له فکره تر عمله

دا کتاب پر ځان باورۍ، انسانیت، شخصیت جوړوني، میني، هَوس،
موخو ته د رسېدو او رواني ستونزو حللار ذربښيي

خپلواک صافي

CamScanner

له فکره تر عمله

دا کتاب پر ځان باوری، انسانیت، شخصیت جوړونې، مینې، هوَس، موخو ته د رسېدو او وراني ستونزو حللار دربشيي.

ترتیب او لیکنه

خپلواک صافی

|

۱۴۰۳هـ . ش/ 2025م

خپرندویه ټولنه
۱۳۹۰

کتاب پېژندنه

د کتاب نوم: له فکره تر عمله

ترتیب او لیکنه: خپلواک صافي

ډیزاین: عبدالهادي اثر

چاپشمېر: یو زر (۱۰۰۰)

چاپوار: لومړی

چاپکال: ۱۴۰۳ هـ. ش/ 2025م

خپرندوی: سلام خپرندویه ټولنه - جلال آباد

د چاپ حقوق له خپرندویه ټولنې سره خوندي دي!

د ترلاسه کولو ځایونه:

سلام کتابپلورنځی: اسحاقزی مارکېټ، لاندیني پوړ، لومړی دوکان، جلال اباد.

اړیکشمېرې: ۰۷۶۵۰۴۸۴۸/۰۷۸۷۷۱۴۹۵۶/۰۷۹۰۲۰۶۲۶۱

نوی مستقبل خپرندویه ټولنه: جوي شیر د خپرندویه ټولنو او کتاب پلورنځیو عمومي مرکز. ۰۷۸۸۲۲۰۵۳۰

اکسوس کتابپلورنځی: کابل ښار، درېیمه ناحیه، د دهبوري پارک جنوبي دروازې ته مخامخ. ۰۷۹۸۹۸۹۶۹۶

ژوندون کتابپلورنځي، خوست، ۰۷۷۹۸۸۰۲۷۰/ مجاهد کتابپلورنځي، پکتیکا. ۰۷۷۲۲۸۸۹۹۳

لیکلړ

د خپلو نیمگړتیاوو بشپړ مسولیت په خپلو اوږو واخله ۱
د خلکو خبرو ته غوږ مه ږده ۳
پر لنډو لار تگ او مرگ ۵
داسې ځای پیدا کړئ چې خپل افکار پکې والوزوئ ۷
ویې لټوه چې ترلاسه یې کړې! ۸
پر عمل یې وگټه؛ پر بحث نه! ۹
پر خدای انتقاد ۱۰
له حده زیاته بښنه مه غواړئ! ۱۱
د بریالیتوب چل ۱۲
له فکره تر عمله ۱۳
له ما څه تمه کیږي؟ ۱۵
فکر کول ۱۶
چوپ اوسه او نورو ته د خبرو وخت ورکړه! ۱۷
نیوکه ۱۸
په ځان کې د واقعیتونو د منلو روحیه وروزئ ۱۹
څنگه خپله عاطفي وړتیا ډېرولی شو؟ ۲۰
پر ځان مغروره انسان ۲۲
د ژوند حقیقت ۲۴
وسوسه ۲۶
د وسوسو حللاره څه ده؟ ۲۷
هیله او نا امیدي ۲۹
د حافظې د کمزورۍ لاملونه ۳۱
له تېروتنو سره څنگه وکړو؟ ۳۳
په ناسمو هیلو پورې زړه تړل ۳۴
له زړه نازړه توب پرته هره شېبه ژوند وکړئ ۳۶

وېره مو له منځه یوسئ! ۳۷
هغه څه ته مه ګوره، چې نه یې لرې! ۳۸
مونږ خپله خوښي ۴۰
ویل شوې خبرې بېرته نه راګرځي! ۴۲
فکري تمرکز خپل کړه! ۴۳
د وخت ارزښت ۴۵
شهوت ۴۷
جنوني دلبستګي Attachment ۴۸
ژوند ۴۹
که د ژوند ملګری/ملګرې تاکئ! ۵۰
له منفي فکره انسانانو ځان لرې وساتئ! ۵۱
افکار مو ولیکئ او د فکر لاره مو روښانه کړئ ۵۲
د بدلون لپاره لاس په کار شئ! ۵۳
ستونزه غتېدو ته مه پرېږده ۵۴
مرګ مه هېروئ! ۵۵
په خپلې ورتیا باوري شه! ۵۶
لوی کارونه ترسره کړئ! ۵۷
د خلکو باور خپل کړئ! ۵۸
حوصله ۵۹
هغه ګناه چې جنت ته دې بیایي ۶۰
ټیلیفوني سکس اړیکې ۶۱
مخکې له دې چې ناوخته شي ۶۳
انسان پاتې کېدل ۶۴
څو شپې له احمقانو سره ۶۵
د حل لپاره بحث ۶۶
د نظرونو په اړه بحث وکړه؛ نه د خلکو! ۶۷
شعور ۶۸
د وخت نه مدیریت مو نړوي! ۶۹
د نفس روغتیا ۷۰

دوه بې لارې ډلې ۷۱
ابن الوقت ۷۲
د ملګرو له تېروتنو تېر شه ۷۳
ځان پېژندنه ۷۴
ژوند په عزت، چارې په باور ۷۵
هغه خلک چې نه غواړي بدلون وکړي ۷۶
ناکامه هڅه ۷۷
د بدلون وړتیا ۷۸
د ښځې ضرورت نه پوره کول ۷۹
مینه ۸۰
د ښځې او خاوند ترمنځ توافق ۸۱
خپلې وړتیا ته پام وکړه! ۸۲
هیڅوک هم ډاکټر نه دی پیدا شوی ۸۳
نیوکې مو وړتیاوې په ډاګه کوي ۸۴
د عادتونو بڼه ۸۵
خوش باوري او بد ګماني ۸۶
ظاهري بڼه او شخصیت ۸۷
د خپلو غوښتنو څخه تېرېدل ۸۸
خوشالي او خپګان ۸۹
هوَس ۹۰
تر ټولو لویه بدبختي ۹۱
له الله تعالی سره مو اړیکه رښتیني کړئ! ۹۲
د حق وینا ۹۳
د پټو سترګو قضاوت ۹۴
د بریالیتوب لپاره ناکامي اړینه ده ۹۵
خپل فکر بدل کړئ! ژوند مو پخپله بدلېږي ۹۸
پیل له تاسې څخه ۱۰۴

CamScanner

زه هم له تاسې گیله لرم ۱۰۹
ولې ځینې خلک د ماحول په بدلېدو ځان بدلوي؟ ۱۱۲
موخې او فکرونه ۱۱۲
جذابیت Atrraction ۱۱۳
د ځوانۍ دوره ۱۱۳
ناسمې هیلې ۱۱۴
موخه لرونکی ځوان ۱۱۴
ځانځاني ۱۱۵
د ځان سره رښتینی اوسه! ۱۱۵
د بریا کیلي ۱۱۶
هڅه او نوښت ۱۱۶
لږ وکړه او ډېر ترلاسه کړه! ۱۱۷
پر ځان باوري اوسئ! ۱۱۷
ځان پخپله جوړ کړئ! ۱۱۸
هوښیار اوسه! ۱۱۸
ارزښت ومومه! ۱۱۹
خپله یې رامنځته کړئ! ۱۱۹
د کار سره مینه ۱۲۰
ښه ملگری او غوره پایلې ۱۲۰
همېشه ښښونکی اوسه! ۱۲۱
غوره انتخاب وکړئ! ۱۲۱
ږوند یو ځل امسا ورکوي! ۱۲۲
د چا مخه مه نیسئ ۱۲۲
تېر په هېر ۱۲۳
انسانیت یعني څه؟ ۱۲۳
د غوسې د له منځه وړلو لارې چارې ۱۲۴
له درې ډوله کسانو باید غچ واخیستل شي ۱۲۴
دوه شیان ستا تعریف کوي ۱۲۴
ماخذونه ۱۴۳

د خپلو نیمګړتیاوو بشپړ مسولیت

په خپلو اوږو واخله

د کامیابو خلکو ترمنځ یوه نښه د مسولیت پورته کولو ځواک دی.

د خپل مسولیت په غاړه اخیستلو یوه په زړه پورې لنډه کیسه دلته راوړم:

یو پاچا د درې تورنو کسانو څخه چې په غلا تورن ول، تحقیق وکړ، د لومړي تورن څخه یې وپوښتل: کوم لامل مجبوره کړې، چې دې کار ته لاس واچوي.

هغه ورته وویل: پاچا صیب ما غلا نه ده کړې او نه هم زه غل یم، پولیسو زه بې ګناه ونیولم او دلته یې راوستم.

بیا یې له دویم تورن څخه وپوښتل، هغه ورته وویل: ما هیڅ نه غوښتل چې غلا وکړم، خو پاچا صیب زه خپل پلار وهځولم، چې دا کار وکړم، نو زه ملامت نه یم.

کله چې پاچا همدغه پوښتنه له دریم تورن څخه وکړه، نو هغه ورته وویل پاچا سلامت زه اعتراف کوم، چې دا کار ما کړی دی او ټول مسولیت یې پر خپله غاړه اخلم، خو زه ډېر مجبور وم، زما مور ډېره زیاته ناروغه وه، ما دومره روپۍ نه لرلې، چې د هغې درملنه وکړم او د دې کار څخه پرته ما بله لاره نه درلوده. زه پوهېدم چې باید دا کار ونه کړم، اوس په خپل جرم اعتراف کوم او ستا هرې پرېکړې ته غاړه ږدم.

پاچا چې د ده خبرې واورېدې؛ نو د یو څو دقیقو لپاره په فکر کې شو او بیا یې چارواکو ته امر وکړ، چې لومړي او دویم تورن کسانو ته د شپږو مپاشتو بند جزا ورکړئ او دریم تورن مې اوبښلو.

نو هر انسان باید د خپل ټول ژوند مسولیتونه په خپله غاړه واخلي او نتیجه او راتلونکی یې الله تعالی ته وسپاري.

د خلکو خبرو ته غوږ مه ږده

د نړۍ د مشهورو کمپنیو د څښتنانو او بریالیو کسانو که وپوښتئ، نو خامخا به درتهووايي، چې زموږ د کار په شروع کې ځیني خلکو موږ ته ویل چې مه يې شروع کوه، ناکامه کېږې، غورځېږې، بدنامه کېږې، خو دوی بیا هم ادامه ورکړه، بیا هم مخته لاړ، مایوسه نه شول، که سل وارې ناکامه شول خو مایوسه نه شول، مایوسي د انسان غښتلې متې کمزورې کوي، د ځان د ماتې، شاتګ او وېرې احساس په کې پیدا کوي، زموږ په شاوخوا کې ملګري، کورنۍ، حالات، لټي او هدف نه درلودل هغه څه دي، چې کله کله زموږ د ماتې سبب ګرځي.

د نړۍ د مشهورې کمپنۍ پناسونیک مؤسس کنوسلي ماتسوشیتا وايي: د نهه کالو وم، چې د کور د ضرورتونو په خاطر مې ښوونځی پرېښود او د برښنایي

توکو په یوه لویه کمپنۍ کې مې کار شروع کړو، د وخت په تېرېدو سره مې ډېر پرمختګ وکړو او د دې کمپنۍ لپاره مې د برېښنا یو ساکیټ جوړ کړو، د هغې وروسته مې ملګرو ته وویل، چې زه خپل کاروبار شروع کوم، هغوی راته وویل تجربه نه لرې، په لږو پیسو او ستا په کمه پوهې سره ته هیڅ نه شې کولای، د کمپنۍ کار دې لا دایمي کار دی، هغه مه پرېږده.

خو ما د دوی خبرو اترو ته غوږ ونه نیو او پر ځان مې باور درلودو، کله چې د ۲۲ کالو شوم، یوه لویه پرېکړه مې وکړه، خپله دایمي دنده مې پرېښوده او له مېرمنې سره مې په یو کوچني کور کې د برېښنایي ساکیټونو کوچنۍ تولیداتي کمپنۍ جوړه کړه، د وخت په تېرېدو سره مې خپل کاروبار په خپو ودروو او هغه کوچنی کاروبار مې په نړیوال کاروبار بدل شو. نن ورځ زما په کمپنۍ کې له ۲۵۰۰۰۰ کسانو ډېر کسان کار کوي او هر کال د ٦٥ بیلونه ډالرو تولیدات بازار ته وړاندې کوم.

خلاصه دا چې له کنوسلي سره نه پوهه وه، نه د پوهنتون سند او نه یې پیسې درلودې، بس یواځې پر ځان باور یې درلوده او د مایوسۍ په نوم لغات یې د خپل دماغ څخه ویستلی وو، هغه کمپنۍ چې ده په خپل کوچني کور کې شروع کړې وه، هغه نن په ټوله نړۍ کې د پناسونیک Panasonic په نوم مشهوره ده.

بریالیتوب په دې پورې اړه نه لري، چې ته څومره پوهه یا څومره پیسې لرې؟ بریالیتوب په هغه باور پورې اړه لري، چې ته یې پر ځان لرې، په هغه سترګیا پورې اړه لري، چې ته یې هره ورځ ګالې او په هغه اخلاص پورې اړه لري، چې ته یې له خپل ځان سره لرې بیا به دې نه څوک مایوسه کولای شي او نه به دې څوک هیلې له منځه وړلی شي.

پر لنډو لار تګ او مرګ

که د یوې اونۍ په کورس ویلو سره د اعصابو جراح ډاکټر شې، نو فکر وکړه، چې پایله به یې څه وي؟ یقیناً چې پایله یې یوه لویه فاجعه او مصیبت دی.

لنډه لار کېدای شي، په حقیقت کې یوه سخته او ستونزمنه لار شي. یو ځل په یو ځنګل کې یو ښکلی مرغه وو، چې ښکلي اوازونه او پروازونه یې کول، یو بزګر چې د چینجو ډک صندق ورسره وو، د ده تر څنګ تېرېده، مرغه له بزګره وپوښتل، په صندوق کې درسره څه دي او چیرې روان یې؟

بزګر ورته وویل، چې چینجي راسره دي او بازار ته یې وړم، چې خرڅ یې کړم او په بدل کې پرې بڼکې واخلم، مرغه ورته وویل چې زه ډېرې بڼکې لرم، زه به له ځانه بڼکه راوباسم او تاته به یې درکوم او ته به یې په بدل کې چینجي راکوې، په دې ډول به زه د چینجو له لټون څخه خلاص شم، بزګر چینجي

ورکړه او مرغه ورته په بدل کې بڼکه ورکړه، په سبا او سبا نه بله ورځ یې هم ورته سودا وکړه، د دوی ترمنځ دغې راکړې ورکړې ډېر دوام وکړه او یوه داسې ورځ راورسېده، چې نور نو د مرغه په تن بڼکې نه وې پاتې شوې، اوس نو مرغه بڼکې نه لرلې او نه یې شو کولی چې والوزي او چینجي ښکار کړي.

مرغه نور بد شکله شوی وو او نه یې شو کولای چې اوازونه او پروازونه وکړي او ډېر زر مړ شو.

پورتنۍ کیسه د هغو بایلونکو کسان د کړو وړو بیلګه ده، څوک چې په لنډو لارو پسې ګرځي او بالاخره د اوږدې مودې د درد په رنځ اخته کېږي، مرغه چې د خوړو د لاسته راوړلو لپاره په کومه لنډه او اسانه لار فکر کاوه، د دې لپاره په ډېره ستونزمنه لار بدله شوه چې مرګ وو.

داسې ځای پیدا کړئ
چې خپل افکار پکې والوزوئ

نامتو فرانسوي فیلسوف هنري لوییس برګسون وايي: هر څوک باید د عمل ډګر کې د انسانانو په څېر فکر وکړي او فکري ډګر کې د انسانانو په څېر عمل وکړي، ښه فکر کول به څه ګټه ولري، چې په ورځني ژوند او واقعي نړۍ کې عملي بڼه پیدا نه کړي او کوم رول ونه لري، هغه افکار چې له اعمالو جلا دي، هغه رغونکي افکار نه دي، دا چې څه وخت د فکر کولو په بهیر کې وځلېږې او پرمختګ وکړي، د دې زده کول تاسې د یوه ښه فکر لور ته بیايي، که د خپل ژوند تګلاره مو د سم فکر پر مټ برابره او دا ډول ژوند مو خپل عادت وګرځوه، نو په ټول ژوند کې به بریالي او ګټور اوسئ. کله چې خپل افکار رامنځته کړئ، جوړ یې کړئ، پراخ یې کړئ او له نورو سره یې شریک کړئ، بیا به په هغو افکارو عمل کول ډېر اسان او خوندور وي.

ویې لټوه چې ترلاسه یې کړې!

ابرهام لینکن چې د امریکا متحده ایالاتو د لویو مشـرانو څخه وو، دی د خپل ژوند کیسه بیانوي، وایي: کله چې ماشوم وم، پلار مې د بې وزلۍ له وجې کار هم نه کولو، مور مې هم په نهه کلنۍ کې وفات شوه، خو مور مې راته د ژوند له رازونو یو راز ویلی و، هغه راز دا وو، چې ټول فرصتونه دې په شاوخوا کې موجود دي، خو ته باید هڅه وکړې، چې ویې مومې، نو پیدا به یې کړې، داسې نه چې په ځای کینې او د راتلو انتظار یې وکړې.

ابرهام وایي: فرصتونه شته که ته کوښښ وکړې نو په لاس به درشي، مور مې راته دا نه وو ویلي چې ته کېنه او موقع به په خپله لاس ته درشي.

ابرهام وایي: د لویو خلکو د بریا راز په همدې کې دی، چې فرصتونه یې خپله لټولي دي او بیا یې ثمره ترلاسه کړې ده.

پر عمل یې وګټه؛ پر بحث نه!

Win by action, not by discussion

هره لنډ مهاله بریا چې تاسې فکر کوئ، د بحث له لارې مو ترلاسه کړې، یوه بې ارزښته بریا ده، هغه کرکه او کینه چې تاسې یې رامنځته کوئ، د بحث تر لنډ مهالي بدلونه ډېر زورور دی او ډېر دوام کوي، د بحث له لارې د یو څه ګټل هغه که کومه لانجه وي او یا کومه کاروباري معامله، نو هغه ګټه او بریا نه ده، بلکې یوه بې ارزښته هڅه ده، چې ترسره کړې مو ده، هر څه باید په عمل کې وښودل شي.

د بحث د لارې د یو شي په ثابتولو او یا بریا ګټلو کې ستونزه دا ده، چې په پای کې ته هیڅ نه پوهېږې، چې له چاسره مو بحث کړی او هغوی ترې څومره متاثره شو؟ ښایي مقابل لوری په ښکاره ډول توافق وښایي؛ خو په زړه کې به نفرت درڅخه کوي.

په عمل کې د خپل خیال فکر څرګندولو زور دا دی، چې مخالف مو دفاعي حالت نه غوره کوي، بلکې تر ډېره قناعت لپاره چمتو وي.

د بحث کوونکو ترمنځ حتمن تا ویلې ما ویلې وي، دغه تا ویلې او ما ویلې پرېږده، دوی ته خپل مطلب په عمل کې وښایه، د بحث کوونکي جذبه به په خپله کمه شي.

پر خدای انتقاد

لقمان نومي کس وو، چې په عمل ډېر ښکلی و، خو په څېره بدرنګه وو، یوه ورځ یو چا ورته وویل چې: ای لقمانه! څومره بدرنګه یې.

هغې ورته وویل چې د هر شي او هر څه خالق الله ج دی، نو زه ستا څخه پوښتنه کوم، چې ایا زما د څیرې عیب لټوې او که د الله ج عیب لټوې؟ دا خو د الله ج فیصله ده، چې زه یې بدرنګه پیدا کړی یم، نو ستا انتقاد پر ما نه دی بلکې په الله ج دی.

موږ او تاسې اکثره وایو، چې پلانی څومره بدرنګه دی، یا څومره تور دی، یا څومره ډنګر دی، یا نور څه... خو په حقیقت کې دا د خدای پاک پر خلقت باندې انتقاد کوو، نه پر هغه شخص باندې.

هر څه الله ج پیدا کړي، غریب مالداره، تور سپین، جګ او ټیت... نو دا هر څه د الله تعالی نعمتونه دي او هیڅکله باید د الله ج په نعمتونو ناشکري ونه شي.

له حده زیاته ښښنه مه غواړئ!

که چیرې نه شئ کولای د ځینو دلایلو پر بنسټ کوم چاته مثبت ځواب ورکړئ او یا د چا ستونزو ته د حل لپاره رسیده ګي ونکړای شئ او له دې امله ځانونه د هغې کسانو په وړاندې ناراحته او خواشیني ګڼئ، نو د خپلې ملامتی لپاره یوه ساده جمله چې (خواشیني یم) ویل بسنه کوي، له حده زیاته ښښنه غوښتل ستاسو د کمزورتیا او قاطعیت نه لرلو ځرګندوي کوي، په دې حالت کې مقابل لوری فکر کوي، چې په ډېر ټینګار کولو سره کولای شئ، تاسو راضي کړي، تر څو د هغې غوښتنو ته مثبت ځواب ووایئ.

که چیرې له حده زیاته ښښنه وغواړئ، مقابل لوری تصور کوي، چې تاسې ملامت او ځان په حق ګڼي او تاسې د همدې فکر په اساس خپلو ټولو غوښتنو ته راضي کوي.

د بریالیتوب چل

زیاتره خلک د بریالیتوب په چل نه پوهېږي، زیاتره خلک بریالیتوب بخت او قسمت بولي او د ژوند د ټکټ ګټلو هڅې کوي؛ خو بریالیتوب په اصل کې د پلان جوړونې پایله ده، بریالیتوب هلته وي، په کوم ځای کې چې چمتوالی او فرصت سره یو ځای کېږي.

زیاتره خلک بریا تصادفي ګڼي، یوه پېښه یا یو ځای او وخت ورته ښکاري، خو بریالیتوب په اصل کې یوه پروسه ده، وده او پرمختګ دی، دا د یوه شي ترلاسه کول او د بل د ترلاسه کولو لپاره د هغه کارول دي، بریا یو سفر دی.

زیاتره خلکو ته بریا دا زده کول ښکاري، چې له ناکامۍ څنګه وژغورل شي، خو دا سمه نه ده، بریا اصل کې له ماتو زده کړه ده.

چا چې د ژوند په لاره کې ډېرې ماتې وخوړلې هغه خلک تر نورو ډېر بریالي دي.

بریا داسې یو څه دي، دا چې درته راغله، نور شیان ورپسې پخپله راځي، یعنې یو ځل چې رهبر خپله بریا ثابته کړه او په اداره کې یې د نورو سره بریالي کېدو کې مرستې ته لیوالتیا وښوده، دا رهبر به داسې وفاداره پلویان ولري، چې هغوی به خپله کوشش کوي، چې وده او پرمختګ وکړي.

له فکره تر عمله

کله چې وغواړئ کوم کار یا کومه خبره وکړئ، لومړی باید د هغې خبرې په کار د ټولو اړخونو په اړه هر اړخیزه فکر وکړئ، که مو خبره یا کار سنجېده وو، له فکر وروسته پرې عمل وکړئ، ځکه فکر کول د عمل سره مستقیمه اړیکه لري، که چیرته فکر وشي او عمل پرې ونه شي نو هغه که خبره وي او که کومه کړنه وي نو بې فایدې به وي.

د مثال په توګه که چیرې ستاسو امر خپلو کارکونکو ته بیا بیا د یوه کار په اړه حکم کوي او وایي چې داسې وکړئ او داسې مه کوئ، خو په خپله اصلاً پر هغه څه چې وایي، فکر او عمل نه کوي، ایا ستاسو په نظر هغه یو بریالی امر دی؟

یوه مسله چې نورو ته زمونږ شخصیت کاذب او بې باوره معرفي کوي، پر هغه خبرو باندې فکر او عمل نه کول دي، چې وایو یې. که فکر وکړو، چې په وجود کې مو دغه نیمګړتیا ده، باید د هغې له منځه وړلو لپاره عمل وکړو او لاس په کار شوو، تر څو مو شخصیت یو ربتینی شخصیت وي.

د فکر او عمل یووالی نه درلودل تر دې حده ناخوښ او مردود عمل دی،

چې خدای پاک په قرانکریم کې هغه کسانو ته چې پر خپلو خبرو فکر او عمل نه کوي، داسې فرمايي:

ژباړه: هغه کسانو چې ایمان مو راوړی، ولې هغه څه وایئ چې اول پرې فکر نه کوئ او بیا پرې عمل کوئ، د الله تعالی په وړاندې دغه عمل یو ناخوښه عمل دی، چې څه وایوو او عمل پرې ونه کړو.

تر هغې چې فکرونه عملي نه شي، هیڅ ارزښت نه لري، خپل ځان ته باید په فکر او عمل کولو سره ارزښت ورکړو.

ښايي د کوم چا په اړه مو د بل د خولې څینې دا جمله اورېدلي وي، چې (د پلاني سړي نه فکر، فکر دی او نه یې عمل، عمل دی).

دا هغه جملې دي، چې د یاد شوي شخص د فکر او عمل د نه یووالي له امله پر هغه باندې د بل د بې باورۍ او بې اعتمادۍ څرګندونه کوي.

لومړی فکر وکړئ بیا عمل.

له ما څه تمه کېږي؟

رهبر هر څه پرېښودی شي، خو وروستی مسولیت نه شي پرېښودی، له هر نوي مسولیت اخیستو مخکې باید دا پوښتنه وشي، چې (له ما څه تمه کېږي؟) یا په بله وینا (زه باید داسې کوم کار وکړم، چې یواځې زه یې کولای شم؟)

دا شیان که هر څه وي، د لومړیتوبونو د لیست په سر کې باید راشي، په دې کارونو کې ناکامي تاسې بې دندې کولای شي.

شاید ستاسو موقف کې به د بېلابېلو درجو مسولیتونه وي، خو ځیني شیان به په کې داسې هم وي، چې یواځې همدا تاسې یې باید وکړئ، کوم کارونه چې باید تاسې خپله وکړئ، له هغو کارونو یې جلا کړئ، چې نورو خلکو ته یې باید وسپارئ.

ځانته یوه شېبه وخت ورکړئ او هغه کارونه لیست کړئ، چې په دنده کې له تاسې غوښتل کېږي؛ که ممکن وي د لومړیتوب په ترتیب یې برابر کړئ.

فکر کول

له ځان سره د خبرو کولو دا ډول څواک ډېرې ګټې لري او کېدلای شي ډېرې ناوړې پایلې هم ولري، د بیلګې په ډول که چیرې ته د یو داسې چا په اړه فکر وکړې، چې هغه ستا بد ایسي او داسې یو وخت رایاد کړې، چې هغه تا سره بد چلند کړی وي او په همدې وخت کې غوږ کېږدې، چې ته خپل نفس ته څه وایې؛ نو هغه څه به احساس کړې، چې ته یې په اړه فکر کوې.

له ځان سره دغه ډول خبرې کولای شي، تا له ستونزو سره لاس او ګرېوان کړي او ستا پر صحت ناوړه اغېز وکړي، ان کولای شي د ژوند په هره شېبه کې تا د خوښیو څخه بې برخې کړي.

په همدې اړه ارواپوه فرانګ اوټلو وایي:

- د خپلو افکارو څارنه کوه، ځکه چې همد ستا د راتلونکي کړه وړه دي.
- د خپلو کړو وړو څارنه کوه، ځکه چې همدا به ستا خویونه وي.
- د خپلو خویونو څارنه کوه،ځکه چې همدا به ستا راتلونکی طبیعت وي.
- د خپل طبیعت څارنه کوه، ځکه چې همدا به دې تګلاره د ګوابښ سره مخ

کړي.

چوپ اوسه او نورو ته د خبرو وخت ورکړه!

یو هوښیار سړي ویلي دي، الله تعالی موږ ته د دې لپاره دوه غوږونه او یو خوله راکړې ده، چې ډېرې خبرې واورو او لږ ووایو.

کله چې څوک درته خبرې کوي؛ نو ته باید ویښ اوسې او پوره غوږ ورته کېږدې، دا یواځې د دې لپاره نه چې ته د هغه په خبرو ځان پوه کړې، بلکې دا به ستا او د هغه ترمنځ غوره څوابونو ته لار هواره کړي.

کله چې څوک په یوه دنده وګمارل شي یا مشرتوب ترلاسه کړي، نو باید خلکو ته ډېر غوږ کېږدي او خپله لږې خبرې وکړي.

یو لیکوال لیکلي دي: کله چې زه خبرې کوم، نو له وړاندې نه په هغو معلوماتو خبر یم، چې کوم زما سره دي او کله چې زه غوږ ږدم، نو هغه معلومات ترلاسه کوم، کوم چې ستا سره دي او د دې لپاره چې ته ډېرې خبرې وکړې، دا باید زده ولرم چې څه ډول چوپ پاتې شم.

کله چې څوک درته خبرې کوي نو دقیقه تګلاره کاروه، د نورو خلکو خبرو ته غوږ ږده او د چا خبره په نیمایي کې مه پرېکوه، په ډېر احترام ورته غوږ ږده او له ځان سره ځینې پوښتنې په ذهن کې نوټ کوه.

نیوکه

د هر انسان ژبه په خپله ولکه کې وي، که دی وغواړي، ښه یې وکاروي، نو دوستان به یې ډېر وي او په هره ناسته او ځای کې به ښه یادېږي او څوک چې ژبه بې واکه کاروي او پر هر چا نیوکې کوي، نو تل به د نورو خلکو لخوا تر نیوکو لاندې راځي او زړه به یې تل خپه وي، نیوکه ستا او د ملګرو ترمنځ مینه له منځه وړي.

هوښیاران وایي: ژبه هډوکی نه لري، خو هډوکي ماتولی شي، نو مخکې له دې چې پر چا نیوکه وکړې، لومړی د یوې شېبې لپاره انتظار وباسه او سوچ وکړه، چې کېدای شي ستا نیوکه به ستا او د بل ترمنځ منفي احساسات وزېږوي، بیا چې کله وغواړې پر هغه نیوکه وکړې، نو له زړه نه دې هر ډول منفي سوچونه اوباسه او د هغه په مثبتو خویونو کې سوچ وکړه او هغه کې د وړې نیمګړتیا پر ځای لویه نیمګړتیا په نښه کړه او په ډېره نرمه او خوږه لهجه ورسره چلند وکړه؛ خو پام دې وي، په کوم مجلس کې دې چې پر چا نیوکه وکړه، په هغه مجلس کې د یوې نیوکې په بدل کې یې دوه ځله ستاینه هم وکړه، پر بل چا له نیوکې وروسته د هغه ستاینه کول ستا او د هغه ترمنځ باور زیاتوي او هغه ته خپلې نیمګړتیاوې ور په ګوته کېږي.

په ځان کې د واقعیتونو د منلو روحیه وروزئ

د امریکا متحده ایالاتو یو مخکیني ولسمشر هري اس ترومن به ویل: هیڅکله مې هدف دا نه وي، چې د حقیقت په ویلو سره د نورو حالت خراب کړم، زه یواځې حقیقتونه وایم او خلک بیا داسې فکر کوي، چې خبرې مې ترخې دي.

زیاتره خلک له واقعیتونو سره همداسې غبرگون ښایي، انسانان ذاتاً غواړي، چې بریاوې لوېې او ناکامۍ وړې وښايي، زیاتره خلک له بده مرغه د وینستون چرچیل د دې خبرې ژوندي مثالونه دي، چې وايي: کله کله انسانان د حقیقتونو په مقابل کې کم راځي، خو بیا هم خپلې لارې ته دوام ورکوي، داسې چې ته به وايې هیڅ هم شوي نه دي.که غواړئ د واقعي او ښه فکر خاوندان شئ، نو باید په ښه توگه له واقعیتونو سره د مخ کېدو توان ولرئ.

واقعیت لکه مرگ یو تریخ حقیقت دی، مونږ ټول باید په دې پوه یوو، چې هر ژوندی مخلوق به د مرگ خوند څکي، خو د شیطاني وسوسو له وجې زمونږ ستاسې ټولو نه د دغې واقعیت منل هیر او د دنیا او دولت لالچ په سر راخیستي یوو.

انسانان باید واقعیت پذیره واوسي.

CamScanner

څنګه خپله عاطفي وړتیا ډېرولی شو؟

مخکې تر دې چې بحث ته دننه شو، اجازه راکړئ، چې عاطفي وړتیا درته روښانه کړم، عاطفي وړتیا ستاسو د ستونزې، ماتې، انتقاد، بدلون او فشار د مثبت مدیریت ځواک دی، دغه ټول اړخونه زمونږ په ژوند کې اندیښنې رامنځته کوي، زه پر دې وپوهېدم، چې خلک له اندیښنو او عاطفي فشارونو سره د مقابلې د ځواک له نشت سره لاس او ګرېوان دي، دوی یا تسلیمېږي یا ماتې خوري او یا هم د نامناسبو لارو په غوره کولو ځان ته د تیښتې لاره پیدا کوي، په هر حال هغه خلک چې له عاطفي اړخه کافي ځواک نه لري، کولای شي، خپلې عاطفي مدیریت او خپلې ستونزې له منځه یوسي، دغه کار دوی ته لاره برابروي، چې خپله وړتیا لوړه کړي او د خپل شته ځواک د بشپړېدو په لور حرکت وکړي، زه داسې ډېر خلک پېژنم او له هغوی سره مې خبرې اترې هم کړي، چې لوړه عاطفي وړتیا لري او د دوی کړنلارې مې هم

لیدلي، نو که دغه اووه کارونه چې ما د لوړې عاطفي وړتیا په خاوندانو کې لیدلي سرته ورسوئ، نو تاسو به پرې هم خپله عاطفي پیاوړتیا ډېره کړئ:

۱. هغه کسان چې لوړه عاطفي وړتیا لري، د خپلو عواطفو پر کابو کولو برلاسي دي.

۲. هغه کسان چې د لوړ عاطفي ځواک خاوندان دي، په تېرو اوبو پسې یوم نه وړي.

۳. له عاطفي اړخه ځواکمن خلک نورو ته اجازه نه ورکوي، چې د دوی اړیکې کنټرول کړي.

۴. له عاطفي اړخه ځواکمن کسان خپله انرژي پر داسې څه نه لګوي، چې په کنټرول کې یې نه وي.

۵. له عاطفي اړخه ځواکمن خلک یوه تېروتنه دویم ځل نه تکراروي.

۶. د ژوند لوړې ژورې له عاطفي اړخه د ځواکمنو ژوند نه شي کنټرولولی.

۷. له عاطفي اړخه ځواکمن کسان ستونزې درک کوي، قدر یې کوي او په مرسته یې مخ پر وړاندې ځي.

پر ځان مغروره انسان

غرور، ځان خوښي او پر ځان دوکه کېدو ته وايي، انسان ځان د نورو خلکو په نسبت په مال، قدرت، شتمنی، شکل، نسب او رنګ کې د لوړ قدر او عزت په نظر ګوري، بیا له همدې امله پر خلکو زور زياتی او ظلم کوي، د چا نصیحت او وصیت نه مني، نه هم د چا خبرو ته غوږ ږدي، په خپلو خیالاتو، فکرونو، خبرو او ناستو ولاړو کې تکبر او غرور کوي، له خلکو نه شرمېږي، د چا پروا نه کوي، په خپل لاس کې پر شته نعمتونو او الهي ورکړو ډېر نازېږي، ځان ته نور داسې وهمي صفتونه او خويونه منسوبوي، چې هیڅ يې وړتيا او لياقت نه لري، له خپلو تېروتنو او نیمګړتیاوو ړوند شي.

تل دا غواړي چې په خبرو، ناستو، مجلسونو او تګ کې پر نورو باید اوچت او غوره اوسم، نو خلک يې هیڅ ملګرتوب ته زړه نه ښه کوي، زړونه ورځخه کرکه کوي او خلک ورسره بغض، کینه او دښمني پیدا کوي.

انسان باید پر خپلو نیمګړتیاوو اعتراف وکړي، خپل عیبونه او تېروتنې راښکاره کړي او له ځان سره وایي، چې له خاورو جوړ یو، له نطفې پیدا یو، راژوندي شوي یو او بیرته به مړه کېږو، نو غرور پر څه؟

هغه مغروره بادشاهان، حاکمان، وزیران، شتمن او مخور لکه فرعون، قارون، هامان، ابوجهل چې پر ځان تېروتلي وو څه شو او چیرته لاړل؟

انسان باید هغه چاته وګوري، چې له تا غوره ستر او عظیم شخصیتونه وو، لکه انبیاء علیهم السلام، پوهان، نیکان، حکیمان د هغوی د ژوند او سیرت مطالعه کړي او عبرت ترې واخلي، نه د هغه خلکو نه زده کړه چې په خپله ګمراه وي.

تل باید نفس نیمګړتیاوو، عیبونو، تېروتنو او خویونو په اړه فکر وکړو، چې په خپلو نیمګړتیاوو دې قناعت وشي.

خالق ذات دې تل څاري او په دې باور وکړه، چې هر انسان په بل انسان کبر، غرور او ځان لوړ حسابوي نو الله تعالی به ورسره حساب او کتاب کوي.

د خپلو تېروتنو او نیمګړتیاوو ښنه وغواړه، ځکه هیڅوک له تېروتنې پرته نشته، پرځان مه مغروره کېږه، مه هم ځان لوړ ګڼه او پر دې اعتراف وکړه، چې ته تېروتی یې، ځکه عذر غوښتل خپله زړورتیا او شجاعت دی دا سپکاوی او بې زړه توب نه دی.

د ژوند حقیقت

ژوند د هلو ځلو امتحان دی او په دې امتحان کې هغوی کامیاب دي، چې ډېر زحمت اوباسي.

د دنیا انسانان، حیوانات او نباتات د الله تعالی په قدرت پیدا کیږي، لویږي او د وخت په تېرېدلو له منځه ځي.

له ادمه تر دې دمه یواځې انسان دی، چې له پیدایښته وروسته یې کورنۍ د دې د ښه لويېدلو او پیشرفت په فکر کې وي او باید یو بافکره انسان خپل ځان او ټولنې ته خدمت وکړي.

د اصلي ژوند مفهوم یواځې پیدایښت، لویېدل او مړ کېدل نه بلکې انسان باید د ژوند د هرې لحظې نه خوند واخلي او د ژوند د نعمتونو حق ادا کړي.

د حقیقي ژوند څښتنان هغه کسان دي، چې د ژوند په معنا او مفهوم پوه وي

او د خپل پیدایښت مفهوم درک کولای شي، د ژوند د حرکت مسیر یې ښکاره وي او په دې مستقیمې لارې باندې تګ ډېر احتیاط غواړي، ژوند بې ځایه تېرول دا مفهوم لري لکه یو انسان چې پیدا، لوی او مړ شي او یا خو هیڅ پیدا شوی نه وي. په یوې ټولنې کې ژوندي انسانان کم وي او مړه انسانان زیات وي، له ژوندیو نه مې مطلب یواځې هغه انسانان نه دي، چې ساه ولري او د مړو انسانانو نه مې مطلب هغه کسان نه دي چې ساه نه لري، ژوندي انسانان هغه دي چې ځان او ټولنې ته خدمتونه کوي او مړه هغه دي، چې هیڅ ډول خدمت نه شي کولای، د دنیا ډېر څه په حرکت کې دي خو د انسان حرکت باید له ټولو حرکتونو ګټور وي.

د انسانانو ژوند ډېر قیمتي دی، چې ځیني انسانان پکې لوی لوی کارونه کوي، ځیني بیا دغه قیمتي وخت بې ځایه تېروي.

دنیا د یو بحر په ډول ده، ځیني وګړي په ساعتونو ساعتونو لمبلی شي، ځیني یې بیا پر غاړو لامبي او یو تعداد خلک په کې هیڅ لمبلی نه شي. پیاوړي انسانان په کې مرغلرې لټوي، خو یو تعداد یې له اوبو هم استفاده نه شي کولای. هغوی چې قیمتي کاڼي په کې لاس ته راوړي لکه د پوهو او عالمو انسانانو په ډول د اصلي ژوند پر مفهوم پوه دي او د انفرادیت نه اجتماعیت ته ډېر ارزښت ورکوي.

هغه چې له اوبو یې استفاده نه شي کولای لکه د ناپوه په شان دي، چې ټولنې ته خدمت نه شي کولی، اصلي ژوند د دنیوي او اخروي ژوند توخه ده.

وسوسه

په ذهن او نفس کې د افکارو ګډوډي چې هیڅ اطمنان او ډاډ په کې نه وي وسوسه بلل کېږي او له امله یې انسان په ګډوډۍ، حیرانی او وېرېدلي حالت بدلوي.

شکونه، وهمونه او سوچونه پرې خپل څادر خپوروي، یقین، ډاډ او ثبات په کې نه تر سترګو کېږي.

تر ټولو خطرناکه وسوسه د شاته تګ وسوسه ده، دا نفسي حالت چې کله انسان ته ورسېږي، نو د تل لپاره یې په سوچونو او داخلي ګډوډیو اخته کوي، څکه پر عقل او ذهن یې ځیني فکرونو اغېزه کړي وي، د فیصلې او حاکمیت هیڅ صلاحیت په کې نه وي او نه هم ترې ځان خلاصولی شي، که ورسره مقاومت وکړي، نو ډاډ او اطمنان هم نه شي ترلاسه کولی او په ځان کې بې

ډول داخلي میلان او کشش احساسوي او دې کار ته یې مجبوري، مګر بیا هم په غم اخته وي او بریا نه شي ترلاسه کولی، لکه ځیني کارونه او عادتونه په تکراري توګه بار بار ترسره کوي، یا یواځې پر یوې خبرې تر ډېره وخته سوچونه او فکرونه کوي. اکثره وسوسې او پوښتنې په عقیده، اودس، لمونځ او طهارت کې پیدا کېږي، همدارنګه په ټولنیزو چارو کې هم پیدا کېږي، لکه طلاق او کورني ژوند چې له امله یې انسان پر ځان او نورو اعتماد باور له لاسه ورکوي او خلک هم ترې کرکه کوي او نه یې زړه ارام مومي، فکر او ذهن یې هم په خپل حال نه وي او په پای کې د خیالونو او سوچونو په سیلاب لاهو شي، ورپسې په لېونتوب اخته شي بیا ځیني وخت په ځان وژنې او هلاکت هم لاس پورې کړي.

د وسوسو حللاره څه ده؟

۱- په دې قناعت کول چې ټول ګډوډ فکرونه، وسوسې او سوچونه د شیطان له لوري اچول کېږي، د هغه یواځینی موخه ستا خپه کول او سکون له منځه وړل دي.

۲- کله چې کومه وسوسه درته راپیدا شوه نو په الله تعالی سره پناه وغواړئ.

۳- په دې ځان پوه کړه چې پر وسوسو عمل کول ګناه او ناروا کار دی، که په وسوسو عمل ونه کړئ نو نه ګناهګارېږې.

۴- د شکونو او وهمونو پیدا کېدو پر وخت دلایل او منطق په کار واچوه، چې له شک څخه یقین ته راوځې، علم ترلاسه کړه او دې موضوع او جهل ته د پای ټکی کېږده. ځکه علم، پوهه، بصیرت، رڼا او هدایت دی.

۵- خپل وختونه په گټورو غوره چارو او کړنو ډک کړه، تش ځایونه او وزگارتیا له منځه یوسه، ځکه دا د وسوسو د بوټو د راشنه کېدو لاره ده.

٦- د ژوند د بریا او کامیابۍ د مثبت لوري په اړه فکر وکړه.

۷- پر ځیني گټورو او ښو چارو ځان پوره مشغول کړه او زیار اوباسه، چې پر خپلو وختونو، کوښښونو او فکرونو واک ترلاسه کړه.

۸- بد ملگري پرېږده، پر ځای يې غوره نیکان، صالحان او سالم فکر لرونکي ملگري وټاکه. چې د وسوسو، سوچونو، خیالاتو او وهمونو غورځېدو پر وخت ورسره مشوري وکړې.

۹- د ټولو وسوسو په وړاندې همدا د (نه) کلمه وکاروه.

هیله او نا امیدي

په ژوندکې هیله او امید درلودل، هغه څه دي چې انسان ژوند کولو ته پاروي، څېړنو ښودلې هغه انسانان چې هیلې لري، د هغو انسانانو په پرتله چې نا امېده او مایوسه دي اوږد ژوند کوي.

الماني ارواپوه الفرد ادلر لیکي: انسان باید له هیلو او ارمانونو څخه لاس وانخلي، هیلې او ارمانونه که څه هم ذهني شی دی، خو انسان په حرکت راولي او ژوند ورته معنادار کولی شي، هیله من وګړي په ښه توګه له خپلې ذهني وړتیا څخه د ژوند بهترولو لپاره استفاده کولی شي.

د هیلو او امېدونو درلودل نه یواځې یو انسان خوځنده او فعاله ساتي، بلکې د هغه د شخصیت کچه هم ورځخه څرګندېدای شي، یواځې هیلې کولی شي، د انسان ذهن په حرکت راولي، د ژوند د ستونزو پر وړاندې همت له

لاسه ورکول او په احساسي توګه مړاوي کېدل ناهیلي منځته راوړي.

ناهیلي او مایوسه انسان بې حوصلې وي، اراده یې کمزورې وي، د کار او زیار لپاره انګېزه نه لري او پر ژوند یې زړه نه پرېبوځي.

ناهیلي او نا امیدي یوه بلا ده، خدای تعالی دې هر انسان له دې بلا څخه وساتي، که پر چا یې لاس پورته شو، له خاورو سره یې خاورې کوي، د هیلې او امېد بېلګه د لمر غوندې ده، څوک چې ورته مخه کوي ستونزې او غمونه یې لکه سیورى له مخې لرې کېږي، د ناهیلۍ او نا امېدۍ د ناوړه پایلو په اړه مې له مشرانو اورېدلي:

- د ناهیلۍ په حالت کې ژوند د یوه ناروغ ژوند دی.
- له هیلو پرته نړۍ توره ده.
- ناهیلي د ګور په لور لومړی قدم دي.

د حافظې د کمزورۍ لاملونه

د انسان د مغز د وړتیاوو او پیاوړتیاوو په باره کې منفي باور لرل حافظه وژني، لکه څنګه مو چې وویل، ټول منفي باورونه د ذهن پیاوړتیا له منځه وړي. لاندې ځیني عمده عوامل دي چې حافظه کمزورې کوي:

تمرین نه کول:

ذهني حجرې په تمرین او زده کړې سره وده کوي، نو حافظه هم په تمرین سره پیاوړې کیږي.

عصبي او روحي فشار او پریشاني:

دا تر ټولو بد او تبا کوونکی لامل دی، چې نه تنها د حافظې بلکې د جسم د بربادۍ سبب هم ګرځي. غم، خپګان او پریشاني په جسم او حافظه باندې منفي تاثیر کوي.

بې نظمي:

نامنظم ژوند، د کار خراب چاپیریال، د خوب نامنظم ځای او دې ته ورته ټول یاد عوامل په حافظه باندې منفي اغېزه کوي.

د خوب کمښت:

د خوب کموالی او ګډوډي هم له هغه عواملو څخه ده، چې په انساني حافظه باندې منفي اغېزه کوي.

د ورځني خوراک ځرنګوالی:

نامناسب خوراک یو له هغو عواملو څخه دی، چې د حافظې د بربادۍ سبب ګرځي.

د ډوډۍ د خوراک په وخت کې خوند باید په نظر کې ونه نیول شي، د خوراکي توکو ګټورتوب باید په نظر کې ونیول شي، چې څومره د صحت لپاره ګټه او تاوان لري.

له تېروتنو سره څنګه وکړو؟

یو عالم وايي: ژوند را زده کړه چې هیڅوک پوره نه دي، هماغه ډول لکه زه چې پوره نه یم.

هر انسان جایزالخطاء دی، هر انسان تېروتنه کوي او کله ناکله ناسم عمل ترسره کوي. کله چې تېروتنه کوئ، هغه مه پټوئ، په هغې اعتراف وکړئ، یادونه یې وکړئ او ښښنه وغواړئ. دغه عمل نه یوازې تاسو ته دا توان درکوي، چې له خپلې تېروتنې زده کړه وکړئ، بلکې نورو خلکو ته هم ستاسې دغه چلند انساني ښکاري او خپل اعتماد بیرته لاسته راوړئ.

د اشتباه او تېروتنې په وخت کې که په صادقانه ډول څرګنده کړئ (معذرت غواړم) ونه پوهېدم او اشتباه رانه وشوه، په دې سره تاسې ناپوه او احمق نه شوئ، بلکې دا د دې سبب شو، چې تاسې د نورو له باور او درناوي څخه برخمن شئ.

په اشتباهاتو او تېروتنو باندې منکرېدل او د هغې پټول د انسان د شخصیتي ودې مخنیوی کوي او د سرتمبګۍ او بې شعورۍ سبب کېږي، ټول انسانان تېروتنې کوي؛ خو تر ټولو مهم ټکی دا دی چې له خپلو تېروتنو زده کړه وکړو.

په ناسمو هیلو پورې زړه تړل

خوښۍ ته د رسېدو په لار کې موږ ډېری وخت پر هغو ناسمو هیلو تمرکز کوو، چې ګومان کوو، ژر به مو خوښۍ ته ورسوي، لکه د پوهنتون نه تازه فارغ محصل ژر د دې هیله لري، چې یوه ښه دنده پیدا کړي، یوه طلاقه شوې ښځه د دې هڅه کې وي چې ژر یوه ښه رشته پیدا کړي.

اکثره ځوانان د دې پر ځای چې درس ووايي، مکتب ته ولاړ شي، پوهنتون ووايي او په ژوند کې لا مخ ته لاړ شي او په راتلونکي کې د ځان لپاره یوه ښه دنده ولري او وطن ته خدمت وکړي، برعکس د ناسمو هیلو شا نیسي، لکه د خارج ته تګ ناسمې هیلې.

ډېری ځوانان چې زما د سترګو لیدلی حال دی، د خپلو ناسمو هیلو په تمه ناست دي او د دې ورځې انتظار کوي، چې مونږ به خپلو هیلو ته ورسېږو او

ورځ تر بلې خپل ځان د داسې ناسمو هیلو ښکار کوي.

زما د نژدې ملګرو له جملې یو تن ملګری مې چې ماشاءالله د ډېر ښه استعداد څښتن دی، تر دولسم صنف پورې یې په ښه درجه زده کړې کړي، خو کلونه کلونه یې د ناسمو هیلې له وجې چې خارج ته تګ دی، خپل وخت ضایع کړو او خپل راتلونکی یې د ناسمو هیلو ښکار کړو.

سمې هیلې ستاسې د ژوند مسیر ټاکي تل ښه فکر وکړئ او سمې هیلې وټاکئ. هغه هیلې مو په ژوند کې هدف وګرځوئ، چې رسېدل ورته اسانه او شوني دي، دا چې هیلې مو ناشونې وي؛ نو د هدف مسیر مو د ستونزو سره مخ کوي.

له زړه نازړه توب پرته هره شېبه ژوند وکړئ

یو وخت یو زده کونکي له ښوونکي وپوښتل، چې څنګه کولی شم خپله ورتیا باندې برلاسی شم؟ څکه زه غواړم، چې یو لوی لیکوال شم.

ښوونکي له زده کوونکي وپوښتل: پوهېږې چې لویې لویې ورتیاوې چیرته پرتې وي؟

زده کوونکي وویل: هو ولې نه! په ښوونځیو، پوهنتونونو او کالجونو کې.

ښوونکي یې وویل: داسې نه ده، راځه زه یې درته وښیم، چې لویې ورتیاوې چیرته پرتې وي، هغه زده کوونکی یې یو لویې هدیرې ته بوتلو، ښوونکي په اشارې سره وویل: دغه خلکو ته وګوره چې دلته پراته دي، دوی ټولو لویې ورتیاوې درلودې، دوی غوښتل چې لوی هنرمندان شي، لوی انجینران شي، لوی استادان او لیکوالان شي، لوی تجاران شي، دوی ټول د همدې فلسفو سره مړه شول.

دوی به ویل: زه به وکولای شم، زه باید وکولای شم، خو مګر دوی ټول له همدې ورتیاوو سره مړه شول، هدف دا شوو، چې انسان به ډېرې هیلې، تمې او پلانونه ولري، که پرې کار ونه کړي، تعقیب یې نه کړي، ستونزې په ځان ونه مني، هیڅکله بریا ته نه شي رسېدلی، د همدې فلسفو سره به یو ورځ سترګې پټې کړي.

وېره مو له منځه یوسئ!

اورېدلي به مو وي، چې چیرې یو کس یو وخت کې په ځنگله کې روان وو، په لاره کې له یو وحشي سره مخ شو، ځان یې تیار کړ، وحشي ورو، ورو د ده خوا ته ورنږدې کېده، کله چې پرې حملې ته تیار شو، دې کس پرې حمله کړه او د دغه وحشي حیوان خوله یې وڅیرله، وروسته یې مړ کړ، څرمن یې ترې وویستله، ځان سره یې کور ته یوړه. سهار یې چې پلار له خوب راپورته کېږي، گوري چې د زمري څرمن پرته ده، زوی څخه یې وپوښتل: زویه دا خو د زمري څرمن ده، دا چا وژلی؟ زویې هک حیران شو، پلار ته یې وویل دا رښتیا د زمري څرمن ده؟ پلار یې ورته وویل: هو زویه. زوی یې ورته وویل پلاره! که زه بیگا شپه پوهېدلی وای، چې دا زمری دی، د زمري د څرمنې په ځای به یې اوس زما څرمن او هډوکي تاته راوړي وو.

پورته کیسې څخه معلومه شوه چې یواځې وېره ده، چې موږ له پښو غورځوي، له هیڅ شي وېره مه لرئ، بیا خامخا بریالي کېږئ.

هغه څه ته مه ګوره، چې نه يې لرې!

هغه څه ته مه ګوره، چې نه يې لرې، بلکې خپلې ارادې ته وګوره، هيله وکړه، که څه هم د هيلې ترلاسه کول دې سخت يا ناشوني وي، لومړی خپلې موخې سرته ورسوه، بيا د نورو په موخو لګيا شه.

خپل هدف سر له اوسه، مخ ته کېږده، چې زړه دې څه غواړي، ورته غلی شه، سبا سبا مه کوه، بلکې له اوسه يې پيل کړه او د هغه په مقابل کې خپل نظر روښانه کړه، د هدف له ټاکلو وروسته له ناکامۍ مه وېرېږه.

د ځان لپاره داسې هدف وټاکه، چې روح دې ورسره والوځي، د هغو د ترسره کولو په وخت کې دې نيکمرغه کړي او د هغو د ترسره کولو له امله د سر دردي او ستړيا خوند ونه څکې.

د نيک فاله راتلونکي احساس ستا د هدفونو په پوره کولو کې درسره مرسته

کوي او د هغه د ترسره کولو په لاره کې ټولې ستونزې او خنډونه ختموي.

د ښکاره دریغ او هدف لرونکی شه، پر دې پوه شه چې ته څه غواړې او څه باید پرېږدې؟

څوک چې اساني لارې خوښوي، د غره څوکې ته نه شي رسېدی.

د لوی والي او بري راز دا دی، چې له ناهیلۍ پرته کار وکړې او له سستۍ پرته مقاومت وکړې.

داسې ښوونکی نشته، چې تاته علم وښيي، لکه څنګه چې یې ته خپل ځان ته ښيې، ته د ځان لپاره تر ټولو غوره ښوونکی یې.

خپلې موخې په دقیقه توګه وټاکه او د هغو لپاره په صبر او استقامت سره کار وکړه.

اراده، صبر او کار د بري مهمې نقطې دي، د اوبو پرلپسې څاڅکي په کلکه تیږه کې سوری کوي.

موږ خپله خوښي

له څه شي او له کوم ځایه ترلاسه کړو؟

دغو پوښتنو ته ځواب ویل دومره مهم دي، چې هیڅ پوښتنه یې مه کوه،خپله خوښي چې ده دا زموږ د ارزښتونو او مسولیتونو لامل کیږي.

ښه احساس لرل د ښو کارونو ترسره کولو طبیعي پایله ده او د ښو کارونو ترسره کول د ښه احساس درلودو طبیعي پایله ده، موږ ډېر ځلې اورو چې:

هغه کار سره مینه وکړئ، چې ترسره کوئ یې، ډېر ځلې هغه کارونه باید ترسره کړو، چې باید ترسره شي، که یې زړه غواړي او که نه، یوه مور ټوله ورځ په دنده کې تېره کړي، بیا کور ته راشي او د کور کارونه وکړي، ماشوم ته خواړه ورکړي او بیا ستړې ستومانه څملي، ویده شي؛ خو په نیمه شپه کې یې ماشوم وژاړي، ایا د دې مور زړه غواړي چې پاڅېږي؟

هیڅکله هم نه؛ خو بیا هم په هر صورت چې وي پاڅېږي، ولې باید پاڅېږي؟ درې لاملونه لري:

۱- مینه

۲- دنده

۳- مسولیت

مونږ نه شو کولی، چې خپل ژوند یواځې د احساساتو له مخې پر مخ یوسو، پر دې سربېره نظم هم باید ور زیات کړو، دې ته له پام پرته چې عمر مو څومره دی، مونږ هغه مهال بریا ته رسېدلی شو، چې کله هم هغه څه ته تسلیم نه شو، چې مونږ یې په خپله خوښه کول غواړو، بلکې هغه څه باید ترسره کړو، چې باید ترسره شي او د دې لپاره نظم او ډسپلین ضرور دی.

ویل شوې خبرې بیرته نه راګرځي!

یوه بزګر خپل ګاونډی ناحقه بدنام کړ؛ خو چې وروسته په خپله تېروتنه پوه شو، پښیمانه شو، یو عالم ته ورغی چې څرنګه د ده توبه قبوله شي او ښښنه ورته وشي، عالم ورته وویل، چې د بڼکو یوه بوجۍ واخله او د بازار په منځ کې یې تشه کړه، بزګر هماغسې وکړل، لکه څنګه چې ورته ویل شوي وو، عالم بیا ورته وویل، چې اوس لاړ شه او هغه بڼکې راټولې کړه او بیرته بوجۍ ترې ډکه کړه، بزګر خپله پوره هڅه وکړه، خو ویې نه شو کولی، چې بڼکې راټولې کړي، ځکه ټولې تیت پرک شوې وې، کله چې له تشې بوجۍ سره راوګرځېده، نو عالم ورته وویل، چې ستا خبرې هم د بڼکو په څیر دي، ډېر په اسانۍ له خولې وتلې، خو بیرته یې نه شې راګرځولې، ته باید د خبرو په کولو کې له ډېر احتیاط نه کار واخلې، ځیني کارونه بیرته سمولی شو، خو تېر شوی وخت د ټوپک له خولې وتلې مرمۍ او تر خولې وتلې خبرې بیرته نه راګرځي، ستاسې خبرې هم ژوند جوړولی او هم ویجاړولی شي.

فکري تمرکز خپل کړه!

فکري تمرکز د بریا لوی راز دی، څوک چې ښه تمرکز کولی شي، هغوی دماغ ته یو څه په ډېره اسانۍ سره انتقالولی شي، په کارونو زر پوهېږي، د ستونزو حل ورته ښه معلومېږي او د خپل ځان درک په ښه توګه کولی شي، دا خلک په یو وخت کې په یوه ځای کې وي او په یوه شي تمرکز کوي، یعني فکر یې یوې خوا او بلې خوا ته نه ځغلي او نه پر موضوع یا ځان حاکمیت له لاسه ورکوي.

د تمرکز د ګډوډۍ یو تاوان دا هم دی، چې درس ته به ناست یې؛ خو فکر به دې کور کې وي، کور کې به ناست یې، فکر به دې په کاروبار کې وي، مطالعې ته به ناست یې؛ خو فکر به دې په لوبه کې وي، د ملګرو یا کورنۍ سره به ناست یې، خو فکر به دې قرضدارانو سره وي، کوم ځای کې چې ته

په فزیکي لحاظ شتون لري، په معنوي او دروني لحاظ به هلته نه يې؛ نو بيا له هيڅ څه هم خوند نه شي اخیستلی، د هغه ځای حالات نه شي درک کولای، دا چې څه روان دي، د هغه په اړه ښه فکر نه شي کولی، په اړوند یې ښه نه شي غبرګون ښودلی او تر تګ وروسته یې هیڅ هم ذهن کې نه پاتې کېږي.

ارواپوهان وايي: تر ټولو غوره تمرکز پر خپل ځان تمرکز دی، د ځان په پرمختګ، بریا، مثبت فکر او هوسا ژوند تمرکز وکړه، دا ستاسو پر شاوخوا چې ځیني شیان یا ځیني خلک تا له کارونو راګرځوي یا دې تمرکز خرابوي، یا دې د اوږد ژوند په سفر کې د خرابې لارې په څېر مخته راځي، نو د هغوی څخه خپله لار جلا کړه، کنې نو وروسته به پښیمانه یاست.

د تمرکز درلودل او د خپل فکر د کابو کولو لپاره ځینې داسې لارې شته، چې په مخ یې مورږ د دې ستونزې لوی حل راویستلی شو.

د وخت ارزښت

اورېدلي مې دي چې وخت د سرو زرو په شان دی، بې ځایه باید تېر نه شي، خو د وخت قیمت د دنیا له هر څه شي زیات دی، د انسان د تېر، حال او راتلونکي څخه جوړ دی، انسان باید د تېر وخت فکر ونه کړي او څه چې تېر شو هغه هېر شو، په ماضي باندې فکر وهل د زړه خوړل او فکر خرابول دي، مونږ او تاسي مسلمانان یو او پر تقدیر ایمان لرو، نو ماضي حال او راتلونکی ټول د الله تعالی لخوا ټاکل شوی دی.

که ماشوم پیدا شو، بیرته د مور ګیډې ته نه شي تلی، ځوان بیرته ماشوم کېدای نه شي، زوړ ځوان کېدای نه شي او مړی په ژړا ژوندی کېدای نه شي.

د راتلونکي په فکر کې هم مه اوسېږه، دا چې د سبا ورځ د ژوند واک مو د الله تعالی سره دی نو خپل ځان په الله تعاله سپارو.

ځيني خلک د ژوند لپاره اوږده اوږده پلانونه لري، خو د الله تعالی د پلان او ارادې په فکر کې نه دي.

الله تعالی چې په تقدیر کې د دې د اینده لپاره څه لیکلي وي، هماغه کېږي، بل هیڅ نه کېږي، که د انسان خوښه وي او که نه وي، د الله تعالی د ارادې پرته هیڅ نه شي کولی، د انسان تېر کړه وړه حال او راتلونکی د الله تعالی په ارادې او فرمان کې دي، دا چې راتلونکی نامعلوم دی، نو په دې اړه فکر کول په هوا کې مرغان نیول او خوب لیدل دي، د حال په فکر کې اوسېږئ او د يو حسابي انسان په ډول ژوند وکړئ، گټه او تاوان مو هره ورځ محاسبه کړئ او که د گټې پله مو باید د تاوان په پرتله درنده وي، که چیرې يو انسان هر وخت د حال په زمان کې داسې فکر ولري، هیڅکله به د ماضي ارمان ونه کړي او د راتلونکي په فکر کې به نه وي، دغه د وخت ارزښت دی.

شهوت

شهوت د یو روغ انسان د روغتیا او فطرت یوه برخه ده، چې د بلوغت څخه وروسته یې په بدن کې د ځانګړو غدواتو د فعالیت پر اساس رامنځته کېږي.

د شهواني قوت اصلي دنده د انسان هغه غړي چې تکثر او تولید لپاره ځانګړي شوي دي، فعالیت ته هڅوي.

د شهوت اصلي هدف خوند او لذت نه بلکې د انساني نسل ډیربښت او بقاء ده؛ خو په دې ټولنه کې ځوانان د خپل شهواني قوت نه ناوړه استفاده کوي، چې دغه یې شخصیت او روغتیا ته ضرر رسوي.

څنګه کولای شو، چې شهواني قوت په خپل کنټرول کې وساتو؟

۱- شهوت پارونکو شیانو او بحثونو څخه ځان ساتل.

۲- هغه کسان چې د شهوت او هوس بحثونه کوي، د شخصیت په اړه یې فکر کول.

۳- د یواځیتوب پر ځای د ښو ملګرو او کورنۍ سره وخت تیرولو ته ترجیح ورکول.

۴- عبادات، ورزش، مطالعه او خوب د شهوت پارونکو فکرونو څخه ستاسې ساتنه کوي.

جنوني دلبستګي Attachment

کله چې د یو شخص ټول احساسات د یومشخص شخص پورې وتړل شي، که چیرته دا ډول دلبستګي د خپل ژوند ملګري سره وي، نو شاید ډېرې مثبتې پایلې ولري، خو که دغه دلبستګي د داسې کسانو ترمنځ صورت ونیسي، چې یو بل ته په شرعي او قانوني ډول سره رسیده ګي نه شي کولی، نو بیا ډېرې خطرناکې پایلې زېږولی شي.

دغه لاندې ټکي د یادولو وړ دي:

۱- جنوني دلبستګي د وخت او حالاتو سره تغیر خوري.

۲- جنوني دلبستګي په تصادفي ډول سره کم وخت کې رامنځته کېږي.

۳- جنوني دلبستګي په اړیکه کې یواځې د مقابل شخص د هوس په اړه فکر کېږي.

۴- د جنوني دلبستګی اړیکه کې وفا نه وي؛ صرف مطلب وي.

ژوند

د دنیا د خوندونو او رنګینو منظرو څخه د خوند اخیستلو لپاره ژوند شرط دی. ژوند هر سړی پېژني؛ خو په مفهوم یې ډېر کم خلک پوهېږي، ټول خلک ژوندي دي، خو ډېر کم خلک له ژونده خوند اخلي.

ژوند په اصل کې د وخت په بحر کې د لامبو وهلو په مانا دی، ټول انسانان خپل ژوند هوسا، ارامه او د سکون څخه ډک غواړي، د دې هدف ترلاسه کولو لپاره ځیني عملي کړنې او هڅې ترسره کوي، اما ځینې یواځې د هوسا او ارامه ژوند هیلې او ارمانونه پالي.

د ښه ژوند تېرولو لپاره وخت څخه موثرې استفادې په خاطر باید هر کس یو شمېر مهارتونه ولري، هر کس چې هر څومره د ژوند په مهارتونو کې برلاسی وي، همدومره به د ژوند چارو کې له نورو څخه مخکې وي، دا دوه مهارتونه د ښه ژوند لپاره اړین دي:

شجاعت: د ستونزو پر وړاندې د نه تسلیمېدلو روحي ته ویل کېږي.

همت: د ستونزو د حل لپاره خپله انرژي او وړتیا په کار اچولو ته همت ویل کېږي.

که د ژوند ملګری/ملګرې ته‌اکئ!

لاندې خبرې ولولئ او بیا د ژوند ملګری /ملګرې او مینې په اړه تصمیم ونیسئ:

- حقیقي مینه په تصادفي ډول نه رامنځته کېږي، بلکې وخت او د یو بل پېژندلو ته په کې اړتیا ده.

- حقیقي مینه ارامه او خاموشه احساس دی.

- د حقیقي مینې په اړیکه کې ځان مقابل شخص او نورو اړونده ټولو اشخاصو په اړه عاطفي فکر شتون لري.

- حقیقي مینه د وخت او حالاتو محتاجه نه ده.

- د حقیقي مینې په اړیکې کې ټولې هڅې د مقابل شخص ارزښتونو ته درناوي پورې تړلې وي.

- حقیقي مینه کې د وفا او هر حالت کې یو بل پالنې ضمانت شتون لري.

- په حقیقي مینه کې د مقابل لوري د یادولو لیدلو لپاره مشخص وخت نه وي.

- حقیقي مینه د ټیلیفوني اړیکو محتاجه نه ده.

- د حقیقي مینې په اړیکه کې یو کس غواړي، چې د خپل محبوب سره زیات وخت تېر کړي.

له منفي فکره انسانانو ځان لرې وساتئ!

زمونږ دنیا له هغو لاملونو ډکه ده، چې زمونږ هیلې له منځه وړي.

هغه انسانان چې ذاتاً منفي پالونکي کسان دي، که غواړي چې پر امکان پالی یا شوني فکر عملي کړي، نو باید تر ډېره د دې ډول کسانو له لورې ځورېدل ومني، خو که داسې نه شي کولای نو لږ تر لږه دې له داسې کسانو سره خپلې اړیکې کمې کړي او هیڅکله دې هم خپلې هیلې هغوی سره نه شریکوي.

د دې قانون یوه ځانګړې برخه په کورنۍ کې د منفي پالونکي شخص اوسېدل دي، که د ژوند شریک یا یو اولاد مو ډېر منفي پالونکی شخص وي، نو د یو او بل په مرسته باید هڅه وکړئ، چې منفي پالنه یې کمه کړئ، که څه هم دا کار به ډېر سخت وي، خو د مبارزې ارزښت لري.

افکار مو ولیکئ او د فکر لاره مو روښانه کړئ

امریکايي سناتور اس، ای، ها یاکاوا باور درلوده، چې د لیکلو زده کړه د فکر زده کړه ده. یو شی تر هغه وخته درته نه روښانه کېږي، چې ویې نه لیکې، زه فکر کوم دا له حقیقته ډکه خبره ده. لیکل تاسو فکر ته هڅوي، د فکر پراختیا ته مو اړ کوي او افکارو ته مو عملي بڼه ورکوي؛ خو دا کار اسانه نه دی.

د نوبل جایزې ګټونکي ارنیسټ همینګوی د دغې جملې په ویلو مشهور دی: (لومړی د هر شي چټل نویس ډېر بد وي، خو ښايي د دې لپاره چې یو ښه ترتیب شوی لیک ولرې، مجبور یې هغه څو ځلې ولیکې.) د لیکلو په پیل کې دې جملې زما په اړه هم صدق کړی دی، کله مې چې لومړی کتاب (پر دغو شیانو فکر وکړئ) لیکلو، د یوې سمې پاڼې د لیکلو لپاره مې لس پاڼې چټلولې، پر ما باور ولرئ، کاغذ ته مو د نظریو راوړل د دې هڅې ارزښت لري.

د بدلون لپاره لاس په کار شئ!

هره ورځ د نورو د ارزښت د ډېرولو لپاره کار وکړئ، یواځې دا بسنه نه کوي، چې له نورو سره د مرستې لارې چارې ولټوئ، که غواړئ بدلون راولئ، لاس په کار شئ.

دا هدفمن کار ته اړتیا لري، چې څه ډول پوه شم، چې ښه ورځ مې درلوده او که نه؟ که مو ځواب مثبت وي، بیا پوښتم، چې ایا نن مو د کوم کس په ارزښتونو کې ډېروالی راوستی دی، زما وروستۍ موخه دا ده چې نورو ته هغه کارونه وکړئ، کوم چې دوی یې نه شي کولای.

مادر ترز وایي: هیڅکله دې ته اجازه مه ورکوئ، چې هغه کسان چې ستاسو څنګ ته راغلي، له تاسو ناخوښ ولاړ شي، د خدای د مهربانۍ ژوندۍ بیلګه اوسئ، په څیره، کارونو او سترګو کې مو باید مهرباني له ورایه ښکاره شي، دا ډېر اسانه کارونه دي او ټول یې کولای شو، خو پایله یې خورا بډایه ده.

ستونزه غټېدو ته مه پرېږده

ژوند خامخا د ستونزو ډکه جوړه دی، لوړې ژورې لري، ډېر خلک په اسانۍ سره ځان د ستونزو قرباني کوي، ځان ورته تسلیموي او غوټ مات شي؛ خو د دې لپاره تر ټولو اسانه ښه کړنه دا ده، چې ستونزې باید غټېدو ته پرېنږدو، چې ځنګه هم ستونزه په مخه درځي، په هغه وخت یې له منځه ویوسئ.

ستونزې باید لوی کېدو ته پرېنښودل شي، په شروع کې باید د ستونزو حل وموندل شي، کله چې ستونزه دومره غټه شي، چې حل یې اسانه کار نه وي؛ نو مجبور یو ماته ومنو.

دا په یاده ولره او همیش ستونزو ته هر کلي ووایه، که ستونزې نه وای؛ نو پرمختګونه به هم نه وای، انسانان به ارام ناست وای او په لږ څه به بې صبر کولی. همدا ستونزې دي، چې پرمختګونه منځته راوړي، اول ناروغي منځته راشي بیا درمل ورته جوړ شي، اول اړتیاوې او ضرورتونه پیښ شي بیا موږ یې حل پسې شو، همدا ستونزې دي، چې انسانان پخوي او ستروي یې.

مرگ مه هېروئ!

سقراط نه د مرگ په وخت یو ملګري پوښتنه وکړه، چې د خپل ژوند لوی درس راته لنډ ووایه، هغه ورته له اوږد خنډ وروسته وویل د (مرګ تجربه) همدا خبره پخوانیو شنونکو په یوه بل ډول کړې وه (مرګ چې څومره سپین ږیرو ته یاد وي، دومره باید ځوانانو ته هم په یاد وي) په دې خاطر باید هره ورځ داسې تېره شي، چې انسان په کې فکر وکړي، چې دا مې د ژوند وروستی ورځ ده، باید ښه عملونه وکړو، الله تعالی په یاد وساتو، ځکه مونږ ټول ژوندي مخلوقات به د مرګ خوند څکو، څوک مخکې څوک وروسته.

انسانان باید هر وخت، هره ورځ او هر ساعت مرگ ته اماده اوسي، مرگ ته اماده ګي زمونږ په پوره دین، قوي عقیده او ایمان کې ده.

په خپلې وړتیا باوري شه!

د توماس ایډیسن مور وایي:
کله مې چې توماس مکتب کې واچولو، نو د ښوونځي مدیر د بې عقلی او تعصب د وجې توماس له مکتب څخه وشاړه، خو د دې مور د خپل زوی په وړتیا پوره باوري وه، نو د ښوونځي مدیر ته یې وویل، چې یوه ورځ به درته څرګنده شي، چې توماس څوک وو؟ کلونه وروسته توماس لوی عالم شو، همدغه وروسته پاتې هلک د ښوونځي د مدیر په نظر وکولای شول چې د دنیا تیاره په رڼا بدله کړي او برق یې کشف کړو، خپله وړتیا یې وښودله.

پاستور یو بل عالم دی، نوموړی وایي: له هغه رازه مو خبروم، چې زه پرې خپل هدف ته رسېدلی یم، زما یواځیني کامیابي زما په ثبات او ټینګار کې پټه وه.

جنرال مونکومره وایي: ما له ژونده دا زده کړه چې د کامیابی لپاره درې خویونه ډېر مهم دي:

۱- سخت کار کول.
۲- استقامت.
۳- زړورتیا.

لوی کارونه ترسره کړئ!

مخ ته ځه او د خلکو له نظریاتو مه وېرېږه که د ځان په اړه د نورو له لیدلوریو سره لاس او ګرېوان اوسې، هېڅکله به خپلو حقیقي وړتیاوو ته ونه شې رسېدلای، که چیرې د نورو لیدلوریو په پام کې ونه نیسې، په اسانۍ سره کولی شې، چې د خپل ژوند ځیني اړخونه په بل مخ کړي، که یې سخته وګڼئ یا اسانه ژوند روان دی او تېرېږي.

موخه مې دا نه ده، چې بې فکره اوسې او د ټولنې پر وړاندې او یا د هغو ځیزونو په اړه چې نور فکر کوي، بې باکه او نافرمانه شې؛ خو که بریالیتوب غواړئ، باید د ځان په اړه د نورو پرېکړو ته پرته له دې چې پرتا اغېز پرېباسي زړه ښه کړئ، که لوی کارونه ترسره کول غواړئ، د ځان په اړه د نورو هر ډول پرېکړه ومنئ.

څوک چې د خلکو له خبرو تښتي، لوی کار نه شي ترسره کولی، هغوی د خلکو له خبرو وېرېږي، دوی په دې نظر دي چې خلک به څه وایي.

د خلکو باور خپل کړئ!

Gain the trust of people

که غواړې چې مستقل او خپلواکه واوسې، نو نور باید تل د اړتیا پر مهال پر تاسې پوره باور وکړي.

څومره چې درباندې باور کېږي، په هماغه اندازه خپلواکه کېږې، پرېږده چې خلک د خپلو خوښیو لپاره پر تاسې تکیه وکړي، تاسې هیڅکله د هیڅ شي څخه ډار مه کوئ، خلکو ته هیڅکله لارښوونې مه کوئ، نو دوی به له تاسې پرته سم کارونه وکړی شي. ستر قوت دا دی، چې په خلکو پرته له جبره هغه څه وکړې چې تاسې یې غواړئ، که پر دوی د فشار له اچولو پرته یو کار کولی شئ، یا دوی په خوشالۍ هغه څه درکوي چې ستاسې هیله ده، بیا نو تاسې د ستر قدرت لرونکي یاستئ، د دغې مقام د ترلاسه کولو ښه لاره د باوري اړیکې جوړول دي، کله مو چې قدرت ترلاسه کړو، نو د لاس لاندې خلکو باندې دیکتاتوري مه کوئ، ځکه ستا د قدرت لاملین همدغه خلک دي، چې تاسې یې تر واکمنۍ او خپلواکۍ رسولي یاستئ.

حوصله

حوصله یانې په خپلو احساساتو کنټرول.

د ژوند په هر ډول وضعیت کې په خپل ځان او احساساتو باندې کنټرول ولرئ، ډېر داسې انسانان مې ولیدل چې په عادي خبرو ژاړي، په وړو خبرو جنګونه کوي او د معمولي ستونزې پر وړاندې تسلیمېږي او ماتې مني، په اصل کې دغه خلک حوصله نه لري.

ژوند په خپل لمن کې هر ډول حالات لري، کله ښه، کله بد، کله خوشاله، کله خپه، کله اسانه، کله ستونزمن، کله بریا، کله ناکامي او داسې نور... خو انسان باید حوصله وکړي او انسان باید د ژوند د یو حالت سره په دایمي ډول توافق ونه کړي، دا هر څه باید د ژوند حقیقت وګڼي او ځان د هر ډول حالتو مخامخ کېدو لپاره عادت کړي.

ځیني خلک د بې حوصلګی له وجې خپل ځان، حتا خپله ټوله کورنی تیارو ته ور اچوي.

هغه گناه چې جنت ته دې بیایي

ایا پوهېږې، چې یوه داسې گناه شته چې تا جنت ته داخلوي او یوه داسې نیکي شته چې تا دوزخ ته بیایي.

گناه دا ده چې یو څوک گناه وکړي او هغه گناه یې په یاد وي، د هغې له کبله په ده کې عاجزي او پښیماني راشي، الله ج ته متوجې شي او توبه اوباسي، نو الله تعالی به اخر کې ورڅخه راضي شي او بالاخره به جنت ته داخل کړي، په دې ډول یې گناه جنت د داخلېدو سبب شوه او داسې نیکي چې تاسې به دوزخ ته داخل کړي. کله چې یو څوک یو ښه کار وکړي، تل یې یاد ساتي، چې ما خو پلاني وخت کې داسې ښه کار وکړ او په دې ډول ځان ښکاره کوي، یا ریاء کوي، د دې یادولو له کبله یې په زړه کې لویي او غرور راځي، ځان لوی سړی ورته معلوم شي او نورو ته په سپکه وگوري او ځان ورته د دنیا نیک انسان ښکاري، په دې کار سره الله ج ناراضه کړي او په اخر کې یې دغه نیکي دوزخ ته داخل کړي، چا څومره ښه ویلي (هندو سترې؛ خدای ناراضه!).

ټیلیفوني سکس اړیکې

د ټکنالوژۍ له پرمختګ سره که سهولتونه رامنځته شوي، خو ډېر فساد ته هم زمینه برابره شوې ده، ډېر داسې ځوانان او انجونې مې ولیدلې، ډېرې کیسې مې د هغه خلکو په اړه واورېدلې او ډېر داسې جرمونه مې ولیدل، چې د ټیلیفون د غلط استعمال له وجې رامنځته شوي، ډېرى ځوانان په موبایل باندې نامشروع اړیکې ساتي، د بېلګې په توګه د یوې جینۍ سره د هوس او شهوت په اړه خبرې کیسې کول، د موبایل اړیکې او خبرو له لارې خپل شهوت او جنسي غریزه پوره کول، په موبایل د هغه غړو نومونه یادول، چې د دواړو اړخونو جنسي خواهشات راپاروي او بیا د لاس په واسطه خپل ناجایز ضرورت رفعه کول...

ډېرې نجونې چې په حیاء سره به په کور کې ناستې وې، هغه هم نن ورځ له

ټولې نړۍ خبرې دي، څکه فسبوک ګوري، یوټیوب ګوري، واټساپ یې فعال کړی دی، ټیک ټاک ته یې لاسرسی پیدا کړی دی، څه یې چې خوښه وي هغه ګوري، له هر چا سره چې وغواړي اړیکه نیولی شي.

د ټیلیفون په اساس اړیکو کې د سپکو اشخاصو ترمنځ لیدل اکثره په بازارونو، میلو او ګڼه ګوڼې ځایونو کې کیږي.

د انجونو او هلکانو لپاره پکار ده، چې د ټیلیفون فضول استعمال پر ځای په یو نیک کار کولو خپل ساعت تېر کړي، لمونځ وکړي، قران کریم تلاوت کړي او نور د خیر کارونه وکړي او هڅه وکړئ، چې د رب له طرفه په درکړل شویو نعمتونو شکر اوباسئ، او د دوه مهمو نعمتونو عزت او وقار ساتنه وکړئ.

CamScanner

مخکې له دې چې ناوخته شي

د پنځو فرصتونو څخه د هغې تر زوال مخکې ګټه واخلئ:

۱. د خپلې ځوانی، مخکې له دې چې زوړ شې.
۲. د خپلې روغتیا، مخکې له دې چې ناروغ شې.
۳. د خپلې شتمنی، مخکې له دې چې غریب شې.
۴. د خپل فارغ وخت، مخکې له دې چې مصروف شې.
۵. د خپل ژوند، مخکې له دې چې مړ شې.

دا ټکي په یاد ولرئ:

- که ځوانان یو، نو باید پرهېزدو چې ځواني مو د سترګو رپ کې په فضول او بیهوده عملونو تېره شي.

- که نن روغ یو، باید خپله روغتیا تر ناروغۍ پرهېزدو او د الله تعالی شکر ادا کړو او د روغ صورت لپاره ورزش د ژوند ضرورت وګڼو.

- که نن شتمن یو، نو باید خپل انساني مسؤلیتونه د غربت حال ته پرهېزدو.

- که نن وخت لرو، نو له وخته باید استفاده وکړو، تر څو اینده کې د مصروفیت له وجې سر ګرولو ته اوزګار شو.

- که نن ژوندي یو، باید هغه عملونه وکړو، د کومو لپاره چې دنیا ته راغلي یو.

انسان پاتې کېدل

هو باید انسان پاتې شو، له بده مرغه زمونږ لوستي کسان لا حتا د رښتيا اوربېدو زغم نه لري، رښتيا ويلو او اورېدلو زغم زمونږ په ټولنه کې ډېر کم دی، مخصوصاً نن سبا دې چې لږه ظاهري وضعه جوړه وي، لږ په لوکس موټر کې ناست وي، نو ځان ورته بيا جامع الکمالات ښکاري او په دې سره انسانيت تر خپو لاندې کوي او تر لاس لاندې خلکو باندې کبر کوي او حتا په سپکه سترګه ورته ګوري.

د انسان پاتې کېدو لپاره باید یو انسان په ځان پېژندنه او پوهېدنه کې ځان ورسوي، د ځان پېژندنې لپاره درې معيارونه دي، چې انګليسي کې ورته VITALS وايي:

۱. علاقه يا Intrest: کوم کار مو ژوند کې خوښ دی، يا تاسې څه خوشاله کوي.

۲. Temperame: ستاسې طبيعي استعدادونه چې ځان پېژندنه کې مهم رول لري.

۳. د ژوند هدف Life Mission: ستاسې په ژوند کې هدف څه دی، دغه هدف د ځان پېژندنې په مانا دی.

څو شیبې له احمقانو سره

کله چې روسانو سپوږمۍ ته یو راکټ وتوغاوه، نو له بیرته راستنېدو سره سم یو بیړۍ چلوونکي د روسیې کمونست ګوند مشهورې مجلې پراودا ته په مقاله کې ولیکل: مونږ اسمان ته لاړو، خو هلته مو نه الله تعالی ولیده، نه د هغه ملایکې، نه جنت او نه دوزخ.

د دې پر ضد ښاغلي احمد حسن الزیات په مجلة الرساله کې د کمونېزم په اړه ښکلې مقاله ولیکله:

(احمقانو) تاسو ته خو حیرانتیا پکار ده، چې الله تعالی خو په سپوږمۍ کې نه؛ بلکې د عرش دپاسه دی، په جنت کې به باغونه، حورې او غلمان ووینئ، د کوثر اوازونه به واورئ، د دوزخ لمبو غړونه به دې تر غوړونو درورسېږي، خو ستاسو ذهنونه الحاد او کفر خوړلي دي، چې هیڅ سبا نه لري، داسې ځمکه ده، چې هیڅ اسمان نه لري او داسې عمل دی چې هیڅ نتیجه نه لري.

د حل لپاره بحث

فرضيې مه لټوه د حل په اړه بحث وکړه، له ناکامانو پرته نور خلک عذرونه لټوي، ناکامان هر وخت عذرونه جوړوي، تر دې چې د عذر جوړولو هنرمندان وګرځي، نو هر کله چې د ژوند ګرداونو کې راګير شوئ، عذر او بهانې مه لټوئ، بلکې په خپله تېروتنه اعتراف وکړئ او د ستونزو د حل لپاره مناسبې حل لارې ولټوئ، که د ستونزو پر حل بريالی نه شوئ، د هغه چا څخه مشوره واخلئ، چې پر ځان باور لري، ځکه هغه څوک چې په ځان نه بلکې پر نورو باور لري، مشوره يې هيڅ ګټه نه لري.

د ستونزې ترڅنګ يې د پايلې په اړه فکر وکړئ، وبه مومئ چې ډېره اسانه وه يواځې زمونږ فکر لويه کړې وه.

د نظرونو په اړه بحث وکړه؛ نه د خلکو!

په هر مجلس کې ځيني بحثونه رامنځته کیږي، لکه پلانکي داسې وکړل، پلانکی هلته لاړو، د پلانکي لور یا ښځه وظیفه کوي، یا پلانکی ډېر ازاد خیاله انسان دی، د دغه بحثونو پر ځای په مجلس کې یواځې په مفکورو بحث وکړئ، د خلکو په اړه د فضول بحث نه ډډه وکړئ.

کله چې د مجلس بحث په خلکو راوګرځېدو، نو پرېږدئ يې او بحث ودروئ.

هر کله مو چې د خلکو پر ځای په مفکورو بحث وکړ، تاسې د خلکو سره د کینې او هغوی ته د زیان رسولو ځان وژغورو.

همیش د هغې څه د یادولو یا په هغې شیانو د بحث کولو ځانونه وژغوري، چې خلک يې بد ګڼي او کینه رامنځته کول او کرکه او شخړې ورسره ډېرېږي.

شعور

پوهان وايي، چې عقل او شعور درې طبقې لري:

۱. کله چې انسان د بدې خبرې ځواب په بده خبره سره ورکوي، په بل عبارت د لوټې په ډبره ورکوي.

۲. کله چې انسان د بدې خبرې په مقابل کې خاموشي غوره کوي او هيڅ نه ورته وايي او پر خپل حال يې پرېږدي.

۳. کله چې انسان يواځې پر خپلو احساساتو باندې کنټرول ولري، يانې د بدو اخلاقو يا خبرو ځواب په خبرو ورکړي.

که د شعور همدا طبقه سړی استعمال کړي، نو په ټولنه کې به د ښو اخلاقو درجه خورا لوړه شي.

ايا داسې ځوک شته، چې د بد سلوک پر وړاندې خپل جذبات کنټرول کړي، بس د ځان د اصلاح پيل د نورو د سمون لاره ده.

د وخت نه مدیریت مو نړوي!

خرچې بندې کړه او بیا وگوره چې څوک مو رښتیني ملگری دی.

یو سړی وو، د ملگرو سره به یې ښه چلند کاوه، ما به ډېر خلک لیدل چې شاوخوا به یې راټول وو، د اونۍ په زیاتو ورځو کې به یې ورسره ډوډۍ خوړله، چای به یې څښل، خو کله چې نوموړی ناروغ شو او لگښتونه یې بند شول نو هیڅ خیرخواه او مرسته کوونکی ملگری یې ونه لید.

کله چې په ژوند کې لگښتونه او خرچې بندې شي، رښتیني زړونه رابرسیره کېږي، دروغجن او چاپلوسان پېژندل کېږي، نو ټول هغه خلک چې د خوښۍ او مالدارۍ په وخت کې مو شاوخوا ته وي، ملگری او خیرخواه یې مه گڼه، ځکه د سختۍ او ستونزو پر مهال یې هر څه ښکاره کېږي، چې دوی ستا رښتیني ملگري وو او که ستا په جیب کې د پیسو ملگري.

د نفس روغتیا

د نفس ناروغتیا عبارت د خورا کنجوسی (بخل) د خواهشاتو پیروي او هر چاته د خپلې خبرې وزندارې معلومېدل او پرې ټینګار کولو څخه ده دا درې واړه کارونه سړی د الله تعاله له بنده ګی د نورو د بنده ګی په لور راکاږي، چې له هوا، تکبر او غرور څخه عبارت دی.

کنجوسي هغه ناروغي ده چې کله پرې څوک اخته شو، نو بیا قرباني ورکولو ته نه شي اماده کېدای.

کله چې د کنجوسی په ناروغی څوک اخته شو، نو بیا ورو ورو د قربانی او فداکاری روحیه له لاسه ورکوي او خبره تر دې اندازې رسېږي، چې په هر څه یې زړه نه کېږي، نو بلکل د بخل غلام او بنده وګرځي.

الله ج فرمایلي دي:

څوک چې د نفس د بخل څخه وژغورل شي، نو بس همدې بریالي دي.

دوه بې لارې ډلې

حضرت حذیفه رض څخه روایت دی چې فرمایي:

زه د محمدي امت دوه دوزخي ډلې ښې پېژنم، یوه ډله به وایي له مونږ وړاندې خلک بې لارې وو، په شپه او ورځ کې پنځه لمونځونو ته څه اړتیا ده؟ لمونځونه خو له شک پرته دوه دي سهار او ماښام.

بله ډله به وایي: ایمان له شک پرته کلام دی، که څوک زنا کوي او که څوک وژني.

په دواړو حدیثونو کې د دوه ډلو وړاندوینه شوې ده، یوه ډله د پنځو لمونځونو پر ځای درې یا دوه لمونځونه مني او دویمه ډله په دې خبره عقیده لري، چې ایمان په ژبه کلیمې ویلو ته وایي، عمل له دې سره هیڅ اړیکه نه لري، یانې د چا زنا کول یا څوک وژل د هغه ایمان ته هیڅ زیان نه اړوي.

نن ورځ دا ټولې ډلې شته دی، چې خپله هم بې لارې دي او نور هم بې لارې کوي.

په کومو خبرو چې انسان مرتد کېږي هغه د کافر ملګرې کول، د مسلمانانو په خلاف له کافرو سره مرسته کول او د اسلامي شعایرو مسخره کول.

ابن الوقت

ابن الوقت ته په عامه اصطلاح فرصت طلب ويل کېږي، ابن الوقتي اکثره په لوستو خلکو کې زياته پيدا کېږي.

ابن الوقت هغه څوک دی، چې د ريا په اساس له حالاتو د ځان په ګټه استفاده کوي او چې حالات بدل شي، دې هم خپله خرمن بدله کړي.

عام او نالوستي خلک د فرصت طلبۍ سره چندان اشنا نه وي، ځکه دوی حالات سمدستي درکولی او ځان ورسره برابرولی نه شي، دا طبقه خلک د غوړه مالۍ په مرض اخته وي، چې غوړه مالي هم ريا ده، غوړه مالي يعنې د يو شخص د تېر ايستلو په خاطر هغه څه ويل چې بلکل حقيقت نه لري خو وايي.

غوړه مال معمولاً د يو فرد تېر ايستلو کوښښ کوي او ابن الوقت فرصت طلبی دی او ډېر نوښت او ډېره چلبازي غواړي.

د ملګرو له تېروتنو تېر شه

که د کوم ملګري ټولې خبرې دې ښې وي، یوه یا دوه په کې ستا نه خوښېږي، نو د همدې یوې یا دوه خبرو له کبله له هغه سره اړیکې پرېښودل ښه کار نه دی.

دا چې انسان له څلورو شیانو څخه ترکیب شوی دی؛ نو ته څنګه کولی شې، چې په یو ملګري کې ټول عادتونه او خویونه ومومې.

ته چې د کوم ملګري سیرت او صورت ښه ګڼې له طریقو څخه پرې مطمئن یې، کله چې په کې کوم عیب پیدا شي او هغه د ډېرو ښه خصلتونو ښه خاوند وي؛ نو له لږې تېروتنې څخه ورتېر شه، له هغه څخه مه خپه کېږه د هغه په اړه د خپل خواهش مطابق فیصله مه کوه.

جعفر بن محمد خپل زوی ته وویل: زویه! که ستا په ملګرو کې درڅخه یو ملګری درې ځله خپه شو، خو ستا په اړه یې یوه غلطه خبره هم ونه کړه، نو له هماغه سره ملګرتیا وکړه، ستاسې رښتینی ملګری دی، که په کوم وخت کې ترې تېروتنه وشوه، ورته ببښنه کوه، انسان د سهوې او خطاء سره مخ دی، د ملګرتیا دا حق دی، چې کله له یو چا تېروتنه وشي، باید بل یې ورته معاف کړي. ملګری رښتیا د هغه له ورکولو څخه غوره ده.

ځان پېژندنه

د انسان د ژوند د پرمختک لومړنی شرط ځان پېژندنه ده.

مخکې له دې چې نړۍ او نور خلک وپېژنو، نو لومړی باید ځان وپېژنو.

د نړۍ هیڅ یوه بریا له ځان پېژندنې پرته نه ده رامنځته شوې.

ځان پېژندنه یانې خپلې نیمګړتیاوې او وړتیاوې پېژندل او د هغې پر اساس د ښو او بدو ترمنځ تفکیک کول دي.

ځان پېژندنه ډېرې ګټې لري، خو دوه ګټې یې دا دي:

۱- د خپلو وړتیاوو لیدل، چې یو انسان په ژوند کې د بریا په لور سوقوي.

۲- د خپل شخصیت پېژندل، دا په دې مانا چې د هر چا منفي خبرې له نظره وغورځو او ورپسې لاړ نه شو، چې دا مو په شخصیت بد تاثیر کوي.

CamScanner

ژوند په عزت، چارې په باور

کیم وو چونګ په خپل کتاب Every Street is Paved With Gold کې یو ځای لیکي، چې: ژوند کې ځیني داسې ارزښتونه شته چې انسان یې باید هیڅکله ونه بایلي، په ټولو کې ډېر ارزښتمن یې عزت او باور دی.

که د ژوند بایلل مـرګ دی، نو د عزت او باور بایلل هم په ټوله کې ستاسې د ژوند پای ده.

پیسې بایلل داسې عمل دی، چې سر ټیټي نه لري، بیرته یې ګټلای شې، ځکه د مصرف شی دی، خو په ټولنه کې خپل عزت په هیڅ صورت د لاسه مه ورکوئ، دا باید مهم وګڼئ او ساتنه یې وکړئ، چې بیرته نه راګرځي.

که چیرته د یو با عزته انسان نوم واورئ؛ نو ښه عملونه یې رایادېږي او که د یو بې عزته انسان نوم واورئ؛ نو بد عملونه یې دریادېږي.

عزت او بې عزتي په ذهن مستقیمه اغېزه کوي، با عزته ژوند وکړئ، ذهني سکون به ولرئ.

هغه خلک چې نه غواړي بدلون وکړي

هغه خلک چې نه غواړي بدلون وکړي، هغه خلک دي چې ځان د ثابت ذهنیت خاوندان بولي، دا خلک په دې نظر دي، چې مونږ نه بلکې دنیا باید بدله شي، ځکه ددوی سوچ او فکر داسې جوړ دی، یانې دوی فکر کوي، چې زه هر څه یم او ما هر څه کړي دي، نور باید هیڅ څه ونه کړم او که کوي یې نو نور یې باید وکړي او هر څه باید دوی په خوښه مخته لاړ شي.

دا ډول خلک همیش ځان سره په دې فکر کې دي، چې خلک او نړۍ باید زمونږ احسانمنده وي.

دوی په دې تصور دي چې مونږ د بریالیتوب اوج ته رسیدلي یوو او کومې وړتیاوې چې لرو دا زمونږ لپاره کافي دي، خو په اصل کې د دې فکر خاوند د ټولنې تر ټولو وروسته پاتې طبقه ده، ځکه دنیا د تغیر په حال کې ده، باید ځان ورسره اعیار او بدل کړو.

0777111038

ناکامه هڅه

کله کله ستونزه دا وي، چې یو انسان لږه خواري کوي، بلکې ستونزه دا وي چې خلک ډېره خواري کوي، خو په ناسم ډول یې کوي، مونږ د داسې خلکو په اړه اورېدلي، چې تر نیمو شپو مطالعه کوي او یا هم د دې لپاره چې په ټولګي کې له نورو ټولګیوالو مخکې شي د ځان لپاره استاد نیسي.

دا خلک زیار باسي؛ خو سوچ او فکر یې عموماً د ودې یا د اینده نه وي، د دوی تمرکز د زده کړې په مینه او یا په یو څه د پوهېدو په اړه نه وي، بلکې یواځې په دې خاطر هڅه کوي چې مور او پلار او یا تربورانو ته ځانونه ښه ثابت کړي، چې ولا مونږ هم درس وایو، چې دا په اصل کې یوه ناکامه هڅه ده، چې دا خلک یې د درس ویلو لپاره نه بلکې د ځان ثابتولو لپاره کوي، تر څو نورو ته ځانونه ښه ثابت کړي.

د بدلون ورتیا

بدلون کېدای شي سخت وي، خو تر ننه مې نه دي اورېدلي، چې بدلون یا تغیر مې په دومره سختۍ نه ارزېده، ځکه بدلون خپله د کامیابۍ یوه هڅه ده، نو کله چې هڅه وکړئ، خامخا یې په نتیجه کې یو څه لاسته راوړئ؛ نو هیڅکله په خپله هڅه پښیماني مه ښکاره کوئ.

هغه خلک چې وایي بدلون په هڅه ارزي، دوی ښایي، یوه منطقي توجیه ولري، چې د بدلون په نتیجه کې یې ترلاسه کړې. دوی چې بدلون کړی هغوی تاسې ته په اطمنان سره ویلی شي، چې ژوند یې د مخکې په نسبت څومره ښه شوی دی، هغوی درته په هغو څیزونو غبرېدلی شي، چې پخوا یې نه لرل او له بدلون وروسته یې لري، یا هغه لارې چارې چې پخوا یې نه احساسولې او اوس یې احساسوي.

که یو څوک وپوښتي، چې ایا بدلون د یو شخص ټولې ستونزې حلولی شي؟

ځواب به ورته (نه) وي؛ خو د یو شخص ژوند د مخکې پر نسبت ښه کولای شي او انسان زړه ور او پر ځان باوري کولی شي.

د ښځې ضرورت نه پوره کول

له لاس څخه په کار اخیستو سړی نه شي کولی، له واده وروسته د ښځې خواهش او ضرورتونه پوره کړي، دا ځکه چې ده هر څه بایللي وي، له همدې کبله په کورني ژوند کې کرکه او نفرت رامنځته شي، نو څوک چې په دې ناوړه عمل اخته وي، باید د دې مرض سمدلاسه علاج شروع کړي.

د حل لاره یې د استغفار ډېر ویل، د خیالونو او تصوراتو کنټرول، ګټور کتابونه لوستل، په ټولنیزو چارو کې برخه اخیستل او د روژې نیول دي.

کوم ځوانان چې په دې ناوړه مرض اخته وي، د پوستکي او مخ رنګ به یې ژېړ وي، د سترګو نظر به یې کمزوری وي، که د شیطان وسوسې مو دې کار ته هڅوي، نو د شیطاني وسوسو د دفعې لپاره باید د خوب پر مهال تنها ویده نه شئ، د کورنۍ د غړو سره ویده کېږئ، د ځان سره قوي عزم وکړئ، چې تر مرګه به دا کار نه کوئ، که بیا هم مجبور شوئ؛ نو ځان او فکر مو په یو کار مصروف کړئ، که ډېره درباندې سخته شوه، لمانځه ته لاړ شئ، د ملګرو سره په سفر ووځئ او استغفار ووایاست.

په دې حل لارو سره به مو راتلونکی ژوند له خوښیو ډک وي. انسان باید د ځان لپاره نه بلکې د نورو لپاره ژوند وکړي.

دپاتي برخي لپاره دي نمبر ته مسج وکړي
+93777111038

مینه

مینه هغه احساس دی، چې انسان په رواني او جسمي ډول د یو بل کس لپاره قرباني او سربښندنې ته اماده کوي.

تاسې که بازار ته لاړ شئ، بې شماره مئینان به موټر سترګو شي، چې خپل کالي به یې ډېر زاړه وي، خو د ځان پر ځای به خپلو بچیانو ته دوکان کې نوي کالي اخلي، ځکه چې دوی پر خپلو بچیانو مئینان دي او دا حقیقي مینه ده.

خو که چیرته په سړک رواني یوې جینۍ ته یوه هلک ورغږ کړي، چې ای جینۍ! زه تا سره مینه لرم. نو هلک به په هر اړخیزه ډول سره د خلکو مخالف غبرګون سره مخ شي، پوهیږئ، ولې؟ ځکه چې دلته د هلک مینه ربښتینې نه ده، هلک دا کار د مینې د احساس له مخې نه دی کړی، بلکې د هوس تر تاثیر لاندې راغلی دی او دا خبره یې کړې ده، دلته مینه بې ځایه کارول شوې ده او دا حقیقي مینه نه ده.

په اصل کې د انسانیت ابتدا د مینې له مخې شوې ده او د انسانانو تخلیق د مینې لپاره شوی او هره اړیکه چې په تصادفي ډول سره په لارو کوڅو کې جوړیږي، د هغوی اساس یواځې هوس او جنسي غریزه کېدلی شي.

د ښځې او خاوند ترمنځ توافق

د ښځې او خاوند ترمنځ توافق هغه وخت رامنځته کېږي، چې دوی په ټولو مواردو کې سره هم نظري واوسي او د يو بل ترمنځ متقابل احترام او د اړيکو پاللو ورتياوې ولري.

يو کس څومره ښه وايي:

دا ممکنه نه ده، چې ښځه او خاوند دې د يو بل په ټولو انګېرنو او تمو کې سره هم نظره اوسي.

نوموړی وايي: چې د يو ښه او ګډ ژوند لپاره بايد د امکان تر حده ښځه او خاوند په ډېرو مواردو کې توافق ولري.

جان ګاټمن وايي: که چېرته د ښځې او خاوند په اړيکه کې خاوند په دې نظر وي، چې زه به هيڅکله د ښځې په خوښه دا کار ونه کړم، نو تر ټولو ضعيفه اړيکه به د همدې خلکو ترمنځ وي.

دا ډول خلک به هيڅ وخت نه د کورني ژونده او نه له جنسي اړيکې خوند واخيستلی شي، څکه متقابلې کړنې يې ټولې په خپله خوښه دي.

خپلې ورځتیا ته پام وکړه!

منفي او لنډ پاره خلک ډېر ژر حالاتو ته زړه تنګوي او غوسه کېږي، داسې خلک به د یو کار کولو توفیق ترلاسه نه کړي او نه به ورته د ژوند بندې دروازې بیرته شي، ځکه دا خلک ډېر محدود سوچ او فکر لري، دوی د خپلو فعالیتونو د ښه کولو لپاره ځانګړې وړتیاوې لري، خو لاس تر زنې ناست دي او ژوند یې په پخوانۍ ښه روان کړی دی.

که یو سړی د موسیقۍ ښه وړتیا لري، خو خپلې دې وړتیا ته یې پام نه وي او په یو کونج کې په چیغو چیغو ژاړي، چې زه ولې یو ښه انځورګر نه شوم؛ نو دا په خپلو شته نعمتونو او وړتیاوو ناشکري کوي او د انسانیت د خالق سره خیانت کوي.

هیڅوک هم ډاکټر نه دی پیدا شوی

جاګ بګیر وايي:

هیڅ داسې پېښه نشته چې یو انسان دې پیلوټ، ډاکټر یا انجینر زېږېدلی وي، یعنې هیڅوک هم د وړتیا سره دنیا ته ندي راغلي، دا هر څه چې دي، وړتیاوې یا ځیرکتیا یا بل هر څه د پرله پسې زده کړې په نتیجه کې ترلاسه شوي.

نوموړی وايي: کوم خلک چې په خپلو ثابتو وړتیاوو باور لري، دا خلک حتمي بریالي دي او دوی کولای شي، چې هر شی وغواړي، هغه جوړ شي، لکه ډاکټر، معلم، انجینر او...

که غواړې په لومړی درجه اوسې او د نورو خلکو په نسبت د غوره توَب احساس وکړې نو د وړتیاوو د لاسته راوړلو لپاره باید د دوامداره فکر پر ځای عمل وکړې.

نیوکې مو ورټیاوې په ډاګه کوي

ای با ارزښته ځوانه! با ارزښته اوسه او هغوی چې همیشه ستا له وړتیاوو انکار کوي، همیشه هڅه کوي چې تاسې او شخصیت مو د کمترۍ په حس اخته کړي؛ په وړاندې یې یو دریغ وښایه، خپلې وړتیاوې ورته په ډاګه کړه، تل هڅه وکړه، چې د داسې اشخاصو په وړاندې د اوله درجه پاتې کېدو کوښښ او پلان ګزارې وکړې او ټول پلانونه مو عملي کړې.

تر هغې پورې هڅه وکړه، تر څو چې ستاسې کړنې او هڅې د داسې اشخاصو د نظریاتو او نیوکو په وړاندې ځواب ګویه اوسي، په ژوند کې د مخکې تګ لپاره د نورو له نیوکو څخه صرف نظر کړه، ځکه که په نیوکو ډېر تاکید وکړې، د پرمختګ مخه دې ډب کېږي.

د عادتونو بڼه

عادتونه هغه کړنې دي، چې د انسان د سلوک یوه برخه ګرځېدلې وي او په دوامدار ډول یې په غېر شعوري ډول ترسره کوي.

د عادت بڼه زمونږ شخصیت سره مستقیمه اړیکه لري، که مو عادتونه ښه وي، نو پر شخصیت مو مثبت او که بد وي نو برعکس یا منفي اغېز کوي.

انسانان کولی شي چې د مطالعې په واسطه یا هم د فزیکي کار یا ورزش په واسطه خپل بد عادتونه لکه نشه، دروغ، کبیره او صغیره ګناهونه په ښو عادتونو بدل کړي.

د عادتونو بڼه مو د ژوند بڼه ټاکي، ښه عادتونه ښه ژوند او بد عادتونه بد ژوند درکوي.

خوش باوري او بد گماني

د غوره شخصیت یوه ځانګړنه خوش باوري ده، چې په هر انسان یې کوي. په حقیقت کې خوش باوري یوه ښه اصل دی، چې یو انسان یې لري، خوش باوري دې ته وایي، چې په یو انسان باندې د بد ګمانی ضد ښه ګمان کوې.

بد ګمانه شخص هیڅکله خوشاله نه شي اوسېدلی، او تل به د نورو سره په جنجال اخته وي، د نورو خلکو ترڅنګ به یې خپل ژوند هم ډېر تریخ وي، همیشه به غیبت او حسد غوندې ګناهونو کې خپل وخت ضایع کوي.

که غواړئ ژوند مو ارامه او نور درسره مینه وکړي، د بد ګمانی د مرض څخه ځان خلاص کړئ.

ظاهري بڼه او شخصیت

ظاهري بڼه ستاسې د شخصیت ښکارندوی کوي، کله چې د لومړي ځل لپاره تاسې سره څوک مخامخ شي، نو په لومړیو کې ستاسې د شخصیت په اړه پرېکړه کوي او د خلکو لومړنی نظر زمونږ په ظاهري بڼه یانې لباس، نظافت، سلیقه، څیرې وضعیت او بدني حرکاتو باندې لګېږي، دې ته په انګلیسـي کې The First Impression is the last impression وایي. یانې لومړی تاثیر وروستی تاثیر دی.

نو مونږ باید خپله ظاهري بڼه او خپل ځان په سنګین وضعیت کې وساتو، ځکه ټول انسانان په فطري ډول سنګین او با شرفه اشخاص خوښوي. ظاهري بڼه مو باید د ټولنې او مجلس سره برابره وي.

زمونږ ظاهري بڼه زمونږ په ځان باور او اعتماد سره مستقیمه اړیکه لري.

د خپلو غوښتنو څخه تېرېدل

د خپلې خوښې او ذوق څخه د نورو د گټې په خاطر تېرېدلو ته قرباني او سرښندنه وايي.

ډېر کسان به مو ليدلي وي چې په خوله د هر چا سره د مرستې لاپې وهي، خو چې د عمل ځای راشي، بيا شاته کېږي، دا ډول کسان تل د خجالتی سره مخ وي او دا کار يې شخصيت ته زيان رسوي؛ خو برعکس هغه کسان چې د عمل په ميدان کې تل د نورو د خوښيو لپاره د خپلو غوښتنو څخه تېرېږي، دا کسان په اصل کې د نورو لخوا د رښتيني درناوي مستحق دي.

خوشالي او خپګان

انسان باید په هیڅ حالت کې د خپل شخصي حریم څخه بیرون نه شي، ځیني انسانان به مو لیدلي وي، چې د خوښۍ پر وخت کې هیڅ په خپلو احساساتو کنټرول نه لري او ځیني د خپګان او غوسې پر وخت کې بې ځایه چیغې وهي، چې دغه غبرګون مو په شخصیت او کړنو ناوړه اغېزه کوي.

موږ باید په هر حالت کې سنګین او ارامه اوسو، ځکه همدا مو شخصیت د درناوي تر مقامه رسوي، کله چې خوشاله اوسئ، نو په ارامه وخاندئ، تر څو غم مو راویښ نه شي او کله چې خپه وئ، نو بیا په ارامه وژاړئ تر څو خوشالي مو نا امیده نه شي.

هوَس

د خپل وجود د ا ړتیاوو او نـفسي غوښتنو د پوره کولو لپاره د یو شي یا یو کس غوښتلو احساس ته هوس ویل کېږي.

اکثره هوس په تصادفي ډول راپارېږي او پوره کېدو څخه وروسته بیرته سړېږي.

د جنسي هوس ناروغی باندې اخته کسان هر وخت لکه د ښکاریانو په شان د مختلفو اشخاصو څخه د خپل هوس تندې د ماتولو په لټه او تکل کې اوسي.

د دا ډول مریضانو د اړیکو یواځینی هدف د نورو خلکو سره جنسي تنده ماتول وي، له دوی سره د حقیقي مینې او درناوي په نوم هیڅ داسې کوم احساس شتون نه لري، تر څو نورو ته یې ورکړي دا ډول ناروغان په خپله روغتیا، استعداد، پیسه، وخت او په ټولنه کې د احترام او درناوی ترڅنګ خپل ټولنیز موقف او هر څه د جنسي تندې د تکمیل په خاطر له لاسه و رکوي. شهواني غریزه د دوی په عقل داسې پرده اچوي، چې دوی د خپل حیثیت څخه بیخي ناخبره وي او ورځ تر بلې خپل عقل او شخصیت له لاسه ورکوي او خپله شهواني اړیکه تر فزیکي تماس پورې محدودوي.

تر ټولو لویه بدبختي

د انسان لپاره تر ټولو لویه بدبختي دا ده، چې دی مړ شي؛ خو ګناهونه یې ژوند وي.

د مثال په ډول په ټولنیزو شبکو کې د غیرې اخلاقي او ناروا ویډیوګانو خپرول او یا هم لیدل او په ټیک ټاک او نورو ټولنیزو رسنیو کې داسې کړنې ترسره کول، چې نه یې ټولنه ایجابوي او هم د اسلام سره په ټکر کې وي، تر ټولو لویه بدبختي ده.

هغه وګړي چې ویډیوګانې د موبایل له لارې یو بل ته انتقالوئ، دوی به تل د الله تعالی په عذاب کې راګیر وي. دا ډله کسان د هغه انسانانو په لېست کې راځي، چې دوی به مړه شي، خو ګناه به یې ژوندی وي.

انسان باید هغه عملونه وکړي، چې هم د الله تعالی په نزد او هم د خلکو په نزد د خجالتی او شرمنده ګی احساس پرې ونه کړي، تل باید هغه کارونه ترسره کړو، چې صدقه جاریه وي، چې له مرګ وروسته به یې هم ثواب جاري وي.

له الله تعالی سره مو اړیکه رښتینې کړئ!

همیشه دا په یاد ولرئ، چې رزق، مرگ، ژوند، عزت او ذلت د الله تعالی په لاس کې دی او ورکونکی یې الله دی، که مو په دې خبرو عقیده او ایمان ولرلو، نو هیڅکله به د ناامیدۍ او ناهیلۍ احساس ونه کړئ، نو د ژوند ټولې چارې مو د لوی رب پورې وتړئ، ځکه هغه ذات یې په ډېر ښه ډول ترسره کوي.

ځینې خلک چې کمزورې عقیده او ایمان لري، هغوی بیا هر څه په بل پورې تړي، تمه او تکیه هم په انسانانو کوي، دې ډول خلکو په حقیقت کې خپل رب ته رجوع نه ده کړې.

هره مومن مسلمان باید تل دغه عقیده ولري، چې الله مې پیدا کونکی دی، هر څه د الله تعالی په وس کې دي، تمه او تکیه هم په الله ج وکړي، چې دغه او ورته کړنې مو د لوی رب سره اړیکه قوي کوي.

هغه یو چا څومره ښه ویلي: چې بنده به څه وي او ورکړه به یې څه وي.

د حق وینا

د حق ویلو په وخت د دوست چوپتیا د خیانت په مانا ده.

ځیني انسانان دا عادت لري، چې د خلکو د خوشالولو لپاره د حق له وینا چوپ پاتې کېږي، هغه څه چې باید وویل شي، د خلکو د خپګان لپاره يې له ویلو ډډه کوي او د حق وینا نا ویلې پاتې کېږي، دا هغه ناسم عادت دی، چې منفي پایلې زېږولی شي.

هیڅکله د يو چا پروا مه کوئ، ځکه د انسان خوشاله ساتل هغه هدف دی، چې هیڅکله نه ترلاسه کېږي.

دا هغه څه دي، چې ډېری انسانان د ژوند په وروستیو کې پرې پښیمانه کېږي او هیڅکله د خلکو د خوښ ساتلو په خاطر د دنیا د غرض په نیت د حق وینا کولو څخه مه وروسته کېږئ، ځکه دغه عمل مو په دنیا او اخرت کې د شرمنده ګی لامل ګرځي.

په دنیا کې به د خلکو او ملګرو په نزد بد ښکاره شئ او په اخرت کې به د الله تعالی په نزد تل حق ویونکي اوسئ.

د پټو سترګو قضاوت

زمونږ او ستاسې ډېری ستونزې له دې امله دي چې د هر چا په خبره پرته له دې چې قضاوت وکړو او د خبرې ټول اړخونه وسنجوو باور کوو او سملاسي غبرګون ښکاره کوو.

الله تعالی په قرانکریم کې فرمایلي دي:

ای مومنانو! که کوم فاسق تاسې ته له کوم خبر سره راشي، نو تاسې د هغې خبرې پلټنه وکړئ، هسې نه چې کومه ډلې ته په ناپوهی سره ضرر ورسوئ او بیا په خپلو کړنو پښیمان شئ.

خلاصه دا چې په پټو سترګو قضاوت او پرېکړه کول د شیطان کار او شیطاني وسوسه ده، مسلمانان باید د یوې موضوع په اړه تحقیق وکړي او د هغې موضوع ټول اړخونه باید وسنجوئ بیا یې په اړه قضاوت وکړي.

د بریالیتوب لپاره ناکامي اړینه ده

د مسافر په څېره کې د ستړیا نښې د هغه اوږده سفر د ستونزو او سختیو زغملو شاهدي وايي، د نن ورځې مصیبت دا دی چې زاړه او د پاخه عمر خاوندان خو لا څه کوې، ځوانان مو هم چې د ژوند په تر ټولو غوره پړاو کې قرار لري، له ژونده ستړي ښکاري.

د استقامت او جدوجهد دومره کمی دی، چې یو یا دوه ځله ناکامي هغوی تر دې حده مایوسه کوي، چې د بریالیتوب تصور کول خو لرې خبره ده، نوم اخېستل یې هم هېروي.

ما څو ځله ځوانانو او زده کوونکو ته د روحیې ورکولو او همت لوړولو په خاطر ویلي، (تاسې ډېر زیات پرمختګ کولی شئ او بریالي کېدای شئ)، نو د دوی اکثریتو به دا ویل (ښاغلیه! تاسې پر موږ ملنډې خو مه وهئ، موږ او بریالیتوب؟ دا خو ډېره لرې خبره ده). بیا نو ما په یوه مهم افاقي اصل پوهول چې (ماتې د برې خواړه دي) یعنې له بریالیتوب څخه وړاندې ناکامي حتمي او ضروري ده.

تاسي چې په نړۍ کې څومره بريالي اشخاص پېژنئ، دوی يو هم په لومړي ځل نه دي بريالي شوي، بلکې له بې شمېره ناکاميو څخه وروسته بريالي شوي.

همدا اډيسن ته که مو وګورو له ۹۹۹۹ ځله ناکامی وروسته د برېښنا اختراع کولو بريالی شو. کوم چا ترې پوښتلي ول چې ته ۹۹۹۹ ځله ناکام شوې، نو ايا مايوسه نه شوې؟ هغه په ځواب کې ورته ويلي ول: (نه! هېڅکله نه، بلکې ما ۹۹۹۹ داسې طريقې اختراع کړې، په کومو چې ګروپ نه روښانه کېږي).
اوس تاسې لږ فکر وکړئ، که اډيسن خپل همت له لاسه ورکړای وای او مايوسه شوی وای اوس به نړۍ داسې روښانه وای؟

کله چې زه د ناکامۍ د ارزښت په اړه خلکو ته وايم، نو هغوی دا پوښتنه کوي، چې اخر ناکامي ولې دومره ضروري ده؟

د دې لاملونو ډېر زيات په زړه پورې دي، لومړی خو دا چې که له ناکامۍ پرته برياليتوب ترلاسه کېده بيا خو به هر انسان بريالی کېده او دا کار به د دې لامل شوی وای چې له بريالي کېدو وروسته چې انسان د خوښۍ کوم احساس کوي، هغه به له منځه تللی وای. دوهم لامل يې دا دی، هغه څه چې موږ په ډېرو خواريو او ستونزو ترلاسه کولو زموږ لپاره قيمتي وي او ډېر ارزښت ورکوو. درېيم لامل يې دا؛ تر هغې چې موږ برياليتوب ته رسېږو له هغه وړاندې موده کې چې د برياليتوب د ترلاسې لپاره موږ هلې ځلې کوو، له دې سره زموږ شخصيت بشپړېږي او موږ ذهني او شخصيتي پوخوالي ته رسېږو او کولی شو چې له هغه موقف څخه په ښه ترګه ساتنه وکړو. څلورم لامل يې دا دی چې د لويو انسانانو شخصيت او اصليت په سختو حالاتو کې صيقل کېږي او خلکو ته څرګندېږي، بالکل داسې چې د قيمتي او ښکلو

امېلونو د جوړولو لپاره سره زر په اور اېشول کېږي.

لوی انسانان د Tea Bags (د وچ چای د کڅوړو) په څېر دي، تر هغه وخته به يې په ارزښت او ورتيا پوه نه شئ، تر کله مو چې په اېشېدلو اوبو کې د زده کړې بې شمېره لارې موجودې دي، مګر بيا هم ويل کېږي، چې (وخت يا ژوند تر ټولو لوی استاد دی) د ټاکلي هدف يا منزل په لاره کې راتلونکې ستونزې او سختۍ تاسې ته زده کړه درکوي.

د تېروتنو پايلې د انسان تجربې زياتوي او ليدلوری يې پراخوي، د ښوونځي او پوهنتون استادان لومړی زده کړه او درس در کوي، بيا ازموينه اخلي، مګر ژوند يو خاموشه استاد دی، چې لومړی دې ازمايي او بيا درس درکوي.

د ناکامۍ په دور کې د برياليتوب باور لرل لويه نېکمرغي ده.

(په استقامت کې کرامت پروت دی) (واصف علي واصف)

له ستونزو، مسايلو او مصيبتونو سره مبارزه کول شجاعت او زړورتيا ده. هغوی چې له ناکامۍ څخه تښتي په حقيقت کې له برياليتوب څخه تښتي، ځکه چې پرته له ناکامۍ هېڅ ډول برياليتوب نشته.

ناکامي د هېڅ مخه نه شي نيولی، که چيرې څوک پخپلې بريا يقيني وي، انسان د سبا ورځې د راتګ په هيله د نن ورځې ستونزې زغمي، کنه نو هره شپه به پرې لکه کال داسې تېرېدله، نو پکار ده چې له همدې شپې څخه د اميد او هيلې شمع بله کړئ او له زړه نه خپلې ناکامۍ ومنئ، چې ستاسې برياليتوب هم تاسې له زړه نه ومني.

خپل فکر بدل کړئ! ژوند مو پخپله بدلیږي

د غېر معمولي شخصیت لرلو لپاره تاسې باید غېر معمولي افکار ولرئ، په نړۍ کې د تر ټولو لوی بریالیتوب سفر هم له یوه فکر څخه پیل شوی.

په سمڅو کې د ژوند له دور څخه تر ننه چې کوم پرمختګونه شوي، دا ټول د همدې فکر د پرمختګ نتیجه ده.

انسان له ابتداء څخه په ژوند کې د اسانتیاوو رامنځته کولو لپاره فکر کول پیل کړي وو او نن ورځ د همدې فکر په نتیجه کې د برق، ټیلیفون، الوتکې، کمپیوټر او موبایل په څېر وسایلو ته هر انسان لاسرسی لري.

له لویو انسانانو څخه منفرد انسان جوړونکي څواک، د دوی فکر دی. فکر په خپل ذات کې حقیقت نه دی او د هرې پېښې پر وړاندې د هر انسان فکر جلا دی، مګر هر فکر او سوچ یو حقیقت زېږوي، ستاسې اوسنی وضعیت ستاسې د فکر او سوچ زېږنده دی، څکه تاسې چې څه فکر کوئ، هماغه در څخه جوړیږي، څوک چې د خوښۍ او بریا په اړه فکر نه کوي، هېڅکله به یې ترلاسه هم نه کړي.

فکر کول د بهېدونکو اوبو مثال لري، که د اوبو دا جریان په متواتر ډول له یوې ډبرې سره په ټکر کې واقع شي، نو غټه او کلکه ډبره به هم په منځ جلا او اوبو ته لاره پرېږدي.

په دې نړی کې هېڅ شی ښه او بد نه دی، دا یوازې ستاسې د فکر کولو طرز او طریقه ده، چې تاسې ځیني شیان ښه او ځیني بد ګڼئ.

هر انسان خپل ژوند بدلول غواړي، مګر خپل فکر بدلولو ته تیار نه وي، ځکه بې نور ژوند هم له ناکامی سره مخ وي.

زموږ حالت زموږ انتخاب نه دی، مګر موږ کولی شو خپل فکرونه په خپله انتخاب کړو او دا یوه ښکاره حقیقت دی، چې (د فکرونو بدلون، د حالت د بدلون لامل کېږي). د یوه ښه انسان جوړېدو لپاره ښه او مثبت فکر وکړئ.

په حدیث شریف کې راځي، نبي علیه السلام فرمایي: (نېک ګومان کول عبادت دی.)

که تاسې د یوه لوی کار د ترسره کولو اراده لرئ، نو داسې افکار خپل کړئ، چې ستاسې وړتیاوو او استعدادونو ته وده ورکړي، هغوی چې له تاسې څخه غوره حالت لري، ورسره ناسته – ولاړه او خبرې – اترې وکړئ، د هغوی افکار خپل کړئ، چې ستاسې د کړنو پایلې هم د هغوی په څېر ګټورې راووځي.

فکر کول یو هنر دی، منفرد فکر کول له تاسې څخه منفرد انسان جوړوي، که تاسې ښه فکر نه شئ کولی بد فکر هم مه کوئ، منفي فکر کول د موریانې (Termite) مثال لري، کوم چې له داخل څخه ستاسې وجود خوري او خلاء په کې رامنځته کوي، ستاسې خوښی له تاسې اخلي.

په نړۍ کې تر ټولو ډېر مداوم لرګي د (Teak) ساګي د ونې دي، ځکه چې موريانه د هغه ذايقه نه خوښوي، نو تاسې هم منفي فکرونو ته اجازه مه ورکوئ، چې تاسې ته نږدې شي. په دې ډول به تاسې د يوه محکم شخصت مالک شئ.

هر فکر د تخم مثال لري او ستاسې ذهن د بڼ مثال لري، که تاسې په دې بڼ کې پخپله خوښه ګلونه او بوټي ونه کرئ، نو غېر ضروري بوټي او واښه به په کې پخپل سر راشنه شي

يو فکر يو عمل زېږوي، کله چې تاسې يو عمل بيا بيا ترسره کوئ، هغه ستاسې په عادت بدلېږي او چې عادت پوخ او همېشنی شي، نو هغه ستاسې سلوک او چلند زېږوي او ستاسې سلوک ستاسې تقدير جوړوي، نو د خپل تقدير بدلولو لپاره بايد تاسې خپل فکر بدل کړئ، غوره فکر غوره سلوک رامنځته کوي.

ويل کېږي، چې:

(Our attitude determines our altitude)

يعنې په خپل ژوند کې هر ډول پرمختګ او لوړتيا زموږ د چلند پر اساس ټاکل کېږي.

د خپل چلند د غوره والي لپاره خپل فکر ښه او غوره کړئ، ستاسې اوسنی حالت ستاسې د ماضي د فکرونو پايله ده او ستاسې نني فکرونه، ستاسې راتلونکی اغېزمنولی شي.

د ښه قسمت دوهم نوم ښه فکر او خيال دی، ځکه داسې خو نه شي کېدای چې يو انسان دې لوړ فکرونه او خيالونه ولري، او نتيجه دې د هغه د فکر

خلاف ناکامي وي. په نړۍ کې تر اوسه هیڅکله داسې نه دي شوي چې یو بزګر دې غنم کرلي وي او بیرته یې پنبه (مالوچ) ترې حاصل کړي وي، څه چې کرو، هغه به رېبو.

هر څه ترلاسه کول ممکن دي، خو چې په سنجیده ګۍ او تدبیر سره یې په اړه فکر وشي، ستونزه دا ده چې خلک تل له ناکامۍ څخه د ځان ژغورولو په اړه فکر کوي، په داسې حال کې چې باید د بریالیتوب په اړه فکر وکړي.

ډېرى انسانان یوازې د ژوند تېرولو په اړه فکر کوي، په داسې حال کې دوی باید پخپل ژوند کې د خوښیو راوستلو په اړه فکر وکړي.

زده کوونکي له ناکامۍ څخه د ځان ساتلو په اړه فکر کوي، دوی باید د لوړو نومرو او لوړې درجې د ترلاسه کولو په اړه فکر وکړي، همدا راز خلک د جرایمو، بدیو، ټولنیزو خرافاتو، ځان وژنې، فقر، بې نظمیو، ناروغیو او نورو ستونزو په اړه فکرونه او اندېښنې کوي چې دا ټول فکرونه د هغوی شخصیت له تباهۍ سره مخ کوي.

انسان د خبرو په وخت کې د خپل شخصیت څرګندونه کوي. نن ورځ د همدې مسایلو تذکرې او تبصیرې په هره ژبه دي، تاسې خپله قضاوت وکړئ، ایا د بدیو په اړه په فکر کولو او پرې بحث کولو سره به دا بدۍ کمې یا له منځه لاړې شي؟

ډېر داسې لږ خلک دي چې هغوی د دې بدیو او ستونزو د حل او د له منځه وړلو په موخه پرې غور او فکر کوي او همدا خلک د دې وړ دي چې اتلان وبلل شي.

که تاسې مخکې له دې د خپل ژوند د غوره والي په اړه فکر نه وي کړی، نو

اوس فکر وکړئ، په فکر کولو هېڅ بندیز نشته، خوب لیدل کوم جرم نه دی، تاسې د ډېرې زیاتې شتمنۍ د ترلاسه کولو په اړه فکرونه وکړئ.

د ډېرې شتمنی لرلو په مرسته به تاسې ډېر ښه ژوند ولرئ، ښه کور او ښه موټر به ولرئ، د خلکو ترمنځ د ډېر عزت او محبوبیت گټلو په اړه فکر وکړئ، چکر، تفریح او نورې له خوښۍ ډکې شېبې تصور کړئ، د خپلې خوښې ژوند کولو په اړه ستاسې په فکر کې څه گرځي؟

بې شمېره مخلصه او مینه کوونکي ملگري او خپلوان دې له تاسې سره وي، تاسې دې له هر ډول فکر او اندیښنې څخه ازاد او یو له خوښیو او سکون څخه ډک ژوند ولرئ، ستاسې ژوند دې د نورو لپاره د خیر او ښېگڼې سبب شي او تاسې دې د نورو لپاره الگو او ستاسې ژوند دې د نورو لپاره یوه بېلگه شي، تر کله چې دغه مثبت او گټور فکرونه پخپل وجود کې نه وي ځای پر ځای کړي، ستاسې ژوند به بدلون ونه کړي، لوی فکرونه وکړئ! ځکه چې ویل کېږي:

Think more, Get more

ډېر فکر وکړه او ډېر څه ترلاسه کړه!

دا ژوند هغوی ته محدودې پایلې په لاس کې ورکوي، څوک چې محدود فکر کوي.

دا په یاد ولرئ، چې یوازې په یو ځل فکر کولو سره کوم څه نه بدلیږي، په متواتر او دوامداره توگه فکر وکړئ، ځکه چې د نړۍ ټول لوی انسانان په رڼا ورځ، په خلاصو سترگو د خوب لیدلو عادي وي. تاسې بیا بیا فکر وکړئ، چې تاسې څه لاس ته راوړل غواړئ په دې ډول به دا فکر ستاسې په وجود

کې یو (جن) پیري راوینس کړي، دا پیري ستاسې لاشعور دی او لاشعور چې کله یو فکر او خیال خپل کړي، هغه بیا هرومره ترلاسه کوي، د دې د فعال ساتلو لپاره باید تاسې په مکرر شکل د خپل هدف او بریالیتوب په اړه فکر وکړئ.

تاسې لومړی دا فکر وکړئ، چې تاسې به وروسته له دې د څه شي په اړه فکر کوئ، که یو شخص په سمه توګه د فکر کولو له هنر سره اشنا شو، نو داسې وګڼئ چې هغه د ژوند کولو هنر زده کړ.

پیل له تاسي څخه...

د ژوکړې او مرګ ترمنځ وخت ته ژوند وايي، يعنې هغه وخت چې همدا نن يې موږ لرو همدا ژوند دی.

متعال رب د نړۍ او انسانانو لپاره د ويش داسې يو نظام برابر کړی، چې د ډېرو انسانانو د ژوند حالت، چاپېريال، وخت، وړتياوې او صلاحيتونه تقريباً يو ډول دي.

د انسان عمر اوسطاً له ۵۰ څخه تر ۶۰ کالو دی، د نړۍ ډېره برخه ابادي بېوزله او متوسطه انسانان تشکيلوي، د زده کړې او پوهې وسايل په هر ځای کې کم دي، دا د دې لامل کېږي، چې خلک په دې پوخ باور وکړي، چې (خوښي او برياليتوب په قسمت ترلاسه کېږي) خو دا باور د حقيقت خلاف دی، ځکه ډېری انسانان له عمومي حالت څخه له ډېر سخت حالت او مشکلاتو سره مخ شوي، خو هغوی له هماغه بد وخت او هماغه سخت ژوند څخه ډېرې ګټورې او حيرانونکې پايلې ترلاسه کړې دي.

د بېلګې په ډول: فرنکلن روزيلېټ د ۳۹ کلونو په عمر د پوليو له امله معذور يا معلول شو، سره له دې هم هغه خپل امېد له لاسه ورنکړ او په ډېرو هڅو او

زيار يې وکولايش شواى چې څلور څله د امريکا ولسمشر شي، توماس اډيسن ته يې ښووکونو د نالايق او تنبل نوم ورکړ او له ښوونځي څخه يې اخراج کړ، مور يې مجبوره شوه په کور کې ورته تدريس پيل کړي، اوس ټوله نړۍ په دې پوهېږي، چې هماغه توماس اډيسن د دې نړۍ د غوره والي او ترقۍ لپاره ۱۲۴۹ اختراعات وکړل او نن د هغه جوړ کړي اصول او قواعد په هر ښوونځي او پوهنتون کې تدريسېږي.

ايلوس پرسيلې ته يې ويلي وو، ته د سندرغاړي کېدو وړ نه يې، خو نن د هغه لخوا جوړې شوې نغمې ټوله نړۍ زمزمه کوي.

ابرهام لنکن له پوځ څخه وشړل شو چې ګواکې د پوځ د مشر کېدو وړتيا نه لري، خو همدا ابرهام د امريکا بې تاجه پاچا شو، البرټ اينشټاين ته يې ښوونکو د پخ ذهنه لقب ورکړ، خو هماغه اينشټين د نوي ساينس د پلار لقب خپل کړ، اخر په دې کې څه راز دی؟

د رخصتۍ پر وخت د ښوونځي مخې ته يوه سړي پوکانۍ خرڅولې، چې کله به د ماشومانو پام ورته نه و، نو يوه پوکانۍ به يې هوا ته پرېښوده، د دې منظرې په ليدلو سره به ماشومان خوشحاله شول او د پوکانۍ پيرولو لپاره به يې د پوکانيو پلورونکي خوا ته ورمنډې کړي، کله چې ټول ماشومان خپلو کورونو ته ولاړ او پوکانيي پلورونکي هم د خپلو توکيو د راټولولو او کور ته د تللو تابيا نيوله، نو يو کوچنی حبشي ماشوم يې خوا ته راغی او ويې ويل: کاکا جانه! کاکا جانه! يوه پوښتنه لرم! پوکانۍ پلورونکي په ډېره مينه وويل، ووايه بچيه! په څه شي پوهېدل غواړې؟ ماشوم وويل: (کاکا جانه! که تاسې د دغې تورې پوکانۍ مزی خوشې کړئ، نو دا به هم پورته والوځي؟) پوکانۍ پلورونکی پوه شو چې ماشوم د کمترۍ په احساس اخته دی، نور ورته ويې

ویل: (بچیه! پوکانۍ د خپل رنګ له امله نه الوځي، بلکې د پوکانۍ په منځ کې یو ګاز دی، چې هغه یې هوا ته پورته کوي.

توپیر نه کوي چې تاسې په کوم حالت کې یاست له تاسې سره وسایل او امکانات شته که نه، تاسې ته کوم ډول چاپیریال برابر دی او تاسې شتمن یاست، که غریب، که ستاسې په وجود کې هغه جذبات وي چې تاسې ته د لوړ الوت کولو ځواک درکوي، نو تاسې هم کولی شئ چې ډېر الوت وکړئ او خپله نړۍ پخپله خوښه جوړه کړئ.

دا مهمه نه ده چې له تاسې سره څه وشول، بلکې مهمه دا ده چې تاسې د کومې پېښې پر وړاندې څه ډول عکس العمل ښودلی و، د نورو کړنې او عمل ستاسې په اختیار کې نه دي، خو ستاسې عکس العمل ستاسې پخپل لاس کې دی، تر دې لویه بدمرغي نشته چې څوک له خپلو وړتیاوو څخه ګټه وانخیستلی شي، ستاسې وړتیاوې ستاسې لپاره ډېره لویه خزانه ده، وده ورکړئ اویې غوړوئ، دا خزانه مه پرېږدئ چې ښخه شي.

احساساتي چلند مه کوئ، ځکه داسې به ستاسې د ژوند ریموټ کنټرول د بل چا لاس ته ولوېږي او هغه به بیا تاسې پخپله ګټه استعمالوي.

مسولیت منونکي واوسئ، ځکه د نړۍ تر ټولو بریالیو اشخاصو یوه مشترکه ځانګړنه مسولیت مننه (مسولیت پذیري) وه. دا خلک د ګیلو او شکایت کولو پر ځای د کار کولو عادي وي. کوم خلک چې تل یوه نه یوه ستونزه بهانه کوي او کرار کېني، په اصل کې ستونزه د دوی په ذهن کې وي، زه باوري یم که کوم څوک تاسې د کوم کار له کولو څخه ایساروليشي، هغه به یوازې تاسې خپله یاست.

پرمختګ کوونکي انسانان یوازې په هغو شیانو تمرکز کوي، کوم چې د هغو

په اختیار کې وي او کولی شي بدلون په کې راولي.

تاسې خپل رنګ، نسب، د زیږېدو ځای، قد و ځېره، والدین، د ماضي تېروتنې، موسم، د ټول هېواد وضعیت، د خلکو بد چلند او بدني کمزورتیاوې نه شئ بدلولی، ځکه نو په دې اړه د فکر کولو پر ځای په خپل چلند، باورونو، پوهې، صلاحیتونو او د خپلې نړۍ بدلولو په اړه فکر وکړئ.

دښمن ته د ماتې ورکولو یوه غوره لاره دا ده چې ځان پیاوړی کړو، مهمه خبه دا ده چې تاسې په بد وخت کې د څه ډول چلند انتخاب کوئ، بریالیتوب په چانس نه دی په انتخاب دی.

هېلېن کیلز وایي:

(خدای ما ته دومره ډېر څه راکړي، چې له ما سره اوس د دې فکر کولو وخت نشته، چې ماته کوم څیزونه نه دي راکړل شوي).

که تاسط خپله خپل حالت بدل نه کړې، نو هېڅوک ستاسې حالت نه شي بدلولی، متعال رب په قران کریم کې فرمایلي:

(موږ تر اوسه د هېڅ کوم قوم حالت نه دی بدل کړی، چا چې خپله خپل حالت بدلول نه دي غوښتي.)

شاعر بیا د ایت ترجمه داسې په شعر کې راوستې:

خدای هم نه بدلوي حال د هغه قوم

څوک چې نه بدلوي خپل حالت پخپله

یو لک او څلورویشت زره پیغمبرانو، لکونو ولیانو، زرګونه نېکو انسانانو او

سلگونه پوهانو او علماوو هم د هغوی حالت نه دی بدل کړی، چا چې پخپله د خپل حالت بدلولو هڅه نه ده کړې.

د حضرت محمد ص خپل سکه تره چې هر څه یې پخپلو سترګو ولیدل، خو بیا یې هم پخپل وراره او د هغه په رب ایمان را نه وووړ.

نو لومړی تاسې پخپل وجود کې یوه رښتیني جذبه پیدا کړئ، چې تاسې به خپل حالت او خپل فکر بدلوئ، که تاسې بدلون وکړ، ستاسې د کورنۍ غړي به پخپله بدلون وکړي، همداسې به د بدلون دا انګېزه ستاسې له کور څخه کوڅې ته او له هغه ځایه سیمې او ټول کلي ته سرایت وکړي، ځکه نو باید نور ټول کارونه څنګ ته کړئ او لومړی خپل ځان بدل کړئ.

زه هم له تاسې ګیله لرم

انسان په یوه حالت کې هم خوښ نه وي، ګیلې او شکایت کول د هر دویم کس عادت وي، په روښانه ورځ کې له ګرم لمر څخه ګیله او په سړې باراني ورځ کې له باران څخه ګیله خو بیخي عامه ده

کله کله د نورو له پیاوړتیا او خپلې بېوسۍ څخه شکایت کول هم د ډېرو عادت وي، تاسې به داسې ډېر خلک لیدلي وي چې له سهارنۍ ورځپاڼې څخه د نړۍ د بدو پېښو خبرونه راټولوي او ټوله ورځ د ډوډۍ خوړو پر مېز د کورنۍ له غړو سره، په دفتر کې له همکارانو سره او په سفر کې له ملګرو سره پرې تبصیرې کوي، ځکه زموږ په ټولنه کې د چوپتیا پر ځای خبرې کول اړین بلل کېږي، ځکه نو هره یې،ه په بېځایه خبرو، ګیلو او شکایاتو خوله پرانېستې وي.

که پام وکړئ، موږ په خپلو نورو ټولو کارونو کې له هوښیارۍ نه کار اخلو، پرته د ګیلو او شکایتونو په مسئله کې، که هر څومره ښه ممثل او پوهې او ښه شخصیت خاوندان واوسو، هرومرو یوه تېروتنه راڅخه کېږیږ جالبه دا چې موږ ګیله هم کوو، نو له اړونده ادارو یا مسؤل شخص څخه یې نه کوو، مثلاً که

موسم خراب وي، نو د خپل دفتر له رئیس څخه شکایتونه کوو، په داسې حال کې چې رئیس مو د هوا حالت خرابېدو کې هېڅ رول نه لري، د خپلو وظیفوي ستونزو شکایتونه له خپلې مېرمنې کوو، حال دا چې هغه خوارکۍ ټوله ورځ د کور له کارونو څخه یوه شېبه ارام نه لري، که ماشومان مو نا اهله وي او درس نه وايي، نو ملامتي په ښوونکي او په کور کې یې بد یادوو. که چیرې موږ د خپلو ماشومانو ښوونکي د درناوي وړ ونه ګڼو، زموږ ماشومان به ورته څه ډول درناوی وکړي؟ لنډه دا چې که په ګېډه مو درد شي، ملامتي به ګازرې وي.

که دا حال وي، نو دا عادت به ورځ تر بلې دومره پوخ شي، چې له کوره مو سایکل هم غلا کېږي، د ورکېدو راپور به یې د برښنا ریاست کې ثبتوو او د برښنا بېل به د پولیسو حوزه کې جمع کوو.

که پام مو کړی وي، ګیلې او شکایتونه اکثره هغه خلک کوي، چې بې وسه وي او پرته له ګیلو کولو یې هیڅ کار په وس کې نه وي، که یرې یو انسان هېڅ اوربدونکي ونه لري، هغه له دېوال سره په خبرو کولو هم ښه احساس کوي، هسې هم نه د بېوسه انسان لاسونه د غاصب تر ګرېوانه رسېدای شي او نه یې غږ د حاکم د ماڼۍ له پنډو دېوالونو تېرېدای او تر غوږو رسېدای شي. د دې دواړه ناشونو کارونو له منځه دربیمه لاره چې ګیلې او شکایت کول دي غوره کوي او په دې ډول خپله غوسه او خپګان کموي، له دې پرته ګیلې کول هیڅ کومه ګټه دوی ته نه رسوي، بلکې د دوی بېوسي هغه وخت له منځه تلای شي، چې دوی هر څه د الله له لوري وګڼي او په دې پوره باور وکړي، چې تر څو الله تعالی اراده نه وي کړي، د دوی حال به بدل نه شي.

وايي: یو ځل شیخ سعدي رح په ځنګل کې پښې یبلې روان و، په زړه کې یې تېر شول، چې دا زما رب نو په کوم لحاظ پر ما مهربان دی؟زه یې عابد

بنده یم او زه یېلې پښې ګرځم، چې لږ مخکې لاړه، ګوري یو سړی ناست دی او د الله تعالی ذکر کوي، په داسې حال چې په دواړو پښو معذور دی، سمدستي یې توبه وویسته او پخپل حال یې د متعال رب شکر اداء کړ، ځکه نو وايي: پرهېزګاره بنده ګان د ګیلې پر ځای شکر اداء کوي.

په اصل کې ګیلې کول د ناپوهۍ نښې دي، د ملګرو په بې وفايۍ ګیله کوونکي دې پخپلې ناپوهۍ خپګان وکړي، چې له یوه بې وفا انسان سره یې ملګرتیا کړې وه.

د ژوند ښکلي کولو لپاره په زړه پورې اوصل جوړ کړئ، هغه شیان او پېښې چې بدلون یې ستاسې په اختیار کې نه دی، له هغو شکایت کول پرېږدئ، او کومې بدې پېښې چې تاسې یې د بدلون یا مخنیوي توان لرئ، د دې پر ځای چې ګیله وکړئ، لاس په کار شئ او مخه یې ونیسئ. که اسمان ځمکې ته رالوېږي، تاسې یې مخه نه شئ نیولی، مګر که د خونې چت مو راپرېوځي، تاسې په منډه بهر وتلی او خپل ځان ژغورلی شئ.

د کومو پېښو، د کومو خلکو، د کومو پایلو او د کومو حالاتو بدلون چې تاسې له زړه غواړئ، د هغو لپاره د زړه له کومې دعا وکړئ، د خپل نظر زاویه پراخه او یا بیخي بدله کړئ، په ګیلو کولو ژوند نه بدلېږي، د ناپوهه انسانانو غوسه تل د همدوی په زیان تمامېږي، که افکار مثبت وي، د شپې تیارې، د ناروغۍ ورځې، کړکېچن حالات او د ژوند ډول ډول ستونزې هم له پامه غورځول کېدای شي، ځکه نو زه هم له تاسې ګیله لرم.

چې تاسو تل له خدایه شکایت کوئ، چې له ګلانو سره یې اغزي ولې یو ځای خلق کړي؟ په داسې حال کې چې تاسې باید شکر وباسئ، چې متعال رب له اغزو سره ښایسته ګلونه هم راټوکولي دي.

ولې ځيني خلک د ماحول په بدلېدو ځان بدلوي؟

ولې ځيني خلک د ماحول په بدلېدو ځان بدلوي، په اصل کې حقيقت دا دی، چې دوی بدلېږي نه، بلکې د دوی هغه حقيقي څېره راڅرګندېږي، کله چې دوی د ټولنيزو قيوداتو خلاص شي او ازادې ټولنې ته لاړ شي، نو هغه کارونه شروع کړي، چې انسان يې په يادولو شرمېږي او همدا د دې ښکاره دليل دی، چې دوی په خپله مسلمانۍ کې مخلص نه ول او په اخلاص سره د الله بنده ګان نه وو، ځکه نن ورځ بدل او په بله څېره راڅرګند شول.

موخې او فکرونه

تاريخ او راتلونکی د هغو دی، چې موخه لري، يوازې هغه ملتونه د تاريخ سرلاريي دي، چې خپل فکر او موخې يې عملي کړي وي، ستاسې موخې بايد د چينې د اوبو غوندې پاکې، رڼې او په عين حال کې سترې وي، تاسې بايد نړۍ په زړه کې ځای کړئ او هيلې مو بايد د اسمان د شنو غوندې لوړې لوړې او پراخې وي.

يو فيلسوف وايي:

بې موخې ځوان داسې دی، لکه ځان يې چې وژلی وي.

جذابیت Atrraction

دا ډول اړیکو کې هوس پالونکي د یو خاص طبقه کسانو سره اړیکه لري، تر څو ورڅخه خپلې جنسي اړتیاوې پوره کړي، دوی ته د شخصي ځانګړتیاو څخه د مقابل شخص ځانګړتیاوې ډېرې مهمې دي. په دې ډله کې همجنسګران، دختربازان، بچه بازان او داسې نور شهواني مریضان راځي.

تاسې به ډېر کسان لیدلي وي، چې د خپلو جنسي خواهشاتو د تکمیل لپاره یوه ځانګړې طبقه کسان خوښوي، امکان لري چې د جنس او عمر پر اساس هم وي.

د ځوانۍ دوره

په ځوانۍ کې مهم څېزونه هیلې او ارمانونه دي، هغوی چې هیلې او موخې لري، غربت نه پېژني، ځکه هر شخص د خپلو هیلو او ارمانونو هومره شتمن دی.

ځواني داسې موده ده، که انسان په کې نور هیڅ ونه لري او یواځې هیلې او موخې ولري، هیڅ اندیښنه دې نه کوي. تاریخ د هغوی دی، چې ژوند کې موخه لري. هیلې، موخې او ارمانونه داسې قوتونه دي چې نړۍ پرې بدلوی شو.

ناسمې هیلې

که څوک ناسمې هیلې او موخې لري، په ده او ناهیلي شخص کې هیڅ توپیر نشته، ځکه د دواړو خطر مساوي دی، که د چا هیلې او موخې یواځې د دې له شخصي ژوند او اسانتیاوو پورې محدودې وي، دغه شخص د ناهیلي او بې موخې انسان په څېر دی، د انسان ناسمې هیلې یو انسان د تباهۍ کندې ته غورځوي او سمې هیلې د انسان د ژوند لوری ټاکي.

موخه لرونکی ځوان

د یو شرکت بنسټګر وایي:

زما لویه هیله دا ده چې د خلکو په ذهنونو کې د یوه قدرمن بنسټګر په توګه پاتې شم، زه نه غواړم هغه څوک شم، چې په خپل ژوند کې مې ډېرې پیسې ګټلې وي او په همدې ټکي مشهور شم.

زه غواړم د خلکو په یاد کې د خپل مسلک د تکړه متخصص په توګه پاتې شم. نوموړی وایي چې بې موخې ځوان هیڅ ځوان نه دی، ځوانانو ته هیلې ډېرې مهمې دي.

تاریخ د هغه خلکو دی، چې ژوند کې لویې هیلې او موخې لري.

ځانځاني

خلک او مونږ شریک او اجتماعي ژوند ته پیدا شوي یو، نو یواځې ژوند نه کیږي، ځانځاني بد مرض دی، ځان هیڅکله په تعصب، ځانځانی او تمه لرلو مه اموخته کوئ، د ځان په ځای د نورو په اړه فکر وکړئ، د خلکو او ټولنې گټې تر خپلو گټو غوره وگڼئ، ځانغوښتونکی نه ښه ځوان دی نه ښه انسان.

د ځان سره رښتینی اوسه!

کیم وو چونگ کوریایي عالم وایي:

زمونږ نسل چې هر څومره کوشش او هلې ځلې کوي، بیا هم نه شي کولی، چې ځان سره رښتینی شي، ځکه کورنی، وظیفه او د ژوند ځیني نور مصروفیتونه یې ورته مخه ډبوي.

ځیني وخت خپلو مسولیتونو داسې کارونو او خبرو ته اړ ویستي یو، چې هیڅ مو زړه نه غوښتل، خو نني نسل دې کارونو ته اړ نه دی، داسې حالت ته مه ځه چې نه مو خوښیږي.

نوموړی وایي: چې هر ځوان باید خپلو رښتینو غوښتنو پسې لاړ شي، چې دا د ځان سره تر ټولو ښه نیکي ده.

د بریا کیلي

کیم وو چونګ په خپل یو کتاب کې یو ځای لیکي:
هر شخص چې کوم کار کوي، مهمه نه ده چې هر کار وي، باید په سمه بڼه یې تر اخره ورسوي، چې همدا د دوی د بریا کیلي ده.
دې په خپل کتاب کې لیکي: چې زه له ننیو ځوانانو غواړم، چې نوښتونه وکړي، د خلکو خبرو پسې دې نه ځي، خپل مطالعات دې یواځې د ستونزو تر حل پورې نه کوي.
دی وایي چې سمې لارې وټاکئ، وړتیاوې مو وکاروئ او پټ استعدادونه مو وپېژنئ او دا ټول بیا د ځان او ټولنې جوړونې لپاره وړاندې کړئ.

Khalid Takal

هڅه او نوښت

د خلکو او ځوانانو مسولیت د اوسني وضعیت ښه کول دي، چې دې کار لپاره هڅه کولو ته ضرورت دی او د هڅې لپاره باید نوښت وشي.
نوښت د رابرسېره کولو لپاره باید د ځان نه دغه درې پوښتنې وکړو:
۱- ایا ما خپله پوره هڅه کړې ده؟
۲- ایا اوسني شرایط ښه دي؟
۳- ایا لارې چارې موندلای شم؟
که له ځانه دغه پوښتنې وکړئ او بیا ورته ځواب وموموئ، نو باور وکړئ، ستاسې پټ استعدادونه به رابرسېره شي، تاسې به وکولی شئ، چې د اوسني وضعیت د ښه کولو لپاره په بریالی توګه ګامونه پورته کړئ.

لږ وکره او ډېر ترلاسه کړه!

که یو نسل ځان قرباني کړي، راتلونکی نسل به یې ارزښتمن محصول ورېبي، که یو نسل د خپلې ګټې او هوساینې په خاطر قرباني نه ورکوي، په اصل کې راتلونکي نسل ته د هوساینې او بریالي ژوند رامنځته کولو فرصت له لاسه ورکوي او دا کار یواځې ځانغوښتنه او ناپوهي ده.

پر ځان باوري اوسئ!

رابرت شولر وایي:

که غواړئ خپلو موخو ته ورسېږئ، نو د فکري قوت په مرسته باید پر ځان باور لا ډېر کړئ، په بل عبارت دا چې په فکري وړتیا خپل راتلونکی جوړولی شئ، که تاسې د نورو خلکو په مخ کې ځان ټیټ ګڼئ، لامل یې ستاسې منفي فکر دی او ځان درته ډېر ناڅیزه ښکاري، دا صفات تاسې کې د وخت په تېرېدو لاپسې قوي کېږي او بالاخره به د دې ستونزو مرکز وګرځئ.

ځان پخپله جوړ کړئ!

هر شخص باید په یو کار کې د مسولیت احساس ولري او کار وکړي، په خپل هغه کار کې خپل ځان تر لوړیو پوړیو ورسوي، همدارنګه همیشه دې له ځانه سره د مخکې تګ سوچ او فکر ولري او په دې باور دې اوسي، چې زه به د یو لوړ مقام جوګه جوړېږم.

زما په اند بل چاته صیب ویلو نه دا غوره ده، چې نور مونږ ته صیب ووایي، هیڅکله په ژوند کې په دویمه درجه قناعت مه کوئ او ځان داسې مه ګڼئ، چې د مشرۍ وړتیا نه لرئ. ځان سره هوډ وکړئ، چې لوړ موقف تاسې ته ځانګړی شوی دی.

خپلو هیلو ته د رسېدو لپاره خپله ټوله انرژي مـصرف کړئ، پوره پوره هڅه وکړئ، ځکه راتلونکی ستاسې دی.

هوښیار اوسه!

هوښیار خلک له وخت او پیسو ښه ګټه اخلي، پیسې هلته مصرفوي، چیرته چې خپل ځان او نورو ته ګټه رسوي، د زده کړې، درملنې او یو چا سره د مرستې په پار پیسې مصرفوي، چې دا یو ښه عادت دی.

هڅه وکړئ خپل وخت په ښو کارونو او عملونو مـصرف کړې، ځکه وخت ارزښتمن دی او باید ضایعه نه شي.

نو د پیسو او وخت په مصرفېدو کې هوښیار اوسئ، ځکه دا دواړه په سختۍ لاسته راځي.

ارزښت ومومه!

البرټ شویتز وایي:

د انسانیت تر خدمت لوی مذهب نشته.

عمومي ښېګڼې ته کار ښه عقیده ده او چینایان په دې عقیده دي، که څوک تاته ګلاب درکوي، لږه خوشبویي یې تل په ګوتو کې پاتې کېږي.

نو د ښه ژوند تر ټولو لوی درس دا دی چې انسان په بریالیتوب پسې د تللو پر ځای دا پرېکړه وکړي چې ارزښت به مومي او په ژوند کې د ارزښت موندلو تر ټولو ښه لاره دا ده، چې له ځانه وپوښتې، چې زه نورو او ځان ته څه خدمت کولای شم؟

خپله یې رامنځته کړئ!

زیاتره خلک هڅه کوي، داسې شیان ترلاسه کړي، چې دوی ته خوشالي ورکړي، خو دوی په دې نه پوهېږي، چې اصل کې خوشالي شی نه دی، چې ترلاسه یې کړې، ځای نه دی چې ورشې، بلکې دا یو ذهني حالت دی، چې تاسې یې خپله جوړولی شئ، په ژوند کې خوشالي او خوند هغه وخت راځي، چې تاسې ژمنه وکړئ، چې خپلې ټولې انساني وړتیاوې به د دې لپاره کاروئ، چې د نورو په ژوند کې تغیر راولئ.

د کار سره مینه

جیمز میکنز وایي:

همیشه راضي اوسئ، د اوږده او خوشاله ژوند یو راز له خپل کار سره مینه ده، د ډېرو راضي او هوسا خلکو د خوښۍ راز د خپل کار سره بې کچې مینه درلودل وو.

نوموړی وایي: که له ځان سره مو مینه وکړه؛ نو پوه به شئ، چې نور به کار نه بلکې یوه لوبه به کوئ، یانې خپل کار به یوه ساعت تیري گڼئ او په وخت به هیڅ نه پوهېږئ، چې څنگه ژر تېرېږي.

ښه ملگری او غوره پایلې

د ښو ملگرو پیدا کول په ژوند کې د خوشالۍ او هوساینې پیدا کولو یوه با امنه لاره ده. تازه څېړنې ښیي، څوک چې ډېر ملگري او لویه کورنۍ لري غم یې لږ او خوښي یې ډېره وي، خوملگرتیا هم په ژوند کې د نورو ښو شیانو په څېر وخت، انرژۍ او ژمنتیا غواړي، په نړۍ کې له ملگري ارښتمن شی نشته، څوک چې دا له ژونده لرې کوي، گویا لمر له اسمان لرې کوي، د نړۍ د ټولو نعمتونو خوږ نعمت یو ښه ملگری دی.

همېشه ښېونکی اوسه!

هر چا چې درسره بد کړي وي، هغوی ته ښښنه وکړئ، ځکه چې ښښل ځان خوارول نه دي، بلکې ځان درنول دي، که چېرته تاسې د یو کس سره په زړه کې کینه ساتئ، دا داسې ده لکه هماغه کس مو چې په شا کړی وي او ګرځوئ یې او دا په یاد ولرئ، چې دا کینه مو انرژي، ارامتیا، شوق او ذوق درختموي.

مارک ټواین وایي: ښښنه هغه خوشبو ده، چې بنفشه ګل یې په ډنډر شیندي، چې دا ترې را رژېدلي وي.

غوره انتخاب وکړئ!

روبین شرما وایي:

ژوند یو انتخاب دی، څوک چې ښه ژوند کوي، هغوی ښه انتخابونه کړي دي.

د یو ښه ژوند راز دا دی، چې خوندیتوب لټول بس کړې او د نویو فرصتونو موندلو ته وخت ورکړې، زه دا منم چې انسان په خپله خوښه او شوق ژوند کوي، د خپلې برخې له ناکامیو سره به مخ کېږي؛ خو ناکامي د بریالیتوب لاره ده، له همدې ناکامی څخه بریالیتوب زده کېږي.

یوه ورځ مې پلار راته ویل: روبینه! ښاخ ته ختل خطر لري، خو میوه ټوله هملته وي.

ړوند یو ځل امسا ورکوي!

هر کله مو چې تېروتنه وکړه، هغه درک کړئ او بیا په ژوند کې ورته تېروتنه مه تکراروئ.

خدای ج په خپل مقدس کتاب القران کریم کې فرمایلي دي: ما انسان ضعیف او ناتوانه پیدا کړی دی.

نو انسان جایز الخطاء دی، تېروتنه به ترې کېږي، خو هره تېروتنه باید عبرت ولري او بیا تکرار نه شي، دا چې غواړو پوره او بشپړ اوسو، لومړی باید په دې پوه شو، چې د انسان په مانا بشپړ څه نشته؛ خو د انسان په نامه بیا غوره والی شته.

د چا مخه مه نیسئ

که فردي وده او انګېزه غواړي نو کا رکوونکي وهڅوئ، چې پرمختګ وکړي، د نویو شیانو تجربه کولو او نویو مهارتونو زده کولو فرصت ورته ورکړئ.

د نورو پرمختګ ځان ته خطر مه ګڼئ، د هغوی پرمختګ وغواړئ، خلکو ته د ماتې خوړلو او بریا موندلو فرصت ورکړئ، د همکارۍ داسې روحیه رامنځته کړئ، چې (که په تا وربړي، په مونږ به وځځېږي.)

تېر په هېر

یوه شېبه هم په پښېمانۍ مه ضایعه کوئ، ځکه په تېره تېروتنه ډېر فکر کول بیا ځلې ځان ځورول دي، هر انسان په خپل ژوند کې د دې فرصت لري چې خپل ژوند بدل کړي، تېر هېر کړئ او راتلونکي ته فکر وکړئ، انسان باید د خپلو احساساتو بڼه بدله کړي، دا مهمه نه ده چې پخوا مو څه احساس درلود، دا هم مهمه نه ده، چې فکر کوئ، کومې تېروتنې مو کړې دي.

کله مو چې د احساس بڼه بدله کړه، دا په دې مانا چې تېر وخت تېر دی او راتلونکی ژوند که وغواړئ، بدلولی یې شئ.

انسانیت یعنې څه؟

۱- تواضع کول سره له دې چې شتمني او ثروت ولرې.

۲- عفوه کول، سره له دې چې د بدل او انتقام قدرت ولرې.

۳- د خلکو سره دوستي او مرسته کول پرته له کومې تمې.

۴- د قهر او غوسې پر مهال د تلوار پر ځای له صبر کار اخیستل.

د غوسې د له منځه وړلو لارې چارې:

۱- د الله تعالی رایادول.

۲- مرگ رایادول.

۳- د غوسې انجام رایادول.

۴- د ښښنې ثواب رایادول.

له درې ډوله کسانو باید غچ واخیستل شي:

۱- له ځواکمن دښمن نه.

۲- له بې کاره دوست نه.

۳- له غوسه ناک زورور نه.

دوه شیان ستا تعریف کوي:

۱- حوصله: کله چې هیڅ هم نه لرې.

۲- کړه وړه: کله چې هر څه ولرې.

دلته دوه ډوله کسان وجود لري:

- یو چې ځان نه پېژني او یواځې د وخت تېرولو لپاره ژوند کوي.
- او بل هغه کسان دي چې ځان نه پېژني، د خپل پیدایښت د اصلي مقصد ته درسېدلو لپاره ژوند کوي.

هغوی چې په غاړه یا لاس کې تعویذونه ځوړندوي، چې په ځان پورې بندونه تړي او دا عقیده لري، چې دغه شیان الله تعالی ته یواځې یوه وسیله ده او دوی له مشکلاتو او غمونو خلاصوي، نو دا وړوکی شرک دی. که په دې مطمئن وي چې دغه شیان مصیبتونه له منځه وړي او بلاوې لېرې کوي نو دا بیا لوی شرک دی.

هر هغه وخت ته راحته او ارامه ژوند کولی شې، چې په دې یقین وکړې چې په تقدیر کې لیکل شوي هر څه حتماً ترسره کېږي، نو څکه خپلې چارې الله تعالی ته وسپاره، ارام او له سعادت ډک ژوند به ولرې.

په اوس وخت کې ځیني مسلمانان یواځې شعائري عبادتونو ته پاملرنه کوي، لکه (لمونځ، روژه، زکات، حج) خو تعاملي عبادتونه یې پرېښې، لکه (اخلاق، صداقت، په ژمنه وفا، له ګاونډي سره ښه سلوک، امانت نه خیانتول).

شکسپیر وايي:

ومې ژړل چې کله مې بوټان نه وو، خو چې ومې کتل د يو کس پښې نه وې، نو سملاسي مې ژړا ودرېدله.

(زمونږ ژوند له نعمتونو ډک دی، صرف يې موږ په قدر نه پوهېږو.)

په ژوند کې رازونه ساتل د انسان د وقار او عزت کلا ده، نو هغه څوک چې د خپلې کلا دروازې خلاصې پرېږدي، د خپل ځان لپاره خطرونو او مشکلاتو ته بلنه ورکوي، پام وکړئ، بعضې اشخاص چې ځانونه ستا ملګري ګڼي، په حقيقت کې ستا د راز امانت وړونکي نه دي.

تاسو فکر کوئ، چې ټول خلک د آزادېدو وړتيا لري، خو موږ دا هېره کړې چې ډېر خلک خپل فکر او خپله رايه نه لري او نه غواړي، ازاد وي، بلکې د هغوی لپاره د نورو لخوا ايښودل شوي نظريات منل ډېر اسانه ښکاري.

د نورو په فکر کې اوسېدل نه يوازې ستاسې د تشويش مخه نيسي بلکې د زياتو دوستانو د موندنې او له ژوند څخه د ډېر خوند اخيستنه کې درسره مرسته کوي.

په اړیکو او خپلویو کې موږ له نورو ګیلې کوو، مثلاً وایو پلانکي دا ویل، داسې بې وکړل، دا داسې حالت دی، چې ستاسې تمرکز په کې پر نورو خلکو وي، د اړیکو او خپلویو د بریا لپاره باید دا عادت بدل کړو او همیشه د نورو ښېګڼې وګورو او ویې ستایو.

ستاسو د بریا او موخو ته د رسېدو په وړاندې ستر او لوی خطر ستاسو تنبلي، کهالت او سستي ده، که غواړئ د ژوند هر هدف مو ترلاسه کړئ، نو وخت مو مدیریت کړئ.

کله چې ماشوم وم، له خدایه مې د یو بایسکل غوښتنه کوله، وروسته پوه شوم چې خدای ج د بل څه ورکونکی هم دی، نو له همدې امله مې یو بایسکل راغلا کړه او له خدایه مې وغوښتل چې ما وبښي.

د یو نارینه په شخصیت کې د ښایست او بدرنګوالي په نسبت مالداري او غربت ډېر نقش لري.

کله چې مچ په چایو کې ولوېږي، چای تول تویوي، همدا مچ که په اصلي

غوړو کې ولوېږي، یواځې مچ ځینې لېږې کوي، غوړي ټول نه تویوي. نو په یاد ولره چې خلک همیشه خپلو گټو ته گوري او د مقابل لوري طاقت او حیثیت ته په کتلو فیصلې کوي، حق ناحق کوي.

په ژوند کې په هیڅ څه ناشکري مه کوه، هغه سخت کار چې تاسو یې لرئ، دا د ډېرو هغه خلکو هیله ده، چې هیڅ کار نه لري.

هغه کوچنی کور چې تاسو یې لرئ، دا د کرایه ورکونکي هیله ده.

ستاسې وړه شتمني د پور ورکونکي هیله ده.

هغه شوخ ماشوم چې تاسو یې لرئ، دا د ډېرو هغه خلکو هیله ده، چې اولاد نه لري.

ستاسې روغ صحت د هر رنځور ارمان دی.

هغه خلک چې تاسره د وخت پاس کولو لپاره مینه کوي، هغوی ته صرف ستا حضور مهم دی، که نه یې نو کیسه کې به مو نه وي، چې دا مینه د لنډ وخت لپاره ده.

څوک ستا د کردار، څوک ستا د عادتونو، څوک ستا د خوبونو مینه وال، دوی نه یواځې هغه څه مهم دي، چې ته یې د دوی لپاره ترسره کوې، خو ته ورته نه یې مهم!

څوک چې درته اړتیا لري، ممکن ډېرې غټې غلطیانې دې اوبښي، مگر ته چې چاته اړتیا لرې، هغه دې په وړو وړو غلطیو پسې گرځي او څوروي دې پرې.

د ژوند په سفر کې باید له هغو ملگرو سره محتاط اوسئ، چې د وفادارۍ په نوم د خیانت پټې لارې گوري.

یوازې یو انسان ستاسې د خوشالۍ مسؤل دي او هغه تاسې خپله یاستئ.

په ژوند کې یو ملگرۍ د بل ملگري سره مه اشنا کوئ، قسم په الله ج چې یواځې به شئ.

هغه کسان چې په وړو خبرو او وړو مسایلو ژړا او خپګان کوي، دا خلک په زړه پاک او معصوم دي.

چا چې د پیسو لپاره پرېښودې، نو د یوې روپۍ حساب دې هم ورسره خلاص کړه، چې بیا د شاته راګرځېدو بهانه هم ونه لري.

مونږ باید د خپلو ستونزو لپاره یو شریک پیدا کړو او دا باید حس کړو، چې په نړۍ کې داسې یو څوک شته، چې زموږ د ستونزو او مشکلاتو اورېدو ته لېواله وي.

پر ځان له فشار راوړلو او ستړیا ځان وساتئ، بدن مو نرم او ازاد پرېږدئ، په ځان فشار تر هر څه زیات ښکلا له منځه وړي.

ځیني وخت مجبور یاست، چې د ودې لپاره سختې وزغمئ، د پوهېدلو لپاره ماتې وخورئ او د لاسته راوړلو لپاره یو څه له لاسه ورکړئ.

په هڅه او کار یې ترلاسه کړئ، مفت شیان نه خوند لري، نه ارزښت. شاکر واوسئ، قانع نه، لاړ شئ ښکلي شیان ولټوئ.

ته باید په خپل ژوند کې له تنبلۍ او وخت ضایع کېدو سره جدي مبارزه وکړئ او له ځانه یو فعال انسان جوړ کړئ.

انسان باید دومره ستر وي، چې خپلې تېروتنې ومني، دومره هوښیار وي، چې ترې ګټه واخلي او دومره ځواکمن وي، چې اصلاح یې کړي.

د مومن وخت قیمتي دی او باید په دې ځان او خلک وپوهوي، چې تر سرو زرو هم ډېر ارزښت لري.

کله چې چا سره مینه لرې او غواړې چې د خپل ژوند قیمتي شېبې ورسره تېرې کړئ، نو د خلکو خبرو پسې مه ګرځئ.

د پښتو هر هغه څه پاک کړئ، چې اوس مو په درد نه خوري، خوشاله اوسئ، چې تر دې ځایه یې راوستئ اوس یو نوی پیل وکړئ.

زمونږ ډېر وخت د زړه تنګوالی او ذهني ناقراري له دې امله وي، چې مونږ له خپل خالق سره فاصله ډېره کړې.

که فکر وکړې چې کولی یې شې، نو بیا یې کولی شې او که ووایې چې نه یې شې کولی، بیا یې نه شې کولی.

مونږ ټول داسې شېبې تجربه کوو، چې یو بل کس ته اړتیا لرو، تر څو مو همیش ترڅنګ اوسي او د مخکې تګ لپاره مو وهڅوي.

هره ورځ په یو تازه لید سره پیل کړئ، ځان دې ته ژمن کړئ، چې هره ورځ یو نوی شی زده کړئ او هره ورځ توپیري کار ترسره کړئ.

په دې نړۍ کې هیڅ داسې انسان شتون نه لري، چې په بشپړه توګه ستاسو په خبر وي، که ټوله نړۍ ولټوئ؛ نو د ځان په څېر کس به پیدا کړئ.

بریا ته د رسېدو یوه لاره دا ده، هغه څه چې د خپل ځان لپاره یې غواړئ، د نورو لپاره یې هم وغواړئ.

د هغه بریالیو کسانو په اړه فکر وکړئ، چې پېژنئ یې او له ځانه پوښتنه وکړئ، چې دوی د کومو ځانګړتیاوو لرونکي دي.

د نورو افکار کلیمې او چلندونه کولی شي، په موږ باندې اغېزه وکړي او د دې سبب شي، چې یو ښه یا بد ژوند تجربه کړو.

ځیني وختونه هغوی چې زموږ خوښ دي، د اړیکو ساتلو لپاره هغومره هڅه نه کوي، څومره چې یې موږ کوو.

هیڅا د بل سره د خپل بد چلند ښښنه ونه غوښتله؛ خو بل تل په دې تورن وي، چې څنګه یې زمونږ بد چلند ته غبرګون وښود.

ځیني خلک تاسره ځکه ستونزه لري، چې تاسو له هغوی څخه د ژوند متفاوته بڼه لرئ.

هغه فرصتونه چې ستاسو پر وړاندې دي له لاسه یې مه ورکوئ، له هغې څخه ګټه واخلئ، تر څو خپل سترواﻟﻰ لا پسې زیات کړې.

ډېر انسانان هیڅکله د ژوند له لومو څخه نه ژغورل کیږي، ځکه چې نه شي کولی د وتلو لارې تشخیص کړي.

کله چې له یوه کړکیچن وضعیت سره مخامخ شوئ، هیڅکله خپل ځان ته مه وایئ، چې د حل بله لاره شتون نه لري.

درې ډوله کړنو څخه ډډه وکړئ:

جاهل سره بحث، بې عقل ته نصیحت او دوه مخي انسان سره ملګرتیا.

که ته بریالی کېږې یا که نه؛ که یو ناکام انسان یې دا هر څه ستا له امله پېښ شوي او لومړی مسؤل یې ته یې.

داسې ډېر انسانان شته، چې د خپلو ملامتیو پړه پر نورو اچوي دا ډول خلک هېڅکله بریالي کېدای نه شي.

په دنیا کې هېڅ مادي شی د دې ارزښت نه لري، چې له امله یې خپلوانو او ملګرو سره پرې اړیکې غوځې کړو.

بېړه په هر کار کې ناسمه ده، خو د یوه شي یا د یوه چا په اړه قضاوت کې بېخي ناسمه ده.

داده اوسه! د الله پاک له طرفه چې کومه دروازه درته خلاصه شوي وي،

هیڅوک یې نه شي بندولی.

هغه وخت ته راحت او ارام ژوند کولی شې، چې په دې یقین وکړې، چې په تقدیر کې لیکل شوي، هر څه حتماً ترسره کېږي.

که په ټولنه کې په پوهه، سمبال، مستعد او فهم لرونکي کسان رامنځته نه شي، نو ځای به یې ناپوه خلک خپل کړي.

هغه مواد چې ستاسو لپاره له ډېر ارزښت څخه برخمن دي، پیدا او پرې تمرکز وکړي، تر څو په ژوند کې مو بدلون رامنځته شي.

که تاسې له ځان سره خوشاله نه یاستئ، نو څنګه دا تمه کولی شئ، چې بل څوک دې له تاسې سره خوشاله شي.

خپلې ستونزې پخپله حل کړئ، نورو ته ګوته مه نیسئ او دا مه وایئ چې په

تا مې حق دی او دا باید راته وکړې.

ناپاکې اوبه د ونې د ودې مخه نه نیسي، همداسې د خلکو منفي انتقادونه باید ستا د بریا مخه ونه نیسي.

تاسې کولی شئ، چې تر ټولو ښه ژوند وکړئ، خو په دې شرط چې ووایئ: زه هم د ښه ژوند کولو وړ یم.

تاسې باید خپل تمرکز بدل کړئ او په هغو څیزونو فکر وکړئ، چې تاسې ته ښه او خوندور دي، ځان ته مثبت وګورئ.

همیش په دې ډاډه اوسه، چې الله پاک ته پیدا کړی یې او ښه پوهېږې، چې څه شی ستا په ګټه او کوم شیان دې په تاوان دي.

د خلکو پروا مه کوه، هر څه چې لري ما او تا ته یې ګټه او تاوان څه دی؟

چې له کومه ځایه یې ترلاسه کړې، نو پر تا یې څه!

که هر څه درسره وي او قناعت نه لرې، ته تر ټولو فقیر انسان یې، که په خپلو شته نعمتونو شکر اوباسئ، الله تعالی به یې لا پراخه کړي.

الله تعالی هر چاته روزي ورکوي، خوراک د هغې چا روزي کې وي، چې د الله تعالی په لار روان وي او حلال رزق گټي.

زمونږ ستاسې غټ مشکل دا دی، چې د هر چا په هره خبره باور کوو او سملاسي غبرگون ښکاره کوو، پرته له دې چې په حقیقت پوه شوو.

د خدای ج د رضایت لپاره هغه څه وکړه، چې خدای ج یې درته وایي، نه هغه څه چې خلک یې وایي.

په دنیا کې هر څه د پیاوړو خلکو په خدمت کې دي، کمزوري پکې ځای

نه لري، نو ځکه باید د ژوند په هره برخه کې پیاوړي واوسېږئ.

انسان د ثانیو ټولګه ده، چې د هرې ثانیې په تېرېدو یې د عمر یوه برخه کمېږي، یا هیڅکله نه راستنېږي.

هغه څه چې الله تعالی درکړي، قناعت پرې وکړه یا پرې راضي شه، ته به تر ټولو غني انسان شې.

په دې نړۍ کې که هر څومره سپیڅلی او ربښتینی شی، خو د خلکو له ګناهګارو فکرونو څخه به خلاص نه شې.

چا چې باور دربانديې کړی، هیڅ وخت دروغ مه ورته وایه او چا چې دروغ درته ویلي، هیڅ وخت باور مه وربانديې کوه.

د تېرې ورځې لپاره منزوي اوسئ، د نن ورځې لپاره شکر کوونکي اوسئ او

د سبا لپاره هیله مند اوسئ.

په ژوند کې مو هیڅ شی په تصادفي ډول نه رامنځته کېږي، بلکې هغه څه رامنځته کېږي، چې تاسو يې غواړئ.

ځيني بیا د خلکو خوشالولو لپاره د حق له وینا چوپ پاتې کېږي، هغه څه چې باید وویل شي، د خلکو د خپګان لپاره يې له ویلو ډډه مه کوئ.

انسانان په ژوند کې له هغه څه پرته بل شی نه ریبي، چې کرلي يې دي او برخه لیک به هر څوک په یوه لار د خپل عمل په سزا ورسوي.

واوره! تر هغه وخته چې په لاره تلی شې، خوراک کوی شي او درد هم نه احساسوې، نو ولې ځان د نړۍ تر ټولو نیکمرغه انسان نه ګڼې.

په کومه ټولنه کې چې ځوانان د بوټ پاکۍ په مرض اخته وي، په همغه ټولنه

کې به د انقلاب پر ځای غلامي رامنځته کېږي.

په ژوند کې مې سختۍ او سترې ضربې وخوړلې، د همدې ضربو له برکته مې دا زده کړل، چې پرته له ځانه باید په بل چا تکیه ونه شي.

ځیني وخت غواړم، چې له خلکو سره داسې چلند وکړم، لکه څنګه یې چې هغوی ماسره کوي، خو زه یې نه شم کولی، ضمیر مې داسې نه مني.

هر څوک مادي شیان درکولی شي، خو پاملرنه، وفاداري، ارزښت او رښتینولي یواځې خلک درکوي، څوک چې مینه درسره لري.

د خپل هدف په خیالونو کې لاسته راوړل پرېږدئ، که تاسو یې په رښتیا هم حقدار یې پورته شئ او د هغه لپاره هلې ځلې وکړئ.

د هرې بايلۍ په مقابل کې د يو شي ګټل، د هرې ګټې په مقابل کې د يو شي بايللو ته تشويش مه کوه، ژوند همدا بايلل او ګټل دي.

د ژوند تر ټولو لويه اشتباه مې دا وه، چې فکر مې کاوه، که په چا کار ونه لرم، په ما به هم کار ونه لري.

په نړۍ کې بشپړ ځای د ټولو لپاره شته، نو د دې پر ځای چې د نورو ځای ونيسي هڅه وکړه، چې خپل ځای پيدا کړې.

د زړه راز هر سړي ته مه وايئ، هر سړی او هر څوک د راز ويلو او ساتلو وړتيا نه لري.

د نن ورځې خلک د هر څه په قيمت پوهېږي، خو د هيڅ شي په ارزښت نه پوهېږي. مهم د يو شي په ارزښت پوهېدل دي.

د خپلو خبرو سره مو ډېر پام کوئ، څکه ځیني خبرې په اسانه ویل کېږي، خو په سختۍ باندې هېرېږي.

ژوند کول په نړۍ کې ډېر کم پیداکېدونکی څیز دی، ډېری خلک یوازې موجود دي، ژوند نه کوي؛ نو ژوند وکړئ او خوند ترې واخلئ.

که چیرې غواړئ، پاتې شئ، نو د تل لپاره پاتې شئ؛ خو که غواړئ چې لاړ شئ، همدا نن لاړ شئ، وخت مه ضایع کوئ.

کله چې یو انسان ډېر یادېږي او نه شي کولی، چې هېر یې کړې، نو مطمئن اوسه، چې د هغې انسان به ته هم یادېږې.

زیاتره کسان د بل انسان ښه والی د خپل ذوق او غوښتنو پر اساس اندازه کوي. یعنې مونږ ته هغه کس غوره او ښه دی، چې کړنې یې زمونږ د غوښتنو مطابق وي.

د انسان د پېژندلو لپاره تر ټولو لومړی د انسانیت پر مفهوم او ورپسې په

انساني احساساتو پوهېدل اړین دي.

د خپلو وړتیاوو، انرژۍ، امکاناتو، وس او توان مطابق د نورو خلکو سره مرسته او همکاري کول د انسانیت د معیارونو څخه یو عمده معیار دی.

د انسان د ځانګړیتوب لپاره تر ټولو مهم شرط د هغه د نفس او نیت پاکوالی دی، که مو کړنې ظاهراً د ځانګړیتوب وي او نیت مو عام وي، نو هیڅکله د ځانګړیتوب تر مقامه نه شو رسېدلی.

هر چاته دا موقع مه ورکوه، چې ستا شخصیت ته زیان ورسوي، کله کله موږ باید د خپل شخصیت، ابرو او عزت ساتلو په خاطر د خپلو احساساتو څخه تېر شو.

هغه کسان چې ستونزې، تهدیدونه او چیلنجونه په فرصتونو بدلولی شي، د ژوند په چارو کې تر نورو ډېر بریالی وي.

زیات انسانان د خپلو فطري وړتیاوو څخه ناخبره دي، تر ټولو بدمرغه انسان

هغه دی، چې تر مرګ پورې خپل فطري استعدادونه ونه پېژني، ځان او د خپلو استعدادونو پېژندل د انسان لومړنی دنده ده.

د درک قوه د یو شخص ذهني وړتیا د فکر بڼې او د ژوند طرز پورې اړه لري. تر څو مو چې یو موضوع په پوره ډول سره درک کړې نه وي، هیڅکله یې پر وړاندې دریغ مه نیسئ.

هڅه وکړئ، تر څو مو د علمیت کچه پیاوړې کړئ، یوه انګلیسي معقوله ده، چې وایي:

(A great man should be great reader) یعنې ستر شخص باید ډېر ښه لوستونکی واوسي. هغه خلک چې خپلې تولنې څخه ځان په انزوا کې ساتي، هیڅکله د خلکو حقیقي درناوي مستحق نه ګرځي.

ډېر ناکام کسان د سل سلنه کامیابېدلو امکان د دې لپاره له لاسه ورکوي، چې هغوی پر ځان باور نه لري او وړاندې د پایلې څخه خپله ماته مني.

ژوند په لمن کې ډول ډول حالات لري، کله ښه، کله بد، کله خوشالي، کله غم، کله اساني، کله ستونزه، کله ریا، کله ناکامي؛ خو انسان باید د هر حالت سره توافق وکړي.

د یو شخص بریا د دې څخه نه اندازه کېږي، چې کومې لاسته راوړنې لري، بلکې له دې څخه اندازه کېدای شي، چې د بریا مقام ته رسېدلو لپاره یې څومره ستونزې او مشکلات ګالللي او حل کړي دي.

علمي کچه او پر ځان باور مو د مفاهمې وړتیا پیاوړې کوي، ډېر کسان به مو لیدلي وي، چې د ښه پوهې او علم خاوندان وي؛ خو د مفاهمې وړتیا د ضعیفوالي له امله ژوند کې شاته پاتې دي.

هغه کارونه چې په کولو یې شرمېږئ او خلک یې بد ګڼي، هیڅکله یې په اړه خبرې هم مه کوئ، ځکه دا مو شخصیت د نورو پر وړاندې کم راولي.

د خپل افهام او تفهیم وړتیا د پیاوړي کولو لپاره تاسې کولی شئ، چې په دې برخه کې لیکل شوي کتابونه مطالعه کړئ، تر څو مو شخصیت اغېزمن شي.

د شخصیت تر ټولو غوره بڼه دا ده چې ته ښه په دې پوهېږې، چې هیڅوک پر تا نه خبرېږي، خو ته بیا هم ښه کارونه کوې.

د ځان پېژندلو لپاره د نفس پېژندل او نفس پېژندلو لپاره انساني احساسات پېژندل اړین دي.

هر هغه نیک عمل چې ګټه یې تر ډېرې مودې نورو انسانانو ته رسېږي، صدقه جاریه ده.

د خپل لنډ مهاله جنسي تسکین په خاطر د یو چا ژوند تباه کول ستر حیوانیت دی.

CamScanner

که تاسې داسې گمان کوئ، چې خلک به پر تاسې نه پوهېږي، نو تاسې غلط فکر کوئ، ځکه چې الله ج هیڅکله په دوامداره توگه ستاسې گناه نه پټوي.

د یوازیتوب پر ځای د ښو ملگرو او کورنۍ سره وخت تېرولو ته ترجیح ورکړئ او د کتاب لوستلو هنر سره ځان عادي کړي. عبادات، ورزش او ارامه خوب د شهوت پارونکو فکرونو څخه ستاسې ساتنه کوي.

حقیقي مینه په تصادفي ډول نه رامنځته کېږي، بلکې وخت او د یو بل پېژندلو ته اړتیا لري.

حقیقي مینه کې په اړیکه کې ځان مقابل شخص او نورو اړونده ټولو اشخاصو په اړه عاطفي فکر شتون لري.

جنوني مینه او اړیکه کې ستره هڅه او هیله د مقابل شخص سره د فزیکي ارتباط او جنسي خواهشاتو تکمیل پورې تړلې وي.

هیڅکله له یاده ونه باسئ، چې عزت او درناوی انسان ته مال، جایداد، ښایست، علم او پوهه نه شي ورکولی، تر څو یې الله تعالی ورنه کړي.

کوشش وکړئ، چې په ژوند کې مو توازن وساتئ، د تفریح او هغو کارونو لپاره وخت بېل کړئ، چې تاسې ترې لذت غواړئ.

هر څوک چې د ورځې په اوږدو کې دا څلور نوع کارونه سرته رسوي، د انسانیت حق به یې ادا کړی وي:

١-عبادات ٢- ورزش ٣- کار ۴- خیر ښېګڼې کارونه.

هغه کس چې تل خپه او نړی سره په مبارزه کې له هر څه وراخوا تل د عزت او شتمنیو په راټولولو بوخت وي تل به خواشینی او ناکام وي.

هغه کسان چې نه شي کولی خپل ژوند منظم او خیالي ستونزې له پامه وغورځوي او ربښتیني خندونه له خپلې لارې لېرې کړي، نو تل به په دروني

خواشيني او جګړه اخته وي.

غوره پوهاوي سره تاسو کولی شئ، غوره انتخابونه وکړئ او کله چې تاسو غوره انتخاب وکړئ، نو تاسو به غوره پايلې ولرئ.

د هغو خلکو څخه لرې اوسه، د چا چې يواځيني کار په نورو نيوکه او انتقاد کول وي، دوی داسې دي لکه په رڼا کې چې تياره لټوي.

ډېر مشکلات به مو حل شي، فقط که خپل خراب عادتونه، مطلبي ملګري او ذهنيت ته تغير ورکړئ.

بريالي خلک د مطالعې لپاره ډېرکتابونه اخلي، پاتې نور (ناکام خلک) لوی سکرين لرونکي تلويزونونه.

د ورځې دوولس ساعته د بل چا لپاره کار کول به دې هيڅکله شتمن نه کړي، خپل شخصي کاروبار پيل کړه چې په مالي لحاظ خودکفا شې.

هیڅکله فکر مه کوئ چې یو ځل مو کوم کار پیل کړ، نو باید د ژوند تر پایه یې وکړئ، د خپل مسلک او مسیر بدلول هیڅ بده خبره نه ده.

هغه کار وکړئ، چې یوه مهمه ستونزه هواروي، دا بهترین کار انرژي درکوي او خلاقیت مو راویښوي او ډېر ځه لپاره مو هڅوي.

که چیرې غواړئ چې په ژوند کې دې مثبت بدلون راشي، نو دغه څلور خبرې درسره عملي کړه:

۱-منفي خلک له خپله ژوند نه ډېر لېرې کړه.

۲-خپلې غلطیانې ومنه او د اصلاح کوشش یې وکړه.

۳-خپل تېر هېر کړه او عبرت ترې واخله.

۴-یو نوی ژوند پیل کړه.

د راتلونکو پېښو او حادثو په اړه فکر مه کوه، هغو فکرونو او غمونو په اړه ځان مه ستړي کوئ، چې لا ورسره مخ شوي نه يئ.

که په کوم دوست کې دې ښه صفتونه او خويونه ډېر وي او يو دوه په کې ناوړه وي، نو له دې کبله يې مه پرېږده ځکه چې دغه لږ يې د ښښنې وړ دي.

الله تعالی ته ځان په اطاعت او شکر، په امن او سوکالۍ، خوښۍ او نيکمرغۍ، صحت او عافيت کې نږدې کړه نو هغه به تاته په تنګسه او سختيو کې ځان درنږدې کړي.

مصيبتونه، رسوايي، کرکې، جنګ او جګړې نوي نوي مرګونې ناروغۍ څه تصادف نه دی، بلکې د همدغه ناوړو عملونو غبرګونونه دي چې مونږ يې ترسره کوو.

د منابعو او شرايطو انتظار مه کوه، ځکه ته خپله هغه څوک يې چې بايد مناسب شرايط رامنځته کړې.

زمونږ د ګڼو ناروغیو لامل زمونږ چاپیریال دی، په ټولنه کې هر قسم وګړي ژوند کوي، د هر سړي خبرې چې په بحث کولو او سوچ کولو نه ارزي، باید د پامه یې وغورځوئ، تر څو زمونږ د نارامۍ سبب نه شي.

ځیني خلک له دې امله بریالي کېږي، چې بخت یې ښه وي، خو اکثره بریالي خلک له دې امله بریالي شوي، چې د بریالیتوب اراده یې کړې وي.

د خپل ژوند له قاموس نه د ناکامۍ ټکی لرې کړه، خپله اراده له خپل هدف سره یو ځای کړه، خپل هدفونه په وړو اهدافو وویشه او ترې بې پروا کېږه مه.

ډېر خلک د دې پر ځای چې خپلو ځانونو خپلو اعمالو او خپلو کړنو کې بدلون راولي نو د نړۍ د بدلولو ته لېواله وي، لومړی ځانونه بدل کړئ بیا نړۍ.

خپلې ورځنۍ کوچنې لاسته راوړنې او د بریالیتوب لنډې شېبې ولمانځه او همیشه په لوړ غږ دا جمله تکراروه، زه په خپلې بریا باور لرم.

کله چې یوه دروازه تړل کیږي، بله سمدستي پرانیستل کیږي، خو موږ د همغې تړلې دروازې مخې ته ډیر وخت ودریږو او پښیماني څرګندوو.

که چا کم او سپک وبللې او ټوکې یې درپورې وکړې، دا باید د دې سبب نه شي چې روحیه دې ټیټه او یو داسې منفي انګیرونکی انسان درنه جوړ شي، تل په ځان باوري واوسه.

د خپل ذهن لیدلوری بدل کړه، مثبت انګیرونکي او هیله من واوسه، د تل لپاره ښه بدیلونه لټوه او خپل نفس په یوائځې یوه اختیار لرلو مه مجبوروه.

که وغواړو چې یو کار له ستړیا پرته ترسره کړو، نو ښه ده چې لومړی د دې کار په زده کولو کې ځانونه ستړي کړو.

هغه څه وکړه، چې په خپل نظر یې پر صحیح والي باور لرې، ځکه ته هیڅکله د خلکو له نیوکو نه شې خلاصېدلی.

بریالي کسان هغه دي، چې هغوی هڅه وکړي، همت وکړي او یوې لوړې مرتبې ته ورسېږي او بیا هم غرور ته په خپل نفس کې ځای ورنکړي.

هغوی چې د عذرونو په جوړولو کې مهارت لري، هیڅ ملامته نه دي ځکه دوی له دې پرته کوم بل کار کولای نه شي.

په تاسې کې هغه څوک الله تعالی ته ډېر نږدې دی، چې د غوسې پر مهال د ښه صبر خاوند وي او غوره صبر هغه دی، چې د غوسې او لالچ پر مهال وي.

سختي او خپګان دومره پټ وساته، چې خلک دربانډې ګمان وکړي ګوندې ته په نعمتو کې پټ يې.

د یوه انسان پر صبر تر هغې مه تېروځه، چې د غوسې په حالت کې دې لیدلی نه وي او تر هغې پرې د امانتداری باور مه کوه چې له لالچ سره مخ شوی نه وي.

د جاهل د خبرې ځواب مه ورکوئ، ځکه هغې ته د ځواب له ورکولو چوپوالی غوره دی، ځکه که ځواب دې ورکړ، د هغې بوج دې لېرې کړو او که ځواب دې ورنکړو، هغه خپله کینه وژني.

غوسه ناک سړی د خلکو سره اړیکې نه شي جوړولی، ځکه دا هره ورځ پخپلو ناوړه الفاظو او بدو ویناوو څو ځله د دوستانو زړونه داغي.

کله چې دې یو ملګری غوسه شو او خپل کنټرول یې له لاسه ورکړ، نو پوه شه چې شیطاني وسوسه ده، نو ته د هغې سره ځان مه سموه او د غوسې په حال کې یې د صبر نه کار واخله.

که غواړې چې ارامه، سوکاله، مطمئین او خوشاله اوسې، نو لومړی له خپل رب څخه راضي اوسه، ځکه دا د قبولیت دروازه ده.

د خپلې ستونزې د حل ټولې لارې چارې یو ځای کړه، مهالویش ورته وټاکه، د هر یوه حل د پایلو په اړه جلا فکر وکړه، په ټولو کې یوه غوره او بیا یې د پلي کولو لپاره یوه پلان جوړه کړه.

له هرې ستونزې سره چې مخ کېږې، نو مقابل کې د اجر او بدلې هیله ساته، د خلاصون لاره به درته اسانه شي، که صبر وکړې، اجرونه به یې ډېر وي.

کله چې په یوه لاره دې بریا ترلاسه نه کړه، نو بلې لارې ته فکر وکړه، که له هر لوري ماتې سره مخ وې او درملنه یې ناشوني شوه؛ نو په یوه نوې لارې فکر وکړه.

چا چې ځان وساته، هغه به خپګان ونه مومي او چا چې څارنه وکړه، هغه به ونه وېرېږي او څوک چې د ښو هیله من وي، هغه به دردمن نه شي.

تېر له ذهنه اوباسه، څه چې تېر شو، هغه هېر شو؛ نو د تېرو په اړه فکر مه کوه، ځکه هغه تېر وو او ختم شو.

پر ځان ډاډمن اوسئ او له نورو سره په عادي توګه تعامل کوئ، په ځان کې هیڅ بدلون مه راولئ او د خلکو د خبرو له امله له خپلوانو مه ګوښه کېږئ.

په چارو کې تادي مه کوه او له خپلې تجربې څخه مه تېښته او نوې تجربې ته مه راننوځه، بلکې ځان ته د فکر کولو لپاره کافي وخت ورکړه.

تل د نفس نیمګړتیاوو، عیبونو، تېروتنو او خویونو په اړه فکر وکړئ، چې پر خپلو نیمګړتیاوو دې قناعت وشي.

خپل شاوخوا خلکو سره مینه، محبت او اړیکه ساته، هغوی ونازوه او امتیازات ورکړه، چې د هغوی مینه هم درسره پیدا شي، پر هغوی هیڅکله ټوکې او ټکالې مه کوه او مه یې سپکاوی کوه.

د خپل ژوند یادښتونو ته راوګرځه د هغو کارونو وروستیو ناسمو او ناوړو پایلو ته وګوره، چې ستا د عجلې له امله وران شوي وي او په راتلونکي کې ترې ځان وژغوره.

د باطلو خلکو له تېروتنو او ناپوهیو ځان ناخبره کړه، د بریالیو خلکو په لاره ولاړ شه، زړه دې له حسد، کینې، دوکې او دښمنۍ څخه پاک کړه، چې د زړه له سکون او راحت څخه خوند واخلئ.

ځان ته نیکان، هوښیاران او د پوره عقل خاوندان ملګري وټاکه، چې د هر کار له پیل وړاندې ورسره مشوره وکړې.

ځان لپاره یوه قاعده او قانون جوړ کړه، داسې ووایه زه به له ځان سره سوچ کوم ځکه دا شعار دی، باطني عقل، فکر او ضمیر ته د مهلت تدبیر سوچ او تادي نه کولو انګېزې ورکوي.

هیڅوک خپلو موخو ته په هیلو نه رسېږي، مګر دنیا په هڅو، قوت او زیارونو ترلاسه کېږي.

dr Khalid Takal خالد تکل

0777111038

ماخذونه

Man's Search For Meaning VIKTORE. FRANKL

I, Steve Steve Jobs in his own words, edited by, George Beahm

Living with Honour, by Shive Khera

The 1% Mindset, By: Munawardin Lakanwal

Mindset, by Dr Carol S. Dweck

Hohnc. Maxwell, No Limits

Eat That Frog!, by: Brian Tracy

Developing The Leader Within You, by: John C. Mzxwell

A Brief History of Time, From the Big Bang to Black Hole
Hawking

The Leader Who Had No Title, by: Robin Sharma

Many Miles To Go, by: Brian Tracy

The 60-Second Shrink, by Amold Lazarus, PHD, & Cliffo
PHD

Change Your Thinking Change Your Life, by: Brian Tracy

Save You, by: Mona Kasten

Think and Grow Rich, by: Napoleon Hill

Every Street Is Paved with Gold, by: Kim Woo Choong

Think & Grow Rich, by: Napoleon Hill

Nufu*k Your Self, by: Gary John Bishop

The Secret, by: Rhonda Byrne

The Concise 48 Laws of Power, by: Robert Greene

How to Win Friends and Influence People, by: Dale Carne

Atomi Habits, by: James Clear

The Magic of Thinking BIG, by David j. Schwarts, PhD

دنورو ښکلو کتابونو لپاره موږ وڅارئ

119/120

https://t.me/MKAfghan786

+93777111038

هغه کتابونه چې مخکې مو PDF کړي

توره اروپوهنه

کرکټ دفکر لوبه

دمطالعې اغېز

داروپا عروج

موساد

داسي نور کتابونه

دسوفی نړي ناول

یتیمه ناول

دوحشت بلنه ناول

دعراقي سپی خاطري

یو خو لپی فکرونه

ورک سړي

ایکیګاي

له ناکامی یی زده کړه

CS CamScanner

FROM THOUGHT TO ACTION

This book is about self-confidence, humanity, personality, love,achieving goals, and solving psychological problems

KHPALWAK SAFI

Aksos
بیه
100
14200
B-03 اروایوهنه

سلام خپ ... جلال آباد
Sal... سلام خ...