خود غرضه يا نارسيسټ

شخصيت اختلال څه ته وايي؟

Ketabton.com

خود غرضه يا نارسيست انسان څوک دي
او کومې ځانګړتياوې لري؟

عبدالرشيد "صمد نجاب"

(c) ketabton.com: The Digital Library

خود غرضي یا نارسیسیزم څه ته وايي؟

خود غرضي یا نارسیسیزم کومې اغېزې لري؟

(c) ketabton.com: The Digital Library

بسم الله الرحمن الرحیم

(c) ketabton.com: The Digital Library

سرلیکونه

اختلال د شخصیت څه شی دی؟ ۱
خود غرضه یا نارسیسټ شخصیت اختلال تعریف ۱
خود غرضه یا نارسیسټ شخصیت اختلال کومې ځانګړتیاوې لري؟.. ۲
د ځان افراطي لوی لیدنه ۲
نیوکه نه منل ۲
استثماري رفتار (رویه) ۳
له خپل ځانَ ناسم انځور لرل ۳
ژور خفګان ته چمتو ۳
ماتېدونکی په ځان باور ۴
کم پایښته اړیکې ۴
خود غرضۍ یا نارسیسیزم ډولونه ۵
ځرګند (ښکاره) خود غرضي یا نارسیسیزم ۵
ناځرګند (پټ) نارسیسیزم یا خود غرضي ۵
خود غرضه یا نارسیسټ شخصیت اختلال نوم له کوم ځایه اخیستل شوی دی؟......................... ۶
د خود غرضه یا نارسیسټ (Narcissist) شخصیت اختلال څه شی دی؟ ۶
د خود غرضه یا نارسیسټ (Narcissist) شخصیت اختلال نښې نښانې ۷
د خود غرضۍ (نارسیسیزم یا خود شیفتګی) ویجاړوونکې اغیزې ۸
وروستۍ خبرې ۹
سرچینه ۱۰

(c) ketabton.com: The Digital Library

اختلال د شخصیت څه شی دی؟

اختلال د شخصیت د ارواح پوهنې یوه ځانګړې ستونزه ده چې د پېښېدو سره یې د فرد رفتار (رویه)، فکرونه او کړنې بدلون مومي. هغه کسان چې د شخصیتي ناروغېو او اختلالاتو سره مخ کیږي د نورو خلکو له وضعیت او د هغوی سره په اړیکو کې له ستونزو سره مخامخ کیږي. له همدې امله په مستقیمه توګه د نورو سره په اړیکه او کړنو یې اغېزه کوي. د شخصیت اختلال بېلا بېل ډولونه لري چې هر یو یې په ځانګړیو شرایطو او وضعیت کې پېښېږي. دا اختلالات کولای شي د افرادو عادي او طبیعي ژوند کې خنډ او لویې ستونزې پېښې کړي. په ټولیزه توګه د شخصیت اختلال په ځانګړو شرایطو او وضعیت کې څرګندیږي او کولای شي د نورو کسانو رفتار، فکرونه او کړنې کنټرول او تر ولکې لاندې راولي.

خود غرضه یا نارسیستې شخصیت اختلال تعریف:

خود غرضه یا نارسیستې شخصیت اختلال د شخصیتي اختلالاتو څخه یو مهم ډول یې دی چې په افرادو کې را څرګندیږي. خود غرضه یا نارسیستې شخصیت د نمایشي شخصیت اختلالاتو یوه برخه ده چې پکې فرد خپل ځان ډېر زیات اړین او د هر څه محور او مرکز ګڼي. دا کسان خپل ځانونه ډیر ځانګړي او ډېر لوی ګڼي او په اغراقي (مبالغوي) توګه د **هر څه** په اړه د لیاقت او وړتیا احساس لري. دا کسان تل خپل ځانونه د هر کار او هرې پېښې مرکز ګڼي چې باید نور خلک د دوی خدمت وکړي. خود غرضه یا نارسیستې کس ځان ډېر اړین او ځانګړی ګڼي، او د نورو ستونزو او ننګونې ډېرې کوچنۍ او بې ارزښته ګڼي. خود غرضه یا نارسیستې کس په داسې توګه ځان سره مینه لري چې له ځان پرته بل هیڅوک نه ویني او هیڅ اهمیت او ارزښت نورو کسانو ته نه ورکوي. دا د شخصیت اختلال، فرد د ژوند په ډیرو برخو کې په ځانګړې توګه ټولنیزو اړیکو کې د ستونزو سره مخ کوي او په عامه توګه دا کسان د نورو لخوا یو د نه زغملو شخصیت او فرد بلل کیږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

خود غرضه یا نارسیسټ شخصیت اختلال کومې ځانګړتیاوې لري؟

هر ډول د شخصیت اختلال بېلا بېلې ځانګړتیاوې لري، چې دا ځانګړتیاوې په فرد کې په ځواکمنه او کمزورې کچه را څرګندېږي، او د افرادو په رفتار، فکرونو او کړنو اغېزه کوي. د خود غرضه یا نارسیسټ شخصیت اختلال یو شمېر ځانګړتیاوې په لاندې ډول دي:

د ځان افراطي لوی لیدنه:

لومړنۍ او تر ټولو څرګنده ځانګړتیا په هغو کسانو کې چې د خود غرضه (نارسیسټ) شخصیت اختلال لري د ځان افراطي لوی لیدنه ده. دا کسان خپل ځان ډېر زیات ځانګړي او یو مهم شخصیت ګڼي چې هر څه باید د دوی په واک او د دوی لپاره وي. له همدې امله د خلاف خبرې اورېدلو وړتیا نلري او د هر څه په وړاندې چې دوی ته محدودیت جوړوي په غوسه کیږي.

نیوکه نه منل:

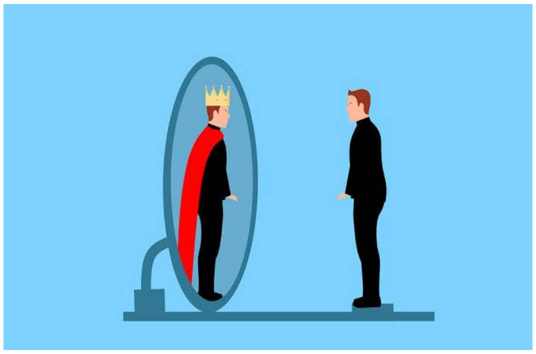
خود غرضه یا نارسیسټ شخصیت اختلال والا خلک اصلاً نیوکه منونکې ندي. د نورو لخوا د هر ډول نیوکې پر وړاندې درېږي او بد پرې لګیږي. د نیوکې منلو ډېره ټیټه کچه یې د ځان لوی لیدنې له امله ده، او آن کېدای شي ډېر په غوسه شي او ډېره بده کړنه له ځانَ وښيي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

استثماري رفتار (رویه):

استثماري رفتار یوه بله ځانګړتیا د خود غرضه یا نارسیسټو کسانو ده چې ډېرې ستونزې خپله دوی ته او شاوخوا کسانو ته یې جوړوي. استثماري رفتار د دې خلکو داسې را ښکاره کیږي چې دوی خپل ټول شاوخوا کسان د ځان د خدمت/چوپړتیا او د ځان لپاره غواړي. فردي خپلواکي (شخصي آزادي) د نورو کسانو ورڅخه اخلي. تر کومه ځایه چې ورڅخه ګټه پورته کولای شي له ځان سره یې ساتي.

له خپل ځانَ ناسم انځور لرل:



خود غرضه یا نارسیسټ خلک ناسم، غیر حقیقي، عجیب او غریب انځور له خپل ځانَ لري چې دوی په ناسمو خوبونو کې د ځان په اړه ډوبوي، له کومه ځایه چې خود غرضه یا نارسیسټ کس خپل ځان ډېر زیات ځانګړی ګڼي او یو ناسم او غیر حقیقي انځور له ځان څخه لري، دا اختلال (خود غرضي/نارسیسیزم) پکې لا ځواکمن کوي.

ژور خفګان ته چمتو:

خود غرضه یا نارسیسټ کسان/افراد ژور خفګان ته چمتو دي. د هر ډول وضعیت او شرایطو پر وړاندې ډېر زیات فشار تجربه کوي او د یو کوچني مخالفت مخ کېدلو سره د ژور خفګان پر لور ځي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ماتېدونکی په ځان باور:

خود غرضه یا نارسیسټ کسانو په ځان باور ظاهراً ډېر زیات او لوړ ښکاري، خو ماتېدونکی په ځان باور لري، او په هر وضعیت کې کېدای شي د خپل دې احساس پر وړاندې کمزوري شي.

کم پایښته اړیکې:

هغه کسان چې په خود غرضۍ یا نارسیسیزم اختلال اخته دي، ټولنیزي اړیکي يې په بشپړه توګه کم پایښته دي. ډېری وخت د لانجو او جګړو سره مخ کیږي. خود غرضه یا نارسیسټ کسان په آسانۍ سره خپل شاوخوا خلک/افراد له لاسه ورکوي.

خود غرضۍ یا نارسیسیزم ډولونه:

خود غرضي یا نارسیسیزم پر دوه ډوله دی، چې هر یو ځانته ځانګړتیاوې لري:

۱- څرګند (ښکاره) خود غرضي یا نارسیسیزم

۲- ناڅرګند (پټ) نارسیسیزم یا خود غرضي

(c) ketabton.com: The Digital Library

۱- ښکاره (څرګند) خود غرضي یا نارسیسیزم:

دا ډول خود غرضي یا نارسیسیزم لکه څنګه چې له نوم څخه یې معلومیږي په څرګنده او روښانه توګه ځان ښیي. پدې ډول خود غرضۍ یا نارسیسیزم کې فرد په څرګنده توګه ځان غوښتوونکی، ځان پالوونکی او په ظاهري ډول پر ځان د لوړ باور تظاهر او تمثیل کوي. دا کسان ډیری وخت لانجو ته مخه کوي او د هیڅ ډول مخالف/پرضد آند او نظر او یا هم د دوی د خوښې خلاف کار زغم نلري.

۲- ناڅرګند (پټ) نارسیسیزم یا خود غرضي:

هغه کسان چې پدې ډول خود غرضۍ یا نارسیسیزم اخته دي، په ډېر ګومان دا افراد په تشویش کې وي او د ناامنۍ احساس لري او ډیری وخت د نورو سره دفاعی چلند او عکس العمل لري. دوی ډیر زیات حساس دي او کېدای شي له هرې پېښې، خبرې یا چلند څخه ناآرامه او غوسه شي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

خود غرضه یا نارسیسټ شخصیت اختلال نوم له کوم ځایه اخیستل شوی دی؟

خود غرضه یا نارسیسټیک شخصیت اختلال نوم؛ له یوې یوناني کیسې څخه اخیستل شوی ده. د کیسې له مخې یو ځوان د نارسیسوس په نوم خپل انځور په اوبو کې ویني او پرې مئین (عاشق) کیږي. په خود غرضۍ یا نارسیسیزم ناروغۍ اخته کس هم د نارسیسوس په څیر د خپلې خوښې ناسم او غیر حقیقي انځور ته جوړوي او پرې مئین (عاشق) وي. د دې خلکو ځانګړتیاوې د نورو ستاینې ته اړتیا، د نورو سره نه مرسته او ځانونه ډېر زیات ځانګړي او بې اندازه لوی ښودل دي.

د خود غرضه یا نارسیسټ (Narcissist) شخصیت اختلال څه شی دی؟

خود غرضه یا نارسیسټ شخصیت اختلال یو ډَول د شخصیت اختلال ده، په انګلیسي کې ورته (Narcissistic Personality Disorder) وایي چې فرد (کس) یکې داسې ځان لوی او اړین (مهمه) ګڼي او په خپلو وړتیاوو او لیاقتونو کې له حَده زیاته مبالغه (اغراق او غُلو) کوي. دا ناروغان د خپلې نړۍ مرکز ځان ګڼي، له هر پلوه ځان ځانګړی ګڼي، په خپل ځان او خپل ذهن کې دوی بشپړ دي. د ځان غوښتنې او ارزښت احساس د نورو اړتیاوې، ستونزې او احساسات د دوی له ذهن څخه لېرې کوي. دوی ډېر مغرور او متکبر دي، ځانونه له نورو څخه لوړ ګڼي او نورو څخه د درناوي او ستاینې تمه لري. کله چې خپله او د دوی شاوخوا نړۍ د دوی ناسمو، غیر حقیقي او ناممکنو غوښتنو او تمو کې پاتې راشي، دوی ډېرې وخت په ناهیلۍ (مایوسۍ) اخته کیږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د خود غرضه یا نارسیسټ (Narcissist) شخصیت اختلال نښې نښانې:

- ځان ته اهمیت ورکول په اغراق (مبالغوي) توګه
- ځان د ډېر زیات او په دوامداره توګه د ستاینې وړ ګڼل
- د ټولنې ټیټو خلکو ته په سپکه سترګه کتل
- له لامل او دلیل پرته د هرې غوښتنې او تمې منل یې د نورو په واسطه
- خپلو موخو ته د رسېدلو لپاره له نورو څخه استفاده کول
- د نورو اړتیاوې او احساسات کوچني او بې ارزښته ګڼل
- نورو سره کینه او بدرخي لرل او دا باور چې نور هم ورسره کینه او بدرخي لري
- د نیوکې پر وړاندې حساس او نیوکه نه منل
- د کبر او غرور سره رویه او رفتار کول
- نور کوچني ګڼل او ځان لوی ګڼل په غوسې او بدرفتارۍ سره
- په رفتار، رویه او احساساتو کې ستونزه لرل
- د بدلون او اسټرس وضعیت سره ډېره ستونزه لرل
- خپلې لاسته راوړنې لوېې او د نورو کوچنۍ ښودل
- یوازې خپلو اړتیاوو او ستونزو ته پام کول او د نورو اړتیاوو او ستونزو ته هیڅ پام نه کول
- په اخفا کې د ناامنۍ، حقارت او ځان ټیټ ګڼلو احساسات لرل
- خبرو پر مهال یوازې پخپله خبرې کول او بل هیڅوک خبرې ته نه پرېښودل
- ځان په هر څه او په هر علم پوه ګڼل او نور خلک نادان او جاهل ګڼل

د خود غرضۍ (نارسیسیزم یا خود شیفتګۍ) ویجاړوونکې اغېزې:

خود غرضه یا نارسیسټ (ځان غوښتونکی او ځان پالونکی) انسان هغه څوک دی چې د تعادل او برابرۍ له کچې ډېر زیات او د یو ناروغ په توګه ځان ته پام کوي. دا ډول کسان، ډېر زیات په تشویش او اندېښنه کې دي او تر ټولو بد او لوی درد ورته دا دی چې څوک هغوی ته پام ونکړي، نو ځکه د ځان په اړه د نورو پام راګرځولو لپاره هر کار ته لاس اچوي. خود غرضي (افراطي ځان غوښتنه او ځان پالنه) هیڅ بنسټ نلري او په عادي توګه د فرد په خیالونو، تصور او توهماتو باندې تکیه کوي. خود غرضه یا نارسیسټ کسان ګومان کوي چې ډېر زیات مهمه، غوره او لوی کسان دي او د حېرانتیا ځای خو دا دی چې هغوی غواړي نور هم اړ (مجبور) کړي چې دا ډَول باطل خیالونه او تصورات ومني او قبول کړي. خود غرضه یا نارسیسټ انسان، پرله پسې ځان او نور غولوي (تېر باسي) او د ځان لوی او غوره ښکاره کولو لپاره، تل دروغ وایي، په عجیبه او غریبه توګه مالي او معنوي امتیازات د ځان ګڼي او کله پدې کار کې پدې کچه اغراق (مبالغه او غلو) کوي چې خپله هم په خپلو دروغونو باور کوي.

ریاکاري د خود غرضه (افراطي ځان غوښتوونکو او ځان پالوونکو) انسانانو د ځانګړتیاوو څخه یوه لویه ځانګړتیا ده. دا کسان پدې رښتیا پوه شوي ندي چې مینه، لېوالتیا او محبت انسان ته، د نورو سره په صداقت او رېښتینولۍ سره لاسته راځي او ځکه له یو څه مودې وروسته، د هغوی اصلي او رښتینې څېره نورو ته څرګندیږي او نور بیا هماغه لومړنی پام او کاذب درناوی هم هغوی ته نه ښیي، په تشویش، اندېښنې او تل پاتې رنځ او درد اخته کیږي. خود غرضه (ځان غوښتونکی او ځان پالونکی) انسان د حقارت په ضد او ځان ټیټ (کم) لیدلو باندې اخته دی، نو ځکه هڅه کوي د ځان لوی ښودلو سره، دا کمی (کمبودۍ) رد یا پټې کړي. خود غرضه (ځان غوښتونکی او ځان پالونکی) انسان

(c) ketabton.com: The Digital Library

په ډېره ټينګه توګه د واقعيتونو له ليدلو او منلو څخه تېښته کوي او د خپلې خيالي جوړې کړې نړۍ پاچا دی او هلته پکې اوسيږي. خود غرضه (ځان غوښتونکی او ځان پالونکی) انسان هيڅکله د کار او ژوند لپاره يو سم او ښه ملګری ندی او اړيکه ورسره لږ اعتبار او ثبات هم نلري.

خود غرضه (ځان غوښتونکی او ځان پالونکی) انسان يوازې خپل غږ (آواز) اوري او خپل فکرونه ورته د منلو دي. هغوي هيڅکله نشي کولای د نورو نيوکه (انتقاد) په ځان ومني او پرله پسې له نورو تمه لري چې له هغوی څخه ستاينه، تعريف او تحسين وکړي. د ژوند شور او شوق په خود غرضه (نارسيسټ) انسان کې شتون نلري، ځکه هغه يوازې خپل ځان ويني او له نورو څخه چې په عاجزۍ د هغوی تحسين او پام غواړي، بې خبره او غافل دی. هغه پرله پسې د دې بې بنسټه تصور سره لاس او ګرېوان دی چې د ټولې نړۍ انسانان بايد آند او نظرونو ته يې غاړه کيږدي او هغه دې ومني او ډېر عجيب او غريب تعصب هم د خپلو عقيدو په اړه لري او د هغو عقابډو چې د هغه په خلاف وي (په خوښه يې نه وي) هيڅکله د هغو تر بار لاندې نه راځي. خود غرضه (نارسيسټ) کس په شديده او سخته توګه ناروغ دی، خو که چېرې څوک جرأت وکړي او دا خبره هغه ته ووايي، سمدستي په ناپوهۍ او جهالت تورَن کيږي، ناپوه او جاهل ګڼل کيږي.

يو خود غرضه (نارسيسټ) کس، نور هم د ډېرو سختو رواني زيانونو سره مخ کوي. ژوند د داسې کس سره، په ځانګړې توګه د ماشومانو لپاره، ډېره ستونزمنه او زيان رسوونکې ده. له هغه ځايه چې خود غرضه (ځان غوښتوونکی او ځان پالوونکی) انسان، په عادي توګه نه مني چې ناروغ دی، د هغه شاوخوا کسان بايد زده کړي او پوه شي چې د امکان تر کچې، د هغه له اغېزو او القأوو څخه ځان وساتي او ځواکمن (قوي) اوسي. رښتيا خو دا ده چې انسان تر څو اړ (مجبور) نه وي د خود غرضه (نارسيسټ) کس سره ژوند نه کوي او که چېرې په هر دليل، د داسې ځوروونکې ستونزې سره څوک مخ کيږي، بايد هڅه وشي له هغه سره هيڅ بحث او بيان ونشي، ځکه بې له اعصاب خرابۍ روحي او رواني زيان څخه به بله پايله ونلري. خود غرضه (نارسيسټ) کس سره، له جوړجاړي څخه پرته بله چارَه نشته. جوړجاړی (زغم او صبر) د جبري زغملو او کمزورۍ منلو په مانا/معنا نده. **جوړجاړی (مدارا) يا زغم او صبر د يو لوړ روح پايله او د انساني طبيعت سمه پېژندګلوي ده.** جوړجاړی (زغم او صبر) په رښتيا ځان عيارول او برابرول د پوهاوي سره د هغو شرايطو سره چې کله کله پر انسان باندې تحميل او مسلط کيږي.

ژوند او کار د خود غرضه (افراطي ځان غوښتوونکو او ځان پالوونکو) انسانانو سره ناشونی (ناممکن) دی، مګر دا چې خپله ناروغي ومني او د درملنې په لټه کې يې شي، خو ستونزه دلته ده چې خود غرضه (نارسيسټ) کسان پدې اندازه خپلو پوچو خيالونو او توهماتو باندې يې باور کړی دی چې له هيڅ ډاکټر او درمل ورکوونکی څخه مرسته نه اخلي. که د خود غرضه (نارسيسټ) کس سره د جوړجاړي او مدارا توان نه وي، په جدي توګه له هغه سره د مشارکت او په هره برخه کې بايد ورڅخه ځان ساتنه وشي. که نه نو زړه ماتېدنه، ډېر شديد او سخت روحي او رواني زيانونو سره مخ کېدل به يې پايله وي. خود غرضه (ځان غوښتوونکي او ځان پالوونکي) انسان ته بايد دعا وشي چې خدای (جل جلا له) هغه ته په برابره کچه پوهاوی او معرفت ورکړي تر څو پخپله د خپل پدې لوی عيب پوه شي او د درملنې په لټه کې يې شي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

وروستۍ خبرې:

- دا ناروغي (اختلال) په نارينه وو کې له ښځينه وو څخه زيات ليدل کيږي.
- مثبت فکر کول، مثبت فکر لرل، مثبت تلقين او ښه فکرونه د ځان په اړه د دې اختلال سره يو شان ونه بلل شي بلکې دا د ژور خفګان (خپګان) او بېلابېلو روحي او رواني ناروغيو څخه د ځان ساتلو لپاره اړين دي.
- په نړۍ کې ډيری کسان (افراد)، ټولنې او د هيوادونو خلک پدې اختلال اخته دي، که څه هم دا ناروغي (اختلال) يو فردي اختلال دی خو زيات شمېر کسان، ټولنې او په لويه کچه د هيوادونو خلک تر ناسمو اغېزو لاندې راوَلي، څکه افراد (خلک) ټولنې جوړوي او ټولنې په ټوليزه توګه يو هيواد جوړوي. په افغانستان کې هم تر يوې کچې خلک پدې ناروغۍ (اختلال) اخته دي، خو ډيری خلک لدې اختلال څخه خبر ندي، يا کېدای شي خبر وي، خو پام به يې ورته نه وي. آيا يو راز درته ووايم؟؟؟ . . . : د افغانستان اوسنۍ حکومت (طالبانو حکومت) ډيری غړي او د دوی ډيری پلويان هم پدې ناروغۍ (اختلال) اخته دي په ځانګړې توګه له ديني پلوه او د عقايدو برخه کې، ليدلي به مو وي چې څنګه له ديني پلوه او د عقايدو برخه کې له نورو ټولو خلکو څخه څنګه ځانونه پورته او لوړ ګڼي؟ او نورو خلکو ته څه ډول په ډېره ټيټه او سپکه ستړګه ګوري؟ داسې ګومان کوي چې په افغانستان د دوی راتګ سره خلک مسلمانان شوي؟ د اسلام دين داسې ګڼي چې يوازې د دوی دی او دوی پرې پوهيږي، د اسلام دين (چې د ټول بشريت ريښتونی دين دی) شخصي او انحصاري او د ځان يې ګڼي. د نورو مسلمانو هېوادونو خلک خو اصلاً مسلمانان نه ګڼي.
- خود غرضه يا نارسيسټ انسانان/خلک: زه هيله لرم چې پدې پوه شي؛ پدې نړۍ کې چې دا اته ميليارده انسانان ژوند کوي هر يو يې ځان ته ځانګړتياوې لري. مثبت او منفي، ښه او بد اړخونه د هر انسان په وجود او ژوند کې شته دا بايد ومنو؛ هيڅ انسان پدې نړۍ کې بشپړ، جامع الکمالات او د ټولو علمونو خاوند ندی. هر انسان که د نړۍ په ډيرو علمونو او ډېرو برخو کې پوهيږي اړينه نده چې يوازې خبرې، ځان ستاينه، ځان پالنه، ځان غوښتنه، ځان ښودنه او نورو خلکو ته ځان ثابت کړي بلکې کولای شي د ځان په ګټه او د نورو انسانانو په ګټه يې وکاروي. هر انسان د فردي او فکري خپلواکۍ حق لري؛ که له يو انسان څخه فردي او فکري خپلواکي او فکر يې واخيستل شي هر څه ترې اخيستل شوي او هيڅ ورته نه پاتې کيږي. په نړۍ کې او د ژوند په هره برخه کې له مونږ څخه لوړ (پورته) او ټيټ (ښکته) خلک ژوند کوي، اړينه نده چې لوړ خلک دې مونږ د نړۍ ژغورونکي او ټيټ خلک دې مونږ نادان او جاهل وګڼو؛ دا به زمونږ ډېر ناسم قضاوت وي؟ هر څوک او هر انسان مونږ او تاسو ټول د ډېرو لوړو ارزښتونو خاوندان يو. څکه: (الله [جل جلاله] ټول انسانان/ټوله اولاده د حضرت آدم [عليه السلام] اشرف المخلوقات پيدا کړي دي او منلي يې دي.). هر انسان که ډېر علمونه لري او په ډېرو شيانو پوهيږي اړينه نده چې په ځان او په خپلې پوهې غَره شي او ځان بيخي ورک کړي؛ که په ربښتيا عالم وي او ډېره پوهه لري نو بايد د ځان په ګټه، د نورو خلکو په ګټه يې وکاروي، پاېلې يې بايد خبرې وکړي نه چې خپله پخپله ځان ستاينه، ځان ښودنه، ځان پالنه او ځان غوښتنه کې افراط وکړي.
- (دا موضوع او مطلب د ارواح پوهنې، ټولنيزو اړيکو او انساني طبيعت پورې اړوند ده. ځان په اړه بايد ووايم: چې زه ارواح پوه نه يم، ډيرې نيمګړتياوې او عيبونه په ما کې شته، د ژوند ډيرو برخو او ډيرو زياتو مسائلو په اړه نه پوهيږم؛ **خو؛** پخپله د خود غرضه (نارسيسټ) انسانانو سره مخ شوی يم او ژوند مې ورسره کړی، بايد اعتراف وکړم چې ډېر زيات يې روحي او رواني ستونزو سره دې خلکو مخ کړم، البته زه نه پوهيدم چې څه وکړم؟ او څه ډول دې خلکو سره رويه او رفتار وکړم؟ تر څو ما ته او دې خلکو ته ستونزې پېښې نشي. له لټون او مطالعې وروسته مې دا معلومات وموندل او دې معلوماتو راسره ډېره مرسته وکړه؛ که تاسو هم لدې ستونزې يا دې ډول خلکو سره مخ ياست کولای شئ لدې معلوماتو ګټه پورته کړئ يا کولای شئ په ګوګل کې د خود شيفته انسانانو په اړه په فارسي/دري او يا هم په انګليسي ژبې (نارسيسزم - Narcissism) په اړه لټون وکړئ ډېر ښه مالومات شته دي، چې ترې ګټه واخلئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

مننه؛ بريالي اوسئ. هيله ده چې د داسې خلکو سره مخ نه شئ، او که مخ کيږئ زه هيله من يم چې دا ليکنه، يا که پخپله معلومات دې موضوع په اړه ګورئ؛ درسره مرسته وکړي.

پښتو ژباړه او راټولوَنه : عبدالرشيد صمد ”نجاب“

ډيزاين او ترتيب کوونکی : ارسلان ”همت“

سرچينه او منبع: ويکي پيډيا، وېستا مجله او يو شمېر نورې ويب پاڼې؛

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