Peace Study Research & Publish Center

# مینه او ژوند

لیکوال: لیو بوسکالیا

ژباړن: احمدشاه ویاړ

Downloaded From:
Telegram: ArmanPashtoLibrary
WhatsApp: 0093779815770
Facebook: آرمان پښتو کتابتون

CamScanner

بسم الله الرحمن الرحیم

سوله مطالعاتي، څېړنيز او خپرندوی مرکز

Peace Study, Research & Publish Center

Downloaded From:
Telegram: ArmanPashtoLibrary
WhatsApp: 0093779815770
Facebook: آرمان پښتو کتابتون

Downloaded From:
Telegram: ArmanPashtoLibrary
WhatsApp: 0093779815770
Facebook: آرمان پښتو کتابتون

# مینه او ژوند

لیکوال: لیو بوسکالیا
ژباړن: احمدشاه ویاړ

CamScanner

Peace Study, Research
& Publish Center

# مینه او ژوند


لیکوال: لیو بوسکالیا

ژباړن: احمدشاه ویاړ

بیاکتنه: لعل الدین عاطف

ډیزاین: اسد الله خان امرخیل

لړ: ۹۲

خپرندوی: سوله مطالعاتي، څېړنیز او خپرندوی مرکز

اړیکشمېرې: 0747211219/ 0202107909

ویب سایټ: www.psrp.org.af

برېښنالیک: headoffice@psrp.org.af

د چاپ کال: 1399ل/ 2020ز کال



د کتاب هر ډول حقوق له سولې مرکز سره خوندي دي، هیڅوک یې د خپراوي حق نه لري.

Downloaded From:
Telegram: ArmanPashtoLibrary
WhatsApp: 0093779815770
Facebook: آرمان پښتو کتابتون

CamScanner

Downloaded From:
Telegram: ArmanPashtoLibrary
WhatsApp: 0093779815770
Facebook: آرمان پښتو کتابتون

مینه هغه وخت تلپاتې او خوندي وي، چې له
مسوولیت سره یوځای وشي.

(کي یر ګګارډ)

Downloaded From:
Telegram: ArmanPashtoLibrary
WhatsApp: 0093779815770
Facebook: آرمان پښتو کتابتون

CamScanner

# سوله مرکز د ژوند ټولو خواوو ته پام کوي

انسانان د ژوند د دوام لپاره له دوو طریقو ګټه اخیستلای شي، لومړی دا چې له ژوند سره مینه ولري، دویم دا چې تل په شته شرایطو نیوکه وکړي او خپګان څرګند کړي.

موږ زیاتره وخت په ناخوداګاه توګه دویمه طریقه غوره کوو، پرته له دې چې ځانونه وپوهوو، نه له حال وخت نه خوند اخلو او نه د ځان لپاره ګټور او خوندور راتلونکی جوړوو. ځان او ژوند مو په باطل او غولوونکي بهیر اخته کوو، چې هیڅ ګټه نه لري. که په ګیلو او شکایتونو ژوند ښه کېدلای، اوس به ډېر انسانان له شته ستونزو راوتلي وو؛ نو راځئ یوه بله لار وازمایو، هغه لار چې بریالیو او اغېزناکو اشخاصو غوره کړې ده، هغه لار چې اشخاص یې له کرکې او خپګان خوښې ته رابللې دي، هغه لار چې انسانان یې د ناهیلۍ او

مرگ پر ځای خوښ او سوکاله ژوند ته سیده کړي دي، دا لار د مینې لار ده، چې په دې کتاب کې یې په اړه مفصل بحث شوی دی.

د دې کتاب لیکوال د امریکا دی، د لیکوالۍ تر څنګ د پوهنتون استاد او تکړه ویناوال هم و، چې لیوبوسکالیا نومېږي. د مینې په اړه به یې اختیاري ټولګي جوړول. محصلینو او عامو خلکو به پکې ګډون کاوه، خلک یې د کرکې او مرگ پرځای مینې او ژوند ته رابلل. د دې کتاب د لیکلو انګېزه دا یادوي، چې په ۱۹۶۹ز کال کې یې یوې محصلې ځان وژنه وکړه، د لاس انجلیس د پالیسادز له کمرونو یې ځان راغورځولی و او همله یې له ژوند سره مخه کړې وه. لیکوال زیاتوي، چې د دې محصلې مړینې ورته په ذهن کې بېلابیلې پوښتنې ورګرځولې، چې نوموړي یې د دې کتاب لیکلو ته مجبور کړ.

په دې کتاب «مینه او ژوند» کې یې د مینې په اړه د بېلابېلو لیکوالو ویناوې راخیستې. د مینې په اړه یې ګټورو کیسو ته اشاره کړې، له ځان او نورو سره د مینې کولو په اړه غږېدلی، د هغو ټولګیو په اړه یې بحث کړی، چې لیکوال به د مینې په اړه له محصلینو او عامو خلکو سره په ګډه مخته وړل.

دا چې مینه د ژوند مهمه برخه ده او حتا دا هم ویلی شو، چې له مینې پرته ژوند ناشونی دی؛ نو له همدې امله سولې مطالعاتي، څېړنیز او خپرندوی مرکز د دې کتاب چاپ ته اوږه ورکړه. «مینه او ژوند» تکړه ژباړن احمد شاه ویاړ په خوږه ژبه پښتو کړی، چې دا دی نن ستاسو تر لاسونو درسېږي.

**درنښت**

**ضیاءالحق وزیرزی**

**د سولې مطالعاتي، څېړنیز او خپرندوی مرکز مشر او بنسټګر**

CamScanner

# لیکلړ


د سر خبرې ........................................ 2
د مینې په اړه........................................ 6
مینه کسبي پدیده ده ........................................ 42
لومړی څپرکی........................................ 43
دویم څپرکی ........................................ 59
مینه څه ته وایي؟........................................ 68
درېیم څپرکی ........................................ 70
څلورم څپرکی ........................................ 94
پینځم څپرکی........................................ 103
شپږم څپرکی........................................ 115
اووم څپرکی ........................................ 127
اتم څپرکی ........................................ 135
نهم څپرکی........................................ 147
لسم څپرکی........................................ 173


CamScanner

په تېروتنه کې ځان له مینې محروموول تر ټولو وحشتناکه
گمراهي ده. داسې تلپاتې زیان دی، چې کله هم نشي
جبرانېدای.

(کي یرگگارد)

Downloaded From:
Telegram: ArmanPashtoLibrary
WhatsApp: 0093779815770
Facebook: آرمان پښتو کتابتون



CamScanner

# د سر خبرې

د (۱۹٦۹م) په ژمي کې مې یوې محصلې ځان ووازه. هغه هوښیاره او حساسه نجلۍ وه. له شتمنې کورنۍ ښځه وه. په درس کې هم لایقه وه. لوړې نمرې یې اخیستې. اجتماعي وه او ډېر دوستان یې لرل. د پېښې په ورځ په خپل موټر کې د لاس انجلیس د پالیسادز لوړو کمرونو ته تللې وه. دغه کمرونه د ارام سمندر پر غاړه دي. موټر یې چالان پرېښی و. له یوه لوړ کمره نه یې ځان را غورځولی و او همدلته یې له ژوند سره مخه ښه کړې وه. نه کوم یادښت ترې پاتې و او نه اسناد. دا وخت شل کلنه وه.

سترګې یې لا هم راته یادې دي. هوښیارې، روښانه، له احساس او ډاډ ډکې وې. د هغې درسي مقالې(کنفرانسونه) او د ازموینې پاڼې مې اوس هم په سترګو کې ګرځي. لامې هم نه دي هېر، چې په څومره مینه به مې لوستې. په یاد مې دي، چې پر یوه مقاله مې ورته لیکلي وو: ډېره ښه دې لیکلې! روښانه، مستنده او له احساسه ډکه ده. له دې نه دې په حقیقي ژوند کې هم کار اخیستی شې. مقاله یې ډېره ښه وه؛ خو زه د هغې له حقیقي ژونده څه خبر وم؟

هر وخت به مې له ځانه په حیرانۍ پوښتنه کوله؛ ښه، که اوس ژوندی وای، په سترګو او مقالو کې به مې یې څه لوستل؟ د هغې په اړه به مې څه فکر کاوه؟ موږ په ژوند کې له ځینو خلکو او پېښو سره مخ کېږو. دا خلک او پېښې بیا کله هم په همغه بڼه نه تکرارېږي، دا د ژوند یو اصل دی.

د هغې د مړینې له امله مې ځان ملامت نه ګاڼه؛ خو کاشکې پر دې پوهېدلای وای چې مرسته مې ورسره کولای شوای کنه.

په هغه کال همدې پوښتنې د یوه درسي ټولګي جوړولو ته اړ کړم. په ټولګي کې ګډون اختیاري و. محصلان په راتګ او نه راتګ کې ازاد وو. موخه مې تخصصي وده وه، نه دا چې له ټولګي د ډله ییزې رواني درملنې یا شخصي ستونزو د حل مرکز جوړ کړم. ما درس ورکاوه؛ خو د اروا‌پوهنې د یوه متخصص په توګه نه. غوښتل مې په دې برخه کې خپله شخصي تجربه زیاته کړم، ټولګی مې د محصلانو په خوښه جوړ کړی و. د هغوی نظریاتو ته مې وخت ورکاوه او پام مې ورته کاوه، چې په دې وسیله یې پاملرنه جلب کړم. غوښتل مې درسونه د محصلانو له ورځنیو تجربو سره په اړیکه کې وي. دوی له ژوند، جنسي مسایلو، ودې، مسؤلیت، مرګ، راتلونکي او نورو مسایلو سره ډېره علاقه لرله. په ظاهره د ټولګي د ټولو بحثونو موضوع مینه وه. د ټولګي نوم مو « د مینې درس» کېښود.

له وړاندې پوهېدم چې په دې ټولګي کې رسمي تدریس بې مانا دی. ما هم په دې برخه کې دومره مالومات نه لرل. باید د نورو غوندې مې هڅه کړې وای، چې د مینې د کلمې په خوږه مانا ځان وپوهوم.

د مینې درس له مقاومت او مخالفت پرته پیل شو. له رسمي ساعتونو وړاندې به مې دلته وړیا تدریس کاوه. البته ځینو کسانو به، چې مینه ورته په پوهنتون کې د تدریس ځیز نه ښکارېده، راپورې خندل؛ خو موږ غوږ نه پرې گراوه.

څه موده وروسته مخالفتونه پیل شول. یوه ورځ په پوهنځي کې د سباناري پر وخت یوه استاد رایاده کړه، چې د مینې تدریس هسې چټیات دي. ځینو به په ملنډو پوښتنه کوله چې ځنګه، د مینې لابراتوار خو به نه جوړوئ؟

خو پر دې ټولو سربېره د محصلانو شمېر ورځ تر بلې زیاتېده. بالاخره مجبور شوم، چې په کال کې تر سلو زیات محصلان ونه منم. ګڼون کوونکي د بېلابېلو عمرونو خاوندان وو. پوهنتون ته به له نویو راغلو محصلانو نیولې تر فارغو شوو کسانو هر څوک راتلل. هر یوه بېلې تجربې او د مینې په اړه بېل نظر لاره.

دا کتاب د مینې د ټولګي ثمره ده. دا د مینې په اړه کوم علمي او فلسفي کتاب یا قطعي کار نه دی، بلکې د هغو کسانو د نظریاتو، احساساتو او مشاهدو ټولګه ده، چې زما په نظر په انساني شرایطو برابر وو. بده به نه وي چې ووایم دا کتاب ما او محصلانو په ګډه لیکلی. ویلای شم چې دا کتاب تر څلورو سوو زیات لیکوالان لري.

په درې کلنه موده کې مو د مینې د تعریف هڅه هم ونه کړه او پر دې کار بریالي هم نه شوو. څومره مو چې په دې برخه کې وده کوله، هومره دې

پایلې ته نږدې کېدو چې که مینې ته تعریف جوړ کړو، محدودېږي او باید دا ومنو چې مینه لایتناهي ده. زما د یوه محصل په خبره« ما په مینه کې هنداره موندلې. عاشق او معشوقه د یو بل هنداري دي او د هغوی د مینې انعکاس پای نه لري.»

کاروان تللی، ته ویده، صحرا په مخکې

کله ځې؟ له چا پوښتې؟ او څه کوې؟ ته داسې یې

حافظ

# د مینې په اړه

## دا وینا مې په (۱۹۷۹م) کې په تکزاس کې یوې غونډې ته کړې وه

د مینې په اړه تر خبرو وړاندې به ښه وي، چې ما وپېژنئ. زما نوم بوسکالیا دی او د نورو کلمو غوندې تلفظ کېږي. هر وخت مې خبرې په دې کیسه پیلوم. ماته په زړه پورې ده. څه موده وړاندې مې له یو چا سره په ټېلفون خبرې کولې. د مخابراتو مسؤل راته وویل چې څو شېبې وروسته درته ټېلفون کوم. نوم مې ورکړ. څو شېبې وروسته زنګ راغی. اوکې مې کړ. د تلیفونچي غږ مې واورېد، ویل یې:« مهرباني وکړئ، بوکس کار ته ټلیفون ورکړئ.» ومې پوښتل:«هدف مو بوسکالیا دی؟» د خندا غږ راغی او ویې ویل:« عجیب نوم دی، هر شی ترې جوړېږي»

تاسو څه خبر یئ چې زه له دې نامه نه څومره خاطرې لرم. زما نوم یوازې بوسکالیا نه دی. که ورته ځیر شئ زما نوم یو «لیو» او یو «اف» هم لري. یعنې اصلي نوم مې لیوناردو دی. دویم نوم مې په «ف» پیلېږي او فلیس دی، مانا یې نېکمرغي ده. تاسو ته په زړه پورې نه دی؟ فلیس لیوناردو بوسکالیا. څه موده وړاندې مې د ختیځې اروپا ځینو کمونیستي هېوادونو ته د سفر نیت وکړ او ویزه راته پکار وه. په لاس انجلیس کې په یوه لویه کوټه

کې کېناستم، د سفارت پاڼې مې ډکې کړې او اړوند مامور ته مې وسپارلې.

رایاده یې کړه چې منتظر پاتې شم، دوی غږ راته کوي. کله چې زما پاڼو ته وار ورسېد. مامور خوارکی څو شېبې د مېز ترشا حک پک و، زما پاڼو ته یې کتل. یوه شوم چې زما د نوم اخیستل غواړي. دویم ځل یې په پاڼه کې سترګې ښخې کړې. ژوره ساه یې واخیسته. سر یې راپورته کړ او ویې ویل:« في لیس؟» پوهېدم چې همداسې یو څه به وایي.

هو، زه خپله د مینې ډکه لویه کیسه یم او له دې امله شرمېږم هم نه. زما ټول پیغام په یوه جمله کې بیانېږي او زه هغه همدا اوس درته ویلای شم. ورو‌سته تاسو کولای شئ چې کتاب کېږدئ. ولاړشئ، قدم ووهئ، څوک له لاسه ونیسئ. یا ولاړ شئ د خپلې خوښې بل کار وکړئ.

زموږ ټولنه اوس په دې پوهېدلې، چې د ژوند ربښتینې مانا څه ده. زده‌کړه څه ته وایي او بدلون باید څه ډول رامنځته شي. موږ له نویو اصطلاحاتو سره مخ یو؛ لکه «شرطي کېدل» «د عادتونو اصلاح او رامنځته کېدل» «د انګېزې پیاوړتیا» او نور. د انګېزې د پیاوړتیا لپاره له پیسو، زنګونو، بریښنایي شوکونو او ان د نباتاتو له اوبو او خوړو څخه ګټه اخلو؛ خو زما د نن ورځې پیغام تاسو ته دادی، چې په نړۍ کې یوازینی څوک چې تاسو ته وړتیا دربښلی شي، د زیاتو هلوځلو ځواک لري او د اوسېنې غونډې کلک دی، هغه تاسو خپله یاست. ربښتینې مینه یوه جلا انساني پدیده ده.

تقریباً پینځه کاله وړاندې مې په پوهنتون کې د مینې ټولګی جوړ کړ، چې اوس هم شته. فکر کوم موږ یوازینی پوهنتون یو چې د مینې ټولګی لرو. د

سه شنبه په شپه راټولېږو، په ټولګي کې پر ځمکه کېنو او زه پوهېږم چې د دې ټولګي انګازه په ټوله نړۍ کې خپرېږي. زه د مینې درس نه ورکوم، بلکې د هغې له ودې سره مرسته کوم.

مینــه کسبي پدیـده ده او فکـر کـوم پـه دې موضـوع کـې بـه ټولنپوهـان، انسانپوهان او ارواپوهان ټول راسره موافق وي. موږ ټول انسانان په یوه شي کې سره موافق یو او هغه دا دی، چې ټول په بدلون باور لرو. پـر دې اسـاس که د مینې په اړه په خپـل اوسـني موقـف کـې خـوښ نـه یاسـت، ځـای مـو بدلولای شئ. کولای شئ نوې صحنه پرانېزئ. تاسو یوازې هغه څه نورو ته ښښلی شئ، چې اختیار یې لرئ. حیرانوونکې دا ده، چې که پـه زړه کـې مـو مینه وي، له خلکو سره مینه کولای شئ؛ خو که مـو زړه لـه مینـې تـش وي، چاته به څه شی ورکړئ؟ که رښتیا ووایم د ورکولـو او ښښـلو خـبره نـه ده، د شریکولو ده. زه هغه څه له تاسو سره شریکولای شم، چـې لـرم یـې. پـه دې حالت کې هېڅ شی له لاسه نه ورکوم، اوس هـم راسره دي؛ د بېلګـې پـه ډول که مې زه ټول علـم محصـلانو تـه انتقـال کـړم، زمـا علـم نـه کمېـږي، همغـه اطلاعات اوس هم راسره دي. زه کولای شم له ټولـو سره یـو ډول مینـه ولـرم؛ خو په عین حال کې همدغه مینه ټوله راسره ده او لـه لاسـه یـې نـه ورکـوم. انسان د معجزو ټولګه ده؛ خو دا بل ډول معجزې دي. تر څه مـوده وړانـدې چا د مینې په اړه خبرې نشوی کولای. هر ځل به چې چېرته وینا ته تلم، یو چا به رانه وپوښتل:« د مینې په اړه هم څه وایئ؟» ورغبرګه به مې کړه:« هـو، حتماً» وبه یې پوښتل:« د وینا سرلیک مو څه دی؟» ما به ورته وویل:« مینه، همدا غوره سرلیک دی» یوه شېبه به غلی شو، بیا به یـې وپوښـتل:« خـو دا

رسمي غونډه ده، ښايي خلک مو په موخه ونه پوهېږي. ورځېانې بـه څـه وايي؟» ما به ورته کړل:« مینه، د کړو وړو اصلاح کوونکې» هغوی به مې خبره ومنله:« ډېر ښه، دا یو علمي بحث ته ورته شی دی» او داسې به ټول راضي شول.

رښتیا هم مینه د پوهانو له نه پاملرنې سره مخ ده. حيرانـوونکې ده. مـا او محصلانو مې په دې اړه څېړنې وکړې. د ارواپوهنې کتابونـه مـو ولوسـتل، د ټولنپوهنې کتابونه مو وکتل، د انسانپېژندنې کتابونه مو وپلټل؛ خـو پـه دې ټولو کې یوه هم مینې ته رجوع نه وه کړې. حيرانوونکې ده، ځکه پوهېږو چې موږ ټول مینې ته اړتیا لرو. ټول یې په لټه کې یو؛ خو پر دې سربېره یـې پـه اړه یو ټولګی نه شته. دوی وايي مینه یو پټ راز دی، لـه یـوه پـټ ځـواک نـه سرچینه اخلي او زموږ ژوند ته راځي.

د پیتي ریم سـوروکین د وروسـتي کتـاب نـوم« د مینـې قـدرت او لارې» دی. لیکوال د مینې په اړه په زړه پورې څېړنـې کـړې دي. دی وایـي: مـوږ د هغـه مسير خلاف روان یو، چـې بایـد پـرې تللـي وای. ډاکتـر الـبرت شـوايتزر بـه ویـل:« مـوږ ټـول لـه یـو بـل سره یـو؛ خـو بيـا هـم لـه یوازېتوبـه مـرو» زه دا احساسوم او تاسو هم پرې پوهېږئ. ډاکټر سوروکين هم پر همدې باور دی. په خپل کتاب کې د هغه څه په اړه خبرې کوي، چې کـولای شي مـوږ بېرتـه سره نږدې کـړي. کـه پخـوا مـو ورتـه اړتیـا نـه لرلـه، اوس ورتـه محتـاج یـو. سوروکين د خپل کتاب په سریزه کې وايي:« هغـه ذهـن چـې د انحطـاط پـه حال کې وي، د مینې پـر قـدرت بـاور نـه لـري، مینـه یـو خیـالي څیـز ورتـه

ښکاري، هغې ته ځـان غولونـه، د ذهـن افیـون او غیرعلمـي چټیـات وايـي»
ښايي تاسو به د ساموېلسون په نوم د اقتصاد پوه کتاب لوستی وي، یاد مو
دي چې څومره سترې کوونکی و؟ دا کتاب تر اوسه څو ځله چاپ شـوی او
په پینځم چاپ کې یې یو څېرکی د «مینې او اقتصاد» موضوع تـه ځـانګړی
شوی. دا څېرکی ډېر په زړه پورې دی. ښـاغلی ساموېلسـن پـه سریـزه کـې
وايي:« پوهېږم چې په هاروارد پوهنتون کـې بـه مـې همکـاران وایـي چـې زه
لېونی شوی یم؛خو داسې نه ده. زما عقل اوس تازه کار پیل کړی»

د راجرز، مزلو او هربرت اتو په ګډون لویو انسانپېژندونکو پـه کلیفورنیـا کـې
په زړه پورې څېړنې وکړې. د دوی په ګډون ډېر پوهان په دې باور دي، چې
موږ د هغه څه یوه ډېره کوچنۍ برخه یو چې کېدلای شو. دوی وايي انسان
ډېر زیات بالقوه امکانـات لـري، نـو کـه ووایـو چـې مـوږ پـرواز کـولای شـو،
حیرانوونکې نه ده. موږ د دې کار وړتیا لرو. کولای شو رنګ حس کړو. کولای
شو یو شی تر باز نه هم ښه ووینو. کولای شو تر سـپي تېـز د شـامې حـس
ولرو. کولای شو لوی ذهنیت ولرو؛ خو موږ په ډېر لږ څه قناعت کړی او ورته
خوشاله یو.

په لندن کې مېشت ارواپوه ار.ډي.لینګ «د تجربـې سیاسـت» پـه کتـاب کـې
بحث پارونکې او په زړه پورې موضوع ته اشاره کوي او وایـي:« مـوږ چـې
څومره فکر کوو، تر هغې ډېر پوهېږو، تـر هغـې ډېـره مینـه لـرو، او
موږ چې څومره مینه کوو، تر هغې ډېره راسره ده. په پای کې موږ
تر هغه څه ډېر کم یو، چې پـه حقیقت کـې یـو.» ایـا دې خبرې تـه

حیران نه شوئ؟

**په دې خبرې له پوهېدو سره باید په موږ کې شدیده لېوالتیا پـه څپـو شي.** که ټول ژوند ودې، لیدلو، احساسولو، لمسـولو او بویولـو تـه وقـف کـړو، زړه تنګون ته هېڅ وخت نه پاتېږي. زه ځېلو محصلانو ته په لوړ غږ وایـم:« **څـه چې یاست او څه چې کېدای شئ، فکر پرې وکړئ.**»

موږ تر اوسه په دې فکر نه دی کړی، چې هـر څـوک پـه خپـل درون کـې یـو حیرانوونکی ځواک او معجزه لري او دا چاره مو نمانځلې هم نـه ده. دا منـو چې شخصیت د ټولو هغو تجربو ټولګه ده، چې د نطفې د تشکیل له وختـه تر اوسه مو تېرې کړې دي؛ خو یو څه چې پام نه ورته کوو، هغه د اکـس پـه نوم یو مجهول فکتور دی. دا ستا په درون کې هغه څه دي، چې لـه هـر چـا سره توپیر لري. دا په نړۍ کې ستا ستونزې روښانوي او ستا لیدلوری ټاکي او وایي، چې تـه څـه ډول یـو ځـانګړی او فـوق العـاده کـس یـې. زه دې تـه خواشینی یم چې موږ ولې دې ځانګړنې ته ارزښت نه ورکوو. ولې هغـه څـه له لاسه ورکړو چې لرو یې. ولې پر هغه د ټینګار مهر ونه لګوو؟ موږ انسـانان د دغه ځواک د موندلو او هغه ته په ودې ورکولو سره نه هڅوو.

**زده کړه باید له هغو کسانو سره د مرستې یوه وسیله وګرځي، چې غواړي دغه پټ حس یې ومومي.** باید فرد ته د دغه فـوق العـاده حـس وده او پراختیا ورزده کړو او ورته ووایو، چې دغـه لارې چـارې لـه نـورو سره هم شریکې کړي، ځکه دا یوازینۍ لاره ده، چـې فـرد د هرڅـه خاونـد کـولای شي. فکر وکړئ که تاسو ته یو چا ویلي وای چې «تاسو یو بې جوړې انسان

یئ، څه چې غواړئ، کولای یې شئ. څومره ښه ده چې له نورو سره توپیر لرئ. خپل توپیرونه راته وښایاست. ښایي زه یو څه تري زده کړم» په دې صورت کې به مو څه ډول ژوند لاره؟ خو موږ ګورو ټول په دې هڅه کې دي، چې انسانان یو د بل په څېر کړي.

څو کاله وړاندې له خپلو څو تنو محصلانو سره چې اوس استادان وو، ټولګیو ته لاړم. په حیرانۍ مې ولیدل چې د ښوونځیو حالت اوس هم د همغه وخت غوندې دی، چې زه زده کوونکی وم. مثلا: د رسم ښوونکی به ټولګي ته راغی. درته یاد دي چې هغه وخت به مو څه کول؟ پاڼې به مو پر مېز کېښودې، له بکسونو به مو رنګې را وایستې او په تمه به وو، چې ښوونکی څه کوي. که رښتیا ووایم زما د رسم په ښوونکي ډېر زړه سوزي چې ټولګي په ټولګي ګرځي. یوازې دومره وخت لري، چې زده کوونکو ته سر وخوځوي او ورته ووایي:« ښه هلکانو، نن به یوه ونه رسم کړو» تختې ته دربېږي او ونه رسموي. ونه څه ډول وي؟ یو شین ګرد توپ وي او د ونې لنډه سره تنه ور لاندې وي. ما کله هم په طبیعت کې دا ډول ونې نه دي لیدلې؛ خو د رسامۍ ښوونکی د دې خبرو په کیسه کې نه دی. ونه رسموي او ماشومانو ته وایي:« ډېر ښه، پیل یې کړئ!» او ټول په رسامۍ پیل کوي.

که په هغه کم عمر کې هم لږ هوښیار وې، پوهېږې چې د رسامۍ ښوونکی له تا هغسې ونه غواړي، چې ده رسم کړې، ځکه څومره چې ستا ونه د هغه ونې ته ورته وي، ډېرې نمرې درکوي. که په لومړي ټولګي کې په دې وپوهېږې، د هغه د رسم غوندې ونه رسموې او هغه درته وایي:« بې جوړې

ده»؛ خو په ټولګي کې بل زده کوونکی هم شته چې ونه پېژني، کومه ونه چې ښوونکي رسم کړې، ده په ټول ژوند کې نه ده لیدلې. دا ماشوم یو وخت په ونه کې ختلی، لښتې یې ترې راغوځې کړي، پاڼې یې ترې راشکولي. د باد پر وخت یې د هغې د شاخونو د خوځېدو اواز اورېدلی. هغه ونه په رښتینې مانا پېژني او پوهېږي، چې ونه داسې نه وي. پر دې اساس زېړه، نارنجي او شنه رنګه راوباسي، په خپل زړه ونه رسموي او وروسته یې ښوونکي ته ښيي. ښوونکی زده کوونکي ته ګوري، تندی یې ګونځې کېږي او وايي:« ټنبله، کدو!»

دلته به د زده کړې په اړه یوه په زړه پورې کیسه درته وکړم. « د حیواناتو د ښوونځي» په نوم یو ځای دی. دا کیسه خوند راکوي. ښایي دروغ درته ښکاره شي؛ خو حقیقت ده. د ښوونیزو چارو مسؤلین هر وخت دې کیسې ته خاندي؛ خو یو یې هم د حللارې فکر نه کوي. کیسه له دې ځایه پیلېږي، چې یوه ورځ د ځنګله ژوي د ښوونځي جوړولو په نیت راټولېږي. سوی، مرغۍ، نولی او مارماهي د ښوونځي ښوونیزه شورا جوړوي. سوی ټینګار کوي چې منډه باید د درسي پرګرام یوه برخه شي. مرغۍ وايي چې باید الوتل هم پکې شامل شي. کب ته د لامبو زده کړه اړینه ښکاري او نولی شله دی، چې ونې ته ختلو ته هم باید په درسي پروګرام کې برخه ورکړل شي. د ښوونځي شورا د ټولو غوښتنو ته په پام د تدریس لارښود جوړوي او هوکړه کوي چې ټول ژوي باید ټول درسونه زده کړي. سوی په منډه کې شل نمرې واخیستې؛ خو ونې ته ختل ورته ستونزمن و، چې د ختلو هڅه به یې وکړه، لاندې به راخطا شو. څو ځله یې چې دا کار وکړ، مغزو یې ضربه ولیده او له

منډې هم ولوېد. اوس به یې د شلو پر ځای لس نمرې اخیستې او ونې ته د ختلو نمرې یې هم له صفره نه پورته کېدې. مرغۍ په پرواز کې ښه وه؛ خو کله چې د منډې وار شو، خونده یې ولاړه او نمرې یې ټیټې شوې. په منډه کې یې وزر مات شو او د الوت نمرې یې هم له شلو نه لسو ته راولوېدې. په منډه یې کې یې نمرې لا هم صفر وې. ونې ته ختل او له شاخونو تېرېدل هم ورته سخت و. په زړه پورې دا وه چې یوازې مارماهي چې تر نورو تنبل ښکارېده، د ښوونځي درسونه تر یوه ځایه زده کړای شول او ورو ورو مخته ولاړ؛ خو د ښوونځي مسؤلین دې ته خوښ وو، چې ټول زده کوونکي خپل درسونه وایي. موږ دې کیسې ته خاندو؛ خو په دې کې یو لوی حقیقت پروت دی او هغه دا چې موږ ټول هڅه کوو، نور د ځان په څېر کړو.

د تیاري او جوړجاړي دوره تر پوهنتونه دوام کوي. په پوهنتون او لوړو زده‌کړو کې هم د نورو دورو غوندې پړه یو. خلکو ته نه وایو چې :« والوځئ، د خپل ځان لپاره فکر وکړئ» پر ځای یې پخواني او زاړه مالومات ورکوو او ورته وایو:« دا مهم دي، دا اړین دي، زده یې کړئ» داسې استادان پېژنم، چې تل په همغه یوه طریقه درس ورکوي. نه وایي چې:« ولاړشئ، بېلابېل وسایل پیدا کړئ او ګټه ترې واخلئ، خپله ځان ته وسایل جوړ کړئ. انتزاعي فکر وکړئ. پر خپلو هیلو مو کار وکړئ او نوي خوبونه ووینئ. ښایي نوي څه ومومئ.» د دې امکان شته چې په دغه ډول زده کوونکو کې تر ښوونکو لوړ کسان پیدا شي. پر دې اساس هر څه له «ته» نه پیل کېږي. ته یوازې هغه څه نورو ته ښښلی شې چې لرې یې. له خپلې ونې لاس مه اخله، پرې راځوړند شه. **ته یوازې «ته» یې. دا د ځواک یو جادویي ترکیب دی،**

چې شته، وي به او کولای شي دا ډول ونه رامنځته کړي، ته غـوره ته یې؛ خو که له بل چا سره ځان پرتله کړې، فکـر بـه وکـړې چـې تـر هغـه وروسته یې.

موږ په داسې فرهنګ کې ژوند کوو، چې د اشخاصو د سنجولو معیـار خپلـه هغوی نه دي. مهمه نه ده چې اشخاص څوک او څه دي، بلکې مهمـه دا ده، چې هغوی څه لري. که څوک زیات شته ولري، لوی انسان دی او که څه ونه لري، کوچنی او حقیر دی. اووه کاله وړاندې مې د یـوه عجیـب کـار تصـمیم ونیو، هغه وخت عجیب و. د خپلې ټولې شتمنۍ د پلورلو پریکړه مـې وکـړه . موټر، کور، د ژوند بیمه او هر څه مې وپلورل، چې څو کاله له هر څـه بېغمـه وګرځم. غوښتل مې د ځان په لټه کې شم. ډېر وخت مې په اسیا کې تېر کړ، ځکه هلته دومره بلد نه وم. اسیایي هېوادونه وروسته پاتې دي، ډېر څـه نـه لري. له همدې امله باید کوچني او بې ارزښته وای؛ خو څه مې چې ولیـدل ډېر متفاوت وو. هغه کسان چې اسیا ته یې سـفر کـړی یـا د هغـه ځـای لـه فرهنـګ سره بلـد دي، پـوهېږي چـې د دغـو هېوادونـو پـه اړه د لوېـدیځوالو برداشت څومره ناسم دی. ډېر څه مې زده کړل او داسې څه مـې راوړل چـې زه یې بدل کړم. نه پوهېږم چې دا لاره ما چېرتـه بیـایي او مهمـه هـم نـه ده. مهمه داده چې متفاوته او حیرانوونکې ده.

په کامبوج کې له په زړه پورې پېښې سره مخ شوم. د دې هېواد ډېره برخه د ساپ تونل په نوم سمندرګي نیولې، چـې شـاوخوا یـې ډېـر خلـک هسـتوګن دي. کله چې سیاحان کامبوج ته راشي، سیده انګ کور ته ځي او بایـد چـې

ولاړ شي. دا ځای عالي، ښېساري او حیرانوونکی دی. ګڼ ځنګلونه دي او له منځه یې ونو سرونه را پورته کړي. دې ونو بودایي کوډلې پټې کړې دي او بیزوګان یکې له یوه ښاخه بل ښاخ ته په ټوپونو ګرځي. داسې ځای مو ښایي کله په خوب کې هم نه وي لیدلی. هلته مې یوه فرانسوي مېرمن ولیده. د دې له کامبوج سره دومره مینه وه، چې د فرانسویانو تر تګ وروسته هملته پاتې وه او ژوند یې کاوه. هغې له کامبوج او د هغه ځای له خلکو سره رښتینې مینه لرله او هلته د هر ډول ستونزو منلو ته چمتو وه. ماته یې وویل:« لیو! که رښتیا غواړې د دې ځای خلک وپېژنې باید له دې ړنګو نه کلو ته ولاړشې. زما بایسکل واخله او د ساپ تونل ته ولاړشه. وګوره چې هلته څه حال دی»

د کامبوج طبیعت سختی لري. هر کال موسمي بارانونه وي او هر څه په سیندونو او سمندرګیو ورګډوي. په داسې حالاتو کې څوک د خو پوړېزو ودانیو د جوړولو فکر نه کوي، ځکه هر څه چې جوړ کړي، له منځه ځي. کوچني کوډلې جوړوي. توریستان یې ویني او وایي:« دا هم د نورو غونډې بېوزله دي او په کړاوونو کې اوسي» نه، هغوی په بوختیاوو کې ژوند نه کوي، دا ستاسو برداشت دی. هغوی پر خپلو کورونو مین دي. په کورونو کې هوسا دي او کورونه یې د هغه ځای د اب و هوا او فرهنګ مطابق جوړ شوي دي. سمندرګي ته ولاړم. کتل مې چې خلک د موسمي بارانونو راتګ ته تیاری نیسي لویې ابتدایي کښتۍ یې جوړولې. کله چې موسمي بارانونه هر څه یوسي دوی ټول دغو کښتیو ته پنا وړي او له خپلو کورنیو سره شپې میاشتې هلته تېروي. ستاسو په اند له ګاونډیانو سره ژوند ښکلی نه وي؟

فکر وکړئ که تاسو هم داسې ابتدايي کښتۍ جوړه کړې وای او ټولو شپږ میاشتې پکې تېرې کړې وای، څه به شوي وو؟ ناڅاپه وپوهېدم چې ګاونډۍ څومره لوی نعمت وي. زه تاته اړتیا لرم، ځکه باید هغه کبان وخورم، چې تا ښکار کړي دي. د یوازېتوب د مخنیوي لپاره ستا تر څنګ کېناستلای شم، خبرې درسره کولای شم، یو څه درنه زده کولای شم او داسې یوې بلې نړۍ ته تللای شم. باران چې ختم شي، کورنۍ بېرته خپلو کورونو ته ځي.

زړه مې و چې د اسبابو په وړلو کې د هغوی مرسته وکړم، ورغلم، په اشاره مې وپوهول چې مرستې ته مو راغلی یم؛ خو هغوی د وړلو لپاره څه نه لرل. یوازې د بوډۍ خوړلو څو کاسې او غوري، څو دانې برستنې او څو جوړه جامې ورسره وې. فکر مې وکړ، که په لاس انجلیس کې موسمي بارانونه کېدای، څه حال به و؟ له ځان سره به دې څه شی وړل؟ تلویزیون؟ موټر؟ او که هغه لوی ګلدان چې کاترین ترور راته له روم نه راوړی و؟ دا وخت په لاس انجلیس کې د یوې اورلګېدنې فکر په مخه کړم: یو وخت په «لاس انجلیس ټایمز» کې بوړنوونکي انځورونه چاپ شوي وو. د مالیبو پر یوه سرک ښځې منډې وهلې، یو پنډ کتابونه او کاغذونه ورسره وو. شاته یې له کوره لوخړې پورته کېدې، ومې ویل: کاشکې له هغې مېرمنې سره اشنا شوی وای او پر دې پوهېدلی وای، چې په هغو کتابونو کې څه وو، چې دې ته یې دومره ارزښت لاره. انځور مې د سیمینار محصلانو ته راوړ او ترې ومې پوښتل:« ستاسو په اند په دې کتابونو کې څه دي؟» پوهېږئ چې څه ډول ځواب یې راکړ؟ «دا د مالیې پاڼې وې» دا هغه سیمه ده، چې موږ پکې اوسېږو. دا مې هم واورېدل چې یوې مېرمنې د دوکان د جوازونو له پاڼې سره منډې وهلې.

کله یې چې د علت پوښتنه ترې وکړه، ویې ویل:« نه پوهېږم چې ولې مې دا کار وکړ.» رښتیا هم کم عقلي ده. پوهېږئ چې دې مېرمنې په اصل کې له ځان سره څه لرل؟ «ځان» یې درلود، هو ځان یې. په پای کې **یوازینی شی چې لرې یې ته خپله یې.**

پوهېږئ موږ تر ټولو حیرانوونکي موجودات یو. انسان کېدل د ځمکې پر مخ تر ټولو لوی نعمت دی. له دې ټولو سره د خندا وړ هم یو. مثلاً موږ وخت رامنځته کړی او بېرته د وخت غلامان یو. مثلاً همدا اوس فکر وکړئ چې د پلاني کار د ترسره کولو لپاره تر لسو دقیقو ډېر وخت نه لرئ. ښایي په داسې ځای کې وئ، چې یوه لویه واقعه د پېښېدو په حال کې ده؛ خو ساعت اووه او لس دقیقې یعنې ستاسو د تګ وخت دی او مجبور یاست چې ولاړ شئ. موږ زنګونه لرو، چې تل کړنګېږي. هر ځل چې د دغه زنګ غږ اورو، غبرګون ښیو. زنګ راته وایي، چې باید چېرته و اوسو، دلته، یا هلته. **موږ وخت ایجاد کړی؛ خو اوس د هغه غلامان یو.**

د کلمو په برخه کې هم همدا خبره ده. ژبه یو ډېر پیاوړی عامل دی. کلمه د څو تورو او څو غږونو ترکیب دی، چې یو د یو بل په څنګ کې واقع کېږي، تاسو هغې ته مانا ورکوئ او وروسته دغه خبرې په تاسو لګېږي. تاسو هغو ته شناختي او احساسي مانا ورکوئ او وروسته له هغو خبرو سره ژوند کوئ. ډاکټر تیموتي لیری په هاروارد کې پر ذهن یوه په زړه پورې څېړنه کړې. هغه وایي:« کلمې د واقعیت انجماد دی» کله چې یوه کلمه او د هغې لغوي او احساسي مانا زده کوئ، د ژوند تر پایه ورسره وابسته کېږئ. داسې

ستاسو د کلماتو نړۍ پېژندل کېږي. د کلماتو په پيروۍ هره پېښه د دغه منجمد نظام له چانه وځي او زموږ د ودې مخه نيسي-؛ مثلا وايو: پلانی کمونيست دی، نور يې خبرو ته غوږ نه ږدو. يا وايو پلانی يهود دی، نور ورته درناوی نه لرو. يا وايو ايټالوي دی، نو پېغورونه ورکوو او بد رد ورته وايو. څومره ماشومان به د هغو کنځلو او بدو ردو له امله له زده کړو پاتې وي، چې د ښوونځي پر لاره ورته کېدې؟ کم عقله! ناپوهه! ما په ټول عمر کې کم عقل ماشوم نه دی ليدلی، هېڅکله داسې نه دي شوي. زه ډېر ماشومان پېژنم او پوهېږم، چې د هغوی هېڅ يو د بل هغه غونډې نه دی. پېغورونه فاصلې ايجادوي او موږ له يو بله لرې کوي. تورپوستي! تورپوستي يعنې څه؟ ما کله هم دوه تورپوستي نه دي ليدلي، چې د يو بل په څېر وي. ايا هغوی مينه نه کوي؟ ايا هغوی دې مسالې ته ارزښت ورکوي؟ ايا هغوی همداسې ماشومان نه لري؟ ايا هغوی به تر اوسه نه وي ژړلي؟ ايا هغوی به چاته څه نه ورکوي؟ دا مهمې دي. دا مهمه نه ده، چې څوک تور وي که سپين. يهود وي، که کمونيست. ديموکراټ وي که جمهوريت غوښتونکی.

ما په ماشومتوب کې يوه شخصي- تجربه وکړه. کولای شئ زما د ژوند تاريخچه ولولئ. ټوله ثبت شوې ده. زه په لانس انجليس کې زېږېدلی يم. موروپلار مې ايټالوي کډوال وو. زه له لوېې کورنۍ څخه يم، موروپلار مې د سويس او ايټاليا له پولې سره د الپ غرونو ته نږدې په يوه کوچني کلي کې اوسېدل. هلته ټولو يو بل پېژندل. ان د يو بل د سپيو نومونه ورته مالوم وو. د کلي کشيش په اخترونو او جشنونو کې بهر راووت، د نورو کليوالو غونډې

يې نخل او خښل. دا د نړۍ تر ټولو ښکلې صحنه وه. په داسې ټولنه کې لوېږدل خومره خوند کوي! په پينځه کلنۍ کې يې دولتي ښوونځي ته بوتلم. هلته مې د هوښ ازمويلو په ازموينه کې ګډون وکړ، دا ازموينه يوه ډېر رسمي کس واخيسته، په پای کې يې زه د ټنبلو او هغو زده کوونکو ټولګي ته معرفي کړم، چې له ذهني اړخه وروسته پاتې وو. هغوی ته مهمه نه وه، چې زه په ايټالوي پوهېدم، ان په يوه ځانګړې لهجه مې خبرې کولای شوې او د هغوی په خبرو مې سر خلاصېده. له فرانسوي او اسپانوي ژبو سره هم څه ناڅه بلد وم؛ خو له انګليسي سره مې ښه اشنايي نه درلوده او له همدې امله يې ټنبل وبللم. فکر کوم اوس يې بل لغت ورته موندلی، دغه کسان «له فرهنګي اړخه نامساعد» بولي. زه يې له همدې امله د ټنبلو زده کوونکو ټولګي ته ولېږلم، دا ماته د زده کړې په برخه کې خورا ښه تجربه وه. غواړم د خپلې مينه ناکې ښوونکې په اړه درته ووايم. دا ميس هانت نومېده او په ښوونځي کې يوازينۍ مېرمن وه، چې ټنبلو زده کوونکو ته يې درس ورکاوه. جالبه ښځه وه، ان که د هوډې بوی به راځخه ته، بيا يې هم مينه راسره کوله. په ياد مې دي، رابانـدې راټيټه به شوه چې د قلم نيولو طرز مې وګوري. له هغې نه مې ځينې مسايل زده کړل. ډېره رابانـدې ګرانه وه. يوه ورځ مې لويه تېروتنه وکړه. ما د ګلاديا تورانو په اړه يوه مقاله وليکله، پايله دا شوه چې له مايې دويم ځل ازموينه واخيسته او د عادي ماشومانو ټولګي ته يې ولېږلم.له هغې ورځې د زده کړو تر پايه خواشينی وم.

ډېره دردوونکې دوره وه. ماشومانو به ډول ډول نومونه رابانديې اېښودل چې ايټالوي کډوالو ته کارول کېدل. په مانا يې نه پوهېدم. په ياد مې دي چې په

دې اړه مې له پلار سره چې زموږ د کورنیو مشر و، خبرې وکړې. تـرې ومـې پوښتل چې هلکان کله راته «ډاګو» وایي او کلـه «وپ» دا څـه مانـا؟ (ډاګـو او وپ بد القاب وو چې بهرنیو کډوالو ته به کارول کېدل: ژبـاړن) پـلار مـې راتـه وویل:« فلیسه! دا مهمه نه ده، خلک تل دا ډول خبرې کوي او پر نورو نومونه ږدي، دا کومه مانا نه لري. هلکان هم کومه موخه نه لري، هغوی تا نه پېـژني او په اړه دې مالومات نه لري. په کیسه کې یې مه کېږه» خو زه خواشینی وم او دا خبرې بدې رابانديې لګېدې. دې خبرو زه له نورو بېلولم. هغوی به چې ډاګو راته ویل، داسې به یې ښودله چې ماپېژني. زه به یـې پـه یـوه ډلـه کـې راوستلم او داسې به یې د ارامۍ احساس کاوه. هغوی نه پوهېدل چـې مـور مې لوستې ښځه ده او پلار مې چې کله دې هېواد ته راغی په یوه هوټل کې یې کار کاوه. هغه به ډېر ځله د شپې کار ته تلـو او مـور بـه مـې یـې یـوازې پرېښوده. مور به مې موږ یوولس تنه راټول کړو او لوبه به یې پیـل کـړه. مـوږ به ډېر ځله پر دې بحث کاوه چې کوم یو کوم رول ولوبوو. اوس مې هـم یـاد شي چې د ټولو له منځه زه د شاپرک په رول کې ډېر بریالی وم.

ملګري مې په دې هم نه پوهېدل چې مور به مې ویل:« که یوه ټوټه هوږه په غاړه کې واچوئ، کله به هم ناروغ نشئ.» هوږه به یې میده کړه، پـه دسـمال کې به یې غوټه کړه، زموږ په غاړو کې به یې راواچوله او ښوونځي ته به یـې ولیږلو. غواړم دلته یو راز درته ووایم: زه به تل روغ وم، کله هم نه مریضېدم. د هوږې د بوی له امله هیڅا د نږدې راتلو جرات نشوی کولای، ځکه خو بـه هېڅ وخت نه ناروغه کېدم؛ خو اوس چې په اصطلاح لوستی او پوه کس یـم او د هوږې دسمال مې لرې کړی، هر کال یو ځل زکام کېږم. هغو کسانو چـې

زه «وپ» او «ډاگو» بللم، په دې نه پوهېدل او زما د پلار له قانونه هم ناخبره وو. د پلار قانون مې داسې و چې د ماخستن تر ډوډۍ وروسته مو تر هغې د پورته کېدو اجازه نه لرله، چې د هغې ورځې نوی زده کړی مطلب نورو ته وانه وروو. دا کار ستونزمن راته ښکارېده. څه په درد یې خوړل؟کله به مې چې ما او خور لاسونه مینځل او په صابون به مو سره جنجال و، ویل به مو غواړئ نوی مطلب زده کړو؟ وروسته به ټول دایره المعارف ته ورغلو او مثلا وبه مو لوستل چې د افغانستان نفوس پینځه دیرش میلیونه دی. بیا به ټول له میز نه راتاوو شو، سره کړې غوښه یا بل څه به مو په قابونو کې راوچول او ځانونه به مو ماړه کړل. پلار به مو چوکۍ ته ولي تکیه کړل، سگرټ به یې ولگاو، و به یې ویل:« فلیسه! نن دې څه زده کړي؟» ما به ورته وویل:« د افغانستان نفوس....» پلار ته مې یوه موضوع هم بې ارزښته نه وه. مور ته به مې یې مخ وراړاوه او ورته وبه یې ویل:« رزا! پر دې پوهېدې؟» هغې به په حیرانۍ ځواب ورکړ:« نه» مور به له ځانه سره ویل:« خدایه! دې خلکو عقل له لاسه ورکړی» زه به تاسو ته یو راز induced وایم. اوس چې غټ شوی هم یم کله چې د شپې د خوب ځای ته ځم، له ځانه پوښتم:« فلیسه! نن دې نوي څه زده کړي؟» که مې نوي څه نه وي زده کړي، باید کتاب راواخلم، نوي څه زده کړم او وروسته ویده شم. ښایي د زده کړې مسله ټوله همداسې وي؛ خو دوی به چې کله ماته «ډاگو» وایه، پر دې نه پوهېدل. پېغورونه او پرزې فاصله ایجادوي. چاته پېغور مه ورکوئ او که چا پېغور درکړ، ورته وواییئ:« د چا او څه په اړه غږېږئ؟ زه په دې اړه نه پوهېږم.» که مور هر یو دا کار پرېږدو، له شک پرته دا کار ختمېږي. په هر انسان کې

دومره ښکلي خاصیتونه شته، چې د پېغور او پرزې وړ نه دی. بله خبره داده چې میین انسان باید مسؤلیت درک کړي. **په نړۍ کې مسؤلیت له انسان کېدو څخه ګران نه دی او څومره ښه به وي چې ته هم پر هغه باور ولرې.**

میین انسان له ضایع کولو څخه بده وړي، هغه که د وخت ضایع وي، یا د امکاناتو. موږ دومره وخت ضایع کوو ته به وایې تر ابده ژوندي یو. دلته یوه کیسه درته کوم. دا زما د ژوند د یوې لویې تجربې کیسه ده. د ښوونکو د روزنې په پوهنتون کې یوه ځوانه مېرمن وه. ښه فکر ورسره و او په ماشومانو میینه وه. بې حده شوخه وه. درس یې پای ته ورساوه، فارغه شوه او یو ځای یې دنده پیل کړه. هغه له روحي، ذهني او هر اړخه ښکلې وه. دا د لومړي ټولګي ښوونکې وګومارل شوه. ټوله کیسه راته یاده ده، ځکه ما باید هغه ګام پر ګام څارلې وای.

ټولګي ته ننوته، پلان یې وکوت، لیکلي وو: لومړی درس«دوکان» هغې په داسې حال کې چې د پلان کتابچه یې په لاس کې وه، وویل:« ناممکنه ده، دا د ۱۹۷۰م امریکا ده. دا هلکان په دوکانونو کې رالوی شوي. له لوښو، د سوپ له قوطیو او شیدو له پاکټونو سره بلد دي او ښه پوهېږي چې دوکان څه ډول ځای وي. د دوکان مطالعه څه مانا لري؟» خو د پلان په یوه برخه کې پر درس ټینګار شوی و. ښوونکې له ځان سره وویل:« په دې کې هرو مرو څه حکمت شته. کولای شم د دوکان په اړه په زړه پورې درس ورکړم. خپله هڅه به وکړم» له زده کوونکو سره پر فرش کېناسته. او په ډېره مینه یې ورته

وویل:« ماشومانو خوښه مو ده چې د دوکان په اړه څه راته ووایـئ؟» هغـوی ورغبرگه کړه:« څومره بې خونده موضوع ده!»

د نن هلکان د پخوا غونډې نه دي، دومره هم کم عقل نه دي. مک لوهان وايي هر ماشوم وړکتون ته تر تگ وړاندې ۵۰۰۰ساعته تلويزيوني خپرونې ليدلي. د تلويزيون پر مخ د سلگونو جنسي تېريـو او قتلونـو شـاهدان دي. د مينـې اړيکې يې ليدلي. موسيقي يې اورېدلې، پاريس او روم ته يې سـفرونه کـړي. په تلويزيون کې يې ليدلي، چـې رښـتيني انسـانان څـه ډول وحشـيانه وژل کېږي او موږ راوستي چې د دوکان په اړه مالومـات ترلاسـه کـړي. يـا داسـې کتاب ورکوو، چې پکې ليکل شوي:« انا انار راوړل، انار خوارِه دي» ولې يو بل څه نه ورښيو؟ ولې نه پوښتو چې زمـوږ مخاطـب څـوک دی او څـه شي تـه اړتيا لري؟ له کومې لارې د هغوی غوښتنه تضمينولای شو؟

وروسته دې مېرمنې چې يوه رښتينې ښـوونکې وه وويـل:« ډېرښـه، غـواړئ چې څه ولولئ؟» د يوه ماشـوم سـترگې ورپېـدې او ويـې ويـل:« زمـا پـلار د فضايي توغنديو په لابراتوار کې کار کوي. ورته وبـه وايـو چـې يـو توغنـدی راوړي، چې هغه زده کړو او بيا سپوږمۍ ته پکې سفر وکړو.» ټولو ماشـومانو يې خبره تاييد کړه او ويې ويل:« دا ښه خبره ده» بله ورځ د همغه هلـک پـلار راغی او د فضايي بېړۍ يو مـاډل يـې ورسره راوړ. لـه هلکـانو سره پـر فـرش کېناست او هغوی ته يې د بېـړۍ د کـار او فضـا تـه د سـفر پـه اړه مالومـات ورکړل. کاشکې تاسو هم وای او ليدلي مو وای، چې په ټولگي کـې څـه پـېښ شول. ماشومانو د فضايي علومو په اړه د ريـاضي د پېچلـو تيوريـو پـه بـاب

خبرې کولې. هغوی په خبرو کې د «انا انار راوړل» غوندې کلمې نه کارولې. د فضایي بېړیو، فضانوردانو، کهکشانونو او نورو مانالرونکو مسایلو په اړه غږېدل.

وروسته د ښوونځي سرپرست ټولګي ته راغی، شاوخوایې وکتل او ښوونکې ته يې وويل:« دوکان مو چېرته دی؟ ښايي په دې ورځو کې د دې درس په اړه نیویارک ټایمز ته یوه مقاله ولیکم او نوم «مېرمن.... دوکان مو چېرته دی؟» پرې کېږدم. ځوانې ښوونکې د ښوونځي مسوول څنګ ته کړ او ورته ويې ویل:« پوهېږې د دوکان په اړه مې خبرې ورسره وکړې؛ خو هلکانو غوښتل چې سپوږمۍ ته پرواز وکړي. هغه لغات او خانې وګورئ، چې ډکې کړې مو دي. ټاکلې موده چې په راتلونکي درس کې د جیټ له کارخانې څوک راوغواړو چې هلکانو ته یو څه د ننداري لپاره وړاندې کړي او....» د ښوونځي مسؤل وويل:« تاسو باید د ښوونځي د لایحې مطابق د دوکان په اړه خبرې کړې وای. باید دوکان جوړ کړئ. دا کار هرومرو وکړئ، هرو مرو»

ښوونکې ماته راغله، ويې ويل:« تاسو ولې په زده کړه کې پر خلاقیت ملنډې وهئ؟ دا څه مانا لري؟ که ستاسو سپارښتنه عملي کړم، باید له ختو کېلې جوړې کړم، دا کار شپږ، اووه اونۍ وخت نیسي۔ دا د وخت ضایع ده» پوهېږئ بیا يې څه وکړل؟ کېناسته، ماشومان يې راټول کړل او ورته ويې ويل:« هلکانو! غواړئ چې راتلونکی کال هم زه درسره وم؟» ماشومانو ځواب ورکړ:« هو، ولې نه» ښوونکې وويل:« ډېر ښه، که غواړئ چې زه درسره وم، باید اوس یو دوکان جوړ کړو» ماشومانو ځواب ورکړ:« ډېره ښه ده، دوکان

جوړوو؛ خو ژر یې خلاصوو» ماشومانو په دوو ورځو کې د شپږو اونیو درسي کار وکړ. د ختو کېلې یې جوړې کړې. د دوکان روک یې منظم کړل او شیان یې پکې کېښودل. ښوونکې ورته وویل:« د ښوونځي مسؤل چې راغی ورته وښیئ چې په اسانۍ په دوکان کې کار کولای شئ» د ښوونځي مسؤل راغی او د دوکان له لیدلو یې ډېر خوند واخیست. ماشومانو ورته وویل:« غواړئ نن یو څو کېلې واخلئ؟» همدا چې دی له دوکانه بهر شو، زده کوونو سپوږمۍ ته د سفر تابیا ونیوله.

پکار نه ده چې یوازې د نن لپاره ژوند او زده کړه وکړئ، باید فکر وکړو چې پنځوس کاله وروسته به نړۍ څه ډول وي. باید د راتلونکو سلو کلونو لپاره ژوند زده کړو او راتلونکي زر کلونه په خوب ووینو. ننني نړۍ د لومړي ټولګي زده کوونکي ته راتلونکي کال بې مانا ده. وګورئ، فکر وکړئ چې زموږ نړۍ په څومره سرعت بدلون کړی. ملامت نه یو چې په تېر پوري مو زړه تړلی. موږ ته یې په نن کې ژوند کول نه دي راښودلي. وخت په بېړه روان دی. اوس د دې جملې وخت نه دی چې انا انار راوړل.

بله خبره داده، چې زما په اند مېین انسان په حال کې ژوند کوي او د اوس وخت له ښکلا سره مینه لري. موږ ټول د وخت په لومه کې ښکېل یو. ټول وپشل شوي یو. خندل او د خندا احساس مو هېر کړی. موږ ته یې ویلي چې یوه ښه پېغله په لوړ اواز نه خاندي، هغوی خندا هېره کړې او یوازې یوه احمقانه موسکا کوي. دا خبره چا کړې؟ امیلي پست کړې؟ ولې د نورو ساز ته وناڅو؟ ولې باید د ژوند اصول له نورو زده کړو؟ موږ په

ورځپانه کې لولو:« ګرانې مېرمنې! په فیبروری کې مو د لور واده دی. ستا په نظر باید کوم ډول ګل په لاس کې ونیسي؟» پرېږدئ چې لور مو خپله ځان ته ګل انتخاب کړي. د ډیکوریشن والا ته وایو:« ښاغلیه! زما د کوټې پردې سرې دي، کوم رنګ فرش به ورسره ښه ښکاري؟» ښایي ډیکوریشن والا درته ووایي چې الواني رنګ ورسره مناسب دی. تاسو ولاړ شئ او څو زره ډالره په فرشونو ورکړئ؛ خو کله چې یې هوار کړئ، ګورئ چې د فرش او پردو رنګونه سره ښه نه ښکاري. همداسې ښه یئ. موږ دې حد ته رسېدلي یو چې خپل احساسات مو هېر کړي، اورېدلي مو دي چې «نارینه نه ژاړي» دا چا ویلي؟ که مو زړه وغوښتل چې باید وژاړئ، دا ډېر ښه کار دی، وژاړئ. زه هر وخت ژاړم. په خوښۍ کې د شوق او شور اوښکې تویوم او په غم کې ژاړم. کله چې له کوم محصل نه ښکلې جمله واورم، سترګې مې له اوښکو ډکې شي. کله چې شعر لولم، سترګې مې نمجنېږي.

که کوم احساس لرئ، څرګند یې کړئ. پرېږدئ خلک مو له احساساتو خبر شي. ایا د داسې بوت غوندې څېرې له لیدو نه ستړي کېږئ، چې هېڅ احساس پکې نه وي؟ که مو زړه خندا غواړي، ډېره ښه ده وخاندئ. که مو د چا خبرې خوښې شوې، ور نږدې شئ او په مینه ناک انداز ورته څرګنده کړئ، چې خبرو دې خوند راکړ. کله کله چې سهار راویښ شم، ډېر ښه احساس راسره وي. یوه ورځ مې په موټر کې کارځای ته روان وم، حالت مې ښه وه.په لوړ غږ مې د مینې سندره ویله، چې په اصل کې دوو تنو ویلې وه. پولیس سر ښیښې ته رانږدې کړ، په خندا یې وویل:« نن چې تا جریمه کوم، دا مې د ژوند تر ټولو خندوونکې جریمه ده» ومې پوښتل:« ولې ښاغلیه؟»

راغبرګه یې کړه:« په یوه بل موټر پسې وم چې د زیات سرعت لـه وجـې مـې باید جریمه کړی وای، په دې وخت کې ته تر موږ دواړو په زیات سرعت کـې رانه مخکې شوې» تاسو وګورئ. زه په خپله ښکلې نړۍ کې دومـره ډوب وم، چې ان پولیس مې هم نه و لیدلی.

څومره مو چې وس کېږي له نورو لرې کېږو. زه د هغـه وخـت ارمـانجن یـم، چې خلک به سره نږدې وو ، یو بل به یې درک کول. زه تل په دې تکل کـې وم چې خلک درک کړم. کله چې څوک لمس کړم، وپـوهېږم چـې ژونـدی دی. لـه دې پرته سړی فکر نه کوي چې اوسني خلک دې ژوند کوي. موږ ربښـتیا هـم دې تایید ته اړتیا لرو. د وجود د اصالت مکتب ته په باور موږ ټول فکر کـوو، چې نه لیدل کېږو. ځینې وخت د دې لپاره چې وښیو په اصولو برابـر ژونـد مو کړی، د جبر له مخې ځان وژنه کوو؛ خو زه دا هـوډ نـه لـرم. مـوږ د خپـل ژوند د تایید لپاره تر دې غوره او ښې لارې لرو. که څوک غواړي تـا پـه غېږ کې ونیسي، باید ته هلته وې، ګنې لاسونه به یې سـتا لـه منځـه خـالي تېـر شي. زه ټول په غېږ کې نیسم، یوازې رانږدې شئ او وګورئ چې څنګه مو په پرانیستې غېږ لمسوم.

د نورو لـه لمسـولو، احساسـولو او خپـل احسـاس لـه څرګنـدولو بایـد ونـه وېرېږو. د نړۍ تر ټولو ساده کار دا دی، چې هغه څه و اوسو، چې یو او هغه څه وښیو چې احساسوو یې. د نړۍ تر ټولو ګران کار دا دی، چې هغسـې و اوسو چې خلک مو غواړي. ایا ته ربښتیا هم خپله ته یې او که هغه څوک یـې چې خلک دې غواړي؟ غواړې وپوهېږې چې څـوک یـې؟ دا سـتا د ژونـد تـر

ټولو ښکلی سیاحت دی.

میین انسان تل د ژوند خوښی او رنګونه وینې. زه د عمومي رسدیو د نظریاتو خلاف په ډاډ وایم، چې انسان نېکمرغی ته پیدا شوی. زموږ نړی پرېمانه ښکلاوې لري. ونې، مرغان، څېرې، هېڅ دوه څېزونه یو ډول نه دي، هر څه د بدلون په حال کې دي. ولې خواشیني شو؟ د څه لپاره؟ تر اوسه دوه غروبه په یوه بڼه نه دي تکرار شوي. د خلکو څېرو ته وګورئ. هره څېره له بلې سره توپیر لري. هر څوک خپله ښکلا لري. کله هم داسې نه دي شوي چې دوه ګلان دې په یوه بڼه وي. د طبیعت مور له همرنګی زړه توري ده. ان د وښو دوه بوټې یو ډول نه دي. ما له بودایانو یو ارزښتمن درس زده کړ. هغوی «پر دې ځای» او «اوس» ګروهمن دي. دوی وایي یوازې هغه څه رښتیني دي، چې دلته دي. یوازې هغه پېښې واقعیت لري، چې اوس زما او ستا ترمنځ واقع کېږي. که د سبا لپاره ژوند کوئ، سبا یوازې یو خیال دی. په دې حالت کې یوازینی څه چې لرئ یې خیال دی، داسې خیال چې تر اوسه په واقعیت نه دی بدل شوی. ماضي هم نوره واقعي نه ده، د ماضي یوازینی ارزښت دادی، چې اوسنی «ته» یې جوړ کړی یې، دا یې یوازینی ارزښت دی، چې لري یې. پر دې اساس په تېر کې د ژوند پر ځای په حال کې ژوند وکړه. کله چې ډوډی خورې، ډوډی وخوره. کله چې مینه کوې،مینه وکړه. کله چې له چا سره خبرې کوې، خبرې وکړه. کله چې ګل ته ګورې، ورته وګوره. د شېبو راښکون احساس کړه.

میین انسان دې ته اړتیا نه لري چې هېڅ نیمګړتیا دې ونه لري. یوازې

انسان و اوسه، بس همدومره. د تکامل او بې نیمگړتیاوالي فکر مـا وېـروي. زه کوم کار بې نیمگړتیا نشم ترسره کولای، نو له هر کاره به وېرېږم. مزلو وایـي، عالي تجربې شته چې موږ ټول یې بایـد و ازمـایو. د سرامیکـو د یـوه گلـدان جوړول یا د یوې صحنې انځورول په نظر کې نیسو. د وجود د اصـالت یـوه نظریه وایي:« زه باید شتون ولرم، ځکه یو کار مې تـرسره کـړی، یـو څـه مـې خلق کړي، نو شته یم.» له دې ټولو سره موږ دا کارونه نه کوو. وېرېـږو چـې ښه به نه وي او د خلکو بـه خـوښ نـه شي. کـه دې زړه و غوښـتل چـې پـر دېوال رنگ وپاشې، ویې پاشه. ووایه:« دا زما اثـر دی، مـا خلـق کـړی او ښـه شی دي» خو موږ ډارېږو، غواړو ټول کارونه مو په ډېر ښـه ډول تـرسره کـړو. غواړو اولادونه مو هم عالي وي او هېڅ نیمگړتیا ونه لري.

زه مې دلته د ښـوونځي د وخـت یـوه کیسـه درتـه کـوم. کـه ورزش روزونکـی یاست، هیله لرم، خبرې به مې درک کړئ. د تکامل او بې نیمگړتیا والي هڅـه مې اوس هم نه هېرېږي. په ورزش کې باید ټولو ته یو ډول فرصت ورکړ شي. ورزش باید یوازې له ځان سره د سیالۍ ځای وي. که مې د توپ شوټ کـول نه وي زده، باید په ډېر ښه شکل یې زده کـړم؛ خـو زمـوږ پـه ښـوونځي کـې داسې نه وو. د ورزش روزونکی مو تل د تر ټولو غوره هلکانو په لټه کې و. په کاملو پسې گرځېده. تل به چاغ او تکړه هلکان گټونکي وو. کاشکې مو زه هغه وخت لیدلی وای، ډنگر وچ کلک وم. په غـاړه کـې مـې هـوږه اچـولې وه او یـو نېکر به مې اغوستی و چې ډېر راپکې لوی و، ښکته به ځړېده . په صف کـې به ودرېدم چې لوبې ته مې وټاکي؛ هره ورځ به مـرگ رابانـدې تېرېـده. ټولـو ورزش کارو هلکانو به ځانونو ته تکړه او چاغ ملگري خوښول. په پای کې بـه

يو زه پاتې شوم، يو بل هلک به چې هغه هم زما غونډې ړنګر و، له مجبورۍ ووېل:» ډېر ښه، بوسکاليا يې زما» ما به سر ښکته واچاوه او له کتاره به بهر شوم، مرګ به راباندې تېرېده، ځکه زه داسې بې عيبه ورزشکار نه وم، چې هغوی به غوښت. زما يو ټولګيوال په جمناستيک کې و. يو کال د المپيک لپاره هم غوره شوی و. يوازينی نيمګړتيا يې داوه چې پښې يې پلنې وې، نوره هېڅ خو پکې نه وه. له هره پلوه پرې ختمه وه؛ خو دی له ځانه ناراضه و. فکر يې کاوه چې نيمګړتياوې پکې دي. ويل يې کله چې پر لاره روان وم، د پښو غږ مې اورم او ترې ځورېږم، سره له دې چې دا غږ له ده پرته بل هېچا نه اورېده؛ خو ده ته يې خوند نه ورکاوه. له دې وېرېده چې ښايي نور خلک به هم دا غږ اوري. کاشکي مو ليدلی وای چې له دې کمال ګرايۍ نه څومره ځورېده.

ويل يې مينه څه ده؟

ما ويل دا پوښتنه مه کړه

که ته زه وای، پوهېدلې

مولينا

خو انسان تل وده او بدلون كولای شي او كه پر دې چاره باور ونه لـري، تـل به ځورېږي. هره ورځ بايد نړی په نوې بڼه وګورئ. ستا د باغ ونه هغه نه ده چې پرون دې ليدلې وه، ورته وګوره، تغيـر پكـې راغلـی. خاونـد دې، مېـرمن دې، اولاد دې، موروپلار دې، آن تر تا پورې ټول د تغير په حال كـې دي. تـه هـم لـه دې قاعـدې مسـتثنی نـه يـې. دوه ورځـې وړانـدې مـې لـه دوو تنـو محصلانو سره د سيند پر غاړه قدم واهه. يوه محصل مې وچ شـوی كـب لـه ريګ نه راواخيست او اوبو ته يې واچاوه. ويې ويل:« وچ شوی؛ خو كه بيرتـه په اوبو كې واچول شي، ښايي ژوندی شي» وروسته يې ماتـه مـخ راواړاوه او راته كړل يې:« پوهېږې؟ ښايي دا موضوع زموږ په اړه هم صدق وكړي. ځينې وخت داسې ځای ته ورسېږو، چې وچ شو، نم او تازه ځای ته اړتيا لرو.»

په حقيقت كې پر ژوند پانګونه پر بدلون پانګونه ده. موږ نشو كـولای تـل لـه مرګه ووېرېږو. بايد ځانونه په ژوند كولو سخت بوخت كړو. پرېږده چې مرګ خپله د ځان په اړه فكر وكړي. ژوند داسې نه دی. بايد له ټولو هغـو تغيراتـو سره ځان عيار كړې، چې په ژوند كې دې واقع كېږي، يعنې بايـد تـل بـدلون وكړې. موږ ټول د يوه عجيبه سفر ملګـري يـو. هـره ورځ، نـوې ورځ ده. هـره تجربه، نوې تجربه او هر سړی تازه سړی دی. هر څه نوي دي. ستا د ژوند هر سهار نوی سهار دی. تر دې وروسته دې د ژوند ورځو ته د يـوه تكـراري څېز فكر مه كوه. په جاپان كې د روانو اوبو د غـږ اورېـدل يـو دود و. د چـای څښلو پر وخت به چې سره راټول شوو. كوربه به چې په چـای جـوش كـې اوبه اچولې، موږ به ټول ورته غوږ وو. د اوبو تويولو غږ به ټول هيجاني كړل؛ خو داسې ډېر خلك شته چې هره ورځ يې له اوبو سره سروكار وي؛ خو يوه

ورځ هم د هغو غږ ته نه دي متوجه شوي او نه یې خوند ترې اخیستی. اخري ځل دې کله د باران د څاڅکو غږ اورېدلی؟

هربرت اوتو وايي:« تغير او وده هغه وخت رامنځته کېږي چې موږ ځانونه خطر ته ورکړو او د ژوند کولو له تجربې سره مخ شو.» رښتيا، په زړه پورې نه ده چې سړی خپل ژوند په خطر کې واچوي او پر ځان د باور سره يې تجربه کوي او ازموي يې؟ د دې ازمويني پايله له خوښۍ او تازه ګۍ ډک ژوند دی؛ خو دغه ژوند په عين حال کې ډاروونکی هم دی. ډاروونکی ځکه دی چې له نوو مسايلو سره مخ کېږې او په خپله خوښه ډېر داسې څه پرېږدې يا يې له لاسه ورکوې چې ورسره اشنا وې.

زه پوره باور لرم، چې د مينې ضد کرکه نه، بې پروايي ده. يو شي ته ارزښت نه ورکول دي. که يو څوک له ما نه کرکه ولري، په اړه مې يو احساس لري. له دې پرته کرکه نشي رانه کولای. پر دې اساس يوه لاره شته چې په وسيله يې زه هغه ته ورسېږم. که له اوسنۍ صحنې سره مينه نه لرې، که خوښ نه وې، که يوازې وې، که پېښې نه حس کوې، صحنې ته تغير ورکړه. د صحنې تر شا پردې ته نوی رنګ ورکړه. نوي لوبغاړي راټول کړه. نوې نمايشنامه وليکه، که دې دا هم خوښه نه شوه، په بېړه له صحنې راووځه او بله نوې نمايشنامه وليکه. ميليونونه نمايشونه او نمايشنامې شته. د ټولو انسانانو په اندازه نمايشنامې لرو. نيکوس کازانت زاکيس وايي:« قلمونه او رنګونه ستا په لاس کې دي، نوې صحنه پرانېزه او ور ننوځه»

مېين انسان اړتياوې تشخيصوي او زړه سواندو خلکو ته اړتيا لري. يو

کس باید وي چې پرې مهربان وي، یو څوک چې په رښتیا هغه ووینې، خبرې یې واوري. ښایي یوازې یو تن وي؛ خو همدا یو تن باید وي چې ده ته د زړه له تله پام وکړي. ځینې وخت یوازې یوه ګوټه د پوره دېوال سوری بندولای شي.

نه پوهېږم ستاسو له ډلې به څو تنو د «زموږ ښار» په نوم نمایشنامه لیدلې وي؛ خو یوه بوړنوونکې صحنه یې هغه ده چې کوچنۍ امیلي ومري او هدیرې ته یې یوسي. هلته خدایان ورته ووایي چې یوه ورځ نور هم ژوند کولای شي، دا یې د زوکړې د دوولسمې کلیزې ورځ ټاکي. د زېږدورځې جامې یې اغوستې وي، په زینو کې راکوزېږي، خورا خوشاله وي، ځکه دا یې د زېږېدنې ورځ وي. مور یې د کیک په تیارولو دومره بوخته وي، چې د دې لیدو ته هم وخت نه لري. پلار یې له بهره راشي. هغه هم له کتابونو او کاغذونو سره بوخت وي او د پیسو په سوچونو کې دومره ډوب وي، چې دې ته یې هېڅ پام نه وي. همداسې یې تر خنګ تېر شي. ورور یې هم پر خپلو کارونو بوخت وي او د دې په لیدلو ځان نه په عذابوي. په پای کې امیلي په داسې حال کې یوازې پاتې شي چې د زېږدورځې د جشن جامې یې اغوستې وي او وایي:« هیله کوم، یو تن خو ماته وګورئ!» بیا یې مور ته ورځي او ورته وایي:« مورې! هیله کوم، یوازې یوه دقیقه راته وګوره» خو څوک نه ورته ګوري. نجلۍ خدایانو ته پنا وړي او ورته وایي:« ما درسره بوځئ. له ما دا هېره وه چې انسان کېدل څومره ستونزمن دي! نور هېڅوک هم چاته نه ګوري»

**رښتیا، باید ورو ورو یو بل ته غوږ نیول دود کړو. موږ باید واورېدل شو. د ښوونځي په کلونو کې باید هلکانو هغه څه تعریف کړي وای، چې اورېدل کېږي او دا موضوع یې له نورو سره هم شریکه کړې وای.**

هلک به پورته شو او وبه یې ویل:« تېره شپه مې پلار مور ته غوسه شو، په خوله یې په سوک ووهله او دوه مخکیني غاښونه یې مات شول، بیا مو په امبولانس کې روغتون ته یووړه. ښوونکي به سر پورته کړ او وبه یې ویل:« ډېر ښه، اوس د چا وار دی؟» بل هلک به راپورته شو، ښوونکي ته به یې ډبره ونیوله او وبه یې ویل:« دا ډبره مې د ښوونځي پر لاره موندده» ښوونکي به ورغبرګه کړه:« ډېر ښه، د لابراتوار پر مېز یې کېږده» څه کېدل چې ښوونکي ډبره راخیستې وای او ویلي یې وای:« هلکانو دې ډبرې ته وګورئ، رنګ یې وګورئ. ځان پرې وپوهوئ، دا چا جوړه کړې؟ له کومه ځایه راغلې؟ اصلاً ډبره څه شی وي؟ دا کوم ډول ډبره ده؟» خو دوی به د دې ټولو پر ځای وویل:« د لابراتوار پر مېز یې کېږده»

بشر پېژندلو ته اړ دی. موږ غواړو چې کار مو نور وګوري او احساس یې کړي. موږ ټول دې ته اړتیا لرو. غواړو کار مو یو څوک وګوري او راته ووایي چې ښه دې ترسره کړی. یو څوک باید وي چې زموږ پر اوږه د مینې لاس کېږدي او راته ووایي:( افرین، کار دې ښه و، خوند مې ترې واخیست.) که چاته ووایو چې دا کار مو ښه ترسره کړی، معجزه به وکړي؛ خو که تل د هغوی تېروتنې یادې کړو، پایله به یې منفي وي.

**بله دا چې مېینن انسان مېینېدلو، بدلون او ودې ته ازادي غواړي.**

تورتو به یوه په زړه پورې خبره کوله، ویل به یې :( مرغان کله هم په غـارونو کې نه چغېږي). د زده کړې لپاره باید ازاد واوسې. باید داسې مرغان ومومې چې دوی ستا له ونې سره مینه ولـري او تـه د دوی لـه ونـې سره.«ونـه دې راوښیه! ووایه چې څوک یې، څو زه وپوهېږم چې له کوم ځایه یې پیل کړم.» خو بندي مرغان نه چغېږي. «د خلاقیت لپاره ازادي پکار ده»

دلته یوه په زړه پورې کیسه درته کوم. څه موده وړاندې د کلیفورنیـا پـه یـوه ښوونځي کې له څو لایقو زده کوونکـو سره وم. خـبرې مـو کـولې.دوی ټـول راته غوږ وو. تر ناستې وروسته له څو ښوونکو سره سباناري ته ولاړم. چـې راوګرځېدو هلکانو راته وویل:« بوسکالیا صـیب پـوهېږې چـې څـه ډول بـده پېښه وشوه؟ هغه هلک دې په یاد دی چې ستا پـه مخکـې ناسـت و؟» ورتـه ومې ویل:« هو، هغه مې کله هېرېږي، خبرو ته مې غوږ، غوږ و.» راغبرګه یې کړه:« هغه یې د دوو اونیو لپاره له ښوونځي وشاړه» ومې پوښتل:« ولې؟» مـا په خبرو کې ویلي وو چې که غواړو یو شـی ربښـتیا وپېژنـو، بایـد کـاملاً یـې تجربه کړو. ورته ویلي مې وو:« که غواړئ ونه وپېژنئ، باید پکې وخېژئ. ونه احساس کړئ. په شاخونو یې کېنئ. هغه شمال ته غوږ شئ چې د پـاڼو لـه منځونو راوځي. بیا نو ویلای شئ چې زه ونه پېژنم.» په دې وخت کې هغـه هلک راته وویل، سمه ده، دا به مو یاد وي. له همدې امله زموږ تر تګ وروسته په ونه کې ختلی و. د ښوونځي د نظم مسؤل پرې راغلی و او لـه ښـوونځي یې ایستلی و.

ورته ومې ویل:« هو، تېروتنه شوې، ناسم پوهاوی رامنځته شوی. یـو ځـل د

ښوونځي د نظم له مسؤل سره غږېږم.» نه پوهېږم ولې؛ خو اکثره وخت د ښوونځيو د نظم مسؤلين د سپورت پخواني ښوونکي وي. کوټې ته ورننوتم. دی ناست و، پنډ عضلات يې لرل. ورته ومې ويل:« زه ډاکټر بوسکاليا يم.» په غوسه يې راته وکتل. ويې ويل:« ته هلکان تشويقوې چې ونو ته پورته شي؟ ته خطرناک يې.» ورته ومې ويل:« تاسو نه يئ پوهېدلي. فکر کوم کوچنی ناسم پوهاوی ...» خبرې مې يې قطع کړې، په لوړ غږ يې وويل:« ته خطرناک يې، هلکانو ته وايې چې په ونو کې وخېژي.که راولوېږي، بيا څنګه وکړم؟» زما خبرو ګټه نه کوله. ځکه سر يې نه خلاصاوه. پوه شوم چې له ده سره مې خبرې بې ګټې دي. پر ځای يې د هلک کره ولاړم. هغه وويل:« اوس پوهېږم چې کله ونې ته پورته شم او کله دا کار ونه کړم. فکر کوم دا کار مې په مناسب وخت کې ونه کړ. هغه مجبور شوی و چې د نظم له مسؤل سره روغه وکړي او نظم مراعات کړي. اوس هم ونې ته خېژي. ځينې لارې چارې شته چې په مراعاتولو يې خپلې ټولنيزې اړتياوې پوره کولای شو. يوازې بايد پر دې وپوهېږو چې له هغوی نه چېرته څه ډول او کله کار واخلو.

هر څوک خپله لاره لري او بايد چې ويې لري. د مينې لپاره تر زرو ډېرې لارې دي. هر سړی چې ځان ته غوره شي، خپله لاره مومي. مه پرېږدئ چې څوک خپله لاره درباندې تحميل کړي. د کارلوس کاستاندا په نوم يو انسان پېژندونکی دی. ده « دون خوان زده کړې» (يو سورپوستی راهب) په نوم کتاب ليکلی. په کتاب کې سورپوستي راهبان مطالعه شوي. په کتاب کې د دون خوان په نوم يو سړی وايي:« هره لاره له ميليونونو لارو څخه يوه ده. پر دې اساس بايد وپوهېږې، چې هره لاره يوه لاره ده. که د خپلې لارې بدلول

درته اړين ښکاري، يوه شېبه هم صبر ورته مه کوه، لاره دې بدله کړه. په پـای کې هره لاره يوه لاره ده. که زړه دې درته وايي چې پر دې لاره مه ځه، په دې کې تا او نورو ته هېڅ سپکای نشته. ستا تصميم پر هغې د تللو يا د هغې په بدلولو سره غواړي چې له وېرې خلاص وي. دا درته وايم چې ټولې لارې لـه نږدې په غور وګوره. څومره ځله چې يې لازم بولې، ويې ازمايه. وروسـته لـه ځانه وپوښته ايا دا لاره پخوانۍ هغې ته ورته وه؟ ټولې لارې يو ډول نـه دي او نه يوه ځای ته تللې. ځينې لارې لـه بوټـو او ونـو نـه تېـرې شـوې وي. ځينې په غرونو کې تللې وي. که ستا لاره مينه وي، موخه مهمه نـه ده. لاره دې جريان لري.

ته يوازې پر خپله لاره رښتينی اوسېدلای شې. د نړۍ تر ټولـو ګـران داسـې اوسېدل دي، چې هغسې نه وې.بايد له ځانه يې پيل کـړې او هغـه څـه تـه نږدې شې چې يې. درمالومه به شي چې اسانه دي.

**د نړۍ تر ټولو اسانه کار دا دی، چې هغه څوک و اوسې چې يې او تر ټولو ګران کار داسې اوسېدل دي چې نور دې غـواړي.** اجـازه مـه ورکوه چې تا هم داسې کړي. «ځان» دې پيدا کـړه. څـوک يـې؟ همغـه څـوک اوسه چې يې. کولای شې ساده ژوند وکړې. که ټول له خپلې لارې پاک کړې او ووايې:« زه دا ډول يم. يا مې له خپلو ټولو کمزوريو او کم عقليو سره ومنه، يامې پرېږده هغه څه و اوسم چې يم.» داسې به لوبې ته هېڅ ځای پاتې نه شي.

اوس کولای شو ټول په ګډه د مينې سفر وکړو. پکار نـه ده چـې دا سـفر دې

یوه لاره وي، دا یوازې شریکېدل دي. کومه خرڅه چې اړینه بولې، درسره وایې خله؛ خو اول به ښه وي چې یوه نوې فلسفه درته وړاندې کړم. دا د زینګر په نوم د یوه کس لیکنه ده، چې په کلیولند کې یې د ګشتالت په نوم موسسه کې کار کاوه. د لیکنې په پای کې یې د « عمومي پوهې او شخصي انقلاب» په نوم یوه مقاله راوړې. په مقاله کې وایي:« که څوک پر یوه سرک باندې په ځان پسې ګرځي، د خپل بدن د حالاتو د بدلون لپاره به یې په ذهن کې څه ډول افکار وي؟ ښایي دا کشف کړي چې مغز یې تر اوسه نه دی مړ، بدن یې تر اوسه نه دی وچ شوی او خپل مکان ته له کتو پرته اوس هم د خپل برخلیک خالق دی. که غواړي چې خپل برخلیک بدل کړي، باید د بدلون لپاره مقاومت وکړي. باید د ذهن په اړه یې نور اطلاعات هم ترلاسه کړي. باید د کارونو د تصورکولو پر ځای هغه ترسره کړي او د لمس وړ یې وګرځوي. زه خو وایم چې خبرې نورې بس دي، راځئ عمل وکړو. له حواسو مو باید داسې کار واخلو چې تر اوسه مو کله هم نه دی تری اخیستی. باید پرې ووینو. واورو. لمس کړو. احساس یې کړو. باید یو شی جوړ کړو او په دې پسې ونه ګرځو چې هغه دې هرو مرو بې عیبه وي. باید د هغو کلمو په اړه فکر وکړو چې مېرمنې/خاوند، اولادونو او دوستانو ته یې کاروو. باید ځان ته غوږ شو. باید د هغو کسانو خبرو ته غوږ شو چې خبرې راته کوي او د هغوی سترګو ته وګورو. باید خپلو خلاقانه کارونو ته درناوی ولرو او پر دې باوري اوسو چې ډېر ژر بریالي کېږو. له دې ټولو سره پر دې باوري و اوسو چې له زیار ګاللو او لاسونو له چټلولو پرته هېڅ بدلون نشي رامنځته کېدای. د لوستلو، زده کولو او اورېدلو لپاره هېڅ کتاب نشته.

زه یوازې پر دې پوهېږم: زه وجود لرم، زه شته یم، یوازې خپله مې خپل ژوند جوړولای شم. یوازې زه، بل هېڅوک هم نه. زه باید له خپلو کمیو، تېروتنو او گناهونو سره مخامخ شم. زما له نشت نه به هېڅ څوک دومره ونه ځورېږي، لکه زه چې ترې ځورېږم.

سبا بله ورځ ده، زه باید پرېکړه وکړم چې د خوب له کټه راپاڅم او بېرته ژوند پیل کړم. که مات شم، باید نه تا ملامت کړم، نه ژوند او نه خپل خدای.

موږ د مینې، پالنې او د ژوند د نورو چارو لپاره د خپلې وړتیا او استعداد ډېره کمه برخه لګوو. زموږ بالقوه ځواک موږ هر هغه ځای ته رسولای شي چې غواړو یې.

(هربرت اتو)

# مینه کسبي پدیده ده

# لومړی څپرکی

د شلمې پېړۍ په لومړیو کې  په فرانسه کې یوه کلي ته نږدې په ځنګله کې یو ماشوم وموندل شو. موروپلار یې همداسې پرېښی و چې ومري. عجیبه وه چې ماشوم ژوندی پاتې شوی و؛ خو بدن یې د حیوان غوندې و. په څلورو به تلو. په غار کې یې ژوند کاوه. خبرې یې نشوی کولای. د حیواناتو غوندې اوازونه به یې ایستل. له خپل ژوند پرته د بل هېڅ شي په فکر کې نه و.

داسې ډېرې پېښې نورې هم شوې دي. د دغو ټولو شریک ټکی دا دی، چې که انسان د حیوان په څېر لوی شي، کره وره به یې هم د حیوان غوندې وي، ځکه بشر انسانیت زده کوي. هغه د یوه انسان غوندې زده کوي چې مسایل حس کړي او د انسان په څېر مینه وکړي.

ارواپوهان، رواني ډاکټران، ټولنپوهان، انسان پېژندونکي او د ښوونې او روزنې متخصصان په خپلو څېړنو کې دې پایلې ته رسېدلي، چې مینه کسبي پدیده  او داسې احساس دی، چې له نورو زده کېږي. د مینې زده‌کړه د یوه کس د زده کړې له وړتیا، هغو کسانو چې دی زده کړه ترې کوي او هغې

ټولنې له فرهنګ سره اړيکه لري، چې دی پکې اوسي. د کورنيو جوړښت، د نارينه وو او ښځو اړيکې، د ودونو او جنسي- مسايلو اصول او مقررات په بېلابېلو ځايونو کې توپير لري؛ مثلا په بالي او نيويارک کې د مينې او واده اصول، جنسي اړيکې او د کورنۍ تشکيل بېل دي. په بالي کې د کورنۍ د غړو ترمنځ اړيکې ډېرې نږدې او پېچلې دي؛ خو په نيويارک کې د کورنۍ جوړښت تيت او پاشلی دی. په بالي کې ځو ودونه ازاد دي؛ خو په نيويارک کې د قانون پر اساس څوک تر يوه زيات ودونه نشي کولای.

ډېر کسان فکر کوي چې مينه کسبي نه ، بلکې يوه داسې ځانګړنه ده چې په هر انسان کې ويده ده او داسې رمز ته په تمه ده، چې هغه راپاڅوي او را ويې باسي. ډېر خلک د ژوند تر پايه د نوموړي وخت د رارسېدو په تمه وي. زياتره انسانان له دې حقيقت سره له مخامخېدو وېرېږي، چې خپل عمر د مينې په لټه کې تېر کړي. موږ غواړو چې په مينه کې ژوند وکړو او په دې لاره کې ومرو، پرته له دې چې په حقيقت يې ځانونه وپوهوو.

په موږ کې داسې کسان هم شته، چې مينه تش خيال او کم عقلي ورته ښکاري. ځينې نور بيا په شاعرانه خيال کې دومره ډوب دي، چې مينه هرڅه بولي او وايي: «مينه د اوړي په شپه کې د مرغه چغار او د ېيغلې د سترګو بريښنا ده.» بله ډله پر مذهبي تعصباتو ټينګار کوي او وايي چې خدای مينه دی. ځينې نور بيا مينه له يو بل انسان سره عاطفي او احساساتي تړاو بولي. ځينې وخت له داسې کسانو سره هم مخېږو چې د مينې په اړه هيڅ پوښتنه نه کوي، تعريفول خو يې پر ځای پرېږده. دوی د

مينې په اړه له فکر کولو سره کلک مخالف دي. د دوی په اند مينه داسې څـه نه ده چې ژور پکې ولاړ شو. مينه بايد و ازمايو، تجربه يـې کـړو. البتـه بايـد ومنو چې دا ټولې خبرې تر يوه ځايه سمې دي؛ خو داسـې نـه شـو ويـلای چې پلانی لاره تر نورو بشپړه او ښه ده. نو هر انسان خپلو محدوديتونو ته په کتو مينه تجربه کوي.

څوک چې غواړي د موټر په اړه تر نورو ډېر وپوهېږي، له شک پرتـه چـې پـه اړه يې بايد مطالعه وکړي. هغه مېرمن چې له پخلي سره مينه لري، د پخـلي اړوند کتابونه لولي يا ښايي د پخلي د زده کړې په ټولګي کې نوم وليکي؛ خو په دې اړه هېڅ فکر نه کوي چې که په مينه کې ژوند کول غواړي، بايد دومـره وخت ورکړي، لکه د موټر لپاره يې چې مسـتريتوب، يـا يـې د پخـلي لپـاره د اشپزی زده کړې ته ورکـوي. يـوازې علاقـه او مـيلان کفايـت نـه کـوي. هـېڅ مستري او اشپز پر دې باور نه لري چې له خپل کسب سره د ميلان له لارې به تخصص ومومي. که لاندې مواردو ته وګورو:

- هېڅوک داسې شی چا ته نشي- ورکـولای چـې د هغـه خاونـد نـه وي، کـه غواړې چاته مينه ورکړې، بايد مينه ولرې.

- هېڅوک چاته داسې شی نشي ښـودلای چـې زده يـې نـه وي. کـه غـواړې چاته مينه ورزده کړې، بايد اول خپله پرې وپوهېږې.

- هېڅوک تر هغې يو شی نشي تعريفولی، چې تشخيص کړی يې نـه وي. د مينې د تشخيص لپاره بايد هغه ومنو.

- شک او باور هېڅکله نشي یو ځای کېدای، پر مینې د اعتماد لپاره باید پر هغې باور ولرې.

- هېڅوک تر هغې یو شي نشي منلای چې ورتـه تسـلیم نشي- مینـې تـه د تسلیمېدو لپاره باید د هغې زیانونه ومنو.

نوی زېږېدلي ماشوم وروسته پاتې، ناپوه، وابسته او زیان منونکی موجود دی، د مینې په اړه په هېڅ نه پوهېږي. که تر شپږو یا اوو کلو وړاندې یوازې پرېښودل شي، غالباً ومري. انسان په ژوند کې تر نورو موجوداتو وروسـته د خپلواکۍ پړاو ته رسېږي. د انساني ټولنو له پېچلي کېـدو سره د خپلـواکۍ عمر ته رسېدل نور هم وروسته شوي او داسې ځای ته رسېدلي، چې کـه لـه اقتصادي اړخه خپلواک هم شي، له عاطفي اړخه به د ژوند تر پایـه وابسـته وي.

د ماشوم له ودې سره یو ځای د هغه شاوخوا نړۍ او انسـانان دې د مینـې په مانا پوهوي. هغه ډېر کوچنی وي چې د لوږې، یوازېتـوب، درد او نـاراملۍ پر وخت ژاړي. معمولاً د هغه ژړا یو غبرگون راپاروي. یو څوک پیـدا کېـږي او هغه ته دودۍ ورکوي، چې لوږه یې له منځه ولاړه شي. په غېږ کې یې اخلي چې د یوازېتوب احساس یـې لـه منځـه ولاړ او درد یـې کـم شي. دا لـومړني اقدامات دي، چې ماشوم له یو بل کس سره اشنا کوي؛ خو ماشـوم پـه هغـه پړاو کې نه دی چې دغه ارام بښونکې انساني منبع ته له پلار، مـور، خـدمې، دایې او نیا سره اړیکه ورکړي. که د ماشوم دغه لومړنۍ اړتیـاوې د یـوه لیـوه له خوا پوره شي، هغه له لېوه سره د وابستگۍ احسـاس پیـدا کـوي ؛ خـو دا

مینه نه، بلکې د اړتیا پوره کولو پخاطر یو ډول وابستګي ده. دا مهمه نه ده، همدا ساده اړیکه په پای کې د پېچلې او څو اړخیزې مینې لامل کېږي.

په دې پړاو کې د هغه کس د چلن ډول ډېر مهم دی، چې ماشوم ورسره وابسته شوی او په اړه یې غبرګون ښيي؛ خو خپله دغه کس هم اړتیاوې لري او خپلو اړتیاوو ته په کتو له ماشوم سره چلن کوي. هغه څواک ښونکی عامل چې مور په نیمه شپه کې راپاڅوي او د هغه لپاره زرګونه نور کارونه کوي، ښایي د ماشوم موسکا یا د هغه د بدن ګرمي وي. له دې ټولو سره دغه مور انګېزه ښونکو عواملو ته اړتیا لري، ګنې ماشوم به پرېږدي. ثابته شوې هغه میندې چې ماشومان یې مغزي ناروغۍ لري، تر هغو میندو خپلو ماشومانو ته لږ پام کوي چې اولادونه یې له رواني روغتیا څخه برخمن دي. دوی ماشومان لږ په غېږ کې اخلي، لږ ناز ورکوي او پروړاندې یې لږ غبرګون ښيي.

د ماشوم له ودې سره د هغه نړۍ او وابستګۍ هم وده کوي. په ماشومتوب کې د هغه د مینې نړۍ یوازې تر کورنۍ، پلار، خویندو او ورونو او تر ټولو ډېر تر موره محدوده وي. د کورنۍ غړي هم هر یو په خپل ځای د مینې په اړه بېلابېل ټکي ورښيي. دغه مینه د پاللو، مینځلو، وچولو، خبرو کولو او لوبولو له لارې ورته څرګندوي. په ډاډ وایم چې د هېڅ کورنۍ غړي خپل ماشوم نه کېنوي، چې د مینې درس ورکړي. له شک پرته چې مینه یو عاطفي حس دی؛ خو د یوه عاطفي حس پر وړاندې غبرګون یې هم بللی شو. پر دې اساس مینه د هغه څه بیان دی، چې احساسوو یې. باید په

عملي ډول یې وړاندې کړو او پر اساس یې ځواب ترلاسه کړو.

د کورنۍ هر غړی د مینې په اړه یوازې هغه څه وربښودلی شي، چې خپله یې زده وي. ماشوم چې کله د مینې په اړه خپل زده کړي مسایل څرګندوي، د کورنۍ لخوا یې مثبت مسایل ډېر تاییدېږي. ځکه دا د دوی له احساساتو او باورونو سره همغږي دي او د کړو وړو یوه برخه یې ده. د ماشوم هغه کړه وړه چې د کورنۍ لخوا تایید نشي، وده نه کوي او ان بنسایي د هغوی د غوسې لامل شي. دا مسایل د هغه د کړو وړو په زېرمه کې ځای نه نیسي-که د کورنۍ غړي یو بل ته د مینې په څرګندولو کې ستونزه و نه لري، د ماشوم دې کار ته هم په درنه سترګه ګوري. ماشوم پلار ته ورنږدې کېږي او هغه په مخ ښکلوي. په مقابل کې یې پلار هم له مهربانۍ او مینې ډک چلن ورسره کوي. پلار یې ماشوم ته ښيي، چې د مینې دغه ډول اظهار او څرګندول ښه کار دی. یو بل ماشوم ښایي د پلار له غاړې لاسونه تاو کړي؛ ښایي پلار یې د لومړي هغه غوندې ورسره مینه ولري؛ خو د ماشوم لاسونه لرې کړي او په خندا ورته ووایي چې :«نارینه یو بل په غېږ کې نه نیسي-او نه سره ښکلوي» دا پلار ماشوم ته څرګندوي چې مینه ښه کار دی؛ خو داسې څرګندول یې جایز نه دي. فرانسوي فیلسوف ژان پل سارتر وایي:« زموږ موروپلار زموږ تر زېږېدنې او د نطفې تر تشکیل وړاندې تصمیم نیولی، چې موږ باید څه شی شو»

د ماشوم په ژوند کې د کورنۍ له غړو پرته نور نافذ عوامل هم شته چې ماشوم ته د مینې درس ورکوي. د دغو عواملو اغېز ښایي ډېر زیات وي. له

دغو عواملو یو هم فرهنګ دی. فرهنګ کورنۍ ته ښيي، چې د مینې په اړه څه ډول غبرګون وښيي، نو پر دې اساس فرهنګ د ماشوم د کړو وړو د پیاوړتیا او ټاکلو یو مهم عامل دی؛ د بېلګې په ډول: که یو فرانسوي ماشوم په چین کې له چینایي مورولار سره رالوی شي، د چینایانو عادتونه به لري. د هغوی غوندې لوبې به کوي. د هغوی غوندې غبرګون به ښيي. کړه وړه، لوبې او هیلې به یې د چینایي ماشومانو په څېر وي.

خو که همدغه فرانسوي ماشوم په چین کې په یوه فرانسوي کورنۍ کې رالوی شي، نو فرانسوي ماشوم به وي، که څه هم ژوند به چین کې کوي. د فرانسې رسم و رواج او نورو اصولو ته به چې له فرانسوي مورولاره یې زده کړي، ارزښت ورکوي؛ خو چې څومره لویېږي، د چین اصولو او ادابو ته به یې پام زیاتېږي، څو په چینایي ټولنه کې د ژوند کولو جوګه شي. هغه د فرانسوي ماشومانو کړه وړه زده کوي؛ خو په پای کې مجبورېږي، چې دغو کړو وړو ته د چینایي ماشومانو له کړو وړو سره مطابقت ورکړي.

داسې څوک به نه وي چې له فرهنګي نفوذ او فشاره په مکمل ډول خلاص وي. که څوک غواړي چې د ټولنې یو منل شوی شخصیت و اوسي، باید تل خپلې ځینې ځانګړنې له پامه وغورځوي، یا یې پټې کړي.

د (۱۹۷۰م) په مني کې مې په زړه پورې تجربې وکړې، د مني له پاڼو سره مینه لرم، چې پرې ګرځم له رنګ و غږ نه یې خوند اخلم، له همدې امله مې د کور د مخ د ونو راتویې شوې پاڼې نه ټولوم او همداسې یې پرېږدم، چې کور ته تللې نرۍ لاره پرې پټه وي. پر دغو پاڼو د تګ پر وخت فکر کوم چې

پر یوه رنګین فرش روان یم. یوه ورځ مې له څو تنو محصلانو سره په کور کې سره ناست وم، چې له بهره غږ راغی. څو ګاونډیان مو راغلي وو او د پاڼو له ډېرېدو یې شکایت کاوه. د دوی په فکر دې ښکلا د هغوی کورونو ته مزاحمت کاوه. له ما یې په درنښت وغوښتل چې د کور د مخ پاڼې مې جارو کړم او که زما خوښه وي، دوی به دا کار راته وکړي. ورته ومې ویل چې سمه ده جارو کوم یې. محصلان مې ناهیلي وو، چې ولې مې دومره ژر ورسره ومنله. له دوی نه مې وغوښتل چې د پاڼو په جارو کولو کې راسره مرسته وکړي، له هغوی سره به یوې پایلې ته ورسېږم. محصلانو زړه نازړه د پاڼو په ټولولو پیل وکړ، د فردي ازادۍ پر وړاندې دا ډول مخالفتونه ښه نه ورته ښکارېدل. ټوکرۍ مو ترې را ډکې کړې او د کور په انګړ کې مو خالي کړې. اوس نو هم ګاونډیان ناراضه نه وو او هم ما په ډېر ښه ډول له دغو پاڼو خوند اخیستلی شوای. زه فرهنګ ته تسلیم شوی وم، ځکه زه مې هم له ګاونډیانو سره مینه لرم او هم ورته اړ یم. خپله اړتیا مې هم پوره کړې وه، ځکه د منې له پاڼو سره هم ډېره مینه لرم، هغوی ته هم اړتیا لرم.

ځینې وخت له یوې کم ارزښته ازادۍ نه په تېرېدو سره یوه بارزښته ازادي ترلاسه کولای شو. ما د پاڼو په جارو کولو خپل ګاونډیان له لاسه ورنکړل، اوس هم هغوی لرم او درناوی راته لري. انسان هېڅ وخت پر دې نه پوهېږي، چې ځینې وخت یو موټی اوړو ته هم احتیاجېږي. پر دې اساس که غواړو چې د یوې ټولنې غړی و اوسو، په فرهنګ کې دومره ځواک شته چې زموږ پر افکارو اغېز وکړي او انتخابونه مو محدود کړي، کړو وړو ته مو بڼه ورکړي او د توافق او جوړ راتلو په مانا مو وپوهوي.

پر دې اساس د مینې زده کړه تر یوه ځایه په هغه فرهنګ پورې اړه لري چې ژوند پکې کوو.

کله داسې هم پېښېږي، چې د یوه کس کورنۍ او فرهنګ په تضاد کې واقع شي. زما موروپلار احساساتي او مینه ناک ایټالویان وو او ماته یې ښودلې وه، چې خپله مینه څرګنده کړم؛ خو په ښوونځي کې نورو ماشومانو او ښوونکو ته غېږ ورکول او د هغوی ښکلول یې ډېر ژر زما له ذهنه و ایستل، ځکه دا کار د فرهنګ خلاف و. اوس مې هم یاد دي، چې هغه وخت څومره ناارامه وم. یوه ورځ مې د یوه ټولګیوال مور زموږ کره راغله او له زوی سره یې زما د لوبو له ډول نه شکایت وکړ، ویل یې چې د لوبو پر وخت مې فزیکي تماس زیات وي. کله مې چې موروپلار پر دې موضوع وپوهولم، بیا کله هم حیران نه شوم. زه وپوهېدم چې په خپل کور یا زموږ غونډې په نورو کورونو کې خپله مینه څرګندولای شم؛ خو په نورو کورونو کې دا کار توپیر لري. باید پام وکړم او مناسب غبرګون وښیم. زه هغه وخت هم پر دې باور وم چې یو ساده لاس ورکول، یا موسکا د غېږې او ښکلولو ځای نشي-نیولای. نو ماشوم تر یوه حده د ښوونکو، چاپېریال او نورو شاوخوا خلکو د عاطفي اړیکو تر اغېز لاندې وي. البته موروپلار لومړني او تر ټولو پیاوړي ښوونکي دي. هغوی پر ماشوم باندې تر ټولو زیات اغېز لري او ماشوم ته هغومره مینه ورزده کوي، چې دوی زده کړې وي، ځکه دوی هم یو وخت د ښوونکو او فرهنګ د عاطفي اړیکو تر اغېزې لاندې وو. ښوونکی له هغه څه پرته بل شی نشي ورزده کولای چې ده زده کړي وي. که د ښوونکي مینه نابالغه، مغشوشه، له چاپلوسۍ ډکه او انحصاري وي، همدا مینه یې ځوان اولاد ته

هم ورزده کوي؛ خو که دوی مینه په رښتینې مانا وپېژني چې بالغه، پالونکې او ازاده ده. همدا مینه یې اولادونو ته هم ورښیي. ماشوم د خپلو ښوونکو پر وړاندې مقاومت نشي کولای. له هغوی سره د چلند توان نه لري او که یې لري هم، ډېر کم او په نشت شمار دی. که غواړې ارام پاتې شي، باید هغه څه له کوم سوال او ځواب پرته ومني، چې تري غوښتل کېږي، دی ډېرې پوښتنې هم نه کوي، ځکه د عمر په دې پړاو کې یې پوهه کمه وي او دومره څه نه پېژني چې له بل څه سره یې پرتله کړي. ده ته بل څوک نړۍ وروپېژني، ورته وايي چې د نړۍ غوښتنو ته څه ډول ځواب ووايي ان دا هم ورښيي چې کوم شیان ارزښت لري. کومو غړونو ته غوږ ونیسي- او د هغو مانا څه ده. ورښیي چې کوم شیان بې ارزښته دي، په بله وینا ورښیي چې سړی باید څه ډول له ځینو ځانګړو څیزونو سره مینه وکړي. ورته وايي چې که غواړې نور مینه ورسره ولري، باید یوازې غوږ ونیسي- ووینې او د نورو غوندې یې وښیي. ژبه د احساساتو، پوهې، تعصبونو او ټولو هغو اړخونو د لېږد وسیله ده، چې شخصیت او فرهنګ په شخص پورې تړي. ژبه په کورنۍ او ښوونیز چاپېریال کې زده کېږي. د بیولوژۍ له مخې هر ماشوم د نړۍ د بېلابېلو ژبو د زده کړې وړتیا لري. په ماشومتوب کې د نړیوالې الفبا ټول غږونه تولیدولای شي. سره له دې چې ماشوم ته د ژبې د زده‌کړې رسمي درس نه ورکوي؛ خو تر درې یا څلور کلنۍ پورې د خپل فرهنګ اړوند ژبه دومره زده کوي چې نور پرې وپوهوي. د ژبې نظام او لهجه یې زده وي. د کلماتو په کارولو یې پوهېږي او ورته مالومه وي، چې کومه کلمه کومه مانا لري. دا ټول څیزونه له خپلو شاوخوا خلکو زده کوي، البته هغه تر دې

وخته لوست نشي کولای او دا هر څه یې شفاهي زده کړي وي. هغه نه پوهېږي چې زده کېدونکې ژبه یې پر راتلونکي اغېز کوي او د نړۍ په اړه د هغه نظر ټاکي.

هره کلمه د درک وړ مفهوم لري. د مېز، کور او دې ته ورته نورو لغاتو تعریفول ستونزمن نه دي؛ خو هره کلمه یو عاطفي بار هم لېږدوي. د کور د کلمې تعریفول ستونزمن نه دي؛ خو که درته ووايي چې د هغه کور په اړه خبرې وکړه چې لومړۍ ځل پکې اوسېدلی یې، دا کاملاً بېله خبره ده. موږ ټول د ازادۍ د کلمې د سطحي مانا په اړه پوهېږو؛ خو که وغواړو چې ازادي اوسنیو شرایطو ته په کتو تعریف کړو، له ستونزو سره مخ کېږو.

تیموتي لیري د ژبې او پوهونې په اړه په زړه پورې خېړنه وکړه، ده ژبه د حک شوي رول، یا بهرنۍ خبرونې انجماد وبلله. هغه وايي کله چې مور، پلار یا ټولنه ماشوم ته نوي څه ورزده کوي، تر څنګ یې یو د درک وړ عاطفي مفهوم هم ورلېږدوي. ماشوم هغه وخت له دې پېښې سره مخ کېږي چې د کلمو د مفهوم په اړه ډېر نه پوهېږي.

وروسته ماشوم ښوونځي ته ځي. په ښوونه او روزنه کې نوې هیلې ورته پیدا کېږي، ماشوم دلته د لومړي ځل لپاره د کریز بڼکې تویوي، نوې نړۍ ایجادوي او مینه او ژوند په نوې بڼه پېژني. دلته نوی چاپېریال وي چې تر کورنۍ لږ د انعطاف وړ وي. چارلیز ریش په خپل کتاب « د امریکا شنه منه» کې دا ټکی په ډراماتیکې بڼه وړاندې کوي. سره له دې چې د ښوونځي اجرايي قدرت قانون نه لري؛ خو د قانون له مخې ښوونځي ته تلل جبري

دي او نه تلل جرم بلل کېږي. البته هغه کورنۍ چې اقتصادي حالت يې ښه وي، خپل ماشومان خصوصي ښوونځيو ته لېږلی شي؛ خـو دا چـاره د زده کوونکي په واک کې نـه ده او کـم زده کـوونکي لـه دې امتيـازه بـرخمن دي. ښوونځی نه د زندان غونډې دی او نه هم د رواني درملنې د کـوم مرکـز پـه څېر دی؛ خو يو زده کوونکی د هغه په پرېښودلو کې دومـره بېـواک دی لکه زنداني له زندانه په وتلو کې.

زده کوونکی ويني چې ښوونکي يې بې ميني او بې عاطفې دي. وينـي چې ښوونکي يې داسې کسان دي چې شور، هيله او خوښي يکې هېڅ نشته. اريک فروم وايي:« ژوند داسې پديده ده چې انسـان پـه تکـراري ډول زېږي، زموږ اکثرو د ژوند تر ټولو لويه تراژيدي دا ده، چې له زېږېدو مخکې مرو.»

دلته ماشوم نوره مينه نشي کولای. نه هغـه مينـه چـې د ښـوونې او روزنـې متخصصان يې پر ځان باور بولي او نه له نـورو سره مينـه. الـبرت انشـټاين وايي: حيرانوونکې ده، چې نننـی زده کـړې بيـا هـم د ماشـومانو د ځيرکـی حس له منځه نه دی وړی، دا کوچني نيالګي تر بل هـر څـه ازادۍ تـه اړېـره اړتيا لري، له هغې پرته وچېږي او له منځه ځي.

پـر دې اسـاس زمـوږ ماشـوم دغـه لـه اغتشـاش، ګمنـامۍ او غوسـې ډک ښوونځي په عصباني ډول پرېږدي او ذهن يې له خندوونکو حقايقو ډک وي، چې زده کړه يې بولي. هغه نه په دې پوهېږي چې څوک دی، نـه يـې پـه دې سر خلاصېږي چې چېرته دی او نه دا ورته مالومـه وي، چـې څرنګـه دلتـه رارسېدلی. هغه د خپل موقعيت په اړه هېڅ تصور نه لري. نه په دې پوهېږي

چې څه ډول موخې ته ورسېږي او نه دا ورته مالومه وي، چې کله ورسېږي څه به کوي. نه پوهېږې چې څه لري او څه غواړي. نه پوهېږي چې دغو غوښتنو ته څه ډول پراختیا ورکړي. په دغو شرایطو کې هغه یو اوسپینیز انسان دی. تر بوډاتوب مخکې بوډا شوی دی. په تېر کې ژوند کوي او له ګاندې وېرېږي. په حقیقت کې هغو ښوونکو ته ورته دی چې دی یې روزلی دی.

هغوی کله هم ده ته نه دي ویلي، چې مینه یوه کسبي پدیده ده. د مینې په اړه یې مالومات غیرمستقیم، اتفاقي او له تېروتنو سره مله دي. یوازینی څه چې د مینې په اړه یې پوهېږي د جریدو او د ټولیزو رسنیو له لارې یې ترلاسه کړي؛ خو هغوی هم مینې ته د خپلو موخو له زاویې کتلي دي. شاعرانو د خپل شویو حواسو له لارې مینه د یوه رومانټیک څیز په بڼه ورته وړاندې کړې ده. د دوی په وینا مینه یوازې د هلک او نجلۍ اړیکه ده، چې یو بل ته زجر او عذاب ورکوي. د دوی ترمنځ فاصله ایجادېږي، د وخت په تېرېدو یې نظرونه بدلېږي، بېرته یو ځای کېږي او د ژوند تر پایه په خوښۍ یو ځای ژوند تېروي. د اکثره مینه ییزو داستانونو اصلي موضوع همدا وي.

د دغه ډول افکارو ښه بېلګه د راک هادسن او دوریس دي فلمونه وو. دوریس له راک هادسن سره ویني او د ګلونو د ګېډۍ او مینه ناکو الفاظو په وسیله یې تر اغېز لاندې راځي. د فلم په زیاته برخه کې له راک نه د تېښتې په حال کې وي؛ خو په پای کې یې حوصله ختمېږي، ورته تسلیمېږي او داسې فلم پای ته ورسېږي.

دا ټولو ته په زړه پورې ده، چې وپوهېږي تر فلم وروسته څه کېږي. په دې وايم چې هره هغه نجلۍ چې د دورس غونډې له مينې تښتي د ساړه مزاج خاونده ده او هر سړی چې د راک غونډې ځانګړنې لري، اصولي سړی نه دی. دوی دواړه يو ډول دي.

دا ډول سلګونه بېلګې شته، چې موږ د مينې په مفهوم پوهوي.

سوداګريزې خبرتياوې، عطرونه، سګرټ او د سينګار توکو توليدي شرکتونه د مينې د دغه ليوني مفهوم په پياوړتيا کې مهم رول لري. دوی موږ ته ښيي، چې مينه په دې مانا ده لکه دوه تنه چې په چمن کې يو ځای چکر وهي. يا دا چې دوه تنه په تياره کې يو ځای سګرټ ولګوي يا هره ورځ له يو ډول عطرو ګټه واخلي. دوی موږ ته ښيي، چې مينه ناڅاپه راځي او په لومړي نظر کې خپل کار کوي. تاسو ناڅاپه مېينږئ. دا ټول په دې پورې اړه لري، چې د لوبې له اصولو سره بلد وئ. پکار نه ده چې د مينې لپاره زيار وباسئ، يا کوم کار وکړئ. مينه استاد ته اړتيا نه لري. که د قوانينو سمه پيروي وکړې او لوبه په سم ډول مخ ته بوزې مېينږې. زه له هغه انجينر سره نه شريکېږم، چې د ودانۍ جوړولو په کار نه پوهېږي؛ خو موږ ټول له هغه چا سره د دايمي مينې هيله لرو، چې مينه يوازې تر جنسي-اړيکو جذابيت، د عاطفي امنيت احساس او يوې عاشقانه پېښې پورې محدودوي. که فکر وکړو مينه دا هر څه ده او په عين حال کې هېڅ هم نه ده. د مينې په ټولګي کې مې يوه محصل ويل:« زه چې له چا سره مينه لرم، کاشکې يې د اړتيا پر ځای د مينې په خاطر راسره مينه کولای.» نو موږ

اکثره وخت په مینه ځان نه پوهوو؛ خو یکې ښکېل کېږو. مینې ته د یوې لوبې په سترګه ګورو.

د هر انسان په خټه کې د مینې ډېر زیات بالقوه ځواک پروت دی. دا ځواک د پېژندلو، پراخېدو او زرغونېدو په تمه دی.

د هغه څه د زده کړې وخت کله هم نه تېرېږي، چې لپاره یې په بدن کې بالقوه ځواک وي. که غواړې چې مینه زده کړې، لومړی باید پر دې وپوهېږې، چې مینه څه شی ده. کومې ځانګړنې دي، چې یو مېین انسان جوړوي او دغه ځانګړنې څه ډول وده کوي. هر څوک مینه کولای شي. هر څوک د مینې بالقوه ځواک لري؛ خو دغه بالقوه ځواک کله هم له هڅې پرته په فعل نه بدلېږي. مینه په خوښی، ارامی او د ژوند په زړه کې زده کېږي.

**دا د انسان یوه اړتیا ده چې مېین شي او مینه ورسره وشي.**

اوس پوهان په دې موضوع څېړنې کوي، چې ګڼي ژوند او مینه یو شی دي، ځکه دا د ژوند هغه ډول دی چې د انسان طبیعت یې غوښتنه کوي.

(اشلي مونتاګو)



CamScanner

# دویم څپرکی

دا یو حقیقت دی، چې هر انسان په پای کې یوازې دی. که هر څومره خلک راسره وي او هر څومره مشهور وو، بیا هم د ژوند په تر ټولو حساسو شېبو کې وینو چې یوازې پاتې یو. انسان یوازې نړۍ ته راځـي او مړینـه یـې هـم دې ته ورته وي. د دغو دوو مهم پېښو تـرمنځ د ژړا پـر وخـت یـوازې وو، لـه یوازېتوبه د خلاصون د هڅې پر وخت یوازې وو او د تصمیم نیولو پر وخت یوازې وو. په دغو شېبو کې انسان له یوازېتوب سره مخ وي، نه یـې څـوک د اوښکو په مانا پوهېږي، نه یې تکلیف او هڅې درک کوي. ډېـر خلـک ان د ده نږدې ملګرو او هغه کسانو ته چې له ده سره مینـه لـري، نااشـنا وي. اسـتر چې د کلیتم نسترا د وژلو پرېکړه وکړه، یوازې و. هغه ته د مور وژلـو د ازادۍ مانا لرله. کله چې هملت د خپل پلار د غچ اخیستلو پرېکړه وکړه، یوازې و. دا کار د ده او د ده د ټولو شاوخوا کسانو د له منځه تلو لامل شو. جـان کنـدي چې د خرسانو د ټاپو په اړه تصمیم نیوه، یوازې و. دا پرېکړه پـه نـړۍ کـې د لویې جګړې د رامنځته کېدو لامل کېدای شوه. موږ زیاتره وخت د یوازېتوب

د دغو ارزښتمنو شیبو له وزن او ارزښته خبر نه یو؛ خو هر ځل په یوازېتوب کې پرېکړه کوو.

د یوازې والي مفهوم هغه وخت نور هم حساس شي، چې یوازې والی له یوازېتوب سره برابر وګڼو. البته دا دوه کاملاً بېلې مقولې دي. ښایي موږ یوازې و اوسو؛ خو کله هم د یوازېتوب احساس ونه کړو، برعکس ښایي د نورو په منځ کې و اوسو؛ خو یوازې وو. موږ ټولو څه ناڅه یوازې والی تجربه کړی. دا شیبې هر وخت ډاروونکې نه وي. کله داسې هم شوي چې یوازېتوب مو اړین او خوشالي ښونکی ګڼلی وي. ځینې وخت مو د یوازېتوب اړتیا حس کړې، چې دویم ځل له ځان سره اشنا شو او د هغه ژورې مانا ته ورسېږو. د وخت اړتیا مو حس کړې چې فکر وکړو او شلېدلي تارونه بېرته و اوبو. خپل اغتشاش او ګیچوالي ته مانا ورکړو او په خوبونو کې ډوب شو. غالباً فکر کوو، چې دا کارونه په یوازېتوب کې په ډېر ښه ډول ترسره کوو. البرت شوایتزر تاییدوي، چې نننی انسان یوازېتوب دومره ځورولی، چې د مرګ په حال کې دی.

داسې فکر کېږي که انسانان یوازېتوب وپېژني، مبارزه ورسره کولای شي؛ خو ځان ته دایمي یوازېتوب نه خوښوي. انسان په طبیعي ډول یو ټولنیز موجود دی. او دومره یوازېتوب یې خوښېږي، چې زغملی یې شي. هغه په دې پوهېدلی، چې د هرې ژورې اړیکې په وسیله ځان ته نورې کېدای شي او نور ورسره مرسته کوي، چې شخصي ځواک یې ورځ تر بلې زیات شي. دومره چې له یوازېتوب سره د مخامخېدو توان پیدا کړي. پر دې اساس

انسان په شعوري ډول هڅه کوي، چې نورو ته نږدې شي او هغوی ځان ته نږدې کړي. دا کار تر خپله وسه او هغه ځایه ترسره کوي، چې د منلو وي. څومره چې د مرګ په ګډون له ببلابېلو شیانو سره توافق او همغږي حاصلوي، هومره له یوازېتوب او انزوا خلاصېږي. له همدې امله انسان واده، کورنۍ او ډول ډول ټولنې رامنځته کړې.

څومره چې وخت تېرېږي، انسانان دې پایلې ته رسي چې باید سره نږدې وي او یو له بل سره د مینې اړیکې ولري. که یو نوی زېږېدلی ماشوم له نورو انسانانو سره نږدې او په اړیکه کې نه وي، ان د ودې په پړاو کې ورسته پاتې کېږي. خپله پوهه له لاسه ورکوي، له حماقت سره مخ کېږي او په پای کې مري. ښایي د هغه خوراکي رژیم هم سالم وي، روغتیا ته یې هم پام کېږي؛ خو بیا هم له دې حالت سره مخ شي. دا عوامل که څه هم مهم دي، خو د هغه د دایمي جسمي او رواني ودې لپاره کافي نه دي. په تېره لسیزه کې د ماشومانو د مړینې کچه ډېره زیاته وه. په تېرو دوو لسیزو کې او وړاندې تر دې چې د ماشوم په وده کې د نورو انسانانو رول درک شي، د ماشومانو د مړینې کچه تر دې هم ډېره وه. ډاکټر هنري چاپین په (۱۹۱۵م) کې د امریکا د ماشومانو د متخصصانو کنګرې ته د ماشومانو د ساتنې د موسسو په اړه راپور وړاندې کړ. په دې موسسو کې د ماشومانو وضعیت ډېر خراب ښودل شوی و. وروسته په دې اړه نور راپورونه هم وړاندې شول، چې پورتنی موضوع یې تاییدوله.

ډاکټر ګریفیت بنینګ د ۸۰۰کاناډایي ماشومانو له مطالعې وروسته دې

پایلې ته ورسېد، چې د مورو پلار د طلاق او جداکېدو پر وخت د هغوی ترمنځ د مینې نشت د ماشومانو پر ودې تر بلې هرې ناروغۍ ډېر اغېز کوي.

د اسکلیز په نوم اروا پوه او د ښوونې او روزنې متخصص پر ماشومانو یوه په زړه پورې څېړنه وکړه. دی وایي چې د بدلون یوازینی عامل انساني مینه او د ماشومانو زده کړه جوړوي. ده د ماشومانو دوه دوولس نفري ډلې جوړې کړې. لومړۍ ډله ماشومان به یې هره ورځ یوې نجلۍ ته وروسته چې هغه هم له ذهني اړخه وروسته پاتې وه او په نږدې ارامځای کې اوسېده. هغې به یې پالنه کوله او مینه به یې ورسره کوله. دویمه ډله یې له مینې او پالنې بې برخې پرېښوده. د اسکلیز څېړنې ډېرې په زړه پورې او اوس هم منل شوې دي. تر شل کلنې څېړنې وروسته یې ثابته کړه، چې له مینې او پالنې د بې برخې ماشومانو سروکار اوس هم له هغو موسسو سره و، چې له ذهني اړخه وروسته پاتې کسانو ته یې کار کاوه؛ خو دویمه ډله ماشومان چې مینه ورکړل شوې وه، اوس پر ځان بسیا وو. ډېر یې له دغو مرکزونو تللي وو او د خپلو کورنیو خاوندان وو. یوازې یو کس پکې داسې و، چې واده یې کړی و؛ خو وروسته یې خبره تر طلاقه رسېدلې وه. نورو بریالی کورنی ژوند لاره. دا کیسه حیرانوونکې نه ده؟

په تېره لسیزه کې ډاکټر رنه اسپیتز په نیویارک کې پر دوو ډلو هغو ماشومانو مفصله څېړنه وکړه، چې په دوو بېلابېلو موسسو کې ساتل کېدل او وضعیت یې ښه و. د دغو موسسو توپیر په دې کې و، چې دواړو د جنسي اړیکو په اړه ښېل نظر لاره او له ماشومانو سره په چلن کې یې توپیر

درلود. په یوه موسسه کې هر ماشوم هره ورځ له یوه کس سره چې غالباً به یې مور وه، نږدې اړیکه لرله. په دویمه موسسه کې له هرو اتو تر دولسو ماشومانو ته یو پالونکی په نظر کې نیول شوی و. ډاکټر اسپیتز دغه ټول ماشومان د هغوی د ودې عواملو ته په کتو له رواني او طبي اړخه وڅېړل. هغه د ماشوم د شخصیت مهم اړخونه لکه هوښ، ذکاوت، د تصور او تجسم قدرت، حافظه، د تقلید وړتیا او نور وارزول. د هغو ماشومانو د ودې کچه چې له منظمې پالنې او مینې څخه برخمن وو، له ۱۰۱،۵ څخه ۱۰۵ ته پورته شوې وه او لا هم پورته روانه وه. هغه ماشومان چې له مینې او انساني اړیکو بې برخې وو، د څېړنې په پیل کې یې د ودې کچه ۱۲۴ وه؛ خو یو کال وروسته په شدت راټیټه شوه او ۴۵ ته راوسېده.

بله څېړنه ډاکټر فریتز رایډل، ډاکټر ډیویډ واین من او ډاکټر کارل منینگر ترسره کړه، دوی ټول په دې ټینګار کوي، چې د انسانانو یو ځای والی او همغږي د هغوی پر وده مثبت اغېز لري. په دې برخه کې اشلي مونتیاګو د ۱۹۷۰م په مې کې ډېر په زړه پورې او کامل راپور وړاندې کړ، چې وروسته بیا په «فی دلتا کاپان» کې چاپ شو.

له دې څېړنو دا پایله اخلو، چې کوم ماشومان د مینې دغه ظریف ځواک نه پېژني او نه پرې پوهېږي، مینه یې په بدن کې د یوې اړتیا په توګه پاتې کېږي، پر وده او پالنه یې بد اغېز کوي او ښایي د مرګ لامل یې شي. دا اړتیا یې له بالغېدو سره هم له منځه نه ځي. ډېر ځله د یو ځای اوسېدو او مینې اړتیا د ژوند اصلي موخه ګرځي. مالومه شوې چې د مینې او محبت نشت

تر بلوغ وروسته هم د شدیدې غوسې او خپګان لامل ګرځي.

څو کاله وړاندې مې د لاس انجلیس په یوه رادیو کې خپرونه لرله، چې د یکشنبې په ماسپښین به نشرېده. د ښار له خلکو سره به په ټېلفون غږېدم. په یوه ښیښه یې کوټه کې به چې له رادیو یې وسایلو ډکه وه، دوه تنه کېناستو. له کوټې بهر به د ټېلفون یو مسؤل له شپږو تلیفوني کرښو سره په اړیکه کې و. د شپې له اوو تر لسو بجو به د ښار له نااشنا خلکو سره په ټېلفون غږېده. ټېلفوني کرښې به یوه شېبه هم نه وزګارېدې. تل به یوه تن خبرې کولې او پینځه تنه نور به په تمه وو. د بحث موضوع مینه وه. جالبه وه. ډېرو خلکو به شکایت کاوه، چې د یوازېتوب احساس لري، له نورو سره مینه نشي کولای. اړیکې یې نامنظمې دي او له مینې ځکه وېرېږي، چې ماتې پکې ونه خوري. ټولو غوښتل چې مینه وکړي؛ خو لاره یې نه وه ورته مالومه. یوه ځوان ویل:« زه د ملروز سرک ته نږدې په یوه ودانۍ کې یوازې اوسم، زما غوندې نور هم ډېر دي، ټول هغه کسان چې زما په څېر یوازې اوسي، غواړي چې یو بل څوک هم ورسره وي؛ خو یو هم نه پوهېږي چې د یوازېتوب دېوالونه څه ډول ونړوي. په موږ څه شوي؟ څه وکړو؟»

مینه هنداري ته ورته ده، ته او میین دې یو د بل هنداري یاست او بې شمېره خلک ستاسو د دې مینې د انعکاس ننداره کوي.

بشر له یوازېتوب او مینې له نشت نه ډېر زیات وېرېږي. دا وېره د دې لامل کېږي، چې موږ په هغه څه بدل کړي چې په حقیقت کې نه یو، څو د نورو اړتیاوو ته ځواب ووایو. له دې کاره زموږ موخه دا وي، چې ځان ته یو نږدې ملګری ومومو. ویلیام فالکنر په خپل اثر (وحشي ونې) کې وايي:« که څوک راته ووایي، چې د درد او هېڅ شي ترمنځ یو غوره کړ، درد ټاکو.» ډېر خلک همدا کار کوي.

ماشوم له موروپلار سره د مینې له امله د هغوی له هر عادت سره جوړجاړی کوي. نوی ځوان د دې لپاره چې د نورو غوندې شي، خپل هویت بایلي او له ځانه لرې کېږي. د خپلو همزولو غوندې جامې اغوندي، د هغوی غوندې وېښتان جوړوي، د دوی د خوښې موسیقي اوري د دوی غوندې ناخي او په ټوله مانا هڅه کوي، چې د خپلو ملګرو غوندې شي. تر بلوغ وروسته مو پام کېږي، چې پر نورو د ځان منلو تر ټولو ساده لاره داده، چې د هغوی غوندې شو. له همدې امله ځان له هغوی سره همغږی کوو. هغه ډېر خرڅېدونکي کتابونه اخلو، چې نور یې لولي. د نورو غوندې محفلونه جوړوو. کورونه مو هم یو بل ته ورته وي او په پوره دقت د هغو کسانو غوندې جامې اغوندو چې سر و کار مو ورسره دی، تر څو حس کړو چې موږ هم د دوی د ټولنې خلک یو او په دې وسیله د امنیت احساس وکړو. د کوژدې او مینې پر وخت د خپل مقابل لوري(معشوقې) د پام رااړولو لپاره د هغه/هغې په خوښه ځان جوړوو. ان تر دې ځایه رسېږو چې:

## یار مې هندو زه مسلمان یم

## د یار لپاره درمسال جارو کومه

که هر څومره انکار وکړو، بیا هم وینو چې د ژوند په هر پړاو کې یو ډول نه، یو ډول د نورو خوا ته په حرکت کې یو. په ماشومتوب کې د مورو پلار خواته. په تانده ځوانۍ کې د خپلو ملګرو په لور. که بخت ملګرتیا راسره وکړي، په ځوانۍ کې د خپل یار خوا ته. د بلوغ پر وخت د مناسبو ډلو او ټولنو خواته او په پای کې د زړبودۍ پر وخت تر مرګه پورې د سپینږیرو او له کاره لوېدلو خلکو خوا ته جذبېږو.

موږ نورو ته اړیو. موږ اړتیا لرو چې له نورو سره مینه ولرو او نور له موږ سره مینه ولري. له شک پرته چې که مینه ونه کړو او مینه راسره ونه شي د نوي زېږدېدلي ماشوم په څېر پاتې کېږو او وده نه کوو. په دې حالت کې یا لېونتوب ټاکو یا مرګ.

# مینه خه ته وایي؟

مینه صبوره او مهربانه ده، کینه کښه او ځانخوښې نه ده، مغروره هم نه ده. ترخه او ځان خوښوونکې هم نه ده. مینه د ازارولو اجازه نه ورکوي، په تېروتنو پسې نه ګرځي. مینه شر نه خوښوي. هغه له حقیقت سره خوښ وي. مینه کله هم له هڅې لاس نه اخلي. مینه باور، صبر او حوصله نه بایلي. مینه ماتې نه مني.

هیله شته

مینه شته

خو مینه تر ټولو لوړه ده

# درېیم څپرکی

د مینې کار تر ډېره شاعرانو، فیلسوفانو او روحانیونو تـه سـپارل شـوی او علما له دې موضوع ځـان سـاتي. ابراهـام مزلـو پـه دې اړه وایـي:«تجربـوي علومو د مینې په موضوع کې ډېره لږه برخه اخیستې، د اروپوهانو چوپتیا تر دې هم حیرانوونکې ده. کله چې په مینه پسې د اروپوهنې او ټولنپوهنې کتابونه وګورو، چې یو هم مینه پـه رسـمیت نـه پېـژني، نـو د زړه لـه تلـه بـه خواشیني شو.»

د هارورد پوهنتون نامتو ټولنپوه پـتریم سـوروکین پـه خپـل کتـاب «د مینـې قدرت او لارې» کې په دې اړه خبرې لري، چې ولې له ډېرو کلونـو راهیسـې پوهانو له مینې نه ځان لرې ساتلی. دی وایي:« هغه اذهان چې د انحطـاط په حال کې وي، پر دې ټینګار کوي چې مینه قدرت نه لري. زموږ په اند مینه یو شک پاروونکی څیز دی. هغه ځان غولونه او د ذهن افیون بولـو. بـې مانـا ارمانپالنه او غیر علمـي شـک ورتـه وایـو. مـوږ تنـګ نظـره یـو. د ټولـو هغـو نظریاتو پر وړاندې مقاومت کوو، چې د مینې قـدرت ثـابتوي او هغـه ځـواک ردوو چې زموږ کره وړه بدلوي او شخصیت مو ټاکي. مـوږ د هغـو نظریـو پـر وړاندې تنګ نظره یو، چې په بیولوژیکي، ټولنیزه، ذهني او اخلاقي بشـپړتیا کې د مینې پر رول او نفوذ ټینګار کوي. د هغو نظریاتو پر وړاندې تنګ نظره

یو، چې مینه د تاریخي پېښو پر وخت اغېزناکه بولي او مینه ټولنیزو او فرهنګي بنسټونو ته شکل ورکوونکې بولي. موږ دا نظریات نامنل شوي، غیرعلمي، له تعصبه ډک او خرافاتي بولو.

ځکه نو علم او عالمان په دې اړه چوپ پاتې کېږي. البته له دوی څخه ځینې یې مینه د یوه واقعیت په توګه مني؛ خو بله ډله هغه رنګین خیال ګڼي او وایي، چې مینه زموږ بې مانا ژوند ته مانا ورکوي.

له شک پرته چې له مینې سره په اسانۍ نشو مخ کېدای. له مینې سره مخ کېدل په داسې لاره د تللو غوندې دي، چې ان ملایکې هم پر هغې له تګ څخه وېرېږي. دا ډېره د خواشینۍ خبره ده، چې پوهان یو داسې حیاتي ځواک له پامه وغورځوي او له څېړنې یې مخ واړوي.

ښایي دا وېره د مینې د کلمې جوړښت رامنځته کړې وي. ښایي هېڅ کلمه د مینې د کلمې غوندې بې ځایه نه وي کارول شوې. د رومانتیزم د مکتب پیرو فرانسوي شاعر فرانکویس ویلون له دې ناخوښه و، چې موږ د مینې ناهیلې کلمه ولې د پخلي غوندې د ورځنیو وړو چارو لپاره کاروو.

کولای شو پر غر، کېک، منه یا بل شي مینن شو. کولای شو مینې ته د ځان تېرېدنې یا وابستګۍ له زاویې وګورو. ښایي هغه د یوه نارینه یا ښځې په اړیکو کې وګورو. د دې امکان هم شته چې هغې ته د یوې سپېڅلې پدیدې په توګه وګورو.

موږ ټولو ته په کار ده، چې په مینه کې تر ښکېلېدو وړاندې هغه څه ناڅه



CamScanner

وپېژنو. مخکې مو هم وویل چې دا کوم ساده کار نه دی. کله چې یې په اړه فکر وکړو، ښايي ناممکنه راته ښکاره شي او له همدې امله پوهانو هغه له پامه غورځولې او د هغې درک یې مذهبي کسانو ته سپارلی ځو هغه واجده او شعف العدام وبولي. زه فکر کوم چې د مینې بشپړ مفهوم یوازې په مقدساتو، شاعرۍ او فلسفه کې نشي بيانېدای، ځکه مینه په عین حال کې هم د ذوق او خوښۍ هنګامه ده، هم د خوښۍ منبع، هم عقلي او هم غیر عقلي.

مینه تر دې ډېره لویه ده چې په خبرو کې ځای شي، له همدې امله هغه کسان چې د هغې د تعریف هڅه کوي، په پای کې خپله خبره د ابهام لور ته بیایي او کوم ځای ته نه رسي.

د مینې په اړه چې څومره وغږېږم

نه یې شم تعریفولی

ژبه هر څه روښانوي

خو مینه له خبرو پرته روښانه ده

قلم مې په تېزۍ لیکل کول؛

خو چې مینې ته راورسېد، ودرېد

عقل د مینې له شرح کولو عاجز دی

د مینې او مینتوب خبرې هم مینه ده

(مولینا)

مخکې مو هم وویل، چې مینه هر چا په فردي ډول زده کړې او زده کوي یې. له بل چا د مینې د مفهوم زده کول یا د بل چا په خوله د مینې په مفهوم ځان پوهول بې مانا دي. که یو څوک ووایي چې :« زه په مڼه میین یم» هدف یې کاملاً روښانه دی. د خبرې مفهوم یې دا دی، چې دی د مڼې له خوند سره مینه لري؛ خو که همدا کس بل چا ته ووایي، چې زه پر تا میین یم، بیا خبره بلې خوا ته ځي. زړه دې غواړي چې ترې وپوښتې:« موخه یې څه

ده؟» زما پر بدن مېين دی، که پر ذهن؟ ایا د همدا اوس وخت لپاره راسره مینه لري که د تل لپاره؟ او داسې نورې پوښتنې. د مینې په ټولګي کې یوه محصل ویل:« ملګري او معشوق/معشوقې ته د «مینه درسره لرم» د جملو په ویلو کې توپير دا دی، چې کله ملګري ته ووایې مینه درسره لرم، موخه دې په دقیق ډول درک کوي.»

که مو کتاب تر دې ځایه لوستی وي، پوهېږئ چې د مینې تعریف کومې ستونزې لري. څرنګه چې انسان په مینه کې وده کوي، له همدې امله یې مینې ته تعریف هم توپير مومي،پراخېږي؛ خو له دې سره سره د مینې په اړه ځینې مشخصې خبرې هم شته. هغه شریک ټکي چې د څېړنې وړ دي، د موضوع په روښانولو کې مرسته کولای شي. د دې کتاب له لیکلو زما موخه د همدغو نظریاتو وړاندې کول دي. زما موخه په هغو افکارو او نظریاتو کې ستاسو شریکول دي، چې د مینې په دې اړخ پورې اړه لري.

مینه یو زده کېدونکی او عاطفي انعکاس دی. د زده کړې د نورو عادتونو په څېر مینه هم د بېلابېلو عواملو تر اغېز لاندې ده. دغه عوامل کوم دي؟ دوه اړخیزه زده کېدونکې اړیکه او د هغوی د اوسېدو چاپېریال، د زده‌کړې وړتیا، د اوسنیو پیاوړي کوونکو ډول او قدرت، یعنې دا چې کوم کسان د ده مینې ته ځواب وایي، څه ډول ځواب ورته وایي او د ده د مینې په اړه څومره غبرګون ښیي. مینه یو متحرک متقابل عمل دی، چې د ژوند په هره شېبه کې یې تجربه کوو، پر دې اساس تل او په هر ځای کې حاضره ده. له دې امله د «مېينېدو» کلمه ما خوروي. زه په دې خبره باور نه لرم، چې پلانی

میین شو او له مینې فارغ شو ( یا د انګریزانو په وینا په مینه کې ولوېد او ترې راووت.) انسانان د ځانګړو محرکونو پر وړاندې په ځانګړې اندازه غبرګون ښودل زده کوي. دا غبرګون د هغه د مینې کچه ټاکي. دا انسان تر هغې مینې ډېر عمل کوي، چې په ژوند کې يې لري. مینه نه لري، چې په يکې ولوېږي او ترې راووځي. ښه به وي داسې ووايم، چې انسان په مینه کې وده کوي. هغه چې څومره مینه زده کړي، هومره فرصت لري چې په خپلو کړو وړو کې هغې ته انعکاس ورکړي او د مینې لپاره خپله ورتیا پراخه کړي. انسان له دوو حالاتو بهر نه دی، یا په مینه کې وده کوي، یا مري، پر دې اساس د هغه او مقابل لوري کړه وړه د ژوند تر پایه بدلون مومي. که غواړې مینه وپېژنې، باید په هغې کې ژوند وکړې. باید هغه په عمل کې زده کړې. د مینې په اړه مطالعه، د هغې په اړه فکر او په اړه يې ژوره وينا ټول پر خپل ځای ښه دي. انسانان مینه یوازې د هغې نظریې او پوهې په وسیله زده کوي، چې د هغې پر اساس عمل کوي او غبرګون ويني. د ریلکه په نوم يو شاعر دا موضوع داسې بیانوی:« انسان باید تل مینه وکړي، چې يوه ورځ يې خواب ترلاسه کړي.» په بله وینا، انسانان تل له ځانه دا پوښتنه کوي؛ خو منطق حکم کوي چې دا پوښتنې د ژوند لپاره په لومړۍ درجه کې مطرح کړي.

په ژوند کې به د مینې په اړه له ډېرو پوښتنو او حقایقو سره مخ شي؛ مثلاً په دې به وپوهېږي، چې مینه څیز نه دی، مینه جامې نه دي، چې بدله يې کړې، وايې خلې، ويې پلورې، په زور يې له چا واخلې، یا يې پرې تحمیل کړې. مینه یوازې په داوطلبانه ډول ښښلی شي. انسان خپله مینه له ټولو

خلکو سره شریکولای شي. که غواړي چې دا مینه یو څو محدودو کسانو ته وساتي، بیا هم کولای شي.

داسې انسانان شته چې جسم و روح یې د مینې په نـوم د اخیسـتو وړ دي؛ خو دا خبره بې مانا ده چې مینه د اخیستو څیـز دی. هغـه د یـو چا بـدن، وخت او ځمکه اخیستلای شي؛ خو مینه یې کله هم نشي خپلـولای. ښـایي یو انسان د پیسو په مقابل کې د مینې تظاهر وکړي؛ خـو دا یـوه ډرامـه ده، چې ډېرو خلکو کار ترې اخیستی او دومره په ماهرانه ډول یې لوبولې، چـې هېڅوک نه پوهېږي دا یوه ډرامه ده؛ خو له مینـې سره دا وړ لوبـه اسـانه نـه ده. د دې موخې لپاره باید ډېره لوړه بیه پرې کړل شي، چې کله هـم د خپـل قیمت ارزښت نه لري. مینه نه بندي کولای او نه یې په دېوالـو پـورې تړلـی شو. مینه زنځیرونه شکوي. که مینه د بلې لارې د موندلو نیت وکړي، دا کـار کوي او ټول زندانونه، ساتونکي، زنځیرونه او خنډونه د یوې شېبې لپاره هـم د مینې د منع کولو قدرت نه لري. که انسان له چـا سره پـه مینـه کـې د ودې اراده بنده کړي، مقابل لوری ښایي بېلابېـل رولونـه ولوبـوي. ښـایي غوسـه شي او ګواښ ورته وکړي. ښایي سخي او کومه ډالۍ ورکـړي. ښـایي چلبـاز شي او دوکه ورسره وکړي؛ څو ورسره پاتې شي یا ځان نشي بدلولای چې د نورو اړتیاوې پوره کړي؛ خو چې هر څه وکړي، مینه بـل څـه ده او دی د دې ټول ځواک په بدل کې یوازې تش بدن ترلاسه کوي، چې هېڅ ډول مینه پکـې نه وي. پر دې اساس د ده د ټول زحمت پایله داده، چې ژوند یـې عبـث تېـر کړی دی. ښایي زما خبرې بې مانا درته ښکاره شي؛ خو دا یوه مروجه لوبـه ده. یو عادي کار دی. د مینې غېږ تل خلاصه ده؛ که ته هم غېږه ورته خلاصه

کړي، مينه په ازادانه ډول ځي او راځي، ځکه مينه په هر حال کې داسې کوي، که له مينې لاسونه راتاو کړې، وينې چې هغه ته خپله يې او خپل ځان دې په غېږ کې نيولی.

په ټولو متمدنو انسانانو کې تر يوه حده يو ډول مينه شته. په هر انسان کې د مينې او مينې ورکولو لپاره بالقوه ځواک وجود لري، نو مينه د هغه څه زياتول او لوړول دي، چې له مخکې شته. د هېڅ انسان مينه کامله نه ده، تل د ودې لپاره ځای شته. مبين انسان که د ژوند په هر پړاو کې وي، د ودې په حال کې دی. په يوه انسان کې د مينې پوره تشخيصول ساده ګې ده. پوره مينه کم پيدا او نادره ده. که څوک د کاملې مينې د ترلاسه کولو دعوه کوي، تر پوښتنې لاندې راځي. يعنې دا چاره امکان نه لري او پکار نه ده چې ټول وجود د هغې ترلاسه کولو ته وقف کړو.

د غوښتلو په برخه کې زموږ تر ټولو ستره مبارزه د مينې د ترلاسي لپاره مبارزه ده، ځکه مينه او ځان يو دی او د يوه کشف د بل د تشخيص لامل کېږي.

انسان پوهېږي، چې د مينې بېلابېل ډولونه نشته. مينه يوازې يو ډول ده، يو جنس ده. مينه، مينه ده. انسان همغه ډول چې مينه پېژني، څرګندوي يې او همغه ډول عمل کوي. هغه د خپلې ودې په هر پړاو کې دا کار کوي. لکه ماشوم چې نړۍ ته راشي، هېڅ شی نه پېژني او له هر څه سره يو ډول مينه کوي. کله چې په مينه کې وده کوي، د خپلې پوهې په وسيله چې د پراختيا په حال کې

ده، د ځیزونو توپیر کوي او هغه څه ټاکي، چې غبرګون ښيي او دی څپله مینه ورکول ورسره ازمویلی شي. هغه هم له څپلو خوړو سره مینه لري، هم له څپلې مور سره؛ خو له مور سره یې تر خوړو هم ډېره مینه لري. نو هغه له څپلې مور سره په مینه کې وده کوي. په مینه کې درجې شته؛ خو په ټوله کې مینه یوه ده.

مینېدل یا نه مینېدل مطرح نه دي، انسان په مینه کې وده کوي.

د مینې غبرګه تل پرانیستې ده، که ته هم غبرګه ورته پرانیزې، مینه په ازادانه ډول ځي او راځي، مینه په هر حال کې همداسې کوي. که له مینې لاسونه راتاو کړې، وبه ګورې چې ته خپله یې. خپل ځان دې په غېږ کې نیولی.

ماشوم په دې پوهېږي، چې مینه د باور وړ ده او موږ فکر کوو چې یوازې کم عقلان باور پرې کوي. کم عقلان باور پرې کوي او هـر څـه منـي. کـه داسـې وي، نو مینه کم عقله ده، ځکه که مینه پر باور، ایـمان او منلـو نـه وي ولاړه، مینه نه ده. اریک فروم وایي:« مینه یعنې دا چـې ځـان لـه خپـل نظـره پرتـه هغې ته وقف کړو. مینه یعنې ځان دې هیلې ته سپارل چـې زمـوږ مینـه بـه زموږ په معشوقه/ معشوق کې مینه راوپاروي. مینه داسې عمل دی، چې پـر باور او ایمان ولاړه ده، هغه کسان چې ایمان او باور نه لـري، د مینـې پـه اړه هم پر څه نه پوهېږي. پوره مینه هغه ده، چې خپل ټول شـته یکـې لـه لاسـه ورکړې او په مقابل کې هېڅ ونه غواړې. دا ډول مینـه هغـه څـه قبلـوي چـې ورکول کېږي. څومره چې ډېر وي، ښه وي؛ خـو کلـه هـم د هغـو د غوښـتلو هڅه نه کوي، ځکه که د کوم شي د غوښتلو تمه او هیله ونه لري، کله هم نـه دوکه کېږي او نه ناهیلی کېږي. یـوازې کلـه چـې مینـه غوښـتنه کـوي، درد راسېږي. دا عبارتونه ظاهراً ساده ښکاري؛ خو پـه عمـل کـې ډېـر سـخت او مشکل دي. زموږ ترمنځ داسې کسان نشته، چې په مینه کې له هـر څـه تېـر شي. دا د حیرانۍ خبره نه ده. موږ ته په ماشومتوب کې ویـل شـوي چـې د هر څه په بدل کې باید د هغه بدل ته په تمه و اوسو. هـر کـار د اجـورې پـه بدل کې کوو، که داسې نه وي، له کاره لاس اخلو. که نیالګی کېنـوو، د ګـل او مېوې هیله یې لرو، که مېوه ونه کړي، نیالګی وباسو. په حقیقت کـې د بـدل هیله د زده کړې انګېزه ده.

خو مینه بل څه ده. مینه یوازې هغه وخت هیله ده، چې له کوم بـدیل پرتـه وشي؛ مثلا ته پر دې ټینګار نشې کولای چې له چا سره مینه لرې، هغـه دې هم درسره مینه ولري؛ ان دا ډول فکر هم خندوونکی دی. دا یـوه غیرشـعوري لاره ده، چې خلک ژوند پکې کوي. که په رښتیا میین وې، بله لاره نشته بایـد په رښتیا باور هم ولرې، باور وکړې، ومنې او دې ته هیلـه مـن وې چـې ستا مینه یو ځواب لري. پـه دې اړه هـېڅ کامـل بـاور او ډاډ نشـته. کـه څـوک پـه داسې ځای کې د مینېدو په تمه وي، چې مقابل لوری هم باید د ده په کچـه مینه ورسره ولري، ښایي د ژوند ترپایه په تمه پاتې شي. په حقیقت کـې کـه څوک د خپلې مینې په بدل کې د مینې غوښتنه لـري، پـه ډاډ وایـم چـې پـه پای کې ناهیلی کېږي، ځکه دا ډېره ګرانـه ده چـې ټـول خلـک د ده اړتیـاوې پوره کړای شي، ان که پرې میین هم وي.

انسان مینه کوي، ځکه د هغې اراده یې کـړې. ځکـه مینـه خوښـي وربښـي. ځکه پوهېږي، چې بایـد د خپلـې ودې او کشـف لپـاره بایـد پـر هغـې تکیـه وکړي. هغه پوهېږي چې ډاډ یوازې د ده په وجود کې دی. که پر ځان باور او اعتماد ولري، پر نورو هم باور کولای شي. بودایان وایي که له طلـب او تمـې لاس واخلې، د حقیقت په روښانولو کې بـه دې ونـډه اخیسـتې وي. ښـایي موږ کله هم دې ارام ښښونکي حالت ته ونه رسېږو؛ خو څومره چـې لـه تمـې لاس اخلو (له ځانه له تمې پرته) هومره له ناهیلۍ خلاصېږو. له نـورو د کـوم څه تمه لرل، پـه دې دلیـل چـې دا زمـوږ حـق دی، پـه حقیقـت کـې د ځـان خواشیني کول دي. نور تا ته یوازې هغه څه درکـوي، چـې پـه وس کـې یـې وي، نه هغه څه چې ته یې ترې غواړې. کله چې له نورو سره د مینـې لپـاره

هيڅ شرط کېنږدي، د مينې په زده کړه کې دې لوی گام اوچت کړی.

انسان د مينې د طلب پر وخت په دې پوهېږي، چې مينه صبرناکه ده. مېين انسان په دې پوهېږي، چې هر څوک د مينې په اړه د ده پوهه زياتولای شي او ځان ته يې نږدې کولای شي. هغه پوهېږي، چې د مينې په اړه د خلکو تجربه او پوهه متفاوته ده. هغه چې فکر وکړي، اړيکه، شريکېدل او افشاگري په مينه د پوهېدو له امله دي، هيجاني کېږي. هغه پوهېږي چې هر انسان د مينې کولو بې حده وړتيا لري؛ خو دا وړتيا په بېلابېلو کسانو کې له بېلابېلو لارو تشخيصېږي. هر انسان په خپل سرعت وده کوي، خپله لاره، خپل وخت او خپله طريقه لري، ځکه نو د هغه ملامتول، قضاوتول، وراندوينه او فرض کول بې گټې دي. مينه بايد صبرناکه وي، مينه صبر کوي، انتظار کوي، البته دا په دې مانا نه ده، چې مينه په منفعل ډول کېني او تر ابده صبر کوي چې انسان وده وکړي. مينه متحرکه ده، د انفعال په حال کې نه ده. مينه دروازې او کړکۍ پرانيزي، چې نوې پوښتنې او مفکورې رامنځته کړي. مينه خپله پوهه شريکوي او د خپلې پوهې انتقال ته زمينه برابروي. رنگين او اشتيا پاروونکی دسترخوان غوړوي؛ خو څوک خوراک ته نشي-مجبورولای. مينه هر چا ته واک ورکوي، چې په خپله خوښه يو څه وټاکي او څه يې چې خوښ نه وي، مخ ترې واړوي. مينه دايمي مېلمستيا ده، چې بايد خلک ځانونه ترې تغذيه کړي. څومره چې ډېرې مړی پورته کړې، ډېر څه تېر کړې او ډېر څه هضم کړې، هومره پياوړی کېږې. څوک د خپلې اشتيا نه زيات څه نشي پکې خوړلای. که څوک د مينې په ميلمستيا کې گډون وکړي، تر نورو کارونو د تعارف لپاره ډېر وخت لري. د مينې بالقوه

ځواک سرحد نه لري.

مینه په هر انسان کې یو ډول نه، یو ډول څرګندېږي. لـه نـورو دا هیلـه چـې نور دې هم له تاسره هغه ډول مینه ولري چې ته یې ورسره لرې، واقعبینانـه نه ده. یوازې یو «ته» شته. «ته» یوازې ستا په سبک مینه حس کـولای شي، ښښنه کوي او ځواب ورکوي. خپله مینه هغه ډول څرګندولای شئ چې حس کوئ یې. د مینې د حس کولو موضوع په تاسو او نـورو کـې ده. د مینـې پـه کشف کې ټوله ښکلا په موږ او نورو کې ده.

مینه د خپل ځان له څرګندولو نه وېرېـږي او چیغـې وهـي چـې بیـان شي. فرهنګونه د مینې په څرګندولو کې توپیر لري. په ځینـو فرهنګونـو کـې رواج دی، چې غمجنه کورنۍ باید خپـل غـم او خپګـان څرګنـد کـړي او داسـې د خپلو دوستانو پام راواړوي. ځینې فرهنګونه داسې دي، چې باید خپـل غـم پکې پټ کړي؛ مثلاً په امریکـا کـې ماشـومانو تـه وربنـیي، چـې بایـد خپـل احساسات څرګند نه کړي. اوښکې تویول د نابالغو انسـانانو خاصـیت دی، یوازې ماشومان ژاړي.

له دې امله حیرانـوونکې نـه ده، چـې بـالغ انسـان هـم د مینـې پـه ګـډون د احساساتو څرګندول کمزوري ګڼي. ده ته د احساسـاتو پـه اړه خـبرې کـول ګران دي. کلمې نه ورته لري، تمرین یې نه دی کړی. لاتـین شـاعران پـه دې مشهور دي، چې له هرې نوې مینـې سره د مخ کېـدو پـه صـورت کـې نـوې شاعرانه خبرې کولای شي. دا یې پـه لـه احساسـه ډکـو او بـډایو شـاعرانه کلمو کـې څرګنـدېږي. د دغـو عاشـقانه ژبـو بېلګـې فرانسوي،اسـپانوي او

ایټالیالوي دي. د دغو ژبو خلک د سر او لاسونو په اشارو، چې احساساتي محتوا څرګندوي، احساساتي مضمون نور هم پیاوړی کوي. د دغو خلکو په احساساتو له خبرو پرته هم پوهېدای شو.

شدید احساسات او عواطف په ټولو انسانانو کې شته. بې احساسه انسان، انسان نه دی. انسانانو ته د احساساتو پټول غیرطبیعي دي؛ خو که یې پټول زده کړي، پټ یې ساتي. مینه انسان ته ورښیي چې خپل احساسات څرګند کړي. مینه له څرګندولو پرته نه درک کېږي.

**مینه همیشنۍ جشن او دایمي خوښي ده،**

**چې خلک ځانونه ترې تغذیه کړي.**

هر ځل چې ایټالیا ته د خپلوانو لیدو ته لاړ شم، دومره ګرم او احساساتي دي، چې د مینې په اړه یې ځوک هېڅ شک نشي کولای. وینم یې او پوهېږم چې زما لیدو او شتون ته خوښ دي. زه د دوی د مینې، احساساتو، ښکلولو او خوښۍ تر اغېز لاندې راځم. کاشکې پوهېدای چې څومره له شوره ډک دي. زه په همداسې چاپېریال کې رالوی شوی یم. زما کورنۍ به خپل احساسات څرګندول؛ خو هغو خلکو ته ګرانه ده چې له دې چارې سره عادت نه دي. هغوی ته ښایي دا چاره وېروونکې وي او ان د خپګان لامل یې شي.

د اوښکو تویولو مقوله زموږ په ټولنه کې د له منځه تلو په حال کې ده. نارینه خو کله هم نه ژاړي او ښځه چې وژاړي، ډېره احساساتي او عاطفي بلل کېږي. نو یا باید په یوازېتوب کې وژاړو یا دا احساساتي، عصبي، عجیب او غریب پېغورنه وزغمو.

څه موده وړاندې په سینما کې فلم ته ناست وم، د فلم یوه صحنه ډېره خواشینوونکې وه. بې اختیاره مې پر مخ اوښکې راغلې. څنګ ته ناستې مېرمن مې خپل خاوند ته ور په غوږ شوه، ورته ویې ویل:« هلته ګوره ګرانه! زما په څنګ کې ناست سړی ژاړي» دا مې چې واورېدل، دسمال مې راوکېښ. په داسې حال کې چې سلګۍ مې وهلې، پوزه مې کش کړه. دې ښځې ته زما په عمر د یوه نارینه ژړا دومره په زړه پورې وه، چې تر اوسه به حیرانه وي، چې هغه فلم څنګه خلاص شو. د مینې او احساساتو له څرګندولو کله هم مه وېرېږئ.

د انسانانو جسمي فاصله او جدايي تر دې هم زیاته ده. په ټوله اسیا او اروپا کې ښځې او نارینه یو بل یو ډول ښکلوي او یو ډول یې په غېږ کې نیسي. لاس په لاس یا مټ په مټ پر لاره ځي. د امریکا په ځینو ښارو کې دغه کار د ټولنیزو اصولو خلاف بولي او که څوک په دې کار ووینې زندان ته یې لېږي. ښځې اوس هم یو بل لمسوي؛ خو نارینه وو ته ویل شوي چې دا کار بد دی. همدا ساده لمسول داسې اړیکه ایجادولای شي، چې تر ساده اړیکې او خبرو څو ځله غوره وي. یو څوک په غېږ کې نیول،یا یې پر اوږه لاس اچول دا مانا لري چې زه تا وینم، احساسوم دې، راته مهم یې. ما لیدلي چې یو انسان اوښکې تویوي؛ خو نور په حیرانۍ ورته ګوري. ښايي دسمال ورکړي؛ خو کله به یې هم په غېږ کې ونه نیسي.

د مینې د ټولګي محصلان ډېر ځله ټولګي ته خپل سپي او ماشومان راولي. یوې ځوانې ښځې ویل:« ربښتا هم خندوونکې ده، یو څوک کله هم د سپي او ماشوم پر سر له لاس راښکلو بد نه وړي؛ خو موږ چې دلاسا کولو ته هر څومره اړتیا ولرو او ان د مرګ حد ته هم ورسېږو، څوک مو پر سر د مهربانۍ لاس نه راکاږي.»

کله چې یې خبرې ختمې شوې، په زنګېدلو ګامونو ېې زده کوونکو له منځه تېره شوه او ټولو ونازوله. دا نجلۍ دې پایلې ته رسېدلې وه، چې که انسان له شرم سره هم مخ کېږي؛ خو باید نورو ته خپله اړتیا څرګنده کړي. ویل یې:« موږ ټول له دې وېرېږو، چې څوک ویوهوو چې نازولو ته اړتیا لرو. باید یو څوک وي چې پر سر مو د مینې لاس راتېر کړي. وېرېږو چې هر څه

تحریف نه شي.ځکه یوازې او گوښه کېنو. صبر کوو او بې ملگري پاتې کېږو.» مینه باید په جسمي ډول بیان شي( یا د لاس رانښکلو له لارې، یا پر اوږه د لاس اچولو له لارې)

مینه په اوس کې ژوند کول دي. ډېر خلک یا په پرون کې اوسي، یا په سبا کې په ژوند کولو کې اخته دي. د هغو تېرو ورځو په فکر کې دي، چې خوشاله یې تېرې کړي او په دې فکر کې دي چې نن هم باید د پرون په څېر و اوسي. دوی نه پوهېږي چې ځای پر ځای ولاړ دي او داسې درېدل د مرگ مانا لري. ماضی مړ شوی، ماضي غیر حقیقی دی. ماضي یوازې دومره ارزښت لري چې زموږ اوس یې تر اغېز لاندې دی.

ژوند خوږ او خوندور دی؛

خو که په اوس کې وشي

(سهراب سپهري)

ځيني نور د راتلونکي لپاره ژوند کوي، ډېر شته راتلونکي او راتلونکي ته يې ذخيره کوي. له خپل ورځني ژونده منکرېږي، خو د راتلونکي لپاره قيمتي بيمې واخلي. د ژوند ټولې پديدې راتلونکي ته ساتي. دومره د سبا په فکر کې ډوب تللی، چې د ژوند موخې ترې هېرې دي. دا يې هېره ده چې په ژوند کې بايد يوه دايمي موخه ولرو. کله چې يوې موخې ته رسېږو بايد بله موخه وټاکو او د ترلاسي لپاره يې هڅې وکړو. سبا له مرگ سره يو ځای راځي. ژوند موخه نه ده، پديده ده. هغه ځای ته رسېدل دي، نه ننوتل. توريو به ويل:« موږ د مرگ پر وخت پوهېږو چې هېڅ ژوند مو نه دی کړی.» نو هغه څوک چې واقعاً ژوند کوي، تېر مړ بولي او راتلونکي ته د داسې پديدې په سترگه گوري چې کله به هم رانه شي.

څه چې لرو، اوس دی. همدا اوس، يوازې هغه څه چې اوس يې تجربه کوو حقيقت لري. موخه مې داده، چې ته په اوس کې ژوند کوې. ماضي ځکه ارزښت لري، چې ته يې دې ځای ته رارسولی يې. ژوند ارزښت او بيه لري؛ خو يوازې په خيال کې. څوک تا له سبا نه خبرولی شي؟ يوازې همدا شېبه رښتينی ارزښت لري، ځکه چې راسره ده. مينه په دې پوهېږي، چې بېرته نه راگرځي. مخ ته نه گوري، پوهېږي چې د سبا خيال همداسې خيال پاتې کېږي او بنايي کله هم په واقعيت وانه وړي. مينه يوازې همدا اوس مانا لري. مينه يوازې هغه وخت حقيقت مومي، چې په حال کې تجربه شي. که څوک گل ته گوري، د گل په خبر دی. که کتاب لولي، کتاب يې جذبوي. که موسيقی ته غوږ نيسي، د هغې له غږ سره په څپو راځي. که خبرې کوي، يا چا ته غوږ نيسي، بل څوک دی.

یو پخوانی بودايي داستان د راهب کیسه کوي، چې له وړې خوگ نه تښتي. یوه کړنگ ته رسېږي. دلته باید له دوو لارو یوه وټاکي. یا به له کړنگه ځان غورځوي، یا به د خوگ خولې ته ځان ورکوي. چې ټوپ واچوي، بېرته له کړنگه راوتو رېښو ته لاس واچوي او له لوېدو بچ شي. لاندې گوري او ویني چې یو وړی پړانگ یې لوېدو ته شېبې شماري. په همدې شېبه کې ویني چې دوې وړې موش خرماوې د هغو رېښو په خوړلو لگیا دي، چې ده ځان پرې نښلولی. پورته خوگ ورته ولاړ دی، لاندې یې پړانگ انتظار کوي او دلته دوه نوي د رېښو په خوړولو لگیا دي. دا وخت یې په څنگ کې د ځمکنیو توتو یو بوټی ویني. یو پوخ او له اوبو ډک توت ترې راشکوي او خوري یې:« واه، څومره خوندور دی» په خوند کې ډوبېږي او د ژوند داشېبې هم په خوښۍ او مینه تېروي. مینه د ژوند هرې شېبې ته شور او خوښي ورکوي.

نو مینه په ډېرو شیانو کې وینو، سره له دې چې پوهېږو هغه د پېر او پلور څیز نه دی. د اندازه کولو او تللو وړ نه ده. مینه یوازې بښل کېږي. مینه بندي کولای او ساتلای نشو، ځکه هغه د تړلو او بندي کولو لپاره نه ده.

**مینه له ځانه بېل شی نه دی. په هر چا او هر شي کې تر یوې اندازې شته او دې ته په تمه ده، چې عملي شي. مینه او ځان یو دی. مینه بېلابېل ډولونه نه لري. مینه، مینه ده.**

خو بېلې درجې لري. مینه له هېڅ تضمین پرته باور کوي. اعتماد کوي. مومنه او باوري ده. مینه صبرناکه ده او انتظار کوي؛ خو متحرک انتظار. د مینې په کار کې انفعال او سکون نشته. مینه په اوس کې ژوند کوي، نه یې

په ماضي کې لاره ورکه کړې او نه د سبا د رارسېدو غوښتنه کوي. مینه همدا اوس ده.

**مینه یوازې هغه وخت مانا مومي، چې په اوس کې تجربه شي.**

**مینه ځواني او زړښت نه پېژني.**

څوک چې خوب کوي، ویده پاتې کېږي او څوک چې ویښ پاتې کېږي، بندې دروازې پرانیزي او بالاخره بریالی کېږي.

(وکتور هوګو)

چې اراده نه وي، مینه بې ګټې ده.

(مهاتماګاندي)

# څلورم څپرکی

انسان تر مرګه زده کړه کولای شي. یو شی دویم ځلي هم زده کولای شي، یا ښایي هغه څه هېر کړي، چې زده کړي یې دي. تل د کشف او موندلو لپاره یو څه شته. انسان چې د یوه شي په اړه هر څومره وپوهېږي، بیا یې هم د هغه په اړه پوهه بشپړه نه ده، له همدې امله ژبپوهان وايي، چې ټولې جملې باید په «او داسې نور...» پای ته ورسېږي.

بدلون د هر ډول زده کړې د پای ته رسېدو مانا لري. دا بدلون درې پړاوونه لري: لومړی له ځانه ناراضه کېدل، یوه اړتیا یا خلا حس کوي. په دویم پړاو کې د بدلون اراده کوي، یعنې غواړي هغه اړتیا پوره کړي او خلا ډکه کړي . او درېیم ځان بدلون او ودې ته وقف کول، یعنې په ارادي ډول د بدلون لپاره کار کوي، پاڅېږي او لاس په کار کېږي.

انسان تل د خپلو ماتو، یوازېتوب او ناهیلیو په اړه خبرې کوي. په ورځني ژوند کې دا ورته سخته ده چې په نورو وپوهېږي، ورسره شریک شي او ځان په هغوی پورې اړوند وبولي. هغه فکر کوي، چې باید له یوې نړۍ بخل، وېرې او خپګان نه راووځي. هغه تل په خپلو شاوخوا خلکو کې د خپګان

دلایل لټوي:« سیاسي نظام ګډوډ دی او تر قیامته به همداسې فاسد وي. له جګړې نه په هیڅ ځای کې خلاصون نشته. انسان له پیدایښته شر دی او نه شي بدلېدای. عدالت، ارامي یوازې د شتمنو دي او عام خلک د نظام قرباني دي.»

دا ډول انسان ځان ته په ناهیلۍ ګوري، ځان عاجز او بېوسه ورته ښکاري. داسې ښکاري چې د تیارې او ناهیلۍ لټولو ته یې کلک هوډ کړی دی. داسې وي لکه د مثبت پرځای چې په منفي فکر عادت شوی وي او د باور پر ځای شک او ګمان ته مخه کړي. تل د راتلونکي په فکر کې دی. دا خبره ټوکه ورته ښکاري، چې خوښي یو انتخاب دی؛ خو ښایي انسان یوازېنی موجود وي، چې د ارادې د ځواک په وسیله خوښي انتخابولای شي. دا ډول خلک خوشبینو انسانانو ته کم عقلان وایي. مین د رقیق الاحساس یوه برخه نه ده. که څوک له ژونده خوند واخلي، «خوشکی» یې بولي. خلکو ته ویل شوي، چې که خوښ او له شوره ډک و اوسي، سبا حساب ورسره کېږي. په دې برخه کې دا مقوله سمه ده، چې « د نړۍ هر ښه شی یا غیرقانوني دی، یا غیراخلاقي او یا سړی چاغوي.»

مسیحیت یې بله بېلګه ده. دا دین خپلو پیروانو ته وایي، چې انسان د خوښۍ لپاره نه دی پیدا شوی. انسان د دې لپاره پیداشوی، چې کار وکړي او کاملې هوساینې ته د رسېدو لپاره باید د خپل خدای تر څنګ پاتې شي او ستونزې وګالي. انسان د دې حقیقت په اړه ډېر کم پوښتنه کوي، چې په نړۍ کې شر او چټلي هم پیداکېږي. هغه کله هم د دې خبرې منلو ته تیار

نه دی، چې د بدیو او چټلیو ترخنګ د خوښیو او ښکلاوو لپاره هم ډېر زیات بالقوه ځواک شته.

زه نه وایم چې په نړۍ کې بدي نشته، نه وایم چې سړی باید ونه وېرېږي. نه وایم چې فساد، انحطاط، دوښمني او شرارت نشته. که یوه ورځپاڼه ولولې، یو فلم وګورې، یو نوی ناول ولولې، له ډېرو هغو بدګڼو به خبر شې، چې په نړۍ کې شته.

خو ډېر خلک له دې خبر نه دي، چې په انسان کې دوه کاملاً متضادې قوې فعالیت کوي. طبیعي ده چې باید بهرنۍ او طبیعي پېښې ومنو. ښایي په کومه زلزله، سېلاب یا تندر کې یې د کورنۍ غړي ومري. ښایي د تل لپاره معیوب شي؛ خو د دغه معیوبیت پر وړاندې د هغه غبرګون بېله خبره ده. ښایي د دغو مسایلو پر وړاندې خپل غبرګون ته نظم او ترتیب ورکړي. کېدای شي پرې برلاسی شي. انسان د ارادې خاوند دی او تر ډېره کولای شي د خپل ژوند واګې په لاس کې واخلي. ښایي په ټول ژوند کې له تخریبوونکې بهرنۍ پېښې سره مخ نه شي. نو هغه ازاد دی، چې له خپل دروني ځواکه د بهرنۍ نړۍ په جوړولو کې ګټه واخلي. هغه کولای شي چې د لوبغاړو په منځ کې خپل ډیالوګ وټاکي. د صحنې شاته پرده رنګ کړي او د متن موسیقي تنظیم کړي. که دا نمایشنامه خوښه نه کړي، یوازې خپل ځان رټي. ان په هغه وخت کې هم د انتخاب حق لري. ښایي صحنه پرېږدي او بله نمایشنامه ولیکي. ازاد انسان ان په تر ټولو تیاره زندان کې هم ازاد دی. غالباً ناهیلي خلک کمه پوهه او کمزورې اراده لري، خو د ځان لپاره هر

شی سم کړي. دوی پر دې باور دي چې وضعیت نه بدلیږي او تل به همداسې وي. انسان چې تر کومه وخته اراده ولري، د ژوند پر چارو برلاسی کېدای شي او مسؤلیت يې پر غاړه واخلي. هغه له ځانه د لویو ځواکونو له امله ځان نه محکوموي، ځکه هغه خپله یو لوی ځواک ګرځي.

**د بدلون لپاره باید انسان په دې باور ولري، چې د بدلون وړتیا لري؛** مثلاً که په مینه کې له خپلې وړتیا ناراضه وي، باید له دې حقیقت سره مخ شي؛ خو باید پر دې باور وي، چې یوه چاره موندلی شي. دویم ګام بدلون ته تصمیم نیول دي. بدلون یوازې په غوښتلو او اراده نه رامنځته کېږي. څنګه چې عادت د نظر له بدلېدو سره بدلون مومي، انسان هم ښایي یو شی خطرناک او له درده ډک وبولي،یا له کومې اندېښنې پرته هغه عادت ته دوام ورکړي. انسان یوازې هغه وخت تغیر کولای شي، چې په خپله خوښه او اراده د بدلون تصمیم ونیسي. که کوم چاغ کس غواړي چې ډنګر شي او د لمبا په جامو کې ښکلی او زړه راښکونکی ښکاره شي، یوازې د ارادې په وسیله نشي ډنګرېدای، باید د خوړو مناسب سیستم جوړ کړي، منظمه برنامه جوړه کړي او اړین ورزشي تمرینونه وکړي. له دې پرته به یې هیلې کله هم په واقعیت بدلې نه شي. هغه ته د موخې لاره مالومه ده؛ خو تر هغې چې پورته او لاس په کار نه شي، نظریه او مفکوره یې په یوه روپۍ هم نه ارزي. د وجودي فلسفې پیروان وایي:« **انسان یوازې د کار د پای پر وخت انسان ښکاري. که د مینې غوښتونکی یې، باید حرکت پسې وکړې.»**

د بدلون لپاره درېیم گام ښايي تر ټولو سخت وي، ځکه چې د نوې زده کړې پديدې پکې راځي. په زده کړه کې پلټنه، موندنه، تحلیل او تجزیه، ارزونه، تجربه، منل، رد، تمرین او تقویت راځي. ډېر خلک وايي:« مینه د خپل ځان بدیل دی.» که یې موخه دا وي، چې انسان له مینې سره د مینې په وسیله ټول پیاوړي کوونکي عوامل ترلاسه کوي، دا تر یوه ځایه سمه ده. بله مانا یې داده چې ټولنه او فرد غالباً کامل نه وي، انسان د زده کړې د دوام لپاره مجبور دی، چې ځان پیاوړی کړي. د مینې مینه وال باید ووایي:« زه د دې لپاره مینه کوم، چې باید ویې لرم. د دې لپاره چې د هغې اراده لرم. زه د ځان لپاره مینه کوم، نه د نورو لپاره. که نور خلک زما پیاوړي کوونکي عوامل وي، لا ښه،که نه وي، تر هغې هم ښه، ځکه ما د مینې اراده کړې. زه پر مینه ولاړ یم.

**ژوند، د ژوند تجربه کول او په هغه کې ډوبېدل**

**د زده کړې ډېر ښه ټولګی دی.**

د نورو څېزونو د زده کړې غونډې، انسان بايد تل هوښيار، متوجه، صبرناک او باوري و اوسي. د زده کړې اراده ولري. بايد تل ځان وارزوي او د انعطاف وړ وي. ژوند، د ژوند تجربه کول او په هغه کې ډوبېدل د زده کـړې ډېـر ښه ټولګی دی. ان د اخلاقو ډېر تکړه ښوونکي هم تاته مينه نشي درکولای. هغه يوازې تاته ښودلی شي، چې تاته لاربښـوونه وکـړي، نظـر دې بـدل کـړي. د نورو د مينې د ژوند په ليدلو هم مينه نشئ زده کولای.

**مينه هغه وخت زده کولای شـې، چـې د هغـې يـو متحـرک لاروی و اوسـې.**

نو که څوک په مينه کې له خپل اوسني موقف نه ناراضه وي، ډېـره ښـه ده، ځکه ښايي دا د هغې مينې د موندلو لومړی ګام وي، چې په لټه کې يې دی؛ خو دا د کار پيل دی، بايد له بدلون سره مينه ولري او پر لور يې ګام واخـلي. زده کړه د انسان د عمر په کچه اوږده پېچلـې پديـده ده. د مينـې د زده کـړې لپاره بايد تل بدلون وکړې. مينه يوه بې پايه پديده ده، ځکـه د مينـې لپـاره د انسان بالقوه ځواک پای نه لري.

د مینې لاره له خنډونو ډکه ده.

که یو پیغام کله هم ترلاسه نشي،

دا مانا نه لري، چې د مخابره کولو ارزښت نه لري.

(سګاکي)

# پینځم څپرکی

مینه کله هم اسانه نه ده او هغه کسان چې په مینه کې د ژوند کولو اراده لري، مجبور دی چې د خپلې ودې لپاره له ګڼو خنډونو سره مخ شي؛ خو که دغه دیوالونه او خنډونه په هوښیارۍ تحلیل او تجزیه کړي، ور مالومه به شي، چې دغه ټول خنډونه مصنوعي دي او په خپله یې ځان ته رامنځته کړي دي، په واقعیت کې نشته. ډېرې یې پلمې دي، چې د مینې د ردولو لپاره یې وړاندې کوي. هغه انسان چې د مینې د دغو بندو لارو قرباني کېږي، تر مرګه ځان محکوم ګڼي او د تکامل پړاو ته نه رسېږي.

انسان په مینه کې د هغو عواملو له امله ځان رټي، چې د ده په واک نه وي او فکر کوي چې دی یې وړتیا نه لري؛ مثلا وايي چې نور خلک منحرف او فاسد دي او د بدلون وړتیا نه لري، نو پر دې اساس هغه کم عقل نشو بللای چې د نورو د تغیر هڅه کوي؟ هغه ښايي ووايي چې د مینې د لارې پر سر خنډونه د له منځه وړلو وړ نه دي. ایا د دغو سترو ستونزو د له منځه وړلو لپاره د هغه هڅې ډېرې کمې نه دي؟ ایا د وخت او انرژۍ ضایع نه ده؟

یو مازیګر په سانفرانسیسکو کې له خپلو څو تنو دوستانو سره ناست وم، کیسې مو کولې. ټولو د همغې ورځې د پېښو په اړه خبرې کولې. له لرې یو

سړی یوازې ناست و. مخ ته یې نیم ګیلاس ایښی و، په ګیلاس کې یې سترګې ښخې کړې وې. ومې ویل:« هغه یوازې دی، ولې یې نه راغواړو چې راسره کېني. پوهېږم چې په یوه ډکه کوټه کې یوازې کېناستل څومره ګران دي.» نورو ځواب راکړ:« کار مه پرې لره. ښايي په خپله خوښه یوازې ناست وي، څه پوهېږې؟»

- سمه ده؛ خو که ورته ووايو چې له موږ سره کېني، ښايي یو انتخاب وکړي.

ورغلم. ترې ومې پوښتل چې له موږ سره کيني که غواړي يوازې و اوسي؟ حيران شو. په خوښۍ راغی. له المانه راغلی و. ويل يې چې څو ځله امريکا ته راغلی؛ خو کله يې هم د خپل سفر په اړه له چا سره خبرې نه دي کړې. زموږ بلنې خوښ کړی و.

البته دا باید ومنو چې زموږ المانی ملګری تر یوه ځایه ملامت و، ځکه له نورو سره د اړیکې ټینګولو یو څه مسؤلیت زموږ پر غاړه دی. که لومړیتوب غوره کړو، ښايي موږ ونه مني؛ خو دا بايد هېره نه کړو چې هغه وخت ټول خلک زموږ ښه ملګري جوړېدای شي، چې موږ يې هيله لرو. موږ د دې لېوالتيا لرو، چې پر انسانانو د شر او بدۍ شک وکړو. دا د بشر- بدۍ دې چې رسنۍ يې هره ورځ راپورونه خپروي. په نړۍ کې وژنې، غلاوې او تېرې ډېر زيات دي. موږ له جناياتو يوازې له دې امله نه خبرېږو چې يوازې خبرونه دي، دا چاره د ورځپاڼې د خرڅلاو لامل کېږي. د خلکو حيرانوونکي خبرونه خوښېږي. د خپلو احساساتو له چټک بدلون نه خوند اخلي؛ خو په حقيقت کې ټول خلک زموږ غوندې دي. خپله غوښتنه نورو ته زيان نه

اړوي، له چا څه شی نه پټوي، څوک نه وژني. پر دغو خلکو باور کولای شو. ډېر يې دوستانه چلن کوي. ډېر يې په ژوند کې له پوليسو، محکمو او وکيلانو سره له سر و کار پرته تېروي؛ خو په دې حقيقت سترګې پټوو او وايو چې بايد داسې وي. له بل اړخه شر او بدی لويوو. هغه راته په زړه پورې دي، ځکه له معياره سروغړونه پکې ده؛ خو موږ داسې چلن کوو لکه دغه انحراف چې قانون او چلن وي.

ښايي د انسان دغه نيکی «ان فرانک» ترټولو ډېرې ستايلې وي. هغه يوه ځوانه يهوده مېرمن وه، د خپل لنډ ژوند ډېره برخه يې په امستردام کې په يوه کوچنی ودانی کې له نازيانو پټه تېره کړې وه او په پای کې هغوی ووژله. هغې تر مرګ وړاندې د خپل يادښت په کتابچه کې داسې ليکلي وو:« زه خواشينې نه يم. اوس هم په دې باوري يم، چې انسان په خپل ذات کې ښه دی.»

انسان بدي هم د نېکی په څېر زده کوي. که په شر او بدی کې خوښ وي، هغه منعکسوي. تل له بدګوماني سره مخ وي، په بدی پسې ګرځي او تل هغه مومي. خو که په نيکی باور ولري، تل هيله من پاتې کېږي. يوازې بدګڼو ته کتل او د هغو تر سيوري لاندې ژوند کول د مينې په مخ کې خنډ ايجادول دي.

د مينې پر لاره بل خنډ دادی، چې ډېر خلک په دې هڅه کې دي، چې يو عاقل انسان له مينې واړوي؛ خو انسان د خپل طبيعت په حکم پيداکوونکی دی. خپل ژوند خلق کوي او د خپلې پوهې په وسيله يې مخته بيايي. د

ژوند له پیله ورته وايي چې د هغه پایښت په ورانۍ او تخریب کې دی. هغه ته وايي چې تل د یوه تخریبوونکي ځواک تر اغېز لاندې دی او داسې ورته ښيي، چې یوازې دغسې ورانکاري په فرهنګ کې وده کوي او پیاوړي او سالم پاتې کېږي. څکه نو په داسې حال کې انسان د دغه تخریبوونکي ځواک د له منځه وړلو لپاره انګیزه له لاسه ورکوي. ناهیلی ښکاري. انسان چې کله یو څه وپنځوي، د خوښۍ اوج ته رسېږي. په حقیقت کې له نوښته ډک رفتار انسان ارامول. **مینه تل نوښتګره ده. مینه کله هم څه نه ورانوي. دا د انسان یوازېنۍ هیله ده.**

تورنټون وایلدر خپله حیرانوونکې فلسفي لنډه کیسه «پل سن لویی ری» داسې پای ته رسوي:« نیمه ځمکه د ژوندیو او نیمه نوره د مړو ده. مینه یې ترمنځ د پله حیثیت لري. مینه یوازې حقیقت او پایښت ده.»

مینه تل نوښتګره ده. مینه کله هم ورانول نه کوي
دا د انسان پوازیني هیله ده.

که انسان نامهربانو خلکو ته وګوري، یا د نړۍ د نامهربـانیو ننـداره وکړي، ستونزه دومره لویه ده، چـې ښـایي کـاملاً نـاهیلی شي. کـه مـاضي مطالعـه کړي، ویني چې ځانغوښتنه، ناهیلي او ستونزې د تاریخ لـه پیلـه شـته. پر دې پوهېږي، چې انسانانو تل په حرصناک ډول د هر څـه غوښـتنه لرلـه، د هغو په خاطر یې جګړې کولې او تر دې وروسته به هم دا حال وي. کاتولیک به د پروتستانتو پر وړاندې ولاړ وي، یهود د کمونستانو پر وړاندې. تور به د سپینو پر وړاندې ولاړ وي، سـپین د تـورو پـر وړانـدې. د دوی دلیـل دا دی، چې پخوا هم داسې شوي، وروسته به هم داسـې وي او خلـک بـدلون نشي رامنځته کولای. دا واقعیت دی، چې ستونزې، لوږه، جګړه، نـاپوهي تعصـب او... ډېر دي. داسې خلک کم دي چې  د دغو ستونزو پر ضد ودرېږي؛ خـو خبره دا نه ده. یوازینۍ عادلانه پوښتنه چې له ځانـه یـې کـولای شـو دا ده چې:« زه څه کولای شم؟» دا پوښتنه حلېدونکې ده او ساده ځواب لـري. پـه تېره هغه وخت چې موږ په رښتیا زړه وسوزوو، ارزښـت ورکـړو او د مسـؤلیت منلو ته تیار شو.

په هانکانګ کې له یوه چینایي کډوال سره اشـنا شـوم. هغـه د یـوې یـوولس نفري کورنۍ غړی و، چې ټول له لوږې سره مخ وو. لږه انګیسي- یـې زده وه؛ خو غوښتل یې چې پوره یې کړي، څو په ښار کې ځان ته یو ښه ځای پیـدا کـړي. پـه څـو ډالـره مـې د انګلیسي- درسي کتابونـه ورتـه واخیسـتل او د انګلیسي په یوه کورس کې مې نوم لیکنه ورته وکړه. داسې هغـه بریـالی شـو چې د کورنۍ وضعیت یې څه ناڅـه ښـه کـړي. نیـت یـې و چـې د درس تـر خلاصولو وروسته مې پیسې بېرته راکړي. ترې وامـې نخیسـتې. تـرې ومـې

غوښتل چې د ځان غونډې يو بل څوان پيدا کړي او همدا کـا ورسره وکـړي، لکه ما چې له ده سره کړی و. تر اوسه مو په دې طريقه درېيو څوانـانو تـه د درس زمينه برابره کړې. ما په دې وسيله په هانکانګ کې د کډوالو مسـله نـه ده حل کړې؛ خو د درېيو کورنيو په پايښت کې مې مرسته کړې. که هر څوک يو کوچنی مسؤليت ومني، حالت ښه کېږي. د لويو خيريه بنسټونو له لارې مرسته ښه کار دی؛ خو دې بنسټونو خپل شخصي ارزښت له لاسـه ورکـړی او دومره خوښي نه رامنځته کوي. هـر څـه بـدلولای شـو. هېڅ داسـې څـه نشته چې بدلون ونه کړي. ښايي زه په يوازې ځان د ماشـومانو مړينـه کمـه نه کړای شم، ښايي د زړو لپاره په کوم ګټور کار کې بريالی نشم؛ خـو کـولای شم يوه ماشوم ته د لږ وخت په ورکولو د هغه ورځ ښه تېره کـړم، يـا لـه کـوم سپينږيري سره مرسته وکړم، چې د ژوند څو ورځې يې ښې تېرې شي.

د علم په اړه د پوهې کموالی او له دې کمې پوهې ناخوښـي پـه مينـه کـې د ودې مخه نيسي. که يو څوک له خلکو لږ مينه ويني او په ځواب کې يې لـه هغوی سره مينه وکړي، فکرکوي چې د مينې په اړه يې پوهه بشـپړه ده. ټـول هغه څه يې ترلاسه کړي چې د هغو تمه يې لرله. نور به څه ترې پـاتې وي؟ فکر نه کوي چې مينه به هېڅ سرحد ونه لري. ژوره او لايتنـاهي ده. فکـر نـه کوي چې ښايي اوس به په يوه ځای کې يو څوک د ده مينې ته په تمـه وي. ځينې وخت انسانان د غفلت له خوبه د ويښېدو لپاره يـوه سـخت عـاطفي ټکان ته اړتيا لري. مثلاً فرض کوو چې يو سړی دی مېرمن لري، لـه مېرمنـې سره يې مينه لري او پر هغې هم ګران دی. ژونـد يـې ښـه روان دی. جنسي-اړيکې يې هم نسبتاً ښې دي. دوه ماشومان لري، چې دواړه د ده د غوښتنې

مطابق وده کوي او لويېږي. کور يې کلکې دروازې او لوی کولپونه لري، چې دی له بهر نه خوندي ساتي. ښه وظيفه يې ده او په بانک کې دومره پيسې لري چې د ده راتلونکې تضمينوي. هغه هر څه لري؛ خو که په انجيل کې د ايوب د داستان غوندې هر څه يو په بل پسې له لاسه ورکړي، څه به وشي؛ مثلا ماشومان يې درس پرېږدي او کوڅه ډب شي. ښځه يې بې لارې شي. دنده له لاسه ورکړي. دېوالونه يې ونړېږي او بانکي حساب يې صفر ته راښکته شي. هغه څو انتخابه لري. ښايي هڅه وکړي د پخوا غوندې ژوند وکړي چې دا کار تقريباً ناممکن دی. د هغه څه کټ مټ تکرار چې پخوا تېر شوي ناممکن دی، ځکه هر شی چې نوی يې جوړوئ يو اصلي څيز دی، نه کاپي. ښايي لېونی شي يا ځان ووژني. ښايي زړه يې مات شي او په ناهيلۍ او بې باورۍ کې ژوند وکړي؛ خو ښايي د دې ټولو پر ځای له ژونده درس زده کړي. د تجربو په مټ وده وکړي. په نوې هيله، تازه پوهه او نويو انتخابونو ژوند وکړي.

دا وخت له بدلون سره مخ کېږي، هغه پلمه کوي چې عمر يې ډېر دی او بدلون نشي کولای. د زده کړې وخت يې هم تېر دی. ښايي دا مقوله تکرار کړي چې :« زاړه سپي ته نوي کارونه نشو ورښودلای.» خو دا ډېره بې مانا خبره ده. ان يو زوړ سپی هم نوې لارې چارې زده کولای شي. خبره داده چې هغه کسان چې دا ډول استدلال کوي يا انګېزه نه لري يا ډېر تنبل دي. د انسان د زده کړې وړتيا تل تر يوه زاړه سپي زياته ده او د دې دوو پرتله کول اصلاً جايز نه دي.



CamScanner

هره ورځ د مینې د زده کړې او په هغې کې د ودې لپاره نوې لارې چارې رامنځته کېږي. څومره مو چې پاملرنه، د انعطاف وړتیا او پوهه زیاتېږي، هومره په مینه کې وده کوو. ان هغه څیزونه چې ظاهراً خورا بې ارزښته ښکاري، موږ ځان او نورو ته نږدې کولا شي.

انسان باید کله هم په مینه کې له خپلې وړتیا راضي نه شي. هر ځای چې وي، کار یې تازه پیل کړی.

په پای کې د مینې په لاره کې بل لوی خنډ له بدلون وېره ده. څرنګه چې مو مخکې وویل، شنه کېدل، زده کول او ازمویل بدلون دی، له بدلون تېښته نشو کولای. یوازې له یوه شي داېره کېدای شئ او هغه بدلون دی. له بدلون نه انکار له حقیقته انکار دی. احساسات بدلېږي، غوښتنې بدلېږي او تر ټولو زیاته مینه بدلون مومي. دا څیزونه کله هم نه درېږي، نه مهارېږي. یوازې باید ورسره ملګري و اوسو. یو هندي حکایت دی چې یو سړی په کوچنۍ کښتۍ کې سپور و او د اوبو د مسیر خلاف په موجونو کې روان و. تر سختې جګړې وروسته دې پایلې ته ورسېده، چې کار یې بې ګټې دی. نو پارو وهل دروي. پاروګان له اوبو راباسي او سندرې پیلوي.

ژوند د مرګ هومره پراخ وزرونه

او د مینې په کچه پرواز لري.

(سهراب سپهري)



CS CamScanner

له نورو سره د مینې لپاره

باید اول له ځان سره مینه ولرې.

مور یو یو. یو ځای کړاو تېروو.

په ګډه موجود یو او تر ابده یو بل بیا بیا پیداکوو.

(تیل هارد دوشارن)

# شپږم څپرکی

مخکې له دې چې نور راباندې ګران کړو، باید له ځان سره مینه ولرو. څو ځلې مې ویلي، کوم څه چې ونه لرې، بل ته یې نه شې ورکولی. د مینې په اړه دا خبره ډېره رښتیا ده، څه دې چې زده نه دي بل ته یې نه شې ښودلی. مینه داسې څه نه دي چې بل ته په ورکولو کم شي؛ سلو کسو ته یې ورکړه، له تا به هېڅ نه وي کم، کټ مټ لکه علم. پوه انسان خپله پوهه نورو ته لېږلای شي، پرته له دې چې د ده په پوهه کې کمی راشي. دا به ښه وي چې ووایو، مینه او پوهه له نورو سره شریکولی شو؛ خو که یې ولرو.

له ځان سره مینه کول، خود محوري نه؛ بلکې یوه اصیله لېوالتیا او ځان ته درناوی دی. ځان ته ارزښت ورکول د مینې بنسټ دی. سړی چې ځان ته ځیر شي، مینه ورسره کوي، په ځان کې چې څه ویني، درناوی ورته کوي.

انسانان سره یو شان نه دي، دا د طبیعت خوښه نه ده، چې ټول موجودات دې یو شان وي. په باغچه کې ټول ګلان سره ورته نه دي، بوټي هم همداسې درواخله. تر اوسه مو په بڼ کې دوه سره ګلان سره ورته لیدلي؟ هېڅ داسې څېرې نشته چې سره ورته وي، ان غبرګوني هم بشپړ یو ډول نه دي. زموږ د ګوتو نښې بېلې دي، له همدې امله انسانان د ګوتې د نښې له مخې

پېژندلای شو؛ خو انسان عجیب موجود دی، توپیرونه او رنګارنګي يې وېروي، منلای يې نه شي، له توپیرونو تښتي، غواړي له نورو سره ځان یو شان کړي، یوازې له نورو سره په یو شان کېدو کې د خوښۍ او خوندیتوب احساس کوي.

هر ماشوم چې نړۍ ته راځي، یو بېل مخلوق دی. د بدن د جوړښت له مخې به له نورو سره ورته وي؛ خو د همدې جوړښت کار په ظریفه او پېچلې سطحه یوازې ده ته ځانګړی دی، بل هېڅ انسان يې پر شخصیتي وده، ارث، چاپېریال او چانس اغېز نه ښندي. له دې سره یو بل عنصر ته اړتیا شته ،چې لا په علمي لحاظ نه دی پېژندل شوی او د شخصیت مجهول فکتور ورته ویلای شو، دا د هغو ځواکونو ځانګړی ترکیب دی، چې په سړي داسې اغېز کوي، چې یوازې خپل ځانګړی غبرګون او د درک قدرت ولري. ماشوم استثنايي دی؛ خو ډېر هغه شیان چې له زېږون وروسته يې زده کوي، ده ته دا ازادي نه ورکوي چې خپل بېلوالی کشف او هغه ته وده ورکړي.

لکه مخکې مو چې وویل، له ماشوم سره باید مرسته وشي چې خپله ځانګړنه کشف کړي، باید مرسته ورسره و کړو چې مخ پر وړاندې لاړ شي او ور زده کړو چې څنګه له نورو سره ملګری شي. د دې هر څه پر ځای، زموږ روزنه پر ماشوم باندې د واقعیت تحمیل دی. له بلې خوا ټولنه هم باید داسې وسیله وي، چې په واسطه يې د ماشوم ځانګړیتوت نورو ته وښودل شي. دا چې زموږ ټولنه فردي او ډله‌ییز سازښت ته اړتیا لري، نو ټولنه باید



CamScanner

وسیله وي، چې په هغه کې ټول د نورو انسانانو په فردی توپیر کې شریک شي؛ خو ټولنه په دې باور ده چې هغه څه چې پېړی مخکې وو، که یې حقیقت ثابت شوی هم نه وي، بیا هم تر ټولو غوره لاره ده. که دې تېروتنې ته لاس تر زنې کېنو د فردیت بنسټ نړوو، په دې کار فردیت وژنو.

هر ماشوم د نړۍ لپاره نوې هیله راوړي؛ خو دا فکر ظاهراً ډېر کسان وېروي. کومه ټولنه چې له داسې کسانو جوړه وي، څنګه ټولنه به وي؟ بې قانونه او بې ترتیبه به نه وي؟ هرج او مرج به پکې نه وی؟ دا فکر ډېر وېروونکی دی. موږ له لویې خاموشۍ ډلې سره د راحتۍ احساس کوو. هغوی چې له موږ سره سم نه دي، باور نه پرې کوو. دا د زده‌کړې کار بولو چې ماشوم د ټولنې له معیارو سره سم وروزي. زده‌کړې ته هم ورته رول ورکړل شوی، که وکولای شي چې د ټولنې د خوښې نظام وساتي او ښه ښاریان جوړ کړي، ډېره ښه ده. ښه ښاري څوک دی؟ هغه دی، چې د نورو غوندې فکر وکړي او د نورو په څېر غبرګون وښیي. ښوونکی په داسې شرایطو کې وي، چې شخصي مطالب زده‌کوونکي ته لېږدوي. د ښوونې او روزنې روزونکي داسې احساسوي، چې د پوهې یوه اساسي مجموعه شته او دا د دوی دنده ده، چې د ماشومانو په ذهن کې یې کېنوي. د دې کار په دفاع کې وایي چې « کم حاصل عصار[1] ته زده کړه ورکوي».

له ځان سره مینه؛ یعنې د خپل متفاوتوالي ساتنې په موخه ځان د کشف لپاره بیاځلي هڅه ده. له ځان سره مینه یعنې؛ د دې خبرې درک چې ته

---

[1] هغه کس چې له دانو تېل یا غوړي وباسي

یوازې ته یې، ته یې چې په دې خاورینه کره کې اوسېږې او کله چې مرې، ټول امکانات دې ځي. یعنې دا چې په تا کې ډېرې حیرانوونکې خبرې دي؛ خو ته ترې ناخبره یې. هربرټ اوټو وایي، چې انسان یې د وجود یوازې پینځه سلنه امکانات کاروي. مارګارټ بیا وایي څلور سلنه. ۹۵ سلنه نور څه کېږي؟

د آر. ډي. لېنګ په نوم یو روانپوه وایي: « موږ تر هغه څه کم فکر کوو، چې پوهېږو. څومره چې مینه ورسره لرو، تر هغه کم پوهېږو او مینه مو تر دې ډېره کمه ده چې باید وي. څومره چې یو، تر هغه ډېر کم یو.»

ته یو بالقوه ځواک لرې چې باید وپېژندل شي. ښایي د ژوند یوازېنۍ ارامي او خوښي د دغه بالقوه ځواک لټون او هغه ته وده ورکول وي. لرې خبره ده چې ان که ټول ژوند په دغه کار تېر کړو، خپل ټول استعداد کشف کړو. په دې خبره کې شک دی، چې که داسې فکر وکړو چې که یو څوک ان د ژوند هره لحظه په دغه لټون تېره کړي، خپل ځان به ټول کشف کړي.

ګویته دا حقیقت د فاوسټ له خولې داسې وايي « که په ژوند کې د ارامتیا یوه لحظه ووینو، ورته وبه وایو چې لږ صبر شه، ته څومره ښه یې.» که یو څوک یوه لحظه لټون ودروي، د شیطان زړه لاسته راوړي، ځکه چې د انسان په جګړه کې د «کېدو» لپاره ارامتیا نشته. په انجیل کې راځي، چې زموږ کور ګنې کوټې لري، هره یوه یې په خپل ذات کې حیرانوونکې ده. څنګه کولای شو، دې ته یې راضي کړو، چې غنې، موږک، خوساوالی او مرګ مو ټول کور نیسي.



CS CamScanner

هغه څه چې ښايي وي، تل د مجود د کشف لپاره بالقوه ده. هېڅکله ناوخته نه دی. دا پوهه باید سړی تر ټولو لویې مقابلې ته راوبولي. سړی باید د ځان لټون لپاره په اوږده سفر ووځي، کوټې دې کشف کړي او نظم او ترتیب دې ورکړي. دا پوهه باید انسان وهڅوي چې یو مین، با احساسه او هوښیار وي، نه یوازې دا بلکې تر خپله وسه تر ټولو ښه، تر ټولو مین او تر ټولو احساساتي شي. په دې مبارزه کې یې سیال خپل ځان دی.

نو له ځان سره په مینه کې ستا د رښتیني اعجاز کشف شامل دی. نه یوازې دا ته چې اوس یې، بلکې ټول امکانات چې درکې دي. له ځان سره مینه د دغه حقیقت درک دی، چې ته متفاوت یې، په نړۍ کې هېڅوک نه دي در ورته او دا چې ژوند باید ستا د دغه متفاوتوالي کشف، وده او له نورو سره شریکول وي. دا پروسه تل اسانه نه ده، ځکه تل داسې کسان شته، چې تل له تا نه د بدلېدو او وحشت خوا ته ځي؛ خو دا پروسه تل خپل هیجان لري او لکه هر څه د بدلونِ په حال کې ده. دا بدلون هېڅکله ملامتوونکی نه دی. د ځان لټون، تر ټولو ښایسته، تر ټولو اوږد او له خوشالیو ډک سفر دی. کرایه یې هم دومره نه ده.

د مین ټول څواک، دی خپله دی.

کله کله طبیعت دغه درس له غچ اخیستو سره زده کړي او زده کوي یې. د اتن غره په لمن کې کور جوړول او مال غونډول څه ګټه لري؟ دا شیان په داسې ځای کې جوړول چې هر کال یې د موسمي بارامونو له وجې سېلاب له ځان سره وړي، څه فایده؟

د ۱۹۳۰ لسیزې حالات د دې لامل شول، چې ډېر کسان د ټولنې په حاکمو ارزښتونو کې ژور فکر وکړي. د بازار له ناورین او اقتصادي نظام له نړېدو وروسته ډېر کسان له خپلو مالونو سره ټیټ شول، ډېر ټیټ، ان تر ځانوژنې پورې؛ خو هغوی چې د مال پر ځای هیله لرله، اه یې وکړ، ویې ویل: « موږ یو ځل دا کار کړی. بیا یې هم کولای شو.» بیا پورته شول چې ژوند له سره یې جوړ کړي. له ځان سره مینه یعنې دا چې ځان ته له هر څه نه زیات ارزښت ورکړې.

له ځان سره مینه یعنې په دې پوهېدل چې یوازې ته، ته یې. که هڅه وکړې چې نورو غوندې شې، بنایي ډېر بریالی وې؛ خو تل به تر هغه کس وروسته وې؛ خو ته تر ټولو ښه«ته»یې. خپل ځان اوسېدل تر ټولو اسانه، عملي او ګټور دي. په دې صورت کې که ووایو ته د نورو لپاره یوازې هغه یې چې د ځان لپاره یې، بې معنی به نه وي.

که ځان وپېژنې، د ځان کشفول به خوند درکوي. که خپله ارتیا د دې خبرې د کشف په لار کې تشخیص کړې، چې څوک یې، نورو ته ازادي ورکوې چې دا کار وکړي. کله چې ومنې، ته تر ټولو ښه «ته» یې، دا حقیقت به هم ومنې چې نور خپل ځان ته هم تر ټولو ښه دي؛ خو مهمه دا ده چې هر څه له تا

پیل شي، که ځان وپېژني نور هم پېژني. ځکه چې موږ سره ورته یو. کله چې له ځان سره مینه وکړو، له نورو سره یې هم کوو. له ځان سره مینـه دې چې ځومره ژوره ده، له نورو سره به هم هغومره وي.

د گرانښت لپاره ټاپو ته پام مه کوئ!

د انسان په ذهن کې د یوې ولاړې نړۍ عکس دی، فکر کوي چې دا واقعیت دی!

(تیموتي لیری)

سترګې باید ومينځو، يو بل ډول وګورو

کليمې باید ومينځو، کليمې باید خپله باد، خپله باران وي!

(سهراب سپهري)



CamScanner

# اووم څپرکی

په تېره برخه کې مو د مینې د زده‌کړې په پروسه کې د کلیمې پر معنا خبرې وکړې. ومو ویل چې کلیمې د دې لامل دي، چې له واقعیت نه دایمي او کلک ثبت رامنځته شي، چې ټول نـور او ذهنـي ادراکـات او زده‌کـړې یـې لـه فلـتر تېرېږي. دغه پاکول د مینې په لار کې لوی خنـډ دی. کـه یـوه زده‌کـړه د دې لامل شوې، چې د توریوستي، یهود، مکسیکویي یا کوم بـل چـا پـُر وړانـدې چې جامې یا کړه وړه یې له تا سره توپیر لري، د لېرې کېدو غبرگـون ولـرې، نو له دغو کسانو سره به ستا د مینې امکانات ټیټ حد ته ورسېږي.

انسان، کلیمې د ځان د ازادولو لپاره پیدا کړې. ژبه یې پیدا کړې چې له نورو سره اړیکه ټینګه کړي او نورو ته له ده سره د متقابلې اړیکـې ټینګولـو امکـان برابر کړي. غوښتل یې په کلیمې، تېر پوهاوی او راتلونکې هیلې ثبـت کـړي. انسان دا درک کړه چې کلیمې یې د خپل چاپېریال پـه جوړولـو کـې مرسـته ورسره کوي؛ خو له کلیمو یې تر هر څه ډېر د فکر کولو او ایجادولو لپاره کار واخیست. د ځان خلاصون لپاره یې یوه ژبـه پیـدا کـړه او کلـه یـې هـم د دې تصور ونه کړ چې یـوه ورځ بـه د همـدې ژبـې غـلام وي؛ خـو د همغـو تـاپو

موندلو چې ده د یو شي د وړاندې کولو لپاره جوړې کړې وې، په لنډ وخت کې وده وکړه، څو په خپله هماغه «شی» شي، د انسان کړه وړه داسې شول چې ګڼې خپله خبره «هماغه شی» دی. نومونه یې له ځان «ځیزونو» سره ناسم ونیول او دې پایلې ته ورسېدل، چې یوازې د دغو ټاپو په کارولو کولای شي له نورو سره اړیکه ټینګه کړي. کله به یې چې د یوه فرانسوي په اړه خبرې کولې، تصور یې دا و چې نور به هم د دغه فرانسوي په اړه ده غوندې فکر کوي. البته داسې نه وه. په دې ترتیب په اړیکه ټینګولو کې د ده ورتیا مخ په کمېدو وه. ټاپې په فریب انسان خپل غلام او له نورو انسانانو نه لېرې کړ. انسان کله هم تم نه شو چې له ځانه وپوښتي چې دی او نور د یو چا په اړه په څه پوهېږي، په داسې حال کې چې د کمونیست، کاتولیک، جمهوري‌غوښتونکي یا یهود ټاپې پرې لګوي. کله یې هم دا پوښتنه ونه کړه، چې نور له دوی نه څه درک او برداشت لري. ځان یې په دې پوښتنه ستړی نه کړ، چې ایا دغه کمونیست ښه پلار، ښه ښاغلی، یو ژمن ښوونکی، نېک انسان، مینه‌ناک، یو مخالف، سرسخت جګړه کوونکی، یو مخترع یا نور... دی؟ له کمونیست کلیمې نه منفي محرک دومره قوي دی، چې دی یې د ته اړ کړ څو له دغه کمونیست نه کرکه وکړي او همداسې یې دوام وکړ.

کله چې ماشوم وم، په امریکا کې دود و چې ایټالیایانو ته به یې «ډاګو» یا «وپ» ویل، موږ داسې ځای ته کډه وکړه چې پخوا کومه ایټالیایي کورنی پکې نه اوسېدله. بلاخره یې پر موږ هم رنګ رنګ ټاپې ووهلې؛ «ډاګووان ټول د مافیا غړي دي»، «کومې سیمې ته چې ډاګووان لاړ شي، هلته د کورونو بیه ټیټېږي» «له دوی سره د سیمې ارامي تښتي، ډېر احساساتي او شر

جوړوونکي خلک دي.»...

موږ ته یې به ښه سترګه نـه کتـل. دوی لـه «ډاګـو» کليمې نـه ډېـر مفـاهيم اخيستي وو، له همدې کبله يې داسې ښوده چـې مـوږ پېـژني. هغـه خـبرې چې زموږ په اړه نه وې ورته معلومې تر هغو ډېرې ورته مهمې وې چې زموږ په اړه پرې پوهېدل. دوی په دې نه پوهېدل چـې مـور مـې سـندرې وايـي او کورنۍ مو له موسيقۍ ډکه ده.

مور څه نا څه طبي معلومات لرل، له برکتـه يـې زمـوږ پـه کـور کـې نـاروغي بېخي کمه وه. د درملنې نظام يې له دوو اصلي درملـو جـوړ و؛ يـو اوږه چـې ډېره ګټوره وه او په هر خوراک کې به مـو وه؛ بـل يـې خپلـه جـوړاوه، د مکـي جوارو اوړه به يې اوبو کې اچول، چې څوک به ناروغ شول او نورو درملـو بـه کار نه کاوه نو دا به يې پر سـينه ځـای ور کېښـودل. اوږه بـه يـې هـم وتړله، و به يې ټکوله، په يوه دسمال کې به يې کېښوده او ښوونځي ته له تګ مخکې به يې په غاړه کې راواچوه؛ جالبه دا وه چې هېڅ به نه ناروغېـدو. پـه دې اړه زه داسې فکر کوم چې خامه اوږه به مو چـې پـه غـاړه کـې وه، څـوک نيږدې نه راتلل چې ميکروب او سـارې نـاروغي تـرې راشي. اوړو هـم کـمال کاوه؛ خو تر اوسه نه پوهېږم چې د درملنې ارزښت يې په څه کې و. لکه چې ومې ويل، همدغه دلايل بس وو چې ګاونډيانو مو له ځانه نه شړلو.

د ګاونډيو درملنې کېدې، زموږ لـه کـوره يـې ښـې سـندرې اورېـدې، کـه يـې شړلي وای له دغو به بې برخې وو. پلار مې لـه مـوو ډېـرې مزېـدارې اوبـه ايستلې، زموږ زده‌کړو ته ډېر ليواله و. له ډوډۍ خوړلو وروسته به يې معمولاً

دا پوښتنه کوله چې، نن مو څه زده کړل؟ خپله یې هم له زده‌کړې سره ډېره جوړه وه. ډېر خوندور جوس یې جوړول، ما ته یې ډېر خوند راکاوه، زه په همغو را لوی شوم؛ خو ډېره سخته وه چې خپل زده‌کړې موضوعات له ده سره شریک کړو. مابښام به ټولو سرونه کتاب ته ښکته نیولي وو، چې د پلار لپاره نوي څه زده کړي، دی به ناست و، برېتونه به یې تاوول او خپل جوس به یې څښلو. ګاونډیانو مو که شړلي وای، زموږ د معلوماتو شریکولو دا طریقه به یې نه لیدله او د پلار له خوندورو جوسونو به بې برخې وو.

د مینې کولو لپاره باید ژبه کنټرول کړو، له کلیمو چې کوم بې ځایه تصور لرو، باید له ذهنه یې پاک کړو. ویل کېږي چې بوک مینیسټر فولر په دې اړه دومره په تشویش کې و چې له دوو کالو زیات یې یوازې د دې په مطالعه تېر کړل چې کلیمې خپل ځان ته څه معنا لري. له دوو کالو وروسته یې احساس وکړ چې د ژبې (خبرو) له دامونو ازاد شوی او کولای شي، چې له ژبې نه د څیزونو د نږدې کولو د عامل په توګه کار واخلو او ژبه د وسیلې په توګه وکاروو.

پر شخصیت د ژبې اغېز د ژبپوهنې او روانپوهنې اړیکه ټینګوي. د دغه علم پوهان ښيي، چې ژبه څنګه پر شخصیت اغېز کوي. ځینې کسان شته چې د مثبتو خبرو محیط یې جوړ کړی وي؛ د دوی خبرې خوښوونکې، په زړه پورې او له ښکلاوو ډکې وي. په مقابل کې یې ځینې شته چې د منفي کلیمو په بند کې دي. ژوند یې له بې احساسه، پېغور، بې روحه، بدرنګو، وېروونکو، سترې کوونکو او خواشینې کوونکو کلیمو ډک دی.

ښايي په هره ژبه کې تر ټولو مثبته کلیمه «هـو» وي. مینــې تــه لیـوال خلـک ژوند ته «هو» وايي. خوښـی، پوهـې او بېلابېلو وګړو ته «هو» وايــي. پـوهېږي چې ټول خلک او څیزونه د ده لپاره نوي څه لري، پوهېږي چې پــه هـر څـه کې یو څه شته. که د «هو» لخوا ورته ګواښ وي، بیا وايي «ښايي».

«نه» ویل یعنې یو شی له پامه غورځول، تـرې تېرېـدل، ښـايي د تـل لپـاره. جیمز جویس د خپل شاهکار (اولیس) څو اخري پاڼې په دغه مثبته کلیمـه پای ته رسوي؛ اه باسي او وايي هــ....و...، هو، هو، هو!

ډاګ هامرشولډ په خپلو کم سارو یادښتونو کې لیکي:« نه پوهېږم چې چا یـا څه پوښتنه کوله، نه پوهېږم کله پوښتنه وشوه، ان پـه یـاد مـې نـه دي چـې ځواب مې ورکړی که نه؛ خو پوهېږم چې کله مې چې چا ته «هـو» ویـلي تـر هغه وروسته باوري شوی یم، چې شـتون لـه معنـا او مفهومـه ډک دی. پـوه شوی یم چې که «هو» وي، ژوند مې بې موخې نه دی.

## که څوک غواړي مینه وکړي؛ لومړی باید مینې ته «هو» ووايي!

که څوک غواړي مینه کړي، تر هر څه مخکې باید مینې ته هو ووايـي. دا کار له دې پیلولای شئ، چې له هغو کلیمو نه په استفادې چې مېرمنې، زامنو، رییس، همکارانو، ګاونډیو، نږدې ملګرو او... ته یې وایـئ، څکـه هغـه کلیمـې چې ته یې کاروې، ستا شخصیت ښیي، دا ښیي چې څـه دې لیـدلي، څه دې زده کړي، څنګه دې زده کړي... کلیمې د مینې د لارې په پیـدا کولـو کې مهم رول لري.

له مینې سره مسؤلیت مل وي.

مینه هغه وخت تلپاتې او خوندي وي چې لـه مسـؤلیت سره یـو ځای وشي.

(کی یر کګارډ)

در ره منزل لیلا که خطرهاست در آن

شرط اول قدم آن است که مجنون باشي

حافظ

# اتم څپرکی

مخکې له دې چې یو څوک له بل چا سره مینه وکړي، لومړی باید ځان پرې گران شي. تل همداسې وه او وي به. د انجیل دا خبره چې «له گاونډي سره د ځان غوندې مینه وکړئ» له ځان سره مینې ته اشاره کوي، یعنې دا چې له نورو سره باید د ځان په اندازه مینه ولرو. مخکې مو د کتاب په یوه برخه کې له ځان سره د مینې په باب خبرې وکړې، دلته همدا بس دي چې ووایو، څوک چې له ځان سره د مینې تل ته په رسېدو کې د مسؤلیت احساس کوي، له نورو سره یې هم باید وکړي. ټول انسانان لږ و ډېر له یو بل سره تړي او هر انسان چې ځان ته نږدې شي، په حقیقت کې یې د نورو پر لور یو گام اخیستی.

البرټ شوایتزر څو ځلې ویلي تر هغه چې په نړۍ کې یو سړی وږی، ناروغ، یوازې او په وېره کې دی، مسؤلیت یې زما پر غاړه دی. شوایتزر چې څنگه ژوند وکړ، خپله دا خبره یې ثابته کړه؛ په خپل ژوند کې یې ډېر منظم، خوښ، با عزته او سرلوړی و. زموږ ټولنې دومره شوایتزران نه دي روزلي؛

خو موږ ټول تر یـوه حـده مسـؤلیت منـو. پـه حقیقـت کـې انسـانیت یعنـې مسؤلیت منل.

ځینې خو د ځان په اړه مسؤلیت هم نه پیژني نه یې ادا کوي، د نـورو خـو لا پرېږده. ځکه خو د بشري کـورنۍ او د هغـه د مسـؤلیت پـه اړه خـبرې ورتـه خوشي چټې ښکاري. که دا منو چې مینه مو مسؤلیت دی. نو دا مو دنده ده چې له ټولو سره مینه ولرو. د دې دندې له منلو پرته بله چـاره نشـته. ځکـه که دا کار ونـه کـړو پایلـه بـه یـې یوازیتـوب، ویجـاړې او نهـیلي وي. د دغـه مسؤلیت منل خوښي او وده ده. د دغه مسؤلیت منل یعنـې د نـورو مرسـتې ته د ځان وقف، نورو ته مینه ورښودل؛ په ساده ژبه که ووایو، مینه یعنـې لـه نورو سره مرسته.

خلک په یو ډول نه یو ډول په دغه مسؤلیت پوه شوي؛ خو موخه مو تل یـوه ده؛ د نړۍ پـه کچـه مینـه. ځینـې مینـه لـه نـورو سره لـه اوسـېدو وروسـته زده‌کوي؛ خو مینه انحصاري نـه ده، یـو کـس د خـو کسـانو پـه اسـتازیتوب مینه‌ناک نه شي اوسېدی، ټول باید مینه زده‌کړو، دود یې کړو او تر هر ځایـه یې ورسوو. که غواړو بشریت ته مینه ورسوو، باید هر فرد مینه وکړي.

هربرټ اټو وایي: « مینه چې اوږدمهاله وي، هغه وخـت ژوره پایـداره کېـږي. دومره اوږده چې ټول ژوند مو ونیسي او په ټولنه کې خـوره شي، ځکـه چـې یوه ژوره اړیکه مو د مینې له ژورتیا نه پرده لیرې کوي او انساني لوړوالی مـو ښیي. دا مو د جسم او عواطفو په خطر کـې اچولـو پـه معنـی ده. پخـواني عادتونه هېرول او پر ځای یې نوي عادتونه نیول...»

داسې کسان هم شته چې وايي: مینه چې له ټولو سره نه وي، مینـه نـه ده. داسې فکر کوي، هغوی چې له ټولو سره مینه نـه شي کـولای، لـه يـوه کـس سره هم ژوره مینه نه شي کولای. انسانان د يوه بدن غړي دي، لـه ټولـو سره مینه کول يعنې له هر يوه سره مینه. کي یر کګارډ د دغه نظر ډېر مهـم پلـوی دی؛ دی وايي: « په حقيقت کې دا د مسيحيت مینه ده، چـې وايـي ګاونـډی شته او پوهېږي چې تل يو څوک وي، ټـول يـو د بـل ګاونـډي دي. کـه مینـه مسؤليت نه وای، ګاونډي به کوم مفهوم نه لرلای؛ خو يوازې هغه وخت چې يو څوک يې له ګاونډي سره مینه ولـري، ځانځـاني ورکېـږي او ازلي برابـري ټينګېږي.»

البرټ شوايتزر بشريت ته د خپل ژوند په وقف کې پوه شو چې ټـولې کړنـې يې د هغه احساس دوام دی، چې د ټولو ژونديو موجوداتـو پـر وړانـدې يـې لري. د هربرټ اوټو احساس دا دی چې له يو چا سره مینه، له ټولې انسـاني ټولنې سره د مینې ځواک راکوي. دا اړينه نه ده چـې لـه کـومې لارې نـږدې کېږو. په څه چې پوهېږو دا دي، چې مینه ځاني او انحصاري نه ده، بلکې له ځانه خالي او پراخه ده. دا واقعيت اوس هم شته، چـې نـړۍ د دغـه نړيـوال حقيقت په منلو کې ستونزه لري؛ که څوک يوازې له ځان سره مینه ولـري، د خودخواه ټاپه پرې لګېږي، که له ځـان، کـورنۍ او اولادو سره مینـه ولـري د خلکو په نظر ډېر ښه سړی دی او ستايي يې؛ خو که د نـړۍ لـه ټولـو وګـړو سره مینه ولري، خلک ساده ورته وايي او ريشخند پرې وهي.

د مینې درېيم مسؤليت له دغې موضوع باوري کول دي، چې مینه تل د ځان

او هغو کسانو د ودې پر لور حرکت کوي، چې مینه ورسره لرو. انتوان دوسنت اگزوپرى، مینه داسې تعریفوي؛ زما او ستا د دوستۍ پروسه او بېرته ځان ته د راتگ لاره موندل دي. په دغه تعریف کې دی خپل دا باور تاییدوي، چې انسان نورو ته د مینې ور ښودلو ځواک لري. وايي چې په یوه ویاړمنه کورنۍ کې مینه وي. مینه نه وايي چې انساني بالقوه ځواکونه حرام دي او باید بابېځه وګڼل شي.

یوې جوړې چې د خپل واده لوړه کوله، په تکرار داسې ولیکل: «زه تر هغه درسره یم، چې په مینه درښودلو کې مرسته درسره کولای شم.» زما په اند، دا له نورو سره د مینې جوهر دی، هغوی ته دا ډاډ ورکول دي چې ځان مې درته وقف کړی. دغې جوړې هم غوښتل خپل یو ځای شوی ځواک د یو کس په کشف مصرف کړي او بیا تل په خوښۍ له دغه بدلېدونکي کشف سره ژوند تېر کړي. د انسان مینه یوازې په دې ښه غوټۍ غوړوي. که د مینې یوه اړیکه ما د ځان لوري ته سیده نه کړي، که په یوه مینه ناکه اړیکه کې زه د مقابل لوري خوا ته سیده نه شم، دا مینه که په ښکاره هر څومره خوندي او امن وي؛ خو بیا هم حقیقي مینه نه ده. دا پدیده که په هر دلیل ودرول شی، مینه ستړې کوونکې، بې انګېزې او وچوونکې کېږي او د سړي د مراویتوب لامل کېږي. ورستېږي، ځان له منځه وړي. پر دې اساس هغه څه چې په ظاهره پیل ښکاري، په حقیقت کې پای دی.

مسؤلیت چې هر ډول وي، ښايي وېروونکی راته ښکاره شي او له همدې امله ښايي یو انسان له بل انسان سره له ژورې اړیکې ووېرېږي. د هغه په اند

دغه ډول اړیکه ښایي د مسؤلیت اوج وي. اړیکه د یوه درانده بـار او ازادی د محوې مفهوم لري او برعکس یې ډېر کم واقع کېـږي. د مینـې د ټـولګي یـوه زده کوونکي ویل:« د ژورې اړیکې له جوړولو بـه تـل وېرېـدم، ځکـه لـه هغـه مسؤلیت نه وېرېدم، چې راته متوجه کېده. له هغو غوښتنو وېرېدم چې باید پوره کړې مې وای. وېرېدم چې هسې نه هغه پوره نکړای شم؛ خـو کلـه مـې چې د اړیکې ټینګولو جرات وموند، په حقیقت کـې تـر پخـوا پیـاوړی شـوم، اوس د یوه ذهن پر ځای د دوو مغزو خاوند وم، څلور لاسونه، څلـور متـې، د ګام اخیستو لپاره مې څلور پیاوړې پښې او یوه نوې نړۍ درلوده. اوس مینه کول راته اسانه دي. تر پخوا پیاوړی یم او لږ وېرېـږم» دې سـړي مهـم نظـر ترلاسه کړی و.

**د مینې بل مسؤلیت د خوښـۍ رامنځتـه کـول دي.** لـه مینـې سره تـل خوښي ملګرې وي. د ژوند په هره کوچنۍ او تکراري کړنه کې خوښي شـته. په مینه کار او فعالیت په خوښۍ کار او فعالیت دی. په مینه کـې ژونـد کـول په خوښۍ کې ژوند کول دي. ښایي راضي کوونکې او له نوښته ډکې ورځـې دې په مخکې نه وي؛ خو پر دې پوهېږې چې هغـه بایـد تېـرې کـړې. ژونـد وکړې. ته خپله ورځ په خواشـینې، سـتړې کـوونکې، غوسـه او بـده ورځ هـم بدلولای شې او برعکس د شور او شوق او عزم په وسیله کولای شـې دا ورځ دې د عمر په یوه غوره ورځ بدله کړې. باید هره ورځ داسې ژوند وکړې لکـه د عمر وروستۍ ورځ دې چې وي. هره ورځ همغه ورځ ده. یوازېنۍ تـوپیر یـې دادی، چې ته کولای شې یکې انتخاب کړې چې هغه په خوښـۍ تېـروې کـه په خپګان. نو ولې خوښي نه ټاکې؟



CamScanner

که د مینې اړیکه ما د ځان لوري ته سیده نه کړي، که په یوه مینه‌ناکه اړیکه کې زه د مقابل لوري خوا ته سیده نه شم، دا مینه که په ښکاره هر څومره خوندي او امن وي؛ خو بیا هم حقیقي مینه نه ده.



CamScanner

زه له موره هم خوبښ او خندنی وزېږېدم

خو مینې بل ډول خندا رازده کړه

(مولینا)

په هره دوره کې د ټولګي له زده کوونکو غواړم چې په دې اړه ولیکي:« که سبا مرم، نن شپه به څه ډول تېروم؟» د دې پوښتنې ځوابول تل ژور فکر ته اړتیا لري. زده کوونکي دې پوښتنې ته په ځواب ورکولو پوهېږي، چې د خپل ګران عمر ډېره برخه عبث تېروي. پوهېږي سره له دې چې تر اوسه ځوانان دي او ډېر عمر یې پاتې دی؛ خو ژوند محدود دی، ولې یې په خوښۍ نه تېروي؟

مینه په مسؤلانه ډول څرګندولو ته اړتیا لري. څومره چې انسان د خپلې خوښۍ مسؤل دی، هومره مسؤلیت لري ،چې نور له خپل خپګان او یوازېتوبه خبر کړي. واقعیت دا دی، چې انسان څومره ورانېږي، هومره د خپلې دفاع په خاطر له ځانه لوړ دېوالونه چاپېروي، ځان یې تر شا پټوي او ګیلې پیلوي. وایي چې څوک یې له حاله نه دي خبر، څوک مینه ورسره نه لري. له هغه نه ناسمه ګټه اخیستل کېږي. په بله وینا څومره چې مینې ته اړتیا پیدا کوي، هومره ترې محرومېږي. دا ساده خبره ده. که څوک څه شي ته اړتیا لري، باید یا نور ترې خبر کړي، یا یې اړتیا کله هم پوره نشي- هغو کسانو چې نور له خپلې اړتیا خبر کړي، ډېر ځله د نورو د غبرګون له امله حیران پاتې شوي. مثلاً ورته ویل شوي:« هیڅ نه پوهېدم چې ته هم د یوازېتوب احساس کوې. تل پر ځان بسیا او ارام ښکارېدې. خوشاله یم چې وینم ته هم د نورو په څېر یو انسان یې.» انسان چې څنګه خپله مینه نورو ته څرګندوي، باید مینې ته اړتیا هم نورو ته څرګنده کړي. کولای شې له ټولو خلکو دا هیله ولرې، چې پټې اړتیاوې او احساسات دې درک کړي او پرې وپوهېږي. که غواړې نور دې وپېژني، مسؤلیت لرې، چې د ځان په اړه

له هغوی سره په اړیکه کې شي.

مینه د ژمنتیا له مخې مسؤلیت منونکې ده. مینه په انسانانو کې په بېلابېلو سرعتونو او لارو وده کوي. مثلاً مینه په واده یا هره نږدې اړیکه کې د ودې یوه پدیده ده. ځینې وخت داسې هم کېږي، چې لاسونه یې د یو بل په لاسو کې وي؛ خو زړونه یې بېل وي. دا ناشونې ده چې دوه تنه دې په مینه کې په یوه ډول او یوه سرعت وده وکړي.

مینه د مسؤلیت او ژمنتیا له مخې احساسوي، چې مهربانه او زړه سواندې ده. له دې خبرې مې موخه دا کامل درک دی. یو انسان په پوره ډول نه شو درک کولای؛ خو په مینه کې مثبت او ګډ ټکي ډېر دي، نو د پوره درک هیله هم شته. که کومه کړنه زموږ د هیلې خلاف وي، که موږ ځوروي او ناهیلي کوي مو، کومه خبره نه ده. باید یو تېرېدونکی پړاو یې وبولو. مینه تل د بدلون او زده کړې په حال کې ده. مینه انسان ته انعطاف پذیري وربښیي. د مینې یوازینۍ غوښتنه داده، چې کړنې هغه ډول درک کړو، چې څرګندېږي. باید په دې وپوهېږو چې هېڅ کړنه دایمي نه ده. دا مقوله د ښښلو نه ده. ښښنه ښايي له سپکاوي ېک مفهوم ولري. د دې منل مهم دي، چې انسان چې نن څه دی، سبا هغسې نه دی، سبا به بل انسان وي. نو د مینې مینوال تل پام کوي، تل غوږ نیسي. انتظار کوي. احساس لري. په وار وار ځان له هر څه سره عیاروي او بدلون کوي.

که دوه مینن له یو بله لرې کېږي، لامل یې دا دی، چې د یو بل لپاره بدلون نه کوي. په دې صورت کې مینن انسان یا ځان له مقابل لوري سره عیاروي

یا د هغه په کړو وړو سترګې پټوي او که دواړه بې ګټې وي، ترې لرې کېږي او پرېږدي يې. بنايي دا پوښتنه مطرح شي چې ايا لرې کېدل هم مينه ده؟ ځواب هو دی، ځکه که کوم مين د مقابل لوري په مخکې خندونه رامنځته کړي، مين نه دی.



CamScanner

انسان له مینې پرته بله لار نه لري، ځکه کـه مینـه ونـه کړي؛ بایـد یوازېتوب او ناهیلي ومني.

مینه اړتیاوې او غوښتنې تشخیصوي.

هغه ذهن چې د وخت او ځای په لاس بدلون ونه مومي، هغه ذهن دی چې خپل ځایناستی دی او وړتیا لري، چې په ځان کې له دوزخ نه جنت جوړ کړي او له جنت نه دوزخ.

(جان میلټون)



CamScanner

# نهم څپرکی

انسان جسمي او عاطفي اړتیاوې لري. د جنسي اړتیاوو پوره کول ستونزمن کار نه دی، چې بشر ټول عمر د هغو لپاره تېروي. موږ له خپلې اړتیا زیات خواړه خورو . موږ چې په لویو کورونو کې ژوند کوو اړتیا نه ورته لرو اوس هم د دې پراخې نړۍ په ځینو برخو کې انسانان د انځیر په پاڼو ځانونه پټوي، البته اوبو، ښوونې او روزنې ته اړتیا لري. له دې پورته هر شی ښکلا پالنه ده. که یې ولرو ښه ده، د ډېرې راحتۍ لپاره بد شی نه دی؛ خو د انسان د ژوند د بقا لپاره ورته اړتیا نشته. د نړۍ ډېری وګړي د دې خبرې پر رښتیاوالي شاهدي ورکوي.

انسان نورې اړتیاوې هم لري: عاطفي اړتیاوې. د دې اړتیاوو شمېر ډېر دی؛ خو د هغو هره برخه د جسمي اړتیاوو په کچه ارزښت لري او د جسمي اړتیاوو په څېر اسانه او ساده هم نه دي. که د انسان عاطفي اړتیاوې و نه روزل شي ښایي، چې د هلاکوونکې لوړې، ځوروونکې بې سرپناهۍاو سختې تندې په کچه وي. د لېوالتیا او غوښتنو ځپل کېدل، انزوا او

تشویش له عاطفي اړتیاوو څخه نه دی پیدا شوي، ښایي د جسمي محرومیتونو په څېر په مرګ پای ته ورسیږي.

ځینې داسې کسان هم شته، چې خپلې عاطفي اړتیاوې دومره مهمې ګڼي چې کله فرصت پیدا کړي خپل عاید مصرفوي څو خپلې جسمي او عاطفي اړتیاوې پوره کړي.

د انسان رواني اصل او لومړنی اړتیاوې دا ډول دي: اړتیا لري چې خلک ورته وګوري، ویې پېژني او احترام یې وکړي. غواړي چې خبرې یې واورېدل شي. غواړي چې جنسي اړتیاوې یې پوره شي. باید هغه ازاد پرېښودل شي څو خپله لار په خپله وټاکي او له خپلو پیاوړتیاوو سره په ورته سرعت وده وکړي، باید هغه ازاد پرېښودل شي چې تېروتنې وکړي، باید ازاد وي څو یو څه زده کړي. اړتیا لري چې ځان او نور قبول کړي. انسان د دې غوښتونکی دی چې یو ( زه) او یو ( موږ) وي. په ټول توان هڅه کوي څو له ځانه یو نېک انسان جوړ کړي.

مینه دا ټولې اړتیاوې پېژني ګڼې مینه نه ده. که دغه هر یوه ته ځواب و نه ویل شي، انسان هیڅکله ځان پوره نه شي پېژندلی. ځینې برخې د هغه له وجود او ان د هغه له سترګو پټې پاتې کېږي. د یوې ونې په څېر، هغه ونه چې ځینې څانګې یې د لمر له وړانګو محرومې دي، په داسې حال کې چې د ونې نورې څانګې وده کوي او د لمر له وړانګو محرومې څانګې به هیڅکله په طبیعي ډول وده و نه کړي. مثلاً: ښایي د یوه شخصي بانک رییس ځیرک، د احترام وړ او د ټولنې له ګټورو غړو څخه وي. په هر لحاظ د لوې او

پیاوړې ونې په شان دی؛ خو د هغه مېرمن پوهېږي چې د بودۍ خوړلو په وخت کې د کوچنیانو غوندې پلمې کوي او داسې کس په جنسي اړیکو کې بې وسه دی. دغه کس د خپلو عاطفي اړتیاوو په اوږدو کې کوم خواب نه دی ترلاسه کړی. د ودې د دوام لپاره یې اړتیاوې هېرې کړې، په داسې حال کې چې عمر یې پوخ شوی، د خوړو او جنسي عادتونو چلند په هغه کې د ماشومانو غوندې به منځنۍ کچه پاتې دی. البته دا طریقه د موضوع خورا ساده کول دي؛ خو دلته مهم ټکی چې غواړم اشاره ورته وکړم دا حقیقت دی، چې انسان به یې د خپلو له لاسه تللو عاطفي اړتیاوو له امله وکړیږي.

انسان اړتیا لري چې هغه ووینې، خبرې یې واورې او په غېږ کې یې ونیسي . مینه دا اړتیاوې پېژني. اوس داسې فکر کېږي، چې هر کس اړتیا لري چې وغواړي یو چاته وګوري او یا ان د خپلې کورنۍ غړو ته غوږ ونیسي- زه دا درد « نه لیدل کېدونکی انسان[2]» نوموم.

له دغو څخه یو هره ورځ تا ته مخامخ کېږي. د بودۍ خوړلو په وخت کې او ان ستا د خوب په کوټه کې. پوهېږې چې هغه شته خو وینې یې نه، هغه ته نه ګورې.

که له چا سره مینه لرې هغه ته په ځیر ځیر ګورې، هغه ورځ تر بلې بدلون کوي او ښکلی کېږي. که هغه ته د کتو چل زده نه کړې دا ښکلی بدلون له لاسه ورکوې. وروستی ځل دې د خپلې میرمنې په شان څوک ولیدل؟ څوک وو، چې وروستی ځل دې د خپلې مور په شان ورته وکتل؟ ربښتیا وروستی

---

2ـ د رالف الیران ( نه لیدونکی انسان) اثر ته اشاره ده.

ځل دې چې خپلې خبرې ته په ځیر ځیر وکتل ځوک وو؟ نه، چې کله دې ډېره خرېيلـه يـا دې مخ مينځـه يـا دې سـترګې تـورولې، چې کلـه دې پـه هينداره کې په ارامۍ ځان ته وکتل ځوک وو؟

کلونه کېږي چې تور پوستي امريکايان دا د نه ليدلو احساس پېـژني، دومـره ژور چې ان ځانونه يې نه ليدل کېدونکي انسانان بللي دي!

انسان اړتيا لري، چې خبرو ته يې ځوک غوږ ونيسي. ما د دې بريـا ترلاسـه کول سندروم ( کوکتل پارتي) نومولي.  پـه دې مېلمسـتاوو کـې د نفـوس ګڼـه ګوڼه وينی، ټول خوشحال او يو د بل خبرې تکراروي؛ خو ډېر څه نه اورېدل کېږي يا ځوک غوږ نه ورته نيسي. کله چې ځوک چا ته غوږ نيسي ډېر هغـه څـه اوري چـې مينـه ورسره لـري. دا د هغـه وړتيـا ده، چـې کـوم څـه يـې خوښيږي واوري او چې نه يې خوښيږی وايې نه وري.

الکساندر ديويد نيل د يو خپل جالب کتاب( په بودايي ډلـو کـې پټـې کلامـي زده کړې) د موضوع طرحه يو باسواده تبتي ته معرفي کـوي. د دې هوښـيار او ځيرک شخص ځواب که څه هم جالـب او هيلـه ښښـونکی دی، هغـه مهـم ټکی ډېر ښه انځوروي، چې غواړم خبرې پرې وکړم. هغه وايي: ( ستا دا کـار د وخت ضايع کول دی.)

شک نه لرم چې ستاسو هېوادوالو له هغو کسانو سره  يو شان دي، چـې مـا په هند او چين کې ليدلي. چينايان او هنديان هم د تبتيانو په شـان دي. کـه له هغوی سره د حقايقو په اړه علمي بحث وکړئ، لـه سـتړيا يـې خولـه وازه وازه  کېږي او د خوب ځپې پرې ورځي، که لږ جرئت وکړي، په خپل حال مو

پرېږدي؛ خو که بېځایه کیسې ورته وکړئ، ډېرې ښې یې اوري او زده کوي. دوی غواړي هغه څه واوري چې په زړه یې جوړ وي هغه که فلسفي، ذهني یا هم ټولنیز مسایل وي. غواړي چې له باورونو او فکرونو سره یې مطابقت ولري او غوښتنې یې پوره کړئ. په واقعیت کې غواړي په هغه څه کې ځان ولټوي، چې تاسې یې وایئ او دا چې تاسو یې وایئ د هغو لپاره د منلو دي.

هغه څه چې سر خوږی څو برابره کوي، دا دي چې کلمې د هر چا لپاره بېلې بېلې معناوې لري. دا چاره زیاتره وخت د غریبۍ پدیده رامنځته کوي، چې تیموتي د ټوکې په بڼه ( زما د شطرنج پاڼه هڅه کوي، چې ستا له ایرو پولي لوبې سره اړیکه ټینګه کړي) یادوي. دا صحنه ادوارد البي ( د امریکا خیال) په ننداریلک کې ډېره ښه انځوروي. صحنه د یوه خاوند او مېرمنې په خبرو اترو پیل کېږي. ښځه د یو څه اخیستلو فکرونو په مخه کړې ده او خاوند یې له دې څخه ډېر په خپلو فکرونو کې ډوب دی . ښځه یومخ خبرې کوي، یوازې هغه وخت یې خبرې دروي، چې له خاوند یې وغواړي ژر بېرته د دې خبرې تکرار کړي. دا غواړي ډاډه شي، چې خاوند یې د دې خبرې اورېدلې دي کنه. ښکاره ده چې خاوند یې د دې ان یوه خبره هم نه ده اورېدلې؛ خو دا ټولې پرې تکراروي. داسې صحنه ده چې ټول ننداره چیان له خندا شنه دي. عجیبه دا ده، چې هیڅ ژړا نه ورځي ځکه موږ هره ورځ په خپله داسې ننداړو ته ورځو. مینه غوږ نیسي. مینه مینه لمس کوي، په غېږ کې یې نیسي او پالنه یې کوي. مینه د خوشـبختۍ، غوره والي او ودې لپاره اړینه ده.

مخکې مو يادونه وکړه چې ماشوم روزنې ته اړتيا لري او که يې دا اړتيا پوره نه شي ان که ټولې بيولوژيکي اړتياوې يې نه وي پوره شوې، مري. د فرويد دا نظريه چې د ټولو رواني ناروغيو بنسټ د جنسي-ارضاع په نه ترلاسه کولو کې نغښتی دی، له بېلا بېلو تعبيرونو او تفسيرونو سره مخ شوې ده او ان پر هغه يې د ( چټل بوډا) ټاپه هم لګولې ده.

مينه سکس نه ده که څه هم جنسي-ارضاع تل لږ او ډېر له مينې پرته رامنځته کېږي. د جنسي اړخونو له بيانولو پرته د مينې په اړه د کتاب ليکل بې معنا دي. زموږ ناوړه دودونو تر دې حده رسولي يو چې له هر ډول مينې کرکه لرو.

ښځه کولای شي چې له نر سره په لاس ستړي مشي وکړي يا يې و نه کړي خپله خوښه يې ده. که لاس ورکړي نر يې قبلوي او که يې ور نه کړي بد کار يې نه دی کړی. له دې سره سره بيا هم موږ د ادابو، رواجونو، قوانينو او مقرراتو په حکم يو له بله لرې کېږو. په دې کې شک نشته که نور لمس کړو تر لنډې شيبې پورې د هغه پوستکی زموږ پوستکی لمس کوي، پوهېږو چې ربښتينی دی. زه تل رواجونه او نورې ټاپې تر شا پرېږدم، نر او ښځې ته يو شان لاس ورکوم، خو لاس يې ټينګ کړم. نر او ښځې ته په لاس ورکولو کې لومړيتوب کوم. کله چې د چا لاس په لاس کې ونيسم په بل لاس د هغه لاس پټوم، نو ټول به ما ته بد بد وګوري. ځينې په وېره کې لوېږي او په حيرانۍ راته ګوري. هغه وخت له ځانه پوښتي: ( هدف يې څه دی؟) خو ډېری وخت



CamScanner

زموږ دواړو لپاره دا کار منونکی وي[3].

---

[3]- د اسلام په سپېڅلي دين کي نا محرمو ښځو او نرانو ته لاس ورکول ګناه ګڼل کېږي او دا دول کړه وړه د غربي ټولني دي.



CamScanner

عشق گوید: شش جهت حد است

وبیرون راه نیست

عشق گوید: هست و رفته ام من

بارها

مولانا

## په مینه کې هر څوک د ځان رقیب دی

ښایي یو نوی فلسفي ټکی مطرح کړي: (موږ لمس کوو، څو چې یو.)

یوازې کم شمېر کسان له لمس کولو او یو له بل سره لـه اړیکـو نیولـو څخـه خوند اخلي. البته داسې کسان هم شـته چـې لمـس کـول نـه خوښـوي. مـا داسې کسان لیدلي چې ویلي یې دي: ( هیله کوم لاس مـه راوړه، دا ښـه گـڼم چې څوک مې لمس نه کړي.) البته دا د دوی حق دی او باید چې احترام یې وشي.

مینه ازادۍ ته اړتیا لري. مخکې مو وویل په هره معنا چې ووایـئ مینـه ازاده ده، ازادانه ښښل کېږي او ازادانه ترلاسه کېږي؛ خو د لوېېدو او وده کولو لپاره ازادۍ ته اړتیا لري. هر انسان په مینه کې خپله د پرمختـگ لاره مونـدلې ده. نور کسان نه شو مجبورولای چې زموږ په لاره لاړ شي. هغـوی تـه یـوازې دا هیلمندی ورکولای شو، چې خپله لار پخپله ومومي.

کارلوس کاستاندرا په یو ډېر جالب کتاب ( تعلیمات دون خوان) کې د هغه په خوږه ژبه لیکـي: ( تـل بایـد پـه یـاد ولـرئ، چـې لار یـوازې یـوه لاره ده. کـه احساسوئ، چې دا لاره باید و نه خارئ، باید په هیڅ شرط پـه دې لاره کـې پاتې نه شئ، هره لار یوازې یوه لاره ده. که ستا ذهن تا ته ووایي چـې دا لاره پرېږده، د هغه پرېښودل به تا ته یا بل چا ته هیڅ زیان و نه رسوي.)

یادونه: هرې لارې ته له نږدې او په ځیر وگوره. هرځل چې درته لازم وو ویې ازمایه، وروسته دې یوازې له ځانه وپوښته: ( ایا دا لار سمه ده؟) ټولې لارې سره ترلې دي او په کوم ځای کې پای ته رسېږي.

داسې لارې شته چې د بوټو په منځ کې غځېدلې دي او داسې نورې لارې چې د بوټو منځ ته رسېږي. ایا دغه لار سمه ده؟ خبره دا ده که سمه وي، نو ښه لاره ده او که نه وي بې حاصله ده.

هر فرد یې د خپلې سمې لارې قاضي دی. هغه ځای چې یو د بل لاره غوځوي یووالی رامنځته کوي او هغه ځای چې یو د بل موازي دوام مومي ارامي حاکموي په دې شرط چې یو د بل له لارو سره مینه ولري او احترام یې وکړي.

مینه هیڅکله لوری نه ټاکي، ځکه پوهیږي، چې که څوک له خپلې لارې لرې کړم نو په حقیقت کې مې هغه په داسې لاره روان کړی، چې هیڅکله د هغه لپاره سمه لاره نه ده او د هغه د کمزورۍ لامل کېږي. دوی باید ازاد وي څو خپله لاره ووهي. باید ازاد وي څو خپلې تېروتنې درک کړي او څه ترې زده کړي. دا زموږ د مینې دنده ده، چې دوی هیلمن کړي، پیاوړي یې کړي چې په خوشحالي څه وپلټي. مینه یې لارښود دی نه رهبر. هر څوک د ځان رهبر دی. مینه رول ورکوونکی نه منعکسوي، ځکه که زموږ د مرستې کومه نښه پاتې شي معنا یې دا ده، چې هغه یې خپله لار نه وهي او مینه هغه د خپلې لارې وهلو ته هیلمن کوي او ان که د هغه لار زموږ د پام وړ لارې سره جوړه نه وي په حقیقت کې هغه تیارې ته برابروو، څرنگه چې توریو وایي: (مرغان کله هم په تیارو غارونو کې زمزمې نه کوي.)

مینه یې غوښتنې او اړتیاوې اوري. ټولنه له قانون، مقرراتو او لارښوونو جوړه ده، څو مینه ومومي او ټولنیز یووالي ته ورسېږي. ځینې وخت انسان

دومره د نورو د افکارو او باورونو تر اغېز لاندې راځـي، چـې نـور تعامـل نـه کوي او ګوري، چې خپله هغه په څه باور لري، څه فکر کـوي او څـه وایـي. ټولنه هغه ته حکم کوي، چې په څـه ډول کـور کـې و اوسـېږي. بنـایي هغـه وغواړي چې په ساړه واورین کور کې ژوند وکړي. که هغه له یخ څخه داسـې کور جوړ کړي خلک یې لیونی بولي، نو د شپنو غوندې په ازاده فضا کې کور جـوړوي، چـې دی لیـونی کـوي. زړه یـې غـواړي چـې دېوالونـه یـې زړه راښکونکي رنګ کړي. مثلاً : نارنجي، چې لـه ماشـومتوبه یـې نـارنجي رنـګ خوښېده؛ خو د داخلي ډیکوریشـن متخصـص هغـه تـه وایـي: ( اوس څـوک نـارنجي رنـګ نـه خوښـوي، اوس پیکـه شـین رنـګ مـوډ دی او ډېـر ښـکلی ښکاري.) د هغه په خـبره دېوالونـه پیکـه شـنه رنګـوي او ورپسـې یـې نـورو سپارښتنو ته غوږ نیسي. سرې پردې او قالینه پېري، چې اوسنی مـوډ دی. دېوالونه یې پیکه شنه، پردې او قالینه یې په سره رنګ ډیکور کوي. هـر ځـل چې کوټې ته قدم دننه کوي حال یې ګډوډېږي؛ خو ګاونډیان یې د ده ښکلی کور او باغ خوښوي.

د داسې شرایطو تر اغېز لاندې راځو، چې په ښکاره موږ ته د مینـې دروازې پرانیزي. ورځ په ورځ له حمام څخه وتل راته سختېږي. د بې ارزښته او بـې ځایه شیانو په منګولو کې راګیر یـو. هغـه شـیان چـې مـوږ تـه ویـل کیـږي، خامخا به له ځان سره زموږ لپاره مینـه ولـري. ویښـېږو، شـل دقیقـې ورزش کوو، منډه کوو، بدن مو غـوړوو ، غاښـونه مـو مسـواک کـوو، ویښـتان مـو لـه مینځلو وروسته غـوړوو او ږمنځـوو؛ جـامې اغونـدو او عطـر وهـو. د خـوب ځای مو په چټکۍ ټولوو، یو ګیلاس قهوه څښو، بوټونه مو پر پښو کوو او په

خپل کار پسې ځو. د ځینو د شپې له خوب مخکې دا پروګرامونه په ذهن کې تکرارېږي.

ښه نو چې داسې دي موږ ان نه پوهېږو چې یو انسان څه ډول بوی لـري او د انسان له طبیعي بوی څخه مو حال ګډوډېږي. دومره حساس یو چې کله بهر ته سفر وکړو نـو د هـیڅ میکـروب پـر وړانـدې مقاومـت نـه شـو کـولای. تېروتنه و نه کړئ، موخه مې چټلوالي ته رجوع کول نه ده. زه د هغو کسانو د عام قتل طرفدار نه یم، چې د ادب او نزاکت په اړه کتابونه لیکي او زموږ ژوند نور هم پیچلی کوي. په دې اند نه یـم چـې د جـامو طراحـان او د تبلیغـاتي موسسو څښتنان باید لرې شي. یوازې دا وایم چې انسان باید خپـل دروني اواز ته غوږ ونیسي.

مینه یې خپلو اړتیاوو او غوښتنو تـه غـوږ نیسي-او د خپـل یوازیتـوب قـدر پېژني. مینه له دې واقعیت څخه بیزاره ده، چې انسانان ډېر ژر یـو د بـل پـه شان کېږي.

نو مینه اړتیاوې او غوښتنې پېژني، عاطفي او جسماني اړتیاوو ته پام کوي. مینه همویني هم ګوري. هم غوږ نیسي او هم اوري. مینه لمس کـوي، روژنـه کوي او له جنسي ارضاع خوند اخلي.

مینه یې په خپله لار ځي، خپل تګ یې تنظیموي او په خپله طریقـه یـې لار وهي. مینه یې یوازې والی درک کوي او ارزښت ورکوي. مینه پېژندلو ته اړتیا نه لري. هغه مینه چې اغېز یې معلوم شي حقیقي مینه نه ده.

## مینــه بایــد پیـــاوړې وي

بې رحمه خلک کمزوري دي، د نرمښت تمه له پیاوړو کېدای شي.

(لئوريستن)

عشق بازی کار بازی نیست، ای دل سر بباز

زان که گوی عشق نتوان زد به چوگان هوس

حافظ

په مینه کې ژوند کول د ژوند لویه جګړه ده. مینه له هرې انساني هڅې یا هر عاطفي احساس څخه ډېرې پیاوړتیا، درک، تحمل او قبلولو ته اړتیا لري، ځکه چې مینه او رښتینې نړۍ داسې څه جوړوي چې له دوو سترو ځواکونو سره په ټکر کې پاتې کېږي. له یوه لوري ښایي انسان وپوهیږي، چې ستونزې وزغمي او مینې ته ارزښت ورکړي. په عین حال کې په دې هم پوهیږي چې که په ورځني ژوند کې خپله وړتیا ښکاره کړي، خلک به له هغه څخه ناوړه ګټه پورته کړي. له بلې خوا معلومه شوې چې که مینې ته په پوره ډول تسلیم نه شو د نیمګړې مینې په ځواب کې بیرته نیمګړې مینه ترلاسه کوو، نو د مینې تل ته د رسېدو لپاره یوازینۍ لاره د مینې په برخه کې د هر څه له لاسه ورکول دي؛ خو ځینې وخت داسې هم کیږي چې خپل هرڅه له لاسه ورکړو؛ خو په بدل کې یې څه ترلاسه نه کړو یا یې ترلاسه کړو خو لږ.

و صدای پاک پوست انداختن مبهم عشق

متراکم شدن ذوق پریدن دربال

وترک خوردن خودداری روح

( سهراب سپهری)



CamScanner

هغه پوهیږي چې په مینه باید باور ولري، ځکه چې دا مینې ته د رسېدو یوازینی لاره ده؛ خو که خپل باور بیان کړي ټولنه به هغه ناپوه وګڼي. که مینې ته هیلمن وي او وپوهیږي، چې د ټولنې د وګړو خیالونه د مینې له لارې ربښتیا کېدای شي. ټولنه هغه د یوه رومانتیک په حیث مسخره کوي. که په مینه پسې د لیوني غوندي و نه ګرځي، په بې وسی ځان د مینې په چارو تورنوي؛ خو په دې هم پوهیږي چې مینه داسې څه نه دي، چې څوک د هغې په لټولو پسې وګرځي. مینه په هرځای کې ده او په مینه پسې ګرځېدل د ځان غولول دي. که پرېکړه وکړي چې ټول ژوند به په مینه کې تېروي، ټولنه به هغه په لنډ فکري رومانتیک یاد کړي. فکر کېږي چې مینه او دنیوي عادتونه په ټکر کې دي، دا معنا چې د مینې او د ژوند د رواجونو ترمنځ ډېر واټن دی. له یوه لوري انسان په مینه کې درک او انګېزه لري؛ خو له بلې خوا ټولنه د هغه دا پوهه له ستونزو سره مخ کوي، په واقعیت کې ټولنه د مینې له واقعیت څخه جدا ده.

په دې اساس پایله دا کېږي، چې انسانان د مینې هېرول اسانه زده کوي، له محدودو کسانو سره مینه کوي او هم د مینې واقعیت تر پوښتنې لاندې راولي. مینې ته د خلاصې غېږې، باور، هیلمندی او په مینه کې د ژوند کولو لپاره به قوي ځواک ته اړتیا وي. دا شرط د انسان په ژوند کې دومره کم پیدا کېږي، چې خلک نه پوهېږي له هغه سره څه ډول چلند وکړي، چې ورسره همغږی شي. دا خلک ان کله چې دا ډول خلک ومومي مسیح پر صلیب وژني، ګاندي په ډزو له پښو غورځوي، د توماس‌مور سر پرې کوي او په سقراط زهر څښي. ټولنه د صداقت هیلمندی، مهربانی او نیکی لپاره

چندان زړه سوی نه لري. دا شیان د نړۍ لار سختوي. د دې پدیدې بنسټ ځینې لوی اثار لکه د اپلاتون جمهورت، د داستایوفسکي « ابله»، د کازنتزاکیس« یوناني شهوت» او د لویي بونوئل « یهودی» رامنځته کړل. تره ډېره یوې لوبې ته ورته ده. انسان په داسې خبرو پسې ګرځي چې اوج ته یې ورسېږي. په دقت یې ټاکي.

دا یو حقیقت دی، چې انسانان په نړۍ کې په مینه ژوند کوي. که په نړۍ کې د عادي کسانو غوندې ژوند وکړي، لرې نه ده چې د بې رحمی، فریب، ناوړه ګټنه او نورو بدو کړنو سره اشنا کېږي. که د ځواکمنېدو لپاره په بهرنۍ نړۍ تکیه وکړي وېره یې لمنځه ځي او ډېر ژر به وپوهېږي، چې انسان کله هم پوره نه دی. انسان د دغه حالت د زغملو او په دغه حالت کې د مینې کولو لپاره قدرت ته اړتیا لري.

د دوام یوازینۍ لار دا ده، چې دغه ځواک د هغه په درون کې څپې ووهي. هغه باید خپله مینه نړۍ ته څرګنده نه کړي، که وهم رټل شي، نړۍ له دې امله نه ملامتوي، چې بې احساسه ده. که مینه و نه مومي دا حقیقت غندي، چې دی مینه نه لري. مینه باید په ځان کې پیاوړې او بشپړه کړي، ځان ورته وقف کړي، په خپله مینه کې ربښتینی وي او باید پکې زړه نا زړه نه وي. هغه باید د ولتر د « کاندید» داستان غوندې کم عقل نه وي ، ځکه چې په مفسده نړۍ کې یوازې د نېکیو لیدل کمعقلتوب دی. هغه باید فتنې او بدۍ، نفرت او تعصب د واقعي پدیدو په توګه وپېژني؛ خو مینه باید لوی ځواک وومي، په دې کې باید یوه ګړۍ هم شک و نه کړي. د انسان د

رښتنیولۍ لار یوازې مینې ته د ځان وقف کول دي. په همغه ډول لکه ګاندي چې د سیاست د منفي مبارزې او سقراط د حقیقت لپاره ځانونه قرباني کړل. مسیح د مینې لپاره په دار وځوړول شو او توماس‌مور د حقیقت او شرافت لپاره قرباني شو. یوازې مینې ته د وخت ورکولو په وسیله شک، مخالفتونه او ګډوډۍ له منځه وړلی شو. له ځان پرته په بل هیڅ شي د پیاوړتیا تکیه مه کوۍ، دا ښایي له یوازېتوب ډکه لار وي؛خو که انسان په دې شیانو پوه شي، ښايي لږ د یوازیتوب احساس وکړي.

ــ د هغه دنده دا ده، چې له ځان سره ملګرتیا وکړي، خو خپل حقیقت ومومي او ووینې.

ــ د هغه بله لویه دنده له نورو سره ملګرتیا ده، چې قوت ومومي او ځان له یوازې کسانو سره کامل کړي.

ــ باید شر او شیطاني کړنې لرې کړي او پر دې وپوهېږي چې هغه هم د ده په څیر انسان دی او د خپل تکامل په هڅه کې دی.

ــ هغه ته پکار ده چې د دغه شیطاني ځواک پر وړاندې د مینې د لطیف ځواک په وسیله مبارزه وکړي.

ــ هغه باید یوه ښېګڼه شي داسې نه چې هیڅ نیمګړتیا و نه لري. یا د هغه په څېر کېدل ستونزمن وي، بلکې یوازې د انسان ښېګڼه دې شي، ځکه ښه انسان جوړېدل تر ټولو غوره کار دی، چې دی یې کولای شي.

ــ باید ځان له دې امله وښنل شي چې پوره نه دی.

په مینه کې ژوند کول د ژوند لویه مبارزه ده.

ـ باید وپوهېږي، چې له بدلون څخه خلاصون نشـته او کلـه چـې بـدلون د مینې په لار کې لاربنود شي، نېک دی.

ـ باید په دې قانع شي، چې هر څه زده کوي، هغه باید عملي هم کړي.

ـ باید زده‌کړي چې په ټولو ګرانېدای نه شي. دا د لوړو هیلو اوج دی؛ خو په انساني نړۍ کې زیاتره نه ترلاسه کېږي.

ـ هغه ته پکار ده چې له ټولو انسانانو سره مینه ولري ان که یې مینه هم نـه پرې راځي.

ـ هغه ته پکار ده چې هیڅوک هم و نه رټي، هېر یې نه کړي، ځکه چـې هغـه هم د انسان د وجود ټوټه ده او د یو انسان رټل د ځان رټل دي.

ـ باید پوه شي که په ټولو خلکو ګران وي؛ خو یو یې کرکـه تـرې ولـري، بایـد ناهیلی نه شي او ژوند ځان ته سخت نه کړي. ده خپل کـار کـړی، مینـه یـې کړې او په خپل کار خوشاله دی، د ده موخه یوازې مینه کول دي، د هغه څه په اړه فکر نه کوي چې بېرته یې په برخه کېږي.

ـ دی باید پوه شي چې که یوه مینه ناکامه شي، سل نورې یې په تمه دي دا خبره غلطه ده چې سمه مینـه یـوازې یـوه وي. بـې شـمېره ربښـتیني مینـې شته.

ـ دا فکر له تاسو سره مرسته کوي، چې د مینې په څـواک پـوه شـئ، ځکـه د مینې کولو لپاره باید تل د یوه هوښیار پوهه او ځیرکي، د یوه ماشوم نرمي، د

یوه هنرمند حساسیت، د یوه فیلسوف د درک قوه، د یوه مومن تسلیمي او منته، د یوه ښښونکي صبر او زغمل، د یوه عالم پوهه، د یوه پرهېزگار ځان ساتنه او ارامه زړورتیا ولرئ.

- ډېرې داسې اوږدې تګلارې شته چې په سرې کې مینه څواکمني. نو اوس باید د مینې په لار تګ خوند درکړي.

## په مينه کې بانه مانه نشته

که له تر ټولو خوار سړي سره په یوه سطحه کې راشم هیڅ یم. که په دې نه پوهېدای چې د کلي لیوني مې ملګری دی او له هغه سره په یوځای ګرځېدو مو ویاړ نه کولای، هیڅ مې نه لیکل، دا مې د قوت ټکی دی.

( اېوارد کارپنټر)

اې د دين، عقل او هوس بندي

د مستو له چمه لرې گرځه

ځه اې بې خبره نادانه

مينانو سره قدر د مين دی

حافظ



CamScanner

# لسم څپرکی

دا ګتابګوټی تر هغه څه ډېر نه دی، چې په لومړیو کې یې په اړه ویل شوي دي. نه د مینې په باب ژور فلسفي کتاب دی او نه د مینې په اړه بشپړ کتاب. د مینې په اړه ژوره او دقیقه څېړنه هم نـه ده. د دغـه کـار رسـالت بـه د هغـو کسانو په غاړه وي، چې له ما نه ډېر هوښیار، تجربه کار، شاعران او پوهـان دي. د دې هر څه پر ځای دا کار یوازې له تاسو سره د شریکېدو په موخه و. دا شریکېدل هم د مینې له امله کېږي. د دغه کتاب پیغام به اخیستل شـوی وي که نه؛ خو په هر حال د هڅو ارزښت یـې درلـود، ځکـه چـې د لیکلـو پـر وخت مې قصداً ستاینه، ریشخند، منل یا غورځول لیـدلي، یعنـې ځـان مـې زیان منونکی کړی، زیانمننه تل د مینې په زړه کې وي.

پلار، ویلیام ډوبي دا خبره له ما نه ډېره ښه کوي، دی وایي: « په ژوند کې تـر ټولـو انسـاني کـار چـې کـولای یـې شـو دا دی، چـې د خپلـو صـمیمانه احساساتو او باورونو وړاندې کول زده کـړو او لـه عواقبـو او پـایلو سره یـې ژوند وکړو. د مینې لـومړی غوښـتنه همـدا ده، چـې مـوږ د هغـو کسـانو پـر وړاندې زیان منونکي کوي، چې پر موږ د ریشخند نیت لري؛ خو دا زیانمننه او د نفوذ وړ والی یوازینی شی دی، چې نورو ته یې ښښلی شو. هو...»

هلته یو ملنګ دی، درته وبه وايي تر ټولو ښه شی د مینه ناک نظر زده کول دی.

(سهراب سپهري)



CamScanner

له مور سره به د یو څه وخت لپاره مینه ولري، بیا به مو هېر کړي؛ خو د مینې لپاره دومره بس نه دی. مینه به بیا پیدا شي د مینې لپاره یاد اړین نه دی، یوه د مړو نړۍ ده بله د ژوندیو، مینه د دې دواړو ترمنځ پول دی. مینه د ژوند یوازینی مانا او بقا ده.

(تورنتون وایلدر)