

د وین دایر د ژوند (۳۶۵) رازونه، چې
د کال له هرې ورځې سره ویل شوي.

د ژوند رازونه

دا کتاب له رحمانی کتابتون څخه دانلود شوی. او هو د نورو غوره او
نویو PDF کتابونو لپاره رحمانی کتابتون در سره وڅارئ.

زموږ د ټلیگرام چینل لینک
<https://t.me/paktekawalafghan/7>
زموږ فیسبوک پاڼه
PaktekawalAfghan



ژباړن: پوهیالی شرف الدین عظیمي

هدیه برای احمد سید عزیز
التماس دعا
بسم الله الرحمن الرحيم

۲۱۹۲

د ژوند رازونه

د وین دایر د ژوند (۳۶۵) رازونه، چې
د کال له هرې ورځې سره ویل شوي.

دا کتاب له رحمانی کتابتون څخه ډانلود شوی. او هو د نورو غوره او
نویو PDF کتابونو لپاره رحمانی کتابتون در سره وڅارئ.

 زموږ د ټلیگرام چینل لینک
<https://t.me/paktekawalafghan/7>

 زموږ فیسبوک پاڼه
PaktekawalAfghan

ژباړن: پوهیالی شرف الدین عظیمي

سليم الله



د کتاب نوم:	د ژوند رازونه
ژباړن:	پوهيالی شرف الدين عظيمي
دیزاین چارې:	صادق الله صادق
خپړندوی:	مازنگر کتاب پلورنچی - ننگرهار
چاپ کال:	۱۳۹۳ ل / ۲۰۱۴ م
چاپ شمېر:	۱۰۰۰
خپرونو لړ:	۲۳

د چاپ خپرونې دي

ليکلی

مخ	موضوع
۱.....	د کال لومړۍ میاشت
۵.....	د کال دویمه میاشت
۹.....	د کال درېیمه میاشت
۱۳.....	د کال څلورمه میاشت
۱۷.....	د کال پینځمه میاشت
۲۱.....	د کال شپږمه میاشت
۲۵.....	د کال اوومه میاشت
۲۹.....	د کال اتمه میاشت
۳۳.....	د کال نهمه میاشت
۳۶.....	د کال لسمه میاشت
۴۰.....	د کال یوولسمه میاشت
۴۳.....	د کال دولسمه میاشت

د کال لومړۍ میاشت

۱. دا چې د خپل ذهن پام د ژوند په نشتو بوخت کې دا د نعمتونو د ډېرېدو راز نه دی. بلکې فکرونه دې هغه لور ته بوځه چې شته او هغه څه چې درسره بنایي ویې لرې.
۲. ژوند تل زموږ په خوښه نه درومي، دا د ژوند دستور دی، تر اوسه چې څنکه تېر شوی همداسې به تېرېږي.
۳. کله دې چې په ځان باور ومومه، ذهن او بدن هوسا شي او بیا دا د هستۍ دنیا په هر ډول چې غواړې یې مخ پر وړاندې ځي.
۴. له خپل وجوده بهر ځواک ته اجازه مه ورکوه، چې ستا مشرتوب په لاس کې واخلي خدای تاته لوی ځواک درکړی. هغه ځواک تاته د مخلوقاتو د اشرف دریځ درېښلی او هغه ستا په وجود کې نغښتی.
۵. کله کله د ځینو اړتیاوو پر بنسټ په ژوند کې ځینې معجزې پېښېږي. ته یې باید وغواړي او پرېږدي، چې معجزې رامنځ شي.
۶. که په ریښتیا د بدلون غوښتونکی ونه اوسې له الکولو او نشه یي توکو هم څه نه جوړېږي. ته به هماغه څوک شي، کوم چې ټوله ورځ دې فکر پرې کړی وي او دا هم په یاد ولره چې ستا ژوند هم له همدې ورځو جوړ دی.
۷. هڅه وکړه، چې زاړه فکرونه دي پسې وانخلي.

۸. کله کله ځينې بلاوې پرله پسې درباندي راوړېږي، خو په دغه تکرار کې حکمتونه نغښتي.
۹. بودا وايي: (ته دې د غوسه کيدو له سببه نه تنبيه کېږي، بلکې د غوسې د نتيجه له سببه ده، چې جزا درکول کېږي.)
۱۰. که دې کوم څه توان لرې او نه يې ترسره کوي ډېر ژر به هغه توان له لاسه ورکړي.
۱۱. که تل د ځان په اړوند د خلکو د تاييد په لټه کې پاتې شې دا د هغه اعتراف په مانا ده، چې ته وايي: (زما په اړوند ستا نظر تر هغه نظره چې زه يې خپله د خپل ځان په اړوند لرم مهمه دی.)
۱۲. د ظاهري ښکلا لپاره له حده ډېر زيار ژوند له عذابه ډکوي؛ ښکلا له دننه په خپل ظاهر راڅرگنده کړه.
۱۳. طبيعت ته څېر شه او خوند ترې واخله.
۱۴. که له خلکو سره مينه ولرې، له خوښيو ډکه يوه دنيا کې ژوند کوي او که دې له خلکو سره دښمني پيل کړه له کینو په يوه ډکه دنيا کې به دې ژوند تېر شی. اوس نو کومه يوه خوښوې.
۱۵. د برياليتوبونو فکرونه تل تا ته دا اجازه درکوي، چې ځان بريالی وگڼې او د خپلې بريا آسانتياوې چمتو کړي.
۱۶. کولی شې هره اونۍ يوه ښکلي جومات ته لاړ شې او د خپل خپيڅلي کتاب په هر آيت عمل وکړې او ځان ته د خداي

يو ښه بنده ووايې، خو که دې په زړه کې جومات نه وه جومات به دې هم په زړه کې ونه گوري.

۱۷. ولې د هغو کارونو په اړه چې تر اوسه دې نه دې ترسره کړې فکر نه کوي او که فکر هم پرې کوي په دې دليل يې کوي، چې درنه پاتې دي نه دې کوم بل دليل لپاره؟

۱۸. له ځانگونه تر گوره زده کړه وکه، فکر دې پراخه لره او له هر چا يو څه زده کړه. زدکوونکي دې ته نه وايي، چې تل د نويو زده کړو لپاره په ذهن کې خالي ځای ولري.

۱۹. موخه پای ته رسيدل نه دي، بلکې هغه څه دي چې يې حقيقت موندونکي نه دي؛ هغه څه دي، چې ژوند ورسره کوي.

۲۰. ټول غواړي بې عيبه او نقصه ژوند وکړي. که دې وکولی شول چې له همدې دامه ځان خلاص کړي، ځان دې له ډېرو انديښنو خلاص کړي.

۲۱. هغه څه، چې د ځان په اړه پرې پوهېږي، د هغه باور زيرنده ده، چې ته يې د ځان په اړوند لري.

۲۲. رټل د تيښتې لپاره هغه مناسبه لاره ده، چې هر شيبه د مسووليت د نه منلو لپاره کار ترې اخيستلی شي او دا کار د لټانو د پناه ځای په مانا ده.

۲۳. ستا جسم د تمځای په څېر دی، چې خپله روح په کې دروي.

۲۴. ژوند کله هم ستړی نه وه. خو ځینې خلک شته، چې

سرگرداني او لالهاندي انتخابوي، لالهاندي او ستړیا یو انتخاب دی.

۲۵. که غواړې چې په خپل نفس متکي واوسې خو عملاً هغسې

نه کېږي، نو نن راځه او په دې مادي دنیا کې داسې یو کار وکه لکه پر نفس متکي انسانان یې چې کوي.

۲۶. کله چې خپل کړوړه سموې، خپل فکرونه سموې کوم چې ستا د کړنو ملاتړ کوي.

۲۷. په یوه ډله کې ستا اعتبار د ډلې په نظر پورې تړلی او

اعتبار یانې همدا نظر، ته نشې کولی د چا نظر واړوې، خو کولی شې په خپلو کړوړو کې بدلون راولې.

۲۸. د ماشومتوب د خوړو شیبو د یادولو لپاره تر اوسه هم ناوخته نه ده.

۲۹. دا په تا پورې اړه لري او کولی شې ووايې، چې هې خدایه دا

خومره ښکلی سباوون دی او یا هم ووايې چې هی خدایه بیا سهار شه.

۳۰. هر څه ته په عملي ډول په دوه ډوله کتل کېږي، یو په

جنگ او بل په پخلاینه، د نړۍ نرتوب او ښځینه توب هم همدا دی.

۳۱. د ژوند اوسنی وضعیت د ژوند راتلونکې نه څرگندوی ستا

ژوند ستا انتخابونه ټاکي، چې تر اوسه دې څه انتخابونه لرل.

د کال دویمه میاشت

۱. آن که څوک ستونزې هم درته جوړې کړي یا دې پر وړاندې خنډ شي، ته د خپلو فکرونو د انتخاب لپاره خپلواکه یې او دا ځواک ستا په ذهن کې شته.
۲. فکرونه ډېر معمولي وي، خو په فکرونو ټینګار تاته په دنیا کې بېسارې ځانګړنه درکوي.
۳. زه رحم کول له پخوا زمانو څخه داسې پیژنم: (که یو چاته یو کب ورکړې د یوې ورځې خوراک به یې شي، خو که هغه ته د کب نیونې چل ور زده کړې د عمر تر پایه به موږ وي.
۴. هیڅ شخړه پرته له تا دوام نه شي پیدا کولی.
۵. که دې له وسې نه وه، چې خپل حق ثابت کړې، ډېره ډېره او ډېره به ښه وي چې له نښتې ځان وساتې.
۶. د زړورتوب ضد همغږي نه ده وېره ده.
۷. ظالمان او جابران کولی شي زموږ جوماتونه او عبادت ځایونه راوړوي، خو زموږ د وجود دننه عبادت ځای کله لیدی او وړانولی شي، دا د عبادت ځای تل زموږ د هر یوه په واک کې دی او هره شېبه یې قابو کولی شو.
۸. په مادي دنیا کې د یوه واقعیت د ځلولو لپاره، باید د هغه واقعیت د ځلولو زمینه برابره شي.

۹. څوک چې له لرې د اور لمبو ته گوري يوازې او د تل لپاره يو منتقد پاتې کېږي، يانې څوک چې يو کس په ستونزو کې ويني او مرسته نه ورسره کوي او بيا وروسته په خپل فيلسوفانه انداز خوله په خبرو پرانيږي. انتقاد ډېر اسانه دی خو عمل هڅو، خطر او بدلون ته اړتيا لري.

۱۰. په مال او جمال دې او هغه، خپل ذهن بوخت مه ساتئ دا هر څه موږ له خپلې موخې لرې ساتي. موږ بايد دا زده کړو چې خپل ځان لکه زمکه شودياره کړو.

۱۱. مرگ يوازې يو بدلون دی، يو ښه بدلون. فکر وکړئ که مرگ نه وی د زمکې په سر به څه پيښ شوي وی؟

۱۲. که په دې باور يې چې تل د خپل پخواني ژوند په څېر واوسي، نو د خپل پرمختگ مخه دې ډپ کړې.

۱۳. خپلواکي په يو څه يا يو چا د تکې د نه کولو اړتيا ته وايي. هغه فکر ته وايي چې موږ د هغه په وسيله ژوند پر مخ بوځو. هغه لېږدونکې وسيله ده، چې له بيابانو مو کلو ته بيايي.

۱۴. خپلواکي د روشنګرۍ د لارويانو له سترو وياړنو څخه يو درس دی.

۱۵. زه تل له دې خبرې سره مخالف وم، (خپله ټوله هڅه وکړه)، ښه دا ده چې وويل شي، (يوازې خپله دنده ترسره کړه).

۱۶. ستا لويه ستونزه دا ده چې ته غواړې هر څه ستا لپاره بدلون ومومي. کله چې ستا دا غوښتنې پای ته ورسېدې ته به

هم پای ته ورسېږي. ته کولی شې چې یو څه وغواړې خو پای ته رسېدلو ته اړتیا نشته.

۱۷. ستازه (ID) پرته د باورونو له اغېزې هېڅ څه هم نه دی.

۱۸. هڅه وکړه چې احساس دې پر وړاندې خپله نه شي او پام دې وي، چې هغه ته خپله انتخابوي.

۱۹. د دروني هوساینې لپاره یوازې په دې خبره پوهېدل ضرور دي چې هېڅ کوم بهرني لامل ته اړتیا نشته.

۲۰. موږ فکر کړو چې ژوند د موږ او فېشن تالار دی، خو داسې نه ده.

۲۱. د روښنګرۍ په لور هېڅ لاره نشته. روښنګري خپله یوه لاره ده. د ژوند ډېره برخه همدا اوږد مزل جوړوي.

۲۲. د ژوند هره شیبه چې د نورو له لاسه په نا آرامۍ، اندېښنه، خښم او نا هیلي تېره کړې د ژوند هر څه دې له لاسه ورکړل.

۲۳. ستا ذات، یو نا لیدونکی شعور دی. ستا فطرت ستا د فکرونو زېږنده ده او دا هغه ځای دی چې پرته له دې هېڅ بل څه په کې نشته.

۲۴. د بودا یوه ډله پیروان وايي، (فضا د دوه وو مېلو ترمنځ ده، چې پرانګ په کې ساتي) او د ننونو ترمنځ وقفه ده چې موسیقي رامنځ ته کوي.

۲۵. ته یو تل پاتې پدیده یې او ستا نا لیدونکی ذات هېڅکله هم نه مري. ته کولی شې د خپل ذهن د ځواک په وسیله خپله هر فکر ته د عمل جامه ورواغوندي.

۲۶. ستا د اروايي ستونزو د حل لاره ستا هيلي دي. که غواړي چې په ژوند کې خوشحاله واوسي، روغ او گټور ثابت شي، نو د خپلو هیلو په ترلاسته کولو کې ډېره هڅه وکړه.

۲۷. تیروتنه په دې مانا نه ده، چې ستا دریځ او وقار ټیټ شو. مانا یې دا ده چې تا په همدې ساده گۍ له خپلو تیروتنو ډېر څه زده کړي.

۲۸. که دنیا منظمه وی او هر څه د خوښې وړ وی او ټول ترې راضي وای، هیڅ ژوندی موجود به آن یوه ورځ هم ژوندی نه وای پاتې شوی. د الوتونکو لپاره به چونجیان نه پیدا کېدل او شخصي گټو به پر ملي گټو لومړیتوب درلوده.

۲۹. هر څنډ یو فرصت دی؛ یو خلاقیت دی.

۳۰. هر کله دې چې ذهن یوازې په خپله ولکه کې وه له دروني هوساینې به برخمن شي.

۳۱. ته په ټوله نړۍ کې بې ساری یې.

د کال درېیمه میاشت

۱. د خدای (ج) لپاره د خاورینې زمکې پر سر پرته له تاهیشوک د برتری خاوند نه دی.
۲. په دنیا کې د وېرې په نوم کوم څه نشته. وېره هماغه ډارن فکرونه او کړنې دي چې له هغو څخه باید ځانونه وژغورو.
۳. څوک چې وایي دنیا یو تیاره ځای دی، خپلې سترگې یې له هغې رڼا څخه پټې کړي کوم چې د ژوند لوری ورته ښیي.
۴. د کوم ژوند لپاره چې ته یې غواړي وخت کم نه دی. یوازې د پریکړې لپاره کم وخت لري.
۵. مخکې له دې چې د ښښې په اړه وغږېږي یو ځل یې خوند وڅکه.
۶. که له ځان غوښتنې څخه خلاص شوې، ټول وجود به دې هوسا شي.
۷. که د سختیو پر مهال لوړ دید او صبر لرونکی نه وي، د هوساینې پر مهال به هیڅکله هم صبور نه شي.
۸. د ژوندانه پرمختګ په هغه څه پورې چې تا راتپول کړي نه دی تړلی بلکې په هغه څه کې نغښتی چې تا بل چا ته وربښلي.
۹. ته دې د خپل روح کالبود یې چې وروست به شي. جسم نرم او بدلون مننونکی دی خو فکر هیڅ کله هم نه.

۱۰. د مهالویش شتون طبیعي دی، خو د مهالویش تر اغېزې لاندې راتلل دې د اندېښنو سبب ګرځیدی شي. هڅه وکړه چې مهالویش دی تر اغېزې لاندې را نه ولي.

۱۱. هغه عقل چې ګلونه کړي له ما او تا سره دی.

۱۲. یو موټی اوبه په خپل لاس کې کیکاره. وبه یې وینې چې اوبه ورکېږي خو که په همغو اوبو کې په آرامه خپله لاس ورتیټ کړې په خپل ټول وجود به د اوبو شتون حس کړې.

۱۳. د منفی فکر د لرې کولو لپاره تر هر څه پرمخه دا مهمه ده، چې په هغه څه چې تر اوسه یې لرو شکر وباسو.

۱۴. د لویۍ ماهیت په دې کې دی، چې په هغو شرایطو کې چې نور ترې ناخوښي وي ته په کې خوشحاله واوسي.

۱۵. د ملامتۍ احساس هیڅکله هم تیر وخت ته بدلون نه شي ورکولی.

۱۶. په هر هغه ډول چې، انسان په بدو کارونو عادت کېږي په هماغه ډول په ښو کارونو هم عادت کیدای شي یو ځل یې وازمویه.

۱۷. ډېری انسانان خوښي له خپل وجود څخه بهر لټوي، خوښي هغه څه ده چې ستا په وجود کې نغښتې او له فکرونو څخه دې سرچینه اخلي.

۱۸. سازګاري د فکرونو زیږنده ده زموږ د ټولو کړنو جرړې زموږ په فکرونو کې دي.

۱۹. کله چې په يوه جسمي ناروغۍ اخته کېږي نو دوو کارونو ته به ملا تړي يا به يې زغمي او يا به هم د درد د ورکولو په لټه پسې راوځي.

۲۰. کله چې د خپل و جود دروني زېرمو ته ورننوزي نو يوه پټه خزانه به په لاس درشي کوم چې بيا به تل درسره وي.

۲۱. ته فکرونه جوړوي او فکرونه دې موخې جوړوي او موخې راولاړېږي او واقعيتونه جوړوي.

۲۲. د بودا يوه ډله لارويان وايي: وړاندې له دې چې لمر څرک ووهي بوټي راوباسه او اوبه راوړه او وروسته له دې چې لمر څرک وواهه هم بوټي راوباسه او اوبه راوړه دا د ژوند دستور دی.

۲۳. وړاندې له دې چې په خلک قضاوت وکړي چې دا هسې دي او هغه هسې، ښه به وي چې خلک د ځان هنداره وگرځوي او له ځانه وپوښتي چې له هغو څه زده کولی شي.

۲۴. د کرکې پر وړاندې يوه تر ټولو ښه لاره مينه ده، نور کارونه به دې سپک کړي.

۲۵. د دې پر ځای چې په خپل وچپيلي د مسيحيت، يهوديت، بودايزم، مسلماني او بل هر څه تاپه ووهي ښه به وي چې همدا نن وعده راسره وکړي چې خپله د عيسي (ع)، بودا او محمد (ع) غوندې شي.

۲۶. د پيښو تر منځ شيبې سم لکه د پيښو په څېر په يادونو کې پاتې کېږي.

۲۷. د يوه تکړه ځوان لپاره د نشه يي توکو او لوږې په وړاندې

مبارزه په هماغه اندازه چې د ژوند د سمون او ټوليز عدالت په راوستو کې يې کولی شي اسانه ده.

۲۸. په ټولنيز ژوند کې له خلکو سره په هغه ډول چلند کوه کوم

چې ته يې له خلکو غوښتونکي يې.

۲۹. د دې پر ځای چې ژوند يوه ترخه خاطره وگنې يوازې تجربه يې وگنه.

۳۰. هوسا اوسه. په پرانيستو سترگو او پراخه زړه د هرې شيبې

معجزې شمېره. په هره شيبه غور وکړه او په خپل ټول وجود يې حس کړه او هماغه شيبه غنيمت وگڼه. هر څه په شيبو کې دي.

۳۱. له تاسره يوه ځانگړې خپلواکي ده، خو په دې شرط چې

گواښونه يې وزغمې. خپلواکي د خپل ژوند په اوږدو کې گام اخيستل او انتخابونه دي.

د کال څلورمه میاشت

۱. النور روزولت وایی: ((مخکې له دې چې ته ونه غواړي بل څو دې نشي غولولی.)) هیڅوک نشي کولی دا ته یې چې په خپل ځان څه کوي.

۲. د مادي پرمختګ لپاره یو څه مخنیوی کېږي، خو د روشنګرۍ په وړاندې هیڅ خنډ نشته.

۳. ستا اروايي وجود چې ستا د ټول وجود یوه لویه برخه ده ستا د مشورې لپاره ستا په چوپړ کې ده. ستا اروا به تل تا سمې لارې ته وهڅوي.

۴. په ژوند کې د څلورو څیزونو غوښتونکي اوسه بریالیتوب، خوښي، مینه او ګټورتوب دا ټول باطني پړاونه دي.

۵. د کتابونو لوستل د هوښیارۍ مانا نه ورکوي. هوښیاري دې ته وایی، چې موږ څنګه کولی شو په هر ډول شرایطو کې ګټور واقع شو.

۶. مهر طلبي دې ته وایی چې ته له یو چا څخه غواړي چې په یوه ډول نه په یوه ډول پرې ګران واوسي او که داسې ونه شول نو وایی: ((دا انصاف نه دی.)) مهر طلبي پر نفس د اعتماد له نه شتون څخه رامنځ ته کېږي.

۷. که تر اوسه هم د یوې داسې دندې غوښتونکي یې کوم چې په ځوانۍ کې دې غوښته نو نن له ځانه وپوښته: ((آیا د سلا مشورې لپاره باید یوه تنګي ځوان ته ورشي؟))

۸. کله چې د نورو په اړوند قضاوت کوو د هغوی د ښو یادونه نه کو
ځان ښه گڼو.

۹. څومره چې له خپل ځان سره مینه وکړې په خپله له نورو سره
مینه ډېرېږي.

۱۰. څومره چې په خپل ځان باور وکړې په هماغه اندازه د
بريالیتوب رازونه مومي. باورونه ټول ستا په وجود کې نغښتي نو
له همدې امله دې منلي هم دي، په دې هر څه پوهیدل انسان
له د ننه خوځوي.

۱۱. ټولې هغه ټاپې چې تا په ځان نښلولي له نظر یې تېرې
کړه، هره ټاپه د یوه خنډ او حد ټاکوونکې ده.

۱۲. ځان او خلکو ته په دې دنیا کې د لیونو خیال کوه او بیا
تصمیم نیسه چې خپل قهر قابو کړې او شوخي او خندا د خپل
ژوند یوه برخه وگڼې په دې کار به دې خپل ځان او نورو خلکو
ته یوه لویه ډالۍ ورکړې وي.

۱۳. هیڅوک پرته له دې چې خپله ونه غواړي د چا په حال نه
شي پوهیدلی. پوهیدنه له هڅې او هاند څخه را منځ ته کیږي.

۱۴. ژوند ځان درته ډالۍ کړې او په بدل کې یې هیڅ هم نه در
څخه غواړي، ته کولي شي ژوند ومنې. ژوند ومنه او په ډېره مینه
یې ژور ته ورسېږه یا هم ورسره وجنگېږه، خو که په دې تصمیم
شوې چې ورسره وجنگېږې بیا به یې خوند ته وخت ونه مومي.

۱۵. غواړم یو ډاډ درکړم، له ژوند څخه درس اخیستلو ته اړتیا نه
لرې، کوم چې گڼې نور به ناوړه پېښې نه تر سره کېږي.

۱۶. ټول لوی استادان موږ ته همدا یو لوست راکوي چې: له ځان سره پخلا شه، خپل ناپایه ځواک ومومه او په دې باور ولره چې خدای هغه مینه ده چې ستا په وجود کې شته.

۱۷. کله چې د خپلو منفي نه وړتیاو په اړوند خبرې کو هغه وړتیاوې نورې هم پرېږي.

۱۸. ډېری خلک د خپلو هیلو د هندارو پر مخ لیکي: (نن مې د ژوند لومړی ورځ وه). زه ښه گڼم چې ولیکم: (نن مې د ژوند وروستی ورځ ده او غواړم داسې ژوند وکړم چې گنې نور به د ژوندون هیڅ وخت و نه لرم.

۱۹. ته یوازې یې او که داسې یو کس ته چې یوازې دی ورنشې یوازې پاتې کېږي.

۲۰. ځان له خلکو سره له مینې ډک که. په هغو کسانو کې چې تردې وړاندې دې پریکړه کړې وه چې ترې لرې شي د خدای نښې ووينه.

۲۱. هغه کسان چې پراخه ذهن لري دا خبره نه کوي چې: (غواړم هر څه ولرم) هغوي وايي: (هر څه لرمه خو غواړم پرمختگ وکړم).

۲۲. ځاني پاملرنه له تا سره مرسته کولي شي، چې خپلې پټې وړتیاوې پیدا کړي.

۲۳. کله چې خپل ذهن له مثبتو فکرونو ډک کړې نو هغه پخواني منفي، پارونکي او غمجن فکرونه یې مخنیوی کوي او یو ډول کیمیاوي کړنې ترسره کېږي.

۲۴. لکه د تینس لوبه خپله ټوله مینه په خپل سیال قربانومه،

دا مینه به مې په هره تېروتنه له لوبې لري کړي.

۲۵. معجزه هر ګرۍ پېښېدونکې. چمتو او غوښتونکې یې اوسه.

۲۶. ځینې ځورونکي او غیر انساني کارونه له دې سیوري لاندې: ((زه یوازې له قانونه پیروي کوم)) یا ((ما یوازې خپله دنده ادا کړې)) ترسره کېږي.

۲۷. ځینې عصبي حجرې چې نن ستا په مغزونو کې شته کیدای شي اووه کاله وړاندې به نه وې، خو سره له دې هم ته کولی شې اووه کاله تېر یادونه در په یاد کړې. دا کار څنګه کېږي؟

۲۸. تمبلۍ ته په ژوند کې هیڅ بهانه نشته، ټول هغه دلایل چې ته یې د ژوند د نارضايتي لپاره کاروي پرته له بهانو بل څه نه دي.

۲۹. هندارې ته ودرېږه که دې احساس بد وه نو همدا کړۍ احساس به دې هر ځای درسره وړې لکه په هونګ کې چې اوبه ټکوي هیڅ به لاس ته را نشي.

۳۰. له یوه پوه انسان څخه نقل کېږي چې: ((هر هغه څه دې چې په ذهن کې ګرځي هماغه کېږي)).

۳۱. که پوهېږې، چې د خپلو کارونو مسئولیت په خپله لرې نو په دې هم باید پوه شي، چې د خپل ټول ژوند مسئولیت دې په خپله غاړه ده.

د کال پینځمه میاشت

۱. هیڅوک په دې نه پوهېږي، چې تعصب څومره ناوړه پایلې لري.
هیڅوک!

۲. دمگړۍ غنیمت وگڼه راتلونکې د حال یوه شیبه ده او کیدای شي راورسېږي کله چې راورسېده بیا هماغه ساعت هماغه مصلحت.

۳. هره ستونزه چې د زمکې په سر را ولاړېږي یا د ذهني او جسمي پرمختګ جوګه ګرځي او یا هم موږ بهانې ترې جوړو او باور پرې کو چې ګنې په کوم غم اخته شوي یو.

۴. ته له نورو بېل نه یې او د بدو کارونو په اړوند بد قضاوت هم ټول په نورو خلکو پورې اړه نه لري.

۵. که دې اوضاع په خوښه نه وه له ځان څخه وپوښته چې: (دا وضعه ولې دا ډول شوه؟ او څنګه کولی شو وضعې ته بدلون ورکړو؟).

۶. ته د دې وړتیا لري، چې په خپله خوښه او هر ډول چې غواړې په هماغه ډول شي، هیلې دې سترګو ته ودروه او په دې باور ولره چې تر لاسه به یې کړي.

۷. فکر کوم چې که کوم کار په زور او جبر ترسره کړې او په ګټه دې هم تمام شي له هغه کار څخه خوند نشي اخیستلی.

۸. هر څه په ژوند کې ضد او نقیض دي. هر څومره چې ځان په چا لوی وګڼي سپکېږي په هره کچه چې د نورو په تائید پسې ونه ګرځي تائید به دې کړي.

۹. د ماشوم نړيواله ورځ، ترټولو ستر غفلت دا دی چې هغه څه ته ډېر کم اهميت ورکو کوم چې په قدر يې نه پوهېږي.
۱۰. تېر، تېر شو او هغه څه چې تا غوښتل ترسره دې کړل که سم وه او که ناسم که ښه وه که بد هر څه چې وه ترسره دې کړل دمگړۍ غنيمت وگڼه موږ نشو کولی نن سبا ته را وگرځو.
۱۱. موږ تل په يوه لاره روان يو، يوازې د لارې يوه خوا او بله خوا منظرې بدلون مومي.
۱۲. خير غوښتونکي ذهن هغه ذهن دی، چې د نورو خلکو ځوريدنه ونغاړي. او دا ذهن په نړۍ کې تر بل هر مادي ځواک پياوړی دی.
۱۳. هيڅکله به هم په دې وړتوانېږي چې نړۍ خوشاله کړي همدا چې د خلکو نيمه برخه هم درڅخه خوښه وه خپل کار دې په ښه ډول ترسره کړي.
۱۴. هره هغه پېښه، چې د حال په سترگو وگورې د هغو شيبو لپاره سريزه ده، چې ته به راتلونکې په کې واوسي.
۱۵. هره هغه پېښه، چې موږ ورسره مخامخ کېږو يو حکمت په کې نغښتی.
۱۶. ته له فکر او جسم څخه جوړ شوی يې او قوانين هم په همدې موخه جوړ شوي، پلي کېږي او پای مومي. خو دا فکر دی، چې هيچ حد او حدود نه لري.

۱۷. په نړۍ کې چې هر څه شته او ستا د چوپړ استفادې په موخه راغونډ شوي؛ دا هر څه د دې لپاره نه دي، چې ته یې چوپړ وکړې.

۱۸. ډېر کم دي، زما په اند د ډېرو لرو مانا دا چې د ډېرو شيانو ساتل، له ډېرو شيانو ملاتړ، د ډېرو شيانو پالنه، ډېرو شيانو ته اهمیت ورکول، د دوه برابره کولو لپاره یې هڅه، په هغو ویاړل، هغو ته ارزښت ورکول او یا هم شاید د ځينو اړتیاو لپاره د هغو پلورل او داسې نور ...

۱۹. که کومه ستونزه لرې دا ستا د فکر ستونزه ده، او یوازینی لاره چې ته دې دا ستونزه پرې حل کولی شي د خپل فکر رغول، بدلول او سمول دي.

۲۰. د پیسو لاسته راوړل هم د نورو شيانو د لاسته راوړلو په څېر وي. په پیسو ځان مه نښلوه او د ژوند واک دې پیسو ته مه ورکوه.

۲۱. که په کومه کنده کې پروت یې نو دا هرڅه دې خپله ځان ته چمتو کړي وه.

۲۲. خپله مینه له ټولو خلکو پرته له کوم شرط او دلیل څخه موخه وگرځوه او هغه څه چې له مینې وروسته تاته درگرځي په روڼ تندی یې ومنه، آن که هغه څه ستا په خوښه هم نه وه.

۲۳. خپل ټول پخواني عادتونه د دې فکر له سیوري لاندې ځنډ کړه: ((نور هیڅکله خپلو پخوانیو منفي عادتونو ته نه ورگرځم)).

۲۴. دا مې تر اوسه له هيچاه نه دي اورېدلې چې د مرگ په پوله

ووايي: ((کاش چې ډېر عمر مې په اداره کې تېر شوی وی.))

۲۵. په هره اړيکه کې، چې دوه کسه يو کېږي پايله يې د دوه

کسانو نيمه نيمه برخه د يوه انسان په اندازه ځواک رامنځ ته

کېږي.

۲۶. که ته هماغه څوک شي چې زه يې غواړم نو زه ستا څښتن

يم او ته زما غلام.

۲۷. ته کولی شي خپل فکرونه قابو کړې په دې شرط چې نور

پخوانيو منفي فکرونو ته په ذهن کې ځای ور نه کړې.

۲۸. مينه خپل کار ته پرېږده، ځکه چې پرته له مينې بل کار نه

دی پاتې.

۲۹. دا چې ځينې کسان وېرېږي او خپگان ورته پيدا کېږي لامل

يې دا دی چې د خپلو کارونو واک له لاسه ورکوي. په دې خاطر

چې ښه احساس نه لري هر څه له ځانه لرې کوي او مسوليت يې

نه مني ځکه چې د نورو ملامتول ورته تر هرڅه هوسا وي او

هيڅکله دا خبره نه کوي: ((د دغو حالتونو رامنځ ته کوونکی

خپله زه يم.))

۳۰. د کایناتو د شتون فلسفه داده، چې ته خوند ترې واخلي،

نابلده شيانو سره بلد شي او په عين حال کې پوه شي، چې د

هيڅ شي لپاره تضمين نشته.

۳۱. خلک خيال پلو وهي، چې په خپل ژوند کې بدبخته دي،

کنه دا هره ستونزه خپله د دوی په فکري نظام کې ده.

د کال شپږمه میاشت

۱. پخوا به دې چې کله له یو ه عالم څخه پوښتنه وکړه، چې په خدای عقیده لري؟ نو درته ویل به یې نه زه عالم یم. خو اوس چې کله له عالم څخه پوښتې چې آیا په خدای عقیده لري نو درته وایي هو زه عالم یم ولې په خدای عقیده ونه لرم.
۲. یو وړاندېز درته لرم، له ځان سره نرم چلند کوه او پرته له کوم شرط او دلیله ځان سره مینه وکړه.
۳. تل نه شې کولی چې ترټولو ښه واوسې، په سیالیو کې بریا دایمي نه وي، تل د بدلې سر نه یې، تل ویارونه نشې بښلی خو کولی شي، چې تل ځان ته اهمیت ورکړې او ارزښمند شي.
۴. کله دې چې د ژوند موخې خپله وټاکلې نو ضرور به دې ژوند هم خپله جوړ کړې.
۵. ځان ته عزت ورکول خپله له تا سر چینه اخلي نه کسبي وي او نه هم د نورو له تائیده څخه را منځ ته کیږي.
۶. د دې پر ځای چې له مور او پلار سره دې په پخوانیو اړیکو اندیښمن شي، هڅه وکړه چې خوا ته یې ورشي او ورته ووايي چې درباندي گران دي. همدا نن همدا کار وکړه.
۷. له ځان سره یو تعهد وکړه چې سر له ننه د نړۍ له ستر ارزښمند، ښکلي او پرشوره سړي سره چې خپله ته یې مینه وکړې.

۸. ټول هغه څه چې تر اوسه ستا په ژوند کې پېښ شوي، يا دې د ژوند د پرمختګ لپاره يو فرصتونه برابر شوي او يا يې هم په وړاندې خنډ ګرځيدلي.

۹. هر کله دې چې يو ناقراره کس وليده، په ياد دې وي چې خپله د دې هر لامل دی، او ته يې زړه ته زړه مه ورکوه.

۱۰. کله چې پر ځان اعتماد کوي، په هغه چا اعتماد کوي چې ته يې پيدا کړی يې.

۱۱. فکر له تا سرچينه اخلي، مانا دا چې ژوند دې خپله جوړ کړی.

۱۲. کله چې فکر د انسان کيدو وسيله وګڼې نو هر هغه څه چې ستا د بدلون پر وړاندې خنډ ګرځي له منځه ځي او د ژوند واک په خپل لاس کې اخلي.

۱۳. «زه يې لياقت نه لرم» دا هغه جمله ده ډېری انسانان يې په کڼدو کې وراچولي. دا جمله ستاسو ارزښت کموي.

۱۴. کله چې ستا مهربانه روح ستا وجود ته لارښونه کوي په باطن کې دې يوه همغږي پيدا کړي. او کله چې جسم روح ته لارښونه کوي هر څه په بل مخ کيږي.

۱۵. ته هغه انسان نه يې چې د معنويت خوند وڅکې، ته خپله معنويت يې چې د انسانيت خوند څکې.

۱۶. مهالویش د اړتيا په صورت کې بد نه دی. خو په مهالویش مينيدل ستر ليونتوب دی.

۱۷. په دنیا کې هیڅ شخړه نشته یوازې ځینې خلک د شخړو
فکرونو په سرونو کې پخوي.

۱۸. که فکر کوي چې د خوشحاله ژوند لپاره یو څه نه لري نو
یوازې شی چې اړتیا ورته لري دا ده چې داسې ځای ته لاړشي
چې د هغه څه په ارزښت چې نه لري پوه شي.

۱۹. که اراده وکړي او د ژوند د خوښیو او گټو لور ترسیم کړي،
بریالیتوب به په خپله په تا پسې در شي.

۲۰. په دې خبره چې حق په جانب یې ټینګار تا ځوروي د حق
په جانب توب او مهرباني ترمنځ که مهرباني غوره کړي ټولې
اندېښنې به دی لمنځه لاړې شي.

۲۱. زموږ خنډونه یوازې جسمي وي فکر هیڅ محدودیت نه
لري.

۲۲. یو کس هره ورځ د هندارې له دننه درته گوري او دا هغه
کس دی چې بېرته باید ځواب ورکړي.

۲۳. روڼ اندي انسانان په چا پورې تړلي نه وي. هغوی خپل
ژوند د نورو په مهالویش مخ ته نه بیايي.

۲۴. دا مهمه نه ده چې په ژوند کې څه کوي، نیم خلک دې
مني نیم دې نه مني، نو که وغواړي چې د یوه کار لپاره د ټولو
تأیید واخلي نو د بدمرغۍ ور دې پرانیسته.

۲۵. پر ځان اعتماد یعنی پر خدای اعتماد.

۲۶. نړۍ یوه سندره ده، کله چې ارامه وي غږ یې اورې او دا
حس به درته پیدا شي، چې ته خپله د دې سندري یوه برخه یې.

۲۷. هر کله چې د يوه کار له لاسه وځوريدې له ځانه وپوښته:

«ما ښه کړې وه، چې په دې بلا واوښتم؟»

۲۸. د خيال له بې کچې ځواک څخه کار واخله دا ځواک ترټولو

پياوړې، گټوره او عملي لار ده.

۲۹. څنگه کولی شو له هوساينې څخه ډکې نړۍ کې ژوند

وکړو؟ له دروني هوساينې بهرنۍ هوساينه زيږي. که دنيا له هغو

انسانانو څخه ډکه وه چې دروني هوساينه لري نو ستا دنيا به هم

هوسا او آرامه شي.

۳۰. کولې شي پاتې ژوند هم په انديښنو کې تير کړې، هيڅ

شي به بدلون ونه مومي.

۳۱. آيا تر اوسه دې په دې فکر کړې چې له هغو کسانو سره

چې عصبي کيږي نه لاندې خومره سخته وي؟

د کال اوومه میاشت

۱. ته تل پوره یې او په بهرنۍ مادي دنیا کې به هیڅ شی تا پوره نه کړي.
۲. ستا بدن پوره دی. او پوهیږي، چې څنگه و خوځېږي، ویده شي، وری شي، وژاړي او... همدا ډول ډېر چمتو شوی او زده کوونکی دی کولی شي لامبو، موټر ځغلوڼه، لیکنه، گیتار وهنه، د الماسو زرگري او غر مزلي (کوهنوردي) هم زده کړي.
۳. کله چې ته یو څه چاته وربښې، نړۍ هم ستا په وړاندې بښونکې شي.
۴. د نړۍ ترټولو خپلواکه کسان هغه دي، چې دروني هوساینه لري.
۵. بلاخره پوه شوم چې نور خلک به تل هغه خلک وي، چې وه، یوازې زما عقیده به وي، چې د هغوی پر وړاندې بدلون مومي.
۶. کله چې د هستۍ په معجزه باور وکړې، پوه به شي چې هیڅ شی ناشوني نه دي.
۷. له روح سره دې یو شه، په مینه او لیوالتیا خپلو دروني غوښتنو ته غوږ ونیسې، دا ستا ذهن دی، چې په ژوند کې د ریښتینو معجزو د رامنځ ته کېدو لامل ګرځي.
۸. که نه پوهیدی چې څومره عمر لرې نو اوس به مو احساس دا وه چې څو کلن یاست؟

۹. یوازې له خپلو نیمګړې و سره مبارزه وکړه. ټاکنې دې پیاوړې کړه.

۱۰. خشم تا تبیه کوي دا هغه څه دي چې تل درسره شته او ژوند ورسره کوي او یوازینی شی چې نورو ته ورکوی شي هم همدا دی. تل به د لانجو په ډنډ کې ژوند کوې، د زړه درزا به دې ډېرېږي او په بېلابېلو جسمي ستونزو به اخته یې.

۱۱. په موندنو کې د ژوند تېرول د معنوي بیدارۍ لپاره د ارواپوهنې له ټولګي څخه هم ډېره ګټه کوي.

۱۲. دا ځل که د نورو له نظر او اند څخه ناآرامه شوې په زړه کې ووايه: «دا چې زما په اړوند څه نظر لرې را ته مهمه نه ده.»

۱۳. که د تړاو (تعلق) او خوند تر منځ په توپیر نه پوهېږې له ځانه وپوښته چې که هغه شي نه وي څه غبرګون به در څخه ترسره شي.

۱۴. هغه انځور چې د ژوند په لړ کې یې موږ وینو د هر چا لپاره توپیر لري. خو دا انځور د هرچا په وړاندې شته او فرصتونه یې هم همدا دي.

۱۵. آیا تر اوسه دې ۲۵ کلونو په موده ښوونه کړې یا په یوه کال کې ۲۵ ځله ښوونکی شوی یې.

۱۶. له ماشومانو سره داسې چلند وکړه لکه له وړاندې چې کوم دریځ ولري، په دې کار به دې هغوی هغه کسان شي چې په ذهن کې یې ګرځولي.

۱۷. که دې پایلې ته رسیدلې یې چې دا کتاب او خبرې یې تا له ستونزو خوشې کوي نو وړاندې له دې د توهمنتونو قرباني وي.
۱۸. هغه کسان چې شور او شوق لري د ژوند په ټولو چارو کې په یوه ناروغۍ اخته وي او هغه د ډېرو ناروغۍ ده، تل د ډېرو غوښتونکي وي چې همدا کار یې احساس پوره او کمبود جبرانوي.
۱۹. اړینه نه ده چې کوم څه لاسته راوړې، تا وړاندې له دې هر څه لاسته راوړي.
۲۰. که یوازې هغه څه چې وینې باور پرې کوي ځان دې هم په همدې محدوده کې را غونډ کړي. که یوازې هغه څه چې ویني یې او باور پرې کوي نو ولې د بریښنا لگښت پیسې ورکوي.
۲۱. که فکر کوي چې بدلون وخت نیسي همداسې به شي.
۲۲. هر څوک د ژوندانه په بېلابېلو پړاونو کې بدلون مومي، په دې شرط چې دروني خبرې اترې ترسره شي.
۲۳. کړه وړه دې له خبرو ډېر د ښه والي څرگندونه کوي.
۲۴. هیجاني احساس یو تیریدونکی احساس دی چې په خپله ترسره کیږي، احساس هغه غبرگون دی چې ته یې غوره کوي.
۲۵. اصل موضوع دا نه ده چې ته خدا ټاکي او که خشم، مهمه دا ده چې ته کومه شېبه د خپلو خوښیو لپاره خوښوي او کوم وخت په غوسه کې تېروي.
۲۶. که پر ځان اعتماد نه لري نو یو ټکان ځان ته ورکه او داسې کار وکړه، چې د ځان په اړوند ښه احساس پیدا کړي.

۲۷. کله چې د نړۍ جوړیدونکي اجزاوې یو له بل سره تضاد ولري نو ټول بشریت به هم د هغه په وړاندې کوم کار ونشي کولی.

۲۸. که زموږ ډېره برخه له شخړو لاس واخلو فکر وکړي چې خومره سوکالي به رامنځ ته شي.

۲۹. که وکولی شي چې خپلې غوښتنې په ذهن کې انځور کړي، کولی شي هماغه غوښتنې په خپله مادي دنیا کې هم لاسته راوړي.

۳۰. معجزې هله پېښېږي چې د ناشونۍ له شره ځان خلاص کړي او د وجود دننه په حیرانونکو رازونو پوه شي.

د کال اتمه میاشت

۱. مرگ هغه کلمه ده چې د یوه کار پای لپاره کارول کېږي. محدودیتونه یې پای دی، روح هیڅ خنډ او محدودیت نه لري.
۲. د ساه ویستل، د ځمکې په سر زموږ شتون او د اړیکو ساتل معجزې دي.
۳. ننۍ ورځ بریالیتوب یوازې په خبرو کې نه دی اړینه ده چې لاس په کار شو.
۴. ریښتونی ځواک دا دی چې مینه وکړو، همغږي شو، ژور فکر وکړو او دښمنانو ته دا زمینه مساعده نکړو چې زموږ په ضمیر واک ومومي.
۵. که په دې باور یې چې د راتلونکي او تېر وخت په اړوند بد احساس یا ډېره اندېښنه کوم بدلون راولي، نو پام دې وي چې ته د ځمکې په سر ژوند نه کوي او په واقعیتونه یې سر نه خلاصوي.
۶. احساسات په دوه برخو کې ډېر بې ځایه وي یو د هغه کار لپاره چې تېر شوی او یو د هغه کار لپاره چې کېدای شي په راتلونکې کې ترسره شي.
۷. ستا ریښتونی او ستر شتون ستا د فکر دننه وي.
۸. که غواړې چې ډېره ګټه وکړې، ډېره لوبه وکړه.

۹. هغه کسان چې زموږ احساسات تپي کوي هغه کار کوي، چې زده يې دی هغوی د خپل ژوند د غوښتنو سره سم کار کوي، که هغوی ونه ښي نو د کینو په جال کې د ورولیدو اجازه دې ورکړه.
۱۰. تل باید په دې پوه واوسې چې د خدای په خدمت کې واوسې او هر ډول چې کولی شي د خلکو خدمت وکړه، معجزې په همدې کار شونې کېږي.
۱۱. له هر چا سره چې مخامخ کیدې له شرط او دلیل پرته خپله مینه ترې قربان کړه او پسې گوره چې پایله څه کېږي.
۱۲. موږ له خدای سره مخصوصې خبرې کوو او نوم یې لمونځ یادوو، خو له هغه لوري ځواب راته ناشونې ښکاري، په ځانگړې ډول په داسې حال کې چې په نړۍ د لاشعور د حکم چلونې په خبره هم باور لرو او موږ یې یوه نښه یو؟
۱۳. څومره چې ځان ډېر وپیژنې ځان ته به دې ډېر پام شي چې کولی شي چې هم د ژوند له کاروان سره یو ځای شي او هم ورسره وجنگیږي، او له هر جنگ وروسته به پخپله پوه شي چې څومره کمزوری شوی یې.
۱۴. د ملامتۍ احساس دا مانا ورکوي چې دمگړۍ ژوند دی د تېرو شېبو له لاسه خراب کړی.
۱۵. د بدو عادتونو د لرې کولو بلقوه وړتیا زموږ د ټولو په وجود کې شته، او په یوه شېبه کې دا بدلون رامنځ ته کیدای شي.
۱۶. یو ځل یوې میرمنې له ما پوښتنه وکړه: (کوم څه زما د خوښیو مخنیوی کوي؟) ما ورته وویل: «غلط باورونه دې».

۱۷. ډېر ځله موږ ذهن او جسم سره بېلوو خو دا کار سم نه دې
موږ د ذهن او جسم يو ترکیب يو.

۱۸. «جنت ستا په وجود کې دننه دی» دا شعار نه دی واقعیت
دی.

۱۹. هره پېښه که څه هم بې مانا وي له تاسره د يوه مقام ته
رسيدو په برخه کې مرسته کولی شي.

۲۰. هر هغه څه چې په خپلو باورونو کې غوره کړو په ژوند کې
به يې ووينو، ژوند چې په هر ډول تېر شي په واقعیت کې د دې
څرگندونه کوي چې ته له ژوند څه برداشت لرې.

۲۱. دا چې ته هوسا او سوکاله نه يې دا د دنيا او خلکو ستونزه
نه ده بلکې هغه غبرگون دی چې ته يې د خلکو پروړاندې ترسره
کوي او هغه کار دې چې ته يې له دنيا سره کوي.

۲۲. تسليم شه، اعتماد وکړه او له شخړو ځان وساته مخ
پروړاندې لاړ شه او ځان ته اجازه ورکړه چې موخې لرونکي
واوسي او له معنوي لارښود څخه برخمن شي.

۲۳. داسې عمل وکړه لکه کوم څه چې تا غوښتل درته چمتو
شوي.

۲۴. د ژوند ساه ويستلو د هوساينې د حرکتو او د خپلو موخو پر
څرگندولو کولی شي د ژوند د سفر لپاره ډېره انرژي ترلاسه کړي.

۲۵. هڅه وکړه بيا ماشوم شي، خو دا ځل د قدرت او ځواک له
موضع عمل وکړې نه له کمزوريو ځکه چې دا ځل به زده کړې
چې، څنگه په خپلو احساساتو غلبه وکړې، څنگه د ځان په

اړوند فکر وکړې، څنگه پوښتنه وکړې او څنگه جواب ورکړې
ترڅو وکولی شي په هر ډول شرایطو کې په ترټولو ښه ژوند
وکړې.

۲۶. هوسا اوسه، له ځان سره مه جنگیره، منفی احساساتو ته
په ذهن کې ځای مه ورکوه، آزاد او خپلواکه اوسه دا هر څه د
بريالیتوب د کارونو کلیانې دي.

۲۷. کیدای شي د ښو خلکو ترټولو ښه کړه وړه هغوی ته ضرر
نه رسول او شوخ طبیعي وي.

۲۸. ته د بصیرت څښتن یې: لکه ریښه چې په اوبو کې روان
وي واوسه او په ټولو هغو کسانو چې اړیکې ورسره لرې لکه څپه
اغېز وشینده.

۲۹. که غواړې چې ژوند ته یوه ژوره مانا ورکړې نو نشې کولی دا
مسئله له خپلې عقیدې او باوره وشلوې او دا هر څه باید په خپل
وجود کې ومومي.

۳۰. روح هغه ښوان دی چې ستا د بدن پالنه کوي، بدن ته دې
غور ونیسې، بدن به دې خپله تاته ووايي په څه پسې لاړشې.

د کال نهمه میاشت

۱. که د دندې بدلون درته ناشونی وي یا دې دنده نه وي خوښه، یوازینی کار چې درپاتې دی او کولی شي دا تمرین دی چې خپلې دندې سره مینه وکړي.
۲. کله چې ځان ته بې شعوره ووايي همدا خبره تا له دننه څخه له کره کتنې راولي، دا په یاد ولره چې هر هغه څه چې ستا په ذهن کې گرځي په ریښتوني دنیا کې دې هم څرک وهي.
۳. د ښکلو خلکو او د هغو خلکو توپیر چې ښکلي نه دي یوازې زموږ په وړاندوینه کې دی د ځمکې په سر هیڅ داسې څوک نشته چې بدرنگه وي نشته دا د خلکو پریکړه ده چې له ځینو شیانو څخه بد تعبیر لري.
۴. په خلکو ټاپي وهو او ورسره جنگیرو، که په ریښتوني ډول د همغږۍ لیوالتیا لرو ښه خبره دا ده چې ویشکوو او لرې یې وغوځوو.
۵. کله دې چې د ناخوالو پروړاندې ډغري زده کړې ناخوالې په خپله له منځه ځي او ستا شاوخوا له مینې او سوکالۍ ډکېږي.
۶. د دې پر ځای چې ووايي: «دا بلا ولې زما په سر راولویده؟ عجیبه زمانه ده؟ زه بیچاره! هڅه وکړه چې ووايي: «کولی شم له دې پینې څخه ډېر څه زده کړم؟»
۷. ستا ژوند د درناوي او ستاینې وړ دی، په خپل ټول کمال او وړتیا دمگړۍ او هغه وخت کې چې لرې یې ژوند وکړه.
۸. د مینې یوه آزموینه دا ده چې له هغو خلکو سره مینه وکړي چې ستا د غوښتنو خلاف ستا ځواب په مینه نه درکوي.

۹. ستا معجزې ستا له دننه څخه سرچینه اخلي، خپل وجود ته وردننه شه تر څو هغه معجزه چې غوښتونکي يې وې ترلاسه شي.
۱۰. هغه کار وکړه چې دې خوښيږي لکه څنگه چې ته د چا په کار کې لاس وهنه نه کوې نور هم حق نه لري چې ستا په کارونو کې لاس وهنه وکړي، دې ته وايي يوه د کار خبره!
۱۱. که په دې خبره چې د عصبي اختلال په نوم کوم شی نشته کيدای شي درته عجيبه وي. اعصاب نه گډوډيږي، خلک غواړي چې اعصاب مختل (گډوډ) شي.
۱۲. کله چې چا ته وايي: «زه به درسره گورم» دا په دې مانا چې مخکې له مخکې دې خپل واک د هغه په لاس کې ورکړ.
۱۳. ستا ذهن پياوړی او لايتناهی دی او هرکله چې وپيژندل شو کولی شي معجزه را منځ ته کړي.
۱۴. دا ستونزه نه ده چې موږ په کومو شيانو نه پوهيږو، ستونزه دا ده چې په هغو شيانو چې پوهيږو ټول واقعيت نه لري.
۱۵. ته د بشریت په پلنه هستۍ کې يوه ټوټه يې خو که پوره او همغږې ونه اوسې ټول بشریت نیمگړی دی.
۱۶. د ژوند د ستونزو د پوښتنو ځواب تل خپله په ستونزو او پوښتنو کې وي.
۱۷. ته يو خوځنده او ډوبنده زړه يې چې بشریت نومېږي.
۱۸. د ميندو او پلرونو يوه لويه دنده دا ده چې خپلو اولادونو ته د گټور کيدو احساس ورکړي.
۱۹. که اولادونه د اخلاقي ظوابطو پر وړاندې انعطاف منونکي وي تل کولی شي چې بدلون ومومي هغه هم پرته له کوم خنډ څخه.

۲۰. هغه وکړه چې له تېرو تېروتنو عبرت واخلي، نه دا چې تکرار يې کړي او تل پېښمانه شي.
۲۱. هر څوک په خپل کار بوخت دي، موږ هغه کار کوو چې په ذهن کې مو گرځي او ژوند جوړو.
۲۲. په کومه نړۍ کې چې ژوند کوو پوره ده، هوسا اوسه او له هر څه خوند واخله.
۲۳. پیسې، روغتیا، مینه، خوښي او ټول هغه څه چې ته یې غواړي رامنځته شي، ستا د موخېز ژوند پایله ده.
۲۴. ډېرې داسې ستونزې شته چې ستونزې نه دي، بلکې د هغو ذهني لیدلوري پایله ده چې ځینې مسئلې یې موږ ته په ستونزو واړولي.
۲۵. که اوس په یوه ډول ژوند کوې او باور لرې چې بیا به دې ژوند په یوه بل ډول شي پوه شه چې هیڅ چیرته به هم ونه رسیږي.
۲۶. ستا د وجود دننه ستا د هوساینې د خپلواکۍ سیمه ده تل حکومت پری کولی شي.
۲۷. کله چې واقعاً پوه شي چې په ژوند کې ماموریت در په غاړه دی خپله به ځان یو معنوي مامور وگڼي.
۲۸. نشي کولی هدف ته ورسېږي. هدف تا ته در رسیږي، او یوازې هغه مهال در رسیږي چې چمتوالی یې ولرې پرته له دې نه در رسیږي.
۲۹. که غواړې چې د ژوند ریښتونی مانا درک کړې نشي کولی په هغو باورونو ژوند وکړې کوم چې تا ته درکړل شوي، د ژوند ریښتونی مانا باید په خپل وجود کې د ننه ولټوي.
۳۰. ته د هغو انځورونو پایله یې چې وړاندې دې په ذهن کې انځور کړي، او تل کولی شي چې نور انځورونه هم وکارې.

د کال لسمه میاشت

۱. تر هغه وخته چې یوازیتوب خوښوي او یا هم له خپلو خپلوانو سره اړیکې ساتي او پراخه زړه نه لري د خپل پرمختګ مخه دي په خپله ډب کړي.

۲. یوازې هغه خلک چې ډاډ نه لري امنیت نه احساسوي، ځکه چې ډاډ من خلک پوهیږي چې د هر څه توان په کې شته نو ولې د ناامني په اړوند چورت ووهي.

۳. کله چې له ځان سره مینه وکړو نورو خلکو ته اجازه نه ورکوو چې زموږ د احساساتو ډول او جوړښت وټاکي. بښنه د ټولو اړ و دوږ پای دی.

۴. په ژوند کې د بریالیتوب او خوښۍ لپاره موږ یوازې یو معیار لرو هغه هم د خپل ځان په اړوند زموږ خپل باور دی چې څه ډول دی.

۵. که د خپلۍ نیکمرغۍ په فکر کې واوسې او غواړې نړۍ ته بدلون ورکړې ډېر ژر به په دې پوه شې چې نشې کولی د ټولنې په څېر واوسي.

۶. هیڅوک هم نشې کولی تا غمجن کړي، هیڅوک نشي-کولی تا اندیښمن کړي، هیڅوک نشي کولی ستا احساسات جریحه دار کړي، هیڅوک نشي کولی تا هغه کار ته اړباسي کوم چې ته یې نه غواړي.

۷. هغه څه چې له تا يې انسان جوړ کړی ستا پټ شعور دی چې جسم کې دې ګډ شوی، ستا خوښه چې ذهن ځان او او که بل هر څه نوموې.

۸. بې زړه انسان تل يو باور روبي را روبي او تر هغې چې ترې بې پروا نشي په هغه فکر به ژوند وکړی کوم چې په سر کې لري.

۹. درې شيان ستا د پرمختګ پروړاندې خنډ ګرځي: منفي فکرونه، قضاوت او توازن نه ساتل.

۱۰. موږ هم جسم يو هم ځان، هم پټ يو هم څرګند او په دواړو بايد وويارو، نه يوازې په هغو شيانو چې وينو يې او لمس کولی يې شو.

۱۱. ځان د هغې وړتيا پرېنست چې په کوم کار کې په ځان کې وينې مه ارزوه ته هغه چې ترسره کوي يې نه يې که هغه څه چې ترسره کوي يې واوسي نو کله چې څه نه ترسره کوي نه يې کوم بل څه.

۱۲. له هغه کار سره چې ترسره کوي يې مينه وکړه کله دې چې کار پای ته ومومي، مينه وشينده کله دې چې مينه په خپل ټول توان او شوق خپره کړه په پايله او حاصل پسې يې مه ګرځه.

۱۳. دا چې څنګه کولی شې تل بريالی واوسي د برياليتوب په لارو چارو فکر وکړه.

۱۴. که دې له ژونده خوښ نه يې ضرور کوم وسواس لرې چې د نورې وضعې د پرمختګ په اړوند يې لرې.

۱۵. د خپل لاشعور زمزمې ته غوږ ونیسه: «زه دا اوس نولی شم دا کار ترسره کړم، تر هغې چې په خپلې پریکړې ولاړ واوسم ټولې مرستې به ترلاسه کړم او خپل ضمیر ته به د مرستې په موجد رجوع وکړم».

۱۶. کله چې فکر په یوه ښه طریقه خړوب شي د ذهن مشري په غاړه اخلي او په مادي دنیا کې واقعیت مومي فکر خورا ځواکمن دی.

۱۷. ورځې د ژوند ډېرې با ارزښته تلونکې شېبې دي.

۱۸. ته د نورو له غوښتنو سره سم ژوند نه شي کولی او دا خبره تا له د ننه نه شي خوشالولی.

۱۹. موږ په خپل وجود کې د ننه یو بې پایه عالم لرو چې زموږ له تصویره لرې بلقوه وړتیا په کې نغښتې.

۲۰. د نړۍ قوانین هیڅکله هم ستا په وجود کې څرک نه وهي، خو که یې زده کړې، ویې منې په هر ځای کې به یې اغېزې ووينې.

۲۱. ته به هله د خلکو له آزاره په آمان کې واوسې چې نورو ته آزار ور نه کړې.

۲۲. کله چې په کافي اندازه دروني هوساینه درته پیدا شوه او مثبت فکرونه دې په ذهن کې میخ شول نور نو نه څوک درباندي مسلط کیدای شي او نه هم فریب درکوی شي.

۲۳. د اندېښنو لپاره هیڅ خبره نشته، هیڅ کله هم! که په اوضاع مسلط یې او که نه یې، که پر اوضاع مسلط یې نو په خپل

ځان هم مسلط شه که دې خبره له واکه وتلې وه هسې دې په انديښنو انرژي مه ضايع کوه.

۲۴. ته بريالی يې، د ژوند په لومړۍ سيالۍ کې هم وړونکې ته شوې، دوه نيمه ميلونو سپرمونو د هگۍ په سر سيالي درلوده او ته بريالی شوې.

۲۵. دا چې ماشومان ستايې له ژونده خوند اخلي دا ماشومان له آسمانه نه دي راغورځيدلي، له دغو ماشومانو څخه يو ستا په وجود کې د ننه هم شته.

۲۶. کله چې د يوې موخې په ترلاسه کولو کې زيار باسې دوه خبرې رامنځ ته کېږي يو ډاډ او يو هم شک، او کله چې غواړې موخه ترلاسه کړې خپله درته ثابتېږي چې په لومړۍ خبرې ته بايد ډېر ارزښت ورکړې.

۲۷. مينه او سازگاري له خلکو قربان کړه او بدن دې هوسا کړه او پرېږده چې نړۍ هر ډول چې غواړې ودې کړي.

۲۸. په خپلو احساساتو مسلط اوسه او هر کله دې چې کوم چا د غوسه کولو هڅه کوله له شدته يې انفجار ونه کړې.

۲۹. زلميتوب او ماشومتوب د چا د بې کمالۍ دليل نشي.

گرځيدی... حقيقت دا دی چې د ژوند په هره شېبه کې پوره يو.

۳۰. کله دې چې د خپل ژوند د کړنو لپاره د خلکو تائيد ته سترگې ونيولې او يا دې خپل کارونه ودرول ثابته دې کړه چې د خپل وجود يوه برخه دې له پامه وغورځوله.

د کال يوولسمه مياشت

۱. د معجزو جادوي باغ ته د ننوتلو يوه لاره په خپل پراخ او پياوړي ضمير ټينگار دی.
۲. کسالت او سترتيا د ورځني او يو اړخيز ژوند پايله ده. موخې لرل د نوبت او بدلون د مسئوليت منلو پايله ده مسئوليت منونکی اوسه.
۳. آسمان ته وگوره او ووايه «خومره ښکلی دی» شين او ځای ځای وريځ مسلماً ښکلی دی. يو ساعت وروسته بيا ورته وگوره لوی توپير پکې ويني خو تر اوسه هم ښکلی دی.
۴. هيڅکله د هغه څه په هڅه کې مه اوسه چې هغه څه وکړي لکه په کوم ډول چې تا سره شوي.
۵. په معنوی کړنو ټينگار د معجزو د رامنځ ته کيدو سبب گرځي.
۶. دا چې موږ غواړو نړۍ ولې زموږ په خوښه نه چلېږي، دا يو ډول ناندري دي.
۷. ته يو ډېر ځواکمن ذهن لرې او که وغواړې ډېر ناشوني به شوني کړي.
۸. ژوند په رڼا له تيارې ډېر ښه دی، او روڼ اندي هم همدې ته وايي.
۹. که په دې باور يې چې د نويو شيانو زده کړه درته سخته ده ريښتونی يې ته به له همغو ستونزو سره مخامخ کېږي کوم چې تا وړاندوينه کړې وه.
۱۰. جگ ځايونه انسان نه ډاروي انسانان خپله له هسکو ځايونو وېرېږي.

۱۱. بېښه ترټولو ستر اساسي موهبت دی ځکه چې روڼ اندي په عمل کې څرگندوي، بېښه د هغو انسانانو ځانگړنه ده چې د مينې له انرژۍ څخه ډک وي.

۱۲. د نعمتونو د پراخوالي يو راز دا دی چې موږ په هغه څه فکر کوو کوم چې نه يو، خپل فکر په هغه لوري سوق کړه په کومو چې تراوسه يې لرې او بايد واوسې چې درک شي.

۱۳. مينه د بېښې لپاره ترټولو ستره ډالۍ ده پرته له کوم شرط او قيد.

۱۴. د خلکو يوه لويه او بنسټيزه ستونزه دا ده چې غواړي دنيا له اوسني حالت سره توپير ولري.

۱۵. کولی شې تل پلټۍ ووهې او په حسرت وځودې چې وړاندې تر دې څومره بد انسان وې او د مرگ تر شېبې د وجدان په عذاب کړې خو دا هر څه به دې د کړو وړو په اصلاح کې د ستنې د سر په اندازه هم گټه ونه کړي.

۱۶. خوشالي او برياليتوب باطني پړاونه دي چې موږ يې خپل ژوند ته راوړو او له چاپېريال څخه نه ترلاسه کيږي.

۱۷. موږ نه يوازې دا چې ذهني روغتيا ټاکو بلکې جسمي روغتيا کې هم لرو. موږ خپله ذوکام ټاکو، خپله د ملا درد ټاکو خپله د سردرد ټاکو، خپله ستړيا ټاکو، خپله حساسيت ټاکو.

۱۸. ما ته ووايه په څه پسې گرځې زه به درته ووايم چې څنگه په ښه لاره د پرمختگ گامونه واخلي را ته ووايه له څه شي سره جنگيږې چې زه درته ووايم چې دا لږه لاره چېرته رسېږي.

۱۹. ته دې د خپلو فکرونو خالق يې يانې د زمکې په سر دې د ژوند جوړولو خالق خپله يې.
۲۰. کيفيت پر کميت لوړوالی لري. اخلاقي اصول پر قوانينو لوړوالی لري... پوه پر برياليتوب لوړوالی لري، پيوستون پر بيلتون لوړوالی لري، هوساينه پر تملک لوړوالی لري...
۲۱. تر هغې ورځې چې د زمکې په سر وې سر لوړی او خوشاله اوسه. له مرگه پوره هڅه وکړه برعکس چلند وکړي.
۲۲. هغه نشي چې له باطنه مرسته درسره کولی شي وټاکه، ډېر پام وکړه دا چې خلک څه وايي پروا يې مه لره.
۲۳. هيڅوک نشي کولی د ځان، جهان او وړتياوو په اړوند پوه شي. پرته له دې چې باطني هوساينه ترلاسه کړي.
۲۴. که بدرنگه او غوسه شي هماغه به دې په نصيب شي. که مينه وکړي هماغه به دې په نصيب شي.
۲۵. د مينانو ورځ! مينه د ټولو پوښتنو ځواب دی.
۲۶. هغه څوک چې ستا د اندېښنو لامل گرځي تا ته دا خبره کوې چې ستا په وجود کې کوم څه کم دي چې پوره يې کړي.
۲۷. لکه خوند چې بې پايه دی عذاب هم بې پايه دی له دې دواړو ډېر څه زده کولی شي.
۲۸. کله چې د مينې او خوښۍ په لټون شي درنه تښتي، کله چې خپله سر تر پښو مينه او خوښي شي خپله شتون پيدا کوي.
۲۹. ښه ده چې له خپل باطن سره اړيکي ولري نه له خپل وجود سره چې ستا باطن يې را چاپير کړی.
۳۰. هر څه معجزه ده ستا خپل وجود هم معجزه ده.

د کال دولسمه میاشت

- ۱- ډېر داسې شيان چې خلک غوسه کوي په دنيا کې نشته خو د خلکو د فکرونو له لاسه پيدا شوي.
- ۲- له هغو کسانو څخه چې درته وايي چې دا او هغه کار ناشونی دی لري اوسه.
- ۳- تېر وختونه زموږ د ټولو لپاره پای موندلی. راتلونکي د هيچاه لپاره ډاډ نه دی ورکړی، موږ او تاسې ټول همدا شېبه یو.
- ۴- که دې معاش لپاره کار کوې نو د ستونزو لپاره هم یو څه کولی شې.
- ۵- هغه څوک چې په خپلو کړو تا غوسه کوي خپله ناهمغري ستا پر لور درلېږي، ځکه چې په خپله چانتېه کې پرته له دې نور څه نه لري. نفرت لکه د ونې پوستکي له تا نه بېلېږي.
- ۶- په کوم ځای چې ته ولاړ یې نه پاتې کېږې، خو که دې پرېکړه کړې وي بیا پاتې کېدی شې.
- ۷- ځواک، هوډ، غوښتنه، خپلو هیلو ته رسېدل زموږ د هر یوه په موجود کې شته، چې زموږ د هر یوه له انرژۍ څخه سرچینه اخلي.
- ۸- که فکر کوې چې د ستونزو حل له تا څخه بهر دی او ستونزې دننه ستا په وجود کې نو په توهم کې ژوند کوې حقیقت دا دی چې د هرې ستونزې حل ستا په وجود کې دی.
- ۹- د ماشومانو په روزنه کې ډسپلین یوه اړتیا ده ځکه چې د اخلاقي اصولو د زده کړې یوه لاره همدا ده چې ماشوم د خپل ټول عمر لپاره چمتو کوي.

۲۰- غربي کلتور موږ په دې عادت کړي يو چې هر هغه څه توليدو او راټولو زموږ ارزښت لوړوي دا په داسې حال کې ده چې دا قياس له معنوي اړخه بې بنسټه دی.

۲۱- ته ډېر د جسم روح يې نه جسم او روح.

۲۲- په هر هغه بيخايه انځور چې په سر کې لري د باطل ټاپه ووهه، که په زړه کې وايي چې «زه بيچاره» دا فکر د خو شيبو لپاره گوښه او لري کړه او د پرمختګ فکرونه په سر کې راوړلې که.

۲۳- مرګ ويره نه لري يوازې د تکامل يو پړاو دی.

۲۴- د تشناب په هنداره وليکه: هيڅوک زما رخصتي نشي خرابولی... په ځانګړي ډول ته.

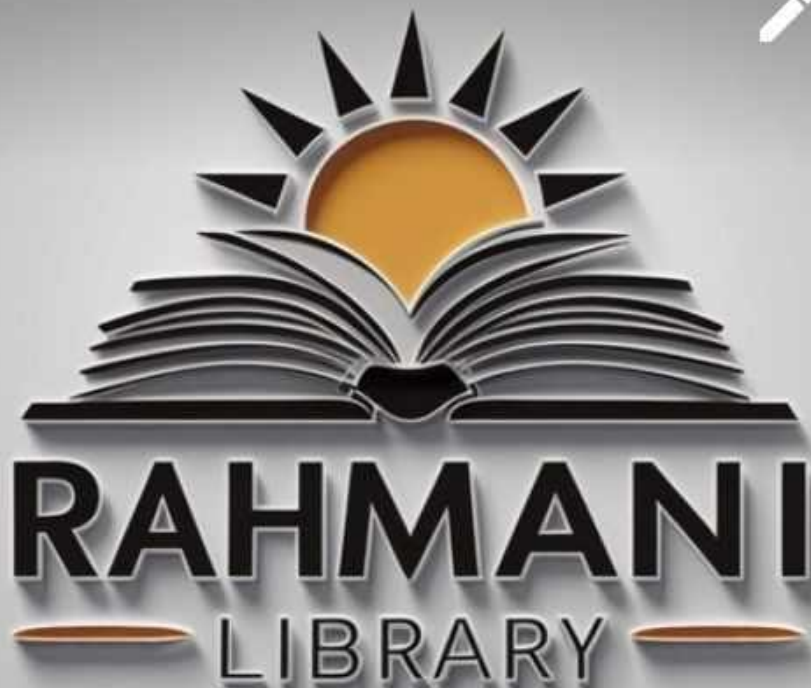
۲۵- د کال دا وخت د ريښتونې، مينه ناک او په ښه توګه د ژوند تېرولو لپاره مناسب دی.

۲۶- د پرمختګ په اړوند فکر وکړه که هغه څه چې له لاسه دي ورکړي فکر وکړې پرمختګ نشي کولی.

۲۷- په پوره ډاډ او اطمینان سره د خپلو هیلو په ترلاسه کولو پسې مخ پر وړاندې لاړشه تر څو خپل ژوند په خپله خوښه جوړ کړي په همدې کار سره بريالی کیدی شي.

۲۸- نړۍ خپل ځانګړي اصول لري چې موږ هيڅ لاس نه پکې لرو او نړۍ پرته له دې چې زموږ نظر واخلي را باندې ټپي يې آن که موږ يې ونه غواړو هم کار کوي.

۲۹- هيڅکله هم دا هڅه ونه کړې چې ټول له ځانه خوشاله کړي ته خپله خوشاله شه.



رحماني کتابتون

کانال عمومی



توضیحات

رحماني کتابتون : یو ادبي او علمي چینل دی ، چیرې چې ته کولی شې له هر ډول کتابونو، ناولونو، اسلامي اثارو، او ادبي لیکنو څخه برخمن شې.

رحماني کتابتون : د ځوان ذهنونو روزنتون !

<https://t.me/paktekawalafghan/7>



t.me/paktekawalafghan

لینک دعوت



اعلان‌ها

فعال



✓ Paktekawal Afghan

۵ هزار دنبال کننده ها • ۱/۱ هزار دنبال می کنید



ملکرو زموړ د ټليگرام چينل هم
در سره جوين کړئ! مننه 🍷👉

<https://t.me/paktekawalafghan/7>

+ افزودن به داستان

داشبورد حرفه ای

...

تبلیغات

رویدادها

عکسها

ویدیو

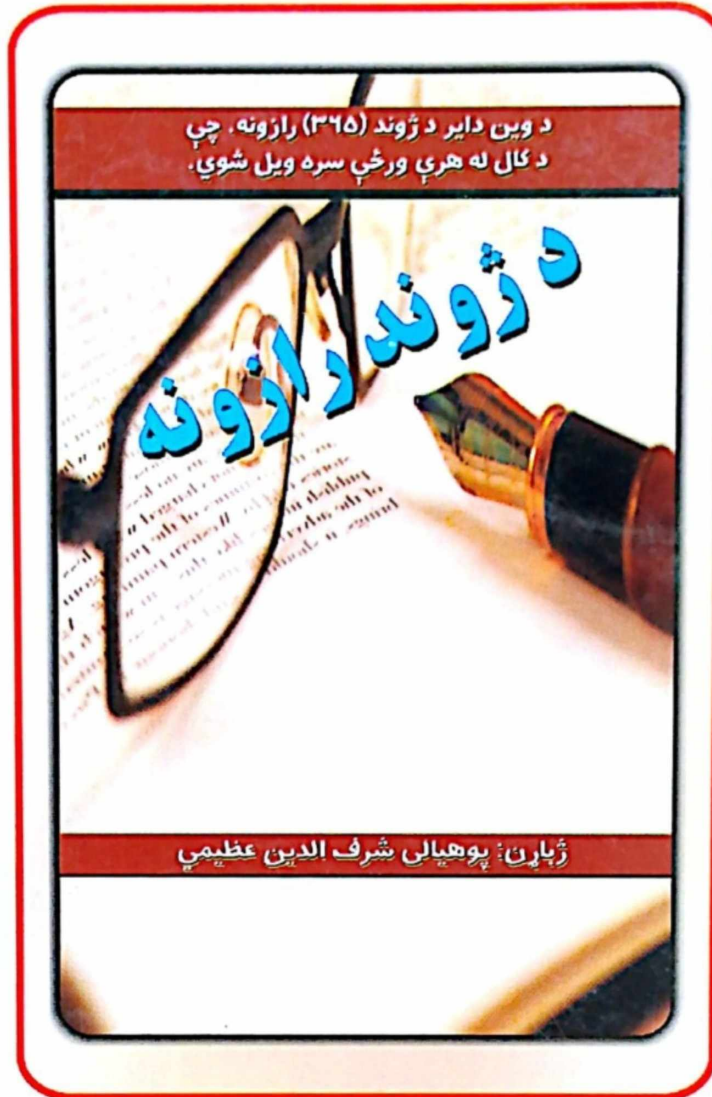
درباره

پستها

دا کتاب له رحمانی کتابتون څخه ډانلود شوی . او هو د نورو غوره او
نویو PDF کتابونو لپاره رحمانی کتابتون در سره وڅاری .

زموږ د ټلیگرام چینل لینک
<https://t.me/paktekawalafghan/7>

زموږ فیسبوک پاڼه
PaktekawalAfghan



Designed by: Sadiqullah Sadiq