



# ژوند څنگه وکړو؟!

(په ساده ژبه د ښاري کولتور یو سل او څو ټکي)

ټولونه: حسین دهکردي

ژباړه: مجيب الرحمن محمودي

Ketabton.com



# ژوند

## څنگه وکړو؟!

(په ساده ژبه د بناري کولتور يو سل او څو ټکي)

---

ټولونه: حسين دهکردي

---

ژباړه: مجيب الرحمن محمودي

---



## د کتاب ځانګړنې:

د کتاب نوم	: ژوند څنگه وګړو؟!
ټولونه	: حسین دهګردی
ژباړه	: مجیب الرحمن محمودی
ډیزاین	: صادق الله صادق
چاپ کال	: ۱۳۹۳ ل
چاپشمېر	: ۱۱۰۰ ټوکه
د څپر وټو لړ	: (۲۴۶)

## خپرندوی

### ګودر کتاب خپرندوی - ننگرهار

ګودر کتاب پلورنځی، لاندینی پور، اسحق زې مارکېټ، پنازی څلورلارې، جلال اباد  
 اړیکې: ۰۷۹۵۳۵۳۶۱۰-۰۷۹۸۴۸۷۸۷۹-۰۷۹۷۵۰۰۵۰۶

[meenasadiqs@gmail.com](mailto:meenasadiqs@gmail.com)

د چاپ حقوق له خپرندوی ټولني سره خوندي دي

محمد عمر ابراهيمي

Telegram: @Ketabton

WhatsApp: 0093979500600

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

دعاوو به هيله مويتم

# ڊالی

خدای بښلي پلار ته!

چې تل به يې تعليم او نېکي لارې ته

هڅولم او زموږ د هوساينې په خاطر به يې

تل لاسونه ټټاکي وو.

م. محمودي

## د دې کتاب په اړه...

د يو حديث شريف د مفهوم له مخې ((کامل مومن هغه دی، چې  
څه د ځان لپاره خوښوي، د بل مسلمان ورور لپاره يې هم خوښ  
کړي.)) ځکه د هر انسان لپاره دا نه بنيادي، چې د نورو لپاره هغه څه  
خوښ کړي او يا يې وغواړي، چې هغه د خپل ځان لپاره نه خوښوي  
او نه يې غواړي.

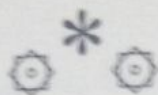
موږ هره ورځ په خپل چاپيريال کې وينو، چې د ځينو کسانو لخوا  
د نورو پر وړاندې هغه کړنې ترسره کېږي، چې هغه يې په هېڅ صورت  
د خپل ځان لپاره نه خوښوي، نورو ته يې ضرر رسېږي او په اسانۍ  
سره يې مخنيوی هم کېږي يا دغه عادتونه اصلاح کېدای شي، يا هم  
په يوه وړوکي غوره کار سره د ډېرو زړونه تر لاسه کېدای شي؛ خو د  
ډېرو خلکو دې ته پام نه دی شوی، چې په يوه وړوکي او د اصلاح وړ  
کړنې سره موږ نورو ته څومره ضرر رسوو او که د همدې وړې ناوړه او  
ناخوښې کړنې پر ځای يوه وړه؛ خو ښه کړنه ترسره کړو؛ نو هم به مو  
نور له ضرر څخه په امن وي او هم به مو د دوی په زړونو کې ځای  
پیدا کړی وي.

په دغه کتابگوټي کې به ولولو، چې د يو انسان لپاره د ورځني ژوند په ټولو اړخونو کې کومو ټکو ته پاملرنه لازمه ده، د کومو ټکو په پام کې نيول يوه ټولنه ژغورلای شي او کوم ټکي مو له نورو سره اړيکې تلپاتې کولای شي.

زه په پوره ډاډ سره ويلای شم، چې په دې کتاب کې د څو وړوکو ټکو په پام کې نيول به په ټولنه کې د يوه بڼه ژوند ضمانت وکړي او هغه کولتور به را منځته شي، چې ټولو ته د منلو وړ وي.

نو راځئ دا سمون له خپله ځانه پيل کړو، د نورو لپاره هغه څه وغواړو، چې د خپل ځان او کورنۍ لپاره يې غواړو او د نورو لپاره هغه څه ونه غواړو او خوښ يې نه کړو، چې هغه د خپل ځان او يا هم خپلې کورنۍ لپاره نه خوښوو.

په همدې هيله  
مجيب الرحمن محمودي



که. د یوه پرمختللي ښار د لرلو لپاره باید د لوړ او عالي کولتور لرونکو ښاریانو خبرې واورو او په ښو خبرو یې عمل وکړو.

که. د ځان په اړه هغه قضاوت غوره کړو، چې د نورو په اړه یې غوره کوو، نو هغه څه چې د ځان لپاره یې خوښوو، د نورو لپاره یې هم خوښ کړو او هغه څه چې د ځان لپاره یې نه خوښوو، د نورو لپاره یې هم خوښ نه کړو!

که. ظلم او تېری ونه کړو! ځکه زموږ نه خوښېږي، چې ظلم او تېری را باندې وشي

که. ښکې وکړو! په هغه شان چې غواړو له موږ سره ښکې وشي. د خپل ځان لپاره هغه څه بد وبولو، چې د نورو لپاره یې بد بولو او د خلکو لپاره په همغه څه باندې خوښ و اوسو، چې د ځان لپاره یې خوښوو.

که. نه داسې، چې یوازې موږ د ښه کولتور څښتن و اوسو؛ بلکې خپل اولادونه هم ښه کولتور لرونکي لوی کړو! داسې، چې که یوه ورځ په ټولنه کې مطرح او اغېز ښندنکي اشخاص ترې جوړ شي، د دوی په پالنه وویارو...



که. مطالعه ولرو...! خپله پوهه او مالومات زیات کړو او په ورځنیو خبرو اترو کې په منطق او له دلایلو سره خبرې وکړو.



## ژوند څنگه وکړو؟! / ۲



کله چې له یو چا سره مشوره کوو او یا له کوم چا څخه نظر غواړو، باید د هغه د نظر قدر وکړو او که یې نظر د قبول وړ نه وي، لږ تر لږه هغه یې د نظر له امله ملامت نه کړو.



کله چې د کوم ځای په اړه پوره مالومات ونه لرو؛ نو د بې ځایه زړه سوي، له امله له پتې غوښتونکي څخه لاره ورکه نه کړو.

کله چې خبرو او کړنو کې یوازې د خپلې غوښتنې مطابق عمل ونه کړو، په یوه روښانه ټولنه کې پېژندل شویو اصولو، قواعدو او ځانگړو شویو انساني ارزښتونو ته متعهد واوسو.



کله چې د نورو د شخصي وسایلو خوا ته ورنه شو. له موبایل څخه نیولې، تر کمپیوټر او د خاطر و تر کتابچې، آن د دفتر تر تلفون پورې د بېلگې په توگه د چا د موبایل شخصي مسېچونه د هغه له اجازې پرته ونه گورو....

### ژوند څنگه وکړو / ۱۹ / ۳

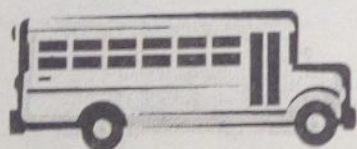
که - د موټر چلونې پر مهال له بې ځايه هارن کولو څخه ډډه وکړو، لکه



روغتون ته نږدې، په کوڅو او سړکونو کې، د استوګنې په سیمه کې، د کتابتونو او داسې نورو ځایونو تر څنګ همدا شان د سلام اچولو، مننې، نیوکې او نورو لپاره

له هارن کولو څخه ډډه وکړو. په یاد ولرو: هارن کول به موږ ټول واورو، خو دا کار به ټول بناریان په اند پښنه کې واچوي!!!

که - په عمومي نقلیه وسایلو کې له سوږېدلو نه



مخکې لومړی هغه چاته وخت ورکړو، چې هغوی غواړي بنسټه شي، وروسته موږ سواره شو.

که - په ټولنه کې د بدو څیزونو له



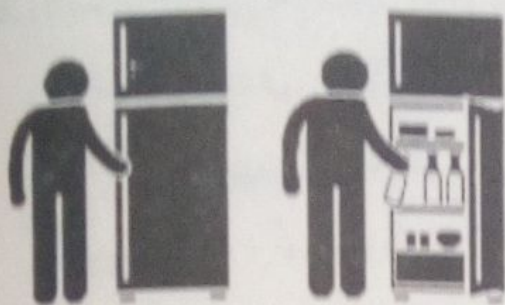
نشر او رواجولو څخه ډډه وکړو. هغه څوک چې یوه بده خبره، بد تصویر او بد فلم نشروي له همغې ګناه کوونکي څخه د نشر کوونکي ګناه په څو ځله زیاته ده.

که - د نورو په کورونو کې له اجازې پرته د هغوی یخچال، د پخلنځي

الماری، د جامو الماری او داسې نورو ته د ننه ورونه گورو....

## ژوند څنگه وکړو / ۱۹ / ۴

کله - په موټر کې د سوره دلو پر مهال، مخکینۍ او یا آرامې چوکۍ د



مشرانو او یا هم د مېرمنو لپاره  
پرېږدو، چې د آرامتیا احساس  
وکړي



کله - په عمومي نقلیه وسایلو کې د  
سورلی پر مهال د خالي او تشو  
چوکیو په لټه او ترلاسه کولو کې  
نه شو، ځینې وخت نورو ته اجازه  
ورکړو چې هلته کېني

کله - په نامناسبو ځایونو کې د چټلیو او کشافاتو له اچولو څخه ډډه وکړو،



هغه که په عمومي نقلیه  
وسایلو کې وي، که په ښار  
کې وي او که په بل کوم  
عمومي ځای کې وي، ان  
تردې که د لمر مخي د دانې یو  
وړوکی پوتکی هم وی !!!  
ځکه دا د ټولو ښاري وگړو گډ

مسوولیت دی او ټول همدا خوښوي، چې خپل ښاري په پاکۍ کې د

نورو لپاره یوه ښه بېلگه او نمونه وي

## ژوند څنگه وکړو؟! / ۵



که په عمومي ځایونو کې په لوړ غږ له خبرو کولو څخه ډډه وکړو! په ځانگړې توگه په عمومي نقلیه وسایلو کې د سورلی پر مهال؛ ځکه نور خلک نه دي مجبور، چې

زموږ خبرو ته غوږ ونیسي او دا هم کېدای شي، چې دوی دا وخت د فکر کولو او یا مطالعې لپاره وکاروي

که د خپل ښار د ملي نقلیه وسایلو بڼه ساتونکي و اوسو! ځکه دا نقلیه وسایل په یو شخص او یا یو ځانگړي سازمان پورې نه؛ بلکې د ښار په هر وگړي پورې تړاو لري. باور لرم، چې د ملي نقلیه وسایلو شکېدلې چوکۍ او په هغه لیکنې به هېچا ته په زړه پورې نه وي!!!

که د موټر د پارک کولو پر مهال، خپل موټر په داسې توگه پارک نه کړو، چې د نورو ځای ونیسو او یا هم نورو ته ستونزه جوړه کړو.

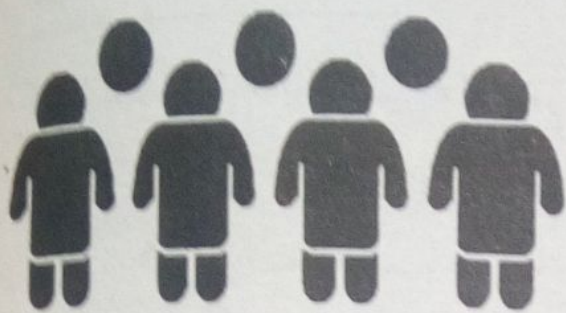
که ټولو ځایونو ته، په خاصه توگه جوماتونو او زیارتونو ته له اوداسه



سره، پاک او معطر دننه شو. تردې چې په ځینو ځانگړو ځایونو کې هم لکه د مسافری پر مهال، په لارو کې جوماتونو او نور د لمانځه ځایونو ته جومات د خدای کوردی، که د مکې په ښار کې مسجد الحرام وي او که په یوه لرې پراته کلي

کې او یا د دوو ښارونو تر منځ د لارې پر سر او یا بل هر ځای، یو وړوکی جومات وي، د خدای کوردی. همدا شان له بوتانو سره جومات ته له ننوتلو څخه ډډه وکړو.

## ژوند څنگه وکړو؟! / ۲



کله د جماعت د لمانځه پر مهال

يو له بل سره همغږي واوسو.

نه مخکې لاړ شو او نه

وروسته پاتې شو. لومړی

باید مخکینی صف پوره کړو، وروسته نور صفونه دغه کار په مورکې

نظم، ترتیب، یووالی او همغږي را پیدا کوي

کله د موټر چلولو پر مهال د ژر رسېدو لپاره باید یوازې خپل ځانونه

وینو! په څلور لارو کې د سرې تیرافیکي اشارې له امله داسې ځای

موټرونه دروو، چې نورو ته مزاحمت وکړو، پوره څرگنده ده، چې په

دې کار به د هغو موټرو مخه ونیسو، چې ښي لوري ته د تگ نیت لري

باید په یاد ولرو، هغه موټر لرونکي، چې ښي لوري ته د تگ نیت لري،

د نورو په شان د سرې اشارې شنه کېدو ته په انتظار کولو نه دي

مجبور، نو ځکه یې باید مخه خلاصه وي

کله د موټر چلولو پر مهال په موبایل کې خبرې او یا هم تر څنگ روان

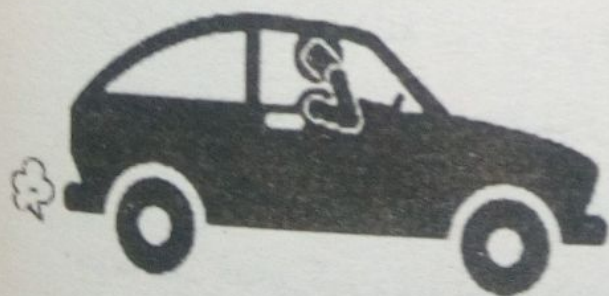
موټر چلوونکي سره، له خبرو او یا پوښتنه کولو څخه په کلکه ډډه

وکړو!!! ځکه دا کار

کېدای شي، د موټر د

کرار تگ لامل شي، چې

وروستیو موټرو ته د



تیرافیکي ستونزو او تېز تگ د مخنیوي لامل کېږي. له یاده ونه باسو،

چې نور مجبور نه دي، چې زموږ د خبرو کولو له امله وځنډېږي، نو

## ژوند څنگه وکړو؟! / ۷

غوره داده، چې د دې کار لپاره څو شېبې خپل موټر په یوه وړځای کې ودروو.

کله د عبادت کولو پر مهال، که لمونځ، دعا، تلاوت او یا هم زیارت کول وي، د نورو حقونو ته درناوی ولرو. د نورو حقونو تر پښو لاندې نه کړو او د خلکو د حق مرتکب نه شو، دا ټول موږ ته په گناه کې حسابېږي، د بېلگې په توگه د دغه واړه ټکي مراعاتول، چې په لوړ غړ چيغې وهل او یا د خپلو نقلیه وسایلو د بې ځایه درولو او یا هم په دې اړه نور هغه مسایل چې نورو ته د مزاحمت کولو او ارامتیا د سلېولو لامل نه شو! که په زړه کې دعا وکړو هم، الله پاک زموږ دعا اوري!!!



کله په هر کار کې، په ځانگړې توگه د مینځلو پر مهال له ډېر لگښت څخه ډډه وکړو، ځکه الله پاک ډېر لگښت کوونکی نه خوښوي! ان که د لمانځه لپاره په اوداسه کولو کې هم وي

کله - ښې خبرې وکړو او خبرې ښې وکړو! په

خبرو او مجلسونو کې نه یوازې ښې کلمې او ښه عبارتونه وکاروو، بلکې همغه کلمې او عبارتونه په درنښت او ښه توگه هم وکاروو. د

بېلگې په توگه هغه درې مروجې کلمې،

لکه مهرباني وکړئ، کښئ او... چې یوه

مانا ورکوي، خو لومړۍ یې غوره جمله ده.



کله یو بل ته په درنښت خطاب وکړو! مقابل

لوري ته په خطاب کې د هغه له نامه سره

غوره القاب وکاروو، ان تردې چې خپلو

اولادونو ته هم د لویانو لپاره غوره القاب کارول به زموږ اولادونو ته غوره شخصیت او په نفس اعتماد ورکړي ماشومان هم په ښه نوم یادول، کېدای شي یو وړوکی کاروي، خو ښه او لوړه اغېزه لري... ویې آزمویئ!

کله - په هر وخت او هر ځای کې د یو بل حقونو ته درناوی ولرو! د خپلو حقونو تر پښو لاندې کېدو څخه ټول ځورېدلي یو او ځورېږو. راحی چې د ډوډی، پخلنځي، سودا اخیستلو، موټر سوږېدلو او ښکته کېدلو، جومات او یا نورو عامه ځایونو ته د ننه کېدلو او نورو کارونو پر مهال یو بل ونه ځوروو!!

کله - یو له بل سره مرسته وکړو!! له ماشوم یا سپین سرې مېرمنې سره له



سرک څخه د تېرېدو پر مهال، له مور سره د کور په کار کې، له ناتوانه سره د پورته کولو پر مهال، له موټر چلوونکي سره د هغه د خراب شوي گاډي د جوړولو په خاطر، له پرانده سره ځای ته په رسولو کې او نورو سره... مرسته

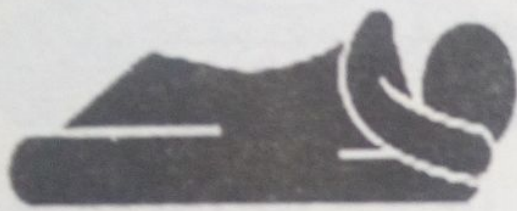
وکړو! ډاډه اوسئ، چې دا کار به له بل هر چا څخه موږ په خپله او زموږ خدای پاک خوشاله کړي!

کله - زموږ لمونځ، دعا، زیارت کول او بل هر عبادت که لرې وي او که نږدې، الله پاک یې ویني او اوري یې. نو اړتیا نشته، چې په هر قیمت او د نورو په نارامه کولو سره، په زیارتونو او قبرونو باندې ځان ونښلوو او چیغې ووهو. ایادا د منلو وړ ده، چې الله پاک هغه چاته زیات اهمیت ورکړي، چې هغه په زیارت او یا قبر ځان نښلولی وي، له

## ژوند څنگه وکړو؟! / ۹

هغه لري پراته کليوال څخه، چې د زړه له تله په خپل کور او يا خپله  
کرونده کې د کار کولو پر مهال سترې ستومانه په ډېره عاجزۍ، مخ د  
قبلې په خوا اړوي او د الله پاک عبادت کوي او له هغه څخه دعا  
غواري؟

کله د سپېڅلو او مقدسو ځايونو درناوی او پاکوالي وساتو! دا له ياده



ونه باسو، چې جومات يانې د

سجده ځای او عبادت ځای او

نورو... نو په داسې ځايونو کې

په لوړ غږ خبرې کول، خندېدل، اوږد غځېدل، ويده کېدل او داسې نور

ناوړه کارونه کومه مانا نه لري!



کله د ډوډۍ خوړلو پر مهال لازمه نه

ده، چې حريص واوسو. بايد

دومره ډوډۍ راواخلو، چې ويې

خوړلای شو. بايد دا له ياده ونه

باسو، چې بې ځايه لگښت او

تبذير حرام دی!

کله نه يوازې دا چې د ډوډۍ خوړلو پر مهال نورو ته په ډېرو خوړلو له

تاکيد څخه ډډه وکړو؛ بلکې د ډوډۍ خوړلو پر مهال نورو ته له هر ډول

دقت، کتلو او مېلمه ته له اندازې زيات تعارف کولو څخه ډډه وکړو.

کله په هر ځای کې چې يو، د هغه ځای قوانينو او مقرراتو ته درناوی ولرو.

هغه شان کړنې تر سره نه کړو، چې زړه مويې غواړي، هغه که د يوه



## ژوند څنگه وکړو / ۱۰

دوست او یا ملگري په کور کې وو، که په کومه اداره یا سازمان کې او یا که په کوم بل هېواد کې. که قرانکریم، د احادیثو، د دعاگانو او اذکارو کتابونه، له مطالعې وروسته په خپل ځای کېږدو! ځکه د دا ډول کتابونو پر ځمکه پرېښودل لویه بې احترامی ده. همدا شان د دغو کتابونو په پوښ یا پاڼو باندې د هر ډول یادښت له لیکلو څخه په کلکه ډډه وکړو، که څه هم دا لیکنې مو د ثواب او خیر رسونې په نیت وي.



که کوم مجلس یا مېلمستیا ته د تللو پر مهال باید د ښه هرکلي له غوښتنې او ښه ځای د لټولو په لټه کې ونه اوسو.



که باید درک کړو، چې سگرېټ څکول، ناوخته راتگ، په ورځنیو خبرو کې د بدو

کلمو کارول او داسې نور، هېڅ یو د کومې لوړې درجې او لوړ شخصیت ښه نه ده.

که د ډوډۍ خوړلو پر مهال مو له خولې څخه غبرونه وځي او هېڅکله په ډکه خوله خبرې ونه کړو.

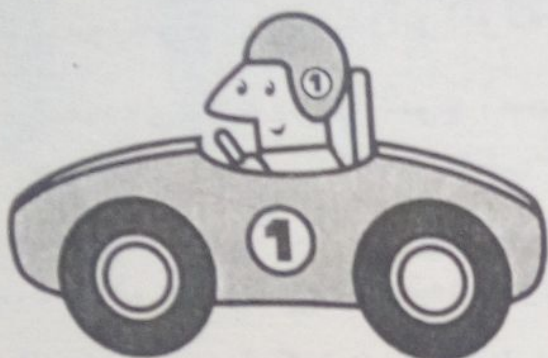


که له ډوډۍ خوړلو څخه وروسته، د نورو په مخ کې، په تار، خلي او یا بل، هېڅ شي سره، خپل غاښونه پاک نه کړو.

## ژوند څنگه وکړو / ۱۱

کله. عیب لټوونکو، خبرې وپوښکو، غیبت کوونکو او بد ویونکو کسانو ته اهمیت ورنه کړو او نه باور ورباندې وکړو.

کله. له هغه قضاوت څخه ډډه وکړو، چې د هغو خلکو یا موضوع، د قضاوت صلاحیت ونه لرو.



کله. د موټر چلولو پر مهال، له توقف څخه د حرکت کولو، یوې خواته د راگرځېدلو، د موټر د پارک کولو او... له امله

د خپل تگلوري له ګرندې او ناڅاپي ګرځولو څخه په کلکه ډډه وکړو. باید پوه شو، چې د موټر ترافیکي اشارې په بشپړه توګه د همداسې وختونو لپاره دي، چې له خپل مستقیم تگلوري څخه یوې خواته له ګرځېدلو، درېدلو او... څخه کم تر کمه



سل متره مخکې د موټر ټاکلې ترافیکي اشارې روښانه کړو؛ ترڅو د نورو پام شي او له احتمالي ټکر یا بلې پېښې څخه مخنیوی وشي.

کله. په هغو ملی بسونو کې، چې ګڼه ګوڼه

زیاته وي، د سورلی پر مهال نه یوازې مشرانو ته خپله چوکۍ پرېږدو؛ بلکې دغه ټپک کار د هغه چا لپاره هم ترسره کړو، چې له کوم چا سره دروند پېټی وي، لکه د ښوونځي هغه زده کوونکی، چې دروند بیګ ورسره وي او یا هم د وطن ساتونکی، چې په رخصتۍ کور ته او یا له کور څخه د دندې په خواروان وي.

## ژوند څنگه وکړو؟ / ۱۲

که. په دروغجنو خلکو باندې هېڅکله باور ونه کړو، نه ورسره مجلس وکړو او نه دوستي. ځکه په ټولنه کې تر ټولو بې ارزښته خلک.

دروغجن خلک دي



که. ماشومانو ته دروغ ونه وايو! او له تنبلی.

پرته، دوی ته په ورکړل شویو ژمنو عمل وکړو!

که. د خلکو خصوصي حریم ته درناوی ولرو

او دغه حریم ته له کتلو او ورننوتلو ډډه وکړو. د بېلگې په توګه، که د کوم چا د کلا دروازه خلاصه وي، هغه ته ونه ګورو او هر ځای ته د ننوتلو لپاره اجازه وغواړو او د اجازې له ترلاسه کولو وروسته دننه شو.

که. د موټر د درلودلو په وخت کې د پلي مزل کوونکو په پرتله بې تفاوته

ونه اوسو! پوهېږو، چې موږ ټولو، پلي تګ تجربه کړی دی، په ځانګړې توګه کله چې سترې وو، نو په دې تمه وو، چې یو څوک مو په

موټر کې ورسره سواره کړي او د خپل تګلوري تر یوه ځایه مو ورسوي.

نو چې کله په موټر کې سواره وو او داسې خلک ووينو، باید خپل ځان

د هغه پر ځای وګورو او په موټر کې د

هغه د سورولو په اړه بې تفاوته ونه اوسو.



که. په کاري چاپیریال کې د منفي رقابت پر

ځای، د ودې او پرمختګ لپاره یو له بل

سره مرسته وکړو. خپلې تجربې له

همکارانو سره شریکې کړو: ترڅو هغوی هم له دویم ځلي تېروتنې او

ډېر کوښښ پرته پرمختګ وکړي او دوی هم دا زده کړي، چې دغه غوره  
کړنه، له نورو سره تکرار کړي



کله - کوم چاته د دېسمن په سترګه ونه ګورو او له  
نورو خلکو سره، پرته له دې چې ویې وپېژنو،  
مینه ورسره ولرو او ټولو ته درناوی ولرو. هر  
ډول مرسته مو چې په توان کې وي، ورڅخه  
ویې نه سپموو او له کوم احسان پارولو او یا سترګې نیولو پرته، یو له  
بل سره مینه وکړو.

کله - په هغه وخت کې، چې دوه تنه په خپل منځ کې پټې خبرې کوي او یا هم  
یو څوک په موبایل کې خبرې کوي، هغوی ته له غوږ نیولو او دقت  
کولو څخه ډډه وکړو.



کله - د کوم نارینه او مېرمنې د اولاد د نه شتون په اړه  
بې ځایه نظر څرګندونه ونه کړو او دلایل ونه  
وايو. ځکه دغه مسئله د خلکو د شخصي چارو  
یوه برخه ده. یا به یې اولاد نه وي غوښتی او یا به نه ورباندې توانېږي

کله - د ډوډۍ خوړلو پر مهال هڅه وکړو، چې په ټولیزه توګه ډوډۍ  
و خوړو، نه په یوازې توګه په یوه وخت یې له  
نورو سره پیل او بس کړو، په ځانګړې توګه  
هغه مهال چې کوربه وو، زموږ ژر پاڅېدل له  
مېلمنو څخه د ډوډۍ خوړلو آرامتیا له منځه  
وړي همدا شان باید د دسترخوان په اوږدو  
او ټولو کې برخه واخلو.



کله - پلاستیک، بښینه، کاغذ، کارتونه او ځینې نور د کارور شپونو د باطلولو وړ نه دي انو خپل د کثافاتو سطلونه له اضافي او د کارور شپونو نه ډک نه کړو، د ځمکې او چاپیریال د پاک ساتلو په خاطر د کارور شپونو له کثافاتو او چټلیو سره یوځای وانه چوو.

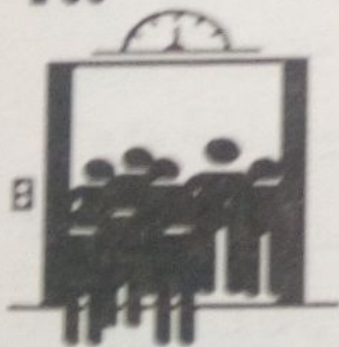


کله - په هر ځای او هر وخت کې، په هره لاره او هره پلمه د نورو د ارامتیا له سلبولو او یا د هغوی له وپروولو څخه ډډه وکړو. هېڅ منطقي دلیل نشته، چې نور خلک به خامخا د

فوتبال د ډلې د بریالیتوب له امله له جوش او زور نه ډکو خوشالیو کې ځان شریک کړي



کله - له اجازې پرته د کورونو په دېوال یا دروازي اعلانونه ونه څروو!



کله - په لهفت کې له ټاکلي ظرفیت نه زیات سواره نه شو!



کله که په ټکسي کې د سوږېدو نیت ونه لرو، د سړک په څنډه باید ونه درېږو او که د ټکسي چلوونکی زموږ د درناوي په خاطر ودرېد، په یوه سم حرکت هغه وپوهوو، چې موږ ټکسي ته نه یو ولاړ.

که هغه چالاکي، چې د نورو حقونه تر پېښو لاندې کوي، چالاکي نه ده، بلکې د خپلو گټو د تر لاسه کولو لپاره، په نورو باندې ظلم او تېری دی. رښتینې چالاکي هغه ده، چې د ابتکار او خلاقیت په کارولو سره، پرته له دې چې د نورو حقونه تر پېښو لاندې شي، انسان ته گټه

ورسپري



که. کله مو چې د موبایل یا تلفون د شمېرې په دایرولو کې تېروتنه وکړه او د موبایل په کرښه کې اخوا کس وویل، چې شمېره مو غلطه کړې، باید ژر موبایل یا تلفون بند

نه کړو! له بښنې غوښتلو او خدای پامانی وروسته موبایل یا تلفون بند کړو.

که. په عامو او ځانگړو ځایونو کې د بدو او سپکوونکو لغتونو او کلمو له کارولو څخه ډډه وکړو.

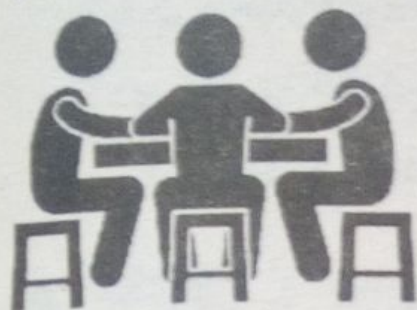
که. د موټر چلونې په وړتیا کې کمزورتیا درلودونکي خلک باید نه مسخره کړو او نه یې سپکاوی وکړو! ځکه زموږ له خوا په ملنډو هلو او یا سپکاوي کولو سره، د هغوی دغه کمزورتیا په پیاوړتیا نه شي بدلېدی.



که. له یاده ونه باسو، چې پلي لاره د پلي تلونکو لاره ده او سرک د موټرو او...، نو باید په

موټر سایکل، بایسکل، موټر کې په پلي لاره لار نه شو او نه هغه وخت چې پلي مزل کوو، د سرک په منځ قدم ووو! هو!

کله. احساساتي او له دلایلو پرته په یوه خبره پسې تلونکي او یا منونکي



ونه اوسو! یوازې د خپل ځان لپاره ژوند  
ونه کړو؛ بلکې په ټولیزه توګه، کار  
کولو باندې ځان عادت کړو او  
نېکمرغي نه یوازې د ځان لپاره، بلکې د  
نورو لپاره هم وغواړو...

کله. د خبرې، لهجې، کړنو او په ځانګړې توګه د یو بل د طبیعي توپيرونو  
له مسخره کولو څخه په کلکه ډډه وکړو. هېڅکله خپل ځان له نورو  
څخه لوړ و نه بولو او له لوړ بللو څخه ډډه وکړو، مګر په اخلاقو او  
انساني ارزښتونو کې...

کله. هڅه وکړو، چې خپلې دندې په ګډه توګه او له ټنبلۍ پرته ترسره کړو.  
او په را سپارل شویو کارونو کې خپل ځان کم رانه ولو. همدا شان په  
خپلو ژمنو وفا وکړو، په ټولو ژمنو په ښه توګه عمل وکړو او د ژمنو د  
جزیاتو په پرتله، متعهد و اوسو.

کله. د تګ راتګ پر مهال هڅه وکړو؛ څو د هېواد لپاره، له عمومي ملي



نقلیه وسایلو څخه کار واخلو، نه له  
شخصي نقلیه وسایلو څخه! د پاکې هوا  
درلودل، نه یوازې زموږ حق دی، بلکې د  
هغې ساتنه زموږ د ټولو دنده ده.

کله. د موټر چلونې پر مهال، له اوبو څخه د تېرېدنې او یا باران د اورښت  
په وخت کې پام وکړو، چې د پلي مزل کوونکو د ازار او هغوی ته د  
اوبو د شیندلو لامل نه شو!

کله - بڼه امانت ساتونکي و اوسو! د نورو امانت ته زیان ونه رسوو او هغه یې په سمه توګه خپل څښتن ته ورکړو. د مطالعې په خاطر مو که له چا څخه کتاب، مجله او یا ورځپاڼه په امانت ډول اخیستې وي، د هغه په پاتو کومه نښه یا لیکنه ونه کړو.

کله - په موټر کې د سوزېدلو په موخه له بې ځایه درېدنې څخه ډډه وکړو، لکه د سرک په منځ کې، په موټر کې د سوزېدلو په خاطر. همدا شان له موټر نه د ښکته کېدو پر مهال، ان تردې که موټر چلوونکی هم په داسې نامناسب ځای کې له تاسې څخه د ښکته کېدو غوښتنه وکړي، ځکه دا کار به د نورو خلکو د تېرېدو لپاره ستونزه جوړه کړي. نو باید پام وکړو؛ ترڅو په یوه داسې ځای کې ودرېږو، چې موټر چلوونکی ناقانونه کړنې ته اړ نه کړو او د نورو د حقونو تر پښو لاندې کولو کې شریک نه شو!



کله - اړینې تلیفوني اړیکې بې له کوم سببه مشغولې او پرې نه کړو، کېدای شي موږ په دې کار سره یوه کورنۍ په اور کې وسوځوو.

کله - هلته چې تېروتنه زموږ له خوا وي، ویې منو، جبیره یې کړو او بښنه وغواړو او د وضاحت غوښتلو یا موضوع د څېړلو په لټه کې ونه اوسو او همدا شان خپله پرېه په نورو وانه چوو.

کله - د نورو شخصي مالومات، لکه تېلفون، پته، د دندې په اړه مالومات او ... د هغه له اجازې پرته د نورو په واک کې ورنه کړو.



کله - د نورو بڼه کارونه د هغوی په خوښه له نورو خلکو سره شریک کړو. او په داسې کارونو سره په ټولنه کې نېک کارونه او مثبتې کړنې دود وگرځوو.



کله - داسې وگرځېږو، چې د هر لیدونکي په ذهن کې یوه ښه خاطرې پرېږدو او په خپل ښار کې له ټولو نه زیات د خلکو په زړونو کې ښه ځای ونیسو.



کله - په ټولنیزو شخړو او دعوو کې د سیل کولو پر ځای د شخړو او دعوو په حل او مخنیوي کې مرسته وکړو.

کله - په هغو چارو کې گډون ونه کړو، چې موږ پورې تړاو ونه لري او په هغو مسایلو کې د نظر څرگندونه ونه کړو، چې په هغه کې تخصص او مالومات ونه لرو.

کله - څرنگه چې خپلو خوشالیو ته د نورو له خوا په درنه سترگه کتل خوښوو، نو د نورو خوشالیو ته هم درنښت ولرو... همدا شان څرنگه چې خوښوو؛ څو زموږ د ناراحتیو درنښت وشي، همدا سې د نورو ناراحتیو ته درنښت ولرو.

کله - د مرستې لپاره ستونزه د حل په خاطر د نورو مخ ته راکش نه کړو او په حل کې یې د نه گډون له امله لږ تر لږه په نورو امر او یا ممانعت ونه کړو.

کله - د موټر چلونې پر مهال، هدف ته د ژر رسېدلو لپاره، له یوې او بلې



خوا زغلولو او له یوه خط نه بل خط ته له

تللو څخه ډډه وکړو. ایا تر اوسه مو فکر

کړی دی، چې که ټولو غوښتنې، چې د ژر

رسېدلو لپاره همدا سې کارونه ترسره

کړي، هېڅکله به هدف ته نه وو رسېدلي،

نو د موټر چلونې پر مهال هېڅکله داسې

فکر ونه کړو، چې یوازې موږ پیره لرو!

کله - د نکاح، واده او یا هم کوژدې په مراسمو کې له بدعتونو، ناسمو

دودونو او ناوړه عادتونو څخه پیروي ونه کړو او د ځوانانو لپاره

ودونه اسانه کړو.

کله - د ودونو په مراسمو کې د لارې له بندولو، ټرافیکي ستونزو، هارن

وهلو او نورو غریزو مزاحمتونو له رامنځته کولو څخه ډډه وکړو.

که دای شي په دې وخت کې یو عاجل ناروغ، روغتون ته د وړلو لپاره

په لاره کې وي او یا هم یو څوک په کور کې د استراحت کولو په حالت

کې وي. نو باید پوه شو او درک کړو، چې دا تر ټولو وروستی ځان

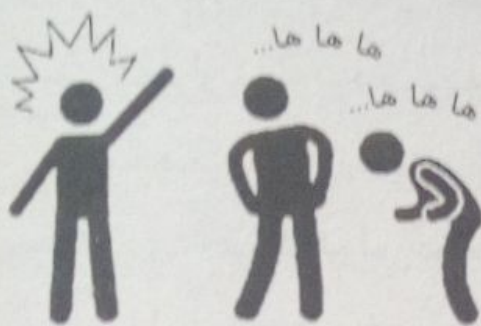
غوښتنه ده او د خلکو د حق ضایع کول او له گناه نه د ډک ژوند یو پیل

دی

کله - دا انتظار ونه لرو، چې ټول خلک دې زموږ له غوښتنې سره سمې

کړنې ترسره کړي!

## ژوند څنگه وکړو / ۱۹ / ۲۰



کله - د یوه ټولې د خندولو لپاره باید په یوه بل کس له ملنډو وهلو، سپکولو او پریو بل له تور پورې کولو څخه ډډه وکړو.

کله - نورو ته د هغوی د عیبونو او کمزورتیاوو په اړه په پټه ووايو او هغوی ته یې په ښودلو کې له لوړ آواز، مسخره کولو او یاد هغه له سپکولو څخه ډډه وکړو.



کله - دارو - درمل په خپل سر و نه خورو.

کله - کله چې یو څوک د تصویر اخیستلو په حالت کې وي، د کمرې په منځ کې یې تېر نه شو، همدا شان کله چې دوه تنه په خپل منځ کې په خبرو وي، د دوی په منځ کې تېر نه شو؛ خود هغوی د خبرو د پرې کېدو لامل نه شو.



کله - په سفر کې داسې وو، چې د هغه سیمې خلکو ته د خپلې سیمې د منفي تصویر ورکولو لامل نه شو، ځکه موږ

په هر بل ځای کې د خپلې سیمې د یوه استازي په توګه پېژندل کېږو.

کله - هغه نیوکې چې یو پر بل یې لرو، مؤدبانه، څرګندې، ښکاره او دوستانه یې وړاندې کړو، نه په کنایې توګه...



کله - مینه کول دوه اړخیزه وي باید دا تمه ونه لرو، چې که له یو چا سره مینه ولرو، هغه دې هم خامخا له موږ سره مینه ولري.

کله - د گڼې گونې پر مهال په موټر کې تر هغې پورې له سپرېدلو څخه ډډه



وکړو؛ ترڅو ډاډه شو، چې له مورې  
مخکې نور څوک موټر ته نه دي  
منتظر!!! يقينا داسې هم شوي  
دي، چې د نورو ډول چالاکیو

مورې ډېر ناراحته کړي یو، دا چې ډېر ځنډ په موټر کې د سپرېدو په  
انتظار ولاړ یو؛ خو د موټر په رارسېدو سره سم، هغوی په بېره په موټر  
کې سپاره شوي دي او مورې په همغه ځای پاتې یو.

کله - د موټر چلونې پر مهال، د سرک په منځ کې د موټر له یوې لحظې  
درولو څخه هم ډډه وکړو!! که د سورلی د پورته کولو او یا بنسکته  
کولو او که د بل څه لپاره وي دلیل یې ساده دی، دا کار د نورو د تگ  
مانع گرځي، حتی د یوې لحظې لپاره هم!! او دا طبیعي ده، چې نور  
هم خپل یوې لحظې وخت ته ارزښت ورکوي؛ نو له ځانگړو شرایطو  
پرته باید یوه لحظه هم نور د سرک په منځ کې موټر ونه دروو.

کله - په خپله ژبه باندې، په خبرو اترو کې، د نورو ژبو د بې ځایه او بې مانا  
لغاتو او کلمو له کارولو څخه ډډه وکړو.

کله - یو بل په نېکو کارونو او له نورو سره مرستې ته وهڅوو او له نورو  
خلکو سره د نېکو کارونو په ترسره کولو کې مرسته وکړو.



کله - د خلکو د استوگنځي، شتمني، جامو او  
ظاهري وضعیت د لیدلو له مخې د هغه د  
شخصیت په پېژندلو کې قضاوت ونه کړو.

کله - دهغه نقل قول، خبر او نظر له خپرولو څخه ډډه وکړو، چې کره

سرچینه ونه لري

کله - هېڅکله له سرې ترافیکي اشارې څخه تېر نه شو!! ان تردې، که په

موټر سایکل او یا هم بایسکل باندې سواره وو! پوره څرگنده ده، چې

دا کار د هغو ټولو خلکو د حقونو د تر پښو لاندې کولو په مانا دی، چې

د هغوی لپاره شنه اشاره روښانه ده.

کله د یوې پېښې د پېښېدو پر مهال، له دعوي، شخړې، مقابل لوري ته د

سپکاوي او په بېرته د نظر له څرگندولو نه ډډه وکړو او مقصريا

مقصرينو ته اړونده پرېکړه، د پرېکړې اهل کسانو ته وسپارو.

کله - د داسې خبر له خپرولو څخه ډډه وکړو، چې کېدای شي هغه د کوم چا

په تاوان او یا گټه تمام شي، دا کار په خبر رسونه کې بې انصافي او د

موضوع له دواړو لوريو نه په یوه خوا ظلم او تېری دی.

کله - له هغو خبرو او یا کړنو څخه ډډه وکړو، چې په مستقیمه او یا غیر

مستقیمه توگه د دوو تنو تر منځ اختلاف لامل کېږي او د غیبت او بد

ویلو پر وړاندې پټه خوله پاتې نه شو، باید مثبت عکس العمل وښیو.



کله - په عمومي ځایونو کې په موبایل کې په لوړ غږ

له خبرو کولو څخه ډډه وکړو! هر ښاري وگړی، د

خپلو ستونزو او مصروفیتونو په فکر کې دی؛

نو نورو ته باید د مزاحمت لامل نه شو! کېدای

شي له عالمغال څخه، له ډک چاپېریال نه، آرام

چاپېریال هر ښاري ته د خوښې وړ وي

کله د فوتبال او نورو لوبو په مسابقه کې د لوبغالو او داورانو په پرتله خپله نیوکه او اعتراض په سپکو کلماتو او بدو الفاظو څرگند نه کړو.



کله د سرې اشارې د لگېدو پر مهال د پليو منزل کوونکو له خط څخه تېر نه شو! دغه کار د پليو تلونکو پر حریم باندې د تېرې په مانا دی او یا په دې شان دی، لکه کوم وخت چې د

موټر چلوونکو لپاره شنه اشاره روښانه وي او پلي تلونکي د موټرو تر مخ له سرک نه تېرېږي. پام مو وي، چې دغه ټکی په پام کې نیول به، پليو تلونکو ښاريانو ته درناوی او زموږ واټونو ته ښکلا ورکړي.

کله - د موټر چلولو پر مهال، په هرځای او هر وخت کې متعادل او وړ سرعت ولرو. له ستندرد سرعت څخه نه زیات او نه کم! ډېر په ورو ورو موټر چلول هم، نه یوازې د ټرافیکي ستونزو د رامنځته کولو لامل کېږي؛ بلکې نور موټر چلوونکي هم ځوروي او له مستقیم خط څخه د وروستیو موټرو د سرغړونې لامل هم کېږي، چې په دې کار سره به د وروستیو موټرو د هارنونو او ازونه زیات شي او په فضا کې به د غالمغال د ډېروالي لامل شي.

کله - د خبرو کولو او یا تېلفون کولو پر مهال، د خوړو او یا کوم شي د ژوولو څخه په کلکه ډډه وکړو، ځکه دغه کار مقابل لوري ته په ټیټه سترګه کتل او سپکاوی دی.



کله - د پرنجې، توخي او ارګمي، پر مهال خوله پټه ونیسو، ان تردې که توانېدلو، په ورو وټوڅېږو او وپرنجېږو او د پرنجې پر مهال باید (الحمد لله) ووايو.

کله - خپله پوهه د تورو مخ ته را و نه باسو، هغه په داسې توگه مطرح ته کړو، چې په ځان بڼو دنه کې و شمېرل شي.

کله - د سیند، ویالې، کارېز او یا لښتې پر غاړه، د موټر، جامو، فرش، لوښو او ... د مینځلو لپاره روانې او به چټلې نه کړو.

کله - په عمومي تفریح ځایونو او پارکونو کې د بوی لرونکو خوړو له



پخولو څخه ډډه وکړو، په ځانگړې توگه لکه:

کباب، چرگ او نور پخول... چې د ټولني غریبو

خلکو ته د هغو برابرول ستونزمن او له توان

څخه وتلي دي، باید د تورو په فکر کې هم

واوسو. باید پوه شو، چې د کباب او داسې تورو خوړو بوی، وړي او یا

غریب خلک څه، چې ماړه خلک هم ځان ته متوجه کوي

کله د موټر له بې ځایه درولو څخه لکه په منع شوو پارکونو کې، د تورو د

کور په مخ کې، د پلونو په مخ کې، د سړک په هغو څنډو کې، چې

گرځندي وي، د اعلاناتو د لوحو په مخ کې، په هغو ځایونو کې چې د

ترافیکي گڼې گونې د پېښېدو لامل کېږي او په هر هغه ځای کې چې په

سبب یې د خلکو تگ راتگ ستونزمنېږي، په کلکه ډډه وکړو! دا ډول

کارونه، په دې مانا چې زه ارزښت لرم؛ خو نور یې نه لري! په یاد ولرو،

چې دا ډول بې ځایه د موټرو درول، زموږ ټولو د ناراحتۍ لامل کېږي

کله - د موټر چلونې پر مهال د هغو خلکو لپاره ودرېږو، چې له سړک څخه د

تېرېدلو نیت لري. نه دا چې د خپل موټر سرعت نور هم زیات کړو، چې

له سړک څخه تېرېدونکی شخص د تېرېدو زړه ونه کړي.

## ژوند څنگه وکړو / ۱۹ / ۲۵

کله - له خپل کور پرته، د بل چا په کور کې، په دې اړه، چې تلویزیون روښانه دی یا گل دی، دا شبکه دې وکتل شي او یا دا او همدا شان د تلویزیون کنټرول په غاړه اخیستلو څخه ډډه وکړو.

کله - په خپل کور کې د مېلمه په شتون کې، له دې څخه ډډه وکړو، چې یوازې خپله خوښه په پام کې ونیسو. په داسې ځایونو کې د مېلمه درناوی وکړو، یا تلویزیون بند کړو او یا د ټولو خوښه په پام کې ونیسو.

کله - د یو بل له غوره اخلاقو څخه بده استفاده ونه کړو! داسې کړنې ترسره نه کړو، چې مقابل لوری، زموږ د کړنو له امله په خپل ښه کار او مهرباني سره پښېمانه شي.

کله - د خپل چاپیریال په اړه بې پروا ونه اوسو، د خپل توان په اندازه



عیبونه له منځه یوسو او یا له هغه چا سره مرسته وکړو، چې هغه یې توان لري او کولی شي، چې د چاپیریال عیبونه له منځه یوسي. یوازې په بد ویلو یا بد یادولو، عیبونه او بدی له منځه نه ځي.



کله - شتمني او بډاینه هېڅکله د ښه شخصیت ښه نه ده؛ نو په بېلا بېلو ډولونو سره، د نورو مخ ته د خپلو شتمنیو له را ایستلو څخه په کلکه ډډه وکړو.





که - د خلکو د شخصي او يا خصوصي موضوعاتو په اړوند پوښتنې او گروپونې ونه کړو! لکه عايدات، حقونه، د اولادونو شمېر، شتمني او ...

که - هڅه وکړو، چې تل مثبت فکر وکړو، مثبتې خبرې وکړو، له منفي او ناراحت کوونکو خبرو څخه ډډه وکړو او د خپل روح او بدن د سلامتيا په خاطر هره ورځ سپورټ وکړو.

که - د نورو مور، خور او ناموس ته په کتلو، چلن او خبرو کې داسې واوسو، لکه څرنگه چې د خپلې خور، مور او ناموس لپاره د نورو کتل، خبرې او چلن خوښوو. له ياده ونه باسو، په هر لاس يې چې ورکړو، بېرته به يې په همغه را اخلو....



که - د روغتيايي اصولو په مراعاتولو او منظم مسواک وهلوسره، د خپلې خولې له بد بوی او نورو له ازار کولو څخه مخنيوی وکړو.

که - د مېلمستيا پر مهال، په خپل قاب کې د خوراک، سلاډ او يا نورو څيزونو په را اچولو سره د نورو په حق تېری ونه کړو.

که - کله چې له سرک څخه د تېرېدو پر مهال زموږ په خاطر موټر ولاړوي، له ډېر ورو ورو تگ څخه ډډه وکړو، ځکه دا شان تگ د ولاړو موټر چلوونکو پر عصباني کولو برسېره به دوی د دغه نېک کار له تکرارولو څخه پېنېمانه کړي؛ نو پام مو وي، چې هېڅکله د خپلو

## ژوند څنگه وکړو؟! / ۲۷

اعمالو په خاطر نور خلک د نېکو کارونو له سرته رسولو څخه  
پنېمانه نه کړو!



که - کله چې له یو چا سره د لیدنې وخت وټاکو،  
باید په خپل وخت ځان ورورسوو او که د  
کوم دلیل له مخې په خپل وخت ځان نه شو  
وررسولی، نو باید مقابل شخص ته خبر  
ورکړو.

که - تبلیغاتي بروشورونو ته که اړتیا ونه لرو باید وايې نخلو، چې څو  
گامه وړاندې یې بېرته وغورځوو! باید یا یې له اول نه وانه خلو او یا  
مو که واخیستل او پوه شوو، چې په درد مونه خوري، نو کم تر کمه،  
داسې ځای یې کېږدو، چې یو بل څوک استفاده ترې وکړي

که - د غږ له اوچتولو څخه ډډه وکړو! کور د خلکو د آرامتیا ځای دی،  
هغه غږونه لکه د راډیو، تلوویزیون، تیپ، چیغې او ژبا، په انگرې کې  
لوبې کول، مزاحمت کوونکي تگ راتگ او ...  
د هر بنساري د آرامتیا قانوني حق تر پښو لاندې  
کېږي؛ نو د ژوندانه په چاپېریال کې باید د  
نورو آرامتیا ته درناوی ولرو.



که - د خپل چاپېریال نظافت او پاکۍ ته ارزښت

ورکړو! کوڅه او یاد خپلو کورونو مخه د همدې کوڅې په خلکو  
پورې تړاو لري. کېدای شي د کورونو په مخه کې د ونو په اېښودلو او  
یا بنایسته گلانو په کرلو سره، د خپل کور مخه د سیمې ټولو  
اوسېدونکو ته نشاط بښونکې کړو او همدا شان کېدای شي د کورونو

په مخه کې د کثافاتو او چټلیو په اچولو سره د سیمې او سېدونکي پرېشانه شي؛ نو هڅه وکړو، چې نور خلک خوښ وساتو؛ ترڅو خوشاله ژوند وکړو.

کله - د خرڅلاو او راکړې ورکړې، په معاملاتو کې صادق او رښتیني واوسو؛ د موټر، کور او یاداسې نور څه، په اخیستلو او خرڅولو کې، څرنگه چې موږ ټول دا خوښوو، چې د دې ډول څیزونو د اخیستلو پر مهال یې له ټولو عیبونو او ځانگړنو څخه خبر شو؛ نو د هر څه د خرڅلاو پر مهال یې باید اخیستونکي له صفتونو او عیبونو څخه خبر کړو او په خپلو وعدو وفا وکړو، له هرې معاملې مخکې د دې ټکي په پام کې نیول اړین دي

کله - کله چې د یوه شي بیه مالومه وي، نور د چنې (بولی) و هلو په نوم هېڅ حرکت کومه مانا نه لري؛ نو په داسې وخت کې باید له هر ډول چنې (بولی) و هلو څخه ډډه وکړو.



کله - د خبرو کولو پر مهال د چا خبرې غوڅې نه کړو او اجازه ورکړو، چې هر څوک د نورو په اندزاه خبرې وکړي



کله - د تېلو په پمپ کې، د تېلو اچولو پر مهال بېرته ونه کړو، له ارامتیا او حوصلې څخه کار واخلو او د پیسو په ورکولو کې نور عصباني نه کړو.



کله - د خپلو اداري امورو د ښه او په بېرته ترسره کولو په خاطر له هر ډول غیر قانوني کړنې څخه ډډه وکړو! دا به یوازې زموږ په گټه نه وي؛ بلکې د نورو د حقونو تر پښو لاندې کولو په مانا به وي، لکه د هغه زاړه سړي یا سپین سړي مېرمنې حق تر پښو لاندې کول، چې د همدې شان کار د ترسره کولو لپاره به یې په ورځو او یا اونیو د یوې ادارې دروازه پرانیستې وي.



کله - له مشرانو او سپین ږیرو سره د هغوی د اداري کارونو په ترسره کولو کې مرسته وکړو! په دې صورت کې باید ډاډه واوسو، چې زموږ کارونه به هم په بېرته او ښه توگه ترسره شي. همدارنگه

هغو کسانو ته لارښوونه وکړو، چې د اداري کارونو په ترسره کولو کې مالومات نه لري. دا ټول کارونه یو ډول صدیقه ده او کېدای شي، په ترسره کولو سره یې، په ښاریانو برسېره، الله پاک هم خوشاله شي.

کله - د کور جوړولو پر مهال، کوبښن وکړو، چې وسایل او ساختماني مواد مو نورو خلکو ته په تگ راتگ کې د مزاحمت لامل نه شي او د خبرولو په یوې نښې سره د هغې ساحه مالومه کړو.



کله - ډوډی، وریجې، اوبه، تېل، برق، گاز او داسې نور څه، دا ټول د الله تعالی له نعمتونو څخه دي؛ نو د الله پاک په نعمتونو کې له ډېر لگښت څخه ډډه وکړو.

### ژوند څنگه وکړو / ۱۹ / ۳۰

کله هېڅکله خدمت کوونکي ته د هغه د نوم له یادولو سره د ورور یا خور



له کلمې پرته او ازونه کړو، دا کار د هغه شخصیت ته د سپکاوي په مانا

دی

کله هر څوک د یوې تحصیلي رتبې په نوم یادول، د لوړ شخصیت نښه نه



ده خلکو ته د عادت په ډول او یا په درواغو د ډاکټر، انجینر او نور القاب ونه کاروو! دا کار د تحصیل کوونکو د زحمت کم ارزښته ښکاره کول دي

کله د موټر چلونې پر مهال په څلور لارو کې د سرې اشارې درناوی وکړو. هغه شان چې د موټرو تگ او ودرېدل، د شنې او سرې اشارې په واسطه ځانگړي شوي دي، د پليو تلونکو لپاره هم همدا وخت ځانگړی شوی دی! نو هېڅکله دا تصور ونه کړو، چې که موټر نه وي، نو کولای شو، چې له سرک څخه تېر شو او دا فکر باید وکړو، چې که په دغه وخت کې موټر راشي، نو زموږ لپاره به درېږي



کله د خپل ځان ظاهري بڼه جوړښت او انظباط ته په عمومي ځایونو کې لکه ادارو، سازمانونو، بانکونو، ملي بسونو، ټکسیانو او نورو کې اهمیت ورکړو! رښتیا ده، چې د یوه منظم، با انظباطه، خوږ بویه او پاک ښاري، لیدل د هر چا په زړه کې ځای نیسي، د هغه ښاري په پرتله،

چې هغه غیر منظم، بې انضباطه او گډوډ وي؛ نو لږ تر لږه هغه ډول ونه اوسو، چې د نورو د خورېدنې لامل شو!



کله - په تاریخي، تفریحي، مذهبي او نورو ځایونو او د عمومي موټرو پر څوکیو، دېوالونو، تازه قیر شوي سرک، تازه جوړ شوي دېوال، ونو او نورو همدا سې ځایونو باندې یادگارونه ونه لیکو!

کله - د موټر چلونې لپاره لگول شویو تیرافیکي لارښوونو، نښو او لوحو ته درناوی وکړو!!! باور ولرو، چې دا هره یوه لوحه یوه مانا لري، چې د نښې موټر چلونې او تگ راتگ لپاره، یوازې او یوازې زموږ د لارښوونې لپاره په ښار کې لگول شوي دي، البته نوموړې لوحې د ښار د ښکلا لپاره نه دي لگول شوي.

کله - مخې ته راتلونکو پېښو کې مو پام وي، چې د تیرافیکي گڼې گونې او لارې د بندوالي لامل نه شو، چې معنوي تاوان او د خلکو حق تر پېښو لاندې کول، د خلکو د وخت ضایع کول، آن د پولیسو په راغونښتلو مادي لگښت هم امکان لري. دا چې له دواړو خواوو څخه یو تن هم په دې خوښ نه دی، چې موټر د یو بل څنگ ته ورولي، له بده مرغه، د رښتیا ویلو په پرتله، دا یو پر بل د بې باورۍ نښه ده؛ نو باید رښتیني واوسو او یو پر بل باور ولرو!

کله - په بانکونو او اداري ځایونو کې د کار لپاره، په موټر کې د سورلۍ لپاره او داسې نورو ځایونو کې له مخکیني کس څخه مناسبه فاصله نیول په پام کې ولرو!

چاپېريال کې) دوی ته زیان ونه رسوو. ټول ژوي، د الله پاک د خلقت او قدرت نښې دي، نو د الله پاک له ټولو مخلوقاتو سره باید مینه ولرو.

که په هره آزموینه کې د بريالیتوب لپاره له هر ډول غیر قانوني او غیر اصولي کړنلارې څخه ډډه وکړو. په درغلی، تگي او حق وژنه باندې د بريالیتوب په پرتله، په آزموینه کې پاتې کېدل یا ناکامېدل، ډېر شرافت مندانه او غوره دي.

که - له تاریخ جوړونې او له تاریخ نه د تېښتې څخه ډډه وکړو، تاریخ ولولو، مهم ټکي او درسونه یې ذهن ته وسپارو او له پندونو څخه یې د خپل ځان او هېواد د راتلونکې لپاره عبرت او درس واخلو.



که - باید سهار وختي پاڅېدونکي واوسو!



که - له تنبلی، بې کاري، بې زحمته او په اسانۍ سره د عايد له ترلاسه کولو څخه ډډه وکړو، د هغو پیسو ارزښت زیات دی، چې په کوښښ او زحمت سره گټل شوي وي، له هغو پیسو څخه چې له زحمت پرته انسان ته

ورسېږي

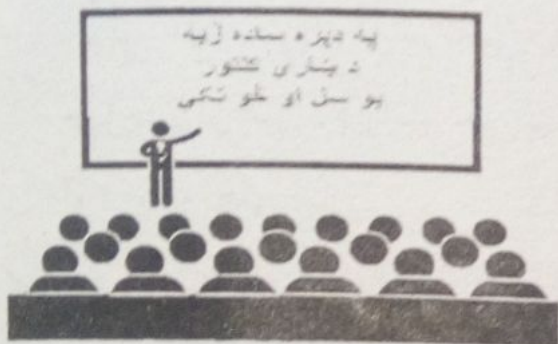
که - هر کسب او کار چې لرو، د وسایلو او یا نورو خدمتونو د لگښتونو لپاره باید پوره دقیق او ځانگړې بیې ولرو. د هر توکي بیه باید له دود سره سمه او ځانگړې وي، نه د خلکو یا خپل زړه له غوښتنې سره سم، د دغو اصولو په پام کې نه نیول، ظلم او د بې عدالتۍ دود گرځول دي.

## ژوند څنگه وکړو / ۱۴ / ۳۴

که - که مور د کور څښتن وو، نو باید له کرایه نیوونکي یا اجاره نیوونکي سره سختي ونه کړو، هغه په هره موضوع کې تر فشار لاندې ونه نیسو او د هغه لپاره هر وخت ستونزه جوړه نه کړو.

که - که مور اجاره یا کرایه نیوونکي وو، نو په کار ده، چې د خپلو ژمنو په پرتله وفا ولرو، دا سې کړنې ترسره نه کړو، چې د کور څښتن له وروستيو اجاره نیوونکو او یا کرایه نیوونکو سره سختي وکړي.

که - که مور استاد یا ښوونکی وو؛ نو باید د تدریس په څرنگوالي او



وخت کې کمښت رانه ولو. دا به زموږ له شان سره نه ښايي، چې له عمومي نظم سره سره، ټولگی له ټاکل شوي وخت مخکې رخصت کړو.



که - که مور زده کوونکی یا محصل وو، نو باید د مینې د نه لرلو، ستړیا او

یا بل کوم دلیل له امله، له وخت نه مخکې د ټولگی د رخصت کېدو لامل نه شو. ځکه په دغه ځان غوښتونکي حرکت سره نور د درس مینه وال، زده کوونکي او محصلان له خپل طبیعي حق څخه بې برخې کوو، چې دا یو ډول ظلم او حق وژنه ده.

که - که مور د ښاري ملي بس چلوونکي وو، نو باید له بې اندازې زیات سرعت، بې ځایه هارن کولو او د نورو موټرونو، موټرسایکلونو،



بایسکلونو او پلي تلونکو په وړاندې له بې رحمۍ څخه ډډه وکړو. دغه ځان لوی ښودنه او غیر قانوني موټر چلونه، هره ورځ د نورو پر وړاندې د ازار او اذیت د رامنځته کولو لامل کېږي او د نورو ښاریانو پر وړاندې په روحي او رواني ځورونه کې شمېرل کېږي.

که - که موږ د دوو ښارونو تر منځ د ملي بسونو چلوونکي وو، نو باید له بې ځایه او خطر پېښوونکي موټر مخکې کولو، د بې ځایه او ناخوښې موسیقۍ، زیات سرعت او داسې نورو ناوړه کارونو څخه ډډه وکړو. لږ څه باید د مسافرو په فکر کې هم شو، چې مسوولیت یې زموږ پر غاړه دی.

که - که موږ ترمیموونکي او یا کسب لرونکي وو؛ نو باید یوه ځای ته د



تللو پر مهال، د خپل کار ټول وسایل راسره یوسو او له نورو خلکو څخه یې ونه غواړو، ځکه زموږ د کار وسایل معلوم او

ځانگړي شوي دي؛ نو باید د کار پر مهال تل راسره وي، په دې تمه ونه اوسو، چې نور څوک یې دې په هرځای کې راته تیار کړي.



که - که موږ ټکسي چلوونکي وو، نو باید د سورلی د سورولو او یا ښکته کولو لپاره په هرځای کې له درولو څخه ډډه وکړو، دغه کار د ترافیکي گڼې گونې او لارې د بندوالي لامل کېږي او په نورو باندې ظلم دی.

که. که موږ له یوه داسې چا سره کار کوو، چې هغه ډېر مراجعین ولري،



نو باید د وخت له ضایع، د خپل آمر د غوښتنو په اړه پام نه کولو، ناسم چلند او نورو څخه ډډه وکړو. د خپل آمر د ستونزو نه او اړول، د نورو کارکوونکو بې ځایه وړاندیزونه، مراجعینو ته بې ځایه وخت

ورکول او کارونه یې ځنډول او یا یو کار د حل لپاره خپل آمر ته په ځنډ رسول او داسې نور، د الله پاک پر بنده گانو باندې ظلم او تېری شمېرل کېږي.

که. که موږ مراجعین درلودونکی امر وو؛ نو باید له نامعقولو او غیر منطقي وړاندیزونو او د کارکوونکو په غوښتلو کې له تعصب او بې عدالتۍ، نورو ته د کارونو د ژر پر مخ بیولو لپاره له رشوت ورکولو څخه ډډه وکړو.

که. که موږ پلورنځی ولرو؛ نو باید د پلي لارې له بندولو څخه ډډه وکړو. فکر وکړو، چې که د پلورځیو څښتنان وغواړي، چې پلي لاره د خپلو توکو د نمونې اېښودلو لپاره ځانگړي کړي، ایا د پلي تلوونکو لپاره به نوره لاره پاتې شي؟ د پلي لارې کلمه معلومه مانا لري، یانې د خلکو د تگ راتگ لاره، نو په خپلو ځان غوښتونکو کې نو باندې باید د نورو پر حریم تېری ونه کړو!!!

که. که موږ کسب لرونکي وو، نو باید د مشتریانو د را جذبولو لپاره له هر ډول چیغو او اوازونو څخه ډډه وکړو. ځکه که ټول پلورونکي وغواړي، چې د مشتریانو د جذبولو لپاره همدا لاره غوره کړي، نو

فکرو کړئ چې د ښار چاپیریال به څه ډول له چیغو ډک شي؟! پوره څرگنده ده، چې د سړک چاپیریال تر یو چا پورې نه دی ځانگړی شوی او نه ټول خلک هلته د اخیستلو قصد لري؛ نو د خپلو گټو په خاطر، په خپلو چیغو غریزه ککړتیا را منځته نه کړو او د نورو د حقونو په پرتله بې تفاوته ونه اوسو!

که. که مور مېوه پلورونکي، سبزي پلورونکي او یا نورو، نو باید له هر ډول تبعیض او بد څرخلاو نه ډډه وکړو!!! غوره توکي پسر او خراب په منځ کې پټ نه کړو. ښه توکي دوستانو او ملگرو ته، بد او عیب لرونکي توکي پر دیو، غریبو او نورو خلکو ته ورنه کړو!



که. که مور مېوه، یا سبزي اخیستونکي وو، نو باید د توکو له هر ډول په خوښه راتولولو څخه ډډه وکړو. آخر لږ فکر وکړو، چې دا عیب لرونکي توکي به د چا په برخه شي؟ د څرخوونکي او که د غریبو خلکو؟



که. که مور یو ډاکټر وو، نو باید د ناروغانو د معاینې او تداوی لپاره د وخت له کم لگولو څخه ډډه وکړو. همدا شان د څو تنو یو ډول هغو ناروغانو له

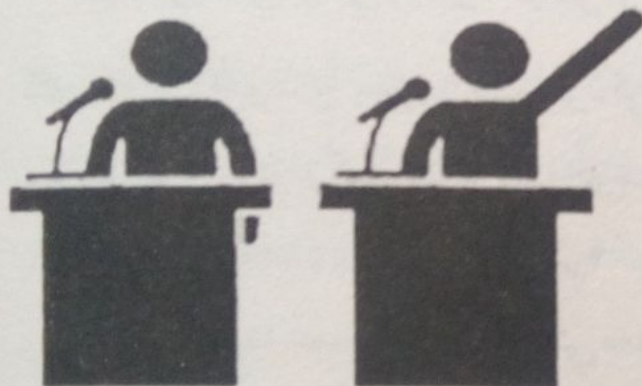
درملنې او تشخیص څخه ډډه وکړو، چې زموږ له درملنې څخه یې کومه مثبتې پایله نه ده ترلاسه کړې.

## ژوند څنگه وکړو / ۱۹ / ۳۸

که. که موږ د هوټل څښتن وو، نو باید سالم او تر ټولو ښه کیفیت لرونکي خواړه تیار کړو او په داسې ډول چلند وکړو، چې گواکي ټول مراجعین زموږ د کورنۍ غړي دي.

که. که موږ خوراکي توکي پلورو؛ نو باید پام مو وي، چې تاریخ تېراو بې کیفیته خوراکي توکي خپلو مشتریانو ته ورنه کړو! دا و منو، چې په دې صورت کې د مصرفوونکي د هر ډول روغتیايي پایلو مسوولیت زموږ پر غاړه دی.

که. که موږ د کوم کار اجاره نیوونکي یا مسوول وو؛ نو باید له موږ څخه



غوښتل شوی کار د امکان په صورت کې له ښه کیفیت سره ورته وسپارو. د خپل تعهد په پرتله باید حساس

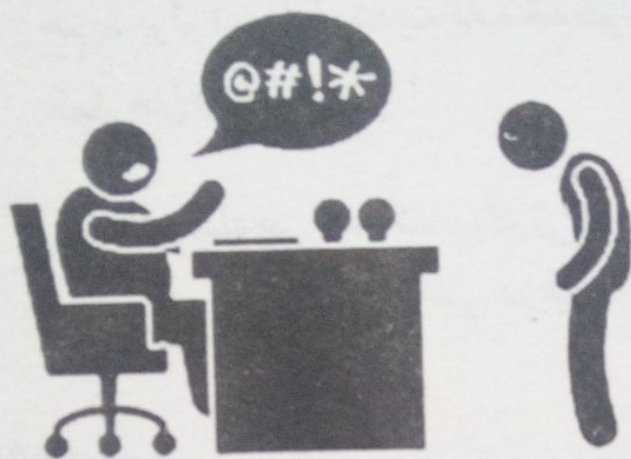
واوسو. په یو وخت کې څو کارونه، چې یو د بل د کیفیت د خرابوالي لامل کېږي، قبول او تر سره نه کړو.

که. که موږ ټولنیز مسوولیت لرونکي وو، نو باید د خپلو خبرو په پرتله متعهد واوسو، داسې څه ونه وایو او یا داسې وعده ورنه کړو، چې بیا یې پر ځای کول زموږ په توان کې نه وي. نیوکه منونکي واوسو او کارونه اداره کوونکو او مدبرو خلکو ته وسپارو.

که. که موږ قاضي او یا وکیل وو؛ نو باید با انصافه او عادلانه پرېکړه وکړو او په پرېکړه کې بشپړ پام وکړو، ان تردې چې دواړو لوریو ته په کتلو کې هم باید عدالت مراعات کړو.

## ژوند څنگه وکړو؟ / ۳۹

که - که موږ رئیس او یا آموو؛ نو باید د کارکوونکو پر وړاندې له



نرمښت څخه کار واخلو. د

خپل مقام له امله، تل امر

او نه‌یې ونکړو، د

کارکوونکو په حق کې

تېری ونه کړو، حقونه یې

تر پښو لاندې نه کړو. لایق

او وړ کسان مقرر کړو، نه ملگري او نه واسطه شوي کسان هغوی ته فرصت ورکړو، چې د پرمختګ لیاقت او توان ولري

که - که موږ کارکوونکي وو، نو باید د کارگومارنې او هغو دندو پر وړاندې چې موږ ته سپارل شوي دي، متعهد و اوسو. د ټولو لگښتونو پر وړاندې زړه سوی ولرو. په داسې توګه کار وکړو؛ څو هغه کوم حقونه چې موږ ته راکول کېږي، په پوره خوښه او خوشالی راکړل شي. که د راسپارل کېدونکي کار په ترسره کولو ونه توانېږو؛ نو باید مخکې له مخکې خبر ورکړو او نور خلک په ناحقه له دغه چانس څخه بې برخې نه کړو.

که - د خپل ځان او بل چا ترمنځ په پرېکړه کې خپل ځان معیار او مقیاس وگرځوو! نور هر هغه څه چې د خپل ځان لپاره یې خوښوو، د بل لپاره یې خوښ کړو او هغه څه چې د ځان لپاره یې نه خوښوو؛ نو د بل لپاره یې هم خوښ نه کړو.

که - باید تېری ونه کړو! همغه شان، چې پر خپل ځان تېری نه خوښوو؛ نو پر بل هم تېری ونه کړو!

ژوند څنگه وکړو؟ / ۴.

که نېکي وکړو او د خپل ځان لپاره هغه څه بد وبولو، چې هغه د نورو لپاره  
هم بد بولو او خلکو ته په هغه څه خوښ او راضي و اوسو، چې هغه د  
خپل ځان لپاره خوښوو.

په دې هیله چې دغه کتاب گوټی، لویې او مثبتې اغېزې ولري  
تاسې هم هڅه وکړئ!

په پای کې:  
زموږ او زموږ د ټولني پر مختيا، له ژوند نه رضایت او خوښي لرل، یو بل  
ته د درناوي او احترام درلودلو پایله ده.  
نور اځئ!!  
چې د خپلو ناوره اعمالو او کړنو له امله یو بل له دغه لومړنيو حقونو څخه  
بې برخې نه کړو.

په درنښت

Mohammad Omar

ebrahemzai

Telegram: @ketabton

Wa: 0093795500604

**Get more e-books from [www.ketabton.com](http://www.ketabton.com)  
Ketabton.com: The Digital Library**