لارښود

امتحان ورکړو؟

دچاپ حق خوندي دی.

کتاب پېژندنه :

نوم : دمطالعې او امتحان لارښود

لیکوال : عبدالله ګل "ریان"

کمپوز : ریان علمي مرکز

خپرندوی : صدیقي خپرندویه ټولنه

تېراژ : ۱۱۰۰ ټوکه

چاپ کال : ۱۳۹۰هـ ل

دموندنې ځای :

۱ – صدیقي کتاب پلورنځی، کاسي واټ، کوټه.

۲ – صدیقي کتاب پلورنځی ،ارګ بازار، کندهار.

Ketabton.com

ketabton.com - The Digital Library

بسم الله الرحمن الرحیم

لومړی برخه:

څرنګه مطالعه وکړو؟

ketabton.com - The Digital Library

لړليک

کەيې ولولئ څه به وموميئ..... ۲
لومړنی خبري..... ۱۱
سريزه..... 30
څو ضروري خبري 33
دکتاب کتلو ډولونه..... 36
دکتاب کتلو چاپيريال..... 39
دوخت سپما (دمطالعې وخت)..... 42
دعادت په بدلون کې زغم ولرئ 47
څرنګه چټکه مطالعه وکړو؟ ..... 50.
له مطالعې څخه ژر مطلب اخستل..... 54
خپله حافظه غښتلې کړئ ..... 59....
مغزي ناروغتيا 60
دحافظې ارامتيا 61
دحواسو تمرکز او دحافظې تقويه 61
څرنګه حافظه تقويه کړو..... 63.....
ښه غوږ ونيسئ 64
له کتابتون څخه ګټه واخلئ ..... 70..
دکتابونو ترتيب او تنظيم..... 70....
په کتابتون کې هغه کتابونه چې بهر ته نه وړل کيږي..... 79
خپل معلومات په لومه کې بند کړئ..... 82
په ټولګي کې دياددښتونو داخستلو له پاره داټکي په ياد ولرئ..84

بسم الله الرحمن الرحيم

که يې ولولئ څه به وموميئ

که غواړئ مطالعه وکړئ او ګټه تري واخلئ ،تر هرڅه وړاندې، دخپلځان دجسمي او روحي روغتيا خيال وساتئ. دبدن او روح روغتيا او ارامي يوازي دمطالعې او يا کوم بل کار لپاره ضروري نده، بلکي دژوند له بنسټيزو ضرورياتو څخه دي. که جسمي روغتيا او يا روحي ارامتيا نه وه نو هيڅ نلرئ.

ديو هشخص دبدني ناروغتيا او روحي نا ارامي ځيني ننبئي دادي:

۱- حواس نه راټولوي، فکر تمرکز نسي پيدا کولای.

۲ خوب عميق او ژور نه وي ، دخوب په وخت کې سړی لکه نيم بيدار داسي وي.

۳- تل ستړی غوندي وي.

۴- دبدن وده يې ښه نه وي، ډنګر وي.

۵- تل په چورتونو کې ډوب وي.

٦- په خيالي نړۍ کې ډېر قدم وهي .

۷- تل دکمښت او حقارت احساس کوي.

۸- خپله راتلونکې تياره وينې .

۹- دمعدې او هاضمې حالت يې تل ويجاړ وي.

۱۰- ډېر حساس وي ،په کمه خبره ډېر په قهر کيږي .

۱۱- له نورو خلکو او چاپيريال سره جوړيدلای نسي .

ketabton.com - The Digital Library

کـه دانښـې پـه ځـان کـي وينـئ، نـو تهرڅـه وړانـدي بـه ددې
کښت دپوره کولـو پخـه اراده کـوئ ليـا بـه نـو لـږ تـر لـږ هلـه
ښوونکي يا کومل پوه شخص او يا هم له ډکتر سره مشوره
کوئ او داتکي به هم په پام کي لرئ :
۱ـ خوب، خـوراک، بـدني روزنـې (ورزش) او پـاکي خيـال
وساتئ.
۲ـ خپل ژوند ته عملي بڼه ورکړئ، په چورت اوخيال ځان مه
غلطوئ، لـه ستونزو سره دمخـلخ کيدلو وېره پـه ځـان کـي مـه
پيدا کوئ.
۳ـ خپلو کړو-وړتيه په عيني توګه ګورئ. هرکار او هر عمل
يوه انګيزه لري، زمونږ کړوړه هغه وسايل دي چې زمونږ ددننه
احساساتو نمايندګي کوي. خپلو کړو-وړو ته بايد وګورو چې
هغه زمونږ غوښتنې پوره کوي او کنه؟
زمونږ غوښتنې منطقي او عملـي دي اکـه يـوازي دخيـال پـه
څپو کي راسره يوځای کيدلای سي؟
هره خطا او تېروتنه مو ومنئ.که خطهم وکړو اوهغه وهم نه
منو نو به په اصطلاح په مرکب جهل اخته يـو او بـل بـه مـو
ديوه کار په ځای په بې ګټې دفاع وخت اوځواک لګولی وي.
۴ـ له نورو سره دباور او دوستۍ په فضا کي اړيکي ولرئ .
خپلي ستونزي ورته ووايا ست . که ښه او نيکه مشوره يې درکړه
خوښـه اکنـه دخپلـو سـتونزو پـه يـادولو ، هغـه کمـولای سـئ.
دستونزو له بيانولوڅخه ويره مه لرئ . که تاسو خپلي ستونزي
نورو ته ووايا ست ، هغه هم تاسو ته خپلي ستونزي وايي،په دې
توګه لـه تاسـو څخـه دافکـر لـرې کيـږي چـي ګويـا يـوازي زه بـه
داستونزې لرم. کلـه چـي تاسـو پـه سـتونزو کـي ځـان يـوازي ونـه
بولئ، نو بيا له جهان سره غم نه غم ستاسو غـم يقيناً کمـږي او
سپکيږي. که خپلي ستونزې لـه چاپيريـال سره را ډګر تـه نکړئ ،
کيـدلای سي هغـه ستاسـو دتحت الشعور برخـي تـه نقـل او پـه
روحي عُقده بدلي سي.
دوست دامعنی نلـري چـي هغـه پـوه او يـا خـورا باوري شـخص
وي . نـه دې ګـپ ، شـپ لپـاره هـر دوسـت ،اشـنا ، دټـولګی
ملګـری، ښـوونکی ، يـاکوم خپلـوان مناسـب شـخص وي. خـو
دستونزې حل بيـا هم پـه تا سـوپوري اړه لـري داستونزي پـه دې
هيله بل تـه مـه ووايا ست چـي هغـه بـه مرسته درسره وکـړي، بلکي
يـوازي پـه اصطلاح دزړه برا س بـه مـو ووزي او دفارسي ژبې پـه
اصطلاح (اظهار درد دل) به مو کړی وي.
۵ـ دحال په زمانه کي وا وسئ، تېروخت تيـر دی او راتلونکی
لري، خو حاضر وخت لروکه کومه ستونزه لرو هغه همدا اوس
حل کوو داسي نه چي دتېري او يـاراتلونکي احتمالي ستونـزي
پـه هکلـه اوس غـم وخـورو. نـه تېـر ، تيـر دی او راتلـونکی لا
رارسيدلی نه دی . داسي نه چي،نه له تېرو تجربو ګټه واخلو او
نه دراتلونکې لپاره پلان ولرو. بلکي دا دواړه اړخه بايد راسره
وي خـو هسـي پـه فکـر اوچـرت تېـر او راتلـونکی وخـت ،زمـونږ
دحال او داوسني وخت ، کار او ژوند راخراب نکړي.

ketabton.com - The Digital Library

٦ – هره خبره په ځان ډېره ګرانه مه ګڼئ، تېروتني ومنئ، خو غم يې نورمه خورئ، تېروتني ليدل او منل د ربښتينې بريالیتوب وسايل دي.

٧ – تل چمتو او خوځند اوسئ. اصلاً له ژوند او چاپېريال سره د جوړښت شرط همدا دی چې انسان به هر ډول ستونزو ته چمتو وي او د ستونزو په ليدلو خوځښت او تحرک ولري، کنه په يوه ستونزه به نورې ستونزې هم موندل کېږي.

خوځښت په دې معنی نه چې انسان بې پلانه هسې ګرځي، راګرځي. بلکې د هر کار لپاره پلان درلود هم يو تحرک دی. د تحرک يو اړخ دا هم دی چې که د حل کوم پلاري پايله نه درلوده، بله يې کړئ. د ستونزو په وخت کې په خيالونو کې ډوبېدل، نه چمتو والی دی او نه هم خوځښت. د روحي ارامتيا يو مثبت اړخ دادی چې د ستونزو په وړاندې فعاليت وښودل سي، نه داچې د خيال او وهم نړۍ ته ورځخه تېښته وسي.

له نورو سره د خوښې اړيکې ولرئ، په ګوښه کې مه ولئ، له نورو سره ګډ کار وکړئ ترڅو له خپل ژوند څخه د عملي اړخ تصوير ولرئ. له ټولنې سره ګډ ژوند ولرئ. په ټولنه کې کار وکړئ، د خپلې ټولنې او ملګرو د بريالیتوب په فکر کې له خيال او چرت څخه خلاصيدلای سئ، علمي او فرهنګي کارونه په ټولنه کې ارزښت لري، نو خپل کار د ټولنې لپاره او په ټولنه کې وکړئ. ښه ژوند هغه دی چې څوک خپل استعداد ته په ټولنه کې له چاپېريال سره په جوړښت وده ورکړي.

٨ – کارونه له تفريح او استراحت سره وکړئ، د بدنې روغتيا او روحي ارامتيا له پاره د کار ترڅنګ تفريح او ارام کول لازم دي. کار بايد يو ډول، ډېر او ګران نه وي. د کار او چاپېريال بدلون د عادت د بدلولو لامل ګرځي. کله چې ځينې ناوړه عادتونه راسره ملګري کېږي، په تفريح او ګرځېدلو له منځه ځي. روحي تشويش او روحي نا ارامي کمېږي، تفريح دېيا کار کولو له پاره په انسان کې نوی ځواک پيدا کوي.

١٠ – په ځوانانو او خصوصاً زده کوونکو کې دوه سونزې ډېرې ليدلې کېږي چې تر اندازې زياته نا ارامي او بل د کمښت او حقارت احساس...

انسان بايد فکر وکړي، د خپل کار او ستونزو د حل له پاره لاره وسنجوي خو دومره تلوسه نه چې ذهني تمرکز وبايلي، اعصاب يې کمزوري او عملاً کوم بل کار ونکړای سي. ځوک چې کارونو ته دومره په فکر کې وي چې ذهني تمرکز يې له منځه ځي دا په اصل کې يوه پټه بيماري ده. د دې تشويش تلوسې والي د ورکېدلو له پاره بايد سړی داسي چاره وکړي چې:

الف: دا نا ارامي معمولاً د هغو کارونو په هکله پېښېږي چې هغه کارونه لا سرته رسيدلي نه دي او يا هغه کارونه دي چې مخته لا پېښ سوي دي. که هر څومره چرت ووهي او فکر خراب کړي، تېر کار ورځخه تېر سوی او راتلونکی هم په چرت نه سمېږي. ويل کېږي چې زموږ چتونه او فکر خرابي يوازې په

ketabton.com - The Digital Library

سلکي اته زموږ دژوند په ربنتيني اړخ کي، معقول او منطقي دي، نو ټول زموږ وهم راته زېږوي. که د خپلو ناارامیو په هکله سمه شننه او قضاوت وکړو، ډېره به مو په خپله له منځه وړي وي.

ب: کوم کار چې تاسو يې په چرت، خيال او فکر کي راګيرکړي ياست، هغه نورو ته ووایاست يا يې لږ تر لږه وليکئ. د دې تشويشونو بنکاره کول، د هغوی هغه دستونزو د رازېږولو اړخ کمزوری کوي زموږ ډيري وېرې بې ځايه دي. خو موږ يې داسي ځای ته رسولي يو چې خوب او خواړه راباندي حرام سي.

ج: د ډېر فکر په ځای بايد نقشه جوړه سي. نقشه او پلان جوړول، معلومات غواړي. کار اوخوځښت غواړي. تاسو فرض کړئ چې زده کوونکي ياست او تل مو د ازموينې سوچ او يادځوروي. د اځور او وېره خيالي ده. ځکه ازموينه لري ده، اسانه ده او عادي کار دی. د دې په ځای چې فکر پکي وکړئ، لوست وګورئ، مل وېش ولرئ، د ازموينې تر راتلو که مو هڅو مره وخت کوي خو په کتاب کتلو به مو څه زده کړي وڼده کړه ذهني ځواک زياتوي خو بې ځايه د خيال او فکر نړۍ ته تلل ذهني خرابي را منځته کوي.

د کمي اوحقارت احساس هم له بې ځايه فکرونو پيدا کېږي خو اسي غبنتلی اړخ د ی چې د بل هر مثبت کار مخه نيسي. د کمي احقارت د احساس مخه هم نيوله کېږي، غوره لاره يې داده چې له نورو سره يا ده کړئ، تاسو ته به معلومه سي چې همدا ستونزه نور هم لري. همدا پوهيدل تاسو ته ښيي چې په دې احسل کي يوازي نه ياست. د دې منفي احساس اغيزه په دې کمېږي چې ځان پکي يوازي ونه ګڼئ.

په خپله زيار وباسئ، څو دا احساس کم کړئ. که مو بريالیتوب په برخه نسو، زيار وباسئ چې د خپل استعداد په بل اړخ کي توفيق پيدا کړئ، دا بريالیتوب هغه منفي احساس کموي.

بله او غوره لاره دا هم ده چې د ټولنې ژوند اړوند کتابونه وکتل سي په غونډو او د مشرانو په مجلسونو کي ګډون وکړئ او د غږېدلو، وينا کولو او مضمون ويلو په فرصت کي وينا وکړئ او مقاله ووایاست د همدا سي کارونو په موفقيت او بريالیتوب کي مو دا احساس کمېږي.

که غواړئ روحاً آرام او په ژوند کي خوځښت او تحرک ولرئ داټکي مه هېروئ:

-که په کوم کار کي پاته کېږئ او هغه پرېږدئ، تر ډېره وخته يې په فکر کي مه اوسئ.

-خپل کړي عمل ته، هغه چې تر وخت تېر وي، په ډېرو دلايلو د حقانيت دلايل مه لټوئ، د دې په ځای نوی عمل او کار سم کړئ.

-په هر کار کي د خپل کار د پاته کيدلو ملامتي په نورو مه اړوئ. ځکه هغه نسي پتې کولای خو د مټې عوامل په ځان کي ولټوئ او چاره يې وموئ.

ketabton.com - The Digital Library

– په ژوندکي شخصي پروګرامونه ولرئ، سږ به څه کوئ او بل کال به څه کوئ ؟ژوند په احتمال ،پنځه کاله اولس کاله وروسته به څه کوئ او څرنګه ژوند به لرئ.

– په خبرو اومباحثکي دافکر مکوئ چي زما خبره دې تل سپره وي بلکي هرڅه په معقوليت اومنطق منئ او ورته تسليمږئ .

–کله که په کوم کاږا مطالعه بوخت ياست ، دراتلونکي په فکر، ذهني تمرکز مه خرابوئ.

– کوم نظر چي لرئ، په منطقي ډول يي مطرح کړئ او بيا يې ژر مه پرږدئ.

– کوم کار،مثلاًښونځی اومدرسې ته تلل او درس لوستل چي موخپل کار دی دې ته حاجت مه پرږدئ چي پلار، استاذ اويا بل څوک يې دکولو درته ووايي.

–ځان يوازي مه ګڼئ. له هم ټولګيو ، همزولو او خپلوانو سره ځان نژدې ګڼئ او دزړه خواله ورسره لرئ.

دنورو په انتقاد مه خفه کږئ او مه په خپلو کارونو کې په ماتې خوړلو او پاته کيدلو ډير غم کوئ.

– ډير غم مه کوئ ، راتلونکی روښانه وينئ. راتلونکې ته په تياره کي کتل نا اميدي ده او نا اميدي ناکامي.

تل په دې فکرکي مه اوسئ چي فلاني څه راسره وکړل او فلاني څه، بلکي دنورو وراني ژر هېروئ.

–خورو ته ډېر مه ځير کېږي چي ولي ښېګڼي راسره کوي، څه موخه لري، يا څه راپسې وايي. خپل کارکوئ، کاروان روان کړئ، خلک پرېږدئ چي خبري کوي دې په ځای چي دهغوی مخه ونيسئ تر ې تېرسئ او کاروان ورڅخه لري کړئ.

– له ژوند څخه ګيله مه کوئ،په هيله او اميد کي ژوند وکړئ.

–دکار اراده ژر کوئ، ژر يې عملي کوئ ،ځان چرتونو ته مه تسليموئ.

کارونه که درته ګران اوسخت هم وي،ځنډ مه پکي راولئ هسي يې له مخه لري کوئ.

–خو دې ټولو ترڅنګ له مطالعې څخه خوند واخلئ او دې خوند دزياتوالي په هيله همدا کتاب پيل کړئ، لويوالي يي دخيال په نړۍ کي مه ګورئ ،ويې لولئ که موګټورڅه پکې ونه موندل نو ډاډه وسئ چي زيان به مو هم نه وي کړی.انشاء الله.

ketabton.com - The Digital Library

لومړنۍ خبرې

دټولې ژبو او ستاينې هغه ذات دی چې انسان ته يې دوينا په نعمت سره ستر ويار وبانډه .د قلم ژبه يې ورته وښودله او دوروستنې استازې په لومړنۍ وحی کې يې د لوست،پوهې او قلم يادونه وکړه.

درود دي وي په هغه الهي استازي چې فصاحت او بلاغت يې اعجاز ؤ او وربانډ پراغلی کتاب تر وروستنې ورځې دد پې کمال (فصاحت او بلاغت) ډګر تل پاتې معجزه ده. ورسره په نورو الهي استازو او په سمه لاره روانو مصلحينو دپې وي چې دژبې او قلم په توره يې ډېرې کړې ټولنې سمې سوې دي .

سلام دي وي په هغو چې نن هم ستر ګي په کتاب او لاس په قلم لري. سلام دي وي په تا اې خوږه لوستونکي چې دغه ګټې دترلاسه کولو په هيله، درته خوږې ستر ګي په دې پانو ستړې کوي.

زه ځانته دد پې ليکنې دوس او سم نيت اوتاته دلوستلو دکړو او ،د زغم او له دې پانو څخه دخوند او برخې د اخستلو غوښتونکی يم.

وينو چې زموږ په ټولنه کې داسې کسان کوم چې کتاب وګوري،کم دي.که يې څوک ګوري هم لوست او مطالعه يې موخه نه،بلکې يو څنګيزا او دوخت تيرمشغله يې ګڼي.له همدې کبله مو ليکوالان کم دي.

وينا کوونکي مو يادومره لوړ غږيږي چې دټولنې شعور ورته رسيدلای نسي،يا دومره ټيټ غږيږي چې،خپله وينايي په خپله هم پټليز کولای نسي .

زده کوونکي وينو چې کال او کلونه وربانډي تيرسي.خو لکه څرنګه چې ورته هيله وي،هغومره څه ترلاسه کولای نسو ای.په ازموينو کې يا پاته او يا شاته وي او....

ماچې به کله ،کله خورې ورې پانې يا کوم کتاب وکوت. لوړپينمې داوه چې له هغو څخه لاسته راوړنه ټولوته ورسوم او هوډ مې کړی ؤ تر څو څلور کتابګوټې وليکم.

۱- څرنګه کتاب ولولو؟

۲- څرنګه ليکنه وکړو؟

۳- څرنګه وينا وکړو؟

۴-څرنګه ازموينې ته چمتو سو؟

خو دغو کلنو سياسي ،پوځي حالاتو داسې وو چې نه ما داخواره واره فکرونه او زده کړې راټولولای سو ای او نه مې داسې وسايل په لاس او اختيارکې ووچې دخپل لاس ليکنه وربانډي دومره زياته کړم،څو يې نور هم وګوري .په دې شپو ،ورځو کې دزندان،هجرت،جګړې او سياسي الګو،درګو دستونزو له منځ څخه څه دبې غمې کونج ته نژدې سوی يم.

يوازې تس لاسي هغه دښمن دی چې نه کتاب پيدا کولای سم او نه دخپلې زده کړې پايله لکه څرنګه چې ښايي ستاسو مخته ايښودلای سم له خپل هوډ څخه راګرځم، کتابګوټې په

ketabton.com - The Digital Library

ځپرکوبدلوم اویوځای به څوپانې وربانديتوري کړم.
ستاسومختهبهيې ډالۍ کړم.خو،هودا!اپانې نه ستاسو فطري استعداد زياتو لايسيا او نه لهليک او لوست سره ستاسومينه.يوازي دومره کيدلای سي چي کهوغواړئ اوله خپل خدای درکړي وس څخه په د ې لارکي ګټه واخلئ، نوييا داپانې درواړوئ اوترې وپوښتئ :
څرنګه کتاب وګورم، څرنګه يې په خپله وليکم،څه ډول وينا وکړم او څه ډول په ازمويښه کې بريالی سم.
کهتاسوراسره داخبره پخه کړئ،چي نورنوله مطالعي او ليکنې پرهمينه لرو.داخبره زه درته پخه وايم: داپانې به مو دډپوښتنو ځواب وي،چي څه ولولم،څرنګه يې ولولم،څه ډول څه وليکم او څرنګه وينا وکړم.انشاءالله.
يادونه داسرليزه مې په ۱۳۷۷هـ ش کال کې ليکلې وه ،هغه مهالمضمونونه په خلافت اوکندهار مجلوکي، دځرنګه مطالعه وکړو اوځرنګه امتحان ورکړو ،په عنوانونوخپاره سول .څرنګه ليکنه وکړو اوځرنګه وينا وکړو ،مضمونونه په طلوع افغان جرېده کې خپاره سول .
اوس راسره ددې دوو مضمونومسودې سته، هغه خپروم .
دنورومتن راسره بشپړ نسته، کهمې وموند ، هغه به هم خپورسي. انشاءالله.

سريزه

په هرکارکي دبريالیتوب درې اساسي شرطونه:
دانسان فطري استعداد ، له کارسرهينه (علاقه) اوپه مهارت سره کارکول دي.
مطالعه اوکتاب کتل هم کاردی اوفکري کار،داشرطونه ورته حتمي دي .
استعداد اوعلاقه هغه څه دي چي نه ښووليږي اونه دبل په ويلوزياتيږي .په استعدادکي خوتوپير سته.اما داسي څوک نسته چي دکوم کارهيڅ استعداد ونه لري .يوازي دومره ده چي کهدچا استعدادکم وي،نوترهغه چاچي استعداديي ډيردی زيات کاراوتمرين ته اړتيا لري.
له کار،پهځانګړي ډول، له کتاب کتلوسره مينه اوعلاقه هم دانسان خپله خبره ده .نه ورته بل څوک لاره ښو ولای سي اونه يې اړکولای سای .خويوشي چي ډيراغيزمن دی،هغه دشخص هدف دی. کهڅوک له ځان سره په ژوندکي هدف ولري .هدف يې لوړ،مشخص اوشعوري وي، نوهغه په ټولوکارونوکي داسي علاقه ښکاره کوي،کومه چي يې هدف ته نژدي کوي.
په مطالعه کي دژوندداساسي هدف ترڅنګ،کهڅوک دتدريس ،ليکوالي اويا ويناکولو دنده اووس ولري. دهغه چا له مطالعي سره علاقه زياتيږي.
پاته سودريم شرط چي، هغه په مهارت سره کارکول اويا

ketabton.com - The Digital Library

کتاب کتل دي. داشرط هغه د ډيچي دبهر اغيزه وربانديډيره ده اوپه د ډيليکنکي به دکتاب کتلو په همد ډاړخ سره خبره کوو. خوزه چي درته څه ليکم ،هغه دوهمه اړتيا اودنورو تجربه ده .

زما په نظر دريم شرط هم دانسان په خپل ځان کي ډيرپوره کيږي.

مايوه ورځ يوکتاب کوت،داکتاب په انګليسي ژبه اويوه امريکايي ليکوال ليکلئ .هغه دعوه کړ ډوه چي ديو ډي حکومتي څانګې مشر بايد په يوه ګړۍ کي ۵-۶سوه مخه راپور وګوري .زه خوراحيران سوم. خواوس خپلډهغه حيرانتياته حيران يم.ځکه ديوه سړي لپاره چي هغه دمطالعه ډ څښتن وي،(۶۰۰مخه په يوه ګړۍ کي کتل نه دحيرانتيا خبره ده اونه څه زياته مطالعه ده.خوهوهله چي :

۱-يا انسان دمطالعي څښتن ډي،کوم کتاب چي ګوري،په هغه فن کي يي مطالعه کړي وي. په هغه کتاب کي ټول عنوانونه ګوري يلوازي هغه موضوع چي ورته نو ډ وي وربانديوخت تيروي.

۲-دکومي حکومتي يابلي ټولنيزي څانګي مشر،که په خپل کار ذهني حضور ولري، نو ۶۰۰مخه راپورپه يوه ګړۍ کي ورته کم دی.ځکه هغه ديو ډي پروژې په پيل څخه خبر وي. له جوړښت، بشپړتيا اوپايلاچخه يي په ذهن کي څه ذخيره لري،په ورکړل سوي راپور کي يوازي په هغو مخونو اوبرخو وخت وربانديتيريږي چي،يا ارقام وي اوله ده څخه هير سوي وي اويا کومه نوې موضوع وي چي دده په غياب کي سرته رسيدلي وي.

کيدلاي سي تاسو پري باور ونکړئ خوزه يي ستاسود حوصلي او عزم دزياتوالي له پاره يادونه کوم.

ماته له بل ښار څخه يو ميلمه راغی اودابن هشام کتاب چي په عربي ژبه اونبوي سيرت کي ليکل سوی دی،ورسره ؤ. کتاب مي تړ ډاخست. دمانښام له لمانځه دماخستن تر لمانځه پوري مي په داسي حال کي وکوت چي دميلمه خبري هم بي ځوابه راڅخه پاته سوي نه دي. دا ځکه چي ما په سيرت کي مطالعه درلوده اوهغه ځايونه مي په غور وکتل کوم چي راته په نورو کتابونو کي مستند نه بريښيدل اويا اختلافي خبري پکي وي اوپه نورو موضوعګانو کي خويوازي دپانو اړول اويا عنوان راته خنډ پيښ کړ.

ketabton.com - The Digital Library

څو ضروري خبري

داځوښکي ډير ضروري دي څوييي له ځان سره ولرئ اوبيا مطالعه وکړئ .

۱- دمطالعي له پاره ډيرکتابونه په ځانګړي ډول هغه چي په يوه فن کي نه وي ليکل سوي، مه غوره کوئ، بلکي لومړ ی له ځان سره هدف مشخص کړئ چي مضمون ليکل، تدريس اوښوونه کوئ، ويناکوئ اوکه هسي معلومات زياتوئ .

په دې ډول صورتونوکي دخپل هدف له موضوع سره سم کتاب ياکتابونه غوره کړئ. ترڅو ذهني تمرکز پيدا سي. هر فن يوه نړۍ ده. که دمختلفو فنونو دکتابونو مطالعه په يوه ځای کي کيږي، حتمي خبره ده چي ذهني تيت والـ ی اوخوراوي به درته پيدا کيږي.

۲- زغم درلودل ، داپه هر حال کي ضروردی، خوپه مطالعه کي هغه په دوو معناګانو لازم دی .

يو داچي دکتاب له کتلو سره زغم ولرئ، که کتاب ګران وي د څو ځلي کتلو ستونزي يي وزغمئ ، که کتاب په ماخذونو حواله ورکړي وي، دهغو کتابونو دلټولو اوکتلو حوصله ولرئ او ...

بل داچي بهرني ستونزي وزغمئ. مثلاً ، دکتاب کتلو ځای نه نه وي، ملګري مزاحمت ولري، په کومه خبره درته غصه اوخپګان پيدا سي. په دې ډول صورتونوکي زغم داسي په کار دي چي داټول واړه خنډونه فرض کړئ ، دقهر په ځا ی ورته سينه پراخه اوله مطالعې څخه لاس په سر نسئ .

۳- دهرکارله پاره غښتلي اراده په کار ده. خودکتاب کتلو له پاره خورا ضروري توکی دی . د ارادې قوت د استقامت، ثبات اودکار ددوام ځواک دی . کـه لـه چاسره نـه وي، پـه تمرين يـي زياتولای سی. کـه کومـه ستونزه درتـه مختـه رائـي ، دارادې قـوت لـه لاسـه ورنکـړئ .پـه عامـه توګـه، دسړي اراده پـه داسـي زغمونو اوتمرينونو غښتلي کيږي :

الف - دهيڅ بهرني حرکت اودژبي پـه زخم دکارلـه دوام څخه لاس مـه اخلئ، خپلـي کمـزوري نقطـي اصـلاح اوسـمي کـړئ . لـه کاراومطالعي سره بي پروايي مه کوئ چي دکتاب کتلو په وخت کي کوچني کاراوحرکت تاسو له مطالعې څخه لري کړي.

ب روحـي سـلامتيا پـه جسـمي روغتيـاکي ده. نودمطـالعي ترڅنګ؛ بدني کار ضروري دی . که دکار زمينه مساعده نه وه، سپورت او ورزش يي ځای نيسي.

ج - پـه خوړلوکي احتياط و سي، غذايو ډول نـه وي، وخت يـي مراعات سي اوزيات خواړه هم په بدن کي دروندوالی پيدا کوي چي هغه دخوب پيلامه ده.

د - دچاپيريال اوځان نظافت اوپاکي مراعات سي . ناپاکي له يـوه لـوري بيمـاري پيـدا کوي اولـه بلـي خـوا وقـارکموي او پـه نتيجه کي په انسان کي دټيټ والي احساس پيدا کوي، هلته نوانسان روحاً دکارتوان بايلي.

هـ - په ځان ويسا درلودل هم دهرکار له پاره ضروري خبره ده. داسي چي پرته دنورو له مرستي کار وکړای سي. دکتاب ګراني

ketabton.com - The Digital Library

موضوعګانی دنورو کتابونو په منځ حل سي. ځان داسي تلقین نکړئ چي زه ددې کتاب دکتلو جوګه نه یم.

و ـ فکر اوذهن ته تمرکز پیدا کړئ، اسي چي دمطالعي په وخت کي هرڅه هیر کړ ئ، ددې موضوع ته په یوه لنډۍ کي ډیره ښه اشاره سوي ده :

طالب خدای که به ملا سي
په کتاب پروت، یادوي شینکي خالونه

دکتاب دکتلو په مهال، ددنیا دهرا ړخ خال اوخط هیرول په کاردي.

دفکر اوذهن تمرکز، په تمرین کولو زیاتیږي اوهغه هرڅوک په خپل طبعیت کولای سي.

ج – دمطالعې له پاره ،نوټ ،نوټ لاري غوره کړئ . تل یو ډول مطالعه مکوئ اودالیکنه به له تاسو سره په همدې هکله مرسته وکړي. کوم کتاب چي ګورئ هغه ته وخت او اندازه مخته لا وټاکئ . داکار به په هغه وخت کي تاسي نه بي واري کوي چي یا کتاب لوی وي او یا یي مطالب ګران .

دکتاب کتلو ډولونه

مطالعه او کتاب کتل په لومړنۍ لنډه، بشپړه او بیا کتنه ویشلای سو ای .

لومړنۍ کتنه: تر دې وړاندې چي دیوه کتاب ګراني برخي په ذهن بار کړئ، دا ښه ده چي له هغه کتاب څخه په ذهن کي یو ګلي تصویر جوړ کړئ او داکار په لومړنۍ کتنه کیږي. لومړنۍ کتنه داسي ښکاري ګواکي یو کس دیوې سیمي په لوړه برخه تیریږي اودهغې سیمي لاندینۍ برخي وینې.

په دې ډول کتاب کتلو کي داپوښتنې له ځان سره ولرئ :

۱– په څه ډول معلوماتو پسي ګرځم؟

۲– کومي کلمې اوعبارات به زما دغوښتنو ځواب وي ؟

۳– په کوم مخ، عنوان، برخه یا څپرکي کي دخپل زړه معلومات پیدا کولای سم ؟

تر دې وروسته دخپلو غوښتنو او پوښتنو دځواب له پاره:

۱ـ دکتاب عنوان، دلیکوال نوم اودخپریدلو تاریخ ته یي وګورئ .

۲– دسریزې دوه درې لومړني پاراګرافونه ولولئ، معمولاً دکتاب اصلي موضوع پکي ښکاره کیږي.

۳– دسریزې هر پاراګراف په لومړنیو جملو کي غور وکړئ . ځکه دپاراګراف مطلب پکي موندلای سئ .

۴– جدولونه ،تصویرونه اولمن لیکونه وګورئ، ښکاره

ketabton.com - The Digital Library

عبارات او مغلق عنوانونه په نښه کړئ .

۵-دکتاب یا مضمون دوروستني پاراګرافونو لومړني ټکي هم په غور سره وګورئ .

په دې ډول مطالعه کي که ربنتیا هم پوره پاملرنه وسي، نو په لږ وخت کي ډیره ګټه ترلاسه کیږي.

لنډه کتنه :لنډه کتنه یا په اصطلاح اجمالي مطالعه، د لومړنۍ کتنې بل پړاو دی. په دې ډول کتاب کتنه کې دا ټکي په یاد لرل په کار دي:

۱- په دې ډول مطالعه کي دپاراګرافونو څرنګوالی او دکتاب سبک ته پام وکړئ .

۲-دپاراګرافونو، برخو او څپرکو پیل او پای ته پاملرنه وکړئ. ځکه اصلي مطلبونه په سر او پای کي راټول سوي وي.

۳-دیوې علمي مقالې او مضمون لنډیز او پایله لومړی وګورئ .

۴-په دې ډول مطالعه کي مهم ټکي په نښه کړئ. څو کوم مطالب چي ستاسو له غوښتنې سره دکتاب له اصل موضوع سره اړیکي نلري، وخت وربانديي تیرنسي.

۵-له مثالونو او نمونې څخه صرف نظر وکړئ. خو مضمون په جوړښت او دلیکوال په سبک ځان پوه کړئ .

۶-په دې ډول مطالعه کي، تاسو باید دکتاب یا مضمون په اصل موضوع ځان پوه کړ ی وي .څلور،پنځه مهمي نکتي پکښي بیان کړا ی سي.دومره پوه سوي یاست چي دهمد ې کتاب دکره کتني له پاره څومره وخت په کار دی.

بشپړه کتنه په بشپړه کتنه یا تکمیلي مطالعه کي، هغه برخي کتل په کار دي، کومي چي په لومړنۍ اولنډه کتنه کي کتل سي وندي. معمولاً دا هغه برخي دي چي دتحلیل اوپوهید لو ستونزي لري .له همدې کبله په لومړنۍ مطالعه کي هغه څنګ ته سوي وي، چي په ذهن فشار زیات نسي. خو اوس ذهن دوه ځله فرصت ترلاسه کړی او دکتني په دې پړاو کي ورته چمتو وي. په دې ډول کتاب کتلو کي د ډیر نکتو ته پاملرنه ضروري ده :

۱- مهم مطلبونه په نښه کړئ .

ګوم ځایونه چي مهم خوګران وي، هغه دپوښتنې په نښه(؟) په یوه کربنه په نښه کړ ئ.ترڅو په وروستني کتنه کي ورباندي غور وکړئ، له چایي وپوښتئ اویا یي دنورو کتابونو په مرسته حل کړئ .

۳-دمطالعې په دې پړاو کي مطلبونه باید په منظم ډول په حافظه کي وساتل سي ترڅو ورڅخه ګټه واخستله سي.

۴-معلومات ترتیب سي، لنډیزیي واخستل سي اونوي معلومات یادا ښت اوپه برخو ویشل سي ترڅویي یادول اسانه سي. معلومات باید ترپنځو ډولونو او برخو زیات نسي، ځکه

ketabton.com - The Digital Library

پلټونښلوي ده چې ذهن په يوه وخت کې ترپنځو په زياتو برخو مصروف کيدلای نسي.

بياکتنه: دا د کتاب کتلو دوهم ځلي يا وروستني مطالعه بلله کيږي او هله بايد وسي چې که زياتو معلوماتو ته اړتيا وه يا کوم ځايونه په لومړنيو پړاوونو کې پاته سوي وو او يا هغه وخت چې ديادښتونو تکرار ته اړتيا وي. ترڅو په مطالعې وروسته کولای سئ، خپل يادښتونه بيا منظم کړئ د ټول کتاب لاسته راوړنې ترتيب کړئ او که دهر مقصد لپاره موهم مطالعه کړي وي هغه وربانديې پوره کړای سئ.

د کتاب کتلو چاپيريال

۱- له مطالعه په يوه ځای کې کوئ، ځکه کومه خونه چې تاسو د تل له پاره د کتاب کتلو ځای ټاکئ، نو دهغې هرڅه به درته عادي ښکاري، ذهن به موتمرکز نه بايلي. خو که ځايونه بدلوئ هرنوی ځای، نوي شيان لري. همدا شيان ستاسو ذهن بوخت ساتي او مطالعې ته موپاملرنه کميږي.

بله ګټه يې داده چې ذهن او حافظه مو له هغه ځای سره داسي عادت کيږي چې دهغه ځای په ليدلو ژر ورته د مطالعې خاطر پې راګرځي او چمتو کيږي. ورسره که تاسو د مطالعې پرڅای کلای ځای ولري نو تل دي ته نه اړکيږئ چې دلوست اوليک وسايل سره غوند او خوندي کړئ، بلکي هغه سي به پراته وي چې هم ذهن تمرکز نه بايلي او هم د وخت سپما کيږي.

۲- له ناآرام چاپيريال سره د آرامولو مبارزه مه کوئ، که راډيو غږيدله يا په يوه ډله کې ناست واست اويا نور اسي څه ووچې ستاسو ذهن يې تمرکز ته نه پريښود. د دې پرځای تر ډډ ونز د حل لاره دانده چې چاپيريال ارام کړئ، بلکي تاسو په خپله داسي مطالعه پيل کړئ چې په هماغه محيط کې نا ارامي لاس بري سئ او هغه نا ارامي دربانديې اغيزه ونکړي. ليدلي به مووي چې ځ ښې کسان په هوټل، موټر او نورو ځايونو کې زوره مطالعه کولای سي.

۳- کتاب کتلو لپاره داسي ځای مه خوښوئ چې هلته تر ناستي، څملاستي ته ميلان زيات وي. د ساري په توګه په خورا نرم فرش کښيناستل او يا په يوه ارامه چوکۍ کې ډډه وهل، هغه څه دي چې تاسو ته تر مطالعې د خوب او ارام خوا درنوي.

۴- ځان عادت کړئ چې په ډاډه زړه او ذهني تمرکز، مطالعه پيل کړئ. که په ذهن کې داسي کار لرئ چې د کتاب کتلو په وخت کې مو پاملرنه ورته اوړي، هغه لومړی سرته ورسوئ او بيا کتاب کتلو ته کښينئ. خو که موځان ورته بې غمه کړئ نه ؤ، کتاب کتل هسي وخت تيرول دي.

۵- د مطالعې په پاره ميز او ورسره د ميز څراغ ښه دي خو دومره هم ضرورند يې چې پرته له هغو د مطالعه نه کيږي. يوازي دا ضرورده چې مطالعه په رڼا کې و سي او د دازادي هوا موجوديت ذهني ستړيا کموي.

ketabton.com - The Digital Library

٦ـ که دمطالعي له پاره ځانګړې ځايڼه پيدا کيږي نو بيا دومره څه لازم دي چې ستاسو دليک اولوست لوازم پکې خوندي او ژريي له يوه ځايه بل ځای ته يو وړلای سئ.

داکار دوه ګټې لري: يو وخت سپمږي او بل ذهني تشويش نه پيدا کيږي.

که دژوند سهولتونه نبه وي نو بيا دمطالعې له پاره ځانګړي خونه، هغه هم له کنه ګونې څخه خوندي، دتازه هوا جريان، دکوټي دتودوخي معينه درجه (دشل سانتيګراد په خواوشا کې) مناسب ميز چې مخ يې د ډيرو کتابونو ځای ولري او ترلاندې هم دلوازمو دايښودلو ځای يې ستروي، لازم دي. خو که دژوند ناخوالي دا سهولتونه درته برابر ولای نسي، نو بيا له ستونزو سره ځان روږدي کړئ. له چاپيريال سره عادت کيدل دژوند دپايښت شرط دی. په مطالعه کي هم بايد موږ داسانتياووپه نه شتون کي ځان ته بهانه ونه لټوو بلکي مطالعه وکړو اوله عادي اسانتياو څخه ستره ګټه ترلاسه کړو.

دوخت سپما (دمطالعې وخت)

ته داسي کسان چې خپل ډيرا وښه وخت په غير ضروري يا هم بي ګټې شيانو تيروي. زموږ دخلګو په اصطلاح "ګپ شپ" کوي، منظره کوي، دښار اوبازار چکر وهي، د يارانومجلس ته ځي يا هم په هغه کار لګياوي چې هر وخت او له ده څخه پرته هم کيږي. بده لا دا چې ډير وخت دکور څخه دوتلو په مهال، په هنداره کې په کتلو، د جاموپه سمولو او نورو عادتونو مصرفوي. خوځوک چې له ځان سره داسي مهال ويش ولري چې دمطالعې، کار، سَيَل او تفريح، ددوستانو اوخپلوانو ليدل پکې معلوم وي او هغه مهال ويش ته ځان اړ وبولي، نو ډير وخت به يې وسپمږي.

دوخت دمراعات اوسپما لپاره، که داڅونکتي په ياد وساتلای سي بي ګټې به نه وي.

١ـ دورځنۍ کار اولوست، مطالعې اوکتاب کتلو ټول ضروريات تل چمتو ولرئ که سهار وختي کاريا زده کړې ته ځئ اويا کتاب ګورئ، دهغوي ټولول اوسمبالول به موو خت نه نيسي.

٢ـ راډيو، تلويژون او سينما په خپل ژوند مه لاس بري کوئ بلکي هغو ټول په خپل اختيار کي ولرئ، په دې معنی چې کوم مناسب پروګرامونه چې موخوښ وي نو کولای سئ ترنيم ساعت پوري يې ووينئ يا خپله مطالعه پيل کړئ. خو که

ketabton.com - The Digital Library

دهغه پروګرام له پاره مهال ویش ونلر ئ همدا نیم ساعته پروګرام مودرې ساعته وخت ضائع کوي .

۳ـ ه اضافي خبرو ،تلیفون کولو او تلیفون ته په کښیناستلو وخت مه ضایع کوئ اوس خو موبایل هسي هم دوخت دضایع کولو هغه خطرناکه وسیله د ه چې نه زوړ تري بیغمه دی نه ځوان،نه دلمانځه قید مني او نه دتشناب. هرځای یي کړنګی وي.بده لاداچي ځان دښمنه ځوانان ،په دیرش کلنۍ کي ورباندي لوبي کوي .

۴ ځان ته سوغات ورکړئ . مثلاً ،له ځان سره ووایاست که مدې کتاب په دومره وخت کي وکوت، نیسا به هغه تفریحي کتاب ګورم ،یا به درادیو فلانی پروګرام اورم اویا به ...

۵- دبیکاري له لنډو شیبو څخه ګټه واخلئ .مثلاً غواړئ کوم پروګرام واورئ .ورسره بل مصروفیت هم ولرئ،ورزش وکړئ،نوکان واخلئ،سنت سم کړئ،جامي ترتیب او وتو کړئ .لنډه داچي داسي کارورسره وکړئ چې دپروګرام د اوریدلو مزاحم نسي.کولای ئ څو ساده کارونه په یوه وخت کي وکړای سئ خوګران کارله ځان سره بل نه مني.

داخبره ومنئ چې په یوه وخت کي څوکارونه کولای سئ، ځکه انسان پنځه حواس لري،په یوه وخت کي له ټولو ګټه اخسته کیږي . یوتن چې ډایوري کوي، دهغه سترګي، لاسونه،پښي،غوږونه او ژبه په یوه وخت کي کارکولای سي،نوله راډیو او تلویژیون سره هم داسي کار کیږي چې وروسته دمطالعې وخت ورباندي ضایع نسي.

ددې ترڅنګ داسي نور ې شیبې هم راځي چې ورڅخه ګټه واخستلای ئ مثلاً ،په دفترکي له بیکاري څخه، په ښوونځی کي له خالي ساعت اویا تر درسي ساعتونو وړاندي وخت،دډوډ ی او نوروکارونو دانتظارپه وخت او دلویو لاروپه موټرکي هم مناسبه مطالعه کیدلای سي.

۶ ورځني وخت په مناسب مهال ویش ډک کړئ،خو کار،لیک،لوست او تفریح ته وخت معلوم کړئ .

په دې کارسره به دمطالعې له پاره فرصت،ذهني ډاډ اونورو کارونوته وخت پیدا کړئ.داډیره ښه خبره ده چې چا کړي ده:که غواړئ چې کار موژر خلاص سي، په هغه چایي وکړئ چې ډیر کار لري .

د ډیر کار ګټه داده چې کوونکي یي په مهال ویش کارونه سرته رسوي اودچاچي کارکم وي، هغه مهال ویش نلري اوهغه کم کارهم ورڅخه پاته وي .

زماد زده کړو وخت تجربه ده، کوم زده کوونکي چې به دکورکار هم درلود ،هغه زده کوونکي به ترهغه شاګرد په ټولګي کي وړاندي ؤ کوم چې کاربه یي نه درلود .بیکاره زده کوونکی به په دي خبري غولولئ چې :بیا به یي ولولم اود ډیر کارڅښتن زده کوونکی،دپارادي وړاندي کړ ئ چې کله به یي دکارونو ترمنځ کم وخت هم پیدا کړ، کتاب به یي کوت .

ketabton.com - The Digital Library

نو ددې پاره چې د مطالعې په بهانه نور کارونه او دنورو کارونو په بهانه کتاب کتل پاته نسي، غوره لاره داده چې ورځنی (۲۴ ساعته) وخت، په مهال ویش داسي وویشل سي چې: خوب، کاو مطالعه، لیدني، کتني هرڅه پکې ځای سي. که مطالعې ته یو ځانګړی وخت وټاکل سي، هغه وخت ته ذهني چمتو والی پیدا کیږي.

۷ مهال ویش په خپل نظر ترتیب کړئ. ځکه هرڅوک ځانته کارلري او په خپل کار هرڅوک ښه پوهیږي چې کوم راته مهم او کوم غیر مهم دی، څه وخت مطالعه کولای سم او څه وخت دژوند نوري چاري په مخ بیولای سم.

۸ مهال ویش باید داسي ترتیب سي چې که کله مهم کار، مثلا مطالعې پاته کیږي، بله شیبه وخت پیدا کړئ، د استراحت او تفریح له وخته داتسې ډکه کړي. د تفریح او رادیو، تلویزیون له وخت څخه ورته د پاته سوې مطالعې ګټه واخسته سي.

۹ که په مهال ویش کې مطالعه پټه په یوه وار ډیر وخت ورکوئ. مثلاً وایاست چې هرماسپنین مطالعه کوم او دورځي له مخې ټرمي نور کارونه کوم. داچې دماسپنین وخت ډیر وي، ذهني ستړیا پکې پیښیږي. نو دد ې ستړیا دلري کولو له پاره دوه کارونه باید وسي:

یا داچې تر یو ساعت یا یو نیم ساعت وروسته، د تفریح له پاره لږ تر لږه لس دقیقي وخت بیل کړئ. یا داچې د مطالعې موضوع کتاب بدل کړئ. د موضوع بدلول ذهن ته د تفریح په څیر را مټیا بحښي.

۱۰- د مطالعې په وخت کې د مهمو ټکو یادد اښتونه واخلئ، داکار یو ذهن ته ډاډ بخښي او بل وخت سپموي. ځکه که دوهم ځل همدې معلومات ته ارټیا پیدا کیږي، د ټول کتاب د کتلو په ځای به یوازي دا یادداښتونه وګورئ.

۱۱- د مطالعې په اراده، که د مطالعې ځای ته ورسیدلی نو ژر به مطالعه پیل کوئ، څومره چې ځنډ کوئ هغومره موذهن چمتو والی او تمرکز بایلي.

۱۲- وخت مهم دی. خو دوه ځایه د وخت مراعات مه ساتئ.

الف: کله چې په مړه ګیډه څه وخورئ، نو د نیم ساعت له پاره مطالعه مه کوئ، کتاب مه ګورئ او څه مه لیکئ، ځکه معده چې ډکه سي، نو وینه هغې خواته رامخه کړي، د بدن د نورو برخو، په ځانګړي توګه مغزته وینه پوره نه رسیږي. بدن راحت او ارام کولو ته اړه پیدا کوي او ذهن په بشپړه توګه کتاب کتلو ته چمتو نه وي.

ب: که د خوب، ناستي او تفریح خوني او ځای ته د کښینا ستلو لپاره اړسوئ، هلته مطالعه مکوئ، ځکه هلته ذهن خو اپوري وي او ذهن ته ډاډ نه پیدا کیږي. ښه لاره یې داده چې ژر هغه ځای پریږدئ او د مطالعې خونې ته لاړ سئ.

ketabton.com - The Digital Library

دعادت په بدلون کي زغم ولرئ

پوهيږئ چي تاسو په ژوند کي هدف لرئ، هدف موپيژندلی او په شعوري توګه مو غوره کړی دی. داهدف که هرڅه دی درته سپيڅلی دی. دهمدې هدف دلاسته راوړلوپاره کتاب کتل يوه لاره بولئ. له همدې کبله دمطالعې ستونزي په ځان منئ. هدف کله لوړي او که وړوکی، انسان ته خوښ وي، خو دژوند ستر، ستر هدفونه دانسان دسينې پراخي او دسترګو دليدلو واټن اوږدوي. مثلاً، يوتن دهدف لري چي ترمطالعې اوليکنې وروسته، دډس له يوې څانګې او يايوه پړاوڅخه فارغ سي. خوبل له همدې ډس اولوست څخه داهدف لري چي معلومات ترلاسه کړي. دوهم هدف ترلومړي ستراولومړنی پکي په خپله ترلاسه کيږي.

تاسو به له مطالعې څخه حتماً يوهدف لرئ. زده کونکي، ښوونکي، ليکوالان اويا هم دټولنيزوکارونودکومي برخي مسئوليت به لرئ. داچي مطالعه کوئ ، دمطالعې يوعادت به هم لرئ. داعادت به درته خوښ اوګټور هم وي، خو کيدلای سي دنوروتکړه خلګودژوند ازميښتونوځيني عادتونه غوره بللي اوښه ګڼه يي ورڅخه ترلاسه کړي وي. دلته به ځيني عادتونه، ښوونه اوشرطونه وليکل سي. خو کيدلای سي ستاسې فکربرابر نه وي. ستاسوترزغم درته ګران او درانه وبريښي خو داچي دمطالعې دالاري ازمويل سوې دي. نوخپلول يي بي ګټي ندي. کيدلای سي، دالاري لږترلږه دوخت دسپما اويا ژر دپايلي ترلاسه کولوګټه ولري. نولومړی څه زغم اوحوصله غواړي ترڅوخپل عادت په نورو عادتونو واړوئ.

تاسوپوهيږئ، عادت هغه مهارت اوملکه ده چي په يوه کارکي په تمرين اوتکرارسره لاسته راځي اومخته ترعادت هغه کارناشونی بريښي.

يوعادت خپلول يابدلول څه کړاولري اوقرباني غواړي، هغه قرباني به کله دوخت وي اوکله نوره.

په هرحال، ددې له پاره چي دمطالعې دعادت هغه برخي بدلي کړئ کومي چي دد ې ليکنې ترمطالعې وروسته درته په زړه پوري نه بريښي، نو داټکي په پام کي ولرئ.

۱- دنوي عادت په خپلولوکي په کلکه اراده او ژوره غوښتنه پيل وکړئ، دهرکاردبري پيلامه دانسان اراده او ذوق دی. که دادوه عنصره وونوپه ربنتياني توګه دهغه کاردبري پيل درته رارسيدلی دی.

هڅه وکړئ ترڅوستاسو داذوق اوتصميم هيڅ شی مات نکړي. که موکومه خونه دمطالعې له پاره وټاکله، خو دوستانو مزاحمت کاوو، خونه بدله کړئ. هسي نه چي دزاړه عادت په ځيربيا هم ورسره کښينئ. که مودمطالعې پوخت له خورا خوندوري ميلمستياسره برابرسو، ترې تيرسئ او...

۲- په لومړنيو ورځوکي ترڅو چي نوی عادت دزاړه عادت په ځای خپلوئ، هيڅ استثنی مه منئ. که مو وغوښتل چي د

ketabton.com - The Digital Library

تیر وخت دخورې ورې مطالعې ځای بدله نوي عادت سره سم ،دشپې له اووترنهو بجو کتاب ګورم . که څوک په همدې وخت کې مزاحمت وکړي .ورته غاړه مه ږدئ.داسې مه وایاست چې زه یار وپالم اوسبا به دمطالعې وخت دوه برابره کړم .تاکلی وخت له مطالعې پرته په بل څه مه ډکوي .

۳-کله چې مو وخت پیدا کړ، نو ی عادت خپل کړئ . داخبره مه کوئ چې سبا کال خو تیر سو ،دا اونۍ تیره سوه، آن داچې نن ورځ خو تیره سوه، بیا بیې ګورو . نه هرڅوک چې دفرصت او وخت په انتظار کښیناست، دخپل کار دناکامې پیلامه یې ولیدله .که دعادت دبدلولو زغم ولرئ،کیدلای سي ستاسو دکتاب کتلو زغم او حوصله دومره ډیره سي چې په ساعتونو، ساعتونو مطالعه وکړئ او دستړیا احساس ونکړئ .

مرحوم صلاح الدین سلجوقي (**دتجلی خدا درافاق و انفوس لیکوال**) په یوه مرکه کې ویلي ؤ :یوه شپه مې دخراغ رڼا ته کتاب پرانیست،ناڅاپه دخراغ په رڼا کې بدلون راغی. ومې کتل چې دسهار درڼا څپه، دماخستن دخراغ په رڼا راغلې وه. یعنې نومورې تولې شپه کتاب کتلی ؤ خو ستړیایې محسوس کړې نه وه.

څرنګه چټک مطالعه وکړو؟

په ننۍ نړۍ کې، که انسان په هرشغل یا مقام کې وي، لوستلو الیکلو ته اړتیا لري،زیاتې خپرونې په هرکار اوعملي میدان کې کیږي چې څوک همدا معلومات خپل نکړي، دخپل کار دسیالي له کاروان څخه وروسته پاته کیږي .د بري خپرونې ،دوخت کمی او زیات مصروفیت انسان دې ته اړباسي څو په کم وخت کې ډیرمعلومات ترلاسه کړي .

ددې هدف دترلاسه کولو لپاره، په مطالعې او کتاب کتلو کې دوو تکوته باید پاملرنه وسي :

چټک لوستل او چټک مفهوم اخیستل .

کوم کسان چې کتاب کتلو ته زړه نښه کولای نسي، په همدې دوو برخو کې ستونزې لري چې ګړندۍ مطالعه کولای نسي اویا په کتاب ژړپوهیدلای نسوای .

ځینې خلک دکتاب کتلو په وخت کې دومره ورو روان وي چې په هره خبره او کلمه دریږي.دمطالعې په وخت کې بې شونډان حرکت کوي اوپه لوړغږ مطالعه کوي.خوڅومره چې دا ځنډ زیاتیږي،هغومره مطلب کم اخستل کیږي .ځکه په هغه وخت کې چې په کلمه ځنډ رائي،په هغې شیبه کې حافظې ته څه نه نقلیږي اوداواتن مطالب سره بیلوي،مطلب یوځای نه اخستل کیږي.دد ې نیمګړتیادمخنیوي لپاره باید هم ګړندۍ مطالعه وسي اوهم دمطلب اخستلووس ډیر سي.

ketabton.com - The Digital Library

د شخص او اطلاعاتو ترمنځ اړیکو ته *مطالعه ویل کیږي* .
څومره چې دا اړیکي زیاتیږي، هغومره دفکر تمرکز پیدا کیږي
او مطلب ښه اخستل کیږي .دد ې اړیکو دټینګولو لپاره، غوره
اولنۍ لاره، چټکه مطالعه ده .په چټکه مطالعه کي در ې ګټي
دي :

۱- وخت سپمول .

۲- حواسو تمرکز پیدا کیږي . ځکه څومره چې مطالعه
چټکه سي هغومره ذهن خپلي دندي ته متوجه کیږي.

۳- په چټکه مطالعه کي له مطالعې سره اړیکي ډیریږي .
ځکه کله څوک په کم وخت کي زیات څه ترلاسه کړي ، ورسره
خوند او ذوق هم زیاتیږي .

مطالعه دا مرحلي لري:

۱- نۍ کسان په لوړ غږ مطالعه کوي، شوندان ورسره
ښوروي، غږيي یا نورا وري او یا په خپله .په هرحال يي وخت
زیات نیسي، انرژي يي ډیره مصرفیږي او ګټه کمه تر ې
اخلي .داکسان کله په کلمه دریږي، په یوه دقیقه کي تر دوه سوه
پنځوسو کلمو پوري مطالعه کولا ی سي چي دا د مطالعي ټیټه
اندازه ده.

که څوک د مطالعي مهارت ولري نو کولا ی سي په یوه دقیقه
کي تر زرو کلمو هم زیاته مطالعه وکړي.

۲- نۍ کسان د کتاب کتلو په وخت کي شوندان نه
ښوروي، په غږ لرلو سره مطالعه نکوي خو کله، کله دریږي
او دهرې کلمې معنی او مطلب پیل ،پیل ذهن ته رسوي .دا ډول
مطالعه د پردې ژبي دزده کړي لپاره ښه ده خو بل ځای بي ګټه ې
ده.

۳- نۍ کسان پیا له ژبي او شوندانو څخه ګټه نه
اخلي، یوازي په سترګو مطالعه کوي .داکار څه مهارت غواړي
او غوره لاره ده. څوک چې په ځنډ کتاب ګوري نو د
سترګو په مطالعه دانیمګړتیا پوره کولای سي.

که ځینې کسان د لوړ غږ د مطالعې عادت لري او یا د مطالعې
په وخت کي په لیکو قلم یا ګوتي تیروي .دد ې عادت
د کمولو لپاره دي ، د مطالعې په وخت کي ترهغه چې عادت
کیږي، ژبه د غابنو نو ترمنځ نیسي، هغه د غږ مخه نیسي او که
ګوته یا قلم په لیکو را کاږي نو هڅه دي وکړي چې لاسونه له
کتاب څخه لري وساتي، ترڅو عادت سي.

ګرند یمطالعه څه تمرین غواړي. خو چې داکار لومړ ی په
اسانه متنونو پیل کړي؛ ورو ، ورو ګران متنونه وګوري، ډیره
ستونزه نلري. له د ې تمرین سره، سره چې شوندان اولاس په
مطالعه کي ورګډ نکړئ، دا څو ټکي هم مه هیروئ :

۱- د مطالعې په وخت کي زیاروباسئ چې په مطلب پوه سئ
او بیا د جملو تکرار ته اړ نسئ.

۲- د کلیمو په ځای په جملو دریږئ او د د ې د ریدلو ځنډ هم کم
کړئ . د کلیمو په ځای، په جملو دریدل وخت لږ نیسي، ذهني
تمرکز ډیروي او ستړیا کموي.

ketabton.com - The Digital Library

له مطالعې څخه ژر مطلب اخستل

انګيزه او غوښتنه په زده کړه کې اغيزمن عامل دی. که دا معلومه يې چې ولې مطالعه کوم او ييا مطالعې ته ميلان او غوښتنه زياته سي، نو د مطالعې اسانه کيږي. په هر کار کې پيل ګران دی. که څوک مطالعه پيل کړي نو يو لړ ستونزې خپله له منځه ځي. خو پيل بايد په يوه جدیت سره يې چې په خپله بې عزمي او سستي لاس بری سي. هر کار په پيل کې څه چمتووالی غواړي، په اصطلاح تو ديدل ضروري دي. نو د کار د پيل لپاره که مو ذهن اماده نه يو او ژر بيرته را څخه پاته کيږي او دوهم ځلي پيل کو لو ته اړ کيږو، په هغه صورت کې چمتو کيدل يا په عامه اصطلاح تو ديدل دوه ځلي وخت را څخه غواړي.

کله چې مطالعه پيل يې، بيا لږ تر لږه يو دوه ساعته مطالعه بايد په جدیت سره وسي، وروسته تفريح لازمه ده. کومه مطالعه چې ډير وخت او پرته له تفريح څخه وي، هغه ښه ذهن نه اخلي، که د مطالعې وخت پرته له تفريح څخه اوږدسي، هغه ستړيا چې پيدا کيږي د موضوع او کتاب په بدلون نه ختميږي. خو که يې وخت لنډ او جدیت يې زيات وي، را پيدا سوي ستړيا د موضوع يا کتاب په بدلون کميږي. نو له کتاب څخه ګټه تر لاسه کول داسي کيږي چې د کتلو وخت يې اوږد نه سي، تفريح وکړای سي، په همدې کم وخت کې د ذهن تمرکز وساتل سي او په بل کار د هغه تمرکز اخلال نسي.

۳- د اخبره په ځان حتمي کړئ چې د شونډانو او ژبې په ځای يوازې له سترګو څخه ګټه واخلئ.

کوم په سترګو د مطالعې اشنايي درسره پيدا سوه، بيا په ليکو د پنسيل تيرول نور هم تمرکز پيدا کوي.

د سترګو مطالعه بايد تر هغه تمرين سي څومو مطالعه په يوه دقيقه کې تر زرو کلیمو واوړي.

څوک چې په مطالعه کې زيات مهارت لري، هغوی کولای سي څو ليکې په يوه نظر وګوري، يا د کتاب مخ په عمودي ډول وګوري. يعني په ليکو له پاسه کښته ستړګې وغلوي. هغه هم د عمود، مايل او يامات خط په څير.

انشاء الله، نور کسان به د اپلټنه او تمرين درته وليکي او وښيي. زه به د دې خبرې مراعات وکړم چې دليکنې ميدان مې وړوکی دی.

ketabton.com - The Digital Library

لـه دې خبرو سـره، سـره دد لړۍ پـاره چـې لـه مطـالعې څخـه ژر مطلب تر لاسه کړئ، دې ټکيو ته پام وکړئ :

۱- د کـومې ژبـې چـې کتـاب ګورئ، پـه هغـې ژبـه کـې دلغـاتونو ذخيره زياتـه کـړئ .دد ې پکار لپـاره لـه فرهنګونـو ، ډکشنريو ،قاموسونو يا دلغت لـه کتابونو څخه ګټه واخلئ . په دې هکله غوره کتاب هغه دی چې :

"دلغت معنی ،تلفظ،سمه املا ، دلغت ډول چې دکلمې کوم پاټکی دی.يعنې وښيي چې اسم دی،فعل دی که حرف يا ...دی او دلغت داستعمال طرز او ځای وښيي. "

دلغاتونو ذخيره هم په خپله په ذهن کې نه ډېرېږي په ډول، ډول لارويې خلګ زده اويادوي .

نځيرکسان دهر لغت لپاره کارت ليکي،د هغه لغت معنی، تلفظ،مترادف ،متضاد او څو جملې ورسره ليکي.هغه کارت له نورو کارتونو سره دالفبا په ترتيب ږدي او کله، کله يې ګوري.

نځيرکسان ورته بيله کتابچه لري.لغات له ټول څرنګوالي سره پکې ليکي او کله ،کله يې لولي.

ځيني بيا چې ترکتلولاندې کتاب يې خپل وي،ترنوي کلیمې لاندې خط کاږي او هغه څو ،څو ځله تکراروي .

خو ما په خپله چې کله مطالعه پيل کړه،دوه در ې کتابونه به مې غوره کړل،کوم لغتونه چې به راتـه نوي وو ، دهغوی معنې مې وموندله، ترهغه به مې دکتاب هغه برخه چې نوي لغاتونه پکې وو په تکرار سره کتله، ترڅوبه هغه نوي لغاتونه، دهمهغه کتاب په جملو کې راته بلدا واشنا سول.

۲-دلغت او کلیمې ترپوهيدلو وروسته، دمطلب د اخستلو لپاره په جملو پوهيدل ضروري دي.

کلیمه په ليکنه کې دخبرې او جمله دیو ې ټوټې حيثيت لري چې له څو خبرو ودانه سوي وي،ليکوال خپل مطلب د جملو په ترڅ کې بيانوي .دجملو مطلب او مفهوم په دوو لارو اخستلای او وربانديې پوهيدلای سوای :

الـف : يـاداچې دجملـو ؛کلیمې بيلې،بيلـې وپيژنو ،بيـا ورتـه پيوند ورکړو او لـه هغه پيوند څخـه دليکوال پـه مطلب يا پـه هغـه معلومات چې په هغې جمله کې يې ځای کړی وي پوه سو .دا به ياداسـي وي چـې لغاتونـه بـه راتـه اشـنا اويادا چې دلغاتونو پـه کتابونو کې به يې معنی پيدا کوو .

ب : که لغاتونه هم وپيژنو خو په ښکاره دليکوال مطلب پکې نه معلوميږي،دد ې ډول مطلب د پوهيدلو لپاره استنباط دی، څو په جملو کې پټ مطلب پيدا کړو .دې جملو ته پام وکړئ :

۱- هغه دی يو څوک راراوان دی .

۲- زما په نظر يوه خوځنده شبح ښکاري،ممکن انسان وي.

۳- يا ره ماهم مارته په لسټونې کې ځای ورکړی دی.

پـه اولـه جملـه کـې هيڅ ستونزه نـه ســـته. پـه څوک او روان پوهيږو له جملې څخه مطلب اخستلای سوای.

ketabton.com - The Digital Library

په دوهمه جمله کي لغاتونه راته ګران دي .په فرهنګ کي به دخوځنده،شبح او احتمال معناګاني پيدا کړو او بيا به له جمل ې څخه مطلب واخلو .

په دريمه جمله کي لغاتونه اشنا دي، خومطلب پکي پټ دی. په اشناکلمو پوهيږو چي، له ليکوال سره په ټولګي، دفتريا ګاونډ کي داسي څوک اوسيږي چي د ډورسره مينه نلري، خونيغ په نيغه يې څه ويلي دي .هغه يي له مارسره ورته بلل ی اونژدې والي يې په لسټوني تعبير کړی دی .

۳ـ يوه ليکنه کي دځو جملو له يوځای کيدلو څخه، يوه ټوټه (پاراګراف) جوړيږي. کله چي په کلمه او جمله وپوهيږو نو بيابايد په پاراګراف هم وپوهيږو . په پاراګراف کي ډير وخت لومړنۍ جمله اصل مطلب ښيي او نور ې جملې دهغې تشريح او تائيد لپاره راځي. لوستونکي بايد پاراګراف اصل مطلب درک کړي ،دنورو جملو په مرسته يي اثبات ، تشريح او تائيد وموميي اوله نورو جملو سره يې اړيکي وګوري ترڅو معنی او مطلب ورته بشپړ ښکاره سي.

داجملي په غور سره وګورئ :

۱– قلم دژبي نائب اوپه ځای ناست دی .

۲–قلم دژبي په څير حرکت کولای سي، دانسان دذهن څرګندونه کوي،خوهله چي انسان دقلم په ژبه وپوهيږي.

۳– په هيڅ ټولنه کي دقلم اهميت پټ نه دی.

۴– د قلم خوځيدل،انساني تاريخ جوړيدل او تمدن له يوانساني نسل څخه بل ته نقليدل دي.

په اوله جمله کي، اصل مطلب چي دقلم اهميت دی بيان سوی دی،اوپه دوهمه جمله کي وضاحت ورکړل سوی دی . نورې جملې دهمهغې مدعا دثبوت له پاره ليکل سوي دي.

۴کلمه چي په لغت،جمله اوپاراګراف پوه سو،نودبشپړې ليکنې په مطلب پوهيدلا ی سوای ليکنه که دکتاب د څپرکي په څيروي، که دمجلي يا جريدې کوم مضمون وي، خو له ټوټو (پاراګرافونو) څخه جوړ ه سوي ده،وداټوټې، ټولي يو ډول نه وي.لومړنۍ پاراګراف په يوه ځانګړي ډول ليکل سوی وي چي دليکوال مقصد اوهدف په ښکاره تر ې معلوميږي.نورپاراګرافونه هم داسي ليکل سوي وي چي دلومړني پاراګراف دجوړښت اومعنی ملګرتيا ولري.

وروستنۍ پاراګراف دپايلي پاراګراف دی اودمضمون لنډيز.په دې پاراګراف کي ليکوال خپل هدف په نورو تورو بيانوي . ځينې پاراګرافونه بيا دليکوال د نظربدلون ښيي چي دمضمون له يوه لوري بل لورته لوستونکي بيايي.

يوه بشپړه ليکنه هغه وخت پيژندله کيږي چي د پاراګرافونو مطلب اوله يوه بل سره يي اړيکي وپيژندلي سي.په پاراګرافونو کي دليکونکي په مقصد هم پوه سو اوله هغه نظر او موضوع سره يي ځانګړی احساس هم درک کړو.

ketabton.com - The Digital Library

خپله حافظه غښتلې کړئ

د حافظې ښه په ذهن کې د معلوماتو ثبتول او بیا یادول دي. څومره چې یوه موضوع ښه درک سي هغومره ښه په حافظه کې ثبت کېږي.

په حافظه کې د مفهوم ثبت کېدل په وخت او اشخاصو کې توپیر لري. ځنې کسان یې ژر حفظ کوي او ځنې وروسته، ځنې ټول مطلبونه ضبط کولای سي او ځنې څه برخه.

له حافظې څخه هېرېدل هم توپیر لري. ازمېښتونه ښیي چې ۵۰% معلومات په لومړي ساعت کې، ۶۵% په ۲۴ ساعتونو کې او ۸۰% معلومات له زده کړې او پوهیدلو څخه وروسته تر یو میاشت پورې هیریږي او له حافظې څخه وزي. حافظه د نورو غړو په څیر په تمرین غښتلې کېږي او هم کمزوره کیږي.

ارامتیا، مناسب خواړه، بدني روزنه او تفریح، د جسمي او ذهني وغتیا خیال ساتل، مهال ویش درلودل او مطالعه کول، هغه څه دي چې حافظه وربانديغښتلې کېږي.

مغزي ناروغتیا

تر اندازه ډیر ذهني کار او له حافظې څخه بې ځایه ګټه اخیستل حافظه او مغز ستړي کوي.

د مغزي روغتیا له پاره باید وینې ټه پوره اکسیجن ورسیږي، پوره خوب او آرام وسي، له سګرټ څکولو او دځینو مُسکِنو اوارامو نکو درملونو له استعمال څخه ډډه وسي. ښه خواړه مصرف سي. که ورسیږي؛ له هګۍ، ینې، غوښې، سبزیجاتو، کبانو، شیدو او مستو څخه ګټه تر لاسه سي. بدني روزنه وسي. دنومونو، شعرونو، ورځني کارونو او خپل معلومات په یاد ولو حافظه غښتلې کولای سئ.

حافظې ته د معلوماتو د سپارلو لاري، زموږ پنځه ګوني حواس دي. د هغوی د روغتیا او ورځې د ښې ګټې اخستلو خیال ساتل په کار دي.

دا ځان ته معلوم کړئ چې په اوریدلو که په لیدلو ستاسو حافظه معلومات ښه خوندي کولای سي. په همهغې لاره معلومات ورکړئ. دځینو خلګو حافظې داسي وي چې که خپل معلومات وليکي حافظه يې ښه ساتلای سي.

په هر حال که ستاسو حافظه چې په هره لاره عادت سوي وي له هغې لاري څخه کار واخلئ.

ketabton.com - The Digital Library

دحافظې ارامتيا

استراحت او ارامتيا، دحافظې له پاره ضرورده. استراحت د بدن ستړيالري کوي، عصبي اوروحي فشارکموي. تراستراحت وروسته شخص بيا مطالعې ته ښه چمتو وي. په لنډه شيبه استراحت کي لوستل سوي اوکتل سوي معلومات له نورو معلوماتو سره يوځای کيږي. که تراستراحت وروسته، دکمې شيبې لپاره تيره کتل سوې موضوع يوځل بيا وکتل سي، د حافظې دساتلوځواک زياتيږي.

حافظه په پيل کي دياد ولو اوساتلوځواک زياتوي خو وروسته داقدرت بايلي. ددې قدرت دبايللو دمخنيوي له پاره بايد ترڅه مطالعې وروسته، يوه لنډه شيبه آرام وسي.

يو مطلب بايد تريوه ساعت زيات وخت ونه کتل سي. په دې معنی چي که يوساعت مطالعه وسي، حافظه لاښه هم وي خو يوه شيبه استراحت ضروردی. استراحت په دې معنی نه چي ترهرساعت وروسته بيده سئ. بلکه دمطالعې په منځ کي پنځه دقيقې بې مطالعې کښيناستل، ګرځيدل اويا موضوع بدلول، د حافظي غوره استراحت دی.

په موضوع پوهيدل دمغزکاردی، ساتل اوبيا راګرځول يې دحافظي کاردی. که استراحت ونه سي، له حافظې سره ذهن هم ستړی کيږي او دحواسو تمرکز هم کميږي.

لنډه شيبه استراحت، داګټه هم لري چي ذهن ټول سوي معلومات جذب کړي او حافظي ته يې وسپاري.

دې پرو پوهانو ګراني مسئلي په اوږده مطالعه کي حل کړي ندي، خو په استراحت کي يې حل موندلی دی.

دحواسو تمرکز او دحافظې تقويه

که په يوه موضوع کي داسي فکرکوئ چي نور افکار ستاسو ذهن اخلال نکړي، دې حالت ته دحواسو تمرکز وايي.

داحالت په تمرين سره خپليدلای سي. کوښښ وسي چي د مطالعې په وخت کي حواس تمرکز ولري (دحواسو تمرکز د حافظې قدرت زياتوي) او ترڅو شيبو وروسته ځنډ وکړل سي. په سوي مطالعه کي پوښتني راپورته سي، کومه موضوع چي حل سوي نه وي هغه يادداشت سي...

دې کتوته پام وکړي ترڅود حواسو په تمرکز کي درسره مرسته وکړي:

۱- په چاپيريال کي، دحواسو تمرکز نه پيدا کيږي. نولومړی بهرني نړۍ څخه ځان ګوښه کړئ او داسي ځای مطالعې غوره کړئ چي ارام وي، رڼا وي، مناسبه هوا ولري، غږ او غوږ نه وي.

۲- دمطالعې ځای کي چي څه شی اخلال پيدا کوي هغه لري کړئ، لکه دلوبو لوازم، راديو، تلويژيون او ...

۳- لوړه، تنده اوسټريا، دحواسو دتمرکز مخه نيسي، که وړې ياتړې ياست، څه وخورئ اووڅښئ اوکه سټړي ياست، مطالعه مه پيل کوئ.

۴- ترټولو غوره تمرين دادی چي په نا آرام چاپيريال کي له مطالعې سره خپل ذهن عادت کړئ. ځکه هرځای او هر وخت نسو کولای چي مناسب او آرام محيط پيدا کړو.

ketabton.com - The Digital Library

څرنګه حافظه تقويه کړو

ديو ډوضوع بيامطالعه، هغه هم ترمطالعې وروسته په څوشيبوکي، که دلنډي مطالعې په توګه وي، دحافظې له تقويې سره مرسته کوي.

په دې توګه چې نوي راغونډ سوي معلومات له تيرو سره يوځای کوي، ربط ورکوي او حفظوي يې. که دمطالعې په وخت کي لنډ کي يادداښتونه واخستل سي داکارهم حافظه غښتلې کوي.

فرانسس بيکن وايي: "لوست او مطالعه انسان ډکوي، خبري کول انسان چمتو کوي اوليکنه انسان دقيق اوځيرک کوي."

دحافظې دتقويې لپاره دې ټکيو ته پام کوئ:

۱- هدف ولرئ.

۲- له مطالعې سره علاقه ولرئ او په جديت سره مطالعه وکړئ.

۳- دمطالعې په موضوع تمرکز ولرئ.

۴- دمشاهدې اوکتلو دقت دزده کړې پياله مه ده.

۵- ډيرمفاهيم او مطلبونه يوځلې حلفظي ته مه سپارئ. مطالب په ډير وړوپاتکيومه ويشئ، ترڅو مطلب بي ربطه نسي.

٦- ګران مطالب په څو وړو برخو وويشئ.

۷- هره ورځ په ټاکلي وخت اوټاکلي ځای کي مطالعه کوئ.

ښه غوږ ونيسئ

دمعلوماتو په راټولولو کي چې څرنګه ستړګي کار کوي، هغسي غوږونه هم کارکوي.

څيړنې ښيي چې هرعادي وګړی ۷۰% ورځنی وخت له نورو سره تيروي، په منځنی توګه ديو شخص وخت ۹% په ليکنه ۱٦% په لوستلو ۳۰% په خبروکولو او ۴۵% په اوريدلو تيريږي.

سره له دې چې ډير وخت په اوريدلو تيريږي خو زيات کسان سته چې دې خبري ته په بې پروايي سره ګوري. ازميښتونو دا هم ښو ولي ده چې په دې اوږدلوکي يوازي د ۲۵% وخت په کچ، ګټه اخستله کيږي او داوريدلو دشيبو ۷۵% وخت هسي تيريږي.

په اوريدلوکي اړتيا اوموخې ډېري دي خوهرڅوک هره اړتيا او هدف خپل نه ګڼي.

رادیوته دوخت دد تير، تفريح او اطلاعاتو دزياتوالي له پاره غوږ نيول کيږي. ددولت دستونزو اظهارته، دسياسي خلګووينا ته، دزده کړې درسونوته اوپلورونکو تبليغاتو ته غوږ نيول کيږي. خوکه هرڅه ته اوهرچيري غوږ نيول کيږي، داټکي په پام کي نيول بي ګټې نه دي:

۱- که وغواړئ چې په کومه غونډه کي دچاخبروته غوږ ونيسئ، نومخته تردې چې په هغه غونډه کي ګډون وکړئ، د وينا وال د شخصيت په هکله بايد پوه سئ چې نوم، دنده او زده

ketabton.com - The Digital Library

کړي يي څه دي؟ دا ډول پلټنه ستاسو ذهني ډاډ زياتوي او ذهن متمرکز کيږي.

ځيني ويناوال، د خبرو موضوع مخته په اوريدونکو ويشي. په داسې صورت کي هغه ليکنه بايد په غور وکتله سي. کوم ځای او خبره چي مهمه او ياګرانه وي، هغه معلومه کړئ او دوينا په وخت کي ورته متوجه اوسئ.

۲- تاسو که ټولګی ته ځئ، کوم کتاب ته کښينئ اويا په کوم کنفرانس او غونډه کي ګډون کوئ، کيدلای سي، د خبرو موضوع يا دوينا وال شخصيت درته غوره او مطلوب نه وي. په همدې بهانه غوږ نه نيسئ او دابي ګټې کار ګنئ، خوله ځان سره بايد هلکړه وکړئ چي ايا دلته دد ټولې پاره راغلی يم چي د خلګو څخې وګورم، وينا وال به زما دوست او يار وي، د خبرو موضوع به راته خوندوره وي؟

نه دا به هيڅ نه وي او نه دې ته راغلي ياست. ستاسو دلته ناسته، يوازي د دې لپاره ده چي څه واورئ او څه زده کړئ. که مو، موخه داده بيا دوينا وال او دوينا څرنګوالی مهم نه دی. که هر څوک ويناکوي، هر څه وايي، تاسو ته بايد بې توپيره وي او هغه فيلو معلوماتو د زياتوالي له پاره واورئ. داسي نده چي زده کړه او تحصيل به تل خوندور او خوشحالوونکی وي، ستونزي به ګالئ، شپې به رنوئ او ډيرځه به ورته پريږدئ. دلته هم ستاسو راتګ بايد د زده کړي په غرض وي او ټولي ستونزي وزغمئ. اصلاً ځان پلټونکی او غوښتونکی کړئ ترڅو څه ترلاسه کړئ.

۳- که تاسو کومه ليکنه ګورئ، غنده او چټکتيا ستاسو په اختيارکي ده. که په کومه موضوع ونه پوهيدلی، بيا ورباندي راګرځيدلای سئ. خو وينا د غسي نده. خبره چي ووته، لاړه، بيا نه راګرځي. ستاسو مخته بايد ورته پام وي. ويناوال هم انسانان دي، کم وسي به لري، ځيني به ژر، ژر؛ ځيني به ورو، ورو؛ څوک په لوړغږ او څوک به په ټيټ غږ غږيږي. ځيني به د خبرو لړی منظمه ساتلای سي او ځيني بيا داوس نلري، ځيني په مثالونو، کيسو او ټوکو د خبرو لمنه پراخوي.

خو په هرحال تاسي بايد دوينا وال د خبرو او وينا رګ وپيژنئ او ورسره اوږه په اوږه لاړسئ، ترڅو ورڅخه څه زده کړئ. د ويناوال د خبرو په ډول پوهيدل، هلته ډير ضرور دي چي څوک ورسره ډيره ناسته ولاړه لري. لکه په ټولګی کي ښوونکي او يا نور استاذان چي په ازاده توګه کتابونه وايي.

ځيني ويناوال بيا دومره په ځنده خبري کوي چي د اوريدونکي پام بلې خواته کيږي، زيار وايستل سي چي له داسي خبرو څخه هم ځان پري او لري نکړئ.

داچي تاسو کولای نسئ دوينا وال عادت بدل کړئ، نو ضرور داده چي خپل ځان ورسره بدل کړئ.

۴- دوينا په غونډه کي کيږي او د غونډو برخه وال يو ډول خلګ نه وي. زيار وباسئ چي د نورو، خبري، ټوخلی، د کاغذ

ketabton.com - The Digital Library

او قلم کښهاری تاسوله غوږنیولو ونه باسي .که بیاهم تاسو غوږنیولای نسوای، ځای بدل کړئ .

هغه کسان چې په دا ډول ځای او حال کې ښه غوږنسي نیولای، هغه به داسي عادت سوي وي، بي حوصلې به وي او یا به یې اراده کمزوري وي.

دحواسو دتمرکز او په ډاډ سره دغوږنیولو یو دښمن، د چا هغه عادت دی چې دخیالونو په نړۍ کې ډوبیږي.

که داکسان په دي وپوهیږي چې دخیال په نړۍ کې ګرځي نوله دې حال څخه ځان ژغورلای سي او هغه داسي چې تل ځان ته متوجه وي، کله چې یې خیال او وهم دحواسو لاره ووهله، ژردي په یوه منډه تر ډاټرپ کړي او دواقعیت دنیا ته دي راسي. کیدلای سي په څوځایونو کې داسي پاملرنه دانسان همیشني عادت بدل کړي.

ځیني کسان داعادت لري چې تر وینا وال، دهغه ځیرې، جامو، دریدلو اولاس ښورولو ته زیات ګوري. داکسان هم خپل حواس متمرکز کولای نسوای. ددې عادت دبدلون له پاره لنډه لاره داده چې یوازي دوینا وال ځیرې ته وکتل سي.

۵- څوک چې په غونډه کې ویناکوي، وینایي څو برخي لري: سریزه، متن او پایله. زیار وایستل سي چې په سریزه کې دوینا وال پیل اوییاد ې ته متوجه وي چې وینا وال څرنګه خپل مطلب ته ځي، څرنګه اوریدونکي ځان ته متوجه کوي...

ځیني وینا وال، سریزه په داسي څیزونو پیل کوي چې هغه ټولو ته ښکاره وي. ځیني خو لا پیل په کومه لطیفه کوي.

دوینا دوهمه برخه، دوینا متن د ی دا برخه هم ځیني په دوو پړاونو کې ښکاره کوي: یوه دموضوع مطرح کول او بل اصل مطلب یادول او ثبوت کول.

دموضوع په مطرح کولو کې باید هغه جملې درک سي، کومې چې مقدمه او دا برخه سره ییلوي. ځیني یې اظهار کوي. داسي وائي نن زموږ دوینا موضوع ده ...زما ننني خبري د... په هکله دي. باید پوه سو چې... په دې برخه کې خپلې خبرې په څو پړاونو کې هم مطرح کولای سي، مثلاً وایي: زما دخبرو لومړنۍ برخه د... په هکله، دوهمه برخه د ...او دریمه برخه دپایلې او نتیجې په هکله ده.

ددې برخې بل پړاو متن دی چې وینا وال خپل هدف او مطلب وایي او تشریح کوي یې. په دې برخه کې خبرې ډیرې نه وي ،استدلال پکې ډیر وي ،خو داځو جملې دوینا روح ده او باید په غور واوریدلې سي. داجملې او نکتې په یوه او بله پسې لړۍ لري .نو کیدلای سي اوریدونکي یې دوینا وال په ځیني جملو، سره ییلي کړي. مثلاً اوس به را سو دې ته چې ...اوس به راوګرځو. تردي وروسته به... اویا نوري جملې وایي چې اوریدونکو ته دمطلب ډول، ډول پاتکي معلومیږي. داجملې باید تکیه سي، ځکه دموضوع برخي ییلوي، مطلب ښکاره کوي اوبلي برخي ته سامع متوجه کیږي.

ketabton.com - The Digital Library

په دي برخه کي ويناوال هره اصلي خبره اونکته په لنډو الفاظو کي وايي، کيدلای سي دټولو دفهم وړ نه وي نو څنګيزي جملې ورسره وايي، وضاحت ورکوي او دلايل راوړي دافرعي او څنګېزي جملې هم بايد په غور وارويدل سي.

دوينا وروستنۍ برخه پايله اونتيجه ده چي خورا لنډه وي او په ځانګړيو عباراتو پيل کيږي. مثلاً، لنډه داچي ...نو دخبرو پايله داده... په نتيجه کي بايد ووايو....

اوبيا خپل مطلب په لنډه خو ښکاره الفاظو وايي. کله، کله ويناوال خپلي وينا او دچاپيريال دناخوالو او ستونزو ترمنځ په پايله کي اړيکي ښيي.

دوينا وال ټوله وينا هم داسي نده چي ټوله يا ده سي. اړيکي او تسلسل يي درک او مطلب يي په متن کي ځان ته معلوم کړئ. آن داچي کومي فرعي خبري کوي هم ديا دولو وړندي، يوازي د هغوی په مرسته په اصل مطلب ځان پوه کول ضروردي. دوينا مطلب له ځان سره ساتل اصل خبره ده.

فرعي خبري هم ځيني وخت ويناوال په بيلو جملو بيلوي. مثلاً؛ په دې ترڅ کي، سربيره په دې ... اوداهم چي ....

٦ کله، کله دکوم ويناوال وينا، ستاسو له عقيدې، نظر، عنعنې او قانوني اصولو سره مخالفه رائي، په داسي حال کي بايد خپل احساسات او عواطف په کنترول او اداره کي ولرئ. داسي نه چي خداى واورئ او تر داد وړاندي وربانديي بريد وکړئ يا دغوږنيولو پاملرنه او دحواسو تمرکز وبايلئ.

په هرحال لومړي دوينا وال پيغام درک کړئ اوبيا يي له خپلو افکارو سره پرتله کړئ. نژدي يي ومنئ او لري يي پريږدئ.

له کتابتون څخه ګټه واخلئ

کتابتون دانساني پوهې ډيپو، پيړيو خزانه ده. په هر کتابتون کي په زرګونو اوميليونونو ټوکه کتابونه موجود وي. تاسو لومړی بايد کتابتون له نژدې وګورئ، هلته دکتابتون له مسئول څخه نقشه ترلاسه کړئ او يا دکتابتون ځوړند ې نقشي وګورئ اوپيدا کړي چي په دې کتابتون کي مجلې او ورځپاڼې چېري دي؟ نادر او هغه کتابونه چي بل ځای نه پيدا کيږي چېري دي؟ کوم ډول کتابونه وړلای سئ او کوم ډول کتابونه يوازي دلته کتلای سئ؟ دکومو نقاشيو وتابلوګاني دلته موندل کيدلای سي؟ دکومو خطي کتابونو مايکروفيلمونه دلته ستە. په دې هم ځان پوه کړئ چي دکتاب ورکولو او اخستلو طريقې يې څه ډول دي او ...

دکتابونو ترتيب او تنظيم

داچي په يوه کتابتون کي په ميليونونو کتابونه موجود دي. دلته پاره چي هرکتاب په اساني سره ترلاسه سي، نو دمنظم اينبودلو له پاره يي يو نظام په کار دی.

په نړۍ کي دوه سيستمونه رواج لري: يو د ديوي لسيز سستم (Dewey Decimal system) اوبل دکانګرس دکتابتون سستم (Library of congress).

ketabton.com - The Digital Library

ددیوي اعشاري سستم ،په ۱۸۷۶ میلادي کال، د امریکایي
ملویل دیوي له خوا ترتیب سو .په دې نظام کي یې پټول کتابونه
په لسو برخو ویشلي دي او هره برخه یې په لاندي
ترتیب په حسابي شمیره کي راوستلي ده:

۱-عمومي آثار :دایرة المعارفونه،دلارښوونې کتابونه او
فرهنګونه،خطي نسخي. ۰۰۰-۹۹

۲-فلسفه روح پیژندنه ،اخلاق،منطق،میتافزیک،سِحر، د
انسان رفتار (کړه ،وړه) ۱۰۰-۱۹۹

۳-دین ددینونو تاریخ،ملتونه او مذهبونه،مذهبي
موسسي او ... ۲۰۰-۲۹۹

۴-اجتماعي علوم :سیاسي علوم ،ټولنپیژندنه،اقتصاد ،
مسلکونه،بنوونه او روزنه،رسم ،رواج او احصایه. ۳۰۰ - ۳۹۹

۵- ژیړپوهنه :پښتو ،دري او نوري بهرني ژبي... ۴۰۰-۴۹۹

۶-خالص نظري (مثبته) علوم: ریاضي ،فزیک،
کیمیا ،بیولوژي،جغرافیه ... ۵۰۰-۵۹۹

۷-عملي علوم او فنون :کرهنه ،هوا پیژندل،صنعتي،طبي
او نور علوم... ۶۰۰ - ۶۹۹

۸-ښکلي صنایع او تفریحي موضوعات :نقاشي ،
معماري،مجسمي جوړول... ۷۰۰ - ۷۹۹ .

۹-ادبیات :شعر،دیوانونه منظومي،داستان،تمثیلونه،
نړیوال ادبیات او ټول ادبي معلومات. ۸۰۰-۸۹۹ .

۱۰-تاریخ :داسیا ،اروپا ...عمومي تاریخونه ، سفرنامي،
دملتونو تاریخ... ۹۰۰ - ۹۹۹ .

داهره برخه بیا په لسو ،لسو برخو ویشل کیږي.مثلاً ،د ۵۰۰
شمیري برخه چي علوم دي بیا داسي ویشله کیږي :

۵۰۰- ۵۰۹: خالص علوم.
۵۱۰ -۵۱۹: ریاضیات.
۵۲۰-۵۲۹: ستوري پیژندنه.
۵۳۰-۵۳۹: فزیک.
۵۴۰-۵۴۹: کیمیا.
۵۵۰-۵۵۹: ځمکه پیژندنه.
۵۶۰-۵۶۹: فوسیل پیژندنه.
۵۷۰- ۵۷۹: ژوند پیژندنه.
۵۸۰-۵۸۹: نبات پیژندنه.
۵۹۰-۵۹۹: حیوان پیژندنه.

دپورتني ویش هره برخه بیا په لسو ،لسو برخو ویشله
کیږي.دساري په توګه ۵۱۰ بیا داسي ویشل سوي ده:

۵۱۱- حساب
۵۱۲- الجبر.
۵۱۳- هندسه.
۵۱۴- مثلثات.
۵۱۵- ترسیمي هندسه.
۵۱۶- تحلیلي هندسه.

ketabton.com - The Digital Library

۵۱۷- جامعه او فاضله حساب.
۵۱۸- تصويري هندسه.
۵۱۹- احتمالات.
داويش بياهم په لسو برخو ويشل کيږي خو دا ځل په (/) نښه بيليږي. دساري په توګه: ۵۱۱ شمیره چې د حساب برخه ده، د حساب په اړوند څانګو داسي ويشل کيږي:
د حسابي سيستم مربوط کتابونه ۵۱۱/۱.
د حساب اصلي عملیی ۵۱۱/۲.
دلومړنيو عددونو اړوند بحثونه ۵۱۱/۳
او داسي نور تر ۵۱۱/۹.
د دې نظام ترڅنګ چې نړيوال سيستم دی، دکتابتون بل نظام دکنګرې کتابتون نظام دی چې په هغه کې هم په زرګونو کتابونه په منظمه توګه خوندي کيدلای سي.
د دې نظام توپير دې وي له نظام سره دا دی چې د کتابونو عمومي ويش، د شمیرې په ځای په حروفو سره بيليږي.
مثلاً چه دي نظام کې عمومیات په A او کرهنه، د څارويو روزنه او نبکار په S نښو دل کيږي.
داخو ؤ هغه ځانګړتياوي دي چې د کتابتونونو کې کتابونه وربانديي لسي ايښو دل کيږي چې بيلول او پيدا کول يې اسانه دي.

خو دا چې دکتلوا و وړلو له پاره کتاب څرنګه پيدا کړئ. نو بياهم کتاب ته يوه پا ډيکل کيږي، چې په هغه ې کې دکتاب ټولي ځانګړتياوي ليکل سوي وي.
دا پاڼي يا کارتونه دري ډوله ترتيبيږي:
۱- هغه چې دليکوال په نوم وي.
۲- هغه چې دکتاب دعنوان په نوم وي.
۳- هغه چې دکتاب دموضوع په نوم ليکل سوي وي.
کتابتونونه همدا دري ډوله پاڼي لري او څوک کولای سي، په دي لاروکتاب پيدا کړي.
که چاته دمؤلف نوم، دکتاب نوم او يا دکتاب موضوع معلومه وي، کيدلای سي څرګنده پيدا کړي. دا پاڼي په يوه الماری کې داسي ايښي وي چې هغه واړه روکونه لري او د حروفو په ترتيب پکې ايښودل سوي وي. شکلونه وګورئ.

۲۹۷/۲ ریان - عبدالله ګل /۱۳۳ هـ ش
L758
اسلامي علمي نهضت د عبدالله ګل ریان لیکنه
کویته یونائتید پریس ۱۳۷۷
/۸ مخونه مصور ۱۸ سانتي متره
۱- دمسلمانانو علمي خدمت. ۲- مشهور مؤلفين. ۳- کتابتونونه
LB2830/5-L55 297/2 ۱/۱۲۳-۵۲
(کنګره)

ketabton.com - The Digital Library

۲۹۷/۲ اسلامي علمي نهضت
L758 ريان – عبدالله ګل /۱۳۳هـ ش
اسلامي علمي نهضت د عبدالله ګل ريان ليکنه
کويته يونائتيد پريس ۱۳۷۷
/۸ مخونه مصور ۱۸سانتي متره
۱-دمسلمانانو علمي خدمت ۲-مشهور مؤلفين ۳-کتابتونونه
LB2830/5-L55 297/2 ۱/۱۲۳-۵۲
(دکنګر . کتابتون)

۲۹۷/۲ مشهور مؤلفين
L758 ريان – عبدالله ګل /۱۳۳هـ ش
اسلامي علمي نهضت د عبدالله ګل ريان ليکنه
کويته يونائتيد پريس ۱۳۷۷
/۸ مخونه مصور ۱۸سانتي متره
۱-دمسلمانانو علمي خدمت ۲-مشهور مؤلفين ۳-کتابتونونه
LB2830/5-L55 297/2 ۱/۱۲۳-۵۲
(دکنګر . کتابتون)

په هرروک کي چي پاڼي ايښودل سوي دي، دهرحرف لپاره بياهم په دننه کي نښاني لري. لکه (۲) شکل.

اوس پام وکړي دلومړي کارد (پاڼکي) تشريح ته :

ريان – عبدالله ګل دمؤلف نوم دی چي لومړی تخلص اوبيا نوم ليکل کيږي.

۱۳۳۰مؤلف دزيږيدلو نيټه ښيي، که مړ سوی وي نو ورسره هغه هم ليکي.

اسلامي علمي نهضت :دکتاب نوم دی.

عبدالله ګل ريان:دمؤلف نوم ښيي چي ترتخلص وړاند ې ليکل کيږي .که ليکو لاندوه وي دبل ليکوال نوم هم دلته ورسره ليکل کيږي.

کويته :دخپريدلوځای .

يونائتيدپريس :دخپرونکي موسسي (ياشخص) نوم ليکل کيږي.

۱۳۷۷ : دخپريدلوکال ښيي.

۸۰ مخونه : دکتاب مخونه ښيي.

مصور: که کتاب تصويرونه لري، نومصور ليکل کيږي.

۱۸سانتي متره: دکتاب اوږدوالی ښيي.

دمسلمانانو علمي خدمت،مشهور مؤلفين،کتابتونونه اونوعنوانونه دي،چي کيدلای سي دکتابتون مسئول ته يي ورکړو.

LB283/5 – L55 دادکنګرې دکتابتون دنظام نمره ښيي.

۲۹۷/۲ د دې وي دنظام نمره ښيي.

۵۲ – ۱۰۱۲۳دکتابتون دمسئولينو ځانګړي نمره ښيي چي دکتابتون په فني چارو پوري اړه لري.

دکارت په پاسنۍ ښي لورته ګوښي ۲/۲۹۷ ، L758هغه نومره ده چي په کتابتون کي دکتاب دقيق ځای ښيي.

نور دواړه کارتونه هم ورته پاڼي دي.خويوازي په دوهم کي دکتاب عنوان او په دريم کي دکتاب يوه موضوع لومړي ليکل سوي ده.

ketabton.com - The Digital Library

داچي هرکتاب د پوهې له پاڼې په کتابتون کي لري ،نوکه په پاڼه دکتاب نوم،دمؤلف نوم يا دکتاب موضوع معلومه وي.کتاب په کتابتون کي موندلای سوای.پورتني کارت هسي نمونه ده .

له دې پاڼو سره ،سره په الماريو او روکونو کي نوري پاڼي هم دلارښوونې له پاره ايښي وي دساري په توګه :

غزنی
وګورئ غزنين

دا پاڼه ښيي چي غزني په دوو املاوو ليکل کيږي خو په دي کتابتون کي يې املا (غزنی) ده.

مولو. شمس الله
وګورئ:
کمالزاده

دا پاڼه ښيي چي مولف دوه نومونه لري او لته يې په دوهم نوم کتاب قيد دی .

اسلا(
اوهم وګورئ:
مذهبونه،مسجدونه
تصوفي فرقي او

دا پاڼه دا ښيي چي له يوي عادي موضوع څخه تاسو ي خاصي او دقيقي موضوع ته ييايي.

دداسي پاڼو دلاښه پوهيدلو له پاره داڼکي هم په پام کي ولرئ .

دکتاب په نوم يا موضوع کي هغه خورا ځانګړي کلمه غوره کړئ اوبيايي دموندلو هڅه وکړي .مثلاً؛که وغواړئ چي د(څرنګه مطالعه وکړو.) کتاب پيدا کړئ نو مطالعه غوره کړئ اود "م" پاڼه پيدا کړئ .

۲-دتعريف حروف لکه دانګليسي a,an,the په نظر کي مه نيسئ.

۳-دمؤلف په نوم پاڼه کي تل تخلص لومړی ليکل کيږي نو په نوم پسي نه بلکي په تخلص پسي وګرځئ .

ګډ ديوه مؤلف څو نور اثار هم وي .دهغه کارتونه هم له پيدا سوي پاڼي سره ايښودل کيږي .

۵-دکليمو املا لکه څرنګه چي تلفظ کيږي، هغسي ليکل کيږي لکه عيسی دعيسا په املا او اسحق دا سحاق په املا موندل کيږي .

٦-عددونه او ارقام تل په حروفو ليکل کيږي. (۱۰۰۰ مسئلي)د "ز" تر حرف لاندي موندل کيږي.

۷-که دعنوان په پاڼه کي لومړی ديوه کسب،امتياز او يا بله کلمه راغلي وي،په هغه نوم موندل کيږي.لکه **مولوي کمالزاده**.په "م" او **غازي احمدشاه** د "غ" په حرف پيدا کيږي.

۸-دمؤلف په پاڼه کي القاب او نوم په نظر کي نه نيول کيږي .مثلاً مولوي شمس الله "کمالزاده" د ک په حرف پيدا کيږي چي دتخلص لومړی حرف يې دی .

ګډ په ديوه موضوع کي څو کتابونه ليکل سوي وي. دبيلوالي له پاره يې دمؤلف دتخلص دوه توري هم ورسره ليکي چي،داکارت دليکوال دنښې کارت بلل کيږي .

ketabton.com - The Digital Library

په کتابتون کي هغه کتابونه چې بهر ته نه وړل کيږي

داهغه کتابونه دي چې د ريفرنس او مرجع په توګه استعمالیږي د تحقیق او پلټنې له پاره غوره ذخیره دي او د دایرة المعارف ،اطلس، کلنۍ، فهرست او بیوګرافي په بڼه لیکل سوي کتابونه دي.

دایرة المعارف (Encyclopedia) : معمولاً د بشري پوهې د ټولو ځانګو معلومات لري، په ډیرو جلدونو کي لیکل سوي وي .ورسره مل فهرستونه هم لري، دښ پ ګټې اخستلو له پاره د فهرستونو کتل ضرور دي .

په انګلیسي ژبه کي ډیر دایرة المعارفه موجود دي . لکه دامریکا دایرة المعارف، دبریتانیا دایرة المعارف ،دکامپتون عکس لرونکي دایرة المعارف.

دامریکا دایرة المعارف په ۳۰ټوکونو کي ده چې وروستنی ټوک یې فهرست دی .

دبریتانیا دایرة المعارف په ۲۴ټوکونو کي ده چې څلورویشتم ټوک یې فهرست دی .

دکامپتون دایرة المارف په ۱۵جلدونو کي ده دنورو معلوماتو تر څنګ ښکلي رنګه عکسونه هم لري.

دادایرة المعارف ډیر استعمالیږي .

یو ډول دایرة المعارف چې په انګلیسي کي (Cyclopedia) ورته وایي بیا دپوهي په یوه خاصه څانګه کښي لیکل سوي وي .

په نړۍ کي لومړی دایرة المعارف په ۷۰ کال رومي پلني Pliny ولیکلو په مسلمانانو کي ابن ندیم دالفهرست په نوم دایرة المعارف ته ورته کتاب ولیک او په افغانستان کي په ۱۳۲۰ هـ ش کال د دایرة المعارف کار پیل سو چې بیا په پښتو او دري چاپ سو .پښتو اوه او دري په شپږ جلده کي ؤ .

پښتو لومړي جلد په ۱۳۲۹ او وروستنی په ۱۳۵۵هـ ش کال چاپ سو . ټول ۶۱۵۰ مخونه وو .

اطلس: داهغه کتابونه دي چې دهیوادونو او ښارونو ،نقشي او د ځمکې مدخ داوبو او هوا په هکله نقشي او معلومات لري .دغرونو او سیندونو او ځایونو دسم تلفظ لار ښوونې لري او هریو په نقشو کي ښیي.

کلنۍ : هغه کتابونه دي چې دیوه کال په اوږدو کي دیوه هیواد د پیښو په هکله لیکل سوي وي .

په افغانستان کي د اطلاعات او کلتور د وزارت په همت کلنۍ خپریدلي چې اساس یې په ۱۳۱۱ هـ ش کال ایښودل سوی ؤ .

فهرست: له فهرستونو کولای سئ چې دیو یا ځانګړي موضوع په هکله د کتابونو نومونه و مومئ، کومي مقالي چې په مجلو او ورځپاڼو کي خپریږي، په فهرست کي یې نومونه راځي. ځینې فهرستونه د ټولو چاپ سویو کتابونو نومونه لري ، خو ځینې نورې یا په ځانګړیو څانګو کي رالنډ سوي دي.

په پښتو ژبه د فهرست نمونه، د ښاغلي حبیب الله رفیع د "پښتو پانګه" کتاب کیدلای سي. چې په پښتو ژبه خپاره سوي

ketabton.com - The Digital Library

کتابونه يې پک ډ ېفهرست په توګه داسې يادکړي دي چې دکتاب څرنګوالی هم پکې ښکاره دی. مايې دوه ټوکه ليدلې چې ټول يې ۱۳۲۸ پښتو کتابونه پکې معرفي کړي دي.

بيوګرافي : داشخاصو دژوندپه هکله ليکل سوي کتابونه دي چې نمونې يې :

1- Dictionary of American Biography.
2-Who is who in America.

لومړی کتاب دامريکايي نومیالو په هکله کوم چې مړه سوي دي معلومات لري او دوهم هغه امريکايي نومیالي معرفي کوي څوک چې تر ليکلوڅوندي وو.

په پښتو کې په د ې هکله کارسوی خوخوراکم،ځينو ديوه هيوادخلګ معرفي کړي او ځينو ديو ې سيمې.نمونې يې اوسنې ليکوالان، مجاهدليکلاان،وينه په قلم کې اوغوره يې دافغانستان نومیالي دي.

خپل معلومات په لومه کې بندکړئ

(وايي : علم ښکاردی اوليکنه يې لومه.)

ربنتيا هم که بشري علوم په ليکنه کې نه وای بند سوي،ګوره ددې علومو پايله به څه وه.

مورږ هم چې کله مطالعه کوو،دزده کړې په ټولګی کې څه لولو،کومې وينا ته غوږ نيسو. که دامعلومات راسره قيد نکړو، يادداښت يې نوهاخلو،نو دوخت په تيريدلو به هرڅه راڅخه هيرې وي،خوهله معلومات نه هيريږي، بلکې ډيريږي چې مورږ دوينا،تدريس اوليکنې شغل ولرو.

که تاسو دتحقيق اوليکنې په پاره مطالعه کوئ ،يايوازې د معلوماتو ټولول مودمطالعې موخه وي، نو دخپلې مطالعې يادداښت واخلئ. که نور مطالب نه ليکئ، دومره خوضروري ده چې تر مطالعې وروسته دي دکتاب مشخصات وليکي :مثلاً ،دليکوال نوم، دکتاب نوم،دکتاب موضوع، دخپرونکي نوم ،دخپرولوځای اونيټه.

دايادښتونه ځينې کسان په کتابچو کې اخلي اوځينې په پاڼکو (کارتونو) کې.

دډيروپاڼکو يا کارتونوسايزونه ۱۵×۹يا ۱۲×۷سانتي مترې وي او دهرکتاب له پاره يو کارت لازم دی.

که مطالعه دتحقيق اوليکنې له پاره وي، نودهر ې موضوع له پاره کارت ليکل کيږي او که دمعلوماتو له پاره وي يوازې دکتاب مشخصات بايد وليکل سي.

ketabton.com - The Digital Library

که مطالعه دهغه وخت دليکنې په پاره نه وي اولنډيزيي وليکلي هم ګټه يي داده چې بيا به دهغه کتاب لوستلو ته اړتيا نه وي يوازي هغه لنډ کي ياددښت کيدلا ی سي د محتوياتو اساسي ټکي ذهن ته راولي .

که په کوم کنفرانس يا غونډه کي داوريدونکي په ځير ګډون کوئ، هلته هم دوينا اساسي ټکي وليکئ. په ليکنه کي اساسي ټکي اوورسره تائيدي هغه جملې واخلئ چې اصلي موضوع روښانه کوي .که په کوم ټولګي کي دزده کړې له پاره ناست ياست، د درس لنډيز واخلئ،ترڅو :

ن په ښه پوهيدلو اوذهن ته دسپاولپه برخه کي درسره مرسته وکړي.

نکه کله، کله دايادد ښتونه وګورئ، دهغه درس محتويات ټول ستاسو ذهن ته راځي او دازموينې لپاره په چمتو والي کې درسره مرسته کوي.

ن دزده کړې دهرې دورې دلوست په هکله په ليکنه کي درسره مرسته کوي.

ن دهغه لوست اساسي ټکي درته ښکاره کوي .

*يادداښت اخستل ستاسو دحواسو په تمرکزکي مرسته کوي.

ن يادښتونه اخستل دلوست تکرار اويو ډول بيالوستل هم دي.

خو دايادښت بايد په داسي ځنډ نه وي چې دښوونکي يا ويناکوونکي نورمطالب او ويناوي درڅخه تيري او پاته سي.

په يادداښت اخستلو کي خبري اوجملي ليکل هم ضرور ندي بلکي په دوه ډوله، لنډ يادداښتونه بايد واخستل سي:

يادداچې په چټکه ليکنه يادد ښت واخستل سي.ددې کارله پاره بايد په مخففاتو ځان پوه کړئ اويا له خپله ځانه مخففات وټاکي اوتل له هغو ځخه کار واخلئ.په دې ډول يادداښت کي له همدې مخففاتو يا لنډ کيو لغاتونو، له لومړنيو حروفو او دريا ضي له نښو ځخه ګټه واخلئ او يا په لنډه ليکنه يادد ښت واخلئ يا په دې ډول ليکنه کي لومړی بايد لوست په مفهوم پوه سئ او بيا په خپلو لغاتونو او لهجه هغه په لنډ ډول وليکئ.

په ټولګي کي دياددښتونوداخستلوله پاره دا ټکي په ياد ولرئ

۱–ترډې راندي چې ټولګي ته لاړ سي،يادداښت اخستلو ته ځان چمتو کړئ. هغه په دې ډول چې دهغې ورځې درس مخته ولولئ .ترڅو دښوونکي دلوست په وخت کي په لوست پوهيدل او يادداښت اخستل درته اسانه سي.

۲– د يادداښتونو په پاڼو کي څنډه اولمنه څه سپينه پريږدئ ترڅو دسمولو او زياتولو په وخت کي ځای درته پاته وي .

۳– داخبري وليکئ :

الف :دلوست په پيل او پای کي مهمي خبري .

ب په کومو خبروچې ښوونکی ټينګارکوي يايي بيا، بيا لولي.

ketabton.com - The Digital Library

ج: هره خبره چې ښوونکی په توره تخته ليکي.

۴- دښوونکي خبرې په لنډو عبارتونو کې لنډې کړئ او په خپله ژبه يې وليکئ. داکار هله کيدلای سي چې تاسو دلوست په مطلب پوه سوي ياست.

۵- که وخت لرئ، مهم ټکي په ښکاره ليک وليکي او ورسره دمثالونو يادونه وکړئ.

۶- له لنډ کيو محففاتو ګټه واخلي. مثلاً؛ دساري په توګه (سا، توګه) معلومات (هـ) سربيره په دي (+) پرته له دي (-) برابر، مساوي (=) لوی او واړه (> <) وګورئ (وګ) او نور.

په هرحال يادداښت واخلئ خو يادداښت اخستل مو بايد په غوږ نيولو او مطالعه کولو کې دذهن تمرکز ته زيان ونه رسوي.

والسلام.

۸- سرطان- ۱۳۷۷هـ ش

کندهار

دوهمه برخه:

څرنګه امتحان ورکړو؟

ketabton.com - The Digital Library

لړليک

سريزه ۷۱
زده کوونکي بايد څه ډول مطالعه وکړي؟ ۷۴
دمدرسې او ټولګي ستونزي په خپله حل کړئ ۷۶
له ټولګي څخه ګټه ترلاسه کړئ ۸۰
ازموينه ولي اخستله کيږي؟ ۸۴
په ازموينه کي دګډون چمتو والی ۸۵
دګزاو ميدان وخت ۸۷
دازموينې ډولونه ۹۰
زه زما په قلم ۹۸

بسم الله الرحمن الرحيم

سريزه

ازموينه او امتحان که دژوند په هر ډګر کي وي، يوه ستونزمنه خبره ده، انسان ورته په فکر کي وي، دافکر کول په څو ډوله کيدلای سي:

لومړی :دهغو کسانو فکر دی چي دکار او کال په جريان کي يي دازموينې لپاره هيڅ کړي نه وي. هغوی تر ازموينې وړاندې شپه، په دې فکر تيروي چي که يوه خارق العاده پيښه وسي او دا ازموينه وځنډيږي. داکسان دخپل امتحان دځنډ په هيله دنورو تباهي غواړي. هغوی په خپل خيال کي د ورانې او تخريب يوه نړۍ جوړوي. وايي که سبا زلزله وسي، باد او باران راسي، په ښار کي مظاهرې وسي، ترڅو مدرسه بنده سي يا لږ تر لږه ښوونکي ناروغ او ددې مضمون ازموينه پاته سي. داهسي چرتونه دي او ډير کم احتمال لري چي ازموينه دې وځنډيږي. خو که ازموينه وځنډيږي، دا کسان بيا هم د ازموينې لپاره هيڅ نلري. داکسان هغه ډله ده چي په لس - دوولس کاله کي يي آن داچي ديوه ليک دليکلو ځواک پيدا کړی نه وي. همدا کسان نه دبريالیتوب په خوند پوهيږي او نه دپاته کيدلو نوم دځان له پاره بد ګڼي. هغوی هسي کلونه تير کړي دي او بايد دزده کړې په ډګرکي معيار ونه ګڼل سي.

ketabton.com - The Digital Library

دوهمه ډله هغه کسان دي چې مدرسي ته خو تللي او د
ښوونکي لوست ته کښيناستلي وي. دټولګي خور پ ورې
خبري يې دخوب اوخيال په نړۍ کې ګرځي، راګرځي خو د
ازموينې له پاره کوم ځانګړې چمتوالې نلري. يوازې د ازموينې
په شپه، لازموينې لپاره کتاب ګوري. کيدلا ی سي داکسان په
ازموينه کې منځني نمري واخلي. ځکه، ديوه مضمون لپاره چې
څه په ذهن کې لري او يوه شپه مطالعه وکړي نو دبريالیتوب
برخه ترلاسه کولای سي.
دريمه ډله هغه کسان دي چې دزده کړې په کلنۍ موده کې
يې دازموينې له پاره څه کړي وي په پروګرام سره يې لوستونه
لوستي وي. دازموينې په شپو ورځو کې هم مطالعه
کوي، خو دا مطالعه ديو پ شپې مطالعه نه وي. بلکې دنورو
شپو په څير ورته دمطالعې عادي شپه وي. هغو ی په همد پ
شپه، تير اخستل سوي يادښتونه ګوري، کتابونه دعنوانونو
په کتلو سره په حافظه کې راګرځوي. له ځان سره احتمالي
پوښتنې جوړوي اوځوابوي، په ډاډه زړه دازموينې شيبو ته ځان
ورنژدي کوي. داکسان دامتحان په شپه نه په خوب کې تغير
راولې او نه په پروګرام کې. هغو ی نورو شپو ورځو په
څير، دلوست ترڅنګ بهرنۍ کارونه کوي، مجلي ګوري، تفريح
کوي او ازموينه وربانديې هيڅ اغيزه نلري. داکسان په ژوند کې
بريالي خلک دي. که په ټولګي کې لوست وايي، لومړني کسان
وي. که دمسابقو له پاره کومه لوبه کوي دکال زيار اوکوښښ
او دهمدې شپې او ورځې دا ډ ورته داسې بر ی ورپه برخه کوي
چې آن ديوه هيواد ويار ګرځيدلای او ګټلای سي.
تاسو هم که زده کوونکي ياست، که په کومه لوبه کې
دمسابقې او مقابلې له پاره ګډون کو ئ له همدي دريو ډلو
څخه وتلي نه ياست. که خدا ښکړه، هغه کسان ياست چې
دازموينې دځنډ په هيله يا باد او باران غواړي او يا دښوونکي
بيماري ته خوشحاله ياست. له همدې ورځې ارا ده وکړئ چې
نور به په دې ډلو کې هغه ډله ستاسو وي چې امتحان ورته
عادي لوست ښکاري او په ټولګي او ملګرو کې ويارلي
يوازې تاسې ياست. زه په همدې هيله همدا بحث پيل
کوم. خدای تعالی دوکړي چې زما داليکنه له تاسو سره څه
مرسته وکړي.

ketabton.com - The Digital Library

زده کوونکي بايد څه ډول مطالعه وکړي؟

وړاندې تر دې چې دا زمونږ په هکله څه وليکل سي، دا يادونه ضروري ګڼم چې د مدرسې او ښوونځي زده کوونکي د مطالعې ټول شرطونه، کوم چې د مطالعې په برخه کې ليکل سوي دي مراعات کړي. د کتاب کتلو لپاره منظمه تګلاره ولري او ورسره داهم وپوهيږي چې ازاده مطالعه او دزده کړې د لوستونو مطالعه څه توپير هم لري. ځکه:

۱- د لوست له پاره د ټولګي کتابونه دزده کوونکي په خوښه نه وي، نوي وي او په يوه ځانګړي موضوع کي ليکل سوي وي. ځکه هم په ذهن باندې درنيږي.

۲- د لوست او زده کړې کتابونه هر يو د ييل علم او فن په هکله ليکل سوي وي. کومه خاطره، لطيفه او د ذهن د خوشحالي له پاره ډيرځله نلري نو خوند پکي نه وي دا هم په ذهن بار درنوي. خو مدرسې او ښوونځي د پروګرام کتابونه بيا يوه ښيګڼه هم لري. هغه داچې دا کتابونه هر يو په يوه موضوع کي ليکل سوي وي. که د لومړنيو ورځو د نابلد تيا ستونزه وګالل سي. د کال په جريان کې له دې کبله اسانتيا پيښيږي چې، لوستونه سره ورته والی لري. د لوست کړې يو تر بله ډير توپير نلري.

د مدرسې او ښوونځي لوست په ذهن اجباري ښه لري. ځکه دازادي مطالعې په خير څوک کتاب په خپله خوښه نه سي غوره کولای. نو دا لازمه ده چې د مطالعې وخت او څرنګوالی هم څه ناڅه په جبري ډول ترتيب او غوره سي. که په ازاده مطالعه کي يو ساعت وخت بس وي، د همدا سي لوستونو له پاره د مطالعې وخت زيات ضرورت ته په تجربه سره ويلای سوای چې، د هر مضمون لپاره چې څومره وخت د مدرسې او ښوونځي په پروګرام کي ورکړل سوی وي د هغه دوه برابره وخت بايد هم هغه مضمون مطالعه ې ته ورکړل سي ترڅو تکرار سي په ياد سي او تمرين او پوښتنې پکي حل سي. د مدرسې او ښوونځي د زده کړې ترڅنګ که په کورکي مطالعه کيږي، نو په ټولګي کي راغونډ سوي معلومات په ذهن کي ښه خوندي کيږي. کورنۍ مطالعه تکرار او تمرين د ي سر بيره په دې چې د ټولګي لوست ښه وربانديزده کيږي، علمي مهارت وربانديزياتيږي او په کورکي تر ښوونځي وخت هم زيات وي. نو کيدلای سي تير لوست ولوستل سي، وليکل سي، تکرار سي او ياد سي.

که څوک د مدرسې او ښوونځي ترڅنګ په کورکي هم په يوه منظم پروګرام مطالعه وکړي، کيدلای سي د کار کولو ښه عادت ورسره پيدا سي.

ketabton.com - The Digital Library

د مدرسې او ټولګي ستونزې په خپله حل کړئ

هر زده کوونکی چې هغه تکړه د ی چې ناتکړه. په مدرسه او ټولګي کې څه ستونزې ورته پیدا کیږي. کله دا ستونزې د ښوونکي او ټولګي له لوري وي، کله لوستونه ګران وي او کله هم زده کوونکي په خپله ستونزې پیدا کوي. که ستونزې هر ډول وي که د هر چا له لوري پیدا کیږي ډ حل لاره یې دانده چې ښوونځی پریښود لسي. ګران مضمون هیرسي او یا د ستونزو پیدا کوونکي، ښوونکي درس ته حاضر نسي. نوري لاري سته چې له د ې ستونزو سره مقابله و سي او زده کوونکي په خپله مقابله او زغم همدا ستونزې حل کړي. دلته به د ځینو ستونزو ډولونو او د حل لارو ته یې اشاره وسي.

۱- کیدلای سي : ستاسو د ښوونکو په منځ کې کوم یو داسي هم وي چې یا علمي کفایت ونلري، د پوهید لوڅواک یې کم وي یا ډ ه وړه خبره عصبي کیږي، د پوښتنې داوریدلو ځواک نلري، ترلوست د وخت په ضایع کولو خوښ وي یا نوري ستونزې ولري. له داسي ستونزو سره مقابله دانده چې یا ټولګ ی ورته پریږدئ او تیللسو هم بې کفایتي وښیاست او له هغه سره په شخړه پیدا کولڅپل اعصاب کمزوري او ذهني تمرکز وبایلي. غوره لاره ورسره روغه او جوړه ده. که کله، کله د هغه په کړو، وړو ناارامه کیدلاست، خپل پام بل لورته اړو ئ که بیا هم هغه ښوونکي بې ځایه تاسو په قهر کولی. زیاروباسئ څو خپل حالت په اختیار کې ولرئ کله چې د هغه عصبي وضعیت نور مال سي او یا تر ټولګی بهر ورسره خبرې کوئ بیا هم خپل ځان کنترول کړئ. ځکه له غوره ښوونکي سره مخامخ نه یاست.

یوه لاره داهم ده چې د استونزه د هغه ښوونکي په واسطه حل کړئ کوم چې تاسو ته درونداو محترم وي.

که ستاسو هدف دانه وي چې د د ې ښوونکي عادت ته بدلون ورکړئ او یا کولای نسئ چې په خپلو کړو، وړو د همداسي ښوونکي عادت واړوئ. بیا ځان مه قرباني کوئ. د ډیرو ګلانو ترڅنګ کله، کله اغزي هم په لاس کي واخلئ.

کیدلای سي د ښوونکي ډه رویه ستاسو د بدچلند زیږنده وي، تاسو به درس نه زده کو ونکی وظیفه به سرته نه رسوئ، په ټولګی کي به مزاحمت کوئ او...

په د ې صورت کي ځان ملامت وګڼ ئ او په عادت کي مو بدلون راولئ.

۲ ګران لوستونه : کله زده کوونکو ته له د ې کبله ستونزه پیدا کیږي چې د ټولګی کتاب اولوست ورته ګران او سخت وي د اسي ستونزې ته خو نژدي او آسانه حل دادی چې هغه کتاب هیر کړئ په مهال ویش کي د هغه کتاب او مضمون وخت او ځای پل مضمون ته ورکړ ئ خو داکار ستاسو په وس کي نه دی. ځکه هغه یو معیاري مضمون دی او د درس په پروګرام کي منل سوی دی. نو غوره لاره یې دا ده څو د هغه مضمون په زده کولو کي زیات وخت تیر کړئ کله مضمون اسانه وي خو زده

ketabton.com - The Digital Library

کوونکي هغه پرد ی ګڼي. همدا پرد ی ګڼل همهغه مضمون سختوي. داسي چي زده کوونکی وایي:

زه به په راتلونکي کي یو ادیب یم، نو یوازي د ژبو مضمونونه باید ولولم. مثلثات او الجبر هیڅ په درد نه خوري. یا ووایي:

زه به یو انجنیر یم، نو ادبیات راته اضافي مضامین دي.

په داسي احساس او اټکل یو ډول مضمونونه پرد ي فرضوي او فرض هغه مضمونونه ورته ګرانوي. خو کیدلای سي ستاسو اراده بدله سي کله هغه هم نه وي نو د ژوند په کارونو کي خو هم مضمون ضرور د ی نوله ګران او ناخوښه مضمون څخه تیښته د ستونزي د حل لاره نده بلکي باید:

ن ګران لوستونه لومړی وکتل سي. داسانه لوست وخت ورته وسپمولی سئ.

ن د ګرانو لوستونو په هکله له نورو اند یوالانو یا لویانو مرسته وغوښتل سي.

ن د همدې مضمونونو د لوست په وخت کي غایب نسئ.

ټولګي ته تر تللو وړاندي ، د دې مضمونونو نو ی لوست وکورئ او هغه ټکي او ځایونه چي پکي ګران وي ، لومړی حل او بیانو رلوست زده کړئ.

۳- د زده کوونکي ستونزه : کله ، کله شاګرد په خپله ستونزه پیدا کوي. د ساري په توګه :

تل ټولګي ته ناوخته رسیږي. یوازي دانه چي لوست تر پ تېریږي بلکي په ست ړي سا ه په وروسیدلي درس هم نه پوهیږي کمښت باید په خپله پوره کړي او په خپل وخت حاضرسي.

د نورسونه ، نه زده کوي، هره ورځ کورنۍ وظیفه ورځخه پاته وي. داسي شاګرد ته هرو ، مرو د نبوونکي له لوري ستونزي پیدا کیږي. نبوونکی که هرڅومره حلیم او د زغم څښتن انسان وي خو تر یو ، د وه ځله زیات زغم هغه بي حوصلې کوي او زده کوونکي ته ستونزه پیدا کوي. داستونزه هم باید شاګرد په خپله حل کړي. د لوست په زده کړه باید د نبوونکي باور پیدا کړي او هغه ته داسي بهانه په لاس ورنکړي چي بي ځایه او یا په ځا ی سره عصبي سي.

ن په ازموینه کي کمي نمري اخستل بله ستونزه ده چي شاګرد ته له خپله ځانه پیدا کیږي. په کمو نمرو اخستلو خپل اعصاب هم خرابوي او معلمیتیي هم له ګونځو ډکه تنده نیولي وي . له د ې ستونزي څخه د خلاصون په غرض د ازموینې پانه یا څیري یا سوځوي او یایې پټوي. خو دایي لاره نده . له پانې څخه باید ګټه واخلي او خپله تیروتنه پکي ووینې او ووایي ولي مي دا پانه بده او د کتلو وړنده. تیروتنه جبران کړي. همدا پانه ورته د عبرت پانه سي. بیلو خت بیکاره تیرنکړي. خپله اراده درس ویلو ته کلکه کړي. ترڅو بیا ورته بده پانه په کین لاس ورنکړل سي.

له ټولګي څخه ګټه تر لاسه کړئ

۱- د ټولګي ټولو درسونو ته حاضر یږئ، که په ټولګي کي کم معلومات تر لاسه کړئ او څه تکرار و کړ ئ. دا تر هغه ډیره ښه ده

ketabton.com - The Digital Library

چې هيڅ ورغلي نه ياست. سيل، منظره اوله ټولګې څخه وتلي کارونه ټول د ټولګې له حضور څخه کم دي.

۲- د ټولګې له شرايطو سره ځان روږدي او عادت کړئ. د ښوونځي لوستونه يو ډول نه وي، کله تشريح او کله تکرار وي. کله ازمويني، تيسټ او ناڅاپي پوښتنې وي. کله د لابراتوار کار وي او کله په ټولګې کې درسي مقابله او مسابقه وي. تاسو داسي ځان عادت کړئ چې هر کار ته جوړ ياست. که لابراتوار خو ښوي الله تشريح څخه مو ورته کيږي يا يو مضمون خو ند در کوي او بل در باند په درنيږي، نو دا عادت ورک کړئ هر مضمون او هر پروګرام د ښوونځي د معيار جز دی او لوستل يې لازم دي.

۳- په ټولګې کې پوښتنې کوئ، هره موضوع چې تاسو ته حل نده، هغه نور ته هم ګرانه ده خو هغوی هم د سوال کولو زړه نه کوي. که په درسي موضوع کې کوچنۍ تيروتنه او اشتباه درته پيدا کيږي، هغه وپوښتئ که په موضوع پوه ياست دلارو ښانه کيدلو لپاره مثال وغواړئ.

۴- که په ټولګې کې د نورو زده کوونکو په وړاندې، د درس د تشريح او يا پوښتلو ځواک نلرئ او د نورو ترمخ بې زړه کيږي، نو کوشش وکړئ څو د ټولګې په لومړنيو صفونو کې کښيني او د نورو شاګردانو ستر ګي درته مخامخ نسي.

۵- په ټولګې کې د شوخو زده کوونکو لورته پاملرنه مکوئ. زيار وباسئ څو ستاسو ناوړه حرکات بې پروا زده کوونکو تعدنوري بې پروايي، زړورتيا ورنکړي، ښه غوږ ونيسئ.

۶- د کوم مضمون لوست ته چې ورځئ، هغه کتاب وړاندې لاوګورئ نوي لوست کې ګران ځايونه ځان ته معلوم کړئ څو د ښوونکي د تشريح په مهال، هغه ځايونه پاملرنه وکړئ او وروسته يې وپوهيږي. د هر درس تمرين ګورئ څو د تشريح په وخت کې د هغه په ځواب پوه سئ.

۷- د ښوونکي د خبرو پيل او پاى او هغو خبرو ته پام ولرئ کومې چې په تاکيد سره وايي او يا يې تکرار کوي، کومې جملې چې په تخته ليکي هغوی ته ځير اوسئ.

ښوونکی معمولاً مهمې جملې داسې پيل کوي:

(لومړی... دوهم... دريم.)

"يوه مهمه نکته داده چې..."

"او په ياد ولرئ چې..."

"اصل خبره داده چې..."

"او په دې علت چې..."

ښوونکی د تائيد لپاره په دې تورو تکيه کوي:

(د ساري په توګه) (د مثال په ډول) (سربيره په دې) (د دې په عکس...) (همدارنګه...).

او په پای کې وايي: په لنډه توګه... په پای کې...

په نتيجه کې... داسې نتيجه اخلو چې....

ketabton.com - The Digital Library

۸ـ که د درس په جریان کي کومه پوښتنه درته پیدا کیږي. یا د لښت یي واخلئ او لوست په پای کي دهغې په هکله له ښوونکي څخه معلومات وغواړئ.

۹- دلوست په پای کي لنډ کي یادداښتونه واخلئ.

۱۰ـ که کله په ټولګي کي حاضرنه وئ دبل ملګري دهغې ورځې یادداښتونه وګورئ.

۱۱ـ که دلابراتوار خونې ته لاړئ ګومه تجربه چې درته درکړل سوي دیوازي په هم هغې پلګیا اوسئ. دنورو زده کوونکو تجربي او دلابراتوار لوازم که ګورئ ځو بیا په خپل لوست او تجربه پوهیدلای نسئ.

۱۲- کوم درسونه چې نوي زده کوئ. بهرني استعمال ورته ورکړئ له ځان سره مثالونه ورته وموئ او پوښتني پکي ولټوئ.

۱۳- دټولګي لوست ترتفریح اوخوب وړاندي په ذهن کي دروګرځوئ چې بیا ژر نه هیریږي.

۱۴- نقشو، جدولونو او ګرافونو ته زیاته پاملرنه کوئ.

۱۵ په هر لوست کي چې ځانګړي، فني اپا نور توري وي، لومړی دهغوی په معنی ځان پوه کړئ بیا دلوست تشریح او بشپړولو ته غوږ نیسئ ساري په توګه: سمبول، ولانس، چارج، اتوم، الکترون، مرکب، مالیکول، مدار، اتومي نمبر، اتومي وزن، کثافت، مخصوصه وزن، رادیکل، ایون، انعکاس، انکسار، ارتجاعیت، تراکم، توان، کار، انرژي، حرکت، سرعت، اهتزاز، امپلتیود، پریود، ولټیج، هادي، عایق مقاومت، جریان، محراق، پرتاب، جذر، پولینوم، توان، ساین، تانجانت، سیکینټ، عصبه، ذوی الفروض، ذوی الارحام، میت، متروکه، اخیافي، علاتي، اعیاني، مخرج، نصاب، خُمس، غنیمت، غزوه، سریه، مرفوع، مرسل، متواتر، مشهور، راجح، مرجوح، حاده، منفرجه، قایمه، تماثُل، مفروض، مطلوب، مستوي، مرتسم، حجره، نسج، غړی، سیستم، میزبان، پرازیټ، فقاریه نور اصطلاحات په لوست کي راځي. په هغوی ځان داسي وپوهوي چې په خپلو عباراتو یي روان ووایاست او نور هم وربانديې پوه کړای سئ.

۱۶- په ټولګي کي ځاني له لوست څخه وتلي خبري مه کوئ او نه همداسي موضوع یادوئ. زیار وباسئ، همداسي خبري تر ټولګي بهتمي کړي. داسي خبري ستاسو پام هم بل لورته اړوي او نورو ته هم فکري ګډوډي پیدا کوي.

ازموینه ولي اخستله کیږي؟

ازموینه دزده کړې جزدی او ددې لپاره اخستله کیږي، څو ښوونکي وپوهیږي چې زده کوونکو ترکومي کچې نوي لوستونه زده کړي دي. ځیني ددې له پاره منظم امتحانونه اخلي تر څو زده کوونکي دي ته اړکړي چې تل خپل لوست ولولي، ویې ګوري، تکرار او یادیې کړي.

ketabton.com - The Digital Library

ازموینه له یوه لوري دلوړ پاو تیتې سویې دزده کوونکو ترمنځ دتوپیر اوامتیاز معلومولو او دهغوی ترمنځ دقضاوت ښه وسیله ده او بل لوري همدا ازموینه ده چې زده کوونکي ښې مطالعې او کتاب کتلو ته اړباسي.

ازمیښت ښودلي ده چې که ښوونکي پرته له خبرتیا له زده کوونکو څخه ازموینه واخلي، زده کوونکي په منظمه توګه ورځنی مطالعه کوي.

ازموینه ترلوست او زده کړې وروسته هم اهمیت لري. په مسلکي چاروکي ترازموینې وروسته هرځای دنده اوشغل موندل کیږي. په ټولنیزو چاروکي دژوندهره معامله اومسئله یوډول ازموینې ته اړتیالري.

په ازموینه کي دګډون چمتووالی

۱- ځینې زده کوونکي ازموینې ته په منفي نظر ګوري. هغه یواجباري، اضافي اودځان له خوښي پرته یو بار ګڼي. دافکر باید ورک اوازموینې ته دیوه ګټور څیز په توګه وکتل شي. ازموینه هغه وخت یوه ستونزه ده چې هغه یې ته په بدنظر وکتل سي. ازموینې ته لومړنی تیاري همداده چې بدبیني ورته ونلري. هغه دځان په ګټه وګڼي او دخپلو نیمګړتیاوو د معلومولو معیار پې ومنئ. په دې توګه به ازموینه درته خوښه او اسانه وبریښي او پکي دګډون لپاره په ځان باور او ویسا ولرئ.

۲- دازموینې لپاره تیاري نیولې لوست له پیل څخه باید پیل سي که ورځني لوستونه او دندي په ښه توګه زده نه سي، همدا ورځني او لږ، لږ درسونه یو ځای کیږي او د ازموینې شپو ورځو ته نږدي دزده کوونکي له ځواک څخه زیاتیږي.

ازموینې ته دچمتو کیدلو لپاره، دلوست اومطالعې مهال ویش درلودلې ټولګی ته په منظم ډول تلل، د یادداښتونو اخستل او هغه بیا، بیکتل غوره لاره ده. ورسره که دټولګي له ملګرو سره درسونه یو ځای وګورئ، مباحثې پکي وکړئ اودتیرو ازموینې پاڼې بیا وګورئ، داهم ګټور کار دی. دنورو ازموینو دپاڼوکتل تاسو ته دقت پیداکوي، په خپلو بې پروایو پوهیږي، دهمدې ټولګې په کومه کي چې اوس په لوست لګیا یاست، دازموینو پاڼې هم تنظر تیري کړئ، دا دسوالونو په هکله یونوی فکر درسره پیداکوي.

۳- له ښوونکي څخه وپوښتئ چې په کومو موضوعګانو او مطلبونو کي ازموینه اخلي.

۴- له ښوونکي څخه وپوښتئ چې څه ډول امتحان اخلي.

۵- ترازموینې یوه، دوې اونۍ وړاندې، د ښوونکي پوښتنو، اشارواوپه ځینو مطلبونو تاکید ته غور وکړئ. ډیر اټکل داکیدلای سي چې ښوونکي په همدې پوښتنو تاسي د امتحان څرنګوالی ته متوجه کړي.

٦- دازموینې له پاره پروګرام اومهال ویش ولرئ. نالوستي لوستونه ولولئ ګراني مسئلي حل کړئ تر ازموینې دوه

ketabton.com - The Digital Library

ورځي وړاندي تاسو بايد ټول درسونه د ازموينې له پاره کتلي وي. ترازموينې يوه ورځ وړاندي لاړوند مضمون په هکله فرضي پوښتنې اوځوابونه تيار کړئ تر ازموينې وړاندي شپه ارامه تيره کړئ خوب پوره کړئ او د ازموينې په ورځ يو ازي فهرست اوعنوانونه وګورئ. ازموينې ته په خپل وخت ځان ورسوئ. زيار وباسئ څو د ازموينې په ورځ ناسوب نسئ. څومره چې له "صفر" څخه ځان لرې کولای سئ، لرې سئ. دښوونکي ستر دښمن د شاګرد په پارچه کې "صفر" دی.

دګز او ميدان وخت

ميدان خو ازموينه ده او ګز هم له ازموينې سره ستاسو اړيکي ،هغې ته په ښه نظر کتل او ستاسو چمتو والی دی. د دې له پاره چې په دي کچ، ميچ کې کم رانسئ، نو د ازموينې په شيبو کې دا ټکي مراعات کړئ:

۱- د ازموينې تر وخت لږ تر لږه پنځه دقيقې وړاندي خپل ځای ته ځان ورسوئ. له يوه لوري به د ناوخته رسيدلو له تلولي توب څخه ژغورلي ياست له بل لوري به د دښوونکي لاړښوونې په نه درځخه تيريږي. کله خولا داسي هم وي چې ناوخته راغلي شاګرد ته د ازموينې اجازه هم نه ورکوله کيږي.

۲- ټول لوازم قلم، پنسل، پنسل پاک، کې ورته اړتيا وي زيات کاغذ، کې ضرور وي د حساب ماشين له ځان سره ولرئ. اسي بې پروا زده کوونکي ليدل سوي دي چې دازموينې په پيل کې يې قلم پسې ګرځي او په د ې عمل سره هم خپل وخت ضايع کوي او هم د نورو فکري تمرکز بايلي.

۳- په خپل ځای ارام کښينئ، که د ازموينې ستونزو درته فکري ستونزه پيدا کوله. يو، دو ځله دقيقي فکر وکړئ او اوږده ساه واخلئ، بيا په کار پيل وکړئ، د استونزه مو ختميږي.

د کانکور په ازموينه کې چې، پوښتنې چاپ سوي وي. که څه ستونزه پکې لرئ لاس پورته کړئ او مسئول شخص ته چې د ازموينې خونه کې ګرځي، راګرځي خپله ستونزه په ګوته کړئ.

۴- د ازموينې ژبنۍ اوليکلي لاړښوونې په غور سره واورئ او وپې ګورئ.

۵- د ځوابونو تر پيل وړاندې، په ډيره ځان پوه کړئ چې سوالونه څول حل غواړي که ځينې.

۶- د پوښتنو په ځواب ځان پوه کړئ چې ايا د ځواب خواوشا کرښه کښل کيږي؟ کوم تور ې په نښه کيږي؟ خالي ځايونه ډکيږي؟ څه تشريح غواړي؟ کوم مطلب معلومول دي او که...

۷- ازموينې ته مهال ويش ولرئ. داسي چې پوښتنې ولولئ، هر سوال ته څو دقيقي وخت لرې د نمرو په تناسب يادا ساني او سختي په اټکل سوالونه ځواب کړئ.

۸- پوښتنو شميرې په خورا احتياط ګورئ او د ځوابونو شميرې يې په غور سره ليکئ. که په يوه شميره کې سوال او ځواب سره واوړي، تيرو بيرسي، ځوابونه به تر پايه غلط وي.

ketabton.com - The Digital Library

۹- په چټکي او احتياط سره کارکوئ.

۱۰-که دازموينې وخت ډير وي، يوځيوه شيبه لاس له کار څخه اخلئ، ترڅو مو استراحت او آرام کړی وي.

۱۱- سوالونه ټول وګورئ، ګراني او اساني پوښتنې ځان ته معلومي کړئ، که دټولو ځوابونو نمري يو شان وي، نو لومړي اسانه پوښتنې ځواب کړئ.

۱۲-ګرانه پوښتنه دوه ،دري ځله ګوري ځکه يې په مطلب او غوښتنه پوه سئ.

۱۳- تجل وروسته خپلې پاڼې وګوري ځکوم سوالونه چې موبي ځوابه پرې ايښې وي، هغوی ځواب کړئ.

۱۴-حل سوي پوښتنې پرته له کومه دليله بل ځواب مه ورکوئ.

۱۵- که دپوښتنې په ځواب نه پوهيدلئ او په اټکل مو ځواب ورکړی ؤ ،لومړنی غوراوی غوره دی.

دازموينې ډولونه

ازموينه ډير ډولونه لري. کيدلای سي دښوونکي او دازموينې دسمبالوونکو په شمير دازموينې ډولونه وي خو په عمومي ډول ازموينه په دوه ډول ده:

تشريحي (انشايي)، لنډه (ټيستي).

۱-**تشريحي ازموينه**: په دې ډول ازموينه کې ډېرې ليکنې ته اړتيا وي. بايد د پوښتنې اړوند ټولې زده کړې په ياد راوړلسي اوهغه معلومات په داسي ډول ترتيب اوتنظيم سي چې په استدلال او منطق ولاړ ځواب وي.

په تشريحي ازموينه کې موخه يوازې دانده چې ستاسو د يادولو ځواک وازمويل سي بلکې تاسو په دي هم ازمويل کيږئ چې دخپلو معلوماتوتشريح او تحليل څرنګه کولای سوای او څه ډول دا زده کړه استعمالولای سئ .داځواب هله ښه معلوميدلای سي چې زده کوونکي دپوښتنې په موضوع ښه پوهيدلی اوپه خپلو تورو الفاظو يې بيان کړای سي. په داسي ازمويلو کې داهم غوښتل کيږي چې شاګرد خپل افکار څرنګه په ښکاره او منطقي ډول څرګندولای سي.

داډول ازموينه په دې ډول تورو ځانګړي کيږي.

واضح يې کړئ تشريح يې کړئ تعريف يې کړئ پرتله (مقايسه) يې کړئ او ...

دساري په توګه:

۱- دمطالعې لپاره وړ چاپيريال تعريف کړئ؟

ketabton.com - The Digital Library

۲-دزده کړې په کار کې دبریالیتوب دړې ښتیز عوامل تشریح کړئ؟

دداسې ازموینې ځواب لپاره دلیکوالې له لارښوونو څخه باید ګټه واخستله سې هغه داسې چې،زده کوونکې سوال ولولي،ځان ورباندې پوه کړي د ځواب ټول جزیات د پاڼې په یوه څنډه ولیکي بیایي وړاندې وروسته کړي.په همدې جزیاتو کې اصل خبره ومومي،دهغې لپاره سریزه پیل او په نورو برخو کې یې تشریح اوتائید ولیکي.مثالونه، متلونه اونکتې پکې راوړئ.په هر پاراګراف کې یوه خبره مطرح کړئ اوپه پای کې دپایلې په ډول څه ولیکئ.

۲- لنډه (تیستې) ازموینه:په دې ډول ازموینه کې، لیکنه کمه ویځوابونه په یوه توري ورکول کیږي چې هغه په خالي ځای کې لیکي.یایوه ځانګړې نښه د ځواب په ځای ایښودل کیږي او یا د ځوابونو په پاڼه کې ترټولو غوره ځواب په نښه کیږي.

لنډه ازموینه څلور ډوله اختسل کیدلای سي.

الف : متناوب یا د "سم" او "ناسم" ازموینه :په دې ډول ازموینه کې ځوابونه دوه متضاد حالتونه لري او په (سم،ناسم) (صحیح،غلط) (رښتیا،دروغ) (مثبت،منفي) او یا (هو،نه) ځوابیږي.دساري په توګه :

( ) دخوب په بستره کې ښه مطالعه کیږي .

که ستاسو په نظر دد ې پوښتنې ځواب سم وي نوله لارښوونې سره سم په قوس کې د س (سم)،ص(صحیح)، ر(رښتیا)،یا هو ،توری او یا د + (مثبت) علامه ولیکئ.

که داخبره غلطه وي نوبیله لارښوونې سره سم ، دنا (ناسم) غ(غلط)،د(دروغ) یا د(نه) توری او یا د -(منفي) ننبه ولیکئ.

داچې زما په نظر داخبره سمه نده نو په لیندکیو کې لیکم.(-) او یایې کوم معادل توری (ن،غ،د،نه) لیکم.

ب-دغوراوي ازموینه :دا ازموینه هم د "سم" او "ناسم" په څیر ځواب لري خو دځوابونو احتمال پکې وي.زده کوونکې به هغه ځواب غوره کوي چې خورا وړاومناسب وي.

ترمختنۍ ازموینې ډاډیره پاملرنه غواړي. ځکه،ځوابونه سره ورته والی لري.دساري په توګه :

۱-دمطالعې دکوتې دتودوخې مناسبه درجه دفارنهایټ ( ) درجې ده.

الف :(۸۰) ب: (۷۵) ج :(٦٨) د :(۵۰).

داچې دمطالعې لپاره دخونې دتودوخې مناسبه درجه ٦٨ ده نو زده کوونکي باید په قوس کې (ج) ولیکي.

۲- داسلام په لاره کې لومړنی شهید ( )دی.

الف – **حمزه** (رضی الله عنه) ب – **حسین** (رضی الله عنه)

ج – **یاسر** (رضی الله عنه) د – **حارث ابن ابي هاله** (رضی الله عنه)

ketabton.com - The Digital Library

داچې د اسلام په لارکې لومړنی شهید حارث (رض) دی نو په قوس کې د "د "توری لیکل کیږي.

ج- بشپړه کیدونکي (تکمیلي) ازمینه: په دې ډول ازمینه کې غوښتل کیږي څو دیوعبارت یا پاراګراف خالي ځایونه ډک سکې له په ځوابونو کې لغات یا شمیري ورکولي کیږي او سم ځواب ترې غواړي او کله هیڅ هم نه وي. دساري په توګه :

۱- **محمد** (صلي الله علیه وسلم) د (....) کلونو په عمر په پیغمبري مبعوث او د عمر په (...) کلنۍ کې وفات سو.

داعبارت به داسې بشپړ کړو :

محمدصلی الله علیه وسلم د (۴۰) کلنو په عمر په پیغمبري مبعوث او د عمر په (٦٣) کلنۍ کې وفات سو.

۲- دمعاصر افغانستان جوړونکی ( ) دی.

داچې داشخص احمد شاه بابا د څو په لینډ کیو کې به لیکو : (احمد شاه بابا) او جمله به بشپړه سي.

د- اړونده (نسبتي) ازمینه : ددې ډول ازموینې ساده بڼه داده چې په دووعمودي (ولاړو) لیکو کې دو ځایه سره ورته او اړونه مطلبونه خو بې ترتیبه او تیروبیر لیکي. د زده کوونکي دنده داده څو ددوهم کالم دمطلب سم تور ی دلومړي کالم دمطلب څنګ ته ولیکي.

کله یوکالم دمخترعانو نومونه وي اوبل کالم داختراعاتو. کله په یوه کې پیښې او په بل کې ځایونه اونیټې لیکل سوي وي. کله هم په یوه کالم کې یکتابونه او په بل کې یې لیکوالان لیکلي وي او ...

خو کله ،لا ځوابونه تر پوښتنو زیات هم وي. مثال یې وګورئ :

( ) داحد جګړه .....۱- دهجرت پنځم کال

( ) دفجار جګړه.....۲- دهجرت دوهم کال

( ) دبدر جګړه.....۳- دهجرت اتم کال

( ) دمکې سوبه. .....۴- ترهجرات وړاندي

۵- تر بعثت وړاندي

٦- دهجرت دریم کال

دلته پوښتنې څلورا و ځوابونه شپږ دي.

ددې لپاره چې سم ځوابونه مو ورکړې وي. نو په لومړي قوس کې (٦) په دوهم کې (۵) په دریم کې (۲) او په څلورم قوس کې (۳) لیکو.

۵- معیاري (دکانکور) ازمینه : دا د ازموینې یو ځانګړی ډول دی چې په لنډ او ټیسټي ډول اخستله کیږي خو له معمولي او دټولګیو له ازموینو سره دوه توپیره لري:

لومړی داچې تجربه سوي وي، کار وربانډ سوی وي. دتکامل او بشپړتیا ډیر پړاوونه یې وهلي وي.

دوهم داچې دپوښتنو او ځوابونو ډګیې خورا پراخ وي. وینچې دپوهنتون دکانکور ازمینه په ټول هیواد کې یو ډول اخستل کیږي. دلسم، یوولسم او دوولسم ټولګیو په مضمونونو کې یې پوښتنې جوړیږي. په داسې ازمینه کې

ketabton.com - The Digital Library

دزده کـوونکي دزده کـړي او معلومـاتو ترڅنـګ دزده کوونکـو ځيرکتيا، شخصيت، غوښتنې او هيلې هم ازمويل کيږي.

دکانکور په ازموينه کې دپوښتنو اوځوابونو پاڼې سره بيلې وېشونمـري هـم پـه ماشـين ورکـول کيږي. نوځکـه پکـې زياتـه پاملرنـه کـارده اوشاګرد بايد ټولې لارښوونې پـه پـام کـې ولري. تاسو دا پوښتنې وګورئ او دحل ډول ته يې ځير سئ:

دپوښتنو پاڼه:

۱- کابل يو ( ) دی.

۱-۱: ښار

۱-۲: هيواد

۱-۳: غر

۱-۴: جزيره.

۲- ډير عرب ( ) دي.

۲-۱: عيسويان

۲-۲: يهوديان

۲-۳: مسلمانان

۲-۴: بودايان

۳- پلار ترزوی ( ) وي.

۳-۱: هوښيار

۳-۲: شتمن

۳-۳: ځواکمن

۳-۴: مشر

۴- ورځ اوشپه ( ) څخه پيدا کيږي.

۴-۱: دځمکې په خواوشا دسپوږمۍ له حرکت.

۴-۲: دلمر په خواوشا دځمکې له حرکت.

۴-۳: په خپل محور دځمکې له حرکت.

۴-۴: دځمکې په خواوشا دلمر له حرکت.

۵- کـه د دووقلمونـو بيـه (۲۰اف) وي پـه (۱۰۰) افغـانيو ( ) قلمونه اخستلای سو.

۵-۲۰: ۱ قلمونه

۵-۱۰: ۲ قلمونه

۵-۱۵: ۳ قلمونه

۵-۵: ۴ قلمونه

داخو دپوښتنومونې وي، اوس پـه بيلـه پاڼـه کـې يـې ځوابونـه وګورئ چې دسم ځواب له پاره دوي موازي کرښې توري سوي دي.

۱- = = = = =

۲- = = = = =

۳- = = = = =

۴- = = = = =

۵- = = = = =

نورنو، تل په ازموينو کې بريالۍ سئ، خو ګورئ چې دځوابونو په پاڼو کې مو دخپل نوم ليکل هيرنسي. والسلام

۱۴۱۹/۱۲/۱۷هـق - ۱۳۷۸/۱/۱۶هـش. دوشنبه ۸:۴۵ سهار، کندهار

ketabton.com - The Digital Library

زه ، زما په قلم

دازما دهغه ناچاپ کتاب نوم دی چې دوه برخي لري ، په یوه کې زما دژوند لوړې او ژورې په بله کې دهغه چا دژوند حالات دي چې، کوم علمي ،جهادي ، فرهنګي او یا سیاسي شخصیت لري او زما ورسره لیدل کتل سوي دي. زه مي دخپل ژوند دحالاتو لنډ پز له همدې کتاب څخه دلته لیکم:

زه دغزني ولایت، دقره باغ ولسوالۍ په محمد نعیم کلا کې دنیا ته راغلی یم. دتذکرې په حساب مي عمر د (۹ سالۀ ۴۱) په اټکل دی .

په ۱۳۴۰هـ ش کال نهمې ټولنیزې ټولګۍ ته شامل سوم او په هم هغه کال مي پلار وفات سو .

په ۱۳۴۵هـ ش کال، دسطان ابراهیم له ښوونځۍ څخه اول نمره فارغ سوم او دسلطان محمود لیسې ته لاړم. له هغې لیسې په لومړنۍ دوره کې په لومړۍ نمره په ۱۳۵۱هـ ش کال فارغ سوم. دهغه کال دکانکور په ازموینه کې دخپل ولایت دټولو لیسو په شاګردانو کې په لوړه نمره بریالی سوم او دخپلې لومړۍ انتخاب سره سم ، دکابل پوهنتون دانجنیري پوهنځۍ ته شامل سوم . خو درې کاله وروسته مې دنا خوالو له امله دلوستلو غوڅه سوه. ددې زده کړو ترڅنګ مي ضروري دیني زده کړې هم کولې.

په ۵۷ – ۱۳۵۸هـ ش کلونو کې دکمونستانو په دوره کې دوه ځلې دهغوی له لوري بندي کړای سوم.

له ۱۳۵۹ تر ۱۳۷۱هـ ش کال پورې دهجرت په نړۍ کې هستوګن وم. هلته مي له ماموریته تر ریاسته په جهادي دفترونو کې کار وکړ.

په ۱۳۷۱هـ کال دمجاهدینو له بریالي کاروان سره کابل ته لاړم . دمهاجرینو د عودت په وزارت اود سړې میاشتې په ټولنه کې مي درئیس په توګه دنده درلوده.

په کابل کې دخپل منځي جګړو په مهال مي دنده پرېښوده او په ۷۳ – ۱۳۷۴هـ کلونو کې د نورالمدارس په مدرسه کې دښوونکي په توګه پاته سوم.

د ۱۳۷۴هـ ل په پای کې مي دطالبانو له اسلامي تحریک سره قلمي مرسته پیل کړه او داسلامي امارت په دوره کې مي دکندهار پوهنتون ، د کابل دطب انستیتیوت او دبهرنیو چارو په وزارت کې درئیس په توګه دنده اجرا کړې ده.

کله چې امریکایانو افغانستان اشغال کړ، ما بیا په خپل کور او کلي کې ترهستوګنې ، هجرت ته ترجیح ورکړه.

په ۱۳۵۹هـ کال مي لومړنی مضمون او لومړنۍ رساله (شمۀ از شکنجه هاي مشهود درمحابس افغانستان) چاپ سول .تر اوسه مي په ۳۴ ډول، ډول خپرونو کې په سلګونو مضمونونه خپاره سوي دي او تر دیرش ټوکه لیکل سوي اویا ژباړل سوي کتابونه مي دچاپ شرف لري . پنځلس ټوکه کتابونه مي هم چاپ ته تیار دي .دکرامت مجلې،ریان ویبپاڼې،سواد فرهنګي ټولنې او الحکیم تعلیمي مرکز دتاسیس او امتیاز ویاړلرم .

په لیکنه کې پښتو او دري ژبې تر اته بې ټوپیره دي .له عربي ،اردو او انګلیسي ژبو څخه په ژباړه لاس بری یم.

ذلک من فضل الله .

والسلام.

- ریان-

Rayyan261@yahoo.com

ketabton.com - The Digital Library

ماخذونه

خوږو لوستونکو ! په دي ليکنه کې مي له ماخذونو څخه ګټه اخستې وه، هغه ماخذونه مي دکندهار پوهنتون او دکندهار د اطلاعات او کلتور د ریاستونو له اړوند وکتابتونونو څخه تر لاسه کړي وو ، خو اوس هجرت ورځخه لري کړی یم، له همدي امله يي نومونه په بشپړه توګه ليکلای نسم.

په دي هم افسوس کوم چي دځرنګه ليکنه وکړو ؟ اوځرنګه وينا وکړو ؟ په برخوکي يوه ، يوه برخه متن نيمګړی دی اوهغوی هم په همدي ستونزه پوره کولاي نسم.

خو داعرض کول غواړم چي په دي بحثونو کي زما خپله ځانګړ پ تجربه هم اغيزمنه ده ځکه :

۱-زه دليسي په دوره کښي دخپلي ښوونځی لومړی شاګرد وم او د ۱۳۵۱کال دپوهنتون دکانکور په ازموينه کي په خپل ولايت کي ترټولوپه لوړه نمره بريالی سوم.

۲- تر اوسه مي (45)کتابونه ليکلي يا ژباړلي دي چي تردیرش ټوکه يي زيات دچاپ په پسول ښکلې سوي هم دي .

۳- په ۳۴جريدو او مجلوکي مي له ۱۳۵۹کال راهيسي په سلګونو مضمونونو دخپريدلو شرف حاصل کړی دی .

۴- په کنفرانسونو او سيمينارونو کي مي دوينا وال په صفت ګډون کړی دی .

داهرڅه بشپړه مطالعه غواړي او ماته الله جل جلاله دمطالعي حوصله راکړي ده ،نو هرو ،مروبه دمطالعې ،ليکنې،وينا او ازموينې تجربه لرم . دلته مي هم په لېکنه کي ورځخه ګټه اخستي ده. ځکه هم په ډاډ سره وايم چي دابحثونه مي په يوځل کتلو ارزي او که ګټه تري واخلئ ،هغه خو مي ددي زيار هدف دي .

والسلام

ريان

Thank you for reading

Find more e-books and articles on Ketabton - your multilingual digital library.

www.ketabton.com

Ketabton - Pashto, Farsi, Arabic & English