پـه
ژوند
کي د بریالیتوب ۵۰ رازونه
Ketabton.com
راټولونکی : شمس پخرزاد
ژباړه: محمود حمیدزی

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

دکتاب پېژندپانه

نوم:په ژوندکي دبریالیتوب ۵۰ رازونه

راټولوونکی:شمس پخرزاد

ژباړه: محمود حمیدزی

ټایپ اوډیزاین: محمود حمیدزی

دکتاب دپوښتی ډزاین:مسلم اڅکزی

دخبریدونیټه:۱۴۰۳ه ش

دژباړن خپاره سوي اثار

۱{په سمندر کی دملغلرو لټون}

ټولنیزې ستونزې او دحل لارې یې

دفکرونوجوړښت اوهغوئ ته وده ورکول

۲{رون سیند}

لومړۍشعري ټولګه

۳په کایناتو کی دقرآنکریم علمی معجزې

د ذرو څخه درکهکشانونو د اللهﷻ مخلوقات

۴ دانسان په بدن کی دقرآن کریم علمی معجزې

(c) ketabton.com: The Digital Library

دانسان دبن دحجرو ځخه درنسجونو دنسجونو ځخه درغړو دغړو ځخه)
(دربدن پورې: هراړخیزطبی مالومات او دعقدی دلا کروړ کولو درسونه

۵{دالماسو پنډ}

دیښتومتلونو د ویلوځایونه اوعلتونه

۶{ژور اندونه}

دویمه شعرې ټولګه

۷ {په ژوند کی دبریالیتوب 50رازونه }

۸{ځنګه ژوند وکړو }

دنړۍ دیوهانو او بریالیو وګړو دسلګونوویناوو ژباړه

۹{خوږی خبری }

لنډکی شعرونه او ادبی ټوټی

۱۰{ننګوونکی پوښتنی اوځوابونه }

سلګونه طبی،ساینسی،جغرفیوې، بیولوژیکی،ذهنی او ټولنیزې پوښتنی

یادونه:ددې کتاب دچاب حقوق دژباړن سره خوندي دي،دکتاب همدا پي ډي ایف بڼه بیله بدلونه هرڅوک خپرولی سي دچاپ اوبدلون حق یې څوک نه لري!

(c) ketabton.com: The Digital Library

په ژوند کي دبرياليتوب راز څشي دئ؟

آيا تاسو هم زما په رکم ددې سوال دځواب موندلو په لټه کي ياست ؟

آيا در اوسه مو دياد سوال ځواب پيدا کړى دئ؟

آيا پوهيدلي ياست چي دبرياليتوب راز په څشي کي دئ؟

يؤ پوه وايي: په ژوند کي د برياليتوب راز دادئ چي وموندو چي څنګ خوښ او نيکبخته سو.

خوښ اوسيدنه،خوشبختي،خوښي لنډه پيژندنه لري: دخپل ځان څخه درضايت اوخوښۍ احساس كول.

موږ هغه وخت دځانه درضايت احساس كوو كله چي تېرسوي ژوند ته اند كوو او وپوهيږو كوم كارونه چي مو سرته رسولي وه: هغه سم وه، حتا ددې سربيره چي هغه كړنې سختې وي.

ښه نو دهغو کړنو دسرته رسولو لپاره چي موږ ته دخوښۍ،رضايت احساس راكوي، دې ته اړتيا لرو چي په ژوند

كي موخه،موخې ولرو او غواړو هغه، هغوئ ته ورسيږو،زموږ موخې موږته دمانا او مفهوم احساس راكوي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

زموږ موخې موږ ته يؤتګ لوری، هغه تګ لوری را په نښه کوي چي کله موږ پر هغه تګ لوري حرکت کوو: موږ هغه وخت د ترټولو خوښی،پیاوړي او د ډېرې انرژۍ احساس کوو، ډېر اغېزمن کيږو، موږ خپلو موخو ته درسيدا پر لار ډېر نور څه لاسته راوړو،رشد کوو،لوی کيږو، په خپل ايډيال شخصيت بدليږو.

په ژوند کي دبرياليتوب راز، رشد،تکامل او پوره کيدنه ده،دا چي وکولی سو لانورې توانايې ته ورسيږو، په همدې خاطر موږ ترټولو لوی مسؤليت دخپل ځان پر وړاندي لرو او کيدای سي زموږ دبرياليتوب راز په دې کي وي چي موږ دا مالوم کړو چي موږ په خپل ژوند کي څه غوښتنې لرو،غواړو څه لاسته راوړو، او څنګه کولی سو په بهترين او تر ټول ښه ډول خپلو موخو او غوښتنو ته ورسيږو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

دکوم ځای څخه يې پيل کړو؟

ځيرونکو کلونه ځيړنې ترسره کړي، هغوئ غوښتل پوه سي چي: بريالي او ناکام وګړي څه غوښتنې لري او ډېر وخت دځشي په اړه اند،فکر کوي.

ورسته درکلونو ځيرونو دې پايلې ته ورسيدل چي: ډېر وخت بريالي وګړي خپل راتلونکي ته اند کوي، دې ته فکر کوي چي دوئ غواړئ چيري ځان ورسوي او کوم کارونه کولی سي سرته ورسوي ترڅو ترټولو ژر او مخکي خپلې موخې ته ځان ورسوي.

مګر نابريالي يا ناکام وګړي ډېر وخت خپل تير سوي وخت ته اند کوي او دهغه په اړه دځانه ورک وي، هغو شيانو کي اند کوي چي د هغوئ د بدلون توان او وړتيا نه لري؛ ښه نو يؤه دبرياليتوب دښو لارو څخه داده چي موږ دهغو شيانو،کارونو په اړه اند،بشپړپام،تمرکز وکړو چي دهغو دبدلون توان او وړتيا ولرو، کيدای سي اوس ونه سئ کولی يؤ کار سرته ورسوئ مګر دا خو کولئ سئ چي ديؤه کار او کسب دلارو چارو په اړه ځان وپوهوئ، يا يې دسرته رسولو لارې چارې يادې کړئ،کيدای سي ونه سئ کولی خپل تير سوی ژوند بدل کړئ مګر دخپل راتلونکي په اړه خو ژور اند او تمرکز کولئ سئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ښه نو كه غواړئ په ربښتيا سره هم خپلو موخو او غوښتنو ته ورسيږئ او هغوئ په ربښتيا،حقيقت بدلې كړئ: ددې ټولګې په دوام كي دبرياليتوب رازونو ته پام وكړئ او درخپل توانه هغه په خپل ژوند كي عملي كړئ او دخپل ژوند برياليتوبونو ته ځان ورسوئ.

لومړى راز

برياليتوب ته رسيدو كي بشپړ پام،تمركز وكړئ!

ترټولو لوړ قدرت چي انسان ته وركول سوى دئ دبشپړ پام تمركز قدرت دئ،دابه ډېره حيرانوونكي او دنه منلو وړ وي چي: انسان ديؤڅه غوښتونكى وي او يؤازي پرهغې موخي بشپړ پام يا تمركز ولري،هغه لاسته را نه وړي يا ورته ونه رسيږي.

كه موږ هرشي ته بشپړ پام وكړو،په ربښتيا يې غوښتونكي سو الله ﷻ او دمځكي ټول قوتونه او به زموږ لاس نيوئ وكړي ترڅو موږ هغه لاسته راوړ!

د ننې ژوند په شور ماشور، بيرو بار كي چي مو ترټولو ګران شى دلاسه وركړى،هغه بشپړ پام،تمركز دئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

دتولنيزو رسنيو څخه ډېر خبرونه چي موږ ذهن ته دننه کوو په دې کارسره مو دتمرکز کولو توان، د خپل ځانه څخه اخيستی دئ، کيدای سي دا به ښه وي چي خپل سر لږ هوسا،سپک کړو.

۲دويم راز

دبریالیتوب لپاره چوپتیا او تفکر وکړئ!

چوپتيا او تفکر دانسان دحکمت،پوهې د ډېريدا لامل کيږي.

چوپتيا او ژور تفکر دئ چي لوی انسانان دډېر سختوستونزو حل لارو ته په رسيږي.

يؤازنی پټی،دکرلو مځکه چي تاسو په هغې کي خپل افکار د لويدني لپاره کرئ: هغه دچوپتيا او تفکر پټی دئ!

موږ حکمت او سکون ته درسيدا لپاره لږ ترلږه په ورځ کي ديرشو دقيقو چوپتيا او تفکر ته اړتيا لرو!

(c) ketabton.com: The Digital Library

۳دریم راز

دبریالیتوب لپاره دخپل ځان څخه پوښتنه وکړئ

هرسوال دخپل ځان څخه وپوښتئ، ستاسو ذهن به په پټ ډول دځوابونو په موندلو پسي لاړ سي،

که چیري دځان څخه وپوښتئ: ولې زه دومره بدبخته یم؟

تاسو ته به ستا مغز ځواب درکړي یا به یې درته پیداکړي، همدارنګه که دځانه وپوښتئ: څنګه باید زه نیک بخته،

خوشبخته سم؟ بیا به هم تاسو ځواب ومومدئ.

که چیري وپوښتئ: زه څنګه کولی سم په حلاله لار ډېرې پیسې لاسته راوړم یا ډېرې پیسې ولرم؟

تاسو به یې دموندلو لاره ومومدئ، دا ستاسو انتخاب دئ!

۴څلورم راز:

دبریالیتوب لپاره مطالعه،کتاب لوستنه وکړئ

ډېر لږ وګړي په اوس وخت کي فلمونه او بې سر ؤ پایه سریالونه نه ګوري.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ديؤه ښه كتاب لوستنه كولى سي زموږ ډېرې لويي ستونزې او مسائيل دتل لپاره را حل كړي، مګر په بې ګټو او بې مانا كارونو لكه دفلمونو اوسريالونو په ليدلو خپل ارزښتمن وخت، هغه وخت چي زموږ څخه ډېر په تېزۍ تېښتي، ولې برباد كړو؟

دسريالونو او فلمونو ليدل دركومې اندازې زموږ په ژوند كي مثبت بدلون را وستلى سي؟

آيا موږ كولى سو دفلمونو په كتلو خپل ژوند ښه كړو؟

پرلپسي كتاب لوستنه،مطالعه كول، تل دمسلمانانو او غير مسلمانانو برياليو وګړو د برياليتوب راز وو او دئ!

۵پنځم راز

سهار وختې دخوب راكښينئ

دخوارږه خوب پريښوال او دسهار لمانځه ته راكښينستل په ښه ډول د اوداسه،لمانځه اداكول،اذكر او تلاوت كول پر مسلمان باندي د ډېررزق او روزۍ،خوښۍ او رغتيا،قوت او بريا دروازې راخلاصوي.

كه ددې كارونو ورسته خپلو ورځينو چارو او دهغو موخو لپاره

(c) ketabton.com: The Digital Library

هڅې او کارته را ودانګو، دبریالیو وګړو په شان کړنې سرته ورسوو کولی سو ډېرې لویې بریاوې په ډېره کمه موده کې لاسته راوړو!

۶شپږم راز

خپل موخې، هدفونه ولیکئ

یؤ درازونو څخه دبریالیتوب دادئ چې تل خپلې هغه موخې ولیکئ چې غواړئ ورته ورسیږئ، یؤ دهغو کړنو دډلې څخه چې سهار یې باید سرته ورسوئ ددې مالومول دي چې ستاسو پاته ورځه باید څنګه وي.

ذهن مو داسې جوړ کړئ چې سهار دخوب د را کښېنستلو سمدستي ورسته متحرک او پیاوړې یاست: په دې تګ لارې سره به ښېله شکه یؤه ښه، ګټوره او غوره ورځ ولرئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۱۷اووم راز

يؤه پياوړی دباور سيستم جوړ کړئ

په ژوند کي دبرياليتوب دارزونو څخه يؤ دادئ چي خپل باورونه پياوړي کړئ.

که دبرياليو وګړو څخه وپوښتل سي چي دبرياليتوب لومړی قاعده يې څشي ده؟ ټول به ووايي: خپل پرځان او هغه کار چي سرته يې رسوي باور پر لري، دوئ دخپل همدې کروړ باور دښکاره کولو څخه نه بيرېږي.

ښه نو که تاسو خپل ځان نه وي قبول کړی،څنګه به مو نور وګړي قبول کړي؟! که تاسو دخپل ځان سره مينه ونه لري څنګه به نور ستاسو سره مينه ولري؟! که چيري تاسو خپل ځانته ارزښت ورنه کړئ، څنګه به نور وګړي تاسوته ارزښت درکړي؟

۱۸اتم راز

پر خپل ځان باندي لګښت،پانګه اچونه سرمايه ګذاري وکړئ

ديؤه شتمن وګړي څخه يې پوښتنه وکړل: ترټولو ښه پانګه اچونه سرمايه ګذاري چي کيدای سي يؤ وګړی يې وکړي څشي ده ؟

(c) ketabton.com: The Digital Library

څواب يې لنډ، ساده او په زړه پوري وو: خپل پرځان پانګه اچونه،سرمايه ګذاري کول!

دياد شتمن وګړي نوم وارن با فِت دئ چي يؤ بريالی، کار رامنځته کوونکی او دنړۍ غټ پانګه اچونکی دئ، دفوربز دراپور پر بنسټ د وارن بافِت شتمني 53.5 ميليارده ډالرو ته رسيږي.

ځانګړی روزونکی، استاد نيول، دتکړښت ورزش په يؤ کلب کي غړيتوب، د ساليمو او ګټورو خوړو برابرول او خوړل، دکتابونو رانيول، دزده کړي د لګښتونو ورکول، د پرځای او پروخت معايناتو کول، په مناسبه او نيکه لار دځان دخوښ ساتلو په پار لګښت کول: بېځايه لګښتونه نه دي: بلکي پانګه اچونه،سرمايه ګذاري ده. په خپل ځان پانګه اچونه.

۹نهم راز

خپلو درلودونکو وسايلو او وړتياوو ته بشپړ پام، تمرکز وکړئ!

لومړی بايد خپل په لاس کي سته شيانو،وسايلو او خپل په مغزو کي سته پوهې،تجريبو او وړتياوو ته بشپړ پام وکړئ، هغه توانايي چي لري يې تمرکز پري وکړئ، د هم هغه ځای څخه يې پيل کړئ، وګورئ هغه وړتيا،تجربه او پوهه چي تاسو يې لرئ

(c) ketabton.com: The Digital Library

كوم كار دهغوئ ځخه اخيستلى سئ، حتا كه چيرې خپل

وړتياوي،تجريبې، او پوهه كمه ګڼئ بيا به هم دپيل لپاره بسنه وكړي، ديؤ چار پيل اړين دئ: په كراره،كراره هرڅه سميږي،كيداى سي ديؤكار دپيل په وختونو كي دستونزو سره مخ سئ مګر دا ستونزې به دلنډي مودې لپاره وي.

په دې هم وپوهيږئ چي يؤ درازونو ځخه دبرياليتوب ښه ليد او دخوشبختئ احساس دئ،خوشبختئ ته درسيدو لاره هم د ودې او پوره والې د دښتو ځخه تيريږي.

۱۰لسم راز

خپل باورونه پياوړي كړئ

كه چيري دخپلو غوښتونو په وړاندې مړاوي او نا باوره ياست، لړزانده، ښوريدونكي هوډونه، ارادې او تصميمونه به ونښسئ چي تاسو به خپل دبرياليتوب موخوته ونه رسيږي يا به مو ونه رسوي، د سيند داوبو دجريان برعكس وړاندې ولاړسئ او دټولو ځخه بيل،متمايز و اوسئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۱۱یوولسم راز

خپل ډېر وخت په موبایل، ټولنیزو رسنو او سریالنو باندي مه بربادوئ!

موږ ټوله پر انټرنیټ باندي دخپل ډېروخت دتیریدا له کبله کیدای سي دبل هرچار څخه ډیر د تیروتنې او ګناه احساس وکړو.

هره شیبه د ټولنیزو رسنیو،فیسبوک، ټویټر،ټیک ټاک د بیا بیا کتلو له کبله کیدای سي زموږ ډیر وخت برباد او ضایع سي، دیؤې اوبلې ویډیو انځور او لېنک کتل او کلیکول طبعي دي او کیدای سي تاسو دورځې په پای کي هیڅ پرمختګ په خپلو چارو کي دهمدې کلیک کوولو او کتلو له کبه ونه لرئ.

دټولنیزو رسنو څخه پرځای او مثبته ګټه اخیسته که دیؤې خوا ګټور چار دئ دبل لوري یې داندازې څخه ډیره اومنفي کارول زموږ لپاره دزیان څخه خالي نه دي.

۱۲دوولسم راز

بشپړپام اوخپل دکار په دوام خپل مخته تګ ته دوام ورکړه

دبریا او ماتې ترمنځ توپیر دادئ چي وکولی سي ورسته تردې چې پر مځکه راغوځار،ولوېږي: دویم ځل را پورته سي، همداسي

(c) ketabton.com: The Digital Library

لويدلی پاته نه سي، هو ماته خوړل سخت دي، ډېر غم او درد لري ،مګر تاسو بايد دزيانونو، دردونو، غمونو او منفي افکارو څخه په پوره ميرانۍ دکروړ هوډ سره دماتي خوړنې د بل سوي اور څخه تيرسۍ او پرينږ دۍ چي دماتې اور مو زړه ايره او ماغزه لمنځه يؤسي.

موږ ټولو په خپل ژوند کي په وار وار ماته خوړلي ده.

بريالي وګړي هغه دي چي په هرډول حلاتو او شرايطو کي خپل سرونه لوړه وي او خپل دبريا لور ته مخته تګ ته دوام ورکوي.

دکار سره مل پاته کيدل او بيا بيا يؤ کار سرته رسول ډېر ارزښتمن او داستعداد،وړتيا څخه غوره دي.

۱۳ديرلسم راز

مثبت فکر کول،مثبت اوسيدل انسان ته په ژوند کي دفرصتونو لاري خلاصوې!

فرصتونه، موقې تل زموږ شاوخوا ته شتون لري، بس يؤازي دا غواړي چي زموږ سترګي دومره زيرکي ليدونکي وي چي هغوۍ ووينې،مغزه مو دومره پياوړي وي چي هغوۍ درک کړي.

منفي اند کول او منفي اوسيدل تاسو ته ستاسو شاوخوا دومره

(c) ketabton.com: The Digital Library

تاریکه کوي، دومره مو غافله کوي چي نه سي کولی ووینئ چي همدلته ستاسو شاوخو،ستاسو ومخته څومره دبریالیتوب فرصتونه شتون لري.

کله چي مثبت یاست،مثبت لید ولرئ: کولی سئ د هرډول حالاتو او هرې پیښې څخه د یؤه خوښ او بریالي ژوند لپاره ګټه واخلئ، ښه نو وي ازمیي: دېرش ورځې یوازي مثبت اند وکړئ،مثبت و اوسیږي: تاسو به خپله دمثبت اندئ او مثبت لید ښې او بریالئ پایلې احساس او ووینئ.

۱۴څورلسم راز

دخپل موخو او بریالیتوب ته درسیدا لپاره شوق او انګیزه ولرئ!

د بریالیتوب لومړی کار شوق او انګیزه ده.

پریمن توماس د (دایملر کرایسلر)موټرجوړولو شرکت طراح: شوق خپل بریالیتوب ته درسیدا هدایت کوونکی علت بولي، بریالي وګړي داسي کارونه کوي چي دهغوئ سره شوق لري، یؤازي شتمنې او پیسې لاسته راوړل هغوئ ته ډېره انګیزه نه ورکوي.

جالبه خبره داده که کوم کار په شوق او خوښه سره سرته

(c) ketabton.com: The Digital Library

رسوئ: شتمنۍ او پيسې به خپل لاسته درځي، کوم کارونه چي ستاسو خوښيږي،انګيزه درکوي هغه سرته ورسوئ، داسي به تاسو دهغو وګړوږ دټولی غړي سئ، چي بريالي او لاسته را وړونکي دي.

۱۵پنځلسم راز

ستاسو کار بايد ستاسو لپاره يؤه ښه تفريح او ساعتيری وي!

تلاښ؛هڅه او کار دبرياليتوب ضمانت کوونکي چارې دي، هيڅ کوم شی په رحت او آسانۍ لاسته نه راوړل کيږي،

زموږ کوښښونه بايد،

زموږ داسي ستړي کوونکي نه وي چي زموږ موخې راڅخه هيرې کړي او دبرياليتوب پرلار دمخکي تللو څخه مو را وګرځوي، بريالي وګړي کار خپل تفريح،ساعتيری ګڼي او دهغه لپاره نه ستړي کوونکي کوښښونه کوي،

په حقيقت کي ياد وګړي دکار معتاده نه دي بلکي دخپلو هڅو او کارونو څخه خوند اخلي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۱۶شپاړلسم راز

هيڅ وخت مه متکبر، مغروره کيږئ!

غرور او تکبر وژونکي ميکروب دئ، کوم وګړي چي په لړ برياليتوب سره مغروره سي هغوئ لانور پر مختګ نه سي کولی!

موږ بايد دخپلو برياليتوبو نو په لار کي عاجزه واوسو ته تکبر کوونکي.

تکبر او غرور په کراره کراره سره عقل کښېته کوي او ددې لامل کيږي چي موږ هيڅ کار هم په ښه ډول سرته ونه رسوو.

۱۷اوولسم راز

يؤې موخې ته بشپړ پام تمرکز کول!

نورمن جويسن فلم جوړنکی باورلري: دبرياليتوب لپاره بايد يؤې موخې لاسته راوړلو ته بشپړ پام وسي نه ډېر موخو ته.

کله چي موږ ډېرې موخې ولرو بايد لومړی اند وکړو چي بايد کومې موخې ته لومړی ځان ورسوو دهغه څخه ورسته بايد هغې موخې ته درسيدا په پار نه سترې کيدونکی کار وکړو کله چي مو هغې موخې ته درسيدا لار ډېره را لنډه کړل بيا که خپلې بلې

(c) ketabton.com: The Digital Library

موخې ته په رسیدا باندي ډېر تمرکز وکړو دا چار بد نه دئ

۱۸اتلسم راز

دکوم کار غوښتنه اراده وکړئ!

اوس نوبت ارادې ته رسیږي، ډیوډ ګالو دسمندري علومو پوه: جسمي او روحي غوښتنه،اراده کول دبریالیتوب داړینو عواملو څخه بولي او هغې ته په بشپړپام کول ټینګار کوي، بریالي وګړي ټینګه اراده، کروړ هوډ او پر ځان باور په خپل ځان کي په وجود را ولي، خپل ځان دشک، زړه نازړه توب او ډار څخه ازادوي.

میندې تل د زموږ دانګیزې دجوړولو،زموږ دارادي،باورونو او هوډ لپاره ښې سرچېنې دي، یانې موږ باید خپلو میندو سره دخپلو موخو په اړه وږغیږو هغوئ به زموږ هوډونه نور هم را کروړ او پرځان باور به مو نور هم را پیاوړی کړي.

فرانک ګری چي پیژندل سوی معمار دئ: خپل مور دخپل دانګیزې چوړونکي او دخپل باور پیاوړي کوونکي بولي.

۱۹نولسم راز

وګړو ته خدمت وکړئ، هغوئ ته ښه خدمتونه وړاندي کړئ!

(c) ketabton.com: The Digital Library

نورو وګړو ته خدمت کول دبرياليتوب داړينو عواملو څخه يؤ دئ.

شروين نولاند: دامريکا دپيل پوهنتون دجراحي څانګي استاد: د يؤ ډاکټر خدمت ځانګړ امتياز بولي.

ډېر ماشومان او ځوانان هيله لري يؤ وخت ميلونران سي: ښه نو هغوئ ته بايد زده او وښوول سي چي وګړو ته په ښوو خدمتونو وړاندې کول سره کولی سي خپلې يادې موخې ته ورسيږي او شتمن سي.

۲۰شلم راز

خلاق او ځانګړی اند وکړئ!

خلاق، نوی جوړو سوی ،ځانګړی،او ارزښتمن اند، په بيل ډول فکر، اند کول، درلودل او ځان ترينه برخمن کول وه برياليتوب ته درسيدا داړينو عناصر دډلې څخه دئ.

بيل ګيټس: دمايکرسافټ مشر وايي: ما يؤ ځانګړی او فوق العاده اند،فکر درلودئ او غوښتل مي دکورني او شخصي کمپيوټرونو د غوره پروګرامونو لپاره لومړی دپرو ګرامونو توليدونکی شرکت جوړ کړم.

(c) ketabton.com: The Digital Library

زما په اند دګیتس فکر ډېرښه وو، دنایابو نظریو خلق کول، یؤه جادویي او جالبه ستراتېژي نه ده، په حقیقت کي دا ستراتېژي دځو ساده پړاونو څخه جوړه سوي.

دنورو څخه بېل او ځانګړی اند،فکر کول زموږ دبریا لیتوب اوږد مزل را لنډوي.

۲۱یوویشتم راز

د سختیو پر وړاندي ټینګ دریدل او دهغو سره مقاومت،مبارزه کول!

تاسو باید دماتي پروړاندې پیاوړي و اوسئ، خپل روحیه ونه بایلئ،دسختیو پر وړاندي کلک او ماته نه منوونکی ودرېږئ، د وګړو دانتقادونه،خبرې، فشارون او ازارونه وزغمئ او مه پرېږدئ دهغوئ خبرې، انتقادونه، نه تشویق، ضد،رخه او کینه ستاسو او ستاسو دبریالیتوب په منځ کي راسي او ستاسو دناکامۍ او ماتې لامل سي.

۲۲دوویشتم راز

دهغو کارونو څخه چي ناچار یاست یا ورته اړ یاست سرت یې ورسوئ!

(c) ketabton.com: The Digital Library

بهانې کول یؤازي تاسو خواشیني او خسته کوي او نه پرېږدي کوم کار په سم او ښه ډول سرته ورسوئ، مګر که چیري د بریالیتوب سره دیؤ ربښتني دوست او ملګري په شان چلند وکړئ: ستاسو دسیوري په شان به تل تاسو وڅاري او یؤازي به مو پرینږدي.

۲۳درویشت مراز

خپلې دندې او دژوند نورې چارې دزړه له کومې او په صمیمانه ډول سرته ورسوئ!

کوښښ وکړئ خپل چاري، دندې په ربښتیني ډول او دزړه له کومې په پوره اخلاص سرته ورسوئ، نه داسي چي دمجبوریت له کبله،په مات زړه، بېله شوقه، بېله ربښتینولی، او زړه نازړه توب یې سرته رسوئ!

داوبو کمزورى بهیدنه یؤازي دبڼ یؤه برخه اوبه وي،خړوبوي.

۲۴ څلرویشتم راز

هرڅه چي څنګه دي هغسي یې قبول کړئ!

یؤازي غوښتنه کول کوم څه ته بدلون نه سي ورکولئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

غوښتنه باد دالوتنې څخه نه سي راګرځولی، اوبه دبهیدو څخه نه

سي بندولی،د واورې څخه شیریخ نه سي جوړولی، که غواړئ
شیان دهغوئ د اره ښې څخه ښه ووینئ: دهغوئ سره داسي مخ
سئ چي هغوئ څنګه دي، همدا ډول دانسانونو څخه هم دهغوئ د
پوهې، شتمنی، زړورتوب،رښتینولی، اخلاقو په اندازه هیلې ولرئ

۲۵پنځویشتم راز

وي ازمیې،تمرین یې کړئ چي د دننه څخه خوشحاله او خوښ
سئ!

اجازه مه ورکوئ نور ستاسو دخوښی او خوشحالۍ سبب سي او
ستاسو لپاره دخوښی پلان ونیسي، خپله دخپل ځان دخوښ او
خوشحاله ساتلو مشر، رئیس و اوسئ، په دې نړۍ کي ډېر وګړي
نه غواړي تاسو په رښتیا هم یو بریالی او خوښ انسان و اوسئ.

۲۶شپږویشتم راز

ذهن مو په هسک کي دسپینې وریځې په شان خپلواک،آزادکړئ!

کوښښ وکړئ مګر دخپل کار پایلې خپل په اختیار کي راولئ ترڅو
ټول دیوبل خواته راغونډې سي، د وریځې لپاره دا څه پراو او
ارزښت لري چي باد دکوم لوري څخه دئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې خپل وخت دهغه څه لپاره چي مهارول،کنټرول يې ستاسو په لاس کي نه دئ بربادوئ؟

۲۷اوویشتم راز

دنورو وګړو دګټو او هغوئ ته دخير رسولو په فکر کي هم و اوسئ!

کله چي دکوم کار دسرته رسولو پلان تصميم نيسئ: دخپل ځانه مه پوښتئ: زه څه غواړم؟

بلکي وپوښتئ کوم کار دټولو په ګټه دئ.

که چيري دنورو وګړو دګټې په فکر کي ياست: نور به ستاسو په خواکي ستاسو سره اوږه پر اوږه کار وکړي او ستاسو سره به مرسته وکړي چي بريالي سئ.

۲۸اتویشتم راز

دتصميم پلان نيولو په وخت کي يؤازي او يؤازي خپل ځانته دګټې رسولو په فکر کي مه کيږئ!

دتصميم نيول په وخت کي لومړی بايد دا ونه پوښتئ: ددې کار څخه څه ګټه او عايد لاسته راوړای سم، سمه او پرځای پوښتنه

(c) ketabton.com: The Digital Library

داده چي کوم کار، کومه کړنه دټولو په ګټه ده؟

یؤ کور هغه وخت ښه کروړ او ټینګ وي چي ټوله دېوالونه یې کروړ او ټینګ وي، نورو ته ګټه او خیر رسول به ستاسو دبریالیتوب ته رسیدو لارې را لنډې کړې.

۲۹نه ویشتم راز

د ستونزو سره دمخ کیدا او مقابلي پر وړاندې بیره او ډار مه لرئ

کله چي کارونو کي موخنډونه او ستونزې مخته راځي: خپل ځان او نور مه ملامتوئ: انسان هغه وخت ښه اوبازي زده کولی سي کله چي په ابو کي دمختته تګ څخه ونه بیرېږي.

اړینه نه ده چي هر کار دي بیله زحمت سرته ورسوو، هغو کارونو کي چي کړاونه او زحمتونه وي رحتونه یې هم همدومره ډېروي.

۳۰دېرشم راز

دخپل دکار څرګند او واضح انځور په ذهن کي ولرئ!

په یؤ کار کي دبریالیتوب ته رسیدا لپاره اړینه ده چي لومړی موږ

(c) ketabton.com: The Digital Library

دهغه چار په اړه په خپل مغز،ذهن کي دهغه کار دټولو اړخونو ځرګنده نقشه او انځور ولرو.

۳۱یم دبریالیتوب راز

دکارنو دسختوالي دستونزې څخه مه مایوسه، نا امیده کیږئ!

که کار د کار په دوام کي دهغه څخه ډېر سخت او ستونزمن سو، په کوم ډول چي تاسو پلان ورته جوړ کړی وو او یا مو فکر کوئ، زړه مه ورته خورې، مه ناهیلی کیږئ، ددې نړی ټول شیان همداسي دي په ځانګړي ډول بیا کله چي ارزښتمن وي، هغه وای چي بې زحمت رحت نسته، نو زحمت وباسئ دکار دسختوالي ته اند مه کوئ بلکي دکار پایلې ته فکر وکړئ.

۳۲دوهم دبریالیتوب راز

په کارونو او ژوند کي مشکلات،ستونزې تاسو پیاوړي کوي!

ستونزې،خنډونه او مشکلات تاسو نورهم پیاوړي او دلویو بریالیتوبونو لور ته لارښوونه درته کوي، غره ته ختل آسانه نه دي: مګر هغه ښکلا او منظره چي دغره دسر څخه لیدل کیږي ډېره په زړه پوري او ښائیسته ده.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۳۳درو دېرشم راز

خپل اراده پیاوړي کړئ!

خپل ځان په هغو چارو بوخت او اخته کړئ چي ستاسو لپاره یې سرته رسول ستونزوسره مله وي، ورسته هغوئ په ډېر جدیت او زړورتوب سره سرته ورسوئ، ورسته درڅه مودي به ووینئ چي ستاسو اراده او هوډ دفولاد څخه سخت، کروړ او دملغلرو څخه ځلېدونکی دئ.

۳۴څلور دېرشم راز

په پوره انرژی او خپل ټول قوت خپلو کارنو ته بشپړ پام وکړئ!

د کور رنګینې هنداري هغه وخت ډېرې ښکلي کیږي کله چي دلمر رڼا دهغوئ څخه تیریږي، که خپل کارونه هم په خپل پوره قوت او انرژی سره سرته ورسوئ، رانه او ښکلي به سي.

۳۵پنځه دېرشم راز

دخپلو کارونو دسرته رسولو لپاره دخپل فکري قوت او پیاوړتیا څخه ګټه واخلئ!

کله چي د یوه کار دسرته رسولو اراده لرئ، دخانه مه پوښتئ:

(c) ketabton.com: The Digital Library

نورو دا کار څنګه او په کومه طريقه سرته ورسوئ؟

بلکي وپوښتئ: زه څنګه کولی سم په سم او ډېر ښه،غوره ډول دا کار سرته ورسوم؟

په دې هم وپوهيږئ چې نوي رښتيا تل ستا انتظار کوي ترڅو ته هغه ومومندې، ياني کيدای سي ته به دياد کار په کولو هغه ځای ته ورسيږي چي بل وګړی در اوسه هغه ځای ته نه وي رسيدلی.

ددې احساس دشتون څخه ماسيو کريستف کلمب هيڅ وخت امريکا ته نه سوای رسيدای او ګراهام بل تليفون نه سوای اختراع کولی.

۳۶شپږ دېرشم راز

هر کار په زړه او ځان سرته ورسوئ!

که تاسو خپل انرژي د ګتبينې،ذربين په شان چي دلمر رڼا پريؤه ځای متمرکزه،راغونډه وي خپله انرژي پر يؤې ستونزې او خنډ را غونډا متمرکزه کړئ: هره ستونزه او خنډ چي ستاسو ومختته دئ وبه سوځل سي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۳۷اووه دېرشم راز

همدا نن نوی پیل وکړئ!

ولې پرهغه څه چي پرون پيښ سوی وو يا سرته رسيدلی وو فکر کوئ؟

ژوند هغه سيند دئ چي تل د راتلونکي لور ته بهيږي، دهغه هيڅ يؤڅاڅکی بيا ځلي،دويم وار ديؤه پله څخه نه تيريږي، خپل چار په نوي طريقه سرته ورسوئ، دبل هر وخت څخه ښه او په غوره ډول سره! ۳۸اته درېرشم راز

مه پريږدئ چي افکار او ذهن مو خالي پاته سي!

کوښښ وکړئ چي هيڅ وخت په خپلو کارونو چارو کي سوستي، زړه نازړه توب، لټي ونه کړئ، هرورځ ديؤې نوي زاويي، اړخه خپلو کارونو يا چارروته وګورئ، ژوند د بيلا بيلو پيښنو څخه ډکه صحنه ده،کيدای سي تاسو هره ورځ دخنديونو،ستونزو،برياليتوبونو،نوښتونو، نوي افکارو،غم او خوښۍ سره مخ سي، خپل شاوخوا ته وګورئ: دښکلانوي نښې

نښانې شتون لري چي نوښتونو ته اشاره کوي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۳۹نهه دېرشم راز

اړین شی هغه احساس دئ چي تاسویې دخپل کار په اړه او وړاندي لرئ!

په یؤې رسامي سوي تابلو کي دتاریکو او تورو رنګونو شتون دهغې تابلو درسام،نقاش د غم،اندیښني او ذهنې نا ارامۍ ښـانه ده،

همدارنګه په یؤې تابلو او رسامۍکي روښانه، درڼا او روښنایي درلودونکي رنګونه دهم هغې تابلو یا رسمۍ د رسام،نقاش دژوند دانرژۍ او رڼا نښه ده،

هر کار په خوښۍ سرته ورسوئ، ترڅو نورو ته هم خوښي ورکړئ،ستاسو ژوند پر دېوال ځوړنده سوي تابلو ده چي نورو وګړو ته هم خوښۍ او غم ورکول سي.

څلویښتم راز40

ژوند دماشومانو دچمچلي په شان دئ!

هرکله چي چمچلی د ډېروخت لپاره او په ښه ډول څرخېږي ماشوم ته خوښي ورکوي او کله چي چمچلی سم نه ګرځي ماشوم خواشینی کیږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ښه نو که تاسو هم کوم نیک ښه کار په ښه ډول سرته ورسوئ دهغه دسرته رسول به دخوښۍ احساس درکړي.

۴۰یؤڅلویښتم راز

تل حق، پرځای خبره ومنئ!

حق او پرځای خبره ومنئ، دهغه دویونکي، کوونکي سره کار مه لرئ، دبیلګې په ډول که د دود بوی احساس کړئ او ستاسو طوطي ناريِ کړي: کور اور واخیستي!

آیا خپل میلمه ته به ووایاست: دا طوطي نه پوهیږي چي څه وايي

۴۲دوڅلویښتم راز

خپل باور دحقیقت سره مه غلطوئ!

باور دبادام دپوښ په شان دئ او حقیقت دهغه بادم مغز په شان دئ، که دهرشي دحقیقت په لټه کي یاست باید دبادم پوست لیري کړئ چي خپله دبادم مغز ووینئ.

۴۳دروڅلویښتم راز

خپل احساس دخپل کار په نسبت ووینئ!

(c) ketabton.com: The Digital Library

دهر کار د سرته رسیدا وړاندي دا اړینه ده چي ووینئ دهغه دسرته رسیدا لپاره څنګه او څه احساس لرئ،آیا یاد کار اړین ګڼئ؟ آیا وقعي،حقیقتي مالومیږي؟

آیا دنورو سره مرسته کولی سي؟

آیا دخیر او نیک کار دئ؟

آیا کوم ناروا والی شتون پکښني لري؟

ددې ټولو پوښتونو د مثبتو ځوابونو دموندلو ورسته خپل دکار په پیلیدا او سرته رسیدا لپاره متې را ونغاړئ.

۴۴څلورڅلویښتم راز

کله چي درد درغلی وي خپه یاست،هیڅ تصمیم،پلان مه نبسئ، هیڅ پریکړه مه کوئ!

کله چي احساسات مو خوټیږي هیڅ تصمیم مه نبسئ،هیڅ پریکړه مه کوئ، که داسي وکړئ تیروتنه به موکړي وي.

اول خپل ځان او ذهن ارام کړئ،ځکه ذهن دیؤ سمندر په څیر دئ، دسمندر دجوش او خروښ په وخت کي سمندر توپاني کیږي، خپل په ځان کي بیړی ډبوي، خپل شاوخوا ویرانه، خرابوي او

(c) ketabton.com: The Digital Library

زیان ورته رسوي، سمندر دسپوږمۍ را غبرګي سوي وړانګې هغه وخت ښه راغبرګوي، منعکسوي کله چي هغه ارام وي.

۴۵پنځه څلویښتم راز

دهرې ستونزې، خنډ حل لاره شتون لري!

کله چي دکوم خنډ اوستونزې سره مخ کیږي: دا مو باید په یاد وي چي دیادې ستونزې او خنډ حل لاره هم شتون لري، ځکه دهرشي جوړه شتون لري، دهرې کښتې ورسته لوړه او دهرې شپې ورسته سهار شتون لري.

خپل ذهن دستونزې پر حل لاره راغوند او متمرکزه کړئ، دیؤې کوټې څخه د را وتلو لپاره باید دهغې ور، دروازه وموندئ، نه داچي پر دېوالونو د اوښتلو اند وکړئ.

۴۶شپږڅلویښتم راز

خپل پر لرونکو نعمتونو او شتو باندي شکر کوونکي واوسئ!

تل دهغه شتو او نعمتونو شکر کوونکي واوسئ چي الله جل جلاله تاسو ته در بخښلي دي، خوښ واوسئ او دهغه څه له کبله چي نه یې لرئ ګیلمن مه اوسئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

يؤه مانۍ دهغو ډبرو څخه جوړېږي چي لاس رسی ورته کيږي، نه دنورو دکورونو او مانيو په تيږو او ډبرو.

۴۷اووڅلويښتم راز

دبهانو کولو او جوړولو څخه ډاډه وکړئ!

کوښښ وکړئ دخراب موټر په شان چي هر وخت يې کړپی او دربی وي نه چالانديږي، تل بهاني مه جوړوئ، مه کوئ،

په دې کار سره خپلو تيروتنو ته دنورو پام را اړوئ،کوښښ وکړئ په ښه ډول يې سرته ورسوئ، هغه وخت مسکا وکړئ او مخته حرکت وکړئ، يؤازې خدای جل جلاله هرڅه لرونکی،دځانه پوره دئ.

۴۸اته څلويښتم راز

هر دخير او ښه کار چي سرته رسوئ دخپل ځان سره مرسته کوئ!

هر ښه او دخير کار چي په دې نړۍ کي سرته رسوئ: در هر چا ډېر ستاسو سره ډېره مرسته کوي، تاسو ته ورتيا،پياوړتيا،انرژي او لاډېر درک بخښي،که چيري تاسو نقاشي،انځورګري وکړئ:نور

(c) ketabton.com: The Digital Library

به دهغې دليدلو څخه خوند واخلي او ستاسو وړتيا او تجربه به هم په ياد کار کي ډېره سي.

۴۹نـهه څلويښتم راز

دچار دسرته رسيدا او کړو دکولو لپاره دخپل ځان د دننه څخه امر واخلئ.

د تفکر لپاره دخپل زړه او دماغ څخه لارښوونه وغواړئ، ځکه درک او پوهيدنه بايد پيدا کړئ، مځکه هغه وخت ګرميږي چي دلمر لورته متمايله، مخامخ وي.

۵۰پنځوسم راز

رښتينولي او امانت داري خپل عادت،خوي جوړ کړئ!

هرڅه چي رښتيني او سم وي: ستاسو او نورو وګړو په ګټه به وي، الله جل جلاله در هرچا ښه پوهيږي چي څشي تاسوته خوښي در بخښي.

آيا يؤنبات پوهيږي چي باد هغه پياوړی کوي يا باران د ښکلو ګلونو دغوړيدا او غټيدا لامل کيږي؟

(c) ketabton.com: The Digital Library

دپای خبرې

اخره توصيه او غوښتنه چي ستاسو څخه يې لرمه داده: دوام وركړئ او دوام وركړئ!

ځيني وخت حالات سختيږي او لاره اوږده مالوميږي، مګر تاسو بايد دوام وركړئ او ونه دريږئ، خپلې موخې يادوئ او هغوئ ته درسيدا انځو په ذهن کي انځوروئ، ناڅاپه به ستاسو حالات بدلون وکړي او دويم ځل به خپل پر تګ لوري ټينګ او ولاړ پاته سئ، هغه تګ لوری چي تاسو لوړوالي ته رسوي.

مه مغروره کيږئ ځکه غرور عقل لمنځه وړي او ددې لامل کيږي چي خپل چارې په ښه ډول سرته ونه رسوئ.

دخپل کار دسرته رسولو تبزوالی په خپل ځان کي پياوړی کړئ او وپوهيږئ چي ډېر کوښښ کوونکي وګړي دنورو څخه ژر بريالي کيږي

په ورستيو کي بايد يادونه وکړو چي برياليتوب در هرڅه ډېر ځاني نظم،ترتيب او انضبات ته اړتيا لري.

(c) ketabton.com: The Digital Library

که چیري دغه مطلبونه چي لوستي مو دي ستاسو لپاره ګټور وه نو دمهربانئ لمخي دهغو وګړو سره یې هم شریک کړئ چي هغوئ تاسو ته ګران وي.

سرلوړي او بریالي واوسئ!

(c) ketabton.com: The Digital Library

Get more e-books from www.ketabton.com
Ketabton.com: The Digital Library