په
ژوند
کي د برياليتوب ۵۰ رازونه
Ketabton.com
راټولونکی : شمس پخرزاد
ژباړه: محمود حمیدزی

(c) ketabton.com: The Digital Library

بسم الله الرحمن الرحیم

(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 یی

دفکرونوجوړښت اوهغوئ ته وده ورکول

۲{رون سیند}

لومړیشعري 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 څخه درنسجونو دنسجونو څخه درغړو دغړو څخه)
(دربدن پوري: هراړخیزطبی مالومات او دعقدی دلا کروړ کولو درسونه

۵{دالماسو پنډ}

دیښتومتلونو د ویلوځایونه اوعلتونه

۶{ژور اندونه}

دویمه شعري ټولګه

۷ {په ژوند کی دبریالیتوب 50رازونه }

۸{څنګه ژوند وکړو }

دنړۍ دیوهانو او بریالیو وګړو دسلګونوویناوو ژباړه

۹{خوږی خبری }

لنډکی شعرونه او ادبی ټوټی

۱۰{ننګوونکی پوښتنی اوځوابونه }

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

یادونه:ددې کتاب دچاپ حقوق دژباړن سره خوندي دي،دکتاب همدا پي ډي ایف بڼه بیله بدلونه هرڅوک خپرولی سي دچاپ اوبدلون حق يې 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 کړی 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 کول.

موږ هغه وخت دځانه درضايت احساس کوو کله چي تېرسوي ژوند ته اند کوو او وپوهيږو کوم کارونه چي مو سرته رسولي وه: هغه سم وه، حتا ددې سربيره چي هغه کړنې سختې وي.

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

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

(c) ketabton.com: The Digital Library

زموږ موخې موږ ته یؤتګ لوری، هغه تګ لوری را په نښه کوي چي کله موږ پر هغه تګ لوري حرکت کوو: موږ هغه وخت د ترټولو خوښ،پیاوړي او د ډېرې انرژۍ احساس کوو، ډېر اغېزمن کیږو، موږ خپلو موخو ته درسیدا پر لار ډېر نور څه لاسته راوړو،رشد کوو،لوی کیږو، په خپل ایډیال شخصیت بدلیږو.

په ژوند کي دبریالیتوب راز، رشد،تکامل او پوره کیدنه ده،دا چي وکولی سو لانورې توانایې ته ورسیږو، په همدې خاطر موږ ترټولو لوی مسؤلیت دخپل ځان پر وړاندي لرو او کیدای سي زموږ دبریالیتوب 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 بهترین او تر ټول ښه ډول خپلو موخو او غوښتنو ته ورسیږو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

دکوم ځای څخه یې پیل کړو؟

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

ورسته درکلونو ځیرونو دې پایلې ته ورسیدل چي: ډېر وخت بریالي وګړي خپل راتلونکي ته اند کوي، دې ته فکر کوي چي دوئ غواړئ چیري ځان ورسوي او کوم کارونه کولی سي سرته ورسوي ترڅو ترټولو ژر او مخکي خپلې موخې ته ځان ورسوي.

مګر نابریالي یا ناکام وګړي ډېر وخت خپل تیر سوي وخت ته اند کوي او دهغه په اړه دځانه ورک وي، هغو شیانو کي اند کوي چي د هغوئ د بدلون توان او وړتیا نه لري؛ ښه نو یؤه دبریالیتوب دښو لارو څخه داده چي موږ دهغو شیانو،کارونو په اړه اند،بشپړپام،تمرکز وکړو چي دهغو دبدلون توان او وړتیا ولرو، کیدای سي اوس ونه سئ کولی یؤ کار سرته ورسوئ مګر دا خو کولئ سئ چي دیؤه کار او کسب دلارو چارو په اړه ځان وپوهوئ، یا یې دسرته رسولو لارې چارې یادې کړئ،کیدای سي ونه سئ کولی خپل تیر سوی ژوند بدل کړئ مګر دخپل راتلونکي په اړه خو ژور اند او تمرکز کولئ سئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ښه نو که غواړئ په رښتيا سره هم خپلو موخو او غوښتنو ته ورسيږئ او هغوئ په رښتيا،حقيقت بدلې کړئ: ددې ټولګې په دوام کي دبرياليتوب رازونو ته پام وکړئ او درخپل توانه هغه په خپل ژوند کي عملي کړئ او دخپل ژوند برياليتوبونو ته ځان ورسوئ.

لومړی راز

برياليتوب ته رسيدو کي بشپړ پام،تمرکز وکړئ!

ترټولو لوړ قدرت چي انسان ته ورکول سوی دئ دبشپړ پام تمرکز قدرت دئ،دابه ډېره حيرانوونکي او دنه منلو وړ وي چي: انسان ديؤڅه غوښتونکی وي او يؤازي پرهغې موخي بشپړ پام يا تمرکز ولري،هغه لاسته را نه وړي يا ورته ونه رسيږي.

که موږ هرشي ته بشپړ پام وکړو،په رښتيا يې غوښتونکي سو الله ﷻ او دمځکي ټول قوتونه او به زموږ لاس نيوئ وکړي ترڅو موږ هغه لاسته راوړ!

د نني ژوند په شور ماشور، بيرو بار کي چي مو ترټولو ګران شی دلاسه ورکړی،هغه بشپړ پام،تمرکز دئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

دتولنیزو رسنیو څخه ډېر خبرونه چي موږ ذهن ته دننه کوو په دي کارسره مو دتمرکز کولو توان، د خپل ځانه څخه اخیستی دئ، کیدای سي دا به ښه وي چي خپل سر لږ هوسا،سپک کړو.

۲دویم راز

دبریالیتوب لپاره چوپتیا او تفکر وکړئ!

چوپتیا او تفکر دانسان دحکمت،پوهې د ډېریدا لامل کیږي.

چوپتیا او ژور تفکر دئ چي لوی انسانان دډېر سختوستونزو حل لارو ته په رسیږي.

یؤازنی پټی،دکرلو مځکه چي تاسو په هغې کي خپل افکار د لویدني لپاره کرئ: هغه دچوپتیا او تفکر پټی دئ!

موږ حکمت او سکون ته درسیدا لپاره لږ ترلږه په ورځ کي دیرشو دقیقو چوپتیا او تفکر ته اړتیا 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 يې 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 يې 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

دیؤه ښه کتاب لوستنه کولی سي زموږ ډېرې لویې ستونزې او مسائیل دتل لپاره را حل کړي، مګر په بې ګټو او بې مانا کارونو لکه دفلمونو اوسریالونو په لیدلو خپل ارزښتمن وخت، هغه وخت چي زموږ څخه ډېر په تېزۍ تېښتي، ولې برباد کړو؟

دسریالونو او فلمونو لیدل درکومې اندازې زموږ په ژوند کي مثبت بدلون را وستلی سي؟

آیا موږ کولی سو دفلمونو په کتلو خپل ژوند ښه کړو؟

پرلپسي کتاب لوستنه،مطالعه کول، تل دمسلمانانو او غیر مسلمانانو بریالیو وګړو د بریالیتوب راز وو او دئ!

۵پنځم راز

سهار وختې دخوب راکښینئ

دخوارږه خوب پریښوال او دسهار لمانځه ته راکښینستل په ښه ډول د اوداسه،لمانځه اداکول،اذکر او تلاوت کول پر مسلمان باندي د ډېررزق او روزۍ،خوښۍ او رغتیا،قوت او بریا دروازې راخلاصوي.

که ددې کارونو ورسته خپلو ورځینو 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

یو درازونو څخه دبریالیتوب دادئ چې تل خپلې هغه موخې ولیکئ چې غواړئ ورته ورسیږئ، یو 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 سمدستې ورسته متحرک او پیاوړې یاست: په دې تګ لارې سره به ښېله شکه یوه ښه، ګټوره او غوره ورځ ولرئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۱۷اووم راز

یؤه پیاوړی دباور سیستم جوړ کړئ

په ژوند کي دبریالیتوب دارزونو څخه یؤ دادئ چي خپل باورونه پیاوړي کړئ.

که دبریالیو وګړو څخه وپوښتل سي چي دبریالیتوب لومړئ قاعده يې څشي ده؟ ټول به ووايي: خپل پرځان او هغه کار چي سرته يې رسوي باور پر لري، دوئ دخپل همدې کروړ باور دښنکاره کولو څخه نه بیرېږي.

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

۱۸اتم راز

پر خپل ځان باندي لګښت،پانګه اچونه سرمایه ګذاري وکړئ

دیؤه شتمن وګړي څخه يې پوښتنه وکړل: ترټولو ښه پانګه اچونه سرمایه ګذاري چي کیدای سي یؤ وګړی يې وکړي څشي ده ؟

(c) ketabton.com: The Digital Library

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

دیاد شتمن وګړي نوم وارن با فِت دئ چي يؤ بریالی، کار رامنځته کوونکی او دنړۍ غټ پانګه اچونکی دئ، دفوربز دراپور پر بنسټ د وارن بافِت شتمنۍ 53.5 میلیارده ډالرو ته رسیږي.

ځانګړی روزونکی، استاد نیول، دتکړښت ورزش په يؤ کلب کي غړیتوب، د سالیمو او ګټورو خوړو برابرول او خوړل، دکتابونو رانیول، دزده کړي د لګښتونو ورکول، د پرځای او پروخت معایناتو کول، په مناسبه او نیکه لار دځان دخوښ ساتلو په پار لګښت کول: بېځایه لګښتونه نه دي: بلکي پانګه اچونه،سرمایه ګذاري ده. په خپل ځان پانګه اچونه.

۹نهم راز

خپلو درلودونکو وسایلو او وړتیاوو ته بشپړ پام، تمرکز وکړئ!

لومړی باید خپل په لاس کي سته شیانو،وسایلو او خپل په مغزو کي سته پوهې،تجریبو او وړتیاوو ته بشپړ پام وکړئ، هغه توانایي چي لري يې تمرکز پري وکړئ، د هم هغه ځای څخه يې پیل کړئ، وګورئ هغه وړتیا،تجربه او پوهه چي تاسو يې لرئ

(c) ketabton.com: The Digital Library

کوم کار دهغوئ څخه اخیستلی سئ، حتا که چیرې خپل

وړتیاوي،تجربې، او پوهه کمه ګڼئ بیا به هم دپیل لپاره بسنه وکړي، دیڼ چار پیل اړین دئ: په کراره،کراره هرڅه سمیږي،کیدای سي دیڼکار دپیل په وختونو کي دستونزو سره مخ سئ مګر دا ستونزې به دلنډي مودې لپاره وي.

په دې هم وپوهیږئ چي یڼ درازونو څخه دبریالیتوب ښه لید او دخوشبختۍ احساس دئ،خوشبختۍ ته درسیدو لاره هم د ودې او پوره والي د ښتو څخه تیریږي.

۱۰لسم راز

خپل باورونه پیاوړي کړئ

که چیري دخپلو غوښتونو په وړاندې مړاوي او نا باوره یاست، لړزانده، ښوریدونکي هوډونه، ارادې او تصمیمونه به ونښسئ چي تاسو به خپل دبریالیتوب موخوته ونه رسیږي یا به مو ونه رسوي، د سیند داوبو دجریان برعکس وړاندې ولاړسئ او دټولو څخه بیل،متمایز 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

لویدلی پاته نه سي، هو ماته خوړل سخت دي، ډېر غم او درد لري ،مګر تاسو باید دزیانونو، دردونو، غمونو او منفي افکارو څخه په پوره میرانې دکروړ هوډ سره دماتي خوړنې د بل سوي اور څخه تیرسئ او پرینږ دئ چي دماتې اور مو زړه ایره او ماغزه لمنځه یؤسي.

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

بریالي وګړي هغه دي چي په هرډول حلاتو او شرایطو کي خپل سرونه لوړه وي او خپل دبریا لور ته مخته تګ ته دوام ورکوي.

دکار سره مل پاته کیدل او بیا بیا یؤ کار سرته رسول ډېر ارزښتمن او داستعداد،وړتیا څخه غوره دي.

۱۳دیرلسم راز

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

فرصتونه، موقې تل زموږ شاوخوا ته شتون لري، بس یؤازي دا غواړي چي زموږ سترګي دومره زیرکي لیدونکي وي چي هغوئ وویني،مغزه مو دومره پیاوړي وي چي هغوئ درک کړي.

منفي اند کول او منفي اوسیدل 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 پیښي 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 اندی او مثبت لید ښې او بریالی 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: شتمنې او پيسې به خپل لاسته درځي، کوم کارونه چي ستاسو خوښيږي،انګيزه درکوي هغه سرته ورسوئ، داسي به تاسو دهغو وګړوړ دتولی غړي سئ، چي بريالي او لاسته را وړونکي دي.

۱۵ پنځلسم 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 آسانئ 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

هیڅ وخت مه متکبر، مغروره کیږئ!

غرور او تکبر وژونکي میکروب دئ، کوم وګړي چي په لږ بریالیتوب سره مغروره سي هغوئ لانور پر مختګ نه سي کولی!

موږ باید دخپلو بریالیتوبو نو په لار کي عاجزه واوسو ته تکبر کوونکي.

تکبر او غرور په کراره کراره سره عقل کښته کوي او ددې لامل کیږي چي موږ هیڅ کار هم په ښه ډول سرته ونه رسوو.

۱۷اوولسم راز

یؤې موخې ته بشپړ پام تمرکز کول!

نورمن جویسن فلم جوړنکی باورلري: دبریالیتوب لپاره باید یؤې موخې لاسته راوړلو ته بشپړ پام وسي نه ډېر موخو ته.

کله چي موږ ډېرې موخې ولرو باید لومړی اند وکړو چي باید کومې موخې ته لومړی ځان ورسوو دهغه څخه ورسته باید هغې موخې ته درسیدا په پار نه ستړی کیدونکی کار وکړو کله چي مو هغې موخې ته درسیدا لار ډېره را لنډه کړل بیا که خپلې بلې

(c) ketabton.com: The Digital Library

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

۱۸اتلسم راز

دکوم کار غوښتنه اراده وکړئ!

اوس نوبت ارادې ته رسيږي، ډيوډ ګالو دسمندري علومو پوه: جسمې او روحي غوښتنه،اراده کول دبرياليتوب داړينو عواملو څخه بولي او هغې ته په بشپړپام کول ټينګار کوي، بريالي وګړي ټينګه 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.

مينډې تل د زموږ دانګيزې دجوړولو،زموږ دارادي،باورونو او هوډ لپاره ښې سرچېنې دي، ياني موږ بايد خپلو مينډو سره دخپلو موخو په اړه وږغيږو هغوئ به زموږ هوډونه نور هم را کروړ او پرځان باور به مو نور هم را پياوړی کړي.

فرانک ګری چي پيژندل سوی معمار دئ: خپل مور دخپل دانګيزې چوړونکي او دخپل باور پياوړي 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 دبریالیتوب داړینو عواملو څخه یو دئ.

شروین نولاند: دامریکا دییل پوهنتون دجراحي څانګي استاد: د یو ډاکټر خدمت ځانګړ امتیاز بولي.

ډېر ماشومان او ځوانان هیله لري یو وخت میلونران سي: ښه نو هغوئ ته باید زده او وښوول سي چي وګړو ته په ښوو خدمتونو وړاندې کول سره کولی سي خپلې یادې موخې ته ورسيږي او شتمن سي.

۲۰شلم راز

خلاق او ځانګړی اند وکړئ!

خلاق، نوی جوړو سوی ،ځانګړی،او ارزښتمن اند، په بیل ډول فکر، اند کول، درلودل او ځان ترینه برخمن کول وه بریالیتوب ته درسیدا داړینو عناصر دډلې څخه دئ.

بیل ګیټس: دمایکرسافټ مشر وایي: ما یو ځانګړی او فوق العاده اند،فکر درلودئ او غوښتل مي دکورني او شخصي کمپیوټرونو د غوره پروګرامونو لپاره لومړی دپرو ګرامونو تولیدونکی 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 بیل 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 دماتې پرووړاندې 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 دناکامی 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 رښتني 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 رښتیني ډول او دزړه له کومې په پوره اخلاص سرته ورسوئ، نه داسي چي دمجبوریت له کبله،په مات زړه، بېله شوقه، بېله رښتینولی، او زړه نازړه توب یې سرته رسوئ!

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

۲۴څلرویشتم 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 خوشحالی سبب سي او ستاسو لپاره دخوښی پلان ونیسي، خپله دخپل ځان دخوښ او خوشحاله ساتلو مشر، رئیس و اوسئ، په دې نړی 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؟

يؤ کور هغه وخت ښه کروړ او ټينګ وي چي ټوله دېوالونه يې کروړ او ټينګ وي، نورو ته ګټه او خير رسول به ستاسو دبرياليتوب ته رسيدو لارې را لنډې کړې.

۲۹نه ويشتم راز

د ستونزو سره دمخ کيدا او مقابلي پر وړاندې بيره 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 بيريږي.

اړينه نه ده چي هر کار دي بيله زحمت سرته ورسوو، هغو کارونو کي چي کړاونه او زحمتونه وي رحتونه يې هم همدومره ډېروي.

۳۰دېرشم راز

دخپل دکار څرګند او واضح انځور په ذهن کي ولرئ!

په يؤ کار کي دبرياليتوب ته رسيدا لپاره اړينه 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.

۳۱یو دېرشم 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 نړۍ 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.

۳۲دودېرشم راز

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

ستونزې،خنډونه او مشکلات تاسو نورهم پیاوړي او دلویو بریالیتوبونو لور ته لاربنوونه 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 هندارې 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، رڼاه او ښکلي به سي.

۳۵پنځه دېرشم راز

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

کله چي د یؤه کار دسرته رسولو اراده لرئ، دځانه 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 وپوهیږئ چې نوي ربښتیا تل ستا انتظار کوي ترڅو ته هغه ومومدې، ياني کيدای سي ته به دیاد 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 دبرشم راز

هر کار په زړه او ځان سرته ورسوئ!

که تاسو خپل انرژي د ګټبيني،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 ومخته دئ وبه سوځل سي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۳۷اووه دبرشم راز

همدا نن نوی پیل وګڼئ!

ولې پرهغه څه چي پرون پیښ سوی وو یا سرته رسیدلی وو فکر کوئ؟

ژوند هغه سیند دئ چي تل د راتلونکي لور ته بهیږي، دهغه هیڅ یوڅاڅکی بیا ځلي،دویم وار دیوه پله څخه نه تیریږي، خپل چار په نوي طریقه سرته ورسوئ، دبل هر وخت څخه ښه او په غوره ډول سره!   ۳۸اته دربرشم راز

مه پریږدئ چې افکار او ذهن مو خالي پاته سي!

کوښښ وکړئ چي هیڅ وخت په خپلو کارونو چارو کي سوستې، زړه نازړه توب، لټي ونه کړئ، هرورځ دیوې نوي زاویي، اړخه خپلو کارونو یا چارروته وګورئ، ژوند د بیلا بیلو پیښنو څخه ډکه صحنه ده،کیدای سي تاسو هره ورځ
دخنډونو،ستونزو،بریالیتوبونو،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

۳۹نـهه دېرشم راز

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

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

همدارنګه په يؤې تابلو او رسامۍکي روښانه، درڼا او روښنايي درلودونکي رنګونه دهم هغې تابلو يا رسمۍ د رسام،نقاش دژوند دانرژۍ او رڼا ښه 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.

څلويښتم راز40

ژوند دماشومانو دچمچلي په شان دئ!

هرکله چي چمچلی د ډېروخت لپاره او په ښه ډول څرخيږي ماشوم ته خوښي ورکوي او کله چي چمچلی سم نه ګرځي ماشوم خواشينی کيږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

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

۴۰يؤڅلويښتم رار

تل حق، پرځاى خبره ومنئ!

حق او پرځاى خبره ومنئ، دهغه دويونکي، کوونکي سره کار مه لرئ، دبيلګې په ډول که د دود بوى احساس کړئ او ستاسو طوطي نارې کړي: کور اور واخيستي!

آيا خپل ميلمه ته به ووایاست: دا طوطي نه پوهيږي چي څه وايي

۴۲دوڅلويښتم راز

خپل باور دحقيقت سره مه غلطوئ!

باور دبادام دپوښ په شان دئ او حقيقت دهغه بادم مغز په شان دئ، که دهرشي دحقيقت په لټه کي ياست بايد دبادم پوست ليري کړئ چي خپله دبادم مغز ووينئ.

۴۳دروڅلويښتم راز

خپل احساس دخپل کار په نسبت ووينئ!

(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 پکښي 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 ځلویښتم 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 راغونډ او متمرکزه کړئ، دیؤې کوټې څخه د را وتلو لپاره باید دهغې ور، دروازه وموندئ، نه داچي پر دېوالونو د اوښتلو اند وکړئ.

۴۶شپږځلویښتم راز

خپل پر لرونکو نعمتونو او شتو باندې 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

یؤه مانۍ دهغو ډبرو څخه جوړیږي چي لاس رسی ورته کیږي، نه دنورو دکورونو او مانیو په تیږو او ډبرو.

۴۷اووڅلویښتم 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 تیروتنو ته دنورو پام را اړوئ،کوښښ وکړئ په ښه ډول يې سرته ورسوئ، هغه وخت مسکا وکړئ او مخته حرکت وکړئ، یؤازې خدای جل جلاله هرڅه لرونکی،دځانه پوره دئ.

۴۸اته څلویښتم 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 وړتیا،پیاوړتیا،انرژي او لاډېر درک بخښي،که چيري تاسو نقاشي،انځورگري 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.

۴۹نهه څلويښتم راز

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

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

۵۰پنځوسم راز

ربښتينولي او امانت داري خپل عادت،خوي جوړ کړئ!

هرڅه چي ربښتيني 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 غتيدا لامل کيږي؟

(c) ketabton.com: The Digital Library

دپای خبرې

اخره توصیه او غوښتنه چي ستاسو څخه یې لرمه داده: دوام ورکړئ او دوام ورکړئ!

ځیني وخت حالات سختیږي او لاره اوږده مالومیږي، مګر تاسو باید دوام ورکړئ او ونه دریږئ، خپلې موخې یادوئ او هغوئ ته درسیدا انځو په ذهن کي انځوروئ، ناڅاپه به ستاسو حالات بدلون وکړي او دویم ځل به خپل پر تګ لوري ټینګ او ولاړ پاته سئ، هغه تګ لوری چي تاسو لوړوالي ته رسوي.

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

دخپل کار دسرته رسولو تبزوالی په خپل ځان کي پیاوړی کړئ او وپوهیږئ چي ډېر کوښښ کوونکي وګړي دنورو څخه ژر بریالي کیږي

په ورستیو کي باید یادونه وکړو چي بریالیتوب در هرڅه ډېر ځاني نظم،ترتیب او انضبات ته اړتیا 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