

## بازداشت عامل اصلی قتل عروس و داماد و ۱۲ غیر نظامی در غور



پولیس ولایت غور در غرب کشور موفق شد یکی از اصلی ترین عاملان قتل عروس و داماد جوان و ۱۲ غیر نظامی دیگر در این ولایت را دستگیر کند. محمود اندرابی، فرمانده پولیس ولایت غور روز گذشته در گفت و گو با رسانه‌ها از دستگیری یکی از اصلی ترین عاملان قتل عروس و داماد و ۱۲ غیر نظامی دیگر در این ولایت خبر داد. وی افزود: این فرد در ولایت غور، علاوه بر تیرباران ۱۴ غیر نظامی از جمله یک عروس و داماد در ماه رمضان، تعدادی از کارمندان مؤسسه‌ای به نام «ورد ویزن» و مأموران ترافیک در این ولایت را به قتل رسانده و در باج‌گیری و اخاذی‌های مسلحانه نیز سهم داشته است. این فرد با همدستانش نیمه شب سوم ماه اسد سال جاری ۳ مینی‌بوس حامل مسافرانی را که از شهر «فیروز کوه» (چغچران)، مرکز ولایت غور عازم کابل بودند را در منطقه «بادگاه» در ۲۵ کیلومتری فیروز کوه متوقف نموده و ۱۴ نفر از این مسافران، از جمله یک نوجوس، خواهر و مادر وی و داماد را به ضرب گلوله به قتل رساندند.

شماره ۸۹۲ سال ششم \* سه‌شنبه ۱ میزان ۱۳۹۳ \* ۲۸ ذی‌قعدة الحرام ۱۴۳۵ \* ۲۳ سپتمبر ۲۰۱۴

## مراسم تحلیف، دوشنبه آینده برگزار می‌گردد



مراسم سوگند وفاداری ریاست جمهوری، روز دوشنبه آینده با حضور رهبران سیاسی کشورهای مختلف در ارگ ریاست جمهور برگزار خواهد شد.

صادق مدبر، رئیس کمیسیون برگزاری مراسم تحلیف با اعلام این خبر افزود که رهبران سیاسی کشورهای همسایه، منطقه و بین‌المللی و سیزده بخش از نهادهای داخلی که شامل اعضای پارلمان، بزرگان جهادی، بزرگان اقوام، اعضای شورای وزیران، جامعه مدنی و نمایندگان زنان اند در این مراسم دعوت شده است.

رئیس کمیسیون برگزاری تحلیف خاطر نشان ساخت که آمادگی لازم اتخاذ شده تا این مراسم هرچه با شکوه‌تر برگزار گردد. به گفته‌ی مدبرروسای جمهوری، نخست وزیران، معاونان روسای جمهوری و مقامات سیاسی کشورهای همسایه، کشورهای منطقه و کشورهای بین‌المللی از میهمانان این مراسم خواهند بود.

## اشرف غنی احمدزی: دولت وحدت ملی خدمت‌گذار مردم خواهد بود نه بادار آنان

اشرف غنی احمدزی، رئیس جمهور جدید کشور با استقبال از روند مسالمت‌آمیز قدرت در افغانستان، آن را پیروزی مردم دانسته و دولت آینده را به خدمت‌گذاری به مردم افغانستان متعهد دانست.

آقای احمدزی که روز گذشته در مراسم جشن پیروزی تیم انتخاباتی تحول و تداوم سخن می‌گفت از توافق به عمل آمده میان دو تیم انتخاباتی و نتیجه انتخابات استقبال نموده و آن را تمثیل دموکراسی با آزادی مردم قلمداد کرد. رئیس جمهور جدید کشور با تأکید بر همکاری دو تیم در ساختار دولت وحدت ملی تصریح کرد که «ما سیاست حذف را حذف کردیم، حکومت ما حکومت مسوولیت‌پذیری خواهد بود و هر شش ماه از تطبیق قانون اساسی به ملت گزارش خواهیم داد. او خاطر نشان ساخت که اصلاحات گسترده (عبدالله) و تحول متداوم

## حفر خندق در مرز مشترک افغانستان و ترکمنستان

پس از درگیری‌های چند ماه گذشته در مرزهای مشترک ترکمنستان و افغانستان، مقامات ترکمن تصمیم گرفتند برای مقابله با نفوذ افراط‌گرایان، مبادرت به نصب فنس و حفر خندق کنند. به گزارش خبرگزاری فارس در دوشنبه،



پس از گذشت یک دوره ناامنی و درگیری در مرزهای جنوبی و ترکمنستان و شمال افغانستان، مقامات ترکمنی تصمیم گرفتند برای مبارزه با نفوذ افراط‌گرایان در این منطقه خندق‌هایی را حفر کنند.

این تصمیم در حالی گرفته شد که مرزهای این کشور در چند ماه گذشته شاهد درگیری‌های تروریستی بوده و در ماه مارچ سال جاری ۳ نفر از مرزبانان ترکمنی کشته شدند. بر اساس گزارش «کانیوز»، یکی از مناطق مرزی حفر خندق، روستای «کایسر» در مرز ترکمنستان و افغانستان است که در آن خندقی با عرض ۴ متر و عمق ۵ متر حفر شده است.

پس از گذشت یک دوره ناامنی و درگیری در مرزهای جنوبی و ترکمنستان و شمال افغانستان، مقامات ترکمنی تصمیم گرفتند برای مبارزه با نفوذ افراط‌گرایان در این منطقه خندق‌هایی را حفر کنند.

این تصمیم در حالی گرفته شد که مرزهای این کشور در چند ماه گذشته شاهد درگیری‌های تروریستی بوده و در ماه مارچ سال جاری ۳ نفر از مرزبانان ترکمنی کشته شدند. بر اساس گزارش «کانیوز»، یکی از مناطق مرزی حفر خندق، روستای «کایسر» در مرز ترکمنستان و افغانستان است که در آن خندقی با عرض ۴ متر و عمق ۵ متر حفر شده است.

## شکایت افغانستان از پاکستان در مجمع عمومی سازمان ملل

سخنگوی وزارت امور خارجه با اشاره به ادامه حملات موشکی پاکستان به افغانستان گفت: وزیر خارجه در شصت و نهمین نشست مجمع عمومی سازمان ملل متحد در نیویارک از پاکستان شکایت خواهد کرد.



احمد شکیب مستغنی، سخنگوی وزارت امور خارجه روز گذشته در نشست خبری هفتگی این وزارت، اظهار داشت: «ضرااحمد مقل عثمانی، وزیر امور خارجه کشور با شرکت در شصت و نهمین نشست مجمع عمومی سازمان ملل متحد در نیویارک از ادامه حملات موشکی پاکستان به افغانستان شکایت خواهد کرد.

پیش از این نیز دولت افغانستان بارها نسبت به ادامه حملات موشکی پاکستان اعتراض کرده و در واکنش به آن حتی از استفاده از گزینه نظامی نیز سخن گفته بود اما پاکستان هیچ‌گاه به این نوع هشدارها ترتیب اثر نداده است. ادامه‌ی این گونه موشک‌پرانی از سوی پاکستان باعث متواری شدن بسیاری از ساکنان مناطق مرزی و به‌ویژه باعث جابه‌جایی مردم منطقه «دانگام» ولایت مرزی «کنر» در شرق کشور شده است.

## سخن اول

انتخابات و دموکراسی  
مثله شده!



کار کرد دو تیم در حکومت وحدت ملی، تعامل یا تقابل؟



عریض نیاز برای ازدواج موفق



اشرف غنی احمدزی (اشرف غنی) از اولویت‌های حکومت وحدت ملی ماست و قاطعیت ما قاطعیت قانون است. وی با ابراز ارادت خاص به مقام صیغت‌الله مجددی و تأکید بر تحقق آموزه‌های اسلامی در سیره‌ی حکومت آینده گفت که «مامسلمان بودیم، هستیم و خواهیم بود.»

آقای احمدزی با تأکید بر تحقق حقوق اقشار آسیب‌پذیر کشور و احترام به جایگاه علما، معلولان، مهاجران و زنان افزود: در چهره‌ی دختران افغانستان، رهبران آینده را می‌بینم. اشرف غنی به مردم افغانستان اطمینان داد که ما همه مشکلات را با قاطعیت و تدبیر پشت سر گذاشته و تعهد می‌سپاریم که در برابر هر شهروند مسوول باشیم. همچنین پس از این هر افغان مسوول خواهد بود تا گذشته را پشت سر گذاشته و آینده درخشان را به صورت مشترک رقم بزنیم.

مراسم جشن پیروزی تیم تحول و تداوم درحالی برگزار شده و اعضای این تیم دستان همدیگر را بالا بردند که جایگاه معاون اول ریاست جمهوری، جنرال عبدالرشید دوستم خالی دیده می‌شد. این موضوع باعث ایجاد پرسش‌هایی در افکار عمومی گردید.

با این حال، اعضای این تیم از روند موجود ابراز شادمانی نموده و بر تحقق وعده‌های شان به مردم در پرتو قانون و فضای همکاری با تیم اصلاحات و همگرایی تأکید کردند.



**هموطنان عزیز!**  
شرکت سیاحتی و توریستی «ماهان سیر» خدمات اخذ ویزه تحصیلی کانادا و امریکا را با همکاری آژانس بین‌المللی مهاجرتی (یا world wide immigration service) با شرایط سهل و اطمینان کامل برای شما میسر ساخته است. بایاید در راستای شکوفایی استعدادهای خود گام برداشته و با ما همگام شوید.  
ایمیل آدرس: o\_momand@yahoo.com  
شماره تلفن: ۰۰۹۳-۷۷۱۷۳۱۶۱۰  
آدرس دفتر: سرک دهم وزیر اکبرخان روبه‌روی شفاخانه صحت طفل



# کار کرد دو تیم در حکومت وحدت ملی، تعامل یا تقابل؟

محمد تقی جعفری

که در انتخابات ریاست جمهوری، چه کسی برنده بود و چه کسی بازنده شد، به این دلیل ما به دنبال برنده و بازنده می‌گردیم و از این مطلب غافل

دولت جا به جا شود. به باور اوریا «دولت وحدت ملی، دولت شایسته‌سالار خواهد بود و بر مبنای شایسته‌سالاری

اراده‌ی مردم خواهد بود و پاسبان منافع ملی مردم کشور است. دولت وحدت ملی با اراده‌ی مردم افغانستان به وجود آمده و بر منافع آنان تمرکز

امضای موافقت‌نامه و اعلام نتیجه انتخابات که بر اساس دولت وحدت ملی تشکیل شده و عبدالله عبدالله در جایگاه رییس اجرایی قرار گرفته و



می‌شویم که هم به تیم برنده و هم به تیم بازنده تعدادی از اعضای همین جامعه رای داده‌اند. اما در این انتخابات کسی بازنده نیست، یکی تیم اول و دیگری تیم دوم. این چه مغایرتی با قانون دارد و یا چه مشکلی با منافع مردم؟

این عضو مجلس می‌افزاید: «بنا بر این هر دو به صورت مشارکتی و دوستانه و در همکاری یکدیگر و با هماهنگی کار می‌کنند. این وضعیت مشروعیت خود را از رای هشت میلیون نفری که در انتخابات شرکت کرده‌اند می‌گیرد نه از آرای تیمی که بیش‌تر رای را آورده باشد. بنابراین از مشروعیت بالاتری برخوردار است. در این صورت رضایت فعلی مردم و حمایت جامعه جهانی بر این مشروعیت می‌افزاید.»

منصور می‌گوید: «من به عنوان عضوی از خانه ملت، نه تنها از این کار استقبال می‌کنم که به مردم نیز سفارش می‌کنم تا با کنار گذاشتن عیب‌جویی‌ها، نقاط مثبت آن را ببینیم. چون بدیلی مناسب‌تر از این نداشتیم.»

این اظهار نظرها در حالی صورت می‌گیرد که برخی به این توافق‌نامه یا دیده دیگری می‌نگرند. داوود اساس؛ عضو مجلس نمایندگان، اختلافات، مشکلات و چالش‌های احتمالی را برای این حکومت پیش‌بینی کرده و عقیده دارد که چنین حکومتی از مشروعیت برخوردار نیست و در عمل نیز با مشکلات فراوانی روبه‌رو خواهد شد. با این وجود، میزان خوش‌بینی به آینده در نتیجه امضای موافقت‌نامه افزایش یافته و همگان به کارکرد مطلوب نظام سیاسی آینده چشم دوخته‌اند تا دیده شود که آیا محور کار دو تیم در دولت وحدت ملی بر مبنای رقابت بر سر کسب قدرت بیشتر است یا رفاقت و همکاری برای پیشرفت و ترقی کشور و تحقق اهداف ملی.

## با توجه به رقابت سابقه‌دار و پر تنش دو تیم، ترس از این است که اعضای دولت وحدت ملی در آینده با اصل رقابت به پیش بروند و به منازعات دوام‌دار شان روی کسب قدرت پیش‌تر ادامه دهند که این مسأله به کارآمدی آنان لطمه خواهد زد

به میان خواهد آمد و از این رو شاهد می‌باشیم که کارها در این دولت نیز بسیار مفید واقع می‌شوند، چون کار به اهل کار سپرده می‌شود. علاوه بر این، دولت کاملاً قانون‌محور خواهد بود و خدمت‌گذار مردم و پاسخ‌گو به مردم. ما شاهد خواهیم بود که در این دولت حرف اول را قانون می‌زند و صلاحیت‌ها، وظایف و کارها به گونه‌ی تقسیم‌بندی شده که این دولت جامعه را به سوی رشد و ترقی سوق خواهد داد.»

این درحالی است که عبدالحفیظ منصور، عضو مجلس نمایندگان با تفسیر مشروعیت، نظر متفاوت‌تری در خصوص مشروعیت نظام سیاسی آینده دارد. وی خاطر نشان می‌سازد: «در قدم اول باید مشروعیت را تعریف کنیم، اگر مشروعیت را در مطابقت با قوانین نافذه کشور بگیریم، در این صورت به یک اختلاف نظر می‌رسیم، چون در نگاه مضیق چنین توافق‌نامه‌ای در مغایرت با قانون اساسی افغانستان قرار دارد. اما در نگاه دیگر، این موافقت‌نامه در مغایرت با قوانین نافذه کشور نیست و در مطابقت با آن است. در جای دیگر رای و رضایت مردم مد نظر است. این مسأله نکته‌ی مهمی است که مردم افغانستان در دور دوم انتخابات به دو دسته یا ستاد تقسیم شدند و رای دادند. اما ذهن‌های ما سرگردان این مطلب است

خواهد داشت. در حکومت وحدت ملی و دولت وحدت ملی، بهترین متخصصان از بهترین ظرفیت‌های جامعه جابه‌جا می‌شود.»

اما با توجه به رقابت سابقه‌دار و پر تنش دو تیم، ترس از این است که اعضای دولت وحدت ملی در آینده با اصل رقابت به پیش بروند و به منازعات دوام‌دار شان روی کسب قدرت بیشتر ادامه دهند که این مسأله به کارآمدی آنان لطمه خواهد زد. نظر اوریا را در این خصوص پرسیدم که وی پاسخ می‌دهد: «در آینده هیچ نوع تقابلی نمی‌باشد، بلکه ما شاهد همکاری بسیار خوب بین دو تیم خواهیم بود. شما شاهد خواهید بود که در دولت وحدت ملی، بهترین ظرفیت‌ها، متخصصان و کدرها از هر دو تیم در این کادر جا خواهد گرفت. هر دو تیم و ظرفیت‌های شان در یک دایره واحد و دولت وحدت ملی با هم همکاری خواهد بود و در خدمت مردم و وطن هستند. ما شاهد خواهیم بود که دو تیم دولت حکومت را در انحصار قدرت خود نگرفته و دروازه‌های این قدرت برای سایر نهادها، جوامع مدنی، جوانان و اقشار مختلف متخصصان و دانشمندان باز خواهد بود تا از این طریق به راحتی بتوانند وارد دولت وحدت ملی شوند و مجموعه‌ای کارا و متخصص در این حکومت و

بر ریاست جمهوری اشرف‌غنی احمدزی تن درداد، پایان یک پروسه‌ی نفس‌گیر بود، ولی آغاز دشوار دیگری است که بر اساس آن باید دو تیم رقیب در جایگاه رفیق قرار گرفته و رقابت را به رفاقت تبدیل نمایند. افزون بر آن، این توافق و نحوه‌ی اعلام نتیجه که آمار آرا در آن مشخص نشد تا چه اندازه با قانون اساسی مطابقت داشته و از مشروعیت لازم برخوردار است؟ این دولت تا چه اندازه کارآمد خواهد بود و آیا دو تیم خواهند توانست تقابل گذشته را به تعامل فردا تبدیل نمایند؟

این پرسش‌ها را با کارشناسان مسایل سیاسی در میان گذاشته و از آنها خواهان پاسخ و توضیح بیشتر در این راستا شدم.

برخی این حکومت را بهترین گزینه و دارای بالاترین حد مشروعیت در بین نظام‌ها و حکومت‌های گذشته‌ی کشور و وضعیت فعلی می‌دانند و در مقابل برخی نیز حکومت وحدت ملی را فاقد مشروعیت، صلاحیت و کارایی می‌دانند و حتی ادامه‌ی حیات آن را غیرممکن می‌دانند. در این میان برخی نیز دیدگاه میانه‌تری دارند و می‌گویند که هرچند این توافق زیاد قانون‌مدار نبوده، ولی در شرایط فعلی برای وضعیت کشور، بدیل دیگری نیست و این موافقت‌نامه تنها راه نجات از بحران بود.

فضل‌رحمان اوریا، کارشناس مسایل سیاسی و عضو تیم اصلاحات و همگرایی بر این باور است که «حکومت وحدت ملی مشروعیت خود را از پروسه‌ی انتخابات، از اراده مردم افغانستان و قوانین نافذه کشور و توافق‌نامه سیاسی گرفته است، بر این اساس محبوب‌ترین حکومت حد اقل در ۲۴ سال اخیر می‌باشد. دولت وحدت ملی نیز که در این راستا به وجود خواهد آمد، مثل

## مراسم تحلیف، دوشنبه...

خبر داده اعلام کرد که در این راستا کدام مشکلی وجود ندارد.

صدیق صدیقی، سخنگوی وزارت امور داخله اظهار داشت: «نیروهای پولیس افغانستان مسولیت تامین امنیت هرگونه برنامه و مراسم تحلیف که یک برنامه عمده و مهم خواهد بود، آماده هستند و تدابیری داریم و هیچ‌گونه مشکلی در قبال چگونگی اتخاذ

مدیر تصریح کرد: «دعوت‌نامه‌ها دیروز دوباره فرستاده شد و از روسای جمهور تمام کشورها، صدر اعظم‌ها، معاونان صدراعظم، معاونان رییس جمهورها و وزرای خارجه کشورها دعوت شده که در مراسم بزرگ مراسم تحلیف شرکت کنند.»

در همین حال وزارت امور داخله نیز از اتخاذ تدابیر امنیتی برای تامین امنیت این مراسم

## کشمیر، مقصد...

به این دلیل که گروه‌های تروریستی فعال در کشمیر در طول ۱۹۹۰ اهداف خود را به سمت شهروندان و منافع غرب گسترش داده‌اند.

لشکر طیبیه با استفاده از جنگ کشمیر از یک گروه ناشناخته شبه‌نظامی به یکی از خطرناک‌ترین سازمان‌های تروریستی در جهان رشد یافته است. آنان تهدید خود را به شهروندان امریکا در حمله ۲۰۰۸ در بمبئی که ۴ امریکایی کشته شدند نشان دادند. در ایالات متحده در حال حاضر جایزه ۱۰ میلیون دلاری برای پاینده «حافظ سعید» بنیانگذار لشکر طیبیه در نظر گرفته شده است. جم در سال ۲۰۰۰ از گروه‌های پیشرو که برای بیش از یک دهه فعال بودند، تشکیل

## ادامه از ص ۱

تدابیر خود نداریم.» از سوی دیگر، رییس اداره امور و دارالانشای شورای وزیران از برنامه‌ی خدا حافظی حامد کرزی رییس جمهور کنونی خبر می‌دهد. به گفته‌ی وی حامد کرزی فردا (سه شنبه ۲/ میزان) با کارمندان ادارات دولتی از تمامی سی و چهار ولایت کشور بر اساس جدول ترتیب شده در داخل ارگ ریاست

جمهوری خداحافظی خواهد کرد. از جانبی هم به گفته‌ی مدیر، شورای وزیران تحت قیادت حامد کرزی به روز چهارشنبه ۳/ میزان جلسه‌ی فوق‌العاده‌ی تشکیل می‌دهد و در این جلسه، وزارت‌خانه‌ها و ادارات مستقل، گزارش‌های لازمی این ادارات را به رییس جمهور و رییس اجراییه حکومت وحدت ملی ارایه خواهند کرد.

## ادامه از ص ۴

یک داعش جدید نشود اما چند ماه پیش هیچ کس فکر نمی‌کرد که داعش تبدیل به یک تهدید جهانی شود. یک پیش‌بینی احتمالی با توجه به تجربه گذشته این است که احتمال دارد پس از خروج نیروهای امریکایی از افغانستان، مبارزان جهادی نیز از افغانستان به کشمیر بروند.

پاسخ مناسب به این احتمال به همکاری یا تقابل دهلی نو و اسلام‌آباد بستگی دارد. درسی که برای برنامه‌ریزی استراتژیک از دهه ۱۹۹۰ می‌توان گرفت این است: آنچه در کشمیر اتفاق افتد در خود کشمیر باقی نمی‌ماند.

منبع: فارین پالیسی به نقل از فارس با تلخیص

واقعه ۱۱ سپتامبر بسیاری القاعده را به عنوان یک نیروی مزاحم و نه یک تهدید امنیت ملی در نظر می‌گرفتند، استراتژیست‌های امریکایی یک گام عقب‌تر از این گروه که از سودان به افغانستان و از آنجا به پاکستان مهاجرت کرده بودند. حتی در ماه می ۲۰۱۴ داعش شاخه‌ای از القاعده بود که در ماه آگوست خود را دولت اسلامی خواند و کنترل بسیاری از نقاط عراق و سوریه را در دست گرفت.

داعش در حال حاضر تهدیدی است که «چاک هیگل» وزیر دفاع امریکا آن را خطرناک‌تر از القاعده و فراتر از هر چیزی که تا به حال دیده شده توصیف می‌کند.

ممکن است هیچ گروهی در کشمیر تبدیل به

شده است. یکی از این گروه‌ها ممکن است ۵ گردشگر غربی در کشمیر در سال ۱۹۹۵ را ربوده و به قتل رسانده باشند.

بلافاصله پس از تاسیس جم ممکن است این گروه در سال ۲۰۰۲ با القاعده در ربودن و به قتل رساندن «دانیل پرل» روزنامه‌نگار امریکایی در کراچی همکاری کرده باشد.

«عمر سعید شیخ» یکی از نزدیکان «مسعود ازهر» بنیانگذار جم در حال گذراندن حبس ابد در زندان‌های پاکستان به خاطر قتل پرل می‌باشد.

لشکر طیبیه و جم هر دو در افغانستان ریشه دارند اما تنها پس از تغییر تمرکز خود به کشمیر موجب نگرانی ایالات متحده شده‌اند. پیش از

## سخن اول

## انتخابات و دموکراسی مثله شده!

سیزده سال است که دموکراسی به مثابه‌ی یک شعار دل‌چسپ و مفهوم مقبول در سرخط سخن بسیاری از نهادهای ملی و بین‌المللی قرار گرفته و برای تمثیل و تحکیم آن هزینه‌های هنگفتی صورت گرفته است.

این پدیده که با حمایت مادی و معنوی از سوی کشورهای غربی به پیش می‌رفت، فرایندی را پیمود که محصول آن پس از سیزده سال به صورت ناکام، ناپخته و نارس به اثبات رسید. پروسه انتخابات ریاست جمهوری سال ۱۳۹۳ که با مصارف هنگفت، کشمکش‌های نفس‌گیر و آسیب آور، زیان‌های خوردکننده و ضررهای کمرشکن شش‌ماهه را در بر گرفت و سرانجام با نتیجه‌ای در معرض اطلاع افکار عمومی قرار گرفت که از میزان رای و اینکه چه مقدار رای به کدام نامزد تعلق گرفته است، سخنی به میان نیامد. بدتر از همه اینکه یوسف نورستانی، رییس کمیسیون انتخابات اذعان نمود که به دلیل پیچیدگی و گستردگی میزان تقلب‌ها، بازشمارای آرا نتوانست آرای پاک را از ناپاک تفکیک نماید.

نحوه‌ی اعلام نتیجه به شکل کنونی آن در هیچ‌کجای دنیا سابقه ندارد و سنگ تمام بر نارسا بودن پروسه‌ی انتخابات می‌گذارد. به گفته‌ی یکی از اعضای مجلس که در صفحه‌ی فیس‌بوکش نوشته بود، «رییس کمیسیون انتخابات به آقای کرزی، رییس جمهور تماس گرفته و می‌گوید که اعلان نتیجه به نحوی که آمار و ارقام رای روشن نشود، خیلی ما را پیش مردم کم می‌آورد؛ اما آقای کرزی در پاسخ می‌گوید که «وقتی آب از سر گذاشت، چه بگ نیزه چه صد نیزه» حقیقت این است که دموکراسی در انتخابات ریاست جمهوری سال ۱۳۹۳ به گونه‌ای مسخ و مثله شد که هیچ تصویر روشنی از آن برجا گذاشته نشد. زیرا این پروسه از آغاز تا فرجام با خدشه و تقلب همراه شده و حکایت همان شیری را پیدا کرد که در مثنوی مولوی از آن به عنوان «شیر بی دم و سر و اشکم» یاد شده و گفته شده است که «این چنین شیری خدا کی آفرید!»

بنابراین، باید پرسید که دموکراسی بی سر و پای و مثله شده کنونی محصول دست چه کسانی است و کدام حلقه‌ها و عناصر داخلی و خارجی این معجون را که با دستورالعمل خویش سازگاری ندارد، آماده کرده است؟ پاسخ هرچه باشد، پیامد آن در افکار عمومی بسی ناگوار، زیان‌آور و آسیب‌زا می‌باشد. زیرا تأثیر انتخابات نارسای ریاست جمهوری کنونی بر افکار عمومی به گونه‌ای است که انتظار مشارکت عمومی در انتخابات‌های آینده بعید از تصور و غیرقابل انتظار می‌باشد. هرچند امیدواری‌های اندکی باقی است که حکومت وحدت ملی در نتیجه‌ی همدلی و همیاری دو تیم بتواند از مقبولیت و کارآمدی بهتری برخوردار شده و اعتماد مردم را به دست بیاورد تا شفاف عمیق به وجود آمده میان دولت و ملت پر شود، ولی باور این امر نیز دشوار است که دو تیم با پیشینه‌ی رقابت شدید و خردکننده‌ای بتوانند روی محورهای مشترک به توافق رسیده و برای اهداف واحد ملی - مپهنی تلاش نمایند.

# پیش‌نیاز برای لزواج موفق

## مقابله با آلرژی خزانی

خزان برای بسیاری از افراد با سپری شدن روزهای تقویم نمی‌آید. آنها از سرفه‌ها و عطسه‌های مکرر، خارش چشم و بینی متوجه می‌شوند که فصل گرده‌افشانی بعضی گیاهان شروع شده است.

نزدیک به ۳۰۰ میلیون نفر در سراسر جهان آسم دارند. در شهرهای صنعتی این علائم وخیم‌تر بروز می‌کند. به گفته‌ی دکتران، برخی از بیماران در روزها و ماه‌هایی از سال به‌صورت موقت دچار این علائم آزاردهنده می‌شوند. آنها به جای اینکه به‌دکتر مراجعه کنند و پیگیر درمان مناسب باشند، یا با نشانه‌های آن مدارا می‌کنند یا خودسرانه ترکیبات کورتون‌دار که بسیار مضر هستند را مصرف می‌کنند. عده‌ای هم به تابلیت‌های ضدحساسیت (آنتی‌هیستامین‌ها) روی می‌آورند. حتی گاهی به مصرف دواهای گیاهی و روش‌های درمانی غیرعلمی پناه می‌برند.

درفصل خزان و بهار دستگاه ریه فوقانی و تحتانی درگیر آلرژی فصلی می‌شود. آلرژی‌هایی که دستگاه تنفسی فوقانی را درگیر می‌کنند به آلرژی‌های بهاره معروفند و علائم مشترکی با آلرژی‌های فصل خزان دارند که بر دستگاه تنفسی تحتانی تأثیر می‌گذارد.

دکتران در خصوص تفاوت آلرژی بهاری و خزانی می‌گویند: «تفاوت این دو در آلرژن‌های ایجادکننده حساسیت است. افرادی که به گرده درختانی چون سرو، بید و اقاقیا حساسیت دارند هنگام گرده‌افشانی آنها در بهار به سرفه، عطسه و... می‌افتند. افرادی که به علف‌های هرز که معمولاً در اواخر تابستان و ابتدای خزان گرده‌افشانی می‌کنند حساسیت دارند کم زندگی‌شان پر از تابلیت، شربت و اسپری می‌شود. یکی از ویژگی‌های این افراد این است که با خوردن میوه‌ها و سبزیجات علائم آلرژی‌شان تشدید می‌شود. اگر آلرژی کسانی که به آلرژن‌های خزان حساسیت دارند با سرماخوردگی یا بیماری ویروسی همراه شود، علائم تشدید خواهد شد. دکتران معمولاً به این افراد برای درمان هر دو بیماری باید دوا تجویز کنند. دکتران به کسانی که در ماه‌هایی از سال دچار علائمی مثل



گرفتگی یا آبریزش بینی، عطسه، خارش انتهای حلق و گلو، خلط‌های پشت حلق، کاهش حس بویایی، سردردهایی در گونه و پیشانی و احساس بوی بد در حلق و بینی می‌شوند و در همان روزها احساس خستگی مفرط و فقدان انرژی برای کار می‌کنند توصیه می‌کنند: «حتماً برای قطعی کردن بیماری رینیت آلرژیک به دکتر مراجعه کنید؛ چون با درمان‌های پیشگیری‌کننده مناسب که در رأس آنها اسپری‌های کورتون‌دار کم عارضه برای تجویز داخلی بینی است می‌توانید به شرایط زندگی عادی بازگردید.»

در بروز آلرژی عامل اصلی ژنتیک و عوامل و شرایط محیطی مؤثرند. سهم هر کدام در بروز آلرژی ۵۰ درصد است. استعداد آلرژی در کسانی وجود دارد که ژن آلرژی دارند. به‌عبارت دیگر آنها ۷۰ تا ۷۵ درصد بچه‌هایی به دنیا خواهند آورد که این ژن را دارند. عامل محیطی ایجادکننده حساسیت نیز در فردی تأثیر می‌گذارد که این ژن را داشته باشد. مواجهه مداوم با آلرژن‌ها مثل سوسک، مایت، گردوغبار و قارچ‌ها در افراد مستعد و دارای ژن علائم آلرژی را ایجاد می‌کند. ممکن است والدین فردی، ژن آلرژی را داشته باشند ولی در شرایط مناسب بروز آلرژی قرار نگرفته باشند و در نسل بعد که این شرایط فراهم بود حساسیت بروز پیدا کند. تنها کسانی که مبتلا به آسم هستند می‌دانند که این بیماری کیفیت زندگی را تغییر می‌دهد. رینیت آلرژی که همان آلرژی فصلی است در صورت عدم رسیدگی یا رسیدگی خودسرانه می‌تواند ریه تحتانی را درگیر و بیماری آسم را ایجاد کند. آسم علائم بیشتری دارد و کیفیت زندگی افراد را پایین می‌آورد، بنابراین پیشگیری و درمان بیماری‌های دستگاه ریوی اهمیت زیادی دارد.

متخصصان توصیه می‌کنند: «با توجه به نقش ویتامین D در ایجاد انواع بیماری‌ها و به‌خصوص مشکلات تنفسی، اگر حوصله و همت انجام اقدامات یادشده را ندارید حداقل از دکتر خود بخواهید با یک آزمایش خون ساده سطح ویتامین D خونتان را اندازه بگیرند تا در صورت تأیید کمبود ویتامین به درمان آن بپردازید.»

### خوددرمانی در آلرژی

خود مراقبتی روش پیش بدن است که در آن فرد عوامل ایجاد آلرژی را شناسایی می‌کند. شناسایی عوامل نخستین قدم در پیشگیری از آلرژی است، هر چند پرهیز از برخی عوامل مثل مواجهه‌نشدن با گرده گیاهان کار ساده‌ای نیست. خود درمانی در آلرژی فصلی نیز کار درستی نیست چراکه بسیاری از روش‌های درمانی عوارض خاص خود را دارند. دکتران نسبت به استفاده خودسرانه برخی بیماران از آمپول‌های کورتون‌دار مثل دگزامتازون و بتامتازون هشدار می‌دهند.

پسرهایی که می‌خواهید به خواستگاری بروید و دخترخانم‌هایی که تصمیم دارید به خواستگارتان بلی بگویید، آیا می‌دانید یادگیری بعضی مهارت‌ها مانند مهارت‌های ارتباطی، تصمیم‌گیری، خودشناسی و... بیش از ازدواج ضروری است؟

هرچند ازدواج بعد از بلوغ فکری و اجتماعی افراد اتفاق می‌افتد اما برای داشتن یک ازدواج موفق، دختران و پسران نیازمند یادگیری مهارت‌هایی هستند که با هم بودن‌شان را ساده تر، عاشقانه‌تر و سازگارانه‌تر می‌کند.

کارشناسان امور خانواده در زمینه یادگیری این مهارت‌ها نکاتی را مطرح می‌کنند. این مهارت‌ها اگرچه جزو مهارت‌هایی اند که افراد در همه مراحل زندگی به آن‌ها احتیاج دارند اما در ازدواج نقش پر رنگ‌تری خواهد داشت و دختر و پسرهایی جوان باید پیش از دیگران به یادگیری این مهارت‌ها اهمیت بدهند.

### خودشناسی

اولین و ضروری‌ترین مهارتی که دختر و پسرها قبل از ازدواج باید کسب کنند، مهارت خودشناسی است. هر فردی قبل از ازدواج باید تیپ شخصیتی، اخلاق‌ها و انتظارات خودش را از زندگی مشخص کرده باشد. خود آگاهی به معنای شناخت احساسات، اهداف و برنامه‌های زندگی، تفریحات و سرگرمی‌ها، توانایی‌ها، ضعف‌ها، ارزش‌ها، مسئولیت‌ها، فرهنگ و مذهب، علایق، آرزوها و استعدادهاست. خود آگاهی به این دلیل مهم است که هر دختر و پسری قبل از ازدواج باید بدانند چه هدفی دارد و بر همان اساس در زندگی برنامه ریزی کند. اگر فردی خودش را به میزان مورد نیاز نشناسد، در انتخاب شریک زندگی اش نمی‌تواند موفق عمل کند.

به طور مثال، اگر پسری دختری برای خودش جایگاه مسایل مالی را در زندگی مشخص نکرده باشد، نمی‌داند که همسری می‌خواهد که مسایل مالی برایش از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است یا مسایل دیگری برای او اهمیت دارد؛ بنابراین رسیدن نسبی به خودشناسی در مرحله‌ی انتخاب شریک

## خواص بامیه

بامیه یک سبزی از خانواده پنبه‌ک

بوده و موطن اصلی آن آفریقا یا مناطق گرم آسیاست ولی بعدها به سایر مناطق دنیا رفته و در حال حاضر در اغلب

کشورها کشت می‌شود. تمام گیاه بامیه معطر بوده و عطری شبیه عطر میخک از آن متصاعد می‌شود. این گیاه در نواحی مختلف زمین می‌روید و میوه آن علاوه بر مصرف غذایی، در درمان بعضی از بیماری‌ها نیز مورد استفاده قرار می‌گیرد. برای حفظ اثرات مفید بامیه و آنزیم‌های هضمی باید آن را خیلی کم بپزید، یعنی با حرارت کم یا بخار ملایم پخته شود. بعضی از افراد بامیه را خام مصرف می‌کنند ولی اگر خواستید آن را سرخ کنید از مقدار کمی روغن زیتون یا روغن‌های گیاهی برای سرخ کردن آن استفاده کنید. بامیه را به تنهایی یا با گوشت به صورت قورمه مصرف کنید. همچنین می‌توانید از آرد خشک شده آن استفاده نمایید. گاهی نیز بامیه را به صورت مربا، ترشی، شور و کنسرو استفاده می‌کنند.



خواص غذایی - دارویی بامیه طبیعت بامیه سرد و بسیار تر است. - مصرف آن برای افراد گرم مزاج مفید است. - این سبزی مغذی سبب تقویت اعصاب شده و قوه بینایی را نیز افزایش می‌دهد.

- بامیه به دلیل دارا بودن مقادیر زیاد ویتامین‌های «آ» و «ث» و تقویت سیستم ایمنی، می‌تواند ماده غذایی مناسبی برای زنان باردار، کودکان در حال رشد و افرادی که به دلیل دچار وقفه در رشد شده‌اند محسوب شود. - بر روی پوست و کرک‌های آن، مقداری مگنیز و کالبات وجود دارد که غذای غدد داخلی بوده و ترشح آن‌ها را تنظیم می‌نماید. - همچنین اشتها به غذا را زیاد می‌کند. - بامیه دارای خاصیت ضدعفونی‌کننده می‌باشد و کرم معده و کرمک را از بین می‌برد. - با مصرف یک گیلان بامیه، ۵۰ کیلو کالری انرژی به بدن می‌رسد و با اشغال فضای زیاد در معده، فرد احساس



این است که افراد باید مهارت حل این اختلافات را داشته باشند و بتوانند اختلاف یا سوء تفاهات خود با دیگران را به گونه‌ای منطقی و مسالمت آمیز حل کنند. گوش دادن فعال به

صحبت‌های همسر، سعی در درک و پذیرش احساسات او و استفاده از راهکارهای کاهش ناراحتی مانند شوخی و مزاح به موقع، عوض کردن موضوع بحث، قدم زدن، تفریح و... می‌تواند در حل اختلاف موثر باشد و باید دختر و پسر آماده ازدواج در به کار بردن این روش‌ها توانمند باشند.

### همدلی و همراهی

همدلی به معنی تایید رفتارهای فرد مقابل نیست، بلکه فقط به این معنی است که همسرمان و شرایط اش را درک می‌کنیم. ناتوانی در بیان همدلی یعنی شما در مواجهه با فرد مقابل شروع به نصیحت، راهنمایی و ارائه راه حل، سرزنش، به رخ کشیدن و مقایسه، بی‌اهمیت و کوچک کردن مشکل، اغراق آمیز یا بزرگ کردن مشکل، تعریف و تحسین کنید. برای آنکه همدلی به بهترین شکل انجام گیرد، باید بتوانید به احساسات و هیجانات همسران توجه کنید. از دید او به صحبت‌هایش خوب گوش دهید. در حالی که به صورتش نگاه می‌کنید، احساسات‌تان را به او انعکاس دهید و سعی کنید با احساس طرف مقابل‌تان همراه و هم‌رنگ شوید.

پسرهایی که از امکانات مالی و مادی فراوانی برخوردار هستند اما از آنجا که مهارت محبت کردن و عشق ورزیدن را نیاموخته‌اند، بعد از مدت کوتاهی چون قادر به تحمل طرف مقابل‌شان نیستند و نمی‌توانند پاسخ‌گوی نیازهای عاطفی او باشند، به راحتی زندگی مشترک‌شان با مشکل و حتی شکست منتهی می‌شود.

### ارتباط موثر

آموختن مهارت‌های ارتباطی جدید و موثر در رسیدن به هماهنگی، رضایت و آرامش نقش قابل توجهی دارد. در واقع بخشی از مهارت‌های ارتباطی در خوب گوش دادن، خوب حرف زدن و خوب تجزیه و تحلیل کردن صحبت‌های دیگران نهفته است. دختر و پسر باید با ویژگی‌های رفتاری جنس مقابل آشنا باشند تا واکنش‌های مناسب‌تری داشته باشند؛ به طور مثال، پسری که می‌داند، دخترها احتیاج به همسری دارند که به صحبت‌های‌شان گوش دهد از گفت‌وگو با همسرشان خسته نمی‌شوند و این موضوع را به بهترین شیوه ممکن مدیریت می‌کنند.

### حل اختلاف

بروز اختلاف و تفاوت بین افراد، اتفاقی عادی و طبیعی است، اما مهم‌تر از آن،

سیری می‌کند و اشتهاش نسبت به مصرف غذاهای دیگر کمتر می‌شود. به همین دلیل می‌توان از بامیه به عنوان یک تغذیه مناسب در رژیم‌های کاهش وزن استفاده کرد. - ملین مزاج بوده و مدفوع را زیاد می‌کند. - بامیه در برطرف کردن بلغم، صفرا و سودا مفید می‌باشد. - لعاب و مواد لزج در بامیه، سینه‌های خسته و کوفته را نرم و گرفتگی صدا را و آوازه را باز می‌کند. - بامیه منبع خوبی از کلسیم بوده، از این رو ضدپوکی استخوان است.

- پتاسیم در آن ضد فشار خون است. - فیبر موجود در بامیه به حفظ قند خون کمک می‌کند، بدین ترتیب که سرعت جذب قند خون را کاهش می‌دهد. از این رو برای افراد مبتلا به دیابت مفید است. همچنین با جذب آب کافی، از بروز یبوست جلوگیری کرده و به این ترتیب از سوء هاضمه نیز پیشگیری می‌کند. - شربتی از جوشاندن بامیه تهیه می‌شود که درمان زخم گلو و گرفتگی صدا بسیار موثر است. - اسید فولیک باعث کاهش هموسیستئین - ماده‌ای که باعث انسداد رگ‌های خونی می‌شود. ویتامین «ث» نیز یکی از آنتی‌اکسیدان‌های مهم می‌باشد. در مجموع بامیه به علت دارا بودن این مواد مغذی و نیز فیبرهای محلول و املاح، باعث پیشگیری از بیماری‌های قلبی می‌شود.

صاحب امتیاز و سردبیر: دکتر عبدالهادی محسنی مدیرمسئول: محمدرضا نعیمی ۰۷۸۹۰۱۰۰۷۶

گزارشگر: محمد تقی جعفری

مسئول ارتباطات و امور توزیع: نسیم صالحی ۰۷۷۵۹۱۴۰۲۲

اعضای هیئت تحریر: علی بنیادی، ذکیه غزنوی و ابوذر ارجمند آدرس: کابل - دهم‌نگ - جاده سوم حوت - عقب نمایندگی شارب - محب زاده پلازما نمبر ۲ - منزل دوم

پست الکترونیکی: sokhanejadid@yahoo.com وبسایت: www.sokhanejadid.tk فیس بوک: www.facebook.com/sokhanejadid

سختن جدید فقط مسوولیت حقوقی سرقاله را می‌پذیرد. چاپ: مطبعه ستاره شماره تماس: ۰۷۹۶۶۰۰۰۹ - ۰۲۰۲۲۳۰۰۸۳ - yama\_isar@yahoo.com

## حیپترین سب دنیا

سبب معمولاً در سه رنگ زرد، سرخ و سبز کاشت و فروخته می‌شود و همگی آنها یک نقطه مشترک دارند. در همه سبب‌ها به هر رنگی که باشند گوشتی زرد رنگی وجود دارد که تمام خواص در آن قرار دارد.

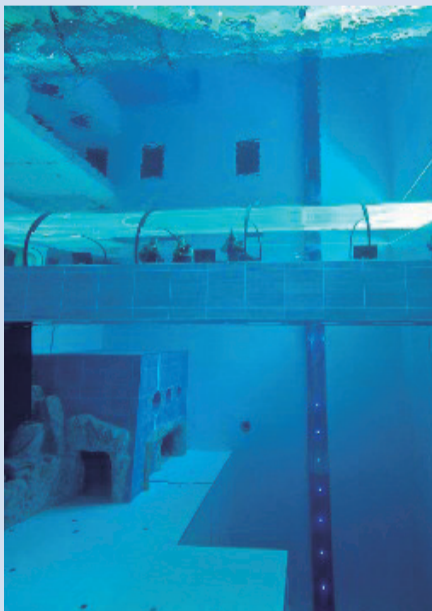


به تازگی یک سبب جدید در انگلستان کشت شده است که نام آن «سوپرایز» است. این سبب پوست زرد دارد در حالی که گوشت آن صورتی رنگ است. این سبب به تازگی وارد مغازه‌ها شده و استقبال خوبی هم از آن به عمل آمده است.

این سبب به خاطر اینکه هنگام خوردن شما را شگفت زده می‌کند، این گونه نام‌گذاری شده است. قیمت ۴ عدد از این سبب‌ها ۱٫۷۵ پوند است و فعلاً به صورت محدود در حال توزیع شدن است. در صورت استقبال گسترده محصول به صورت عمده تولید خواهد شد. این سبب‌ها در مزرعه یک کشاورز نمونه که تا به حال جوایز مختلفی را برنده شده است به نام «ویلیام بارنت» تولید می‌شود. او با پیوند زدن نوع خاصی از توت‌های سرخ با سبب، به این محصول جالب توجه رسیده است.

## عمیق‌ترین استخر جهان

پایگاه اینترنتی شینها روز دوشنبه تصاویری از عمیق‌ترین استخر جهان را به عمق ۴۰ متر منتشر کرده است.



این استخر بر فراز یک هتل چهار ستاره در ایتالیا واقع شده است.

سطح این استخر ۲۱ در ۱۸ متر است اما در وسط باریک می‌شود و تا عمق ۴۰ متر ادامه می‌یابد.

این استخر توسط «امانوئل بواریتو» (Emanuele Boaretto) آرشیست ایتالیایی طراحی شده است.

این استخر دارای یک ارتفاع غواصی به اندازه یک ساختمان ۱۲ طبقه و ۹ اتوبوس دو طبقه است که بر روی یکدیگر قرار گرفته‌اند.

برای غواصی در این استخر نیازی به لباس مرطوب غواصی نیست زیرا درجه حرارت این استخر به طور منظم میان ۳۲ تا ۳۴ درجه سانتی‌گراد تنظیم می‌شود.

# کشمیر، مقصد آتی تروریزم



۳۱ جولای سال ۱۹۸۸، دو انفجار، «سرینگر» پایتخت تابستانی کشمیر را لرزاند. اگر چه هیچ کس کشته نشد اما این بمب‌گذاری‌ها توسط جبهه آزادی جامو و کشمیر آغاز شورش بود که به سرعت تبدیل به نقطه کانونی تروریزم جهانی شد. در آن زمان، تعداد کمی از مردم در خارج از منطقه از این موضوع اطلاع داشتند. در فبروری سال ۱۹۸۹ آخرین نیروهای شوروی از افغانستان خارج شدند. تغییر جنگ افغانستان از جهاد به هرج و مرج در دهه ۱۹۹۰ باعث قیام ناگهانی در کشمیر شد و یک دهه جنگ بیش از ۵۰ هزار کشته بر جای گذاشت.

امروزه نیز مهاجرت ممکن است پس از خروج نیروهای امریکایی صورت گیرد. هنگامی که نیروهای امریکایی افغانستان را ترک کنند جنگجویان پنجابی و دیگر جنگجویان خارجی ممکن است دقیقاً همان محاسبه دو دهه پیش را انجام دهند و پاکستان به همان دلایل دهه ۱۹۹۰ ممکن است به آنان کمک نماید.

ارتباط بین وقایع در افغانستان و کشمیر برای هند و پاکستان مهم است اما اهمیت آن برای امریکا چیست؟

## مطمئن‌ترین راه برای ثروتمند شدن

به طور مشخص، ثروت مالی در نتیجه سرمایه‌گذاری برای خودتان و دیگران، ریسک کردن، انجام درست صدها کار جزئی و سپس انجام درست یک یا دو کار بسیار بزرگ به دست می‌آید. اما اگر این یک یا دو کار بزرگ را درست انجام ندهید، چه اتفاقی رخ می‌دهد؟ در این صورت روش دیگری برای ثروتمند شدن وجود دارد.

### ثروت زندگی

من با صدها کارآفرین گفت و گو کرده‌ام و به این نتیجه رسیده‌ام که همه آنها یک کار انجام می‌دهند. وقتی در مورد جنبه‌های مالی کارآفرین بودن صحبت می‌کنیم یعنی استراتژی‌های خروج از سرمایه، درآمدها، عرضه در بورس و تأمین مالی از خود علاقه نشان می‌دهند، ولی اشتیاق چندانی به آن ندارند اما وقتی در مورد زندگی یک کارآفرین صحبت می‌کنیم و اینکه از کارآفرین بودن چه احساسی دارند، همه به هیجان می‌افتند و در مورد چالش‌ها، مسوولیت، حس هدف داشتن، حس رضایتمندی، هیجان کار کردن با یک تیم واقعی، حس شگفت‌انگیز قدرت و اختیار داشتن و کنترل داشتن بر سرنوشت خودشان می‌گویند. این اتفاق همیشه رخ می‌دهد. افراد متکی به خود با رویاهای نامحدود و درآمدهای ناچیز می‌درخشند. کارآفرینان موفق مانند جونل گاسکوین که باعث شد شبکه اجتماعی بافر از یک پروژه شخصی به کسب و کاری با تیمی از افراد مستعد و درآمدهای واقعی تبدیل شود، می‌درخشند. کارآفرینان بسیار موفق مانند اسکات دورسی که شرکت نرم افزار بازاربایی ExactTarget را از یک گاراژ کوچک بیرون آورد و آن را در بورس عرضه کرد و سپس تحت تملک شرکت Salesforce درآورد، می‌درخشند. وقتی در مورد کارآفرین بودن صحبت می‌کنیم، هر کارآفرینی می‌درخشند، چون احساس زنده بودن می‌کنند، احساس می‌کنند برای تنظیم برنامه‌های‌شان آزادند، می‌توانند خودشان تصمیم بگیرند و خودشان اشتباه کنند. و از این لحاظ، آنها واقعاً احساس ثروتمند بودن می‌کنند، فارغ از اینکه جنبه‌های درآمدی یا مالی کارشان را در نظر بگیرند.

### ثروت واقعی

به همین دلیل است که تنها راه ثروتمند شدن از نظر مالی و شخصی این است که کسب و کار خودتان را راه‌اندازی کنید؛ حتی اگر این راه سختی‌های زیادی داشته باشد. دلیلی وجود ندارد که نخواهید این کار را انجام دهید. برای این کار نیازی نیست همان ابتدا از شغلی که دارید انصراف دهید. در حقیقت، شاید اصلاً نباید این کار را انجام دهید. یکی از بهترین روش‌ها برای به حداقل رساندن ریسک راه‌اندازی کسب و کار خودتان این است که شغل کارمندی تمام وقتی را که دارید حفظ کنید و همزمان راه موفقیت‌تان را پایه‌ریزی کنید.

معامله‌ای که در زندگی کارمندی دارید این است: در ازای آزادی کم‌تر، کنترل کم‌تر و رضایت کم‌تر، هر روز سر کار می‌روید و برای فرد دیگری کار می‌کنید. جنبه‌های مثبت کارتان محدود و جنبه‌های منفی آن همیشه نامحدود است. جنبه‌های منفی کار کارآفرینان هم نامحدود است، اما آنها در عوض از مزایای مالی نامحدود و نیز جنبه‌های مثبت شخصی بهره می‌برند. شانس خودتان را امتحان کنید. شاید شما هم به لیست ثروتمندان واقعی بپیوندید.

اگر واقعاً تصمیم گرفته‌اید کسب و کاری برای خودتان راه‌اندازی کنید و دوستان و خانواده‌تان می‌گویند این کار دیوانگی است، این مطلب را به آنها نشان دهید. اگر افراد اطراف شما نمی‌دانند امتحان کردن یک شانس به صورت شخصی چگونه می‌تواند باشد، موارد این مطلب را با آنها چک کنید و سپس سفر کارآفرینی خود را، حتی به کوچک‌ترین و امن‌ترین شیوه آغاز کنید. هر قدمی که برمی‌دارید شما را به ثروتمند شدن نزدیک‌تر می‌کند و باعث می‌شود به گروهی از افراد بپیوندید که به شیوه خودشان و طبق شرایط خودشان زندگی می‌کنند.

این بهترین نوع سرمایه‌گذاری است که می‌توانید داشته باشید، چون بر روی خودتان سرمایه‌گذاری می‌کنید.

Jeff Haden مترجم: مریم رضایی

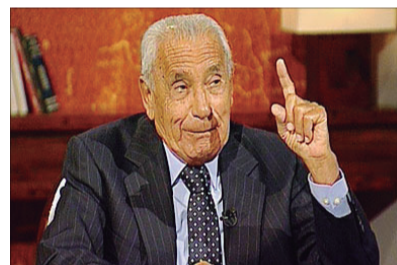
## حسین هیکل:

### جنگ خاورمیانه، با پول اعراب و اهداف امریکا

وی بایان اینکه نگرانی‌هایی در مورد داعش و کشاندن مصر به این بازی‌ها وجود دارد ادامه داد: اکنون بزرگ‌ترین و تنها ارتشی که با تروریست‌های داعش می‌جنگد ارتش سوریه بوده، ولی بسیار جالب است که این ارتش در ائتلاف مبارزه با داعش حضور ندارد. هیکل گفت: این نگرانی وجود دارد که فردا فاکتورهای وحشتناکی را بابت جنگی بی‌معنی به کشورهای عربی ارایه و با این ادعا تمام ثروت‌های‌شان را مصادره کنند. وی در مورد چگونگی تشکیل داعش تأکید کرد که امریکا، ترکیه و کشورهای عربی حوزه خلیج فارس آن را ساخته‌اند.

این نویسنده مصری افزود: اوپاما را در امریکا یک رییس جمهور ناموفق می‌شناسند و در حدی نیست که بتواند در زمینه نظامی یا سیاسی موفقیتی کسب کند. هیکل گفت: تنها ابزار مصر برای برقراری امنیت ملی نیروی غیرنظامی است، ولی باید با دو کشور ایران و ترکیه ارتباط محکمی برقرار کند.

نویسنده، روزنامه‌نگار و تحلیلگر مطرح جهان عرب گفت: امریکا همه اهداف خود را در منطقه با پول کشورهای عربی عملی می‌کند.



«محمدحسین هیکل» در برنامه «اینجا پایتخت است» شبکه «اسی.بی.سی» مصر افزود: ما جوانان و ثروت‌های‌مان را بربراد دادیم و اکنون سازندگان داعش و مشارکت کنندگان در ایجاد تروریزم، رهبری مبارزه با تروریزم را برعهده گرفته‌اند.

## خطر کودتا در کمین دولت اسلام آباد

اسلام‌آباد، تکذیب می‌کنند و می‌گویند که او فقط برای دیدار با فرزندان به لندن رفته بود اما جاوید هاشمی زمانی که در حزب تحریک انصاف بود، نزدیک‌ترین شخص به عمران خان تلقی می‌شد و اکنون می‌گوید که عمران خان خودش همه چیز را درباره دیدار با القادری در لندن به او گفته است.



ظاهرالقادری هم درباره حضورش در لندن همزمان با حضور عمران خان در این شهر گفته است که همزمان شدن حضور او و عمران خان در لندن کاملاً اتفاقی بوده و هیچ دیداری در لندن بین آنها انجام نشده است.

برخی منابع اعلام کرده‌اند که دولت نوازشریف در جریان کامل جزئیات دیدار مخالفان در لندن قرار دارد و اسناد و مدارک کافی از آن در اختیار دارد. دیدار مخالفان خیلی حیرت‌انگیز نیست، ولی محل بازدید آنان-لندن- برای دولت پاکستان قابل تأمل شده است.

یک عضو ارشد اخراج شده از اصلی‌ترین حزب مخالف دولت پاکستان ناگفته‌هایی را درباره بحران سیاسی جاری در این کشور بازگو کرد و از توافق اولیه مخالفان در لندن برای براندازی دولت نواز شریف پرده برداشت.

جاوید هاشمی، یکی از اعضای کلیدی حزب تحریک انصاف که بعد از آغاز تحولات سیاسی جاری در پاکستان، به دلیل اختلافات شدید با «عمران خان» رهبر این حزب، از جمع اعضای تحریک انصاف کنار گذاشته شد، اکنون به افشای زوایای پنهان طرح‌های عمران خان و «ظاهر القادری» رهبران دو حزب عمده مخالف دولت پاکستان پرداخته است.

بر اساس افشاگری «جاوید هاشمی» که بازناب گسترده‌ای در رسانه‌های پاکستان داشت، عمران خان و ظاهر القادری حدود نیمه ماه ثور سال جاری هر دو به لندن سفر کردند و در هتل لوکس و پنج ستاره «دورچستر» لندن درباره اقدام علیه دولت نوازشریف دیدار و گفت‌وگو کردند.

فرزندان عمران خان در لندن زندگی می‌کنند و خود او نیز فقط زمانی که بحث فعالیت‌های سیاسی و انتخابات در پیش باشد، به پاکستان سفر می‌کند و بیش‌تر اوقات در لندن اقامت دارد.

ظاهر القادری هم سال‌ها پیش از دولت کانادا اقامت گرفت و تا قبل از شروع بحران سیاسی در پاکستان، در کانادا اقامت داشت.

اگرچه برخی نزدیکان عمران خان انجام هرگونه دیداری میان وی و ظاهرالقادری را در جریان سفرش به لندن قبل از آغاز تحرکات ضددولتی در