پہ دې کتاب کې د ژوند حالات په ساده الفاظو خو په ډېره اغیزناکه توګه سپړل شوي. مونږه خپل ورځینۍ اداري غونډه ددې کتاب په یو نصیحت پیلوو او زمونږ د ژوند لید لورې یې بدل کړی دی.

موروګاول جاناکیارمان

د Martimony.com مشر

هره شپه یې له منځه یوه مقاله لولم. لنډ او غښتلی بصیرت راکوي چې د هماغې وخت حالاتو کې راسره مرسته کوي. په هغه وخت کې چې هر څومره پوښتنې په ذهن کې لرم لکه د ګوګل په څیر د هرې پوښتنې ځواب راکوي او دا ځوابونه د قدرمن مهاتریا له لورې راکول کیږي.

جي.آر انند انتاپدمندابهن

GRT Group

هغه کس چې زما په فکرونو یې نفوذ پیدا کړی، هغه مهاتریا دی. دا کتاب د هر چا د پیل ټکی او د راتلونکي سفر لپاره نه ختمیدونکی قوت وربښي. هر څوک یې مستحق دی. خپل سفر همدا نن پیل کړه.

اتول این.شاه(MD, FACAAI, FAAAI)

د امریکا نیویارک کې د ساړندۍ او حساسیت مرکز طبي مشر

Ketabton.com

ستونکو
ې ځواب ستاسې په لټه کې دی.

ته ډالۍ کوم.
نه نغښتل شوي. نو ویلی شو چې تاسې
م لیکونکي یاست

ان د څومره سترو او نامحدوده پوتانشیل
ي دی.
احساساتي، معنوي او مادي هڅو کې
غواړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

زما خوږو لوستونکو

زما ژوند ماته ژوند راوښود. هر یو کس چې ماته د بدلون لپاره راغلی، نو په ما یې اغیز کړی او زما ژوند بدل شوی. زما هر زده کونکی زما ښوونکی دی. زه غواړم خپله پوهه او علم کنګل کړم. کتابونه هم په اصل کنګل شوي لیکنې دي چې د ورقې په مخ چاپ شوي. دا کتاب چې تاسې په لاسونو کې نیولی، له دې لارې غواړم ستاسو ذهن او زړه ته لار پیدا کړم، نو ما پریږدئ چې ننوځم...

انشتاین خپل ټول ژوند په دې تیر کړی وو چې نړۍ ته نوې نظریې وړاندې کړي او له دې وروسته نړۍ کې ستر بدلونونه رامنځته شول. د تامس ایډیسن ژوند هم د نړۍ تاریخ بدل کړ. مهاتما ګاندي او نیلسن منډیلا هم نوې ټولنې رامنځته کړې. ملټن او ټګوري شاعرۍ ته نوی نوم ورکړ. ذاکر حسین تبلې ته نوې بڼه ورکړه. سکریټ، اریسټول او پلاټو د نړۍ فکر بدل کړ. د هر انسان ژوند یواځې ددې وړتیا نه لري چې ځان پورته کړي بلکې کولای شي ټول انسانیت ته اوږه ورکړي.

زمونږ پخوانو خلکو په خپل ژوند کې د انسانیت لپاره ډیر کار کړی دی او مونږ ترې اوس ګټه اخلو. نو مونږ به خپله برخه کې څه کوو؟

زما عاجزه هڅه په همدې لور ده... تر څو خپلو لوستونکو ته یې وړاندې کړم.

مهاتریا را

●●●

ژوند وکړئ کتاب د وړو مقالو ټولګه ده چې په مختلفو موضوعاتو لیکل شوی، هره جمله کې یې ډیر ژور مفهوم پروت دی چې د ژوند اړوند مسایل په کې رانغاړي، هر پاڼه یې لوستونکو ته نوی فکر او نوې عقیده ورکوي چې کولی شي د لوستونکو شخصي-او مسلکي چال چلند، او د مختلفو څیزونو په اړه یې فکر بدل کړي، ژوند یې غښتلی، سوکاله او په زړه پورې کړي او د ژوند د هرې ورځې مبارزی ښه مدیریت وکړي.

ژوند وکړئ داسې یو کتاب دی کله چې یې لولئ داسې فکر به کوې چې دا زما په اړه لیکل شوی، د هرې پوښتنې ځواب به په کې مومې، اصلا د ژوند فلسفه په همدې کتاب کې ده، ته څنګه ژوند کوې او باید څنګه یې وکړې، ستا د ژوند د هرې ستونزې د حل لار په کې شته.

موږ له تکراري ژونده ژغوري او موږ ته دا فکر راکوي چې څنګه د پرون په څیر ونه اوسو، ماضي پریږدو او خپل ټول فکر نن او راتلونکي ته متمرکز کړو، څنګه خپلو کمزوریو ته د پای ټکی کیږدو، څنګه یو اتل اوسو، څنګه د یو چا د غوره ډالۍ په څیر اوسو .خلکو سره څنګه اړیکې وساتو، څنګه شریک ژوند وکړو، څنګه باید له خلکو مخکې شو، او څنګه بریالي شو .

همداسې د حیاتي لږ او بې ارزښته ډیر عنوان لاندې مقاله کې د ۲۰/۸۰ قانون په اړه غږیدلی چې عملي کول یې تا د بریالیتوب او غوره ژوند لوړو پوړیو ته رسولی شي .

همداسې تاسې ته ښايي چې د سرچینو مدیریت څنګه وکړو .جاپان یې مثال ورکړی چې په ۱۹۶۰ کال کې د نړۍ په کچه د فولادو ستر صادرونکی شو چې نه یې سکاره لرل او نه اوسپنه.

ژوند وکړئ کتاب په هند کې د ډیر خرڅ شوي کتاب مقام ګټلی، انګلیسي نوم یې (Unposted Letter)او مهاتریا را (Mahatria Ra) لیکلي، پښتو ته په روانه او ساده ژبه ژباړل شوی چې زه خپل دروند ورور انجینر طارق نجیب ته د ددې ګټور او په زړه پورې اثر د ژباړې مبارکي وایم او خپل دردیدلي ولس ته د لوستو او منځپانګې څخه د ګټې اخستنې مشوره ورکوم.

نظیف الله بلال

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

نه پوهیږم چې ددې کتاب ستاینه له کوم ځایه پیل کړم، خو وایم چې یو ځل یې هرومرو ولولئ، د ژوند هر ډګر کې درسره مرسته کولای شي. په دې کتاب ډېرو نامتو خلکو خپل نظرونه وړاندې کړي او ګټه ترې اخلي، خو ما تر اوسه ددې په څیر کتاب نه دی لوستی. دا کتاب به درته یو نوی احساس درکړي، ژوند ته به له لرې خاندئ، ستونزې به درته د ژوند خنډونه نه بلکې تجربې ښکاري، مورال به مو لوړ کړي، د بریالیتوب لارې به دروښایي، مینه به دروپیژني، که رالنډه یې کړم نو د ژوند هر پړاو، هر ډګر، هر مهال، او هره شیبه درته لکه سپوږمۍ روښانوي.

ددې کتاب دوه کرښې لوستو سره مې ځان سره وویل چې یواځې خو یې مه لوله، پریږده چې ټول ترې ګټه پورته کړي، او زه دا هم وایم چې زمونږ ټولنې ته ددې کتاب ډېره اړتیا ده. همداسې مې په ژباړلو پیل وکړ او ورسره مې خپله هم په لومړي ځل لوسته. د لوستلو پر وخت به ما فکر کاوه چې په دې نړۍ کې یواځې نه یې، نور ډیر هم ستا په څېر شته. زه په دې هم ډاډه یم چې تاسې یې لولئ نو خپل ځان به پکې وینئ چې دا موضوع زما په اړه ده او همدا ما لیکلې. ځکه خو لیکوال هم خپلو خبرو کې ویلي چې ددې کتاب نیم لیکوالان تاسې لوستونکي یاست.

که ددې کتاب یوه موضوع تاسې ولولئ، نور کتاب لوستل به مو خپله زړه وغواړي.

دا څلورم کتاب دی چې زه یې ډاکټر شمس ته ډالۍ کوم او ددې دلیل دا دی چې ددې کتاب زیاتره خبرې ما له هغې اوریدلي او که ووایم چې هغه زمونږ روحاني ښوونکی دی.

په پای کې له امتیاز نجیبي مننه کوم چې زما ټول مسولیتونه یې پخپله غاړه اخستي ول او زه یې ژباړې ته پریښی وم. په ژوند کې ورته بریالیتوب غواړم. نظیف الله بلال راته کتاب له هندوستانه راوغوښت او د ژباړلو یې راته وویل، زه ترې خوشاله یم ځکه ډېر یې هڅولی یم.

په درنښت

طارق نجیب

(c) ketabton.com: The Digital Library

•••

نن يوه نيکمرغه ډالۍ ده

د هغه مادي شي ترشا يوزړه دی چې هغې ته يې د ډالۍ نوم ورکړی، خو بيا هم يوه ډالۍ يواځې يو مادي شی دی که چيرې د هغې تر شا دې زړه ونه موند.

يو قلم هم يوه ډالۍ کېدای شي که چيرته دې د هغې تر شا دهغه کس زړه پېدا کړ. که ته وايې چې ما يو ښايسته ماشومتوب درلود، نو د هغې تر شا هم بايد د خپل مور او پلار زړه وموميې چې ته يې لوی کړی يې. تعليم هم يوه ډالۍ کېدای شي که چيرته د هغې تر شا د ښوونکو زړه وموميې، چې هغوی خپله پوهه تر تا رسولې ده. د ژوند طرز هم يوه ډالۍ ده که چيرته د هغې تر شا چا چې دنده درکړې، د هغې زړه وموميې چې ستا پرمختګ کې يې درسره مرسته کړې ده. سوداګريز پرمختګ هم يوه ډالۍ کيدای شي که چيرته دې د هغې تر شا د خپلو کارکونکو زړه وګورې چې په لېوالتيا سره يې کارکړی دی.

يوه ډالۍ هيڅکله مادي نه شي کيدای که چيرې دې د هغې تر شا زړه ته پام شي.

نو ويلی شو چې نن يوه ابدي ډالۍ ده، خو بيا هم يوه ډالۍ کېدای شي ډېرې سرچينې ولري، خو نن داسې يوه ارزښتناکه ډالۍ ده چې ومنې دا د هغه "ج" له لورې درکړل شوې ده او يا هم تا لپاره داسې وي لکه دا ورځ هم د نورو په څېر پای ته رسيږي. ډېر خلک چې د شپې ويديږي، سهارنه راپاڅي. همدا ريښتيا دي، خو بيا هم يو ذات دی چې هغه"ج" غواړي ته يوه بله نن ورځ هم ولرې. د همدې ۲۴ساعته نن ډالۍ تر شا هم يو څوک دی چې تا ته يې ژوند درکړی. بايد پوه شو چې نن يوه نېکمرغه ډالۍ ده. په دې بايد پوه شئ چې ډالۍ ښکنځل د هغې ورکونکی ښکنځل دي. يوه ورځ بېځايه تېرول په ريښتيا کې د دې ډالۍ ورکونکي ته ښکنځل کول دي. يواځې که چېرته د يوې ډالۍ په ارزښت پوه شې نو د دې ډالۍ په ارزښت پوهېدای شې. نن ته ارزښت ورکړه او ارزښتناکه يې

•••

کړه.

د نن ورځې په بدل کې به سبا څه ترلاسه کوې، دا په نن پورې اړه لري. نو هرڅومره چې کيږي نننۍ ورځې څخه تر خپل وسه اعظمي ګټه پورته کړه. نن ورځ ستا راتلونکی ژوند دی. نو د پرون ورځې پورې يوه کرښه کش کړه او په دې ځان ډاډه کړه چې پرون ورځ پرون ختمه شوه، او د خپل سرعت تنۍ ته د راتلونکي لپاره کيکاږه. نن ورځ ستا پروني عيبونو پسې نه ګرځي او نه هم نا څرګند راتلونکی اغيزمنولی شي. نن خپله يوه بيله ورځ ده. که د نن خيال دې وساته نو راتلونکی ژوند دې ډاډمن کړ.

بودا ويلي ول : راځئ په دې شکر وباسو که نن مو ډېر څه زده نه کړل، يو څه خو مو زده کړل، اوکه لږ څه مو زده نه کړل نو ناروغ خو نه شو، اوکه ناروغ شو نو لږ تر لږه ژوند خو مو پای ته ونه رسيده. نو راځئ چې شکر وباسو."

دا دعا وکړئ،"ای زماخدايه! دا ورځ ستا له لورې ماته ډالۍ ده او زه به د دې ورځ کړنې تا ته ډالۍ کوم."

***

پورته ختل اسانه نه دي

کله چې موټر چلوې نو ترافيکي بيروبار به منې.

که په ژوند کې هر څه غوره کړې نو دا به ځان سره ذاتي مثبت او منفي اړخونه ولري.

دا به ډېره کم عقله خبره وي چې د ګلاب په لټه يې او اغزو سره سروکار ونلرې! که چيرته د سکې يو اړخ غوره کوې نو د سکې بل اړخ دې هم غوره کړی. هيڅکله د ستونزو پرته اسانه ژوند هيله مند مه اووسه، داسې ژوند هيڅ شتون نه لري.

سترو ارمانونو سره سترې ننګونې ملې وي. که چېرته ګرځېدل وغواړې نو ننګونې دومره نشته او که چيرته منډه وهل غواړې نو هرو مرو به ورسره ستونزې ګالې. که

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

چیرته عادي ژوند کول غواړې نو ننګوني نشته او که چیرته ارزښتناکه ژوند ولرې نو بیا اړینه ده چې سترو ستونزو ته د حل لاره ومومې. د لښتې یو سر پورته کولو سره دې بل سر هم پورته کړی. بره ختل څه اسانه نه دي او که څوک بره ختلي هم دي نو په اسانۍ نه دي ختلي. له دې ټولو خبرو وروسته د تاریخ لوستونکو او تاریخ جوړونکو تر منځ کره توپیر شته.

یوې ښځې د نقره ګر څخه وخت واخیست چې د هغې کار وګوري. ښځې لیدل چې نقره ګر نقره په اور ایښې ده او ګرموي یې. نقره ګر ورته تشریح ورکوله چې نقره باید د اور په منځ کېښودل شي تر څو نرمه شي. ښځې وپوښتل آیا دا اړینه ده چې تر اخره باید همدلته ورته کینې؟ نقره ګر وویل چې یواځې مې نقره په اور نه ده نیولې بلکې دا ټول وخت باید نقرې ته هم وګورم ځکه که نقره له خپل وخت څخه ډېره په اور کېښودل شي نو کېدای شي له منځه لاړه شي. ښځې بیا وپوښتل چې ته څنګه پوهیږې چې نقره کافي اندازه ګرمه شوې ده. نقره ګر موسک شو او ځواب یې ورکړ چې دا خو ډېره اسانه ده، کله چې پکې خپل انځور وګورم، پوهیږم.

که ته چیرته د ژوند ګرمښت احساس کړې نو په یاد ولره چې خدای تا ګوري او مخ درڅخه نه اړوي تر څو هغه "ج" په تا کې خپل انځور ونه ګوري. ژوند تنور نه دی چې تا سوځوي خو یواځې له تا څخه یوه ځلیدونکې نقره جوړوي.

***

داسې یوه اړیکه چې تا لپاره ډېره اړینه ده

که چیرته اوس په ژوند کې خوشاله یې نو ددې مطلب دا نه دی چې ژوند دې په سمه توګه روان دی، بلکې هغه اړیکې چې تا لپاره ډېرې اړینې دي، په سمه روانې دي. که چیرته اوس په ژوند کې خواشینی یې نو بیا هم ددې مطلب دا نه دې چې ټول ژوند دې ناسم روان دی بلکې هغه اړیکې چې تا لپاره ډېرې اړینې

●●●

دي په ناسمه توګه پر مخ ځي.

اړیکې د تخمونو په څېر دي، د هغوی باید پالنه وشي. تمې د اضافي وښو په څېر دي چې په خپل سر زرغونیږي. کله چې د اړیکو په جوړولو کې کافي پانګه اچونه وشي نو په داسې اړیکو کې تمې او توقعات اداره کولای شو. کله چې اړیکو او تعلقاتو ته ځانګړې پاملرنه ونه شي نو په داسې حالاتو کې تمې او توقعات د اړیکو بیخ لړزولی شي.

راځئ په یو بانک کې د پیسو جمع کولو یو مجازي مثال راونیسو. په بانکي حساب کې پیسې ورزیاتوو چې بیا وروسته یې راوباسلی شو، خو مونږ په هماغه کچه پیسې راویستلی شو، چې مونږ پکې زیرمه کړي. نو په همدې ترتیب د یوې خپلوۍ یا اړیکې نه مونږ هاغه وخت توقعات او تمې راباسلی شو چې څومره پکې مونږ جمع کړي دي.

په یوه خپلوۍ یا اړیکه کې احساسات ساتل کیږي، تېروتنې زغمل کیږي او بښل کیږي، که چیرته تله راتله هم محدود وي خو بیا به هم درک کولای شو. په ټوله کې، که چیرته دې اړیکه ښه انګیرلې وي نو اړیکې به هم ښې وي او ځکه دې ښه انګیرلې، چې دا اړیکه دې د احساساتو په دیوالونو جوړه کړې ده.

ځینې وخت اړیکې ښبل کیږي یانې ددې اړیکو دوام فرضي وي او ددې ساتلو لپاره هیڅ پالنې ته اړتیا نه وي. توقعات پکې راپورته کیږي خو ددې اړیکې جوړولو لپاره چې کومې پانګې ته اړتیا وي په هماغه دوام سره پر مخ نه ځي. احساساتي زیرمې پکې تبادله کیږي. په داسې حالاتو کې باید ته د خپلې هرې خبرې ګناهګار ګڼل کیږې، ستا هر خوځښت به تر څار لاندې وي، لفظي شخړې او دروازه په ګرز بندول به یو معمول وګرځي، نه به ستا کړنو څخه څوک خوښ وي او نه به ستا فکرونو ته څوک درناوی وکړي. داسې اړیکې پالل لکه د ماینونو په میدان کې ګرځېدل دي، یو ماین هر وخت او هر ځلې الوتلی شي.

ددې حل د اسانه نه اسانه دی. زیرمه یې کړه، نور زیرمه کړه او لا یې زیرمه کړه.

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

هیڅ برحاله اړیکه توقعاتو څخه خالي نه ده خو مونږ کولای شو چې ډېر زیرمه کړو. هغې ته چې وخت ورکوې، وده کوي. اړیکو ته باید د وخت پالنه ورکړو. د هغوی اوریدلو او ځان پوهولو ته وخت ورکړو. خپله مینه ورته ځرګنده کړو. ورکول زده کړو او همدارنګه اخستلو کې هم زړه سوانده اووسو. اخستلو له لارې هم کولای شې چې د ورکونکي قدر وکړې او دا تر ټولو ستره زیرمه ده. زیرمې په سر زیرمه وکړه او یوه غښتلې اړیکه رامنځته کړه او همدارنګه خوښ ژوند به دې په برخه وي.

***

ته د ژوند د ټولو شیانو څخه ارزښتناک یې

خاوند خپلې میرمنې ته موټر ډالۍ کړ. لمړی یې هغې ته کیلي ورکړه، بیا یې اړین اسناد لکه د موټر چلونې لایسنس ورکړ او بیا یې غیږه کې ونیوله. بیا یې هغې ته وویل د ماشومانو خیال به زه وساتم او ته لاړه شه موټر کې اوږد چکر ووهه. خاوند څخه یې مننه وکړه، مچو یې ترې واخسته او لاړه. یو کیلومتر لرې تللې نه وه چې لارمنځي سره یې ټکر کړ، ښځه ژوبله نه وه خو موټر لږ خراب شوی وو. ښځې ځان سره ویل چې خاوند ته به څه وایي. ذهن کې یې بلا خیالونه او وهمونه تېریدل. پولیس هم صحنې ته زر راورسیدل او ښځې څخه یې د موټر چلونې لایسنس پوښتنه وکړه. د هغې لاسونه رپیدل او د خپل دستکول څخه یې چې خاوند یې ورکړي وو، اسناد راوویستل. اوښکې یې په مخ روانې شوې ځکه په هغې لیکل شوي ول،"زما خوږې! که موټر دې چیرته ټکر کړ نو په یاد ولره چې زه تا سره مینه لرم، موټر سره نه. مینه درسره لرم "

هغه خلک بختور دي چې په دې پوهیږي چې دوي باید مینه ناک اووسي او نه دا چې شیانو سره مینه ولري او خلک استعمال کړي.

موټر یوه کرښه زیانمنول زمونږ د وینې فشار لوړولای شي، خو په زړونو کې

●●●

کرښه مونږ لپاره ارزښت نه لري. یو کس پیژنم چې لاس جوړ شوی شی یې په ځمکه ځمکه ویشته او لګیا وو "اتلس کالو نه دې شي ماته تشویش راچوه، که دا راپریوځي؟ که دا مات شي... دا وخت وو چې ماته یې وښودله چې مشر- ځوک دی، زه که دا شی؟" یو بل کس مې هم پیژنده چې هغې ددې لپاره محفل جوړ کړی وو چې د هغې مرسیډیز موټر یو ټکر کې له منځه تللی و. هغې ویل "که څه هم موټر بشپړ له منځه تللی خو زه روغ یم، موټر کې دننه ځوک وو. نو اوس زه ښه یم او بل موټر هم اخستلای شم او که چیرته موټر روغ پاتې وو او زه له منځه تللی وای نو بیا به ښه نه وو."

زمونږ ژوند د شپیتو روپو د لوبو موټر څخه پیل کیږي. کله چې به هغه ماتیده نو مونږ به ژړل. بیا لږ وړاندې لاړو او په ۲۰۰۰ روپۍ به مو ریموټي موټر واخسته. کله چې به خراب شو، مونږ خفه وو. بیا نو ۲۰۰۰۰ روپو بیټري چلیدونکی موټر مونږ ته راډالۍ شو. کله چې به یې کار پریښود نو مونږ به خفګان کاوه. بیا همداسې ۴۰۰۰۰۰ روپو موټر او بیا ۲۲۰۰۰۰۰ روپو ایس یو وي ماډل موټر او بیا ۸٦ لکو روپو موټر...هر ځل دا ماشین خرابیږي، که کرښه وي او که بشپړ ویجاړ شي، مونږ تشویش کوو. ویلې شو چې زمونږ لوبو سامان غټ شوی دی خو مونږ واړه پاتې یو.مونږ چې د څه لپاره ژړل، بدل شوي دي خو زمونږ ژړا لا روانه ده. خو توپیر دومره دی چې اوس زمونږ ژړا لږه مغلقه شوې ده او په څو نومونو پیژندل کیږي لکه غوسه، ناهیلي، مات زړه توب، فشار، اندیښنه او داسې نور...

د لوبو شیان دې لپاره وي چې زمونږ ساعت تېر کړي. لوبو شیان یواځې یوې موخې لپاره وي: چې مونږ ته ګټه راورسوي. ستا د بنګلې نه نیولې تر نوي ماډل موټر پورې او همداسې هر څه زمونږ د لوبو شیان دي... له هغه څه چې تا اغستي له هغې ډېر ارزښتناک یې. هغه څه چې ستا په ملکیت کې دي له هغې هم ډېر ارزښتناک یې، هغه څه چې ستا په ژوند کې ستا مخې ته راځي له هغې ډېر

(c) ketabton.com: The Digital Library

ارزښتناک يې.
د لوبو شی بس د لوبو شی دی. نور او نور شیان به واخلې، خو هغوی ته خپل ځای ورکړه. یواځې ددې لپاره دي چې ته ترې ګټه واخلې، چې ستا ژوند اسانه کړي او ستا ساعت ورسره تېر شي. هیڅکله یو د لوبو شي لپاره خپله قیمتي اوښکه مه تویوه، هیڅ فرق نه کوي که هرڅومره درته نږدې هم وي.

***

حقیقت دا نه دی چې مونږ وایو، مونږ نه شو، بلکې حقیقت دا دی چې مونږ یې کوو نه.

دا فرق نه کوي چې مونږ څومره لرو، بلکې دا اړینه ده چې مونږ څه لرو په هغې مو څه کړي.

هغه څه چې لرو د هغې باره کې ډېر څه بدلون نه شو راوستلی خو مونږ هغه څه چې لرو د استعمال لاره یې بدلولی شو.

سطرنج کې که یو پیاده سم وکارول شي، نو وزیر ترې جوړیدای شي.

***

حیاتي لږ او بې ارزښته ډېر

ویلفریډو پریټو ایټالوي اقتصاد پوه په ۱۹۸۷ کال کې د ۲۰/۸۰ قانون کشف کړ چې اوس د پریټو قانون په نوم یادیږي. هغې د ۲۰٪ ننوتي "انپوټ" څخه ۸۰٪ وتلې "اوټپوټ" کشف کړ، د ۲۰٪ لاملونو څخه یې ۸۰٪ پایلې وموندې، ۲۰٪ هڅو څخه یې ۸۰٪پایله تر لاسه کړې. جوسف جوران ۲۰٪ ته لږ حیاتي او ۸۰٪ ته ډېر بې ارزښته نوم ورکړی دی. ښاغلي اسحق پټمین چې د شارټ هینډ رامنځته کونکی دی، هغې ۷۰۰ داسې عام لغاتونه کشف کړي چې زمونږ د خبرو

له دریو دویمه برخه جوړوي. هغې ویلي چې ۸۰٪ لغاتونه په عامو خبرو کې استعمالیږي.
یو زده کونکی د خپل سلیبس ۸۰٪ درس وایي او ۲۰٪ درس پریږدي. د ازموینې ۸۰٪ پوښتنې د ۲۰٪ پاتې درس څخه راځي. یواځې ۲۰٪ پیریدونکي ۸۰٪ پرمختګ لامل ګرځي، ۲۰٪ کارکونکي ۸۰٪ تولید رامنځته کوي، د ۲۰٪ نظریه یوه ټولنه تعریفوي او د نفوس ۲۰٪ د هېواد اقتصاد تعریفوي.
که چیرته ۲۰ خرڅونکي ولرې، په هغې کې به ۴ ډېر ښه وي، ٦ به پکې عادي او ۱۰ به پکې هسې ساعت تېروي. خرڅونکی منیجر به سهوه کوي که لاندیني او بیکاره کسانو باندې ډېر تمرکز وکړي تر څو عادي کار وکړي خو تکړه کارکونکي په نظر کې نه نیسي. بیکاره او عادي کسان دې په بې ارزښته ډېر کټګورۍ کې واچوي او په تکړه کسانو دې کار وکړي چې نور هم تکړه شي.
۲۰/۸۰ فکر کې په لږ څه ډېر تر لاسه کولو راز دی. د بیکاره کسانو راپورته کولو پر ځای استثنایي کارکونکي ولمانځه. ډېر کسان صفر نه عادي کولو ته وخت مه ورکوه بلکې د یو څو تکړه لپاره زیار وباسه.
په هر ځای کې په ډېره کچه ضایع شتون لري. زمونږ د ژوند تقریبا ۵ څخه ۴ برخې داسې شیان وي چې مونږ ته په بدل کې ډېر لږ راکوي. په ۸۰٪ تمرکز کول یواځې ۲۰٪ بدل کې راکوي. خپل فکر بدل کړه. خپلې نظریې ته نوی لید ورکړه. د خپلې سرچینو ۸۰٪ کم ظرفه په بې ارزښته ډېر کټګورۍ کې واچوه او ارزښتناکه په لږ حیاتي کټګورۍ کې ځای پر ځای کړه. اغیزمنتوب دا نه دی چې په ۸۰٪ څه وشول خو اړینه دا ده چې ۲۰٪ ځنګه اداره، کنټرول او پر ځای استعمالوي. ۲۰٪ ستا د ژوند ریښتونی وخت تعریفوي او ستا راتلونکی ژوند پکې نغښتی وي.
د ژوند په هر پړاو کې ۲۰٪ او ۸۰٪ ځای پر ځای کړه.

***

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

درناوی ورکول د لارښوونې څخه ډېر ځله غوره دی

وړاندې تر دې چې هغه یې خپل کړي، له نورو سره به یې شریکولو پوښتنه کوله. هغه یواځې ۵ کلنه وه خو هغه دې قربانۍ ته تیاره وه چې هر څه خپل دوه کلن ورور سره شریک کړي. که څه هم هغه لا کوچنۍ وه خو د هغې مور او پلار غوښتل چې د یوې مشرې خور په حیث مسولیت پر غاړه واخلي. دیرش کاله وروسته هغې او ورور یې خپلې بیلې بیلې کورنۍ درلودې. هغې اوس هم ځان د خپل کشر ورور مسول ګڼه. هغې اوس هم ورور ته نصیحتونه کول... د ورور واده کې چې هر ځای پس پسک وو نو ځان به یې ورسوه، ورندار ته به یې ویل چې څنګه ماشوم ته خواړه ورکړي او څنګه یې ساتنه وشي. هغې اوس قرباني ورکولې، خو هغې په بدل کې څه اخستل؟

په بدل کې یې زړه دردوالی، بې خوبه شپې او اوښکې چې ولې ورسره بې پروا سلوک کیږي. ولې؟ د هغې ورور اوس غټ شوی وو او خپلې پریکړې یې خپله کولای شوې. که کومه پریکړه کې به تېروتی وو بیا یې هم ځان ددې جوګه ګڼه چې خپله یې سمې کړي، هلک فکر کاوه چې له همدې څخه به یې زده کوي. د ښځې ورندار نه غوښتل چې واده کې یې لاسوهنه وشي، هغې غوښتل چې د خپلو ماشومانو ساتلو کې خپلواکه اووسي او خپل بچې چې څنګه یې غواړي ستر یې کړي او په دې برخه کې د مشرانو خبرو خوند نه ورکوه.

د لمړی خبرې څخه نیولې تر لمړي ټکي لیکلو پورې او بیا تر لومړي قدم وهلو پورې... پلار یې عمده رول درلود. د ځوی لپاره پلار یو ستر شخصیت وو، یو هیرو وو. تر دې چې د ځوی راتلونکې یې هم د پلار په مشوره روان وو. ځوی یې د لومړي نسل بنسټ اینبودونکی شو او همدې پلار ورته لارښوونه کړې وه. نن یې ځوی بې جوړې صنعتګر دی خو بیا هم پلار چې کله د خوبه راپاڅي، انتظار کوي چې دفتر کې څه شوي خو ځوی یې کاري زړه تنګوالی لري، هغه

●●●

فکر کوي چې پلار یې باید خپلواک پریږدي. پلار له دې کبله ځوریږي چې ځوی یې اوس پخوا په څېر پاملرنه نه کوي. پلار دا فکر کوي چې نور ورته اړتیا نشته. دا هر څه په هغې اغیز کوي او له وخت وړاندې سپین ږیری کیږي.

ته کولای شې هر وخت یوه خور شې خو نه شې کولای چې یوه خور ولوبوې.

ته کولای شې چې یو مینه ناک پلار یا مور اووسې خو نه شې کولای چې مور او پلار ولوبوې.

یو درې کلن دا فکر کوي چې د هغې درناوی دې وشي، او هغې سره باید همدغسې وشي چې څنګه لازمه ده. په درې کلنۍ کې هغې ته د خپلې خوښې کالي نه اغوستل کیږي او دا هغې ته درناوی نه ورکولو په معنی ده. په لس کلنۍ کې ځوی غواړي په خپله خوښه هوټل کې خوراک مینو وګوري او راویې غواړي، د هلک له نظره دا هغې ته درناوی ورکول دي. تر ۱۹ کلنۍ پورې هغه غواړي خپل ملګري خپله وټاکي او د هغې مور او پلار د ملګرو انتخاب ته درناوی کوي، د هغې په نظر د درناوي قابل دی. اوس هغې څو کاله له تاسره کار کړی دی او هغه غواړي چې په خپل سر یو څو پریکړې وکړي او مور پلار پکې لاسوهنه ونه کړي نو د هغې په نظر درناوی ورته کیږي. د ژوند په هر پړاو کې درناوی نغښتل شوی دی او ته باید ددې درناوی وکړې.

ځینې وخت تصمیمونه د درناوي وړ وي خو ځینې وخت چې یو چا درڅخه غوښتي نه وي او لارښوونه ورته کوې، هغوی دا فکر کوي چې درناوی ورته نه لري. درناوی ورکول د لارښوونې څخه ډېر ځله غوره دی.

***

داسې کوه چې نور یوه کړې چې درناوی ورته لرې... دا به ستا خوښه وي.

هغوی به ستا لارښوونه واخلي...پریږده چې دا د هغوی خوښه وي.

ژوند دا دی چې بې ډاره یې تېر کړو.

کله چې پټولو لپاره څه نه لرې نو بیا ډډه کولو لپاره هم څه نه لرې.

خپلواکي يواځې په روڼ ژوند کې پيدا کيږي.
تر ټولو ستره خواخوږي دا ده چې ته ووايې،
زه د ټولو لپاره پرانستی کتاب يم.

***

ژوند زمونږ مرگ نه ځنډوي، نو راځئ چې مونږ ژوند ونه ځنډوو

شخصي مديريتي فشار له څه کبله رامنځته کيږي؟ يو کار بايد کله وشي او کله شوی تر منځ درز له کبله شخصي مديريت فشار رامنځته کيږي. تکنالوژيکي درز څه ته وايي؟ هغه کارونه چې تاسې بايد کړي وای اوس يې عملي کولو لپاره لګيا ياستئ.

که يو کار بايد تر سره شي نو ولې يې همدا نن نه ترسره کوئ تر څو فشار نه خلاصی ومومئ. که چيرته د يو کار لپاره يو غوره لار لرئ نو ولې يې نه تر سره کوئ تر څو ترې يو بل کس ګټه پورته کړي؟... که چيرته مونږ پوهيږو چې دا کار ناسم دی نو ولې يې همدا نن نه پريږدو؟ ولې د بل کال لپاره انتظار باسئ؟ ولې د يوې بلې ورځې لپاره انتظار باسئ؟

تاسې غواړئ چې په نړيواله کچه ارزښت پيدا کړئ؟ له همدا نن څخه ټول هغه کارونه پريږده چې نړيوال کيفيت څخه بې برخې وي. آيا غواړئ چې د پرونۍ تېروتنې له کبله ښښنه وغواړئ ځکه تاسې پرې همدا اوس خبر شوي ياست... همدا اوس د ښښنې په لټه کې شئ، که نه وروسته به پښيمانه شئ. روښانه ځيرکتيا پيدا کړئ... همدا اوس نظريې په کار واچوئ که نه يو بل کس به خپلې نظريې په کار واچوي او تاسې به هغې پسې روان ياستئ.

کم عقل او هوښياران يو قسم کارونه خو په بيلا بيلو وختونو کې کوي. هوښياران

يې يو ځل کوي او کمعقلان يې په اخره کې کوي. داسې ژوند وکړه لکه سبا ته چې نن وي.

مونږ د صحت او روغتيا ارزښت څخه خبر يو خو په دې برخه کې خپلې هڅې ځنډوو. مونږ د مالي کړنلارو او پانګه اچونې ارزښت څخه خبر يو خو خپل نوښتونه په دې لاره کې وروسته اچوو. مونږ ته د بورډ "افغانستان کې کانکور" ازموينې ډېرې اړينې دي خو خپل چمتووالی تر بحران رسيدو کچې پورې بيايو.

په ژوند کې فشار او تشويش هيڅ شی نه دی، بس يواځې اروايي فشار دی چې کله بايد يو کار تر سره شي او کله ترسره کيږي تر منځ درز دی. ځنډول او وروسته اچول د يو چا ژوند لنډولو لپاره تر ټولو لنډه لار ده. ځنډول د لټ او تمبل خلکو لاسليک دی.

ژوند زمونږ مرگ نه ځنډوي، نو راځئ چې مونږ ژوند ونه ځنډوو.

لکه د نن ورځ په څېر بله هيڅ کومه داسې ورځ نشته. نن ورځ نن ده. که سبا راشي نو سبا به درته ووايم چې ما خو پرون تر سره کړی دی.

***

د يو کس مسوليت ختميدو سره موجوده مسوليت څرګنديږي

د انتظار او انتظار لپاره تر منځ روښانه توپير شتون لري او په دې کې بيا د سکونې پرمختګ او فشاري برياليتوب تر منځ توپير پروت دی.

بزګر ځمکه يوه کوي او تخمونه پکې کري... اوس نو هغه بايد انتظار وکړي... کوم ځای کې چې د يو کس مسوليت ختميږي نو موجوده مسوليت پيدا کيږي. نو اوس که بزګر د انتظار هنر سره بلد وي نو په ارامه انتظار وکړي. ددې پر ځای که هغه د تخم تيغونو راوتلو لپاره انتظار کوي نو هره شېبه به ورته وژونکې وي. د هغې مغزو کې به همدا انګازې وي چې دا ولې نه راخيژي؟ تر اوسه ولې نه دي

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

•••

راختلي؟ که چیرته بیا تیغونه وکړي نو هغې پخوا خپل سکون، بریالیتوب باندې پلورلی دی. زیان وخته اړول شوی دی.

آیا کله مو د بریښنایي زینې تمې کیکاږلې ده...اوس نو انتظار وکړئ... دا به راشي کله یې چې وخت شي. د بریښنایي زینې لپاره انتظار به تاسې دې ته اړ کړي چې ښکته بره قدم ووهئ او بیا بیا ګورئ تر څو بریښنایي زینه په سرعت ستاسې پوړ ته راورسیږي. آیا کله مو هوټل خدمتګار ته د خوراک راوړلو ویلي دي... انتظار وباسئ... خدمتګار لپاره انتظار به ستاسې پارونکې تجربه وي. آیا داسې پریکړې مو کړي چې باید وکړای شي... آیا هغه کارونه مو کړي دي چې باید شوي وای... آیا هغه څه مو کړي چې ځان لپاره څه کولای شئ کړي مو دي... اوس انتظار وکړه... بس انتظار وکړه... نه د لپاره یا دا یا هغه یا هر څه، بس انتظار وکړه... په دې کې به سکوني پرمختګ کشف کړې. انتظار لپاره هم له ځان سره بریالیتوب راوړي خو دا بریالیتوب له ځان سره فشار هم لري. کله چې بریالیتوب لپاره یو سکوني لاره وي نو ولې باید فشاري لارې څخه ګټه واخلو؟

د معنوي پرمختګ لپاره تر ټولو ضروري کیفیت د یو چا برخه کار خپله کول دي او بیا انتظار کول... زیاتره خلک چې د معنوي تجربې لپاره ژړا کوي، دا چېتیا تېر باسي او په حقیقت کې د رفتاري مرض څخه ځوریږي چې د انتظار لپاره په نوم پیژندل کیږي. انتظار لپاره تجربې څخه درته دا څرګندیږي پر ځای ددې چې یوه مثبته تجربه تر لاسه کړې، د خپل ځان دښمن جوړیږي.

انتظار لپاره سره سرو کار پریږده نو فشاري بریالیتوب سره به دې سرو کار ختم شي. دا زده کړه چې خپل مسولیت تر سره کړه او انتظار وباسه... دا د سکوني پرمختګ لاره ده.

***

•••

ژوند درته یو ښوونکی رالیږلی چې د تجربې په نوم یې پیژنو

په ژوند کې یوه تجربه تر لاسه کول زمونږ د ذهني پوخوالي یو نوی پړاو دی. په ژوند کې تجربه د همدې لپاره ده چې مونږ وروزي... خو بیا، تجربې سره یواځې ذهني پوخوالی هم نه وي بلکې هغه ننګونو سره چې مخ کیږو، هم بلدیږو.

دا به ډېره بې ارزښته وي چې مونږ ووایو چې څومره پوهه مونږ لرو، او یا څومره ژوند مو لیدلای دی، او یا مونږ په خپلو کارونو کې تر ټولو غوره یو، که مونږ په خپل ژوند کې په هر څه پوه هم شو... بیا هم ژوند یو ګډوډ بهیر ته ننوځي...

خو په یاد ولرئ چې په لسم کې ناکامیدل بیا هم ددې خبرې دلالت کوي چې اتم کې بریالی شوی یې. څومره چې د ذهن پوخوالی وي هغومره ورسره د ژوند ننګونې ملې وي.

ژوند دا نه دی چې دوه قدمه وړاندې ځې او یو قدم په شا ځې. دا په هغه وخت کې کیږي چې یو کس د خپل ژونده ناخبره وي... یانې پرته د تجربو څخه څه زده کولو، پر مخ روان وي. د یو کس تجربه د هغې د پوهاوي روزونکې وي، راپاڅیدو سره به غورځي او غورځیدو وروسته به راجګیږي... خو د هر غورځیدو نه وروسته راپاڅیدل به د مخکینې څخه ډېر لوړ وي. د هغې د پوخوالي او ننګونو سره مبارزه به د راتلونکي قدم لپاره مرستندویه وي.

ستاسې د بریالیتوب راز په څه کې دی؟ د خدای ج پریکړې دي. څه شی ددې باعث شو چې تا سمې پریکړې وکړې؟ د ژوند تجربې. څنګه دې د ژوند تجربې ترلاسه کړې؟ ناسمې پریکړې.

د ژوند د تجربو په فولادي تختې باندې، تجربو پسې تجربو راسره مرسته کوله. هرې تجربې به راته یا هغه څه راکول چې ما غوښتل او یا یې پوهاوی راکوه چې ولې مې څه چې غوښتل تر لاسه مې نه کړل.

په یاد ولرئ چې ژوند تاسې لپاره یو ښوونکې رالیږلی دی چې د تجربې په نوم

(c) ketabton.com: The Digital Library

يې پيژنو تر څو مونږ د پوخوالي تر درجو ورسوي. پريږده چې ستا پوهاوی د تجربو څخه ګټه پورته کړي. له دې وروسته د غټو ننګونو سره د مبارزې تياری ونيسه. مونږ بايد لويدو سره راپورته شو... او برکت دا دی چې راتلونکی ټوپ به مو تر تېر پورته وي.

***

ستا ژوند او زما ژوند؛ وروسته زمونږ په ژوند بدليږي

خدای (ج) ښځې او سړي د يو مقصد لپاره بشپړ نه دي پيدا کړي ځکه چې يو بل سره مرسته وکړي او بشپړ شي. پيړيو راهيسې ښځې او خاوند خپلوۍ لپاره يوه تنګه نظريه شتون لري. ددې خپلوۍ ساحه يې تنګه کړې ده. د ښځې او خاوند لفظونه د خپلو قاموسونو څخه وباسئ او يو نوی نوم ورکړئ، تلپاتي ملګرتيا. نو بيا به دواړه سړی او ښځه د مور او پلار رول پر ځای کوي، کله کله د ماشوم په حيث، کله د سلاکار په حيث، کله ښوونکی، کله ښيښه... او البته خامخا د ښځې او خاوند په حيث هم. ددې خپلوۍ تعريف پراخه کړئ او پرانستې يې پريږدئ.

په مدني خپلوۍ کې وقار هله پيدا کيږي کله چې خپله ميرمن /خاوند يواځې بدن پر ځای يو بشپړ انفرادي وګڼې. د فکر کولو نورې لارې هم وګورئ، په شخصي ارزښتونو، محکوميتونو او نظريو سره بحث وکړئ، د يو بل احساساتو سره حساس اووسيږئ، خپل منځ کې احساساتي توافق رامنځته کړئ او يو بل سره تر ډېره ارامه کينئ تر څو معنوي ارتباطات وده وکړي. مخامخ لورې ته په بشپړ ډول په درناوي قايل اووسئ نه يواځې دا چې د هغې بدني له پلوه درته ګران وي.

هغه څه چې په لس کالو کې ترسره کيږي په يو کال کې د کولو هڅه مه کوئ او هغه څه چې په يو کال کې تر سره کيدای شي په يوه مياشت کې يې کولو هوډ مه لرئ. زياتره واده شوي خلک په لمړنيو مياشتو کې له حده ډېر کار کوي او بيا وروسته ددوی په ژوند کې دې اړيکې ته ځای نه وي پاتې. هغوی په يوې مړې

اړيکه کې ژوند کوي.

په ژوند کې او همدارنګه په خپلويو کې تېر وخت ځاييول بې معنی دي. حال زمانه د ودانۍ خښتې برابروي. راتلونکی هم ډېر اړين دی چې دواړه به پکې سفر کوئ. د ورځې ساعت تېرونکې خبرې به مو يو بل سره مينه زياته کړي. د راتلونکې باره کې خبرې وکړئ، خوبونو باره کې خبرې وکړئ، ارمانونو باره کې خبرې وکړئ او د يو بل وده کې يو بل سره مرستې باره کې خبرې وکړئ. په مينه کې وده کول له همدې څخه جوړيږي.

دلته بيايو نړيوال مفهوم پروت دی چې د واده څخه وروسته دواړه يو بل بانـدې تپې او بيا له دې وروسته يو کس ژوند کولای شي. په پايله کې زياتره ښځې د خاوند سيوري په څېر ددې ښکار کيږي. په حقيقت کې ستا ژوند او زما ژوند په زمونږ ژوند بدليږي خو دلته اوس هم زما ژوند او ستا ژوند وي. زمونږ دژوند چې نړۍ سره نښلوي د واده په نوم ياديږي. د واده وروسته خوښې د زمونږه نړۍ او څنګه دا نړۍ کال په کال پراخيږي، پورې اړه لري. خو سړی به خپل ژوند لري او ښځه بايد خپل ژوند تېر کړي. هغوی بايد زما نړۍ پر ځای زمونږ نړۍ بانـدې بدله کړي. او په دې سره به د يو بل نړۍ، انفرادي خوښيو، ناخوښيو او لومړيتوبونو او تر ټولو اړينه دا چې يو بل د مينې په نوم زنداني نه کړئ.

واده په سمو ماناو کې بايد د دواړو ژوند کيفيت پورته کړي. واده کولای شي او بايد په ژوند کې دوام ومومي.

د يو ښه واده دوام لپاره يې بايد په سمه توګه پالنه وشي. يو ښه واده رامنځته کول يو ستر هنر دی نو د يو هنرمند په څېر اووسه.

په اړيکه کې دا فرق نه کوي چې غلطي د چا ده، بلکې پوښتنه دا ده چې د چا ژوند دی.

پريږدئ چې د خلکو له کبله مو ژوند ښايسته شي.

پريږدئ چې د خلکو د کينې له کبله مو ژوند ښايسته شي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

کوم پیریدونکي غواړې چې گوښه کړې

که چیرته یو سازمان په بې ساري توگه پر مخ روان وي نو د دې دا مطلب نه دی چې ټول کارکونکي یې تکړه او ژمن دي، ځینې به متوسط وي خو یو څه به ستونزې جوړونکي هم وي... که ووایو چې د ستونزو جوړونکو مدیریت لپاره هغومره وخت او هڅې چې تکړه او ژمن ته ورکول کیږي، د پرتله کولو وړ ده. ولې دوی ته دومره وخت ورکړل شي؟ ولې هغوی له دندو نه لرې کوې او پر ځای یې هغه پانگه په نورو تولیدي شیانو نه لگوې؟

یو خوسا رومی به ډېر زر نور ټول رومیان ځان سره خوسا کړي. آیا تاسې نه دي اوریدلي چې یو بیکاره سړی خپل ځان په څیر نور کسان هم له کاره باسي؟ که چیرته یې لارې ته نه شې راوستلی، له مخې یې لرې کړه. خوسا رومي بهر وغورځوه او نور ښه رومیان وژغوره. آیا زما خبرې زیږې دي؟ هر سازمان چې د بیکاره او ټمبل خلکو سره خواخوږي لري نو ډېر زر به دوی سره خلک خواخوږي پیل کړي.

په دې نظریه کې انقلابي څه نشته... زیاتره سازمانونه ترې گټه هم پورته کوي.

اوس زما پوښتنه دا ده چې، "ولې یو څو موجوده مراجعین نه راجمع کوې؟". آیا دا سمه نه ده هغه انرژي، وخت او هڅې چې د یو ستونزو جوړونکي باندې مصرفولو پر ځای په خپلو ریښتینو، وفادار او عمده مراجعینو باندې مصرف کړې؟ که ته هر څه کوې خو بیا به هم هرو مرو یو څوک وي چې هغه به قناعت نه کوي. که ته هغوی ته هر څومره خدمت وکړې، هغوی به بیا هم ستا په تولید نیوکه کوي. په دې کې ځینې داسې هم وي چې د پیسو درکولو پر مهال ورته د منني لپاره سر ټیټ کړې. په پایله کې چې پیسې هم درکړي او پوه شې چې هیڅ گټه دې ځینې نه ده کړې... هغه گټه د ځنډ له کبله له منځه تللې ده. ولې باید دغسې مراجعین گوښه نه کړو او پر ځای یې په نورو شیانو پانگه اچونه وکړو؟

●●●

پیریدونکي تل په سمه وي؟ دا ناسمه خبره ده! پیریدونکی پاچا وي، همداسې نه ده؟ تل داسې نه وي... دا پیریدونکي پورې اړه لري چې څوک دی.

پیریدونکي باید پیدا نه کړو، باید د ښه پیریدونکو په لټه اووسو. یواځې د ښه پیریدونکو لپاره باید حل موندونکي واوسئ او هغوی به ستاسې په وده کې درسره ولاړ وي. په حقیقت کې به یو گټونکی حالت وي.

نو اوس غواړې کوم پیریدونکي همدا شیبه گوښه کړې؟ اوه، دا خو یوه انقلابي نظریه ده.

***

خلکو څخه باید مخکې شې، یو ځای هم مه ځه ورسره!

ما او ملگري مې د پریښودل شوو ماشومانو یو کور ته لاړو. د دفتر یو غړي سره مو خبرې وکړې، له خویه ډېر نرم سړی وو، هغې غوښتل د کور لپاره مادي مرستې تر لاسه کړي. هغې مونږ ته وویل چې مونږ باید دا خبره خپل یو غړي سره چې مرستې تر لاسه کولو مشره ده، وغږیږو. کله چې مونږ انتظار کاوه، یوه ښځه رادننه شوه. هغه ډېره مغروره وه، داسې لکه هټلر چې همدې وژلې وي، "اوه، تاسې غواړئ مرسته وکړئ! ماته ۵۰۰ کیلو وریژې راکړئ... اوس یواځې دې ته اړتیا لرو. زه بل څه نه اخلم. او که چیرته دا نه شئ کولای نو یواځې ۵ کیلو وریژې راکړئ... خو زه یواځې وریژې غواړم نور څه نه. زه ځم". نزاکت نه وو، خوښي نه وه، موسکا هم نه وه... هغه راغله یوه دوه خبرې یې وکړې او بیرته ووته. "دا د مرستو تر لاسه کولو مسوله ده!؟ خدایه ددې کور ماشومان وژغوري"ما له ځان سره فکر وکړ.

ما او ملگري مې تر یوې شیبې یوه خبره هم ونه کړه... د ښځې بې پروایي او بې ادبي زمونږ په مغزو کې تاویدله. وروسته مې خپل ملگري ته وویل. "راځه چې ۵۰۰ کیلو وریژې ورکړو. مونږ یې ماشومانو لپاره کوو، دا ښځه اهمیت نلري.

(c) ketabton.com: The Digital Library

راځه چې دا ښځه زمونږ د زوړنو او د ماشومانو معدو تر منځ خنډ ونه ګرځي. "

کله چې یوې ناروغۍ نه رغیږې نو ډاکټر درته وایي، "دوا دربانديې اثر کړی" او که چیرته ناوړه اغیز یې کړی وي نو بیا وایي،"دوا سره حساسیت لرې". اثر مثبت دی او حساسیت منفي دی. راځئ چې په ژوند کې هیڅکله حساسیت څرګند نه کړو او پر ځای یې ځواب ورکړو. راځئ چې خپل سلوک بهرني ځواک پر ضد ونه پاروو بلکې هر څه له دننه په خپل انتخاب وکړو. مه پریږدئ چې یو سړی یا یوه ښځه ستا دنننۍ ذاتي ښه والي ته ضربه رسوي.

په دې کې زمونږ کار نشته چې نړۍ څنګه چلند کوي. ریښتونی ویاړ ستا په سترګو کې دننه دی. هر څه چې دې ازمایلي وي، هر چیرته تللی یې، هر څه چې دې کړي وي... خپل ځان کې اووسه.

پرینږدئ چې د خلکو محدودیتونه ستاسې د لارې خنډ شي. مونږ لپاره دا هیڅ عذر نه جوړیږي چې ووایو یو څوک غلط دی. غلط ته په غلط ځواب ورکول سمه لار نه ده. راځئ چې خپل ښه والی خرڅ نه کړو. په هره موقع کې له خلکو څخه مخکې شه او هغوی سره یوځای هم مه دروه.

***

احساسات منه خو احساساتي ډرامه مه منه

ښځې او خاوند د واده په لمړنۍ کلیزه کې یو موټر واخیست. هغوی له ښاره ووتل، سمندر غاړې په لور لاړل، بیا یې تیاتر کې یو فلم وکته او بیا کور ته ستانه شول. هغوی د موټر لپاره ګراج نه درلود نو موټر یې په سرک ودروه. کله چې سهار له خوبه راپاڅیدل نو ډېر وارخطا شول او موټر نه وو. موټر یې تښتول شوی وو. د هغوی لمړنی موټر، د هغوی د واده کلیزې موټر او دا خوپریږده چې هغوی پکې ایله یوه ورځ چکر وهلی وو. ښځه یې ډېره خفه وه. سترګې یې ژړا نه سرې وې او په صوفه کې پرته وه. خاوند هم ټکان خوړلی وو خو په دې وخت کې

یې میرمن ته مینه ورکړه. غیږه یې ترې چاپیره کړه او ویې ویل، "موټر ورک شو، ته به ورته خفه یې. موټر ورک شو، ځان مه خفه کوه. په دواړو حالاتو کې موټر ورک شوی. نو ولې یې باید پروا ولرې؟ " میرمنې تر یوې شیبې ورته وکتل. دوه میاشتې وروسته پولیسو موټر د غلو څخه راونیوه او دوی ته یې ورکړ. په هماغه ماښام یې چې موټر د پولیسو څخه راوسته نو یوې لارۍ سره لږ ټکر شو. دا ځلې خاوند سترګې سرې او خواشینی وو، کور ته راتلو سره په کټ کې پریوت. میرمن هم ټکان خوړلی وو خو په دې شیبه کې یې خاوند ته مینه ورکړه. خاوند یې غیږ کې ونیوه او ورته یې وویل، "موټر خراب شو، ته به ورته خواشینی یې. موټر خراب شو، خواشینې کیږه مه. په دواړو حالاتو کې موټر خراب شوی. نو ولې باید په کیسه کې شې؟"

یوه منطقي پوښتنه: کله چې موټر خراب شي یا ورک شي، څنګه یو کس باید ځان خواشینی نه کړي؟ خو نور څه کولای شې؟ که غواړې خفه شې، کولای شې. که غواړې خفګان ونه کړې هم ستا په لاس کې ده. د احساساتي ډرامې نه وروسته څه چې شوي هغه شوي. پولیسو ته یې شکایت وکړ، موټر یې ورکشاپ ته یوړ او د بیمې ادعا یې وکړه... هغه څه چې کیدل، هغه وشول.

یو ماشوم په یو مضمون کې ناکام شو. پلار ماشوم ته څو څپیړې ورکړې. مور یې په تندي ځان ته څپیړې ورکړې او ژړل یې. له دې ټولې احساساتي ډرامې څخه مطلب څه؟ تاسې کولای شول چې ماشوم سره مو په مضمون کې مرسته کړې وای او یا درس لپاره مو ورته ځانګړی ښوونکی نیولی وای. هغه څه چې باید وشي، کیږي به. که چیرته دې شیدې له مناسب وخته ډېر په نغري کیښودې نو شیدې به د لوښي څخه بهر راوخوټیږي. چغه، کریکه او یا ترینګلي حالات رامنځته کولو څخه څه مطلب... د ټولې احساساتي ډرامې وروسته اوس څه؟ اور به پسې مړ کړې، لوښی به لرې کړې او پخلنځی به پاک کړې. په پای کې هغه څه چې باید وشي، کیږي به.

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

د سټاک مارکيټ ماتيدولو نه نيولې تر کليدي کارکونکي استعفا پورې او بيا تر ټولو نږدې خپل مرګ پورې... د احساساتي ډرامې نه وروسته هغه څه چې بايد وشي، ترسره کيږي به. مونږ دلته دا بحث نه کوو چې احساساتي کيږئ مه، خو ډراماټيکي احساساتو څخه ځان وژغورئ. دا ښکاره خبره ده چې بايسکل ورکيدو سره به ټکان وخورئ، کله چې مو ځوی/لور ناکام شي نو د بيوسۍ احساس به کوئ، او د نږدې خپل مرګ به مو وژړوي. احساسات ومنه خو احساساتي ډرامه مه منه.

احساساتي بلوغت څخه موخه دا نده چې احساست مه رامنځته کوئ خو بايد احساساتي ډرامه څخه ځان وژغورئ. په هر حال هغه څه چې بايد وشي، کيږي به. نو ډرامې ته څه اړتيا؟

***

تر کومه به ديوال ته ولاړ يې؟ ته به ټيپي شې خو ديوال به همداسې ولاړ وي او تا لپاره به ځای بدل نه کړي.

تر کومه به خپل قسمت ښکنځې او د آم ونې لاندې به ولاړ يې او د مالټو راغورځيدو تمه به لرې؟ خو د آم ونې نه به يوه مالټه هم راپرينوځي.

څه چې دي، هغسې دي او څه چې نه دي هغه نه دي.

ذهين خلک پوهيږي چې کله يې راونيسې او کله يې پريږدي.

***

●●●

پريږدئ چې ښه والی غوغا جوړه کړي

يو هيله من ځوان له چاپي رسنۍ سره شاګردي پيل کړه. د يو څو ورځو سختې روزنې وروسته له هغې وغوښتل شول چې ښار ته لاړ شي او داسې يوې کيسه راوړي چې خپره يې کړي. په ډېر زيار سره به په سرکونو کې د ورځې تر شپږ ساعتو ګرځيده، ماښام کې به مايوسه د کيسې پرته دفتر ته راغی. دا ځلې هغه يو درې لارې سرک ته راووت. هغې وليدل چې دوه بسونه له دوه لارو څخه د درې لارې په لور راروان دي او هر يو هڅه کوي چې يو بل څخه مخکې شي. داسې ښکاريده چې يو ټکر به رامنځته کيږي. ځوان خبريال فکر وکړ او د درې لارې منځ ته لاړ او خپل دواړه لاسونه يې خوځول، په زوره يې چغې وهلې او دواړه بسونه يې ودرول. دواړه بسونو څخه په سلګونه مسافر راغلل او له ځوان څخه يې مننه وکړه... ځينو ښکل هم کړ. ځوان خپله کيسه اډيټر ته وکړه،”تا خو د اخبار د سر ټکو خبر له لاسه ورکړ“

مونږ په ناوړه نړۍ کې ژوند نه کوو. بس يواځې دا ناوړې پيښې خبرونه جوړوي. داسې يوه نړۍ چې ناوړه خبر پکې ډېره غوغا جوړوي، خو مونږ غواړو چې ښه والی هم د ناوړه په څېر غوغا جوړه کړي. مونږ بايد نور چپه خوله پاتې نه شو. سګرټ څکول، شراب څښل او همداسې نور ناوړه عملونه ډېر اعلانيږي خو څنګه دا نړۍ د ښو کارونو لپاره مغز وينځلی شو؟

ماليه پټونکي د خبرونو سر ټکي جوړوي... خو ولې ددې پر ځای د خبرونو سر ټکي د ماليه ورکونکو څخه جوړ نه کړو؟ د وژونکو انځورونه پکې له ورايه ځليږي... خو ولې ددې پر ځای د ژوند ژغورونکو انځورونه ونه لګوو؟ ولې بايد د يو سرټېري کيسه پکې ونه ليکو؟

نړۍ ته راووځئ او د ټولو ښو خلکو او کارونو په هکله چې پوهيږئ، ورته ووایاست. خپلو ملګرو ته د خپلو مور پلار ښېګڼو باره کې ووايئ. خپل

(c) ketabton.com: The Digital Library

•••

چاپیریال کې هر چاته وواياست چې خپل بچو باندې څومره وياړئ. د خپلو ښوونکو وړتياوو باره کې خلکو سره بحث وکړئ. هر چا سره د هغو باره کې چې خارق العاده کارونه تر سره کوي، خبرې وکړئ. خپلې خسر گنۍ ته وایه چې د هغوی اولاد تا لپاره څومره نیکمرغه دی. چغې ووهه، ولیکه، خبرې وکړه، شپیلی کې ووایه، غوغا جوړه کړه... شور جوړ کړه... د هغو باره کې چې ښه تر سره کوي.

راځئ چې په گډه نړۍ اغیزمنه کړو او نړۍ ته دا وښایو چې زمونږ نړۍ یوه ښه نړۍ ده.

***

هر راښکون بدلون ته اړتیا لري.

د بریکونو پرته به مات شو

RHR "Resting Heart Rate" د زړه هغه درزا ده چې د سهار پر مهال د خوبه راپاڅې خو لا په کټ کې پروت یې. ورو RHR څخه مطلب دا چې زړه دې په سمه توگه دمه کړې ده. چټک RHR څخه مطلب دا چې په سمه توگه زړه نه دی ارام شوی. نو ورو RHR یانې د ښه صحت په معنی ده. نو پایله دا شوه چې دا زړه چې د مور په گېډه کې په درزا پیل کړی، خو بیا هم دمې ته اړتیا لري تر څو بیا روان شي او روان شي...

مونږ یوې ډېرې ناسمې نظریې ته په مغزو کې ځای ورکړی او هغه دا چې مونږ وایو رخصتي یواځې شتمنو او لوړپوړو خلکو لپاره وي او یا هغه ماشومانو لپاره چې تر اوسه یې مسولیت پر غاړه نه دی اخستی. مونږ اوس هم رخصتی ته د یو لگښت په سترگه گورو. ځینو خلکو ته رخصتي یواځې یوه مذهبي ورځ ښکاري، چې له کاره رخصتي واخلي.

•••

کله چې بدن او ذهن خپل اخري حد ستړیا ته ورسیږي، نو اغیزمنتوب کمیږي. کله چې د ورځې په پای کې دمه کوو نو راتلونکې ورځ لپاره مو د بیا کار انرژي برابره کړې وي، رخصتی زمونږ ذهن، ځیرکتیا، احساسات او روح ته ځواني وربښي.

که چیرته مونږ داسې یوه رخصتي واخلو چې په هغې کې یواځې یو څو ځایونه چې بیا بیا مو کتلي وي لکه یو ځای ته سفر کول، منظرې کتل، مذهبي ځایونه کتل او نه ختمیدونکې سودا اخستل. نو داسې رخصتي پر ځای ددې چې دمه درکړي، لا مو ماتوي. هغه چاته به څه ووایو چې هغوی همدا کارونه بیا بیا کوي.

د کورنۍ اړیکو غښتلتیا لپاره کورنۍ رخصتی کې برخه اخستل تر ټولو غوره لار ده. همدارنگه د یو سازمان په څېر رخصتي اخستل خپلمنځي اړیکي غښتلې کوي ځکه یو بل ته به پرله پسې وخت ورکړي او احساساتي بار به راکم کړي. دا به یواځې تفریح نه وي بلکې ستاسې روحونه به راژوندي کړي.

خپل مبایلونه، لیپټاپونه او خپل تنگ کالي شاته پریږدئ. رخصتی پر مهال هوسا کالي واغوندئ او ځان ښودلو نه تېر شئ. خپل دفتر سره تر هغې اړیکه مه نیسئ تر څو مو رخصتي نه وي ختمه شوي، خپل خواړه خپله پاخه کړئ. خوړو پخولو کې نوښتونه وکړئ. بیرته راتگ سره به په نړۍ برلاسې یې. په دې به هم پوه شې چې اوس د نړۍ لاندې نه یې.

یوه رخصتي چې وسپړې... یوه رخصتي چې د کار او سوچونو څخه خلاصي ومومي... یوه رخصتي چې بیا دې ځوان کړي... یوه رخصتي چې نوې هوا تنفس کړې... یوه رخصتي چې شاته او وړاندې وگورې.. یوه رخصتي چې خپل ځان په بشپړ ډول خپلې کورنۍ ته وقف کړې... یوه رخصتي چې یو ښه خاوند/میرمن، یو ښه پلار/مور، او یو ښه ځوی/لور اووسې... یوه رخصتي چې خپل ځان د خپل پیژند پانې څخه رابهر کړې. هر راښکون بدلون ته اړتیا لري. رخصتی اخستل فرض دي. د دمې پرته به مات شو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

کله چې د یو کار څخه بل ته او هغې نه بېرته لمړي کار ته ورځو نو زمونږ اغیزمنتوب وده کوي.
په هر څه کې یو شی والی باید له منځه لاړ شي. په هره طریقه چې ستا ذهن یې مني بدل یې کړه او یو هوسا ذهن تل ښه فکر کولای شي.
نو ځکه خلک د طبیعت په شتون کې ښه فکر کولای شي ځکه طبیعت کې داسې څه شتون لري چې تا په هغه شي کې فکر کولو ته هڅوي او راښکون کې دې بدلون راولي.

***

سم او ناسم پکې نشته، یواځې جوړجاړی دی

ته غواړې چې ۱۶x۲۰فیټه کوټه ولرې او ستا مهندس وایي چې ۱۶x۱۶ کې باید جوړ شي. یوه نظریه د بلې نه ښه نه ده، خو خبره یواځې دلته ده چې ته څه غواړې او ته څه تر لاسه کوې. د یو مهندس په حیث باندې ته څه باید ورکړې او ستا مرجعه کونکی څه اخستل غواړي. داسې خبره نشته چې څه سم دي او څه ناسم، څه ښه دي او څه خراب، څه ښه دي او څه غوره دي، خو دلته خبره د جوړجاړي ده.
یو مربع د یوې دایرې هومره ښه ده. که چیرته یو څلور مربع شکله لرګی په مربع شکله سوري کې وي او یا یو ګرد لرګی په یو ګرد سوري کې وي خو ستونزې نشته. خو ستونزه هله رامنځته کیږي چې مربع شکله لرګی په ګرد سوري کې ننباسو. دا کار څوک کولای شي، هیڅوک یې نه شي کولای. ځینې وخت تر ټولو غوره مناسب نه وي. لمر پرست ډېر ښایسته دی، خو د ګلابونو په باغ کې به ورته د مردار بوټي په څېر کتل کیږي.
یو کس د سیستیماتیک سازمان څخه یو سازمان ته چې د ودې په حال کې وي، راولئ. هغه به ډېر زر یو ستره ناانډولي رامنځته کړي. یو کس چې واک، درجه او

پروټوکول درلوده نو هغه هیڅکله په داسې چاپیریال کې ارامه نه وي. داسې کسان به ډېر زر استعفا ورکړي او په پای کې به یې پریږدي. ددې خلکو په وړتیا کې شک نشته خو بس مربع شکله لرګی په ګرد سوري کې نه دننه کیږي.
مونږ وړتیا، تجربه، ځیرکتیا، مهارتونه او چلند، کاري شالید، عمر، جنس او داسې نور، په لټه یو. خو مونږ ددې پر ځای دا پوښتنه وکړو چې،" آیا دا به زما د سازمان د داخلي بنې سره جوړجاړی وکړای شي؟"
مونږ شکل، کورنۍ او تعلیم شالید، مذهب، ټولنې، په لټه کې یو خو ددې پر ځای مونږ باید دا پوښتنه وکړو،"آیا دا به زمونږ کورنۍ سره وخت تېر کړای شي؟" نو څه وشول که هغه سترې کمپنۍ سره کار کوي، یا که ډېر تعلیم یافته وي، یا عالي مسلک درلودونکی وي او ښه صحت او ښکلا هم ولري. خو سړی یو کور سمبالونکې غواړي او ښځه خپل مسلک بوتلل غواړي. دې یو شي هغه ټول فکتورونه له منځه یوړل ځکه ته ورسره جوړه نه یې. او که ته د ښه خوراکونو شوقي یې او داسې ښځې سره واده وکړې چې ماښام ډوډۍ نوم اخستلو سره درته د پیزا کارت مخې ته کیږدي.
انفرادي ځیرکتیا د ډله ایزې ځیرکتیا سره توپیر لري. په سطرنج کې اسونه د پیاده څخه غښتلي وي خو کله چې سپینو دانو سره لوبه کوې نو آیا یو سپین پیاده درته د تور اس څخه غوره نه دی؟
د جوړ جاړي سره ۱+۱ څخه ۳ جوړیږي خو جوړجاړي پرته ۱+۱ صفر کیږي.

***

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

په سمو لاسونو کې رالويدلو ښخه غوره څه نشته

ځومره خلک مونږ ليدلي چې خپل برخليک ښخه ځکه ناخوښ وي چې وړاندې تلو لپاره بايد سيمه ايزه ژبه زده کړي؟ په يو کال کې دننه هغوی ژبه زده کولای شي او خپلې کمزورۍ ته د پای ټکی ايښودلی شي. ځومره ځله به مو ليدلي وي چې يو ځوک د موټر چلونکي ښخه ځوريږي چې ولې يې تر کاره ځايه نه رسوي؟ حالانکه خپل موټر يې په ګراج کې ولاړ پريږدي. يوه مياشت روزنې ښخه وروسته هغوی موټر چلول زده کوي او خپلې کمزورۍ ته د پای ټکی ږدي. ځيني خلک تقريرونو ښخه د مرګ تر کچې ډاريږي. خو د ځو اونيو روزنې ښخه وروسته د خلکو پر وړاندې خبرو کې ساری نه لري.

که چيرته يوه کمزوري يا يو محدوديت له منځه وړلای شو نو بيا ولې مو تر عمره وځوروي؟ يو څه وخت مو روزنې ته وبښئ، کمزوري مو له منځه يوسئ او د هغې ګټو ښخه د عمر تر پايه ګټه واخلئ!

سستيماتيکې روزنې يواځې دا نه چې زمونږ محدوديتونه له منځه وړي بلکې مونږ چې کوم کار کې ښه يو، لا پسې ښه کيږو.

هر ځوک منډه وهلی شي. خو که غواړې د منډې لوبغاړی اووسې نو بايد رسمي سستيماتيکه روزنه تر لاسه کړې. د سستيماتيکې روزنې ځپر لاندې خبرې په ارتباط بدليږي. که چيرته غواړې د شطرنج لوبه زده کړې نو له هر چا يې زده کولای شې، خو که چيرته اتلولي لاسته راوړل غواړې نو بايد سستيماتيک روزونکي لاندې وروزل شې.

زمونږ د نيا تداوۍ په ځېر نه چې ناروغه شوې او روغتون پورې مو نه ده وړې؟ د رسمي سستيماتيکې روزنې په ځير بل څه نشته. زياتره وخت د ښه، ښه تر او غوره تر منځ توپير د روزنې په کيفيت پورې اړه لري.

محمد علي يو ځل ويلي ول، "زه د روزنې هرې شيبې ښخه کرکه لرم خو زه وايم

●●●

چې مه يې پريږده. همدا اوس زيار وباسه او د ژوند راتلونکی د يو اتل په ځېر ژوند وکړه."

د وړتيا سره چې کله سستيماتيک روزنه ملګرې شي نو بيا ترې مهارت جوړيږي. له دې ښخه غوره بله لاره نشته. په سمو لاسونو کې رالويدلو ښخه غوره لار نشته.

***

هغه څه سره چې بايد مخ شو، د سبا نه به نن ښه وي

ډاکټر وپوښتل، "اخر ځل دې کله خپل ځان په بشپړه توګه معاينه کړی؟"سړي ځواب ورکړ،" ډاکټر صيب ما تر دې وړاندې بشپړه معاينه نه ده کړې. نو ولې؟" ډاکټر شکي او حيران شو،"ځلويښتو نه بره يې. ته خو بايد هر دوه کاله وروسته بشپړ معاينه وکړې" سړي وويل،" زه نه غواړم ډاکټر صيب. د معايناتو نه وروسته به هغوی هرومرو وايي چې د غوړو اندازه دې زياته شوې او يا د شکرې ناروغي لرې... خدای خبر نور به څه وايي. اوس زه بيخي ښه يم. د يوې معاينې وروسته به راته ځان ناروغ ناروغ ښکاري"

په دې ښه پوهيږو چې د يو شي ښخه تيښته لنډمهالي وي، خو په دې هم پوهيږو چې په ژوند کې د يو شي ښخه د تل لپاره نه شو تښتيدی، نو بيا ولې تښتئ؟ ولې د هيلې پر ضد هيله راپورته کوئ؟ ولې هغه څه باره کې پوهيدل نه غواړئ چې بايد پوه شئ؟ که ته سترګې پټې کړې نو ددې مطلب دا نه دی چې ټوله نړۍ دې ړنده وي. په پای کې هغه څه چې راروان دي بايد مخامخ شو ورته. نو ولې بايد هر څه په پای کې؟ ولې مو دومره وځنډوه؟ ولې مو دومره وخت پرې تېر کړ؟ د ځنګل اور چې پرون ډېر لږ وو، پرون ځيني نه وې تښتيدلی نو نن به اور نه وو.

په مونږ کې ډېر کم خلک دي چې د ژوند حقيقت سره نه شي مخ کيدلای. د ژوند حقيقت سره مخ کيدل د ژوند تر ټولو تريخ حقيقت دی.

(c) ketabton.com: The Digital Library

زه فکر کوم زما ملگری زما نه په بله روان دی. که چیرته دا حقیقت ومنې نو یو څه کیږي. زما په فکر د هغې ملگري زما په څوی زمونږ نه ډېر نفوذ پیدا کړی. یو سخت حقیقت، خو هیڅ خبره نشته، د حقیقت منلو سره یو څه کیدای شي. زما په فکر زمونږ واده سره بیلیږي. ریښتیا خو زړه ماتونکی حقیقت، خو دې حقیقت باندې سترگې پټول مونږ سره هیڅ مرسته نه شي کولای.

که چیرته حقیقت ومنې نو بیا یو څه کیدای شي. که چیرته پرې سترگې پټوې نو لا پسې چټلیږي او بیا بیا به درته راتاویږي. لږ تر لږه همدا اوس حقیقت ومنه، یو څه کیدای شي. څه چې ته لیدل نه غواړې، هغه درڅخه نه ځي. دا به نور هم بدرنگه کیږي او بیا بیا به درته راتاویږي. هر حقیقت څخه چې ته تیښته کوې په راتلونکې کې درته کمین نیسي او فکر کې دې نورې پوښتنې ورتومبي، "ما باید... ما کولای شول چې... کاشکې..."

ته باید تل د سم صحي منځګړیتوب لاره خپله کړې، د روغوالي مناسب پرهیز تعقیب کړې او مناسب خوراک وکړې. ته کولای شې په اسانۍ د خپل نږدې ملگري سره پرې خبرې وکړې، ته کولای شې د خپل څوی ښه ملگری جوړ شې، د ښېښې لفظ ډېر وکاروئ. هر وخت یو څه کیدای شي. په پوره میړانه د ژوند ترخو حقیقتونو سره مخ شه. په دې پوه شه چې په دې وخت کې یو څه کیدای شي.

هره ستونزه چې حل شوې، یو چا حل کړې ځکه هغې حقیقت منلی. دا هر څه په زړورتیا د حقیقت منل دي. تیښته زما او ستا په څېر د خلکو لپاره نه ده. هغه څه سره چې باید مخ شو، د سبا نه به نن ښه وي.

***

ژوند د شطرنج په څېر دی او ته دا لوبه هغې سره کوې.
ستا د دانې په خوځولو هغه هم خپله دانه بې ځایه کوي. ستا خوځولو ته انتخاب وایي او د هغې خوځولو ته پایلې،
ته به وارزول شې...تاته به چیلینج درکړل شي...تا به گړنگ ته ورټیله کړي.
کله چې لوبه کې تکړه شې. نو هغه دې پریږدي چې لوبه وگټې.

***

د یو چا د غوره ډالۍ په څېر اووسه

زه یو چا سره داسې اړیکه لرل غواړم چې هغې ته باید د ځانه سپیناوی ونه کړم. یو چاته د ځان سپیناوي څخه بل سترې کونکې کار نشته. احساساتي ستړیا د فزیکي ستړیا څخه خو ځله ستونزمنه ده. باید د یو داسې اړیکې او خپلوۍ په لټه کې شو چې په هغې کې مونږ د باور خپلواکۍ څخه خوند واخلو او چیرته چې زه خپل ځانته د ځان سپیناوی ونه کړم.

د یو داسې اړیکې او خپلوۍ په لټه کې یم چې د خپل ځان پر ضد ونه دریږم. زه خپل قوت لرم، زه خپلې نیمگړتیاوې لرم. زه داسې خپلوي غواړم چې زما مثبت زما په نیمگړتیاوو بر لاسی وي.

زه داسې خپلوي او اړیکې غواړم چې زما پرونۍ تېروتنو ته نن ونه گوري. انسان سره هر کله تېروتنه مله وي. زه داسې څوک غواړم چې زما د تېروتنو لستونه ورسره نه وي. داسې یوه خپلوي چې پرونۍ شخړه نننۍ خبرې نیمگړې نه کړي... پرون ورځ پرون پای ته رسیدلې ده.

زه داسې یوه خپلوي او اړیکه غواړم چې تل باید زه نوښتونه ونه کړم. داسې خپلوي غواړم چې زه پکې شفاف یم. زه داسې یوه خپلوي او اړیکه غواړم چې خپل خوښۍ او ناخوښۍ څخه ددې خپلوۍ ساتلو لپاره تېر شم. زه داسې یوه

(c) ketabton.com: The Digital Library

•••

خپلوي او اړیکه غواړم چې زما شخصي انځور پکې داغي نه شي. زه داسې یوه خپلوي غواړم چې له ما بل څوک ونه پوښتي. زه داسې خپلوي غواړم چې په هغې کې زه په بشپړه توګه زه پاتې شم... په تېره بیا کله چې زه خپل ځان سره یم. زه داسې خپلوي غواړم چې زه داسې احساس وکړم چې زه یو ځل بیا د مور په خېټه کې یم... داسې یوه خپلوي چې زما زړه تل دا احساس وکړي چې بیا وزیږېږم.

زما خوږو لوستونکو که چیرته تاسې له دې څخه یو هم داسې خپلوۍ او اړیکې لرئ... نو په سجده شئ او شکر وباسئ، ځکه له دې څخه بله ستره ډالۍ نشته. داسې خپلوۍ په ژوند کې تر ټولو سترې ډالۍ وي.

که چیرته یې نه لرئ نو مایوسه کیږئ مه. هغې د غره په سر څه خبره کړې وه، "غواړې چې نور درسره ځنګه وکړي، هماغسې ورسره وکړه." ته یو بل څوک کیدای شې؟ خپل ځانونه د نورو د ژوند ډالۍ وګرځوئ. یو چا سره دومره مینه وکړئ چې هغه په دې پوه شي چې ته یې د ژوند ستره ډالۍ یې.

خلک ستا مینه هغه وخت احساسوي چې هغوي تا سره ځنګه دي نه دا چې ته د هغوی سره ځنګه یې. د خپل محبوب په موجودیت او خوشبوی کې پرېبږدئ چې هغه وغوړیږي.

***

ستاسې ارزښتناکه سرچینه تاسې خپله یاست

په ۱۹۶۰ کال کې جاپان پریکړه وکړه چې په فولادو جوړولو به پیل کوي. د فولاد تولید لپاره د اوسپنې او سکرو اړتیا وه چې دواړه په جاپان کې نه ول. خو جاپان پوهیده چې له هغه ځای به یې واردوي چې هلته ښه پریمانه دي او په دې هم پوهیده چې خپل جوړ کړی فولاد هغه ځای ته صادر کړي چې هلته یې اړتیا ډېره زیاته وه. پایله دا شوه چې په ۱۹۶۰ کال کې جاپان د نړۍ پر کچه د فولادو تر ټولو ستر صادرونکی شو. د یوې لسیزې څخه په کم وخت کې صنعتي

•••

انقلاب رامنځته شو. ځنګه؟ د سرچینو ښه مدیریت له کبله.

راځئ چې ووایو چې یو محصول په لس روپۍ تولیدیږي او په یوولس خرڅیدلی شي، چې ګټه به یې یوه روپۍ وي. د ګټې یوه لاره دا ده چې د یوې روپۍ ګټلو لپاره باید د ۱۱ روپو سودا وکړې، مطلب دا چې خرڅلاو باید ۱۰۰٪ زیات شي، او بله لاره یې دا چې دا محصول ځنګه کولای شو چې په ۹ روپو جوړ کړو، مطلب دا د یوې اضافي روپۍ ګټه هغه وخت کولای شو چې د محصول اغیزمنتوب ۱۰٪ زیات شي او هغومره سودا وشي. زه دا نه وایم چې کونجونه پرې کړئ او یا په کیفیت کې مصلحت وکړئ بلکې زه وایم چې سرچینو څخه ډېره ګټه ترلاسه کړئ.

په زیاتره پیلیدونکي او منځني سوداګرۍ کې د پیسو لګښت او قرضداري ددوي ګټه خوري. کله چې د هغوی فعالیت وپلټې نو معلومه به شي چې ستونزه پیسو کمښت کې نه ده خو خبره د پیسو مدیریت بې کفایتی کې ده. په نقدي پیسو کې نااغیزمنتوب او بې پروایي بهر تلونکو پیسو مدیریت دوی د تاوان په لور بیايي. کال په کال پایله توپیر کوي خو په ګټه کې کوم پرمختګ نه وي. خو په یو موثر مدیریتي سازمان کې بیا هر کال بدلون مومي او ګټه هم مخ پورته روانه وي. ځنګه؟ د سرچینو ښه مدیریت له کبله.

هندوان له دې کبله ژاړي چې ددوي نفوس ورځ تر بلې زیاتیږي. نورې نړۍ دې باره کې څه کړي؟ دلته د خلکو څخه په کم لګښت ښه کار اخستل کیږي. نړیوالو ډېرو سرچینو څخه په ګټه اخستلو هندوستان کې ډېر کار تر سره کړ او د هندوانو ګټور توب یې لوړ کړ. ځنګه؟ د سرچینو ښه مدیریت له کبله.دوبۍ هم د نه ختمیدونکو دښتو څخه په اقتصادي مرکز بدله شوه. ځنګه؟ د سرچینو ښه مدیریت.

دا خبره نه ده چې تاسره وخت نشته، بلکې دا د سرچینو مدیریت دی چې اغیزناک وخت نومیږي. داسې نه ده چې تا سره پیسې نشته او ته شتمن نه یې

(c) ketabton.com: The Digital Library

•••

بلکې د سرچینو مدیریت دی چې پیسه نومیږي، که لږې هم وي خو په اغیزناکه توګه لګول دې شتمن کولای شي.
په ۱۹۶۰ کلونو کې جاپان پرته د اوسپنې او سکرو نه د نړۍ ستر فولاد تولیدونکی هیواد شو. جاپان له نشت څخه ډېر څه تولید کړل. نو بیا په دې خو باید ډاډه اووسو چې په یو څه نو بیخي ډېر څه تر لاسه کولای شو.
یو وخت به مو هرومرو په خپل ژوند کې یوې سرچینې څخه سمه ګټه نه وي پورته کړې. هغه شی پیدا کړه او ځان پکې تکړه کړه. البته هرومرو ستاسې تر ټولو ارزښتناکه سرچینه تاسې خپله یاست. آیا خپل ځان څخه په سمه توګه ګټه اخلئ؟

***

په ژوند کې هیڅ شی پیمانه نه لري... یواځې ستا ذهن پورې اړه لري. په ژوند کې هیڅ شی نه ودریږي... یواځې خلک ولاړ پاتې کیږي.
ژوند فقط یوه پرانستې لیندۍ ده... هر څومره کولای شې کش یې کړې... بنده لیندۍ هیڅ نشته.
څومره چې ته احساسولای شې هغومره خونې شتون لري... څومره چې ته درک کولای شې هغومره خونې شتون لري...
هر څومره چې تا ته وړ ښکاري هغې څخه نور زیات هم شته

***

•••

یا خو یې مه کوه
او که کوې یې په جزبه یې وکړه
خو ددوی ترمنځ نه

یو لیمو راواخلئ او دوه ټوټه یې کړئ. زبېښونکي پواسطه ترې اوبه وباسئ. یو څه بوره او مالګه پکې ګډه کړه، ګیلاس د اوبو نه ډک کړه او ښه یې وخوځوئ. د لیمو جوس تیار شو. ددې جوس جوړولو طریقه ډېره ساده ده خو که بیا هم دوه بیل کسان یې جوړ کړي نو ډېر توپیر به پکې شتون ولري. د لیمو، بورې، مالګې او اوبو څخه پرته په دې کې یو ناڅرګند عنصر- شتون لري او د لیمو د خوند توپیر په همدې ناڅرګند عنصر کې پټ دی.
هر څه چې مونږ جوړوو او یا یې تولیدوو، په هغې کې یو نا څرګند عنصر پروت وي او همدغه ناڅرګند عنصر د ښه او غوره، عادي او عالي، ښه او زبردست تر منځ توپیر پیدا کوي. آیا یو کار په مینه او په ذوق تر سره شوی او که په بې میلۍ او بې خوندۍ تر سره شوی؟ په یو کار کې د زړه نه کار کول، ناڅرګند عنصر- دی. آیا زړه ۱۰۱٪ په هغه کار کې دی؟ دا یوه حساسه پوښتنه ده.
ما یوه ورځ خپل لور کیتي ته وویل، "چې یا خو د زړه نه پخلی کوه او یا یې هیڅ مه کوه. ما ته یې په خوند کې توپیر ښکاري. خوراک د یوې ژوندۍ مادې په څېر هم وي او د یو مړي په څېر هم. توپیر یې په زړه او نه زړه پخلي کې دی."
مینه او جزبه داسې څه نه دي چې یواځې د خدای په عبادت کې تر سره شي. مینه او جزبه په هر څه کې ده.
جزبه او سټریا دواړه سره په معکوس ډول متناسب دي. که چیرته مونږ د ژوند هر کار د جزبې په احساس سره تر سره کړو نو مونږ ته به معلومه شي چې مونږ به د طبیعت یو نا ویل شوی قانون وپیژنو، دا قانون وایي چې سړی د سټریا لپاره نه

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

دی زیریدلی. که چیرې مونږ یو داسې یو کس لیدلی وي چې هغه ستړیا نه پیژني، نو تاسې داسې یو کس لیدلی چې هغه هر کار د جزبې په احساس سره ترسره کوي او د هغې عملونه لکه د عبادت په څېر دي.

***

یا یې مه کوئ او که کوئ یې نو په جزبه او مینه یې وکړئ، خو ددوي ترمنځ نه.
په عبادت کې د ژوند لپاره سوال کوې او تامل کې ژوند ته غوږ نیسې.
په عبادت کې خپل غږ ته غوږ نیسې او په تامل کې له هغې ډېر ورانـدې غوږ نیسې.
عبادت د ژوند سره خبرې دي او تامل د ژوند سره ګډون دی.

***

خپله وړتیا پر مخ بوځه
خپل استعداد زیات کړه
دې ته پرمختګ وایي

دا فکرونه له منځه یوسه،″ همداسې مونږ مخکې هم کول. همداسې باید اوس هم وشي.″ رواجي فلجتوب مه زغمه. په یخ هیڅ نه زرغونیږي. که چیرته مونږ پریږدو چې زمونږ پرون زمونږ ذهن کنګل کړي نو نوې مفکورې به هیڅکله ذهن کې ځای ونه مومي. شاته مه ګوره او تېر هیر کړه، مخکې ګوره او راتلونکي ته فکر کوه. د انسان په هڅو کې مطلق بشپړوالی د سپوږمکیو څخه نیولې تر ماشومانو روزنې پورې لاسته راوړونکی نه دی. په دې کې د پرمختګ یو نه ختمیدونکی ډګر دی. بریالي کسان په دې پوهیږي. ځکه دوی دا پوښتنه نه کوي چې،″ آیا زه یې له دې ښه کولای شم؟“ هغوی پوهیږي چې کولای یې

●●●

شي، نو دا پوښتنه کوي چې،″ زه یې څنګه له دې ښه کولای شم؟“
سړی به هغه ځای ته ځي چیرته چې غواړي لاړ شي. په هر شي کې د پرمختګ اړوند فکر کوه او په هر څه کې په لوړ معیار فکر کوه. په دې ډاډه اووسه چې کولای یې شې. په یو کار باور درلودل چې کولای یې شې نو هغې لپاره یوه نه یوه لاره راوځي. هرومرو یوه لاره وي او له بلې به غوره لاره وي. که چیرته وایې چې دا کار ناشونې دی نو ذهن دې غواړي دا ثابت کړي چې ولې. او که چیرته باور ولرې چې دا کار کولای شم نو ستا ذهن تا سره په هغه کار کې مرسته کوي. که ته یې پریږدې نو ستا ذهن به ورته لار راوباسي. مونږ کې زیاتره داسې دي چې د خپلو غوښتنو څخه تېریږي او په دې تمرکز کوي چې ولې یې نه شو کولای خو اړینه دا ده چې تمرکز یواځې په دې وشي چې څنګه یې وکړم.
د ژوند په هر ډګر کې، د کار څخه تر کوره او بیا تر ټولنې پرمختګ پورې باید د بریالیتوب فارمولې څخه کار واخلو چې له ښه څخه یې ښه وکړو″ خپل وتنی یا اوټپوټ او کیفیت دې ښه کړه″او له ډېر څخه ډېر وکړو″ څه چې کوې د هغې مقدار لوړ کړه. کیفیتي لوړوالی ورسره مقداري ودې ته پرمختګ وایي.
تل ځان ته په زړه کوه چې ته څنګه فکر کوې له هغې غوره یې، یانې ته چې اوس کوم کار کوې له هغې یې په ښه ښه هم کولای شې، او دا هم ځان ته په زړه کوه چې څومره ته کولای شې هغومره یې نه کوې، نو هغه څه چې کوې له هغې ډېر کولای شې.
لیاقت هغه وړتیا ده چې کوم کار کوې له هغې یې غوره وکړې او استعداد له هغه څه چې کوې یې، ډېر وکړې.
خپله وړتیا پر مخ بوځه، خپل استعداد زیات کړه، دې ته پرمختګ وایي.

***

(c) ketabton.com: The Digital Library

که چیرته خبر وای چې پایله به دومره ښایسته وي

په یو ټکر کې یې پښه ماته شوې وه. هغه تر څو میاشتو پورې په کټ پروت وو. هغې په یو نړیوال سهامي شرکت کې ښه دنده درلوده. یوه زړه مور یې هم درلوده چې باید د هغې خدمت وشي، ددې خیال یې ساته. سختې ورځې وې...؟ نا، دومره سختې هم نه وې. دې مودې هغې ته ډېر وخت ورکړ. هغې یو ځیرک انتخاب خپل کړ! او ټول وخت یې مطالعه وکړه. هغې خپل ذهن د پخوانیو سترو لیکوالانو کتابونه باندې زرخیزه کړ. دا هغه مهال وو چې هغې خپلې معنوي اړیکې ته وده ورکړه او د ژوند لپاره یې یوه موخه وټاکله. د هغې په ژوند کې هر څه بدلون ومومه... او د تل لپاره بدل شو. نن هغه یوه موخه لري. نن د هغې ژوند په معنوي لحاظه برابر دی. نن د هغې ژوند د پېښې څخه وړاندې او وروسته پرتله کیدای شي. د خپلو ورځنیو یاداښتونو کتابچې په یو کونج کې یې لیکلي ول، "که زه چیرته خبر وای چې پایله به داسې ښایسته وي نو ما به له پیله ترې خوند اخستی وای"

زه له تاسې پوښتم،" ایا یو مور/پلار خپل ماشوم ته داسې کیسه کوي چې پایله یې غمجنه وي؟"

د بدلون څخه پرته ژوند به څنګه وي؟ د نابېرتوب څخه پرته ژوند به څنګه وي؟

که ته ورته ستونزمن وختونه وایې. که ورته ازمایښتي وختونه وای. یو وخت به راشي چې هغه کس ستونزمنو حالاتو وخت کې وایي ولې زه؟، همدغه کس به د نیکمرغۍ وخت کې هم دا پوښتنه کوي چې ولې زه؟

چینجي غواړي چې د شوپرک غونډې وزرې ولري، نو د وریښمو غوزې ته ننوځي تر څو وزرې پیدا کړي. کله کله به مو ژوند یو غوزې ته ننباسي او راوتلو سره به وزرې ولرئ. د بانس لرګی ددې لپاره پرې کیږي چې شپیلۍ ځینې جوړه شي. یوه تیږه ځکه تراشل کیږي چې یوه مجسمه ترې جوړه شي. سره زر ځکه

ویلې کیږي چې جواهر ترې جوړ شي. ته ځکه ازمول کیږې چې جوړ شې. د کیسې پایله بیا ډېره ښایسته ده. په همدې باید باور ولرې. ستا عقیدې ته به وخت ورکړل شي، خو د یو عالي ژوند ډالۍ سره به راستنیږې.

په ژوند کې هر قسم حالات راتلی شي، که په ریښتیا هغه څه چې ته جوړېدل غواړې.

***

خپل پیژند وغورځوه، ته چې څنګه یې... همغسې ښه یې

هغې ته مشوره ورکړه، "ولې نور د خپلې روغتیا خیال نه ساتې." ستا میرمن به داسې وانګیري چې ته ورسره مینه لرې. او که ورته داسې ووایې، "د یو خاوند په حیث زه فکر کوم دا حق لرم چې درته ووایم چې د ځان خیال وساته" دا ځل به هغه فکر وکړي چې ته یې لاس لاندې راوستل غواړې. که یو کس ته دې وویل چې خپله ډوډۍ پر وخت خوره نو هغه به درنه خوشاله شي چې ښه مشوره ورکوې او ددې پر ځای که دې ورته وویل،" ما خپل پلار هم لیدلی وو چې ډېر کار به یې کاوه خو هغه ستا غوندې نه وو. ته ولې په وخت ډوډۍ نه خورې؟" نو بیا به د هغې عکس العمل بل شان وي.

خلک پیژند ساتلی نه شي. د خلکو پیژند سره د ځان غره توب هم شامل وي. پیژند د خلکو د ذهنونو لارې بندوي.

ورته ووایه،"د شنه سبزیو خوراک درته ښه دی" هغه به یې درسره ومني او یا ددې پر ځای که دې ورته وویل،"د یو سبزي خوړونکي په حیث درته وایم چې ته باید شنه سبزي وخورې" هغه به درسره بحث شروع کړي. دا د سبزي خور نوم ټاپه لګول ستونزه جوړوي.

ورته ووایه، " ویې ښه. چا چې درته زیان هم رسولی، هغوی سره هم مینه وکړه" هغه به فکر وکړي چې پاملرنه یې کوې او یا داسې دې ورته وویل،"د سم

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

عیسوي په حیث زه درته وایم چې خپلو دښمنانو سره هم ښه چلند کوه.″ بیا یې ته هم دښمن یې، دلته د عیسوي ذکر کول ستونزه رامنځته کوي.

ورته ووایه، ″زه هیله لرم چې زموږ هیواد ښه هوایي ډګرونه ولري.“ هغه به ستا نظر تایید کړي او ددې پر ځای که ورته ووایې،″ زه سنګاپور کې اوسیدلی یم زه پوهیږم چې تنظیم شوي شیان څنګه وي. زه غواړم چې زموږ هوایي ډګرونه هم تنظیم شي.″ نو تا به د هیواد ملو پر ضد وګڼي.

دا د انسان کمزوري ده. کله چې خلک پیژند سره مخ شي نو ځان باره کې یو څه کم احساس کوي. هغه به یې هرومرو درڅخه دفاع وکړي. په ناڅرګنده توګه پیژند، خلک د مغلقۍ په لور بیایي. هغه له تا سره هیڅ ستونزه نه لري. هغه څه چې ته یې استازیتوب کوې، مخالفت لري، که هغه چوکۍ وي، که درجه، که مذهب او داسې نور. سره ستونزه لري.

موږ ولې پیژند ته اړتیا لرو؟ آیا دا درجه موږ ته سرلوړي راکوي که موږ درجې ته سرلوړي ورکوو؟ چوکۍ تاته اړتیا لري که ته چوکۍ ته اړتیا لرې؟ که چیرته پیژند تا تعریفوي نو بیا د پیژند پرته هیڅ نه شې کولای. هر څوک چې پیژند باندې تکیه کوي هغه هیڅکله سمې اړیکې نه شي جوړولای. که چیرته تاسې پیژند ته ارزښت ورکوئ نو بیا تاسې پیژند ته اړتیا نه لرئ. دا د ژورو اړیکو رامنځته کولو پیل دی.

لټونکي ترې وغوښتل ″باداره! مهرباني وکړه ما د خپل مرید په حیث ومنه“بادار ترې وپوښتل ″ووایه ته څوک یې؟“ ″راماچندرا راو““دا ستا نوم دی. دې نه تېر شه، ووایه ته یې څوک؟“ بادار ترې بیا وپوښتل. “ زه یو سوداګر یم″ ″دا خو ستا دنده ده. دې نه تېر شه، ووایه ته څوک یې؟“ ″زه یو سړی یم““دا ستا جنس دی، دې نه تېر شه، ووایه ته څوک یې؟““باداره! زه نور نه پوهیږم چې زه څوک یم.““ دا صحیح شو. دا د لټونکي د پیل ټکی دی. کله چې دې ټولې پیژندپاڼې وغورځولې او دلته لکه د ځان په څېر خالص راغلې، دا د لټونکي د پیل ټکی

●●●

دی. ستا د سوداګرۍ کارت د کاهن سره چلیدلی شي خو خدای سره نه شي چلیدلی.“ بادار ورته وویل.

خپل ځان سره او نورو سره مرسته وکړه چې خپلې پیژندپاڼې وغورځوي. ته کافي یې... د کافي نه پسې کافي یې. بس خالص ته. دا د هر څه د پیل ټکی دی. کله چې ته د خپل ځان په څېر شوې، ته خپلواکه شوې او دا ریښتونې خپلواکي ده.

***

د اوسپنې یو ټوټه په ۲۵۰ روپۍ ده...

له هغې څخه یو نال جوړ کړه، هغه به ۱۰۰۰ روپۍ ارزښت ولري،

له هغې څخه د ساعتونو سپرنګونه جوړ کړه، هغه به ۱۰۰،۰۰۰ ارزښت ولري.

ستا ریښتونی ارزښت په دې کې نه دی چې ته څوک یې بلکې په دې کې دی چې ته د ځان څخه د څه شي جوړولو وړتیا لرې.

***

پیسې هیڅ یاداښت نه لرې، تجربه یې لري

ته به هیڅکله پوه نه شې چې ستا د تعلیم لګښت څومره وو خو د تل لپاره به دې د ښوونځي او پوهنتون خاطرې په ذهن کې پاتې وي. یو څو کاله وروسته به دې دا هم هیر شي چې روغتونونو کې دې څومره پیسې لګولي خو په خوښۍ به دې هغه خاطرې په یاد وي چې د خپلې مور ژوند دې ژغورلای وي. دا به دې هم هیر شي چې له واده وروسته چکر باندې دې څومره لګښت راغلی وو خو د هغې سره هره شیبه ناسته به دې په ذهن کې پاتې وي. پیسې یاداښت نه لري، تجربه یې لري.

ښه وختونه او خراب وختونه، د سوکالۍ وختونه او د بیوزلۍ وختونه، هغه وختونه

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

چې راتلونکې درته خوندي ښکاري او هغه وختونه چې سبا درته تورتم په څېر ناڅرګند وي... د بشپړې ازادۍ او بې برخې نه ورهاخوا په ذهن کې يواځې خاطرې د تجربو په څېر پاتې کيږي. کله کله بټوه له پيسو ډکه وي... کله کله بيا په جيب کې هم يوه پيسه نه وي. هر څه درسره ول خو د تندي تريو کولو لپاره ډېر سببونه دې هم درلودل. ډېر څه نه ول خو بيا هم موسکا لپاره ډېر څه درسره دي. نن به اوښکې تويوې او هغه وختونه به په خوښۍ رايادوې چې يوځای مو خندلي ول او بيا به موسکی شې چې يو وخت دې ځانته ژړلي ول. ژوند درته ښلا ښلې شېبې درکوي چې د خپل ژوند تاريخ پکې وليکې او په يواځې ځان دا هر څه په ياد ساتلی شې.

په لومړي ځل مو پرته د مرستې نه په بايسکل د ځان توازن برابر کړی وو...

په لومړي ځل درته هغې ويلي ول چې هو، حالانکه تا ورته دوه کاله وړاندې وړانديز کړی وو، چې مينه ورسره لرې...

لومړنی ژړا... لومړنی قدم... لومړۍ خبره... لومړنی مچو... ستاسو ټول ماشومتوب...

په لومړي ځل مو چې مور او پلار ته ډالۍ اخستې وه او تاسې ته مو لور په لومړي ځل ډالۍ درکړې وي...

لومړنی جايزه... د خلکو له لورې په لومړي ځل تشويق... دريځ په سر لومړنی فعاليت...

دا نوملړ نه ختميدونکی دی... نه ختميدونکی خاطرې دي...

له دې نه منکريږو چې هر يو شی په پيسو کيږي. خو په پايله کې د هغه شي بيه مو هيريږي خو د هغې تر څنګ خاطره نه هيريږي.

که چيرته اقتصادي بحران رامنځته شي نو بيا؟ وي دي، خو د ژوند ارزښتونو بحران بايد رامنځته نه شي. ته اوس هم کولای شې چې خپل مور/پلار حج ته وليږې که نشې نو نږدې جومات پورې خو يې بوتللی شې. ته اوس هم خپلو

●●●

ماشومانو سره لوبې کولی شې، که نه شې يو نږدې پارک ته خو يې بوتللی شې. په دې هيڅ لګښت نه راځي چې يو چاته ورتيت يا ورنږدې شې او غيږه کې يې ونيسې. او ريښتيا هغه اړخونه لکه روغتيا، علمي پرمختګ او معنوي وده هيڅکله اقتصاد پورې اړه نه لري.

وخت به تېريږي... اقتصاد به راژوندی شي... پولي واحد به بيرته خپلې بيې پورې لوړ شي... او په دې ټولو کې، زه نه غواړم چې ستاسې توجه پرون ته يوسم او تاسې په دې پوه شئ چې هيڅ مو نه دي کړي بلکې يواځې مو په تيارو کې ځانونه رغړولي دي. اقتصادي بحران به مو له پيسو خلاص کړي. خو مه يې پريږدئ چې خاطرې مو زيانمنې کړي... که چيرته په دې خوښ نه ياست چې څه لرئ نو بيا که هر څومره ولرئ بيا به هم خوښي ونه مومئ.

ځان ته داسې يوه وينا جوړه کړه چې څنګه به ژوند کوې. څومره لرم بايد څنګه احساس کوم باندې هيڅ اغيز ونه کړي.

***

نازولتوب مو کمزوری کوي

مينه مو غښتلی کوي

داسې ښکاري چې نازولتوب ورکولو پر ځای مينه ورکول تر ټولو ستر اشتياق دی. توپير په څه کې دی؟ زياتره خلکو ته، مينه ورکول داسې ښکاري چې هغوي سره بايد نرم اووسې او د هغوی هره خبره ورسره ومنې، هيڅ ګيله ترې ونه کړې او ګوته ورته ونه نيسې او هغوی د راحتی څخه پرې ډېر زور رانه وړې... په اصل کې هغوی پريږده چې څنګه وي، هيڅ مه ښايه چې هغوی بدل کړې. نازولتوب درته وايي چې څنګه زه غواړم راسره مينه وکړه.

مينه دا نه ده چې نازولي سره مينه وکړې. مينه هغه ده چې بدلون منځته راوړې.

(c) ketabton.com: The Digital Library

•••

نازولتوب مو کمزوری کوي، مینه مو غښتلی کوي.

هیڅوک بشپړ نه دی. د پرمختګ ډېر لوی ډګر دی. پرته له هغوی چې درسره مینه لري، هیڅوک دې پروا نه لري چې تا پرمختګ کړی که نه. د زغم په نوم، نازولتوب دې نیمګړتیاوو سره پریږدي. که چیرته ځانغوښتنه دې ټپي هم شي خو مینه به دې بدلون لپاره خپل نظر درسره شریکوي. نازولتوب دې په ځانغوښتنه باندې کار کوي. مینه مو غښتلی کوي.

هیڅوک هر وخت سم نه وي. د منلو په نوم، نازولتوب به درته هغه څه چې سم نه وي، سم ښکاري. مینه به د هنداري په څېر وي، هغه څه که نه غواړې وګورې، درته به یې ښایي چې په حقیقت کې همدا ته یې. نازولتوب به درته یواځې هغه مخ ښایي چې تاته ښه ښکاري. مینه به دا خطر په ځان مني او ریښتونی شکل به درباندې ګوري.

د زیاتره خلکو تشویقي کچه ډېره لږه وي. ته یو داسې څه ته اړتیا لرې چې د بهر څخه دې ټیله او تشویق کړي. نازولتوب به دې هماغه ارام او نیمګړې سیمه کې پریږدي. مینه به دا خطر هم ومني چې ملګرتیا په ملګري بدله کړي. تا نه شي پریښودی چې همدغسې پاتې شې. هغه څه چې بدل نه شي، وده نه کوي.

نازولتوب د نشې په څېر دی. دا به درته یو رنګین ماښام درکړي خو تا کې به هیڅ بدلون رانه ولي. مینه لکه یو تفکر دی. دا به داسې ښکاري چې هیڅ نه دي روان، خو وروسته به هر څه بدلون ومومي. وغواړه چې مینه درسره وشي او رامنځته شي، نه دا چې ونازول شې او ولاړ پاتې شې.

زما خوږو! زه درته وایم، ″زما مینه به هاغسې تاسې ته درونه رسیږي چې څنګه چې تاسې غواړئ. خو زما مینه یوه موخه لري چې تاسې به جوړ کړي″

***

•••

منل یو مثبت احساس دی

کله چې یو څوک کار کوي او زه نه غواړم هاغسې وشي، او یا یې ومنم، نو غوسه کیږم. کله چې یو څوک یو کار کوي او زه نه غواړم هاغسې وشي، زه یې منم او زغملای شم.

کله چې یو څوک څه لري او زه یې نه لرم او یو څوک یوه مثبته پایله لاسته راوړي او زه یې نه شم کولای او نه یې شم منلی، نو زه کینه پیدا کوم. خو که ویې منم نو متاثره به شم.

کله چې یوې پیښې سره مخ شم او نه پوهیږم چې څنګه پرې لاس بری شم او څنګه یې ومنم نو په ما کې ویره اچوي. کله چې یوې پیښې سره مخ کیږم او نه پوهیږم چې څنګه پرې لاس بری شم خو زه یې ومنم او ځان خطرمل حس کوم.

کله چې یو څوک یو کار وکړي او زما احساسات ټپي کړي او زه نه شم کولای چې ویې منم نو په ما کې کرکه زیږوي. کله چې یو څوک یو کار وکړي او زما احساسات ټپي کړي، خو زه یې ومنم نو ما سره ښښنه کې مرسته کوي.

کله چې یو څوک زما په ذهن کې وي او وجودي شتون ونه لري او زه نه شم کولای چې دا ومنم نو زه وایم چې زه ورپسې خفه یم. کله چې یو څوک زما په ذهن کې وي او وجودي شتون ونه لري خو زه دا خبره منم او وایم زه د هغې باره کې فکر کوم.

بیا نو احساساتي معادله ډېره اسانه ده،

یو شی+منل= مثبت احساس

یو شی+نه منل= منفي احساس

نو دا یو کس یا یو شی نه دی چې ما منفي یا مثبت په لور بیایي بلکې دا خبره د منلواو نه منلوپورې تړلې ده چې ته مثبت احساس لرې که منفي. دا نړۍ نه ده بلکې نړۍ ته زما د ځواب وړتیا ″منل یا نه منل″ ده چې زما د احساساتو کیفیت

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

ځرګندوي.

بل ځل ما داسې احساس وکړ چې يوې منفي احساس ګډوډ کړی يم، پر ځای ددې چې فکر وکړم چې چا يا څه شي ګډوډ کړی يم، بلکې زه له ځانه ددې ازموينه واخلم چې چا او کوم شي سره پر ضد يم "نه يې منم". زه به نه منل په منلو واړوم او منفي احساس به مې په مثبت بدل شي.

احساساتي مديريت هغه وخت پيليږي ترڅو هغه کس يا هغه شي باندې ملامتي وانه چوې او د ژوند د منلو مسوليت ومنې.

***

علم درته دې لپاره نه دی درکړل شوی چې خپل پرون وڅيړې بلکې خپل راتلونکی ورغوې

د ژوند په هر ډګر کې ستونزو سره مخامخ کيدو په وخت کې به مې خپل ملګري ويجی يارګوان ته غوږ نيوه، هغې به ويل،"هر څومره چې يو سپرنګ په فشار کيکاږې او بيا يې خوشې کړې نو په هغومره چټکۍ به ټوپ ووهي. که چيرته ستا ژوند له تېرو ۱۹ کلونو راهيسې د ناکاميو څخه ډک وای؟ نو اوس پريکړه وکړه چې ټوپ به وهې. خپل سکريپټ بيا وليکه" په لومړي ځل يې راوېښ کړم او له هغې وروسته مې شاته ونه کتل... او شاته کتلو ته اړتيا هم نه وه. زه اوس خوشاله يم چې ما مې خپل ملګري ته نه وو ويلي چې ته بايد دې پيغام سره پنځه کاله وړاندې زما ژوند ته راغلې وې!

د علم له نظره څه شی چې اړين دی هغه دا چې آيا ته خپل پرون ته ګورې او که سبا ته دې سترګې دي؟

زه خو يا دا ويلی شم چې زما انګليسي دومره ښه نه ده او يا دا چې زه غواړم نوره هم انګليسي زده کړم. په خپل نن کې ودريږه او خپل سبا جوړ کړه، پرون پورې

●●●

کار مه لره. د علم له نظره پرون ته مه ګوره، بلکې سبا ته ګوره. خلک زياتره دا خبره کوي چې که چيرې...، اصلاً هغه خلک دي چې د علم له نظره دوی خپل پرون ته ګوري. ته د خپل راتلونکي جوړولو لپاره راوېښ کړای شوی يې، د پرون په څيړلو کې يې مه بربادوه.

هيڅ علم درته ناوخته نه راځي... هغه وخت درته راځي چې بايد راشي... او هغه وخت چې ته ورته تيار يې. زما د ملګري ويجی يارګوان پيغام که ماته پنځه کاله وړاندې راغلې وو، کيدای شي ما پرې هيڅ چرت نه وو خراب کړی. هيڅکله له موجوده وخت څخه ګيله مه کوه.

زمونږ راتلونکی زمونږ د تېر وخت په څېر نه دی. تر ټولو ستر تشويق چې مونږ بايد خپل راتلونکي ته سترګې په لار اووسو او دا په ذهن کې ونيسو چې تر ټولو غوره لا راروان دي. له هر نوي علم سره، له هر نوي پوهيدو سره، له هر ځل راوېښيدو سره... راځئ چې خپل د خوښې راتلونکی ورغوو.

علم دې لپاره نه دې درکړل شوی چې پرون کې څېړنه وکړې بلکې ددې لپاره چې خپل راتلونکې ورغوې.

وړاندې وګوره... ته هيڅ خبر نه وې چې له تا به دا جوړيږي. د راتلونکي په يو کونج کې درته هغه څوک چې ته به ترې جوړيږې، انتظار کوي. څه... څه لاړ شه او هغه کس سره وګوره چې راتلونکي کې به ته يې.

***

(c) ketabton.com: The Digital Library

وړتیا یو نه ښکاریدونکی کیفیت دی

ما یو نامتو ویناوال ولیده چې خپل چټل موټر څخه راښکته شو... داسې چټل وو چې د خپل چپ لاس په لاس ماغو "دستکش" باندې هم نه شو لمس کولای... دننه موټر هم د کثافت دانۍ څخه کم نه وو... وینا وال د ژوند په اهمیت باندې لکچر ورکولو لپاره راغلی وو. ما لیدلي ول چې مریدان د وینا ودانۍ څخه راوتل، له خپلو سترګو یې چټلي پاکوله... په هغه څه یې دلالت کاوه چې هغه خلک چې غواړي خپل روح پاک کړي خو د خپلو ځانونو پاکولو اندیښنه یې هم نه درلوده... څه یوه ناپوهي! هغوي ځان هم نه مینځه خو د خپل معنوي ښوونکي په وینا یې ځان مینځه. ما خرڅونکی پرسونل ولیده چې ږیرې یې ببرې وي، بوټان یې خیرن، نیکټایي یې ګډه وډه، خو د هغوی د خرڅلاو تولید په نړیوال کچه نوم درلود.

مونږ باید په دې پوه شو چې وړتیا له دننه څخه پیلیږي او بیا بهر لار پیدا کوي.

هغه وړتیا چې مونږ ورکولو ته اړ باسي د هغې وړتیا پورې اړه لري چې مونږ یې لرو، هغه وړتیا چې مونږ یې لرو د هغې وړتیا پورې اړه لري چې مونږ یې کوو، او هغه وړتیا چې مونږ یې کوو د هغې وړتیا پورې اړه لري چې مونږ څوک یو.

هیښه وړتیا چې نور له تاسو څومره توقع لري، له هغه زیاته له خپل ځانه لري.

هیښه وړتیا هغه څه چې نړۍ تاسې لپاره ټاکلې ده، له هغه زیاته خپل ځانته لوړ معیارونو ټاکلو توقع لري. هیښه وړتیا هغه باور دی چې وایې هر څه کیداى شي او باید پرمختګ وکړي.

وړتیا دا نه ده چې ستا په جرابه کې دې سورى وي... یا ماته دروازه ونه لرې... یا د کور ټول دیوالي ساعتونه یو وخت وښایي... یا د کوټې فرش نه وې شکیدلی... یا خیرن پکې، د کور نلونه دې سم کار وکړي، په دیواله دې ښایسته انځورونه وي... ټیلیفون ته پنځه زنګونو وروسته هرومرو ځواب ورکړل شي... دیوالونو

رنګ باید داغي نه وي... د تشناب دیوالونه او فرش دې دومره پاک وي چې ځان درته پکې ښکاره شي... د خونې دروازو قلفونه دې سم کار وکړي...

وړتیا هغه څه ده چې ډېر کم پام ورته کیږي، خو نه شتون یې هیڅکله نه هیریږي. وړتیا داسې یو تفصیلي غوره والی دی چې ډېر پام ورته نه اوړي... یو ګل یو ګل دی، که خوشبو ولري که ویې نه لري، خو د خوشبو نشتوالی ډېر توپیر رامنځته کوي. وړتیا هم د خوشبو په څېر نه ښکاریدونکی کیفیت دی... همدغه شتون یې له هر څه بیلوي.

***

هر څوک د هر څه لپاره توضیحات لري
هر څوک غواړي خپله اخره خبره وکړي

زما ملګرې په دې قانع شوې وه چې زه غلط وم. هغې د خپلې خبرې لپاره توضیحات لرل. ما هغې ته خبره روښانه کړې وه چې ولې داسې شوي وو. ما خپل توضیحات لرل چې ما فکر کاوه زه غلط نه یم او هغې فکر کاوه چې ما ورته قناعت نه دی ورکړی. هغې بیا دا هم وویل چې ولې زه په غلطه وم. ما ورته ویلي ول چې زما توضیحات دې له سمې زاویې نه دي اوریدلي، هغه ته مې بیا هم وویل چې زه په سمه یم... ما هڅه کوله چې ځان سم ثابت کړم او هغې هڅه کوله چې ما غلط ثابت کړي. مونږ دواړو له خپلو زاویو څخه توضیحات وړاندې کړل.

هغې ماته بریښنالیک ولیږه او په ما یې نیوکې وکړې، ما ځواب ورکړ او دفاع مې وکړه... هغې بیا ځواب راکړ او خپله خبره یې نوره هم روښانه کړه، ما بیرته ځواب ورکړ او توضیحات مې ورزیات کړل...

ما دوه شیان زده کړل... هر کس د هر څه لپاره توضیحات لري، او له دې مهمه دا

(c) ketabton.com: The Digital Library

•••

چې هر څوک غواړي اخره خبره وکړي.

ناتورام گودسي هم د مهاتما گاندي وژلو لپاره توضيحات درلودل، عثامه بن لادن هم په نړيوالو سوداگريزو ودانيو د بريد توضيحات درلودل. د فلم لوبغاړو ته دا کومه خبره نه ښکاري چې تلويزيون او سينما په پرده خلکو پر وړاندې سگرټ وڅکوي ځکه هغوی هم خپل توضيحات لري. زما ميرمن هم دې لپاره توضيحات درلودل چې ولې ترې په پخلي کې مالگه هېره شوې.

هر څوک د هر څه لپاره توضيحات لري، او هر څوک غواړي خپله اخره خبره وکړي. په حقيقت کې چې په دې پوه شوی يم چې د هر څه باره کې توضيحات ورکړم او هغه کوم چې خپله اخره خبره وکړم نو زما ژوند لږ تر لږه يو څه نااراموںکی وي.

ما ځان سره ويلي چې د ژوند ټولې بې ارزښته موضوعگانو کې به بل کس ته اجازه ورکوم چې خپله اخري خبره وکړي او زما وخت، انرژي او کوشش وژغوري. دا يوه ستره خپلواکي ده چې يو کس ته د توضيحاتو وړانديز وکړې او خپلې اخرې خبرې ته يې پريږدې... او په ريښتيا هم د ژوند په ټولو بې ارزښته موضوعگانو کې همداسې کول پکاردي. له نېکه مرغه ٪۹۰ دا موضوعگانې بې ارزښته وي.

ته ددې لپاره يو بل ليدلوری لرې؟ ته يې مستحق يې. زه څه ويل نه غواړم، ته دې خپله اخري خبره کولی شې.

***

•••

لس دقيقې وختي دې لس کاله عمر زياتوي

د الوتنې نيولو لپاره دوه لارې دي. که ته چيرته په منظم ډول په الوتکو کې سفر کوې نو بيا دا يوه عامه خبره ده . ترافيکي بيړوبار به وارخطا کړي يې، موټر چلونکي ته به همدا وايې چې چټک لاړ شه، د ترافيکي اشارو څخه به سرغړونې باره کې فکر کوې، شېبه په شېبه به لاسي ساعت ته گورې او هوايي ډگر ته به په منډه يې. په هر ځای کې د سامان سکن کولو څخه تر امنيتي تالاشۍ پورې، هر ځای کې غواړې مخکې شي او خلکو ته توضيحات ورکوې چې الوتنې لپاره درباندې ناوخته شوی... بيا به په تيزۍ روان شې او لږ مزل وروسته به په منډه شې... ترينگلې مشاده به دې وي او الوتکې کارکونکو ته به پيکه مسکا کوې... په پايله کې طياره به درنه نه وي تللې او ځان به دې ور رسولی وي.

او بله لار دا ده چې هوايي ډگر ته لس دقيقې وړاندې روان شې.

په هر کور کې سهار په دوه طريقو پيل کيږي. يوه لاره خو دا ده لکه دريمه نړيوال جگړه روانه وي. هر څوک منډې وهي... په ټيليفون زنگونه راروان وي او هر څوک دا هيله لري چې ټيليفون ته يې ځواب وويلی شي. يو څوک به دروازه کې ولاړ وي او هر څوک به ځان داسې گوښه کوي لکه دروازې زنگ يې نه وي اوريدلی. د ښوونځي بس بايد له وخته د سرک په کونج کې ولاړ وي... د ډوډۍ قوتۍ دې چيرته ده... دا واخله د اوبو بوتل دې هېر نه شي، د ښوونځي بکسه دې سمه نه ده بنده کړې، چې بس ته پورته شوې د بوټانو مزي دې وتړه... داسې ښکاري لکه يو راکټ چې خوشې کيږي... ۱۰... ۹... ۸ امممم...

او بله لار يې داده چې ۱۰ دقيقې مخکې راپاڅې.

بيړه تر ټولو خطرناک عادت دی. بيړه مونږ دې ته اړ کوي چې هغه پريکړې چې بايد وانه خيستل شي، اخلو يې. بيړه مونږ هغه کارونو ته اړ باسي چې مونږ يې نه کوو. بيړه مونږ ته په دروغو دا باور راکوي چې ملامتيا په وخت کې ده، په مونږ

(c) ketabton.com: The Digital Library

کې نه ده. نیمګړو او بې ارزښته پرېکړو پړه هم په بیړه اچوو. بیړه داسې یوه فضا رامنځته کوي چې له خپل هر کار څخه دفاع وکړو، که سم که ناسم.

ستونزمنې پرېکړې زیاتره ښې پرېکړې وي. لس دقیقې وړاندې به لومړی مونږ ته کمعقله غوندې خبره ښکاره شي خو په حقیقت کې د نن ورځ لپاره د روح غزا ده. لس دقیقې وړاندې د ورځینیو فشاري موضوعاګانو لپاره درمل دي.

لس دقیقې وړاندې دا معنی ورکوي چې زما زړه لس ځله دمه واخلي... تر څو لس کاله ژوندی پاتې شم.

***

خوبونه! چیرته یې او چیرته یې تر منځ خالیګاه ده

مارټر لوتر کینګ جونیر یوه تاریخي وینا واوروله، هغې ویلي ول،"دا زما خوب دی چې یوه ورځ دا ملت راپاڅي او د خپلې عقیدې په ریښتونې معنی به ژوند وکړي. مونږ په دې حقیقت سره یو یوو چې ټول انسانان سره یو شی دي، بسنه کوي. دا زما خوب دی چې د جورجیا په غونډیو د بزګرو مریانو بچي او د بزګرو څښتنانو بچي سره یو ځای ناست وي او د ورونو په څېر په یو میز راټول شوي وي. دا زما خوب دی چې یوه ورځ زما څلور بچي په داسې یو ملت کې ژوند وکړي چیرته چې د پوستکي رنګ له پلوه څوک ونه ارزول شي بلکې د خپلو کړنو له امله وپیژندل شي. زه نن یو خوب لرم په دې عقیده، چې یوه ورځ به مونږ یو ځای کار کوو، یوځای عبادت کوو، یو ځای هڅې کوو، یو ځای به بندیخانې ته ځو، د خپلواکۍ لپاره به یو ځای ودریږو، په هغه ورځ به مونږ خپلواکه یو. او که چیرته امریکا غواړي یو ستر ملت شي نو دا باید په حقیقت بدل کړي" څلور لسیزې وروسته د امریکا ملت تاریخ جوړکړ او افریقایي امریکایي بارک اوباما یې ولسمشرۍ ته وټاکه.

که چیرته مونږ غور وکړو نو دا خوب چې د ټولنیز هینښ اندو په ذهن کې ځای

ونیوه، په غوره حالاتو کې نه دی رامنځته شوی بلکې په بدو حالاتو کې رامنځته شوی، چې په هغه مهال کې توریانو د رایې ورکولو حق هم نه درلود.

دیروبای امباني(د هندوستان میلیونر) یو وخت د ډیجیټل انډیا خوب درلود، هغې غوښتل چې یو عام سړی هم باید معلوماتي او ارتباطي ټکنالوژۍ څخه ګټه پورته کړي. په هندوستان کې د هغې خوب ریښتیا شو. دلته د پام وړ خبره دا ده چې د هغې نظریه په کال ۱۹۹۹ کې د روڼ اندو په فکرونو کې وکرل شوه، چې په هغه وخت کې تلویزیوني ارتباط هم ډېر بد وو.

مهاتما ګاندي په هغه وخت کې چې ټول هندوستان د دریو پیړو راهیسې یو غلام وو، د خپلواکۍ خوب لیده. یو وخت کې هندوستان یو عادي الوتکه هم نه شوه جوړولی، په هغه وخت کې نامتو شخصیت چې د هندوستان توغندي سړي په نوم یادیده، آر پي جی عبدالکلام یو خوب درلود،" د هندوستان په ۳۰۰۰ کلن تاریخ کې ۶۰۰ کاله د نورو تر حاکمیت لاندې پاتې شوی، که چیرته تاسې پرمختګ غواړئ نو په هیواد کې باید امن او ثبات ټینګ کړای شي" د هیواد غښتلتیا لپاره توغندي جوړکړای شول او هندوستان په فضا او سپوږمۍ کې ځای پیدا کړ.

دلته اړینه دا ده چې دوی خپل خوبونه تعقیب کړل او دا خوبونه زیاتره په ستونزمنو او سختو حالاتو کې لیدل شوي.

ستونزمنو حالاتو سره به مخ شې. خو په هر حال کې باید خوب ووینې. خوب، چیرته یې او چیرته به ځې تر منځ خالیګاه ده. ایا زه خوب کتلی شم؟ هیڅکله پوښتنه نه شي کیدای. د سترو خلکو ستر خوبونه وي او لاسته یې راوړي. د انسان ماغزه چې هر څه درک کولای شي، تر لاسه کولای یې هم شي. خدای درته هیڅکله داسې یوه نظریه نه درکوي چې د ترلاسه کولو پورته وي. ستاسې لپاره باید پوښتنه دا وي چې، کله به یې ترلاسه کړم.

***

(c) ketabton.com: The Digital Library

•••

کوم کار چې اوبه کولای شي، تیل یې نه شي. کوم کار چې مس کولای شي، سره زر یې نه شي.

د میرې نازکې ددې لامل کیږي چې هغه حرکت وکړي. د ونې سختي ددې لامل کیږي چې پر ځای ولاړه پاتې شي.

هر شی او هر کس د یو بې ساري مقصد لپاره جوړ شوی.

زه به له خپل ځان پرته بل څه یم، که څه هم زه درسره خپلې کمزورۍ هم شریکې کړم؟ ولې باید هڅه وکړم چې یو بل څوک شم، که څه هم د یو بل غنبتلتیا زه اغیزمن کړی یم.

زه دلته راغلی یم چې زه اووسم.

***

مقاومت او نه ختمیدونکی ځاني پرمختګ یواځینی لار ده

زه د ښوونځي له وخته په لیکلو کې تکړه نه وم، مقالو لیکلو سره به هم له ستونزو سره مخ وم. خو د یو وینا وال په څېر ډېر ستایل شوی وم او دا وړتیا مې درلوده چې پیچلې خبرې په ساده الفاظو بیان کړم. د ژوند تریخ حقیقتونه به مې په داسې ژبه بیانول چې هر څوک پرې پوهیدلای شول. دا څکه چې ما ژوند ته ډېر ارزښت ورکوه. نو ما پریکړه وکړه چې لیکلو ته مخه کړم. خو زما لیکنې به څوک چاپ کړي؟ نو ما پریکړه وکړه چې یوه مجله چاپ کړم، چې بیا مېکنګل شوي فکرونه نوم مې ذهن ته راغلی.

په لومړي ځل مې په ۲۰۰۰ کال کې کنګل شوي فکرونو نه یو څه ولیکل، که څه هم ما باید منلی وای چې ماته خپلې لیکنې خوند نه راکوي. ډېر زر زه پوه شوم چې زما انګلیسي ګرامر هم کمزوری دی. یو لوستونکي په لومړي ځل رابانـدې چغې وهلې او راته یې وویل،''ډېرې بیکاره او مغلقه جمله بندي دې کړې، ګرامر

•••

دې بیخې خراب دی، بې خونده ټوکې او همداسې په سلګونو لیکدود غلطۍ ... دا مجله خو خپل بوټ سره نه برابروم.'' ترټل د الهام تر ټولو غوره سرچینه کیدای شي او ما لپاره همداسې وه. که چیرته زما په لور یو خنجر راوغورځوې نو زه یې د لاسکي نه نیولی شم، د چړې یې نه شم نیولی. او بیا به همدغه خنجر زما وسله شي. یو حالت هغه وخت په موقع بدلیدی شي کله چې د مخ کیدونکې حالاتو څخه ډېرې سرچینې درسره وي. ما هم یوه موقع لیدلې وه. قسمت د ټولو موقع ګڼه تکی دی چې ستا په خوا کې تېرېږي او ته باید تیار اووسې او راویې نیسې. نو ما پریکړه وکړه چې خپل قسمت ولیکم. ما ډله برابره کړه تر څو هغه ستونزې له مینځه یوسو. که ته لایق هم نه یې فرق نه کوي خو که چیری دې شاوخوا ټول تکړه کسان وي. ما هم د خپل ځانه د تکړه کسانو یوه ډله راچاپیره کړه. ته باید پوه شې چې د یوې موضوع په اړه خلکو ته څنګه لارښوونه وکړې. نو ما په خپلو لیکنو کار پیل کړ، یو ځل بیا د ګرامر اساساتو ته وګرځیدم او هر هغه څه مې وکړل چې باید یو مسول کس یې باید تر سره کړي.

زه دا نه وایم چې مجلې ایډیټ کول، خپرول او ویشل څه ستونزمن کار دی خو ما سره لازم شیان نه ول چې پر مخ یې بوځم. یو حالت هغه وخت په چلینج بدلیږي چې هغې کار لپاره نیمګړې سرچینې ولرې. زه هم یو چلینج سره مخ شوی وم. زه د هغه کار لپاره مناسب نه وم کوم چې مې ځان لپاره انګیرلی و. نو باید ځان مقاومت او نه ختمیدونکې ځان پرمختګ پر لور بوتللی وای. که وغواړم په هر څه کې به زه بهتره شم.

دریدلې مسولیتونه هیڅ نشته... دا په خوځښت کې دي. نو ستا شخصي وده باید هغې سره یو ځای مزل وکړي. د یو ایډیټر په حیث یې ماته تاج نه وو په سر کړی خو هغې سره مل مسولیت د پام وړ وو. نن ورځ کنګل شوي فکرونه مجله په هندوستان کې ۴۵۰ ځانګې او په نړیواله کچه ۶۵ هیوادونو کې ځانګې لري. او له دې څخه هم ښه خبره دا ده، نن چې کوم کتاب تاسې لولئ د همغې کنګل

(c) ketabton.com: The Digital Library

•••

شوي فکرونو زیږنده ده.

د نن ورځې چلینج دا دی چې د یو کس رول د هغه کس څخه په چټکۍ روان دی. موثریت او اغیزمنتوب هغه وخت منځ ته راځي چې یو کس د خپل رول سره یو ځای مزل وکړای شي. مقاومت او نه ختمیدونکی ځاني پرمختګ یواځینی لار ده.

***

هیڅوک تل نه بریالي کیږي. د هیچا په تقدیر کې ناکامي تل نه وي.

بریالیتوب د ناکامیو ځنډ وروسته او ناکامي د بریالیتوب ځنډ وروسته راځي. په دې دواړو کې یو هم تلپاتې نه وي.

د نن بریالیتوب او د نن ناکامي ددې اوږد سفر یو بل قدم دی. ژوند یوه لوبه ده. که چیرته دې دا لوبه ډېره وکړه نو کولای شې.

په نیمه لار کې هیڅ مه پریږده. تر اخره لوبه کوه. تر ډېره وخته لوبه کوه. په پای کې به د ختمیدو کرښې ته ورسې.

***

تېر ځل دې په لومړي ځل کله یو کار کړی وو

زیاتره خلکو لپاره ژوند یو تکراري سرخوږی دی. په یو وخت له خوبه راجګیدل، د پاڅیدو پر مهال د جګیدو او خوب سره لاس او ګریوان، هماغه یو رنګه قهوه څښل، هماغه یو اخبار لوستل، په یو وخت لمبا کول، په چټکۍ سهارنی چای څښل، کار ته په لاره کې سرخوږی، هماغه دفتر، هماغه کار، هماغه خبرې او هماغه غرمنی، په هماغه لاره بیرته کورته راتګ، هماغه ډرامې کتل، هماغه بحثونه، اجباري شپې ډوډی، هماغه کټ، بیا ویده کیدل او سبا ته بیا همدغه سرخوږی.

•••

ژوند یواځې دنیایي نه دی، ژوند ستړی کونکی نه دی، ژوند دا نه دی چې د کال تجربې بې شمیره ځله تکرار کړې، ژوند یو پیټی نه دی، ژوند بندیخانه نه ده. په دې ژوند کې ډېر څه شته.

هر کال د یو نوي مهارت په لټه کې شه او بیا وګوره چې ژوند دې څنګه دی.

داسې وختونه مه راوله چې ته دې یو فعال زده کونکی ونه اوسې. د موسیقۍ درسونو، د آلو لوبولو درسونو، د نڅا ټولګي، نوي درمل، نوی روغتیایي پرهیز، نوې ژبې زده کړه، عالي ګرامر زده کړه، نوښتي لیکنې، وینا زده کول، پخلنځي ټولګي، رسامي، لاسي خطاطي، نوی هنر زده کول، موټر چلونه، لمبا کول، نوی لوبه زده کول، تخنیکي پوهه، معنوي مطالعې ډلې، بوټو کې کار کول، مرغۍ او کورني ځناور ساتل، کبانو لپاره حوض جوړول، انځورګري، کلتور... دا نوملړ نه ختمیدونکی دی. په دې کې یو هم غوره کړه او یو فعال زده کونکی شه.

په ژوند کې تل نوښتونه کوه. نوې تجربې لاسته راوړه. تل هڅه کوه. هغه څه کولو هڅه کوه چې وړاندې چا نه وي ترسره کړي. نوي پخلي کوه. هغه کالي اغونده چې ځان درته پرې ښه نه ښکاري. د ویښتو نوي سټایلونه کوه. نوي ځایونه ګوره. سړو تاسو ته وایم یوه ورځ پخلنځي ته ورکړئ. د رخصتیو په ورځ میرمنو سره بهر ووځئ. یوه ورځ سترګې پټې وګرځه. په بله ورځ خوله بنده وساته. یوه ورځ عمومي بسونو کې وګرځه. په کاري ځای کې دې رول بدل کړه.

بیا هم دا نوملړ نه ختمیدونکی دی. ژوند کې نوښتونه رامنځته کړه. ودریږه مه.

ستا د بریالیتوب او لاسته راوړنو څخه پورته د ژوند دې پوښتنې ته تل د ځواب په لټه شه: تېر ځل دې په لومړي ځل یو کار کله کړی وو؟

ژوند ولمانځه. د ژوند په هره ورځ کې خپل شتون اړین وبله. چې ژوندی یې په دې شکر وباسه.

***

(c) ketabton.com: The Digital Library

•••

لږ به تر ډېره وي
ډېر به تر لږه وي

دا خو ډېره عامه پدیده ده او تاسې به لیدلي هم وي چې یوه کمپنۍ څومره زر وده کوي او یو څه وخت وروسته لا پسې ګړندۍ کیږي. هغه کسانو نه پوښتنه وکړه چې د اسعارو بازار کې یې په داسې کمپنیو پانګه اچونه کړې وي او خپل لاسونه یې تناکې کړې وي، او له هغه چا پوښتنه وکړه چې په داسې مالي کمپنیو کې یې خپله ټوله پانګه بایللې وي... هغوی به درته ژړېدونکې پایله واوروي.

په حقیقت کې دا هم یوه عادي خبره ده چې کمپنۍ په خپل تهداب باندې ډېر کار کوي، نمونه اي سوداګري رامنځته کوي، خپل بنسټیز حقونه ترلاسه کوي او همداسې سیستم او زیربناوې جوړوي. که څه هم په پیل کې ډېر په ورو وي خو د وخت په تېرېدو سره وده کوي. له هغه خلکو پوښتنه وکړه چې خپله پانګه یې په داسې کمپنیو کې لګولې وي... هغوی به درته د خپل بریالیتوب کیسې واوروي.

یوه خبره ده چې وایي، روم په یوه ورځ کې نه دی جوړ شوی. که روم په یوه ورځ کې جوړ شوی وای نو په سبا به نړیدلی وو.

دا خو پریږده، په اړیکو کې هم دا خبره ده، ما داسې اړیکې لیدلي چې په ډېر لنډ وخت کې سره ډېرې نږدې شوي وي، خو بیا په یوه کوچنۍ غلط فهمۍ، یوه وړه پېښه او په یو کوچني بحث کې هر څه له منځه تللې وي. خو هغه اړیکې چې د وخت په تېریدو غښتلتیا، جرآت، ریښت او ګرانښت لاسته راوړي، تر ډېره په خپل ځای ولاړې پاتې شي.

ته وایې ماته خوړل خوند راکوي،دقیقا له همدې کبله لږ خوراک کوه. بیا به تر ډېره ژوندی یې او خوراک کوه. که ته وایې چې ماته خوب خوند راکوي، دقیقا

•••

له همدې کبله لږ خوب کوه، بیا به تر ډېره ژوندی یې او ویدیږې به. که ته وایې چې هغې سره ډېره مینه لرم، دقیقا له همدې کبله له یو بل لرې شئ. که ته وایې چې زه غواړم اخر سر ته ورسم، دقیقا له همدې کبله باید په زیربنا جوړولو باندې ډېر وخت ولګوې، نو همدا زیربنا به دې تر بره سر ورسوي.

لږ به تر ډېره وي، ډېر به تر لږ وخته وي.

***

چیرته چې غوره والی وي هلته سپیناوي ته اړتیا نشته

غوره والی خپله یو سپیناوی دی. چیرته چې غوره والی وي هلته سپیناوي ته اړتیا نه وي. او چیرته چې سپیناوي ته اړتیا وي نو غوره والی په شک کې دی.

څه چې سم دي هغه سم دي او څه چې نا سم دي هغه ناسم دي. ځینې وخت سم نا سم ته د سپیناوي، سببونو او دلایلو اړتیا وي. کله چې له خپل ذهن څخه درته یو ناسم شی سم ښکاره شي نو خپل ځان دې بربادۍ په لور بوتلو.

که په یوه ازموینه کې دې د ۱۰۰ څخه ۸۸ نمرې واخستې، دا حقیقت به همداسې پاتې شي چې ته ۱۲ نمرې شاته پاتې وې. که هر څومره سپیناوی ورکړې بیا به هم ۱۲ نمرې ټیټ یې. خو ته هڅه کوې چې ۸۸ د ۱۰۰ هومره ځای لري خو ځان سره به پوهیږې چې ۸۸ نمرې ۸۸ دي.

وایي چې زر څله دروغ ریښتیا کیږي. د نورو لپاره به ریښتیا وي خو تا لپاره به تل دروغ وي. تر څومره وخته به یوې پیشو ته د زمري په سترګه ګورې؟ نه خو له ځانه حقیقت نه شې پټولای او نه هم حقیقت له ځانه نه شې پټولای. سپیناوی دې هیڅکله نیمګړتیا نه شي پوره کولای.

که چیرته ستا موخه تر ۴۰ لکو وه او تا ۳۶ لکه تر لاسه کړل، نو د خپلې موخې پوره کولو څخه پاتې راغلی یې. که چیرته دې د لیدلو وخت ۱۱ بجې اخستی وي او ته ۱۱:۱۵ ورسیدې، نو ته ناوخته تللی یې. که ته د یو شي باره کې هر

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

ځومره توضیحات ورکړې خو بیا هم ریښتیا نه شي پېټدلای او ته د خپلې موخې پوره کولو کې پاتې راغلی یې او یا دې د وخت پیژندنې درناوی نه دی کړی.
د غوره والي نشتوالي پر مهال ځانته ډاډ ورکول به دې په ژوند کې ډېر وځپي. وخت او یا یو ځل بیا به په خپلې موخې ته چې ته یې کولو ورتیا لرې، پاتې راشې. پاځیږه، هغه څه چې سم نه دي نا سم دي. ۶:۰۱ بجې ۶:۰۰ نه دي او دوشنبه یواځې دوشنبه ده.
صفري اغیز شونې دی، کټ مټ توب هم شوني دی او غوره والی هم شونی دی.
د غوره والي نه شتون به مو وځپي. هغه څه چې ځپل کوي، لاربښوونه دې کوي.
هغه څه چې لاربښوونه دې کوي، جوړوي دې. چې جوړ شې، غوره به شې.
پریږده چې ستا کارونه ستا باره کې ووایي. ته یې مه وایه.

***

معلومات د باور او اړیکو زیربنا ده

یو منځني عمر سړي ویل، ”زما مور او پلار چې هر څه ویلي پرته د پوښتنې مې تر سره کړي. زه خپل مور او پلار لپاره بې کچه ډېر درناوی لرم. خو زما ځوی داسې نه دی. کله چې ورته د یو کار وایم نو د ولې، څه، څنګه، او ولې نه پوښتنو ځواب باید له مخکې تیار کړم. د اوس زمانې ماشومان د مشرانو درناوی نه کوي.“
دا ریښتیا نه دي. یواځې د اړیکو چوکاټ بدل شوی. په تېرو وختونو کې احساسات د اړیکې زیربنا وه. د نن وخت د اړیکو زیربنا معلومات جوړوي.
یو څو کاله وړاندې به که یو کاري مشر درته د کار وویل نو ځواب به یې داسې و چې، وشو. خو نن ورځ د کار تر سره کولو وړاندې دا پوښتنه کوي، ”ولې دا کار باید وشي، د څه لپاره، او داسې نور...“ ددې مطلب دا نه دی چې د نن زمانې غړي درناوی نه لري خو دوی غواړي چې په سمه توګه پوه شي. نو ویلی

●●●

شو چې بې پوښتنې تسلیمیدل په اړیکو کې ضروري نه ده. دا یواځې د نن ورځې ځیرکتیا ده، یانې یا خو ماته ټول مالومات راکړه چې پریکړه وکړم او یا هغه ټول مالومات راکړه چې ماته پرې ستا پریکړه سمه ښکاره شي.
تا به د پلار په یوه کوچنۍ اشاره یو کار ترسره کړی وي خو ستا ځوی به یې کولو وړاندې یو څو پوښتنې کوي، د پوره مالوماتو ورکولو وروسته به درته هغه کار وکړي. نو ویلی شو چې د پلار او ځوی اړیکې کمزورې شوي نه دي بلکې د اړیکو چوکاټ بدلون موندلی. که ستا پلار ستا مور ته ووایي چې د غرمې لپاره درې نور میلمانه هم راځي نو مور به دې ووایي چې سمه ده. که چیرته ته خپلې میرمنې ته ووایې چې غرمې لپاره درې میلمانه راځي نو هغه به درڅخه پوښتي، څوک راځي، کله راځي، هغوی څنګه خلک دي، تر کله به دلته وي... خو بیا به هم هغه درې کسانو لپاره خواړه تیاروي. نو ویلی شو چې د واده هغه مینه نه ده کمه شوې بلکې یواځې د اړیکو چوکاټ بدل شوی... د اړیکو زیربنا د احساساتو پر ځای مالومات تشکیلوي.
د یو ښوونکي په حیث زه فکر نه کوم چې بې پوښتنې تسلیمیدل د معنویت په پاچاهۍ کې هم بدلون موندلی وي. دا هغه بدلون چې رامنځته شوی، د بې پوښتنې تسلیمیدلو پر ځای باید کافي پوښتنې او ځوابونه وویل شي.
د اړیکو کیفیت نه دی ټیټ شوی خو د مالوماتو او ارتباطاتو غوښتنې پورته تللي. مالومات او ارتباطات د ژوند په هره اړیکه کې ځای موندلی. توضیحات اړین شوي او سپیناوی فرض شوی. دا بدلون نه هم د ښه لپاره دی او نه هم د بد لپاره دی، دا بس یوه نوې پدیده ده. په بدلیدونکې نړۍ کې دا هر څه اټکل شوي دي. اوس یواځې دا کفایت نه کوي چې ووایي ویې کړه. په بشپړ ډول یې روښانه کړه او بیا ووایه چې ویې کړه نو هغه کار به وشي.
باور د اړیکو زیربنا ده خو باور نور فرضي دی. معلومات د باور زیربنا ده او نو ویلی شو چې معلومات د اړیکو زیربنا ده.

(c) ketabton.com: The Digital Library

•••

ټولې اړیکې یواځې سطحي دي، لاندې ژورو کې یواځې یې.
زرګونه خلک به دې خواو شا وي خو ستا د بدن یوه برخه به حتما یـواځې وي.
که چیرته خپلې میني / میین سره هم یې بیا به دې هم یوه برخه یواځې وي.
ته دې نړۍ ته یواځې راغلی یې او یواځې به ترې درومې.
خپلواکي په موجوده یواځیتوب کې ده چې ستا په طبیعت کې نغښتل شوی.

***

خلک ورته ناکامي وايي، زه ورته ستنیدونکی ټکی وایم

په ۱۷ کلنۍ کې ما غوښتل چې یو انجینر شم خو د دولسم نومرې مې دومره شوې چې ایله مې ریاضیاتو کې برخه اخستی شوه. دې فراغت ماته یو روښانه راتلونکی نه ښوده. ما باید کمپیوټر پروګرامونو کې اضافي کورسونه ویلي وای. هغه څه چې ما غوښتل او هغه څه چې شوي ول، دوه بیلا بیلې خبرې وې، نو باید څه وشي؟ په ۲۵ کلنۍ کې مې د سافټویرو مشورتي کمپنۍ جوړه کړه، چې په هغې کې ما سره ډېرو انجینرانو کار کوه. په ۱۷ کلنۍ کې مې خپله د خوښې پایله تر لاسه نه کړه، د خلکو په نظر یو بایلونکی وم. خو ریښتیا دا دي چې هغه یو بې ارادې پایله وه چې زه یې دې بریالیتوب پورې راورسولم.

زما ټولې اوږد مهالې موخې د معلوماتي ټکنالوژۍ په لور وې او د بې ارادې سببونو له کبله په ۳۰ کلنۍ کې د آلما ماټر څښتن شوم او په ۳۵ کلنۍ کې دکنګل شوي فکرونه څښتن شوم... ما ونه شو کولای چې د خپلو موخو په لار لاړ شم، خو ژوند مې په یوه داسې لاره روان کړم چې زما د ژوند مقصد پکې نغښتل شوی وو.

اګنس ګونجوا بوجزاوی د یوګوسلاوې څخه هندوستان ته راغی او کلکتې ښار کې یې ماشومانو لپاره مذهبي ښوونځي جوړ کړل، دا کار بې ارادې وو خو پایله

•••

کې مادر ټیریسا نړۍ ته وروپیژندل شوه. له دې هر څه وروسته د امریکا کشف کریسټوفر کولمب وکړ خو د هغې هم دا اراده نه وه.

هغه خلکو چې په بې ارادۍ لوړو پوړیو ته رسیدلي، په نړۍ یې ډېر اغیز کړی، نسبت هغه خلکو ته چې په ژوند کې یې ځانته معلومې موخې ټاکلي دي.

که چیرته دې هغه چې غوښتل او په ژوند کې دې ترلاسه نه کړل او ستا په خوښه پر مخ لاړل نه، نو زړه مه بایلئ.

بې ارادې پایلې درته په ژوند کې هغه امکانات ښایي چې تا یې فکر هم نه وي کړی. بې ارادې پایلې درته په ژوند کې یوه نوې کړنلارې سره راځي... داسې یوه کړنلاره چې تا یې اراده هم نه وي کړي. ځینې وخت خدای ج خپلې کړنلارې پر لاره اچوي چې ستا لپاره به تر خپلې ډېره غوره پایله ولري.

خلک ورته ناکامي وايي، زه ورته ستنیدونکی ټکی وایم.

***

د منفي باره کې دوه خبرې وکړه او مثبت باره کې پنځه خبرې

زمونږ نیم خودي د احساساتو ژورو په لټه کې ده. د نیم خودۍ حالت هیڅکله د منفي او مثبتو احساساتو ترمنځ نه ده خو د ژورو او سطحي احساساتو ترمنځ ده. منفي احساسات تل د مثبتو په پرتله ډېره پاملرنه ځانته جزبوي، زیاتره خلک په ډېره اسانۍ د منفي احساستو په ژورو کې ورننوځي. خو مثبتو احساساتو کې په سطحي سر سري ډول ورننوځي. خپل ځان په مثال کې واخلئ او فکر وکړئ.

مونږ به خپلو چورتونو کې ډوب یو خو ماشومان به په خوشالۍ لوبې کوي. د ماشومانو خوښي ژوره پاملرنه نه راکاږي.خو کله چې ماشوم خپل ځان ژوبل کړي نو بیا د کورنۍ هر غړی ورځي او وایي ورته چې څه وشول؟مونږ په نا

(c) ketabton.com: The Digital Library

•••

خبرۍ ماشوم ته دا وایو چې د هغې ژړا ته د خوښۍ پر نسبت ډېره پاملرنه کیږي. که په راتلونکي کې هغه ستره شي نو د پاملرنې ترلاسه کولو لپاره به ژړا کوي، د اوښکو نه نیولې تر خفګان او بیا تر ژور خفګان پورې. هغې ته به دا احساسات مشروع ښکاري خو نور څوک به ورسره همغږي نه ښکاري. دا یو نیم خودي حالت دی، نه یو هیښمند حالت. هغه په دې هیڅ خبره نه وي چې د هغې نیم خودۍ حالت نه یواځې د هغې احساسات بلکې ورسره د ژوند حالات هم انتخابوي.

نیم خودۍ حالت به د ژورې کرکې او سرسري مینې څخه ژوره کرکه انتخابوي. نو ځکه یو کس زخم او کرکه تر کلونو ساتي خو د مینې احساسات ورځ په ورځ نوي کیږي. کله چې د کرکې ژوندي ساتل وي نو ته ورته په یواځې ځان کافي یې، خو د مینې لپاره بهرنۍ مرسته اړینه ده. چاره یې دا ده چې ته د ژورې مینې زده کول تجربه کړې. خپل احساسات پیاوړي کړه او خپله مینه څرګنده کړه. په مینه کې ډوب شه. په مینه کې ورک شه. له ټولو مهمه دا چې د زخم زغمل زده کړه او کرکه وبښه او سرسري یې ونیسه. په پای کې به ستا نیم خودي پخپله خوښه مینه غوره کړي او ژورو ته به یې لاړ شې.

خپلو ناکامیو څخه زده کړه او هماغسې یې پریږده. د هغې باره کې ډېر احساساتي کیږه مه. خپله نیم خودي ویجاړوه مه. خپل بریالیتوب ولمانځه. د بدن هره حجره دې پکې دخیل کړه. خپله نیم خودي ونازوه. او خپلې روغتیا خیال هم وساته، پریږده چې ستا نیم خودي ستا لومړیتوب وپیژني.

حل یې ډېر ساده دی. د منفي باره کې دوه خبرې وکړه او مثبت باره کې پنځه خبرې وکړه. خپل منفي له پښو وغورځوه او د مثبتو فکرونو سیلابونه جوړ کړه. دې ته بدلون وایي، د نیم خودۍ حالت د زوړ څخه نوي ته راوله.

مونږ ولې دروغ وایو؟

ځکه چې دروغ زمونږ د ژوند له ناخوالو څخه د تښتې لاره ده.

•••

د دروغو زیان دا دی چې په مونږ کې د تیښتې لاره جوړوي، د ریښتیا ګټه دا ده چې په مونږ کې د ژوند د حالاتو مخ کیدو کړه وړه راژوندي کوي.

که چیرته پورته پوړو ته ځان رسول غواړې نو د ژوند حالاتو سره د مخ کیدو وړتیا باید ولرې.

او دا کړه وړه به مونږ کې له څه شي راپیدا کیږي؟

ریښتینولي

***

دا فرق نه کوي چې ته دې ټول ځوابونه ولري.
اړینه دا ده چې ستا پوښتنه سمه ده؟

لټونکي وپوښتل، ”ولې ښو خلکو سره ناوړه کارونه کیږي؟“ پادري ځواب ورکړ، ”کله چې پوښتنه ناسمه وي نو ځواب به یې څنګه تر لاسه کړې؟ دا پوښتنه باید داسې وي،”کله چې ښو خلکو سره کوم ناوړه کار کیږي نو په هغوی څه کیږي؟ او ځواب به یې دا وي چې، هغوی نه لاپسې ښه خلک جوړیږي.“

دا زمونږ ځیرکتیا نه ده بلکې دا د ځیرکتیا په لور لاره ده چې د پرمختګ په لور زمونږ لار ټاکي. او زمونږ ځیرکتیا هغه وخت لارې ته برابریږي که چیرته مونږ سمه پوښتنه وکړو. کله چې یوې ستونزې سره مخ کیږې او د خپلې ځیرکتیا ځواب وایې نو دا پوښتنه کوه چې ولې زه نه؟ کله چې بې شمیره نیکمرغۍ ګورې او یا د خپلې ځیرکتیا غږ ته غوږ نیسې نو بیا هم دا پوښتنه کوه چې ولې زه نه؟ توپیر په نښه کړه، ددې پوښتنې غښتلتیا تجربه کړه. پوښتنې ډېرې پیاوړې وي. په سم وخت کې یوه سمه پوښتنه ستاسې د ځیرکتیا لوری بدلولی شي او ورسره مو د ژوند لور بدلولی شي.

ولې له ما سره داسې کیږي؟ دا پوښتنه تاسې د داسې یوې خوا په لور بیایي چې

(c) ketabton.com: The Digital Library

پہ ځان مو مینوي. همدې وخت کې دا پوښتنه هم کولای شئ، لـه دې څخـه زه څه زده کولای شم؟ او دا پوښتنه به مو د هوښیارتیا په لور بوځي. هغه ولې زماپـه خبره نه پوهیږي؟ ستاسې ځیرکتیا به تاسې په نورو ملامتـۍ پـه لـور ټیلـه کـړي او ځان به درته د نورو ښکار ښکاره شي. او د دې پوښتنې پر ځای که داسې ووایې چې زه باید څه وکړم چې هغه زه پوه کړای شم؟ په دې به پوه شې چې حالات لا تر لاس لاندې لري.

که تاسې پر ځای ولاړ یاست، که تاسې چیرته لکه څنگه چـې کـولای شـئ وده وکړې، نه شې کولای، که تاسې په هغه لور روان یاستئ چې خپلې موخې تـه مـو نه رسوي، که داسې ستونزو سره مخ یاستئ چې بیا بیا مو مخې ته راځي، نـو بایـد په دې پوه شئ چې تاسې سمې پوښتنې نه کوئ. او تاسې خپله ځیرکتیـا پـه سـم طرف نه بیایئ.

ساده پوښتنې لکه ورپسې څه؟ څه چې کوم له هغې غوره څنگه کولای شم؟ تـر ټولو ناوړه څه پیښیدای شي؟ به ستاسې ژوند تـه بـدلون ورکـړي. زمـونږ ځیرکتیـا مونږ دې ته اړباسلی شي چې زمونږ هرې پوښتنې ته ځواب پیدا کړي، دا ځـواب ښایي تاسې پخپله یا خلک پیـدا کـړي. نـو خپلـه پوښـتنې غـوره کـړئ او خپلـې ځیرکتیا ته دنده ورکړئ چې ځواب یې پیدا کړي.

اسیډر اسحق ربي چـې یـو فزیـک پـوه او نوبـل جـایزه گټـونکی دی پـه اتـومي مقناطیسي اهتزاز باره کې یې کشفیات کړي دي، هغه وایي، ”زما که څه هم اراده هم نه وه خو زما نه یې سایسنپوه جوړ کړ. په بروکلن کې به هرې یهودۍ مـور لـه خپل بچي د مکتب وروسته پوښتنه کولـه، نـن دې څـه زده کـړل؟ خـو زمـا مـور داسې نه وه. هغې به ماته ویل، نن دې سمه پوښتنه وکړه؟ دغې توپیر او داسې ښو پوښتنو زما څخه یو ساینسپوه جوړ کړ.“

یو سړي پوښتنه وکړه،”منه ولې لانـدې راپریوتـه؟ او نـړۍ د هغـې وروسـته بدلـه شوه“ په حقیقت کې ټول نوښتونه او کشفیات د یوې پوښتنې څخه پیل شوي.

ضروري نه ده چې ټول ځوابونـه پـه یـاد ولـرې. خـو اړینـه دا ده چـې ایـا سـمې پوښتنې لرې؟ ستا ځیرکتیا ستا د پوښتنې انتظار کوي... وپوښته چې تر لاسـه یـې کړې.

***

که هیڅوک درباندې باور نه کوي، په خپل ځان باور وساته. که هیڅوک باور نـه لري چې ته یې کولای شې،په ځان باور ولره چې کولای یې شې. ته هله په ځـان باور لرلی شې چې ځان سره مینه ولرې.

که هیڅوک درسره مینه نه لري، خپل ځان سره مینه ولره. په حقیقت کې که ځـان سره مینه لرل زده کړې، خلک به درسره مینه کول پیل کړي.

په ټوله کې، خلک تاته څنگه گوري، پر تا به ډېر کـم اغیـز ولـري خـو تـه خپـل ځانته څنگه گورې پر تا به ډېر اغیز ولري.

***

هر څوک مو ځاري

تر کومه به ځانونو ته په دې خبره ډاډ ورکـوو چـې ”کـه پـلار مـې سـگرټ ونـه څکوي نو ډېر ستر سړی دی“ تر کومه به ځانونو ته دا قناعت ورکوو چې د خپل ښوونکي کړوړو ته باید ونه گورو، دا د هغې شخصي ژونـد دی، زمـونږ کـار یـې درس سره دی او نور یې خپل کار دی.

زه کوم نړیوال قاضي نه یم چې ووایم څه سم دي او څه ناسم دي. او زه پـه دې هم پوهیږم چې نړیوال سم او نا سم په نوم څه نشته. زه څوک یم چې د یو کـس خپلواکۍ ته گوته ونیسم؟ خو خپل ځان نه تشویقي پوښتنه وکړه چې، آیا زه به په دې خوښ شم چې زما بچي زما باره کې دا ووایي چې زما لپـاره څـه سـم دي او څه ناسم دي؟ زه به دا وایـم چې پر ځان ویاړم که دا عادتونه ولرم؟ آیا زما ژوند د

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

راتلونکي نسل لپاره يو مثال دی که يوه خبرتيا؟

زمونږ بچي مونږ هر وخت څاري. هغوی هغه څه چې گوري نسبت هغه څه ته چې اوري، ډېره ترجيع ورکوي. اخلاقي پوهه د کتابونو څخه نه زده کيږي بلکې زمونږ خواوشا خلکو څخه زده کيږي. خلک به ستا کردار تعقيب کړي نه ستا مشورې.

د يو ښوونکي په څېر، د يو کاري مشر په څېر، د کور مشر په څېر، د يو دولتي مشر په څېر... ته، زه، هر څوک بايد داسې ژوند وکړو چې بايد خلک زمونږ لاره تعقيب کړي. هغسې خبرې، فکر، عمل او ژوند وکړه چې ته غواړې نور ستا باره کې ځنگه خبرې، فکر، عمل او ژوند وکړي. مونږ له خلکو هغه توقع نه شو کولای چې مونږ يې د خپل ځانه نه کوو.

مارک ټوين ويلي،"داسې نڅا وکړه لکه هيڅوک دې نه گوري"

زه غواړم ووايم چې "داسې ژوند وکړه لکه هر څوک دې گوري"

***

د تعليمي ځايونو څخه علم زيات دی

سوامي ويويکنندا وايي، " تعليم دې ته نه وايې چې ته يو څه اندازه معلومات په خپل مغزو کې وټومبې او په ذهن کې دې هر څه ناهضم شوي پراته وي. مونږ بايد ژوند رغونکې اوشخصيت جوړونکې نظريې ولرو . که ته چيرته په ذهن کې پنځه نظريې ولرې او خپل ژوند کې يې وکاروې نو ته د هغه کس څخه ډېر غوره يې چې کتابخانې يې لوستې وي. مونږ هغه تعليم غواړو چې په کوم کې کرکټر جوړيږي، د ماغزو غښتلتيا پکې ډېريږي، ځيرکتيا پکې پراخيږي او هغه تعليم چې په خپلو پښو ودريږي.

که ووايو چې مونږ تعليمي ځايونه علم سره گډوډ کړي دي. د موراو پلار څخه ونيسه تر ښوونکو پورې، د هر چا ذهن د يو څه د تعليمونو مرکزونو په لور کوږ

●●●

شوی دی. يو ماشوم به په ساينس څه وکړي، که چيرته هغه د ژوند په ساينس پوه نه شي؟ مونږ خپلو ماشومانو ته لوستل او د تاريخ په يادو زده کول ښايو، خو دا ورته نه تدريس نه کوو چې تاريخ څنگه جوړيږي. يو ماشوم به په خپلې لومړۍ، دوهمې او دريمې ژبې څه وکړي که چيرته د هغې ارتباطي مهارتونه کمزوري وي.

چې سره غلط پوه نه شو، زه دا نه وايم چې تعليمي ځايونه بې گټې دي، زه دا وايم چې يواځې تعليمي ځايونه علم نه شي پوره کولای. تعليم ځايونه د ماشوم د پرمختگ يواځې يو اړخ دی، نه يواځينی اړخ. ژوند لپاره ډېر څه دي. ضروري نه ده چې هر اول نومره دې د ژوند په هر ډگر کې اول نومره وي خو هر اخر نومره تل اخر نومره وي.

اړيکې په ژوند کې د ټوکر په څېر دي. ارتباط د اړيکو زيربنا ده. بريالیتوب په مشرۍ کې دی، چې يا لارښوونه وکړې يا دې څوک لارښود شي. چيرته چې دې وخت ځي هلته به دې راتلونکی وي. نو د وخت مديريت اوهمدارنگه د ژوند مديريت دواړه ډېر اړين دي. خو له بده مرغه ويلی شو چې د ژوند ستر فکتورونو کې يو هم په تعليمي ځايونو کې نشته.

مهرباني وکړئ زمونږ د ماشومانو راتلونکی په يوې موضوع پورې مه محدودئ. راځئ چې هغوی ته د ژوند نور اړخونه برسيره کړو. راځئ چې يواځې د هغوی نومرو ته ونه گورو، د هغوی د ژوند نومرو ته وگورو.

***

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

خوشالي ته کومه لاره نشته
خوښي خپله يوه لاره ده

کله چې يو کار ستاسې په خوښه وشي نو بيا تاسې خوشاله ياست، او تجربـه مـو ترلاسه کړې وي. دا بريالۍ تجربه مو ددې لامل کيږي چې تاسې هغـه کـار بيـا وکړئ او بيا يې وکړئ...
خو برعکس کله چې يو کار د مجبورۍ نه تر سره کيږي نو تاسې د هغې تـرسره کولو په هڅه کې ياست او کله چې ترسره شي نو يواځې د سکون احساس کوئ. هغه چې تاسې ته وروسته سکون درکوي نو په راتلونکي کې يې بيا کولو تـه زړه نه ښه کوئ. خو که په راتلونکي کې يې بيا هم کولو ته مجبور شئ نو په بې ميلۍ به يې کوئ.
کله چې يو کار په خپله خوښه کوئ نو په راتلونکي کـې د هغـه کـار لپـاره تـږي کيږئ او د نور ژوند لپاره هيلې پيداکيږي. هغه څوک چې يو کار له مجبـورۍ نـه کوي، له ژونده به ستړي وي، نو بيا په ژوند کې يواځې د سکون په لټه کې وي.
زياتره خلک ورځيني کارونه هم په بې ميلۍ تر سره کوي... کورنۍ پخلۍ هم پـه بې ميلۍ... آيا تاسې نه دي ليدلي چې په پخلنځي کې يـې د چـرگ پخـه شـوې غوښه او هر څه پاخه شوي نه وي اينبـي؟ خلـک خـوړو تـه پـه کيناسـتلو... آيـا سهارنۍ نه ځنبل او غرمنۍ لپاره وخـت نـه پيـدا کـول عـام نـه وي؟ ځوانـان هـم کارکولو سره بې ميلي ښايي... تاسې به داسې خلک نه وي ليدلي چې اونۍ پيلې ورځ ته د زړه حملې په سترگه نه گوري؟
که د ژوند هر ضروري کار ته په مجبورۍ وکتل شي او هر کار وروسته د سـکون ساه واخلو... نو مونږ به د ژوند سويه څنگه پورته يوسو؟
راځئ چې هر کار ولمانځو. راځئ چې ددې خـبرې پـر ځـای چـې زه يـې بايـد

●●●

وکړم، زه يې غواړم وکړم خبرې ته په زړه کې ځای ورکړو. راځئ چې ټول خپـل کارونه په خوښه پيل کړو او په خوښی يې پای ته ورسوو. که هغه په هـره طريقـه تر سره کيږي نو مونږ به ترينه خوند واخلو.
خوشالۍ ته هيڅ کومه لار نشته، خوشالي خپله يوه لاره ده.

***

د خدای پرته يې زه نه شم
زما پرته به يې خدای نه کوي
خدای او زه به يې يوځای کوو

***

خلک زما اعمالو ته گوري
خدای زما ارادې ته گوري

يو هلک او جينۍ يو بل ته غيږ ورکړه. وروسته مې موقـع پيـدا کـړه چـې خـبرې ورسره وکړم، هلک وويل "زه ورسره د خور په څېر مينه لرم" جينۍ وويل "دا زما د ژوند هلک دی" عمل د دواړو لورو يو شان وو خو ارادې بدلې وې.
کله چې په جگړه کې يو کس بل ووژني نو هغه اتل شي، خـو کـه يـو کـس بـل خپل هيواد کې ووژني، نو هغه وژونکی شو. وژل يو جرم دی او د عـدالت تـه د يو مجرم راکشول يو جلا کار دی. کله چې يو کس خپل هيواد دفاع کې ژوند له لاسه ورکړي نو هغې ته شهيد ويل کيږي، خو کله چې يو کس خپله ځان ووژني نو هغې ته ډارن ويـل کيـږي. غـل هـم لـه چاړه گټـه اخـلي او ډاکټـر هـم چاړه استعمالوي.
په هيڅ عمل کې هيڅ گناه نشته، خو د عمل شاته اراده کې گناه ده.

(c) ketabton.com: The Digital Library

•••

په دې اسانه اړیکې ځان پوهول اسانه کار دی، په دې سره به د بښنلو تمرین درته اسانه شي، تاسره مرسته کوي چې خلکو سره نرم اووسې، او د ټولو نه اړینه به دې د خلکو پر وړاندې د فکر کولو لاره بدله کړي. شخصا ما سره یې دا مرسته کړې ده چې زه ټولو خلکو ته په مثبت نظر وګورم. که څه هم د هغوی عملونه تل سم نه وي. او زه بیا په دې توانیدلی یم چې د هغوی د عملونو تر شا ارادې وګورم، چې زیاتره یې ناسمې نه وې.

که څه هم زه باید په دې پوه شم چې خلک به ما یواځې زما په کارونو ما ارزوي. نو ځکه د هغه کارونو پایلې چې لاسته راوړې د عملونو څخه به پورته وي. نو ځکه که ته پوهیږې خو بیا هم د خلکو د خولې اوریدل غواړې چې ته پرې ګران یې. په پای کې که څه هم مونږ به هغوی ته خپل ځانونو باره کې ډېر توضیحات ورکوو او هغه کسانو ته هم چې هغوی مونږ د خپل لاس ورغوي نه هم ښه پیژني.

خو اړینه دا ده چې مونږ نړۍ ته داسې وګورو چې په عمل کې هیڅ ګناه نشته، د عمل شاته اراده کې ګناه کیدای شي. خو بیا هم نړۍ به مونږ د خپلو کارونو له پلوه پیژني، نه د خپلو ارادو باره کې.

که څه هم موجودیت به مونږ ته خپلو ارادو جایزه یا سزا راکړي، خو دنیا به مونږ ته یواځې زمونږ د عملونو سزا یا جایزه راکوي. خو آیا مونږ کولای شو چې په دواړو نړیو کې بریالیتوب ترلاسه کړو؟ یو بشپړ سړی باید د خپلو عملو تر شا د ارادو دیوالونه ودروي.

***

•••

که استعمال یې نه کړې، له لاسه دې وځي

ما فوق العاده ویناوال لیدلي دي خو څو کاله وروسته یې وینا سره مخه ښه کړې وي. ما داسې تعلیم یافته ښځې هم لیدلي دي چې د واده وروسته ځانونه څلور دیوالونو کې منحصر کړي، چې بیا رواني خبرې هم نه شي کولای. ما داسې سندرغاړي هم لیدلي دي چې خپل تمرین یې پریښی وي او د هغه څه لاسته راوړلو توان یې هم درلود،پاتې راغلي دي.

ولې زه د خپل چپ لاس څخه د ښي لاس غوندې ګټه نه شم اخستلای؟ ساده خبره ده، ځکه ما خپل ښي لاس د چپ څخه ډېر کارولی دی. ته هغه عضلات غښتلي کولای شې چې استعمالوې یې، خو هغه چې پاتې وي کمزوري وي. زیاتره د زړه حملې له دې کبله منځته راځي چې د زړه څخه په هماغه اندازه کار نه کوي. زړه داسې جوړ شوی چې تل باید په کار کې وي. همداسې ستاسې د بدن هره یوه برخه هم... د انسان بدن داسې جوړ شوی چې تل باید کار وکړي خو مونږ یې بې کاره پریږدو او زنګ یې رانه وهي.

که استعمال یې نه کړې، بایلې یې.

د نااستعمال شویو پیسو ارزښت راټیټیږي. نااستعمال شوی لیاقت له منځه ځي. نااستعمال شوی ماشین زنګ وهي. نااستعمال شوی وخت مړ کیږي. نااستعمال شوی تعلیم د اوږو بار جوړیږي.

د انجیل کتاب کې د اخلاقو یوه کیسه ده چې وایي، یو بادار یو سفر ته تلو نه وړاندې خپلو درې مریدانو ته بیلا بیل لیاقتونه ورکړل. د بادار راستنیدو سره یې لومړي مرید وویل چې خپلو پنځه وړتیاوو سره یې پنځه نورې هم زیاتې کړې دي. دویم وویل چې دوه وړتیاوو سره یې دوه نورې هم ورزیاتې کړې دي. بادار په دې اوریدو ډېر خوشاله شو،"تاسو یو څو شیانو ته ایماندار پاتې شوئ نو زه به مو د ډېرو مسول کړم" دریم مزدور خپله یوه وړتیا هیڅ نه وه کارولې او تش

(c) ketabton.com: The Digital Library

•••

لاس بیرته راغی. بادرا ورته وویل،" له دې ځخه دا وړتیا هم واخلئ او چا سره چې لس دي هغې ته یې ورکړئ."

د ژوند وروستۍ تراژیدي مرګ نه دی خو هغه سرچینې چې ته لا ژوندی یې په تا کې له منځه ځي. راځئ چې په ژوندوني مړه نه شو.

که استعمال یې نه کړې، له لاسه دې وځي.

***

ماته دې ملګري وښایه، زه به درته ووایم چې ته څوک یې

پرون سهار په دفتر کې یوې وړې ماشومې د ژوند مقصد، راتلونکو پلانونو، موخو او لاسته راوړنو باره کې خبرې کولې. د هغې خبرو څخه معلومیده چې هغه غواړي خپل وخت او وړتیا په کومو لارو استعمال کړي. خو په راتلونکې سهار هغې یواځې د نوي فلم، د کلچو او بازار ته د تګ کیسې کولې. داسې نه ده چې څه سم دي او څه ناسم دي، خو خبره دا وه چې په دې ۲۴ ساعتونو کې بدلون راغلی وو. دا توپیر د تېرې ورځې خلکو او ورپسې ورځې خلکو سره لیدلو له کبله وي.

هغه خلکو سره چې ته ملګرتیا کوې، د دوه سره توري په څېر ده... دواړه پیاوړتیاوې لري چې هم درته ګټه ورسوي او هم دې له مینځه یوسي. هغه خلکو سره چې مونږ کینو پاڅو، زمونږ کړووړو سربیره د فکر په لاره، زمونږ په احساس، نورو ته څه فکر کوو، خپل ځانته څنګه ګورو، زمونږ نن او راتلونکې هم بدلوي. مونږ د اتڼناتو څخه خبرې نه کوو، بلکې د زیاتره انسانانو فکرونه د چاپیریال تر اغیز لاندې جوړیږي...

ستا نن، ستا د پرونه نه جوړیږي، ستا پرون د هغو خلکو فکر په څېر جوړ شوی چې پرون ورځ دې ورسره تېره کړې ده. ستا سبا به د هغو خلکو فکر په څېر وي چې ته ورسره نن کینې.

•••

د یوې کلیسا یو غړی چې هره ورځ به یې دلته خدمت کوه، یو ناڅاپه کلیسا ته ورتګ بندوي. یو څو اونۍ وروسته پادري د هغې لیدو ته ورځي. ډېر ښایسته ماښامی وي. پادري هغه کس ولیده چې خپل کور کې یواځې د اور خواته ناست دی. سړي ورته ښه راغلاست وویل، او یوه څوکۍ یې ورته راوړه چې پادري پرې کیني. پادري پر ځای کیناسته خو څه یې ونه ویل. یوه شیبه وروسته پادري یو امبور راواخیسته او یوه سکروټه یې پرې راونیوله او یوې خواته یې کیښوده، بیا یې هم څه ونه ویل. کوربه ورته همداسې کتل. د سکروټې شدت ورو ورو کمیده او ډېر زر سړه شوه او مړه شوه. د ښه راغلاست نه وروسته ددوي تر منځ یوه خبره هم نه وه شوې. پادري بیرته تلو نه لږ وړاندې هماغه سکروټه راواخیسته او په اور کې یې واچوله. په همدې وخت کې سکروټه یو ځل بیا سره شوه. پادري چې تلو ته ځان جوړوه نو کوربه ورته وویل "ستاسو راتګ نه ډېره مننه او په ځانګړې توګه د تاوجن پند څخه دې. زه به راتلونکې یکشنبې نه بیرته کلیسا ته درځم."

هغه څوک چې هوښیار سره ګرځي هوښیاریږي به، خو د کم عقلو ملګرتیا به دې وځپي.متل

دوی وایي چې د وخت په تېریدو سره پردی رانیول شوی ماشوم به هم ستاسې کورنې چاپیریال عادتونه خپل کړي. ریښتیا هم داسې ده، ځکه مونږ چې چاسره ناسته پاسته لرو، د همغوی خویونه خپلوو. که چیرته مونږ په هغه سرعت چې مونږ کولای شو، وده نه کوو، که چیرته مونږ په هغه شفقت چې کولای شو، ژوند وکړو، نو بیا مونږ غتې پریکړې کړي دي... که دا کوم کاري ځای وي، هغه خلکو سره چې سرو کار لرو او هغه کورنۍ چې مونږ پکې ستریږو.. که چیرته پکې مونږ نه جوړیږو نو مونږ باید خپل ځانونو ځای بدل کړو. دا یوه ستونزمنه پریکړه ده، خو اړینه هم ده. په ډېران کې د تخم کرلو ګټه څه ده؟

***

(c) ketabton.com: The Digital Library

هغه نظريه چې وخت يې راشي، ډېره پياوړې وي

يو سړي ۱۰۰ فيټه بره په سيمي پړي ځان تړلی وو. هغې به هره ورځ ديوالونه رنګول، د هغې په نظر ورځينی ژوند پر مخ وړل وو. همکار يې څه زده کړی وو او په قرارداد يې کار کوه، د هغې په نظر هم ورځينی ژوند پر مخ وړل وو. يو بل چې موټر چلول يې زده کړي ول، د يو سوداګر په کور کې موټر چلونکی وو، دا د هغې په نظر ورځينی ژوند پر مخ وړل وو. يو بل د پخلي چلونه زده کړي او په يو کور کې د پخونکي په څېر د مياشتې پيسې اخلي، او يو بل د سرک په سر کراچۍ لګولې او ګټه کوي، د دواړو لپاره د ورځيني ژوند پرمخ بيولو لپاره بيلا بيلې نظريې لري. دې ټکي ته پام وکړئ چې دا ټول ورځيني ژوند پر مخ بيولو لپاره بيلا بيلې نظريې لري. دا ټولې نظريې هيڅ کوم تعليم او يا پانګې ته اړتيا نه لري.

د ورځيني ژوند تېرولو لپاره کيداې شي ستاسې نظريه يو خرڅونکی او يو سافټ وير جوړونکی وي، د بل چا کيداې شي کورنۍ سوداګري وي...

نو راځئ چې په دې ځان پوه کړو چې د نړۍ سترې کمپنۍ هم يوه نظريه لري. هر انقلاب او هر ټولنيز سازمان هم د يوې نظريې څخه رامنځته شوی. دا کوم کتاب چې ستاسې په لاسونو کې دی، هم يوه نظريه ده.

د يوی نظريې څخه پياوړی هيڅ نشته چې وخت يې راشي.

ايا دې نظريې څخه به ميليونونه خلک ګټه پورته کړي؟ آيا دا نظريه به ميليونونه پيسې وګټي؟ دا د هماغه سړي مفکورې پورې اړه لري چې دا نظريه يې وړاندې کړې ده او په دې نظريه به څه کوي.

اخري خبره دا چې، ته او ستا نظريه دواړه کولاې شې ستا نړۍ بدله کړي.

***

د خپلو خوږو سره زه هغه څه يم چې وم

په ژوند کې تر ټولو ستره بريا دا ده چې خپل ژوند د لاسته راوړنو ډک کړې او بيا ووايې، زما پايلو زما دننه وجود بې لارې نه کړ، په دننه کې زه هغه څه يم چې وم. په ژوند کې تر ټولو ستره خوښي دا ده چې د خلکو تر منځ د خلکو څخه پورته لاړ شې. مه پريږده چې کوم بهرنی شی دې د بدن دننه ته لاره پيدا کړي. په کلني معنوي روزنځای کې مې دا اخرنی خبرې وې.

يو څو ساعته وروسته ممبي هوايي ډګر ته راورسيدو. زمونږ د ۳۰ کسانو ډله وه. ما يو پخواني ملګري سره وليدل چې ډېر پخوا مو اړيکه پرې شوې وه. مونږ يوه لسيزه سره نه وو ليدلي او هغه زما د لاسته راوړنو څخه خبر نه وو. کله چې مونږ معنوي روزنځای څخه روانيدو، يوه ليونۍ غوندې خبرې يې زما ذهن کې ځای ونيو، هغې ماته ووېل ”ماته سلامي وکړه او ماته دا ثابت کړه چې ته اوس هم زما پخوانی ملګری يې. نورو ټولو ملګرو راته کتل چې ما هم پرته د څه ويلو ورته سلامي ووهله. زه پوهيدم چې دې ۳۰ کسانو زما څومره درناوی کاوه او زه پرې څومره ګران وم. نو زه هيڅ حيران نه شوم چې د هغوی په مخونو کې مې د خفګان نښې وليدې. په هغه وخت کې دا زما زوړ ملګري لپاره تر ټولو ستر برياليتوب وو. هغې يواځې خپل زوړ ملګری ليده. د هغې په مخ کې خوښيو هر څه ماته ووېل.

يوه ورځ زما ځوی ماته زنګ ووهه او راته يې ووېل چې د شپې ډوډۍ ته مې بهر بوځه. ما هغې ته ووېل چې زه خپل ورځيني کالم چې کنګل شوي فکرونولپاره مې يوې موضوع باندې چې وېښتوب په نوم وه، تر ماښامه ليکل کوم. پرته د کومې دويمې خبرې يې راته ووېل،”خپل خلک سبا راوېښ کړه. اوس ما ډوډۍ ته بوځه“

(c) ketabton.com: The Digital Library

•••

ستاسې مور او پلار يو ځوی غواړي، نه يو اداري راهب. ستا خاوند/ميرمن غواړي چې تاسې هغې ته وخت ورکړئ نه يو هر اړخيز سړی. ستاسو بچې يو پلار ته اړتيا لري نه يو د ملت پلار ته.

زه به خپل کاري لباس پر تن کړم او خپلې مسلکي نړۍ ته به ورشم. خو بايد په ياد ولرم چې يو وخت بايد دا لباس وباسم. په پای کې ستاسې کورنۍ ستاسې روح ته اړتيا لري.

د خپلو خوږو سره زه هغه څه يم چې وم.

***

کله چې ځانغوښتنه راشي هر څه له منځه وړي
کله چې ځانغوښتنه لاړه شي هر څه راځي

تر ټولو لومړۍ غټه خوښي هغه وي چې بايسکل مو زده کړی وي او د ټولې نيولو پرته مو روان کړی وي. دا کار که دومره ستر هم نه دی خو په دې سره تاسې غواړئ خلکو ته ووايئ چې هغه څه کوئ، ډېر ارزښتمن دي. په حقيقت کې ستاسې سترګې خلکو ته وي چې هغوی ستا دې عمل ته ارزښت ورکوي که نه.

په ژوند کې هر يو کس له دې پړاوه تېر شوی، چيرته چې ځانغوښتنه سړي باندې هر يو کار کوي تر څو د خلکو پاملرنه راواړوي. دا هغه پړاو دی چيرته چې توجه جزبولو لپاره ښه يواځې ښه وي، بد هم ښه وي خو چې توجه جزب کړي، خو که توجه يې جزب نه کړه نو بيا ښه هم بد دي. ځانغوښتنه په توجه جزبولو کې ژوندی پاتې کيږي.

لکه څنګه چې يې طبيعت دی، ځانغوښتنه هم خوړو ته اړتيا لري، نو ځانغوښتنه پرله پسې ملنګ کيدل دي. خو ستونزه دلته ده کله چې ځانغوښتنه خوراک

•••

وکړي نو تاسې د لوړوالي پيچلتوب ته هڅول کيږئ، او که چيرته ځانغوښتنه بې خوراکه پاتې شي نو تاسې بيا بې ارزښته پيچلتوب څخه ځوريږئ. په دواړو حالاتو کې ستاسې د ذهن نه سکون شکوي.

کله چې ځانغوښتنه راشي، هر څه له منځه وړي او کله چې ځانغوښتنه لاړه شي هر څه راځي.

د ځانغوښتنې قناعت لپاره به مو څومره اړيکې له لاسه ورکړې وي؟ اړينه دا وي چې ځانغوښتنه وغورځوئ او اړيکه وساتئ خو تاسې اړيکه غورځوئ او ځانغوښتنه مو ساتئ. ځانغوښتنه هيڅکله دومره ارزښت نه لري.

د خپلې ځانغوښتنې په خدمت کې مو څومره طلايي موقع له لاسه ورکړې دي؟

هره يوه شيبه درنده وي، هر يو حالت مغز زبيښونکی وي، هر متقابل عمل کړکيچن وي... او د ځانغوښتنې ډک زړه تل په اور باندې قدم وهي. د انسانی او ځانغوښتنې تر منځ هيڅکله اړيکه نه شي جوړيدای.

يو کارغه د غوښې يوه ټوټه پيدا کوي او نورې ټولې مرغۍ ورپسې وي. هغه د غوښې ټوټه غورځوي او ټول مارغان ورپسې ورځي. کارغه يواځې بره پاتې کيږي او وايي،" د غوښې ټوټه مې له لاسه ورکړه خو د اسمانونو خپلواکي مې ترلاسه کړه"

ځانغوښتنه پريښودلو کې ډېره ستره خپلواکي پرته ده.

***

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

د خوښۍ پرته ژوند نشته.

له ناراضي توب پرته وده نشته.

له قناعت پرته ځان خوشاله کړه.

د خپل پلار په نظم او ډيسيپلن يې ډېر وياړ کاوه. هغه اوس واده شوې وه. هغې غوښتل چې خاوند يې هم د پلار په څېر شي، چې د هغې په نظر ارزښتانه فضيلت دی. خو هغسې ونه شول او هغې په دې قناعت نه کاوه او زړه يې ورمات کړی وو.

خاوند د خپلې ميرمنې څخه گيله وکړه، ”زما مور يوه ريښتونې او پاک زړې ښځه وه. خو ستا ستونزه دا ده چې تا د خپل ژوند باره کې راته هيڅ څه نه دي ويلي“مور خپلې لور ته وويل، ”د خپل ورور ليکلو ته دې گوره، ډېر په هنري ډول يې ليکلي او ستا ليکلو په څېر ښکاري“نوي عمومي منيجر وويل، ”مونږ په تېر سازمان کې داسې کوم کار نه دی کړی“ هندوستان کې يو کس وويل”په امريکا کې مونږ داسې ستونزې نه لرو“

توقع کومه ستونزه نه ده، خو د هر لورې توقع ستونزه ده.

هغې خپل پلار ته په نظم کې ۱۰/۱۰ نومرې ورکړې وې خو د هغې خاوند په مشکله ۴ يا۵ نومرې ترلاسه کړې وې. د خاوند لپاره د طبيعت له پلوه ۵ نومرې ۱۰۰٪ دي او هغه به هيڅکله په دې برخه کې د ۵ څخه ډېرې نومرې ترلاسه نه کړي. دا هغه دی او همغه به وي. داسې يوه بله لاره بايد وي چې خاوند پکې پوره ۱۰ نومرې يوسي او پلار به يې بيا په دې نومرو کې پاتې راشي. يوه ميرمن به هيڅکله د مور په څېر پاک زړه ونه اووسي خو کيدای شي ميرمن مو د کور په مالي برخه کې سخې وي. ته بايد په دې باور ولرې چې کيدای شي ستا د پخواني سازمان نه دلته ښه وده وي. او په پای کې هندوستان د نورې نړۍ په څېر

●●●

ستونزې نه لري.

هيڅوک د هيچا څخه په ټولو کارونو کې ښکته يا پورته نه دی، مونږ ټول په يو کار کې تکړه او بل کې کمزوري يو. هيڅوک بې عيبه نه دی. هيڅوک ټولې نيمگړتياوې نه لري. په محدودو وړتياوو تمرکز مه کوئ بلکې ټول حالات سره مقايسه کړئ.

کله کله پايله ډېره ښه نه وي. خو د نورو څخه قناعت نه حاصلول مو خفه کوي، خو د خپل ځان نه قناعت نه حاصلولو سره مونږ وده کوو. کله چې له خپلې وړتيا، کرکټر، لياقت، او داسې نور... څخه ۱۰/۱۰ غوښتنه کوم، نو زه پوهيږم چې زه چيرته ولاړ يم او چيرته بايد لاړ شم. او کله چې له خلکو ۱۰/۱۰ غوښتنه کوم نو بيا خلکو سره زما اړيکه اغېزمنوي.

نو په ټولو کارونو کې له نړۍ ۵ او له ځانه ۱۰ نومرو غوښتنه کوه. مطلب يې دا نه دی چې خلک يې نه شي کولای او يا ته خارق العاده يې خو د خوښۍ پرته ژوند نشته.

څنگه چې ما سره مينه لرې، زه پرې خوښ يم او زه به نورې ډېرې لارې پيدا کړم چې درسره مينه ولرم.

***

د سمندر تروشې اوبه، مردارې شوې اوبه، د فاضل اوبه، د ډنډونو اوبه... له هر ځايه چې وي خو چې بره بخار کوي، تصفيه کيږي او لاندې د باران په شکل خالصې اوبه راوريږي.

همدارنگه کله چې يو کس د پورته قوې سره ننبلې نو شخصي نره توب رامنځته کيږي. کله چې سپيڅلتيا سره اړيکه پيدا کيږي نو د سړي فکرونه، احساسات او همدارنگه بدن يې تصفيه کيږي.

کله چې عبادتونه بره ځي، نو رحمتونه راوريږي.

***

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

هر انسان په ځان کې د یوې نوې ټولنې پوتانشیل لري

کله چې یوې ونې ته ګورم، نو زه فقط ددې ونې پخواني تاریخ ته ګورم. ددې ونې تخم به له کوم ځایه باد دلته راوړی وي او بیا د خاورو لاندې شوی وي او یو ځای نه به ورته اوبه رسیدلي وي او وده به یې کړي وي.

ځمکه ډېرې پاملرنې ته اړتیا نه لري، تخم خپله خاوره کې ننوځي، تیغونه وهي او بیا خپله د خاورې نه راووځي. که چیرته نازک بوټی وي نو یو ځناور به یې وخوري اویا یې یو ماشوم له بیخه وباسي، یا یې وچکالي له مینځه وړي، یا پرې سیلاب راځي او یا پرې وبا لګیږي او له منځه ځي. له دې ټولو افتونو سره باید مخ شي او مبارزه ورسره وکړي، تر څو ترې یوه ستره ونه جوړه شي. دا یواځې یوه ونه نه ده بلکې د دې شاته یو تاریخ پروت دی.

دا خو د ونې کیسه شوه، نو د انسان باره کې څنګه؟ شاوخوا ۷۰۰ میلیونه سپرمونه د سړي څخه د ښځې په رحم کې ځای نیسي او له دې جملې څخه یواځې تر ټولو غښتلي او چټک سپرمونو څخه انسان جوړیږي. د ژوندي کیدو څخه وړاندې هم تر ټولو تکړه شی ژوندی پاتې کیدای شي. نو هر یو انسان د ۷۰۰ میلیونه بڼو څخه تر ټولو غښتلی دی. د انسان زیږیدل د ټولو ضروریاتو د بهیر ګټونکی دی.

بیا په رحم کې وده کول، بیا د رحم څخه جلا کیدل، مغشوشیدل، زده کول، ننګوني، نیمګړتیاوې، فشار، قرباني، مصلحت، اوښکې، حلونه، وده کول، خوښي او څرګندې وړتیاوې، هیریدل... نو هر یو انسان د هیڅ څخه یو څه او بیا په هر څه بدلیږي. یو انسان یواځې یو انسان نه دی، بلکې د هغې تر شا یوه ستر تاریخ پروت دی.

یوه مزدوره هم غواړي خپل بچي تعلیم یافته ستر کړي، هغه څه ورکوي چې خپله ترې محرومه پاتې شوې ده. هغه څه چې اورې او ګورې، له هغې څخه

●●●

ورهاخوا فکر وکړه، هلته به انسانیت وګورې چې هر چا سره به د خپل ژوند تاریخ پروت وي. په حقیقت کې ته هم یو د هغې له جملې څخه یې.

هر یو کس په خپل ځان کې یوه نوې ټولنه لري. له هغه چې ستا نسل پیلیږي او په یوه ټولنه بدلیږي. ته په خپل ځان کې یو ژور تاریخ لرې.

***

زخم دې هیر کړه، سکون کې به ژوند وکړې

هیڅ یو شخص، هیڅ یوه پیښه او هیڅ یوه تجربه دا حق نه لري چې ستا مغزو کې کیني او ستا د ذهني سکون مزاحم شي. هیڅ شي او هیڅاته باید دا اجازه ورنه کړو چې ستاسې ذهني ارامتیا ګډه وډه کړي. نو د خپل ذهني سکون لپاره د هیڅ شي او هیچا پروا مه لره تر څو له دننه څخه دې وځوروي. هیڅ شی ستا د سکون بیه نه لري. هر شی د خپل سکون لپاره قربان کړه. په فزیکي بڼه نه بلکې په احساساتي ډول همدا زده کړه چې تېر شې. خپل ځان د مزاحم کونکو توکو څخه وژغوره. له هر څه تېر شه، له هر چا تېر شه. خپل سکون په هیڅ بدل مه ورکوه.

ستا دننه د ګلانو ګلدانۍ کیدای شي او یا هم د تیزابو بوتل کیدای شي. کله چې دې د خپل زخم سرچینې ته پام ونکړې، نو دننه به ګلدانیو کې ګلونه کرې. او که نه مونږ به هم لکه تیزاب چې بوتل ورو ورو له منځه وړي، خپل ځانونه به دننه څخه ویجاړوو.

خلک د خپلې ناپوهۍ او کم عقلۍ له کبله تاسې ټپي کوي. او تاسې هم خپل ځانونه په ناپوهۍ او کم عقلۍ زخمي کوئ. څوک چې کرکه کوي او له چا څخه چې کرکه کیږي، له دې جملې څخه کرکه کونکی ډېر ټپي کیږي. نو ستا کرکه هم نورو ته هیڅ زیان نه شي اړولی بلکې تاته بې خوبه شپې چې تا کې ناسور او تیزاب خپروي او له دې پورته تاسې به نه پریږدي چې په سکون کې

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

ژوند وکړئ. نو زخم څخه تاسې څه ګټه پورته کوئ؟ هیڅوک به ګټه ونه کړي او په ځانګړې توګه ته پخپله به هیڅ تر لاسه نه کړې. نو ولې باید د زخم په څېر بې ارزښته شي سره ژوند وکړو؟

په فزیکي ډول هغه څوک یا شیان چې تاسې ټپي کوي، یو ځل واقع کیږي. خو تاسې به یې مغزو په زرګونه ځلې تکراروئ. هر څومره یې چې څیړئ، هغومره به مو ټپي کوي.

که هر څوک غلط وي نو بیا پریږدئ چې ستاسې د ذهن څخه بهر ژوند وکړي.

په خپل ذهن کې ځای مه ورکوئ. یواځې هغه خلکو ته ځای ورکړئ چې ستاسې ذهن ته سکون ورکولای شي، او پاتې نور رخصت کړئ.

د زخم پروا نه لرل به مو ذهن ته سکون ورکړي. یو ارامه ذهن تاسې ښایسته کوي. او بله ښه خبره دا ده چې ستاسې په خپل لاس کې ده. وګورئ، پروا یې مه لرئ لغت مو اوس هم په خوله موسکا راوستلې وي.

***

ته تعقیب لپاره نه یې زیږیدلی
بلکې لارښوونې لپاره زیږیدلی یې

داسې ښکاري چې یو موږک د پیشو تل د ویرې په حال کې وي. یو چا ورسره ښه وکړل او همدا موږک یې په پیشو بدل کړ خو بیا هم له سپي ډاریده. خو کله چې په سپي بدله شوه نو بیا د انسانه ډاریده. او کله چې په انسان بدل شو نو بیا به د خدای څخه ډاریده. هغې کس بیرته هغه سړی په موږک بدل کړ او ورته یې وویل،"زه له تاسره هیڅ مرسته نه شم کولای ځکه چې تا سره زړه د موږک دی" زیاتره خلک له طبیعته پیروان دي. نورو ته کتل یو مثبت کار دی خو کله چې په کمزورتیا بدل شي نو بیا ترې تسلیمیدل جوړیږي. هیڅ پیرو به څوک تعقیب نه

●●●

کړي. کله چې یو کس ته ګورئ او تل دا فکر کوئ چې دا کس له تا څخه غوره دی نو تا ځان ته ډېر په ټیټه سترګه کتلي دي. تا ځان خپله ړوند کړی دی. که په یوه کمپنۍ کې وي او انفرادي ځای وي او یو کس ماته لارښوونه او مشرې وکړي، په لمړني دور، په دوهم کې، په دیارلسم کې... خو زه باید په ځان باور ولرم چې په یو دور کې به زه د هغه خلکو لارښود شم چې ما سره تر دې ځایه راغلي دي.

مونږ هر یو د خپل کاري مشر څخه غوره ثابتیدای شو. مونږ د هغه چا چې زمونږ د ژوند شخصیتونه دي، مونږ هم د ژوند شخصیتونه جوړیدای شو. کله چې یو کار د یو کس لپاره شوني وي نو هغه د ټولو لپاره شوني وي. یو کار چې یو کس کولای شي نو هغه کار ټول کولای شي او کیدای شي له هغه یې هم غوره وکړي.

کیدای شي یو کس له مونږه په ډېرو اړخونو کې غوره وي. نړۍ د یوې ورتیا خلکو څخه ډکه ده. خپل ځان هیڅ ته مه تسلیموه.

ته د تعقیب لپاره نه یې زیږیدلی بلکې د مشرۍ او لارښوونې لپاره زیږیدلی یې.

په یاد ولره چې ته غوره شوی سپرم یې. ته چې کله یو سپرم هم وې نو تعقیبونکی نه وې. ته میراثي لارښود یې.

***

که په هر قیمت وي خپل ځاني کرکټر کې اووسیږه

د غوسې ځواب په غوسې نوره غوسه هم راپاروي. لکه څنګه چې د بدو ځواب په بدو نور بد هم زیږوي. د غلط ځواب په غلط هیڅکله سم نه خیژي. په ژوند کې هیڅ دوه منفي مثبت نه جوړوي. سترګه په سترګه، غاښ په غاښ... دا به مو تر کومه ځغلوي؟

مونږ ډېر په دقت سره د دښمن کړنې څارو، دومره نږدې یې څارو چې د هغې کړنې په مونږ اغیز کوي. څومره ډېر چې دښمنانو سره معامله کوو، هغومره د

(c) ketabton.com: The Digital Library

دښمن په څېر جوړېږو.

د هغه شخصیت د ریښتینولۍ یوه ټوټه وه. هغه داسې یو حالت ته ورسیده چې پوه شو چې د هغې ریښتینولۍ نورو ته زیان رسوه. نو هغې دروغ ویل پیل کړل تر څو د نورو مزاحم نه شي او هغوی ته زیان ونه رسي. دا د نورو کمزوري وه چې د هغې ریښتینولۍ سره جوړ نه راتلل. هغې ځان کې داسې یوه کمزوري جوړه کړه چې د نورو کمزوریو سره مبارزه وکړي. نو آیا یوه کمزوري بله کمزوري له منځه وړلی شي تر څو یوه ښه ټولنه ولرو؟

هغه ډېره ساده وه. خو وروسته هغې دا شک پیدا کړ چې د هغې خاوند پټ کارونه شروع کړي او دې ته څه نه وایي. نو هغې پسې څارنه پیل کړه، هغې داسې فکرونه کول چې هغه خپل دام کې گیر کړي، دا هر څه په دې کې پخوا نه ول. کیدای شي د هغې خاوند په غلطه وي. خو د هغې فکر په غلطو لارو سر شوی وو، هغې په دې نه وه خبره چې هغه کارونه کوي چې کرکټر سره یې هیڅ سمون نه خوري.

کله چې د یو کس تېروتنې ته گوته نیسئ نو ددې ځواب پیدا کړئ،″ زه هغه کوم کار نه کوم چې نړۍ یې نه کوي؟″ هیڅکله مه پرېږده چې د نورو کمزوري ستا کمزوري وگرځي.

یو ملگري ترې وپوښتل″ته ولې له هغو څخه هم منته کوې چې تا سره په بې ادبۍ خبرې کوي؟″ډلگي مشر ورته ځواب ورکړ، ″یو کوچنی دلیل لري، هغه دا چې منته کول زما کرکټر دی او بې ادبي د هغې کرکټر دی. زه نه غواړم د نورو خلکو کرکټر باندې خپل خراب کړم″

راځئ چې هغو سره هم ښه وکړو چې مونږ سره ښه نه کوي. هیڅکله باید خپل شرافتمندانه کرکټر بدل نه کړو. دا فرق نه کوي چې نور زمونږ څخه د ښو مستحق دي او که نه، خو اړینه دا ده چې باید خپل زړه کې غلطو ته ځای ورنکړو. که په هر قیمت وي، خپل کرکټر کې اووسه.

زه کولای شم، د ژوند ژبه ده

ما ماشومان لیدلي چې د لوبو په وخت کې د میږیانو مخې ته یې لاسونه نیولي وي او د هغوی لاره یې بنده کړې وي. میږیان په همدې وخت کې د بلې لارې په لټه کې وي او روان وي. ماشومان دا لاره هم بندوي او میږیان بله لار پیدا کړي او روان شي... ماشوم د شوخۍ نه میږیان دیوال نه راغورځوي. میږیان په بې اختیارۍ بیا دیوال ته ورخیژي. میږي ته که هر څومره خنډونه راشي خو هغه په دې باور لري چې زه کولای شم. تر مرگه هغوی هڅه کوي، مبارزه کوي، زیار باسي او په همدې باور روان وي چې زه کولای شم. د هغوی دا باور تر مرگه ورسره وي.

ما غټ غوایان لیدلي چې ستر بارونه ورپسې تړلي او راکاږي یې. د هغوی په هر قدم، که یو انچ هم وي، یو زیار او هڅه وي چې تر سره کوي یې. دوی د انسانانو د بارونو ښکار شوي وي خو هغوی هیڅکله همت له لاسه نه ورکوي. همدارنگه په سترگو نه ښکاریدونکي ژوندي موجودات هم خپل خنډونه له مخې لرې کوي او ژوند کوي او په دې باور لري چې زه کولای شم. د هغوی دا باور تر مرگه ورسره وي.

زه کولای شم،د ژوند ژبه ده. زه نه شم کولای د مرگ ژبه ده.

د ټولو مخلوقاتو څخه انسان اشرف المخلوقات دی خو بیا هم د مرگ ژبه کوي. انسان د مرگ په ژبه یانې زه نه شم کولای باندې باور لري او تعقیبوي یې. څېړنو دا ښودلې ده چې یو انسان وړاندې تر دې چې ۱۴ کلن شي د خپل مور پلار، ښوونکو او ټولنو له خوا ورته ۱۴۸،۰۰۰ ځله ویل کیږي چې ته نه شې کولای. د هغې چاپیریال په هغې کې ۱۴۸،۰۰۰ ځله دا ټکی ورټومبلی وي چې هغه نه شي کولای.

زه کولای شم، هغه کولای شي، مونږ کولای شو. انسان باید له انسانه پورته شي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

انسان باید د مرګ ژبه هیره کړي او د ژوند ژبې تـه غیـږ ورکـړي. زه کـولای شـم چې دا ټکې وغورځوم، زه نه شم کولای. که زه باید دا ټکـې وغورځـوم چـې زه نشم کولای نو زه به دا ټکی هرومرو وغورځوم چې زه نـه شـم کـولای. نـو څـه وشول که ماته ۱۴۸،۰۰۰ ځله ویل شوي چې زه نه شم کـولای؟ ماتـه د انسـانیت تاریخ ۱۴۸،۰۰۰ انسانانو دا ښودلې چې زه کولای شم. د ژوند هر اړخ ماته وایـې او په دې ډاډ راکوي چې زه کولای شم. د ژوند دا غږ زما په دننه کې ورځ تر بلې پورته کیږي. د مرګ ژبې ته دا مرګ دی.

راځئ ټول په خپل ځانونو باور ولرو. په خپل ځان باور لرل به مونږ تـه د عقیـدې داسې لار وښایي چې مونږ یې جوړ کړي یو.

***

که څه له ځانه جوړوې نو یو څه به ورکوې

یو څه وخت وړاندې یو شرکتي سرکس لیدو ته ورغلی وم. دې سرکس ته یـې د بازار موندنې ماسترۍ والا په دنده ګومارلي ول. هغوی ته ویل شوي ول چې دوه اونیو لپاره به کاري ځای ته ځئ او هلتـه بـه د خرڅولـو مهارتونـه زده کـوئ. دوه ورځې وروسته په دوی کې یو څـو ډېـر بـې همتـه او خواشـیني شـول. کله چې هغوی څخه د بې همته کیدلو پوښتنه وشوه نو یو څو وویل، ″مونږ ولـې تـر اوسـه پرمختګ نه دی کړی او بریالي شوي نه یو″ دوه ورځې یې په کـاري ځـای کـې تېرې کړي او د پرمختګ خبرې کوي. ما دې ته شرکتي سرکس نوم ځکه ورکـړ چې یواځې دوه اونیو روزنو یـا دوه کـالو سـوداګرۍ مـدیریت او یـا کیـدای شي دواړو دا نوي فارغین داسې مغز وینځل کړي دي چې هغـوی پـه دې بـاور لـري چې بریالیتوب اسانه دی او په اسانۍ بریالي کیدای شو. دا دوه جملې ماتـه چـې اسانه بریالیتوب او بریالیتوب اسانه دی، کفر ښکاري.

زړه مې ډېر خـوږیږي کلـه چـې یـو ځـوک ګـورم چـې بریـالیتوب غـواړي او د

بریالیتوب لپاره هیڅ چمتوالی نه لري. د چمتوالي پرته ګټل څه معنی؟ که چیرته یوه بتکه د سرو زرو هګۍ هم اچوي خو د هغې غټېدو پورې به وخت او هڅو ته اړتیا وي. نو تاسې دې کمعقلې خبرې ته سوچ وکړئ چې یوه بتکه خپله اوس د هګۍ نه راوتلې وي نو تاسې ته به څنګه هګۍ واچوي!

یو بې تعلیمه کس هم تاسې ته دا ویلی شي چې یو لامبو وهونکې هیڅکلـه یـوه اونۍ تمرین سره په مسابقو کې برخه نه شي اخستی.

آیا تاسې په یوه اونۍ کې د بدن ښکلا کلب کې بدن ښایسـته کـولای شـئ؟ آیـا کله مو چې څوک یوه میاشت ځانګړې روزنې ترلاسه کړې وي او تاسـې د هغـې پایلو باره کې اندیښمن یئ؟ آیا د واده څخه دوه میاشـتې وروسـته د واده مشـاور پسې راغلې یاست چې ستاسې واده مثبته پایله ورنکـړه؟ آیـا ستاسـې احساسـات هغه وخت راپاریدلي چې یوې اونۍ هڅو وروسته غـواړې ځـوانې یـاغي جینـۍ سره د مینې اظهار وکړې او هغه یې لا درسره نه مني؟

هغه کسان چې یو تخم نن وکري او سبا یې د زرغونیدو تمه لري، بایـد بلـې نـړۍ ته لاړ شي ځکه په دې نړۍ کې دا کار ناشونې دی. نهم ټولګي ازمووینې دومـره اسانه نه وي چې ته دې ورته یوولس ساعته درس ووایې او بریالی شې پکې. پـه ژوند کې د بریالیتوب لپاره چمتووالی ډېر اړین دی.

وړاندی تر دې چې ځان یا بل چا څخه پوښتنه وکړې چې،″تـه بـه یـې وګټـې؟″ غوره ده چې داسې پوښتنه وکړې، ″آیا هغه څه دې چې د ګټلو لپـاره اړیـن دي، ترسره کړي؟″

په یو کلب کې یوې ښځې د پیانو غږولو وروسته یو ستاینونکی پاڅید او ورته یې وویل،″ زه به ددې زده کولو لپاره هر څه وکړم.″پیانو غږونکې میرمن وویل، ″تـه به ډېر ووایې چې زه به هرڅه وکړم چې زده یې کړم خو ته یې نـه کـوې، تـه ډېـر وخت ورنه کړې او تمرین به ونه کړې، په ساعتونو ساعتونو، په ورځو ورځو او په کلونو کلونو...″

(c) ketabton.com: The Digital Library

هر څه چې کېږي، خو هغه څه چې غواړې، ځان نه يې جوړ کړه.

کله چې په لومړي ځل ژاړې نو دا به دې داسې غبږ وي چې تر اوسه نه وي اوريدل شوی.
کله چې په لومړي ځل خاندې، يوه نوې کرښه ستا په مخ جوړيږي، چې په هندسه کې يوه نوی اضافه والی دی.
کله چې ته وزيږيږې، ته دې نړۍ ته ډالۍ شوی يې او دا نړۍ تاته ډالۍ شوې ده.
ستا د زيږون ورځ ستا تر ټولو ستره ورځ ده.
که چيرته ښه ژوند وکړې، نو هغه ورځ به دې هم د ژوند يوه غټه ورځ وي.

***

لوړ فکرونه نظريو کې بحث کوي
منځني فکرونه پيښو کې بحث کوي
واړه فکرونه خلکو کې بحث کوي

په عصري نړۍ کې تر ټولو وروسته پاتې عمل پس پسک دی. خو بيا تعليم يافته او لوړې سويې خلک هم دا عمل تر سره کوي. پس پسک تر ټولو بې ارزښته چاپيريال دی. پس پسک کې دواړه ژبه او ځيرکتيا په زيان کې روان وي. په يو نه بلکې په څو لحاظونو پس پسک يو شډل کار دی.
په حقيقت کې خلک ټولنې او کلبونه جوړوي او بيا پکې پس پسک ته کار ويل کيږي. ددې ډلو تر ټولو ستره دنده دا وي چې څوک نه وي راغلی او هغوی باره کې خبرې کوي. هيڅکله په پس پسکي باور مه لره. کله چې تر لاړ شې نو همدا کس به ستا باره کې نورو ته خبرې کوي او له دې حقيقت هيڅوک نه شي منکريدلای.

دوه مخي خلک هغه دي چې تا سره به په ډېره خوږه ژبه خبرې کوي خو ستا تر شا بدې خبرې کوي. مونږ په ډېره بې شرمی د خلکو انځور د نورو پر وړاندې داغو او دې ته هم فکر نه کوو چې د دوی ژوند به څومره اغيزمن کړي. په ميليونونه ځانوژنې به ژغورل شوي وای که چيرته مو په احساساتي ناروغ باندې خبر جوړولو پر ځای هغوی سره اخلاقي ملاتړ کړی وای.
پس پسک په نيم علم قضاوت کوي. هر پس پسک کونکی په پای کې خپل زهر څښي. د هغوی ذهن تل له پوښتنو ډک وي."دا نور خلک به زما باره کې څه فکر کوي؟"ته په نورو قضاوت مه کوه چې خلک په تا قضاوت ونه کړي. برعکس يې هم داسې دی. په نورو قضاوت کوه، په تا به هم قضاوت کيږي. پس پسک کونکی يواځې نورو ته ننداره وړاندې کوي.
د انسان په انقلاب کې تل بې ځايه پوښتنې دي. مونږ د علم او دانش تندې او لوږې ته د پس پسک خواړه ورکوو. که چيرته نامتو خلک هم پس پسک کونکي ول نو نن ورځ به زمونږ تر منځ ول. او که مونږ پس پسک دنده پريښوده نو مونږ به د هغوی په څېر شو.
يو زمری د پيشو گانو ترمنځ څه کوي؟ بل ځل چې د پس پسک ډله ستا خواته راځي نو ته ترې غلی روان شه. هغوی سره د نورو نه شتون باره کې خبرې مه کوه او هم يې مه اوره. راځئ چې خپل ساعت د نورو په زړونو ټپي کولو تېر نه کړو.
لوړ فکرونه نظريو کې بحث کوي، منځني فکرونه پيښو کې بحث کوي اوواړه فکرونه خلکو کې بحث کوي.

***

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

ښه ارتباط مو اړیکه غښتلې کوي
ناسم ارتباط به مو اړیکه وشکوي

”د ملګري په څیر یې درته وایم...“
”زه یو دوستانه سړی یم. زه چې چاته هم څه وایم، مخامخ یې ورته وایم.“
”ځینې وختونه خلک زما ملګرتیا نه شي منلی“

دا هغه خبرې دي چې زیاتره یې هره ورځ اورو. خو خبره دا ده چې همدې خلکو سره څوک دوستانه چلند وکړي نو بیا یې دوی نه شي زغملای. کله چې خبره دوی ته شي نو دوی مخامخ او صفا خبره کوي او کله چې نورو ته شي نو بیا دوی ځان مني او ځان بې پروا ښایي.

خو کله چې ساده حقیقتونه هم به دوستانه چلند ورته وشي نو بیا یې په مشکله مني. نو تاسې فکر وکړئ چې نور به ستاسې دوستانه چلند ځنګه وزغمي، چې تاسې خپله یې زغم نه لرئ؟

ریښتیا خبره ده چې دوستانه چلند کومه ستونزه نه ده، خو زمونږ په دوستانه چلند کې چې کوم زیرتوب پروت دی، دا ستونزه جوړوي. انسانان په بنسټیزه توګه د استدلال پر ځای په احساساتو ولاړ دي. زمونږ په دوستانه چلند کې ښایي چې استدلال پروت وي خو د هغې تر شا زیرتوب د خلکو احساسات زیانمنوي.

کله چې په یو غشي ولګیږي نو ته به کینې او د غشي مواد به څیړې چې له څه شي جوړ دي؟ کله چې خبرې د یو کس په زړه ولګیږي نو هغوی بیا د خبرې مطلب ته نه ګوري.

داسې نه ده چې ته ځنګه پخلی کوې، بلکې فرق دا کوي چې په کوم چلند یې خلکو ته وړاندې کوې. ارتباط خپله موخه هغه وخت لاس ته راوړلی شي چې نورو څلورو برخو خپل کار کړی وي. ته څه وایې، ځنګه یې وایې، کله یې وایې،

●●●

او کله ویل بندوې.

په دوستانه چلند درته وایم، ښه ارتباط به یوه اړیکه غښتلې کړي، ناسم ارتباط به اړیکه وشکوي.

***

هر کار چې په شخصي بې مطلبۍ تر سره شي
یو ښه کار ترې جوړیږي

دلته ولې دومره بې پروایي ده؟ کوم خلک چې ځوریږي، ولې هغوی ته پاملرنه نه کوئ؟داسې ښکاري چې اسانه لاره دا ده چې ځان مسول ونه ښایې او د خلکو اوښکو پروا ونه لرې. نو بیا پریږدئ چې ترور وي. پریږدئ چې لوږه وي، پریږدئ چې ماشومانو د مزدورانو کالي اغوستي وي او خدمت کوي، څه وشول که زما د موټر چلونکي بچې ښوونځي ته نه ځي؟ دا د هغوی تقدیر دی، زه خو د هغوی تقدیر لیکونکی نه یم. دا به ډېر خطرناکه نه وي چې د خلکو په درد کې ځان ښکیل کړو؟ د هغې خپل کار دی او خپل تقدیر ته به رسیږي. څه یوه بې پروایي ده! تر څو چې زه روغ یم او ښه خواړه خورم او خپلې کورنۍ سره اوسم، راتلونکی مې هم تضمین دی، خو زما ګاونډی چې په هر حال وي، زه یې پروا نه لرم.

بې پروایي له غوسې هم ناوړه ده، د کرکې څخه هم ظالمه ده، د بدل اغستو هم بدتره ده. بیا هم په غوسه، کرکه او بدل اخستلو کې یو انساني احساس ژوندی دی چې هغه دې کارونو ته اړ کوي. بې پروایي ستاسې احساسات ویده کوي. نو ویلی شو چې بې پروایي یواځې یوه ګناه نه بلکې یوه جزا هم ده.

راځئ چې د اخر انسان لپاره هم احساس ولرو. راځئ چې د نورو خلکو اوښکو لیدلو سره زمونږ سترګې هم راډکې شي. راځئ چې بې پروایي له منځه یوسو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

راځئ چې توپیرونه رامنځته کړو. مونږ به خپله برخه وکړو او مونږ یوه غټه برخه وکړو. راځئ چې د هغو څخه لاس وانه خلو چې هغوی د ژونده لاس اخستی. که څه هم د خلکو ټولې اوښکې پاکول څه اسانه کار نه دی، خو تر کومه چې په نړۍ کې اوښکې وي اوتر کومه چې په مونږ کې لږه ساه هم پاتې وي، خپل کار به پر مخ بوځو.

دا زه نه یم، بلکې زه هغه څه یم چې ما تعریفوي. عادي خلک چې کله له خپل ځانه سترو موخو لاسته راوړلو هڅه کوي، هغوی فوق العاده امکانات رابرسیره کوي. هر کار چې په شخصي بې مطلبۍ تر سره کیږي، هغه یو نیک کار دی. وکیلان، ښوونکي، ژورنالستان او نجاران او هرڅوک چې خپله موخه د خپل ځان څخه هم پورته ګني، افسانې جوړوي.

د زړه دنده دا ده چې د بل زړه سره اړیکه کې وي. راځئ چې یو ځل بیا احساس پیدا کړو... کله چې د مخلوقاتو لپاره فکر کوې نو خالق به ستا باره کې فکر وکړي.

***

ته هغه څه نه ترلاسه کوې چې ته یې غواړې
ته هغه څه ترلاسه کوې چې ته یې مستحق یې

یو ایټالوي دا خبره کړې ویلي، ″راځئ چې زمونږه بدمرغۍ د نوي کال ورځې په خبر لنډه ژورلید ولري″ هر څوک غواړي چې روغ اووسي خو ایا دوی یې مستحق دي؟ هر څوک غواړي بریالی شي خو ایا دوی یې مستحق دي؟

ته په ژوند کې هغه څه نه ترلاسه کوې چې ته یې غواړې، یواځې هغه څه ترلاسه کوې چې ته یې مستحق یې. ته خپلې غوښتنې څنګه په مستحقتوب بدلولای شې؟ کله چې غوښتنې دټینګاري ځاني تشویق د هڅو لارښودې وي نو بیا

غوښتنې په مستحقتوب بدلیږي.

بې هڅتوب هم د هڅې له لارې تر لاسه کیږي. توماس ایډیسن ویلي، ″نابغتوب ۱٪ الهام دی او ۹۹٪ هڅه ده″زما یو ملګري یوه ورځ ویلي ول، ″که زه د نورو په خبر ځیرک نه یم، نو زه یې نه شم کولای. دا زما غلطي نه ده. که زه احساساتي ډول نورمال نه یم نو زه به یې ومنم، دا مې د مور او پلار غلطي ده. او که چیرته زه د نورو په څېر هڅه ونه کړم نو بله بهانه به ونه لرم نو دا به زما غلطي وي.

د بریالیتوب یو ستر راز دا دی چې نورو ته مه ګورئ خپله یې پیل کړئ. شخصي تشویق تلپاتې تشویق دی. روښنایي به له دننه راووځي.

پیټر ډرکر ویلي، ″هغه کار څخه بل بې ارزښته کار نشته چې باید ونه شي او تاسې یې په اغیزمنه توګه مخکې وړئ″ د لارښوونې حس پرته هڅه یوه بې ځایه هڅه ده. ددې ګټه څه شوه چې په زینه تر اخره پوړۍ وخیژې او وروسته پوه شې په غلط دیوال دې زینه ایښې ده؟ وخت او هڅه هیڅکله په انزوا کې نه اداره کیږي.

دا د ژوند شرایطو پورې اړه لري چې له ژونده څه غواړې او ژوند به څه درکړي.

د لارښود پرته فعالیت بدلون دی خو د لارښوونې سره فعالیت پرمختګ دی.

تا به خلک په هغه څه نه یادوي چې تا یو ځل کړي بلکې په هغه کارونو به دې یادوي چې تل یې کوې.

ته به هغه څه ترلاسه نه کړې چې ته یې غواړې بلکې هغه څه به ترلاسه کړې چې ته یې مستحق یې. دا د هغه (ج) قانون دی. راځئ چې خپل قانون دا کړو چې ټینګار او ځاني تشویق د هڅو لارښود دی.

***

(c) ketabton.com: The Digital Library

کومو ریښتیا سره چې مقاومت کوې
په اصل کې ورسره په جګړه کې یې

کله چې په ریښتوني ډول ژوند کوو، نو ژوند مو رغیږي. کومو ریښتیا سره چې مقاومت کوې په اصل کې ورسره په جګړه بوخت یو.

کالیو مینځلو ماشین کې خیرن کالي ورغورځوو. ماشین خپله دنده ترسره کوي. کالي باید وچولو لپاره راویستل شي. تر څومره وخته چې کالي په ماشین کې پاتې کیږي، هغومره یې بوی زیاتیږي. که یو څو ورځې یې پکې پریږدو نو بوی به یې د زغملو نه وي. همدا خبره زموږ فکرونو او احساساتو سره هم ده. څومره چې فکرونه ډېروو او ارتباط نه کوو او څومره چې احساس کوو او څرګندوو یې نه، په هماغه اندازه په اړیکه کې درز زیاتیږي.

کوم فکرونه چې رامنځته شي خو شریک نه شي، کوم احساسات چې راوپاریږي او څرګند نه شي، نو دا یو نابشپړ څرخ دی. نابشپړ څرخ په نیم خودي کې ژوندی پروت وي.

کله چې په دوامداره توګه خپل فکرونه شریک نه کړې او خپل احساسات ښکاره نه کړې، نو فکرونه او احساسات مو زیانمنوي. کله چې ریښتیا کې زیاتوالی یا کموالی راولې او خپل مړه احساسات خوشالوې. کله چې ورسره نه شې مخ کیدی، نو بیا ترې منکریږې.او کله چې له یو څه منکر شې نو بیا یې پروا نه کوې. تر څو چې څرخ نه وي پوره شوی نو بیا به موږ ټولو نه دروغجنان جوړ کړي.

د احساساتي روغتیا راز په دې کې دی چې کله یو چا ټپي کړې یا یې احساسات درته ټپي کړل نو هغوي ته ووایه چې هغوی ټپي کړې. که نا دا نابشپړ څرخونه به یو ځل بیا په راتلونکي کې راښکاره شي او ستا ښه وختونه به خراب کړي.

د پخواني احساساتو بوج به حال ته نه راوړې. په اوسني حال کې به درته پخواني نیمګړې خیالونه راپیدا شي. ته به هڅه کوې چې هغه نیمګړي احساسات به د پخوا په څېر بشپړ کړې خو په اوس وخت کې یې بشپړول سر نه خوري. احساساتي ناروغي یوه زیرمه ای ناروغي ده.

ته ماته وایې،″ که په ریښتیا زه خپل فکرونه او احساسات ښکاره کړم، نو زه به هغه کس خفه کړم چې ماته ډېر نږدې دی″خو زه درته وایم، ″که چیرته یې ښکاره نه کړې، نو ته به اړیکې خپله ټپي کړې″

که څه هم ریښتیا به مو ټپي کړي خو راځئ چې ورسره مخ کیدل زده کړو. راځئ چې هغومونږ ته ډېر نږدې وي، ریښتیا ووایو، که څه هم ټپي به مو کړي. خپل فکرونه ورته ووایه، تصوري وخت ته انتظار مه کوه. ډېر ساده اووسه، خپله ګیله ختمه کړه او پریږده یې. زیاتوالی یا کموالی پکې مه کوه. که هغه کس ته درک کړې نو ته بریالی شوې. که ونه شو نو پوه شه چې چاسره معامله کوې. هر حالت ومنه. ښنه وکړه او خپل ټپ څخه ځان خلاص کړه. په مخه ځه... هیڅ شي ثبوتولو ته اړتیا نشته.

***

که چیرته یې حل نه لرو نو لږ تر لږه دلاسا یې کړه.
که چیرته مرسته نه شو کولای، نو ځوروه یې مه.
که چیرته ستونزه نه شو حل کولای، نو د ستونزې سبب مه جوړیږه.
که چیرته یې ګړندي کولای نه شو نو مخه یې هم مه نیسه.
په خبرو او عملونو کې له خواخوږۍ کار واخلئ، هر چا سره حل مونډلو کې مرسته وکړه او دا نړۍ به ستا شي.

***

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

د سکون دروازې یواځې د باور په کیلیو خلاصیږي

دا اړینه نه ده چې پرون درسره څه شوي ول، پرون دې خلکو سره څه کړي ول او یا خلکو درسره پرون څه کړي ول، او یا چا ولې درسره کړي ول او څه یې درسره کړي ول، نو کله چې سهار پاڅې نو یو ځل بیا په دې نړۍ باور کوه. زه پوهیږم چې دا یواځې ویل اسانه دي خو تاسې بله لاره هم نه لرئ. ځکه چې ستا سکون ستا په باور کې نغاړل شوی دی. د باور پرته سکون نشته. بې باورۍ مو زړه تنګی کوي.

په زرګونو ځله به دې له عامه ترانسپورټ څخه ګټه پورته کړې وي او بټوه به هم درنه څو ځله غلا شوې وي. که څه هم په نړۍ باور نه لرې او هر څو دقیقې وروسته خپل جیب ګورې، خو یو ماهر غل تا څارې او یوه ورځ دې جیب وهي. د بس هر یو کس ته به د غل په سترګه ګورې او ستا ذهني سکون به یې خراب کړی وي. خو په خلکو باور به مو دا سفر د خوښیو ډک کړي.

کیدای شي یو کارکونکی درسره خیانت وکړي. خو بیا هم په نورو ټول باور ولره. په بل سهار راپاڅه او په ټولو باور ولره. زما خبرې به درته ساده ښکاره شي خو زه درته د خوښیو دروازې ښایم، چې د باور په کیلیانو خلاصیږي.

که چیرته د سکون په لټه یې او پرون درسره هم خیانت شوی وي نو ته ددې نه پرته بله لاره نه لرې چې سهار راپاڅې او یو ځل بیا په ټولو باور ولرې. هر ځل چې یو کس ما سره خیانت کوي یا دوکه کوي نو زه ځان سره وایم،"شکر خدایه چې ماسره دوکه وشوه، زه خو خپله دوکه باز نه یم. ماسره خیانت وشو خو زه خپله خاین نه یم."

راځئ هر سهار راپاڅیدو سره داسې فرض کړو چې نن به په خلکو باور کولای شم. په دنیا کې به په میلیونونه ځلې په باور سره ژوند وکړم، که سوونه ځله راسره خیانت وشي. دا ستونزې زمونږ په ګټه دي. پریږدئ چې زړه مو د باور په لور

●●●

کوږ شي.

د سکون لپاره یواځینۍ لاره با و ر دی.

***

هر انسان د شتمن توب لپاره اخلاقي مسولیت لري

که مونږ په یوه پیکه ټولنه کې ژوند کوو. نو ډیر ښه خلک ددې لپاره مسول دي. د ښو خلکو زیاتره ستونزه دا وي چې هغوی خپله قناعت کړی وي او خوشاله وي. هغوی دا هم نه وایي چې دوی دې شتمن شي.

راځئ ووایو چې په یو سرک د پنځوس روپو نوټ پروت دی. یو ښه سړی به یې خوا کې تېر شي او وبه وایي چې "دا زما پیسې نه دي، زه ورته لاس نه وروړم" که هغې دا پیسې پورته نه کړې نو یو بل رذیل به یې چې اړتیا هم ورته نه لري، پورته به یې کړي. خو که یو ښه سړي پورته کړې وی نو کیدای شي په یو ښه ځای کې یا یو غریب ته یې ورکړې وې. خو هغې پریښودې او داسې کس ګوتو ته ورغلې چې هغه به یې په بدو لارو ولګوي.

په یو هیواد کې د رسمي واحد څرخیدنه ساکنه وي. دا پیسې یو ښه سړي سره کیدای شي او یا یو لنډه غر سره هم کیدای شي. ښه سړی به په پیسې په ښوونځو جوړولو، چاپیریال غوره والي، تعلیمي کچه لوړوالي، بیوزلو سره مرستې او روغتیايي برخو کې کار کوي. خو بد خلک به یې په بمونو، ځانوژنکو بریدونو، مذهبي اختلافونو او بې ګناه خلکو وژلو باندې لګوي.

زما غږ ټولو ښو خلکو لپاره دا دی چې خپل لاسونه پورته کړئ او د نورو نیکمرغه خلکو ډلې جوړې کړئ... ښه خلک چې خپل وجدان به نه خرڅوي. نو د سلو یو نوټ هیڅکله مه پریږدئ چې یو رذیل یې پورته کړي.راځئ چې هغوی له پښو وغورځوو. راځئ چې مالي کنټرول په لاس کې ونیسو. راځئ چې اضافي سر چینې راجمع کړو. که تاسې ورته اړتیا نه لرئ نو څه وشول؟ راځئ

(c) ketabton.com: The Digital Library

چې د یوې ښې نړۍ لپاره یې وکاروو. په څرګند ډول یې درته ووایم. هر انسان د شتمن توب لپاره اخلاقي مسولیت لري.

***

که د ښوونکي یا روزونکي ونه لرو
نو مونږ هیڅ پر مخ نه شو تللی

راماکانت اچاریکار د سچن ټینډولکر نه ښه کرکټ لوبغاړی نه وو. خو د هغه لوبڅارتوب وو چې سچن نه یې سچن جوړ که او نړۍ ته وښوده.

مونږ یو بهرني ته اړتیا لرو چې مونږ ته لارښوونه وکړي. هغوی مونږ ته لکه د ښیښې په څېر دي، چې مونږ ته خپلې غښتلتیاوې ښایي تر څو پرې کمزورۍ له منځه یوسو. مونږ روزونکو ته اړتیا لرو چې زمونږ مهارتونه نور هم تېره کړي. مونږ ښوونکو ته اړتیا لرو چې زمونږ پوهه نوره هم پراخه کړي.

ستا د لومړي ټولګي ښوونکی کیدای شي دومره نه وي چې ستا هومره پورته لاړ شي، خو هغې تاته د ژوند بنسټیزه پوهه درکړې ده. راځئ چې خپل ځانونه د لارښوونکو سره پرتله نه کړو. که چیرته لمر د وړانګو څخه لیری کړو نو هیڅ به پاتې نه شي. که چیرته د لوښي څخه خټه لرې کړو نو هیڅ به پاتې نه شي. که چیرته د اغیز نه سبب لرې کړو نو هیڅ به پاتې نه شي. که چیرته د ښوونکو څخه ښوونه لرې کړو نو مونږ به هم پاتې نه شو.

د ریاضي ښوونکي په تخته ۱۰۰۰ ولیکل او ویې پوښتل چې څوک تل د ټولګي مزاحمت کوي. "دا څو دي؟" په جرآت خو د پوښتنې په ساده والي وشرمیده، هلک ځواب ورکړ،"یو زر"ښوونکي ښې لور ته یو بل صفر هم ورزیات کړ او بیا یې وپوښتل، "دا څو دي؟" "لس زره". ښوونکي دا ځل چپې خواته یو صفر ورزیات کړ او ویې وپوښتل، "دا څو دي؟" هلک ځواب ورکړ،"هماغه لس

زره" ښوونکی مسکی شو او ویې ویل،"کله چې یو بې معنی نمبر د یو معنی لرونکي نمبر پسې وي نو هغې ته ارزښت ورکوي. خو کله چې بې معنی نمبر وړاندې وي نو بیا هیڅ ارزښت نه ورکوي. دا د ښوونکي او زده کونکي تر منځ اړیکه ده. کله چې یو زده کونکی، ښوونکي پسې وي نو ارزښت پیدا کوي او بله خبره یې هم داسې... زه نه غواړم چې هر څه درته واضح کړم"

د لارښود یا ټرینر پورته والی په دې کې وي چې لوبغاړي ته ووایي چې هغه څومره وړتیا لري او د لوبغاړي لوړوالی په دې کې دی چې هماغه وړتیاوې وښایي.

***

کله چې وڅارل شو بدل یې کړه
او تر ډېره ساتل یې په رواج بدلوي

یو څه وخت وړاندې په چینایي(د هند ښار) کې یو قانون وضع شو چې عامه ځایونو کې به سګرټ نه څکوئ. خو چا یې پروا لرله؟ اوس هم خلک ګورئ چې په هر ځای کې سګرټ څکوي. سنګاپور هم یو څو لسیزې وړاندې په ډېرانونو بندیز لګولی وو. هر چا دې قانون ته غاړه ایښې وه. ولې؟ توپیر په څه کې دی؟ په چینایي کې د قانون پیروي ونه شوه او سنګاپور کې ټولو خلکو قانون ته غاړه کیښوده.

کله چې وڅارل شو بدل یې کړه او تر ډېره ساتل یې په رواج بدلوي. ننګونه بدلون نه دی خو بدلون په کلتور بدلول ننګونه ده.

په عامه ځایونو کې سګرټ بندیز لپاره مناسب سیستم وضع نه شو او مناسبه کچه پرسونل له لورې حمایه نه شو. نو دا قانون یواځې په کتابونو کې پاتې شو او عملي نه کړای شو. خو ډېران بندیز په سنګاپور کې تر سختې څارنې لاندې

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

ونیول شو، هغه بدلون وساتل شو او یوه ورځ په کلتور بدل شو.
یو ښه روزنیز پروګرام، یو ښه کتاب، یوه ښه معنوي وینا، او داسې نور مونږ هڅوي، چې بدل شو. ددې بدلونونو یواځینی زیان دا دی چې ناڅاپي مري که ځارنه یې ونه شي. چې بدلون راولي او بیا دا بدلون له منځه لاړ شي نو دا بیا اروایي سست شي.
افسانوي خلک د عامو خلکو څخه څه توپیر لري؟ کله چې افسانوي خلک یو بدلون خپل کړي، هغوي یې ځاري او تر هغه یې ساتي تر څو په یو کلتور بدل شي. برعکس نور خلک یې په موقتي توګه خپلوي. او دوی یو ځل بیا لکه د نوي کال ورځې په څېر ورته انتظار کوي او یو ځل بیا هڅه کوي چې هماغه بدلونونه رامنځته کړي چې پخوا پکې ناکام شوي ول.
که چیرته یو بدلون وځارئ او بیا یې تر هغې وساتئ چې په یو کلتور بدل شي نو ستاسې ژوند به ګرداړي په څېر بره لاړ شي. او که یا به یو ناوړه څرخ وي.
که چیرته بیرته خپل پخواني ځای ته راځئ نو بیا یې ولې پیلوئ.
نورو ته کتل یو مثبت کار دی خو کله چې په کمزورتیا بدل شي نو بیا ترې تسلیمیدل جوړیږي.. مونږ هر د خپل کاري مشر څخه غوره ثابیتیدای شو،کله چې یو کار د یو کس لپاره شوني وي نو هغه د ټولو لپاره شوني وي. یو کار چې یو کس کولای شي نو هغه کار ټول کولای شي او کیدای شي له هغه یې هم غوره وکړي
ته د تعقیب لپاره نه یې زیږیدلی بلکې د مشرۍ او لارښوونې لپاره زیږیدلی یې.
په یاد ولره چې ته غوره شوی سپرم یې. ته چې کله یو سپرم هم وې نو تعقیبونکی نه وې. ته میراثي لارښود یې.

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