

# طاقة بینونگی فکر و نه



شارل او. تولوز، صطفی صفا

Ketabton.com

طاقت بینونکی فکرونه ..... مصطفی صفا

**بسم الله الرحمن الرحيم**



### كتاب پېزندە:

=====

- د كتاب نومر: طاقت بینونکی فکرونه ○
- زباپه او تولونه: مصطفی صفا ○
- خپرندوی: مازیگر خپرندویه تولنه ○
- كمپوز: مصطفی صفا ○
- چاپکال: ۱۳۹۲ هـ ل ○
- چاپشمېر: ۱۰۰۰ توكه ○

## طاقت بېبۈنکىي فكرونە ..... مصطفى صفا

### لىكلىرى

#### سرلىك

- تە مەھر يې
- د انټونى رايىنز طاقت پالە خبرى
- د چۈپىد شوارتر فكرونە
- د جىكسون براون مەھى خبرى
- د جىم ران ھخۇونكى خبرى
- د برايان تريسي اغېزناكى جملە
- د چىل كارنىيگى پوهونكى خبرى
- د جودى اشېرگ فكرونە
- د ماكسول مالتىر فكرونە
- د سمويل سمايلز فكرونە
- د باب پراكىر فكرونە
- د ناپلىيون ھيل فكرونە
- د وين چاير فكرونە
- د كاترين پاندور فكرونە
- د سپىنسىر جانسون پىئر
- ژوند
- اوچت ژوند تە درسىدۇ اووه اقدامە
- الهام بېبۈنکىي جملى
- سرچىنى

طاقت بینونکی فکرونە ..... مصطفی صفا

## تە مهم يې!

«تە» دەر انسان لپاره، «تە» ستالپاره، چې ھمدا اوس دغە کربنې لولې.



پە دې دنيا کې ستاد شته والي گن دليلونه شته، خو تر تريلو اوچت دليل دا  
دى، چې تە يومهم خوک يې چې دنيا تە د راتگ چانس درکۈل شوي، كە  
چېرى مەھم نە وي، نۇ دلتە بە له بېخە راغلى نە وي!

تە پە نېرى کې يو نوي شخص يې، ستا پە خېرە، خوى او خصلت باندى خوک  
پە نېرى کې لا تر او سە نە دى تکرار شوي؛ تە پە نېرى کې يوه نوي زياتونە يې  
او ھەمدا سە نېرى تە ددى لپاره راغلى يې، چې پە نېرى باندى يو نوي خە  
ور زيات كې!

تە هىسى تصادفي نە يې پىداشىو! تە ھماگە خوک يې چې د خدای<sup>(۱)</sup> امانت  
دى پە غاپە دى، ھاغە امانت چې ھەممکى، اسماونونو، غرونۇ او دريابونو يې لە  
منلو خخە عاجزى بشودلى وە، ھماگە امانت چې د ھەستى پە ۋول نظام كې  
يې يوازى تاد منلو ورىتىا درلۇدە... تە لوى خدای<sup>(۲)</sup> د خېل خلقت شەھكار  
گرھۇلى يې او د تولو بشېگىنۇ مستحق يې گىلى يې... تە نېرى تە ددى لپاره  
راغلى يې، چې خېلى توانايى وېئىنى، او د خېل وجود دنە خزانو تە لاس

(4)

## طاقت ببنونکي فکرونه ..... مصطفى صفا

رس پيداکري، خدای<sup>(۲)</sup> له تاغوشتي چې يوه داسې آينه ووسې، چې د هغه<sup>(۳)</sup> بې ساري جمال ته انعکاس ورکړي...ته ځان ته په کمه سترګه مه گوره، ته ارښتمنې، ته د ځمکې پرمخ د خدای خليفه بې، ته د ټولو شپنګنو مستحق بې او ستا د ژوند د کتاب ټول مسایل حلپدونکي دي.

هغه وخت چې باید په خپل جلال او پرتم پوه شې، همدا «اوسم» دي.

ستا ژوند په تا پوري اړه لري، ته د خپل ژوند مسئول بې او یوازنې سړي چې ستا ژوند باید په لاس کې واخلي، هغه ته پڅله بې، نو د خپل ژوند د لاسته راپرلو او د هغه د منسجمولو لپاره فوراً اقدام وکړه.

ته خپل ځان له سره وپېژنه، ستا په وجود کې عظمت او سترتوب پېت دي، په خپل ځان ووپاپه، خپل ځان تشويق کړه، ځانته شابايس ووايhe، هره لحظه د ځانښايستګي احساس وکړه، او خپل ځان سالار او مخکن احساس کړه... ځکه «ته همغه یاست، چې کبدل بې غواړي!»

ځان وپېژنه، ترڅو چې ځان ونه پېژني، نورو ته د ورکولو خه شې نه شې درلودل.

له ځان سره مينه وکړه او ځان ته درناوی وکوه، ترڅو هغه کسان د ځان په لور جذب کړي ، چې له تاسره مينه لري او تاته درناوی کوي.

ته باید په خپله د خپل ژوند توره تخته شې او هر هغه خه پړي وليکې چې ته بې غواړي.

خپلې پخوانی ستونزې، ګلتوري ملاحظات او ټولنیز بدلونونه خنګ ته کړه، ته یوازنې کس بې چې خپل ژوند همغسې چې له تاسره بشایي جورولی او پنځولي شي.

ستا د غوبنستو د پوره کېدا لپاره لنډه لار داده، چې خپلو غوبنستو ته د یوه حقیقت په توګه وګوري. هېڅکله بشه شيان ستا لپاره نه خلاصېږي، ځکه چې په دې نړۍ کې هرچاته د هغه له اړتیاو سره سمر ډېر نعمتونه شته ... ژوند يعني د نعمتونو پړېمانی!

## طاقت بینونکی فکرونه ..... مصطفی صفا

هغه کسان قربانی کېرىي، چې خپل ژوند د نورو د حكمونو په اساس اداره کوي. هغه وخت چې ستابسو د ژوند د ادارى او لارشۇونى خبره رامنځته کېرىي، ھىشكىله له ئاخان پرته په بل انسان تكىه مه کوي.

د ژوند چارو ته توجه يوازى په دي معنا نه ده، چې خپل سترگى پرانىستې وسات، بلکى د خاصو پروگرامونو زده كول او گام په گام د هغۇعملى كول ضرور دي.

د خپل ورخنى توب او روزمرگى اسىران مه کېرىي، آيندې ته طرح ولرى او د خپلو چپرو موققانە اعمالو ورلاندوينه وکرى.

تصميم ونيسه، چې ژوند وکرى، نه دا چې هسى ورخ تېرە كرى، ژوند ستا لپاره يو فرصت دى، په دغه فرصت كې په هغه چا بدل شە، چې ته ورباندى افتخار كوى.

خپل ماراندى په خپله و خوئۇئى، مور په ناخىڭندو مزيو له خپل ڏار سره تېل شوي يو، مور نانچىكى يو او په خپله ددغۇ نانچىكۇ گىپۈونكى هم يو او د خپلو ھيلو او غوشتنو قربانيان هم.

تل پر ئاخان باور ولرى، كە چېرىي مو يوازى يوچىل هم كوم كار په موققىت سره ترسره كرى وي، بىيا يې هم كولى شئ.

مسئولييت ته غېرە ورگە، بىپېدە چې ھەرڅه بىښېرىي، بىسن دي شي.

لە ياده مه وباسى! د ژوند د بىلۇن امکان شتە، نورو دا كار كرى دى.

شىديدى غوشتنى ولرە او غورە شيان وغواپە، ترخو چې غورە توبونە تر نورو لومرى ستا په لور جذب شي.

تصميم بېل شى دى، هغه له خپلو خيال پلۇو سره مه گىدوئ، كە چېرىي ستاسى تصميم كوم عمل رامنځته نه كرى، نو په دې پوه شئ، چې واقعى تصميم مو نه دي نى يولى.

## طاقت ببنونکي فکرونه ..... مصطفى صفا

- د خپلو هيلو او خان ترمنج فاصله، يوازي په يوه مثبت او قاطع تصميم سره  
دکه کري.
- هدف ته د رسيدلو لومړي ګام د هدف درلودل دي. هدف ولري، چې خلاق  
فکر وکوي، هدف ولري، چې په رګونو کې مو حرکت پیدا شي، هدف ولري،  
چې ژوند درته خپل سمر مخ راواپوري، هدف ولري، چې د شخصيت  
پرمختګ ته مو شور او شوق راواپاري او هدف ولري، چې ژوند مو له  
محدوديت او محرومیت خخه ووئي او د يوه فعال، شتمن او جالب انسان  
په بنه خرگند شي.
- کله چې د کوم کار د کولو لپاره ملا تړي، په بشپړ ډول د شک دروازې وټه.  
تاسې خدادي<sup>(۱)</sup> درانه پيداکري يئ او په درنښت ارزئ، که چېږي خپل خان په  
وره تله وتلي، نو همداسي به سپک او واړه وخبزئ.
- سخت کار وکړه، سخته لوړه وکړه او دنيا ته بدلون ورکړه.
- قدرت او تسلط دا دي، چې خپل ژوند ته بدلون ورکړئ، خپل فکري  
جرياتان بدل کړئ، خپل کردار کښتوول کړئ، خپل پلانونه رهبري کړئ او  
هغه نتایج په لاس راورئ، چې هيله يې لري.
- د ژوند په هره برخه کې د لوړتیا او عالي والي فکر وکړي، څکه ته نړۍ ته  
ددې لپاره راغلې يې، چې په نړۍ باندې یو نوی خه ور زيات کړي. ستاسي  
ژوند ستاسي د افکارو غبرګون دي، که چېږي خپل افکار بدل کړي، نو ژوند  
مو ورسه بدليږي.
- د يو مثبت بدلون لپاره پر خپل خان باور ولره، خپل خان کشف کړه او خپل  
شخصيت تر ذره بین لاندې ونیسه، ترڅو ناكاره عوامل له هغه خخه لړې  
کړي، په خانګري ډول هغه عوامل چې له هغه خخه خبر نه يې.
- ستا سرنوشت د ټول بشريت په سرنوشت باندې اغیز اچوی! له همدا اوسي  
مسئولانه تصميم ونیسه، ژوند په خپلو الفاظو تعريف کړه او تل د يو  
بهترین کس په توګه ژوند وکړه!

## طاقت بینونکی فکرونه ..... مصطفی صفا

له خپلی ارادی سره ووایه: زه باید موفق شم! زه باید موفق شم! زه له  
موفقیت پرته بله چاره نه لرم.

خلك چې هرڅه کوي، کوي ېې دي، خو«ته» د قهرمان ګډو لپاره زېړبدلى  
ې!!!

طاقت ببنونکي فکرونه ..... مصطفى صفا

## د «انتونی راینر» طااقت پاله خبرې



زموږ تېر ژوند او ماضي، زموږ د راتلونکي ژوند او آيندي ټاكونکي نه دي.  
همت وکړه، د خان لپاره نوي او طاقت بخشه هويت وغواړه؛ له همدا نن  
څخه پيل وکړه.

هر کله چې د خپل هويت او شخصيت په هکله نوي او تازه باور پیداكوو،  
همغه وخت زموږ چال چلندر او رفتار هم د همدغه نوي شخصيت او  
هويت لپاره تغيير او بدلون کوي. دېر واي، خپل خان او هويت ته بدلون  
ورکول ناممکن دي، عموماً وايي «زه همداسې یم»، خو دغه یو داسې  
عبارةت دي، چې د انسان ټولې هيل او آرزوګانې وزني.

که چېري اطمنان ولري، چې یو غيرعادي او فوق العاده انسان یم، په دي  
وخت کې په تاسي کې داسې منابع فعالېبوي او ستاسي په سلوك او چلندر کې  
خان رابشكاري، چې کېت مېت ستاسي له دغه اطمنان سره جوړجاري بشين.

خبر ولري، تاسي هغه نه یئ، چې نور خلک ستاسي په اړه خه واي او فکر  
کوي.

## طاقت بینونکی فکرونه ..... مصطفی صفا

تر ټولو سترخطر چې زمود د ژوند کیفیت له منځه وري، هغه تخریبونکي افکار او تخریبونکي باورونه دي.

موفق خلک پوهېږي، چې موفقیت هغه سیکه ده، چې بل مخ ې ناکامي نومېږي. ناکام او ماتې خورلې خلک هغه دي، چې د ناکام په مخ کې ې ولار پاتې کېږي.

زياتره کسان دې پوهېږي، چې په ژوند کې باید خه وکري، خو ھېڅکله په عمل باندي لاس نه پورې کوي. دا څکه چې دوى د خپلې ډاډمنې او موفق آيندې د جوړولو لپاره په کافي اندازه انګېزه نه لري او همداسې خینې واي، زه یو ټبل انسان يم، په داسې حال کې چې دوى ټبل نه، بلکې انګېزه بخش هدفونه نه لري...» هر بدلون او خوځون ترپېره په توان او طاقت پورې اړه نه لري، بلکې په یوه نېغه او طاقت خوڅوونکي انګېزه او الهام پوري اړه لري.«

مود ټول پوهېږو، یو شمېر انسانان شته، چې په ناز او نعمت کې زېږيدلي او رالوي شوي دي. دا ډول افراد، شتمن مور او پلار لري او په ځانګړي چاپېریال کې وده کوي؛ له سالم او قوي بدن خخه برخمن وي؛ هر ډول اپتیاوې ې رفع کېږي او په ژوند کې هېڅ کمی نه احساسوي. ددغه ډول افرادو په مقابل داسې انسانان هم شته، چې په یوازې توګه په شرایطو برلاسی کېږي، د دوى یو دليل دا دي، چې دوى په مستقلانه ډول تصميم نيسې، په مسئولانه ډول د ژوند چارې سرته رسوي او په دې ترتیب یو ستر انسان ورڅخه جوړېږي. ددغه ډول خلکو د برياليټوب راز په خه کې دي؟ دوى چې کوم وخت احساس کړي، چې نور ه ورته کومه لاره نه ده پاتې، نو په یوازې سر تصميم نيسې، تصميم نيسې او وروسته بیا تر ټولو غوره لاري ټاکي، دوى د خان لپاره واقعي پېړکې او تصاميم غوره کوي او په دې توګه ې ژوند بدلون مومي.... ټول وګړي نه پوهېږي چې رښتنې او واقعي تصميم خه ش دی. دا چله خلک فکر کوي، چې پېړکې او تصميمونه په واقعيت کې د هيلو فهرست دي. دلته خبره په «واقعي

## طاقت ببنونکي فکرونه ..... مصطفى صفا

تصمیم نیونه کې د ۵۵»...که چېرې په واقعی او جدي توګه په ژوند کې د بدلون اراده لرئ، نو جدي او واقعی تصمیمونه ونیس!

که چېرې پر موفقیت باندې عقیده ولري، ستاسې په وجود کې هغو ته د رسپدلو لپاره لازم خواک او طاقت ایجادېږي او که چېرې په ماتې باندې عقیده ولري، ماتې خورې.

که چېرې غواړو د خپل ژوند اداره په خپل لاس کې واخلو، نو باید په ځانخبره او آگاهانه چول خپل باورنه کنترول کړو.

اوں ددې وخت رارسپدلي، چې نور له هغو باورونو او خیالونو خخه فاصله ونیسو، چې نور مو په درد نه لکي او مرستندوی راسره نه شي واقع کېدلی.

که باور ولري او که بې ونه لري، ته د خپل ژوند اصلی طراح بلل کېږي.

په دې فکر مه کوي، چې په تېرمهال کې خوک ومر، بلکې تصمیم ونیسه، چې په راتلونکي مهال کې یو خوک شي.

د ژوند په معادله کې هېڅ وخت تېرمهال له راتلونکي سره مساوی نه دي.

هغه خوک چې نري ته تکان ورکوي او د نري د لرزولو طاقت لري، معمولاً زمور لپاره ډېره بنه نومونه کېدلاي شي. دغه چول کسان زیاتره د نورو له تجربو خخه په استفادې هره ورڅ نوي شیان زده کوي او خپل هېڅ یو فرصت نه ضایع کوي. هغوي فکر نه کوي، چې باید ټول شیان پېچله په یوازې سر تجربه کري، بلکې تر خپلو تجربو زیات د نورو له تجربو ګته اخلي. د دا ډول کسانو یولوی توپیر له عادي وګرو سره په دې کې دی، چې دوي تل د خپلو هيلو او آرزوګانو لپاره هڅه او تلاش کوي او د عمل کولو قدرت لري.

اوچت او عالي اهداف د عمل سبب کېږي.

ژوند همغه خه تانه درښې، چې ته بې ترې غواړې.

## طاقت بینونکی فکرونه ..... مصطفی صفا

دېرى کسان غواپي، نويو پايلو او نتايجو ته ورسپري، مگر خپل لاري او روش ته بدلون نه ورکوي. که چېري يوتاكل کار بيا بيا تکارکرو او له هغو خخه د بېلاپلوبالو پايلو تمه ولرو، دا يولپونتوب دي. که چېري زه او تاسې پرمخکنيو لارو گامونه واخلو، طبعي ده کوم نوي خای ته نه رسپرو، بلکې همغه خای ته رسو، چې مخکې ور رسپدلي وو.

ته د هغو مناسبو ورخو د راتلو په تمه مه کېنه، چې په هغو کې به خپل خان ته بدلون ورکړي، بلکې د خپل خان په بدلون سره به مناسبې ورخې ترلاسه کړي.

تاسې یوازې هغه مهال ماتې خورئ او له ماتې سره مخامنځ کېږي، چې له خانه سره ووائې: «زه مات شوم!»

که چېري په پوره او بشپړ ډول د خپلوا افکارو ترتاڭ لاندې راشئ، ستاسي د وجود د ننه یوځواک آزادبېري او دغه ځواک ستاسي د هيلو او آرزوګانو په رنګ عمل تولیدوي.

په ياد ولرئ، که چېري په دايمې توګه د کوم شي په اړه فکر وکړئ او په هغو باندي هر وخت چورت راوخرخوي، نو تاسې د همغه شي په خوا حرکت کوئ، دغه طریقه د خپلې ذهنې شبکې د هدفمنولو او فعالولو بهترینه طریقه ده.

طاقت بنبونکي فکرونه ..... مصطفى صفا

## د «ډیوید شوارتز» فکرونه



مهمه نه ده، چې زموږ موقعیت پخوا هه ئ او اوس خه شی دی؟ مهمه هغه راتلونکي دی، چې د هغه د لاسته راولو لپاره په هڅه او تلاش کې يو.

که چېړې تنګ نظره خلک د خپلو صمیمي ملګرو په توګه غوره کړئ، تاسې هم ورسره ورو، ورو په یوه تنګ نظره انسان بدليږي.

که چېړې د زړه له تله باور ولري، چې بریال کېږم، نو حتماً به بریال راووځې.

يوazi حاضر او موجود وضعیت مه وینئ، د سبا امکانات هم په نظر کې ونیسي.

لوی فکر وکړئ او لوی نتایج لاسته راوري.

له څل ذهن خخه د مسایلو د تحلیلولو او سنجلولو لپاره استفاده وکړئ، نه د اطلاعاتو د انبارولو لپاره.

تل دا Simpson فکر وکړئ، چې زه ددې لپاره يو مهم کار ترسره کوم، چې يو مهم او با ارزښته انسان ووسم.

## طاقت بینونکی فکرونه ..... مصطفی صفا

مور کولی شو، خپله ماتې پر موفقیت بدله کرو، یعنې په تولو شرایطو کې زدہ کړه وکړو او بیا خپله زدہ کړه په کار واچوو.

د خپل ځان د جوړونې او سمونې لپاره د یوه نقاد او کره کتونکي جرئت او شهامت ولري، خپلې نيمګټياوې او عييونه لومړي کشف کړئ او بیا یې له منځه یوسُن.

په تولو موقعیتونو کې قدرپېژندنه مه هېروئ، داسې کار کوئ، چې خلک د ارزښت او اهمیت احساس وکړي.

په یاد ولري، هر وضعیت او حالت لکه د سیکې دوھ مخونه لري، بنه او بد؛ تاسې یې هغه بنه مخ راپیداکړئ، مثبت اړخونه ووینئ او مایوس ته مه تسلیمپږدی.

خپل شخصیت د «خپل ځان کوچینی مه وین؟» تر شعار لاندې بشپړ کړئ.

کله چې د خپل ځان لپاره کوم هدف ټاکن او د هغۇ د لاسته راولو لپاره په تلاش او هڅه باندې لاس پورې کوئ، نو سدمد ستاسې طاقت او انرژي ورسره زیاتېږي او حتی د پخوا په پرته څو برابره کېږي.

هدف یو داسې ش دی، چې غواړو هغه په لاس راواړو، هدف له خیال او خوب خخه لور ش دی، هدف یوو داسې انګېزه ده، چې د هغۇ د تحقق لپاره کوشش کېږي، هدف کوم مبهم او ناخرګند خیال نه دی. هدف یو زېږدی دی او د هڅې او تلاش لپاره یوو روښانه انګېزه ده. له هدف خخه پرته هېڅ ش نه واقع کېږي، هېڅ یو ګام نه اخیستل کېږي، که چېږي هدف نه وي، د انسانانو لپاره ژوند بې معنا دی، د انسانانو هېڅ حرکت لوری نه پیداکوي او هېڅوک نه پوهېږي، چې په کومه خوا روان دی.

خانته ذهنې بلاوې مه جوړوه؛ ناوړه خاطرې هېږي کړه، هغه چېږي لري دفن کړه او خپل ذهن ترې سېک کړه. یوازې مثبت افکار د خپلې حافظې له بانک خخه را واخله، پرپرده هغه نور دې هملته ئای پرخای پاتې، هېږ او بالاخره محوه او نابود شي.

## طاقت بنبونکي فکرونه ..... مصطفى صفا

د خلکو د مثبتو اړخونو او د ستاینې ور خصوصیاتو لټونه او یادونه کوي،  
نه د هغو د ناوره او ناکاره عیيونو. پامر مو وي، نور وګپري ستاسې فکر او  
نظر د خلکو په اړه تر اغېز لاندې رانه ولی. تاسې له خلکو نه یو مثبت  
تصویر په خپل ذهن کې ولرئ او مثې پایلې ترلاسه کړئ.

د غور نیولو هنر له خانه سره تمرین کړئ، د موفقو اشخاصو په څېر عمل  
وکړئ، نور خلک خبرو کولو ته تشویق کړئ، نورو ته وخت ورکوئ، چې  
تاسو ته د خپلو فکرونو، کارونو او موفقیتونو په هکله وغږډېږي.

په خپل ټول خان او روان سره د ژوندیتوب او ګوندیتوب احساس وکړئ.

هرکار چې کوي، پکې بهترین او لومړۍ درجه ووسئ!

## د «جڪسون براون» مهمي خبرې



کله چې د زړه له تله خوشاله وي، پرېږد چې دغه خوشالي دي په خېره کې هم معلومه شي.

د هغې موضوع په اړه قضاوټ مه کوه، چې سمر پري پوهېدلی نه ې.  
په ياد ولره، درنافي او احترام ټول کسان تر تاثير لاندي راولي.

ورو خبرې کوه او تېز فکر.

خپل هر موافقیت له واقع کېدو خڅه مخکې مه اعلانوه.

په ياد ولره، په ځینو وختونو کې سکوت تریولو به څواب دی.

کله چې چا ته واپي، چې له تا سره مي زړه غواړي او یا ستا له شخصيت سره علاقه لرم، خپله دغه ادعا په عمل کې ورته ثابته کړئ.

هڅه وکړه، چې د خپلو ماشومانو لپاره تریولو به معلم ووسي.

په ځینو ورو مشکلاتو باندي د لویو مشکلاتو په خېر څانه مه زیانمنو.

کله چې ستاسي تعريف او ستاینه کېږي، نو په صميمانه ډول یوه «مننه»  
ویل، ستاسي تریولو غوره څواب دی

هېڅکله مه تسلیمېره، هره ورځ نوي معجزه رامنځته کېږي.

## طاقت بنبونکی فکرونە ..... مصطفی صفا

له خپلی خوش طبعتی خخه د خوښ او خوشالی په موخه کار واخله، نه د سوی استفادې او نېش و هللو لپاره.

زیور ووسه، زیور چلنډ وکړه، که چېږي مخکې زیور نه وي هم، خو اوس زیورو خرګند شه، هېڅ خوک به ونه وايی، چې ته خو پخوا داسې زیور نه وي.

چوبتیا او غورېنیونه زده کړه، ځینې وخت دېر لوی فرصتونه ستري ته په کراری او آرامن کې ځان خرګندوي.

کومې ادارې ته چې خې، کوم ئای دي چې کار بندېږي او یا له کوم نوي چا سره چې په کوم کار او مجلس کې مخ کېږي، لومړۍ ځان معرفې کوه، له هغو سره ستا شخصي پېژندګلوي زیات اهمیت لري.

دعا وکړه، خو نه د باطله شيانيو د زیاتېدو لپاره، بلکې د عقل او زړورتوب د لاسته راورو لوړ لپاره لاسونه په کړه.

هېڅکله له هغو خه نه مه نامیده کېږه، چې حقیقتاً په د زړه له تله غواړې. خوک چې لوې هیلې لري، تر هغو چا زیات قوي دي، چې یوازې واقعیتونه په لاس کې لري.

د ډېر په وخت کې هېڅکله لاس په عمل درنه پورته نه شي.

پرېږدہ خلک هم درباندي پوه شي، چې په کوم ئای کې پرڅېل دریخ کلک درېږي او په کوم ئای کې نه درېږي.

همېشه او په هر حال کې پر خدای توکل وکړه.

طاقت بینونکی فکرونه ..... مصطفی صفا

## «د جیم ران هخونکې خبرې»



هر حرکت له پرمختگ سره مه اشتباھ کوي، ته په اسانی سره کولی شي ځان  
وغولوپي، چې «مازعه مې بوخت دي»، خو مهمه دا ده چې «مازره دې په خه  
شي بوخت دي؟»

يوازې انسان کول شي، چې په هر وخت کې اراده وکري او د خپل فکر په  
سمون او بدلون سره خپل ژوند له سره ورغوي.

مخې به ټولو ويل: «خدائي دې وکري، چې شرایط بدل شي!» وروسته  
وپوهيدو، چې اوضاع او شرایط به هغه وخت بدل شي، چې مور بدلون  
وکرو.

موفقیت کوم داسې شي نه دي، چې ته د هغه په لته کې شي. موفقیت چې  
کله په تا کې لازم تغیرات او بدلونونه وويني، پخپله درته راجذبېري.

وخت له پيسو خخه ارزیبتمن دي، ته کولی شي زیاتې پيسې لاسته راوړۍ،  
مګر زیات وخت نه شي لاسته راوړلې.

## طاقت بنبونکي فکرونه ..... مصطفى صفا

هېخكله هغه ورخ مه پيلوه، چې مخکي له مخکي دې د کاغذ پرمخ پاي ته نه  
وي رسول.

مدیران له خلکو سره دا مرسته کوي، چې خپل خان داسې وويني، لکه خنگه  
چې دې او رهبران ييا له خلکو سره دغه مرسته کوي، چې خپل خان تردي  
بەھتره وويني، لکه خنگه چې دې.

د نورو خلکو فكري ستراتيژي او برنامې مه کاروه، خپله فكري فلسفه جوره  
کړه، وبه وينې چې تاسې بې ساريو ځایونو ته هدایتوي او کنه.

مالی استقلال ته د رسپڈلو لپاره باید د خپلو لاسته راوننو یوه برخه په  
سرمايه بدله کړي. سرمايه په کار واچوې. له هغې نه ګډه واخلي، بيا هغه ګډه  
سرمايه کړي او د هغې سرمایه او پانګي له ګډي خخه بيا مالي استقلال  
راوباسې.

د فقيرانو او بدايانو فلسفه دا ده، چې بدايان خپلې پيسې لومړي پانګونې او  
سرمايه ګذاري ته څانګړې کوي او پاتې پې خرڅ او مصرف ته. او فقيران  
خپلې پيسې لومړي خرڅ او مصرف ته څانګړې کوي او په پاتې پې بيا پانګونه  
او سرمايه ګذاري کوي.

که چېږي د خپل ژوند په وضعیت او حالت باندې راضي نه وي، نو بدلون  
ورکړه، کومه ونه او بوټي خو نه يې!

کله چې پوه شوې، چې نه شمر کولي خپلو مشخصو اهدافو ته ورسپېرم، نو  
په خپلو اهدافو کې لاس مه وھه، په خپله ستراتيژي او تګلاره کې لاسوھنه  
وکړه.

د نورو له نظریاتو خخه د خپلې پوهې په زیاتونه کې استفاده وکړه، مګر خپل  
تصمیمونه د خپلو پایلو او نتایجو پر اساس وتاکه.

خپل بنه فکرونه او تصمیمونه راقول کړه، مګر پخپله حافظه باور مه کوه؛  
ستا د فکرلونو، پلانونو او تصمیمونو د خوندي کولو لپاره تریولو غوره ئای  
ستا د ورخینو یادښتونو کتابچه ده.

## طاقت بینونکی فکرونه ..... مصطفی صفا

- د جذابو خلکو د جذبولو لپاره باید جذاب ووسې. د قدرتمنو خلکو د جذبولو لپاره باید قدرتمند ووسې. د ژمنو او متعهدو خلکو د جذبولو لپاره باید ژمن او متعهد ووسې. دغه قولو مسایلوي ته دكتو پرئای، پر خپل ځان باندې کته وکړه؛ که چېږي لازم بدلونونه او تغیرات په خپل ځان کې ایجاد کړي، جاذبه هم پیداکوي.
- باید په دې باندې سرخلاص کړي، چې خپل قوي عقل او احساسات د کار په ژبه وزړاپي.
- دېږي وختونه هغه څې موفق خلک له ناموفقو خلکو څخه بېلوي، یوازي دادي، چې موفق خلک د عمل والا دي.
- ته په تهای او یوازیتوب سره نه شي کول موفق شي، ګوښه ګيره بډایان دېر کم پیدا کېږي.
- یوازې پېښې نه دي، چې ستا د راتلونکي ژوند لویه برخه جوروی، حوادث او پېښې د هرچا لپاره پېښېږي، مهم د دغو پېښو پر وړاندې ستا اقدام دي.
- پخپله پر ستونزه تمرکز مه کوه، په حل باندې په تمرکز کوه.
- که چېږي هدفونه ته پاملننه وکړي، هدفونه تاته مخ را اړوي؛ که چېږي پر خپل پلان او ستراتېژي باندې مصروف شي، هغه پر تا باندې مصروفېږي. د هر شه شي په رغولو او پنځولو باندې چې لاس پوري کوي، په پاي کې هغه پخپله تا د جو پېښت او سمون خوا نه بیاين.
- تردېره بريده تریولو اوچت فرصتونه د ژوند د خینو کم اهميته پېښو تر شا پېټ وي، که چېږي دغه چول پېښو ته پاملننه ونه کرو، په اسانۍ سره به خپل لوی فرصتونه ضایع کرو.
- موفقیت زیاتره په «خنګه یم» پوري اړه لري، نه په «څه لرم» پوري.
- له راحت طلبه افرادو سره ډېره ناسته ولاره مه کوئ، څکه هغه ستاسو له رشد او ودې سره مرسته نه شي کول. له هغه کسانو سره ناسته پاسته

## طاقت بنبونکي فکرونه ..... مصطفى صفا

ولري، چې د کارونو په ترسره کولو کې له ځانونو سره سخت گيري وي او له  
خپله ځانه زياتي تمې او هيلې لري.

رسمي زده کړي او تحصیلات تا ته د معاش اخيستو امکان درکوي، خو څينې  
شخصي زده کړي، مهارتونه او بيداري له تا خخه دولتمند جوروسي.

کله چې په کوم کار باندي بوخت وي، کار کوه او کله چې په کومه لو به  
باندي بوخت وي، لو به کوه، مګر په عين وخت کې دا دواړه مه سره ګډوه.

له مور خخه هر يو باید د ټولو د آبرو او پت ساتنديوي وي، او همداسي مور  
ټول باید د هر يوه يوه د آبرو او پت ساتنديوي ووسو.

يوazi په دي لته کې مه کېږه، چې کسب او کار تا ته خه درکړي، ورسره دا  
هم وغواړه چې له تا خخه هم خه جور کړي.

کله چې پوه شوې، چې خه غواړم او په خپل ټول توان او ځان سره د  
هغو غونښتونکي ووسې، یقیناً هغه ته د رسپېدلو لار پیداکوي.

پرېړدہ نور وړه دنيا ولري، مګر ته نه! پرېړدہ د نورو په ځينو معمولي  
شيانو باندي د تاوې ماوې غږ پورته شي، مګر ستا نه! پرېړدہ د نورو له  
جزوي اندېښنو سره اوښکې توبې شي، مګر ستا نه! پرېړدہ نور ېې خپله  
آينده د بل چا په لاس کې ورکړي، مګر ته نه!

طاقت بینونکی فکرونه ..... مصطفی صفا

## د «برايان تريسي» اغپزناکې جملې



د دې لپاره چې کوم نوي کار پیل کړي، باید خپل زور کار پای ته ورسوې او  
يا پې نور ونه غخوې. یو ځای ته ننوتل، له بل ځایه وتل دي او د یوه بار  
پورته کول، د بل بار په اېښودلو سره کېږي.

تل په هغو لارو چارو باندي فکر وکړئ، چې د هغو په وسیله خپل وخت را  
زيات کړئ او له دا شان رازياتو کړيو وختونو څخه د خپلو هغو مهمو  
کارونو په ترسره کولو کې استفاده وکړئ، چې ستاسي پر ژوند او کار باندي  
ترېټولو زيات تاثير لري.

کله چې خپل ترېټولو مهم کار تاکې، نو د بل کار راګدول، ستاسي د وخت د  
ضایع کېدو پیلامه گرځي، خکه بل هېڅ شی ستا د اولیت بندی او  
لومړیتوب په پرتله مهم نه دي.

خپلو هدفونو ته وخت ځانګړي کول، د هغه لپاره پلان او ستراتېژي جوړول  
او د لاسته راولپولو لپاره پې لاس په عمل پوري کول، دا هغه یوازنی تمرین  
دي، چې په یوازې سر کولی شي، ستا ژوند واړوي او مثبت بدلون ورکړي.

## طاقت ببنونکي فکرونه ..... مصطفى صفا

همندا اوس د کاغذ یوه پانه راواخلى او خپل هغه هدفونه ورباندي لېست کرئ، چې غوارئ په راتلونکي کال کې پې ترلاسه کرئ. دغو هدفونو ته وخت ځانګړي کري، ستراټيژي ورته جوره کرئ او په لیکلو کې پې اوسمهاله زمانه او متکلم ضمیر وکاروی، تول هدفونه باید په واضح او قاطع ډول بیان شي، په دې ډول ستابې لاشعور او ناخودآکاه ذهن هغه تائیدوي.

موفق خلک هغه خوک دي، چې خپل لنډ مهال راحت طلب او خوند اخيستې ځندوي او په کار او تلاش سره په راتلونکي کې نوري ارزښتاكې پايلې ترلاسه کوي او ناموفق خلک زياتره وخت ځينو پې دوامه خوشيو او خوندونو ته پناه وري، په هغو کې فکر کوي او خپل راتلونکي ته ډېره کمه توجه کوي.

که چېږي یو عادي او معمولي انسان وکولی شي، خپل مهم کارونه په روښانه او چتکه توګه د لوړنیټوبونو له مخې سرته ورسوي، د هغه نابغه په پرته مخکي څي، چې ډېږي خبرې کوي او ګڼي طرحې وړاندیزوي، مګر په کار او عمل باندي ډول لاس پورې کوي.

تل له خپله خانه دغه اساسي او کليدي پوښتنې مطرح کرئ: په کوم کار کې واقعاً تنوورو بشه یم؟ د خپلو کومو کارونو له ترسره کولو خخه خوند اخلم؟ زما د موفقیت تریلولو ستر لامل خه شو ؟ که چېږي وغواړم یو بل داسي کار پیل کوم هغه به کوم وي؟

تل د کاغذ پرمخ فکر وکرئ او تل د لېست له مخې خپل کار پرمخ بوځئ، په دغه ډول به تاسې په خپله حیران شئ، چې کارونه مو خومره بشه او خومره ډېر پرمخ تللي دي.

د هر کار تریلولو وړاندې له خانه وپوښتئ، ددغه کار کول يا نه کول به زما پر ژوند کوم لوی تاثيرات ولري؟

د موفقیت لپاره یوه اوچته طریقه پکار ده: «خپل فکرونه او هدفونه په کاغذ باندي لېست کړئ»

## طاقت بینونکی فکرونە ..... مصطفی صفا

- ستونزی او مشکلات مور نه ځندوي، هغه مور روزي او زده کړه راکوي.
- د تلویزیون زیاته لیدنه بنده کړئ او هغه وخت خپل کورنۍ، مطالعې، سپورت او هغه کار ته ور زیات کړئ، چې ستاسې د ژوند په بنه والي او بدلون کې مرسته کوي.
- د ژوند په تریولو مهمو مسایلو کې په سرعت سره عمل وکړئ.
- که چېږي غواړئ پرنورو تاثیر ولرئ، تاسې هم باید له نورو څخه تاثیر واخلى.
- څل فکرونە کنټرول کړئ، په ياد ولرئ، تاسې همځه کېږي، چې ورباندي فکر کوي، یوازې پرهغه خه باندې فکر وکړئ او پرهغو خه له ځانه سره غږښړئ، چې غواړئ وې لرئ، نه پرهغو خه باندې چې نه پې غواړې.
- که چېږي دوه کارونه په مخ کې لرئ، لومړي هغه کار ته اوره ورکړئ، چې تر هغه بل نه سخت، مهم او لوی وي.
- معمولی انسانان د څل وخت ۵۰ فیصده په خپلو کم ارزښته کارونو او روابطو کې مصرفوي، تاسې څنګه یاست؟
- ددې لپاره چې خو کارونه په یو وخت ترسره کړې، د یوه یوه په ترسره کولو باندې تمرکز وکړه او په سمر سم دول پې پای ته ورسوه.
- د هر شکست او ماتې علت یوې خواته ئې: «له فکر، تصميم او کنټرول څخه پرته په کار او عمل باندې لاس پوري کول!»

طاقت ببنونکي فکرونه ..... مصطفى صفا

## د «دیل کارنیگي» پوهونکي فکرونه



- چوک چې مورد پوهولی شي، هغه کولي شي په مور کې بدلون راولي.
- موقع يا چانس د چاکورته پخپله نه ورځي، باید ته پسي ولار شې.
- د ژوند په معاملاتو کې د بهانو د لټولو پرخاى په خپلو اشتباهاتو او تړوتونو باندې اعتراف کوي.
- که غواړئ خلکو ته ګران ووسئ، دا لومړنۍ اصل دي: «له نورو سره ربښېنې مینه ولري».
- بشر د تسلې د موندلو لپاره همدردي ته اړ دي، نو په دي خاطر که غواړئ، نور له څانه سره ملګري کړئ...» د نورو له فکرونو او باورنو سره همدردي وښېنې.
- د یوه ناسمر څواب او بدسوې سره د چلنډ پروخت بشه لاره دا ده، چې ګویا دیوه پتمن او بشه سپې سره مخ یاست، ستاسي ددې چلنډ نه هغه اغېزمن کېږي او کېداي شي، څان ستاسي له تصور سره سمر جوړ کړي.
- که غواړئ چا ته خدمت وکړئ، د بشه نوم خاوند بې کړي.

## طاقت بینونکی فکرونه ..... مصطفی صفا

تاسې چې د هرې طبقي ياست، سوداګر، بیونونکی، انجینیر، ډاکټر، پلورونکی او یا حتی د کور مېرمن؛ دې ته اړ ياست، چې پووهېږي له دوستانو سره خه دول راشه درشه وکړئ... د کارینګي د موسسې له خوا د یوه انجینير د ۱۰٪ بری د خرګندولو لپاره یوې څېنې وښوده، چې ددې انجینير د بري لپاره دده پوهه او سواد په سلو کې ۶۷٪ رول لوبيوي او په سلوکې ۸۵٪ پاتې له نورو سره دده د سلوک، برخورد او راشې درشي رول مهم دي.

کېدای شي، چې تاسې په کوچینوالی کې ستونزې گاللي وي؛ خو اوس یې له یاده ویاسئ، خکه چې د ستونزو د تېرولو وخت مو تېر شوی دي؛ اوس ته څوان یې، هېڅوک ستا مخه نه شي نیول. ستا دا فکر ناسم دي، چې ځان نيمګري بولې. له تا وړاندې ستاسې په څېر دېر خلک تېرشوی، چې له هغۇ نه تاسې په روحي او جسمی لحاظ غوره ياست، هېڅکله ځان ته په کمه سترګه مه گورئ!

د وخت تېربېدل پخېله ستونزې هواروی.

## د «جودي اشپرگ» فکرونه



که چېړې ونه شې کولی، په واقعي دول له خپله ځانه سره مينه ولري؛ د یوه نېکمغه ژوند درلودل به ستا لپاره دېر مشکل وي. لومړۍ خوک چې باید علاقه ورسه ولري، هغه کس په خپله «ته» یې.

بوازې ظاهري بشکلا نه ده، چې یوشخص جذاب معلوموي، که چېړې تاسې د خپل ځان په اړه د بشکلا او بشه توب احساس وپالئ، جذاب به ثابت شئ.

دي ته دېر مه اندېښمن کېږي، چې نور خلک ستاسي او ستاسي د ژوند په اړه څه فکر کوي؛ ځکه زیاتره خلک پرخای ددې چې ستاسي د ژوندانه په اړه فکر وکړي، له خپل ژوند سره بوخت دي او په هغو کې فکر کوي.

هغه وګړي چې تاسې تحقيري او تاسې نه مني؛ هغه ستاسي لپاره مناسب خلک نه دي. که چېړې دغه دول خلک له تاسو سره خپل چلنده نه بدلوي، نو تاسې باید له خپله ځانه وپوشتئ، چې څنګه له دغه ډول خلکو سره ناسته ولډه کوي؟

## طاقت بینونکی فکرونه ..... مصطفی صفا

لکه خرنگه چې د خپلې ارزښتمنې شتمنی ساتنه کوئ، داسې د خپل بدن ساتنه هم وکړئ، څکه دا یو داسې شی دی، چې تل په تا پورې اره لري او د عمر تر پایه پورې باید ستا لپاره کار وکړي.

ترتولو لویه تحفه چې د خپلواولادونو لپاره بې وړاندې کوئ، له هغو سره بې قید او شرطه مینه کول دي.

د نورو په اړه سملاسي قضاوټ مه کوئ؛ بشایی هغه خه چې فکر کوئ، د اشخاصو له ظاهري چارو څخه پوهېدلی وي، بشایی په بشپړ چول اشتباه وي. مور هېڅکله نه شو کولی، چې په پوره توګه وپوهېبرو، چې د انسان په زړه او ذهن کې خه تېږدي.

مور تل د ژوندانه په اوږدو کې د بدلون او ودې په حال کې یو، باید په دې پوه وو، چې نور هم د مور په شان د بدلون په حال کې دي؛ باید خپل ځان او نور وګري د تېرو کارونو له امله وښو او د یوې بهتره راتلونکي په لوري حرکت وکړو.

که چېړی مو شه ماشومتوب نه درلود، کول شئ تصمیم ونیس، چې ناسمر لویتوب ونه لري. ددې لپاره چې وپوهېبرو، زمور او سن ژوند له پخوانی ژوند څخه څومره اغېمن دي، د خپلې ارادې او تلاش ترڅنګ د نورو مرستې او لارښوونو ته هم اړیا لرو.

مور تر اندازې زیات اندېښمن وو، تاسې خه شي ته اندېښمن بئ؟ په سلو کې نهه نوي مور له هغو شیانو څخه اندېښمن کېبرو، چې هغه هېڅکله نه پېښډوي.

خوبۍ او خوشالۍ د ټولو حق ده، که چېړی مور د نورو د ناراحت سبب شو، هېڅکله نه شو کولی په واقعي توګه خوبن او خوشاله ووسو.

ماشومان زیاته خوشالۍ خرګندوي او لویان کمه، هرڅومره چې ځانته د خوبن کولو زیات فرصت ورکړئ، هغومره به خوشاله وي.

## طااقت ببنبونکي فکرونه ..... مصطفى صفا

فرض کړئ په یوه بله نړۍ کې ژوند کوئ او له هغو ځایه کولی شئ خپل او سنی ژوند په دقت سره وینئ. خه کار کولی شئ، چې خوشاله ووسئ؟ کوم بدلون په خپل ژوند کې مهم بولئ؟

مور په یوه مصريفي تولنه کې ژوند کوو، چې زياتره وګري زمود په تشويقولو سره هڅه کوي، په مور هغه شيان واخلي، چې مور ورته چندان ضرورت نه لرو، خو دوي پکي خپلې ګټي پالي. خو تاسې پوه شئ، خوبني زمود له درون او د وجود له دنه څخه راپیلېږي، نه له هغو شيانتو څخه چې مور بې اخلو.

خوبني او خوشالي له مهربان والي څخه سرجينه اخلي؛ کله چې عصباني او ناراحته ويء ډېرہ سخته ده، چې مهربانه ووسئ.

د خپل ژوند په اوبردو کې د خپل زړه او د خپل وجود له غږ څخه پېرويو وکړئ. که چېږي دا کار ونه کړئ، نو ډېر وروسته به پوه شئ، چې ژوند له تاسو سره دوکه کړي ده، خو دا وخت به ډېر ناوخته وي.

خینې وخت د نړۍ د خلکو ټول دردونه، ناراحتن، ستونزې او غمونه زمود پرماغزو هجوم راپري؛ خو مور باید پوه وو، چې مور نه شوکولئ، له ټولو انسانانو سره مرسته وکړو. مګر دا کولی شو، چې پخپله یو منظم او منطقی ژوند ولرو او د نورو لپاره یوه بشه نمونه ووسو.

یوازې زمود جسم دي، چې زېږدي، خو ذهن موکولي شو په هره اندازه چې غواړو څوان وساتو.

که چېږي د ژوند په هره لحظه کې ډاډمن ويء، چې د هغو کار له عهدې څخه بریالي وتلى شئ، چې ستابسو زړه بې غواړي، هېڅکله به په تېر وخت پسې اړمان ونه کړئ.

کله چې زېږودي ته ورسېږي، هېڅ وخت دا په ياد نه راپري، چې خرنګه پاک، پېکلې او ټېمتی کور مو درلود، بلکې زياتره په دې فکر کوئ، چې له

## طاقت بینونکی فکرونه ..... مصطفی صفا

هغو چا سره چې ناسته ولاره مو درلوده، خومره خوشاله وئ او له ژونده  
مو خومره خوند اخیست.

ئىنې خلک په تېمھال کې ژوند کوي او ئىنې بىا د راتلونكى لپاره هرڅه پر  
سر اخیستي دي. خو که چېرې غواړي له ژونده خوند واخلئ، تریولو بشکل  
وخت همدا اوس دي او تریولو بشکل موقع، همدا اوس، چې ته پکې واقع  
يې، همدغه ۵۰ !

طاقت بنبونکي فکرونه ..... مصطفى صفا

## د «ماکسول مالتز» فکرونه



منفي فکرونه تخریبونکي دي، تاسې مايوس او ناهیلی ته تشويقوي.

یوه خواړه ژوند ته رسپدل په پرون پورې اړه نه لري، ټول شیان له همدا اوس څخه پیلېږي.

تر اندازې زیاته اندېښنه، له تاسو سره هېڅ ډول مرسته نه شي کول.

که چېږي مو د ژوند یوه برخه تلف کړي وي، اوس خپل ځان د هغوه په سبب  
مه تخریبوي؛ تاسې په بشپړ ډول بې عیبه او بې نقصه نه یئ او نه بل انسان  
په اوسنی نرۍ کې دا سې پیداکړۍ، چې هغه دي هېڅ نيمګرتیا ونه لري.  
تاسې باید پوه وي، له خفگان څخه هېڅ نه جورېږي.

ژوند له سکلا ډک دي، ژوند له خوسيو ډک دي؛ باید منفي فکر دفن کړو او  
د خوسيو زيرۍ او لوري تعقیب کړو.

## طاقت بینونکی فکرونه ..... مصطفی صفا

شوك چې پوهېږي، چې خرنګه د نېکمرغۍ او خوشالۍ لپاره له ځانه کار واخلي، د هغو لپاره د اندېښې او نگرانۍ هېڅ خای نشي.

د تېر ژوند د تېروتو په غمر او اندېښنه کې خپل اوسنې ژوند پرخان باندي مه حراموئ.

د شروع کولو لپاره هېڅ وخت ناوخته نه دي.

تېري ناکامۍ او تشویشونه هېرکړئ، هغه نور په تېر مهال پوري اوه لري؛ پربېدئ هغه په تېره فضا کې ورک شي. د ژوند له اوسنې فضا سره ګام واخلي او د تېرمهال په خالي فضا باندي کار مه لري.

داسې دنده او کار غوره کړئ، چې تاسې ته په زړه پوري وي، هغه کار چې ستاسي پر روحیه باندي مثبت تاثیر لري او تاسې ورسره د خوشالۍ او بهتری احساس کوي، ترهغو کار نه ډېر غوره دي، چې عايدې په زیات وي، مګر تاسې ورسره سرګردانه، مضطرب او له په خوندې ژوند سره مخامنځ وي.

باید پر دې باندي پوه وي، چې ستاسي د فراغت وختونه هم لکه د کار د وختونو په شان ارزښتمن دي، تاسې يو بشپړ انسان یاست، یوازې د کارکولو لپاره نړي ته نه یئ راغلي. تاسې کوم ماشین نه یئ، تاسې پخپله تاسې یاست، چې یوازې کول شئ پرڅېل شته والي او انسانوالۍ باندي د تائید مهر ولګوئ.

اجازه ورنکړئ، چې منفي فکرونه، شکایتونه او له خپل ژوند خخه غير لازمي ګیلې ګرماني ستاسي د موقعيت غږیزې خاموشې کړي. مه پربېدئ چې دغه

## طاقت ببنونکي فکرونه ..... مصطفى صفا

مازاحمتونه تاسې تر وخت مخکې زاپه کړي او له ژوند خڅه مو لاس اخیستلو ته اړ کړي.

د تېرو وختونو لپاره زړه تنګ د خفگان او د تنهایي د احساس اسباب دي، د داسې زړه تنګیو د فعالیت پروسه لغوه کړي.

د تنهایي له احساس سره موږ یو خلاق او فعال ژوند نه شو کول.

ستونزې او خطرونو په ژوند کې شته. انسان باید له ستونزو او خطرونو سره ژوند کول زده کړي. موږ باید د ژوند له سختیو سره مباڑه وکړو او له دې ټولو سره باید له ژوند نه خوند واخلو.

که چېړې خپل ځان ته درناوي ونه لري، ستاسي هدفونه به چندان ارزښت ونه لري او که چېړې خپلو هدفونو ته ورسپړئ هم، کامیابي به مو کمر رنګه وي؛ باید په خپل ضمير کې مطمئن وي، چې نسه فطرت لرم.

نامیدي، د تنهایي احساس، د ژوند له چارو سره زړه خورل، متزلزله روحیه او د نامنۍ احساس د شکست او ماتې وسایل دي.

موفقیت یعنی د اشتباها تو هېرول، د بدفكري له دایري د باندي وتل، د ژوند له مناسبو لحظو سره همغږي کېدل او له خپل انسانیت سره همدردي احساسول.

هره ورځ د خپلې بريا او کامیاب استعدادونه رافعال کړئ او دومره ادامه ورکړئ، چې د کامیابي عادت مو د وجود یوه برخه وګرځي.

خپله پته شتمني راویاسه، رشتیا دغه پته خزانه خه ش ۵۵؟ ستاسي پټ ثروت او شتمني یعنې ستاسي خلاقیت، ستاسي استعداد، ستاسي ذوق او

## طاقت بینونکی فکرونە ..... مصطفی صفا

ستاسی کاري ورتیا... خو خنگه دغه شیان پت ساتئ؟ ایا له انتقاده دارېږي؟ ایا چېل امکانات کم او ناقص وینئ؟ ... هر ژوندی انسان د قوت ټکي لري، هرچا ته ځير شئ، یو شمېر داسی ټکي لري، چې د هغۇ له امله د ژوندی والي او مهم والي احساس کوي. خو که چېرې تاسی څېل دغه دول ټکي کشف نه کړئ او څېل پتی خزانې راونه سپرئ، هېڅوک به ورباندي خبر نه شئ او شي او ترقولو بدھ دا ده، چې حتی پخپله تاسی به ورباندي خبر نه شئ او له څېل نعمتونو خخه به محروم پاتې شئ.

له منفي احساساتو سره د جګړې ډګر ته ووځئ او په ژوند کې د خوشالۍ شبکه فعاله کړئ.

ښایي مور د تېرو ناكاميyo تر تاثیر لاندې په یوه شکست خورلي انسان بدل شو. ښایي تل په دغه ڏار او توهم کې راشو، چې پخوا موفق نه ومر او په راتلونکي ژوند کې به هم ماتې و xorمر، خو په دغه تلقى او انګرنېه باندې مور څېل ذهنی تصویر خرابوو او له څېله خانه فاصله نيسو.

که چېرې په تېرو وختونو کې کوم څل بریالي شوی وي، کولي شې په راتلونکي ژوند کې هم بریالي شې.

تاسی کولي شئ له تېرو ماتو او شکستونو خخه په زده کړه، نور له ماتې او شکست خخه فاصله ونیسی.

کوم هدفونه چې تاسی په نظر کې نیولي دي، هغه هره ورځ یوه نوي پیل او یوې نوي شروع ته اړتیا لري.

منفي احساس ستاسی او ستاسی د هدفونو او استعدادنو ترمنځ فاصله اچوي او تاسی څېل ارزښتونه ترهغو کم وینئ، لکه خنگه چې دي.

## طاقت ببنونکي فکرونه ..... مصطفى صفا

خپل ذهنی تصویر ته په رسپدلو کې په ژوند کې تسلیمي، پرېسوندنه او پاتې راتلنې بې مفهومه کېږي.

د نړۍ نيمګټیاو، کمبوديو او نواقصو ته دېره اندېښنه مه کوي، هڅه وکړئ هره ورځ خپل ژوند ته خوبني راول.

د تېرو اشتباها تو او تېروتو له امله خپل څان وېښ، داسې ترڅه خاطرات له خپل ذهن خڅه ووينځ، کله چې تاسې خپل څان ته بښنه کوي، د نورو خلکو د بشولو څواک هم پیداکوئ.

بنيا تاسې ټولو هدفونو ته ونه رسپږي، امكان هم نه لري، چې انسان خپلوا تولو هدفونو ته ورسپږي. د نړیوال نامتو شاعر «هوریس» په وینا «همبشه ستاسي تول غشي هدف ته نه رسپږي»، تاسې یو انسان یئ، خپل زړه مه ماتوي، تاسې یوه ورځ نه یوه ورځ لوی موفقیت ته رسپږي، خو تر هغوض پوري مه درېږي، خپلی لارې ته دوامر ورکړئ، خپلی هیلې مه پرېږدئ او خپل څان ته انګړزه ورکړئ.

تاسې یوه انسان په توګه خپل فکرونه منظم کړئ، کوم خه چې په تاسو پوري اړه نه لري، هغه له خپل ذهن ووينځ، یوازې خپل زړه ته ورشئ، وګوري، غواړي چېرته ورسپږي؟

که چېړي ستاسو لپاره د یوه «۵۰۰» مخيز کتاب لیکل ستړیکوونکي او خواشینوونکي وي، نو پوه شئ! لیکوالو کول ستاسي لپاره ارزښتمن هدف نه دی، که خه هم لوستونکي ستاسي دغه کتاب خوبن کړي. په دي ډول که چېړي ستاسي یو وړوکي هدف، ستاسي د خوشالۍ او کامیابۍ پر احساس خه در زيات کړي شي، نو دغه وړوکي هدف هم ستاسي لپاره خورا مهم دي.

## د «سمویل سمایلز» فکرونه



هخه وگری چې اوس ې تاسې نومونه په ډبر قدر اخلى، هغوي چې د پوهې او هنر په ډګر کې نومیالی او ستر ګنبل کېري، هغوي چې نن ې تاسې نظرونو ته احترام لرى او د قدر په سترگه ورته گورئ او هغوي چې له مرگ وروسته اوس هم د وگرپو پر زړونو پاچاهي کوي؛ دوي په کومې ځانګړې ډلي، قوم او نژاد پوري ترلي نه وو، چې د هغوي په وسیله ېي دومره پرمختګ کړاي وي او دومره به ستر شوي وي، هغوي لکه تاسې غوندي عادي انسانان وو. خوک له بشونوئي راوتي، څینې ېي د پلورنځيو کارکونکي وو، څینې ېي په خېمو کې زېږبدلي دي او څینې ېي هم په پاچاهي مانيو کې چوپر کوونکي وو. له دي تولو پرته د الله تعالى ډبر پیغمان په ډبرو غرييو کورنيو کې زېږبدلي دي، هغوي زيار ايستلى دي، غربت، لوري، تندې او نورو ېي هم مخه ډب نشهو کړئ؛ بلکې دي ستونزو او زحمتونو هغوي نور هم هڅولي، چې زيار وباسي، رحمت وګالي، د څل زړه ټول ځواک له خانه سره ملګرۍ کړي، ترڅو په ستونزو بريالي شي.

دا هېچېږي نه دي ليدل شوي، چې د برياليتوب وسیله دي لتي يا تنبيل وي.

## طاقت بنبونکي فکرونه ..... مصطفى صفا

مورد باید په دې باور ونه ووسو، چې تقدیر زمود پښې او لاسونه راټپلي دي؛ مورد که چېږي په دې باور پاتې شو، چې مورد هېڅ یو او هېڅ مو له وسه نه دي پوره، نو د پرمختګ قولې هيلى به مو له خاورو سره خاورې شي.

زموږ وجودان، مورد ته چغې وهی، چې تاسې خپلواک یاست! تاسې خپلواک یاست! او تاسې خپلواک یاست!، دغه خپلواکي مورد ته بل چا نه ده راکړي، بلکې زمور خپله ده، زمور په واک کې ده. دا زمور خوبشه ده، چې په بني لاس کې یې اخلو او که په چې. مور د نړۍ د بشکيلو او په زړه پورې شيانو په واک کې نه یو؛ بلکې د نړۍ بشکلي او قيمتي شيان زمور په واک دي، مور د هغه خېستن يو، دا زمور خوبشه ده، چې هغه د ځای لپاره منو او که نه؟

مايوسي او ناهيلي یوه بلا ده، الله تعالى دي هر انسان له دې بلا خخه وساتي؛ که پرچا یې لاس پورته شو؛ نو له خاورو سره یې خاورې کوي. د هيلى او اميد بېلگه د لمړ غوندي ده، خوک چې ورته مخه کوي، نو ستونزې او غمونه یې لکه سیوري له مخي لري کېږي.

ځينې خپل ځان بدمرغه ګئي او واي چې اسمان له ماسره جوړ نه دي، تردي چې یو څل مې له چا دا هم واورېدل چې «که زه د خوليو پلورل پيل کړم، نو د نړۍ وګړي به بې سرونو پیداکېږي!»، خو که د همدوى د روسوته پاتې والي او نه بریاليتوب لاملونه ولتول شي، خامخا به د دوی خپله بې پروايي، ځان نه اداره کول، بې خایه لګښت او لټي وي.

نړۍ د کرنو ځای دي، دلته باید هر انسان یوڅه نه یوڅه وکري.

کله چې په کار پیل کوي، نو باید ترهغې پې پړي نړدئ، چې پاڼه مو نه وي رسولي؛ ځکه یو وړوکي کار بشپړول له لسو نيمګړيو کارونو نه زرکرته بشه دي.

که غواړئ چې کارونه مو بشه ترسره شي، نو خپله ورته ځان بشه کړئ.

## طاقت بینونکی فکرونە ..... مصطفی صفا

کله چې په انسان کې لتي او تبلي پخه شي، نو د انسان لاسونه او پښې په ځنڅيرونو وترې، خو که زيار له مور سره په ژوند کې مل ؤ، نو کولي شو، دغه ځنڅيرونه مات کړو. په زيار سره کولي شو، له لاسه وتلي پيسې بيا ترلاسه کړو، په زيار سره کولي شو، هېړه شوې پوهه بيا راپه ياده کړو او په زيار سره کولي شو، حتی له لاسه تللي روغتنيا پېرنې راوګرڅو.

زمور په ټولنه کې یو ډېر بد دود داهمر دي، چې غریب او ناداره وګړي یوازې په دې غم کې ډوب وي، چې خرنګه خلله ګېدہ ډکه کړي. هغوي اروايي پرمختګونه بیخي په پام کې نه نيسې، زده کړي ته په نفرت ګوري او ډېر ارزشتمن کتابونه د دوی پروپراندي بې ارزشته وي. که په دوی کې دغه حس پیدا شو، یعنې له جسماني زيار سره پې اروايي زيار هم خپل کړ، نو وګئن چې دوی هم د کمال درجې ته ورسپدل.

د بنه او غوره ژوندکولو زده کړه، د بنوونځيو او مدرسو له زده کړي ډېره ګټوره ڈه؛ څکه د شوونځيو او مدرسو زده کړي د کتابونو او کتابتونونو پوري تړلې وي؛ خو د بنه ژوند کولو زده کړه، انسان هره ورځ له ملګرو سره په ناسته ولاړه کې، په خپل کور کې، د شار په کوشو کې، په مارکېتونو او کارڅایونو کې او هرڅای چې له خلکو سره ناسته ولاړه وي، کولای شن دغه زده کړه ترلاسه کړئ. دا زده کړه لیک او لوست ته اپتیا نه لري، امكان لري، یو نالوستي کس تر لوستي کس نه ډېر شنه ژوند ولري.

انسان باید په هغه کار خپل قيمتي وخت ولګوي، چې دده لپاره تریولو زيات ارزښت ولري. زيار یوازې معمولي ارادو او درواغجنو غوښتنو ته نه واي، اسانې په زيار ګاللو رامنځته کېږي. یو اسان کار هم دا Simpson نشيته، چې یو وخت به ستونزمن نه ڈه، که نور یې نه من، تاسې ته قدم اخیستل اوس څومره اسان دي، خو په ماشومتوب کې مو همدغه قدم په څومره مشکله اخیست؟ مور څومره ډېر لوپدلي یو.

طاقت بنبونکي فکرونه ..... مصطفى صفا

## د «باب پراکټر» فکرونه



هر هغه خه چې ستا ژوند ته نتوخې، په حقیقت کې ته پخپله هغه خپل ژوند ته راکابې او ستا د ذهنی تصویر له امله هغه ستا په لور جذبوي؛ دا ستا خپل فکر دی، هر هغه خه چې ستا په ذهن کې تپربوي، همغه د ځان په لور جذبوي.

څه فکر کوي، ولې د نپۍ یوازې یو فيصد او سپیدونکي پیسې ترلاسه کوي او هغه له ځانه سره لري؟ ايا فکر کوي، دا یوتصادف دي؟ نه دا تصادف نه دي، دا یوه پلان شوې طریقه ده، هغوي یوشی درک کړي دي... هغوي یوازې د نعمتونو او شتمني فکر کوي یا د هغوي غالب افکار د شتمني په شاوخوا راچوري.

ته هر هغه شي ترلاسه کوي، چې زیاتره ستا په ذهن کې تپربوي.

ته چې هرڅه غواړي جذبوي یې، که پیسې غواړي، همغه به ترلاسه کړي؛ که خلکو ته اړتیا لري، همغه به جذب کړي او که کتاب ته خه خاص ګروهنه لري، هماغه جذبوي. ته باید هغو شیاتو ته چې تا جذب کړي پامر وکړي،

## طاقت بینونکی فکرونه ..... مصطفی صفا

خکه هرخه چې ته غواړي، همغه په ذهن کې لري او همغه ستا په لور راګي.

خان په پرماني نعمتونو کې وګوره او د اسې فکر وکړه، چې په پرماني نعمتونو کې ژوند کوي، که د اسې وکړي، هغه به جذب کوي، دغه چاره په هر پراو کې او د هر چا لپاره امكان لري.

که یو خوک د پورونو په هکله فکر کوي، دغه کس به تل پوروږي وي، هغه شن به جذب کړي، چې فکر یې کوي... ددې پرڅای له خپله ځانه سره په خپل ذهن کې د پورونو د ورکولو یو پروګرام برابر جوړ کړه او له هغه وروسته خپل فکر خوشال او خوشبختي ته متوجه کړه.

کله چې ته ناروغری ولري او پې تمرکز وکړي او په دې اړه له نورو سره په شکایتونو سر شې، په حقیقت کې د خان لپاره نوره ناروغری راجذبوې، د اسې وانګړه چې روغ رمت یې، بربرده چې ډاکتر ستا د ناروغری فکر وکړي.

طاقت بنبونکي فکرونه ..... مصطفى صفا

## د «نالپليون هيل» فکرونه



هر هغه شي چې د انسان ذهن يې تصورکول او باورکولی شي، هغه تو رسپدلی هم شي.

په يوه راز باندي خان پوه کړئ؛ «خوبن او موفق ژوند، په رسمي تحصيل پوري اړه نه لري.»، د موفقیت دغه راز دتولو هغه کسانو لپاره خدمت کوي، چې مخکې له مخکې ورته چمتووالی ولري. «توماس اديسون» له دغه راز خخه په بشپړ ډول ګهه اخیستې وه او د نړۍ په يوه لوی مخترع بدل شو. له ياده مه وبائی، اديسون تر دریو میاشتو زیات بنبونځی ته نه ټللى!

شتمن توب ترهره وړاندې له يوه ذهني حالت خخه پیل کېږي... فکر وکړئ، چې شتمن شئ... موفقیت د هغه چا په نصيب کېږي، چې موفق ذهنيت لري او ماتې د هغه چا په نصيب کېږي، چې د ماتې او شکست ذهنيت ورپکې نفوذ وکړي.

## طاقت بینونکی فکرونه ..... مصطفی صفا

ستاسې د ذهن هر فکر او هر تصور، عمل او اقدام زیروي او په تدریج سره په یوه فزیکي واقعیت بدلپري... فقر او بداعیتوب دواړه ستا له ذهن سره چینه اخلي... وګوري ستاسې په ذهن کې څه تېربيري؟

زياتره وګري له خپلو باورونو خخه لري پاتې کېږي او د نورو خلکو د باورونو تراغيز لاندې راځي. که چېږي په خپله تصميم نیونه کې د نورو د گډوو نظریاتو او باورونو تر اغېز لاندې راشئ، پر خپل کار باندې نه بریالي کېږي... تاسې د خپل ځان لپاره ځانګړۍ مغز او ذهن لرئ، ترهرڅه لوړۍ له هغو خخه کار واخلن.

زمور او زموږ د هیلو ترمنځ بله هېڅ مانع نشه، پرته د یوه قاطع هدف له خلا خخه، چې هغه باید په همداسې قاطع هدف ډکه کړو.

که چېږي نورو خلکو ته ستاسې ټینې اساسی فکرونه، هسې لپوښتوب بشکاره شي؛ مه ورته اندېشمن کېږي، له دېرو لویو نوابغو او مخترعینو سره دغه چلنډ شوي. د ساري په توګه د راديو مخترع «مارکونې» چې کله وویل، غواړي د هوا په څو کې پیغامونه ولپردوی، نو د خلکو له خوا د روانی ناروغيو روغتون ته یووړل شو.

طاقت بنبونکي فکرونه ..... مصطفى صفا

## د «وین ډاير» فکرونه



- که چېرې خپلی هیلې او غوبنتې په رښتني ډول د خپل ذهن پر پرده انځور کړئ او په پوره شور او شوق د هغو د ثبیت لپاره په اقدام لاس پوري کړئ؛ په دې نړۍ کې به هېڅ وخت خالي لاس پاتې نه شئ.
- ستاسي ذهن یوه داسې سرمایه ده، چې تاسې بیوزلی ته نه پربېردي او په پرله پسې او نه ستري کېدونکې توګه افکار خلقوي.
- د ساه ایستل، د ځمکې پر مخ نزور شتون او د اړیکو ساتل، معجزي دي.
- ژوند تل زمور په خوبنه نه درومي، دا د ژوند دستور دي، تر اوسه چې خنګه تېر شوی، همداسې په تېرېږي.
- ته به همامګه خوک شې، چې توله ورڅ دې پېړې فکر کړي وي او دا هم په یاد ولره، چې ستا ژوند هم له همدي ورڅو جور دي.
- هڅه وکړه چې زاره فکرونه دې پسې وانه خلي
- مثبت فکرونه، تاسې له کائيناتو سره همغږي کوي.

## طاقت بینونکی فکرونه ..... مصطفی صفا

دارونکي او شكي افكار، زمور کارونه له زره نازره توب او تزلزل سره مخامخ کوي. دا دول افكار له ذهن ووينځي او بریاليتوب په خپل وجود کې احساس کړئ.

قصد او نيت په خپل ذهن کې وخوځوئ، وېه گورئ، ستاسي فزيکي وجود ورسره خومره په خوڅښت رائخي.

له خپل نظر سره دغه جمله ملګري کړه: «زه په خپلو هغه دوستانو ويامر، چې دوي پر ما وياري!»

هغه زينه نشه، چې تاسې په یوه ګام د موقعيت بامر ته پري وختې. ناچاره یئ، چې د موقعيت بامر ته پله په پله وروختې. که د کومر خه توان لري او نه ېټرسره کوي، دېر ژر به هغه توان له لاسه ورکړي.

د ژوند اوسن وضعیت د ژوند راتلونکي نه خرګندوي، ستا ژوند ستا انتخابونه تاکي.

که د سختيو پرمهال د لور نظر او حوصله خاوند نه وي، د هوساينې پرمهال به هېڅکله هم صبرنماک او اغېزنماک نه شي.

ته فکرونه جوروې او فکرونه دي هدفونه جوروې او هدفونه راولابري، واقعیتونه جوروې.

ددې پرڅای چې ژوند یوه ترخه خاطره وګني، یوازې تجربه ېټ وګۍ. په نږي کې چې هرڅه شته، ستا د خدمت او استفادادي لپاره راغونډ شوي، دا هرڅه ددي لپاره نه دي، چې ته ېټ خدمت وکړي.

(زه ېټ لياقت نه لرم!) دا هغه جمله ده، چې دېر انسانان ېټ په کندو کې ورغورڅوی. دا جمله ستاسي ارزښت کموي.

له هر چاسره چې مخامخ کېږي، له شرط او دليل پرته خپله مينه تړي قربان کړه او پسې گوره چې پايله ېټ خه کېږي.

دېرې داسې ستونزې شته، چې ستونزې نه دي، بلکې د هغه ذهنې ليدلوري پايله ده، چې ځينې مسئلي مور ته په ستونزو اړوي.

## طاقت بنبونکي فکرونه ..... مصطفى صفا

دېر داپې شيان چې خلک غوشه کوي، په دنيا کې نشته، خو د خلکو د  
فکرونو له لاسه پیدا شوي.

## د «کاترین پاندر» فکرونه



راخئ نور هغه باور له منځه یوسو، چې واي «فقر او بېوزلي د تقوی نښه ۵۵»، فقر او بېوزلي يو پېژندل شوي مصيبت دي!

خدای (۱) ستاسې پر فقیری او بېوزلي باندي راضي نه دي؛ ستاسې د نېکمرغۍ لپاره په نړۍ کې پرمیانه نعمتونه شته.

هغه ذهنیت چې په فقر او بېوزلي باندي را خرخي، یوازې منفي نتجې منخته راوري.

کله چې تاسې خپل خان بریالي او موفق تصورکوئ؛ مهمه نه ۵۵، چې سل په سلو کې منطقی فکر وکړئ؛ یوازې لوی فکر ولري.

په ژوند کې د هردوول بریاليتوب او کامیابی د جذبولو لپاره هېڅکله دا فکر مه کوئ، چې زه خو فقیر او بېوزله يم؛ د خداي (۲) د مهرباني له مخې حساب وکړئ، په پرمیانی فکر وکړئ او فرصتونه تعقیب کړئ.

ستاسې فکرونه د باندي انعکاس مومي او همغه ډول شیان تاسو ته په مخه درېخې، چې وخت ناوختې تاسې په فکر کې تاوهئ. هغه وګري چې د

## طاقت بنبونکي فکرونه ..... مصطفى صفا

بریالیتوب له قانون سره بلد دي، په فکر کولو کې احتیاط کوي، خکه هغوي پوهېږي چې د مثبت فکر غبرګون د بریالیتوب سبب کېږي.

طاقت بینونکی فکرونه ..... مصطفی صفا

## د «سپنسر جانسون» پنېر



پنېر:

د سپنسرجانسون په لاندي مهمو جملوکي د «پنېر» کلمه يوه استعاره او سمبول دی. پنېر يعني: «هغه څه چې غواړو په ژوند کې یې ولرو، یا د یوې اوچتې دندې، د بنو انساني اړیکو، د غوره راتلونکې، د بنه کور، د بنو امکاناتو، د صحتمن بدن، د روحي آرامي، د لور اجتماعي شهرت، د لاس خلاصي ژوند، د خوشاله شبیو او د داد ور اقتصادي وضعیت د درلودلو هیله، ارمان او تصمیم».

د پنېر درلودل انسان خوشاله او فعاله ساتي.

هرڅومره چې ستاسي پنېر مهم وي، په همځه اندازه د هغود ساتلو او پاللو میل هم لري.

که چېږي بدلون ونه کړي، نابودېږي.

## طاقت ببنونکي فکرونه ..... مصطفى صفا

- په هر وخت کي یوچل خپل پنېر بوی کړه، پامر دي وي، چې درنه زور نه شي.
- په یوه نوي مسیر کي حرکت، له تاسو سره مرسته کوي، چې یو نوي پنېر پیدا کړي.
- د یوه نوي پنېر تر پیداکلو وړاندې خپل ځان له هغه خخه د خوند اخیستلو په حال کي تصور کړي، دغه عمل تاسې د همدګه نوي پنېر په لور رهبری کوي.
- هرخومره ژر چې زور پنېر خوشی کې، هغومره ژر نوي پنېر لاسته راوري.
- زایده فکرونه او باورونه، تا د کومر نوي پنېر په لور نه شي رهبری کولي.
- کله چې پوه شې، چې کولي شمر یو نوي پنېر پیداکړم او له هغه خخه خوند واخلمر، نو خپل مسیر ته تغیر ورکوي.
- وړو بدلونونو ته پاملرنه، له تا سره مرسته کوي، چې لوی بدلونونه په ژوند کي تطبيق کړي.

## ژوند...



ژوند یو کتاب دی، چې ته پې لیکوال بې...

ژوند یوه سپینه کتابچه ده، چې د زیریدنې پرمهاں مو له مهربانه خدای<sup>(۱)</sup> خخه د سوغات په توګه اخیستې، موږ باید د هغې هره پاڼه په خپل فکر او عمل سره دکه کړو او په پاڼ کې بې مهربانه خدای<sup>(۲)</sup> ته وسپارو.... ژوند د داسې هدفونو مجموعه ده، چې یوازې ستا په لاس نظر او حقیقت مومي.

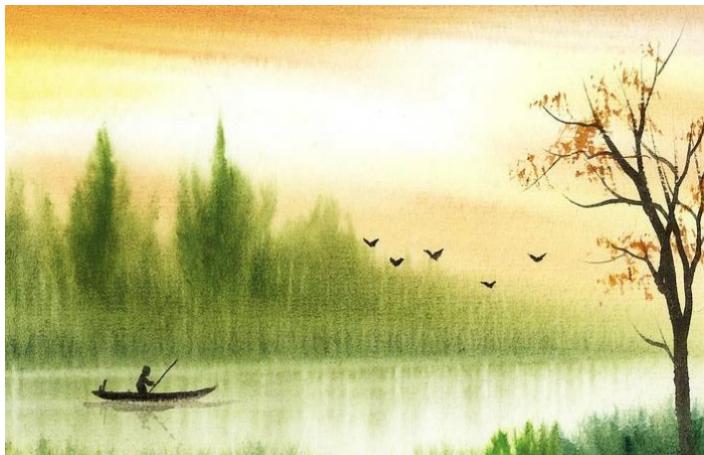
د انسان ژوند د هغه د افکارو په محور خرخي، مثبت او اميد بینونکی فکرونه د انسان په ژوند کې جنت جوړوي، خو منفي او غمجن فکرونه د هغه دنيا په دوزخ اړوي....

تاسې د خپل برخليک «سرنوشت» پنځونکي ياست، خکه چې ستاسي ژوند او سرنوشت، ستاسي باورونه او اندیشني جوړوي.

که چېري د بنو پېښو پېښېلوله په انتظار کې وي، نو ډيرېښي او خوري پېښې به ستاسي په ژوند کې پېښې شي. که یو بنکل ژوند په خپل ذهن کې جوړ کړئ، نو ډادمن اوسي، هغه خه مو چې په ذهن کې جوړ کړي، کولی شئ هغو ته د واقیعتونو په نړۍ کې واقیعیت ورکړئ. «دوكتور ازمنديان»

طاقت ببنونکي فکرونه ..... مصطفى صفا

## اوچت ژوند ته در سپدو لپاره اووه اقدامه



### لومړۍ: راتلونکي ته فکرو کړئ.

مثبت او موفق انسانان تر هرڅه وړاندې راتلونکي ته ګوري، هغوي ډېرى وختونه د راتلونکي لپاره په فکر کې وي، هغوي په دې فکر کوي چې او سنی مسیر یې په کومه خوا دي او په دې باندې کار نه لري، چې په تېرو وختونو کې خه پېښ شوي، هغوي تل د هغوا خه په اړه روښانه او هیجان بښونکي تصویر لري، چې د دوى لپاره امکان لري. په همدي ډول د جذبولو د قانون پر اساس ټول راتلونکي د دوى د خیالونو او اميدونو په خوا ورجذبېري.

### دوهم: خپل هدفونه وسنجوئ.

مثبت او خوشبخت اشخاص معمولاً هدف پلووي وي، هغوي زیاتره وخت د خپل هدفونو په اړه غږېږي او د هغوا په اړه فکر کوي. هغوي چې کله

## طاقت بینونکي فکرونه ..... مصطفى صفا

---

خپلی انگېرنې او غوبىتنې په خپل فکر کې مجسمې کري، هغه بیا په روښانه اهدافو باندې بدلوی او هره ورخ ورباندې کار کوي، هغوى خپل کېنې او پاملىنې راغونډوي او د خپل راتلونکي اهدافو لپاره يې تر کنټرول لاندې نيسى.

### دریم: په غوره توبونو «بھترینیو» کې فکر و کړئ.

موفق او مثبت خلک د غوره توبونو او بھترینتیاًو په فکر کې وي، هغوى چې هرکار کوي، په ترتیولو بنه ډول يې د پرمخ بېولو هڅه کوي، هغوى تل پرخپل څان باندې کار کوي او یوه شبېه هم له بھترکېدو څخه نه غافلېږدي.

### خلورم: په حل لارې باندې فکر و کړئ.

موفق خلک په حل لارې پسې ګرځی؛ هغوى پخپله پر ستونزه دومره فکر نه کوي، لکه په حل يې چې فکر کوي. هغوى ددې پرڅای چې د یو چا په تورنولو باندې فکر وکړي، پر دې تمرکز کوي، چې د حل لپاره باید کوم کار ترسره شي. هغوى د خلاقو فکري روشنونو له لارې د خپل او ګاوښيانو د خلاقيتونو په آزادولو او پارولو کې استفاده کوي. هغوى خپلو هدفونو ته د داسې مسایلو په سترګه ګوري، چې باید حل او فصل شي. هغوى باور لري، چې هره مسئله یوه منطقی حل لاره لري، هغوى تل د مسایلو د حل لپاره، همدغې لارې ته منتظر پاتې کېږي.

### پنځم: په نتایجو او پایلوا کې فکر و کړئ.

یاد او بناد خلک په خورا شدت سره د پایلوا او نتایجو د لاسته راولو په هڅه کې وي. هغوى هره ورخ خپل څان تر دقیقې ارزونې او پلانونې لاندې نيسى؛ د خپلو کېنو او فعالیتونو لپاره لومړۍ خپل لوړېتوبونه څانته

## طاقت ببنونکي فکرونه ..... مصطفى صفا

روپیانوی او وروسته په خپلو هدفونو او پلانونو باندې کار کوي، نوموري تردي پوري هخه کوي، چې په خپل کار کې د یوه فعال او موفق شخص په توګه خرگند شي. دغه اشخاص لکه خنګه چې فعال او لپوال وي، همداسې یې کارونه هم غوڅه مومي، چېک پرعمل لاس پوري کوي او خپلې نوي او کار ته تر نورو زیاته پاملنې کوي.

### شپږم: په رشد او وده باندې فکروکړئ.

موفق او بریالي اشخاص د ودې او پرمختیا غوبستونکي او پلتونکي وي؛ هغوي د خپلې پرمختیا لپاره زده کړه کوي، خلکو ته ګوري، راديو ته غور نيسۍ او په مختلفو اجتماعي غونډو او مندو کې برخه اخلي. هغوي پوهېږي، چې راتلونکي په باصلاحیته خلکو پوري تعلق نيسۍ او هغو خلکو ته ورڅېږي، چې تر نورو یې زیات سرڅلاصبېري. هغوي پوهېږي، چې په ژوند کې مبارزه او مسابقه پکار ده او قول په دغه مسابقه کې ګډون لري، هغوي تل د خپل بریالیتوب په نیت او هيله په دغه مسابقه کې ورګډېږي.

### اووم: په عمل باندې فکروکړئ.

د موقفو اشخاصو په باب تریتولو مهمه خبره دا ده، چې هغوي عمل پلوي خلک دي. تل دا فکر کوي، چې همدا اوس خه کولي شم، ترڅو په تېزی سره خپل هدف تعقیب کړم او په تېزی سره ور ورسېږم. هغوي په پرله پسپه توګه په تلاش او حرکت کې وي، د اضطرار احساس کوي او د عادي او متوسطو اشخاصو په پرتله زیات او ماثر کار ته لاس اچوي. هرڅومره چې زیات کارکوي، هغومره بهتره نتجه لاسته راوري او هرڅومره چې غوره نتایج لاسته راوري، هغومره یې د پانګې او نورو لاسته راونو کچه مخ په بره ځی.

طاقت بینونکی فکرونہ ..... مصطفیٰ صفا

# انگریزہ بینونکی پ جملی



طاقت ببنونکي فکرونه ..... مصطفى صفا

### «قدرت»

کلام يوقدرت دی  
وينا، خبرې او کلمې  
نې، او انسان تهبدلون ورکوي.

«پارلوکويلو»

### «د خپل ئاخان په اړه»

هغه فکر چې تاسې يې د خپل ئاخان په اړه کوي  
ترهغو فکر نه د پرارزې نېمند دی  
چې نور خلک يې ستاسي په اړه کوي.

«سنکا»

### «غوبښته»

که ژوند ډېرڅنه درکوي  
معنا يې داده، چې ډېرڅه مو تري غوبښتي نه دي.  
«مارسل پيره وو»

### «ژوند چاته فرصت ورکوي؟»

لوی انسانان له ژوند خنده لوی خدغواپري  
دوی د هغه خدغوبښته کوي، چې ژوند يې وربىنلى شي  
واړه انسانان واړه هدفونه، وړې هيلې او وړې غوبښتنې لري  
او هميش سپک خيالونه په سر کې پالي ...  
ژوند د هغه چا په اختيار کې زيات فرصتونه ورکوي،  
چې د خپلولو یارمانونو په لته راوتلي  
او خپلولو خيالونو ته يې د واقعيت ورکولولپاره همت کړي.  
«دوكتور ازمنديان»

طاقت بینونکی فکرونه ..... مصطفی صفا

### «بریالیتوب»

زپه نازره خلک

هېش وخت نه بريالي كېبىي.

«تاپلىون»

### «د ژوند معنا»

د سىند د بېپۇدو مخالف لورى تەحرىكت، طاقت او شهامت غوارىي

كە داسې نەوي، نود سىند لە جىيان سرەسم خومە كبان ھەم تللى شي.

«سۈمىيل سمايلز»

### «داز»

د پېر ژوند كول، د پېر ھىلەدە

خوبىش ژوند كول، يوازى د شومەددو كسانو

«لنگتون هيوز»

### «انسان باید...»

انسان باید تر خىلې زمانى د مخدووي،

كە يوه دقىقەوي، يوه ورخوي او كە يوه كال وي،

خوپەذھنىي او معنوي لحاظ، نەپە جسمىي او ظاھرىي لحاظ.

«خان ایوب خان اخخزى»

### «خەشى خطرناك دى؟»

ھەندە خەچى خطرناك دى

پورتە ختلەندى

لەپورتە خايەرالۋېدلدى.

«فرىدىرىش نىچە»

طاقت ببنونکي فکرونه ..... مصطفى صفا

### «موږ د خپل ئخان مسئول يو»

موږ د خپل ژوند د بې معنالىي پېر  
لەخان پرته پەبل ھېچا باندى نەشواراچولى.

«پاولو كوييليو»

### «خپل ژوند پە بله بنه و ئخلوه»

كەچىرىپە لە خپل تېر ژوند خىخەناراضى وي،  
تولەماضى ھېرە كۆرە، نۇى داستان جوپ كۆرە او پەھفو باور و كۆرە.  
«پاولو كوييليو»

### «د ژوند بنايىست پە...»

د ژوند بىكلا او بنايىست پەدىپ كېدى  
چې گۈندىپ وي، يىوه ورۇغ زمۇر خىالونە او اميدونە  
حقيقىت پىدا كېرى.

«پاولو كوييليو»

### «لە خىنگە چې يى، ھەمسىپى ووسئى!»

خوک نەشىي كولى، چې د ھېر عمرلىپارە  
ئخان تەيىمەخ او جەھان تەبلىغەنەندىي.

«ايوب خان اشكزىي»

### «يوازى؛ تە!»

د نورو پېپنىپە مە كۆرە، هەشە و كۆرە خپل ئخان و پېپنىپە  
او سل پەسلو كېپخېلە ووسى!

«دېل كارنىڭىي»

طاقت بینونکی فکرونه ..... مصطفی صفا

### «یوه انگیزه پاله خبر»

لتي او تنبلي هر کار سپي ته سخت او مشکل په نظر و رولي  
خو کار او فعالیت هرشی اسانه نبيسي.

«فرانكلين»

### «حرکت او برکت»

لیان دومره و رو حرکت کوي  
چې فقر او تنگلاسي هغه په ډېره اسانۍ سره را ګيروي  
خپل کارونه په مخه کړه، که د اسې نه شول، هغه به تا په مخه کړي.  
«فرانكلين»

### «یوازې کار...»

بخت او بربا هغه چا ته ورځي  
چې په کار باور لري، نه په چانس.

«تابليون بناپارت»

### «د ویدو کارونه»

د ویدو قومونو کارونه، لکه د ویده خوب، چې په سیند کې به لامبي، خو لاس به  
يې لوند نه وي او هماغه شان به تبوي وي.

«استاد ګل پاچاه الفت»

### «افتخار»

نه پوهېږم کوم بې عقل د اخبره کړي ده  
چې بې خطره برباليستوب افتخار نه دی  
په د اسې حال کې چې افتخار د هغه چا په برخه دی  
چې له خطر خنځه تښتېدلې وي.

«لافوشارد په»

طاقت ببنونکي فکرونه ..... مصطفى صفا

### «د انسان ژوند...»

د انسان ژوند د او سپنې په شان دی  
که کار ورخخه واخیستل شي، ځلاندہ کېږي  
او که کار ورخخه وانه خیستل شي، زنگ يې خوري.

=====

### «آيا پوه شوي یاست؟»

د ژوند د بدلون امکان شته  
نورو دا کار کړي دی.

=====

### «زد ور توب»

زپورتوب په دې کې نه دی  
چې سپې له خطر سره منه شي  
زپورتوب په دې کې دی  
چې په خطر باندې بریالي شي.

### «حرکت او دوام»

ژوند د بایسکل سواری په شان دی  
ددې لپاره چې خپل تعادل وساتې  
باید حرکت ته دوام در کې او پرمخ ولاړشې.

«البرت اشتئين»

### «لوی زیان»

بیکاري د انسان ټولې ورتیاوې او صلاحیتونه له منځه وړي.

طاقت بینونکی فکرونە ..... مصطفی صفا

### «ارزبىتناكىپ بىرىاۋى»

د ژوند ارزبىتناكىپ بىرىاۋى تل د مبارزىپەپاي كې تىلاسە كېپىي  
نەد مبارزىپەپىيل كې.

### «تۆپىر»

د ټولو انسانانو وينە يورنگىدە  
خۇوتىياۋى يې د اسمان او ھمكىپە اندازە تۆپىرلىرى.

### «ھىخە او زىيار»

چېرتە چې ھىخە، زىيار، كوشش او مبارزە نەوي  
فضىلت او تقاھم نەوي.

«برىارەن»

### «بىاھم فرصتدى...»

د ئاخان سمونى او ئاخان جورۇنى لپارە  
ھېش وخت، ناوختنە نەدى.

### «بىريالىتوب تە خوک نېردىدى؟»

كۆم خوان چې لپورتىيا، خو كىلە ھوھ او پىخەارادە ولرى  
ترەھە خوان چې دېرەورتىيا، خوسىت ھوھ او خامەارادە ولرى؛  
بىريالىتوب تە نېردىدى.  
«جىمز رايلى»

### «ترخۇ ۋۇندى يې...»

كە خوک فىركىي، چې نور پەر مختىگ تە اپتىيانە لرىي  
بايد ئاتتە تابوت تىيار كېرى.

«پاكتىمارەن»

طاقت ببنونکی فکرونه ..... مصطفی صفا

### «غښتلی هوډ»

کمزوری هوډ د خبر او لاپو په بنه خرگند پېږي  
او غښتلی هوډ د کار او عمل په بنه.

«ګوستاولویون»

### «خبر تیا!»

په یاد وساتی! ستاسې ژوند  
یوازې په چانس او نصیب سره نه خلاصه کېږي!

### «داز»

غښتلی خلک مخکې له دې چې هدف ته ورسی  
د خپل زده په آیینه کې خان غښتلی ویني!

### «یو جادویي عبارت»

عمل تر الفاظو  
په لور آواز غړېږي!

### «راز»

شوک چې ډېرځی  
ورو ځی.

### «مطلقه ناکامي»

ناکامي دانده، چې خپل هدف ته ونه رسېږي  
بلکې ناکامي هغه د چې هېڅ هدف ونلري!

## طاقت بینونکی فکرونه ..... مصطفی صفا

### «راز»

که چېرې خپل خان تو انمند احساس نه کړې  
هېڅ وخت بدې تو انایي خر ګنډ نه شي!

### «خنګه شروع و ګوو؟»

د شروع کولو بهترینه لار  
شروع کول دي.

«خان ایوب خان اخکزی»

### «راز»

که چېرې نه پوهېږې، چې چېرته حم  
هېڅ عای ته به ونه رسېږې.  
«مارک فېشر»

### «راز»

هغه خوک چې پرخان باندي اطماني وي  
هغه د نورو خلکو تعريف او ستاني په اړتیانه لري.

### «خنګه له بحث نه بریالي راوو حم؟»

په بحث کې د بریاليستوب غوره لار  
په بحث کې ګډون نه کول دي.  
«دیل کارنيګی»

### «موقع د چالپاره؟»

موقع یوازې د هغه خلکو لپاره وي  
چې هفوی موقع کارولی شي  
او خوک چې د موقع په کارولو کې ناکام وي  
د هغه لپاره یوه موقع هم موقع نه ده.

## طاقت ببنونکي فکرونه ..... مصطفى صفا

### «هدف ولرئ»

#### هدف

چلندا او عمل زیپروی.  
«سپنسرجانسون»

### «د عزت مقام»

که ته غواړې د خلکو په منځ کې خای پیدا کړې  
نو ته د خلکو ضرورت و ګرځه  
که خلک پوهشول، چې ته د دوی په بنه ور تللاي شي  
بیانه شي کولی پرتا باندې ستړگې پتې کړي.  
«مولانا حید الدین خان»

### «له اميده زيات بریاليتوب»

د موفق او کارپلوه سپري یوازنې نښه داده  
چې له اميده زيات کار کوي

کوم خلک چې هڅه کوي، له توقع او اميده زيات کار و کړي  
د هغوي له اميده زيات بریاليتوب هم په برخه کېږي.

### «بدلون»

عینني افراد په خپله دنده، خپل مسلک، خپل کور، خپلو دوستانو او خپلو  
ملګرو کې ادلون بدلون راولي، مګر هېڅکله د خپل خان په بدلون کې فکرنه  
کوي.  
«کنت بلانکارد»

### «وخت د چالپاره ارزښت لري؟»

د کوم انسان ژوند چې بې هدفه وي  
د هغه په نظر کې وخت کوم ارزښت نه لري.

طاقت بینونکی فکرونه ..... مصطفی صفا

## «د خوشالی راز»

خوشالی منزل نده، چې هغه ته دې سپری خان ورسوی، بلکې دا د سفر کولو یوه طریقه. چاچې خوشالی خپل منزل گرځولي وي، هغه خوشالی نه شي ترلاسه کولی. خوشالی یوازې د هغه چا په برخه ده، چې د هغه له خوبنۍ پرته خوشاله او سېدل هم زده وي.

## «د انسان یوه مهمه ئاخنګر تیا»

دانساني شخصیت په گن شمېر ئاخنګر تیا وکې  
دانسان یوه حیرانونکې ئاخنګر تیا داده  
چې یوه «نه» په «هو» بدلوی شي.

«الفرايد ایدلر»

## «د انسان اراده»

انسان هغه دی  
چې له خپله خانه یې جو رووي.

«ڇان پل سارتر»

## «انسان کولی شي ...»

انسان په تیاره کې هم درنای لوری ليدلی شي  
هغه کولی شي نابرابر حالات د ئاخان په گتې واپوی  
کله چې هغه د ژوند په لوې کې هرڅه وبایلي  
کولی شي د ئاخان لپاره بیانا نوی ډګر پیدا کړي.

## «قوت»

قوت د متهو په زور کې نه  
دارادي په زور کې دی.  
«هربرت سپنسر»

طاقت ببنونکي فکرونه ..... مصطفى صفا

## «ورکړه د لاسته راولو مقدمه ده»

له چا سره چې د ورکړي لپاره خنه ندوي  
هغه په دې نړۍ کې خنه ندشی ترلاسه کولی.

## «موقع»

د شته موقع کارول  
د بریالیتوب دویم نوم دي.

## «یوازنی لاره»

د بریالیتوب، پرمختګ، شهرت او پیسو ترلاسه کول  
د مادي او معنوي اړخونو پیاوړتیا او د پلایپلوا متیازاتو  
اواهدا فود ترلاسه کولو یوازې لاره د انسان فکردي.

## «لوي راز»

ستاسو ډهن ستاسو تریپولو بنه ملګري کېدلې شي  
یا تریپولو ستر دېمن  
دا یوازې ستاسي فکردي، چې له تاسو خنځه خواکمن يا کمزوري  
مالداره یا غريب، مشهور یا نوم ورکي جوروسي.

«برایان ترسی»

## «حتماً یوه د حل لاره شتنه!»

تاریخ رابسی، انسان خپل ژوند هروخت په ستونزو او مشکلاتو کې پیل کړي  
دی؛ خوبیا هم د انسان لپاره یوه پرانیستې لاره وي او د اميد خرك لیدل  
کېږي؛ خودا لاره د هغونه خلکو لپاره وي، چې هغوي د لاري له بندو دروازه سره  
سرونه نه وهي، بلکې له نورو خواو د ئاخان لپاره یوه چوله پیدا کوي... که پېښې  
هر خومره درنې او غټې وي، خود هغود تلافې امکان د انسان لپاره پیدا کېدلې

## طاقت بینونکی فکرونه ..... مصطفی صفا

شي. په دې نړۍ کې هېڅ د اسې شي نښته، چې انسان دې دومره له پېښو  
وغورئوی، چې هغه د بیالپاره د ژوند پیل کولو وړتیا ونه لري او ودې نه شي  
کړای، چې خپل ژوند د دوهم ځل لپاره په نوي بنه پیل کړي.

### «ناممکن»

د «ناممکن» لغت له خپلو قاموسونو خخه و باسیع  
دغه لغت د ناپوهانو په قاموس کې پیدا کړي.

«ناپليون»

### «اړینه خبر»

پیسيې د ژوند لپاره،  
نه ژوند د پسو لپاره

### «راز»

که بری په لومړی ګام لاس ته راډول کېږي  
هڅه او زیار به بې معنا وو.

«موریس میترلینگ»

### «داز»

هېڅ وخت د موقفیت د زینې پر سر ګنډه ګونډ نه ده.

«ناپليون هیل»

### «که غواړي...؟»

که غواړي خپل ژوند له محدودیت، تنګلاسی او ورک نومې خخه و باسیع، نو  
لومړی خپل فک، خپل احساس، خپل هدف او خپل ارمان ته پر اختیا ورکه او  
بیا خپلو هڅو او کوششونو ته.

طاقت ببنونکي فکرونه ..... مصطفى صفا

### «اعتراف»

په ايمان باندي اعتراض  
د سري په اعمال او ڪرو په کي خرگند پوري  
نه په خبرو کي.

«پائولو كويولو»

### «ڙونڊ په شانه را ڳرخي»

تاسي کولي شئ، د خپلو زامن په شان شئ  
مگرونه غواپئ، هغه د خپل خان په شان کرئ  
حکه چي ڙونڊ په شانه را ڳرخي او نور هاغه پرون نه دی پاتي.  
«جبران خليل جبران»

### «دانسان ارزبست»

دانسان ارزبست په هفو خه کي نه دي، چي په لاس يې راوري  
دانسان ارزبست په هفو خه کي دي، چي د لاسته را په لو سخت ارمانجن يې دي  
«انتونيو رابينز»

### «چانس»

ترخو چي چانس ونه ازموبي  
چانس به ونه لري.

«وبين داير»

### «گل او لمبي»

کله چي ستا په زره کي د اور لمبي وي  
نو خنگه تمہلري  
چي په لاسونو کي دي گلونه وغورو پوري.

«جبران خليل جبران»

طاقت بینونکی فکرونه ..... مصطفی صفا

### «ترټولو هوبنیار»

هغه خوک چې مشکلات د ژوندانه د طبعتي شرط په توګه ومني  
او د خوبنۍ درلودل، یعنې د مشکل نه درلودل ونه مني  
ترټولو هوبنیار او نادر خلک دي.  
«وين ډاير»

### «داز»

انسان پر خپل ئاخان مین دی، انسان پر خپل خوي مین دی، همدا سبب دی، چې  
يو انسان بل هغه انسان د صمييمي دوست او ملګري په توګه مني، چې دده خوي  
ته ورته خوي پکي وي.

### «متفاوته هيله»

اورد ژوندد ټولو هيله ده  
مګرنې ژونند ډپرو کمو.  
«وين ډاير»

### «خبر تیا»

که غواړئ له خپل راتلونکي خڅه په بشپړ ډول خبر شئ  
نو خپلو فکرونو او ذهنیتونو ته وګورئ.  
«باریارادي انجلیس»

### «زد ګړه»

که په ژوند کې هرڅه په ځنډ سره منځته نه راتلى  
هېڅکله به مو صبر او زغم نه واي زده کړي  
که له سختيو او مشکلاتو سره نه مخامنځ کېدلې  
هېڅکله به مو هڅه، ثبات او استقامت نه واي زده کړي  
که له ناهيلې، عاجزې او خفگان سره نه مخامنځ کېدلې  
هېڅکله به مو ايمان نه واي پېژوندلي ... «باریارادي انجلیس»

طاقت ببنونکي فکرونه ..... مصطفى صفا

### «اختیار اخیستل»

کله چې نور خلک د خپلې ناخوبنې سبب معزیفی کوي  
د خپل ژوند بدلو لو قدرت نورو ته ور پېبدی.

«جان گري»

### «مرستې شرط»

خدای (۷) تر پولو لویه مرسته او کومک هغه وخت کوي  
چې په خپل تبول توان سره خه ترسره کوي.

«جان گري»

### «شک»

په خپلو شکونو  
شک و کړه

«جان گري»

### «ارذښت»

حماقت او ناپوهی یعنې هفو خه ته ارزښت ورکول  
چې ارزښت نه لري.

«جان گري»

### «دواز»

د «باید هغه کارو کړم» عبارت  
تر «باید یو کارو کړم» عبارت نه زیاتې ستونزې حلوی.  
«د بې نورد»

## طاقت بینونکی فکرونه ..... مصطفی صفا

### «خامه هیله»

هیله لرم، چې د نورو په پرتله خانګړي او غوره دریغ ولرم، په د اسې حال کې چې  
کټپه مت د نورو په شان چال چلندا او کړه وړه ترسره کوم.

«د بې فورد»

### «خوبني چېر ته؟»

خوبني په شیانو کې نشتہ  
په موبه کې ده.

«د بې فورد»

### «موقعیت»

د ا موقعیت نه دی، چې انسان جو رووی  
بلکې د انسان دی، چې موقعیت پنځوي.

«برایان تبریسي»

### «عادت»

د سمو عادتونو جو پول سخت  
مګر ژوند ورسه آسانه دی.

«برایان تبریسي»

### «پونښته»

د دروستې حل لپاره مو چې ماتې خورلې، آیا کوشش مو کړي، چې خپل تلاش د  
ماتې په خاطر و دروئ او که مو په دې خاطر ماتې خورلې، چې له تلاشه مو لاس  
اخیسته؟

«برایان تبریسي»

## طاقت بنبونکی فکرونه ..... مصطفی صفا

### «مکمن که سم؟»

مخکی له دی چې پوهش، د کوم کار ترسره کول ممکن دی، لومړی وګورئ، چې  
د کوم کار ترسره کول سمدی.

«برایان تریسی»

### «د ناستې پاستې ارزښت»

له بریمنو او ګټونکو سره ناسته پاسته له تاسو خخه بریمن او ګټونکی جو پوي  
او له پس پاتو او بايلونکو سره ناسته پاسته، له تاسو خخه پس پاتې او  
بايلونکی جو پوي.

«برایان تریسی»

### «له هېڅ نه تر هرڅه پوري»

د موقتو خلکو داستان، یودا سې داستان دی  
چې له «هېڅ» خخه یې شروع کړې  
او ارزښتمونو پايلو تر رسیدلې.

«برایان تریسی»

### «یوازې یو پیغام»

یوازې یو پیغام کولی شي  
د تاریخ بسترد تل لپاره بدل کړي  
کرکو، رنځونو او نابرابريو ته د پای تکي کې بدې  
او یو ئخل بیا موبه د خدادی<sup>(۲)</sup> په لور راو ګرځوي  
هغه پیغام دادې  
«موبه تولیو، یو»

«تیل دونالد والش»

طاقت بینونکی فکرونە ..... مصطفی صفا

### «یوه مهمه پوبتنە»

ترپولو مهمه پوبتنە چې بشري نژاد ورسه مخامغ دی، دا نده، چې تاسې خه  
موقع له ژوند شخه زده کړه کوي؛ بلکې داده، په هغو خه چې زده کړي مو دي خه  
وخت عمل کوي؟

«نيل دونالد والش»

### «ارزو یا هدف»

عادی خلک اميد او ارزو لري  
او پرخان باوري خلک، هدف او پروگرام

«برايان تريسي»

### «سن»

سن فقط یو عدد دی.

«دېپیاک چمپرا»

### «دنامیدانو را تلونکي»

دنامیدانو په راتلونکي کې  
پېش ډول نوي پېښه نه رامنځته کېږي.

«ډېوډ برنز»

### «د افکارو زېړې ډنده»

نيمي افکار په ذهن کې  
او نيمى نور د عمل په ډګر کې رامنځته کېږي.

«فيليپ مک ګرا»

## طاقت ببنونکي فکرونه ..... مصطفى صفا

### «خپلې هيلى باپىزه مەگنې!»

د ژوند ستىپەرھيلو او آرزوگانو ولاپى دى، كەد انسان لەسترىگۇد هيلىو  
خرك لرىپىشى، دنیا خېرە بەپېرە وپرونكىپىشى.

«مجيد رشيدپور»

### «فن، نن دى!»

د هرىپى ورئۇچى حساب بېل او جلا وي  
نن، نن دى او ھېش رابطە لەپرون او سبا سره نەلرىي.

«دېل کارنيڭىز»

### «راز»

چانس د هرچا دروازى تەرائى  
موفق خلک ھەۋدىي  
چې د خپلې دروازى تېك تېك واروي

«نۇن كىيۇدومانتى»

### «لە ئاخانە يې لرىپى كىرى!»

ستاسىپەر فكر، نظر او عمل باید ستاسولە غوبىستتو سره ھەمغۇرى وي او كە كوم  
فڪر، نظر او عمل مولە غوبىستتو سره مخالف ئ، لە ئاخانە يې لرىپى كىرى.  
«نيل دونالد والش»

### «دوھۇلە گار»

د يوھ انسان توانايىي پەھفو كارونو كې نەدە  
چې پىيل كېرى يېپى دى  
بلكىپەھفو كارونو كې دە  
چې پاي تە يېرسولىي دى.

«فېلىپ مك گرا»

## طاقت بینونکی فکرونە ..... مصطفی صفا

### «راز»

هېش شى نەشي كولى، د مقاومت ئاخى ونىسى، استعداد نەشي كولى، ئىكەن دېر بالاستعداد خلک پاتى راغلى. تحصيلات نەشي كولى، ئىكە زمۇرى شاخواحولە ھېر داسپى بې كارو، بې حاصلو او نوموركى لوستو او تحصىل كېو خلکو ھە دە، چې خوك يې پە كىيىسە كې هەم نە دى. يوازنى شى كىلکە ارادە او سخت مقاومتدى، چې لايتناهى قدرتلىرى.

«كالوين كوليچ ميليو»

### «دوه بدشيان»

بد كار تە پە بدچىند سەرە حواب مەور كوى

ئىكە دوو بدوشيانو جمع كول

مساوي دى، د دواپو پە هەرخە لەلاسەور كولوباندى.

«پراوين ورما»

### «دۇھۇق»

هر كىله چې لە آرامى، سكون او اطمانتان خىھەلرې كېدىلى

خداي(ج) تە غېرورو كۆه.

«تىلدونالد والش»

### «راز»

ھەغە بې فىكرە، لىت اونا پوهە گۈرى، چې يوازى د مسايلو ظاهري تېبىي وينى، نە پە

خېلە مسايلى؛ زىياتىرە لە بخت، چانس او تصادف خىھە خېرى كوي.

«جيماز آلن»

### «د موققو اشخاص باور»

مۇردنیتاھە ددىپ لپارە راغلى يو

چې يوبى سارى او بې نظيرە ژوند و كېو. «برايان تېرىسى»

## طاقت ببنونکي فکرونه ..... مصطفى صفا

### «راز»

هغه خوک چې د هر شي په اړه فکر کوي  
د هېڅ شي په اړه تصمیم نه نیسي.

«چینې متل»

### «فکر»

فکرد تولو کارونو  
مقدمه د.

### «راز»

که چېري له ماتې او ناکامۍ نه وروسته  
بیاهم د شجاعت احساس و کړې  
په دې پوهشه، چې ټول شیان موله لاسنه دی ورکړي.  
«وی. جی. بترا»

### «مشخص هدفونه تعقیب کړئ»

آرامي او نېکمرغې د اهدافو په راکمولو کې ده  
نه د هغو په زیاتولو کې.

«باري شوارتنز»

### «بخيلي هېڅکله نه...!»

د نورو نېکمرغې  
زمور د نېکمرغې، یوه خانګه ده.

## طاقت بینونکی فکرونہ ..... مصطفیٰ صفا

### سرچینی:

1. پیامهای کوتاه برای موفقیت‌های بزرگ، گردآورنده: م. حیدری
2. فکر تاز را عوض کنید تازندگیتان تغییر کند، نویسنده: برایان تریسی، مترجم: مهدی قراچه داغی
3. قورباغه را قورت بده!، نویسنده: برایان تریسی، مترجم: شهره رهبر آزاد
4. کتاب نکته‌های کوچک زندگی «جلد اول و دوم»، نویسنده: اچ جکسون براون، ترجمه: شبنم خوشبخت
5. بین خود و خدا پُل بزنید!، گردآورنده: آرزو صادقی
6. یک روز را ۳۶۵ بار تکرار نکنیم، به کوشش مسعود علی
7. کتاب کوچک بزرگ آگاهی زنان، نویسنده: جودی اشبرگ، مترجم: سوگند رحمانی
8. چ کسی پنیر مرا جایه جا کرد؟، نویسنده: سپنسر جانسون، ترجمه: مریم بهرامی
9. روان‌شناسی خلاقیت، نویسنده: ماکسول مالتز، مترجم: مهدی قراچه داغی
10. جادوی فکر بزرگ، نویسنده: دیوید شوارتز، ترجمه: ژنابخت آور
11. دژوند راز، لیکوال: مولانا حیدالدین خان، ژیارن: محمد وزیر حامد
12. موفقیت «پنجا کتاب دریک کتاب»، نویسنده: تام بالتریون، ترجمه: صادق خسرو نژاد
13. فقط غیرممکن، غیرممکن است، نویسنده: انتونی رابنیز، ترجمه: مسعود علی
14. معجزه در درون توست!، نویسنده: جیم ران، ترجمه: زینب فرجی
15. پرخان ویسا، لیکوال: پاکترسمویل سمایلز، ژیارن: هجرت الله اختیار
16. بیندیشید و شروع شوید، نویسنده: ناپلیون هیل، ترجمه: مهدی قراچه داغی
17. رازهای تکنولوژی فکر «جلد اول، دوم و سوم»، نویسنده: دوکتور علیرضا آزمدیان
18. «راز»، لیکوال، رهونلا پرنی، ژیارن: پاکتر محمد عیسیٰ ستانیکزی
19. دژوند رازونه، لیکوال: وین دایر، ژیارن: پوهیالی شرف الدین عظیمی
20. او گنجی انternتی پانی

**Get more e-books from [www.ketabton.com](http://www.ketabton.com)**  
**Ketabton.com: The Digital Library**