

Takhasos

Monthly-180-181

تخصص

هنامه ارکان نظام شورای افغانستان

شماره ۱۸۰ / ۱۸۱ دور سوم اسد / سنبله ۱۴۰۲ خورشیدی
مطابق با آگست / سپتامبر - ۲۰۲۳ - میلادی

ماہنامه
تخصص
ارکان شورای نظام شورای افغانستان

تجلیل از سالروز استرداد
استقلال افغانستان در هرات



روزنامه اتفاق اسلام ۱۰۳ ساله شد

تلاش برای آغاز کار عملی
خط آهن افغان-ترانسی



آغاز انتقال اموال تجاری از طریق
خط آهن خواب - هرات



افغانستان وجاذبه‌های اقتصادی

در پنج دهه‌ی اخیر اکثریت کشورهای منطقه و جهان به پیشرفت‌های بزرگ اقتصادی نایل آمده‌اند. این انکشاف اقتصادی ناشی از سرمایه‌گذاری‌های خورد و بزرگ در عرصه معادن صنعت، تجارت و زراعت بوده، آنچه بستر مناسب برای این فعالیت‌های اقتصادی محسوب می‌شود اهمیت صلح و ثبات کشورهاست.

متأسفانه طی این زمان در افغانستان جنگ، خونریزی ناامنی و بی‌ثباتی به حد اعظمی خود رسیده بود، به این دلیل هیچ نهاد اقتصادی داخلی و خارجی جرئت نمی‌کرد در افغانستان سرمایه‌گذاری کند بناءً تمام زمینه‌های سرمایه‌گذاری در بخش معادن، صنعت و تجارت و ترانزیت دست نخورده باقیمانده بود.

امروز در جهان سرمایه‌ها و پول‌های فراوان به صورت راكد وجود دارد چون زمینه‌های سرمایه‌گذاری محدود شده است. خوشبختانه حالا در کشور ما امنیت سرتاسری تأمین شده و با گذشت دو سال از تحولات جدید این امنیت استحکام بیشتری یافته است.

این عوامل باعث شده تا سرمایه‌گذاران ملی و بین‌المللی با وجود عدم شناخت و رسمیت امارت اسلامی از سوی جهانیان در افغانستان حضور یابند و در بخش معادن سرمایه‌گذاری نمایند.

این نوید خوبی برای توسعه اقتصادیست، افغانستان قرار اطلاع نهادهای تحقیقاتی بین‌المللی غنی‌ترین کشور جهان از لحاظ معادن و موقعیت اقتصادی است.

استخراج و پروسس مواد معدنی بیشترین زمینه‌ی کار برای کارگران و نیروی جوان ما را مساعد می‌سازد و هم صادرات این مواد به خارج از کشور در بهبودی بیلابنس تجارتی ما بسیار با ارزش است.

موجودیت معادن مختلف‌النوع در نقاط مختلف و ولایات و ولسوالی‌های گوناگون زمینه رشد این مناطق را از نگاه اقتصادی و اجتماعی تسریع می‌بخشد.

امیدواریم برنامه‌های استخراج و پروسس مواد معدنی کشور هرچه بیشتر تخنیک‌تر و اقتصادی‌تر و سریع‌تر شود تا افغانستان با اتکاء به این ذخایر خدا دادی و ارزشمند و نیروی بشری جوان به پای خود ایستاد شود و عواید حاصله از این منابع را صرف رفاه عامه و زیر ساخت‌های اقتصادی کشور نماید.

معاونین

- ۱) سرمقاله ۱ (۱۴) امارت اسلامی: طرح سرشماری عمومی ۱۷
- ۲) تزکیه و احسان ۲ و ۳ (۱۵) روز نامه اتفاق اسلام ۱۰۳ ساله شد ۱۸
- ۳) تلاش برای آغاز کار عملی خط آهن ۴ (۱۶) کارگاه آموزشی: دولت الکترونیک ۱۹
- ۴) "فرصت‌های تجاری ایران در هرات" ۵ (۱۷) مشکلات گوارش ممکن است علایم ۲۰
- ۵) تلاش برای رشد کیفیت "طلای سرخ" ۶ (۱۸) توزیع پاسپورت در هرات افزایش ۲۱
- ۶) آغاز کار اسفالت سرک تخت صفر ۷ (۱۹) ایارژیم غذایی بر باروری تأثیر ۲۳ و ۲۲
- ۷) آغاز انتقال اموال تجاری از طریق خط ۸ (۲۰) شاعر که هفتاد سال بعد از نخستین ۲۵ و ۲۴
- ۸) کاهش بیش از ۵۰ درصدی محصولات ۹ (۲۱) آتش سوزی‌های ویرانگر به نو ۲۶ و ۲۷
- ۹) تکته درباره تغذیه با شیر مادر ۱۰ و ۱۱ (۲۲) هوش مصنوعی در تشخیص سرطان ۲۸
- ۱۰) تجلیل از سالروز استرداد استقلال ۱۲ (۲۳) دانشمندان می‌گویند بهتر است هر ۲۹
- ۱۱) آغاز دور پنجم کار زار واکسین ۱۳ (۲۴) افزایش بی‌سابقه دمای آب اقیانوس‌ها ۳۰ و ۳۱
- ۱۲) بررسی علل کاهش تنوع حیات ۱۴ و ۱۵ (۲۵) آمریکا نخستین قرص درمان افسردگی ۳۲
- ۱۳) کارگاه آموزشی: توسعه فرهنگی و ۱۶ (۲۵) آمریکا نخستین قرص درمان افسردگی ۳۲

صاحب امتیاز: شورای متخصصان

مدیر مسئول: الحاج محمد رفیق شهیر
هیئت تحریر: محمد ناصر رهیاب،
سید عبدالحق موحدی، عبدالرحیم امید،
داکتر عبدالقیوم قائم، انور شاه یوسفی و صلاح‌الدین جامی.
گزارشگر: فروزان فروغ خاوری

طراح جلد و صفحه آرایی: عبدالحق مرادی
تیراژ: - ۱۰۰۰ جلد
قیمت ۲۰ افغانی
نشانی: دفتر شورای متخصصان هرات،
جاده بهزاد « بهزاد ۵ »

ترک و احسان

(قسمت اول)

عبداللطیف محمدی

چشم دل باز کن که جان بینی
آنچه نادیدنی است آن بینی
(هاتف اصفهانی)

ضمیر انسان مانند آینه است که تمام موجودات عالم را می‌توان در آن دید، البته بستگی به آن دارد که با چه چشمی به آن بنگریم. شیخ اجل، حضرت سعدی می‌فرماید:

ره عقل جر پیچ در پیچ نیست
بر عارفان جز خدا هیچ نیست

حضرت مولانا در جلد سوم مثنوی معنوی تحت عنوان «اختلاف کردن در چگونگی شکل پیل در شب تار» می‌فرماید که جماعتی از هندی‌ها فیلی را به محل تاریکی وارد کردند. مردم بسیاری که نمی‌دانستند فیل چیست به خاطر کنجکاو برای دیدن فیل به آنجا آمدند. چون محل تاریک بود و هیچ چیزی دیده نمی‌شد، هر یک با دست خویش فیل را لمس می‌کرد تا بفهمد که چطور حیوان است. یکی دست به خرطوم فیل گذاشت و گفت: فیل چون ناو است. دیگری گوش فیل را لمس کرد و گفت:

مثل بادبزن است. یکی دست به پای فیل برد و گفت که فیل مانند ستون است. و آن یکی دیگر دست به پشت فیل گذاشت و گفت: فیل مثل یک تخت است. مولانا می‌فرماید:

در کف هر کس اگر شمعی بُدی
اختلاف از گفتشان بیرون شدی
چشم حس همچون کف دست است و بس
نیست کف را بر همه آن دست رس

از این حکایت تمثیلی و اختلاف برداشتها چنین می‌شود نتیجه گرفت که اختلاف در اندیشه‌ها، تعبیرها و تعصبات و جدال‌ها در نتیجه نارسائی حس و کجی تعبیر است. اگر قلب تزکیه ربانی یابد و روح به عالم معانی به پرواز درآید، این اختلاف دیدگاه از میان بر می‌خیزد. و دانشی که سبب تسلی خاطر شود و در روشنایی آن روح را با دنیای بیکران احساس آشنا می‌سازد و افق سیر لایتناهی را به رویش می‌گشاید، تصوف و عرفان است؛ این دو پدیده نقش برجسته و عمده‌ای در حیات معنوی، ادبی و هنری و فرهنگی جوامع اسلامی ادامه مطلب در صفحه بعدی ...



ادامه مطلب . . .

روز امتحان و قضاوت فرارسید. شاه حاضر شد. نقاشان چینی‌ها را دید ولی عکس‌های تصاویری که بر دیوارهای سیقل شده و صاف‌شده رومی‌ها آشکار می‌شد بهتر بود. آنگاه مولانا می‌فرماید:

**رومیان آن صوفیانند ای پسر
نی ز تکرار و کتاب و نی هنر
لیک سیقل کرده‌اند آن سینه‌ها
پاک ز آرزو و حرص و بخل و کینه‌ها
نقش و قشر علم را بگذاشتند
رایت عین‌الیقین افراشتند**

منبع معرفت واقعی و درک حقایق معنوی، قلب پاک و تزکیه یافته است. چون رومیان ابتدا خود را درست شناختند در نتیجه، در آینه‌ی وجود خود (قلب)، نقش نقاش را جلوه‌گر یافتند، این قول مشهور است که: "هر کس خود را شناخت، خدا را شناخت." همان‌طوری که آینه زنگ می‌گیرد و غبارآلود می‌شود و قوه انعکاس خود را از دست می‌دهد، حس روحانی و باطنی شخص مسلمان نیز با زنگار غفلت و معصیت کدر می‌شود در نتیجه، فضل الهی و فیض خداوندی را از دست می‌دهد مگر اینکه قلب خود را تزکیه کند.

باید یادآور شد که متنوی معنوی مولانا یکی از گران‌بهارترین آثار ادبی-عرفانی سرزمین ماست، و جامع‌ترین کتاب در تصوف اسلامی است. بدون شک شیرین‌ترین منظومه عرفاست و در آسمان ادب تمام دنیا یکی از ستاره‌های درخشان محسوب می‌شود. این کتاب نردبان معراج حقایق است!

بسیاری از معارف و حقایق اسلامی که لازم است امت اسلامی خصوصاً نسل جوان از آن آگاهی داشته باشند، موضوع تصوف اسلامی است؛ زیرا تصوف راستین همان چیزی است که در قرآن کریم به‌عنوان «تزکیه» و «ربانیت» یاد شده است؛ و ربانیت یعنی روح و معنای

دین. ربانیت یعنی معنی بخشیدن به عبادت وزندگی، آشنایی با حقایق و کیفیات همان‌گونه که مسلمانان صدر اسلام و اسلاف ما به آن آراسته بودند.

وقتی سخن از تصوف و یا هر علم و فن دیگر می‌رود لازم است که با اصطلاحات و حقایق آن آشنا شد. به باور نگارنده عدم شناخت درست هر جریان و پدیده، و عدم تفکیک بین وسایل و مقاصد می‌تواند ذهن افراد را مغشوش سازد. چنانچه مشکل کج‌فهمی در ابعاد مختلف علوم مشاهده می‌شود، در تصوف نیز قابل‌انکار نیست.

درحالی‌که اگر اندکی ریشه‌ای‌تر به قضیه نگاه کنیم می‌بینیم آنچه مقصد تصوف است برخاسته از متن قرآن و حدیث است و این فهم از آیات قرآن و احادیث نیازمند کاوش بیشتر و دیدی منصفانه است. اگر دقت شود محتوی و توجه اکثر آیات قرآن کریم در مورد تبیین مقاصد و مبانی تصوف است.

مباحث کلی آیات قرآن کریم را می‌توان در سه موضوع خلاصه کرد:

اول: عقاید

دوم: احکام

سوم: تهذیب و اصلاح نفوس

دانشمندان اسلامی تعداد آیات احکام را ۵۰۰ آیه و تعداد آیات مرتبط با عقاید را حدود ۱۴۴۲ آیه و تعداد نزدیک به پنج هزار آیه باقیمانده را در مورد تزکیه نفس ذکر کرده‌اند. حضرت امام شاه ولی‌الله دهلوی رحمه‌الله تعالی در کتاب ارزشمند خویش «الفوز الکبیر»، علوم صریح قرآن کریم را پنج قسم بیان می‌دارد و می‌فرماید:

علمومی که قرآن کریم به‌صراحت از آن‌ها بحث می‌کند عبارت‌اند از:

علم احکام که تشریح آن به عهده فقها است؛

علم عقاید که تشریح آن به عهده علمای علم کلام و عقیده است و سه علم دیگر عبارت‌اند از:

۱. علم پند گرفتن از آلاء الله (نعمت‌های خداوند)

۲. علم پند گرفتن از ایام‌الله (روزهای بزرگ)

۳. و علم پند گرفتن از مرگ و آنچه پس از مرگ است.

تشریح این سه علم به عهده پند دهنده است (یعنی کسی که به اصلاح نفوس دیگران و تزکیه قلوبشان می‌پردازد).

از این علوم پنج‌گانه سه علم اخیر به مقاصد اهداف علم تصوف ارتباط دارد. منصفانه نیست که تصوف را به خاطر بعضی از اصطلاحات خاص آن، - چنانچه در هر علم و فن موجود است - به‌دور از آیات و آموزه‌های قرآنی تصور کنیم. یقیناً جامعه اسلامی به‌دور از این حقایق و تطبیق آن‌ها، تبدیل به جامعه فاقد معنویت و اخلاق اسلامی به معنای کامل آن خواهد شد.

اگر به زمینه‌های ایجاد اصطلاحات یادشده دقت کنیم می‌بینیم که تصوف اسلامی ادامه و گسترش و تکاملی از تعلیمات دینی اساسی قرآن است. همچنین، اصطلاحات متصوفین برگرفته از متن کتاب آسمانی است. حتی این مکتب تربیتی چنان تأثیر ژرفی بر کاربرد واژگان قرآنی و تصور و مفهوم آن‌ها داشته که دامنه معرفت را از «علم» فراتر می‌برد و با عینیت می‌آراید؛ تصور انسان را به ماورای موضوعات متعارف بیرون می‌برد و از نگاه معاشناختی، کلمات قرآنی و اصطلاحات حوزه روانشناسی و تربیت، بار معنایی دیگری به خود می‌گیرد چون آن‌ها این واژگان را حس می‌کنند؛ از همین رو این اصطلاحات بعضی از فقها و متشرعین سختگیر را خرسند نمی‌سازد.

ادامه در شماره بعدی . . .



تلاش برای آغاز کار عملی خط آهن

افغان ترانس



قابل یادآوری است که در این نشست سه جانبه، در کنار مسئولین بلند رتبه ادارات خط آهن هر سه کشور، سفیر افغانستان در اسلام آباد آقای سردار محمد شکیب، سفیر ازبکستان آقای عثمانوف، وزیر خط آهن پاکستان آقای خواجه سعد رفیق و وزیر مالیه، آقای اسحاق دار نیز حضور داشتند.

مالی بین‌المللی در روند سرمایه‌گذاری روی احداث این پروژه مهم عایداتی و انکشافی علاقه‌مندی نشان دهد. در این نشست اشتراک کننده‌گان، تأکید داشتند که باید مطالعات امکان‌سنجی تخنیکی و تفصیلی این پروژه با دقت تمام، کیفیت خوب و سرعت مناسب انجام شود، تا هر چه زودتر کار عملی آن آغاز گردد.

اداره خط آهن افغانستان طی یک اعلامیه از توافق روی پروژه خط آهن افغان ترانس خیر داد. در اعلامیه آمده است، که در نشست سه جانبه میان مسئولان بلند رتبه خط آهن افغانستان، پاکستان و ازبکستان در شهر اسلام‌آباد - پاکستان، روی مسیر پروژه خط آهن افغان ترانس موافقه صورت گرفت.

خط آهن افغان ترانس از مزارشریف آغاز و الی بندر خولاجی ولایت پکتیا دوام دارد. هم‌چنین در این نشست، پلان یکساله، جهت پیش‌برد امور این پروژه منظور شد که به اساس این پلان یکی از شرکت‌های مشورتی بین‌المللی معلومات لازم راجع به این پروژه را تهیه کرده و معلومات مذکور با روش‌های مختلف با سازمان‌های مالی بین‌المللی و کشورها به اشتراک گذاشته می‌شود. تا کشورها و سازمان‌های





"فرصت‌های تجاری ایران در هرات" نام نمایشگاهی است که در هرات گشایش یافت

در این نمایشگاه شماری از تاجران ایرانی محصولات خود را به نمایش گذاشته‌اند.

برگزار کنندگان می‌گویند آنان به هدف ایجاد شرکت‌های تولیدی و صنعتی در افغانستان این نمایشگاه را برگزار کردند.

علی خاکسا برگزار کننده این نمایشگاه می‌گوید "جمهوری اسلامی ایران نمی‌خواهد که محصولات خود را از این طریق به کشور افغانستان صادر کند بل ما در تلاش هستیم که از این طریق وارد جامعه‌ی صنعتی افغانستان شده و کمک کنیم که در افغانستان شرکت‌های تولیدی ایجاد گردد تا از این بعد مواد مورد نیاز خود را خود افغانستان تولید کند."

در این نمایشگاه چهل شرکت تولیدی ایران شرکت کردند. مقامات کشور ایران می‌گویند آنان در تلاش‌اند که نمایشگاه‌های بیشتری را به افغانستان برگزار کنند. صدیقی‌فر سرکنسول ایران می‌گوید "با توجه به اقتصاد بزرگی که جمهوری اسلامی ایران دارد شاید این نمایشگاه‌ها انعکاس دهنده‌ی خوبی این ظرفیت‌ها نباشد اما امیدوار هستیم که این نمایشگاه‌ها قدم خبری باشد و یک راه گشایی برای ایجاد نمایشگاه‌های بزرگتر، بهتر و تخصصی‌تر باشد."

آقای صدیقی‌فر در ادامه‌ی

صحبت‌های خود با خبرنگار مجله تخصص گفت آنان ظرفیت برگزاری سه الی چهار نمایشگاه دیگر را در جریان سال روان دارند.

در همین حال مسوولان در اتاق تجارت و صنایع هرات بدین باوراند که ایجاد این نمایشگاه‌ها باعث گسترش روابط تجاری دو کشور می‌گردد.

سعید صدیقی معاون اتاق تجارت و صنایع هرات می‌گوید "ایجاد چنین نمایشگاه‌ها فرصت خوب تجاری برای تجاران است. همچنان برگزاری این برنامه‌ها باعث گسترش روابط دو کشور می‌گردد."

وی گفت برگزاری این نمایشگاه برای شناخت محصولات صادراتی ایران و آشنایی صنعت‌گران ایرانی با صنعت‌گران افغانی مؤثر تمام شود.

آقای صدیقی گفت آنان در تلاش‌اند که چنین نمایشگاهی را در ایران برای تجاران افغانی برگزار کنند. این تجاران در بیست غرفه محصولات خود را از جمله انواع لبنیات، انواع مواد غذایی، فولاد، مواد شیمیایی، لوازم خانه، لوازم آرایشی و بهداشتی به نمایش گذاشته‌اند.

از سویی هم شماری از صنعت‌گران ایرانی می‌گویند برگزاری این نمایشگاه فرصتی برای تبادل نظر بین تجاران دو کشور است. حسن مهرابی یک تن از این صنعت‌گران که محصولات لبنی شرکت خود را به نمایش گذاشته است می‌گوید "این نمایشگاه به ما فرصت این را مهیا کرد تا بتوانیم با صنعت‌گران افغانی آشنا شویم و همچنان برای نمایش گذاشتن محصولات تولیدی ایران با مردمان افغانستان فرصت خوبی را برای ما بازرگانان ایجاد کرده است."

این نمایشگاه که در هوتل آسمان برگزار شده، به مدت چهار روز از ۲۹ سرطان الی ۱ اسد از ساعت ۱۰ صبح الی ۴ عصر به روی تمام شهروندان هرات باز بود. باید گفت که بعد از روی کار آمدن امارت اسلامی افغانستان این اولین نمایشگاه ایران در افغانستان است.





تلاش برای رشد کیفیت "طلای سرخ" در هرات

پروژه‌های نیز می‌تواند که در قسمت معرفی زعفران افغانستان به بازار خارجی کمک بزرگی کند.

این افراد خواهان راه اندازی دهلپز هوایی شده می‌گویند فعلاً مشکل‌شان این است که صادرات به خارج از کشور به گونه‌ی مستقیم صورت نمی‌گیرد.

جلیل احمد کریمی مسوول یکی از شرکت‌های تولیدی زعفران می‌گوید "ما در قسمت تولید زعفران خوشبختانه هیچ مشکلی نداریم اما به دلیل تحولات سیاسی کشور در قسمت صادرات به مشکل خوردیم و نسبت به سال‌های گذشته صادرات کم شده و یا این که مستقیم ما محصول خود را به کشورهای خارجی صادر نمی‌کنیم. اگر در این قسمت کار شود مشکل‌مان رفع شده و زعفران افغانستان دوباره در بازارهای خارجی رشد خواهد کرد."

این سخنان در حالی مطرح می‌شود که پروژه‌ی رشد و تولید زعفران از طرف کشور دانمارک به مدت ۵ سال تطبیق می‌شود.

است. وی گفت مارکت برای هر محصول زراعتی یک اولویت بوده و وضعیت فعلی بازار زعفران در ولایت هرات مانند سال گذشته است ولی اگر بازاریابی در بیرون از کشور صورت گیرد قیمت این گیاه در مارکت بیش از پیش افزایش پیدا می‌کند.

از سویی هم این برنامه مورد استقبال شماری از مسوولان شرکت‌های تولیدی زعفران قرار گرفته آنان می‌گویند؛ برگزاری چنین برنامه‌ها نقش بسزایی را در رشد زعفران دارد.

بشیر احمد رشیدی رئیس اتحادیه زعفران کاران هرات می‌گوید "در سال‌های گذشته نبود امنیت یک مشکل بزرگ برای شرکت‌های تولیدی زعفران بود و ده‌ها نفر نمی‌توانستند که در مناطق دور دست زعفران کشت کنند اما فعلاً هیچ مشکل امنیتی وجود ندارد و به راحتی می‌توانیم که به مناطق دور سفر کنیم. از این جهت یک امیدواری برای رشد و گسترش زعفران وجود دارد. در کنار این روی دست گرفتن چنین

یک پروژه زراعتی به ارزش ۱.۲ میلیون دلار برای رشد زعفران روز یکشنبه ۱ اسد سال جاری در هرات افتتاح گردید.

هدف از راه اندازی این پروژه بلند بردن کیفیت زعفران و راه یافتن این محصول به بازارهای خارجی عنوان شده است.

این پروژه از سوی یک نهاد دانمارکی موسوم به مؤسسه "دست به دست افغانستان" اجرا خواهد شد.

خالد ودان مسوول مؤسسه دست به دست افغانستان می‌گوید قرار است که در قالب این پروژه برای شرکت‌های تولیدی زعفران در خارج از کشور بازاریابی صورت گیرد.

در همین حال مسوولان ریاست زراعت آبیاری و مالداران ولایت هرات می‌گویند که از تمام دهقانان خصوصاً زعفران کاران به گونه همه جانبه در بازار حمایت می‌کنند.

انجینیر بصیر احمد طیب، سرپرست آمریت امور زراعتی هرات می‌گوید که به دلیل نبود نمایشگاه و نبود بازاریابی برای زعفران در بیرون افغانستان قیمت این گیاه سرخ کاهش یافته



آغاز کار اسفالت سرک تخت صفر الی گمرک هرات

کار اسفالت و عقب نشینی سرک تخت صفر تا گمرک هرات به هزینه ۴۰ میلیون افغانی افتتاح شد.

به اساس خبرنامه‌ی دفتر مطبوعاتی مقام ولایت هرات در این افتتاحیه والی هرات، رئیس فواید عامه، شاروال و مسؤولان دیگر حضور داشتند. شیخ‌الحدیث مولانا نوراحمد اسلام جار والی هرات می‌گوید که امارت اسلامی افغانستان مصمم است تا در بازسازی و ساخت و ساز کشور قدم‌های مستحکم بر دارد.

در خبرنامه آمده است که مولانا اسلام جار می‌گوید، که امارت اسلامی در تلاش بازسازی و تکمیل شاهراه هرات - مزار، هرات - غور، هرات - چشت، تکمیل خط آهن هرات خواف و خط آهن هرات - تورغندی است.

۲۵ کیلومتر از این سرک اسفالت شده که زمان ختم و تکمیلی این سرک شش ماه را در بر می‌گیرد.

در همین حال مسؤولین از اطمینان در بخش ساخت با کیفیت خبر داده می‌گویند آنان در تلاش‌اند که بازسازی‌های بیشتری در سطح شهر انجام دهند.

از سوی هم مولوی عبدالرازق راشد شاروال هرات می‌گوید که هزینه ساخت اسفالت و عقب نشینی این سرک حدود ۴۰ میلیون افغانی است که از طرف اداره شاروالی پرداخته می‌شود.

مولوی راشد می‌گوید که این پروژه یکی از پروژه‌های بزرگ شاروالی می‌باشد و شاروالی هرات پلان‌های توسعه‌ی و پروژه‌های دیگر را نیز روی دست دارد که بزودی آغاز می‌کند.

گفتنی است که همزمان با این کار عقب نشینی، چهار سرکه شدن برخی از سرک‌های عمومی از سوی شاروالی هرات جریان دارد.



آغاز انتقال اموال تجاری از طریق خط آهن خواف- هرات



طی یک مراسم در ولایت هرات روز سه‌شنبه انتقال مواد تجاری با کشور ایران از طریق خط آهن خواف- هرات آغاز شد. در افتتاحیه این مراسم رئیس عمومی خط آهن افغانستان، شماری از مقامات بلندپایه افغانی و ایرانی حضور داشتند. مقامات دولتی افغانستان ضمن سپاس‌گزاری، آغاز انتقالات از طریق خط آهن را یک امر مفید خواندند.

ملا بخت‌الرحمن شرافت رئیس عمومی خط آهن افغانستان گفت: شروع نقل و انتقالات با ایران نه تنها برای هر دو کشور بلکه برای منطقه نیز مفید است، که این یک خبر خوشایند است. خط آهن خواف - هرات راه آهن استاندردی است که قرار است کشور ایران را با غرب شهر هرات متصل کند.

در همین حال شماری از مقامات بلند پایه کشور ایران در مراسم افتتاحیه حضور داشتند می‌گویند کشور شان آماده‌ی هر نوع کمک به کشور افغانستان است.

آقای میر شفیق نماینده وزارت راه و شهرسازی گفت: "جمهوری اسلامی ایران آماده است در امر ساخت و توسعه زیربناها بخصوص پروژه‌های خط آهن، افغانستان را کمک کند. از سویی هم ذبیح الله مجاهد سخنگوی امارت

که مفادش به ملت‌های ایرانی و افغانی برسد." خط آهن خواف- هرات بیش از ۲۲۵ کیلومتر طول دارد که به چهار بخش تقسیم شده؛ سه بخش آن حدود ۱۲۶ کیلومتر در خاک افغانستان واقع شده است.

اداره خط آهن افغانستان گفت آنان در تلاش‌اند تا اتصال منطقه‌ای را با کشورهای همسایه از طریق خط آهن توسعه دهند.

ناگفته نماند، که بازسازی خط آهن مذکور توسط اداره خط آهن افغانستان پس از پیروزی امارت اسلامی افغانستان آغاز و خاتمه یافت، که با توجه به آغاز انتقال مواد تجاری از طریق آن، فرصت شغلی برای ده‌ها تن از جوانان و کادریهای کشور فراهم خواهد شد.

اسلامی افغانستان نیز در این افتتاحیه حضور داشت، طی یک سخنرانی گفت: "خط آهن راه خوبی برای اتصال دو ملت است و این ارتباط می‌تواند مرهمی بر زخم‌های ملت افغانستان باشد."

در ادامه این برنامه یعقوب علی نظری والی خراسان رضوی جمهوری اسلامی در سخنرانی‌اش گفت: "ایران و افغانستان مشترکات زیادی دارد، دین‌شان مشترک است و بر اساس این مشترکات می‌توانیم کارهایی را انجام دهیم،





نگارشی از فروزان فروغ خاوری

کاهش بیش از ۵۰ درصدی محصولات انجیر و عسل در هرات

به سال گذشته در بخش انگور چهل فیصد کاهش داریم. به دلیل سرمازدگی در زمستان گذشته در بخش انجیر هم محصولاتمان نسبت به سال پار بسیار کم و ناچیز است.»

این سخنان در حالی بیان می‌شود که ریاست زراعت و مالداري هرات امروز یک نمایشگاهی را تحت نام «هفتمین جشنواره انگور، انجیر و عسل» برگزار نموده است. مسوولان در ریاست زراعت هدف از برگزاری این نمایشگاه را ترغیب، تشویق و بازاریابی به دهاقین عنوان کرده‌اند.

پیر محمد حلیمی رئیس زراعت و مالداري هرات می‌گوید: «با وجود خشک‌سالی و کاهش محصولات، ما تلاش کردیم که یک نمایشگاه برگزار کنیم تا بتوانیم از این طریق با دهقانان همکاری کنیم.»

در این نمایشگاه بیش از ۴۰ غرفه موجود است که در آن محصولات زراعتی و



شماری از دهاقین در هرات از کاهش ۵۰ درصدی محصولات عسل، انگور و انجیر در هرات خبر می‌دهند.

این دهاقین می‌گویند به دلیل سردی بیش از حد زمستان گذشته اکثریت محصولات زراعتی‌شان از بین رفته است.

محمد جعفری رئیس یکی از شرکت‌های زراعتی می‌گوید: «امسال به مدت سه سال متواتر است که به خشک‌سالی روبه‌رو شدیم که این خشک‌سالی‌ها صدمه‌های زیادی را به دهاقین ما وارد کرده است. در کنار این که محصولات زراعتی کاهش یافته است همچنان باعث کاهش تولید عسل نیز شده است. سال‌های قبل ما از یک کندو ۱۰ الی ۱۱ کیلو عسل برداشت می‌کردیم اما امسال از همان کندوها چهار الی پنج کیلو عسل برداشت داریم.»

همچنان مسوولان در ریاست زراعت و مالداري از کاهش محصولات زراعتی چون انگور و انجیر خبر داده می‌گویند: عوامل مختلف از جمله خشک‌سالی و سردی زمستان گذشته باعث کاهش محصولات انگور و انجیر شده است.

باید گفت که امسال قیمت میوه‌ها نیز به دلیل این کاهش در بازارهای هرات افزایش یافته است.

بهادری رئیس اطاق زراعت و محصولات هرات می‌گوید: «متأسفانه امسال نسبت



تولیدی هرات چون انگور، انجیر، عسل، انواع محصولات تولیدی دیگر به نمایش گذاشته است.

باید گفت که این نمایشگاه در ریاست زراعت و مالداري هرات برگزار شده که به مدت سه روز به روی عموم مردم باز است. روزهای چهارشنبه و پنجشنبه مختص آقایان است و روز جمعه مربوط خانم‌ها است.





۷ نکته درباره تغذیه با شیر مادر و آنچه باید در این باره بدانید

پزشک، ماما و یا پرستار صحبت کرد.
باور ۲: اگر از همان اول شروع نکنید، نمی‌توانید شیر مادر بدهید
پروفیسور ساتکلیف: هر چیزی که مادران را به دادن شیر خود به نوزادان تشویق کند از بسیاری جنبه‌ها برای سلامت انسان‌ها مفید است. هر نوع محدود کردن و مانع‌تراشی در رفتار انسانی با قرار دادن محدوده زمانی پایه و اساس علمی ندارد. البته اگر نوزادان از همان لحظه اول پستان به دهان گرفتن را یاد بگیرند فواید بسیار زیادی دارد. تغذیه مناسب یکی از واضح‌ترین فواید آن است. همین‌طور شیر دادن بلافاصله بعد از زایمان به جمع شدن رحم که می‌تواند خونریزی رحمی را کند و متوقف کند کمک می‌کند. در چند روز اول بعد از زایمان بدن انسان نوع خاصی مایع پروتئینی به نام کلوستروم تولید می‌کند. این ماده‌های غلیظ و مغذی است که شیر دادن به نوزاد با آن شروع می‌شود.

ادامه مطلب در صفحه بعدی ...

علوم سلامت در دانشگاه میکر در کامپالا در اوگاندا است. الستر ساتکلیف استاد پزشکی عمومی کودکان در یونیورسیتی کالج لندن است.

باور ۱: تغذیه با شیر مادر معمولاً دردناک است و نوک پستان‌ها را حساس و دردناک می‌کند

پروفیسور وایت: جواب به این سؤال کمی مشکل است چون در ابتدای شیر دادن کمی احساس ناراحتی پیش می‌آید که بسیار عادی است و نوک پستان‌ها تا وقتی به شیر دادن عادت کنند، حساس می‌شوند. اما شیر دادن نباید آزاردهنده و همراه با درد شدید باشد. اگر چنین شود به این معنی است که نوک پستان‌ها به احتمال زیاد عفونی شده‌اند و یا اینکه نوزاد به درستی پستان مادر را به دهان نمی‌گیرد. کمی احساس ناراحتی در اوایل شیر دادن عادی است و عادت کردن به آن به خصوص برای زنانی که بار اول است مادر می‌شوند ممکن است کمی طول بکشد. اما اگر میزان درد و ناراحتی زیاد باشد می‌توان با

سازمان ملل متحد خواستار حمایت بیشتر از زنان برای شیردهی به فرزندان خود در محل کار شده است. این طرح در راستای کارزار سالانه‌ای است که برای بالا بردن نرخ تغذیه با شیر مادر در جریان بوده است. بنا بر اطلاعاتی که در این کارزار منتشر شده است احتمال مرگ قبل از یک‌سالگی در نوزادانی که از شیر مادر تغذیه نمی‌کنند ۱۴ بار بیشتر از نوزادانی که با شیر مادر تغذیه می‌شوند. سازمان ملل خواستار گسترش مرخصی با حقوق برای مادران، وقت استراحت مخصوص برای شیر دادن به نوزاد و اتاق‌های اختصاصی در فضای کار است که مادران بتوانند به نوزاد خود شیر بدهند و یا شیر خود را برای نوبت‌های بعدی شیردهی بدوشند.

هنوز در جوامع مختلف باورهای غلط فراوانی وجود دارند که مانع تلاش زنان برای شیر دادن به فرزندان خود می‌شوند. ما از دو کارشناس خواستیم بعضی از رایج‌ترین این باورها را برایمان رمزگشایی کنند. کاترینا وایت، استاد فارماکولوژی بالینی و بهداشت و سلامت جهانی در دانشگاه لیورپول و محقق دانشکده





لگانه مطلب . . .

باور ۳: اگر به نوزاد شیر مادر می‌دهید نمی‌توانید هر دارویی مصرف کنید

پروفیسور وایت: این معمولاً اولین سؤال است که مادرها در همه جای دنیا آن را می‌پرسند. آیا هر دارویی برای فرزندم خطر دارد؟ واقعیت این است که همه داروها به میزان بسیار کم از شیر مادر به نوزاد منتقل می‌شوند. اگر پزشک از شما خواسته دارویی مصرف کنید می‌توانید از او در این باره سؤال کنید اما به احتمال زیاد جواب این است که دارو برای نوزاد شما خطری ندارد. آنچه نوزاد شما بیشتر از هر چیز به آن نیاز دارد مادری سالم است. بیشتر داروهایی که برای درمان عفونت، افسردگی یا دردهای عمومی مصرف می‌شوند برای نوزاد بی‌خطر است.

تعداد کمی دارو وجود دارند که نباید در دوران شیردهی آن‌ها را مصرف کرد. معمولاً این داروها برای درمان بیماری‌های خاص و جدی مانند سرطان مصرف می‌شوند. داروهای دیگری هم هستند که باید سود و زیانشان به دقت مورد بررسی قرار بگیرد. باید به هر زنی که در دوران شیردهی برایش دارویی تجویز می‌شود اعتماد به نفس داده شود تا بتواند سؤال‌هایش را از پزشک در مورد دارو بپرسد.

داروهایی که باید در مورد مصرفشان دقت کرد، داروهای سرماخوردگی و زکام است که می‌توان بی نسخه از داروخانه‌ها خرید و حاوی بازکننده‌های مجاری تنفسی هستند. این مواد می‌توانند تولید شیر مادر را کم کنند. همیشه مراقب داروهای گیاهی باشید چون محتویاتشان هیچ‌وقت به طور دقیق مشخص نیست و بسیاری از آن‌ها به شکل اساسی مورد مطالعه علمی قرار نگرفته‌اند.

باور ۴: در دوران شیردهی همیشه باید غذاهای ساده بخورید و از خوردن غذاهای ادویه‌دار قبل از شیر دادن خودداری کنید

پروفیسور وایت: در دوران شیردهی ممانعتی در مورد خوردن هیچ غذایی وجود ندارد. اما این را هم باید بدانیم که ترکیب شیر شما کاملاً تحت تأثیر رژیم غذایی شما قرار می‌گیرد. در بعضی موارد مادران خود متوجه یک نوع الگو رفتاری مرتبط با رژیم غذایی‌شان می‌شوند. مثلاً من متوجه شدم یکی از فرزندانم وقتی نوشیدنی‌های ترش مانند آب‌پرتقال می‌خوردم، دچار ناراحتی و بی‌تابی می‌شد.

گاهی شما به‌عنوان مادر متوجه تغییری در رفتار نوزاد می‌شوید که ممکن است تحت تأثیر غذایی باشد که خورده‌اید. اما هیچ غذایی بخصوصی نیست که بتواند برای فرزند شما مضر یا از جهت پزشکی خوردن آن منعی داشته باشد.

زنی در بخش زایمان بیمارستان مدنی در دهره را

باور ۶: اگر بیمار هستید نباید به نوزاد شیر مادر بدهید

پروفیسور وایت: خیر. این افسانه محض است. تنها در صورتی که مادر مبتلابه ویروس اچ آی وی و یا هیپاتیت باشد نباید به فرزند خود شیر مادر بدهد. این ویروس‌ها می‌توانند از طریق شیردهی به فرزند منتقل شوند و متأسفانه این اتفاق تراژیک در گذشته پیش آمده است.

در بیشتر موارد وقتی مادر بیمار است همچنان می‌تواند به فرزند خود شیر بدهد چون بدن مادر آنتی‌بادی‌هایی ترشح می‌کند که می‌تواند بدن نوزاد را هم محافظت کند. همچنین بسیار نادر است که بیماری کودک بتواند از طریق شیر خوردن به مادر منتقل شود.

یک متخصص زنان و زایمان در بیمارستان به سوالات متداول پاسخ می‌دهد و راهنمایی‌ها و پیشنهادهای در مورد شیردهی به زنان باردار و خانواده‌های آنها در شائو کسینگ، استان ژجیانگ، چین ارائه می‌دهد.

باور ۷: اگر بیشتر از یک سال به نوزاد شیر مادر بدهید، گرفتن او از شیر مادر سخت می‌شود

پروفیسور وایت: بنا به توصیه سازمان بهداشت جهانی شما باید نوزاد را تا ۶ ماه فقط با شیر مادر تغذیه کنید و بعد از آن تغذیه تکمیلی را شروع کنید اما همچنان می‌توانید به دادن شیر مادر تا زمانی که می‌خواهید ادامه بدهید. هیچ توصیه‌ای در مورد اینکه دقیقاً چه زمانی شیر مادر را متوقف کنید داده نشده است.

در بعضی از کشورهای پردرآمد مانند بریتانیا، بیشتر نوزادان در فاصله یک تا دوسالگی کاملاً از شیر مادر گرفته می‌شوند. در کشورهای کم‌درآمد مانند اوگاندا تغذیه با شیر مادر تا دو تا سه‌سالگی که کودکان شروع به راه رفتن می‌کنند ادامه پیدا می‌کند. مشکلی که در ابعاد جهانی در این مورد وجود دارد نبود مرخصی کافی برای مادران است تا بتوانند به‌طور کامل و طبق توصیه سازمان بهداشت جهانی به نوزادان خود شیر بدهند.

منطقه کانگرا در ایالت هیماچال پرادش هند به نوزادش شیر می‌دهد

باور ۵: اگر می‌خواهید به نوزاد شیر مادر بدهید، هیچ‌وقت نمی‌توانید همراهش از شیر خشک استفاده کنید

پروفیسور وایت: قطعیتی در این مورد وجود ندارد. اما باید بدانیم تولید شیر در بدن مادر وابسته به یک سیستم عرضه و تقاضا است. بدن مادر به شکل شگفت‌انگیزی به اندازه‌ای که برای نوزاد کافی باشد شیر تولید می‌کند. وقتی نوزاد پستان مادر را می‌مکد، هورمونی در بدن ترشح می‌شود و این هورمون باعث می‌شود درست همان اندازه که نوزاد شیر می‌خواهد برایش تولید شود. در نتیجه اگر شما به نوزادی با چته کوچک شیر می‌دهید، یا به نوزادی با چته بزرگ‌تر و یا حتی دوقلوها، بدن شما میزان کافی شیر برای آن‌ها تولید خواهد کرد.

اگر هم‌زمان با اینکه شیر خود را به نوزاد می‌دهید، شروع به دادن شیر خشک کنید، این چرخه طبیعی تولید شیر در بدن دچار اختلال می‌شود. یعنی بدن شما سیگنال‌های کافی از نوزاد که شیر می‌خواهد دریافت نمی‌کند. اگر شما به‌اندازه کافی شیر در پستان ندارید و برای همین شروع به دادن شیر خشک می‌کنید، شیر خشک دادن می‌تواند راه‌حل کوتاه‌مدتی باشد اما در طولانی‌مدت مشکل را بزرگ‌تر می‌کند. از طرف دیگر، اگر شب خیلی سختی داشته‌اید و یا بیمار و بسیار خسته هستید و مجبور می‌شوید از شیر خشک استفاده کنید به این معنی نیست که دیگر نمی‌توانید نوزاد را با شیر خودتان تغذیه کنید.

به این ترتیب می‌توان گفت جواب قطعی نیست اما این کار می‌تواند مشکلاتی ایجاد کند.

گروهی از معترضان پس از اینکه یک مشتری زن در ۱۵ مه ۲۰۱۸ در منطقه تجاری مرکزی نایروبی به دلیل شیردهی و پنهان نکردن از خانه بیرون انداخته





تجلیل از سالروز استرداد استقلال افغانستان در هرات

است. به اساس گزارش نشر شده از سوی آژانس باختر؛ والی هرات بیان داشت که جوانان باید برای کسب علوم عصری کار کنند و از این طریق جدیدترین اختراعات و سازندگی‌ها را ملت افغان داشته باشد.

از سویی هم مولوی حیات‌الله مهاجر معین نشرات وزارت اطلاعات و فرهنگ کشور می‌گوید که هیچ کشور شرقی و غربی به جز خود ما افغانستان را آباد نمی‌کند.

موصوف از مردم خواست که در آبادی کشور با دولت همکار باشند.

با این حال بزرگان هرات هم در این مراسم، گفتند که استقلال کنونی به راحتی بدست نیامده است و باید دستاوردهای حکومت حفظ شود.

امروز سرتاسر افغانستان گواه مراسمی برای جشن استقلال بود.

افغانستان، یکصد و چهار سال پیش از امروز، به رهبری شاه امان‌الله خان غازی از بریتانیایی استقلال را گرفت که به اصطلاح، آفتاب در قلمروش غروب نمی‌کرد.

وی بیان داشت که با شکست انگلیس به این کشور ادب دادیم که افغانستان را با کشورهای دیگر مقایسه نکنند.

رئیس اطلاعات و فرهنگ هرات می‌گوید که جنگ، فرهنگ ما نیست. اما در حال حاضر کسانی هستند از بیرون می‌خواهند افغان‌ها را با خودشان به جنگ بیندازند.

در همین حال شیخ‌الحدیث مولانا نور احمد اسلام جار والی هرات می‌گوید افغانستان در یک قرن سه ابر قدرت جهان را شکست داده

از ۲۸ اسد ۱۰۴۴ مین سالروز استرداد استقلال کشور با حضور داشت والی هرات، معین نشرات وزارت اطلاعات و فرهنگ کشور، تجلیل به عمل آمد.

به گزارش آژانس باختر؛ رئیس اطلاعات و فرهنگ هرات در محفل تجلیل از ۲۸ اسد گفت که افغانستان تنها کشوری است در جهان افتخار شکست چندین ابر قدرت دنیا را تجربه کرده است.





آغاز دور پنجم کارزار واکسین ضد فلج کودکان در هرات

ارائه آگهی دهی از طریق رسانه‌ها مشترکاً برای از بین بردن بیماری فلج کودکان کار کرد. رییس اطلاعات و فرهنگ هرات علاوه کرد که مردم و مسؤولان باید رضاکاران را به چشم سفیران سلامتی دیده و با آنان همکاری کنند. از طرفی هم اداره محلی هرات حمایت‌اش را اعلان کرده می‌گوید، مقام ولایت هرات برای ایجاد سهولت هر چه بهتر به کارزار واکسین آماده‌ی هر نوع همکاری است. مولوی نثار احمد الیاس سخنگوی والی هرات می‌گوید: "از شهروندان هرات خواهش می‌کنیم که با کارمندان صحتی همکاری کنند تا این افراد بتوانند وظیفه‌ی‌شان را به گونه‌ی آحسن انجام بدهند." ناگفته نباید گذاشت که، در حالی دور سرتاسری واکسین پولیو در افغانستان شروع می‌شود که امسال چهار واقعه مثبت پولیو در کشور ثبت شده است.

پنج سال در غرب کشور، از جمله هرات، در برابر بیماری فلج، واکسین شوند. این کمپاین به گونه‌ی سیار از ۳۰ اسد آغاز شده الی پنجشنبه (۲ سنبله) ادامه دارد. مسؤولین صحتی خواهان همکاری شهروندان هرات در قسمت تطبیق هر چه بهتر این کمپاین هستند. داکتر کبیر می‌گوید، در این دور کمپاین قرار است که برای کودکان بالای دو سال علاوه به قطره واکسین تابلت ضد کرم هم داده شود. وی در ادامه‌ی صحبت‌هایش با خبرنگار اخبار روز گفت "ما امیدوار هستیم که والدین اطفال به خاطر تطبیق هر چه بهتر این کمپاین با تیم صحتی سیار مان همکاری کنند؛ و اطفال‌شان را به خاطر نجات دادن از ویروس خطرناک فلج واکسین کنند." از سوی هم مولانا نعیم‌الحق حقانی رئیس اطلاعات و فرهنگ هرات می‌گوید که باید با

دور پنجم کارزار واکسین ضد فلج کودکان، دوشنبه (۳۰ اسد) در هرات آغاز شد. باید گفت که همزمان این کارزار در ولایت‌های همجوار هرات و سرتاسر افغانستان نیز آغاز شده است. مسؤولان می‌گویند که در این دور، یک میلیون و ۲۵۰ هزار کودک در حوزه غرب کشور واکسین می‌شوند. مولوی طالب شاهد رئیس صحت عامه هرات می‌گوید که حوزه غرب کشور از سه سال بدین سو از واقعات پولیو پاک بوده، با آن هم باید هماهنگی و کار بیشتر در تطبیق واکسین پولیو صورت گیرد. مولوی شاهد می‌گوید که این دور، امروز همزمان با دور سرتاسری شروع می‌شود و در این دور اطفال زیر پنج سال واکسین می‌شوند. به اساس آمار ارائه شده، قرار است در این دور، یک میلیون و دو صد و پنجاه هزار کودک زیر



بررسی علل کاهش تنوع حیات وحش در ولایت هرات



نویسنده: پوهاند عبدالرحیم امید، استاد پوهنهی زراعت، پوهنتون هرات و جواد عزیزی، مدیر عمومی حفظ میراث‌های محیط زیست ولایت هرات

چکیده

موضوع تحقیقی (تحت عنوان بررسی علل کاهش تنوع حیات وحش در ولایت هرات) را در این مقاله تحت مطالعه قرار داده‌ایم شامل تنوع زیستی افغانستان، ساختار طبیعی ولایت هرات، حیات وحش در منطقه، محلات زیست احتمال حیات وحش، عوامل تأثیرگذار بر تقلیل حیات وحش منطقه، کاربرد اقتصادی محصولات حیوانات وحشی در سطح بازار، دورنمایی حفاظت گونه‌ها و غیره مطالب می‌باشد. تحقیق فوق با استفاده از سفر به ولسوالی‌های ولایت هرات و از طریق مصاحبه با شکارچیان، پرنده فروشان و شوراهای ولسوالی‌ها انجام یافته که معلومات جمع آوری گردیده است.

واژه های کلیدی:

حیات وحش، منابع طبیعی، حیوانات، نباتات، پرندگان، محصولات و شکار

مقدمه

حیوانات وحشی از جمله منابع تجدید پذیر در کشور افغانستان بخصوص ولایت هرات می‌باشند. ولایت هرات با مساحت ۶۱۳۱۳ کیلومتر مربع و داشتن آب‌های سطحی وافر (۲.۶ میلیارد مترمکعب) از دریایی برپروود بدست می‌آید. هرات از جمله ولایات مهم در سطح کشور می‌باشد که این ولایت بطور اوسط از سطح بحر ۹۶۴ متر ارتفاع دارد و اوسط حرارت سالانه آن ۱۶ درجه سانتی گراد و اوسط بارندگی آن ۲۴۰ میلی متر است.

که بایست علل کاهش آنرا جستجو نموده و در راه حفاظت این منابع طبیعی تلاش همه جانبه بخرج دهیم.

لهذا به نظر میرسد که تا اهمیت حیات وحش برای مردم منطقه فهمانده شود، سطح آگاهی و اطلاعات آنها ارتقا یابد و در قسمت آگاهی دهی عامه از هیچ نوع تلاشی دریغ به عمل نیاید. تا بتوانیم در قسمت حفاظت حیوانات در حال انقراض و جلوگیری و نابودی آنها گام‌های استوارتری را برداریم. هدف از این تحقیق عبارت از آگاهی دهی عامه، معرفی حیات وحش منطقه، آشنایی به منابع ملی و طبیعی کشور و بالاخره تلاش همه جانبه تمام مردم برای حفاظت این ثروت ملی و طبیعی می‌باشد.

حیات وحش (Wild Life) شامل تمام نباتات وحشی و حیوانات است که در جنگل‌زارها، مزارع، چراگاه‌ها و زمین‌های بایر مسکن گزیده و نیازمندی‌های حیاتی خود را از محیط طبیعی ماحول خود بدون کمک اساسی انسان‌ها در تمام دوره حیات خود بدست می‌آورد. یا به عباره دیگر حیات وحش به حیوانات شکاری اطلاق می‌شود که در محیط‌های طبیعی خود بطور آزادانه حرکت کرده و تمام ضروریات حیاتی خود را از چرخه محیط زیست بدست می‌آورند. ادامه مطلب در صفحه بعدی ...

نقشه کار ما در این طرح پژوهشی فوق، تحقیق ساحوی، مشاهدات و مصاحبه‌هایی بوده که بیشتر مطالعه موردی را در ولایت هرات تشکیل می‌دهد.

امیدواریم که نتایج بدست آمده از این تحقیق بتواند در قسمت معرفی بخشی از منابع طبیعی کشور برای علما، دانشمندان و مردم محل ممد واقع گردد.

۱۵ جوزا خوشبختانه (سال ۱۳۹۵) در روز جهانی محیط زیست شعار (مبارزه با تجارت غیر قانونی حیات وحش) مطرح گردیده است.



ادامه مطلب ...

منجمنت و اداره حیات وحش آن فعالیت‌های را احتوا می‌نماید که جهت افزایش ارزش حیات وحش برای انسان‌ها و جلوگیری از انقراض نسل‌شان بکار رود. منجمنت حیات وحش یا مدیریت چراگاه و جنگلات روابط متقابل با همدیگر می‌داشته باشند.

ارزش حیات وحش بطور خلاصه عبارت اند از:

- ۱ - ارزش تجارتي(توریزم و شکار)
 - ۲ - ارزش تفریحی(سپورت، شکار، ماهی‌گیری، گردش، عکس‌برداری، سیاحت و هواخوری)
 - ۳ - ارزش بیولوژیکی (تقویت خاک، گرده افشانی نباتات و تنظیمات بیولوژیکی...)
 - ۴ - ارزش اجتماعی (فرحت و خوشی انسان‌ها، صحت جسمی انسان‌ها...)
 - ۵ - ارزش زینتی(تماشایی زیبایی و مرغوبیت حیوانات و طیور)
 - ۶ - ارزش علمی(اجرای عملیات بالای حیوانات، انتقال ژن‌های مؤثر)
 - ۷ - ارزش ایکولوژیکی(جز جامعه حیاتی و ایکوسیستم و بایوم‌ها است)
- تا حالا در افغانستان در حدود ۱۱۹ نوع حیوان وحشی شناخته شده است، که بیشتر آنها در سطح ولایت هرات هم وجود دارد.

مروری بر وضعیت تنوع زیستی افغانستان
مشخصات ایکالوژیکی، جغرافیایی طبیعی و

بعضی ساحات حفاظت شده در افغانستان

شماره	نام ساحه	موقعیت	مساحت به هکتار	مقاصد خاص
۱	کول حشمت خان	ولایت کابل	۱۹۱ هکتار	پناگاه طیور
۲	دشت ناوور	غزنی	۷۵۰۰ هکتار	پناگاه طیور
۳	پامیر بزرگ	بدخشان	۶۷۹۳۸ هکتار	محافظت حیات وحش
۴	آب ایستاده غزنی	غزنی	۲۷۰۰۰ هکتار	پناگاه طیور مهاجر
۵	دره آجر	بامیان	۹۰۰۰۰ هکتار	محافظت حیات وحش
۶	بند امیر	بامیان	۴۱۰۰۰ هکتار	پارک ملی

(۲/۱۳)

لازم به ذکر است که از مجموع ساحات ذکر شده بند امیر ولایت بامیان نظر به مناظر بی‌مانند طبیعی و فرهنگی بعنوان اولین پارک ملی افغانستان و واخان بدخشان نیز بعد از تکمیل مطالعات کلی آن و نظر به موجودیت گونه‌های ارزشمند جانوری نظیر موجودیت پلنگ برفی، آهوی مارکوپولو و طبیعت دست نخورده و بکر آن مانند ساحات(تیگر مانسور، جهیل چقمنتین، ساحه حفاظت شده پامیر کلان، دره واخجیر و

اقلیمی افغانستان نظیر موجودیت کوهپایه‌های وسیع، حوضه‌های آبی متعدد، جنگل‌زارهای انبوه و باز، بیابان‌ها، دریاچه‌ها مناطق مردابی و بوته زارهای غنی از گیاهان چندین ساله، عبارت از منابع جایز اهمیت رشد و تکامل گونه‌های مختلف جانوری را در مناطق شمال، مرکز، غرب و جنوب و شرق این کشور مساعد ساخته و مستندات تاریخی افغانستان نیز اشاره کلی براین مدعا داشته طوریکه شاهان سامانی و مغولی در کتاب خاطرات خود از موجودیت گونه‌های متفاوت حیات وحش یاد آوری نموده و از ساحات وسیع جنگلی و علفچری بادغیس در قصبه مشهور پادشاه سامانی(بوی جوی مولیان) یاد نموده و از مشاهده گله‌های بزرگ آهو و بز کوهی توسط شاهان بابوری نیز یاد آوری گردیده است.

در افغانستان حدود(۱۲۰) نوع پستاندار شامل گوشتخواران، انواع جوندگان از قبیل موش‌ها، خرگوش‌ها، انواع خفاش‌ها، میمون و یکتعداد زومعشتین گوشتخوار و علفخوار مانند بقه‌ها سگ آبی و سمور و موجودیت انواع حشرات ثبت گردیده است.

بشمول انواع ذکر شده در افغانستان اضافه از(۵۰۰) نوع پرنده بشمول انواع شکاری، مهاجر و زینتی وجود داشته و بتعداد (۲۷) نوع انواع جانوران آبی مانند مار ماهی، ماهی، خرچنگ‌ها سنگ پشته‌ها، سوسمار آبی و غیره در رودخانه

وحوزه‌های آبی کشور زیست داشته و نیز یکتعداد زیادی خزندگان مانند مارها و سوسمار نیز ثبت گردیده و همچنان این کشور غنی از نباتات با ارزش چراگاهی، طبی و کاربردی بوده که تابع حوزه‌های متفاوت ایکالوژیکی این کشور می‌باشد. (۱/ص ۲۰)

با آنهم افغانستان هنوز کشور زیست که گام‌های اساسی در راستای تحقیق و مطالعه زیست بومها و ارایه احصایه‌های دقیق نوعیت و وضعیت زیست گونه را به مرحله اكمال قرار نداده است.

مناطق حفاظت شده در افغانستان

ساحات حفاظت شده علاوه بر رفع نیازمندی‌های هموطنان در تحکیم رشد اقتصاد ملی، حفاظت محیط زیست و تعادل ایکوسیستم اهش ارزنده را داشته می‌تواند و بر اساس نورم جهانی در هر کشور باید تا ۷ فیصد اراضی آن تحت پوشش ساحات حفاظت شده بمنظور حفاظت زیست بومهای مختلف حیوانی، نباتی و یا هم مناظر طبیعی و فرهنگی باشد و دسته‌بندی گردد. که خوشبختانه در افغانستان نیز چنین ساحه طبیعی کشور بدین منظور از گذشته‌ها اختصاص داده شده بود که متأسفانه بعضی از این ساحات در طول سی سال گذشته شدیداً متأثر گردیده است و بعضی ساحات هم قابل استحصال و بهره‌برداری می‌باشد (۲/ص ۱۲).

دره‌های دیگر منحیث ساحات حفاظت‌گاه مطلق طبیعی، ساحه آبد طبیعی، ساحه زیست‌گاه یا تنظیم انواع بحیث دومین پارک ملی افغانستان در سال (۱۳۹۲) بعد از بند امیر در ولایت بامیان رسماً از طرف اداره ملی حفاظت محیط زیست و وزارت زراعت افغانستان اعلان گردیده است (۳/ص ۱۹)

انواع تحت انقراض حیات وحش افغانستان
انواع تحت انقراض حیات وحش افغانستان عبارت از مجموع تنوع زیستی کشور شامل

ادامه دارد ...



کارگاه آموزشی

توسعه فرهنگی و نقش آن در همبستگی و انسجام اجتماعی افغانستان



شورای متخصصان هرات کارگاه دو روزه‌ای را تحت عنوان (توسعه فرهنگی و نقش آن در همبستگی و انسجام اجتماعی در افغانستان) را در مقر شورا دایر نمود.

این کارگاه روز پنج‌شنبه ۱۶ سنبله با توزیع تصدیق‌نامه به اشتراک‌کنندگان خاتمه یافت.

این کارگاه توسط عبدالرحمن کریمی، استاد پوهنتون / دانشگاه برای بیش از ۲۰ تن از جوانان دانشجو دایر گردید.

شورای متخصصان هرات همواره در تلاش بوده که برای بلند بردن سطح آگاهی و ظرفیت‌سازی جوانان برنامه‌های مختلف را در عرصه‌های گوناگون دایر کند. برای دستیابی به این هدف‌اش امروز این برنامه را برای شماری از جوانان برگزار نمود. محمد رفیق شهپر رئیس شورای متخصصان هرات می‌گوید: «هدف ما این است که ظرفیت علمی جوانان کشور خود را بالا ببریم. تا با دانش و تخصص بهتر در جهت همبستگی اجتماعی تلاش کنند»

آقای شهپر در ادامه‌ی صحبت‌های خود از دوامداری این کارگاه صحبت کرده گفت: «ما تلاش می‌کنیم از تمام امکانات استفاده کرده تا بتوانیم ظرفیت‌سازی کنیم»

باید گفت که کارگاه‌های برگزار شده از سوی شورای متخصصان هرات مورد استقبال شماری از جوانان قرار گرفته طوری که این جوانان خواهان برگزاری هر چه بیشتر این برنامه‌های آموزشی هستند.

در همین حال عبدالرحمن کریمی که مسؤولیت تدریس این کارگاه در مدت دو روز به دوش داشت می‌گوید: «توسعه فرهنگی و انسجام اجتماعی از مؤلفه‌ها و ضروریات مهم جوامع انسانی محسوب می‌شود. این دو پدیده ارتباط نزدیکی نسبت به یکدیگر داشته و تلاش جوامع برای توسعه فرهنگی و همبستگی اجتماعی یک امر ضروری پنداشته می‌شود.»

وی در ادامه‌ی صحبت‌های خود در خصوص مؤثریت چنین برنامه‌ها گفت: «برگزاری این کارگاه برای جوانان می‌تواند فواید زیادی داشته باشد. این کارگاه باعث افزایش آگاهی، ارتقای مهارت‌های ارتباطی و تعاملی، تشویق به مشارکت و مسؤولیت‌پذیری، ارتقای همبستگی و انسجام اجتماعی، الهام‌بخشی و انگیزه‌بخشی برای جوانان می‌گردد.»

قابل یاد آوری است که در این دو روز روی موضوعاتی چون مفهوم توسعه فرهنگی، مفهوم همبستگی و انسجام اجتماعی، رابطه توسعه فرهنگی و انسجام اجتماعی، نقش توسعه فرهنگی در انسجام اجتماعی، میزان توسعه یافتگی افغانستان، توسعه یافتگی فرهنگی در افغانستان، توسعه فرهنگی و انسجام اجتماعی در افغانستان و نتیجه‌گیری بحث شد.

امارت اسلامی:

طرح سرشماری عمومی جمعیت و تسریع صدور شناسنامه الکترونیک را در دست داریم



دولتی یک جلد تذکره ۳۰۰ افغانی (معادل حدود ۴ دالر) تعیین شده است. با این حال، برخی از متقاضیان تذکره الکترونیک گفته‌اند که برای دریافت تذکره‌های جدید «ماه‌ها منتظر مانده‌اند» تا نوبت‌شان برسد. هنوز هم صدور شناسنامه غیر الکترونیک (کاغذی) ادامه دارد که به دلیل پایین بودن ضریب امنیتی آنها امکان جعل و تقلب وجود دارد و برای استفاده از آن باید به تأیید مجدد اداره مربوطه برسد.

پس از تسلط امارت اسلامی بر افغانستان در اوت/اگوست ۲۰۲۱، تقاضا برای دریافت پاسپورت به شدت افزایش یافته است که شناسنامه الکترونیک یکی از لازمه‌های آن است.

برخی از خانواده‌هایی که نیاز دارند بیماران‌شان را به خارج از این کشور ببرند می‌گویند که چندان هزینه درمان، برای تهیه پاسپورت از بازار سیاه پول هنگفتی پرداخته‌اند. از زمان بازگشت امارت اسلامی به قدرت صدها هزار نفر افغانستان را ترک کرده و درخواست‌ها برای دریافت پاسپورت بسیار زیاد بوده است.

برای بسیاری گرفتن پاسپورت (گذرنامه) در افغانستان ماه‌ها طول می‌کشد، اتهاماتی مطرح شده که شمار زیادی توانستند با پرداخت پول غیرقانونی پاسپورت دریافت کنند، هرچند امارت اسلامی این اتهامات را رد می‌کند.

هیچ کشور در جهان حکومت امارت اسلامی را به رسمیت نمی‌شناسد و پاسپورت‌های افغانستان همچنان با نشان و زیر نام «جمهوری اسلامی افغانستان» چاپ و توزیع می‌شود.

او افزود که اداره امارت اسلامی در تلاش برای «تسریع» روند صدور شناسنامه است، در این راستا، به ویژه ایجاد دفاتر صدور شناسنامه در مراکز ولسوالی‌ها (شهرستان‌ها) علاوه بر مراکز ولایات را در نظر دارد. در برخی ولسوالی‌های کابل، از جمله سروبی و چهارآسیاب این دفاتر عملاً کار می‌کند.



سختگویی اداره احصائیه امارت اسلامی افزود که با نهادهای سازمان ملل در زمینه تأمین بودجه سرشماری جمعیت صحبت‌های داشته‌اند اما تاکنون جوابی دریافت نکرده‌اند. پیش‌تر نیز این اداره تحت کنترل امارت اسلامی گفته بود ۶۹ مرکز در سراسر کشور فعال شده است و هزینه

اداره احصائیه (آمار) حکومت امارت اسلامی می‌گوید طرح سرشماری جمعیت افغانستان را به کابینه ارائه کرده است و روند توزیع شناسنامه‌های الکترونیکی را نیز «تسریع» کرده است.

این اداره گفته تاکنون حدود ۱۰.۷ میلیون کارت تذکره/شناسنامه جدید صادر کرده است.

محمد حلیم رفیع، سخنگوی اداره «ملی احصائیه و معلومات» امارت اسلامی در مصاحبه گفت که این اداره طرح سرشماری عمومی کشور را به کابینه سپرده است و برای اجرای آن بودجه ۱۲۰ تا ۱۵۰ میلیون دلاری در مدت ۳۱ ماه نیاز است.

او گفت در کابینه در مورد این طرح بحث شده است اما هنوز نهادهای بین‌المللی برای حمایت مالی این برنامه تمهیدی برای کمک ندادند و در صورت تأیید کابینه امارت اسلامی، هزینه اجرای این برنامه باید از «بودجه داخلی» تأمین شود. افغانستان از معدود کشورها در جهان است که دهه‌هاست سرشماری کامل جمعیت نداشته است. جمعیت افغانستان بنا به تخمین این اداره اکنون به «بیش از ۳۵ میلیون نفر» رسیده است.

آقای رفیع همچنین گفت توزیع شناسنامه الکترونیک به همه شهروندان افغانستان به برنامه سرشماری جمعیت کمک می‌کند. توزیع شناسنامه‌های الکترونیک افغانستان از ۲۶ دلو/بهمن سال ۱۳۹۶ در این کشور آغاز شد.

درج جزئیات شهروندی در این شناسنامه‌ها برای چند سال موضوعی مورد مناقشه میان سیاستمداران در افغانستان بوده است.

شناسنامه‌های کاغذی بدون ثبت الکترونیکی هنوز در افغانستان استفاده می‌شود.

تلاش برای تسریع روند توزیع شناسنامه
سختگویی اداره امارت اسلامی افزود در صورتی که تمام مردم این تذکره‌های الکترونیک را بگیرند سرشماری جمعیتی کشور نیز به آسانی معلوم می‌شود. او گفت در دو سال پس از روی کار آمدن طالبان حدود ۵.۴ میلیون تذکره الکترونیک توزیع شده است.

او در پاسخ به این سوال که تا چه زمانی همه مردم این کشور این شناسنامه‌ها را دریافت خواهند کرد، گفت این اداره سالانه در این زمینه برنامه‌ریزی می‌کند و در سال ۱۴۰۲ برنامه توزیع حدود ۴ میلیون تذکره الکترونیک جدید را دارد و روزانه ۱۵-۱۰ هزار شناسنامه ثبت و صادر می‌شود.



روزنامه اتفاق اسلام ۱۰۳ ساله شد



باید گفت که روزنامه اتفاق اسلام در حال حاضر روزانه به تعداد ۳۰۰ تیراژ چاپ می‌شود که به باور مسوولین و برخی فرهنگیان این تعداد تیراژ برای یک روزنامه تاریخی اندک بوده و باید به تیراژ روزانه‌ی آن افزایش داده شود.

محمد رفیق شهیر رئیس شورای متخصصان می‌گوید: "روزنامه اتفاق اسلام یک سابقه‌ی تاریخی دارد خوب است که در قسمت مطالب آن بیشتر کار شود و موضوعات و مقالات تحقیقی را روی دست بگیرد و به نشر برساند تا مخاطبان زیادی را جذب کند و مردم از آن حمایت کنند."

روزنامه اتفاق اسلام میراث به‌جامانده از ادیبان و فرهنگیان برجسته هرات است که در حال حاضر با رغم چالش‌ها و کمبود امکانات، همچنان به صورت روزانه منتشر می‌شود.

قابل یادآوری است که مسوولان در ریاست اطلاعات و فرهنگ می‌گویند با تلاش‌های این ریاست آنان توانستند که کیفیت و تیراژ روزنامه را بلند ببرند. به زودی این روزنامه به صورت رنگه و به تعداد ۱۰۰۰ تیراژ در روز چاپ خواهد شد.

فعالیت روزنامه را توقف نداده، بلکه برای تقویت آن کار کرده است.

در همین حال برخی از فرهنگیان و کارشناسان حوزه روزنامه‌نگاری در این محفل، خواهان رونق بخشیدن به این روزنامه با قدمت کشور شدند.

نعمت‌الله سروری استاد اسبق دانشکده ژورنالیزم می‌گوید "اتفاق اسلام یگانه نشریه در حوزه‌ی غرب است که قدامت تاریخی دارد و اثرات خیلی مفید را در عرصه فرهنگ و خبرنگاری داشت."

وی در ادامه‌ی صحبت‌های خود گفت اتفاق اسلام در زمان‌های که دانشکده ژورنالیزم نبود یک تخته‌ی مشق در یادگیری خبرنگاری و گزارش نویسی بوده است.

از سویی هم، مسوولان روزنامه اتفاق اسلام خواهان توجه هر چه بیشتر دولت به این روزنامه هستند.

فایق هروی مدیر مسوول روزنامه اتفاق اسلام می‌گوید در این روزنامه بخش تحلیل، مطالب صحی، فرهنگی با محتوای عالی نشر می‌شود. هروی در صحبت با خبرنگار مجله تخصص گفت، که در حال حاضر ۹ تن درین روزنامه کار می‌کنند اما کافی نیست و انتظار دارند تا تیراژ روزنامه و تعداد کارکن آن افزایش یابد.

از ۱۰۳ مین سالگرد تأسیس روزنامه اتفاق اسلام در ریاست اطلاعات و فرهنگ هرات با حضور شماری از مسوولان دولتی و فرهنگیان تجلیل به عمل آمد.

روزنامه‌ی اتفاق اسلام، یکی از انگشت‌شمارترین روزنامه قدیمی در افغانستان به شمار می‌رود؛ طوری که در غرب کشور، هیچ روزنامه‌یی با چنین قدمتی، وجود ندارد.

مولانا نیم‌الحق حقانی رئیس اطلاعات و فرهنگ هرات می‌گوید: «روزنامه اتفاق اسلام در واقع یاد آور یک قرن تاریخ کشور ماست که در آن تمام قصه‌های تلخ و شیرین گنجانیده شده است.»

حقانی گفت "زمانی که اداره اطلاعات و فرهنگ موجود نبود، تمام فعالیت‌های فرهنگی از طریق اداره اتفاق اسلام صورت می‌گرفت."

رئیس اطلاعات و فرهنگ هرات از تعداد تیراژ کم روزنامه اتفاق اسلام و میزان کارکن در آن، ابراز نگرانی کرد و بیان داشت که از مسوولان مرکزی خواسته شده تا برای رفع این چالش، بودجه‌یی به اختیار اداره اطلاعات و فرهنگ هرات قرار دهند.

وی در ادامه گفت: امارت اسلامی مخالف کار رسانه‌ها نیست و در هر دو دور امارت اسلامی،

کارگاه آموزشی

دولت الکترونیک



شورای متخصصان هرات به سلسله کارگاه‌های قبلی خود این بار کارگاهی را تحت نام "دولت الکترونیک" در مقر شورا برگزار نمود. این کارگاه روز پنجشنبه (۲ سنبله) با توزیع تصدیق نامه به اشتراک کنندگان خاتمه یافت.

این کارگاه مخصوص بخش ذکور بوده که توسط مسعود بهره استاد دانشگاه/پوهنتون برای بیش از ۲۰ تن از دانشجویان تدریس گردید.

شورای متخصصان هرات همواره در تلاش بوده که برای بلند بردن سطح آگاهی و ظرفیت سازی جوانان برنامه‌های مختلف را در عرصه‌های گوناگون دایر کند. برای دستیابی به این هدف‌هاش امروز این برنامه را برای شماری از جوانان برگزار نمود.

مسئولان هدف از برگزاری این برنامه آموزشی را آگاهی هر چه بیشتر جوانان در مورد دولت الکترونیک عنوان کردند.

محمد رفیق شهیر رئیس شورای متخصصان هرات در سخنرانی‌اش گفت "در حال حاضر در کشور مان صلح ایجاد شده و خوب است که اذهان از جنگ و ناامنی پاک شده و در قسمت بلند بردن سطح آگاهی مردم در بخش‌های آموزشی کار شود."

وی در ادامه صحبت‌های خود گفت آگاهی یافتن از دولت الکترونیک در حال حاضر یک نیاز اساسی در کشور است.

در همین حال شماری بدین باور اند که در عصر تکنولوژی آگاهی از نحوه استفاده تکنولوژی یک نیاز اساسی برای جوانان است.

مسعود بهره که مسئولیت تدریس این کارگاه آموزشی را بدوش داشت می‌گوید "از آنجایی که ما امروز در عصر جدید و عصر تکنولوژی زندگی می‌کنیم بناءً در این زمان جوانان نیازمند دانستن موارد بسیار مهم از تکنولوژی و نحوه استفاده و کاربرد تکنولوژی در زندگی روزمره خود هستند."

وی در ادامه صحبت‌های خود با خبرنگار اخبار روز گفت "دولت الکترونیک امروزه در جهان حرف اول را می‌زند. این موضوع که دولت الکترونیک چیست و چه خدماتی را ارائه می‌کند خیلی مهم است."

وی گفت برگزاری چنین برنامه در قسمت بلند بردن آگاهی جوانان از موضوعات جدید و مطرح جهان مؤثر بوده و باعث ظرفیت سازی جوانان می‌گردد.

از سویی هم این برنامه مورد استقبال شماری از جوانان قرار گرفته و خواهان برگزاری هر چه بیشتر چنین برنامه‌ها هستند.

باید گفت که در مدت این دو روز روی موضوعاتی چون دولت الکترونیک چیست؟ ساختار دولت الکترونیک، مزایای دولت الکترونیک، خدمات دولت الکترونیک، موانع سر راه دولت الکترونیک و خدمات دولت الکترونیک در افغانستان بحث شد.

مشکلات گوارشی ممکن است علائم اولیه ابتلا به پارکینسون باشد

در یکی، به بروز دشواری در دیگری بینجامد. کلر بیل، از انجمن مبارزه با پارکینسون بریتانیا، گفته است که نتایج پژوهش اخیر به این فرضیه اعتبار بیشتری می‌دهد که بروز مشکلات دستگاه گوارش شاید نشانه‌های اولیه ابتلای به بیماری پارکینسون باشد.

کیم بارت، استاد دانشگاه کالیفرنیا در دیویس، معتقد است که تحقیقات بیشتری لازم است تا مشخص شود پیوند بین مغز و اعصاب و دستگاه گوارش می‌تواند در کمک به مبتلایان به پارکینسون مفید باشد یا نه. به گفته او، «این احتمال هست که هم مشکلات گوارشی و هم ابتلای به بیماری پارکینسون جداگانه نتیجه عامل خطرناک دیگری باشند و پژوهش اخیر علت و معلول را نشان نمی‌دهد.»

او در عین تأکید دارد که «نتایج این پژوهش ممکن است کاربرد بالینی داشته باشد و مطمئناً نیازمند مطالعات بیشتری است.»

دکتر تیم بارتلز، از مؤسسه تحقیقات دمانس بریتانیا در یونیورسیتی کالج دانشگاه لندن، گفته است: «این پژوهش به طور قطع ثابت می‌کند که دستگاه گوارش ممکن است هدف اصلی برای جستجوی نشانه‌های اولیه پارکینسون باشد و تغییرات جسمی قابل سنجش به عنوان علامت هشدار اولیه عمل کند.»

به گفته او، «پیش‌بینی زودهنگام پارکینسون به درمان مؤثرتر و استفاده از داروهای کارآمدتر کمک می‌کند.»

در مطالعه اخیر، پژوهشگران آمریکایی با بررسی و ارزیابی پرونده پزشکی ۲۴۶۲۴ فرد مبتلا به پارکینسون، نتیجه را با پرونده پزشکی گروه‌های زیر مقایسه کردند:

۱۹۰۴۶ نفر مبتلا به آلزایمر

۲۳۹۴۲ نفر با خونریزی یا لخته مغزی (بیماری عروق مغزی)

۲۴۶۲۴ نفر با مغز سالم.

هدف آنان این بود که درک کنند آیا بیماران مبتلا به پارکینسون در خلال شش سال قبل از تشخیص اختلال مغزی، مشکلات گوارشی داشته‌اند و این که مبتلایان به این نوع مشکلات بیشتر در معرض ابتلای به پارکینسون بوده‌اند یا نه.

بررسی داده‌های موجود در این پرونده‌ها نشان داد که پاسخ هر دو سؤال مثبت است.

به طور خاص، چهار بیماری گوارشی یعنی بیوست، مشکل در بلع، گاستروپارزی (یا تخلیه تاخیری معده یعنی کندی حرکت غذا از معده به روده کوچک) و روده تحریک‌پذیر با خطر بالاتر ابتلای به پارکینسون مرتبط بودند.

این پژوهش یافته قبلی در این مورد را هم تأیید کرد که برداشتن آپاندیس نوعی حفاظت در برابر ابتلای به پارکینسون ایجاد می‌کند.

محور ارتباطی مغز و شکم

دستگاه گوارش دارای میلیون‌ها سلول عصبی است که با مغز ارتباط دارند. کارشناسان می‌گویند این امکان وجود دارد که درمان مشکلات گوارشی به دستگاه مغز و اعصاب کمک کند یا برعکس، بیماری

یک پژوهش جدید نشان می‌دهد که بروز مشکلات دستگاه گوارش از جمله بیوست، دشواری در بلع و روده تحریک‌پذیر ممکن است در بعضی افراد از علائم اولیه ابتلای به بیماری پارکینسون باشد.

یافته‌های نشریه علمی «گات Gut» شواهد بیشتری به این نظر اضافه می‌کند که سلامت مغز و دستگاه گوارش با هم ارتباط نزدیکی دارند.

به گفته پژوهشگران، شناخت علل بروز مشکلات گوارشی ممکن است به درمان زودهنگام پارکینسون کمک کند.

پارکینسون بیماری پیشرونده است و پیامدهای اختلال مغزی ناشی از آن با گذشت زمان بدتر می‌شود.

پارکینسون چیست؟

در مغز افراد مبتلا به پارکینسون به اندازه کافی ماده دوپامین وجود ندارد زیرا بخشی از سلول‌های عصبی سازنده این آسیب دیده‌اند.

این وضعیت باعث ایجاد علائمی از جمله لرزش غیرارادی، کندی حرکت و به اصطلاح خشکی عضلات می‌شود.

در حال حاضر هیچ درمانی برای این بیماری وجود ندارد، اما راه‌هایی برای کمک به کاهش عوارض اصلی آن هست.

تشخیص زودهنگام، یعنی قبل از ظاهر شدن علائم عصبی و آسیب قابل توجه به سلول‌های مغزی، ممکن است تفاوت بزرگی در کاهش مشکلات بیماری و بهبود کیفیت زندگی مبتلایان ایجاد کند.

توزیع پاسپورت در هرات افزایش یافت



به تازگی دفتر مطبوعاتی مقام ولایت هرات طی یک اعلامیه گفته که سر از چهارشنبه (۲ سنبله) از طریق فورم آنلاین به کسی پاسپورت داده نمی‌شود. در اطلاعیه از مردم خواسته شده که با فورم آنلاین به امریت پاسپورت مراجعه نکنند و روند توزیع پاسپورت از طریق فورم‌های آنلاین بصورت گسترده ادامه خواهد داشت. با این حال شهروندان هرات ضمن استقبال از این روند خواهان تداوم آن به صورت دوامدار شدند. گفتنی است که در نخستین روز توزیع پاسپورت در هرات یک هزار فورم برای عموم شهروندان توزیع شد.

اختیار مردم قرار بدهند. در خبرنامه گفته شده که، رئیس عمومی پاسپورت می‌گوید که به خاطر سهولت و منظم بودن در روند توزیع پاسپورت مدیریت پاسپورت را به تعمیر جدید در ساحه بام هرات نقل مکان داده‌اند. وی می‌گوید که تمام مراحل از فورم تحویل دهی تا بایومتریک در یک منطقه صورت می‌گیرد. در همین حال الحاج ملا حسین رحیمی مدیر عمومی پاسپورت هرات می‌گوید که پس از این تعداد توزیع پاسپورت افزایش خواهد داشت و کاهش نخواهد یافت. باید گفت که جهت رفع نیازهای مردم در قسمت پاسپورت به تعداد یک هزار فورم آنلاین جمع‌آوری شد اما این روند به دلیل هجوم بیش از حد مردم به ریاست پاسپورت متوقف شد.

قرار است که به زودی توزیع پاسپورت در هرات روزانه به ۱۰۰۰ جلد برسد. در خبرنامه‌ی که از سوی دفتر مطبوعاتی مقام ولایت هرات به نشر رسیده، آمده است که شیخ‌الحديث مولانا نوراحمد اسلام جار والی هرات در جریان افتتاح تعمیر جدید امریت پاسپورت به مسؤولین مربوطه گفت که افراد نیازمند به پاسپورت را در اولویت قرار بدهید. شیخ اسلام جار والی هرات می‌گوید که از دیر زمانی افزایش توزیع پاسپورت از خواسته‌های مردم بوده است. در همین حال مولوی حسین‌الله حسیب رئیس عمومی پاسپورت می‌گوید که آنان تلاش دارند به صورت منظم و فوری پاسپورت را به



آیا رژیم غذایی بر باروری تأثیر دارد؟



زنده نماند. در مورد مردان، باکیفیت بودن اسپرمها برای باروری امری ضروری است. این کیفیت شامل توانمندی حرکتی اسپرمها (جابجایی پذیری)، شکل و اندازه آنها (یکبرندی)، و تعداد سلول موجود در یک نمونه اسپرم (تعداد اسپرم) است. عوامل متعددی می‌توانند کیفیت اسپرم را کاهش دهند (می‌توانید به گزارش بی‌بی‌سی فیوچر درباره کاهش کیفیت اسپرم مراجعه کنید). حتی این احتمال وجود دارد که پس از آزمایش‌ها دلیل ناباروری مردان مشخص نشود. در حال حاضر برای ۱۵ درصد از گزارش‌های ناباروری مردان توضیح مشخصی وجود ندارد. گرچه افزودن یک گزینه غذایی مشخص یا یک مکمل غذایی می‌تواند در کوتاه مدت درمانی سریع برای هر یک از این مشکلات باشد، اما متخصصان بر این عقیده‌اند که رژیم غذایی می‌تواند نقشی سازنده در فرآیند باروری و اتفاقات پس از آن داشته باشد. به‌طور خاص در این میان داشتن تغذیه مناسب اهمیت بسزایی دارد. سوء تغذیه می‌تواند عواقبی جدی برای سلامت والدین به همراه داشته باشد.

مهم‌ترین یافته‌ها در این باره از مطالعه‌ای که درباره کودکان زاده شده در دوره‌ای که به آن «زمستان بدون غذای هلند» گفته می‌شود، استخراج شده است. در سال ۱۹۴۴ قحطی هشت ماهه‌ای در هلند به وقوع پیوست که دلیل آن جلوگیری دولت نازی از رساندن مواد غذایی به بخش‌های تحت اشغال سرزمین هلند بود.

ادامه مطلب در صفحه بعدی ...

غذاهای رایج مورد استفاده همچون غلات صبحانه که با این ترکیب غنی شده‌اند می‌توانند گامی مؤثر در پیشگیری از بروز این بیماری‌ها باشند. تخمین زده می‌شود که در سال ۲۰۱۹، برنامه‌های غنی‌سازی مواد غذایی از بروز ۲۲ درصد از موارد احتمالی آنانسفالی و بیرون‌زدگی نخاع در نوزادان سرتاسر جهان پیشگیری کرده باشد. اسید فولیک می‌تواند یک مزیت دیگر هم داشته باشد: این احتمال وجود دارد که مصرف این ماده به عنوان مکمل غذایی توسط زنانی که قصد بارداری دارند شانس باردار شدن آنان را افزایش دهد، با این حال برای تصدیق این موضوع لازم است تا آزمایش‌های بیشتری صورت گیرد. سایر غذاها و مکمل‌ها چگونه؟ آیا رژیم تحت عنوان «رژیم باروری» وجود دارد که احتمال بارداری را به بالاترین حد ممکن برساند؟

برای پاسخ به این سوال شاید بهتر باشد به سراغ علل اصلی ناباروری برویم. در ایالات متحده، ۱۵٪ از زوجین پس از یک سال رابطه جنسی بدون وسایل پیشگیری همچنان موفق به بارداری نمی‌شوند. دلایل احتمالی زیادی برای این امر وجود دارد. در مورد زنان این احتمال وجود دارد که تخمدان‌ها قادر به تولید تخمک سالم نیستند یا در انتقال تخمک از تخمدان‌ها به رحم مشکلی وجود دارد، مثلاً لوله‌های رحمی مسدود هستند. حتی اگر تخمک بتواند این مسیر را با موفقیت بپیماید، همچنان این احتمال وجود دارد که نتواند خود را به جداره داخلی رحم بچسباند و یا پس از چسبیدن به جداره داخلی رحم

آیا انتخاب غذاهای مناسب می‌تواند شانس بچه‌دار شدن‌تان را افزایش دهد؟ حقایق را در این باره بدانید. یکی از اصلی‌ترین موضوعات مورد بحث در اتاق‌های گفتگوی آنلاین درباره مسائل مربوط به باروری این است که چه چیزهایی بخوریم تا احتمال باردار شدن افزایش پیدا کند. علاوه بر مکمل‌های زیادی که به عنوان تقویت‌کننده باروری شناخته می‌شوند، مجموعه‌ای از مواد غذایی نیز وجود دارند که می‌توانند به بارداری کمک کنند. در میان تمام افسانه‌ها و کالاهایی که درباره باروری وجود دارند، به‌راستی چه شواهدی وجود دارد که نشان دهد برخی غذاهای خاص توانایی باروری در زنان و مردان را افزایش داده و به شکل‌گیری نطفه کمک می‌کنند؟

برای شروع باید بدانیم که وقتی صحبت از بارداری سالم و نطفه به میان می‌آید، برخی مواد غذایی خاص همچون فولیک اسید تأثیری شگرف دارد. مصرف این ماده در دوران پیش از بارداری و در ایام بارداری از بروز آنانسفالی که در واقع نوعی اختلال مغزی و شکل‌گیری ناقص مغز نوزاد است و همچنین بیرون‌زدگی نخاع (اسپینا بیفیدا) در نوزادان جلوگیری می‌کند.

از آنجا که این اختلالات اغلب در اوایل بارداری و پیش از آن که فرد متوجه بارداری خود شده باشد به وجود می‌آیند، مراکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌های ایالات متحده توصیه می‌کنند که همه زنان در سنین باروری روزانه ۴۰۰ میکروگرم اسید فولیک مصرف کنند. از آنجا که بسیاری از بارداری‌ها بدون برنامه قبلی به وقوع می‌پیوندند، مصرف

کلامه مطلب . . .

مادرانی که در آن دوره باردار بودند، تنها ۴۰۰ کالری در روز دریافت می‌کردند که در قیاس با میزان کالری لازم برای یک بارداری سالم، مقدار ناچیزی به شمار می‌آمد. کودکانی که نطفه‌شان در این دوره بسته شد، دچار مجموعه‌ای از مشکلات سلامتی شدند. این کودکان نسبت به کودکانی که در دوره قبل و بعد از آنها متولد شده بودند لاغرتر، قدشان کوتاه‌تر و سرهایشان کوچک‌تر بود.

زمانی که این کودکان بزرگ شدند هم میزان بروز چاقی، دیابت و اسکیزوفرنی در آنها بالاتر از دیگران بود و آنها کمتر از سایر افراد عمر می‌کردند.

حتی کسانی که به غذای کافی دسترسی دارند هم باید نسبت مشخصی از مواد غذایی مورد نیاز را دریافت کنند. گرچه بیشتر اوقات راجع به مواد غذایی مفید جهت باروری زنان صحبت به میان می‌آید، آگاهی از نقش تغذیه بر توان بارورسازی آقایان روندی رو به رشد داشته است.

یافته‌های مطالعه‌ای که در سال ۲۰۱۵ بر روی زوج‌های تحت درمان لقاح مصنوعی انجام شد، نشان می‌دهد که خوردن گوشت و به ویژه نوع گوشت مصرفی در آقایان بر میزان توفیق لقاح مصنوعی تأثیری مثبت دارد. مصرف بیشتر گوشت ماکیان اثری مثبت بر نرخ بارورسازی داشت، حال آنکه مصرف گوشت‌های فرآوری شده (همچون بیکن و سوسیس) بر نرخ بارورسازی تأثیر منفی می‌گذاشت. احتمال موفقیت مردانی که کمترین میزان مصرف گوشت‌های فرآوری شده را داشتند (به‌طور میانگین کمتر از ۱.۵ وعده در هفته) در بارور کردن همسران‌شان ۸۲ درصد بود، در حالی که گروه دیگری از مردان که بیشترین مقدار گوشت‌های فرآوری شده را مصرف می‌کردند (به‌طور میانگین ۴.۳ وعده در هفته) تنها ۵۴ درصد شانس بارورسازی داشتند.

آیا الکل بر باروری مردان تأثیر می‌گذارد؟

حتی پس از لقاح نیز ممکن است رژیم غذایی پدر به‌طور غیرمستقیم بر سلامت کودکی که در هنوز به دنیا نیامده است، تأثیر بگذارد.

مطالعه‌ای که توسط گروهی از محققان دانشگاه کوئینزلند استرالیا انجام شد، نشان می‌دهد رژیم غذایی پدران تأثیری ماندگار بر سلامت کودکان‌شان که هنوز در مرحله جنینی هستند، می‌گذارد. این گروه تحقیقاتی، اطلاعات مربوط به حدود ۲۰۰ زوج را که در بزرگترین زایشگاه استرالیا یعنی بیمارستان مادران میتر تحت مراقبت‌های دوران بارداری بودند، بررسی کرده و به این نتیجه رسیدند که آن چه مردان در دوران بارداری همسرانشان می‌خوردند، به شدت بر انتخاب‌های غذایی همسرانشان تأثیر می‌گذارد و در نهایت تأثیر رژیم غذایی آنان به جنین در حال رشد می‌رسد. مطالعات دیگر نشان می‌دهند که وزن پدر می‌تواند تأثیری بین‌نسلی داشته باشد و بر وزن کودک

اثر بگذارد. شلی و بلیکنسون، متخصص تغذیه‌ای است که از جمله مؤلفان تحقیق مذکور در دانشگاه کوئینزلند بوده و اکنون در یک کلینیک خصوصی در استرالیا



به نام لایف استایل ماترنیتی کار می‌کند که به‌طور تخصصی در حوزه حمایت‌های مربوط به باروری فعالیت می‌کند. او می‌گوید «سلامت و تغذیه مردان در امر باروری نادیده گرفته شده است، حال آنکه چنین مسائلی می‌تواند تا دو نسل بعد و بر سلامت نوه‌های آنان نیز تأثیر بگذارد.»

او همچنین بر اهمیت همراهی هر دوی زوجین در مواجهه با تغییرات تأکید می‌کند. «اگر یکی از زوجین خود را مقید به پیروی از دستورالعمل‌های بخصوص غذایی کند، احتمال بیشتری وجود دارد که زوج او نیز این دستورالعمل‌ها را رعایت کند. ما باید به همان اندازه که از زنان در ایجاد تغییرات مفید حمایت می‌کنیم، از مردان نیز در ایجاد این تغییرات حمایت کنیم، در غیر این صورت نیمی از مبارزه برای تحقق این تغییرات محکوم به شکست خواهد بود.»

افزودن میزان چربی در رژیم غذایی یک زوج یکی از این تغییرات مفید است، به این شرط که چربی دریافتی چربی مفیدی باشد. چربی‌های مفید را می‌توان در مغزها، دانه‌ها، ماهی سالمون، آووکادو و روغن زیتون پیدا کرد. اما اسیدهای چرب ترانس که ممکن است طبیعی یا مصنوعی بوده و برای مثال در مارگارین، پیراشکی، غذاهای سرخ کرده و سایر غذاهای فرآوری شده دیده می‌شوند، خطر ناباروری را افزایش می‌دهند.

رژیم غذایی مملو از سبزیجات نیز می‌تواند سودمند باشد. محققان مدرسه سلامت عمومی هاروارد در دوره‌های هشت ساله رژیم غذایی هجده هزار و ۵۵۵ زن را که قصد بارداری داشته و یا باردار شده بودند را بررسی کرده و به این نتیجه رسیدند که مصرف پروتئین‌های گیاهی همچون حبوبات به جای پروتئین‌های حیوانی همچون گوشت قرمز خطر ناباروری ناشی از مشکلات مربوط به تخمک گذاری را تا ۵۰ درصد کاهش می‌دهد.

محققانی که در سال ۲۰۲۱ وظیفه بازنگری نتایج تحقیقی درباره احتمال وجود ارتباط میان رژیم غذایی و باروری زنان را به عهده داشتند، به این جمع‌بندی رسیدند که گرچه بیشتر پیشنهادهاى آنان بر بر رژیم غذایی زنان متمرکز بود، با این حال «بدون شک رژیم غذایی و الگوهای تغذیه‌ای هم در باروری زنان و هم در بارورسازی مردان اهمیت بسزایی دارد.»

محققان راهنمایی کلی از تأثیرات تک‌تک ترکیبات غذایی و غذاهایی که منبع مناسبی برای این مواد به شمار می‌آیند، ارائه کردند. همچنین آنان بر اهمیت حضور یک متخصص تغذیه بالینی برای حمایت از زوج‌هایی که قصد بچه‌دار شدن دارند، تأکید کردند. به‌طور کلی پیشنهادهای غذایی محققان را می‌توان این‌گونه خلاصه کرد: مصرف سبزیجات، میوه، نان و پاستای تهیه شده از آرد کامل (برای تأمین کربوهیدرات)، چربی‌های مفید همچون ماهی‌های روغنی (برای تأمین چربی) و حبوبات، تخم مرغ، و گوشت بدون چربی (برای تأمین پروتئین). آنها همچنین به ترکیبی اشاره کردند که ممکن است از آن غافل شویم؛ یُد. این ترکیب به رشد جنین و همچنین کارکرد تیروئید مادر باردار کمک می‌کند.

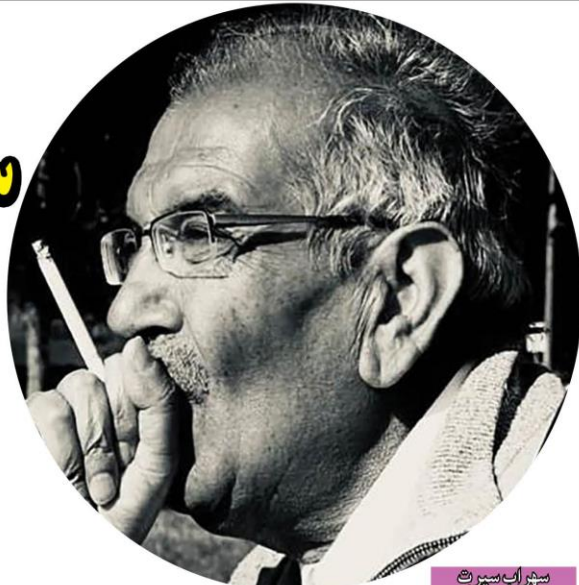
درباره الکل تنها یک توصیه مشخص وجود دارد. نظر مرکز تشخیص بیماری‌های عمومی انگلستان این است که: «هیچ مقدار بدون مخاطره‌ای برای مصرف الکل در حین بارداری یا ایامی که قصد باردار شدن دارید، وجود ندارد.» این توصیه در مورد تمامی نوشیدنی‌های الکلی از قبیل انواع شراب و آبجو صدق می‌کند. توصیه شده که «به‌طور کلی از نوشیدن الکل اجتناب کنید.»

اگر در مورد رژیم غذایی خود و تأثیر آن بر باروری‌تان نگرانی و یا سؤالی دارید، بهترین گام دریافت مشاوره از کارشناسان سلامت است. و اگرچه به نظر می‌رسد برخی غذاها نقش مثبتی در فرآیند باروری دارند، مهم است که اهمیت آنها را بیش از حد بزرگ نکنید. ناباروری و علل آن مقوله‌های پیچیده‌ای هستند. نگرانی در مورد رژیم غذایی می‌تواند عامل بروز استرس غیرضروری و احساس گناه و شرم شود. می‌توان به افرادی که در تلاش برای باردار شدن هستند، اطمینان داد که در بیشتر موارد دلیل بروز این مشکل رفتارهای آنان و یا اهمال‌شان در مصرف یک ماده غذایی خاص نبوده است.

بلیکنسون می‌گوید افرادی که مشکل بارداری دارند، اغلب به دنبال یک ماده غذایی خاص می‌گردند که مشکل‌شان را حل کند، با این حال بهتر هست رویکرد آنها معطوف به داشتن الگوی غذایی سالم باشد. «در اتاق‌های گفتگوی آنلاین درباره مسائل باروری صحبت‌های زیادی راجع به اینکه آناناس غذایی جادویی برای باردار شدن است می‌شنویم. با این حال، هیچ ماده غذایی یا مکملی وجود ندارد که چنین اثری داشته باشد.»



شاعری که هفتاد سال بعد از نخستین غزل در ایستگاه حوادث پیاده شد



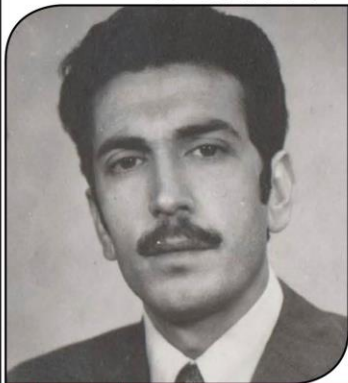
میرزا اسحاق سعیدی

ولیکن دریغا که باد
ندارد سوادا!

شعر در بحبوحه آشفته‌گی سیاسی

در زمان جوانی واصف باختری افغانستان از یک وضع نسبتاً باثبات کم‌کم دچار کشمکش‌های جریان‌های مختلف سیاسی می‌شد. او نیز به یکی از جریان‌های سیاسی (جریان دموکراتیک نوین) پیوست و از افراد اصلی این گروه شد که نشریه‌ای با نام «شعله جاوید» نیز منتشر می‌کردند. در آن هنگام شعری با عنوان «حماسه شعله» نیز نوشت که حتی به سرود برخی از تظاهرات خیابانی تبدیل شد. سطور اول آن این گونه است:

«توای هم‌رزم و هم‌زنجیر و هم‌سنگر
سر از دامان پندار سیاه خوبشتر بردار
مگر از دشته خون‌ریز دژخیمان
مگر زین روسی‌خویان بدگوهر



بر سال ۱۳۵۲ خورشیدی برای ادامه تحصیلات عالی از کابل به آمریکا رفت و در روستای آموریس بزرگ بر روی «انسان‌نگار کلیسا» کار رسانه‌ای ازبک گرفت و به افغانستان بازگشت.

هراسی در نهان‌گاه روان خوبشتر داری؟

مگر مینای روح از شرنگ ترس لبریز است؟»

شعری به‌شدت برانگیزنده که خون جوانان چپ‌گرای تحول‌خواه آن دوران را به جوش می‌آورد؛ شعری که گروهی را به خیزش و شکستن «زنجیرها» فرا می‌خواند. ادامه مطلب در صفحه بعدی ...

از بی‌هقی و از آن ترک فرزانه پارسی‌گوی؛ پیام‌مختم
این شگرذ شگرذ شیخون‌زغن؛ بر سپاه سیه‌پوش
شب را!.

در همین بخش او شعری به احمد شاملو اهدا کرده
است که اینگونه آغاز می‌شود:

«از قصیده‌ی قرن عصمت
شاعرستان مردی را از نسل هابیلیان
پا بریدند

و شگفتا که از این تنگ خاکنا
هنوز یارای پروازش است»

لطیف ناظمی، شاعر مطرح هم‌دوره و دوست واصف
باختری، در صحبت با من درباره او گفت در دهه
۱۳۴۰ و ۱۳۵۰ خورشیدی، باختری به عنوان یک
شاعر نوپرداز و نیما‌پرور در کشاندن شعر افغانستان
به سوی نوگرایی نقشی اساسی داشت.

آقای ناظمی هرچند تأکید کرد که با این حال شعر استاد
واصف باختری به دلیل تسلط کاملی که بر ادبیات کهن
داشت، همچنان طعم و بوی کلاسیک می‌دهد: «در غزل
نوآوری نکرد اما چون در آن زمان شاید بیرون شدن از زیر
سقف شعر قدمایی دشوار بود ولی در آن زمان و زمانه شعر
باختری به معنای واقعی کلمه شعر نو بود.»

محمد کاظم کاظمی، شاعر و پژوهشگر ادبی نیز در مقاله‌ای
درباره واصف باختری می‌نویسد: «شعر نیما‌ی باختری از
لحاظ قواعد و اصول، بی‌عیب‌ترین شعری است که من در
تاریخ شعر نو افغانستان دیده‌ام. او هم شیوه مصراع‌بندی
خاص این قالب را می‌شناسد و رعایت می‌کند و هم در
قافیه‌آرایی اصول و قواعدی در کارش دارد. این چیزی است
که در کار بسیاری دیگران دیده نمی‌شود.»

«نوشته است بر برگ‌های شقایق
که گل را نچینید

و این کودک نازپرورده زاغوش مادر نگیردید

همین که دستش با قلم آشنا شد، یا شاید همین که
نوشتن و خواندن یاد گرفت، به سرودن نیز آغاز کرد.
در یازده سالگی غزلی نوشت که در نشریه «بیدار»،
تنها روزنامه شهر مزارشریف در بلخ منتشر شد.

از چاپ نخستین غزل محمدشاه واصف باختری، که در
آن هنگام «تابت» تخلص می‌کرد، هفتاد سال می‌گذرد.
با درگذشت او، ادبیات معاصر فارسی در افغانستان
اکنون سوگوار مرگ یکی از ستون‌های اصلی خود
است. واصف باختری چندین دهه الگو و استاد چند
نسل از شاعران و نویسندگان افغانستان بود. او در بیش
از هفت دهه از زندگی پر بار ادبی خود، سرود، نوشت،
پژوهش و ترجمه و تدریس کرد. هرچند در سال‌های
پسین حیات خود در غربت، در آمریکا بیماری مجال
زیادی برای فعالیت به او نداد. او که گفت:

مسافران شکیبا، مسافران خموش!

دل ز گردش آرام این قطار گرفت

در ایستگاه حوادث پیاده خواهم شد

«و این‌سان به دنبال سالار پوشیج رفتم»

واصف باختری هرچند در ابتدای شاعری‌اش غزل و
رباعی می‌سرود، اما وقتی با شعر و روش نوشتن نیما
پوشیج آشنایی یافت، شیفته قالب نیما‌ی و سپس از
پیشگامان این سبک در افغانستان شد. او از معدود
شاعران نیما‌ی سرا بود که تمام اسلوب پیشنهادی
نیما را موبه‌مو رعایت می‌کرد. در مجموعه آثار او که
در سال ۱۳۹۵ خورشیدی با عنوان «سفالینه‌ی چند
بر پیشنهاد بلورین فردا» منتشر شد، واصف باختری
قبل از شروع بخش شعرهای نیما‌ی خود نوشته
است: «و این‌سان به دنبال سالار پوشیج رفتم.»

«نوگرایی» او در همین جا متوقف نشد. استاد باختری
شعرهای زیادی در قالب آزاد نیز نوشت. در معرفی
این شعرها، در مجموعه آثار خود نوشته است: «من



ادامه مطلب . . .

اما پس از گذشت سالیانی، به گفته رهنورد زریاب، نویسنده فقید و دوست واصف باختری، دوره دیگری در زندگی او آغاز شد. آقای زریاب در مقاله‌ای که در تولد شصت سالگی واصف باختری درباره او نوشته، می‌گوید: «در این دوره، او بیشتر به گستره ارجمند حکمت روی آورد و به چون و چراهای فلسفی دلبستگی فزونی پیدا کرد و نوشته‌های خوبی هم در این زمینه‌ها رقم زد و به نشر سپرد.»



از راست: واصف باختری، صدیق بروجک، لطف مصدق، برنا کریمی، وازی فانی و نصرالدین نهبابزاده. آمریکا ۱۳۸۳

با این حال چند ماه پس از «کوتادی تور» و سرنگون شدن دولت محمد داوود، او از سوی دولت به حمایت شوروی وقت بازداشت و از میزان/مهر ۱۳۵۷ تا جدی/دی ۱۳۵۸ زندانی شد.

پرتو نادری، شاعر مطرح اهل افغانستان، مقالاتی در زمینه زندگی و کارنامه واصف باختری منتشر کرده است. اخیراً مجموعه مقالات او با عنوان «پیر روشنی فروش» در کابل چاپ و نشر شد. در بخشی از مقاله‌ای درباره زندانی شدن او می‌نویسد: «در همان نخستین ماه‌های نظام سیاه تره‌کی-امین واصف باختری دستگیر و به زندان افکنده شد. تاجایی که من می‌دانم در آن سال‌ها واصف باختری هیچ‌گونه فعالیت سیاسی سازمانی نداشت؛ اما به حیث یک شاعر و پژوهشگر نستوه، آگاه و هدفمند شعرش همیشه سلاح شگوهمند مبارزه بر ضد استبداد بوده است.»

او در ادامه می‌افزاید که واصف باختری را «به سبب فر و شکوه، دانش و شعر و شاعری‌اش به زندان افکندند». چرا که به باور آقای نادری نظام آن زمان «با نخبگان، آگاهان و دست‌اندرکاران دانش و فرهنگ سر دشمنی داشت.»

واصف باختری حتی در زندان از شعر دست نکشید. بخشی از شعری که در قوس/آذر ۱۳۵۸ در زندان نوشته است: «پاسبانا خدا را

لحظه‌یی این گره - این گران قفل- را باز کن از سرانگشت درگاه

تا از این دوزخ، از این تنور گذازان

- هیزمش استخوان‌های خونین -

روح زنجیریان تا فراسوی دیوارها اوج گیرد

پاسبانا باز امشب زان سوی دیوار

گریه کودکی خواب زنجیریان را برآفت

گویا باز دژبان خارا روان بر زمین تن پرنیان گونه‌یی خارین‌های سلاقی خونین خود را فروکاشت»

باستان‌گرایی و نمادگرایی

واصف باختری در شعر، به‌ویژه در قالب نیمایی، زبانی فاخر دارد و برای بیان پیام شعر و گاهی حتی ساختار

آن از تلمیحات، نمادها و اسطوره‌ها بهره می‌گیرد؛ ویژگی که آقای کاظمی آن را «از امتیازهای باختری» خوانده است. او در نوشته‌ای می‌گوید: «مهم این نیست که او را از این نظر متأثر از نیما و پیروان او بدانیم یا ندانیم. مهم این است که شاعر ما در پناه این نمادها توانسته از صراحت و مستقیم‌سراییی بپرهیزد.»

در عین حال آقای ناظمی بر این باور است که واصف باختری «هنگامی که اندیشه منطقی را به اندیشه شعری عوض می‌کند، راه دشوارگذاری را طی می‌کند و در این سفر، چنان اتفاق می‌افتد که پیچیدگی تصاویر و تزاوم نمادها، فضای شعری اش را اندکی مه‌آلود کند.»

در حالی که بعضی از منتقدان توسل شاعران به زبان نمادین و غیرصریح را ناشی از اعمال سانسور و فضای خفقان‌آور سیاسی می‌دانند. دلیل و عوامل آن هر چه بوده باشد، این ویژگی دیگر به نوعی از شناسنامه شعر او میل شده بود.

آقای کاظمی هرچند معتقد است که «نمادگرایی باختری، گاهی شعر را از دنیای حقیقی، عینی و ملموس ما دور کرده است و این خطری است که همه سمبولیست‌ها را تهدید می‌کند.»

نمادگرایی واصف باختری می‌تواند متأثر از روش کار نیما و اخوان ثالث در ایران باشد اما پرتو نادری بر این باور است: «شاید بتوان گفت واصف باختری یکی از نمادگراترین شاعر روزگار ماست. این ویژگی شعرهای او را نه تنها در سطح کشور؛ بلکه می‌توان در سطح حوزه گسترده زبان پارسی دری نیز مطرح کرد.» باستان‌گرایی و برخورد آرکائیک با شعر نیز در کارهای نیمایی او مشهود است. بخشی از شعر بلند «عقاب از اوچ‌ها»:

«چنین گفتند در افسانه‌های باستان افسانه‌آرایان

که بابل، این ابرشهر - این سپیدار کهن در جنگل تاریخ -

چو شد بر سر زمین‌های دگر چیره

گل آزر بر شاخ روان پژمرد سالاران بابل را

و هریک خویشتن را ایزدی پنداشت

غرور شهروندان نیز از آیین سالاران فزونی یافت

خدا شد خشمگین زین نابه‌کاری‌ها

سزایی داد ایشان را شگفتی‌زا

که از آن پس ندانستند

زبان یک‌دگر آنان

یکی را گر درود گرم بر لب بود

به گوش دیگران دشنام می‌آمد...»

با این حال او هم‌زمان که نیمایی می‌نوشت، غزل و گاهی قصیده هم می‌سرود. واصف باختری مولانا خال محمد خسته در بلخ و صوفی عبدالحق بیتاب در کابل را به عنوان استادان خود یاد می‌کرد. باری هم گفته بود که «واصف باختری» تخلصی است که از مولانا خسته به او به یادگار مانده است.

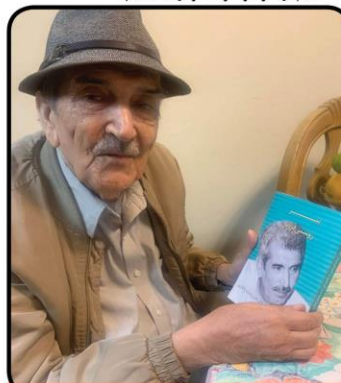
افراد زیادی که با او همصحبت بوده‌اند، بارها گفته‌اند که

واصف باختری دارای حافظه شگفت‌انگیزی بوده است. رهنورد زریاب در توصیف دوست دیرینه‌اش در مقاله‌ای نوشته است: «او مردی است بسیار آرام و فروتن، فراوان خوش برخورد و به گونه جذاب و اثرناکی نرم‌سختن و شیرین‌گفتار که در کاربرد تعارفات و ادب، با همگان -هرکسی که باشد- همواره راه میانه می‌پیماید... در حق خویشتن و کارنامه‌های خودش، از اظهار انواع فروتنی و شکسته‌نفسی و خاکساری دریغ نمی‌ورزد. او یکی از کتابخوان‌ترین و جستجوگرترین کسانی بوده است که من در زندگانی خودم شناختم.»

زریاب همچنین نوشته که در سال ۱۳۳۳ خورشیدی وقتی پنجاه ساله شد، واصف باختری غزلی با این مطلع را تقدیم او کرد:

«قصه بودیم و کنون، قصه کوتاه شدیم

کاستیم از خود و کوتاه تر از آه شدیم»



نوامبر ۲۰۲۲ آمریکا

در سال‌های اخیر در افغانستان و کشورهای غربی مراسم متعددی برای نكوداشت از کارنامه واصف باختری برگزار شد. چهارراه و مکتبی هم به نام او در بلخ نام گذاری شد.

از واصف باختری بیست عنوان کتاب شعر، پژوهش و ترجمه منتشر شده است. ناصر هوتکی، داماد او و گردآورنده مجموعه آثارش می‌گوید دو کتاب چاپ‌نشده دیگر از استاد باختری گردآورده است که هنوز کامل و آماده چاپ نشده است. یکی مجموعه مقالاتی درباره مصوفان با نام «یادنامه مردان خدا» و دیگری «گذرگاه شعر» که در واقع متن صحبت‌ها و تبصره‌های واصف باختری در زمینه ادبیات در سری برنامه‌های رادیویی با همین نام است.

نمونه‌ای از غزل او:

جهنم است، جهنم نه نیمروزان است

گلوی کوچه چو دل‌های کینه‌توزان است

به هر کرانه که بینی کفن فروشند

گفته است که این شهر جامه‌دوزان است

لیاس زال، سزاوار پیکرش بادا

کنون که رستم ما نیز از عجزوان است

سلام باد ز ما کاشفان آتش را

که روز اول جشن کتاب‌سوزان است





آتش‌سوزی‌های ویرانگر به نوآوری در سیستم‌های کشف آتش دامن زده است

در آتش‌سوزی‌های شش ماه نخست سال تولید شده، بیش از هر سال کامل دیگری در تاریخ کاناداست.

این میزان تخریب باعث سرمایه‌گذاری در فن‌آوری‌هایی شده که ممکن است به کشف آتش‌سوزی‌ها پیش از آنکه جدی شوند کمک کند.

آتش به طرز نگران کننده‌ای به خانه نیکویی اسکی یوس در بریتیش کلمبیا نزدیک شد «لُزْرا تِک» یک شرکت مستقر در آلمان که دفتری در ونکوور دارد دارای هشت ماهواره در مدارهای کم ارتفاع با حسگرهای مخصوص فرسوخ است که دما را در خانه‌های ۴ در ۴ متر رد یک نقشه مشبک زیر نظر می‌گیرد. سامانه ماهواره‌های این شرکت با کمک داده‌های سایر ماهواره‌ها می‌تواند به سرعت انحراف دما از میزان عادی را شناسایی و به مشتریان گزارش کند، که شامل سازمان‌های جنگل‌بانی و آتش‌نشانی می‌شود.

این سیستم همچنین می‌تواند داده‌ها را تحلیل و پیش‌بینی کند که آتش‌سوزی احتمالاً چگونه رشد خواهد کرد.

ادامه مطلب در صفحه بعدی ...

جمعه شبی در اوایل ماه ژوئیه، نیکویی اسکی یوس می‌شدند.

در پایان، خانم اسکی یوس و خانواده‌اش مجبور به ترک خانه نشدند، اما دودی که از آتش‌سوزی برمی‌خاست آنقدر برای ریه‌هایش تحریک‌کننده بود که آنها را مجبور کند خود را با پنجره‌های بسته در خانه حبس کنند.

بریتیش کلمبیا فقط یکی از چندین استان کاناداست که فصلی از آتش‌سوزی‌های ترسناک را تجربه می‌کند.

تقریباً ۹۰۰ آتش‌سوزی در طول هفته سوم ژوئیه در جریان بود که در مجموع ۱۰ میلیون هکتار را سوزاند و آن را به بدترین فصل آتش‌سوزی در تاریخ کانادا بدل کرد. دی‌اکسید کربنی که

خبری که از آن وحشت دارد را از همسایه شنید: در سکونتگاه کوچک آنها، اسمیتز، واقع در بریتیش کلمبیای کانادا، زنگ خطر تخلیه به دلیل نزدیک شدن آتشی در فاصله ۴ کیلومتری به صدا درآمد است.

نیکویی ۵۱ ساله که مدیر یک موسسه غیرانتفاعی است گفت: «دخترم دست به کار شد و کیفی از وسایل ضروری جمع کرد و بقیه ما هم دنبال او. بعد سعی کردیم بخوابیم اما من بیشتر شب بیدار بودم.»

روز بعد او بی‌وقفه به دنبال اخبار دقیق وضعیت بود، و ساکنان نواحی همجوار حال آنها را جویا



اطلاعات داخل مثل نحوه توزیع آتش و موقعیت افراد را در اختیار ماموران آتش‌نشانی بگذارد.

مایکل فلائیگان، رئیس تحقیقات «خدمات پیش‌بینی، مدیریت اضطراری و علوم آتش» در دانشگاه تامپسون ریورز می‌گوید علیرغم همه فناوری‌های تازه، پاسخ دادن به این سوال که کدام جنگل محل شروع آتش‌سوزی بعدی خواهد بود دشوار است.

فایردرون می‌تواند تاب ۲۰۰ درجه ای را تاب آورد فایردرون می‌تواند تاب ۲۰۰ درجه ای را تاب آورد حسگرها می‌توانند خاک خشک و دمای بالا را پیدا کنند اما اغلب نمی‌توانند یکی از علل اصلی آتش‌سوزی یعنی صاعقه را پیش‌بینی کنند، پدیده‌ای که به گفته آقای فلائیگان از دهه ۱۹۷۰ در غرب آمریکا چهار برابر بیشتر باعث آتش‌سوزی شده است.

او می‌افزاید: «باید سراسرست بگوییم، ما در جهانی گرم‌تر زندگی می‌کنیم، بنابراین تغییر اقلیم یک فاکتور غیرقابل چشم‌پوشی است.»

اما او در میان همه فناوری‌های تازه‌ای که در نیم قرن گذشته به شناسایی آتش‌سوزی‌ها کمک کرده به یک تلفن همراه اشاره می‌کند.

«تلفن‌های همراه به مردم اجازه داده موقعیت آتش‌سوزی را به اداره آتش‌نشانی خبر دهند و ما شاهد سازمان‌های آتش‌نشانی بیشتری هستیم که اپ‌های خود را برای آسانتر کردن این کار برای مردم می‌سازند.»



«سنسایوتک» وسیله‌ای به اندازه یک تلفن هوشمند ساخته که می‌تواند ۱۴ متغیر مختلف را در بستر جنگل اندازه‌گیری کند

ادامه مطلب . . .

می‌گیرد، در اختیار مشتریان قرار می‌گیرد و می‌تواند زنگ وسایل موبایل را در صورت رسیدن این متغیرها به سطح خطرناک به صدا درآورد. ژوئانو لوپش، مدیر این شرکت، می‌گوید: «بهترین داده‌های ماهواره‌ای ۳۰ دقیقه عقب است، اما حسگرهای ما داده‌های زنده از آنچه در داخل جنگل می‌گذرد را فراهم می‌کند.»

پهپادها هم برای کمک به آتش‌نشان‌ها روزآمد می‌شوند. «فایردرون» که یک پهپاد آزمایشی است که دانشمندان در امپریال کالج لندن و موسسه تحقیقات ایمای سوئیس ساخته‌اند، می‌تواند دمایی تا ۲۰۰ درجه سانتیگراد را برای مدت حداقل ۱۰ دقیقه تاب بیاورد.

هدف این است که این پهپاد به طور خودکار وارد ساختمان‌هایی در حال سوختن شود و

توماس گروبلر مدیر عامل این شرکت می‌گوید: «نرم‌افزار ما می‌تواند بگوید کدام آتش از میان شمار زیادی آتش‌سوزی سریع‌تر از بقیه رشد خواهد کرد.»

برنامه این است که سیستم آنها تا سال ۲۰۲۶ روزانه ۴۸ بار زمین را اسکن کند.

جاش مندلسون، مدیر عامل یک شرکت دیگر به نام «کورنیا» در نیویورک، می‌گوید که این شرکت با استفاده از هوش مصنوعی داده‌های جغرافیایی و توپوگرافی را به نقشه‌های تغذیه می‌کند تا خطرات بالقوه آتش‌سوزی را شناسایی کند.

در جریان شروع یک آتش‌سوزی بزرگ، مقابله با همه بخش‌های آن ممکن نیست. سیستم نقشه‌برداری کورنیا موضعی را که احتمال موفقیت در آنها بیشتر است شناسایی می‌کند. «سنسایوتک»، مستقر در تورنتو و برزیل، وسیله‌ای به اندازه یک تلفن هوشمند ساخته که می‌تواند ۱۴ متغیر مختلف را در بستر جنگل از جمله دما، رطوبت و میزان نمک اندازه‌گیری کند.

«سنسایوتک» وسیله‌ای به اندازه یک تلفن هوشمند ساخته که می‌تواند ۱۴ متغیر مختلف را در بستر جنگل اندازه‌گیری کند «سنسایوتک» وسیله‌ای به اندازه یک تلفن هوشمند ساخته که می‌تواند ۱۴ متغیر مختلف را در بستر جنگل اندازه‌گیری کند این خوانش‌ها که هر دقیقه یک بار صورت



فایردرون می‌تواند تاب ۲۰۰ درجه ای را تاب آورد



هوش مصنوعی در تشخیص

سرطان پستان « امیدبخش » بوده است

پژوهشی در دانشگاه لوند

سوئد نشان می‌دهد که هوش مصنوعی می‌تواند به صورت «مطمئن»، موارد مشکوک در اسکن سرطان پستان را تشخیص دهد.

بنابر نتایج این تحقیق، معاینات تشخیصی با کمک کامپیوتر می‌تواند با دقتی «مشابه» دو رادیولوژیست، توده سرطانی را شناسایی کند.

پژوهشگران دانشگاه لوند اما گفته‌اند برای اینکه بتوانیم از این روش برای تشخیص سرطان پستان استفاده کنیم، نیاز به تحقیقات بیشتری هست.

کارشناسان در بریتانیا توافق نظر دارند که هوش مصنوعی نویدبخش جهش بزرگی برای معاینات تشخیصی سرطان پستان است.

این اولین مطالعه در زمینه استفاده از هوش مصنوعی برای تشخیص سرطان پستان در ماموگرافی-اشعه ایکس پستان نیست.

پژوهش‌های قبلی به ویژه چند پژوهش در بریتانیا هم بیشتر به سراغ هوش مصنوعی رفته‌اند که در آنها، کامپیوتر، اسکن‌هایی را که پزشکان قبلاً بررسی کرده بودند، برآورد کرده است.

اما نکته ویژه این پژوهش، توانایی تشخیص هوش مصنوعی است که با تشخیص استاندارد قابل مقایسه است.

نتایج این پژوهش در مجله «لنست انکولوژی» منتشر شده است و بیش از ۸۰ هزار زن از سوئد با میانگین سنی ۵۴ سال در آن شرکت داشتند.

نیمی از اسکن‌ها را دو رادیولوژیست بررسی کردند که تشخیص استاندارد به حساب می‌آید. نیمی دیگر هم به دستگاه تشخیصی هوش مصنوعی سپرده شد و بعد، یک یا دو رادیولوژیست هم آن را تفسیر کردند. در مجموع، هوش مصنوعی سرطان پستان را در ۲۴۴ زن تشخیص داد و آزمایش مرسوم، در ۲۰۳ زن، این سرطان را تشخیص داد.

استفاده از هوش مصنوعی، «خطای مثبت کاذب» بیشتری هم نداشت؛ روندی که طی آن، اسکن به اشتباه، غیر طبیعی تشخیص داده می‌شود.

نرخ خطای مثبت کاذب هم با هوش مصنوعی و هم با تشخیص استاندارد یک و نیم درصد بود.

«خیلی دلگرم‌کننده»

دکتر کریستینا لانگ، نویسنده اصلی این مقاله گفت که هوش مصنوعی این توان بالقوه را دارد که با توجه به کمبود رادیولوژیست در سراسر جهان، عملاً برای تشخیص و غربالگری سرطان پستان به کار بیاید.

اما او اضافه کرد که برای درک کامل این توان بالقوه و برای مقرون به صرفه بودن آن، نیاز به تحقیقات بیشتری هست.

دکتر کریستینا لانگ می‌گوید «بزرگترین مزیت، در حال حاضر این است که رادیولوژیست‌ها بیش از حد درگیر خواندن عکس نباشند.»

او اضافه کرد: «سیستم تشخیص سرطان پستان با کمک هوش مصنوعی، دست کم به یک رادیولوژیست نیاز دارد که هدایت کار تشخیص را بر عهده داشته باشد و به طور بالقوه می‌تواند نیاز به دو رادیولوژیست برای اکثر ماموگرافی‌ها را رفع کند. این، هم فشار کار را کمتر می‌کند که باعث می‌شود رادیولوژیست‌ها بتوانند بر کارهای تشخیصی پیشرفته‌تر تمرکز کنند و هم زمان انتظار بیماران را کاهش می‌دهد.»

یکی از سخنگویان سیستم بهداشتی بریتانیا این روش را بسیار دلگرم‌کننده خواند.

دکتر کاترین هالیدی، رئیس کالج سلطنتی رادیولوژیست‌ها گفته: «این تحقیقات بسیار امیدبخش است و با افزایش کارایی، کمک به تصمیم‌گیری و کمک به تشخیص و نیز اولویت‌بندی موارد اضطراری‌تر، می‌تواند باعث صرفه‌جویی در وقت رادیولوژیست‌ها شود.»

به گفته دکتر هالیدی، «هر چند نیاز به متخصصان رادیولوژی ضروری و غیرقابل جایگزین است اما این روش می‌تواند به مراقبت از بیماران کمک شایانی کند.»



دانشمندان می‌گویند بهتر است هر شب سر موقع به خواب برویم

درصد) بیشتر بود. مطالعات قبلی نشان می‌داد که نوسان در ساعات خواب با مصرف کمتر فیبر غذایی همراه است. سایر مطالعات نشان داده بود که جت لگ اجتماعی به افزایش وزن، بیماری و خستگی ذهنی مرتبط است. دکتر برمینگام گفت: «کیفیت بد خواب روی انتخاب‌های ما اثر می‌گذارد و باعث می‌شود به غذاهای دارای نشاسته و شکر بالا گرایش پیدا کنیم.»

بهتر از دیگران هستند، اما داشتن ترکیب درست، نقشی مهم در جلوگیری از رشته‌های بیماری‌ها دارد. کیت برمینگام نویسنده این مطالعه و محقق ارشد تغذیه در شرکت علم بهداشت «ژوئی» گفت نوسان در ساعات خواب «می‌تواند رشد باکتری‌هایی را تشویق کند که رابطه خوبی با سلامتی ما ندارند.» به خواب رفتن و بیدار شدن در ساعات خیلی متفاوت در طول هفته، در مقایسه با آخر هفته، به «جت لگ

یک مطالعه تازه حاکیست که تغییرات کوچک در عادات خواب میان روزهای کاری و استراحت می‌تواند به تغییرات ناسالم در باکتری‌های معده منجر شود. محققان بریتانیایی دریافتند که این می‌تواند تا حدودی نتیجه افت کیفیت رژیم غذایی در اثر پدیده به اصطلاح «جت لگ اجتماعی» باشد، یعنی زمانی که ساعات رفتن به خواب در طول هفته تغییر می‌کند.



یک رژیم غذایی ناسالم می‌تواند بر میزان باکتری‌های مشخص در معده اثر بگذارد. محققان دریافتند که سه عدد از شش گونه باکتری‌های فراوانتر در معده افراد دارای جت لگ اجتماعی، به تغذیه بدتر، چاقی و میزان بالاتر تورم و سکنه مغزی مرتبط است. رابطه میان خواب، رژیم غذایی و باکتری معده پیچیده است و محققان می‌گویند که نیاز به مطالعات خیلی بیشتری وجود دارد. نتایج این مطالعه در نشریه اروپایی تغذیه (European Journal of Nutrition) چاپ شده است.

اجتماعی» معروف است. براساس این مطالعه تصور می‌شود که در بریتانیا بیش از ۴۰ درصد جمعیت دچار آن باشند که بیشتر در میان نوجوانان و جوانان دیده می‌شود، اما با افزایش سن کاهش می‌یابد. شرکت‌کنندگان در این مطالعه از نظر ساعات خواب تحت نظر قرار گرفتند، خون و مدفوع آنها آزمایش شد و همه غذاهای مصرفی آنها طی یک پرسشنامه ثبت شد. احتمال مصرف یک رژیم حاوی مقدار زیادی سیب‌زمینی، از جمله چیس و سیب‌زمینی سرخ کرده، به علاوه نوشیدنی‌های شیرین و میوه و مغزداغ‌های کمتر در افرادی که «جت لگ اجتماعی» داشتند (۱۶

از قبل معلوم بود اختلال شدید در ساعات خواب، به خصوص به علت شیفت‌های متفاوت کاری، تأثیری منفی بر سلامتی دارد. ثابت نگه داشتن ساعت رفتن به رختخواب و بیداری و داشتن یک رژیم غذایی متوازن ممکن است خطر بیماری را کاهش دهد. مطالعه به روی تقریباً هزار بزرگسال توسط محققان در کینگز کالج لندن دریافت که حتی تفاوتی ۹۰ دقیقه‌ای نسبت به میانگین زمان رفتن به خواب شبانه در طول یک هفته عادی می‌تواند بر نوع باکتری‌های معده ما اثر بگذارد. داشتن طیف وسیعی از گونه‌های متفاوت باکتری در دستگاه گوارشی خیلی مهم است. برخی باکتری‌ها

افزایش بی سابقه دمای آب اقیانوس‌ها تصویری تاریک از پدیده گرمایش زمین ترسیم می‌کند



اقیانوس در خلیج مکزیک را برعهده دارد می‌گوید: «وقتی وارد آب اقیانوس می‌شوید، مثل آب حمام است. سفید شدن مرجان‌ها در صخره‌های کم عمق فلوریدا به طور گسترده بروز کرده و مرجان‌های زیادی مرده‌اند.» دکتر مت فراست، پژوهشگر آزمایشگاه دریایی پلیموث در بریتانیا، با اشاره به این واقعیت که آلودگی و صید بی‌رویه باعث تغییراتی در اقیانوس‌ها می‌شود، می‌گوید: «ما اقیانوس‌ها را بیش از هر زمانی در طول تاریخ تحت فشار قرار داده‌ایم.»

ادامه مطلب در صفحه بعدی . . .



دمای آب اقیانوس‌ها با جذب گرمای ناشی از تغییرات اقلیمی به بالاترین حد از زمان آغاز ثبت دمای آب اقیانوس‌ها رسیده است که می‌تواند پیامدهای وخیمی برای سلامت سیاره ما داشته باشد.

بر اساس گزارش کوپرنیک - مؤسسه مطالعات تغییرات آب و هوایی اتحادیه اروپا - در این هفته میانگین دمای آب سطح دریاها رکورد سال ۲۰۱۶ را هم شکست و به ۲۰.۹۶ درجه سانتیگراد رسید.

این بسیار بالاتر از میانگین دمای آب برای این فصل از سال است.

اقیانوس‌ها تنظیم کننده حیاتی آب و هوا هستند. آنها گرمای محیط را جذب می‌کنند، نیمی از اکسیژن زمین را تولید می‌کنند و هدایت کننده انگاره آب و هوایی زمین هستند.

آب گرم‌تر توانایی کمتری برای جذب دی اکسید کربن دارد و گرم شدن آب اقیانوس به این معنی است که مقدار بیشتری از این گاز در جو باقی می‌ماند. افزایش دمای آب اقیانوس همچنین می‌تواند ذوب یخچال‌های طبیعی را تسریع کند و منجر به افزایش بیشتر سطح آب دریاها شود.

اقیانوس‌های



بر اساس گزارش اداره هواشناسی و آژانس فضایی اروپا، در ماه ژوئن، دمای آب سواحل بریتانیا ۳ تا ۵ درجه سانتیگراد بالاتر از میانگین بود. در فلوریدا، دمای سطح دریا در هفته گذشته به ۳۸.۴۴ درجه سانتیگراد رسید یعنی گرمایی در حد گرمای آب در یک جکوزی. طبق گفته اداره ملی مطالعات اقیانوس و جو شناسی، معمولا دما باید بین ۲۳ تا ۳۱ درجه سانتیگراد باشد.

بر اساس گزارش هیئت بین دولتی تغییرات آب و هوایی، دفعات بروز گرمای دریایی بین سال‌های ۱۹۸۲ و ۲۰۱۶ دو برابر شد و از دهه ۱۹۸۰، هر بار شدیدتر و طولانی‌تر شده است.

در حالی که دمای هوا در سال‌های اخیر افزایش چشمگیری داشته است، روند گرم شدن آب اقیانوس‌ها بیشتر طول می‌کشد با وجود اینکه ۹۰ درصد گرمایش ناشی از انتشار گازهای گلخانه‌ای را اقیانوس‌ها جذب کرده‌اند.

اما اکنون نشانه‌هایی وجود دارد حاکی از اینکه دمای اقیانوس‌ها ممکن است در حال افزایش باشد.

دکتر کلرینا فون شوکمن، کارشناس موسسه اقیانوس‌شناسی مرکاتور می‌گوید یک نظریه این است که مقدار زیادی گرما در اعماق اقیانوس‌ها ذخیره شده است که اکنون به سطح می‌آید و احتمالا با پدیده ال نینو مرتبط است.

در حالی که پژوهشگران می‌دانستند که سطح دریا به دلیل انتشار گازهای گلخانه‌ای به گرم شدن ادامه می‌دهد، آنها هنوز در حال بررسی دقیق این موضوع هستند که چرا دما بسیار بالاتر از سال‌های گذشته بوده است.

دمای آب دریا در سواحل فلوریدا به حد کم‌سابقه‌ای رسید



ادامه مطلب . . .

سوخت فسیلی بسوزانیم، گرمای اضافی بیشتری جذب اقیانوس‌ها می‌شود و تثبیت دمای آن‌ها و بازگرداندن آن به میزانی که قبلا بوده‌اند بیشتر طول می‌کشد.»

رکورد قبلی مربوط به سال ۲۰۱۶ و زمانی بود که نوسانات آب و هوایی طبیعی ال نینو در بالاترین حالت خود قرار داشت.

ال نینو زمانی اتفاق می‌افتد که آب گرم در سواحل غربی آمریکای جنوبی به سطح اقیانوس می‌آید و دمای جهان را بالا می‌برد.

ال نینوی دیگری اکنون شروع شده اما دانشمندان می‌گویند که هنوز ضعیف است و در نتیجه انتظار می‌رود با شدت گرفتن آن، دمای اقیانوس‌ها در ماه‌های آینده بیشتر از حد متوسط افزایش یابد.

شکسته شدن رکورد دمای آب اقیانوس در پی یک موج گرمای دریایی در سال جاری از جمله در بریتانیا، اقیانوس اطلس شمالی، مدیترانه و خلیج مکزیک رخ می‌دهد.

پروفیسور برگس می‌گوید: «موج‌های گرمای دریایی که ما شاهد آن هستیم در مکان‌های غیرمعمولی و جاهایی که انتظارش را نداشتیم اتفاق می‌افتد.»

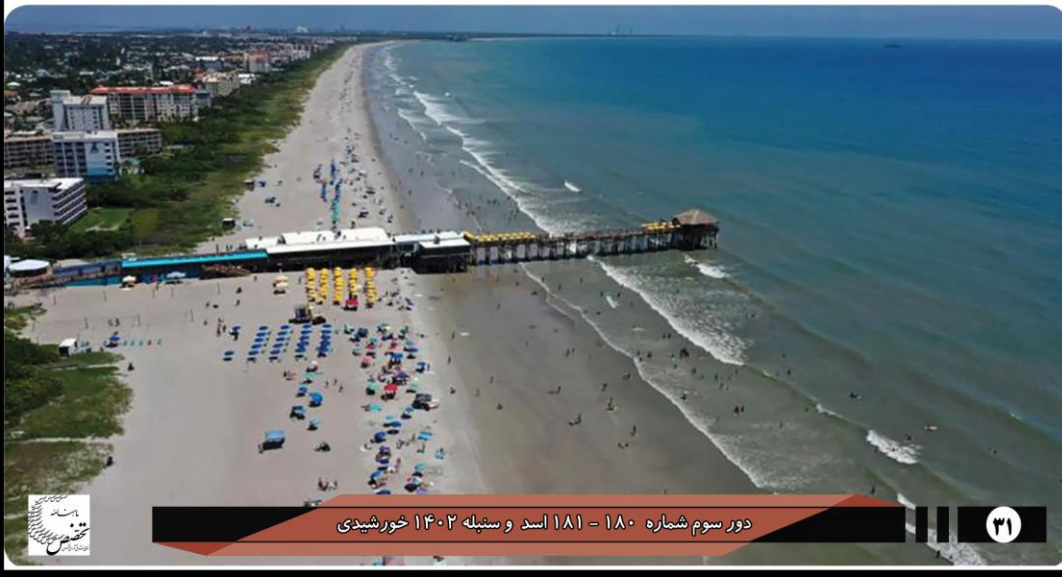
زمان شکسته شدن رکورد دمای اقیانوس هم باعث نگرانی پژوهشگران شده است.

دکتر سامانتا برگس، عضو موسسه کوپرنیک می‌گوید «معمولا ماه مارس زمانی است که آب اقیانوس‌های جهان به بالاترین حد می‌رسد و بروز این پدیده در ماه اوت نگران‌کننده است.» او در مورد نگرانی خود می‌گوید «این واقعیت که در این ماه رکورد دمای اقیانوس را دیده‌ایم، مرا نگران می‌کند که چقدر اقیانوس ممکن است از حالا تا ماه مارس آینده گرم‌تر شود.»

پروفیسور مایک باروز، که در همکاری با انجمن علوم دریایی اسکاتلند شرایط سواحل دریای اسکاتلند را زیر نظر دارد می‌گوید: «اینکه می‌بینیم این تغییر به این سرعت اتفاق می‌افتد، بسیار نگران‌کننده است.»

پژوهشگران در حال بررسی این سؤال هستند که چرا اقیانوس‌ها در این ماه آنقدر داغ شده‌اند اما می‌گویند که تغییرات آب و هوایی زمین باعث گرم‌تر شدن دریاها می‌شود زیرا دریاها گرمای ناشی از انتشار گازهای گلخانه‌ای را جذب می‌کنند.

دکتر برگس در توضیح می‌گوید: «هرچه بیشتر



آمریکا نخستین قرص درمان

افسردگی پس از زایمان را تأیید کرد



آن طور که سازمان غذا و دارو آمریکا می گوید مطالعات بالینی نشان داده مصرف این قرص نشانگان افسردگی پس از زایمان را ظرف سه روز تخفیف داده است

افدی‌ای، سازمان غذا و داروی آمریکا، نخستین قرص خوراکی برای درمان افسردگی پس از زایمان را تأیید کرد.

این دارو که قرار است به زودی به بازار عرضه شود در یک دوره دو هفته‌ای تجویز می‌شود و پزشکان امیدوارند بتواند تحولی در این نوع افسردگی به وجود آورد.

پیش از این تنها درمان مرسوم برای افسردگی پس از زایمان یک داروی تزریقی بود که در مرکز درمانی یا مطب به بیماران به صورت وریدی تزریق می‌شد.

شرکت تولیدکننده این دارو، «سیج تراپیوتیک و بایوژن» می‌گویند این دارو در چند ماه باقی مانده از سال ۲۰۲۳ به بازار خواهد آمد. هنوز قیمت این قرص مشخص نشده است.

افسردگی پس از زایمان (پی‌پی‌دی) مانند دیگر انواع افسردگی نشانگانی چون غمگینی، بی‌رمقی، افکار خودکشی، نقصان حس لذت‌جویی و اختلال شناختی دارد و آن طور که سازمان غذا و دارو آمریکا و دیگر نهادهای بهداشتی این کشور می‌گویند از هر ۷ زن یکی پس از زایمان دچار این نوع افسردگی می‌شود.

دکتر تیفانی فارشیون، روانپزشک مرکز تحقیق و ارزیابی داروهای افدی‌ای می‌گوید: «افسردگی پس از زایمان - PPD - یک بیماری جدی است و برای زنانی که پس از زایمان با افسردگی و احساس گناه یا بهبودگی سر و کله می‌زنند می‌تواند خطرات جانی به همراه داشته باشد چرا که ممکن است افکاری مرتبط با آسیب‌رساندن به خود یا نوزادشان سراغشان بیاید».

این روانپزشک سازمان غذا و دارو آمریکا همچنین گفته از آنجا که این نوع افسردگی می‌تواند به عدم تمایل مادر برای مراقبت از کودک و برقراری رابطه عاطفی میان آنها شود، می‌تواند پیامدهای جسمی و روانی منفی هم بر

روند رشد نوزاد بگذارد. خانم فارشیون گفته دسترسی به نوع خوراکی و قرص درمان این نوع افسردگی می‌تواند فواید فراوانی برای جمع بزرگی از زنان به همراه بیاورد که «با افسردگی شدید و احساسات و هیجان‌ها آسیب‌زا» روبرو هستند.

آن طور که سازمان غذا و دارو آمریکا می‌گوید مطالعات بالینی نشان داده مصرف این قرص نشانگان افسردگی را ظرف سه روز تخفیف داده است. افدی‌ای می‌گوید شرکت کنندگان در این مطالعات حتی چهار هفته بعد از مصرف آخرین دوز دارو هم اثرات مثبت آن را نشان دادند.

شایع‌ترین عوارض جانبی این قرص که نام دارویی «زوروا - Zurxuvae» برای آن انتخاب شده، عبارت است از: «خواب‌آلودگی، گیجی، اسهال، خستگی مفرط، عفونت ادرار و برخی نشانه‌های معمول سرماخوردگی».

افسردگی بعد از زایمان فقط ویژه مادران نیست پدرها هم گرفتار می‌شوند



کارگاه آموزشی:
دولت الکترونیک

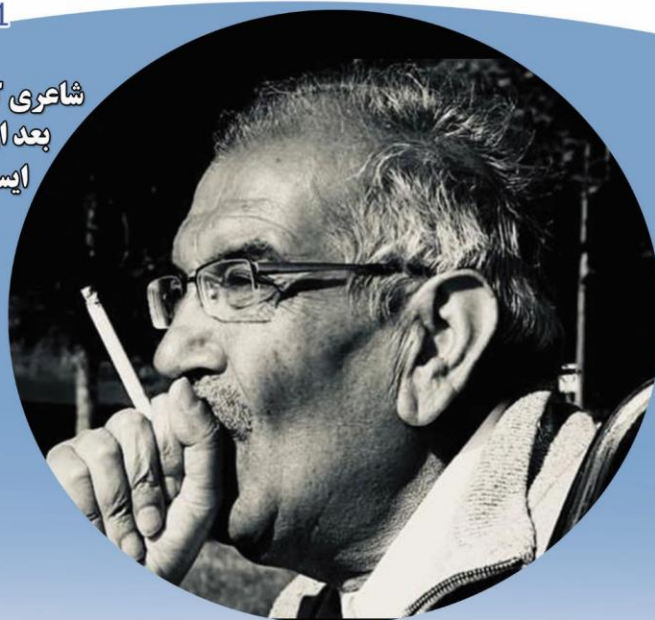


کارگاه آموزشی:
توسعه فرهنگی و نقش آن در همبستگی و انسجام
اجتماعی افغانستان



TAKHASOS
monthly 180-181

شاعری کہ ہفتاد سال
بعد از نخستین غزل در
ایستگاه حوادث پیاده شد



آغاز کار آسفالت سرک تخت صفر الی گمرک ہرات

