

غضنفر بانک

ماهنشاًء اقتصادی - اجتماعی - فرهنگی

سال هفتم - شماره های ۷۴ - ۷۵ - ۷۶ ثور و جوزاًی ۱۳۹۴ ذورشید



امضای تفاهمنامه احداث نخستین نیروگاه تولید برق گازی در کشور با غضنفر گروپ





ماستر دبٹ کارت غضنفر بانک

مشتریان محترم می توانند با ماستردبٹ کارت غضنفر بانک هر مرتبہ مبلغ 200 دالر امریکایی و یا معادل آن به افغانی از طریق ماشین های ATM دریافت نمایند.

مقدار معامله در یک روز:

- معاملات نقدی: 5 مرتبه — مبلغ مجموعی 1000 دالر
- خریداری از طریق ماشین های پاز: 15 مرتبه — مبلغ مجموعی 7500 دالر

برای معلومات بیشتر با این شماره تماس بگیرید: +93(0)792 214 214

تسلسل آموزش کارمندان در غضنفر بانک

موفقیت و توسعه یک نهاد وابسته به کیفیت عملکرد کارمند و میزان رضایت مشتری از ایشان می باشد. تنها آموزش و ارتقای سطح دانش کارمندان می تواند زمینه های ارائه خدمات بهتر و رضایت مشتری را جلب کند. براین اساس غضنفر بانک همواره زمینه های آموزش کارمندان خود را در داخل و خارج از کشور فراهم می نماید.



غضنفر بانک، بانک من و تو

بیست و یکمین نشست نمایندگان پروژه تاپی در کابل



فهرست مطالب

سرمقاله

- ۲ به استقبال از روز جهانی کارگر

اقتصادی

- ۳ امضای تفاهمنامه نخستین نیروگاه تولید برق گازی در کشور
- ۶ بیست و یکمین نشست نمایندگان پروژه تابی در کابل
- ۷ نفت او د همه د بیو د بدلون اقتصادی اغذی
- ۱۱ سیاست پولی و نقش آن در بهبود بانکداری
- ۱۵ نشست مجمع جهانی اقتصاد
- ۲۰ استقبال کشورهای جهان از بانک ابتکاری چین
- ۲۲ طرز تنظیم منافع بانکی در جهان
- ۲۶ فنون سرمایه‌گذاری
- ۲۹ نمایندگی های غضنفر بانک

اخبار و گزارش های اقتصادی

- ۳۰ نشست مشورتی متخصصین بانکداری اسلامی
- ۳۱ تدویر ورکشاپ آموزش بانکداری اسلامی
- ۳۲ کاهش سود بانکی در هندستان
- ۳۳ عوامل سقوط بهای یورو
- ۳۵ گشایش نمایشگاه صنایع ملی افغانستان در کابل
- ۳۶ بیل گیتس ثروتمندرین فرد جهان

اجتماعی

- ۳۷ پیام بانوی اول افغانستان به مناسبت روز جهانی زن
- ۳۸ چگونه با مشکلات مبارزه کنیم
- ۴۰ نقش موجودات زنده ذره بینی بدن انسان در تحفظ صحت
- ۴۵ قلعه اختیار الدین (ارگ هرات)
- ۵۰ تاریخ پیدایش مکتب یوگا
- ۵۳ عالیم و راه های مبارزه با افسردگی
- ۵۵ خواص شگفت انگیز کبوی
- ۵۷ نیلوفر رحمانی، شجاع ترین زن سال ۲۰۱۵ در جهان

ادبی

- ۵۸ انسان و بت اکبر نفس
- ۶۰ نیستان (ویژه شعر و ادب)
- ۶۲ جمله های طلایی
- ۶۵ حکایت و اندرز
- ۶۶ محاوره اوزبیکی
- I What Is the Importance of Commercial Banks?



صاحب امتیاز: غضنفر بانک

مؤسس: محمد اسماعیل غضنفر

مدیر مسؤول: نور احمد فهیم

هیأت تحریر

سرمحقق عبدالباری راشد

سرمحقق شیر علی تزری

معاون سرمحقق عبدالحکیم رامیار

دیزاینر: نویدالله محمدی

اداره ماهنامه غضنفر بانک در ویرایش
مقالات دست باز دارد.

آدرس: ۸۶۶ سرک عمومی شیرپور
کابل- افغانستان

+۹۳(۰)۷۹۷۸۶۰۰۸۸

Email: magazine@ghazanfarbank.com

www. ghazanfarbank.com

چاپخانه: مطبوعه بهیر

سخن ماه

به استقبال از روز جهانی کارگر

مالحظه دریافت می نمایند و بر اساس آن قیمت بازار تنظیم می گردد، از سوی دیگر یک تعداد از کارگران و کارمندان از حقوق و مزایای ناچیزی برخوردار اند که بسیاری از آنها توان درمان، ادامه تحصیل و حتی سیرکردن شکم فرزندان خود را ندارند. بنابرین تقاضای اکثریت مردم افغانستان بویژه قشر کارگر این است که دولت وحدت ملی باید در جهت تعديل حقوق کارمندان و کارگران اقدام نماید تا هموطنان ما بتوانند از مزایای زندگی یکسان برخوردار شوند.

گرچه بعد از بازگشت امنیت نسبی و تشکیل حکومت موقت در کشور بسیاری از نهاد های خصوصی از جمله غضنفر گروپ و غضنفر بانک در کنار نهاد های دولتی و خصوصی دیگر در جهت آفرینش زمینه های کار گام های بلند و ارزشمندی را برداشتند. غضنفر گروپ با ایجاد ذخیر بزرگ نفت و گاز در بسیاری از مناطق کلیدی کشور، تشکیل رادیو لحظه، تشکیل شرکت غضنفر کانکریت، ساخت شهرک غضنفر، تشکیل ترانسپورت غضنفر، ایجاد شرکت ساختمانی غضنفر، تشکیل پالایشگاه غضنفر، ایجاد تانک تیل غضنفر، تأسیس شرکت تولید و صنعتی آریا استانبول، ساخت برج غضنفر و افتتاح یکی از مدرنترین ذخایر زیر زمینی مواد نفتی در میدان هوایی بلخ همچنان غضنفر بانک با تشکیل یازده نمایندگی در سراسر کشور نه تنها منجر به حل مشکلات مردم، آبادانی و توسعه اقتصاد کشور گردید بلکه برای هزار ها نفر زمینه های کار را نیز فراهم نمودند.

پس بباید با استقبال از این روز فرخنده در جهت فراهم نمودن زمینه های کار برای کارگران کشور دست به دست هم داده به زحمات آنها ارج بگذاریم تا مردم مظلوم و ستمدیده کشور ما از آوارگی و دیگر آلام و مصائب گوناگون نجات یافته و زندگی شرافتمدانه را در داخل کشور و در کنار خانواده های خود سپری نمایند.

۱۱ ثور (May) مصادف است با روز جهانی کارگر، همه ساله در این روز کارگران در سراسر جهان گرد هم می آیند تا ضمن تقویت سربوی شورش کارگران آمریکایی در اول ماه می ۱۸۸۶، مخالفت خود را از شرایط غیر عادلانه بودن قوانین کار و زندگی در جامعه بیان کرده و خواسته های شان را برای دستیابی به حقوق حقه شان بیان کنند.

روز جهانی کارگر، روز گرامیداشت افرادی است که قدرت تفکر، مهارت، خلاقیت و توان آنان در خدمت بازسازی، تولید، رفاه و آسایش جامعه قرار دارد. ثمره بازسازی و نوسازی کشور مدیون زحمات این قشر زحمتکش است.

در تعلیمات دینی نیز آمده است که کار کردن برای تأمین معاش، مانند مبارزه در راه خداست، اسلام از تبلی و تن آسایی بیزار است و آن را مایه فساد و تباہی جامعه می داند. در صدر اسلام نیز مردم از طریق کشاورزی، بازگانی، شبانی و کارگری امداد معاش می کرندند و حتی از درآمد کار خود با نیازمندان و ایتام نیز کمک می کرندند.

روز جهانی کارگر در حالی در کشور ما گرامی داشته می شود که کارگران کشور ما نه تنها در افغانستان بلکه در سراسر جهان بویژه کشور های همسایه با مشکلات متعددی از جمله بحران بیکاری، نبود امنیت شغلی، خودداری کشورهای میزبان از صدور جواز اقامت و جواز کار، عدم موجودیت بیمه در مقابل حوادث، پائین بودن دستمزدها، افزایش روز افزون کرایه خانه و فاصله میان درآمد و مصارف زندگی مواجه هستند.

گفته می شود یکی از مشکلات اساسی کارگران کشور ما عدم انسجام طبقه کارگر با سازمان های نوپای کارگری است و این امر موجب شده است که سازمان های مدافع حقوق کارگران از مشکلات کارگران بی خبر مانده و نتوانند از حقوق آنها حمایت کنند. از سوی دیگر امتیازات کارمندان و کارگران بر اساس قانون کار کشور تنظیم نشده است، دیده می شود که تعدادی از کارمندان و کارگران امتیازات قابل



امضا تفاهمنامه احداث نخستین نیروگاه تولید برق گازی در کشور

تفاهمنامه نخستین نیروگاه تولید برق گازی با هزینه ۷۵ میلیون دالر میان شرکت غضنفر نفت و گاز، وزارت معادن و پترولیم، وزارت انرژی و آب، وزارت مالیه، شرکت برشنا و سازمان مالی بین المللی (IFC) روز چهار شنبه ۲۳ ثور ۱۳۹۴ خورشیدی در کابل به امضا رسید.

بر اساس این تفاهمنامه، نخستین نیروگاه برق گازی افغانستان با سرمایه ۷۵ میلیون دالر از سوی شرکت غضنفر نفت و گاز و همکاری نهادهای فوق الذکر در شهر مزار شریف تشکیل می‌شود. این فاکریکه برق گازی ۵۰ میگاوات برق تولید می‌نماید و حدوداً ضرورت برق ۵۰۰۰ فاکریکه تولیدی را فراهم نموده و برای ۵۰۰۰ نفر به صورت مستقیم زمینه کار مساعد می‌گردد.

محترم دیپلم انجنیر عبدالقدوس حمیدی معین تنظیم و انسجام وزارت معادن در بخشی از سخنان خود گفت: امروز با امضای تفاهمنامه احداث نخستین نیروگاه برق گازی افغانستان با شرکت غضنفر نفت و گاز، در تاریخ صنعت کشور یک روز تاریخی به شمار می‌رود، زیرا توسعه صنعت بدون برق و انرژی غیر ممکن است. وی افزود: بر اساس این تفاهمنامه کار کمیسیون تحقیکی این پروژه رسمی آغاز می‌شود، بانک جهانی برای تسهیل این پروژه همکاری میکند و ماهم به خاطر رشد صنعت و تولید برق در داخل کشور با تاجران ملی که مصمم به انجام پروژه های زیربنایی هستند، از هرگونه همکاری دریغ نخواهیم کرد.



محترم شجاع الدین ضیایی معین وزارت انرژی و آب ضمن آرزوی موفقیت برای شرکت غضنفر نفت و گاز گفت: امروز جای بسیار خوشی است که زمینه های تولید انرژی از منابع داخلی با سرمایه داخلی و از سوی متتبثین داخلی مساعد گردیده است. و این افتخار را شرکت غضنفر نفت و گاز کسب کرد. وی افزود: تولید انرژی یکی از اولویت های دولت وحدت ملی به شمار می‌رود، زیرا افغانستان با وجود منابع تولید انرژی سرشار از جمله آب، خورشید و باد با کمبود انرژی مواجه است.





محترم عبدالرزاق صمدی رئیس شرکت برشنا در قسمتی از سخنان خود گفت: تولید برق با استفاده از منابع طبیعی کشور یکی از آرزوهای دیرین مردم افغانستان بود. وی از اقدامات دولت وحدت ملی در راستای تصویب قانون تنظیم خدمات برق قدردانی کرد و از وزارت محترم معادن و پترولیم تقاضا کرد که گاز را ارزان تر در اختیار این پروژه قرار بدهد تا برق ارزانتر داشته باشیم.



محترم شفیق احمد قاری زاده معین وزارت مالیه اظهار داشت: خوشحالم که امروز شاهد امضای تفاهمنامه بی هستیم که زمینه های خودکافایی انرژی و برق کشور را فراهم می نماید. وی افزود وزارت مالیه از پروژه هایی که منجر به خود کفایی کشور می شود، حمایت کرده است. وی اظهار امیدواری نمود که با تشکیل چنین نیروگاه هایی نه تنها خود کفا بلکه صادر کننده برق در منطقه باشیم. آقای قاری زاده تعهد نمود که در جهت موفقیت این پروژه همکاری خواهیم کرد.



محترم پاپ سم رئیس شرکت مالی بین المللی (IFC) متعلق به بانک جهانی ضمن عرض تبریک به شرکت غضنفر نفت و گاز و دولت افغانستان گفت: ما در راستای احداث و موفقیت این پروژه با شرکت غضنفر نفت و گاز به صورت همه جانبه همکاری خواهیم کرد.



محترم الحاج محمد اسماعیل غضنفر رئیس شرکت غضنفر نفت و گاز در بخشی از سخنان خود گفت: خداوند متعال را شکر گذارم که یکبار دیگر توفیق عنایت فرمود تا غضنفر نفت و گاز با همکاری نهاد های بین المللی و وزارت خانه های محترم انرژی و آب، معادن و پترولیم، وزارت مالیه، شرکت برشنا و دیگر نهاد های ذیربط در جهت تطبیق پروژه های زیر بنایی کشور به ویژه تشکیل نخستین نیروگاه برق گازی افغانستان رسالت ملی خویش را ادا نماید.

قابل یادآوری است که افغانستان هم اکنون بیشترین قسمت برق مصرفی خود را از کشورهای همسایه وارد می کند، در حالی که از منابع سرشار تولید برق برخوردار است که اگر بتواند از این ثروت خدا دادی به نحو احسن استفاده نماید نه تنها برق مورد نیاز کشور را تولید خواهد کرد بلکه صادر کننده برق نیز خواهد بود.



گوشة از مراسم امضای تفاهمنامه

احداث نیروگاه برق گازی توسط شرکت غضنفر نفت و گاز



بیست و یکمین نشست نمایندگان پروژه تاپی در کابل

Turkmenistan, Afghanistan, Pakistan, India (TAPI)

بر مبنای توافق بیست و یکمین نشست هیات رهبری تاپی، جانب ترکمنستان اطمینان داده است که برای تطبیق این پروژه قرار است یک تفاهم نامه بین شرکت توtal فرانسه و دولت ترکمنستان به زودی به امضا برسد. همزمان مذاکرات با دوشرکت نفتی رستک روسیه



وپرولیم پایپ - لاین جمهوری خلق چین که برای رهبری کنسورسیوم اظهار علاقمندی نموده اند، نیز ادامه خواهد یافت و در زود هنگام نتایج مذاکرات با هیات رهبری کشورهای ذینفع این پروژه ارایه خواهد شد. همچنان انتظار میرود یک تفاهم نامه میان سهم داران شرکت تاپی به زودی بین چهارتصدی و شرکت مربوطه کشورهای ذیدخل جهت مدیریت این پروژه به امضا برسد.

پروژه تاپی برای اولین بار در کنفرانس همکاری های اقتصادی منطقه‌ی (رکا) در سال ۲۰۰۵ منعقده کابل میان چهار کشور مطرح و سپس موافقت نامه آن امضا گردیده است.

با تطبیق این پروژه درسی سال آینده با اعمار یک هزار و هفتصد کیلومتر پایپ - لاین که هفتصدوسی کیلومتر آن در خاک افغانستان اعمار خواهد شد، سالانه به مقدار سی و سه میلیارد متر مکعب گاز از کشور ترکمنستان به افغانستان، پاکستان و هند انتقال خواهد یافت.

بیست و یکمین نشست وزرای کشورهای ذیدخل در پروژه پایپ لاین گاز (تاپی) روز پنجشنبه مورخ ۲۸ حوت ۱۳۹۴ خورشیدی در قصر دلکشای ارغ ریاست جمهوری اسلامی افغانستان برگزار شد.

این نشست به رهبری وزارت معادن و پترولیم افغانستان و به همکاری وزارت امور خارجه با اشتراک وزرای معادن و پترولیم کشورهای ذینفع این پروژه، افغانستان، ترکمنستان، پاکستان و هندوستان به شمول هیات عالی رتبه و تکنیکی کشورهای اشتراک کننده در کابل برگزار شد.

در این نشست روی موضوعات عمده و اساسی جهت نزدیک شدن به فاز چهارم - اکشاف و آماده سازی پروژه که نهایتاً به فاز پنجم یعنی عملی سازی پروژه می‌انجامد بحث گردید. این پروژه در مطابقت طبق جدول زمانی طرح شده به پیش می‌رود.

نفت او د هغه د بيو د بدلون اقتصادي اغېزې

عربانو هغه د «نفتا» په بنېد مادی زېبی خخه اخيستې ده. نفت ته په انگلیسي زېبه پتروليم (Petroleum) وايي چې له دوو برخو «پترو» د تيرې په مانا او «اوليوم» د زونبا يا غورو په مانا ده.

اومه نفت هغه فوسييلي، هايدروکاربني سوزبدونکي تينګ مایع دي چې قهوه يې، شين او يا هم تور رنګ لري او د ځمکې د پوست په پورپيو کې پیدا کېږي. د منخته راتلو سر چینې بې د مليونونو کلونو په ترڅ کې د بحری ژونديو اجسامو تر خاورو لاندې کېدل او کيمياوي بدلونونه دي چې د پېړيو، پېړيو په ترڅ کې ترسره شوي دي. شاو خوا ۴۵۰۰ کاله مخکې آشوريانو، سومريانو او بابليانو د دي مادي سره آشنايې د رلوده او د کربړ په بنې يې د عايق کولو لپاره تري کار اخيست. روميانو او یونانيانو هم هغه د کښتيود عايق کولو، تودولو او روښانولو په خاطر کارول.

اومه نفت چې د ګاز سره یو خای په نفتی
حوضوکې پیدا کېږي د استحصال ورسوزېدونکي
هايدروکاربونونو خخه جوردي چې په ترکيب کې بې
په بېلاپلو کچو سلفر نايتروجن او درانه فلزات هم
وي، په دې توګه نفت، د غیر نفتی توکو د ګډوالی د
کچې پر بنا سره وپشل کېږي. په ټولیزه توګه په اومه
نفتونکي بنzin، گازوئيل (دیزل) سپین او تودونکي
نفت (Heating Oil) شتون لري چې د چان کولو په
پايله کې لاسته راتلای شي. په دې توګه کوم نفت چې
کمه ناخالصي ولري او سپک هايدروکاربونونه په
کې ڈېر وي، په آسانه او په بېړه استحصال شي.

نفت د انژیکی او صنعتی توکی په توګه د
انسانی ژوند لپاره د ډیرو اهمو توکو په لړ کې خای
لري نفت د هغه لوړنیو اړینو او اهمو موادو خخه
دي چې د انسانی تمدن او په تېرہ بیا د صنعت او
ټکنالوژۍ په رامنځته کولو، بهایه کولو او
پرمخبيولو کې بېستېز رول لوړولی دي

هسى چى د نولسمى پېرى پە نىمامىي كې د
جىيمزاۋات پە وسیلە د بخار پە مىستە د فعالپۇنکو
مۇتوروونو پە اختراع سرە د صنعتى انقلاب لومپى
پېراو بىلل كېرىي، د ھەمىي پېرىي وروستىي كلونە پە
صنعت كې د نفت او بىرىنىدا انزىش پە كاريدىو سرە د
صنعتى انقلاب دوھم پېراو پىل كېرىي، چى د نېپىوال
صنعت د تارىخ ليكونكو پە آند دا مرحلە تر
كلونو چى د دې وروستە الكترونىيىكى او اتومى
ماشىئونە او دىستگاوى مناختە رائى دوام كۆي

د نفت کلیمه په لغوی مفهوم د «Naphtha» یونانی کلیمې خخه اخیستل شوې ده او په فرانسوی زې به کې د «Naphte» په بنه کارول کېږي. په اوستايانی زې به کې د «پتا» په بنه لیدل کېږي. کلدانیانو او



نفت او د هغه د بیو د بدلون اقتصادي اغپزې



کې د بیو پرثبات باندې راز، راز اغپزې کولې او مصروفونکو صنعتی هبادونو ته د منفي اغپزو د متوجه کولو ترڅنګ د نفتو بازارونه بې بې ثباته کول، نو په دې عرصه کې د تولیدونکو هبادونو د همغږي او خوملتیزو کمپنیو په وړاندی د سیاسی او بنکیلاکې ضد عمل او د بازار غونښتونه د متناسب څواب ویلو په موځه په ۱۹۶۰ م کال کې د نفت لرونکو او صادرونکو هبادونو سازمان (اوپک) منحثه راغي چې په پیل کې بې سعودی عربستان، عراق، ایران، کويت او وینزویلا غږي و، وروسته بیا الجزایر، اندونیزیا، لیبیا، قطر، گابون، اکوادور او عربی متحده امارات ورسه یو څای شول د اوپک سازمان د نفتو په بازار کې د بیو د ثبات او انډول کولو ترڅنګ د غرو هبادونو د عمومي او نفتی سیاستونو د همغږي سره مرسته کوله.

د نفتو تولیدونکي او مصروفونکي هبادونه د دې مادې په تراو د سیاسی او اقتصادي بحرانونو لوی تاریخ لري او ډېرې لورې او ژوري بې لیدلي دي د «نړیوالې اطلاعات نامي» د مالوماتو پربنا ويکیپدیا معلوماتی اړګان په ۲۰۱۳ م کال کې د نړۍ د نفتو زیرمې ۱۳۹۲۴۶.۱۰۵ میلیون بوشکو په شاوخوا اټکل کړي دي بوشكه (barrel) د نفتو د اندازه کولو واحد ده چې ۱۵۹ لیتره (42 ګیلنې) طرفیت لري دې ذیمو خڅه ۲۲ سلنې په ونزویلا،

سپک خام نفت (Light Crude Oil) او د دې پر خلاف درانه خام نفت (Heavy Crude Oil) نومېږي په دې ترڅ کې خواره خام نفت (Light Sweet Crude Oil) هغه سپک نفت دې چې د سلفر کچه بې کمه وي پاتې دې نه وي، کله چې خام نفت به چانچایونو کې چان کېږي د لاسته راغليو اساسی تېلونه علاوه پاتېشونی بې هم ارزښت لري او د صنعت په بېلا بلو برخو کې کارول کېږي

د انسانی تمدن په پراخېدو سره انسانانو د طبیعي نورو نعمتونو ترڅنګ د نفتو کارولو ته پام واړاوه او د ټکنالوژيو په پرمختګ سره بې د نفتو پلته او را ایستل پیل کړل د یولسمی زیبودیزې په نیمايی کې د وخت په پرمختللو ټکنالوژيو د نفتو کیندنه او را ایستل او د همدي پېړي په وروستي کې بې چان کول پیل شول چې ورو، ورو د سونګ موخونه علاوه په کیمیاوى صنعت کې بې د یوه اړین توکي څای خپل کړ.

د دوهمی نړیوالی جګړي خڅه وروسته نفت په ټوله نړۍ کې د یوه ستراتېژیک توکي په توګه مطرح شول ټینو وروسته پاتې نفت لرونکو هبادونو د هغه د اهمیت په پوهېدو سره د خپلو هبادونو د اقتصادي ودې او پراختیا او ان د نورو هبادونو په وړاند د فشار د وسیلې په توګه کار اخیستل ترې پیل کړل. همدا راز، له دې کبله چې دا ماده د ټولو صنعتی هبادونو د صنعت یوه اړینه برخه ګرزاډلې وه لویو او پرمختللو صنعتی هبادونو هڅه کوله ترڅو د نفت لرونکو هبادونو سره اړیکې او آن چې پر هغوي د فشار را او پلوا امکانات ولنيوي

خرنګه چې د نفت لرونکو بېلو هبادو له خوا د نفتو د نا انډوله تولید او د عرضې کچو په بازارونو



شاوخوا 44 سلنے نفت مصروفی نو باید هغه د
تولیدونکو او د هغه د ملاترو هبادونو په لاس کې
یوه سیاسی وسیله وي.

نفت د دې ترڅنګ چې د درلودونکو هېډونو
له پاره یو نعمت او موھبېت دی ھنې وختونه یې د
ھغوي لپاره د مرګ او اقتصادی بدېختیو د وسیلې
بنې خپله کړي ده چې ژوندي مثال یې عراق او ليبيا
هېډونه دی د دې هېډونو پخوانیو چارواکو د
نفتود عرضي د سیاستونو په اړوند د نړۍ د سترو او
زېرخواکوهېډونو غونښتنې نه څواب کولې، نو
سزا یې د دوی مرګ او د هېډونو یې وېجارتیا
و، که د نفتو اقتصادی کارونو ته کته وشي جو تېږي
چې تر د پره د هغه د بیو نه ثبات سیاسی رینې لري

د نفتو کابو خلویښت کلن تاریخ ته په کتو سره
جو تپږي چې د نفتو بیې د دوو عاملو پربنا تاکل
شوي دي:

لومری: د واقعی عرضی او تقاضا پربنا. دوهم: د
وراند و پینو او انتظار پر اساس.

انژری ته تقاضا د اقتصادي فعالیتونو سره نه
شلبدونکې اړیکې لري نو که تولیدونکې فکروکړي
چې بې لورېږي نو په پانګونو لاسپورې کوي چې له
امله بې تولید زیاتېږي او د زیاتې عرضې لامل
کېږي اما که د بیود د زیاتوالی انتظار شتون ونلري
پانګوال پانګو ته زړه نه بنې کوي تولید کمېږي او په
پایله کې د عرضې د کموالي له امله بې لورېږي

د 1970 کال خخه تر 1980 کلونو پوري، په صنعتي پرمختليليو هپوادونو کي د اقتصادي رکود، په 1979 کال په ایران کي د اسلامي انقلاب او په

19 سلنہ په سعودی عربستان، 12.58 په کانادا، 9.88 په ایران، 8.26 په عراق، 7.47 په کویت، 5.33 په روسیہ پوری تراو لری چې مجموعه یې 84.52 سلنہ کېږي په دی توګه پاتی 15.48 سلنہ نوری زیرمی د امریکې د متحده ایالتونو په گډيون د نړۍ په 90 هیوادونو کې واقع دي

تر او سه پوري په نړۍ کې په 32 زرو نفسي
حوضو کې شاوخوا 3.6 ميليونه د نفتو خاوي کيندل
شوې دي چې تر ټولو ډپري د امریکا په وچه کې تر
هغه روسته روسيي او تر ټولو کمې يې په منځني
ختیئ کې دی چې ويبل کېږي شاوخوا 150 ته رسپرې



په معاصره نړۍ کې د Ҳینو هېوادونو د ژئوپولتیک ترڅنګ، د نورو انډیو ژئواکونومیک دېر د پامور ګرزېدلی دی له هغه وخته چې نفت د صنعت یو اړینه ماده ګرزېده، د دې مادې درلودونکي هېوادونه د اقتصادي او سیاسی لحاظه د پامور ګرزېدل او د بنکیلاک ګرو او ذېرخواکونو پامې خاتمه وړواړو.

له هغه خایه چې نفت یوه اقتصادی اهمه ماده ده
نو په پراخه توګه د سیاسی موخو لپاره هم کارول
شوې ده. د یوې خبرنې د پايلو پر بنا د نړۍ پر
مختللي هپوادونه نفتو ته ډپره اړتیا لري او د بازار



لګول هغه هبوا دېته اړکې تر خود خپلو نفتو بېږي راتېتې کړي. له بلې خوا مخکې به د امریکا متحده ایالتونو د ورځې یو میليون بوشکې شيل نفت 2014 (Shale Oil) بازار ته عرضه کول اما د 2014 میلادی کال را پدیخوا یې هغه 2.5 میليونو بوشکو ته لوره کړي دي په ترڅ کې عربستان چې د نویو خاوا پر کیندنه یې پانګونې کړي دي حاضر نه دی د پخوا په پرتله د نفتو په عرضه کې کموالي راولي.

د اقتصادي شنوونکو له نظره د اوستني نړیوال بحران په شتون سره د متحده ایالتونو او عربستان له خوا د پخوا په شان د نفتو عرضه به د هغه بېږي نوري هم راتېتې کړي او خینې نفت لرونکي هبوا دونو ته به اقتصادي زيانونه واړوي بله خوا سیاسي شنوونکي دا مسئلله د اوستني سړي جګړي یوه برخه بولی او په دې آند دي چې متحده ایالتونه او د هغه پلوي هبواونه غواړي پر روسيه، ایران او د لاتېتې امریکا پر نفت لرونکو هبوا دونو باندي د خپلو سیاسي اهدافو په خاطرد فشار په توګه کار واخلي، څکه چې د روسيې او ایران اقتصادونه د نفتو پر عايد ولاړ دي او دوي د خپلو لګښتونو او د هغه بندیزونو د اغېزو د کمولو له پاره چې لوبدیز پردوی لګولی دي د نفتو خرڅلوا ته اړدي او د بیو د تېټېدو سره د هغوي زيرمو ته تاوان اوږي له بلې خوا عربستان یو بدایه هبوا دی او 900 میليارډ پالر اسعاری زېرمۍ لري او متحده ایالتونه هم یو زېرڅواک دي چې د نفتو د بیو په تېټېدو د کوم د پامور ګواښ سره نه مخامخ کېږي اما د وينزویلا غوندي وروسته پاتې هبوا د چې د پامور اسعاری زېرمۍ هم نلري او ټول اقتصاد بې د نفتو په پيسو ولار دی د بیو په راتېتېدو سره له لوبيو اقتصادي ستونزو سره مخامخ شي.

1980م کال د ایران او عراق د جګړي له کبله د عربی هبوا دو نفتی صادرات کم او د هغه نړيوالي بېږي لورې شوي. د دې نه وروسته تر 1991 کال پورې چې په نړۍ کې سیاسي او اقتصادي وضعه په بنه کېدو شوه او د ځینو هبوا دونو اقتصاد خپله وده پیل کړه، نو د نفتو صادرات هم پیل او بېږي په بازارونو کې راولوبدې. اما په 1991 کال د عراق او امریکا تر منع د شخري له امله او په 2003م کال د امریکا له خوا بر عراق د حملې په پایله کې د نفتو بېږي چې د 1980 کلونو وروسته یو خه را تېتې شوي وي بېرته لورې شوي.

د نفتو د بیو د نوسان په اړه دا واقعيت تل شتون درلودلى دی چې وړاندې لیدونو تل اغیزه درلودلي ده. په 2008 کال په امریکا کې د استوګنو د بحران پیل چې له امله بېږي ودانیز صنعت تکنی شو په بازار کې د څو اوښو په ترڅ کې د نفتو بېږي د 140 ډالرو څخه نیمایې ته راولوبدې. په دې کلونو او د هغه وروسته د خلورو پنځو کلونو له پاره د چین د اقتصاد د غورېدو او په منځنې ختیئ کې د جګړي او بحرانونو دوام (د اضافي عرضې د نشتولی له کبله) د نفتو بېږي د 100 څخه تر 115 ډالرو پورې په نوسان کې پاتې شوي. د هغه اټکل چې ممکن د نړیوال اقتصادي بحران لمن چې د 2008م کال را پدیخوا په پرمختلليو هبوا دونو کې حاکم دی ورو، ورو تر 2015 کال پورې ټوله شی نه یواحی چې تحقق ونه موند بلکې د چین اقتصادي وده چې اوښ مهال د پرمختللي صنعت خاوند دی هم پخه شوه او هم دا هبوا د هڅه کوي نور خان د هايدرو کاربنې انژری ته د تړلیتا څخه خلاص کړي او نورو انژریو لکه اتمى، لمريز او د باد انژریو ته مخه کړي. له بلې خوا د لوبدیزو هبوا دونو له خوا پر روسيه د تحریمونو

سیاست پولی و نقش آن در بهبود بانکداری

ابزار های سیاست پولی آن دسته از متغیر های پولی است که به طور مستقیم به وسیله حاملان و ناقلان سیاست پولی معین میشود؛ مثلاً: نرخ بهره که از سوی بانک مرکزی معین و تثبیت میگردد.^(۱۸۱:۳)

بازار های سیاست پولی زیاد میباشد که به طور نمونه چند مورد آنرا مختصراً توضیح میدهم:

عملیات بازار آزاد: درhaltی که اقتصاد تمایل انفلاتیونی دارد، دولت در صدد کاهش عرضه پول میشود. بدین منظور اوراق قرضه دولتی را در بازار بورس می فروشد. بنکها این اوراق را می خرند و بدین وسیله پول شان به بنک مرکزی میروند و آنها دیگر توان پرداخت وام و اعتبار را برای سرمایه گذاری نخواهند داشت. بر عکس درhalt رکود، بحران و بیکاری بنک مرکزی وارد بازار بورس شده و اوراق قرضه دولتی را که در اختیار بنکهای تجاری میباشد خریداری میکند، بدین وسیله پول نزد بنکها افزایش می یابد و آنها می توانند به مشتریان خود وام و اعتبار بدھند.

این وامها برای سرمایه‌گذاری در تولید به مصرف می‌رسد، در نتیجه بیکاری را کاهش میدهد و یا اینکه این وامها صرف خرید کالا می‌شود که به طور مستقیم و یا غیر مستقیم تولید کالا، تشبیه، و سکاری، ۱ کاهش، میدهد.

نرخ بانک: بانک‌ها در یک نظام اقتصاد بازار از یک طرف پس انداز مردم را می‌گیرند و از طرف دیگر این پس انداز‌ها را به متلاطفیان قرض میدهند. به این تفاوت که نرخ بهره بانکی که بانک از وام گیرنده به دست می‌آورد در مقایسه به نرخ بهره که بانک به پس انداز کننده‌ها میدهد بلند تر است. بانکها در مقابل ا-



سیاست پولی یکی از اجزای سیاست اقتصادی بوده که دولت ها به منظور نایل آمدن به اهداف اقتصادی از قبیل: ثبات قیمت ها، اشتغال کامل، ثبات پولی و غیره از آن استفاده می نمایند. بنابر آن قبل از همه لازم است تا سیاست پولی تعریف و ابزار های تعمیل آن توضیح شود. "سیاست پولی عبارت از تمام اقدامات و تدبیری است که بانک مرکزی جهت تغییر (کنترول) عرضه پول انجام میدهد. " (۶۶:۱) به عباره دیگر سیاست پولی سیاستی است که میکوشد از طریق تغییر و تنظیم عرضه پول و سطح ساختارنخ بهره یا سایر شرایط اعطای اعتبار و تسهیلات پولی سطح فعالیت های اقتصادی را تنظیم کند.

سیاست پولی از طریق هدفها و ابزارهای آن
بانک مرکزی که ناقل، حامل و مجری آن است مشخص
میشود. اعمال سیاست پولی نیاز به درک و استنباط مستند و
محکمی از عملکرد های تأثیر گذار آن دارد. روابط اقتصاد
خارجی و تضاد های آن با سیاست عمومی اقتصادی
محدودیت های برای سیاست پولی فراهم می آورد.

سیاست پولی و نقش آن در بهبود بانکداری

صورت کل میتوان گفت که سیاست پولی دو نوع است: یکی سیاست پولی انساطی و دیگری سیاست پولی انقباضی. دولتها با خاطر نایل شدن به اهداف مختلف اقدام به تعمیل این دونوع سیاست پولی میکنند. هرگاه جامعه مواجه به تورم (انفلاسیون) باشد دولت تلاش می نماید از طریق تعمیل سیاست انقباضی انفلاسیون را مهار کند، بدین معنا که از طریق افزایش نرخ بهره، کاهش سرمایه گذاری و تقاضای کل، حجم پول در گردش را کاهش دهد. این کار از طریق ابزار سیاست پولی؛ مانند: فروش اوراق قرضه و امثال آن ممکن شده می تواند. با فروش اوراق قرضه همانطور که گفته شد ذخایر بانکهای تجاری کاهش یافته، قدرت اعتبار دهی آنها کم شده و درنتیجه حجم پول در گردش کاهش می یابد. در اثر کاهش حجم پول نرخ بهره افزایش یافته و در نتیجه سرمایه گذاری بخش خصوصی و تقاضای کل کاهش می یابد.

بر عکس زمانیکه اقتصاد به رکود مواجه باشد دولت اقدام به تعمیل سیاست پولی انساطی میزند. بدین معنا که بانک مرکزی به منظور مقابله با رکود از سیاست انساطی استفاده میکند. در تعمیل این سیاست بانک مرکزی سعی میکند تا حجم پول در گردش را افزایش داده نرخ

قرضه که به قرضه غیرنده میدهد آنها اوراق بهادر دیگر را به تضمین می گیرند.

وقتی صاحبان پس انداز برای دریافت پول شان به بانکها مراجعه می کنند آنها اوراق بهادر را نزد بانک مرکزی میبرند و با نرخ بهره معین نقد میکنند، آن نرخ را نرخ بانک میگویند. هرگاه بانک مرکزی بخواهد عرضه پول در جامعه کاهش یابد نرخ بهره را افزایش میدهد که دیگر هیچ بانکی نمیتواند وام بدهد و اگر بخواهد نرخ بهره وام را افزایش دهد هیچ کس تقاضای اخذ قرضه را نخواهد کرد.

- نسبت نقدینه گی بانک: از نظر قانونی بانک ها مجبور هستند که فیصدی معینی از پس انداز مردم را به صورت نقد نگهدارند تا اگر مشتری برای دریافت پس انداز خود مراجعه کند بانک توان پرداخت را داشته باشد. بانک مرکزی به زیاد و کم

کردن نسبت نقدینه گی می تواند قدرت قرضه دهی بانک ها را زیاد یا کم کند و بدین وسیله بر عرضه پول تأثیر بگذارد.

- ذخیره قانونی: هر بانک مؤظف است مقدار سپرده نزد بانک مرکزی داشته باشد. با کم وزیاد کردن مقدار این سپرده، بانک مرکزی می تواند توانایی بانکها در پرداخت قرضه وازآنجا عرضه پول در جامعه را کنترول نماید. (۶۶۷:۱) به



سیاست پولی و نقش آن در بهبود بانکداری

فعالیت این بانکها را تحت مراقبت داشته و بدان وسیله قدرت
وام دهی بانکها را از طریق افزایش ویا کاهش عرضه
پول کنترول میکند. هرگاه کنترول بانک مرکزی از نحوه
فعالیت بانکها قانونمند و دوامدار باشد امکان ورشکست بانک
ها کمتر بوده ولی اگر این کنترول مقطعي وسليقه بی باشد
ممکن بانکها با اقدامات خود سرانه و منفعت جويانه دست
بزنند که درنهایت باعث ورشکست شدن آنها شده و درنتیجه
هم خود وهم جامعه واقتصاد ملی را به صورت کل به مشکل
مواجه نمایند، نمونه روشن آنرا میتوان درحوادث برخی از
بانک های کشور به خوبی مشاهده کرد.



از توضیحات داده شده چنین نتیجه به دست می آید که تعامل سیاست پولی علمی، دقیق و منطبق به شرایط هرکشور می تواند از انفلاسیون، بیکاری، صعود و نزول بی رویه قیمتها، و رشکست شدن بانکها و در نهایت بحران اقتصادی جلو گیری نماید. در غیر این صورت عاقبی را در پی خواهد داشت که نه بانک ها و نه هم دولت توان جبران خسارات ناشی از آنرا خواهند داشت.

مأخذ :

- توانایان فرد، حسن، فرهنگ تشریحی اقتصاد، تهران: شرکت نشر الکترونیکی و
اطلاع رسانی جهان رایانه، ۱۳۸۵. ۱-

اخوی، احمد، اقتصاد کلان (کاربردی)، ویرايش ۴، تهران: موسسه مطالعات
و پژوهش‌های بازرگانی، ۱۳۷۸. ۲-

حسن، اختر و اینس چودری، سیاستهای بولی و مالی در کشور های در حال توسعه،
متوجهان: محمد اسایی و مسعود بابا خانی، تهران: پژوهش کده امور اقتصادی،
۱۳۸۴ ۳-

فرجی، یوسف، کلیات علم اقتصاد، تهران: موسسه مطالعات و پژوهش‌های بازرگانی،
شرکت چاپ و نشر بازرگانی، ۱۳۸۴. ۴-

بهره را کاهش و همچنان سرمایه گذاری و تقاضای کل را افزایش دهد. برای این منظور با ابزار های سیاست پولی، ذخایر قانونی و یا عملیات بازار باز حجم پول را افزایش میدهد؛ به طور مثال: از طریق خرید اوراق قرضه از بازار مالی نرخ ذخیره قانونی خود را کاهش میدهد، که درنتیجه ذخایر بانکهای تجارتی افزایش یافته، قدرت اعتبار دهی و حجم پول در جامعه افزایش می یابد. با افزایش حجم پول نرخ بهره کاهش یافته، سرمایه گذاری و تقاضا کل افزایش می یابد.^(۴۸۷:۴)

سیاست پولی معقول برای رسیدن به اهداف ذیل عملی میشود: نایل شدن به سطح بلند اشتغال، حفظ ثبات ارزش داخلی پول، رشد بادوام اقتصادی و ارتقای سطح زنده گی مردم جامعه و تقویت وضع بیانس، تجارت و تأثیرات.

تا زمانیکه بانکهای مرکزی درسیستم وثیقه گذاری طلا برای بانک نوتهای منتشر شده وقابلیت تبدیل آنها به طلا مؤلف بودند، تدبیرآنها به طور اساسی درجهت دریافت وپرداخت طلا، یعنی در سطح تعادل پرداخت به طلا شکل گرفت. فقط پس از انتقال به سیستم پول کاغذی وبانک نوت غیر قابل تبدیل به طلا، سیاست پولی "از قید و بند طلایی" آزاد شد و در تعیین هدفها نوع امکان اصولی انتخاب فراهم آمد.(۱۸۱:۳)

بانک مرکزی برای انجام مؤقانه سیاست پولی به مجموعه اطلاعات مطمئن، سریع و تاحد ممکن قابل دسترسی در باره جهت و شدت جریانات سیاست پولی نیاز میرم دارد.

در جوامعی که نظام اقتصاد بازار در آن حاکم است بانک مرکزی، بانک بانکهاست. به این معنا که کنترول همه بانکها به عهده بانک مرکزی می‌باشد.

بانکهای تجاری با اخذ جواز از بانک مرکزی به فعالیت آغاز نموده و با اعطای قرضه، اعتبار و چک به مردم عرضه پول را در جامعه افزایش میدهند. مگر بانک مرکزی چگونگی

تمویل مالی و قرضه های غضنفر بانک
تجارت و اقتصاد شما را
استحکام و رونق می بخشد





حسین امیری

نشست مجتمع جهانی اقتصاد

آمریکا آشنا کند. وی سپس مجمع مدیریت اروپا را به عنوان یک سازمان غیر انتفاعی در ژنو تاسیس کرد و رهبران تجاری اروپا را برای برگزاری نشست سالانه در داووس در ژنوی هر سال دعوت کرد.

جلسات داووس در آغاز روی چگونگی برقراری رابطه اقتصادی کارآمد بین شرکتهای اروپایی و آمریکایی متوجه شد. شواب موضوع مدیریت مشارکتی را در این اجلاس مطرح کرد و به توسعه آن در سطح اجلاس داووس پرداخت، اما از سال ۱۹۷۳ میلادی این اجلاس به سمت جهانی شدن پیش رفت.

حوادثی که در سال ۱۹۷۳ میلادی اتفاق افتاد موجب تغییر جهت گیری داووس از مسائل اروپایی به سمت مسائل

نشست جهانی اقتصاد هر ساله در دهکده داووس کشور سویس از تاریخ ۲۸ ژنواری تا اول فبروری برگزار می شود. این سازمان سالانه بیشتر از ۸۰ میلیون دلار درآمد دارد و برای بیشتر از ۲۰۰ نفر فرصت شغلی ایجاد کرده است. در ضمن یکی از اهداف اصلی این نشست یافتن راه حل برای پایان دادن به مناقشهات بین‌المللی است.

تاریخچه

در سال ۱۹۷۱ «کلاوس ام. شواب» پروفیسور دانشگاه ژنو مدیر اجرایی ۴۴۴ شرکت از کشورهای اروپایی عربی را به سویس دعوت کرد تا نشستی را در مرکز کنگره داووس که به تازگی احداث شده بود برگزار کنند. شواب قصد داشت تا با حمایت کمیسیون اروپا و موسسات صنعتی این قاره شرکت‌های اروپایی را با فعالیت‌های مدیریتی در

نشست مجمع جهانی اقتصاد

حد یافتن چارچوبی برای حل مناقشات بین‌المللی وسعت داد. رهبران سیاسی جهان، داووس را به عنوان محل طبیعی برای حل اختلافات خود با سایر کشورها تعریف می‌کنند. یک سال پس از این ماجرا نخستین بیانیه اجلاس داووس ارائه شد و از آن پس مجمع جهانی اقتصاد به محلی برای حل اختلافات سیاسی کلان بین کشورهای مختلف تبدیل شد. هم اکنون این مجمع به یک مرکز برای مشارکت‌های خصوصی دولتی در حوزه‌های تجاری، مدنی و سیاسی تبدیل شده است.

منبع درآمد مجمع

مجمع جهانی داووس را می‌توان یکی از ارگانهای اقتصادی جهان دانست که ضمن ایجاد فرصت شغلی برای مردم سراسر جهان درآمد کلانی نیز دارد. درآمد این مجمع از پرداخت حق عضویت ثابت شرکتهای بزرگی که در فهرست هزار شرکت برتر جهان جای دارند و پرداخت مبلغی توسط متقدیان شرکت در جلسه تأمین می‌شود.

بسیاری از حضار در این مجمع به استثنای اعضاء هر ساله برای حضور در این عرصه اقتصادی و حضور در جلسات مختلف آن مبالغی پرداخت می‌کنند که این پول‌ها به صندوق داووس اضافه می‌شود. بیشترین درآمد داووس از محل پرداخت حق عضویت شرکتهای بزرگ است. این شرکتها با داشتن گردش مالی بیشتر از ۱۰ هزار میلیارد دالر در هر سال برای باقی ماندن به عنوان یک عضو ثابت در داووس و حضور در هیأت‌های تصمیم‌گیری بیشتر از ۲۵۰ هزار دالر پرداخت می‌کنند.

شایان ذکر است تنها اعضای ثابت مجمع و دعوت شدگان می‌توانند بعد از پرداخت حق عضویت در تمام جلسات حاضر شوند. از طرف دیگر حق عضویت و حتی حق

جهانی شد. در این سال فروپاشی مکانیزم نرخ تبادل ارز ثابت «برتون وودز» (Bretton Woods) و آغاز جنگ اعراب و اسرائیل در فلسطین سبب شد تا مرکز توجه اجلاس داووس از حوزه مدیریتی به سمت مسائل اقتصادی و اجتماعی تغییر کند.

این دو موضوع سبب شد تا در اجلاس سال ۱۹۷۴ میلادی برای اولین بار رهبران سیاسی نیز دعوت شوند تا مسائل سیاسی جهانی به بحث گذاشته شود. دو سال بعد یک سیستم عضو پذیری تازه ایجاد شد که (هزار شرکت پیشو ا جهان) در مجمع مدیریت جهانی ثبت نام کرد و به موجب آن شرکتهای بزرگ صنعتی به عضویت دائم این مجمع درآمدند.

مجمع مدیریت اروپا اولین موسسه غیر دولتی بود که به برقراری رابطه مشارکتی با کمیسیونهای توسعه اقتصادی چین پرداخت و اجرای سیاستهای اصلاحات اقتصادی را در این سرزمین بر عهده گرفت. سپس برگزاری جلسات منطقه ای در کشورهای مختلف جهان بعد از برگزاری اجلاس سالانه داووس به برنامه کاری این مجمع اضافه شد و از سال ۱۹۷۹ میلادی مجمع مدیریت جهانی انتشار گزارش رقابت اقتصادی جهانی را نیز بر عهده گرفت.

مجمع مدیریت اروپایی در سال ۱۹۸۷ میلادی به «مجمع جهانی اقتصاد» تغییر نام یافت و برنامه خود را تا



نشست مجمع جهانی اقتصاد



آن در سراسر جهان و قاره‌های مختلف برگزار می‌شود.

نشست خاورمیانه‌ای این مجمع نیز از نشست‌های مهمی است که هرساله در یکی از کشورها برگزار می‌گردد. آخرین نشست منطقه‌ای این مجمع در خاورمیانه، تحت عنوان (اقتصاد اروپا و آسیای میانه) برای مدت یکروز در شهر استانبول برگزار شد. یکی از اهداف این نشست که کاملاً تحت الشعاع بحران مالی قرار گرفته بود یافتن راهکارهایی برای برونو رفت کشورهای خاور میانه از بحران مالی بود. در این مجمع همچنین درباره سهمیم کردن کشورهای آسیای میانه در اقتصاد جهانی و پایه‌های اقتصاد ترکیه به عنوان محل اتصال اقتصاد آسیا و اروپا بحث و تبادل نظر شد.

در نشست یک روزه مجمع اقتصاد جهانی در استانبول سیاستمدارانی همچون حامد کرزی رئیس جمهور سابق افغانستان، رجب طیب اردوغان رئیس جمهور ترکیه، منوچهر متکی وزیر خارجه سابق ایران، والدیس زاتلرس رئیس جمهور لیتوانی، محمدمعلی طلعت رئیس جمهور بخش ترک نشین قبرس، سالی بربشا نخست وزیر آلبانی، یوسف

شرکت در جلسات هر سال افزایش می‌یابد تا بتواند پاسخگوی هزینه‌های جاری مجمع باشد. به هر حال این پرداخت‌ها از سوی متقاضیان حضور در داووس یا متقاضیان عضویت در این مجمع سبب شد تا مجمع هرساله درآمد کلانی بدست آورد. این درآمد کلان در سال ۲۰۰۸ میلادی به حداقل خود رسید زیرا شمار متقاضیان عضویت و حضور در مجمع بالا بود.

این مجمع یک صندوق دارد که درآمدهای حاصله را در آن نگهداری می‌کند و از محل این درآمدها هزینه‌های جاری مجمع از قبیل حقوق و تسهیلات پرسوئل حاضر در داووس، هزینه‌های دفتری و هزینه‌های مرتبط با فعالیتهای جلسات منطقه‌ای دیگر را می‌پردازد.

مجمع و نشستهای منطقه‌ای

برگزاری جلسات منطقه‌ای در کشورهای مختلف جهان بعد از برگزاری اجلاس سالانه داووس از برنامه کاری مجمع جهانی اقتصاد در داووس سویس است. علاوه بر نشست سالیانه این مجمع در سویس، هر ساله نشستهای منطقه‌ای



در ملاقات‌های خارج از تشریفات دیپلماتیک رودرروی هم قرار می‌گیرند. موفقیت برپا کنندگان داووس همه ساله در جمع کردن چهره‌های شاخص دنیا در دهکده داووس به اعتبار علمی، موضوع روز بودن مسائل، نحوه اداره اجلاس بوده و این مجمع را به کمال شهرت، صداقت و موفقیت رسانده است. مجمع داووس در طول حیاتش رهبران زیادی را به آنجا کشانده و در حاشیه‌های این نشست توافق‌های شفاهی صورت گرفته است. اینکه چرا این نشست تا این حد موفق عمل کرده دو دلیل وجود دارد:

- شکل گیری اقتصاد جهانی است که بعد از فروپاشی اتحاد شوروی سرعت بیشتر بخود گرفته و حتی بعضی اقتصاد دانان فروپاشی اتحاد شوروی را هم ناشی از اقتصاد جهانی می‌دانند.
- اجماع رهبران جهان در برقراری دموکراسی و شفاف بودن ملاقات‌ها.

همچنین یکی دیگر از وظایف مجمع معرفی رقابتی ترین اقتصادهای دنیا در هر سال است. این مجمع در گزارش ۲۰۰۸ - ۲۰۰۹ خود در مورد رتبه بندی رقابتی ترین کشورهای جهان ایالات متحده آمریکا را در صدر این رتبه بندی جای داده و سویس در جایگاه دوم است. پس از این دو کشور، به ترتیب کشورهای دانمارک، سوئیس و سنگاپور رقابتی ترین اقتصادهای جهان را به خود اختصاص داده‌اند.



رضای گیلانی نخست وزیر سابق پاکستان، ایگور چودینف نخست وزیر قرقیزستان، بورا باکویانی وزیر خارجه یونان، مارکوس کیپریانو وزیر خارجه بخش یونانی نشین قبرس، گونتر ورهوگن کمشتر اتحادیه اروپا، خاویر دبوستریا رئیس بانک سرمایه‌گذاری گولدمن ساچر، اومار لودهی رئیس موسسه مالی بین‌المللی ابراز کاپیتل، دکتر علاء یوسف اقتصاددان برجسته صندوق مالی خلیج فارس و کلاس شواب رئیس مجمع اقتصادی جهان شرکت داشتند.

مجمع جهانی اقتصاد و رسالت آن

اکثر کارشناسان امور اقتصادی مجمع جهانی داووس را سازمانی مستقل می‌دانند، که از بد و تاسیس برنامه اصلی خود را، برقراری ارتباط و ایجاد تعامل بین ارکان اصلی جامعه جهانی، قرار داده و در یک کلام مسیر جهانی‌سازی را هموار ساخته است. به اعتقاد یک کارشناس اقتصادی، هدف از برپایی اجلاس داووس، ایجاد فضای مناسب برای گرد همایی، بحث و تبادل نظر میان مدیران اقتصادی، مسئولین و رهبران دولت‌ها، دانشمندان، نویسنده‌گان، برنامه سازان و تشکل‌های غیر دولتی است.

در جریان برگزاری اجلاس و در حاشیه آن، مباحث گوناگونی، نظری رشد اقتصادی در جهان، تجارت، مدیریت، ایجاد تعادل و حذف فاصله میان فقیر و غنی جوامع امروزی، تکنولوژی، مذهب، فرهنگ، حفظ محیط زیست، مورد بحث قرار گرفته و از شرکت کنندگان

خواسته می‌شود، راهکارها و طرح‌های مفید و عملی خویش را در رابطه به مسائل فوق مطرح کنند و در قالب گروه‌های کاری به دستاوردهای مشخص بررسند.

به تحلیل صاحب‌نظران مجمع اقتصادی، داووس یک چهار راه جهانی منحصر به فرد است که در آن چهره‌های اقتصادی، علمی و سیاسی دنیا،

نشست مجمع جهانی اقتصاد

- تشکیلات خودگردان وقت فلسطین دیدار کرد و دو طرف به توافقاتی دست یافتند.
- در نشست سال ۲۰۰۹، "رجب طیب اردوغان" نخست وزیر همان وقت ترکیه جلسه را در اعتراض به جنایت های اسرائیل و سخنان عوامی اسرائیلی "شیمون پرز" ترک کرد.
- یافتن مرهمی بر زخمی ناشی از بحران اقتصادی هدف بلند پروازانه نخیگان سیاسی، اقتصادی و بازرگانی جهان در نشست ۲۰۱۴ بود. به گفته سازمان دهندگان همایش اقتصادی داووس، این گردهمایی طی پنج روز تلاش می کرد راه های ترسیم مجدد سیمای "جهان پس از بحران" را مورد بحث و تبادل نظر قرار دهد. نشست ۲۰۱۴ داووس از نظر شمار شرکت کنندگان "بی سابقه و تاریخی" بود.
- در سال ۲۰۱۴ در مجموع، ۲۵۰۰ نفر از تصمیم گیران عرصه اقتصاد، بازرگانی و سیاست جهان در این اجلاس حضور داشتند. روسیه و چین به خاطر وزن سیاسی و اقتصادی رو به گسترش خود در این گردهمایی از شرکت کنندگان برجسته بودند و افتخار سخنرانی افتتاحیه را "ولادیمیر پوتین" نخست وزیر وقت روسیه کسب کرد.
- به اعتقاد کارشناسان، "انداختن طرحی نو برای نظام پولی جهان" در این نشست که با حضور مهمترین مقامات و مدیران بانک‌های مرکزی شماری از کشورهای دنیا برگزار شد از جایگاه خاصی برخوردار بود هر چند نمایندگان شماری از مهمترین بانک‌های جهان که نخستین مسئولان بحران مالی و اقتصادی کنونی جهان هستند در این نشست حضور نداشتند.



اقتصادهای اروپایی ۱۰ رتبه نخست را در میان رقبای ترین اقتصادهای جهان کسب کردند، طوری که پس از کشور آسیایی سنگاپور به ترتیب فنلاند، آلمان و هلند جای گرفته اند.

مجمع از سال ۲۰۰۳ تصمیم گرفت تا شرکتهای برتر در زمینه فناوری را برگزیده و آنها را به جهانیان معرفی کند از همین رو «برنامه پیشگامان فناوری» در مجمع داووس شکل گرفت و قرار شد تا سالانه بین ۳۰ تا ۵۰ شرکت پیشگام در امر فناوری معرفی و جوایز خود را از مجمع دریافت کنند. در نشست سال قبل ۳۹۱ شرکت برای دریافت جایزه پیشگامان نامزد شده بودند.

اتفاقات مهم در نشست های داووس

- در سال ۱۹۸۸ یونان و ترکیه که به تازگی به جنگ پایان داده بودند بیانیه داووس را امضا کردند.
- در سال ۱۹۹۲ «اف. دبلیو. کلرک» رئیس جمهور وقت آفریقای جنوبی با نلسون ماندلا در نشست سالانه داووس دیدار کرد. و این اولین حضور مشترک آنها در خارج از آفریقا بود.
- در نشست سال ۱۹۹۴ "شیمون پرز" وزیر امور خارجه آن روزهای رژیم صهیونیستی با "یاسر عرفات" رئیس



استقبال کشورهای جهان از: بانک ابتکاری چین

Asian Infrastructure Investment Bank (AIIB)

های انگلستان، دنمارک، ایتالیا، آلمان و ترکیه، آمادگی خود را برای پیوستن به بانک ابتکاری چین اعلام کردند.

وزیر خزانه داری آمریکا پس از دیدار با نخست وزیر چین به خبرگزاری شینهوا گفت: آمریکا از اینکه چین بتواند نقش گسترده‌تری در تحولات اقتصادی بین‌المللی ایفا کند، استقبال می‌کند.

دولت چین قرار است حدود ۵۰ میلیارد دالر در این بانک سرمایه‌گذاری و نزدیک به ۵۰ درصد سهامش را نیز از آن خود کند.

ترکیه نیز خواستار پیوستن به بانک ابتکاری چین شد. وزارت بازرگانی ترکیه اعلام کرد انقره درخواست درخواست پیوستن به بانک سرمایه‌گذاری طرح‌های زیرساختی آسیا(AIIB) را به مقام‌های چین ارائه کرده است. این درخواست در حالی مطرح شده که سایر اعضای موسس این بانک باید موافقت خود را برای پیوستن ترکیه به این بانک اعلام کنند. در صورت موافقت اعضاء، ترکیه رسماً در تاریخ ۱۰ آبریل ۲۱۲۶ ماه حمل ۹۴ به عضویت بانک ابتکاری چین درمی‌آید.



پس از استقبال گسترده کشورهای جهان برای پیوستن به بانک ابتکاری چین، وزیر خزانه داری آمریکا اعلام کرد: واشنگتن تمایل دارد با این بانک همکاری کند.

«جاکوب لیو» وزیر خزانه داری آمریکا در دیدار با «لی کچیانگ» نخست وزیر چین در پکن گفت: واشنگتن برای همکاری با بانک سرمایه‌گذاری طرح‌های زیرساختی آسیا (AIIB) تمایل دارد و از طرح‌های سودمند برای کمک به بهبود زیرساخت‌ها استقبال و حمایت می‌کند. وی تأکید کرد که این همکاری می‌تواند در چارچوب برنامه «گفت و گو» های استراتژیک و اقتصادی چین و آمریکا، بانک جهانی، بانک AIIB و یا راهکارهای دیگری که مورد توافق دو کشور باشد، صورت گیرد.

براز تمایل وزیر خزانه داری آمریکا برای همکاری با این بانک در حالی مطرح می‌شود که آمریکا در ماه‌های اخیر مخالفت خود را با راه اندازی این بانک اعلام کرده و از هم پیمانان خود نیز خواسته بود تا در آن عضو نشوند. با وجود آن بسیاری از کشورهای هم پیمان آمریکا مانند کشور

استقبال کشور های جهان از بانک ابتکاری چین

در حال حاضر بیش از ۴۰ کشور برای عضویت در این بانک درخواست دادند که درخواست اکثر آنها پذیرفته شده است. از جمله اعضای این بانک می توان به کشور های بنگلادش، برونئی، کامبوج، چین، هند، اندونزیا، اردن، قزاقستان، کویت، لائوس، لوکزامبورگ، مالدیو، مالزیا، مغولستان، برم، نپال، نیوزیلند، عمان، پاکستان، فیلیپین، قطر، عربستان سعودی، سنگاپور، سریلانکا، سویس، تاجیکستان، تایلند، بریتانیا، ازبکستان، ویتنام، استرالیا، اتریش، برزیل، دانمارک، فرانسه، آلمان، ایتالیا، هالند، اسپانیا و ایران اشاره کرد.

قابل یادآوریست که بانک سرمایه گذاری آسیا (بانک ابتکاری چین) یک نهاد توسعه چند جانبه است که سرمایه آن بیشتر در زمینه ساخت تأسیسات زیربنایی کشور های آسیایی اختصاص داده می شود. به باور کارشناسان، بانک ابتکاری چین، رقیب جدی برای بانک جهانی، صندوق بین المللی پول و بانک توسعه آسیایی است که آمریکا و چین هدایت آن را به عهده دارد.

چین یکی از قدرت های بزرگ اقتصادی قاره آسیا پیشتر مخالفت خود را با حضور در این بانک اعلام کرد اما کوریایی جنوبی همچنان بر سر دوراهی قرار دارد. هر چند یکی از مقامات کوریایی، اعلام کرد که این کشور در آینده نزدیک، موافقتش را برای پیوستن به بانک AIIB اعلام می کند.

اما چین می گوید: مشخصاً در ایجاد بانک راسخ است و از چند سال قبل در اندیشه تاسیس آن بوده است.

نخستین یادداشت تفاهم ایجاد بانک سرمایه گذاری طرح های زیرساختی آسیا در اکتوبر سال ۲۰۱۴ در پکن به امضا رسید تا با مشارکت ۲۷ کشور و ۱۰۰ میلیارد دلار سرمایه در پکن تاسیس شود. بنگلادش، برونئی، کامبوج، چین، هند، قزاقستان، کویت، لائوس، مالزیا، مغولستان، میانمار، نپال، عمان، پاکستان، فیلیپین، قطر، سنگاپور، سریلانکا، تایلند، ازبکستان و ویتنام ۲۱ کشور اولیه منعقد کننده این توافقنامه هستند. بانک سرمایه گذاری آسیا نهاد توسعه چند جانبه است که سرمایه آن بیشتر در زمینه ساخت تأسیسات زیربنایی اختصاص داده می شود.



باران عقیلی



طرز تنظیم منافع بانکی در جهان

و پر ریسک باشد و به ایجاد حباب اقتصادی منجر شود. مثلاً باعث شود که همه پول‌ها به بازار قرضه برای مسکن و سهام برود. این اتفاق در دهه ۱۹۸۰ در چاپان روی داد و موجب شد که بانک‌های این کشور با بحران قروض پرداخت نشده روبه رو شوند. بانک‌های چاپان ورشکست شدند و اقتصاد این کشور دچار رکود اقتصادی توان با تورم شد. چاپان در آن زمان دومین اقتصاد بزرگ جهان بود. کارشناسان اقتصادی می‌گویند تصمیم بانک مرکزی یا فدرال رزرو آمریکا در دهه ۱۹۹۰ برای کاهش نرخ بهره و ادامه این روند تاکنون، یکی از علت

های بروز بحران اقتصادی و مالی بود که از سال ۲۰۰۸ آمریکا را در برگرفت. مارکارت تاچر نخست وزیر وقت انگلیس از مخالفان کاهش نرخ بهره بود. تحلیلگران اقتصادی می‌گویند این تصمیم باعث ثبات رشد اقتصادی انگلیس در سال‌های گذشته بوده است. در کشورهای توسعه یافته، نظام‌های اقتصادی از ابزار نرخ بهره برای تنظیم بازار و کنترول نرخ تورم استفاده می‌کنند.

دلایل تغییر نرخ بهره

اهداف کوتاه مدت سیاسی: پایین آوردن نرخ بهره می‌تواند باعث تقویت کوتاه مدت اقتصاد شود. در شرایط عادی، اکثر کارشناسان اقتصادی بر این باورند که کاهش نرخ بهره تنها در کوتاه مدت باعث فعال شدن اقتصاد خواهد شد و بعد از مدت کوتاهی، تورم همه چیز را به حالت قبل بر می‌گرداند؛ اما همین تقویت کوتاه مدت اقتصاد، می‌تواند برای سیاستمدارانی که مثلاً در آستانه انتخابات هستند، امتیاز ایجاد کرده و رای جمع کند. به همین خاطر کارشناسان اقتصادی، سلامت



نرخ بهره بانکی یعنی منافع یا عاید ناشی از آنچه مصرف کنندگان و مردم عادی در بانک سپرده گذاری می‌کنند؛ با قیمت تسهیلات و وام‌هایی که تجار و صنعتگران و سرمایه‌گذاران از بانک دریافت می‌کنند، فرق می‌کند. این نرخ برای کارشناسان و تحلیلگران شاخصی برای سلامت اقتصاد یک کشور و برای حکومت‌ها و نظام‌های اقتصادی، ابزاری است برای تنظیم سیاست‌های پولی و بانکی و تنظیم بازار. نظام‌های اقتصادی وقتی از ابزار نرخ بهره استفاده می‌کنند که بخواهند بر روند سرمایه‌گذاری، تورم و بیکاری تاثیر بگذارند و آنها را تنظیم کنند.

معمولًاً کار بالا و پایین بردن و تعیین نرخ بهره مربوط به بانک‌های مرکزی کشورها است که در اقتصادهای توسعه یافته و در حال توسعه، یک نهاد مستقل است. بانک‌های مرکزی برخی کشورها برای افزایش سرمایه‌گذاری و مصرف در اقتصاد، تمایل دارند که نرخ بهره را کاهش دهند تا پول‌ها به جای انبار در بانک‌ها، به بازار سرازیر شود. اما نرخ بهره پایین به عنوان یک سیاست در اقتصاد کلان، می‌تواند خط‌نماک

طرز تنظیم منافع بانکی در جهان

ترجیح نقدینگی

مردم ترجیح می دهند منابع مالی شان همیشه در دسترس شان باشد به شکلی که قابل نقل و انتقال باشد. نه اینکه مدتی طول بکشد تا بتوانند به پول خود دسترسی پیدا کنند. به همین خاطر باید خسارت عدم دسترسی به پول خویش را از وام گیرنده دریافت کنند.

مالیات

از آنجا که بعضی منافع حاصل از بهره بانکی ممکن است شامل مالیات شود، وام دهنده ممکن است بر نرخ بالای بهره اصرار کند تا این خسارت را جبران کند.

نرخ بهره در اقتصاد کلان

نرخ بهره تعیین کننده اصلی سرمایه گذاری در سطح اقتصاد کلان است. اگر نرخ بهره افزایش یابد، سرمایه گذاری کم می شود و درآمد ملی هم کاهش می یابد، اما وزارت اقتصاد اتریش اخیراً در نتیجه مطالعه ای اعلام کرده که نرخ بهره بالا باعث افزایش سرمایه گذاری می شود؛ زیرا خیال سرمایه داران را از بازگشت سرمایه شان آرام می کند. از نظر این موسسه، نرخ بهره بالا همچنین باعث افزایش اشتغال و تولید می شود.



و ثبات اقتصاد کشور را در گرو عدم مداخله سیاستمداران در تصمیم های بانک مرکزی در ارتباط با تعیین نرخ بهره می دانند.

تعییر وضعیت مصرف

وقتی پولی قرض داده می شود و شرایط وام دادن آسان شود، مصرف بالا می رود؛ یعنی مصرف کننده کالا را حالا می خرد و پولش را بعداً می پردازد. گاهی برای تقویت بازار مصرف، شرایط وام دادن تسهیل می شود.

انتظارات تورمی

اقتصاددان ها معمولاً نرخ تورم را مرتب اعلام می کنند و درباره تورم ماه های آینده هم پیش بینی می کنند. تورم یعنی کاهش ارزش پول. در این زمینه وام گیرنده باید خسارت وام دهنده را به خاطر کاهش ارزش پولی که قرض داده و ماه های آینده آن را پس می گیرد، پردازد.

سرمایه گذاری های جایگزین

وام دهنده میان استفاده از پولش در سرمایه گذاری های مختلف، حق انتخاب دارد. وقتی یک مورد را انتخاب می کند، یعنی خود را از منافع انتخاب های دیگر محروم کرده است. معمولاً سرمایه گذاری های مختلف برای جذب سرمایه و پول با هم رقابت دارند.

ریسک سرمایه گذاری

همیشه این ریسک وجود دارد که وام گیرنده ورشکست شود، فرار کند یا بمیرد یا اساساً نتواند پول وام دهنده را پس دهد. این به آن معنی است که وام دهنده باید درصدی از ریسک عدم بازگشت سرمایه اش را در نظر بگیرد.



نرخ تورم در اوکراین ۶ درصد بود.

مغلستان: شهروندان ۲/۷۵ میلیون نفری این کشور در آسیا می توانند منافع ۱۵/۱ درصدی از سپرده گذاری بانکی خود در بانک «خان» دریافت کنند. البته این میزان منافع، حرفی تورم بالای مغولستان نمی شود. تورم در مغولستان به ۱۴ درصد رسیده است.

بنگلادیش: اقتصاد بنگلادیش در رده چهل و چهارم جهان است؛ اما نرخ بهره بانکی این کشور در میان ۱۰ کشور اول جهان است. نرخ بهره یکساله بانک «HSBC» بنگلادیش ۱۲ درصد است. این رقم برای سپرده گذاران بسیار جذاب است؛ حتی با در نظر گرفتن افزایش ۹ درصدی قیمت کالاهای مصرفی.

ویتنام: بانک «اورینت کمرشل جوینت استاک» در ویتنام سالانه معادل ۱۰ درصد نفع برای اندوخته های بانکی می پردازد. این بانک تاکید دارد که مطابق با استانداردهای اعلام شده بانک مرکزی بهره می پردازد.

صومیستان: بانک «کومرچالنا» در صربستان سالانه معادل ۱۰ درصد برای سپرده های بانکی بهره می پردازد؛ اما نرخ بهره در این کشور پایین تر از ویتنام است. سال گذشته نرخ بهره در صربستان ۷ درصد بود.

آرژانتین: آرژانتینی ها اگر پولشان را در بانک «ICBC» این کشور سپرده گذاری کنند، سالانه معادل ۲۲ درصد منافع دریافت می کنند. این رقم بالاتر از نرخ بهره در آمریکا است؛ اما میزان تورم در آرژانتین بسیار بالاتر از آمریکا است. در سال ۲۰۱۲ قیمت کالاهای مصرفی در آرژانتین ۲۵ درصد افزایش یافت. این در حالی است که در آمریکا قیمت ها سالانه ۲ درصد افزایش می یابد.

استفاده از نرخ بهره به عنوان ابزاری برای مهار نرخ تورم، شیوه ای است که در نیوزیلند ابداع شد و اکنون در کشورهای استرالیا، برزیل، کانادا، چیلی، کلمبیا، جمهوری چک، مجارستان، ناروی، ایسلند، هند، فیلیپین، لهستان، سویڈن، آفریقای جنوبی، ترکیه و انگلیس استفاده می شود. در این کشورها هرگاه تورم بالا برود، نرخ بهره هم افزایش می یابد تا به اصطلاح خسارت وام دهنده همان طور که قبل از توضیح داده شد، جبران شود.

پیش بینی جهانی درباره نرخ بهره

صندوق بین المللی پول در گزارشی پیش بینی کرده است که با توجه به عادی شدن شرایط اقتصاد جهان بعد از بحران سال های اخیر، نرخ بهره در سطح جهانی به صورت ملایم افزایش خواهد یافت. دلایل این پیش بینی نیز در این گزارش آمده است. بر اساس گزارش صندوق بین المللی پول، میزان پس انداز و اندوخته کشورهایی که اقتصادشان در حال رشد است و اندوخته این کشورها در سال های ۲۰۰۰ تا ۲۰۰۷ افزایش چشمگیری داشته و باعث کاهش نرخ بهره شده بود. اما بعد از سال ۲۰۰۷ این روند کاهش پیدا کرد. از سوی دیگر بعد از بحران مالی اخیر، تقاضا برای دارایی امن و مطمئن افزایش یافته است. در این میان اوراق قرضه در اولویت است و به سهام ترجیح دارد. همین مساله باعث تشویق افزایش نرخ بهره می شود.

حساب بانکی با منافع کلان در کشورهای زیر بیشتر امکان پذیر است:

اوکراین: اوکراینی هایی که به دنبال سرمایه گذاری پس انداز خود هستند، نیاز نیست که ریسک سرمایه گذاری در بازار سهام را به جان بخربند. آنها می توانند با سپرده گذاری پول هایشان در بانک Ukrsofbank بهره ای بین ۸ تا ۱۵ درصد دریافت کنند. این منافع را دولت تضمین می کند. برای سپرده یکساله، این منافع به ۱۸ درصد می رسد. این در حالیست که در عین زمان



د افغانستان بانک خبر تیا

د افغانستان بانک د قانون د درې دېرشمې (۳۳) مادې مطابق د افغانستان رايچې پيسې او پولي واحد افغاني دي، له همدي امله د ټولو افغانانو، دولتي او خصوصي ادارو او مؤسسو څخه غوبنتل کيري خو په قرادادونو، نورو معاملو او په اقتصادي راکړو او ورکړو کې له افغانيو کار واخلي، څکه چې افغانۍ په سيمه کې يوه با ثباته پيسه ده چې ستاسو د اقتصادي برنامو جوړونه په ثبات کې ګټوره تماميوري.

ګرانو هیواد والو! افغانۍ زمونږ ملي هویت دی، نو راځۍ چې د افغانۍ په دودولو سره د خپل د ملي هویت درناوي وکړو.



تهیه کننده: رحیم الله میثاق



فنون سرمایه گذاری

پول نقد ندارند و به دنبال گزینه هایی برای سرمایه گذاری هستند تا بتوانند پول ها و دارایی های خود را به شکلی مولد تر و ماندگارتر، تبدیل کنند.

در عصر حاضر مردم پول خود را به شکل های مختلف از جمله خرید زمین، خرید خانه، خرید طلا، خرید ارز یکی از کشور های معتبر، پس انداز در حساب های بانکی و یا ایجاد مراکز صنعتی و تولیدی سرمایه گذاری می کنند. گزینه های سرمایه گذاری بسیار متعدد هستند و نگرانی های اقتصادی هم مردم را به تصمیم گیری سریع در این زمینه ها ترغیب می کنند.

اگر چه بحث سرمایه و سرمایه گذاری، بسیار گستردگی پیچیده است، اما در اینجا چند مورد کلیدی را که قبلاً از هر سرمایه گذاری باید به آن توجه شود، مطرح می شود و امیدوارم که شما هم، بتوانید قبل از تصمیم های مهم در مورد سرمایه گذاری های کلیدی، مروری بر این موارد داشته باشید.

هدف سرمایه گذاری

هدف همه ای ما از سرمایه گذاری های اقتصادی یکسان نیست. برخی ممکن است با استفاده از سرمایه گذاری در پی حفظ ارزش پول خود باشند. کارمند یا مدیری که به تازگی تقاعد خود را از اداره کار خود دریافت کرده، ممکن است در حال حاضر گزینه خاصی برای هزینه کردن آن پول یا سرمایه گذاری بلندمدت توسط آن نداشته باشد. اما می داند که اگر این پول را به همین شکل رها کند، ارزش آن کاسته می شود و به همین دلیل به دنبال گزینه ای برای سرمایه گذاری است.

برخی دیگر ممکن است در پی کسب سود قابل ملاحظه باشند. شاید کسی را دیده باشید که خانه یا موتور خود را می فروشد به امید اینکه طی یک یا دو سال، آن را چند برابر کند. فرد دیگری ممکن است با هدف کاهش

موضوع سرمایه گذاری به ثروتمندان بزرگ محدود نمی شود بلکه هر فرد در حد توان در فکر سرمایه گذاری هست. به امید اینکه بتواند بهترین استفاده را از دارایی و دستاوردهای زحماتش داشته باشد.



در فضای اقتصادی مثل فضای اقتصادی حاکم بر کشور ما که نوسانات اقتصادی زیاد است، نگرانی سرمایه گذاری هم برای ما جدی تر است. تغییر ناگهانی نرخ طلا یا ارز یا بهای مسکن یا هر معامله اقتصادی دیگر، ممکن است به سرعت میزان دارایی های ما را کاهش دهد. همچنانکه کسانی هستند که با همین تغییرات، برای خود سرمایه های بزرگی کسب کرده اند.

زمانی که نرخ تورم و میزان نوسانات شاخص های اقتصادی بالاست، عموم مردم احساس خوبی به نگهداری

فنون سرمایه‌گذاری

را به یک سرمایه‌گذاری اختصاص می‌دهیم، منطقی است که ریسک کمتری را در مورد آن پذیرا باشیم البته ریسک کم و ریسک زیاد، خود بر اساس ویژگی‌های شخصیتی افراد، میزان متفاوتی خواهد داشت.

موقعیت سرمایه‌گذاری

لازم نیست که همه ما در بخشی که سرمایه‌گذاری می‌کنم، تجربه داشته باشیم. اما منطقی است که بکوشیم تا حد امکان در آن بخش معلومات داشته باشیم. یکی از بدترین شکل‌های سرمایه‌گذاری، زمانی است که ما به توصیه یک دوست یا همکار یا خویشاوند یا یک کارشناس خبره، به سرمایه‌گذاری در بخشی تغییب می‌شویم که در آن بخش هیچ تخصصی نداریم.

انسانها، در لحظات پرتنش، عموماً نمی‌توانند منطقی باشند. در چنین شرایطی احساساتی عمل می‌کنند فرض کنید گروهی بخشی برای مشاوره سرمایه‌گذاری در بورس دارد. تا زمانی که اوضاع خوب است، دوستی‌ها هم محفوظ است. اما اگر شاخص‌ها کمی سقوط کرد، نجوة برخورد کاملاً تغییر می‌کند. و این امر منجر به عدم همکاری و سرانجام منجر به سقوط شرکت مورد نظر که در آن سرمایه‌گذاری شده است، می‌شود. به همین دلیل است که خوب است خودتان با مقاهم اولیه آشنا باشید. شاخص‌ها را بشناسید. اوج و فرود آنها را ببینید و تصمیم بگیرید.

تمومنه‌های دیگری هم از سرمایه‌گذاری در حوزه‌های ناشناخته وجود دارد که به شکست جدی منجر می‌شود. فردی که سالها در یک کارخانه بزرگ صنعتی کار کرده بود تصمیم به سرمایه‌گذاری جدی و گسترده در یک شرکت نرم



ریسک، به دنبال فرصت‌های دیگر سرمایه‌گذاری باشد. ممکن است شما کارمند یک شرکت بزرگ و موفق با درآمد خوب باشید یا مالک کارخانه‌ای که سود قابل توجهی دارد. اما همیشه این نگرانی وجود دارد که اگر در رابطه با شرکت مشکلی پیش آمد یا اگر کسب و کار دچار رکود شد، چه راهکاری پیش روی من قرار خواهد داشت؟ به همین دلیل ممکن است مالک یک کارخانه بخشی از درآمد خود را به املاک تبدیل کند یا کارمند یک شرکت، با بخشی از حقوق خود وارد بورس شود و سهم شرکت‌های مختلف را خریداری کند. تا در ایام بی‌کاری با مشکل موواجه نشود.

کسی که در بی‌حفظ ارزش پول خویش است، سرمایه‌گذاری‌های مطمئن و کم سود را ترجیح می‌دهد. کسی که می‌خواهد پله‌های ترقی را سه تا یکی طی کند، احتمالاً به دنبال فرصت‌های بزرگتری می‌رود و کسی که به دنبال کاهش ریسک است، همواره در بی‌سرمایه‌گذاری هایی هستند که از نظر اقتصادی به خود متکی باشد. فقط تصور کنید که یک نفر در صنعت قالین بافی کار کند و برای کسب استقلال مالی در سهام چند شرکت قالین بافی را هم خریداری کند! تا اگر یک قسمت متضرر شود در بخش دیگر آن را جبران نماید.

حجم سرمایه‌گذاری

چه حجمی از سرمایه من باید در این بخش سرمایه‌گذاری شود؟ آیا قرار است ۹۰٪ کل اندوخته‌ی زندگی خود را صرف یک فعالیت اقتصادی یا سرمایه‌گذاری کنم؟ یا می‌خواهم با بیست درصد پس انداز ماهیانه خود، یک بازی سرگرم کننده اقتصادی (البته به امید مفاد مطلوب) داشته باشم؟ بدیهی است که هر چه سهم بیشتری از سرمایه خود



سرمایه گذاری را ببینیم و هم از بخشی از سود ساده و سهل الوصول صرف نظر کنم. از سوی دیگر، اگر کسی معتقد است فرصتی وجود دارد که سود بسیار بالا دارد و ریسک خاصی ندارد، باید به پیشنهاد او به دیده‌ی تردید نگاه کنم. کمتر کسی چنین فرصتی را به دیگران پیشنهاد می‌دهد!

به عبارت دیگر، وقتی می‌پرسند که در این بازار چه میزان می‌توان سود کسب کرد، بلاfaciale این سوال مطرح می‌شود که شما چقدر می‌خواهید ریسک کنید؟ این مسئله فقط به بحث مالی و سرمایه گذاری مطرح نیست. در همه‌ی حوزه‌های زندگی می‌توان مصداق هایش را دید.

بررسی وضعیت گذشته سرمایه گذاری در این بخش

لازم است گذشته بخشی را که قصد سرمایه گذاری در آن بخش را داریم، مرور کنیم. البته برخی از بازارها در کشور ما به دلایل برخی از مشکلات سیاسی و اجتماعی از جمله انتخابات ریاست جمهوری و انتخاب کابینه همواره با فراز و نشیب همراه بوده است. عده‌ی در معاملات شان منافع هنگفتی را کسب کردند و عده‌ی هم ورشکست و متضرر شدند.

وارن بافت یکی از کارشناسان امور اقتصادی می‌گوید: هر بازار آینده و گذشته‌ای دارد و نگاه محدود و خوش بینانه به آینده، ممکن است فرصت‌ها را در چشم ما بزرگ و تهدیدی ها را کوچک کند.

سنجهش راه بیرون رفت از سرمایه گذاری

یکی از سوال‌های مهم در هر سرمایه گذاری، امکان خروج از آن است. مایکل پورتر، همیشه از واژه دیوارهای خروج برای این منظور استفاده می‌کند. برخی از سرمایه گذاری‌ها دیوارهای کوتاهی دارند و به سادگی می‌توان از آنها خارج شد (کسی که سکه می‌خرد). برخی از سرمایه گذاری‌ها دیوارهای بلندی دارند و به سادگی نمی‌توان از آنها خارج شد. اگر وارد سرمایه گذاری در بخش‌هایی می‌شویم که دیوارهای خروج آنها بلند است و پول ما به سرعت دوباره نقد نمی‌شود، باید دلایل و انگیزه‌های دیگری بباییم که چنین تصمیمی را توجیه کند. که حتی شکست خوردن یا زندگی در حصار دیوارهای آن سرمایه گذاری را برای ما قابل تحمل کند.

افزاری گرفت. او شنیده بود که میزان منافع در بخش اپلیکیشن‌های موبایل خیلی خوب است و شرکت نوپایی هم که در این زمینه کار می‌کرد، هیجان زده از پیشنهاد سرمایه گذاری بزرگ او استقبال کرد.

اما تفاوت‌های کوچک فرهنگی، آغازگر تنش‌ها شد. سرمایه گذار که دفتری هم برای خودش در ساختمان شرکت در نظر گرفته بود و هر روز به شرکت رفت و آمد داشت، به شدت معتقد بود که باید ساعت حضور و غیاب کنار درب ورودی نصب شود و هر یک ربع تأخیر معادل یک ساعت رخصتی در نظر گرفته شود. او معتقد بود که سرمایه گذاری سنجینش، این حق را به او می‌دهد که مراقب سلامت شرکت باشد و نمی‌شد توجیه اش کرد که برنامه نویسان، گاهی تا نزدیک صبح کار می‌کنند و بعد هم می‌خواهند بخوابند و سر کار نیایند!



زمان سرمایه گذاری

هر کسی از هر راه حل و هر پیشنهادی حرف زد، بلاfaciale باید پرسیم: در کدام افق زمانی؟ آیا می‌خواهم هر ماه سودی به دست بیاورم؟ آیا حاضر هستم که تا یک سال دست به اصل پول و سود پولم نزنم؟ آیا امروز این سرمایه گذاری را انجام می‌دهم که ده سال دیگر، سرمایه‌ای برای خودم یا فرزندانم داشته باشم؟ قطعاً پاسخ به این سوال می‌تواند اولویت گزینه‌های سرمایه گذاری را به کلی تغییر دهد.

پذیرش مقدار ریسک سرمایه گذاری

نخستین قانون کلی در بحث سرمایه و سرمایه گذاری این است که سود بیشتر با ریسک بیشتر همراه است. اگر قرار باشد سود یک سرمایه گذاری کمتر از سود سپرده گذاری بلندمدت در بانک باشد، منطقی نیست هم ریسک



نمايندگی های غضنفر بانک از شما استقبال می کند

کندهار

د کفتان مدد چوک، احمدی پلازه، د کندهار صرافی او سوداگری مارکیت ته مخامنخ - کندهار

اړیکه: 0797 86 00 12

kandahar@ghazanfarbank.com



جلال آباد

چوک مخابرات، مقابل ګل فروش ها
شماره تماس: 0797 86 00 08

Jalalabad@ghazanfarbank.com



پلخمری

چوک پلخمری، فیصل مارکیت، منزل دوم
شماره تماس: 0797 86 00 38

polekhomri@ghazanfarbank.com



کندز

جاده شیرخان بندر، مارکیت حاجی امان، دست چې
شماره تماس: 0797 86 00 75

kunduz@ghazanfarbank.com



تخار

شهر تالقان، چوک تغار، رسته مسجد جامع
شماره تماس: 0797 86 00 73

takhar@ghazanfarbank.com



شعبه مرکزی

۵۵۹۸ سرک عمومی شیرپور، صندوق پستی ۸۲۲

شماره های تماس: 0798 786 786, 0707 786 786
0797 860 003, 0775 786 786

info@ghazanfarbank.com

mainbranch@ghazanfarbank.com



سرای شهزاده

منزل سوم، سرای شهزاده، کابل

شماره تماس: 0797 86 00 10
shahzada@ghazanfarbank.com



شهر نو

شهر نو پلازه، مقابل ام تی ان پلازه، شهر نو، کابل

شماره تماس: 0797 86 00 42

shahrenaw@ghazanfarbank.com



مزار شریف

جاده بیهقی، برج غضنفر

شماره تماس: 0797 86 00 80

mazar@ghazanfarbank.com



حیرتان

بازار پترولیم، مقابل اپارتمان عباس ابراهیم زاده

شماره تماس: 0797 86 00 22

hayratan@ghazanfarbank.com



هرات

شهر نو، جاده بهزاد، حفيظی پلازا

شماره تماس: 0797 86 00 70

herat@ghazanfarbank.com





نشست مشورتی متخصصین بانکداری اسلامی

فبروری و مارچ خود به تعداد ۲۷ مورد از ۴۶ مورد این مواد را مورد بحث قرار داده و قرار است که ۱۹ مورد باقیمانده آن را در جلسه تاریخی ۱۲ و ۱۳ اپریل سال جاری مورد بحث قرار دهد. بانک مرکزی کشور با در نظر داشت نظریات و پیشنهادات بانک ها این ۴۶ مورد را بعد از ترجیمه آن به زبان های رسمی کشور تصویب نموده و به مرحله اجرا قرار میدهد. تصویب این ۴۶ مورد مقرر، زمینه را برای عرضه خدمات بانکداری اسلامی مانند قبولی سپرده های مشتریان، فراهم آوری قرضه ها به منظور سرمایه گذاری و تجارت و عرضه محصولات و خدمات بانکی برای تسهیل واردات و صادرات، قروض مسکن و سایر قرضه ها را فراهم می سازد.

محترم خان افضل هده وال در مورد خدمات بانکداری اسلامی در کشور گفت: عرضه خدمات بانکداری اسلامی نه تنها یکی از نیاز های اولیه ماست بلکه با نهادینه شدن بانکداری اسلامی اقتصاد کشور توسعه می یابد. و امکانات دسترسی به منابع مالی مطمئن را افزایش میدهد. وی افزود: کار روی قانون بانکداری تکمیل شده و آرزو مندی در آینده های نزدیک شورای ملی آنرا تصویب نموده زمینه عرضه بهتر خدمات بانکداری اسلامی را فراهم نماید.

محترم احمد سیر قریشی رئیس عمومی اتحادیه بانک های خصوصی گفت: این اقدام، یک اقدام شایسته و مناسب است. بانک های خصوصی هم از این بخش حمایت میکنند. و دیده میشود که اکثریت مردم کشور مان نیز از خدمات بانکداری اسلامی به شدت استقبال کرده اند.

قابل یادآوریست که در حال حاضر پانزده بانک خصوصی در افغانستان فعالیت دارد که از این میان اکنون هشت بانک خدمات بانکداری اسلامی را ارائه می کنند و بیشتر از دو میلیارد دالر در بخش بانکداری اسلامی بانک های خصوصی در جریان است.

اسلامی بانکداری و متخصصین مشورتی غزوء
جلسة مشورتی متخصصین بانکداری اسلامی

ISALAMIC BANKING EXPERTS' COUNSEL SESSION



نشست مشورتی متخصصین بانکداری اسلامی به ابتکار بانک مرکزی کشور و همکاری موسسه حرکت در تاریخ ۲۲ حمل ۱۳۹۴ خورشیدی در کابل برگزار شد.

در این نشست محترم خان افضل هده وال سرپرست و معاون اول بانک مرکزی کشور، محترم احمد سیر قریشی رئیس عمومی اتحادیه بانک های افغانستان، محترم محمد نسیم اکبر رئیس عامل موسسه حرکت، رئیس و اعضای بورد نظارت شرعی بانک مرکزی، مسؤولین بخش بانکداری اسلامی و اعضای بورد شرعی بانک های تجاری و مسؤولین شرکت مشورتی امانی اشتراک نموده بودند.

طبق گزارش بانک مرکزی کشور هدف از تدویر این نشست بحث و مشوره در مورد مسوده ۲۳ مقرر پیرامون خدمات و قوانین شرعی بانکداری اسلامی در افغانستان بود. بخش بانکداری اسلامی در افغانستان مسوده ۴۶ مورد مقرر، محصولات و رهنمود های مربوط به بانکداری اسلامی در افغانستان را ترتیب نموده و قرار است بزودی از طرف بورد نظارت شرعی و شورای عالی بانک مرکزی کشور به تصویب برسد. از مجموع ۴۶ مورد ، ۲۳ مورد آن از جمله موضوعاتی اند که بانک های اسلامی در کشور و بخش بانکداری اسلامی بانک های تجاری مکلف اند فعالیت ها و خدمات بانکداری اسلامی خود را در پرتو این مقررات انجام دهند. بورد نظارت شرعی بانک مرکزی در جلسات تاریخی ماه

تدویر ورکشاپ آموزش بانکداری اسلامی

امربیت عمومی نظارت امور مالی د افغانستان بانک، در تاریخ ۲۳ تور ۱۳۹۴ ورکشاپ آموزشی را در مورد بانکداری اسلامی و روند اجرات آن برای اعضای بورد نظارت شرعی د افغانستان بانک، کارمندان نظارت امور مالی، کارمندان بانکداری اسلامی و اعضای بورد شرعی بانکهای تجاری به همکاری اداره حرکت در کابل دایر نمود.



محترم الحاج عیسی خان طراب معاون دوم د افغانستان بانک حین افتتاح این ورکشاپ در مورد اهمیت بانکداری اسلامی در کشور صحبت نموده گفت: خدمات و فعالیت بانکداری اسلامی در پهلوی بانکداری سنتی که طی بیشتر از یک دهه گذشته از منفعت خوبی برخوردار بوده، یک امر ضروری به شمار میروند. وی افزود: خدمات و فعالیت بانکداری اسلامی مطابق به اصول شریعت اسلامی بدون ربا صورت گرفته و مردم در فایده و ضرر آن شریک می باشند. بانکها پول سپرده گذاران در بانکداری اسلامی را در پرتو اصول و اساسات اسلامی به دسترس متثبتین و سرمایه گذاران قرار میدهد که رعایت قوانین اسلامی در آن جدا یک امر حتمی است.



محترم احمد سیر قریشی رئیس عامل غضنفر بانک و رئیس اتحادیه بانکداران افغانستان در بخشی از سخنان خود پیرامون تاریخچه و کارکرد سی ساله بانکداری اسلامی گفت: بانکداری اسلامی که بر اساس شریعت اسلامی و فقه معاملات عمل می نماید، ۱۴۰۰ سال قبل یعنی همزمان با ظهور اسلام توسط حضرت محمد (ص) ترویج یافت و در معاملات تجاری همسرش کاربرد داشت. وی افزود: در قرن ۱۲ با ترقی اروپا بانکداری عمومی به ممالک اسلامی معرفی و منجر به توقف عملکرد بانکداری اسلامی در جهان اسلام شد. اما خوشبختانه امروز با وجود فعالیت گسترده بانکداری عمومی در حدود ۳۰۰ بانک اسلامی و ۲۵۰ Mutual fund در ۴۸ کشور فعالیت می نماید و سپرده های بانکداری اسلامی به ۴۰۰ میلیارد دلار رسیده است. در ضمن بانکداری اسلامی نه تنها در کشور های اسلامی کاربرد دارد بلکه دامنه آن به سراسر جهان از جمله قاره های اروپا و امریکا گسترش یافته است.

آقای قریشی افزود: تا سال ۲۰۱۴ دارایی های موسسات مالی بر اساس Sharia compliant در حدود ۱٪ دارایی های جهان را تشکیل میداد. اما مجموع دارایی بانکداری اسلامی بر اساس Sharia compliant به ۲ تریلیون دلار می رسد و بر اساس E & Y دارایی های بانکداری اسلامی نسبت به دارایی های بانکداری عمومی رشد سریع داشته است. بین سالهای ۲۰۰۹ تا ۲۰۱۳ روند رشد دارایی بانکداری اسلامی سالانه در حدود ۱۷.۶٪ بوده و به طور اوسط تا سال ۲۰۱۸ ۱۹.۷۱٪ رشد خواهد داشت و ذخیره مارکیت تا ۴ تریلیون دلار خواهد رسید. آقای قریشی افزود: کشور های ایران، مالزی، سودان و مصر بزرگترین مارکیت بانکداری اسلامی را تشکیل می دهند. که بیشترین سرمایه گذاری در بخش بانکداری اسلامی (در حدود ۲۳۵ بیلیون دلار) در کشور ایران صورت گرفته و از جمله ۱۰ بانک بزرگ اسلامی جهان ۶ بانک آن در کشور ایران موقعیت دارد. وی افزود: نخستین نمونه بانکداری اسلامی در سال ۱۹۶۳ در کشور مصر توسط احمد التجار تاسیس شد. و نخستین بانک



اسلامی در سال ۱۹۷۴ تحت نام (Islamic Development Bank) تأسیس شد که تمویل مالی آن بر اساس شرکت در ضرر و مفاد معامله بود. خوشبختانه افغانستان هم عضو بانک توسعه اسلامی (IDB) شد و در حال حاضر در اکثریت بانک های کشور دریچه از بانکداری اسلامی فعالیت می نماید و با استقبال گرم مردم مواجه شده است. یقیناً بعد از تصویب قانون بانکداری اسلامی در شورای ملی، فعالیت بانکداری اسلامی در کشور رشد چشمگیری خواهد داشت.

ناگفته نباید گذشت که این ورکشاپ آموزشی ۶۰ تن از کارمندان محترم نظام بانکی را تحت پوشش آموزشی قرار داده و الی ۶ جزوی سال روان ادامه خواهد داشت.



کاهش سود بانکی در هندوستان

بانک مرکزی هندوستان اخیراً در یک اقدام غیرمنتظره نرخ سود بانکی را کاهش داد. این در حالی است که پیش از این بودجه سال مالی هندوستان تنظیم و تحويل شده است، در حال حاضر نرخ سود بانکی در هندوستان به ۷,۵ درصد رسید.

بحران اقتصادی دانست. رئیس بانک مرکزی هندوستان سیاست‌های کنترولی و حمایتی از ارزش واحد پولی کشور را اولویت جاری ندانست و تاکید کرد که این بانک تحت هیچ شرایطی قصد تبدیل ذخایر ارزی خود را ندارد.

نرخ تورم در هندوستان از سال گذشته تاکنون به دلیل کاهش قیمت نفت در جهان افت کرده است. در ماه جنوری سال جاری میلادی شاخص قیمت کالاهای مصرفی ۵,۱۱ درصد رشد داشت که کاملاً با هدفگذاری دولت و بانک مرکزی همسو بود.

بر اساس متن تفاهم‌نامه‌ای که در وب سایت وزارت اقتصاد هندوستان منتشر شد دولت و بانک مرکزی بر این امر توافق کردند که نرخ تورم در سال مالی ۲۰۱۸ میلادی را به ۴ درصد برسانند. البته حاشیه ۲ درصدی نیز در این مورد در نظر گرفته شده است.

منبع: نیکو، رویترز



raghuram Rajan، رئیس کل بانک مرکزی هندوستان گفت: «با توجه به پائین بودن شاخص های تولید و بازپرداخت تسهیلات انعطاف پذیری سیاست‌های بانک مرکزی ضروری به نظر می‌رسد.» این اقدام درست چند روز پس از توافق بانک مرکزی هندوستان و دولت بر سر تعیین نرخ تورم در سال ۲۰۱۵ میلادی صورت گرفت.

به گفته کارشناسان این اقدام تاییدی است بر بودجه سال مالی ۲۰۱۵-۱۶ ۲۰۱۵ میلادی دولت هندوستان و به این واسطه بانک مرکزی هندوستان سعی در جبران کسری بودجه دولت دارد. این گونه که به نظر می‌رسد نرخ تورم در ۲۰۱۵ میلادی کاهش خواهد یافت اما در شش ماه دوم سال بر نرخ ۶ درصد ثابت خواهد شد.

ragan همکاری دولت‌های محلی را در این زمینه بسیار حائز اهمیت دانست و کاهش هزینه‌های دولتی را یک اولویت برای مقابله با

عوامل سقوط بهای یورو

اشپیگل، آنگلا مرکل، صدر اعظم آلمان و لفگانگ شوبله، وزیر مالیه این کشور معتقدند که پیامدهای اخراج یونان از حوزه مالی قابل جبران است.

سقوط ارزش یورو از ماه‌ها پیش آغاز شده است. در ماه می سال ۲۰۱۴ هر یورو با یک دالر و ۴۰ سنت مبالغه شد و پس از آن کاهش ارزش یورو در این سرشاری همچنان ادامه یافت. بر پایه پیش‌بینی‌های کارشناسان اقتصادی، ارزش یورو در سال ۲۰۱۵ همچنان به سیر نزولی خود ادامه خواهد داد.

دو موسسه خدمات مالی و سرمایه گذاری «گلدمان ساکس» و «مورگان استانلی» چند ماه قبل پیش‌بینی کرده بودند که ارزش برابری یورو در سال ۲۰۱۵ به ۱,۱۵ دالر خواهد رسید و پس از آن حتی برابر با یک دالر خواهد شد. چنین وضعیتی آخرین بار در سال ۲۰۰۲ مشاهده شده بود. اکنون فاینشل تایمز نیز گزارش داده که اغلب کارشناسان امور اقتصادی منطقه یورو نیز از کنترول شرایط امروز توسط بانک مرکزی اروپا نا امیده شده‌اند. نظرسنجی این روزنامه از ۳۲ کارشناس امور اقتصادی منطقه یورو انجام شده است؛ کسانی که اغلب در بخش مالی فعال هستند. در این نظرسنجی ۲۶ نفر پیش‌بینی کرده‌اند که بانک مرکزی اروپا خرید اوراق قرضه دولتی را در سال جاری (۲۰۱۵) آغاز خواهد کرد. پنج نفر اعلام کرده‌اند که این اتفاق نخواهد افتاد و یک نفر هم به این پرسش پاسخ نداده است.

ارزش برابری هر یورو روز دوشنبه ۵ جنوری ۲۰۱۵ به کمتر از یک دالر و ۲۰ سنت سقوط کرد. ارزش یورو در برابر دالر در این روز به پایین‌ترین سطح خود از سال ۲۰۰۶ تاکنون رسید. کارشناسان معتقدند این سقوط ادامه خواهد داشت.



کارشناسان

مالی دلیل اصلی سقوط ارزش یورو را دلایل تکنیکی می‌دانند. به گفته آنها سقوط ارزش

یورو به زیر یک دالر و ۲۰ سنت، به طور خودکار گزینه Stop-Loss-Orders را فعال کرده است. به این معنی که با رسیدن به حداقل نرخ ثبت شده برای یورو، کامپیوتر فروشندۀ، سعی می‌کند زیان ناشی از سقوط ارزش یورو را برای سرمایه‌گذاران محدود کند. اما از آنجا که کامپیوترا بر پایه روش‌های بسیار مشابه‌ای برنامه‌ریزی شده‌اند، همگی همزمان برای جبران این ضرر وارد عمل می‌شوند و ناخواسته موج بزرگ خرید یا فروش را به وجود می‌آورند.

کارشناسان معتقدند که دلیل دیگر سقوط ارزش یورو گمانه‌زنی‌های تازه در باره خروج احتمالی یونان از حوزه مالی یورو است. سایت آلمانی زبان اشپیگل با استناد به اطلاعات خود می‌نویسد، دولت آلمان آماده است تا در صورت لزوم یونان را از حوزه مالی یورو اخراج کند. بر پایه اطلاعات



کاهش تورم باعث هراس از وقوع یک بحران مالی دیگر شده و سیاستمداران حوزه یورو را تحت فشار گذاشته تا با نادیده گرفتن مخالفت قدرت‌هایی چون آلمان، دست به خرید اوراق قرضه بزنند.

اکثر کارشناسان امور اقتصادی بر این باورند که اگر قیمت نفت در همین حد پایین باقی بماند، ارزش



یورو کاهش یابد، نرخ بهره بانکی نیز به شدت کاهش یابد همچنان اوضاع اقتصادی برخی دیگر از کشورهای آن مانند هسپانیا روند بهبود را طی کنند، سال ۲۰۱۵ سال فاجعه آمیزی برای منطقه یورو نخواهد بود.

سقوط ارزش یورو و حدس و گمان در مورد اخراج یونان در حالی رخ می‌دهد که با شروع سال ۲۰۱۵ میلادی، لیتوانی نیز به جمع کشورهای حوزه یورو بیوسته و واحد پولی خود را کنار گذاشته است.

داریو پرکینز، کارشناس اقتصادی می‌گوید: برنامه تسهیل کمی شاید بتواند تغییراتی کوچکی ایجاد کند اما تغییر جدی در بازی ایجاد نخواهد کرد. پاتریک آرتوس، اقتصاددان پیشکسوت بانک ناتیکسیس نیز پیش‌بینی کرده که بانک مرکزی اروپا برای جلوگیری از ایجاد تورم منفی و حمایت از رشد اقتصادی و تقاضا مجبور است در ۲۰۱۵ هم سیاست گشایش پولی تهاجمی‌تر را به اجرا گذارد و درخصوص اجرای چنین سیاستی تحت فشار است. به گزارش فاینشل تایمز کاهش ۱۲درصدی ارزش یورو در برابر دالر و نگرانی درباره





گشایش نمایشگاه صنایع ملی افغانستان در کابل

ملی، تاجران ملی، صنعت کاران، متنفذین و برخی از مقامات دولتی حضور داشتند.

قابل یاد آوریست که رئیس جمهور غنی در حین دیدار غرفه ها به صنعت کاران وعده نمود که به زودی با آنها در ارگ دیدار خواهد کرد.



نمایشگاه صنایع ملی افغانستان به ابتکار اداره حمایت از سرمایه گذاری (آیسا)، در تاریخ ۱۱ حمل ۱۳۹۴ خورشیدی در کابل از سوی رئیس جمهور محمد اشرف غنی گشایش یافت.

این نمایشگاه زیر نام "جشن صنایع ملی" در خیمه لویه
جرگه در کابل برگزار شده و برای چهار روز ادامه داشت. در
این نمایشگاه، تولیدات داخلی چون قالین و دیگر صنایع
دستی، مواد غذایی، ظروف، لباس، مواد ساختمانی و برقی
دیگر از تولیدات در ۱۱۲ غرفه به نمایش گذاشته شده است.

مسوولان اداره حمایت از سرمایه گذاری (آیسا) هدف از برگزاری این نمایشگاه را تشویق مردم برای استفاده از تولیدات صنایع داخلی و گسترش بازار برای تولیدات داخلی عنوان کرده اند.

در مراسم افتتاحیه این نمایشگاه به شمول رئیس جمهوری افغانستان، شماری از نمایندگان مردم در شورای

بیل گیتس ثروتمندترین فرد جهان

۴- آمانسیو اورتگا صاحب شرکت زارا و برخی فروشگاه‌های زنجیره‌ای دیگر در صنعت مود و فیشن ۶۴/۵ میلیارد دلار

۵- لری الیسون صاحب شرکت تکنولوژی اطلاعات اوراکل ۵۴ میلیارد دلار

۶- چارلز کوج کارخانه‌دار ۴۲ میلیارد دلار

۷- دیوید کوج کارخانه‌دار ۴۲ میلیارد دلار

۸- کریستی والتون از صاحبان فروشگاه وال مارت ۴۱ میلیارد دلار

۹- جیم والتسون از صاحبان فروشگاه زنجیره‌ای وال مارت ۴۰ میلیارد دلار

۱۰- لیلیان بتکورت صاحب شرکت محصولات آرایشی لورئال ۴۰ میلیارد دلار.

قابل پادآوریست که بیل گیتس در ۲۸ اکتوبر ۱۹۵۵ میلادی در سیاتل، مرکز ایالت واشینگتن آمریکا زاده شد. او و پل آن شرکت مایکروسافت را پایه ریزی نمودند. گیتس به عنوان مدیر عامل و مدیر معماري نرم افزار در مایکروسافت فعالیت کرده است و هم اکنون رئیس هیئت مدیره این شرکت است و دارای بیشترین سهام در این شرکت می‌باشد.



بیل گیتس بنیانگذار شرکت مایکروسافت آمریکا، در سال ۲۰۱۵ میلادی برای شانزدهمین بار در صدر فهرست ثروتمندان جهان قرار گرفته است.

طبق گزارش سایت فارسی رادیو بی‌بی‌سی، در این فهرست که نشریه فوربز هر سال آن را منتشر می‌کند، بیل گیتس بار دیگر از کارلوس اسلیم سرمایه‌دار و بازرگان مکزیکی پیش افتاد و در صدر این فهرست قرار گرفت. ثروت خالص آقای گیتس بیش از ۳ میلیارد دلار رشد کرده و اکنون به ۷۹ میلیارد دلار رسیده است. فوربز می‌گوید برای تهیه این فهرست اطلاعات ۱۸۲۶ میلیارد جهان بررسی شده است.

آقای گیتس در ۲۱ سال گذشته ۱۶ بار در راس این فهرست قرار داشته است. سرمایه‌دار آمریکایی وارن بافت بعد از بیل گیتس و کارلوس اسلیم، سومین ثروتمند جهان شناخته شده است.

فهرست ثروتمندترین‌های سال ۱۵

۱- بیل گیتس بنیان‌گذار مایکروسافت با ۷۹ میلیارد دلار

۲- کارلوس اسلیم میلیارد مکزیکی سرمایه‌گذار در بخش ارتباطات و ساختمان ۷۷ میلیارد دلار

۳- وارن بافت سرمایه‌گذار ۷۲ میلیارد دلار

پیام محترمه بی بی گل غنی

بانوی اول افغانستان به مناسبت روز جهانی زن

برای بازسازی کشور کار و فعالیت نمایند. بلند بردن سطح علمی و آگاهی زنان باعث این شده است که جایگاه حقوقی زنان همیشه محفوظ باقی مانده، در همه عرصه ها سهم فعال زنان را ایفا نمایند. آرزوی من اینست که زنان کشور ما روی پای خود بایستند و من میخواهم در این زمینه آنان را همکاری بیشتر نمایم و از آنها حمایت کنم. من از جامعه جهانی میخواهم که کمک کنند تا زنان افغان با راه اندازی پژوهه های زیربنایی اقتصادی نقش فعالی را در بهبود اقتصاد خانواده و کشور ایفا نمایند و این میتواند تضمین کننده یک آینده بهتر برای زنان افغان باشد.

در اخیر یک بار دیگر این روز فرخنده را برای همه زنان افغان مبارک گفته از خداوند منان برای همه زنان سلامتی، سعادت و موفقیت بزرگ آرزو مینمایم.



مادران و خواهران عزیز!

نخست از همه هشتم مارچ روز بین المللی زن را برای همه ای زنان افغانستان و جهان تبریک و تهنیت عرض می کنم. آرزو مینمایم که خواهران و مادران عزیز ما در فضای مملو از خوشی و سعادت زندگی زنان را در کنار خانواده های زنان سپری نمایند.

خوشبختانه زنان قهرمان افغان امروز از توانایی های بلند فکری برخوردار اند و می توانند همدوش با برادران زنان



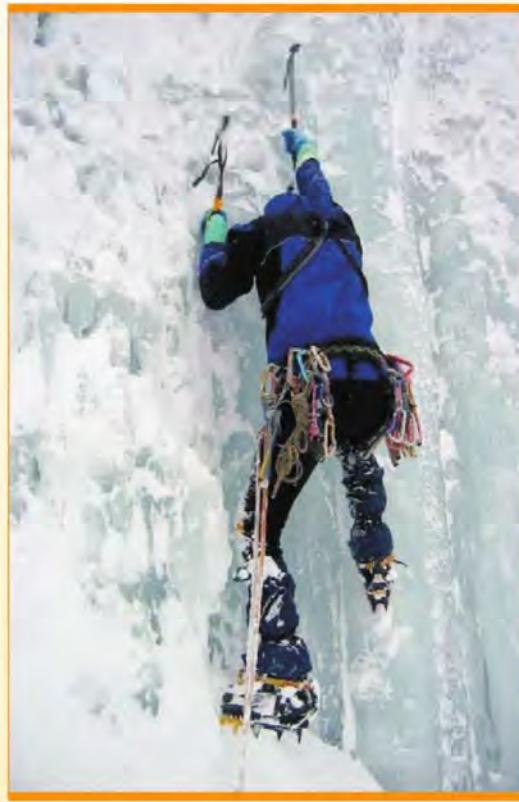


چگونه با مشکلات مبارزه کنیم

زمینه برنامه‌های اجرا شده در مورد سلامت روانی افراد نشان می‌دهد که در آموزش مهارت‌ها، بر چند مهارت اصلی و اساسی تاکید بیشتری شده است از جمله:

- توانایی تصمیم‌گیری: این توانایی، به فرد کمک می‌کند تا به نحو مؤثری در مورد مسائل زندگی، تصمیم‌گیری نماید. اگر کودکان و نوجوانان بتوانند فعالانه در مورد کارهایشان تصمیم‌گیری نمایند، جوانب مختلف انتخاب‌ها را بررسی و پیامد هر انتخاب را ارزیابی کنند، به طور مسلم در سطوح بالاتر بهداشت روانی قرار خواهد گرفت.
- توانایی حل مساله: این توانایی، فرد را قادر می‌سازد تا به طور موثرتری مسائل زندگی را حل نماید. چنانچه اگر مسائل مهم زندگی حل نشده باقی بمانند، استرس روانی ایجاد می‌کنند که منجر به آسیب جسمانی می‌شود.
- توانایی تفکر خلاق: این نوع تفکر، هم به حل مساله و هم به تصمیم‌گیری‌های مناسب کمک می‌کند تا با استفاده از این نوع تفکر، راه‌های حل مختلف مسائل و پیامدهای هر یک از آن‌ها بررسی شوند. این مهارت، فرد را قادر می‌سازد تا مسائل را از ورای تجارب مستقیم، دریابد و حتی زمانی که مشکلی وجود ندارد و تصمیم‌گیری خاصی مطرح نیست، با سازگاری و انعطاف بیشتری به زندگی روزمره بپردازند.
- توانایی تفکر نقادانه: تفکر نقادانه، توانایی کسب اطلاعات و تجارب می‌باشد. آموزش این مهارت به افراد، آنان را قادر می‌سازد تا در برخورد با ارزش‌ها و فشار گروهی، مقاومت کنند و از آسیب‌های ناشی از آن، در امان بمانند.
- توانایی برقراری ارتباط موثر: این توانایی به فرد کمک می‌کند تا بتواند از طریق ارتباط کلامی و غیرکلامی مناسب با فرهنگ جامعه، خود را نشان دهد. بدین معنی که فرد بتواند نظرهای، عقاید، خواسته‌های، نیازهای و هیجان‌های خود را ابراز و به هنگام نیاز، از دیگران درخواست کمک و راهنمایی

مهارت‌های زندگی، مهارت‌هایی هستند که برای افزایش توانایی‌های روانی و اجتماعی افراد، آموزش داده می‌شوند و فرد را قادر می‌سازند که به طور مؤثر، با کشمکش‌های زندگی رو به رو شود. هدف از آموزش مهارت‌های زندگی، افزایش توانایی‌های روانی، اجتماعی و در



نهایت پیشگیری از ایجاد رفتارهایی که سلامت روانی افراد را با مشکل مواجه می‌سازد. به طور کلی هدف از آموزش مهارت‌های زندگی، ایجاد روابط مناسب و موثر بین افراد، انجام مسئولیت‌های اجتماعی به بهترین شکل، گرفتن تصمیم‌های صحیح، حل تعارض‌ها و کشمکش‌ها بدون تسلی به اعمالی که به خود و یا دیگران صدمه می‌زنند، می‌باشد.

مهارت‌های اصلی و اساسی

ماهیت و تعریف مهارت‌های زندگی، در کشورها و فرهنگ‌های مختلف، متفاوت می‌باشد، با این حال، تحقیق در



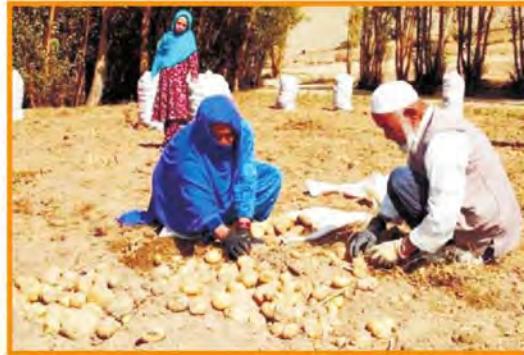
چگونه با مشکلات مبارزه کنیم

تأثیر هیجان ها بر رفتار را بداند و بتواند واکنش مناسبی در برابر هیجان های مختلف نشان دهد. اگر با حالت های هیجانی مانند غم، خشم و اضطراب، درست برخورد نشود این هیجان ها، تاثیر منفی بر سلامت جسمی و روانی فرد خواهد گذاشت و پیامدهای منفی به دنبال خواهد داشت.

- توانایی مقابله با استرس: این توانایی، شامل شناخت استرس های مختلف زندگی و تاثیر آنها بر فرد است. شناسایی منابع استرس و نحوه تاثیر آن بر انسان ، فرد را قادر می سازد تا با اعمال و موضع گیری های خود، فشار و استرس را کاهش دهد.

آموختن و به کارگیری مهارت های زندگی، بر احساس فرد از خود و دیگران به اندازه ادرارک دیگران از او اثر می گذارد. مهارت های زندگی، بر ادرارک افراد از کفايت خود، اعتماد به نفس و عزت نفس، اثر دارد و بنابراین نقش مهمی در سلامت روان دارد. همراه با ارتقای سطح بهداشت روان، انگیزه فرد در مراقبت از خود و دیگران، پیشگیری از بیماری های روانی، پیشگیری از مشکلات بهداشتی و مشکلات رفتاری، افزایش می یابد.

منبع: زن روز



نمایید. مهارت تقاضای کمک و راهنمایی از دیگران در موقع ضروری، از عوامل مهم برای تداوم یک رابطه سالم است. اگر با حالت های هیجانی مانند غم، خشم و اضطراب، درست برخورد نشود این هیجان ها، تاثیر منفی بر سلامت جسمی و روانی فرد خواهد گذاشت و پیامدهای منفی به دنبال خواهد داشت.

- توانایی برقراری روابط بین فردی سازگارانه: این توانایی به ایجاد روابط بین فردی مناسب و موثر با انسان های دیگر کمک می کند. روابط گرم خانوادگی، به عنوان یک منبع مهم حمایت اجتماعی و قطع روابط اجتماعی ناسالم، نقش بسیار مهمی در زندگی افراد دارد.

- توانایی خودآگاهی: خود آگاهی، توانایی شناخت خود و آگاهی از خصوصیات، نقاط ضعف و قدرت، خواسته ها، ترس ها و ارزجها می باشد. رشد خودآگاهی، به فرد کمک می کند تا دریابد تحت استرس قرار دارد یا نه و این به طور معمول پیش شرط روابط بین فردی موثر و هملانه است.

- توانایی همدلی با دیگران: همدلی به این معنی است که فرد بتواند شرایط دیگران را، حتی تا زمانی که در آن شرایط قرار ندارد، درک کند. همدلی به فرد کمک می کند تا بتواند انسان های دیگر را حتی وقتی با آنان بسیار متفاوت است، پیذیرد و به آنان احترام بگذارد. همدلی، روابط اجتماعی را بهبود می بخشد و منجر به ایجاد رفتارهای حمایت کننده و پذیرنده نسبت به دیگران می شود.

- توانایی مقابله با هیجان ها: این توانایی، فرد را قادر می سازد تا هیجان ها را در خود و دیگران تشخیص دهد، نحوه



توسط دکتور فیض الله کاکر

نقش موجودات زنده ذره بینی بدن انسان در تحفظ صحت

الف: بکتریاهای داخل امعاء:

در بدن انسان صحت مند در حدود یکصد هزار بیلیون (100 trillion) موجودات ذره بینی (بکتریا) زندگی میکنند که ۱۵ برابر تعداد حجرات بدن انسان اند.^۱

تحقیقات نشان میدهد که موجودات ذره بینی که در امعای انسان زندگی دارند، با تولید مواد کیمیاوی خاص بر صحت بصورت عموم و بر سلوک، روحیه و مغز ما بصورت خاص اثر گذارند. با کشف حقایق فوق الذکر علمای روحیات اذعان داشتند که امراض روانی چون افسردگی (Depression) به تعقیب تغییرات مواد کیمیاوی در خود مغز بوجود می آید ولی اکنون دیده میشود که نابودی بکتریاهای داخل روده های ما نیز باعث Depression می گردد.

خداآوند متعال نه تنها حیوانات و نباتات متعلق و متنوع را برای زندگی و آسودگی انسانها خلق کرده بلکه بیلیون ها زنده جان ذره بینی (بکتریاهای مفید) را نیز خلق و در بدن ما جا داده است. بیشتر این موجودات ذره بینی در امعاء و جوف دهن انسان زندگی می کنند که ما و آنها زیست باهمی داشته یکی از دیگری سود می بریم. بدن انسان برای آنها مسکن و غذا تهیه میدارد و در مقابل بکتریاهای مواد کیمیاوی را می سازند که برای صحت انسان فوق العاده مفید اند.

تحقیقات آخر از حقایق حیرت انگیز مفیدیت این موجودات پرده برداشته است. شناخت اهمیت این موجودات برای ما خیلی ها ضروری می باشد تا با بی خبری خود باعث مرگ و میر آنها و دعوت امراض مهلک بجانب خود نشویم.

نقش موجودات زنده ذره بینی بدن انسان در تحفظ صحت

نبوده و فکتورهای دیگر نیز می توانند این اعراض را بوجود بیاورند. ولی اگر این اعراض بعد از استعمال دواهای ضد مکروب بوجود آمده باشند، اختلال زیاد است که به کمبود بکتریاهای روده ارتباط داشته باشند. طوریکه قبل از هم اشاره شد کمبود دوامدار این موجودات ذره بینی در وجود ما ارتباط مستقیم با به وجود آمدن افسردگی دارد.

چه چیز باعث از بین رفتن بکتریاهای مفید میگردد؟

خوردن غذاهای پراسس شده غیر مغذی به مرور زمان زراعت بکتریاهای معده را ضعیف می سازد و جای آنها را بکتریاهای مضر می گیرند. ولی استعمال دواهای ضد مکروب (Antibiotics) از هر چه بیشتر و زودتر باعث مرگ بکتریاهای روده میگردد. همچنان استعمال آب کلورین دار، و هوای آلوده محیط زیست نیز بر صحت و سلامت این زنده جانهای مفید آثار منفی دارد.

چه باید کرد تا از تضعیف و مرگ و میر بکتریاهای مفید خود جلوگیری نمائیم؟

نود و پنج درصد مواد کیمیاوی (Serotonin) را که باعث خوشی و نشاط میگردد و در اشخاص مبتلا به افسردگی خیلی ها کم است، در روده ها توسط بکتریاهای تولید میگردد. از همه مهم تر اینکه بکتریاهای مفید داخل روده ها مواد جنتیکی (ارثی) انسان را طوری آماده می سازد که انسان در مقابل امراض مقاومت بیشتر داشته باشد و فعالیت این بکتریاهای برای رشد درست مغز طفل نوزاد خیلی ها پراهمیت است.

چطور بدانیم که بکتریاهای داخل روده های ما از بین رفته و یا درست کار نمیکنند؟

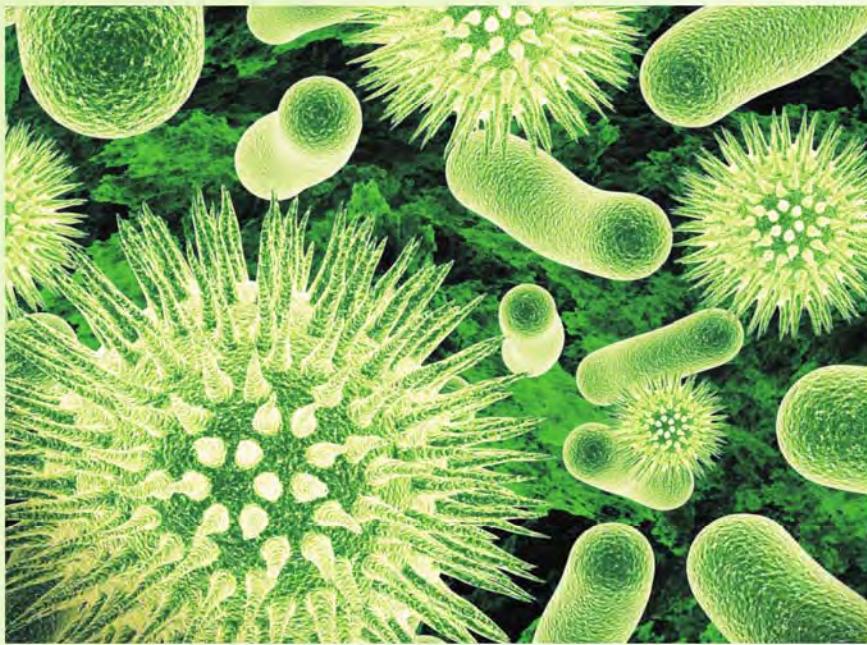
اگر بکتریاهای مفید از بین رفته باشند در کوتاه مدت در اکثر وقایع، نفح زیاد در شکم موجود بوده و انسان احساس کسالت و ماندگی میکند و هم اشتهای خیلی زیاد (بعد اعتیاد) به خوردن شیرینی دارد. در بعضی ها سردردی دوام دار با دل بدی، قبض یا اسهال را بوجود می آورد. ناگفته نماند که اعراض فوق الذکر مخصوص نبود بکتریاهای روده



نقش موجودات زنده ذره بینی بدن انسان در تحفظ صحت



دکتر Curatola (امریکا)
باعث آن میگردد که بکتریای مفید جوف دهن به بکتریاهای مضر تبدیل گردند و از طریق زخم بیره ها داخل خون گردیده و یک التهاب سیستماتیک را بوجود آورد.
دوام چنین التهاب به مرور زمان باعث امراض مختلف میگردد. امراضی که به چنین التهاب ارتباط داده شده عبارت اند از امراض قلبی، مرض شکر، سکته دماغی و



خرابی حافظه. التهاب سیستماتیک را می توان توسط لا برآتورا با اندازه کردن C-Reactive Protein خون دریافت.

اکنون واضح گردیده که امراض پیشرفته بیره های دندان احتمال مرگ انسان را از سکته قلبی ده چند بلند می برد. تحقیقات دکتر Curatola همچنان نشان داده که در اشخاصی که به امراض پیشرفته بیره ها مبتلا اند احتمال بوجود آمدن مرض شکر (Type-2 diab.) فوق العاده بلند می رود. دکتر Curatola امراض انتانی بیره و دندان ها را مسئول امراض متعدد انسان دانسته و صحت دهن را دروازه مهم برای جلوگیری امراض قلمداد کرده است.^۲

صدها سال قبل طبیعت هندوستان روغن ناریال را برای تمیز کردن دهن و دندان ها استعمال میکردند. این طریقه در سال ۱۹۹۰ در امریکا توسط یک داکتر هندی بنام داکتر کروچ (Karooch) رایج گردیده و به تدریج شیوع یافته. از آن وقت بدینسو تحقیقات متعدد در غرب صورت گرفته و نشان میدهد که روغن ناریال بهترین طریقه تمیز کردن دهن و دندان ها از میکروب های مضر است. و از همه مهمتر اینکه روغن ناریال بکتریاهای مفید دهن را ازبین نمی برد بلکه تقویت می بخشد.

۱. غذاهای که در آن بکتریاهای مفید زندگی میکنند و به صحت مفید اند عبارت اند از ماست که خود توسط این چنین بکتریاهای از شیر ساخته شده میباشد. علاوهً تمام سبزیجات و غذاهای که توسط پروسه تخمیر (Fermentation) تغیر یافته دارای بکتریاهای مفید میباشند که خوردن آنها باعث تقویت زراعت این بکتریاهای مفید میباشدند که خوردن آنها میگردد. ترشی یا آچار وطنی مثال خوب دیگر همچو غذا ها می باشد.

۲. در مارکیت های دوا کپسول هایی که از چنین بکتریاهای ساخته شده نیز موجود اند ولی این کپسول ها نباید در مقابل اسید معده انسان از بین بروند و بنام (Acid Resistant Probiotics) یاد میگرددند.

ب: بکتریاهای داخل جوف دهن

چنانچه بکتریاهای مفید امعاء رول مهم برای صحت انسان دارند، بکتریاهای مفید جوف دهن نیز وظایف وقاریه صحت انسان را بدوش دارند. از سالهای زیادی بدین سو مایعات و تابلیت های خرد عفونی کردن دهن استعمال میگرددند تا دهن و دندان ها را از میکروب های مضر وقاریه سازد ولی اکنون واضح گردیده که بهتر است چنین مواد ضد عفونی استعمال نگرددند. استعمال چنین مواد مطابق تحقیقات

نقش موجودات زنده ذره بینی بدن انسان در تحفظ صحت

نگهمیدارند، ضروری میباشد. دوکتوران معالج بشمول داکتران دندان بکوشند که دواهای ضد میکروب (Antibiotics) را تنها و تنها به مریضانی توصیه بدارند که چاره دیگر برای تداوی یا وقایه صحت شان در شرایط فعلی کشور وجود نداشته باشد و اگر چنین دواها را توصیه میکنند، برای مریض هدایت لازم لطف فرمایند تا مریضان با استفاده از غذاهای مفید و کپسول های Probiotics در دوباره غنی ساختن زرع بکتریاهای روده های خویش اقدام ورزند.

ماخذ:

- 1- Gut Bacteria Linked to Brain Activity Neurogastroenterology and Motility, March 2011, 23 (3), 255 -e -119
- 2- Mercola How Your Oral Health Contributes to Your General Health and Wellbeing, November 30, 2014
- 3- Beating Bad Breath During Ramadan, Islam 21 C.com 03/07/2014.
- 4- The Importance of the Miswak , My Religion Islam, www.myreligionislam.com



بکتریاهای مفید دهن، لعاب دهن را در مقابل میکروب های مضر مجہز ساخته و مانع انتان بدن میگردد. عبارت از ویتامین مواد مغذی ای که بکتریاهای مفید دهن را تقویت می بخشد Calcium Carbonate Coenzyme Q10 میباشد. شستن دهن با روغن ناریال و نمک کوهی مفید میباشد.

داکتر Curatola و داکتران متعدد دیگر مخالف استعمال کریم دندان (Toothpaste) که اکثراً با عنصر فلوراید ساخته شده می باشند و بهترین طریقه تمیز کردن دندان ها را روغن ناریال می داند. وی توصیه میدارد که مقدار کمی از روغن ناریال را روزانه داخل دهن کرده و با حرکت آن از یک سو بسوی دیگر دهن، دندانهای خود را شسته و بعداً بپرون اندازید.

مسواک کردن دندان ها را پیامبر اسلام به تکرار توصیه کرده است و حتی فرموده که نماز بعد از استعمال مسوواک هفتاد چند بهتر از نماز بدون مسوواک است. در چوب مسوواک موادی وجود دارد که بکتریاهای مضر را از بین می برد. این مواد عبارت اند از NO_3^- , SO_4^{2-} , Cl^- , SCN^- . تحقیقات متعدد نشان داده که مسوواک باعث بهبود صحت دهن و دندان ها میگردد و تنها بکتریاهای مضر را از بین می برد ^۱ ولذا در سال ۱۹۸۹ سازمان صحي جهان (WHO) استعمال مسوواک را باساس تحقیقات متعدد توصیه نمود ^۲.

متعدد نشان داده که مسوواک باعث بهبود صحت دهن و دندان ها میگردد و تنها بکتریاهای مضر را از بین می برد ^۱ ولذا در سال ۱۹۸۹ سازمان صحي جهان (WHO) استعمال مسوواک را باساس تحقیقات متعدد توصیه نمود ^۲.

خلاصه

محافظت صحت بکتریاهای مفید بدن ما محافظت صحت خود ماست. معهداً توجه به فکتورهای که آنها را صحتمند



Internet Banking

غضنفر بانک در کامپیوتر شما

- مشتریان محترم میتوانند از این طریق ID های خویش را بررسی نمایند.
- تمام صورت حساب خویش را به صورت مفصل در صفحه کامپیوتر ملاحظه فرمایند،
- از وضعیت چک های خویش که آیا تا دیه گردیده ویا خیر، آگاهی کسب نمایند.



دفتر مرکزی:

۵۵۹۸ سرک عمومی شیرپور، کابل، افغانستان / صندوق پستی: ۷۹۸ ۷۸۶ ۷۸۶ / ۰۷۹۷ ۸۶۰ ۰۰۳

mainbranch@ghazanfarbank.com



قلعه اختیار الدین (ارگ هرات)

این بنا در قرن هفتم توسط اختیار الدین مرمت شد و پس از خرابی‌های زمان مغولان مجدداً توسط ملک فخر الدین کرت تعمیر شد. قلعه اختیار الدین بدلیل مرکزیت حکومتی و نظامی همیشه مورد تخریب و صدمات نیروهای مهاجم بوده است. پس از حمله (۷۸۳ هـ.ق) و تصرف شهر هرات توسط مهاجمین صدماتی بر آن وارد شد و تا زمان حکومت شاهزادخ در هرات به همان شکل باقی‌ماند اما در سال (۸۱۸ هـ.ق) (۱۴۱۶ م) توسط شاهزادخ پسر تیمور مجدداً مرمت شد.

شهر هرات و این قلعه باستانی در دوره های سلاطین طاهریان، سامانیان، غزنویان، سلجوقیان و غوریان از قرن سوم تا قرن ششم هجری به اتفاق تمام مورخین مرکز تجمع علماء، دانشمندان، نویسندهای، شاعران و هنرمندان بوده و یکی از حوزه های پر شکوه تمدن به حساب می آمده است خصوصاً در عصر سلطنت سلطان غیاث الدین غوری (۵۵۸-۵۹۹ هـ) که شهر هرات به اوج ترقی خود رسیده بود. متأسفانه توسط حمله چنگیز و سربازان مغول در سال (۶۱۸ هـ) تخریب گردید و ساکنان آن تا آخرین نفر قتل عام شدند.

در سال ۳۳۰ پیش از میلاد، اسکندر مقدونی پس از تصرف شهر آرتاکوانا (اردکانه؟)، مرکز ساتراپی هریوا، این شهر را ویران کرد. سپس وی یا بازماندهایش در نزدیکی آرتاکوانا شهر جدیدی بنادر کرد و نامش را «اسکندریه آریانا» (Alexandria in Aryana) نهادند و در آنجا این دژ را برای نظامیان خود ساخت که بقایای آن هنوز باقی است. هدف از ساختن این دژ، حفظ نظامیان از شورش احتمالی مردم شهر در برابر سلطنه مقدونی‌ها بود. این بنای عظیم هم‌اکنون در وسط شهر هرات موجود است.

دژ اختیار الدین هرات نخستین دژ استوار در منطقه است که اهالی آن به راهنمایی شمیره دختر فریدون به منظور رهایی از چیرگی و باجگیری دشمن آباد کردند. که در سده چهارم پیش از میلاد در پی تهاجم اسکندر مقدونی ویران و لی پس از آن به فرمان خود او از نو آباد شد. این دژ دوباره در اثر هجوم چنگیز ویران و لی بعداً در عصر فخر الدین (۶۸۷-۷۰۶ هـ) توسط وزیرش اختیار الدین آباد شده و بنام وی نامیده شد.

در سال (۸۱۰) دوره شاهزاد فرزند تیمور لنگ که پایتحت خراسان را از سمرقند به هرات انتقال داد علاوه بر ترمیم ویرانهای گذشته به استوارسازی و آراستن این دژ نیز پرداخته شد.



روی آنها اسمی والقب سلاطین غوری و ملوک کرت که از نژاد غوری ها بودند به نهایت نفاست و طرافت نقش و حک شده بود به شهر سبز در سمرقند که زادگاه تیمور است بردند.

امیرشاخرخ تیموری پسر تیمور لنگ در سال (۷۷۵ هـ)

از طرف پدر حاکم خراسان مقرر گردیده و در سال (۸۰۷ هـ) بعد از فوت پدر رسماً در شهر هرات به تخت نشست و در سال (۸۱۸ هـ) به فکر آباد کردن ویرانی های پدر خود افتاد و کلیه شکستگی هایی را که از بیداد پدرش تیمور به هرات

مرحوم استاد فکری سلجوقی می نویسد: مورخین این قلعه را بقایای شهر ارتاگوانا می پنداشند که به مرور زمان از بین رفته به بالای تل ویرانه شهر ارتاگوانا قلعه موجوده ارگ ساخته شده است.

ملک فخر الدین کرت (جلوس ۶۸۴ و تا ۷۰۶ هـ) بعد از ویرانی های اسکندر و چنگیز مغول این قلعه را سر از نو تعمیر و یا ترمیم نمود. همچنان در زمان ملک شمس الدین کرت متوفی (۷۷۶ هـ ق) قلعه پائین را به قلعه بالا اضافه کرد. سپه سالار اختیار الدین سپه سالار ملک شمس الدین کرت نیز در این قلعه کار های زیادی کرده و در باز سازی این بنای تاریخی نقش عمده داشته به همین دلیل قلعه به نام وی مسمی گردید که هم در آن عصر و بعد از آن به قلعه اختیار الدین معروف بوده است. در زمان حمله تیمور لنگ و محاصره ارگ هرات ظاهرآ در سال (۷۶۲ هـ) این قلعه تاریخی تا اندازه استحکام خود را از دست داد، زیرا به فرمان وی برج و دیوارهای شهر را ویران کردند و به دستور تیمور لنگ دروازه های شهر را که از آهن رو پوش شده و



قلعة اختيار الدين (ارگ هرات)

در قسمت غرب قلعه دو سالون بزرگ وجود دارد که طول هر کدام به (۱۶,۵) و عرض آنها به (۴,۵) متر می‌رسد. خذامت دیوارهای این دو سالون ۱,۵ متر می‌باشد. در قسمت شرق قلعه گالاری دیگریست که فعلاً به حیث موزیم ملی هرات از آن استفاده می‌شود که طول آن (۳۳) متر و عرض آن (۱۴) متر با دیوارهای آن می‌باشد. این گالاری گنبدی پوش و دارای (۱۴) گنبد و یک دروازه وردی است. در قسمت وسطی قلعه پائین گالاری دیگریست که به نام موزیم نظامی یاد می‌شود که فعلاً به حیث آرشیف از گالاری مذکور استفاده صورت می‌گیرد. طول آن (۳۶) متر و عرض آن (۱۶) متر و دارای دو دروازه است که یکی از قسمت شرق و دیگری از قسمت غرب باز می‌شود، این تعمیر بزرگ گنبدی پوش و (۲۱) گنبد دارد.

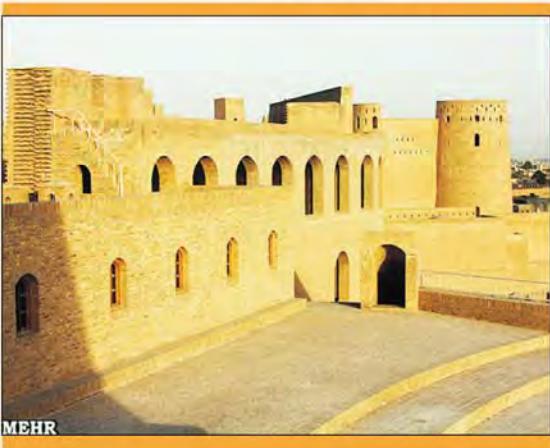
قلعه بزرگ اختیارالدین دارای (۲۱) برج میباشد. اما در مجله هرات باستان یاداشت دیدم که قلعه اختیارالدین را دارای (۱۹) برج ذکر نموده بود به نظر میرسد که دو برج از قلم نویسنده باز مانده باشد به این ترتیب:

(هفت) برج در قسمت شمال که سه برج آن بصورت نیمه کاره میباشد.

(سه) برج در قسمت شرق قلعه.

(شش) برج در جنوب قلعه.

(یک) برج در جنوب غرب قلعه.



رسیده بود ترمیم فرمود و آنگاه به ساختن قلعه تاریخی اختیارالدین همت گماشت. در سال (۸۱۸هـ) اساس قلعه اختیارالدین را از نو طرح و به سنگ، خشت پخته، گچ و چونه بنانهاد و در و دیوارش را به کاشی های رنگین مزین ساخت.

اما قلعه تاریخی اختیارالدین به اثر جنگ های شیبانیان
شاه اسماعیل صفوی هرات را فتح کرد یک اندازه خدمات به
این قلعه تاریخی رسید و بعد از فتح هرات از طرف صفویان
ترمیم گردید.

این قلعه عالی در طی عمر پر افتخارش همیشه سرای سلاطین بزرگوار و گنجینه شاهان و مخزن اسلحه و آلات حربی بوده است و به مرور زمان خرابی های به آن رخ داده چنانکه از کاشی های شاهرخی جز برج ویرانه که آن هم مشرف به سقوط است چیزی دیگری باقی نمانده است.

در قسمت شمال قلعه سه گالری بزرگ وجود دارد که هر کدام به طول (۷۳) متر و عرض (۴) متر میباشد و ضخامت دیوارهای آن (۲) متر است. در قسمت جنوب قلعه یک گالری بزرگ دیگر نیز میباشد که طول آن از دروازه ورودی قلعه پائین تا به موزیم ملی هرات (۷۵) متر و عرض (۴) متر است. در قسمت جنوب غرب قلعه گالری دیگری است که از دروازه ورودی تا به سالون های بزرگ غرب (۳۷) متر طول دارد و به عرض (۴) متر میرسد.



فعلاً هر دو دروازه آن بسته می باشد در قسمت غربی دروازه جنوب یک مسجد بسیار با ارزش و زیبای موجود است. اما مؤرخینی که تاریخ قلعه اختیار الدین را نوشته اند از جزئیات داخل قلعه هیچ یاد آوری نکرده اند به جز از مجله هرات باستان که در سال ۱۳۵۸ هـ (ش) در کابل به نشریه رسیده فقط از چند گالاری شمالی و بعضی از برجهایی که در سال ۱۳۵۸ هـ (ش) تحت ترمیم بوده اند یاد آوری کرده که آن هم کافی نیست.

(دو) برج در قسمت غرب که یکی از این برجها، برج تیموری میباشد که اکثر مؤرخین این برج را یادگار دوره درخشان تیموریان یاد نموده اند. (دو) برج دیگر در اطراف دروازه ورودی قلعه بالا واقع شده است.

قلعه پائین که آباد تر از قلعه بالا میباشد (۱۰۵) عدد ناوادان دارد که همگی آنها از سفال و بسیار اساسی و محکم ساخته شده است. طول قلعه اختیار الدین (۲۵۰) متر و عرض آن در بعضی قسمت ها به (۷۰) متر میرسد.



حمام دختر شاه

در قسمت شمال قلعه بالایی یک اطاق وجود دارد که در داخل آن بعضی از بقایای مینیاتوری در روی دیوارها بجا مانده و حوض آبی نیز در آنجا می باشد که نشان میدهد درین مکان حمامی بوده که هم اکنون بنام حمام دختر شاه مشهور است. گرچه مشخص نیست که این حمام به نام دختر کدام شاه نامگذاری شده است اما راجع به مینیاتوری های روی دیوارها و سقف حوض آن حمام گفته می شود که این مینیاتوری ها از زمان سپه سالار فرامرز خان متوفی (۱۳۲۴ هـ) ش) که از طرف امیر عبدالرحمن خان که در هرات حاکم بوده باقی مانده است. اما متأسفانه از هنرمندی که این حمام را مینیاتوری کرده هیچ معلوماتی دردست نیست. به هر حال

ومستحکم می باشد. میخ های فولادی قوی که روی پله های آن کوبیده شده، زنجیرهای قوی که به منظور بستن دروازه به آن نصب شده، روبوش آهنی که به منظور استحکام دروازه در آن به کار گرفته شده و چوبی که در آن بکار رفته این ها همگی بر ارزش و مقاومت این دروازه تاریخی افزوده است و نیز مهارت صنعت کاران همان دوره هرات را نشان میدهد.

مسجد قلعه اختیار الدین

ارگ هرات دو قسمت دارد قلعه بالا و قلعه پائین هر قلعه دروازه ورودی جداگانه دارد قلعه بالا دو دروازه ورودی داشته که یکی از جنوب و دیگری از شمال بوده اما متأسفانه

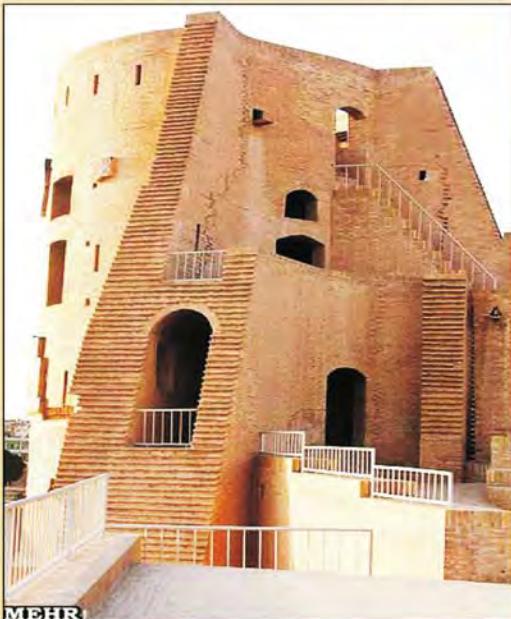
قلعه اختیار الدین (ارگ هرات)



ملک غیاث الدین برادر ملک فخر الدین کرت در سال (۷۲۰ هـ) به سفر حج رفت و احتمال قوی میرود که ارگ هرات بنام همین سپهسالار بوده باشد. زیرا از زمان سلاطین کرت به این طرف ارگ هرات را بنام قلعه و حصار اختیار الدین می گویند که در روضات الجنات فی اوصاف مدینه هرات نام آن بسیار آمده است.

منابع:

- ۱- هرات باستان
- ۲- ویکی پیدیا



این حمام یکی از دیدنی های قلعه اختیار الدین میباشد که توجه هر بازدید کننده را به خود جلب می کند.

و اما در مورد وجه تسخیمه اختیار الدین: اختیار الدین، نام چند تن از سپه سالاران دوران سلاطین غوری در خراسان و هندوستان است که تاریخ طبقات ناصری تألیف قاضی منهاج سراج جوزجانی (۶۵۸ هـ) از آنان به مناسبت های مختلف نام برده است.

۱- ملک اختیار الدین چتردار، از جمله ملوک و اقرباء سلطان شهاب الدین غوری بوده که این سلطان از (۵۶۹) تا (۶۰۲ هـ) سلطنت نمود.

۲- ملک غازی اختیار الدین محمد بختیار خلجی، از جمله سپه داران سلطان شهاب الدین غوری بود و در هندوستان فتوحاتی زیادی کرد و در سال (۶۰۲ هـ) در هندوستان در گذشت.

۳- ملک اختیار الدین محمد برادرزاده ملک الامر افتخار الدین امیر کوه از جمله امیران در بار ملک شمس الدین التمش بود که از (۶۰۷-۶۳۳ هـ) در هند سلطنت کرد.

۴- اختیار الدین کریز، یکی از سپه سالاران غوری که در ملتان در زمان سلطنت ناصر الدین قباقجه غوری در سال (۶۴۲ هـ) لشکریان مغل را شکست داد و اسیر گرفت.

۵- ملک اختیار الدین خربوست، از طرف سلطان جلال الدین خوارزم شاه حاکم پشاور و بوبکر بود وفات این سلطان در سن (۶۴۹ هـ) بوده است.

۶- سالار اختیار الدین، یکی از سپه سالاران بزرگ ملوک آل کرت بود که در جمله اعیان و اشراف همراه کابی

مینا رحمانپور

تاریخ پیدایش مکتب یوگا

هنوز به خوبی روشن نشده است که فنون و آداب یوگا اولین بار به وسیله چه کسانی تدوین و بکار برده شده، تاریخ پیدایش یوگا را که هنتر از زمان تدوین کتاب «یوگا سوترا» می دانند تا آنجا که در اساطیر و افسانه ها این تعلیمات را به ادیان هندی نسبت می دهند، اما اتفاق رأی محققین بر این است که حکیم و فیلسوف هندی (پاتانجلی) مبانی آئین یوگا را در رساله خود به نام یوگا سوترا (Yoga Sutra) تدوین کرده است.

ترجمه، تفسیر و تدوین یوگا سوترا از لحاظ تاریخی به دو قرن قبل از میلاد مسیح نسبت داده شده هر چند آراء دیگری درباره پیدایش و نگارش این رساله وجود دارد. به عقیده یاکبی و کیث این اثر در سده های سوم الی پنجم میلادی نگاشته شده زیرا در این رساله به تیره «ماهایانی» بودائی اشاره شده است اما داسگوپتا (Dasgupta) در خصوص نظریه یاد شده معتقد است که غرض از مکاتب بودائی که در یوگا سوترا بدان اشاره شده مکاتبی است که به احالت ذهن معتقد بودند مانند مکتب «ویجینیاناوادا» آئینی که بنیانگذار احالت خلاء جهانی بود.

یوگا تاریخچه ای چندین هزار ساله دارد (بین ۲ تا ۱۵ هزار سال قبل از میلاد را آغاز یوگا می دانند) با آنکه کلمه یوگا برای نخستین بار در نوشته های آریایی ها آمده است ولی تاریخ شناسان عقیده دارند یوگا پیش از آریایی ها در هند وجود داشته است و تقریباً چهار قرن قبل از میلاد یک دانشمند و فیزیک دان به نام پاتانجلی در کتابی به نام یوگا سوترا مراحل هشتگانه یوگا را که اساس یوگای امروز است، شرح داد. بعدها کتاب پاتانجلی توسط "ابوریحان بیرونی" به زبان عربی ترجمه شد و این دانشمند یوگا را به عنوان روشی برای خلوص نفس و خلوص تن ذکر کرد.

داسگوپتا در تحقیقات خود در زمینه یوگا به کتاب ابوریحان بیرونی به نام «بتنجل الهندی فی اخلاق من المثال» که ترجمه عربی یوگا سوترا پاتانجلی است اشاره



یوگا یکی از مکاتب فلسفی عرفانی رایج در هند است که مبتنی بر آداب خویشن داری، ورزش بدنی و ذهني می باشد. هر یک از مکاتب بنا به روش خود تزکیه نفس و اصول اخلاقی را به پیروان خود تعلیم می دهد.

یوگا از ریشه کلمه سانسکریت (Yuj) گرفته شده و به معنای اتحاد است، اما در زبان لاتین بصورت کلمه (Yungr) هنوز باقی است. اتحاد بین تن و روان، بین نیروهای مثبت و منفی وجود انسان، بین جریانات (Yin) و (Yang) اتحاد بین نیروی «پرانا» و «آپادانا»، اتحاد بین نیروی مثبت خورشیدی و نیروی منفی ماه، متراff همین کلمه در زبان انگلیسی (Yoke) است که معنی آلت یا وسیله اتحاد است.

در زبان فارسی دری کلمه «یوغ» به معنی وسیله اتحاد است و آن چوب مخصوصی است که به گردن دو گاو می بندند تا از ترکیب قدرت آنها در شکافتن زمین و شخم زدن استفاده کنند. لذا یوغ که معنی قید است ابزاری برای وحدت نیروی دو موجود و یوگا نیز روشی است که نیروهای مثبت و منفی و جنبه های جسمی و روانی انسان را نخست پرورش داده شکوفا می سازد و سپس بین این دو اتحاد و توازن برقرار می کند که در سایه آن فرد بر خویشن حاکم می شود و خویش را باز می یابد و از تنهایی و سرگردانی در اقیانوس متلاطم جوامع بشری به سکون و آرامشی می رسد که توفان حوادث و فشارهای خورد کننده عصبی نمی تواند او را از خط تعادل خارج و آرامش او را بر هم بزند.

تاریخ پیدایش مکتب یوگا

دلیل است که مدت هزاران سال پایدار مانده است و حتی با گذشت زمان پیروان فراوانی کسب کرده است. یوگا قرن ها در سرزمین های هند و خاور دور به حیات خویش ادامه داد تا آنکه در پایان قرن ۱۹ در اروپا و آمریکا اشاعه یافت و اندیشه غربی سرانجام یوگا را به آزمایشگاه ها کشاند. یکی از مراکز مهم تحقیقاتی شفاخانه "کارولینسکا" در استکهلم بود که تایید کرد، کنترول ذهن و جسم در نتیجه یوگا نه تنها افسانه نیست بلکه حقیقت محض می باشد و این چنین بود که یوگا مقبولیت عام یافت و اینکه هر روز میلیون ها نفر از طریق کتب و نشریات و وسائل ارتباطی دیگر با یوگا آشنا می شوند و از آن بهره می گیرند.

عرفای خراسان زمین نیز با یوگا آشنا بودند که از آن جمله علاءالدوله سمنانی است که بدون آنکه نامی از یوگا ببرد راجع به مراکز اثری که در یوگا بسیار حائز اهمیت هستند صحبت می کند. دیگر نشان آشنایی این سرزمین با یوگا ترجمه کتاب توسط ابوالحیان بیرونی به زبان عربی می باشد.

متاسفانه با سقوط مکتب اصیل عرفانی یوگا هم به اشتباه و به نام جوکی مورد بی مهری قرار گرفت و با وجود اینکه همواره در فرقه های مختلف عرفانی رد پایش دیده می شد تقریباً به دست فراموشی سپرده شد تا اینکه در حد سال اخیر میرزا حبیب خراسانی و یاران او که یکی از آنها به نام دکتر هندی معروف بود، بار دیگر یوگا را در روشهای عرفانی خود به کار برداشت. در دهه های اخیر همراه با توسعه تمدن فرنگی در خراسان زمین یوگا نیز از طریق غرب و نوشه های غربیان به این سرزمین آمد به طوری که اکثر کتاب های موجود در بازار از زبان های اروپایی ترجمه شده است و هنوز جز نوشه های ابوالحیان بیرونی ترجمه های مستقیمی از یوگا نداریم.



کرده و پس از تجزیه و تحلیل و مقایسه آن با یوگا سوترا به این نتیجه رسیده است که ترجمه حکیم ابوالحیان بیرونی از روی متن دیگری بوده که در آن میانی پاتانجلی تا حدی تغییر کرده و تمایل به یکتا پرستی در آن مشهود است و به نظر داسگوپتا رساله بیرونی معترف تحولی است که به واسطه آن یوگا سوترا وارد مجرای تازه ای شده که به سهولت می توانست منجر به مکاتب و دانتا و شیوای و حتی تانترا گردد.

در گیتا یوگا، معانی مختلفی دارد و معنی کلی آن بنظر داسگوپتا از ریشه (ज्ञा॒य) به معنی پیوستن است و چون پیوستن به امری مستلزم گستزن از امری است لذا پیوست با یوگا منجر به جدائی از تعلقات عالم و تجرد از عالم ماده و ضمایم آن تعبیر می شود.

اما در گیتا یوگا به مفهوم حذف و قطع مراتب نفسانی نیست بلکه اتصال به بارگاه ازلى است که با پیروی از روشهای یوگا از جمله «کارمایوگا» طریقت کردار و تکالیف شرعی و «دیانایوگا» روش مراقبه و معرفت تحقق می یابد. طریقت یوگا در گیتا به عنوان راه میانه مطرح است.

یوگا به معنی اتحاد بیان شده است و آن اتحاد و هماهنگی بین تن و روان و نیروهای مثبت و منفی وجود انسان است. در گیتا آمده است : «یوگا برای آن کس که در خوردن افراط می کند میسر نیست و نه برای آن کس که از خوردن پرهیز می کند، نه مناسب حال کسی است که بسیار می خوابد و نه مناسب کسی که شب زنده داری می کند، اما برای آن کس که در خوراک و تفریح و خواب و بیداری معتدل است یوگا راه انهدام کلیه مصائب است.»

این روش میانه یوگا در گیتا با روش یوگای کلاسیک پاتانجلی متعارض است زیرا در یوگا سوترا پاتانجلی کمتر به نیازهای طبیعی انسان توجه می شود و انسان را مقيد می سازد خلوت به درون نگری، خودکاوی و قطع مراتب ذهنی و نفسانی گزینی، سکون و اعتکاف را جایگزین تحرک و فعالیت اجتماعی می نماید. این نوع یوگا فراتر از اخلاقیات بشر عادی و ورای ارزشهای جاری جوامع سیر می کند و کمتر به عواطف انسانی و عشق و محبت ارتباط دارد.

بدون شک یوگا قدیمی ترین روش ارتقاء شخصیت آدمی است و تاثیرات شگرفی بر انسان می گذارد به همین



ضمانت نامه های بانکی اسلامی

ضمانت نامه های بانکی اسلامی بر اساس اصل وکالت و کفالت صورت می گیرد که به اهداف ذیل از جانب بانک صادر می گردد:

- ضمانت نامه داوطلبی Bid Guarantee
- ضمانت نامه کارکرد Performance Guarantee
- ضمانت نامه پیش پرداخت Advance Payment Guarantee
- لیتر آف کریدت LC

ویژگی های خدمات ما:

- مطابق به قانون شریعت
- شرایط و ضوابط انتعاف پذیر
- تیم متخصص بانکداری اسلامی
- میزان هزینه قناعت بخش



با ما به تماس شوید! +93 (0)791 810 113

۶۶، سرک عمومی شریبور، کابل، افغانستان

سایت: www.ghazanfarbank.com

ایمیل: info@ghazanfarbank.com

حمیرا رحمانی

علایم و راه های مبارزه با افسردگی

این اختلال از زمان بابلی ها مورد شناسایی قرار گرفته بود. کلمه «Depression» افسردگی از عبارت لاتین «Deprimere» به معنای در هم فشرده شدن گرفته شده است. از این رو افسردگی به معنای احساس در هم فشرده شدن روح، غم یا بی ارزشی است. در اواخر قرون وسطی، رهبران مذهبی اروپا بر این عقیده بودند که افسردگی به واسطه نفوذ و تسلط ارواح شیطانی بر انسان به وجود می آید. مارتن لوثر، اصلاح طلب مذهبی آلمانی نوشت: "تمامی سنگینی روح و مالیخولیا از شیطان سرچشمه می گیرد". در واقع همین اصطلاح مالیخولیا یا ملانکولیا، به افراد افسرده اشاره داشت و چنین افرادی جن زده، شیطانی، مالیخولیایی یا ملانکولیک خوانده می شدند. به همین دلیل سالیان دراز افسردگی، با روش هایی مانند شلاق زدن (برای خارج کردن ارواح شیطانی و جن)، حجامت، جن گیری و سال های اخیر با دوش گرفتن آرامش بخش تحت درمان قرار می گرفت. در نهایت با کشف دوای ضد افسردگی در دهه ۱۹۶۰ میلادی و تسکین افسردگی با تجویز این دواها، کم کم روش های خرافی برچیده شد.

طبق گزارش انتیوتوت سلامت روانی آمریکا، افرادی که دچار اختلال افسردگی هستند، علایم و نشانه های یکسانی ندارند. بعضی از علایم معمول و متداول افسردگی شامل: مشکل در تم رکز، یادآوری جزئیات و تصمیم گیری، خستگی و کاهش انرژی، احساس درماندگی، بیخوابی، بیدار شدن صبح زود و یا خواب زیاد، بیقراری و ناارامی، تضعیف غراییز جنسی و کاهش میل جنسی، پرخوری و یا کاهش اشتها، سردرد، گرفتگی عضلات و یا مشکلات گوارشی، گریه



افسردگی یک بیماری روانیست که باعث احساس غم و ناراحتی مداوم و از دستدادن علاوه می شود. اکثر افراد گهگاهی احساس ناراحتی، اندوه و افسردگی می نمایند، احساس افسرده و غمگین بودن واکنشی طبیعی بدن در برابر مشکلات زندگی و از دستدادن چیزها و کسانی که به آنها علاقه داریم، می باشد. اما اگر زمان احساس غم و اندوه در وجود انسان ها تشدید یابد، به بیماری روانی و افسردگی مبدل می شود.

بیماری افسردگی بر طرز فکر، احساس و رفتار شما تاثیر می گذارد. افسردگی می تواند، باعث ابتلاء به انواع بیماری های جسمی و روانی شود. افراد افسرده یقیناً در انجام وظایف روزانه ناتوان بوده و حتی احساس می کنند، زندگی ارزش زندگی کردن را ندارد. افسردگی فقط یک ضعف و ناتوانی نیست و نمی توان آنرا به سادگی نادیده گرفت، بلکه یک بیماری مزمن مانند دیابت، فشارخون و ... است که باید برای درمان آن اقدام کرد. اکثر افراد مبتلا به بیماری افسردگی بعد از مراجعه به داکتر و کارشناسان امور روانی و مصرف دوا بهبود می یابند.



نداشته و افراد در همه سنین ممکن است، دچار افسردگی شوند. گفته می شود تعداد مردان مبتلا به افسردگی معمولاً دو برابر زنان می باشد. اما این آمار دقیق نبوده و شاید بخارطه مراجعه بیشتر زنان به پزشک بوجود آمده باشد. افرادی که هریک از شرایط زیر درباره آنها صدق می کند، خطر بیشتری برای ابتلا به افسردگی آنها را تهدید می کند.

افسردگی یک بیماری جدی و مهم است که می تواند باعث اثرات وحشتناکی بر روی فرد و خانواده وی شود. افسردگی درمان نشده، می تواند باعث بوجود آمدن مشکلات عاطفی، رفتاری و جسمی شود. سرانجام این عوارض می توانند منجر به اعتیاد فرد به مواد مخدر، اضطراب، ایجاد مشکل درسی و یا کاری، ایجاد مشکل خانوادگی، انزوا و حتی خودکشی شود.

درمان افسردگی شیوه های متعددی دارد که اقداماتی همچون کنترول استرس، برقراری روابط اجتماعی و دوستی، ورزش، رژیم غذایی سالم و درمان بموضع بهترین روش های پیشگیری این بیماری قلمداد می شود. که باید زیر نظر متخصص انجام شود. درمان در سه زمینه روان درمانی، دارو درمانی و شوک درمانی عملی می شود. روان درمانی فعالیتی کمکی به فرد افسرده برای حل مشکلات اوست و با پند دادن و نصیحت کردن متفاوت است؛ درمانگر با توجه به سرگذشت زندگی فرد، عوامل ایجاد کننده افسردگی را تشخیص می دهد. او بدون انتقاد و با احترام به گفته های درمان جو گوش می دهد و سعی می کند موقعیت و حالت او را به خوبی دریابد.



کردن بدون هیچ دلیل خاصی، در میان انسان های افسرده متفاوت اند. همینطور علایم معمول افسردگی در کودکان و نوجوانان کمی با علایم بزرگسالان متفاوت می باشد، ناراحتی، بیقراری، نگرانی، ناامیدی و وجود مشکل در انجام کارخانگی مکتب ارزشانه های افسردگی در کودکان و اضطراب، عصبانیت، دوری از اجتماع و تغییر در طرز تفکر و برنامه خواب از نشانه های وجود افسردگی در میان نوجوانان به شمار می رود.

دلایل ابتلا به افسردگی، ترکیبی از عوامل ژنتیکی، جسمی، محیطی و روانی می باشد. مهمترین این عوامل شامل: حوادث زندگی از جمله مرگ یا از دست دادن والدین، و دیگر اعضای فامیل و کسانی که دوست شان دارید، مشکلات مالی، اعتیاد، استرس شدید، تغییر در سطح هورمون های بدن، می تواند تاثیرات دائمی بر مغز گذاشته و خطر ابتلا به افسردگی را افزایش دهد. اما در برخی از انسان ها این بیماری به صورت ارشی ایجاد می شود.

ممولاً افراد در سنین نوجوانی و یا بین دهه دوم و سوم زندگی به بیماری روانی و افسردگی مبتلا می شوند، اما محدودیت برای آن وجود



گردآوری: لینا ترابی

خواص شگفت انگیز کیوی

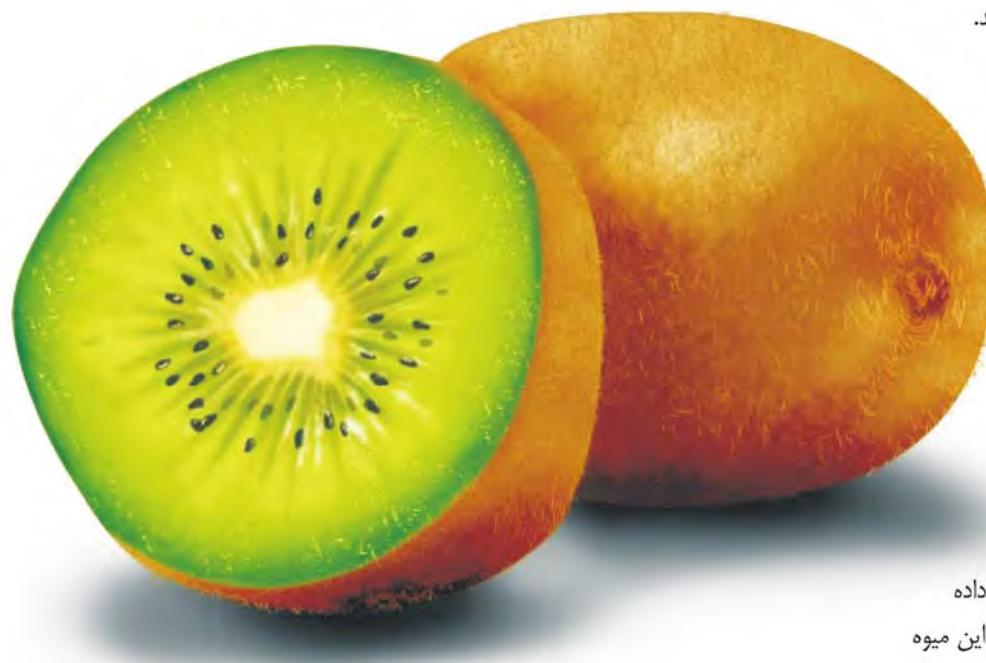
صرف می کنند دارای علائم تنفسی کمتری نسبت به کودکانی هستند که در هفته فقط ۱ عدد میل می کنند.

کیوی سیستم حفاظتی بدن را تقویت می کند و از بروز سرطان جلوگیری می نماید. و با داشتن ویتامین C و اسید قهقهه دو ماده اساسی ضد سرطان را در بدن تولید می کند. همچنان کسانی که سگرت مصرف می کنند به ویتامین C بیشتری نیاز دارند، زیرا مواد سمی مخصوصاً رادیکالهای آزاد موجود در دود سگرت ویتامین ها را از بین می برد. بنابراین کسانی که سگرت مصرف می کنند باید حدود ۴۰٪ بیشتر ویتامین C مصرف کنند. این مقدار با خوردن ۲ عدد کیوی کسب می شود.

استرس و کمبود خواب روی بدن انسان اثر می گذارد. کسانی که می خواهند از استرس در امان بمانند باید در روز ۴ عدد کیوی بخورند. عدد کیوی را در طول روز تقسیم کنید. چون بدن انسان نمی تواند ویتامین C را ذخیره کند.

کیوی سرشار از ویتامین A، C و E و همچنین کلسیم، آهن و اسید فولیک می باشد. یک عدد کیوی متوسط ۴۶ کالری ارزی دارد. کیوی دارای مقادیر زیادی آنزایم حل کننده پتاسیم به نام پاپایین است که از نظر تجاری برای نرم کردن گوشت مفید است اما احتمال دارد برای برخی افراد آرزی زا باشد. بویژه افرادی که به آنناس حساسیت دارند مستعد حساسیت به این میوه نیز هستند. این آنزایم با پختن میوه به سرعت از بین می رود. به این ترتیب استفاده از کیوی خام در غذا های حاوی شیر یا هر محصول لبنیاتی دیگر نامناسب است زیرا این آنزایم در عرض چند دقیقه در حالیکه بوی بسیار بدی تولید می کند شروع به حل کردن پروتئین شیر می نماید.

متأسفانه آنزایم های کیوی در معده به وسیله اسید معده از بین می رود. اما اسید معده بعد از خوردن غذاهای گوشتی و لبنی زیاد مقداری خنثی می شود و آنزایم های کیوی می توانند مدت کوتاهی فعالیت کنند و این زمان کافی است تا مواد پروتئینی در اثر این آنزایم ها به قطعات کوچکتری تجزیه شوند و این امر عمل هضم غذاهای سنگین را در معده و روده آسانتر می کند.

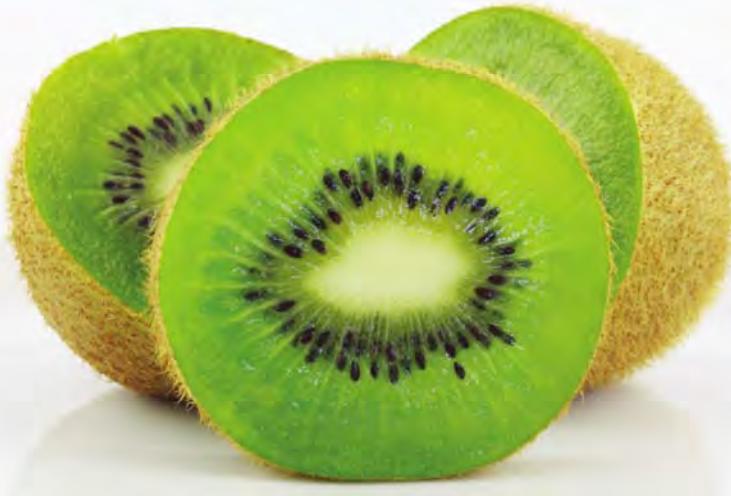


کیوی مانند تابلیت آسپرین موجب رقیق شدن خون شده از ایجاد پلاک در خون جلوگیری می کند. این میوه به دلیل خاصیت کاهنده که بر سطح تری گلیسیرید دارد از غلظت خون می کاهد و از تنگ شدن عروق و بروز انواع سکته ها جلوگیری می کند. جالب است بدانید که ویتامین C در کاهش علائم بیماری آسم بسیار موثر است و مطالعات نشان داده کودکانی که در هفته ۷ تا ۵ عدد از این میوه



روش نگهداری کیوی:

کیوی را هرگز کنار سیب، ناک و کچالو قرار ندهید زیرا از این میوه ها گازی متصاعد می شود که موجب رسیدن بیش از حد این میوه می شود. اما اگر نارس باشد می توان آن را در کنار میوه های ذکر شده قرار داد تا فرایند رسیدن تسريع شود. هرگز به اندازه این میوه توجه نکنید و تصور نکنید میوه بزرگتر ارزش تقدیم ای بیشتری دارد. در ضمن از خردباری کیوی نرم کاملاً خودداری کنید زیرا زمان زیادی از چیدن آن گذشته است، نه تنها قابل نگهداری نمی باشد بلکه خواص خود را نیز تا حدی از دست داده است.



کیوی در اصل متعلق به کشور چین است، اما اکنون مردم سراسر دنیا این میوه را مصرف می کنند. ایتالیا، نیوزلند، چین، فرانسه و چاپان جزو بزرگترین تولیدکنندگان کیوی در جهان محسوب می شوند. این میوه به نامهای متعددی نامیده می شد تا این که در سال ۱۹۵۹ نام کیوی برای آن انتخاب شد (کیوی برگرفته از نام پرنده بی پرواز بومی نیوزلند است). در سال ۱۹۷۴ نام کیوی به صورت نام رسمی تجاری این میوه درآمد.



فواید کیوی:

- کیوی کلسترول خون را کاهش داده از سرطان جلوگیری می کند و به کنترول انسولین کمک می نماید.
- ویتامین C کیوی نسبت به کینو، مالته و دیگر میوه های زمستانی به مراتب بیشتر است.
- کیوی حاوی مقادیر قابل توجهی آنتی اکسیدان محلول در چربی و پیتامین هایی است که برای مبارزه با رادیکال های آزاد مفید می باشد.
- کیوی حاوی فیتوناتریفت ها از جمله کاروتونئید و فلاونونئید است که تحقیقات نشان داده که DNA را از آسیب های مربوط به اکسیجن محافظت می کند.
- ۳۰۰ میلی گرام کیوی حدود ۱۰٪ پتاشیم مورد ضرورت بدن را دارا می باشد.

- کیوی حاوی مقادیر زیادی فولاد است که بدن را در مقابل بیماریهای قلبی، سرطان و غیره محافظت می کند و برای شکل گیری هموگلوبین حامل اکسیجين ضروری است.

ضرات کیوی:

کیوی دارای مقدار زیادی اگزالات است که موجب تشکیل سنگ در گرده و کیسه صفراء می شود. به همین دلیل برای افراد مستعد به سنگ گرده و سنگ صفراء مضر است.



نیلوفر رحمانی، شجاع ترین زن سال ۲۰۱۵ در جهان

نیلوفر رحمانی، پیلوت ۲۱ ساله کشور ما، از هجده سالگی به عضویت نیروی هوایی افغانستان درآمد و طی سال‌های گذشته مراحل آموزشی را تا رسیدن به درجه خلبانی (پیلوتی) گذرانده است.

وزارت امور خارجه آمریکا هرساله به ۱۰ زن از سراسر جهان که در زمینه‌های مختلف از جمله رهبری، نهادینه کردن صلح، دفاع از حقوق بشر، تقویت و توانمند سازی زنان، عدالت و دیگر فعالیت‌ها در بخش حقوق زن داشته‌اند، جایزه بین‌المللی زن شجاع سال را اهدا می‌کند.

سال گذشته دکتور "نسرين اوریا خیل" رئیس شفاخانه ملالی در کابل، موفق به دریافت این جایزه شده بود.

جایزه شجاع ترین زن سال ۲۰۱۵، به مناسبت هشت مارچ روز جهانی زن، از سوی وزارت امور خارجه آمریکا، به خانم نیلوفر رحمانی یکی از پیلوت‌های کشور ما اهدا شد.

"هیگر هیگنباشم" معاون وزارت امور خارجه آمریکا، در مراسمی که به همین مناسبت در واشنگتن دی سی برگزار شده بود، گفت: نیلوفر رحمانی شجاع ترین زن در افغانستان است که با وجود تهدیدهای مخالفین مسلح، به صفوف نیروهای هوایی افغانستان پیوست و تعهد خود را به بهتر کردن وضعیت زنان و دختران کشورش به اثبات رسانده است. در این مراسم، همچنین به ۹ زن دیگر از سراسر جهان که به عنوان زن شجاع سال انتخاب شده بودند جوایزی اعطی شد.



حجت الله مهریاری

انسان و بت اکبر نفس

بود. روح را عقل و نفس را هوا و جسد را حس؛ و مردم نمونه است از کل عالم و عالم نام دو جهان است و از هر دو جهان در انسان نشانست.

نفس انسان را به سه طبقه یا مرحله تقسیم کرده اند؛ نفس اماره (بسیار امر کننده) و لومه (بسیار ملامت کننده) و مطمئنه، جمله اسامی اوست به حسب مراتب مختلفه و اوصافی متقابل، در هر مرتبه بی به سبب وصف دیگر اسمی دیگر یافته است. نفس اماره نفسی که میل کند به طبیعت بدندی و امر دهد به لذت وشهوات حسی و قلب را به جهت سفلی بکشاند، در اوایل تا هنوز ولایت وجود در تحت تصرف استیلا و غلبه او بُود ، او را نفس اماره خوانند.

نفس لومه خود را به وقوع معاصی و هدایت نور دل و این نفس صلحاء و اولیاء را حاصل باشد . و در اواسط چون تدبیر ولایت وجود به تصرف دل مفوض گردد و نفس به ربقة اطاعت و انقياد او متقلد شود، و هنوز از نوازع صفات نفس و تمد و استعصاء او بقایای چند مانده بود، و بدان جهت خود را پیوسته ملامت کند، آنرا نفس لومه خوانند.

در اواخر چون عروق و نزاع و کراحت به کلی از وی منتزع و مستاصل گردد. از حرکت منازعات با دل، طمانیت یابد و تحت جریان احکام رام گردد و کراحتش به رضا مبدل شود، آنرا نفس مطمئنه خوانند.

سعده گوید:

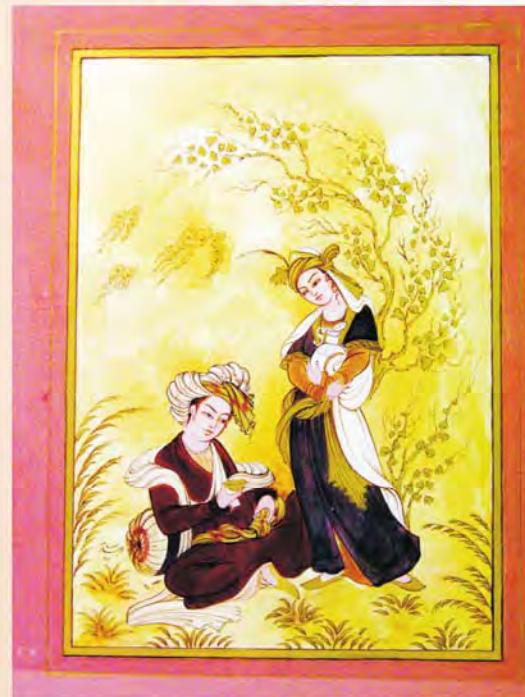
کند مرد را نفس اماره خوار
اگر هوشمندی عزیزش مدار
نفس پروردن خلاف رای هر عاقل بود
طفل خرما دوست دارد، صبر فرماید حکیم

مولوی نیز نفس انسان را مادر همه بت های وجود می داند:

من نیم در عهد ایمان بت پرست
بت برآن بت پرست اولی ترسست

عرفا و حکمای اسلامی با الهام از قران مجید همه رفتارهای ناپسند انسان را از نفس اماره میدانند در این نوشته به نفس انسان بعنوان بت اکبر و صفات این بت در وجود انسان اشاراتی از قول عرفا می گردد.

عرفاء، صوفیه و حکمای مسلمان، با الهام از آیه ۵۳ سوره یوسف، منشأً جمیع اوصاف و اعمال ناپسند در انسان را



نفس اماره می دانند. عرفای اسلامی برای نفس انسان تشبیهات و تعبیر مختلفی ذکر کرده اند و هر یک با توجه به دیدگاه خود از نفس، آنرا به موجودی مذموم و ناپسند تشبیه نموده اند. بعضی آنها توصیه وسفرش برای کشتن نفس به مفهوم تربیت نفس و تصعید امیال و تبدیل هواهای نفسانی به خواسته های معقول روحانی را به همه انسان های کمالجو داشته اند.

هجوییری گوید: بدانکه ترکیب انسان آنکه کاملتر بود، نزد محققان از سه معنی بود: یکی روح و دیگری نفس و سوم جسد. هر یک از این اعیان را صفتی بود که قائم بدان



انسان و بت اکبر نفس

رضا و تعظیم مطالعت نماید. و اندک خیری که از او به دیگری رسد، آنرا رقمی و وزنی تمام نهد و سالها فراموش نکند، و او را غریق منت خود داند. اگر بسیار نیکی از دیگری بدو رسد، آنرا در محل اعتبار نیارد و عنقریب فراموش کند. این صفت از جمله مهلهکات است و این صفت اعجاب برخیزد الا به معرفت حقارت او.

صفت دیگر بخل و امساك است. هر چه از اموال و اسباب و مرغوبات و مشتهیات به چنگ آرد، در آن آویزد و از دست بیرون ندهد، یا از بهر تکاثر و تفاخر، یا از بهر خوف فقر و احتیاج. چون این صفت در نفس قوی گردد، حسد از او تولد کند. زیرا که حسد بخیلی کردن است به مال دیگران. نخواهد که از کسی بدیگری خیری رسد. و اگر کسی را به نعمتی مخصوص بیند، زوال آن طلبد. و چون قوت زیاده گیرد حقد پدید آید، هر که را با خود در نعمتی مساهم یا مساوی یابد یا به فضیلتی متمیز بیند یا سبب امتناع نعمتی از خود پنداشد یا موجب امتناع کرامتی شناسد، زوال و هلاک او را پیوسته خواهان بود. صفت بخل از نفس برخیزد الا به غلبه نور یقین.

صفت دیگر شره و خواستاری است. نفس پیوسته در شهوت و لذات متعدی و متمادی بود، و بر حد اقتصاد و اعتدال اقصار ننماید. و حوصله نیاز او هیچ پر نشود و مثل او در شره به پروانه زده اند که به نور شمع اکتفا ننماید و به ادرارک ضرر و حرارت او ممتنع و منجز نشود ، و خود را بر جرم آتش می زند تا سوخته گردد. نفس نیز چندان که زخم نوایب می خورد، همچنان حرص او بر تحصیل لذات زیاده می سود تا به هلاک انجامد؛ و این صفت برخیزد الا به تقوی و ورع.

صفت دیگر سرعت ملالت بود. و نفس را از چیزها زود ملالت پدید آید، و ظلن کاذب او را چنان نماید که انخلاء او از امر حالی و اشتغالی به امر مآلی سبب قرار و جمعیت و استغناei او خواهد شد. و نداند که دلالت امثال این ظنون هرگز او را به مقر مظنون نرساند. و بیشتر احوال، صورت واقع برخلاف مراد او بود. و اگر علی التدور و یکبار بر مراد ظفر یافت، همان که مرغوب الیه او بود بعد از آن مهربو عننه گشت، تا مابعد را از ماقبل قیاس کند و نفس را بر ثبات ملازمت فرماید. و او از این بلا خلاص نتوان یافت الا به اقامت و خلایف شکر.

مادر بتها، بت نفس شماست
زانکه آن بت مار و این بت اژدهاست

خواجه عبدالله گوید:
نفس بت است و قبول خلق زنار
حقیقت با تو بگفتم بیک بار

عزالدین کاشانی گوید: لفظ نفس را بر دو معنی اطلاق کنند: گاهی نفس الشیی گویند و بدان ذات و حقیقت آن چیز مراد بود؛ چنانکه گویند: فلاں چیز به نفس خود قایم است. و گاهی اطلاق لفظ نفس کنند، و مراد از آن نفس ناطقه انسانی بود که عبارت است از مجموع خلاصه لطیف اجزای ترکیب بدن که آنرا روح حیوانی و طبیعی خوانند، و نوری که بر آن فایض شود از روح انسانی و بدان نور مورد الهم فجور و تقوی گردد.

در باب صفات نفس گوید: بدان که معدن صفات ذمیمه و منشأ اخلاق سیئه در وجود آدمی نفس است، هم چنانکه منبع صفات حمیده و منشأ اخلاق حسنہ روح است. از صفات ذمیمه و اخلاق سیئه نفس، یکی عبودیت هواست. نفس همواره خواهان بُود که بر مشتهیات و لذات حسی اقدام نماید، و مراوات طبیعت در کنار او نهد، و کمر مطاوعت و انقاد هوا بر میان بندد، و خدای را در معبدیت شریک گیرد.

صفت دیگر نفاق است. در اکثر احوال ظاهر نفس با باطنش، و غیبت و حضور مردم پیش او یکسان نباشد. در حضور، مردم را مدح گوید، و در مواجهه اظهار صداقت کند، و در غیبت برخلاف آن بود. و این صفت از نفس برخیزد الا به وجود صدق.

صفت دیگر ریا است. پیوسته نفس در بند آن بُود که خود را در نظر مردم به موجبات محمد ایشان آراسته دارد، اگر چه نزدیک حق صحبانه مذموم بُود، چون تکاثر اموال و تفاخر بدان و کیر و جباری و استغنا. و از هر چه پیش خلق مذموم بود احتراز نماید و بازپوشاند، چون فقر و عجز و مسکنت. و این صفت از نفس برخیزد الا به معرفت حقارت نفس.

صفت دیگر عجب و خودبینی است. همواره نفس به محاسن صفات خود نگران بود، و صورت احوال خود به چشم



نیستان

(ویژه شعر و ادب)

زشاخ سرویاغم قمری خود
قاری های کابل میفروشم
زگل غندی بچینم ارغوانی
گل و مل با تغزل میفروشم
زآهوی ختن مُشکی ستانم
 بشوخ پر تجمل میفروشم
 حدیث عندلیان می سرایم
 نوا و شور بلبل میفروشم
 شهید کشته ای تیر نگاهم
 بتیرغمزه بسم میفروشم
 ندادم بوسه ازلعل لبس یار
 بگفتا بوسه برگل میفروشم
 پرسوتی مهاجر سال ها شد
 بهرجا لانه از گل میفروشم
 زغرت خسته ام یاران دلبند
 بمیهن رفته محمل میفروشم
 زخونم رنگها در جاده شهر
 چنای دست قاتل میفروشم
 اگریا به نجات از قبر طوفان
 نهنگان را ساحل میفروشم
 اگر قانون و نظم آید بمیهن
 پایی دشمنان غل میفروشم
 برای دوستان در هرسودم
 غم و دردم بمشکل میفروشم
 بکارم دوستی در بین مردم
 نفاق و تخم باطل میفروشم
 فروغ از خامه خامم بکیرم
 برای شام جاهل میفروشم
 فروغ



بگیرد از رخ ما هم نکویی
 ز چشمت زنده گانی عاقبت هم
 بیافتد از سرت چون تار موبی
 بخشکد زنده گی چون آب چشمی
 اگر بحر است یا هم آب جویی
 من و تو را خدایی باشد و او
 من و تو را نماید گفتگویی
 نفیسه خوشنصیب غضنفر

یار با ما بی وفا یی می کند
 بی گناه از من جدایی می کند
 شمع جانم را بکشت آن بی وفا
 جای دیگر روشنایی می کند
 می کند با خویش خود بیگانگی
 با غربیان آشنا یی می کند
 جو فروشست آن نگار سنگ دل
 با من او گندم نمایی می کند
 یار من اویا ش و قلاشت و رند
 بر من او خود پارسایی می کند
 ای مسلمانان به فریاد رسید
 کان فلاپی بی وفا یی می کند
 کشتنی عمرم شکستست از غمش
 از من مسکین جدایی می کند
 آن چه با من می کند اندر زمان
 آفت دور سما یی می کند
 سعدی شیرین سخن در راه عشق
 از لبس بوسی گدایی می کند
 سعدی

چورخسارتان گل میفروشم
 به لاله داغ از دل میفروشم
 برای حلقه های آن سرzelف
 شمیم عطر سبل میفروشم

ماه و ماه روی
 به مه می گفت روزی ماه رویی
 که باشد در جهان چون من نکویی؟
 رخم تاب و توان را می راید
 زعتر من چمن ها مشک بویی
 دو چشمم چلچراغ و غنچه لب
 فکنده عاشقان را چون سبویی
 به دور این رخ زیبای رعنای
 بیافتند هر طرف یک تار موبی
 مرا رخساره پون گل باشد و تو
 سفید و بی نمک همچون کدویی
 مرا گیسو به سان شام تاری
 ترا سر کل نه بینی و نه موبی
 بگفتا ماه ای بی عقل کودن!
 چرا از خویشتن بسیار گویی
 تو آتش افکنی در خانه دل
 من اما افگنم سو را به سویی
 تو شاید ماه باشی خانه ای را
 من اما رو به رو با هر چه رویی
 کنم عالم فروزان با ضیایی
 نباشم گر شبی چون ابر موبی
 تولد می شوم هر شب ز مادر
 تو راه رفته ام را گر بیوی
 اگر زشتمی یا زیبا حقیقت
 کشاند عاقبت ما را به سویی
 مگو از خود مکن این خودستایی
 که خودبینی بود از نانکویی
 من و تو هر دو اندر دهر مکار
 بچرخیم و بچرخیم ار به سویی
 بود این چرخ را یک روز پایان
 بود این چرخ بر ما چون عدویی
 خورد عمر و بساید تن به غمها

سَاحِرَةٌ

بنسخه پيته خزانه ده
دغميو سره گانه ده
نوي خداي داسي و ييشلي
نيمه يي بنсхه ته بنسلبي
داد حق بنه ترکه ده
دغميو سره گانه ده
بنسخه مينه د خلقت شوه
هم خو مورد حقيقت شوه
داد بحر دور دانه ده
دغميو سره گانه ده
پوه بنونكبي د بچيانو
بنه زره سوانده د لمسيانو
داسي کرنه بنه توشه ده
دغميو سره گانه ده
ستركي او بنكونه شوي ڏکي
بنسخه سوخي د سيسه کي
داد کور رنه ڏيوه ده
دغميو سره گانه ده
مبارك موشه اي خويندو
دانادي د ٿولو ميندو
بنسخه رنه تل ادويء ده
دغميو سره گانه ده
د سرحد د زره ٽويه ده
امرالدين سرحد



ددي ميو پيالي دپرو دي اخيستي
ولي ما غوندي بهنه وي لايعقل خوك
د زنخ په چاه دې بند د شونډو مست وي
روغ هوسيار به په کوهي کې پرپوتل خوك
ته په خپله راته ووايپي چې وايه!
گنهه! زه، د مينې راز بسکاره ويلى خوك
ته مې وژنه د قصاص اند پښنه مه کره!
د خپل خون په تور به ونيسم يو بل خوك
بنه خودا چې د چانوم په کې ياد بيرى
په فاني دونيا بهنه وي ژوندي تل خوك
تا په خپله سپينه خوله خوشحال ته ورکره
گنهه دى، دا هسي شوندي بسلول خوك
خوشحال خان ختيك

چپرته بی هنداری؟

چپرته یې هندارې بې تصویره يم
 راشه چې خوبه بې تعییره يم
 راشه چې تناکې پېښې دې نیشكل کرمه
 ورکه سبا سترى له شوگیره يم
 درد يم په لفظونو کې مې ونقاره
 لې خو مې بیان کره بې تفسیره يم
 شمس مې شه سیقل مې کړه شاعر مې کړه
 مست مې، کړه محسوب مې، شهه يې، بېره يم

زرمه می ورورد للهی د گلنو دی
 ورک د بارانو نو له بهیره یم
 خدایه که پنستور اسره و وایی
 جبار دی له منکرا او له نکیره یم
 چپرتهد سندرو "کاروان" واروم؟
 زه راغلی نن له بس او زیره یم
 پیر محمد کاروان

غزل

له هغو سره به خه فکر د یار وی
چې یاران بې په هر لور هزار هزار وی
په اشنا پسې ويشتلى هم هغه وی
چې له نوري اشنا بې په استغفار وی
صبوری او قداري دې په ما زوم شي
که بې تا به مې یا صبر یا قرار وی
هر ژوندون د یار په وصل بشایسته وی
بې مینه که ژوندون وي خه پکار دی
که دیار له لاسه اور په ما بلېږي
هغه اور دې عاشقانو ته ګلزار وی
په یاري، کې آزار نشته خدائ دې نه کا
که ذره به زمازره له تا آزار وی
و هغو ته عاشق نه وي یلي بويه
چې بې فکر یا د سریا د دستار وی
خای بې اور شي چې زنار بې شي په غار
ولې نه چې ستاد زلفو زناردار وی
ستاد زلفو زناردار که په اور سوزي
هغه اور بهم ربنتيا ستاد رخسار وی
هغه جونه به لیلا غوندې رسواشې
چې رحمان غوندې مجنون بې په دیار وی
رحمان بابا

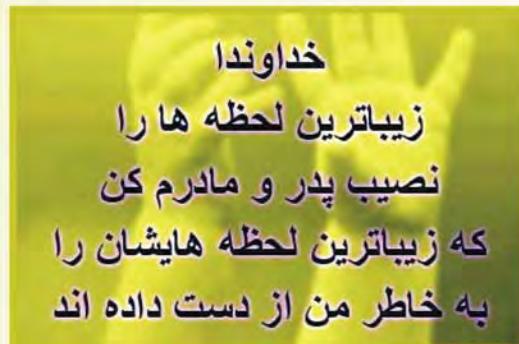
که زه نه وای عشق به تالرہ بلل خوک
په پالنگ به دی دا هسپی درختل خوک
وا په عشق دی چې یې سر راته گیا ه کړ
ګکنه! زه په خان مین، د سر بنندل خوک
چې پتنګ ته رو بننایي د خراغ پسکاره شي
نور له خراغه نه یې غواپري جارو تل خوک
بدر ګه که محبت راسره نه وای
یک تنها به په خونخوارو لارو تل خوک



جمله های طلایی

قسمت سی و ششم

یک جمله ارزشمند میتواند زندگی انسان را دگرگون و هدفمند کند





جمله های طلایی



منتقال مصئون و سریع پول از طریق ویسترن یونین و سویفت در غضنفر بازی



سویفت (SWIFT)

غضنفر بانک یکی از بانکهای بر جسته کشور و عضو گمیته سویفت می باشد که خدمات و امکانات مصئون و با اعتبار ذیل را پیرامون ارسال و دریافت پول به سراسر جهان در برابر بهای مناسب برای مشتریان خویش عرضه می دارد.



ارسال و دریافت پول

ارایه لیترآف کریدت

ارایه گرنتی های بانکی

دریافت چک های خارجی

ویسترن یونین (Western Union)



moving money for better

امکانات انتقال پول به داخل و خارج از کشور از طریق ویسترن یونین برای مشتریان غضنفر بانک مهیا می باشد. بنا بر این در تمام نمایندگی های غضنفر بانک برای انجام این سهولت غرفه های ویژه اختصاص یافته و با انجام خدمات قناعت بخش و مطمین در خدمت مشتریان خویش قرار دارد.

دفتر مرکزی:

۵۹۸، سرک عمومی شیرپور، کابل، افغانستان / صندوق پستی: ۸۶۶
mainbranch@ghazanfarbank.com / ۰۷۹۷ ۷۸۶ ۷۸۶ / ۰۷۹۸ ۸۶۰ ۰۰۳



حکایت و اندرز

تواضع و احترام به دیگران نه تنها فریضه دینی هر مسلمان است بلکه در جلب و جذب دوستی و همکاری دیگران نقش سازنده دارد. زندگی خیلی کوتاه است، سعی کنیم تأثیر مثبتی در زندگی اطرافیانمان مخصوصاً افرادی که هر روز می‌بینیم داشته باشیم.

دربافت قرض

در زمان فرمانروایی سلطان محمود شخصی از دوست خود پول قرض می‌خواهد و دوستش با خوش رویی به او می‌گوید: عزیزم! برو در الماری چند سکه است، بردار و مشکل خود را حل کن. جوان که از لطف دوست خود خوشحال شده بود، سکه‌ها را برداشت و رفت دنبال کار خود. بعد از مدتی بار دیگر جوان در تنگنای مالی گرفتار می‌شود و به یاد دوست خود می‌افتد و به خانه او رفته و مجدداً طلب قرض می‌کند. دوستش با همان لحن مهربان به او می‌گوید: عزیزم! برو در همان الماری را باز کن و سکه‌ها را بردار. جوان با خوشحالی به سوی الماری می‌رود، ولی وقتی آن را باز می‌کند، سکه‌ای نمی‌یابد! با تعجب می‌گوید، دوست عزیز اینجا که سکه‌ای نیست؟ دوستش در پاسخ می‌گوید: عزیزم! سکه‌ها را سرجایش گذاشته بودی که حالا برداری؟!

از بهلول پرسیدند: علت سنگینی خواب چیست؟ بهلول پاسخ داد: سبک بودن اندیشه، زیرا هر چه اندیشه سبکتر باشد، خواب سنگیتر می‌گردد.

خود را چگونه معرفی کنیم؟

روزی لئوتولستوی از یک جاده عبور می‌کرد که ناگهان با فردی تصادم کرد. طرف مقابل بی وقهه شروع به فریاد و فحش دادن کرد. بعد از اینکه کمی آرام گرفت، تولستوی کلاهش را از سرش برداشت و محترمانه معدتر خواهی کرد و در پایان گفت: «من لئوتولستوی هستم».

طرف مقابل که بسیار شرمگین شده بود، عذرخواهی کرد و گفت: «چرا شما خودتان را زودتر معرفی نکردید؟»

تولستوی در جواب گفت: «شما آنچنان غرق معرفی خودتان بودید که به من مجال این کار را ندادید!»

مردی در سرداخنه

مردی در کارخانه توزیع گوشت کار می‌کرد. یک روز که به تنها برای بازدید به سرداخنه رفت اما ناگهان در سرداخنه بسته شد و او در داخل سرداخنه گیر افتاد. آخر وقت کاری بود. با اینکه او بسیار فریاد زد اما هیچ کس صدای او را نشنید. بعد از مدتی مرد در حال مرگ بود که نگهبان کارخانه در سرداخنه را باز کرده و مرد را نجات داد. او از نگهبان پرسید که چطورشده که به سرداخنه آمدند. نگهبان جواب داد: «من ۳۵ سال است در این کارخانه کار می‌کنم و هر روز هزاران کارگر به کارخانه می‌آیند و می‌روند. ولی تو یکی از معدود کارگرهایی هستی که موقع ورود به ما سلام و احوالپرسی می‌کنی و موقع خروج از ما خداحافظی می‌کنی و بعد خارج می‌شوی. امروز هم مانند روزهای قبل به من سلام کردی ولی خداحافظی کردن تو را نشنیدم. فکر کردم کارهای تان زیاد مانده باید به کمک تان برسم برای همین تصمیم گرفتم به کارخانه بیایم.



عزیز الله ارال

محاوره اوزبیکی (۱۸)

از کتاب محاوره دری - انگلیسی - اوزبیکی

دکتر دندان	Dentist	تیش داکتری
------------	---------	------------

دندان هایم درد میکند	I have a toothache	مینینگ تیش لریم آغربیاپدی
دندام لق (سست) شده است	I have a loose tooth	مینینگ تیش لریم قیمیرله بابدی
برشده گی (لفاف) دندانم افتید	The filling has fallen out	تیشیم نینگ تولدیریلگنی توشیب کبتی
شما دندان را پر میکنید یا که میکشید؟	Will you fill or pull out the teeth?	سیز تیشنگیز کاوه گینی تولدیره سیز می با
لطفاً، دهن تانرا باز کنید!	Open your mouth, please	آلب تسله یسیز می؟ (سوغیره سیز می؟)
این دندان تداوی نمیشود	This tooth can't be treated	مرحومت، آغزینگیز نی اچینگا!
باید کشیده شود	It must be pulled out	بو تیش نی دوالب بولمه بیدی
دهن تانرا آب کش کنید	Rinse your mouth	ونی آلب تسلش کېره کی
لطفاً، تف کنید!	Spit, please	آغزینگیز نی چئیق ب تسلنگ توپلنگ!

جراح	Surgeon	جراح لیک
------	---------	----------

طرف راست پایم درد شدید دارد	I have a sharp pain in my leg (in the right side)	ایاغیم ده (اونگ بیقینیم ده) قتیق آغريق بار
انگشتیم را بریدم	I cut my finger	برماغیم نی کېسیب الديم
افتیدم دستم افگار شد	I hurt my arm when falling	بېقىلگىنیم ده قولیم نی اوریب الديم
فکر میکنم که پایم (دستم) شکسته است	I think my leg (arm) is broken	ایاغیم (قولیم) سینیب قالدی شکیللى
فکر میکنم پایم برآمده (بى جا) شده است	I think I have dislocated my joint	ایاغیم چیقیب کېتدى شکیللى
به بازویم آسیب (صدمه) رساندم	I have my arm strained	قولیم نی قتیق آغريتیب يوباردىم
کدام قسمت بدن شما درد میکند؟	Where is the pain?	قه بېرینگیز آغريپىدى؟
وقتیکه اینجا را فشار میدهم درد	Does it hurt if I press here?	شو يېرنى باسگنیم ده آغريق نی سېزه - سیز می؟
میخواهم گیپس (عج) کنم	I will put on a cast	گیپس (باغلمه) لماقچى من
جراحت باید شسته، پاک گردیده و بسته شود	You need to wash, clean and dress the wound	جراحت نى يووبىپ، تازه لب باغلش کېره کى

جراحت بیتیب کپتیا پدی

The wound is healing

زخم در حال التیام است

کوڑا یچکنی آلیب تسلش کپره ک

You'll have to be operated for appendicitis

آپاندیس باید عملیات شود

کوز داکتری Eye-Specialist

دکتر چشم

کوزیم آغربیدی	I have a sore eye	چشم درد استم
مین یخشی (خبره) کورهمن	I have good (weak) eye-sight	من خوب (خبره) می بینم
مین اوزاق نی (یقین نی) یخشی کورهمن	I am long-sighted (shortsighted)	من نزدیک بین (دوربین) استم
کوزیم آز گینه شیشیب کېتدى	My eye is a little swollen	چشمم کمی ورم کرده است
کوریش قابلیتىنگىزىنى تېكتىشىرىپ کورهمن	I'll check your eye sight	قابلیت دید تان را معاینه می کنم
جدول گە قرهنگ، بو قىسى حرف؟	Look at the table, what letter is this?	به لوح نگاه کنید، اين کدام حرف است؟
کوزلوبىنگىزىنى چىقىب تورىنگ	Wash your eyes	چشم هاي تانرا بشوبييد
ھر اوج ساعت دە اىككى تامىزىنگ	Drip 2 drops every 3 hours	ھر سە ساعت بعد دو قطرە پريزىيد

داری خانه Drugstore

دوا خانه، در ملتون

شما داروی ضد درد (مسکن) دارید؟	سیزده آغريق قالدیره دیگن داری بارمی؟	Do you have any painkillers?
دوای قلب	بوريه ک آغريق داري سى	Cardiac medicines
برایم قطره چکان چشم میدهید؟	مینگه کوژگه تامیزه دیگان داری ببره سیزمه؟	Will you give me eye-drops?
دوا چه وقت آماده می شود؟	داری قچان تیار بولهده؟	When will the medicine be ready?
من دوای سردردی میخواهم	مینگه باش آغريق داری سى کبره ک	I'd like something for my headache
سرفه	بؤتل	Cough
انفلوانزا	گریپ (اینفلوآنزا)	Flu
این دوا به اساس نسخه داکترداده میشود	بو داری نسخه بیلن ببریلهده	This medicine is by prescription only
شما نسخه دارید؟	سیزده نسخه بارمی؟	Do you have a prescription?
دوا به ساعت چهار آماده می شود	داری ساعت تورتده تیار بولهده	The medicine will be ready at 4 o'clock
تعویض (بدل) این دوا را داده میتوانم	اونی نی باسوچی داری ببریشیم ممکن	I can substitute the medicine
ادامه دارم		

What Is the Importance of Commercial Banks?

Ahmed Siar Khoreishi CEO at Ghazanfar Bank and Chairman of ABA

Commercial banks play a key role in the economy both at a national and global level. The importance of commercial banks include the fact that they serve as a trusted and safe place where the funds of people and businesses can be kept on their behalf, reducing the necessity to keep large sums of money on the private or business premises. On the international level, commercial banks serve as a source for transferring money from one country to another, eliminating the need to travel with money. The money paid by depositors into their savings accounts are also used by the banks to foster economic growth through the lending of such money to various businesses and individuals.

An importance of commercial banks is the role they play in the development of the economy. They help various consumers, both individuals and businesses, purchase items that they would not have been able to purchase without financial assistance from the banks. This includes the purchase of cars, houses and more capital intensive items like machinery or manufacturing plants. They also make it easier for their customers to repay the money through the arrangement of long-term financial plans where the money will be spread over a determined length of time. The advantage is that this makes it easier for the borrowers to repay the money, even if they have to pay interest on the loan as a



sort of service charge.

Another importance of commercial banks is the fact that they keep both people and their money safe through the services they provide. Since the banks make it unnecessary to keep large sums of money in the home or office by providing a safe alternative, people can rest easier knowing that their money is safe. They can also feel safer knowing that the absence of money in their homes or places of business makes these places less attractive to thieves.

Something else that contributes to the importance of commercial banks is the fact that the money held on behalf of customers in the form of savings deposits cannot be categorized as idle money. This is because that money also earns something for the depositor in the form of interest. On the other hand, if the money is put away in the home or in a safe, it would not earn anything and would be classified as idle money.