دويم چاپ

ولې ځینې په لمانځه ټینګ وي او ډېر یې پرېږدي؟

د هغو کسانو په رازونو خبر شه چې لمونځ ډېر لږ ترې پاتې کېږي!

لمونځ رانه پاتې شو!

لیکوال، اسلام جمال

ژباړن، مفتي رفیع الله نعماني

آریان پښتو کتابتون
ARYAN PASHTO LIBRARY
2022
+971507455350

لمونځ رانه پاتې شو!

لیکوال: اسلام جمال
ژباړن: مفتي رفیع الله نعماني

آریان پښتو کتابتون
+971501455350
ARYAN PASHTO LIBRARY

CS CamScanner

آریان پښتو کتابتون
ARYAN PASHTO LIBRARY
+971501455350

لمونځ رانه پاتې شو!!

د «فاتتني صلاة!!» پښتو ژباړه

پېژندنه

د کتاب نوم: لمونځ رانه پاتې شو!

ليکوال: اسلام جمال

ژباړن: مفتي رفيع الله نعماني

کمپوز او ډيزاين: ژباړن

د پوښتي ډيزاين: انجنير جمعه خان نائل

تخنيکي سمونه: انجنير محمد افضل ذاکر 0785695700

چاپکال: ۱۴۰۲هـ ش

چاپ وار: دويم

د خپرونو لړۍ: ۶۵

چاپ شمېر: ۱۰۰۰ ټوکه

بيه: ۱۳۰؋

خپرندوی: افغان طبيب خپرندويه ټولنه، کابل

Email: hasibullahsajad@gmail.com

Facebook: Hasibullah Sajad/Afghan Tabeeb

Contact & WhatsApp: 0778970528

چاپچارې: سمون خپرندويه ټولنه

پته: مينه‌يار مارکيټ، مبارک سنټر ته مخامخ، ميرويس ميدان(کوټه سنګي) کابل

اړيکه: ۰۷۴۹۴۲۲۰۰۵ / ۰۷۸۱۳۶۲۶۰۰

ايميل: mustafa.samoon24@gmail.com

د دې کتاب چاپ، الکترونيکي سکن، پر ويب پاڼو او ټولنيزو رسنيو د خپرولو حقوق له خپرندوي او ژباړن سره خوندي دي!

بسم الله الرحمن الرحیم

httpst.meAryanPashtoLibrary

ډالۍ

دغه ژباړه هغو والدينو ته ډالۍ کوم، چې د اولادونو د سالمې روزنې بنسټ يې په لمانځه داسې ايښی، چې په غم او خوښۍ کې يې صبر او شکر لمونځ دی او تر نورو اړتياوو پوره کولو وړاندې خپل لمانځه ته جدي پاملرنه کوي.

په درنښت

نعماني

httpst.meAryanPashtoLibrary

CamScanner

لمونځ رانه پاتې شو! يوه په زړه پورې ډالۍ!

السلام عليكم و رحمة الله و بركاته!

هر څوک غواړي يو ښه شی ډالۍ کړي، ايا ته پوهېږې چې د يوه مسلمان لپاره د بل مسلمان له لوري تر ټولو غوره ډالۍ څه ده؟

١. د مسلمان لپاره تر ټولو غوره ډالۍ کتاب دی؛ نو که خپلو ملګرو او دوستانو ته يو ښه کتاب ډالۍ کړئ، په دغه حديث به مو عمل هم کړی وي: «تَهَادَوْا تَحَابُّوا»: ژباړه: يو بل ته ډالۍ ورکړئ، ترمنځ به مو مينه ډېره شي.

٢. د کتاب تر کتلو وروسته مو که دا وپتېيله چې دغه کتاب ستاسو د کورنۍ د غړو، خپلوانو، ملګرو او د ټولنې د نورو وګړو لپاره ګټور دی؛ نو هغوی ته يې هم ډالۍ کړئ، څو ستاسو لپاره د اخرت توښه او د ټولنيز مسؤوليت ترسره کولو لامل وګرځي.

٣. تاسو به په دې توګه د نېکۍ خپرولو او د ښو کتابونو د نشرولو ثواب ترلاسه کړئ او هڅه وکړئ چې تر ډېرو خلکو يې ورسوئ، څو د ټولنې په اصلاح کې مو ونډه اخيستې وي.

٤. که په ډالۍ کې کتاب ورکړئ، په خپله به هم د علم مينه وال شئ او نور خلک به هم د علم مينه وال وګرځوئ؛ ځکه کتاب چې هر چېرته وي انسانانو ته د مطالعې بلنه ورکوي او په کتلو يې خلک له ديني، ټولنيزو او اخلاقي حکمونو او لارښوونو څخه خبرېږي او اعمال يې اصلاح کېږي. ان شاء الله.

٥. د الله ﷻ په درکړي مال لږ تر لږه لس ټوکه کتابونه وپېرئ او د خپلوانو او ملګرو د خوښيو په مناسبتونو کې يې هغوی ته ډالۍ کړئ؛ د دنيا او

اخرت ګټې به ترلاسه کړئ. که تا کتاب ډالۍ کړ؛ نو تا یو ښه بنسټ کېښود او د مطالعې توفیق به الله ﷻ ورکړي او زموږ دغه ډالۍ به تر تولو غوره جاریه صدقه وي. ان شاء الله.

په لاندې کرښو کې لومړی خپل او بیا د هغه چا نوم ولیکه چې کتاب ورته ډالۍ کوې:

دغه ښکلی کتاب

د.............................له خوا

ښاغلي/ آغلې......................... ته ډالۍ دی.

درنښت

نېټه: / / ۱۴ لمریز

د دویم چاپ سریزه

ټولې ستاینې د کائناتو پالونکي لره دي، د ډېرو نعمتونو او لویو احسانونو په مقابل کې یې بې شمېره ثنا وایم. ایمان لرم چې خیر او شر ټول د هغه په واک او ډاډ او خوښې ټول د هغه په یاد کې دي. بې شمېره درودونه او رحمتونه دې د بشریت پر ستر ژغورونکي او سپېڅلي لاربښود او د هغه په پاکه کورنۍ او ربښتینو ملګرو وي.

ډېر د شکر ځای دی چې «لمونځ رانه پاتې شو!» کتاب ته الله ﷻ په ډېر کم وخت کې ډېر مقبولیت ور په برخه کړ. دغه کتاب بازار ته له وړاندې کولو سره سم د لوستونکو له تاوده هرکلي سره مخ او په ډېر کم وخت کې په بازار کې ختم شو. په راډیويي خپرونو کې خپور شو، لنډ صوتي او انځوریز کلیپونه ترې جوړ او نشر شول او د لوستونکو له لوري په مختلفو طریقو سره نشر ته وسپارل شو، الحمدلله.

ما ته یې تر ټولو ډېرې ارزښتناکې خاطرې هغه دي چې کله سهار خپل موبایل وګورم او د کوم لوستونکي له لوري داسې پیغام راغلی وي: «د دغه کتاب په لوستلو زما د لمانځه او ژوند بڼه بدله شوه.» دا ډول ډېر پیغامونه مې ترلاسه کړي او د هر یوه په لوستلو یا اورېدلو مې تر اټکل لوړه خوښي او ډاډ احساس کړي دي او په همدې وخت کې مې د خان او لوستونکي لپاره داسې دعا کړې چې الله ﷻ دې موږ په هغو خلکو کې شمار کړي چې ربښتینولي یې موخه او حق یې ارمان وي او په داسې باور مو دې ونازوي چې سینې مو ډکې کړي، زړونه مو ژوندي وساتي او پر سرکښه نفس مو برلاسي کړي.

د لوستونکو او مینه والو د مکررو غوښتنو په پایله کې دا دی یاد کتاب له بیا کتنې وروسته د دویم ځل لپاره چاپ ته لېږل کېږي، الحمدلله. ډېر ژر به د درنو لوستونکو تر لاسونو پورې ورسېږي او د هغوی علمي تنده به ورباندې خړوبه شي. دعا کوم چې الله ﷻ د دغه کتاب په مرسته د هر لوستونکي په لمانځه او د لمانځه په بڼه کې ژور بدلون راولي او د لیکوال او ژباړونکي په حسناتو کې یې حساب کړي، و ما ذالک علی الله بعزیز.

له ټولو هغو کسانو څخه ځانګړې او د زړه له تله مننه کوم چې د کتاب د محتوا په خپرولو کې یې هر ډول برخه اخیستې ده، د کتاب په بڼه، په صوتي بڼه، په انځوریزه بڼه، د یوه مطلب د لیکلو او شریکولو او... بڼه یې تر خلکو پورې د کتاب محتوا رسولې او د هغوی د لمانځه د بڼې د بدلون لامل ګرځېدلي دي، لوی الله ﷻ دې دغه هڅې د هغوی په حسناتو کې ورته حساب کړي.

په همدې هیله

رفیع الله نعماني

کابل، افغانستان. د ۱۴۰۲ لمریز کال د ثور میاشت

د خپرندوی یادښت

په اسلام کې ټول احکام له اسمان څخه ځمکې ته نازل شوي دي، خو له لمانځه پرته چې الله ﷻ هغه ته بل خای غوره کړی و.

د الله ﷻ انتخاب دا و چې د اسمان څخه ځمکې ته د لمانځه نازلولو پرځای خپل پیغمبر ﷺ له ځمکې څخه اسمان ته بوځي ترڅو پیغمبر ﷺ هغه اصلي الهي نسخه له خپل پالونکي څخه په تسلیم واخلي او بیا یې د ځمکې مسلمانانو ته د الله ﷻ د ډالۍ په توګه راوړي. په دغه سفر کې پیغمبر ﷺ لېواله و چې دغه لویه ډالۍ د بشري تاریخ په تر ټولو حیرانوونکې نقلوونکې وسیلې ولېږدوي، هغه وسیله معراج و چې پیغمبر ﷺ د اسمان پوړونو کې تر ملأ اعلی پورې د خپل پالونکي لور ته ګړندی سفر وکړ. په دې نړۍ کې چې کله د دوو حکومتونو ترمنځ لوی تړون لاسلیک کېږي نو لوړ پوړي چارواکي مخکې له مخکې خپل سفر اعلانوي، تر دې چې هغه هیواد ته سفر وکړي او هلته د یو لړ مراسمو په ترڅ کې یو تړون لاسلیک کړي. د اهمیت له اړخه د لمانځه سند هم داسې یو تړون و چې الله ﷻ خپل پیغمبر ﷺ د جبرائیل علیه السلام په ملتیا له ځمکې څخه آسمان ته ور وغواړي او په آسمانونو کې یې لاسلیک کړي.

د دغه اسماني تړون او د اسلام د دویم رکن «لمانځه» د اهمیت، پوښل شوو رازونو، ګټو، فضایلو او ښېګڼو اړوند لیکوالانو بې‌شمېره کتابونه لیکلي دي.

«لمونځ رانه پاتې شو!» کتاب چې اوس ستاسې په لاسونو کې دی، د مصري خوان لیکوال انجنیر اسلام جمال یوه داسې څېړنه او لیکنه ده چې په عربي نړۍ کې د زیات پلورل شوو او لوستل شوو کتابونو په نوملړ کې لوړ ځای

لري، دا چې عربي ژبه خپله هم لوړ ادبيات لري او هم د دې کتاب ليکوال په دې کتاب کې ځانګړی هنري قلم خوځولی دی، له دېره وخته راسره دا فکر و چې دغه ښکلی کتاب پښتو ژبې ته هم د هنري قلم لرونکی ليکوال را وژباړي، د دغه ژباړې وياړ الله ﷻ درانه عالم ښاغلي مفتي رفيع الله «نعماني» ته وباښه او دغه لويه لاسته راوړنه د ده په نوم د پښتو ژبې په هنري اثارو کې ثبت شوه.

ليکوال په دغه کتاب کې دين ته له ارواپوهنې سره تړاو ورکوي او په ژوند کې د عباداتو بارزې اغېزې په ګوته کوي. نوموړی کتاب په يوې لنډې سريزې پيلوي، له سريزې وروسته لمانځه ته د اتيا کلن سپين ږيري د پابندۍ له کيسې سره ملتيا کوي، رازونه يې سپړي او له دغه رازونو سره اوږد فکري مزل کوي. له دې وروسته د هغې ورځې اړوند فکر کوي چې لوړه تمدني کړنه «لمونځ» پکښې ترسره کړي او بيا يې شننه کوي، په دغه څپرکي کې ليکوال لمونځ له ژوند سره تړي او د دغه تړاو پايله د الله ﷻ سره د اړيکې نيولو نوی پيل ګڼي، را روان څپرکي کې لوستونکو ته د لمانځه داسې انځور وړاندې کوي چې لمونځ کوونکي څنګه د لمانځه اړوند خپلو افکارو ته بدلون ورکړي. له دې وروسته په معجزه صفت او د نفس مهارولو خبره کوي او لوستونکو ته د الله ﷻ د حکمتونو ژوندۍ بېلګې په ګوته کوي. بيا د عادت اړوند جالبې بېلګې او اغېزې راوړي او د عادت او لمونځ له اسرارو پرده پورته کوي. له دې وروسته د يوويشتمې پېړۍ بې‌سکونه او ناارامه انسان ته د ډاډ ورکولو لنډه وقايوي لار چې هغه د لمانځه خشوع ده په ګوته کوي. وړاندې ځي او د ژوند بريا د سهار له لمانځه سره نېغ په نېغه تړي، د سهار له برکتي او د ژوند د برخليک ټاکونکي وخت سره هم اوږد مزل کوي، هر ډول اسرار يې له سيند په کوزه کې مقولې سره سم د لوستونکي مخې ته ږدي. له دې وروسته لمونځ کوونکي ته د لمانځه اخروي بدله په انځوريزو ادبياتو وړاندې کوي.

سرېبره پر دې د اودس له هر اړخیزه ګټو سره تم کېږي، بیا د جومات لور ته حرکت کوي، جومات ته د رسېدو سره سم د رکوع او سجدې ګټې وړاندې کوي او بیا د لمانځه د وختونو اړوند څېړنه کوي. له دې وروسته د صبر اړوند تاریخي بېلګې راوړي او له لمانځه سره تړاو ورکوي، وړاندې ځي او د لمانځه د داخلي الفاظو حیرانوونکې اغېزې بیانوي. وروستي څپرکي ته داسې نوم ورکوي چې لوستونکي وار له مخې له ځان سره مل کوي «د عاشق وروستی خبرې» د دغه څپرکي هغه سرلیک او د لیکوال د زړه هغه خبرې دي چې د لوستونکو سترګې پرې یخېږي، ناهیلي شوو ته د ارامتیا تومنه ورکوي او زړونه یې ورسره د الله ﷻ لور ته الوتنه کوي، هغه الله ﷻ چې ستاسې لپاره یې لمونځ د خپل ځان سره د تړاو یو محکم او پیاوړی تړون ګرځولی دی.

زه په خپل وار سره لیکوال او ژباړن ته د نورو لاسته راوړنو او بریاوو هیله کوم او خپل پالونکي ته لاسونه لپه کوم چې دغه لیکنه او ژباړه د دوی په منل شوو او غوره کړنو کې وشمېري.

افغان طبیب خپرندویه ټولنه ویاړي چې د لمانځه د هر اړخیزه ګټو او اسرارو یو جالب هنري کتاب ستاسې مخې ته ږدي. د دغه ټولنې مشرتابه له تاسې غواړي چې دغه ژباړل شوی معنوي او هنري اثر څو ځله په پوره غور ولولئ تر څو یې له لیکل شوو خزانو بشپړه ګټه واخلئ.

حسیب الله سجاد

د افغان طبیب خپرندویه ټولنې مشر او بنسټګر

CS CamScanner

لړلیک

د دویم چاپ سریزه ۷

د خپرندوی یادښت ۹

د ژباړن سریزه ۱۷

لمونځ رانه پاتې شو!! ۲۱

لومړی څپرکی ۲۳

لمونځ رانه پاتې شو!!! ....

دویم څپرکی ....

یوه ورځ!! ۲۷

دریيم څپرکی ۳۳

وړاندې تر دې چې لمونځ وکړې ۳۳

څلورم څپرکی ۴۱

ته خپل فکرونه یې ۴۱

درد او خوښي ۴۳

په څلورو دقیقو کې د یوه میل واټن منډه ۴۴

د لمانځه انځور ۴۵

عبارتونه ۴۶

عقل دې وکاروه ۴۹

همدا نن د «یوه ورځ» له نړۍ څخه د وتلو پرېکړه وکړه ۵۱

تر لمانځه وړاندې ۵۱

که باور دې هر څنګه وي ۵۲

پنځم څپرکی ۵۳

CamScanner

معجزه صفت ٥٣
د نفس مهارول (Self Discipline) ٥٤
له عقل سره دې مشوره مه کوه Non-Negotiable Mind ٥٦
مرجعي نقطه Reference Point ٥٨
دا وخت به هم تېر شي ٥٩
شپږم څپرکی ٦١
کومه اړتیا لرې؟! ٦١
او له تا څخه نه!! ٦٦
هغه حکمت والا دی ٧٠
اووم څپرکی ....
عادت جوړول ....
هڅوونکې کیسه ده ... ٧٧
د عادت جوړولو هڅ ... ٧٧
مکافات ٧٨
عادت او لمونځ ٨٠
د ډاډ ترلاسه کولو لار په لمانځه کې خشوع ده ٨٣
د خشوع نښې ٨٦
مناجات ٨٩
اتم څپرکی ٩١
سهار شه ٩١
معجزه سهار ٩٤
معجزه لمونځ ٩٦
ایا ته موخې لرې؟! ٩٩
له سهار سره ١٠١
تل دې وي، لر دې وي!! ١٠٤

د بسترې جګړه ۱۰۵

والضحی ۱۰۸

نهم څپرکی ۱۱۱

هلته کور ۱۱۱

«السنن الرواتب» ۱۱۲

څو زما ورسره مینه شي ۱۱۳

د الله ﷻ مینه ۱۱۷

لسم څپرکی ۱۱۹

او ترتیب يې ۱۱۹

ورځ دې ترتیب کړه ۱۲۰

د خوښۍ نسخه ۱۲۱

یوولسم څپرکی ۱۲۵

هغه کم عقلی چې ما ترسره کړې دي ۱۲۵

تېروتنه دې وکاروه ۱۲۶

دولسم څپرکی ۱۳۱

ته توان نه لرې ۱۳۱

اودس ۱۳۱

جومات ته تلل ۱۳٤

رکوع او سجده ۱۳٦

د لمانځه وختونه ۱۳۸

واړه عادتونه ۱٤۰

دیارلسم څپرکی ۱٤۳

صبر ورباندې وکړه ۱٤۳

ناپلیون هیل ۱٤۵

د انسان درول ۱٤۸

څوارلسم څپرکی.. ۱۵۱

همداسې مې پېژندلی دی.. ۱۵۱

الله اکبر... ۱۵۲

رب العالمین.. ۱۵۳

د دنیا کیسه ۱۵۶

ولې ابتلاء؟... ۱۵۹

نو هغه شفا راکوي ۱۶۲

څه چې غواړي د هغه بنه ترسره کوونکی دی ۱۶۷

راز ۱۷۰

ومې پېژاند نو وربانديې عاشق شوم.. ۱۷۲

پنځلسم څپرکی ۱۷۳

د عاشق وروستی خبرې.. ۱۷۳

د ژباړن چاپ شوې ژباړې.. ۱۷۸

چاپ ته چمتو ژباړې... ۱۸۰

گرانه لوستونکیه! ۱۸۲

د ژباړن سریزه

الحمد لله الذي جعل الصلاة عماد الدين، وصلة قوية بين الله وعباده الموقنين، وكتابا موقوتا على المؤمنين، وألزم بها المسلمين وحثهم عليها في كتابه المبين، وأشهد أن لا إله إلا الله وحده لا شريك له إله الأولين والآخرين وقيوم السموات والأرضين وأشهد أن محمدا عبده ورسوله الذي أمرنا بالصلاة وبين لنا أحكامها وفضائلها وفوائدها وحذرنا من تركها والتهاون بها وتأخيرها عن وقتها والتخلف عن جماعتها وتوعد على ذلك بالوعيد الشديد، كما رتب على المحافظة عليها سعادة الدنيا والآخرة فله الحمد والشكر والثناء على ذلك ونسأله تعالى أن يديم علينا وعلى إخواننا المسلمين نعمة الإسلام والصحة في الأبدان والأمن والاستقرار في الأوطان إنه ولي ذلك والقادر عليه وهو حسبنا ونعم الوكيل أما بعد.

لمونځ د اسلام په پنځو بناوو کې ډېر لوړ مقام لري، لمونځ هغه عبادت دی چې د فرض کېدا د اعلان لپاره یې رسول اللهﷺ اسمانونو ته غوښتل شوی، یعنې په اسمان کې فرض کړل شوی دی او نور ټول عبادتونه په ځمکه کې فرض کړل شوي دي. په قرآن کریم او نبوي مبارکو احادیثو کې د لمانځه په اړه ډېرې سپارښتنې شوې دي.

لمونځ هغه عبادت دی چې تل بنده له خپل خالق سره په اړیکه کې ساتي، په شپه او ورځ او هر حالت کې پر مسلمان فرض دی، که څه هم په ځینو شرطونو او کیفیت کې یې د عذرونو له امله تخفیف راتلی شي. لمونځ د زړه، ژبې او ټولو اندامونو عبادت دی، د ادا کولو لپاره یې بشپړه پاکي، ښکلا او ښه حالت شرط دي او د قیامت په ورځ تر ټولو لومړی د لمانځه پوښتنه کېږي.

CamScanner

د لمانځه په اړه مسلمانان په ډېرو ډلو وېشل شوي دي، ځینې یې د مختلفو لاملونو له امله په پابندۍ سره نه ادا کوي، ځینې یې ناوخته کوي، ځینې یې په جومات کې نه کوي، ځینې یې په سم ډول نه کوي او ځینې نور بیا په خپل ژوند کې د لمانځه له اغېز څخه ګټه نه پورته کوي. افسوس دا دی چې د دنیا په اړه د دغو خلکو غبرګون داسې نه دی، د دنیا په چارو کې ښه جدي وي او هره چاره په پوره مینه او ښه توګه ترسره کوي، دا هغه دردوونکې صحنې دي چې د لمونځ کوونکي په زړه کې د لمانځه د حیثیت او ارزښت کموالی ښيي.

ځینې خلک لمونځ د عبادت او ځینې نور یې د عادت په بڼه ترسره کوي، هغه کسان چې لمونځ عبادت ګڼي د لمانځه د راتلو وخت ته یې تلوسه وي او د اذان په اورېدو خوشحالېږي. د لمانځه لپاره سم تیاری نیسي او په ډاډمنه توګه په لومړي وخت کې ځان جومات ته رسوي او کوم کسان چې لمونځ یو ورځنی عادت ګڼي؛ هغوی د لمانځه له وخته بې پروا وي او د اذان په اورېدو نه خوشحالېږي، بلکې لمونځ یو دروند کار ګڼي او د نه کولو یا وروسته کولو لپاره یې رنګارنګ عذرونه لټوي.

هیښوونکې لا دا ده چې یو څوک ځان ته مسلمان وایي او لمونځ نه کوي، څنګه شونې ده چې یو مسلمان دې له لمانځه پرته خوښ او نېکمرغه ژوند ولري، ژوند له لمانځه سره ډېر ښکلی او خوندور دی. هغه کسان چې لمونځ نه کوي تل پرېشانه او غمجن وي، که هغوی له لمانځه سره روغه وکړي او په سم ډول د لمانځه ادا کولو په پایله کې له نفسي راحت او ډاډ وروسته د ژوند خوند وڅکي او هغه رڼا وومي چې د دنیا او اخرت د ښکلا لاره ورښيي؛ نو ژر به د هغو لمونځونو په ارزښت پوه شي چې نه یې دي ادا کړي او له امله یې د ژوند ډېره خوښي او راحت له لاسه ورکړي دي.

د لمانځه په اړه په جلدونو کتابونه لیکل شوي او چې څومره نور هم ولیکل شي کم دي. تر ټولو مهمه خبره د ارادې او عمل ده، که له چا سره اراده او عمل وي نو هیڅ کتاب او لیکنې ته اړتیا نه لري او که څوک یې اراده نه لري نو ظاهرا د لمانځه اړوند کتابونو په کتابتون کې اوسېدل یې هم ګټور نه دي، خو د قرآن کریم سپارښتنه بیا دا ده چې نصیحت او یادونه کوئ؛ ځکه له شک پرته نصیحت مومنانو ته ګټه رسوي.

د قرآن کریم د دغې سپارښتنې د عملي کولو په موخه مې وغوښتل چې د مصري لیکوال ښاغلي اسلام جمال په لاس لیکل شوی کتاب «فاتتني صلاة» له عربي څخه پښتو ته وژباړم. یاد کتاب په ډېر زړه راښکونکي انداز لیکل شوی او لیکوال په ښه توګه د لمانځه ادا کولو لپاره ژوندۍ او حقیقي بېلګې په کې وړاندې کړې دي. لمونځ یې له ژوند سره تړلی او داسې تجربې یې شریکې کړې چې په یو ځل لوستلو یې انسان د تل لپاره لمونځ کوونکی جوړېږي. لیکوال له هغو رازونو او مهارتونو څخه پرده پورته کړې چې په خپلولو یې انسان کولی شي په لمانځه ټینګار وکړي او هیڅ وخت ترې پاتې نه شي. د انتظار شېبې مو ډېرې نه اوږدوم او په دې تمه مو له کتاب سره پرېږدم چې تر لوستلو وروسته به یې هرومرو د لمانځه په اړه په خپل ځان کې ژور بدلون ومومئ.

دعا کوم چې الله ﷻ دغه وړوکی خدمت یوازې د خپلې رضا لپاره له ما څخه قبول کړي، زما، زما د والدینو، استادانو او مشایخو په نېکیو کې یې حساب کړي او په لارښوونو او سپارښتنو یې لومړی ما او بیا نورو ته د عمل کولو توفیق را په برخه کړي.

په کتاب کې د راوړل شویو آیتونو او احادیثو متن مې له کمپیوټري کتابتون (المکتبة الشاملة) څخه را کاپي کړی، د قرآن‌کریم د آیتونو او د الله ﷻ د نومونو پښتو ژباړه مې د قدرمن عالم مولوي صاحب فاروق غلجي په لاس لیکل شوې

CamScanner

د قرآن کریم له پښتو روانې ژباړې څخه او د نبوي مبارکو احادیثو ژباړه مې د احادیثو له شروحاتو څخه را اخیستې ده.

په پای کې له ټولو هغو کسانو څخه د زړه له تله مننه کوم چې د کتاب په هر پړاو کې یې خپلې نېکې مشورې نه دي راڅخه سپمولې.

دا چې انسان له هېرې او تېروتنې خوندي نه دی؛ نو که په ژباړه کې حق ته رسېدلی وم دا د الله ﷻ ځانګړې لوروینه ده (فله الحمد و المنة) او د تېروتنې حالت زما نیمګړتیا او د شیطان وسوسه ده (فلا حول و لا قوة إلا بالله علیه توکلت و إلیه أنیب).

په درنښت

رفیع الله نعماني

د ۱۴۰۰ لمریز کال د مرغومي لومړی نېټه، کابل

اړیکه: rafiullah_nomani@yahoo.com

CS CamScanner

لمونځ رانه پاتې شو!!

په ماشومتوب کې مو عادت و چې لویانو به د لمانځه راته ویل، خبره به مو یې منله او لمانځه ته به تلو، خو لمونځ به راته دروند ښکارېدو؛ نو نه به مو کاوه!!

د لمانځه په اړه به مو د عالم وینا اورېدله چې د لمانځه اهمیت او د لمانځه پرېښودونکي سزا به یې بیانوله، نو لمانځه ته به تلو خو لمونځ به راته دروند ښکارېدو او نه به مو کاوه!!

ګومان مو دا و څوک چې موږ ته د لمانځه امر کوي، هغوی هغه څه نه احساسوي چې موږ یې احساسوو.

ګومان مو دا و څوک چې تل په خپل وخت لمونځ کوي، له هغه سره داسې یوه الهي ډالۍ شته چې له موږ سره نه شته.

ډېره موده مو دغې الهي ډالۍ ته انتظار وکړ، تر دې چې یو په بل پسې لمونځونه رانه پاتې شول!!

ځکه موږ اصلي ستونزه نه وه حل کړې او هغه دا چې لمونځ ولې راته دروند ښکاري؟؟

اسلام جمال

لومړۍ څپرکی

لمونځ رانه پاتې شو!!!

له څو کلونو راهیسې هغه سپین ږیری وینم چې عمر یې اتیا کلونو ته رسېدلی، نږدې هر وخت چې تر اذان څو دقیقې وړاندې سړک ته وګورم هغه د خپلې لکنې په مرسته جومات ته روان وي او پر مخ یې نرمه موسکا له ورایه ځلېږي. په سوچ کې مې له خجالت سره مل ځینې پوښتنې راوګرځي، خو ډېر ژر د دقیقو عذرونو له یوې ټولګې سره په مخامخ کېدا ټولې پوښتنې او خجالت له منځه لاړ شي. کله ناکله چې بیا سړک ته وګورم هماغه سپین ږیری خپل کور ته روان وي او خپلو ګاونډیانو ته سلام اچوي؛ نو په حیرانتیا خپل ساعت ته وګورم او له هغو عذرونو چې تر لمانځه وړاندې یې زما په زړه کې ځای نیولی و، یو یې رایاد شي «ته بوخت یې، چې بې کاره شې بیا به لمونځ وکړې»!!

نو پوښتنه کوم: ایا رښتیا هم په دغو څو دقیقو کې ما کوم مهم کار ترسره کاوه؟! ان که رښتیا مې هم ترسره کاوه؛ نو که د څو دقیقو لپاره بند شوی وی کومه ستونزه خو نه رامنځته کېده!! په دې وخت کې بیا د دقیقو عذرونو او قانع کوونکو ځوابونو هغه توند باد ته انتظار کوم چې راشي او له دغو پوښتنو سره مخ شي، خو هغه بادونه اوس نه راځي!! یوازې تر لمانځه مخکې راځي او تر لمانځه وروسته ورک شي او ما په داسې یوه لویه چوپتیا کې پرېږدي چې په ښکاره چوپتیا خو دننه غوغا وي، له شک پرته لمونځ رانه پاتې شو!!!

ډېر ځله به د دغه پاک او خوښ سپین ږیري د لکنې ټکا هغه وخت زه راویښولم چې د سهار د اذان لپاره به جومات ته روان و، زه په دې نه پوهېدم

چې جومات خپل امام لري، همدلته په جومات کې شپه تېروي او د هر لمانځه لپاره اذان کوي، خو د سهار اذان دغه سړي ته پرېږدي.

څو کلونه مې د دغې لکنې تکا اورېده چې یخنی او ګرمی هم نه بندوله، کلونه تېرېدل او حالات بدلېدل خو دې لکنې زه هماغسې راویښولم او هر وخت چې به یې راویښ کړم؛ نو په ښکاره د منطقي بربښیدونکو عذرونو سیلی به راغله او له عذرونو سره سم به یې په ژور خوب کې غرک کړم.

نفس مې قانع کړی وم چې دغه سړی تر سهاره ویښ وي، د سهار تر لمانځه وروسته خوب کوي او دنده یې داسې ده چې تر سهار وروسته ترې وختي ویښېدل نه غواړي؛ نو ځکه ورته اسانه ده چې کلونه کلونه د سهار پر لمانځه دوام وکړي او زه داسې نه شم کولی؛ ځکه درس، پوهنتون او بیا دنده لرم. د څو کلونو لپاره زما تر ټولو مهم دلائل همدا وو او کله چې به مې نفس راوپاریدو نو په دې به مې ارامولو چې «یوه ورځ» به یې زه هم کوم.

یوه ورځ مې له دغه سړي څخه د دندې او ورځنی بوختیا په اړه وپوښتل، نو پوه شوم لکه څنګه چې ما ګومان کاوه تر سهاره ویښ نه پاتې کېږي، بلکې دنده یې هم داسې ده چې د شپې یې ډېر وختي خوب ته نه پرېږدي او ناوخته ویده کېږي، خو له دې سره هره ورځ له څو کمو ساعتونو خوب وروسته ویښېږي څو د سهار اذان وکړي. دا ځل مې نفس هیڅ جګړه راسره و نه کړه؛ ځکه هیڅ عذر یې نه درلود، سبا سهار چې کله ما د لمانځه هوډ وکړ، نفس مې ورو راته وویل: «دا د الله ﷻ فضل دی چا ته چې یې خوښه شي هغه ته یې ورکوي، یوه ورځ به الله ﷻ تا ته هم لارښوونه وکړي»، نو په خوب کې غرک شوم او له شک پرته لمونځ رانه پاتې شو!!

څو کلونه مې دغه عادي کاریګر لیدو چې له مخه یې موسکا نه ورکېده، په هر ځل ورته کتلو مې خوښي احساسوله او په لیدو یې په ما کې مثبت بدلون

رامنځته کېدو. د اذان په اورېدو به یې دکان بنداوه او په ارامو ګامونو به جومات ته روانېدو.

ډېر کم چې کله به زه جومات ته لاړم، هغه به له اوداسه وروسته د جومات د دېواله څنګ ته په لمانځه درېدو او تر اقامت ویلو وړاندې به یې څو رکعته لمونځ کاوه، خو دا لمونځ نه، بلکې یو ځانګړی حالت و!! د ده او رب ترمنځ یې د عشق حالت او بل ډول لمونځ و، ما به یې پټ زګېروی اورېد، نو د دا ډول حالت ارمان او هیله به مې کوله.

په خپل لمانځه کې به داسې ډوب و چې ګواکې هیڅوک نه ویني، ارام، ډاډه او مات به و، په یوه رکعت کې به یې دومره وخت تېراوه لکه نور چې یې په څلورو رکعتونو کې تېروی، اوږده رکوع، تر رکوع وروسته اوږده ولاړه او د دوو سجدو ترمنځ به یې اوږده ناسته کوله.

ما به له ځانه پوښتل، دی څه وایي؟ ایا داسې اذکار یې زده دي چې د نورو نه دي زده؟ د هغه لمونځ مې ډېر خوښېدو او هیله مې دا وه چې زه هم د هغه په څېر لمونځ وکړم خو نه مې شوی کولی. دا چاره دومره اسانه هم نه وه لکه ما چې یې ګومان کاوه، نه پوهېدم ولې چټک نهیلی شوم، خپل پخواني حالت ته وګرځېدم او یو په بل پسې لمونځونه رانه پاتې شول!!

ډېر کلونه مې هغوی خارل او په زړه کې مې یو سوال و چې په اړه به مې یې ډېر وخت فکر کاوه او پوښتل مې:

ولې ځینې خلک تر دې کچې د لمانځه پابند وي او ډېر بیا نه شي کولی چې ان یو لمونځ وکړي؟؟

په دې کې څه راز دی؟ ایا رښتیا هم دا یوه داسې چاره ده چې موږ په کې مداخله نه شو کولی، الله ﷻ یې هغه چا ته ورکوي چې ورته خوښه یې شي.

CS CamScanner

که خبره همداسې وي؛ نو بیا ولې تر ټولو لومړی له موږ سره د لمانځه حساب کېږي. که چېرې د لمانځه ادا کول یوه الهي چاره وي او موږ په کې هیڅ مداخله نه شو کولی؛ نو بیا ولې د لمانځه په اړه ثواب او عذاب ورکول کېږي.

دا ټولې پوښتنې مې په زړه کې وې؛ نو ځکه د ځوابونو پلټلو ته اړ وم. له ځان سره به مې ویل، شونې ده له ژوند سره په داسې حال کې مخه ښه وکړم چې په عملنامه کې مې یوازې یو څو رکعته لمونځ وي؛ نو دغه فکر به ډېر ځورولم او ډېر درد به یې راکاوه.

هوډ مې وکړ چې له هغو کسانو وپوښتم چې ډېر لږ ترې لمونځ پاتې کېږي؛ څو په رازونو یې پوه شم او همدارنګه په عام ژوند کې د بریالیو خلکو خویونه او عادتونه مې مطالعه کړل. هغه کسان چې پر لمانځه په ټینګار کولو کې بریالي دي او هغه کسان چې د ژوند په نورو ډګرونو کې بریالي دي، حالات یې بدل کړي او کارنامې یې پرېښې دي؛ د دواړو ډلو د صفتونو او عادتونو ترمنځ مې ډېر لوی ورته والی وموند.

اوس دغه څېرکی زه په داسې حال کې لیکم چې ورځ مې په خپل وخت د سهار د لمانځه په ادا کولو پیل کړې، په خپل دفتر کې ناست یم او د قهوې له څښلو خوند اخلم او دغه عادت زما په ژوند کې ډېر لوی تاثیر لري.

CS CamScanner

دویم څپرکی

یوه ورځ!!

زما هیله دا وه چې له لمونځ کوونکو څخه وم او په دې پوهېدم که لمونځ وکړم ژوند به مې ډېر خوښ او ډاډمن شي، کټ مټ همدا خبره ډېرو هغو کسانو هم راته کړې وه چې لمونځونه یې نه کول.

یوه یې راته ویلي وو چې په ژوند کې یې یوازې د لمانځه نه کولو نیمګړتیا ده او بل یې راته ویلي وو پوهېږي چې له لمانځه سره به یې د ژوند ډېرې چارې سمې شي، خو له دې سره مو لمونځ نه کاوه.

حیرانوونکې چاره!! ولې د خوښۍ او ډاډ لاره پېژنو او ترې بې پروا یو، په دې پوهېږو چې لمونځ د ډاډ او راحت بنسټ دی خو ترې غافل یو او دا څه لامل دی چې لا تر اوسه له لمونځ کوونکو څخه نه یو؟؟

لاملونه مې وپلټل او تر ټولو مهم مې یې وموند، هغه دا چې زه به داسې یوه نړۍ کې اوسېږم چې د ځان لپاره مې په خپله جوړه کړې او «یوه ورځ» نومېږي او کوم کسان چې لمونځ نه کوي ډېر یې په همدې نړۍ کې اوسېږي.

په دې نړۍ کې موږ هغې چارې ته انتظار کوو چې له اسمانه راکوزه شي او ژوند مو راته سم کړي، باور مو دا دی چې زموږ حالت به «یوه ورځ» بدلېږي او موږ به لمونځ کوونکي جوړېږو. چې کله به مې زړه راوپارېدو؛ نو ما به داسې ډاډ ورکاوه: «یوه ورځ به د سهار لمونځ کوم».

CS CamScanner

یوه داسې ورځ به راشي چې ټول لمونځونه به په جومات کې ادا کوم
راتلونکې د رمضان میاشت به زما د لمانځه پیل وي
یوه ورځ به له خپلې خوښې سره سم ژوند کوم
یوه ورځ، یوه ورځ او یوه ورځ!!

د «یوه ورځ» په نړۍ کې عذرونه رسمي ژبه ده، هغه عذرونه چې ما ته د لمانځه نه کولو په اړه برائت راکوي لکه:

زما دنده دا اجازه نه راکوي چې د سهار لمونځ وکړم
زه د ډېرو ساعتونو لپاره کار کوم او ستړی وم
چې یو لمونځ رانه پاتې شي نو د ماتې احساس کوم او لمونځ نه کوم
په لمانځه کې خشوع نه شم کولی

په سلهاوو دا ډول عذرونه ما له لمانځه لرې ساتي او ځینې نور عذرونه هم ما ته برائت راکوي او نفس مې راته وايي: کوم کسان چې پر لمانځه ټینګار کوي هغوی ځانګړې بیولوژیکي جوړښت لري او الله ﷻ هغوی ته ځانګړې وړتیاوې ورکړې دي «یوه ورځ» به دغه وړتیاوې ما ته هم راکړل شي او زه به هم د هغوی په څېر شم.

تل به مې ځان له هغوی څخه استثنا کاوه او باور مې دا و چې پر لمانځه د هغوی ټینګار یوه منل شوې چاره ده او له هغې پرته یې ترسره کوي او زه به هرومرو د لمانځه ادا کولو لپاره ډېر مقاومت او هڅه کوم؛ نو هغې ورځې ته انتظار وم چې د شپې او سهار ترمنځ یې زما حالت بدل شي او زه هم د هغوی په څېر شم، خو دغه ورځ هیڅکله رانغله!!

د «یوه ورځ» په نړۍ کې ډېر وخت پاتې شوم او له ځانه مې پوښتل، د قیامت په ورځ تر ټولو لومړی د لمانځه حساب کېږي؛ نو که چېرې پر لمانځه ټینګار -لکه زه چې ګومان کوم- یوه الهي چاره وي، چا ته چې یې خوښه شي ورکوي یې او چا ته یې چې خوښه شي نه یې ورکوي؛ نو بیا ولې د لمانځه په اړه ثواب او عذاب ورکول کېږي.

او الهي عدل بیا چېرې چې له هغو لمونځ کوونکو سره اسماني ملاتړ شته او زه له دغه اسماني ملاتړه بې برخې یم؟؟

داده شوم چې دغه «یوه ورځ» هیڅکله نه راځي او که زه دې ته انتظار وم چې ټولې چارې بشپړې مثالي شي څو زه په لمانځه ټینګار وکړم؛ نو لرې نه ده چې اجل به مې راغلی وي او زه به لا دغې یوې ورځې ته منتظر وم، عمر به مې تېر شوی وي او په عملنامه کې به مې یوازې څو رکعتونه وي او دا هغه انځور دی چې تل یې ځورولی یم.

پوه شوم، که هوډ مې دا وي چې له لمونځ کوونکو سره مل شم؛ نو لومړی باید هرومرو د «یوه ورځ» له نړۍ څخه ووځم او د هغې ورځې انتظار و نه کړم چې هیڅکله نه راځي، بلکې زه به یې رامنځته کوم.

پوهېږم چې په پیل کې دا چاره درنه ده، خو د لارې پیل همدا دی چې د «یوه ورځ» فکر له خپلو ذهنونو وشړو او پوه شو چې دا چاره بشپړه پر موږ تکیه کوي. د «یوه ورځ» په نړۍ کې زموږ د شتون معنا دا ده چې موږ په غلط لوري روان یو، د داسې عذرونو په لوري چې پای نه لري او دې لوري ته په ټلو کې هیڅ ګټه نه شته.

نو د «یوه ورځ» له نړۍ څخه وتل پر لمانځه د ټینګار او له ډېر خوښ او دادمن ژوند څخه د خوند اخیستلو په لاره د تګ پیل دی. تر دې چې خپل

ذهن د لمانځه نه کولو لپاره د عذرونو په جوړولو بوخت کړو، غوره ده د داسې لاملونو په موندلو يې بوخت کړو چې له موږ سره د لمانځه په ادا کولو کې مرسته وکړي او همدا د دې کتاب موخه ده.

ډېر خلک گومان کوي چې د مطلوبو (غوښتل شويو) چارو په نه ترسره کولو کې راحت دی؛ نو ځکه «لمونځ نه کول» تر «لمانځه کولو» غوره گڼي او گومان يې دا وي چې «لمونځ نه کول» د راحت لامل دی نو نه کول يې د وخت په تېرېدا عادت جوړ شي، خو په حقيقت کې هغه نفسي هڅه چې د «لمانځه نه کولو» لپاره کارول کېږي، له هغې نفسي هڅې سره برابره يا ترې لويه ده چې د «لمانځه کولو» لپاره په کار ده او بله دا چې «لمونځ کول» له هغو کړنو څخه دي چې په پای ته رسېدا يې انسان د خوښۍ احساس کوي او د «لمانځه نه کولو» پايله زړه تنگي او ځان خوار گڼل دي.

د «يوه ورځ» کړنلارې پيروي هيڅکله موږ ته رنگارنگ پايلې په لاس نه راکوي؛ ځکه دا هغه کړنلاره ده چې زموږ او پر لمانځه د ټينگار ترمنځ يې واټن رامنځته کړی دی.

په تياره خونه کې دې بندي مځ ليدلی؟

ډېر ځله به دې ليدلي وي چې په دې خونه کې د پاتې کېدا له امله د دغه مچ زړه څومره تنگ دی او په زړه کې يې رڼا ته د وتلو لپاره څومره قوي انگيزه شتون لري. کړکۍ ته ورشي او په پر له پسې ډول ځان له شيشې سره وجنگوي، کله ناکله دغه حالت له کومې گتې پرته د څو ساعتونو لپاره دوام کوي او ډېر ځله خپل ټول عمر لگوي خو نه توانېږي چې له بندې کړکۍ څخه رڼا ته ووځي.

هو! دغه مچ له شته حالت څخه په تنگ دی او په زړه کې يې رڼا ته د وتلو

قوي باعث هم شته خو په غلطه لار روان او د غلطې کرنلارې پیروي کوي.
همدارنګه زه او ته که غواړو چې پر لمانځه ټینګار وکړو نو د «یوه ورځ» او یا د بې پایه عذرونو لټولو د کرنلارو په پیروۍ کې هیڅکله په ټینګار سره د لمانځه په ادا کولو نه توانېږو؛ نو ځکه اړینه ده چې رښا ته د وتلو نورې لارې ولټوو.

ډېر عذرونه مه کوه؛ ځکه تا په ډېرو سختو ستونزمنو ذهني او بدني حالاتو کې سل ځله تر لمانځه ډېرې سختې کړنې ترسره کړې دي.

دغه سپین ږیری چې عمر یې اتیا کلونو ته رسېدلی هیڅ ځانګړې ورتیاوې نه لري، بلکې بدني او ذهني حالت یې له ما او تا څخه ډېر کمزوری دی، خو له دې سره بیا هم پر لمانځه ټینګار کوي.

دغه سړی ډېر کلونه د سهار پر لمانځه ټینګار کوي، له ما او تا څخه د کم خوب کولو په صورت کې هم د سهار لمونځ ترې نه پاتې کېږي؛ نو ډېرو عذرونو ته اړتیا نه شته.

داسې اعتراف کول چې په هر ډول حالاتو کې پر لمانځه ټینګار کولی شې او داسې یقین لرل چې له لمونځ کوونکو سره ځانګړې ورتیاوې نه شته، موخې ته د رسېدونکې لارې پیل دی. ژر به په دې لاره کې د هغو مهارتونو او رازونو یوه ټولګه زده کړې چې ما د خبرو پر مهال له هغو کسانو څخه راټوله کړې چې هیڅکله ترې لمونځ نه پاتې کېږي او الله ﷻ ته دعا کوم چې تا هم له هغوی سره مل کړي. له لمانځه سره ژوند بشپړ بدل دی او داسې نه دی څنګه چې ښکارېږي، بلکې ځینې داسې شعورونه لري چې بیانول یې ناشوني دي.

دریېیم څپرکی

وړاندې تر دې چې لمونځ وکړې

زما تل د شیانو د پیل له پېژندلو سره مینه وه او تر هغه وخته د یوه ټاکلي شي د پېژندلو توان نه لرم څو چې پیل او تاریخ یې و نه پېژنم. که ته په دې پوه وې چې لومړنۍ الوتکې څنګه الوتنه کوله؛ نو بیا په دې پوهېدل ډېر در ته اسانه دي چې دا نوې او پرمختللې الوتکه څنګه الوتنه کوي.

یوه مقوله وایي «د هر شي لومړی ځل وي» او دغه مقوله زما ډېره خوښېږي.

د لمانځه له موضوع سره د دې اړیکه څه ده؟!

په ماشومتوب کې مو عادت و چې پلرونو او ښوونکو به د لمانځه راته ویل؛ نو امر به مو یې مانه او لمانځه ته به تلو، خو لمونځ به راته دروند ښکارېدو او نه به مو کاوه، بیا به مو له عالم څخه اورېدل چې د لمانځه د اهمیت او د پرېښودونکي د عذاب په اړه به یې خبرې کولې؛ نو خبره به مو یې منله او لمانځه ته به تلو، خو لمونځ به راته دروند ښکارېد او نه به مو کاوه!!

زموږ ګومان دا و چې دوی هغه څه نه حس کوي چې موږ یې حس کوو، بل ګومان مو دا و چې هغوی په طبیعي ډول د لمانځه کولو توان لري؛ ځکه هغوی تر موږ لویان دي او که موږ هم لویان شو نو همدا شعور راسره لويېږي. تل به لمونځ راباندې دروند و او تل زموږ باور دا و څوک چې په لمانځه ټینګار کوي له هغوی سره داسې یو توان او ورکړل شوې وړتیا شته چې له موږ سره نه شته. د بېلګې په توګه هغه له ماشومتوبه له لمانځه سره عادت شوی یا هغه

په داسې کورنۍ کې لوی شوی چې پر لمانځه ټينګار کوي.

په ارواپوهنه کې دې ته استثنا يا ګوښه والی ويل کېږي او هغه داسې چې ته د يوه کار له ترسره کولو يا په يوه کار کې له بريا څخه په دې دليل خان مستثنا کوې او وايې چا چې دغه بريا ترلاسه کړې له هغه سره داسې وړتيا او ډالۍ شته چې له تا سره نه شته.

نو د هغو کسانو په وړاندې چې تل لمونځونه کوي، په موږ کې د ګوښه والي شعور پيدا شو؛ ځکه موږ داسې احساسوله چې لمونځ راباندې درونډ دی او دا توان نه لرو چې يوازې يو لمونځ وکړو، خو هغوی ته لمونځ ساده او اسانه ښکاري. د دې لامل دا دی چې موږ لا تر اوسه د ستونزې ريښې نه دي پرې کړې او هغه دا چې لمونځ ولې درونډ ښکاري؟!!

د دغې پوښتنې ځواب د لمانځه د فرضوالي د پيل په پېژندلو سره ښه روښانه کېږي؛ ځکه د هر شي د پيل پېژندل پر ياد شي پوهېدل اسانه کوي. لمونځ د معراج په شپه د نبوت په دوولسم کال فرض شوی دی.

د دې موخه څه ده؟!

موخه يې دا ده چې رسول اللهﷺ د لمانځه تر فرض کېدا دولس کاله وړاندې خپلو صحابه کرامو‌رضي الله عنهم ته د الله‌جل جلاله په اړه خبرې کولې او د الله‌جل جلاله له لوري رانازل شوي آيتونه يې ورته بيانول!

له شک پرته الله‌جل جلاله حکيم او اګاه دی او په دغه وخت کې د لمانځه فرض کول له لوی حکمته خالي نه وو؛ ځکه اړينه دا وه چې صحابه کرام‌رضي الله عنهم بايد تر هر څه لومړی الله‌جل جلاله او د هغه صفتونه، رحمت او قدرت يې وپېژني څو په زړونو کې يې د الله‌جل جلاله مينه ځای ونيسي؛ نو کله چې لمونځ ورباندې فرض کړل شي په زړونو کې به يې تيار د لمانځه لپاره ځای شتون لري، بلکې مينه او

تلوسه به یې دا وي څو له لوی، مهربان او مینه ناک خالق سره یې اړیکه جوړه شي. د هغوی په زړونو کې د لمانځه چاره دا ډول وه.

کله چې آمر وپېژندل شي امر یې ښه پلی کېږي. صحابه کراموﷺ چې کله اللهﷻ وپېژاند او مینه یې ورسره پیدا شوه؛ نو د هغوی لپاره د لمانځه فرض کېدل په ښکاره ډول یوه فریضه، خو په حقیقت کې د محبوب (اللهﷻ) له لوري خپل حبیب ته له محبوب سره د اړیکې نیولو او مناجات یوه ډالی وه.

له همدې امله ځینو به یې له اللهﷻ سره د اړیکې په موخه ټوله شپه لمونځ کاوه، ځینو به یې د ځانښت دولس رکعته نفل کول او رسول اللهﷺ به د شپې دومره لمونځ کاوه چې پښې به یې وپړسېدې.

دا هیڅ د حیرانتیا خبره نه ده؛ ځکه ډېر عاشقان له ستړیا پرته بې شمېره ساعتونه له خپل محبوب سره تېروي -اللهﷻ لره تر ټولو غوره صفتونه دي-؛ نو د لمانځه چاره د هغوی د نفسونو لپاره یوه تفریح او دمه وه؛ ځکه دا د نورو چارو په څېر نه، بلکې د محبوب امر و.

نو لومړی مهارت چې پر لمانځه د ټینګار لپاره او تر لمانځه مخکې یې زده کول در ته اړین او لازم دي، هغه دا دی چې اللهﷻ وپېژنې او ما د دې کتاب وروستی فصل (داسې مې وپېژاند) د ډېر مهربان اللهﷻ د پېژندلو د پیل په بنه ځانګړی کړی دی؛ ځکه که یې وپېژنې مینه ورسره کوې او چې مینه ورسره وکړې؛ نو اطاعت یې کوې.

اللهﷻ مهربان، مینه ناک، ښه توبه منونکی، د پراخ رحمت خاوند او ساتونکی دی، که عقیده دې دا وي چې له اللهﷻ سره دې اړیکه یوازې د امر او نهې اړیکه ده؛ نو دا عقیده غلطه ده او که عقیده دې دا وي چې د اللهﷻ مینه او دوستي یوازې تر نبیانو علیهم السلام، شهیدانو او صالحانو پورې

ځانګړې ده؛ نو دا هم د ایمان نیمګړتیا ده.

الله ﷻ نږدې دی او کله چې یې د هغو ګنهګارانو یادونه کړې چې پر خپلو ځانونو یې ظلم کړی، ځان ته یې منسوب کړي او ترې بېزاره شوی نه دی؛ نو داسې یې ویلي دي ﴿قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ ۚ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا ۚ إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ﴾ (الزمر/ ۵۳).

ژباړه: ورته ووایه! ای زما هغو بندګانو چې پر خپلو ځانو یې ظلم کړی د الله له رحمته مه ناهیلي کیږئ، یقینا الله ټول ګناهونه بخښي بې شکه هماغه ډېر بخښونکی مهربان دی.

نو څکه ته باید په حقیقي توګه الله ﷻ وپېژنې.

هغه اورېدونکی الله ﷻ وپېژنې چې له هر ځایه ستا دعا اوري.

هغه احسان قبلوونکی الله ﷻ وپېژنې چې په لږ عمل ډېر شی درکوي.

هغه بې پروا الله ﷻ وپېژنې چې د وېرې او پرېشانۍ په وخت کې ورګرځې او پنا ورووړې.

هغه له ټولو نیمګړتیاوو پاک الله ﷻ وپېژنې چې ټولې کړنې یې په مطلق ډول له شره پاکې دي.

که چېرې ته له ټولو نیمګړتیاوو پاک الله ﷻ وپېژنې؛ نو ګومان به دې ورباندې ښه او زړه به دې له ډاډه ډک شي.

که ته ورشې او له تنګی ورته ونالېږې، رحمت به یې در ته پراخه وي.

که ته ورشې او له درده فریاد ورته وکړې، هغه په تا مهربان دی.

او که ته ورشې له سختی شکایت ورته وکړې، هغه به ستا خواخوږی وي.

چا چې ته مغلوب کړی یې هغه در ته مغلوبوي او چا چې ذلیل کړی یې

هغه در ته ذلیلوي.

هڅه وکړه چې هره ورځ یو څوک د الله ﷻ په اړه در ته وینا وکړي؛ نو په تدریجي ډول به ستا زړه د الله ﷻ له مینې او معرفته ډک شي. دا چاره ستونزمنه او پېچلې نه ده؛ څکه په ورځنۍ بڼه پنځلس یا دېرش دقیقې د داسې یوه عالم وینا اوره چې د وینا ډول یې خوند درکوي یا د داسې یوه قاري تلاوت اوره چې اواز دې یې خوښ وي او د دې چارې لپاره دندې ته د تلو راتلو وخت، د موټر چلولو وخت، د انتظار وخت یا تر خوب وړاندې وخت غنیمت وګڼه.

لنډ وعظ، د نبیانو علیهم السلام کیسې، د صحابه کرامو ﷺ کیسې، د تابعینو رحمهم الله کیسې، د نېکانو کیسې یا په ښکلي اواز سره د قرآن کریم تلاوت اوره. په ورځنۍ بڼه پر دې چارو ټینګار وکړه ژر به دې ژوند بدل شي، علم به دې ډېر او زړه به دې نرۍ شي او ژر به د خپل ځان په اړه د الله ﷻ په مینه پوه شې؛ نو ستا مینه به هم له الله ﷻ سره ډېره شي او تا به لمونځ کولو ته وهڅوي.

الله ﷻ ویلي دي ﴿وَذَكِّرْ فَإِنَّ الذِّكْرَىٰ تَنفَعُ الْمُؤْمِنِينَ﴾ (الذاریات/ ۵۵).

ژباړه: او (البته) نصیحت کوه څکه چې دا نصیحت یقینا مومنانو ته ګټه رسوي.

له همدې امله دغه راز نه درڅخه پټوم، ته څکه لمونځ نه کوې چې د الله ﷻ په اړه ډېر معلومات نه لرې او سم یې نه پېژنې؛ نو څکه زه دلته زما له نظره د ځینو غوره بلونکو یادونه در ته کوم او ته کولی شې له دوی پرته بل هغه څوک غوره کړې چې زړه دې یې غواړي:

- شیخ محمد راتب نابلسي
- دوکتور عبد المحسن الأحمد
- شیخ حبیب علي الجفري

CamScanner

- شيخ محمد متولي الشعراوي
- شيخ عمرعبد الكافي
- دوكتور علي أبوالحسن
- دوكتور محمد سعيد الرشيدي
- شيخ مبروک زادالخير
- دوكتور مصطفى محمود
- دعوتگر مصطفى حسني
- شيخ نبيل العوضي
- شيخ صالح المغامسي
- دعوتگر مشاري خراز
- شيخ محمد مختار الشنقيطي

همدارنګه قاري فهد الكندري د «إهتديت بالقرآن» په نامه خپرونې لري او په دې خپرونو کې د هغو کسانو په زړه پورې کيسې دي چې نوي په اسلام کې داخل شوي. د دې کيسو اورېدل به تا ته د ايمان د نعمت شعور در په برخه او په زړه کې به دې يې ټينګ کړي. په دې کيسو کې به ته داسې خلک ووينې چې د دنيا بې شمېره نعمتونه ورسره وو او دې ټولو نعمتونو يې روحي لوږه نه شوی مړولی، خو کله چې يې الله ﷻ وپېژاند؛ نو داسې ژوند يې وکړ لکه ټوله دنيا چې د دوی وي.

د قرآن کريم ځينې قاريان:

- قاري أحمد النفيس
- قاري عمر شبلي

- قاري ودیع الیمني
- شیخ مشاري العفاسي
- شیخ محمد صدیق المنشاوي
- شیخ عبد الرشید الصوفي
- قاري ناصر القطامي
- قاري حاتم فرید
- قاري ادریس أبکر

همدارنګه د شیخ أحمد دیدات او شاګرد یې شیخ ذاکر نایک مناظرې اوره؛ ځکه هغوی د دینونو د پرتلې عالمان دي.

دیني شعرونه اوره، ډېر خوند به ترې واخلې.

او که ته له هغو کسانو یې چې له مطالعې سره مینه لري؛ نو کولی شې ځینې هغه وړې رسالې مطالعه کړې چې ښکلي وعظونه لري، په دې اړه د یوه کتاب نوم «أنیس المؤمنین» دی، د صحابه کرامو ﷺ، تابعینو او نېکانو ډېرې غوره کیسې په کې راوړل شوې دي.

همدارنګه په ورځنۍ ښه پنځه دقیقې د الله ﷻ د ذکر لپاره داسې ځانګړې کړه چې بشپړ فکري تمرکز ولرې او زړه دې له بل هر کار څخه بې غمه وي. په پوره ډاډ او ارامۍ سره الله ﷻ یاد کړه او څه چې وایې په هغه ځان پوه کړه. د الله ﷻ په ذکر کې تلوار مه کوه بلکې ارام او ډاډه اوسه؛ ځکه اعتبار د عمل ښه والي ته دی، نه ډېروالي ته. لکه په حدیث شریف کې چې راغلي «أَحَبُّ الأَعْمَالِ إِلَى اللهِ تَعَالَى أَدْوَمُهَا وَإِنْ قَلَّ».[1]

---

[1] امام مسلم په (۱۸٦٦) شمېره روایت کړی دی.

ژباړه: الله ﷻ ته تر ټولو خوښ عمل هغه دی چې دوامداره وي، که څه هم لږ وي.

که دې پر دغو اسانه کړنو چې ډېر وخت او لوی زيار ته اړتيا نه لري ټينگار وکړ؛ نو روح دې غښتلی کړ او د شيطان د وسوسې په وړاندې دې سپر وگرځاوه؛ ځکه دغه چارې د روح داسې غذا ده لکه خواړه د بدن. ته کولی شې يوه وړه لوحه جوړه کړې او دغه آيت ورباندې وليکې ﴿وَذَكِّرْ فَإِنَّ الذِّكْرَىٰ تَنفَعُ الْمُؤْمِنِينَ﴾ (الذاريات/ ٥٥).

ژباړه: او (البته) نصيحت کوه ځکه چې دا نصيحت يقينا مومنانو ته گټه رسوي.

دغه لوحه په خپله خونه، موټر او دفتر کې کېږده، يا دغه آيت د خپل مبايل او کمپيوټر په صفحه راوله څو تل دا يادونه در ته وکړي چې داسې څه واورې يا يې مطالعه کړې چې الله ﷻ در په ياد کړي؛ نو د وخت په تېرېدا به په خپل ژوند کې په ژور بدلون پوه شې. دا د هغو کسانو يو راز دی چې پر لمانځه ټينگار کوي او زړونه يې له جوماتونو سره تړلي دي.

ځلورم څپرکی

ته خپل فکرونه یې

که دې خوښه وي یا نه، کومې خبرې چې ستا په عقل کې راګرځي هماغه ستا ژوند روانوي؛ نو ته یوازې د خپلو افکارو ټولګه یې او هره ورځ چې څه کوې هغه یوازې ستا د هغو افکارو پلي کول دي چې ستا پر عقل غلبه کوي. که ته وغواړې چې د ژوند کومه برخه دې ښکلې کړې؛ نو ته اړ یې چې د دغې برخې په اړه دې خپل افکار ښکلي کړې. یو رواني اصل داسې وايي:

«که باور دې هر څنګه وي، چې ته به په یوه چاره کې بریالی کېږې یا نه؛ نو ته په دواړو حالتونو کې په حقه یې».

نو په هیڅ چاره کې تر هغه وخته نه شې بریالی کېدلی څو چې لومړی دا باور و نه لرې چې ته په یاده چاره کې بریالی کېږې.

کله چې له مشهور سوک وهونکي محمد علي کلي څخه د هغه د بریا راز وپوښتل شو، ویې ویل: ما به تل دغه عبارت تکراراوه «زه ډېر لوی یم» -او د اسلام تر منلو وروسته یې دغه عبارت داسې بدل کړ «الله ﷻ ډېر لوی دی»-- تر دې چې هغه د تاریخ تر ټولو ډېر پېژندل شوی سوک وهونکی شو. دغه عبارت له هغه سره د ورځني تمرین په پابندۍ کې مرسته کوله او د هرې سیالۍ په سختو شېبو کې به یې کاراوه. که چېرې دغه فکر د محمد علي کلي په عقل غلبه نه وی کړې، هیڅکله هغه نه توانېدو چې داسې بریا ترلاسه کړي.

CamScanner

هغه فکرونه سپک مه ګڼه چې ستا په سر کې زېږمه دي؛ ځکه ټولې غوره کړنې د فکرونو پایله ده او همدارنګه د ټولو جرمونو او جګړو پیل افکار دي. همدا بسنه کوي که په دې پوه شې چې وسوسه د شیطان یوازینۍ وسله ده او وسوسه هغه منفي اغېز دی چې پر افکارو پرېوځي؛ نو ځکه باید خپل عقل له منفي او ورانوونکو افکارو وساتې او تل هڅه وکړې چې منفي فکرونه په مثبتو او جوړوونکو افکارو بدل کړې.

ستا عقل د هغې خاورې په څېر دی چې د هر ډول نباتاتو د شنه کولو وړتیا لري، هر څه چې په کې وکرې هماغه به رېبې؛ نو عقل دې ټول هغه افکار مني چې ته یې په کې کرې او په دې اړه له تا سره جګړه نه کوي او نه دا پوښتنه در څخه کوي چې دا فکرونه سم دي که غلط، جوړوونکي دي که ورانوونکي، البته د وخت په تېرېدا همدا فکرونه ستا عادتونه او چلند جوړوي.

یو ځل هغه وخت در په یاد کړه چې د یو چا د یوې خبرې له امله دې د تنګۍ او پرېشانۍ احساس کړی وي او همدارنګه یو ځل هغه وخت هم در په یاد کړه چې د یو چا د یوې خبرې له امله دې د منني او خوښۍ احساس کړی وي، دا شخص که ستا ملګری وي یا دې د کورنۍ غړی وي او یا بلکل ناپېژاند وي، هیڅ توپیر نه لري.

شونې ده یوه کلمه چې یو څوک یې تا ته وایي ستا پر شعور ډېر لوی اغېز وکړي؛ له همدې امله رسول اللهﷺ ویلي دي «... وَالْكَلِمَةُ الطَّيِّبَةُ صَدَقَةٌ...».[1]

ژباړه: ... او ښه خبره صدقه ده...

ښه خبره صدقه ده؛ ځکه ښه خبره پر هغه چا ډېر لوی اغېز کوي چې ورسره مخ کېږي. همدارنګه هغه ویناوې چې خپل نفس یې تا ته د افکارو په بڼه

---

[1] امام بخاري په (۲۹۸۹) شمېره روایت کړی دی.

وړاندې کوي په همدې کچه پر تا اغېز کوي که څه هم په ښکاره ډول به ته پته خوله وې. شونې ده د نفس وینا په تا کې د خوښی یا پرېشانی، هیلې یا نهیلی او منتې یا ملامتیا شعور رامنځته کړي؛ نو په هر حالت کې غوره ده چې له خپل نفس سره د صدقې په موخه ښې خبرې وکړې.

ستا نفس چې د لمانځه په اړه څه در ته وایي یا له لمانځه څخه چې ستا کوم ذهني انځور دی، دا دواړه له تا سره د لمانځه په کولو او نه کولو کې پراخه مرسته کوي.

شونې ده د لمانځه په اړه له تا سره ځینې داسې بدې خاطرې وي چې لمونځ یې ستا په ذهن کې یو داسې ستړی کوونکی او دروند کار انځور کړی وي چې ته باید هرومرو ځان ترې تېر کړې یا یې پرېږدې. د دغو خاطرو په مرسته خپل نفس در ته وایي چې ته په لمانځه ټینګار نه شې کولی، ته په لمانځه عادت نه یې، خشوع نه شې په کې کولی یا دا چې لمونځ کوونکي داسې ځانګړې وړتیاوې لري چې له تا سره نه شته.

دغه انځور د لمانځه حقیقي جوهر نه ښکاره کوي؛ نو څومره چې ته له خپل ځان سره د الله ﷻ یادونه وکړې او د الله ﷻ په اړه دې چې څومره علم ډېر شي -لکه په مخکیني څپرکي کې چې تېر شول- په هماغه اندازه به په تدریجي ډول دغه انځور هم بدلون ومومي.

درد او خوښي

ارواپوهان وايي په ورځنی ښه مور هره چاره د دوو موخو لپاره ترسره کوو: له هغه درده د بچ کېدو لپاره چې د نه ترسره کولو په صورت کې یې رارسېږي یا د هغې خوښی موندلو لپاره چې په ترسره کولو کې یې پرته ده؛ نو درد او خوښي دواړه د بنیادمانو پر هڅوونکو مسلط دي.

د بېلګې په توګه ځینې خلک هر سهار ځانونه مجبوروي چې خپلې دندې ته لاړ شي که څه هم له یادې دندې سره یې مینه نه وي، خو دا کار خکه کوي څو له هغه درده بچ شي چې دندې ته د نه ورتګ له امله شونی دی، لکه له دندې ګوښه کېدل، د لګښتونو د ورکړې نه توان او نور هغه څه چې د دندې د نه ترسره کولو په پایله کې رامنځته کېږي.

او مور ځینې نور داسې خلک هم وینو چې په منظم ډول سهار وختي ویښېدل یې داسې عادت وي -خو دا چاره د ډېرو نه خوښېږي- چې د رخصتی په ورځ هم وختي پورته کېږي؛ ځکه هغوی ته وختي ویښېدل د خوښی احساس ورکوي.

جالبه دا ده کوم شی چې د درد او خوښی د لاملونو په اړه زموږ قناعت جوړوي هغه یوازې زموږ فکرونه دي. ډېر څله به ستا په یاد وي چې یو وخت ته مجبور وې څو داسې یو ټاکلی کار ترسره کړې چې مینه دې ورسره نه وه او فکرونو دې د دغه کار سختوالی او دروندوالی څنګه در ته انځور کړی و، خو د یاد کار له پیل سره سم دې ټول هغه څه هېر کړل چې د کار تر پیل وړاندې دې احساسول او و دې موندله چې یاد کار په هغه کچه سخت نه دی څومره چې یې تا تصور کړی و.

طبعا دلته وسوسه چې د شیطان بنسټیزه وسیله ده، هم رامنځته کېږي او لمونځ ستا لپاره یو دروند او دردوونکی عمل انځوروي او دغه انځور تر هغه وخته تکراروي څو ستا په ذهن کې یې ثبت کړي.

په څلورو دقیقو کې د یوه میل واټن منډه

د څلورو دقیقو میل کیسه دا په ډاګه کوي چې د قناعتونو په بدلون سره هغه څه ترلاسه کېدی شي چې خلک یې ناشوني ګڼي.

CS CamScanner

له زرګونو کلونو راهیسې د خلکو ټینګ باور دا و چې انسان نه شي کولی له څلورو دقیقو څخه په کم وخت کې یو میل واټن ووهي، خو په ۱۹۵۴ زیږدیز کال کې روجر بانېسټر Roger Bannister دغه قناعت وروسته تر هغې له منځه یووړ کله چې تر څلورو دقیقو په کم وخت کې د یوه میل واټن په وهلو بریالی شو!!

روجر کیسه کا چې د دې بریا راز یې یوازې سخت تمرین نه و، بلکې تل به یې د ځان په اړه داسې تصور کاوه چې دغه شمېره به ماتوي او ځان ته به یې ویل ته دا کار کولی شې او په دې اړه یې داسې شخصي قناعت رامنځته کړ چې د استدلال لپاره په کې ځای پاتې نه شو.

پر هغه سربېره د یوه کال په اوږدو کې ۳۷ نورو منډه وهونکو هم دغه شمېره ماته کړه؛ او دا ځکه چې د روجر تجربه د هغوی لپاره یوه داسې غښتلې مرجعي نقطه (Reference Point) شوه چې د یوه ممکن شي په اړه یې د ټولو قناعتونه بدل کړل.

هغه کسان چې مثالي شمېرې یې رامنځته کړې داسې نه ده چې هغوی ځانګړې فوق العاده بیولوژیکي وړتیاوې لري، بلکې هغوی یوازې خپل فکرونه او قناعتونه بدل کړي دي.

د لمانځه انځور

د لمانځه په اړه دې افکار بدل کړه، له لمانځه سره کومه ښه خاطره دې غنیمت وګڼه او د دغې خاطرې په مرسته دې لمونځ په خپل ذهن کې په یوه ښکلې بڼه انځور کړه. هغه ورځ در په یاد کړه چې په پوره خشوع او داد دې لمونځ په کې کړی وي او په دې ورځ جومات هم ارام او پاک وي. هغه ځانګړی شعور در په یاد کړه چې د رمضان په میاشت کې د تراویحو په لمانځه

کې يې ستا زړه ډک کړی و، يا د هغه لمونځ کوونکي لمونځ در په ياد کړه چې لمونځ يې ستا ډېر خوښېدو او دا هيله دې لرله چې کاش تا هم د ده په څېر لمونځ کولی شوی.

له عقل سره دې مبارزه وکړه څو د لمانځه دغه ښکلی انځور ومني. هر وخت که شيطان لمونځ درته روند انځوراوه او دا يې درته ويل چې له لمانځه څخه ځان خلاصول يا يې پرېښودل په کار دي؛ نو ته له ذهن څخه د دغو فکرونو د شړلو په موخه له خپل نفس سره مبارزه کوه او هڅه کوه چې دغه فکرونه په ډېرو مثبتو فکرونو بدل کړې؛ ځکه ته په يوه وخت کې د دوو چارو په اړه د فکر کولو توان نه لرې.

هر وخت که تا له خپل نفس سره دا مبارزه وکړه چې د لمانځه انځور دې په ذهن کې له سکون، خوښۍ او ډاډ سره وتاړه -که څه هم لا تر اوسه دې لمونځ نه دی کړی- ژر به دې عقل دغه انځور په حقيقت بدل کړي او هيڅکله به د شيطان وسوسه درباندې غبتلې نه شي. رسول الله ﷺ دغه ښکلې معنا هغه وخت موږ ته رانښودلې چې کله يې بلال ﷺ ته وويل «أَرِحْنَا بِهَا يَا بِلَالُ»[١].

ژباړه: ای بلاله! اذان وکړه څو د لمانځه په ادا کولو راحت ترلاسه کړو.

د رسول الله ﷺ موخه دا وه څو زموږ په ذهنونو کې د لمانځه انځور له راحت او ډاډ سره وتړي او دا هغه تر ټولو مهم هڅوونکی دی چې له انسان سره د لمانځه په ادا کولو کې مرسته کوي.

عبارتونه

زما تل خوښېږي چې دغه آيت له ځان سره تکرار کړم ﴿إِلَّا الْمُصَلِّينَ﴾(المعارج/ ٢٢).

---

[١] طبراني په خپل «المعجم الكبير» کې په (٦٠٩١) شمېره روايت کړی دی.

ژباړه: پرته له لمونځ کوونکو.

دغه آیت په المعارج سورت کې له نورو آیتونو سره یو ځای داسې راغلی دی ﴿إِنَّ الْإِنسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا (١٩) إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا (٢٠) وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا (٢١) إِلَّا الْمُصَلِّينَ (٢٢) الَّذِينَ هُمْ عَلَىٰ صَلَاتِهِمْ دَائِمُونَ (٢٣)﴾ (المعارج/ ١٩ - ٢٣).

ژباړه: یقینا انسان بې حوصلی پیدا شوی (۱۹) چې بدي ورورسي فریاد کوونکی وي (۲۰) او چې ښېګڼه ورته ورسيږي نو بخيلي کوونکی شي (۲۱) پرته له لمونځ کوونکو (۲۲) هغوی چې پر خپلو لمونځونو تل کلک وي (۲۳).

هر وخت چې غم احساس کړم ﴿إِلَّا الْمُصَلِّينَ﴾ وایم؛ نو تر څو چې زه لمونځ کوم غم نه شي رارسېدلی، چې کله مې سینه تنګه شي ﴿إِلَّا الْمُصَلِّينَ﴾ وایم؛ نو په دې ډاډه کېږم تر څو چې لمونځ کوم الله ﷻ به زما سینه پراخوي. کله چې ستړی شم ﴿إِلَّا الْمُصَلِّينَ﴾ وایم؛ ځکه په لمانځه کې قوت دی او کله چې الله ﷻ خپل نعمتونه راباندې ولوروي ﴿إِلَّا الْمُصَلِّينَ﴾ وایم؛ نو دا راپه یاد شي چې فضل ټول الله ﷻ لره دی.

په خپل ذهن کې د لمانځه معنا له برابرښت، ډاډ او ارام سره تړم. یو راز له تا څخه هم نه پټوم او هغه دا چې د وخت په تېرېدا او د ﴿إِلَّا الْمُصَلِّينَ﴾ عبارت په تکرار سره ما هغه څه وربښل چې کرلي مې وو. اوس زما عقل مې داسې شوی چې له هڅې پرته یې راباندې تکراروي او دا وروسته تر هغې چې یو وخت به مې په خپل عقل کې د دغې مفکورې ﴿إِلَّا الْمُصَلِّينَ﴾ د کرلو په موخه له خپل نفس سره مبارزه کوله.

همدارنګه که د ستړیا او سستی له امله مې نفس وغواړي چې لمونځ وروسته کړم؛ نو د دغه عبارت «لمونځ راحت دی» یادونه ورته کوم او تر هغه وخته یې ورته تکراروم څو وریاندې غالب شم. که څه هم ستړیا او سستي احساسوم خو

باور مې دا دی که لمونځ رانه پاتې شي، احساس به مې تر دې هم بد وي او که نفس مې په لمانځه مجبور کړ ډېر ژر به مې احساس نور هم ښه شي؛ نو په دې توګه د «لمونځ راحت دی» مفهوم زما په ذهن کې ځای نیسي.

زه یقین لرم تا په خپل ژوند کې لږ تر لږه یو ځل داسې حالت تجربه کړی چې د لمانځه کولو او نه کولو په جګړه کې ښکېل شوی یې او د نه کولو له پرېکړې سره سم دې احساس نور هم خراب شوی دی او د لمانځه کولو په پرېکړه دې که څه هم د ستړیا او سستوالي احساس کاوه، خو د لمانځه له پای ته رسېدا سره سم دې خوښي او د سینې پراخي احساس کړې ده.

هر هغه عبارت وکاروه چې ته یې په قوت باور لرې او دغه عبارت یوه داسې وسیله وګرځوه چې د شیطان وسوسه او د نفس خبره دې ورباندې بنده کړې.

ته په یوه داسې جګړه کې ښکېل یې چې د دنیا او اخرت خوښي دې ورپورې تړلې ده او ته اړ یې چې له خپل نفس او شیطان سره د هغوی په وسله جګړه وکړې. له شک پرته له تا څخه ډېر لمونځونه د هغو فکرونو له امله پاتې شوي چې ستا په سر کې زېرمه شوي او هیڅ حقیقت نه لري، بلکې شیطان په کې کرلي او هره شپه او ورځ یې تا ته یادونه کوي؛ ځکه همدا یې یوازینۍ وسله ده.

که شیطان تړل شوی یا غائب وي، بیا دغه چاره ستا نفس ته پرېږدي او ستا نفس له دې افکارو پرته نور څه نه لري او تل یې د نفس د خبرو په بڼه تا ته اوروي؛ نو له همدې شیبې د لمانځه په اړه د مثبتو افکارو او عبارتونو په کرلو پیل وکړه څو د هغو خبرو د مقابلې لپاره تیار شې چې د هر لمانځه په وخت کې یې ستا نفس د وسوسې په بڼه تا ته وړاندې کوي.

کوم شی چې زه در ته وایم هغه په اروا پوهنه کې یو ثابت مفهوم او په

(Self-Talk) سره نومول شوی دی. اروا پوهان د مثبتو تاییداتو (Affirmations) په نوم یو تخنیک کاروي او د انزوا، په خان د نه باور او ژور خپګان درملنه پرې کوي. د ځومره ډېرو بریالیو خلکو د ژوند حالات چې ما مطالعه کړي، کټ مټ همدا تخنیک یې کارولی دی. هغوی د نفس خبرې د یوې داسې وسیلې په توګه کاروي چې په بریا او پر ځان د باور په پیدا کولو کې ورسره مرسته وکړي.

عقل دې وکاروه

تل په یاد لره، باور دې که هر څنګه وي چې ته به ژر په یوه چاره کې بریالی شې یا به په یاده چاره کې بریالی نه شې؛ نو په دواړو حالتونو کې ته په حقه یې.

هغه کسان چې پر لمانځه ټینګار کوي، هغوی یوه اسانه چاره ترسره کوي او هغه دا چې په همېشنۍ بڼه خپلو عقلونو ته دا قناعت ورکوي چې په هر ډول حالاتو کې د لمانځه کولو توان لري.

عقل د بدن د نورو عضلاتو په څېر دی؛ نو لکه څنګه چې د بدن نور عضلات په تمرین او تکرار سره وده کوي او غښتلي کېږي، همدارنګه عقل په تکرار سره یوه ځانګړي فکر او ځانګړي باور ته وده ورکوي او د یوه حقیقت په څېرورباندې قانع کېږي.

د بېلګې په توګه که ته له عادي وخت څخه لږ ناوخته ویده شې؛ نو سلګونه داسې عذرونه به ومومې چې د سهار له لمانځه دې منعه کوي، خو که ته همدومره ناوخته ویده شې او تاکل شوې وي چې سهار هماغه د لمانځه پر مهال د الوتکې د سفر یا د نوې دندې د پیل په موخه راویښ شې؛ نو ته به سلګونه داسې لاملونه ومومې چې ویښېدا ته دې اړ باسي.

د خوب وخت هم یو دی او د ویښېدو وخت هم، خو کومو فکرونو چې ستا پر عقل غلبه کړې، ته یې اړ کړی یې چې یو پرېږدې او بل تر سره کړې، ولې؟

ځکه عقل دې د ټولو منطقي لاملونو پلټنه کوي، څو هغه ذهني انځور وړاندې غښتلی کړي چې تا په خپل عقل کې کرلی دی او عقل په همدې توګه کار کوي که څه هم دغه ذهني انځور ناسم یا غیرمنطقي وي.

که تر خوب وړاندې دې عقل ته خبر ورکړ چې ته د سهار لمونځ نه شې کولی؛ ځکه ستړی یې (ناسم ذهني انځور دی) ژر به دې عقل د هغو لاملونو په تیارولو کې مرسته وکړي چې دغه ذهني انځور ته قوت ورکوي.

او که تر خوب وړاندې دې عقل ته خبر ورکړ چې ته به هرومرو ویښېږې څو د الوتنې وخت یا د دندې پیل ته ورسېږې؛ نو ژر به دې عقل په ټولو هغو منطقي دلائلو ستا مرسته وکړي چې دغه ذهني انځور قوي کوي او تا ویښېدا ته اړ باسي او شونې ده له زنګ او بل ویښوونکي پرته دې راویښ کړي.

دا چې عقل په دغه کړنلاره عمل کوي؛ نو د دې پر ځای چې یاده کړنلاره د لمانځه په مخالفت او د لمانځه پرېښودلو لپاره د عذرونه په جوړولو کې کاروو، ولې یې داسې نه کاروو چې د لمانځه په ادا کولو کې راسره مرسته وکړي.

د نفس او لمانځه پرېښودلو ترمنځ دغه همېشنۍ جګړه د خپل ځان خوار ګڼلو رواني حالت زېږوي، تل داسې احساس رامنځته کوي لکه یو شی چې درڅخه ورک شوي وي او د ورځې په پای کې بیا د تنهایی احساس کوې؛ ځکه تا د خپل فطرت خلاف جګړه وکړه.

بل خوا ډېر هغه کسان چې لمونځ نه کوي، کله چې کوم یو یې د سهار لمونځ په جماعت سره ادا کړي، یا د یوې ورځې ټول لمونځونه وکړي او یو هم ترې پاتې نه شي، ډېره خوښي او تازه والی احساسوي.

CS CamScanner

نو لمونځ د خوښی، تازه والي او داد بنسټ دی، موږ باید خپل عقلونه داسې جوړ کړو چې لمونځ همداسې انځور کړي. که یوازې تصور یې وکړې او لا تر اوسه دې ادا کړی هم نه وي؛ نو ته به ژر خپل نفس داسې ومومې چې د لمانځه په پرېښودو کې د مرسته کوونکو اسبابو د لټون پر ځای به د هغو اسبابو لټون وکړي چې له تا سره د لمانځه په ادا کولو کې مرسته کوي.

همدا نن د «یوه ورځ» له نړۍ څخه د وتلو پرېکړه وکړه

د دې ورځې په اړه ته گومان کوې چې ستا حالت به په کې بدل شي او ناڅاپه به له لمونځ کوونکو څخه شې.

دغه ورځ هیڅکله نه راځي، انتظار یې مه کوه، بلکې پر هغه لار تلل پیل کړه چې له عذرونو ډکې دغې نړۍ څخه تا باسي. د دې پر ځای چې د لمانځه پرېښودل زده کوې، پر لمانځه ټینگار کول زده کړه.

تر لمانځه وړاندې

لومړی الله ﷻ وپېژنه، که دې وپېژاند مینه ورسره کوې او چې مینه ورسره وکړې اطاعت یې کوې.

له الله ﷻ سره دې اړیکه یوازې دَ امر او نهې اړیکه نه ده

الله ﷻ مهربان، مینه ناک، بخښونکی، احسان قبلوونکی، د پراخ رحمت خاوند او ښه توبه قبلوونکی دی.

هره ورځ دې روح په داسې وینا تغذیه کړه چې تا ته الله ﷻ در په یاد کړي ﴿وَذَكِّرْ فَإِنَّ الذِّكْرَىٰ تَنفَعُ الْمُؤْمِنِينَ﴾ (الذاریات/ ۵۵).

ژباړه: او (البته) نصیحت کوه ځکه چې دا نصیحت یقینا مومنانو ته گټه رسوي.

CS CamScanner

که باور دې هر څنګه وي

چې ژر به ته په یوه چاره کې بریالی شې، یا به په یاده چاره کې بریالی نه شې، نو ته په دواړو حالتونو کې په حقه یې.

کوم شی چې ته یې خپل نفس ته د لمانځه په اړه وایې، هغه له تا سره د لمانځه په کولو یا نه کولو کې مرسته کوي.

د لمانځه په اړه دې خپل افکار او باور بدل کړه، دا به له تا سره د لمانځه په کولو کې مرسته وکړي.

له لمانځه سره کومه ښه خاطره دې غنیمت وګڼه او د دغې خاطرې په مرسته په خپل ذهن کې د لمانځه ښکلی انځور جوړ کړه.

د دې پر ځای چې د لمانځه پرېښودلو په لاملونو پسې ګرځې، داسې لاملونه ولټوه چې د لمانځه په ادا کولو کې درسره مرسته وکړي.

آریان پښتو کتابتون
2022
+971501455350
ARYAN PASHTO LIBRARY

CS CamScanner

پنځم څپرکی

معجزه صفت

ارواپوهان هم ورته (الصفة المعجزة) یا معجزه صفت وایي.

پر ډېرو هغو کسانو چې د ژوند په لويو برخو کې بريالي دي او نړۍ کې يې خپلې کارنامې پرې ايښې؛ یوه څېړنه ترسره شوې او د څېړنې پایله دا په ډاګه کوي چې د هغوی ترمنځ یوه ګډ بنسټيز صفت شتون درلود.

دغه صفت ذکاوت نه دی، ابتکار او ځانګړې تعليم هم نه دی، نفوذ او تسلط هم نه دی او شتمني هم نه ده چې انتظار ورته وکړل شي څو له هغوی سره په بریا کې مرسته وکړي.

بيخي د دې پر خلاف دی، ډېری دغو کسانو له دې صفتونو څخه یو صفت هم نه درلود، د ځينو ذکاوت تر نيمايي کم و، ځينو يې اساسي زده کړې نه وې بشپړې کړې، ځينو يې ژوند بې سرپنا پيل کړی و او ځينو يې ان د يوې ورځې خواړه نه لرل.

خو دې صفت د هغوی پر وړاندې ټولې دروازې پرانیستلې او داسې يې کړل چې په خپل ژوند کې لويې برياوې ترلاسه کوي او د ځمکې په ودانولو کې ونډه اخلي.

طبعا هغه کسان چې له کلونو راهيسې پر ملانخه ټينګار کوي، د دغه صفت درلودونکي دي؛ نو دا د هغوی ټولو ترمنځ ګډ اساسي صفت دی. له هغوی

سره ځانګړې ورتیاوې او استثنایي ظروف نه شته، بلکې دغه معجزه صفت ته يې دومره پرمختګ ورکړی چې عادت يې ګرځېدلی دی او موږ به دا ګومان کاوه چې له هغوی سره ځانګړې ورتیاوې یا داسې اسماني ملاتړ شته چې د لمانځه په اړه ورسره مرسته کوي. دغه صفت د هرې بریا بنسټ دی او په دې کتاب کې که ته هر څه زده کړې؛ نو له دې صفت پرته بې ګټې دي.

د نفس مهارول (Self Discipline)

د نفس مهارول پر لمانځه د ټینګار لپاره بنسټیز او معجزه صفت دی.

ډېر ځله به ما فکر کاوه چې د هغو بریالیو یا دغو لمونځ کوونکو جادویي حل یا هغه لنډه لار در وښیم چې هغوی وربانديې تللي دي. نه، نه د نفس مهارولو پرته بریا نه موندل کېږي، د نفس مهارولو له هغو بریالیو سره دا مرسته کړې چې خپلې لویې موخې ترلاسه کړي او له لمونځ کوونکو سره يې دا مرسته کړې چې په هر ډول حالاتو کې ترې لمونځ نه پاتې کېږي. نفس مهارول به له تا څخه یو بدل انسان جوړ کړي، ژوند به دې مرتب کړي او خوښي به درته راوړي؛ ځکه د نفس مهارول له فطرت سره برابر دي.

نفس مهارول د هغه کار ترسره کول دي چې په یوه ټاکلي وخت کې له تا څخه ترسره کول غواړي، که له دې کار سره دې مینه وي یا کرکه هېڅ توپیر نه لري. نفس مهارول دا دي چې د اړین او مهم کار په بدل کې که څه هم سخت او دروند وي، خوندور او اسانه کار غوره او ترسره نه کړې.

د خوندور او اسانه کار ترسره کول به سملاسي تا ته خوند او راحت درکړي، خو د ورځې په پای کې به د بې کارۍ او ټیټوالي احساس وکړې؛ ځکه تا مهمې چارې له لاسه ورکړې. د اړین او مهم کار ترسره کول سملاسي یو څه ستړیا لري خو د ورځې په پای کې به د خوښۍ او ارام احساس وکړې؛ ځکه

ستا ورځ ګټوره او ارزښتمنه وه.

دا ځکه چې د نظم او پابندۍ بیه د پښېمانۍ له بیې ډېره کمه ده، که غواړې چې زما په وینا پوه شې؛ نو د ماخوستن تر لمانځه وروسته د جومات له دروازې سره ودرېږه او د داسې یوه لمونځ کوونکي د احساس پوښتنه وکړه چې د ورځې ټول لمونځونه یې ادا کړي وي، یا د هغه شخص د احساس پوښتنه وکړه چې د ځان لپاره یې یو سخت هدف ټاکلی او ترلاسه کړی وي.

هره ورځ ته د سلګونو داسې غوراویو ترمنځ یې چې یا به هغه سختې او مهمې کړنې ترسره کوې چې ترسره کول یې دربانډې لازم دي او یا به غیرمهمې او اسانه چارې غوره کوې. کوم شی چې هره ورځ غوره کوې هماغه ستا شخصیت ټاکي.

ستا په ژوند کې یوه غیرمهمه ورځ هم نه شته. په هر ډول حالاتو کې د مهمو چارو د ترسره کولو په غوراوي ته خپل شخصیت غښتلی کوې او د خپل نفس پر خواهشاتو خپل کنټرول دومره ټینګوې چې په پایله کې یې د نفس مهارول او پابندي ستا عادت او نه بېلېدونکې برخه ګرځي، خو که ته په خپل ژوند کې مهمې او اړینې چارې بابېزه وګڼې او خوندورې او اسانه چارې غوره کړې؛ نو ته خپل شخصیت داسې کمزوری کوې چې په پایله کې یې د نفسي خواهشاتو پیروي ستا نه بېلېدونکې برخه جوړېږي.

زه زېری درکوم، ته د نفس مهارولو توان لرې او دې چارې ته دومره وده ورکولی شې چې له هڅې پرته مهارول به یې ستا عادت وګرځي.

ډېر خله به دې لیدلي وي، یو څوک بایسکل چلوي او داسې ښکاري چې له هڅې پرته یې په لوړ مهارت چلوي. شونې ده ځینې هغه خلک چې بایسکل یې نه وي چلولی ګومان وکړي چې دا یوه ساده او اسانه چاره ده، خو هغوی

په دې نه دي خبر چې په پیل کې دغه بایسکل چلوونکی لسګونه خلې لوېدلی دی، خو بیا بیا یې هڅه کړې او خپل کار ته یې دوام ورکړی څو توانېدلی چې له هڅې پرته په عادي ډول بایسکل وچلوي.

همدا د هغو کسانو حال دی چې هیڅکله ترې لمونځ نه پاتې کېږي. هغوی داسې ښکاري چې ګواکې د لمانځه په اړه له خپلو نفسونو سره مبارزه نه کوي، خو دا خبره پټه نه ده چې هغوی ورځ تر بلې له ډول ډول عذرونو سره مخ شوي دي او له خپلو نفسونو سره یې مبارزه کړې څو نفس یې ورته سم شوی او د نفس مهارول یې عادت او د شخصیت یوه برخه ګرځېدلې ده.

همدارنګه ته کولی شې د هرې ورځې په تېرېدو سره د خپل نفس مهارولو ته وده ورکړې او هغه داسې چې هر ډول عذرونه بابېزه وګڼې او پر هغه څه ټینګار وکړې چې ترسره کول یې درباندې لازم دي، که څه هم د دغې چارې په اړه ستا طبیعت هر څنګه وي.

مه لالهانده کېږه! هیڅکله به د ستړیا او ناخوښی احساس و نه کړې، بلکې هره ورځ به په خوښی او رضا کې اوسې، پابندي به ستا خوی شي او ژر به د هرې ورځې په پای کې د رضا او خوښی احساس ولرې.

له عقل سره دې مشوره مه کوه Non-Negotiable Mind

له عقل سره دې مشوره مه کوه، بریالي خلک پرته له دې چې خپله انرژي په عقلي مشورو ولګوي، د مهمو او اړینو چارو په ترسره کولو بوختېږي؛ همدارنګه لمونځ کوونکي د لمانځه په اړه له خپل عقل سره مشوره نه کوي؛ نو ته داسې مه وایه:

اوس لمونځ وکړم او که د دغه کار له ترسره کولو وروسته یې وکړم.

ډوډۍ ته انتظار وکړم او که لمانځه ته لاړ شم.

د اوداسه لپاره د بوټونو ایستل به مې په تکلیف کړي.

پنځه دقیقې به نور هم خوب وکړم څو د سهار لمانځه ته ښه تازه شم.

له عقل سره دې مشوره مه کوه؛ ځکه عقلي مشوره ډېر لوی قوت له منځه وړي او له عقل سره مشوره کول د ټمبلۍ یو بنسټیز لامل دی. ارواپوهان وايي د ټمبلۍ له منځه وړلو او د مهمو چارو د ترسره کولو لپاره تر ټولو غوره وسیله دا ده چې عقل ته دې د چوپتیا امر وکړې او هغه چاره پیل او وخت ورکړې چې د ترسره کولو اراده یې لرې.

کله چې اذان اورې عقل ته دې د چوپتیا امر وکړه، اودس پیل کړه، سملاسي لمانځه ته لاړ شه او غوره دا ده چې د لمانځه تر ادا کولو وړاندې له هېچا سره خبرې و نه کړې، هسې نه خبرې اوږدې شي او شیطان دې د لمانځه په وروسته کولو قانع کړي.

هر څه چې کوې یا هر چېرته چې وې، له عقل سره دې دا مشوره مه کوه چې لمونځ وکړې که نه. په فکر کولو دې خپل توان له منځه مه وړه، هر وخت دې که له نفس سره دا مبارزه وکړه چې سملاسي لمانځه ته پورته شوې؛ نو ژر به دې نفس غښتلی شي او د وخت په تېرېدا به دې دا کړنه عادت وګرځي او همدا د بریالیو لمونځ کوونکو مهم عادت دی.

یوه نېک سړي بزګري کوله، چې کله به یې بېل پورته کړ او اذان به یې واورېد؛ نو بېل به یې بېرته نه کوزاوه، بلکې همداسې به یې د شا لورې ته پرېښود او دا کار یې له دې وېرې کاوه چې هسې نه شیطان د لمانځه وروسته کولو په اړه وسوسه ورواچوي. دا یو اسانه کار دی خو د لمانځه په اړه له عقل سره د نه مشورې کولو یو ښه تمرین ګڼل کېدی شي.

د هغو شیخانو له ډلې چې زړونه یې له جوماتونو سره تړلي دي، د یوه زوی راته داسې کیسه وکړه: یو ځل توند توپان او سخت باران و، له پلاره مې وغوښتل چې لمونځ په کور کې وکړي څو تکلیف نه شي؛ نو شیخ وویل «په الله ﷻ قسم که د ډېرو باران هم وي د جومات لمونځ به پرېنږدم». پیاوړی شخصیت د لمانځه په چارو کې مشوره نه مني.

مرجعي نقطه Reference Point

کله چې ما له دغه سپین ږیري څخه د نفس مهارولو په اړه د هغه د قوت د راز پوښتنه وکړه؛ نو د نفس له رازونو څخه یې په داسې یوه جالب راز خبر کړم چې د علماوو په کتابونو کې لیکل شوی او مرجعي نقطه Reference Point بلل کېږي.

مرجعي نقطه هغه حالت یا کړنه ده چې د تېر وخت په ځانګړو سختو او استثنایي حالاتو کې یې ته په ترسره کولو بریالی شوی یې او اوس که ته کټ مټ له هماغه حالت یا کړنې سره مخ کېږې؛ نو کولی شې هماغه پخوانی کړنې ته د (مرجعي نقطې) په توګه وروګرځې څو ستا لپاره هڅوونکې او باعث شي.

مطلب دا چې په یوه یخه او توپاني شپه کې دغه سپین ږیری ناوخته له خپل کار څخه راغی او ډېر خوب یې لا نه و کړی چې د سهار د لمانځه اذان وشو، نو سپین ږیري له خپل نفس سره مبارزه وکړه، اوداسه ته پورته شو، عطر یې ووهل او جومات ته لاړ.

د هوا یخوالی، د خوب کموالی او ستړیا هغه سخت حالتونه وو چې ېر سپین ږیري د لمانځه پرېښودلو لپاره یې بسنه کوله، خو سپین ږیری ورباندې غالب شو. کله چې په راتلونکي کې له ورته حالاتو سره مخ کېږي دغې شپې ته مراجعه کوي او خپل نفس ته دا ور په یادوي چې څنګه وتوانېد پورته شي

اودس وکړي او په ډېرو سختو حالاتو کې لمونځ په جومات کې ادا کړي؛ نو نفس یې پر هغه د غلبې لپاره هیڅ چل نه شي جوړولی، بلکې نفس یې په خپله ماته خوري.

همدارنګه که ته وتوانېږې د خپل ځان لپاره مرجعي نقطې جوړې کړې شې څو په سختو حالاتو کې رجوع ورته وکړې، دا به له تا سره د نفس په مهارولو او پر لمانځه د ټینګار کولو په اړه ډېره مرسته وکړي؛ نو هڅه وکړه چې له هر سخت حالت څخه قدم واړوې څو ستا لپاره مرجعي نقطه وګرځي.

له همدې امله موږ ته رسول اللهﷺ امر کړی څو د توان تر کچې پر سنتو او نفلي لمونځونو ټینګار وکړو. څنګه به هغه انسان په داسې حال کې فرضي لمونځ ضائع کړي، چې د اللهﷻ د فرض کړیو لمونځونو څو برابره سنت او نفلي لمونځونه ادا کوي، ګواکې رسول اللهﷺ زموږ لپاره دا غوښتل چې د خپلو نفسونو مهارولو لپاره یو پراخ میدان ولرو.

دا وخت به هم تېر شي

پادشاه له خپل وزیره وغوښتل څو په ګوتیې یې داسې یوه جمله ورته نقش کړي، چې د پرېشانۍ په وخت کې یې ویني پرې خوښ شي او که د خوښۍ په وخت کې یې ویني معتدل شي؛ نو ورته ویې لیکل:

«دا وخت هم تېرېږي»

ښکلې جمله ده، کله چې د سهار لمانځه ته ویښېدلې، د ستړیا او بې خوبۍ احساس دې کاوه؛ نو ډېره یې وایه، ډېر ژر به دې دغه احساس له منځه ځي. ځان ته دې یوازې د څو دقیقو فرصت ورکړه څو پورته شې او اودس وکړې؛ ځکه دغه شعور به توله ورځ له تا سره نه وي، ته اوس یوازې د نویو عادتونو جوړولو په پړاو کې یې؛ نو د ستړیا او خوب احساس به دې ژر له منځه لاړ شي.

CamScanner

هغه وخت هم ژر تېرېږي چې د لمانځه په اړه له خپل نفس سره د مبارزې احساس کوې.

هغه وخت هم ژر تېرېږي چې په لمانځه کې د خشوع کولو ناتواني احساسوې.

هغه وخت هم ژر تېرېږي چې د جمعې لمانځه ته لاړ شې او په جومات کې دننه ځای نه وي، نو له جوماته بېرون په ګرم لمر یا تېز باران کې لمونځ کوې.

که کار دې سخت وي او نفس دې راحت ته اړتیا ولري، خو کور ته د دمې جوړولو په موخه له رسېدا سره سم اذان واورې؛ نو لاړ شه او لمونځ ادا کړه؛ ځکه دا وخت هم تېرېږي.

یوازې صبر وکړه، هیڅکله دا وخت نه اوږدېږي، ژر به تېر شي، خو تر تېرېدا وړاندې به له تا نه بل شخص جوړ کړي.

دا ګومان مه کوه چې د لمانځه په تړاو له خپل نفس سره مبارزه به دې د ژوند تر پایه روانه وي، بلکې دا کړنه یوازې د هغه داخلي سکون بدله ده چې له لمانځه وروسته رامنځته کېږي او تا ته داسې احساس درکوي، چې ګواکې دا پراخه نړۍ ټوله ستا ده.

ژر به دې سترګې یوې داسې داخلي شتمنۍ ته وغړېږي چې سر او بر یې معلوم نه وي، ژر به داسې احساس وکړې چې یو لوی ضمانت دې تر لاسه کړی دی، ګواکې له رنځ، سپین ږیریتوب او بې وزلۍ څخه ساتل شوی یې او په دې حالت کې دار په بشپړ ډول له منځه ځي؛ ځکه ته له الله ﷻ سره وصل شوی یې او چې الله ﷻ له تا سره وي نو څوک ضرر دررسولی شي!!!

شپږم څپرکی

کومه اړتیا لرې؟!

د اذان او لمانځه ترمنځ شیبې د نور عمر په څېر دي.

که په دغو شیبو کې ته هر څه وغواړې درکول کېږي، یا د یوه حکمت له مخې درڅخه منعه کېږي، زه حیرانېږم ولې ډېر خلک د دعا قبلېدلو دغه شیبې له لاسه ورکوي.

ایا ته کومه اړتیا لرې!!

موږ ټول اړ یو.

که ستا اړتیا هر څه وي.

د هغه ذات په وړاندې ودرېږه چې پر هر شي قادر دی او خپله اړتیا ترې وغواړه.

له هغه غني څخه یې وغواړه چې د اسمانونو او ځمکې خزانې ورسره دي.

زما باور دا دی -الله ﷻ ښه پوهېږي- چې په ورځنۍ ښه د موانعو او ننګونو د شتون حکمت د ایمان تجدید (نوي کول) دی، کېدی شي د ایمان تجدید له اصطلاح سره خلک عادت شوي وي او له ژور فهم پرته یې په غوږونو اوري!!

که ته له یو چا پوښتنه وکړې چې ایا په رښتیا په الله ﷻ ایمان لري؟؟ پوښتنه به دې بده وګڼي او په دې به حیران شي چې ولې دې داسې پوښتنه ترې وکړه؛ ځکه طبعا هغه په الله ﷻ ایمان لري، ټول عبادتونه ترسره کوي او له الله ﷻ سره مینه کوي.

او که همدغه شخص راشي او له خپل بد حالته شکایت در ته وکړي، یا د ژوند له تنګی، یا له داسې یوې ستونزې څخه سر وټکوي چې سینه یې ترې تنګه ده، یا له توان څخه د ډېر پور شکایت در ته وکړي او ته نصیحت ورته وکړې چې له اللهﷻ څخه خپل حاجتونه وغواړي؛ نو ستا په نصیحتونو به داسې عمل کوي لکه دا چې د ستونزې د حل دویمه چاره وي.

نو تا ته به وايي هو، هو طبیعي خبره ده چې له اللهﷻ څخه به خپلې اړتیاوې وغواړم، خو ستا نظر څه دی که هغه او دغه کارونه وکړم!! هغه د یوه مادي سبب په لټه کې دی څو خپله ستونزه وربانديې حل کړي او که د دویم ځل لپاره نصیحت ورته وکړې چې خپلې اړتیاوې له اللهﷻ څخه وغواړي؛ نو در ته وايي به دا خو توکل دی او ایا اللهﷻ موږ ته د اسبابو کارولو امر نه دی کړی!!

د اسبابو کارولو تر نامه لاندې به یو شخص وینې چې له بل چا څخه پر یوه دنده د خپل زوی ګومارل غواړي، د مدیر په دروازه کې به ولاړ وي چې کار یې ګړندی کړي او ښځه به وینې چې له خپل بد حالت څخه خپلې ملګرې ته شکایت کوي. د حیرانتیا خبره دا ده هغه کسان چې د خالق په ځای له مخلوقه غوښتنه کوي او له خالق څخه مخلوق ته شکایت کوي، د خپلو غوښتنو او شکایتونو په وړاندې کولو کې له هنر او ادبیاتو څخه کار اخلي او ژبه یې په لوړه کچه فصیحه او روانه وي.

خو کله چې د هغه ذات په وړاندې سجده کوي چې د هر څه واک ورسره دی، پر هر څه قادر دی او د اسمانونو او ځمکې خزانې ورسره دي؛ نو ژبه یې پړسېږي او نه پوهېږي چې څه وايي، کلمې او عبارتونه تول ترې لاړ شي.

ته پوهېږې، دا ولې؟؟

ځکه هغوی له فقیرانو څخه په سوال کولو عادت شوي دي، یو فقیر له بل

فقیره سوال کوي او هغه یې په اړه د هیڅ شي توان نه لري او که هغه پادشاه، رئیس یا هر څوک هم وي په اړه یې هیڅ نه شي کولی. په څو شېبو کې شونې ده چې له توان او څواک پرته په تنگ قبر کې واچول شي، څوک به یې قبر ته یوسي او څوک به پرې خاورې واړوي.

موږ پر اسبابو د عمل کولو په فهم کې دومره تېروتلي یو چې د اسبابو رب مو هېر کړی دی.

هغه کوم اسباب وو چې د ماهي په خېټه او د سمندر د تل په تورو شپو کې یې یونس‌ﷺ ته نجات ورکړ، که موږ د ځمکې تر ټولو قوي او د ډېرو پوځونو درلودونکي پادشاهان راوستلي وی هیڅکله یې نه شوی کولی چې یونس‌ﷺ راوباسي.

هغه کوم اسباب وو چې په اور کې پروت تړل شوي ابراهیم‌ﷺ ته یې نجات ورکړ.

هغه کوم اسباب وو چې موسی‌ﷺ ته یې په داسې حال کې نجات ورکړ چې تر مخ یې سمندر او تر شا یې فرعون او د هغه پوځونه وو.

هغه کوم اسباب وو چې یوسف‌ﷺ یې تر داسې بند وروسته چې لمر یې په سترگو نه لیدو، د مصر عزیز او د ځمکې د خزانو مالک وگرځاوه.

هغه کوم ذات دی چې کولی شي د داسې یوې مور زړه ډاډه کړي چې د وژل کېدا له وېرې خپل زوی سمندر ته اچوي.

او هغه کوم ذات دی چې هغې وړې ډلې ته نجات ورکولی شي چې ټول کلی یې د وژلو لپاره راټول شوی دی.

کېدی شي ته ووایې چې دا خو د نبیانو علیهم السلام معجزې او د صالحانو کرامتونه دي او له موږ سره هیڅ تړاو نه لري؛ ځکه د معجزو وخت تېر شوی دی.

نو زه در ته وايم ستا له معجزو سره څه دي، ايا دغه معجزې هغه الله ﷻ نه دي پيدا کړې چې ته يې عبادت کوې او ايمان دې وربانديې راوړی دی. چا چې هغوی ته نجات ورکړ ستا پر نجات هم قادر دی، چا چې د هغوی غوښتنې پوره کړې پر دې هم قادر دی چې ستا غوښتنې پوره کړي او چا چې د هغوی زړونه ډاډه کړل پر دې هم قادر دی چې ستا زړه ډاډه کړي.

له تدبير تېر او په تدبر او فکر کولو بوخت شه، بې پروا الله ﷻ پر دې قادر دی چې له معجزې پرته تا ته نجات درکړي، غوښتنې دې پوره او زړه دې ډاډه کړي.

﴿...كَلَّآ إِنَّ مَعِيَ رَبِّي سَيَهۡدِينِ﴾ (الشعراء/ ٦٢).

ژباړه: وېلې هيڅکله نه! يقينا ماسره مې رب دی، ژر به لار راوښيي.

دا وينا موسی علیه السلام کړې ده، د موسی علیه السلام قوم چې کله وليدل تر مخ يې سمندر او تر شا يې د فرعون لښکرې دي؛ نو ويې ويل ﴿...إِنَّا لَمُدۡرَكُونَ﴾ (الشعراء/ ٦١).

ژباړه: ... (دادی) موږ خو ګير کېدونکي يو.

موسی علیه السلام د اسبابو او منطقي تحليل په اړه فکر و نه کړ، بلکې لومړی يې په بشپړ يقين سره د رب الاسباب په اړه فکر وکړ؛ نو ځواب يې څکه «کلا» و، دا د نفې توری دی او معنا يې بد ګڼل، منعه او له بېخه ايستل دي.

موسی علیه السلام چې کله دغه يقين او مطلق ايمان ښکاره کړل، الله ﷻ سملاسي د اسبابو برابرولو لارښوونه ورته وکړه، که څه هم اسبابو هيڅ کار نه ورکاوه.

الله ﷻ وحې ورته وکړه چې سمندر په خپله لکړه ووهي. الله ﷻ په دې قادر و چې له لکړې پرته سمندر څيرې کړي، خو د الله ﷻ اراده دا وه چې موږ ته د هغو اسبابو برابرولو ماهيت بيان کړي چې زموږ د توان په پولو کې وي. الله ﷻ موسی علیه السلام ته دا امر و نه کړ چې فرعون ته وروګرځي يا سوله ورسره وکړي؛

ځکه هغه د اسبابو برابرول نه دي.

د ایمان له معنا څخه زما موخه همدا ده څو هغه اسباب وکاروې چې ستا په توان کې وي او بیا بشپړ یقین ولرې چې رب درسره دی او ژر به لاربنوونه در ته وکړي.

دا هغه یقین دی چې نوح‌عليه السلام ته یې د خپل قوم پر تکلیف او ملنډو صبر ورکړی و او ته پوهېږې قوم یې ولې ملنډې پرې وهلې؟؟ ځکه د الله‌جل جلاله امر ورته شوی و چې په دښته کې کښتۍ جوړه کړي؛ نو قوم یې د لیوني تور ورپورې کړ، ملنډې یې ورباندې وهلې او ورته ویل یې دا څنګه کښتۍ ده چې په دښته کې به روانه وي!!

خو نوح‌عليه السلام د هغو اسبابو په اړه فکر و نه کړ چې کښتۍ به په دښته کې روانه کړي؛ ځکه د بشر د مادي فکر له پلوه داسې اسباب محال او ناشوني وو، بلکې نوح‌عليه السلام د رب الاسباب لوري ته متوجه شو ﴿فَدَعَا رَبَّهُۥٓ أَنِّى مَغۡلُوبٞ فَٱنتَصِرۡ﴾ (القمر/ ١٠).

ژباړه: نو هغه خپل رب ته دعا وکړه چې زه بالکل بې وسه شوی یم نو بدل واخله.

ځکه نوح‌عليه السلام د هغه الله‌جل جلاله قدرت پېژندو چې ده یې بندګي کوله.

دعا یې ومنل شوه ﴿فَفَتَحۡنَآ أَبۡوَٰبَ ٱلسَّمَآءِ بِمَآءٖ مُّنۡهَمِرٖ (١١) وَفَجَّرۡنَا ٱلۡأَرۡضَ عُيُونٗا فَٱلۡتَقَى ٱلۡمَآءُ عَلَىٰٓ أَمۡرٖ قَدۡ قُدِرَ (١٢)﴾ (القمر/ ١١ - ١٢).

ژباړه: بیا موږ په زښتو ډېرو اوبو د اسمان ورونه پرانیستل (١١) او له ځمکې مو چینې روانې کړې، نو دواړه اوبه ګانې پر یوه ټاکل شوي کار سره یو ځای شوې (١٢).

دلته حکمت لرونکي الله‌جل جلاله د نوح‌عليه السلام او له هغه سره د مومنو کسانو په هڅو جوړه شوې کښتۍ د نجات سبب وګرځوله او دغه سبب د هغوی د نفسونو

د توان تر کچې و او هغوی هڅه وکړه څو دغه سبب وکاروي.

د ژوند په هر برخه کې دې داسې اسباب شته چې ستا د توان تر کچې دي؛ نو د دغو اسبابو د عمل په څرنګوالي کې فکر مه کوه. نوح ﷺ سمندر ته د کښتۍ د رسولو په اړه فکر و نه کړ، بلکې یوازې په هغه څه کې یې هڅه وکړه چې په توان کې یې وو، د اسبابو د عمل څرنګوالی الله ﷻ تر خپل ذات پورې ځانګړې کړی دی، څو د ژوند په هره ورځ کې ایمان تجدید شي او هغه قادر ذات هېر نه کړل شي چې دغه اسباب په کار اچوي.

او له تا څخه نه!!

دغه جمله ابراهیم خلیل الرحمن ﷺ اور ته له اچولو څو شېبې وړاندې په داسې حالت کې ویلې چې لاس او پښې یې تړلې وو. دا هغه اور و چې قوم یې په تیارولو څو میاشتې لګولې وې او دغه اور په هوا کې مرغان سوځول.

دغه جمله یې جبرائیل ﷺ ته ویلې وه. جبرائیل ﷺ شپږ سوه داسې وزرونه لري چې یوازې یو وزر یې د اسمان کربښه بندولی شي. کله چې جبرائیل ﷺ له ابراهیم ﷺ څخه داسې پوښتنه وکړه: «ایا ته کومه اړتیا لرې؟؟»؛ نو خلیل الرحمن ﷺ چې له الله ﷻ پرته له بل چا څخه په غوښتلو عادت نه و، داسې ځواب ورکړ: «أما منك فلا!!» تا ته کومه اړتیا نه لرم!!

دا د هغو کسانو حال دی چې زړونه یې په محکم قوت لرونکي الله ﷻ ډاډه وي. بشپړ یقین او بې کچې باور هغوی داسې ګرځولي چې له اور او سوړ څخه د څو شېبو په واټن کې هم له الله ﷻ پرته له بل چا څخه د مرستې غوښتنه نه کوي.

باران و نه شو چې اور مړ کړي، باد هم را نغلو چې قوم او کورونه یې له

ښخه وباسي، هیڅ داسې شی رامنځته نه شول چې د نجات نښه وي، خو له ابراهیمﷺ سره دا علم و چې حکمت والا او مهربان ذات به یې هیڅکله ضائع نه کړي. په اور کې وغورځول شو، ښېرته ترې جوړ راووت او قوم یې حیران ورته کتل؛ نو کافر پلار (آزر) یې ورته وویل:

«ای ابراهیمه! ستا رب ډېر ښه رب دی»!!

الله ﷻ ته په یقین او باور سره د عاجزۍ او دعا کولو مهارت زده کړه. الله ﷻ موږ ته دا امر نه دی کړی چې په اسبابو د عمل کولو تر نامه لاندې له الله ﷻ پرته له بل چا څخه سوال وکړو، د کوم څه چې الله ﷻ موږ ته امر کړی هغه دا دی چې خپلو ځانونو ته وګورو او د توان برابر کار وکړو او ټول هغه اسباب په کار واچوو چې له خپل توان سره سم یې کارولی شو او له الله ﷻ پرته له بل چا څخه سوال و نه کړو.

الله ﷻ ویلي دي ﴿وَأَعِدُّوا لَهُم مَّا اسْتَطَعْتُم مِّن قُوَّةٍ...﴾ (الانفال/ ٦٠).

ژباړه: او تر خپلې وسې د هغوی (د مقابلې) لپاره ښه ځواک چمتو کړئ...

دغه امر عمل او د ځان ستړیا غواړي او الله ﷻ موږ ته دا امر نه دی کړی چې د قوت په تیارولو کې له بل چا څخه مرسته وغواړو، یا له هغوی څخه غوښتنه او سوال وکړو څو له موږ نه زموږ د دښمن شر بند کړي.

دا د اسبابو کارول نه، بلکې توکل دی؛ نو که ته د یوه کار ترسره کول غواړې، د خپل توان برابر د تیارۍ کولو تر څنګ پر ځارونکي الله ﷻ توکل وکړه او هغه ستا لپاره بس دی.

له الله ﷻ سره یوځای له بل هېچا څخه سوال مه کوه او له برلاسي الله ﷻ پرته له بل هېچا څخه مرسته مه غواړه. له فاتحې تر والناس پورې قرآن کریم

وګوره يو آيت به هم داسې پيدا نه کړې چې له الله ﷻ سره يوځای له بل چا څخه يې هم د سوال کولو امر کړی وي.

خپل عادت داسې جوړ کړه چې د ژوند په وړه او لويه چاره کې له الله ﷻ څخه سوال وکړې، که دې له خلکو سوال کاوه نو هغه سوال بايد د داسې يوه شي په اړه وي چې ته وربانديې نه پوهېږې، يا د نصيحت غوښتنې په موخه وي او په زړه کې به دې د يوې ذرې په اندازه هم دا خبره نه وي چې له دغه شخص نه چې د کوم شي سوال کوې هغه ستا د چارې مالک دی، که څه هم دنده او څواک يې هر څومره وي. ستا ټولې چارې د محکم قوت لرونکي الله ﷻ په لاس کې دي.

هره ورځ ته د يوې اړتيا پوره کول يا د يوې چارې اسانه کول غواړې، يا داسې يوه پرېشاني لرې کول غواړې چې سينه دې يې تنګه کړې وي، يا د يوې موخې د ترلاسه کولو هڅه کوې، يا د يوه نعمت شکر ادا کوې يا له يوه شي څخه ډارېږې او يا پر يوه شي ډارېږې.

لمونځ دې له هغه ذات سره ملاقات وګڼه چې د اسمانونو او ځمکې پاچاهي ورسره ده، فکر وکړه ته د هغه ذات په وړاندې درېږې چې پر هر څه قادر دی، ايا ته په دې معنا پوهېږې؟؟

الله ﷻ پر هر شي قادر دی، پر هر شي که څه هم دا شی هر څنګه وي، څه دې چې خوښه وي ترې ويې غواړه او خپل غمونه او ورځنی ستونزې دې د هر لمانځه په ادا کولو سره لرې کړه. ډېره هڅه وکړه چې د اذان او اقامت ترمنځ وخت دې په جومات کې وي، څو رکعته لمونځ په کې وکړه او په دې لمانځه کې خپلې اړتياوې وغواړه.

له څواکمن الله ﷻ څخه خوښي وغواړه، ډاډ ترې وغواړه، له کوم شي څخه

چې وېربرېږي له هغه څخه پناهترې وغواړه، پر کوم شي چې وېرېږې دا ترې وغواړه چې در ته ویې ساتي، د کوم شي له پایلو که وېرېږې په اړه یې د توفیق غوښتنه ترې وکړه، د پور ادا کول دې ترې وغواړه، په روزۍ کې دې برکت ترې وغواړه، د نعمتونو دېروالی ترې وغواړه او دا ترې وغواړه چې ستا مینه ورسره دېره شي څو هغه له تا سره مینه وکړي.

داسې رب چې د اسمانونو او ځمکې او د دواړو د خزانو مالک دی، ولې به له تا څخه هغه شی منعه کوي چې د ده په پادشاهۍ کې د هیڅ په څېر دي، ولې به تا پرېشانه کوي او ولې به پر تا تنګي راولي، الله ﷻ ویلي دي ﴿مَا يَفْعَلُ اللَّهُ بِعَذَابِكُمْ إِن شَكَرْتُمْ وَآمَنتُمْ...﴾ (النساء/ ۱۴۷).

ژباړه: الله به ستاسو په ځورولو څه کوي، که شکر مو وایست او ایمان مو راوړ...

که ته په ورځنۍ بنه د ژوندون د ستونزو او ګواښونو په حکمت پوه شې، زړه به دې ډاډه شي او له اندازې دېر سکون به ترلاسه کړې. دغه ستونزې او ګواښونه هغه څه دي چې په ورځنۍ بڼه په حقیقي ډول تا له الله ﷻ سره په اړیکه کې ساتي.

ژر به هغه وخت د حقیقي عزت معنا درک کړې چې اړتیا دې پوره کړل شي. د ایمان حقیقي معنا به وپېژنې او له الله ﷻ سره به بل ډول چلند وکړې او ژر به له برلاسي، اورېدونکي او لیدونکي الله ﷻ سره ستا د اړیکې یوازینی لار لمونځ شي.

هغه لمونځ چې ځینو خلکو ته عادت ښکاري، یوازې د دې وسیله نه ده چې ستا چارې سمې کړي، اړتیاوې دې پوره کړي او زړه ته دې ډاډ ورکړي، نه بلکې لمونځ تر دې دېر لوی دی.

کله چې لمر او سپوږمۍ تندر ونیسي، ځمکه وچه شي او داسې پېښې رامنځته شي چې د ځمکې تر ټولو ډېر ځواکمن یې د حل توان نه لري؛ نو - برلاسي، ټیټوونکي او پورته کوونکي الله جل جلاله موږ ته د لمانځه امر کړی دی؛ څو د نړۍ هغه چارې بدلې کړي چې د ځمکې بې چاره اوسېدونکي یې د ټولو تیاریو او ټکنالوژۍ سره د بدلون توان نه لري.

موږ ته یې د لمانځه امر کړی؛ څو د کائناتو انډول برابر شي او زموږ لپاره یې د کسوف، خسوف او استسقاء لمونځونه روا کړي دي. هغه لمونځ چې د نړۍ او کائناتو انډول بدلوي؛ نو څنګه به ستا حالت بدل نه کړي!!

هغه حکمت والا دی

الله جل جلاله حکمت والا دی، که غوښتنه ترې وکړې هغه ستا لپاره خیر غوره کوي. ډېر ځله له تا څخه هغه چاره منعه کوي چې ته یې خیر ګڼې، خو حکمت والا او ښه خبر الله جل جلاله پوهېږي چې یاده چاره ستا لپاره شر ده؛ نو غوښتنه دې نه درکوي او اجر یې در ته ساتي. له همدې امله ډېر خلک وايي چې الله جل جلاله د هغوی دعا نه قبلوي او په دې توګه ګومان کوي چې الله جل جلاله له هغوی سره مینه نه لري، یا دا چې د ګناهونو له امله الله جل جلاله د هغوی دعا نه قبلوي؛ نو نهیلي کېږي او له الله جل جلاله پرته له بل چا څخه سوال کوي.

پوه شه د دعا د نه قبلېدو لامل دا دی چې له الله جل جلاله سره یوځای دې له بل چا څخه هم سوال کړی دی، یا دې د دغې غوښتنې د ترلاسه کولو په اړه د لوړ شان لرونکي الله جل جلاله په قدرت یقین نه شته؛ څکه الله جل جلاله په قدسي حدیث کې ویلي دي «أَنَا أَغْنَى الشُّرَكَاءِ عَنِ الشِّرْكِ، مَنْ عَمِلَ عَمَلاً أَشْرَكَ فِيهِ مَعِي غَيْرِي، تَرَكْتُهُ وَشِرْكَهُ».[1]

[1] امام مسلم په (۷۶۶٦) شمېره روایت کړی دی.

ژباړه: زه له شرکت څخه بې پروا شریک یم، څوک چې داسې یو (نېک) عمل وکړي چې له ما سره په کې بل څوک شریک کړي؛ نو هغه او شریک عمل يې پرېږدم (نه یې قبلوم).

له دې څخه ډېر ووېرېږه چې په نفس کې دې دا خبره راشي چې اورېدونکی الله ﷻ ستا دعا نه اوري یا هیڅکله ستا دعا نه قبلوي. ته له برلاسي او حکمت والا رب سره چلند کوې، څه چې دې خوښه وي هغه وغواړه او په دې پوه شه چې حکمت والا ذات یې ستا لپاره غوره کوي.

رسول الله ﷺ ویلي دي: الله ﷻ د بنده هغه نهیلی ته خاندي چې د ازمیښت د پورته کېدا وخت ته نږدې وي. صحابه کرامو ﷺ وویل: ایا الله ﷻ خاندي؟ رسول الله ﷺ ورته وویل:هو، خاندي؛ نو هغوی وویل په الله ﷻ قسم موږ د داسې رب له خیر څخه نه بې برخې کېږو چې خاندي.

کوم شي چې په شپه کې غمجن کړی یې او خوب دې یې تښتولی دی، ولاړ شه او د سهار په لمانځه کې یې د ساتونکي الله ﷻ په دروازه کې پرېږده. هغه چاره چې ته یې د ترسره کولو په موخه تللی وې او نه ده ترسره شوې، اسانه کوونکي الله ﷻ ته یې د ماسپښین په لمانځه کې واستوه او که ستونزه داسې در ته ښکاره شوه چې لا تر اوسه نه ده حل شوې؛ نو پوه ذات ته یې د مازدیگر په لمانځه کې وړاندې کړه او همداسې دوام ورکړه.

هر شی چې له یوه لمانځه څخه تر بل لمانځه پورې ستا ذهن مشغولوي په لمانځه کې یې وغواړه او که شیطان داسې وسوسه دراچوله چې ته گنهگار یې او الله ﷻ هیڅکله ستا دعا نه قبلوي -الله ﷻ له دې څخه ډېر اوچت دی-؛ نو په لوړ اواز سره دغه آیت تکرار کړه ﴿أَمَّنْ يُجِيبُ الْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَاهُ...﴾ (النمل/ ۶۲).

ژباړه: یا هغه څوک دی چې د بې وسه دعا قبلوي کله چې راوبې بلي...

که ګناه دې وکړه او مایوسه شوې، له بخښونکي الله ﷻ څخه بخښنه وغواړه او په لوړ اواز دغه آیت تکرار کړه ﴿...إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ﴾ (البقرة/ ۲۲۲).

ژباړه: ... بې شکه الله بیا بیا توبه کونکي خوښوي او ځان پاک ساتونکي خوښوي.

شیطان ته اجازه مه ورکوه چې له نږدې الله ﷻ سره ستا په اړیکه کې مداخله وکړي، الله ﷻ ویلي دي ﴿الشَّيْطَانُ يَعِدُكُمُ الْفَقْرَ...﴾ (البقرة/ ۲٦۸).

ژباړه: شیطان د نېستۍ وعده درکوي...

هر کله چې شیطان دا وسوسه دراچوي چې ته به فقیر شې، یا به الله ﷻ هیڅکله تا ته بخښنه و نه کړي؛ نو دغه وسوسې یې په هغو وعدو سره ردوه چې مینه ناک الله ﷻ له تا سره کړې دي.

له همدې شېبې تا ته له خلکو څخه د سوال کولو اړتیا نه شته؛ ځکه ته هره ورځ د اسمانونو او ځمکې له مالک سره پنځه بنسټیز ملاقاتونه لرې. له هغه ذات سره ملاقاتونه لرې چې پر هر څه قادر دی، له هغه ذات سره ملاقاتونه لرې چې د اسمانونو او ځمکې خزانې ورسره دي، پر کائناتو څارونکی، پر خپلو بندګانو واکمن برلاسی او د هر څه ساتونکی دی.

دغو ملاقاتونو ته چې چا بللی یې هغه غني او ته ورته اړ یې. په دغو ملاقاتونو کې که ته له هغه څخه خپله غوښتنه اوږده کړې او په خپله غوښتنه ټینګار او اصرار وکړې، هیڅکله دې غوښتنه نه پرې کوي. هغه عالم او په اړه یې ته ناپوه یې. تر دغو ملاقاتونو وروسته به ژر خپلې غوښتنې ترلاسه کړې او کریم ذات به دې په بې ساري ډاډ سره عزتمن کړي. له کوم ذات څخه دې چې غوښتنه کړې؛ نو د هغه په پېژندلو به دومره خوښ شې چې خپله غوښتنه به دې هېره شي.

ځینې عربي اشعار یې راوړي چې مفهوم یې داسې دی:

نو که سترګو دې زموږ هغه ښکلا لیدلې وی، چې هغوی لیدلې، له موږ پرته به دې بل چا ته نه وی اړولې

که غوږونو دې زموږ ښکلې وینا اورېدلې وی، د تکبر جامې به دې ایستلې وی او موږ ته به راغلی وې.

او که د مینې خوند دې یوه ذره هم څکلی وی، هغه کسان به دې معذور ګڼلي وو چې زموږ په مینه وژل شوي دي.

اووم څپرکی

عادت جوړول

هاپکینز(Hopkins) د بازارموندنې او سوداګریزو اعلاناتو په ډګر کې یو ډېر مخکښ امریکایي شرکت دی، د تېرې پېړۍ د نوي یمې لسیزې په پیل کې یو سړی د دغه شرکت اجرایوي مدیر ته راغی او یوه نوې طرحه یې ورته وړاندې کړه. یاد شخص د یوه حیرانوونکي تولید په اړه ورته وویل او دا یې په ډاګه کړه چې ډاډه دی په زړه پورې بریا به ترلاسه کړي؛ نو ځکه له «هاپکینز» څخه د یاد تولید په ترویج او اعلان کې مرسته غواړي، دغه تولید د غاښونو کریم وو.

له شک پرته په دې وخت کې «هاپکینز» د اعلان او بازارموندنې په برخه کې خورا مشهور و او کولی یې شوی د ډېرو مجهولو تولیداتو پلورل د میلیونونو ډالرو تر کچې ورسوي او نړدې هره امریکایي کورنۍ یې وپېري. د «هاپکینز» د بریا راز په دې کې و چې د اړوند جنس په کاروونکو کې یې د نویو عادتونو رامنځته کولو وړتیا لرله څو هر کاروونکی د عادت له مخې دغه تولیدات وپېري؛ نو په دې توګه د بازارموندنې او اعلان په برخه کې د «هاپکینز» قاعدې داسې بنسټیزې وګرځېدې چې د شرکتونو او کارخونو خاوندانو او بازارموندونکو به کارولې او لا تر اوسه هم دغه قاعدې د تولیداتو د اخیستلو په کیفیت کې خپل رول لري.

له دې سره «هاپکینز» پوهېدو چې په دې وخت کې د غاښونو د کریم پلورل یوه سوداګریزه خان وژنه بلل کېږي؛ ځکه ډېره نادره وه چې یو څوک دې د غاښونو پاکولو توکي وپېري. په دې وخت کې د غاښونو د ډول ډول

ستونزو له عاموالي سره بيا هم د غاښونو د برس کارول ډېر کم او نادر وو، له همدې امله «هاپکينز» څو ځله د دغه شخص وړانديز رد کړ، خو کله چې يې د ياد شخص ډېر ټينګار وليد؛ نو د تضمين د ځينو شرطونو په ايښودلو يې د ياد توليد د ترويج هوکړه وکړه.

د پنځو کلونو په موده کې «هاپکينز» وتوانېد چې دغه مجهول توليد د ځمکې پر مخ يو له مشهورو توليداتو څخه وګرځوي. د غاښونو پيپسوډېنټ (Pepsodent) کريم په ټوله امريکا کې خواره شول او د ۱۹۳۰ زېږديز کال په راتلو په چين، د افريقا په جنوب، برازيل او المان کې هم پلورل کېدل، تر دې چې نږدې د نړۍ په ټولو هېوادونو کې خواره شول. د پيپسوډېنټ د اعلاناتو په لومړي کمپاين د لسو کلونو تر تېرېدا وروسته د ټولپوښتنو ماهرينو دا خبره په ډاګه کړې چې په برس سره د غاښونو مينځل د امريکايي وګړو يو رواج ګرځېدلی؛ نو «هاپکينز» بريالی شوی چې په برس سره د غاښونو مينځل ورځنی کړنه (عادت) وګرځوي.

له دې وروسته «هاپکينز» په دې وياړ کاوه چې د بريا راز يې هغه توان دی چې له امله يې د کاروونکو ترمنځ د غاښونو مينځل يو ورځنی عادت وګرځاوه او دا کار يې د داسې يوه هڅووونکي پر مټ ترسره کړ چې په کاروونکو کې په ورځنۍ بڼه د غاښونو له مينځلو سره مينې ته وده ورکوي، نه يوازې همدومره بلکې هرومرو يو مکافات هم شته چې کاروونکي يې د غاښونو تر مينځلو وروسته سملاسي ترلاسه کوي؛ څو د غاښونو مينځل يې داسې يو عادت وګرځي چې په خپله خوښه يې ترسره کړي.

دا هماغه اصل دی چې د ويډيويي ګېمونو ډيزاينوونکي، د خوراکي موادو شرکتونه، د چټکو خوراکونو پلورنځي او په نړۍ کې د خرڅلاو د نورو توکو ميليونونه نمايندګان يې کاروي.

هڅوونکې کیسه ده

خو د لمانځه له موضوع سره د «هاپکینز» د موندنو اړیکه څه ده!!!

د دغې پوښتنې د ځواب لپاره اړینه ده په تفصیلي بڼه پر هغه څه پوه شو چې «هاپکینز» ترسره کړي دي، کوم څه چې یې ترسره کړي هغه یوازې د بازارموندنې او اعلان ځیرک ډول نه، بلکې د بشري نفس د رازونو په فهم او له هغه سره د چلند په څرنګوالي کې یو علمي اصل دی.

د عادت جوړولو هڅوونکی

د «پېپسوډېنټ» پلورلو لپاره «هاپکینز» یوه داسې هڅوونکي ته اړتیا لرله چې په ورځنۍ بڼه د غاښونو کریم کارول توجیه کړي؛ نو د غاښونو د طبي کتابونو له یوه انبار سره کېنېناست او د یوه کتاب په منځ کې یې داسې معلومات وموندل: غاښونه په یوه مخاطي طبیعي غشاء (پرده) کې پټ دي، له دغې پردې سره د غذا د پاتې شونو د سرېښېدا په پایله کې د غاښونو رنګ زېړېږي او له امله یې د غاښونو ترمنځ داسې بکتریاوې ځای نیسي چې د وخت په تېرېدا د غاښونو له منځه تللو او چینجي وهلو لامل ګرځي.

«هاپکینز» دغه پرده د یوه داسې محرک او هڅوونکي په توګه وکاروله چې د غاښونو مینځلو شوق ته وده ورکوي، په یوه اعلان کې یې داسې ویلي و «ژبه دې پر خپلو غاښونو تېره کړه، داسې یوه پرده به حس کړې چې ستا د غاښونو د رنګ او چینجي وهلو لامل ګرځي». له علمي پلوه دغه پرده د چینجي وهلو لامل نه ده بلکې د مرضونو لامل د ډوډۍ هغه پاتې شوني دي چې له دغې پردې سره سرېښېږي، خو «هاپکینز» د پردې لفظ ځکه کارولی چې حس کول یې اسانه وو.

پر بازار د «پیپسوډنټ» تر ولکې وروسته، څېړونکو د دغه تولید د دا ډول چټکې خپرېدا د لامل موندلو لپاره خپلې هڅې ګړندۍ کړې او دا یې وموندله چې د «پیپسوډنټ» استعمالوونکي وايي کله چې یې د «پیپسوډنټ» استعمال هېر شي؛ نو په خپلو خولو کې تازه والی نه احساسوي او د دغه احساس په نه شتون کې داسې فکر کوي چې ګواکې خولې یې پاکې نه دي. که څه هم له علمي پلوه دا خبره جوته ده چې دغه مواد هیڅ کومه طبي ګټه نه لري خو یوازې خلک په دې قانع کوي چې د غاښونو کریم په بشپړ ډول خپل کار ترسره کوي.

له همدې امله که څېړې انسان وغواړي چې نوی عادت رامنځته کړي؛ نو هڅوونکی او مکافات یې دوه بنسټیز لاملونه ګڼل کېږي.

د نیو مکزیکو پوهنتون پر ۲۲۶ هغو کسانو یوه څېړنه ترسره کړې چې په منظم سپورت کولو عادت وو او لږ تر لږه په اوونۍ کې یې درې ځله خپل تمرینات ترسره کول.

د دغې څېړنې ډېر شمېر ګډونوالو ویلي، د سپورت پر تمرینونو ځکه عادت شول چې له تمرین وروسته د ښه والي احساس کوي (مکافات). له شک پرته هغوی د هیله مندۍ او اندروفینو د تولید کچې ته ورسېدل. اندروفین هغه کېمیاوي مواد دي چې بدن یې تولیدوي او د دردونو په کمښت او د ښه والي او راحت په احساسولو کې مرسته کوي.

په یوه بل ګروپ کې ګډونوالو ویلي، د سپورت تمرینونه هغوی ته د لاسته راوړنو احساس ورکوي (مکافات) نو دوی د منظمو لاسته راوړنو او بریا د احساس لوالتیا ته ورسېدل. په دواړو حالتونو کې دغه چټک مکافات د دې لامل ګرځېدلی چې د سپورتي تمریناتو ترسره کول د دغو ګډونوالو عادت جوړ کړي.

عادت او لمونځ

لمونځ هغه ورځنی کړنه ده چې په شپه او ورځ کې یې موږ څو ځله ترسره کوو. زموږ ټولو هڅه دا ده څو د لمانځه ترسره کول یو داسې عادت وګرځوو چې په خپله خوښه او له کوښښ پرته یې ترسره کړو او موخه مو دا ده چې د اذان له اورېدو سره سم اوداسه او لمانځه ته پورته شو او په دې اړه له خپلو عقلونو سره په جګړه کې ښکېل نه شو.

دلته زما موخه لمانځه ته پورته کېدل دي، نه د لمانځه ادا کول؛ ځکه د لمانځه په ادا کولو کې د ذهن او عقل حضور اړین دی. له دې سره سره بیا هم لمونځ یو ورځنی عادت دی؛ ځکه په مکرر ډول ترسره کېږي. د لمانځه په اړه له عادت څخه زما موخه د عادت عام مفهوم نه دی چې ګواکې لمونځ عادت دی نه عبادت، بلکې دلته له عادت څخه زموږ موخه د عادت هغه علمي مفهوم دی چې په مکرر ډول د یوې کړنې ترسره کولو ته ویل کېږي.

موږ ته له هغو څېړنو چې څېړونکو د عادت رامنځته کولو په اړه ترسره کړې ثابته شوه، کله چې انسان د یوه نوي ګټور عادت ترلاسه کولو هوډ وکړي؛ نو هرومرو به (هڅوونکی) رامنځته کوي څو په دغه شخص کې د یادې چارې د ترسره کولو شوق او مینه پیدا کړي او (مکافات) به رامنځته کوي څو د دغه کړنې دوام تضمین کړي.

کوم څه چې د کتاب په تېرو برخو کې بیان شول هغه (هڅوونکي) ګڼل کېږي او د لمانځه د ادا کولو شوق غښتلی کوي؛ نو د دې لپاره چې موږ په همېشنۍ بڼه پر لمانځه ټینګار وکړو او له هغو کسانو سره ملګري شو چې هیڅکله ترې لمونځ نه پاتې کېږي، خیرک اللهﷺ زموږ لپاره داسې چټک (مکافات) هم رامنځته کړی چې تر هر لمانځه وروسته یې ترلاسه کوو او د یوه لمانځه له ادا کولو وروسته بل لمانځه ته په داسې حال کې انتظار کوو چې د

CS CamScanner

حال ژبه مو وايي «أَرِحْنَا بِهَا يَا بِلاَلُ...». ای بلاله! اذان وکړه څو د لمانځه په ادا کولو سره راحت ترلاسه کړو.

دغه مکافات ډاډګیرنه ده.

یا په بل دقیق تعبیر، دغه مکافات هغه احساس دی چې په خشوع سره د لمانځه تر ادا کولو وروسته رامنځته کېږي. په خشوع سره د لمانځه تر ادا کولو وروسته نفسي حالت او هغه ډاډ او سکون چې نفس يې په خپله غېږه کې نيولی، يو داسې غوره احساس دی چې د دنیا په ژوند کې يې بېلګه نه شته.

داسې نه ده چې فقير بنده (لیکوال) د دغو کلماتو د لیکلو پر مهال د واقعیت ښکاره کولو په موخه يوازې علمي نظریات رانقلوي او په خپله سترې او وړی ژوند تېروي او د دنیا له خوندونو بې برخې او بې خبره دی، بلکې - فضل ټول الله ﷻ لره دی- غني الله ﷻ د دې دنیا د ډېرو حلالو نعمتونو او ښکلاګانو ډېر احسان راباندې کړی دی، خو هيڅ احساس د ارام او ډاډ له احساس سره نه شي برابرېدلی. ګواکې د ډاډ احساس د دې دنیا او د دنیا د نعمتونو دوا او ښکلا ده؛ نو له دې احساس پرته د دنیا په نعمتونو کې خوښي نه شته او له دې احساس سره په پرېشانۍ کې يې خپګان نه شته.

الله ﷻ دنیا د خوښۍ بنسټ نه ده ګرځولې؛ ځکه هغه ډېر عادل ذات دی او ټول خلک د دنیا د نعمتونو په ترلاسه کولو کې برابر نه دي، بلکې -خيرک او ښه خبر الله ﷻ- خوښي په ډاډ او سکون کې ايښې او موږ ته يې د دغه ډاډ ترلاسه کولو لاره رانښودلې ده؛ نو که هر څوک وغواړي تر لاسه کولی يې شي.

په دغه ډاډ سره بې وزله هم خوښېږي که څه هم هيڅ شی و نه لري او له دې ډاډ پرته شتمن هم ناخوښ دی که څه هم هر شی ولري، په دنیا کې که ډاډ له منځه لاړ شي؛ نو د ژوند هر نعمت عذاب ګرځي.

CS CamScanner

زه له هغو کسانو سره ناست يم چې د دنيا ډېر حلال او حرام خوندونه يې څکلي او بيا يې ترې توبه ايستلې ده، ما د توبې ايستلو علت ترې پوښتلی؛ نو هغوی ويلي دي: موږ د اللهﷻ په نږدې والي کې داسې خوند موندلی چې هيڅ خوند نه شي ورسره برابرېدلی. که د برلاسي اللهﷻ په قوت سره ډاډه شوې؛ نو داسې احساس به وکړې لکه د ټولې دنيا مالک چې ته وې، شيخ محمد راتب نابلسي حفظه الله وايي:

انسان له ډاډ سره په اغزيو خوب کوي او هغه ورته نرم فرش ښکاري او له ډاډ پرته په وربښمو خوب کوي خو ورېښم ورته د مخی د بوټي اغزي شي. انسان د ډاډ په حالت کې له سختو چارو سره مخ کېږي؛ نو دغه چارې ورته ساده او اسانه وي او له ډاډ پرته له اسانه چارو سره مخ کېږي خو هغه ورته سختې او تکليف رسوونکې وي. له ډاډ سره د خطر او ډار ځايونو ته ځي او هغه ځايونه ورته امن او ډاډمن وي او له ډاډ پرته پر سمه لار ځي خو دغه لار ورته وژونکې او سترې کوونکې وي.

اللهﷻ که د انسان روزي له ډاډ سره پراخه کړي نو له پاکوالي، ډېرښت او پرېماني يې خوند اخلي. د دنيا لپاره يې نعمت او د اخرت لپاره يې توښه گرځي او که له روزۍ څخه يې ډاډ لرې کړي نو د پرېشانی، ډار، حسد او کرکې لامل گرځي. کله ناکله د بخل او رنځ له امله بې برخې کېدل او کله ناکله د افراط يا سپک گڼلو له امله د روزۍ له منځه تلل هم ورسره وي.

اللهﷻ انسان ته له ډاډ سره اولاد ورکوي نو د دنيا د ژوند ښکلا، د خوښۍ او خوند بنسټ يې گرځي او دا چې نېک اولاد يې تر شا پرېښی؛ نو د اخرت اجر يې هم څو برابره کېږي او که اللهﷻ خپل رحمت بند کړي نو اولاد بيا پرېشاني، بې خيري، سختي، بدمرغي، د شپې بې خوبي او د ورځې ستړيا گرځي.

الله ﷻ له داړ سره صحت او عافیت ورکوي نو نعمت او ښه ژوند ترې جوړېږي، خو کله چې داړ بند کړي؛ نو صحت او عافیت بیا داسې بلا ګرځي چې الله ﷻ یې پر روغ او عافیت لرونکي انسان مسلط کړي، له امله یې هغه خپل صحت او عافیت په داسې چارو کې لګوي چې بدن ماتوي، روح فاسدوي او د قیامت ورځې ته بدي زېرمه کوي.

الله ﷻ له داړ سره مرتبه او قوت ورکوي نو د اصلاح وسیله، د امن بنسټ او په ژبه او عمل د نېکیو د زېرمه کولو لامل ګرځي او کله ناکله داړ له منځه وړي نو مرتبه او قوت بیا د پرېشانی، بې لارې، سرکښۍ، کرکې او نفرت بنسټ جوړېږي، خاوند یې ناقراره وي او له امله یې د اخرت لپاره د اور لویه زېرمه تیاروي.

دا چې دغه داړ په ذکاوت، علم، صحت، قوت، مال، شتمنۍ، شهرت، مرتبه او د مادي ژوند په نورو نعمتونو سره نه شي ترلاسه کېدلی؛ نو د ترلاسه کېدو لاره یې څه ده؟

د داړ ترلاسه کولو لار په لمانځه کې خشوع ده

په لمانځه کې خشوع کول هغه داړ رامنځته کوي چې تا لمانځه ته هڅوي او خشوع د همدې عادت دوا ده؛ نو له خشوع سره لمونځ کول نوی عبادت جوړېږي نه تکراري عادت.

د ډېرو خلکو ګومان دا دی، هغه کسان چې پر لمانځه ټینګار کوي له هغوی سره ځانګړې بیولوژیکي ورټیا شته یا اسماني مرسته ورسره کېږي. همدارنګه ډېر خلک داسې ګومان کوي چې په لمانځه کې خشوع کول یوه اسماني چاره ده، چا ته چې د الله ﷻ خوښه شي ورکوي یې او چا ته چې یې خوښه شي نه یې ورکوي. ډېر خلک دا پوښتنه هم کوي چې خشوع څېرته ده؟ زه لمونځ کوم

ولې خشوع نه احساسوم؟

د دې لپاره چې د خشوع ځای وپېژنو، اجازه راکړئ د ځینو خلکو حالات وڅېړو. د بېلګې په توګه که موږ د یوه خوښ انسان پېژندلو اراده وکړو؛ نو حال به یې څنګه وي؟ زه در ته وایم هغه موسکی وي، تندی یې غوړېدلی او مرسته کوونکی وي، که خبرې ورسره وکړې نو د خبرو له لهجې به یې پوه شې چې خوښ دی او داسې نور صفتونه.

او که موږ د یوه لوېدلي او پرېشانه شخص د پېژندلو اراده وکړو؛ نو زه وایم مخ یې غمجن او سر یې ځوړند وي او که خبرې ورسره وکړې نو له غږ او لهجې به یې پوه شې چې پرېشانه دی او داسې نور صفتونه.

اوس که ته د خلکو یوه ډله ووینې او زه له تا څخه وغواړم چې په دې ډله کې خوښ، غمجن، تازه او ستړی راوښایه. ژر به یې راوښیې که څه هم خبرې دې نه وي ورسره کړې.

د دې موخه دا ده چې د ظاهري اندامونو حالت په لویه پیمانه د انسان داخلي شعور رابرسېره کوي: نو که ته خوښ وې (داخلي شعور دی) ستا بېروني او ښکاره اندامونه دا جوتوي چې ته خوښ یې او که ته ډار شوی وې نو ستا پر ظاهري اندامونو دا حالت جوتېږي او دا یوه ښکاره خبره ده.

ارواپوهان وايي عکس یې صحیح او شونی دی، یعنې کله چې ته د ښکاره اندامونو حالت بدل کړې، دا ستا پر داخلي شعور انعکاس کوي؛ نو که ته پرېشاني احساسوې (دا یوه نسبي یا پرتلیزه چاره ده) شونې ده د ښکاره اندامونو په ځینو بدلونونو سره دغه شعور له منځه یوسې.

نو ستا د ناستې او ولاړې برابرښت، د مخ د څرګندونو بدلون، د غږ د ټون یا کچې کنټرول ستا په مزاجي او ذهني حالت ډېر لوی اغېز لري؛ له همدې

امله د هېوادونو مشران او د هغو مهمو دندو ترسره کوونکي چې له عامو خلکو سره مخ کېدل ورباندې فشار راوړي، د اشارو ژبه (Body Language) او د کیفیت د کنټرول اړوند تمرینونه کوي؛ ځکه دا له هغوی سره د مثبت والي او په ځان د ډاډ او کله ناکله د خبرو د قوت ښکاره کولو په اړه مرسته کوي.

ویل شوي، عمر فاروقﷺ یو سړی ولید چې د تقوا او پرهېزګارۍ ښکاره کولو په موخه په ملا کړوپ پر لار روان و. له ځپلو ملګرو یې پوښتنه وکړه: دغه سړی ولې داسې روان دی؟ ایا عبادت همدې ته ویل کېږي چې په تلو او ښکاره بڼه کې ځان مړ ښکاره کړې؟ بیا یې دغه سړي ته وویل: ورک شې، پر موږ دې خپل دین مړ کړی تا دې اللهﷻ مړ کړي، خپل تګ دې برابر او د اسلام عزت ښکاره کړه.

خپلو ملګرو ته یې وکتل او ویې ویل: په دې خلکو څه شوي چې تقوا کمزورتیا او عبادت مړتوب ګڼي، که له چا سره خبرې کوي غږ ټیټ کړي او که پر لار روان وي؛ نو ملا کړوپه کړي.

عمر فاروقﷺ پوهېدو چې پر داخلي شعور د ظاهري اندامونو حالت اغېز لري، له همدې امله یې دغه سړي ته وویل چې تګ دې برابر کړه (ظاهري حالت) او د اسلام عزت ښکاره کړه (داخلي شعور).

نو که موږ وغواړو چې په خشوع سره د لمونځ کوونکي صفت بیان کړو، حالت به یې څنګه وي؟

دغه شخص به په سکون پوښلی وي، حرکتونه به یې نرم او درانه وي، د قرآن کریم لوستل به یې ډاډمن وي، د قیام، رکوع او سجدې وخت به یې ډېر اوږد وي او موږ به وینو چې د نورو خلکو په پرتله د دوو سجدو ترمنځ اوږد وخت په ناسته تېروي او داسې نور.

او همدارنګه زموږ د هر یوه له نظره خشوع ښکاره صفتونه لري، که موږ دغه ظاهري حالت رامنځته کړو له هغه سره زموږ داخلي شعور هم ملګری کېږي؛ نو له لمانځه څخه به په داسې حال کې فارغ شو چې سکون او ډاډ به پوښلي وو.

د خشوع نښې

د خشوع له نښو څخه دا هم ده چې د پیل له تکبیر سره سم د لاسونو حرکت ورو شي، د «الله اکبر» ویل حس کړل شي او بیا د توان ترکچې په نرمۍ سره تلاوت او د آیتونو ترمنځ یوه شېبه دمه وشي؛ ځکه ته د حفظ اورولو په سیالۍ کې نه یې چې تېزوالی به دې غوره وي.

ته دا خبره تجربه کړه که په هغه چټکۍ له خلکو سره خبرې وکړې چې د فاتحې سورت په لوستلو عادت یې؛ نو هیڅوک به په هیڅ شي هم پوه نه شي. ته د پادشاهانو له پادشاه سره په متبادلو خبرو کې یې؛ ځکه رسول الله ﷺ ویلي چې الله ﷻ وایي: ما لمونځ له خپل بنده سره په دوو برخو وېشلی دی.

نو کله چې بنده ووایي ﴿الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ﴾

الله ﷻ وایي: بنده مې ستاینه وکړه.

کله چې بنده ووایي ﴿الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ﴾

الله ﷻ وایي: بنده مې راباندې ثنا وویله.

کله چې بنده ووایي ﴿مَالِكِ يَوْمِ الدِّينِ﴾

الله ﷻ وایي: بنده مې زما لویي بیان کړه.

او کله چې بنده ووایي ﴿إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ﴾

الله ﷻ وایي: دا زما او زما د بنده ترمنځ ده او بنده لره مې هغه څه دي چې ویې غوښتل.

CS CamScanner

او کله چې بنده ووايي ﴿اهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ (٦) صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ غَيْرِ الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّالِّينَ (٧)﴾

الله ﷻ وايي: دا زما د بنده لپاره دي او بنده لره مې هغه څه دي چې وېې غوښتل.

ايا ته پوهېږې؟! رسول الله ﷺ به له لومړي تکبير وروسته د فاتحه په پيل کې دا دعا ويله «اللَّهُمَّ بَاعِدْ بَيْنِي وَبَيْنَ خَطَايَايَ كَمَا بَاعَدْتَ بَيْنَ الْمَشْرِقِ وَالْمَغْرِبِ اللَّهُمَّ نَقِّنِي مِنْ خَطَايَايَ كَمَا يُنَقَّى الثَّوْبُ الْأَبْيَضُ مِنَ الدَّنَسِ اللَّهُمَّ اغْسِلْنِي مِنْ خَطَايَايَ بِالْمَاءِ وَالثَّلْجِ وَالْبَرَدِ».[1]

او څومره چې مخ پر وړاندې د رکوع په لور حرکت نرم او داړمن وي، همدومره له تا سره په خشوع او د «سُبحان ربِّيَ العظيم» په درې ځله داده ويلو کې مرسته کوي.

همدارنګه له رکوع وروسته د قيام لپاره خپل حرکت نرم کړه او په ولاړه تر اعتدال او اطمينان وروسته په ارام سره د قومې اذکار «سَمِعَ اللَّهُ لِمَنْ حَمِدَهُ رَبَّنَا وَلَكَ الْحَمْدُ» ووايه.

ايا ته پوهېږې؟! رسول الله ﷺ به د رکوع له تسبيحاتو څخه علاوه دغه دعا هم ويله «سُبُّوحٌ قُدُّوسٌ رَبُّ الْمَلَائِكَةِ وَالرُّوحِ».[2]، «اللَّهُمَّ لَكَ رَكَعْتُ، وَبِكَ آمَنْتُ، وَلَكَ أَسْلَمْتُ، خَشَعَ لَكَ سَمْعِي وَبَصَرِي وَمُخِّي وَعَظْمِي وَعَصَبِي».[3]

ايا ته پوهېږې؟! رسول الله ﷺ به له رکوع څخه د پورته کېدا پر مهال دغه دعا ويله «رَبَّنَا وَلَكَ الْحَمْدُ حَمْدًا كَثِيرًا طَيِّبًا مُبَارَكًا فِيهِ»[4] «... مِلْءَ السَّمَوَاتِ وَمِلْءَ الْأَرْضِ وَمِلْءَ مَا بَيْنَهُمَا وَمِلْءَ مَا شِئْتَ مِنْ شَيْءٍ بَعْدُ».[5]

---

[1] سنن نسائي په (۸۹۵) شمېره روايت کړی دی.

[2] امام مسلم په (۱۱۱۹) شمېره روايت کړی دی.

[3] امام مسلم په (۱۸۴۸) شمېره روايت کړی دی.

[4] امام بخاري په (۷۹۹) شمېره روايت کړی دی.

[5] امام مسلم په (۱۸۴۸) شمېره روايت کړی دی.

CS CamScanner

او د سجدې لپاره هم ستا حرکت باید ارام او ډاډمن وي؛ څکه دا له تا سره په سجده کې د تسبیحاتو پر مهال څنډ کولو، په ډاډمن او واضح ډول درې ځله «سُبْحَانَ رَبِّيَ الأَعْلَى» ویلو کې مرسته کوي.

دا هم په یاد لره چې بنده خپل رب ته تر ټولو ډېر د سجدې په حالت کې نږدې وي؛ نو په نرمۍ او ډاډ سره خبرې وکړه؛ څکه ته د اسمانونو او ځمکې له مالک سره ډېر نږدې یې او څه دې چې په زړه کې وي هغه وغواړه. همدا ستا چانس دی او له سجدې څخه تر هغه وخته سر مه پورته کوه څو چې د خپلو ټولو اړتیاوو غوښتنه دې له غني او کریم ذات څخه نه وي کړې.

ایا ته پوهېږې؟! رسول الله ﷺ به د سجدې له تسبیحاتو علاوه دغه دعا هم ویله «سُبْحَانَكَ اللَّهُمَّ رَبَّنَا وَبِحَمْدِكَ اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِي»[۱] «اللَّهُمَّ لَكَ سَجَدْتُ، وَبِكَ آمَنْتُ، وَلَكَ أَسْلَمْتُ، سَجَدَ وَجْهِي لِلَّذِي خَلَقَهُ وَصَوَّرَهُ وَشَقَّ سَمْعَهُ وَبَصَرَهُ تَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ».[۲]

رسول الله ﷺ به د دواړو سجدو ترمنځ هم د یوې سجدې په اندازه وخت تېراوه؛ نو له همدې امله او د دې لپاره چې خشوع رامنځته شي له سجدې څخه راپورته کېدل دې باید ارام او ډاډمن وي.

او د دوو سجدو ترمنځ هغه دعا وایه چې رسول الله ﷺ به ویله «اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِي وَارْحَمْنِي وَاهْدِنِي وَعَافِنِي وَارْزُقْنِي».[۳-۴]

نو څکه نرم حرکت، ډاډمن تلاوت او د لمانځه په هر رکن کې ارامتیا داسې درمل دي چې له امله یې خشوع او هغه بریالی ډاډ رامنځته کېږي چې لمونځ د

[۱] ابو داود په (۸۷۷) شمېره روایت کړی دی.

[۲] امام مسلم په (۱۸۴۸) شمېره روایت کړی دی.

[۳] امام مسلم په (۷۰۲۵) شمېره روایت کړی دی.

[۴] د حنفي مذهب عالمان وایي: دغه دعاګانې دې یوازې په سنت او نفلي لمونځونو کې وویل شي. ژباړن

CS CamScanner

مسلمان عادت ګرځوي.

شونې ده په پیل کې به دغه چاره ستونزمنه وي؛ ځکه ته په تېز حرکت او چټک تلاوت عادت شوی یې، خو هر څومره چې خپل نفس مهار او په ډاډمن تلاوت او حرکت کولو مکلف کړې همدومره به ستا خبره ومني او په خشوع سره لمونځ کول به ستا د ژوند او چلند یوه برخه وګرځي، بلکې دا به ستا په ورځنیو چارو هم اغېز وکړي؛ نو ته به په هغه نړۍ کې د ارام او ډاډ احساس وکړې چې چټکتیا یې نورمال حالت ګرځېدلی و.

مناجات

که ته له خپل یوه ملګري سره اړیکه نیول غواړې او هغه ستا تلفون ته ځواب ور نه کړي، بلکې د موبایل اتومات ماشین له تا وغواړي چې خپل ملګري ته غږیز پیغام پرېږدې؛ نو ته چې په خپل موبایل کې غږیز پیغام ثبتوې، ایا د دغه غږیز پیغام ثبتولو پر مهال به ستا احساس له هغه احساس سره برابر وي چې ته له خپل ملګري سره مخامخ خبرې کوې، ښکاره خبره ده، نه!!

او الله ﷻ لره خو تر ټولو غوره صفتونه دي، که د لمانځه کولو پر مهال دې د احساس بدلولو هوډ وکړ؛ نو د لمانځه اذکار بیا داسې مه وایه لکه غږیز پیغام چې ثبتوې، بلکې په داسې احساس یې ووایه چې یو څوک ستا خبرې اوري، ځواب درکوي او ته مخامخ دغه عبارتونه ورته وړاندې کوې، نه دا چې یوازې ورته ثبتوې یې.

ژر به د قیامت په ورځ دا هیله ولرې چې کاش د پادشاهانو له پادشاه سره دې یوه خبره کړې وی او دا هم په یاد ولره چې د دغې ورځې په اړه الله ﷻ ویلي دي ﴿...لَا يَتَكَلَّمُونَ إِلَّا مَنْ أَذِنَ لَهُ الرَّحْمَٰنُ وَقَالَ صَوَابًا﴾ (النبأ/ ۳۸).

CS CamScanner

ژباړه: ... هیڅوک به خبرې نه کوي له هغه چا پرته چې رحمان اجازه ورکړې وي او سمې خبرې کوي.

﴿...وَخَشَعَتِ الْأَصْوَاتُ لِلرَّحْمَٰنِ فَلَا تَسْمَعُ إِلَّا هَمْسًا﴾. (طه/ ۱۰۸).

ژباړه:...او ټول غږونه به د رحمان په وړاندې خپ شي نو پرته له کنبهاره به څه نه اورې.

نو چا چې په دنیا کې د پادشاهانو له پادشاه سره ښې خبرې نه وي کړې، په اخرت کې د هغه خبرې نه اوریدل کېږي.

مناجات په دې احساس وکړه چې ته پادشاه او برلاسی الله ﷻ مخاطب کوې او د ملاقات په وروستۍ برخه کې ورته سلام وړاندې کوې «التَّحِيَّاتُ لِلَّهِ وَالصَّلَوَاتُ وَالطَّيِّبَاتُ...» او بیا په مخه ښه ورسره کوې.

ابن القیم الجوزیه رحمه الله ویلي دي: که ته لمونځ کوې؛ نو یا داسې لمونځ وکړه چې ستا له معبود سره ښایي او یا د ځان لپاره داسې معبود ولټوه چې ستا له لمانځه سره ښایي.

اتم څپرکی

سهار شه

«هال ایلروډ» په خپل په زړه پورې کتاب «معجزه سهار» (The Miracle Morning / Hal Elrod)[1] سره د زرګونو خلکو ژوند بدل کړ. هغه په خپل دې کتاب کې کیسه کا چې سهار وختي راپورته کېدلو څنګه له داسې یوه ژور خپګان څخه وژغوره چې نږدې و ځان وژنه وکړي. «هال ایلروډ» له ټولنیز او علمي پلوه بریالی ژوند کاوه او هغه کتاب یې هم خپور او ډېر پلورل شوی و چې هر شی یې بدل کړي وو، د ۲۰۰۷ زېږدیز کال له اقتصادي بحران وروسته یې ناڅاپه خپل ځان بې کاره وموند او په پورونو کې ډوب و، تر دې چې د خپل کور د لګښت بیلونه یې هم نه شوی پرې کولی؛ نو د نهیلی او خپګان وروستۍ کچې ته ورسېد.

«هال» به ډېر وخت ویده و، له ویښېدو سره یې مینه نه وه؛ ځکه هغه یقین درلود چې په ویښېدو به بیا له هغه ژوند سره مخ کېږي چې د ده لپاره هیڅ معنا نه لري او همدا د ژور خپګان د ډېرو ناروغانو حالت وي.

له یوه نږدې ملګري سره د خبرو پر مهال یې ملګري نصیحت ورته وکړ چې ځینې سپورتي تمرینونه وکړي څو د ژور خپګان له دې حالت څخه ووځي او په

---

[1] یاد کتاب «د سهار وختي پاڅېدو اغېز» په نامه ښاغلي امان الله حنیفي پښتو ژبې ته ژباړلی او په کابل کې جهان اسلام خپرندویه ټولنې چاپ کړی دی. ژباړن

ځانګړي ډول یې د منډې وهلو ورته وویل؛ ځکه منډه وهل به د ښه احساس مونډلو په اړه ورسره مرسته وکړي.

«هال» خپل ملګري ته وویل چې په ټول ژوند کې یې منډه نه ده کړې او منډه یې هیڅ نه خوښېږي، خو دا هم ورپه یاد شوه چې دغه ژوند یې هم نه دی خوښ؛ نو که منډه وهل هم ورسره تجربه کړي کومه ستونزه به نه وي. «هال» د اوونۍ د رخصت ورځې په ماسپښین خپل د لوبو کالي واغوستل او تر خپل استوګنځي چاپېره یې منډه پیل کړه.

دا یوه ګټوره تجربه وه؛ ځکه داسې احساس یې وکړ چې د منډې وهلو په شېبو کې یې پرېشاني تیت او پاشل شوې وه او د پاک ذهن یو مؤقت احساس یې مونډلی و. دې احساس له هغه سره دا مرسته وکړه چې د ژوند د ستونزو په اړه مثبت فکر کول پیل کړي.

په ټوله کې د «هال» دغه تجربه خوښه شوه، په منظم ډول یې د منډې وهلو هوډ وکړ او د دې تر څنګ یې د هغو چارو د ترسره کولو هوډ هم وکړ چې شونې ده ژوند یې ښه کړي، خو د دغو کړنو د ترسره کولو لپاره په وخت مونډلو کې له ستونزو سره مخ شو؛ ځکه هغه دومره بوخت و چې خپل ژوند ته د ښکلا ورکولو لپاره یې هم وخت نه درلود.

دلته ما ته د لیکوال «متیو کیلي» (Matthew Kelly) هغه مقوله رایاد شوه چې ویلي یې دي: «موږ ټول خوښي غواړو او ټول هغه شیان هم پېژنو چې د خوښۍ ترلاسه کولو لپاره یې ترسره کول اړین دي، خو د ډېرې بوختیا له امله یې نه ترسره کوو؛ نو په حقیقت کې موږ ټول د ناخوښ ژوند تېرولو لپاره کار کوو».

د -نړۍ د ډېرو اوسېدونکو په څېر- د «هال» عادت هم دا نه و چې سهار وختي له خوبه پاڅېږي، یوازې د اړتیا پر مهال به وختي پاڅېدو لکه دندې ته

تګ، رسمي چاره یا د الوتنې وخت. خان به یې شپنی موجود باله؛ نو خکه یې پرېکړه وکړه چې منډه او نورې هغه چارې پیل کړي چې ژوند یې ښه کولی شي او د شپې له خوا به یې له دندې څخه تر خلاصون وروسته ترسره کوي، خو دا ورته جوته شوه چې شپه مناسب وخت نه دی؛ ځکه هغه تل ستومانه او له ذهني او بدني پلوه په ښه حالت کې نه وي.

فکر یې وکړ چې په ورځنی بنه د دمې وخت د منډې لپاره وکاروي، خو ډېر ځله دغه وخت هم د سپورت کولو ورتیا نه لري؛ ځکه د دندې د مهمو چارو په اړه فکر کول او د هغو لپاره تیاری نیول هغه څه دي چې د دمې په وخت کې ترسره کېږي.

«هال» سهار وختي دندې ته تر تلو وړاندې بل مناسب وخت و نه موند، خو دغه طرحه هغه ته د خپسکې په څېر وه، هیڅ تصور یې نه شوی کولی چې له لامل او اړتیا پرته دې سهار په څلور یا پنځه بجې له خوبه پورته شي. په ډېره سختی به شپې او کله ناکله اووه بجې دندې ته د تلو په موخه پاڅېدو او هره ورځ به یې خان کشاوه څو له کټ څخه کوز شي؛ له همدې امله یې پرېکړه وکړه چې د څو شېبو لپاره دغه طرحه په بشپړ ډول هېره کړي او په طبیعي ډول ژوند وکړي، خو-د ده په وینا- ژر د لیکوال، کېون براسي (Kevin Bracy) خبره ورپه یاد شوه چې ویلي یې دي:

که غواړې له اوسني ژوند څخه بدل ژوند وکړې؛ نو هرومرو به له اوسنیو شیانو څخه بدل شیان ترسره کوې.

او همدا ثابت الهي قانون دی، الله ﷻ ویلي دي ﴿...إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ...﴾ (الرعد/ ١١).

ژباړه: ... بې شکه الله تر هغه د یو قوم حالت نه بدلوي څو چې هغوی خپل

اوصاف نه وي بدل کړي ...

نو که په اوسني ژوند کې خوښ نه یې هرومرو باید د ژوند ډول بدل کړې ځو الله ﷻ دې ژوند بدل کړي او که په اوسني ژوند کې خوښ یې نو پر هغو چارو ټینګار وکړه چې ترسره کوې یې. برلاسی الله ﷻ په هغو نعمتونو کې بدلون نه راولي چې پر تا یې لورولي دي او په دې اړه دوکتور راتب نابلسي حفظه الله وایي:

ځان بدل کړه چې الله ﷻ دې حال بدل کړي، که ته ځان نه بدلوې هغه دې حال نه بدلوي.

معجزه سهار

«هال» شپږ داسې شیان لیکلي چې اوسني ژوند ته یې د ارزښت ورکولو وړتیا لري او هوډ یې کړی چې سهار پنځه بجې له خوبه پاڅېږي او هرې چارې ته یوازې لس دقیقې وخت ورکړي او بیا خپلې دندې ته لاړ شي. له دغو شپږو شیانو څخه دعا، لوست او د ځینو سپورتي تمرینونو ترسره کول وو، جالبه دا وه چې کله یې دغه شیان یوازې ولیکل؛ نو په دویمه ورځ یې د سهار وختي پاڅېدو لپاره هڅوونکي وګرځېدل، که څه هم په پیل کې د هغه لپاره دغه طرحه یوه خپسکه وه.

دلته د څېړنو او شمېرو له مخې ارواپوهان وایي هغه کسان چې خپلې موخې لیکي د موخو په ترلاسه کولو کې د هغو کسانو په پرتله چې خپلې موخې نه لیکي ۸۰ سلنه بریالي دي او همدارنګه هغه کسان چې خپلې ستونزې او شونې حل لارې یې ورته لیکي ځانونه له هغې پرېشانی ژغوري چې د ستونزو په اړه له فکر کولو څخه رامنځته کېږي.

په دویمه ورځ که څه هم د «هال» خوب پوره نه و خو پنځه بجې راویښ شو او د هغه پلان پلي کول یې پیل کړل چې د ځان لپاره یې ټاکلی و. دا چې هرې چارې ته یې یوازې لس دقیقې ټاکلې وې؛ نو د دروندوالي او یادې چارې د ترسره کولو په اړه یې د مقاومت احساس و نه کړ. که ته هم د لسو دقیقو تلاوت هوډ وکړې نفس دې داسې مقاومت نه درسره کوي لکه د یوه یا دوو ساعتونو تلاوت هوډ دې چې کړی وي.

د څو اونیو لپاره «هال» پر دغه سهارني عادت ټینګار وکړ او په خپل ژوند کې یې د لیدلو وړ بدلون داسې حس کړ چې پرېشاني او ذهني ګډوډۍ یې ورځ تربلې له منځه تلله، فکري تمرکز یې د خپلو ستونزو پر حل راڅرخېدو او د ډېرې خوښۍ احساس یې کاوه، پرېکړه یې وکړه چې نور به د سهار په څلورو بجو پاڅېږي څو هرې کړنې ته اوږد وخت ورکړي او اوس عملا له کومې هڅې پرته د سهار په څلورو بجو راویښېږي.

تر دوو میاشتو وروسته د «هال» حالت په بنسټیزه بڼه بدل شو، له همدې امله یې پرېکړه وکړه څو دغه بدلون ته یو نوم ورکړي او له زرګونو خلکو سره یې شریک کړي؛ نو د «معجزه سهار» نوم یې ورکړ.

«معجزه سهار» (The Miracle Morning) د هغو غونډو نوم شو چې «هال» په کې له خلکو سره خپله کیسه شریکوله او همدارنګه د هغه کتاب نوم یې هم شو چې په میلیونونو ټوکه پلورل شوی، اوولسو ژبو ته ژباړل شوی او رسمي سایټ هم ورته جوړ شوی دی او زرګونه هغه کسان په کې ګډون کوي چې له معجزه سهار سره یې په ژوند کې بدلون راغلی دی او په ورځنۍ بڼه لسګونه کیسې په کې ویل کېږي.

وړاندې تر دې چې «معجزه سهار» کتاب مطالعه کړم په شخصي بڼه مې

خپله کیسه ورسره شریکه کړه، په ډېر ویاړ مې «هال» ته دا خبره وکړه چې زه په خپله خوښه سهار په څلورو بجو له خوبه راویښېږم؛ ځکه زما دین پر ما دغه خبره فرض کړې ده او تر ویښېدو وروسته تر ټولو لومړی کار چې زه ترسره کوم لمونځ دی، هغه لمونځ چې ما ورته «معجزه لمونځ» نوم ورکړی دی.

معجزه لمونځ

د سهار لمونځ

له څو کلونو راهیسې ما دغه لمونځ نه کاوه او هغه وخت به مې زړه ډېر تنګېدو چې فکر به مې وکړ که په داسې حال کې ومرم چې په عملنامه کې مې یوازې د ګوتو په شمېر لمونځونه وي. تر دې هاخوا مې یوه بله نیمګړتیا هم احساسوله او هغه دا که د الله ﷻ په وړاندې چې د پادشاهانو پادشاه دی، په داسې حالت کې ودرېږم چې په عملنامه کې مې هیڅ د سهار لمونځ نه وي؛ نو زما حال به څه وي!!

زه به هغه رب ته څه وایم چې ما ته یې هر څه راکړي دي، د الله ﷻ د راکړل شویو نعمتونه په وړاندې مې ټول عذرونه راته کمزوري ښکارېدل. په ډېرو لارو لاړم څو پر لمانځه دوام وکړم خو په کې ناکام شوم، ډېر ځله به مې د خپل ژوند ظروف ملامتول، په پای کې دا خبره راته جوته شوه چې زه او ډېر هغه کسان چې زما په څېر کړېږي -څینو یې څلور نور لمونځونه په جومات کې ادا کول- غواړو د سهار لمونځ داسې ترتیب کړو چې زموږ د ژوند له تګلارې سره برابر شي او دا نه غواړو چې د خپل ژوند تګلاره مو بدله کړو څو د سهار له لمانځه سره روانه شي!!

دا خبره هم راته جوته شوه چې د سهار لمانځه ته د ویښېدو د نه توان په صورت کې موږ تل دیني او روحاني لاملونو ته میلان کوو، خو په حقیقت کې

CamScanner

موږ یوه ډېره ساده او منطقي چاره پرېښې ده او هغه ماخوستن وختي ویده کېدل دي. مخکې تر دې چې د روحاني او دیني اسبابو پلټنه وکړو، ماخوستن وختي ویده کېدل د اسبابو په کارولو کې تر ټولو لومړی قدم دی.

حیرانوونکې ده چې نیمه شپه، په دولسو بجو یا د سهار په یوه بجه ویده کېږو او بیا له همدې کمزوري نفس څخه غواړو چې د سهار په څلورو یا پنځو بجو مو راویښ کړي.

موږ په خپله دغه کړنه شیطان ته دا اسانه کړې چې له ویښېدا سره سم لومړی دا عذر راته وړاندې کړي «خوب دې نه دی پوره شوی، ویده شه، ویده شه». ته فکر وکړه که د سهار لمانځه ته تر ویښېدا مخکې دې شپږ ساعته خوب کړی وي؛ نو دغه عذر به بیا دومره قوي نه وي لکه یوازې دوه ساعته خوب دې چې کړی وي.

د الله ﷻ حکمت دا دی چې د سهار لمونځ یې د ژوند تګلاره او د هغه قوت مرکز ګرځولی چې ته خپله ورځ ورباندې پیلوې.

یوازې هغه تمځای نه دی چې ته ورباندې تېرېږې، که له خوبه راویښ شوې؛ نو د خوب په سفر کې ورباندې تېر شې او که راویښ نه شوې نو درڅخه پاتې شو.

ډېر قدرت لرونکي الله ﷻ موږ ته دا اراده کړې چې د ژوند تګلاره مو د سهار له لمانځه سره برابره کړو، برعکس نه، همدا د صانع او حکیم ذات غوښتنه ده او هر چا چې د صانع ذات لاربښوونې پلې کړې -که څه هم نامسلمانان دي- بریا یې ملګرې شوې ده؛ ځکه دا د الله ﷻ ثابته لار ده.

ما خپل حال ته وکتل او په خپل خان کې مې پلټنه وکړه؛ نو هیڅ داسې شی مې و نه موندل چې اهمیت یې له هغه لمانځه څخه ډېر وي چې ملائکې

ورته حاضرېږي. په همدې لمانځه سره زه د ورځې له پیله د اللهﷻ په ذمه کېږم، په دغه وخت کې دوه رکعته سنت له دنیا او هغه څه غوره دي چې په دنیا کې دي. په لمانځه کې او له لمانځه سره زما د دنیوي او اخروي موخو ترلاسه کولو چانس ډېر دی او د همدې لمانځه پر مټ زه هغه ژوند جوړولی شم چې تل یې غواړم.

ته ما ته هغه چارې بیان کړه چې ډېر ارزښت لري او د شپې تر لسو بجو وروسته یې ترسره کوې، ډېر خلک په دغه وخت کې کومه مهمه او اړینه چاره نه ترسره کوي، یوازې هغه کسان یې ترسره کوي چې دنده یې د شپې له خوا وي. ډېر خلک که ډېرې مهمې چارې هم ولري په دې وخت کې یې پرېږدي او په سهار کې یې ترسره کوي.

ډېر خلک شکایت کوي چې د ښو او مهمو چارو ترسره کولو لپاره وخت نه شي پیدا کولی؛ نو زه خپلو نږدې کسانو ته دا نصیحت کوم چې سهار دې راویښ شي او یادې چارې دې د ورځې له لاسه وتلو مخکې ترسره کړي.

خو کوم شی چې د ډېرو دغو کسانو په اړه پوهېږم، هغه دا چې هغوی نه غواړي خپله ورځ په سهار پیل کړي. د هغوی یوازینی موخه دا ده چې د سهار لمونځ یې د خوب په خوندور سفر کې یو تمځای وي، ډېر خله هغوی په سهار کې له ویښېدو څخه ناخوښي خاطرې لري، لکه ازموینې ته تلل، سفر یا بله ستړیا؛ نو هغوی تل دغه خاطرې د سهار له ویښېدو سره تړي او همدارنګه هغوی دا اراده هم نه لري چې د شپې دوه یا درې ساعته د سهار د لمانځه او نورو اړونده برياوو په خاطر قرباني ورکړي (وختي ویده شي).

ایا ته موخې لرې؟!

شونې ده دغه مرتب ژوند دومره بوخت کړی وې چې د موخو ټاکل دې هېر شوي وي، شونې ده داسې ګومان دې کړی وي چې موخې دې نه ترلاسه کېږي او دا هم شونې ده ځینې داسې موخې ولرې چې له کلونو راهیسې دې لیکلې وي او یوازې په کله ناکله کتو یې بسنه کوې.

- ایا یو ځل دې خپل ځان ازمویلی چې قرآن کریم حفظ کړې؟
- ایا دا هیله دې کړې چې په ورځنی بنه د قرآن کریم وظیفه وکړې؟
- ایا دا پلان دې جوړ کړی چې د ماسترۍ یا دوکتورا تر کچې زده کړې وکړې؟
- ایا غواړې یوه نوې ژبه زده کړې؟
- ایا په منظم ډول سپورت کول غواړې؟
- ایا له واده کولو وروسته دې په خپل شکل کې بدلون تر سترګو شوی؟
- ایا ځینې کتابونه دې اخیستي خو لا تر اوسه دې کتلي نه دي؟
- ایا غواړې یو خانګړی کار پیل کړې؟
- ایا له لیکوالۍ سره مینه لرې خو لا تر اوسه دې کړې نه ده؟
- ایا غواړې چې ډېر وخت له خپلې کورنۍ سره تېر کړې؟

د سهار لمونځ، دغه معجزه لمونځ ستا د هغو موخو ترلاسه کولو توان لري - باذن الله- چې له کلونو راهیسې دې همداسې پرېښې دي. زه پوهېږم د سهار له لمانځه وروسته دندې او نورو بوختیاوو ته تر تلو پورې یوازې یو یا دوه ساعته وخت دی، خو که ته دغه کم ساعتونه د خپل نفس د تزکیې او پر خپلو موخو د کار کولو لپاره خانګړي کړې، ژر به په خپل ژوند کې بدلون ومومې.

د سهار له دې ساعت سره هيڅ ساعت برابر نه دی، نامسلمان ارواپوهان دې ساعت ته جادويي (Magic Hour) ساعت وايي او که ته وغواړې چې دا ساعت د ورځې له بل هر ساعت سره بدل کړې، نه يې شې بدلولی؛ ځکه دې ساعت ته رسول اللهﷺ داسې دعا کړې ده «اللَّهُمَّ بَارِكْ لأُمَّتِي فِي بُكُورِهَا».[۱]

ژباړه: ای اللهﷻ! زما امت ته د هغوی په وختي سهارونو کې برکت واچوه.

د نړۍ د ډېرو بريالیو لسو شرکتونو په اجرايوي رئيسانو يوه څېړنه ترسره شوه، د څېړنې موندنه دا وه چې د دغو رئيسانو ترمنځ يو مشترک صفت د سهار له دريو څخه تر پنځو بجو پورې راويښېدل وو.

ما د ډېرو هغو سوداګرو د ژوند کيسې مطالعه کړې چې په بانکي حسابونو کې يې ميلياردونه ډالر پراته دي؛ نو دا راته جوته شوه چې بنسټيز صفت يې سهار وختي ويښېدل وو. د هغوی عمرونه اويا کلونو ته رسېدلي وو او په دې عمر کې يې کار کولو ته اړتيا نه وه، خو لا يې هم د سهار پر دغه ساعت ټينګاره کاوه!!

ځکه د سهار دغه ساعت له مزاحمته خوندي دی، په دې وخت کې د ځمکې ډېری اوسېدونکي ويده وي؛ نو هيڅوک په دغو څو ساعتونو کې چې تا د خپل ځان لپاره ځانګړي کړي دي خنډ او ځنډ نه رامنځته کوي، هيڅوک اړيکه نه درسره نيسي او هيڅوک دې ليدو ته نه درځي؛ له همدې امله که ته دغه څو ساعتونه پر خپلو موخو د کار کولو لپاره غنيمت وګڼې هيڅکله به د ورځنيو چارو له امله د خپلو موخو په ترلاسه کولو کې خنډ ته اړ نه شې.

سهار يو فرصت وګڼه او له هغو کمو او ځانګړيو کسانو سره يوځای شه چې خپله ورځ د دې نړۍ له ډېرو اوسېدونکو څخه مخکې پيلوي.

---

[۱] ابوداود په (۲۶۰۸) شمېره روايت کړی دی.

لوی عزت دې هغه وخت په برخه دی چې د نورو لمونځ کوونکو ترمنځ، په دې یقین د ساتونکي الله ﷻ په وړاندې د سهار دوه رکعته سنت لمانځه ته درېږې چې دغه لمانځه ته پرښتې حاضرېږي. تر لمانځه وروسته ته د زورور او برلاسي الله ﷻ په ساتنه کې يې او د رسول الله ﷺ دغه وينا دې هم په ياد ده «رَكْعَتَا الْفَجْرِ خَيْرٌ مِنَ الدُّنْيَا وَمَا فِيهَا».[1]

ژباړه: د سهار دوه رکعتونه له دنيا او له هغه څه غوره دي چې په دنيا کې دي.

له سهار سره

له سهار سره الله ﷻ ما ته دا توفيق راپه برخه کړ چې د قرآن کريم ډېر سورتونه ياد کړم، سره له دې چې زه هر سهار د قرآن کريم د دوو يا دريو آيتونو د حفظ او تفسير لوستلو لپاره يوازې لس دقيقې لګوم. دغه لس دقيقې تا ته دا شونتيا درکوي چې له مياشتې په کم وخت کې د قرآن کريم ځينې سورتونه حفظ کړې، لکه د رعد، ابراهيم، حج، نور او فرقان سورتونه او همدارنګه د نهه ويشتمې او دېرشمې سپارې د ډېرو سورتونو حفظ.

ايا کومه ورځ دې په زړه کې درګرځېدلي چې د قرآن کريم حافظ وې. د قرآن کريم اهل د الله ﷻ اهل او ځانګړي کسان دي، هره ورځ لس دقيقې تا ته دا شونتيا درکوي چې نږدې په پنځو کلونو کې د بشپړ قرآن کريم حافظ شې، دا سوچ وکړه چې له نن څخه پنځه کاله وروسته به د قرآن کريم حافظ وې او دا څومره لوی عزت دی.

پخوا به چې کله يو کال تېر او بل کال نوی شو نو زه به يو څه پرېشانه وم؛ خکه هماغه پخوانی حال به و، خو له دغې موخې (هره ورځ د دريو آيتونو يادول) سره د هرې ورځې په تېرېدا خوښي احساسوم؛ ځکه پوهېږم چې هره

[1] امام مسلم په (۱۷۲۱) شمېره روايت کړی دی.

ورځ د الله ﷻ کتاب ته ورنږدې کېږم، ان که تل ژوندی الله ﷻ مې د دغې موخې له ترلاسه کولو وړاندې مړ هم کړي؛ نو ما ته به د نیت پوره اجر وي؛ ځکه الله ﷻ کریم ذات دی په لږو او ډېرو اجر ورکوي.

له سهار سره د قرآن کریم لوستل یوه داسې چاره نه ګڼم چې یوازې په هره روژه کې به یې ترسره کوم؛ ځکه زه هره ورځ د قرآن کریم د تلاوت او اورېدلو لپاره لس دقیقې ځانګړې کوم او هغه داسې چې د یوه قاري تلاوت ته غوږ نیسم او هغه چې کوم آیتونه تلاوت کوي هماغه آیتونه زه په قرآن کریم کې تلاوت کوم.

دا یوه فعاله کړنلاره ده؛ ځکه د قرآن کریم د تلاوت پر مهال فهم او خشوع زیاتوي، دغه لس دقیقې نږدې د نیمې سپارې له تلاوت سره برابرېږي، خو ډېروالی اعتبار نه لري، بلکې په آیتونو کې فکر وکړئ او زړونه مو په بل څه مه مشغولوئ.

زه یو شیخ پېژنم چې د قرآن کریم تلاوت یې په یوه رمضان کې پیل او په بل رمضان کې پای ته ورساوه؛ ځکه په ډېر فکر به یې تلاوت کاوه، له هر آیت سره به درېدو او یوازې د مفرداتو د تفسیر په لوستلو یې بسنه نه کوله، بلکې د نزول د اسبابو پلټنه به یې کوله او دا معلومات به یې ترلاسه کول چې دغه آیت ولې تر هغه آیت وروسته راغلی او...

د دغې طریقې په تجربه کولو زما ژوند بشپړ بدل شو او د «هغه آیتونه چې ژوند مو بدلوي» تر عنوان لاندې مې یو وړوکی کتاب ولیکو چې یوازې لس آیتونه مې په کې څېړلي دي.

له سهار سره داسې شوم چې په کلنی بنه نږدې څلوېښت کتابونه مطالعه کوم او دا وروسته تر هغې چې د عمر ډېر کلونه مې داسې تېر شوي وو چې د یوه کتاب څو مخونه مې هم نه شوی مطالعه کولی.

هر سهار یو ساعت مطالعه کوم، دغه ساعت په دوو برخو وېشم او په هر

نیم ساعت کې د یوه کتاب څو مخونه مطالعه کوم. اوس په داسې برخو کې بشپړ معلومات لرم چې پخوا مې یې نومونه نه پېژندل. شمېرې ښيي هره ورځ یو ساعت مطالعه په کلنی بنه د دوکتورا له کچې سره برابره ده. داسې کتابونه شته چې پاڼې یې له دوو سوو نه اوړي او لیکوالانو یې تر پنځوسو د ډېرو کلونو تجربې په کې راټولې کړې وي.

ته فکر وکړه، لکه له شیخ شعراوي رحمه الله سره چې بحث کوې او هغه د خپل ژوند داسې خاطرې درسره شریکوي چې ستا د ژوند مهمو چارو ته د ابتکار ښوونه په کې شوې وي، یا د بېلګې په توګه د هر سهار ناشته له دوکتور مصطفی محمود رحمه الله سره کوې او هغه د خپلو ډېرو کلونو د تجربو او څېړنو لنډیز درسره شریکوي.

یا د ویرجین شرکتونو له بنسټ ګر ښاغلي ریچارډ برانسون (Richard Branson) سره ناست یې او هغه تا ته دا ښيي چې څنګه وتوانېد تر ۴۰۰ ډېر بریالي شرکتونه په داسې حال کې جوړ کړي چې پیل یې له هیڅ کړی و. کتاب یوه داسې کړکۍ ده چې نړۍ ترې لیدلی شې.

له سهار سره دغه کتاب هم پیدا شو چې همدا شبېه یې ګورې، زه ګومان کوم که سهار نه وی نو د ورځې ساعتونه به مې له لاسه وتلي وو او د دغه کتاب لیکلو ته به مې وخت نه وی موندلی. نه یوازې دغه کتاب، بلکې په نړۍ کې میلیونونه کتابونه په سهار کې زېږېدلي؛ څکه د سهار سکون یوازې د هغو مرغانو په سندرو ښکلی دی چې خپله ورځ د روزی ګټلو په هڅه پیلوي.

له سهار سره زه بیا هغه انسان نه جوړېږم چې ژوندون په بې پایه منډه اخته کړی او ژوند کول یې ترې هېر کړي وي. هغه کسان چې دفتري کړنو او د ژوند ورځنیو چارو بندیان کړي، وزنونه یې ډېر او شکلونه یې بدل شوي، له

سهار پرته بل چانس نه لري.

هر سهار شل دقیقې سپورت کول به له رواني او بدني پلوه ستا ژوند بدل کړي، د ځان لپاره هغه سپورت غوره کړه چې ستا له ظروفو سره برابر وي لکه پیاده تګ، منډه وهل، د وزنونو پورته کول او بایسکل څغلول. د عذرونو موندلو په اړه فکر مه کوه بلکې د حل په اړه فکر وکړه؛ ځکه هیڅ شی ستا تر صحت غوره نه دي؛ نو په کور دننه یا له کور څخه د باندې سپورت وکړه.

سپورت کول د خوښۍ احساس ډېروي او د ناخوښۍ په له منځه وړلو کې مرسته کوي؛ ځکه د سپورت پر مهال بدن اندروفین افرازوي چې له امله یې په بدن کې نرمښت او د دردونو کمښت رامنځته کېږي.

تل دې وي، لږ دې وي!!

د ژوند تر ټولو مهمې چارې ساده او اسانه وي، لکه چې وايي «د اوبو څاڅکي لویه ډبره ماتوي» سخت کار نه دی هر سهار تر لمانځه وروسته یو ساعت ځانګړی او داسې یې تقسیم کړه: لومړی شل دقیقې د قرآن کریم تلاوت او د یوه داسې وعظ اورېدلو ته ځانګړې کړه چې تا ته الله ﷻ در په یاد کړي، دویمې شل دقیقې د نورو کتابونو لوستلو او وروستی شل دقیقې د سپورت لپاره ځانګړې کړه.

پر دغو چارو دوام او ټینګار وکړه ژر به ته د سهار په لمانځه عاشق شې او سهار به ستا د ژوند یوه نه جلا کېدونکې برخه وګرځي، په حدیث کې راغلي «أَحَبُّ الأَعْمَالِ إِلَى اللهِ تَعَالَى أَدْوَمُهَا وَإِنْ قَلَّ».[1]

ژباړه: الله ﷻ ته تر ټولو خوښ عمل هغه دی چې دوامداره وي، که څه هم لږ وي.

---

[1] امام مسلم په (۱۸٦٦) شمېره روایت کړی دی.

CS CamScanner

که موخې او دردونه دې هر څنګه وي د سهار دغه ساعت ورته ځانګړی کړه او هره ورځ دوام ورباندې وکړه. دغه ساعت چې هر سهار يې ته د خپل ځان لپاره ځانګړی کوې په ورځنی بڼه به ستا هره دقيقه له قوت او تازه والي ډکه کړي. ژر به يو داسې نوی ليدلوری خپل کړې چې د ژوند د هرې برخې په ترقۍ کې به درسره مرسته وکړي او ژر به دغه ساعت په تا کې ژور بدلون راولي او يو غوره انسان به درڅخه جوړ کړي.

د بسترې جګړه

د «ناسا» فضايي اداره وايي چې فضايي بېړۍ تر الوتلو وروسته په لومړيو څو دقيقو کې دومره د سون توکي مصرفوي چې د ځمکې پر ټوله کره د راګرځېدا پر مهال له مصرف کړيو سون توکو څخه ډېر وي، دا ولې؟ ځکه په پيل کې پر لويه جاذبه قوه غالبېدل اړين دي او له دغه پړاوه تر تېرېدا وروسته بيا يې الوتنه ډېره اسانه ده.

ستا اړوند چاره همداسې ده، کله چې د سهار لمانځه ته له خوبه راويښېږې؛ نو ستا په وړاندې د هڅوونکي کچه صفر وي او په دغو شېبو کې تا ته له خوب پرته بل هيڅ شی ډېر محبوب او خوندور نه وي.

له همدې امله هغه قوت چې ته يې په دغه شېبه کې پر خپل نفس او د شيطان پر وسوسو د غلبې لپاره کاروې ډېر لوی وي، خو پر نفس او د شيطان پر وسوسو تر غلبې او بريا وروسته بيا ټولې چارې ډېرې اسانه او ساده شي.

برلاسی الله ﷻ ياد کړه، له خوبه پاڅېږه او کېنېنه. پوهان وايي کله چې ښېنه له ځمکې سره ولګېږي مغز ته د ويښېدا خبر ورکوي، اوداسه ته لاړ شه، سم اودس وکړه او غوره ده چې سر په اوبو لوند کړې څو په بشپړ ډول بيدار شې.

هڅه وکړه چې د سهار لمانځه ته دې غوره جامې واغوندې او عطر ولګوې؛

ځکه په ځو شېبو کې ته د پادشاهانو له هغه پادشاه سره ملاقات کوې چې هر څه د هغه په واک کې دي. همدارنګه ظاهري ښکلا او عطر لګول له رواني پلوه داسې پیغام ورکوي چې اوس د خوب مرحله په بشپړ ډول پای ته رسېدلې او همدا شېبه ته خپله ورځ پیلوې.

د ویښېدو پر مهال خپل نفس ته د داسې مشورې اجازه مه ورکوه چې:

«لس دقیقې نور هم ویده شه ځو ښه تازه راویښ شې»

که ته دغه لس دقیقې ویده شې، نو وروسته به تر دې هم ستړی راویښ شې او د هیڅ شي توان به نه لرې؛ ځکه علما وایي د ژور خوب بشپړه مرحله یو نیم ساعت ده.

کله چې ته له خوبه راویښ شې او بیا پرېکړه وکړې چې لس دقیقې نور ویده کېږې؛ نو مغز دغه اشاره داسې تعبیروي چې دا د خوب د یوه نوي پړاو پیل دی. که ته لس دقیقې، نیم ساعت یا یو ساعت وروسته راویښېږې؛ نو تا د خوب دوره (یو نیم ساعت) بشپړه نه کړه او په داسې حال کې به راویښ شې چې مغز به دې ویده وي نو ډېر به ستړی وې. ستړیا دې له دې امله نه ده چې پوره خوب دې نه دی کړی، بلکې د ستړیا لامل دې دا دی چې ته په یوه ناسمه تګلاره ویده شوې.

شونې ده تر دې وړاندې دې هم دغه چاره تجربه کړې وي او هغه داسې چې تر ویښېدا وروسته دې د لسو دقیقو خوب پرېکړه کړې وي، خو کله چې بیا راویښېږې د سختې ستړیا احساس کوې، نو بیا ویده کېږې او همداسې بیا، نو وینې چې په پرې شوي ډول دې دوه ساعته خوب کړی خو لا هم ستړی یې؛ ځکه هر ځل د نوي خوب دوره پیلوې او پای ته یې نه رسوې؛ نو غوره پرېکړه دا ده چې په لومړي ځل له ویښېدا وروسته سملاسي پورته شې،

تجربه يې کړه!!

هڅوی دوکه کړی يې چې وايي بدن اته ساعته خوب ته اړتيا لري، دا ډول خوشې خبرې يوې خوا ته پرېږده؛ ځکه ته د يو نيم ساعته دورې دوه، درې يا ... ځله مکرر خوب ته اړتيا لرې څو د ژور خوب د بشپړې شوې دورې په پای کې راويښ شې. د يوه نيم ساعت تکرار درې ساعته، څلور نيم ساعته، شپږ ساعته، اوه نيم ساعته او نهه ساعته کېږي.

نو کله که ته له دومره خوب وروسته راويښېږې چې له دغو ساعتونو سره برابر وي، په داسې حالت کې به راويښېږې چې ډېر تازه والی به احساسوې؛ ځکه د ژور خوب دوره به بشپړه شوې وي. تجربه يې کړه!!

طبعا ته هره شپه پر وختي ويده کېدلو ټينګار نه شې کولی؛ ځکه څه داسې پېښېدونکې چارې شته چې تا ناوخته ويده کېدا ته اړ باسي؛ نو کله چې دا ډول حالت رامنځته کېږي د سهار لمونځ له لاسه مه ورکوه او د (يوه نيم ساعت د تکرار) کړنلاره وکاروه، شونې ده چې درې يا څلورنيم ساعته ويده او بيا د سهار لمانځه ته راويښ شې.

د همدې ورځې په غرمه کې کولی شې داسې قيلوله وکړې چې له نيم ساعت څخه ډېره نه وي، زه کله ناکله د لسو يا شلو دقيقو په قيلوله داسې احساس کوم لکه څو ساعته خوب مې چې کړی وي؛ ځکه په داسې حالت کې راويښېږم چې لا تر اوسه مغز د سپک خوب په مرحله (نيم ساعت) کې دی، که قيلوله تر نيم ساعت ډېره شي؛ نو ته به ډېره ستړيا احساس کړې.

ډېر ځله لس يا شل دقيقې ويده کېدل نادر ښکاري، خو موږ د سفر يا په موټر کې د سپرلۍ پر مهال دا چاره تجربه کړې، که څوک لس دقيقې ويده شي، تر ويښېدا وروسته ډېر تازه والی احساسوي.

والضحی

ضحی سورت په داسې وخت کې پر رسول اللهﷺ نازل شو چې د شپږو میاشتو په تېرېدا، د اللهﷻ له لوري هیڅ وحې نه وه وربانددې راغلې، جبریلعليه السلام نه و ورته راغلی او رسول اللهﷺ هیڅ خوب نه و لیدلی.

تر دې چې مشرکانو به ویل د محمدﷺ رب هغه پرېښی او بد اېسولی دی. دې خبرو د رسول اللهﷺ په زړه ډېر بد اغېز درلود او داسې ګومان یې وکړ چې تر دې وروسته اللهﷻ د هغه نبي کېدل نه غواړي؛ نو په ډېر غمجن حالت کې و.

کله چې مهربان اللهﷻ، رسول اللهﷺ ته د داسې زیري ورکولو اراده وکړه چې د مشرکانو د ګومان په څېر یې پرېښی نه دی او بد یې نه دی اېسولی او کله چې اللهﷻ په داسې یوه شي د قسم کولو اراده وکړه چې مثبتوالي، نېکپالی او پر برلاسي اللهﷻ اعتماد او باور ته یې وهڅوي؛ نو حکمت والا اللهﷻ «الضحی» غوره کړ او دا د لمر ختلو د پیل وخت دی. پوه اللهﷻ وویل ﴿وَالضُّحَىٰ (١) وَاللَّيْلِ إِذَا سَجَىٰ (٢) مَا وَدَّعَكَ رَبُّكَ وَمَا قَلَىٰ (٣)﴾ (الضحی/ ۱-۳).

ژباړه: قسم دی په سهار (۱) او په شپه کله چې له چوپتیا سره خپره شي (۲) چې رب دې نه ته پرېښی یې او نه یې بد اېسېدلی یې (۳).

په دې کې موږ ته دا اشاره ده چې د (ضحی) وخت د سهار تر سختو تیارو وروسته راځي او دغه وخت د خوښی، نېکپالی او نفسي راحت سرچینه ده.

ګواکې مینه ناک اللهﷻ د غمونو او پرېشانیو بندیانو ته دوا وړاندې کوي او د دې دوا لومړنی نسخه د ضحی په اړه داسې فکر کول دي چې د ارامې شپې تر سکون وروسته د لمر ختلو د پیل وخت سهار دی.

﴿وَالضُّحَىٰ (١) وَاللَّيْلِ إِذَا سَجَىٰ (٢)﴾

CS CamScanner

هر هغه څوک چې دغه دواړې منظرې په خپلو سترګو ویني، یوه د سهار په وخت کې د شپې سکون او بله د ضحی په وخت کې د لمر راختل؛ نو په نفس کې به یې حیرانوونکی مثبت قوت او نېکپالي رامنځته شي او دا یوازې هغه کسان ترلاسه کولی شي چې خپله ورځ د سهار په لمانځه پیلوي.

د کاناډا تورنټو پوهنتون په ۷۳۵ رضاکارو ځوانانو او سپین ږیرو یوه څېړنه ترسره کړې او د څېړنې پایله ښیي: په هغو کسانو کې چې د شپې ویښ پاتې کېدل خوند ورکوي او د شپنیو په نامه یادېږي د بدپالی احساس پیدا کېږي او ډېر ځله په ډېر بد مزاجي حالت کې وي، بل لوري ته بیا هغه کسان چې د شپې وختي ویده کېږي او سهار وختي تر لمر ختلو وړاندې راویښېږي هغوی له ژوند څخه خوند اخلي او د دې تر څنګ د بدن دفاعي سیستم یې هم غښتلی وي.

څېړنې د وختي ویښېدونکو کسانو د خوښۍ لامل طبیعي ژوند او په ملائمه هوا کې کار بللی دی او هغه کسان چې د شپې تر ډېره ویښ وي او شپني بلل کېږي هغوی داسې نه دي؛ ځکه د ژوند او په ځانګړي ډول د دندې ترسره کولو پر مهال د طبیعي ژوند له ظروفو سره په عادت کېدو کې ستونزې لري؛ نو دا چاره په هغوی کې د پرېشانۍ او له ځان او نورو خلکو څخه د ناخوښۍ احساس رامنځته کوي.

په طب کې یو نوی مضمون تدریسېږي چې د مرضونو د رامنځته کېدا وختونه بیانوي او هغوی دا موندلې چې ځینې مرضونه انسان ته په یوه ځانګړي ساعت کې پېښېږي. دوکتور حسام موافي د زړه د رنځپوهنې مشاور دی، هغه وایي د زړه او مغز ۸۰ سلنه حملې د سهار په اتو بجو رامنځته کېږي. مطلب دا چې د شیریانونو لپاره د سهار اته بجې تر ټولو بد وخت دی؛ ځکه د شپې له خوا د وینې دوره یې حرکت ورو کېږي او شونې ده د خوب پر مهال د وینې د حرکت ورو کېدل تر داسې کچې ورسېږي چې وینه کلکه شي، خو د

برلاسي الله ﷻ په مهرباني د انسان بدن د وينې د شيرنانونو تنگوونکې ماده افرازوي؛ څو د وينې چټکتيا وساتل شي -موږ دا خبره هغه وخت ښکاره وينو چې د اوبو په پيپ کې اوبه کمزورې شي؛ نو د پيپ په ټينګ نيولو او تنگولو سره د اوبو سرعت ډېرېږي- ډاکټرانو دا موندلې چې سهار په اتو بجو د بدن د وينې شيريانونه په تر ټولو تنگ حالت کې وي او د وينې د کلکوالي او حملې لامل گرځي؛ له همدې امله -نامسلمان ډاکټران- سپارښتنه کوي چې د لمر تر ختلو وړاندې راويښ شئ څو د شيريانونو تنگوونکې ماده خپل فعاليت ودروي او د شيريانونو تنگبدل هغې وروستۍ کچې ته و نه رسېږي چې د وينې د کلکوالي او سکتې لامل جوړېږي.

برلاسي الله ﷻ په ژوندۍ بڼه او په ځانگړي ډول د سهار په اذان کې موږ ته داسې خبر راکړی «الصَّلاةُ خَيْرٌ مِنَ النَّوْمِ!!» لمونځ تر خوب ډېر غوره دی.

نهم څپرکی

هلته کور

عملنامې به خورې ورې وي، تلې به درول کېږي، اعمال به تلل کېږي، مخونه به عاجز وي، زړونه به په ډار کې وي، بدنونه به لړزېږي، ته به پرېشانه او غمجن وې، نه به پوهېږې چې څه به درسره کېږي او د اعمالو تلل به ستا په ګټه وي که په تاوان؟!

پر پاتې شیانو د پښېمانی او په راتلونکو د ناپوهی په دغو شېبو کې به پرښتې پر هغو جنتیانو اواز وکړي چې تر ټولو لومړی جنت ته داخلېږي او ته به هیڅ غوږ نه ورته نیسې؛ ځکه ستا په وړاندې به اوږد حساب وي، ګناهونه به دې درانه او ګرمي به ډېره وي. ناڅاپه به د پرښتو له خولې خپل نوم واورې!!

نو ورته متوجه به شې خو منلی به یې نه شې!!

له ځان سره به وایې ایا زه هم جنتي یم!!

زما له هغوی سره څه دي؟!

څنګه به زه له هغو شهیدانو، متقیانو او نېکانو سره یوځای شم؟!

بیا به اواز واورې او ګورې به چې دا په خپله ته یې او ستا نوم دی، یوه پرښته به راشي، تا به تر لاس ونیسي او درته وایي به هلته ستا لپاره یو کور دی!!!!

په جنت کې کور!!

زما لپاره، زه!!

څنګه او کله؟؟

CamScanner

له ځانه به پوښتنه کوې او د خپل دنیوي ژوند ټول تفصیل به داسې درته یاد وي لکه تر مخ دې چې تېرېږي؛ نو ته خو له هغو شهیدانو څخه نه وې چې د الله ﷻ په لاره کې وژل شوي دي، له هغو متقیانو څخه هم نه وې چې د الله ﷻ به یې داسې عبادت کاوه لکه چې ویني یې، تا خو به کله ګناه او کله توبه کوله، کله به پر سیخه لار روان وې او کله به دې ترې څنګ کاوه.

په سوچونو کې به ډوب وې او د خپل دنیوي ژوند خاطرې به په ذهن کې درګرځوې، ناڅاپه چې ګورې؛ نو د خپل کور مخ ته به ولاړ وې. د جنت کور، یوه خښته به یې د سرو زرو وي او بله د سپینو، خټه به یې خوشبویه مشک او خاوره به یې زعفران وي، شګې به یې ملغلرې، یاقوت او مرجان وي، جامې به نه په کې زړېږي، ځواني به نه په کې ختمېږي او په دروازه به یې لیکلي وي:

«السنن الرواتب»

هو، همدا زموږ نازولي پیغمبر ﷺ ویلي دي «مَنْ صَلَّى اثْنَتَيْ عَشْرَةَ رَكْعَةً فِي يَوْمٍ وَلَيْلَةٍ بُنِيَ لَهُ بِهِنَّ بَيْتٌ فِي الْجَنَّةِ».[1]

ژباړه: څوک چې په شپه او ورځ کې (له فرضو پرته) دولس رکعته لمونځ وکړي، له امله به یې ورته په جنت کې کور جوړ کړل شي.

ان که یوه ورځ یې هم وکړې نو ستا لپاره په جنت کې کور جوړېږي او ستا لپاره به حجت وي. هو تا په دې سره ځان د جنت په اوسېدونکو کې ثبت کړ او ستا لپاره هلته کور دی. مینه ناک او مهربان الله ﷻ هغه بنده نه ضائع کوي چې په جنت کې کور ولري؛ ځکه هغه تر ټولو غوره عادل دی، بلکې هغه په خپله عدل دی. ته کولی شې هره ورځ په جنت کې یو کور جوړ کړې.

---

[1] امام مسلم په (۱۷۲۷) شمېره روایت کړی دی.

CS CamScanner

ته د هغه حالت تصور وکړه چې حساب درسره کېږي او په عملنامه کې دې د جنت سلګونه کورونه لیکل شوي وي، دا چې د جنت سلګونه کورونه ولرې او د حساب کوونکي ذات (الله ﷻ) رحمت هم تر هر شي پراخه دی؛ نو هرومرو به جنت ته داخلېږې.

یو عربي شعر دی:

بِرواتب السنين لا تبني بيتا فی الدنيا
وبالسنن الرواتب تبني بيتا فی الجنة

د شعر مفهوم داسې دی:

په دنیا کې د کلونو په تنخوا یو کور نه جوړېږي
او په رواتب سنتو سره په جنت کې کور جوړېږي

رواتب سنت دا دي:

- تر سهار مخکې دوه رکعته (۲).
- تر ماسپښین مخکې څلور او وروسته یې دوه رکعته (٦).
- تر ماښام وروسته دوه رکعته (۲).
- تر ماخوستن وروسته دوه رکعته (۲).

څو زما ورسره مینه شي

الله ﷻ په قدسي حدیث کې ویلي دي «... وَمَا تَقَرَّبَ إِلَيَّ عَبْدِي بِشَيْءٍ أَحَبَّ إِلَيَّ مِمَّا افْتَرَضْتُ عَلَيْهِ وَمَا يَزَالُ عَبْدِي يَتَقَرَّبُ إِلَيَّ بِالنَّوَافِلِ حَتَّى أُحِبَّهُ فَإِذَا أَحْبَبْتُهُ كُنْتُ سَمْعَهُ الَّذِي يَسْمَعُ بِهِ وَبَصَرَهُ الَّذِي يُبْصِرُ بِهِ وَيَدَهُ الَّتِي يَبْطِشُ بِهَا وَرِجْلَهُ الَّتِي يَمْشِي بِهَا وَإِنْ سَأَلَنِي لَأُعْطِيَنَّهُ وَلَئِنْ اسْتَعَاذَنِي لَأُعِيذَنَّهُ...».[1]

---

[1] امام بخاري په (٦٥٠٢) شمېره روایت کړی دی.

ژباړه: ... او ما ته تر ټولو خوښ هغه څه چې بنده پرې را نږدې کيږي، فرائض دي او تر هغه يو بنده ما ته په نوافلو را نږدې کيږي چې خوښ يې کړم؛ نو کله چې يې خوښ کړم زه يې غوږ شم چې پرې اوري، سترګه يې شم چې پرې ويني، لاس يې شم چې پرې نيسي او پښه يې شم چې پرې ځي (په دې غږو يوازې زما د خوښې کارونه ترسره کوي)، که څه رانه وغواړي هرومرو يې ورکوم او که پناه رانه وغواړي، هرومرو پناه ورکوم...

ته تر هغه وخته پر نفلونو او رواتب سنتو ټينګار نه شې کولی څو له لمانځه سره مينه و نه لرې او دغه مينه انسان د فرائضو د ادا کولو له مرتبې څخه د عباداتو د مينې مرتبې ته پورته کوي؛ نو په ورځنی بنه د اللهﷻ ياد، معرفت يې او د خشوع رامنځته کولو د لاملونو عملي کول تا له «عباداتو سره د مينې مقام» ته رسوي.

همدارنګه پر لمانځه داسې باور لرل چې لمونځ ستا د هر ډول ورځنيو ستونزو د حل وسيله ده او د پايلو په ليدلو يې ستا په زړه کې د لمانځه ارزښت ډېريږي؛ نو تا نفلونو ته هڅوي.

د فرضي لمونځونو تر څنګ پر نفلي لمونځونو ستا ټينګار د فرضي لمونځونو ساتنه کوي او په دې توګه ته پر خپل نفس او شيطان د هغوی دا ماموريت سختوې چې د کوم فرضي لمانځه پرېښودلو جګړه درسره پيل کړي؛ نو بيا به ستا پر وړاندې هغوی خپل لومړنی ماموريت داسې پيلوي چې د يوه نفلي لمانځه پرېښودلو لپاره پر تا اغېز وکړي.

هر څومره چې ته په نفلي لمونځونو سره د خان ساتنه کوې همدومره ستا دواړه دښمنان نفس او شيطان کمزوري کېږي او هر څومره چې ستا د لمونځونو امپراتوري لويېږي همدومره دې دواړه دښمنان درڅخه ډارېږي او کله دې چې

دښمنان درڅخه ودار شي، درڅخه لرې کېږي او بیا به یې کښې هم وا نه ورې.

ستاینه هغه ذات لره ده چې د خپلې مینې لار یې، پر دې لاره د تلونکو لپاره واضحه او اسانه کړې ده. همدا اوس زه له تا غواړم څو خپل عقل فارغ کړې او په ارامۍ سره فکر وکړې چې ایا تا د دغې جملې «الله ﷻ له تا سره مینه لري» د معنا په اړه سوچ کړی دی؟

زما هیله دا ده چې له دغو کلمو سره داسې مخ نه شې لکه په عادي بڼه چې له نورو کلمو سره مخ کېږې؛ ځکه دا عادي کلمې نه دي. ته دا خبره په خیال او سوچ کې راوله چې الله ﷻ له تا سره مینه لري، الله ﷻ، هغه الله ﷻ چې هر څه یې په واک کې دي او په هر څه کې په خپله خوښه تصرف کوي.

د ځمکې له پیدایښته تر اوسه، پادشاهان راغلي او تللي، څوک غنیان شوي او څوک فقیران شوي، حالات بدل شوي، امتونه لوړ شوي او ټیټ شوي دي او الله ﷻ هماغه الله، پادشاه، غني، بې پروا، پورته کوونکی او ښکته کوونکی دی. فکر وکړه ته په خپل ژوند کې له یوازیني ثابت الله ﷻ سره چلند کوې او دا فکر هم وکړه چې الله ﷻ له تا سره مینه کوي.

کله چې الله ﷻ له تا سره مینه وکړي؛ نو د اسمانونو او ځمکې اوسېدونکي هم له تا سره مینه کوي، لکه رسول الله ﷺ چې ویلي دي «إِذَا أَحَبَّ اللَّهُ عَبْدًا نَادَى جِبْرِيلَ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ فُلَانًا فَأَحِبَّهُ فَيُحِبُّهُ جِبْرِيلُ فَيُنَادِي جِبْرِيلُ فِي أَهْلِ السَّمَاءِ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ فُلَانًا فَأَحِبُّوهُ فَيُحِبُّهُ أَهْلُ السَّمَاءِ ثُمَّ يُوضَعُ لَهُ الْقَبُولُ فِي أَهْلِ الْأَرْضِ».[1]

ژباړه: کله چې الله ﷻ یو بنده خوښ کړي، جبریل عليه السلام ته وايي: له شک پرته زه له فلاني سره مینه لرم؛ نو ته هم ورسره مینه وکړه، نو جبریل عليه السلام هم ورسره مینه کوي، بیا جبریل عليه السلام د اسمان استوګنو ته اعلان کوي: له شک

[1] امام بخاري په (۶۰۴۰) شمېره روایت کړی دی.

پرته الله ﷻ له فلاني سره مينه لري، تاسې هم ورسره مينه وکړئ؛ نو د اسمان استوګن ورسره مينه کوي او بيا هغه د ځمکې په استوګنو هم ګران شي.

کله چې د الله ﷻ له تا سره مينه وي؛ نو تا ډاډمنوي او ډاډمنتيا د رضا، خوښۍ، نېکپالۍ، غښتلتيا، په ځان د باور، د عقل او رايې د پوخوالي او د ليدلوري د سموالي حالت دی. له دې ډاډ سره به ته خوښ وې که څه هم هيڅ شی و نه لرې او له دغه ډاډ پرته به ته پرېشانه وې که څه هم هر شی ولرې.

کله چې د الله ﷻ له تا سره مينه وي؛ نو تا ته اطمينان درکوي، اطمينان د دنيا جنت دی، کله چې الله ﷻ اطمينان درکړي نو هر شی به در ته ښکلي ښکاري او که اطمينان درڅخه واخيستل شي هيڅکله خوشحالېدی نه شې که څه هم ټوله دنيا ستا شي.

د هغو کسانو د حالت بيانولو کيسې ډېرې دي چې د دنيا د ډېرې ښکلا خاوندان وو خو بيا هم پرېشاني ورسره ملګرې وه. زه له ډېرو داسې کسانو سره مخ شوی يم چې يوازې د يوې ورځې خوراکي توکي لري خو په داخل کې يې دومره خوښي وي چې که د ټول ښار په خلکو ووېشل شي بسنه ورته کوي او له کمو داسې کسانو سره مخ شوی يم چې له اطمينان سره د دنيا د ډېرې ښکلا خاوندان دي؛ نو په خپله هم خوښ وي او ترې چاپېره کسان يې هم خوښ کړي وي. د خوښۍ په معادله کې اطمينان اساسي او بنسټيز لامل دی.

کله چې د الله ﷻ له تا سره مينه وي تا ته حکمت درکوي؛ نو د غم پر مهال بې صبري او د نعمت پر مهال ناشکري نه کوې. الله ﷻ هغې بوډۍ ښځې ته حکمت ورکړی و چې د کښت په سوځېدا يې هر څه له لاسه ورکړل؛ نو په موسکا يې اسمان ته وکتل او ويې ويل: «چې څه غواړې هغه وکړه، هسې مې هم روزي پر تا ده».

او د باغ له خاوند څخه يې حکمت منعه کړی و؛ نو خپل ملگري ته يې د خبرو پر مهال وويل ﴿...أَنَا أَكْثَرُ مِنكَ مَالًا وَأَعَزُّ نَفَرًا﴾ (الکهف/ ۳۴).

ژباړه: ... زه له تا نه هم په مال کې زيات او هم په مېړونو کې پتمن يم.

نو ﴿وَأُحِيطَ بِثَمَرِهِ فَأَصْبَحَ يُقَلِّبُ كَفَّيْهِ عَلَىٰ مَا أَنفَقَ فِيهَا وَهِيَ خَاوِيَةٌ عَلَىٰ عُرُوشِهَا...﴾ (الکهف/ ۴۲).

ژباړه: او (همداسې وشول) مېوه يې (ټوله) تباه شوه نو سبا يې په هغه لگښت لاسونه مروړل چې په هغه يې کړی و او هغه (باغ) په خپلو څپرو باندې نسکور غورځېدلی و...

د اللهﷻ مينه د خپل ژوند اساسي موخه وگرځوه؛ ځکه دا هغه يوه کړنه ده چې د ژوند د ټولو معادلاتو لپاره بسنه کوي.

د اللهﷻ مينه

د اللهﷻ مينه د لمانځه له مينې سره تړلې ده

کله چې ته له لمانځه سره مينه کوې، اللهﷻ له تا سره مينه کوي «...وَمَا يَزَالُ عَبْدِي يَتَقَرَّبُ إِلَيَّ بِالنَّوَافِلِ حَتَّىٰ أُحِبَّهُ...».

ژباړه: ... او تر هغه يو بنده ما ته په نوافلو را نږدې کېږي څو چې خوښ يې کړم...

لسم څپرکی

او ترتیب یې

ته وینې که یو مهندس له پلان او رسم پرته کور جوړوي، له مزدورانو به وغواړي چې له بنسټ ایښودلو پرته تعمیر جوړول پیل کړي خو کله چې خپله وژونکې تېروتنه ورته ښکاره شي؛ نو له مزدورانو به د ترسره کړي کار ړنګول وغواړي څو د بنسټ لپاره مناسبه کیندنه وکړي.

له بنسټ کیندلو وروسته بیا له سره تعمیر جوړول پیلوي، خو بیا ورته جوتېږي چې مناسبې پایې یې نه دي ورکړې او بیا له سره په ړنګولو پیل کوي او... ته فکر وکړه دغه مهندس یوازې د پلان نه لرلو او د یوه کور جوړولو لپاره د اړین کیفیت په نظر کې نه نیولو له امله به څومره تېروتنې وکړي.

زموږ په لویه کچه ډېر خلک خپل ژوند همداسې تېروي، موږ خپله ورځ داسې پیلوو چې د ورځې په جریان کې د اړین تګ لپاره غوره لار نه پېژنو. د لږ او ډېر ارزښت لرونکو چارو په حقیقت نه پوهېږو؛ نو خپل ځانونه حالاتو ته سپارو او که پر له پسې څو ساعته خپل ارزښتمن وخت په بېهوده خبرو یا داسې ناستو ولاړو تېر کړو چې له رواني او بدني ستړیا پرته بله هیڅ ګټه هم نه لري، هیڅ پروا یې نه کوو.

شونې ده پر لمانځه د نه ټینګار کولو یو ډېر مهم لامل، د لمانځه لپاره ناسم پلان جوړول وي؛ نو ته څنګه کولی شې چې د ماسپښین لمونځ د ډاکټر د نوبت په وخت کې ادا کړې؟

یا د مازدیگر د لمانځه وخت د نوې دندې لپاره ستا د مرکې وخت وي!! یا له سفر څخه راغلي ملګري سره د ډوډۍ خوړولو وخت دې د ماښام د لمانځه وخت تاکلی وي!!

بد او ناسم پلان د لمانځه ادا کولو په اړه ستا نفس او شیطان ته د لمانځه د ځنډولو دروازه پرانېزي. تر ټولو لومړی منطقي دلیل دې دا دی چې د پیل شوي کار تر پای ته رسولو وروسته به لمونځ وکړې، خو د کار له بشپړېدا سره سم لمونځ درباندې درنېږي؛ ځکه د لمانځه هغه لومړی وخت تېر شوی چې شیطان په کې شاتګ کوي؛ ځکه شیطان د اذان له اورېدو تښتي او په دې وخت کې لمانځه ته د هڅوونکي د توان کچه ډېره لوړه وي؛ نو کوښښ وکړه چې د لمانځه اړوند د بد پلان له امله د منطقي عذرونو دروازه خلاصه نه کړې.

ورځ دې ترتیب کړه

که هره ورځ په ناڅاپي توګه د لمانځه له وخت سره مخ کېږې؛ نو په غوره ډول پر لمانځه ټینګار نه شې کولی؛ ځکه د اذان پر مهال به ځان په داسې یوه حالت کې مومې چې سملاسي دې له لمانځه څخه منعه کوي.

ورځ او کړنې دې داسې ترتیب کړه چې تر لمانځه راتاو شي، نه داسې چې لمونځ دې تر کړنو راتاو او له منځه لاړ شي.

وعدې دې داسې ترتیب کړه چې د دوو لمونځونو ترمنځ وي، نه داسې چې کټ مټ د لمانځه په وخت کې وي.

زما یوه استاذ -له هغو کسانو څخه و چې هیڅکله به ترې لمونځ نه پاتې کېدو- به خپلې ټولې ناستې او درسونه داسې ترتیبول چې د لمانځه تر وخت به وروسته وو. د بېلګې په توګه که چا به د ملاقات غوښتنه ترې وکړه؛ نو د مازدیگر تر لمانځه وروسته به یې وخت ورکاوه، د درس په اړه به یې داسې

اعلان کاوه چې د ماخوستن تر لمانځه وروسته دی، تر دې چې یوه ورځ یو چا پوښتنه ترې وکړه «په څو بجو؟» ده ورته وویل زه نه پوهېږم، که د مازدیگر لمونځ د شپې په نهو بجو هم وي؛ نو زه به له تا سره تر لمانځه وروسته گورم.

دغه خوندور ترتیب پر لمانځه د ټینگار په لړ کې مرسته کوي او یقینا ما له خپل استاذ څخه همدا عادت اخیستی او ژوند مې وربانديې مرتب کړی دی؛ نو د لمانځه وختونه زما په ورځ کې هغه بنسټيزې ستنې دي چې زه ترې چاپېره خپلې چارې او کړنې پیلوم، نه برعکس.

حکمت والا او پوه الله ﷻ لمونځ په خپلو وختونو کې فرض کړی دی څو زموږ ژوند ورسره منظم شي؛ نو ته باید هرومرو د سهار له لمانځه وروسته د دندې تر وخته خینې چارې بشپړې کړې.

د دندې پر مهال هغه کړنې چې پر تا يې ترسره کول لازم دي د ماسپښين تر لمانځه وړاندې تنظیم کړه او نورې چارې بیا د ماسپښين او مازدیگر ترمنځ ترتیب کړه.

دا چې د مازدیگر او ماښام منځ د دندې له ستړیا وروسته د دمې وخت دی؛ نو داسې يې تنظیم کړه چې د دمې پای د ماښام د لمانځه وخت وي.

د ټولو هغو چارو چې ترسره کول يې دربانديې لازم دي، د ترسره کولو وختونه داسې تنظیم کړه چې د لمانځه د وختونو ترمنځ وي، الله ﷻ به دې په وخت کې برکت واچوي.

د خوښۍ نسخه

جورج برنارډ شاو (George Bernard Shaw) د خوښۍ نسخه داسې رالنده کړې ده «د بدمرغۍ احساسولو راز په دې کې دی چې ته دغې پوښتنې

«ایا ته خوښ یې که ناخوښ؟» ته وخت پیدا کړی شې».

برنارډ شاو رښتیا ویلي؛ ځکه بې کاري وژونکي زهر دي، تل بوخت اوسه څو د خپګان او پرېشانی لپاره وخت و نه مومې، د بوختیا لپاره دا اړینه نه ده چې ته د دندې په ځای کې وې، ته کولی شې له خپلو ماشومانو سره په ساتېری یا له خپلې کورنی سره په ښه وخت تېرولو ځان بوخت کړې.

که د لمونځونو ترمنځ وختونه په هغو چارو ډک کړې چې پر تا یې ترسره کول لازم دي او د لمانځه وختونه داسې وګڼې لکه له دغو چارو څخه د دمې او استراحت وخت؛ نو زه -باذن الله- دا ضمانت درکوم چې ته به د شپې په خوب کې تل خوښ او ډاډه وې. بې کاری ته اجازه مه ورکوه چې خپله ونډه درڅخه یوسي؛ ځکه د ذهن لپاره تر ټولو ډېر خطرناک حالت هغه ورځ ده چې انسان بې کاره وي.

مور چې کله په کار بوخت وو نو د پرېشانی کومه نښه او تاثیر نه وينو، خو تر کار وروسته د بې کاری ساعتونه تر ټولو خطرناک ساعتونه دي چې خوښي له منځه وړي. کومه ورځ چې ته په خپل ژوند کې بې کاره وې؛ نو د غم او پرېشانی لپاره ځان تیار کړه، ډېر ژر به د پرېشانی شیطانان دربانديې یرغل وکړي او د تېرې او راتلونکې زمانې دوسيې به درته پرانېزي.

نظامي اروا‌پوهانو دغه ساده قانون پلی کړی دی، کله چې هغوی ته داسې جنګیالي راوستل شي چې په جګړو کې یې اعصاب له لاسه ورکړي وي؛ نو هغوی دغه جنګیالي په یوه کړنه بوخت ساتي لکه د کبانو ښکار، توپ وهل یا د باغونو خړوبول؛ ځکه دغه بوختیاوې هغوی ته دا اجازه نه ورکوي چې د خپلو تېرو تجربو په اړه فکر وکړي.

د وظیفوي درملنې (Occupational Therapy) نوم اوس د اروا‌پوهنې د

طبابت هغې برخې ته کارول کېږي چې کار او بوختیا د درملنې په توګه کاروي؛ ځکه کله چې انسان په کار بوخت وي پر اعصابو یې رواني ارامتیا او د ډاډ احساس غلبه کوي.

ریچارډ بیرډ (Richard Byrd) په خپل کتاب (یوازې Alone) کې کیسه کا چې د جنوبي قطب د واورو په منځ کې یې پنځه میاشتې په خیمه کې یوازې ژوند کاوه، هیڅوک ورسره نه وو او ان په سل میله واټن کې هیڅ ډول مخلوق ورسره نه و، خو په کار بوختیا څنګه د هغه ژوند ته نجات ورکړ، هغه وایي:

د شپې له خوا وړاندې تر دې چې څراغ مړ کړم او خپلې بسترې ته لاړ شم، د سبا ورځې د کړنو په اړه به مې فکر کاوه، سبا ورځ به مې په خپل فکر کې په ساعتونو تقسیم کړه. دوه ساعته به مې د تونل جوړولو ته ځانګړي کړل، یو ساعت به مې د غونډې شوې واورې لرې کولو ته ځانګړی کړ، یو ساعت به مې د خوړو په ګاډی کې د کتابونو لپاره د الماریو نصبولو ته ځانګړی کړ او په همدې توګه مې وخت تېراوه. ګومان مې دا و که دا یا دې ته ورته لار نه وی؛ نو ورځې به مې بې موخې او بې پایلې وی او په رښتینې مړینه به پای ته رسېدلې وی.

په کار بوختیا د خوښی تر ټولو لویه دوا ده؛ نو ځکه دا ګومان مه کوه چې بې کاره پاتې کېدل ستا لپاره راحت دی. خپله ورځ دې د لمونځونو په ترتیب سره جوړه کړه او د لمونځونو ترمنځ وختونه داسې ډک کړه چې د خپګان او پرېشانی لپاره په کې ځای پاتې نه شي. په لمانځه ژوندی شه او تجربه یې کړه.

CS CamScanner

يوولسم څپرکی

هغه کم عقلی چې ما ترسره کړې دي

دا د مشهور امریکایي لیکوال ډېل کارنگي (Dale Carnegie) د میز په روک کې د یوې ځانگړې دوسیې نوم و -د دې لیکوال میلیونونه نسخې کتابونه پلورل شوي دي- ډېل کارنگي وایي دغه دوسیه «هغه کم عقلی چې ما ترسره کړې دي» د ثبت یو داسې کتاب دی چې ټولې هغه تېروتنې او کم عقلی یې په کې لیکلې چې ده ترسره کړې دي؛ نو د دغې دوسیې د مطالعې پر مهال داسې احساسوي چې د تېر وخت له درسونو څخه په مرسته اخیستلو اوس له ستونزو سره د مقابلې او ښه راتلونکي جوړولو توان لري.

ډېل کارنگي یوازینی شخص نه دی چې د ژوند ښه کولو او په نړۍ کې د نښې پرېښودلو په موخه یې د «هغه کم عقلی چې ما ترسره کړې دي» له وسیلې کار اخیستی دی.

همدارنگه جوگیراړ (Joe Girard) هم دغه وسیله کارولې ده. هغه د گینېس په کتاب کې د نړۍ د غوره پلورونکي په توگه ثبت شوی او د (څنگه به هر شی په هر انسان پلورې How To Sell Anything To Anybody) په نامه یې یو کتاب هم لیکلی دی.

جوگیراړ وایي تر ټولو مهم هغه لامل چې زه یې په نړۍ کې غوره پلورونکی کړم له خپلو کم عقلیو څخه مې زده کړه وه. هغه به تل د خپلو ناکامو معاملو

دوسيې کتلې څو د هرې معاملې د ناکامی لامل پيدا او زده کړه ترې وکړي؛ نو د بيا تکرار مخنيوي يې د برياليو معاملو په شمېر کې د پام وړ بدلون راوست.

داسې هم ويلی شو چې زموږ په ژوند کې دغه علمي او ټکنالوژيکي پرمختګونه د دغې وسيلې «هغه کم عقلی چې ما ترسره کړې دي» کارولو له امله رامنځته شوي دي.

که موږ د لومړي موټر چې د اوسپنې د يوې ټوټې په بڼه و، د جوړښت په اړه له ترسره شويو کم عقليو څخه زده کړه نه وی کړې؛ نو دا نوي موټر به مو څنګه جوړ کړي وی چې د راحت او خوند په ټولو وسائلو سمبال دي؟!

بلکې څنګه به موږ د الوتکو پېښې –د اللهﷻ په فضل سره– راکمې کړې وی، که چېرې مو د تېرو پېښو له کم عقليو څخه زده کړه نه وی کړې؟!

که څوک د بريالي او خوښ ژوند په لټه کې دي؛ نو له تېروتنو او کم عقليو څخه زده کړه يې تر ټولو غوره او چټکه وسيله ده او دغه زده کړه د وګړو، شرکتونو او دولتونو لپاره يو ډول د پلي کېدا وړ ده.

تېروتنه دې وکاروه

تېر ژوند دې –په بخښنې سره– له هغو تېروتنو او کم عقليو څخه ډک دی چې ستا او لمانځه ترمنځ يې واټن رامنځته کړی و. شونې ده د بڼه ژوند پيلولو په موخه د تېر ژوند له معلوماتو او تجربو څخه ښه استفاده وکړې؛ ځکه تېر ژوند دې ستا لپاره د معلوماتو تر ټولو بډايه سرچينه ده. که ته هر څومره کتابونه مطالعه کړې او هر څومره معلومات ترلاسه کړې بيا هم ستا ماضي يوازينی هغه بنسټ دی چې ستا له ژوند سره د مناسبو معلوماتو په زياتولو کې مرسته کوي.

CS CamScanner

هغه لار چې ته اوس وربانديې روان یې او غواړې له هغو کسانو سره ملګری شې چې هیڅکله ترې لمونځ نه پاتې کېږي، د دنیا او اخرت د خوښۍ لاره ده. اوس تا له خپل نفس او شیطان سره ګرمه جګړه پیل کړې او شونې ده په کمو برخو کې له ماتې سره مخ شې؛ نو تېروتنه بیا مه تکراروه. په هر پړاو کې چې د خپل نفس او شیطان په وړاندې ماته خورې او لمونځ درڅخه پاتې کېږي، دغه پړاو په تفصیل سره تحلیل او د ماتې لامل ځان ته معلوم کړه څو بیا یې تکرار نه کړې.

یوه حکیم ویلي: کم عقل هغه څوک دی چې خپله تېروتنه دوه ځله تکراروي، هوښیار هغه دی چې خپله تېروتنه بیا نه تکراروي او ډېر هوښیار هغه شخص دی چې د کم عقل او هوښیار له تېروتنو زده کړه کوي او له کړنو یې ځان ساتي.

زه او ته غواړو چې د هوښیارانو ټولي ته ورګډ شو؛ نو په هر ځل چې لمونځ راڅخه پاتې شوی، له لاملونو سره یې درېږو، زده کړه ترې کوو او له تکراره یې ځان ساتو.

له هغو کسانو سره چې هیڅکله ترې لمونځ نه دی پاتې شوی د خبرو پر مهال ما دا وموندله چې هغوی په خپله خوښه دغه وسیله «هغه کم عقلي چې ما ترسره کړې دي» کاروي؛ نو د لمانځه اړوند د هغوی ځینې ثابت عادتونه د تېر وخت د معلوماتو او تجربو پر بنسټ جوړ شوي دي.

د بېلګې په توګه د هغوی ډېر کسان له کوره تر وتلو وړاندې اودسونه کوي؛ نو کله چې له کوره بهر د لمانځه وخت شي لمونځ ورته اسانه وي او په خپله دې کړنه یې د اوداسه په اړه له وسوسې اچولو څخه شیطان منعه کړی دی.

موږ ټول پوهېږو شیطان دغه حالت داسې انځوروي چې بوټونه کاږو، جرابې

کاږو او ګواکې له درده خپل غاښونه کاږو او کالي به مو تر هغه ملاقات مخکې لانده او چټل شوي وي چې له لمانځه وروسته دی. دا هم شونې ده دغه حالت داسې راته انځور کړي چې بوټونه مو غلا شوي وي یا مو خپل قیمتي ښکلی ساعت په جومات کې هېر کړی او موږ ترې تللي وو.

نو د اوداسه په اړه شیطان کولی شي سلګونه داسې فکرونه موږ ته وسوسه کړي چې پایله به یې تر راګرځېدا وروسته په کور کې د لمانځه ادا کولو پرېکړه وي او په خپل وخت د لمانځه ادا کول به رانه پاتې شي. زه او ته پوهېږو کور ته په راګرځېدا به له داسې یوې جګړې سره مخ شو چې له کوره د باندې تر جګړې به ډېره سخته وي؛ نو په دې توګه به لمونځ له لاسه ورکړو.

نو ځکه ټول هغه کسان چې پر لمانځه په ټینګار کولو بریالي شوي او د اذان له اورېدو سره سم لمونځ کوي او هیڅ مانع ته -که هر ډول وي- اجازه نه ورکوي چې په اول وخت کې یې له لمانځه څخه منعه کړي، هغوی ټول پر دې پوه شوي چې هر څومره لمونځ وروسته کېږي همدومره یې دروندوالی ډېرېږي.

له همدې امله ډېره هڅه وکړه چې تر وخت مخکې د لمانځه لپاره تیار وې او نفس دې ستا پر خلاف هیڅ چاره و نه مومي؛ نو تابع به شي.

دلته د ارواپوهنې یوه قاعده بیانوو چې د پنځو ثانیو په قاعده (Five Second Rule) نومول شوې ده. دغه قاعده موږ ته دا په ګوته کوي چې د ورځنیو وړو چارو اړوند د پرېکړې کولو لپاره له انسان سره یوازې پنځه ثانیې دي، چې له امله به یې یا دغه چارې ترسره کړي او یا به دغه پرېکړې د لنډ مهاله فکرونو په څېر تېرې شي.

د بېلګې په توګه، که سهار د زنګ اورېدلو پر مهال دې دا پرېکړه و نه کړه چې راویښ شې او بدن دې د پنځو ثانیو په ترڅ کې په حرکت راولې؛ نو لرې

نه ده چې ویده پاتې شې. همدارنګه له عقل سره دې هم یوازې پنځه ثانیې دي چې ستا له خوا پر ترتیب شوي غذايي نظام د ټینګار پرېکړه کوي او که په چټکۍ سره د هغې توتې کیک خوړلو پرېکړه کوي چې ستا په مخکې ده.

دا چاره پر لمانځه هم پلې کېږي، که د اذان په اورېدو دې په پنځو ثانیو کې اوداسه یا جومات ته د تلو په موخه خپل بدن ته حرکت ور نه کړ؛ نو ژر به د لمانځه اړوند په مشوره کولو کې له خپل نفس او شیطان سره په جګړه واوړې.

همدارنګه هغه چاره چې ما په شخصي توګه ترې زده کړه کړې او له ما سره یې د -الله ﷻ په فضل- د سهار پر لمانځه په ټینګار کولو کې مرسته کړې، هغه له ویښېدا سره سم که هوا هر څنګه وي په یخو اوبو غسل کول یا لږ تر لږه د ټول سر مینځل دي. دا کړنه د وینې جریان ګړندی کوي او بدن فعالوي؛ نو خپله ورځ په داسې حال کې نه پیلوې چې دروندوالی او پرکالي درباندې غالبه وي.

همدارنګه ما څینې هغه کسان -چې هیڅکله ترې لمونځ نه دی پاتې شوی- داسې موندلي چې د ډوډۍ خوړلو وخت یې تر لمانځه وروسته وي. دغه ډله که تر لمانځه مخکې ډوډۍ وخوري د دروندوالي او سستوالي احساس کوي؛ نو پرېکړه یې کړې چې ډوډۍ به له لمانځه وروسته خوري، نه مخکې. بل خوا مې بیا داسې خلک هم لیدلي چې د لوږې په حالت کې په ډاډمنه توګه لمونځ نه شي ادا کولی؛ نو هغوی تر لمانځه مخکې ډوډۍ خوړل غوره ګڼي څو لمانځه ته یې قوت ډېر شي. په اړه یې خپل ځان امتحان کړه، چې پوه شې له کومې ډلې یې.

- له هغو ورځنیو تېروتنو دې زده کړه وکړه چې ته او لمونځ یې سره لرې کړي یئ.
- تېروتنه دې تحلیل کړه او له تکراره یې ځان وساته.

دولسم څپرکی

ته توان نه لرې

که مزاجي، ذهني او بدني حالت دې هر څنګه وي. که د ستړيا، سستی، پرکالی او لوږې احساس کوې یا د هیڅ شي ترسره کولو هیله نه لرې، یوازې حرکت کول دې دغه حالت په بشپړه توګه بدلولی شي؛ ځکه ارواپوهان وايي «حرکت طاقت زېږوي».

که له ناستې ولاړ شې او اودس پیل کړې، مخ او اندامونه دې له اوبو سره سړي مه شي وکړي او بیا جومات ته په تلو راتلو ګامونه واخلې؛ نو دا کړنه به له تا سره د دومره طاقت په ترلاسه کولو کې مرسته وکړي چې د هر ډول ذهني او بدني منفي احساس لرې کولو لپاره بسنه کوي.

خو په خواشینی سره باید ووایو ډېری هغه کسان چې لمونځ نه کوي ګومان یې دا وي چې په راحت او دمه کې پاتې کېدل به د هغوی دغه منفي احساس بدل کړي؛ نو په خپلو مجلسونو کې د هیڅ شي نه ترسره کولو په حالت کې پاتې کېږي او پر دې خواشیني وي چې مزاج یې خراب دی یا ستړیا احساسوي.

اودس

د اوداسه پر مهال زموږ په بدنونو کې لوی بدلونونه رامنځته کېږي، کله چې یخې اوبه د بدن له څنډو لکه لاسونو، پښو او مخ سره ولګېږي نو د دغو اندامونو د حرارت کچه ټیټېږي او د وینې شیریانونه یې تنګیږي او کله چې په

عام ډول د حرارت کچه برابره شي؛ نو د بدن دغو برخو ته د وينې ورتګ ډېرېږي. د وينې ورتګ په دغو برخو کې د شته اعصابو فعاليت ډېروي او دا چې دغه اعصاب په مغز کې له مرکزي اعصابو سره اړيکه لري؛ نو تر اوداسه وروسته د مغز د فعاليت په پايله کې د انسان فعاليت نوی کېږي.

له همدې امله دا عادت ګرځېدلی چې د بې هوښه شوي انسان پر سر او مخ يخې اوبه اچول کېږي څو بيا په هوښ راشي. د يخو اوبو اچول مغز ته خبر ورکوي چې د بدن دغو برخو ته د وينې د رسېدو اړتيا ده څو له بې هوښه انسان سره، ژر په هوښ راتلو کې مرسته وکړي.

همدارنګه څېړنو دا ثابته کړې هغه کسان چې په ورځني بڼه څو ځله اودس کوي په پوزه اوبه تېروي او پوزه پاکوي، د ډېرو يې پوزې پاکې او له مېکروبونو تشې وي، خو بل لوري ته هغه کسان چې اودس نه کوي پوزه يې سم د مېکروبونو ځاله وي او په پراخه کچه هر ډول مېکروبونه په کې پراته وي؛ نو اودس کول پوزه له ناروغيو ساتي او تنفسي سيستم ته د مېکروبونو ننوتلو مخه نيسي.

يو بل حقيقت دا دی چې په ډېرو اسلامي هېوادونو کې د لوړې درجې ګرمې هوا تر څنګ بيا هم د پوستکي سرطان کم دی؛ ځکه په اودس کولو هغه مضر کيمياوي مواد د پوستکي پر مخ تر غونډېدا وړاندې له منځه ځي چې د خولو له امله رامنځته کېږي.

کله چې د لمر وړانګې پر اتموسفير پرېوزي، د اتموسفير يوه طبقه د اکسرې او نورو وړانګو د جذب په پايله کې بربڼنا جوړوي، دغې طبقې ته اينوسفير ويل کېږي او دنده يې پر ځمکه د بربڼنايي چارجونو غورځول دي چې ټول موجودات او انسانان له دغو بربڼنايي چارجونو څخه اغېزمن کېږي.

د علمي تجربو وړاندې کوونکي برېتانوي ريچارډ هاموند

(Richard Hammond) په یوه ګټوره او حیرانوونکې تجربه کې د پېټرولو ډک سطل د لرګیو په وړه بنده کوټه کې کېښود او د همدې کوټې دننه یې د برېښنا د مزي یو سر هم کېښود.

له دغې کوټې څخه په مناسب لرې واټن کې یو شخص چې د وړیو درېشي یې اغوستې وه او په پلاستیکي لوښي کې ولاړ و (په پلاستیکي لوښي کې د درېدو حکمت یې وروسته در ته بیانوم) لاسونه یې څو دقیقې یو له بل سره وموښل او بیا یې د هماغه برېښنايي مزي بل سر ته ګوته ورووړه، له مزي سره د ګوتې په لګېدو د لرګیو کوټه وچاودېده.

د دې مطلب دا دی چې بدن یې برېښنايي بځرکي تولید کړل او د مزي له لارې د لرګیو هغې خونې ته ورسېدل چې د پېټرولو له بویه ډکه وه؛ نو چاودنه یې وکړه. یادې تجربې دا ثابته کړه چې د انسان بدن برېښنايي چارج لري.

د اوداسه پر مهال، الله ﷻ موږ ته د بدن د څنډو مینځلو امر کړی او حکمت یې دا دی چې دغه مضر برېښنايي چارجونه له ځانه لرې کړو. که څه هم په بدن کې نورې داسې برخې هم شته چې هلته خوله یا ګرد ډېر وي خو د مینځلو امر یوازې د بدن د وروستیو برخو شوی دی، د دې اساسي موخه د مضرو برېښنايي چارجونو په لرې کولو سره د طاقت نوي کول دي.

بل لوري ته د اوبو د نه شتون په صورت کې الله ﷻ موږ ته د تیمم وهلو امر کړی دی، تیمم له خاورې یا بل هر هغه شي سره اړیکه ده چې د ځمکې له جنسه وي لکه ډبره؛ ځکه له ځمکې سره اړیکه هم مضر برېښنايي چارجونه له منځه وړي. د تجربې پر مهال دغه شخص له ځمکې څخه د لرې والي په موخه په پلاستیکي لوښي کې ولاړ و: ځکه له ځمکې سره اړیکې یې هغه چارجونه له منځه وړل چې د لاسونو له موښلو رامنځته شوي وو.

تمه ده چې د اوداسه په اړه به مو نظر بدل شوی وي؛ ځکه اودس د طاقت مهمه او بنسټیزه سرچینه ده. کله که ستړیا او سستي احساسوې او زړه دې هیڅ شی ترسره کول نه غواړي؛ نو هرومرو باید اودس وکړې. د هغو کړنو له ترسره کولو مخکې باید اودس وکړې چې فکري تمرکز ته اړتیا لري که څه هم د لمانځه وخت نه وي.

رسول اللهﷺ ویلي دي «مَا مِنْكُمْ مِنْ أَحَدٍ يَتَوَضَّأُ فَيُحْسِنُ الْوُضُوءَ ثُمَّ يَقُولُ حِينَ يَفْرُغُ مِنْ وُضُوئِهِ أَشْهَدُ أَنْ لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللَّهُ وَحْدَهُ لاَ شَرِيكَ لَهُ وَأَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ إِلاَّ فُتِحَتْ لَهُ أَبْوَابُ الْجَنَّةِ الثَّمَانِيَةُ يَدْخُلُ مِنْ أَيِّهَا شَاءَ».[۱]

ژباړه: ستاسې یو تن چې اودس وکړي او بشپړ اودس وکړي، بیا د اوداسه په پای کې ووایي «أَشْهَدُ أَنْ لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللَّهُ وَحْدَهُ لاَ شَرِيكَ لَهُ وَأَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ» نو د جنت اته واړه دروازې به ورته خلاصې شي له هرې یوې یې چې خوښه وي ترې ننوځي به.

جومات ته تلل

که فرض کړو، ستا له کوره تر جوماته درې دقیقې لار ده او یوه لمانځه ته په تلو راتلو ستا شپږ دقیقې لګېږي؛ نو که پنځه لمونځونه په جومات کې وکړې په ورځنۍ بنه به جومات ته په تلو راتلو کې ستا دېرش دقیقې ولګېږي. اوس اجازه راکړه چې ستا پر ژوند د دغو دېرشو دقیقو ورځنۍ ګرځېدا اغېز بشکاره کړو:

- کمزوري، د حس ورکېدل او عصبي ګډوډي یو بدني شعور دی؛ نو په خوځښت او تګ سره د بدن بڼه بدلول د بدن داخلي شعور او حالت هم بدلوي. علمي څېړنو موندلې چې د تګ پر مهال د هوا داخلول او

---

[۱] ابوداود په (۱۶۹) شمېره روایت کړی دی.

خارجول د بدن په نرمښت او د اعصابو په ارامتیا کې لویه ونډه لري او رواني فشار کموي.

- د عادت له مخې ګرځېدل ممکن د بدن د غیرصحي کلسترولو په کمولو او صحي اړینو کلسترولو په ډېرولو کې مرسته وکړي او دا په خپل وار د صحي وزن په ساتلو او له بدن سره په اړینه بدن جوړونه او د طبیعت په ښه والي کې مرسته کوي.
- پیاده ګرځېدل په وینه کې ویټامن ډي غښتلي کوي چې په پایله کې یې د زړه او رګونو په رنځ د اخته کېدو خطر کمېږي.
- پیاده ګرځېدل په بدن کې لوی عضلات په حرکت راولي، لکه د پونډیو، پښو، ورنونو او زنګنونو عضلات او د دغو عضلاتو حرکت په بدن کې د وینې له وېش سره ډېره مرسته کوي، د اکسیجن رسولو سیستم غښتلی کوي، د زړه او شیریانونو د زغم توان ډېروي، د هډوکو روغتیا ساتي، چاغوالی کنټرولوي او د شکر په رنځ د اخته کېدو چانس کموي.

په ورځنۍ بڼه په تینګار سره دېرش دقیقې ستا پیاده ګرځېدل چې پر پنځو لمونځونو وېشل شوي په اوږد مهاله توګه ستا د روغتیا په ساتنه کې د پام وړ اغېز لري. لکه څنګه چې لمونځ په ورځنۍ بڼه د توان نوي کولو سرچینه ده همدارنګه پیاده ګرځېدل د بدن کمزوري، د اعصابو سختي او سستي له منځه وړي؛ نو که د لمانځه ادا کولو په اړه دې سستي احساسوله، داسې ګومان مه کوه چې د هیڅ شي نه ترسره کولو په حالت کې پاتې کېدل به ستا دغه احساس لرې کړي، بلکې ستا ولاړېدل او جومات ته پیاده تلل د دغې ستونزې یوازینی حل دی.

رکوع او سجده

کله چې ته لمونځ کوې نو لږ تر لږه ۱۷ ځله رکوع (مخ خوا ته بدن کږول) او لږ تر لږه ۳۴ ځله سجده (سر ته وینه پمپول) کوې او په دې نړۍ کې له مسلمانانو پرته بل څوک داسې نه موندل کېږي چې په ورځنۍ بڼه دې داسې منظم حرکات ترسره کړي. (دغه شمېرې یوازې د فرضي لمونځونو د رکوع او سجدو دي، سنت او نفلي لمونځونه نه دي په کې حساب شوي).

پر ۱۸۸ کسانو د مسلمانانو د لمانځه د حرکاتو (قیام، رکوع او سجدې) په څېر یوې تخصصي څېړنې دا خبره ثابته کړې چې په همېشنۍ بڼه لمونځ کول د ملا د تیر او د مهرو پر رنځونو د اخته کېدو کچه راټیټوي.

همدارنګه په غربي هېوادونو کې ډېرو هغو طبي او سپورتي مرکزونو چې په طبیعي درملنه کې تخصص لري د لمانځه ځینې حرکتونه لکه قیام، رکوع او سجده د درملنې او سپورت بنسټیز حرکتونه ګڼلي دي. څېړنې دا خبره زیاته کړې چې په ورځنۍ بڼه د دغو حرکتونو تکرار روغ خلک هغې پولې ته رسوي چې په طبابت کې «په لوړه کچه بدن جوړونه» بلل کېږي او د چاغوالي، شکر او لوړ فشار له ناروغانو سره د بدن د بیولوژیکي کړنو په تنظیم او روغتیا کې مرسته کوي او د بدن ځینو عضلاتو ته ډېره ګټه رسوي لکه د مخ، سترګو، خولې او ژبې عضلات او د معدې، کولمو او سږو داخلي عضلات؛ ځکه د سږو حرکت ډېروي.

څېړنه زیاتوي، د ملا د لاندینۍ برخې دردونه د بالغو کسانو عامه ستونزه ده او غالبا د ملا په اوږدو کې د نرمښت د نه شتون له امله رامنځته کېږي. د (رکوع بڼه) چې ملا مخ لورې ته وړل کېږي او زنګون مستقیم وي د ملا په اوږدو کې د نرمښت له ډېرېدا سره مرسته کوي او د ملا د لاندینۍ برخې په دردونو د اخته کېدا احتمال کموي.

CamScanner

لمونځ لکه څنګه چې د بدن د ټولو ورو او لویو بندونو ساتنه کوي او له فشار پرته یو نرم او اسانه حرکت دی، همدارنګه په دوام سره سم ادا کول یې په ورځنۍ بڼه د عضلاتو د زغم توان هم غښتلی کوي.

او په سجده کې د هغو رګونو ساتنه کېږي چې د دماغ ټولو برخو ته غذا رسوي او دماغ ته دا توان ورکوي چې په زړبوډۍ کې خپله دنده په بشپړ ډول سرته ورسوي.

همدارنګه په سجده کې د زنګنونو او خېټې عضلات اړیکه پیدا کوي او یو بل ته فشار ورکوي چې په پایله کې یې د هاضمې سیستم فعاله کېږي؛ نو سجده د هغه بدني مساج په څېر ده چې د خېټې د دېوال، جګر او پانقراس د فعالیت او غښتلتیا لپاره ترسره کېږي څو د معدې او کولمو له حرکت او د تریخي د افرازاتو له ډېروالي سره مرسته وکړي. د هضم او غټې کولمې حالت ښه کوي، د قبض په ناروغۍ له اخته کېدو مخنیوی کوي او د خېټې او کوناټو په شاوخوا کې د وازدو غونډېدل کموي. نو په دې توګه سجده د هغو تمریناتو تر ټولو غوره بڼه ده چې په اوس وخت کې یې «یوګا» د خپلو تمریناتو د یوه ځانګړي ډول په توګه کاروي.

د تشهد لپاره په تکرارېدونکې ناسته کې د بدن ټول دروندوالی په زنګنونو وي او په دې توګه په زنګنونو کې بشپړ انعطاف رامنځته کېږي، د پونډیو په رګونو او شیریانونو کې زیاته او ولاړه وینه لږ کېږي او په پایله کې یې په رګونو کې د وینې کلکېدا د رنځونو مخنیوی کېږي. د تشهد لپاره د ناستې بڼه د پونډیو د رګونو او شیریانونو د وچېدا څخه د وقایې په لړ کې تر ټولو غوره تمرین بلل کېږي.

له تشهد وروسته مسلمان د خپل لمانځه د پای ته رسېدا اعلان، نبي او

چپ لوري ته د غاړې په تاوولو او سلام ویلو سره کوي. ښکاره خبره ده چې له لمونځ کوونکو پرته، دغه ساده او اسانه کړنه ډېر کسان د ډېرو ورځو په ترځ کې نه ترسره کوي. لږ تر لږه په ورځنۍ بنه پنځه ځله د دغه تمرین تکرارول د غاړې د عضلاتو لپاره پوره مناسب بلل کېږي او په دې سره فقرات او هغه نازک تارونه په حرکت راځي چې نرمښت او غښتلتیا یې ګټوره ده؛ نو د غاړې فقرات له هغې ستونزې او درده ساتل کېږي چې د غاړې په فقراتو کې د نرمښت د نه شتون په پایله کې رامنځته کېږي.

لمونځ له انسان سره مرسته کوي څو له هغو ناځاپي عوارضو سره عادت شي چې کله ناکله انسان ته پېښېږي، لکه له اوږدې ناستې وروسته ولاړېدل چې په ځینو وختونو کې د فشار د ټیټېدا او کله ناکله د بې هوښۍ لامل ګرځي؛ نو هغه کسان چې پر لمانځه دوام کوي هیڅکله له دغه حالت او سرګنګسۍ څخه شکایت نه کوي.

د لمانځه وختونه

څو ځله چې د لمانځه وخت درڅخه تېر شوی او وروسته دې د لمانځه ادا کولو هڅه کړې، نو دا احساس دې کړی چې لمونځ درباندې ډېر دروند دی؟؟

ولې الله ﷻ موږ ته په خپل وخت کې د لمانځه ادا کولو امر کړی او له خپل وخته د لمانځه وروسته کوونکي ته یې د عذاب یادونه کړې او ویلي یې دي ﴿فَوَيْلٌ لِّلْمُصَلِّينَ (٤) الَّذِينَ هُمْ عَن صَلَاتِهِمْ سَاهُونَ (٥)﴾ (الماعون/ ۴ - ۵).

ژباړه: نو د (داسې) لمونځ کوونکو لپاره تباهي ده (٤) کوم چې له خپلو لمنځونو غافلان دي (٥).

الله ﷻ داسې نه دي ویلي «الذين هم في صلاتهم ساهون» بلکې ویلي یې دي ﴿الَّذِينَ هُمْ عَن صَلَاتِهِمْ سَاهُونَ﴾ یعنې دلته له سهوې څخه موخه هغه سهوه ده

چې لمونځ له خپل وخت څخه دومره وروسته کړي چې د بل لمانځه وخت راورسېږي. د لمانځه لپاره د ثابتو وختونو شتون او پر همدې وختونو د پابندی راز څه دی.

الماني پروفیسور «کنوټ فایفرKnut Pfeiffer» داسې ټکنالوژۍ ته لاسرسی پیدا کړی چې پر مټ یې د موجوداتو او په ځانګړي ډول د انسان له بدنه خوربدونکی طاقت لیدل کېږي. په یوه ځانګړې څېړنه کې چې د مسلمانانو پر لمانځه یې ترسره کړې، هغه دا موندلې چې په خشوع سره لمونځ کوونکی تر هر لمانځه وروسته په لویه کچه روحي طاقت ترلاسه کوي او دا معلومات یې تر لمانځه وړاندې او وروسته د انسان له بدن څخه د طاقت د خوربدا له انځوره ترلاسه کړي دي.

دا چې مسلمانان په شپه او ورځ کې پنځه ځله لمونځ کوي حکمت یې دا دی چې په شپه او ورځ کې د انسان روحي طاقت بیا چارج شي او د ستړیاوو او ورځنیو چارو په مقابل کې یې داخلي سلامتیا او د نفس صفایي دوام ومومي، لکه چې یوه صالح انسان ویلي دي «دنیا لویېږي، لویېږي او بیا هم لویېږي خو کله چې د لمانځه وخت راورسېږي؛ نو بېرته یې خپلې اندازې ته راوګرځوي».

حیرانوونکې خو لا دا ده چې د لمانځه په وختونو کې د انرژۍ کچه لوړېږي ان تر دې چې د لمانځه پر مهال له اذان سره دغه انرژي خپلې وروستی کچې ته رسېږي او بیا په تدریجي بڼه راټیټېږي څو د بل لمانځه وخت راورسېږي، د بل لمانځه د وخت په رارسېدا بیا انرژي خپل وروستي حد ته رسېږي. د لمانځه د وختونو او هغو طبیعي هرمونونو تر منځ چې د لمونځونو په وختونو کې یې د انسان بدن افرازوي یوه لویه اړیکه شتون لري.

له همدې امله هغه لمونځ چې له خپل وخت څخه پاتې شي، بیا موږ ته دروند ښکاري؛ نو د دې ستونزې حل دا دی چې موږ باید هرومرو له هماغه لوړ طاقت څخه ګټه پورته کړو چې د لمانځه په وختونو کې رامنځته کېږي او لمونځونه په خپلو وختونو کې ادا کړو. دا د هغو کسانو یو ډېر مهم راز دی چې هیڅکله ترې لمونځ نه پاتې کېږي او هغوی د اذان له اورېدو سره سم په لومړي وخت کې د لمانځه کولو حرص لري.

نو د لمانځه ټاکلی وخت چې لوړ طاقت له ځان سره لري د هغه قوي هڅوونکي په څېر دی چې پر لمانځه ټینګار اسانه کوي او هیڅ عذر ته دا اجازه نه ورکوي چې تا دوکه کړی او در ته ووايي: څه باک نه لري تر لومړي وخت وروسته به لمونځ وکړې. په حقیقت کې دغه عذرونه له تېښتې مخکې د ابلیس وروستی هڅې دي، رسول الله ﷺ ویلي «إِذَا نُودِيَ لِلصَّلَاةِ أَدْبَرَ الشَّيْطَانُ لَهُ ضُرَاطٌ حَتَّى لَا يَسْمَعَ النِّدَاءَ فَإِذَا قُضِيَ النِّدَاءُ أَقْبَلَ...».[۱]

ژباړه: کله چې د لمانځه اذان وشي شیطان په داسې حال کې تېښته کوي چې باد يې ماتېږي څو اذان وانه وري؛ نو کله چې اذان پای ته ورسېږي بیا راګرځي...

له همدې امله شیطان په خپل ټول توان هڅه کوي چې تا یوازې د اذان تر پای ته رسېدو پورې له لمانځه څخه وروسته کړي؛ ځکه هغه په دې وخت کې په تېښته وي. چې پوه شوې؛ نو په ځان يې لازمي کړه.

واړه عادتونه

زموږ ژوند یوازې د ورځينو عادتونو ټولګه ده او هغه واړه عادتونه چې موږ يې په ورځنی بڼه ترسره کوو، شونې ده یا مو لویې بریا ته ورسوي او یا مو له داسې ستونزې سره مخ کړي چې د زغم توان به يې نه لرو.

---

[۱] احمد په (۱۰۷۷۹) شمېره روایت کړی دی.

CS CamScanner

د بېلګې په توګه هیڅوک دا شکایت نه کوي چې په یوه شپه او ورځ کې یې وزن ډېر شو یا د وزن ډېرېدا له امله ځینې ناروغۍ ورته پېښې شوې، بلکې دغه وزن ډېرېدل او اړونده ناروغۍ یې د ځینو وړو ضرر رسوونکو عادتونو د غونډېدلو، یا د کوچنیو ګټورو عادتونو د بابېزه ګڼلو پایله ده او موږ اړ یو څو په ډېر زیار هغه څه ورغوو چې ډېر اسانه مو خراب کړي دي.

همدارنګه د ژور خپګان (ډېپرېشن) ناروغي په یوه شپه او ورځ کې نه رامنځته کېږي، بلکې دا د هغو ورځینو بدو ساده عادتونو غونډېدل او تر هغه وخته یې عادي ګڼل دي څو داسې یوه ورځ راشي چې بیا ناروغ هم له دغې ټولګې سره د مقابلې کولو توان نه لرل احساس کړي، له ژوند سره یې مینه ورکه شي او پایله یې د ځان وژنې هڅه وي.

همدارنګه واړه صحي او ګټور عادتونه کولی شي موږ یوې لوېې بریا ته ورسوي او د الله ﷻ له حکمتونو څخه دا هم دي چې په شپه او ورځ کې یې پر موږ پنځه ځله لمونځ فرض کړی دی؛ نو هغه وړې کړنې چې له لمانځه سره تړاو لري لکه اودس کول، جومات ته تلل او د لمانځه حرکتونه په اوږدمهال کې پر بدني او رواني صحت لوی اغېز لري.

له څومره ډېرو سپین ږیرو سره ناست یم چې عمرونه یې له اتیا او نوي کلونو اوښتي خو عقلونه او روغتیا یې سالم دي؛ ځکه په ځوانۍ او قوت کې هغوی لمونځ وساته نو په سپین ږیریتوب او کمزورۍ کې لمونځ هغوی ساتي.

حیرانوونکې ده، په دې عمر کې چې زامنو او لورانو یې ودونه کړي او ملګري یې له منځه تللي دي، لمونځ د هغوی لپاره یو ښه ملګری ګرځېدلی دی. دا هغه کسان دي چې د خپلو بوختیاوو او له خپل چاپېره خلکو سره د لوړې کچې مینې پر مهال یې لمونځونو ته خپل وختونه ورکړي او دا دی اوس

د یوازیتوب او کمزورۍ پر مهال لمونځ هغوی ته بدله ورکوي. ګواکې لمونځ د هغه یوازیتوب او ستړیا درمل دی چې دغه عمر ته رسېدلي ډېر کسان ورسره لاس او ګرېوان وي.

نو څنګه به هغه سپین ږیری په ورځنۍ بنه یوازیتوب او ستړیا احساس کړي چې په شپه او ورځ کې پنځه ځله له خپل کوره راکوزېږي او جومات ته تګ راتګ کوي او څنګه به هغه سپین سرې زړه تنګه شي چې هره ورځ په هغو وختونو کې چې د لمونځونو ترمنځ دي، په کورنیو چارو او د لمسیانو په پالنه بوخته وي.

او داسې ګومان هم مه کوه، که چا د ډېرې بوختیا او له خپلوانو سره د ډېرې مینې په وخت کې لمونځ پرېښی وي، اوس دې دا توان ولري چې په لوړ سن کې پر لمانځه ټینګار وکړي او د خپل یوازیتوب درملنه دې ورباندې وکړي؛ ځکه یوازې هغه شی رېبلی شي چې کرلي یې دي.

لمونځ انرژي ده، داسې ګومان مه کوه چې لمونځ کول به تا ستړی یا کمزوری کړي، بلکې لمونځ د انرژۍ سرچینه ده، لمانځه ته په ولاړېدو به دې انرژي او تازه والی نوی شي.

دا ګومان هم مه کوه چې د هیڅ شي نه ترسره کولو په حالت کې پاتې کېدل به د سستوالي هغه احساس له تا لرې کړي چې کله ناکله درباندې غلبه کوي، بلکې لمانځه ته ولاړېدل دې د سستوالي احساس له منځه وړي. که ته هر کار کوې او هر څنګه احساس ولرې، لمانځه ته ولاړېدل به ستا مثبت طاقت ډېر کړي، د کار په اړه به دې مرسته وکړي او د ښه والي احساس به وکړې.

CS CamScanner

دیارلسم څپرکی

صبر ورباندې وکړه

صبر ورباندې وکړه!

دا د پوه او حکمت والا الله ﷻ له لوري خپل هغه حبیب محمد ﷺ ته امر و، چې د شپې له مخې به یې د ډېرو نفلي لمونځونو له امله پښې وپړسېدلې. نفلي لمونځ د هغه لپاره د فرضي لمانځه یوه نه بېلېدونکې برخه وه او دغه فرضیت د هغه په وخت کې د هغه له وجود سره تړلی و.

له ټولو خلکو څخه غوره کړل شوی و څو بشریت ته د فرض لمانځه رسولو دنده پر اوږو بار کړي.

څه گومان کوې، ولې د حکمت والا الله ﷻ له لوري د لمانځه رسولو په اړه لومړني گومارل شوي ذات ته دا ډول امر کېږي؟

ایا په باریکیو پوه الله ﷻ له مهربان نبي ﷺ څخه په خپل نفس کې د لمانځه په اړه کومه بې صبري لیدلې وه چې دغه نصیحت یې د امر په بڼه ورته راواستاوه «صبر ورباندې وکړه»!!

هیڅکله نه!

څنگه داسې کېدی شي او حال دا چې له شک پرته لمونځ د هغه د سترگو یخوالی او د بدن راحت و.

څنگه داسې کېدی شي او حال دا چې له شک پرته هغه په هر وخت کې

لمونځ کاوه، فرضونه، سنتونه او نفلونه يې کول، په کور کې يې هم لمونځ کاوه او په سفر کې هم، تر خوب وړاندې يې هم لمونځ کاوه او وروسته هم.

شکر يې لمونځ او صبر يې لمونځ و، خوښي يې لمونځ او پرېشاني يې لمونځ و، اساني يې لمونځ او سختي يې لمونځ و، نو بيا ولې «صبرورباندې وکړه»!!

دلته له صبر څخه موخه د لمانځه پر پايلو او مېوو صبر کول دي، لمونځ هغه چاره وه او ده چې د مسلمان په ژوند کې تر هر څه ډېره تکرارېږي.

حکمت والا الله ﷻ لمونځ د بدلون وسيله ګرځولې، لمونځ هغه کړنه ده چې د لمونځ کوونکي د چلند او فکر د بدلون توان او وړتيا لري، خو دغه بدلون په يوه شپه او ورځ کې نه رامنځته کېږي؛ نو ځکه داسې امر شوی چې «صبر ورباندې وکړه».

صبر ورباندې وکړه!

دغه جمله د داسې آيتونو په لړۍ کې راغلې چې د ځانګړې موخې (په هغه وخت کې د اسلام او ايمان پيغام) ترلاسه کولو لپاره د ټينګښت، دوام او زغم خبرې کوي او له دې څخه هم بحث کوي چې د انتقادونو او هغو ظاهري چارو دې هيڅ پروا و نه کړل شي چې د دغې موخې ترلاسه کولو لپاره هڅه کوونکي خلک پرېشانه کوي.

﴿فَاصْبِرْ عَلَىٰ مَا يَقُولُونَ وَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ قَبْلَ طُلُوعِ الشَّمْسِ وَقَبْلَ غُرُوبِهَا وَمِنْ آنَاءِ اللَّيْلِ فَسَبِّحْ وَأَطْرَافَ النَّهَارِ لَعَلَّكَ تَرْضَىٰ (١٣٠) وَلَا تَمُدَّنَّ عَيْنَيْكَ إِلَىٰ مَا مَتَّعْنَا بِهِ أَزْوَاجًا مِّنْهُمْ زَهْرَةَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا لِنَفْتِنَهُمْ فِيهِ وَرِزْقُ رَبِّكَ خَيْرٌ وَأَبْقَىٰ (١٣١) وَأْمُرْ أَهْلَكَ بِالصَّلَاةِ وَاصْطَبِرْ عَلَيْهَا لَا نَسْأَلُكَ رِزْقًا نَّحْنُ نَرْزُقُكَ وَالْعَاقِبَةُ لِلتَّقْوَىٰ (١٣٢)﴾ (طه/ ١٣٠ - ١٣٢).

ژباړه: نو دوی چې څه وايي په هغو صبر کوه او د خپل رب له ستاينې سره د

هغه پاکي وايه، مخکې له لمر ختلو او مخکې له ډوبېدو يې او د شپې په (څه) شېبو کې يې هم پاکي وايه او د ورځې په څندو کې هم، ښايي ته راضي شې (۱۳۰) او هغو شيانو ته سترګې مه وراړوه چې د دوی بېلا بېلو خلکو ته مو د دنيايي ژوند د ښکلا په توګه د دې لپاره ورکړي چې هغوی په کې وازميو او ستا د رب درکړ شوې روزي غوره او ډېره پايښتونکې ده (۱۳۱) او خپل ټبر ته د لمانځه امر کوه او خپله هم پرې ټينګ اوسه، موږ له تا څه روزي نه غواړو، روزي خو موږ درکوو او ښه انجام د تقوىٰ خاوندانو لره دی (۱۳۲).

لمونځ په خپل تکرار سره داسې دی لکه د بشريت په تاريخ کې د تر ټولو لوړې موخې (د اسلام د بلنې خپرول) ترلاسه کولو لپاره د ثابت پاتې کېدا او استقامت تمرين. د دغې موخې ترلاسه کوونکي، د مخلوقاتو سردار، نازولي پيغمبر محمدﷺ هيڅ دنيوي ماديات نه لرل، يوازې ثابت پاتې شو، استقامت يې وکړ او له ډېرو بدو او سختو خلکو سره په مخامخ کېدا کې په زورور او برلاسي اللهﷻ داډه و، نه تنها د دغو اشخاصو په مقابل کې، بلکې د ژوند د ټولو هغو غولوونکو شيانو په مقابل کې يې اعتماد وربانديې وکړ چې ده ته وړانديزېدل، يا د خپلې موخې ترلاسه کولو له امله ترې بې برخې شوی و.

مهربان نبيﷺ په ثبات او استقامت سره د خپلې موخې په ترلاسه کولو بريالی شو، تر دې چې پيغمبرۍ ته يې ډېرو سختو او عنادي کسانو هم سرونه ټيټ کړل لکه عمر بن خطاب او خالد بن وليدرضي الله عنهما ثبات او استقامت ان د مکې مکرمې تر فتحې د رسول اللهﷺ له صفتونو څخه وو.

ناپليون هيل

ناپليون هيل Napoleon Hill مشهور امريکايي ليکوال دی، هيڅ داسې بريالی سوداګر به و نه ګورې چې د دغه ليکوال مشهور کتاب (فکر وکړه او

شتمن شه Think & Grow Rich)[۱] يې نه وي مطالعه کړی. دغه کتاب د لومړي ځل لپاره په ۱۹۳۷ زيږديز کال کې چاپ شوی خو لا تراوسه پلورل کېږي او د تاريخ په اوږدو کې له ډېرو پلورل کېدونکو کتابونو څخه دی.

ناپليون هيل د دغه کتاب په ليکلو تر ۲۵ کلونو ډېر وخت لګولی او په دې موده کې يې د مختلفو برخو له ۴۰ ميليونرانو سره ليده کاته، څېړنه او کتنه کړې، معلومات يې راټول کړي او نظريات يې ليکلي دي څو د دغو ټولو ترمنځ هغه مشترک رابط او د وصل نقطه پيدا کړي چې له امله يې هغوی د لويو شتمنيو په ترلاسه کولو توانېدلي دي.

د شلمې پېړۍ په پيل کې سکاټلنډي الاصله امريکايي ميليارډر (اندرو کارنګيAndrew Carnegie) ځوان ليکوال او ژورنالبست ناپليون هيل د دې لپاره وګوماره څو د وخت له ډېرو ميليونرانو سره چې په سر کې يې اندرو کارنګي و، ناستې او مصاحبې وکړي، د بريا راز يې معلوم او په کتاب کې خپور کړي؛ ځکه د دغو ټولو ميليونرانو پيل له صفر څخه شوی و او په بدايه کېدا کې يې د تصادف هم کوم رول نه و.

نو د وخت له غوره او برياليو ميليونرانو سره يې وليدل، په دې لړۍ کې يې د فورډ موټر جوړولو کمپنۍ له مالک هنري فورډ، د اوسپنې او فولادو د ميليونر چارلېز شواب، د وخت تر ټولو ډېر بډای جون روکفولر، د امريکا له پخواني ولسمشر تيوډو روز ويلټ، سوداګر توماس اډيسون چې د زرو اختراعاتو خاوند ګڼل کېږي او نورو ډېرو سره وليدل څو د شتمنۍ، مال پيدا کولو او توليد په اړه د هغوی ليدلوري راټول او لنډ کړي. دا ټول د بدلون، د بريا د سفر او د شخصيت جوړونې د پلان اړوند شخصي کيسې او رازونه دي چې په مرتب ډول

---

[۱] دغه کتاب د «فکر وکړئ او شتمن شئ» په نامه ښاغلي اباسين زمرياللي پښتو ژبې ته ژباړلی او په کابل کې اکسوس خپرندويې ټولنې چاپ کړی دی. ژباړن

یې په خپل کتاب (Think & Grow Rich) کې ځای پرځای کړي دي.

ناپلیون هیل د خپل کتاب په نهم څپرکي کې د صبر او استقامت (Persistence) صفت د بریا د بنسټ په توگه یاد کړی دی او دغه صفت د دغو ټولو میلیونرانو ترمنځ مشترک و. حیرانوونکې خبره دا ده چې ناپلیون هیل د دغه صفت لرونکو د بېلگې بیانولو په لړ کې د محمدﷺ یادونه کړې او د هغه لپاره یې د «وروستی لوی پیغمبر The Last Great Prophet» په نامه یو پاراگراف ځانگړی کړی دی.

په دې پاراگراف کې یې دا یادونه کړې چې رسول اللهﷺ څنگه وتوانېد چې په بشریت کې داسې بدلون رامنځته کړي، سره له دې چې هغه د خپل وخت رواجي زده کړې هم نه وې کړې او معجزې یې هم د خپل رسالت د خپراوي د وسیلې په توگه نه دي کارولې لکه څنگه چې پخوانیو پیغمبرانو دا کار کړی و. همدارنگه شتمن، د نفوذ او ځواک خاوند هم نه و، خو د خپلو موخو ترلاسه کولو او رسالت خپرولو په لړ کې د هغهﷺ د صبر او استقامت له برکته په لږو کلونو کې ټولې عربي جزیرې د هغهﷺ رسالت ومانه.

استقامت هغه صفت دی چې پوه او بنه خبر اللهﷻ غوښتل د خپل نبي محمدﷺ په نفس کې یې کېږدي؛ څو د خپلو موخو په ترلاسه کولو وتوانېږي. لمونځ او اړونده چارې یې داسې دي لکه څوک چې د استقامت ترلاسه کولو اراده لري او د دروندوالي په وړاندې یې په ورځنۍ بڼه تمرین کوي.

له همدې امله د «صبر ورباندې وکړه» خطاب راغی؛ ځکه د لمانځه مبوه په یوه شپه او ورځ کې نه ترلاسه کېږي. رسول اللهﷺ به له هرې سختۍ او خند سره د مخ کېدا پر مهال د لمانځه مبوه موندله او د هرې ستونزې پر مهال لمانځه له هغه سره د استقامت په اړه مرسته کوله؛ نو ټولې ستونزې به حل او ټول خنډونه به له منځه تلل.

د انسان درول

د لمانځه له درولو څخه موخه د انسان درول دي، هغه ساده اغېز چې په ورځنۍ بڼه يې په مکرر ډول لمونځ د لمونځ کوونکي شخصيت ته ورزياتوي په پايله کې يې د وخت په تېرېدا سره يو نوی انسان رامنځته کېږي.

لمونځ په همدې معنا، د نفس لپاره يو داسې روزنيز کورس دی چې ستا ټول عمر نيسي او په ورځنۍ بڼه له تا څخه پنځه ځله تعهد غواړي؛ نو که غواړې چې ژوند دې سم شي، د لمانځه په اړه استقامت وکړه او په خشوع سره يې ادا کوه.

ما د بدن جوړولو له يوه نړيوال پهلوان سره خبرې کولې او د هغو تمرينونو په اړه مې ترې وپوښتل چې په ترسره کولو يې د هغه بدن تر داسې کچې بدل شوی چې اوږې پلنې او ملا يې نرۍ شوې ده؛ نو ځينې داسې تمرينونه يې راته وښودل چې نږدې ډېر يې ما پېژندل، خو د خبرو په پای کې يې مهم معلومات ورزيات کړل.

راته ويې ويل، ډېر هغه کسان چې د خپل بدن د شکل بدلولو هڅه کوي له يوه مهم لامل څخه بې پروا دي او دغه مهم لامل وخت دی. هو! دا يې راته وويل چې دغه مثالي بدن د ډېرو کلونو په تمرين دې حالت ته رارسېدلی دی.

لکه څنګه چې د بدن بدلون په ورځنۍ بڼه د څو کلونو لپاره صبر او تمرين ته اړتيا لري، همدارنګه د انسان د شخصيت او چلند بدلون او د يوه مختلف انسان رامنځته کول هم په ورځنۍ بڼه صبر او تمرين ته اړتيا لري؛ نو څکه لمونځ او «صبر ورباندې وکړه» يوځای راغلي دي.

دلته ما ته د عمر فاروقﷺ دوه حالتونه سترګو ته درېږي چې لومړی يې تر اسلام مخکې او دويم يې تر اسلام وروسته دی.

په لومړي حالت کې موږ د عمر فاروقؓ هغه ځیږ طبیعت او سخت شخصیت وینو چې د اسلام منلو او ښکاره کولو له امله له خپلې خور سره سوال او ځواب نه کوي، بلکې د وهلو داسې برید ورباندې کوي چې د هغې له مخ څخه وینې روانېږي.

په دې وخت کې عمرؓ نه امیر او نه رئیس و او نه یې د خپلې هغې خور چې ځانګړی ژوند لري، په واک او پرېکړه کې د دا ډول مداخلې حق درلود او دا هم باید په یاد ولرو چې دغه کړنه یې د خور په کور کې او د دوو یا دریو اشخاصو په وړاندې ترسره کړې ده.

په دویم حالت کې امیرالمؤمنین عمرفاروقؓ چې د وخت د تر ټولو قوي دولت رئیس دی، د رسول اللهﷺ په منبر درېږي او مسلمانانو ته د ښځو د مهرونو په اړه خطاب کوي او یوه ښځه د ډېرو مسلمانانو په وړاندې د هغه وینا پرې کوي او رایه یې ورباندې بدلوي.

عمر فاروقؓ چوپ کېږي، که څه هم د خطیب وینا پرې کول ادب نه دی، جواز هم نه لري او که عمرؓ غوښتي وی؛ نو د ښځې چوپ کولو حق یې درلود، خو په اړه یې عمرؓ د مسلمانانو په وړاندې داسې وایي «ښځه په حق ده او عمر تېروتلی دی، ای عمره!! ټول خلک له تا ډېر پوهېږي».

د دواړو حالتونو ترمنځ موږ په ښکاره بڼه د «صبر ورباندې وکړه» مېوه وینو، که چېرې هغه اغېز نه وی چې ورځ تر بلې یې لمونځ د هر لمونځ کوونکي په نفس او چلند کې ورزیاتوي؛ نو «مخکینی عمر» به له «وروستني عمر» څخه بدل نه و. صبر ورباندې وکړه!

موږ باید هرومرو عمر فاروقؓ د لمانځه د مطلوبو پایلو او ترلاسه کېدونکي اغېز لپاره نمونه وګڼو، عمرؓ وتوانېد چې لمونځ د نری د بدلون وسیله

وگرځوي. له شک پرته په لمانځه داسې پوه شو لکه څنگه چې د لمانځه له شان سره ښايي؛ نو څکه لمونځ کول يې د لمانځه په اړه زموږ له تصور څخه بشپړ بدل وو. هغه به لمانځه ته له ژوند سره تړاو ورکاوه، څو له هغې موخې سره يې برابر شي چې د ترلاسه کولو هوډ يې درلود او دغه موخه يې د ژوند بدلون و.

د دغه برابرښت يوه بېلگه هغه جمله ده چې عمر فاروق‌ﷺ د خپل لمانځه په اړه ويلې ده «زه هرومرو په لمانځه کې لښکر چمتو کوم».

مطلب دا چې له لمانځه يې داسې انرژي ترلاسه کوله چې د هغې په مرسته په خپل نفس او بيا په خپله ټولنه غښتلی کېدو او ټولنه يې بدلوله. له شک پرته د لمانځه قائمولو پر مهال هغه پوهېدو چې دنده يې له لمانځه څخه ټولنيز ژوند ته د ارزښتونو انتقال دی.

څوارلسم څپرکی

همداسې مې پېژندلی دی

که ستا د کارځای مسؤول، مالک یا مدیر ستا له نږدې خپلوانو څخه وي، له تا سره ډېره مینه ولري او ته د هغه په وړاندې ځانګړی عزت ولرې او د دغه ځای یو عادي کارکوونکی یا یو مامور راشي او تا ته یو ډول ګوتڅنډنه وکړي، د بېلګې په توګه له دندې په ګوښه والي دې وګواښي.

نو که ته دغه ګوتڅنډنه د مسخرو په خندا سره ځواب کړې، هیڅوک تا نه ملامتوي؛ ځکه د دغه ځای مالک او مدیر هیڅکله د دې بې واکه کارکوونکي یا مامور په اړه ستا غوښتنه په ځمکه نه غورځوي.

او که له دغې ګوتڅنډنې سره د یو څه وېرې او پرېشانۍ چلند وکړې، خلک به دې په کم عقلی او لېونتوب تورن کړي؛ ځکه ته په داسې حال کې ولې پرېشانه کېږې چې د ځای مالک دې له نږدې خپلوانو څخه دی، ډېره مینه درسره لري او ته د هغه په وړاندې ډېر عزتمن یې.

او که ستا د ژوند د وړې او غټې چارې کیلي له یو چا سره وي، د کومې دندې چې ته هیله لرې، هلته یو داسې څوک شتون ولري چې ستا لپاره دغه دنده دادمنولی شي، کوم پور چې ته زندی کړی یې، هلته یو داسې شخص وي چې له تا څخه یې پرې کولی شي، هغه بې پایه ناخوالې چې ستا او ستا د ښځې ترمنځ دي هلته داسې یو شخص شتون ولري چې له منځه یې وړلی شي.

که دغه شخص ستا له خپلوانو څخه وي او له تا سره مینه ولري؛ نو ژوند به دې څه ډول وي؟؟

که ژوند دې دا ډول وي؛ نو د وېرې، پرېشانۍ او خپګان لپاره هیڅ بلونکی نه شته؛ ځکه کله دې که کومه چاره خرابېږي، هغه شخص ته به ورځې چې کیلي یې ورسره ده او هغه به دې ستونزه حل کوي، که د ځمکې ټول خلک تا ته د ضرر رسولو په موخه راټول شي، هیڅکله یې نه شي دررسولی.

ایا ته پوهېږې چې په مناسب ډول ژوند تېرول همدا دي!!

له ډار، تشویش او خپګان پرته ژوند. هو! د دې نړۍ مالک تا ته یوازې له هغه سره د پخلاینې په بدل کې د دا ډول ژوند اراده کړې چې امر به یې منې او هغه به ستا هر څه پوره کوي. د الله ﷻ صفت تر ټولو لوړ دی او د هغه په شان څه نه شته؛ نو لکه څنګه چې مدیر یا د کار خاوند له تا سره د خپلولۍ او ډېرې مینې له امله د هغه کارکوونکي د شړلو توان لري چې تا ته یې ګوتخندنه کړې وه، همدارنګه که د ټول عالم رب له تا سره مینه ولري ستا د هر څه لپاره بس دی.

الله اکبر

دا چې انسان ډېر ځله دغه حقیقت (الله ډېر لوی دی) هېروي؛ نو لمونځونه او تکرار یې د دې لپاره راغلي څو انسان ته دغه حقیقت ورپه یاد کړي. لمونځ د تحریمې له تکبیر پرته نه صحیح کېږي نو ځکه لمونځ کوونکی خپل لمونځ په دې وینا «الله اکبر» پیلوي. ګواکې دا یوه داسې یادونه ده چې تر لمانځه مخکې که ته هر شي فکرمن کړی، وېرولی او پرېشانه کړی یې د هغو لپاره دلته ځای نه شته او اوس ته هغه ذات ته راغلی یې چې تر هر څه ډېر لوی دی.

کټ مټ لکه ماشوم چې داروونکی یا خپه کوونکی شی ووینې خپل پلار ته

پناه وړي - د الله ﷻ په شان څه نه شته او پاکي هغه لره ده- نو ته په هر لمانځه سره الله ﷻ ته پناه وروړې څو ټولې نړۍ ته دا پیغام ورسوې چې الله ﷻ ډېر لوی دی «الله اکبر».

رب العالمین

بیا په خپل لمانځه کې د أم القرآن یعنې فاتحې سورت چې د هر لمونځ کوونکي په ژوند کې ډېر تکرارېدونکی سورت دی، لومړی آیت لولې ﴿الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ﴾ ایا ته پوهېږې چې ولې د لمانځه په پیل او هر رکعت کې د الله ﷻ ستاینه کوې؟

ځکه هغه د ټول عالم پالونکی دی.

د هر شي رب دی.

د پادشاهانو او رئیسانو رب دی.

د بندګانو، شرکتونو او مالونو رب دی.

د ښځو او اولادونو رب دی.

ګواکې دا ستا له لوري او ستا لپاره یو پیغام دی. ایا ته د هغو پیغامونو په طبیعت پوهېږې چې خپل نفس ته یې د ډاډ په موخه وړاندې کوې، څو نفس دې ورباندې ډاډه او باور دې پرې غښتلی شي. دغه پیغام تر ټولو ډېر لوی دی او ګواکې ته دې خپل نفس ته وایې چې ارام او ډاډه شه؛ ځکه زه اوس د رب العالمین په وړاندې یم.

نو الله ﷻ لره ځکه ستاینه ده چې د ټول عالم رب دی او که الله ﷻ په خپله پادشاهی کې شریک لرلی -الله ﷻ له دې څخه ډېر اوچت دی- نو بیا به الله ﷻ له دغه شریک پرته د نور عالم رب وی.

له همدې امله لوی الله ﷻ ویلي دي ﴿وَقُلِ الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي لَمْ يَتَّخِذْ وَلَدًا وَلَمْ يَكُن لَّهُ شَرِيكٌ فِي الْمُلْكِ وَلَمْ يَكُن لَّهُ وَلِيٌّ مِّنَ الذُّلِّ وَكَبِّرْهُ تَكْبِيرًا﴾ (الاسراء/ ۱۱۱).

ژباړه: او وایه: هغه الله لره ستاینه ده چې نه یې څوک زوی نیولی، نه یې په پادشاهۍ کې څوک شریک شته او نه یې د بې وسۍ له امله څوک ملاتړ شته او د هغه لويي وایه، بشپړه لويي!

هو، ستاینه زما هغه رب لره ده چې شریک او ملاتړی نه لري.

هود ﷺ د رب العالمین په معنا پوه و؛ نو خپل قوم یې په دې وینا وننګاوه ﴿... فَكِيدُونِي جَمِيعًا ثُمَّ لَا تُنظِرُونِ (٥٥) إِنِّي تَوَكَّلْتُ عَلَى اللَّهِ رَبِّي وَرَبِّكُم مَّا مِن دَابَّةٍ إِلَّا هُوَ آخِذٌ بِنَاصِيَتِهَا إِنَّ رَبِّي عَلَىٰ صِرَاطٍ مُّسْتَقِيمٍ (٥٦)﴾ (هود/ ٥٥ - ٥٦).

ژباړه: ... نو تاسو ټول ماته څه چل جوړ کړئ او بیا هیڅ مهلت مه راکوئ (٥٥) بې شکه ما پر الله بروسه کړې، زما او ستاسو په رب، هیڅ داسې خوځېدونکی نه شته چې هغه یې د پیکي (د تندي ویښتان) رانیونکی نه وي، بې شکه زما رب پر سمه لار باندې دی (٥٦).

یو سړی خپل ټول قوم ننګوي چې چل ورته جوړ کړي او نه ترې ډارېږي، نه یوازې همدومره بلکې ترې غواړي چې سملاسي او چټک چل ورته جوړ کړي؛ ځکه هغه پوهېدو چې له رب العالمین پرته هیڅوک یې د چارو واک نه لري، دا هغه اړین باور دی چې په موږ ټولو کې باید د ﴿الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ﴾ په ویلو سره رامنځته شي.

ستاینه د ټول عالم پالونکي هغه الله ﷻ لره ده چې موږ ته یې له خپل ذات پرته د هر چا توان او ارزښت رانښودلی دی، که څه هم د هغوی قوت، منصب، تیاري او مالونه هر څومره وي. قرآن کریم په ډېره حیرانوونکې بڼه د هغوی داسې ستاینه کړې ﴿... وَالَّذِينَ تَدْعُونَ مِن دُونِهِ مَا يَمْلِكُونَ مِن قِطْمِيرٍ﴾ (فاطر/ ۱۳).

ژباړه: ... او هغه شیان چې له هغه پرته یې تاسو رابلئ د کجورې د زړي د پوټکي مالکان هم نه دي.

قطمیر هغه نرۍ پرده ده چې د کجورې پر زړي پرته وي، بیا دغه کجوره د داسې خرما له ونې لوېدلې وي چې د چا د باغ اړوند نه وي او پورته کوونکی یې هم په وړیا ډول پورته کوي. نوهر هغه څوک چې موږ یې له الله ﷻ پرته رابلو که څه هم هر څوک وي، الله ﷻ موږ ته داسې راپېژندلی چې په سترګو د سمې نه لیدل کېدونکې هغې پردې واک هم نه لري چې د کجورې په زړي پرته ده او پورته کوونکی یې له شک پرته ځان د دغې کجورې بشپړ مالک ګڼي.

په دې آیت کې د غور وړ ټکی د (ما) توري راوړل دي نه د (لا) او (ما) توری د نفې لپاره وي. توپیر یې دا دی چې د (ما) توری په سملاسي توګه حقیقت یا د یوه شي شتون نفې کوي او د (لا) توری په راتلونکي کې د حقیقت نفې کولو لپاره کارول کېږي؛ نو د (لا) معنا ده: شونې ده هغوی په راتلونکي کې د دغه شي مالکان نه وي خو اوس یې مالکان دي؛ له همدې امله یې د (لا) پر ځای د (ما) توری وکاراوه. نو الحمد لله رب العالمین ووایه.

د بېلګې په توګه که زه له تا وغواړم څو له هغه سړي پور واخلې چې ستا تر څنګ کېنبني او ته پوهېږې چې هغه بې وزله دی مال نه لري نو ته به وایې (فلان ما یملک المال) هغه اوس هیڅ شی نه لري؛ نو په موجوده حالت کې یې د مال شتون نفې شو.

له همدې امله کله که ته خپل نفس ته وایې چې له فلاني څخه څه وغواړې؛ ځکه ته په موجوده حالت کې هغه وینې چې د مال، منصب او پادشاهی مالک دی؛ نو رب العالمین تا ته خبر درکوي چې «(ما) یملک» هغه د هیڅ شي مالک نه دی؛ نو الحمد لله رب العالمین.

CS CamScanner

د یوې بېلګې په وړاندې کولو سره یې ته پوه کړی یې چې څنګه په داد او سکون سره ژوند تېر کړې. د نحل په سورت کې الله ﷻ ویلي دي ﴿ضَرَبَ اللَّهُ مَثَلًا عَبْدًا مَّمْلُوكًا لَّا يَقْدِرُ عَلَىٰ شَيْءٍ وَمَن رَّزَقْنَاهُ مِنَّا رِزْقًا حَسَنًا فَهُوَ يُنفِقُ مِنْهُ سِرًّا وَجَهْرًا هَلْ يَسْتَوُونَ...﴾ (النحل/ ۷۵).

ژباړه: الله یو مثال راوړي لکه د چا په ملکیت کې یو مریی دی چې خپله څه واک نه لري او بل څوک داسې چې هغه ته مو له خپله لوري غوره روزي ورکړې او دی په پټه او ښکاره لګښت ترې کوي، ایا دوی سره برابر دي؟

د الله ﷻ په وړاندې د دې دنیا هر بنده هغه مریی دی چې د هیڅ شي توان نه لري، که څه هم منصب یې هر څه وي، د تر ټولو لوی دولت رئیس، د تر ټولو شتمن شرکت مدیر، د تر ټولو قوي لښکر قوماندان او ... دا ټول برلاسي الله ﷻ داسې بیان کړي چې د هیڅ شي توان نه لري؛ ځکه دا ټول د هغه برلاسي الله ﷻ مریان دي چې د هر څه واک ورسره دی.

نو ته څنګه د دغو مریانو او د هغوی د مالک او پر هر څه قادر رب ترمنځ برابري کوې او توپیر نه کوې.

د دنیا کیسه

خلک تل له دنیا خبرې کوي چې د خپګان کور او ترې کوچېدونکی استوګنځی دی، له تشویش، پرېشانی او غمه خالي نه ده، هو هو! دنیا همداسې ده او همداسې پیدا شوې ده خو هغوی تا ته بشپړ انځور نه دی وړاندې کړی او تا ته یې د دنیا د ژوند کیسه نه ده پوره کړې.

تا ته یې دا خبره نه ده کړې چې د دنیا رب او د دنیا د هر څه ساتونکي تا ته ویلي دي ﴿إِنَّ الْإِنسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا (١٩) إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا (٢٠) وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا

﴿(۲۱) إِلَّا الْمُصَلِّينَ (۲۲) الَّذِينَ هُمْ عَلَىٰ صَلَاتِهِمْ دَائِمُونَ (۲۳)﴾ (المعارج/ ۱۹ - ۲۳).

ژباړه: یقینا انسان بې حوصلې پیدا شوی (۱۹) چې بدي وررسي فریاد کونکی وي (۲۰) او چې ښېګڼه ورته ورسیږي نو بخیلي کونکی شي (۲۱) پرته له لمونځ کونکو (۲۲) هغوی چې پر خپلو لمونځونو تل کلک وي (۲۳).

هو دا دنیا ده، په دې کې به بې حوصلې توب، فریاد او کبر وي، په دې کې به تشویش، غم او ډار وي، خو که ته له هغو کسانو څخه وې چې پر لمانځه داسې کلک وي څنګه چې یې رب العالمین غواړي؛ نو ته بیا له دې ټولو څخه بېل یې، د دې دنیا خالق همداسې خبر راکړی دی او هیڅوک تر هغه ﷻ ډېر پوه نه شته او پاکي هغه لره ده.

د کوم شي په اړه چې یې نه یې خبر کړی هغه دا دي چې د دنیا او د دنیا د هر څه خالق ټولو هغو نفسونو ته چې له دنیا سره په جګړه کې ښکېل دي او نږدې دي چې د ستونزو او غمونو پر مهال مات، نهیلي او بې صبره شي، داسې یوه پوښتنه رالېږلې ده ﴿أَمَّن جَعَلَ الْأَرْضَ قَرَارًا وَجَعَلَ خِلَالَهَا أَنْهَارًا وَجَعَلَ لَهَا رَوَاسِيَ وَجَعَلَ بَيْنَ الْبَحْرَيْنِ حَاجِزًا أَإِلَٰهٌ مَّعَ اللَّهِ بَلْ أَكْثَرُهُمْ لَا يَعْلَمُونَ﴾ (النمل/ ٦١).

ژباړه: یا هغه څوک دی چې ځمکه یې د ارام ځای وګرځوله، او د هغې منځ کې یې سیندونه پیدا کړل، او هغې ته یې محکم ولاړ غرونه پیدا کړل او د دوو سمندرونو ترمنځ یې پرده اچولې ده، ایا الله سره بل خدای شته، بلکې زیاتره یې نه پوهیږي.

یا هغه څوک دی چې ځمکه یې د ارام ځای وګرځوله، چا چې هغه ځمکه چې ته له پاسه ورباندې روان یې قراره کړې او د بیلیونونو کلونو لپاره یې ارامه کړې، د دې توان هم لري چې ستا زړه ته صبر او قوت ورکړي او په داسې ډاډ دې ونازوي چې د دې دنیا له ټولو غمونو سره د مقابلې لپاره در ته بسنه

وکړي او کله چې زورور او محکم قوت لرونکی الله ﷻ ستا زړه ته صبر او قوت ورکړي؛ نو بيا څه شی تا ته ضرر رسولی شي!!

او د هغې منځ کې يې سيندونه پيدا کړل، چا چې دغه ځمکه پرانېستې او په منځ کې يې داسې ويالې تېرې کړې چې د قيامت تر ورځې به روانې وي، د دې توان هم لري چې ستا پر مخ هره تړل شوې دروازه پرانېزي او دا ډېره ورته اسانه ده. کله چې خلاصوونکی الله ﷻ له تا سره وي؛ نو که د دنيا ټولې دروازې تړلې هم وي تا ته هيڅ ضرر نه شي رسولی!!

او هغې ته يې محکم ولاړ غرونه پيدا کړل، چا چې دغه ځمکه په لويو غرونو سره ټينګه کړې، د دې توان هم لري چې تا ته پر مصيبت زغم درکړي او دا ډېره ورته اسانه ده. کله چې الله ﷻ د مصيبت په زغم کې تا کلک او ثابت کړي؛ نو څه شی به ضرر دررسوي!!

او د دوو سمندرونو ترمنځ يې پرده اچولې ده، هغه رب چې دوه سمندرونه يې له يو بل څخه منعه کړي، دواړه اوبه دي خو د ممانعت له بهروني وسائلو پرته څينې يې پر څينو نورو تېری نه کوي، دغه الله ﷻ دا توان هم لري چې د يرغلګرو نيوکه او د کينه کوونکو کينه درڅخه منعه کړي!!

که د دنيا ژوند سترې کولې نو تل دغه آيتونه در يادوه او که نفس دې درته ويل چې بې صبري وکړه يا نهيلی شه؛ نو بيا دغه آيت ورته تلاوت کوه ﴿أَمَّنْ يُجِيبُ الْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَاهُ وَيَكْشِفُ السُّوءَ وَيَجْعَلُكُمْ خُلَفَاءَ الْأَرْضِ أَإِلَٰهٌ مَعَ اللَّهِ قَلِيلًا مَا تَذَكَّرُونَ﴾ (النمل/ ٦٢).

ژباړه: يا هغه څوک دی چې د بې وسه دعا قبلوي کله چې راوېې بلي او هغه کړاو لرې کوي او تاسې د ځمکې خليفه ګان ګرځوي. ايا الله سره کوم بل خدای شته؟ تاسې ډېر لږ نصيحت منئ.

زما عظیم رب ربښتینی دی، هو! دغه آیت وروسته تر هغو آیتونو راغلی چې د ځمکې، ویالو، غرونو او سمندرونو د جوړښت په اړه خبره کوي؛ څو ته داده شې.

شونې ده کله ناکله دې سینه تنګه شي، په مخ دې دروازې وتړل شي او له داسې ازموینو سره مخ شې چې ګومان وکړې د حل توان یې نه لرې، همدا د دنیا هغه حال دی چې موږ ته یې په اړه خبر راکړل شوی دی، خو د دغې دنیا رب له دې سره سملاسي یو واضح پیغام رالیږلی ﴿أَإِلَٰهٌ مَّعَ اللَّهِ﴾.

ایا الله سره کوم بل خدای شته؟

اللهﷻ د دې دنیا خالق او هغه یوازینی قادر دی چې تا د دې دنیا له شر او مصیبتونو څخه ژغوري؛ نو دنیا دې همداسې وي څنګه چې ده، په اړه یې فکر مه کوه، که ظلم یې دربانديې وکړ رب او مالک ته یې شکایت وکړه او که ښکلا یې غوارې نو له پیدا کوونکي یې وغواړه.

ولې ابتلاء؟

که خبره همداسې وي؛ نو بیا حکمت والا اللهﷻ دغه ازموینښتونه د څه لپاره یو پر بل پسې رالیږي؟

د ابتلاء حکمت مجبورول دي او هغه داسې کله چې ته له مادي او محدود انساني نظره له یوه محال (ناشوني) سره مخ شې، اړ کېږې (که وغواړې) چې اللهﷻ ته پناه یوسې، اللهﷻ ته په پناه وروړلو به دغه محال ممکن وګرځي او داسې احساس به وکړې چې ته په ځمکه کې د اللهﷻ یو دوست یې؛ ځکه د اړتیا پر مهال له زورور او محکم قوت لرونکي اللهﷻ څخه په غوښتنه خواکمنتیا رامنځته کېږي.

یعنې کله چې ته اړ وې، واحد او بې پروا اللهﷻ ته رجوع کوې او هغه دې

پرېشاني لرې کوي؛ نو ته څواکمنتیا ته پر لاره یې ﴿أَمَّن يُجِيبُ الْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَاهُ وَيَكْشِفُ السُّوءَ وَيَجْعَلُكُمْ خُلَفَاءَ الْأَرْضِ...﴾ (النمل/ ٦٢).

ژباړه: یا هغه څوک دی چې د بې وسه دعا قبلوي کله چې را ویې بلي او هغه کړاو لرې کوي او تاسې د ځمکې خلیفه ګان ګرځوي...

له اړتیا وروسته به الله ﷻ ژر تا د ځمکې له ځایناستو وګرځوي، اسانه او له دوو شرطونو جوړه معادله ده، لومړی اړتیا او بیا دعا. خو زموږ ډېر انسانان چې کله اړ وي؛ نو له الله ﷻ پرته له بل چا سوال کوي، یا کله که له اوربدونکي او نږدې الله ﷻ څخه د سوال اراده وکړي، بل څوک راولي څو د هغه لپاره دعا وکړي نو معادله او بریا دواړه له منځه لاړ شي.

همدارنګه هغه (الله اکبر) چې ته خپل لمونځ ورباندې پیلوې د سختی پر مهال د اسانی له وخت سره توپیر لري، د سختی پر مهال لوړ او په اسمان کې تاوېدونکی وي که څه هم پر ځمکه ورو او ارام ښکاره شي.

زموږ په نفسونو کې د ابتلاء له امله د (الله اکبر) قدر وړاندې تر دې بیا راګرځي چې له شعور پرته یې د ساده کلمې په بڼه په ژبه ووایو؛ نو دنیا دې داسې وي څنګه چې ده او خلک دې هغسې وي څنګه چې یې خوښه وي، خو کله چې دنیا ستا پر خلاف نوې جګړه پیل کړي نو ته له (الله اکبر) سره شه او تر څو چې ته له (الله اکبر) سره وې هیڅ ازموینښت دې نه شي ستړی کولی.

په داسې حال کې چې له نعمتونو سره عادت شوي یو، څنګه به له ابتلاء پرته د ﴿الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ﴾ په عظمت او لویی پوه شو. له خوبه چې راویښ شو سترګې مو لیدل، غوږونه مو اورېدل، پښې مو تلل کوي او داړه وو، که یو څوک مو د حال پوښتنه وکړي؛ نو ځواب مو دا وي چې نوي څه نه شته!!

الوتکه په داسې حال کې په خوندي ډول کوزه شي، چې څو شیبې وړاندې

موږ له ژونده مرګ ته ډېر نږدې وو. الله ﷻ د خپل ذات په اړه يې ويلي دي ﴿...مَا يُمْسِكُهُنَّ إِلَّا الرَّحْمَٰنُ...﴾

ژباړه: له رحمان پرته يې بل څوک (په هوا کې) نه نيسي.

نو دغه الله ﷻ ته (چې الوتکه يې په خوندي ډول کوزه کړه) د شکر سجدې کولو پر ځای په اف او اخ ويلو سره کمربندونه خلاصوو او د شکايت په بڼه خپلو موبايلونو ته ګورو.

دې او دې ته ورته ډېرو شيانو ته په کتو د ابتلاء راتلل اړين وو، څو تر داسې تنګۍ وروسته چې نږدې وه موږ زندی کړي، هغه وينا وپېژنو چې تر تولو غوره بڼه يې ﴿الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ﴾ ده او ګواکې دغه وينا هغه بربښنايي جټکه ده چې موږ بيداروي څو خپل ايماني شعور له لاسه ورنه کړو.

شونې ده ډېر يې درته ويلي وي چې په دې دنيا کې ستا برخه خرابه ده او ښه برخه ستا په تقدير کې نه شته. کوم کسان چې دا ډول خبرې کوي، د هغه ښه روزي ورکوونکي او ښه فيصله کوونکي الله ﷻ په اړه معلومات نه لري چې تا ته يې د ښې برخې لرلو ډېره ښکاره او ناپېچلې معادله بيان کړې ده.

که غواړې چې برخه دې ښه شي؛ نو تقوا غوره کړه، د برخې په اړه د هغوی تولې خبرې شا ته وغورځوه او د پوه او ښه خبر ذات دغه وينا واوره ﴿...وَمَن يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَل لَّهُ مَخْرَجًا (٢) وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ...﴾ (الطلاق/ ٢ - ٣).

ژباړه: ... او څوک چې الله نه وېره کوي (الله به) هغه ته د خلاصون لار پيدا کوي (٢) او له يو داسې لوري به روزي ورکوي چې دی يې ګومان نه کوي...

د الله ﷻ داسې عبادت وکړه لکه چې وينې يې نو ته به د بريالي بخت خاوند شې، د دې دنيا خالق له تا سره همداسې وعده کړې ده او د دغه خالق په وړاندې له تا سره د وعدې تر نه پوره کولو د دې دنيا له منځه وړل ډېر اسانه دي.

نو هغه شفا راکوي

کله ناکله دنیا له تا سره خپله لوبه کوي او ته ځان په داسې یوه رنځ اخته ګڼې چې ستا له هغه اټکل او تدبیره بېرون دی چې له مخې به یې ستا روغتیا ډاډمنه وي او هیڅ زیان به نه دررسېږي. هو د دې دنیا په اړه همداسې راته ویل شوي دي او که ناڅاپه له بل څه سره مخ شو؛ نو زموږ لپاره به د خوښی لامل وي.

خو د دې دنیا مالک او د دنیا د هر شي ساتونکي موږ ته د خپل خلیل ابراهیم عليه السلام په ژبه داسې خبر راکړی دی ﴿وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ﴾ (الشعراء/ ۸۰).

ژباړه: او چې ناروغ شم نو هماغه مې روغوي.

نو دنیا دې همداسې سخته او ظالمه وي، خو ته له هغه ذات سره اوسه چې ستا شفا د هغه په واک کې ده. له مهربان، مینه ناک، احسان قبلوونکي، ستایل شوي، په باریکیو پوه او برلاسي ذات سره اوسه.

ډاکټر شیخ عبدالمحسن احمد کیسه کا چې یوه ۴۲ کلنه ښځه د زړه عملیاتخونې ته په خپلو پښنو لاړه، سترګو یې لیدل، غوږونو یې اورېدل او په ژبه یې خبرې کولې، خو د عملیات پر مهال یې ناڅاپه زړه ودرېد او د ډاکټرانو له خوا د مصنوعي تنفس په ورکولو یې زړه بېرته کار پیل کړ. خو زړه ته د مصنوعي تنفس ورکولو پر مهال یوازې د دریو دقیقو لپاره وینه مغز ته و نه رسېده؛ نو د مغز حجرې یې مړې شوې - ستاینه د عالمیانو هغه رب لره ده چې زموږ له هڅې او توان پرته یې زموږ د مغز حجرو ته وینه رسولې- ډاکټر شیخ وایي که د مغز حجرې مړې شي نو بیا یې یوازې هغه ذات راژوندی کولی شي چې د لومړي ځل لپاره یې پیدا کړې دي. ښځه په داسې یوه حالت کې له عملیاتخونې راووتله چې نه یې سترګو لیدل، نه یې غوږونو اورېدل، نه یې

خبرې او نه حرکت کولی شوی.

نهه میاشتې ښځه په همدې حالت کې وه، دماغ او بدن یې مړه او زړه یې ټپاند و او په ستوني کې له یوه سوري څخه یې تنفس کاوه. یوه شپه داسې یو ډاکټر پر لار تېرېدو چې د اللهﷻ په معرفت کې رسېدلی او له دنیا سره په چلند پوه و. په دې حالت کې د یادې ښځې زوی ډېر سخت ژړل، ډاکټر د ژړا لامل ترې وپوښت، د ښځې زوی ورته وویل په دې پرېشانه دی چې مور به یې یوازې د قیامت په ورځ خبرې وکړي. ډاکټر ترې وپوښتل چې دا خبره چا در ته کړې ده، هغه ورته وویل د روغتون ټول ډاکټران وایي چې مور دې تر مرګ وراندې نه خبرې کولی شي او نه خوځښت.

ډاکټر چې پوه او مهربان اللهﷻ ښه پېژاند، وویل: ایا کوم یوه یې ستا د مور لپاره د مغز یوه حجره جوړه کړې ده؟؟ هغوی دې هغه څه وایي چې زړه یې غواړي او مور به ښه خبر او ډېر پوه ویناوال ته غوړ شو، هغه داسې وایي ﴿وَإِن يَمْسَسْكَ اللَّهُ بِضُرٍّ فَلَا كَاشِفَ لَهُ إِلَّا هُوَ...﴾ (الانعام/ ۱۷ او هود/ ۱۰۷).

ژباړه: او که الله څه کړاو درورسوي نو له هغه پرته یې څوک لرې کوونکی نه شته...

بیا یې پر دغه له دماغي پلوه مړه بدن د قرآن کریم د عجیبو آیتونو لوستل په داسې حالت کې پیل کړل چې د هر څه په خالق یې یقین درلود. د فاتحې سورت په لوستلو یې پیل وکړ او بیا یې د اسراء سورت څو آیتونه ولوستل ﴿وَقَالُوا أَإِذَا كُنَّا عِظَامًا وَرُفَاتًا أَإِنَّا لَمَبْعُوثُونَ خَلْقًا جَدِيدًا﴾ (الاسراء/ ۴۹ او ۹۸).

ژباړه: او دوی وایي کله چې موږ میده خاورې او هډوکي شو نو ایا موږ به له نوي سره بیا راپاڅول شو.

او داسې به یې ویل: ای ربه! دا یوازې یو څو مړې حجرې دي، نه هډوکي

دي او نه میده خاورې.

بیا یې پر هغو کسانو چې د بیا راژوندي کېدا په اړه شک لري د الله ﷻ رد بشپړ کړ او دغه آیت یې تلاوت کړ ﴿قُلْ كُونُوا حِجَارَةً أَوْ حَدِيدًا (٥٠) أَوْ خَلْقًا مِّمَّا يَكْبُرُ فِي صُدُورِكُمْ...﴾ (الاسراء/ ٥٠-٥١).

ژباړه: ورته ووایه (ځئ) كاڼي یا اوسپنې شئ (٥٠) یا کوم بل داسې مخلوق چې ستاسو په زړه کې ډېر لوی (کلک) ښکاري...

لوی الله ﷻ وايي ان که تاسې داسې یو شی وئ چې بشري خلقت ته منسوب نه وي لکه ډبره یا اوسپنه، بلکې داسې یو شی په خیال کې راولئ چې ستاسې په اټکل او گومان ناشوني وي چې د بشر په بڼه راپورته کړل شي. گواکې دا هغو ډاکټرانو ته یو پیغام دی چې ویل یې د دې ښځې مغز به همداسې مړ پاتې شي.

﴿... فَسَيَقُولُونَ مَن يُعِيدُنَا قُلِ الَّذِي فَطَرَكُمْ أَوَّلَ مَرَّةٍ فَسَيُنْغِضُونَ إِلَيْكَ رُءُوسَهُمْ وَيَقُولُونَ مَتَىٰ هُوَ قُلْ عَسَىٰ أَن يَكُونَ قَرِيبًا﴾ (الاسراء/ ٥١).

ژباړه: ... نو بیا به هم دوی وايي څوک مو بېرته راولي؟ ورته وایه هماغه ذات چې په ړومبي ځل یې پیدا کړی، بیا به نو سرونه در ته خوځوي وايي به دا به نو کله وي؟ ورته وایه: ښايي هغه نږدې وي.

دا یې ولوستل او په ﴿عَسَىٰ أَن يَكُونَ قَرِيبًا﴾ سره یې زېری ورکاوه.

بیا یې د روم سورت نور آیتونه ولوستل ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَن تَقُومَ السَّمَاءُ وَالْأَرْضُ بِأَمْرِهِ ثُمَّ إِذَا دَعَاكُمْ دَعْوَةً مِّنَ الْأَرْضِ إِذَا أَنتُمْ تَخْرُجُونَ﴾ (الروم/ ٢٥).

ژباړه: او له نښانو څخه یې (بل) دا چې اسمان او ځمکه د هغه په امر ولاړ دي، بیا چې کله تاسې له ځمکې نه راوبلي په یوه غږ به تاسې ټول راوځئ.

په داسې حالت کې يې دغه آيتونه ولوستل چې ويل يې، پاکي تا لره ده ای زما ربه، اسمان او ځمکه ټول ستا په امر ولاړ دي، ولې دغه رنځوره نه شي درېدلی!!

﴿وَهُوَ الَّذِي يَبْدَأُ الْخَلْقَ ثُمَّ يُعِيدُهُ وَهُوَ أَهْوَنُ عَلَيْهِ وَلَهُ الْمَثَلُ الْأَعْلَىٰ فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَهُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ﴾(الروم/ ۲۷).

ژباړه: او دی هماغه دی چې د پيدايښت پيل کوي او بيا يې (هم) راګرځوي او دا لا ورته اسانه ده او په اسمانو او ځمکه کې د هغه صفت تر ټولو لوړ دی او هماغه حکمت والا برلاسی دی.

په داسې حالت کې يې دغه آيتونه ولوستل چې خپل رب ته يې په دعا کې ويل: ای ربه زه له تا څخه د ټولو خلکو غوښتنه نه کوم، ای ربه زه له تا څخه يوازې د دغې مسکينې حجرې غواړم.

بيا يې د البقرة سورت څو آيتونه ولوستل ﴿أَلَمْ تَرَ إِلَى الَّذِينَ خَرَجُوا مِن دِيَارِهِمْ وَهُمْ أُلُوفٌ حَذَرَ الْمَوْتِ فَقَالَ لَهُمُ اللَّهُ مُوتُوا ثُمَّ أَحْيَاهُمْ...﴾(البقرة/ ۲۴۳).

ژباړه: ايا هغو ته دې نه دي کتلي(پام کړی) چې له خپلو کورونو د مرګ له وېرې ووتل او دوی په زرګونو خلک وو؛ نو الله ورته وويل: ومرئ! بيا يې بېرته راژوندي کړل...

په داسې حالت کې يې دغه آيتونه ولوستل چې ويل يې: ای ربه! زه تا ته زاری کوم چې له دماغي پلوه دغه مړه ښځه ژوندی کړې. ﴿أَوْ كَالَّذِي مَرَّ عَلَىٰ قَرْيَةٍ وَهِيَ خَاوِيَةٌ عَلَىٰ عُرُوشِهَا قَالَ أَنَّىٰ يُحْيِي هَٰذِهِ اللَّهُ بَعْدَ مَوْتِهَا فَأَمَاتَهُ اللَّهُ مِائَةَ عَامٍ ثُمَّ بَعَثَهُ قَالَ كَمْ لَبِثْتَ قَالَ لَبِثْتُ يَوْمًا أَوْ بَعْضَ يَوْمٍ قَالَ بَل لَّبِثْتَ مِائَةَ عَامٍ فَانظُرْ إِلَىٰ طَعَامِكَ وَشَرَابِكَ لَمْ يَتَسَنَّهْ وَانظُرْ إِلَىٰ حِمَارِكَ وَلِنَجْعَلَكَ آيَةً لِّلنَّاسِ وَانظُرْ إِلَى الْعِظَامِ كَيْفَ نُنشِزُهَا ثُمَّ نَكْسُوهَا لَحْمًا فَلَمَّا تَبَيَّنَ لَهُ قَالَ أَعْلَمُ أَنَّ اللَّهَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ﴾ (البقرة/ ۲۵۹).

CS CamScanner

ژباړه: او یا لکه هغه کس چې په یو داسې کلي تېر شو چې پرېوتي وو (دېوالونه یې) پر بامونو یې، ویې ویل الله به دا پس له دغې مړینې څرنګه را ژوندی کوي؟ نو الله هغه په سل کاله مرګ مړ کړو او بیا یې راپورته کړ، ورته ویې ویل څومره وځنډېدې؟ ویلې یوه ورځ به ځنډېدلی یم یا د ورځې څه برخه! ویې فرمایل: نه، ته سل کاله ځنډېدلی یې خو (دا ده) خوراک او څښاک ته دې ګوره چې لا نه دي خراب شوي! او خره ته دې ګوره (او دا زاړه هډوکي یې) او دا د دې لپاره چې خلکوته دې یوه نښانه وګرځوو او دې هډوکو ته ګوره چې څنګه یې خوځوو او بیا یې په غوښه پټوو! نو کله چې (دا) ورته څرګنده شوه، ویلې اوس پوهېږم چې بې شکه الله په هر څه قادر دی.

په داسې حالت کې یې دغه آیتونه ولوستل چې د یادې ښځې د مغز د حجرو سي تي سکن ته یې کتل او د مغز حجرې یې ځړېدلې پرتې ښکارېدې. داسې دعاګانې یې کولې: ای ربه! سړی دې تر سل کاله مرګ وروسته راژوندی کړ او ای ربه دغه حجرې یوازې له نهو میاشتو راهیسې مړې دي.

ای ربه! طبابت ویلي چې حجرې به د قیامت تر ورځې مړې پاتې شي، خو ته پر هر څه قادر یې او بیا یې دا آیت ولوست ﴿... كَيْفَ نُنْشِزُهَا ثُمَّ نَكْسُوهَا لَحْمًا...﴾ (البقرة/ ۲۵۹).

ژباړه: ... چې څنګه یې خوځوو او بیایې په غوښه پټوو...

د دې آیت په لوستلو سره یې داسې خیال کاوه چې برلاسی الله ﷻ دغه حجرې راژوندی کوي.

د دغو آیتونو تر لوستلو وروسته چې یې پر دغه ښځه غږ وکړ؛ نو هغې سر وښوراوه، ترې ویې غوښتل چې لاسونه او پښې وښوروی او هغې دا کار وکړ او بیا یې خپلې سترګې خلاصې کړې. په دغه حالت کې زوی د خپلې مور په

پښو ښکلولو بوخت و او نامسلمانه نرسه په ژړا وه. دغه رښتینې کیسه د سعودي ریاض ښار د امیر سلطان عسکري روغتون د زړه د رنځونو د جراحی په مرکز کې رامنځته شوې ده.

بیا یې در ته تکراروم دنیا دې هماغسې وي څنګه چې ده او ته له هغه الله ﷻ سره اوسه چې پر هر څه قادر دی.

څه چې غواړي د هغه ښه ترسره کوونکی دی

چې تر زېږون وړاندې ستا د وژلو پرېکړه وشي، دا واقعه رامنځته شوې او د دغې سخت زړې دنیا د حالاتو په بدلون کې لا هم رامنځته کېږي. په پخوا زمانه کې یو پادشاه داسې خوب ویني چې پادشاهي به یې د داسې یوه سړي په لاس له منځه ځي چې د ده د پادشاهۍ په وخت کې زېږي؛ نو پادشاه د هر نوي زیږیدلي ماشوم د وژلو امر کوي.

څه ګومان کوې چې د دغه وخت د مورانو حال به څه و؟ له دې دنیا سره دا چاره عجیبه نه ده؛ ځکه دا هغه څه دي چې موږ یې د دنیا د طبیعت په اړه پېژنو او همدارنګه د زورور الله ﷻ په اړه هم دا عجیبه نه ده چې د دنیا ټول پلانونه له خاورو سره خاورې کړي: ځکه هغه یې مالک او خالق دی.

شونې ده، د دغه وخت مورانو ته به دا خبره ډېره اسانه وه چې د ماشومانو پرځای دې هغوی ووژل شي: نو هرومرو به هغوی د ځان او ماشوم د وژلو ترمنځ د برابر دار احساس کاوه، خو د دویم حالت د غم او خپګان تریخوالی ډېر و نو ځکه لومړی حالت ورته اسانه ښکارېدو. البته هر یو یې د وارخطایی او دار له پلوه ډېر زړه بوږنوونکی دی.

دا تر زېږون وړاندې د یوه مصري ماشوم برخلیک و، د هغه لپاره د دنیا ښکاره پلان همدا و او ګواکې هیڅ خلاصون یې ترې نه درلود. هماغه وو چې

په پلانونو کې يوه بل ذات مداخله وکړه او دغه ذات دا توان لري چې په هر ځای کې هر ډول پلان بدل کړي.

د اللهﷻ مينه، زورور اللهﷻ له دغه ماشوم سره مينه لرله -او ته هم پوهېږې چې اللهﷻ څنګه له تا سره مينه لري- نو هر څه يې بدل کړل. هو هغه ماشوم و نه يې څوک منعه کولی شوی او نه يې قوت درلود او مور يې هم کمزورې ښځه وه لا تر اوسه د ماشوم د زېږون له رنځه نه وه روغه شوې. دا مهمه نه ده چې څوک دی او څوک به وي، بلکې مهمه دا ده چې څوک ورسره دی!! اوس له هغه سره زورور او محکم قوت والا اللهﷻ دی!!

کله به چې موسیؑ چيغه وکړه يا به يې وژړل؛ نو د مور زړه به يې وارخطا شو او ټوله هڅه به يې دا وه څو په هره ممکنه لار يې چوپ کړي؛ ځکه که د فرعون کوم سرتېری پرې خبر شي نو ماشوم به يې له منځه يوسي.

دغې بې حوصلګۍ او وېرې د موسیؑ د مور په زړه غلبه کړې وه؛ نو د تل تر تله ژوندي، سمبالوونکي، په هر څه عالم او د هر څه مالک ذات له لوري ورته پيغام راغی. دې پيغام له ځان سره څه لرل؟

په پيغام کې د بشر د پوهې او وړتيا له کچې لوړه ننګونه وه، پيغام د موسیؑ مور ته دا امر کاوه که چېرې د خپل ماشوم په اړه يې وېره ډېره شي؛ نو خپل زوی دې سمندر ته وغورځوي.

هغه سمندر چې سخت او غښتلي سړي ترې وېرېږي، هغه سمندر چې شونې ده په خپله د فرعون لښکرې ترې ووېرېږي، خو په همدې سمندر کې دې يو بې وسه او بې کسه ماشوم وغورځول شي. ګواکې پيغام دا و چې دا مهمه نه ده، ته څوک يې بلکې مهمه دا ده چې څوک درسره دی ﴿وَأَوْحَيْنَآ إِلَىٰٓ أُمِّ مُوسَىٰٓ أَنْ أَرْضِعِيهِ فَإِذَا خِفْتِ عَلَيْهِ فَأَلْقِيهِ فِى ٱلْيَمِّ وَلَا تَخَافِى وَلَا تَحْزَنِىٓ إِنَّا رَآدُّوهُ إِلَيْكِ

وَجَاعِلُوهُ مِنَ الْمُرْسَلِينَ﴾ (القصص/ ۷).

ژباړه: او موږ د موسی مور ته وحې وکړه چې هغه ته تی ورکوه خو کله چې پرې ووېرېدلې نو په سيند کې يې وغورځوه او څه وېره او خپګان مه کوه بې شکه موږ يې تا ته بيا راوستونکي او په رسولانو کې د هغه شاملونکي يو.

موږ وينو چې دلته د اړتيا قانون خپل ځان تکراروي او موږ دا يادونه هم کړې وه چې تر اړتيا وروسته څواکمنتيا رامنځته کېږي. دلته هغه تی رودونکي ماشوم ته چې تر ولادت وړاندې يې د مرګ پرېکړه شوې وه برلاسي الله ﷻ نجات ورکړ او رسول يې کړ.

او حيرانوونکې لا دا ده چې د ورځې په پيل کې د موسی ﷺ مور وېرېدله که زوی يې وژاړي؛ نو فرعون او د هغه لښکرې به يې ووژني او د ورځې په پای کې موسی ﷺ په ډکه خوله د فرعون په مانۍ کې چيغې وهي او فرعون په دې لټه کې دی چې څنګه يې پالنه وکړي او تی ورکوونکې ورته راولي ﴿إِذْ أَوْحَيْنَا إِلَىٰ أُمِّكَ مَا يُوحَىٰ (۳۸) أَنِ اقْذِفِيهِ فِي التَّابُوتِ فَاقْذِفِيهِ فِي الْيَمِّ فَلْيُلْقِهِ الْيَمُّ بِالسَّاحِلِ يَأْخُذْهُ عَدُوٌّ لِي وَعَدُوٌّ لَهُ وَأَلْقَيْتُ عَلَيْكَ مَحَبَّةً مِنِّي وَلِتُصْنَعَ عَلَىٰ عَيْنِي (۳۹) إِذْ تَمْشِي أُخْتُكَ فَتَقُولُ هَلْ أَدُلُّكُمْ عَلَىٰ مَنْ يَكْفُلُهُ فَرَجَعْنَاكَ إِلَىٰ أُمِّكَ كَيْ تَقَرَّ عَيْنُهَا وَلَا تَحْزَنَ...﴾ (طه/ ۳۸ – ۴۰).

ژباړه: کله چې ستا مور ته مو هغه څه وحې کړل چې وحې کېدای شول (۳۸) دا چې هغه په يو صندوق کې واچوه، بيا يې په سيند کې وغورځوه، سيند به يې غاړې ته راواچوي چې زما دښمن او خپله د هغه دښمن به يې راونيسي او له خپل لوري مې پر تا مينه درواچوله چې زما د سترګو لاندې تربيت شې (۳۹) کله چې ستا خور روانه وه، بيا يې وويل: ايا داسې څوک دروښيم چې د هغه روزنه وکړي، نو په دې ډول مو بېرته خپلې مور ته ورستون کړې، چې سترګې يې يخې او اندېښمنه و نه اوسي...

هغه ستر اللهﷻ چې د موسیؑ مور یې د بې حوصلګی او وېرې په ډېر نادر حالت کې په خپله دې وینا ﴿...وَلَا تَخَافِي وَلَا تَحْزَنِي...﴾ ډاډمنه کړه، ما او تا ته هم داسې پیغام رالېږلی دی ﴿وَفِي السَّمَاءِ رِزْقُكُمْ وَمَا تُوعَدُونَ﴾ (الذاريات/ ۲۲).

ژباړه: او ستاسې روزي او څه چې درسره وعده کېږي (ټول) په اسمان کې دي.

څو زموږ زړونه ډاډه شي او بشر ته له اړتیا پرته د خپلو نفسونو د تزکیې هڅه وکړو او دا هماغه اللهﷻ دی چې موږ ته یې دا پیغام هم رالېږلی ﴿...وَمَا هُم بِضَارِّينَ بِهِ مِنْ أَحَدٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ...﴾ (البقرة/ ۱۰۲).

ژباړه: ...حال دا چې دوی د الله له خوښې پرته په دې سره هیچا ته هم تاوان رسونکي نه وو...

د دې لپاره چې خوښ ژوند وکړو او له خپلو چارو څخه د کرکې، جادو او پېریانو مفکوره لرې کړو او په دې پوه شو چې د اللهﷻ له اجازې پرته موږ ته هیڅ شی نه شي رسېدلی؛ نو هرومرو باید د اللهﷻ د مینې موندلو هڅه وکړو.

دنیا دې هماغسې وي څنګه چې ده او خلک دې ستا پر خلاف هغسې تدبیر جوړ کړي چې خوښه یې وي، خو ته له هغه زورور اللهﷻ سره اوسه چې موسیؑ ته یې د بې وسۍ او بې کسۍ په حالت کې په سمندر سره نجات ورکړ او همدغه سمندر یې د فرعون او د هغه د غښتلي او سمبال لښکر د تباهۍ لامل وګرځاوه څو ته پوه شې که اللهﷻ له تا سره وي؛ نو څوک ستا پر خلاف کېدی شي!!

راز

نوحؑ هغه وخت راز افشا کړ چې کله یې د خپل قوم په لارښوونه کې ټولې هڅې خلاصې کړې او د ۹۵۰ کلونو دعوت موده یې ترلاسه نه کړه؛ نو

نوح ﷺ پرېکړه وکړه چې د راز افشا کول د خپلې وروستۍ وسیلې په توګه وکاروي، شونې ده همدا یې د قوم د هدایت سبب وي.

که څه هم په دې راز کې ټول هغه څه شتون لري چې بنیادم یې د دنیا په ژوند کې غواړي او تمه یې لري، خو دغه راز له خپل خالق سره په ځانګړې اړیکه او داسې یوه شرط تړل شوی، که چېرې بنیادم دغه شرط پر ځای کړي؛ نو د شرط ځواب دا دی چې د بنیادم تمه او غوښتنه پوره کېږي.

البته د نوح ﷺ قوم دغه راز سپک وګاڼه، په شرط یې عمل و نه کړ او ټینګار یې دا و چې خدایان یې د هغوی د غوښتنو او هیلو پوره کولو وړتیا لري؛ نو ټول غرق کړل شول.

حیرانوونکې لا دا ده چې مهربان او مینه ناک الله ﷻ موږ ته دغه راز په یوه ښکاره او مخامخ پیغام کې سلګونو کلونو ته له انتظار پرته رااستولی دی. الله ﷻ موږ ته پر هغه راز د پوهېدو اراده کړې چې ډېر څله به یوازې تر نبیانو علیهم السلام پورې ځانګړی و؛ نو زموږ په کتاب کې یې هر هغه چا ته اسان کړی چې غواړي عمل ورباندې وکړي.

تر دې هم حیرانوونکې دا ده چې زموږ غبرګون له هغه څه بدل نه و چې د نوح ﷺ قوم ترسره کړل. ډېرو کسانو دغه راز سپک وګاڼه او هر یو هغه پټ خدای ته لاړ چې د ځان لپاره یې درولی او د خپلو موخو پوره کول ترې غواړي.

قرآن کریم د نوح ﷺ په ژبه موږ ته داسې خبر راکړی دی ﴿ثُمَّ إِنِّي أَعْلَنتُ لَهُمْ وَأَسْرَرْتُ لَهُمْ إِسْرَارًا﴾ (نوح/ ۹).

ژباړه: بیا مې ښکاره او پټ په پټه ورته وویل.

ګواکې دا یوه وروستۍ وسیله وه چې غوښتل یې د خپل قوم زړونه ورباندې

ایمان ته متوجه کړي؛ نو شرط یې راغی ﴿فَقُلْتُ اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ...﴾ (نوح/ ۱۰).

ژباړه: او ورته ومې ویل چې خپل رب نه مو بخښنه وغواړئ...

استغفار په رښتینې توګه له بخښونکي الله ﷻ څخه د ګناهونو او تېروتنو د بخښنې غوښتنه ده که صیغه یې هر څنګه وي توپیر یې نه شته. د دغه شرط (فقلت استغفروا ربکم) ځواب نږدې ټول هغه څه په خپله غېږه کې رانغاړي چې بنیادم یې د دې دنیا په ژوند کې هیله لري ﴿...إِنَّهُ كَانَ غَفَّارًا (۱۰) يُرْسِلِ السَّمَاءَ عَلَيْكُم مِّدْرَارًا (۱۱) وَيُمْدِدْكُم بِأَمْوَالٍ وَبَنِينَ وَيَجْعَل لَّكُمْ جَنَّاتٍ وَيَجْعَل لَّكُمْ أَنْهَارًا (۱۲)﴾ (نوح/ ۱۰ - ۱۲).

ژباړه:... هغه یقینا ډېر بخښونکی دی (۱۰) اسمان به ډېر اورونکی درباندې راخوشې کړي (۱۱) او په مالونو او زامنو به ستاسو مرسته وکړي، باغونه او ویالې به درته پیدا کړي (۱۲).

دا د هغه ذات له لوري وعده ده چې په واک کې یې د اسمانونو او ځمکې خزانې دي او مخکې ما در ته ویلي وو چې الله ﷻ ته د دنیا نږول د خپلې وعدې له نه پوره کولو ډېر اسانه دي. نو هغه دنیا چې موږ ته یې په اړه ویل شوي، لکه څنګه چې ده هماغسې دې وي او موږ باید له هغې وعدې سره پاتې شو چې مینه ناک الله ﷻ راسره کړې ده، موږ به بخښنه ترې غواړو، هغه به مو توبه قبلوي او د دنیا ښکلا به راکوي.

ومې پېژاند نو درباندې عاشق شوم

دا هڅه مه کوه چې لمونځ وکړې، بلکې دا هڅه وکړه چې الله ﷻ وپېژنې؛ ځو لمانځه ته لېواله شې.

پنځلسم څپرکی

د عاشق وروستي خبرې

هر هغه چا ته چې په خپل تیاره ژوند کې دغې رڼا ته لېواله وي؛

هر هغه چا ته چې د داسې ډاډ پلټنه کوي چې د خپلې بې حوصلګۍ درملنه ورباندې وکړي؛

او هر هغه چا ته چې پر خپل ځان یې ظلم کړی وي او د بخښنې باران ته منتظر وي څو سمې لارې ته یې راوګرځوي.

د لمانځه زینې ته ورمنډې کړه، ته کولی شې د لمانځه په زینه د نفس له سمڅې د خپل روح اسمان ته پورته شې؛ نو د مینې په ورمو کې به له الله ﷻ سره مخ شې او د خپل تیاره ژوند لپاره به رڼا، د خپه نفس لپاره به خوښي او داسې ځلېدونکې رضا ترلاسه کړې چې ټول ګناهونه دې پرې وسوځوي.

ته به هرومرو له خپلو ځنځیرونو څخه د لمانځه دروازې ته تېښته کوې او بیا به خپل ځان په یوه داسې ارامه هېنداره کې ګورې چې درز او کړوالی په کې نه شته. حیرانې سترګې به دې په سترګو د نه لیدل کېدونکې نړۍ په افقونو کې د لید له ساحې هم ډېرې لرې غزېږي او خپل هغه سرګردانه زړه ته به تسلي ورکوې چې د نالیدلي ژوند په لټه کې دی؛ نو دلته به ته پوه شې چې په لمانځه کې یې.

په لمانځه کې به ستا د نفس وزرونه د اندېښنو او غمونو له پنډغالي لرې الوت کوي، د اسمان دروازې به د دغو نوراني شېبو ښه راغلاست ته خلاصېږي او په دې حالت کې چې دغه نور د اسمان کړښې څېروي ملعون ابلیس به ترې شا

لوري ته پټه منډه وهي؛ نو د ټولو کائناتو زړونه به خوځېږي، سترګې به يې د اسمان لور ته پورته کېږي او روحونه به يې په دغه الهي مرسته خړوبېږي.

اوس د ايمان خلوت ته ننوځې، له ډار او ورکې جلا کېږې او د جليل (لوی شان لرونکي) اللهﷻ په ياد د مينې او ډاډ مقام ته مخه کوې؛ نو متې دې را ونغاړه او د عبوديت له جامونو څخه د نور، سلامتيا او بخښنې جام وڅکه، وډار شه چې نظر دې و نه لوېږي او په بله خوا نه شي، نو بيا به هغه ذات درڅخه مخ واړوي.

له بنده سره نه ښايي چې د خشوع په مقام کې د جمال له ليدو مخ وګرځوي؛ ځکه هر څه د سترګو په رپ کې له منځه ځي. هغه وخت به دې فکر دردمن شي که د خشوع کوونکو لپاره له ځلېدونکې رڼا بې برخې شې. د زړه دروازې دې خلاصې دي او د زړه يو ضربان دې هم پټ نه دی؛ ځکه جليل (لوی شان لرونکی) ذات مخامخ درته ګوري.

يقيناً هغه عبادت چې د پرښتې له منځګړتوب پرته په اسمان کې فرض شوی، د دې ډېره اړتيا لري چې خپل عاشقان د اسمان مقامونو ته پورته کړي؛ نو ای بدنونو د پاکوالي پر دوام صبر وکړئ؛ ځکه هغه ونه چې د ډنډ په غاړه شنه وي هيڅکله نه وچېږي، که اوبه ترې ترلاسه نه کړي ورمې او شړهار خو يې مومي. دا لاره داسې سختی لري چې لمبې يې يوازې د صبر باران وژلی شي؛ نو اللهﷻ ته د اړتيا د ونې مېوه صبر دی.

د فاتحې سورت داسې عجائب لري چې د ناشونو هيلو غوټی ټوکوي او ستا له اوږو څخه ټول بارونه ښکته کوي او د رحمن او رحيم ذات په وړاندې يې ږدي؛ نو يوازې د هغه عبادت کوو او يوازې له هغه مرسته غواړو. ته به د بيداری نعمت او له هغه ذات سره د نږدې والي خوند حس کړې چې لويي او توان يې د دې نړی له پراخی او پندوالي پراخه دي؛ نو بې حوصلګي به دې ارامه او نفس به دې ډاډه شي.

دغه داړه نفس یوازې الله ﷻ ته د خوښی اوښکې تویوي او د الله ﷻ په ډېر فضل او نعمتونو یې پانې پانې څانګې په حمد، ثناء او تسبیح سره لوېږي او په داسې حال کې د بنده په سینه کې خوښي رامنځته کېږي چې د خپل مولا څواب له ځان سره لري؛ نو فریاد کوونکی انسان د الله ﷻ په ګاوند کې درېږي او الله ﷻ یې پر هغو څانګو چې د وېرې او هیلو ترمنځ سرګردانه دي د داړ د نور په خوږولو څوابوي او پر وراندې یې دغه داړ داسې پراخه میدانونه پرانېزي چې بنده د خپلې خوښې هر څه په کې ترلاسه کوي.

نو د سجدې ځای ته دې لېوالتیا ډېرېږي، په عاجزو سترګو پرې اوښکې تویوې او په زړه کې دې د هغه پادشاه د لویي احساس پراخېږي چې ته یې په ملک کې ګرځې او دا احساس دومره لویېږي چې ټول بدن دې پټوي. دا به څنګه زړه وي چې د الله ﷻ له وېرې نه ټوټه کېږي او د الله ﷻ تر واک او لویي لاندې یې کاڼي نه ویلې کېږي؛ نو یوه غښتلې مینه دې د الله ﷻ له وېرې تېتبدا ته اړ کوي او الله ﷻ ته رکوع کوې.

د الله ﷻ عظمت ته په رکوع کولو سره د غرور تختونه یو پر بل پسې نړېږي. د خپل مالک د لويي په خاطر د رکوع حالت د نفس سیخولو د تمرین ډېر غوره ځای دی او څومره ډېره چې رکوع اوږدېږي همدومره ډېر انسان د الله ﷻ د معرفت افق ته پورته کېږي.

په دې وخت کې د زړه ضربان تر هر وخت ډېر ارام او نرم وي او د سرکښی تیارې ترې لرې وي، د وېرې وړمې وړاندې خپرې وي او ټول اندامونه د دغو وړمو په څپو کې لړزېږي چې ناڅاپه د قوت او جلال د خاوند له لوري ستا پر ساګانو د وقار او جلال وړانګې راپرېوزي.

بیا ته په ادب سره د حمد او ثنا په ویلو سیخ درېږې او په ښو نعمتونو یې اقرار کوې؛ نو ساګانې دې په داسې حالت کې خپل جریان ته راګرځي چې په

شکر سره د هرې ورکړې او په حمد سره د هر انعام له مقابلې څخه عاجزې وي؛ نو له حمد سره دې مینه ډېرېږي، پر ځمکه په سجده پرېوزې او د جلیل ذات نور دې د سجدې پر فرش شغلې کوي او ته وینې چې د الله ﷻ په وړاندې د ځمکې خاورې هغه ملغلرې دي چې د سکون او ډاډ د ښکلا وړانګې خپروي.

دروازه وټکوه؛ ځکه دغه حالت د مقاماتو له ډېرو نږدو درجو څخه دی، د مقربینو په زینو کې پورته شه څو د مغفرت باران دې لوند کړي، د سفر ستړیا دې لرې کړي او چاپېره دې د ورکړې وړانګې وځلوي.

ته له رب العالمین سره په تر ټولو ډېر نږدې او داسې مقام کې یې چې د وخت او ځای څپې یې په خپله غوغا نه شي دربانډې خرابولی؛ نو ای هغه انسانه! چې الله ﷻ ته د ورتلونکو (سالکانو) له قافلې سرکښ او تښتېدلی یې! د یوې سجدې خوند وڅکه څو د هغه محرومیت (بې برخې توب) کچه ووینې چې ته په کې واقع یې. د ملامتوونکو ملامتیا، د مسخره کوونکو سپکې سپورې او د کبرجنو منعه کول پرېږده او مخ دې د خپل مولا خوا ته وګرځوه، د سجدې دروازه دې پرانېزه؛ ځکه تا لره په سجده کې داسې یو کافي مقام دی چې له تشریح کولو یې بیان او له ستایلو یې ژبه عاجزه ده.

بیا په خشوع د خپل مولا په وړاندې سر راپورته کوې او سترګې نه پورته کوې، جلیل ذات لا تر اوسه ستا په مخ کې دی او د عرش له پاسه دې ځاري او کریم ذات په خپل حضور کې کېښنولی یې. هغه د لوی عرش خاوند، د زورورو ټوټه کوونکی او د کبرجنو خوارونکی دی، له بنده سره مناسب دا وه چې یوازې د خپل مولا په وړاندې د تیارسی په حالت کې ولاړ وی او په خشوع سره یې د خپل مولا امر او نهې اورېدلی او پلي کولی، خو الله ﷻ مهربانه پادشاه دی او له تا سره په داسې حالت کې مخ کېږي چې ته یې په حضور کې ناست یې او ګواکې تا پر براق سپور په ټولو اسمانونو راګرځوي!!

او ته په داسې حال کې د مغفرت په سوچونو کې ډوب یې چې ژبه دې د «رب اغفرلي»، «رب اغفرلي» په ذکر مشغوله ده، په همدې حالت کې شوق دربانديې غلبه کوي او بیا ځلې دې خپل وزرونه تر دې نږدې مقام، یعنې د واحد او برلاسي الله ﷻ په وړاندې سجدې ته بیايي.

نو ستا څپانده زړه ته، ستا رب د خپل جمال او جلال نور ښکاره کوي او د سلام اجازه درکوي. څومره لوی کرم او څومره لوی انعام دی او دغه تحیات، طیبات مبارکات یوازې د رب العالمین لپاره دي، بیا ته په داسې حال کې دعا کوې چې د الله ﷻ په حبیب د داسې سلام ویلو «السلام علیك أیها النبي» اجازه درکړل شوې چې د زړه په وزرونو کې ربنا بلوي.

څومره ښکلی دی هغه بنده چې په لمانځه کې الله ﷻ ته ورتلونکی وي، د الله ﷻ فضل او رضا غواړي او د لوی زیان په کنده کې د بې هوښه او سرکښو له ډلې ګوښه کېدونکی وي. څومره ښکلی دی چې د ډاډمن نفس پر سپرلۍ سفر کوي او هغو منزلونو ته رسېږي چې له وررسېدو یې عمرونه ناتوانه دي، خو دی الله ﷻ ته د ورتلونکو (سالکانو) له کاروان سره مل د رکوع او سجدې په منځ کې وررسېږي!!

پای

د ژباړن چاپ شوې ژباړې

۱. **سوداګرو څنګه به جنت ته ځئ؟** اردو - پښتو. دا د مولانا مفتي محمد ارشاد قاسمي تاليف دی. د تجارت اړوند ډېر په زړه پورې حکمونه، سپارښتنې، دعاګانې او... يې د رسول اللهﷺ د مبارکو احاديثو په رڼا کې په زړه راښکونکي انداز سره بيان کړي دي. الفاروق خپرندويه ټولنې چاپ کړی دی.

۲. **د رسول اللهﷺ نصيحتونه**، اردو - پښتو. په دغه کتاب کې مولانا محمد عاشق الهي بلند شهري د انساني ژوند د هرې برخې اړوند د نبوي مبارکو احاديثو يوازې اردو ژباړه راوړې وه او ما د پښتو ژباړې ترڅنګ د نبوي مبارکو احاديثو عربي متن هم ور سره اضافه کړ. مکتبة الحرم چاپ کړی دی.

۳. **د ورور حق**، عربي - پښتو. دا د مشهور مصري دعوتګر شيخ محمد حسان له لوی کتاب «الحقوق الاسلامية» څخه يوازې د يوې رسالې ژباړه ده او د مسلمان ورور د حقوقو اړوند په زړه پورې ټکي لري. الفاروق خپرندويه ټولنې چاپ کړی دی.

٤. **حق برادر بالای برادر**. دا د پورتني کتاب دري ژباړه ده او الفاروق خپرندويه ټولنې چاپ کړی دی.

۵. **د ايمان او ماديت معرکه**. دا د مولانا ابو الحسن علي ندوي رحمه الله له عربي کتاب «الصراع بين الايمان و المادية» او اردو ژباړې «معرکه ايمان و ماديت» څخه ژباړل شوی. د کهف سورت د څلورو کيسو

اړوند په زړه پورې معلومات لري او عجیب رازونه یې راسپړلي دي. افغان خپرندویه ټولنې چاپ کړی دی.

٦. **نوې تېروتنې ګټورې پاملرنې**، عربي - پښتو. دا د مولانا محمد اشرف علي تهانوي رحمه الله د عربي کتاب «الانتباهات المفیدة في حل الاشتباهات الجدیدة» پښتو ژباړه ده. په دې کتاب کې د اسلام په اړه د ملحدینو او غربپالو نیوکو ته ډېر په زړه پورې ځوابونه ویل شوي دي او له هغوی سره د بحث او مناظرې په اړه یو بې جوړې کتاب دی. افغان پوهنتون چاپ کړی دی.

٧. **لومړنی ښوونکی**، عربي - پښتو. دا د مشهور سعودي لیکوال فؤاد بن عبد العزیز الشلهوب تالیف دی. په دې کتاب کې د رسول الله ﷺ له سپېڅلي سیرت څخه درسي میتودونه را اخیستل شوي دي. ډېر په زړه پورې کتاب دی، د هر چا لپاره ګټور دی خو د ښوونکو او مدرسینو لپاره یې کتل ډېر اړین دي. افغان خپرندویه ټولنې چاپ کړی دی.

٨. **د شخصي احوالو فقه**، عربي - پښتو. دا د نوموتي مصري حنفي عالم عبد الوهاب خلاف رحمه الله تالیف او د شخصي احوالو د احکامو اړوند د نړۍ په کچه منل شوی او معتمد کتاب دی او د اسلامي نړۍ د ډېرو پوهنتونونو د فقهې او قانون په څانګه کې تدریسېږي. د پښتو ژباړې ترڅنګ مې د افغانستان د مدني قانون اړوندې مادې هم ورزیاتې کړې دي. افغان خپرندویه ټولنې چاپ کړی دی.

۹. **د العقیدة الطحاویة اسانه شرحه**، عربي - پښتو. دا د سعودي عالم دوکتور محمد بن عبد الرحمن الخمیس تالیف او د پوهنتونونو په نصاب کې شامل درسي کتاب دی. افغان پوهنتون چاپ کړی دی.

۱۰. **لمونځ رانه پاتې شوا!** عربي - پښتو. همدا ستاسې په لاس کې کتاب.

۱۱. **د مور او پلار د سترګو تور شه**، اردو - پښتو. دا د کراچۍ د بیت العلم علماوو ترتیب کړی او د مور او پلار د حقوقو او له هغوی سره د چلند په اړه ډېر ګټور کتاب دی. نوی بیت العلم خپرندویه ټولنې چاپ کړی دی.

چاپ ته چمتو ژباړې

۱۲. **تاجران چگونه به جنت می روید؟** دا د مولانا مفتي محمد ارشاد قاسمي تالیف دی. د تجارت اړوند ډېر په زړه پورې حکمونه، سپارښتنې، دعاګانې او... یې د رسول الله ﷺ د مبارکو احادیثو په رڼا کې په زړه راښکونکي انداز سره بیان کړي دي. چاپ ته چمتو دی.

۱۳. **حقوق او فرائض**، اردو - پښتو. دا د حافظ صلاح الدین یوسف ډېر په زړه پورې تالیف دی. د الله ﷻ له حقونو څخه پیل د ټولنې د هر وګړي حقوق یې بیان کړي دي. چاپ ته چمتو دی.

۱٤. **محمد ﷺ له هغوی سره څنګه چلند کاوه؟** عربي - پښتو. دا د مشهور دیني عالم شیخ محمد صالح المنجد اثر او د رسول الله ﷺ د سپېڅلي سیرت په اړه بې جوړې کتاب دی. چاپ ته چمتو دی.

۱۵. **د نبوي سیرت د پېښو مرتب لنډیز**، عربي - پښتو. دا د مصري عالم

گرانه لوستونکیه!

که د مطالعې پر مهال له ژبني، مفهومي، املايي، چاپي او هر ډول تېروتنې سره مخ شوئ، یا مو کومه نیوکه او وړاندیز درلود؛ نو د مهربانی له مخې یې په لاندې لښت لیک کې تر لیکلو وروسته د واټساپ یا بریښنالیک له لارې له موږ سره شریک کړئ؛ څو په راتلونکي چاپ کې یې اصلاح کړو او دا به د غوره پرمختګ په لور له موږ سره ستاسې نه هېرېدونکې مرسته وي.

WhatsApp: 0796584979

Email: rafiullah_nomani@yahoo.com

مخګڼه	کرښه	تېروتنه

له مرستې او لورېينې مو وار د مخه منندوی یم.

وحید عبد السلام بالي تالیف دی چې د سپېڅلي نبوي سیرت ټولې پېښې یې د کال په ترتیب په ډېر لنډ ډول راټولې کړې دي. چاپ ته چمتو دی.

۱۶. **اسانه اصول فقه،** عربي - پښتو. دا د هندي عالم شیخ خالد سیف الله رحماني تالیف دی. د اصول فقهې د زده کړې لپاره ډېر ګټور کتاب دی. چاپ ته چمتو دی.

۱۷. **مسلمان عقل ته پیغام،** عربي - پښتو. دا د مصري لیکوال دوکتور حسان حتحوت تالیف دی او زما په ګډون دریو کسانو په ګډه پښتو ژبې ته ژباړلی دی. چاپ ته چمتو دی.