افکار و ته سکون

کتاب پُل دی انسان د هوبیدو څخه ژغوري، کتاب بهترین دوست دی، د کتاب سره ناسته اختیار کړئ، د کتاب په لوستلو سره دماغ پیاوړی کیږي، انسان د کتابونو څخه ډیر څه زده کولای سي، هر وخت مو باید په لاس کي یو کتاب وي، ځکه چي د وخت د ښه استعمال ذریعه د کتاب لوستل دي.

Ketabton.com

لیکوال:

فرید احمد (مبارز)

(c) ketabton.com: The Digital Library

د کتاب پیژندنه

د کتاب نوم:	افکارو ته سکون
لیکوال:	فرید احمد (مبارز)
کمپوزر:	خپله لیکوال
برېښنالیک:	Faridahmadmobariz81@gmail.com

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

فهرست

موضوع | مخ

د کتاب پیژندنه.......... ۱
بسم الله الرحمن الرحیم.......... ۲
فهرست.......... ۳
سریزه.......... ۵
د انسان په ژوند کي هدف ټاکل اساسي اصل دی.......... ۶
د کامیابي تر لاسه کولو اصول او لاري چاري.......... ۱۲
کامیابي د هغه چا ده په چا کي چي یې همت وي.......... ۱۷
کامیاب خلک د ذهني بوج سره مقابله کوي.......... ۱۹
د کامیابي سبب څه دی؟.......... ۲۱
ناکامي موږ ته د کامیابي لاره برابره وي.......... ۲۵
مه نااُمیده کیږئ پر خپل ځان باور ولری.......... ۲۹
د شرم کولو څخه ځان وساتئ.......... ۳۴
د خلکو سره ښه تعلقات ولرئ.......... ۳۷
د انسان په کردار او شخصیت کي ښه او بد عادتونه.......... ۴۱
ښه فیصله کول مو د کامیابی راز دی.......... ۴۵
د مشکلاتو او مصبتونو سره مبارزه کول.......... ۴۷
پر الله سبحانه وتعالی توکل وکړئ.......... ۵۲
الله سبحانه وتعالی غفور او رحیم ذات دی.......... ۵۳
د خوشحاله اوسیدلو اصول او لاري چاري.......... ۵۵
وخت د ژوند حقیقت دی.......... ۶۲
ځوانان د ټولني ستون فقرات دي.......... ۶۷

(c) ketabton.com: The Digital Library

زړه ته څنګه سکون حاصلیدای سي؟.. ۷۵
مطالعه کول د انسان دماغ پیاوړی کوي.. ۷۸
د ښه صحت درلودلو لاري چاري.. ۷۹
د فکري رشد او نوښت مخه نیونکي څیزونه.. ۸۲
خپل ذهن د ځان پر ضد مه کاروئ.. ۸۳
هیڅ دي د لاسه نه دي ورکړي.. ۸۴
د خوښۍ راز په څه کي دی؟.. ۸۶
ذهني نا آرامي.. ۸۸
د ځان سره د فکر کولو زیان رسونکي حالات.. ۹۱
د دقیق فکر او پریکړي کولو لپاره د پنځو منفي خویونو څخه ځان ژغورل.................. ۹۲
هغه لس عادتونه چي ستاسو ټولنیزو مهارتونو ته د پام وړ وده ورکوي.................. ۹۵
هیله بخښونکي افکار.. ۹۶

(c) ketabton.com: The Digital Library

سریزه

الحمدالله رب العالمین والعاقبة للمتقین والصلوة والسلام علی اشرف الانبیاء محمد مصطفی (صلی الله علیه وسلم). اللهم صل علیٰ محمدوعلیٰ آل محمد کما صلیت علیٰ ابراهیم وعلیٰ آل ابراهیم انک حمید مجید. اللهم بارک علیٰ محمدوعلیٰ آل محمد کما بارکت علیٰ ابراهیم وعلیٰ آل ابراهیم انک حمید مجید. اما بعد!

ژوند د الله (جل جلاله) د لوري بشر ته تر ټولو آرزښتناکه ډالۍ ده، هغه خلک چي د الله (جل جلاله) ددې پیرزویني په آرزښت پوه دي، تر ټولو نیکمرغه خلک دي، دوی د ژوند د هري شیبې څخه بي پایه خوند اخلي، لنډه دا چي د خوښي احساس کوي او د الله (جل جلاله) ددې پیرزویني مننداوینه کوي، داسي نه ده چي دې خلکو درد، غم، ستونزي، مشکلات او داسي نور هیڅ نه دي ګاللي، بلکي دوی د ستونزو سره مبارزه کړې ده، د ژوند هغه رازونه یې کشف کړي دي، کوم چي په مرسته یې د ستونزو او کړاونو سره په ډاډه زړه مبارزه کولای سي. الله (جل جلاله) هر فرد د ښو صلاحیتونو سره پیدا کړی دی، الله (جل جلاله) هر انسان د یوه خاص مقصد لپاره پیدا کړی دی، الله (جل جلاله) هر فرد په ډېرو صلاحیتونو باندي نازولی دی، په هر فرد کي کم از کم یو صلاحیت داسي ضرور سته کوم چي د نورو څخه ښه دی، د همدغه صلاحیت د وجهي ډېر کارونه پر مخ بیولای سي، او ډېر حیرانونکي کارونه کولای سي، کامیاب خلک فوق البشر نه دي او نه د عامو خلکو څخه څو فیصده ذهین او باصلاحیته دي، بلکي زموږ او ستاسو په څیر عام خلک دي، کوم چي د میانه درجې ذهن خاوندان دي، مګر په هغوی کي د کامیابي ډېر خواهش کوونکي وي، د هغوی د ژوند لپاره یو هدف وي، هغوی پر خپلو کامیابیو یقیني وي، د هغوی سوچ، فکر او رویه مثبته وي، دا خلک د خپلي کامیابي لپاره تل ثابت قدم اوسي، لهذا کامیاب خلک چي کوم کار کوي تاسو هم همغه کار کوی، په دنیا کي هر څوک کامیاب او دولت مند کیدلای سي.

درنو لوستونکو! دا چي زما او ستاسي تر منځ ددې کتاب د لوستلو له برکته ملګرتیا پیدا سوه، زه ستاسو ټولو لوستونکو څخه نړۍ نړۍ مننه کوم، چي خپل آرزښتمن وخت مو زما د کتاب ولوستلو ته ورکړی، زه ځان ستاسي ددې ښیګني پوروړی بولم او ستاسي لپاره لاسونه د لوی رب (جل جلاله) و دربار ته لپه کوم، الله (جل جلاله) دي ستاسي ژوند د اندیښنو او غمونو څخه په آمن کي کړي.

په درنښت

فرید احمد (مبارز)

(c) ketabton.com: The Digital Library

د انسان په ژوند کې هدف ټاکل اساسي اصل دی

هر انسان تر هغه وخته د کامیابي سفر نه سي شروع کولای، تر څو چي په خپل منزل مقصود علم ونه لري چي منزل مقصود یې څه او چیري دی، د دغه سفر د شروع کولو څخه مخکي په دې علم درلودل ډیر ضروري دي، چي تاسو د څه جوړول، څه حاصلول او د کوم څه کول غواړی، انساني کامیابي او کامراني د هدف د ټاکلو څخه شروع کیږي، تر څو چي موږ کوم هدف ونه لرو موږ د ډیرو مهمو مواقعو څخه هم ګټه نه سو پورته کولای، کوم وخت چي تاسو خپل هدف او مقصد معلوم کړی، نو ستاسو د فکر انداز بدل سي او بیا د هغه د حصول لپاره کوښښ شروع کړی، الله سبحانه وتعالی د هیچا کوښښ نه ضایع کوي، که چیري تاسو د زړه د اخلاصه د کوم شي حاصلول وغواړی، نو تمام کائنات به د دغه شي په لاسته راوړنه کي ستاسو سره مرسته کوونکي سي، موږ همیشه ددې صلاحیت لرو چي خپل خوبونه پوره کړو او خپل هدف تر لاسه کړو، ماهرینو د هدف ټاکلو لپاره ډیر اصول وضع کړي دي، چي یو څو مهم یې په لاندي ډول دي:

۱: هدف باید همیشه واضح، معلوم او قطعي وي، ځکه پټ هدف عموماً نه سي تر لاسه کیدای.

۲: هدف باید د همیشه لپاره لوی وي، هیڅوک د خپل هدف څخه زیاته کامیابي نه سي تر لاسه کولای، ددې وجهي بعضي ماهرینو پر دې ټینګار کړی دی، چي هدف ته رسیدل سخت مګر ممکن دي، البته د ممکن او ناممکن تر منځ فرق سته، په شروع کي هر هدف ته رسیدل ناممکن وي، مګر د مثبت فکر خاوندان بیا وایي: د هر شي لاسته راوړنه ناممکن نه دي، لکه نن سبا د بعضي شیانو ایجاد، لکه: برق، راډیو، کمپیوټر او داسي نور... دا ټول شیان په ابتداء کي ناممکن وه، مګر یو څو د لوړ عزم او تیز ذهن خاوندانو دا هر څه ایجاد او ممکن کړل، لهذا تاسو هم لوی هدف ټاکی او په معمولي کامیابیو قناعت مه کوئ.

کله چي تاسو لوی هدف وټاکی تاسو خود بخوده د لویو لویو نتیجو توقع کوی، ډیر زیات کوښښ کوی، کوم وخت چي تاسو د کوم شي توقع وکړی او د هغه لاسته راوړل مو یقیني وي، نو هغه تر لاسه کولای هم سی، که چیري تاسو کمزوري هدفونه وټاکی او ستاسو کوښښ هم کمزورئ وي، نو د کمزوري کوښښ نتیجه هم کمزوري وي، لهذا د خپلي توقع څخه لوی هدف وټاکی، یعني که تاسو پوهیږی چي فلانی کار کولای سی، نو هدف مو د هغه څخه لوړ وټاکی، تاسو په خپله ژوند کي د کم شي په حاصلولو مه راضي کیږی، هر وخت د ډیر څه د حاصلولو فکر کوی، ان شاء الله ډیر څه به په لاس درسي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۳: هدف باید مثبت وي، مثلاً ددې فکر پر ځای چي زه غریب او خفه نه وای داسي فکر وکړی زه باید خوشحاله او مالدار وای، د ناکامۍ پر ځای د کامیابۍ سوچ او فکر کوی، داسي سوچ او فکر مه کوئ چي زه هیڅ نه غواړم، بلکي داسي سوچ او فکر کوئ چي زه هر څه غواړم، انساني ذهن د مثبت هدف د حصول لپاره ډیر په تیزۍ سره کار کوي، لهذا مثبت هدف وټاکی.

۴: د هدف ټاکل باید ستاسو له خوا وي نه د نورو له خوا، د نورو تر تاثیر لاندي خپل هدفونه مه ټاکئ، په نننی وخت کي اکثره مور او پلار د خپل اولاد لپاره هدف ټاکي، کوم چي بیا تقریباً اکثر سم نه وي، مثلاً مور او پلار غواړي چي زوی یې ډاکټر، انجینیر یا بل څه سي، مګر زوی یې بیا غواړي چي عالم یا حافظ سي، نو په داسي صورت کي ښکاره کامیابي نه سي تر لاسه کیدلای، لهذا خپل هدف په خپله وټاکی.

۵: د هدف لاسته راوړلو لپاره د وخت تعین نهایت ډیر ضروري دی، یعني د هغه د تکمیل لپاره نیټه معلومه کړی، کله چي یو انسان د کار د تکمیل لپاره کومه نیټه معلومه کړي، هغه بیا عموماً خپل کار د ټاکلي تاریخ څخه مخکي سرته رسوي، ځکه خو کامیاب خلک د خپلو کارونو د سرته رسولو لپاره نیټه معلوموي، د تاریخ ټاکنه باید نه ډیره لیري او نه ډیره نږدې وي، ځکه که چیري لیري وي، نو د انسان دلچسپي کمیدلای سي او که ډیره نږدې سي شاید چي بیا انسان حوصله د لاسه ورکړي.

که څه هم د ځینو ماهرینو فکر دا دی: د کار د تکمیل موده په عام طور سره میانه وي، یعني که چیري نږدې وي، نو خپل هدف ژر تر لاسه کولای سی او که لیري وي، نو د هدف په حصول کي بیا وروسته والی راځي، په هر حال دا خبره په ذهن کي یاد وساتئ، کله چي مو د یوه کار د تکمیل لپاره کومه نیټه معلومه کړه، په هغې کي بیا تغیر او تبدیل مه راولی، که مو تر ټاکلي تاریخ پوري خپل هدف تر لاسه نه کړ تاسو مطمئن اوسئ مایوسه کیږی مه، د بل نوي تاریخ ټاکنه وکړی.

۶: کوښښ وکړئ چي ستاسو هدف ستاسو د شخصیت، مزاج او فطرت سره برابروي، که چیري مو هدف د فطرت سره برابر وو، نو د هغه د حصول لپاره د کار کول داسي دي، لکه نه کار کول، بلکي هغه بیا ستاسو لپاره یوه مشغله وي، لویه کامیابي صرف د خپلي خوښي په کار کولو کي ده، لهذا که کوم کار دي خوښ نه وي، نو تاسو یې تر ډیره وخته په ښه معیار او د زړه د اخلاصه نه سی ترسره کولای، او کوم کار چي د زړه د اخلاصه ونه سي په هغه کي د ترقي امکانات ډیر کم وي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د یوه کامیاب شخص څخه د کامیابي په هکله پوښتنه وسوه؟ هغه وویل: لومړی دا فیصله وکړی چي تاسو د څه حاصلول غواړی؟ د څه جوړول غواړی او د څه کول غواړی؟ بیا د همدغه مقصد د حصول لپاره خپل ټول کوښښ او صلاحیت په کار واچوی، مستقل مزاج اوسی او کوښښ هیڅکله مه پریږدی، تاسو به کامیاب سی، یعني د هر قسم کامیابي د حصول لپاره دا لازمي ده چي تاسو ته به پر دې علم وي چي تاسو څه غواړی. تاسو ډیر خواهشات، تمناوي، آرزوګاني او آرمانونه لری، د هغو ټولو شیانو لیست جوړ کړی د کومو چي په ژوند کي یې حاصلول غواړی، مثلاً: علم، ښه تعلیم، دولت، کور، موټر، د خلګو لپاره مدرسه یا مکتب، روغتون یا د کوم کتاب لیکل، د لیکلو وروسته یو په کښي انتخاب کړی.

فطري صلاحیتونه د کامیابي لپاره د کیلي حیثیت لري، د فطري صلاحیتونو په ملتیا د کامیابي حاصلول ډیر آسان دي، په دې صورت کي انسان ته د کار کول کار نه بلکي یوه مشغلتیا وي، د نفسیاتي ماهرینو په خبره په هر فرد کي د (۳) څخه نیولې تر (۵) پوري او په بعضي خلګو کي (۷) فطري صلاحیتونه موجود دي، د فطري صلاحیتونو د پیژندلو لپاره لاندنیو سوالونو ته جواب ورکړی.

الف: په کوچینوالي کي مو د کوم رقم کار کولو سره شوق درلودی؟. **ب**: په مدرسه یا مکتب کي مو د کوم صنف سره مینه درلوده او د کومو مضامینو سره مو شوق درلودی؟. ؟. **ت**: په مدرسه یا مکتب کي مو په کومو مضمونو کي ډیري نمبرې تر لاسه کولې او د کومو مضامینو څخه مو نفرت درلودی؟. **ث**: نن سبا د کوم رقم کار کولو سره شوق لری؟. **ج**: په تاسو کي هغه کومي خوبی او شخصي اوصاف دي په کومو چي تاسو فخر کوی؟. **خ**: په تاسو کي هغه کوم خصوصیات دي کوم چي تاسو ته ناخوښ دي او ستاسو په خیال کي د هغوی سمول ضروري دي؟. **د**: ستاسو د معلوماتو مطابق خلګو ته ستاسو کومي شخصي خوبی ناخوښي دي؟. **ذ**: په دنیا کي داسي شی ضرور سته د کوم سره چي تاسو ډیره دلچسپي لری، او تاسو یې د نورو خلګو څخه په ښه طریقه سرته رسولای سی، د دغو شیانو لیست جوړ کړی. **ر**: د دغو سوالونو د جوابونو جائزه واخلی، منفي شیان پریږدئ او د مثبتو شیانو په رڼا کي خپل هدف وټاکی. د هدف ټاکلو په وخت کي دغو سوالونو ته جواب ورکړی: **الف**: زه د څه کول غواړم؟ **ب**: زه د څه جوړول غواړم؟ **ت**: زه د څه لیدل غواړم؟ **ث**: زه د څه حاصلول غواړم؟ **ج**: زه چیري تلل غواړم؟

دا یو حقیقت دی چي د هدف د معلومولو پرته ستاسو د کامیابۍ سفر نه سي شروع کیدلای، تر څو چي تاسو ته ددې علم نه وي چي تاسو چیري ولاړ، ناست او روان یاست، نو کامیابي به څنګه تر لاسه کړی، په دنیا کي د هر کامیاب انسان لپاره واضح هدف ضروري دی، دا هدف هر وخت د ده په زړه او دماغ کي اوسیږي او دی هم هر وخت د هغه په باره کي سوچ او فکر کوي، ځکه چي دا د ده د ژوند سبب دی، تاسو د خپل ځان څخه وپوښتی، چي ستاسو

(c) ketabton.com: The Digital Library

د ژوند مقصد څه دی؟ ستاسو منزل مقصود څه دی؟ تاسو په ژوند کې د څه کول، د څه جوړول او د څه حاصلول غواړی؟ که چیري تاسو ته ددې علم نه وي چې تاسو د څه حاصلول غواړی نو به څه حاصل کړی؟ هیڅ نه، ددې څخه لوی لیونی انسان به چیري وي، کوم چې د خپل منزل په هکله علم نه لري او هلته د رسیدلو توقع لري.

په دنیا کې تر (۹۵) فیصده زیات خلګ ناکام دي، د ډیرو ماهرینو د سروې څخه ثابته سوې ده، چې د ناکامې تر ټولو لوی سبب هغه د هدف نه ټاکل دي، کامیاب خلګ په دې پوهیږي چې دوی د څه حاصلول غواړي، د کوم څه جوړول او د کوم څه کول غواړي، یعنې هغوی پوهیږي چې د دوی منزل مقصود څه دی، برعکس د ناکامو خلګو نه کوم مقصد وي او نه کوم هدف، دوی ته ددې علم نه وي چې د څه کول غواړي، یا د دوی منزل مقصود څه دی، معلومه خبره ده یو څوک چې په خپل منزل مقصود علم ونه لري هغوی به څنګه تر هغه ځایه ورسیږي، کله چې دوی په دې علم نه لري چې د څه حاصلول غواړي نو به څه حاصل کړي؟ هیڅ هم نه، په دنیا کې هیڅوک د هدف د معلومولو پرته نه دي کامیابه سوي، د کامیابې لپاره د واضح هدف معلومول ډیر ضروري دي، هیڅوک تر هغه وخته کامیابې نه سي، تر لاسه کولای تر څو چې یو واضح هدف او په خپل منزل مقصود باندې علم ونه لري.

په دنیا کې به تر دې لویه معجزه کومه وي چې یو څوک د خپل منزل په هکله علم نه لري او نه یې د هغه په لور کوم قدم پورته کړی وي، بیا دې هم تر خپله منزله ورسیږي، د انساني ذهن مقصد دا دی چې د هدف او نتیجې په هکله فکر او کار کوي، کوم وخت چې تاسو د هدف تعین وکړی، نو ستاسو د ذهن تخلیقې حصه خودبخوده د هغه د حصول لپاره شپه او ورځ کار کول شروع کړي، د څه د وجهې چې بیا منزل ته د رسیدلو لارې واضحه او آسانه کیدلای سي، که چیري تاسو د واقعې کامیابې غوښتونکې یاست، نو تاسو هم د نورو کامیابو خلګو په څیر د ځان لپاره هدف معلوم کړی، د هدف ډیر اقسام دي چې یو څو مهم یې په لاندې ډول درته ذکر کیږي:

روحي هدفونه:- ۱: په پابندۍ سره د لمانځه ادا کول. ۲: روژه نیول. ۳: حج کول یا عمره کول. ۴: د ترجمې سره د قرآن کریم لوستل. ۵: درس ویل. ۶: درس ورکول. ۷: د حدیثو مطالعه کول. ۸: دین ته د خلګو رادعوتول. ۹: د دیني کتابونو مطالعه کول. ۱۰: د دیني عالمانو سره ملاقات کول. ۱۱: د ګناهونو څخه ځان ساتل. ۱۲: د حلال رزق کټل او خوړل. ۱۳: د مذهبي رسالو مطالعه کول. ۱۴: د خلګو خدمت کول او داسې نور...

جسماني هدفونه:- ۱: روزانه ورزش کول. ۲: جائزه لوبه کول. ۳: وزن کمول. ۴: ښه مګر کم خوراک کول. ۵: سګریټ نه څکول او داسې نور...

(c) ketabton.com: The Digital Library

کاروباري هدفونه:ـ ۱: تجارت کول. ۲: مزدوري کول. ۳: بزګري کول. ۴: صنعت کاري کول. ۴: په خپله خوښي د یوه کار انتخابول او په خپله د یوه کاروبار شروع کول او داسي نور...

مالي هدفونه:ـ ۱: په آمدن کي اضافوالی راوستل. ۲: د مصارفو کنټرولول. ۳: د کور او موټر رانیول. ۵: قرض اداء کول. ۶: ښو سیمو ته تلل. ۷: د قیمتي شیانو رانیول او داسي نور...

ذهني هدفونه:ـ ۱: تعلیم حاصلول. ۲: د نوي کسب او فن زده کول. ۳: په علمي محفلونو کي شرکت کول. ۴: د اهل علم سره ملاقات کول. ۵: د یوې ژبي زده کول.۶: د یوه مضمون لیکل او داسي نور...

کورني هدفونه:ـ ۱: خپلو اولادو ته ښه تعلیم او تربیه ورکول. ۲: د کورنۍ د غړو سره یو ځای اوسیدل. ۳: اولادونه د ځان سره مسجد ته بیول او داسي نور...

د ترقي هدفونه:ـ ۱: روزانه د یوه نوي څه زده کول. ۲: وخت ښه استعمالول. ۳: د رسالو مطالعه کول. ۴: په هره میاشت کي د یوه کوچني کتاب مطالعه کول. ۵: په ځان کي د ښو عادتونو پیدا کول. ۶: د بدو عادتو څخه ځان ساتل. ۷: غصه کنټرولول او داسي نور...

د دوستي هدفونه: ۱: د خپلو خپلوانو سره ناسته ولاړه. ۲: په هره میاشت کي د یوه نوي دوست پیدا کول. ۳: دوستانو ته میلمستیا ورکول او داسي نور...

د ټول عمر هدف: دا هغه هدف دی، کوم چي د مرګ څخه مخکي د هغه لاسته راوړنه غواړی، ددې لپاره د ډیرو نورو هدفونو ټاکل هم ضروري دي.

د اوږدې مودې هدف: کوم چي د ۱۰ څخه نیولې تر ۱۵ کلونو په موده کي یې تاسو حاصلول غواړی، هر څوک چي د اوږدې مودې لپاره هدف ټاکي هغه ډیر کامیاب انسان جوړیږي.

د میانه مودې هدف: کوم چي په پنځو (۵) کلونو کي حاصلیږي.

کلنۍ هدف: کوم چي په دولسو (۱۲) میاشتو کي حاصلیږي.
میاشتنۍ هدف: کوم چي په دیرش (۳۰) ورځو کي حاصلیږي.
ورځنۍ هدف: کوم چي تاسو په یوه ورځ کي حاصلول غواړی، د دغه تعلق د بنیادي هدف سره هم وي او مختلف هم.
پورته ذکر سوي ټول هدفونه د اصل مقصد په لور تاسو ته حرکت درکولای سي، په اصل کي مهم روحي، جسماني، کاروباري او مالي هدفونه دي، تاسو په ټولو هدفونو باندي په یوه وخت کي هم کار شروع کولای سی، مګر په مهمو هدفونو کي په یوه وخت کي د یوه انتخاب وکړی او بیا د هغه د حصول لپاره ټول هغه څه چي ستاسو سره وي په کار واچوی، هیڅ مه

(c) ketabton.com: The Digital Library

پریږدئ، ټول کوښښ د هغه په حصول کي صرف کړی، هر وخت د هغه په باره کي فکر کوی، د هغه د حصول لپاره روزانه څه نا څه ضرور وکړی، تل مستقل مزاج اوسیږی، کامیابي به ستاسو قدمونو ته راځي.

کوم وخت چي تاسو یو څو هدفونه ټاکی، نو د هر هدف سره ولیکی: تاسو د نوموړي هدف حصول څنګه او د کومي لاري غواړی؟ فکر وکړی د نوموړي هدف د حصول څخه تاسو او ستاسو خاندان ته څه فایده رسیدلای سي، او که مو نوموړی هدف تر لاسه نه کړ، نو بیا تاسو او ستاسو خاندان ته کوم نقصان رسیدلای سي؟

مثلاً: که تاسو مالي هدف تر لاسه کړ تاسو او ستاسو خاندان یوه بهترین ژوند تیرولای سی، حج، عمره، کولای سی، خیرات، زکات او صدقه ورکولای سی، په اولادو په یوه ښه اداره کي تعلیم کولای سی، کور او موټر اخیستلای سی او یوه ښه تعلیمي اداره، مدرسه او مکتب جوړولای سی او که چیري دغه مالي هدف تر لاسه نه کړی، نو د پورته ټولو نعمتونو څخه نه یوازي دا چي محرومه کیدلای سی، بلکي د ناجوړتیا په صورت کي نه د ځان او نه د خپل اهل وعیال صحي علاج هم نه سی کولای.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د کامیابي تر لاسه کولو اصول او لاري چاري

مولانا ابولاعلي مودودي (رحمة الله علیه) هیڅ کوم پوهنتون نه وه لیدلی او نه یې په کومه دیني مدرسه کي تعلیم حاصل کړی وو، مګر د شلمي (۲۰) پیړۍ په هغو نوموتو مفکرینو کي حساب سو، چي دنیا یې متاثره کړه، د ده (رحمة الله علیه) کتابونه په اسلامي ممالکو کي ویل کیږي او ځیني یې په تعلیمي نصاب کي داخل دي، که څه هم چي ښه ذهانت او ښه تعلیم د خوشحالي او کامیابي ضمانت نه سي کولای، مګر د دوی په ملتیا سره د کامیابي د کلونو سفر په میاشتو کي طی کیدلای سي.

آیا د کامیابي تعلق د اعلی تعلیم، اعلی سند، اعلی ذهانت، هنر، مهارت، سخت کوښښ، یا د قسمت سره دی؟ د یوه ماهر د تحقیق څخه ثابته سوې ده چي په کامیابي او ترقي کي د اعلی تعلیم، اعلی سند، ذهانت، مهارت او د هنر کردار صرف (۱۵) فیصده دی، پاته (۸۵) فیصده کردار مثبتي رویې دي، اعلی تعلیم او اعلی سند د روښانه مستقبل او خوشحالي ضمانت نه سي کولای.

په دنیا کي هیڅ شی په ناڅاپه توګه نه دی رامنځته سوی، همدا شان کامیابي هم په ناڅاپه توګه نه حاصلیږي، د کامیابي لپاره یو څو خاص اصول دي، که چیري تاسو د کامیابي په سفر د روانیدلو څخه مخکي د کامیابي اصول وپیژنی، نو ستاسو د کامیابي سفر به آسانه سي، په ځیني وختونو کي د تعجب خبره دا وي چي دوه (۲) نفر کوم چي په ذهانت، تعلیم او په هنر کي سره یو شان وي، مګر بیا هم یو کامیاب او بل ناکام وي، یا د ادنا تعلیم او ادنا ذهن څښتن د یوه باصلاحیت او ذهین کس څخه ډیر زیات کامیاب وي، همدا شان یو کس د سخت کوښښ کولو باوجود ناکام وي او بل کس بې له کوم سخت کوښښ کولو څخه ډیر کامیاب وي، په اصل کي کامیاب کس د کامیابي په اصولو عمل کوي او هر څوک چي د کامیابي په اصولو عمل وکړي هغه نه صرف دا چي کامیابیږي، بلکي هغه د کامیابي د کلونو سفر په میاشتو کي طی کوي.

د اکثرو خلګو خیال دا دی چي کامیابي صرف په سخت کار کولو سره تر لاسه کیږي، حالانکي د سخت کار کوونکو او ناکامو خلګو څخه دنیا ډکه ده، کوم چي د ناپوهانو په شان شپه او ورځ کار کوي، دوی دوې (۲) وظیفې سرته رسوي، شپه او ورځ سخت کار او کوښښ کوي، مګر بیا هم د خوشحالي څخه ډیر لیري پاته وي، ځکه صرف په سخت کار سره بې آدبي معاف د خره څخه آس نه جوړیږي، د کامیابي حاصلولو د کوښښ څخه مخکي د کامیابي د اصولو پیژندل ډیر ضروري دي، د کومو د وجهې چي تاسو د ډیرو پریشانیو او غلطیو څخه ساتل کیدلای سی، او د کامیابي سفر مو لنډ او آسان کیدلای سي، د کامیابي یو څو مهم اصول په لاندي ډول دي:

(c) ketabton.com: The Digital Library

۱: د کامیابي د حاصلولو څخه مخکي د کامیابي په باره کي فکر وکړی. ۲: ذمه واري قبوله کړی، خپل ژوند په خپله بدل کړی، بل څوک ستاسو ژوند نه سي بدلولای، ماسیوا د الله (جل جلاله) څخه. ۳: د هدف په ټاکلو کي فکر وکړی، چي تاسو څه حاصلول، څه کول او د څه جوړول غواړي؟. ۴: د کامیابي خواهش د سخت کار کولو څخه پرته نه سي حاصلیدلای. ۵: مثبته رویه د کامیابي بنیاد دی.۶: کامل یقین پر خپلو صلاحیتونو او کامیابي باندي کامل یقین درلودل. ۷: کامیابي په خپله نه حاصلیږي، بلکي د هغې د حصول لپاره پلان جوړ کړی. ۸: پلان که مو هر څومره ښه وي اما تر څو چي عمل باندي ونه سي کامیابي نه حاصلیږي. ۹: کامیاب خلګ عموماً د ناکامو خلګو څخه ډیر کار کوي.۱۰: هیڅ کامیابي په آساني نه تر لاسه کیږي، د کامیابي په لار کي ډیر خنډونه او مسائل وي، د مشکلاتو پرته کامیابي نه سي تر لاسه کیدلای.۱۱: هره لویه کامیابي د ناکامي څخه پرته نه سي حاصلیدلای. ۱۲: استقامت د کامیابي لپاره کیلي ده، کامیاب خلګ کوښښ کول نه پریږدي.

په کامیابو خلګو کي یو شمیر داسي ښیګڼي وي کوم چي د دوی په کامیابي کي بنیادي کردار ادا کوي، یو شمیر یې درته ذکر کوم:- ۱: په ځان باور د همدغو خلګو په خپلو صلاحیتونو او کامیابیو باندي پوره باور وي. ۲: د کامیابو خلګو پر خپل ځان پوره کنټرول وي، دوی د نه غوښتلو سره سره بیا هم هغه کار کوي کوم چي د دوی د کامیابي لپاره ضروري وي.۳: ښه عادتونه کامیابي په اصل کي موږ د عادتونو سبب دی، کامیاب خلګ په ځان کي ښه عادتونه پیدا کوي د کومو د وجهي چي په آساني سره کامیاب کیدلای سي.۴: کامیاب خلګ تل د خپلي معاوضي څخه ډیر کار کوي، دوی خپل کار ته ډیر د قدر او قیمت په سترګه ګوري، د خپل کار په قدر او قیمت کي زیاتوالی راولي. ۵: هیڅوک تر هغه وخته نه سي کامیابیدلای، تر څو چي هغه په خپل کار کي مهارت ونه لري. ۶: کامیاب خلګ خپل وخت په ډیره ښه طریقه استعمالوي، دا خلګ وخت نه ضایع کوي. ۷: کامیاب خلګ ژر فیصله کوي، مګر تر ډیره وخته یې نه بدلوي. ۸: کامیاب خلګ د مسائلو د حلولو ښه صلاحیت لري.

ددې پرته یو شمیر داسي اصول نور هم سته کوم چي د کامیاب ژوند لپاره ډیر ضروري دي، یو شمیر یې په دې ډول دي:- ۱: کامیاب خلګ د عامو خلګو څخه مختلف کار نه کوي، بلکي دوی هغه کار په مختلف انداز سره کوي، یعني دا خلګ کوم بهترین کارونه نه کوي، بلکي عام کارونه په بهترین انداز سره کوي. ۲: کامیاب خلګ تل هغه کارونه کوي، کوم چي د کامیابي لپاره ډیر ضروري وي او ناکام خلګ هیڅکله د خپلي آرامګاه څخه د باندي راوتلو ته تیار نه وي. ۳: تاسو په ژوند کي هر څه تر لاسه کولای سی، که چیري تاسو د همدغه شي په حصول کي د نورو سره مرسته وکړی، یا په بل عبارت تاسو په ژوند کي دومره قدر کامیابیدلای سی، څومره مو چي د نورو خلګو خدمت کړی وي، هر څوک چي په څومره اندازه د نورو لپاره

(c) ketabton.com: The Digital Library

مرسته کوونکی ثابت سي، په هغه اندازه کامیابیدلای سي.۴: د کامیابي لپاره دا ضروري ده چي تاسو په یوه وخت کي یو کار وکړی، خپله ټوله توجه کوم مهم کار ته وکړی، ثابت قدمه اوسئ تر څو هغه کار سل په سله کي مکمل سي. ۵: که چیري تاسو کامیابیدل غواړی، نو د کامیابي په باره کي یو څه ولولی، که امریت او دولت غواړی، نو د دولت په باره کي یو څه مطالعه کړی، د کامیابو خلکو قیصې ولولی، د کامیابو خلکو د کامیابیو او ناکامیو څخه یو څه زده کړی. ۶: که چیري تاسو ربښتنې کامیابي غواړی، نو هیڅکله هغه څه مه کوئ، کوم څه چي ناکام خلک یې کوي.

د عربو مشهوري قبیلې بني عبس ته یو چا وویل: تاسو ولي اکثره وخت کامیابه او بریالي یاست؟ هغوی وویل: موږ زر (۱۰۰۰) کسه یو، په موږ کي یو ډیر هوښیار، ثابت او مدبر انسان سته، موږ ټول د هغه پیروي کوو، نو ګواکي موږ زر (۱۰۰۰) کسه ټوله هوښیاران او مدبرین یو.

په دنیا کې تقریباً ټول خلک د کامیابي خواهش لري او کامیابي غواړي، سوال دا پیدا کیږي چې آخر کامیابي څه شي ده؟ مختلفو ماهرینو د کامیابي مختلف تعریفونه کړې ده، د هغو په تعریفونو کي لاندي شیان موجود دي:ـ ۱: روحي او ذهني سکون. ۲: خوشحالي. ۳: ښه صحت. ۴: د زړه اطمنان. ۵: شهرت. ۶: شخصي عزت او احترام. ۷: په خپله دنده کي مخ پر وړاندي تګ. ۸: د خپلي خوښي دنده او مسؤلیت. ۹: د خپلي خوښي مطابق ژوند تیرول. ۱۰: د بیري، پریشاني، او تشویش څخه آزادي.۱۱: د خپل مقصد او هدف لاسته راوړل. ۱۲: ښه تعلیم تر لاسه کول. ۱۳: د نفس عزت. ۱۴: مالي بې فکري، یعني چې دومره شتمني ورسره وي، چي په مالي لحاظ د کومي پریشانۍ سره مخامخ نه وي، د خلکو د (۸۰) فیصد مسائلو وجه همدا مالي ستونزي یعني غربت دی.

لکه څرنګه چي هر انسان خوشحالي او سکون په مختلف انداز سره حاصلوي او همدا شان د هر چا د ژوند مقاصد مختلف دی، لهذا د هر چا د کامیابي مفهوم هم مختلف دی، یو څوک د علم حاصلول غواړي بل بیا د دولت، یو څوک د شهرت او عزت حاصلول غواړي ځیني نور بیا د قدرت حاصلول غواړي، یعني د علم حصول، سیاست، کسب حاصلول، د ساینس پوهه تر لاسه کول، او داسي نور په دې ټولو کي د هر چا د کامیابي مفهوم جلا دی، د خلکو اکثریت مالي خوشحالي او دولت غواړي، عموماً د کامیابي سره دولت خودبخوده پیدا کیږي، په انساني کامیابیو او خوشحالیو کي د دولت کردار ډیر مهم دی، دولت اګر که په خوشحالیو کي اضافه والی راوستلای سي، مګر د دائمي خوشحالیو سبب نه سي کیدای، ډیر شتمن خلک داسي دي چي د سکون خوب یې نه دی په نصیب، د دولت باوجود د ذهني سکون څخه محروم کیدل نه کامیابي ده او نه د زړه سکون، که د جذباتو څخه کار وانه اخیستل سي سوچ او فکر وسي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

نو دولت د الله (جل جلاله) لوی نعمت دی، د شتمني پرته د قرآن کریم خپرول، د مدرسو، مساجدو، د دین خپرول او د عصري تعلیم رامنځته کول ممکن نه دي، که چیري دولت په ښو او نیکو کارونو کي مصرف کړل سي، نو دا د سکون لپاره یوه بهترینه او لویه ذریعه ده، موږ د اوسیدلو لپاره کور او یو ځای ته د تللو لپاره موټر ته ضرورت لرو، دا کار د پیسو څخه پرته نه سي کیدلای، موږ د ناجوړتیا په صورت کي ښه علاج او درملني ته ضرورت لرو، دا کار د دولت څخه پرته نه سي کیدلای، موږ ښو تعلیمي ادارو ته د خپلو اولادونو لیږلو ته ضرورت لرو، دا کار هم د دولت څخه پرته نه سي کیدلای، د اسلام مقدس دین د خیرات، زکات او صدقو په ورکولو ټینکار کړی دی، دا هم د دولت شتمنۍ څخه پرته نه سي کیدلای، موږ د دولت یعني شتمنۍ څخه پرته د ډیرو نیکیو او ښیکڼو څخه محروم کیدلای سو، حج نه سو کولای، خیرات، زکات، صدقه نه سو ورکولای.

دا دولت وو، کوم چي حضرت عثمان (رضي الله عنه) څاه رانیوی د مسلمانانو لپاره یې وقف کړی، دولت په خپل ځان کي کوم بي کاره شی نه دی، مناسب استعمال یې نه یوازي انسانانو ته دنیوي راحت او خوشحالي ور په برخه کوي، بلکي ذهني سکون هم وربخښي، د یوه مسلمان لپاره کامیابي په دې کي ده چي د خپل نفس تزکیه وکړي، پاکي اختیار کړی، د خپل رب (جل جلاله) ذکر وکړي، لمونځ اداء کړي، مګر موږ دنیوي ژوند ته ترجیح ورکوو سره ددې چي آخرت ډیر بهتر دی، د پاکي څخه مراد دا دی، چي کفر او شرک پریږدو، ایمان راوړو، بي کاره اخلاق پریږدو، غوره اخلاق اختیار کړو، بي کاره اعمال پریږدو، نیک اعمال شروع کړو، کامیابي یو مسلسل سفر دی که چیري تاسو د کامیابي په سفر کي ودریږی، نو نقصاني کیږی، مثلاً: د لسو یا شلو بیچاره ګانو سره د مرستي کولو وروسته که تاسو ودریږی، نو ستاسو کامیابي هم دریږي، چي کامیابي مو ودریږي، نو زوال مو شروع سو.

د یوې لاسته راوړني څخه وروسته د بلي لپاره کوښښ په کار دی، د یوه هدف د حاصلولو څخه وروسته د بل لپاره تیاري نیول په کار ده، په ژوند کي زموږ د کامیابي راز دا دی چي موږ لس پنځلس دقیقې مخکي خپل کار ته ځان حاضر کړو، د مضبوط قوت ارادې خاوندان د ناکامي مخ ډیر کمویني، د چا سره چي صحت، قابلیت، دیانت، محنت استقلال او همت وي د هغه کامیابي یقیني وي، راځئ! موږ او تاسي ټول په خپلو مقصدونو کي د کامیابي لپاره په پوره قوت سره مخ پر وړاندي ولاړ سو، کوم شخص چي د کامیابي لاسته راوړلو لپاره کوښښ کوي، کامیابي هغه ته انتظار کوي، قرباني او کامیابي سره لازم او ملزوم دي، چیري چي قرباني نه وي هلته کامیابي هم د عنقا په څیر وي، کامیابي د هغو خلګو قدم ښکلوي، کوم چي پر کامیابي یقین لري، په موجوده وخت کي ترقي کول د هر فرد لومړنی او تر ټولو لوی ضرورت دی.

(c) ketabton.com: The Digital Library

په دنيا کي دري (۳) ډوله خلګ دي، يو هغه دي چي سوچ کوي، مګر هيڅ قسم کار نه کوي، بل هغه دي چي بيله سوچه هر کار ته لاس اچوي، او دريم هغه دي چي هم سوچ کوي او هم کار کوي، دا خوش قسمته دي آخير به د خاورو څخه سره زر جوړ کړي، تر څو چي په رګونو کي وينه او په سينه کي ساه وي، تر هغه وخته مخ پر وړاندي د تللو کوښښ کول په کار دي، بام ته په ختلو کي د زينې په لومړني زينه کي د قدم ايښوول ضروري دي، کاميابي هم د ژوند په بازار کي خرڅيږي، مګر هغه څوک يې رانيولای سي، څوک چي يې د قيمت اداء کولو وړتيا لري.

که چيري تاسو ثابت قدم ونه اوسی خپل موقف بدل کړی، نو ستاسو مستقبل هم په خطر کي دی، ځکه چي د کامياب جوړيدلو راز په ثابت قدمي کي پورت دی، د کاميابي راز د خپل کار سره په محبت لرلو کي پټ دی، کامياب انسان هغه دی کوم چي خپل اولاد ته ښه خويونه ور زده کړي، د لوړ غره سر ته په کرار کرار ختل په کار دي نه په تلوار سره، د پلان جوړولو پرته په هيڅ کار کي کاميابي ممکنه نه ده، د يوه کامياب انسان څخه د هغه د کاميابي په هکله پوښتنه وسوه؟ هغه په جواب کي وويل: ما تر اوسه هيڅ يو داسي کار نه دی کړی، په کوم کار کي چي مي ټول طاقت نه وي مصرف کړی.

(c) ketabton.com: The Digital Library

کامیابي د هغه چا ده په چا کي چي يې همت وي

حضرت عمر ابن الخطاب (رضي الله عنه) فرمايلي دي: زه زيار باسم چي کم همته نه سم، ځکه چي ما د کم همتي څخه زيات بل هيڅ شی د انسان د وروسته پاته کيدو لپاره نه دی ليدلی.

انسان هغه ځای ته رسيږي، په کوم ځای کي چي ځان غواړي، يعني که د ځان عزت کوی، نو لوړه مرتبه به لاسته راوړی او که ځان ذليل او سر ټيټه کوی، نو ذليل کيږئ به، د همت څخه مراد دا دی، خپل نفس لوړ وساتی، ځکه چي د زړه غيرت د مشرانو د همتونو پر بناء منځته راځي، هغه خپل قدر او ځای پيژني، نو ځکه د خپل ځان عزت کوي، هيڅوک د چا عزت نه کوي تر څو چي هغه د خپل ځان عزت په خپله ونه کړي، د خپل عزت څخه موخه دا ده چي د ذليلو او شرمنده خلګو سره ناسته پاسته ونه کړی او هيڅ يو داسي کار ونه کړی چي د هغه سره وړ نه وي، او هيڅ رنګه عيب لرونکې خبره ونه کړی، پوره همت او غيرت په بادشاهانو کي وي، الله (جل جلاله) په هغوی کي دغه غوره والی ايښی دی، تر څو د هغوی څخه وزيران، واليان او داسي نور... همت کول زده کړي.

داسي نه دی چي د لومړي سر څخه فرض سوي دي، چي همت کمزوری دی، لهذا نو لاس پر لاس کښيږدی او په آرامه کښينی، بلکي همت استعمال کړی، چي څومره زيات يې استعمالوی هغومره قوي کيږی، په دنيا کي اکثر داسي شيان دي چي څومره استعماليږي، په هغه اندازه د استعمال په نتيجه کي کمزوري کيږي، مثلاً لکه: کور، په کور کي چي هم استوګنه څومره ډيره وي هغومره ژر خرابيږي، يا لکه: کالي، کالي چي هم څومره ډير استعماليږي په هغه اندازه ژر زړيږي، مګر يو شمير داسي شيان الله سبحانه وتعالی پيدا کړي دي، څومره چي ډير استعماليږي په هغه اندازه ډير قوي کيږي، لکه: حافظه، د حافظې څخه چي څومره کار اخيستل کيږي په هغه انداز قوت په کښي پيدا کيږي، يو څوک دي دا فکر نه کوي، که قرآن کريم حفظ کړم، نو د بل څه يادولو لپاره به بيا ځای نه وي، داسي نه دی، بلکي په استعمال سره په حافظه کي قوت پيدا کيږي، همدا شان همت هم يو داسي شی دی، چي انسان هر څومره همت کوي په هغه اندازه قوت په کښي پيدا کيږي، تاسو ته د داسي لوړ همت او لوړي حوصلې لرل په کار دي، چي د هغو کارو کوم چي د عامو خلګو په خوب او خيال کي نه راځي د کولو کوښښ وکړی، تاسو د خلګو په زړونو کي د همت رڼا پيدا کړی او د هغوی ژوند روښانه کړی، که چيري تاسو غواړی چي لويان او کوچنيان ډير تعليم او ډير کار کولو ته اماده کړی، نو په هغوی کي د لوړ همتي ولوله پيدا کړی، دنيا د هغه چا ده په چا کي چي همت وي، د عزم او همت څخه پرته د هيڅ رقم کاميابي تصور مه کوی.

(c) ketabton.com: The Digital Library

په ياد ولرئ! کاميابي پرته د کوښښ کولو څخه نه تر لاسه کيږي، دا هغه چا ته په لاس ورځي کوم کس چي د کائيناتو په اصولو باندي عمل کوي، پر دې باندي علم او بي علمي د انسان څخه کامياب يا ناکام جوړوي، هر شخص چي د کاميابي حاصلول غواړي يقيناً کاميابيږي، ځکه الله سبحانه وتعالی هر انسان د کاميابيدلو لپاره پيدا کړی دی، نه د ناکامه کيدلو لپاره، الله سبحانه وتعالی رب العلمين دی، د هغه څخه لوی منصف بل څوک کيدلای سي، بيا د هغه ذات څخه څنکه دا توقع کيدلای سي چي صرف يو څو کسه يې د کامابيدلو لپاره پيدا کړي دي.

الله سبحانه وتعالی هر فرد د بهترينو صلاحيتونو سره پيدا کړی دی، هر انسان يې د يوه خاص مقصد لپاره پيدا کړی دی، هر فرد يې په ډيرو صلاحيتونو باندي نازولی دی، په هر فرد کي کم از کم يو صلاحيت داسي ضرور سته کوم چي د نورو څخه ښه دی، د همدغه صلاحيت د وجهي ډير کارونه پر مخ بيولای سي، او ډير حيرانونکي کارونه کولای سي، کامياب خلګ فوق البشر نه دي او نه د عامو خلګو څخه څو فيصده ذهين او باصلاحيته دي، بلکي زموږ او ستاسو په څير عام خلګ دي، کوم چي د ميانه درجې ذهن خاوندان دي، مګر په هغوی کي د کاميابي ډير خواهش وي، د هغوی د ژوند لپاره يو هدف وي، هغوی پر خپلو کاميابيو يقين وي، د هغوی سوچ، فکر او رويه مثبته وي، دا خلګ د خپلي کاميابي لپاره تل ثابت قدم اوسي، لهذا کامياب خلګ چي کوم کار کوي تاسو هم هغه کار کوی، په دنيا کي هر څوک کامياب او دولت مند کيدلای سي، دا خبره په ذهن کي وساتی چي په دنيا کي څومره کامياب خلګ تير سوي دي، تاسو کم از کم په يوه شعبه کي د هغو څخه بهتر ياست، که هغوی په يوه کار کي کامياب سوي دي، تاسو په کوم بل کار کي کاميابيدلای سی.

ځکه په فطري توګه تاسو په يوه کار کي د ښې کار کردګي د اظهار لپاره پيدا سوي ياست، د کاميابي د حاصلولو څخه مخکي د کاميابي اصول وپيژنی، معلومه کړی چي خلګ په څه طريقه کامياب سوي دي، هغو د کاميابي لپاره څه کړي دي، که چيري تاسو د کاميابي حاصلولو لپاره کوښښ وکړی او د کاميابي اصول مراعات کړی، نو نه يوازي دا چي تاسو کاميابيدلای سی، بلکي د کاميابي د کلونو سفر په مياشتو کي طی کولای سی، د حالاتو د بدلولو لپاره يو څه وکړی، د خپلي خراب ژوند د برابرولو لپاره زاری مه کوئ، بلکي پورته سی او د هغه د ښه کولو لپاره يو څه وکړی، چي څه ونه کړی څه به په لاس درسي؟ الله (جل جلاله) په تاسو کي دننه داسي خواهش نه دی پيدا کړی، د کوم د پوره کولو لپاره چي په تاسو کي صلاحيت او وړتيا نه وي، تاسو خپل هر خواهش پوره کولای سی. که په خپل تير سوي ژوند کي سوچ او فکر وکړی، نو به درته معلومه سي چي کله هم تاسو د کوم شي خواهش کړی وي او بيا مو د هغه د حصلولو لپاره يو ممکن کوښښ کړی وي، نو تاسو خپل هغه خواهش ضرور حاصل کړی دی، تاسو د کاميابي لپاره پيدا سوي ياست او که څوک ددې څخه خلاف خبره کوي، هغه د کائيناتو د رښتنولي سره ناآشنا دی.

(c) ketabton.com: The Digital Library

کامياب خلګ د ذهني بوج سره مقابله کوي

د کاميابي او خوشحالي سفر هيڅکله آسانه نه وي، دا د عروج او بلندي سفر دی او مخ پر پورته تلل هيڅکله آسانه نه وي، که چيري دغه سفر آسان وای، نو هر څوک به په ډيره آسانۍ سره کاميابيدلای، په دغه سفر کي انسان ځای پر ځای د ژورو خندقونو سره مخامخ کيږي، هر کامياب انسان د پريشانيو او ناکاميو ښکار کيږي، کاميابي او ذهني بوج سره لازم او ملزوم دي، کامياب خلګ د ذهني بوج سره په ډيره ښه طريقه مقابله کوي، که چيري هغه د ذهني بوج سره مقابله ونه کړي، نو صرف دا نه چي ناکامه کيږي، بلکي د خپل صحت څخه دي هم لاسونه ومينځي، شديد او مسلسل ذهني فشار د انسان د ذهني او جسماني صحت لپاره تباه کوونکی دی.

د پنځوس (۵۰) څخه نيولې تر اتيا (۸۰) فيصده پوري د جسماني مرضونو وجه همدا ذهني بوج کيدلای سي، د ذهني بوج د وجهي د انسان دفاعي قوت کم سي، د څه په وجه سره چي بيا د ډيرو مختلفو مرضونو ښکار سي، د نفسياتي مرضونو د ټولو څخه لويه وجه ذهني فشار دی، د مسلسل او سخت ذهني بوج د وجهي مختلف مرضونه پيدا کيږي، يو شمير مهم يې په دې ډول دي: د زړه مرض، سرطان، د بندونو درد، ساه بندي، د معدې مختلف امراض بالخصوص د معدې زخم، شکره، د ملا درد، د سر درد، د نس ګيس، په وزن کي کموالی، بعضي جلدي مرضونه، حساسيت، نزله، تشويش او اضطراب، وهم او داسي نور...

حل لاره يې: د ذهني فشار سره مقابله د ذهني صحت يوه ډيره اهمه مسئله ده، مختلف خلګ په مختلفو طريقو د ذهني فشار سره مقابله کوي، يو شمير خلګ يې د شرابو په ځيښلو، يو شمير نور يې بيا د نورو نشه يې توکو او درملو په خوراک سره ورکوي، په غربي هيوادونو کي څلويښت (۴۰) فيصده خلګ درمل استعمالوي، مګر دا طريقه منفي او مهلکه طريقه ده، موږ تاسو ته مثبت، صحت منده او ډيره مؤثره طريقه درښيو، کوم چي په مرسته سره به يې تاسو د ذهني بوج مقابله په ډيره ښه طريقه سره وکړای سی، پر ذهني فشار باندي کنټرول په اصل کي د کاميابي حاصلول دي.

۱: د ذهني فشار سره د مقابلې کولو يوه ښه ذريعه هغه روزمره د ورزش کول دي، ښه دا دي چي ورزش هره ورځ يو ساعت وسي، يا کم از کم په هفته کي درې (۳) ځله وسي، پياده مزل هم کفايت کوي.

۲: هره ورځ د خپلو ښو ملګرو يا دوستانو سره ليدل د ذهني بوج څخه د خلاصون ښه او بې حده مؤثره طريقه ده، د څه پواسطه سره چي جسم او ذهن دواړه تازه کيدلای سي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۳: د کامیابي لپاره چي څومره کار ضروري دی همدومره آرام کول هم ضروري دي، د روزمره ذهني فشار لیري کولو لپاره هره ورځ آرام کول په کار دي، عموماً د مکمل آرام لپاره اوه (۷) یا اته (۸) ساعته خوب کول ضروري دي، لهذا هره ورځ باید خوب پوره کړل سي، په هره هفته کي یوه ورځ د آرام او تفریح کولو لپاره ضروري ده، د تفریح څخه مراد دا نه دي چي ټوله ورځ په یوه کار مشغوله سی، بلکي د څو ساعتونو لپاره په یوه داسي کوټه کي ځان واچوی چي هلته شورماشور نه وي، ددې څخه علاوه د خپلي خوښي یو کار وکړی، یو کتاب یا یوه رساله مطالعه کړی، باغ یا پارک ته ولاړ سی، د دوستانو سره مو لیدنه کتنه وکړی.

ډیر جسماني او ذهني بوج کوونکو ته په کال کي یوه هفته مکمل تفریح ضروري ده، غرنۍ علاقو ته دي ولاړسي، ټوله ورځ دي په سیاحت کي نه تیروي، بلکي د ورځي ډیره حصه دي په آرام کولو تیره کړي، ددې څخه علاوه د ورځني کار کولو په دوران کي د هرو دوو (۲) ساعتونو کار کولو څخه وروسته د پنځو (۵) دقیقو لپاره د کار پریښوول کټور دي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د کامیابي سبب څه دی؟

د کامیابي لوی سبب یا وجه پر خپل ځان باور کول دي، همدا شان د ناکامي یوه لویه وجه هغه پر ځپل ځان باور نه کول دي، دا د کامیابي او ناکامي په لار کي یو لوی خنډ دی، پر ځان د باور کولو څخه مراد دا دی چي هیڅ یو فرد پر ځان د باور کولو څخه پرته ترقي او کامیابي نه سي حاصلولای، په ټولنه کي اکثر خلګ پر ځان د نه باور کولو ښکار دي، پر ځان باور نه کول انسان یقین نه کوي چي دی کوم کار کولای سي، داسي خلګ د نورو په مخکي هیڅ یو کار نه سي کولای، مثلاً: د اُستاذ څخه پوښتنه نه سي کولای، د خلګو په مخکي چي ودریږي د خپلو خیالاتو اظهار نه سي کولای، ځکه د ده پر دې یقین وي چي د ده څخه کوم کار نه سي کیدلای، هر کار چي وي یا یې غلطوي او یا یې ناکامه کوي.

د نفسیاتو ماهرین وایي: پر خپل ځان باور کول فطري یا پیدائشي صلاحیت نه دی، بلکي دا په مشق سره حاصلیږي، پر خپل ځان باور نه کول د انسان په کامیابي او ناکامي کي یو لوی خنډ دی، بلکي تر بل هر شي لوی خنډ دی، لهذا د دغه خنډ لیري کول په کار دي، پر خپل ځان باور نه کول د ختمولو لپاره څو مهمي طریقې په لاندي ډول ذکر کیږي:

۱: پر خپل ځان باور نه کول لویه وجه د ماضي کومه ناشکواره واقعه یا د والدینو غیر مناسب چلند کیدلای سي، مثلاً: د داسي خبرو کول، ته دغه کار نه سي کولای او داسي نور...

۲: په خپل ځان کي د کمي احساس کول، پر خپل ځان د باور نه کولو د کمي یوه وجه هغه په ځان کي د کمي احساس دی، په خپل ځان کي د کمي احساس کول ضرور یوه وجه وي، اول هغه وجه معلومه کړی، بیا د هغې د لیري کولو لپاره یو پروګرام جوړ کړی، اکثر وخت په کوچینوالي کي ناشکواره واقعات په خپل ځان کي د کمي احساس کول پیدا کوي، په خپل ځان کي د کمي احساس کولو د ختمولو لپاره که موږ په لاندي ذکر سوو خبرو عمل وکړو، نو تر ډیره حده مو په خپل ځان کي د کمي احساس کول ختمیدلای سي:

۱: دا خبره هر وخت په ذهن کي وساتی او په دې فخر وکړی، چي د مځکي په ټوله کره باندي ستا څخه پرته بل کوم فرد نسته، یعني تاسو یوازي یاست، یا په بل عبارت په ټوله مځکه کي ستاسو مثل نسته، تاسو د یوه خاص مقصد لپاره پیدا سوي یاست.

۲: په هر انسان کي یو څه ښه والی ضرور وي، خپلي غلطی هیري کړی، او د خپلو ښیګڼو تالاش وکړی، د هغو څخه یو فهرست جوړ کړی، په دغه فهرست کي د کوچنیو څخه کوچنی ښیګڼي ولیکی.

(c) ketabton.com: The Digital Library

مثلاً: ښه صحت، ښه لباس، مطالعه، خوش اخلاقي، ايمانداري، درواغ نه ويل، نرمي کول، د غيبت څخه ځان ساتل، په خندا د خلکو سره ملاقي کيدل او داسي نور...

د خپلو ښيګڼو دغه فهرست په خپل ځان کي د کمي احساس کول تر ختميدلو پوري روزانه سهار او ماښام دغه کارونه تکرار او ځان ښه محسوس کړی.

۳: په ټولنه کي يو فرد ضرور يو کار د ټولني د بل فرد څخه په ښه طريقه سرته رسولای سي، يعني الله (جل جلاله) هر فرد په ځينو خاصو صلاحيتونو سره نازولی دی، چا ته يې زيات صلاحيتونه ورکړی وي او چا ته يې کم، په دنيا کي هيڅ يو داسي فرد نسته چي هغه ته دي کوم صلاحيت نه وي ورکړل سوی، يعني هر فرد کم از کم يو خصوصي صلاحيت ضرور لري، د کوم پواسطه چي د نورو څخه بهتر وي، ستاسو تر ټولو ښه صلاحيت څه دی؟ د خپلو خصوصي صلاحيتونو فهرست جوړ کړی، هغه روزانه کم از کم يو ځل تکرار او په هغه باندي فخر وکړی.

۴: هيڅکله د ځان په حق کي منفي خبره مه کوئ، مثلاً: احمق، بد شکله او ناکام او نه بل چا ته اجازه ورکړی، چي ستاسو په حق کي منفي خبره وکړي، تر دوو (۲) هفتو پوري تاسو دا يادښت کړی چي هغه کوم شی دی، چي د هغه په وجه تاسو د خپل ځان په حق کي منفي خبري کوی؟ هغه کوم شی دی چي د هغه د وجهي تاسو خپل ځانونه سپک ګڼی؟ د خپلو منفي سوچونو نګراني وکړی، کله چي تاسو په خپل ځان کي د کمي احساس کولو کومه منفي نقطه پيدا کړله، نو تاسو سمدستي ووایاست: زه يو ډير هوښيار شخص يم، دا مشق جاري وساتی، تر څو چي مو په خپل ځان کي د کمي احساس کول نه وي ختمه سوي، هر کله چي مو خپل منفي سوچونه کنټرول کړل، بيا خپل ځان ته يو انعام ورکړئ، مثلاً: ځان ته کتاب، قلم او يا داسي نور څه د ځان د تشويق لپاره.

۵: خپلي پخوانی غلطی خپله ځان ته وروبخښی او هغه هيري کړی، د هغو يادول هيڅ کټه نه کوي، بلکي هغه تاسو په پريشانيو کي اضافه والی راولي، د ځان بيروني څخه نجات پيدا کړی او د خپلو ښيګڼو خيال مو ساتی.

۶: د ټولني لپاره خپل ځان کټور جوړ کړی، خلکو ته ځان زړور وښه ياست، ډير ژر به تاسو دا محسوس کړی، چي د ټولني لپاره تاسو څومره مفيد ياست، خلګ به ستاسو خدمت او قدرداني کوي او تاسو ته په خپل ځان کي د کمي احساس کول به ختم سي، دا خبره په ذهن کي وساتی، چي خلګ تاسو د ظاهري شکل او صورت د وجهي نه بلکي د شخصي ښيګڼو د وجهي دوست جوړل غواړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۷: غربت هم په خپل ځان کي د کمي احساس کولو یوه لویه وجه ده، غربت ته د خپلي ترقۍ په لار کي د خنډ جوړیدلو موقع مه ورکوئ، خپل ځان ته د هغه چا مثالونه مخته کښېږدئ، کومو اشخاصو چي په غربت کي سترګي پرانستي دي، اما د خپل زیار له وجهي یې خپل نوم په دنیا کي روښانه کړی دی. قطب الدین ایبک کوم چي یو غلام وو، د باچاهي بنیاد یې کښېښود، د ماضي ټولو لویو خلګو د خپل ژوند اغاز د غربت څخه کړی دی.

۸: په خپل ځان کي د کمي احساس کولو د ختمولو یوه آسانه طریقه دا هم ده: تاسو په روزمره ژوند کي ددې اظهار وکړئ، چي تاسو په خپل ځان کي د کمي احساس کولو ښکار نه یاست، په دې سره ستاسو په خپل ځان کي د کمي احساس کول ډیر ژر ختمیدلای سي.

۹: سترګي پټي کړئ، داسي تصور وکړئ، چي تاسو په خپل ځان کي د کمي احساس کولو ښکار نه یاست، بلکي ډیر په اعتماد یا باور یاست.

۱۰: پر ځان د نه باور کولو په کمي کي یوه اهمه وجه شرم دی، شرم دا مطلب چي د خپل هم سیالو خلګو، د اُستاذ، یا د صاحب منصب خلګو څخه بیره لرئ او د هغوی په مخکي د څه ویلو جرئت نه سي کولای، شرمناک خلګ د عامو خلګو سره د رابطې د قائمولو څخه بیریږي، د هغو سره د ملاقات کولو عتراض کوي، شرمناکو خلګو ته د نوو خلګو سره ملاقات کول یعني د هغو سره لیدل او د هغو سره دوستي کول مشکل وي، شرمناک خلګ د نورو خلګو په موجودیت کي ډیر خفه وي او بیره محسوسوي، په داسي چاپیریال کي د هغو نبض او زړه درزیږي، مخ یې تک سور سي، خولې پر را ماتي وي، د همدې بیري د وجهي هغوی صحیح سوچ او فکر نه سي کولای، شرمناکو خلګو ته د هم سیالو خلګو سره د رابطې قائمول مشکل وي، شاګرد د خپل اُستاذ سره او پیاده د ادارې د مدیر سره د رابطې کولو په وخت کي داسي کوښښ کوي، تر څو په داسي وخت کي ور سره ملاقي سي، چي د هغو سره بل څوک نه وي، ددې لپاره هغوی د ساعتونو څخه بلکي د هفتو راهیسي انتظار کوي، شرمناک خلګ د نورو خلګو په موجودیت کي عموماً خاموش وي او خبري نه سي کولای، اکثر وخت په لړزیدونکي آواز خبري کوي، د خلګو په موجودیت کي په کوم کار شروع نه سي کولای، که چیري د نورو خلګو په وړاندي د کوم کار کولو ورته وویل سي، نو هغوی پر ځان د نه باور کولو د وجهي په بیره کي سي، شرمناک خلګ عموماً ښه او مؤثر مشر نه سي جوړیدلای، ځیني خلګ په خاصو حالاتو او د خاصو افرادو په مخکي شرم محسوسوي، مثلاً: په کوم مجلس کي خبري کول، یا په کوم نوي ماحول کي، یا د کوم تنظیم په مخکي.

شرم د جسماني معذوره کیدلو په شان ذهني معذوره کیدل دي، کوم چي انسان فلجه وي، شرم یو منفي طاقت دی، د کوم چي ډیر نقصانونه دي، موږ یو څو په دې ډول ذکر کوو:

(c) ketabton.com: The Digital Library

۱: شرمناک خلک د خپلو هم سیالو او زورواکو څخه خپل حق نه سي غوښتلای، د ځه د وجهي څخه چي بیا دوی د خپلو جائزو حقوقو څخه محروم پاته سي.

۲: شرمناک خلک د خپلو صلاحیتونو اظهار نه سي کولای، د ځه په وجه چي صرف یوازي دوی نه بلکي معاشره هم د دوی د صلاحیتونو څخه محرومه پاته سي، همدا وجه ده چي د دنیا په تعمیر کي د هغوی کردار قابل د یادولو نه دی.

۳: د عامو خلګو په وړاندي چي دوی ځه ویل غواړي ویلای یې نه سي، او ځه کول چي غواړي کولای یې نه سي.

۴: د عامو خلګو په موجودیت کي شرمناک خلک د ښې کار کردګي مظاهره نه سي کولای، چي وروسته بیا دا کار د هغوی د ترقي په لار کي یو لوی خنډ ثابتیدای سي.

۵: شرمناک خلک د عامو خلګو په وړاندي یو صاف او واضحه فکر نه سي کولای، د ځه د وجهي څخه چي دوی د ښو خیالاتو او رایه اظهار هم نه سي کولای.

۶: دا خلک د خپلي کمي ذاتي مسئلې لپاره د بل چا څخه مرسته نه سي غوښتلای، په ټولنه کي په زیات شمیر خلک ددې مسئلې ښکار دي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ناکامي موږ ته د کامیابي لاره برابره وي

تر څو چي کوښښ ونه کړی او کامیاب یا ناکام نه سی، د ناکامي تر ټولو لویه کټه دا ده چي دا موږ د لویو کامیابیو لپاره تیار کړي، ناکامي لعنت نه بلکي نعمت دی، دا د کامیابي لپاره بنیاد یعني بنسټ دی، د دغه بنیاد د سمولو لپاره ښه طریقه دا ده چي د خپلو غلطیو څخه یو څه زده کړو، د ناکامي مطلب صرف او صرف دا دی چي دلته یو څه مسائل شتون لري، کوم چي حل کولو ته په انتظار کي دي، هره ناکامي موږ ته د کامیابي لپاره لاره برابروي، د هري ناکامي څخه وروسته موږ کامیابي ته ډیر ورنږدې کیږو، که چیري تاسو ناکامي قبوله کړی او د هغې څخه سبق زده کړی دوباره کوښښ وکړئ، نو تاسو به ضرور کامیابي پیدا کړی.

هر انسان ناکام کیدلای سي، ناکامي د ژوند حقیقت دی، ناکامي د ژوند تر ټولو لوی اُستاد دی، ناکامي موږ ته عاجزي را زده کوي، ناکامي موږ د خپلو حدودو سره آشنا کوي، ناکامي موږ ته دا وایي: تاسو د ماتي قابل نه یاست، ناکامي موږ ته خپله سمه لاره راښیي، ناکامي موږ ته دا راښیي که هر څه سم هم کړی، بیا هم که کوم شی په لاس درنه سي دا د ژوند یوه حصه ده، ناکامي موږ ته د کردار د مضبوطوالي متعلق سبق را زده کوي، د ناکامي تر ټولو لوی سبق د پورته ذکر سوو سبقونو څخه علاوه ناکامي موږ ته یو بل سبق هم را زده کوي کوم چي د ټولو څخه لوی سبق دی، ناکامي موږ ته د ډیر مضبوط اوسیدلو طریقه را زده کوي.

ناکامي انسان ته داسي سبق ور زده کوي، کوم چي د بلي طریقي یې نه سي زده کولای، انسان د ناکامي څخه ډیر او د کامیابي څخه کم شی زده کولای سي، د ناکامي یوه کټه دا هم وي چي تاسو په آینده کي د هغه کار د کولو څخه بیا ځان ساتی، لکه څرنګه چي د بدن په کومه برخه کي درد وي تاسو ته خبر درکوي چي دلته کومه خرابي شتون لري او علاج کول یې ضروري دي، همدا شان ناکامي هم په یوه پلان کي د کومي خرابي نښه کیدلای سي، یعني یا خو دا چي ستاسو هدف سم نه دی، یا مو د هدف د حاصلولو طریقه سمه نه ده، ناکامي د انسان په تخلیقي صلاحیتونو کي اضافه والی راولي، هیچا ته په خپلو حقیقي صلاحیتونو کي تر هغه وخته علم نه وي، تر څو چي هغه ناکامه سوی نه وي، هیڅوک په دې علم نه لري چي کوم څه کولای سي او کوم څه نه سي ترسره کولای.

د ناکامي وجهي: زموږ د نن ورځي شک زموږ د سبا ورځي کامیابي په ناکامي بدلولای سي، د ناکامي ډیر وجهي دي، یو څو مهم یې موږ په لاندي ډول ذکر کوو:

۱:ـ د مستقل مزاجي نشتوالی: اکثره خلګ ددې وجهي ناکامه کیږي چي د هغو سره علم نه وي، بلکي هغه ددې وجهي څخه ناکامه کیدلای سي چي هغوی میدان پریږدي، د کامیابي راز صرف

(c) ketabton.com: The Digital Library

په دوو (۲) شیانو کې دی، مستقل مزاجي او مزاحمت، کله چې د کوم کار کول وغواړې، د هغه څخه بیا مخ مه اړوه، یو قهرمان ددې وجهې څخه قهرمان وي چې هغه د نورو خلګو څخه بهادر وي، بلکې هغه ددې وجهې قهرمان وي چې د نورو خلګو څخه لس (۱۰) چنده زیات بهادر وي.

۲:ـ خود غرضي: کوم خلک چې خود غرضه وي، هغوی هیڅکله دا حق نه لري چې هغوی د ترقي او کامیابي توقع وکړي، ځکه چې د داسي خلګو رویه د نورو خلګو د فلاح او بهتري لپاره نه وي، لویې د روح سرطان ده، لویي تعلقات او خپلوي تباه کوي، لویي ځنګه پیدا کیږي، لویي د نفس درواغجن عزت څخه پیدا کیږي، مطلب دا چې یو کس په درواغو سره په خپل ځان فخر کوي او د یوه مقصد لپاره بل چا ته د ځان اظهار کوي، د لویي څخه د ځان ساتلو ښه طریقه دا ده چې تاسو د خپلو وسائلو مطابق مطمئن اوسیدل زده کړی، په یاد ولری! د قناعت کولو مطلب دا نه دی، چې تاسو د مخته تللو آرزو مه کوئ.

۳:ـ د کامل یقین نشتوالی: کوم خلک چې د کامل یقین څخه خالي وي، هغه د سړک پر مابینځ روان وي، تاسو پوهیږی چې د سړک پر مابینځ د تلونکو انجام څه وي، د کامیابي د مهمو رازونو څخه یو دا دی چې تاسو د کومې خبرې سره د مخالفت کولو پر ځای د هغې تائید او حمایت وکړی، تاسو د هرې مسئلې په مخالف طرف کې مه دریږئ، بلکې د حل په طرف کې یې ودریږی. په دنیا کې درې (۳) ډوله خلک دي:ـ ۱: داسي خلک چې لوی لوی کارونه کوي. ۲: داسي خلک کوم چې صرف واقعاتو او حالاتو ته ګوري. ۳: داسي خلک کوم چې په واقعاتو او حالاتو باندي فکر او غور کوي. سوال دا دی چې تاسو د کوم ډول خلګو څخه یاست؟

۴:ـ پلان جوړول او د تیاري لپاره تصمیم نه نیول: د ګټلو خواهش د هر چا سره وي، مګر د ګټلو لپاره د تیاري نیولو خواهش د ځینو ځینو سره وي، اکثره خلک داسي وي چې د تفریح لپاره تیاري نیسي، مګر د خپل ژوند لپاره منصوبه سازي نه سي کولای، د تیاري کولو مطلب دا دی چې ناکامي به برداشته وې، مګر ناکامي به بالکل نه مني، د تیاري مطلب دا دی چې د خپلو غلطیو څخه سبق زده کړل سي، د غلطیو کول غلط نه دي، زموږ څخه غلطي کیدلای سي، البته بې وقوفه هغه څوک دی چې یوه غلطي بیا بیا کوي، کوم خلک چې غلطي کوي او د هغې اصلاح نه کوي، په دوهم ځل د هغه څخه بله لویه غلطي کیږي.

۵:ـ تجزیه: کټونکي خلک تجزیه کوي بهانې نه کوي، ځکه چې دا د بایلونکو خلګو کار دی، د دوی سره یو کتاب وي کوم چې د ناکامیو د جوازنامو څخه ډک وي، مثلاً هغو لیکلي وي: زه بد قسمت یم. زه په منحوس وخت کې پیدا سوی یم. زما عمر کم دی. زما عمر زیات دی. زه سپین ژری سوی یم. زه مجبور یم. زه ډیر هوښیار نه یم. زه تعلیم یافته نه یم. زه ښه ځواني نه لرم. زه د چا سره روابط او تعلقات نه لرم. زما سره ډیري پیسي نسته. زما سره وخت نسته. کاشکې!

(c) ketabton.com: The Digital Library

ما ته موقع په لاس راسي. کاشکي! زموږ پر کورنی باندي بوج نه وای. د بایلونکو خلګو دغه فهرست تر دې هم اوږد وي، د هر کس د کامیابیدلو فیصله دوه (۲) شیان کوي، وجوهات او نتائج، وجوهات باید شمار نه کړل سي، تر څو چي نتائج شماریدلای سي.

۶:ـ د جرائت نشتوالی: کامیاب خلګ په خپلو کارونو کي پر خنډونو د غالبیدلو لپاره د جرائت او قوت هڅه او تلاش کوي، کله چي موږ ذهن د جرائت څخه ډک وي، نو خپله هیره مو هیریږي او په خنډونو باندي برلاسه کیدلای سو، جرائت د بیري د نه موجودیدلو نوم نه دی، بلکي پر بیري باندي د غالبیدلو نوم دی، کردار، انصاف او دیانتداري د جرائت څخه بغیر مؤثره نه وي.

د کامیابو او ناکامو خلګو په مابینځ کي بنیادي فرق دا دی: کامیاب خلګ هغه کار کوي، کوم چي ناکام خلګ یې نه کوي، ناکام خلګ هغه کار ځکه نه کوي، چي هغه کار هغوی ته خوند نه ورکوي، خوندوره خبره دا ده هغه کار کامیابو خلګو ته هم خوند نه ورکوي، مثلاً: سهار وختي پورته کیدل، سخته خواري کول، تر ډیره وخته پوري د کار کول او داسي نور... مګر بیا هم هغوی یې کوي، ځکه هغوی په دې پوهیږي چي د کامیابي لپاره د هغه کار کول څومره ضروري دي، دا د کامیابي قیمت دی، په دنیا کي هیڅ یو شی مفت نه تر لاسه کیږي، د کامیابو خلګو زیاتره توجه ښو نتیجو ته وي او د ناکامو خلګو توجه زیاتره ښو کارو ته وي، د طویل المدت کامیابي لپاره د نفس ساتنه مهم ترینه شخصي خوبي ده، بلکي هیڅ رقم لویه کامیابي د نفس ساتلو پرته نه حاصلیږي.

د نفس د ساتني څخه مراد دا دی: چي تاسو هغه کار وکړی د کوم کار چي کول غواړئ، یا هغه کار کوم ته چي ضرورت وي او په هغه وخت کي یې وکړی په کوم وخت کي چي ضروري وي، که ستاسو زړه یې غواړي او که نه، ددې څخه دا هم مراد دی: چي تاسو داسي یو کار ونه کړی د کوم چي کول یې نه غواړئ او تاسو تل داسي کار کوی د کوم چي کول ضروري دي، تاسو ته پر خپل ځان کنټرول په کار دی، که چیري د کوم کس پر خپل ځان کنټرول نه وي هغه د نورو کنټرول هم نه سي کولای، د نفس ساتنه په مکمل ډول باندي د انسان فکر او کردار کنټرولوي، د نفس ساتنه د ټولو کامیابو مشرانو بنیادي خوبي او خاصیت دی، د نفس ساتنه هغه اهلیت دی کوم چي تاسو ودې ته مجبوروي، تاسو څه کول غواړی، کله یې کول غواړی او هغه کار مه تر سره کوئ د کوم چي کول یې نه غواړئ، د نفس ساتنه په ژوند کي د کامیابي او ترقي لپاره د بل هر شي څخه مهم ده.

هغه یو شی څه شی دی کوم چي ستاسو د کامیابیدلو لپاره لازمي دی؟ دا یو معمولي شی دی، چي د نفس ساتنه ورته ویل کیږي، د نفس ساتنه یو داسي شی دی کوم چي انسان یې په خپله حاصلولای سي، دا تاسو د خپل ځان په داخل کي حاصلولای سئ، که چیري تاسو د کامیابي حاصلول غواړئ، که څه هم هغه دنیوي وي او که اخروي وي، نو تاسو ته پر خپل نفس باندي

(c) ketabton.com: The Digital Library

کنټرول لرل په کار دي، تاسو هغه کار کوئ کوم چې د دنیوي یا اخروي کامیابي لپاره ضروري وي، په خپل نفس باندې د کنټرول حاصلولو لپاره لاندې څو جملې په یاد کړئ:-

الف: زه خپل ذهن او نفس کنټرولوم، زه خپل کردار، حالات او واقعات کنټرولوم. ب: زه د خپل نفس په ساتنه فخر کوم، زه تل د هغه کار کولو ته آماده یم د کوم چې کول یې وغواړم.

په دنیا کې لویه کامیابي د ناکامیو څخه وروسته حاصلیږي، ناکامي د کامیابۍ اول شرط دی، کامیابي د ناکامیو څخه جوړیږي، د کامیابۍ لاره د ناکامیو څخه ډکه ده، د میانه درجې کامیابي عموماً د درو (۳) ناکامیو څخه وروسته حاصلیږي او لویه کامیابي د اوو (۷) ناکامیو څخه وروسته حاصلیږي، په لومړي ځل کوښښ کې تقریباً کامیابي ناممکن وي، لهذا د کامیابۍ د کوښښ کولو په وخت کې دا خبره په ذهن کې وساتئ چې په لومړي کوښښ کې کامیابي مشکل ده، او کامیابي د ناکامۍ څخه وروسته حاصلیږي، په دنیا کې صرف هغه خلګ لویه کامیابي لاسته راوړي، کوم چې حوصله او جرائت لري، په دنیا کې ډېر لوی لوی ایجادات سوي دي، مګر دا ټول د بې شماره ناکامیو څخه وروسته سوي دي، د هر ایجاد داستان د ناکامیو څخه ډک دی، دا خبره په ذهن کې وساتئ چې تاسو هم د کامیابۍ سفر د ناکامۍ څخه پرته نه سی تر سره کولای، هره ناکامي عارضي وي، تر څو چې تاسو یې مستقله نه کړی، تاسو تر هغه وخته پورې نه سی ناکامه کیدلای تر څو پورې چې کوښښ پرې نږدئ.

کامیابي کله هم یقیني نه وي او ناکامي کله هم مستقله نه وي، د ناکامۍ څخه دا نه دي مراد چې تاسو به د همیشه لپاره ناکامه یاست، بلکې د ناکامۍ څخه مراد دا دي چې تاسو نن ورځ نه سی کامیابه کیدلای، یعني په یوه خاص وخت کې، لهذا ناکامي په اصل کې تاخیر یعني ځنډ دی، د ناکامۍ څخه دا هم نه دي مراد چې تاسو خپل کوښښ پریږدی، بلکې دا ځیني مراد دي چې تاسو سخت کار وکړی، د ناکامۍ څخه دا نه دي مراد چې تاسو هیڅکله نه سی کامیابیدای، بلکې دا ځیني مراد دي چې په دې کې یو څه وخت ته ضرورت سته، که چیرې تاسو په یوه شعبه کې ناکام سی، نو په کومه بله شعبه کې کوښښ وکړی، تاسو یوازې په هغه صورت کې ناکامه کیدلای سی، کله چې خپل کوښښ پریږدی، یا دا چې تاسو د خپلو ناکامیو څخه کوم سبق زده نه کړی، کامیاب خلګ د ناکامۍ څخه نه بیریږي، هر فرد یو وخت ناکامه کیدلای سي، ناکامي په اصل کې د غلطۍ نوم دی.

یعني هیڅوک ناکامه کیدلای نه سي، بلکې کومه غلطي چې ځیني وسي، په دنیا کې د هر انسان څخه غلطي کیدلای سي، البته احمق خلګ خپله غلطي نه مني، د غلطۍ نه منلو پر ځای د هغې څخه سبق زده کړی، غلطي موږ ته دا راښیي چې د دغه کار لپاره نوري ښې طریقې هم سته، غلطي تاسو عقلمند، توانا او صابر جوړوي، همدا شان تاسو د کامیابۍ لپاره ځان تیاره وی، څوک چې غلطي ونه کړي هغه ترقي نه سي کولای، د مثبت سوچ او فکر خاوندانو ته ناکامي زحمت نه ده بلکې رحمت ده ورته.

(c) ketabton.com: The Digital Library

مه نااُمیده کیږئ پر خپل ځان باور ولری

د هر عمل څخه مخکي لومړی فیصله کول ضروري ده او کله چي فیصله کیږي هغه باید بالکل واضح وي، د هر عمل لپاره یو صحیح وخت تعین وي، دا عمل په هغه وخت کي په کار دی په کوم کي چي ښه وي، موږ باید څه وکړو او په کوم وخت کي یې وکړو په دې باندي پوره علم لرل دا پر خپل ځان د باور کولو لومړی زینه ده، کله چي کومه فیصله کیږي د هغې تر عمل لاندي نیول دومره ضروري دي، لکه څومره چي د فیصلې کول ضروري دي، ځکه په دې سره پر خپل ځان د باور کولو عملي اظهار کیږي.

دا یو داخلي صنعت دی کوم چي آهسته آهسته د فطري نشونما څخه پیدا سوی دی، پر خپل ځان باور کولو سره په کردار کي سکون راځي او د داخلي قوت خارجي اظهار دی، پر خپل ځان باور کولو ترکیبي اجزاوي په دې ډول دي:- ۱: تاسو چي څه کول غواړی باید په هغه باندي پوره علم ولری. ۲: تاسو باید په دې ځان پوه کړی، چي د هغه د حصول ممکن ذرائع څه شي ده. ۳: د هغه په رڼا کي فیصله وکړی. ۴: خپلي فیصلې ته عملي جامه ورواغوندی.

کله چي موږ په یوه وخت کي یو قدم پورته کوو او موږ د معلوم طرف څخه د غیر معلوم پر طرف حرکت کوو، باید زموږ دغه تګ قدم په قدم وي، پر خپل ځان په باور کولو سره چي کله یو قدم پورته کړل سي، نو دوهم قدم خود بخوده پورته کیدلای سي، کله چي موږ او تاسو د یوه قدم په پورته کیدلو کي کامیاب سو، باید موږ همدغه کامیابي بر قرار وساتو او مخته تګ وکړو، کله چي په خپل ځان باور کول یو ځل خپل کړل سي هغه بیا زیاتیږي او په یوه کامیاب شخصیت کي یو مقناطیسي قوت پیدا سي.

په خپل اندروني قوت د اعتماد، یقین او بروسي پیدا کولو نوم دی، انسان چي د خپل مقصد په حصول کي د څومره کامیابیو او ناکامیو سره مخامخ کیږې، دا پر خپل ځان د باور کولو یو اړخ دی، په خپل ځان د باور کولو دوهم نوم اولوالعزم دی، په موجوده دور کي ذهني انتشار عالمي بڼه غوره کړې ده، د کومي د وجهي څخه چي پر خپل ځان د باور حصول ډېر مشکل دی، دنیا چي په څومره تیزئ سره پر مختګ کوي په هغه انداز داسي بي شماره ستونزي او مشکلات پیدا کیږي، چي د هغوی امکاني حل په ټولنه کي نه تر سترګو کیږي، د همدې وجهي پر خپل ځان د باور کولو جرائت او اولوالعزمي څخه کار اخیستل په کار دي، پر خپل ځان باور کول الفاظ ډېر ښایسته دي، اما په خپل کردار کي یې پیدا کول یو څه مشکل کار دی، مګر پر خپل ځان باور کول کوم خارجي شی نه دی، چي موږ یې د خپل ځان لپاره وارد کړو، او بیا په خپل کردار کي بدلون راولو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د څه په ذريعه چي بيا نور خلګ د ځان خوا ته راکشولای سي، کوم وخت چي نور خلګ د ده سره يو ځای کيږي، هغه د يوې خوشحالی احساس کوي او دا غواړي چي دوی هم کامياب سي، پر خپل ځان باور کول د داخلي ژوند سره تعلق لري او د داخلي ژوند مرکز ذهن دی، په بې اعتمادي سره د کار کول په لوی لاس په کنده کي د ځان غورځول دي، د کوم انسان چي په خپل ځان باور نه وي هغه خپلي ټولي ناکامی د تقدير څخه بولي، پر خپل ځان باور کول ژوند دی، کله چي اخلاص او اعتماد ختم سي، نو انسان د ژوند په هيڅ يوه لاره کي نه سي کاميابيدلای، په کوم انسان کي چي پر خپل ځان د باور کولو ماده نه وي، هغه هيڅکله په دنيا کي ترقي نه سي کولای، که تاسو پر خپل ځان اعتماد وکړی، بيا نور پر تاسو اعتماد کوي.

د نفسياتو ماهرينو ويلي دي: پر خپل ځان باور کول په نورو کي هم پر ځان باور پيدا کولای سي، پر خپل ځان باور کولو سره د نفس عزت راځي او په عمل کي نفس ته وقار پيدا کيږي، د ذاتي ترقي په لار کي دا لومړی منزل دی او په کردار کي تر ټولو ښه ښيګڼه ده، ددې څخه پرته اخلاقي سالميت نه سي پيدا کيدلای.

د ژوند زهر څه شي دي؟: د ژوند زهر بيره، مايوس او وهم دی، د ژوند دواء څه شي ده؟ حوصله، قوت او پر خپل ځان باور کول، په جنګ کي اسلحه نه جنګيږي، بلکي په مورچل کي د ناست فوځي زړه جنګيږي، زړه يې هم نه جنګيږي، بلکي په زړه کي يې موجود اعتماد جنګيږي.

پر خپل ځان د باور کولو دښمن: پر خپل ځان باور کولو دښمن نااُميدي يا مايوسي ده، مايوسه انسان د خوشحاليو په هجوم کي د غمونو تسلسل ويني، ځکه هغه بيريږي چي دغه خوشحالی يې ډير ژر په غمونو بدليدونکي دي، مايوسي د انسان تر نيمايي زياته وينه کمه وي، مايوسي د انسان تر ټولو لوی دښمن او د الله سبحانه وتعالی عذاب دی، مه مايوسه کيږئ، ځکه نتيجه يې د عمر کموالی دی، مايوسه او د کمزورو زړونو خاوندان پريږدئ، که نه نو تاسو هم د دوی په شان کيدلای سی، د هري ناکامی څخه وروسته کاميابي په لاس درتلای سي، مګر په دې شرط چي د ناکامي څخه وروسته مايوسه نه سئ، ځيني خلګ پر خپلو کمزوريو باندي د پردې اچولو لپاره د نورو خلګو د عيبونو او کمزوريو پلټنه کوي، دا کار هغه څوک کوي چي د ځان د اصلاح څخه مايوسه وي، موږ ته نااُميدي او مايوسه کيدل نه دي په کار، ستاسو د مايوسي نمه وار هيڅوک نه دي، بلکي تاسو په خپله ياست، د تاريخي او لويو خلګو په سوانحو کي داسي مثالونه مخته راغلي دي، په کومو کي چي مثبتو خلګو ډيرو ناممکن کارونو ته د ممکن جامه ور اغوستې ده، اُميد، يقين او مثبتي رويې د هغو په ژوند کي بيلا بيل بدلونونه راوستلي دي.

تاسو هم نااُميدي ته ماته ورکولای سی، هغه نااُميدي چي په ټولنه کي يې د ډيرو خلګو ژوند يې تباه کړی دی، د هغې سره د مقابلې کولو لپاره څو شيان په لاندي ډول ذکر کيږي:

(c) ketabton.com: The Digital Library

۱: لومړی کار دا وکړی که هر څومره مشکل وي یا نه وي، مګر په اُمید د اوسیدلو کوښښ یې وکړئ، په شروع کي دا کار آسان نه دی، ځکه چي د ټولو زړو عادتونو ریښې په مځکه کي ډیري مضبوطي ښخي سوي دي او هغه په آساني سره موږ نه سو رایستلای، اما که پوره کوښښ وکړو او د سستي څخه کار وا نه خلو بیا یې ضرور رایستلای سو، په زرګونو خلګو داسي کړي دي، موږ او تاسو یې هم کولای سی، په دغه سلسله کي تر ټولو مهمه او ضروري خبره دا ده چي کله غمجن خیالات زموږ پر ذهن باندي تسلط کول وغواړي، موږ باید فوراً هغه په مثبتو خیالاتو باندي بدل کړو، دا په یوه آسانه فارمول باندي کیدلای سي، روح ته د تقویت ورکولو یو څو جملې باید په یاد کړل سي او کله چي پر موږ باندي د غم او د نااُمیدي خیالات راځي او زموږ پر ذهن باندي تسلط کول غواړي، نو په دې وخت کي د په یاد کړل سوو جملو څخه باید کار واخیستل سي.

ډیرو خلګو دا کار آزمایلی او دا یې ویلي دي: د مقدس کتاب قرآن کریم آیتونه، حدیثونه او نوري جملې په داسي حالاتو کي زموږ سره مرسته کولای سي، تاسو هم باید د مقدس کتاب قرآن کریم یو څو آیتونه، یا څو حدیثونه او یا نوري داسي جملې چي روح ته قوت وربخښلای سي په یاد کړئ، ددې کار په شروع کي تاسو ته یو څه کوښښ کول په کار دي، بیا وروسته کرار کرار دا عمل ستاسو عادت جوړیږي، بیا که حالات هر څومره حوصله ماتونکي او مایوسه کوونکي هم وي بیا نو تاسو وارخطا کولای نه سي، ځکه چي په دې وخت کي تاسو په خپل ځان کي دننه پر خپل ځان د باور کولو رڼا پیدا کړه.

۲: کله چي موږ په کوم قسم حالاتو باندي د قابو موندل وغواړو دا کار کولای سو، ځکه چي ډیر خلګ د داسي حالاتو په قابو کولو کي کامیابه سوي دي، او موږ هم کامیاب کیدلای سو، موږ ته د همدغو کامیابو خلګو د کومک حاصلول ضروري دي، یعني موږ باید د هغوی لیکلي کتابونه یا د هغوی د ژوند سوانح ولولو، د مثبتي نظریې په تخلیق کي دغه شان کتابونه ډیر کومک کولای سي. د ډیرو خلګو د کامیاب ژوند راز دا دی: هغوی د نورو کامیابو خلګو لیکلي کتابونه یا د ژوند سوانح لوستلي او یا یې د نورو خلګو څخه د هغوی په حق کي یو څه آوریدلي دي، د هغو په کتابونو کي د هغوی تجربې بیان سوي وي او کله چي موږ دغه تجربې لولو، نو موږ ته هغه معلومي سي چي هغوی د همدغو تجربو څخه کوم قسم فائده پورته کړې ده، موږ هم باید د هغوی په نقش قدم باندي د تللو کوښښ وکړو.

۳: د ژوند متعلق پر اُمید او خود اعتمادي پیدا کولو یوه طریقه دا هم ده چي موږ باید هغه کار وکړو کوم چي زموږ په قبضه کي وي او د هغه د سرته رسولو صلاحیت په موږ کي موجود وي، په کوم کار کي مهارت حاصلول موږ ته دا اعتماد رابخښلای سي او په نورو کارونو

(c) ketabton.com: The Digital Library

کي هم موږ ته په کار راتلای سي، په ځيني وختو کي که موږ څومره نااُميده يو، مګر بيا هم دا ويل صحيح نه دي چي موږ دغه کار نه سو کولای، په داسي حالاتو کي د هغو ټولو مهارتونو په کار اچول په کار دي کوم چي موږ د لاسونو يا د ذهن په کومک سره سرته رسولای سو.

۴: زموږ د نااُميدي يوه لويه وجه دا هم ده چي موږ زياتره وخت په خپل ځان باندي مغروره يو، د خپل بوج د کمولو لپاره بهترينه او آسانه طريقه دا ده چي موږ د نورو بوج کم کړو، د نورو خلګو خدمت ستاسو د ستونزو د کمولو لپاره بهترينه طريقه ده، که موږ دا احساس وکړو چي نور خلګ زموږ څخه څو چنده په زياتو مشکلاتو کي راګير دي، همدغه احساس هم موږ ته تسکين راکولای سي، او زموږ سره په نااُميدي باندي په غلبه کولو کي کومک کولای سي، که چيري موږ د زړه د اخلاصه د نورو خلګو سره کومک وکړو، نو زموږ د ژوند څخه نااُميدي ليری کيدلای سي، او موږ ته يو مضبوط قسم پر ځان باور پيدا کيدلای سي.

پر خپل ځان باور کولو سره موږ د خپل عظمت احساس کوو، موږ د ژوند په ميدان کي د کاميابي حاصلولو لپاره بايد په يوه کار مشغول سو، موږ بايد د مصيبتونو څخه ونه بيريږو، د خطراتو پروا ونه کړو، او موږ په دې يقين وکړو چي د مصيبتونو د تاريکيو تر شا د کاميابۍ ستوری ځليږي، په تاريخ کي ډير داسي شواهد پيدا کيږي چي يوه مفلس کمزورې انسان کله چي هغه په خپلو متو باندي يقين کړی دی، هغه بيا د حيرانتيا وړ ترقي کړې ده، او د لکونو انسانانو خير خواه جوړ سوی دی، د نارينه د شان سره دا نه ښايي چي هغه دي د حوادثو او خطراتو څخه وبيريږي او د مايوسۍ ښکار دي سي، مشکلات زموږ پټ قوتونه پر جوش راولي او زموږ اصلي جوهر ظاهروي، د همدې وجهي په خاطر بايد موږ د تل لپاره مشکلاتو ته سينه سپر کړو، سستي بايد غوره نه کړو، پر خپل ځان په باور کولو سره باندي تکيه وکړو.

د حق او باطل د فرق لپاره موږ جنګ کولو ته مجبور يو، ځکه د جنګ څخه پرته د بدي ختمول ممکن نه دي، په جنګ کي د غيري متوقع کاميابي او فتحي انحصار زياتر پر خپل ځان په باور کولو باندي وي، د ژوند په جنګ کي د فتحي بيرغ د پورته کولو لپاره که چيري تاسو د خپل دښمن يعني غيري مستقل طبيعت، غفلت، سستي او کم همتي څخه کار واخلی تاسو به هيڅکله پر مخ ولاړ نه سی، موږ او تاسو بايد په زړه او دماغ کي خپل دښمن ته د اوسيدلو اجازه ورنه کړو، هغه انسان به هيڅکله کامياب نه سي، کوم چي د هغه پر دماغ باندي د ناکامۍ شيطان سپور وي، کله چي دي خپل ځان سپک وګڼی، د يوې عهدې د قبلولو څخه وبيريدلې او د خپل بازو په قوت باندي يقين ونه لرې، غيري مستقل مزاج انسان اګر که نيک هم وي اما پر ده باندي باور نه سي کيدلای.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ځکه د ده په حق کي نه سي ويل کيدای چي دی به تر کومه نيک وي او نه دا معلومه ده چي دی به کله دهکه کيږي، ددې خبري هيڅ پروا ونه کړی چي تاسو د غريب مور او پلار اولاده ياست، د يوه لوی کاروبار د چلولو لپاره ستاسو سره پيسې نسته او نه تاسو کوم اعلی تعليم حاصل کړی دی، مګر ډير خلګ نه د مالدارو زامن دي، نه پيسې ورسره وي او نه يې کوم تعليم کړی وو، اما پر خپل ځان د باور کولو د مخي ميليونران سوي دي، او د ډيرو کتابونو مصنفين او ليکوالان سوي دي، تاسو هم کوښښ وکړی او پر دې يقين ولری چي کاميابي ستاسو پيدائشي حق دی.

تاسو هم کامياب کيدلای سی، يو مشهور ضرب المثل دی چي الله (جل جلاله) د هغه چا مرسته کوي څوک چي د خپل ځان سره په خپله مرسته کوي، او په دې کي هيڅ شک کولو ته کنجايش نه سته، کله چي تاسو د زړه د وسوسو څخه بيريږی، دا معنا چي تاسو پر خپل خدای (جل جلاله) باندي توکل او د خپلو متو په زور باندي يقين نه لری، نو کله چي د خطر او تکليف نوم واخيستل سي، ستاسو د بدن وينه وچيږي، الله (جل جلاله) عادل ذات دی، هغه مرسته کوونکی دی، مګر که د هغه ذات د ورکړل سوو قوتونو څخه کار واخيستل سي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د شرم کولو څخه ځان وساتئ

د شرم د ختمولو لپاره د تدابیرو د نیولو مخکې باید د هغه وجوهات وپیژندل سي، په دغه سلسله کي مختلفو ماهرینو مختلف وجوهات ذکر کړي دي، چي بعضي يې په لاندي ډول ذکر کیږي:

۱: د بعضي ماهرینو د خیال مطابق شرم د ذهانت او قد په شان یو فطري وصف دی.

۲: د کردار پسند ماهرینو په نزد شرم کول د یوې ناسمي زده کړي د وجهي پیدا کیږي، د هغوی د خیال مطابق ځیني خلګ ددې وجهي شرمیږي چي هغوی د نورو خلګو سره د ناستي او ولاړي آداب نه وي زده.

۳: که چیري والدین د نورو خلګو پر وړاندي د خپلو اولادو توهین وکړی، نو هغه د شرم کولو ښکار کیږي.

۴: بعضي هلکان د کوم جسماني نقص لکه: بد شکلي او یا داسي نورو د وجهي د شرم کولو په تکلیف کي مبتلاء وي.

۵: د شرم کولو لویه وجه پر ځان د کمي احساس کول او پر خپل ځان باور نه کول دي.

۶: په کوچنیوالي کي د ځان نه ساتل هم د شرم کولو سبب دی. ددې مسئلې مهمه وجه دا ده داسي کسان پوهیږي چي نور خلګ يې ملامتوي، دوی تل داسي سوچ کوي چي ناخبره خلګ هم په دوی خبر دي.

۷: موږ ډیر څه د والدینو او د نږدې چاپیریال څخه زده کوو، والدین چي په کوم رنګ وینو په لاشعوري طریقه د هغه د کولو کوښښ کوو، که چیري په والدینو کي یو د شرم کولو ښکار وي، نو اکثره د هغوی اولاد هم ددې مسئلې ښکار کیدلای سي.

د شرم کولو علاج: لکه مخکي مو چي وویل شرم کول د هر انسان لپاره د ناسور حیثیت لري، او د همدې وجهي څخه بیا د هر قسم خوشحالیو څخه محروم وي، د خپلو صلاحیتونو څخه فایده نه سي پورته کولای، د شرم کول د هر انسان په ترقي کي یو لوی خنډ دی، لهذا د دغه خنډ لیري کول په هر صورت په کار دي، که چیري مسئله ډیره سخته وه نو تاسو بیا د نفسیاتو د یو ماهر څخه مرسته وغواړئ او که چیري مسئله سخته نه وه بیا يې تاسو په خپله هم حل کولای سی، د نورو مسئلو په شان د شرم د ختمولو لپاره هم مسلسل هلي ځلي ضروري دي.

د ټولو څخه مخکي تاسو یقین وکړی چي تاسو په خپل شخصیت کي بدلون راوستلای سی، یعني د شرم کولو د مسئلې څخه ځان خلاصولای سی، د دغه یقین څخه وروسته د یوه پروګرام

(c) ketabton.com: The Digital Library

ماتحت کوښښ شروع کړی او دا خبره په ذهن کي وساتی، چي ددې لپاره د کار کول نه بلکي تر دې هم د سخت کار ضرورت دی، په دې کي ناکامي هم راځي، که چيري تاسو کوښښ جاري وساتی او که کومي ناکامۍ منځته راسي هغه عارضي دي او تاسو د همغو ناکاميو څخه هم یو څه زده کولای سی، د ټولو څخه مخکي د هغو مقاصدو تعین وکړی د کومو د حصول په لار کي چي د شرم کول خنډ دی، يعني د کومو حصول چي د شرم کولو مشکل يا ناممکن کړي دي، مثلاً: ته يو ذهين کس يې مګر خپل مشکل چا ته نه سې بيانولای، يا ته يو ډير ښه سياست پوه يې، مګر پر ستيج باندي تقرير نه سې کولای، د دغو ټولو مقاصدو يو فهرست جوړ کړی، کوم چي تر دا مهاله تاسو د شرم کولو د وجهي نه دي حاصل کړي، دغه فهرست روزانه د بيده کيدلو په وخت کي لولی، او د مسئلې تر ختميدلو پوري دا مشق جاري وساتئ.

د شرم د ختمولو لپاره په پورته ذکر سوو مقاصد سربيره لاندي اقدامات هم ضروري دي:- ۱: د مسئلې اصلي لامل معلومول. ۲: د خپل ځان په باره کي فکر بدلول. ۳: په خپل ځان کي د کمی احساس ختمول. ۴: د عزت اضافه کول.

د مسئلې وجه معلومول: د هري مسئلې لپاره ضرور يوه وجه وي، د شرم کولو به هم ضرور کومه وجه وي، يو څو مهمي وجهي درته ذکر کيږي، تاسو د هر څه څخه مخکي د خپل شرم کولو وجه معلومه کړی او د هغې مطابق د شرم ختمولو لپاره يو پروګرام ترتيب کړی، که چيري ستاسو د شرم کولو وجه د ماضي کومه واقعه، يا کوم لاشعوري کشمکش، يا د ځان نه ساتلو احساس وي، نو په دې صورت کي تاسو د نفسياتو د يو ماهر څخه مرسته وغواړی، که چيري وجه کوم جسماني نقص وي، نو تاسو دا نقص قبول کړی، د هغه د بدلولو کوښښ مه کوئ، ځکه چي خلګ ستاسو کردار او شخصيت ته نظر کوي نه ستاسو جسماني نقص ته، په دنيا کي ډير داسي خلګ تير سوي دي چي هغوی ډير جسماني نقصانونه درلودل، مګر هغوی يې کومه پروا نه ده کړې او د خپل کردار په ذريعه يې نړيوال شهرت حاصل کړی.

حضرت بلال (رضي الله عنه) جسماني حسن نه درلود، مګر هر مسلمان د هغه سره محبت کوي، که چيري وجه په خپل ځان کي د کمی احساس وي، نو هغه ختمه کړی او د خپل ځان په عزت کي اضافه والی راولی.

فکر بدلول: موږ هغه رقم يو څنګه چي فکر کوو، زموږ فکر زموږ پر کردار او شخصيت باندي ډير آثرات اچوي، منفي فکر په کردار او شخصيت منفي او مثبت فکر په کردار او شخصيت باندي مثبت آثرات اچوي، لهذا د فکر بدلولو ته ضرورت سته، که چيري تاسو ځانونه شرم کوونکي محسوسوی، تاسو دغه فکر ختم کړی او داسي فکر وکړی چي تاسو شرم کوونکي نه ياست، شرم کوونکي خلګ د نورو خلګو خبري ته ډير آهميت ورکوي، دوی

(c) ketabton.com: The Digital Library

داسي فکر کوي چي نور خلګ دوی ويني، دوی په دې باره کي ډير فکرمند وي چي بيا به خلګ څه وايي او سره ددې چي حقيقت داسي نه دی، حقيقت دا دی چي د نورو خلګو سره دومره وخت نسته چي هغوی ستاسو په تل يادولو باندي خپل صلاحيت او قيمتي وخت ضايع کړي، دا صرف ستاسو خيال دی، نور خلګ په خپلو مسائلو کي دومره مصروف دي چي هيڅ فرصت نه لري، صرف ستاسو سره فالتو وخت سته چي هر وخت د نورو خلګو د خبرو په لټون کي ياست، د نورو خلګو سره د خپل ځان موازنه مه کوئ، په هر وخت کي ضرور ستاسو څخه بهتر خلګ سته، بلکي د دنيا د هر فرد څخه ضرور بل ښه فرد سته.

لهذا تاسو دا خبره هيره کړی چي بيا به خلګ څه وايي او دا هم هيره کړی چي تاسو شرميدونکي ياست، ډير شرميدونکي خلګ ددې خبري څخه په بيره کي وي چي دوی به ناکامه سي او يا به کومه غلطي وکړي، د کومي د وجهي چي بيا به دوی د خلګو د خندا اله سي، په دنيا کي هر فرد هيڅکله ناکامه کيدلای نه سي، بلکي کاميابترين خلګ هم هميشه کامياب نه وي، مګر ناکامي هغوی نه پريشانه کوي، بلکي هغوی يو سبق ځيني زده کوي، سر د نن ورځي څخه پخه اراده وکړی چي تاسو به نه بيريږئ او دا فکر هم وکړی چي نور ټول خلګ ستاسو څخه ښه نه دي، داسي فکر هم وکړئ که ستاسو څخه کومه غلطي وسي پر هغه به تاسو پروا نه کوئ، ځکه د انبياء کرامو څخه پرته د هر انسان څخه غلطي کيدلای سي، د غلطي په باره کي بايد ستاسو رويه څه داسي وي، څه وسول چي زه غلط سولم، زه يو انسان يم فرشته خو نه يم، او نه په دنيا کي کوم کامل انسان سته.

د عزت اضافه کول: د نفس عزت او په خپل ځان کي د کمی احساس کول ستاسو سره قيمتي تعلق لري، د نفس په بې عزته کيدلو سره تاسو په خپل ځان کي د کمی احساس کولو ښکار کيږی، د څه په نتيجه کي چي بيا تاسو د شرم کولو په تکليف کي هم مبتلاء سی، نفس ته په عزت ورکولو سره تاسو په خپل ځان کي د کمی احساس کولو څخه نجات پيداکولای سی، لهذا د نفس د بې عزته کيدلو څخه ځان وساتئ او نفس ته د عزت ورکول اختيار کړئ، ددې وجهي څخه به تاسو ته تل خپلي ښيګني در په زړه کيږي، او هميشه به مثبت فکر کوی، تاسو په خپل ځان فخر وکړئ چي تاسو په ټوله نړۍ کي يواځينی شخصيت ياست، مسلمان ياست او بيا د ښه مسلمان کيدلو کوښښ وکړئ، نورو خلګو ته په کار ورسئ، يعني خدمت يې وکړئ، د هغوی سره کومک وکړئ، په دې سره ستاسو د نفس په عزت کي اضافوالی راتلای سي، کوم وخت چي تاسو خلګو ته په کار ورسی، نو هغوی به ستاسو صفت کوي او تاسو به په خپل ځان فخر کوی چي په دې سره به ستاسو د نفس په عزت کي اضافوالی راسي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د خلکو سره ښه تعلقات ولرئ

هر څوک که څومره ذهین او ډیر کار کوونکی وي، بیا هم په یوازي سره نه سي کامیابه کیدلای، د لویو کامیابیو لپاره موږ ته د نورو خلکو ضرورت دی، کله چي تاسو یو څه کول غواړی، نو په ښه طریقه سره یې کوی او که تاسو ته یې ښه طریقه نه درمعلومیږي بیا د نورو خلکو څخه د کومک غوښتنه وکړی، ذاتي تعلقات یوه داسي حاصل خیزه مځکه ده چي ټولي کامیابۍ او کامرانۍ ځیني حاصلیږي، د خپلو خوبونو د تعبیر لپاره تاسو ته د نورو خلکو سره د ښو تعلقاتو جوړولو سخت ضرورت دی، د داسي خلکو سره خپل روابط جوړ کړی، کوم چي تاسو ته ډیر خوښ وي، ژوند یوه ټولګه ده، ددې ټولګي ټول دار مدار د دوستانو پر تعداد باندي ولاړ دی، د ښو خلکو سره تعلقات او د دوی سره دوستي کول د ژوند یوه برخه ده، که چیري تاسو د دغه حقیقت څخه سترګي پټي کړی، نو د خپلي ناکامۍ ذمه وار په خپله یاست.

ستاسو د مخلصو دوستانو شمیر چي هر څومره زیات وي په هغه اندازه تاسو کامیاب یاست، لهذا که تاسو د کامیاب ژوند خواهشمند یاست، نو تاسو کامیاب خلک خپل دوستان او ملګري جوړ کړی، که چیري تاسو لویه کامیابي غواړی، نو په خپلو تعلقاتو او اړیکو کي زیاتوالی راولی، مګر د نوو تعلقاتو د جوړولو څخه مخکي د خپلو لومړنیو تعلقاتو جائزه واخلی، یوازي کښینی، د خپلو ټولو دوستانو او متعلقینو یو فهرست جوړ کړی، په دغه فهرست کي د هغو خلکو شناخت وکړی کوم چي ناکام دي، په کومو کي چي ایمانداري کمه وي، کوم چي هر وخت تنقید کوونکي او شکایت کوونکي وي، مایوس، نااُمید، منفي فکر لرونکي وي، د نورو د بدي بیانونکي او په نورو تهمت لګوونکي وي، کوم چي د خپلي ناکامۍ منلو ته تیار نه وي، د وخت قدر نه کوي، وعده نه پوره کوي، درواغجن وي او د مستقل مزاج څښتن نه وي، تر همدې مهاله تاسو هیڅ نه وي ځیني زده کړي، د داسي خلکو څخه سمدستي ځانونه کوښه کړی، مخکي ددې چي تاسو هم د دوی په څیر سی تاسو باید د دوی څخه لیري سی او تعلقات ورسره کم کړی.

د مختہ تللو څخه مخکي تاسو د خپل ځان څخه پوښتنه وکړی: زه د کومو خلکو په مینځ کي یم؟ فکر وکړئ چي تاسو د کوم رقم خلکو سره یاست؟ د کوم رقم خلکو سره وخت تیروی؟ تاسو چي د هر رقم خلکو سره اوسیږی هماغسي جوړیږی، کوم خلک چي منفي سوچ او فکر لري، د هغو سره خپل تعلقات کوم کړئ، د مثبت سوچ او فکر لرونکو او د کامیابو خلکو سره د وخت تیرولو لپاره باقاعده یو پروګرام جوړ کړئ، دوی ته د نږدې کیدو لپاره ډیر څه وکړئ.

د ښو تعلقاتو جوړولو اصول:- ۱:- دوستي: هغه کس ناکامه دی چي هیڅ دوست یې نه وي، هر چا ته د ښه دوست سخت ضرورت دی، ښه دوست نه یوازي دا چي ستاسو سره به کومک کوي،

(c) ketabton.com: The Digital Library

بلکي تر تاسو به يې حوصله ډېره وي، د ښه دوست د پيدا کولو يوه طريقه دا ده چې تاسو په خپله د نورو لپاره ښه دوست جوړ سئ، د داسي کاميابو خلګو په لټه کي سئ، کوم چي زيات وخت ستا سره اوسيدلای سي، د هغو څخه پوښتلای سی چي څنګه کاميابه سوې او د کاميابي سبب دي څه وو؟ دا خبره په ذهن کي وساتی چي په دنيا کي هيڅ يو فرد کامل نه دی، هر فرد نه کاملاً ښه دی او نه بيکاره، کامل انسان په موږ کي نسته او تاسو هم نه ياست، کله چي د خپل دوست سره ملاقي کيږی يو څه وخت ضرور د هغه تعريف وکړئ، د خپل ځان پر ځای ډېره توجه هغه ته وکړئ، صرف خبري بايد ونه کړئ، بلکي د ډېر محبت اظهار هم وکړئ، بحث او مباحثه مه ورسره کوئ، دلائل مه ورسره واياست، د خپلو دوستانو سره مسلسل رابطه ساتئ، د هغو سره ملاقات کوئ، هغو ته تحفه ورکوئ او ميلمستيا ورته کوئ.

۲:ـ هم نظري: اکثر خلګ د داسي خلګو سره نزديکت خوښوي کوم چي ورسره هم فکره وي، ځکه د دوی سره بيا په هره موضوع په آزادانه توګه خبري کولای سي، که يو څوک ستاسو څخه وپوښتي تاسو څه کوی؟ نو تاسو ورته په دوو (۲) جملو کي جواب ورکړی، د تفصيلاتو بيانولو ضرورت نسته، په دې سره په پوښتونکي کي دلچسپي پيدا کيږي، کوم وخت چي تاسو يوازي ياست او د يوې ناستي ټولی سره تيريږی، هغو سلام وراچوی، يعني زه ستاسو سلامتيا غواړم، زه يوازي يم، په تاسو کي څوک نه پيژنم، ستاسو لپاره د سلامتيا غوښتونکی يم، ما ته هم د سلامتيا ډاډ راکړی، په دې سره به نه يوازي دا چي ستاسو خوف به ورک سي، بلکي کيدای سي چي په دې ډله کي مو يو کس مرسته کوونکی هم پيدا سي، د يو چا سره يو ځل ليدنه کافي نه ده، د ليدلو وروسته هم روابط ورسره ساتی، د نورو خلګو څخه يې پوښتنه کوی او سلام هم وراستوی.

۳:ـ ستاينه: د انساني فطرت تقاضا دا ده چي ستاينه يې وسي، هر انسان غواړي چي ستاينه يې وسي، ستاينه تل ربښتنې په کار ده، په هر فرد کي ضرور داسي يو څه سته چي د ستايني وړ وي، د څه په وجه يې چي ستاينه کيدلای سي، کله چي تاسو د يو چا د شخصي قابليت، کارکردګي او کاميابي ستاينه وکړی هغه بالمقابل تاسو ته هم توجه کوي، هر څوک د خپل ځان ستاينه غواړي او دا خوښوي، ستاينه سمدستي په کار ده، داسي نه ده په کار چي ښه کار نن وکړل سي او تاسو يې هفته وروسته ستاينه کوی، ځکه دا رقم ستاينه مؤثره نه وي، د عمل څخه وروسته فوراً ستاينه په کار ده او همدا ډېره مؤثره هم وي.

۴:ـ غوږ نيونه: د هر زړه د کټلو لپاره آسانه طريقه دا ده چي تاسو ښه آوريدونکي جوړ سی، په موږ کي زياتره ښه آوريدونکي نسته، لهذا کوم کس چي خبره درته کوي، نو ته يې په ښه غور سره اوره، د هغه څه په باره کي خبري کوی کومو ته چي د نورو خلګو دلچسپي زياته وي، دا خبره ډېره ربښتنې ده چي آوريدونکي تل په کنټرول کي وي، ځکه خو ويل سوي دي: لږه څه

(c) ketabton.com: The Digital Library

وایه ډیر څه اوره، یو چا ډیره ښه خبره کړي وي، سل (۱۰۰) واره یې اوره، زر (۱۰۰۰) ځلي غور کوه او صرف یو ځلي خبر کوه.

د غوږ نیوني څو مهمي طریقې:- ۱: تاسو نورو خلګو ته اول د هغوی د ضروریاتو، خواهشاتو، اُمیدونو او د خوشحالیو په باره کي خبري وکړی، وروسته د هغو خبرو اوریدلو ته تیار سی. ۲: د هر رقم مداخلې څخه پرته په ډیر سکون او زغم سره خبري واوری. ۳: د جواب ورکولو څخه مخکي یو څه توقف وکړی، کله چي ویونکی خبري ختمي کړې، نو (۳) یا (۵) دقیقي وروسته په خبرو پیل وکړی، دا توقف کول څو ګټي لري، یو دا چي که ویونکی نور څه ویل غواړي نو هغه به ووایي او ستاسو د خوا به کومه مداخله نه وي، بل دا چي ددې توقف څخه یو دا معلومیږي چي تاسو د ویونکي خبري په غور آوریدلې او اوس هغه ته د جواب ورکولو لپاره تیاری نیسی، بل دا چي د توقف کولو وروسته چي تاسو کومه خبره کوی داسي ښکاري چي تاسو ته خپله خبره ډیره قیمتي ده. ۴: د ویونکي خبرو او احساساتو ته ډیر آهمیت ورکړی، د هغه خبرو ته په ژبه د هو، صحیح، سمه ده الفاظ وایاست او یا سر ورته ښوروی، کله چي مزاحیه خبره وکړي نو ورسره خاندی. ۵: په سلو کي اتیا (۸۰) فیصده وخت په آوریدلو او شل (۲۰) فیصده په ویلو مصرف کړی. ۶: د ویونکي په سترګو کي سترګي ښخي کړی او خبره یې واوری. ۷: د ویونکي مهمه خبر په ذهن یا پر کاغذ باندي د ځان سره نوټ کړئ. ۸: د خبرو د آوریدلو په وخت کي داسي عمل مه کوئ چي د ویونکي توجه بدله کړي.

۵:- نورو خلګو ته آهمیت ورکړی: د انسان یو لوی خواهش دا دی چي هغه ته آهمیت ورکړل سي، د تعلقاتو په جوړونه کي مهمه خبره دا ده چي یو کس دا محسوسه کړي چي دی مهم دی او ستاسو د خوا آهمیت ورکول کیږي، د نورو خلګو غوښتنه دا ده چي تاسو هغه ومنی او د هغو قابلیت ته آهمیت ورکړی، ځکه چي همدا غوښتنه ستاسو هم ده، کله چي تاسو د کوم کس خبره په غور واوری، نو تاسو هغه ته آهمیت ورکړ، لهذا تاسو د هر چا خبره په ښه غور سره اوری.

۶:- مننه: کله چي تاسو د یو چا څخه مننه وکړی، نو د هغه د خوا تاسو ته آهمیت درکول کیږي او تاسو ورته قابل د قدر ښکاری، د منني لپاره صرف تشکر، مهرباني یا کور مو ودان الفاظ کافي دي، که مو دا وکړل بیا به خلګ لوی لوی نیکی درسره کوي، په خاص ډول د خپلو ملګرو او خپلو اولادو چي څومره شکریه اداء کړی، هغومره هغوی خوشحاله کیدلای سي.

۷:- ښه وینا: د ښو تعلقاتو په جوړونه کي ښه وینا ډیره مهمه ده، هر څوک ښه وینا کوونکی خوښوي، د ښې وینا کولو آسانه طریقه دا ده چي تاسو کوم څه وایاست او ډیر څه اوری، د خپل ځان په باره کي ډیر څه مه وایاست، که چیري تاسو د خپلو ځانونو څخه ښه وینا کوونکي جوړوی، نو په خپل ځان کي دننه د نورو خلګو د خبرو آوریدلو صلاحیت پیدا کړی، د وینا کولو پر وخت

(c) ketabton.com: The Digital Library

باید ستاسو لهجه نرمه وي نه سخته، که چیري نور خلګ د خبرو د شروع کولو څخه بیریږي، نو په داسي صورت کي تاسو په خبرو پیل وکړی، مګر کوښښ وکړی چي خبري مو زیاتره د نورو خلګو په هکله وي نه د خپل ځان، که مو په خبرو کي یو څوک در وغورځیدل، نو د هغه صفا مطلب دا دی چي تاسو سمه خبره نه کوی او خپله خبره مو پریږدئ.

د خبرو کولو په وخت کي دا یوه خبره تل په ذهن کي وساتئ، کله چي نور خلګ خبري کوي تاسو ضرور یو څه زده کولای سی، اما کله چي تاسو خبري کوی، نو هیڅ نه سی زده کولای، ځکه چي تاسو پر هغو د پخوا څخه علم لری، د خبرو د کولو څخه مخکي سوچ او فکر کول په کار دي، داسي خبره مه کوئ، چي نورو ته د تکلیف، خجالت، شرمندګي او د پریشانۍ باعث سي، پر چا تنقید مه کوئ، تهمت مه پر لګوئ، خپلي غلطۍ تل منی او د بل چا څخه شکایت مه کوئ، ځکه هیڅوک د شکایت سره دلچسپي نه لري، شاید د هغو مسائل ستاسو څخه هم ډیر وي، د هر چا سره د محبت اظهار کوی، د نورو عزت کوئ، احترام یې کوئ، تاسو ته به هم عزت او احترام درکړل سي، د هیچا سره بحث یا مباحثه مه کوئ، نور خلګ خپلو غلطیو ته اشارتاً متوجه کوئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د انسان په کردار او شخصیت کي ښه او بد عادتونه

د انسان په کردار او شخصیت کي عادتونو لره (۹۹) فیصده دخله حاصله ده، بلکي په عام ډول باندي د عادتونو په آئینه کي د ده د کردار او شخصیت مطالعه هم کیږي، د عمر په اوائلو کي چي کوم عادتونه پیدا سي، هغه د عمر په پاته برخه کي هم ورسره مله وي، زاړه عادتونه دوهم فطرت جوړیږي، د یوه بیکاره عادت د خپلولو څخه هم محاله دوه (۲) نور بې کاره عادتونه پیدا کیږي، د یو چا د علم او شخصیت اندازه د هغه د دوو (۲) خبرو څخه معلومیږي، مګر بې کاره عادتونه تر ډیره وخته نه معلومیږي، خراب عادتونه هم داسي ډیریږي لکه د چیني څخه ویاله، د ویالي څخه نهر او د نهر څخه دریاب، د بدو عادتونو خپلول آسان دي، مګر پریښوول یې بیا ناممکن دي، پر بدو عادتونو غالب کیدل کمال او فضیلت دی.

انسان په اصل کي د عادتونو مجموعه ده، د کامیابي لپاره تاسو ته د یو شمیر عادتونو پریښوول او د یو شمیر نورو پیدا کول ضروري دي، کامیابي په اصل کي د ښو عادتونو نتیجه ده، لکه ناکامي چي د بدو عادتونو نتیجه ده، کامیاب خلګ ښه عادتونه لري او ناکام خلګ د بدو عادتونو ښکار وي، د ښو عادتونو خپلول مشکل دي، مګر د ښو عادتونو سره ژوند کول آسانه دي، برعکس د بدو عادتونو خپلول آسانه دي، مګر د بدو عادتونو سره ژوند کول ډیر مشکل دي، د بې کاره عادتونو د زور او طاقت اندازه هغه وخت کیدلای سي، کله چي یې د پریښوولو کوښښ وکړل سي، که د کوچنیانو ځیني عادتونه په لویانو کي پیدا سي، نو د قطب او ابدال درجه به ورته حاصله سي، مثلا: کوچنیان د خوراک او څیښاک په فکر کي نه وي، کله چي یې تر منځ جنګ پیښ سي، نو په زړونو کي یې بغض او کینه نه وي.

د بدو عادتونو زنځیر په لیدلو کي معمولي تر سترګو کیږي، مګر کرار کرار دومره مظبوط سي، چي په ټوله ژوند کي هم بیا نه سي ماتیدلای، که چیري تاسو د ځان کامیابي غواړی تاسو باید یو څه عادتونه پریږدئ، مثلاً: ناوخته پورته کیدل، سخت کار کول، د کار ځای ته په خپل وخت نه ورتلل، ژر د فیصلي نه کول، غیر مستقل مزاجي او داسي نور... د کامیابي لپاره د دغو عادتونو په عوض کي تاسو ته د ښو عادتونو خپلول ضروري دي، په اکثر کامیابو خلګو کي لاندني عادتونه موجود وي، که تاسو هم خپله کامیابي غواړئ، نو لاندني عادتونه خپل کړی:

۱:ـ ایمانداري: د کامیابي لپاره خصوصاً د مالي کامیابي تر ټولو لویه وجه ایمانداري ده.

د ایمانداري مطلب دا دی چي هیڅکله تاسو د خپلي برخي زیات شی مه آخلی، او هیڅکله هغه شی مه قبلوئ په څه باندي چي تاسو زحمت نه وي کښلی، د بد دیانتي ډیر مثالونه دي، لکه: کوم تول، د ښه اخیستل او د بد ورکول او داسي نور... د بد دیانتي بنیاد درواغ دي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

مؤمن ته هیڅکله درواغ ویل نه دي په کار، نه یوازي دا چي ګناه کبیره ده، بلکي نور ډیر نقصانونه هم لري، په درواغو سره د هر کس ایمانداري تر شک لاندي راځي، که چیري یو کس د ژوند په یوه شعبه کي درواغ ووایي، نو د همدغو درواغو د پټیدو لپاره بیا نور درواغ وایي، مګر په یاد ولرئ چي درواغ پټ نه سي پاته کیدلای، او کله چي د یو کس درواغ ښکاره سي، نو د هغه هره خبره بیا تر شک لاندي نیول کیږي، بل لوی نقصان دا دی چي د همدغو درواغو د پټیدو لپاره تر دغه ډیر لوی درواغ بیا ویل کیږي.

کوم وخت چي موږ یو څوک دوکه کړو، نو په دې وخت کي ځان هوښیار راته معلومیږي، مګر حقیقت دا دی چي دا هوښیارتوب نه دی. موږ ولي او د څه لپاره دروغ وایو؟ اکثر وخت موږ د خپل ځان د عزت ساتلو لپاره دروغ وایو، مګر موږ په دې نه پوهیږو چي د درواغو د ښکاره کیدلو وروسته به مو بیا څه عزت وي، کوم وخت چي موږ نه غواړو تر څو د کوم کار ذمه واري په غاړه واخلو، نو په دې وخت کي موږ بیا درواغ وایو، د خوښي د لاسته راوړلو لپاره موږ هم دروغ وایو، که چیري په دنیا او آخرت کامیابي غواړی، نو ایمانداره جوړ سئ، دا ډیره ښه خبره ده، دا ستاسو لپاره د کامیابي ډیري دروازې خلاصولای سي.

۲:ـ عاجزي: په ژوند کي د کامیابي لپاره تر ټولو بنیادي شی عاجزي ده، ددې مطلب دا دی چي تاسو ته به پر دې علم وي چي هر څه کولای سی، مګر ددې اظهار به نه کوئ، ځکه په اظهار سره یې بیا په تاسو کي غرور پیدا کیږي، او مغروره خلګ الله سبحانه وتعالی نه خوښوي، عاجزي د هر چا لپاره د ترقي او کامیابي دروازې خلاصوي.

۳:ـ صبر: صبر کول هم د کامیابو خلګو یو مهم ښه والی دی، څومره چي موږ صبر کوو هغومره هر څه زموږ پر خوا راځي، د صبر د کولو څخه دا نه دي مراد چي سترګي پټي کړی، لاس پر لاس کښیږدی او انتظار کوی، بلکي د صبر په وخت کي باید معلومات راټول کړل سي، او لازم تدابیر ونیول سي، که چیري موږ صبر ونه کړو، نو د ناکامۍ سره مخامخ کیدلای سو، هر څوک ژر کامیابي غواړي، مګر کامیابي بیا صبر غواړي، د بې صبرۍ د وجهي څخه غرور، حرص او نوري تیروتني پیښیدلای سي، د انتظار وخت په ښه طریقه سره استعمال کړئ، یو کسب او هنر زده کړئ، په یاد ولری! چي هیڅ یو کار په تلوار سرته نه رسیږي، صبر کوئ، ځکه چي الله سبحانه وتعالی فرمایلي دي: الله (جل جلاله) د صابرانو سره دی.

۴:ـ سخاوت: د قرآن کریم د مطالعه کولو په وخت کي هر انسان ته دوه شیان ډیر مخته راځي: ۱: الله (جل جلاله) شرک نه خوښوي. ۲: الله سبحانه وتعالی په خپله لار کي ورکړه ډیره خوښوي.

حضرت عثمان (رضي الله عنه) صرف د الله سبحانه وتعالی د رضاء لپاره د یهودو څخه څاه واخیستی، د مسلمانانو لپاره یې وقف کړی، نو الله سبحانه وتعالی د هغه په رزق کي ډیر

(c) ketabton.com: The Digital Library

اضافه والی راوستی. ستاسو سره چي هر څه وي هغه نورو ته هم ورکړی، خلګ په هغه کي د ځان سره شریک کړی، دا باید صرف مادي شیان نه وي، بلکي خپل وخت ورکړی، خپل مهارت ورکړی، خندا او خوش طبعي ورکړی، هر څه چي ورکوی باید صرف د الله سبحانه وتعالی د رضاء لپاره یې ورکړی، تاسو ته چي الله سبحانه وتعالی څومره نعمتونه درکړي دي، شاو خوا خلګ په هغو کي درسره شریک کړی او هر څه د معاوضې د غوښتلو پرته ورکړی، که مو د الله سبحانه وتعالی د رضاء لپاره څه ورکړل، الله سبحانه وتعالی به یې لس (۱۰) چنده زیات درکړي، لهذا هر څه چي موږ ورکوو باید د الله سبحانه وتعالی د رضاء لپاره یې ورکړو، او د ورکړي په وخت کي باید موږ خوشحالي محسوسه کړو.

۵:- یقین کول: پر یو چا باندي یقین کول دا په اصل کي پر هغه باندي باور کول دي، داسي چي هغه موږ ته کوم نقصان نه رسوي، په ټولنه کي یوه خبره ډېره مشهوره ده: پر یو چا باور مه کوئ، مګر په ټولنیز ژوند کي پر نورو باور او یقین کول ډېر ضروري دي، ځکه ددې څخه پرته د کامیابۍ سفر نه سي طی کیدلای، لهذا په دغه سلسله کي اولین اصل دا دی که ستاسو سره د کومي ډلي له خوا دوکه وسي، نو په دې کي ستاسو نقصان کوم او د نوموړي ډلي نقصان زیات دی، په داسي صورت کي تاسو باید خپل دغه نقصان ته آهمیت ورنه کړی، که په نورو یقین کوونکي جوړ سی، تاسو خود بخوده د نورو لپاره د یقین او عزت کس جوړیږي او که په نورو یقین ونه کړی، نور هم بیا پر تاسو یقین نه سي کولای.

۶:- بهادري: کامیابي او خطر سره لازم او ملزوم دي، هیڅ مهمه او لویه کامیابي د خطر څخه پرته نه سي تر لاسه کیدای، که چیري تاسو د کومي لوی کامیابي غوښتونکي یاست، نو ستاسو لپاره بهادري لومړی شرط دی، د بیري څخه پرته هیڅ یو فرد نه سي بهادر کیدلای، ځکه بهادري دې ته ویل کیږي چي د بیري باوجود به تاسو عملي اقدام کوی، بهادر جوړ سی مګر بې وقوف او احمق نه، د بې وقوفي او بهادرۍ تر منځ فرق دا دی چي په بهادري کي موږ د حالاتو ښه جائزه اخلو، ځان ته پوره معلومات کوو او بیا د بیري باوجود عملي اقدام کوو، اما په حماقت کي موږ د حالاتو جائزه نه اخلو، هیڅ کومه تیارۍ نه کوو، مګر بیا هم په عملي اقدام لاس پوري کوو، دوهم فرق دا دی چي بې وقوف او احمق ته د خطراتو علم نه وي، برعکس بهادر ته د خطراتو پوره علم وي د هغه وروسته بیا د یو څه کولو فیصله کوي، عموماً خلګ بهادر نه وي، ځکه دوی سوچ او فکر کوي چي حالات ښه نه دي، ددې څخه علاوه د بې عزتي او توهین بیره هم ورسره وي، د ناکامه کیدلو په صورت کي د شرمندګي بیره هم وي، که چیري تاسو کامیابي غواړی، نو ناکامي پر ځان ومنی، د ناکامه کیدلو څخه سبق زده کړی، هغه سبق کوم چي انسان د کتابونو څخه لا نه سي زده کولای.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۷:ـ ثابت قدمي: په ژوند کي هيڅ يوه کاميابي په يوه شپه يا په يوه ورځ کي نه سي تر لاسه کيداى، کاميابي يو سفر دى عموماً يو لوى سفر، ډير خلک نن سبا په داسي حال کي د کوښښ پريښودونکي دي چي کاميابي ته يو ګز ورنږدې سوي وي، دوى د کاميابي په آخيرو شيبو کي خپل کوښښ پريږدي او د هميشه لپاره بيا ناکامه ګرځي، په دنيا کي لوى انقلاب رحمة للعالمين راوستلاى، چي (۲۳) کاله وخت يې ونيوى، کامياب انسان هيڅکله کوښښ نه پريږدي او چا چي کوښښ پريښود هغه کاميابيدلاى نه سي.

۸:ـ ذمه واري: کامياب خلک د خپل هر عمل ذمه واري قبلوي، برعکس ناکام خلک نه يوازي دا چي خپله ذمه واري نه مني، بلکي د خپلو ټولو مسائلو او حالاتو ذمه وار والدين يا دولت بولي، مثلاً دوى وايي: حالات ښه نه دي، والدينو يې ښه تربيت نه دى کړى، د دولت پاليسي ښه نه ده، يعني دوى د خپلو خرابو حالاتو ذمه واري پر دوى وراچوي، دوى د بيري د وجهي ذمه واري نه قبلوي، که چيري موږ د خپلو خرابو حالاتو ذمه واري د نورو پر غاړه ورواچوو، نو ددې معنا به دا وي چي همدا خلک زموږ د تقدير مالکان دي، مګر داسي نه ده، موږ د خپلو خرابو حالاتو ذمه څنګه قبوله کړو؟ د لاندي خبرو په نظر کي لرل ضروري دي:ـ ۱: لومړى قدم دا دى چي موږ پر نورو خلکو د تهمت لګولو څخه ډډه وکړو. ۲: موږ بايد خپله ذمه واري ومنو او غور وکړو چي غلطي په څه کي ده او د هغه وروسته هغه سمه کړو. ۳: موږ بايد هميشه خپله ذمه واري ددې پر ځاى چي په نورو يې ور وتپو په خپله يې قبوله کړو، ځکه د ذمه واري قبلول د کامياب شخص نښه ده.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ښه فیصله کول مو د کامیابی راز دی

موږ روزمره کوچنی او غټي فیصلې کوو، مثلاً: څه به خورو، کوم یو کار به کوو، کومي جامې به اغوندو، اولادونو ته څنګه تربیه ورکړو، او داسي نور... د کامیابو خلګو یوه ښه والی دا دی چي دا خلګ فیصله ډیر ژر کوي، مګر ژر یې نه بدلوي او ناکام خلګ اول خو فیصله نه سي کولای، که یې وهم کړي چي سهار یې وکړي، نو ماښام یې بیرته پریږدي، د فیصلې نه کولو لویه وجه د غلطي فیصلې کولو بیره ده، په دنیا کي هیڅ یو فرد داسي نسته چي د هغه هره فیصله دي سمه وي، دا هم حماقت دی چي د یوه سړي ټولي فیصلې به سمي وي، که چیري تاسو د غلطي فیصلې د بیري د وجهي فیصله نه کوی، بیا مو هم یوه داسي فیصله وکړه د کومي د وجهي چي ستاسو په ژوند کي متاثره کیدلای سي، ځکه چي د فیصلې نه کول هم یوه فیصله ده، د غلطي فیصلې کول، د فیصلې د نه کولو څخه ښه ده، که چیري د یوه کس اویا (۷۰) فیصده فیصلې غلطي وي، هغه بیا هم د اوسطي درجې کامیابي حاصلولای سي، د بیري د وجهي د فیصلې نه کول هم یوه فیصله کول دي، کوم چي تاسو د همیشه لپاره ناکامه کولای سي.

د مؤثرو فیصلو کولو طریقې:- ۱: د موثره فیصلو کولو اولین اصل دا دی چي تاسو به په خپله دنده او کاروبار کي ماهر یاست، تاسو که هر څومره ماهر سی هغومره ژر او د ښې فیصلې کول به درته آسان وي.

۲: په روزمره ژوند کي ډیري فیصلې کوی، په لومړي ځل آسانه، داسي فیصلې کول چي د غلطیانو نقصان یې ډیر نه وي، مثلاً: کومي جامي واغوندی، کتاب، رساله یا اخبار د چا څخه واخلی، د کار کولو ځای ته پر کومه لار او په څه شي کي ولاړ سی، د داسي فیصلو په کولو کي ډیر وخت مه نیسئ، کله چي تاسو ښه تمرین وکړی بیا همدغه صلاحیت خپلو غټو او مهمو فیصلو ته ورنقل کړی، خپلو اولادو ته هم د داسي فیصلو کولو اختیار ورکړی او د کوچینوالي څخه یې آموخته کړئ.

۳: د خپلي مسئلې په باره کي ډیر معلومات حاصل کړی، د ټولو معلوماتو حاصلول مهم نه دي، ځکه چي دا هیڅکله هم نه سي حاصلیدلای، موافق او مخالف دلائل د ځان سره یاداښت کړی، هر کله چي د یوه طرف دلائل زیات سي، بیا نو د فیصلې کول آسان وي، که چیري د دواړو طرفینو دلائل سره برابر وو، بیا مسئله خپل سوچ او فکر ته وسپاری، د بیده کیدلو په وخت کي ښه سوچ او فکر پر وکړی، د شپې یا په سبا ورځ کي تاسو ته یو ښه جواب در پیدا کیدلای سي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۴: د کوم شي په باره کي چي د فیصلې کول وي، هغه پر یوه کاغذ ولیکئ، د فیصلې فواید، نقصانات، موافق او مخالف دلائل هم ولیکئ، بیا د فیصلې کولو لپاره وخت معلوم کړئ، وخت باید ډیر لیري نه وي، مثلاً: داسي وواياست چي پوره درې (۳) بجې به فیصله کوم، ښه دا ده چي د فیصلې د کولو څخه مخکي لږ بیده سئ، کله چي تاسو راپورته سئ، نو دماغ به مو تر او تازه وي، عموماً د فیصلې د لیکلو څخه د هغې حقائق واضحه کیږي او د فیصلې د کولو طریقه ځیني راوځي، کله کله فیصلې مه کوئ، ځیني وخت حالات داسي وي چي په هغه کي د فیصلې نه کول په کار دي، په دغو حالاتو کي اکثر غلطي فیصلې کیدلای سي.

۱: په جذباتي حالاتو کي مهمي فیصلې مه کوئ، د پریشاني، فکرمندي، اضطراب او د تشویش په حالت کي هم مهمي فیصلې مه کوئ، په داسي حالاتو کي خپلي فیصلې معطله کوئ. ۲: په ناجوړتیا کي مهمي فیصلې مه کوئ.۳: د سخت انتهایي ضرورت څخه پرته ژر فیصله مه کوئ، د فیصلې د کولو مخکي بیدیږئ. ۴: که مو ډیره تنهایي، یا مو ډیر درد محسوسوئ بیا هم مهمي فیصلې مه کوئ. ۵: تر څو چي مو د مسئلې ټول اړخونه په ښه طریقه ځان ته نه وي معلوم کړي، بیا هم مهمي فیصلې مه کوئ.۶ : کله چي ستاسو سره کافي معلومات نه وي، بیا هم د مهمو فیصلو کول نه دي په کار.

کله چي موږ د یوې فیصلې کول غواړو، باید تر سبا ورځي یې معطله کړو، یا د راتلونکي لمانځه تر وخته، د لمانځه د اداء کولو وروسته لوی مهربان الله (جل جلاله)ته عاجزي وکړو، دعا وکړو، د دعا څخه وروسته چي مو هر څه اول ذهن ته راسي، باید په هغه عمل وسي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د مشکلاتو او مصبتونو سره مبارزه کول

تقریباً د هري لوی کامیابي لاسته راوړل د مایوسیو، پریشانیو او ستونزو څخه ډکي وي او د هر لوی مقصد په لاره کي احد او حنین ضرور راتلونکي دی، که چیري تاسو په دې پوهیږئ چي لویه کامیابي په آسانئ سره تر لاسه کیدلای سي، نو بیا تاسو د کامیابي د عمل څخه خبر نه یاست او یا دا چي تاسو کوم لوی مقصد نه لری، د یوې سروې څخه معلومه سوې ده، چي (۷۵) فیصده اعلی انساني کامیابئ د سختو خرابو حالاتو څخه وروسته تر لاسه سوي دي، هیچا هم په ښو حالاتو کي کامیابي نه ده تر لاسه کړې، په دنیا کي هیڅ قابل ذکر شی په آساني سره نه تر لاسه کیږي.

د کامیابي لاره هیڅکله هموار نه وي او نه پر دغه لار سفر کول آسان دي، هیڅ یوه کامیابي د ستونزو او مسائلو سره د مخامخ کیدلو پرته نه تر لاسه کیږي، دغه ستونزي او مسائل په اصل کي د کامیابي قیمت دی، مشکلات د کامیابي لپاره د لاري توښه ده، کامیابي یو سفر دی او د هر سفر څه نا څه لګښت وي، د هر سفر لپاره یو قیمت وي، دا قیمت مختلف صورتونه لري، جنت ته د ورتللو څخه مخکي مړه کیدل ضروري دي، هر څوک جنت ته ورتلل خوښوي مګر هیڅوک بیا مړه کیدلو ته تیار نه دي، همدا شان هر څوک د کامیابي غوښتونکی دی، مګر د خپلي آرامګاه څخه دباندي وتلو ته تیار نه دی، یعني د خپل آرام قرباني کولو ته تیار نه دی، کامیابي دنیوي جنت دی، د کامیابي څخه مخکي چي کوم مشکلات او مسائل دي هغه د الله (جل جلاله) د لوري څخه یو امتحان دی، هر څوک چي په دغه امتحان کي سرفرازه سي هغه ضرور کامیابیدلای سي، د ټولي دنیا په تاریخ کي داسي څوک نه تر سترګو کیږي چي د هغه نوم دي روښانه وي او د هیڅ رقم مشکلاتو او مسائلو سره دي نه وي مخامخ سوی، د الله (جل جلاله) دوست او خوږ پیغمبر حضرت محمد (صلی الله علیه وسلم) د څومره مشکلاتو او مسائلو سره مخامخ سو، حتی د خپل کور پریښوولو ته هم مجبور کړل سو.

د مغلیه سلطنت باني ظهیرالدین بابر څلویښت (۴۰) کاله په ځنګلونو او غرونو کي وخت تیر کړ، باالاخر کامیاب سو او د یوه لوی سلطنت بنیاد یې کښیښود، کوم شی چي ستاسو د قبضي څخه ووتی، پر هغه باندي افسوس مه کوئ، دا د کوچنیانو او د بې عقلو عادت دی، هیڅوک د بل چا د غم سمه اندازه نه سي معلوملای، هغه نیک بخته دی، کوم چي د خپل غم اظهار وکړي، ځکه چي په دې سره هغه ته یو څه سکون او تسل حاصلیږي، د غم ښه علاج مصروفیت دی، کوم غم چي تیر سوی دی په هغه پسي د خفه کیدلو مطلب دا دی چي موږ یوه بل نوي غم ته د راتلو دعوت ورکوو، څوک چي پریشان اوسي هغه ته پریشانئ پیدا کیږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

غم د ټولو مرضونو دروازه ده، که چیري تاسو یو چا ته خوشحالي نه سی ورکولای، نو غم هم مه ورکوئ، د مشکلاتو او مصیبتونو د وجهي مه خفه کیږئ، ځکه داسي شپه نسته چي وروسته ورپسي سبا نه وي، اکثر باریک او لوی لوی کارونه داسي خلګو کړي کوم چي د مشکلاتو او مصیبتونو ښکار وه، په مصیبت کي وارخطاء کیدل د کمال درجه مصیبت دی، د مصیبت راتلو ته انتظار مه کوئ، که چیري هغه تر تاسو را ورسید بیا په پوره همت د هغه سره پنجه وازمو یاست، اکثره پریشانۍ د عاجزه غوماشي څخه زیات اهمیت نه لري، که د لږ عزم او حوصلي څخه کار واخیستل سي هغه لیري کیږي.

د مشکلاتو او مصیبتونو ګټي:- ۱: مشکلات او مصیبتونه موږ مضبوطه وي، په موږ کي د برداشت قوت پیدا کوي، په موږ کي د همدردۍ جذبات پیدا کوي او په موږ کي پر خپل ځان باور کول پیدا کوي. ۲: د مشکلاتو او مصیبتونو سره مسلسل مقابله کول انسان ماهره کوي. ۳: مشکلات او مصیبتونه په انسان کي د صبر کولو قوت پیدا کوي. ۴: مشکلات او مصیبتونه په انسان کي پختګي پیدا کوي. ۵: مشکلات او مصیبتونه انسان ته د کامیابي په لور حرکت ورکوي.۶: مشکلات او مصیبتونه تاسو ته یو داسي سبق در زده کوي، د څه د وجهي چي ستاسو په علم کي اضافه والی راځي.

یقین وکړی! کله چي تاسو ته کوم مصیبت در پیښ سي، یقیناً هغه د الله سبحانه وتعالی د جانبه څخه دی او د الله (جل جلاله) په ارادې سره نازل سوی دی. په دنیا کي هیڅ یوه سختي او مصیبت بي له د الله سبحانه وتعالی د رضا، معیشت او اردای څخه بغیر نه رسیږي، کله چي مؤمنان په دې خبره یقین او باور لري، نو نه ښایي چي په هغه باندي خفه او خواشیني سي، بلکي په هر وخت او په هر حال باندي د هغه په فیصلي باندي رضا اوسي.

د مؤمن زړه د الله سبحانه وتعالی سره وابسته وي، کله چي یو آفت پر راسي، نو دی الله سبحانه وتعالی یادوي او په دې پوهیږي چي بې له شکه دغه آفت د الله سبحانه وتعالی د جانب څخه دی او همدا شان ددې خبري ادراک هم کوي، چي بې له شکه د دغه آفت په رسیدلو کي د الله سبحانه وتعالی یو حکمت سته، کوم چي د بشر د کمزوري عقل څخه پټ دی، مګر کله چي پر یوه داسي شخص کوم آفت رانازل سي چي هغه مؤمن نه وي، نو هغه بیا خپل زړه صرف او صرف ظاهري اسبابو ته متوجه کوي او په همدې وخت کي شیطان هم د دغه کس په زړه کي قسم قسم وسوسې وراچوي، مثلاً: که دي فلانی او فلانی کار کړی وای، یا دي فلانی او فلانی کار نه وای کړی، نو دا مصیبت به نه راتلی. لهذا کله چي تاسو ته داسي قسم یقین حاصل وي هر مصیبت چي راځي دا بې له شکه د الله سبحانه وتعالی د جانب څخه دی او د هغه په مشیت او ارادې سره دی، نو به د وسوسو او چورتونو څخه په آمن کي یاست، د الله سبحانه وتعالی په رضا به راضي یاست او نه به کوم قسم بیره محسوسوی.

(c) ketabton.com: The Digital Library

خبردار! کوم مصیبتونه چي پر تاسو نازلیږي د هغو څخه هیڅکله هم نه سی ساتل کیدلای.

د ابن الدیلمي څخه روایت دی: د تقدیر اړوند زما په زړه کي یوه خبره پیدا سوه، د کومي د وجهي چي زما سره دا بیره پیدا سوه، چي دین او نور معاملات مي خراب نه سي، نو ابی بن کعب (رضي الله عنه) ته ورغلم او ورته مي وویل: ای ابوالمنذر! د تقدیر اړوند زما په زړه کي یو څه سوالونه پیدا سوي دي، زه بیریږم هسي نه چي په دې سره زما دینداري او معاملات خراب سي، لهذا ددې مسئلې په باره کي یو څه راته ووایه کیدلای سي چي الله سبحانه وتعالی په همدغه ذریعه ما ته فایده ورسوي، نو کعب (رضي الله عنه) راته وویل: که چیري الله سبحانه وتعالی په آسمان او مځکه کي ټول مخلوقات په عذاب کي مبتلا کړي، نو الله سبحانه وتعالی به په ظلم کوونکو کي نه شمارل کیږي او که چیري پر هغوی رحم وکړي، نو د هغه رحمت به د هغوی لپاره د هغوی د اعمالو څخه ښه وي او که چیري ستا سره د احد د غره برابر مال وي، کوم چي ته یې د الله سبحانه وتعالی په لار کي خرڅ کړې، مګر تر څو پوري دي چي په تقدیر باندي ایمان نه وي راوړی، نو ستا دغه خرڅ سوی مال قابل قبول نه دی.

خبردار! کوم آفت او مصیبت چي تا ته رسیدونکی دی، هغه راتلونکی نه دی او کوم آفت او مصیبت چي پر تا راتلونکی نه دی هغه تا ته رسیدونکی نه دی او که چیري ته په تقدیر باندي د عقیدې لرلو څخه پرته مړ سوې، نو به دوږخ ته ځې او پر تا کوم حرج نسته، چي زما ورور عبدالله بن مسعود (رضي الله عنه)ته ورسې او د همدې مسئلې اړوند ځیني پوښتنه وکړې.

بیا زه حضرت عبدالله ابن مسعود (رضي الله عنه) ته ورغلم، ددې مسئلې په هکله مي ځیني وپوښتل: هغه هم هغه جواب راکړ: کوم چي ابی ابن کعب (رضي الله عنه) راکړی وو، حضرت عبدالله ابن مسعود (رضي الله عنه)راته وویل: که چیري ته حذیفه (رضي الله عنه) ته ددې مسئلې پوښتلو لپاره ورسې، نو په دې کي هم کوم حرج نسته، نو زه حذیفه (رضي الله عنه) ته ورغلم او د مسئلې په هکله کي مي ځیني وپوښتل، هغه هم هغه جواب راکړ: کوم چي ابی ابن کعب (رضي الله عنه) او عبدالله ابن مسعود (رضي الله عنه) راکړی وو، د زیات تصدیق لپاره حضرت زید بن ثابت (رضي الله عنه)ورغلم او د مسئلې په هکله مي ځیني وپوښتل، نو هغه راته وویل: ما د رسول الله (صلی الله علیه وسلم) څخه اوریدلي چي فرمایل یې دي: کوم مصیبتونه چي تاسو ته رسیږي تاسو داسي سوچ ونه کړی چي هغه به واپس سي او مه داسي خبري کوی چي که مي فلانی کار کړی وای، نو به دا مصیبت او تکلیف نه راته رسیدی، ځکه کوم مصیبت چي درته رسیږي د هغه واپس کیدل ممکن نه دي.

لهذا د داسي خبرو کول که مي فلانی کار کړی وای، نو دا مصیبت نه راته رسیدی، دا صرف وهمونه او خیالات دي کوم چي هیڅ آثر نه لري، تاسو ټول خیالات پریږدی او داسي مه وایاست: که مي دغه کار کړی وای، نو به د دغه مصیبت سره نه مخامخ کیدم، یا که مي دغه

(c) ketabton.com: The Digital Library

کار نه وای کړی، نو به نه مخامخ کيدلم، ځکه چي دغه ټول غلط فکرونه دي او نه ستاسو په وس کي سته، چي د هغه څه څخه ځان وساتی، کوم چي ستاسو په مقدر کي دی او دا هم ممکن نه دي چي د الله سبحانه وتعالی تقدير ستاسو څخه واپس سي. په ژبه سره د ايمان دعوه کول دومره آسانه نه ده، هر څوک چي د ايمان دعوه کوي، نو امتحان او ابتلاء ته دي هم تيار سي.

د مخکنيو انبياؤو او تابعانو څخه ډير سخت او لوی امتحان اخيستل سوی دی، په صحيح بخاري شريف کي راغلی دي: صحابه کرامو د رسول الله (صلي الله عليه وسلم) په خدمت کي عرض وکړ: يا رسول الله (صلي الله عليه وسلم)! زموږ لپاره د الله سبحانه وتعالی د درباره مرسته وغواړه او دعا وکړه، دا هغه زمانه وه، چي د مکې معظمې مشرکينو پر مسلمانانو ډير ظلمونه او تيري کول، رسول الله (صلي الله عليه وسلم) په جواب کي وويل: پخوا ستاسي به يې يو ژوندئ انسان په مځکه ولاړ ښخاوه، بيا به يې د هغه په سر آره راښکله او د هغه وجود به يې په مابينځ دوې ټوټې کوی، د ځينو نورو د وجود څخه به يې د اوسپني په ږمنځو پوستکي او غوښي تويولې، مګر سره ددې ټولو سختيو دوی يې د دين څخه ونه کرځول.

الله سبحانه وتعالی چي تاسي د جنت اعلی مقاماتو او لوړو درجو ته رسوي، نو آيا تاسي داسي ګڼئ چي همداسي بي له هيڅ مشکل ګاللو څخه آرام هماغه ځای ته ورسيږی، او الله سبحانه وتعالی به ستاسي څخه کومه پوښتنه نه کوي؟ او امتحان به ستاسي څخه نه اخلي؟ داسي خيال مه کوئ، ځکه چي لوړو ځايونو ته هغه خلګ رسيدلای سي، کوم چي د الله سبحانه وتعالی په لاره کي هر ډول مصائب پر ځان ومني، مشکلات وګالي او د ځان جارولو او مصاعبو لپاره تل تيار ولاړ وي، ای مسلمانانو! تاسي هم د دنيوي تکاليفو او د دښمنانو د غلبې څخه مه بيريږئ، صبر او تحمل وکړئ او ثابت قدم واوسئ. لهذا کله چي تاسو ته په يقيني ډول معلومه سي چي آزمايښت ضروري دی، ستاسو او د نورو مؤمنانو په آزمايښت کي مبتلا کيدل سنت جاريه دي، نو تاسو آزمايښت آسانه محسوس کړی او تاسو په دې خبره باندې ښه پوه سی چي يقيناً تاسو لوی اجر او خير وګټی، کله چي تاسو د ايمان او د دعوت په لاره کي د آزمايښت سره مخامخ سی او په آزمايښت کي مبتلا سی.

پوه سی! کوم مصيبت چي تاسو ته رسيږي يقيناً هغه ستاسو په تقدير کي ليکل سوی وي، تاسو په هغه مصيبت باندي ولی غمجن کيږی، کوم چي تاسو ته ورسيږي؟ سره ددې چي بيله شکه هغه مصيبت ستاسو په تقدير کي ليکل سوی وي او هغه تقدير د آسمان او مځکي د تخليق څخه هم مخکي ليکل سوی دی. په دنيا او ټوله نړۍ کي هغه عمومي آفتونه لکه: قحطي، زلزله، وبا او داسي نور... چي راځي او هغه غمونه او آفتونه لکه: رنځ، درد، ناروغي او داسي نور... کوم چي په ځينو سړيو کي ليدل کيږي، دا ټول د الله سبحانه وتعالی په علم قديم کي سته او فيصله

(c) ketabton.com: The Digital Library

يې صادره سوې ده، په لوح محفوظ کې ليکل سوي دي، چې د هغه سره سم دا ټولي پيښي واقع کيږي او د يوې زرې په اندازه هم په هغه کښي څه شی نه لږ او نه ډيريږي. يعني: الله سبحانه وتعالی د هر شي علم په ذاتي ډول سره لري، په زحمت او تکليف يې نه زده کوي، نو بيا هغه ته د علم محيط سره سم د ټولو واقعاتو او حوادثو ليکل پخوا د وقوع څخه په هغه کتاب يعني لوح محفوظ کي آيا کوم مشکل کار دی؟ بلکي ډير ورته آسانه دی.

په دې حقيقت مو ځکه تاسو ته خبر درکړ چې تاسي ښه وپوهيږی، هغه ښيګڼي کومي چې تاسو لره مقدري دي، هغه به ضرور درته رسيدونکي وي او هغه چې مقدري نه دي هيڅکله په لاس نه درځي، هر هغه شی چې د الله سبحانه وتعالی په قديم علم کي مقرر او ټاکل سوی دی، هغسي کيدونکی دی، نو ځکه که کومه ګټه د چا لاسته ونه رسيږي، ښائي چې په خفه، مضطرب او پريشانه نه سي او هغه څه چې په برخه يې ورسيږي په هغه باندي ځان تريخ او مضطرب نه کړي، بلکي د مصيبت او ناکامي په وخت کي صبر وکړي، د هوسائي او کاميابي په وخت کي شکر او حمد ووايي.

لهذا کله چې تاسو په دې پوه سوای کوم مصيبتونه چې پر تاسو راځي، يقيناً الله سبحان وتعالی هغه ستاسو په حق کي ليکلي دي، نو د داسي عقيدې خاوندان بيا ولي مايوسه کيږي؟ سره ددې چې دوی په دې هم پوهيږي چې د مځکي او آسمان د تخليق څخه مخکي د دوی تقدير ليکل سوی، هر څه چې د دوی په مقدر کي دي، هغه ضرور پر دوی باندي راتلونکي دي، او کوم شی چې د دوی په مقدر کي نسته هغه هيڅ نقصان نه سي ورسولای.

يو شاعر فرمايي: زه پر خپله کومه ورځ کي د مرګ څخه وتښتم، د هغې ورځي څخه کومه چي زما په مقدر کي نسته، يا د هغې ورځي څخه کومه چي زما په مقدر کي ده، هغه ورځ کومه چي زما په مقدر کي نسته د هغې څخه نه بيريږم او هغه ورځ کومه چي زما په مقدر کي ده د هغې څخه تيښته نجات نه دی.

(c) ketabton.com: The Digital Library

پر الله سبحانه وتعالی توکل وکړئ

دا خبره ضروري نه ده چي هر هغه شی چي تاسي یې خپل ځان ته نافع یا مضر وګڼی، هغه په رښتیا سره هم ستاسي په حق کي هغسي وي، بلکي کیدلای سي چي تاسي یو شی د خپل ځان لپاره بد وګڼی او هغه په واقع کي مفید وي، یا کوم شی تاسي ښه وګڼی او هغه په حقیقت کي مضر وي، ستاسي په کټه او تاوان، نفع او نقصان باندي یوازي الله سبحانه وتعالی ډیر ښه پوهیږي او تاسي نه په پوهیږئ، نو ځکه هر هغه حکم چي الله سبحانه وتعالی یې پر تاسو باندي کوي هغه خامخا حق دی او تاسو یې د زړه له کومي ومنی، لهذا کله چي تاسو خپله معامله الله سبحانه وتعالی ته وسپاری او د الله سبحانه وتعالی په انتخاب باندي راضي سی، نو الله سبحانه وتعالی هم تاسو ته په خپل انتخاب باندي قوت، عزمت او صبر در په برخه کوي.

پس هر چا چي خپلي معاملې الله سبحانه وتعالی ته وسپارلې، خپل اختیار او تدبیر یې پریښود او په دې پوه سو چي الله سبحانه وتعالی په هر شي باندي قادر دی، بیله شکه د ده د تدبیر څخه د الله سبحانه وتعالی تدبیر ښه دی، بیله شکه الله سبحانه وتعالی په مصلحت باندي د دوی څخه ښه پوهیږي، بیله شکه الله سبحانه وتعالی د بندګانو لپاره د هغوی د نفسونو څخه هم ډیر خیرخواه دی او د هغوی سره د ښه سلوک ذات دی، ددې سره سره په دې هم پوه سی چي د الله سبحانه وتعالی د تدبیر په مقابل کي یو قدم هم نه سی پورته کولای او نه د الله سبحانه وتعالی د قضاء او تقدیر څخه مخته او وروسته کیدلای سی، نو مو خپل نفس او خپلي معاملې الله سبحانه وتعالی وروسپارئ، د خپل نفس او معاملو په باره کي د ناقصه خیالاتو څخه ځانونه وساتی، پر الله سبحانه وتعالی باندي ښه ګمان ولری، او د الله سبحانه وتعالی د رحمت څخه مه ناهیلي کیږئ. تاسو د انبیاؤو او رسولانو (علیهم السلام) واقعات، د صحابه کرامو (رضي الله عنهم آجمعین) او د هغوی څخه وروسته د علماؤو او اولیاؤو د سیرت مطالعه وکړی، په دې کي هیڅ شک نسته چي د تاریخ او سیرت په مطالعه کي ډیري فایدي او عبرتونه دي، کوم چي په آزمایښتونو کي مبتلا مؤمنانو ته ثابت قدمي او تسلي وربخښي. د پخوانیو اقوامو او رسولانو د واقعاتو د آوریدلو څخه به د رسول الله (صلی الله علیه وسلم) زړه لا زیات آرام او مطمئن کیدی او محمدي اُمت ته داسي حقیقي خبري وربښوول کیږي چي په کښي لوی نصیحت او پند وي، انسان چي کله آوري چي زما نور همجنسه هم په پخوانیو زمانو کي په دغه او هغه جرم سره هلاک سوي دي، نو د هغو څخه د ځان ساتلو په فکر کي کیږي او کله چي ګوري د کومي لاري د غوره کولو څخه هغو لومړنیو اقوامو نجات موندلی دی، نو طبعاً دی هم هماغه لور ته ځغلي، په حقیقت کي په لوی قرآن کریم کي د قیصو برخه دومره مؤثره واقع سوې ده، چي د هغو د آوریدلو څخه هر هغه انسان چي لږ څه د انسانیت بوی په کښي وي او د الله سبحانه وتعالی څخه لږ څه خوف او بیره په زړه کي لري نو هرو مرو متاثره کیږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

الله سبحانه وتعالی غفور او رحیم ذات دی

الله سبحانه وتعالی سره د هغه محیط علم او کامل قدرت سره بیا هم تاسو ته فوراً د بد عملو او شرارتونو سزا نه در کوي، بلکي څه مهال چي د مصائبو او شدائدو په تیارو کي اخته کیږی، او هغه په عاجزئ او زارئ سره یادوی، پخه وعده کوی، چي ددې مصیبت څخه د وتلو وروسته به بیا هیڅکله شرارت نه کوو او تل به ستا احسان په یاد لرو، نو ډېر ځلي الله سبحانه وتعالی ستا لاس ونیسي، د دغو مهالکو او هر قسم سختیو څخه مو ژغوري، مګر بیا هم تاسي په خپلو وعدو ټینګ نه دریږی، د مصیبت د آزادي څخه وروسته بیا سمدلاسه په بغاوت او یاغیتوب لاس پوري کوی.

حضرت ایوب (علیه السلام) ته الله سبحانه وتعالی په دنیا کي د هر طرفه آرامي او هوسایي ورکړې وه، مځکه، کښت، مال، مریان، مینځي، صالح اولاد او ښه په زړه پوري ښځه یې ورکړې وه، حضرت ایوب (علیه السلام) د الله سبحلنه وتعالی لوی شکر کوونکی بنده وو، مګر دی الله سبحانه وتعالی په ابتلاء او آزموینه کي واچوی، کښتونه یې وسوځېدل، رمې یې تباه سولې، اولادونه یې مړه سول، ټول دوستان، آشنایان، او خپلوان ځیني جلا سول، د ده پر وجود سختي داني راوختلې او چینجي یې وکړل، د دغومره مالونو، شتمنیو، نوکرانو، خپلوانو څخه یوازي د ده یوه ښځه ورسره ملګرې پاته وه، بالاخر هغه بیچاره هم ستړې ستومانه او زړه تنګي سوه، مګر حضرت ایوب (علیه السلام) هماغه شان چي په نعمت کي د الله (جل جلاله) شکر کوونکی بنده وو، په زحمت او ابتلاء کي هم صابر پاته سو، کله چي د ده تکلیف، اذیت او د دښمنانو ګوزارونه د حده تیر سوه، بلکي دوستانو هم په داسي ویناوو باندي شروع وکړه! یقیناً ایوب (علیه السلام) د کومي داسي سختي ګناه مرتکب سوی دی، چي د هغې د اثره په داسي سخته بلا اخته دی، نو دلته حضرت ایوب (علیه السلام) لاس په دعاء سو: (أَنِّي مَسَّنِيَ الضُّرُّ وَأَنتَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ). ایوب (علیه السلام) د خپل رب په دربار کي دا سوال وکړ، سم د لاسه د رحمت سیند په جوش او څپو شروع وکړه، الله سبحانه وتعالی ده ته د مړو اولادونو پر ځای یو په دوه اولادونه ورکړل او د مځکي څخه یې چینه راویسته، حضرت ایوب (علیه السلام) د هغې څخه اوبه وڅښلې او په وهم لمبیدلی سمدلاسه روغ رمټ سو او ټول تکلیفونه یې لیري سول، لنډه دا چي د هر جهته ورته د آرامتیا اسباب برابر سول.

ځیني مفسرین داسي لیکي: هغه مړه اولادونه یې بیرته ورته ژوندي کړل او مثل د هغو لمسي یې چي مړه سوي وه، بیرته ورته راژوندي کړل.

پر حضرت ایوب (علیه السلام) ددې مهرباني کیدلو په اثر ټولو بندګي کوونکو ته لوی پند، نصیحت او یو مهم یادګار پاته سو، هر کله چي پر یو نیک بنده په دنیا کي کومه تنګسه یا مصیبت راسي، ښائي چي د حضرت ایوب (علیه السلام) په شان صبر، استقامت، ثبات او استقلال وښایي

(c) ketabton.com: The Digital Library

او یوازې خپل پروردګار ته دعاء او نداء وکړي، یقیني خبره ده چې الله سبحانه وتعالی به پر ده د قناعت نظر وکړي او یوازې د داسي یوې ابتلاء د لیدلو څخه نه ښایي چې څوک داسې ګمان وکړي، چې البته دغه بنده د الله سبحانه وتعالی په دربار کې مبغوض دی.

انسان ته همیشه ددې آمر احساس په کار دی، چې نیکي هیڅکله نه ضایع کیږي، نیک خویه انسان هیڅګله نه غمجن کیږي، که څه هم په مصیبت کې وي، بدخویه انسان هیڅکله نه سي خوشحالیدای، که څه هم په راحت کې وي. اې انسانه! ښه اعمال وکړه او د نیکیو کولو لپاره خپل عمر غنیمت وګڼه، مخکې تر دې چې واورې فلانی په دې دنیا کې نسته، د نیکو خلګو یو خوی دا هم دی چې خپل دوستان، متعلقین او ملازمین نه رسوا کوي، د ښیګڼو توقع همیشه د ښو خلګو څخه کیږي، که چیري یو شخص تاسو ته د تلکیف رسولو په خاطر ستاسو په لار کې ازغي واچوي، تاسو هغه د لارې څخه لیري کړی، که چیري بالمقابل تاسو هم د هغوی په لاره کې ازغي واچوی، نو دنیا به ټوله ازغي ازغي سي او مشکلات به لا هم ډیر سي، الله سبحانه وتعالی ته د نیږدې کیدلو لپاره د الله سبحانه وتعالی نیکو خلګو ته ورنږدې سی، کله چې یو نیک کار تاسو خوشحاله کړي او یو بد کار مو خفه کړي، نو پوه سی چې تاسو کامل مؤمن یاست.

د نورو سره د نیکي کولو په وخت کې پوه سی چې دا مو د ځان سره نیکي وکړه، نیکي علم دی او بدي جهالت دی، ښه هغه څوک دي کوم چې ښه کارونه کوي، یوه نیک سړي ته ټوله دنیا مورنۍ وطن دی، کوم سړی چې خپله ژوند په نیکو کارونو کې تیره وي، هغه په مثل د ګل لرونکي درختي دی، که نه نو د ازغیو یو بوټۍ دی، که مطمئن او خوشحاله اوسیدل غواړی، نو ایمانداري اختیار کړی، پر حق قائم خلګ په تعداد کې کم دي، مګر په قدر او منزلت کې تر هر چا زیات دي، که چیري یو سړی په ورځ کې یو ښه مصروفیت ولري، نو په شپه کې ښه خوب کولای سي، همدا شان که یو سړی خپله ژوند په ښو کارونو کې تیره وي، نو ښه مرګ ور په برخه کیدلای سي.

اصلاً د خیر کار دا دی چې د طمعي پرته د نورو مرسته وکړل سي، د نیکي په کولو سره د انسان عمر زیاتیږي، په ښو اعمالو، ښو دوستانو او ښو کتابونو کې د اضافه والي راوستل په کار دي، د هر انسان قیمت د هغه ښه عملونه دي، د نیکو خلګو یو خوی دا هم دی چې هغوی د هغو خلګو احترام هم کوي، کوم چې د دوی په کته نه وي، په دنیا کې صرف دوه (۲) مذهبه دي، یو نیک او بل بد، تر څو چې یو څوک د خپلو بدخواهانو هم خیرخواه نه سي، تر هغه نیکي کمال ته نه رسیږي.

اې مسلمانانو! په هوش کې راسی او ګناهونه پریږدی، په اخلاص سره نیک عمل او په نیکیو کې د ترقي کولو لپاره مخ پر وړاندې قدم واخلئ، تر څو په دنیا کې عظمت درته حاصل سي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د خوشحاله اوسیدلو اصول او لاري چاري

د الله سبحانه وتعالی په حکم باندې راضي سی، پر الله سبحانه وتعالی باندي اعتماد وکړئ، بس الله سبحانه وتعالی ستاسو لپاره کافي دی. (لاَحَوْلَ وَلاَ قُوَّةَ إِلاَّ بِاللهِ) بار بار لولی، په دې سره سینه خلاصیږي، د حال اصلاح کیږي، بوج کمیږي او الله سبحانه وتعالی راضي کیږي، استغفار ډېر کوی، په دې سره په روزي کي پراخي، اولاد، علم نافع او آساني تر لاسه کیږي او ګناهونه کمیږي، په خپل صورت، صلاحیت، اهل و عیال باندي قناعت وکړی، د سختۍ سره آسانۍ سته او د کرب سره پراخي، یو حالت همیشه نه وي، زمانه بدلیږي، الله سبحانه وتعالی چي تاسو ته څه درکړي دي په هغه باندي خوشحاله اوسئ، ځکه مصلحت په څه کي دی؟ تاسو نه پوهیږۍ، کله سختي هم د پراخي څخه ښه وي.

کتاب بهترین دوست دی، د هغه سره ناسته اختیار کړی، د علم او معرفت سره د همیشه لپاره دوستي کوئ، د خلاصي فضاء په لور ولاړسئ، ښه باغونه وګورئ، د الله سبحانه وتعالی په مخلوق او د الله سبحانه وتعالی په ایجاداتو کي فکر وکړئ، پیاده مزل کوئ، ورزش کوئ، سستي او بې کاري د ځان څخه لیري کړئ، تاریخ مطالعه کړئ، د هغه په عجائبو او غرائبو کي فکر وکړئ، د هغه د قیصو څخه عبرت واخلئ، د غم، خفګان، مایوسي او د حسرت پیدا کوونکي کتابونه مه مطالعه کوئ، په یاد ولری چي د رب کریم د عفوه لمن پراخه ده، هغه توبه قبلوي، بدۍ په نیکیو بدلوي، دین، عقل، روغتیا، غوږونه، سترګي، رزق، اولاد او پر ټولو نعمتونو باندي د الله (جل جلاله) شکر اداء کړی، د قرآن کریم سره ژوند اختیار کړئ، د هغه حفظ، اوریدل او د هغه تلاوت کول د غم او خفګان په لیری کولو کي تر ټولو لویه مجربه نخسه ده، پر الله سبحانه وتعالی باندي توکل کوئ، خپلې معاملې الله سبحانه وتعالی ته وسپارۍ.

په ایمان سره غم، رنځ او فکر ختمیدلای سي، ایمان د اهل ایمانو لپاره د سترګو یخوالی او د عبادت کوونکو لپاره تسلي دی، کوم څه چي تیر سي هغه تیر سوي دي، تیر سوی وخت په لاس نه درځي، لهذا د تیرو سوو په باره کي فکر او سوچ مه کوئ، په الهي قضاء باندي راضي اوسی، کومه روزي چي مو په قمست کي وي پر هغې شکر وباسئ، د الله سبحانه وتعالی په ذکر سره زړونو ته اطمنان حاصلیږي، د ګناهونو بوج کمیږي، علام الغیوب خوشحاله کیږي او پریشانۍ لیري کیږي، د چا شکریه ته انتظار مه کوئ، بس د الله الصمد ثواب کافي دی، د منکرینو انکار او د حسد کوونکو حسد تاسو ته نقصان نه سي رسولای، د سبا په وخت کي د ماښام انتظار مه کوئ، د نن په حدودو کي اوسیږئ او د هغه د اصلاح لپاره پوره کوښښ وکړی، خپل زړونه د حسد څخه پاک کړئ، د هغه څخه بغض او عداوت دباندي وباسئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

په مصیبت سره د الله سبحانه وتعالی او د بنده په مابینځ کي نږدیوالای پیدا کیږي، مصیبت کبر، غرور او فخر د منځه وړي، د خلګو سره مرسته کوئ، هغوی ته د خیر په وړاندي کولو، د مریض په عیادت، فقیر ته په ورکړه او په یتیم باندي په شفقت کولو سره تاسو ته خوشحالي په لاس درځي، پوه سی په تکلیف کي تاسو یوازي نه یاست، د غم او فکر څخه هیڅوک محفوظ نه دي، سخت حالات پر هر چا باندي راځي، یقین وکړی چي دنیا د ابتلاء، آزمایښت، رنځ او د غم ځای دی، نو ددې وجهي دا ټول قبول کړی او د الله سبحانه وتعالی څخه مرسته وغواړی، د بد ګماني او چورتونو څخه ځان وساتی، د فاسدو خیالاتو او بې کاره فکرونو څخه پرهیز وکړئ، کوم خلګ چي ستاسو د مخه تیر سوي دي، د هغوی د قید وبند، عزل ونصب، مصیبت او ابتلاء سره په مخ کیدلو کي سوچ او فکر وکړئ، د سختیو راتلل سترګي او غوږونه خلاصوي، زړه ژوندی کوي، نفس د خواهشاتو بندوي، بنده ذکر ته متوجه کوي او ثواب ګټي.

حادثاتو ته انتظار مه کوئ، د مصیبت توقع مه کوئ، په افواهاتو یقین مه کوئ او تهمت لګوونکو ته غوږ مه نیسئ، د کینه کوونکو، سخت زړو او چغل خورو خلګو سره مه کښینئ، ځکه چي هغوی د روح بخار دی، ستاسو په باره کي که یو څوک بدي خبري کوي، تکلیف هغوی ته رسیږي تاسو ته نه، هر څوک چي ستاسو غیبت کوي، نو هغوی خپلي نیکیاني تاسو ته درکړې او ستاسو بدۍ یې ختم کړې، په سنتو عمل کوئ، په طاعت او عبادت کي د افراط او تفریط څخه کار مه اخلئ، میانه روي اختیار کړئ، سخاوت وکړئ، ځکه چي د سخي انسان سینه خلاصه وي او د لوی زړه څښتن وي، بُخل زړه تنګوي، د خلګو سره په خندا او محبت ملاقي کیږئ، په نرمي خبري ورسره کوی، د تواضع سره راځی هغه به ستاسو احترام کوي.

د بدو په مقابل کي ښه وکړئ، د خلګو سره نرمي اختیار کړئ، دښمنی ختمي کړئ، د دښمن سره صلح وکړئ او په دوستانو کي زیاتوالی راولئ، د سعادت لویه دروازه د والدینو دعا ده، هغه غنیمت وبولئ، ځکه چي د هغوی دعا د هري بدۍ په مقابل کي ډال جوړیږي، ساده ژوند تیروئ، د بخل، اسراف او فضول کارو څخه ځان وساتئ، جسم چي څومره غټیږي روح کمزورۍ کیږي، په کور، مال، اولاد، په صورت او شکل کي چي څوک ستاسو څخه کښته وي، پر هغوی نظر وکړی، تاسو ته به معلومه سي چي د زرهاوو خلګو څخه پورته یاست، په خلګو او ډلو باندي اعتراضونه مه کوئ، ژبه محفوظه وساتئ، ښې خبري کوئ، ګټور الفاظ وایاست، چا ته نقصان مه رسوئ، په برداشت سره عیبونه دفن کیږي او په بردہ باري سره خطاوي پټیږي، یو ساعت تنهائي اختیار کړئ، په خپلو امورو کي غور وکړئ، د خپل نفس سره محاسبه وکړئ، د آخرت په باره کي سوچ وکړئ، خپله اصلاح وکړئ، ستاسو ژوند یو ښکلی باغ دی، په دې کي د علماؤ، ادیبانو، حکیمانو او شاعرانو سره تفریح وکړئ، حلال رزق وګټئ، د حرامو څخه ځان وساتئ، خلګو ته د سوال لاس مه اوږده وئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

په خپلو زړونو کي د خلګو سره دښمني، عداوت، بغض او حسد مه ساتئ، ځکه چي دا ستاسو لپاره يو مستقل عذاب جوړيږي، په مجلس کي ښې خبري کوئ، که نه نو چوپ کښينئ، د همنشينو احترام کوئ، د هغوی خبري آوری او د خبرو په منځ کي د هغوی خبر مه پرې کوئ، ايمان لرونکي د دنيوي نعمتونو په ضايع کيدلو نه خپه کيږي، نه کومه خاصه توجه ورته کوي، نه د حادثاتو څخه بيريږي، ځکه چي دنيا حقيره، فاني او د منځه تلونکي ده، د غير الله عشق پريږدئ، دا د زړه لپاره عذاب دی او د روح لپاره رنځ دی، حرامو ته په کتلو سره غم، رنځ او په زړه کي زخم پيدا کيږي، ځوک چي سترګي کښته وساتي، د خپل رب څخه وبيريږي، هغه نيکبخته دی، د حادثاتو په وخت کي د نورو ناخوالو د احتمال توقع وکړی او د هغوی قبلولو ته ځان آماده کړی، په دې سره تاسو ته راحت او آساني پيدا کيږي، د رحمان د رحمت په باره کي فکر وکړئ، چي هغه زانيه يې وبخښله کومي چي سپي ته اوبه ورکړي وې، هغه ځوک يې وبخښل چي سل (۱۰۰) قتلونه يې کړي وه، د توبه کوونکو توبه قبلوي، حتی نصرانيانو ته يې هم د توبې دعوت ورکړی.

په معشيت کي ميانه روي اختيار کړی، د ميانه درجې لباس اغوندی، نه د عيش پسندو او نه د خوارو، په لباس سره ځان مه ممتاز کوئ، د نورو خلګو په ځير اوسی، غصه مه کوئ، د غصې د وجهي مزاج خرابيږي، اخلاق بدليږي او په ټولنه کي بي کارتوب راځي، محبتونه او خپلوی د منځه ځي، په ژوند کي د تازګي راوستلو لپاره کله کله سفر کوی، د نن سبا د کولو څخه ځان وساتئ، ځکه چي دا د ناکامي سبب دئ، د فيصلې په کولو کي د تردد څخه کار مه اخلئ، بلکي د صبر او عزم څخه کار واخلئ او مخ پر وړاندي قدم پورته کړئ، ددې شيانو کفران ګناه ده او ځان ځيني وساتئ، صدقه کوئ ولو که ډير کم شی وي، ځکه چي په دې سره ګناه ختميږي، خوشحالي پيدا کيږي، خفګان ليري کيږي او په رزق کي پراخوالی راځي، روغتونونو ته ولاړ سئ چي د روغ صحت قدر وپيژنی، محبس ته ورسئ چي د آزادي قدر وپيژنی، دا هغه نعمتونه دي د کومو د اهميت څخه چي تاسو خبر نه ياست.

د لوږې څخه وروسته مړښت، د تندي څخه وروسته سيرابيدل، د مرض څخه وروسته صحت، د فقر څخه وروسته مالداري، د غم څخه وروسته خوشحالي د الله سبحانه وتعالی ثابت سنت دي، ناراضه کيږئ مه، کله چي غصه درسي نو چوپ سئ، د شيطان د شر څخه په الله سبحانه وتعالی سره پناه وغواړئ، خپل ځای بدل کړئ، که ناست ياست ودريږئ. د ماضي په باره کي فکر کول حماقت او ليونتوب دی، دا داسي دی، لکه: د قبرونو څخه د مړو رايستل. کوم مصيبت چي راتلونکی دی هغه تلونکی نه دی، کوم چي راتلونکی نه دی هغه رسيدونکی نه دی. په مصيبت باندي د راضي کيدلو پرته بله چاره نسته، په ناخوښو شيانو کي د خوښي د شيانو څخه ډير خير وي، ځکه تاسو يې په عواقبو نه پوهيږی.

(c) ketabton.com: The Digital Library

په خپل کور او کار ځای کې د شور څخه پرهیز وکړئ، د نیکبختي یوه علامه سکون او اطمنان دی، نیکبختي یوه داسي درخته ده، د کومي چي ضروري غذا، اوبه، هوا او روښنائي د ایمان بالله او ایمان بالاخرت څخه پیدا کیږي، په مشکلاتو باندي قابو موندل هم د نیکبختي یو علامه ده، ځکه چي د کامیابي د لذت سره هیڅ لذت برابر نه دی، که چیري تاسو د خلګو سره خوشحاله اوسیدل غواړی، نو د هغوی سره داسي سلوک وکړی کوم چي هغوی ستاسو سره یې کوي، د هغوی په تعظیم کي کمي مه کوئ او د هغوی بې عزتي مه کوئ، هر انسان باید خپل ځان وپیژني، خپل صلاحیتونه وپیژني او هغه په ښه طریقه په کار واچوي، تر څو د کامیابي او کامراني لذتونه تر لاسه کړي، په ښځه او میړه کي چي یو په غصه سي هغه بل باید چوپ سي. د یوه او بل کمي برداشت کړئ، ځکه چي هیڅ انسان د غلطی څخه پاک نه دی، څوک چي الله (جل جلاله) مني، د اسلام په دین او په حضرت محمد (صلی الله علیه وسلم) باندي راضي وي، ضرور به الله (جل جلاله) ځیني راضي وي، ځکه چي دا د رضا ارکان دي.

خوراک د یوې ورځي خوشحالي ده، سفر د یوې هفتې، واده د یوې میاشتي، مال د یوه کال او ایمان د ټول عمر خوشحالي ده، د هغو خلګو په باره کي فکر وکړی د کومو سره چي ستاسو محبت وي، کوم چي ستاسو خوښ نه وي د هغوی سره یو ساعت ملګرتیا هم مه کوئ، ځکه هغه ستاسو او ستاسو د فکرونو په تاوان دي، سعادت په نسب، په سرو او سپینو کي نه دی، بلکي په دین، علم، د آدب او ضرورت په تکمیل کي دی، غناء، آمن، صحت او دین د سعادت بنیاد دی، څوک چي اعتدال غوره کړي هغه نیکبخته کیږي، څوک چي میانه روي غوره کړي هغه کامیابیږي او څوک چي آساني ته توجه کوي هغه کامران کیږي، کوم وخت چي د ناخوالو سره مخ سی، نو در په یاد کړی چي پخوا درباندي څومره ناخوالي راغلي دي، هلته چي الله سبحانه وتعالی ساتلي یاست دا ځل مو هم ساتلای سي.

ښه دا ده چي هر وخت مو په لاس کي کتاب وي، ځکه چي ډیر وخت ضایع کیږي، د وخت د حفاظت او د هغه د ښه استعمال ذریعه کتاب دی، د خپلو دنیوي مقاصدو لپاره یو حد معلوم کړی او هغه ته خپله توجه وکړئ، که نه نو زړه به مو پریشان، سینه به مو تنګه، حالات به مو خراب او ژوند به مو ناسمه وي، که چیري یوه ښځه د دنیا ملکه وي، د ټولي دنیا سندونه ورته حاصل وي، مګر چي میړه یې نه وي هغه مسکینه ده، تر پور د انتقام څخه، بې کاري د کار څخه، قناعت د مال څخه او صحت د مرض څخه ښه دی. تنهایي د بیکاره ملګري څخه او ښه دوست د تنهایي څخه ښه ده، بد اخلاقي یو عذاب دی، کینه زهر دي، غیبت، رذالت او د نورو خلګو د عیبونو لټول د رسوائي خبره ده. په آمن کي د وچي ډوډۍ خوړل په نا آمنه ښار کي د پلاو د خوړولو ښه دي. هغه خیمه چي پرده ولري د فتنو د محل څخه ښه ده.

(c) ketabton.com: The Digital Library

په مصیبت کي څلور (۴) شیان دي:- ۱: د اجر اُمید. ۲: د صبر ژوند. ۳: ښه ذکر. ۴: د لطف او کرم توقع. د مشرتوب هوس مه کوئ، په مشرتوب کي تکلیفونه وي. د حماقت علامي: د وخت ضایع کول، په توبه کي تاخیر، ځان ته د دښمنانو پیدا کول، د والدینو نافرماني او د رازونو افشا کول. د مؤمن معامله عجیبه ده، د هغه ټول کارونه د خیر دي، دا د هغه خصوصیت دی، چي تکلیف ورته ورسیږي صبر کوي په دې کي خیر دی، چي راحت ورته ورسیږي د هغه شکر اداء کوي په دې کي هم خیر دی. خوش طبعي د خیر کیلي ده، محبت د هغه دروازه، سرور یې باغ، ایمان د هغه نور او آمن یې دیوال. صحتمند پر ډېره داسي خوب کوي، لکه د وریښمو پر بالښت چي یې کوي، وچه ډوډۍ داسي خوري، لکه غوښي او ورجي چي خوري، په جونګړه کي داسي اوسیږي، لکه د کسرا په محل کي چي اوسیږي. اولاد د سروت څخه افضل، صحت د غنا څخه افضل، آمن د مسکن څخه افضل او تجربه د مال څخه قیمتي ده.

څوک چي په خپل کور کي خوشحاله نه وي هغه په بل ځای کي هم نه سي خوشحاله کیدلای او د چا چي په کور کي قدر نه وي د هغه په صحرا کي هم قدر نه وي. چا چي نن ورځ ضایع کړه هغه سبا ورځ هم ضایع کوي. څلور (۴) شیان سعادت پیدا کوي،۱: نفع رسوونکی کتاب. ۲: نیک اولاد.۳: محبت کوونکې ښځه، البته خپله میرمن. ۴: نیک ملګری. ایمان، صحت، آزادي، آمن، ځواني او علم، بس په دې پسي صرف عقلمند کوښښ کوي، مګر دا ټول په ډیرو کمو خلګو کي جمع کیږي. د نن ورځي په خوشحالي خوشحاله اوسه، هغې ته مه ګوره چي تر سبا به باقي وي، ځکه چي د زماني د آفتونو څوک په آمن کي نه دي. په دنیا کي تر ټولو بهترین شی، ریښتنی ایمان، ښه اخلاق، سلیم عقل، صحتمند جسم او پراخه روزي ده، ددې څخه وروسته چي هر څه دي فالتو دی. دوه (۲) نعمتونه پټ دي، د جسم صحت او په وطن کي سکون، دوه (۲) ظاهر دي، په خلګو کي ښه یادونه او نیک اولاد.

آمن تر هر څه نرم فرش دی، عافیت ښه پرده ده، علم لذیذ ترینه غذا ده، محبت د هر څه ښه دواء ده او د حجاب څخه ښه لباس نسته. فاسق، ناروغ، پوره وږی، غمګین، بندي او مجبور نه سي خوشحاله کیدلای. پرون ورځ تیره سوې ده، نن ورځ روانه ده، سبا ورځ راتلوونکې ده، ستاسو لپاره نن ورځ ده دا په طاعت کي تیره کړی. قلم ستاسو ملګری دی، کتاب ستاسو دوست دی، کور ستاسو ملکیت دی، خزانه ستاسو روزي ده. کوم څه چي تیر سوي پر هغو آفسوس مه کوئ. په استغفار سره د زړونو قلف خلاصیږي، پریشانی لیري کیږي، دا د روزي دروازه او د توفیق دروازه ده. شپږ (۶) شیان ډیر ښه او کافي دي: دین، علم، غناء، مروت، عفوه او عافیت. هغه څوک چي د محتاجو آواز آوري او موږ ته د تکلیفونو څخه نجات راکوي؟ هغه الله سبحانه وتعالی دی. د بې فائدې بحث څخه، د چټي خبرو څخه او د نادان دوست څخه لیري اوسئ، ځکه چي دا نقصاني دي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

اې انسانه! شکر ولي نه اداء کوې، د الله سبحانه وتعالی نعمتونه دي ولي هير کړي دي، تاسو په پښو باندي ګرځی، داسي خلک سته چي پښې يې قطع سوي دي، تاسو په پښو باندي درېږی، داسي خلک سته چي پښې يې شلي دي، تاسو خوب کولای سی، داسي خلک تر اندازې ډېر دي کومو ته چي خوب نه ورځي، تاسو په نس ماړه ياست، داسي خلک سته چي وږي دي. د ژړا څخه وروسته خندا، د تکليف څخه وروسته خوشحالي وي، په آزمايښت کي هم انعام وي، دا د الله سبحانه وتعالی سنت او قاعده ده. د سوچ او فکر څخه ځان وساتی، ځکه چي په دې کي زهر دي. عجز مرګ دی او سستي ناکامي. څوک چي اختلاف پرېږدي، د تفاخر څخه ځان وساتئ، د درواغو ځان وساتئ، پر تقدير راضي سي او حسد پرېږدی، الله سبحانه وتعالی د خپل مخلوق په زړونو کي د هغه لپاره ځای پيدا کوي. علم د تنهايي رفيق دی، د اجنبيت ملګری، د خلوت نګران، د رشد رهبر، په سختيو کي مرسته کوونکی او د مرګ څخه وروسته ذخيره ده. د رنځ، غم، سوچونو او فکرونو سبب د الله سبحانه وتعالی څخه اعراض دی.

په خلګو کي د زياتو نعمتونو حقدار هغه څوک دی، کوم چي ډېر شکر ګزاره وي. د ډېر محبت حقدار هغه څوک دی کوم چي سخي وي، خلګو ته ضرر نه رسوي او خوش طبعيته وي. راحت د ستوماني څخه، سکون د محنت او مشقت څخه او محبوبيت د آدب څخه تر لاسه کيږي. اولاد د ثروت څخه ډېر ښه دی، اخلاق د منصب څخه ډېر لوړ دي، همت د تجربې څخه لوی دی او تقوا د لويي څخه اهمه ده. راحت په خلوت کي دی، آمن په اطاعت کي دی، محبت په وفا کي دی. د چا چي زوی نافرمان وي، ښځه يې جګړه ماره وي، همسايه يې مضر وي، دوست يې بد اخلاقه وي، نفس اماره يې د خواهشاتو تابع وي، هغه به څنګه خوشحاله سي. ستاسو د رب پر تاسو حق دی، ستاسو د نفس پر تاسو حق دی، ستاسو د ښځو پر تاسو حق دی، ستاسو د ميلمه پر تاسو حق دی، لهذا هر حقدار ته خپل حق ورکړئ.

مسلمان هغه څوک دی چي نور مسلمانان يې د لاس او ژبي د ضرر څخه محفوظ وي. د ايمان خاوندان هغه څوک دي چي د مسلمانانو د سر او مال لپاره مامون وي. مهاجر په صحي معنا هغه څوک دی کوم چي د الله سبحانه وتعالی منهيات پرېږدي. که ستاسو سره يو چا حسد نه کوی، ددې معنا دا ده چي په تاسو کي خير نسته. که مو هيڅ دوست نه وو، ددې مطلب دا دی چي تاسو بد اخلاقه ياست. ډېر غتيدل غفلت دی، ډېر خوب کول د ناکامي علامه ده، ډيره خندا زړه مړ کوي او وسوسه عذاب دی. په ذکر سره رحمن راضي کيږي، انسان سعادت مند او شيطان خوارېږي، غم ليري کيږي او په نيکيو کي اضافه والی راځي. صدق اعتماد دی، درواغ شک دی، حياء د حفاظت ذريعه ده، علم حجت دی او بيان ښايست دی. په دنيا کي تر ټولو ښه شی د الله سبحانه وتعالی محبت دی، د جنت تر ټولو ښه نعمت د الله سبحانه وتعالی ديدار دی. په مخلوق کي تر ټولو نيک او صالح حضرت محمد (صل الله عليه وسلم) دی.

(c) ketabton.com: The Digital Library

نیکبخت هغه څوک دی چي د ماضي څخه عبرت واخلي، په خپل ګریوان کي سر کښته کړي، د قبر لپاره تیاري وکړي، په خپلو پټو او ښکاره کارونو کي د الله سبحانه وتعالی څخه وبیرېږي. سلامتي په دوو (۲) شیانو کي ده، د جسم صحت په کم خوراک کي، د زړه صحت په کمه ګناه کي او د وخت صحت دا دی چي د ناراضه ګي څخه لیري اوسئ. په احتیاج کي تاسو ته نعمت در په زړه کیږي، په لوږه کي مړښت، په بندیخانه کي د آزادي قدر در معلومیږي او په ناجوړتیا کې د روغتیا. د الله سبحانه وتعالی څخه د روزي غوښتنه وکړئ، خزانې د هغه سره دي، خیر د هغه په بیلاکیفه لاس کي دی، هغه ذات سخي الفتاح او العلیم دی. الله سبحانه وتعالی چي څومره نعمتونه پر تاسو کړي هغه در په یاد کړی، ته مړ وې ژوندی یې کړې، بې لارې وې ښوونه یې درته وکړه، فقیر وې شتمن یې کړې، جاهلا وې عالم یې کړې، کمزوری وې، ستا مرسته یې وکړه.

خوش طبیعیته انسان د ماتو زړونو لپاره دواء ده، خوش مزاجه انسان ټوله ورځ کار کوي، مګر کومه ستومانتیا نه محسوسوي او هغه څوک چي زړه یې مړ وي د کوم کار په کولو هم ستومانه کیږي؟ خوش مزاجه انسان هغه دی کوم چي نورو ته خوښي ور وبخښي. خوش مزاجي یوه داسي خوشبویي ده، کومه چي د لیري څخه محسوسیږي. په خوش مزاجي سره د نورو په زړونو کي ځای موندل کیږي. بد مزاجه انسان د خپلو څخه پردی وي او خوش مزاجه پردی راخپلوي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

وخت د ژوند حقیقت دی

چا چې د وخت حقیقت وپیژندی، هغه د ژوند حقیقت وپیژاندی، ځکه وخت د ژوند دوهم نوم دی.

وخت ژوند دی، چې تیر سي بیا نه راځي، د وخت ضایع کول د ژوند ضائع کول دي، د وخت مؤثر استعمال د ژوند لپاره ډیر ضروري دی، که چیري تاسو خپل وخت په مؤثره اندازه استعمال کړی، تاسو به د هغو خلګو د جملې څخه سی، کومو چې خپل وخت په مؤثره اندازه استعمال کړی او کامیاب سوي دي، وخت یوه موقع ده که چیري موږ د خپل ژوند سره مینه کوو، باید وخت د یو قیمتي شي په حیث وپیژنو، موږ باید خپل وخت ته تل متوجه واوسو.

د کامیابو خلګو په ژوند کي د وخت آرزښت: خپل وخت همیشه په ښه طریقه سره استعمال کړی، د ګټونکو او بایلونکو خلګو تر منځ واحد فرق صرف د وخت استعمال دی، په لاندې ډول هغه فرق درته ښوول کیږي، کوم چې د ګټونکو او بایلونکو تر منځ موجود دی.

بایلونکي:ـ ۱: وخت قتل کوي. ۲: وخت ضائع کوي. ۳: وخت ته کوم آهمیت نه ورکوي.
ګټونکي:ـ ۱: وخت استعمالوي. ۲: وخت صرف کوي. ۳: وخت ته آهمیت ورکوي.

زموږ سره په هر حال کي ډیر وخت وي، ضرورت ددې خبري دی چې موږ هغه په ښه طریقه سره استعمال کړو، د وخت کموالی کومه مهمه خبره نه ده، زموږ سره ډیر وخت سته، په کوم کي چې موږ هر کار کولای سو، په دې شرط که موږ یې کول وغواړو.

د نن ورځي کار نن وکړی، سبا ورځي ته یې پرې نږدی، که مشکلات هر څومره ډیر وي، بیا هم خپل وخت په مؤثره طریقه سره استعمال کړی، وخت مه ضایع کوئ، ستاسو وخت ستاسو ژوند دی، او ژوند ډیر محدوده دی، نو ځکه باید چې وخت ضائع نه سي، ژوند څه شی دی؟ صرف وخت دی، که چیري موږ یې ضائع کړو، نو ګویا چې موږ ژوند برباد کړی، وخت د چا انتظار نه کوي، هر څوک چې خپل وخت برباد کړي، هغه به تل د خپلو خبرو سره په هر ځای کي برباد ناست وي، د ورځو استعمال زده کړی.

هره ورځ یوه نوی ژوند دی او دا خبره په ذهن کي وساتی، هره ننني ورځ د پاته ژوند لومړی ورځ ده، هر څوک چې خپل وخت ضائع کوي، هغوی دا شکایت هم کوي، چې دوی د وخت د کمي ښکار دي، موږ چې چیري تلل وغواړو باید هلته د مقرر وخت څخه یو څه د مخه ورسیږو، دا عادت زموږ څخه یو کامیاب انسان جوړولای سي، د هر کار د کولو لپاره وخت موجود دی، نن ورځ چې کوم کار کولای سی، هغه سبا ته مه پریږدی، ستاسو وخت ستاسو سره د الله (جل جلاله) د طرفه یو امانت دی، لهذا په دیانتداری سره یې استعمال کړی.

(c) ketabton.com: The Digital Library

زياتره خلک داسي فکر کوي چي وخت تيريږي، مګر حقيقت دا دی وخت نه بلکي موږ تيريږو، تر ټولو لوی غل هغه څوک دی، کوم چي ستاسو وخت در ضائع کړي، د وخت د ضائع کولو په وخت کي دا په ياد ولری چي وخت تاسو هم ضائع کوي، وخت، هوا او دولت هميشه بدليدلای سي، عقلمند انسان هغه دی، کوم چي خپل وخت سم استعمال کړي، وخت د دولت په شان دی، چي اسراف په کښي روا نه دی، د وخت پايبندي يوه لويه خبره ده، وخت د لندې ختې په شان دی، هر څه چي غواړې هغه ځيني جوړ کړه، وخت داسي مځکه ده، چي د زيار څخه پرته هيڅ نه کوي، که پوره کوښښ وکړی دا مځکه به ضرور ګلان په ځان کي راشنه کړي، که مو همداسي پريښوول، نو د ازغيو به ډکه سي، کوم خلک چي د وخت قدر نه کوي، هغه هيڅکله هم اعلی مقام ته نه سي رسيدلای، که چيري د خپل ژوند سره مينه کوی، نو د وخت سره مينه وکړئ، وخت يوه قيمتي خزانه ده او دا خزانه ستاسو ټولو سره موجوده ده، د وخت ساتنه صرف ژوندي خلک کولای سي.

د وخت د ښه استعمال لاري چاري:

۱: د خپلي ورځي لپاره منصوبه جوړه کړی، کاميابه ژوند د کاميابو ورځو تسلسل دی، بايد موږ د هري ورځي لپاره منصوبه جوړه کړو، د هري ورځي د سبا په وخت کي بايد تاسو يو فهرست جوړ کړی، چي په دغه ورځ به کوم کارونه په کومه طريقه سره کوی، کله چي تاسو داسي وکړی تاسو به حيران سی چي تاسو څومره مؤثر کار کوونکي ياست، په ورځ کي چي مو کوم هدف حاصل کړ په فهرست کي هغه نښاني کړی، د کاميابي احساس زموږ لپاره يو ښه احساس دی.

۲: د خپل ځان سره مو وعده وکړی، په ياد ولری چي انساني ذهن د خاصو شيانو لپاره کار کوي، لهذا د کوم کار کول چي غواړی د هغه لپاره ورځ او وخت معلوم کړئ.

۳: لږ لږ کار کوی، د لوی کار کولو لپاره مؤثره طريقه دا ده: هغه بايد لږ لږ وکړل سي، د لوی کار د تر سره کولو لپاره مهم ترين شی هغه ټينګ هوډ دی. ۴: ددې جائزه واخلی، چي په کوم وخت کي تاسو ډير کار کولای سی، کله چي تاسو ته معلومه سي، چي د ورځي يا د شپې په کوم وخت کي تاسو ډير کار کولای سی، نو تاسو همدغه وخت په مؤثره طريقه سره استعمال کړی.

د وخت يا ژوند جوړولو لپاره د کائناتو ټول قوتونه زموږ په کار راځي، مګر موږ په دې غلط فهمي کي يو چي تر اوسه خو لا ډير ژوند پاته دی، او ډير وخت لا سته، حالانکي د ژوند د وخت په ختميدلو کي کوم وخت نه مصرفيږي، دا هيڅا ته نه ده معلومه چي د ده ژوند به څو ساعته يا څو دقيقې پاته وي، که چيري تاسو پنځويشت (۲۵) کاله وخت تير کړی وي، نو يو څو دقيقې تاسو پر خپل تير سوي پنځويشت (۲۵) کاله وخت غور وکړئ، په خپله د پنځويشت (۲۵) کلونو هر څه ستاسي مخته راځي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ددې مطلب دا دی چې راتلونکي پنځویشت (۲۵) کلونه هم همداسې تیریږي، هغه هم د همدې څخه زیات نه دي، بلکې دا وخت ستاسو مشکلات نور هم ډیر سوي دي، چې د هغو د املـه دا ډیر ژر تیریدونکي دي او هره دقیقه تاسو دا احساس کوی چې وخت ډیر کم دی او کوم وخت چې انسان ډیر فرض کړی وي هغه ډیر لږ ثابتیږي، د هدف د ټاکلو څخه وروسته خپل وخت په دې طریقه سره وساتی، د کال د (۳۶۵) ورځو او د ورځې د (۲۴) ساعتونو په باره کي یو پلان جوړ کړی، په دې کار سره د ساعتونو کار په ساعت کې او د ورځو کار په ورځ کې کولای سی او خپل ډیر وخت ساتلای سی.

د پلان جوړولو په وخت کې دا خبره په پام کې ولری: تاسو باید کوم کار وکړی او د کوم ځای څخه شروع وکړی، ژر په آساني سره او په کوم وخت کې د کار کولو مختلفي طریقې څه دي، ستاسو سره څومره وسائل او ذرائع موجود دي، که چیري تاسو دا معلومه نه کړی چې په سبا ورځ کې د پنځه (۵) وختـه لمانځه کولو او د ډوډۍ خوړولو د وختونو څخه پرته د ورځې په نورو وختونو کې کوم کارونه باید وکړی، نو ستاسې ډیر وخت ضایع کیدلای سي.

مثلاً: کله چي تاسو سهار وختي را پورته سی او د یوه کار په کولو لاس پوري کړی او د کار په مابینځ کي به در په یاد سي، چي د فلاني سره خو د ملاقات کولو وعده هم سوې وه، نو تاسو کار په مابینځ کي پریږدی او د هغه کس په لور ور روان سی، مګر هغه تاسو ته د انتظار کولو وروسته تللی وي، وګوری د هغه مو هغه وخت هم ضایع کړ په کوم کي چي یې تاسو ته انتظار کاوه، او ستاسو ملاقات هم ونه سو، د تللو راتللو وخت مو هم ضایع سو او هغه لومړی کار مو هم تر سره نه کړ.

ممکن چي هر ورک سوی شی انسان ته بیرته په لاس ورسي، مګر وخت چي کله تیر سي هیڅ ته بیا په لاس نه ورځي، که یو څوک وخت ضایع کړي هغه دي بیا د هغه د راتلو اُمید نه کوي، په همدې بناء وخت د انسان تر ټولو عزیز او نفیس ترین متاع دی، عقلمند خلګ همیشه خپله ورځ داسي تیره وي، لکه یو کنجوس انسان چي خپل مال مصرفوي، ځکه چي هغه د ډیر کم مال په مصرفولو کي هم ډیر فکر کوي، انسان ته خپله ماضي په نن ورځ کي د پرون خبره ښکاري، سره ددې چي انسان ډیر کلونه ژوند کړی وي، داسي ورته ښکاري لکه یوه ورځ چي یې ژوند کړی دی، او د ماضي هر څه یې په همدغه یوه ورځ کي تر سره کړي دي، د ژوند په باره کي د انسان دوهم تصور هغه وخت ظاهریږي، کله چي د حساب لپاره د قیامت په ورځ ودرول سي، یعني د محشر د هولناکو احوالو او حوادثو د لیدلو څخه به د ټول عمر عیش عشرت، آرامتیا او هوسائي دومره حقیره او لږ په نظر ورځي چي ګواکي په دنیا کي یې د یوه ګړي څخه زیاته استوګنه نه ده کړې، افسوس به کوي چي ټول عمر مي څومره فضول او بې

(c) ketabton.com: The Digital Library

کاره تیر سوی دی، د هغه ځای د زړه چاودونکو مصائبو د لیدو څخه داسي خیال کوي چي ګواکي په دنیا کي دومره زیات نه دی پاته سوی او دغه بیرونکی وخت یو ناڅاپه را رسیدلی دی، هلته تش یو ساعت یا دوه (۲) ساعته پاته سوی یم او دغه دی سم د لاسه دلته رسیدلی او په دغه مشکلاتو کي اخته سوی یم، د انساني عقل تقاضا دا ده چي هغه دا حقیقت په صحي انداز وپیژني او دا همیشه په نظر کي ولري، د خپلي ماضي، حال او مستقبل په باره کي دانشمندانه رویه اختیار کړي، دا خپل فریب دی چي یو انسان خپل ځان دریدلی وبولي، کله چي زمانه مسلسل تلونکې ده، اسلام یو داسي دین دی کوم چي د وخت قدر او عظمت راپیژني او د زمانې د آهمیت احساس راښيي، د اسلام په نزد د یوه مسلمان د ایمانداري او تقوا علامه دا ده: چي هغه د زمانې او د وخت حقیقت پیژني او د هغوی د غوښتنو سره سم په برابره لار درومي.

که چیري په لومړي ځل د وخت په باره کي فکر وکړی، یعني پلان جوړ کړی چي زه به نن ورځ کوم کوم کارونه کوم، نو په دې سره به ستاسو ډیر وخت وساتل سي، د تکلیفونو څخه به هم ساتل سوي یاست او کار به هم وکړی.

د مسلمان په ژوند کي د وخت آرزښت: الله (جل جلاله) فرمایي: (وَالْعَصْرِ (١) اِنَّ الْاِنْسَانَ لَفِیْ خُسْرٍ).
ژباړه: قسم دی په زمانې سره بیشکه! انسان خامخا په تاوان کښي دی. (سورت العصر)

یعني: قسم په زمانه باندي چي د انسان عمر هم په کښي داخل دی چي دا عمر د سعادتونو او کمالاتو د ګټلو لپاره یوه لویه پانګه ده او په کښي عجائب او غرائب دي (په اقسامو سره)، یا قسم دی د مازدیګر په مهال باندي چي د دنیوي کارونو او وظیفو د پلوه یو ځان ته آهمیت او مشغولیت لري او د لمانځه اداء یې سخته ده، ځکه چي خلګ په خپلو دنیوي کارونو کي مشغول وي او د دیانت د سببه خورا د لوی فضیلت وخت دی.

بیشکه! انسان خامخا په زیان کي دی، ددې څخه به زیات زیان څه وي چي د واوري خرڅونکي غوندي د هغه تجارت راس المال (چي د هغه عزیز عمر دی) شیبه په شیبه لړیږي، که دوی په دې زوروور تګ کي هیڅ یو داسي کار ونه کړي چي هغه یوازي ددې تللی عمر پانګه وبلل سي، یا یې په درد وخوري، بلکي یو ابدي او غیر فاني متاع او د تل لپاره د کار شی وکرځي، که تاریخ ولولي او د خپل ژوندون پر واقعاتو باندي غور وکړي، نو د لږ فکر کولو څخه به دا ور ثابته سي، هغه خلګ چي د خپل وروستي او مستقبل وخت څخه بې پروا پاته کیږي او یوازي په خیالي لذاتو کي خپل وخت تیروي په پای کي ناکام او نامراد بلکي تباه او برباد پاته کیږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

انسان ته ښائي چي د وخت قدر وپيژني او د خپل خواږه عمر شيبي په غفلت، شرارت، لهو لعب او نور عبث شيانو کي خاوري ايرې نه کړي، هغه څوک خوش نصيبه او بختور دی چي دا فاني عمر باقي او دا بې کاره ژوندون د کار وګرځوي او د آخرت لپاره په کښني جدو جهد وکړي، دا خورا ښه وختونه او عمده موقع غنيمت وګڼي، تل د سعادت په لاسته راوړلو او د کمالاتو په تحصيل کي کوښښ وکړي، نو دا خلک هغه کسان دي چي د هغوی ذکر په (إِلاَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ) کي راغلی دی.

وخت زموږ د اعمالو شاهد دی، وخت د الله سبحانه وتعالی په نعمتونو کي يو نعمت دی، وخت د الله سبحانه وتعالی امانت دی، د هغه يوه لحظه ضايع کول مجرمانه خيانت دی، د وخت لحظات په ليدو ليدو کي تيريږي، وخت چا ته تکليف نه رسوي او نه د چا مراعات کوي.

شيخ سعدي صاحب ويلي دي: وخت د دولت په شان دی، په کوم کي چي اسراف صحي نه دی، په ياد ولرئ! که هر څومره دولت وګټی، مګر په وخت کي اضافه والی نه سي راوستلای.

مولانا رومي (رحمة الله عليه) ويلي دي: وخت موږ ته داسي راځي لکه څوک چي شکل بدل کړي او د تحفي سره موږ ته راسي، که چيري موږ د هغه د تحفي څخه کومه ګټه پورته نه کړو، نو هغه چوپه خوله سره د تحفي زموږ څخه بيرته ولاړ سي.

وخت چي تير سي بيرته يې راتګ ناممکن دی، که چيري دولت د لاسه ووځي وخت د هغه بيا پيدا کولو ته موقع راکوي، مګر که وخت د لاسه ووځي د ټولي دنيا دولت هم هغه بيرته نه سي راکرځولای، زموږ کاميابي او ناکامي زموږ محرومي او سعادت د وخت د پيژندلو څخه عبارت دی، وخت مخ پر وړاندي درومي او موږ ټولو ته د ځان سره د تلو دعوت راکوي، ددې وجهي د وخت سره د تللو کوښښ کول په کار دي، داسي کول نه دي په کار چي وخت مخ پر وړاندي درومي او موږ شا ته ولاړ پاته يو.

ريښتنی مسلمان د خپل وخت ډير زيات خيال ساتي، د هغه قدر کوي، د هغه سره ددې خبري ډير احساس وي چي وخت د ده د ژوند پيمانه ده، که چيري يې دی د خپلي کوتاهي د وجهي ضايع کړي او د پريشانيو او تکليفونو څخه خبر هم نه وي، نو ګواکي د خپلي غلطي رويې د وجهي يې خپلو پښو ته په خپل لاس زولني ور اچولي دي، انسان لوی خدای (جل جلاله) ته ورتلونکی دی او د آسمان يو ګردش هري ورځي ته د يوه نوي سبا رنګ ورکوي، دا د انساني ژوند يوه داسي مرحله ده په کومه کي چي دريدل نسته.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ځوانان د ټولني ستون فقرات دي

هر ټولنه د ځوانانو یوه ټولکه لري، چي د ټولني ټول اقشار د دوی څخه ځانګړې توقع لري، که چیري د اوسني عصر ځوانانو ته په ژور نظر وکتل سي، نو ممکن چي په مجموع کي داسي یوه فیصله وکړل سي، چي ځوانان په درې ډوله دي:- ۱: پر سمه لاره روان ځوانان. ۲: د سمي لاري څخه کاږه ځوانان. ۳: متحیر ځوانان.

پر سمه لار روان ځوانان: دا هغه ځوانان دي چي په لوی خدای (جل جلاله) ایمان لري او دا خپل ایمان ورته محبوب هم وي، په همدغه ایمان قانع وي، په همدغه ایمان کي کامیابي غنیمت بولي او د همدغه ایمان څخه محرومه کیدل ښکاره نقصان بولي. د لوی او واحد خدای (جل جلاله) عبادت کوي، په قول او عمل، په فعل او ترک کي د محمد (صلی الله علیه وسلم) تابعداري کوي، ځکه دوی په دې ایمان لري چي محمد (صلی الله علیه وسلم) د الله رسول او متبوع امام دی. په کامله وجه د خپل طاقت سره سم لمونځ کوي، ځکه دوی په هغو فوائدو او مصالحو دنیوي او آخروي، فردي او اجتماعي باندي ایمان لري کوم چي په لمانځه کي دي. مستحقو خلګو ته کامل پرته د کوم نقصان څخه زکات ورکوي، ځکه دوی په دې ایمان لري چي د زکات په نه ورکولو سره د مسلمانانو د احتیاج دروازه تړل کیږي او بل دا چي دا د اسلام د ارکانو څخه پنځم (۵) رکن دی.

د روژې په میاشت کي روژه نیسي، د شهوتونو او لذتونو څخه ځان منعه کوي، هغه که دوبی وي او که ژمی، ځکه دوی په دې ایمان لري چي په دې سره د الله سبحانه وتعالی رضاء کیږي، نو د خپل نفس په رضائیت باندي د الله سبحانه وتعالی رضائیت ته اولیت ورکوي. بیت الله ته ورځي او د حج مقدسه فریضه اداء کوي، ځکه دوی د الله سبحانه وتعالی سره مینه لري، د هغه د کور سره مینه لري، د رحمت او مغفرت د ځایونو سره مینه لري، د نورو مسلمانو وروڼو سره په ګډه همدغو ځایونو ته د ورتللو سره مینه لري. واحد او لاشریک خدای (جل جلاله) د خپل ځان، مځکي او آسمانونو خالق بولي او په همدې ایمان لري، ځکه دوی د الله سبحانه وتعالی په قدرتونو کي هغه څه ویني چي د واحد خدای (جل جلاله) په موجودیت باندي دلالت کوي.

د لوی خدای (جل جلاله) پر ملائیکو باندي ایمان لري، د کومو ذکر چي الله سبحانه وتعالی په قرآن کریم کي او رسول الله (صلی الله علیه وسلم) یې په حدیثو کي کړی دی، په قرآن کریم او نبوي سنتو کي یې اوصاف، عبادات او هغه اعمال ذکر سوي دي، کوم چي د مخلوق د مصلحت لپاره کوي، چي دا د هغوی په حقیقي وجود باندي قطعي دلیل دی. د الله سبحانه وتعالی په هغو کتابونو ایمان لري، کوم چي یې د بشر د هدایت لپاره پر رسولانو (علیهم السلام) را نازل کړي دي، ځکه چي د بشر عقل ته ممکنه نه ده، چي د عباداتو او معاملاتو د مصالحو کامل ادراک

(c) ketabton.com: The Digital Library

وکړي. د الله سبحان وتعالی پر آنبیاؤو او پر هغو رسولانو (علیهم السلام) ایمان لري، کوم چې یې مخلوق ته را لیږلي دي، ددې لپاره چې د خیر طرفته یې وروبولي او د بدو څخه یې منعه کړي، اول الرسول حضرت نوح (علیه السلام) او آخیر الرسول حضرت محمد (صلی الله علیه وسلم) دی.

دا هغه ځوانان دي چې په یوم الجزاء، یوم الحساب، د قیامت په ورځ ایمان لري، په کومه ورځ چې خلک د مرګ څخه وروسته بیرته را ژوندي کیږي، ددې لپاره چې هر چا ته د خپل عمل جزاء ورکړل سي، که چیري د مخلوق لپاره دغه د جزاء او د حساب ورځ نه وای، نو بیا به ددې دنیا او په دې دنیا کي د ژوند فائده او حکمت څه وای، دا ورځ ددې دنیا لپاره او په دې دنیا کي د ټولو شیانو لپاره د نتیجې ورځ ده، یعني د قیامت ورځ. په (والقدر خیره وشره) ایمان لري او پر دې هم ایمان لري چې هر څه د الله سبحانه وتعالی په ارادې، د هغه په قدرت سره کیږي، په اسبابو او آثارو یې هم ایمان لري او په دې هم ایمان لري چې د سعادت لپاره هم اسباب دي او د شقاوت لپاره هم. خلک د لوی متعال خدای (جل جلاله) لوري ته په داسي طریقه سره دعوتوي د کوم بیان چې الله سبحانه وتعالی په خپل کتاب قرآن کریم کړی دی.

آمر بالمعروف او نهی عن المنکر کوي، ځکه دوی په دې ایمان لري چې په دې کي د لویو لویو قومونو او د اُمت نیکبختي ده. د منکراتو په منعه کولو کي کوښښ کوي، په هغه طریقه سره کوم چې نبي کریم (صلی الله علیه وسلم) بیان کړې ده. عامو مسلمانانو ته د خیر رسولو سره مینه لري. د مقدس دین او د ښو اخلاقو لرونکي دي، په مستقیمه لاره روان دي، د پراخو سینو لرونکي دي، د پاک نفس خاوندان دي، د پاکو زړونو لرونکي دي، صابرین دي، د مقدس دین اسلام په لار کي د هر قسم مشکلاتو برداشت کوونکي دي، دا هغه ځوک دي چې د خپل عمر یوه لحظه هم نه ضایع کوي، تل په داسي کارونو کي مشغول وي، چې د دوی او د اُمت مسلمه لپاره خیر وي، سره ددې چې دوی د ایمان او اخلاقو ساتونکي دي، اما د هغو خلګو څخه ډیر لیري اوسیږي کوم چې هغوی کافران، ملحدان، فاسقان، ګناه کاران، د ناوړه اخلاقو او بې کاره معاملو درلودونکي دي. اُمت مسلمه په دوی فخر کوي، د دوی څخه دا طمعه کیدلای سي چې په دوی سره د مسلمانانو فاسد سوي احوال اصلاح کیدلای سي. په دنیا او آخرت کي لوړ او کامیاب دي.

د سمي لاري څخه کاږه ځوانان: دا هغه ځوانان دي چې عقیدي یې خرابي وي، په چال چلند کي یې فرق وي، په خپل نفس باندي مغروره وي، په رزائلو کي ډیر ماهره وي، د بل چا څخه هم حق نه قبلوي او په خپله هم ځان د باطلو اعمالو څخه نه منع کوي، د ناوړه اعمالو په تر سره کولو کي ډیر زړه ور وي، لکه دنیا چې د ده لپاره او دی د دنیا لپاره پیدا سوی وي. د حق طرفته هیڅکله نه مائل کیږي او د باطل څخه بیخي نه راکرځي، دوی د الله (جل جلاله) د حقوقو د ضایع کیدلو هیڅ پروا نه کوي او نه د نورو انسانانو د حقوقو څه غم او پروا ور سره وي. دا هغه ځوک

(c) ketabton.com: The Digital Library

دي چي د فکرونو ځخه یې انصاف ورک سوی وي، په سلوک او په نورو ټولنیزو تصرفاتو کي دوی انصاف بیخي نه پیژني، هر څه یې چي د خولي څخه ووځي هغه ورته حق ښکاري، دوی ته خپل ځانونه په خپلو ټولو اعمالو کي معصوم ښکاري او حال دا چي دوی سراسر د خپل ځان او د نورو په حق کي ظالمان دي. د داسي خلګو څخه د دین مستقیمه لاره ورکه سوې وي، او په ټولنیز ژوند کي هم د ښو خلګو تقلید ځیني ورک سوی وي، دوی ته خپل بد عمل ښایسته ښکاري او حال دا چي دوی سراسر په تاوان کي دي، په دنیوي ژوند کي یې ټوله سعي عبث ده، او په آخرت کي به هم د پیښمانه خلګو په ټولۍ کي وي، دوی په ځانونو او هم په ټولنه کي پر نورو خلګو ظلم کوونکي دي، دوی په ټولنیز ژوند کي د عزت او کرامت لپاره د سرطان په شان وژونکي دي، چي د مرګ څخه پرته بل کوم علاج نه لري.

متحیر ځوانان: دا هغه ځوک دي چي د حق او باطل تر مابینځ متحیر دي، حق پیژني او په پوره اطمنان سره خپل ټولنیز ژوند کوي، اما کوم وخت چي د شر دروازه د یوې خوا ځخه را خلاصه سي، نو یې په عقیده کي شک ورته پیدا سي، په سلوک کي یې تغیر راسي، اعمال یې فاسد سي، په یوه لوی فکري او نفسیاتي رنځ اخته سي، دوی حیران پاته سي، نه پوهیږي چي اوس نو په وړاندې مسائلو کي کوم حق او کوم یې باطل دی، د همدې تردد په وخت کي سره د ډیري پریشانۍ کله یوې خواته او کله بلې خواته مراجعه کوي. دا رقم خلګ په خپل ژوند کي یوې داسي جاذبي قوي ته محتاج دي چي هغه یې د حق طرفته او د خیر لاري ته راکش کړي او دا د دوی لپاره کوم مشکل کار هم نه دی، مګر که چیري دوی یو د حکمت، علم، د ښه نیت څښتن او یو نیک داعي د ځانو لپاره پیدا کړي، د دا رقم خلګو زیاتره برخه هغه ځوانان تشکیلوي چي د اسلامي زده کړو سره سره یو شمیر نوري هغه بې دینه زده کړي وکړي، چي په اصل حقیقت کي د اسلام سره په ټکر کي وي.

آیا ددې مشکل څخه د دغه شان خلګو لپاره کومه د خلاصون لاره سته؟ هو! دا کار هغو مخلصو علماء کرامو ته چي د قرآن کریم او د سنت په اسرارو پوره علم ولري او هغو پوهانو ته چي د اسلامي تعلیماتو سره مینه ولري او په خپله دغه مینه کي صادق، مخلص او ریښتني وي کوم مشکل کار نه دی، دوی کولای سي چي په ټولنه کي دغه متحیر خلګ قانع کړي او د هغوی د فکرونو څخه هغه ناوړه سوچونه لیري کړي، کومو فکرونو چي د دوی په سرونو کي د یو شمیر غیري اسلامي زده کړو په ملتیا قرار نیولی وي.

د ځوانانو د انحراف اسباب او مشکلات ډیر او په څو رقمه دي، ځکه چي انسان د ځوانۍ په مرحله کي په جسمي، فکري او عقلي لحاظ د یوه لوی انقلاب سره مخامخ کیږي، دغه ځوانۍ ته د رسیدلو په زمانه کي د ځوانانو فکرونه په ډیري تیزۍ سره یوې او بلې خوا ته اوړي او

(c) ketabton.com: The Digital Library

راوړي، په دغه وخت کي د ټولو مهم او ډیر ضروري د ځوانانو لپاره د داسي اسبابو مهیا کول ضروري دي، چي د ځوانانو په نفس کي واک پیدا کړي او د سرکشۍ، نافرمانۍ او بې لاریتوب څخه یې منع او یوې برابري لاري ته یې متوجه کړي، د ځوانانو د انحراف کیدلو مهم عوامل په لاندي ډول دي:

۱:- فراغت: فراغت د فکر، عقل او جسمي طاقت لپاره یوه وژونکې وسیله ده، ځکه نفس ته د حرکت او عمل څخه لابدي ده، کله چي یو نفس لره نه عمل وي او نه حرکت، نو د دغه نفس فکر زړیږي، عقل یې سختیږي، حرکت یې کمزورۍ کیږي، چي په دې وخت کي بیا د ده پر زړه د ډیرو ناوړه سوچونو، وسوسو او فکرونو ته د حملي کولو چانس په لاس ورسي، ډیر ځله داسي بدي او شریري ارادې ورسره مل سي، نژدې وي چي د انسانیت څخه یې هم وباسي. د دغه مشکل یواځینۍ علاج دا دی: دا رقم ځوانان باید د یوه داسي کار کولو، لوستلو، تجارت کولو، لیکلو او یا د یوه بل داسي کار چي د ده او د فراغت په مینځ کي حائل سي کوښښ وکړي، تر څو د یوې خوا د دغه ناوړه مرض څخه خلاصون ومومي او د بلي خوا په ټولنه کي د ځان او د نورو خلګو لپاره یو غوره شخص وکرځي.

۲:- جفا او لیریوالی: د ځوانانو د انحراف بل مهم سبب هغه د خپل کور، د خپلوانو او د کلي د مشرانو، سپین ږیرو او نیکانو څخه د دوی لیریوالی او همدا شان د دغو نوموړو د خبرو نه منل او د هغو سره جفا کول دي، کله چي یو مشر یو بې لاري ځوان ته د هغه د اصلاح لپاره خبري کوي او نوموړۍ ځوان د هغه سره جفا کوي، نو بالاخر همدغه مصلح مشر هم د دغه ځوان د اصلاح کولو څخه عاجز او مایوسه سي، ددې جفا په نتیجه کي نه یوازي دا چي مشران پر نوموړو ځوانانو بې اعمتاده او بې باوره سي، بلکي ډیر وخت د ټولني ټولو ځوانانو ته یې نسبت وسي او مشران بیا د هغو د اصلاح کمه پروا نه کوي.

د دغه مشکل یواځینۍ علاج دا کیدلای سي: ځوانان د دغه لیریوالي او جفا علاج په خپله وکړي، دوی باید په دې معتقد سي چي دوی او مشران لکه د یوه جسد په شان دي، که چیري یې یو اندام فاسد سي، نو ټول فاسد کیدلای سي، لکه څرنګه چي مشران د ځوانانو د اصلاح کولو په لار کي خپل مسؤلیت پیژني او د همدغه مسؤلیت د مخي تل دا هڅي کوي چي د ځوانانو اصلاح وکړي او د هغو آینده ژوند ورته روښانه کړي، بالمقابل پر ځوانانو هم لازمه ده چي د داسي مشرانو اکرام، احترام او د هغو طرف ته ډیر متوجه واوسي، د هغو د تجربو څخه هغه څه زده کړي چي تر مخه یې نه دي زده کړي.

۳: د ناوړه خلګو سره ناسته، ولاړه او ملګرتیا کول: د دغو خلګو سره اندیوالي د ځوانانو په عقل، فکر او پر سلوک باندي ډیر زیات اثر کولای سي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ددې علاج دا دی: ځوانان باید د هغه چا سره صحبت او ملګرتیا وکړي، چې د خیر او اصلاح خاوندان وي او د ډیر ښه فکر درلودونکي وي، دوی باید د هغو سره د ملګرتیا کولو مخکې په خلګو کې د هغوی د حال پوښتنه وکړي او دا پوښتنه وکړي چې هغه په ټولنه کې په کوم څه شهرت لري؟ که چیرې هغوی د ښو او نیکو اخلاقو خاوندان وي، په سمه لار روان وي او په ټولنه کې ښه شهرت لري، باید بیا د داسې خلګو سره ملګرتیا، ناسته او ولاړه د ځان لپاره غنیمت وبولي او د هغوی څخه یو څه زده کړه وکړي او که چیرې خبره برعکس وي، بیا نه یوازې دا چې د هغوی څخه لیریوالی په کار دی، بلکې د هغوی څخه د ځان ساتنه واجب ده او هیڅکله باید ځوانان د داسې خلګو په ظاهري لباس او په خوږو خبرو دوکه نه سي، ځکه دا بیا د داسې کسانو چل او ګمراهي ده.

۴: د داسې کتابونو، مجلو، رسالو او نورو شیانو لوستل، چې هغه یوه انسان ته د هغه په دین او عقیده کې شک ور اچوي، د داسې شیانو د لوستلو او مطالعه کولو په وخت کې که د ځوانانو سره یوه قوي علمي قوه او تیز فکر نه وي موجود، نو د داسې شیانو لوستل او مطالعه کول ځوانان بیله شکه د رذیلو او کفري اخلاقو طرفته ورکشولای سي، ځکه په داسې حالت کې دوی د حق او باطل، د ضرر او نفع امتیاز نه سي کولای، د دغو شیانو لوستل پر ځوانانو ژوره اغیزه کوي او د هغوی سر د ښو خوا ته کرځوي، د هغوی عقل او ابدي ژوند د منځه وړي.

د دغه مشکل علاج دا دی: د داسې شیانو د لوستلو څخه باید ډډه وسي او د داسې کتابونو لوستلو ته مخه وسي، چې د هغوی پواسطه د یوه انسان په زړه کې الهي او پیغمبري محبت پیدا کیدلای سي، تر ټولو مهم کتاب هغه کتاب الله دی او د دغه کتاب صحیح تفسیر د اهل العلم لپاره کوم مشکل کار نه دی، همدا شان سنة رسول (صلی الله علیه وسلم) او هغه نور کتابونه چې اهل العلم د دغو دواړو څخه را اخذ کړي دي. اې ځوانانو! د عمل څخه مخکې خپل انجام وسنجوی، مخکې ددې چې موږ د یوه کار په کولو لاس پوري کړو او یا د هغه څخه ځانونه منع کړو، باید د هغه په نتیجه کې فکر وکړل سي، که چیرې یې نتیجه ښه، پاکه، د خیر او د نفعې وه، باید چې وکړل سي او که نتیجه یې بده، خبیثه او مضره وه، باید اجتناب ځیني وسي، دا د ځوانانو په شخصیت کې یو حکمت دی، د نتائجو حساب عقلي دی، دا د پوهې او د ښه تصرف دلیل دی، د ضرر او نفع رسونکو شیانو په عاقبت کې فکر کول د منکراتو څخه منع راوستلای سي، یو شراب خور که د شرابو په هغه نتیجه پوهه سي کومه چې د شرابو په نشه باندې مرتبه ده، حتماً به یوه داسې فیصله وکړي چې دا عمل ډیر بد، ناوړه، جرم او تاواني دی، نو پرته ددې چې یو څوک د شرابو د نه څیښلو ورته ووایي، په خپله یې هیڅکله څیښلو ته زړه نه سي ښه کولای.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ستاسو عیبونه ستاسو د ملګري په سترګو کي: څومره ښه ده چي ملګری مو عیبونه درته په ګوته کړي، تاسو د هغه څخه خبر کړي او تاسو بیا خپل ځانونه اصلاح کړی، کوم وخت چي یو ملګری مو ستاسو سره ملاقي سي او تاسو ته ستاسو عیبونه په ګوته کوي دا ښه ده د هغه ملګري څخه چي ستاسو سره ملاقي سي او تاسو ته ستا عیب در په ګوته نه کړي، هر څوک چي تاسو ته ستاسو عیبونه در په ګوته کوي دا ډیر غوره دی، د هغه چا څخه چي تاسي د تحفو او مالونو پواسطه غرقوي، که په ملګري کي مو عیب ولید او ورته په ګوته مو نه کړ، نو تاسو خیانت وکړ.

امام شافعي (رحمة الله علیه) ویلي دي: چا چي خپل ورور ته په پټه وعظ وکړ، نو ده نصیحت ورته وکړ او که یې په ښکاره ورته وکړ، نو ده هغه رسوا کړ.

خپل ملګری په پټه کي ملامت کړه او په ښکاره یې د نورو لپاره ښه معرفي کړه، د خپل ورور د ښو خویونو ساتنه وکړه.

د انسان ژوند د لوړو ژورو ټولګه درې (۳) پړاونه لري: ماشومتوب، ځواني او بوډاتوب. د ماشومتوب، ځوانی او بوډاتوب مختلف پړاونه د انسان د طبیعي ژوند په پروګرام کي د بشپړیدو پریکنده قانون او نه انکاریدونکی الهي سنت دی.

د ځوانی شپې او ورځي د ځلیدو، د ژوند د غوړیدو، د خوشالی، قوت، اُمید، کوښښ او هیجان دوران دی، د هر ملت یوه ډیره ستره پانګه د هغه انساني ځواک دی او د هر ملت تر ټولو مهم انساني ځواک د هغه ځوان نسل دی، چي د ژوند ټولي چاري د همدې نسل په غاړه دي، نن سبا د نویو علمونو پرمختګ او د صنعتي ژوند د امله رامنځته سویو چټکو بدلونونو د ځوان نسل آهمیت زیات کړی دی او ځوانانو په ټولو ځانګو کي ستره برخه تر لاسه کړې ده، د ځوانی په رارسیدو سره د ماشومتوب دوران تیریږي، انسان د شخصي مسئولیت چاپیریال ته داخلیږي او د عمومي دندو د ترسره کولو ذمه واري یې په غاړه کیږي، بلوغ او ځوانی ته په ټولو ولسونو او قومونو کي خاصه پاملرنه سوې ده.

د ځوانی آهمیت: د اسلام مبین دین ځوان نسل ته ځانګړې پاملرنه لري، ځوانان یې د مادي او معنوي، رواني او روزنیز، اخلاقي او ټولنیز، دنیاوي او اخروي نظره تر بشپړي خیال ساتني لاندي راوستلي دي، د اسلام قدرمنو اولیاوو ځوان د الله سبحانه وتعالی یو ستر نعمت او د انسان په ژوند کي د نیکمرغی یوه غټه پانګه ګڼلې ده.

حضرت علي (کرم الله وجه) ځواني او سلامتیا دوه (۲) داسي ستر نعمتونه بولي، چي یوازي د نشتوالي په وخت یې آرزښت معلومیږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ځواني د انسان يو قيمتي آرزښت دی، مګر يوازي آرزښت ممکن نه دی، دا بايد هير نه کړو چي ځواني خپله د ژوند يو آرزښت دی او د نورو آرزښتونو په شان په کار دي چي د هغې درجه بندي په نظر کي وساتل سي او د نورو لوړو آرزښتونو پيروي هم وسي، د ځوانۍ د حقيقي آرزښت پيژندل، د هغه ښکلا او بدرنګۍ ته پاملرنه د ځوانانو د نيمګرغۍ اساسي شرط او د هغه د فعال ځواک څخه د سمي ګټي تر لاسه کولو لاره ده، ددې لپاره چي د ځوانانو د حقيقي حد په پيژندنه کي په خطا او غلطه لاره ولاړ نه سو او په خپل بې ځايه قضاوت سره د افراط يا تفريط سره مخ نه سو او د ځوانانو د حقيقي آرزښت په هکله په واقع سره قضاوت وکړو، نو ضروري ده چي په دې مهمه چاره کي الهي تعليمات د خپلي نفي او اثبات معيار وګرځوو او د اسلام د عالي قدره مشرانو د حقيقي لارښوونو څخه ګټه پورته کړو.

ځوانانو ته د رسول الله (صلي الله عليه وسلم) پاملرنه: رسول الله (صلي الله عليه وسلم) په ګڼو مواردو کي مهم کارونه وړ او لايقو ځوانانو ته سپارلي وه، د هغوی ملاتړ يې کوی، په دې هکله دوو (۲) مهمو پيښنو ته اشاره کوم:

۱: د هجرت څخه مخکي مصعب بن عمير (رضي الله عنه) چي د رسول الله (صلي الله عليه وسلم) يو تن صحابي وو، په ځوانۍ کي ډير ښايسته، حياناکه او د لوړ همت خاوند وو، حضرت مصعب بن عمير (رضي الله عنه) د رسول الله (صلي الله عليه وسلم) پر آسماني ويناوو مين سو، او بلآخره يې د اسلام مبين دين قبول کړ، د رسول الله (صلي الله عليه وسلم) د دعوت او بلني په را څرګنديدو سره وروسته د دوی خبري ورو ورو په ټول جزيرة العرب کي خپري سوې، د مديني منورې خلګ هم د اسلام د اساس او پروګرامونو څخه خبر سول، يوه ورځ د مديني منورې څخه د خزرج قبيلې دوه (۲) کسان مکې مکرمې ته راغلل، دوی د رسول الله (صلي الله عليه وسلم) د اغيزمنو خبرو د اوريدو څخه وروسته په څرګند ډول اسلام قبول کړ، بيا يې د رسول الله (صلي الله عليه وسلم) څخه وغوښتل چي يو کس د خپل استازي په توګه د دوی سره مديني منورې ته وليږي، تر څو خلګو ته قرآن کريم ور زده کړي او د اسلام دين ته يې دعوت کړي، څرګنده خبره وه چي که له دغه فرصته په ښه توګه ګټه پورته سي او د رسول الله (صلي الله عليه وسلم) استازی په صحيح او عالمانه توګه د اسلام دين د مديني منورې خلګو ته معرفي کړي، همدا شان چي هغوی اسلام ومني، نو يوه ستره کاميابي به د مسلمانانو په ګټه کيده، ځکه چي د مکې مکرمې د محدود ماحول په وړاندي د تبليغ او مبارزې لپاره يو مهم مرکز تر لاسه کيده، د اسلام د تعليماتو د خپرولو او د شرک او ظلم د بيخه ايستلو لپاره زمينه برابريدله، پر دې سربيره دا لومړی ځل وو، چي رسول الله (صلي الله عليه وسلم) د مکې مکرمې څخه بهر ته د خپل رسمي استازي د ليږلو فيصله کوله، بيشکه چي دغه استازی بايد د هر اړخه وړ او لايق وي، څو وکړای سي د مديني

(c) ketabton.com: The Digital Library

منورې د قبیلو تر منځ پراخ اختلافات ختم کړي، د مینې او مهربانۍ چاپیریال رامنځته کړي او د اسلام مقدس تعلیمات داسي تبلیغ کړي، چي د خلګو پر زړونو اثر وکړي، د زړه د اخلاصه ایمان راوړي، رسول الله (صلي الله علیه وسلم) د ټولو زړو او ځوانو مسلمانانو د ډلي څخه حضرت مصعب بن عمیر (رضي الله عنه) د خپل استازي په توګه غوره کړ او هغه یې ددې مهمې دندي د ترسره کولو لپاره مدینې منورې ته ولیږۍ، حضرت مصعب بن عمیر (رضي الله عنه) چي د رسول الله (صلي الله علیه وسلم) یو ځوان صحابي وو، د ایمان او ځوانۍ په ولولو سره مدینې منورې ته ولاړ او په پوره اخلاص سره یې خپل کار پیل کړ، د هغه ګرمو ویناوو، د قرآن د تلاوت ښایسته غږ، غوره اخلاقو او د اختلافاتو په هواري کي یې عاقلانه تدبیر خلګ سخت تر اغیزې لاندي راوستل او لږه موده نه وه تیره سوې، چي ډیر خلګ مسلمانان سول، رسول الله (صلي الله علیه وسلم) پوهیده چي د مدینې منورې په ښار کي سپین ژیري او درانه شخصیتونه ډیر دي او د هغوی لپاره د یو ځوان د حکمونو منل ډیر ګران دي، مګر غوښتل یې چي خپل منونکي په عملي توګه پوه کړي، چي په اسلام کي د سترو دندو د سپارلو بنیادي شرط د عمر زیاتوالی نه، بلکي صلاحیت او وړتیا ده.

۲: رسول الله (صلي الله علیه وسلم) د خپل عمر په وروستیو ورځو کي مسلمانان د روم د ځواکمن هیواد سره جنګ ته تیار کړل، د مسلمان پوځ ټول لوړ رتبه افسران، د مهاجرینو او انصارو په شمول ټول مشران، عرب شیخان او باشخصیته کسان په دې ستر لښکر کي موجود وه، رسول الله (صلي الله علیه وسلم) د دغه ستر او مهم لښکر قومنداني حضرت اسامة بن زید (رضي الله عنه) ته ورکړه چي د عمر له لهاذه کم عمره وو، دې ناڅاپه ګمارني ډیر کسان حیران کړل، او داسي ګونګوسې تر غوږو سوې، چي دا ځوان څنګه د اسلام د مخکښو او مخینه لرونکو مهاجرینو په قومندانۍ کي غوره کړل سوی دی؟ رسول الله (صلي الله علیه وسلم) ددې خبرو په اوریدو سره په قهر سو، منبر ته وختی، د الله سبحانه وتعالی د حمد او ثنا وروسته یې د اسامه په وړتیا او د ټولو له خوا د هغه په اطاعت کولو ټینګار وکړ.

د لایقو ځوانانو په ملاتړ باندي د رسول الله (صلي الله علیه وسلم) ټینګار د مسلمانانو پر عامه افکارو ډیره ژوره اغیزه وکړه، ددې مثالو څخه دا څرګنده سوه، چي د اسلام مبارک دین د ځوان نسل آرزښت د کمال او پام وړ بلل دی.

(c) ketabton.com: The Digital Library

زړه ته څنګه سکون حاصليدای سي؟

د رسول الله (صلی الله علیه وسلم) قول دی: ستاسو په جسم کي د غوښي يوه ټوټه ده، کله چي هغه سمه وي نو ټول جسم سم وي او کله چي هغه خرابه سي، نو ټول جسم خرابيږي. يعني زړه

حضرت عثمان (رضي الله عنه) فرمايي: د دنيا غم زړه تياره کوي او د آخرت غم زړه روښانه کوي.

امام شافعي (رحمة الله علیه) فرمايي: د زړه روښانه کولو لپاره د غيري ضروري خبرو څخه پرهيز وکړئ.

امام حسن بصري (رحمة الله علیه) د زړه په باره کي فرمايي: د خراب زړه پنځه علامي دي:- ۱: د توبې په اُميد ګناه کول. ۲: علم زده کول او عمل نه په کول. ۳: اخلاص نه کول. ۴: د رزق خوړل او شکر نه اداء کول. ۵: د نورو خلګو دفن کول او عبرت نه ځيني اخيستل.

حاکمان وايي: نادان خلګ د دولت لپاره تر زړه تيريږي او عقلمند خلګ د زړه ساتلو لپاره د دولت څخه تيريږي. د نورو خلګو د زړونو کټلو لپاره د خپلو زړونو کټل ضروري دي، که چيري تاسو پر خپلو زړونو قابو تر لاسه کړی، دنيا بيا ستاسو په تصرف کي ده. د احمق سړي زړه په ژبه کي وي او د عقلمند سړي ژبه په زړه کي وي.

کوم وخت چي موږ ته کومه جسماني ناروغي راپيښه سي، نو موږ ډير په انديښنه کي سو، مګر هيڅکله مو د زړه ناروغۍ ته توجه نه ده کړې، ريا کاري، تکبر، هوس، حرص، بخل، کينه، حسد دا ټولي د زړه ناروغۍ دي، انبياء (علیهم السلام) د همدغو ناروغيو څخه د زړونو د پاکوالي لپاره دنيا ته راغلي وه، هغوی تر هر څه زيات کوښښ د زړونو په تزکيه باندي کړی وو، ځکه چي کله زړه روغ وي نو ټول انسان روغ وي او کله چي زړه خراب سي، نو ټول انسان خرابيږي، چي زړه بدل سي انسان بدليږي، د هغه ژوند بدليږي، د ژوند مقصد يې بدليږي، د کتلو انداز يې بدليږي، د محبت او عداوت پيمانه يې بدليږي، د تجارت هدف يې بدليږي، ټولنه بدليږي او زمانه بدليږي، راځی چي د زړونو د بدلولو پاره کوښښ وکړو او خپل زړونه پاک کړو.

د زړه ډولونه:- ۱: سخت زړه. ۲: زنګ وهلی زړه. ۳: هوښيار زړه. ۴: د سوچ او فکر څخه خالي زړه. ۵: مطمئن زړه. ۶: ناروغ زړه. ۷: روغ زړه. ۸: کبرجن زړه. ۹: نرم زړه ...

د ناروغ زړه نښي: انسان ته به څنګه معلومه سي چي زړه يې ناروغ دی؟ په دې باره کي حافظ ابن قيم (رحمة الله علیه) يو څو نښي ښوولي دي:

۱: کوم وخت چي يو انسان فاني شيانو ته په باقي شيانو ترجيح ورکوي، نو پوه دي سي چي د ده زړه ناروغ دی، مثلاً: د دنيوي کور په جوړولو کي ډير مصروف وي، مګر د آخروي

(c) ketabton.com: The Digital Library

کور د جوړولو هیڅ غم ورسره نه وي، یا په دنیا کي د عزت غوښتونکی وي او د آخرت د عزت او ذلت هیڅ سوچ او فکر ورسره نه وي، یا په دنیا کي د آسانیو په لټه کي وي، مګر د آخرت د عذاب هیڅ پروا نه کوي.

۲: کله چي د انسان اوښکي بندي سي، نو پوه دي سي چي زړه یې ناروغ دی، کله کله د انسان زړه ژاړي، کله کله د انسان سترګي ژاړي، د زړه ژړا د سترګو د ژړا څخه غوره ده، دا ضروري نه ده چي په ژړا کي دي د سترګو څخه اوښکي راځي، ځکه د الله سبحانه وتعالی ډیر داسي بنده ګان سته د کومو چي زړونه ژاړي او د سترګو څخه یې کومه اوښکه نه راځي او دغه د زړه ژړا الله سبحانه وتعالی ته ډیره مقبوله هم ده، په زړه او سترګو کي خامخا یو ژاړي او د بعضي خلګو دواړه ژاړي، خو که یو هم نه ژاړي، نو د دغه انسان زړه ناورغ دی.

۳: د خلګو سره د ملاقات کولو تمنا لري، مګر د الله سبحانه وتعالی سره یې ملاقي کیدل په یاد نه وي، نو پوه دي سي چي زړه یې مړ دی، د خلګو سره یې دغسي تعلقات وي چي د هغوی د ملاقات څخه پرته وخت نه سي تیرولای، د هغوی په جدائي کي ډیر پریشان وي، د هغوی ملاقات کولو ته په ورځو ورځو انتظار کوي، مکر د الله سبحانه وتعالی سره یې ملاقي کیدل هیڅ په یاد نه وي.

۴: کله چي د کوم انسان نفس د الله سبحانه وتعالی د یاد څخه بیریږي او د مخلوق سره په ناسته پاسته خوشحالیږي، نو پوه دي سي چي د ده زړه مړ دی، د الله سبحانه وتعالی د یاد څخه د کبر او بیریدلو مطلب دا دی: کله چي په کوم مجلس کي د الله تعالی ذکر کیږي، نو هلته د ده زړه تنګیږي او هلته ناسته پر بوج کیږي، په مسجد کي ناسته پر بوج کیږي، د عبث خلګو په مجلس کي یې زړه خوشحاله او روښانه کیږي، نو پوه دي سي چي زړه یې مړ دی.

که چیري تاسو په غور سره وګورئ، نو په نني عصر کي هر څوک مضطرب او پریشان تر سترګو کیږي، چیري چي ګوري خپلوان، عزیزان، قریبان او دوستان به د حالاتو څخه شکایت کوي، هیچا ته سکون او راحت حاصل نه دی، اصل حقیقت دا دی چي تر ټولو لویه مسئله هغه نه حقوق او نه ټولنیز مسائل، بلکي تر ټولو لویه مسئله د زړونو څخه د سکون او راحت نشتوالی دی، سره ددې چي نن ورځ اکثرو خلګو د راحت او آرائش هغه وسائل تر لاسه کړي دي، کوم چي اجدادو او پلرونو یې تصور هم نه سوای کولای، مثلاً: طیارې، موټر، کمپوټر، تلیفون او داسي نور... دا ټول شیان زموږ پلرو او نیکو د سره پیژندل نه، مګر سره ددې بیا هم د هغوی ژوند زموږ څخه څو چنده آرام او ډاډمن وو، موږ د همدغو ټولو وسائلو سره سره بیا هم ډیر نارامه او پریشان یو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ډیر مضطرب او ناقرار انسانان د زړه د سکون لپاره ډیري غلطي لاري اختیاره وي، د کومو په اختیارولو سره چي زړه ته سکون نه سي وربخښل کیدای، مثلاً:- یو څوک وایي: د زړه سکون د قدرت په لاسته راوړلو کي دی، مګر قدرت ته د رسیدلو وروسته ورته معلومه سي چي دلته هم یوه زره سکون نسته. ځیني خلګ وایي: د زړه سکون د ډیر دولت په پیدا کولو کي دی، مګر موږ وینو چي ډیرو سرمایه دارو خلګو ته د خوب د ګولیو د خوړلو پرته د شپې خوب نه ورځي او نه هم د خوبي ګولیو د خوړلو پرته بیده کیدلای سي.

د ځینو خلګو خیال دا دی: که چیري انسان جنسي خواهشات پوره کړي، نو د زړه سکون به ورته حاصل سي، لکه په اورپا کي چي د جنسي خواهشاتو لپاره زنا عامه کړه سوې ده، زنا کاري او لواطت ته یې قانوني حق ورکړی دی، په رضامندي سره هر کله چي یې غواړي، چیري چي یې غواړي او د چا سره چي یې غواړي کولای یې سي، د ښځو تر منځ تبادله کیدلای سي، ښځي په کرایه پیدا کیږي، مګر د دومره آزادي سره سره بیا هم د اضطراب او پریشانیو دا حال دی.

ځکه خو انسانان د سکون په پیدا کولو پسي د لیونیانو په شان ځغلي، اوس نو د الله سبحانه وتعالی د لوري داسي آواز راځي: اې خلګو! تاسو ته بې شمیره دولت درکړل سوی دی، مګر د زړه سکون نه لری. تاسو ته وزارتونه او باچاهي درکړل سوي دي، مګر د زړه سکون نه لری. تاسو د رقص او د سرود محفلونه جوړوی، مګر د زړه سکون مو نسته. تاسو فحاشي، عریاني او زناوي کوی، مګر د زړه سکون نه لری. تاسو د سود او ځُمار بازئ بازار ګرم کړی دی، مګر زړونه مو سکون نه لري. تاسو شراب، هیروئن او چرس استعمالوي، مګر زړونه مو سکون نه لري. تاسو نوي نوي کالي اغوندی، مګر زړونه مو سکون نه لري. تاسو رنګا رنګ خوراکونه کوی، مګر زړونه مو سکون نه لري. تاسو د سائنسي علومو څخه رنګا رنګ ماشینان جوړ کړي، مګر د زړه سکون نه لری. د مسافر په شان زما دروازي ته راسئ! زه ستاسو رب یم، زه ستاسو د ضروریاتو کفیل او مالک یم، زه تاسو ته د سکون لار درښولای سم، دا شیان تاسو ته سکون نه سي درکولای.

(c) ketabton.com: The Digital Library

مطالعه کول د انسان دماغ پیاوړی کوي

د دماغ لپاره مطالعه دومره ضروري ده، لکه د للمي غنمو مځکه چي بارانونه ته ضرورت لري، د ورزش په کولو سره جسم او په مطالعه سره د ماغ پیاوړی کیږي، انسان د قدرتي منظرو او د کتابونو څخه ډیر څه زده کولای سي، په مطالعه سره ارزانه تفریح او ډیره خوشحالي حاصلیدای سي، که چیري د ځان څخه نیک انسان جوړول غواړی، نو د دانا جوړیدو کوښښ وکړی او دانا جوړیدل په مطالعه سره کیږي، د مطالعې په کولو سره په ذهن کي وسعت راځي، په مطالعه کولو سره انسان د تنگ نظري او عصبیت څخه خلاصیږي، کامیابي او مطالعه په خپل مابینځ کي ژور تعلقات سره لري، مطالعه د غم او مایوسي ښه علاج دی، په اصل کي هر قسم مطالعه د ترقي لاره نه سي هوارولای او نه د ترقي په لار کي مرسته درسره کولای سي، په اصل کي کوم انسان چي یو قسم مطالعه کوي همغسي به جوړیږي، آخیر هغه کومه مطالعه ده چي د ترقي په لار کي کومک کوونکې او مفیده ده؟ د مطالعې ډیر اقسام دي چي څلور (۴) یې بنیادي دي:-

۱: د ژوند بدلولو مطالعه: د مطالعه مهم ترین قسم هغه مطالعه کول دي، کوم چي ستاسو په ژوند کي مثبت بدلون راولي، د افرادو او قومونو ژوند چي کوم کتابونه بدلوي، په هغوی کي قرآن مجید، احادیث نبوي او د سیرت کتابونه اول مقام لري، همدا شان د لویو او غوره خلگو لکه: حضرت عمر، حضرت خالد ابن ولید (رضي الله عنهم)، صلاح الدین ایوبي (رحمة الله علیه) سید جمال الدین افغان او داسي نورو... د ژوند د سوانحو کتابونه هم ډیر مثبت او ضروري دي.

۲: معلوماتي مطالعه: دا د مطالعې دوهم قسم د هغو کتابونو مطالعه کول دي، کوم چي د هغې پواسطه سره د یوه انسان په معلوماتو کي اضافه والی راتلای سي، چي د هغو په کومک سره بیا خبري کولای سي، د خپلو خبرو په توسط خلگ متاثر کولای سي او د خلگو د هر قسم سوالونو جواب ور سره وي، دا قسم مطالعه که هر څومره زیاته وي عموماً بیا هم د یوه فرد د تبدیلي باعث نه سي جوړیدلای او نه په دې سره د کامیابي او خوشحالي دروازه خلاصیدلای سي.

۳:- د نصابي کتابونو مطالعه: د نصابي کتابونو مطالعه ډیره یوه بنیادي مطالعه ده، هر قسم تعلیم یافته خلگ دا مطالعه کوي، ددې څخه پرته د ترقي کولو تصور مشکل دی، دا قسم مطالعه موږ ته سند راکوي او ددې په توسط سره موږ ته یو ښه مسئولیت راپیدا کیږي، په زړه پوري خبره دا ده چي دا قسم مطالعه د ترقي ضمانت نه سي کولای.

۲: د آدب مطالعه: په څلورم حالت کي د آدب مطالعه راځي، په دې کي نظم او نثر دواړه شامل دي. دا وخت ټوله دنیا ډیره مصروفه ده، د هیچا سره دومره وخت نسته چي هغه هر څه ولولي، لهذا تاسو ته د ډیرو لوستلو څخه دا ښه دي چي صرف هغه منتخب او مفید علم حاصل کړی، کوم چي د دنیا او آخرت په کامیابي کي ستاسو سره مرسته کولای سي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د ښه صحت درلودلو لاري چاري

ښه صحت لوی دولت دی، رنځور جسم دماغ کمزوری کوي، د وزن کمولو لپاره خبري کول او یا د بل کوم پروګرام جوړول هیڅ کټه نه لري، بلکي د وزن کمولو لپاره د خولې بندول ضروري دي، که موږ او تاسي په دنیا کي څومره لوی لوی کامیابي لاسته راوړو، ډیر دولت او پیسې وګټو، مګر چي روغ صحت ونه لرو دا هر څه بې معنا دي، ځکه د روغ صحت څخه پرته انسان د ډیرو نیکیو څخه محروم پاته کیدلای سي، مثلاً: عبادت، حج او عمره نه سي کولای، روژه نه سي نیولای او داسي نور... خندا او خوشحاله اوسیدل د صحت لپاره دومره ضروري دي، لکه غذاء. په دنیا کي دوه (۲) ډوله خلګ ډیر خوش قسمته دي، یو هغه کس چي سګریټ نه څکوي او بل هغه کس چي شراب نه څیښي، ځکه چي دغه دواړه شیان نه یوازي دا چي د انسان عمومي صحت ته نقصان رسوي، بلکي د انسان مردانه قوت هم کمزوری کوي او بل هغه څوک چي ورزش کوي.

د صحت د بنیاد قائمولو او د تندرستي د بر قرار ساتلو لپاره تر ټولو ضروري خبره دا ده: هغه عادتونه دي پریښوول سي کوم چي طاقت او قوت ضایع کوي، ښه خوراک او ښه ماحول د ډاکټر څخه ډیر ګټور دي، که چیري په تاسو کي صحت، تندرستي او قوت نه وي، نو ستاسو مثال د هغه قومندان په څیر دی کوم چي د جنګ میدان ته ورځي، مګر د جنګ هیڅ قسم اسباب او وسایل ور سره نه وي، کم خوراک او مناسب آرام ښه دوا ده، د انساني جسم مثال د سفر د سامان په څیر دی، د سفر سامان وزن چي څومره زیات وي هغومره مزل کول مشکل وي، ښه صحت د خوشحالیو مخزن دی، تندرست انسان هیڅکله محتاج نه وي، ځکه چي په هغه کي د ژوند د مشکلاتو د حل کولو قدرتي او طبعي ځواک موجود وي، د صحت د قوانینو څخه سرغړونه هغه جسماني ګناهونه دي.

د صحت د بخش یوه مشهوره ماهر ویلي دي: که چیري تاسو صحتمند اوسیدل غواړی، نو هغه څه خوری کوم چي خوند نه درکوي، مثلاً: سبزي او هغه څه کوی کوم چي کول یې نه غواړی، لکه: ورزش.

میانه خوراک: د ښه صحت لپاره ضروري ده چي خوراک مو میانه وي، عموماً زموږ رواج دا دی چي په ناشته کي د تل لپاره یو شی استعماله وو، حال دا چي دا د ښه صحت لپاره کومه ښه رویه نه ده، موږ باید په ناشته کولو کي کله غوښه او وریجي هم استعمال کړو.

منظم خوب کول: د ښه صحت لپاره میانه خوراک، د سیګریټ څخه پرهیز کول او د ورزش څخه برعلاوه د خوب آرام کول هم ډیر ضروري دي، په آرام کولو کي دوه (۲) شیان شامل دي، اول: خوب. دوهم: تفریح. د ښه صحت لپاره پوره خوب ډیر ضروري دی، تاسو ته د

(c) ketabton.com: The Digital Library

پوره خوب کول په کار دي، د اکثر خلکو خوب په اتو (۸) ساعتونو کي پوره کيږي، د شپې د خوب څخه پرته د ورځي نيم ساعت د غرمي خوب کول هم ستاسو سره ډېره مرسته کولای سي.

د خوب په راتللو کي دغه خبري ستاسو سره ډېر کومک کولای سي:- ۱: د بيده کيدلو څخه مخکي سګريټ او چای مه څښئ. ۲: د بيده کيدلو څخه مخکي ګرمي شيدې وڅښئ او په ګرمو اوبو ولامبيږئ. ۳: د بيده کيدو په ځای کي د رڼا او شور څخه ځان وساتئ. ۴: د بيده کيدلو په وخت کي ټي وي، کمپيوټر مه ګورئ، مطالعه او خبري مه کوئ، البته که چيري د مطالعې کول ستاسو سره د خوب په راوستلو کي مرسته کوي بيا يې کولای سی، همدا د ډېرو خلکو عادت هم دی. ۵: د بيده کيدلو په وخت کي په مسائلو کي فکر مه کوې، ځکه چي په دې سره خوب تښتي.

د ماهرينو نظر دا دی: ښه ناشته کول په کار دي. ځکه چي په ورځ کې تاسو د ډېر کار کولو اراده لرئ، پنځه (۵) سپين رنګي شيان د صحت لپاره زهر دي، لکه: مالګه، بوره، ميده، د کولچو پلورنځی شيان، لکه: کيک، کولچه، بيسکوټ او آئس کريم، دغه شيان د بد هضمي او د نور ډېرو مرضونو سبب کيدلای سي.

ورزش: ورزش صرف د جسماني نه بلکي د ذهني صحت لپاره هم ډېر مهم او ضروري دی، يو چا ډېره ښه خبره کړې ده: د لوبو ميدان د بې کاره مکتب څخه غوره دی. هغه قومونه چي باقاعده ورزش کوي د هغو مجموعي صحت ډېر ښه وي، د هغو مرض کم او عمرونه يې زيات وي، همداسي خلک په ذهني لحاظ هم ډېر ښه وي.

ذهني صحت: د جسماني صحت په څير ذهني صحت ته هم ډېر اشد ضرورت دی، ورزش، آرام او تفريح د ذهني صحت لپاره ډېر مفيد دي، په دې سره ذهني فشار کميږي او انسان تازه کيږي، د ذهني فشار د ليري کولو لپاره ورزش او تفريح ډېر مؤثر دي، ددې څخه علاوه د ذهني نشو نما لپاره د مطالعې کول ډېر زيات ضروري دي، د ښه نظم او نثر څخه علاوه د يو چا د عمر سوانح، تاريخ او د محرکو کتابونو مطالعه کول ډېر مفيد دي، په پر مخ تللو هيوادونو کي خلک په يوه کال کي د دولس (۱۲) څخه نيولې تر شپږويشتو (۲۶) پوري کتابونه مطالعه کوي. د ښه ذهني صحت لپاره ضرري ده چي ستاسو سوچ او فکر مثبت وي، د منفي سوچونو او فکرونو څخه ځان وساتئ، هغه پريږدئ، هر وخت مثبت سوچ او فکر کوئ، منفي، تخريبي سوچ او احساسات د ډېرو جسماني او نفسياتي مرضونو سبب کيدلای سي، که چيري تاسو مريضان ياست د خپلي مريضۍ پر ځای د ښه صحت سوچ او فکر کوئ، په دې سره ستاسو په دماغ کي منفي سوچ په مثبت بدليدلای سي او که چيري پريشان ياست نو د خوشحالۍ سوچ او فکر کوئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

آرام او تفریح: د جسماني او ذهني صحت لپاره آرام او تفریح ډیر ضروري دي، متاسفانه چي ځیني خلګ نه کوم کار کوي نه ورزش او نه تفریح، تاسو باید په هفته کي یوه ورځ مکمل آرام وکړی، په دې ورځ کي تاسو کوم کار مه کوئ، په کال کي باید دوې (۲) هفتې رخصت واخلئ او په داسي سیمو کي د تفریح لپاره واوسیږی چي هلته رواني اوبه شتون ولري او سیمه هم زرغونه وي، د تفریح لپاره د لاندنیو شیانو څخه استفاده کولای سی:

۱: د خپل اهل وعیال سره په خندا او خوشحالی وخت تیروی. ۲: د خپلو اولادو سره یوه جائزه لوبه وکړی. ۳: د داسي کتاب مطالعه کوی کوم چي ډیر خوند درکوي. ۴: پر یوه موضوع باندي یو څه لیکل کوئ. ۵: روزانه تر (۳۰) دقیقو پوري خاموش کښینئ، هیڅ مه کوئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د فکري رشد او نوښت مخه نیونکي څیزونه

د بې کاره او بې هدفه خلګو سره ملګرتیا کول، ځکه کله چې انسان د روڼ اندو او نیکو خلګو سره ناسته ولاړه ولري، هرومرو ځیني متاثره کیږي، د ښو صفاتو د خپلولو حس ورسره پیدا کیږي، همدارنګه لټان او بې کاره خلګ هم پر خپلو ملګرو اغیز لري، عقل او فکر په داسي څه کي مصرفول چي د هغه لپاره پیدا سوی نه وي، فکر نه کول هم د عقل ضایع او د لوی نعمت ناشکري ګڼل کیږي، عقل د ځواک او اختصاص له دایرې څخه بهر کارول بې ګټي او بې معنا زیار دی، لکه د الله سبحانه وتعالی د صفاتو په کیفیت، تقدیراتو او د آخرت په غیبیاتو کي فکر کول، ځکه دا هغه څه دي چي الله سبحانه وتعالی انسان ځیني عاجزه کړی دی او یوازي په خپل علم پوري یې محدود کړي دي. بې کاري او په ګټور کار ځان نه مصروفول، فکر ګرځنده او متحرک دی که په سم او ګټور کار دي مصروف نه کړ، خامخا دي په باطل او ناروا کار مصروفوي. په خپل کار او دنده بسنه نه لرل، د اړتیا، ریا، یا د نورو په خاطر کار کول، د نه قناعت سره سره خپل ځان د هغه په هکله فکر کولو ته مجبورول، په دې حالت کي هیڅکله ژور فکر صورت نه نیسي، کار به د ترقی او نوښت څخه پرته په عادي ډول په ټیټه درجه کي روان وي، په خیالونو چرتونو او بې ګټي وهمونو کي اوسیدل او د واقیعتونو څخه سترګي پټول د انسان چرت وهل هله ګټور وي، چي د واقیعت د انکشاف ترقی او نوښت لپاره په معقوله اندازه وکارول سي، هسي نه چي کار پریږدي د ناشونو خیالونو په دریابونو کي د واقعیتونو څخه لیري لاهو سي، دا د انسان د فکر لپاره وژونکي ناروغي او خطرناک رنځ ګڼل کیږي، د کمزوری او عاجزۍ په پلمه هر څه پریښوول، په دې ګومان چي هیڅ نه سي کولای، ګواکي دغه ډول انسان په خپله خوښه خپل عقل او فکر بې کاره او معطل کړ، زیار وباسه چي دښمن ته د داسي وړیا ډالۍ چي شیطان ته یې وړاندي کوې، د بري چانس ورنه کړي. د ډیرو فکرونو او فرصتونو په وخت د یو انتخاب په هکله مناسب اقدام نه کول، ان تر دې پوري چي د تشویش تردد او بې زړه توب له امله ټول فرصتونه د لاس ورکړې، په پټو سترګو د نورو تقلید او پیښې کول، په بل پسي بې تفکیره تلل، ځان په لټۍ او بې کارۍ روږدول، د فکري خپلواکۍ او نوښت څخه بیره درلودل دي، پر نورو بشپړه اتکا کول، ان تر دې پوري چي په ځانګړو چارو کي هم د نورو څخه دا هیله لرې، چي د هغه پر ځای فکر وکړې، عقل او فکر یې جامد سي، او لکه نبات د نورو په مرسته او څانګو پورته ځي، کله چي هغه څانګي وچي سي، ددې ژوند هم پای ته ورسره ورسیږي، مګر د نورو سره مشوره یا په ښه کار کي استفاده ځیني کول نه یوازي دا چي ناوړه خبره نه ده، بلکي د عقل غوښتنه ده، د حواسو لټي حواس د فکر کړکۍ او د عقل لار ده. لکه سترګي، غوږونه، لاسونه، ژبه او پزه هر کله چي انسان خپل حواس په ګړندي کار کولو او احساس روږد کړي، تل ښه ګټه ځیني اخیستلای سي او کله چي یې په لټۍ او بې کارۍ عادت کړي له کاره ولویږي، د ځان ښوونې په آزمیښت کي واقع کیدل، ځکه دا ناوړه صفت انسان په مقابل لوري د بري لپاره د باطل پلوي ته هڅوي، چي د خلګو تر منځ د کینې او دښمنۍ سبب ګرځي، یووالي او اتحاد ته زیان رسوي، د انسان فکر او شخصیت ته بې ګټي مصروفیت او تشویش پیدا کوي، د نوښت مخنیوی کوي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

خپل ذهن د ځان پر ضد مه کاروئ

که تاسي په ذهن او بدن کي هر ډول آندېښنه وزېږوئ، تاسي پخپل ژوند کي بل دښمن ته اړتیا نه لرئ، تاسي کرار کرار نه یوازي په فزیکي ژوند کي، بلکي په بیلا بیلو برخو کي د خپل ځان په ضد کار کوئ، تاسي پوهېږئ چي خپل ژوند د خپل ځان په ضد کاروئ، نن ورځ موږ ډېر ښه پوهېږو، هغه خلک چي تر ډېر ذهني فشار لاندي راځي، حتماً ناروغیو ته بلنه ورکوي او په دې کي هیڅ شک نسته، په روغتیايي لحاظ دا یو ثابت حقیقت دی او له دې څخه ډېر څه پیښېږي، تاسي نه یوازي ناسلامتۍ یا بد روغتیايي وضعیت ته بلنه ورکوی، بلکي تاسي په نړۍ کي د ستونزو بشپړ کوربتوب ته بلنه ورکوی، ځکه لکه څنګه چي تاسي په کوم ډول بیرته را پورته کیږی، په همدې اساس تاسي دا ډول وضعیت خپل ځان ته راجع کوی، ستاسي په وړاندي دا خلک مو ژوند ته حتماً دا ډول پایلي هم لري، نو هغه څه چي موږ یې په اړه خبري کوو د ذهني فشار ماتول نه دي، دلته یوازي د څه ډېري سوله ییزي فضاء په اړه خبري نه کوو، بلکي که غواړی خپل ژوند هغه ډول جوړ کړی، چي تاسي یې غواړی، نو آړتیا لری چي ځیني بنسټونه چارج کړی، که نه نو تاسي به یوازي خپله انرژي د خپل ځان په ضد کار کړی، دا هغه وخت نه دی، چي ما وویل د خپل ځان په ضد د یوه قوي دښمن رامنځته کولو سرچینه دلته ده، دا ښه او غوره ده، چي احساس جوړونکې سرچینه ستاسو لپاره کار وکړي، نه ستاسي په ضد، همداسي نه ده، دا دومره غښتلي قوه باید تل ستاسي لپاره کار وکړي، که دا ستاسي په ضد کار وکړي، تاسي ختم یاست، چي بیا هیڅوک تاسي نه سي ژغورلای.

زه تاسو ته وایم: که ستاسي په منځ کي د احساساتو رامنځته کیدو سرچینه ستاسي په ضد کار پیل کړي، په دې نړۍ کي هیڅ شی تاسي نه سي ژوغورلای، نو دا خورا مهمه ده، دا یوازي د ذهني فشار څخه د څه ناڅه خپلواکی په معنا نه دي او نه هم ډېر آرام او خوښ اوسیدل ددې سره تړاو لري، که خپل ژوند هغه ډول جوړوی، چي تاسي یې غواړی، خورا مهم دی، مګر تر ټولو لومړی باید تاسي خپل بدن، بیا ذهن او وروسي انرژي په کار واچوئ، او دا شیان په خورا دقت سره زموږ ټولو په اختیار کي دي، دا دومره مهم دي، څومره چي تاسي بهر وځی د پیسو ګټلو لپاره، خپله کورنۍ جوړوی، یا هم هر کار که ترسره کوی، ځکه ټول هغه شیان چي تاسي یې هیله لری، هغه واقعاً هم ولری او لری یې، یا به بدبخته یاست، په دې سره نه یوازي د خپل ځان بلکي د شاوخوا خلکو لپاره هم د ډېري بدبختۍ لامل کیږی، نه دا چي تاسو ښه یا بد یاست، هغه ځکه چي تاسي د ژوند څخه ناخبره یاست، خلک یو بل ته سر درد جوړیږي، نه دا چي دوی ښه یا بد وي، ځکه دوی د ژوند د لارو چارو او اصولو څخه بې خبره دي، آیا نه دي؟ کله چي یو څوک د نورو کسانو په ضد نوکان جنګول پیل کړي، داسي برېښي، چي هغه وویل: دوی نه پوهېږي، چي څه کوي؟ دوی ټول وایي: یوازنۍ ستونزه ناپوهي ده، آیا نه وایي؟ دوی بد نه دي، نه هم ددې لپاره یو شمیر شیطانان آجنټان دي، جهالت یوازنۍ ستونزه ده، دغه کسان نه پوهیږي، چي دوی څه کوي؟ دا یوازنۍ ستونزه ده.

(c) ketabton.com: The Digital Library

هيڅ دي د لاسه نه دي ورکړي

که ته په ژوند کي د ډیرو ماتو سره مخ سې، هغه که مال، وخت، وسایل او دې ورته نو مسایل وي، نو دا به ماته نه وي، مګر که ته دا هر څه لرې، خپل ذهني پیاوړتیا او پر ځان باور د لاسه ورکړې، نو دا به تر ټولو ستره ماته وي، زموږ ذهن زموږ د ځان بودیجه ده، کله چي موږ خپل ذهن د لاسه ورنه کړ، نو په دې وپوهیږه چي هیڅ دي د لاسه نه دي ورکړي، د نورو سره د ښه اخلاقو څخه کار واخله، باوري اوسه انسان اشرف المخلوقات دی، کله چي ته د نورو په بد وخت کي هم د هغوی سره مرسته وکړې، نو لیري به نه وي چي هغوی به ستا په بد وخت کي ستا سره مرسته کوونکي اوسي، د انسان فطرت داسي دی، هغه سره که څوک ښه وکړي نو دی هم ښه ورسره کوي، مګر که چا بد ورسره وکړه، نو بیا یې هیڅ وخت د ذهن نه څخه وځي، یوه خبره یاد ساته ته باید د داسي انسانانو د طبقه بندئ څخه ونه اوسې، ته باید هر وخت د نورو سره مرسته کوونکی واوسې.

باوري اوسه شتمني پیدا کیدل هم د ذهن انشقاق دی، زموږ او ستاسو اصلي شتمني زموږ ذهنیت دی، کله چي زموږ ذهنیت د نورو پر وړاندي قوي او دقیق وي، نو ته وپوهیږه چي اصلي شتمن همدا ته یې، هر څه د ذهن زیږیدنه ده، هغه که پیسي ګټل وي او که عزت، کله چي زموږ ذهن پاک او مثبت وي، نو موږ شتمن هم یو او عزت لرونکي هم، شکست وپیژنه، ته باید پوه اوسې شکست پر دوه (۲) ډوله دی، لومړی هغه چي فکر یې کړی او عمل یې نه دی کړی، دوهم هغه چي عمل یې کړی، فکر یې نه دی کړی، کله چي موږ په دې وپوهیدو، نو په مستقیم ډول دا هم راته څرګندیږي چي موږ باید د فکر کولو مخکي څه وکړو؟ او له عمل کولو مخکي څه وکړو؟ دا یاد ساته ستا هره کړنه الله سبحانه وتعالی ویني، دا خبره به نه یو مسلمان، بلکي هر مخلوق ته د منلو وړ وي، چي الله سبحانه وتعالی ما ویني، زموږ زیاتره کړني د اشخاصو څخه په پټه وي، مګر د الله سبحانه وتعالی څخه مو هیڅ پټ نه دي.

موږ او تاسو که په دې وپوهیدو چي زموږ کړني یوازي الله سبحانه وتعالی لره ښکاره دي، نو ډیر ژر به هغه کارونو ته دوام ورکړو چي ښه کارونه وي، ځکه الله سبحانه وتعالی موږ څخه یوازي د ښه کارونو د کولو غوښتنه لري، د ستونزو څخه مه تښته، که ته غواړې چي پرمختګ وکړې، نو دا باید له ذهن ونه اوباسې چي د ستونزو څخه تښتیدل د ستونزو خلاصیدل نه دي، ځکه که ته د ستونزو څخه وتښتیدې دا به نه یوازي تا تر شاه ستونزي پرې ایښني وي، بلکي یو داسي څه به دي په ځان پسي کړي وي، چي هغه به تر مرګه یا ستا تر منزله پوري به په تا پسي وي او ته به مخته ځیني ځې، مګر که ته د ستونزو څخه د تښتیدو پر ځای د هغو حل لاري پسي وګورې او حل یې کړه، وروسته به ته تر منزله ډیر په هوسا او آرام شکل ورسیږې، ژوند ته دي ښه بې دریغه وګوره، په دې معنا زموږ تیر زموږ ماضي او د نن ورځي تاریخ دی، نن ورځ یوه ډالی ده او سبا نامعلومه ده، که موږ په دې وپوهیدو چي تیر پسي سرخوږي باندي هیڅ لاسته نه راځي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

نو یوه ښه پریکړه به مو کړې وي، یوازې یوه پریکړه به مو نه وي کړې، بلکې د نن ورځ سوغات یا ډالۍ چې راسره ده ښه به یې استعمال کړو او د سبا ورځ لپاره به د نن ورځې یو شهکار تاریخ پریږدو، که لږ څه هم لرې، نو د بل غریب لپاره یو څه ډالۍ کړه، دا ډیره ښه خبره ده چې یو څوک دې د خپلې غریبۍ سره د بل غریبي هم په نظر کې ونیسې، که له یوې خوا په ورکړه د انسان جیب تش سي، نو له بل اړخه یې زړه د خوښۍ څخه ډک سي او د زړه خوښې پر ذهني خوښۍ دلالت کوي، کله چې مو زړه ته خوښي ورسیږي، نو په دې وپوهیږه چې هر څه به په ښه شکل ترسره کوې، فکر وکړه په دې وپوهیږه هغه څه چې پر خپل ځای ولاړ وي او د پرمختګ هیله ورسره نه وي، هغه په مړو کې حساب دي، که موږ او تاسو وګورو چې یو ناروغ ډیر شدید ناروغه دی او په همدې شدیدتوب کې پاته دی، نه یې د ښه کیدو لاره سته او نه مخته ځې، نو وپوهیږه چې هغه به په لنډو ورځو کې ومري، دلته ددې خبري زما موخه زموږ خپل ذهن دی، کله چې موږ پر خپل ځای همداسې ولاړ یو او یو ورځ مو له بلې ښه نه سي.

نو باید وپوهیږو چې په راتلونکې ورځ کې موږ مرو، دا مرګ یوازې جسماني نه دی، چې د بدنه مو ساه ووځي او ومرو، بلکې دا زموږ ذهنیتي مرګ دی، هغه مرګ چې موږ ته زموږ دې نه پرمختګ راکړی دی، موږ به هره ورځ د یو نوي څه سره مخ کیږو، هغه به مو زړه غوښتل غواړي، مګر موږ به یې د تر لاسه کولو وس نه لرو، همدغه به ددې لامل سي چې موږ به هره ورځ مرو، ځکه هره ورځ به مو پر یو نوي څه سترګې لګیږي، مګر تر لاسه کول به یې راته ناشوني و، خو که موږ پرمختګ ته قدم مخکې کړ نو هره ورځ به داسې یو، لکه ټوله دنیا چې موږ ته جوړه سوې وي، هر څه ته لاس مه ور اچوه، که چیرې فیل ګڼ میږیان چې یو خوا او بل خوا ته وي، په خپله یوه پښه مړه کول وغواړي، نو ښایي چې پښه یې ماته سي، موږ هم همدې ته ورته یو، که موږ هم د یو څه په تر لاسه کولو کې بل څه ته لاس ور واچوی، نو دواړه به د لاسه ورکړو.

نن نه نو کله؟ ډیر وختونه د داسې حالاتو سره مخ سوی یو، چې یو کار راته پروت وي، مګر موږ وایو: ځه لږ وروسته به یې وکړم، کله چې وروسته راسي، نو بیا وایو: ځه بل وخت به یې وکړم، هغه کار همداسې پاته سي، کله چې موږ په دې پوهیدو چې موږ ددې کار تر څنګ نور کارونه هم لرو، نو سمدستي د همدغه کار د ترسره کولو لپاره مټې رانغاړو، موږ باید د ځان څخه دا پوښتنه وکړو: نن نه نو کله؟ دا موږ په دې پوهوي چې د کوم کار وخت تا تعین کړی، نو په هماغه وخت یې سرته ورسوه، چې د بل راتلونکي کار وخت په دې کار ونه نیسي. زړه غټ کړه! کله چې ته د یو څه د ترسره کولو لپاره هوډ لرې، نو ته باید د هغه لپاره منظم پلان ولرې او په دغه پلان کې د کار ګټه، تاوان، وخت، د ځان توان او وسایل په نظر کې ونیسې، دا به ډیره د مایوسۍ خبره وي چې ته وروسته د پلان څخه مخ اړوې او د خپل پلان د ترسره کولو څخه ډډه کوې، دغه کار یوازې هغه څوک کوي چې هغوی دوه زړي دي، هغوی بیره احساسوي او دا وایي: که چیرې زه دا کار ترسره کړم، نو ما ته به دغه تاوان ورسیږي او یا به دا بیره ورسره وي، چې زه به دغه کار ترسره نه کړم، خپل وسایل، وخت، مالي برخه به هغسې ضایع سي، هغه کسان چې دوه زړي وي هغوی به هیڅ وخت خپل ټاکلي مرام ته ونه رسي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د خوښۍ راز په څه کي دی؟

موږ څوک یو، څنګه فکر کوو او عملاً څه کوو؟ که انتخاب محدود وي انسان لا ډېر هوسا کیږي، اوسنی نسل هر کال په نوي کار پسي ګرځي، د کار بدلولو دغه حالت ظاهراً د ازادۍ او لا ډېر انتخاب نښه ده، مګر هغه رضاعیت، قناعت او ذهني سکون نه لري، چي پخوانیو خلګو درلود، دلته د اندیښني دلیل دا دی موږ پر خپل انتخاب قانع نه یو، او مسلسل دا فکر کوو، چي شاید بل څه تر دې سم وي، دغه فکر مو پر خپل ذهنیت، فکر او خپلو فیصلو شکمن کوي، د انتخاب په برخه کي انسان پر دوه (۲) ډوله شخصیتونو ویشل سوی دی:- لومړی یې حریص انسان دی. دوهم یې راضي انسان دی. حریص هغه انسان دی کوم چي په هیڅ ډول قانع او راضي نه دی، تر هر ډول فیصلې مخته دغه شخص پر شلو (۲۰) انتخابونو فکر کوي، دا نو مهمه نه ده چي په کومه برخه کي دی پریکړه کوي.

راضي انسانان بیا هغه دی چي پریکړه وکړي، نور دې ته نه ګوري چي تر دغه به لا ښه انتخاب هم وي، که نه. دوی یوازي دې ته ګوري چي کړی انتخاب یې د ده اړتیاوي پوره کوي که نه. وخت ته په پام ګټه راضي انسان کړې ده. که د دقیق انتخاب خبره مهمه وي شاید حریص انسان سمه پریکړه کړې وي، مګر رواني ناکراری، زړه نا زړه حالت او ضایع کړي وخت ته په پام حریص انسان خوښي نه ده موندلې، حریص انسانان تل پر ځان نقد کوي، ځان ملامتوي، مسلسل دا فکر لري چي شاید انتخاب یې سم نه وو. شاید، ممکن، که، او دې ته ورته خبري یې مسلسلۍ په زړه او ذهن ګرځي او له هغه څه خوند نه سي اخیستلای چي دی یې لري، برعکس راضي انسانان ځان بخښي او په دې قانع وي چي تر خپله وسه یې د انتخاب پر وخت کوښښ کړی دی.

تحقیقات ښیي چي حریص انسانان په ژور خپګان اخته کیږي، راضي انسانان بیا داسي نه دي، خوښي په کورنۍ، نژدې اړیکو او ملګرو کي نغښتې ده، نژدي اجتماعي اړیکي انتخاب محدودوي، موږ فکر کوو چي باید پریکړه زموږ په لاس کي وي، مګر که په رښتیا د فیصلې کولو د حالت سره مخامخ سو، بیا ډېر کله نه غواړو چي دغه پریکړه موږ وکړو، کله چي انسان د ګڼو فیصلو سره مخا مخ سي، نو د پریکړي کولو قدرت د لاسه ورکوي او ناخوښه وي، کله چي د دوو (۲) ښو شیانو په انتخاب کي فیصلې ته مجبوره سو، بیا نو زړه نا زړه یو، علت یې دا دی چي د ګڼو انتخابونو حالت انسان ته مسوولیت ور په غاړه کوي، هغه وخت موږ قانع یو، چي فیصلې بیرته بدلولای نه سو، روزمره موږ ډېر نور انسانان وینو او له هغوی سره د ځان مقایسه کولو موقع پیدا کوو، که مو ژوند ښه هم وي، مګر له نورو سره مقایسه مو له ښه حالته سترګي اړوي، دوه (۲) ډوله مقایسه ده، یو د ځان لوړو خلګو سره بل په اقتصادي لحاظ له ټیټو خلګو سره ځان پرتله کول دي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

انسان عموماً ټیټو خلکو ته نه ګوري دا نه ویني، چې تر هغو بختور دی، بلکې لوړو خلکو ته ګوري او دا کتل یې پر ځان نقد ته مجبوروي، دغه نقد خپګان ورپیدا کوي، قانع انسانان، راضي انسانان او هغه چې تر خپلې کمبلې پورې پښې غځوي، دوی په ژوند کې ډیر خوشحاله وي، ډیر انتخاب انسان ته د نورو سره د مقایسې موقع ډیروي، د خوښۍ راز ساده او په دوو (۲) خبرو کې خلاصه کیږي، داسې فیصلې وکړئ، چې بیا بیا نه بدلیږي، په خپل ژوند او پر خپلو شته شیانو باندې شکر وکاږئ، د ځهرې، لهجې کړنو او په ځانګړې توګه د یو بل د طبیعي توپیرونو له مسخره کولو ځخه په کلکه ډډه وکړئ، هیڅکله خپل ځان د نورو ځخه لوړ ونه بولی او د لوړ بللو ځخه ډډه وکړئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ذهني نا آرامي

تر ټولو لومړی باید دا وپیږنو چي دا کومه ناروغي ده؟ دې ناروغۍ ته ډیپریشن یا ذهني نا آرامي ویل کیږي، دا یو داسي حالت دی چي د انسان د ټولي نړۍ د کائناتو سره نفرت پیدا سي، او زیات وخت دا خوښه بولي چي دی باید په یو داسي فضاء کي ژوند وکړي چي هلته د انسان بوی لا هم نه تر سږمو کیږي، انسان چي د میني جوړ سمبول دی، لا یې د میني سره نفرت پیدا سي، تر ژوند مرګ خوښ بولي، فکر یې داسي جوړ سي چي خپل د ژوند ټولي ستونزي به مرګ ته په پناه وړلو جبران کړي، مګر نه، دا یې حل لاره نه ده، ددې ناروغۍ اصلي سرچینه بې دیني ده، زیات وخت دا ناروغي د ډیره خفګانه پیښیږي، یعني مسلسل غمجن اوسیدل، د تیر په اړه ارمان کول، په هغه پسي په ناآرامۍ ژړا کول، او داسي نور... نو هدف دا چي که څوک ددې ناروغۍ سره لاس او ګریوان وي، د هغه لپاره دا څو ټکي مجربه نُسخه ده:

١: معنویاتو ته مخ کول یعني د هغه الله سبحانه وتعالی سره تعلق ټینګول، کوم رب چي ته یې پیدا کړې، د قرآن کریم زیات تلاوت کول، اوریدل، غور او تدبُر په کښي کول، د الله سبحانه وتعالی ذکر د ځان مشغله ګرځول، لمانځه ته د محبت په تلوسه تلل، هلته خپله توجه صرف او صرف خپل رب ته کول، په مسجد کي د زیات وخت لپاره پاته کیدل، د الله سبحانه وتعالی څخه د سجدې په شکل کي دُعا غوښتل، رب ته ژړل، خپل پر ګناهونو اعتراف کول، توبه کښل، د الله سبحانه وتعالی څه بخښه غوښتل، چي په دې قرآن کریم هم شاهد دی. ٢: د بې کارۍ څخه ځان ساتل او اسلامي کتابونه مطالعه کول. ٣: په اصلاحي او علمي مجالسو کي ګډون کول. ۴: د یوازي والي څخه ځان ساتل. ۵: خپل فکر خپله بدلول. ۶: د تیر په اړه فکر ته وخت نه ورکول. ٧: عبادت، خوب، خورک، سپورټ، او مجلس د یو عادي انسان په رقم کول. ٨: ځان په نه څه خوشاله کول، مُسکا کول، د خندرویه کسانو سره راشه درشه لرل، او خلګو ته ځان خوښ ښکاره کول. ٩: د هغه تفریحي او سرسبزه ځایونو سره لیده کاته کول چي طبیعت مینه ورسره لري.

خلګ په یو ځل د ډیرو شیانو په اړه فکر کوي، د دوی څخه ډیر یې یا خو د تیر سره تړاو لري یا د راتلونکي او ناخبره شیانو سره، د هوښیارتیا یعني خپل ذهن دلته حاضر وخت په پام کي ونیسی، دا کیدای سي په خورا آرام ډول وي، اندیښنو او افسوس ته اجازه ورنه کړي، چي ذهن ته خنډونه جوړ کړي، په ځانګړي ډول کله چي ستاسو ټول تمرکز خپل د ځان پر مراقبت او څارنه باندي وي، د ذهنیت په اړه په مکرر ډول د جدي اضطراب او خپګان، د اوږدې مودې درد، د عصري ژوند د امله په ځان کي د ورکیدلو احساسات او د فشار پر کموالي باندي بحث کیږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

په هر صورت هوښيار کيدل تل آسانه نه وي او همدارنګه ذهني مراقبت په ځانګړې توګه د اغيزمنتوب لپاره منظم تمرين ته اړتيا لري، څنګه د ښه ذهنيت درلودونکي کيدای سو؟ ممکن يو څوک ددې لپاره چې د ښه ذهنيت خاوند سي، دا لاره وټاکي چې ورځنيو کارونو ته پوره پاملرنه وکړي، مګر ذهنيت د دغو ورځنيو کارونو د ترسره کولو لپاره داسي ځانګړو چلندونو سره لکه: پلټنه کول، آزادي او منلو سره تړاو لري. په دې توګه تاسو کولای سی د خپلو اصلي تجربو په اړه روښانه، د مخکنيو فکرونو څخه آزاد او پرته له دې چې د هغه په وړاندي د عکس العمل په اړه پريشانه سی، کله چي د يو شخص بشپړ تمرکز پر هوښيارتيا باندي وي، نو ذهنيت په خورا شدت سره پرمختګ کوي، د ذهني تمرکز داسي حالت د مراقبت په توګه تشريح کولای سو، مراقبت ځيني وخت په داسي ډول بيانيږي لکه د خوب کولو په وړاندي چي يو څوک راويښيږي.

ځيني خلګ د غور کولو لپاره د ځينو تکراري، آرامو، لنډو جملو ويل غوره ګڼي، يا هم څو ساده، منظم حرکتونه، ذهنيت د څه لپاره ګټور کيدای سي؟ هغه فکري او فزيکي حالت چي ذهنيت يې منځته راوړي د ډيرو ناروغيو په درملنه کي ګټور ثابتيدای سي، ځکه چي ذهني فشار د زړه د ناروغيو په شمول په ډيرو نورو ناروغيو کي يو مهم فکتور دی، ذهنيت همدارنګه د ډيرو خلګو سره مرسته کوي چي اصلاً ناروغ نه وي، مګر داسي احساس کوي چي دوی کولای سي تر اوسني حالت يو خوښ او معنا لرونکی ژوند ولري، په هر صورت دوه (۲) ځانګړي شرايط شتون لري چي ذهنيت کولای سي پر هغوی ځانګړی اغيزه وکړي:

۱:ـ خپګان: کله چي موږ خپګان ولرو زموږ منفي افکار او منفي مزاج د يو بل سره تړل کيږي، موږ د کمی احساس کوو، موږ فکر کوو چي بد خلګ يو او يا دا چي په ژوند کي هر څه د خرابی په لور روان دي، چي داسي احساس زموږ اوسني حالات لا نور هم خرابوي، د لوړي په پرتله کښته خواته تلل ډير آسانه دي، په ځانګړې توګه کله چي تاسو له مخکي څخه خپه سوي ياست او د هغو شيانو څخه هم خوند نه اخلو چي معمولاً موږ خوشحاله کوي او هم د راتلونکي لپاره خوشبينه نه يو، ذهن پالنه د خپګان سره تړلي منفي افکارو په مخنيوي کي مرسته کوي او موږ ته درس راکوي چي پر حاضرو حالاتو او شيبو باندي تمرکز وکړو، نه دا چي د تير په اړه يا د راتلونکي په اړه انديښنه وکړو، ذهنيت کولای سي زموږ سره مرسته وکړي چي نړۍ په مستقيم ډول او پرته له قضاوت څخه تجربه او خوند ځيني واخلو، موږ شايد دا په ګوته کړو چي موږ بيره لرو او پر ځای ددې چي د هغه په وړاندي مبارزه وکړو، هغه قبلوو، هيله مند يم چي د خپګان د حالت په دې طريقه سره مخنيوی وکولای سو، يا ډير لږ خپګان ومنو، د فشار سره مخ سوي خلګ ډيری وختونه ځان ګناه کاره بولي او نوره انديښنه کوي چي داسي احساس حالات نور خرابوي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۲:ـ دوامداره درد: کوم خلک چي په دوامداره درد کي وي، همدغه بند پاته سوي دي، ځکه چي د دوی دماغ د اصلي دردناکه حالت په جريان کي د درد سره مخ سوی دی، که څه هم داسي کسان د فزيکي ليد لوري څخه جوړ سوی وي، د دوی مغزونه د درد احساس کولو لپاره دومره ښه سوي دي، چي ځانونه يې په دې اړه قانع کړي چي بدن يې په حقيقت کي د کوم ګواښ لاندي نه دی، ناروغان معمولاً په يوه داسي دوره کي اخته کيږي چي دوی له سره ښه ورځ لري، ډير کار کوي او وروسته يې بده ورځ پيليږي، دا يو داسي پروسه ده چي د فعاليت د دوري په نوم ياديږي، دماغ چي څومره ورځني کار ته اړتيا لري، معمولاً د ناروغ له خوا ترسره کيږي، چي ناروغ لا په خپل حدودو کي وي او وروسته خپل د فعاليت کچه لوړوي، په خواشينۍ سره دا ډير مهم دي چي په آرامۍ سره د بدن تمرين وکړی، تر څو دماغ د ځينو ساحو څخه بيره کول بند کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د ځان سره د فکر کولو زیان رسونکي حالات

۱:- داخلي دښمن: د ځان سره د فکر کولو تر ټولو خطرناک لاربښود خپل نفس دی، چي داخلي دښمن ورته ویل کیږي، ځکه همدا دښمن کولای سي ستا هیلي او اُمیدونه د خاورو سره خاوري کړي او خپلو اصلي موخو ته د رسیدو په وړاندي خندونه درته جوړ کړي، داخلي دښمن به تاته تباه کوونکي اشارات درکوي.

لکه: زه ډیر مایوسه یم. زه کمزوری یم. زما حافظه ډیره کمزوري ده. ما ډیره هڅه وکړه چي خپل وزن کم کړم، مګر بریالی نه سوم. زه نه سم کولای چي د سګریټو څکولو څخه لاس واخلم. زه نه سم کولای سهار وختي د خوبه راویښ سم. زه نه سم کولای د بدو کارونو څخه لاس واخلم. زما څهره جالبه نه ده. زه د ډیرو خلګو په وړاندي هیڅ خبري نه سم کولای. ځیني خلګ خپل باطني عقل ته همداسي منفي اشارات ورکړي، چي پر عقل یې اغیز وکړي او په دوامداره توګه یې تکرار کړي، تر دې پوري چي همدا اشارات یې د فکر یوه ځواکمنه برخه لاندي کړي او بلاخره یې پر کړو وړو او چاپیریال منفي اغیزي واچوي.

۲: د (خو) منفي توری د ځان سره د فکر کولو دوهمه پوړ د (خو) توری دی او دا د لومړي ډول حالات سره ډیر لږ توپیر لري، دلته انسان بدلون ته لیوالتیا ښیي، مګر د (خو) توری کاروي، او له بده مرغه دا توری مخکینی مثبته خبره له منځه وړي.

لکه: غواړم خپل وزن کم کړم، خو نه سم کولای. درسونه وایم، خو نه مي زده کیږي. غواړم سهار وختي راویښ سم، خو له وسه مي نه کیږي. اوس که تاته څوک ووایي: ته ډیر نیک سړی یې خو نو ستا په ذهن کي به څه ګرځي؟ څرګنده ده چي د (خو) توری ټل مخکینی معنا له منځه وړي، له همدې امله کومه وینا چي ستا په ذهن کي پرته وي د هغې معنا به داسي سي چي زه نه سم کولای، نو د (خو) توری خلګ د یو کار څخه د تیښتي لپاره کاروي او تر شا یې داسي بیره پرته وي چي سړی خپلي موخي ته د رسیدو څخه راګرځوي.

۳:ـ خبري ته مثبت غبرګون ښوول: دا له ځان سره د خبرو کولو تر ټولو غوره حالات دی، همدا راز د ربښتني پیاوړي شخصیت او پر ځان باور لرلو څرګندونه کوي، د مثبت غبرګون بیلګي په لاندي ډول دي:

لکه: زه کولای سم خپلي موخي تر لاسه کړم. زه ډیر زورور یم او پر ځان پوره باور لرم. زه ډیر نیک انسان یم. زه ډیره پیاوړې حافظه لرم. زه کولای سم د ناوړه کارونو څخه لاس واخلم. زه کولای سم د هر چا سره غوره چلند وکړم. دا ټولي مثبتي خبري موږ پر خپل ځان ډاډه کوي او ځواک رابخښي، تر څو خپلي موخي په ربښتني ډول تر لاسه کړو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د دقيق فکر او پريکړي کولو لپاره د پنځو منفي خويونو څخه ځان ژغورل

۱- ملامتيا: ډير وخت موږ اورو چي خلګ په خپلو کارونو کي يو بل ملامتوي، ځيني خلګ خپل پلرونه او مشران ملامتوي، ځيني بيا خو کله نا کله آن تقدير ته هم ژبه ور اوږده کړي، کله بيا پر خپل بد قسمتي پړه ور اچوي، او ځيني خلګ بيا ددې لپاره چي خپل شعور او احساسات پاک وښيي پر حالاتو او شرائطو هم پړه ور اړه وي، مګر د بده مرغه د بل ملامتول ستا کړه وړه د ګواښ سره مخا مخ کوي او تا د خپلو رښتني امکاناتو د کارولو څخه راګرځوي، کله چي ته نور خلګ، يا زمان او مکان ملامتوې، په دې سره ته خپل غوسي ته نور ځواک ور زياتوي، نو ته بايد نور ملامت نه کړې او د خپل ژوند مسؤليت په خپلو وږو واخلي، دا هغه جملې دي، چي موږ ته نوی فکر او نوی ځواک راکوي، دا زموږ لپاره يو هڅونکی زنګ دی، چي موږ له خوبه راويښه وي، موږ بايد په دې لټه کي سو، ددې پر ځای چي پړه پر خپل ځان او نورو ور واچوو، بايد داسي لار غوره کړو، چي پر مټ يې وکولای سو خپل ژوند روښانه کړو، تاسو هم کولای سی، همدغه تګلاره غوره کړی، په همدې سره موږ کولای سو خپلو موخو ته ورسيږو او خپل ژوند چي د الله سبحانه وتعالی يوه ستره لورينه ده د بدي پايلي څخه وژغورو.

۲:- سيالي: موږ تل د نورو سره سيالي کوو او په خدای ورکړو لورينو کي ځان ورسره برابره وو، چي په همدې سياليو کي تل زيانمن يو، ځکه موږ د نورو سره په داسي څه کي سيالي کوو، چي موږ يې نه لرو او هغوی يې لري. د مثال په ډول: که چيري موږ يو کوچنی موټر ولرو او د بل ښه موټر څښتن ته وګورو، نو خپه سو چي موږ ولي داسي موټر نه لرو.

د بل سره سيالي کول هيڅ کله زموږ په ګټه نه دي، ځکه دا د داسي شي غوښتنه ده چي موږ يې نه سو تر لاسه کولای او نورو ته به الله سبحانه وتعالی د هغه وړتيا ورکړې وي، نو څرګنده خبره ده چي موږ به سيالي بايلو او بيا به زيانمن يو، که ته هرومرو غواړې چي د چا سره سيالي وکړې، نو ويې کړه خو لومړی بايد خپل اوسنی او راتلونکی هغه حالت سره پرتله کړې چي ته يې هيله لرې، او ته بايد هغه تګلاره هم په پام کي ونيسې چي غواړې خپل ژوند پرې روښانه کړې، ته بايد په خپل شخصي وړتيا او پرمختګ تمرکز وکړې، او په ياد ولره چي هر شخص په تخليقي ډول د بل څخه جلا دی، که څه هم په يوه شي کي وي، نو ددې پر ځای چي د بل سره سيالي وکړې لومړی خپل ژوند خپله روښانه کړه، او الله سبحانه وتعالی د هغه انسان سره ډيره مينه کوي چي د ځان لپاره کوم شی خوښوې د نورو لپاره هم هغه خوښ کړه.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۳- تيري کړني: تير ژوند غوره کول، پر تير غم خفګان کول د هوښيارانو په وينا ليونتوب دی، څه چي سوي دي هغه تير سوي دي، هيڅوک نه سي کولای تير وخت بيرته راوګرځوي، آيا ته کولای سې چي بيرته ماشوم سې؟ آيا ته کولای سې پرونۍ ورځ بيرته را وګرځوې؟ آيا ته کولای سې پرونۍ غم بيرته راوګرځوې؟ آيا ته کولای سې د سترګو راوتلې اوښکه بيرته سترګو ته ور وګرځوې؟ تير ژوند غوره کول، تير غمونه تازه کول او تيري نيمګړتياوي بيا را يادول ستا اوس مهال ته زيان رسوي، ستا پر روانه تګلاره اغيز کوي او ستا د راتلونکي پلانونو د خنډ سره مخامخ کوي، که چيري ته تير ژوند غوره کړې او هغه څه کوې چي په تيره زمانه کي خلګو کول نو ژوند به دي په بشپړ ډول پخوانۍ بڼه ولري، د ژوندانه بيړۍ به دي تل د سمندر پر يوه غاړه ولاړه وي، نو تير ژوند غوره کول د ناکامۍ اصلي لامل دی، ځکه تير ژوند هيڅکله بيرته نه را ګرځي، موږ يوازي کولای سو د تير وخت څخه درس واخلو، د هغه څه څخه ګټه پورته کړو، او ترخې تجربې هيري کړو، تر څو د خپل ژوند اصلي موخي تر لاسه کړای سو.

يو عصبي متخصص ډاکټر وايي: تير هيڅکله د راتلونکي سره برابر نه دی، او دا يو څرګند حقيقت دی، نو مهمه دا ده چي ستا سره داسي ځواک وي چي تير پريږدي او د خپلو وړتياوو سره د حال ژوند غوره کړي.

۴:- د (زه) توری: په کائناتو کي تر ټولو غوره مخلوق انسان دی، الله سبحانه وتعالی پر ده باندي بې شميره وړيا نعمتونه لورولي دي او ددې په بدل کي الله سبحانه وتعالی انسان ته امر کړی دی: تل د الله سبحانه وتعالی عبادت وکړی او منندوی واوسئ. نو انسان بايد تل خپل رب ته سر ټيټی واوسي، د الله سبحانه وتعالی د بندګانو قدر وکړي او د لويي څخه ځان وساتي، د زه او زه يم پر ځای بايد د ته او ته يې توری ډير وکاروې. هر انسان په خپل داخل کي يو غږ لري، چي د نړۍ پر مخ زه تر ټولو غوره انسان يم. هوښياران وايي: که ته غواړې د نورو په زړونو کي ځای ونيسي، نو د هغوی قدر کوه. که خلګو ته د ځان ستاينه کوې، نو غوږ به درته نيسي او که د دوی ستاينه کوی، نو مينه به درسره ساتي، نو بايد د (زه) توری لږ وکاروې او د (ته) په کارولو کي ډير نيک اوسې.

۵:- نيوکه: د هر انسان خپله ژبه په خپل اختيار کي وي، که دی غواړي ښه يې وکاروي، نو مينوال به يې ډير وي او په هره ناسته او هر ځای کي به ښه يادېږي، او څوک چي ژبه بې واکه کاروي او پر هر چا نيوکي کوي، نو تل به د نورو خلګو له خوا تر نيوکو لاندي راځي او زړه به يې تل خپه وي، نيوکه د بل زړه ازاروي، نيوکه ستا او د اوريدونکي تر منځ ترينګلتيا زياتوي، نيوکه ستا او د ملګرو تر منځ مينه له منځه وړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

هوښياران وايي: ژبه هډوکی نه لري، مګر هډوکي ماتولای سي. نو مخکي له دې چي پر چا نيوکه وکړې، لومړی د يوې شيبې لپاره انتظار وباسه او سوچ وکړه چي کيدای سي ستا نيوکه به ستا او د بل چا تر منځ منفي احساسات وزيږوي. بيا چي کله غواړې پر هغه نيوکه وکړې، نو د زړه څخه دي هر ډول منفی سوچونه وباسه، د هغه پر درو (۳) مثبتو خويونو سوچ وکړه او په هغه کي د کوچنی نيمګړتيا پر ځای لويه نيمګړتيا په نښه کړه، په ډيره نرمه او خوږه لهجه چلند ورسره وکړه، مګر پام دي وي چي په کوم مجلس کي دي چي پر چا نيوکه وکړه په هغه مجلس کي د يوې نيوکي په بدل کي يې دوه (۲) ځله ستاينه هم وکړه، پر بل چا د نيوکي وروسته د هغه ستاينه کول ستا او د هغه تر منځ باور زياتوي او هغه ته خپلي نيمګړتياوي ور په ګوته کوي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

هغه لس عادتونه چي ستاسو ټولنيزو مهارتونو ته د پام وړ وده ورکوي

۱:- د خلګو د ويناوو سره علاقه ولرئ: علاقمندي خلک په زړه پوري کوي، د خلګو پوښتنه وکړئ، هڅه وکړئ داسي يو څه زده کړئ، چي مخکي مو د خپلو خبرو اترو څخه نه وه پيژندلي.

۲:- خلګو ته غوږ ونيسئ: ډيرى خلک نه اوري، بلکي هڅه کوي په مجلس کي تر ټولو ډير خبري کوونکى شخص وي، که تاسو پوښتني وکړئ او غوږ ونيسئ، نو تاسو به ډير څه لاسته راوړئ.

۳:- دا پيدا کړئ چي چيري تاسو ښه تعامل کوى: آيا تاسو د لږو خلګو تر منځ يا په لوى شمير خلګو کي غوره فعاليت کوى؟ دا يو مهم توپير دى او په دې پوهيدل چي تاسو څنګه غوره فعاليت کوى ستاسو د ټولنيزو مهارتونو د روښانه کيدو لپاره غوره چاپيريال په رامنځته کولو کي مرسته کوي.

۴:- ډير منفي مه اوسئ: منفي فکره او ډير وخت شکايت مه کوئ، دا ډول چلندونه خلک نه خوښوي موږ په طبيعي ډول د هغو خلګو سره مينه کوو څوک چي مهربانه، خوښ طبيعته وي، نه د هغو خلګو په پرتله چي هر وخت شکايت کوي.

۵:- د خلګو نومونه په ياد ولرئ: د خلګو څخه وغواړى چي خپل نومونه درته تکرار کړي که دا سخت وي، د دوى څخه وغواړى چي نومونه ستاسو لپاره په تورو بيان کړي که تاسو دا هير کړى، د بل ملګري څخه وپوښتئ، چي (اى) هغه د سور کميس واله کس نوم څه شي دى؟ زما څخه هير دى، او بيا خلګو ته د دوى په نومونو سره خطاب وکړى، خلک دغه کار ډير خوښوي.

۶:- د خلګو شخصيت ياد کړئ: د خلګو ستاينه وکړئ ځکه چي دوى پوه سي چي تاسو واقعاً دوى ته غوږ نيولى او د دوى کيسه مو په ياد ده.

۷:- هره تشه په خبرو سره مه ډکوئ: خبري دوې (۲) لاري لري، ځيني وختونه چوپتيا تر هر څه غوره وي او بايد چوپتيا غوره کړو، او ځيني وخت جواب ويوونکي واوسو، تر څو خبري کوونکى په دې پوه سي چي کيسه يې تعقيب کړې ده.

۸:- تعقيب زده کړئ: هڅه وکړئ چي د خبرو پر مهال د سپارښتني سره راسى او بيا ژمنه وکړئ، چي د زيار لرونکي، متقابل او د باور وړ شخص ياست.

۹:- بايد تر معلوم وخت وروسته ولاړ سئ: هيڅ څوک نه غواړي يوازي د ساعتونو لپاره تاسو سره خبري وکړي ښې خبري وکړئ او مخته ولاړ سئ.

۱۰:- ټولنيز مهارت: د خلګو درناوى وکړئ، د هغه څه په اړه تصميم ونيسئ، چي خلک يې تمه لري، د خلګو ستاينه وکړئ، خلګو ته بخښنه وکړئ، د خلګو سره مرسته وکړئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

هيله بخښونکي افکار

کوم سړی چي په ښه او بد کي فرق نه سي کولای، هغه په مړو کي شمار دی. د دوو (۲) ورونو تر منځ دښمني مه اچوه، ځکه چي هغوی به سره رضا سي، مګر ته به د ټول عمر لپاره مخ توری سې. په کوم شي چي علم نه لرې، د هغه په باره کي فکر مه کوه. قارون د کوم سره چي څلويښت (۴۰) خزانې وې هغه مړ سو، نيک انسان کله هم نه مړ کيږي، ځکه چي هغه د خلګو په زړونو کي ژوندی وي. تر ټولو لوی خيانت د قوم سره غداري ده. تر ټولو لوی ښه هغه څوک دی، کوم چي د بد کار څخه بيريږي. حليم اوسه! مګر د غلامی تر درجې مه رسيږه. د خلګو سره داسي وخت تير کړی، کله چي تاسو مړه سی، بايد هغه درپسي وژاړي. د کاميابي زينه د ناکامي د اړيکو څخه جوړه سوې ده.

د دماغ لپاره مطالعه او د بدن لپاره ورزش ضروري دی. کله چي ستاسو يقين وي، چي تاسو رښتني ياست، بيا ددې خبري پروا مه کوئ، چي خلګ څه وايي. په محض فکر کولو سره انسان ته هيڅ په لاس نه ورځي. فکر د عمل روح دی. که چيري د کوم کار بل چا ته سپارل غواړې، نو کوم دانا ته يې وسپاره، که دانا نه وي تاسو يې په خپله وکړی او که تاسو يې هم نه سی کولای بيا يې پريږدئ. يو زوړ متل دی! خلګ ددې وجهي ژاړي، چي نور خلګ ژاړي. د خپلو اولادونو سره ښه سلوک وکړی او هر ممکن کوښښ وکړې، تر څو د هغوی تر مخ د خپلو هر ډول مسائلو ذکر ونه کړې، ځکه کوچنيان د هر ډول مسائلو په اوريدلو سره ځيني وخت د مظلوميت ښکار کيږي. په تيرو سوو خبرو پسي مه خپه کيږئ. څوک چي خپل راز پټ وساتي، هغه خپل ټول دولت په خپله قبضه کي وساته. هوښيار هغه څوک دی، کوم چي خپل ژوند په ضروري او مقصودي کارونو کي صرف کړي.

چا چي کوښښ وکړ هغه ګټه وکړه. لوی کار د لوی فکر نتيجه وي. يو زوړ متل دی! جال که هر څومره لوی وي، مګر مرغه په يوه سوري کي مبتلي. د دښمن څخه ډير خطرناک هغه څوک دی، کوم چي د دوستانو سره دوکه کوي. جهنميان هغه څوک دي، کوم چي عود غرضه، کبرجن، حريص او بخيل وي. که يو څوک ستاسو څخه جلا کيدل غواړي، تاسو د هغوی سره د صلح کولو کوښښ وکړئ. تر څو چي خپل زړه پريشان نه کړی، تر هغه د نورو پريشانی نه سی ليری کولای. بيره د انسان اعصاب او اعضاء کمزوري کوي. په حقيقي معنا کي ښکلی هغه څوک دی، کوم چي کار ورته وسپارل سي، دی يې په ښه طريقه ترسره کړي. قدرتي قانون دی! کله چي د اوبو لار بنده سي، نو هغه نوري نوي لاري جوړه وي. پام کوی! چي دولت مو سست او عياش نه کړي او مفلسي مو حوصله ماتونکي نه کړي. آزادي، خوشحالي او پر خپل ځان باور د مثبت فکر څخه تر لاسه کيږي. غلط فکر انسان د خپلي لاري څخه ډير ليري کوي. ډير اميران خلګ هم په ذهني لحاظ غريبان وي. ډير کم خلګ د غريب ورور عزت کوي. کوم سړی چي ډيري خبري کوي، هغومره کم عقله دی.

(c) ketabton.com: The Digital Library

پوه زوی د والدینو لپاره ښه افتخار دی. خپل اولاد ته د ایمانداری اولین درس ورکول د هغوی د تعلیم او تربیت پیلامه ده. کوم والدین چي خپلو اولادو ته د تعلیم او تربیت ورکول پریږدي، هغه د انسانیت مجرمین دي. کوچنی د تنقید پر ځای د تقلید څخه ډیره زده کړه کولای سي. هر مور او پلار خپلو اولادو ته د ښو اخلاقو څخه ماسیوا بله ښه تحفه نه سي ورکولای. د ښځي او خاوند ژوند د اولاد لپاره انتهائي مؤثره دی. د دواړو په مابینځ کي جنګ کول د کوچنیانو لپاره د عصابي مرضونو سبب جوړیږي، لهذا ښځه او خاوند د دغه مشکل د حل کولو لپاره باید هر ممکن کوښښ وکړي. کوچني ته د تعلیم ورکولو تر ټولو اولین سبق د هغوی ضدي او خود غرضي نه جوړول دي. د غصې راتللو په حالت کي کوچنیانو ته سزا مه ورکوئ، ځکه چي د غصې په حالت کي هیڅ حکیم د مریض علاج نه سي کولای.

کوچنیان زموږ د زړه ګلان دي، موږ د هغوی لپاره نرمه مځکه یو، هر څه چي راځخه وغواړي باید ور یې کړو او کله چي هغوی خپه وي باید راضي یې کړو. د کوچنیانو مثال د لمدې ختې په شان دی، دا د والدینو او د معاشري ذمه واري ده، چي د هغې څه جوړه وي. د یوه پلار د کامیابي اندازه ددې څخه هم کیږي، چي اولادونه یې په راتلو او که په تلو خوشحاله کیږي. د اولادونو سالمه روزنه تر هر څه ښه سرمایه ده. که چیري د اولادونو سالمه روزنه وسي، نو هغوی به د هري بدي لاري څخه راوګرځي. د کوچنیانو لپاره لوبي کول دومره ضروري دي لکه: د ګل لپاره د لمر وړانګي. د کوچنیانو سره داسي سلوک وکړی چي هغه هم یو انسان دی، یا د انسان جوړیدو صلاحیت لري. څه پلرونه اولاد ته د مکمل انسان درجې ورکولو پر ځای هغه د ځان لپاره د سپر په ډول استعمالوي. پر کوچنیانو باندي تر ټولو اولین اثر د کورنۍ وي، د خاندان د خلګو خویونه په دوی کي پیدا کیږي. د ښه تربیت د وجهي په کوچنیانو کي یو داسي قوت پیدا کیږي، په کومو باندي چي د صحت، پر ځان باور کول، کامیابي او د شادمني انحصار دی.

کوچنیان د قوم او د ملک سرمایه ده، لهذا د هغوی حفاظت او تربیت ډیر ضروري دی. د هوښیارو خلګو یوه خوبي دا هم ده چي هغوی مایوسه کوونکی کار نه کوي. تر ټولو زیات د ستایني وړ هغه څوک دی کوم چي د علم په قوت سره غضب د منځه وړي. د آمن، محبت او اعتبار لار داسي ده په کومه کي چي هلاکت نسته. د هر کار د کولو مخکي فکر وکړه او هغه کار وکړه د کوم تر شا چي پیښمانتیا نه وي. د الله سبحانه وتعالی څخه بیره داسي څراغ دی، د کوم په رڼا کي چي نیکي او بدي صفا د ورایه ښکاري. موږ باید د هر هغه انسان سره محبت وکړو کوم چي د انسانیت څخه نفرت نه کوي. د کم عقلو خلګو هیڅ دوست نه وي. کله چي په انسان کي دننه الهي بیره نه وي نو تباهي راځي. خلګ علم او آدب ته زیاته توجه نه کوي، طاقتور خلګ د زیات طاقت لپاره کوښښ کوي او غریب خلګ د خپلي روزي لپاره، ددې نتیجه دا راوځي چي انساني ذهانت او زیار بالاخر په همدغه جنګ او کشمکش کي ختم سي. یتیم هغه نه دی کوم چي د والدینو د سیوري

(c) ketabton.com: The Digital Library

څخه محروم سي، بلکي حقیقي یتیم هغه دی کوم چي د اخلاقي نګرانۍ څخه محروم سي. انسان فطرتاً نیک دی، مګر غلطه تربیه او غلط ماحول هغه بد جوړوي. په جونګړه کي سره د آمنه اوسیدل په محل کي د بد آمني د اوسیدلو څخه ښه دي. کله چي د راز محافظین زیات سي، نو هغه ډېر ژر افشا کیږي. یو صحتمند فقیر د مریض باچاه څخه ډېر خوشحال وي. اصلاً د ستاینې وړ هغه څوک دی، د کوم چي خپلوان، دوستان او همسایه ګان ستاینه کوي. چیري چي ګلان ډېر وي، هلته زهرجني مچۍ هم ډېري وي. مځکه زموږ د ټولو مور ده، یوه ورځ نه یوه ورځ به د هغې غیږي ته ورځو. په انسان کي د هوښیارتوب تر ټولو لویه علامه دا ده چي هغه د خپلو غلطیو څخه خبر وي. د شاتو په یوه څاڅکي سره تاسو ډېر مچان نیولای سی. هوښیار هغه دی، کوم چي خپله ژبه د نورو د غیبت څخه وساتي.

غیبت دې ته ویل کیږي، چي تاسو د یو چا په حق کي داسي خبره وکړی، که هغه یې واوري نو خپه کیږي. وخت بې رحمه او حقائق ترخه دي. د نیکي اغاز مشکل، مګر انجام یې نیک دی، د بدي ابتداء آسانه، مګر انجام یې ډېر بد دی. په اصل کي انسان چي کومي خبري سپین ږیری کوي، هغه تنهائي، مایوسي او غم دی. په کوم قوم کي چي غدار پیدا سي، نو د دغه قوم مضبوطي کلاوي هم د ختو کورونه سي. کوم انسان چي د خپل محسن سره وفا ونه کړي، هغه د هیچا سره وفا نه سي کولای. د دنیا او د خلګو بدلول مشکل دي، مګر تاسي خپل ځان په آسانۍ سره بدلولای سي. که چیري تندرستي غواړی، نو نیک خویه جوړ سی، که دانا جوړیدل غواړی، نو د اخلاقیاتو مطالعه وکړی او د الله سبحانه وتعالی څخه بیره وکړی. پیاده تګ د هغه آس د سورلۍ څخه ښه دی، کوم چي انسان غورځوي. په زړونو کي یو قبرستان جوړ کړی، تر څو د خپلو دوستانو بې کاره خبري هلته دفن کړی. چیري چي غیبت وي، هلته رحمت نه وي. تر څو چي په کښتۍ کي سوری نه وي، تر هغه یې سمندر نه ډوبوي، همدا شان موږ هم باید د خپل زړه او دماغ دروازه د بې کاره سوچونو او خیالاتو پر مخ وتړو، که مو دا کار وکړ هیڅکله به هم د غمونو په دریاب کي ډوب نه سو.

په هفته کم از کم یو ځل د ښو اشعارو مطالعه کول ضروري دي، ځکه چي په دې سره زړه ته سکون، دماغ ته تازګي او روح ته خوشحالي وربخښل کیږي. د تعلیم او ترقي هیڅوک ټیکه داران نه دي. کوم خلګ چي هیڅ کار نه کوي، هغه تر ټولو ډېر مصروف وي. د یو چا د ښو خویونو په بیانولو کي وخت مه ضایع کوئ، بلکي د هغه خویونه خپل کړئ. د داسي خوشحالۍ څخه لیري اوسئ، کومه چي سبا ورځ درته غم کیږي. هر هوښیار او ښه انسان مخلص وي. حکومت او اقتدار تلونکی او راتلونکی شی دی، کوم شی چي تل باقي دی، هغه ښه شهرت یا بدنامي ده. هیڅوک په هر شي علم نه لري. کوم شی چي په څومره زور سره ولویږي، په هغومره زور سره پورته کیږي. د انسان تر ټولو لوی دښمن یې خپل جهالت دی. کوم انسان چي د خپل ژوند او نفس سره محاسبه نه کوي، هغه د ژوندي اوسیدلو لایق نه دی. د عزم او همت اندازه هغه وخت کیدلای سي، کله چي

(c) ketabton.com: The Digital Library

موږ کمزروي او په اقلیت یو او د تحمل اندازه په هغه وخت کي کله چي موږ زورور او په اکثریت کي یو. چیري چي مالګي ته ضرورت وي، هلته د بوري څخه کار اخیستل نه دي په کار. هر انسان دا سوچ کوي چي دوزخ د نورو لپاره دی. هیڅوک یو ناڅاپه بد کاره نه سي جوړیدلای. د ګناهونو څخه د ځان ساتنه په دې سوچ سره هم کیدلای سي، چي هسي نه بیا مي اولاد همداسي نه سي. د انسان د غلط اوسیدلو یوه وجه دا هم کیدلای سي چي هغه خپلو غلطیو ته یو نه یو جواز پیدا کړی وي. ښه جوړیدل مشکل او بد کاره جوړیدل آسانه دي. الله سبحانه وتعالی دي موږ ته د هغو خلګو څخه نجات راکړي چي په ظاهره نیک او متقي ښکاري، مګر د هغه باطن تور وي، دا ضروري نه دي چي کوم انسان په ظاهره ښه وي، هغه دي په باطن کي هم ښه وي. بې کاره انسان به د بې کارتوب څخه پرته تاسو ته څه درکړي؟ څومره بد دی هغه انسان کوم چي ددې خبري پروا نه کوي، چي خلګ دی بد بولي. د چا چي اخلاق بد وي خلګ د هغه په مرګ خوشحاله کیږي. د بې کارۍ پر لاره تلل کوم مشکل کار نه دی. بد ترین انسان هغه دی کوم چي د توبې په اُمید ګناه کوي.

کوم شی چي ستاسو د قبضې څخه ووت، په هغه باندي افسوس مه کوئ، دا د کوچنیانو او د بې عقلو عادت دی. هیڅوک د بل چا د غم سمه اندازه نه سي معلوملای. هغه نیکبخته دی، کوم چي د خپل غم اظهار وکړي، ځکه چي په دې سره هغه ته یو څه سکون او تسل حاصلیږي. د غم ښه علاج مصروفیت دی. کوم غم چي تیر سوی دی په هغه پسي د خپه کیدلو مطلب دا دی چي موږ یوه بل نوي غم ته د راتلو دعوت ورکوو. څوک چي پریشان اوسي هغه ته پریشانۍ پیدا کیږي. غم د ټولو مرضونو دروازه ده. که چیري تاسو یو چا ته خوشحالي نه سی ورکولای، نو غم هم مه ورکوئ. د مشکلاتو او مصیبتونو د وجهي مه خپه کیږئ، ځکه داسي شپه نسته چي وروسته یې ورپسي سبا نه وي. اکثره باریک او لوی لوی کارونه داسي خلګو کړي، کوم چي د مشکلاتو او مصیبتونو ښکار وه. په مصیبت کي وارخطاء کیدل د کمال درجه مصیبت دی.

د مصیبت راتلو ته انتظار مه کوئ، که چیري هغه تر تاسو را ورسید، بیا په پوره همت د هغه سره پنجه وازمویی. اکثره پریشانۍ د عاجزه غوماشي څخه زیات اهمیت نه لري، که د لږ عزم او حوصله څخه کار واخیستل سي هغه لیري کیږي. مایوس انسان د خوشحالیو په هجوم کي د غمونو تسلسل ویني، ځکه هغه بیریږي چي دغه خوشحالي یې ډیر ژر په غمونو بدلیدونکې ده. مایوسي د انسان تر نیمایي زیاته وینه کموي. مایوسي د انسان تر ټولو لوی دښمن او د الله سبحانه وتعالی عذاب دی. مه مایوسه کیږئ! ځکه نتیجه یې د عمر کموالی دی. مایوسه او د کمزورو زړونو خاوندان پریږدئ، که نه نو تاسو هم د دوی په شان کیدلای سی. د هري ناکامۍ څخه وروسته کامیابي په لاس درتلای سي، شرط دا دی چي د ناکامي وروسته مایوسه نه سی. بعضي خلګ په خپلو کمزوریو او خامیو باندي د پردې اچولو لپاره د نورو خلګو د عیبونو او کمزوریو پلټنه

(c) ketabton.com: The Digital Library

کوي، دا کار هغه څوک کوي چي د ځان د اصلاح څخه مايوسه وي. موږ ته نااُميده او مايوسه کيدل نه دي په کار. ستاسو د مايوسی نمه وار هیڅوک نه دي، بلکي تاسو په خپله ياست. محبت هميشه يو موسمي ګل دی، کوم چي د هر سړي په لاس کي وي. ژوند يو ګل دی او محبت د هغه خوشبويي. محبت انسان ته د عظمت، پاکيزګي، انسان دوستي، خوشحالي او د آمن درس ورکوي. اې مظلومو انسانانو! خپل خالق او مالک مو هير کړی دی او غواړی چي پر تاسو دي پريشانی هم نه راځي. چا ته تکليف مه ورکوئ، ځکه چي دا تر ټولو لويه ګناه ده. هره ورځ خپل مخ په آئينه کي ګورئ، که مو خپله څيره تر پامه بده درسي، نو بد کار مه کوئ تر څو دوه ناخوالي سره جمع نه سي، که مو تر پامه ښه درسي، نو د بد کار په کولو يې مه خرابوئ. ګناه کوونکی انسان خپل روح ته داغ ورکوي. ګناه په دې اُميد مه کوئ، چي الله سبحانه وتعالی غفور الرحيم دی، په ياد ولری هغه جبار او قهار هم دی.

لکه څرنګه چي درختي ته د خپلو ګلونو بار نه معلوميږي، همدا شان ګناه کوونکي ته هم د خپلو ګناهونو وزن نه ورمعلوميږي. هغه انسان ډير بدبخته دی چي په خپله خو مړ سي، مګر ګناهونه يې نه مري، يعني هغه يو داسي بد کار شروع کړی وي، چي د ده د مرګ څخه وروسته هم جريان لري. په بيکاره اعمالو اعتراف د ښو کارونو ابتداء ده. کله چي کوم انسان ته د ضرورتونو څخه زياته دنيا په لاس ورسي، هغه د نورو خلګو سره بد سلوک کوي. که هر څومره لمنځونه کوي او روژې نيسي تر هغه وخته فائده نه رسوي، تر څو چي د بد عملي څخه پرهيز ونه کړي. تر ټولو ډير مفلس او خوار دوست هغه څوک دی د چا سره چي نيک اعمال نه وي. اې د الله (جل جلاله) بنده! که چيري ته په ناوړه او رذيله اخلاقو کي ګرفتار اوسې او د خپلو احوالو د اصلاح فکر نه کوې، نو ستا ژوند ستا لپاره دوږخ او عذاب دی. د توبې په اُميد ګناه مه کوئ، ځکه چي د استغفار او توبې توفيق ستاسو په لاس کي نه دی، ممکن ده چي د ګستاخي او مسلسل سرکښي د وجهي د توبې توفيق در څخه سلب سي.

رياء کار او مکار چل کوي، مګر عادتونه نه پريږدي، شيطان د خپل ځان دښمن بولي، مګر د هغه سره دښمني نه کوي. خلګ د ناجوړتيا د بيري خوراک پريږدي، مګر د جهنم د عذاب د بيري ګناه نه پريږدي. د داسي خلګو څخه ځان وساتئ، کوم چي د خلګو په مينځ کي خپل ګناهونه په فخر سره بيانوي. شيطان وژل نه کوي، بلکي په هلاکت کي غورځول کوي. راسی! همدا نن ورځ زموږ سره عهد وکړی، چي سر د نن ورځي به د خپل ژوند په هيڅ کومه شعبه کي د قرآن کريم او د سنت رسول الله (صلی الله عليه وسلم) څخه مخالف کوم کار نه کوم، بيا وګوری چي د زړه سکون درته څنګه حاصليږي. انسان ته هميشه ددې امر احساس په کار دی چي نيکي هيڅکله نه ضايع کيږي، نيک خويه انسان هيڅکله نه غمجن کيږي ولو که په مصيبت کي هم وي، بدخويه انسان هيڅکله نه سي خوشحاليدای ولو که په راحت کي هم وي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

اې انسانه! ښه اعمال وکړه او د نیکیو کولو لپاره خپل عمر غنیمت وګڼه، مخکې تر دې چې واورې فلانی په دې دنیا کې نسته. د نیکو خلګو یو خوی دا هم دی چې خپل دوستان، متعلقین او ملازمین نه رسوا کوي. د ښیګڼو توقع همیشه د ښو خلګو څخه کیږي، که چیرې یو څوک تاسو ته د تکلیف رسولو په خاطر ستاسو په لار کې ازغي واچوي، تاسو هغه د لارې څخه لیرې کړی، که چیرې بالمقابل تاسو هم د هغوی په لار کې ازغي واچوی، نو دنیا به ټوله ازغي ازغي سي. الله سبحانه وتعالی ته د نږدې کیدلو لپاره د الله سبحانه وتعالی نیکو خلګو ته ورنږدې سی، حسن د نیکې څخه پرته یو داسې ګل دی په کوم کې چې خوشبویي نه وي. کله چې یو نیک کار تاسو خوشحاله کړي او یو بد کار مو خفه کړي، نو پوه سی چې تاسو مؤمن یاست، د نورو سره د نیکې کولو په وخت کې پوه سی چې دا مو د ځان سره وکړه، نیکې علم دی او بدي جهالت، ښه هغه څوک دي کوم چې ښه کارونه کوي.

یوه نیک سړي ته ټوله دنیا مورنی وطن دی، کوم وخت چې تاسو په دنیا کې پیدایښت وسو، نو تاسو ژړل، اوس نو یوه داسې ژوند تیره کړه، کله چې مرې ته خاند خلګ به درپسې ژاړي. کوم سړی چې خپله ژوند په نیکو کارونو کې تیروي، هغه په مثل د ګل لرونکې درختې دی، که نه نو د ازغیو یو بوټی دی. که مطمئن او خوشحاله اوسیدل غواړی، نو ایمانداري اختیار کړی، پر حق قائم خلګ په شمیر کې کم دي، مګر په قدر او منزلت کې تر هر چا زیات دي. که چیري یو سړی په ورځ کې یو ښه مصروفیت ولري، نو په شپه کې ښه خوب کولای سي، همدا شان که یو سړی خپله ژوند په ښو کارونو کې تیره وي، نو ښه مرګ ور په برخه کیدلای سي. اصلاً د خیر کار دا دی چې د طمعې پرته د نورو مرسته وکړل سي.

د نیکې په کولو سره د انسان عمر زیاتیږي، په ښو اعمالو، ښو دوستانو او ښو کتابونو کې د اضافه والي راوستل په کار دي، د هر انسان قیمت د هغه ښه عملونه دي. د نیکو خلګو یو خوی دا هم دی چې هغوی د هغو خلګو احترام هم کوي، کوم چې د دوی په کټه نه وي، په دنیا کې صرف دوه (۲) مذهبه دي، یو نیک او بل بد، تر څو چې یو څوک د خپلو بدخواهانو هم خیرخواه نه سي، تر هغه نیک کمال ته نه رسیږي. اې مسلمانانو! په هوش کې راسئ، ګناهونه پریږدئ، په اخلاص سره نیک عمل او په نیکیو کې د ترقي کولو لپاره مخ پر وړاندې قدم واخلئ، تر څو په دنیا کې عظمت او عزت درته حاصل سي او په آخرت کې د دوږخ د اور څخه محفوظ سي.

په دنیا کې د ښه ژوند کولو لپاره انساني قوتونه او صفتونه سته، هر څوک چې غواړي داسې قوتونه او صفتونه په ځان کې پیاوړي کړي، نو یوازې غوښتنه کار نه کوي، بلکې ددې مقصد د تر لاسه کولو لپاره ځان وینول، خوځول او پوهول په کاري. بریالي کسان هغه دي چې په خپلو غوښتونو پسې ځي، که یې پیدا نه کړي، بیا یې نو د هڅو په مټ تر لاسه کوي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ماخذونه

۱: تفسیر دیوبندي، مرتب الحاج مولوي عبدالحنان (صاحب).

۲: فکري روزنه، لیکوال: مولوي نجم الرحمن (فضلي).

۳: طاقت ښنونکي فکرونه، ژباړن او راټولونکی: مصطفی (صفا).

۴: ویښوونکي خبري، ژباړن: حسیب الرحمن (نورمل).

۵: ژوند څنګه وکړو؟ لیکوال: حسین دهکردي، ژباړن: مجیب الرحمن (محمودي).

۶: د کامیاب او نیکمرغه ژوند ۱۸۰ رازونه، لیکوال: دوکتور عائض القرني، ژباړن: ابو عبدالله ارشاد احمد سراج کاموي.

۷: لطفاً مه ساده کیږئ! تالیف کوونکی او ژباړن: مصطفی.

۸: د وخت ښه استعمال. د وخت قدر او قیمت. د خوشالیو سفرونه. د حضرت خالد بن ولید (رضي الله عنه) لاسته راوړني. بریا کوم خلک تر لاسه کولای سي. د کامیابي اصول. د کهالي او سستي عاداتو څخه ځان را ایستل. د زړه سکون. روحي ناروغان او د هغو علاج. د ژوند شل (۲۰) لوی سبقونه او عبرتونه. ځوانان دنیا راویښولای سي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د لیکوال پېژندګلوي

لیکوالي د یوه غوره کمال په توګه په ټولنه کي منل سوی هنر دی، که چیري یو لیکوال وغواړي د ټولني ناخوالي د لیکوالۍ د هنر په مټ را برسیره کړي کولای يې سي، همدا لیکوالان دي چي د ټولنو د نالوستو خلګو لپاره بل څراغان دي او هر تیاره په رڼا کیدلای سي، موږ او تاسي په داسي ټولنه کي ژوند کوو، چي د ژوند د ډېرو ضرورتونو څخه په کښي بې برخي یو، زموږ ټولنه زده کړي او علم ته اړتیا لري، که چیري یو نبات اوبو او اکسیجن ته اړتیا ولري، نو بغیر د اوبو او اکسیجن څخه حرکت نه سي کولای، نو همداسي ټولنه هم لوستو خلګو ته ضرورت لري، چي ټولنه مختته تګ ته وهڅوي او مخ پر وړاندي يې بوځي، نو دا ټول د لیکوال او آدیب برکت دی، که لیکوال د قلم په زور مثبت افکار خپاره کړي، نو زموږ ټولنه او هیواد به د نورو لوستو او مترقي هیوادونه په قطار کي شامل او یو ځای سي، لیکوالان د یوې ټولني سترګي دي، چي ټولنه مثبت لور ته رهبري کوي، که چیري لیکل د کاغذ پر مخ کیږي، نو دا لیکل د یو څه لپاره کیږي چي هغه زموږ ټولنه ده، د پښتو ژبي خادم ښاغلی فرید احمد (مبارز) د مرحوم خلیل احمد (دستګیري) زوی د کندهار ښار په یوه پرتمینه کورنۍ کي په ۱۳۷۶ هجري شمسي کال کي زیږیدلی دی، دیني زده کړي يې د کلي په مساجدو او مدارسو کي ترسره کړي دي، لومړنۍ، منځنۍ او ثانوي زده کړي يې په ۱۳۹۵ هجري شمسي کال کي د کندهار ولایت په صوفي صاحب ذکور عالي لیسه کي پشپړه کړي.

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