پرنفس دڅاعتماد دیرش اصله

Ketabton.com

لیکوال: ډاکټر علیرضا آزمندیان
ژباړن: پوهیالی شرف الدین عظیمي

(c) ketabton.com: The Digital Library

پر نفس د اعتماد دیرش اصله

لیکوال: ډاکتر علیرضا آزمندیان
ژباړن: پوهیالی شرف الدین عظیمي

(c) ketabton.com: The Digital Library

بسم الله الرحمن الرحیم

(c) ketabton.com: The Digital Library

د کتاب نوم: پر نفس د اعتماد دېرش اصله

لیکوال: ډاکټر علیرضا آزمندیال

ژباړن: پوهیالی شرف الدین عظیمي

ډیزاین چارې: عبدالهادي اثر

خپرندوی: مازیګر کتاب پلورنځی

چاپ کال: ۱۳۹۱ل / ۲۰۱۳

چاپشمېر: ۲۰۰۰

خپرونو لړ: ۴

د چاپ حقوق خوندي دي

(c) ketabton.com: The Digital Library

لړلیک

لومړی اصل:

دبښوونکی خدای(ج) پر ځواک او مرسته اعتماد او توکل او دهغه ستر ذات یاد !/۱

دویم اصل:

هره شېبه دځان دلوړوالي او بصیرت لپاره هوښیاري او ځیرکي !
۲/Self Consciousness

دریيم اصل:

په بېلګو او نښانو کې بدلون راوستل / ۳

څلورم اصل:

ځان موندنه (زه څوک یم)؟ / ۴

پنځم اصل:

د ځان احساسول (خپل ځان ښه ګڼل او د خپل شخصیت احساسول) !/۵

شپږم اصل:

خپل محور د خدای(ج) محور ګڼل او پر ځان باور ! / ۶

اووم اصل:

د بې وسۍ په وړاندې ډغرې ! /۸

اتم اصل:

د شک پر وړاندې یقین ! / ۹

نهم اصل:

د مشرۍ او واک چلونې احساس !/۱۱

لسم اصل:

(c) ketabton.com: The Digital Library

د مسوولیت منل ! / ۱۳
یولسم اصل:
د ځان ظاهري پاکوالی او ښکلا ! / ۱۴
دولسم اصل:
د خپل ځان او نورو ستایل ! / ۱۵
دیارلسم اصل:
د خپل ځان او نورو هڅول ! / ۱۶
څوارلسم اصل:
د خپل ځان او نورو نه ملامتول او رټل ! / ۱۷
پنځلسم اصل:
د بدن روغتیا او ساتنه ! / ۱۸
شپاړسم اصل:
موسکا ! / ۱۹
اولسم اصل:
نورو ته د مینې څرګندول او هغوی ته د هغوی د ښو ځانګړتیاو ویل ! / ۲۰
اتلسم اصل:
نوروته کتل او په ورته وخت کې په خپل وجود کې تواضع او سترتوب احساسول ! / ۲۱
نولسم اصل:
نورو سره مرسته او ښېګڼه ! / ۲۲
شلم اصل:
.په وعده وفا، صداقت او رېښتونولي ! / ۲۴
یویشتم اصل:

(c) ketabton.com: The Digital Library

د ناوړه کړوړو نه ترسره کول او د ښښنې غوښتلو ته نه اړمند کېدل ! / ۲۵
دوه ویشتم اصل:
غوختوب او د نه ویل ! / ۲۷
درویشتم اصل:
پوهه او تجربه / ۲۸
څلور ویشتم اصل:
کاري نظم او انضباط ! / ۳۰
پنځه ویشتم اصل:
تمبلي ! / ۳۱
شپږ ویشتم اصل:
پر وخت مشري ! / ۳۳
اوه ویشتم اصل:
د لمړیتوبونو مشري ! / ۳۴
اته ویشتم اصل:
نورو سره د ځان نه پرتله کول ! / ۳۵
نهه ویشتم اصل:
په ژوند کې د موخې او مهالویش لرل ! / ۳۷
دېرشم اصل:
بدني حالت ! / ۳۹

(c) ketabton.com: The Digital Library

د لیکوال سریزه

((ان العزة لله ولرسوله وللمؤمنین))
(رښتونی عزت له خدای (ج) د هغه له رسول او له مومنانو سره دی)
«د یاایتها النفس المطمئنه ارجعی الی ربک راضیه مرضیه فادخلي في عبادی وادخلي جنتي»
((اې آرامه او ډاډمنه نفسه وروګرځه د خپل پرودګار لوري ته ځکه چې هم خدای (ج) له تا خوښ او هم ته له خدای (ج) خوښ یې، ورننه وځه زما د غوره بندګانو منځ ته او ورننه وځه زما جنت ته)).

انسان یوه ښکلې پدیده ده چې د هستۍ په نړۍ کې دیوه ستر مقام لرونکی دی، او د ټولو کائناتو په سر کې شتون لري او دهغه ټوله پېژندنه، ځای، مقام او منزلت په هغه څه پورې اړه لري، چې هغه ته دنفس عزت وايي. دنفس عزت یو احساس دی، هغه احساس دی چې یو انسان یې له ځانه سره لري. او هغه په دې مانا ده چې انسان څومره خپل ځان ته ارزښت ورکوي او څومره درناوی ورته لري د نفس عزت ستاسو د بریالیتوب لومړی تم ځای دی د نفس عزت پر نفس داعتماد لپاره لومړنۍ اړتیاده، ځکه چې پرنفس اعتماد دانسان په بهرنۍ نړۍ کې دنفس عزت راپیدا کیدل او راڅرګند بدل دي. دنفس دعزت مفهوم او جاج دادی چې یو انسان په یو ازېتوب کې خپل ځان ته څومره لوړتیا او ارزښت ورکوي او څومره ځان ګران او ښه ګڼي.

اوس نو تاسو راته ووایئ! چې تاسو څه احساس لرئ، په -

(c) ketabton.com: The Digital Library

خپل وجود کې څومره د عظمت او لوړوالي احساس کوي؟

د نفس عـزت پـه څرګنـده توګـه د ځـان پېژنـدنې څخـه محصـول دی، پـرنفس اعتمـاد د ژونـد د بريـاليتوبونو پـه لـوري د تـګ لـومړی تم ځای دی. په نفس اعتماد انسان ته عزت وربښي.

پـر نفـس اعتمـاد د ژونـد او سـتونزو پـر وړانـدې د انسـان پیاوړتیـا څرګنـدوي، پـر نفـس اعتمـاد پـه انسـان کـې غوڅتـوب راپيـداکوي، پـرنفس اعتمـاد د انسـان د ودې اولوړتيـا لامـل ګرځـي، پـرنفس اعتمـاد د انسـان د بـاورنو نوښت دی، ځکـه چـې هر بـاور لـه ځـان څخـه پـه بـاور بېلېـږي نـو انسـانانو ! پرځـان بـاور وکـړئ چـې ستاسـو دنيـا او اخـرت ستاسـو پـه همـدې ځـانګړنې پـورې اړه لـري پرځـان بـاور وکـړئ چـې د هسـتۍ ټولـه نـړۍ پرتاسـو بـاور وکـړي پرځـان بـاور وکـړئ ترڅـو دنيـا او دهغـې ښـکلاوې تاسـو تـه په خنداشي او هرڅه ستاسو په خوښه ترسره شي.

پـه خپـل ځـان بـاور وکـړئ، چـې نـور انسـانان هـم پرتاسـو بـاور وکړي.

غـواړئ و پـوهيږئ، چې نـوروګړي ستاسـو پـه وړانـدې څـه احسـاس لـري، نـو وبښـۍ تاسـو د خپـل ځـان پـه اړونـد څـه احسـاس او بـاور لـه ځانـه سـره لـرئ، داډمـن اوسئ چې نـور بـه هـم ستاسـو پـر وړاندې همدغـه احسـاس او بـاور ولـري کـوم چې تاسـو يـې د ځـان پـه اړه له ځانه سره لري.

انسـان چـې د خپـل نفـس عـزت وپېژنـي او همـدې ښـکلي احسـاس او مينـې تـه چې الله (ج) د هغـه پـه وجـود کـې ځغلـولې ده ورسـيږي نـو پـه دې صـورت کـې بـه د خپـل نفـس د عـزت لپـاره چمتـوالی ولـري ترڅـو د خپلـو بـاورنو لپـاره چـې هماغـه پـرنفس اعتماد دی يو تر ټولو ښه بنسټ کيږدي.

د انسـان پـه وجـود کې د بـاورونو نظـام د لاشـعوره (ناخوداګـاه)

(c) ketabton.com: The Digital Library

ضمیر په وسیله جوړښت تینګول په دې پورې اړه لري چې دغه ضمیر ته څنګه لارښونه وکړو تر څو شیبه پر شیبه د دغو باورونو د جوړښت په نظام لاس پورې کړو. لاشعوره ضمیر نه یوازې دا چې د چاپیریال ټول اطلاعات تاسو ته درکوي او بیرته یې چاپیریال ته لیږدوي او ستاسو باور او روحیه جوړوي. بلکې ستاسو هره فکري برخه. پاملرنه او اند د یوه نوتوونکي لامل په څېر د یوه ځواکمن او پیاوړي زیګنال په صورت اخلي او له ارزونې وروسته یې چاپیریال ته لیږي او هغه ستا پرنفس داعتماد په برخه کې ځانګړې ونډه لري

علیرضا آزمندیان

(c) ketabton.com: The Digital Library

لومړی اصل

دښوونکی خدای (ج) پر ځواک او مرسته اعتماد او توکل او دهغه ستر ذات یاد:

دغه اصل یو له هغو اصولو څخه دی چې هر شېبه د انسان پر نفس د اعتماد پیدا کېدو په برخه کې مرسته کولای شي. ځکه انسان هغه پدیده ده چې که احساس کړي چې یوازې دی او ملاتړی نه لري نو تشویش کوي. روحیه یې خواشینې کېږي او ویره ورته پیدا کېږي او په خپل نفس اعتماد هم له لاسه ورکوي. که په مقابل کې د چا یا د کوم شي په ځانګړې توګه له روحي او رواني اړخه ملاتړ تر لاسه کړي د آرامۍ احساس کوي او پرنفس اعتماد هم ترلاسه کولی شي.

که د انسان لپاره دغه ملاتړی یا تکیه د سپیڅلي او ستر پروردګار ذات وي نو څرګنده ده چې دغه انسان به څومره آرام، ډاډمن او د اعتماد څښتن انسان وي. په ځانګړې توګه هغه مهال چې پوره ایمان ولري چې الله (ج) د شا له رګه هم ورته نیږدې دی.

او خدای (ج) خپل ښه بنده د ژوند انه له هر ډول ستونزو څخه ساتي او په هره برخه کې له هغه څخه دفاع (ساتنه) کوي.

«ان الله (ج) یدافع عن الذین آمنو»

«(الله (ج) له هغو انسانانو څخه چې پر هغه یې ایمان راوړی وي دفاع کوي.)»

انسان که وکولای شي چې هره شیبه په خپل ذهن کې دغه شان ښکلی احساس پیدا کړي. دا په خپله یو ښکلی فکر دی چې د یوه خواکمن زیګنال په څیر په لاشعور ضمیر کې ورننوځي او پایله به یې ښکلې روحیه، ښکلی باور او پر نفس یو ښکلی اعتماد وي.

الله (ج) زما په وړاندې حرکت کوي

(c) ketabton.com: The Digital Library

پر نفس د اعتماد دېرش اصله ۲

دويم اصل

هر ه شبېه دخان دلوړ والي او بصيرت لپاره هوښياري او ځيرکي

Self Consciousness

دغه اصل د فکر د ټکنالوجي او پر نفس د اعتماد لپاره يو اړين اصل دی دغه اصل له هغه حقيقت څخه پرده پورته کوي چي په ځرګند: توګه هره شېبه د خان دلوړوالي لپاره کارول کيږي هغه انسان چي هر: شېبه خپل ځان ته نظر کوي او خپل باطن ضمير ته دا ور الف کوي چي ګني دی نور هغه پخواني انسان نه دی او د خدای(ج) په اجازه يې ځان بيا خلق کړی هغه نور هغه پخواني منفي باور نه لري دغه اصل تاسو ته وايي چي تاسو نور هغه پخواني انسان نه ياست

(c) ketabton.com: The Digital Library

درېيم اصل

په بېلگو او نښانو کې بدلون راوستل

دغه اصل پر نفس د اعتماد د دويم اصل د پلې کېدو لپاره تر ټولو ښه ملاتړی او لامل دی.

ځکه چې له انسان څخه هر څه هېرېږي او کېدای شي دا اصل له تاسو سره مرسته وکړي چې تاسو په هر ډول چې غواړئ ستاسو لاشعور ضمير ته ووايي چې هوکې تاسو يو ښکلی انسان گرځېدلی ياست. که مو کله پام ونه شي او يا مو هېرشي نو ستاسو لاشعور ضمير چې هره شېبه ستاسو له لوري ديوه مثبت او ښه زيگنال په تمه کېدای شي تغذيه نه شي او خدای(ج) نه يې وسپاری او هيڅ ډول زغوونکی فکر او پاملرنه ورته ونه کړئ پايله يې کېدای شي دغه شېبه په شېبه بدلون ودروي او داچې دغه راز پېښه رامنځته شي او ستاسو هوښياري شېبه په شېبه ستاسو په غوږونو کې دروبونگيږي نو له دې پورتني اصل څخه کار واخلئ. په دې مانا چې په خپله نړۍ کې دانې بېلگې او نښانې تعبيه کړو چې دغه بېلگې او نښانې هره شېبه موږ ته دا پيغام راکړي چې هوکې ته نور هغه پخوانی انسان نه يې او يو بل ښکلی انسان در څخه جوړ شوی. د بېلگې په توگه. که تاسو داسې بېلگې په ژوند کې ولرئ چې کني ساعت مو په کېڼ لاس تړلی نو همدا شېبه مو ساعت له کېڼ لاس څخه راخلاص او پر ښي لاس يې وتړئ او د دې کتاب پاتې برخې په داسې حالت کې ولولی چې ساعت مو پر ښي لاس تړلی وي

کولی شئ د ژوند نورو برخو کې هم بدلون راولی لکه د کور په جوړښت کې او همداسې نور باورونه لکه انسان له زړکونه لوړو خانگړنو سره چې پر نفس اعتماد او باور هم لري. نوښت رامنځته کوي. ژغورونکې روحيه لري او زرگونه داسې نورې مفکورې هم

زه د دنيا تر ټولو ښو لايق يم

(c) ketabton.com: The Digital Library

ځلورم اصل

ځان موندنه (زه څوک یم)؟

د قدرونو لوستونکېه ته د فکر د تکنالوجۍ د یوه بریالي انسان په څېره کې هغه انسان یې چې د خپلې هوښیارۍ د اصل پر بنسټ پرله پسې هره شېبه خپل لاشعور ضمیر ته پاملرنه کوې او خپل شتون د هستۍ په نړۍ کې له ارزونې او کنټرول لاندې راولې. نو تل له ځانه پوښتنې چې زه څوک یم؟

دغې پوښتنې ته ځواب نه یوازې دا چې ستاسو شعوري سیستم کې تاسو فکر ته اړ باسي او تاسو خپل شخصیت له ارزونې او رغونې لاندې راولئ. بلکې په لاشعور د ضمیر کې موهم دیوه بهرنې زیګنال په څېر د دې لامل ګرځي چې د خپل شخصیت ټول فایلونه او دوسې تر کتنې او ارزونې لاندې راولئ او د دې پوښتنې ځواب پیدا کړئ تر څو ستاسو د باورونو په نظام کې نوې باورونه ځای ونیسي.

تاسو په دې پوښتنه چې (زه څوک یم؟) په خپل ځان کې شته ښکلاوې لاښې موندی شئ او هغه ښکلی شخصیت چې ستاسو د خوښې وړ دی ستاسو په وجود کې جوړیږي. د بېلګې په توګه کله چې له خپل لاشعور ضمیر څخه پوښتنه کوئ چې زه څوک یم؟ ستاسو لاشعور ضمیر ستاسو په دوسیو کې د کمپیوټر په څېر ګرځي او داسې باور جوړوي لکه:

ته زړور یې. ښکلی یې. پیاوړی یې. مهربانه یې. مین یې. ډېر هوښیار یې. دغه ډول پوښتنې په تاسو کې اعتماد راژوندی کوي.

زه یو بل ښکلی انسان ګرځېدلی یم.

(c) ketabton.com: The Digital Library

پنځم اصل

د ځان احساسول (خپل ځان ښه ګڼل او د خپل شخصیت احساسول)

تاسو د فکر د ټکنالوجۍ د یوه انسان په څېر باید پر له پسې خپل ځان احساس کړئ. د بېلګې په توګه خپله ورتیا. ښکلا. شخصیت او لوړتیا احساس کړئ.

شېبه پر شېبه ځان ستر ګڼل! تاسو دې ته اړباسي چې پر له پسې د زړه په هېنداره او ذهن کې یو ښه انځور وینئ او په هغه باور وکړئ چې د غه احساس ستاسو لاشعور ضمیر ته یو څو اکمن زیګنال ثابتېږي چې ستاسو د باورنو تېره تېنګه او تاسو پر نفس د اعتماد نړۍ ته بوځي.

اصلاً خو هر مثبت انځور زموږ د لاشعور ضمیر لپاره یو رغوونکی زیګنال دی. چې ډېرې مثبتې پایلې به ولري هغه انسانان چې له ځانه خبر نه وي خپل شخصیت ترې هېرېږي.

هغه انسانان چې د ځان پېژندنې په نړۍ کې ژوند کوي پر له پسې پر خپلو ښکلاو باور پیدا کوي چې په پایله کې په خپل وجود کې شخصیت جوړوي. تاسو هره شېبه خپل ځان ښه لوړ یا ستر وګڼئ. پر ځان باور پیدا کړئ تر څو خپل ځان ښکلی ووینئ. که غواړئ چې پوه شئ نور ستاسو په اړوند څه احساس لري ښه به وي چې فکر وکړئ چې تاسو د خپل ځان په اړه څه احساس لرئ او د ډېرو نږدې چې نور به هم ستاسو په اړوند همدغه احساس ولري. ځان ښه ګڼل پر نفس د اعتماد تر ټولو اړین اصل دی. نو هغه په ټول وجود احساس کړئ.

زه مې پر خپل ځان ویاړم.

(c) ketabton.com: The Digital Library

شپږم اصل:

خپل محور د خدای(ج) محور گڼل او پر ځان باور:

تاسو د یوه متحول شوي انسان په څېر د فکر د ټکنالوجۍ په وسیله له ځان سره د خپل وجود په اړوند یوبل باور لرئ. تاسو ځان له سره تعریف کړئ داسې باور وکړئ چې د هستۍ په ټوله نړۍ کې رحمان خدای(ج) محور دی او ټول کاینات د هغه په ښکلي محور را څرخي. په دغو را څرخېدونکي یو فرعي محور هم شته او هغه محور د ځمکې پر سر د رحمان خدای(ج) ځای ناستی (انسان) دی، چې ټول کاینات په خپل حرکت کې دغه محور ته پاملرنه کوي او په یوه ډول نه یوه ډول د هغه له واک او سپارښتنو لاندې عمل کوي.

دغه مانا خدای(ج) په سپېڅلي کتاب قرآن کریم کې په لاندې ډول راوړي:

و سخرلکم ما في السموات و مافي الارض

(c) ketabton.com: The Digital Library

ژباړه: ما ټول آسمانونه او ځمکې ستاسو د واک لپاره هست کړل.
په یوه قدسي حدیث شریف کې خدای(ج) فرمايي:
خلقت الاشیاء لاجلک و خلقتک لاجلي.
ژباړه: ما هرڅه د هستۍ په دې نړۍ کې ستاسو لپاره هست کړل او ته مې د خپل ځان لپاره.
دا خبره هغه ښکلی باور دی چې موږ یې باید د فکر د ټکنالوجۍ د یوه متحول شوي انسان په څېر له ځانه سره ولرو چې رحمان خدای(ج) هر څه په دې نړۍ کې زموږ تر واک لاندې او زموږ لپاره پیدا کړي دي.

کل جهان د محمد په روی پیدا شه
محمد دی د تمام جهان آبا (۱)

زه په بښنو سکې خدای(ج) ته برګران یم او د ژوند په ټولو چارو کې له ما سره مرسته کوي.

۱- یو رتني بیت د دري ژبې دیوه بیت پرځای. ځای پرځای شوی (ژباړن)

(c) ketabton.com: The Digital Library

اووم اصل

د بې وسۍ په وړاندې دغرې

تاسو په خپله دنیا کې د ستونزو او کارونو پر وړاندې څه احساس کوئ آیا د ځواک احساس کوئ او که د ناتوانۍ؟

هغه انسان چې په خپل نفس اعتماد ولري ځان د ژوند د ستونزو او پېښو په واک کې نه ورکوي بلکې تل د ځواک احساس کوي او په دې باور وي چې ستونزې به هرومرو حل کوي.

ډاډمن اوسئ چې تاسو هم د فکر د ټکنالوجۍ د خاوند په څېر ځواک احساس کوئ نه د بې وسۍ احساس! دغه خبره د انسان په دنیا کې یوازې یو احساس دی. کېدای شي دغه قضیه ډېره په ځاني، مالي، پوهنیزو، هنري او داسې نورو وضعیتونو پورې اړه ونه لري.

د ځواک یا بې وسۍ احساس یو روحي او احساسي حالت دی چې په شخصیت او پر نفس له اعتماد سره اړیکه لري. هغه انسان چې تل په خدای(ج) توکّل کوي ځان ځواکمن احساسوي ځکه چې خدای(ج) خپل ملاتړی او پلوي بولي او تل د ځواکمنتیا احساس کوي نه د بې وسۍ احساس! دغه خبره پر نفس اعتماد هم ډېروي.

تاسو تل داسې فکر وکړئ چې پیاوړي یاست. او پر ځان باور ولرئ چې ستر او پیاوړي یاست او وپوهېږئ چې:

ان الله یدافع عن الذین آمنو.

ژباړه:

الله(ج) له مومنانو انسانانو څخه د ژوند په ټولو چارو کې پلوي او ساتنه کوي.

زه پر خپل ځواک، روحیه، عواطفو او احساساتو کنټرول لرم او پر هغو واک چلوم.

(c) ketabton.com: The Digital Library

اتم اصل

د شک پر وړاندې یقین

د فکر په ټکنالوجۍ کې انسانان په دوه برخو ویشو. لومړی ډول انسانان او دویم ډول انسانان.

د دویم ډول انسانانو ځانګړتیاوې دادي چې د شک او تردید په نړۍ کې ژوند کوي.

هغه انسانان چې پر ځان باور ونلري او تل نور د یوه څه خاوند ګڼي خو ځان په هغو کسانو کې نه شمېري.

د پریکړې او ټاکنې (انتخاب) ځواک خو هیڅ نلري. دغه ډول انسانان تل په نورو پورې تړلي وي. تل د نورو په تمه وي تر څو هغوی څه پریکړه وکړي او څه وکړي.

دغه ډول انسانان تل د شک په دنیا کې ژوند کوي. او هغه د شک دنیا بیا د بې هویتۍ دنیا ده. پرنفس د نه اعتماد، بې وسۍ او پر ځان د نه باور دنیا ده.

د دغې دنیا پر وړاندې ستاسو یوه بله دنیا ده. ستاسو هغه دنیا چې

(c) ketabton.com: The Digital Library

د فکر د ټکنالوجۍ په وسیله مو له ځانه بل انسان جوړ کړی او لومړی ډول انسان شوي یاست.

هغه انسانان چې پر نفس اعتماد لري. په پوره ډاډ ژوند کوي او په خپله ښکلا او شخصیت باور لري

هو کې تاسو له همدې ډلې څخه یاست ضرور په خپله ښکلا او سترتوب باور لرئ

تاسو د ژوند په ټولو کړو وړو کې ځان ارزوئ او پریکړه کوئ

ستاسو د یقین دنیا ستاسو د باور. ارادو. پریکړو. کړو وړو. بریالیتوبونو. هڅو. اسانتیاوو. نیکمرغیو. ستاینو او ښکلاوو دنیا ده.

الله(ج) زه خپلواکه پیدا کړی یم او په هیڅ ډول له وړاندې تاکل شوي برخلیک محکوم نه یم.

(c) ketabton.com: The Digital Library

نهم اصل

د مشرۍ او واک چلونې احساس

هغه انسانان چې پر نفس لوړ اعتماد ولري تل د مشرۍ او واک چلونې احساس کوي

کېداى شي تاسو ته جالبه وي. نو دې ټکي ته پاملرنه وکړئ کله چې يو شمېر ماشومان او ځوانان په يوه کوټه يا د لوبې په يوه ميدان کې سره راټولېږي او غواړي چې لوبه سره وکړي او د دې کار لپاره بيا تر ټولو دمخه په دوه برخو سره وويشل شي او لوبه وکړي په داسې شرايطو کې کېداى شي يو هلک په لوړ غږ ناره کړي چې څوک زما په خوا کېږي؟ يعنې څوک له ما سره يو ځاى کېږي او زما په ډله يا ټيم کې لوېږي؟ په همدغه حالت کې کېداى شي يو بل هلک په ډېره عاجزۍ او خان ته په سپکه نظر سره ووايي چې:

زه له چا سره ولوېږم؟ يعنې څوک ما په خپله ډله يا ټيم کې مني؟ دغه

(c) ketabton.com: The Digital Library

په ظاهره ساده موضوګاني له دوه ډوله شخصیت څخه پرده پورته کوي
لومړی له داسې یوه شخصیت یا هلک څخه چې پر ځان په هغه ډول
چې باید باور یې درلودای باور نه لري. د بیلګې په توګه دا چې د نورو
مشري او واک یې درلودای نه یې لاره.
دویم له داسې یو شخصیت یا هلک څخه چې د مشری او واک
چلونې احساس یې کاوه.
هغه انسانان چې پر خپل نفس لوړ اعتماد لري په پیاوړي توګه د
مشرۍ او واک چلونې احساس کوي. دغه خبره ستاسو په څېر یوه کس
سره چې دا کتاب مو د فکر د ټکنالوجۍ د یوه بریالي محصل په توګه
ولوسته مرسته کوي چې تل د مشرۍ او واک چلونې احساس وکړئ او
په خپلو ټولنیزو کړووړو کې د چارو واګې په لاس کې واخلئ او نورو ته
لارښونکی او لارښود شی او پرېږدئ چې نور ستاسو تر ساده وړ زیږي او
پایله ستاسو لاشعور ضمیر چې ستاسو پر ټولو کړووړو ځارنه کوي
احساس کړي چې ته واک لرې او کولای شې چې واک وچلوې او په پایله
کې تاسو پر نفس اعتماد هم ډېروي او ستا باور هم ستا پر وړاندې
لوړوي.
زه خپلو موخو ته په رسیدو پر خپلو وړتیاو ایمان لرم.

(c) ketabton.com: The Digital Library

لسم اصل

د مسوولیت منل:

هغه انسانان چې پر خپل نفس لوړ اعتماد لري مسوولیت منونکي وي. او مسوولیت منونکي انسانان هغه انسانان دي چې هره ورځ د نوي مسوولیت په منلو سره پر خپل نفس له اعتماد سره مرسته کوي. نو که غواړئ چې پر خپل نفس لوړ اعتماد ولرئ نو تمرین وکړئ تر څو مسوولیت منونکي شئ.

د مسوولیت منل په سر کې له اسانو کارونو څخه پیل کړئ. د بېلګې په توګه کله له خپلو ملګرو یا کورنۍ سره یوې مېلې ته لاړئ تاسو ووایئ چې (د خوړو ویشل پر ما) د غه ستا سو لا شعور ضمیر ته یوه ځواکمنه وسیله ګرځي تر څو ستاسو په وجود کې باور او پر نفس اعتماد ژوندی کړي.

د مسوولیت منني صفت د ژوند په بېلابېلو برخو کې وکاروئ او په خپل نفس اعتماد مو پیاوړی کړئ.

د نورو د اړتیاو پر وړاندې هم د مسوولیت احساس وکړئ.

د یو ښکلي انسان له ځانګړتیاو څخه یوه هم داده چې تل د نورو د ستونزو پر وړاندې د مسوولیت احساس وکړي او د وسې تر حده د هغوی مرستې ته هم ورودانګي.

په دې اړوند رحمان بابا وایي:(۱)

چې یو یار په سیوري پروت وي بل په اور کې
وهغو ته به څوک څه وایي یاران

زه د الله(ج) د مینې او معنویت په ډکه دنیا کې ژوند کوم

---

۱ پورتنی بیت د دری ژبی د یوه بیت پر ځای پر ځای شوی (ایډیټ)

(c) ketabton.com: The Digital Library

يولسم اصل

د ځان ظاهري پاکوالی او ښکلا

دانسان ظاهري پاکوالی او ښکلا د هغه پر نفس له اعتماد سره ښېغ په ښېغه اړیکې لري

هغه انسانان چې منظمې، مرتبې او پاکې جامې پرځان لري تر هغو کسانو چې په ظاهري توګه نامنظمه د خلکو پر وړاندې را څرګندیږي ښه اعتماد لري

د فکر په ټکنالوجۍ یو متحول شوی انسان باید په پرلپسې توګه خپل ظاهري حالت سم او وارزوي تر څو د باورنو او پر نفس د اعتماد په نظام کې ورته ستونزه هم ور ولاړه نشي.

د پاکوالي په اهمیت زموږ په دین کې هم ډېر ټینګار شوی آن چې پاکوالي یې زموږ په دین کې د ایمان نښه بللې. او د غه خبره پر دې دلالت کوي چې یو مومن مسلمان چې پر خپل نفس لوړ اعتماد لري هغه کس ته ویل کیږي چې پاکوالي یې یو د ځانګړنه وي.

نو تاسو خپل ظاهري حالت ته ډېر اهمیت ورکړئ او په دې وپوهیږئ چې ستاسو ظاهري ښکلا ستاسو د باورونو خلونکې دد

زه پر خپل ځان ویاړم

(c) ketabton.com: The Digital Library

دولسم اصل

د خپل ځان او نورو ستايل:

له هغه ځايه چې پوهېږو لاشعوره ضمير زموږ وجود ته له پنځه ګونه حواسو څخه راتلونکي زيګنالونه د عصبي ريښو له لارې مومي او بېرته يې ليږي همدا راز زموږ باورونه هم جوړوي. نو که انسان له بل چا څخه ستاينه اوري په ځانګړې توګه هغه مهال چې دغه ستاينه ريښتوني وي نو لاشعوره ضمير ته يې ليږدول کېږي او د انسان په نفس کې تر ټولو ښه او لوړ اعتماد جوړوي. که موضوع خپله انسان هم وي. په دې مانا که يو څوک خپل ځان هم ستايي د هغه لاشعور ضمير يې په ډېره اسانه توګه او پرته له قضاوت يا پرتلې اوري او د نوموړي شخص په وجود کې پر نفس اعتماد جوړوي. خو لکه څنګه چې پوهېږئ زموږ په کلتور کې داسې څوک چې خپل ځان ستايي د خلکو نه خوښېږي.(اوو ايي چې عطر هغه ښه وي چې خپله بوی ولري نه هغه چې عطر پلرونکی يې ستاينه کوي) ژباړن. په هر حال، کله چې تاسو وايې چې تاسو يو ښکلی يا پياوړی انسان ياست. نو دا خبره د لاشعوره ضمير په وسيله ستاسو پر نفس اعتماد پياوړی کوي.

داچې انسان د فطرت له مخې له نورو انسانانو څخه د هڅونو، ستايلو او... غوښتونکی او خوښونکی دی. نو کله چې څوک له هغه څخه ستاينه کوي د بېلګې په توګه ورته وايي چې: څومره ښې خبرې دې وکړې. څومره ښکلی خط لرې. څومره ښکلې جامې دې اغوستې او داسې نور نو په شوق راځي او خوشحالېږي او دغه خوښي ستايونکي ته هم ليږدوي نو په دې ډول انسانان يو د بل هنداره ګرځي او کله چې هغه ستايل کېږي او د نورو له لورې مثبت زيګنال اخلي د هغه مثبت زيګنال په غبرګون مخامخ لورې ته هم بېرته مثبت زيګنال ورليږدوي

زه يو نابغه يم او له خپل نبوغ څخه مې کار اخلم

(c) ketabton.com: The Digital Library

دیارلسم اصل:

د خپل ځان او نورو هڅول:

هڅونه (تشویق) پرنفس د اعتماد د لوړوالي لامل دی. کله چې څوک د نورو له لوري هڅول کېږي یا وستایل شي لاشعور ضمیر یې په وجود کې د پرنفس اعتماد جوړوي او هغه شخص ښه پرځان باور کولای شي.

له دې امله ویلای شو چې د یوې ټولنې د وګړو تر مینځ پرنفس د اعتماد یوه ښه لاره هڅونه ده په هغه صورت کې چې پرځای او ښه وکارول شي.

د خپل ځان هڅونه د فکرد ټکنالوجۍ له تخنیکونو څخه یو تخنیک دی چې پرنفس د اعتماد او پرځان دباور د کچې په لوړولو کې له انسان سره مرسته کوي. نو تاسو ته وړاندیز کوم چې تل مو په خپلو کړو وړو . بریالیتوبونو . کارونو او حرکتونو ته پاملرنه وکړئ او خپل ځان وهڅوئ. خپله او ګه وټپوئ او پر ځان آفرین ووایئ په دې ډول به مو پر نفس اعتماد او پر ځان د باور په پیدا کېدو کې له ځانه سره ډېره مرسته کړې وي.

زه د خدای(ج) د خلقت شاهکاریم.

(c) ketabton.com: The Digital Library

څوارلسم اصل

د خپل ځان او نورو نه ملامتول او رټل

په هماغه کچه چې هڅونه پرنفس د اعتماد د لوړوالي او جوړولو یو لامل دی. ملامتول او رټل هم د باورونو او پر نفس د اعتماد د له منځه وړلو لپاره یو لامل دی. د فکر په تکنالوجي یو پوه انسان هم ستاسو په څېر کله چې کوم کار په تېروتنه ترسره کوي او بیا ماتې خوري. ناکامېږي یا پاتې راځي او یا هم نامطلوبه پایله لاسته ورځي نو له ځانه سره وايي: څه خبر یوه تجربه مې ترلاسه کړه بیا به یې ښه ترسره کړم او بریالی به شم. په دې توګه خپل باور او اعتماد جوړولو ته ادامه ورکوي

پلرونه. میندې. ښوونکي او د ښوونځیو مسوولین دې دغه اصول د بېر په پام کې ولري ترڅو په روزنیزو چاپېریال کې لوړو پایلو ته ورسېږي نو خپل ځانونه او نور وګړي وستایي او ویې هڅوي او ویو هېږئ چې تنبیه او رټل تل ورانونکي وي او رغوونکي پایله یا اغېزه نه لري

زه په خپله ککرۍ کې د بېرې مفکورې لرم او هغه په واقعیت بدلوم

(c) ketabton.com: The Digital Library

پنځلسم اصل:

د بدن روغتیا او ساتنه:

دانسان روغتیا د هغه د نفس له اعتماد سره نېغ په نېغه اړیکه لري کله چې یو انسان ناروغه وي له فزیکي اړخه ځان بې وسه ګڼي او په لاشعوري بې هم د روحي وړتیا په کچه منفي اغیزه کوي. هغه انسانان چې له روغتیایي اړخه روغ وي ډېری وختونه له رواني اړخه هم روغ وي

لکه چې وایي:

روغ عقل په سالم بدن کې دی.د بېلګې په توګه هغه انسانان چې سپورت کوي له دې لارې د خپل بدن(جسم) له روغتیا سره مرسته کوي او پر ځان ښه باور کوي.

نو سپورت وکړئ. خپل فزیکي شرایط چمتو وساتئ. مناسب خواړه وخورئ. خپل ښکلي بدن ته چې د خدای(ج) روح لېږدوي درناوی ولرئ او پایلې یې د ژوند په بیلابیلو بریالیتوبونو او نیکمرغیو کې ووینئ.

زما په وجود کې عظمت او سترتوب پروت دی.

(c) ketabton.com: The Digital Library

شپاړسم اصل

موسکا:

موسکا په انسان کې پرنفس د اعتماد. پرځان د باور او د ښکلو انساني اړیکو د لرلو له ښنانو څخه یوه ده.

هغه انسان چې تل په شونډو کې موسکا او ورین تندی لري له هغو کسانو څخه دی چې پرځان باور لري.

هغه انسانان چې سپک شوي او رټل شوي وي ډېر لږ خاندي او د دغه برعکس مانا هم صدق کولای شي.

هغه انسانان چې هڅه کوي په موسکا خپله څېره ښکلې ځرګنده کړي. په خپل ځان د اعتماد او باور په برخه کې له ځانه سره مرسته کوي او د دې لامل ګرځي چې نور وګړي هم پر هغه باور وکړي.

نو زیار وباسئ چې خپل ګونځې تندی پرانیزئ او انسانانو او کایناتو ته وخاندئ او د ژوند له لویو اسانتیاو څخه په ورین تندي او په خوښیو خپله مننه ځرګنده کړئ. او په خپل وجود کې په خپل نفس اعتماد را ژوندی کړئ.

زه یو آرامه، خوښ او سرلوړی انسان یم

(c) ketabton.com: The Digital Library

اولسم اصل:

نورو ته د مينې څرګندول او هغوی ته د هغوی د ښو ځانګړتياوو ويل:

نورو ته د مينې څرګندول د انسان پرنفس اعتماد او باور زياتوي. تاسو چې کله يوه ماشوم ته وروړاندې کېږئ او ورسره مينه کوئ په يوه ډول نه په يوه ډول د هغه اعتماد ترلاسه کوئ نو دغه خبره به نه يوازې دا چې ستاسو پر نفس اعتماد ډېر کړي بلکې د انسانانو تر منځ به د ښو اړيکو په راپيدا کېدو کې. چې په ژوند کې د برياليتوب لپاره يوه ښه بيلګه کېدای شي. ډېره مرسته وکړي.

نو تاسې چې د يوه برياليي محصل په توګه د فکر د تکنالوجۍ په ستر پوهنتون کې زده کړه کوئ. له انسانانو سره مينه وکړئ. د هغوی ښې ځانګړنې ورته ووايئ او شببه پرشېبه مو خپل اعتماد ډېر کړئ.

زما له وجود او خبرې څخه تل خوښي، انرژي او مينه وريږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

اتلسم اصل:

نوروته کتل او په ورته وخت کې په خپل وجود کې تواضع او سترتوب احساسول:

د نورو انسانانو لیدل ستاسو پرنفس له اعتماد سره نېغ په نېغه اړیکي لري.

هغه کسان چې له نورو سره په مخامخ کېدو خپله روحیه له لاسه ورکوي په خپل نفس کې اعتماد ځپي. نو کله چې له چا سره مخامخ کېږئ، لومړی باید وپوهیږئ چې د ناتوانی احساس ونه کړئ آن که ستاسو مقابل لوری کوم مقام یا منصب هم ولري.

ځکه چې مقام او منصب د انسانانو په ژوند کې یو تړون دی، چې یو ورځ به له هغو څخه اخیستل کېږي او بیا به د نورو کسانو په څېر معمولي انسان وي آن که هغه کس دیوه هېواد ولسمشر هم وي.

تاسو چې ترټولو ستردریغ لرئ یعنې په ځمکه کې د خدای(ج) استازیتوب کوئ، نو د نورو په وړاندې د ناتوانی او وېرې احساس مه کوئ بلکې باید پوه شئ چې ستاسو دریغ (مقام) دیوه انسان په څېره کې ترټولو ستردریغ دی، ځکه که تاسو د چا په وړاندې تواضع کوئ په ورته وخت کې پاملرنه کوئ چې ستاسو دغه کار ستاسو د لوړوالي او سترتوب ننبه او ستاسو د یوې میوې لرونکې او حاصل لرونکې ونې په څېر ولاړ یاست، چې هم تواضع لري او هم مو د وجود د ننه ښکلا پرځان باورلوړوي. دغه ډول اړیکي تاسو په انساني اړیکو کې ډېره اړینه ده. ترڅو ستاسو د باورونو او پر نفس د اعتماد نظام نه یوازې دا چې ونه ځپل شي بلکې ورځ تر ورځې ستاسو د باورونو بنسټ په الهي نور سره روڼ او ښکلی کړئ.

زه هره شپه د الله(ج) له هغو نعمتونو او موصیبتونو څخه چې زما په واکې یې راکړي مننه کوم.

(c) ketabton.com: The Digital Library

نولسم اصل:

نورو سره مرسته او ښېنه:

کله چې له چا سره مرسته کوئ یا یې ښېنې، څه دا مرسته فزیکي وي او یا هم له زړه نه ښېنه وي. په هر ډول چې وي ستاسو لاشعور ضمیر دا مني چې تاسو یو څه لرئ چې نورو ته یې ورکوئ او یا لوی شخصیت یاستی چې ښېنه کوئ.

آن که دغه مننه یا مرسته ډېره لږه هم وي دغه لږه مرسته به ستاسو په لاشعور ضمیر ډېره اغېزه وکړي چې تاسو ځان بډای احساس کړئ او دیوه بډای انسان شرایط به په خپل وجود کې وینئ. باورونه به مو هم لوړ کړئ همدا راز به په لاشعوره توګه د خپل ځان په اړوند ښه احساس هم پیدا کوئ او پر نفس د اعتماد یوه ښکلې پړاو ته به هم ورسیږئ.

دغه حرکت همدا نن وازمویئ. یو ځل مو کور یا د کار ځای ته ښه په ځیر سره وګورئ. او وګورئ چې څه ځیزونه شته چې له هغو ځینې کار نه اخلئ. د بېلګې په توګه جامې یا بل هر هغه څه چې شتون او نه شتون یې

(c) ketabton.com: The Digital Library

ستاسو په ژوند کې کومه اغېزه نه لري.

له خپلو نورو اړینو څیزونو څخه لرې کړئ او سبایې هغو کسانو ته وروښئ چې اړتیا ورته لري او بیا وګورئ، چې څومره د ځواکمنتیا او پرځان د باور احساس کوئ.

که تمام جهان په خپله ګېډه وخوري
یاد به نشي په درود او په دعا
که یوه دانه د وریږي په لاس ورکړي
همدغه به دي توښه شي دعقبا
که یو څاڅکی او به تږي لره ورکړې
د دوزخ او ستا ترمنځ به شي دریا

(ژباړن)

خو بختور هغه کسان دي چې آن خپل اړین او د خوښې وړ څیزونه هم نوروته وروښني. دغه راز انسانان نه یوازې دا چې د الله (ج) په رحمت باور لري بلکې د خدای(ج) د یوه ښایسته او ښوونکې بنده په څېر په خپل ژوند کې ځلیږي.

(لن تنالوا البرحتی تنفقوا مما تحبون).

ژباړه:

هیڅ کله به نیکې ونه وینې تر هغې چې پرځان ګران څیزونه ونه ښنې.
(ژباړن)

هرڅومره چې نورو ته څه وربښم ډېر خوشاله کېږم او د خوښیو احساس کوم.

(c) ketabton.com: The Digital Library

شلم اصل

په وعده وفا، صداقت او رېښتونولي

ستاسو لاشعور ضمير هره شيبه ستاسو پر فکر او کړو وړو د بدن د پنځو حواسو له لارې څارنه کوي او د باورونو د نظام د جوړولو او پر نفس د اعتماد د جوړېدو مسوولیت هم په غاړه اخلي.

همدا راز ستاسو د هو کړې، صداقت او رېښتونولۍ په برخه کې ډېر حساس دی او له هر ډول غبرګون سره چې د صداقت او رېښتینولۍ پر خلاف وي. ستاسو د نفس پر اعتماد ډېره منفي اغېزه شيندي او ستاسو د باورونو او پرځان د باور نظام ځپي. هغه انسانان چې پر نفس لوړ اعتماد لري. په ډېره زړورتيا . په وعده وفا کوي او ځان دومره ستر ورته ښکاري چې هېڅکله دروغ ويلو او د تظاهر ننبه په خپل ځان کې نه ويني.

په صداقت او رېښتونولۍ له نورو وګړو سره مخامخ شئ او په داډ او يقين سره له خپلو کړو وړو او فکرونو څخه د نورو وګړو پر وړاندې غبرګون څرګند کړئ. تاسو چې هر کار په صداقت او رېښتونولۍ سره سرته ورسوئ پر نفس د اعتماد سره مو مرسته کوي. رېښتوني انسانان تل سر لوړي ګرځي، په ارامه ژوند کوي. هغه انسانان چې له دغه نعمت څخه برخمن نه دي او په دروغو او دوه مخۍ کې ژوند کوي، تل له رسوايۍ څخه په تشويش کې وي. دغه ډول انسانان نه شي کولای په خپل نفس لوړ اعتماد ولري.

زما لپاره تل له اسمانه خير راوريږي

(c) ketabton.com: The Digital Library

يويشتم اصل:

د ناوړه کړوړو نه ترسره کول او د ښښې غوښتلو ته نه اړمندکېدل:

د يوه کس ښه شخصيت د هغه له ښو کړوړو سره اړيکه لري هغه انسانان چې پر خپل نفس لوړ اعتماد لري هيڅکله ناوړه کړوړه نه ترسره کوي.

نو په دې دليل اړتيا نه پيدا کوي چې د خپلو ناوړه کړوړو پر وړاندې ښښنه وغواړي د هر ډول ناوړه عمل ترسره کول د ناوړه کړونکو د شخصيت د ځيلو لامل ګرځي.

د بېلګې په توګه کله چې يو کس د سړک له سره ترافيکي څراغ څخه تېرېږي نو د پوليسو له خوا دروول کېږي او په عذر او وښښئ ويلو پيل کوي، او ټول شخصيت يې له پوښتنې لاندې راځي او پر نفس اعتماد يې سستيږي آن که نيمه شپه هم وي او په سړک هيڅوک هم نوي آن که چېرې يو پوليس هم شتون ونلري نو چې سره څراغ ته ورسيږئ ژر د رېږئ تر هغې چې شين څراغ روښانه شي.

دغه کړنه د پوليس او يا کوم بل چا لپاره نه بلکې د خپل نفس لپاره

(c) ketabton.com: The Digital Library

ترسره کړئ ځکه چې پوهيږئ چې ستاسو لاشعور ضمير له شنه ځراغ سره شرطي(عادت) کيږي او که تاسو شين ځراغ ورته ورنه کړئ نو تاسو به بې شخصيته ورته ښکاره شی او ستاسې پر نفس اعتماد ته به زيان ورسيږي دلته به ستاسو پام يوه حديث شريف ته راواړوم ځومره ښه فرمايي:

اتقوا من معاصي الله(ج) في الخلوات فان الشاهد هو الحاکم.

ژباړه: لرې اوسئ له هرې ناوړه کړنې څخه کله چې يوازې ياستی ځکه هغه چې شاهد دی حاکم دی.

ددې حديث معنې داده چې د انسان په نړۍ کې يوازيتوب شتون نه لري هر چيرته رحمان خدای(ج) شتون لري او زموږ پر اعمالو او کړو وړو شاهد دی او په ورته حال کې هغه دی چې حکم کوي او د هر کار پای له هغه سره دی.

د انسان د وجود دننه څارونکی او کونکی نظام هم همدغه ډول دی لاشعوره ضمير چې د انسان د باور، روحي، روغتيا او ناروغتيا جوړونکی دی هره شېبه ستاسو پر وجود فعاله څارنه کوي او هيڅکله له تاسو نه جلا کيږي

(فان الشاد هو الحکم).

ژباړه:

هغه چې شاهد دی حاکم دی.

(c) ketabton.com: The Digital Library

دوه ویشتم اصل

غوښتوب او د نه ویل

د نه ویل ډېری انسانانو ته یو ډېر ستونزمن کار دی.

هغه کسان کولای شي چې د يوې نامعقولې غوښتنې او وړاندیز ته نه ووایي چې پر خپل نفس یو لوړ اعتماد ولري.

کېدای شي ډېر ځله داسې پېښه شوې وي چې تاسو له یوه وړاندیز سره موافق نه یاست خو مخالفت مو هم نه وي کړی او نه مو هم کولای شو چې ویې کړی او په ډېره سختۍ مو منلی هم وي. څومره له ستونزو سره مخامخ شوي یاست او وخت مو تېر شوی او یا هم له څو اړخونو څخه سخت زیان هم درته رسیدلی وي.

دا خبره له ځانه سره تمرین کړئ چې که کوم ځای یو کار ستاسو په خوښه نه وه (نه) ووایی او په خپل نفس اعتماد ور زیات کړئ خو نورو ته د (نه) ویل باید په ډېر غور او نرمۍ سره ترسره شي چې د نورو احساسات ټپي (جریحه دار) نه کړئ او د غه هغه وخت ده چې د ښو اړیکو په بحث کې به یې مطرح کړو چې څنګه وکولای شو له نورو سره یو ښه او مناسب چلند وکړو.

په هرحال تاسو په ډېره نرمۍ، مینې او تواضع سره په ځیرکۍ وه وایئ نه او ځان خلاص کړئ او په خپل نفس اعتماد نور هم ور زیات کړئ.

زما د ژوند د کتاب ټولې ستونزې حل کېدونکې دي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

درويشتم اصل

پوهه او تجربه

پوهه او تجربه پر نفس له اعتماد سره مستقيمه اړيکه لري هغه کسان چې ډېر پوهيږي پر ځان ډېر باور لري او هغه کسان چې نه پوهيږي او جاهله دي نه شي کولای پر خپل نفس اعتماد ولري.

هل يستوي الذين يعلمون و الذين لا يعلمون؟

ژباړه: آيا برابر دي هغه کسان چې پوهېږي او هغه کسان چې نه پوهيږي؟

رينښتيا دغه خبره ډېره لويه مطرح شوه خو خرګنده ده چې يو انسان نشي کولای چې په هرڅه پوه شي او په هره ځانګه کې پوره وړتيا ولري خو زموږ خبره دا ده چې که يو څوک په يوه برخه کې فعاليت کوي بايد ده چې پوره پوهه او رينښونولي ولري. د بېلګې په توګه که يو څوک د حسابدارۍ په برخه کې په يوه شرکت کې کار کوي. پر له پسې بايد د حسابدارۍ په برخه کې خپل مالومات ورزيات کړي او هغه کتابونه چې

(c) ketabton.com: The Digital Library

لولي هره ورځ يې لوستل په خپلو مالوماتو ورزيات کړي او د خپل نفس اعتماد لوړ کړئ.

آن که يوه ښځه هم په خپل کور کې کار کوي بايده ده چې پر له پسې د پخلي. د کورد ښکلي کولو او يا د ماشوم د روزنې بيلابيل کتابونه ولولي او نويو علمي کتابونو ته لاس رسی پيدا کړي او خپل معلومات ډېر کړي.

دغه راز ښځې په خپل نفس لوړ اعتماد پيدا کوي او کله چې له نورو ښځو سره په يوه برخه کې ښې طريقې وړاندې کوي يا نورې ښځې د خپلې ستاينې لپاره رابولي او پايله پر نفس د اعتماد او غرور احساس کوي.

نو ته اې د فکر د ټکنالوجۍ برياليه محصله! زده کړه وکړه تر څو پرځان ښه باور وکړې. تجربه پيدا کړه تر څو ځان ښه اوويني هر شيبه پرخپله پوهه او وړتيا. وړتيا ور ډېره کړه ترڅو تل د نفس په عزت او پرنفس د لوړ اعتماد احساس وکړې.

ژوندون دې نيکمرغۍ ته نږدې شه

(c) ketabton.com: The Digital Library

څلور ویشتم اصل

کاري نظم او انظباط:

په ژوند کې د بریالیتوب. پرنفس د اعتماد او انسان د باورونو په جوړولو کې تر ټولو اړین لامل نظم دی. منظم انسانان پر نفس د ښه اعتماد لرونکي وي او هغه انسانان چې پر نفس اعتماد نلري د نظم لرونکي نه وي نو ویلی شو چې نظم پر نفس له اعتماد سره مستقیمه اړیکه لري.

که تاسو غواړئ چې پر نفس اعتماد مو په خپل وجود کې وپنځوئ نو له دې لارې مو په ژوند او کار کې بریالیتوب ته ورسیږئ. هڅه وکړئ چې نظم ته مو په خپلو کارونو کې په سرکې ځای ورکړئ.

یو نامنظم انسان تل د ناکامیو له لاسه چې ورسره مخ کېږي په ځان رټلو بوخت وي او دغه رټنې که په شعوري توګه وي او که په لاشعوره توګه د باورنو بنسټ ته زیان رسوي او پر نفس د اعتماد د ماتیدو لامل ګرځي.

د نظم پدیده دومره په ژوند کې اړینه ده چې حضرت علي(رض) د ژوند په ورستیو شیبو کې داسې وصیت او نصیحت کوي.

اوصیکم بتقوی الله و نظم امر کم

ژباړه: زه تاسو الهي پرهیزګارۍ او د ژوند په چارو کې نظم ته رابولم ګورئ علي(رض) د ژوند په چارو کې د نظم خبره له الهي پرهیزګارۍ (تقوا) څخه وروسته مطرح کړې او دا خپله په ژوند کې د بشر د نظم اهمیت خبره کوي. نو د ژوندون په پوهنتون کې زده کونکې ا بشکلې باورونه دې د ژوند په ټولو برخو کې د نظم په لاره برابر کړه ځکه چې نظم ستا د شخصیت. باورونو او پر نفس د اعتماد یو روښانوونکی دی نو د ژوند په ټولو چارو کې نظم وساته.

زه یو منظم انسان یم

(c) ketabton.com: The Digital Library

پنځه ويشتم اصل:

تمبلي!

تمبلي د انسان د پرمختګونو يو پټ قاتل دی. هغه کسان چې د نن کار سباته ساتي خپلې ناکامۍ طرحه کوي

هغه انسانان چې خپل کارونه په خپل وخت ترسره کوي په خپل وجود او شخصيت کې د ننه ښکلا رامنځ ته کوي او پايله په خپل نفس اعتماد لوړوي

کله کله خو ځينې انسانان دا چې د نن کار سباته پرېږدي کېدای شي د هغه کار وخت له لاسه ورکوي او دومره زيان ورته رسيږي چې بيا د ژوند تر پايه ځان ملامتوي او دغه ملامتياوې په حقيقت کې پر نفس اعتماد ورانوي.

وفي لتأخيرآفات

ژباړه:

په تمبلۍ کې افتونه نغښتي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

په کارونو کې وخت ته درناوی بریالیتوبونو ته د رسیدو یوه اړتیا ده ستاسو د شخصیت جوړښت ستاسو کارونو او پلانونو ته درناوي پورې نيغ په نيغه اړیکه لري یو غربي متل وايي:

«که ډېر اړين کار هم نه وي نو مهرباني وکړه او همدا اوس يې سرته ورسوه» له همدې کبله ډېرى کسان شته چې په يوه بانه پسې ګرځي چې خپل کار راتلونکې ته وساتي او کله خو داسې هم وايي اوس دا کار ډېر اړين نه دى بيا به يې سرته ورسوم او دغه خبره په څرګند ډول يوه بانه ده.

نو که مو کوم کار اړين نه وي نو همدا اوس يې سرته ورسوئ او په کارونو کې تمبلي مو راتلونکې ته وساتئ! او خپل اصلي کار همدا اوس سرته ورسوئ!

يوازنى کار چې تاسو يې راتلونکې ته د ساتلو اجازه لرى هغه تمبلي ده!

(که فکر کوې، چې نن بوخت يې نو زېرى مې درباندې چې سباته به ترډې هم بوخت شې. (ژباړن)

(c) ketabton.com: The Digital Library

شپږویشتم اصل:

پر وخت مشري!

هغه انسانان چې پر نفس ښه اعتبار لري تل د وخت مشري(مدیریت) د آس د قیضې په څېر نیسي او ښه مشري او لارښوونه یې کوي. هغه انسانان چې خپل وخت بېځایه تیروي او په پرله پسې د وروسته پاتې کېدو احساس کوي او په خپل نفس اعتماد ځپي.

منظمه انسانان د خپل وخت او زمان مشري په ډېره ښه توګه ترسره کوي.

تاسو د فکر د ټکنالوجۍ د یوه بریالي زده کونکي په څېر د شپې ترهغې په بالښت سر نږدی چې په څرګنده توګه مو د راتلونکو ۲۴ ساعتونو کارونه نه وي سنجولي.

ځینې انسانان د خپل ګران وخت له تېریدو څخه چې کېدای شي هره شیبه یې یو بریالیتوب وي غافله دي، ستاسو په څېر هوښیار انسانان پرله پسې د خپل وخت او عمر په فکر کې وي او په ښه توګه د هغو مشري کوي.

تاسو باید د ژوند د هرو ۲۴ ساعتونو لپاره یو مهالویش ولرئ.

اونۍ، میاشتې او کلونه مو باید په ښه توګه په مهالویش واړوئ او د خپل وخت د غلو په اړوند ډېر ځیرک وه اوسئ.

بې ګټې تیلفوني اړیکې او خبرې اترې ستاسو د وخت غله دي اوږدې او بې مهالویشه کتنې او بې ګټې مجلسونه ستاسو د درانه وخت دردونه او غله دي. خپل وخت او عمر ته مو ډېر پام وي دا چې هغه ښکلي او د مهالویش پر بنسټ یې مشري وکړئ او خوند ترې واخلئ او په خپل وجود کې په خپل نفس اعتماد پیدا کړئ.

عمر مو ډېر او وخت مو له حاصله ډک اوسه

زه مې د خپل وخت او زمان مشري کوم

(c) ketabton.com: The Digital Library

اوه ویشتم اصل:

د لمړیتوبونو مشري!

هر انسان په خپل ژوند کې ډېر داسې کارونه او مسوولیتونه لري چې د اونۍ، ورځې او یا میاشتې په اوږدو کې یې باید سرته ورسوي

یوه خبره چې انسان ته په خپلو کارونو کې بریالیتوبونه ورپه برخه کوي هغه په کارونو کې نظم او د لومړیتوبونو تنظیمول دي. په هر حال وخت تیریدونکی دی او ځیني وختونه کارونه د انسان له وخت او وړتیا څخه ډېرېږي دلته د لومړیتوبونو د مشرۍ اصل تاسو سره مرسته کولای شي او وړاندې تر دې چې د کوم کار په سرته رسولو لاس پورې کړئ وګورئ چې کوم یو کار لومړیتوب لري او د اهمیت وړ دی. په داسې حال کې موکه د ورځې تر پایه کوم کار پاتې هم شو لا اقل هغه کار به وي چې ډېر اړین نه وه او لومړیتوب یې نه درلودی دغه خبره ستاسو پر نفس له اعتماد سرهٔ ډېره مرسته کوي

زه په خپل ځواک خپل ژوند په هغه شان چې غواړم یې طرحه کوم یې.

(c) ketabton.com: The Digital Library

اته ویشتم اصل:

نورو سره د ځان نه پرتله کول!

پرنفس د نه اعتماد له آفتونو څخه یو ډېر مهمه آفت نورو سره د ځان پرتله کول او د خپل شخصیت د بنسټ ځپل او د ځان سپکول دي هغه انسانان چې ځان درونډ ورته ښکاریږي او ځان ته اعتبار او درناوی مني، کله چې څوک خپل ځان له بل چا سره پرتله کوي او وایي چې هغه بختور دی، د هغه لاشعور ضمیر چې په دې وخت کې هیڅ ډول قضاوت نشي کولای او دا انګیري چې ګني شخصیت یې هیڅ هم نه دی او نور هر څه تر سره کوي او له هغه څخه ښه کړه وړه تر سره کوي او په دې توګه د هغه د باورنو بنسټ ځپل کېږي او پر نفس اعتماد یې کمزوری کېږي. د فکر د ټکنالوژۍ یو بریالی محصل چې په دې میکانیزم او سیستم پوهیږي، هیڅکله ځان له چا سره نه پرتله کوي بلکې تل خپل فکر خپلې ښکلې راتلونکې ته چې طرحه کړې یې ده او خلق به یې کړي ورګرځوي او تل له ځانه سره وایي:

بختوریم چې راتلونکو شپږو میاشتو، بختوریم چې په راتلونکي

(c) ketabton.com: The Digital Library

يوه کال، بختوريم چې په راتلونکو څو کلونو کې به د ژوند ټولو برياليتوبونو ته رسيږم او د يوه بختور او نيکمرغه انسان په څېر به په نړۍ کې راڅرګنديږم او خوند به اخلم کله چې تاسو ځان له خپلې راتلونکې سره پرتله کړئ ستاسو لاشعور ضمير به ستاسو په وجود کې يوه ستره روحيه او باور رامنځ ته کړي او ستاسو پر نفس اعتماد به لوړ کړي نو اې د خداي (ج) منليه بنده چې دادی اوس دا کرښې لولې! پوه شه چې مهربانه خدای(ج) له هغه ښکلي شخصيت څخه چې تاسو ته يې درکړئ او ته يې د ځان قايم المقام نومولی يې له تا څخه غواړي چې هيڅ کله فکر ونه کړې چې نور هرڅه ترسره کوي. بلکې دا ته يې چې کولای شې د يوه ښه مهالويش او راتلونکې ته د يوې ښې طرحې په جوړولو سره په بيلا بيلو برخو کې برياليتوبونه لاسته راوړې پر دنيا باور وکړه ترڅو دنيا پر تا باور وکړي او پوه شه چې که په هر څه باور وکړې په څرګنده دنيا کې به يې وګورې نه دا چې حتمي يې بايد وګورې ترڅو باور وکړې!! باور وکړئ تر څو يې ووينئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

نهه ویشتم اصل:

په ژوند کې د موخې او مهالویش لرل!

انسانان په ژوند کې په دو برخو ویشل کېږي: یوه برخه یې د موخې لرونکي وي یعني دا چې په ژوند کې څه غواړي او خپله راتلونکې یې له ځانه سره انځور کړې وي نو د ژوند په پړاونو کې په ډېر ډاډ او د یوې نقشې له مخې حرکت کوي او ځینې نور بیا داسې هم شته چې په ژوند کې هیڅ ځانګړې موخه نلري او اټکل کوي او هر لوري ته منډې وهي په سر کې هیڅ فکر نه کوي او نه پوهېږي چې څه غواړي او په څه شي پسې لاړشي. دا ډول بې موخې انسانان تل د ژوند په لړ کې ځان ورکوي او هیڅ ډول رونښنایي بې په ژوند کې ځرک نه وهي.

سترې، خواشیني او کله هم له ژوند ه نا امیده او لنډه دا چې پاتې او

(c) ketabton.com: The Digital Library

ناکامه انسانان وي. پر نفس اعتماد د ژوند له موخې او مهالويش له لرلو سره نيغ په نيغه اړيکه لري.

هغه انسانان چې موخيزه وي تل پر ځان باور لري او پر نفس اعتماد يې هم لوړ وي. بل لوري ته هغه انسانان چې په خپله دنيا کې موخه نلري او پرته له مهالويشه ژوند کوي ډېر لږ پرځان باور لري او پر نفس اعتماد يې هم ډېر کمزوری وي.

تاسو څه ډول ياست؟ آيا په ژوند کې موخه لرئ؟ آيا د راتلونکې لپاره مو يو ښه مهالويش چمتو کړی؟ آيا د ژوند نقشه مو کښلې؟

آيا له خپلې راتلونکې سره مو د مخامخ کېدو فکر په سر کې لرئ؟ که مو ځواب منفي وي حتمي د فکر د ټکنالوجۍ کتاب د برخليک د طرحې برخې ته ورشئ او خپله راتلونکې طرحه کړئ په دې خبره وپوهېږئ چې موخې او مقصد د ژوند لړۍ ټاکي. موخې انسانانو ته پر نفس اعتماد او په ژوند کې انګيزه او مينه ورکوي. د موخې لرونکي انسانان هيڅکله نه خواشيني کېږي. د موخې لرل د انسان پر نفس اعتماد ته ځواک او ښکلا وربښي.

د ځان لپاره مو په ژوند کې موخه وټاکئ او د نورو په تمه مه اوسئ.

نيکمرغي مو په برخه شه

(c) ketabton.com: The Digital Library

دېرشم اصل:

بدني حالت!

هغه انسانان چې په خپل نفس ور اعتماد ولري په ښکاره ډول له نورو سره توپير لري او په ډاډ خبرې کوي سر لوړ نيسي، کلک ګامونه اخلي، آن د لارې تلو سرعت يې له معمولي حالت څخه چټک وي، د انسان فزيکي حالت د هغه پر نفس له اعتماد سره نيغ په نيغه اړيکه لري.

تاسو څه ډول ياست؟

څه ډول کېنئ؟

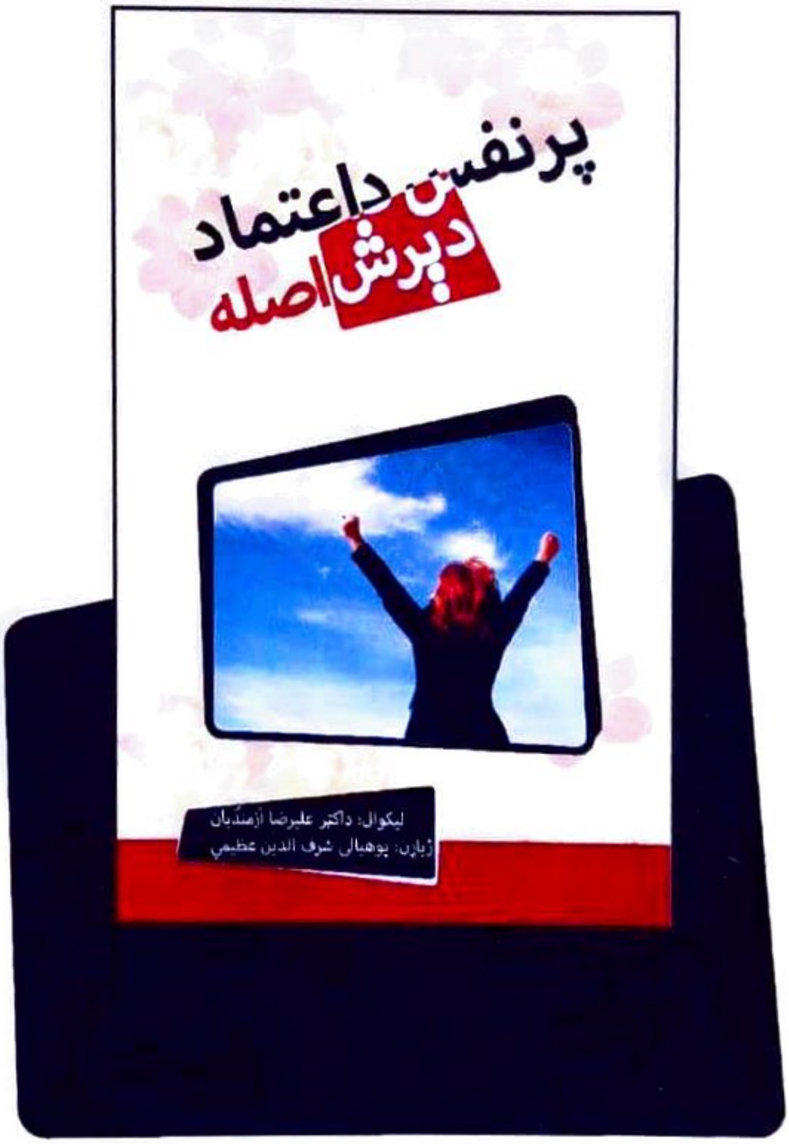
په لاره څه ډول ځئ؟

له نورو سره د خبرو پر محال چېرته ګورئ؟ (د مقابل لوري سترګو ته؟)

تاسو مو له خپل فزيکي حالت څخه ساتنه وکړئ تر څو هغه ستاسو پر نفس له اعتماد څخه ساتنه وکړي د يو ښه ژوند لپاره پر نفس د اعتماد تر سيوري لاندې پر وړاندې لاړ شئ.

زما په وجود کې عظمت او سترتوب نغښتی دی.

(c) ketabton.com: The Digital Library



مازیگر کتاب پلورنځی

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