د کامیابۍ خبرې

ژباړه: نجیب الله خان

د کتاب پېژندنه:

ژباړه او راټولونه: نجیب الله خان

www.facebook.com\Najibullah khan

ایمېل: Najeebulla@yahoo.com Najibullahk909@gmail.com

کمپوز: شفیق خان

د پښتۍ ډیزاین: حیات الله ژوند

د چاپ حقوق خوندي دي.

(۱)

•خپل لرګي په خپله ماتوه؛ تاسو به دوه ځله ګرموي. لومړی کله چې لرګي ماتوئ دوهم کله چې بخارۍ کې يې سوځوئ.

•مینه دا نه ده؛ چې تاسو يو چاته څه واياست؛ بلکې دا ده چې تاسو د يو چا لپاره څه کوئ.

• که د یوه هیواد په لارو او کوڅو کې امنيت نه وي؛ د هغه هیواد خپلواکي بې معنا ده.

نیلسن منډیلا

•خوب تر ټولو ښه شی دی؛ ځکه تاسو د يو څه وخت لپاره هر څه هیروئ.

•غوصه کوونکي خلک همیشه هوښیار نه وي.

جان اوستین

•که تاسو خوابدي وئ؛ نو تاسو په ماضي کې اوسېږئ. که اندیښمن یاست؛ نو تاسو په راتلونکي کې اوسېږئ.که تاسو ارامه یاست؛ نو تاسو په حال کې اوسېږئ.

ليو زو

•کله چې خوشاله وئ؛ د سندرې له سازه خوند اخلئ. خو کله چې خفه وئ؛ د سندرې له شعره خوند اخلئ.

•ژوند ډېر عجیب او غریب دی. کله چې ماشومان وئ، غوښتل مو چې لویان شئ، خو کله چې لویان شوئ، غواړئ چې ماشومان شئ.

•د نورو پېژندنه؛ ستا ځیرکتیا ده. د خپل ځان پېژندنه؛ ستا هوښیارتیا ده.

په نورو تسلط لرل؛ ستا پیاوړتیا ده. په خپل ځان تسلط لرل، ستا ریښتنی قدرت دی.

لاو زو

•که ښځې نه وی؛ دا د نړی نابغه ګان به چا روزلي وی؟

ناپلیون بناپارت

•هغه وخت خبرې وکړه؛ کله چې پوه شې، چې زما خبرې زما د چوپ پاتې کيدلو څخه غوره دي.

•ځينې خلک چې خوشاله وي، ډېرې خبرې کوي. خو کله چې خفه شي، هيڅ خبرې نه کوې.

•تيروتنې ستا د محنتونو او کوښښونو ثبوتونه دي.

•ځينې خلک د ډبرو په لټون کې الماس بايلي.

•له مبارزې پرته پرمختگ ناشونی دی.

•يوه موخه بغير له پلانه يوازې يو ارمان او هيله ده.

•په ژوند کې څلور شيان مهم دي:

۱- مينه

۲- صداقت

۳- ريښتيا

۴- عزت ،که دغه څلور شيان ونلرئ، نو په ژوند کې تاسو هيڅ هم نلرئ.

•د خپل زړه منه، ليکن له دماغو هم کار اخله.

الفرد اډلر

•موږ هيڅکله هم ماضي نشو بدلولی، ليکن موږ کولی شو چې د ژوند يو نوی فصل شروع کړو د يوه خوشاله خاتمې (پای) سره.

• ژړل يعنې ستا د زړه هغه خبرې چې درد يې تاسو يې په شونډو اظهار کولی نشئ.

(۲)

•که زما سره مينه لرئ نو زه به تل ستاسو په زړه کې وم. که زما څخه نفرت لرئ نو زه به تل ستاسو په ذهن کې وم.

ماته توپير نه لري چې تاسو له ما نفرت کوئ يا زما سره مينه لرئ.

ويليام شکسپير

•ناکامي د کامیابۍ متاضده کلمه نده، بلکې د کامیابۍ یوه برخه ده.
•که غواړئ د خپل ژوند کیسه ولیکئ نو چاته اجازه مه ورکوئ چې بل څوک مو قلم په لاس کې ونیسي.
•که غواړئ چې ملګرتیا مو تلپاتې وي:
۱- هیڅکله یو بل ته دروغ مه وایي
۲-هیڅکله یو بل ته دوکه مه ورکوئ.
۳ هیڅکله یو بل ته داسې وعدې مه ورکوئ؛ چې پوره کولی یې نه شئ.
•که چیرې تاسو تر ټولو ښه وخت ته انتظار باسئ؛ نو تاسو به هیڅکله هم څه ترسره نه کړئ.
•مینه څه ته وایي؟
کله چې تاسو د یو چا سترګو ته وګورئ او د هغه په سترګو کې هر هغه څه ووینئ؛ کوم چې تاسو یې غواړئ.
•که چېرې په ژوند کې مو هیڅکله هم دخوسا منې خوند نه وي څکلی؛ نو تاسو د یوې ښې منې په ارزښت هیڅکله هم نشی پوهیدلی.
تاسو په ژوند کې باید تجربې وکړئ، تر څو په ژوند پوه شئ.
•ژوند د یو کتاب په څېر دی. ځینې فصلونه یې غمجن، ځینې یې خوشاله، او ځینې ډېر په زړه پورې دي.
که د کتاب صفحې ونه اړوئ؛ تاسو به هیڅکله هم پوه نشئ چې راتلونکي فصل کې څه دي.
• اخلاق شتمني ده.تر ټولو لویه او بهترینه شتمني؛ چې موږ یې لرو.
برتراند راسل
• د زړه احساس د منطق څخه لوړ دی.
برتراند راسل
•ستاسوسلوک او کړه وړه د پنچر ټایر په شان دي.
تر هغې تاسو هیڅ ځای ته نه شی رسیدلی تر څو چې مو بدل کړی نه وي.

•د پوستي محصول د ټیکټ په څېر شه، تر هغې پورې خپلې موخې پورې کلک ونښله تر څو چې خپل ځای ته نه وې رسیدلی.

• هڅه نه کول د ناکامۍ لومړۍ پوړۍ ده.

•فکر وکړه؛ فکر کول وړیا دي.

ویلیام شکسپیر

•په ځمکه باندې کامل جنت نشته، لیکن یوه ټوټه یې شته.

جولیس رینارډ

•په بې خطره ځای کې زړور اوسیدل اسانه دي.

ایسوپ

• له مور او پلار سره هغه ډول چلند وکړه؛ چې له خپلو اولادونو یې تمه لرئ.

سقراط

• د هوښیارتیا دروازه د خپل ځان پېژندنه ده

•ویره د مینې دښمنه ده.

اگوستین

• د خپلې کامیابۍ په اړه خبرې او د ناکامۍ په اړه اندیښنه هیڅکله هم مه کوه؛ دا دواړه ستا په راتلونکو کارونو اغیزه کوي.

په خپل ځان باور ولره، حرکت وکړه او ژوند کې کامیابي ترلاسه کړه.

•فکر کول د ټولو شتمنیو، کامیابیو، لاسته راوړنو، کشفیاتو، او موندنو تر ټولو لویه منبع او سرچینه ده.

کلوډ بریسټول

•که سپي ته مو درې ورځې ډوډۍ ورکړه؛ نو درې کاله مو احسان نه هیروي.

که یو انسان ته مو درې کاله ډوډۍ ورکړه؛ په دریو ورځو کې یې له یاده باسي.

(۳)

•ذهن د پراشوټ په شان دی تر هغې کار نه کوي، تر څو چې خلاص شوی نه وي.
فرانک زفا

• باور په په دغه نړۍ کې تر ټولو قیمتي څيز دی ځکه چې دلاسته راوړلو لپاره يې کلونه تیریږي خو کله ناکله يې په یو څو شیبو کې هم له لاسه ورکولی شو.

•د بل چا په خبرو د یو چا په اړه هیڅکله هم قضاوت مه کوه.

•هغه ناکامي چې له تاسو څخه عاجز او خاکساره شخص جوړوي؛ له هغه کامیابۍ غوره ده چې له تاسو څخه مغرور او متکبر شخص جوړوي.

• ایا تاسو پوهېږئ چې د انسانانو د گوتو ترمنځ خالي گاوې الله پاک ولې پیدا کړي؟
هو، ددې لپاره چې تاسو ته هغه څوک چې ډېر گران وي راشي او ستاسو لاسونه د تل لپاره ونیسي. او دغه خالي گاوې ډکې کړي.

• ادب د عطرو په شان دی. موږ د ځان له لپاره ترې گټه اخلو لیکن د هغه له خوشبويۍ څخه نور هم برخمن کیږي.

• بې هدفه کسان مجبور دي چې د تل لپاره د هدف لرونکو کسانو لپاره کار وکړي.

•ماضي ته بدلون نه شو ورکولای،نه يې هیرولای شو او نه يې اصلاح کولی شو خو پاک کولی يې هم نه شو.
خو موږ کولی شو چې د هغې نه عبرت او درس واخلو.

•یو ورځ به تاسو گورئ، چې تاسو په ماضي یو نظر تېر کړئ.تاسو به محسوس کړئ چې تاسو د هغه څه لپاره ډېرې اندیښنې او سوچونه کول چې هېڅ د اندیښنې وړ او لایق نه وه.

•هیڅوک هم په خپله ریښتیني پیاوړتیا نه پوهېږي.

• معمولي انسانان یوازې هیلې او امیدونه لري؛ خو موفق انسانان موخې او پلانونه لري.
برایان ټریسي

• که چیرې کوم ځای مو خوښ نه شو، نو بدل یې کړئ

تاسو ونه، نه یاست.

جیم ران

• یو ځل دروغ ویل ستا ټول رېښتیا تر پوښتنې لاندې راولي.

• زما په قاموس کې د ناشوني کلمه نشته.

ناپیلیون بناپارټ

•ځیني شیان تاسو په سختو حالاتو کې هم زده کولی شئ.

جویل اولیسټن

• مورې وینو چې دا نړۍ څومره له دردونو او کړاوونو ډکه ده خو بیا هم مورې واده کوو.

دې ته مینه وایي.

•خیرن لاسونه د حلالو پیسو نښه ده.

•د نرم او مهربانه زړه خاوندان بې عقله او احمقان ندي،

دوی پوهېږي چې خلک ورسره څه کوي خود نورو له خطاګانو ورتېرېږي.

په وار وار هغو ته بښنه کوي،خو دوی د ډېر ښکلي زړه خاوندان دي.

• دخوشاله کورنۍ درلودل هر څه دي، هیڅ اندیښنه مه کوئ، که شتمن نه یاست.

•باور د کاغذ په څېر دی، که یو ځلې قات شي، بېرته لومړني حالت ته نه راګرځي.

(۴)

•ځوانان پنځه شیان خرابوي:

۱- ډېرې پیسې او شتمني

۲- شهوت

۳- بیکاري

۴- بد ملګري

۵- خرابه محیط

• ځینو خلکو ته هیڅ انتظار مه کوئ، که دوی په ریښتني توګه غوښتل چې ستاسو شي، له پخوا به ستاسو ول.

مارک ایزت

• ستاسو ژوند په تصادفي توګه نه ښه کېږي؛ بلکې د بدلون پواسطه ښه کېږي.

جیم ران

• د پوښتنو په کولو خوښ شئ؛ لیکن د ځوابونو په هکله هم ډېره اندیښنه مه کوئ.

پاویلو کویلو

• جنت هلته وي؛ چېرته چې ظلم او ازارول نه وي، یو کس د بل کس سره کار نه لري.

• تاسو به هیڅکله هم ژوند ته بدلون ور نه کړئ تر څوچې مو په ورځنۍ چارو کې بدلون نه وي راوستلی.

ستا د بریا راز ستا په ورځنیو چارو کې موندل کېږي.

جان سي ماکسویل

•هیڅکله هم دا اجازه مه ورکوئ، چې ستاسو ارمانونه یوازې خوبونه پاتې شي.

• بغیر د مینې او لیوالتیا تاسو هیڅ انرژي نه لرئ بغیر د انرژۍ تاسو هیڅ هم نه لرئ.

ډونالډ ټرمپ

• زه د کامیابۍ او بریا په اړه خوبونه نه وینم، بلکې د هغو لپاره کار کوم.
ایستې لوډر
• چیرته چې ژوند وي؛ هلته هیلې او امیدونه هم وي.
ستیفن هاکینګ
• ولې ژوند مو مشکل او له ستونزو ډک دی؟
۱- یو څوک دې یادیږي؟ خو زنګ ورته وواهه.
۲- غواړې یو څوک ووینې؟ خو بلنه ورکړه.
۳- غواړې یو څوک وپوهوې؟خو هر څه ټکي په ټکي ورته ووایه.
۴- په ذهن کې پوښتنې لرئ؟ خو له نورو یې وپوښته.
۵- کوم څه مو نه خوښیږي؟ خو د هغه په اړه پریکړه وکړه.
٦- کوم څه غواړئ؟ خو غوښتنه یې وکړه
۷- له چاسره مینه لرې؟ خو ورته دا مینې اظهار وکړه.
په دې دنیا کې موږ یوازې یو ژوند لرو، ولې یې په ښه توګه نه کوو.
•له یو عالمه یې وپوښتل:
دا دې دوو جملو تر منځ څه توپیر دی؟
– زه در سره مینه لرم.
– زما خوښه شوي یې.
عالم جواب ورکړ:
کله چې تاسو یو ګل خوښوئ، یوازې د ډنډره یې را پرې کوئ، خو که د ګل سره مینه لرئ، هغه ته همیشه اوبه ورکوئ، تر څو تازه واوسي.
څوک چې په دې راز پوه شي، هغه د ژوند کولو راز موندلی.
•ملګرتیا د مرغۍ په څېر ده؛ که ډېره کلکه یې ونیسئ، له منځه ځي.
که ډېره سسته ونیسئ، الوزي او له لاسه مو وځي.
که په پام سره یې ونیسئ، د تل لپاره درسره پاتې کېږي.

• د سینګار کولو تر ټولو غوره شیان په ژوند کې:

۱- د شونډو لپاره: ریښتیا

۲- د سترګو لپاره: همدردي او خواخوږي

۳- د مخ لپاره؛ موسکا

۴- د زړه لپاره؛ مینه

۵- د اواز لپاره ؛ دعا

٦- د لاسونو لپاره؛ صدقه

• که ژوند کې مو درې شیان له لاسه ورکړل؛ بیا لاسته راوړل یې سخت دي: عزت، ملګري او باور

•کوچني ماشومان خپل خدای ته ډېر نږدې وي لکه څنګه چې ورې سیارې لمر ته نږدې وي.

•موسکا کوه تر څو ټول پوه شي؛ چې د تیرې ورځې څخه تاسو ډېر ځواکمن یاست.

•کله چې ماشومان وغواړي چې تاسو سره خبرې وکړي او خپلې ستونزې تاسو ته ووایي نو هر څه پرېږده او دوی ته غوږ ونیسه،

ددې څخه بل هیڅ ارزښتمن څه نشته.

• تاسو په ژوند کې داسې هیڅ څه هم نشته چې بدلون پکې را نه شي.

کارولین میس

• تاسو به شاید فکر کوئ، چې میرمنې ستاسو موټر، ستاسو پیسې او ستاسو سوغاتونه غواړي.

خو داسې نده؛ ریښتینې میرمنې ستاسو وخت، ستاسو ایمانداري، صداقت او موسکا غواړي.

نو دغه شیانو ته لومړیتوب ورکړه.

(۵)

•عملي کار کول د ټولو برياوو بنسټيزه کونجي ده.

پابلو پيکاسو

• زموږ د ژوند لومړی هدف د نورو سره مرسته کول دي.

که چېرته مرسته ورسره نه شو کولی؛ لږ تر لږه بد خو ورسره ونه کړو.

دالای لاما

• تر ټولو غوره شتمني هوښيارتيا ده.

•تر ټولو غوره وسله صبر دی.

•تر ټولو غوره ساتونکی ایمان دی.

•ترټولو غوره ساز خندا ده.

خو د حيرانتيا وړ ده چې دا ټول وړيا دي.

• که کله خوب نه درځي؛ نو دا خبرې ځان ته وکړه:

– ګرانه ذهنه!

مهرباني وکړه نور دا ډېر فکر کول بس کړه.

شپه ده، زه خوب ته اړتيا لرم.

•ژوند د کتابچې په څېر دی. دوه صفحې يې له مخته نه د خالق لخوا ليکل شوي وي.

لومړۍ صفحۀ: يعنې ستا زېږدنه.

دوهمه صفحۀ: يعنې ستا مړينه.

منځنۍ صفحې يې تشې دي، دا ستا په واک کې دي چې هر ډول يې ډکوئ.

خو هڅه وکړه، چې په مينه او موسکا يې ډکې کړې.

•که غواړئ لوړ مقام ترلاسه کړئ؛ کوچنی فکر کول مو بس کړئ.

•ناکامي د ټولو برياليتوبونو مور ده.

•که د یو څه پوهیدلو لپاره هیڅکله هم هڅه ونه کړئ؛ نو هېڅکله به په څه پوه نشئ.

• رېښتني ملګرتیا دې ته وایي: چې یو بل ته هر شی او هر څه وایئ ترمنځ مو کوم دروغ او رازونه شتون ونلري.

• د ژوند تر ټولو سخت امتحان د ښه وخت راتلو ته انتظار او صبر کول دي.

•له حده ډېر په چا باور مه کوه، له حده ډېر د چاسره مینه مه کوه. له حده ډېرې هیلې مه لره. ځکه دا د حده ډېر ډېر به تاسو تر ټولو ډېر وردردوي.

•که یو ځل مو د لرې ځای څخه اوبه راوړې، تاسو ته به د اوبو د هر څاڅکي ارزښت معلوم شي.

• په ژوند کې ډېر شیان وړیا دي: کورنۍ، دوستان، ملګري، موسکا، خندا، مینه او ښې خاطرې...

•که غواړئ چې قوي واوسئ نو تاسو باید په پوازیتوب سره جنګیدل زده کړئ.

• کله چې تاسو لوړ الوځئ، خلک درپسې ډېرې ګوزاروي.

لاندې مه ګوره نور هم لوړ والوځه تر څو ډېرې درپسې در ونه رسیږي.

چیتان بهګت

• دوی په ما پورې خاندي، چې زه د دوی څخه توپیر لرم خو زه په دوی پورې خاندم ځکه چې دوی ټول ماته یوشان ښکاري.

• د خوشاله اوسیدلو تر ټولو ساده طریقه دا ده چې هغه شیان ایسته وغورځوه، کوم چې تاسو خواشینی کوي.

•که تیاره نه وي نو ستوري هم نه شي ځلیدلی.

• د رېښتیا ویونکي په اندازه هیڅوک هم دومره کرکه کوونکي نه لري.

افلاطون

• هیلې او ارمانونه درلودل د کامیابۍ لومړۍ پوړۍ ده خو د هغې لپاره عملي کار کول یې دوهمه پوړۍ ده.

(٦)

•ژوند دوه قوانین لري:
١-هېڅکله ستونزو ته مه تسلیم کېږئ.
٢- لومړی قانون تل په یاد ولرئ.
•تر ټولو لویه تحفه چې تاسو يې خپل ملګري ته ورکولای شئ؛ ستاسو وخت، ستاسو مینه، ستاسو علاقه او توجه ده.
•هغه ملت چې کتاب نه وایي باید ټول تاریخ تجربه کړي.
•که له خوبه پاڅېږئ او موخه نه لرئ نو بېرته ویده شئ.
•د منفي فکر لرونکو انسانانو لرې اوسېږئ، دوی د هرې ستونزې د حل سره مشکل لري.
•ګټونکي هیڅکله په ارامه نه کیني. په ارامه کیناستونکي هیڅکله بریالیتوب نشي ترلاسه کولای.
وینس لومبارډي
•د خپل ځان پېژندنه؛ د هوښیارتیا اغاز (شروع) دی.
ارسطو
•تر هغې پورې له تاسو کامیابه شخص نشي جوړیدلی چې تاسو د تشویش، اندیښنې او ویرې لاندې وئ.
ولېس واټلز
•زړور اوسه او خطر په ځان قبول کړه.
ځکه چې هیڅ څه هم نشي کولی چې د تجربې ځای ونیسي.
پاویلو کویلو
•واقعي جهنم په یوه کلمه کې شتون لري؛ یوازیتوب.
ویکتور هوګو

•پیسې په اسانۍ سره له لاسه وځي دا د یوې مرغۍ مثال لري که پاملرنه ورته ونه کړئ درنه آلوځي.

•مشورې هیڅوک هم نه غواړي بلکې د خپلو خبرو تایید پسې ګرځي.

جان سټاین بېک

•خاموشي تر ټولو عالي قدرت دی.

•ځینې وختونه تاسو بریالیتوب ترلاسه کوئ خو ځینې وختونه یوازې یو څه زده کوئ.

•د خپلې خولې خلاصولو څخه مخکې دې ذهن خلاص کړه.

•وخت یو داسې ډاکټر دی چې د هر غم او خواشینۍ درملنه کوي.

ډیپایلوس

•د ژوند راتلونکی فصل په خپله جوړ کړه.

سیټ ګودن

•درې شیان د ډېرې مودې لپاره نه پټ کېږي:

۱ـ سپوږمۍ

۲- لمر

۳ـ رینښتیا

بودا

•قیمت؛ کوم څه چې تاسو ادا کوئ. ارزښت؛ کوم څه چې تاسو ترلاسه کوئ.

وارن بوفېټ

•پوهان خبرې کوي خو هوښیاران ورته غوږ نیسي.

جیمي هینډریکس

(۷)

•مینه ړانده ده او کینه کڼه ده.
•مهرباني د کایناتو هغه ژبه ده چې ټول ژوندي مخلوقات پرې پوهیدلی شي.
•د ټولو بدمرغیو ریښه د پیسو کموالی دی.
جیورج برنارد شاو
•د انسان په ژوند کې درې شیان اړین دي: لومړی؛ مهربانه اوسیدل دوهم؛ مهربانه اوسیدل دریم؛ مهربانه اوسیدل.
هینري جمیز
•ښه ملګري درته ښه وخت لا ښه کوي او مشکل وختونه درته ډېر اسانه کوي.
•بهترینه دوست هغه چاته ویل کېږي چې تاسو په داسې وخت کې وخندوي چې تاسو فکر کوئ چې په ژوند کې به هیڅکله موسکا ونه کړئ.
•هغه کتابونه چې نن لوستلای شئ، تر صبا یې مه پریږدئ.
هول بروک جاکسون
•څوک چې ستا لپاره دروغ وایي ستا په خلاف یې هم ویلای شي.
بوسوانیا هیواد متل
•خپلو ماتو ته دا اجازه مه ورکوئ چې تاسو تعریف کړي بلکې دا اجازه ورکړئ چې تاسو ته یو څه در زده کړي.
باراک اوباما، د امریکا پخوانی ولسمشر
•یو شخص هم په ټولنه کې بدلون رامنځته کولای شي او هر یو باید دا هڅه وکړي.
جان ایف کېنیډي
•هغه څه ته چې انسان اړتیا لري؛ قدرت ندی، بلکې تصمیم او اراده ده.
ویکتور هوګو

• تجربه د نړۍ تر ټولو بې رحمه استاد دی.
ځکه لومړی درنه ازموینه اخلي او بیا در له درس درکوي.
• مثبت کړه وړه د مثبتې نتیجې سبب ګرځي.
• یو کوچنۍ مثبت فکر په سهار کې ستا ټوله ورځ بدلولی شي.
• کله چې هر څه ستا په خلاف مخته ځي؛ دا په یاد ولره چې الوتکه تل د هوا په مخالف جهت روانه وي.
هینري فورد
• له اتو شیانو لاس واخله:
۱- په خپل ځان شک کول
۲- منفي فکر کول
۳- د ناکامۍ ویره درلودل
۴- په نورو انتقاد کول
۵- ځان ته منفي خبرې کول
٦- کارونو ته نن او سبا کول او د هغو ځنډول
۷- بریالیتوب ته اندیښنه کول
۸- په خلکو مسخرې او ملنډې وهل
• د ماتې او ناکامۍ په اړه اندیښنه مه کوه؛ بلکې د هغه فرصتونو په اړه اندیښنه وکړه چې تاسو له لاسه ورکړل او یوځلې مو هم د هغه د ترسره کولو هڅه هم ونه کړه.
جک کانفیلډ
• د هرې ورځې هر سهار د ژوند یو نوی فرصت دی.
مارجوري هینکلي
•د لوی ذهن خاوندان یوازې فکر کوي.
ویز خالیفه
• د بوختو میندو لورګانې لټې او تنبلې وي.   پرتګالي متل

(۸)

• پلار یعنې هغه څوک چې د ځا مینه درسره هیڅکله هم پای نه مومي.
• پلار یعنې هغه څوک چې ستا د موسکا لپاره ژوند کوي.
•پلار یعنې هغه څوک چې تاسو ته سمه لاره ښایي او له بدې لارې مو منعه کوي.
• پلار یعنې هغه څوک چې همیشه دې ساتنه کوي.
• پلار یعنې هغه څوک چې خپل دردونه په زړه کې پټوي تر څو تاسو خواشینی نه شئ.
•که یوه ښایسته باغچه او د کتابونو یو کتابتون ولرئ؛ نو تاسو ټول هغه شیان لرئ چې ورته اړتیا لرئ.

سیسرو

• له مینې ځخه هیڅ څیز هم په دې نړۍ کې سخت نشته.

گیبرایل گیرسیه مارکویز

•فرصتونه درته ناڅاپي توگه نه رامنځته کیږي؛ بلکې تاسو خپله یې ځان ته برابروئ.

کرېس گروسر

• بعضې وختونه ستاسو تر ټولو ښه کار دا وي، چې خوله مو بنده او چوپ واوسئ او سترگې مو خلاصې کړئ.

•د خبرو کولو څخه مخکې درې مرحلې ترسره کړه:

لومړۍ مرحله: له ځانه وپوښته؛ آیا دا ریښتیا دي؟

دوهمه مرحله: له ځانه وپوښته؛ ددې ویل ضروري دي؟

دریمه مرحله:له ځانه وپوښته؛چاته خو به زیان نه رسوي؟

• مینان ړانده وي خو واده یې سترگې بینا کوي.

•هیڅوک هم د پلار په شان ستاسو ساتنه نه شي کولی.

او هیڅوک هم د مور په شان تاسو ته مینه نه شي درکولای.

پاردیفا پاندین

•کله چې مې یو ځل تصمیم ونیو؛ په اړه یې بار بار هیڅکله هم فکر نه کوم.

مایکل جوردن

•ځینې خلک د بریالیتوب خوبونه ویني خو ځینې یې لا وختي پاځیدلي وي او د لاسته راوړلو لپاره سخت کار کوي.

مایکل جوردن

• پرمختګ له بدلون پرته ناشونی دی.څوک چې خپلو فکرونو ته بدلون ور نه کړي هیڅ شي ته هم بدلون نه شي ورکولای.

جیورج برنارډ شاو

• که یې هیله لرئ نو لاسته راوړلای یې هم شئ.

والټ ډیسني

•د ښه ملګري لاسته راوړل کال نیسي خو له لاسه ورکول یې ځینې وخت یوازې یوه دقیقه نیسي.

•له حده لوړ فکرونه مو یوازې خوښۍ له منځه وړي.

له کولو یې ډډه وکړئ.

•ښه کوه له تاسره به هم ښه کیږي

• قیمت ته یې مه ګوره بلکې د ارزښت په اړه یې فکر وکړه.

جان سپینس

(۹)

•سخت کار کوه، تل مثبت فکر کوه او سهار وختي پاځیږه.
دا د ورځې تر ټولو غوره کارونه دي.
جیورج الین

•د کوچنیو شیانو خوند اخله، که یو ورځ مو ماضي ته یو نظر وکړ؛ نو تاسو به پوه شئ چې هغه لوی شیان وه.
رابرټ براولټ

•څوک چې پوهه لري، هغه له وخته مخته اټکل نشي کولای او څوک چې له وخته مخته اټکل کوي هغه پوهه نه لري.
لیو زو

•که نه غواړې چې صبا ته وښویږې؛ نو نن ریښتیا ووایه.
بروس لي

•تر ټولو غوره څه د علم او زده کړې په اړه دا دي چې هیڅوک یې په زور درڅخه نشي اخیستلای.
بي بي کېنګ

•ولې موږ خپلې سترګې پټوو کله چې موږ دعا کوو یا ژړا کوو او یا خوب وینو او یا کوم څه مچوو ؟ ځکه چې په ژوند کې تر ټولو ښایسته شیان په سترګو سره نشو لیدلای بلکې یوازې په زړه سره یې احساس کولای شو.

•په لومړیو کې موږ عادتونه جوړوو او بیا عادتونه موږ جوړوي.
جان ډرایډن

•کله چې هغه څه ترسره کړئ چې تاسو ترې ډېره ویره لرئ نو بیا هر څه کولاې شئ.
ستیفن ریچارډز

•کله چې مو غلطي وکړه، نو تاسو باید درې شیان ترسره کړئ لومړی - هغه ومنئ دوهم - له هغې یو څه زده کړئ دریم - او بیا یې مه تکراروئ.

پایول براینټ

•سوله په یوې موسکا سره پیل کیږي.

مادر تیریسا

•په پیسو سره کور اخیستلی شې خو کورنۍ نشی اخیستلی.

په پیسو سره کټ اخیستلی شې خو خوب نشئ اخیستلی.

په پیسو سره ساعت اخیستلی شې خو وخت نشې اخیستلی.

په پیسو سره کتاب اخیستلی شې خو علم او پوهه نشې اخیستلی.

په پیسو سره خوراک اخیستلی شې، خو اشتها نشې اخیستلی.

په پیسو سره مقام اخیستلی شې خو عزت نشې اخیستلی.

په پیسو سره وینه اخیستلی شې خو ژوند نشې اخیستلی.

په پیسو سره ځان او مال بیمه کولی شې خو حفاظت نشې اخیستلی.

پام!

تاسو یې ګورئ، چې پیسې هر څه ندي.

•ریښتني خلک ډېر کم دوستان لري.

ټوپاک

•په خپل ځان باور درلودل د بریا لومړی راز دی.

•معناداره خاموشي همیشه د بې معنا خبرو غوره ده.

• که له یو بل سره مینه لرئ؛ نو په یو بل باور هم ولرئ.

•تمه او توقع درلودل د ټولو دردونو اصلي ریښه ده.

ویلیام شکسپیر

• پاک رب ټولو الوتونکو ته خواړه ورکوي لیکن د هیڅ یو په ځاله کې یې نه ورته کېږدي، بلکې په خپله هڅه او زیار یې ترلاسه کوي.

•د ښوونځي او ژوند تر منځ څه توپیر دی؟

په ښوونځي کې لومړی یو څه زده کوئ، بیا امتحان ورکوئ.

خو په ژوند کې لومړی امتحان ورکوئ، بیا یو څه زده کوئ.

ټام بوډیټ

• باور د پنسل پاک په شان دی.

د هرې غلطۍ د پاکولو وروسته کوچنی کېږي.

• ځمکه د هغه چا لپاره موسیقي لري، چاچې ورته غوږ نیولی.

شکسپیر

(۱۰)

•که یو څیز له لرې ښخه گورئ نو پوره باور هم پرې مه کوئ ځکه چې مالگه له لرې بوره ښکاري.

•د تر ټولو ښه شخص علامه دا ده چې هغه تل په نورو کې ښکلا او د هغه ښیگڼې گوري.

عمر سلیمان

•د نورو له احساساتو سره لوبې مه کوئ، تاسو به هغه ته ماتي ورکړئ خو شاید هغه د تل لپاره له لاسه ورکړئ.

ویلیام شکسپیر

•که چیرې ملگرتیا ستاسو ضعیفه نقطه وي نو تاسو د نړۍ تر ټولو قوي شخص یاست.

ابراهیم لینکلن

•ضعیف خلک هیڅکله هم چاته ښښنه نه کوي، ښښنه کول د قوي خلکو خصوصیت دي.
گاندي
•مینه له مینې پیدا کېږي.
گاندي
•ښه شیان هغه څوک ترلاسه کوي چې څوک ورته انتظار کوي خو تر ټولو عالي شیان هغه څوک ترلاسه کوي چې څوک د هغو د ترلاسه کولو لپاره له خپلو استوګنځیو وتلي وي او د هغو د ترلاسه کولو لپاره هڅه کوي.
•خندا د ټولو ناروغیو او سختیو تر ټولو ښه دارو او درمل دي.
•هیله او امید درلودل یوازنۍ څه دي چې له ویرې ډېر ځواکمن او پیاوړي دي.
•له تشې پیالې څه نه تویږي.
•تر ټولو مهم څیز چې یو پلار یې د خپلو ماشومانو لپاره کولای شي، چې د دوی مور ته دې مینې ورکول دي.
تیودور هسبرگ
• که تاسو هر څه نه شی کولای، یو څه خو ضرور کولای شئ.
ډیویډ الین
•مرغان چې په پنجرو کې پیدا شي فکر کوي چې الوتنه یوه ناروغي ده.
الیجاندرو جودروسکي
•په هغه خواړو چې مور درته پاخه کړي خوشاله او راضي اوسه.ځکه چې ځینې خلک هیڅ خواړه نه لري او ځینې مور نه لري.
•ستاسو شخصیت دوه شیان تعریف کوي:
الف- ستاسو صبر اوزغم چې کله تاسو هیڅ نه لرئ.
ب- ستاسو کړه وړه او سلوک د نورو سره؛ کله چې تاسو هر څه لرئ.
• تاسو به ډیرې خطاګانې کړي وي او ډېر دردونه به مو تېر وي خو په ژوند کې ډیرې خطاګانې درڅخه هوښیار او ډېرې دردونه او مشکلات درڅخه قوي او زړور شخص جوړوي.

• خپلو فکرونو ته پام کوه، ځکه چې خبرې ترې جوړیږي.
خپلو خبرو ته پام کوه، ځکه چې عملونه ترې جوړیږي.
خپلو عملونو ته پام کوه، ځکه چې عادتونه ترې جوړیږي.
لاو زو

• زما کړه وړه او سلوک ستا سره ستا د خپلو عملونو نتیجه ده، که چیرې تاسو زما سلوک نه خوښوئ نو خپل ځان ملامت کړئ.

•په دغه نړۍ کې هیڅوک هم پوره ندي، که چیرې تاسو د خلکو د واړو تیروتنو له امله له هغوی تیریږئ، نو تاسو به تل تنها او یوازې وئ نو د نورو په اړه قضاوت کم او مینه ورسره ډېره کوئ.

•موږ ټول لوی کارونه نه شو کولای خو موږ ټول واړه کارونه دبېساري مینه په درلودلو سره کولای شو.
مادر تریسیا

(۱۱)

•هیڅکله هم دا اجازه مه ورکوئ چې د بایللو ویره مو د ګټلو د شوق او جوش څخه زیاته شي.
رابرټ کیوساکي
• په ژوند کې هیڅوک هم مه ملامتوئ.
ښه خلک درته خوشالۍ درکوي او بد خلک درته تجربې.
تر ټولو ښه خلک درته خاطرې درکوي او تر ټولو بد خلک د ژوند یو درس.
• د لمر د وړانګو پرته ګلان نه شي غوړیدلی او همدغه شان انسانان له مینې پرته ژوندي نه شي پاتې کیدلی.
• صداقت او سپیڅلتیا بغیر له علمه کمزورتیا او بې فایدې څه دي.
علم بغیر له صداقت او سپیڅلتیا خطرناک او ویرونکي څه دي.
سموېل جانسن
• یوه ورځ به ته له مانه وپوښتې چې ستا ژوند ډیر مهم و که زما؟ زه به ځواب در کړم چې زما!
ته به له مانه لرې لاړه شې ځکه چې ته نه پوهیږې چې زما ژوند تاسو یاست.
جبران خلیل جبران
• هغه شخص غریب ندی، چې پیسې نه لري بلکې هغه شخص ریښتنی غریب دی څوک چې خوبونه او ارمانونه نه لري.
سوامي واویکاناند
•که خپل ځان ته د ګټونکي په څیر ونه ګورئ، نو تاسو به هیڅکله هم ګټونکی نه شئ.
زیګ زیګلر
• قانونونه بدلیږي، ریښتنی قدرت اوس د هغه چا سره دی چې د کتابونو لویه الماري ولري، نه د هغه چا سره چې د وسلو ډکو صندوقونو خاوند وي.

انتوني انجیلو

• یوازې یو څه شتون لري چې ستاسو د خوبونو د ریښتیا کولو خنډ او مانع ګرځي؛ د ناکامۍ ویره.

پایلو کویلو

•خوشاله واوسئ ددې لپاره نه چې هر څه ښه دي؛ بلکې ددې لپاره چې تاسو په هر څه کې ښه وینئ.

زیګ زیګلر

•د ماضي دروازې بندې کړئ، د راتلونکي دروازې خلاصې کړئ، یوه ژوره ساه واخلئ او د ژوند یو نوی فصل شروع کړئ.

•اروپوهنه وایي چې مناسبه خندا او پوره خوب کول د هر څه لپاره تر ټولو بهتره درملنه ده.

•قلفونه بغیر د کونجۍ نه جوړیږي، همدې ورته خدای تاسو په داسې مشکلاتو کې نه ګیر کوي، چې حل لاره ونه لري خو موږ یوازې دې ته اړتیا لرو چې صبر ولرو تر څو حل لاره یې پیدا کړو.

•د نرم او مهربانه زړه خاوندان احمقان او کم عقلان ندي، دوی پوهیږي چې خلک ورسره څه کوي خو دوی ورته وار په وار ښښنه کوي، ځکه چې دوی د یو پاک او مهربانه زړه خاوندان دي.

•قانون د غنیې د جال په څېر دی، لوی مچان په اسانۍ ترې تیریږي او واړه پکې بند پاتې کېږي.

هونور ډي بلزاک

• ژوند درته همیشه د دویم فرصت وړاندیز کوي چې صبا بلل کېږي.

• مهرباني هغه ژبه ده؛ چې کاڼه یې اوریدلی او ړانده یې لیدلای شي.

مارک ټواین

•موږ خپلواکي لاسته راوړلو شو؛کله چې موږ د هغې پوره قیمت ادا کړو.

رابندراناټ ټاګور

• ډیری خلک تنها او یوازې دي ځکه چې دوی د پلونو پر ځای تل دیوالونه جوړوي. جوزیف نیوټن

•که تاسو په ژوند کې هیڅ هم نلرئ خو یوه ښه ملګری ولرئ؛ نو تاسو تر ټولو شتمن شخص یاست.

مایکل کاون

(۱۲)

•یوه ښه میرمنه تل د خپل میړه له تیروتنو ورتیریږي او ښښنه ورته کوي.
مالتهون بيري
•ماشومان هغه ځای کې پاتې کیږي چیرته چې مینه وي او هغه ځای ته ځي، چیرته چې د دوی لپاره ساعتیرۍ وي.
زیگ زیگلر
•په تیارو کې د خپل ملگري سره گرځیدل، په رڼا کې د تنها گرځیدلو څخه غوره دي.
هیلن کیلر
•ټول خلک تیروتنې کوي خو یوازې هوښیاران د خپلو تیروتنو یو څه زده کوي.
وینسټن چرچل
•ښځه او میړه د واده یو کال وروسته د یو بل ښکلا ته نه گوري بلکې د یو بل اخلاقو او کړو وړو ته دواړه متوجه وي.
اسمایلز
•کوم کارونه چې تاسو کولای شئ هغه زه نشم کولای؛ او کوم کارونه چې زه کولای شم، هغه تاسو نه شی کولای؛ خو په یووالي سره زه او ته هر څه کولای شو.
مادر تريسا
•پیاوړي خلک نور په ځمکه نه غورځوي بلکې له ځمکې یې راپورته کوي.
مایکل واټسن
• هر څه په پسرلي کې تازه او په مني کې مړاووي کیږي.
خو یوازنی ځیز مینه ده، چې موسمي نده.
رومي

•اې!
تاسو هغه پټ او قیمتي الماس یاست چې په خټه کې پټ یاست.
رومي
• هر څه به ترلاسه کړې؛ په مناسب وخت کې!
یوازې صبر او زغم ولره.
•چتري باران نشي ودرولای، لیکن موږ د لامده کیدلو څخه ساتي؛ په خپل ځان باور هم همدغه شان دی، موږ ته بریا نه را په برخه کوي لیکن موږ ته دا توان او طاقت راکوي چې په ژوند کې د ټولو ازمیښتونو سره مقابله وکړو.
• تر ټولو لوی خطر دا دی چې موږ هیڅ خطر په غاړه نه اخلو.
مارک زوګربرګ
•موږ تل د نورو په غورځولو پورته کېږو. رابرټ انګیرسول
• که غواړئ چې خپلو موخو او خوبونو ته ورسېږئ نو د نظم او ډیسپلین پرته یې تاسو هیڅکله هم نشی ترلاسه کولاي.
لي کوان ییو
• ټول هغه شیان چې ژوندي وي؛ پر هغوی مهربان واوسه.
•فلسفه کولای شي چې ځیني خلک ناروغه کړي.
ارسطو
• له ستونزو او مشکلاتو تېښته هغه سیالي ده؛ چې تاسو به یې هیڅکله ګټونکی نه شئ.
• د نن لوستونکي، د صبا رهبران دي. مارګریت فو لیر
•د اتل په څېر اوسه، او دا خبره همیشه وایه چې زه نه ویریږم.
سوامي
• دا مهمه نده چې تاسو څومره خطاګانې کړي او څومره په ځنډ سره به کامیابي ترلاسه کړئ تاسو اوس هم د هغه چا څخه وړاندې یاست چا چې د کامیابۍ ترلاسه کولو لپاره تر اوسه هیڅ هڅه نده کړې. ټوني روبینز

(۱۳)

•هر کار چې کوئ، له نرمۍ کار پکې اخلئ.

•ښښنه کول یوه ډالۍ ده، چې تاسو یې نورو ته ورکوئ.

ټوني روبینز

•ناروغه خلک پخې میوې خوري.

افریقایي متل

•ښه دوستان د ستورو په شان وي، تاسو به یې هر وخت نه وینئ خو پوهیږئ به چې دوی هملته دي.

•په یوازیوالي مورږ ډېر کم څه کولای شو، خو په یووالي مورږ ډېر څه کولای شو.

هیلن کیلر

• په هغه چا هیڅکله هم باور مه کوئ چې دروغ وایي او هغه چاته هیڅکله دروغ مه وایه چې په تا باور لري.

•ملګرتیا د یو ښه شخص سره د ګنیو په څېر ده.که تاسو یې ټوټه ټوټه کړئ یا یې مات کړئ یا یې وژویئ خو تاسو به یوازې خوږوالی ترې ترلاسه کړئ.

•که په یو چا ګران وئ نو د چا د ګرانښته ناوړه ګټه مه پورته کوئ.

که یو څوک درته اړتیا لري، مصروفیت ورته مه پلمه کوئ.

که یو څوک درباندې باور لري، نو هیڅکله هم ورته دوکه مه ورکوئ.

که د یو چا تل په یاد وې، نو تاسو یې هم هیڅکله مه هیروئ.

• ځینو خلکو باندې چې تاسو باور لرئ او خپلې ستونزې ورته بیانوئ، احتیاط ورسره کوئ ځکه چې چې هر موسکا کوونکی ستاسو ملګری ندی.

•که د خپلو خوبونو لپاره وجنګیدې، ستاسو خوبونه به ستاسو لپاره وجنګیږي.

پاویلو کویلو

•د نن لوستونکي ماشوم ځخه د صبا متفکر شخص جوړیږي.

•زه په ژوند کې بې شمیره ستونزې او مشکلات لرم خو زما شونډې دوی نه پېژني، تل موسکا کوي.

چارلي چاپلين

• د خپلو مشکلاتو په باره کې خبرې کول زموږ تر ټولو لوی اعتیاد دی، دا عادت له منځه یوسئ د خپلو خوښیو په اړه خبرې وکړئ.

ریتا شیلینو

•د یو ځه د زده کولو لپاره خطر په ځان منل تر ټولو غوره لاره ده.

• هر څه سخت دي مخکې له دې چې ووایو، چې دا خو اسانه ده.

ګویته

• سالم عقل د یو ګل په شان دی چې د هر چا په باغچه کې نه را زرغون کیږي.

• دردونه په دوه ډوله دي یو چې یوازې تاسو وکړوي او بل چې تاسو کې بدلون رامنځته کړي.

• د خپلو خوبونو د ریښتیا کولو لپاره چې هر څه کولای شې، ویې کړه.

جویل اوستین

• که غواړئ چې هیڅکله د خفګان سره مخ نه شئ، نو هیڅکله هیڅ چاته او د هیڅ شي تمه او توقع مه لرئ.

•رهبر هغه ځوک وي چې سمه لاره پېژني او په هغه باندې مخکې ځي او هغه سمه لاره نورو ته هم ښايي.

جان سي ماکسويل

(۱۴)

•موږ د خپلو والدینو په مینه هغه وخت پوهیدلی شوو چې کله خپله والدین شو.

• مینه ستا او د هر څه ترمنځ د پول خاصیت لري.

رومي

•هیڅوک هم دومره شتمن ندي چې ماضي په پیسو واخلي.

اوسکار ویلډ

•که چیرې غواړئ چې نړۍ ته بدلون ورکړئ، کور ته لاړ شئ او کورنۍ ته مو مینه ورکړئ.

مادر تریسیا

• د یو موخې د ترلاسه کولو لپاره هر کال درته ۳٦٥ فرصتونه درکوي.

• بې ارزښته خلک یوازې ددې لپاره ژوند کوي چې وخوري او وڅکي.

خو ارزښت لرونکي خلک بیا ددې لپاره خوراک او څښاک کوي چې یوازې ژوندي پاتې شي.

سقراط

• که خپل ځان دې وپیژنده، نو تاسو به ټولو جګړو او مقابلو کې بریا ترلاسه کړئ.

سن ټزو

•هڅه مه کوه چې تل ښه او عالي شخص واوسې یوازې له پرون ورځې ښه واوسه.

• که چیرې ستاسو کارونه نورو ته دا انګیزه ورکړي چې هغه لوی خوبونه وویني ډېره زده کړه وکړي او ډېر څه وکړي او دهغه څخه یو ښه شخص جوړ شي نو تاسو رهبر یاست.

جان کوینسي اډمز

•بوډاګان په هر شي عقیده لري،د پاخه عمر خاوندان په هر شي شک کوي او ځوانان بیا په هرڅه پوهیږي.

اوسکار ویلډ

• په اوسنیو وختونو کې خلک د هرشي په قیمت پوهیږي خو د هیڅ شي ارزښت نه پیژني.

اوسکار ویلډ

•همیشه هم تاسو پلان ته اړتیا نه لرئ ځینې وختونه تاسو دې ته اړتیا لرئ چې یوه ژوره ساه واخلئ او پیل یې کړئ او وګورئ چې څه پیښیږي.

مانډې هیل

• د ژوند شپږ قوانین:

مخکې له دې چې دعا وکړې په هغې پوره باور ولرئ.

مخکې له دې چې خبرې وکړئ یو ځل غوږ ونیسئ.

مخکې له دې چې یو څه مصرف کړئ، عاید یې لاسته راوړه.

مخکې له دې چې یو څه ولیکئ، یو ځل فکر وکړئ.

مخکې له دې چې مړ شئ، په خوښۍ ژوند تیر کړئ.

•زده کړه یوازې په حقیقتونو پوهیدل ندي بلکې د ذهن هغه روزنه ده چې د هغې پواسطه فکر وکړئ.

البرټ آینشټاین

• باور د ګلدان په څیر دی که یو ځل درنه مات شو؛ دوباره ترمیمول یې ستونزمن دي.

• هر څوک د سپوږمۍ په شان دي او یو تیاره خوا لري چې هیڅکله یې هم نورو ته نه ښایي.

مارک ټواین

• زه په دې باندې پریشانه نه یم چې تا ماته دروغ وویل بلکې زه ددې لپاره پریشانه یم چې له نن وروسته به هیڅ وخت هم په تا باور ونه لرم.

فریدریک نیچه

• پلټونکی اوسه، نه قضاوت کوونکی.

والټ ویټمن

•که د خپلو هیلو او ارمانونو لپاره قرباني ور نه کړئ نو ستاسې هیلې او ارمانونه به قرباني شي

• هر څوک کولای شي چې خپل راتلونکي ته بدلون ورکړي که یوازې خپلو کړو وړو او سلوک ته یې بدلون ورکړ.

اوپرا وینفري

(۱۵)

•یو ښه رهبر خپلو خلکو ته دا انګیزه ورکوي چې په رهبر باور ولري.
لیکن ترټولو عالي رهبر بیا خلکو ته دا انګیزه ورکوي چې په خپلو ځانونو باور ولري.
الینور روسیولوټ

• تل د اخیستونکي (مشتري) په څېر فکر کوه.
پاول ګیلن

•پرون بیدار وم ما غوښتل چې نړۍ ته بدلون ورکړم
خو نن هوښیار یم ځکه چې لومړۍ ځان ته بدلون ورکوم.
رومي

•کله چې خبرې ریښتیا او د سپیڅلتیا څخه ډکې وي نو نړۍ ته بدلون ورکولای شي.
بودا

•هغه وخت چې له بې ځایه شیانو د کولو څخه ډډه وکړئ، ښه څیزونه درته خپله یوه موقعه درکوي تر څو هغه لاسته راوړئ.
لولي ډاسکل

• ښکلا توجه راجلبوي خو اخلاق زړه.

•نظم او ډسیپلین د موخو او د هغو پوره کولو ترمنځ د پول خاصیت لري.
جیم ران

• زغم او صبر، ټینګاراو اصرار او د هغې لپاره خولې تویول د بریالیتوب لپاره یو نه ماتیدونکی ترکیب جوړوي.
ناپیلیون هیل

• په کال کې یو ځل داسې ځای ته لاړ شئ چې هیڅکله مو لیدلی نه وي. دالای لاما

• رهبران د ستونزو او مشکلاتو د حل لپاره خبرې او فکر کوي.
خو پلویان یې یوازې د ستونزو اومشکلاتو په اړه خبرې او فکر کوي.
برایان تریسي

• بریالیتوب تر ټولو غوره غچ دی.
کین ویست

• د کورنۍ اصول او قواعد:
الف - غړي یې د یو بل سره مرسته کوي.
ب- له یو بله منندوی اوسي.
ت- له یو بل سره کینه او نفرت نه لري.
ث- یو بل ته عزت او درناوی لري.
ج- په ګډه د یوې موخې لپاره کار کوي.
د - په مشکلاتو کې د یو بل سره همدردي او خواخوږي لري، او د حل لپاره یې په ګډه کار کوي.

•که تاسو فکر کوئ چې تاسو ډېر واړه یاست تر څو په ټولنه کې بدلون رامنځته کړئ نو لاړ شئ د میاشي (غوماشي) سره ویده شئ.
دالای لاما

•کله چې موږ په ژوند کې یو چاته ډېر ارزښت ورکړو نو موږ د هغه په ژوند کې خپل ارزښت له لاسه ورکوو.

•مور که بې سواده یا سواد لرونکي وي هغه د نړۍ ترټولو غوره لارښوونکي وي.
او د ژوند وروستۍ تمنا وي چې کله تاسو په ژوند کې د ناکامۍ سره مخ شئ.

•د ماضي په اړه مه ژاړه ځکه چې تیر شوی دی.
د راتلونکي په اړه تشویش مه کوه، ځکه چې لا را رسیدلی ندی.
بلکې په نن کې واوسیږه، او ښایسته یې جوړ کړه.

• یوه مور دوه ویشت کاله خواري کاږي، چې له خپل ماشومه یو ښه شخص جوړ کړي، لیکن یوه بله ښځه په دوه ویشتو دقیقو کې له هغې څخه احمق شخص جوړوي.

رابرټ فروسټ. امریکایي شاعر ۱۹۶۳-۱۸۷۴

•مینه هغه کونجي ده چې د هغې پواسطه په ټولو رازونو پوهیدلی شو.

پاویلو کویلو

• که د خپل ځان اداره کول دې زده کړل، نو تاسو د هر څه استاد یاست.

• خپل ځان ته په خپله دیکه ورکړئ ځکه چې نور هیڅوک هم شتون نه لري چې دغه کار وکړي.

(١٦)

•د دروغجن سزا دا نده چې خلک یې په خبرو باور نه کوي، بلکې خپله هم نه شي کولای چې د چا په خبرو باور وکړي.

جیورج برنارد شاو

•په ژوند کې هیڅ حالت هم دایمي ندی، کله چې ژوند مو ښه وي، نو خوند ترې واخلئ او استقبال یې وکړئ.

کله چې ژوند مو ښه نه وي نو دا په یاد ولرئ چې دا د تل لپاره نه دی بلکې ښې ورځې په لاره کې دي.

جیني یانگ

• که څوک د خپلو شته شیانو شکر ادا نه کړي، نو هیڅکله به یې خوشالۍ په برخه نه شي.

• ژړل د کمزورتیا نښه نده بلکې د زیږیدلو پرمهال ژړل هغه نښه ده چې ستاسو په ژوندي پاتې کیدلو دلالت کوي.

• که غواړئ، کامیابه واوسئ، دا ډیره اسانه ده.

په کوم څه چې پوهیږئ هماغه کوئ.

د کوم څه سره چې مینه لرئ هماغه کوئ.

په کوم څه چې باور لرئ، هماغه کوئ.

ویل روگرز

• تاسو کولای شئ چې له هغه شیانو سترگې پټې کړئ کوم چې نه غواړئ ووینئ .

خو تاسو نه شی کولای چې زړه له هغه شیانو څخه بند کړئ چې تاسو یې نه غواړئ حس کړئ.

جاني دیپ

•تر ټولو مهم څه هڅه کول دي.

ډایټر فوکودروف

•کورنۍ د ونې د ښاخونو په څېر ده دوی ټول مختلفو طرفونو ته لویېږي، خو په ریښه کې سره ټول نښتي وي.

• حساس خلک ډېر ځوریږي خو دوی ډیرې علاقې او ډیرې هیلې لري.

اوګستو کوري

•ځینې وختونه خاموشي د خبرو څخه ډیره دردوونکي وي.

•دا مهمه نده چې نور درته ځنګه ګوري بلکې د هر څه دي چې تاسو ځان ته څنګه ګورئ.

•تاسو ماضي ته بدلون نه شی ورکولای خو تاسو کولای شئ چې اوس بدلون رامنځته کړئ، صبا ته، راتلونکو ورځو ته او راتلونکي ژوند ته.

بیلي کوکس

•پیسې شمیرې دي، شمیرې هیڅکله هم پای ته نه رسیږي.

رابرټ نیسته مارلي

•دوه شیان همیشه په ژوند کې په یاد ولره.

الف: خپلو فکرونو ته دې پام کوه، چې کله یوازې یاست.

ب-خپلو خبرو ته دې پام کوه چې کله له خلکو سره وئ.

•له خولې خلاصولو مخکې دې ذهن خلاص کړه.

فکر ژور کوه، خبرې په ادب کوه، مینه ډېره کوه، خندا اکثر کوه، او کار سخت. او مهربان اوسه.

•که له ژونده دې منفي فکره خلک وشړل، نو ژوند کول درته اسانه کېږي.

•هر سفر په یوه قدم سره پیل کېږي.

•کله چې پلار یو زوی ته یو څه ورکوي، دواړه خاندي.

کله چې زوی خپل پلار ته یو څه ورکوي، دواړه ژاړي.

ویلیام شکسپیر

•په روښانه راتلونکې کې تاسو ماضي نه شئ هیرولی.

باب مارلي

•تشویش کول یوازې د وخت ضایع کول دي، هیڅ څه ته هم بدلون نه ورکوي. یوازې ستاسو خوشالۍ او خوښۍ درڅخه پټوي او تاسو مصروف ساتي.

نو زه هیله لرم چې تاسو همیشه دموسکا کولو لپاره یو دلیل پیدا کړئ.

(۱۷)

•د څراغونو بڼې مختلفې وي، خو دوی ټول یو شان رڼا ورکوي.

رومي

•لمر ډېر یوازې وي خو بیا هم همیشه ځلیږي.

•ماته داسې یوه کوټه راکړئ چې هر کونج یې ما ته کتابونه ډالۍ کړي.

رابرټ سوتې

•ریښتني ناپاکي ظاهري نه وي بلکې دننه وي؛ زموږ په زړونو کې.

موږ ټولې ناپاکۍ په اوبو سره وینځلی شو خو یوازنۍ څه چې موږ یې د زړونو څخه نشو لرې کولای بدې ارادې او کینې دي چې زموږ په زړونو پورې نښتي دي.

شمس تبریزي

•زه چې ستاسو په عمر وم، ټلویزیون ته یې کتاب ویلو.

ویلیام گولډمین

• مینه د تیزې هوا په څیر ده.لیدلی یې نشئ؛ خو احساسولای یې شئ.

نیکولاس سپارکز

•د رهبرۍ ترټولو لوی خاصیت صداقت دی.

ډیویټ ایسنهاور

• د کتاب په څیر ریښتنی ملگری هیڅوک هم نشته.

ارنیست همینگوی

• که یو څوک د بریا د ترلاسه کولو لپاره هر څومره ورو مخکې ځي، پرې نیوکه مه کوي.او زړه یې مه ور توروئ.

افلاطون

• تاسو پیاوړي یاست که مو خپلې کمزورتیاوې وپيژندې.
تاسو ښایسته یاست که خپلو عیبونو باندې خفه نه شئ.
تاسو هوښیار یاست، که مو له خپلو تیروتنو زده کړه وکړه.
•د مرگ په نوم څه نشته یوازې د یوې نړۍ بدلیدل دې بلې نړۍ ته.
چیف سیتل
•د یو شخص د کتابونو الماري د هماغه شخص په اړه درته هرڅه بیانوي،اړتیا نشته چې په اړه یې معلومات راوړئ.
والتېر مویلي
•هغه چاته ریښتیا مه وایه، څوک چې یې په ارزښت نه پوهیږي.
مارک تواین
• د نړۍ تر ټولولوی طاقت دیوې ښځې ځواني او ښکلا ده.
چناکیا
•کله چې پنځه کلن وم، مور به مې همیشه راته ویل چې خوښي د ژوند کونجي ده.
کله چې ښوونځي ته لاړم، له ما یې وپوښتل چې په راتلونکي کې څه کیدل غواړې؟
ومې ویل چې خوشاله اوسیدل!
ټولو راباندې وخندل او راته یې وویل چې ته په خپله ټاکنه نه یې پوه شوی.خو ما ورته وویل چې تاسو د ژوند په معنا نه یاست پوه شوي.
جان لینون

• زما تر ټولو غوره دوست هغه څوک دی چې ماته داسې کتاب راکړي چې تر اوسه ما هیڅکله لوستلای نه وي.
ابراهیم لینکلن

•ددې هیله مه لره چې اسانه وي، بلکې ددې هیله ولره چې تاسو ورته پیاوړي وئ.
ددې هیله مه لره چې مشکلات مو کم وي بلکې ددې هیله ولره چې تاسو ډېر مهارت ترلاسه کړئ.
ددې هیله مه لره چې په وړاندې مو چیلېنجونه (ننګونې) کم وي بلکې ددې هیله ولرئ چې تاسو ورته خورا هوښیار وئ.
جیم ران
• زه یوازې راغلم او یوازې به ځم. زه نه پوهېږم چې زه څوک وم او ما څه وکړل.
اورنګزېب
•د یوې ورځې لپاره د زمري په څیر اوسیدل، د چغال په شان د سلو کلونو د ژوند غوره دی.
ټیپو سلطان
•خوښۍ له غمونو پرته څه معنا لري؟ بریا د ناکامۍ پرته څه معنا لري؟ ګټل د بایللو پرته څه معنا لري؟ صحت له ناروغۍ پرته څه معنا لري؟
تاسو مجبور یاست چې دا هر یو تجربه کړئ، ترڅو تاسو د دوی په درلودلو خوشاله شئ.
مارک تواین

(۱۸)

•هر څیز ښکلا لري لیکن ټول خلک یې نه شي لیدلی.

کانفیو سیس

•شروع د کار تر ټولو مهمه برخه ده.

افلاطون

• که ماته د یوې ونې د وهلو لپاره شپږ ساعته وخت راکړل شي؛ زه به څلور ساعته د تبر په تیره کولو تېر کړم.

ابراهیم لینکلن

•په زیاترو هیوادونو کې زیاتره میرمنې په ورته ژبه خبرې کوي چې خاموشي بلل کېږي.

هیلري کلنټن

•د نابغه ګانو او لیونیانو ترمنځ فاصله یوازې په برياوو اندازه کېږي.

بروس فیریسټن

•که د یوه کس سره د خلکو تشویق هم وي، نو اکثریت بلل کېږي.

توماس جیفرسون

• مینه په دې معنا ده چې چې تاسو د یو چا د خوشالیو ساتنه د خپلو خوشالیو هم زیاته کوئ، هیڅ خبره نده چې ستاسو انتخاب به ستاسو لپاره څومره دردونکی وي.

نیکولاس سپارکز

•ماضي خو هسې هم نه شئ بدلولی،خو راتلونکی اوس هم ستاسو په واک دی.

ماري پیکفورډ

• هیڅوک هم په خپل موقف خوشاله ندي.

انتوني دي سینټ

•په نړۍ کې تر ټولو ښایسته او ښه شیان په سترګو نه لیدل کېږي او نه په وجود لمس کېږي. بلکې په زړه سره احساس کېږي.

انتوني دي سېنټ

•ځینې وختونه چې خلک له خفګان سره مخ شي؛ دوی د فکر کولو څخه کرکه لري خو دا هغه وخت وي چې دوی تر ټولو زیات فکر کولو ته اړتیا لري.

ویلیام جي کلنټن

•په خویونو عادتونو، فیشنونو او اخلاقو او هر څه کې ساده ګي (ساده اوسیدل) تر ټولو غوره دي.

هینري واډز اورت

•که غواړئ راتلونکی تعریف کړئ، نو ماضي مطالعه کړئ.

کانفیوسیس

•بریا د یو څه کول دی؛ نه د یو څه ترلاسه کول.

زیګ زیګلار

• نابغه ګان بغیر له علمه د هغه سپینو زرو په شان دي چې په کان کې وي.

بینجامین فرانکلن

•هغه کوټه چې کتابونه پکې نه وي، د هغه بدن په څېر ده چې روح نه لري.

مارکوس سیسرو

•عملونه دې بدل کړه، ژوند به دې بدل شي.

ډوېډ باک

• زموږ تر ټولو لویه ملي شتمني؛ زموږ د ماشومانو ذهنونه او فکرونه دي.

ولټر ډیسني

•که تاسو د مور سترګو ته وګورئ، نو تاسو به د نړۍ تر ټولو ریښتني او پاکه مینه پکې پیدا کړئ.

مېک البوم

•زموږ تر ټولو لویه بریا دا نده چې موږ هیڅکله ماتې نه خورو؛ بلکې دا ده چې د هر ځل غورځیدلو وروسته ولاړ شو. کانفیوسیس

(۱۹)

•که پیسه داره یاست، نو خلک مو پیسو ته عزت کوي، نه تاسو ته.

•د کوم چا سره چې تر ټولو زیاته مینه لرئ، هماغه شخص درته تر ټولو ډیر درد رسوي.

• غریب خلک هیڅ دوستان نلري.

• مهربانه واوسئ، مهربانۍ درنه ښایسته شخص جوړوي، اړینه نده چې تاسو څنګه ښکارئ.

• تر ټولو خطرناکه دروغجن هغه دي، چې تاسو فکر کوئ، چې هغه درته ریښتیا وایي.

•ځینې خلک هیڅ بدلېږي نه، مجبور یاست، چې په هماغه حالت کې یې قبول کړئ.

•کله چې مرغۍ د ونې په څانګه کیني، هغه هیڅکله هم د شاخ د ماتیدو په ویره کې نه وي،ځکه چې هغه په خپلو وزرو باور لري؛ نه پر شاخ.

همیشه په خپل ځان باور ولرئ.

•په بایللو کې شرم نشته، بلکې ریښتنی شرم د زحمت په نه ایستلو کې دی.

• کله چې ماشوم پورته غورځوئ، نو هغه خاندي، ځکه چې هغه په دې باور لري، چې لاندې نه غورځېږم.

یو څوک مې خامخا نیسي.

دې ته باور وایي.

• منفي فکرونه د مرغانو په شان دي، ځان ته له نږدې الوتلو څخه موږ هغه نشو منعه کولی.

خو موږکولی شو، چې په خپل ذهن کې یې له ځالې جوړولو څخه منعه کړو.

•په ژوند کې پنځه شیان بېرته نه راګرځي:

- ډبره وروسته د شړلو.

-خبره وروسته د ویلو.

-موقعه (چانس) وروسته د لاسه ورکولو.

-وخت وروسته د تېریدلو.

-باور وروسته د بایللو.

• باور کول تر ټولو خطرناکه لوبه ده.

• خوندوره شیبه هغه وي، چې یو څوک درته دروغ وایي، لیکن تاسو په ریښتیا پوهېږئ هم؛خو بیا مو هم ورته غوږ نیولی وي.

• هرکله چې غوصه وئ، هیڅکله ځواب مه ورکوئ.

هر کله چې خوشاله وئ، وعده مه کوئ.

هر کله چې خفه وئ، تصمیم مه نیسئ.

•په ژوند کې هیچاته هم زیان مه رسوئ، تاسو به نن تر ټولو ډیر زړور وئ، خو دا په یاد ولرئ؛ چې وخت له تاسو هم ډیر زړور دی.

له یوې ونې میلیونه اورلګیت جوړیږي، خو کله چې وخت راشي، یو اورلګیت ټول ځنګل سوځوي.

ښه اوسه، او تل ښه کوه.

• هر چاته غوږ ونیسئ،او له هر چا یو څه زده کړئ.

ځکه چې هېڅوك هم په هر څه نه پوهېږي، لیکن هر څوک په یو څه پوهېږي.

• کله چې ژوند درته د ژړلو او فریاد کولو لپاره سل دلیلونه وړاندې کړي؛ ژوند ته یې وښایاست، چې د خندلو لپاره زر دلیلونه لرئ.

• مرغۍچې کله ژوندۍ وي، میږي خوري.

خوکله چې مړه شي، نو میږي مرغۍ خوري.

وخت او شرایط کولای شي، چې هر وخت بدلون ومومي.

• د خلکو سره مرسته وکړه، اګر چې پوهېږئ هم، چې هغه درسره مرسته نه کوي.

• بریالي خلک همېشه په شونډو دوه شیان لري:

-موسکا

- خاموشي

(۲۰)

•که تاسو د یو چا سره مینه لرئ، خو هغه درسره مینه نلري.

دا پدې معنا ده، چې تاسو په هوایي ډگر کې کښتۍ ته انتظار کوئ.

• بریا د یو موټر په څیر ده.

د سخت محنت په نامه په ټایرونو حرکت کوي.

لیکن بې تیلو سفر کول ناممکن دي، هغه تیل په خپل ځان باور درلودل نومېږي.

•هوښیار خلک په هر څه نه پوهېږي، خو احمقان فکر کوي، چې دوی په هر څه پوهېږي.

• مور یعني هغه څوک چې د نورو ټولو ځای نیولی شي، خو د هغې ځای هیڅوک هم نشي نیولی.

• ریښتنی دوست ستا ښه صفتونه ستا په نه شتون کې کوي، او بد صفتونه ستاسو په مخ کې.

• د زړو خلکو عزت وکړه، کله چې ځوان یاست.

د کمزورو سره کومک وکړه، کله چې تاسو قوي یاست.

په خپله سهوه اقرار وکړه، کله چې مو سهوه کړي وي.

ځکه چې په ژوند کې به تاسو یوه ورځ زوړ، کمزوری او سهوه کوونکی وئ.

• بریالي خلک هیڅکله هم په آرامه نه کیني.

په ارامه کیناستونکي خلک هیڅکله هم نه بریالي کېږي.

•کچیرې نیولي پلان مو کار ونه کړ، پلان دې بدل کړه، لیکن هدف دې هیڅکله مه بدلوه.

• کچیرې د یو چا سره ریښتني مینه ولرئ، تاسو به هره ورځ په یو نه یو ډول سره مرئ.

•ځینې خلک عالي ژوند نه غواړي، بلکې خوشاله ژوند غواړي.

•علم یعنې په دې پوهیدل، چې څه باید ووایو، هوښیاري یعنې په دې پوهیدل، چې کله باید یو څه ووایو.

• خاموشه خلک تر ټولو اوچت فکرونه لري.

• غمونه او دردونه ډیرې خلکو ته بدلون وربښي.

•د مین په څیر واوسه نه دیوه جنګیالي.

لیکن دهغه څه لپاره همېشه وجنګیږه چې ته ورسره مینه لري.

• تاسو به هیڅکله زړور نشئ، که څوک درته زیان ونه رسوي.

تاسو به هیڅکله څه زده نه کړئ، که غلطي ونه کړئ.

تاسو به هیڅکله کامیاب نشئ، که ماتي ونه خورئ.

•مینه د هغه چا سره وکړه، چې ستا زړه یې غواړي.

د خلکو په خبرو پسې مه ګرځه، د ستا ژوند دی، د دوی ندی.

• هیڅ خبره نده، که تاسو د نورو شتمنو په شان لوی کور، قیمتي موټر، او بانکي حساب نلرئ، خو ستاسو قبر او د نورو شتمنو قبرونه به همیشه په یوه اندازه وي.

•ښکلا په دې معنا نده، چې ښکلی مخ ولرئ بلکې په دې معنا ده، چې ښه فکر، ښه زړه او ښه اخلاق ولرې.

•پیسې وایي،چې ما وګټه، نور هر څه هېر کړه.

وخت وایي، چې ما تعقیب کړه، نور هر څه هیر کړه.

راتلونکی وایي، چې زما لپاره مبارزه وکړه، نور هر څه هېر کړه.

خو خدای پاک وایي، چې یوازې ما په یاد ولره، زه درته دا هر څه در کوم.

• هڅه وکړئ چې، د هر شي په اړه یو څه زده کړئ، خو د ځینو شیانو په اړه هر څه زده کړئ.

(۲۱)

ډاکټر عبدالکلام:

•د لومړي بري وروسته کراره مه کینئ، که دوهم ځل مو ماتي وخوړه؛ نو زرګونه خولې به دې خبرې ته انتظار کوي، چې وايي :

لومړۍ بریا یوازې ستا بخت و.

• هر سهار ځانته پنځه خبرې وکړئ:

۱- زه تر ټولو ښه یم.

۲- زه يې کولی شم.

۳-رب مې د تل لپاره زما سره دی.

۴- زه ګټونکی یم.

۵- نن زما ورځ ده.

دا پنځه خبرې مو ورځ په مثبت اړخ اړوي.

• یو ښه کتاب د سلګونه ښو ملګرو سره برابر دی.

لیکن یو ښه ملګری د زرګونو کتابتونونو سره برابر دی.

• زه ښایسته شخص نه یم، لیکن د هغه چاسره تل مرسته کوم، چې مرستې ته اړتیا ولري.ښکلا په زړه کې ده، نه په مخ کې.

• جګړه د مشکلاتو اخرنۍ حل ندی.

•کچېرې خپلې دندې ته سلامي وکړئ، تاسو به دې ته اړتیا ونلرئ، چې نورو ته سلامي وکړئ.

کچېرې له خپلې دندې مخ واړوئ، نو د مجبورۍ به ډېرو خلکو ته سلامي وکړئ.

• تاسو ګورئ، چې خدای پاک یوازې د هغه چا سره مرسته کوي، چې سخت کارکوي.

• تاسو نشی کولی، چې خپل راتلونکي ته بدلون ورکړئ، خو تاسو خپلو عادتونو ته بدلون ورکولی شئ، په یقیني ډول ستا عادتونه ستا راتلونکی هم بدلولای شي.

•باور او سخت محنت تر ټولو ښه دارو دي، چې د ناکامۍ په نامه ناروغي ووژنئ.

دا به له تا څخه تر ټولو کامیابه شخص جوړ کړي.

• خوبونه دا ندي، چې تاسو یې په خوب کې وینئ.

بلکې خوبونه هغه څه دي، چې تاسو خوب کولو ته نه پرېږدي.

• د کامیابیو کیسې مه لوله، د هغوی څخه یوازې پیغام ترلاسه کوئ.

د ناکامیو کیسې ولوله، تاسو به داسې نظریې ترلاسه کړئ، چې د هغې پواسطه بریا ترلاسه کړئ.

•اوسپنیزه پیسې تل غږ پورته کوي خو کاغذي پیسې همیشه چوپې وي نو کله چې ستاسو ارزښت زیاتیږي نو خاموشه او خاکساره اوسه.

• دا ډېره اسانه ده چې چاته ماتي ورکړو خو دا ډېره گرانه ده چې د یو چا زړه او مینه وگټئ.

• موږ ټول یو شان استعدادونه نلرو لیکن موږ ټول یو شان فرصتونه لرو چې خپل استعدادونو ته پراختیا او پیاوړتیا ورکړو.

•وخت او ژوند د نړۍ تر ټولو ښه لارښوونکي دي ځکه چې ژوند درته د وخت ښه استعمال در ښایي او وخت درته د ژوند ارزښت.

• که غواړې د لمر په څېر وځلیږئ نو لومړۍ د لمر په څېر وسوځیږئ.

•دا تمه او توقع مه لرئ چې ستاسو دوست یو ښه شخص واوسي.

بلکې د هغه سره مرسته وکړه چې د هغه څخه یو ښه شخص جوړ شي. دې ته ریښتني ملگرتیا وایي.

•راځئ چې زموږ نن د خپلو ماشومانو د ښه راتلونکي د درلودلو لپاره قرباني کړو تر څو بهترینه صبا ولري.

•خپلو ماشومانو ته دا مه ور زده کوئ چې شتمن واوسي بلکې دا ور زده کړئ چې په ژوند کې خوشاله واوسي.

نو دوی به په ژوند کې د شیانو په ارزښت پوهیږي نه د هغوی په قیمت او بیې.

•موږ هیڅکله هم هیله له لاسه نه ورکوو او هیڅکله ستونزو او خنډونو ته دا اجازه نه ورکوو چې موږ ته ماتې او شکست راکړي.

(۲۲)

محمد علي کلې:

• خاموشي سره زر ده، کله چې د یو ښه ځواب د ورکولو لپاره فکر نشې کولای.
• مینه هغه جال دی، چېرته چې زړونه د ماهیانو په شان پکې بندېږي.
• نورو ته خدمت کول، ستا د هغه استوګنځي د کرایې ورکول دي، چې په دغه ځمکه یې لرې.
•ستاسو لاسونه هغه څه، هیڅکله هم نشي وهلی، چې تاسویې په سترګو نشی لیدلی.
• که د بایللو تجربه ونلرو، موږ به هیڅکله هم پوه نشو، چې موږ د څه شي لایق یو.
• زغم او صبر د بریالیتوب کونجي ده.
•په ژوند کې هیڅکله هم شاته مه ګورئ.
• ژوند جواري او قمار وهل دي.
•موږ هیڅکله هم زړور کیدلی نشو، که ویره ولرو.
• د پتنګ په شان الوځه، حریف ته د مچۍ په شان ټک ورکوه.
•تاسو به هیڅکله هم له ماتې سره مخ نشئ، که د هغه څه لپاره وجنګېږئ چې تاسو پرې باور لرئ.
• ملګرتیا د نړۍ تر ټولو سخت شی دی، چې په ریښتنی معنا یې ځان پوه کړو.
• د کوم څه په اړه چې فکر کوئ، په راتلونکې کې هم هماغه څه درنه جوړېږي.
• په نړۍ کې هر څه هم غلط ندي، خو یوازې یو څه شیان دي، چې صحیح ندي.

• هر وخت چې هنداره کې ځانته ګورم، زه د کینټکي هغه کوچنی ماشوم ګورم، چې نوم یې کاسیوس کلي و.

•که د غره سرته رسیدل غواړئ، نو مجبور یاست چې په هره ډبره پورته شئ.

• زه د ټولو بریاوو څخه خوښ یم. خو تر ټولو زیات د خپلو ناکامیو خوښ یم، ځکه چې یوازنی شی، چې زه یې سخت کار ته هڅولم،
هغه ماتې خوړل وه.

•د لوی اتل اوسیدلو لپاره باید تاسو باور ولرئ، چې تاسو تر ټولو ښه یاست.

•که غواړئ چې خوبونه مو ریښتیا شي ، نو تر ټولو ښه لاره داده چې له همدا اوس پاڅېږئ.

• بریا په دې معنا نده، چې هر وخت کامیابه کېږئ، ریښتني بریا داده چې د غورځیدلو وروسته پاڅېږئ.

(۲۳)

•په اوسني وخت کې د کامیابه رهبرۍ کونجي واک ندی بلکې نفوذ دی.

کین بلینچارډ

• بې وزلي په خیرات نه؛ په انصاف سره له منځه ځي.

نیلسن منډیلا

•خپلو دښمنانو ته ښښنه وکړه خو نومونه یې هیڅکله هم مه هېروه.

جان ایف کینیډي

•د متفاوته اوسیدلو څخه هیڅکله هم مه ډارېږئ.

مایکل جکسن

•ژوند د اېسکریم په څېر دی، د ویلې کیدلو څخه وړاندې ترې خوند واخله.

•کله چې هیلې پای ومومي، خوشالۍ پیل کېږي.

توماس میرټون

• زه دغه نړۍ ته یوازې راغلم، او یوازې به ځم نو ولې له خپل ملته غلا وکړم؟

ولسمشر محمد بخاري

• د خپلې میرمنې په انتخاب پورې هېڅکله هم مه خانده ځکه چې د هغې د انتخاب څخه یو تاسو یاست.

په خپل انتخاب باندې هیڅکله ویاړ مه کوه، ځکه چې ستا میرمنه، ستا د انتخابونو څخه یو انتخاب دی.

• که د سلو کسانو ګیډې نشې مړولای، د یوه خو کولای شې.

مادر تریسیا

•هر کله چې تاسو هر چاته موسکا کوئ، په حقیقت کې تاسو هماغه شخص ته ډالۍ ورکوئ.
مادر تریسیا

• تر هغې پورې هر څه ناممکن ښکاري، چې تر څو مو ترسره کړي نه وي.
نیلسن منډیلا

•حقیقت هغه څه دي چې احساس کوو یې، نه هغه څه چې په اړه یې فکر کوو.
استنلي کوبریک

•کامیابي هغه سکه ده چې بل مخ یې ناکامي بلل کېږي.
انتوني رابینز

•اول مشوره وکړه، دوهم تصمیم ونیسه، دریم انتخاب وکړه.
دا د کامیابۍ درې شرطونه نومیږي.
لوپ دورکا

• بریالیتوب د خوشالۍ لپاره کونجي نده، بلکې خوشالي د کامیابۍ لپاره کونجي شمېرل کېږي، که تهٔ د هغه څه سره مینه ولرې چې کول یې غواړې، نو بریا به ترلاسه کړې.
البرټ

• د دیوال په ماتولو وخت مه مصرفوه، بلکې هیله ولره چې دروازه پکې جوړه کړې.
کوکو چینل

• کله چې پیسې په لاس کې ولرئ، یوازې تاسو یې هیروئ، چې تاسو څوک یاست؛ خو کله چې پیسې په لاس کې ونلرئ، نو ټوله دنیا دا هیروي، چې تاسو څوک یاست.
بیل ګیټس

•که غریب وزېږېدلې، نو دا ستا تیروتنه نده،
که غریب مړ شې، نو دا ستا تیروتنه ده.
بیل ګیټس

•کله چې د سوک وهنې څخه تقاعد شوم، زما رینښتنی کار پیل شو، ما د مینې په ببرۍ کې سفر پیل کړو.

محمد علي کلي

• زرګونه خلک شته، چې له موږ سره کومک کوي، خو زرګونه خلک شته، چې موږ ورسره کومک کوو.

محمد علي کلي

(۲۴)

•د هر تورې شپې وروسته روڼ سهار راتلونکی وي.

ټوپاک شاکور

• که د خلکو په اړه قضاوتونه کوې، نو دوی سره د مینې کولو لپاره به وخت ونه لرې.

مادر تریسیا

•په جګړه کې خبر او په سوله کې بد نشته.

بنجامین فرانکلن

•په هر حالت کې واده وکړه، که ښه ښځه دې په نصیب شوه، خوشالۍ به لاسته راوړې، که ښيګڼې یې نه درلودلې، فیلسوف به درنه جوړ شي.

سقراط

• مینه خوره کړه که هر چېرې لاړ شې.

مادر تریسیا

•یو دورغجن ملګری د زرو دښمنانو څخه خطرناکه کیدلای شي.

• ځوانان فکر کوي چې بوډاګان نه پوهېږي خو بوډاګان پوهیږي چې ځوانان هوښیاران ندي.

اګاتا کریستې

• تر هغې پورې هیڅوک هم شتمن کیدلای نه شي چې نور یې له خپلو شتمنیو خلاص کړي نه وي.

انډریو کارنګي

• د کامیابۍ لپاره زه باید هره شېبه په دې باندې باور ولرم چې زه تر ټولو غوره یم.

جان سینا

• کتابونه د هندارو په شان دي، تاسو یوازې هغه څه پکې لیدلی شئ چې د پخوا څخه ستاسو دننه ول.

کارلوس رویز

• که مینه کول غواړو نو لومړی باید ښښنه کول هم زده کړو.

مادر تریسیا

• تاسو به هیڅکله تر ټولو ښه صبا ونلرئ،

که تر اوسه هم دا پرون په باره کې فکر کوئ.

بیل ګیټس

•ناکامي یوازې د کامیابۍ لپاره تمرین دی.

بیل ګیټس

• زه مجبور نه یم چې سنګه یې تاسو غواړئ، هماغه شان واوسم.

محمد علي کلي

•د هوښیارتیا په کتاب کې ایمانداري او صداقت لومړی فصل دی.

توماس جیفرسون

• د شهرت ترلاسه کول شل کاله وخت غواړي خو له منځه تلل یې پنځه دقیقې هم نه نیسي، که تهٔ فکر کوې چې زه ټول کارونه په متفاوته بڼه ترسره کوم.

وارن بوفیټ

•د نن درد د صبا کامیابي بلل کېږي.

•بدې خبرې مو د بد حالت سره مه ګډوئ، ځکه چې تاسو ته به ډېر ځله دا فرصت په لاس درشي چې بد حالت ته مو بدلون ورکړئ ، خو دا فرصت به هېڅکله هم په لاس در نه شي چې ویل شوو بدو خبرو ته بدلون ور کړئ.

• د هنر موخه زموږ د روحونو څخه د روزانه ژوند د ګردونو او خاورو پاکول دي.

پابلو پيکاسو

- وړتيا او هنر د غريب سړي شتمني ده.

کوچ جان ووډن

(۲۵)

رومي:

•د مينې شرحه کولو هڅه مې وکړه، خو کله چې مې مينه تجربه کړه، په بيانولو کې يې پاتې راغلم.
• چېرته چې درد وي، درمان ورته ضرور پيدا کېږي.
• شکونه او ويره مو د زړه دنيا وېشي.
• خاموشۍ ته غوږ ونيسئ، ډېر څه د ويلو لپاره لري.
• کله دې چې په لاره تلل پيل کړل، نو لاره به هم درښکاره شي.
• سفر کول مو په ژوند کې مينه او قدرت بېرته راوړي.
•کله چې مو سفر کول غوښتل، له هغه چا مشورې مه اخله چې تر اوسه يې د کوره د باندې شپه هم نه وي تېره.
• د هر شخص دننه يو روښانه لمر شتون لري.
• زموږ مړينه د ابديت سره د واده کولو په شان ده.
• د مينې په بيانولو کې دليل بې معنا دی.
•که په زړه کې رڼا ولرې، نو د کور لاره پرې موندلی شې.
• خوشاله ورځې تاته په خپله نه راځي، ته بايد په خپله پسې ورشې.
• د شمعې په څېر اوسېدل گران دي، د رڼا ورکولو لپاره لومړی بايد ځان په اور وسوځوئ.
• داسې وځلېږه لکه چې ټول کاينات ستاسې دي.
• کله چې پوښتنه وکړې، نو ځواب به هم ترلاسه کړې.
• د مينې په تمځای کې به تاسو وگورئ چې له بوډاگانو هم ځوانان جوړېږي.
• غوږ ونيسه، او په لوی الله تل باور ولره، اجازه مه ورکوه چې له ويرې مو پښې او لاسونه ورپېږي.

• دا مه پوښته چې د مينې پواسطه څه جوړيږي يا څه کيږي، يوازې د نړۍ رنګونو ته وګوره، پوه به شې.
• ستاسو د زړه اندازه د بحيرې په شان ده، لاړ شئ خپل ځان په خپله په کومه پټه کنده کې پيدا کړئ.
• مينه څه ده؟ _ خوشالی

(۲٦)

•هغه څه ترلاسه کړه چې اړتيا ورته لرې.
هغه څه وکړه چې بايد ترسره يې کړې.
نو هغه څه به ترلاسه کړې چې غواړې يې.
ګوټفرايد ليبنيز
• موږ ډېر فکر کوو خو احساس ډېر کم.
چارلي چاپـلين
• مخکې له دې چې حالات اداره کړئ، لومړی بايد ځان اداره کړئ.
ناپيليون هېل
• دردونه هېر کړئ، خو د يو چا مهرباني هيڅکله هم مه هېروئ.
کانفيوسېس
•څوک چې ډېرې خبرې کوي، ژر ستړي کيږي.
ليو زو
•راتلونکی د نن څخه پيل کيږي، نه د صبا څخه.
پوپ جان پايول

• تراژیدي دا نده چې یوازې یاست، بلکې دا ده چې یوازې نه شو اوسیدلی.
البر کامو
• صادقه، بې تمې، ګټور او همېشنۍ ملګری د هر چا کتاب دی.
مارک تواین
• ځینې وختونه د یو کس په نه شتون کې ټوله نړۍ کم نفوسه ښکاري.
ډي لمارټین
• د مغروره خلکو په وړاندې مغروره اوسه، د دوی د عزت کولو یوازنۍ ژبه همدا ده ځکه چې ستا مهرباني ستاسو کمزوري ګڼي.
پایلو کویلو
• د ویرې او نفرت په نسبت د مینې او مهربانۍ خورول اسان دي.
پایلو کویلو
• که تهٔ یې ماته ووایي زه به یې واورمه.
که تهٔ یې رانښکاره کړې زه به یې وګورمه.
خو که تهٔ اجازه راکړې چې عملي یې تجربه کړم نو زه به یې ضرور زده کړم.
لاوزي
• تل اماده اوسه او تل ریښتنی.
کوچ جان ووډن
• که غواړې نور خلک خوشاله واوسي، د خواخوږۍ او رحم درلودل تمرین کړه.
که غواړې خپله خوشاله واوسې، د خواخوږۍ او رحم درلودل تمرین کړه.
دالای لاما
• چټک اوسه، خو له بیړې کار مه اخله.
کوچ جان ووډن
• له هماغه ځایه یې شروع کړه چېرته چې تاسو همدا اوس یاست.
هماغه څه استعمال کړه کوم څه چې تاسو لرئ.

هغه څه وکړه د کوم څه کولو چې ورتیا او لیاقت لرئ.

ارتور اشي

• خوشالي لارښوونه ده نه یو ځای.

سیډني جي هاوېس

• د دارختلي مجرم په کور کې به د رسۍ خبرې نه کوې.

افریقایي متل

• وېره دوه معناوې لري یا د هر څه هېر کړه، وتښته.

یا راپورته شه د هر څه سره مخ شه.

انتخاب ستاسو په لاس کې دی.

زیگ زیگلار

• ځوک چې د پنځوسو کسانو سره مینه لري، پنځوس غمونه به هم ورته ورغاړې وي، ځوک چې د یو کس سره مینه نه لري، یو غم به هم نه لري.

بودا

(۲۷)

•د موږک په سترګو کې پیشو هم زمرى ښکاري.

الباني متل

•ښې ونې؛ ښه حاصل ورکوي.

ایټالوي متل

•مینه د جنګ په څېر ده، پیلول یې اسان دي، ختمول یې ګران دي، خو هیرول یې ناشونې دي.

•ښه ژوند کول، ښه نصیحت دى.

اسپانوي متل

•هره ورځ مو چې د یو څه کولو پریکړه وکړه، هماغه ورځ د نیکمرغۍ ده.

جاپاني متل

•که تاسو د یو چا سره مینه لرئ، خو هغه مو په کیسه کې هم نه وي؛ دا نو د هغه وچې ونې د ښورولو په څېر ده چې غواړئ، د هغې څخه د اوبو څاڅکي توى کړئ چې له هغو شبنم جوړ شي.

• د اور بلولو په وخت کې ټول خلک درنه چاپېره وي، خو د ایرو ټولولو پرمهال هیڅوک هم نه ښکاریږي.

افریقایي متل

•که مو ذهن قوي وي، مشکلې چارې هم درته اسانه ښکاري.

که مو ذهن کمزورى وي، اسانه چارې هم درته مشکله ښکاریږي.

چینایي متل

•په هغې لورې له کمانه غشى مه خوشي کوئ چې بیرته ستاسو طرف راګرځي.

کوردي متل

- مرغۍ د هغې د الوت څخه هم پېژندلی شو.

روسي متل

- اړتیا هېڅ قانون نه پیژني.

ایټالوي متل

- د تیارو وروسته پیشوګانې هم پړانګان ښکاري.

امریکایي متل

- ناپوهان د اوبو په منځ کې هم تږي وي.

ایتوپیایي متل

- د هرشي پیل کمزوری وي.

آیرلېنډی متل

- بې اغزیو ګلان نشته.

چینایي متل

- رېښتنی هنرمند هر څه په خپل سر کوي، د انتقاد کوونکو په کیسه کې نه وي.

الماني متل

- په هر حالت کې رېښتیا ووایه، او ورپسې منډه کوه.

یوګوسلاویې متل

- د ونو څخه د میوو د ټولولو پرمهال لومړی د هغه څانګو میوه راټوله کړئ چې له تنې یې ډېرې لرې وي.

سامونی متل

- عادت د لیوني سپي د داړلو نه هم بد دی.
- د مېړو هغه لښکر چې لاربښوونه یې زمری کوي، د زمریانو هغه لښکر ته ماتي ورکولای شي چې لاربښوونه یې مېږه کوي.

عربي متل

(۲۸)

•دا نیکمرغي ده چې موږ ته یې دوستان راکړي، خو دا بدمرغي ده چې د هغو ثابتول غواړو.
•یوازې ښځې دي چې ځینو نارینه وو ته په هغه ځای کې بریالیتوب ور په برخه کولای شي، چې ډېرو نورو پکې ماتې خوړلي وي.
سومالیایي متل
•په څه چې پوهیدل اړین وي، د هغو زده کول هم ستونزمن وي.
مصري متل
•په لومړي ځل د کتاب لوستل، د یوه نوي دوست سره د لیدلو په شان وي.
خو د دوهم ځل لپاره د کتاب لوستل، د یوه پخوانې ملګري سره د لیدلو په څېر وي، چې تر لومړي یې خوند ډېر وي.
چینایي متل
•که ماهیان نه شې نیولای، نو سیند مه ملامتوه.
مصري متل
•ماشومان د ژوند ډالۍ دي.
افریقایي متل
•نه اوریدلي موسیقي هیڅ ارزښت نه لري.
مصري متل
•ماشومانو ته د مور او پلار څخه د پرهیزګارۍ او سوداګرۍ پاتې کیدل دوی تر ټولو غوره څه دي.
انګلیسي متل

•سیند ته دیکه مه ورکوه، هغه په خپله بهیدلی شي.پولنډي متل

•په خیرات سره هېڅکله غریب کیدلای نه شئ.
په غلا سره هېڅکله شتمن کیدلای نه شئ.
په شتمنۍ سره هېڅکله هوښیار کیدلای نه شئ.
انګلیسي متل
•ترټولو نږدې دوست کله ناکله ستاسو ترټولو سخت دښمن هم کېږي.
ایتوپیایي متل
• موږ لومړی ناپوهان وو خو تجربو رانه هوښیاران جوړ کړل.
د نیمبیا هیواد متل
•د ځان د اداره کولو لپاره له ماغزو کار واخله خو د نورو د اداره کولو لپاره له زړه کار واخله.
موریتاني متل

• له هغه ریښتیاوو چې د ورانۍ سبب ګرځي، هغه دروغ غوره دي چې یو څه ته سمون ورکوي.
د سینیګال هیواد متل
•تاسو یوازې مرغان ستاسو په سر باندې له ځالې جوړولو منعه کولای شئ، نه هغه ستاسو په سر باندې له الوتلو.
نایجیریایي متل

•د دروغجن په خوله کې ریښتیا هم شکمن ښکاري.
د ارجینټاین متل
•دعوې او لانجې خلاصیږي ، خو بدې خبرې هیڅکله هم نه هېرېږي.
افریقایي متل
•چا چې د خوبونو لیدل بس کړل، هغوی ماتې وخوړه.

آسټرالیایي متل

• له هغه خلکو سره وخت مه تیروئ، چیرته چې مو عزت نه کیږي.

موریتاني متل

• د سرو زرو بټنه په شلیدلې واسکټ مه خښوئ.

البانیا متل

(۲۹)

•که غواړئ، ریښتیا معلوم کړئ، له ماشوم یې وپوښته.

افغاني متل

•خبرې وزرونه نه لري خو زرګونه میله لرې تللی شي.

کوریایي متل

•بیزو د نورو په تقلید او پېښو کولو سره یوه ورځ خپله غاړه پرې کړه.

افریقایي متل

• که دوستانو او ملګرو سره وخت تیر کړئ، نو بد وختونه ژر هیرولی شئ.

آلباني متل

• په زور سره هېڅ څه هم ښه کیدلای نه شي.

بلغاریایي متل

• که چیرې تاسو ویښ وئ، او هیڅ ډول ستونزې او مشکلاتو کې ګېر نه وئ، نو پوه شئ چې تاسو مړه یاست.

روسي متل

• شک د پوهیدلو کونجي ده.

ایراني متل

• د اوبو سره وچه ډوډۍ، له هغه کیک څخه غوره ده چې سرې ته تکلیف پرې جوړیږي.

روسي متل

• تبر تل دا هېروي، چې ونه خوک ده.

افریقایي متل

• لکه څنګه چې صابون بدن پاکوي، همداډول اوښکې روح پاکوي.

یهودي متل

• یووالی قوت دی، بیلوالی کمزوري ده.

سوهیلي متل

• د یوې کیسې ویل زرګونه خبرې لري.

امریکایي متل

• بدرنګي د ښو اخلاقو سره د ښکلا نه غوره ده.

نایجیریایي متل

•که غواړې، هوښیار شې نو ډېرې خبرې مه کوه.

عربي متل

•یوه نن ورځ د راتلونکو لسو ورځو بهتره ده.

جرمني متل

•د یو شي په اړه د سل ځلو اوریدلو څخه یو ځل لیدل ښه دي.

روسي متل

•د زړور کسانو مرګ یو ځل وي، د ډارنو سل ځله.

امریکایي متل

•له واده کولو وړاندې دې دواړه سترګې خلاصې لره، له واده وروسته یوه تل پټوه.

د جمیکا متل

•کومو کسانو چې د ترخو شیانو خوند نه وي څکلی، د خواږه شیانو ارزښت نه پیژني.

جرمني متل

•نهه ورکړه، لس وساته.

کوردي متل

(۳۰)

•پخوانۍ کیسې د پل په شان دي، رېښتیاوو ته مو رسوي، تعقیب یې کړئ.

د سعودي عربستان متل

•ښکلا مو له منځه ځي، خو هوښیارتیا مو د تل لپاره درسره پاتې کېږي.

کوردي متل

•که غواړې، عزتمند شې نو لومړی ځانته په خپله عزت ولره.

اسپانوي متل

•مدافع وکیلان ستاسو ستونزو ته په یوه سترګه ګوري، خو ستاسو جیبونو ته په دواړو سترګو.

د جمیکا متل

•هغه سترګې چې ژړلی نه شي، لیدلی هم نه شي.

سویډني متل

•که ښه ملګری غواړې، خپله هم ښه واوسه.

انګلیسي متل

•څه دې چې په سترګو نه وي لیدلي، په خوله یې شاهدي مه ورکوه.

یهودي متل

•د باران شور، ترجمې ته اړتیا نه لري، ټول پرې پوهېږي.

چینایي متل

•د هوښیار پلار؛ لونه هوښیارې وي خو د هوښیارې مور؛ زامن هوښیار وي.

روسي متل

•بېزو، د ادرک په خوند نه پوهيږي.

هندي متل

•ورونه او خویندې د لاسو او پښو څخه ډېر یو بل ته نږدې وي.

د ويتنام متل

•خبر واوسه، يو دښمن تل درسره د کمپلې لاندې ويده کېږي.

اندونېزيايي متل

•که زمري ليکل کولای شول، نو هره کيسه کې به يې خپل ښکار ستايلو.

افريقايي متل

•کرکټر د حامله توب په شان دی، تر ډېره يې نه شئ پټولای.

افريقايي متل

•کله چې پوه شې، ستا ستونزه حل لري، نو بيا ولې اندېښنه کوې؟

کله چې پوه شې، ستا ستونزه حل نه لري، نو بيا ولې اندېښنه کوې؟

چينايي متل

•يوه ثانيه وخت، په يوې انچه طلا نه شې اخيستلای.

چينايي متل

•حقيقتونه او سره ګلونه؛ دواړه اغزي لري.

اسپانوي متل

• مينه په پټولو سره نه پټه پاتې کېږي.

عربي متل

•څوک چې له مرګ ويرېږي، له ژونده خوند نه شي اخيستلای.

اسپانوي متل

•ټول تاسره خنديدونکي کسان ستا دوستان نه دي.

آلماني متل

(۳۱)

•د موسکا قیمت له بریښنا څخه ډېر کم دی، خو نورو ته د بریښنا څخه زیاته رڼا ورکوي.

سکاټلینډي متل

•وینه په وینه نه مینځل کېږي.

افغاني متل

•که ته همدا اوس همدغه خط لوستلای شې، نو له ښوونکي دې مننه وکړه.

امریکایي متل

•مناسبه خندا او مناسبه خوب، د هرشي لپاره تر ټولو غوره درملنه ده.

آیرلېنډي متل

•زیاتره وختونه د زیاتره خلکو پوزې؛ د هغوی د خولو له امله ماتیږي.

آیرلېنډي متل

•پښې مو هغه ځای ته رسوي، کوم ځای مو چې زړه غواړي.

آیرلېنډي متل

•د ملګري سترګې، د خپل ځان د لیدلو لپاره غوره هنداره ده.

آیرلېنډي متل

•د هر شي درملنه شته چې مرګ نومیږي.

پرتګالي متل

•په مهربانۍ سره د اوسپنې دروازې هم خلاصیږي.

ترکي متل

•د اواز لرونکي ډول دننه بل څه نه وي، د تشې هوا پرته.

فلپیني متل

•کله چې پاچاهان خپله لاره ورکه کړي، له دوی نوکران جوړيږي.

افریقایي متل

•کله چې یو ځوک، هر چېرته او په هر میدان کې خپله وړتیا ښایي، داسې ورځې به پرې را شي چې د پتیډلو لپاره به دې ځای په لټه کې شي.

افریقایي متل

•تاسو چې هر چېرته وغواړئ، تللی شئ، خو له ځانه نه شئ تښتیدلی.

ناروېژي متل

•دا فکر مه کوه، چې اوبه غلې دي او تمساح پکې نه شته.

مالاوي متل

•جاهلان په یوه ساعت کې دومره پوښتنې کولای شي، چې پوهان یې په اوو کالو کې هم نه شي ځوابولای.

انګلیسي متل

•خاموشه کسان، تر ټولو ښه غوږ نیوونکي وي.

جاپاني متل

•کله چې نوی پیدا شئ، تاسو ژاړئ او نوره خلک خوشاله وي.

خو کله چې مړ شئ، نوره خلک ژاړي او تاسو خوشاله وئ.

امریکایي متل

•کتابتون د ذهن روزلو د دوایۍ، ګودام (ساتنځی) دی.

مصري متل

• تشه بشکه ډېر غږ پورته کوي.

روسي متل

•مرګ د ژوندانه، ناوې بلل کېږي.

اندونيزيايي متل

(۳۲)

•مات شوی څنګل تل د لستوڼي دننه ساته.

چينايي متل

•استادان يوازې دروازې خلاصوي خو شاګردان بايد په خپله ور ننه وځي.

چينايي متل

•که يو نسل ونې کينوي، بل نسل به يې سيوري ته کيني.

چينايي متل

•که يو څوک پوښتنه وکړي، د پنځو دقيقو لپاره ناپوه ګڼل کېږي، خو که يو څوک هيڅ پوښتنه ونه کړي، د تل لپاره ناپوه ګڼل کېږي.

چينايي متل

•د عالم سره يو ساعت خبرې د لسو کالو د مطالعې څخه غوره دي.

چينايي متل

•سره زر هم پوره خالص نه شي اوسيدلي ، او بشر هم هميشه ښه نه شي کيدلای.

چينايي متل

•ښکلا د ښځې هوښيارتيا ده او هوښيارتيا د سړي ښکلا ده.

چينايي متل

• د ټولو دوست، د يو دوست هم نه دی.

اسپانوي متل

•که په واوره کې مزل کوئ نو تاسو د خپلو پښو خاپونه نه شی پټولای.

چینایي متل

•علم شتمني ده، چې تاسو یې هر وخت او هر چیرته څښتن یاست.

چینایي متل

• موږ د بریالیتوب څخه ډېر کم څه زده کولای شو، خو د ناکامۍ څخه له حده زیات.

جاپاني متل

•مات لاس کار کولای شي لیکن مات زړه نه.

فارسي متل

•هیڅ څه هم سخت او مشکل نه دي، که یې موږ په ریښتیني ډول غواړو.

پولنډي متل

• هیڅ وخت هم اجازه مه ورکوئ چې واړه ناچیزه شیان خوشالۍ درڅخه پټې کړي.

انګلیسي متل

•ځنګل له فیل څخه هم زیات پیاوړی دی.

د جنوبي افریقا متل

•زمری چې ښکار نه کړي پیدا، له مجبورۍ وابنه ژویي.

کینیایي متل

•جګړې سترګې نه لري.

د ختیځې افریقا د سوهیلي ژبې متل

•کله چې کوم پاچا ښه مشاورین ولري، د هغه ټوله سیمه کې سوله وي.

اشانټي (د افریقا یو قوم) متل

•سوله قیمتي څیز دی، خو دا یو ارزښت لرونکی لګښت دی.

کینیایي متل

•د ملخانو جنګ ته کارغه خوشاله وي.

د لسوتو هيواد متل

(۳۳)

•خندا هغه ژبه ده چې د ټولو ملتونو خلک پرې پوهيږي.

د چاد هيواد متل

• د خوښيو شريکول خوښي دوه چنده کوي.

د غمونو شريکول غمونه نيم کموي.

سوډاني متل

• څوک چې د سندرو ويلو هيله او اميد لري هميشه ځانله د ويلو لپاره يو څه پيدا کوي.

سوډاني متل

•هوښياران خپلې پريکړې په خپله کوي او جاهلان د خلکو په خبرو پسې ګرځي.

چينايي متل

•هرې مور ته خپل ماشوم د نړۍ تر ټولو خوږ او ښايسته ماشوم وي.

چينايي متل

- د مينه لرونکي زړه ښښتن هميشه ځوان وي.

يوناني متل

• د کتابونو لوستل له زړه غمونه کموي.

د مراکش يا المغرب متل

• دردونه درنه هوښيار شخص جوړوي.

سويډني متل

•د ښه دوست د کور لاره هيڅ وخت هم اوږده نه وي.

ډنمارکي متل

• نایي خپل ویښته په خپله نه جوړوي.

افریقایي متل

• هغه طرف غښی له کمانه مه خوشی کوئ چې بیرته ستاسو په طرف راګرځي.

کوردي متل

• غمونه له وخته وړاندې د انسان ویښته سپینوي. ایټالوي متل

• د حال وخت په ښه وخت بیا نه پیدا کېږي.

انګلیسي متل

• وخت وزرونه لري.

انګلیسي متل

• هغه خبرې چې له زړه راوځي؛ زړه ته ننوځي.

هیبرا متل (د اسرایلو ژبه)

• مخکې له دې چې ترې شئ، ځان ته کوهي وکیندئ.

چینایي متل

• ړوند هم کله ناکله کارغه ولي.

فلېمیش متل (د بیلجیم یوه ژبه)

• نارینه که د کور سر او تنه بلل کېږي خو میرمنې یې زړه بلل کېږي.

کینیایي متل

• لمر د ټولو لپاره یو شان راخیږي.

د کیوبا هیواد متل

• د ښه دوست په څیر بله غوره هنداره نشته.

د کېپ وریډ متل (افریقایي هیواد)

(۳۴)

•خوک چې نځا نه شي کولی؛ وايي چې انګړ هوار نه دی.

افريقايي متل

•پام! نهه لسو ته ډېر نژدې دي.

کينيايي متل

•د یوې ونې پوټکي په بله ونه پورې نه نښلي. افريقايي متل

• د يوې موسکا په کولو سره ستاسو عمر لس کاله زياتيږي.

چينايي متل

•مينه او قهوه دواړه هغه وخت خوند کوي چې کله ګرمې وي.

ایتوپيايي متل

•حتی شترمرغ چې اوږده غاړه او تيزې سترګې لري هم نه شي کولای چې راتلونکی ووينې او نه شي پوهيدلی چې راتلونکې کې به څه پيښ شي.

موږ خو انسانان يو.

د مازی (جنوبي کينيا يو قوم) متل

•که مينې ته ناروغي ووايو نو د دردونو ګالل يې درملنه ده.

د کيمرون (د مرکزي افريقا هيواد) متل

•کله چې د پلار لاره تعقيب کړئ، نو د هغه په شان تلل به هم زده کړئ.

افريقايي متل

•که له حقیقتونو سترګې پټې کړئ نو یوه ورځ به په ناڅاپي توګه ورسره مخ شئ.
افریقایي متل

•زده کړه په بحیره کې د بیړۍ چلولو په شان ده، هیڅوک هم ټوله بحیره نه شي لیدلی.
د مرکزي افریقا متل
•که په لاره باندې تللی شې نو نڅا هم کولای شې؛ که خبرې کولای شې نو سندرې هم ویلای شې.
د زیمبابوې هیواد متل
•ځینې خلک په یوه ډېره دوه مرغۍ وژني.
چینایي متل
•که د ماضي له تیروتنو دې زده کړه وکړه، راتلونکي وخت کې به هیڅکله هم تیروتنه ونه کړئ.
چینایي متل
•د ډول پټول اسانه دي لیکن د داسې ځای موندل چې ډول پکې ووهې، ډېره ګرانه ده.
د نایجېریا هیواد متل
•د سویې عاجزي هغه د ښکاري له غشي څخه نه شي ساتلای.
د نایجېریا هیواد متل
•بیزو چې کله پاخه شوي کیلو ته نه شي رسیدلی؛ وایي چې اومې دي.
د یوګانډا هیواد متل
•هوښیارتیا د اور په شان ده؛ خلک یې له نورو اخلي
د کانګو متل
•د هنر درلودل له قدرت درلودلو څخه زر ځله بهتر دی.
پولنډي متل
•که د یو څه پیل ښه وي نو پای به یې ډېر ښه وي.
ایټالوي متل

• د ساز مینانو په غاړه کې تل ډولونه وي.
گانا (د لویدیځې افریقا هیواد) متل

(۳۵)

•که چا خفه کړئ، ښښنه ورته وکړئ.
که مو څوک خفه کړ، ښښنه ترې وغواړئ.
افریقایي متل
• که تاسو خورا ښکلي هم وئ، بیا هم یو هنر زده کړئ؛ ځکه چې تاسو ته څوک په ښکلا خواړه نه درکوي.
افریقایي متل
• په لویه چوکۍ باندې په کیناستلو سره دتاسو ځخه پاچا نه جوړیږي.
افریقایي متل
• تاسو دهیچا ځخه هم د هغه بخت او طالع نه شئ اخیستلی.
کینیایي متل
• ښکلا بغیر له نازه دهغه گلاب په شان ده چې خوږ بوی نه لري.
افریقایي متل
• هغه کور کې چې ښځه نه وي، لکه غوجل کې چې غواگانې نه وي.
افریقایي متل
• په تیارو کې واړه ستوري هم ځلیږي. ډنمارکي متل
• ماشومتوب د سره گلاب په څیر دی خو بوډاتوب د اغزیو
هیبرا متل (د اسرایلو ژبه)
•هوښیار او بااحتیاطه خلک خطونه سرچپه هم لوستلای شي.

ترکي متل

• کله چې غوصه وئ، چاته لیک مه لیکئ.

چینایي متل

•یوازې یوه ښه او نېکه خبره مو په ژمي کې درې میاشتې گرم ساتلی شي.

جاپاني متل

•دوی غوښتل چې موږ د خاورو لاندې کړي، خو دوی نه پوهیدل چې موږ تخمونه(دانې) یو.

مکسیکوي متل

•څوک چې د هرشي غوښتنه لري، هر څه بایلي. سوهیلي متل

•سفر کول زده کړه ده.

کینیایي متل

•هغه خبرې چې د زړه څخه راوځي، د نورو زړونو ته ننوځي

هیبرا متل (د اسرایلو ژبه)

• موږ په مار ځکه ډېر تمرکز کوو چې لړم رانه هیر شوی دی.

مصري متل

•څوک چې ریښتیا وایي، ډیرو خبرو کولو ته اړتیا نه لري.

پولنډي متل

• کله چې تاسو دننه دوښمنان ونه لرئ نو بهر دوښمنان درته هیڅ زیان نه شي رسولای.

د الجیریا متل

•هره ککرۍ باید خپل فکرونه وکړي.

د لیبریا متل

•که د چا څخه دې د جامو پوښتنه کوله، لومړۍ دده جامو ته وگوره، چې څنگه جامې یې پر تن دي.

د بنین (افریقایي هیواد) متل

(۳٦)

• یوه میرمنه په باغچه کې د گل په څېر ده؛ چې د هغې خاوند د هغې څخه د کتارې په شان تاو وي او له هر څه یې ساتي.
گانا (د لویدیځې افریقا هیواد) متل
•که غواړئ حافظه مو قوي شي نو خلکو ته په قرض پیسې ورکړه.
افریقایي متل
• زخمي کیدل ستونزمن نه دي بلکې دوباره جوړیدل ستونزمن دي.
د جنوبي افریقا متل
•د کرکې درملنه بیلتون دی.
بورکینا فاسو متل (د لویدیځې افریقا هیواد)
• شتمني په پوزه کې د ویښتانو په شان ده که ډېره زیاته شي یا ډېره کمه؛ درد درته رسوي.
د مالاگسي متل
•که غواړئ بیزو ووژنئ، نو په برگو سترگو مه ورگورئ.
کینیایي متل
•مشران یې دوه طرفه نه خوري.
ملاوي (د ختیځې افریقا هیواد) متل
• ژوند یو پیاز دی چې د سپینولو پر مهال مو یو ځل خامخا ژړوي.
فرانسوي متل
• که جاهل مو تعقیب کړ، نو تاسې له ځانه په خپله جاهل جوړوئ.

د جمیکا متل

• ریښتنی اتل دا نه وایي چې یوازنې اتل هغه دی.

فلپیني متل

• یوازې خدای پوهیږي چې صبا ته څه پښیږي. بوروندۍ (افریقایي هیواد) متل

•د مشرانو مړینه د کتابتون د سوځولو په شان ده.

افریقایي متل

• موږکان د پیسو د اوسیدلو ځای کې نڅا نه کوي.

د کېپ وریډ متل (افریقایي هیواد)

•په پیل کې تیروتنه په پای کې له تیروتنې ښخه غوره ده.

د کیمرون (د مرکزي افریقا هیواد) متل

•هوښیارې میرمنې ډېر څه د ویلو لپاره لري؛ خو بیا هم چوپې او خاموشه وي.

د المغرب متل

•ډوډۍ بغیر له چکنۍ؛ کورنۍ بغیر له ښځې بې معنا دي.

ایتوپیایي متل

•کله چې کومه جلۍ درسره مینه نه کول غواړي نو تاسو ته د ورور په نوم غږ کوي.

د ایوُري کوسټ متل (د لویدیځې افریقا هیواد)

•مینه د کوچني ماشوم په څېر ده؛ مینه ناکه خبرې غواړي.

د کانګو هیواد متل

• په ډیرهڅه کولو سره بیزو هم له ونې ټوپ وهل زده کوي.

د یوګانډا هیواد متل

•د ماشوم زیږدلو وړاندې ورته جامې مه جوړوئ.

تانزانیایي متل

(۳۷)

•چیرته چې مینه وي؛ هلته تیارې نه وي.
بوروندي (افریقایي هیواد) متل

•تاسو له بوډا ښځه په منډه کې مخته کیدلی شئ خو په هوښیارتیا او خبرو کې تاسو تل له هغه شاته یاست.
تانزانیایي متل
• د ماهیانو او مرغانو ترمنځ مینه شوني ده خو په یوځای د اوسیدلو لپاره هیڅکله هم جونګړه نه شي جوړولی.
افریقایي متل
•هغه کولو او ناکامیدلو ته لتې نه شو ویلای. افریقایي متل
•د خپلې ښکلا په اړه داسې قضاوت مه کوه چې تاسو ته څومره خلک در ګوري بلکې د هغه خلکو له حسابه یې وکړه چې تاته موسکا کوي.
افریقایي متل
• چې موسیقي بدله شي نو نڅا هم بدلون مومي. افریقایي متل
•خوشاله اوسیدل دا بادشاهۍ ښځه غوره دی.
افریقایي متل
• که یو سړی ښځه ونه لري داسې ښکاري لکه ګلدان چې ګلان نه لري.
افریقایي متل

• د بد خویه زوی مور هم بد خویه بلل کېږي.
د ایوُري کوسټ متل (د لویدیځې افریقا هیواد)
•هغه خبرې چې د زمري د وژلو وروسته یې خلک دده په اړه کوي، په ژوندوني (چې کله ژوندی وي) نه شي کولای.
د ګابون متل
•څوک چې ښښنه کوی؛ کامیابي هم لاسته راوړي.
د ګامبیا (د لویدیځې افریقا) متل
•څوک چې ډېر پوهیږي ډېرې خبرې نه کوي.
ایتوپیایـي متل
•یوازې ریښتني دوستان درته وایي؛ کله چې په مخ مو کوم څه نښتي دي.
بوروندي (افریقایي هیواد) متل
•که د بد وکړل، په یاد یې ولره؛ که د ښه وکړل، هېر یې کړه.
د الجیریا متل
•څوک چې خواړه یوازې خوري نو د نورو څخه یې د خوند پوښتنه هم باید ونه کړي.
افریقایي متل
• که نارینه سره چا بد وکړل؛ هیروي یې، خو هیڅکله هم ښښنه نه ورته کوي خو که د ښځې سره چا بد وکړل؛ ښښنه ورته کوي، خو هغه بد هیڅکله هم نه هیروي.
افریقایي متل
• چې په لاس کې مو کوتک وي، مار پرې وژلی شئ.
کینیایي متل
•یوازې په یوه غشی هم فیل پیژندلی شو.
کینیایي متل
• ټول ریښتیا ښه وي، خو د ټولو ویل ښه نه وي. افریقایي متل
•ښه ګاونډي له هغه وروره غوره دی چې له تاسو لرې اوسیږي.

د جنوبي کوريا متل

(۳۸)

•پاچاهي د سمندر په شان ده چې تر ټولو تجربه کاره ماڼو هم پکې ډوبيدلی شي.

د يوگانډا هيواد متل

• که غواړئ چې نورو ته د مينې ورکولو وړ وگرځئ، نو لومړۍ د ځان سره مينه ولرئ.

افريقايي متل

•د واړه ماشوم هم عزت کوه، تر څو هغه دې عزت وکړي.

بانتو متل

(د مرکزي او جنوبي افريقا يوه ژبه)

•صبر او زغم هغه کونجي ده چې ټول مشکلات او ستونزې حلوي.

سوډاني متل

• مچان هم غوړونه لري.

د مازي (جنوبي کينيا يو قوم) متل

•چيرته چې سيند وي، تاسو هلته يوازې پل جوړولای شئ.

کينيايي متل

•ونې په خپلو ريښو پياوړي وي.

د زيمبابوی هيواد متل

•تاسو پوهيږئ چې تاسو د چا سره مينه لرئ خو تاسو هيڅکله هم نه شی کولای چې پوه شئ چې څوک درسره مينه لري.

نایجېریا هیواد متل

• په ګډه کار بغیر له نظمه ګډوډي منځته راوړي.

د زیمبیا متل

•تر ټولو غریب شخص هغه څوک ندی چې پیسې نه لري بلکې هغه څوک دی چې په سترګو څه لیدلای نه شي.

ګانا (د لویدیځې افریقا هیواد) متل

•دوه میړیان یو ملخ کشولی شي.

افریقایي متل

•د ماشوم خندا د کور رڼا ده.

افریقایي متل

•د چا په ظاهري حالت قضاوت مه کوه، شاید یو شتمن زړه د یوه زاړه کوټ څخه لاندې وي.

د سکاټلینډ هیواد متل

•هیڅ خبره نه ده، که تاسو په غلطه لاره هر څومره تللي وئ؛ بیرته تاو شئ.

ترکي متل

•د کینې او کرکې له منځه وړلو هیڅ درمل نه شته.

افریقایي متل

•پوهه قدرت دی.

کینیایي متل

•د ګلانو لپاره باید اغزو ته هم اوبه ورکړو.

افریقایي متل

•په ښو خبرو خواږه نه پیدا کېږي.

نایجیریایي متل

•ماشومان د مور په بدرنګۍ نه خاندي.

گانا (د لویدیځې افریقا هیواد) متل

• زاړه پیشو هیڅکله نڅا نه شي زده کولای. د المغرب متل

(۳۹)

•فیلان که موږکان ووژني؛ اتلان نه دي.

افریقایي متل

•ځینې شتمن، خواږه له خونده په خاورینو لوښو کې خوري.

د کیکویو متل

•څوک چې له کوره وتلي نه وي، خپله مور ورته د نړۍ تر ټولو ښه خواږه پخوونکې ښکاري.

د گانډا هیواد متل

•ماشومان د روښانه سپوږمۍ په څیر دي.

د مازي (جنوبي کینیا یو قوم) متل

• د کور زیوارت ماشومان دي.

افریقایي متل

•ځینې وختونه تر ټولو ښه نڅاگر هم په سټیج لویږي.

افریقایي متل

• هوښیارتیا ناپایه (پای ته نه رسیدونکې) شتمني ده.

سوهیلي متل

• د سختو ستونزو حل یوازې هوښیاران راباسي.

د اکان (افریقایي ژبه) متل

• له موره هیڅوک هم هوښیاران پیدا نه دي.

افریقایي متل

•هوښیاران په هرڅه کې ځانته لار پیدا کوي.

تانزانیایي متل

•که تاسو له کبره ډک وئ، نو د پوهې لاسته راوړلو لپاره تاسو ځای نه لرئ.

افریقایي متل

•که د پلار لاره دې تعقیب کړه، نو د پلار په شان تلل به هم زده کړئ.

اشانتي (د افریقا یو قوم) متل

•شتمني؛ که استعمال یې کړئ بالاخره پای ته رسیږي.

زده کړه؛ که استعمال یې کړئ لا پسې زیاتیږي.

د ختیځې افریقا د سوهیلي ژبې متل

•که دې زده کړه؛ نو نورو ته به یې هم ور زده کړې.

ایتوپیایي متل

•ماشومان په خاپوړو سره ودریدل زده کوي.

افریقایي متل

•په ځوانۍ کې زده کړه د تیږې د توږلو په شان ده. المغربي متل

•موږ هرڅه د جاهلانو په څیر شروع کوو او هوښیاران رانه تجربې جوړوي.

تانزانیایي متل

•که ملګري او دوستان دې راوښودل؛ نو زه درته ستا شخصیت درښایم.

افریقایي متل

•که ستاسو سره دټولو وسایلو ترمنځ یوازې څټک وي نو هرې ستونزې ته د میخ په نظر وګورئ.

افریقایي متل

•تاسو د هغه ماشوم نوم نه شی ایښودلی؛ چې تر اوسه لا پیدا نه وي.

افریقایي متل

(۴۰)

•غمونه هم ارزښتناکه شتمني ده، یوازې په هغه چا کې موندل کېږي چې تاسو ورسره مینه لرئ.
د ماداغسکر متل
•که مو له ښکلي ښځې سره واده وکړ، پوه شه چې له ستونزو او مشکلاتو سره دې واده وکړ.
د لیبریا متل
•که غواړئ وپوهیږئ چې ستاسو ریښتني دوستان څوک دي؛ له هغوی سره سفر وکړه شپې او ورځې ورسره تیرې کړه، تر لرو لرو سیمو یې ملتیا وکړه. آنګولا (د مرکزي افریقا هیواد) متل
•د اړتیا په وخت کې د یوې کاشوغې سوپ درلودل له یوه دیګې سوپ درلودلو څخه غوره دی.
آنګولا (د مرکزي افریقا هیواد) متل
•دا ډېره غوره ده چې ونې ته پورته شئ او لاندې ترې راوغورځئ او ملا مو ماته شي؛ له دې نه چې د یو چا په مینه کې غرق شئ خو هغه دې زړه مات کړي.
افریقایي متل
•کله چې تاسو پوهېږئ چې څوک د هغه ملګري دي نو تاسو په دې هم پوهېږئ چې هغه څه ډول انسان دی.
افریقایي متل
•که یوځل دې دوکه کړم ته وشرمېږه؛ که دوهم ځل دې دوکه کړم زه باید وشرمېږم.
چینایي متل
•هره ورځ لږ باران کولای شي چې سیندونه تل جاري وساتي.
افریقایي متل

•که په شروع یې سم وپوهیږې، په پای کې به له ستونزو او مشکلاتو سره مخ نه شئ.
افریقایي متل

•هغه ماشوم چې مور په شا کړی وي، دا لارې په اوږدوالي نه پوهیږي.
افریقایي متل
•هغه ځوک چې خواږه په چټکۍ سره خوري نو خوله یې هم سوځیږي.
کینیایي متل
•که تاسو یو ځوک وګورئ چې هغه ستاسو سره د پیژندلو ویریږي نو اورومرو کوم جرم یې ترسره کړی.
نایجیریایي متل
• هغه میرمنه چې په خپل واده کې له ستونزو سره مخ وي، خپل راتلونکي نسل ته هیڅ مشورې نه شي ورکولای.
ناجیریایي متل
•هغه سړی چې دروغ نه شي ویلای؛ د واده دې لاس وويني‌ځي.
د زیمبابوی متل
• که تاسو ودانۍ جوړوئ خو ناڅاپه مېخ ماتیږي؛ نو تاسو د ودانۍ جوړول پریږدئ که مېخ بدلوئ؟
ریواندا (د ختیځې افریقا هیواد) متل
•که تاسو بازار کې حامله اوزه وګورئ نو ددې معنا لري چې هغه کور کې بې شمیره ستونزې شتون لري.
ګانا (د لویدیځې افریقا هیواد) متل
•که نیا درته څه وویل له موره یې مه پوښته چې دا رښتیا دي
د ګانا (د لویدیځې افریقا هیواد) متل
• د جاهلانو دوست جاهل وي او د هوښیارانو دوست هوښیار وي.
افریقایي متل

- هغه څوک چې هره ورځ د یو څه لپاره حرکت کوي له هغه چا غوره دی چې بخت او طالعو ته انتظار کوي. افریقایي متل
- که د هګیو ټوکرۍ ورېځ نو نڅا نه شی کولای. افریقایي متل

قلم

- که چیرې قلم مو ورک کړو؛ نو قلم درسره نشته.

که قلم نه وي، نو د درس نوټونه هم نشته.

که د درس نوټونه نه وي؛ نو مطالعه هم نشته.

که مطالعه نه وي، نو ازموینو کې کامیابي هم نشته.

که کامیابي نه وي؛ نو ډیپلوم هم نشته.

که ډیپلوم نه وي؛ نو وظیفه هم نشته.

که وظیفه نه وي؛ نو پیسې هم نشته.

که پیسې هم نه وي؛ نو خواړه هم نشته.

که خواړه نه وي؛ نو د بدن طاقت مو هم نشته.

که د بدن طاقت مو نه وي؛ نو د بدن ښکلا مو هم نشته.

که دبدن ښکلا مو نه وي؛ نو کوم مین مو هم نشته.

که کوم مین مو نه وي؛ نو واده هم نشته.

که واده مو نه وي؛ نو ماشومان هم نشته.

که ماشومان مو نه وي؛ نو کورنۍ هم نشته.

که کورنۍ مو نه وي؛ نو خوشالۍ هم نشته.

که خوشالۍ نه وي؛ نو صحت هم نشته.

که صحت نه وي، نو ژوند هم نشته.

پام! ودې لیدل چې که قلم درسره نه وي، نو هیڅ څیز هم نلرئ.

ستا مینه

•تا ویل چې زه د باران سره مینه لرم، خو کله چې باران وریدل پیل شول تا په خپل ځان چتري ونیوه،تر څو باران دې لمده نه کړي.
تا ویل چې زه د لمر سره مینه لرم، خو کله چې لمر راوختو، ته د سیوري په لټه کې شوې؛
تا ویل چې زه د باد سره مینه لرم، خو کله چې باد لگېده، تا د کوټې کړکۍ بندې کړې.
ته چې د څه سره مینه لرې، تل ترې تښتې.
دا هغه څه دي، چې ما ډېر ویروي ځکه چې ته هر وخت وایې چې زه ستا سره مینه لرم.
ویلیام شکسپیر

•زه همیشه د خوښۍ احساس کوم؛ تاسو پوهېږئ چې ولې؟ ځکه چې زه د هیڅ څه تمه د چا څخه نه لرم.
تمه او توقع درلودل درته همیشه درد رسوي.
ژوند ډېر لنډ دی له ژوند سره مینه ولره.خوشاله اوسه او موسکا کوه.
له خبرو کولو وړاندې غوږ ونیسه. د یو څه د لیکلو وړاندې فکر وکړه، د یو څه د لگښت کولو وړاندې عاید لاسته راوړه.
د دعا کولو وړاندې نورو ته بښنه
کوه.
چاته د درد رسولو وړاندې احساس وکړه.
له نفرت کولو وړاندې خلکو سره مینه ولره.

د پریښودلو وړاندې یو ځل بیا هم هڅه وکړه او له مرګه وړاندې ژوند وکړه.
ویلیام شکسپیر

ژوند له دریو شیانو جوړ دی:

ګټل، بایلل، شریکول
۱- د نورو زړونه وګټه.
۲- بد خونده شیان له لاسه ورکه.
۳- د خوښۍ شیبې له نورو سره شریکې کړه.

درې ډوله کسان مه هیروه:

۱- هغه څوک چې په سختو حالاتو کې یې له تاسو سره مرسته وکړه.
۲- هغه څوک چې په سختو حالاتو کې یې له تاسو نه مخ واړولو.
۳- هغه څوک چې تاسو په ژوند کې یې سخت حالات رامنځته کړل.

ولې مو خلک غیبت کوي؟

۱- کله چې ستا سویې ته نشي رسیدلی.
۲- کله چې کوم شیان تاسو لرئ، نور یې نلري، لکه پیسې، جایداد...
۳- کله چې غواړي ستا د ژوند کولو طریقې په ځان عملي کړي، خو نشي یې کولی.

•د امریکا متحده ایالاتو پخواني ولسمشر جورج بوش د مایکروسافټ کمپنۍ د مالک بیل ګیټس څخه وپوښتل،
د امریکا متحده ایالاتو زیاتره کسان بې دندې دي؛ تاسو ولې په مایکروسافټ کمپنۍ کې بهرني انجینران په کار ګمارئ؟
بیل ګیټس موسک شو. او ویې ویل که بهرني انجینران په خاصه توګه هندي انجینران په دندو ونه ګمارم، نو په هندوستان کې به یو بل د مایکروسافټ ایجادونکی پیدا شي.

د ژوند درې مرحلې!

۱- کله چې ماشومان وئ:
انرژي مو درلوده.
وخت مو درلوده.
خو پیسې مو نه درلودې.
۲- کله چې ځوانان وئ:
انرژي مو درلوده.
پیسې مو درلودې.
خو وخت مو نه درلوده.
۳- کله چې بوډاګان وئ:
وخت مو درلوده.
پیسې مو درلودې.
خو انرژي مو نه درلوده.
ژوند عجیبه دی، هر وخت درته هر ډول مشکلات پیدا کېږي، خو د ټولو ستونزو او مشکلاتو په وړاندې د ډبرې په شان کلک واوسئ.

که خوشاله ژوند غواړئ؟

•دهېڅ شي څخه کرکه مه کوه.

•هیڅکله تشویش مه کوه.

•تل ساده واوسه.

•نورو ته ببنه کوه.

•ډېر څه له لاسه ورکړه (بد عادتونه، بد ملګري...).

•تل په شونډو موسکا ولره.

•په ځان باور ولره.

•صحي خواړه وخوره.

• له منفي نظره خلکو لرې واوسه.

• په ولاړه خوراک مه کوه.

که خوشاله ژوند غواړئ؟

هره ورځ:

0=ساعته ټلویزون وګوره.

1=ساعت ورزش وکړئ.

2=لیتره اوبه وڅښئ.

3=پیالې شین چای وڅښئ.

4=ځلې لنډه دمه وکړئ.

5=ځلې کوچنۍ ناشته وکړئ.

6=بجو څخه مخته پاڅېږه هر سهار.

7=دقیقې وخانده.

8=ساعته خوب وکړه.

9=بجو څخه هره شپه مخته ویده شه.

10=وارې مننه وکړه.

که خوشاله ژوند غواړئ؟

1-کارونه ډېر کوه، خبرې کمې کوه.

2-غوسه کمه کوه، خندا ډېره کوه.

3-تشویش کم کوه، خوب ډېر کوه.

4-موټر کم چلوه، پلې ډېر گرځه.

5-غوښه کمه وخوره، سبزیجات ډېر وخوره.

6- الکولي مشروبات مه څښئ، چای ډېر وڅښئ.

7-خواږه شیان کم وخوره، تازه میوې زیاتې وخوره.

8-غاز لرونکي مشروبات کم وڅښه، اوبه ډېرې وڅښئ

ارواپوهنه څه وايي؟

•ځینې وخت تېکسي ډریوران تاسو څخه پوښتنه کوي، چې تاسو ددې سیمې یاست؟ همیشه ورته مثبت ځواب ورکړئ (یعنې هو ورته وواياست)
ځکه چې ځینې ډریوران تاسو یوې لنډې ساحې ته په اوږدو لارو رسوي، تر څو ډېرې پیسې درڅخه واخلي.

• کله چې مو یو ښه کار وکړ، هیڅوک یې هم نه یادوي.خو کله چې مو یو ناوړه کار وکړ، نو هر څوک درپسې خپله خوله خلاصوي، او ناوړه کار مو یادوي.

• کله چې تاسو مبارزه کوئ، د په دې معنا ده چې تاسو پرمختګ کوئ .

•ستاسو په ژوند کې ډېرې ستونزې دوه لاملونه لري ۱- کله چې کوم کار کوئ په هغه باندې فکر نه کوئ ۲- کله چې د یو څه په اړه فکر کوئ، په هغه عملي کار نه کوئ.

•د کافینو څښل ستاسو لپاره ښه ندي، ډېر چاغ کیدل هم ستا لپاره ښه ندي او د زیاتو خواږو خوړل ستا لپاره ښه ندي؛ خو تشویش مه کوه، ډېر تشویش کول هم ستاسو لپاره ښه ندي.

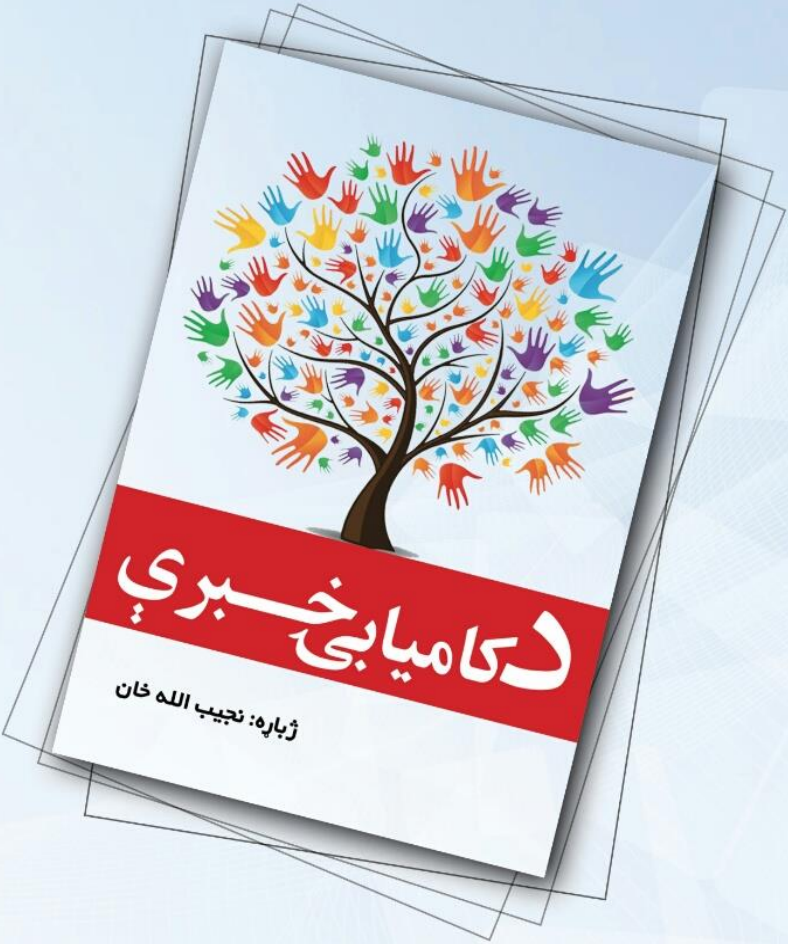
•تاسو به د یو چا لپاره ۹۹ کارونه کړي وي، خو هماغه شخص یوازې یو کار په یاد لري، چې تاسو ورته ندی کړی.

• هیڅوک هم ستا دردونه، اوښکې، او خفګان نه شمیري،
خو هر څوک ستا غلطۍ شمیري.

•کله چې په ستونزو تمرکز لرئ، نو ډېرې ستونزې به ولرئ.
کله چې په اسانتیاوو تمرکز ولرئ، ډېر موقعې به ترلاسه کړئ.
• څومره مو چې عمر ډېرېږي، همدومره مو پر خلکو باور هم کمېږي.
• دا کومه جدي خبره نده چې اوس وخت څومره ستونزمن دی.
یوه ورځ به تاسو شاته وګورئ او محسوس به کړئ چې ستاسو مبارزې ستاسو ژوند ته ډېر ښه بدلون ورکړ.

اته نه هېرېدونکي شیبې

۱-کله چې د لومړي ځل لپاره مور او پلار ته خپله تنخوا ورکړئ.
۲-کله چې د خپل نږدې او خواږه دوست سره خبرې وکړئ.
۳-کله چې د خپلې مینې سره لاس په لاس قدم وهئ.
۴-کله چې د لومړي ځل لپاره خپل نوی زیږیدلی ماشوم ښکل کړئ.
۵-کله چې دې هغه څوک په غیږ ونیسي چې تا باندې ډیر پام کوي.
۶-کله چې د خپلې مینې په هکله په اوښلنو سترګو سوچ کوئ.
۷-کله چې د ډیرې ژړا وروسته په زوره وخاندئ.
۸-کله چې زاړو عکسونو ته ګورئ او په شونډو مو موسکا خوره وي.



د کامیابۍ خبرې
ژباړه: نجیب الله خان