و اطفال کم سن اجتماع بویژه اطفال خیابانی و زشتخو و فارغ از درس و تعلیم مکتب ناشی میگردد متقبل می شد و از جامعه گریزان و عزلت گزین میگردد.

«خاور» خارج شدن از خانه و منزل را روی هر ضرورتیکه می بود دشوار و مشکل می دانست و از موجودیت اطفال در سرک و بازار سخت هراسان بود او کوشش می نمود به تهائی خارج منزل نرود و خود را به معرض آزار و اذیت اطفال قرار ندهد.



### «خاور» با همین رنج معنوی و ساختمان جسمی آغاز به کار کرد و الگوی

قدرت شد :

واقعیت های عینی و مستندات تاریخی نه چندان دور توأم با چشم دید ها و شناخت مردم، اهالی دور و پُر محل زندگی «خاور» در شهر مزار شریف مرکز ولایت بلخ گواه هستند که «او» در رؤیت ظاهری با پُر و بال فاخته گونه نمونه تواضع و تمکین بود، و در زحمت و کار نمونه قدرت و در صداقت و راستکاری مثالی بر دیگران گشته بود.

### کوتاه مطلبی ازین قلم :

همانطوریکه مشهود و مشهور است در کنار موجودات زنده جهان اعم از انسانها و حیوانات، خزندگان و چرندگان - حشره ای بنام مورچه که شاید در هر نقطه ای از جهان موجود و قابل دید باشد با ساختمان و اسکلت خُرد ولی قدرت بزرگ زندگی دارند که در قدرت و زحمت کشی شهره هستند و هم خصوصیات در زندگی این حشره وجود دارد که برای همه شگفت آورو بسا هم عبرت انگیز می باشد زیرا این حشره در زندگی با همی خویش نظام طبیعت را که برای شان ارزانی شده است طور طبیعی و جدی رعایت و در مجموع ازان متابعت می نمایند، این حشره در کار و زحمت شبا روزی مشغول و به انتقال و حمل اجسام



# بالنده گان و آینده گان

متصدی صفحه: مینامیر

در این صفحه کوشش بعمل می آید، تا به وضعیت اجتماعی جوانان از نگاه تعلیم، تحصیل، مصروفیت های اجتماعی و وضعیت کاری آنها بپردازیم. تا باشد، مشوره های ما راهگشایی برای خواننده گان ما باشد...

## جوانان و برآینده های بیکاری در اجتماع...

متأسفانه در حال حاضر جامعه ما مشکلات فراوانی دارد که بیکاری به بسیاری از این مشکلات دامن می زند. بطور مثال:

یک مردی که سرپرست یک خانواده چهارنفره است، بیکار باشد، او باید برای تهیه مایحتاج روزانه زنده گی، خود را به آب و آتش بزند، این به آب و آتش زدن ممکن است مشکلات بی شمار و زیادی را برای او ایجاد کند، مشکلاتی که فرد نمی تواند با آن کنار بیاید اما چاره نیست. همین واژه چاره نیست می تواند آبی روی آتش وجدان فرد باشد و او دست به دزدی، قاچاق و قتل بزند. فردی که بیکار می شود دیگر تعریف درست و جامعی از اوقات فراغت ندارد و نمی تواند مانند آدم های دیگر برای خودش شرایط ایجاد آرامش را مهیا کند. بیکاری مادر همه مشکلات یک جامعه است. جامعه زمانی می تواند پویا باشد و به رشد اقتصادی دست یابد و از تخلفات اجتماعی عاری شود که افراد در آن شغل و وظیفه داشته باشند و در کنار شغل از نظر کاری حاشیه امن برایشان ایجاد شود؛ حاشیه امنی که همیشه استرس و ترس از دست دادن کارشان را نداشته باشند، این همان دردی است که ریشه کن کردنش جز با فرهنگ سازی و همچنین ترمیم پایه های اقتصادی کشور امکان پذیر نخواهد بود. کشوری که بحران بیکاری خود را بتواند حل کند، قطعاً در مهم ترین مشکل خود توانسته است با سربلندی بیرون بیاید و این ارزش بزرگی است. ارزش برای جامعه که جوان هایش برای پیدا کردن یک کار مناسب دست به هر چیزی می زنند تا بتوانند ماهانه برای گذران زنده گی خود و خانواده خود مبلغ ناچیزی را دریافت کنند.

مهم ترین مساله که در حال حاضر جامعه و کشور ما با آن دست به گریبان است، بحران بیکاری است. بیکاری معضل بزرگ جامعه ما است که به همراه خود پیامدهای ناخوشایندی را برای خانواده و فرد بیکار بار می آورد. مشکلاتی از قبیل فقر اقتصادی، مشکلات روحی و روانی، مناسبات خراب خانواده گی، مشاجره، خلاف کاری و عدم توجه به پایه های خانواده. اینها همه مشکلاتی است که فرد بیکار و خانواده او با آن مواجه هستند. این مشکلات باعث می شود درون خانواده با ناهماهنگی و عدم ثبات روبه رو شود که پیوسته گی و وابسته گی را میان افرادش به بیشترین شکل ممکن کاهش دهد.

از طرفی ما در جامعه خود با فرو ریخته گی ارزش های جامعه روبه رو هستیم، مشکلی است به راحتی بنیان های اصیل یک جامعه را به انحراف بکشاند و آن را از بین ببرد. خانواده یی که از درون پاشیده می شود، دیگر چیزی برای از دست دادن ندارد و همین باعث می شود که خودش را رها کند، خودش را از بند اتفاقاتی که باعث پایندی می شود خلاص کند و ما با بالا رفتن آمار خودکشی در کشور ما مواجه شویم. بیکاری باعث می شود که فرد زنده گی را به هیچ بشمارد چرا که هیچ انگیزه برای گذران زنده گی، شب را به روز رساندن ندارد. افرادی که همه تلاش خود را می کنند که زنده گی بهتری داشته باشند، وقتی با معضل بیکاری مواجه می شوند دیگر زنده گی و آینده برایشان بی اهمیت می شود و در واقع خود را به دست سرنوشتی می سپارند که هیچ چیز آن معلوم نیست.





# قصه و رسامی برای اطفال

متصدی صفحه: آرزو پوپل

گروهی از روشنگران و خدمتگاران برای تئویر و آگاهی دهی کودکان افغانستان در اروپا کار مینمایند، آنان تحت عنوان ( قصه و رسامی برای اطفال) صفحه هایی را گشوده و گامهایی را در این راستا برداشته اند که قابل ستایش میباشد.

مجله بانو منحصراً رسالت خود - در این عرصه با آنها همگام شده و صفحه یی را به حسن نیت در اختیار شان گذاشته است.

این در حالیست که ما بزرگسالان پیرامون کودکان زیاد صحبت و سخن میرانیم، اما در عمل رسانه های نوشتاری، شنیداری و دیداری کمتر مطالب آگاهی دهنده و تشویق کننده برای کودکان دارند. روی این ملحوظ خواستیم از این پروژه مفید برای کودکان حمایت نمایم.

از همکاران و خواننده گان محترم مجله بانو متمنی ایم که این گروه را از همکاری های شان بی نصیب نمانند. چون احساس مبرم در این زمینه وجود دارد. گروه قصه برای اطفال چگونه یک نهاد است:

**گروه قصه برای اطفال**، که جهت رشد و انکشاف فکری و ذهنی اطفال افغان و تشویق آنها در جهت مطالعه از مدت 5 سال بدینسو فعال میباشد، توسط آرزو پوپل و یاسمین بهار ایجاد شده است.

این گروه در کشور آلمان فعالیت مینماید و تا کنون با موسسات خیریه و فرهنگی آلمانی - که برای کودکان افغان مشغول خدمت هستند - همکاری مینماید.

این گروه کتابی هم حاوی داستان های کوتاه به زبان آلمانی و دری نشر نموده است. که به طور رایگان به دسترس اطفال افغان مقیم آلمان قرار داده است.

کار این گروه داوطلبانه است و اعضای این گروه طور مجانی وبدون دریافت پول از طریق فعالیت شان در خدمت کودکان افغان هستند.

کاری از گروه قصه برای اطفال



## مادر کلان من

من بهترین مادر کلان دنیا را دارم. مادر کلانم هر روز صبحانه من را آماده میسازد چون مادر جان و پدر جانم صبح زود عازم کار و وظیفه خویش میشوند. او مرا هر روز به مکتب میبرد و هم از مکتب به خانه میآورد. او بسیار قصه های جالب یاد دارد و در راه برگشت از مکتب به خانه برانم قصه میگوید.

مادر کلانم هر روز صبح برانم یک دانه سیب میدهد چون سیب برای سلامتی بدن مفید است. او به من در قسمت کار های خانگی ام کمک میکند و به من خیاطی را هم یاد میدهد. او هر شب قبل از خواب برای من داستان دلخواهم را میخواند که من آن را از یاد یاد دارم. من مادر کلان خود را زیاد دوست دارم چون او مرا هم بسیار دوست دارد.

گروه سنی: 4-7

کاری از گروه قصه برای اطفال

نگارش به زبان آلمانی: یاسمین بهار

ترجمه از زبان آلمانی به دری: آرزو پوپل

## Meine Oma

Ich habe die beste Oma der ganzen Welt.

Sie bereitet mir jeden Morgen das Frühstück vor,

denn Mama und Papa müssen ganz früh zur Arbeit.

Sie bringt mich zur Schule und holt mich auch immer pünktlich ab.

Sie kennt tolle Geschichten, die sie mir jeden Tag auf dem Weg nach Hause erzählt.

Sie gibt mir jeden Tag einen Apfel zum Essen, denn Obst ist gesund und macht stark.

Sie hilft mir auch bei meinen Hausaufgaben und bringt mir das Nähen bei.

Vor dem Schlafengehen liest sie mir

meine Lieblingsgeschichten vor, die ich übrigens auswendig kann.

Meine Oma macht sehr viel für mich, und deshalb liebe ich sie sehr.

# کشتر زار سوخته

## مرغابی زشت

هرگاه خودم را در آئینه میبینم یاد آن حکایت (چوچه زشت مرغابی) می افتادم که با مشقت ها و چهره زشتش پرواز آموخت. آن حکایت را گویا هانس کریستیان آندرسن در مورد زنده گی اش نوشته بود. یک دختر بدقیافه در میان سه خواهر مقبول که بالاخر پرواز را آموخت و دیگر محتاج کسی نماند! داشتن قیافه زشت انتخاب خودم نبود و نمیخواستم تا چنین باشم مگر بعضاً جغرافیه ذهن انسان انقدر تنگ و پر خشونت می باشد که در آن جز خشم و خشونت چیزی نمی گنجد حتی حس انسانیت. همین خشم و خشونت لجام گسیخته بعضاً زنده گی دیگران را به گونه منفی متاثر میسازد. قیافه و زنده گی من نیز متاثر از خشم و خشونت یک چنین انسان گردید که چهره انسانی مگر اعمال شیطانی داشت. او در مدت کوتاه عاشقم شد و بعد از خواستگاری و عذر بی حد فامیلم را راضی ساخت و با هم ازدواج کردیم. ابتدا زنده گی ما خیلی عادی و راحت بود مگر بعد از مدتی جنگ، فحاشی، تحقیر و بهتان های بیکران آغاز شد. وقتی مقاومت می کردم با مشت و لگد مرا خاموش میساخت و وقتی خاموش میماندم ظلمش مرا به فریاد زدن و امیدداشت. بنا بر خواست او از درس و فاکولته دست کشیده زن خانه شدم تا به او و پیوند ما بصورت درست رسیده گی بتوانم مگر هیچ چیزی برای او کافی نبود. از دید او من نازن، تنبل و بی کاره بودم در حالیکه روزها به همه فامیلم خدمت می کردم و سرم از آشپزخانه بیرون نبود. برایم همیشه میگفت: تره به همی گرفتیم که خدمت کنی و اب وضوی مادرم را درست کرده نوکر ما باشی. بهر حال مقاومت می کردم تا اینکه یکسال همچنان اوضاع ما با روابط وخامت پیش میرفت، و در این میان حمل گرفتم. پسر در میان همان خشم و خشونت تولد شد وقت بدنیا آمد حتی حق نداشتم نامش را انتخاب کنم گویا من هیچکس نبودم به جز وسیله تکثیر نسل آن مرد. پسر دو ساله بود که این مرد با زن دیگر روابط عاشقانه را آغاز نمود و من شب ها در خانه تاریک با فرزندم تنها صبح می کردم. وقتی به مادرش شکایت می کردم با قهر میگفت: مرد است مجبور هستی که بکشی! در مورد اینهمه از خجالت و غیرت به فامیلم چیزی نمیگفتم و خاموشانه میسوختم و میساختم. یک شب نشه به منزل برگشتم و مرا انقدر لت و کوب کرد که دست راستم شکست. پیهم مرا تهدید به طلاق می کرد و میگفت: برو خانه پدریت دیگه شوی بگیر، مه همرايت خوش نیستم، صبح ده ای خانه نباشی. انشب این کلماتش روح و روانم را تا حدی شکنجه داد که فردا صبح برادرم را فراخوانده با او راهی خانه پدرم شدم. بعد از آنکه همه روایت ها را به فامیلم بازگو شدم پدرم با پدر پسر صحت کرد، او با عجله چند ریش سفید فامیلم را جمع کرده و مرا در حضور قاضی خیلی راحت طلاق داد. بعد از این پیشامد همه فامیلم برای من اطمینان دادند تا از من و پسر حمایت کنند. اینبار تصمیم گرفتم تا تحصیل را تمام کرده برای خودم و پسر کسی باشم. من با شدت مشغول زنده گی گشتم چنانکه جز پسر و به پایان



متصدی صفحه: خانول مهمند

ساخت. یکی از آنها که عاصی تر بنظر میرسید در حالیکه دشنام میداد بر آن مرد با سنگ ترازو حمله کرد و ناگهان چند مرد دیگر نیز بر او هجوم بردند. کسی از آن میان صدازد: نمائی که بی ناموس خواهر و مادر مردم آزار میده! با چشمان اشک آلود و افکار پریشان از آنجا دور شده بسوی درس رفتم. دو ماه از این حادثه میگذشت و دیگر کسی مزاحم نمیشد مگر یک شام همینکه نزدیک خانه رسیده بودم کسی دفعتاً چیزی مانند آب جوش بروی ام پرت کرد. سوزش جانکاه را

رساندن تحصیل به چیز فکر نمی کردم. مادرم از پسر مواظبت میکرد و من به تحصیل خود مشغول بودم. بعد از چند مدت متوجه شدم که در امتداد راه فاکولته مرد ناشناخته مرا تعقیب میکنند ولی در ابتدا به این مزاحمت التفات نمی کردم زیرا موارد مزاحمت در شهر کابل کم نیست. ولی بعد از چند روز آن شخص در حالیکه با فاصله نچندان دور از من در حرکت بود با وقاحت به من گفت: چند میری؟ با شنیدن این کلمه قلبم شدید لرزید و گام هایم را تندتر کردم. آن مرد نیز تندتر میامد و مکرر میگفت: صد دالر، از او زیاد نی. در حالیکه اشک از چشمانم جاری بود به دویدن پرداختم و خودم را از انطرف جاده بطرف دیگر رسانده و تکسی گرفتم. روزی بعد با تکسی به فاکولته رفتم و تمام راه را از نظر میگرداندم ولی نشان از آن مرد نیافتم. کسی راحت تر شدم و روزی بعد دوباره با پای پیاده بسوی فاکولته راهی بودم کسی مرا از عقب صدازد: کجا بودی او تلاقی؟ با شنیدن این صدا عرق سرد را بر پیشانی و تیر پشتم احساس کردم و گام هایم سست تر شد، گویا این آواز تمام قوه وجود را محو کرد. با احتیاط رویم را کشتاندم، موتور سفید کرولا و همان مرد با پدر پسر یکجا سوار آن بودند. در یک لحظه دلم خواست تا سنگ به شیشه آن موتور بکوبم مگر از مردم شرمیدم و با سرعت از کنار آن ها فرار کردم. وقتی خانه رسیدم خواستم با برادرانم این موضوع را در میان بگذارم مگر ترسیدم که مانع تحصیل نشوند و دوم اینکه برادر کوچکم همیشه میگفت: به درس ضرورت نداری خانه باش تره همراه بچیت مه جمع میکنم. بهر حال روز بعد خواستم با تکسی به فاکولته بروم مگر جز پول شیر و پمپرز را که ماهانه برادران همراه با مخارج فاکولته ام میپرداخت پول دیگر در جیب نداشتم. به ناچار پا پیاده بسوی فاکولته راهی بودم که ناگهان دست محکم به سورین ام خورد و با لحن زشت گفت: اخ چی مالی هستی بیا دو صد دالر بگیر که مره خراب خراب کدی. با گلو پر از بغض فریاد زدم: بچه بی پدر مادریت را به دو صد دالر ببرا! فریاد من چند رهگذر و میوه فروشان را که با کراچی های شان در حاشیه جاده ایستاده بودند متوجه اوضاع

بروی گردن و دستانم حس کردم و در همان لحظه متوجه شدم که همان مرد با پدر پسر در همان موتر کرولا فرار کردند. فریاد های من همه فامیل و همسایگان ما را با خبر ساخت. در عرض چند دقیقه مرا به شفاخانه منتقل کردند. در حالیکه میان هوش و بیهوشی بودم صدای داکتر را شنیدم که میگفت: تیزاب است مگر فضل خدا که آب مخلوط داشته در غیر آن چهره اش کاملاً متلاشی میگردد. شفاخانه قضیه را با مراجع شفاخانه قضیه را با مراجع امنیتی و قضائی در میان گذاشت و پدر پسر و ان مرد که بعدتر ما معلوم شد از دوستانش بودند بعد از مدت توسط پولیس دستگیر گردید. ولی من بعد از یک هفته از شفاخانه با زخم های زیاد خارج شدم. تیزاب تا حدی پوست چهره ام را سوخته بود و شانه راستم را زخمی ساخته بود. مگر من نگذاشتم تا این زخم ها باعث توقف درس هایم گردد بلکه این حادثه مرا صد چند نیرو بخشید تا هدفمندانه تحصیلم را ادامه بدهم. امروز چهار سال از ان حادثه میگذرد و من از مقام پوهنتون اطلاع یافتم که بنا بر نمرات بلندم بعد از فراغت در کادر پوهنتون داخل خدمت میشوم. انهاییکه مرا بدین روزگار انداخته بودند در زندان بسر میبردند. امروز من همان چوچه مرغابی بدقیافه هستم که بالاخر پرواز را با بالهای خودش آموخت. صورتم را تا حدی از دست دادم مگر با همین صورت من حیث استاد پوهنتون به جامعه ام خدمت میکنم. هیچ درد قدرت شکسته شدن اراده بلند را ندارد.



حرف بزنم. او هم این ترس مرا میدانست به همین خاطر از من سویی استفاده میکرد صدف در حالیکه سرش را میان دودستش گرفته بود حق هق کنان گریه میکرد و بعد از پاک کردن اشکهایش ادامه داد کاش همان روز برای کسی گفته بودم و تن به این معامله نمی دادم یک روز صبح پیامی فرستاد وقتی پیام را دیدم به گریه افتادم او نوشته بود یا امروز به این آدرس میایی یا اینکه همه نوشته ها و پیام های عاشقانه ات را با عکسهای نیمه برهنه ات را برای شوهرت میفرستم فقط برای یکبار اگر با من خلوت نمایی همه را پیش رویت پاک میکنم که من قبول کردم و به آدرس فرستاده شده رفتم برایم قول داد و همه را پیش رویم پاک کرد و من با یک عالمی تنفر از خودم واز او آمدم سر خانه و زنده گی، فکر کردم تمام شد تمام صفحات اجتماعی را ترک کردم و دیگر نمی خواستم سرو کاری با کسی داشته باشم با درد و عذاب وجدان دست و پا میزد، شوهرم هم متوجه این وضعیت ام شده بود چون روزها میرفت کار من بودم و دردم تا اینکه او تمام عکسهای نیمه برهنه ام را با تمامی پیام ها برای شوهرم فرستاد و کار خودش را کرد. شوهرم یک روز صبح که کار رفت بعد از دوسه ساعتی دوباره برگشت و همه را با تنفر و درد برایش گفت و نشان داد لباسهایش را جمع کرد و رفت هر قدر فغان و زاری کردم گوش نداد حق هم داشت چون من برایش خیانت کرده بودم، من ماندم درد وجدان مریضم، بعد از مدتی وکیل گرفتم و از من جدا شد، اینکه خانواده و دوستان بامن چی کردن اصلاً برایش مهم نبود چون من شکسته بودم ریخته بودم بیچاره شده بودم من هر دو را از دست دادم فقط بار بار تکرار میکنم خودم کردم که لعنت بر خودم. صدف گریه میکرد بار بار این جمله را تکرار میکرد. اینترنت ایمیل موبایل و فیسبوک سهولت فراهم کرده اما خیانت را برای افراد چی خانم و چی آقا آسان نموده و با کوچکترین لغزش وبی اطلاعاتی تا لبه پرتگاه نزدیک میسازد و گاهی هم تا عمق غرق می نماید کنجکاوای برای پیدا کردن دوست درخواست دوستی دادن در فیسبوک هم صدمه به زنده گی نمی زند اما گاهی همین کار کوچک می تواند منجر به پیش آمد و جریان غیر منظره اتفاق بیفتد و باید دانست که طنزهای کردن و صحبت های جنسی و پیام های ویدیویی و عکسهای عاشقانه هم خیانت به شمار میرود که منجر به تلاشی شدن ازدواج ها میشود.

## عشق مجازی و تلویزی که در این روزها دامن گیر شده ....

### تراوش از قلم: حورا رحیمی

من به آن تمایل نداشتم اما نمی توانستم آنها را دلگیر بسازم، که بعد از سپری شدن مدت زمانی رضایتم را ابراز کردم و به ناچار بایستی بنام حسیب ازدواج کردم. حسیب جوان خوش چهره جذابی بود مهربان بود دوسال از او جز مهربانی چیزی ندیدم اما مشککش این بود که بلند نبود محبتش را ابراز کند و این موضوع مرا اذیت میکرد، بیشتر روزها در خانه تنها بودم چون نمی خواست من بیرون از خانه کار کنم درسم را رها کردم بعد از عروسی حوصله ام سر میرفت به همین خاطر بعد از انجام دادن کارهای خانه یگانه سر گرمی من سرکشی به صفحات اجتماعی و فیسبوک بود. یک روز صبح پیامی از یک آقایی دریافت نمودم که بسیار زیبا بود حرفهای دلنشین میزد هر روز برایم پیام های عاشقانه می فرستاد و درست خصوصیاتش داشت، که من آرزو میکردم زنده گی ام رنگ و بوی تازه گرفته بود ارتباطات ما هر روز بیشتر و نزدیک تر میشد چند عکسی از خودش فرستاد و از من هم خواست تا برایش عکسهای بفرستم، سر زنده شده بودم حرفهای عقل و هوش و دلم را برده و دریده بود شش ماه این عشق مجازی ادامه داشت، تا اینکه روی تصادف از طریق یکی از دوستانش فهمیدم که مرد مجرد نیست ازدواج کرده و دوطرفه هم دارد شوکه شده بودم و حسایی حالتم به هم خورده بود گویی من مجرد بودم و خیانت نمیکنم ترسیدم تازه متوجه شدم که چیکار کردم و تصمیم گرفتم که ترک رابطه نمایم و از او دور شوم وقتی فهمیدم میخواهم چیکار کنم تهدیدش شروع شد جرأت نداشتم درباره اش با کسی

بدهی است که جهان امروز در یکی از مراحل انکشاف خود در سطوح و عرصه های مختلف به خصوص در عرصه رشد و توسعه کمپیوتر و تکنالوژی قرار دارد، انکشاف سریع تکنالوژی از یک طرف زمینه را برای نزدیکی بشریت و دست یابی به اطلاعات در سراسر جهان فراهم ساخته و از سوی دیگر زمینه سوی استفاده را منجمله دخالت در حریم شخصی و خصوصی، کلاه برداری و وقوع جرایم، روابط سالم و ناسالم مبدل گردیده است، که نتایج حاصله از آن اثرات فوق العاده ناگوار بر زنده گی شخصی دارد.

احتیاجات روحی و عاطفی زن و شوهر در دوام زنده گی مشترک نقش بسزایی دارد وقتی یکی از طرفین نیاز هایش نادیده گرفته میشود ناخواسته یکی از طرفین برای رفع این مشکل سراغ راه های دیگری میرود، که در بعضی مواقع جبران ناپذیر است. یکی از مشکلات عمده امروز زنان بخصوص بعضی زنان افغان نداشتن دسترسی به آگاهی ها و خطرات احتمالی اینترنت یا صفحه های اجتماعی است.

بدینوسیله خواستم تجربه تلخ خانمی را بازتاب دهم، که کماکان دامنگیر تعدادی شده است. زن جوان که در شبکه های اجتماعی دلباخته حرف های بیگانه شده بود و به خاطر بی مهری همسرش به او نزدیک شد اما فکر نمی کرد که سرنوشت چیزی دیگری برای او رقم زده است.

صدف با عجله وارد سالون شد و روی چوکی نشست به اطرافش نگاه میکرد گویی دنبال کسی میگشت که چشمش به من افتاد، چند بار دیگر هم دیده بودم سلام و کلامی میکردیم اما همیشه آرام و نگاه های سرگردان داشت. در گرد همایی در (buurt huis) یا همان محل اجتماعی شهر ما که ماه یکبار خانم های محل جمع بودن و موضوعات مختلف از کشورهای مختلف جبر و بحث میشد، جای قهوه و موسیقی هم تدارک دیده شده بود. گفتم: صدف جان دنبال کسی میگردی دیدم به طرفم اشاره کرد رفتم و کنارش نشستم، برایم گفت: جای یا اطاق خالی اینجا پیدا میشه میخواهم حرف بزنم بار بار خواستم برای کسی بگویم اما جرأت نکردم، روزها فکر کردم دفعه قبل که دیدمت باز هم جرأت نکردم گفتم: صبر کن رفتم از مسوول سالون تقاضا کردم که اطاق پهلو را برای چند دقیقه به اختیارم بگذارد. خانم هالندی زن مهربانی بود. و دروازه را برایم باز کرد گفت: برو من خانم صدف را میفرستم. و منتظر ماندم که در باز شد او وارد اطاق شد روی چوکی نشست ناگهان از جا بلند شد و دروازه را کنترل کرد که از پشت خود بسته است دوباره روی چوکی نشست و از من سوال کرد مطمئن هستی، کسی حرفهای مرا نمی شنود، بسیار دستپاچه و نا آرام بود دستانش را به هم میمالید با انگشتانش بازی میکرد خیلی استرس داشت، گفتم: صدف جان چی شده اول خوده آرام بساز، نفس عمیق بکش گفت: من مدتهاست دیگر آرام نمی توانم باشم روز یک قطعی سگرت میکشم، خواب ندارم بی قرارم به داکتر روان شناس مراجعه کردم اما به حال من تاثیر ندارد، چیکار باید بکنم. گفتم: بگو من شنونده خوبی هستم، اگر بتوانم کمکت کنم اگر کاری از من بری باید دریغ نمی کنم، گفت: هیچ کسی برایم کاری کرده نمی تواند، فقط گوش کن میخواهم دلم را خالی کنم تا اگر کمی آرام شوم به هر صورت بود، کمی آرامش کردم دستمال چلمکی که در دستش بود اشکهایش را پاک کرد نفس عمیقی کشید و گفت: من در یک خانواده متوسط، خوب و ابرومند به دنیا آمدم و بزرگ شدم، یگانه دختر فامیل بودم، به همین خاطر هرچی که میخواستم برایش مهیا بود، زمانیکه خورد بودم وطن را ترک کردیم و اینجا آمدیم با وجود همه امکانات که در دسترس بود ولی کمبود چیزی را احساس میکردم، زیرا به من اجازه زیاد بیرون رفتن با دوستان را نمی دادند بعد از ساعت شش عصر اجازه نداشتم بیرون از خانه باشم خلاصه مکتب را تمام کردم، خواستم بیشتر درس بخوانم که شامل یک از دوره های چهار ساله معلمی شدم که سر و کله دوسه خواستگار از اقارب مادرم که در شهر دیگری زنده گی میکردند پیدا شده مادرو پدر بخاطر که آبروی شان به خطر نیفتد مرا تشویق به ازدواج میکردند و

## تهیه و ترتیب: اداره

زن  
زیبای

پوست عادی دارید و اگر کمتر براق و جلا دار هستند پوست معمولی دارید. اگر روی تان نیز مانند قسمت های دیگر پوست براق هستند، شما پوست چرب دارید.



## روش دوم

این روش تفاوت پوست چرب و پوست کمتر چرب را به خوبی نشان می دهد. پس از پاک کردن پوست با یک دستمال نرم فقط آب اضافی پوست را به آرامی بگیرید. (بدون کشیدن دستمال روی پوست و فقط با ضربه های ملایم) سپس ۴۵ الی ۶۰ دقیقه به همان حالت صبر کنید و در این مدت از هیچ نوع کریم، لوشن، یا سیرم پوست استفاده نکنید. حالا با دستمال کاغذی پاک به ترتیب روی قسمت های مختلف دستمال را بکشید. برای هر قسمت روی یک دستمال جدا استفاده کنید و هر بار دستمال کاغذی را در نور چک کنید. اگر دستمال دارای لکه های چرب بود پوست آن قسمت چرب است. اگر هم چرب نشد آن قسمت پوست خشک است. اگر همه دستمال کاغذی ها چرب شدند یا رنگ زرد ملایمی به خود گرفتند پوست شما چرب است. اما اگر فقط بعضی از دستمال ها مثلاً قسمت پیشانی یا بینی چرب بودند و قسمت های دیگر فقط مقداری رطوبت به دستمال داده بودند، پوست شما عادی و یا معمولی است. دقت کنید که لکه های چربی را از لکه های رطوبت تشخیص دهید.

## هر کدام از انواع پوست نیازها و مراقبت خاص خود را دارند.

## پوست معمولی

این نوع پوست نه چرب است و نه خشک. پوست معمولی به ندرت چرب می شود و اگر این اتفاق بیافتد به راحتی می توان این چربی را از بین برد. در مورد اندازه منفذ پوست معمولی باید گفت: که این نوع پوست منفذ های کوچکی دارد که به راحتی دیده نمی شوند و به

ندرت باز و بسته خواهند شد. پوست معمولی معمولاً به ندرت براق می شود و همچنین کمتر شکسته و یا پوستک پوستک می شود. افراد با پوست معمولی اغلب خطوط چین و چروک روی شان کم و حصه های مختلف رنگ پوست روی شان یکسان و بدون لکه و بخار است.

اگر نوع پوست شما معمولی است اما گاهی بخار روی یا دانه های زیر پوست دارید نگران نشوید! نوع پوست شما تغییر نکرده است. با استفاده از وسایل پوست مناسب و عادت های صحی مراقبت از پوست ظاهر پوست شما پس از مدتی دوباره به حالت عادی برمی گردد و در آینده حتی درخشان تر و سالم تر از قبل خواهد شد. داشتن پوست معمولی به معنی داشتن پوست بی نقص نیست! حتی پوست نورمال هم بعضی اوقات بخار کشیده و دچار خشکی می شود. و یا مشکلات پوستی دیگری پیدا می کند. پوست در طول زمان نیز دچار تغییر می شود، به این معنی که کسانی که در حال حاضر بهترین پوست را دارند ممکن است در آینده و در شرایط متفاوت زنده گی مثل حامله داری، یائسگی و آفتاب زده گی دچار مشکلات پوستی رایج، پیری پوست و چین و چروک پوست روی شوند. اگر مقدار هورمون های شما به هر دلیلی تغییر کند، یا از وسایل آرایشی و حفاظتی ارزان استفاده کنید که پوست شما به آن حساسیت داشته باشد، ممکن است دچار بعضی مشکلاتی پوستی شوید. افرادی که دارای این نوع پوست اند باید از کریم های زیاد چرب استفاده نکنند.

## پوست خشک

اگر پوست خشک داشته باشید حتماً بسیاری از مواقع احساس کشیده گی در پوست خود خواهید داشت. همین طور ممکن است شاهد لکه های سرخ و پوستک پوستک شدن پوست تان در نواحی مختلف باشید. کسانی که پوست خشک دارند معمولاً منفذ پوست شان به راحتی دیده نمی شود و معمولاً زودتر از دیگران دچار چین و چروک روی، حساسیت و خارش پوست می شوند.

## دلیل خشکی پوست چیست؟

علت خشکی پوست می تواند عوامل زیادی داشته باشد. مثلاً اثری و

ترجمه از منبع: Healthline

در این شماره خواستیم، که در مورد انواع و اقسام پوست، که دانستن آن برای هر کس نهایت مهم است، معلومات دهم تا به اساس آن بتوانند، که از جلد، روی، موی خود مواظبت نموده و کریم ها و شامپو هایی که به جلد شان سازگاری دارد، انتخاب و استعمال نمایند.

## چند نوع پوست وجود دارد؟

به طور کل ۵ نوع پوست داریم: پوست معمولی، خشک، چرب، عادی و حساس. دانستن نوع پوست به شما این آگاهی را می دهد که چطور می توانید با بخار های روی، جوانی دانه، خشکی پوست و پاکسازی پوست مقابله نمایید. انواع پوست معمولاً بر اساس ژنتیک شکل می گیرند، اما عادت های روزمره و طریقه مواظبت ما از پوست و شرایط محیط بر تغییر نوع پوست تاثیر گذار است. برای آگاهی از روش های تشخیص نوع پوست در خانه، مراقبت از پوست چرب و حساس یا انواع دیگر پوست را باید بداید.

روش تشخیص نوع پوست..

برای تشخیص نوع پوست در خانه شما می توانید یکی از این دو روش را امتحان کنید:

## روش اول:

ابتدا با یک لوشن، روی تان را پاک نمایید. و با چند ضربه بسیار آرام با دستمال روی تان خشک کنید. روی تان را برای نیم ساعت به حال خود بگذارید و در این مدت از هیچ کریم استفاده نکنید و حتی به پوست خود دست هم نزنید. بعد از نیم ساعت - اول پیشانی، بینی، گونه ها و زنج تانرا به دقت نگاه کنید آیا که برق می زنند یا نه؟ نیم ساعت دیگر بازم صبر کنید. حالا چه احساسی در قسمت های مختلف پوست دارید؟ خصوصاً هنگام خندیدن یا بالا کردن ابروها، اگر احساس خشکی و کشیده گی در جلد تان می کنید پوست شما باید خشک باشد. اگر فقط بخش هایی مثل پیشانی، بینی و روی شما خیلی براق هستند شما



لمس پوست روی آن را چرب می کند و باکتری های دست را به پوست روی می رساند که می تواند به راحتی باعث بخار روی شوند.

#### پوست ترکیبی و عادی:

پوست های ترکیبی شامل دو یا چند نوع پوست مختلف می شوند. در این حالت معمولاً قسمت هایی از جلد به شکل خشک و پوستک پوستک و قسمت های دیگر چرب و براق می شوند. در خیلی از مواقع افراد به دلیل این نشانه ها پوست ترکیبی خود، را با پوست خشک یا چرب اشتباه می گیرند که این درست نیست. پوست ترکیبی یا پوست مختلط رایج ترین نوع در میان انواع پوست آقایان و خانم ها است و مراقبت از آن سخت تر است. این پوست غالباً در قسمت های پیشانی و بینی زرخ ظاهری چرب و براق دارند. این قسمت های غده های چرب و فعال تری نسبت به نواحی دیگر روی مثل گومه ها دارند. داشتن پوست خشک و پوست چرب به صورت هم زمان به این معنی است که شما احتیاج به مراقبت ویژه و دقیقی از پوست خود دارید.

#### پاکسازی پوست و اهمیت مرطوب کننده را فراموش نکنید!

مانند پوست چرب و پوست خشک پاکسازی پوست ترکیبی نیز ضروری است. با پاکسازی و اسکرپ ملایم پوست به طور مرتب می توانید مطمئن شوید سلول های مرده پوست را از منفذ پوست جدا کنید تا چربی و آلوده گی داخل منفذ پوست حبس نشوند.

مرطوب کننده پوست اهمیت دارد اما پیدا کردن یک مرطوب کننده که هم برای پوست خشک و هم برای پوست چرب مناسب باشد کار سختی است؛ به همین دلیل ما پیشنهاد می کنیم که در طول روز از ۲ نوع مرطوب کننده متفاوت استفاده کنید، یک مرطوب کننده برای نواحی خشک که تونیک قوی و دارای ترکیبات مغذی باشد و یک مرطوب کننده و تونیک بدون چربی (oil-free) برای نواحی چرب روی.

#### پوست حساس

هرکدام از پوست های چرب، خشک یا ترکیبی می توانند خصوصیات پوست حساس را هم داشته باشند. پوست های حساس همیشه مقداری سرخ و التهابی هستند و از بسیاری از محصولات آرایشی و حفاظتی نمی توانند استفاده کنند. کسانی که پوست حساس دارند نباید به هیچ وجه از محصولات قوی با ترکیبات کیمیای شدید استفاده کنند. پوست حساس همانطور که از اسمش مشخص است ممکن است به مواد مختلفی حساسیت نشان دهد که پوست های دیگر نشان نمی دهند.

تولید می کنند. افزایش اندازه ترشح هورمون ها در بدن نشان دهنده تولید بیش از حد هایدروجن است که هم در بدن خانم ها و هم در بدن آقایان وجود دارد. تولید هایدروجن بر اندازه تولید چربی طبیعی پوست تاثیر مستقیم دارد. وقتی که اندازه تولید چربی پوست افزایش پیدا کند، سلول پوست بزرگتر می شوند در این حالت بخار و دانه های زیر پوستی بیشتر می شود. پوست چرب سرشار از بخار و دانه های زیر پوستی سر سیاه است. منفذ پوست چرب معمولاً بیشتر از انواع دیگر پوست قابل مشاهده است و دلیل آن بزرگ تر شدن آن هاست. پوست چرب معمولاً براق تر از پوست های دیگر است و ممکن است باعث شود آرایش شما زودتر زایل گردد.

#### مراقبت از پوست چرب

سامان و وسایل زیادی برای پوست چرب تولید می شود که تضمین می کنند چربی پوست را از بین ببرد، مانند دوا های تداوی بخارها که ترکیبات بسیار قوی دارند. اما استفاده از این محصولات می تواند تاثیر بدتری داشته باشد. موادی که پوست چرب را خشک می کنند در واقع فقط آن را تحریک به تولید و ترشح چربی بیشتر روی سطح پوست می کنند.

مهم است که پوست چرب به طور کنترل شده و ملایم لایه برداری شود چرا که تولید بیشتر چربی می تواند به دلیل پوست های مرده باشد. اصلاً به سراغ روی شویه و پاک کننده آرایش قوی یا لیف های سخت و درشت نروید، برعکس باید از محصولات لایه بردار ملایم هستند مانند ماسک های لایه بردار ملایم یا لیف های نرم استفاده کنید. استفاده از کریم مرطوب کننده را فراموش نه کنید، انواع پوست ها به نرم کننده و منرال ها احتیاج دارند. اما شما باید از کریم مرطوب کننده فاقد چربی استفاده کنید و برای پاک کردن پوست چرب نیز به جای استفاده از شیر پاک کن و روغن پاک کننده، از تونیک استفاده کنید.

کسانی که پوست چرب دارند از فشار دادن بخارهای روی خود لذت می برند، اما نه تنها این کار بلکه حتی لمس کردن آن هم می تواند بخار روی را بدتر کند و حتی باعث ایجاد بخار میشود،

اختلالات ژنتیکی هم میتواند، بر روی اندازه ترشح چربی از غده چربی پوست تاثیر بگذارد. چربی طبیعی پوست با نام انگلیسی سوبم (Sebum) وظیفه نرمی و انعطاف پذیری پوست را برعهده دارد. احساس کشیده گی پوست خشک یا ویژه گی ها و علائم دیگر انواع پوست فقط محدود به روی نمی شود و در تمام بدن می تواند پخش شود. هنگامی که شرایط آب و هوای، تغذیه یا طرز مراقبت با پوست تغییر کند پوست روی و بدن علائم خشکی را نشان می دهد. خشکی پشت دست یکی از نشانه های آزار دهنده خشکی پوست است.

#### اهمیت نرم کننده برای پوست خشک

کریم های نرم کننده را برای پوست خشک انتخاب کنید که طراوت و شادابی پوست را به آن بازگرداند. کریم نرم کننده مخصوص پوست خشک باید دارای مواد مغذی و مرطوب کننده باشد تا رطوبت از دست رفته، پوست را جبران کند. به طور دایم صبح و شب کرم بر روی پوست پاک استفاده کنید تا اندازه رطوبت پوست را کنترل کنید. بسیار مهم است که عادت روزمره مراقبت از پوست ثابت داشته باشید و آن را حفظ کنید.

از وسایل آرایشی و ملایم برای پاک کردن پوست استفاده کنید، از محصولات دارای الکل و عطر دوری کنید چرا که پوست را به شدت خشک و تحریک می کنند. وسایل خوشبو می توانند پوست شما را خشک کند. سعی کنید از shower gel غیر خوشبو طور مثال محصول Dettol استفاده نمایید...

#### پوست چرب

کسانی که پوست چرب دارند معمولاً از پوست جلا دارو بخار روی شکایت دارند.

#### علت پوست چرب در چیست؟

اگر شما هم جزو کسانی هستید که پوست چرب دارید، حتماً از خود می پرسید چرا پوست چرب می شود و درمان پوست چرب چیست؟ علت پوست چرب می تواند هم عوامل ارثی و هم تغییرات هورمونی در سنین مختلف باشد. کسانی که به طور ارثی و ژنتیکی سلول های چربی پوست شان خیلی فعال باشد به صورت طبیعی چربی بیشتری

 Tiziana Terenzi®

Since 1968



Luna Stars Collection

Extrait de Parfum

MADE IN ITALY



EXCLUSIVE DISTRIBUTOR IN AFGHANISTAN

# V

## CANTO

BY TRENZI



EXTRAIT DE PARFUM

AMOR, CH'A NULO AMATO AMAR PERDONA

WITH LOVE, ANYTHING IS POSSIBLE

QUINTO CANTO V.103



EXCLUSIVE DISTRIBUTOR IN AFGHANISTAN



# دخیال انخړ صورخیال

متصدی صفحه:  
فرشته نوری

## خزان در شعر بانوان افغان

باز خزان از راه فرا رسیده است. بار دیگر دفتر ایام ورق خورد و چهره طبیعت دگرگون شد و فصلی با رنگهای گوناگون جلوه گر گردیده است.

صفحه صورخیال به مناسبت فرارسیدن خزان موضوع "خزان در شعر بانوان افغان" را برای این شماره مجله بانو انتخاب نمود که امیدوارم مورد پسند شعر دوستان عزیز قرار بگیرد.

پایتیز یا خزان یکی از چهار فصل اقلیم معتدل است. در نیم کره شمالی با برج‌های میزان، عقرب و قوس برابر است.

خزان از نظر ستاره شناسی زمان بین دو نقطه اعتدال خزان و انقلاب زمستانی است. و در جنتری یا سالنامه خورشیدی، در روز اول میزان آغاز می‌شود و تا پایان قوس ادامه می‌یابد.

بر پایه تقویم میلادی فصل خزان در نیمکره شمالی جهان از ۲۳ سپتمبر (اول میزان) الی ۲۱ دسامبر (۳۰ قوس) و در نیمکره جنوبی از ۲۱ مارچ (اول حمل) الی ۲۱ جون (۳۱ جوزا) ادامه دارد.

خزان نیز مانند سه فصل دیگر سال، جزء جدانشدنی از تحرک و فعل و انفعالات طبیعت برای بقا محسوب می‌شود. تغییراتی که در شکل و تکامل طبیعت در این فصل صورت می‌گیرد، نیز هم نتیجه و هم عامل برای انفعالاتی است که در بقیه فصل‌های سال اتفاق می‌فتد.

در خزان است که بسیاری از انواع گیاهها، برگ‌های خود را از دست می‌دهند و به اصطلاح خزان می‌شوند. دمای هوا نیز در این فصل تا اندازه زیاد پایین‌تر از تابستان است. در خزان، روزها کوتاه‌تر و شب‌ها طولانی‌تر می‌شوند. در بخش‌هایی از جهان در این فصل، بارش باران‌ها زیاد تر می‌شود.

کلمه انگلیسی Autumn (خزان) از کلمه فرانسوی "Automne" گرفته شده است و استفاده از آن برای نام این فصل از قرن شانزدهم میلادی رایج شد. نام Fall هم که در آمریکای شمالی برای فصل خزان استفاده می‌شود احتمالاً از عبارت Fall of the leaves (برگ ریزان) گرفته و خلاصه شده است.

واژه پادیز (پادیز pAdEz) در زبان دری - پارسی به معنی پاییز یا خزان بوده که آن را به زمستان یا خرمن مربوط دانسته‌اند. این واژه به مفهوم گردآوری و جمع کردن است که اوستایی آن چنین است.

احتمالاً به این خاطر به معنای گردآوری و جمع کردن آمده است که واپسین فرصت اندوختن آذوقه پیش از فرارسیدن زمستان است یا اینکه واپسین فرصت جمع‌آوری خرمن است، چون اکثراً آخرین خرمن‌های دهقانان در خزان گردآوری می‌شود.

روز اعتدال خزان را در آریانای قدیم از دیرباز جشن می‌گرفته‌اند. این جشن که در روز اول میزان برگزار می‌شد جشن مهرگان نام می‌گفتند

### خزان در شعر

از بحث علمی و جغرافیه آن می‌گذریم، چون هدف اصلی ما بررسی ابعاد ادبی و شعری موضوع است.

در همه و انواع ادبیات جهان، تعاملات طبیعی کائنات پیرامون ما به

شکلی از اشکال وجود داشته و در بسا موارد زنده گی اثر گذار اند.

له دې جملې څخه، دا طبیعي پدیده یعنی منی هم د بیلابیلی ژبو د شاعرانو په شعرونو کې د مختلفو معنا گانې او استعاري لپاره کارول شوي دي او لا هم کارول کیږي. د مثال په توګه، په دې شعر کې، آغلی شېبه "ګهیڅ" د مني نه دا ډول استعاري ګڼه اخلي:

منی { خزان }

موسم خپله کډه وتړله

د شپې تیارې معمولي وي

د ماتو ګوتو هیلو پاڅون وي

دا وخت دی نو چې د لمر وړانګې کمزورې

د سپوږمۍ مخ له غروړه ډکه

پاس هم آسمان می له سروړه ډکه

دا هر څه خوبونه نه دي

ډک له خیالونه نه دي

که د ګوتو شمېر زه نه کړم

اوس که زه شومه یوازې

د شپې لښکر هم تېری کوي

د شپو د زړه تنګون تېری

چا ته حال زه خپل بیان کړم

چې په څه د غم طوفان دی

که د مني موسم وینم

نو همدی زما جانان دی

لور یې ونه جلا کلخانګې

وروی یې په ما تیر له کمان دی

د رنگ بابللو فصلونه

د ژړیدو او ژړیدو موسم

ونې وینم لا ولارې

خو ارزښتونه له منځه ځي

نه پوهېږم دا فصل

له څه سره تشبیه کړم؟

د بیلته موسم که...

د ونې بیلتون له پانو سره

که د ونې بیلتون له معشوقو سره

دا بیلتون کې هم عجیبه خوند وي

د طبیعت دا ښکلا د لیدو وي

چې ته ولاړه او د ونې

له غېږې درباندي زر وشیندي

که اغاز وي یا انجام

خو یې پای تریخ وي ناکام

د سپرې په ضد یې خلک بولي

خو نه نه داسې نه ده

دا د سپرې تریخه پایله نه

دا د ژوندانه انخوړونه په ښکلا

چې غروړ ډېر شي زوال لري

هره خبره کې جنجال لري

دا خو ډېر اورم چې

پانې هم کله چې غروړ کاندې

نو بیا خاتنه د زر خیال لري

خو زر شي بیا ځمکې ته لوېږي!

په بیلتون یې سخت کرېږي

دا ژړیدل د فصلونو ستره جفا ده

پوهېږي ولې؟؟؟ ولې ولې

دا هغه وخت دی چې ښکلا دي

غروړ دي د یو مغرور انسان پښو ته شي

دا جفا ده چې غېږه خالي شي

او دا جفا ده چې رنگ بدل شي

افسوس افسوس افسوس

همدلته د ژوند سترې

بهر ښکاره شوه

چې کلخانګې دي خالي شي

د لاس کرښې دي فالي شي

او ونې له معشوقو سره

خدای په امانې وکړي

د ژړیدو او ژړیدو موسم

منی د رنگ د بدلېدو موسم

در ادبیات دری/فارسی نیز اشاره‌های فراوانی به خزان شده است. مولوی، حافظ، و سعدی و منوچهری از جمله شاعران کلاسیک پارسی هستند که خزان را در تقابل با بهار به تصویر می‌کشند. مولوی خزان را نابودکننده زیبایی‌ها و نیست‌کننده برگ‌ها می‌

داند.

بدون تردید نقش طبیعت در هنرها به ویژه در کلام که نمونه بارز آن شعر است، وسعت زیادی دارد.

مثلاً بانو بنفشه "بهار" در این شعر زیبایی شان، جدایی از معشوق را به برگ ریزان خزان که یکی از ویژه گی های طبیعی این فصل است، چنین تشبیه میکند:

شب خواب دیده ام که به من مهربان شدی  
از بخت من، ستاره که نه، کهکشانش شدی  
آغوش پر محبت خود را گشوده ای  
بر جسم خسته ام تو به یکباره جان شدی  
عکس ترا به سینه ای خود قاب کرده ام  
گل کاشتی به باغ دلم باغبان شدی  
دستم گرفته بردی ام از شهر بی کسی  
مرهم به زخم های دلم ناگهان شدی  
من جشن شادمانی خود را گریستم  
دیدم، به زیر ابر چه زیبا نمان شدی  
ای کاش من به خواب بدم تا ابد چنین  
بیدار دیدمت که تو از دیگران شدی  
ریختند از جدایی تو شاخ و برگ من  
من پیر تر شدم و تو از نو جوان شدی

منی په دري او پښتو شعر او ادب کې ځانگړی  
ځای او د کارولو ډیری زمینی لري، کوم چې د  
ښکلي تخيل سره یو ځای دی.

زموږ شاعران د مني د فصل هری کوچني او لوی  
طبیعی بدلون تر نظر لاندی لری چی د هغو د  
الهام په واسطه خپلو افکار، غوښتنې، تعبیرونه او  
خیالونه بیان کړي

لکه چې میرمن حسینه "م وفا" په دی شکلی شعر  
کی وايي:

کله چې رنگ د مینې واخیست مني...  
منی کران شوی له بل هر موسمه  
کله چې ډېرو خوږو  
شېبو، ترڅې شېبې له لاسه ونیولې  
کله چې وچو پانو د الهام لاس  
زما په لاس کې راکی  
هله چې  
د رژېدلو هیلو مینخ کې مې  
وموند یو تصویر د ارمان  
هغه تصویر

چې ترې اخیستی وو حالاتو امان  
د وخت په پښو کې لوېدلی تصویر  
گونگ په سل ژبو غږېدلی تصویر  
ناکام نظر ته یو ښاغلی تصویر  
چې الوتلی ترې شین رنگ د ژوند وو  
چې ترې اخیستی چا آهنگ د ژوند وو  
د یو آشنا یو نا آشنا تصویرته  
د یو پیل د انتها تصویرته  
یوې مهربانې اوږې ورکړه اوږه  
د یوه ژوند زړې یې  
د اوښکو ډک نظرته  
د یوه نوی ژوند تصویر ښکاره کړ

اوس یې چې کلک د زړه په غېږ کې نیسي  
د انتها له وېرې  
ورته شین خال  
د ژوند په تڼده وهي  
چې یې لیدو ته بیا سپرلي رابلي  
او نظرمات یې ږدي  
یو تور خال  
په ظلم زړه د غم...

در واقع فصل پاییز، بهترین تصاویر هنری را  
پیش روی یک هنرمند و شاعر قرار می دهد،  
تا او با الهام از این تصاویر طبیعت در خود  
فرو رفته و آثاری پدید آورد که از احساس  
او مایه گرفته است.

چنانچه بانو هدا [خموش] در این سروده  
زیبایش از حال و هوای خزان چنین الهام  
می گیرد:  
پاییزی حضور  
تو  
کابوس های زمستانی ست  
که

در پیراهن تنهایی

هر فصل من

گنجینه

و منرا میرید به مهمانی

کافه های (شهر نو)

کنار دیوار های

شیشه ای

قهوه های تلخ

سعدی و نیمکت های

تنهایی

با یک

آسمان بغض و باران

و مهتاب

بادستهای دلواپسی

بوسه های گرم

و دلی

قمار قمار قمار

تو

\*\*\*

هر چند هنرمند و شاعر آنچه را می بیند و  
می شنود الهام بخش آثار او می گردد. اما  
بیان این نکته هم ضروری است که  
اثر گذاری طبیعت در آثار ادبی در زمان های  
گوناگون متفاوت است و حوادث و اتفاقات  
زمان خلق اثر ادبی نیز میتواند تاثیر مستقیم  
بر آن داشته باشد.

بانو فریبا نصیریان در این شعر پاییزی اش،  
بیشتر غم و غصه های انسان را به پاییز تشبیه  
میکند:

پاییز

سقوط برگی در تنبوش زرد

نگاه شیفته ام را بدنبال خود میکشاند  
و چشمان گره خورده ام به راه  
ساده ترین تفسیر آه را بر خم میکشد  
از طنین باد در انجماد گونه هایم  
و رقص درد در پرده های مبهم پندارم  
در میابیم  
پاییز یعنی فصل از غصه لبریز  
که میشود پای هر خاطره ای بغض کاشت

\*\*\*

بانو سارا نایاب نیز در این شعر زیبای شان نگرش  
خود در مورد پاییز را چنین بیان میدارند:

پاییز ام

من فصل پاییز ام

پایم در زردی روزگار لغزیده

میان آب و یخ و توفان افتاده ام

جز جامه زرد و کاهی

چیزی به من نرسیده

موسم من

پر از انکسار است

که با باد ضارب

میچرخم با تندی در کوهپاره ها

خنک زندگی می لرزد بال و پر

تابندگی از من رمیده

پرنده بال شکسته ام

لرزان لرزان

به سوی آسمان زمستان پر میزنم

گرمای تبسم ام را

به شبنم صبح فروخته ام

در گردباد ها قامت خمیده

آره!

آرا خودم پاییز ام

در خشنده گی در من نیست

غروب چشمانم می خشکد

هر سبزه و گلهای که در اطرافم روییده

باد سرد روزگار همه چیزم را دزدیده

شکوه از دیگران ندارم

منم چون بادی به تنهای تنها

پرنده گان فراری اند

از عالم خزانی ای این دو دیده

پیراهنم در بیچارگی ها

باغبان سرد هوانا ک چرخیده

آره

منم فصل پاییزی

خوشی ها از من رمیده

همه را من زرد میکنم

پایم در زردی روزگار لغزیده

هر لحظه در حسرت بهارم

گرمای در رخسار من نیست

عسرت زندگی تیتابم کرده

باران اشک میبارد از تلخی این دو دیده

در امید اینم که یک روز

گل بهاران بشکفت

باد صبحگاهان بیاورد او را

مرهم به این دلی  
پراز اندوه و شوریده

مرا آواره گی خواهی نخواهی  
دگر چیزی به جز این هاندارم

برگ های خزان زده  
تنها گوش پرنده های سرگردان را نوازش  
میکند

صدای سکوت  
بلند میشود  
بالرزه در اندام پرنده های عاشق  
بیا مثل پرنده هایکه برگ ها را بردند  
در لانه هایشان  
جسم بی روح را به کاشانه دلت بیر  
بگذار  
نفس هایت لای موهایم برقصد  
و روح تسخیر شده ام  
را تعمیر کند

آیا منی غمجن دی، په زره پوری او یا چی عبرتناک؟  
دا یوه پوشتنه ده چې په ساده ډول ورته ځواب نشئ  
ویلای. هر مشهور ویناوال او شاعر د منی په هکله  
خپلی خاص لیدنه او نظر لری چه یو له بل سره  
ورته ندی.

لکه چی میرمن مریم "صافی" په دا شکلی شعر کی  
داسی وایی:

څومره ناکردې دې وزغمم نوره سرسامه شوم  
بخت مې دې کوته کړ یو پل مخکې له انجامه شوم  
تا چې راته کومې افسانې په غور کې ساندې کړې  
عقل مې مانع شو آزموینه کې ناکامه شوم  
نه مې گناهونو نه سجدې کې قرار پاتې شو  
هسې لالهانده زنده گی کې نا آرامه شوم  
ستا د لاسه بنده په وهمونو گمانونو یم  
لرې کره سراب دې چې په شته پام کې ناپامه شوم  
پیل د کربنت شوې خنداگانو ته مې تکی شوې  
ویبڼه ویده ناسته ناخبره د خپل نامه شوم  
دغه څو پانیز فصل ته تکی د اتمام کېږده  
نه مې شو په کار ځکه پخو لفظو کې خامه شوم.

\*\*\*

با وجود آن که در این رهگذر؛ پس از قرن  
نوزدهم و با توجه به گسترش روز افزون زنده  
گی ماشینی این الهام گرفتن از طبیعت در  
آثار ادبی کم رنگ تر شده و در اغلب آثار  
امروزی با وجود رگه هایی از طبیعت و نشانه  
های آن، روشن است که این اثرگذاری  
طبیعت مستقیم نیست بلکه؛ به نوعی تلاش  
شاعر و نویسنده برای رهایی یافتن از زنده  
گی مدرنیته و تسلیم شدن در دل طبیعت  
است.

بانو عابده "ارغوان"، در این سروده زیبای شان  
غصه های آدم ها را چنین به مظاهر پاییز و  
زمستان تشبیه نموده است:

زمستانم زمستان تباهی  
زمستانی پراز اوراد واهی  
پریشانم در این ویرانه آباد  
شبیہ جغد مانده بر دوراهی  
نمی خواهد کند ذهنم فراموش  
شبیانی را که گم شد در سیاهی  
سراسر خاطراتم را گرفته  
حکایت های زیبای شفاهی  
چه شب هایی جدا افتاده ام از  
"انار" و "صندلی" و "تنگ ماهی"  
چه پاییزان که رفتند و نمودم  
و سرمایی شدند بر گان کاهی  
کنون هم خانه بی باران و باد ام  
رها چون قاصدک در بی پناهی  
به هر سویی دلش شد می کشاند  
مرا آواره گی خواهی نخواهی

"پرشانی" و "حیرانی" و "آهی" باید گفت بیان  
«طبیعت» در آثار هنری در اشکال متعدد  
پدیدار میشود. مثلا گاهی اوقات طبیعت  
گرایی توصیفی است، به این صورت که  
شاعر خود در دل طبیعت است و به شکل یک  
گزارشگر هر آنچه را می بیند، باز گو می  
کند. این بازگویی متشکل از وصف هایی  
دقیق و حساب شده است که با عنصر تخیل و  
آرایه های ادبی آمیخته گردیده است.

گاه هم این توصیفات در اوج بلاغت به رشته  
تحریر در می آید.

بانو مزده "خاکین" در این شعر زیبای شان از  
خزان و ظواهر آن چنین استفاده میکند:

خزان تر از خزانم چون غم اش را بیشتر دارم  
و بن بست ره و پیچ و خم اش را بیشتر دارم  
گل خشکیده را مانم به دور از ریشه ای اقبال  
که جای رنگ و بویش، شبم اش را بیشتر دارم  
همیشه بین ابر و آفتابم رزم پنهانی ست  
چقدر این تندر و باد و ذم اش را بیشتر دارم  
من و سقف ترک خورده...، تگرگ تشنه و بی رحم...  
چک و چک قطره های پیهم اش را بیشتر دارم  
همیشه زخم، پشت زخم، پشت زخم می بارد  
خدایا فکر کردی مرهم اش را بیشتر دارم؟  
نگاهم حیرت آینه ها را خوب می فهمد  
سوال چون و چند میهم اش را بیشتر دارم  
اگر چه نیستم حوا و گندم زار من خالی ست  
ولی کمبود دست آدمش را بیشتر دارم

\*\*\*

خزان را نمی توان فصلی در تقابل با بهار به  
تصویر کشید. گذرگاهی است پر نقش و  
نگار که تابستان را به زمستان پیوند می زند.

پاییز چهره شاداب سبزپوشان چمن را  
زعفرانی می کند و از نگاه برخی از سخن  
سرایان، این پدیده را نمی توان منفی تلقی  
کرد.

اکثرا شاعر و نویسنده، طبیعت را بهانه قرار  
میدهد و در لابلای آن بسیاری از ناگفته ها را  
باز گو میکند.

مثلا نگرش بانو ناجیه "حیات" را در این شعرش  
چنین میبینیم:

حس میکنم مرده ام  
مثل برگ های خزان  
افتیده از نظر خورشید  
از مهر درخت  
از پرورش باد  
از چکامه سرایی مهتاب  
در شب های تنهایی  
کنار کرمک های شبتاب و با دل بیتاب  
زیر پایهای غرورت لگدمال میشوم  
و هق هقم، مثل خیش خیش

بانو را با قلم، قدم  
و در هم خود یاری نمایید.

Website: www.akiseu.com

IBAN: AT896000010310237189

BIC: OPSKATWW



هغې پلار لرلې ده، چې تل لکه یو استواره غر ددې تر شا ولاړ او هڅولې یې ده .

تر اوسه د هغې یو ژباړلی اثر یعنی (د رابسون ورتیا) چاپ شوی او دوه نور کتابونه یې لکه (د لفظونو په جنت کې) او (هوډ او بریا) چاپ ته چمتو دی.



د کلام نمونه...

غزل اوس ستره شوې یم، په لاره باندې تللي شمه  
د ژوند له سختو له ژورو ځان ایستلي شمه  
اوس بې له تا، خو ستا دنوم په یادولو سره  
هر څه کوم، ان په یوازې ژوند کولې شمه  
ته په دې فکر وې، چې بې له مانه هیڅ نشی کړي  
خو زه په مات زړگی اوس هم لږ، لږ خندلي شمه  
هغه یو وخت وو، چې بې تانه مې سا هم نه کښله  
اوس زه په بل وجود کې سایمه، سا کښلي شمه  
ما دومره پاکه مقدسه مینه وکړله چې  
داستا په نوم د جنت حورو کې راتللي شمه

# اغلی حورې سپېڅلې

حوره سپېڅلې د الحاج عبدالباقي لور د ملک گل احمد خان لمسی، په اصل کې د لوگر ولایت د پل علم د حصارک د کلي، خو د کابل په خیرخانه مېنه کې، په یوه روڼ اندې او دیندارې کورنۍ کې زېږېدلې ده.

لومړنۍ زده کړې یې په کور او منځینۍ زده کړې یې د بی بی ساره په عالي لېسه کې ترسره کړي دي او په ۱۳۸۷ لمريز کال کې د رحمن مېنې له لېسې څخه په بريالیتوب سره فارغه او لوړې زده کړې یې د کابل پوهنتون د ژبو او ادبیاتو په پښتو څانګې کې پیل او په ۱۳۹۱ لمريز کال کې یې په بريالیتوب سره سر ته رسولې ده.

دی یوازې د پښتو ادبیاتو په لیسانس بسنه ونکړه، یوې بلې متفاوتې برخې ته یې هم مخه کړه چې هغه د اقتصاد پوهنځۍ لوستل وو او هوډ لري چې په دې برخه کې خپلې نورې لوړې زده کړې لا هم پرمخ یوسي. سپېڅلې د جی - آی - زید مؤسسې سره یې د نصاب په جوړولو او د کتاب د ودې په برخه کې هم مرسته کړې او د لسګونو علمي او مدني سیمینارونو غړې او فعاله ګډونواله هم ده.

ده د یوولس کالو را په دېخوا د مېرمن ادبي او ټولنیز بهیر فعاله غړې پاتې شوې او دوه کاله د مېرمن بهیر د اړیکو مسووله هم وه. پیغله سپېڅلې تل یې د افغانو ښځو دردونو او کړاوونو په خپلو لیکنو او شعرونو کې په ډېره زړه قلم په څوکه بیان کړي دي، او شعرونه یې د پښتو په ادبیاتو کې یو ځانګړې ځای لري.

هغه ددې فعالیتونو تر څنګ د هېواد د بچیانو د روزنې په موخه د کابل تخنیکي او مسلکي زده کړو په انستیتوت کې یې د استادۍ دنده هم تر لاسه او تر اوس مهاله یې په پوره ایماندارۍ پر مخ وړي. همدا رنگه هغه له ځینو غږېزو راډیو او چاپي ورځپاڼو سره یې لنډ مهاله او اوږد مهاله همکاري هم کړې ده .

اغلی حورې د مېرمن بهیر له خوا په دوه جلا کلنۍ رڼا مشاعره کې د شعر په سیالیو کې لومړۍ او دوهم مقام (ایوارډونه) او بې شمېره ستاینلیکونه او ویاړنې یې له مختلفو ادبي بنسټونو له خوا تر لاسه کړي دي.

حورې د نورو افغان میرمنو په څیر له ډیرو ستونزو او کړاوونو سره مخ شوې خو دحورې په خټه کې پایله او په شاتګ شتون نه لری او په هر میدان کې لکه ځلانده ستوری ځلیدلې ده، لسګونه مقالې یې په مختلفو ساینټونو، مجلو او ورځپاڼو کې خپرې شوي دي.

د اغلی حورې سپېڅلې د بريالیتوبونو او لاسته راوړنو کې تر ټولو ډېره ونډه د



متصدی صفحه: زر غونه ستانیزی عادل

## پایبند آنتیپر خود با آنتیپر

در این صفحه کوشش بعمل می‌آید، تا غذاهای خوشمزه افغانی را خدمت دوستداران صفحه ارایه نمایم... امیدوارم تا با پختن و نوش جان کردن آن، ما را هم یاد نماید.



ز ستانیزی عادل  
Kabulrecipes

آب جوش برای شستن پاچه‌ها  
دو عدد پیاز بزرگ ریزه شده  
یک چهارم پیمانۀ روغن  
یک پیمانۀ گندم بدون پوست که  
برای چهار ساعت تر شده باشد  
یک پیمانۀ نخود که برای چهار  
ساعت تر شده باشد  
دو قاشق غذا خوری سیر میده شده  
یک و نیم قاشق چایخوری زرد چوبه  
هشت پیمانۀ آب جوش  
نمک بقدر ضرورت  
مرچ سیاه آسیاب شده بقدر ضرورت  
بر گهای گشنیز برای تزیین

**طرز تهیه:** پاچه‌های گوسفند را در یک دیگ قرار داده و آب جوش را بقدر پوشانیدن آنها بالای آن اضافه کنید. پاچه‌ها را برای ده دقیقه به حرارت ملایم جوشانیده و صاف کنید و با آب سرد آبکش کرده و کنار بگذارید. در یک دیگ دیگر پیاز را در روغن بقدری چرخانده و سرخ کنید تا شروع به طلایی شدن کند. پاچه‌ها - گندم - نخود - سیر و زرد چوبه را علاوه کرده و چند چرخ بدهید تا بوی سیر به مشام برسد. (نمک را علاوه نکنید زیرا سبب بطی شدن عملیۀ پخت خواهد شد) هشت پیمانۀ آب جوش را علاوه کرده و سر دیگ را ببندید و پاچه‌ها را به حرارت مُرمر برای شش ساعت و یا تا وقتیکه استخوان‌ها به سهولت از جلاتین و پوست جدا شوند بپزید. نمک را علاوه کرده و مواد دیگ را چرخ بدهید. برای پنج الی ده دقیقه بیشتر بپزید تا نمک در مواد جذب شود. استخوانهای جدا شده را بدور بریزید. شوربا و یا سوپ را به ظرف مورد علاقه‌تان انتقال داده و مرچ سیاه را بالای آن پاشانید و با برگهای گشنیز تزیین کنید.

### چکیده خرما دار White mulberry Chukeeda:

دوستان این شیرینی بسیار مقوی - مغذی - لذیذ و صد در صد طبیعی آماده مصرف در هوای سرد زمستان با یک گیلان چای داغ و هیل دار است.

**مواد لازم:** (پیمانۀ ظرفی است که گنجایش ۱۲۵ گرم آرد را داشته باشد.

دو پیمانۀ توت سفید یازرد

یک پیمانۀ چهار مغز

یک پیمانۀ خرماهای اعلائی Medjool

پوست شده و بدون خسته

یک قاشق غذا خوری

پسته خلال برای تزیین



ز ستانیزی عادل

**طرز تهیه:**

توت را جو کوب کرده و در یک ظرف قرار دهید. چهار مغز را جو کوب کرده و به توت علاوه کنید. خرما را پشت پنجه کرده تا شکل حلوا را بگیرد و به مخلوط توت و چهار مغز علاوه کرده و با دستان مخلوط کرده و بمالید تا شکل خمیر نسبتاً سخت اما شکل پذیر را بخود بگیرد. خمیر را به ده قسمت مساوی تقسیم کنید. هر قسمت را در کف دستان بشکل توپ در بیاورید. پسته‌ها را در وسط هر توپک فشار دهید. چکیده خرما دار تیار است. چکیده را در یک ظرف چیده و شب تا صبح در یخچال بگذارید. بعد از مصرف هر بار شیرینی را پوشیده نگهدارید. نوش جان.

### شوربای پاچه گوسفند: Sheep Feet Soup: An Afghan delicacy

**مواد لازم:** (پیمانۀ پیاله است که گنجایش ۱۲۵ گرم مواد جامد را داشته باشد)

چهار عدد پاچه گوسفند پاک شده



همه مواد داخل آی خانم را در یک ظرف جا داده و آنقدر مخلوط کنید تا یکدست شود. مواد را به یک تخم پزی انتقال داده و روی آتش ملایم قرار دهید و سر آنرا بپوشانید. مواد را گاهی شور داده و توت‌های گوشت کوفته را با فشار از هم پاشانید. مواد در ظرف بیست دقیقه آماده شده و آب آن باید خشک شود. کنار بگذارید تا سرد شود.

#### برای لعاب:

یک عدد پیاز ریزه شده - ¼ پیمانۀ روغن - دو قاشق غذا خوری رب بادنجان رومی - دو قاشق چایخوری سیر میده شده - نیم قاشق چایخوری نمک - نیم قاشق چایخوری زرد چوبه - ¼ پیمانۀ دال نخود که قبلاً تر شده باشد - دو پیمانۀ آب پیاز را در روغن سرخ کرده و رب و سیر را در آن چند چرخ بدهید. نمک - زردچوبه - دال نخود و آب را اضافه کرده و به حرارت ملایم بپزید تا دال نخود نرم شده و سر روغن بیاید. لعاب را کنار بگذارید.

#### برای تزئین:

برگهای گشنیز - نعنا خشک و یک پیمانۀ چکه که با نمک و سیر مخلوط شده باشد.



#### طرز تهیه آی خانم:

خمیر را به سه حصه مساوی تقسیم کرده و هر حصه را ذغاله کرده و برای ۱۵ دقیقه بپوشانید. هر ذغاله را به نوبت به مستطیل که شانزده انچ طول و هشت انچ عرض داشته هموار کرده و از درازی نصف کنید یعنی سه ذغاله شش عدد آی خانم میشود. مواد داخل آی خانم را به شش حصه مساوی تقسیم کنید و هر حصه را در امتداد طول هر ورق خمیر مطابق عکسها هموار کنید قسمیکه نصف خمیر را بپوشانند. با نصف نا پوشانده آنها مواد را بپوشانید و روی خمیر را چرب کنید و بعداً خمیر را لوله کنید تا شکل گل را بگیرد و در دیگ متنو که قبلاً چرب شده جا دهید. آی خانم را برای سالی چهار و پنج دقیقه بپزید تا نرم و شفاف شوند. بالای چکه در یک غوری چیده و با چکه بیشتر - لعاب - نعنا و گشنیز تزئین کنید. نوش جان

## ابریشم کباب: Abreshom Kebab

پیمانۀ = ۱۲۵ گرم جامد

#### مواد لازم:

یک پیمانۀ بوره  
نیم پیمانۀ آب  
یک قاشق غذا خوری آب لیمو  
نوک قاشق زعفران  
روغن برای سرخ کردن  
شش عدد تخم مرغ به حرارت اطاق  
یک قاشق چایخوری هیل میده  
دو قاشق چایخوری پسته میده شده



#### طرز تهیه:

آب - بوره - زعفران و لیمو را کمی جوش داده تا شربت نسبتاً غلیظ به دست بیاید. شربت را گرم نگاهدارید. تخم ها را در یک دیگ کوچک دسته دار یا کاسه با پنجه لت کنید تا یک دست شده و قف نکنند. روغن را در یک تخم پزی هموار به اندازه یک انچ از سطح ظرف بیندازید. (اندازه ظرف بزرگی لوله های کباب را تعیین خواهد کرد. من از ظرف ۱۲ انچ استفاده میکنم). ظرف تخم را نزدیک روغن قرار دهید. روغن باید داغ باشد، دست دیگر را در تخم قرار داده قسمیکه انگشتان دست کاملاً با تخم پوشانیده شوند. دست تان را به سرعت بالای روغن داغ به راست و چپ و بالا و پایین حرکت دهید تا مایع تخم از انگشتان تان روی روغن داغ بشکل تار ها جالی تشکیل کنند. این عمل را ۱۰ بار تکرار کنید. وقتیکه پایین کباب شروع به طلایی شدن کرد جالی تخم را به کمک سیخ های کباب اول از کناره های ظرف جدا کرده و از هر دو طرف نزدیک به خودتان در بین چوبک قرار داده، در هر دست تان باید ۲ چوبک باشد، و بدور چوبک ها لوله نمایید. چوبک را با کباب به غوری انتقال داده و چوبک ها را خارج کنید. یک قاشق غذا خوری شربت بالای آن بریزانید و با پسته تزئین کنید. هر کباب را میتوان به ذوق خود به قطعات کوچکتری برید. عین عمل را با باقیمانده تخم اجرا کنید.

## ای خانم Aikhanum: شش عدد

پیمانۀ = ظرفی که گنجایش ۱۲۵ گرم آرد را داشته باشد.

#### برای خمیر:

دو پیمانۀ آرد سفید - یک قاشق چایخوری نمک - یک قاشق غذا خوری روغن و ¼ پیمانۀ آب.  
آرد و نمک را با هم مخلوط کرده و روغن را در آرد با دست بمالید. آب را اضافه کرده و خمیر را به کمک گرد آرد مشت کنید تا یکدست شود. خمیر را بپوشانید و کنار بگذارید تا حالت ارتجاعی آن کم شود.  
برای داخل آی خانم:

دو پیمانۀ پیاز ریزه شده - ¼ پیمانۀ روغن - نیم کیلو گوشت کوفته پی - یک و نیم پیمانۀ کرم سبز ریزه شده - یک قاشق چایخوری نمک - یک قاشق چایخوری مرچ سیاه - یک قاشق غذا خوری تخم گشنیز.



متصدی صفحه: خاتول مهنند

اینکه رشته دلخواهم طب بود قبول شدم، برایم خیلی با ارزش بود. من همیشه در طول زنده گی یک انتخاب داشتم و آن هم طب معالجوی بود، چون همیشه در محیط غم زده خود میدیدم که این دکتران بودند که به درد مردم التیام میبخشیدند و مردم بعد از هر دردی حتی اگر روحی میبود بنا بر نیاز به داکتر مراجعه میکردند. من نیز برای اینکه یک روزی چنین فردی باشم به طب دل بستم و پنج انتخاب کانکورم طب معالجوی بود. ولسی در کنار طب و مضامین فیزیک، کیمیا و ریاضی به ادبیات نیز علاقمندم بودم که به همین دلیل شعر و نظم را راهی برای بیان احساس و حس درونی خود یافتم. مخصوصاً با گذشت هر روز از دهر و هر چه بیشتر سال میگذرتم، متوجه پیرامونم میشدم، مثلاً در افغانستان اینقدر متوجه اوضاع متشوش اطراف نبودم اما وقتی آمدن ایران و در مراکز صحتی مشغول کار عملی گردیدم، هموطنانم را با وضعی فقر، تیره و بختی مبینم و مبینم که چه سرنوشتی برای شان رقم زده اند. اوضاع تلخ آنها را با اتباع کشورهای دیگر مقایسه میکنم و همان است که دیگر طاقتم طاق میشود و شعر سرایدن را یگانه راهی برای تخلیه این حس مبینم. اولین نظم را که نوشتم در مورد بیان حال متشوش خودم بود. در کنار اینهمه بدبختی سیاسیون و بازی های سیاسی شان این مردم بینوا را بیشتر از پیش رنج میسازد. از دید من سرایش شعر تسکین درد است. من در حد تخصص و بالاتری به شعر و شاعری آشنایی ندارم فقط در حد که در مکتب آموزش دیده ام. اما چون از طفولیت با پدرم شعر میخواندم و با هم رقابت حفظ شعر میگذاشتیم، حجم زیادی از شعر حفظ کردم و این باعث میشود در حین نوشتن از آنها کمک بگیرم. من بیشتر در طول این روزها از خواندن اشعار قهار عاصی، سمیع حامد، پروین اعتصامی و شهریار لذت میبرم.

# زنگ هنر ادبیات

در رابطه به تب کنگو در افغانستان، علت مرگ و میر نوزادان، تیتانوس و سلامت روان نوشته است. شهره از خاطرات اش چنین میگوید: خاطره ی به یاد دارم که همه همصنفی های مکتبم شهره را اشتباه تلفظ میکردند و گاهی شهرت و گاهی شوره صدا میزدند و من بخاطر اینکه این اشتباه را حل کرده باشم، شعری از حافظ که پدرم همیشه میگفت به آنها جواب گونه میخواندم

منم که شهره شهرم به عشق ورزیدن  
منم که دیده نیالوده ام به بد دیدن

در ان زمان بیش از هشت سال نداشتم و روزی بعد از خواندن این شعر از جانب استاد تشویق شدم که در نتیجه به حفظ اشعار آغاز کردم. با وجود آنکه ایران را برای ادامه تحصیل انتخاب کردم آنچنان راضی نیستم اما این کشور آنچنان به من استادی کرد که کل زنده گی و نوع نگاهم را به زنده گی تغییر کرده. تحقیر شدن - تشویق شدن - دیدن مهاجرین و کارگران، فضای مطالعوی همه و همه به من فهماند کجای این جهان هستیم و واقعا در چه وضع قرار داریم. آرزو دارم روزی را شاهد باشیم که عقیده همه جهان انسانیت با کشور بدون مرز و زبان عشق باشد.

## داکتر شهره میگوید:

وقتی با بلند ترین نمبر در کانکور کامیاب گردیدم، طبیعتاً حس خوب داشتم، مخصوصاً که بعد از زحمت سه ساله نتیجه انرا مثبت میدیدم. اما در سمت دیگر این موفقیت، حسی که آزار دهنده مینمود، نامتعادل بودن این پروسه بود، مثلاً من در روز کانکور در سرمای جانکاه مزار با لباس گرم و دل گرم با پشتیبانی قوی خانواده در محیط نسبتاً خوب حضور یافتم، اما بسیاری از هم کانکوریهای من بر علاوه نداشتن حمایت خانواده در محیط سرباز و سرد امتحان دادند، پس مطمئناً نتیجه به عنوان اول نمره شدن برایم اهمیت نداشت اما

در این شماره با داکتر شهره قادری و آرزو نوا نائب خیل با شما خواننده گان عزیز هستم .. هر بانوی ویژه گی های خودش را دارد، در هر بانویی جوهر و استعداد نهفته که برای ترأش ان جوهر زاینده در کار است تا با توجه و تلاش او را جلایش داده به مقام برساند که لایق اش را دارد. در این شماره دو بانوی پر افتخار دیگر را به معرفی میگیرم که واقعاً استعداد و تلاش های شان در خور ستایش میباشد و همان جوهر هستند که با تلاش خویش را به جایگاه رسانده اند داکتر شهره قادری و آرزو نوا نائب خیل هستند که در دو قاره جدا گانه برای خویش هويت درست کرده اند.

## داکتر شهره قادر را چگونه مینناسیم؟



تولد بانو داکتر شهره قادری در ۳۱ اسد ۱۳۷۶ برابر ۱۹۹۷ بعنوان دختر چهارم خانواده و فرزند پنجم رقم خورده. نام وی را مادر و پدر شهره خواندند، این نام با وجود مخالفت های اطرافیان بخاطر نامتعارف بودن همچنان با او ماند. شهره بعد از انقراض رژیم طالبان با وجود همه مشکلات ۱۲ سال را به عنوان اول نمره عمومی مکتب تمام کرد، و در کانکور سال ۱۳۹۳/۲۰۱۴ اول نمره عمومی کانکور در سطح افغانستان با اخذ ۳۵۲ نمره شد. وی از میان چند کشور نظر به بعضی ملاحظات راهی کشور ایران گردید. در ایران در رشته طب معالجوی آغاز به تحصیل کرد که فعلاً نیز در همان جا مشغول تحصیل است. در ایران فعلاً مشغول گذراندن دوره طب معالجوی در فاکولته شهید بهشتی میباشد. در کنار طب بخاطر اوسط نمرات اش شامل دوره ماستری صحت عامه گردید و خوشبختانه با موضوع (ویژه گی های بیماران تب کریمه کنگو در افغانستان) پایان نامه خود را تمام کرده و همچنان دوره های آموزشی MBA، آمار و احصایه و روش تحقیق در

## بانو آرزو نوا نائب خیل ..



آرزو نوا نائب خیل (با تخلص هنری الیف نوا) که متولد ۱۹۸۵ میلادی می باشد، در یک خانواده با گرایش های سیاسی در شهر کابل به دنیا آمد. او در دوران جوانی تحصیلات خود را نیمه تمام رها کرده و راهی دیار غربت گردید. چند سالی را نیز در کشور پاکستان بسر برد، و در واپسین روزهای حضورش در پاکستان، زنده گی مشترکش را آغاز کرد، و باز هم دست روزگار پایش را به اروپا کشانید. وی در اروپا بطوری جدی آموزش زبان را آغاز کرد و پس از فراگیری زبان، از انجایی که خود را به وطن و هموطنانش دین دار میدانست، آغاز به فعالیت های فرهنگی و اجتماعی نمود تا فرهنگ و کلتور افغانی را به اروپایی ها باز تاب دهد بنا وارد اتحادیه افغان دنامارک شد. بانو آرزو نوا نائب خیل تا مدت مدیر مسئول بخش کلتوری اتحادیه و مسئولیت بخش زنان انجمن ادکا را بر عهده داشت. در ضمن این مسئولیت های بزرگ آموزش زبان دری به اطفال افغان را نیز بر دوش داشت و همچنین او به همراه مردم محلی منطقه بصورت خیر خواهانه به مهاجرین تازه وارد کمک می کرد. پس از گذشت چندی او توانست همکاری خویش را با حزب سوسیال دموکرات آغاز کند، آرزو نوا توانست با پشت کاری که داشت وظیفه خطیری را در رادیو اندیشه که یکی از رسانه های اینترنتی افغانها در اروپا بشمار می رود به عنوان مسئول برنامه ریزی و پردیوسر بر عهده گیرد. وی همچنان مسول زنان انجمن فرهنگی پرستو های مهاجر در دنامارک میباشد. آرزو نوا همیشه در تلاش آنست که بتواند فرهنگ و رسوم وطن را به مردم سایر دنیا به بهترین وجه معرفی نماید. و هنوز هم از پاننشسته و بی وقفه در این راستا گام برمیدارد. راه این فرهنگی وارسته سبز باد.

در پهلوی شعر و همه مشغله ها هنوز هم به ادامه تحصیل خیلی علاقه مند هستم و از اینکه طول دوره تحصیل طب خیلی طولانی هست به احتمال زیاد در طی ده سال آینده مشغول درس باشم. اگر غیر این باشد و شروع به کار کنم دوست دارم بیشتر تا پرداختن و نشستن به صرف معاینه خانه با کمک ماستری صحت عامه ام، در کشورم و ولایات داخل خدمت باشم. مثل افزایش دسترسی به خدمات صحتی و طبی و انکشاف خدمات طبی، کاهش مرگ و میر مادران و نوزادان، کاهش سطح بیماریهای عفونی و اعتیاد در کشور عزم و اراده محکم در زنده گی ام، خدمت به افرادیست که نیاز دارند. فرض می پندارم تا این نیازها را به گونه تامین برای شان تامین کنم. و در هر صورت هدفم بازگشت و کار در حد توانم در وطن هست. من همیشه به این عقیده هستم که انسان نباید خودش را تک بعد و صرف یک منظر محدود نگه دارد، عزم و اراده محکم در زنده گی ام، خدمت به افرادیست که نیاز دارند. فرض می پندارم تا این نیازها را به گونه تامین برای شان تامین کنم. و در هر صورت هدفم بازگشت و کار در حد توانم در وطن هست. من همیشه به این عقیده هستم که انسان نباید خودش را تک بعد و صرف یک منظر محدود نگه دارد، بلکه تا توان هست بفهمد و بیاموزد. بنابراین ضمن طب و کارهای پژوهشی طبی، کتابهای زیادی از رشته های زیادی را دوست دارم مطالعه کنم و بیشتر کتابهای روانشناسی، جامعه شناسی و فلسفه را میپسندم و رمانهای با این ژانر ها را خیلی دوست دارم. فعلا هم در حال مطالعه کتاب بینوایان و یکتور هوگو هستم، قسمیکه خود و یکتور هوگو میگفت: (این کتابیست برای همه و هر نوع نیازی). در حقیقت چنین کتابیست و سخت آشنا و بیان کننده اوضاع و حالات افغانستان و جهان متشوش امروزی. من از اینکه زمانی سخت مذهبی بودم، در محیط متعصب بزرگ شدم و در بسیار از جهات برای من محدودیت وجود داشت، در میان این همه فقط یک دلیل برای فلاح و رستگاری خود یافتن و آنهم بالابردن سطح آگاهی و فهم و درک و اندیشه میباشد. به همین دلیل به همه توصیه میکنم اگر میخواهند که معجزه وار، تغییر در زنده گی، خانواده و جامعه وارد کنند، به افزایش سطح سواد و آگاهی خود پردازند و آنگاه بصورت معجزه آسا تغییر مثبت در زنده گی خویش را خواهند دید.

رفع نیازهای جنسی تجربه‌ی خودارضایی را داشتند.

جاگزین کردن گزینه جنسی به نیازهای غیر جنسی راه حل دیگر شماری از مصاحبه شونده گان بوده است. آن‌ها به طور نمونه به عبادت، ورزش و مطالعه پرداخته‌اند.

۲۲ درصد مصاحبه شونده گان نگرش مثبت به روابط جنسی زن و مرد داشتند و ۲۵ درصد آن‌ها تجربه رابطه جنسی و تماس بدنی نیز داشتند. زنان در این جمع شمار کمتری را تشکیل می‌دادند؛ زیرا آسیب‌های بیشتر این روابط حتی تا خطر مرگ آن‌ها را تهدید می‌کند.

با این حال روح‌الله امین، روان‌شناس با یادآوری از این که بررسی مسایل جنسی در جامعه افغانستان به عنوان یک مسئله‌ی ممنوعه شناخته می‌شود، تذکر داد که تمایل جنسی یک تمایل طبیعی در سرشت انسان است و باید به رسمیت شناخته شود.

او گفت امیدوار است که پژوهش‌ها در این زمینه بتواند در رشد و سلامت جنسی موثر واقع شود.

این روان‌شناس گفت: "در فرهنگ اجتماعی ما بعد جنسی زنده گی انسان نادیده گرفته می‌شود و به حدی سرکوب می‌شود که خود شخص هم به سرکوب آن می‌پردازد. اگر ما از نیاز جنسی فهم متعارف و منطقی داشته باشیم می‌توانیم خودمان را کنترل کنیم و وقتی نیاز سرکوب شده جنسی به طور ناخودآگاه سر بلند می‌کند، ما در کنترل آن قرار می‌گیریم."

خالد خسرو، از پژوهشگران این گزارش با انتقاد از نقش منفی فرهنگ مردسالاری در کشور گفت جوانان در سال‌های اخیر سعی کرده‌اند با استفاده از فضاهای باز اجتماعی، بیشتر با همدیگر تعامل داشته باشند تا شناخت بهتری از همدیگر پیدا کنند

او گفت: "افغانستان جدا از پدیده بی جهانی شدن سبک‌های زنده گی نیست و آشنایی با فرهنگ‌های دیگر آهسته آهسته روی آگاهی جوانان از روابط جنسی تأثیر می‌گذارد و ذهن آن‌ها را بازتر می‌کند. اما عموماً این روابط جنسی به آن معنایی که در کشورهای دیگر می‌بینیم نیست، بلکه محدود در قالب روابط و آداب اجتماعی سنتی است. واقعیت این است که در جامعه ما محدودیت‌ها برای زنان بیشتر است.



# زنده گی بهتر

ممنوعه، نادیده، صدیق طلوعی

## پژوهشی در مورد سکس و رابطه یی جنسی در افغانستان رابطه جنسی چیست؟

گزارش گفت که تلاش شده است به این سوال جواب داده شود که جوانان افغانستان در مورد هویت جنسیتی‌شان چه تصویری دارند. او گفت: هویت جنسیتی با بحث سکس که یک مبحث بیولوژیک است، متفاوت است. بنابراین ما به دنبال ساختارهای اجتماعی بودیم که این هویت جنسیتی را می‌سازد.

به گفته او، اکثریت جوانان از رفتارهای سالم جنسی آگاهی نداشتند و چیزی در مورد بیماری‌ها و مشکلات جنسی نمی‌دانستند. ۹۰ درصد کسانی که در این پژوهش با آن‌ها گفت‌وگو شده، گفته‌اند که نیاز مبرمی به بحث آموزش‌های جنسی وجود دارد.

۳۶ درصد مصاحبه‌شوندگان هیچ اطلاعی در مورد بیماری ایدس نداشتند و تنها ۲۰ درصد با رابطه سالم و مطمئن آشنا بودند. دوستان، انترنت و برای دختران والدین از منابع دیگر برای کسب اطلاعات در مورد روابط جنسی بوده است.

مطالعه نشان می‌دهد که چشم‌پوشی از این بحث سبب شده جوانان به سراغ منابعی بروند که اطلاعات درست نمی‌دهند.

از نظر نویسنده گان گزارش، آموزش سلامت جنسی و فراهم کردن زمینه‌های اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی تسهیل ازدواج جوانان در سنین مناسب می‌تواند از افزایش خطرات ناشی از روابط جنسی قبل از ازدواج بکاهد.

از سویی هم ۳۳ درصد از مصاحبه‌شونده گان گفته‌اند برای رفع نیاز جنسی‌شان خوشبختی‌داری می‌کنند. این رقم در زنان دو برابر مردان بوده است. ۵۲ درصد مصاحبه‌شونده گان نیز گفتند که برای

رابطه جنسی جزء گزینه طبیعی هر انسان است، که روابط عاطفی میان دو شخص را بیان و آشکار می‌سازد، به تمامی حرکات و سکناتی که موجب تحریک جنسی شود، رابطه جنسی گفته می‌شود، هر کی می‌تواند بنابر دلایل مختلف رابطه جنسی برقرار کند.

تمایلات جنسی از شاخصه‌های اصلی انسان است. این روشی معمول و مثبت برای ابراز احساسات خودتان است. تمایلات جنسی فقط آمیزش نیست، بلکه شامل موضوعاتی دیگر نیز می‌شود. به عنوان مثال: لذت جنسی و صمیمیت، آناتومی و داشتن فرزند، همچنین تابوها و ارزشها در مورد گرایشهای جنسی.

با این حال در افغانستان فاکتورها و معلوماتی بدسترس نیست که جوانب مختلف حیات جنسی یا روند سیکسولوژی جمعیت این کشور را مطالعه کند.

با آنهم: انستیتوت مطالعات استراتژیک افغانستان پژوهشی را با نام «گذار به بزرگسالی؛ نگرش‌ها و رفتارهای جنسی جوانان در افغانستان» را چندی قبل ارایه داشت.

این تحقیق در نتیجه گفت‌وگو با ۱۳۵۰ جوان مجرد بین سن‌های پانزده تا ۳۴ سال در ولسوالی شهر بزرگ ولایت بدخشان است (شهر بزرگ یکی از ولسوالی‌های ولایت بدخشان در شمال شرقی افغانستان با جمعیت نزدیک به ۶۷۰۰۰ نفر می‌باشد)

صدیقه بختیاری، پژوهشگر انستیتوت مطالعات استراتژیک افغانستان و یکی از نویسندگان

## زنان افغان که افتخار می آفرینند!



تهیه و نگارش: سمیرا پوپلی

جنگ متدوام افغانستان مانند طوفان خشمناک به همه اقشار اجتماع تازیده و همه دار و نه دار مردم ما را به یغما برده و باعث مهاجرت های اجباری و بی وطنی های دردناک گردیده و اما در طی سالیان اخیر نسل دوم مهاجرین افغان در بیرون مرز خیلی زیبا درخشیده اند طبقه جوان با داشتن اهداف ارزنده توانسته اند افتخارات بی شمار و موفقیت های بسا ارزشمند را از موسسه های معتبر بین المللی بدست بیاورند و این روند شگفت انگیز با شتاب چشمگیری به راهش ادامه میدهد من به عنوان یک زن افغان و تماس با جوانان افتخار آفرین افغان واقعا احساس فخر و امیدوار فردا های سبزتر و پرثمرتر آنها میباشم.

طبق روال این صفحه باز هم پای صحبت های ارزشمند یکی از بانوان افتخار آفرین دیگر کشور میشینیم. نامش مریم اصغری است بانوی خیلی زیبا و مودب است که با حمایت فامیل عزیزش توانسته در کمترین سن موفقیت های چشمگیری را بدست بیاورد خوب بیشتر از زبان خودشان معرفی شان می خوانیم.

مریم - با سلام و تشکر از شما و از وقتی که در اختیارم قرار دادید، من فاطمه مریم اصغری متولد ۱۹۹۸ در شهر استکهولم کشور سوئد هستم. من به عنوان جوانترین کاندید در دولت از طرف حزب سوسیال دموکرات ها که قدیمی ترین حزب سیاسی است کاندید بودم هم در لیست پارلمان و هم در لیست شورای شهر استکهولم، که در لیست پارلمان رای الزم را نداشتم ولی در شورای شهر استکهولم برنده شده و فعلاً عضو بخش کلنوری شورای شهر استکهولم هستم، میخواهم شیرین ترین خاطره زنده گی ام را هم به شما بگویم که مربوط به انتخابات میشود من اولین بار واجد شرایط رای دهی بودم که اولین رای را بخودم دادم و این بهترین خاطره ام است.

سمیرا - وضعیت تحصیلی جوانان افغان را در سوئد چگونه یافتید؟

مریم - به نظر من جوانان افغان اکثراً با انگیزه، هدفمند و با توجه به مشکلات و سختی های مهاجرتی و هم با توجه به رشد نژاد پرستی که وجود دارد باز هم در رشته های مختلف موفق هستند. پیش از اینکه به فعالیت های حزبی و سیاسی شروع کنم، تقریباً از سیزده ساله گی فعال اجتماعی در دفاع از حقوق مهاجرین و با انجمن های مختلف همکاری بودم و در برنامه های از مبارزه برای از بین بردن فاصله طبقاتی بین سرمایه دار و کارگر فعالیت میکردم. اولین تجربه شخصی ام از برخورد نژاد پرستانه در مکتب و محیط زنده گی دارم، در مکتب که من درس میخواندم اکثراً مهاجر بودند و من صنف چهارم بودم که در فاصله کمی از مکتب ما مکتبی دیگری بود که تمام شاگردانش سفید پوستان بودند، و من شاهد بی عدالتی و نژاد پرستی از شروع مکتب بین معلم و

شاگردان بودم، بطور مثال: در امتحانات وقتی سوالی را بچه مهاجر و سفید پوست مثل هم جواب میدادند، سفید پوست سوئدی نمره میگرفت، که این امر را تحقیقات مستقل دقیقاً اشاره کرده، وضعیت مهاجرین با توجه به رشد نژاد پرستی هر روز بد و بدتر میشود و در بین مهاجرین بدترین وضعیت را مهاجرین که بعد از سال ۲۰۱۵ و مخصوصن افغانها دارند. شایان ذکر است که مسئله نژاد پرستی متأسفانه در بین خود مهاجرین و "افغانها" هم شدت گرفته است. که باعث بدتر شدن وضعیت مهاجرین میشود! سمیرا - با توجه به وضعیت سیاسی افغانستان، آیا معتقد هستید که سیاست فقط به عملگرایی محض و یا تجربه کاری استوار میباشد، یا اینکه سیاست مانند هر علوم دیگر نیازمند فراگیری و آموختن مهارت ها و تجربه ها است؟ مریم - سیاست هم علم و دانش است و هم عمل و تجربه و برای یک سیاستمدار ضروری است که در هر دو مورد مطالعه و دسترس داشته باشد.

سمیرا - از دید شما جوانگرایی و موجودیت مدیران و فعالین جوان در عرصه های مختلف به خصوص سیاست یک کشور چه نقش دارد؟

مریم - چون زمان در تغییر است و جامعه هر روز جوانتر میشود ضرور است که برای راه حل مشکلات جوانان هم از تحصیل، کار، خانه و آینده نیرو های سیاسی جوان و مدیران جوان فعال باشند ولی این بدان معنی نیست که از تجربه های سیاستمداران کهنه کار استفاده نبریم.

سمیرا - به جز از دنیای سیاست و مصروفیت های تحصیلی تان آیا مصروفیت دیگری هم دارید؟

مریم - با اینکه اوقات فراغت زیادی ندارم، اما بیشتر وقت را در خانه جوانان که دارای برنامه های موزیک، رقص، و ورزش های متنوع آموزشی و سرگرمی ها است به عنوان سرپرست فعالیت مینمایم. همچنان بیشترین وقتم حتی اوقات فراغت ام را به سیاست و برنامه ریزی های سیاسی، سفر به شهر های دیگر سوئد و برنامه سخنرانی ها، برگزاری کورس های آموزشی برای جوانان تازه وارد به سیاست میپردازم. همچنان فیلم های مستند، روانشناسی و کمیدی و ویدیو کلیپ های موزیک را مبینم، در کنار آن علاقمند مطالعه کتابهای سیاسی، فلسفی، و تئوریک میباشم.

سمیرا - بهترین دوست تان که همه گفته و ناگفته هایتان را با او قصه میکنند و او هم از دل و جان گوش میکند کی است؟

مریم - دوستان زیادی دارم ولی محدود کسانی هستیم که بیشتر به هم گوش میدهم و ناگفته های خود را با هم شریک میسازیم، در محیط خانه بیشتر پدرم و یکی از خواهر هایم به گفته هایم گوش میکنند.

سمیرا - رنگ مورد پسندتان، فصل مورد پسندتان غذای مورد علاقه و کشور مورد پسند که دوست دارید به آن سفر نماید، کدام ها است؟

مریم - از رنگ ها بیشتر رنگ های شاد، زرد، نارنجی و گلابی، از فصل ها تابستان و از غذا ها سیمیان پلو، "غیر از قابلی" بولانی، و کوفته چلو پدرم را دوست دارم. از کشور های که دوست دارم سفر کنم البته اول افغانستان است که امیدوارم بزودی

اولین سفرم را داشته باشم، ولی رخصتی را دوست دارم در استکهولم و در خانه باشم. هیچ جای مثل خانه و تخت خواب خودم نیست. در مورد آرزو ها باید بگویم که بین آرزو و هدف فرق است. به آرزو های که داشته ام بیشتر رسیده ام ولی برای اهدافم باید برنامه ریزی کنم!

سمیرا - خوب مریم عزیز از وقت گرانبهائی که جهان سپاس برایت موفقیتهای فراوان تمنا دارم اگر به عنوان حسن اختتام این گفتار حرفی و یا پیام داشته باشید بفرمایید

مریم - در آخر ضمن تشکر مجدد از شما بخاطر این مصاحبه باید عرض کنم که به عنوان دختر و سیاستمدار جوان آرزو و خواسته ام از همه جوانان و مخصوصن زنان و دختران هم وطن چی در افغانستان و چی در هر کشوری که زنده گی میکنند این است که از مشکلات و قضاوت های مردم ترسند و در احزاب سیاسی و انجمن های اجتماعی فعالانه شرکت کنند، سیاست تاثیر گذار در همه امور زنده گی ما است متأسفانه زنان و دختران افغانستان از ترس آبرو و مسایل خانواده گی از فعالیت های سیاسی اجتماعی دوری میکنند باید بدانند که خواستن توانستن است و با یک نفر تغییر بوجود نمی آید، خوشبختانه و خوشحال هستم که موفقیت های چندین دختر افغان تبار را در چند سال اخیر شاهد هستم. و در افغانستان هم جوانان پسران و دختران در سیاست علاقمند و فعال شده اند و اما نکته مهم و آخرین پیام من به مردان جامعه ما افغان ها است، که زنان و دختران خود را درک و برای رشد آنها زمینه های لازم را فراهم کرده از پیشداوری ها و قضاوت های مرد سالارانه سنتی و غیرت های فامیلی و قضاوت کردن نسبت به ظاهر، لباس و آرایش زنان و دختران دوری کنند و فضای جامعه را مساعد بسازند! برای اینکار تغییر در دیدگاه سنتی مردان لازم و ضروری پنداشته میشود، ناراحت میشوم که ما را به ظاهر ما قضاوت میکنند و بخاطر نوع لباس پوشیدن و اینکه چرا چادر نداریم در جهان مجازی فیسبوک و انستاگرام گاهی توهین و تهدید میکنند! تشکر از فرصت که به من دادید.

نگارش: سحبه سید



وقتی زنگ زد و آوازش را شنیدم قلبم به طپایش افتاد و کاملاً همچو بید می لرزیدم. در ابتدا امکانات روشن نمودن کمره نبود که زنده همایش صحبت نمایم اکثر تقاضای می نمودم که یک قطعه عکس خویش را بخاطر تسلی قلبم بفرستد هر دوی ما برای همدیگر عکسهای خود را میفرستیم زمانی رسید که هر دو ما انقدر عاشق همدیگر شدیم که ساعتها در کمره بصورت زنده همدیگر را میدیدیم و صحبت میکردیم.



حرفهای عاشقانه بین ما رد و بدل میشد زمانی رسید از مهریه تقاضای ازدواج نمودم در ابتدا جواب منفی داد و بهانه نمود حالا از ما گذشته اولادها و نواسه ها چی میگویند مردم ما را مسخره میکنند. اما هسته هسته تحمل و دوری نا ممکن شد وقتی جریان را برای اولادها حکایت نمودم چون قبلاً از داستان عاشقی من و مهریه آگاه بودند زیاد خوشحال شدند. و دختران و پسرانم خودشان رفتند و از نزدیک مهریه را دیدند و از وی خواستگاری نمودند و پسران مهریه را قناعت دادند. و در ظرف چند ماهی اولادها برایم ویزه گرفتند و مرا نزد مهریه روان کردند و محفل عقد نکاح من و مهریه را انجام دادن اصلاً باورم نمیشد که در این سن و سال بعد از چهل سال به عشق خود موفق شوم و حتی ازدواج نمایم. بعد از سالها انتظار و سپری نمودن درد و رنج خویش را خوشبخت ترین مرد دنیا احساس میکنم حالا مهریه همسر و شریک زنده گی منست واقعا که خدا با عاشقان است.....

## سرگذشت های واقعی در ژانر داستان کوتاه

### خدا با عاشقان است!

به ادامه شماره ۵۱

بعد از چند ماهی پدرم تصمیم گرفت که ازدواج نمایم هر قدر پا فشاری نمودم اما پدرم محفل نا مزدی ام را برگزار نمود در محفل اشتراک کردم اما خودم اصلاً در آنجا نبودم فکر و خیالم بطرف مهریه بود....

اما پدرم قبل از اینکه محفل عروسی ام را ببیند نیز فوت نمود و در این لحظه مرگ والدین و پاسخ منفی مهریه و پیوند نا خواسته کاملاً وضع و حالم را دگرگون ساخته بود.

قبل آنکه به محفل عقد نکاح خویش بروم همراهِ بایسکلم اولادها دورا دور خانه مهریه شان دور خوردم و با هزاران امید بطرف خانه شان دیدم حتی برای آخرین بار نتوانستم روی مهریه را ببینم، محفل عقد نکاح را سپری نمودم با وجود قلب شکسته و زخمی انقدر محبت برای خانم دادم که وی خود را خوشبخت ترین خانم احساس مینمود خانم مهربان و با درک بود در همه حالت زنده گی همراهِم بازو داد، فرزندان زیبا و سالم برایم اعطا نمود و مادر مهربان اولادهایم شد زیاد برایش احترام و ارزش قایل بودم، اما هیچگاه نتوانستم در قلب ام جای مهریه را برای او بدهم، بعد از چند سال شنیدم که مهریه ازدواج نمود و دیگر در کابل زنده گی نمیکند. ولی وی ازدواج نا موفقی داشت اصلاً در زنده گی زنا شوهری آرام نبود. سالها گذشت همه ما در اثر جنگ خانمان سوز وارد پاکستان شدیم و در آنجا مهریه را همراهِ شوهر و اولادهایم دیدم، اولادهای هر دو ما قد و نیم قد شده بودند، هر دو فامیل رفت و آمد داشتیم. مهریه را میتوان از دو چشم اش شناخت و بس انقدر لاغر و ضعیف نا توان شده بود که شناختش مشکل بود ان موهای زیبا و طلائی اش بچند تار - مانند ریشه جواری به نظر میرسید انقدر خسته و بی حوصله به نظر میرسید که نپرس. اما وقتی دیدمش همان طپایش قلب همان احساس هنوز هم عاشقش بودم، که دیدنش همراهِ شوهر و اولادهایم برایم غیر قابل تحمل بود. ارزو داشتم همراهِم کمک نمایم اما بالایش باور نداشتم چون مادر از هر نوع فداکاری در مقابل اطفالش دریغ نمی نماید. بعد از ان برای سالها باز هم مهریه از نظرم ناپدید شد.

سالها گذشت اولادهای قد و نیم بزرگ شدند و همه ازدواج نموده صاحب فرزندان شدند و من هم صاحب نواسه ها شدم، در این جریان خانم در اثر مریضی که عاید حالش گردیده بود فوت نمود. و روزی بود که همراهِ اولادها در سکايب مصروف ارسال پیام بودم دفعتاً از جمله دوستان خواهرم عکس مهریه پیدا شد این بار مهریه کمی سر و صورتش مناسب تر بود کمی چاق شده و تمام موهایش ماش و برنج شده بود، وقتی دیدم زیاد خوشحال شدم وقتی برایش پیام فرستادم پیامم را قبول نمود برای اولین بار جواب پیامم را فرستاد. همراهِم زیاد صحبت نمود و در جریان صحبتها آگاه شدم که شوهر خود را سالها قبل در اثر یک حادثه از دست داده و خودش به تنهایی از اولادها مواظبت نموده و فعلاً در خارج از کشور زنده گی مینماید. و او نیز اولادهای جوان و نواسه ها دارد دفعتاً از من پرسید حالاً نیز مرا میخواهی و یا خیر؟ در جوابش پاسخ دادم بلی! من همیشه عاشقت بودم هستم و خواهم بود....

بعد از چهل سال مهریه برایم موقع داد که همراهِم راز و نیاز نمایم و تمام حرفهای دلم را برایش واضح بگویم، عشقم را برایش تبارز دهم، او دیگر ان مهریه مغرور نبود او به یک خانم حلیم و مهربان تبدیل شده بود. وقتی تمام حرفهایم را شنید، گریه کنان از من معذرت خواست، وقتی پرسیدم چرا به عشق من و خواستگاری های من جواب مثبت ندادی برایم تمام جریان را قصه نمود.

مهریه واقعا عاشق کسی بود که بالاخره همراهِم ازدواج نمود و ثمره ازدواج اش چهار دختر بود. همسر اش بعد از پانزده سال ازدواج در یک حادثه ترافیکی فوت نمود. از وی تقاضا نمودم تا عکسهایش را ارسال نماید. و او نیز تقاضا ارسال عکسهای فامیلی را نمود هر دو ما عکسها را ارسال نمودیم بعداً همان انگهائی را که در ان دوران جوانی بیادش میشنیدم برایش ارسال نمودم. بعداً او هم برایم کلبه های عاشقانه میفرستاد روزی رسید که صمیمت ما بیشتر شد از من تقاضا نمود که میتوانم برایت زنگ بزنم گفتم: بلی!

## وضعیت زنان و دختران در افغانستان



زمره فیاض

اجتماع برخوردار است. در چنین جامعه، برتری مردان نسبت به زنان در تمام عرصه های جامعه به چشم می خورد. بویژه دولت و سیاست کاملاً پدیده مرد سالارانه است. مشارکت زنان در زنده گی سیاسی به مفهوم فردی رایج آن در حقیقت به معنای زن زدایی است نگرش مرد سالارانه حاکم بر مناسبات زنانه را میتوان در افغانستان در قالب شاخص های چون قدرت مردان در عرصه تصمیم گیری و اتخاذ قوانین اجتماعی، نابرابری دسترسی به امکانات و فرصت ها به نفع مردان، توجیه ایدایدنولوژیک تابعیت زن، و نفوذ مردان بر کلید جوانب رفتاری و شخصیت زنان مشاهده کرده. در جامعه سنتی که زنان تابع شوهران اند و نقش سیاسی ندارند این شکاف فعال نیست در جوامع نوین تحولات گسترده اجتماعی موجب فعال شدن این شکاف در قالب درخواست های حق انتخاب و حق رای، آراجه و نمایندگی در نهاد های سیاسی و اجتماعی میشود و بالاخره در جوامع در حال گذار این شکاف نیمه فعال است به این معنی که بر حسب حضور و تلاش سایر شکاف ها، فعال شده و به تراکم می گراید و زمانی از فعالیت باز می ایستد امروز زن جامعه افغانی بنام سنت و مذهب بیش از همه زنج می برند از درس سواد و بسیاری از حقوق انسانی، امکانات اجتماعی و رشد کامل در اغلب مناطق افغانستان محروم میباشند حتی بنام اسلام حقوق و امکانات که اسلام برای زنان داده است متأسفانه در جامعه ما آن را هم از زنان گرفته است

که با وجود پیشرفت های فرهنگی و فکری در بیشتر کشور ها حتی کشور های توسعه یافته و دموکراتیک نیز مشاهده میشود. زنان هشت برابر بیشتر از مردان خشونت همسران خود را تجربه می کنند در کشور های که در زمینه خشونت علیه زنان پژوهش های علمی صورت نگرفته نشان می دهد که بیشتر زنان هنگامی مورد خشونت قرار گرفته اند. که در واقع زنان با مقاومت در برابر نگاه ابزاری با خودشان در خانواده و نه گفتن به محرومیت از حق تحصیل، و تهدید در برابر اقتدار مردانه بدل میشوند که مردان برای مهار ساختن زنان و تحکیم قدرت خود به خشونت متصل میشوند یا به تعبیری دیگر می شود گفت: که ورود مدرنیته در حیطه زنده گی مردم افغانستان باعث شده است تا آگاهی زنان از نابرابری های موجود افزایش یابد، باید در نتیجه، آنها علاقه مند هستند تا به بازتعریف هویت خود بشکل متفاوت از گذشته بپردازند. و این تعریف متفاوت از خودشان باعث بروز واکنش از سوی سنت ها و ارزش های مسلط شده است.

پدیده خشونت علیه زنان بسان دیگر پدیده های اجتماعی، بسته گی به شرایط و ویژه گی های فرهنگی و اجتماعی جوامع دارد. معمولاً جوامعی که هنوز در گیر زنده گی سنتی هستند وارد زنده گی مدرن و مدنیت به مفهوم نوین آن نشده اند، بیشتر با مسله خشونت علیه زنان دست به گریبان اند تا جوامع توسعه یافته و مدرن بنابراین برای بررسی درست موضوع اصلی، مبیایست نقطه خشونت زای جوامع سنتی را به صورت فشرده توضیح داد.

در جوامع سنتی که معمولاً روی ارزش های سنتی و مذهبی تأکید و تعصب شدیدتر دارند همچین ساختار خانواده های بزرگ را برای خانواده هسته ترجیح میدهند اغلب با تشدید خشونت و تبعیض علیه زنان، رو برو اند. تأثیر پر فشار هنجارهای سنتی نقش های جنسیتی را در این جوامع از آسیا شرقی تا دنیای اسلام زن را از اشغال در بیرون از خانه منع میکنند در واقع تماماً جوامع ماقبل سنتی بر تولد و پرورش کودک به عنوان هدف اصلی هر زن، مهمترین کار کرد او در زنده گی و بزرگسالی منبع رضایت او، تأکید می کردند. در جوامع سنتی بشتین شکل خشونت در حوزه خصوصی (خانواده) رخ میدهد. حوزه خصوصی حوزه است که در آن جنس نر (پدر، شوهر، برادر) خشونت خود را علیه جنس ماده (مادر، همسر، خواهر) اعمال میکنند و جنس مغلوب به دلیل وابستگی شدیدی که دارد از هر گونه مقاومت چشم پوشی میکنند یا به بیان دقیقتر امکان هر گونه واکنش و مقاومت را از دست میدهد. زیرا در این گونه جوامع، زن در محیط خانواده فاقد هر گونه استقلال است و عملاً در جامعه هیچ نهادی نیز برای حمایت از وی وجود ندارد پدیده که در افغانستان بصورت گسترده وجود دارد، حاکمیت و سلطنت نظام پدر سالاری است این نظام کهن سال در تمام اقشار و لایه های اجتماعی مارپشه های خود را گسترانیده است.

پدر سالاری شکل از سازمان اجتماعی است که در آن زن نه حق دخالت در سیاست را دارد و نه از حقوق مشارکت در

زنان و دختران در افغانستان با خشونت های گوناگون روبرو اند زنان و دختران افغانستان به دور از دسترسی به کوچترین حقوق قانونی شان که آزادی فکر و اندیشه و تصمیم بر زنده گی و کار و آموزش اند محروم اند.

موجودیت جامعه سنتی کم سواد، فقر، جنگ و عدم آگاهی بیشترین مردان از جایگاه زنان و دختران در اسلام باعث شده تا جامعه با دید مردانه بیشترین آزادی های طبیعی و اسلامی زنان و دختران را سلب کنند، حق تحصیل، حق انتخاب همسر، حق کار، حق زنده گی آزاد هم مانند دیگر زنان در دنیا حق ابراز نظر و حضور در نظام و معادلات مهم کشور پدیده های طبیعی و قانونی هر انسان از جمله زنان و دختران است هم اکنون زنان و دختران در افغانستان در زنده گی خانواده گی و اجتماعی مورد خشونت قرار میگیرند

هنوز هم زورمندان آزادانه آزادی زنان و دختران را سلب میکنند و بر آنها خشونت می ورزند. بد دادن دختران سلب انتخاب همسر از آنان جلوگیری از حضور زنان در جامعه، لت و کوب زنان و دختران قتل و تجاوز و برگذاری محکمه های صحرایی گوشه از پدیده خشونت علیه زنان در جامعه افغانستان است این فشار ها و خشونت ها باعث شده تا زنان به خود سوزی و خود کشی رو آورند. و با هم نسبت به آینده خود بی باور باشند. در سال های اخیر و روی کار آمدن حکومت جدید و نهادهای مدافع حقوق بشری، حقوق زنان نیز جامعه مدنی در کنار ادارات دولتی فعال در گستره زن از جمله سازمان حقوق بشر کار های برای بهبودی برای زنان انجام شده است.

حقوق زنان از یکسو زنان را متوجه حق شان ساخته و از سوی دیگر باعث شده عاملین خشونت در برابر زنان از پیگرد قانونی هراسان شوند

بعضی برنامه های آگاهی دهی حقوق زنان و جایگاه آنها، تبلیغ بر علیه عوامل ناگوار و بد دادن و عروسی زیر سن دختران ایجاد مرکز های رهاشی زیر نام خانه های امن در سطح کشور برای نگهداری زنان خشونت دیده. گرفتن وکیل برای حق طلبی قانونی زنان در برابر خشونت بر علیه شان و نیز ظرفیت سازی برای حضور زنان در جامعه، افزایش فضای آموزشی و کار برای آنان که باید توجه جدی صورت گیرد. و نقش اساسی در حل فصل قضایای خشونت بر زنان، در حل و فصل و مجازات عاملین این خشونت ها رسیده گی نشده است به گونه مثال قضیه فرخنده دختری که به اتهام نادرست سوزاندن از سوی مردان خشمگین محکمه صحرانی شد موضوع پیگیری عادلانه صورت نگرفت و حتی برعکس خانواده این دختر جوانمرگ با تهدید عاملان کشتار دختر شان قرار گرفتند قضیه رخشانه و ده ها رویداد سر بریدن شکنجه آتش زدن و دیگر شیوه های خشونت بر زنان و دختران مورد پیگیری قرار نگرفته است. در مناطق جنگ زده که بیشتر زیر اداره طالبان اند زنان به آسانی در دادگاه های صحرایی سنگ سار میشوند تجاوز میگردند و کشته میشوند و هیچ نوع رسیده گی به این رویداد ها و بازداشت ها صورت نمی گردد. خشونت علیه زنان از مسائل مهم اجتماعی است



ترجمه از منابع هالندی: شمیم نوری

# قصه های حقیقی

## بعد از آن روز... که دخترم خودکشی کرد

را انتخاب میکند و دیگری، با مرگ به آرامش میرسد مانند دایلسی دخترک من... همه همدیگر و دایلسی را در آغوش گرفته بودیم، تا ساعت هشت صبح، در آغوشم نفس آخر را کشید و برای همیشه رفت.



و ما را با درد جانکاهی رها کرد. صرف پسرم بود که توانست آرامش اش را حفظ کند و منطقی بی اندیشید. میگفت ما باید قوی باشیم و بجنگیم همانطوریکه دایلسی با زنده گی اش جنگید. او همیشه دوست داشت دیگران را کمک و یاری رساند با همه مهربان بود به جز خودش، حتی در کلینیکی که بستری بود. بعد از آنکه دکتوران و پرستاران اش آمدند و با دخترم خدا حافظی کردند، به کمک نرسهای شفاخانه رفتم چون خودم میخواستم دخترم را شستشو نمایم. لباسهای مورد علاقه اش را به تن اش کردم، موهای طلایی اش را بافتم احساس گرم و صمیمی بین ما جریان داشت. باز هم التماس اش کردم که شاید برگردد نمیتوانستم قبول کنم رفتن اش را ولی تصمیم بازگشت نداشت، آرزو میکردم که ای کاش این

پتریشیا ۴۵ ساله: از ساعت ۲۳:۳۰ دیشب در اضطراب ترس و دلهره در بخش مراقبت جدی شفاخانه الکمار منتظر نشسته ایم. شب به سختی گذشت، خود را سرزنش میکردیم... این احساس عذابم میداد که شاید ما والدین خوبی نبودیم. آیا من مادر خوبی نبودم؟! آیا دختر ۱۵ ساله ام زنده میماند؟ بالاخره یکی از دکتوران نزد ما آمد و از حالت وخیم دخترم دایلسی اطلاع داد و اضافه کرد ما سعی خود را کردیم و میکنیم اما امید بهبودی نیست... در این دو سال اخیر از آنچه که هراس داشتم امروز مقابل شدم. دیشب ساعت ۲۱:۴۵ دقیقه بود که زنگ در زده شد وقتی باز کردم پولیس بود. دو نفر شان وارد اتاق شدند و بعد از یک تحقیق مختصر و سریع ما را روانه شفاخانه نمودند. اولین باری نبود که دخترم دست به خودکشی زده بود تا به زنده گی اش خاتمه بدهد. از دو سال به این سو تحت مراقبت ویژه در کلینیک اختلالات تغذیه قرار داشت و بستری بود. چند بار که نجات یافته بود میگفت: من خوشحالم که برای شما هنوز زنده ام امانه برای خودم... شاید اینبار برای خودش خوشحال بود، به هدفش رسیده بود.

لحظات وحشتناکی بود، بار اندوه و ناامیدی روی قلبم سنگینی میکرد به سختی میتوانستم روی پا ایستاده شوم. به کمک پسر ۱۸ ساله و شوهرم خود را به کنار تخت اش رساندم. سکوت تلخی فضای ما را فرا گرفته بود. صدای عقربه های ساعت مثل سرببی بود که بر سرم کوبیده میشد... هر سه دور تخت اش نشسته بودیم و بر چهره خسته و بی رنگ اش چشم دوخته بودیم. لحظه وداع بود، چه تلخ دشوار و غم انگیز... و من چه مادر ناتوان و بیچاره بی که برای دلبندهش هیچ کاری نمیتوانست بکند... نگاهش میکردم، خود را سرزنش میکردم شاید من مادر خوبی نبودم؟ آیا برایش چه کم گذاشتم؟ چه باید میکردم که نکردهم؟ این پرسشها و احساس ندامت های مادرانه نابودم میکرد. توسط یک رشته باریکی که در بدنش وصل بود - نفس زنده گی اش به همان رشته باریک بستگی داشت.. به آغوش گرفتمش، اشکها ریختم ناله ها کردم التماس نمودم برایش از کودکی اش گفتم، ولی جسدش سرد تر میشد و بی حرکت... چهره رضایت بخش اش حسای را به من میداد که به آرامش رسیده، باخودم گفتم هر انسانی حق آرامش را دارد یکی زنده گی



آرامشی که خیلی وقت بود در او ندیده بودم. آخرین عکسی از اش گرفتم... روز های دشواری بود باید همه آنچه را تدارک میدیدیم که اصلا حال و حوصله اش را نداشتم، کارت درست میکردم اطلاعیه نشر میکردم، ولی کارهای بود که باید میشد. تمام مراسم در منزل برگزار شد، دایلسی در اتاق خودش خوابیده بود با گدی ها و وسایل خودش. مهمانان در حال آمد و رفت بودند که برای خداحافظی و تسلیت گفتن، مراسم جنازه اش فرا رسید زیبا و منظم برگزار شد. گل های سفید گلاب، موسیقی مورد علاقه اش، خوراکی های که در کودکی دوست داشت برای پذیرایی مهمانان در نظر گرفته بودیم. این یگانه کاری بود که میتوانستیم برایش انجام بدهیم. جسدش سوزانده شد.

مشت خاکسترش را با جواهرات در قطعی در اتاق پذیرایی گذاشتم. شاید عجیب به نظر برسد، ولی در همچون حالات آنچه آرام ات میکند انجام میدهم، مرا هم خاکسترش با جواهرات مقابل چشمم آرامش میداد، خوشحال بودم که به خانه آمده... طوریکه پسر می گفت همه سعی کردیم قوی باشیم، بجنگیم و ادامه بدهیم. دوران سختی بود. چهره معصوم اش از مقابل چشمم دور نمیشد، در خود فرو رفته بودم، حالت روحی ام خوب نبود تحت معالجه روانشناس بودم. بعد چندین قرار ملاقات توانستم کمی به خود بیایم، و از اطرافم باخبر شوم. لذا بنیاد خیریه را براه انداختیم و مردمان زیادی را آشنا شدیم که مشابه مشکل دخترم را داشتند. همچنین به وظیفه جدیدم در شفاخانه که دایلسی درگذشت آغاز به کار کردم. البته از قبل در این مورد صحبت کرده بودیم. تردید داشتم که میتوانم یا نه، ولی با همکاری و یاری همکارانم آنجا توانستم ایستاده گی نمایم. آنچه مرا روحیه میداد صمیمیت خانواده بود که بیشتر از قبل شده بود و بیشتر اوقات را کنار هم می گذرانیدیم. زمانیکه دلتنگ اش میشدم میرفتم سراغ آخرین تصویر و قطعی خاکسترش و درد دل میکردم....

## بانورا با قلم، قدم و درهم خود یاری نمایید.

Website: [www.akiseu.com](http://www.akiseu.com)

IBAN: AT896000010310237189

BIC: OPSKATWW

همه کابوسی بیش نباشد، اما نه حقیقت بود يك حقیقت تلخ...

اجازه داشت برای آخرین بار به خانه برود بعد از چندین ماه ولی جسد بی جاننش.. در دو کلینیک بستری شده بود.. البته اجباری چون به مراقبت ویژه نیاز داشت. روزهای رخصتی را خانه می آمد اما در دوسه ماه اخیر حالش چنان وخیم بود که دیگر اجازه مرخصی برایش نمیدادند. با سعی و تلاش "نیروی تغذیه اجباری" وزن اش رو به بهبود بود و دوباره به حالت عادی و صحتی برمیگشتی، بی اشتهايي (Anorexia) خیلی پیشرفته بود، دایلسی مشکل روانی داشت صدا می شنید صدایی که او را زشت چاق و ناچیز برای خودش معرفی میکرد. این صداها بر روح و جسم و زنده گی او حاکمیت می نمود. فاکتور های متعددی وجود داشت که دایلسی را به اختلال های روحی مبتلا کرد. این اختلال ها باعث شد که او از درس و مکتب دلسرد شده و فاصله بگیرد. افسرده گی پیدا کرد دیگر دوست نداشت حتی در خانه با ما یکجا بنشیند. تنهایی را انتخاب کرد در اتاقش را می بست و غذا را بر لب نمیزد. روز ها و شب ها تنها میبود. میدیدیم که از دستم میروود از توان خودما خارج شده بود. بالاخره از مراجع مختلف تقاضای کمک نمودیم.



رگ دستانش را میزد و همیشه به مرگ می اندیشید، خیلی میترسیدم که نکند يك روزی موفق شود..

به دكتوران و روانشناسان زیادی مراجعه کردم، راه های حل جستم. به سیاحت بردم اش ولی هیچ چیزی حالش را بهتر نمیکرد. يك لحظه نمیتوانستم تنهانش بگذاریم، تا اینکه بستری شد. حالا من بودم و دخترم با گیسوان بافته گی با جسد سرد و بی جاننش... لبخندی به چهره داشت، گویی به آرامشی که از سیزده ساله گی دنبالش بود رسیده باشد.

# آینده زنان

## راه حل اعاده حقوق زنان در افغانستان...



متصدی صفحه: نادیه فیاضی

نسبی حاصل شده در زمینه حقوق زنان در جامعه افغانستان غیر قابل انکار است؛ به عنوان مثال، قوانین پالیسی ها و استراتژی های زیادی با هدف بهبود وضعیت زنان افغان و تامین برابری تدوین شده و برنامه های حمایتی متعددی نیز از سوی نهاد های بین المللی کمک رسان در این راستا مورد تطبیق قرار گرفته است.

با وجود این همه شواهد دست آورد های عرصه حقوق زنان در جامعه افغانستان بسیار شکننده و میزان خشونت علیه زنان زیاد و فراگیر توصیف شده است.

همچنان میتوان گفت که یکی از موانع در راه دستیابی به برابری زن و مرد در افغانستان نقش کلیدی ایفا کرده تقلیل مفهوم جنسیت به زنان (حقوق زنان) و نادیده گرفتن نقش مردان در تامین این حقوق بوده است هنوز هم پس از گذشت یک و نیم دهه از شروع تلاش های نوین جهت تغییر گفتمان مردسالاری در افغانستان، اصلاح جنسدر در افغانستان به شکل غالب مساوی به زن تلقی میشود این در حالی است که مفهوم جنسیت به نقش های زنان و مردان اشاره دارد چنین تقلیلی سبب شده که چپ در سطح سیاستگذاری و چپ در سطح تطبیق و فعالیت های مدنی، به نقش مردان و پسران جوان در تامین برابری جنسیتی توجه نشود.

پیشنهادات خود را به اشتراک بگذارند. بناً با یک آگاهی و تبلیغات می شود جهان را تغییر داد اما رسانه های اجتماعی هنوز در افغانستان فراگیر نیست، فقط افرادی تحصیل کرده و مرفح جامعه که اکثریت آن ها مردان هستند، به اترنیت دسترسی دارند.

زنان افغانستان اکنون با این رویا پردازی، که دیگر بر عقب بر نخواهند گشت و نمی توانند از خط قرمز آنها عبور کند. دلخوش هستند. همچنان میتوان گفت: که در سال های اخیر موضوع حقوق و پایگاه اجتماعی زنان در هیچ کشوری به اندازه افغانستان چه در سطح سیاسی و اجتماعی آن مورد مشاخره نبوده است.

این مساله حتی به شکلی گسترده تر در سطح بین المللی از ظلم و ستم مجاهد و طالب در مورد زنان مطرح شده است پس از سقوط آنها و روی کار آمدن دولت های جدیدی اکنون

حقوق زنان افغانستان به شکل سمبولیک پیش رفت. البته بعضاً فرصت های را برای ارزیابی اجمالی وضعیت زنان و ارایه راهکار هایی فراهم میکند که در عرصه تامین برابری جنسیتی در افغانستان کمتر بدان پرداخته شده است در طول سال های گذشته البته تلاش های صورت گرفته و بهبودی

سال های اخیر بدون شک فصل بیداری مجدد زنان و عصر طلایی حضور پر رنگ زنان در کارزار گفتمان خلاق سیاسی و فلسفی از راه شبکه های اجتماعی در افغانستان بوده است. شبکه های اجتماعی، برابری جنستی و توانمند سازی زنان در سراسر جهان، جان بخشیده و این پدیده در افغانستان هم گسترش فوق العاده داشته است.

فیسبوک، توئیتر، اینستاگرام و سایر شبکه ها، بیداری اجتماعی را در میان زنان افغانستان که دست رسی به اترنیت دارند، به وجود آورده و آنها را از حقوق و آزادی های فردی اقتصادی و اجتماعی خود آگاه کرده است.

شبکه های اجتماعی زنان افغانستان این فرصت را داده تا صدای خود را به گوش مخاطبان خود در گوشه و کنار جهان برسانند آنها از شبکه های اجتماعی به خوبی استفاده میکنند و با تغییر دنیای دیجیتال، دنیا آنها نیز در حالی تغییر است.

به رغم تاکید ها چند جانبه برای حفظ موقعیت آزادی های اساسی زنان در جریان گفت گوهایی صلح و رسیدن به هرتوافق با طالبان، زنان از خطر احتمالی کاهش سطح مشارکت شان در عرصه سیاسی و اجتماعی افغانستان نگران اند و اخیراً عنوانی را تحت { حفظ آزادی های و حقوق ابتدایی راه اندازی کردند} هدف از راه اندازی این دادخواهی این است که این بار زیر نام صلح، حقوق آنها قربانی نشود.

زنان افغانستان اعتراض دارند، که ما دیگر به عقب برنمیگردیم، و اعتراض به تبعیض جنسیتی، آزار و اذیت خیابانی را بر پا کرده اند.

در کشور سنت گرا و دارای مناسبات مرد سالارانه مانند افغانستان بدون شک یکی از راه های دادخواهی و حق طلبی، همین شبکه های اجتماعی است و زنان نیز از این فرصت بخوبی استفاده میکنند استفاده از نام، حق شخصی هر فرد جامعه است اما در افغانستان افراد از ذکر نام زنان خانواده شرم دارند. برخی از فعالان حقوق زن برای رسیدن به این حق ابتدایی، دست به دامان شبکه های اجتماعی شدن و زنان امروز افغانستان زنان بیست سال پیش نیستن که به حاشیه رانده شوند. و در خانه بنشینند و بپذیرند که حق به آن ها داده خواهد شد اکنون پی برده اند که حق داده نمیشود، بل حق گرفته میشود.

تجربه نشان دهنده این است که زنان پیشتر از مردان جهان از شبکه های اجتماعی استفاده میکنند.

بسیار از زنان افغان هم نظریات شان را در رسانه های اجتماعی همگانی میکنند و بحث های را مطرح می کنند که صرف راه اظهار آن از طریق رسانه های اجتماعی فراهم شده است. شبکه های اجتماعی بستر مناسب برای زنان بوده، تا نظریات و

بلی! خشونت همیشه یک چشم نبود و یک دندان شکسته و بینی خون شده نیست. خشونت ترس و وحشتی است، که در جان زن است. او باید فکر نماید، که آیا لاغرتر، چاق تر، زیباتر، خوشحال تر، سنگین تر، عاقل تر باشد... زن پایه نشاط زنده گی است زن که شاد باشد خانه شاد است، خانواده شاد است شهر شاد است و یک جهان شاد است یادما باشد با پایمال کردن حقوق زنان اولین ضربه را به دست خود به جامعه وارد میکنیم آنهم گرفتن شادی و نشاط از روی جامعه است.

## درد دلبند دارم..



سروده از: خاطره ابراهیمی

مادری زار می گریست که درد دلبند دارم  
من از جور زمانه دل خون یا خداوند دارم  
با ناله زار می گفت از چی نالم زود خدایا  
در جوانی شکستم و با غم ها پیوند دارم  
حنایی دستانم خشک ناشده بهارم خزان شد  
از جوانی لذت نبرده از مردم نیشخند دارم  
بی هوش و گوش فتادم کناری در ماتم و غم  
تا به خود آمدم دیدم در جهان چی پا بند دارم  
به تنهایی مادر میشدم این بود مگر حق من  
که با سوال های طفلی جواب دردمند دارم  
چی گویمش روزی که پرسد کجاست پدرم  
مادرم با نا چاری تلاش های سودمند دارم  
یگانه امید زنده گی ام بود آن دلیر مرد نازم  
بودم خندان با خود یک شجاع فرزند دارم  
جنگ خانمان سوز آمد آتش زد به خرمم  
غافل بودم که با آه و ناله سخت پیوند دارم  
آوردن تابوت گل پوش شهزاده ام به خانه  
خدایا این غم به کی گویم که درد دلبند دارم  
کی شنود فریادم کی رسد به این حال زارم  
ظالمان بشنوید من گله با صدایی بلند دارم  
تکیه گاه ام گرفتین جای تان آتش جهنم  
باد جسم بی جان و در سینه دل درد مند دارم  
ای مرگ بگو کجایی مرا بیر پیش فرزندم  
خلاصم کن از این دردی که در بند بند دارم



برخی از مردان و ملاها بر این باور هستند که باورهای اسلامی برای مردان بنا به مرد بودن شان این حق را مجاز شمرده، در صورتیکه زنان در برابر تصمیم های آنها مقاومت کنند از خشونت کار بگیرند در نهایت به منظور تامین حقوق زنان افغانستان ضرور است تا مردان و پسران به عنوان شرکای برابری جنسیتی در نظر گرفته شوند نیاز است تا تعریف جدید و انتقادی از مفاهیم مردانگی افغان ها ارائه شود که نا برابری و خشونت جنسیتی را نفی نمایند. همچنان نیاز است تا درباره پیامد ها و فواید برابری مردان و زنان، خانواده و اجتماع ما به شکل گسترده اطلاع رسانی گردد. شیوه زنده گی سالم باید برای اعضای خانواده آموزش داده شده و انواع خشونت علیه زنان به شکل دقیق تعریف و به عنوان ضد ارزش های دینی و فرهنگی برای عموم مردان زنان معرفی گردد. و همچنان هرچی زنان در حکومت سهم بیشتری داشته باشند، جامعه برای حل مشکلات خود راه حل بیشتر خواهد داشت. این غیر قابل انکار است که زنان با مردان تفاوت های زیادی دارند و این تفاوت ها در شیوه فکر کردن انواع استعداد ها و توانایی ها و شیوه برخورد با مشکلات و غیره می باشد در واقع عدم مشارکت زنان در حکومت به معنای محروم کردن جامعه از استعداد ها، توانایی ها، خلاقیت ها و نیروی نیمی از جامعه می باشد، راه های حل پیشنهادی هم همیشه یکطرفه است که ممکن است کار ساز هم نباشد در حالیکه مشارکت زنان میتوانند دیدگاه ها، استراتژی ها و راه های حل بسیاری را در زمان بوجود آمدن مشکل پیشروی حکومت قرار دهد که یک حکومت مردسالار از آنها محروم است تحقیقات نشان داد که زنان در رهبری کردن شیوه متفاوت را به کار میگیرند آنها بیشتر تمایل به همکاری و انجام کارها به شکل گروهی دارند، ویژه گی های که در دنیای امروز بسیار موثر هستند. مردان به خاطر ویژه گی های که دارند بیشتر تمایل به خشونت و یک روش سلطنت گرانه دارند که ممکن است در بحث های سیاسی راه حل های که ارائه میکنند بیشتر طرفدار روش های سرسختانه باشند که همیشه راه حل درست نیست برای کشتن یک زن نیاز نیست فریاد بزنی، ترکش کنی، رویا هایش را بلزدی یا به او خیانت کنی. برای کشتن یک زن کافی ست وقتی برای تو پیراهن زیبا به تن میکنند، فراموش کنی بگویی که چقدر زیبا شده ای، آن گاه روح و روان او صدمه دیده، قلباً جگرخون میشود. اگر چند بار دیگر این بی تفاوتی تکرار شود، یک روزی صبح زنی را می بینی که روحش به مقصد دوزخ به تنهایی خانه تو را ترک کرده، ولی باز هم خودش مصروف چیدن میز صبحانه توست، و تو با جسد متحرک یک زن جای صبح بخوری.

# مناسبات و روابط پیر الملک

## کارمندان دیپلماتیک



### نگارش و تتبع: خاطره سروری

ما هنوز چنین معمول نیست. همراه با نامیدن سند معرفی (کاپی اعتماد نامه) به رئیس نماینده گی که در آن لقب سفیر ویا مستشار درج است، اهدا می‌گردد، اعتماد نامه از طرف رئیس دولت کشور فرستنده به رئیس دولت کشور میزبان عنوان می‌گردد.

#### در متن آن معمولاً می‌آید:

۱. تصدیق این مطلب که رئیس نماینده گی کشور فرستنده به لقب موافقت شده تعیین گردیده و تذکر از اسم مکمل وی.

۲. آرزو مندی که رئیس نماینده گی با فعالیت اش در تحکیم و توسعه مناسبات سهم خواهد گرفت.

۳. تضمین اینکه رئیس نماینده گی بنام رئیس دولت و حکومت کشور فرستنده عرض اندام خواهد نمود.

۴. خواهش اینکه رئیس نماینده گی را صمیمانه بپذیرند.

قبل از سفر رئیس نماینده گی به کشور میزبان معمولاً تعارفی با رئیس نماینده گی آن کشور در وطن خود بعمل می‌آورد. این ملاقات به سطح سفیر کبیر بین المللی معمول بوده و متقابلاً ملاقات صورت نمی‌پذیرد، اکثراً رئیس نماینده گی مطابق تعامل بین المللی رئیس نماینده گی جدید را به صرف غذا دعوت مینماید. از رئیس نماینده گی به سطح سفیر کبیر و نماینده فوق العاده در محل ورود

۳. مدیر شعبات مربوط وزارت خارجه

۴. رئیس شعبه تشریفات

قاعدتاً موافقت نامه شفاهی با ارایه خلص سوانح کاندید ویا توسط یادداشت درخواست می‌گردد، اکثراً با مشوره وزارت امور خارجه پیرامون صدور موافقت نامه تصمیم اتخاذ میکند. عمدتاً به تقاضای موافقت نامه جواب مثبت داده میشود، اساساً صدور موافقت نامه از همان راهی انجام می‌پذیرد که درخواست بعمل آمده است، رد نمودن موافقت نامه لازم به یاد آوری دلیل ندارد و کدام عمل غیر دوستانه نسبت به کشور میزبان محسوب نمی‌گردد. هرگاه به موافقت نامه جواب داده نشود

خود به مفهوم رد کردن آن است، کشور فرستنده با گذشت زمان معین تقاضای موافقت نامه برای شخص دیگر را بحیث رئیس نماینده گی مینماید. در صورت رد نمودن مجدد و عدم جواب ویا تعلل ورزیدن زیاد میتوان چنین نتیجه گرفت که مناسبات کشور های متحابه خراب و متشنج است.

#### نامیدن ورود رئیس نماینده گی!

بعد از صدور موافقت نامه نظر به مقررات داخلی کشور رئیس دولت کشور فرستنده رئیس نماینده گی را تعیین میکند. در اکثر کشورها رئیس نماینده گی لقب سفیر کبیر و نماینده فوق العاده در کشور ویا کشور های مورد نظر را دارا میباشد. در اکثر کشور ها مقرری مقامات دولتی پیرامون سلسله مراتب در مطابقت با میثاق ویا وجود میداشته باشد و همچنان القاب سفیر ویا مستشار اهدا شده میتواند بدون اینکه عملاً در کشور در چنین وظیفه گماشته شود. در چنین موارد صرف سفیر یاد شده کلمه (کبیر و نماینده فوق العاده) حذف میگردد.

همچنان لقب سفیر ویا مستشار را میتوانند داشته باشند با وجودیکه در ساحه سیاست خارجی وظیفه نداشته باشند، البته در کشور

#### تاسیس سفارت و تبادل سفر

تاسیس سفارت و سفیر غیر مقیم (که در چنین حالت شارژدافیر وظایف رهبری سفارت را در کشور میزبان به عهده می‌گیرد) صرف کشور های بزرگ و پولدار در همه کشورها یک با آنها مناسبات دیپلماتیک دارند، سفارت خویش را تاسیس نموده اند. عدم تاسیس یک نماینده گی مخالف هیچ تعامل بین المللی و پرنسیب های معمول حقوق بین الدول نبوده و مربوط به تصمیم مستقل هر کشور میباشد، که انگیزه آن میتواند متفاوت باشد. قبل از تاسیس نماینده گی باید بین هر کشور متحابه مناسبات دیپلماتیک ایجاد شده باشد. در میثاق ویا نا در مورد مناسبات دیپلماتیک مورخ ۱۸ اپریل ۱۹۶۱ قواعد اساسی آغاز و انجام یک ماموریت دیپلماتیک آمده است.

بدین ترتیب این مسأله مربوط آن بخش پروتوکول است که در حقوق بین الدول تنظیم گردیده - توافق بمیان آمده، این نشانه آنست که به سطح بین المللی چه اهمیتی به این پرابلم قابل اند و زمینه عملی شدن اساسات این تشریفات را در همه کشورهای عضو این میثاق فراهم می‌آورد، اکثریت کشورهاییکه هنوز عضویت این میثاق را ندارند نیز این نورم ها را می‌پذیرند. اکثراً در عمل چنین رایج شده که بعد از عقد توافق در مورد ایجاد مناسبات دیپلماتیک رئیس اصلی نماینده گی، بلکه موقتاً شارژدافیر که به هیچ نوع اعتماد نامه یی نیاز ندارد، در کشور میزبان فرستاده میشود بدین ترتیب آماده گی لازم برای آغاز فعالیت نماینده گی دیپلماتیک گرفته میشود.

#### درخواست و صدور موافقت نامه!

کشور فرستنده باید قبل از تعیین رئیس نماینده گی معلوم نماید که آیا شخص مورد نظر مطابق ماده (۴) میثاق ویا نا قابل قبول است یا خیر، به همین اساس کشور فرستنده خواهش صدور موافقت نامه برای رئیس نماینده گی مورد نظر را بعمل می‌آورد این موضوع مطابق تعامل بین المللی مخفی نگهداشته میشود تا جلو انعکاس احتمالی رد آن گرفته شود، اکثراً مقامات ذیل موافقت نامه را می‌پذیرند:

۱. وزیر و معاونین وزیر امور خارجه
۲. سفیرای کشور مربوط

ماده ۷، این وظیفه رؤسای نماینده گی های دیپلوماتیک تأیید گردیده است. متن مذکور چنین است. (( اشخاص پائین رتبه بنا بر سمت های که دارند و بی آنکه لازم باشد و سند دلالت بر اختیارات تام میکند آرایه دهند، نماینده کشور خود محسوب می شوند: رؤسای نماینده گی های دیپلوماتیک به منظور پذیرش متن یک قرارداد بین کشوری که به آنها اعتماد نامه داده و کشوری که اعتماد نامه آنها را پذیرفته است)).

#### حفظ منافع دولت فرستنده و اتباع آن

حفظ منافع دولت فرستنده معنی وسیع دارد و به قلمرو های متعدد سیاسی، اقتصادی، فرهنگی، نظامی و غیره مربوط میشود. ولی در هر حال حفظ منافع دولت مفهوم روشن و دقیقی ندارد و قابل تفسیر است.

تشخیص منافع دولت فرستنده در کشور پذیرنده اصولاً بر عهده نماینده گی دیپلوماتیک است که مباشرت امور را در محل بر عهده دارد.

مثلاً نماینده گی باید مراقب باشد تا قوانین و مقرراتی در زمینه مهاجرت و تابعیت و کار و بیمه های اجتماعی و اقامت و غیره که مستقیماً و به خصوص به ضرر اتباع کشور فرستنده باشد وضع نگردد و مراحل آنرا به موقع به دولت فرستنده اطلاع دهد تا در صدد پیشگیری بر آید و یا عمل متقابل انجام دهد و در هر حال رعایت معیار های بین المللی را توصیه نماید.

حفظ منافع خصوصی افراد، بیشتر همان اموری است که به وظایف قسولی ارتباط دارد ولی فرق بین حفظ منافع اتباع از طریق دیپلوماتیک با حفظ منافع اتباع از طریق قسولی در آن است که در مورد حفظ منافع اتباع از طریق دیپلوماتیک این است که دولت با دولت طرف است که مذاکره می نماید تا راه حل یافت شود ولی در مورد حفظ منافع اتباع از طریق قسولی در این است که ارتباط و تماس های در سطح افراد با مقامات اداری و قضایی محلی میباشد و برای حفظ منافع اتباع باید سه عامل در نظر گرفته شود.

۱. تابعیت شخص (طبیعی یا حقوقی) و انتساب آن به دولت فرستنده باشد در این مورد یک استثنا است و آن موقعی که فردی دارای تابعیت مضاعف دولت فرستنده و پذیرنده باشد که در این صورت دولت فرستنده نمیتواند منافع شخص را در کشور پذیرنده حفظ نماید.

۲. قبل از توسل به طرق دیپلوماتیک، شخص مدعی، نزد مقامات محلی، برای احقاق حقوق خود اقدام کرده و نتیجه ای نگرفته باشد.

۳. موضوع مورد تقاضای شخص، حتی الامکان، اخلاقی، مشروع و قانونی باشد.

مثلاً اگر فردی به جرم قاچاق مواد مخدر محکوم زندانی شده باشد صلاحیت نماینده گی دولت فرستنده در این مورد تنها نظارت بر جریان محکمه و اطمینان از اجرای صحیح قوانین و مراقبت از وضع سلامتی و رفتار با وی در زندان است و حق اقدام برای آزادی وی را ندارد.

اصولاً، حفظ منافع اتباع با دولت متبوع شان است ولی استثنائی در زمینه در بین کشورهای اتحادیه اروپا

بعد از تقدیم اعتماد نامه سفیر جدید قاعدتاً درخواست ملاقات های تعارفی را با رهبران کشور میزبان بعمل می آورد. این ملاقات ها توسط شعبه تشریفات وزارت امور خارجه سازمان میباشد، در اکثر کشور ها ملاقات های ذیل انجام می پذیرد.

۱. صدراعظم

۲. رئیس پارلمان

۳. بعضی رهبران سیاسی

۴. بعضی از اعضای کابینه

نظر به خواهش رئیس نماینده گی میتواند ملاقات های دیگر تعارفی توسط شعبه تشریفات سازمان باشد. رئیس نماینده گی جدید به روسای نماینده گی دیپلوماتیک کشور میزبان طی یادداشتی مشخصی از تقدیم اعتماد نامه اطلاع میدهد و ملاقات های تعارفی بعمل می آورد. روسای نماینده گی که در سطح پائین تر قرار دارند خودشان تقاضای ملاقات تعارفی را با رئیس نماینده گی جدید بعمل می آورند. هنوز تا حدودی معمول است که این ملاقات های تعارفی متقابلاً صورت می پذیرد. ولی تمایل عملکرد بین المللی در جهتی است که ملاقات های تعارفی متقابل صورت نپذیرد چرا که وقت بسیار زیاد را در بر میگردد. ملاقات های تعارفی در کور دیپلوماتیک شرایط آنرا مساعد میسازد تا سفیر تازه وارد را به محافل دیپلوماتیک خود دعوت نمایند.

#### وظیفه نماینده گی دولت فرستنده:

نماینده گی دیپلوماتیک دایم ارگان حضور مستمر دولتی نزد دولت دیگر است. روسای نماینده گی ها در سطح سفیر و وزیر مختار، نماینده بلاواسطه دولت فرستنده نزد دولت پذیرنده می باشند، نماینده گی دیپلوماتیک مجرای رسمی ارتباطات دو کشور است. رئیس نماینده گی با اختیاراتی که دارد میتواند قولی بدهد یا سند تعهد آوری را امضا کند که برای دولت متبوعش الزام آور باشد اگر رئیس نماینده گی از حدود صلاحیت و اختیارات خود تجاوز نماید وظیفه دولت فرستنده است که در نخستین فرصت قول او را تکذیب و تعهد او را باطل سازد و اقدامات بعدی را در زمینه بعمل آورد. در گذشته سفیران نماینده - سلطان خود بودند ولی امروزه سفیران و وزیران مختار هر دو نماینده دولت خود بشمار می آیند و عملاً تفاوتی بین آنها نیست. رؤسای نماینده گی دیپلوماتیک طبقه سوم (کارمندان دایم دیپلوماتیک) فقط نماینده گی وزرای خارجه را دارند، ولی حدود اختیارات و صلاحیت آنان از نظر دیپلوماتیک در قطار سفیران و وزیران مختار است. رئیس پست قسولی، نماینده گی ندارد و کارمند دولت خود می باشد که در سرزمین کشور خارجی وظایف خویش را انجام میدهد. معرفی نامه بی را که رؤسای نماینده گی های دیپلوماتیک در آغاز ماموریت به مقام مربوط تسلیم میکنند دال بر نماینده گی آنان از طرف دولت فرستنده نزد دولت پذیرنده است.

در کنواسیون دوم حقوق قرار داد های سال ۱۹۶۹ طی بند ۲

به نماینده گی از حکومت کشور میزبان رئیس تشریفات وزارت امور خارجه پذیرایی بعمل می آورد.

در پذیرایی به رئیس نماینده گی خوش آمدید گفته و سطح مناسبات موجود آرایه میشود، مسوول مربوطه میدان هوایی توسط رئیس تشریفات معمولاً قبل از ورود رئیس نماینده گی در جریان قرار گرفته و آماده گی لازم غرض انجام امور گمرکی و ویا پاسپورت اتخاذ میگردد.

#### تقدیم اعتماد نامه به رئیس نماینده گی:

در مورد اعتماد نامه به مفهوم وسیع کلمه، مجموعه اقداماتی که غرض استقرار و جا به جا نمودن یک نماینده فوق العاده دولتی لازم است. درخواست و صدور موافقت نامه تعیین سفیر توسط رئیس دولت کشور فرستنده و تقدیم اعتماد نامه به رئیس دولت کشور میزبان توسط سفیر می باشد.

و به مفهوم خاص کلمه، اعتماد نامه صرف مراسم تقدیم اعتماد نامه است. یک رئیس نماینده گی میتواند در کشور های زیاد با اعتماد نامه باشد در اینصورت باید همه کشورهای مربوط را اطلاع داده و موافقت شانرا بدست آورد (میشاق و یاننا ماده ۶) در کشوریکه رئیس نماینده گی غیر مقیم باشد میتواند نماینده گی دیپلوماتیک تحت رهبری شارژدافیر موقت فعالیت نماید. بعد از ورود و قبل از تقدیم اعتماد نامه رئیس نماینده گی در کشور میزبان غیر رسمی بوده و نمیتواند وظایف خویشرا به عهده گیرد از این سبب توجه به عمل می آید تا این مدت زمان تا جای ممکن کوتاه باشد. در این مدت رئیس نماینده گی با رئیس تشریفات در تماس بوده و خویشان را پیرامون شیوه و خصوصیات تشریفات بخصوص در ارتباط با آغاز ماموریت در روشنی قرار میدهد. در این مدت، ملاقاتی با شیخ السفر بعمل می آورد، البته این ملاقات غیر رسمی است در رابطه با تقدیم اعتماد نامه سفیر تازه وارد خواهش ملاقات با وزیر امور خارجه کشور میزبان را بعمل می آورد. در جریان ملاقات سفیر کاپی اعتماد نامه و احیاناً سند سبکدوشی سفیر قبلی و همچنان اگر در نظر باشد که بیانه تبادل گردد. کاپی بیانه خود را نیز به وی میدهد. قاعدتاً طی این ملاقات سفیر وقت و زمان تقدیم اعتماد نامه خویش را به رئیس دولت مستحضر میشود. تقدیم اعتماد نامه با مراسم خاص انجام میپذیرد. در اکثر کشور ها با قطعه نظامی تشریفات، بیرق های ملی و سرود ملی هر دو کشور و برای هر تقدیم کننده اعتماد نامه مطابق میثاق و یاننا ماده (۱۸) یکسان مراسم تقدیم اعتماد نامه سفیر مطالب آتی را احتوا میکند.

۱. همراهی نمودن سفیر با در نظر داشت معین بودن موتر های رسمی و اسکورت با موتر سایکل ها

۱. تقدیم قطعه تشریفات

۲. معرفی سفیر جدید

۳. تقدیم اعتماد نامه

۴. ملاقات با رئیس دولت

# راه عشق



شعر از: شفیقه فیضی

سایه بودم حسرت دیدار آرمان تو بود  
نور از جایی که تا بید نصف فرمان تو بود  
قصه شهر پریان را شنیدم سالهاست  
سرنو شتم شهرت تو ست تخت سلیمان تو بود  
یوسف مصری شد م عشق زلیخا یار شد  
هر هوس در شهر کنعان لطف زندان تو بود  
نه ز جام عشق نوشید نه زلیخا یار شد  
عشق در دل رخنه کرد دانم که عصیان یار شد  
نغمه با احساس بشنید بلبل وانده یسه کرد  
حس خوبی بود بدل مدیون زلفان تو بود  
نور خورشید رخت زیبا و مهتاب شب نمود  
هرقد آن سایه افگند شام دوران تو بود  
دیدن دیدار چون آب در لبان تشنه است  
سبز و خرم کردنت زین آرزو جان تو بود  
شاد کن دوران ما را سبز پیوشا نم کفن  
این شهید راه عشق جاننش بقربان تو بود

**بانورا با قلم، قدم  
و در هم خود یاری نمایید.**

Website: [www.akiseu.com](http://www.akiseu.com)  
IBAN: AT896000010310237189  
BIC: OPSKATWW

اطلاعاتی است که از مذاکرات خصوصی و ملاقاتهای رسمی و اخبار رسانه های گروهی و شاید هم شایعات بدست می آید، بدون آنکه در کسب آن اطلاعات از وسایل و طرق غیر قانونی مانند رشوه ویا خرید وجدان افراد ویا تهدید آنان ویا به عنوان حق السکوت و امثال آن استفاده شود. آنچه در این زمینه به نظر میرسد وسعت موضوع گزارشهاست که شامل گزارشهای سیاسی، اقتصادی، فنی، علمی، تکنالوژی، فرهنگی، نظامی و غیره است و قابل توجه اینکه قلمرو کسب اطلاعات از این زمینه ها تجاوز کرده و شامل موضوعات تجارتي، تکنالوژی و صنعتی و علمی نیز میشود. اهمیت گزارش ها تنها در انعکاس صیحیح وقایع و تحولات در کشور پذیرنده نیست، بلکه مقصود اصلی اظهار نظر و تفسیر و تجزیه و تحلیل از وقایع به منظور رهنمایی دولت فرستنده است تا از مجموع آنها این دولت بتواند خط مشی سیاست خارجی خود را ترسیم نماید. بنابراین، صحت اطلاعات و تجزیه و تحلیل منطقی آنها، درست ویا نادرست بودن سیاست خارجی دولت ها اثر می گذارد و در تصمیمات کارگردانان سیاست خارجی موثر است.

در گذشته موضوع گزارش ها سیاسی بود ولی امروزه، با وسعت یافتن وظایف نماینده گی ها ممکن است موضوع گزارش در گذشته موضوع گزارش های مختلف اقتصادی، تجارتي، فرهنگی و غیره باشد. گزارش های نمایندگی ها اصولاً با سایر گزارش های رسانه های گروهی متفاوت است، زیرا از دیدگاه خاص منافع دولت فرستنده تنظیم میشود. تا مبحث بسط و توسعه روابط دوستانه

وجود دارد، زیرا به موجب قرار داد ماستریخت سال ۱۹۹۲ آمده است:

هر یک از اتباع با دولت های عضو اتحادیه، در سرزمین کشور دیگری که دولتش نمایندگی ندارد، میتواند از حمایت مقامات دیپلوماتیک یا کنسولی هر دولت دیگر عضو اتحادیه، همان شرایطی که اتباع این دولت برخوردار می شوند، بهره مند گردد.

## مذاکره یا حکومت دولت پذیرنده

از نظر تاریخی، عملی مذاکرات، نخستین وظیفه سفیران برای برقراری تفاهم، دولتی، صلح ویا اعلان جنگ بوده است.

از نتایج منطقی که از "نمایندگی" دولت فرستنده حاصل می شود آن است که کارمندان نماینده گی دیپلوماتیک، خصوصاً رئیس نماینده گی میتواند از طرف دولت متبوع خود مذاکراتی با مقامات صلاحیت دار دولت پذیرنده انجام دهد.

عمل "مذاکرات" را میتوان وظیفه سیاسی سفارت، به مفهوم وسیع تعبیر کرد قلمرو مذاکرات محدود نیست و میتواند به کلیه وظایف دیپلوماتیک مربوط باشد مذاکرات ممکن است برای نزدیکی بیشتر بین دو کشور، یا رفع سوء تفاهم، خواستن بعضی امتیازات، کسب اطلاعات، توضیح وضع سیاسی، حفظ منافع، اعتراض، مشورت در مسایل بین المللی، جلب موافقت و همکاری و خلاصه در زمینه های گوناگون باشد.

مذاکره از وظایف حساس نماینده گی است ولی در هر حال مذاکره کننده مؤظف است دستورات و خواست های دولت فرستنده را در نظر گرفته و بدون دخالت دادن نظرات شخص خود، به هدف برسد و در این راه از حدود اختیارات و صلاحیت خویش فراتر نرود.

هنر دیپلماسی، در حقیقت در رهبری مذاکرات، نهفته است. وسعت معلومات، داشتن اطلاعات، آگاهی به فن مذاکره، موقع شناسی، واقع بینی و بسیاری صفات دیگر که داشتن آنها برای روابط دیپلوماتیک ضروری است، او را در پیشبرد مذاکرات و رسیدن به مقاصد یاری میکند. هنر مذاکرات قواعد دقیق و از قبل تعیین شده ندارد و قابل تدوین نیست و بسته گی به استعداد هر فرد دارد و قلمرو این هنر از حقوق دیپلوماتیک جداست و به همین جهت در این تألیف بحث بیشتر در این مورد لازمی ندارد.

## کسب اطلاعات و گزارش آن

کسب اطلاعات از اوضاع و سیر وقایع کشور پذیرنده و انعکاس آن به مقامات مربوط دولت فرستنده از وظایف هر نمایندگی دیپلوماتیک است.

نکته قابل توجه اینکه در این ماده تصریح شده که اطلاعات باید (با استفاده از کلیه وسایل مشروع باشد و این در حقیقت مرزی است که فعالیت دیپلوماتیک را از فعالیت های جاسوسی جدا می سازد، جاسوسی در قدیم یکی از وظایف اصلی سفیران و سفارتخانه ها بوده است و هنوز هم اگر از حدود معقول و متعارف تجاوز نکند، کسب اخبار و اطلاعات از وظایف دیپلوماتیک است. اصولاً باید گفت وسایل مشروع،

و میتوان گفت این مجله برای بلند بردن سطح آگاهی و رشد استعدادها و غنای فرهنگ سازی برای زنان افغانستان نقش بارزی را ایفا میدارد. جا دارد از آقای غوث الدین میر صاحب امتیاز این فصلنامه خانم ناهید علومی مدیر مسوول و آقای صدیق وفا ویراستار و سایر دست اندر کاران این مجله سپاس گزاری نمایم.

**نذیره:** اگر کدام خاطره جالب تان را با ما شریک سازید؟

**فریبا:** کاملاً طبیعی است که در زنده گی انسانها خاطره های تلخ و شیرین اتفاق می افتد. خاطره تلخ و بیاد ماندنی ام ترک از آغوش میهن بود که برایم یک خدا حافظی تلخی بود که با ترک کردن وطن بهترین چیزها را از دست دادم. دوستانم کاشانه ام را مردم دوستداشتنی ام را وظیفه

مقدس ام را مال خانه ام را از دست دادم، نظر به شرایط ناگوار به ترک افغانستان عزیزم مجبور شدم و یکی از خاطرات خوب و بیاد ماندنی ام که برایم حایز اهمیت است، که باشما عزیزان در میان میگزارم، فصل خزان بود فصل طلایی فصل یاقوت و مرجان روزهای پر شور شوق بارانی بینهایت زیبا که انسان با دیدنش متحیر میشود، آن روز خاطره انگیز ذهن مرا همیشه با خود مشغول میسازد، روز بارانی بود کنار پنجره رفتم به تماشای باران که برایم عجیب و زیبا بود، چتری ام را گرفتم بالا پوش بارانی خود را بر تن کردم بیرون رفتم تا لحظه از هوای ملایم گوارا مستفید شوم. دانه های درشت باران و وزیدن شمال خیلی زیبا



هرگز فراموش خاطر نمی شود و بعد از وارد شدنم به اروپا شعرهای منقدی، غزل تک بیت ها هم سرودم، ولی بنابر مشکلات زنده گی نتوانستم آنرا جمع اوری نمایم.

**نذیره:** خانم فروتن عزیز اگر در مورد خانواده تان بگوئید، خوش میشوم ..

**فریبا:** خوشبختانه بیست و سه سال از ازدوایم میگذرد، پنج فرزند دارم دو دختر و سه پسر، دختر بزرگم فارغ رشته ادبیات انگلیسی میباشد، پسر بزرگم فعلاً مصروف تحصیلات عالی در رشته اقتصاد در شهر وین است. دختر دومی در صنف سوم گمانیز یوم و دوپرم نیز مصروف درس هستند.

قبل از اینکه در وین نقل مکان کنم در نیدر استرایخ مدت یکسال زنده گی کردیم، چندی آنجا کار کردم فعلاً در وین مصروف فراگیری زبان آلمانی هستم، همچنان عضو کانون فرهنگ افغانستان در اتریش هستم.

**نذیره:** خانم نادری از کار و فعالیت تان در کانون فرهنگ بگوئید؟

**فریبا:** من از اول شوق و علاقه زیاد کار در نهاد های فرهنگی را داشتم تصادفی یکی از دوستانم در شهر وین که با من آشنایی داشت، شماره آقای میر رئیس کانون فرهنگ افغانستان در وین را برایم فرستاد من عاجل بایشان تماس گرفتم بالطف خیلی خوش مرا به دفتر کانون دعوت نمود. مدت سه سال میشود که عضو این کانون میباشم آقای میر را یک شخصیت عالی در کانون یافتیم، از کار و فعالیت های این کانون باید یاد آور شد، رهنمائی های برای مهاجرین، تدریس کورس زبان آلمانی بامجرب ترین استادان، همچنان این کانون توانسته تمام استعداد های زنان مردان و نوجوانان را رشد داده در عرصه تعلیم و تربیه گام های استواری را بردارد. در این اواخر کورس گیتار را برای رشد موسیقی در بین جوانان برآه انداخته که جوانان میتوانند با شوق و علاقه به کورس ها حاضر شوند و گیتار بنوازند و انعه جوانان که از قبل به نواختن گیتار دسترسی دارند، دربرگزاری کنسرت ها برای هموطنان عزیز ما کوشش مینمایند. خلاصه این کانون فرهنگ افغانستان مقیم اتریش از هیچ نوع سعی و تلاش به خاطر سهولت هموطنان ما دریغ نورزیده جا دارد به خاطر این همه زحمات شان سپاسگزاری کرد.

**نذیره:** خانم فروتن نظر شما در ارتباط به مجله بانو چی میباشد لطفاً بفرمایید؟

**فریبا:** در برابر این مجله که سراپا خواندنی و جالب است شخصیت های معروف و صاحب نفوذ و مشترکین این مجله میباشند، خود را نا توان حس میکنم و به خود جرات نمیدهم که نظر بدهم ولی فقط لازم میدانم بگویم که این فصلنامه از لحاظ علمی و تخصصی به سطح بالایی قرار دارند

## گفت و شنود نذیره کوهستانی خیرنگار مجله بانو ناشر اندیشه های زنان افغانستان در اروپا با زنان فخیه افغانستان!

تهیه و ترتیب: نذیره کوهستانی

اینک گفت شنود با خانم فریبا نادری فروتن شاعر، نویسنده، و عضو کانون فرهنگ افغانستان در اتریش را خدمت خواننده گان عزیز مجله پیشکش مینمایم..

خانم فریبا نادری فروتن لطف نموده، در آغاز طور دلخواه خود را به خواننده گان مجله معرفی و از فعالیت های تان در افغانستان برای ما تعریف نماید؟

**فریبا:** فریبا نادری هستم بنابر متواضع بودنم، و نسبت به خلوص نیت دوستان و همکارانم فروتن خطابم می کنند، بنده در سال ۱۹۷۵ در یک خانواده روشنفکر به دنیا آمدم دوره مکتب را در لیسه عالی نسوان اسلام قلعه و ولایت بغلان به پایان رسانیده ام بعد از سپری نمودن امتحان کانکور در رشته دلخواه خود زبان و ادبیات دری در پوهنتون بلخ پذیرفته شدم، بعد از ختم تحصیل در مدیریت نظارت تعلیمی بحیث سوپروایزر در ولایت بغلان کار کردم بعداً نسبت شرایط نا امن در این ولایت به مزار شریف نقل مکان نمودیم در این ولایت نسبت به شوق و علاقه که به ژورنالیزم داشتم وارد دنیای رادیو و تلویزیون شدم و به صفت گزارشگر و پر دیوسر برنامه های که تحت عنوان فرهنگ انتشار می یافت به د کلمه شعر و اکثر فیلم ها و سریال های هندی و امریکایی را به زبان دری دوبله میکردم و بازم نظر به شرایط نامساعد، در تلویزیون، و وظیفه مقدس معلمی را انتخاب کردم.

و مدت شش سال مصدر خدمت برای اولاد وطن در لیسه عالی خانه نور شدم با وجود تدریس در این لیسه برنامه های گوینده گی و عضو فعال کمیته فرهنگی و فصلنامه خانه نور را نیز به عهده داشتم. همچنان آهسته آهسته به سرودن شعر علاقمند شدم.

**نذیره:** مشوق اصلی شما در این عرصه کی ها بودند مجموعه اشعار تان به چی تعداد میرسد؟

**فریبا:** مشوق اصلی من درین عرصه در اوایل پدرم و بعد از ازدواج همسر مرا در این عرصه تشویق و حمایت میکند با وجود مشکلات خانه و طفل داری از سعی و تلاش در تربیه اطفال دریغ نموده مرا در محافل ادبی نیز و داشته تا اشتراک و رزم خداوند را سپاس گزارم که همچو مرد مهربان و با فرهنگ ازدواج نمودم خرسندم که مسایل مورد علاقه ام را جز علاقه خود میدانم. که از ایشان سپاسگزارم. در بخش دوم سوال تان باید گفت: یک مجموعه اشعارم که به یک دفتر میرسد و از زمان نوجوانی تا به حال بوده، که در وقت ترک از وطن با خود حمل کردم، ولی با تاسف راه های پر خم و پیچ مهاجرت در آب های شور بی رحم بحر ترکیه که هزاران جان آدم هارا نیز گرفته با خودم یکجا غرق شد، که خوشبختانه خودم از مرگ حتمی نجات یافتیم اما این ضربه بود بر روانم تاثیر خیلی بد برایم گذاشت آن دفتری که شخصیت مرا بر دیگران شناسائی میکرد دیوان که مطمئن دانسته گی هایم بود حتمی گفته میتوانم که انعکاس دهنده تمام درد های زنده گی و اجتماع ام بود این روز تلخ و بیاد ماندنی

# تاریخچه وزارت امور زنان

متین و با وقار در هر کلام بود  
محبوبیتش میان خاص و عام بود  
بسال سیزده هفتاد مجاهدین  
اداره بردست هر آن و گه این  
قدریه شدو مجوبه حقوق مل  
که کارها هم بخوبی شد مکمل  
به سیزده ۷۵ هم که طالب  
رسیده ترس و نفرت گشته غالب  
زنان و دختران منزل نشین شد  
خرابی های آنان با یقین شد  
که مردان داخل مؤسسه گردید  
سبب زشتترین حادثه گردید  
سقوط طالبان در سیزده هشتاد  
کثیفان جملگی از صحنه افتاد  
که میرمن تولنه اسم قشنگش  
دوباره زنده گردید آب و رنگش  
فعالین دورهم با شور و شادی  
بکار آغاز نمود جمع انفرادی  
نخستین بود وزیرش در وزارت  
سیما ثمر بنومی کرد نظارت  
سپس دکتور حبیبه سرابی  
پوهنبار صفا خانم مزاری  
مسعوده جان جلال بانو غضنفر  
ثریا صبحرننگ با زیب و هم فر  
شفیقه جان یارقین صدر کار شد  
معینانش سبب افتخار شد  
نجیبه جان شریف، تاجور کاکر  
ملیحه جان سهاک با کسار بهتر  
بآنجا ۹ وزارت صدر کار بود  
ریاست ۳۴ در هر کنار بود  
که تا امروز زنانی با متانت  
نموده اند بکارها استقامت

کودکستان و مکتب، سینما شد  
به اعمارش تلاش پر بها کرد  
که زینب سینمایش یادگار است  
به اسم او مسما بر قرار است  
نخستین مکتبش بهر آموزش  
زنان متاهل خوانش نگارش  
به مرور زمان بس انکشاف کرد  
زنان را ابتکاراتش کفاف کرد  
رقیه جان ابو بکر مدیره  
به پیشبرد وظایف بینظیره  
دها رشته بهر شغلی منظم  
خیاطی و گلدوزی بود دمام  
رسمی و گلسازی، آرایشگاه  
دیکوراسیون و آشپزی بهمهراه  
اصول زندگی تدبیر منزل  
قالین بافی، گلیم، بافت کرشیل  
تیپستی کورس خاصی بر زنان بود  
فارغان در ردیف امتحان بود  
به سیزده ۴۲ هم ارتقاء کرد  
بتشکیل وزارت اجتماع کرد  
به میرمن تولنه گردید مسما  
رئیسه اش نورزایی شد، حمیرا  
بترتیب هم زنانی رآس کار شد  
زحمات و سلیقه افتخار شد  
حمیرا و کبیرا جان نورزایی  
صالحه جان فاروق اعتمادی  
دکتور نیلاب مبارزو فعال بود  
زنان یار سوخ صاحب کمال بود  
بهر دوره روئساو، وزیران  
سلیقه ابتکارات دادند جولان  
خستبارش که تدریس علوم شد  
زنان متاهل جمع عموم شد  
زیافت و گلدوزی فزون خیاطی  
ضروریات اولیه حیاطی  
فعالین جدو جهد سیر زمانکرد  
به وفق دل شقوق خود عیانکرد  
بسیزده ۵۷ اسم دگور شد  
کلوپ مرکزی نسوان شهر شد  
چودر تحت همین نام انسجام بود  
تلاشها بهر بهبود مرام بود  
به سازمان سراسری ایام کرد  
به شورای سیاسی، اجتماعی  
راتبازاد با نظرها رهنمایی  
به اکثر ولایات توسعه داد  
انکشافش ورد کی معصومه داد  
فیروزه جان و هم بلقیس تابش  
ثریا، مرجان و گلجان مرامش  
طاهره دادمل و فوزیه نیکزاد  
جمیله، ناهیدو شهلا شیر زاد  
همه کردند تلاشهای فزونی  
به بهبود وطن سیر کنونی  
اناهیتا بهر گام پیش قدم بود  
بهر گامش نتایج منسجم بود



شیراز: نجیبه آتش آزاد

نیمه دوم قرن بیست بود  
جهان مترقی صدر زیست بود  
به میهن هم تحول رونما شد  
بشاه حس آزادی هم بنا شد  
در آنصرا امانی شاه غازی  
تمدن و آزادی خلق نوازی  
چو آن شاه امانی ابتکار کرد  
او آزادی زن را روی کار کرد  
زنان روی لچ و آزاد از اسارت  
فراگامی گذاشتند با نظارت  
مگر بازهم گروه زن ستیزان  
روحانیون و ملا، عقب گرایان  
همه غرق در خرافات و سیاهی  
کشانده اندو مردم در تباهی  
ببیرحمی روحانیون سدر راه شد  
تلاش شاه بافوسر ببیها شد  
به سیزده ۴۰ تغییرات رونما شد  
پیام آزادی هرسو ندا شد  
نیروهای وطن پرست ز داخل  
ز سازمان ملل حقوق کامل  
که آزادی حق مشروع عام است  
حقوق این بشر صدر کلام است  
که آزادی دوباره سر بلند کرد  
زنان شادو دهان، پر شهوتند کرد  
که نادر باغورور شاه زمان شد  
به آزادی زنان سد گران شد  
مدتی ترس وحشت در سکوت بود  
تمدن هم تمامی در رکود بود  
به سیزده ۲۲ دور ظاهر شاه  
توجه بر زنانی گشته آنگاه  
که ۲۰ تن اتحادیه زنان شد  
مؤسسه عالی بهر نسوان شد  
بمنظور آموزش بهر نسوان  
چو مشعلی نموده اند فروزان  
در ساحه مرکزی شهر کابل  
زنان را گردحمایی با تجمل  
به سیزده ۴۲ گام فراتر  
زینب جان هم نموده کار بهتر  
زان شاه امانی خواهرش بود  
بپیشرفت وطن هم نظرش بود  
زینب جان خواهر شاه امانی  
بتصمیم جدی گفت ناگهانی  
او اهدا کرد برای اهل نسوان  
بشهر نوزمینی بادل و جان



و دیدنی بود. وزیدن باد محکم گرفتن  
چتری را برایم مشکل ساخته بود و به هر  
سمت می کشاند تا که باد موفق شد  
چترم را دور ببرد، هر قدر نزدیک میشدم  
به گرفتنش موفق نمیشدم کاملاً تر شده  
بودم دیگر لباس هایم برایم اهمیت  
نداشت، گفتم بگذار تر شوم چون باران  
خیلی زیبا بود عابرین با گام های شتابان  
بطرف خانه های شان روان بودند، ولی  
من که از باریدن آن لذت می بردم با گام  
های اهسته بطرف چترم در حرکت  
بودم، در همین اثنا تلفون ام زنگ  
زد، تعجب کردم کی باشد! درین وقت  
چترم را نگرتم گوشی ام را برداشتم،  
گفتم: هلو هلو فریبا هستم، انظر  
گفت: فریبا تو هستی جانم من آصفه  
هستم، پرسیدم: کدام آصفه؟ همان آصفه  
خواهر خوانده کودکی ات همصنفی ات  
همکارت وای خدای من... تو کجا  
بودی؟ مات و مبهوت شدم چون آصفه  
کسی بود که بعد از بیست سال پیدایش  
کرده بودم. خیلی شاک می شدم دیگر  
قطرات باران برایم زیبا تر را دو چندان  
ظاهر میساخت صدای آصفه برایم کمی  
از صدای بیست سال قبل ضعیف تر  
شده بود. بلی! زمان انسانها را چقدر تغییر  
میدهد به نظر من آصفه همان آصفه  
بیست سال قبل بود وقتی به زمین نظر  
انداختم از چترام خبری نبود که صدای  
دختر کم به گوشم رسید مادر مادر خانه  
بیا... یکبار به خود اهدم دیدم که خیلی  
دیر شده است به خانه برگشتم اما خیلی  
خیلی خوشحال بودم خاطره فراموش  
ناشدنی بود.

نذیره: خانم فروتن اگر در اخیر کدام  
گفتنی خاص داشته باشید بفرمایید؟  
فریبا: گفتنی های زیاد هستند اما خاطر نشان  
میسازم زنان شجاع مادران نازنین متوجه  
تربیه فرزندان نازنین خود باشند از هر نگاه  
حمایت شان کنند، چرا که فرزندان به  
حمایت و پشتیبانی ما در تمام عرصه های  
زنده گی نیاز دارند.، همچنان خانم  
کوهستانی عزیز از شما و مجله بانو تشکر  
که برای معرفی زنان توجه زیاد مبذول  
میدارند.



# رویداد های مهم ملی و بین المللی

## (اداره)

تصویب رسید، این سند سی ماده دارد و به ۳۷۵ زبان و لهجه دنیا ترجمه شده است.

**روز جهانی مهاجرین ۱۸ دسامبر ۲۰۱۹**  
هژدهم دسامبر مصادف با روز جهانی مهاجرین است. در جهان امروز به دلیل جنگها و مشکلات متعدد از جمله وضعیت اقتصادی میلیونها تن در کشورهای مختلف به مهاجرت ناگزیر شده اند. افغانستان در سه دهه گذشته بیش از شش میلیون مهاجر در کشورهای منطقه و جهان داشته است. امسال پناهجویان افغانستان با سرازیر شده به اروپای متمدن به دشواری های روز افزون مواجه اند.

### روز جهانی کودک ۲۰ نوامبر ۲۰۱۹

روز جهانی کودک از سوی سازمان ملل متحد به تاریخ ۲۰ نوامبر اعلام شده است. در این روز مجمع عمومی سازمان ملل در سال ۱۹۵۹ اعلامیه حقوق کودک و در سال ۱۹۸۹ نیز کنوانسیون حقوق کودک را تصویب کرد. در چنین مناسبتی نهاد های مدافع حقوق کودک وظیفه دارد: تا از کودکان مراقبت کند و بر آوردن نیازهای اولیه آنها در سالهای ابتدایی زنده گی را هدف قرار دهند. در مقدمه کنوانسیون حقوق کودک آمده است که: "کودک باید در فضایی سرشار از خوشبختی، محبت و تفاهم بزرگ شود" به امید چنین روزی!

### روز جهانی منع خشونت علیه زنان ۲۵ نوامبر ۲۰۱۹

در سال ۱۹۹۴ که سال اوج پایمال نمودن حقوق زنان در جهان و به ویژه در افغانستان بود، دولت ها و سازمان ملل متحد را وادار به طرح قانون "منع خشونت علیه زنان" ساخت، ممکن انگیزه انتخاب این وجه جهانی دیگر مانند قتل وحشیانه سه خواهر در جمهوری دومینیکا بوده باشد، اما برای افغانها ارزش دارد که حادثه های دهشت و وحشت طالبانی در افغانستان موجب اندیشیدن جهانی گردید، در نتیجه روز ۲۵ نوامبر ۱۹۹۹ هر سال به عنوان روز جهانی نفی خشونت به مجمع عمومی سازمان ملل متحد پیشنهاد و سرانجام پذیرفته شد، تا این روز بمثابة روز جهانی مبارزه با خشونت علیه زنان و جلوگیری از تجاوز به زنان برسمیت شناخته شود، همچنان بخاطر رنجهای بیکران و عدیده که زن افغان در هنگام تسلط طالبان و جهادی ها متحمل شده است، سازمان ملل متحد ناگزیر شد هشتم مارچ سال ۱۹۹۸ را نیز به نام زن افغان اعلام و نامگذاری کند، پذیرفتن این دو مسأله در حقیقت اعترافی ایست به موجودیت خشونت علیه زنان در جهان و افغانستان، که خود ضرورت مبارزه با این پدیده ننگین و شرم آور را تسجیل و تسریع میدارد.

### روز جهانی حقوق بشر ۱۰ دسامبر ۲۰۱۹

روز دهم دسامبر ۱۹۴۸ سند اعلامیه جهانی حقوق بشر در مجمع عمومی سازمان ملل به

### روز جهانی معلم ۵- اکتوبر برابر به ۱۳ میزان

"دنیونکی نریواله ورخ دتلې دمیاشته په ۱۳ مه نېته هرکال په ټولو هیوادونوکې په بېلابیلو جشنونو، خوشیو او محفلونو سره لمانځنه یې کیږي. ښوونکی هغه څوک دی، چې د مور او پلار څخه وروسته په ټولنه کې د درناوي په دویم مقام کې ځای لري، ځکه ښوونکی زموږ د اولادونو په روزنه کې ستر رول لري، چې ټولني ته لوړ لوړ شخصیتونه، کادري او مسلکي کسان روزي. ښوونکی دانسان په ښوونه او روزنه کې ستلارښود او دانسانیت دجوړونکي لومړی شخص به وي، چې د خپلو ترلاسه کړي پوهه په زده کوونکو کاروي او زده کوونکي لوړو مرامونو ته رسوي.

ولي بیا هم سره له دغو سترو توصیفونو، چې دښوونکي په اړه څومره پرې ولیکل شي بسنه یې کلونه کلونه هم نشي کیدای، خو په افغانستان کې دغه قشر ته اوس مهال په درنه سترګه نه کتل کیږي او دولت هم ورته ځانګړې پاملرنه نکوي، د ډیرو ښوونکو حقونه لاتراوسه نه دي ورکول شوي، چې یوه لویه بېلګه یې د اوسیدو کورونه یادولی شو. په دې اړه دولت چې له ښوونکو سره ژمنې کړي وې، خو تراوسه یې لا نه دي پوره کړي.

په تیرو څو لسيزو جګړو کې ښوونکي هم ډیر زیانونه لیدلي، ډیري ښوونکي قرباني شوي، چې باید دهغوی پاتې کورنۍ دولت له یاده ونه باسي او ورسره هر اړخیزې مرستې ترسره کړي.

### روز ملل متحد ۲۴ اکتوبر

دوم عقرب برابر با ۲۴ اکتوبر ۲۰۱۹ مصادف با روز تأسیس سازمان ملل متحد است و این روز در سراسر جهان بنام «روز ملل متحد» نامیده شده است. افغانستان در زمان پادشاهی محمد ظاهر شاه در سال ۱۹۴۶ به این سازمان پیوسته است و از اعضای قدیمی این سازمان است. در کنفرانسی که در سال ۱۹۴۵ در شهر سانفرانسسکو برگزار شد، ۱۵۱ کشور پیش نویس منشور ملل متحد را تدوین کردند و سازمان ملل متحد بصورت رسمی کار خود را از اکتوبر ۱۹۴۵ آغاز کرد. اهدافی که در منشور این سازمان پیش بینی شده است، با عملکرد این سازمان تباین آشکار دارد.

اما بصورت نسبی این سازمان در سالهای موجودیت خود توانسته است در تحقق حداقل آن موفق شود که نظر به تشنجات روز افزون جامعه جهانی بحساب نمی رود.

**بانو را با قلم، قدم و در هم خود یاری نمایید.**

Website: [www.akiseu.com](http://www.akiseu.com)

IBAN: AT896000010310237189

BIC: OPSKATWW



# د غزني ولایت پيژندنه!

د اوسني افغانستان تاريخی جغرافيه د تاريخ په اوږدو کې کله د يوې جلا سيمي په توگه او کله هم د کاونديو هېوادونو د اجزاوو په حيث ټوټه ټوټه د سترو شهکارونو په لرلو سره د تاريخ په پاڼو کې ثبت شوې ده، په ځيني وخت کې د دې سيمي يوې برخې داسې اتلان په خپله غېږه کې روزلي چې هغه د تاريخ ځانگړي فصلونه گرځېدلي چې بڼه بېلگه يې د غزني تاريخي سيمه ده چې د غزنويانو لويې امپراتوري له لسمې تر دولسمې ميلادي پېړۍ په دې سيمه دوه نيم سوه کلونه نامتو او نه هېږدونکی حکومت کړی دی.

د تاريخي قدامت له مخې د مختلفو رواياتو په بناء په اومه ميلادي پېړۍ کې غزني په منځنۍ آسيا کې د بودايی دين ستر مرکز گڼل شوی، چې په اوسنيو تحقيقاتو کې هم په دغه سيمه د ډيرو بودايي او هندي اديانو نښې موندل شوي.

غزني نه تنها دا چې له پخوا د هند او ايران ترمنځ د يوې حساسې نقطې رول لرلی بلکې د دغې سيمي معتدلي آب او هوا، د خلکو زحمت او د ښې خاورې لرلو يې دا په يو پيداوړه سيمه تبديل کړې او تل به د منځنۍ آسيا او د لوی هند ترمنځ د تجارت د يو مرکز په حيث منل شوې نقطه حسابېدله. غزني ولايت چې د معاصر افغانستان په مرکزي سيمه کې د هېواد د نورو سيمو په څېر د لوړو غرونو په منځ کې موقعيت لري له کابل نه په ۱۴۵ کيلومتري کې د کابل-کندهار د لويې لارې پر سر پروت دی. د دغه ولايت شمال ته د ميدان وردگو او باميان ولايتونه، ختيځ ته يې د پکتيا، پکتیکا او لوگر ولايتونه، سوېل ته يې د زابل او لوېديځ ته يې د ارزگان او زابل ولايتونه پراته دي. د دغه ولايت پراخوالی ۳۲۷۹۷ کيلومتره مربع ښودل شوی، چې د وگړو شمېر يې د محلي احصايې له مخې شاوخوا اوه سوه زرو تنو ته رسېږي.

غزني اتلس ولسوالی لري چې عبارت دي له: اندر، مقر، قره باغ، گيلان، واغظ، گيرو، ده يک، ناور، جاغوري، مالستان، رشيدان، اب بند، خوگياڼي، ناوه، جغتو، زرخان، اجرستان او خواجه عمري څخه. غزني ولايت ډېری تاريخي ابدات لري چې د وخت د حکومتونو له لورې ورته ځانگړي توجه نده شوې، دا په داسې حال کې ده چې غزني په ۲۰۱۳ ميلادي کال د اسلامي تمدن د پايتخت په توگه وټاکل شو، خو بيا هم هغه تاريخي ځايونه چې رغولو ته يې اړتيا وه ونه رغول شوي، د دغو تاريخو سيمو له وجې هر کال ډېری هېوادوال او هغه شمير بهرنيان چې غزني ته سفر کوي د دې سيمو ليدو ته ورځي چې د بېلگې په توگه: د غزني ارگ، د غزني منارونه، د سلطان محمود غزنوي قصر، د سبکتکين مزار، د سلطان محمود مزار، د سردار تپه، د سنایي غزنوي مقبره او نور یادولی شو.

د غزني شاوخوا ۷۰ سلنه اوسېدونکي په کرنه بوخت دي، دغه ولايت پراخې کرنيزې اوبيزې او لمي ځمکې لري، که څه هم د دغه ولايت يو څه اندازه کرنيزې ځمکې له بندونو او چينو خړوبېږي، خو کاريزونه په کې ډېر دي او کاريزونه د دغه ولايت د ځمکو د خړوبولو لپاره د اوبو مهمه سرچينه بلل کېږي. دغه ولايت د کرنې لپاره مساعدې او حاصل خيزې ځمکې لري، چې بېلابېل ډول مېوې لکه انگور، زردالو، الو، منې، بادام، توت، شفتالو، هيندوانې، خټکي، گيلاس، انځر او داسې نورې په کې ښه وده او ډېر حاصل ورکوي، د دغه ولايت ډېره او مهمه مېوه انگور دي.

دغه ځمکې د غلو دانو او سبزيجاتو د حاصلاتو له پلوه هم ښې ساري دي، غنم، وربشې، لوبيا، نخود، عدس، شرشم او د سبزيو په برخه کې لکه کچالو، پياز، ملی، گازرې، گندقي، نعنا، کشنيز، کدو، بادرننگ، تره، کرم، سلغم، رومي او تور بادنجان او داسې نور د دغه ولايت کرنيز حاصلات جوړوي.

د غزني په ولايت کې د ژمي هوا ډېره يخه او د وري په موسم کې يې هوا وچه او نسبتاً معتدله وي. د غزني په ولايت کې نهه ډېرش دولتي او يوولس خصوصي لېسې شتون لري چې هر کال په زرگونه متعلمين د هېواد بېلا بېلو پوهنتونو ته ترې لار پيدا کوي چې له ډلې يې ۱۳۸۸۶ تنه انجونې زده کړيالانې هم يادولی شو. همدارنگه ياد ولايت د غزني په نوم يو پوهنتون لري چې په ۱۳۸۷ هـ ش کال يې د لومړي ځل لپاره ۱۱۱ تنه محصلين چې ۱۴ يې ښځينه او ۹۷ يې نارينه وو جذب کړل چې اوسمهال د دولس کلونو په تېرېدو سره دغزني پوهنتون د پنځو پوهنځيو لرونکی دی چې عبارت دي له: زراعت، تعليم او تربيه، ادبيات، شرعيات او اقتصاد څخه.

په غزني کې د کلالۍ او پوستين دوزۍ ترڅنگ، مسگري، زرگري، پشمينه بافي، خامکدوږي، ښځينه گندونه او جامي هم د هغو صنايعو په ډله کې راځي، چې د دغه ولايت يوه برخه خلک يې پر جوړولو مصروف دي.

د پشمينه بافۍ صنعت د جغتو، ناهور، جاغوري او مالستان او د قره باغ د يو شمېر سيمو د خلکو فرهنگ بلل کېږي، د دغو سيمو ټولې ښځينه له وريو د جوړېدونکو توکو اوبدل زده دي او ډېرې کورنۍ له دې لارې د خپل ژوند اړتياوې پوره کوي، بلخوا بيا د دغه ولايت په پښتون مېشتو سيمو کې گندونه، ښځينه جامي (افغاني کالي)، د خونو د ډيکورېشن لپاره سرمېزۍ او پردې او نور بېلابېل توکي چې له مريو او زرتارو اوبدل کېږي، جوړېږي.

## ترتيب او راتولونه: حجت ظهير

تغر، جوال، جورابې، دستکش، جاکټ او پشمې کمپلې چې د شالکي په نوم هم يادېږي، ډېری د ښځو له خوا په دغو ولسواليو کې اوبدل کېږي او سربېره په دې چې په کورنو کې ترې استفاده کوي، بلکې بهر ته هم صادريږي.

دطالبانو د واکمنۍ له نسکورېدو څخه وروسته د افغانستان حکومتونه تل په دې هڅه کې دي چې غزني ته ستر خدمات وړاندې کړي، چې د بېلگې په توگه يې د کليو او پراختيا وزارت د ۱۳۹۵ هـ ش کال عمده کارونه چې تنها د ملي پيوستون له لارې گټې اخيستې ته سپارل شوي:

دغو پروژو باندې چې ۱۷ مليونه او ۷۱۴ زره افغانۍ لگښت راغلی، هغو کې د ۷ ټولنيزو مرکزونو د ۱۱۳۵ متر مکعب په ظرفيت د اوبورسولو شبکې ۱۳۸۷ متره کانال، ۱۲۰ متره محافظوي ديوال، ۱۸۱۰ متره د سرک غاړې ويالو، ۶۸۵ متره سرک، ۱ د تک راتک پله، ۱ ښوونځي جوړول او د څښاک پاکو اوبو څاگانو کيندل شامل دي چې د غزني مرکز او د مالستان، قره باغ، مقر او اندر ولسواليو ۲۸۶۵ کورنۍ ورڅخه گټه اخلي.



څرنگه چې غزني د هېواد په مختلفو دورو کې تل يوه مهمه سيمه گڼل شوې نو په خپله غېږه کې يې يو شمير مشاهير هم ستر کړي چې د بېلگې په توگه يې ملا مشک عالم، صاحب خان غازي، جنرال ميراحمد مولايي، اميرمحمد اثير، عبدالاحد مومند، محمدهاشم ميوندوال، نورمحمد تره کی، نصرالله خان ملکيار، حميرا ملکيار، عبدالعزيز اخندزاده، عبدالواحد سراي، حبيبه سراي، ډاکټر سيمانه او نور يادولی شو.

په غزني کې کلتوري هڅې هم د ستايلو وړ دي، د اعليحضرت محمد ظاهر شاه د واکمنۍ راپه دې خوا د سنایي اونيزه په دې ولايت کې له چاپه راووتله چې تر ننه فعاليت کوي، د تصويري رسنيو په برخه کې د غزني ملي راډيو ټلويزون، د غزنويان ټلويزون او ټولې هغه ټلويزوني شبکې چې له کابل څخه خپرونې لري هم په ښه شکل سره ليدل کېږي. هغه چاپي رسنۍ چې اوس مهال په غزني کې فعاليت لري عبارت دي له سنایي، زمزمه، عروس البلاد، پخلا، مرځله، پيوند، لونگ، کندو، ژمنه، پسرلی او داسې نورې.



## تعزیت و تسلیت حادثه های ناگوار

مرگ نابهنگام راشد "احسان" برادر زاده همکار ما آقای غوث الدین میر را به خانواده غمدیده ایشان که در این و آخر برادر، خواهر و برادرزاده شان را در چند سال متواتر از دست دادند از طرف هیئت رهبری مجله تسلیت میگویم. امیدواریم غم اخیر شان باشد. بدین وسیله مراتب تسلیت هیئت رهبری و اعضای کانون فرهنگ را خدمت محترم میر و خانواده محترم شان ابراز میداریم. کارکنان مجله بانو و اعضای کانون فرهنگ در اندو شما خود را شریک میداند.



با دریغ و درد اطلاع گرفتیم که خانم کربلایی حسینی مادر گرامی دوست عزیزم امید "مرادی" و مادر همکاران گرانقدر ما الهه جان و مریم جان "مرادی" دنیای فانی را وداع گفت. روحش شاد صبر جمیل به بازماندگان شان از درگاه حق تمنا دارم. بدینوسیله مراتب تسلیت خود و اعضای هیئت رهبری کانون و مجله بانو را خدمت بانواله مرادی و بانو مریم مرادی ابراز میداریم.

غوث الدین میر

رئیس کانون فرهنگ افغانستان در اتریش اکیس، بنیان گذار و صاحب امتیاز مجله بانو

## سخنان انتباهی وپند آمیز در مورد "راست" و "دروغ"

### قصه یی از پسکوچه های شهر قدیم کابل

ارسالی: نسرین . ح . از هامبورگ

با توجه به اسطوره ای از قرن ۱۹، حقیقت و دروغ با یک روز ملاقات می کند. دروغ به حقیقت می گوید: "امروز یک روز فوق العاده است! حقیقت در آسمان نگاه می کند و آه می کند، چون روز واقعا زیبا بود. آنها زمان زیادی را در کنار هم سپری می کنند و بالاخره به یک چاه می رسند. دروغ حقیقت را میگوید: آب بسیار زیبا است، بیایید با هم حمام کنیم!" حقیقت، باز هم مشکوک، آب را تست کنید و کشف کنید که واقعا خیلی خوب است. آنها در می آیند و شروع می کنند به حمام کردن. ناگهان دروغ از آب بیرون می آید، لباس های حق را بر می دارد و فرار می کند. حقیقت عصبانی از چاه بیرون می آید و همه جا را می گریزد تا دروغ را پیدا کند و لباس های خود را پس بگیرند. دنیا که حقیقت را عریان می بیند، چشم هایش را با احترام و خشم می پیچد.

حقیقت بیچاره به چاه برمیگردد و برای همیشه ناپدید می شود و شرم آن را در آن پنهان می کند. از آن زمان، دروغ در سراسر جهان سفر می کند، به عنوان حقیقت لباس می زند، با نیازهای جامعه آشنا می شود، زیرا دنیا هیچ تمایلی به دیدار حقیقت عریان ندارد.

کسی که سخنانش نه راست است و نه دروغ فیلسوف است. کسی که راست و دروغ برای او یکی است چابوس است. کسی که پول می گیرد تا دروغ بگوید دلالت است. کسی که دروغ می گوید تا پول بگیرد گدا است. کسی که پول می گیرد تا راست و دروغ را تشخیص دهد قاصی است. کسی که پول می گیرد تا راست را دروغ و دروغ را راست جلوه دهد و کیل است. کسی که جز راست چیزی نمی گوید بچه است. کسی که به خودش هم دروغ می گوید متکبر است. کسی که دروغ خودش را باور می کند ابله است. کسی که سخنان دروغش شیرینست شاعر است. کسی که علی رغم میل باطنی خود دروغ می گوید همسر است. کسی که اصلا دروغ نمی گوید مرده است. کسی که دروغ می گوید و قسم هم می خورد، بازاری است. کسی که دروغ می گوید و خودش هم نمی فهمد، پرحرف است. کسی که مردم سخنان دروغ او را راست می پندارند، سیاستمدار است. کسی که مردم سخنان راست او را دروغ می پندارند و به او می خندند، دیوانه است.

Laut einer Legende aus dem 19. Jahrhundert treffen sich die Wahrheit und die Lüge eines Tages. Die Lüge sagt zur Wahrheit: "Heute ist ein wunderbarer Tag"! Die Wahrheit blickt in den Himmel und seufzt, denn der Tag war wirklich schön. Sie verbringen viel Zeit miteinander und kommen schließlich neben einem Brunnen an. Die Lüge erzählt die Wahrheit: "Das Wasser ist sehr schön, lass uns zusammen baden!" Die Wahrheit, erneut verdächtig, testet das Wasser und entdeckt, dass es wirklich sehr nett ist. Sie ziehen sich aus und beginnen zu baden. Plötzlich kommt die Lüge aus dem Wasser, zieht die Kleider der Wahrheit an und rennt davon. Die wütende Wahrheit kommt aus dem Brunnen und rennt überall hin, um die Lüge zu finden und ihre Kleidung zurückzubekommen. Die Welt, die die Wahrheit nackt sieht, wendet ihren Blick mit Verachtung und Wut ab. Die arme Wahrheit kehrt zum Brunnen zurück und verschwindet für immer und versteckt darin ihre Scham. Seither reißt die Lüge um die Welt, verkleidet als die Wahrheit, befriedigt die Bedürfnisse der Gesellschaft, denn die Welt hat auf keinen Fall den Wunsch, der nackten Wahrheit zu begeben.



Das weltberühmte Gemälde "Die Wahrheit kommt aus dem Brunnen" Jean-Léon Gérôme, 1896.

نقاشی مشهور دنیا "حقیقت از چاه می آید" ژان-لئون ژرومه، 1896

## فکاهی ها و حکایت ها بیند آمیز ...

تهیه و ترتیب: نظیفه وداد

کردند. مرد از شدت درد به زمین چنگ میزد و از خدا یاری میجست. مردم هم به زمین چنگ میزدند و از خدایاری میخواستند. بعد سه چهار دقیقه مرد توانست خودش را برهاند در حالیکه از درد بخود میپیچید نگاهی بمردم کرد و از شدت درد بیهوش شد/جمعیت هم نگاهی بهم کردند و خود را بر زمین انداختن و انقدر درین حالت ماندند تا مرد بیهوش آمد. مرد که متوجه شد محل را اشتباه کرده بدون اینکه چیزی بگوید آنجا را ترک کرد. اما از آن زمان تا حال نماز جماعت همچنان در آن قریه برپا میشه البته چون مردم ذکرهای بین الله اکبر متوجه نشده بودند آنها را نمیگویند. و در عوض قسمت آخر نماز را هر چه با شکوه تر برپا میدارند. و تا امروز دوازده کتاب در مورد فلسفه اعمال آخر نماز چاپ کرده اند. البته انحرافات جزئی در اصول آن قسمت بمیان آمده بعضی ها معتقد اند برای چنگ زدن به زمین باید کف زمین از چوب باشد و بعضی های معتقد اند که چنگ زدن به هر چیزی جایز است. عده یی باور دارند که مدت بیهوشی بعد از نماز را هر بیشتر کنی بیشتر بخدا نزدیک میشی. گروه معتقد اند که مهم کیفیت بیهوشی است نه مدت آن. بلی آنها در جزئیات کمی اختلاف دارند مگر در کل با هم موافقند و آن اینکه یک نفر باید امام باشد و دیگران از او تقلید کنند.

\*\*\*

جوانی نزد بهلول آمد و پرسید: من از بدبختی دایم در فکرم که چه خاکی به سر کنم! سبب چیست که پدر می گوید: زن بگیر، درست میشود! بهلول گفت: حکمت آن است که پس از ازدواج دوتایی فکر خواهید کرد که چه خاکی به سر کنید!!!

\*\*\*

تمام روز را در پی یک رویاه با اسبش می تاخت تا زمانی که حیوان از فرط خسته گی نقش بر زمین شود، بعد رویاه را میگرفت و بر گردنش زنگوله یی میبست و در نهایت رهایش میکرد...

تا اینجای داستان مشکلی نیست. درست است، رویاه مسافت زیادی را دویده و وحشت کرده ولی حداقل هنوز زنده و سالم است و هم دُمش را دارد، هم سرش را و هم پوستش را نکنده اند، فقط میماند آن زنگوله...

از اینجای داستان مصیبت رویاه شروع میشود... هر جا که میرود یک زنگوله بر گردنش صدا میکند...

دیگر نمیتواند شکار کند چون مرغ و خروس ها با شنیدن صدای زنگوله فرار میکنند. صدای زنگوله جفتش را هم میترساند و فراری میدهد، از همه اینها بدتر صدای زنگوله خودش را هم پریشان و عصبی و آرامشش را مختل میکند، رویاه بیچاره در نهایت، گرسنه و تنها در گوشه ای میمیرد...

متأسفانه این همان بلائیست که بر سر ما آمده است.

در برهه ای از تاریخ اسیر شده ایم و زنگوله ای از خرافات، توهمات و باورها و عقاید غلط را بر گردمان آویزان.

قرنهاست که این زنگوله با ما است و متأسفانه هر جا که میرویم آنرا با خود میبریم... فکر میکنیم آزادیم ولی نیستیم... برده افکار منفی و غلط خود شده ایم و آنها را به همراهمان اینطرف و آنطرف میبریم، آنهم باجه سر و صدایی...

این صفحه که شماره های پیشین تحت عنوان {خنده نمک زنده گیس} از نام اداره مجله انتشار مییافت. اکنون با آغاز همکاری خانم نظیفه وداد، صفحه به عنوان {فکاهی ها و حکایت های بیند آمیز} تبدیل یافت. حال سعی مینمایم که بهترین قصه های بیند آمیز - انتباهی و فکاهی های ناب را در این بخش بازتاب دهیم.

پیش نماز (امام مسجد)

حدود یکسال قبل مرد در راه سفر در قریه یی رسید و با دیدن مسجد قدیمی آن قریه حدس زد که مردم این قریه باید مسلمان باشند. با خوشحالی نزد بزرگ قریه رفت و اعلان کرد که اگر اجازه اش باشد میخواهد پیش نماز آن قریه شود. کلان قریه که سالها بود نماز نخوانده بود و نماز جماعت را اصلاً در عمرش ندیده بود. با خودش فکر کرد که اگر باین مرد بگوید که من نماز را بلد نیستم خیلی بد است. بنابراین بدون اینکه توضیح بدهد موافقت کرد. همان شب تمام اهل قریه را جمع کرد و موضوع را برایشان ابلاغ کرد. و اضافه نمود که قواعد نماز جماعت را بلد نیست و پرسید چه کسی از میان تان این قواعد را بلد است. نگاه های متعجب اهالی جواب قریه دار بود. و بعضی از آنها گفتند که تا جای که ما میدانیم برای نماز جماعت لازم نیست خود چیزی بلد باشی کافی است هر چه امام کرد تقلید کنی. با این راه حل خیال همه راحت شد. فردا برای ادای نماز جماعت همه قریه در مسجد قدیمی جمع شدند. مرد در پیش صف ایستاد و همه مردم در عقبش صف بستن. مرد دستاره تا بیخ گوشها بلند برد و زمزمه کرد و مردم همه دستاره بالا بردند و چون نمیدانستن مرد چه گفت همه جق جق کردن. مرد دستاره پایین انداخت و گفت الله اکبر و مردم همه ذوق زده از اینکه چیزی فهمیده اند با صدا بلند گفتن الله اکبر. باز مرد زیر لب چیزی خواند و مردم هم زیر لب ناله میکردند. مرد خم شد و دستهایش را روی زانو گذاشت و چیزی مردم هم دستهایش را روی زانو گذاشتن و چیزهای گفتن. مرد دوباره راست ایستاد و گفت الله اکبر مردم هم راست ایستادن و فریاد زدند الله اکبر. مرد روی زمین افتید و چیزی زیر لب زمزمه کرد مردم هم خودشان را روی زمین انداختن و هر کدام زیر لب چیزی گفت. مرد نشست روی زانو مردم هم روی زانو نشستند. در این هنگام پای مرد در بین دو تخته چوب سطح زمین گیر ماند و مرد از درد فریاد زد اخ/ مردم هم فریاد زدند اخ مرد در حالیکه تلاش داشت پایش را از میان تخته ها بیرون کند گاهی طرف چپ و گاهی هم بطرف راست خودش را غلط میداد و با دست میخواست بین دو تخته فاصله ایجاد کند تا پایش را بیرون بیاورد. مردم هم خودشان را بطرف چپ و راست غلط میدادند و با دست بر کف زمین ضربه میزدند. مرد فریاد زد خدایا بدادم برس/ مردم هم فریاد میزدند که خدایا بدادم برس. مرد چیخ زد ای مردم نا فهم مگر کور استین و وضعیت را نمیبینید. مردم هم بدنبال مرد این عبارت را تکرار

## همکار جدید قلم

گل نودس باغستان مجله بانو

گل جدید در باغستان مجله بانو... ناشر اندیشه های زنان افغانستان در اروپا!



خانم نظیفه وداد زن وارسته و قلم بدست از شماره پنجاه و دوم سال نهم منیث همکار جدید قلمی ما برای صفحه {فکاهی ها و حکایت های بیند آمیز} همکاری مینمایند.

خانم نظیفه وداد متولد شهر زبیا و باستانی کابل فارغ مکتب آمنه فدوی است. تحصیلات عالی را در رشته پلاننگاری فاکولته اقتصاد یونیورستی دوستی خلقها به نام پاتریس لوممبا در شهر مسکو به اتمام رسانیده اند.

او از مدت پانزده سال بدینطرف در شهر داری شهر Den Haag در بخش سوسیال، شعبه محاسبه ایفاء و وظیفه مینماید.

موفقیت های مزید این همکار عزیز خود را خواهانم..

با حرمت

ناهد علومی

مدیر مسوول مجله بانو

## گزارش مصور فعالیت های کانون فرهنگ افغانستان در اتریش و مرکز مشوره دهی اکیس

کارکنان دفتر (اکیس) کانون فرهنگ افغان در اتریش در بخشهای مودلینگ با نمایش لباس ملیتها و محلات مختلف افغانستان و بخش آشپزی با نمایش بهترین دست پختها و همچنان بخش صنایع دستی یک قسمت بزرگ از فرهنگ افغانستان را به معرض نمایش قرار دادند.

این بازار به تاریخ ۲۳.۱۱.۲۰۱۹ در مقر سازمان ملل که تبارز دهنده تواتمندی اکثر زنان جهان را به نمایش گذاشت برگزار گردید.



هدف سازمان ملل معرفی فرهنگ ها، آداب و رسوم مردمان گوناگون و ایجاد یک صمیمیت، خواهری، برادری - برابری و متحد شدن ملیتها واقوام جهان در فضای صلح و هم زیستی سرتاسری تمام کشورها بود.



روز نخست این برنامه با صحبت مختصر بانوی اول کشور اتریش افتتاح شد. سفیر جمهوری اسلامی افغانستان نیز در برنامه شرکت نموده بود. ضمناً از میز افغانستان برای بانوی اول اتریش تحایف خاص اعطا گردید که موجب افتخار میباشد.

با حفظ تفاوت های فراوان از لحاظ مادی و کمبود امکانات میز افغانستان در بازار و با المقابل موجودیت امکانات وسیع سایر کشورها در بازار بزرگ - خانمهای افغان در بخش آشپزی از امتیاز بالایی بر خوردار بودند آنها با سلیقه خاص توانستند غذاهای متنوع و خوش ذائقه را از قبیل قابلی، بولانی، سمبوسه، کلچه ختایی و شور نخود که جزء خوراک های خوش ذائقه بشمار میرود عرضه و به فروش برسانند.

برنامه با شور و هلهله و کنسرت های جالب از کشورهای مختلف و نمایش تیم مودلینگ خانمها و آقایان افغان مربوط کانون فرهنگ فضای جشنی را به وجود آورده بود.

در پایان برنامه نماینده گی سازمان ملل با اعطای تقدیر نامه به تیم اکیس آنها را مورد تقدیر و تقدیر قرار داد.

فریبا نادری گزارشگر



در این همایش بزرگ بازار محصولات کشاورزی، صنایع دستی و صنعتی و پیداوار تمام کشور های جهان و معرفی انواع غذا ها و مودلینگ به راه را انداخته شده بود از عواید این بازار اطفال بی بضاعت جهان را کمک میکنند.

کانون فرهنگ افغان در اتریش که حامی فرهنگ و دستاورد ها و پیداوار افغانستان در کشور اتریش میباشد با درک رسالت خود یکی از سهم گیرنده گان برجسته این همایش جهانی بود. به همین منوال کانون فرهنگ افغانستان در اتریش در رأس آغای غوث الدین میر همرا با کارکنان این کانون سهم خویش را فعالانه ادا نمودند.



شما برسانم متأسفانه از سه سال به اینطرف موفق نشدم تا شما را از نزدیک ببینم، من که هر سال به وطن میایم و با تمام اراکین دولتی تماس گرفته میتوانم ولی یافتن شما خیلی دشوار بود تا شما را ملاقات نمایم و روی مشکلات مهاجرین با شما بحث نمایم. متأسفانه در دستگاه دولتی که وابسته گی های قومی سیاسی و مافیایی جز مهم اثر تشکیل میدهد زمینه شنیدن صدای مهاجر بسیار کم است مهاجرین فقط قربانی سیاست های نا کام دولتمردان است و حکومت با مهاجرین روی منافع خودشان برخورد میکنند که این خود باعث قربانی شدن مهاجرین بدبخت کشور است.

همچنان شما گفتید که بخاطر دیپورت مهاجرین دادخواهی نموده اید آیا این دادخواهی تان با تصامیم دولت افغانستان بخصوص ریس جمهور که در سال ۲۰۱۶ معامله پولی را در مورد دیپورت مهاجران افغان با اروپا به امضا رسانید در تناقض قرار ندارد؟ که متأسفانه آنها با هم جواب نگر فتم.

بلی هموطن ادامه این کنفرانس را با صحبت حمایتی نهاد زنان دنمارک حاضرین دنبال کردند و بخش دلچسپ ارایه تحقیقات پروفیسور امریکایی در عرصه مهاجرت بود که وضعیت مهاجرت را مورد موشگافی و تحقیق قرار داده بود که استقبال شد به سوالات پاسخ ارایه گردید.

صحبت های تعدادی از مسوولین اروپایی در مورد هماهنگی و زیر یک چتر با کار مشترک نهاد های افغان ها در داخل و خارج و نقش نهاد های اروپا در داخل کشور ارزنده بود.

در دور اول مسوولین از کشورهای ناروی، جرمنی، اتحادیه اروپایی معلومات ارایه داشتند بعد از تفریح در دور دوم مسوولین زنان اروپا مقیم ناروی، مسوول اتحادیه انجمن های افغانها در هالند، نماینده مهاجران که خود قربانی یکی از حوادث ناگوار مهاجرت بود و نماینده شورای هزاره ها اشتراک نموده برای تعمیم تجارب صحبت های همه جانبه ارایه گردید. در ادامه بحث هامسوولین تمام کشور ها با حسن نیت و صمیمیت تبادل کارت های ملاقات کرده و معرفت بیشتر باهمی حاصل نموده اند کنفرانس به ساعت ۱۸ بجه بعد از ظهر بوقت اروپا ختم شد در ختم به دعوت دیاسپورا حاضرین به غذای شب و موسیقی دعوت شدند که در فضای همدلی خوش گذشت. روز دوم کنفرانس نظریه مشکلات کاری بنده توانستم در نشست افغانها سهم بگیرم.

دستاوردها کنفرانس کوپنهاگن

- اتحاد همبسته گی نهاد های داخل و خارج کشورم تشکل شان زیر یک چتر.

- نقش مهاجران خارج مرز در انتخابات آینده افغانستان.

- توجه به جوانان و سفر جوانان در داخل کشور بخصوص دانش آموزان خارج در دانشگاه های افغانستان و بابرعکس

- در مورد پالیسی ها و استراتژی آینده افغانها و DRG مهاجر و مهاجرت کننده گان که در آینده بتوانند نقش ارزنده داشته باشند

- در دفاع از مهاجران دیپورتنی آماده ساختن شرایط مساعد برای مهاجران

- حمایت از مهاجران خارج مرز و از داخل که در حالت مهاجرت استند. آری

موفقیت برای اشتراک کننده گان این کنفرانس آرزو داریم و از نهاد DRG دنمارک بخاطر حمایت مهاجران افغانستان بار دیگر سپاسگزاری می نمایم.

## گزارش از کنفرانس اتحادیه اروپا نهاد DRG در کوپنهاگن مرکز کشور دنمارک! غوث الدین میر

به تاریخ ۱۵.۱۱.۲۰۱۹ در شهر کوپنهاگن به حمایت نهاد DRG و به اشتراک نماینده گان مختلف از وزارت مهاجران، وزارت اقتصاد، وزارت امور اجتماعی، وزارت خارجه که از جمله هیئت رسمی افغانستان بود، مسوولین شوراها، انجمن ها و نهاد های مهاجران اروپا کنفرانسی تدویر یافت.



آغاز گر جلسه به زبان انگلیسی مسوول سمینارها و کنفرانس ها DRG بانو Mingo Heiduk Tet- sche, head of Unit, Diaspora Programme که ورکشاپ های کاری و طرز پیشبرد این سمینار را به معرفی گرفت و جلسه با افتتاحیه دا کتر عالمه معین وزارت مهاجران افغانستان آغاز شد مختصر در مورد مهاجرت و چالش های موجود افغانستان معلومات ارایه گردید که مورد سوالات حاضرین از جمله خودم قرار گرفت.



سوالم چنین بود که خیلی انرا انتقاد گویا تبصره نمودند: صحبت های شما دلچسپ بود ولی این حرفهای شما در تیوری خیلی زیبا ولی با تأسف در عمل چنین نیست، بنده در حالیکه از طریق ریاست جمهوری و بانو اول خواستم مشکلات عظیم مهاجرین را به سمع



# تنبکه پلنز

متصدی صفحه: خاتول مهمند

## خجالتماب

خجالتماب می‌شناختند. خجالتماب که مانند مار در هر تحول زنده گیش نام عوض میکرد حال به عنوان خجالتماب معروف بودند. ایشان غرق و مست قدرت بود و چنان مست بود که حتی فرصت امضا عرایض مراجعین را نداشتند. از وزارت مربوط شان شکایت‌ها به خروار تا مقامات عالی میرسید مگر کادستی به خود نمیگرفت تا بالاخر دست به اختلاس بی نظیر زد که در تاریخ جهان بی سابقه بود. کاکادستی پول قرطاسیه و کاغذ تشناب وزارت را در دبی یک قایق تفریح خرید. بنابر این دزدی کارمندان مکلف بودند تا بارول های کاغذ تشناب از منزل وزارت بیابند تا در صورت قضای حاجت دوچار به خجالتی نشوند. کارمندان طبقه انانث وزارت جهت نوشتن از قلم سیاهی چشم شان استفاده میکردند و مردان یک یک کلوله ذغال در جیب داشتند. وقتی افتضاح بالا گرفت و حکومت قضیه را پی گیری کردند کاکادستی را جهت جوابگویی به محکمه احضار کردند. مگر با چال های که از میرزا چوتار مداری یک زمان آموخته بود خودش را نجات داد. بهرحال کاکادستی فعلا چهار سر اعیال و فرزندان بیشمار دارد که به فضل خدا هر کدام مشغول دزدی و گرگی مانند خود شان میباشد. فرزندان مطرح وی در رشته های ذیل مشغول تحصیل میباشند. چکه چور، محصل سال آخر پوهن خئی چوتاری مردک خونخوار، چرس شناس بی نظیر شکیب کش، ماستر بازار سیاه، خان بینی لاشتیکی، عضو دایمی بیروی رسوایی پشاه، مسوول انتحاری رسانی به شهر البته این لست چهره های شناخته شده فامیل محترم شان است که ارائه ملت دادیم هرگاه لست باقی به ما برسد انرا نیز خدمت ملت مظلوم ما تقدیم میداریم.

تا که ۱۸ ساله بود بنابر حرکات موزن و تین سیمین گونش در میان رفیق های چوتارش بنام گلدستی معروف بود. لباس هایش شوه رنگ بودند و بعضا با فخر فروشی لباس های لیلایمی خود را بنام مغز های نامی دنیا کلان معرفی میکرد. به آواز خوانی سخت علاقمند بود و در محافل شب نشینی رفیق ها یگان صدا آهنگ های احمد ظاهر میخواند مگر از بخت بد در عین خواندن آواز مرغک میشد. بسیار شوق داشت که مشهور شوه به همین خاطر یک گروه هنری تاسیس کرد و تا مدتی در محافل خوشی مردم برای اجرا میرفت مگر چند وقت نگذشت که داماد بی پیری چنان لتش کرده و از محفل اخراجش کرده بود که به گروه هنری رانقطه گذشت. چند وقت بعدتر که کلان سن شد همه چوچه های رفیق هایش او را (کاکادستی) صدا میزدند. کاکا دستی که بعد از سکلیدن گروه هنری چیزی دیگر بلد نبود با دل نخواست شاکرد "میرزا چوتار" مداری شد. میرزا چوتار از آن هوشیار هایش بود که در عرض پانزده دقیقه مداری بازی دو صد افغانی حلال و سه هزار افغان حرام کمایی میکرد. رمزش این بود که دو شاکرد و پسر کلانش را برای کیسه بری موظف میساخت تا جیب تماشاچیان را با تر دستی صاف کنند. میرزا چوتار در روز های چهار شنبه خرقه پوشیده در نزدیک جابر انصار تعویذ میداد. زنان ساده نیز او را بنام خواجه صاحب دست می بوسیده پول زیاد میبرداختند. کاکادستی تحت نظر این استاد خطرناک چشمش باز شد و دانست که دو را چگونه به هم ضرب زده بچشم مردم خاک بمالد. ولی گویا خداوند تقدیر کاکادستی را با خاک و گل نوشته بود زیرا اینجا هم دیگش سیاه نمیشد. بهرحال از اینجا هم رفت و سر به صحرا زد و گروه داکو ها را ترتیب داد. کار این گروه دزدی بود و از این راه تا مدت زرا اندوخت و شکم سیر کرد. بعد از یک مدت در منطقه دزدی او حکومت پوسته امنیتی ساخت و همان بود که این گروه هم خاک و دود شد. کاکادستی تصمیم گرفت تا از پول های حرام سرمایه بسازد و همانطور کرد. یک زمین جهت کشاورزی و دو هتل خرید. کار هتل ها شیر گرم جریان داشت مگر زمین سخت خشک و نا حاصل بودند. وقتی از وزارت زراعت کمک خواست برایش توصیه کردند تا زمین را جهت حاصل خیز ساخت پاروی انسانی بدهند زیرا یوریا کیمیاوی زمین را زنده نمیتواند. کاکادستی تصمیم گرفت تا تشناب های شهری در آن زمین ها اعمار کند. بزنس کاکادستی با کندی تمام پیش میرفت و نزدیک بود غرق شود که روزی یکی از همان داره دزدانش نزدش به عیادت آمد. اوضاع او خیلی خوب بود، یک جیل مو تر لو کسوس، چهار جوپه بادبگارد های گردن کلفت با سلاح های ثقیل و خفیف. این دبدبه کاکادستی را گیج ساخت و از رفیق شفیق پرسید که چگونه بدان مدارج رسیده. رفیق گفت: بزنس عمری شروع کردیم بدون نقص و با منافع بالا. کاکادستی با تعجب پرسید: چند سرمایه گذاری کردی؟ همایش گفت: یک قران هم سرمایه گذاری نکردیم. کاکادستی با حیرت پرسید: پس چطور ایقه کش و فش؟ رفیقش گفت: بین لالا بیا کتی مه ده یک تیم سیاسی یکجا شونان و ایت ده روغن میشه! کند کاکادستی که در قیراقبازی دست کم از یاران قدیم خود نداشت با چالاکی تمام با انها در سیاست پیوست. وقتی از برکت ملت به کرسی رسید با عنبور گوشت های همین ملت را کنده و کباب داشی کرده با راحتی بالا رفت. همینکه بر کرسی نشست همه کاکا زاده ها، خاله زاده های نالایق خود حتی تا خویش های گوسفندانش در گرد و بر خود جمع کرده. دیر نگذشته بود که وزارت شان به وزارت خویشخوری معروف شد. کاکادستی بعد از رسیدن به قدرت مشهور به جلالتماب گردید، ولی متضررین وی را بنام



# BANU

## ERSTE UNABHÄNGIGES AFGHANISCHE FRAUENJOURNAL

Sehr geehrte Damen und Herren,

Der Verein AKIS, Afghanische Kultur, Integration, Solidarität ist stets bemüht Migrantinnen und Migranten in der neuen Heimat zu helfen, sich gut zurecht zu finden und bestmöglich zu integrieren. Aus diesem Grund entstand im Jahre 2000 die Idee, eine Frauenzeitschrift für Afghaninnen herauszubringen.

Da Afghanistan ein strikt patriarchalischer Staat mit unfairen kulturellen Geboten Frauen gegenüber ist, die keineswegs mit Werten vereinbart werden können, welche als gerecht angesehen werden, haben wir es zu unserer Mission gemacht, Frauen über ihre Möglichkeiten und ihr Recht in einem Rechtsstaat aufzuklären und sie für Ausbildungen, Arbeit, Integration und Sport zu ermutigen.

Anbei schicken wir Ihnen die Konzeptualisierung der Frauenzeitschrift Banu. Als non-profit Organisation fällt es uns immer schwerer die Herausgabe der Zeitschrift zu finanzieren. Ungern möchte wir darauf verzichten, Frauen, welche Gewalt ausgesetzt oder in Not sind und keinen Ausweg kennen, durch unsere Zeitschrift zu helfen.

### 1. Zur Idee von Banu.

#### 1.1 Die Idee und die Anfänge.

Banu ist ein Magazin für afghanische Frauen und Mädchen und wird seit 2000 in Europa und den USA vertrieben. Banu ist ein Persisch-arabisches Wort und bedeutet zu Deutsch Frau in einem gehobenen Sinn und vermittelt so auch die Wertigkeit der Frau in unserer Gesellschaft.

Das inhaltliche Ziel ist Frauen Zugang zur Bildungs- und Arbeitsmöglichkeiten in der neuen Heimat aufzuzeigen und sie über Gesetze aufzuklären. Die Zeitschrift ist in Farsi geschrieben und erklärt so die ersten Schritte der Integration in ihrer Muttersprache.

Herr Mir Ghousuddin (geborener Afghane mit österreichischer Staatsbürgerschaft und Wohnsitz in Wien) ist Gründer und Obmann des Vereins AKIS, Afghanische Kultur, Integration und Solidarität in Österreich. Für diesen Verein ist Banu ein wichtiges sozialpolitisches Kommunikationsinstrument. Es erfasst die Problemstellungen der Frauen aus Afghanistan. Mit der Beschreibung von kulturellen Events hat Banu auch eine kulturpolitische Aufgabe. Die thematische Gestaltung der Zeitschrift ist beispielgebend und von großer Bedeutung.

#### 1.2 Selbstbestimmt in Wien: Banus Hauptschauplatz.

Die Intention ist, das Selbstbewusstsein und die Lebenstüchtigkeit afghanischer Frauen und Mädchen zu stärken. Zentrum der Auseinandersetzung mit diesen Lebensrealitäten bildet Wien, der Sitz des Vereins für Afghanische Kultur, Integration und Solidarität in Österreich der Banu-Redaktion ist.

Das Hauptaugenmerk der Redakteurinnen von Banu liegt dabei auf der Förderung der Eigenständigkeit von Frauen und Mädchen innerhalb ihrer Möglichkeiten.

#### 1.3 Menschen für Banu, bei Banu.

Die Mädchen- und Frauenzeitschrift wird von 60 Redakteurinnen getragen, die Artikel zu allen Lebensbereichen in ihrer Muttersprache schreiben. Die Chefredakteurin von Banu lebt in den

Niederlanden. Mir Ghousuddin zeichnet in seiner Funktion als Vorstand des Vereins für Afghanische Kultur, Integration und Solidarität in und zu Österreich, für Koordination, Vertrieb und Finanzierung.

#### 1.4 Finanzierung.

Die Zeitschrift wird wegen der begrenzten finanziellen Mittel von bis zu 400 Exemplaren aufgelegt. Die Produktionskosten einer Zeitschrift (Layout, Redaktion, Material und Druck) sind ca. 9 € pro Stück, also in



ناشر اندیشه های زنان افغانستان در اروپا  
PUBLISHER OF AFGHAN WOMEN'S IDEAS IN EUROPE

Summe 3000 bis 3800 €. Innerhalb Österreichs wird Banu zum Preis 5 €/Stück verkauft. Um aber vor allem ärmere Frauen, Mädchen und besonders Flüchtlinge zu erreichen wird sie meist gratis abgegeben. Es ergibt sich dadurch ein Defizit von ca.

2000 bis 2500 € pro Auflage.

Die Zeitschrift wird auch in andere Länder Europas und USA versandt. Die anfallenden Versandkosten tragen die Abonnentinnen selbst.

### 2. Themen.

#### 2.1 Die Rechtslage für Frauen in Österreich

Das Leben der Frauen in Afghanistan ist, aufgrund einer stark patriarchalisch geprägten Gesellschaft, nicht selbstbestimmt. Das für Frauen aus Afghanistan am meisten bewegende Thema ist ihre Rechtslage in der neuen Heimat und den vielen Möglichkeiten, die sich daraus ergeben. Banu vermittelt in ihrer Muttersprache Frauen ihre neuen Möglichkeiten und macht klar, dass sie sich Wege zur finanziellen Unabhängigkeit erarbeiten können.

#### 2.2. Gesundheit und frauenspezifische Fragen

Durch ihre mangelhaften Sprachkenntnisse finden sich Frauen Gesundheitssystem nur schwer zurecht. Banu vermittelt Frauen Informationen zu spezifischen Gesundheitsthemen, wie zum Beispiel der Brustkrebsvorsorge, Antikonzeptiva, Hygiene, etc. Sie werden dadurch nicht nur informiert, sondern auch ermutigt zur ihren individuellen Ansprüchen, aber auch Recht auf Gesundheitsversorgung zu stehen.

#### 2.3. Bildung & Integration

Banu ermutigt Frauen, sich zu Sprachkursen und Schulausbildung anzumelden und unterstreicht die Notwendigkeit, dass Frauen auch Teil an der Gesellschaft nehmen.

#### 2.4. Gedichte – in der afghanischen Kultur ein gängiges Mittel zur Thematisierung aller, auch innerfamiliärer Probleme und Gewalt

In Gedichtform nähern sich die Autorinnen von Banu dem heiklen Thema von innerfamiliärer Gewalt an. An dieser Stelle sei auf ein Gedicht verwiesen, das die Migration als eine Wandlung vom Traum zum Albtraum beschreibt: Eine junge Afghanin war ihrem frisch vermählten Ehemann nach Österreich gefolgt, der sich als im Westen erfolgreicher Geschäftsmann darstellte. – In Österreich angekommen, zeigte sich, dass der Ehemann arbeitslos und gewaltbereit war. Eine Scheidung als Lösung würde aber die Familie in Afghanistan nicht akzeptieren.

#### 2.5. Schlichtungsstelle und Betreuung

Banu informiert und vermittelt Links zu öffentlichen Einrichtungen wie Frauennotruf und Frauenhäusern. Es werden auch Beispiele und Fakten über diese Einrichtungen kommuniziert

#### 2.6. Beauty & Fitness

Die meisten Afghaninnen haben nie Schwimmen und selten Radfahren gelernt. Neben Sport- und Freizeitangeboten informiert die Redaktion von Banu auch über diese Möglichkeiten.

# BANU

Nr. 52 Dezember 2019

## Liebe Freunde und Kulturbegeisterte,

Ich freue mich Ihnen/euch die Erscheinung der 52 afghanischen Frauenzeitschrift „Banu“ bekannt zu geben.

Es ist der Versuch Frauen aufzuklären und sie dazu zu bewegen aktiv zu werden und an der Gesellschaft teilzunehmen.

In der Zeitschrift BANU werden Themen wie Lifestyle, Mode, Ernährung, Gesundheit, Frauenrechte, Integration, interessante Nachrichten und vieles mehr aufgezeigt.

Damit wollen wir die afghanischen Frauen über vieles informieren, aber auch für vieles interessieren. Das ganze Leben spielt nicht nur zu Hause ab, sondern es gibt noch eine Welt abseits, wo auch viele Interessante Dinge geschehen. Dieses den afghanischen Frauen zu zeigen ist eines unserer großen Ziele in der Zeitschrift.

Auch wollen wir die Jungen afghanischen Frauen anspornen, über sich hinauszuwachsen und sich somit ihr Bild auf der Titelseite unserer Zeitschrift zu verdienen.

Die Zeitung ist komplett in der persischen Sprache, aufgrund der verschiedenen Nationalitäten unserer Käufer, welche sich in ganz Europa, in den USA, in Kanada und in Afghanistan befinden.

Das BANU Team ist stets bemüht, dass das Frauenjournal alle 3 Monate mit interessanten und aktuellen Themen erscheint.

In den 19 Jahren konnten wir die Zeitschrift ohne Unterstützung herausbringen. Nun jedoch brauchen wir Hilfe, um unser aufklärerisches Werk fortsetzen zu können.

Wir hoffen, dass Sie uns in dieser Richtung weiterhelfen können.

Mit freundlichen Grüßen  
**Ghousuddin Mir**  
 Inhaber und Gründer der Zeitschrift  
 Und Obmann des Vereins AKIS  
 (Afghanische Kultur, Integration, Solidarität)



### Kontakt:

(0043) 699 171 68 648

(0031) 639 81 44 32

info@akiseu.com

www.akiseu.com

# عکس های فصل



unfold your own myth



**NISHANE**

Extrait de Parfum



HB Exclusive Distributor in Afghanistan