

# غزنفر بانک

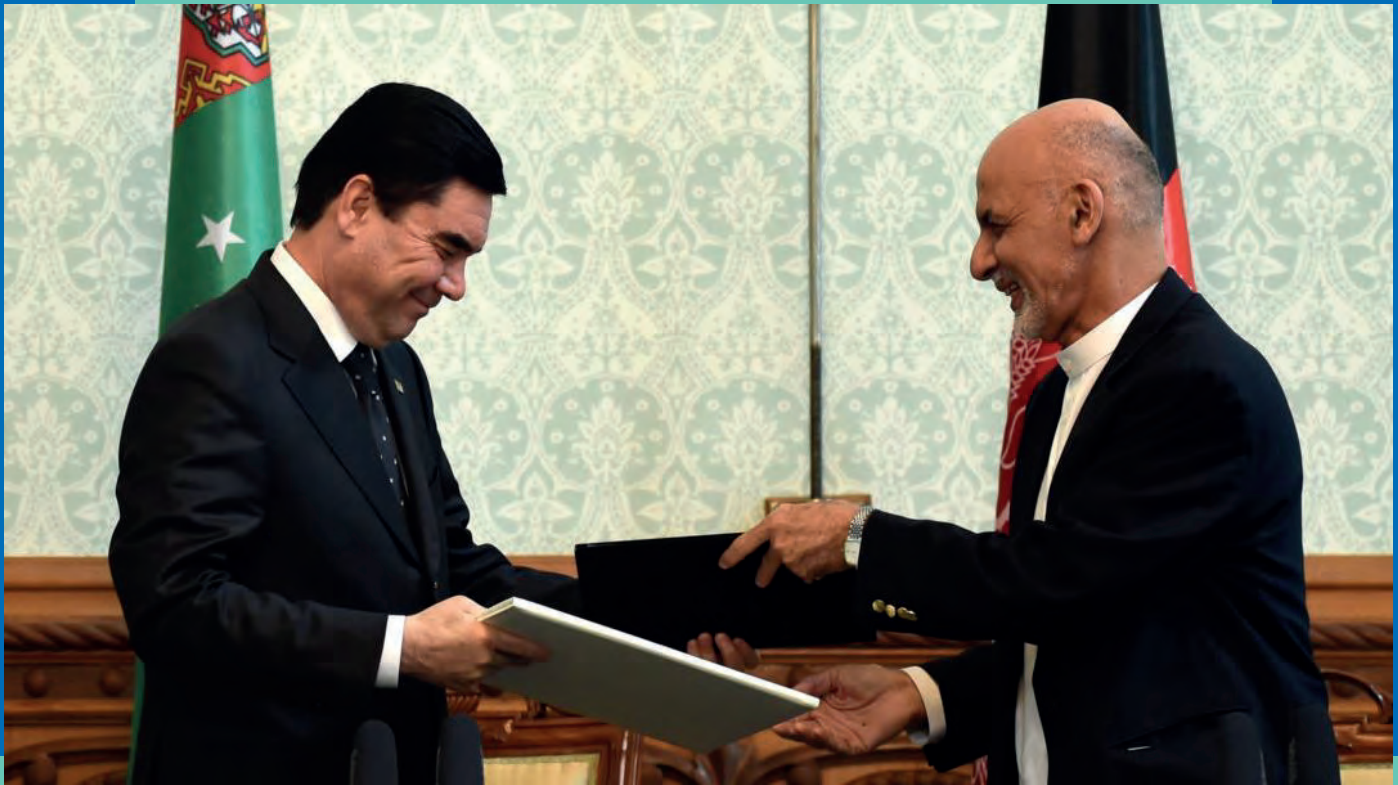
ماهنامه اقتصادی - اجتماعی - فرهنگی

سال نهم - شماره های ۹۹-۱۰۰-۱۰۱ جوزا، سرطان و اسد ۱۳۹۶ خورشیدی



غزنفر بانک  
GHAZANFAR BANK

## امضاء هفت موافقت نامه همکاری میان افغانستان و ترکمنستان



گشایش چهار راه مخدوم قلی فراغی

## تقدیر از کارمندان ممتاز و سختکوش غضنفر بانک







پول افغانی؛ هویت ملی، افتخار و نشانه اقتدار ماست.



افغانی پیسې، زموږ د ملي هویت، ویاړ او ځواک نښه ده.



اعتماد شما سرمایه ماست!



# فهرست مطالب

## سرمقاله:

- دستاورد افغانستان از سفر رئیس جمهور و ... ۲

## اقتصادی

- امضاء هفت موافقت نامه همکاری میان .... ۳
- تاپی - رشته وصل کشور های آسیای مرکزی و ..... ۵
- توسعه پایدار و نقش مردم در آن ۱۰
- د انسان پر روغتیا او زده کړو لگښت.... ۱۸
- عوامل فقر و راههای مبارزه با آن ۲۳
- بيع المرباحه ۲۸
- ظهور پنج قدرت صنعتی جدید در سال 2020 ۳۲

## اجتماعی:

- افتتاح چهار راه مخدوم قلی فراغی ۳۴
- آلبوم گشایش چهار راه مخدوم قلی ۳۶
- گزارش کمک های بنیاد غضنفر ۳۸
- نقش گردشگری در توسعه فرهنگی و..... ۳۹
- شخصیت شناسی یا روانشناسی شخصیت ۴۴
- نقش والدین در تربیت فرزند ۴۷
- نمایندگی های غضنفر بانک ۵۳
- چگونه فشار خون بالا را بدون دوا کاهش دهیم ۵۴
- میوه های مفید برای زیبایی و طراوت پوست ۵۶
- معرفی محترمه نرگس نهان بحیث..... ۵۹

## ادبی، فرهنگی:

- خلوت و تنهایی در عرفان اسلامی ۶۰
- نیستان (ویژه شعر و ادب) ۶۲
- جمله های طلایی ۶۴
- حکایت و اندرز ۶۶
- محاوره اوزبکی (26) ۶۷



صاحب امتیاز: غضنفر بانک  
مؤسس: محمد اسماعیل غضنفر  
مدیر مسوول: نور احمد فهیم

تحت نظر هیأت تحریر

دیزاینر: اسدالله احمدزاد

اداره ماهنامه غضنفر بانک در ویرایش  
مقالات دست باز دارد.

آدرس: ۸۶۶ سرک عمومی شیرپور  
کابل - افغانستان

+93 (0) 797 860 000

media-manager@ghazanfarbank.com  
www. ghazanfarbank.com



## سخن ماه

### دستاورد افغانستان از سفر رئیس جمهور و هیأت همراه شان به کشور های استرالیا، اندونیزیا و سنگاپور

در حالی که زمین های هموار و لامزروع زیادی داریم که اگر بتوانیم آب های خود را مهار کنیم، همه آنها قابل کشت و زراعت هستند. همین طور هیچگونه استفاده از نیروی باد و انرژی آفتاب نداریم. در حالی که همه اینها زمینه رشد اقتصادی و خود کفایی کشور را فراهم می نماید.

دانشمندان امور اقتصادی نیز توسعه را مدیون استفاده مطلوب از ذخایر و منابع طبیعی می دانند و بر این باور اند که رشد اقتصادی توأم با تغییرات و تحولات فنی و کاربرد منابع تولیدی، امکان پذیر است. بنابراین توسعه کشور ما نیز زمانی تحقق خواهد یافت که با جلب کمک های خارجی زمینه آموزش و پرورش بهتر، تامین امنیت، مهار نمودن آبها و کشت زمین های للمی و غیر مزروعی را فراهم نمائیم.

ظاهراً این تفاهم نامه ها که با کشور های استرالیا، اندونیزیا و سنگاپور به ارزش میلیون ها دالر میان عبدالستار مراد وزیر محترم اقتصاد و مسئولین کشور های نامبرده در حضور محمد اشرف غنی رئیس جمهور کشور در بهار سال روان به امضا رسید، به همین منظور بوده است تا دولت ما با دریافت این کمک ها با شیوه های استندرد زمینه های، زراعت و آبیاری، آموزش و پرورش، تحکیم امنیت و جلوگیری از فساد اداری را فراهم نماید.

بنابراین این تفاهمنامه ها را به فال نیک می گیریم و امیدواریم که این کمک ها زمینه ساز توسعه اقتصاد و تأمین صلح و امنیت در کشور باشد و از مردم و دست اندر کاران بخش های نامبرده تقاضامندیم که دست به دست هم بدهند تا در جهت رسیدن به اهدافی که آرزوی هر افغان است، دولت و ملت خود را یاری رسانیم.

اخیراً رئیس جمهور کشور محمد اشرف غنی و هیأت همراه شان به برخی از کشور ها از جمله استرالیا، اندونیزیا و سنگاپور سفر نمودند تا کمک و حمایت این کشور ها را در راستای توسعه آموزش و پرورش، تحصیلات عالی، مدرنیزه کردن زراعت، اصلاحات اداری، ساینس و تکنالوژی جلب نمایند.

ظاهراً این سفر در پیوند به تطبیق استراتیژی انکشاف ملی افغانستان که از سوی دولت افغانستان ایجاد شده، انجام شده است. هدف از استراتیژی انکشاف ملی افغانستان توسعه اقتصاد، کاهش فقر، تامین امنیت، داشتن یک اداره قدرتمند و عاری از هرگونه فساد و بهبود زندگی مردم افغانستان می باشد. پروسه توسعه، علاوه بر بهبود وضعیت اقتصادی جوامع، میزان نابرابری، وضعیت نیروی انسانی، و وضعیت اجتماعی و سیاسی جامعه را هم در بر می گیرد؛ یعنی زمانی یک کشور توسعه یافته تلقی می شود که ابعاد مختلف جامعه با هم ارتقا پیدا کند؛ و در عین حال عدالت اجتماعی، اقتصادی و سیاسی در جامعه تحقق یابد. این امر زمانی امکان پذیر است که از منابع طبیعی کشور استفاده درست به عمل آید.

منابع طبیعی از جمله آب، خاک، جنگل، مراتع، نیروی باد و انرژی آفتاب، با ارزش ترین سرمایه یک کشور هستند و پشتوانه بزرگ اقتصادی به شمار می آیند، زیرا استفاده به جا و بموقع از ذخایر و منابع طبیعی زمینه توسعه کشور ها را فراهم می نماید، اما متأسفانه با تمام اهمیتی که منابع و ذخایر طبیعی دارند، تا هنوز ما نتوانسته ایم از ذخایر و منابع طبیعی خود استفاده مطلوب نماییم. گرچه نعمت های الهی بی شمار اند اما نباید آن را هدر داد و برخلاف منافع جامعه و کشور از آن استفاده کرد. در حال حاضر آب فراوان ما به کشور های همسایه سرازیر میشود،





## امضاء هفت موافقت‌نامه همکاری میان افغانستان و ترکمنستان

همکاری‌های اقتصادی ضمن این که تقویت روابط افغانستان و ترکمنستان و ایجاد اشتغال را دربر خواهد داشت، باعث رشد و توسعه اقتصادی دو کشور نیز می‌گردد.

وی تصریح کرد که کشورش در کنار همکاری‌های اقتصادی با افغانستان، عرصه همکاری را در بخش‌های فرهنگی و بشری نیز با آن کشور افزایش خواهد داد، زیرا ترکمنستان و افغانستان؛ تاریخ، کلتور و ارزش‌های هنری مشترک دارند.

رئیس‌جمهور ترکمنستان گفت که کشورش برای پذیرش و آموزش محصلین افغان در بخش‌های مختلف ظرفیت کافی دارد و در این زمینه همکاری‌های خود را با افغانستان دوام‌دار حفظ خواهد کرد.

در این دیدار، رئیس‌جمهور ترکمنستان از رئیس‌جمهور کشور به‌خاطر اشتراک در مسابقات رزمی آسیایی دعوت نمود و اظهار امیدواری کرد که این سفر نتایج قابل ملاحظه را در عرصه همکاری‌ها میان دو کشور رقم زند.

محمودوف خاطرنشان کرد که روابط ما به سطح بالایی تأمین گردیده و این مناسبات هم‌چنان گسترش و تقویت خواهد یافت. وی بیان داشت که مبارزه با تروریسم، افراطیت، مواد مخدر و جرایم سازمان‌یافته ضرورت به‌همکاری مشترک کشورها دارد و در این بخش، ما و سازمان‌های معتبر بین‌المللی نظر هماهنگ داریم.

هفت موافقت‌نامه همکاری میان افغانستان و ترکمنستان، درحضورداشت رؤسای جمهور دو کشور در تاریخ ۱۲ سرطان ۱۳۹۶ خورشیدی در شهر عشق آباد امضا گردید.

محمد اشرف غنی رئیس‌جمهوری اسلامی افغانستان، قبل از ظهر روز دوشنبه از سوی قربانقلی بردی محمودوف رئیس‌جمهوری ترکمنستان در مقر ریاست‌جمهوری آن کشور در شهر عشق‌آباد، طی مراسم تشریفات رسمی درحالی که سرودهای ملی دو کشور نواخته می‌شد، مورد استقبال گرم قرار گرفت.

پس از معاینه قطعه تشریفات و معرفی هیئت‌های دو جانب، رئیس‌جمهور غنی و رئیس‌جمهور بردی محمودوف در ملاقات دو جانبه پیرامون گسترش روابط دو کشور و همکاری‌های اقتصادی بحث و تبادل نظر کردند.

رئیس‌جمهور ترکمنستان از رئیس‌جمهور غنی به‌خاطر قبول دعوت رسمی و سفر به ترکمنستان تشکر کرد و این سفر را برای تقویت مزید روابط میان دو کشور و گسترش همکاری‌های اقتصادی، موثر دانست.

وی افزود که ترکمنستان با افغانستان چندین سند همکاری را در زمینه انتقال انرژی گاز و در بخش ترانزیت امضا نموده و در این خصوص کارهای مقدماتی آغاز گردیده‌است. رئیس‌جمهور ترکمنستان گفت که ما انرژی برق را به افغانستان و از طریق آن کشور به کشورهای دیگر صادر خواهیم کرد.

بردی محمودوف علاوه کرد که صادرات انرژی برق و

## امضاء هفت موافقت‌نامه همکاری میان افغانستان و ترکمنستان

صنعت قالین، ترانسپورت جاده‌یی بین‌المللی، مکان عبور خط آهن بین‌المللی میان سرحد دولتی افغانستان و ترکمنستان و همکاری در سازمان‌دهی اماکن خط آهن آقینه-امام نظر؛ در سرحد دولتی افغانستان و ترکمنستان، از سوی مقامات دو کشور به امضا رسید.

منبع: سایت ریاست جمهوری افغانستان



قربانقلی بردی محمدوف اضافه کرد که افغانستان و ترکمنستان ضمن روابط دو جانبه، با کشورهای منطقه نیز مناسبات نیک دارند و ما طرحی برای همکاری مزید کشورهای منطقه داریم که برای رشد و توسعه اقتصادی و آینده روشن این کشورها موثر خواهد بود.

رئیس‌جمهور غنی از مهمان‌نوازی گرم و استقبال شاندار رئیس‌جمهور ترکمنستان قدردانی کرد و نیز از همکاری‌های آن کشور در عرصه‌های مختلف با افغانستان تشکر نمود. وی گفت که سیاست مثبت بی‌طرفی ترکمنستان برای کشورهای منطقه و دنیا یک مثال است و از همین جهت، افغانستان و ترکمنستان باهم دوستان نیک می‌باشند.

رئیس‌جمهور کشور گفت که دنیا هر روز شاهد این سیاست ترکمنستان است و افغانستان و ترکمنستان براساس ارزش‌های مشترک تاریخی، روابط و مناسبات دوستانه دارند.



رئیس‌جمهور غنی از رئیس‌جمهور ترکمنستان که برای افتتاح خط آهن اتامراد- آقینه به افغانستان سفر کرده بود، تشکر کرده ابراز امیدواری نمود که به‌زودی خط آهن تورغندی - ترکمنستان نیز افتتاح گردد.

رئیس‌جمهور محمد اشرف غنی، میزبانی از "کنفرانس بین‌المللی ترانسپورت پایدار" را توسط ترکمنستان که سال قبل در عشق‌آباد برگزار گردید، یک گام اساسی جهت تقویت ترانزیت دانسته افزود که همکاری‌های ما در زمینه انتقال انرژی هر روز افزایش می‌یابد، زیرا انرژی برق برای زیربنا، زیربنا را می‌سازد.



رئیس‌جمهور غنی تصریح کرد که با انتقال انرژی از آسیای مرکزی از مسیر افغانستان به آسیای جنوبی، آسیا دگرگون خواهد شد و این تنها یک ارتباط نه، بلکه دهلیز مواصلاتی است که باعث می‌گردد تا ترکمنستان و افغانستان به کشورهای آسیایی و اروپایی به شکل اساسی وصل گردد.

در پایان این دیدار درحضورداشت رؤسای جمهور دو کشور، هفت موافقت‌نامه همکاری در بخش‌های علمی و تحصیلی میان پوهنتون‌های دولتی جوزجان افغانستان و مخدومقلی ترکمنستان، وزارت‌های خارجه دو کشور، وزارت‌های انرژی و آب دو کشور،





سر محقق، دکتر عبدالباری "راشد"

## تاپی - رشته وصل کشور های آسیای مرکزی و آسیای جنوبی

قسمت دوم:

انسانی موجب برخورد رفتارها، فرهنگ ها، هنجارها، عقاید و سایر خصوصیات فردی و اجتماعی انسان ها میگردد.

### سایر منافع مادی و معنوی (تاپی) برای منطقه:

بناءً در نتیجه رفت و آمد ها، داد و ستدها و غیره معاملات حقوقی و اقتصادی شناخت انسان ها و جوامع انسانی نسبت بهمديگر بيش و بيشتر شده موجب نزديكي و همديگر پذيري ايشان ميشود. (تاپی) بحیث یک پروژه اقتصادی مبتنی بر بنیاد های حقوقی خاص و تعریف شده دولت ها و ملت ها را به تعارف بهتر و عمیقتر میرساند.

★ ایجاد همدلی و همسویی: تعارف و شناخت بیشتر از خصوصیات، فرهنگ ها، افکار و معتقدات ملت های دوست و ذینفع در پروژه (تاپی) این ملت ها را در بسی از قضایای سیاسی، اقتصادی، اجتماعی، انسانی و منطقوی به همدلی و همسویی در منافع و اضرار مشترک شان میرساند. آن همدلی و همسویی در قضایای ملی، منطقوی و جهانی میتواند یک زون متحد و یکپارچه مشترک المنافع را در آسیا به نفع صلح و امنیت ایجاد کند و در مقابل متجاوزین منطقوی و جهانی هم صف و متحد موضعگیری داشته باشند.

خط لوله گاز که در گام نخست رشته وصل رسمی چهار کشور آسیای مرکزی و جنوبی بطول ۱۸۰۰ کیلومتر از نظر جغرافیایی است، در معنی این خط حیاتی رشته وصل سرنوشت مادی و معنوی بیش از یک میلیارد و سه صد میلیون انسان در ابعاد مختلف زندگی سیاسی، فرهنگی، اجتماعی، حقوقی، مدنی، انسانی، دفاعی، خبری، دینی، مذهبی، صنعتی، زراعتی، هنری، علمی حرفوی و غیره این ملت و سایر امم دور و نزدیک آسیای مرکزی و جنوبی خواهد شد.

بمنظور تبیین دور نمای این رشته وصل حیاتی لازم است بر برخی از پیامدهای قرارداد (تاپی) در این منطقه غنی و زیبای دنیا که ایجاباً بوجود آمدنی اند توجه خوانندگان محقق و گرامی را مختصراً معطوف بدارم:

★ تعارف میان ملت ها و دولت ها: بدون شک تأمین مناسبات حقوقی و اقتصادی میان اقشار و طبقات مختلف جوامع



یا آنجای منطقه تحقق یابد و اینهمه ملت ها و دولت های خورد و بزرگ را به یک رشته اقتصادی تجارتی دایمی وصل کند، روابط یک میلیارد و اند میلیون انسان این قاره بزرگ جهانی (آسیا) روز بروز در کلیه عرصه های حیاتی آغاز از مسایل تجارتی اقتصادی تا موضوعات فرهنگی، تعلیمی- تربیتی، توریستی، صنعتی، زراعتی، تخریکی و تکنولوژی و سیاسی امنیتی نزدیک و نزدیکتر شده میروند.

این تقریب شاید و باید تا آنجا پیش برود که در جریان داد و ستد اسعار و تبادل کالاهای متنوع و گوناگون میلیون ها انسان به مشکلات مواجه گردند. در آنصورت دولت های منطقه ممکن است راه حل هائی را برای رفع موانع تبادل اسعار و یا سهولت در تبادل کالاهای و عرضه خدمات در این منطقه دنیا پیش بین شده بفرار ایجاد یک بازار مشترک و پول مشترک گردند.

بدون شک با توجه به روابط تاریخی، شباهت های اتنیکی، وحدت ادیان و مذاهب در بسی از نقاط این سرزمین ها و سایر مشترکات، خصوصیات و مشابهت های فرهنگ شرقی احتمال ایجاد یک بازار مشترک و پول مشترک را میتوان پیش بین شد. البته مطالعات لازم در این زمینه لازم است تا با قطعیت بیشتر حکم به ظهور همچو تغییرات و دگرگونی های منطقه ای کرد.

زیرا تصادم خطر منافع قدرت های بزرگ منطقه و جهان در این مناطق غنی و پرفیض نیز میروند که یقیناً هیچیک از این قدرت ها در مقابل هر نوع تغییرات مثبت به نفع ملل و دول این قاره بی تفاوت نخواهد ماند.

اما باز هم امید بر آنست تا وضع حاکمیت های نامشروع استعماری در منطقه و جهان تغییر یابد و ملت ها و دولت های مظلوم بتوانند تصمیم برای خود را خود بگیرند.

★ سهولت ها و یا رفع ویزا برای اتباع کشورهای تاپی: با شکل گرفتن منطقه جدید اقتصادی (تاپی) که بیک رشته واحد متصل میگردند آمد و شد انجیران، متخصصین نفت و گاز و میلیون ها انسان با مقاصد مختلف تجارتی، کاری، فرهنگی،

★ تحکیم مناسبات همجواری نیک: پروژه (تاپی) بر مبنای منافع مشترک اقتصادی میان همه کشورهای همسایه جبراً مناسبات همجواری نیک را بوجود می آورد. زیرا کشورهای که در یک رشته اقتصادی خاص و مهم حیاتی مثل گاز یا برق بهم می پیوندند ناگزیر اند تا روابط نیک همجواری را در کلیه عرصه های امنیتی، سیاسی، اقتصادی، عدم مداخله در امور یکدیگر و غیره مناسبات برادرانه منحصراً شرکای منافع حفظ و رعایت نمایند.

★ اشتراک منافع: پروژه (تاپی) منحصراً رشته وصل کشورهای طرف قرار داد، هریک از این کشور ها را وامیدارد تا در کلیه منافع مادی و معنوی این پروژه جایگاه منفعتی خود را جستجو و دریافت بدارند.

اشتراک منافع وجه مشترک همه ملت ها و دولت های منطقه خواهد بود که این رشته وصل را در میان کشورهای ذینفع نافذتر و بارزتر میسازد؛ زیرا بشریت منحصراً موجودات مادی- معنوی که هم نیازمندیهای مادی را احساس مینمایند و هم ارزش های معنوی برای ایشان قیمتمندار است فطرتاً بدنبال منافع خود میروند چه مادی باشد چه معنوی.

★ تأمین روابط متقابل میان کشورهای (تاپی): این کشور ها ناگزیر اند بر مبنای حفظ منافع هریک که با پروژه (تاپی) گره میخورد روابط متقابل لازم اقتصادی، سیاسی، فرهنگی، تجاری، امنیتی، و حقوقی را در میان خود ایجاد و حفظ نمایند. در غیر آن مسلماً منفعی را که از گذرگاه خط لوله (تاپی) توقع دارند از دست میدهند.

تبادل اسعار و کالا ها، شناخت و احترام به مواضع سیاسی، مناسبات حقوقی، تبادل فرهنگ های پسندیده و توجه به حفظ امنیت در قلمرو ها و حول و حوش کشورهای تاپی اینها همه مواردی اند که متقابلاً باید میان این کشور ها ایجاد و رعایت گردند.

★ احتمالات ایجاد پول مشترک و بازار مشترک: در صورتیکه پروژه (تاپی) بدون کدام توطئه خارجی و مداخله در اینجا



## تاپی- رشته وصل کشور های آسیای مرکزی و آسیای جنوبی

★ تبادل اطلاعات و اخبار میان آژانس های خبری حوزه (تاپی): وجوه مشترک اقتصادی، اجتماعی، سیاسی، فرهنگی و غیره که جدیداً فیما بین کشور های حوزه (تاپی) بوجود بیاید و هر روز انکشافات جدیدی در ابعاد مختلف کسب کند، مستلزم آگاهی دهی و اطلاع رسانی از طریق رسانه های جمعی کشور های منطقه نیز میباشد.

یعنی کشور ها مجبور اند همه روزه در مورد تغییرات و تحولات، حوادث و رویداد های جدید اقتصادی، علمی، تکنیکی و غیره پیشرفت ها و یا بروز موانع بر سر راه پیشرفت روند تاپی افکار عامه را در جریان بگذارند.



اینجا است که آژانس های خبر رسانی همه کشور های مربوط به منطقه (تاپی) اطلاعات خود را با همدیگر تبادل می نمایند. در حقیقت باین ترتیب یک شبکه خبرگزاری واحد منطقی نیز بوجود می آید که یومیه کشور های منطقه را مورد بحث قرار داده و موجب شناخت بهتر از اوضاع، احوال و پیشرفت های همدیگر میشوند.

★ تأثیر پذیری متقابل فرهنگی و گفتگوی تمدن ها: روشن است که در این منطقه دنیا ادیان، مذاهب، فرهنگ ها و مدنیت های گوناگونی در طول زمان شکل گرفته و تا هنوز هم آثار اینهمه فرهنگ و تمدن های تاریخی در میان ملت ها باقی مانده است.

فلهذا در اثر تعاملات جدید ملت ها و اقوام مختلف با فرهنگ ها و مدنیت ها و ایده آل ها و نظریات و جهان بینی های مختلف و افکار و معتقدات رنگارنگ تأثیرات متقابل شانرا بر یکدیگر می گذارند. و همچو آشنایی با فرهنگ ها و مدنیت های جدید سبب همدیگر

توریستی، ترانزیتی و غیره باینجا و آنجای حوزه (تاپی) حتمی خواهد بود.

فلهذا کشور های (تاپی) بمقصد ایجاد سهولت ها و جلوگیری از ضیاع وقت اتباع و کارمندان سرحدی همدیگر مجبور میشوند تا یکرشته سهولت ها و یا رفع ویزا را بین هم توافق نمایند.

★ پیمانهای دفاعی و امنیتی: مسلم سخن است که این منطقه بزرگ آسیا با وصل شدن بهم بوسیله یک رشته اقتصادی چون پایپ لاین گاز در مسیر ۱۷۰۰ کیلومتر و با ایجاد خط ریل از ترکمنستان تا تاجیکستان از طریق افغانستان بطول ۱۲۶ کیلومتر و احتمال تمديد خطوط دیگر ریل از آسیای میانه و جمهوری اسلامی ایران بسوی افغانستان و آسیای جنوبی تضمین های امنیتی در هر کشور میخواهد.

این کشور ها مجبور اند در حفظ امنیت راه ها و دفاع مشترک در مقابل تروریزم جهانی، استعمار گران و متجاوزین خارجی همدست و متحد باشند تا به ایده آل های اقتصادی اجتماعی، سیاسی، فرهنگی و علمی تکنیکی منطقی شان برسند.

همبستگی منطقی برای دفاع مشترک و حفظ امنیت سراسر این منطقه بزرگ خواهان عقد پیمان های دفاعی و امنیتی میان همه این کشور ها خواهد بود. بعید نیست که با سر و سامان گرفتن و تکمیل شدن و تکامل یافتن برنامه (تاپی) همچو پیمان های دفاعی و امنیتی نیز در میان کشور های ذی علاقه بامضاء برسد.

★ رفع منازعات منطقی: (تاپی) انشاء الله زمینه ساز گفتگو ها و تبادل افکار صادقانه ای میان کشور های یاد شده برای رفع منازعات منطقی مخصوصاً مسایل خط دیورند و کشمیر نیز خواهد شد.

زیرا بدون رفع سوء تفاهات و حل منازعات منطقی در این کشور ها مخصوصاً میان افغانستان و پاکستان و بین هند و پاکستان هیچ ایده آل اقتصادی عملاً تحقق نمی پذیرد جز آنکه تدابیر ضمانتی برای همچو منازعات پیش بینی شود و یا بوجود آید.



## تاپی - رشته وصل کشور های آسیای مرکزی و آسیای جنوبی

پذیری و گفتگوی تمدن ها و تعاملات دوستانه و صلح آمیز میان اقوام این خطه آسیا میگردد.

تبادل تجارب علمی تخنیکی در عرصه های زراعت، صنعت، هنر و امثالهم: با تشکل و ظهور یک آسیای مرکزی و جنوبی بسته بیک رشته وصل اقتصادی (تاپی) در کنار کلیه تغییرات و تحولات دیگر که تا کنون تذکر رفت، این کشور ها قاعدتاً ناگزیر اند تا تجارب علمی، تخنیکی، فرهنگی، هنری، زراعتی و صنعتی شانرا نیز میان هم تعاطی و تبادل نمایند. نتیجه این تبادلات علمی تخنیکی فرهنگی، هنری، زراعتی و صنعتی شانرا نیز میان هم تعاطی و تبادل نمایند. نتیجه این تبادلات علمی تخنیکی و فرهنگی سبب رشد اقتصادی و شگوفایی بیشتر مردمان این حوزه جغرافیایی دنیا میشود.

مخصوصاً کشور عزیز ما افغانستان که از همه نعمات یاد شده عمراً محروم بوده است میتواند از تجارب علمی و تکنولوژی کشور های همسایه در استخراج نفت و گاز غنی خود و رشد صنایع مربوط آن استفاده های لازم بنماید و از خریداری و توريد نفت و گاز و محصولات نفتی و گازی بی نیاز گردد.

★ حفظ محیط زیست: انتقال گاز ترکمنستان به کشور های (تاپی) با همه ارزش مادی و اقتصادی که بطور خاص برای ترکمنستان دارد، از آلودگی جو کشور های مربوطه به نسبت کاهش در مصارف مواد سوخت چون چوب، تیل یا ذغال سنگ و غیره مواد محروقاتی آلاینده محیط زیست جلوگیری میکند و در راستای یک محیط زیست سالمتر در سراسر منطقه یاری میرساند.

★ اشتغالزایی: اگر امروز در قدم اول برای برپایی خط لوله گاز (تاپی) از ۱۲۰۰۰ تا ۵۰۰۰۰ کارگر را صرف در افغانستان پیش بینی مینمایند، باید بپذیریم که با رشد بیشتر مناسبات حوزه تاپی میان همدیگر ممکن است میلیون ها انسان در سراسر منطقه بکار های خاصی مشغول گردند. کسب تخصص کارگران ماهر و انجنیران متخصص و حرفوی و سایر همچو تحولات از برکات (تاپی) خواهد بود. (۱: ص ۷)

### نتیجه:

پروژه انتقال گاز ترکمنستان به هند از طریق افغانستان و پاکستان (تاپی) در صورتیکه به موانعی سیاسی، امنیتی و استعماری

از جانب دولت ها و قدرت ها برنخورد و واقعاً بر مبنای منافع مشترک کشور های (تاپی) و همسایگان شان تحقق یابد، علاوه بر مزایای قبلاً اعلان شده در مطبوعات و رسانه های جهانی میتواند در دراز مدت سیمای جغرافیای اقتصادی و فرهنگی - سیاسی منطقه را تغییر بدهد و این پروژه رشته وصل باشد برای همه توده ها، ملت ها و کشور های منطقه.

### پیشنهاد:

از آنجا که تجارب و واقعیت های تاریخی نشان میدهد علت العلل موانع ایجاد شده در راه تطبیق عملی پروژه (تاپی) منافع قدرت ها و کشور های ذینفع جهانی و منطقوی و رقابت های ناسلیم این کشور ها بر سر پروژه (تاپی) در منطقه بوده است.

بناءً به رهبری های کشور های (تاپی) پیشنهاد میگردد تا با توجه لازم به کسب منافع اقتصادی، اجتماعی و سیاسی امنیتی این پروژه بزرگ بدور از همه کشمکش های ذات البینی و منازعات تاریخی برای بدست آوردن منافع جدید در این امر تاریخی و سرنوشت ساز متحداً دست بدست هم داده دیگر نگذارند تا ابر قدرت ها با این مسأله حیاتی مربوط نفوس ملیاردی این سرزمین ها بازی کنند.

### مآخذ:

- ۱- حبیبی، جاوید، داکتر، تاپی د ورسمو نوی لار - - همیانی اقتصادی ورخپانه - پرله پسی شمیره ۶۰۸ یکشنبه ۱۳۹۴ - ۲۹ قوس.
- ۲- ندیم، عبدالمجید معاون محقق، نگاهی به رویکرد دور جدید روابط افغانستان و ترکمنستان، سیمه ییز مطالعات، فصلنامه مرکز مطالعات منطقه یی، سال دهم، شماره دوم، شماره مسلسل ۳۸، افغانستان: تابستان ۱۳۹۴.
- ۳- جعفری، مهندس عباس، گیتاشناسی نوین کشور ها، چاپ هامون، ۱۳۸۷، طرح، تهیه، کارتوگرافی رایانه ای و چاپ از مؤسسه جغرافیای و کارتوگرافی گیتاشناسی.
- ۴- ملیار، توریالی، «تاپی او د افغان اقتصاد راتلونکی ته هیلی»، همیانی اقتصادی ورخپانه، شماره ۴۰، سال ۱۳۹۴.
- ۵- نیازی، محمد داود «د افغانستان او ترکمنستان نوی اقتصادی خپلوی» همیانی اقتصادی ورخپانه، شماره ۵۵۱، سال ۱۳۹۴.
- ۶- جاوید، زریم خیرنوال، تاپی د افغانستان سویلی آسیا د هیوادونو لپاره یی اهمیت، اثر قلمی آماده چاپ.



غزنفر بانک  
GHAZANFAR BANK

سرمایه گذاری های اسلامی  
و قرضه های غزنفر بانک  
تجارت و اقتصاد شما را استحکام  
و رونق می بخشد



دفتر مرکزی: ۸۶۶، سرک عمومی شیرپور، کابل، افغانستان

[mainbranch@ghazanfarbank.com](mailto:mainbranch@ghazanfarbank.com)

+۹۳ (۰) ۷۹۷۸۶۰۰۰۳ | +۹۳ (۰) ۷۹۸ ۷۸۶ ۷۸۶





شیر علی تیزی

## توسعه پایدار و نقش مردم در آن

توسعه یکی از مفاهیم است که بعد از جنگ دوم جهانی در مباحث علمی، اقتصادی، اجتماعی، سیاسی، کشور داری و هم چنین در مسایل بین المللی جایگاه خاص پیدا کرده است. توسعه از لحاظ لغوی، دارای معانی مشابهی همچون "تغییر اجتماعی" رشد اجتماعی "تکامل اجتماعی" مدرنیته شدن و "پیشرفت" می باشد. (۲: ۳)

توسعه تأثیر وسیع و همه جانبه به جنبه های گوناگون زنده گی بشری امروزی به جا گذاشته است، به همین خاطر تعاریف متنوعی از آن صورت گرفته که چند نمونه آن مختصراً ارائه می گردد:

- توسعه، عبارتست از تغییر در ساختار اقتصادی، اجتماعی، سیاسی و فرهنگی به شکل مطلوبتر.
- توسعه، فرایند متحول کننده و تغییر دهنده در جهت مثبت. (۳: ۳۳۹)

پیش از اینکه به اصل موضوع پرداخته شود لازم است تا اصطلاحات رشد اقتصادی، توسعه (انکشاف) اقتصادی و توسعه پایدار مختصراً توضیح شوند، تا از خلط مفهوم واژه ها جلوگیری شده و درک محتوای موضوع ساده تر گردد.

رشد اقتصادی عبارت از افزایش تولید کشور در یک سال در مقایسه با مقدار آن در سال پایه. رشد به تغییر کمی هر متغیر طی یک دوره معین زمانی گفته میشود. در سطح کلان، رشد اقتصادی عبارت است از، افزایش تولید ناخالص ملی (GNP) یا تولید ناخالص داخلی (GDP) در سال مورد نظر به نسبت مقدار آن در یک سال پایه. (۱: ۳۳۰)

رشد اقتصادی به معنای پیشرفت مادی است که با مصرف بیش از حد منابع طبیعی و انسانی بدست آمده و به چگونگی توزیع عاید، تأمین عدالت اجتماعی و پایداری محیط زیست کاری ندارد و هدف آن فقط افزایش تولید و درآمد می باشد.



## توسعه پایدار و نقش مردم در آن

است که تکنالوژی که به رشد و توسعه منجر شده داخلی بوده و وارداتی نباشد. (۳: ۳۳۹)

توسعه اقتصادی هدف آرمانی برای اکثر کشور هاست، همه کشور های عقب مانده تمایل دارند بر ظرفیت و توان مادی، انسانی و معنوی کشور خود بی افزایند و در پناه تکامل ظرفیتهای و تواناییها، اقتصاد قدرت مند داشته باشند. داشتن انسانهای سالم، متخصص، مدبر و تلاشگر به همراه طیف گسترده ئی از صنایع زیر بنایی، راه های ارتباطی و مواصلاتی پیشرفته، بندر گاههای و وسایل حمل و نقل مجهز، امکانات بهداشتی و آموزشی نوین هم سطح با جهان صنعتی و نظایر آن هدف مطلوب و آرمانی برای کشور های در حال توسعه است. (۵: ۹)

بنابرآن طی قرون متمادی انسانها تلاش نمودند تا با استفاده از منابع طبیعی به رشد اقتصادی و رفاه اجتماعی دست یابند. همه به این باور بودند که رشد اقتصادی مصئونیت اجتماعی، ثروت و قدرت تنها از راه به مصرف رساندن منابع طبیعی روی زمین به دست می آید. آدام اسمیت که با تألیف کتاب ثروت ملل لقب پدر علم اقتصاد را به دست آورده بود به این باور بود که ریشه رشد اقتصادی در بهره برداری نامحدود از منابع طبیعی و تبدیل آن به مواد و کالاهای مورد نیاز نهفته است. دیدگاه که طی چند قرن بخش عمده از منابع کره زمین را به سوی نابودی سوق داد، اما انسانها به آرزوی شان نرسیدند. بنابر آن دانشمندان را بر آن داشت تا راه های جلوگیری از استفاده بی رویه منابع را جستجو نموده و شیوه های رهایی از آنرا دریابند. این شیوه را که چگونه از منابع به وجه احسن استفاده شود تا هم رشد و توسعه اقتصادی تأمین شود و هم از نابودی منابع جلوگیری شود را توسعه پایدار نامیدند.

توسعه پایدار اولین بار توسط باربارا وارد (B.Ward) در ۱۹۷۰ در باره محیط زیست و توسعه بکار رفت به تعقیب آن در دهه ۱۹۸۰ توسعه پایدار مورد توجه جدی و اساسی دانشمندان و متفکران توسعه قرار گرفت. در سال ۱۹۸۴ م. سازمان ملل متحد اولین کمیسیون راجهت بررسی اثرات فعالیتهای بشری بر محیط زیست تشکیل داد تا معلومات را جمع آوری و کشورها را

• توسعه، فرایند همه جانبه است که در نتیجه آن، می بایست جامعه به سمت از میان برداشتن عوامل توسعه نیافته گی ( مثل گرسنه گی، فقر، بیماری، آسیب پذیری اجتماعی و بیکاری ) در جهت مثبت با سرعت معین به پیش برود .

• توسعه اقتصادی - در یک تعریف کلی، عبارتست از رشد اقتصادی همرا با تغییر و تحولات کیفی.

توسعه اقتصادی عبارت است از رشد همراه با افزایش ظرفیت های تولیدی اعم از ظرفیت های فیزیکی، انسانی و اجتماعی می باشد. (۴: ۲۲۱) بدین معنا که در پهلوی ابعاد کمی به ابعاد کیفی پدیده ها هم توجه دارد. توسعه اقتصادی ارتقای فرا گیر و همه جانبه سطح زنده گی و رفاه جامعه است. (۵: ۱۲) از دید گاه بانک جهانی توسعه، عبارت از بسط دادن طیف امکانات انسانهاست که شامل دسترسی به اشتغال، درآمد، بهداشت و محیط زیست می باشد. (۲: ۴)

هدف از توسعه به طور کلی تجدید سازمان کل نظام اقتصادی و اجتماعی است، بگونه که در این فرایند، علاوه بر بهبود سطح زنده گی مردم، دگر گونی های اساسی در نهاد ها و زیر بنا های اجتماعی و مدیریت و نهایتاً در رفتار های گوناگون انسان پدیدار می گردد. دست آورد توسعه عبارتست از رها شدن انسان از چنگال فقر غذایی، فقر علمی، فقر فرهنگی، فقر سیاسی، و فقر زیست محیطی. ( ۲: ۴ )

فرق رشد و توسعه در این است که هر توسعه نتیجه رشد اقتصادی بوده ولی هر رشد اقتصادی حتماً به توسعه منجر نخواهد شد، زیرا رشد همانطور که گفته شد تنها جنبه کمی داشته در حالیکه توسعه همزمان جنبه کمی و کیفی را در بر دارد. بدین معنا که رشد اقتصادی بدون توسعه اقتصادی ممکن است، اما توسعه اقتصادی بدون رشد اقتصادی نا ممکن است. (۶: ۹) در توسعه اقتصادی در پهلوی اینکه رشد کمی تولید حاصل می شود همزمان به آن نهاد های اجتماعی نیز متحول خواهند شد، نگرش ها تغییر خواهد کرد، توان بهره برداری از منابع موجود بصورت مستمر و پویا افزایش یافته و پیوسته نو آوری جدید انجام خواهد شد. یعنی توسعه امر فرا گیر در جامعه بوده و نمی تواند تنها در یک بخش اتفاق بیفتد. اما امروز رشد و توسعه در صورت پر مفهوم و با اهمیت

- ۴- اطمینان از سطح پایدار نفوس؛
- ۵- حفاظت از منابع طبیعی و ارتقاء منابع؛
- ۶- جهت گیری مجدد دانش فنی؛
- ۷- محیط زیست و تصمیم گیری اقتصادی؛
- ۸- جهت گیری مجدد روابط اقتصادی و بین المللی؛
- ۹- اقدامات در جهت مشارکتی ساختن توسعه. (۸: انترنت)

شاخصه های توسعه پایدار را میتوان در سه گروه: رشد اقتصادی، توسعه اجتماعی، توسعه محیط زیستی مطرح و بررسی نمود. توسعه پایدار پروسه است برای بدست آوردن پایداری در هر فعالیتی که نیاز به منابع و جایگزینی سریع آن وجود دارد. توسعه پایدار الگویی است برای توسعه به نحویکه هماهنگی و پیوند بین سیستم اقتصادی، اجتماعی و زیست محیطی وجود داشته باشد.

پس از نشر گزارش "آینده مشترک ما" ۱۹۸۷ همواره تلاش شده که فعالیتهای بشری کمترین تأثیرات منفی را بر محیط زیست داشته باشد. درحقیقت تمایل به سوی توسعه پایدار در دهه های اخیر، عکس العمل منفی جامعه بشری به پیامدهای اقتصادی سرمایه داری است که به گونه اساسی با کتاب ثروت ملل نوشته آدام اسمیت آغاز گردیده و با شدت استفاده منابع رابه سوی نابودی سوق داد.

مفهوم توسعه پایدار بخش از بیانیه کنفرانس سازمان ملل متحد در زمینه توسعه انسانی در سال ۱۹۷۲ به رهبری ماریس استرانگ (Maryice Strong) می باشد. اصل اول بیانیه کنفرانس مذکور چنین است: (( انسان دارای حق اساسی برای آزادی، برابری و شرایط کافی زنده گی در محیط زیست سالمی که به او اجازه یک زنده گی با وقار و مرفه را بدهد میباشد. به طوریکه بتواند مسؤولیت حفظ و بهبود محیط زیست نسل های کنونی و آینده را عهده دار شود. )) (۲: ۱۰)

اصل دیگر بیان می دارد که: (( منابع طبیعی کره زمین شامل هوا، آب، سرزمین، پوشش گیاهی و تنوع جانوری و بویژه نمونه های خاص از اکو سیستم طبیعی بایستی برای بهره مندی نسل های حال و آینده و به وسیله برنامه ریزی دقیق و مدیریت مناسب بدقت

قانع سازد که در استفاده شان از منابع زمینی عدالت را در نظر بگیرند. این کمیسیون پس از سه سال تحقیق و مطالعه، گزارش را زیر عنوان: "آینده مشترک ما" به نشر رساند که برای اولین بار اصطلاح "توسعه پایدار" در آن بصورت جامع تعریف گردید. درین گزارش توسعه پایدار چنین تعریف گردید: "رفع نیازمندیهای نسل کنونی بدون به خطر انداختن توانایی نسلهای آینده برای رفع نیازمندیهای شان". (۷: انترنت) توسعه پایدار فرایندی است که رشد اقتصادی را نه به عنوان هدف اصلی بلکه به مثابه وسیله برای بهبود شرایط زنده گی انسانها در همه ابعاد مورد توجه قرار میدهد.

توسعه پایدار در بر گیرنده برنامه همه جانبه شامل جنبه های اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی، سیاسی، و زیست محیطی است به نحوی که بتوان نیاز های مبرم کنونی را با اولویتهای آینده تطبیق داد. (۲: ۲)

توسعه پایدار فرایند بهبود کیفیت زنده گی انسان بر طبق ظرفیت های موجود زمین است. در حقیقت توسعه پایدار حرکت بسوی زند گانی کردن با کیفیت بهتر، بدون ایجاد گزند و آسیب رساندن به زمین و دیگر انسانهای حاضر و نسل های آینده می باشد.

به یک کلام (( توسعه پایدار، فرایندی توسعه است که از نظر اقتصادی پویا و پر بازده، از نظر زیست محیطی غیر مخرب، از نظر اجتماعی عادلانه و قابل قبول و از نظر تکنالوژی متناسب و مطلوب باشد. )) (۲: ۳)

در نهایت در سال ۱۹۹۲م. در کشور برازیل، شهر ریو، کنفرانس جهانی زیر عنوان "کنفرانس زمین" جهت گسترش اهداف توسعه پایدار برگزار گردید که در آن اجندای توسعه یی برای قرن ۲۱ زیر نام "اجندای ۲۱" تصویب و با کشورهای اشتراک کننده مطرح شد بر اساس نتایج این اجلاس، اهداف اساسی مبتنی بر مفهوم توسعه پایدار ذیلاً اعلام شد:

- ۱- تجدید حیات رشد اقتصادی؛
- ۲- تغییر کیفیت رشد اقتصادی؛
- ۳- بر آورده ساختن نیاز های ضروری اولیه؛





• یک پارچه گی و پیوند موزون جوامع و فضا های روستایی با تمامیت ارضی. آرمان های متذکره زمان شامل برنامه و سپس عملی میگردند که اصول و فرایندهای توسعه پایدار ( به عنوان تیوری پایه در پلانگذاری همه جانبه ) از یک سو و اصول عملیاتی آن برای نیل به توسعه همه جانبه و پایدار اجتماعات روستائی از دیگر سو در ارتباط باشند. (۳: ۳۳۸-۳۳۹)

همان طور که گفته شد توسعه پایدار دارای مؤلفه های اقتصادی، اجتماعی و زیست محیطی بوده که هر کدام آن مختصراً توضیح داده میشود. پیش از اینکه به توضیح مؤلفه های توسعه پایدار پرداخته شود باید گفت که نقش مردم در تأمین توسعه پایدار از اهمیت ویژه بر خور دار بوده که بدون آن نمیتوان به اهداف توسعه پایدار نایل گردید. نقش مردم را فقط از طریق مؤلفه های توسعه پایدار میتوان جنبه عملی داد. چون مردم تصمیم میگیرند که چگونه وبه چه پیمانه از منابع دست داشته استفاده نمایند، چگونه در احیای منابع تجدید پذیر نقش بازی کرده و دوباره آنها به کار گیرند. چطور از استفاده بی رویه و نابود کننده منابع جلوگیری کنند. چگونه با منابع به مثابه امانت نسل آینده برخورد نموده و عادلانه از آن استفاده نمایند که هم رشد اقتصادی تأمین گردد و هم منابع حفظ شوند.

محافظةت شوند.)) (۲: ۱۰) معنای این سخن اینست که با منابع طبیعی طور بر خورد نشود که گویا میراث پدران ما است هر قسم که دلمان بخواهد از آن استفاده مینمائیم. بلکه به گونه رفتار شود که امانت نسل آینده است، بنابر آن امانت را نباید خیانت کرد بلکه محتاطانه باید به آن بر خورد شود تا تلف نشده و از بین نرود.

یک نکته را قابل تذکر میدانم اینکه در توسعه اقتصادی پایدار تنها توسعه شهر ها مطرح نیست، بلکه توسعه روستائی یکی از اهداف اساسی توسعه پایدار را تشکیل میدهد، لذا توسعه پایدار روستائی را قرار ذیل میتوان تعریف کرد: توسعه روستائی فرایند همه جانبه و پایدار است که در چار چوب آن توانائیهای اجتماعات روستائی در جهت رفع نیاز های مادی و معنوی و کنترل مؤثر بر نیرو های شکل دهنده نظام سکونت محلی ( اکو لوژیکی، اجتماعی و نهادی) رشد و تعالی می یابد. (۹: ۱۸)

- مدیریت پایدار و متوازن در بهره برداری از منابع طبیعی؛
- ارتقای کیفیت زنده گی و کاهش فقر؛
- گسترش مشارکت مؤثر، افزایش فرصتهای برابر و دامنه انتخاب بویژه برای زنان و جوانان؛

- توسعه و ارتقا سرمایه انسانی در محیطهای روستائی؛
- ارتقای بهره وری زراعت، استحکام رشد اقتصادی و تنوع سازی در اقتصاد روستائی؛



## توسعه پایدار و نقش مردم در آن

### مؤلفه های اقتصادی توسعه پایدار

**۱- نیروی کار:** نیروی کاریکه رسیدن به توسعه پایدار کمک می کند باید از نظر کمی و کیفی توانمند و خلاق بوده و آموزشهای لازم را در زمینه حفاظت از محیط زیست و استفاده از تکنالوژی را ببیند.

**۲- سرمایه** - مؤلفه دیگریست که بعد از نیروی کار نقش اساسی را در رسیدن به توسعه پایدار بازی می کند. در اقتصاد توسعه پایدار سرمایه باید طور به کار گرفته شود که آینده نگر بوده و تنها به هدف بلند بردن تولید به کار گرفته نشود؛ بگونه مثال: در اقتصاد کلاسیک زمانیکه سخن از اقتصاد جنگل به میان می آمد هدف فقط تعیین و بلند بردن ارزش چوب بود، در حالیکه در اقتصاد توسعه پایدار هدف از اقتصاد جنگل عمران روستا های دورو بر جنگل، کاهش فقر روستا ها و حفاظت از محیط زیست است به نحویکه با بهبود شرایط زنده گی روند تخریب جنگل کاهش یابد.

**۳- تکنالوژی:** در تکنالوژی مربوط به توسعه پایدار موارد زیر از اهمیت ویژه بر خوردار می باشد:

- اندازه تکنالوژی؛
- مدیریت تکنالوژی؛
- زمینه مناسب فرهنگی تکنالوژی.

**۴- اطلاعات:** توسعه پایدار و جامعه اطلاعاتی همزمان با هم پدیدار گشته و دست یابی به اطلاعات جز نیاز اساسی توسعه پایدار بوده و اساسی است برای تمام فعالیتهای اقتصادی.

چنانچه در زمینه ((هال)) ۱۹۸۸ می گوید : (( جامعه باید به سمتی برود که شهروندان بتوانند در سبد مصرفی خود آگاهی را به عنوان یک کالای مصرفی خریداری کنند)) (۲: ۳)

### مؤلفه های اجتماعی توسعه پایدار

**۱- سرمایه اجتماعی:** زمانیکه سخن از سرمایه اجتماعی به میان می آید هدف نهاد سازی و همبستگی اجتماعی میباشد که منظور از نهاد سازی شکل گیری نهاد های مدنی مانند سازمانهای غیر دولتی و سازمانهای جامعه محلی و سایر سازمانهای اجتماعی غیر دولتی که بر مبنای مشارکت مردمی استوار باشد می باشد و مراد از همبستگی اجتماعی وجود ارتباط دو طرفه و تعاملی بین نهاد های اجتماعی از یک سو و اعضای این نهاد ها از سوی دیگر. ارتباط دو طرفه به مفهوم انواع ارتباط های مروج در جامعه است، طوریکه ارزشها و باور ها بتوانند بدون مانع و یا استفاده از قدرت به راحتی بین افراد جامعه مبادله شوند. در جوامع که ارزشها، باور و نیاز ها توسط رسانه ها به شکل ارتباط یک طرفه منتقل می شوند، درجه تفاهم به حد اقل می رسد. در





## توسعه پایدار و نقش مردم در آن

افغانستان بخاطر دشواریهای داخلی (حاکمیت طالبان) نتوانست درین جلسه شرکت کند. اما در سال ۲۰۰۴ با ازدیاد یک هدف دیگر (تأمین امنیت) به اضافه هشت هدف عضویت تطبیق اهداف انکشافی هزاره را حاصل نمود. سند اهداف انکشافی هزاره (MDGS) اساس استراتیژی انکشاف ملی افغانستان را که برای پنج سال (۲۰۱۳-۲۰۰۸) پلان گردیده بود تشکیل میداد. (۱۰: ۲۱) که اهداف آن عبارت بودند از:

- ۱- از بین بردن فقر شدید و گرسنگی؛
- ۲- دست یافتن به تعلیمات عمومی ابتدائی؛
- ۳- گسترش و ترویج برابری جنسیتی و توانمند سازی زنان؛
- ۴- کاهش مرگ و میر اطفال؛
- ۵- بهبود صحت مادران؛
- ۶- مجادله با ایدز، ملاریا، توبرکلوز و سایر بیماریهای ساری؛
- ۷- تضمین محیط زیست پایدار؛

۸- گسترش مشارکت جهانی برای توسعه. (۱۰: ۲۱) باوجود اینکه اهداف توسعه هزاره تاحد مشکلات اساسی را کاهش داد اما در وضعیت محیط زیست تغییرات چشمگیری به میان نیامد.

با ختم میعاد زمانی اهداف انکشافی هزاره (MGDS) یکبار دیگر ملل جهان بتاریخ ۲۵-۲۷ سپتمبر ۲۰۱۵ در مقر سازمان ملل متحد جمع گردیدند تا برنامه دیگری را بنام اهداف انکشافی پایدار (۲۰۱۵-۲۰۳۰) (SDGS) در تداوم اهداف انکشافی هزاره، طرح، ترتیب و تصویب نمایند. اهداف انکشافی پایدار برای ۱۵ سال پلان گردیده که شامل هفده هدف (آرمان) ۱۶۹ تارگیت و ۲۱۷ شاخص می باشد. (۱۰: ۲۱)

این اهداف، اولویتهای جهانی را برای توسعه پایدار احتوا می نماید که در کل هفده هدف (آرمان) کلی (Goals) انتخاب گردیده که هر هدف کلی دارایی چندین هدف فرعی (تارگیت) و شاخص های مشخص را در بر دارد. اهداف کلی عبارتند از:

- ۱- محو فقر با تمام ابعاد آن در همه جا؛
- ۲- محو گرسنگی، تأمین امنیت غذایی و بهبود تغذیه و ترویج زراعت پایدار؛

مواقع که جامعه نسبت به یک پدیده یا یک معرفت عمومی به اجماع یا اتفاق نظر می رسد بیشترین انرژی همبستگی در جامعه به وجود می آید و می تواند این "وفاق بین الذهانی" زمینه ساز حرکت های توسعه یی گردد. (۱۴: ۲)

**۲- پویایی یا دینامیزم اجتماعی:** عبارت از حرکت از جامعه روستایی به جامعه مدنی، از بیسوادی به با سوادی و حرکت به سمت توسعه روستائی، عدالت اجتماعی و بهبود شاخص های فردی؛ مانند بهداشت، سلامت روانی و سواد مؤلفه زیست محیطی توسعه پایدار.

### مؤلفه های زیست محیطی توسعه پایدار

**۱- منابع انرژی:** در توسعه پایدار لازم است که مدیریت مصرف انرژی طوری اعمال گردد که در پهلوی افزایش بهره وری ضایعات ناشی از مصرف آن به حد اقل ممکن کاهش یابد.

**۲- منابع طبیعی:** در منابع طبیعی سه مقوله مهم آب، خاک، پوشش گیاهی و معدن مورد بررسی قرار می گردند. حفظ تعادل اکولوژیک در یک منطقه به بهره برداری متعادل از این منابع بستگی دارد.

**۳- منابع حیاتی:** تنوع زیستی به لحاظ کمی و کیفی در گیاهان و جانوران از اهمیت ویژه بر خور دار است. فعالیتهای انسانی باید به نحوی سازمان دهی شوند که بهره برداری از منابع حیاتی و طبیعی، آسیبی به شرایط و موقعیت پایدار منطقه وارد نسازد و مدیریت عملی بر توزیع و مصرف منابع اعمال گردد.

سازمان ملل متحد هزاره سوم را به نام هزاره توسعه پایدار نام گذاری نموده و در آن اهداف را تعیین و در راه رسیدن به آن برنامه های مشخص را تدوین و به منصه اجرا در آورده است. اهداف توسعه یی هزاره (MDGS) در سپتمبر ۲۰۰۰ به اشتراک نماینده گان ۱۸۹ کشور (۱۴۷ رئیس دولت) در مقر سازمان ملل متحد برای ۱۵ سال (۲۰۰۰-۲۰۱۵) تصویب گردید و اکثریت کشور های جهان بالخصوص کشور های در حال توسعه مکلف به تطبیق آن گردیدند.



توسعه پایدار و نقش مردم در آن



۱۴- استفاده و محافظت پایدار اقیانوسها، دریا ها و منابع دریایی برای انکشاف پایدار؛

۱۵- حفظ، ترمیم و ترویج استفاده پایدار ایکو سیستم های زمینی، مدیریت پایدار جنگلات ، مبارزه علیه صحرایی شدن زمین، متوقف کردن تخریب زمین و ضایعات متنوع زمینی؛

۱۶- ترویج جوامع صلح آمیز و همه شمول برای توسعه پایدار، فراهم آوری دسترسی به عدالت برای همه و ایجاد نهادهای مؤثر، حساس و همه شمول در تمام سطوح؛

۱۷- تقویت عناصر تطبیقی و حیاتی سازی همکاری جهانی برای توسعه پایدار. (۷: انترنت)

تصویب و نهایی شدن این اهداف برای کشورها یک سلسله الزامات را از لحاظ گذارنده و پیروی از اهداف متذکره به سطح ملی وضع میکند و همچنان کشورها را ملزم به تدوین استراتژیهای ملی مبتنی بر اهداف متذکره مینماید.

### نتیجه گیری

از آنچه گفته آمد چنین نتیجه بدست می آید که تمام

۳- حصول اطمینان از زنده گی صحت مند و ترویج رفاه برای همه در تمام مراحل سنی؛

۴- حصول اطمینان از تعلیم با کیفیت، همه شمول، عادلانه و ترویج فرصتهای آموزشی مادام العمر برای همه؛

۵- دستیابی به تساوی جنسیتی و توانمندسازی تمام زنان و دختران؛

۶- حصول اطمینان از دسترسی و مدیریت پایدار آب و حفظ الصحه برای همه؛

۷- تأمین دسترسی به انرژی به قیمت مناسب، مطمئن، پایدار و مدرن برای همه؛

۸- ترویج رشد اقتصادی پایدار، فراگیر، اشتغال کامل و مؤلد برای همه؛

۹- ایجاد زیر ساختهای پاسخگو، ترویج صنعتی شدن پایدار و تقویه اختراعات؛

۱۰- کاهش نا برابری در سطح ملی و بین المللی؛

۱۱- شهر های فراگیر، مصئون، انعطاف پذیر و پایدار؛

۱۲- حصول اطمینان از الگو های پایدار تولید و مصرف؛

۱۳- اقدام فوری و عملی در قسمت مبارزه با تغییرات اقلیمی و تأثیرات آن؛



## توسعه پایدار و نقش مردم در آن

- اصفهان: جهاد دانشگاهی، واحد صنعتی اصفهان، مرکز انتشارات، ۱۳۸۴
- ۳- توانایان فرد، حسن. فرهنگ تشریحی اقتصاد، تهران: شرکت نشر الکترونیکی و اطلاع رسانی جهان رایانه، ۱۳۸۵
- ۴- قره باغیان، مرتضی. فرهنگ اقتصاد بازرگانی، موسسه خدمات فرهنگی رسا، چاپ دوم، ۱۳۷۶
- ۵- متوسلی، محمود. توسعه اقتصادی: مفاهیم، مبانی نظری، رویکرد نهادگرایی و روش شناسی، تهران: سمت، ۱۳۸۲
- ۶- شبان، محمدانور. تئوریها، عوامل و سیاستهای انکشاف، یونین اید، پشاور- پاکستان، ۱۳۷۵
- ۷- صدیقی، محمدناصر. اهداف توسعه پایدار، روزنامه ۸ صبح، شنبه ۱۴ آقوس ۱۳۹۳
- what-are-the-goals-of-sustainable-development
- ۸- [https://fa.wikipedia.org/wiki/توسعه\\_پایدار](https://fa.wikipedia.org/wiki/توسعه_پایدار)
- ۹- ازکیا، مصطفی و علی ایمانی. توسعه پایدار روستایی، تهران: اطلاعات، ۱۳۸۷
- ۱۰- وزارت اقتصاد، اهداف انکشاف پایدار، فصلنامه اقتصادی، شماره چهارم، جوزای ۱۳۹۰

کشورها در تلاش اند تا به توسعه اقتصادی و رفاه اجتماعی نایل آمده و به ظرفیت و توان مادی و معنوی خویش بیافزایند و مبتنی به آن اقتصاد قوی و قدرت مند داشته باشند. برای رسیدن به این مأمول با تمام امکانات از منابع دست داشته استفاده نموده و به زمین و منابع موجود در آن آسیب جبران ناپذیر وارد آورده مگر به هدف نرسیدند. برعکس با گذشت هر روز فاصله عایداتی بین غنی و فقیر بیشتر شده و بی عدالتی گسترده تر گردید. در نهایت ملل متحد و جامعه جهانی را واداشت تا درصد چهار جویی این معضل در سطح جهان برآیند. بعد از مطالعات پیگیر و گسترده دریافتند که راه نجات رو آوردن به توسعه پایدار می باشد. زیرا توسعه پایدار فرایندی است که به طور همزمان توسعه سرمایه اقتصادی، اجتماعی، محیطی و فرهنگی را مورد توجه قرار میدهد. توسعه پایدار فرایندی پلان گذاری شده است که رشد اقتصادی، عدالت اجتماعی و پایداری منابع محیطی در آن تأکید شده است. این فرایند، همه جنبه های توسعه را برپایه بهبود کیفیت زندگی انسان و حفاظت از محیط زیست دنبال میکند. از اینرو جهت گیری سرمایه گذاریها بیش از هر زمان دیگر به سمت تولید فرآورده های سازگار با محیط زیست و ارتقاء شرایط مادی و معنوی انسانها است. لذا اهداف، مقاصد و شاخص های را برای رسیدن به توسعه پایدار تعیین و اقدام به تعمیم آن نمودند.

### پیشنهادهای

برای اینکه چنین پروسه های ملی و بین المللی مؤفقانه به پیش برده شود و وزارت های محترم که مسئولیت رهبری و انجام چنین پروسه های به عهده شان گذاشته میشود پیشنهاد می گردد تا در گام نخست خود را به تمام کیف و کان موضوع آگاه نموده و به تعقیب آن به گونه ورکشاپ نماینده های تمام وزارت ها و ادارات زیربط را آموزش داده و بعداً به جنبه های عملی موضوع اقدام نمایند.

### مآخذ

- ۱- فرهنگ، منوچهر. فرهنگ علوم اقتصادی، انگلیسی- فارسی، تهران: آسیم، ۱۳۸۳
- ۲- خاتون آبادی، احمد. جنبه های از توسعه پایدار (از اندیشه تا کنش)،





خیرنوال: عبدالحکیم رامیار

## د انسان پر روغتیا او زده کړو لګښت پانګه ده

سوکاله ژوند پر ځای مرض، لوږه، فقر او جګړه خپره ده. د ډېرو وګړو لپاره یې مکتب او ډاکټر نشته او یا هم هلته ته د ورتګ وسه نه لري او نارینه یې په یوه مړۍ ډوډۍ پسې د سهاره تربګګه لا لېږي. ډېر یې هم پوه یا نا پوه د تر هګرو په ډلو کې د ډوډۍ پیدا کولو او د ژوند د دوام په خاطر په جګړه بوخت دي یا خپله وژل کېږي یا هم نور وژني. چې په دې کار سره په هېواد کې د اقتصادي او مادي ستونزو سربېره د ټولنیزو ستونزو بهیر دوام لري او لمن یې پراخېږي. سره له دې چې دا ښکارنده په ځانګړیو هېوادونو او ملتونو پورې اړه نه لري بلکې ټول ملتونه او هېوادونه څه پر مختللي دي که وروسته پاتې، لوی دي که

انسان هغه ټولنیز موجود دی چې تل هڅه کوي چې د خپل ژوند بڼې ته بدلون ورکړي او هغه ښه کړي. د همدې هڅو په رڼا کې ده چې علم او ټکنالوژۍ پرمختګ کړی او بېساری بدلون یې موندلی دی.

پرمختګ او لاسته راوړنو د انسانانو ژوند په بېلو بڼو اغیزمن کړی دی. یا په بل ژبه د هغه پایلې او اغېزې بېلې او یو له بل څخه توپیر لري. یوې ډلې انسانانو او هېوادونو ددې لاسته راوړنو څخه مثبته او د پاموړ ګټه اخیستې ده. دې ګټې اخیستنې هغوی ته بسيا او هوسا ژوند منځته راوړی دی. اما د ژوند په بل اړخ په وروسته پاتې هېوادونو کې د انساني بسيا او





د انسان پر روغتیا او زده کړو لگښت پانگه ده

فرهنگي، ټولنيز او سياسي اړخونو د پرمختګ لپاره ځانګړي معيارونه او شاخصونه هم لري چې د هغه له لارې د ټولنې د ودې او پراختيا کچه ارزول کېدای شي.

له دې کبله چې د يوه هېواد وده او پراختيا به بېلابېلو اقتصادي ټولنيزو او سياسي عواملو چې ډېر دا عوامل په طبيعي بڼه د هېوادونو په واک کې دي ارتباط لري چې که کار ترې واخيستل شي او د پلانونو او موخو مطابق و کارول شي، خامخا موخې ترلاسه کېدای شي. اما هسې چې ليدل کېږي ډېر هېوادونه نه دې توانېدلي چې د خپلو امکاناتو څخه کار واخلي چې دا امر د هغوی د وروسته پاتې کېدو او ناوړه اقتصادي- ټولنيز حالت د دوام سبب شوی دی. په دې اړوند بايد د پانګې او د هغه کارولو څخه يادونه وشي. پانګه هغه د اهميت وړ عامل دی چې اقتصادي او ټولنيز بدلونونه منځته راوړي او بې له هغه توليد، وده او پرمختګ او په ټوله کې انساني بدلون شونی نه دی.

د اقتصاد د علم له نظره هر هغه لګښت چې د يوه فرد، ډلې او يا هم د يوه دولت لخوا کېږي ځانته موخې لري. دا موخې يا مصرفي دي او يا هم پانګه ييزې. پانګه ييز لګښت د پانګې د رامنځته کولو په موخه وي يانې چې پانګه منځته راشي تر څو وروسته د هغې په کارولو سره نوی محصول توليد شي. کله چې شتمنی راغونډې او په کار واچول شي يو توليدی عامل منځته راځي چې پانګه يې بولي. پانګه په دوو ډولونو وېشي: مادي پانګه او معنوي پانګه (انساني پانګه) د پخوانيو نظرونو پر خلاف چې انساني پانګې ترې دومره زيات پام نه درلود، انساني پانګه يوه مهم اقتصادي عامل دی چې د لوړو زده کړو او پر ځان د ښې روغتيا درلودلو په خاطر د لګښتونو له لارې منځته راځي. په عمل کې هم ليدل کېږي چې هغه څوک چې لوړ تحصيلات کوي. او خپلې روغتيا ته پام لري او لګښتونه ګالي د هغه چا په پرتله چې پر خپلو زده کړو او روغتيا کم لګښت کوي او يا هم هغه نيمګړي پېرېږدي په طبيعي بڼه په ژوند کې د زيات عايد تمه هم لرلای شي چې د هغه د اتمه بې ځايه نه ده بلکې هغه د نورو په پرتله چې لوړ تحصيلات نه غواړي او يا بې نشي کولای يو څه زيات لري او هغه د نوموړي هغه ظرفيت او وړتيا ده چې د لوړو تحصيلاتو پر وخت يې د لګښتونو له لارې ترلاسه کړې ده.

واړه، په کې راګير کېدای شي. اما اوس مهال ليدل کېږي چې ډېر وروسته پاتې هېوادونه ددې خواشينوکي حالت سره مخامخ دي.

دا چې ځينې هېوادونه پرمخ تللي دي او ښېرازه هوسا ژوند لري کومه ازلي ښکارنده نه ده بلکې ټولو انسانانو د وروسته پاتې بدوي حالت نه ژوند پيل کړی دی، آن دا چې ډېر هغه هېوادونه چې نن ورځ په تنګسۍ لوړه او وروسته پاتې حالت کې ژوند کوي د پرمختګ لپاره ښه امکانات لرل او لري يې. اما د بېلابېلو داخلي او بهرني لاملونو له امله وروسته پاتې شوي دي.

د يوه هېواد د ژوند د مثبت بدلون راز په وده او پراختيا کې دی. پراختيا او وده د هېوادونو چارو ته خوځښت او بدلون ورکوي او سياسي، اقتصادي او ټولنيزې اغيزې پر ځای پرېږدي. په اقتصادي علومو کې هغه علم چې د هېوادونو په تېره بيا د وروسته پاتې هېوادونو ستونزي څېړي او لازمي لارې ورته لټوی د پراختيا اقتصادي دی د پراختيا اقتصاد (Development Economics) چې د دوهمې نړيوالې جګړې وروسته رامنځته شوی دی د پخوانيو متعارف او سياسي اقتصادونو پر خلاف چې د کيمياو زيرمو پر مناسب او پر ځای کارولو يې تاکيد کاوه د پراختيا اقتصاد د نوموړيو دندو څخه علاوه د يو هېواد د وګړو د ژوند ډېرې برخې احاطه کوي او په دې لټه کې دی چې هغوی ته د حل لارې پيدا کړي. دا اقتصاد د متعارف او سياسي اقتصاد د اړوند مسايلو څخه علاوه چې فکر کېده د توليد او خدمتونو په زياتېدو د حل وړ دي يانې په دې مفهوم چې که په يوه ټولنه کې د توليدي وسايلو د ودې او پرمختګ له لارې مادي محصولات زيات شي د وګړو عايد به زيات شي او ټولنه به پرمختګ وکړي، ډېرنوي موضوعات په برکې نيسي.

د پراختيا د اقتصاد اساسي موخې او شاخصونه نه يوازې د توليد زياتوالی او د فقر کمول دي بلکې د ټولني د



دا علم دنده لري چې د ښوونې او روزنې اقتصادي اړخونه تر څېړنې او ارزونې لاندې ونيسي او د هېوادونو په پرمختګ اونه پر مختګ کې د هغه د ونډې او اغېزو څرنگوالی معلوم کړي.

له هغه ځايه چې ښوونه او روزنه، د هغه لاسته راوړل او پرځای کارول بنسټيزې اغېزې لري. په ډېرو هېوادونو کې ښوونې او روزنې ته پاملرنه او د هغې اړين امکانات او لگښتونه تأمينول او د ترلاسه کولو وروسته د هغه مدیریت او کارول بنسټيز رول لرلای دی، چې بېلګې يې د نويو پرمختلليو هېوادونو چټکه وده ده. که د هېوادونو د ودې او پرمختګ تاريخ ته وکتل شي نو جوتېري چې تر ټولو مخکې هغه هېوادونو ښه پرمختګ کړی دی چې د وګړو ښوونې او روزنې او روغتیا ته يې پام اړولی او د هغه لگښتونه او امکانات يې برابر کړي دي. زده کړه او روغتیا دواړه د وګړو په شخصي، کورني او په ټولنيز ژوند کې بنسټيزه رول لري. کله چې يو فرد سالم او روغ وي ددې توان لري چې ښونځي ته لاړ شي او د ښوونکي د درس څخه لازمه ګټه واخلي، چې دا ترلاسه شوې پوهه د پانګې په توګه په وروسته کې دده لپاره د توليد د وسيلې او د عايد د ترلاسه کولو دنده تر سره کوي.

اقتصاد پوهان چې پر زده کړو او روغتیا تر سره شوي لگښتونه دوام لرونکي کالي يا پانګه ګڼي په دې آند دي چې دا کالي د هغه د خاوند لپاره د اوږد مهاله خدمتونو

د انساني پانګې مفهوم هغه مهال وزېږېد چې تئودور شولتز امريکايي اقتصاد پوه په کال 1960م. د انسانانو پر کړو وړو باندې د ښوونې او روزنې او روغتیا د لگښتونو اغېزې مطرح کړې. هغه استدلال وکړ چې هر هغه لښت چې يو څوک يې دښې روغتیا او لوړو زده کړو په موخه پر ځان کوي په واقعيت کې خپله انساني پانګه ځواکمنه کوي.

ددې موضوع په طرحه کولو سره له يوې خوا په اصطلاح انساني پانګه وزېږېده او له بلې خوا د هغه طراح اقتصاد پوه شولتز د انساني پانګې د پلار لقب خپل کړ، په دې توګه د ښوونې او روزنې د اقتصاد څانګه د اقتصادي علومو په ډله کې منځته راغله، او د هغه وروسته اقتصاد پوهان، څېړندويې مؤسسې او مالي چارواکي په اقتصادي ټولنيزو بدلونو او حسابي چارو کې د هغه ونډې او اغېزونه څير شول په حال چې د هغې څخه مخکې دومره څوک ورته څير نه و.

ښوونه او روزنه چې د علومو په قطار کې د ټولنيزو علومو له جملې څخه شمېرل کېږي، هغه اړخونه چې اقتصادي مسئلې او موضوعات مطالعه کوي د ښوونې او روزنې د اقتصاد په نامه يادېږي او د اقتصاد د علم د څانګو يوه مستقله څانګه ده. مايکل تودارو امريکايي اقتصاد پوه په دې اړوند وايي: د زده کړې اقتصاد د پرمختګ د اقتصاد، اساسی برخه ده چې د 1960م. کال په لومړيو کې د اقتصاد د جلا شاخې په توګه رامنځته شوې ده.



د انسان پر روغتیا او زده کړو لگښت پانگه ده

نښې عملې کېدای او یا که عملی هم شي نیمګړې وي په دې توګه مونږ د هېواد ښېرازۍ لپاره ډیرو هڅو ته اړتیا لرو په دې ترڅ کې د اقتصادي ډیرمو بډایه کول او د پرځای کارول او ښه مدیریت بنسټیز رول لري. هغه مهال چې یو هېواد خپلې انساني پانګې ته پاملرنه ونه لري که هر څومره شتمنی او مادی پانګه ولري بیا هم د اړینې ودې تمه یې بې ګټې ده. نو په دی توګه د انفراد وګړو، دولت څخه نیولې بیا تر خصوصي سکتور، مدنی، سیاسي ټولنو، ټولنیزو شخصیتونو او فعالانو ته لازمه ده د انساني پانګې به بډایه کولو او ودې کې لازمه پاملرنه وکړي د هغه د بډایه کولو او ځواکمن کولو له لاره اړین تدابیر ونیسي، ځکه چې اوس چې کمپیوټري پوهه به باسوادۍ کې شمېرل کېږي او که د یوه هېواد ۶۰ تر ۷۰ سلنې وګړي مطلق سواد ونه لري نو د ودې او پرمختګ تمه به بې څه وي. مونږ چې د پرمختګ غوښتونکي یو، داوس وخت پرمختګ د نویو علومو او ټکنالوژیو پرته ناشونی دی او دې هدف نشو رسیدای او هم د اوس مهال اوسنی ټکنالوژي کارول بی له لوړو زده کړو او ټکره انساني پانګې ناشونې ده. هڅې چې ټول ددې پانګې اهمیت په عمل کې وینو، که مونږ یوه پرمختللې ټکنالوژي راوړده کړو د هغه کارول هرچاته شونې نه ده او هرورومو اړیو چې یو ټکره متخصص ورته استخدام کړو. هڅې چې زموږ د زده کړو مؤسسې وروسته پاتې دی نو ډېر وختونه د خپلو متخصصینو په مودجودیت کې بهرنیو متخصصینو ته مراجعه کوو او په لوړ معاش یې استخدام کوو.



سبب کېږي او دا پانګه دوام کوي، د مطلوبیت لامل کېږي او ورو ورو د هغه د ژوند تر پایه مصرف کېږي.

روغتیا، زده کړه او د وړتیاوو درلودل د اقتصادي ودې او انساني پراختیا لپاره اړین لاملونه دي. تجربو دا ښودلې ده چې هر څومره چې د ملتونو او هېوادو ترمنځ د انساني پانګې کچه او نا برابري زیاته وي، په هماغه کچه د پراختیا او پرمختګ توپیر په کې لیدل کېږي.

ډېر وروسته پاتې هېوادونه، د روغتیا (ژوند ته امید درلودل) او د زده کړو (د لازم باسواد په کچه) له نظره وروسته پاتې دی. په دې هېوادونو کې د پنځه کلنۍ څخه مخکې د کوچنیانو مرګ، د لومړنیو تحصیلاتو د بشپړولو مخکې د ډېرو بی وزلو کورنیو د اولادونو لخوا ښونځي پرېښودل، هغه شاخصونه دي چې پر اساس یې د هېواد د وروسته پاتېوالي کچه معلومېدای شي. په یوه هېواد پراختیا هغه محال او هغه ډول د منلو او امیدواری وړ ده چې وګړو ته ښه ژوند منځته راوړي او په وروسته کې هغه دوام کوي تر څو نور نسلونو ته یې هم ګټه ورسېږي.

د یوه هېواد د پرمختګ او ودې د کچې ارزول او معلومول په عمل کې ګران کار دی. دا کار. نه یوازې د وروسته پاتې هېوادونو لپاره ستونزمن دی بلکې ډېر پرمختللی هېوادونه او سازمانونه چې د ارزولو دندې یې په غاړه لري ددې ستونزې سره لاس او ګریوان دی اوشپې کولای چې ددې شاخصونو د حسابولو لپاره احصایې او پوره معلومات راټول کړي. نو د همدې تشو او ستونزو له امله دي چې په وروسته پاتې هېوادونو کې تصمیمونو او پریکړې او په پایله کې پلانونه او لارښودونه نیمګړي وي او نشپ کولای ستونزې تعریف او وښيي. کله چې ستونزه پیژندل شوې نه وي ناشوني ده د هغه د حل کولو چارې او وسیلې معلومې او پیدا کړای شي او د ستونزو د ښه مدیریت تمه وي. نو همدا دلیل دی چې په ډېر وروسته پاتې هېوادونو د هغه جملې څخه زموږ په هېواد کې طرحه شوي پلانونه او پریکړې یا





غضنفر بانک

# مراپحه

راه آسان و شرعی برای تمویل و  
توسعه تجارت شما!

[www.ghazanfarbank.com](http://www.ghazanfarbank.com)

+93(0)798 786 786

+93(0)791 810 165



مهدی توکلی

## عوامل فقر و راههای مبارزه با آن

تداوم فقر در یک حالت همیشگی و دورانی می شود.

### ضرورت و اهمیت تحقیق

چرا بعضی کشور ها با داشتن انواع ذخایر زیرزمینی از قبیل طلا، نفت و خاک حاصلخیز همچنان فقیر مانده و سیستم اقتصادی و توسعه کشورشان پیشرفت چندانی نداشته است. در مقابل بعضی کشورها با نداشتن ذخایر زیر زمینی و حتی با مواجه بودن با جنگ های طولانی پیشرفته و دارای اقتصاد شکوفا هستند. چرا بیل گیتس بدون هیچ گونه زمین و مایملک و کارخانه، یکی از ثروتمند ترین مردان جهان لقب گرفته است. در حالی که تنها عامل دارایی وی فقط علم و دانش وی می باشد.

در جامعه شناسی فقر را معمولاً «برآورده نشدن نیازهای اساسی بشر به حد کفایت» تعریف کرده اند. فقر به عنوان یکی از مسائل اجتماعی، در وقوع انحرافات و افزایش میزان آن به ویژه

فقر قوی ترین و عمومی ترین مصیبت بشر بوده. ریشه دردهای بسیار زیادی است، از گرسنگی و بیماری گرفته تا مناقشات داخلی و جنگ. فقر پدیده پیچیده و گسترده می باشد که از قرن های گذشته تاکنون مورد توجه جامعه شناسان و پژوهشگران بوده است. فقر باعث شده که فاصله میان کشور های جهان سوم و کشورهای صنعتی روزبه روز بیشتر شود. به این معنا که سیستم اقتصادی، شیوه بهره گیری از سرمایه طبیعی و روش سازمان دادن و دارا بودن نیروی انسانی دائماً روبه پیشرفت و افزایش است.

یکی از ویژگی بارز مردم فقیر نداشتن سواد و دانش کافی در جهت بهتر زندگی کردن و مقابله با فقر است. افراد بیسواد از پیشرفت و توسعه و مشارکت در فعالیت های اجتماعی و سیاسی رغبتی از خود نشان نمی دهند. زیرا همیشه درحال انجام کارهایی با دستمزد پایین هستند. این امر باعث می شود که بیشتر وقتشان صرف انجام کارگری شود. این مسائل موجب



حد سیر کردن شکم برای زنده ماندن است؟ و یا اینکه مفهوم مسکن مناسب مشخصاً چه چیزی را در ذهن روشن می سازد؟ محاسبه عددی فقر بسیار دشوار است.

تعریف دیگر از فقر: فقر عبارت است از نداشتن حداقل زندگی مادی و معنوی برای زندگی کردن. فقیر بودن از نظر بسیاری که دچار آن هستند و غالب کسانی که گرفتار آن نیستند چیز ناخوشایندی است. چنانچه در این مورد میان فقرا واغنیاء اختلاف عقیده ای باشد ناشی از عمق و درجه احساس این حالت است زیرا تجربه عملی فقر حساسیت روی آن را افزایش می دهد اگر چه نمی توان همیشه به این امر یقین کامل داشت. احتمال بسیار زیاد در بسیاری جوامع فقرا نسبت به اوضاع اقتصادی نگرانی و حساسیت کمتری در مقایسه با ثروتمندان نشان می دهند این نکته ای است که بعداً به آن خواهیم پرداخت.

البته هنوز عده معدودی اعتقاد دارند علت فقر برخی افراد این است که سرنوشت الهی آنان چنین رقم زده شده که فقیر باشند یا علت آن نقص وعدم کارایی خودشان است و در واقع سزاوار فقر هستند. یکی از معمول ترین توضیحاتی که برای فقر عمومی داده می شود و در تمام سطوح حرفه ای پیشرفته نیز مورد استفاده قرار می گیرد این است که یک جامعه و یا یک کشور به این دلیل فقیر است که از نظر طبیعی فقیر می باشد، یعنی فقر از نظر منابع طبیعی. این فقر در واقع به معنی فقر فیزیکی، محرومیت از نعمت ها و موهبت های طبیعی است. البته این امر اشتباه است زیرا جاپان کشوری است که از مجموعه ای از جزایر کوهستانی تشکیل شده که دارای خاک مناسب بسیار کم و معادن محدودی می باشد. این کشور فاقد نفت بوده اما جمعیت زیادی دارد حال کسی از وضع تأسف آور منابع طبیعی آن سخنی به میان نمی آورد چون کشوری است غنی و پیشرفته .

### انواع فقر

اندیشمندان اجتماعی، فقر را از منظر دامنه و قلمرو، به دو دسته تقسیم کرده اند:

در زمینه جرائم (فقر و فحشا)، اعتیاد و سرقت تأثیر گذار است. از نظر عموم افراد جامعه، فقر یکی از عوامل جنایت، سرقت، فحشا و بسیاری از کجروی ها در جامعه است. برخی پژوهش ها هم این نظر را تأیید می کنند و فقر و ناتوانی اقتصادی را عامل مستقیم کجروی ها قلمداد می کنند.

جان کنت گالبرایت اصلی ترین دلیل فقر را نداشتن دانش و تکنولوژی نوین می داند. وقتی که دانش و تکنولوژی در جامعه گسترش یابد موارد دیگر از قبیل: سرمایه، نیروی انسانی و سازماندهی افراد در جامعه نیز به کار گرفته می شوند و موجب رشد و توسعه اقتصادی کشورها می گردد. از هدف های توسعه در کشور های جهان سوم می توان به از بین بردن فقر و ناداری، بیکاری و حرکت به سوی اشتغال کامل، موفقیت در رفاه همگانی و تامین اجتماعی نام برد. بدیهی است که شاخص فقر در هر دوره و زمانی فرق می کند. گاهی بر خوراک (در آفریقا) و گاهی بر مسکن و گاهی بر بیکاری و اشتغال تکیه می کند. با توجه به هر دوره و زمان شاخص سرمایه در کشورها تغییر می کند. در یک زمان شاخص سرمایه زمین و کارخانه ها، در دوره دیگری نفت و در حال حاضر منظور از سرمایه همان دانش فنی و تخصصی است. ریچارد فالک در اثر معروف خود به نام «استضعاف پنهان» اولین گام در راه مبارزه با فقر را آگاه ساختن مردم از شرایطی که در آن به سر می برند، می داند.

### تعریف کنونی فقر

عده ای اعتقاد دارند که در کشورها و جوامع فقیر غالب مردم به امور کشاورزی اشتغال دارند و از آنجا که اصولاً بازده عوامل تولید سرمایه و کار در صنعت بیشتر از کشاورزی است بناءً دچار فقر شده اند.

بنا به تعریف سازمان ملل: «فقیر کسی است که از بر آورده شدن نیاز های بنیادی انسان به اندازه بسنده و لازم محروم باشد، و این پرسش پیش می آید که نیاز های بنیادی چه هستند؟ و اندازه بسنده و لازم چقدر باید باشد؟ آیا نیاز های بنیادی تنها در





## عوامل فقر و راههای مبارزه با آن

داشت که تکنو لوژی کشاورزی راهبهد بخشد آبیاری، بذر اصلاح شده، کود شیمیایی، سموم دفع آفات و ماشین آلات کشت و برداشت را به روستا بیاورد بدون چنین سرمایه گذاری هایی نمی توان سطح درآمد ها را طوری افزایش داد که بتواند ایجاد پس انداز و در نتیجه سرمایه گذاری بنماید.



### فقر روستایی و کشاورزی

واقعیت این است که در حال حاضر رشد و پیشرفت مستلزم ریسک و خطر کردن است. برای یک کشاورز مرفه و ثروتمند غربی از بین رفتن محصول به معنی از دست دادن در آمد است. این حادثه برای او قابل قبول نیست، اما به هر حال این مسائل اغلب به محرومیت کلی فیزیکی یا به قیمت تمام زندگی او تمام نمی شود از این رو کشاورزان غربی چه آنها که حرفه ای هستند و چه آنها که کشاورزی را در عمل پیاده می کنند ریسک پذیرفتن و اجرا کردن تو صیه مشاورین حرفه ای را برای بهبود روشهای فنی کار قبول می کنند اما برای خانواد های که در مرز مرگ و زندگی و امرار معاش قرار دارد، شکست به معنی گرسنگی و احتمالا مرگ است.

اما فقر روستایی دارای بعد مهم دیگری نیز هست که در خور تاکید بیشتری است. اگر تعادلش به هم بخورد به طور طبیعی تعادل خود را (تعادل فقر) باز خواهد یافت. اگر سرمایه گذاری جدید یا تکنولوژی جدید به دست آورده شود و به این ترتیب درآمد افزایش یابد، نیروهای خود به خود به حرکت در خواهند آمد و سطح ثابت

۱- فقر موردی یا فقر فردی: فقر موردی یا فردی، عبارت از فقری است که در برخی از جوامع، دامنگیر عده کمی از افراد می گردد. در حالی که سایر افراد جامعه با آن بیگانه اند. ریشه این نوع از فقر را می توان در خصوصیات شخصی و خانوادگی و نژادی این افراد جستجو کرد.

۲- فقر فراگیر یا فقر اجتماعی: این نوع فقر، برعکس مورد بالاست. فقر فراگیر، فقری است که همگی افراد یک جامعه جز عده اندکی با آن، دست به گریبان اند، و این بدان معناست که منابع و توانمندی های جامعه، به میزانی نیست که پاسخگوی نیاز های همه اعضای جامعه باشد.

متخصصین تعلیم و تربیت حرفه ای علت فقر را به عدم وجود یک سیستم آموزشی نسبت می دهند متخصصین اداری نیز، آن را ناشی از فقدان یک سیستم اداری کار آمد می دانند. بر این اساس علت فقر عمومی در عقب ماندگی فنی در شیوه های تولید دیده می شد این موضوع به عنوان یک علت فقر نظر زیادی را به خود جلب نمود. اقدام درمان کننده آن عبارت بود از عرضه مهارت فنی که در اوایل کار گران تلقی نمی شد اما یکی از وجوه رفاه کشورهای غنی این بود که آنها دارای سرمایه بودند و به هر حال بهبود و توسعه تولید بدون سرمایه گذاری مالی ممکن نبود. در کشورهای هنوز فقر عمومی وجود دارد مانند هند، پاکستان، بنگلادیش، اندونزی و بخش وسیعی از افریقا و آمریکای لاتین محرومیت فقر به قوت خود باقی مانده و تغییری در آن بوجود نیامده است.

اولین ویژگی یا خصوصیت آشکاری که در بحث فقر عمومی مورد تاکید قرار دارد، عدم وجود امکانات اولیه رفاهی در روستاها است از این رو، روستائیان زندگی سختی را می گذرانند اگرچه غذا، لباس و سرپناه را از زمین بدست می آورند. از آنجا که زندگی در روستا در سطح بسیار ابتدایی است و امرار معاش بسیار دشوار می باشد لذا هیچگونه پس اندازی وجود ندارد و بدون وجود پس انداز سرمایه ای حاصل نمی شود و بدون سرمایه نیز نمی توان از اقتصاد کشاورزی توقع



دهد می گویند این مردم مستحق هیچ نوع همدردی نیستند چرا که به خود زحمت سعی کردن و آزمایش کردن را هم نمی دهند. چگونگی و کیفیت روحیه تطابق و سازگاری با کار توسعه خدمات کشاورزی و همچنین برای مؤسسات بهبود امور زراعی در کشورهای پیشرفته سال ها مهم تلقی می گردید.

در کشورهای مرفه و ثروتمند مردم غنی مدتها قناعت مردم فقیر را، توجیه کننده نظام موجود تلقی می کردند آنها استدلال می کردند که فقرا با تنگدستی خود خوشبخت بوده و انتظارات کمی دارند اگر به آنها کمک کنیم ممکن در آنها ایجاد نارضایتی بنماید. به علاوه ممکن است گران هم تمام شود. البته افراد با مروت و متمدن طبعاً سعی دارند خود را با اینگونه افکار و ایده ها آلوده نکنند. چنین افزایش درآمدی به سرعت توسط نیروهای مانند نرخ بالا تر زندگی و توالد و تکاثر بیشتر جذب شده و باعث بر گرداندن تعادل قبلی می گردد سازگاری و تطابق با فرهنگ فقر همچنان دست نخورده باقی می ماند این مطلب به نوبه خود باعث تقویت تعادل فقر شده و از ایجاد امید و امیدواری به آینده جلوگیری می نماید.

واقعیت این است که نیاز به تهیه پوشاک، ذخیره کردن مواد غذایی و ساختن سر پناه در مناطقی که از نظر آب و هوا مساعد نیست مردم را وادار می سازد که در جهت تامین این نیاز ها تلاش کرده و نوعی تجربه عملی و فکری به دست آورند که زمینه های قبول و پذیرش سازگاری و تطابق را از میان بر می دارد یکی از این تفاوت های حیاتی کشورهای فقیر و ثروتمند در همین تعداد کسانی است که تطابق با تعادل فقر را رد می کنند. در واقع این اقلیت جامعه است که سازگاری با فقر را مردود دانسته و در جستجوی راه حل برای مسئله فقر می باشد برای بسیاری از این افراد تا کنون بهترین راه حل ترک محل زندگی خود بوده و هنوز هم بهترین راه حل به نظر می رسد. در جوامعی که زنجیره های تعادل فقر با حلقه های محکم نظام حکومت های وابسته مستحکم شده فرار از جامعه شاید ساده ترین راه گریز از تعادل فقر و سازگاری و تطابق با آن به شمار می رود. (گالبرایت ۱۳۶۶)

دیگری از محرومیت و فقر را دوباره به روستا باز خواهند آورد. بهبود سطح درآمد باعث افزایش پس انداز و سرمایه گذاری می شود این پس انداز توسعه پیدا می کند و افزایش می یابد زیرا در دسترس نیست و برای مصارف شخصی مورد استفاده قرار گیرد. در کشور فقیر هر نوع اضافه در آمدی تحت فشار بسیار شدید مصرف قرار می گیرد بدیهی است فشارها ایجاد فقر می کنند لذا پس انداز و سرمایه گذاری به حد اقل می رسد در حالی که همانطور که اشاره شد ارتقای سطح تکنولوژی معمولاً نیازمند سرمایه گذاری است.



### تطابق و سازگاری با فقر

در یک کشور ثروتمند در صد عمده ای از مردم به طور عادی توقع کسب درآمد زیاد و راحت را دارند مردم فکر و توقعات خود را با این شرایط تطبیق داده و سازگار ساخته اند لذا فرض بر این است که برای کسب در آمد بالاتر، نیاز به کوشش عمومی وجود دارد. این مطلب توسط اقتصاددان و محققین نیز پذیرفته شده است. در جوامع روستایی فقیر، وجود چنین آرزوها و امیدهایی با یکی از عمیق ترین و مشخص ترین عناصر رفتار بشری در تعارض قرار می گیرد این عنصر عبارت است از خودداری از مبارزه علیه غیر ممکن ها، تمایل و ترجیح به تسلیم و واماندگی و ثبات در زندگی. مردمی که قرن ها در فقر و در یک حالت نسبتاً منزوی در دهکده های دور افتاده زندگی کرده اند، با اینگونه حیات سازش کرده اند.

قضاوت اخلاقی در باره جامعه مرفه و غنی یا اقتصاد آن جامعه می تواند برای جامعه فقیر صادق باشد. بر این اساس و به طور طبیعی جامعه ثروتمند نسبت به سازش پذیری و تطابق فقیر با فقرش به طور توهین آمیز و خفت باری عکس العمل نشان می



### نتیجه گیری

فقر در اشکال مختلف و به درجات متفاوت، در همه جوامع انسانی یافت می شود و در جوامع توسعه یافته، از دامنه گسترده تری برخوردار است. از سوی دیگر، وجود فقر خصوصاً اگر گستردگی زیادی نیز داشته باشد غالباً زمینه ساز بروز انحرافات اجتماعی و بستر مناسبی برای وقوع جرم و جنایت است.

فقر ناشی از محرومیت می باشد. محرومیت به دلایل محیطی اجتناب ناپذیر است زیرا در محیط شخص همیشه عواملی موجود است که مانع از برآورده شدن تمام احتیاجات او میشود. محرومیت درونی همان طوریکه از نامش پیداست از درون فرد سرچشمه میگیرد که در نتیجه ناتوانی در برآوردن احتیاجات تولید میشود و منجر به عواقب شدیدی چون ترسها تعارضات و قیودات اخلاقی واجتماعی خواهد شد که بمراتب خطر آن محرومیت بیشتر متوجه پایه های شخصیتی فرد خواهد شد از دست دادن سکان تعادل زندگی، یاس و نومیدی عدم علاقه به ادامه زندگی و انباشته شدن فشارهای روانی و در آخر منجر به انحرافات اجتماعی از قبیل خود کشی، فحشا، دزدی، اعتیاد، فروش مواد مخدر و کارهای خلاف قانون می شود. بنابراین برای فقر زدایی و جلوگیری از محرومیت باید علاوه بر کسب دانش به نکاتی که در بخش راه های مبارزه با فقر اشاره شده است، عمل کنیم.

### راه های گریز از فقر

دو راه مبارزه وسیع با فقر وجود دارد. راه اول مبارزه با تطابق و سازش پذیری از طریق افزایش تعداد مردمی است که در برابر آن مقاومت کرده و از سازش پذیری خود با فقر امتناع می ورزد و برای گریز از تعادل فقر دارای انگیزه هستند. راه دوم این است که راههای گریز را تسهیل کنیم. سیاست تسهیل گریز از تعادل فقر و شکست تطابق و سازگاری با آن دارای دو جنبه دیگر است که به یکدیگر کاملاً وابسته می باشد.

### راههای مبارزه با فقر

برای مبارزه با فقر و رشد اقتصادی واجتماعی موارد زیر باید مورد توجه قرار گیرد :

۱. افزایش دادن تولید و توانمند کردن صادرات کشور تا از این راه خود کفایی فراهم آید و صدور ارز برای وارد کردن کالا کاهش پیدا کند .
۲. گسترش آموزش کارشناسی به منظور افزایش بازدهی فعالیت ها.
۳. توجه به بازدهی اقتصادی از راه بکار انداختن سرمایه ها.
۴. توجه به بازدهی اجتماعی از راه فعال کردن نیروی انسانی .

۵. مبارزه با بیسوادی با استفاده از نیروی کار کارمندان بخش عمومی و خصوصی و دانشجویان و فرستادن آنان به کلاس های درس در شهر و روستا برای باسواد کردن بیسوادان، زیرا که عامل فرهنگی و معنوی در گسترش اقتصادی واجتماعی دارای اهمیت بسیار است.

۶. توجه به میزان رشد تولید ملی.

اصلاحات ارضی استراتژی دیگری است که در نوسازی ساخت اجتماعی - اقتصادی سرزمین های روستایی کارساز است . روشن است که این سیاست باید با مداخله و نظارت دولت همراه باشد تا وضع مالکیت زمین ها و اجاره داری سر و سامان یابد عدم توجه به این موضوع موجب هدر رفتن نیروی کشاورزان و ناتوانی قدرت تولید خواهد شد.







عبدالواسع (حیدری) مدیر سرمایه گذاری های اسلامی غضنفر بانک

## بیع المرابحه

### ( بیع المرابحه به اساس درخواست خرید )

#### الله متعال میفرماید:

۱- ترجمه: "ای کسانی که ایمان آورده اید! اموال یکدیگر را به باطل (و از طرق نامشروع) نخورید مگر اینکه تجارتی با رضایت شما انجام گیرد. و خودکشی نکنید! خداوند نسبت به شما مهربان است. (سوره نساء آیه ۲۹)

۲- ترجمه: "و حلال گردانیده الله متعال بیع را و حرام گردانیده است سود را. سوره بقره آیه ۲۷۵.

#### پیامبر اسلام "ص" میفرماید:

ترجمه: "زمانیکه پیامبر ص اراده هجرت را نمودند، حضرت ابوبکر دو شتر را برای سفر خریداری نمود، پیامبر ص فرمود یکی آنرا برای من بدهید، حضرت ابوبکر فرمودند یکی از اینها برای شما بیدون معاوضه می دهیم، اما محمد صلی الله علیه وسلم بیدون معاوضه انرا قبول نکرد" (بخاری شریف)

#### ارکان بیع:

ارکان بیع نزد جمهور علماء چهار موارد ذیل است:

- ۱- صیغه عقد (ایجاب و قبول)...
- ۲- عاقدین (فروشنده و خریدار)...
- ۳- معقود علیه (مبیعه یا جنس)...
- ۴- ثمن (پول یا عوض)...

بیع از عقود لازم است و وفا به آن واجب است و فسخ آن تنها به اسباب موجه جایز است. اسلام جهت جلوگیری از وقوع

معامله مرابحه نوعی از سهولت خوب جهت تمویل مشتریان یا شرکت های تجارتی و صنعتی میباشد که اکثریت بانک های اسلامی از این عقد بطور گسترده برای جلب و جذب مشتریان استفاده مینمایند، لازم به تذکر است این تمویل (مرابحه) مورد استقبال مردم نیز قرار گرفته است چونکه به مشتری فرصت میدهد تا با استفاده این سهولت امورات و ضروریات خویش را با آن مشبوع نمایند. از اینکه مرابحه یک بحث پهن و ژرف است و در کتابهای فقه اسلامی و اداره تفتیش و حسابداری برای نهاد های مالی اسلامی (AAOIFI) ۱ این سهولت و همه جزئیاتش را بطور کامل بیان نموده است، بدین جهت لازم میدانم بطور مختصر بر موارد مهم و اساسی آن مانند بیع، ارکان بیع، بیع مرابحه، شرایط مرابحه، حکم بیع و میکانیزم های باز پرداخت آن در غضنفر بانک را معلومات ارائه بدارم، تا برای خواننده گان معزز ممد واقع گردد.

#### بیع چیست؟

بیع یک کلمه عربی است که معنی فروش و معاوضه کردن مالی به مالی با رضایت طرفین میباشد به عبار دیگر بیع عبارت است بسته نمودن یک معامله به اساس اصول فقه و رضایت هر دو جانب (خریدار و فروشنده). بیع چون از اقسام عقود است بنا همه شرایط عمومی عقود در آن مراعات شود مانند: اهلیت تصرف، بلوغ و رشد، عقل، و رضایت و غیره.

حکم بیع اباحت است، مشروعیت و جواز آن به کتاب، سنت، اجماع است جهت رفع ضرورت و نیازمندیهای جامعه تثبیت و جایز گردیده است



### تعریف مرابحه:

مرابحه یک کلمه عربی است که از ماده ربح گرفته شده است به معنای فایده و مفاد است و در اصطلاح بیع مرابحه عبارت از فروش اموال بیشتر از قیمت خرید را گوید یا بیع مرابحه به معامله گفته میشود که فروشنده "بایع" با اعلان قیمت اصلی اموال خریده شده و مفاد آن به "مشتري" مبادرت میورزد.

برای صلح و صمیمت در جامعه انسانی و جلوگیری از فساد، جنجال ها و تباهی، دین مقدس اسلام یک سلسله مقررات و شرایط موثر و ارتقا بخش جهت انجام معاملات و تعاملات میان انسانها وضع کرده است تا در رفاه و امنیت زنده گی کنند.

### شرایط بیع مرابحه:

★ بایع و مشتري باید از قیمت خرید و یا راس المال و مقدار ربح (فایده) و مصارف ناشی شده در معامله همچون: حمل و نقل، کرایه و سایر مصارف واضحاً معلومات داشته باشد، چرا که جهالت اصل قیمت و مفاد را باطل میسازد، بدین جهت لازم است فروشنده

اضرار و مفاسد که متوجه طرفین عقد بیع (فروشنده و خریدار) نگردد، دو امر را جایز گردانیده.

- ۱- اختیارات در بیع.
- ۲- اقاله و یا فسخ عقد

در صورتیکه خدعه، فریب، غبن، عیب در بیع ظاهر شود، خریدار اختیار دارد، مال را دو باره مسترد کند و یا به همان قیمت بخرد و یا اینکه به اندازه عیب از قیمت مال کم کند. از اینکه مال در تعریف مرابحه ذکر گردیده است و موضوع بیع مرابحه نیز میباشد مستلزم شناسائی میباشد.

مال به چیزی گفته میشود که دارای منافع حلال باشد، در وقت نیاز و ضرورت از آن استفاده شود، دارای ارزش و قیمت شرعی باشد، از این رو هر چیز از نظر شریعت و عرف مال محسوب نمیشود. بطور مثال به شراب، خنزیر، خود مرده، خون، یک دانه یا دو دانه گندم ..... مال شمرده نمیشود فلهاذا صلاحیت عوض را ندارد.

قیمت تمام شد معقود علیه و همه ی مصارف را صادقانه به خریدار معلومات دهد.

★ مفاد: مقدار و اندازه مفاد باید مشخص و واضح باشد.

★ اموال باید موجود باشد، تحت ملکیت و تصرف یابیع قرار داشته باشد و بایع قادر به تسلیمی آن به مشتری باشد، هر چیزیکه موجود نباشد، قابل قبض و تسلیمی نباشد، بیع آن باطل است.

★ میبعه یا معقود علیه مال باید متقوم باشد، قیمت و ارزش شرعی داشته باشد منفعت از آن مباح باشد، همانگونه که در تعریف از مال یاد آوردیم، از آنچه تا اکنون گفته شد در می یابیم که تاسیس بانکداری اسلامی در مقابل بانکهای مروج یک بدیل خوب و گامی مثبت برای رشد اقتصاد و مبارزه با نظام سودی و انجام خدمات شایسته و مشروع می باشد.

مردمی هستند که فعالیت های بانکداری اسلامی را با نظر شک و تردید مینگرند اما با این همه مشکلات و موانع، بانک های اسلامی بخاطر رسیدن به اهداف مقدس شان راه خود را ادامه میدهند تا به مردم بفهماند راه های بجز سود وجود دارد که مفاد بیشتر، پاکتر و حلال بدون سود بدست آورند و مردم را جهت بلند بردن سطح اقتصاد و رفع مشکلات کمک کند و زنده گی ایشان را بهبود بخشد.

بیع مراهجه یکی از مهمترین و پرمفیت ترین خدمات بانکداری اسلامی است. و با استفاده از این میتود میتوان ثمره خوبی بدست آورد. تعامل و کاربرد بیع مراهجه باسناد درخواست خرید در بانکداری اسلامی (بیع المراهجه للامر بالشراء) این واژه جدید است که بخاطر رفع نیازمندیها جامعه منوط به اجرایی شرایط مخصوص و رعایت اساسات شریعت جواز داده شده است.



### میکانیسم باز پرداخت ثمن (عوض) در مراهجه:

پرداخت ثمن میتوان معجل (در خلال معامله) باشد یا موجل (تاخیر یا قسط وار) پرداخت شود، معمولاً میکانیسم بازپرداخت ثمن در تمویلات به اساس بیع مراهجه للامر بالشراء (مراهجه به اساس درخواست خرید) در بانک ها موجل است، با درک کمبود نقدینگی متقاضیان (شرکت ها و افراد) بخش درجه بانکداری اسلامی غضنفر بانک تمویلات خویش را جهت ارتقاء و توسعه اقتصاد کشور و تسهیل امورات تجارتي و صنعتی متقاضیان خویش قرار داده های کوتاه مدت و دراز مدت نظر به ضرورت و ماهیت کاری مشتریان خویش بسته نموده و بسته مینماید.

لازم به تذکر است که مشتریان میتوانند از این سهولت (مراهجه) در صورتیکه شرایط و پارامتر های معین غضنفر بانک را برآورده کرده بتوانند استفاده نمایند و شایان ذکر است اداره غضنفر بانک جهت آسانی و تسهیل در پرداخت اصل پول و مفاد مراهجه از روش های مختلف (کوتاه مدت "یک ماهه" و دراز مدت "سه ساله") توافق مینماید.

۱- سازمان حسابداری و حسابرسی برای موسسات مالی اسلامی (AAOIFI)، که قبلاً به عنوان سازمان حسابداری مالی برای بانک های اسلامی و موسسات مالی شناخته شده است، در مطابق با توافقنامه انجمن که توسط موسسات مالی اسلامی در اول صفر ۱۴۱۰ هجری قمری مطابق به ۲۶ فیبروری ۱۹۹۰ در الجزایر تاسیس شد، AAOIFI در ۱۱ ماه مبارک رمضان ۱۴۱۱ هجری قمری به ثبت رسید مطابق به ۱۹۹۱ مارچ ۲۷ در کشور بحرین منحت یک سازمان مستقل غیر انتفاعی بین المللی فعالیت را آغاز نمود.





غزنفر بانک  
GHAZANFAR BANK

# خریداری از طریق اینترنت

Online Purchase

Online Banking



دفتر مرکزی: ۸۶۶، سرک عمومی شیرپور، کابل، افغانستان

[www.ghazanfarbank.com](http://www.ghazanfarbank.com) | [mainbranch@ghazanfarbank.com](mailto:mainbranch@ghazanfarbank.com)

+۹۳ (۰) ۷۹۸۷۸۶۷۸۶ | +۹۳ (۰) ۷۹۷۸۶۰۰۳



## ظهور پنج قدرت صنعتی جدید در سال ۲۰۲۰

کشورهای چین و آمریکا در افق ۲۰۲۰ جابه‌جا شود. شورای رقابت‌پذیری آمریکا با همکاری موسسه تحقیقاتی دیپلوم، گزارشی در مورد رقابت‌پذیری صنایع کارخانه‌ای تهیه کرده و به ارزیابی قدرت‌های صنعتی جهان پرداخته است.

در این گزارش کاهش مزیت نیروی کار ارزان در چین که به واسطه رشد طبقه تحصیلکرده و افزایش شهرنشینی رخ داده یکی از دلایل جابه‌جایی جایگاه این کشور در لیست قدرت‌های صنعتی در افق ۲۰۲۰ ذکر شده است. عامل دولت چین با جذب فناوری‌های تولیدی و کاهش هزینه‌های لجستیکی از طریق ایده «یک کمربند، یک جاده» در صدد است مزیت‌های هزینه‌ای خود را محفوظ دارد.

براساس این گزارش که از سوی موسسه مطالعات و پژوهش‌های بازرگانی منتشر شده، «سیاست‌های مرتبط به تامین مالی سرمایه‌گذاری در علم و نوآوری، فناوری و توسعه زیرساخت‌ها» از جمله مزیت‌هایی است که در این گزارش برتری صنعتی چین در اقتصاد جهانی به آن نسبت داده شده است. عواملی که در آمریکا به‌عنوان دومین کشور برتر صنعتی به «جذب سرمایه‌گذاری در صنایع کارخانه‌ای، چشم‌انداز مناسب انرژی، زیرساخت‌های مناسب و خوشه‌های صنعتی و پشتیبانی» نسبت داده شده است.

سال ۲۰۲۰ به یک هدف برای اقتصاد جهان در بخش‌های مختلف تبدیل شده است. کشورهای پیش‌تاز و توانمند تلاش می‌کنند تا در این سال بهترین عملکرد خود را ارائه دهند. سوال اساسی اکنون این است که کدام اقتصاد در این سال بزرگترین اقتصاد جهان خواهد بود. دو نهاد بین‌المللی به این سوال پاسخ داده‌اند. همچنین پنج کشور جدید به فهرست قدرت‌های اقتصادی جهان وارد می‌شوند.

به گزارش اقتصادنیوز، دو نهاد بین‌المللی با انتشار گزارشی کشورهای چین، آمریکا و آلمان را به ترتیب، سه قدرت صنعتی حال حاضر اقتصاد جهان معرفی کردند. براساس ارزیابی صورت‌گرفته این سه کشور موقعیت خود را تا سال ۲۰۲۰ نیز حفظ می‌کنند؛ با این تفاوت که احتمال جابه‌جایی جایگاه چین و آمریکا وجود دارد. جذب سرمایه‌گذاری در صنایع کارخانه‌ای، چشم‌انداز مناسب انرژی، زیرساخت‌های مناسب و خوشه‌های صنعتی پشتیبان نوآوری و همچنین برخورداری از نیروی کار ماهر از جمله مزیت‌هایی است که در قرارگیری این کشورها در زمره برترین کشورهای صنعتی، نقش داشته است.

قدرت‌های صنعتی جهان در افق ۲۰۲۰ معرفی شدند. براساس ارزیابی صورت‌گرفته در سال ۲۰۱۶ کشورهای چین، آمریکا و آلمان به ترتیب سه کشور برتر صنعتی حال حاضر اقتصاد جهان لقب گرفتند و پیش‌بینی می‌شود که طی سه‌سال آینده موقعیت خود را حفظ کنند. براساس ارزیابی‌های صورت‌گرفته، این احتمال وجود دارد که جایگاه



## ظهور پنج قدرت صنعتی جدید در سال ۲۰۲۰

### پیش‌بینی آینده قدرت‌های صنعتی

در این گزارش علاوه بر فهرست کشورهای برتر صنعتی نقش فناوری پیشرفته در ظهور مجدد قدرت‌های صنعتی به‌عنوان یکی از عوامل اصلی اثرگذار در بازگرداندن کشورهای آمریکا، آلمان، جاپان و انگلیس به زمره ۱۰ کشور برتر یاد شده است. عاملی که به‌کارگیری فناوری‌های پیشرفته و اهتمام در تولید محصولات پیچیده را به همراه داشته است.

از سوی دیگر در این گزارش پیش‌بینی شده که روند رو به نزول دو کشور برزیل و روسیه از مجموعه‌های کشورهای BRIC در زمینه رقابت‌پذیری صنعتی ادامه یابد. همچنین هند نیز به واسطه ناآرامی‌های سیاسی و تاخیر در اجرای پروژه‌های زیرساختی با وقفه در رشد اقتصادی مواجه شده است، هرچند انتظار می‌رود جایگاه هند با تکیه بر نرخ رشد اقتصادی این کشور (نرخ رشد ۶ درصدی) بهبود یابد.

در این گزارش به ظهور پنج قدرت جدید آسیایی نیز اشاره شده است. کشورهای تایلند، مالیزیا، هند، اندونزی و ویتنام پنج کشوری هستند که پیش‌بینی می‌شود طی ۵ تا ۱۵ سال آینده به جمع ۱۵ کشور برتر ملحق شوند و به واسطه هزینه پایین نیروی کار، صنایع کارخانه‌ای چابک، ساختار جمعیتی مناسب و رشد اقتصادی در قالب یک چین جدید ظاهر شوند.

در مجموع براساس این گزارش ۱۲ مولفه استعداد، سیاست‌ها و زیرساخت‌های نوآوری، مزیت هزینه‌ای، سیاست‌های انرژی، زیرساخت‌های فیزیکی، چارچوب قانونی، بهره‌وری نیروی کار، شبکه تامین‌کنندگان، زیرساخت‌های آموزشی، نظام اقتصادی-تجاری-مالی و مالیاتی، جذابیت بازارهای محلی و نظام بهداشت از جمله عملکردهای رقابت‌پذیری صنعتی عنوان شده است.

اما «نیروی کار ماهر و حمایت از نوآوری» عمده دلیلی است که براساس این گزارش آلمان را در میان سه کشور صنعتی برتر قرار داده است. در فهرست ارزیابی شده «جاپان، کوریای جنوبی، انگلستان، تایوان، مکزیک، کانادا و هند» در میان کشورهای برتر صنعتی حال حاضر اقتصاد جهان قرار گرفته‌اند. براساس این گزارش «نوآوری» عمده دلیلی است که موجب شده تا جاپان در این ارزیابی در جایگاه برتر قرار گیرد. درخصوص این کشور سهم بالای صادرات فناوریانه به ویژه در زمینه نیمه رساناها و وسایط نقلیه از جمله اقدامات نوآورانه این کشور یاد شده است.

علاوه بر جاپان، کوریای جنوبی نیز به دلیل «نوآوری» توانست در جدول کشورهای برتر صنعتی قرار گیرد، هرچند اقدامات نوآوری این کشور به سهم بالای صادرات فناوریانه اختصاص داشته است. درباره انگلستان نیز همانند جاپان و کوریای جنوبی «نوآوری» موجب شده تا این کشور در میان قدرت‌های صنعتی قرار گیرد، با این تفاوت که نوآوری این کشور در زمینه صنعت هوانوردی و علوم زیست‌شناسی بوده است.

این گزارش بیانگر آن است که تایوان نیز با «نوآوری» توانسته جایگاه کشورهای برتر را به خود اختصاص دهد، با این تفاوت که نوآوری این کشور به سهم بالای صادرات فناوریانه و مزیت لجستیکی به دلیل مجاورت با چند بندر مهم آسیا صورت گرفته است. اما مکزیک دیگر کشوری است که در این لیست قرار گرفته است، «مجاورت با آمریکا، هزینه‌های پایین نیروی کار و برخورداری از ۴۰ موافقت‌نامه تجاری» دلایل عمده‌ای است که قرار گرفتن در میان کشورهای برتر صنعتی به آن نسبت داده شده است.

کانادا نیز به دلیل «دارا بودن از کمترین تعرفه‌های تجاری و مشوق‌های سرمایه‌گذاری در بخش صنعت» توانست در جایگاه کشورهای برتر صنعتی قرار گیرد، اما درخصوص هند «مزیت هزینه‌ای، برخورداری از نیروی کار ماهر، حمایت از صنایع با فناوری بالا و مشوق‌های دولت برای جذب سرمایه‌گذاری در صنایع کارخانه‌ای» موجب شد تا این کشور نیز در میان کشورهای برتر صنعتی قرار گیرد.







## افتتاح چهار راه مخدوم قلی فراغی

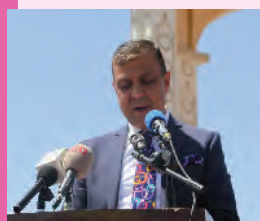
چهارراه مخدوم قلی فراغی شاعر بزرگ و متفکر ملت ترکمن در شهرک بندری آقینه، ولسوالی های چهار گانه اندخوی ولایت فاریاب که از سوی بنیاد خیریه غضنفر اعمار گردیده بود، روز سه شنبه مورخ ۱۶ می ۲۰۱۷، طی مراسم با شکوهی افتتاح گردید.

به قول داکتر محمد صالح راسخ، مسئول مقطع کارشناسی دانشگاه بلخ، مخدوم قلی فراغی یکی از بزرگترین شاعران سده (هجدهم) زبان ترکمن است، آثار مخدوم قلی فراغی آیین حیات اجتماعی، اقتصادی، سیاسی و فرهنگی ترکمن هاست.

در این مراسم سید انور سادات، والی فاریاب، دوردی قلی ستاروف معاون ولایت لباب جمهوری ترکمنستان، محمد ابراهیم غضنفر رئیس عمومی غضنفر گروپ، بازاربایف سر قنسل کشور جمهوری ترکمنستان مقیم مزار شریف، وکلای شورای های ولایتی، مسئولین دولتی، متنفذین، استادان دانشگاه ها، علما، فرهنگیان هردو کشور گروپ های ترانه هنرمندان محلی، تاجران و شماری زیادی از خبرنگاران اشتراک ورزیده بودند.



نخست محترم سید انور سادات، والی فاریاب ضمن خوش آمدید به مهمانان جمهوری ترکمنستان و اشتراک کننده گان، طی سخنانی از حسن نیت و روابط دیرینه دو کشور به خوبی یاد کرد و ترکمنستان را از همسایه های نیک دانست، همچنان والی فاریاب کار کرد های بنیاد غضنفر را در ولایت فاریاب به دیده قدر نگریسته به خاطر اعمار چهارراه زیبای مخدوم قلی فراغی از بنیاد و هیات رهبری غضنفر گروپ قدر دانی کرد.



محترم محمد ابراهیم غضنفر، رئیس عمومی غضنفر گروپ ضمن خیر مقدم گویی مهمانان و مقامات دو طرف در مورد روابط دیرینه دو کشور و مشترکات فرهنگی و فعالیت های تجارتي دو کشور هم مرز صحبت نموده گفت: دستاورد های بزرگ دو کشور، حاصل حسن نظر رئیس جمهوری افغانستان و رئیس جمهوری ترکمنستان و روابط نیک دو کشور می باشد.



## افتتاح چهار راه مخدوم قلی فراغی

محمد ابراهیم غضنفر افزود: افتتاح پروژه های بزرگ تاپی و خط آهن، ضمن اشتغال زایی برای مردمان دو کشور، افغانستان به بازار های آسیایی و اروپایی راه یافت. این اقدام برای جامعه تجاری و مردم دو کشور ارزشمند است. رئیس عمومی غضنفر گروه گفت: هدف از اعمار چهارراه مخدوم قلی فراغی شاعر و شخصیت بزرگ ترکمن زبان، به پاس روابط حسنه و دست آورد های هردو کشور و ارج گذاری به مقام این شاعر بزرگ می باشد. وی سهم گرفتن و کمک برای بازسازی، تقویت فرهنگ در سراسر کشور را در کنار دولت جمهوری اسلامی افغانستان مسئولیت وجدانی خود و هیأت رهبری غضنفر گروه دانست. وی در اخیر بار دیگر از حضور مهمانان و استقبال گرم اشتراک کنندگان دو طرف مرز، گروه های ترانه و موسیقی، شور جوانان و از همکاری های بی شایبه مقامات ملکی و امنیتی ولسوالی های چهار گانه اندخوی اظهار امتنان کرد.



محترم دوردی قلی ستاریف معاون ولایت لباب ترکمنستان طی سخنانی سلام های رئیس جمهوری ترکمنستان را وسیله شد و در ادامه چنین گفت: روابط نیک این دو کشور و حسن نظر رئیس جمهوری دو کشور بود که شاهد دستاورد های بزرگ در سطح منطقه بودیم. افتتاح پروژه، TAPI و خط راه آهن، تامین امنیت انرژی برق، پروژه دوامدار ترانسپورت، تحکیم مرزها و استخراج و استفاده معادن همه این پروژه ها برای بهبود زنده گی مردم و استحکام روابط دو کشور دوست، بسیار مفید و ارزشمند است. دوردی قلی ستاریف از بنیاد خیریه غضنفر و هیأت رهبری غضنفر گروه به پاس ارج گذاری و اعمار چهارراه به نام این شاعر بزرگ اظهار تشکر کرد.



محترم خان دوردی قربان اف، مدیر اماکن تاریخی ولایت لباب گفت: چهارراه ساخته شده بنام مخدوم قلی شخصیت بزرگ مردم ترکمن مایه خرسندی است وی گفت: این وجه مشترک باعث روابط بیشتر خواهد شد و این خوشی را بنیاد خیریه غضنفر به ارمغان آورده است.

همچنان ولسوال ولسوالی های چهار گانه اندخوی به نماینده گی از مردم اندخوی حضور مهمانان را خبر مقدم گفت و از کارکرد های بنیاد خیریه غضنفر در این ولسوالی ها قدر دانی کرد.

در فرجام سید انور سادات به نماینده گی از ولایت فاریاب، به پاس کارکرد های بنیاد خیریه غضنفر با اهدای سپاسنامه از



محمد ابراهیم غضنفر، رئیس عمومی غضنفر گروه قدردانی نمود

همچنان تبادل سپاسنامه ها و تحایف دیگر نیز میان مقامات هردو کشور و مقامات محلی صورت گرفت و محفل با استقبال گرم اشتراک کنندگان، ترانه سرایان و هنرمندان محلی دو طرف مرز و صرف ضیافت به پایان رسید.

بازسازی مسجد ینگ، بازسازی حوض آب آشامیدنی حضرت بابا ولی (رح) و اعمار چهارراه مخدوم قلی از کارکردهای عمده بنیاد خیریه غضنفر در ولسوالی های چهارگانه اندخوی به شمار می رود.



# گزارش مصور گشایش چهار راه مخدوم قلی فراغی





# گزارش مصور گشایش چهار راه مخدوم قلی فراغی





## کمک بنیاد غضنفر در ماه مبارک رمضان

بنیاد غضنفر در ماه مبارک رمضان به هزار خانواده نیازمند در ولایت بلخ مواد خوراکی (آرد، روغن و برنج) کمک کرد.

بنیاد غضنفر همه ساله طی یک پروسه منظم مواد خوراکی به نیازمندان کمک میکند، امسال علاوه بر این کمک ها برای یک هزار خانواده پول نقد نیز کمک نمود.

بنیاد غضنفر یک نهاد کاملاً خیریه و غیر انتفاعی می باشد، سرمایه بنیاد را پول زکات خانواده غضنفر و کمک بخش های دیگر غضنفر گروپ تشکیل می دهد که سالانه به صورت مرتب به ایتام، بیوه زنان، معلولین، و خانواده های بی بضاعت و آسیب دیدگان ناشی از حوادث و آفات طبیعی در سراسر کشور اهداء می گردد.





## نقش گردشگری در توسعه فرهنگی و اقتصادی جوامع

آنست که شمار گردشگران ورودی حدود ۱٫۶ میلیارد نفر و درآمد حاصل از صنعت نیز حدود ۲۰۰۰ میلیارد دلار خواهد بود. از همین روست که سیاست دولت ها در دهه های اخیر به توسعه گردشگری به عنوان یکی از شیوه های مبارزه با بیکاری و ایجاد درآمد تأکید می نمایند.

### تاریخچه روز جهانی گردشگری

در سومین نشست مجمع عمومی سازمان جهانی جهانگردی در سپتامبر ۱۹۷۹ در "تورمولینوس" اسپانیا تصمیم گرفته شد تا در سال ۱۹۸۰ روزی به عنوان "روز جهانی گردشگری" در نظر گرفته شود. این روز با سالگرد تصویب مصوبات سازمان جهانی گردشگری در تاریخ ۲۷ سپتامبر ۱۹۷۰ مصادف شد. در پی این تصمیم از سال ۱۹۸۰ میلادی تاکنون، کشورهای عضو سازمان جهانی جهانگردی (در حال حاضر ۱۶۵ کشور عضو این سازمان می باشند) روز ۲۷ سپتامبر را با اجرای برنامه های ویژه ای گرامی

گردشگری سومین اقتصاد بزرگ در جهان است. این صنعت در عصر حاضر به دلیل ایجاد فعالیت ها، افزایش فرصت های اشتغال، به صورت مستقیم و غیر مستقیم و نیز متاثر از بازار در حال رشد آن، اهمیت بسیاری یافته است. در عصر حاضر، گردشگری و اقتصاد گردشگری در حال تبدیل شدن به یکی از سریعترین صنایع رو به رشد جهان، ابزاری برای ایجاد درآمد ملی، از اصلی ترین ارکان اقتصادی جهان و نیز از مفاهیم، اشکال و ارکان توسعه پایدار قلمداد می شود.

شمار گردشگران ورودی بین المللی از ۶۷۸ میلیون نفر در سال ۲۰۰۰ به ۱٫۰۳ میلیارد نفر در سال ۲۰۱۲ رسیده است؛ همزمان درآمد حاصل از صنعت گردشگری نیز، از ۴۷۵ میلیارد دلار در سال ۲۰۰۰ به ۱۰۷۵ میلیارد دلار در سال ۲۰۱۲ افزایش یافته است (UNWTO, ۲۰۱۳, ۸). پیش بینی ها بر اساس نرخ رشد ۳٫۳ درصد تا سال ۲۰۲۰ برای صنعت گردشگری، گویای





## (شعار های روز جهانی گردشگری از سال ۱۹۸۰ تا سال ۲۰۱۶)

★ سال ۱۹۸۰ - ۱۳۵۹ : سهم جهانگردی در حفظ میراث فرهنگی، صلح و توسعه و تفاهم متقابل

★ سال ۱۹۸۱ - ۱۳۶۰ : جهانگردی و کیفیت زندگی

★ سال ۱۹۸۲ - ۱۳۶۱ : سر بلندی و افتخار در مسافرت، میهمانان و میزبانان خوب.

★ سال ۱۹۸۳ - ۱۳۶۲ : جهانگردی و تعطیلات یک حق همگانی و یک مسئولیت همگانی .

★ سال ۱۹۸۴ - ۱۳۶۳ : گردشگری و درک بین المللی

★ سال ۱۹۸۵ - ۱۳۶۴ : جهانگردی جوانان، میراث فرهنگی و تاریخی در خدمت صلح و دوستی .

★ سال ۱۹۸۶ - ۱۳۶۵ : جهانگردی نیروی حیاتی برای صلح جهانی .

★ سال ۱۹۸۷ - ۱۳۶۶ : جهانگردی برای توسعه.

★ سال ۱۹۸۸ - ۱۳۶۷ : جهانگردی ، آموزش برای همه.

★ سال ۱۹۸۹ - ۱۳۶۸ : جریان آزاد جا بجایی توریست ها یک جهان را بوجود می آورد.

★ سال ۱۹۹۰ - ۱۳۶۹ : جهانگردی صنعتی ناشناخته و تجارت خدماتی که باید توسعه یابد.

★ سال ۱۹۹۱ - ۱۳۷۰ : ارتباطات، اطلاعات و آموزش با نیروی محرکه ای برای توسعه گردشگری.

★ سال ۱۹۹۲ - ۱۳۷۱ : جهانگردی و سیله ای برای وحدت و پیوند قاره ها به سوی اکتشاف برای مردم.

می دارند . هدف از انتخاب یک چنین روزی، بالا بردن آگاهی تمام مردم جهان درباره اهمیت نقش گردشگری در جامعه جهانی بوده است. علاوه بر آن تلاش بر این است تا از این طریق چگونگی تاثیر پذیری ارزش های اجتماعی، فرهنگی، سیاسی و اقتصادی سراسر جهان را از گردشگری، منعکس نماید.

سازمان جهانی گردشگری (unwto) تنها سازمانی است که فعالیت های آن کلیه جنبه های مختلف گردشگری در سطح جهان را شامل می شود و اهداف آن عبارت است از گسترش و توسعه گردشگری با در نظر گرفتن کمک به « توسعه اقتصادی، تفاهم بین المللی، صلح، احترام جهانی بدون هیچگونه تمایز از نظر نژاد، جنس، زبان و مذهب» این سازمان با آگاهی از تغییرات شرایط اقتصادی، اجتماعی و سیاسی جهان بر روی گردشگران و تغییرات بازار، روش های توسعه گردشگری را تحت بررسی دائم قرار داده و ضوابط و استانداردهای گردشگری را تعیین می نمایند.

تشکیلات این سازمان عبارتند از: مجمع عمومی، شورای اجرایی، کمیسیون های منطقه ای و دبیر خانه. سازمان جهانی گردشگری مناطق مختلف جهان را به ۶ منطقه تقسیم نموده است.

۱. آمریکا
۲. آفریقا
۳. اروپا
۴. خاورمیا نه
۵. جنوب آسیا (افغانستان، ایران، پاکستان، هند، سریلانکا، میانمار و نپال)
۶. شرق آسیا و حوزه ااقانوس آرام

طی سالهای گذشته روز جهانی گردشگری در بسیاری از کشورها نه تنها یک روز بلکه یک هفته را به خود اختصاص داده اند. به این مناسبت جشن های متفاوت و نمایشگاه های صنعتی و فرهنگی در بسیاری از شهر ها برگزار می گردد. حتی در برخی موارد نه تنها فعالان گردشگری بلکه عموم جامعه نیز با ساز و دهل روز جهانی گردشگری را گرامی میدارند.



## نقش گردشگری در توسعه فرهنگی و اقتصادی جوامع

- ★ سال ۱۹۹۳-۱۳۷۲: توسعه جهانگردی و حفاظت از محیط زیست به سوی توازن پایدار.
- ★ سال ۱۳۷۳-۱۹۹۴: پرسونل کیفی، جهانگردی کیفی
- ★ سال ۲۰۰۱-۱۳۸۰: گردشگری ابزاری برای صلح و گفتگوی میان تمدن‌ها
- ★ سال ۲۰۰۲-۱۳۸۱: اکوتوریسم و توسعه پایدار
- ★ سال ۲۰۰۳-۱۳۸۲: گردشگری نیروی محرکه برای کاهش فقر، اشتغالزایی، هماهنگی اجتماعی
- ★ سال ۱۹۹۵-۱۳۷۴: WTO بیست سال در خدمت جهانگردی جهان
- ★ سال ۱۹۹۶-۱۳۷۵: جهانگردی، عاملی برای صلح و شکیبایی.
- ★ سال ۱۹۹۷-۱۳۷۶: جهانگردی، فعالیت پیشتاز قرن ۲۱ در جهت اشتغال زایی و حفاظت از محیط زیست .
- ★ سال ۱۹۹۸-۱۳۷۷: مشارکت بخش خصوصی، دولتی، کلید توسعه و ترویج جهانگردی .
- ★ سال ۱۹۹۹-۱۳۷۸: جهانگردی حفاظت از میراث جهانی برای هزاره جدید .
- ★ سال ۲۰۰۰-۱۳۷۹: فن‌آوری و طبیعت، دو چالش گردشگری در آغاز قرن ۲۱
- ★ سال ۲۰۰۱-۱۳۸۰: گردشگری ابزاری برای صلح و گفتگوی میان تمدن‌ها
- ★ سال ۲۰۰۲-۱۳۸۱: اکوتوریسم و توسعه پایدار
- ★ سال ۲۰۰۳-۱۳۸۲: گردشگری نیروی محرکه برای کاهش فقر، اشتغالزایی، هماهنگی اجتماعی
- ★ سال ۲۰۰۴-۱۳۸۳: ورزش و گردشگری، دو نیروی زنده برای درک متقابل فرهنگ و توسعه جوامع
- ★ سال ۲۰۰۵-۱۳۸۴: سفر و حمل و نقل، از تخیل ژول ورن تا واقعیت قرن ۲۱
- ★ سال ۲۰۰۶-۱۳۸۵: گردشگری غنا می‌بخشد.
- ★ سال ۲۰۰۷-۱۳۸۶: گردشگری درب‌ها را به روی زنان می‌گشاید .
- ★ سال ۲۰۰۸-۱۳۸۷: گردشگری در پاسخ به تغییرات آب و هوا و گرم شدن زمین
- ★ سال ۲۰۰۹-۱۳۸۸: گردشگری گرمای داشت تنوع





نقش گردشگری در توسعه فرهنگی و اقتصادی جوامع

## ۲۷ سپتمبر روز جهانی گردشگری، گردشگری برای همه

گردشگری قابل دسترس برای همه مربوط به خلق محیط هایی است که می توانند نیازهای همه ما را مرتفع سازند، خواه در حال سفر باشیم یا در خانه باشیم. این موضوع می تواند مربوط به معلولیت، حتی موقتی، خانواده های دارای بچه کوچک، یا جمعیت سالمند، دیر یا زود در نقطه ای در زندگی مان، باشد، همه ما از قابلیت دسترسی جهانی گردشگری سود می بریم.

به این دلیل، می خواهیم این حق را برای تمام شهروندان جهان درخواست کنیم تا تنوع باورنکردنی سیاره مان و زیبایی جهان مان را ببینند. امسال، روز جهانی گردشگری به ما کمک کرد تا مزایای فراوان و مهم قابلیت دسترسی جهانی را گسترش دهیم و بتوانیم در سطح کلان در جامعه مطرح کنیم.

★ سال ۲۰۱۰ - ۱۳۸۹ : گردشگری و تنوع زیستی

★ سال ۲۰۱۱ - ۱۳۹۰ : گردشگری پیوند دهنده فرهنگ ها

★ سال ۲۰۱۲ - ۱۳۹۱ : گردشگری و انرژی پاک تقویت و توسعه گردشگری

★ سال ۲۰۱۳ - ۱۳۹۲ : گردشگری و آب، حمایت از آینده مشترک

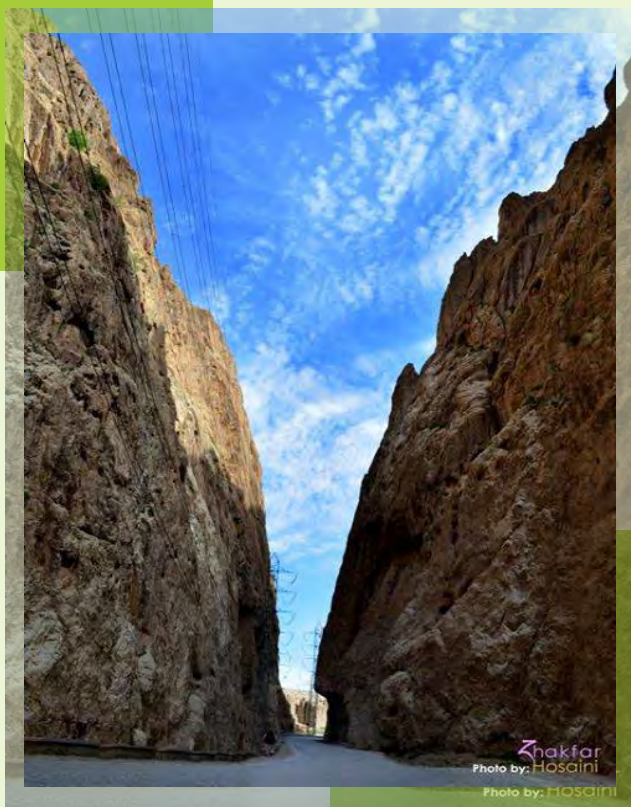
★ سال ۲۰۱۴ - ۱۳۹۳ : گردشگری و توسعه جوامع محلی.

★ سال ۲۰۱۵ - ۱۳۹۴ : یک میلیارد گردشگر، یک میلیارد فرصت

★ سال ۲۰۱۶ - ۱۳۹۵ : گردشگری برای همه

منظور سازمان جهانی گردشگری از گردشگری برای همه در شعار سال ۲۰۱۶

(UNWTO) سازمان جهانی گردشگری در یک اقدام مسئولانه روز جهانی گردشگری در تاریخ ۲۷ سپتمبر ۲۰۱۶ برابر با ۶ میزان ۱۳۹۵ را بدلیل اهمیت توجه به توسعه گردشگری معلولان بنام "گردشگری برای همه" نام گذاری کرد و از تمام کشورهای عضو درخواست کرد نسبت به گسترش اقدامات مربوط به ایجاد دسترسی معلولان، سالمندان و حتی افراد بیمار به امکانات گردشگری در کشور هایشان تلاش کنند. متن بیانیه و پیام آقای طالب ریفاعی دبیر کل UNWTO که به تازگی در سایت سازمان جهانی گردشگری منتشر شده است را در ذیل بخوانید:







غزنفر بانک  
GHAZANFAR BANK

انتقال مصئون و سریع پول از طریق  
ویسٲرن یونین و سویفت در غزنفر بانک



**WESTERN  
UNION** **WU** SM

*moving money for better*

۸۶۶، سرک عمومی شیرپور، کابل، افغانستان

+۹۳(۰)۷۹۷۸۶۰ ۰۰۳ | +۹۳(۰)۷۹۸۷۸۶ ۷۸۶

[mainbranch@ghazanfarbank.com](mailto:mainbranch@ghazanfarbank.com)



وحید جمالی

## شخصیت شناسی یا روانشناسی شخصیت

است در حالی که برخی دیگر «شخصیت» را به ویژگیهای «پایدار فرد» نسبت داده و آن را بصورت «مجموعه ویژگیهایی که با ثبات و پایداری داشتن مشخص هستند و باعث پیش بینی رفتار فرد می شوند» تعریف می کنند.

نظری اجمالی به تعاریف شخصیت شناسی، نشان می دهد که تمام معانی شخصیت را نمی توان در یک نظریه خاص یافت. برای مثال کارل راجرز شخصیت را یک خویشتن سازمان یافته دایمی می دانست که محور تمام تجربه های وجودی بود. یا گوردن آلپورت شخصیت را مجموعه عوامل درونی که تمام فعالیت های فردی را جهت می دهد تلقی کرده است. واتسن شخصیت را مجموعه سازمان یافته ای از عادات می پنداشت و زیگموند فروید، عقیده داشت که شخصیت از نهاد (ID)، خود (Ego) و فراخود (Super ego) ساخته شده است.

### شخصیت چیست؟

شخصیت تشکیل شده است از الگوهای ویژه فکری، احساسی

شخصیت (Personality) از ریشه لاتین (Persona) که به معنی «نقاب و ماسک» است گرفته شده است و اشاره به ماسک و نقابی دارد که بازیگران یونان و روم قدیم بر چهره می گذاشتند و این تعبیر تلویحاً به این موضوع اشاره دارد که «شخصیت هر فرد ماسکی است که او بر چهره خود می زند تا وجه تمایز (تفاوت) او از دیگران باشد». شخصیت به همه خصلت ها و ویژگی هایی اطلاق می شود که معرف رفتار یک شخص است، از جمله می توان این خصلت ها را شامل اندیشه، احساسات، ادراک شخص از خود، وجهه نظرها، طرز فکر و بسیاری عادات دانست. اصطلاح ویژگی شخصیتی به جنبه خاصی از کل شخصیت آدمی اطلاق می شود.

در روانشناسی شخصیت، تعاریف مختلفی از شخصیت ارائه شده است که هر یک بر وجهی از شخصیت تأکید کرده اند. هیلگارد شخصیت را «الگوهای رفتار و شیوه های تفکر که نحوه سازگاری شخص را با محیط تعیین می کند» تعریف کرده



## شخصیت شناسی یا روانشناسی شخصیت

می‌توانیم بازتاب همه جانبه آنها را در «کتابها، تابلوهای نقاشی، و در رفتار و گفتارشان» ببینیم و روانشناسی شخصیت و نظریه پردازان این حوزه نیز از آن مستثنی نیستند.

### تاریخچه مطالعه روان شناسی شخصیت

تاریخچه مطالعه روان شناسی شخصیت به زمان یونان باستان بر می گردد. کوشش دانشمندان برای توصیف و طبقه بندی منش آدمی را می‌توان در یونان باستان ردیابی کرد. در عهد باستان، تفاوت افراد را از نظر خلق و مزاج به غلبه یکی از مزاج های چهارگانه (خون، صفرای سیاه، بلغم و صفرای زرد) نسبت می‌دادند و بر این اساس، افراد را به چهار سنخ یا تیپ شخصیتی: دموی مزاج، سوداوی مزاج (مالیخولیایی)، بلغمی مزاج و صفراوی مزاج طبقه‌بندی می‌کردند. بدین ترتیب، ضمن این که افراد به سنخ‌های مختلف شخصیتی طبقه‌بندی می‌شدند علت تفاوت‌های فردی نیز توجیه می‌شد. این نظریه شخصیت تا قرن ۱۹ هم چنان دوام یافت.

نظریه‌های شخصیت، طی دوران شکل‌گیری خود مانند هر پدیده دیگری تحت تاثیر عوامل مختلف تاریخی قرار گرفته اند. از آن میان، چهار عامل نقش موثری داشته‌اند که عبارتند از: پیشرفت طب بالینی اروپا، روش‌های روان‌سنجی، روان‌شناسی رفتارگرایی و روان‌شناسی گشتالت. علاوه بر این عوامل تاریخی، عوامل معاصر موجود نیز در روان‌شناسی شخصیت تاثیر گذاشته اند. از جمله این عوامل می‌توان از پیدایش یا تکامل رشته‌هایی مانند روان‌شناسی میان‌فرهنگی، فرایندهای شناختی، روان‌شناسی در پهنه زندگی (تمام مدت عمر) و انگیزش نام برد.

روان‌شناسان شخصیت برای مطالعه و تحقیق، از چهار نوع داده استفاده می‌کنند که عبارتند از: داده‌های مربوط به سوابق زندگی فرد، داده‌های جمع‌آوری شده توسط مشاهده‌گر، داده‌های حاصل از آزمون‌ها و داده‌های حاصل از گزارش‌های شخصی. هر یک از روان‌شناسان شخصیت، نوعی از این داده‌ها را ترجیح می‌دهند. اما همه آن‌ها در مورد فایده بالقوه هر یک از انواع چهارگانه داده‌ها تردیدی ندارند.

و رفتاری که هر فرد را از افراد دیگر متمایز می‌سازد. شخصیت، سرچشمه درونی دارد و در طول حیات، تقریباً پایدار باقی می‌ماند. روان‌شناسی شخصیت، ویژگی‌های یگانه افراد و نیز مشابهت‌ها بین گروه‌هایی از افراد را مورد مطالعه قرار می‌دهد.

### ویژگی‌های شخصیت

- ★ شخصیت، سازمان یافته و سازگار است.
- ★ شخصیت، هر چند پدیده‌ای روانی است اما تحت تاثیر فرایندها و نیازهای بیولوژیک قرار دارد.
- ★ شخصیت باعث پدیدآمدن رفتارها می‌گردد.
- ★ شخصیت از طریق افکار، احساسات، رفتارها و بسیاری چیزهای دیگر نمود می‌یابد.

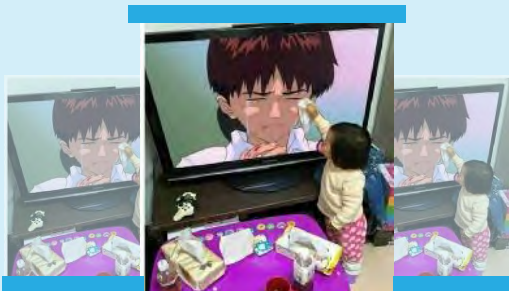
### شخصیت از دیدگاه روانشناسی

دیدگاه روانشناسی در مورد «شخصیت» چیزی متفاوت از دیدگاه های «مردم و جامعه» است در روانشناسی شخصیت افراد به گروه‌های «با شخصیت و بی‌شخصیت» یا «شخصیت خوب و شخصیت بد» تقسیم نمی‌شوند؛ بلکه از نظر این علم همه افراد دارای «شخصیت» هستند که باید به صورت «علمی» مورد مطالعه قرار گیرند این دیدگاه باعث پیدایش نظریه‌های متعددی از جمله : نظریه روانکاوی کلاسیک، نظریه روانکاوی نوین، نظریه انسان گرایی، نظریه شناختی، نظریه یادگیری اجتماعی و ... « در حوزه مطالعه روانشناسی شخصیت شده است.

### ماهیت شخصیت و انسان

یکی از جنبه‌های با اهمیت در «روانشناسی شخصیت» که در «نظریه‌های شخصیت» منعکس شده است برداشت یا تصویری است که از ماهیت «انسان و شخصیت او» ارائه شده است (یا می‌شود). این سوالها با ویژگی اصلی انسان ارتباط برقرار می‌کنند و همه مردم (شاعر، هنرمند، فیلسوف، تاجر، فروشنده و ...) همواره به روش های مختلف به این سوالها پاسخ می‌دهند؛ بطوری که





### مطالعه شخصیت

روش های چندی برای مطالعه شخصیت وجود دارد. هر روش دارای نقاط قوت و ضعف خاص خود است:

★ روش های تجربی: در این روش ها پژوهشگر متغیرهای مورد نظرش را کنترل و دستکاری می کند و نتایج را می سنجد. این علمی ترین روش تحقیق است، اما پژوهش های تجربی، هنگامی که مطالعه جنبه هایی از شخصیت نظیر انگیزه ها، هیجانات و تمایلات مورد نظر باشد، ممکن است بسیار پیچیده باشد.

★ مطالعات مردی و روش های خودگزارشی: این روش بر تحلیل عمیق فرد و همچنین اطلاعات فراهم شده از فرد تکیه دارد. مطالعات موردی به شدت وابسته به تفسیر مشاهده کننده است در حالی که روش های خودگزارشی به حافظه فرد مورد نظر بستگی دارد. به این دلیل، این روش ها بسیار ذهنی هستند و تعمیم یافته ها به جامعه ای بزرگتر دشوار است.

★ تحقیقات بالینی: این روش بر اطلاعات جمع آوری شده از بیماران بستری، در طول دوره درمان تکیه دارد. بسیاری از نظریه های مربوط به شخصیت بر پایه این نوع پژوهش قرار دارد اما به دلیل آن که موضوعات تحقیق، منحصر به فرد و نشانگر رفتار ناهنجار هستند، این تحقیق بسیار ذهنی است و تعمیم آن دشوار است.

### نظریه های شخصیت

**نظریه های بیولوژیک:** رویکردهای بیولوژیک، عوامل ژنتیکی را مسئول شخصیت می شناسند. پژوهش هایی که بر روی وراثت به عمل آمده، وجود ارتباط بین عوامل ژنتیکی و ویژگی های شخصیتی را نشان می دهد. یکی از معروف ترین نظریه پردازان بیولوژیک، هانس آیزنک است که بین جنبه های شخصیتی و فرایندهای بیولوژیک ارتباط برقرار کرد. برای مثال، آیزنک چنین عنوان کرد که افراد درون گرا دارای تحریک مغزی بالایی هستند و این امر آن ها را به سوی اجتناب از تحریک هدایت می کند. از سوی دیگر، آیزنک عقیده

داشت که برون گراها دارای تحریک مغزی کمی هستند و این امر باعث می شود که به دنبال تجربیات تحریکی بروند.

**نظریه های رفتاری:** نظریه های رفتاری، شخصیت را حاصل تعامل بین فرد و محیط می دانند. نظریه پردازان رفتاری، به مطالعه رفتارهای قابل مشاهده و اندازه پذیر می پردازند و نظریه هایی که افکار و احساسات درونی را به حساب می آورند، رد می کنند. اسکینر و آلبرت بندورا از جمله نظریه پردازان رفتاری هستند.

**نظریه های روان پویشی:** نظریه های روان پویشی شخصیت به شدت تحت تأثیر کارهای زیگموند فروید است و بر تأثیر ذهن ناهشیار (ناخودآگاه) و تجربیات کودکی بر روی شخصیت تأکید دارد. نظریه های روان پویشی شامل «نظریه مرحله روانی-جنسی» فروید و «مراحل رشد روانی-اجتماعی» اریکسون است.

فروید عقیده داشت که سه مؤلفه سازنده شخصیت عبارتند از نهاد، خود و فراخود. نهاد، مسئول کلیه نیازها و امیال است در حالی که فراخود، مسئول اخلاقیات و ایده آل ها می باشد. و خود، بین درخواست های نهاد، فراخود و واقعیت در نوسان است.

اریکسون عقیده داشت که شخصیت در طی یک سری از مراحل پیشرفت می کند و در هر مرحله برخی تناقض ها بروز می کند. موفقیت در هر مرحله به غلبه موفقیت آمیز بر این تناقض ها بستگی دارد.

**نظریه های انسان گرایانه:** نظریه های انسان گرایانه بر اهمیت اراده آزاد و تجربیات فردی در رشد شخصیت تأکید دارد. این نظریه پردازان بر مفهوم خود-شکوفایی که نیازی فطری برای رشد شخصی است تأکید می نمایند. از جمله این نظریه پردازان می توان به کارل راجرز و آبراهام مزلو اشاره کرد.



نویسنده: دانش

## نقش والدین در تربیت فرزند

تربیت فرزند دارد؟ این نوشته درصدد است تا به این گونه پرسش ها پاسخ بگوید و نقش والدین را در تربیت فرزند روشن نماید.

### نقش الگویی پدر

کودک در مسیر رشد از دیگران اثر می پذیرد و تحت تأثیر دیده ها و شنیده های بسیاری قرار می گیرد. همه آنهايي که در اطراف او هستند و به نحوی در او اثرگذارند مدل و الگوی کودک اند. پدر از همه آنها مهمتر و مؤثرتر است و این اهمیت و تأثیر تا سنین نوجوانی هم چنان ادامه دارد. رفتار پدر برای فرزند خردسال همه چیز است؛ درس است، اخلاق است، تربیت است، سازندگی یا ویرانگری است. طفل در سنین خردسالی همه چیز را از او کسب می کند. محبت، شفقت، وفاداری، خلوص و صفا، رشادت، شهامت، ادب و تواضع، عزت نفس، سجایای اخلاقی، درستکاری، پشتکار، سربلندی، شرافت و صداقت، را از او فرا می گیرد.

نقش والدین برای کودک و زندگی حال و آینده او بسیار مهم است. والدین دارای تأثیرات وراثتی و محیطی سرنوشت ساز برای کودک است، رفتار او الگو و مدل است؛ گفتار او سند است، غرور او کارساز است، جرأت او اطمینان بخش است، هیبت و وقار او سازنده است. زندگی و وجود او مایه گرمی و نشاط کودکان در محیط خانواده است.

شیوه برخورد، کیفیت اعمال انضباط، شیوه محبت یا خشونت، تزلزل یا قاطعیت در رفتار، اتکای به نفس، اقتدار و سندیت والدین برای کودک درس آموز و سازنده است. شرافت و نجابت والدین در کودک نقش مؤثر دارد به همان میزان که سلامت در او اثر دارد. کودک آلوده به دنیا نمی آید این خانواده و مخصوصاً پدر است که زمینه ساز شرافت یا آلودگی است.

بنابراین، این پرسش مطرح می شود که والدین چه نقشی در



پدران آلوده در روحیه فرزندان اثرات منفی می گذارند و ما کمتر افرادی را مشاهده میکنیم که خود پدران نادرستی باشند و فرزندشان افراد سالم به بار آمده باشند.

### اهمیت رفتار و گفتار مادر: کردار و رفتار مادر چون خون

در شریانه های کودک به جریان می افتد و شخصیت او را برای مادام العمر رنگ می دهد. جنبه الگویی مادر آن چنان مهم است که می توان گفت زمینه انحطاط و یا تعالی روان پاک فرزند تا حدود زیادی مربوط به آن است. طفل او را به عنوان الگو و سرمشق انتخاب می کند و شیوه ها و رفتارهای او را تقلید می نماید.

بسیاری از بی بندباری های افراد زاییده اشتباهات غلط مادران است و موجب اسارت و بدبختی آنها می شود، چه بسیار کودکانی که رفتاری را از مادر یاد گرفته اند و یک عمر آن رفتار مزاحم زندگی شان بوده و نتوانسته اند آن را به خوبی از خود دور نمایند.

چشم و گوش طفل چون دریچه ای باز است، می بیند و می شنود، ذهنش چون آینه است که هر چیزی در آن منعکس می شود، با این تفاوت که آینه عکس شئی را همیشه در خود نگه نمی دارد ولی ذهن کودک آن را در خود ثبت می کند. کودک حتی شیوه فکر مادر را می بیند و درمی یابد، و آنچه برداشت می کند ممکن است سازنده باشد و یا ویرانگر.

کودکان به هنگامی که در خانه تنها می شوند ادای زندگانی پدر و مادر را در می آورند. و این خود صحنه تماشایی است. مادر می تواند با رفتار خود فطرت های امانت، صداقت، وفای به عهد، حق جویی، حق دوستی، و... را در کودک احیا کند و یا آنها را بمیراند. مادر می تواند زمینه را برای هدایت فطری طفل فراهم سازد و یا موجب انحرافش از صراط مستقیم گردد. در جنبه عاطفی نیز مادران تأثیر بسیاری به روی کودکان دارند. اگر مادری دچار ترس باشد نمی تواند کودک شجاع بهروراند.

### نقش تفاهم والدین در تربیت فرزند

تفاهم والدین در تمام صحنه های زندگی، موجب استحکام پایه

برخی از روانشناسان رفتار فرزندان را انعکاسی از رفتار پدران دانسته و گفته اند تو اول کودک خود را به من بنمای، تا بگویم تو کی هستی. یعنی نحوه استدلال پدر، به کارگیری وسایل و ابزار، کینه توزی و خود خواهی او... همه در کودک نقش دارد. بر این اساس پدران در برابر رفتار شخصی خود مسؤول اند. هر آنچه را که می یابند به فرزندان یاد می دهند. افکار و رفتار او را بر این اساس جهت می دهند، موجبات رشد و یا سقوط شخصیت فرزندان را فراهم می آورند.

### تربیت فرزند از راه الگو

**اهمیت رفتار پدر:** بدون تردید الگو نقش بنیادینی در تربیت و سازندگی کودک دارد. از این رو، اگر هیچ تحلیل روانشناختی و دلیل علمی بر نقش اساسی الگوها در شکل گیری شخصیت فرد و نحوه سلوک او و نیاز همه جانبه ای که به الگوها دارد، وجود نداشته باشد، کافی است که هر فرد به همان تجربه گسترده ای که در زندگی شخصی در این خصوص دارد و احساس نیاز به الگو و تأثیر آن را عملاً و از درون در خود یافته اند، ببینند. با این توجیه باید گفت: پدران اگر بخواهند فرزند خود را بهروراند و او را به شیوه و روشی خاصی جهت دهند برنامه این است که خود باید مدل و الگوی راه و روشی باشند که آن را برای فرزند خویش خواستارند. پدرانی که بین عمل و گفتارشان، بین کردار و امر و نهی شان تفاوت است هرگز نخواهند توانست در فرزندان مؤثر باشند. و هم پدرانی که فرصت کافی برای ارتباط با فرزندان ندارند و در فرصت محدود تنها چند کلمه ای را به عنوان وعظ و نصیحت با فرزندان در میان می گذارند هرگز قادر نیستند به اهداف و مقاصدی که مورد نظر شان است برسند.

پدر باید برای کودک سرمشق صداقت، شرافت، وقت شناسی، رعایت نظافت، خوش قولی، سخاوت، جرأت و قدرت تحمل باشد. او در سایه رعایت این وظایف و برنامه ها به شخصیت فرزندان شکل می دهند و موجبات جمال معنوی و عزت فرزند را فراهم می سازد.





### الف - احترام گفتاری

شایع ترین و در عین حال ساده ترین نوع مناسبات انسانی، ارتباط کلامی است. این ارتباط به نوبه خود، در برگرفته دو پدیده «خوب سخن گفتن» و «خوب گفتن» می شود، اولی ناظر به روش و دومی به محتوا است. زمانی که همسران با لحنی مؤدبانه و احترام آمیز با یکدیگر گفتگو کرده و از روش مؤثر و سازنده ای برای ارتباط کلامی بهره می گیرند، مصداق کامل «خوب سخن» گفتن تلقی می شوند و زمانی که آنان، مطالب کامل و مضامین ارزشمند و مفیدی را به یکدیگر منتقل می نمایند واز نوعی تبادل علمی و فکری استفاده می کنند، روابط شان جلوه ای از «سخن خوب گفتن» محسوب می گردد.

سخن مرد به همسرش که (تو را دوست دارم) هیچگاه از قلب او زدوده نمی شود و اثرات مهر آفرین و بسیار مثبت آن همواره باقی می ماند. با گفتن یک جمله کوتاه می توان تمام خستگی و مشکلات و سنگینی بار زندگی و مسؤولیت زن را تلافی نمود، تا زن با نشاط و آمادگی و نیروی بیشتری به زندگی و تربیت فرزندان ادامه دهد. «ابراز محبت، تبلور نیروی محبت است. به این معنی که لازمه محبت به کسی، ابراز آن است. لذا همسرانی که از هنر

های خانواده می گردد. به ویژه با تفاهم با همدیگر علاوه بر اینکه کانون زندگی را گرم تر نموده اند، فرزندان چنین خانواده نیز، از سلامتی کامل تر و شخصیت واقعی برخوردار می گردند. بنابر این، تفاهم والدین محیط زندگی را سرشار از صمیمیت و صفا می کند؛ از این رو، محیط خانواده در تشکیل شخصیت انسان نقش بنیادین و مؤثر دارد، سنت ها، الگوها و ضوابط و قوانین آن در فرزندان اثر می گذارد. خانواده عامل انتقال فرهنگ، تمدن، آداب و سنن است و نقش و تأثیر آن، همیشگی است. تشکیل خانواده باید بر مبنای تفاهم و ایجاد فضای دوستی، پایه گذاری شود؛ زیرا در پرتو صفا و صمیمیت زندگی مفهوم واقعی پیدا می کند و فرزندانی با روان سالم تحویل جامعه داده می شود.

### تفاهم در پرتو محبت و احترام

خانواده مهمترین پناهگاه برای فرزندان است، اساس خانواده از نظر اسلام بر مبنای دوستی، محبت و احترام است. باید رابطه والدین بر مبنای عطا و مهربانی استوار باشد، از دید برخی صاحب نظران، ارتباط میان انسانها در حرف زدن و گوش فرادادن خلاصه می شود. که این دو مهارت در حوزه ارتباط انسانها به ویژه همسران محسوب می شود:

## نقش والدین در تربیت فرزند

مهم‌نثار محبت به شریک زندگی خود بر خوردارند، کامیابی بیشتری دارند. در مقابل آنچه که در زندگی برخی زوج‌های جوان به تدریج کمرنگ شده و پیوند مشترک آنان را تهدید می‌کند فقدان محبت نیست بلکه روش ابراز محبت است.

شرط دیگر تبادل عاطفی، غلبه بر «خود شیفتگی» است. پدیده‌ای که اریک فروم آن را مانع رشد و بالندگی آدمی می‌داند. بدیهی است انسانی که نقطه کانونی توجهش، وجود خودش باشد قادر به تفکر درباره دیگران و خواسته‌های آنها و نیز ابراز محبت به آنان نخواهد بود. غلبه بر «خود شیفتگی» مقدمه برای رسیدن به مرز شخصیت از خود فرا رونده است.

بدون تردید اساس استحکام و تثبیت نظام خانوادگی بر پایه محبت و احترام متقابل زن و مرد است، شعله‌های پرفروغ رأفت و مهربانی را در دل‌های یکدیگر با محبت می‌توان نگهداشت. فرزندان آن قدر که از اختلافات و دوگانگی و بی‌نشاطی و نبودن معنویت و مهربانی و عطوفت و صفا و صمیمیت رنج می‌برند، از کمبود و فقر مادی رنج نمی‌برند، مهربانی و رأفت حتماً جای فقر و کمبودهای مادی را پر خواهند نمود.

بنابراین کانون خانه در صورتی به محل امن و آسایش تبدیل می‌شود و نظام خانوادگی استحکام پیدا می‌کند که والدین با محبت و احترام با همدیگر رفتار نمایند و از برخورد های خشن و بی‌حرمتی نسبت به همدیگر در حضور فرزندان پرهیز کنند. زیرا تمامی حوادثی که در برابر فرزندان در محیط خانه اتفاق می‌افتد



در مغز آنها ضبط می‌گردد، اعصاب و مغز حساس و ظریف کودک از همان آغاز، مانند دستگاه فیلمبرداری، از تمام صحنه‌ها تصویر برداری می‌کند و در سنین مختلف در رفتارشان، ظاهر می‌گردد. البته والدین با فرزندان نیز، باید با محبت و احترام رفتار نمایند. زیرا انسان تشنه محبت است. کودک نیز که یک انسان کوچک است بیش از بزرگان به محبت احتیاج دارد؛ کودک با احساس محبوبیت آرام و راحت به رشد خویش ادامه می‌دهد و در پرتو صفات عالی انسانیت به تکامل می‌رسد. در سایه سار زلال محبت احساسات و عواطف کودک رشد می‌کند و از او انسان شایسته به وجود می‌آید. دختری که از پدر و مادر و در محیط خانه از لحاظ محبت اشباع شده در جوانی احساس محرومیت و بی‌پناهی نمی‌کند تا در مقابل چند جمله مودت آمیز یک جوان غرض ورز خود را بیازد و آینده خویش را تباه سازد. جوانی که در کانون مهر و مودت پرورش یافته احساس محرومیت نمی‌کند تا برای تسکین خاطر به کانونهای فساد و اعتیادهای خطرناک و میگزساری پناهنده گردد. کسی که در محیط سرد و بی‌عاطفه پرورش یافته از پدر و مادر مهر و محبت ندیده، یک انسان راضی و طبیعی نخواهد بود.

## ب - احترام شنیداری

در ارتباطات میان فردی «هنر خوب شنیدن» یکی از مهارت‌های مؤثر است که به معنای بالاترین میزان دقت و توجه فرد به اظهارات طرف مقابل می‌باشد و از آن به «گوش دادن فعال» نیز تعبیر می‌شود.

«هنر خوب شنیدن» روشی کارآمد و اطمینان بخش در ارتباطات انسانی به ویژه میان همسران محسوب می‌شود. زیرا به کار گرفتن آن، بیانگر میزان اهمیت و احترامی است که برای طرف مقابل قائل هستیم. وقتی با توجه کامل و عمیق به سخنان فردی گوش می‌دهیم، حاکی از این است که رعایت شخصیت او را بر خود لازم می‌دانیم. این امر، علاوه بر افزایش احساس ارزش شخصی، زمینه تفاهم و درک مقابل را نیز مهیا می‌کند. «خوب شنیدن» مهارتی است که موجب آگاهی فرد به نقطه نظرات و دیدگاه‌های طرف مقابل شده در نتیجه به بهبود و ارتقای مناسبات شان منجر می‌شود. یکی از تعابیر مربوط به تفاهم، رسیدن به نقطه دید طرف مقابل واز آن منظر به مسائل نگریستن است.



## رعایت چند نکته زیر، بر کارآمدی «هنر خوب شنیدن» می افزاید:

★ تا زمانی که طرف مقابل مشغول بیان مطالب است، از قطع کردن سخنان وی باید پرهیز کرد.

★ هنگامی که طرف مقابل سخن می گوید، از هرگونه حالتی که بیانگر احساس بی حوصلگی، ناراحتی یا بی توجهی است، باید خودداری کرد.

بدیهی است همزمان باشنیدن، نباید به انجام کارهایی همچون پاسخ دادن به تلفون، آغاز مطالعه کتاب یا روزنامه و نظایر آنها مبادرت نمود؛ زیرا این نوع اعمال، دلالت بر فاقد اهمیت بودن سخنان گوینده دارد در نتیجه باعث احساس ملال خاطر و کدورت وی می شود و بر روند ارتباط انسانی تأثیر نامطلوبی می گذارد.

بنابراین احترام متقابل زن و شوهر در صحنه های مختلف زندگی به ویژه در گفتگو با هم دیگر در حضور فرزندان باعث انتقال آداب گفتگو و احترام متقابل به فرزندان می باشد؛ زیرا والدین بهترین الگوی رفتاری فرزندان در محیط خانه است. والدین علاوه بر اینکه موظف به رفتارهای کریمانه، محترمانه و با عاطفه با همدیگر می باشد، مکلف است که با فرزندان نیز برخورد شایسته و از روی تکریم و احترام داشته باشد.



## چشم پوشی از خطاها

محیط خانه و رفتار والدین برای فرزندان، نخستین کلاس انسان سازی است؛ والدین باچشم پوشی از خطاها و اشتباهات همدیگر، در عین اینکه کانون خانواده را به صمیمیت تبدیل نموده، استوانه های خانواده را استحکام می بخشد، زمینه رشد و شکوفایی شخصیت فرزندان را فراهم می سازد. چشم پوشی از خطاها اثری مناسب در محیط خانواده دارد. کانون خانواده را با عشق و محبت نهاده می کند. فرزندان از پدر و مادر الگو می گیرند و با رفتارهای پدر و مادر خودش را تطبیق می دهند. دختران جوان، از اعمال مادرش که در

در خانواده که فضای دوستی در بین اعضای آن حاکم است، هر یکی از اعضای آن موجب دلگرمی یکدیگرند. رفتار خوب والدین باجوان و نوجوان در محیط زندگی خانوادگی، شخصیت واقعی جوان را به شکوفایی می رساند و چنین والدینی شامل رحمت الهی قرار می گیرد. « خداوند رحمت کند پدر و مادری را که فرزند خود را در کار نیک یاری نمایند و سرمشق خوبی برای او باشند.» رفتار های ناپسند والدین بافرزندان، موجب لعنت خدا می گردد: « خداوند لعنت کند واز عنایات خود دور سازد پدر و مادری را که فرزندان خود را به کار





که عمل خلاف را تکرار نکند.

۲. اگر مرتکب خطا شخص آبرومند است که از روی جهالت خلاف را انجام داده، ولی از ظواهر امر پیداست که دیگر، تکرار نخواهد کرد.

۳. در صورتی که خلافکار شخصی است عاقل و پاک سرشت و احتمال می دهیم که اگر مورد عفو قرار گیرد فطرت اخلاقی او بیدار و از کرده خود پشیمان می شود. در صورتی که والدین و مربی چنین احساسی داشته باشد باید از روش عفو و چشم پوشی استفاده نماید.

البته عفو و گذشت همیشه پسندیده نیست؛ پدر و مادر باید از خطاهای همدیگر چشم پوشی نمایند. با گذشت از خطاهای همدیگر می توانند کانون خانواده را گرم تر سازند و الگوی نیک برای فرزندان گردند. شیوه گذشت این است که افراد آبرومند و یا کسی که از عمل خطای خود، پشیمان است و یا اگر احتمال دارد که باگذشت وجدان او بیدار شده، و دوباره آن را تکرار نمی کند، از آن باید چشم پوشی و گذشت نماید

منبع: بشارت

دوران زندگی مشاهده نموده است، آداب زندگی و شوهرداری و خانه داری و بچه داری را فرا می گیرد، و به وسیله رفتار پدرش مردها را شناسایی می کند. پسران جوان به وسیله رفتار پدرش در طول دوران زندگی، درس چگونه زندگی کردن را می آموزد و با رفتار مادرش زنهارا می شناسد و برای آینده خویش تصمیم می گیرد.

### شیوه گذشت و چشم پوشی

چشم پوشی از خطا، اگر به موقع انجام بگیرد، دو اثر را در پی خواهد داشت: یکی اینکه در قلب او اثر می گذارد و نسبت به اغماض کننده علاقه پیدا می کند. دوم اینکه چشم پوشی از خطا، یک خلق پسندیده است چنین عمل اخلاقی، آن هم در برابر بدیها، فطرت اخلاقی او را بیدار ساخته و از کردار خود پشیمان می شود. چه بسا عفو و گذشت یک نوع تنبیه محسوب می شود. در چند صورت برای اصلاح افراد می توان از خطا و اشتباه، چشم پوشی نمود:

۱. اگر خطا کار از کار خطایش پشیمان شده و تصمیم گرفته

دفتر مرکزی  
۸۶۶ سرک عمومی شپور - کابل  
۰۷۹۸۷۸۶۷۸۶/۰۷۹۷۸۶۰۰۳  
mainbranch@ghazanfarbank.com



## نمایندگی های غضنفر بانک از شما استقبال

قندهار  
چوک کفتان مدد، احمدی پلازا، مقابل مارکیت صرافى - قندهار  
۰۷۹۷۸۶۰۰۱۲  
kandahar@ghazanfarbank.com



سرای شهزاده  
سرای شهزاده، منزل سوم - کابل  
۰۷۹۷۸۶۰۰۱۰  
shahzada@ghazanfarbank.com



جلال آباد  
چوک مخابرات، مقابل گل فروشی ها  
۰۷۹۷۸۶۰۰۰۸  
jalalabad@ghazanfarbank.com



شهر نو  
شهر نو پلازا، مقابل ام تی ان پلازا، شهر نو - کابل  
۰۷۹۷۸۶۰۰۴۲  
shahrenaw@ghazanfarbank.com



پلخمري  
چوک پلخمري، فيصل مارکیت، منزل دوم - پلخمري  
۰۷۹۷۸۶۰۰۳۸  
polekhmri@ghazanfarbank.com



مزار شريف  
جاده بيهقي، برج غضنفر - مزار شريف  
۰۷۹۷۸۶۰۰۸۰  
Mazar@ghazanfarbank.com



کندز  
جاده شیرخان بندر، مارکیت حاجي امان، کندز  
۰۷۹۷۸۶۰۰۷۵  
kunduz@ghazanfarbank.com



حیرتان  
بازار پتروليم، مقابل اپارتمان عباس ابراهيم زاده  
۰۷۹۷۸۶۰۰۲۲  
hayratane@ghazanfarbank.com



تخار  
چوک تخار، رسته مسجد جامع - تالقان  
۰۷۹۷۸۶۰۰۷۳  
takhar@ghazanfarbank.com



هرات  
شهر نو، جاده بهزاد، حفیظی پلازا - هرات  
۰۷۹۷۸۶۰۰۷۰  
herat@ghazanfarbank.com





## چگونه فشار خون بالا را بدون دوا کاهش بدهیم

افزایش می‌یابد. فشار خون بالا قابل پیشگیری و درمان است و با پیشگیری و کنترل فشار خون بالا مرگ و ناتوانی ناشی از بیماری‌های قلبی کاهش می‌یابد.

کارشناسان علوم پزشکی در خصوص کاهش خطر پیشرفت فشار خون بالا با رعایت چند مورد ساده براین باوراند که با کاهش مصرف نمک، فعالیت بدنی منظم، ثابت نگه داشتن وزن ایده آل، رعایت رژیم غذایی متعادل، پرهیز از استعمال دخانیات و مصرف الکل می‌توان به میزان قابل ملاحظه ای از خطر پیشرفت فشار خون بالا کاست.

بعضی از غذاها مثل غذاهای حاوی نمک یا سودیم زیاد می‌توانند فشار خون را بالا ببرند، با مصرف غذاهای شور و پر نمک مقدار زیادی سودیم وارد بدن می‌شود، به دنبال آن بدن مقدار زیادی آب جذب می‌کند تا بتواند سودیم اضافی را از خود خارج کند، این مسئله باعث افزایش فشار خون در بعضی از افراد خواهد شد.

کاهش مصرف نمک، فعالیت بدنی منظم، ثابت نگه داشتن وزن ایده آل، رعایت رژیم غذایی متعادل و همچنین با پرهیز از استعمال دخانیات می‌توان به میزان قابل ملاحظه ای از خطر پیشرفت فشار خون بالا کاست.

فشار خون در واقع همان نیروی خون است که بر رگ ها وارد می‌شود. قلب خون را به درون رگ ها پمپ می‌کند و به این ترتیب خون در تمام بدن حمل می‌شود.

امروزه فشار خون بالا یکی از مشکلات بهداشتی در جهان محسوب می‌شود. ۳۰ درصد انسان‌ها در سراسر جهان مبتلا به پرفشاری خون هستند. این نسبت با سن افزایش می‌یابد. پرفشاری خون سبب افزایش خطر حملات قلبی، سکته و نارسایی گرده ها می‌شود. فشار خون بالای کنترل نشده می‌تواند منجر به نابینایی، نامنظمی ضربان قلب و نارسایی قلبی شود. خطر این عوارض در صورت وجود عوامل خطر بیماری‌های قلبی عروقی مانند دیابت







به سکتة مغزی یا حمله قلبی را کاهش می‌دهد.

انواع سس‌ها (کچاپ - سویا)، کچالوی سرخ کرده، چیپس کچالو، جواری بریان شده، ممپلی و پفک، انواع ترشی‌های آماده و شورها، انواع پودرهای سوپ آماده، غذاهای فرآیند شده و آماده از قبیل همبرگر، سوسیس، کالباس، ماهی دودی، غذاهای کنسروی، مسکه و مارگارین، گوشت‌های پر چرب، شیر و ماست پر چرب و ماست‌های خامه‌ای، پنیرهای پر نمک و پنیرهای خامه‌ای غذاهایی هستند که مقدار نمک و روغن زیادی دارند.

چند توصیه برای کنترل فشار خون: از غذاهای متنوع استفاده کنید یعنی روزانه از مواد غذایی موجود در ۵ گروه اصلی غذایی (نان، غلات، میوه‌ها، سبزیجات، شیر و لبنیات، گوشت، حبوبات، تخم مرغ) به مقدار توصیه شده مصرف کنید. از غذاهای سرشار از فیبر نظیر نان و ماکرونی تهیه شده از غلات کامل و میوه‌ها و سبزی‌های تازه استفاده کنید. نان‌هایی را مصرف کنید که در تهیه آنها جوش شیرین به کار نرفته باشد و در نهایت از روغن‌های گیاهی بجای روغن‌های جامد و حیوانی استفاده کنید.

منبع: تسنیم

بنابراین آب اضافه شده به بدن باعث افزایش فشار بر قلب و رگ‌های خونی می‌شود. طبق توصیه‌های استاندارد بهتر است که میزان سودیم دریافتی در روز بیشتر از ۲۴۰۰ میلی‌گرم یا یک قاشق چای خوری نمک نباشد که متأسفانه اغلب افراد بیشتر از این مقدار در روز نمک مصرف می‌کنند. توصیه شده است که بیماران قلبی و افرادی که فشار خون بالا دارند و همچنین افراد بالای ۵۰ سال روزانه کمتر از ۱۵۰۰ میلی‌گرم سودیم که معادل ۳ گرم نمک است مصرف کنند.

از آنجا که فشار خون بالا و بیماری‌های قلبی عروقی در بیشتر موارد با هم ایجاد می‌شوند و همچنین کاهش مصرف چربی در کاهش وزن موثر است پس چربی به عنوان یک عامل تغذیه‌ای می‌تواند در ایجاد فشار خون بالا موثر باشد. در بیشتر موارد یک رژیم غذایی با چربی محدود برای پیشگیری و کنترل فشار خون بالا مناسب است. مصرف چربی‌های غیر اشباع که در منابع غذایی گیاهی وجود دارد مثل انواع روغن‌های مایع و همچنین اجتناب از مصرف چربی‌های جامد که دارای اسیدهای چرب اشباع هستند مثل پیه، دنبه، روغن نباتی جامد به کاهش تجمع پلاک در رگ‌های خونی کمک می‌کند. این امر خطر ابتلا

## میوه های مفید برای زیبایی و طراوت پوست

میوه ها می توانند دیگر نیازهای پوستی را برطرف کنند. برخی از ترکیب های موثر آن ها شامل موارد زیر است:

**پلی فنول ها و تانن ها:** این آنتی اکسیدان ها و آنتی رادیکال ها از پیری پوست در اثر گذر زمان، استرس، خستگی، آثار مضر نور آفتاب و آلودگی پیشگیری می کنند. بهترین منابع آن میوه هایی که به رنگ سرخ، زرد و نارنجی هستند، می باشد.

**موسیلاژها و پکتین:** این مرطوب و نرم کننده ها، نقش اساسی در حفاظت از اپیدرم ایفا می کنند. منبع خوب آن ها سیب و انگور است.

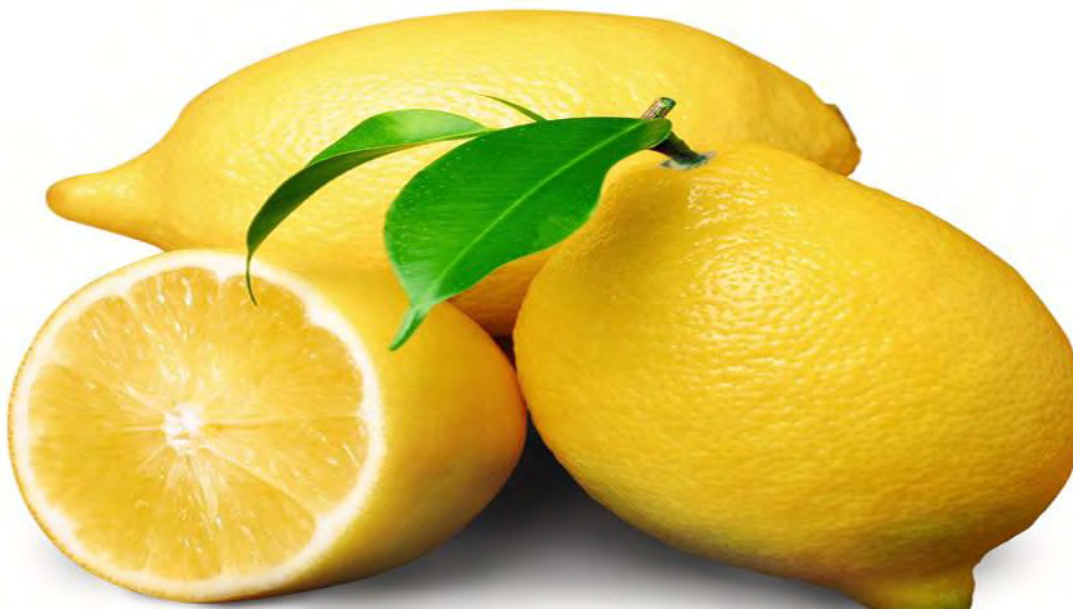
**اسید میوه های ارگانیک:** این متعادل کننده ها، جریان خون در زیر پوست را افزایش می دهند و به نوسازی سلول ها کمک می کنند. کیوی، انگور، رومی و مرکبات منابع خوب اسیدهای میوه اند.

ریتم بدن ما با توجه به ۴ فصل تنظیم شده است و پوست ما نیز در هر فصل تغییر می کند. میوه هایی که در هر فصل

با گذشت زمان، در اثر آلودگی های محیطی، نور آفتاب و استرس پوست به مرور شادابی و روشنی خود را از دست می دهد و پر از لک و چروک می شود. میوه ها و سبزی ها که در هر فصل انواع مختلفی از آن ها یافت می شود، ضد لک ها و ضد چروک های طبیعی اند که خداوند خلق کرده است. رومی، زردک، لیمو، میوه های سرخ رنگ و... تأثیر فوق العاده ای در جوان کردن و زیباسازی پوست ما دارند. در مصر باستان به خواص درمانی این گروه از مواد غذایی پی برده بودند و از آن ها به عنوان «غذاهای جاودانه» نام می بردند.

امروزه نیز متخصصان معتقدند اگر بدانید از چه میوه ای در چه فصلی و در چه شرایطی استفاده کنید و چگونه خواص ارزشمند آن ها را استخراج کنید، همیشه پوست جوان و زیبا خواهید داشت. میوه ها برای پوستمان مفیدند چون حاوی ترکیب های فعالی هستند که هر یک برای نوعی بیماری پوستی مناسب است. البته همه میوه ها، ترکیب های مشابهی مثل قندها دارند که تحریک کننده ساخت سلول های جدید پوستی است اما ورای این ترکیب ها





**لیمو؛ روشن کننده:** لیمو در تمام طول سال موجود است. هندی ها به آن «سیب طبی» می گفتند و معتقد بودند مصرف آن نه تنها برای پوست بلکه برای تمام ارگان های داخلی مفید و پرخاصیت است. این میوه غنی از ویتامین C و اسیدهای میوه است. از آن به عنوان ضدچروک، ضدلک، روشن کننده و سفت کننده می توان استفاده کرد. ترکیب های موجود در لیمو، سموم پوستی را زدوده و پوست را نرم و روشن می کند. لیمو همچنین داروی مناسبی برای موهای کدر و سست و ناخن های شکننده است. استفاده از این میوه برای انواع پوست ها جز پوست های حساس مناسب است.

**انگور؛ نرم کننده:** در طب سنتی هندی از انگور به عنوان «مروارید حیات» نام برده شده است. انگور حاوی انواع ویتامین ها، اسیدهای میوه و آنتی اکسیدان هاست. این میوه نرم کننده، رطوبت رسانی، روشن کننده و سفت کننده انواع پوست به شمار می رود.

**میوه های سرخ رنگ؛ جوان کننده:** توت فرنگی، کشمش سرخ و تمشک از جمله میوه هایی هستند که خاصیت ضدپیری دارند. آنتوسیانین که در تمام میوه های سرخ رنگ است، می تواند برخی چروک های پوستی را مرمت کند. بتاکاروتن و کلروفیل موجود در

می رسند، بهترین انتخاب برای سلامت پوستمان هستند. مثلاً در فصل تابستان بیشتر دچار آفتاب سوختگی می شویم بنابراین میوه های آبداری مثل تربوز بهترین گزینه انتخابی اند. برعکس در زمستان پوست کمتر در معرض آفتاب است و انرژی کمتری دریافت می کند. در این فصل انجیر و خرما که غنی از قند هستند، می توانند برای پوستمان مفید باشند.

نکته دیگر اینکه غیر از فصل باید به احساسات و شرایط روانی خودمان هم توجه داشته باشیم. می گویند پوست ریه سوم نسان هاست و تمام سموم فیزیکی، غذایی و روحی روی آن تأثیر دارند. با توجه به شرایط روحی مان باید به دنبال میوه هایی باشیم که آرام کننده، سم زدا یا مرطوب کننده هستند.

### خواص پوستی چند میوه

خوردن میوه ها به طور کامل یا آب طبیعی آن ها بهترین گزینه است تا از خواصی که برای میوه ها مطرح می شود بهره ببرید. البته در کنار مصرف مرتب این گروه از مواد غذایی، می توانید حداقل هفته ای یک بار از آن ها ماسک تهیه کنید و روی پوست روی تان بزنید. در ادامه، با خواص پوستی چند میوه پر مصرف آشنا می شوید:





## میوه های مفید برای زیبایی و طراوت پوست

**کدو؛ مرطوب کننده:** در قاره آسیا، کدو در گروه میوه ها دسته بندی می شود. میزان آب کدو بسیار بالاست و خاصیت نرم کنندگی و مرطوب کنندگی دارد. استفاده از این میوه در شرایطی که پوست دچار آفتاب سوختگی شده است بسیار عالی است. ماسک آن نیز به افرادی که موهای شکننده و خشک دارند، توصیه می شود. در صورتی که پوست شما خشک به نظر می رسد می توانید از کدو در غذاها یا به صورت ماسک استفاده کنید.

**رومی؛ پاک کننده:** رومی خاصیت پاک کنندگی و روشن کنندگی دارد. در صورتی که پوست شما جوش های سرسیاه می زند رومی می تواند لایه بردار مناسبی باشد. رومی همچنین خاصیت ضدالتهابی دارد و برای سوختگی های سطحی و زخم های پوستی بهترین درمان است. میزان اسیدهای میوه در رومی فرنگی بسیار بیشتر از میزان آن در لیمو یا سایر مرکبات است. به همین دلیل استفاده موضعی از آن برای پوست های حساس توصیه نمی شود اما بهترین گزینه برای پوست های چرب یا مخلوط است.

**بادرنگ؛ مرطوب و پاک کننده:** ۹۵ درصد بادرنگ را آب تشکیل داده است به همین دلیل نرم کننده و خنک کننده خوبی برای پوست است و می تواند سموم را از روی پوست دفع کند. بادرنگ، حاوی ویتامین B۶ است و میوه ای آرام بخش و ضد استرس محسوب می شود.

این میوه ها نیز محافظ اپیدرم است و باعث تنفس بهتر پوستی می شود. این میوه ها پاک کننده های قوی هستند و باعث تصفیه خون می شوند و از این نظر اثر قابل توجهی بر پوست و بافت های زیرین آن دارند. در صورتی که دچار آفتاب سوختگی هستند، تمشک و کشمش سرخ بهترین درمان هستند. استفاده از این میوه ها برای تمام انواع پوست ها به خصوص پوست های چرب مناسب است.

**زردک؛ ضد پیری:** زردک غنی از ویتامین به خصوص ویتامین A است و خاصیت ضدالتهابی، جوان کننده و محافظت کننده دارد و نه تنها باعث کاهش چروک های پوستی می شود بلکه با انواع عفونت های پوستی هم مقابله می کند. استفاده از زردک برای تمام پوست ها به خصوص پوست افراد تحت پرتودرمانی توصیه می شود.

**گریپ فروت؛ سفت کننده:** گریپ فروت نیز همانند لیمو غنی از ویتامین ها و آنتی اکسیدان هاست. میزان قند و ترکیب های سفت کننده در این میوه بیشتر است و به همین دلیل می تواند روند پیری پوست و بروز چین و چروک را به تأخیر بیندازد. از سوی دیگر گریپ فروت، مرطوب کننده خوبی است و از خشکی پوست پیشگیری می کند. استفاده از این میوه برای تمام انواع پوست ها به خصوص پوست های حساس توصیه می شود. گریپ فروت بهترین پاک کننده پوستی است. این میوه ضد عفونی کننده، قابض و بسیار مقوی است و به نوسازی سلول های پوستی به خصوص پوست های چرب کمک می کند.





## معرفی محترمه نرگس نهان بحیث سرپرست وزارت معادن و پترولیوم

محترم دانش سکتور خصوصی را به عنوان یک بازوی پرتوان وزارت دانست و خواهان همکاری نهاد های جامعه مدنی، رسانه ها و متشبثین خصوصی در این راستا شد. آقای دانش افزود: وزارت معادن نیاز کلی بر سیاست گذاری استراتژیک اقتصادی، توجه اساسی و بنیادی به معادن کشور، رشد منابع بشری جهت رسیدن به خودکفایی اقتصادی کشور دارد و این وزارت یکی از کلیدی ترین نهاد اقتصادی در افغانستان است.

در ادامه محترم نرگس نهان سرپرست وزارت معادن و پترولیوم ضمن خواهان همکاری کلی و جدی کارمندان این وزارت؛ معادن را به عنوان وسیله انکشاف اقتصادی دانست و تاکید نمودند تازمینه سازی سرمایه گذاری و همکاری با سکتور های خصوصی مهیا گردد. محترم نرگس نهان پیش از این در سمت های ریاست انسجام و پالیسی اداره امور، رئیس خزاین وزارت مالیه، معاون دانشگاه کابل و معین وزارت معارف و تحصیلات عالی کار و فعالیت نموده است.

بر اساس حکم جلالتمآب محمد اشرف غنی رئیس جمهوری اسلامی افغانستان، محترم نرگس نهان در تاریخ ۱۲ حمل ۱۳۹۶ خورشیدی به عنوان سرپرست وزیر معادن و پترولیوم توسط محترم محمد سرور دانش معاون دوم ریاست ج.ا.افغانستان رسماً معرفی و به زودی برای گرفتن رای اعتماد به مجلس نماینده گان خواهند رفت.

محترم سرور دانش معاون دوم مقام عالی ریاست ج.ا.افغانستان در حالی محترم نرگس نهان را به عنوان سرپرست وزارت معادن و پترولیوم معرفی می نمود که اولویت های حکومت وحدت ملی را آوردن اصلاحات، استخدام کارکنان مسلکی امور معادن و پترولیوم، تعدیل و بررسی شماری از قوانین معادن، مقرر ه ها، نگرش و بازنگری کلی بر تشکیلات نظارت و مدیریت قرار داد های این وزارت خواند و در ضمن خواهان همکاری کارکنان این وزارت با خانم نرگس نهان سرپرست وزیر معادن و پترولیوم گردیدند.



## خلوت و تنهایی در عرفان اسلامی

خداشناسی و درک وحدت خواهد بود، عزلت و خلوت است. شیخ اکبر محی الدین معروف به ابن عربی در باب خلوت در چند اثر حرف زده که از آن دسته رساله «تحفه السفره و الانوار فیما یمنح صاحب الخلوه من الاسرار» را می توان نام برد، اما بحث این یادداشت کوتاه بیشتر گزارشی از نظریات او در رساله اسرار الخلوته است؛ رساله ای خواندنی که در طریقی نظام مند شروع به تبیین اسرار تنهایی یا به بیان فنی تر و دقیق تر در عرفان اسلامی و ابن عربی عزلت و خلوت کرده است.

آسین پلاسیوس دلیل توجه ابن عربی را به مساله خلوت در این می داند که احتیاط ها و حفاظت های لازم در خلوت بین سوفیان آندلس آنچنان معمول نبوده است و این نقصان در راه عرفا و سوفیان برای رسیدن به خلوت بوده است.

ابن عربی معتقد است پیش از خلوت باید که سالک شرایطی را کسب کند. یعنی پیش از ورود به خلوتگاه باید آمادگی کسب کند. اولین کار طهارت ظاهر و باطن است و بعد روزه جسم (حسی) و جان (معنوی) بعد از اینها سالک باید به مقام زهد رسد و سپس به توکل. بدون توکل در خلوتگاه سالک خبری از انوار علوی نیست.

از نظر عرفا خلوت برای رسیدن به اهداف الهی واجب است نمی توان ترک مردمان و موجودات نکرد، احتیاجات مادی را به کمترین حد نرساند، خود را فارغ از نگرانی های دنیوی به نفس مشغول نداشت و ره به سوی حقیقت نبرد.

خود این ترک مردمان، احتیاجات درک عمیقی از خلوت و چگونگی فرو رفتن در آن را می طلبد. عارف باید به سکوت و سکون و حرکت درونی و چابکی روح خو بگیرد و آشنا شود.

عرفان بیش از هنجارها و اصول رفتاری شرع که برای همه آدمیان است، طریقت است، یعنی راهی است برای حرکت به سمت حقیقت. عارف در مسیری نسبتاً طولانی با انجام اعمالی که اصالت شان به هدفی رفیع است و خود هدف نیستند، به سر منزل مقصود که همان رسیدن به حقیقت و علت العلل و اصل هستی است نظر می کند.

در راه رسیدن به هدف، عرفان منزل ها و مقامات مختلفی توصیه می کند، چون فقر و بی نیازی، زهد و وارستگی، ذکر و تمرکز، انس به الله و گذر از تن و... یکی از منزل های عرفان که بسیار مورد تاکید است و سرمنشأ خودشناسی و در نهایت





## خلوت و تنهایی در عرفان اسلامی

او می گوید حتی در حالت رفیع کرامت اگر همه هستی را به شخص هدیه کنند، او باید به ادب اخذ کند، یعنی همان مقدار بگیرد که مأمور است و همه چیز در زندگی از آن جهت بگیرد که مظهر خداست.

خلوت برای عرفا همان طور که از محتوای رساله ابن عربی برمی آید تنها برای بر گذر از خود، یافت وارستگی و سلامت نفس نیست بلکه طریق و راهی برای رسیدن به وحدت و درک خدا در همه عالم و زدودن حجاب هستی است.

منبع: جام جم



در مقام توکل است که خلوت نشین کراماتی را کسب می کند که اولی دیدن غیب ها و اسرار نهان است و دومی کسب مکارم اخلاق و طهارت کامل دل. او باید به تقلیل طعام و ترک شرب آب بپردازد و پس از کامیابی در عزلت به خلوت درآید.

در دستگاه معرفتی ابن عربی آن که عزلت می جوید سه نیت دارد، اول نگه داشتن خود از شر مردم. دوم مردم از شر خود که ابن عربی می گوید این مهم ترین و متعالی تر از اولی است. سومین نیت به گفته ابن عربی عزلت برای ایثار صحبت مولی است؛ این سومی راهی است برای وقوف یافتن به سر وحدانیت و عبور از خود به جهت معرفت الهی. ابن عربی عزلت را که همان دوری از مردمان و اجسام است مقدمه خلوت می داند.

عزلت همان گوشه گیری، تنهایی و فارغ شدن از مردمان است که به نوعی تمرین نفس است و با قلت کلام و طعام و منام (کمتر خوابیدن و شب زنده داری به قصد تسبیح و ذکر) همراه است.

در این حالت به توصیه ابن عربی جهت تمیز و وارستگی نفس باید که حتی از تخیل یا خیالات فاسده دوری کرد و مشغولیت خود را صرفاً ذکر قرار داد. نفس در این حالت تنها باید غرق در محبت شود و از عالم اجسام و امکان فاصله بگیرد. وقتی از عالم امکان ترقی کند گویی که از عالم حجاب برداشته می شود و سالک با رب خود متحد می شود.

ابن عربی در ادامه رساله اسرارالخلوت به کراماتی حاصل از خلوت خواهد بود، اشاره می کند و این که گزیننده خلوت که به درجه ترقی از عالم مادی می رسد باید چه کند که همچنان حق طلب و حق جو باشد و در توانایی فرامادی خود به راه شیطانی و ناحق نرود. او می گوید عارف باید در این حالت از خدا جز خدا طلب نکند؛

خلاف طریقت بود که اولیا

تمنا کنند از خدا جز خدا



# نفسستان

● ● (ویژه شعر و ادب)

## کرشمه نگاه

با کرشمه نگاهت آتش افروختی درونم  
زان روز اول به عشق تو گرفتار چو مجنونم  
شیرین من بیا که من همچون فرهاد  
از کوهکنی خسته و افسرده و دلخونم  
در راه تو از کوهکنی ننالم هرگز  
این دوری دوست کزان سخت جگرخونم  
قاسمت ننوشد می جز پیمانه نگاهت  
بی دکلمه نام تو نگذرد شراب از گلونم  
"سید محمد قاسم سادات"

## قصه های ناتمام

این هیاهوی زمانه قامت گل راشکست  
نسترن های وجودش شاخ سنبل راشکست  
ناله ها فریاد ها گوش فلک را زد بهم  
بیگمان درمرز گیسوقاب کاکل راشکست  
رفته ام در وادی صحرا بگوش من رسید  
سوژه های نامشخص بزم بلبل راشکست  
رسم یار و دلبری اینگونه میباید عزیز...!  
لا اقل در ذهن خود خوی تغافل راشکست  
این سکوت تلخ و نا آرام طنین انداز نیست  
لیک درظاهر نوایش بانک محمل راشکست  
قصه های ناتمامت رابخوان "شاهین" دمی  
مرگ آمد ناگهان و عشق کامل راشکست  
محمد بشیر "شاهین"

سرمایه عیش، صحبت یاران است  
دشواری مرگ، دوری ایشان است  
چون در دل خاک نیز یاران جمعد  
پس زندگی و مرگ به ما یکسان است  
خلیل الله خلیلی

## رمز سخن

سفر کردم سفر در راه یک تک دلبر ، دل بر  
چه راه ها و چه دلبر ها مرا بگذشته است از سر  
که تا پیدا کنم سیمین خیال نازک اندیشم  
که مروارید باران شد مرا دامن زپا تاسر  
چو می بردم به دامنم گهر های سخن ها را  
بگفتا خوش سخن ! باز آ بیا ! الماس ها بر بر  
زالماس سخن های خوشش برداشتم چندی  
بگفتا دل منم در تر جمانی های دلبر ، سر  
به خودپیچیده افتادم من از شوق لقای او  
بگفتا دل چو از رمز سخن های خوش دلبر

نفیسه خوشنصیب غضنفر

ما ز یاران چشم یاری داشتیم  
خود غلط بود آنچه می پنداشتیم  
تا درخت دوستی کی بر دهد  
حالیا رفتیم و تخمی کاشتیم  
گفت و گو آیین درویشی نبود  
ورنه با تو ماجراها داشتیم  
شیوه چشمت فریب جنگ داشت  
ما خطا کردیم و صلح انگاشتیم

حافظ

ای دل ز زمانه رسم احسان مطلب  
وز گردش دوران سرو سامان مطلب  
درمان طلبی درد تو افزون گردد  
با درد بسازو هیچ درمان مطلب  
خیام

گر بر سر نفس خود امیری، مردی  
بر کور و کر، ار نکته نگیری، مردی  
مردی نبود فتاده را پای زدن  
گر دست فتاده ای بگیری، مردی

رودکی





چې ښکلا ته دې جهان ګوته په خوله شي  
بيا سينگار وکړه او ناوې د ايشيا شه  
بيا کاروان مې که د ژوند په مرګي لوټ شي  
خير دی يو ځل خو په ژوند ياره زما شه  
پير محمد کاروان

په ښه خوی د بد خواهانو بې پروا يم  
په نرمۍ لکه اوبه د اور سزا يم  
و هر چا ته په خپل شکل څرګندېږم  
اينه غوندې بې رویه بې ریا يم  
رحمان بابا

چينې!  
ته که شي مينه خپل مين ته به سوغات کې څه شی یوسي؟  
چينې وويل: يخي يخي شان سندرې او رنې رنې هندارې  
شنه ځنگله!  
که مين شوې څه به یوسي؟  
مازيګر سره څو کريری او چغارې  
پسرليه؟  
د ګلابو درموندنه  
شينکي ستوريه!  
سترګونه سترګونه  
سپينو وريځو!  
څو اوښلن او ښلن لرونه  
سره غا ټوله؟  
خپل کنگل کنگل اورونه  
او اسمانه؟  
دبوچۍ رنگين ټالونه  
تورې شپې! ته به څه یوسي؟  
په خپل پراخ وريښمين څادر کې شنه خوبونه  
ښکليه باده؟  
خور اوربل ته يې نڅاوې  
کانيه! ته به څه شی یوسي؟  
ګونګه ژبه او چوپتياوې  
نورمحمد لاهو

د زړګي پر تخت مې کپنه ښکليه راشه  
زه سلام درته کوم ته مې بادشاه شه  
د ښو اغزو مې پرڅه درته راوړه  
خادمانو ته دې ګويه په خدا شه  
په پردو چرو مې زړه ټوټی ټوټی دی  
مينې راشه پر زخمونو بې دوا شه  
د سبا باده غوټی په زړه زخمي ده  
پټ په غوړ کې ورته ووايه چې راشه  
د يتيم ژړا خو عرشه پورې لاړه  
د وطن مورې لاس جګ کړه په دوعا شه  
مجنونان به تر څو ګرځي سرګردانه  
آزادی له خدا شنه شه شاليلآ شه  
د سپرلو قاصده وشينده ګلونه  
د فردوس منظرې جوړه په صحرا شه  
د وطن چمن مې لو لپه لمبه شو  
خدایه ورکه د باروتو اژدها شه  
اوردې شپې مې په ژوندون باندې خوريري  
د سبا ګرېوان کې لمره په ځلا شه  
ارمانونه مې په خاورو کې پراته دي  
په مزار بې ياره راشه مسيحا شه  
يه په زړه ظالمه عشقه خبر نه يې  
مهجور عشق وو زاره چاودی شو پخلا شه  
په وطن چې د وحدت نارې خورې شي  
دا بلا د ځان ځانې تالا والا شه





## جملات طلایی

(یک جمله ارزشمند می تواند زندگی انسان را دگرگون و هدفمند کند)

قسمت چهل و پنجم :

- سعادت مانند توپ فوتبال است وقتی از ما دور می شود دنبال آن می دویم و وقتی می ایستد با یک ضربه آنرا از خود دور می سازیم . (شاتو بریان)
- قهرمان واقعی کسی است که سبب خوشی دیگران می گردد. (مونترلان)
- برای اینکه بشر بتواند در دنیا خوشبخت زندگی کند باید از قسمتی از توقعات خود بکاهد. (شامفور)
- احمق هیچوقت سعادتمند نمی شود. (سیسرون)
- امید جزیی از خوشبختی است. (ژوبر)
- خاطره یک خوشبختی هرگز خوشبختی نخواهد بود اما خاطره درد و رنج همیشه درد و رنج است. (لردبایرون)
- ما همیشه دیگران را بیش از آن حدی که خوشبختند، خوشبخت تصور می کنیم. (منتسکیو)
- برای آنکه بتوانید خوشبخت زندگی کنید اسرار خود را به هرکس نگوئید. (فلوریان)
- گاه انسان در مقابل بعضی بدبختی ها از خوشبختی خود احساس شرم می کند. (لابرویر)
- بندرت شخصی یافت می شود که بگوید همه عمرش خوشبخت زیسته است. (هوراس)
- مردم هرگز خوشبختی خود را نمی شناسند، اما خوشبختی دیگران همیشه دیدگان شان مجسم است . (پیردانی نوس)
- عده ای از مردم، تماشاگر خوشبختی اند و طول حیاتشان صحبت از خوشبختی می شنوند، اما هرگز بدون آنکه واقعا آن را بشناسند از جهان می روند. (کتاویرنر)
- ما باید برای خوشبخت زیستن موقعیت های مناسب ایجاد کنیم، نه اینکه در انتظار آن باشیم. (فرانسیس بیکن)
- اساس خوشبختی های مادی بر اعداد و ارقام بنا شده است. (بالزاک)
- خوشبختی در این است که شخص بداند که چه می خواهد و آنچه را آرزو دارد مشتاقانه بخواهد. (فلیسین ماریسو)
- راز موفقیت زندگی را فقط افرادی آموخته اند که در زندگی موفق شده اند. (جان کولیتز)
- یک زندگی را وقتی می توان با خوشبختی قرین دانست که شروءش با عشق شود و ختمش با جاه طلبی. (پاسکال)
- کار کنید تا به آسایش برسید بکوشید تا به موفقیت نایل شوید. (توماس آکبس)
- وقتی خوشبخت هستیم همیشه خوب جلوه می کنیم اما وقتی خوب باشیم همیشه خوشبخت نخواهیم بود. (اسکاروایلد)
- صحت، جمال ، سرمایه و رفیق و همکار پله های نردبان سعادت اند. (ساموئید)
- استفاده از موفقیت های کوچکی که پیش می آید پر منفعت تر از این است که بیهوده شانس بزرگتری آرزو کنیم که شاید هرگز بدست نیاید. (ج-وانامیکر)
- آرزو یک خوشبختی بزرگتر، پیوسته ما را از لذت خوشبختی که از آن بهره مندیم باز می دارد. (ژاک دوال)
- خوشبختی در این است که حدود و همه چیز را بشناسیم و به آن احترام بگذاریم. (رومن رولان)
- برای آنکه بتوانید با دیگران در کمال آرامش زندگی کنید از آنها جز آنچه می توانند در راه تان نثار کنند چیز دیگری نخواهید. (تریستان برنارد)
- هرگز برای تمتع از خوشبختی، امروز و فردا مکن. (آندره ژید)
- مردم موفق امروز کودکان جسور دیروز بوده اند. (دیسرائیلی)



- بدبختی می تواند به ما بیاموزد که خوشبخت باشیم. (ژول رومن)
- خوشبختی وجود ندارد و ما خوشبخت نیستیم، اما می توانیم این حق را به خود دهیم که در آرزوی آن باشیم. (آنتوان چخوف)
- خوشبختی تنها در علم نیست، بلکه در طریقه استفاده از آن است. (اوگاریو)
- خوشبختی هماهنگی آرزوها با حوادث روزگار است. (ناشناس)
- راز خوشبختی در این است که کاری را که مجبور به انجام آن هستید دوست بدارید. (هاکسلی)
- وظیفه اصلی و اساسی کلمه قدرت این است که در خوشبختی بشر بکوشد. (هانری دورلثان)
- یکی از ناشناخته ترین لذت ها در زندگی حرف زدن با خویشان است. (فرانسیس اواتر)
- هرگز قدر آن روزهایی که در کمال خوشبختی زندگی می کردیم نمی دانیم، مگر زمانی که برای همیشه آن ساعات خوش را از دست داده باشیم. (توماس ولف)
- بسیاری از آنهایی که به ظاهر خوشبختند در پنهانی رنج می برند. (ماسیلون)
- بنا کردن عمارت خوشبختی بسیار دشوار، و خراب کردن آن سخت آسان است. (ناشناس)
- یکی از بهترین طریق خوشبخت شدن این است که انسان معتقد باشد که واقعاً خوشبخت است و یا روزی خواهد شد. (گوستاو یولون)
- خوشبختی به کسانی روی می آورد که برای خوشبخت کردن دیگران می کوشند. (آبدو ولیل)
- سعادت مثل پروانه ای است که روی برگهای گل بخواب رفته باشد به مجرد اینکه نزدیکش بروی بالهای خود را باز کرده و در فضا پرواز می کند. (آندره توریه)
- بزرگترین سعادت فرار از فلاکت است. (الیوت)
- خواستار سعادت دیگران بودن بزرگترین خوشبختی هاست. (الثر)
- حسن شهرت و نام نیک بزرگترین سعادت هاست. (شیلر)
- سعادت دیگران بخشی مهم از خوشبختی ماست. (رنان)
- خوشبخت کسی است که حاکم بر وجود خویشان باشد. (ناشناس)
- هنگام نیکبختی است که باید بیمناک بود. هیچ چیز تهدید آمیز تر از سعادت نیست. (موریس مترلینگ)
- به دست آوردن خوشبختی بزرگترین فتح زندگی است. (ناشناس)
- انسان خوشبخت کسی است که حوادث را با تبسم و اندکی دقت به علت وقوع آن قبول کند. (موریس مترلینگ)
- انسان موفق کسی است که زندگی خود را به دست خود بسازد. (آرتور شوپنهاور)
- خوشبختی خانوادگی، طولانی ترین، محکم ترین و شیرین ترین سعادت هاست. (ولتر)
- شرط اساسی برای کسب موفقیت، توانایی در عمل است. (آنتونی رابینز)
- سعادت در این دوره فقط دانستن مقصود زندگی است. (تولستوی)
- اگر به موفقیت خود واقعا ایمان داشته باشید، حتماً پیروز خواهید شد. (ناشناس)
- تمام انسانهای موفق به یک نتیجه رسیده اند که باید قدر ارزشهای خود را بدانند. (متنوس)
- موفقیت از آن کسانی نیست که هرگز دچار ناکامی نمی شوند، بلکه متعلق به آنهایی است که هرگز از تجدید مبارزه بیم ندارند. (هنری فورد)
- خوشبختی پاداش نیست، یک نتیجه است. (رابرت اینگرسول)



## حکایت و اندرز

### فضیلت قناعت

جوان دست انداخت و به راحتی آن را از ریشه خارج کرد.  
پس از چند قدمی که گذشتند، به درخت بزرگی رسیدند که شاخه های فراوان داشت.  
استاد گفت: این درخت را هم از جای بر کن.  
جوان هرچه کوشید، نتوانست.

استاد گفت: بدان که تخم زشتی ها مثل کینه، حسد و هر گناه دیگر هنگامی که در دل اثر گذاشت، مانند آن نهال نورسته است، که براحتی می توانی ریشه آن را در خود بر کنی ولی اگر آن را واگذاری، بزرگ و محکم شود و همچون آن درخت در اعماق جانت ریشه زند. پس هرگز نمی توانی آن را بر کنی و از خود دور سازی. بنابراین قبل از این که نهال کینه و حسد در اعماق وجودت ریشه زند و کندن آن غیر ممکن شود، آن را از ذهن دور کن و نهال دوستی بنشان.

درخت دوستی بنشان که کام دل به بار آرد  
نهال دشمنی بر کن که رنج بی شمار آرد

جوانمردی را در جنگ تاتار جراحی هول رسید. کسی گفت: فلان بازرگان نوش دارو دارد اگر بخوای باشد که دریغ ندارد. گویند آن بازرگان به بخل معروف بود. جوانمرد گفت: اگر خواهم دارو دهد یا ندهد و گر دهد منفعت کند یا نکند. باری، خواستن ازو زهر کشنده است.

هرچه از دو نان به منت خواستی در تن افزودی و از جان کاستی

\*\*\*\*\*

بازرگانی را دیدم که صد و پنجاه شتر بار داشت و چهل بنده و خدمتکار. شبی در جزیره کیش مرا به حجره خویش درآورد. همه شب نیارامید از سخنهای پریشان گفتن، که فلان انبارم به ترکستانست و فلان بضاعت به هندوستان و این قبال فلان زمینست و فلان چیز را فلان زمین.

گاه گفתי خاطر اسکندریه دارم که هوایی خوشست. باز گفתי نه که دریای مغرب مشوشست. سعدیا سفری دیگرم در پیشست اگر آن کرده شود بقیه عمر خویش بگوشه ای بنشینم. گفتم: آن کدام سفر است؟ گفت: گوگرد پارسی خواهم بردن بچین که شنیدم قیمتی دارد و از آنجا کاسه چینی بروم آرم و دیبای رومی بهند و فولاد هندی بحلب و آبگینه حلبی بيمن و برد یمانی بپارس. وزان پس ترک تجارت کنم و بدکانی بنشینم. انصاف از این ماخلویا چندان فرو گفت که بیش طاقت گفتنش نماند. گفت: ای سعدی تو هم سخنی بگو از آنها که دیده ای یا شنیده ای. گفتم:

آن شنیدستی که در صحرای غور بارسالاری بیفتاد از ستور  
گفت چشم تنگ دنیا دار را یا قناعت پر کند یا خاک گور

\*\*\*\*\*

### داستان استاد و شاگرد

استادی با شاگرد خود از میان جنگلی می گذشت. استاد به شاگرد جوان دستور داد نهال نورسته و تازه بار آمده ای را از میان زمین بر کند.







## محاوره اوزبیگی (۲۳)

عزیزالله ارال

از کتاب "محاوره دری - انگلیسی - اوزبیگی"

| سال                                     | Year                                            | ییل                                                  |
|-----------------------------------------|-------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| هزارونه صد و نود و پنج<br>(۱۹۹۵)        | One Thousand Nine Hundred<br>Ninety Five (1995) | بیر مینگ توقیز یوز تۇقسان بېش<br>(۱۹۹۵)              |
| درآستانه سال<br>هزار و نه صدو هفتادوهشت | On the eve of 1978                              | بیر مینگ توقیز یوز یېتمیش<br>سککیزینچی ییل عرفه-سیده |
| در طول سال                              | All year round                                  | ییل بویی                                             |
| سال کبیسه                               | Leap year                                       | کبیسه ییلی                                           |
| سال گذشته                               | Last year                                       | اوتگن ییل                                            |
| سال آینده                               | Next year                                       | کېله-سی ییل                                          |
| امسال                                   | This year                                       | بو ییل                                               |

| تاریخ                       | Date                      | تاریخ                                                                |
|-----------------------------|---------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| امروز تاریخ چنداست؟         | What's the date today?    | بوگون تاریخ نېچه؟                                                    |
| امروز ۲۶ جولای است          | Today is the 26th of July | بوگون جولای آیی نینگ یېگيرمه<br>آلتینچی کونی                         |
| در ماه اگست سال ۱۹۵۸        | In August 1958            | بیر مینگ توقیز یوز اېللیک سککیزینچی<br>ییل-نینگ اوگوست آیی-ده        |
| اول ماه می نوزده شصت و چهار | On May 1, 1964            | بیر مینگ توقیز یوز آلتیمیش تۇرتینچی<br>ییل می آیی نینگ بېرینچی سی-ده |
| در سال نوزده نودوچهار       | In 1994                   | بیر مینگ توقیز یوز تۇقسان تۇرتینچی<br>ییل-ده                         |



| فصل ها              | Seasons            | فصل لر       |
|---------------------|--------------------|--------------|
| (ازمستان) در زمستان | winter (in winter) | قیش (قیش-ده) |
| بهار                | Spring             | کوکلم        |
| تابستان             | Summer             | یاز          |
| خزان                | Autumn             | کوز          |
| زمستان              | winter             | قیش          |
| خزان گذشته          | Last autumn        | اوتگن کوز    |
| آخرهای بهار         | Late spring        | کوکلم سؤنگگی |
| زمستان سخت          | Severe winter      | قتتیق قیش    |
| بهار زودرس          | Early spring       | ابرت بهار    |

...ادامه دارد