

# خوانان او شخصیت جوړېدنه

ليکوال:

ډاکټر تاج الدين (ملت مل)

۱۳۸۹ لمريز  
Ketabton.com

دويم چاپ

د جلال اباد بنار \_ ننگرهار، افغانستان

## د کتاب ځانګړنې:

د کتاب نوم	::	ځوانان او شخصیت جوړیدنه
لیکوال	::	ډاکټر تاج الدین (ملت مل)
د لیکوال بریښنا لیک	::	<a href="mailto:tajmim@aol.com">tajmim@aol.com</a>
د چاپ لړۍ	::	دویم چاپ، له نوو زیاتونو سره
ژبنيز اصلاحوونه	::	هجرت الله (اختیار) او حیات الله (وړ)
کمپوزګران	::	شمس الدین (الفت) او عبدالقدیر (امین)
پښتۍ او ډیزاین	::	رحمان الله بهیر
د چاپ شمېر	::	۲۰۰۰ ټوکه
چاپ ځای	::	حلیمی مطبعه
د کتاب د لاسته راوړنې پته	::	نوی سید جمال الدین (افغان) انستېتیوت د چپرهار زړه هڅه، دننگرهار د بریښنا ریاست ته مخامخ، د تالاشې چوک ته نږدې، جلال آباد ښار اړیکشمېرې: ۴۵۴ - ۰۰۶ - ۷۰۰ (۰) ۳۳۳ - ۰۰۰ - ۶۰۲ (۰)

ددې کتاب د کاپي او چاپ ټول حقوق له لیکوال سره خوندي دي، سرغړونکی به یې له سختو قانوني مجازاتو سره مخ شی، د اجازې لپاره له لیکوال سره اړیکې ونیسې.

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

## ډالۍ

خپل دغه اثر د افغانستان دتوريالې، ولي ساده (!) او محروم ملت هغه ځوان نسل ته چې دطاغونيت دوحشتونو له لاسه يې د خپل ماشومتوب زرينې ورځې او شپې يې په غرونو، رگونو كې، په سرو غرمو، سرو او واورو كې په بې كوري، يتيمۍ او نا هيليو كې تېرې كړي، او آن داچې همدا نن هم له خپلو نړيوالو همزولو سره د سيالۍ نه بې برخي كړاى شوي، په خورا درناوي ډالۍ كوم.

ډاکټر تاج الدين ( ملت مل )

## د کتاب موخه

د ټولنيزو برياليتوبونو او لاس ته راوړنو بنسټ په ځوانۍ كې ايښودل كيږي. له بده مرغه، هغه وخت چې ځوانان دا واقعييت درك كوي، نو دومره پري ناوخته شوي وي چې بيا هغه د لاس نه وتلې وخت نشي جبرانولاي. د دې كتاب د ليكلو اصلي موخه همدا ده، چې تاسي ځوانان و دغه حساس ټكي ته متوجي كړي، تر څو په خپل راتلونكي ژوند كې لوړو مقامونو ته د رسيدو په لاره كې تاسي هغه وړ او ضروري فرصتونه له لاسه ورنكړي، د كومو چې زه او زما په خير نور يي ارمان كوو.

## مننه

دا دخونبي ځاي دي چه د "ځوانان او شخصيت جوړيدنه" كتاب د دوهم ځل لپاره د نوي اضافي او اصلاح شوي موادو سره د لوستونكو او علاقه لرونكو په وړاندې ډالۍ كېږي.

زه يو ځل بيا د دې كتاب په تهيه، ټاټيب، اصلاح او چاپ كېښي د يو شمير زياتو ملگرو او دوستانو د نه ستړي كيدونكي هلو ځلو نه مننه كوم. په خاصه توگه زما د كورنۍ د څو تنو ځوانانو شمس الدين (الفت)، عبدالقدير (امين)، اشرف خان (شيرزاد) او مشرف خان (حيران) هلې ځلې چې څو څو ځله يې د كتاب په درستونه او د كتاب په كمپوز كولو كې كړي د ستايني وړ بولم.

ددې تر خوا د محترم هجرت الله (اختيار) صيب، اوحيات الله (وړ) صيب دوامداره هلې ځلې د كتاب د ژبنيز اصلاح او ډيزاين په برخه كې او همدا راز د بناغلي نجيب الله (نايل) صيب او رحمان الله بهير چټكې او ضروري لاسوهنې د كتاب د ډيزاين په برخه كې دومره با ارزښته دي چې د دوي ددغو علمي مرستو پرته به دا كتاب لكه د يوه بي مالگي قطع په شان وه. زه ددوي د هريوه له اخلاصه ډكو هلو ځلو نه د زړه له كومې مننه كوم.

بي ويلو دي نه وي چې دا د بناغلي عبدالصير سباوون هراړخيزه همكاري وه چې دغه كتاب ئي زما دخولي او فكر نه ستاسي لاسونو ته درورساوه. دده د دوامداره مرستو نه بغير به دغه كتاب اوس هم يو خيال وه.

دلته دا په ځاي ئي بولم چي دشمشادد تلویزون، دتنگرهارد ملي تلویزون، د شرق پ تلویزون او د افغانستان د ملي تلویزون د مسؤلینو او کارکوونکو نه او همدا راز د اباسین، نرگس، شرق او کلید رادیوگانو د کارکوونکو څخه هم د زړه له کومې مننه وکړم چي ټولني ته ئي ددي کتاب دور پیژندنې په برخه کې خپلې هر اړخیزه همکاري په نه ستړي کیدونکې توگه جاري ساتلې دي.

بلاخره غواړم چي دیو شمیر زیاتو هغه ځوانانو نه مننه وکړم چه د کتاب د لوستلو نه وروسته ئي په خورا مشکل سره زما سره اړیکي نیولې او دخپلو نیکو نظریو، انتقاداتو او پیشنهاداتو سره ئي نه یوازي دا چه دا کتاب بڼکلي او رنگین کړې بلکه ماته ئي هم ددي خدمت د ادامي ورکولو لپاره دوامداره انرژي او مینه رابخښلي ده.

په پای کې باید ووایم چي زما د کورنۍ د ټولو غړو او په خاصه توگه زه د خپلي گراني میرمني گلالۍ جانې او خوږي لور هخاندې نه مننه کوم چه دوي د خپلي میني او وخت یو لویه برخه ماته رابخښلي وه چي د هغی نه په استفاده زه یو ځل بیا دا اثر له سره تنظیم او ستاسي درنو لوستونکو تر لاسو در ورسوم.

خپلې خبري په دي لنډول غواړم چه افغانستان زمونږ هیواد دي. ددي ازادول، ابادول، اصلاح او بڼکلي کول دهر افغان مسؤلیت دي. رايي چي په گډه خپل دغه دروند تاریخي مسؤلیت په صداقت، او ایمانداري سره ترسره کړو.

**په خورا درنښت**

**داکتر تاج الدین ملت مل**

## د کتاب په اړه

دا کتاب د انسانانو د ژوند تر ټولو مهم اړخ (تربې) ته وقف کړل شوی دی. تعلیم سرې ته هوسا ژوند کول او تربیه ورته ابرومند ژوند کول ورزده کوي. تعلیم د هر انسان د هوسا ورځینې ژوند لپاره د وسایلو او وسایطو د جوړولو او د هغوي نه د مؤثري گټې اخستلو وسیله ده. او تربیه بیا په ټولنه کې د انسانانو تر منځ د اجتماعیت، او انساني نیکو اړیکو او په ټولنه کې نورو ته د گټور ثابتیدلو وسیله ده. انسانان په نړۍ کې د یوه تر ټولو لوړ اجتماعي مخلوق په توگه د تعلیم نه پرمخې تربیې ته زیات او جدې ضرورت لري. د شرقي ټولنو یو بڼه صفت هم د همدې بڼې تربیې لرل وه او دی. سره لدې چې غربي ټولني په مادی لجباط ډیر پرمختیاوي تر لاسه کړي دي، خو د تربیې او معنوي نیمگړتیاو په وجه نن هغه ټولني ډیري پریشانې او د ډیرو اجتماعي ستونزو سره مخ دي.

زمونږ هیواد هم د شوروی له خوا د راتپل شوي جگړې دمخه و د غربت او وروسته پاتېوالی د ټولو مصیبتونو سره سره، بیا هم د معنویت او خاصتاً د تربیې له پلوه یوه بډایې ټولنه وه. ولې بدبختانه د تیر دري لسيزو راتپل شوو جگړو په نتیجه کې، زمونږ ټولنه د دوه نوه زیانونو سره مخ شوه. یو یې فزیکي زیان او خرابونه ده، چې په هغې کې د سرکونو، کورونو، محکو، بندونو، خرابوونو او له منځه تلنه شامل ده، او بل یې معنوي زیان دي چې په هغې کې د ټولنی د غرو، خاصتاً د ځوان نسل تعلیمي او تربیوي خرابوونه شامل دي. چې ددې جملې څخه زمونږ د ټولني تر ټولو مهم او ستونزمن زیان د ځوان نسل

د تربې له منځه تلل او ددوي ذهني او تربیوي خرابونه ده. د هیواد فزیکي بیرته رغونه اسانه او حتا خارجیان هم کولای شي چې تر ډیره حده هغه ترسره کړي، ولې د هیواد معنوي زیان خورا گران، او پخپله د افغانانو نه پرته بل هیڅوک هم نشی کولای چې هغه ترسره کړي. پردي برسیره، ذهني رغونه د فزیکي رغونې په نسبت اولیت لري. ترڅو چې مونږ د خپل خلکو ذهنونه د هیواد او ملي گټو په خاطر آماده نکړو، ټولي فزیکي رغونې به بیخایه، بپوخته، او داسي بې نتیجې وي لکه همدا اوس چې دي.

متأسفانه، زمونږ په هیواد کې نه دولت، او نه هم خلک و دغې مهم او ضروري اصل ته دومره توجه کوي. د نورو ډیرو علتونو تر خوا کیدای شي یو علت دا هم وي، چې معنوي رغونه، او د ذهنونو اصلاح کوونه ستونزمن کار، او تر بل هر څه زیات نمونې جوړیدنې ته ضرورت لري. ممکن همدا عوامل وي چې لار او سه پدې برخه کې هیڅ او یا هم ډیر ناخیز اقدامونه ترسره شوي دي.

زه دا خپل افتخار بولم چې د خپلې ټولني د یوه اگاه او با مسؤلیته سیاسي انسان په توگه، ددغه اساسي ستونزې په درک کولو، او ددې ستونزې د اساسي او بنیادي حل په لاره کې د هیوادوالو په پوهونه، راوینسونه، او ددوي په لارمه تجهیزاته کې خپل لومړني مسؤلیتونه ددې کتاب له لارې ترسره کوم. ولې دا هم لارمې بولم چې خپل هیوادوال ددې مشکل ژوروالي، پراخوالي او عاجل والي ته متوجې کړم. افغانان باید پدې پوه شي چې دا ستونزه ډیره پیچلې، او چاره یې هم خورا گرانه، او ډیرو پراخو، او هراړخیزو هلو ځلو او قربانیو ته ضرورت لري. یوازينې لاره چې مونږ به وکولای شو چې د خپل هیواد

روښانه راتلونکي ته اميدوار شوو، هغه به همدا د سالمې ملي روزنې په لاره کې د ټولو افغانانو (دولت او ملت) نه ستړيکيدونې دوامداره او صادقانه هلې ځلې وي او بس. نو پدې ځای کې دا خپل ملي، اسلامي او انساني فرض بولم، چې د خپل ځان په مثال کيدو سره، تاسي ځوانان او مشران هر يو پدې لاره کې د منظمې او مؤثرې ونډې اخستلو ته راوبولم. راځي چې په گډه د خپل ځوان نسل د سالمې روزنې په برخه کې مونږ هر يو خپل اتل توب او مخکښوالي ښکاره کړو.

**تاج الدين ملت مل**  
**جلال اباد**

## د ليکوال لنډه پېژندنه

ډاکټر تاج الدين (ملت مل) د ننگرهار ولايت د چپرهار د ولسوالۍ د شولانې په کلي کې د نن نه ۵۷ کاله پخوا زېږېدلی دی. نوموړي په تنکۍ ځوانې کې د خپلو خاصو علمي توانمديو په وجه ثانوي زده کړې په لسو کلو کې مکملې کړي چې د ننگرهار د عالي لېسې څخه په اعلي درجه د فراغت نه پس د ننگرهار د پوهنتون د طب په پوهنځي کې شامل او په ۱۳۵۵ کال کې د طب د پوهنځي څخه هم په اعلي درجه فارغ شو. دی په هېواد کې د څو کاله خدمت نه وروسته د کمونستي دولت له خوا په سياسي بند د پلچرخې په زندان کې بندي کړای شو چې د راز، راز شکنجو نه پس بيا د زندان څخه د خوشي کيدو سره سم ده په کابل کې يې خپله وظيفه او کور پرېښودل، او د جهاد په ليکو کې يې دخپل هيواد داستقلال، ملي حاکميت او د اسلام د مقدس دين څخه د دفاع په لاره کې مبارزې ته دوام ورکړ. خود جهاد په منح کښي تنگنظري ددي سبب وگرځيده چه دي يې دهيواد څخه په هجرت کولو مجبور او په سره ژمي کښي دتوري بوري دغرو له لاري پاکستان ته مهاجر شو.

په پاکستان کې (۱۳۵۹-۱۳۶۷ ل) کلونو کې، ده برسیره پردي چې په مختلفو موسسو او شفاخانو کښي دافغاني گډوالو او مبارزو مجاهدينو لپاره نه ستري کيدونکي طبي خدمتونه ترسره کړل، ددي ترخوایي هميش دخپل گران هيواد او هيوادوالو د اتحاد، استقلال، ازادۍ او خوشبختۍ په خاطر هر اړخيزه سياسي هلی ځلې هم کولې، او ورسره يې دهرنوع تخريب کارانه دسيسو په وړاندي اگاهانه، شعوري، او منظمه سياسي مبارزه هم پر مخ وړله.

دارتجاع او خارجي شبکو په وړاندې دده همدغه قاطع او غوڅ دريز ددې سبب شو چه بلاخره دې دپاکستان څخه امريکي ته په سياسي پناه اخستلو مجبور کړاي شو. غربت اود هيواد نه لريوالې دده په هاغه توده مينه کي چه يي دخپلو خلکو او هيواد سره لرله هيڅ نوعه بدلون رانه وستلای شو، اوپدي توگه ده هلته په امريکي کښي هم په دوامداره او قاطعانه توگه دخپل هيواد نه په دفاع کولو او خپلو هيوادوالو د سياسي وحدت په لاره کښي نه ستړي کيدونکي مبارزي ته ادامه ورکړي او ورکوي پي.

ملت مل صاحب په امريکي کښي نور لوړتجصيلات هم وکړل او دوه ماسټر ديگري دامريکي څخه هم لاس ته راوړي. ده دطب، ټولنيزو اوسياسي موضوعاتو په برخه کښي دولس کتابونه ليکلي اودده څلو راخترع گاني هم په نړي والي کچه منل شوي اودامريکي دکانگرس په کتابخانه کښي دده په نوم ثبت دي، چه دهغي جمله څخه يو هم ديوي دايمي کليزي اخترع اوبل هم د داسي يوه ساينسي فارمول اخترع شامل دي دکوم له مخي چه هجري شمسي نيتي په ميلادي اوميلادي نيتي په هجري شمسي نيتو په دقيقه توگه بدلیدلای شي. دپورته علمي اثارونه علاوه ملت مل دطب په ساحه کښي فوق العاده زيات علمي څيړني کړي اودهغي تحقيقاتي مقالې دامريکا اواروپا په مشهورو طبي مسلکې مجلو کې نشر اودده طبي تحقيقاتو نړي والي جايزي ترلاسه کړي دي.

داکترملت مل دسولي په برخه کي په نړي واله کچه يو پيژندل شوې او منل شوې شخصيت دی. دنړي والي سولي په برخه کښي دده اثار اووړاندیزونه په پراخه کچه منل شوي او په دي لاره کي يي ده ته و

خو هیوادونو ته د سفر او په نړی والو کنفرانسونو کښې د مهمو بیانیو دورکولو شرایط برابر کړي دي. ده د خپلو همدغو هلو ځلو په نتیجه کې د (د سولې نړی وال سفیر) جائزه گټلې، او (د سولې د نړیوال سفیر) په توگه په نړیواله کچه پیژندل شوی دی.

ملت مل د سیاست په ډگر کښې هم دیوه غښتلي، ثابت دریغ او دوران دیش (لر لید) ملي اسلامي مبارزه په توگه دهیواد په ډیر و نازکو حالاتو کښې دخپلي خاوري او خلکو د حقوقو نه په دوامداره او زړه وره توگه دفاع کړي او کوي یې. د سیاسي فکر له نظره ملت مل یو ملي، مسلمان، په اجتماعي عدالت، او دیموکراسي باورمند مبارز شخصیت دی. دی که له یوی خوا اسلام د یوی سیاسي وسیلې په توگه استعمالول د اسلام او مسلمانانو په گټه نه بولی، د بلې خوا دي د سوسیالیزم او کمونیزم تر شعارونو لاندې هر نوعه مبارزه چې د افغانانو د ملي مقدساتو او ملي کلتور سره مخالفه وي په جدې توگه محکوموي. نوموړي همدا اوس هم دخپلو نورو سیاسي ملگرو په ملاتړ دهیواد د ابادی، سولې سوکالي، ازادی او کامل اسقلال په خاطر، د داسي یوه سیاسي تشکل په جوړښت کار کوي چه یوازی هغه تشکل کولای شي د هیواد د دي درند و ستونزو نه بچ او د ابد لپاره په یوه مستقل، خپلواک او سرلوري هیواد بدل کړي.

ملت مل د طبي او سیاسي خدمتونو سر بیره په خیریه کارونو کې هم تر نورو گړندي او همیشه مصروف پاتي شوي دي. د اجتماعي خیریه کارونو په جمله کښې دده له خوا په چپرهار کې د کونډو بنځو یوه پروژه، د سولې په نوم د غټو جنکو لپاره یو ځانگړي مکتب، د تنگړهار

د پوهنتون سره مرستي، اودهزاره جات خلکو ته یو لږ خدمتونه  
دیادونې وړ دي.

داکتر ملت مل د هیواد د ځوان نسل د عملي تشویق او د هیواد په بیا  
رغونه کې د ځوانانو د سالمې او مؤثرې ونډې اخستلو په منظور د  
ټولنیز خدمتگاران، په نوم یو اجتماعي تحریک ایجاد کړي دي چې  
دغه تحریک هیوادوال خاصاً ځوانان د هیواد په رغونه او  
سالمتیا کې فعالې داوطلبانه ونډې اخستلو ته هڅوي. د دې اجتماعي  
تحریک اهداف ډیر ساده او فوقالعاده علمي، او عملي دي، چې په  
لاندې ډول ذکر کېږي:

۱. د هیواد د مالي ودي د تقوي او په خپل ځان د اتکا په غرض د  
ملي تولیداتو استعمالونه، هڅونه، سپارښتنه، او د هغوي د ساتنې  
او پراختیا نه پلوي

۲. په ملي کچه د سالم، پاک او ښه چاپیریال د جوړونې او ساتنې  
لپاره وقایوي، او معالجوي تدبیرونه، هلي ځلي او د هیوادوالو  
خبرتیا، روښانتیا او هڅونه

۳. د ښه، غوره او نیک کلتور وده، پراختیا او د خراب کلتور سره  
مجادله او د هغې مخنیوي

داکتر ملت مل د یوه بامسئولیته سیاسي انسان په توګه، همیشه د  
خپل هیواد ستونزو ته ژوره پاملرنه کړې، او په دې توګه یې همیشه  
خپل وطنوالو ته بي جوړي لارښوونې وړاندې کړي دي. ښاغلي ملت  
مل د خپل کاهل ژوند په ډیرو لومړنیو شیبو کې د خپل هیواد او  
هیوادوالو لپاره د سیاسي خدمت ډګر ته ورودانګل. ده د خپل عمر په  
شپاړس کلنې کې د (ملت مل) تخلص ځان ته غوره کړ، او دده په قول،

له هماغه وخته تر نن ورځي پوري نه يوازي داچې و دي تخلص ته په هراړخيزه توگه صادق او وفادار پاتي شوی دي، بلکه په همدې لاره کي يې بي شميره او کم مساله قرباني ورکړي دي.

د ملت مل له نظره يو سالم سياسي شخص هغه دي چي د تاريخ په هره مقطع کي په دوامداره توگه، خپله ټولنه منطقه او نړي وارزوي، او په دي بهير کي د خپل هيواد او خلکو رښتيني او دوامداره گټي درک، اد د هغو د لاس ته راوړلو او ساتلو لپاره داسي سالم پروگرامونه او لاري چاري خلکو ته وړاندي کړي، چي هغه د هغي ټولني د بقا او سرلوړې سبب وگرځي.

ملت مل چي د خپل هيواد په خدمت کولو کي د مشتقيمي ونډي اخستلو په غرض دوه کاله دمخه هيواد ته راستون شو، نو د يوه ژور علمي تحليل په رڼا کي ده د هيواد د ځوان نسل روزنه او پوهنه تر بل هر څه مهم و پيژندل، او دا يې و پتيله چي تر څو مونږ د هيواد ټول ځوان نسل، خاصتاً د پښتنو بچي په سالمه تربيه او پوهنه ملبس نه کړو، نو مونږ نشو کولاي چي د پردو لاسونه د خپل ملک او خاوري څخه لنډ کړو. او ددي په نتيجه کي به نه يوازي دا چي پښتانه هميش خوا او زار وي، بلکه دهمدي کبله به د پښتنو بچي هميشه د پردو د لاس اله، او ددوي په لاسونو به د هيواد د نورو قومونو د بچو ژوند هم نا ارامه او پریشانه وي. نو دا نه يوازي دا چي د پښتنو د مشرانو مسؤليت دي چي ددي بچو سالمې روزنې او تربيه ته توجه وکړي، بلکه دا د نورو قومونو د لرليد لرونکو مشرانو مسؤليت هم دي چي د خپلو بچو د روښانه او ارامي راتلونکي په خاطر هم د پښتنو د بچو په پوهنه او روزنه کي جدي ونډه واخلي.

ملت مل د همدې اصل په درکولو سره، د هیواد، او خاصیتاً د پښتنو د بچیانو پوهنې او روزنې ته ځان وقف کړ، او په دې لاره کې یې د ښه خدمت کولو په غرض، په ننګرهار کې د نوې سپډ جمال الدین افغان انستیتیوت پرانست، او د دې انستیتیوت له لارې نه یوازې دا چې د دې بچو په تعلیم کې په مؤثره توګه خدمت کوي، بلکه د تعلیم تر خوا و دې ځوانانو ته د شخصیت جوړیدنې د سیمینارونو او ورکشاپونو په ورکولو، او د شمشاد دپه تلویزون کې د یوې ژوندۍ برنامې له لارې، ده خپل ځان په عملي توګه د هیواد ځوان نسل ته د خدمت په لاره کې وقف کړي دي. ملت مل ادعې کوي چې دې د ځوانانو سره ځانګړي مینه لري، او دې خپل ځان د ځوانانو د سالمې تربیې او شخصیت جوړیدنه په لاره کې مسول او دخپل ګڼې. نور اخی چه د دې ادعې د ثبوت لپاره دده دغه لیکي اثر ته مراجعه وکړو، تر څو دده د دې ادعې د حقانیت په اړه سالم او ښه قضاوت وکړای شو.

## د ليکوال خبرې

دويارنې ځاي دي چې يو ځل بيا دگران هېواد او په ځانگړې توگه ځوانانو په چوپړ کي يم او د "ځوانان او شخصيت جوړيدني" کتاب د دوهم ځل لپاره د لومړي ټوک سره د يو څه نورو مخلوماتونو په زياتولو او د يو لړ نيمگړتياو د سمونې سره ستاسي مخې ته ږدم. د ځوانانو سره زما مينه پخه او پخوانۍ ده. ما دخپل ژوند په اوږدو کښي ډير ځوانان د تصور نه اوچت روزلي دي چې بڼه شخصيتونه تري جوړ شوي دي. د نورو پخوانيو قيصونه علاوه په ۱۳۸۲ کال کښي مي دوه ځوانان د امريکي نه ځان سره هيواد ته راوستل او د ننگرهار پوهنتون کي مو د کمپيوتر د دپارتمنت بنسټ کښود. دي سفر دهغه ځوانانو او دهغوي د کورنۍ سرنوشت بدل کړ. چي اوس هغوي هر کال افغانستان ته راځي او دلته رنگارنگ مرستې کوي.

کله چي ما ددي کتاب په ليکلو شروع وکړه. د ځان سره زړه نازړه وم. دي زړه نازړتوب دوه علتونه لرل:

۱- زه ليکوال نه وم او ډير ډاريدم چې هسي نه داسې څه وليکم چې خلک راپوري وځنډوي. سره له دي چي تر دي دمخه هم زما څو طبي مسلکي کتابونه چاپ شوي وه خو د هغي موضوعات مسلکي او د موادو لاسته راوړنه ئي اسانه وه. اما د دي کتاب ليکل د هغي ټولو په نسبت گران ول، ځکه چي مواد ئي کم او په غرب کي نشر شوي مواد چي زما په لاسرس کي وه، د هغي موادو اکثراً ئي بيا دغربي ټولنو په کلتور پورې اړه نيوله چې د افغاني ځوانانو لپاره دومره په درد نشو خوړلای.

۲- ما غوښتل چې کتاب ډیر روان او دافغانی ټولني سره د مقایسې وړوی. خو متأسفانه په افغانی کلتور او زموږ په ټولنه کې چا پدې نوعه موضوعاتو هیڅ لیکنې نه دي کړي. نو ماته دموادو پیدا کول بله ستونزه وه. دی حالاتو زه مجبور کړم چې دخپل ځان او یو شمیر ملگرو ځنې داسې قېصې د خپلي لیکنې د منبع په توگه استعمال کړم چې حتی دهغوي لیکل او د خلکو سره شریکول هم په افغانی ټولنه کې یوه ستونزه وه. خو چې کله مي کتاب خپور او په کمه کچه نشر کړ نو لومړی خو دهغو دوستانو سپارښتونو او هڅو راته یو څه ډاډ راکړ چا چې پري د چاپ نه مخکي لیکنې کړي وي. اما کله چې کتاب د ځوانانو لاسته ورغی نو ما هره ورځ د کتاب نه ځوانانو ته د گټې د رسیدو په اړه نوی او په زړه پوري قیصې اوریدلې. نو خورا زیات خوښ یم چې وتوانیدم د خپل هیواد د ځوان نسل په وړاندې ددې افتخار و لرم چې اقلأ ما د خپل توان په اندازه یو څه دوي ته وړاندې کړي دي.

په تیرو دوه کلونو کې زه په افغانستان کې پاتي شوم او ما د ځوان نسل د سالمې روزنې په برخه کې یو بل دروند مسئولیت (دنوی سید جمال الدین افغان انستیتیوت) پرانیست او هلته مي ددې کتاب نه په گټه اخیستنه ځوانانو ته تربیوي سیمینارونه شروع کړل او دهغې اثرات ورځ په ورځ راته د خوښې لمحي رابخښلي. ددې خدمت نه لاس ته راوړنو زه لانور هم وهڅولم.

زما همدې هلو ځلو راته د شمشاد په تلویزون کې د یوه دوامداره ژوندي پروگرام شرائط راکړل چه پدې اړه د شمشاد د ادارې نه مننه کوم چه زما د زړه دا هیله (ځوانانو ته خدمت) لپاره ئي خپل نړیوال مایکروفون یې زما په اختیار کې راکړ. ددې پروگرام له لاري راسره په

سلگونو ځوانانو اړیکې نیولې او خپلې ستونزې ئې مطرح کولې چې د دوی دغو عملي ستونزو ته ځواب پیدا کول او وړاندې کول زما علمي توانمندي له دوو اړخونو لایزیا ته کړه. اول داچې د خپل ټولني دځوانانو اساسې ورځني ستونزې په لاینه توگه درک کړم او بیا ددې ستونزو ته د حل په لاره کښې ځوابونه تهیه کړم. چې دې موضوع د کتاب دوهم حل چاپ لاغښتلې اونور هم افغانې کړې.

همدا راز ددې هلو ځلو په اوږدو کښې ما ته ددې سرلوړې رایې برخه شوه چه د تنگهار د پوهنې د ریاست د یو شمیر نیکو او توانمندو مشرانو (په خاصه توگه د محترم استاد اول گل ابوزاهد) په لارښونه او همکاري دا کتاب د افغانستان د پوهنې د وزارت د تالیف او ترجمې ریاست ته د ارزونې لپاره وړاندې کړم. د پوهنې وزارت زما دغه اثر د کامیابې ارزونې په نتیجه کښې ومانه او دائي تصمیم ونيوه چې دا کتاب به د درې ترجمې سره د هیواد د ټولو مکتبونو ته توضیح کړي. زما په اند چه د تدریسي نصاب د کتابونو په خوا کې دا اولین کتاب دې چه د پوهنې وزارت ئې د هیواد په کچه ټولو ښوونځیو ته د توضیح کولو هوډ نیسی. دا ماته، تاسې ځوانانو او د تنگهار دخلکو ته د خوښې او افتخار ځای دې چې ددې سیمې د یوه لیکوال اثر پدې کچه پالل کیږي.

گرانو ځوانانو!

مونږ په خپل هیواد کښې د تیر دیرش کلن راتپل شوي جنگ له کبله د تربې نورمال محیطونه له لاسه ورکړل، چې په نتیجه کې یې زموږ موجوده ځوان نسل د رنگارنگ تعلیمې او تربیوی نیمگرتیاو ښکار شول. ولي تاسې هر یو غواړي چې ستاسې او لادونه باتربیه

رالوی شي نو یوازینې لاره ئې داده چي مونږ او تاسي هر یو په دي برخه کي خپل مسؤلیتونه درک، او د تربیي د اصلاح په برخه کي مونږ او تاسي هر یو علمي او عملی قدمونه پورته کړو.

دا کار باید له همدې ځایه شروع کړي، دا کتاب واخلي، پخپله ئې ولولې، په کورنۍ کي ئې په نورو غړو ولولې او دخپلو بچیانو سره ئې گډ ولولې او دهغوي دښوونځي معلمانو ته ئې په اختیار کي ورکړې چې ئې ولولې او عملی ئې کړي. دابه ستاسي د بچیانو په ژوند کښي تر بل هر څه گټور کار وي او ستاسي د بچيو په رانلونکې کې به له بل هر څه ستاسي ښه سرمایه گذاري وي. هیله ده د کتاب په لوستلو کي دهغوي سره په هغوي کي د شخصیت د پیدا کیدو او دیوه شخصیت د ادعي کولو روحیه او توانمندی منح ته راوړي. او چي کله هم ستاسي بچیانو د ناهید په خیر (ددي کتاب مخ وگوري) د خپل ځان سره او په خپل ځان کښي د یو شخصیت لرل تر لاسه کړه نو بیا تاسي په ټوله معني ددي ما شومانو د څارني نه بیغمه کیداي شي.

نور اڅي چي په گډه ددي هیواد د جوړښت په خاطر له خپل ځان او خپلو کورنیو شروع وکړو. او پدي وسیله خپل راتلونکي نسل دیو سالم، بادیاتته او با شخصیته افغانانو په توگه وروزو تر څو خپل عقیدي، خپل هیواد او خپلو خلکو ته وفادار او خدمتگار پاتي شي. تربیه یوازي هغه څوک ورکولي شي چه په ټولنه کښي نورو ته مثال جوړ شي.

## درښت

### ډاکټر ملت مل

۱۳۸۹ لمريز، جلال اپاد ښار

یادونه: دا یو واقعیت دی چې زموږ افغاني ټولنه له یو لږ بې شمېره ستونزو او تنګونو سره مخ ده، چې نېغ په نېغه یې زموږ د ځوان نسل پر روزنې او شخصیتونو خپل اغېز کړی دی. په دې لاندې لیکنه کې زموږ د ټولنې دغو مهمو ستونزو او تنګونو ته اشاره شوې ده، چې د کتاب تر لوستو دمخه یې د ځوانانو لپاره لوستل اړین بولم.

## د افغاني ټولنې او افغانانو (خاصاً د پښتو) د خویونو په اړوند

### ځنې تراخه حقیقتونه، واقعیتونه او ستونزې

د ځان نه دفاع د خدای (ج) له خوا ورکړل شوې داسې یو میخانیکیت دی چې په هغې پوهیدل کله نا کله گران وي. دا دفاع د بدن د مختلفو غړو له خوا په مختلفو طریقو ترسره کیږي. تاسې به دا ډیر ځله لیدلې او تجربه کړیوې چې سترګې د یوه آنې خطر سره د مخ کیدو په صورت کې په داسې یوه سرعت سره پټې شي چې سپرې یې تصور هم نشي کولای. او یا هم دماغ د یوې خطرناکه حادثې په صورت کې داسې فوري او جدي احکام د بدن نورو غړو ته صادروي چې د هغه سرعت د تصور نه بیخي لري او ناممکن بنکاري. د همدې دفاعي مخایکیت یوه برخه هم انکار دی.

اکثره انسانان دردونکې او پریشانوونکې پیښې، او خویونه او حرکات په قصدې او عمدې توګه له نظره غورځوي، ترڅو د هغو یادول دوي لازيات پریشان نکړي. چې متأسفانه دځنو غلطیو او ستونزو دغه نوعه شاته اچول او تري انکار کول بیا د انسانانو د نورو ډیرو ستومانیو او پریشانیو سبب کیږي. او په دې صورت کې د دا نوعه نیمګړتیاوو را بنکاره کول او د هغوي اصلاح کول ممکن د ټولنې په ګټه وي.

د ټولنيزو عيبونو او غلطو خويونو لرل، و هغه سرطاني دانو ته ورته وي چې يواځينی علاج يي تشخيصول، او د جراح په وسيله د هغې پريکول او لرېکول وي. د داسې دانو نه انکار کول، او د هغو په علاج پسې نه گرځيدل، هغه ناروغې له منځه نه وړې، بلکه برعکس هغه ناروغې په تدريج سره د هغه شخص د لضعيفه کيدو او حتا د هغه د مړينې شرايط برابر وي.

د کتاب په دي برخه کې زه غواړم د خپلې ټولنې يو شمير هغه نيمگرټياو او غلطيو ته اشاره وکړم چې د ټولنې زيات غړې ممکن و نه غواړې چې دا ستونزې ومنې او د هغوي ذکر کول ممکن بڼه ونه گڼې، او ممکن دوي ددی ستونزو ليکل هم خطا، او د افغانۍ دود او دستور خلاف يو عمل وبولي. خوزه غواړم دا په ډيرو واضح ټکو کې ووايم چې د نيمگرټياو د مخنيوي او اصلاح لاره، د هغوي نه انکار، او د هغوي پټول نه، بلکه د نيمگرټياو پيژندل، او په ټولنه کې و نورو ته د هغوي ورپه گوته کول، او د هغوي له منځه وړلو لپاره د يوه مناسب او عملي پروگرام جوړول او عملي کول دي او بس. نور اځې چې په گډه د خپلې ټولنې د يو لړ هغه غلطياو او نيمگرټياو چې د هغوراسپرل او پري پوهيدل به مونږ سره د هغو په اصلاح کولو کې مرسته وکړې، څيرنه او پري اعتراف وکړو.

۱. **ستونزه:** افغانستان يوه قبيلوي ټولنه ده چې لاتر اوسه يي د ملت

جوړونې پړاو ندي مکمل کړی:

تقريباً څلويښت کاله دمخه زمونږ هيواد د ملت جوړيدنې مرحلې ته په بڼه توگه د پيشرفت په حال کې وه، چې د شوروي اتحاد يرغل، او تر هغه وروسته د همسايه هيوادونو د توطؤ او په هيواد کې دننه د جگړه

مارانو د لابیګانه پرستی او مجرمانه توطیو په وجه بیرته د ملېګرایت په عوض په تدریجې توګه د قومي ګرایي خواته ویورل شوو او ورل کېږی .

**وړاندیز:** ددی حالت په وړاندې مبارزه فوقالعاده هوبنیاري ، گذشت ، او حوصله مندي ته ضرورت لری . دا په احساساتو نه بلکه په سوچ او پاملرنه ترسره کیدای شي . خومتأ سفانه زمونږ خلک سره لدی چې پدی ضرورت هم پوهیږي ، ولی د اصلاح په لاره کی پی د ستونزو سره مخ کېږي . اکثره تعلیمکړي بیا په دی لاره کی د نازدهکړو نه زیات منفي رول ادا کوي . زمونږ د هیواد د هر قوم ، او هر قشر خلکو ته دا لارمې او ضروري ده چې ددی بی اتفاقیو او قومېګرایو تر شا د ددی وطن او زمونږ د خلکو د دښمنانو توطی . تشخیص او دهغی د خنثی کولو په لاره کی خپل ملی مکلفیتونه په علمی او عملی بڼه ترسره کړي .

**۲ . ستونزه :** مونږ یو توریالی او جنګیالی هیواد یوو ، ولی یو هوبنیار هیواد نه یو!

دا یو داسی تریخ واقعیت دی چې ممکن منلو ته یی ډیر افغانان غاړه کینږدي . هو دا رښتیا او بڼه خبره ده چې مونږ په خپل وطن ، ناموس او عقیده باندي هر نوعه قربانیو ته تیار یوو ، ولی اساسی سوال دادي چې دغه لاس ته راوړني که د جنګ په عوض په نورو لارو تر لاسه کړای شوو ، او تر هغې لاهمه داده چې هغه لاسته راوړنې وساتلې شو ، نو دا به ځمونږ لاریاته هوبنیاري وی . مونږ هر وخت د تجاوز په وړاندې جنګ کړي ، او چې کله مو جنګ ګټلې دي ، نو بیا مو په ډیره

بیره وطن ته شا کړي، او دا مونه دي کړي چې خپل وطن د ترقی و یو داسې پړاو ته ورسوو چې بیا بل څوک پری د یرغل کولو توان ونه لری. نو د همدی کبله، د هر جنگ نه وروسته، مونږ فوراً په خپل منځي جگړو اخته شوي یو، او همدا جگړي ددي باعث شوي، چې هیواد مو په اجتماعي او اقتصادي لحاظ وروسته پاتې شوې، او بیا په ډیره اسانې سره د بل یرغلگر د یرغل بنکار شوي یو.

مشوره: که مونږ یو هوښیار ملت شوو، او یو ځل خپل هیواد ازاد، او د ازادې سره سم هغه اباد، غښتلي او پیاوړې کړو، نو بیا به د همیشه لپاره د پردو د تهاجمونو نه بیغمه شو. نور اڅې چې په گډه د خپل گران هیواد لپاره د یوې دایمي ازادۍ، سولې، او سوکالی په لاره کي د خپل توریالي توب تر خوا د لږ څه هوښیارتوب نه هم کار واخلو، او نور ددي داخلي جگړو او ورورونې د توطیو بنکار نشو.

### ۳. ستونزه: افغانان په عمومي توگه عکس العملې

ي **Reactionary** خلک دي نه تدبیري یا **Proactive** خلک!  
انسانا په عمومي توگه دوه ډوله دي: یو هغه خلک دي چې خپل کره وړه د یوه پلان او تدبیر له مخې عیاروي. دغه نوعه خلک همیشه کونښن کوي چې د خپل ژوند پورې اړوند پښې تر ډیره حده لرلید (پیش بینې) کړي، او د هغو لپاره هماغه شان مناسب تدابیر ونیسي. چې دي نوعه خلک و تته تدبیري یا **Proactive** خلک وایي. د **Pro** کلمه د **Prophylaxis** نه اخستل شوي چې د وقایې په معنا ده. او بله ډله یي هغه خلک دي چې دوي د خپل ژوند او په هغه پورې اړوند موضوعاتو په اړه کوم تدبیر او پلان نه

لري، دوي يوازي هلته په يوه عمل لاس پوري کوي چي پري عمل يا تجاوز تر سره شي، نو بيا په ډيره بیره او وارخطايي سره د هغی عمل په مقابل کي عکس العمل غوره کوي. د عمل Action په مقابل کي عکس العمل ته Re-action وایي. نو ددي کبله چي ددوي دغه انتخاب د یوی حادثي په مقابل کي او په یوه غیر طبعي حالت کي اجرا کیږي، نو هغه اکثراً د غلطیاؤ او نیمگړتیاو سره مل وي.

مشوره: زما هیله د هیوادوالو په خاصه توگه د ځوانانو نه داده چي خپل ځانونه د عکس العملې خلکو په عوض په تدبیري خلکو بدل کړي، ترڅو د موضوعاتو او حودثو په اړه د تصمیم نیولو لپاره کافي وخت او آرام او باسکونه دماغې حالت ولري. نو په دي صورت کي به ددوي فیصلي هم بهتره، مؤثره او گټورې وي.

**۴. ستونزه:** د نړی د نورو خلکو په خلاف، افغانان اول عمل کوي بیا

فکر!

که لږ هم ځیر شو نو دا تریخ واقعیت به راته په ډاگه شي چي افغانان په مجموعي توگه او پښتانه په خاصه توگه، ډیر ژر احساساتي کیږي، او بیلدي چي د یوی موضوع په اړه فکر او سنجش وکړي، دوي فوراً عکس المل بنکاره کوي، چي اکثراً دغه نوعه عکس العملونه ډیر منفي او خرابي پایلي له ځان سره لري. پدي اړه راته یوه خوږه او د معناو نه ډکه قصه را یاد شوه. وایي چي یو پښتون چي شیرخان نومیده په هندوستان کي د یوه هندو په کور کي ختي کولي، یو چا هندو ته وویل چي دغه پښتانه ډیر احساساتي خلک دي، او بیلدي چي یوی موضوع ته فکر وکړي، فوراً پری اقدام کوي. هغه هندو ته دا د منلو نه بنکاریده. بله ورځ چي شیرخان د هغه په کور کی په دریم پور

کی کار کاوہ، او یوہ بل پښتون وړاندې په پتو کې منډې وھلي، نو د کور خاوند شیرخان ته وویل: چې شیرخانہ! ځوي دي هغه سرې په توپک وويشته او مړيې کړ. شیرخان په غوصه شوه او د یوې ښکښلې په کولو سره یې توپ کړ، او ځان یې د دریم منځل نه راوغرځاوه، او دواړه پښي یې ماتې شوي. څو لحظې پس چې شیرخان لږ څه په هوش راغې، او سترگي یې وغړولې، نو یې وویل (او، ما خولتر اوسه واده نه دي کړی)

مشوره: مونږ افغانانو خاصاً پښتنو ته دا پکار ده، چې د خپل کړو کړو په اړه د جوش په عوض د هوش نه کار واخلو. لومړې فکر او بیا عمل وکړو. کیدای شي چې ددې په وسیله د ډیرو ستونزو او د شیرخان په څیر بیخایه د خپلو پښو د ماتیدو نه مخنیوی وکړو.

**۵. ستونزه:** د نړۍ د نورو خلکو په خلاف، افغانان په بې علمۍ کې

د هر مسلک متخصصین دي!

دا زموږ د ټولني یو ډیر لوی مشکل دی. تاسي په دی باور زکړي، که همدا اوس تاسي په یوه مجلس کې چې لس کسه داکتران هم ناست وي، د طب په اړوند په یوه موضوع بحث شروع کړې، نو بی سواده، او کم سواده خلک به د هغې موضوع په اړه داسی نظرونه ورکول شروع کړي، چې دی داکترانو ته به نوبت هم ورنکړي. او که بیا د سیاست په اړه بحث شروع شي، نو بیا به هم همدغه وقیان، د سیاست په متخصصینو بدل، او په هغه مجلس کې به ناستو د سیاست متخصصینو ته هم د خبرو کلو وخت پرینږدي. دا نه یواځې ددوي مشکل دی، بلکه ددې ترخوا، په هغه ناست مجلس کې بل هیڅوک هم ځاتته دا اخلاقي جرئت نه ورکوي چی دغه بل پرنسیپه خلکو ته دا ووايي چې، (وروره

مهرباني وکړه، او د هري موضوع په اړه د هغه موضوع مسلکې او متخصص خلکو ته وخت ورکړه)

مشوره: زه غواړم پدې وسيله ستاسو ځوانانو توجه په دې برخه کې درې ټکو ته راواړوم: اول: لطفاً تاسو د دې بې اصوليتيو څخه په کلکه ډډه وکړي، او په هغه څه چې تاسي پوره مهارت نه لري، د تبصرو کولو نه ډډه وکړي. دوهم: په مجلسونو کې د يوه پوه او بامسؤليتته افغان په توگه خپلو مسؤليتونو ته متوجې اوسي، او مه پرېږدي چې داسي بې اصوله خلک د مجلسونو واگې په لاس کې واخلي. خو احتياط وکړي چې د دې خلکو سره د ټکر زمينه هم برابره نکړي.

**۶. ستونزه:** د نړۍ د نورو خلکو په خلاف، افغانان خپل مخکې والې د نورو په شاته کولو کې گوري!

دا يوه داسي ستونزه ده چې په افغانانو کې يې داسي ريښي زغلولي چې اکثره افغانان اوس دا د خپل عادت په توگه ترسره کوي، او هغه ورته حتا کومه اشتباه او خطا هم نه ښکاري. زمونږ رقابت يواړخيز دي، او هغه دا چې که زه وتوانېم چې خپل رقيب کم راوړم، نو دا به هغه په قطار کې دوهم کړي، او زه چې اوس په قطار کې دوهم يم، نزو بيا خوبه زه اول شم. پدې اړه راته يوه ټوکه رايا د شوه چې وايي: ملايکې په دوزخ کې گرځيدې چې د خلکو حال وگوري. په هره کنده کې چې به دوزخيان پراته وه، نو پر هغو به يو پيرهدار مقرر وه، ولې په يوه کنده کې ډير خلک پراته وه خو کوم پيرهدار يې نه درلوده. ملايکو په ډيره حيرانتيا پوښتنه وکړه چې دا خلک څوک دي چې پيرهدار ته يې ضرورت نشته. ملايکو ته وويل شول چې دا پښتانه دي. ددوي پيرهدار ته ځکه ضرورت نشته چې دوي هر يو د بل پيره کوي. چې يو

يې د دوزخ د كندې نه د راوتلو كوښښ وكړي، نو هغه بل يې د پښو نه راکشوي، او ورته وايي چې (چيرته ځې، ولاکه خورانه لارښې، زه به دلته يم، او ته به رانه ځې، دا خو كيداې نه شې)

مشوره: اې ورونو او خویندو: راځې چې د خپل هیواد ابادې او اوادې لپاره په خپلو کې متفق شو. دلته مونږ هر یو ته ضرورت دی. د دوزخ نه د یوه په وتلو، په مونږ عذاب نه زیاتېږي. راځې چې خپل لوړوالي د خپل ځان په لوړوالي کې ولټوو نه د نورو په راټیټولو کې.

**۷. ستونزه:** د نړۍ د نورو خلکو په خلاف، افغانان د نورو خبري د تأید په عوض هماغه خبره بیا بیا کوي!

رښتیا هم دا یوه بله غټه ستونزه ده. مونږ د خبرو په لنډولو پسې ده بلکه د هغې په اوږدولو پسې یو. هر یو هماغه یوه خبره بیا بیا کوو، چې پخ نتیجه کې یې د دقیقو خبره ساعتونه او د ساعتونو خبري مورځي او میاشتي نیسي.

**مشوره:** بڼه به دا وی چې د تکرار په عوض، د نورو هغه نظرونه چې مونږ ورسره موافق یو تایید، او د هغه سره چې مخالف یو، خپل ځانگړي پیشنهادات وړاندي کړو، او بیا د مشاجرو په عوض فیصلي نورو ته ورپرېږدو.

**۸. ستونزه:** د نړۍ د نورو خلکو په خلاف، افغانان د (انشأله)، مبارکه کلمه صرف د مسؤلیتونو نه د فرار په غرض د یوې وسیلې په توگه استعمالوي!

هو، دا زمونږ د مسلمانانو یوه غټه خلا ده. ددې خبري اصلي معنا داده چې مونږ په خپلو ژمنو کې جدې نه یو. او ددې کبله چې په خپلو وعدو باورې نه یو، نو د انشا الله کلمه ددې لپاره استعمالوو چې که دا

کار ونه شو نو بیل به یی پره په ما نه وی، بلکه هغې ته به داسی توجې ورکوم چې گوندې پدی کار کې خود خدای (ج) رضا نه وه. پدی اړه یو متل دي چې وایی. خدای (ج) به د قیامت په ورځ د نورو ټولو خلکو سره حساب کوي، او هغوي به د حساب له مخې یا جنت ته او یا دوزخ ته استوي، خو بښتانه به بیله حساب ته ټول دوزخ ته واستوي. او خدای پاک به ووايي چې ده غهغ خلک وه چې هر کار به یی پخپله خراباوه، ولې تهمت به یی په ما کاوه، چې دا کار خدای پاک ونه کړ، او یا خدای پاک ونه غوښتل چې دا کار دی وشي.

مشوره: راځي چې د خدای پاک د مرستې تر خوا په خپلو عزمونو کې جدیت راولو. او هر څه د خدای (ج) په بهانه وخت او قضا او قدر ته پرینږدو، بلکه د یوه واقعي انسان په توگه چې خدای پاک اشرف المخلوقات پیدا کړي یو، مونږ خپل ټول مسؤلیتونه درک، او تر ممکن حده هغه عمل کړو.

**۹. ستونزه:** د نړۍ د نورو خلکو په خلاف، افغانان ددې پرځای چې زمانه او طبیعت د ځان لپاره مهار کړي، ځانونه د طبیعت منگلو ته سپاري.

هو دا یوه پراخه او هراړخیزه ستونزه ده چې زمونږ د افغانانو د ژوند زیاته برخه یی رامحاصره کړیده. پداسی حال کې چې نړیوال لمر، سپوږمۍ، او ستوري محاصره کوي، خو زمونږ ملا صاحبان او علما کرام، بیا پدې اړوند خبري کزل هم جرم بولي. پداسی حال کې چې د دنیا نور عالمان او دیني مس

شران، خپل خلک څیړنو او اختراعاتو ته هڅوي، زمونږ علما کرام بیا اختراعات بدعت او شرک بولي. دا خو همدا وجوهات دي چې

مسلمانان او اسلامي هیوادونه چې یو وخت د علم، تمدن او پیشرفت زانگو وه نن په غربت، بدبختیو او د نورو هیوادونو د تولیداتو لپاره د دنیا په یوه اوچت مارکیټ بدل شوي دي. مشوره: ای مسلمانانو او افغانانو ورونو، راځې چې په گډه د اسلام په مقدس دین اول ځانونه پوه کړو، او بیا په گډه د هغې په درسته توگه د عملي کولو سره خپل د خلکو د سرلوړیو غوښتونې شوو. لوی خدای پاک، مونږ ایسانان پدی دنیا کې خپل خلیفه گرځولې یو، ترڅو د هغه د مخلوقاتو نه د انسانانو د بهبود لپاره گټه پورته کړو. راځې چې خپل ځانونه نو ددي [اهل د تورو تیارو نه راوباسو، او د اسلام د مقرس دین لارښوونو په عملي کولو سره دغه توري تیاري په رڼا و بدلې کړو.

**۱۰. ستونزه:** افغانان هر یو ښه سیاستمدار دي خو د بل په

درسترخوان!

تاسي به دا لیدلې وي چې د افغانانو په منځ سیاسي بحثونه همیشه ډیر تاوده وي. دا بحثونه خو هلته بیا لا ډیر گرم شي، چې خلک د بل چا په کور کې د ښې او غورې غذا نه وروسته په بحثونو شروع وکړي. نو بیا خو زموږ هر یو داسی پوخ سیاستمدار شي، چې د سیاست داکتان هم د هغې په مخکې خبرې نشي کولاي. خو که ددغو مصنوعي سیاستپوهانو هر یو څخه ددي غوښتنه وشي، چې ددي سیاست په اړه د خپل امکاناتو نه کار واخلي، نو بیا خو به یې پیدا کول په دوربین کې هم محال وي.

مشوره: هیله ده چې افغانان به د خپل ملک په مسایلو کې هراړخیزه ونډه واخلي. مشهور متل دي چې وایي: (د سوال په اوبو ژرنده نه چلیږې) نو د ملک داسي درانده کارونه هم یواځې د یوه یا څو کسانو

په اوږو وراچول مناسب او صحيح کار نه دي. نو که د رښتيا سياستمداران يو، نو بايد چې ددي سياسي بحثونه لپاره خپل درستخوانونه هم د نورو په خدمت کې ورکړو.

**۱۱. ستونزه:** افغانان هر يو ښکلې، ازاد او پرمختللي افغانستان غواړي، خو پدی لاره کې هيڅ نوعه مسؤليت اخستلو ته غاړه نه ايرېدي!

افغانان په مجموعې توگه، او په بهر کې اوسيدونکي افغانان په خاصه توگه، د هيداد د جوړښت په اړوند ډير ښه نظريات لري، چې دا نظريات يې تر ډيره حده د خارجي هيوادونو د ترقي او پرمختگوترو نه د خبرتيا او کتنو نه سرچشمه اخلي. ولې متاسفانه کله چې بيا ددوي څخه غوښتنه وشي چې د هيواد د بيا رغونې او ترقي په برخه کې ونډه او مسؤليتونه واخلي، نو بيا د سلو بهانو په پيدا کولو، او د رنگارنگ اعتراضونو په وړاندي کولو سره د مسؤليتونو نه تښته کوي.

**مشوره:** افغانانو خصوصاً په خارج کې ميشتو افغانانو ته دا خواست دی چې د پوهانو او عالمانو په څير د خپل هيواد د ستونځو په حل کې با مسؤليتته او اگاهانه ونډه واخلي. د نورو نيمگړتياوې د بهانې په توگه استعمالول نشي کولاي چې ددوي مسؤليتونه رفع کړي. راځي چې نورو ته د مثال کيدو له لارې، د خپل هيواد په سمسورتيا او پرمختيا کې ونډه واخلو، ترڅو نور هم و داسې ونډې اخستلو ته راوبللاي شو.

**۱۲. ستونزه:** مونږ هر يو پر نورو اعتراض کوو، خو په خپل ځان د اعتراض اوريدو ته هم تيار نه يو!

هو دا هم د هماغو تيرو ستونځو يوه برخه ده. زمونږ هيوادوال بيلدي چې فکرو کړي، چې دوي پخپله د ډيرو نيمگړتياو لرونکي دي، په ډير جدیت سره په نورو نيوکي کوي.

مشوره: راځي چې د اعتراضونو لري ته د عمل کولو په لري سره ځواب ووايو. دا پدي معنا نه ده چې مونږ دی په غلطيو انتقاد و نه کړو، خو په نورو انتقاد کول، ولي پخپله عمل نه کول يوه غټه اشتباه ده. ددی تر خوا، پر نورو انتقاد، بايد هميش د رغوونکو وړاندیزونو سره ملگري وي.

**۱۳. ستونزه:** افغانستان خيمه نه ده چې دخپلي خوبني سره يي په کوم بل ځای کي ودروو!

زمونږ اکثره هيوادوال د گاونډيو هيوادونو نه داسی سرونه ټکوي، او په دی او ه داسي جدي پرخوردونه کوي، چې ته به وايي، دا غونډه دنيا ددوي په اختيار کی ده. واقعیت د مسلی دادی چې زمونږ په هيواد کې د خارجيانو د لاس وهنو اصلي علت دهغوي ملي گټې دي. هر هيواد د خپل هيواد د گټو لپاره کار کوي، دا خو زمونږ بدبخته مشران دي چې دخپلو شخصي گټو په خاطر د هيواد ملي گټې تر پخولاندې کوي، او د پردو هيوادونو د لاسوهنو وسيله گرځي.

مشوره: داچې زمونږ هيواد خيمه نه ده چې پخپله خوبنه يي په پل ځای کې ودروو، دا مونږ ته يو لږ درانده مسؤليتونه را په غاړه کوي. دا خبره ما د افغانستان د بهرني چارو پخوانی وزير، داکتر رنگين سپانتا ته هم په يوه رسمي مجلس کې په امريکا کې کړيوه، چې د افغانستان مسؤلین، دا مسؤليت لري چې خپلي ستونځي د همسايه هيوادونو سره د ديپلوماسي له لارې حل کړي. دوي نشي کولای چې

یوازی د شکایتونو له لارې خپل هغه مسؤلیتونه تر پخو لاندې کړې کوم چې دوي یې د خپلو خلکو او همسایهگانو په وړاندې لري. مونږ ډیر داسې وسایل او ذرایع لرو چې د هغو په درست کارولو سره مونږ خپل همسایه گان دی ته مجبورولای شو چې زمونږ ملي گټو ته احترام او زمونږ د ملکونو ترمنځ اړوند مسایل زمونږ سره د مفاهمې له لارې حل کړي. خو دا کار مونږ هلته کولای شو چې تر هرڅه اول، زمونږ دغه مسؤل دولتې چارواکي خپل ځانونه مستقل کړي، او ددې همسایه هیوادونو د تنخواهگانو نه صرفال نظر شي. او بیا د سالم فکر او بنسټ او نیکو افغانې مشاورینو په مشور و د حل داسې لارې چارې وړاندې کړې چې ردول یې د مخالفینو د توان نه پورته وي.

## محترم لوستونکو!

مننه کوو، چې دا کتاب مو تر لاسه کړه هيله ده چې لوستلو به يې تاسې، ستاسې کورنۍ او په کورنيو پورې مربوط له ځوانانو سره مرسته وکړي، د دې لپاره چې خپل دغه اجتماعي خدمتونو ته ادامه او پراختيا ورکړای شو، ستاسې مالي ونډه به موږ ته د دې توانمندي راوښي، چې دغه شان نور ګټور اثار راټول او د ټولني په خدمت کې ورکړو، نو لطفاً خپله مالي ونډه په دغه لاره کې مه سپموي.

مننه

ډاکټر تاج الدين ملت مل

جلال اباد- ننگرهار

## لومړۍ څپرکۍ د کتاب په اړه

۱- د کتاب ارزونه :

کله چې ما دا کتاب ولیکه او د لومړي ځل لپاره چاپ او په ټولنه کې د ځوانانو او زړو لاس ته ورغی؛ نو له دوه ډوله ارزونو سره مخ شو.

لومړۍ د کتاب له چاپ نه دمخه ارزونه:

ما دا کتاب له چاپ نه دمخه، د هېواد یو شمېر پوهانو، علماوو، ملي شخصیتونو او لیکوالو ته د ارزونې لپاره ورواستوه. د هغوی له ډلې اکثره دا کتاب ډېر خوښ کړ او ډېرې علمي او مؤثرې تبصرې یې پرې ولیکلې، چې د ځینو تبصره کوونکو تبصرې په مکمله توګه په لومړي چاپ کې ځای شوي، ولې د کتاب د حجم د کمښت له کبله د یو شمېر دوستانو تبصرې او لیکنې له چاپ پاتې شوې. هیله ده، چې معذرت به مې ومني او په دې اړه به راته بښنه وکړي، دا دی په دویم چاپ کې د لومړي چاپ د نشر شوو تبصرو لنډیز له تاسې درنو لوستونکو سره دلته شریکوو:

• د هېواد پیاوړي لیکوال او لوړ ملي سیاسي شخصیت، استاد حبيب الله رفيع صيب

پرې د یوې پراخې علمي تبصرې په لړ کې داسې لیکلي دي:

((له دې حساسو او ملي ځوانانو څخه یو هم ډاکټر تاج الدین ملت مل دی، چې د ملت د جسمي ناروغیو د تداوی تر څنګ د ځوانانو د روحي او معنوي ناروغیو د درملنې هڅې هم کوي. ده د "ځوانان او شخصیت جوړېدنه" کتاب، چې پانې یې لږې خو کیفیت یې

لور او محتوی یې ژوندی ده، د همدې تشې د ډکولو له پاره ولیکه. دا کتاب یې په داسې حساس وخت کې ولیکه، چې نه یوازې دا چې زموږ نوی نسل به یې په لوستنې د ملي روزنې په رڼا کې خپل شخصیت جوړ کړي، بلکې زموږ هغه ځوانان به هم د خپلو شخصیتونو نیمگرتیاوو ته څیر کړي، چې په تېرو دېرشو کلونو کې د تعلیمي او فرهنګي گلوډیو په ترڅ کې ورسره مخامخ شوي دي.

د ډاکټر ملت مل دا کتاب د علمي تیوريو په رڼا کې کښل شوی، خپلې تجربې او لېدنې کتنې یې پکې راغبرګې کړي او خپلو ځوانانو ته یې په ډېره خواخوږۍ، زړه سوي او لورېنې او ورسره په ډېر فصاحت، بلاغت، په بشپړ روڼتابه او د هر څه په څرګندولو سره بیان کړي دي، او د ملي شخصیت د جوړېدلو ټولې خواوې یې ورته په شمېرلي او کوتلې ډول روښانه کړي دي.

د کتاب منځپانګه او د کتاب زمان او مکان په دقیق ډول په نښه شوي او همدا فرصت دی، چې د ملي روزنې د نیمگرتې کېدلو په دې حساس او بحراني حالت کې د دې نیمگرتیا د لرې کولو او د دې تشې د جبره کولو له پاره به ډېر گټور وي، چې دا کتاب خپور شي.

زما وړاندیز دا دی، چې دا کتاب زر، دوه زره نسخې نه؛ بلکې په زرهاوو نسخې د ښوونې او روزنې وزارت له خوا تکثیر شي او د هېواد په گوټ گوټ کې لږ تر لږه د هر ښوونځي کتابتون ته یوه نسخه ورسول شي او ځوانان یې نه یوازې لوستلو؛ بلکې عملي کولو ته هم راوبلل شي. ډاکټر صیب او نور لیکوال باید دا لړۍ نوره هم پسې وغځوي او د هغو علمي، روزنیز او فرهنګي زیان د جبران له پاره چې په تېرو دريوو لسيزو کې ملي روزنې ته رسېدلی، او ځوانانو له خپلو ملي ارزښتونو سره واټن پیدا کړي، لاس په کار شي او زموږ ځوان نسل د ملي روزنې په صراط المستقیم سم کړي.))

• د هېواد یو پیاوړي ځوان ژورنالیست، ښاغلي عبد البصیر سباوون صیب پرې د

یوې اوږدې تبصرې په برخه کې داسې کښلې:

((د یو ځوان په توګه ماته، خو نوموړی اثر ډېر په زړه پورې او یو ځانګړی لارښود تمام شو، سمه ده، چې د ماشومانو او ځوانانو په اړه به ډېرې لیکنې شوي وي؛ خو پر داسې بنسټیزې موضوع به بل داسې کتاب نه وي، چې د محتوا له پلوه دې وزمین او هم دې د ژبې د روانۍ او ساده ګۍ له پلوه خپله ځانګړتیا ولري.

ډاکټر صیب د کتاب په ځینو پاڼو کې د ماشومانو د ښوونې او روزنې په اړه ډېر ګټور وپرنديزونه کړي دي. که په رښتینې بڼه یې دغه وړاندیزونه په ټولنه کې پلي شي، زه باور لرم، چې ټولنه به مو له ډېرو کرکېچونو څخه راوباسي. دغه اثر نه یوازې، چې ځوانانو ته، بلکې یوه زیاته برخه یې په میندو او پلرونو پورې هم اړه لري. زما په عقیده د دې کتاب په لیکلو کې د ملت مل صیب اصلي مطلب هم د ځوانانو د شخصیت د جوړونې تر څنګ، ملي، انساني او وطني مسوولیتونو ته د ځوانانو د پاملرنې اړول دي، چې ملت مل صیب واقعا د یوه با احساسه افغان په توګه خپله ملت پالنه په ډېر ښه توګه ثابته کړې ده.

د خواشینۍ ځای دادی، په داسې حال کې چې زموږ هېواد دغه ډول د ملي احساس روزنې ته نن تر بل هر وخت لا زیات ضرورت لري، ولې زموږ د تعلیم او تربیې مسوولین په دې برخه کې د اړتیا وړ پاملرنه نه کوي.

زه د دې تر څنګ، چې د یو ځوان په توګه د ملت مل صیب ددغه د قدر وړ خدمت ستاېنه کوم، د هېواد له نورو پیاوړو مسلکې پوهانو او عالمانو څخه هم غوښتنه کوم، چې په دې نېکه لار کې د ښاغلي ملت مل پر پل، پل کېږدي، تر څو له دې لارې د هېواد راتلونکي نسل په مسوولانه توګه وروزي. د یو ځوان په توګه لومړی له ډاکټر ملت مل صیب نه غوښتنه کوم، چې ژر تر ژره دې دغه اثر په دري ژبه هم ولیکي، تر څو زموږ دري ژبې لوستونکې ځوانان هم له دې ګټور اثر څخه ګټه واخلي. له بلې خوا زه د هېواد پر ټولو ځوانانو غږ کوم، چې دغه ګټور اثر دې یو ځل نه؛ بلکې څو څو ځلې په پوره غور ولولي او

په کتاب کې لیکل شوې لارښوونې دې په پوره غور د ژوند په ځینو برخو کې پلې کړي. له یوې خوا به د کتاب لوستنه ددوی شخصیت جوړونې او ساتنې ته ګټه ورسوي او له بلې خوا به د دې لارښوونو په عملي کولو سره به دوي هم د هېواد او خپلو خلکو له پاره ډېر ګټور تمام شي. د دې تر څنګ، زه د افغانستان ښوونې او روزنې وزارت مقاماتو ته په کلکه غوښتنه کوم، چې دغه اثر دې د هېواد ټولو ښونځیو او کتابتونونو ته په پراخه پیمانه ورسوي، او حتا که ممکن وي چې دغه کتاب په درسي نصاب کې هم شامل کړای شي. په پای کې همدومره باید ووايم، چې لوستونکي کولای شي له دې اثر څخه د ژوند په کړکېچن چاپیریال کې د یو ښه لارښود په توګه زیاته ګټه واخلي.))

● ښاغلی زرغون شاه شینواری صیب، چې د هېواد یو غښتلی ملي، سیاسي شخصیت

دی، پر کتاب خپله ژوره سیاسي تبصره داسې راټولوي:

((لیکوال نه یوازې دافغانستان د محرومې ټولنې، کونډو، یتیمانو، غازیانو، سپین ربرو او ځوانانو د خوږو خوږو ارمانونو د وژلو ترخې کېسې کړي دي، بلکې دی په خپله هم د هغو ډېرو ځوانیمرګو هیلو په جنازو کې شامل و، چې هدف یې په یو خپلواک افغانستان کې د افغان ولس حاکمیت و. هر با شعوره انسان، چې په کومه خاوره کې خاپوړې وکړې، د هغې مینه د هغه په وینه کې د ساه په شان ژوندی وي. سیاسي، هوښیار، متفکر او پر وطن مین بنیادمان ځانونه د ټول عمر له پاره د همدغې بې مثاله او بې سیاله مینې پورې ګڼي. هر چېرې چې ژوند کوي، هر چېرې چې خبرې کوي، او د هر چا سره چې راشه درسه کوي، هدف یې د دغې مینې درنښت او پاپښت وي. ددې کتاب لیکوال دا ویاړلي خصلت د مبارزې په اوږدو کې تر ګوتو کړی او پر مبارزه باندې د باور پر اساس یې په خورا ښه توګه ژوندی ساتلی دی.

زه نه یوازې دا چې ددې کتاب لوستنه ځوانانو ته په کلکه توګه توصیه کوم، بلکې د دوی

توجه د ليکوال اساسي هدف ته چې هغه د يو با وقاره افغانستان جوړول دي را اړوم. خدای جل جلاله دې وکړي چې دا کتاب (ځوانان او شخصيت جوړېدنه) د افغانستان ځوان نسل، د خپل ورک او لوټ شوي ماضي اساسي سوال ته ځير کړي او هره پاڼه يې د وطن د ازادۍ، نېکمرغۍ او سرلورۍ له پاره داسې سرټپه شي، چې د دې ټپې وطن په ټوټې، ټوټې ټبر کې، يو روغ، متحد، مستقل او سرلوري افغانستان، چې د ليکوالۍ ارزو ده، خپلو راتلونکو نسلونو ته په ميراث پرېږدي.

- عبدالباري جهاني صيب، چې د هېواد يو نامتو او ملي شاعر او ليکوال دی، پر کتاب د خپلې علمي او ادبي ارزونې په منځ کې داسې ليکي: زه گومان کوم دا داسې يو اثر دی، چې زموږ ځوانان يې لوستلو ته ضرورت لري. په ډېره ساده ژبه د ځوانانو ورځنيو مشکلاتو او مسوليتونو ته اشارې پکې شوې دي، او ليکوال تقريبا هر ځای د خپل استدلال د بڼه تر تقويه کولو له پاره ذهن ته ډېر نږدې مثالونه راوړي دي. د مور او پلار او مشرانو له درناوي څخه نيولې حتی د ځوانانو د واده تر سن او امکاناتو پورې د هر څه په باب يې ليکنه کړې ده.

د کتاب يو بڼه خصوصيت د هغه د ژبې ساده والی دی. نه له ډېرو پېچلو او مغلقو عباراتو څخه کار پکې اخيستل شوی دی، چې لوستونکې ته يې فهم گران شي او نه له نويو رواج شويو لغاتو څخه، چې اکثر يې دومره نامانوس دي، چې سړی دډيکشنري له استعمالولو څخه پرته ورباندې پوهېدلای نه شي، چندانې کار پکې اخيستل شوی دی.

ليکوال د شخصيت د ودې د مراحلو د تشریح کولو په موضوع کې له خپل علمي صلاحيت څخه ډېره بڼه استفاده کړې ده او دلته يې هم په ډېرو ساده کلماتو، چې تقريبا د هر باسواده سړي له پاره د پوهېدلو وړ دي، ډېر ژور علمي مفاهيم تشریح کړي دي.

• بلاخره، د هېواد توانمندي سياست پوهې، او د ولسي جرگې غړې، اغلې صفيه صديقي صيبې هم د يوې پراخې مقالې په لړ کې له يو شمېر ډېرو غوره سپارښتونو سره خپل نظر داسې رانغاړلي دي: ((که دغه کتاب تر څېړنو او مطالعو لاندې ونيسو؛ نو د کتاب ټول څپرکې د خورا زيات ارزښت وړ دي؛ خو په ځانگړې توگه د ځوان پېژندنې، د ځوان صلاحيتونه او مسوليتونه، سالمه ښوونه او روزنه، شخصيت پېژندنه، د شخصيت وژني مخنيوی، د شخصيت جوړونه او ساتنه او د ځوانانو د ژوند نور مهم اړخونه په دې کتاب کې په داسې ښکلو او څرگندو ټکو او مثالونو بيان شوي دي، چې د کتاب لوستل هر څوک خصوصا ځوانان د ژوند ايندې ته هڅوي. زما په اند ښاغلي ملت مل د خپلې ټولنې يوې ډېرې مهمې برخې (ځوانانو) ته توجه کړې او زموږ د ټولنې نيمگړتياوو ته يې په پام لرلو سره دغې نيمگړې روزنې او پالنې ته خپلو خلکو او د ځوان نسل توجه را اړولې ده. ده د ټولنې دغه کرکېچن موضوعات په ښه توگه او روانه ژبه څېړلي دي. زه د خپلې ټولنې ځوانان په کلکه توگه ددې گټور اثر لوستلو ته هڅووم؛ ځکه دا کتاب ډېر زيات روزنيز ارزښتونه لري، خاصتا د کتاب دويم او درېيم څپرکې يې ماته ډېر په زړه پورې ښکاره شول. ددې ترڅنگ، چې دا کتاب په ډېره ساده او روانه ژبه ليکل شوی، ولې هغه څه چې زما په نظر تر ټولو ارزښتناک دي، هغه دا دي، چې ليکوال د يو ريښتني افغان په توگه هڅه کړې، چې زموږ ځوان نسل ته، چې ددې تېرو درې لسيزو په اوږدو کې د خپلې ټولنې له کولتوري، فرهنگي، سياسي او اجتماعي ارزښتونو او مسوليتونو نه کاملاً ناخبره او بې برخې پاتې شوی دی، په دې کتاب کې د دغو ژورو ملي ارزښتونو او يادونې او سپارښتنې کړي دي. هو! ښاغلي ملت مل دغه ملي دنده په خورا ښه توگه سرته رسولې ده، هيله ده لوستونکې به د ليکوال دغه ژور پيغام ته ځانگړې توجه وکړي.

رښتیا هم که ځوانان دغو لارښوونو ته توجه وکړي؛ نو دوی به د خورا باثباته او اوسپنیز دريځ لرونکي شي. ده نه یوازې چې ځوانان خپلو دندو ته متوجه کړي؛ بلکې ددې تر څنګ یې هڅه کړې، چې میندې او پلرونه، د ښوونې او روزنې مسوولین، او د حکومتي چارو مسوولین هم په دې برخه کې خپلو دندو او مسولیتونو ته متوجه کړي.))

دویم د کتاب له خپرولو نه وروسته د لوستونکو غبرګونونه:

دغه کتاب زما د محدودو مالي امکاناتو په چوکاټ کې په ۶ ۸ ۳ ۱ کال کې په محدوده پیمانې چاپ او هېوادوالو ته د لوستنې په خاطر وړاندې کړاې شو. د لوستونکو له ډلې یو شمېر زیاتو راسره د کتاب په اړه خپلې ارزونې شریکې کړي دي، چې په هغوی کې ځینې داسې کېسې هم شته چې باوري نه دي. ځینو ځوانانو دا هم راته ويلي، چې له خپل ژوندانه نه دومره ناهيلي او په تنګ وو، چې د ځان وژلو په درشل کې وو، چې زما دغه کتاب ورته په لاس ورغی، او د کتاب په لوستلو سره نه یوازې دا چې د ځان وژنې له تصمیمونو څخه تېر شول، بلکې په کمه موده کې یې ډېرې زیاتې مثبتې لاسته راوړنې ترلاسه کړې. راځئ چې ددغسې پېښو څو ژوندۍ بېلګې ولولو.

#### • د لویانو خبرې:

((له ډېر وړوکوالي څخه مې د لویانو خبرې او مجلسونه خوښېدل، تر ډېره به مې هڅه کوله، چې له نېکو او هوښیارو خلکو سره ناسته ولاړه ولرم، تر څو ترې ښې او ګټورې خبرې زده کړم. تر دولسم ټولګي پورې مې د شخصیت جوړېدنې دوه دورې، چې د (انتقالي) او (مشکلې) په نومونو یادېږي، تېرې کړې وې او د درېیمې، چې ډېره حساسه، باریکه او له تېروتنو ډکه دوره وي، دا دی ترنیمایي رارسېدلی یم. په لومړیو کې دا بحراني دوره ماته ډېره حیرانوونکې ځکه وه، چې زما اندونه، انګېرنې او پام په ډېر نازک حالت کې وو، خو له نېکه مرغه، چې د ډاکټر صیب تاج الدین ملت مل کتاب (ځوانان او

شخصیت جوړېدنه) مې پوره لاس نیوی وکړ. د ټولنیز ژوند له پاره مې د شخصیت جوړېدنې په برخه کې ډېر څه ترې زده کړل، په دې هم پوی شوم چې ښه او بد شخصیتونه په کومو ځانگړنو سره بېلولای شو. شاید زموږ په دې لار ورکې ټولنه کې ما غوندې ډېری ځوانانو دغه کتاب لوستې وي او هغه گټورې لارښوونې، چې په دې کتاب کې ښودل شوي، د ژوندانه په برخه کې یې ترې ډېر څه زده کړي وي. په پای کې له ښاغلي ملت مل صیب څخه یوه هیله لرم، چې دا کتاب (ځوانان او شخصیت جوړېدنه) یې له هېواده بهر لیکلی. اوس چې خپل هېواد ته راغلی دی، شاید له نږدې څخه یې د خپلې ټولنې ځوانان لیدلي او څارلي وي، بایده دي، چې د نویو ځوانانو له پاره دې بل دې ته ورته گټور کتاب هم ولیکي او کنه؛ نو په همدې کتاب کې دې زیاتونې وکړي او د بیا ځل له پاره دې په نوې بڼه چاپ کړي.

(محب الله الله یار)

• (د ډاکتر صیب ملت مل (ځوانان او شخصیت جوړېدنه) کتاب مې ولوست، ځینې لوستونه او پیغامونه مې یې تر خپلې کورنۍ هم ورسول او ځینې تجربې مې یې پر خپل ځان هم عملي کړې، اوس چې زه خپل ځان او خپلې کورنۍ ته گورم، نو له پخوا وخت سره راته ډېر زیات بدلون په کې ښکاري.

ددې کتاب په یو ځای کې یې لیکلي، چې له مېلمنو سره د ماشومانو د ناستې مخه باید ونه نیول شي، ما پر دې لارښوونې عمل وکړ، اوس زما یو کوچني زوی دا زده کړي، چې مېلمنو سره څنگه کېني، څنگه خوراک وکړي او څنگه خبرې وکړي؟

(عبداللطیف احساس)

د شمشاد تلویزیون خبریال

• زما له انده:

د ارواپوهنې او د ژوند په بېلابېلو کړلېچونو کې د سم تګ په اړه مې تر ډېره د امریکایي لیکوال ډیل کارنیګي کتابونه خوښېږي، لوستي مې دي او لولم یې؛ خو زما په اند ښاغلی ډاکتر صاحب ملت مل هم له هغه کم نه دی. ډاکتر صاحب په خپل کتاب (ځوانان او شخصیت جوړېدنه) کې په ډېره جامع توګه د انسان د ټول ژوند لپاره ځینې داسې فرمولونه وړاندې کړي دي، چې پر عملي کولو یې انسان نېکمرغه کېدای شي. ددې کتاب ښه والی په دې کې هم دی، چې ښاغلي ملت مل د خپلې افغاني ټولنې له روحیې سره برابر داسې لیکلای دی، چې د مثالونو او بېلګو په لوستو یې هر سړی فکر کوي، چې والله زه خو هم دغسې یم، باید په دې ډول ځان ښه کړم.

زه په دې هیله یم، چې د ښاغلي ډاکتر صاحب دغه کتاب په هر کور کې شتون ولري او هر ځوان، پېغله، پلار، مور، ورور، خور او ... یې یو ځل خامخا ولولي. دا چې ددې کتاب لوستل د ژوند زده کول دي؛ نو ځکه یې ټولو افغانانو ته لوستل اړین بولم.

زه په ځاني ډول دې کتاب ته د ښاغلي کارنیګي د (ژوند لار) او (دوستی لار) کتابونو هومره ارزښت ورکوم او له ښاغلي ملت مل صاحب څخه غوښتنه کوم، چې په دې برخه کې نورې لیکنې هم وکړي.

هجرت الله اختیار

• د ځوانانو رښتینی مل:

د تخلصونو ایښودل خو یو اسان کار او په دې کلونو کې زموږ په هېواد کې یو مود ګرځېدلی

دی. هر څوک کوبنښن کوي چې داسې یو تخلص غوره کړي، چې تر بل هر چا غټ په نظر راشي او لوی مفهوم په کې پروت وي. خو د تخلص ساتنه او په رښتینې مانا د هغې ملتیا یو ډېر نادر او بې مثاله کار دی. ملت مل صېب که څه هم له ځوانانو څخه زیات د ټول ملت د ملگرتوب ادعا کوي او ما ترې په مجلسونو کې دا هم اورېدلي دي، چې دی د تخلص د غوره کولو له شروع نه تر دې دمه دغه تخلص ته وفادار پاتې شوی دی او په دې اوږده موده کې یې د ژوند په هره لحظه او هر ځای کې له خپل ملت او ملي گټو نه پلوي او دفاع کړې او کوي یې. دی وایي چې په دې لار کې حاضر دی هر وخت خپلو خلکو ته حساب ورکړي. هو، ملت مل صېب زموږ په هېواد کې هماغو یو څو د گوتو په شمار کسانو کې راځي، چې په غوڅه توگه یې وکولای شول داسې بامسؤولیته تخلصونو ته خپله رښتینولي او وفاداري، خاصتاً د هېواد په دې گرمو حالاتو کې چې ډیرې سرې اوسپنې یې هم ویلې کړې، ثابته او خپله دغه وفاداري په عمل کې په دوامداره توگه وساتي.

ملت مل صېب که په امریکې کې هم و، په سینه کې یې د خپل دردېدلي او ځورېدلي ملت مینه او خاصتاً د ځوانانو په اړه تشویشونه په غورځنگ ول. همدې مینې دی راوپاراوه، چې خپل قلم راواخلي او ځوانانو ته داسې څه ولیکي چې نه یوازې زموږ د ټولني یو شمېر نني ځوانان خوشبخت کړي، خو که یې نور ځوانان په رښتینې توگه عملي کړي، زموږ راتلونکي نسلونه او ټولنه به ډېره خوشبخته کړي. کله چې ملت مل صیب دوه کاله دمخه بېرته هېواد ته راستون شو؛ نو بیا یې خپل دغه زور تعهد په عملي توگه ځوانانو ته په یو لړ خدمتونو د بوختېدو له لارې تازه کړ. ده د نوي سید جمال الدین افغان انستیتیوت په پرانېستلو سره د ځوانانو په سالمه ملي اسلامي روزنه، او د دوی د ښوونې د لوړتیا لپاره نه سترې کېدونکې هلې ځلې پیل کړې. ده په ننگرهار او کابل کې له ځوانانو سره مخامخ ناستې، ولاړې درلودې، دوی ته یې په داوطلبانه توگه د شخصیت جوړېدنې سیمینارونه، ورکشاپونه او د تلویزیون له لارې روزنیز پروگرامونو ته ملا وتړله. د دې تر خوا زه د ملت

مل صيب د يو لړ زياتو هغو سياسي نه ستروکېدونکو هلو ځلو شاهد يم چې په هېواد کې دننه او د هېواد نه بهر يې د افغانانو تر منځ د يوه پراخه ملي سياسي وحدت او په هېواد کې د يو سالم ملي اسلامي نظام د لاس ته راوړلو په لاره کې په دوامداره او جدي توگه په ډېر علميت او حوصله مندی پرمخ بيولی او وړي يې. زه د دې شاهد يم چې ده په دې لار کې خپل د لاس په تياکوگتلي په زرهاو ډالر د خپلو خلکو په خدمت کې او د یتيمانو د اوبنکو د وچولو په لار کې مصرف کړي دي چې دا په رښتيني توگه هم د ده د ملت مل توب يو ښکاره او عملي ثبوت دی.

ما د ملت مل صيب دغه ليکلی اثر څو څو ځل ولوست، له خپلې مېرمن او ملگرو سره مې هم وخت په وخت شريک کړ. په خپل ورځني ژوند کې مې د ده لارښوونې تر ډېره حده عملي کړې هم دي. د ده علمي لارښوونو نه يوازې دا چې زموږ په ورځني ژوند کې يو لړ مثبت بدلونونه راوستل او له برکته يې زما د کورنۍ چاپيريال لا خوږ او زموږ تر منځ يې د مينې او محبت فضاء لا نوره هم صميمي شوه؛ بلکې د همدې لارښوونو په رڼا کې زموږ کوچنيان هم تر نورو همزولو زيات غښتلي او په ځانونو لا زيات باوري کړل. ما د ملت مل دغه ولسي مرغلرې د احمدشاه بابا د ادبي او فرهنگي ټولني ځوانانو سره شريکې او وخت په وخت مو هغه باب په باب ولوستې، چې د دې ټولني د ټولو غړو خاصاً ځوانانو د ډېرې ستاينې وړ وگرځېدې.

زه په داسې حال کې چې د ملت مل صيب د دې لوړ ملي خدمت قدرداني کوم، ټولو پلرونو، ميندو او خاصاً ځوانانو ته په کلکه سپارښتنه کوم چې د ملت مل صيب سپارښتنې چې د ځوانانو، کورنيو، دين او وطن په اړه کړي دي، په غور ولولي، ځانونه دې پرې پوه کړي او د هغو په درست عملي کولو سره دې د ملت مل صيب هيلو ته د عمل جامه ورواغوندي. ما دا کار عملي کړی، پايلې يې خوږې دي، تاسې ته يې هم د لوستلو او عملي کولو سپارښتنه کوم.

## عبدالقادري فكري

## ۲ \_ دا کتاب د چا له پاره دی؟

سره له دې، چې ددې کتاب سرلیک (ځوانان او شخصیت جوړېدنه) ځوانانو ته په گوته شوی دی، ولې د کتاب په منځپانگه کې ډېر داسې مهم، گټور، او مؤثر معلومات او لارښوونې وجود لري، چې د هغو لوستل او ځانونه پرې پوهول، نه یوازې دا چې هر پلار، مور و خور او ورور، ښوونکېو، د تعلیم او تربیې مسوولینو او دولتي چارواکېو ته گټور، بلکې فوق العاده ضروري دي. د کتاب په اوږدو کې په خوره وره توگه ډېرو داسې ضروري موضوعاتو ته اشارې شوي دي، چې هغه نېغ په نېغه د زیروالو (والدینو)، ښوونکېو او د ټولنې په نورو مسوولینو پورې اړه لري؛ نو پر ځای به وي چې ووايو، د یو نوي هېواد جوړولو په امید راځئ چې ټول په گډه له هرې منبع نه په گټې اخستنې، د خپل هېواد د راتلونکې نسل د سالمیتیا او سلامتیا په خاطر د دې اثر په لوستلو او عملي کولو سره خپل انساني، پلرني، مورني، ښوونیز او ټولنیز مسوولیتونه درک او په سمه توگه یې پرځای کړو. په تېرو شلو کلونو کې چې زه په امریکا کې اوسېدم، هېواد ته د راتلو په وخت کې خپلې ټولنې ته څیر شوم. دا راته جوتنه شوه، چې د تېر څه لپاسه (۳۰) کلن جنگ او مهاجرت له کبله زموږ ټولنه په هر اړخیزه توگه له صدمو سره مخ شوې ده، چې ددې صدمو له جملې څخه یوه جدي صدمه د ځوان نسل د تربیې خرابوالی و، چې لا تر اوسه ورته هم هېچا پاملرنه ونه کړه او نه یې په عملي برخه کې هېڅ کوم اقدام شوې دی.

خو زموږ دټولنی د ځانگړي تحلیل له مخې دا ستونزه په زغرده رامنځ ته شوه، چې ډېر ځله زموږ په ټولنه کې پلار، مور، د کورنۍ نور غړي او ترڅنگ یې ښوونکي هم د خپلو بچیانو او زده کوونکیو شخصیت په نارادي توگه وژني.

سره له دې، چې د شخصیت جوړونه او پالنه ډېر ضروري اصل دی؛ خو تر دې هم لا

زیات دا مهمه ده، چې په لومړي سر کې د شخصیت وژنې مخنیوی، په بیره او څیرتیا سره وشي. نو له همدې کبله د کتاب محتوا داسې جوړه شوې ده، چې د دې تر څنګ چې ځوانانو ته لازمي لارښوونې باید وشي؛ نو مور، پلار او د کورني غړو او همدا راز د ښوونځي ښوونکېو ته هم په کې ډېرې لارښوونې شوې دي، چې له یوې خوا د بچیانو او ځوانانو د شخصیت وژنې په اړه دوی له خپل دغه نا ارادي کړو وړو څخه خبر کړو او له بلې خوا د ځوانانو د شخصیت جوړونې په اړه دوی ته داسې لارښوونې وکړو، چې دوی په ښه توګه وکولای شي د ځوانانو په شخصیت جوړېدنه کې اغېزمنه ونه واخلې. دغه لارښوونې د ددې کتاب په ټولو پاڼو کې ځای پر ځای ځوانانو، کورنیو او ښوونکېو ته په ګوته کړای شوي دي.

### ۳ - له ځوان نه مطلب څه دی او ځوانان ولې مهم دي؟

د ځوان تعریف:

لومړی غواړم دا روښانه کړم چې د (ځوان) له کلمې څخه زموږ مطلب دلته نارینه او ښځینه دواړه ځوانان دي. که څه هم زموږ په ولسي فرهنگ کې د ځوانانو کلمه یوازې د هلکانو له پاره کارېږي؛ خو په حقیقت کې دا یوه عامه کلمه ده، چې دواړه یعنې هلکان او نجونې را اخلې. د دې کتاب په اوږدو کې چې کله د (ځوان) کلمه یادېږي، له هغې څخه مطلب نارینه او ښځینه دواړه ځوانان دي.

### ځوانان ولې مهم دي؟

د لاندې دلایلو په وجه ځوانان په ټولنه کې ځانګړي او ټاکونکي رول لري:

۱. ځوانان د ځان پر وړاندې یو اوږد راتلونکی لري. هیله لرم چې دا کتاب به له دوی سره د دوی د شخصیت په روزلو او د هر یو په ژوند کې د یوې روښانه راتلونکې په لار کې

اغېزمن ثابت شي.

۲. ځوانان ژوند ته سترگې پر لار او د خپلو کړو وړو په ټاکنې کې لارښوونو ته اړتیا لري، هيله ده دا کتاب به دوی سره د ښه شخصیت گټې ترڅنگ د يو مسؤل افغان په توگه د دوی په روزنه کې مرسته وکړي.

۳. په ټوليزه توگه ځوانان د پاکو احساساتو لرونکي وي، خپل هېواد او هېوادوالو ته د چوپړ په برخه کې قربانيو او هلو ځلو ته چمتو وي.

۴. ځوانان د ډېرې انرژۍ لرونکي دي، که چېرې له دوی سره لږه مرسته او لارښونه ورته وشي، دوی کولای شي، چې خپل ځان او وطن له پاره دغه انرژي په يوه ډېره گټوره لاره وکاروي او که دوی ته مناسبې لارښوونې ونشي؛ نو ددې خطرات شته، چې دوی به د منفي احساساتو او ناسمو فکرونو او کړنو ښکار شي؛ نو په دې وجه به د دوی شخصي ژوند او ملت دواړه زیانمن شي. يعنې د دې گټورې پانگې د بايلنې په وجه به هم ځوانان او هم زموږ هېواد زیانمن شي.

۵. کله چې زه ځوان وم، زما په ژوند کې د يو څو مشرانو نېکو لارښوونو دومره گټور اغېز وکړ، چې زما ژوند يې سم لوري ته واړاوه او پايلو يې زه ښو او پرځای هيلو ته ورسولم؛ په همدې وسيله غواړم، چې دهغوی د گټورو خدمتونو لړۍ لاپسې وغځوم، او هيله لرم چې زما دغه پېرزوينې به ستاسې په ژوند کې هم يو لږ مثبت بدلونونه راولي. زما اميد له لوستونکو څخه دا دی، چې تاسې به هم دغه اخلاقي مکلفيت لاپسې وغځوئ او د خپل راتلونکي ځوان نسل په چوپړ به ځانونه مصروف کړئ.

۶. له بده مرغه دردوونکي واقعيت دا دی، چې زموږ هېوادوال د تېرو څو لسيزو جنگونو او جگړو له کبله نه يوازې ډېر ځورېدلي او خپل شوي دي؛ بلکې د دې تر څنگ زموږ د وطن عالم (؟) او په اصطلاح وطنپال (؟) مشران چې هېوادوالو پرې تل حساب کړی او د دوی د لارښوونو په انتظار پاتې شوي دي، افسوس، چې دهغوي ډېر يې د مياوسۍ، په خپلو

منځونو کې د نا باوری او پر بهرنیو مرستو د اتکا بنکار شوي دي او په دې توګه دغه مشران له هېڅ نوعه نوبت، خلاقیت او مسوولیت سره چمتوالی نه ښيي.

د تېرو لسو کلونو په اوږدو کې مو د یو شمېر نورو فداکارو وطنپالو ملګرو په ملاتړ کوشنې وکړې، چې یو شمېر دغه غښتلي (؟) مشران د یو سالم ملي سیاسي پروګرام جوړولو له پاره را وبللو؛ خو افسوس پر دې، چې لاسته راوړنې یې دومره د ډاډ وړ نه وي، نو له دې کبله مو هوډ وکړ، چې تر دې زیات باید ددغو تش په نامه مشرانو په تمه پاتې نشو؛ بلکې د یو بل متبادل دریځ په لټه کې شو، نو دا مو غوره وګڼله، چې خپله انرژي له ځوانانو سره د ګډ کار په موخه ولګوو. دا باید ووایو، چې نن که تاسې ځوانان د خپل ملت او هېواد د راتلونکي په ټاکنه کې د لارښود دندې اخلي، دا ددې تش په نامه مشرانو پر وړاندې ستاسې سپین سترګي او سرغړاوی نه دی؛ بلکې ستاسې دا ډول کړنه دوی خپلو هغو بی مسوولیتو ته متوجه کوي، چې تاسې ته یې د خپلې ټولنې له پاره د لارښود مکلفیتونه در په غاړه کړي دي. هیله من یم چې تاسې ځوانان به خپل ولس او دې مشرانو ته څرګنده کړئ، چې تاسې د دې وړتیا لرئ چې د تاریخ په دې ډېرو سختو شېبو کې هم خپل ملت او هېواد د یووېشتمې پېړۍ له غوښتنو سره سم د بریالیتوب پړاو ته ورسوئ.

د تېرو څو لسيزو په اوږدو کې ما زندانونو او د مرګ له تهدیدونو نه نیولې تر تبعید، لوږې او د غربت شپو او ورځو ته د هغو امکاناتو په نسبت ترجیح ورکړې، چې د هېواد او هېوادوالو پر وړاندې له نامشروع لارو څخه تر لاسه کېدل. پر دې سربېره، ما په خپل ژوند کې خپل ټول مادي او معنوي شتمني د تاریخ په هر حساس پړاو کې تر خپل وس پورې له خپلو هېوادوالو زار کړي؛ خو سره له دې زه خپل ځان د هېواد او هېوادوالو او په ځانګړې توګه ستاسې ځوانانو پر وړاندې لا نور هم پورورې بولم؛ نو د همدې مسوولیت تر درک وروسته غواړم، چې د خپلو مسوولیتونو یوه برخه له تاسې سره د دي کتاب په لیکلو شریکه کړم.

د مشرانو صادقانه لارښوونې د ځوانانو پر ژوند ژور اغېز کولای شي. د ساري په توګه، زه

چې کله اته کلن او په دويم ټولگي کې وم؛ نو مرحوم جرار صيب زمور په بنوونځي کې د يوه کانفرانس په ترڅ کې د روسيې له پاره د (خرسچوف) د خدمتونو په اړه وويل چې: ((په روسيه کې ټول جوړ شوي موټرونه اوس هم د خروسچوف په وياړ کله چې بريك ونيسي نو (چوف) اواز کوي)).

زه نه غواړم چې ددې خبرې پر حقيقت باندې خبرې وکړم، خو په دې باور لرم چې د دې کيسې په کولو مرحوم جرار صيب غوښتل، چې ځوانان د خپل وطن خدمت کولو ته وگوماري. د هغه مرحوم دغه خبره داده اوس نږدې پنځوس کاله وروسته هم زما په ياد ده.

#### ٤ - ځوانان ولې بايد دا کتاب ولولي؟

دا هغه پوښتنه ده، چې هر څوک يې دمخه تر دې چې دا کتاب واخلي، له ځان څخه دې پوښتي، چې ايا د دې کتاب لوستل ماته څه گټه رسوي؟ ايا دا کتاب د وخت او پيسو په لگښت ارزوي؟

دا د ټولو انسانانو يوه طبيعي ځانگړنه ده، چې د هر کار په برخه کې بايد دا پوښتنه تر هر څه لومړې له خپل ځانه وکړي، چې د دې کار په کولو کې زما گټه او زيان څه دی؟ ايا گټه يې تر زيان زياته ده او که نه؟

زه ددې کتاب د ليکوال په توگه، نه يوازې ستاسې دا پوښتنه د خپگان وړ نه بولم؛ بلکې زه په کلکه تاسې ته توصيه کوم، چې د خپل ژوند په ټولو چارو کې دا پوښتنه هر وخت له ځانه وکړئ او د يو رښتيني ځواب په رڼا کې پرېکړې وکړئ. زمور د ټولنيو ترېخ واقعيت دا دی، چې د خلکو اکثره کارونه له دې کبله نيمگړي پاتې کېږي، چې داسې کارونو ته لاس اچوي چې سرته رسول يې ورته ناشوني وي؛ نو د يو وخت په تېرېدو او د يو مقدار انرژۍ او امکاناتو تر لگولو وروسته ورته پته لگېږي، چې هغه کار يې بايد هېڅ پيل کړي نه وای او يا هم له دې کبله چې د يوه کار گټه او زيان يې په غور نه وي ارزولې؛ نو د يو کوچني

خپله د پیدا کېدا له کبله بیا هغه ډېر پر مخ تللی کار په نیمایي کې پرېږدي؛ نو دا به ډېره گټوره او د یوه کلک هوډ د نیولو له پاره ښه او غوره لار وي، چې د یو کار له پيله لومړی د هغې گټې او زیانونه په ژوره توگه وارزول شي.

سره له دې چې له دې کتاب څخه گټه اخیستل به یوازې په تاسې پورې اړه ولري، ولې هغه څه چې زه یې په جرئت ویلای شم دا دی، چې د دې کتاب په لیکلو کې موږ هېڅ ډول ځاني گټې په پام کې نه وې نیولې. پر دې سربېره چې نوموړی کتاب مو په خپلو امکاناتو چاپ او له دې کتاب څخه تر لاسه کړې گټه به هم ستاسې ځوانانو د خدمت له پاره پر یو بل کتاب او یا کوم بل علمي کار لگېږي؛ نو زه د خپلې پاکې ارادې له مخې تاسې ته په ډاډ ویلای شم، چې که مو دا کتاب په پوره غور ولوست او پوره عمل مو پرې وکړ؛ نو تاسې به نه یوازې د خپلو خلکو او هېواد له پاره گټور شئ؛ بلکې ددې ترڅنگ به مو د خپل شخصیت په لوړتیا او بشپړتیا کې کارنده ونډه اخیستي وي، او هم به مو د خپلې کورنۍ او بچیانو راتلونکې سره ډیره مرسته کړې وي.

دا کتاب په درېیو دلیلونو ځوانانو ته ځانگړی شوی دی:

لومړی: زه د یو افغان په توگه د دې مسوولیت احساسوم، چې د خپل هېواد ځوان نسل ته لازمی لارښوونې وکړم، چې په دې وسیله به مې د لوی خدای جل جلاله، خپل وجدان او هېوادوالو پر وړاندې خپل وجداني مسوولیتونه تر یو بریده تر سره کړي وي.

دویم: پر دې عقیده لرم، چې ځوانان تل د ډېرو پاکو احساساتو خاوندان، د کافي انرژۍ لرونکي او په رښتیني توگه له هر ډول ځان خوښوونې او شخصي گټو پرته د هېواد او هېوادوالو خدمت ته لېوال وي او په دې برخه کې د مشرانو لار ښوونو ته سترگې پر لار وي.

درېیم: په دې برخه کې یو بل ټکي ته ستاسې پام راواړوم او هغه دا چې سره له دې، چې زه به ډېر پراخه ملي او نړۍ واله مشهورتیا نه لرم، ولې زه په دې ویاړم چې کله زه ستاسې په عمر وم؛ نو ما ځانته "ملت مل" تخلص غوره کړ او تر ننه پورې خپلې دغې عقیدې او

لارې ته په هر اړخیزه توګه رښتیني او ژمن یم. دا کتاب یوازې په همدې نیت لیکل شوی، چې ځوانانو سره د روښانې راتلونکې په برخه کې مرسته وکړي؛ تر څو په دې وسیله تاسې غښتلي او سپېڅلي تربیه شئ او دا کتاب په دې لاره کې ستاسې یو ښه لارښود او مرستندوی وګرځي.

۵ - له دې کتاب څخه زما هیلې:

د دې کتاب له لیکلو څخه زما هیلې په دې توګه دي:

۱. زه غواړم چې زموږ د هېواد د ځوان نسل هر غړی د خپل ژوند له پاره یو هدف، یوه ټاکلې لار او روښانه مرام ولري، چې دغه ټاکلي مرام ته د رسېدو په لاره کې خپل پرمختګ په اسانه توګه ارزیابي کړای شي. هیله ده چې دا کتاب به زموږ په ټولنه کې له ځوانانو سره د خپل ځان، هېواد او نړۍ په پېژندنه کې مرسته وکړي او دوی به دې ته وهڅوي، چې په خپل ژوند کې د یوه پاک او سپېڅلي ارمان خاوندان اوسي، او د هغې ارمان د لاسته راوړلو له پاره پرله پسې مبارزه وکړي.

۲: غواړم چې د خپلې ټولنې ځوان نسل دې ته ځیر کړم، چې دوی هر یو د یو شخصیت لرونکي دي. دوی هر یو باید خپل شخصیت وپېژني او د هغې په دفاع سره د خپل شخصیت د ودې او بشپړېدو په برخه کې په غور قدمونه پورته کړي.

له دې کبله، چې ډېر خلک د ژوند په هغه مهم وخت کې چې شخصیت جوړېږي او پراختیا مومي، د شخصیت په اړه معلومات نه لري؛ نو په دې توګه د ناخبرۍ په وجه په نارادي او ناغورۍ خپلو شخصیتونو ته زیان رسوي. زه غواړم، چې په وقایوې توګه دوی دغه مهم اصل ته په پام کې کړم، تر څو له خپلو شخصیتونو څخه په پالنه او دفاع کې ځانونه چمتو کړي.

۳: زه غواړم د هېواد میندو او پلرونو ته هم د دوی د اولادونو د شخصیت پېژندنې او

سالمې روزنې په برخه کې یو څه ضروري لارښوونې وړاندې کړم. زموږ د ټولنې یوه غټه بدبختي داده، چې پلرونه، میندې او ان ښوونکي او روزونکي هم په غور د خپلو بچیانو او زده کوونکیو شخصیتونو ته پاملرنه نه کوي او ډېر یې د ماشومانو شخصیتونه په ناغورۍ او په بې رحمۍ سره وژني. د ساري په توګه دوی ډېر وخت یو لړ منفي جملې لکه (چپ شه!، سپیه!، بې عقله!، کم عقله!، ته کشريې!، خبرې مه کوه، خره!، لېونیه! او...) کلمې کاروي. دوی ته د داسې کلمو کارول یوه عامه او دودیزه مسئله برېښي، ولې له بده مرغه د داسې منفي کلمو کارول زموږ د بچیانو د روحيې او شخصیت وژنې لامل ګرځي؛ نو غواړم په دې وسیله د کورنیو او زده کړې د مسوولینو پام له دې منفي کولتور سره مجادلې او د یو سالم او مثبت کولتور دودولو ته، چې هغه به د ځوانانو په وده کې ګټور وي را واپروم.

۴: ځوانان خپل لومړني مسوولیتونه تر سالمې روزنې وروسته پېژني، چې همدغه ددوی د شخصیت جوړېدنې لامل کېدلای شي. هیله ده چې دا کتاب به له تاسې ځوانانو سره په دې برخه کې تر وسه مرسته وکړي.

۵: زه غواړم چې زموږ د هېواد ځوانان باید د خپل هېواد او هېوادوالو ګټې او پرمختګ د خپل یو اساسي مسوولیت په توګه وپېژني او د دې لوړو موخو د لاسته راوړلو په برخه کې له یو روښانه پلان او پروګرام سره پر مخ ولاړ شي. ځوان نسل کولای شي چې د یو سالم لوري په غوره کولو سره خپله ټولنه هم په یوه سالم مسیر کې په حرکت راولي او په نتیجه کې یې د یوې روښانه او نېکمرغه راتلونکې پر لور رهبري کړي. هیله مې داده چې دا کتاب به تاسې ته ستاسې مسوولیتونه د خپلې ټولنې او خلکو پر وړاندې لارښه څرګند او روښانه کړي. له لوی خدای جل جلاله څخه هیله من یم، چې ستاسې د هڅو او هلوځلو په نتیجه کې به زموږ دغه ځورېدلي او کړېدلي ملت د یو روښانه راتلونکې پر لور چټک ګامونه پورته کړي.

## ٦ - تعليم مهم دي، خو تربيه ترې مهمتره ده !

د ځوانانو پر ژوند او اجتماعي سلوک د جنگونو او مهاجرتونو اثرات:

انسانان په مجموعي توگه، خو ځوانان او کوچنيان په ځانکړې توگه، له محيط څخه زيات متاثره کېږي. ټول ماشومان او ځوانان يو لړ معلومات، خوي، اخلاق، رويه او سلوک په يو نارمل محيط کې په منظمه او بڼه توگه زده کوي. هره ټولنه په مجموعي توگه ځان ته اصول، پرنسپونه او ځانکړي اخلاق لري، چې دغه خصوصيات د هغې ټولني انسانان، خصوصا ځوان نسل د خپل ژوند په اوږدو کې په تدريجي توگه د ليدو، اورېدو او په مکرره توگه ونډه اخيستلو سره هغه زده کوي. د مثال په توگه، په ماشومتوب کې د ډوډۍ خوړلو اداب، د سلام اچولو اداب، د مشرانو او خپلوانو د قدر او احترام کولو اداب، د مېلمه احترام او درناوی زده کېږي. بيا وروسته په زلميتوب کې د مجلس اداب، د مړي او ژوندي په مراسمو کې گډون، د ودونو دستورونو او رواجونو پالل او نورې اجتماعي اړيکې زده کېږي.

بالاخره، بيا انسانان په پاڅه عمر کې د مرکو، جرگو او روغې جوړې اصول او پرنسپونه زده کوي. دغه ټول معيارونه، په ټولنه کې دننه او د يو نورمال حالت په جريان کې له مور و پلار او کورنۍ څخه شروع او بيا له کور، کلي او ولس څخه په کارنده او ناکارنده توگه زده کېږي.

## دویم څپرکی

### د شخصیت په اړه

۷ - د شخصیت تعریف:

(شخصیت هغه مقام، ارزښت او احترام دی، چې د ټولني خلک يې يو چا ته په ټولنه او خپل زړه کې په خپله خوښه، بې له کومې تمې او تمنا ورکوي). يا په بل عبارت شخصیت (د يو شمېر هغه ارزښتونو ټولگه ده، چې په يوه مشخصه ټولنه کې د ټولني غړيو ته خاص اهميت لري). شخصیت د خپل ځان درناوی او ځان ته د يو شمېر معيارونو ټاکنه هم ده.

يعنې شخصیت څوک ځانته په خپله نه ورکوي؛ بلکې د ټولني خلک يې يو چا ته په ټولنه کې ورکوي؛ خو د لاسته راوړلو له پاره يې د شخص هلې ځلې لازمي او ضروري دي. د شخصیت په لاسته راوړلو کې لاندې موضوعات دخيل دي:

۱ - تاسې (هغه شخص) پرې مستقيما کومه ولگه نه لرئ.

۲ - شخصیت د يو شخص د ژوند په اوږدو کې يوه مجموعي لاسته راوړنه ده، نه دا چې د يوې ورځې، يوې مياشتې يا يوه کال محصول.

۳ - شخصیت هغه څه نه دی، چې يو څوک يې د ځان په اړه فکر کوي يا يې ارزوي؛ بلکې دا د هغه څه محصول دی، چې نور خلک يې د دې شخص په اړه په کتلوي توگه ارزوي.

۴ - شخصیت يو دايمي مقام نه دی؛ بلکې د هرې ورځې له ارزونې سره هغه بدليدای شي.

۵ - په ټولنه کې د ټولني ټول انسانان هره ورځ، هره گړۍ يو بل ارزوي.

۶ - د شخصیت ساتنې له پاره پرله پسې دفاع او وقايه دواړه جدي ضرورت دی.

۸ - شخصیت څوک او څرنگ ټاکي؟

په هره ټولنه کې خلک شخصیتونه ارزوي، چې دا ارزونه په دوامداره توګه او په ټولنه کې د مختلفو خلکو له خوا صورت نیسي. دا ارزونه د معمول پر خلاف په داوطلبانه توګه تر سره کېږي او په داسې حال کې چې خلک پر ځان خبر هم نه وي، دغه ارزونې په نارادي توګه او په داوطلبانه ډول یو له بل سره شریکوي او بالاخره دغه نظریات د ټولني د خلکو په منځ کې نه یوازي دا چې سره شریکېږي، بلکې ددې ارزونو د شریکولو په نتیجه کې یوه عمومي ارزونه ترې منځته راځي او هغه ارزونه بیا د خلکو په منځ کې خپرېږي او په دې توګه د هغه شخص په اړه خلک یوې ټوليزې پایلې ته رسېږي، چې دغې ټوليزې ارزونې ته د هغه سړي شخصیت ویل کېږي. مثلاً کله چې یو څوک زموږ له مخې څخه تېرېږي او حتا که په یو مجلس کې د یوه کس په اړه بحث کېږي؛ نو په دې دواړو صورتونو کې کتونکي او د مجلس اوردونکي د هغه شخص په اړه ښه او یا بد ځانته انځوروي. بیا انسانان په خپلو کې دغه نظریات یو له بل سره بې له دې چې ورته متوجه شي، شریکوي او دغه نظریات په یوه مرموزه، نارادي او پرله پسې توګه له نورو سره په مختلفو لارو چارو شریکېږي او د دې په پایله کې خلک د هغه شخص په اړه یو ډول قضاوت کوي او دغه قضاوت له نورو سره شریکېږي او په پایله کې یې خلک هغه شخص ته په خپلو زړونو کې یو شخصیت قایل کېږي او د همدې ارزښت له مخې هغه ته په ټولنه کې احترام، قدر او ارزښت ورکوي. چې دغه ارزونه هره ورځ، هر ساعت د هر چا په اړه په ټولنه کې مطرح ده او بې له دې چې څوک خلکو ته په دې اړه کومه لارښوونه وکړي. خلک دا کار په اتوماتیکه توګه ترسره کوي نو ویلای شو، چې د یو چا د شخصیت په اړه پرېکړه، داسې یوه پرېکړه ده، چې هغه د یو شخص نه، بلکې د ټولني یو ټوليزه ارزیابي ده، هغه د یوې ورځې ارزیابي نه، بلکې د هغه سړي د ژوند د اوږدو، پرله پسې ارزونه ده او بل دا چې په دې ارزونه کې دغه شخص په خپله کوم مستقیم اغېز نه لري ولې په نامستقیم ډول ددې د هرې ورځې کره وه او راشه درشه ددغې ارزیابي یوه برخه جوړوي.

نو دا هم ویلای شو چې شخصیت کوم همېشني مقام نه، بلکې له بدلون او تحول سره ملګری دی. یو شخص کولای شي چې په یوه اوږده موده کې دډېرو قربانیو او هلوځلو په پایله کې په ټولنه کې یو شخصیت تر لاسه کړي؛ خو بیا د یوه ډېر وړوکی منفي عمل په پایله کې خپل دغه موقعیت او مقام د خلکو په زړونو کې له لاسه ورکړي؛ نو ویلای شو، چې که له یوې خوا د شخصیت لاسته راوړل خورا مشکل کار دی، خو له بلې خوا د شخصیت ساتنه لاتر هغه سخت او مشکل کاردی

#### ۹ - ولې او کله باید په شخصیت وغږېږو؟

له دې کبله چې شخصیت له ډېر وړکوالي څخه پیلېږي او له همدې وخته انسان له رنگارنگ خطرونو او چپلنجونو سره مخ کېږي؛ نو ضرور ده، چې د شخصیت په اړه هر څومره ژر چې کېدای شي خبرې پیل کړو.

البته له اووه کلنۍ نه کوچنیو ماشومانو ته به مشکله وي، چې د شخصیت په اړه د موضوعاتو په توضیح پوره پوه شي؛ خو له اووه کلنۍ نه وروسته تر ۳۰ کلنۍ پورې ځوانان د دې وړ دي، چې په پرله پسې توګه د شخصیت د اهمیت په اړه او همدا راز د شخصیت پر وړاندې د چپلنجونو او وقایوي تدابیرو په اړه ورسره خبرې وشي؛ خو د هغو ماشومانو د شخصیت ساتنې له پاره چې عمرونه یې تر اووه کلنۍ کم دي دا ډېره مهمه ده، چې د هغوی له مور، پلار، خويندو او وروڼو سره ددې ماشومانو د شخصیت جوړونې، ساتنې او پالنې په اړه خبرې وشي. البته د کورنۍ ټول غړي د یو بل په شخصیت جوړونه او پالنه کې لاس لري، چې حتا دغه رول د غټو بچپانو او د کور د لویانو په اړه هم مهم ګڼل کېږي.

کورنۍ لکه چې د بچپانو د خوراک، جامو او نور ضرورتونو مسوولیت پر غاړه لري، همداراز مسوولیت لري، چې د اولادونو د شخصیت د رشد او تکامل په اړه، د دوی د تعلیم او تربیې په اړه، د دوی د ملګرو د انتخاب په اړه، د دوی د تحصیل او واده په اړه هم

فکر وکړي او پلان ولري. نو د شخصیت په اړه خبرې یا له ځوانانو او یا د دوی د کورنۍ له غړيو سره خبرې چې هر څومره ژر تر ژره شروع شي گټوره ده؛ خو د خبرې کولو اساسي هدف باید دا وي، چې ځوان او د کورنۍ غړي یې په خپله ونډه اخیستلو ته وهڅول شي.

۱۰ - د شخصیت پراوونه:

د شخصیت په جوړونه کې دغه لاندې پراونه شامل دي.

الف: د شخصیت پېژندنه

ب: د شخصیت وژني مخنیوی

ج: د شخصیت جوړېدنه او تکامل

د: شخصیت تثبیتونه

ه: د شخصیت ساتنه

و: د شخصیت د خپرولو لارې چارې

الف: د شخصیت پېژندنه:

څو کاله د مخه مې د شخصیت پېژندنې موضوع په اړه د یو کنفرانس له پاره تیاری نیوه، د موضوع تر څېړنې دمخه له ما سره نظریات یو شان وو؛ خو په دې برخه کې تر ژورې علمي څېړنې وروسته زما په نظریاتو کې د توقع خلاف ستر بدلون راغی، لکه چې نور خلک هم فکر کوي، چې شخصیت تر ځوانۍ وروسته جوړېږي، خو زما په عقیده، شخصیت له درې کلنۍ څخه پیلېږي. د دې اصلي لامل دا دی، چې په دې عمر کې ډېر ماشومان پر خپلو ډکو او تشو میتيازو کنترول پیدا کوي، چې تر دې دمخه له دې کبله چې دی پر خپل

ځان کنټرول نه لري؛ نو د شخصیت په برخه کې هم ادعا نه کوي. ولې کله چې د دوی د ژوند دغه نیمگړې برخه پوره شي؛ نو بیا دوی هر یو د یو ځانگړي شخصیت د لرلو ادعا کوي. دا هغه نظر و، چې له ما سره درې کاله دمخه راپیدا شو؛ خو د ۱۳۸۸ لمریز کال په جدي کې له یوې نوې پېښې سره مخ شوم، چې هغې زما نظر نور هم بدل کړ. زما یوه کوچنۍ لور ده چې (هڅانده) نومېږي. (هڅانده) په هغه وخت کې پینځه لس میاشتنۍ وه، زه جلال اباد ته د څو شپو له پاره تللای وم. کله چې بېرته په کابل کې کور ته راغلم، هڅانده زما د هرکلي له پاره په لارو (دهلېز) کې منتظره وه او په ډېرې خوشحالی یې زما خواته راوځغاستل. د هغې هیله هم دا وه او لازم هم دا و، چې زه باید هغه په غېږ کې راپورته کړم؛ خو له دې کبله چې زه تشناب تللو ته په بېرته وم، ما هغه راوانخیسته او د تشناب په لور مې وځغاستل، هڅانده په دې کار ډېره خفه شوه او وې ژړل. له تشناب نه وروسته چې ما او مور یې هرڅه خواري وکړه، هغه پخلا نه شوه، تر څو چې په ژړا کې ویده شوه او بیا سبا سهار چې له خوبه راپاڅېده؛ نو راسره پخلا شوه. دې پېښې ماته دا نظر راکړ چې، ماشومان حتا په یو کلنۍ کې هم ځانته یو شخصیت لري، او چې کله د هغو شخصیت ته پاملرنه ونه شي؛ نو هغوی بیا مرور او مایوسه کېږي؛ نو پکار ده چې د ماشومانو شخصیت ته ډېر پام وکړو.

ځینې ماشومان له ورکتوبه ډېر حساس وي او هر ډول کره وړه د هغه د کورنیو او یا نورو خلکو له خوا چې دده شخصیت ته زیان رسوي، دوي نا اراموي. دغه ډول ماشومان ډېر حساس وي او دا ډېره مهمه ده چې مور و پلار او د کورنۍ نور غړي دغه ډول ماشومان تشخیص کړي او له دوی سره د دوی له له غوښتونو سره سم چلند وکړي، او که نه دغه ماشومان به ناهیلی شي او په پرله پسې توگه به خپل شخصیت له لاسه ورکړي. په دې برخه کې غواړم یو مثال راوړم:

زه په امریکې کې د خپل یو دوست زرغون شاه (شینواري) صیب په کور کې مېلمه وم؛

مېلمه نه بلکې د کور د یو غړي په شان وم، ځکه زموږ په منځ کې د ورورۍ نه هم بڼې اړیکې دي. د ماښام ډوډۍ تیاره شوه او د اصیل افغاني کولتور سره سم د شینواري صیب په (سالون) کې دسترخوان اوار او د کورنۍ ټول غړي، نر او بڼڅې سره یو ځای ډوډۍ ته کېناستو. د شینواري صیب د کور دغه ځانگړنه زما ډېره خوښېده.

ډوډۍ ته ناست وو، چې د شینواري صیب یوې څلور کلنې لور ملالی جانې غلي پلار ته څه وویل. پلار یې پرې غوسه شو او څه ناخواله یې ورته وویل؛ خو ما وانه وربده. ملالی سمدلاسه ډوډۍ بس کړه او غلې پر خپل ځای کېناسته، نور یې هېڅ ونه ویل. څه شېبه وروسته چې زموږ ورته پام شو، هغې ډوډۍ نه خوږه او غلې ناسته وه. زه د یو ډاکټر په صفت دې پېښې ته لا زیات ځیر شوم. له هر اړخیزې ارزونې وروسته دې پایلې ته ورسېدم، چې ملالی خپل ځان ته په شخصیت قایله ده. رښتیا هم چې د ملالی ټول کړه وړه ځانگړي دي او په کوچنیوالي کې دومره پوهه، درنده او مینه ناکه ده، چې د یوه غټ انسان ځای نیولای شي. ملالی په خپل دې عمل خپل پلار ته دوه شیان څرگند کړل.

لومړی یې خپل پلار ته وښوده چې زه یوه شخصیت لرونکې نجلۍ یم. تا ولې زه تهدید کړم، زه باید تا د دې کاکا مخکې نه وای رټلې. او ورته یې وښوده چې ستا دې کړو زما شخصیت ته زیان ورسوه. زما شخصیت مه زیانمنوه. دویم دا چې ملالی د دود خلاف د نورو ماشومانو په څېر نه وژړل او نه له دسترخوان نه پاڅېده، او نه هم بیا د چا په پخلا کېدو پخلا شوه. په دې کې هم هغې خپل شخصیت تثبیت کړ. هغې دا وښودل چې زه دومره عادي نجلۍ نه یم چې یا وژاړم او یا د دسترخوان نه پاڅېږم. زه کولای شم چې دا خپګان او غوسه په بڼه او سالمه توګه وزغمم او د خپلې مرورتیا په وجه یې دا هم وښوده، چې زما خپګان ددې سطحې څخه چې په څو خوږو خبرو له هغې نه تېره شم، ډېر او لوړ دی.

زه د ملالی جانې دې ژورې ارزیابۍ، مودبانه غبرګون او باثباته دریځ ته هک حیران شوم.

وروسته بيا ما دا موضوع له شينواري صيب سره شريکه کړه او ورته مې وويل چې: شنواري صيب! ستا دا لور ځانگړې کرکټر او شخصيت لري. ته بايد د هغې سره دهغې له غوښتنو سره سم چلند وکړئ، او نور يې بايد شخصيت ته زيان ونه رسوې.

د ملالی په څېر زيات ماشومان زموږ او ستاسې په کور کلي او ماحول کې شته، چې د هغوي د ځانگړي شخصيت پېژندنه، ورته احترام او ور سره مناسب سلوک کول به نه يوازې د دوی د شخصيت له پرمختگ سره لا مرسته وکړي؛ بلکې دوی به ډېر ژر د کورنۍ له پاره د سترو وياړونو سبب شي. غواړم په دې اړه د مور، پلار، وروڼو او خویندو ځانگړې پاملرنه دې ټکې ته راواړوم، چې د خپلو ماشومانو د شخصيت په پېژندنه او له دوی سره په مناسبې روپې کې له پوره پاملرنې او احتياظه کار واخلي. کله چې مو درک کړه، چې ستاسې ماشوم ځانگړې شخصيت لري، هغه ته ناز ورکړئ او د نورو ملگرو، دوستانو او کورنۍ د غړيو په منځ کې د هغه د شخصيت په اړه مثبتې او ښې خبرې وکړئ. دغه ډول چلند دا ماشومان تر بلې هرې روپې زيات د لاسه شخصيت څخه برخمن کوي او که ستاسې ځينې ماشومان د کمزوري شخصيت او کرکټر لرونکي هم وي؛ نو دوی تر بل هر چا لا زياتې پاملرنې ته اړتيا لري؛ تر څو دوی په پرله پسې توگه ځانونه با ارزښته او مهم وگڼي.

ب: د شخصيت وژني مخنيوی:

زموږ په کور، کلي او ښوونځي کې دا دود دی، چې ماشومان د بېلابېلو معاذيرو له کبله چې کله کومه نيمگړتيا ولري؛ نو بيا د هغې کورنۍ، ملگري او ټولگيوال ترې د هغه ماشوم د تهديد او ځورونې له پاره کار اخلي، ځينې داسې ناروغی، معيوبیتونه او نيمگړتياوې شته، چې لري کول او يا يې له منځه وړل د هغه ماشوم او کله کله د نورو انسانانو له قدرت څخه هم لوړ وي؛ نو په کار ده چې دا ډول نيمگړتياوې د هغه ماشوم کمزوري او يا بې کفایتي ونه گڼل شي. د بېلگې په توگه ځينې ماشومان چې کاڼه يا رانده وي، يا يې لاس شوټ وي، په

پښه گوډ وي او يا هم له ذهني پلوه وروسته پاتې وي. لومړی خو خپل پلار، مور، خویندې، وروڼه، ملګري او ټولګيوال ورته د هغې پیغور ورکوي، ډېر يې په هماغه بد نوم لکه ګونګی، شوتی، ګوډی، غبي، لېونی، ګرنگن او په نورو ناوړه نومونو یادوي، چې د زیات تکرار له کبله يې هغه ماشوم هم ځان بې عقله، ناپوهه او د خدای په قهر اخته محسوسوي او نور د هېڅ ډول شخصیت ادعا هم نه کوي. کله کله دغه موضوعات د دې سبب هم شي، چې بیا دغه ماشوم ځینې غیر نورمال او خرابو کارونو ته لاس اچوي او په دې توګه خپل شخصیت نور هم تخریب، تحقیر او توهین کړي. په دې برخه کې دوه بېلګې د ذکر وړ بولم:

زه یو وخت په کوچنیوالي کې لوبډلی وم او د پوزې هیلوکی مې مات شوی و؛ نو د پوزې پرله پسې میکروب مې پیدا کړ. په دې وجه زه په کورنۍ کې همپشه له تهدید او تحقیر سره مخ وم. ټولو به راته ګرنگن، خیرن او بې عقل وایه. دا توهین دومره زیات شو، چې نور یې پر ما د توهین کوم اغېز هم نه کاوه او د دې پرله پسې توهین له وجې مې ځان په خپلو همزولو کې عاجز او نیمګړی محسوساوه؛ نو اکثره به په لوبو کې هم له هلکانو سره نه شامېلېدم، زه دې کار لا نور هم ځورولم.

دا چې ما دا ډول ناروغي درلوده او زه نه پوهېدم، چې دا یوه طبي ناروغي ده او درملنه لري، او زما کورنۍ په دې نه پوهېده، چې ډاکټر ته مې یوسي. سره له دې، چې زه به څو څو ځلې د نورو ناروغيو له پاره د کورنۍ له خوا ډاکټر ته وړل کېدم، خو د هغه وخت ډاکټران هم دومره پوه نه وو، چې زما دغه ستونزه یې تشخیص کړې وای؛ نو ایا دا زما ګناه وه که زما د کورنۍ او که زما د ډاکټر؟ خو په هر حال په ۳۵ کلنۍ کې چې کله زه امریکا ته لاړم، زما دا تکلیف بیا هلته تشخیص او د عملیات له لارې یې درملنه وشوه؛ نو اوس چې زه ګورم، ماته هغه ورځې را یادېږي، چې همپشه به د کورنۍ د غړیو، همزولو، ملګرو او ټولګيوالو په منځ کې د داسې یوې ناروغۍ له کبله چې تشخیص او تداوي یې نه زما په قدرت کې وه، نه زما د کورنۍ او حتا چې زما ډاکټران هم په دې برخه کې نیمګړي وو، زه

تهدیدېدم؛ نو ولې زه باید د هغه څه په وجه توهین او تحقیر شوی وای، چې کنټرول یې زما په اختیار کې نه و؟

زه د خپلې دغې ترخې تجربې شریکول ددې له پاره اړین گڼم، بنایي همدا اوس ستاسې شاوخوا یو شمېر داسې کسان وي، چې د بېلابېلو عواملو له کبله داسې نیمگړتیاوې ولري؛ نو له تاسې نه په کلکه غوښتنه کوم، چې نه یوازې دغه راز ماشومانو ته په سپکه سترگه مه گورئ، بلکې نورو ته هم سپارښتنه وکړئ، چې له دغه راز تحقیر او توهین څخه لاس واخلي. له بلې خوا دا به ستاسې د شخصیت لوړوالی وښيي، چې کله ناکله دغه ډول ماشومانو ته ځانگړې مینه ورکړئ او وېې پوهوئ، چې د دوی دغه جسمي یا ذهني تکلیف د دوی جرم نه؛ بلکې دا د الله جل جلاله له خوا ټاکل شوې ورکړه ده او که علاج ولري؛ نو لطفا هغه او یا د هغه کورنۍ ته د هغې د درملنې په برخه کې لارښوونه او مرسته وکړئ. او هم ورته ته توصیه وکړئ چې دوی باید د دې په وجه خپل ځان په روحي توگه نارام نه کړي. که ستاسې پر وړاندې چا له داسې ماشومانو سره ناوړه چلند وکړ په نرمۍ سره هغوی ته توصیه وکړئ چې له دا ډول چلند څخه لاس واخلي.

یوه بله حادثه، چې ویل یې هم راته ښه نه ښکاري؛ ځکه چې دا زما د یوه ښه ملگري یو راز دی، غواړم له تاسې سره شریک کړم. خو زه د خپل دغه ملگري فرضي نوم (احمد) یادوم. دا کیسه ځکه له تاسې سره شریکوم، چې دغه ناروغي د احمد په څېر په نورو افغانانو کې هم خورا زیاته ده او په زرگونو نور کسان هم له همدې تکلیف څخه په جسمي او روحي توگه دردېدلي او دردېږي. زما هیله داده، چې په دې وسیله او ستاسې په مرسته د خپلې ټولنې دغه یو بل منفي اړخ هم سم کړو او ددې ناوړه دود د سمون له لارې د خپلې ټولنې په منورتیا او سلامتیا کې اغېزمنه ونډه واخلو.

انسانان د بېلابېلو خوراکی موادو د هضم لپاره ځانگړې انزایمونه لري. انزایمونه له ډېرو نورو دندو سره سره، د خوړو په هضمولو کې هم مرسته کوي. د هر انسان په معده کې یو

انزایم وي، چې د لکتیز **Lactase** په نوم یادېږي. د دې انزایم دنده دا ده چې شیدې هضم او پر نورو ګټورو موادو یې بدلوي. یو شمېر داسې انسانان شته، چې د هغوی په معده کې بیا دغه لکتیز انزایم نه وي، چې دې حالت ته د لکتیز نشتوالی یا (**Lactase deficiency** وایي).

ددې انزایم نشتوالی ددې سبب کېږي، چې شیدې په ناهضمه توګه له معدې نه کولمو ته داخلېږي او بیا هلته د یو شمېر مکروبونو له پاره د یو بڼې غذا په توګه کار ورکوي. په نتیجه کې یې د کولمو ځینې بکتریاګانې بیا دغه شیدې په یو څه نورو داسې موادو بدلوي، چې هغې سره د سرې په کولمو کې زیات باد جمع کېږي. دغه ناروغي په افغانانو کې ډېر معمول او همداراز په یو زیات شمېر اسیایانو (د اسیا لویې وچې اوسېدونکو) کې وجود لري. هغه انسانان، چې د دې انزایم له کمښت سره مخ وي؛ نو هغوی چې کله شیدې، مستې او نور د شیدو محصولات لکه پنیر او نور وخورې، نو لږ ساعت وروسته یې بیا په ګډه کې باد جمع شي او دا کسان نه شي کولای چې د خپلو ګډو باد ښه کنټرول کړای شي او اکثر د دوی له ګډو څخه باد په نارادي توګه خارجېږي او د دې کسانو د ګډې باد هم ډېر بد بویه وي، چې نږدې کسان خورا زیات په تکلیفوي. دا حالت اکثر د دوی د شرم او بدنمایي سبب کېږي. د دې ناروغۍ تشخیص تر اوسه هم په افغانستان کې نه کېږي او له دې کبله یو زیات شمېر کسان، چې دا ناروغي لري په ټولنه کې د (تیزن) او یا (پسکن) په نوم یادېږي او له دې کبله له ډېر شرم او خجالت سره مخ وي. ځینې کسان داسې هم شته، چې د همدې پېښې له کبله د ورکړل شویو پیغورونو له لاسه یې وطن پرېښی او ځینې یې لا ځانورنې ته هم اړ شوي دي.

زه چې پوهنتون کې وم زما یو ټولګیوال چې (احمد) نومېده، هم دا ناروغي درلوده. دې ته ورته زما یو شمېر خپلوانو او زموږ په کلي کې څو نورو کسانو هم دا ستونزه درلوده؛ خو هېچا ته پته نه وه، چې د دې اصلي لامل د هغه انزایم نشتوالی دی. احمد به اکثره د

ملګرو په منځ کې له دې امله له تهدید او تحقیر سره مخ و؛ خو کله چې احمد هم امریکې ته راغی، دلته یې ددې ناروغۍ تشخیص وشو او دا څرګنده شوه چې احمد د لکتیز انزایم نه لري او په دې وجه شیدې او د شیدو محصولات نه شي هضمولای. دې تشخیص د احمد په ژوند کې ډېر مثبت بدلونونه راوستل. احمد نن په امریکا کې یو لوی ډاکټر او د یو خوشحاله ژوند خاوند دی.

د لکتیز د انزایم د کمښت د ناروغۍ تداوي درې شيان دي:

۱. په امریکا کې یو ډول شیدې جوړوي، چې دغه انزایم په کې ورزیاتوي، نو دغه کسان کولای شي چې له هغو شیدو نه ګټه واخلي. دې شیدو ته لکتیز لرونکې شیدې وايي.

۲. د لکتیز انزایم د گوليو په توګه هم خرڅېږي، چې د شیدو او د هغې د محصولاتو د کارولو پر مهال ترې د گېلې د بادو د مخنیوي په برخه کې ګټه اخیستل کېږي. یعنې هغه کسان، چې د لکتیز انزایم ونه لري، د شېدو او مستو د خوړولو په صورت کې له دې گوليو نه یوه - دوه گولۍ خوري؛ نو بیا دوی کولای شي چې عادي شیدې او مستې هم وخوري او بله کوم تکلیفه هغه هضم کړي.

۳. دا کسان باید د شیدو او د هغې له محصولاتو لکه (مستې، پنیر، کوچ او شومړو) د استعمال څخه ډډه کوي. چې دا طریقه په افغانستان او نورو وروسته پاتې هېوادونو کې چې دغه ډول درملنه او یا دغه ډول ځانګړې شیدې نه شته، ددې مشکل د حل یوازینی لار ده.

که تاسې په ټولنه کې داسې څوک پېژنئ، چې ددې ناروغۍ له کبله نه شي کولای چې د خپلې گیلې باد کنټرول کړي، لطفا هغه ته توصیه وکړئ، چې د خپلې درملنې له پاره له کوم تکره ډاکټر سره خبرې وکړي. یا دې د شیدو او د هغې د محصولاتو نه پرهیز وکړي او یا دې ځان ته دغه گولۍ له خارج نه راوغواړي. دا به د هغوی د دغه شرمېدونکې ناروغۍ مخنیوی وکړي او بیا به هغوی په ټولنه کې له تهدید او تحقیر سره نه مخ کېږي.

له دې دوو بېلگو څخه دا جوتېږي، چې يو شمېر زيات داسې حالات شته، چې د هغې تشخيص او کنټرول څه اسان کار نه وي، نو نه بايد چې دغه ډول ناروغي او ستونزې د يو شخص د کرکټر د کمزورۍ او يا د هغې د نیمګړتيا نښه وګڼل شي.

باور وکړئ، چې زه د پوزې د ناروغۍ په وجه او احمد د لکتیز انزایم د کمښت له کبله دومره له ټولنیز تحقیر او سپکاوي سره مخ وو، چې زموږ پر شخصیتونو او کرکټرونو یې ډېر منفي اغېز اچولای و. په ټولنه کې داسې زیاتې پېښې شته، چې درملنه یې د یو سړي او يا د هغه د کورنۍ له توانه بهر کار وي، نو دغه ډول ماشومانو او ځوانانو ته بايد د حقارت په نظر ونه کتل شي؛ بلکې دا زموږ د ټولنې نیمګړتیاوې دي، چې د دا ډول ناروغيو تشخيص او تداوي نه شو کولای، چې د هغه شخص د تهديد او تحقیر سبب نه کېږي. که موږ نه شو کولای، چې ټولې طبي نیمګړتیاوې حل کړو؛ نو دا خو کولای شو، چې خلک په دې وپوهوو، چې د دا ډول ناروغيو په وجه ماشومان تهديد او توهين نه کړي. زما هیله له ځوانانو نه داده، چې له دې منفي عادت سره مجادله پیل او هغه په خپلو ورځنیو کړو وړو کې شامله کړي.

د بېلګې په توګه که ستاسې کوم ملګری د ګېلې نفخ او باد ولري او هغه نشي کنټرولولای، لطفاً په ډېرې خواخوږۍ (غیر قضاوتي لاره) هغه ته ددې کتاب د توصیې له مخې مشوره ورکړئ، چې یو څو ورځې شیدې او د شیدو محصولات بند کړي، چې تکلیف یې ښه کېږي او که نه؟ که ښه شو، نو تشخيص یې واضح دی چې هغه شخص دغه انزایم (لکتیز) نه لري، نو باید همپس له شیدو او د هغې له محصولاتو نه پرهېز وکړي. ددې د ویلو یوه ښه طریقه به داوي چې کله هغه کس په مجلس کې حاضر وي، نو تاسې په دې کتاب د تبصرې په ترڅ کې دا خبره را یاده کړئ، او مثال ورکړي، چې زما یو ملګری (سیداجان) داسې یو تکلیف درلوده، او ددې کتاب د لارښوونې په نتیجه کې هغه خپل دا مشکل تشخيص او حل کړ.

ج: د شخصيت جوړېدنه او تکامل:

د ځوانانو په ژوند کې تر ټولو مهم او اساسي اصل دا دی، چې يو ځل يو ځوان خپل ځان، خپل شخصيت او موقف په ټولنه کې وپېژني او د هغه ځانگړي موقف د ساتلو او لوړولو په لاره کې لازم وپېژني او وپېژني شي.

تر ټولو لومړی دا خبره مهمه ده، چې موږ بايد خپلو بچيو ته د ځانونو په اړه د څه ويلو لپاره داسې يو څه ولرو. يعنې دا چې موږ بايد په خپل ژوند کې څه لاسته راوړنې ولرو، چې هغه په افتخار خپلو بچيو ته وويلاي شو او زموږ بچي پرې افتخار وکړي شي. دا د ژوند او د کورنۍ د پرله پسې ترغيب له پاره يو ځانگړی اصل دی.

زه ټولو هغو کسانو ته چې په خپل چاپېريال کې د ځينو داسې ځانگړتياوو لرونکي وي، چې پرې وياړ کولای شي، په کلکه ددې توصيه کوم، چې خپل دغه عالي ځانگړتياوې په ډېر وياړ سره له خپلو بچيو او ځوانانو سره شريکې کړي. د بېلگې په توگه که تاسې يو ديني، علمي، کورنی یی! او يا مو د خپل وطن او خلکو له پاره ځانگړي خدمتونه کړي وي، په ډېر وياړ او مناسبه توگه دغه د خپلو بچيو پر وړاندې داسې ور وپېژنئ.

زه پر خپلې کورنۍ وياړم، زموږ مشران داسې پاک، پوه او د ټولني خدمتگاران وو. زما پلار، نيکه همېشه د خپلو خلکو درناوی کړی، خلک موږ ته په درنه سترگه گوري. بچيانو! موږ ته دا ټولنه په خاص نظر گوري، حتا ځيني کارونه چې د نورو خلکو بچيان يې کوي، تاسي سره بڼه نه ښکاري. تاسې بايد ډېر احتياط وکړئ. زموږ کورنی داسې ده لکه (سپينې جامې) پر سپينو جامو داغ له ورايه ښکاري.

ستونزه دا ده، چې اکثره خلک فکر کوي، چې د دوی د کورنۍ ځوانان په ټولو شيانو پوهېږي، ولې دا اکثرا واقعيت نه لري. زه غواړم دلته تاسې ته يوه بېلگه راوړم. د (۲۰۰۱) ز کال په منځ کې د سپتمبر د پيښې نه څو مياشتې دمخه زه د جناب حامد کرزي صيب د ورور ښاغلي قيوم کرزي په کور کې مېلمه وم، د مازيگر په وخت کې راته څه داسې وخت

برابر شو، چې د بناغلي قیوم کرزي له یوې ځوانې لور سره، چې یوه ډیره مؤدبه او هوښیاره جلی وه، او زما یې ډیر قرر او عزت وکړ، خو دقیقې په مجلس او خبرو اخته شوم. ما هغې ته وویل چې (ته په یوې مهمې کورنۍ پورې اړه لرې، ستاسې نیکه په افغانستان کې غټ او مهم سړی و). دا نجلی حیرانه شوه او دا ځکه چې هغه په امریکې کې پیدا شوې وه، مور یې سره له دې چې ډېره شریفه ښځه ده، اما بیا هم یوه امریکایي ښځه وه، چې پلار یې (قیوم کرزي) به هم ښاي چې یا ددې وخت نه درلود او یا یې دغه موضوع خودستایي گڼله او نه یې غوښتل چې خپلې لور ته خودستایي وکړي، نو ورته یې څه نه و ویلي.

خو کله چې ما دې نجلی ته ددې موضوعاتو په اړه خبرې وکړې؛ دې خبرو په هغې خاص اثر کړی و، نو څو ورځې وروسته یې مور راته وویل، چې (ډاکټره! ستا د خبرو په وجه خو زما د لور په رویه او روش کې ډېر مثبت بدلون راغلی دی. ستا خبرو پرې ډېر ښه اثر کړی دی، هغه اوس ځان ډېر باغروره او باشخصیته او مهمه گڼي. زه له تاسې څخه مننه کوم، چې له دې سره مو دا خبرې شریکې کړي دي).

تصادف داسې وشو، چې څو میاشتې وروسته د سپتمبر پېښه وشوه او بیا ددې تره (حامد کرزي) رئیس جمهور شو. دې خبرې لا زیات زما د خبرې پخلی وکړ او هغې نجلی باندي یې ډېر زیات اثر کړی و. نو له دې مثال څخه داسې ښکاري چې دا یو ضرورت دی، چې پلرونه او میندې باید خپلو بچپو ته د خپل ځان، خپل ټولنیز موقف او خپلو خدمتونو او لاسته راوړنو په اړه خبرې وکړي. پدی اړه، دوستان او نور خپلوان په ښه توگه کولای شي چې دا موضوع د یوه او بل ملگری بچوته ووايي. نو پدی اړوند هر څوک د خپل ملگری او خپلوانو د بچو په اړه ځانگړې مسؤلیتونه لرې، چې هغه باید په ښه او درسته توگه ترسره کړي.

خپلو بچپانو ته په زغرده ووايي، چې کوم شیان دي، چې د دوی د شخصیت او ددوی له کورنۍ سره ښه ښایي، او کوم شیان دي، چې هغه له دوی سره ښه نه ښایي او دا هم ورته

ووايي، چې خلک ولې کورنيو ته ارزښت ورکوي. يعنې ښي کورنۍ په ټولنه کې د چپنار مثال لري، چې له لرې ښکاري او هرڅوک يې گوري، ډېر هغه عادي کارونه چې نور خلک او د هغوی بچې يې کوي، ولې خلک ورته دومره بد نه وايي، خو د ښو او نوم لرونکيو کورنيو ځوانانو ته خلک ډير متوجه وي او د هغوی ډېرو وړو غلطيو ته هم بيا خلک بد وايي، ځکه چې عوام خلک د ښو کورنيو ځوانانو نه نسبت نور خلکو ته اوچت او ښه توقعات لري.

په دې کې شک نشته چې په شرقي کولتور کې د خپل ځان او خپلې کورنۍ صفت کول معمول نه دي، ليکن دا زموږ د کولتور هغه برخه ده چې بايد بدله شي، خصوصا، چې د بدلون څخه يې مطلب ځانښودنه نه؛ بلکې د بچپو سالمه روزنه وي، نو دا بالکل يو ښه او پر ځای کار دی، چې موږ خپلو بچپو ته د خپلې کورنۍ، د شخصيت، اهليت او نورو ښو ټکو په اړه خبرې وکړو. يو ځل چې يو ځوان خپل ځان وپېژانده او خپل ټولنيز موقف يې په ټولنه کې وپېژانده؛ نو بيا هغوی د ټول عمر له پاره خپل ټول تصميمونه او کره وړه د همدې پېژندنې له لارې برابرولاي شي، او دا کار بيا ددوي په شخصيت کې ډير مؤثر ثابتېږي.

د. د شخصيت تشييتول:

ځان پېژندنه د انسان په ژوند کې تر ټولو مهمه او ارزښناکه مسئله ده.

لکه چې په اسلام کې هم لومړی ځان پېژندل دي، بيا خدای جل جلاله او ورپسې نور موجودات، که يوڅوک ځان ونه پېژني هغه حتی خدای جل جلاله هم نه شي پېژندی. هو، همدا وجه ده چې لېونيان او معذور خلک د خدایي احکامو له سرته رسولو څخه هم معاف دي. ددې خبرې اصلي مطلب دادی چې هر انسان مکلفيت لري، چې د خپل ځان او چاپيريال په برخه کې بشپړ معلومات ولري. خپل ځان، ځای او خپل موقف د نورو مخلوقاتو او انسانانو په منځ کې تشخيص او تشييت کړي. هر انسان په خپلې کورنۍ، ټولنه او

نړۍ کې ځانگړې ځای لري او د همدې ځانگړې موقعیت پېژندنه او درک انسان د نورو په وړاندې د مسوولیتونو په تشخیص او د دندو په سرته رسولو مکلفوي. د بېلگې په ډول که تاسې ځان د یوه ماشوم په موقف کې وینئ نو بیا تاسې ته د ماشوم په توگه ځانگړې مسوولیتونه او دندې در په غاړه کېږي، او د جلا حقوقو لرونکې کېږي. که تاسې خپل ځان د متعلم په موقف کې انگېرئ، نو بیا تاسې ځانگړې مسوولیتونه، دندې او حقوق لرئ. او که تاسې په خپله کورنۍ کې د پلار، مور او یا ورور په موقف کې اوسئ، نو دا موقف بیا تاسې ته ځانگړې مسوولیتونه او دندې در په برخه کوي. همدا راز په ټولنه کې د یوه عادي وگړي موقف، دندې او مسوولیتونه تر یوه مشر او یوه چارواکي توپیر لري. د بېلگې په ډول د ټولني د یو عادي غړي له پاره به دا بس وي، چې په خپله رښتیني او خدمتگار وي. ولې یوازې د همدې ځانگړنو لرل بیا د یوه ولسمشر له پاره بسنه نه کوي. ځکه د ولسمشر ټولنیز دریځ، او ټولنیز مسوولیتونه دا غوښتنه کوي، چې دې باید دده تر لاس لاندو ټولو مامورینو او وگړو د پاکنفسۍ او صادقانه خدمت کولو د څارنې مسوولیت هم تر سره کړي. دا د هر وگړي لومړنی او تر ټولو مهم مسوولیت دی، چې خپل موقف په خپله کورنۍ او ټولنه کې وپېژني.

ددې تر څنګ بله مهمه مسئله د هر ځانگړي موقف دندې، مسوولیتونه او صلاحیتونه دي، چې په هغوی پوهېدل هر چاته اړین او لازمي دي. ددې دندو او مسوولیتونو څرگند تشخیص، د هغوی مسئولانه سرته رسول او ددغه هر موقف له ځانگړيو وړتیاوو سالمه گټه اخیستنې، سړی د کورنۍ او ټولني په وړاندې د یو څرگند، اغېزمن او مسوول غړي په توگه مکلفوي. که پام وکړئ د ډېرو کورنیو او په ټولنه کې د ډېرو ستونزو اساسي عوامل له همدې برخې څخه سرچېنه اخلي. د بېلگې په ډول که یو پلار په خپله کورنۍ کې خپل موقف نه پېژني او په ده پورې اړوند مسوولیتونه او دندې نه تر سره کوي، هغه د خپلې کورنۍ له پاره یو اغېزمن پلار نه شي گرځېدای. دا ددې سبب کېږي چې د هغه دکورنۍ

غږې هم بې بندوباره تریه شي، او بلاخره ددوی د نامسوولیتې په پایله کې د هغې کورنۍ او حتی ټولنه له ستونزو سره مخ کېږي.

د پام وړ خبره داده، چې د انسان موقف په کورنۍ او ټولنه کې په پرله پسې توګه د بدلون په حال کې دی، او باید هر څوک د خپل موقف د پېژندنې په برخه کې په پرله پسې او څرګنده توګه پاملرنه وکړي. د خپل هر موقف له مسوولیتونو، دندو او وړتیاوو نه په بشپړه توګه خبر او د هغې په عملي کولو کې له پوره پاملرنې څخه کار واخلي.

دا هم د یادولو وړ ده، چې یو انسان بنایي یو وخت په ټولنه کې بېلابېل څو موقفونه ولري. د بېلګې په ډول تاسې په یو وخت کې چې متعلم او یا محصل یی د یو چا زوی، لور، د بل چا ورور، خوراو د خپلې ټولنې یو ځوان غړی هم یی! چې په همدغه مهال په کورنۍ او ټولنه کې ددې بېلابېلو موقفونو درلودل د خلکو له پاره یوه کرکېچنه مسئله ګرځي. او دوی ددې مختلفو موقفونو له پاره لازمي بېلابېل نقشونو اداکولو په برخه کې توازن ساتل او یا ددې بېلابېلو نقشونو په منځ کې د عمده نقش تشخیصول له ستونزو سره مخ کوي. دا مسئله ددې باعث کېږي، چې دغه کس خپل اساسي نقش په اغېزمنه توګه ترسره نه کړای شي، او دا بیا دهغه په ژوند کې ځانګړې ستونزې رامنځ ته کوي.

د بېلګې په ډول د یو متعلم او محصل په توګه به ستاسې تر ټولو مهم او ارزښتناکه نقش دا وي، چې خپلې دندې دیو زده کوونکي او محصل په توګه په کلکه پام کې ونیسئ او پرېږدئ، چې ځینې نورې غوښتنې مو د اصلي دندو مخه ونیسي. په داسې حال کې چې په زده کړه بوخت یی، اوس ځوانان شوي یی، چې دا بیا تاسې یو لږ نورو خواوو ته هڅوي، چې همدا مسایل د ډېرو ځوانانو له پاره ددوی د ټولنیز دریځ درک کول او ددوی د ژوند د لومړنیو مسوولیتونو په ټاکنه کې ستونزې رامنځ ته کوي.

کله چې زه د یوولسم او دولسم ټولګي زده کوونکی وم، زما ډېر ټولګيوال او همزولی وو، چې د ژوند ددې مرحلې په یو شمېر فرعي مسایلو، لکه ساعت تېریو، د شپې مجلسونو، له

هلکانو او جنکبانو سره په یارانو او ساعت تېریو کې لگیا شول او دا د دې لامل شو، چې ډېرو حتی تردولسم ټولګي پورې زده کړې هم بشپړې نه کړې. یا دا چې په علمي برخه کې ورسره دا ځواک نه و، چې د پوهنتون په ازموینو کې بریالی او له لوړو زده کړو څخه برخمن شي او یا دا چې تعلیم نور د دوی له پاره لومړیتوب نه درلود. متاسفانه نن ورځ د هغوی زیات په پرله پسې توګه ستونزمن ژوند لري او که همدا اوس هغوی تاسې زما تر خوا ودریو نو هغوی به زما د پلار په شان زاړه ښکاره شي. یعنې دا چې دوی نه یوازې د علم څخه محروم پاتې شول، بلکې د همدې نا علمي په وجه ددوی اقتصادي، او ټولنیز حالات هم خراب شول، او دا ددې سبب شو، چې ددوی روغتیايي حالت او سلامتیا هم صدمې ومومي، او له دې کبله دوی ډېر زاړه ښکاري.

برعکس ما چې د خپلې کورنۍ په ملاتړ او د خپلې ځانګړې مینې له برکته خپل مسوولیتونه درک کړي وو او ددې مسوولیتونو په ترڅ کې مې تعلیم د جدي مسوولیت په توګه غوره کړی و، نو زه په دې وتوانېدم، چې خپلې لوړې زده کړې بشپړې کړم، یوه تکړه ډاکټر او د یو ښایسته او هوسا ژوند خاوند شم، خو کله چې امریکا ته ولاړم، زه په دې ونه توانېدم، چې د خپل ژوند لومړیتوبونه ښه تشخیص او خپل وظایف په سمه توګه ترسره کړم. ددې پر ځای چې ما خپلومسلکې زده کړو ته جدي پاملرنه کړې وای، د سیاسي موضوعاتو او په افغانستان کې د ملي سیاسي مبارزې ضرورت مې جدي وپاله او دا ددې لامل شو چې له خپل مسلک څخه لرې شوم، چې په پایله کې له یو لږ ښو امکاناتو څخه بې برخې شوم. دې محرومتیا بیا زما سیاسي فعالیتونو ته هم زیات زیان ور وړاوه او هم یې زما په شخصي او کورني ژوند کې ډېرې ستونزې راولاړې کړې.

د خپل ژوند ددغې ترڅې تجربې له مخې غواړم، چې تاسې ځوانانو ته جدي توصیه وکړم، چې ځان پېژندنه، خپل ټولنیز موقعیت او موقف درک کول او د ژوند د هر ځانګړي موقف له مهمو او لومړنیو غوښتنو څخه ځان خبرول او هغې ته په جدي توګه

پاملرنه د ژوند يو مهم او اړين اصل دی. سره له دې چې زموږ په ټولنه کې ددغه ډول ټولنيزو ستونزو په برخه کې کومې موثرې همکارۍ او توصيه کوونکې مرجع شتون نه لري، خو بياهم تاسې کولای شئ چې په دې برخه کې د نورو ملگرو، دوستانو په تېره بيا د هغو خلکو له مشوروخڅه گټه واخلي، چې په خپل ژوند کې د يوه کامياب او سرلورې موقف لرونکې دي. داسې کسان کولای شي، چې تاسې ته د يوه ښه لارښود حيثيت ولري. له بلې خوا د ځان پېژندنې موخه داده، چې د ټولنې هر غړی خپل ځان ته د يو ځانگړي کرکټر غوښتونکی وي او يا دی د يو ځانگړي کرکټر لرونکې کورنۍ پورې اړه لري. دا ددې غوښتنه کوي، چې دغه شخص بايد لومړی خپل ځان درک کړي او د خپل ځانگړي ټولنيز شخصيت او موقف له مخې په ورځنيو چارو کې ځانگړې ونډه واخلي او په دې برخه کې ځانگړی نقش پرځای کړي، چې د دوی دغه رول او شخصيت په ټولنه کې يو لږ ځانگړتياوې او محدوديتونه ولري، يعنې هرڅومره چې يو څوک خپل ټولنيز موقف او شخصيت په ټولنه کې په روښانه توگه څرگند کړای شي، په هماغه کچه کولای شي، چې د ژوند په ورځنيو چارو کې هم ځينې کارونه يا د ځان له پاره مناسب او يا نامناسب وټولي. او پدې توگه په څرگند ډول د هغو چارو او چلند مخه ونيسي چې د هغه له شخصيت سره په ټکر کې وي. که تاسې غواړئ چې په خپله ټولنه کې د يوسالم او وړ شخصيت په توگه تبارز وکړئ، نو ستاسې دغه هوډ تاسې ته ځانگړی شخصيت در په برخه کوي، چې د هغې ساتل بيا يو لږ قرباني غواړي.

د بېلگې په توگه، تاسې بايد درواغ ونه وايئ، غلا ونه کړئ او له يو لږ نورو منفي کړنو څخه ځانونه هر وخت لرې وساتئ، او په وړاندې يې بايد د نورو خدمت او ملاتړ ته مټې را بېوهئ. د مثال په ډول زه د ښوونځي او پوهنځي له دورې څخه يو سياسي او ټولنه کې پېژندل شوي سړي وم، نو په همدې وجه يو شمېر هغه کارونه چې زما نورو ملگرو او ټولگيوالو کول ما نشو کولای، ځکه زه ډېرو خلکو پېژندلم او له بلې لوري بيا ما يو شمېر

زیات ښه کارونه کولای شول، چې هغوی نشو کولای.

زموږ د ټولنې د غړو لومړنۍ ستونزې دا دي چې دوی نه پوهېږي، چې څه ډول شخصیت لري، او بیا ورته دا هم روښانه نه وي، چې ددغه ټاکلي شخصیت غوښتنې څه دي او باید له کومو شیانو څخه ډډه وکړي. د همدې ټکو نشتوالی او ناروښانتیا ددې لامل شي، چې ځینې خلک په خپلو کړو وړو کې ناڅرگندې او متضادې کړنې ترسره کوي او په ارادې او نا ارادې توګه خپل شخصیت زیانمنوي دا د پام وړ خبره ده که چېرې تاسې د یو ځوان په صفت د هر ډول شخصیت جوړېدل غواړئ باید په دې پوه شئ او دا ومنئ چې شخصیت جوړېدل او ساتل یوې پرله پسې مبارزې ته اړتیا لري. دا مبارزه باید په ارادې، څرګنده او پرله پسې توګه اجرا کړای شئ. ځینې خلک فکر کوي چې بنیایي په پټه داسې کارونه وکړي، چې که هغه ددوی له شخصیت سره په ټکر کې هم وي، خو دوی فکر کوي چې څوک به پرې خبر نه شي، خو په دې کار دوی خپل شخصیت زیانمنوي. ځکه چې ډېرې موضوعګانې له یوې خوا پټې نه پاتې کېږي او له بلې خوا که څوک پرې خبر هم نه شي دا ډول موضوعات په خپله ددغه شخص وجدان محکوموي او پدې توګه په هغه کې د شخصیت ساتنې روحیه وژني.

په دې برخه کې د خپل یو ملګري د ځوانۍ یوه کیسه درسره شریکووم. زما یو ملګری (اسدالله) په یوې مذهبي کورنۍ پورې تړاو درلود، خو هغه خپلواک او خپل سړی ژوند خوښاوه، د نجونو شوقی و، البته هر ځوان بنیایي دغه شان احساسات ولري، خو هغه په دې برخه کې یو څه افراط کاوه او یا د زیاتو نورو ځوانانو په څېر یې خپلې کړنې نه پټولې، له بدو چارو سره سره یې دروغ ویل نه خوښول، نو دده یو لږ اړیکې له ځینو ځانګړو ښځینه ملګرو سره، ملګرو او ټولنې ته څرګندې شوې، د ټولنې د نظریاتي محدودیتونو له کبله دی د خلکو په وړاندې د یو نامؤدب او نا موزون ځوان په توګه څرګند شو. زه هغه وخت دده یوازیني ملګری وم، چې کوم ضدیت مې وسره نه ښوده. هغه هم خپل هېڅ راز له ما نه

پټاوه. دى هغه وخت ددې مسلې پايلې ته دومره ځير نه و، خو چې کله يې په ضررونو پوه شو، پرې ډېر ناوخته شوى و. غوښتل يې، چې هغه يو لړ مهم کارونه ترسره کړي، د هغه د شخصيت په برخه کې ددې تېروتنو له امله راپيدا شوو نيمگړتياوو په ټولنه کې هغه ته زياتې ستونزې راولاړې کړې وې او دده جرات يې تر ډېره حده را محدود کړى و. سره له دې چې د حقوقو له پلوه دا پر ځاى ده، چې هر ځوان دې د خپل ژوند د ملگري په ټاکنه کې ازادې ولري او دا هم پر ځاى ده، چې هر ځوان او پېغله بايد د يو لړ اخلاقي محدوديتونو او معيارونو په ساتنه د خپل ژوند له ملگري سره ناسته ولاړه ولري، چې د هغې په ټولو ځانگړنو باندې پوه شي او ددې ځانگړنو په پوهېدو سره په خپلو کې واده وکړي.

خو له يوې خوا زموږ د ټولني ټولنيز شرايط او محدوديتونه دا ډول شرايط نه چمتو کوي او له بلې خوا پر ښځو باندې د نارينو لورواو، حاکميت او د ځوانۍ احساسات او عواطف، ددې لامل شوي، چې ډېرې دغه ډول اړيکې د عواطفو او جنسي غرايزو ښکارشي. زه بيا په جدي توگه له دې سره جوړ نه يم، خو که يو ځوان او يا يوه پېغله په خپل ځان کې دا ځواک او متره وويني، چې له يو بل سره له ناستې ولاړې سره سره خپل جنسي غرايز او عواطف کابو کړاى شي، نو حق لري چې يو له بل سره د پوره او ښې پيژندنې له پاره ناسته ولاړه ولري.

ځوانانو ته ددوى د شخصيت پيژندنې او پر هغو يې پوهونه هغه اساسي کار دى، چې دوى بيا د هر وخت له پاره نظارت او څارنې ته اړتيا نه لري. په دې اړه يوه غوره بېلگه شته، چې له تاسې سره يې شريکووم. ناهيد شنوارې زما د يوه دوست لور ده، چې د خپلې کورني تربيت له مخې يې ځانگړې شخصيت غوره کړى او هغه اوس هر څه د خپل دغه شخصيت په چوکاټ کې ارزوي او هر هغه څه چې له دې چوکاټ سره سمون نه خوري، ترې ډډه کوي.

ناهيد يوه ورځ ماته خپله کپسه داسې وکړه: (کاکا جانه! زه يوه ورځ له کار څخه ناوخته

رخصت شوم، کور ته ناوخته راغلم، مشر ورور مې راته په غوسه شو او وېې ویل، چې ته به بی ځایه گرځې او ناوخته کور ته راځي، نو یو اوږد لکچر یې راکړ. ناهید وایي ما ورته وویل، چې: ((ته ناسم فکر کوې، زه هېڅکله داسې کارونه چې ته یې فکر کوي، نه کوم، او دا چې زه دا کار نه کوم، دا نه ستا له پاره دي او نه د مور و پلار له پاره، بلکې زه داسې کارونه ددې له پاره نه کوم، چې دغه ډول کارونه زما له شخصیت نه ډېر ټیټ دي.)

زما د ناهید دا خبره ډېره زیاته خوښه شوه او هغې ته مې شاباش ووايه، ځکه چې کله یو څوک یوه مسئله له خپل ځان سره ومني او د خپل شخصیت په رڼا کې یې وارزوي، نو هغه کولای شي، چې هر وخت خپله لار په ډېرو کرکېچنو حالاتو کې هم پیدا کړي. دغه راز ځوانان بیا د مشرانو څارنې ته هم اړتیا نه لري. زه د ناهید ددې ډول پر ځان اتکا درناوی کوم او له ټولو ځوانانو څخه غوښتنه کوم، چې د ناهید په څېر ځان ته خپل شخصیت تثبیت او تل هغه په نظر کې ولري.

د یوه ماډل پېژندنه، غوره کول، او پیروي:

د شخصیت او لارښود غوره کول:

دا هغه مهمه او اساسي مرحله ده، چې ډېر خلک ورڅخه ناخبره وي، نو د شخصیت په غوره کولو نه پوهېږي، مثلاً هر ځوان باید په دې فکر وکړي چې دی څه غواړي؟ د کوم ډول شخصیت لرونکې واوسي؟ ددې خبرې له پاره ښه لار داده، چې ځوانان لومړی یو مسلک یا ځانگړې ټولنیزه لاره لکه سیاست، شاعري، ادبیات، انځورگري، سپورټ، سیاحت، کېمیا، بیالوژی، طبیعت، وترنري، معدنیات، ژورنالېزم، ښوونه روزنه، عکاسي فلمبرداري او یا کومه بله ځانگړې څانگه خوښه کړي او بیا دې په اړوندې څانگې کې د نړۍ نوموتې او شخصیت لرونکي شخصیتونه وپېژني او د هغوی له ډلې څخه د ځان له پاره یو ځانگړی شخص د ماډل په توگه غوره کړي، مثلاً یو څوک غواړي، چې په سیاست کې یوه پېژندل شوې څیره وي، نو د نړۍ د سیاستوالو په منځ کې دې، د ځان له پاره ځینې

سیاستوالان غوره کړي، د هغوی په هکله دې لوستنه وکړي، تر لوستنې وروسته دې د یو ځانگړي تن ځانگړنې او سبک غوره کړي. په دې برخه کې ځوانانو ته دارنگه لارښوونه پر ځان لازمه گڼم: لومړی وگورئ، چې تاسې له کومې ځانگړې لکه، سیاست، شاعري، ادبیات، انځورگري، تاریخ، سپورټ، سیاحت، نجوم، کیمیا، بیالوژی، طبیعت، وترنري، معدنیات، ژورنالیزم، معلمی او یا بلې کومې رشتې سره لېوالتیا ښیئ. بیا د هغې ځانگړې په اړه ژور معلومات پیدا او د هغې ځانگړې په برخه کې پېژندل شوې څېرې وپېژنئ. ښه لاره به دا وي، چې په هغه برخه کې ځان ته یو تن سمیه ایز، یو تن په ملي کچه او یا یو تن په نړۍ واله کچه پېژندل شوې څېرې غوره کړئ.

د غوره کولو ښه لاره یې دا ده، چې له سیمه ایزو وگړو څخه یو خوښ کړئ او هغه سره د شخصیت له مخې خپله اړیکه ټینګه کړئ او هغه ته خپل ځان ور وپېژنئ او ورته ووائئ، تاسې غواړئ، چې له هغه سره مسلکې اړیکې ولرئ؟ او هم ورته ووائئ چې زه ستاسې لارښوونې او مرستې ته اړتیا لرم. خپل سیمه ایز لارښود سره څه وخت تېر کړئ. د یو څه وخت په تېرېدو سره بیا د خپل سیمه ایز او د سیمه ایز لارښود په مشوره د هېواد په کچه یو پېژندل شوې څېره په اړونده رشته کې غوره کړئ او ورسره د خپل سمیه ایز لارښود په لارښوونه او مرسته اړیکې پیدا کړئ. په همدې توګه هغه ته هم خپل ځان او اړیکه پوره ور وپېژنئ او ورته ووائئ، چې تاسې د چا له خوا او ولې ده ته ور پېژندل شوي یئ او ورڅخه د لارښوونو او مرستو غوښتنه وکړئ.

په یاد مو وي چې دغه اړیکه باید په پرله پسې توګه وپالل شي. په پیل کې هېڅکله هم لارښود ته دا مه وایئ چې تاسې له خپل ځان څخه لوړ لارښود ته وروپېژني، ځکه دا د انسانانو یو طبیعي ځانگړنه ده، نه غواړي، چې له ځان نه پورته خلکو سره د نورو پېژندګلوي وکړي. ولې د هرې سطحې له لارښود سره د پېژندګلوي او له هغه سره د یو څه ګډ کار کولو په پایله کې داسې شرایط او امکانات رامنځ ته کېږي، چې تاسې بیا د هغه

څخه د لوړې کچې له لارښود سره پیژندگلوي پیدا کړي. یوه ښه لاره به یې دا وي، چې تر یو څه وخت د تېرېدو وروسته له خپل سیمه ایز لارښود څخه پوښتنه وکړي، چې ایا په دې ځانګه کې د کومو خلکو د شخصیت او کرکټر تر اغېز لاندې دی او لامل یې ترې وپوښتي، په پرله پسې توګه ورته وړاندیز وکړي، که ښایي، تاسې هم هغوی خپل لارښود ته وروپېژني او یا دا چې د خپل سیمه ایز لارښود څخه د ځینو غونډو او ناستو چې هغه په سیمه ایزه کچه وي وپوښتي او ورنه غوښتنه وکړي، چې دوی تاسې له ځان سره دغه ډول غونډو ته بوځي او هلته مو نورو ته وروپېژني، په همدې توګه دا لړۍ تر سیمه ایز، ملي او نړۍ والې کچې پورې وڅاري!

دویمه مهمه خبره دا ده، چې که هر څوک مو دلارښود په توګه غوره کړ له هغه سره یو څه وخت یو ځای تېر کړي او د هغه په ځانګړنو ځان پوه کړي په مناسب وخت کې ترې نېغ په نېغه وپوښتي، چې دوی څرنگه یوې داسې مرحلې ته رسېدلي دي.

ه: د شخصیت ساتنه:

د شخصیت په برخه کې تر ټولو مهم او ستونزمن کار د شخصیت ساتنه ده، چې تر ډېره د شخص په کړو وړو پورې اړه لري. سره له دې، چې ځینې نور خلک به و غواړي، چې ستاسې شخصیت ته زیان ورسوي، خو دغه خارجي عوامل یوازې هلته پر تاسې بریالی کېدلای شي، چې په خپلو کړو وړو کې مو د شخصیت وژني عوامل وي. که شخصیت یوه ونه وګڼو؛ نو خارجي عوامل هغه باد ته ورته دي، چې له یوې او بلې خوا په ونې لګېږي او ونه خوځوي راخوزوي، خو ونه بېرته خپل ځای ته راځي. اما د شخص منفي کړنې داسې مثال لري لکه، چې د ونې په تنه کې دننه یو چپنجی وي، که څه هم دغه چپنجی که ډېر وړوکی هم وي؛ خو په پرله پسې توګه ونه زیانمنوي، که څه هم دغه ونه به له باندې نه روغه ښکاري؛ خو که پرې یو نرم غونډې شمال هم راشي، دغه ونه راماتوي. یعنې د یو شخص خپل منفي کړه وړه د ځان له پاره د نورو د زیان په وړاندې لاره جوړوي. له دې

کبله چې تاسې د نورو خلکو په کړو وړو کومه ولکه نلری، هغوی چې ستاسې پر ضد هر څه غواړي وکړي، هغه کولای شي؛ خو کوم شی چې تاسې پرې ولکه لری، هغه ستاسې خپل کړه وړه دي؛ نو په دې توگه ویلای شو چې د هر چا د شخصیت ساتنه، تر زیاتې اندازې د هغه په خپل ځان پورې اړه لري.

و: د شخصیت د خپرولو لارې:

اړینه خبره ده چې تاسې باید نور په دې پوه کړئ، چې تاسې یو ټاکلی شخصیت او کرکټر لری. سره له دې چې دا څه اسان کار هم نه دی، ولې دومره ستونزمن هم نه دی؛ خو ځانته ځانگړې لارې غواړي. د دې له پاره، چې تاسې نور په دې پوه کړئ، چې تاسې څه ډول کرکټر او شخصیت لری، نو له لاندې لارو څخه گټه واخلي.

- دا چې تاسې دا ارزښتناک تصمیم نیولای، چې باید د یو ځانگړي شخصیت لرونکې اووسئ او د شخصیت د ساتنې له پاره مو ډېرې قربانۍ هم ورکړي دي، نو دا ستاسې حق دی، چې باید نور ستاسې له دې تمزاري (قربانۍ) څخه خبر شي. ددی له پاره، چې ستاسې شخصیت په ټولنه کې خپور او خلک پري خبر شي، نو په ډېر جرئت سره سیمه ایز او ملي خبري رسنیو ته مراجعه وکړئ او هغوی ته ووايي، چې له تاسې سره مرکې وکړي او ستاسې شخصیت نورو ته وروپېژني. تاسې هغوی ته د دې کار ټولنيزې گټې ور په گوته کړئ.

هغوی ته ووايي، چې زه غواړم ددې مرکې په خپرېدو سره نور ځوانان همداسې نېکو کړنو ته وهڅوم. دا کار به له یوې خوا په ټولنه کې ستاسې د شخصیت او پېژندنې له پاره ډېره گټه وکړي او له بلې خوا به یو شمېر نور ځوانان هم دې ته وهڅول شي، چې ستاسې پل واخلي.

- په خپلو مرکو کې نورو ځوانانو ته هڅوونکې خبرې وکړئ. ځوانانو ته ووايي، چې تاسې چمتو یئ، چې له دوی سره مرستې وکړئ. ولې کوبښن وکړئ، چې په مرکو کې

رېښتني واوسئ. په دې کار کې د جوړجاړي د لاسته راوړلو په لاره کې ستونزې هم دوی ته وويي. د شخصیت جوړول، ټاکل، ساتل او ښوول ټول مراحل دوی ته تشریح کړي. ورسره بیا د شخصیت د ساتلو ستونزې ورته بیان او هم د شخصیت د خپرولو ښېگڼې له دوی سره شریکې کړي.

- کونښن وکړئ ، چې د ځان په اړه ډېر رښتیني بحث ولري. کله کله پر تشو او منفي اړخونو باندې اعترافونه کول کوم بد کار نه؛ بلکې دا د یوه ښه شخصیت نښه ده.
- خپل لیکلي اثار او ستاسې په اړه په کې خپاره شوي مطالب ټول له ځان سره وساتئ. په دې برخه کې زما توصیه دا ده، چې یوه لویه دوسیه، چې په هغې کې د کاغذ ساتنې پلاستیکونه وي د خپلو اثارو د خونديتوب له پاره تهیه کړئ او سملاسي په کې د هر خپاره شوي مضمون، مقالې، کتاب او یا په اخبار کې ستاسې په هکله خپرو شويو موادو نقلونه په کې وساتئ. که تاسې راډیويي او یا ټلوېزيوني مرکې کړې وي، لطفا د هغې کاپي ترلاسه کړئ، لړلیک (فهرست) یې کړئ او په خپل ارشیف کې یې وساتئ. او همدا راز د یادښتونو په کتابچې کې مو د دارنگه مرکو نېټه، منبع او موضوع ولیکئ. کېدای شي، چې یو وخت مو دې موادو ته اړتیا پیدا شي؛ نو بیا به د داسې یادښتونو له مخې هغه په اسانۍ سره تر لاسه کړای شئ او یا هغه د اخستنې (ریفرنس) په توگه وکاروئ. د هر ډول موادو د پاسه د هغه نوم، نېټه او موضوع په څرگند ډول ولیکئ. لطفا دا کار سمدستي وکړئ، دغه خبره په د ملت مل په یوه متل کې ښه روښانه ده: (هر کار چې سبا ته وسپارل شو، هغه پیریان وړي).

۱۱ - د عمر له مخې د شخصیت مرحلې:

د شخصیت ساتنې او د هغې د خطراتو وختونه په درې مرحلو وېشل کېږي:

الف: د تنکې ځوانی دوره (۹ - ۱۵) کلنۍ:

د تنکي ځوانۍ دوره د ځان ساتنې دوره ده. په دې وخت کې کوبنس وکړي، چې د يو شمېر منفي اشخاصو له تېري او تجاوزونو څخه خوندي پاتې شي. دا هغه وخت دی، چې ډېر هلکان او نجونې د نورو د جنسي تجاوزونو بڼکار کېږي. په دې مرحله کې بايد په خپل تگ راتگ او ناسته ولاړه کې ډېر زيات احتياط وکړي. ميندې او پلرونه د خپلو اولادونو په برخه کې په دغه مرحله کې ژور مسووليتونه لري، چې د خپلو ماشومانو راشه درشه او ناسته ولاړه له نږدې څخه تر څارنې او کنټرول لاندې راولي او خپل ماشومان له هغو ځايونو څخه، چې په احتمالي توگه دوی ته ضرر رسولای شي، په کلکه منع کړي. دا همدا دوره ده، چې په ماشومانو کې د مثبتې سيالۍ احساس غښتلی کول ډير گټور تمامېدای شي. ددې موخې له پاره کوبنس وکړي، چې د خپلو ماشومانو برياوي وستايي. د دوی بريا ليکونه په خپل کور، حجره او ډېره کې راوڅړوي او د هغوی ځانگړو موقف گټلو ته لکه په ټولگي کې لومړی کېدل او نورو ته يې وهڅوي.

د خپلو بچپانو نومونه په درنښت واخلي. زما يو ډېر نږدې دوست دی، چې قوماندان صيب محمد گل خان نومېږي، دی د ظاهرشاه د وخت د پوليسو د پوهنځي استاد او يو پاک او توانمند صيب منصب و. دی تل خپلو بچپو ته په درنښت نومونه اخلي، چې د هغه دغه عادت زما ډېر خوښ شوی او نور خلک هم زما په شمول دده بچپانو ته په ډېر درنښت نومونه اخلي.

ب. د ځوانۍ دوره له (۱۶ - ۲۵) کلنۍ پورې:

دا دوره د يو ځوان له پاره په خپله د ښوېدنو او ټيندکونو او پر غلطو کارونو باندې لکه غلا-زنکه بازي، سگرت څکول، نصور اچول، پوډر څکول، بچه بازي او په داسې نورو کړنو مبتلا کېدلو دوره ده. ددې دورې غلطې اکثره ځوانان په داسې خرابو لارو روانوي، چې بيا يې ترې خلاصېدل گران وي. دا هغه دوره ده، چې ځوانان به په کې داسې فکر کوي، چې دوی اوس لويان دي. پر هر څه پوهېږي او بايد، چې د مور و پلار له بنديزونو څخه خلاص

شي، مگر واقعیت دا دی، چې ډېر ځوانان په دې پړاو کې هم د ښو او بدو تمیز سم نه شي کولای او ډېر د نورو غلطو ملگرو د بېځایه هڅونو ښکار کېږي.

نو د ملگرو ټاکل په دې پړاو کې یو له هغو مسایلو څخه دی، چې د ځوانانو ژوند ښه یا بد لوري ته اړوي؛ نو له دې کبله توصیه دا ده چې پدې مرحله کې:

۱- کوښښ وکړئ، چې له ډېرو کمو ملگرو سره ناسته ولاړه ولرئ.

۲- خپل هر ملگری تر بشپړې څارنې لاندې ونیسئ، چې له چا او چا سره اړیکې او ناسته ولاړه لري او هغه کسان څرنگه خلک دي؟

۳- کله چې مو یو ملگری درته د یوه منفی او غلط کار بلنه درکړه، ورته ووايئ، چې لومړی خو مې له تا څخه غوښتنه دا ده چې ته هم له دې کاره تېر شه او که ته له دې کار څخه نه تېرېږي، زما غوښتنه دا ده چې نور به له ما څخه د ناستې ولاړې او ملگرتوب تمه نه کوې او د الله جل جلاله په امان. دا پرېکړه مو باید غوڅه وي.

۴. خپل ټول ملگري خپل پلار، ورور او د کورنۍ نورو مشرانو ته ور وپېژنئ، چې هغوی درته له دوی سره په ملگرتوب کې ښه نظر درکړای شي.

۵. د ملگرو ازمویل: هغه ملگری، چې تاسې فکر کوئ چې دغه ستاسې ښه او صادق ملگری دی وخت په وخت هغه د یوې مرستې کولو، پیسو پور او ناوړه کارونو ته د هڅونې له پاره و ازمویئ که یې پایلې مثبتې وي؛ نو خپل ملگرتوب ورسره لا زیات کلک وساتئ او که پایلې یې منفی وي؛ نو په غوڅه توګه ترې ځانونه وژغورئ.

پر دې باور وکړئ چې د ملگرو ټاکل ستاسې د ژوند یوه داسې بنسټیزه برخه ده، چې ستاسې ژوند یوې مثبتې خوا ته او که نه نو یوې منفی خوا ته راکشولای شي. د هر انسان ژوند پورې اړوندې یو شمېر ستونزې له ناسالمو دوستانو څخه را پیدا کېږي. په دې برخه کې د سگرتو په باره کې دغه لاندې خبره د تطبیق وړ ده: سگرت د انسان په ژوند کې تر بل هر څه بد ترینه ډالۍ ده، چې یوازې د یوه ډېر خوږ دوست او ملگري له خوا یو چاته

**ورکول کېږي.**

د ځوانۍ په مرحله کې د خپلو جنسي غرايزو او شیطاني غوښتنو کنټرول خورا ستونزمن کار دی. له همدې کبله ده، چې اکثره ځوانان خپل شخصیت دلته خرابوي، چې د بیا جوړولو امکانات یې بېخي ناشوني وي. په ځوانۍ کې جرئت، رښتینولي، صداقت، رښتیا ویل، له خرابو اعمالو نه ځان ساتل دا هغه ځانگړنې دي، چې په جدي توگه د نورو د اعتماد او احترام لاره تاسې ته برابرې.

که تاسې په دې پوه اوسئ، چې کوم عمر او څوک دی، چې ستاسې د شخصیت له پاره حساس او خطرناک دی، زه په دې باوري یم، چې دا به له تاسې سره ډېره مرسته وکړي، چې خپل شخصیت د هغوی له زیانونو څخه وژغورئ.

۱۲- په ځوانۍ کې غلط احساس او له څارونکو والدینو سره د ټکر مرحله :

کله چې ځوانان (په ځانگړې توگه) په خپل عمر کې یوې ځانگړې مرحلې ته، چې د ۱۴ - ۱۸ کلنۍ مرحله ده ورسېږي، دوی فکر کوي، چې اوس خو زلمی شوي دي، په هرڅه پوهېږي، د ښو او بدو توپیرکولای شي، او ښه ملگري هم لري؛ نو دکورنۍ مشران په ځانگړې ډول پلار او مشر ورور باید دوی ته ازادي ورکړي، او دوی پرېږدي، چې د خپل قضاوت له مخې خپلو ملگرو سره ازادې ناستې ولاړې ولري او له دې کبله، چې پلار او ورور، او یا دکورنۍ نور غړي بیا دوی دغه ډول خپلسریو ته نه پرېږدي؛ نو دوی د خپلې کورنۍ سره په کراره شخړې او ټکر ته ځان جوړوي.

گرانو ځوانانو! زه پوهېږم دا پرما تېر شوي دي. او همدا اوس هم هغه احساس چې په هغه وخت کې مې کاوه، زما په یاد دي. ما به له ځانه سره ویل، چې ایا ولې زما پلار، مور او ورور پر ما باور نه لري؟ ایا زه دوی ته نجلۍ ښکارم؟ او یا زه دوی ته بې عقل ښکارم؟ زه اوس زلمی یم. زه په هر څه پوهېږم، زه دکوم غلط او خراب سړي سره ناسته او ولاړه نه لرم، زما ملگري، خو هر یو ډېر ښه خلک دي. دا ټولې هغه خبرې دي، چې زما په زړه

کې به گرځېدې، چې کله به شیطان دا وسوسې هم را اچولې، چې راځه دکور نه وتبسته، کوم بل ځای ته ولاړشه ایا تاسې هم کله کله دداسې حالاتو سره مخامخ کېږئ؟ که داسې وي؛ نو دا برخه په جدي توګه ولولئ.

که داسې وي، نو تاسې یوازې نه یئ! اکثره هغه ځوانان چې دغه عمر ته رسېږي او د یوې منظمې کورنۍ په چوکاټ کې ژوند کوي، ددغسې ستونزو سره مخ وي، خو باور وکړئ، چې دغه ټول شیان غلط احساسات دي. ځوانان په همدغه پړاو کې د غوښتنې خلاف له ډېرو زیاتو خطرونو سره مخامخ کېږي.

سمه ده چې ځوانان په خپلو زړونو کې پاک دي. دوی فکر کوي، چې د سیمې ټول خلک به هم همداشان پاک وي؛ خو متاسفانه زموږ په ټولنو کې ډېر داسې غلط او تېري کونکې اشخاص شته، چې د همدې ډول بڼه باور نه ناسمې گټې اخلي او د ځوانانو اخلاق خرابوي. . سره له دې چې ځوانان پدې عمر کې په خپل ځان ډېر اعتماد لري، خو دوی ته د ټولنې ټولې هغه حیلې او غولونکې لارې چارې او دوه مخي انسانان لا نه دي معلوم شوي، چې په خولو او ژبو کې په ښکاره ډېر نرم، خواږه او مهربان معلومېږي؛ ولې په عمل کې بیا هاغه شان نه دي، بلکې د ځوانانو د بې لارې کولو، پر دوی د جنسي تېري او د دوی د بداخلاقه کولو له پاره لارې برابرې، له ټولو ځوانانو نه داغوښتنه کوم، چې لطفا ددغې مرحلې احساسات په ولکه کې راولي او د خپلو مشرانو په بڼوونو او لارښوونو باور وکړي. ځکه چې هر مور او پلار، ورور او نور خپلوان دغه ډول څارنې ستاسې د ابرو، عزت او بڼه شخصیت د ساتنې په غرض تر سره کوي. د بلې خوا زه پلرونو او ورونو ته هم دا سپارښتنه کوم، چې ځوانانو ته ددغه ډول پابندیو عوامل په روښانه توګه ووايي، او تر وښه دې پدې برخه کې ځینې منفي مثالونه له ځوانانو سره شریک کړي، ترڅو ځوانان ددې موضوع په علت پوه شي؛ نو بیا به هغوی دومره نه ځورېږي.

## درېم څپرکی

### د شخصیت اړیکې له نورو څیزونو سره

۱۲ - د شخصیت اړیکې له نورو څیزونو سره:

لکه د نورو ډېرو کسانو په څېر لومړی ما هم دا فکر کاوه، چې شخصیت به گوندې د زیاتو پیسو، غټې کورنۍ، ډېر تعلیم او تحصیل په ښار او عصري کورونو کې په اوسېدو پورې اړه ولري؛ خو کله چې ما د دې موضوع په اړه خپلې څېړنې په ژوره توګه بشپړې کړې؛ نو دې پایلې ته ورسېدم، چې یاد شوي فکتورونه (پیسې، د غټې کورنۍ غړیتوب، زیات تعلیم او تحصیل او په ښاري او عصري کورونو کې استوګنه او د ژوند د لومړنیو ضرورتونو لرل) دې ته ښه لاره برابرولای شي، چې یو څوک داسې کارونه وکولای شي، چې د هغه د شخصیت په جوړونه او خپرېدنه کې به مرسته وکړي؛ خو دا یو هم کوم لازمي او ضروري شرط نه دی، چې د شخصیت په جوړونه کې دې مستقېما اثر ولري. مور او تاسې په خپل شاوخوا کې گورو، چې د ډېرو داسې کورنیو غړي، چې د پورته یادو شویو شرایطو نه دیو یا څو شرایطو لرونکي دي، ولې بچیان یې بیا د داسې کوم شخصیت خاوندان نه وي؛ خو داسې هم ډېر پېښېږي، چې د یوې غریبې کورنۍ سړی د خپل سالم درېځ په وجه په ټولنه او د خلکو تر منځ د یو ډېر ښه شخصیت مقام ته رسېدلای وي.

په دې اړه زه کولای شم د (نوي سيد جمال الدين افغان انستیتیوت) د یو استاد ذبیح الله عادل مثال ورکړم. عادل صیب یو شل کلن هلک، د دولسم ټولګي متعلم او یو یتیم ځوان دی. دی ددې تر څنګ چې خپل ښوونځی لولي او په خپل ټولګي کې یو ممتاز زده کوونکی دی، ځان یې دومره په انگلیسي کې رسولای، چې اوس له مور سره د انگلیسي ژبې د ښوونکي په توګه کار کوي. ددې تر څنګ عادل صیب یو عادي ښوونکی نه؛ بلکې

دی د خپل ښه شخصیت، اهلیت او ښه سلوک په وجه زموږ د انسټیټیوټ (تر ټولو ښه ښوونکي) لقب هم گټلای دی. زه پر دې باور لرم، چې ښایي و دې ښوونکي ته د نورو ځایونو له خوا ډېرو پیسو وړاندیزونه هم شوي وي، ولې هغه په دې خاطر نه وي منلي، چې دی په دې پوهیږي چې د (نوي سید جمال الدین افغان انسټیټیوټ) کې نه یوازې، چې د دې او نورو استادانو ښه پالنه کېږي، بلکې په دې انسټیټیوټ کې د دې سیمې د بچیانو د ښې تربیې او روزنې دنده تر بل هر ځایه جدي ده. نو ده او دده نورو ملګرو ته په دې انسټیټیوټ کې کار کول یو ویاړ او د هېواد راتلونکي له پاره یو ښه خدمت ښکاري.

که پورتنۍ بېلګې ته ځیر شو، د عادل صیب سره هغه پورتنی شرایط یو هم نه و، ولې دی خپل ځان او خپل ژوند ته په پام کولو سره ځانته داسې یو شخصیت ترلاسه کړی، چې له یوې خوا په خپل ژوند کې ښه کامیاب او له بلې خوا په انسټیټیوټ او ټولنه کې د پوره اعتماد، احترام وړ شخصیت دی.

### ۱۳ - په شخصیت جوړونه او خرابونه کې د کورنۍ رول:

ښوونه او روزنه د ژوند له لومړنۍ مرحلې نه پیلېږي. د وګړپوهنې (انسان څېړنې) ځینې پوهان وايي چې ماشومان د مور په گېډه کې هم له بهرني ماحول او محیط څخه اغېزمن کېږي. که د یو ماشوم مور ارامه او خوشحاله وي، نو ماشوم یې هم په گېډه کې ښه وده کوي. برعکس که مور د حمل پر مهال له ډېرو کړاوونو، ستونزو او بدو سلوکونو سره مخ شي، نو دا حالت د ماشوم پر وده هم منفي اغېز اچوي او ماشوم کمزوری او ډارن رالویږي.

د انسانانو او پدیدو ترمنځ اړیکې او یو پر بل یې اغېز د هر څیز په هکله درې ډوله اړیکې شتون لري، چې ددې اړیکو تشخیص او بیا د دوی تر



منځ انډول ساتل ډېر مهم دي.

الف: ځانگړي يا انفرادي خصوصيات يا

### Individual or Basic Characteristics

دا هغه خصوصيات دي، چې د يوې پديدې هره برخه يې بايد د خپلو دندو د سرته رسولو له پاره ولري.

د بېلگې په ډول د يو انسان زړه، وينه، او رگونه بايد ددې وړ وي، چې په هغو پورې اړوندې دندې تر سره کړای شي او که هره برخه، يا غړی خپل اړوند کارونه ونه کړای شي، هغه نشي کولای، چې له نورو سره په سوله، تعادل او خوښۍ کې وخت تېر کړي، چې دا بيا له نورو غړو سره په ټکر او جگړه کې اچوي، چې پایله يې عموماً گډوډي او ناروغي وي. که دغه اړيکې د ليندې په يوه ساده مثال کې وڅېړو، هغه د ليندې د هرې برخې يعنې، رېرونو، کاڅی، او د دوښاخې خصوصيات دي. ددې له پاره، چې يوه لينده په سمه توگه د ویشتلو کار ورکړي؛ نو بايد رېرونه يې مناسب نرمښت، کاڅی يې هم مناسبه اندازه او دوښاخه يې هم مناسب توان، اندازه، او موزون شکل ولري که له دې اجزاوو څخه يو يې هم هغه لازمي خصوصيات ونه لري؛ نو هغه د ليندې کار نشي ورکولای او يا هم نه شي کولای، چې نښه سمه وولي.

ب: د يوې پديدې د اجزاوو تشخيص او د هغې د اجزاو په منځ کې انډول، سالمې اړيکې او همغږي:

په دنيا کې ټولې پديدې له اجزاو څخه جوړې شوي او د هرې پديدې اجزاوې په يو بل پورې تړلي او د دوی ژوند او پاپښت له يو بل سره تړل شوی او د يو بل په ملاتړ او نظم باندې ولاړ دي. دغه اړيکې د داخلي اړيکو يا **Internal Relations** په نوم يادېږي.

د هرې پديدې د اجزاو ترمنځ انډول، گډ ژوند او مسالحه ضروري او مهمه ده.

د بېلگې په ډول دانسان په بدن کې زړه، سږي، اعصاب او غړي بايد چې په ټاکلي وخت او



په یو ځانگړي نظم کې سره گډه کار وکړي، چې د بدن له پاره گټور تمام شي، یو انسان باید په هره دقیقه کې د ۱۲-۱۵ ځلې ساه واخلي او د دې اخیستل شوې هوا د نقل ورکولو له پاره باید چې د هغه زړه په یوه دقیقه کې د ۶۰-۸۰ ځلې کېکابل شي، چې هغه هوا د بدن بېلابېلو برخو ته ورسوي. او اعصاب باید په پرله پسې توگه تر همداسې یوه نظم لاندې، سږي او زړه تنبه کړي، چې خپلې دندې په سمه توگه تر سره کړي. کله چې دغه اړیکې وشلېږي، نو بیا د بي نظمۍ او ناروغۍ سبب گرځي. البته له نظم نه ور اخوا، ددې اعضاوو و تر منځ د یوه نسبي انډول لرل هم خورا مهم او اړین دي. د دې یو ساده مثال په لینه کې کتلاى شو. د یوې لیندۍ اجزا، دو بڼاخه، رېرونه او کاڅۍ دي. د هرې لیندۍ دغه اجزا باید یو له بل سره معادل وي. که له دې اجزاوو څخه هر یو یا ډېر غټ یا ډېر وړوکې وي او یا یې رېرونه ډېر سخت او یا ډېر نرم وي، نو نه شي کولای چې په سمه توگه خپلې دندې ادا کړي.

ج: درېیم ډول اړیکې بیا د هرې پدیدې او له هغې سره د تړلي چاپیریال تر منځ اړیکې دي. دغه اړیکې د خپلمنځي اړیکو یا **Intra Relations** په نامه یادېږي. هره پدیده باید، چې د خپل ځانگړي محیط او چاپیریال له شرایطو سره برابره وي او که دغه موزون والی وېجاړشي؛ نو بیا هغه پدیده له محیط څخه په تجرید کېدو او لرې کېدو مجبورېږي. د بېلگې په ډول هر انسان باید د هغه له محیط سره په یوه نسبي تعادل کې ژوند وکړي او که نه، نو هغه به د محیط په تجرید کېدو مجبور شي، چې د لیندۍ په برخه کې دا موضوع داسې تشریح کولای شو، چې د لیندۍ مجموعي حالت (د دو بڼاخې غټوالی، د رېرونو سختوالی، او د کاڅۍ اندازه) د هغې د کاني اندازه د هغې د کاروونکي له عمر او ځواک سره باید چې معادل وي او که دغه تعادل شتون ونه لري؛ نو هغه پدیده هم په درد نه خوري. د دې ټولې موضوع اصلي ټکې دادې، چې سره له دې موږ هر یو د دې اجازه او حق لرو، چې څه وکړو او څه ونه کړو، ولې باید په دې هم پوه اووسو، چې زموږ د هر یوه انتخاب له

نورو خلکو سره تړلای دی او زموږ د هر یو کره وړه د نورو په کارونو او د هغوی په پایلو مثبت او یا منفي اغېز کوي، چې هغه باید هېڅکله هم له یاده و نه باسو. یعنې موږ سره له دې، چې د خپل هر انتخاب په برخه کې ازادې لرو، ولې ددې ازاديو تر څنګ موږ د نورو خلکو او ټولنې پر وړاندې په یو لړ اخلاقي ارونو (اصولونو) تړلي یو او پر وړاندې یې هم درانده مسوولیتونه لرو، څرنګه چې د انسانانو ژوند ټولنې دی او زموږ د هر یوه کره وړه پر نورو اغېز لري، نو له اخلاقي پلوه موږ نشو کولای، چې هر هغه څه چې مو زړه وغواړي وکړو او باید چې دا اخلاقي مسوولیتونه سرسري او کم ارزښته ونه بولو.

#### ۱۴ - د شخصیت جوړونې له پاره اساسي کارونه:

لکه څرنګه مو، چې دمخه وویل، شخصیت جوړېدنه د یو واحد کار په عمل او یا د یوې ورځې یا یوې میاشتې محصول نه؛ بلکې د ژوند په اوږدو کې د رنگا رنگ کړو وړو د مجموعې هغه کره ارزیابي ده، چې نور یې زموږ په اړه کوي. نو د دې له پاره چې تاسې خپل شخصیت په ټولنه کې تثبیت کړئ، لطفا دغه لاندې توصیې په نظر کې ولرئ:

۱. په ځانګړو بحثونو کې د ځینو داسې خلکو چې منفي خوښونه لري؛ خو ولې په ټولنه کې مشهور شخصیتونه دي. خپله موضع ګیري د هغوی په وړاندې په پرېکنده توګه ووايئ، اما د منفي بحث نه په غیاب کې ډډه وکړي، او په عوض یې هغه بحث په لاندې ډول قطع کړي:

د بېلګې په ډول که بحث په رشید دوستم وي، تاسې باید په غوڅ ډول سره ووايئ: ښه به دا وي چې د داسې کسانو نومونه د دغو ښو کسانو په مجلس کې یاد نه کړو، یا ښه به دا وي، چې پر داسې انسانانو د بحث پر ځای یوه بله ګټوره موضوع وڅېړو. یا دا چې زه فکر کوم دا به زموږ او ستاسې د وخت ضیاع وي، چې په دې سړي بحث کوو.

۲ - دا چې تاسې د خپلو خلکو له پاره څه کړي په جرئت د هغو یادونه وکړئ او له هغو نه

دفاع وکړې. مثلاً زه پر خپلو تېرو کړنو ویاړم، ما خپل ټول امکانات د خپلو خلکو چوپړ ته بښلي، زه د خپل ولس او ملت پر وړاندې خپلې دندې او مسوولیتونه پېژنم. کله ناکله مور افغانان دا ځان غوښتنه بولو او له دې کبله ترې ډډه کوو، چې و وایو ما دا کار کړی دی، یا ما دا ویلي دي، یا ما..... کتابونه لیکلي دي. ولې دا اوس منل شوی اصل دی او دا ځان ښودنه نه، بلکې د ځان تثبیتول دي. نو زه ځوانانو ته سپارښتنه کوم چې په ډېر جرئت تاسې ووايي چې ما دا..... کارونه کړي، ما ----- کتابونه ویلي او یا مې هم ----- اثار لیکلي دي.

۳- منفي اعمال په کلکه وغندئ. د مثال په توګه که تاسې غواړئ خلکو ته دا وښيي چې تاسې دروغ نه وایئ؛ نو ویلای شئ، چې زما له نظره درواغ ویل د انسان شخصیت وژني. ددې خبرې اړخیزه معنا دا ده، چې واورئ خلکو زه درواغ نه وایم. او که کله هم د یو ناوړه سړي په اړه خبرې پیل شي، تاسې خپله دریز داسې غوره کړئ، چې دهغه سړي په بد ویلو کې ونډه وانخلي، ځکه په غیاب کې بد ویل څه ښه کار نه دی، اما خپل مخالفت دهغه د کړو وړو په اړه په غوڅ ډول څرګند کړي.

۴- کوبښن وکړئ، چې په خپلو خبرو کې ډېر لنډ او ژور پیغام ځای کړئ. مثلاً خپلې جملې په پرېکنده توګه ووايي: (راځئ چې دا فرعي خبرې پرېږدو او پر دې غور وکړو، چې څه کول په کار دي). او یا هم داسې جملې لکه: (مور ته په کار دي، چې هر یو په خپله برخه کې ژمنه وکړو چې.....)

۵- کله چې د یوې موضوع او یا یو چا په برخه کې خبرې کوئ کوبښن وکړئ چې په خپلو خبرو دهغه شخص نوم ولو که په نیمګړتیاو یې هم تبصره کوي، په دروند ډول واخلي، او همدا راز په خپلو خبرو کې واقعیتونه ووايي، د مثال په ډول: د جناب کرزي صیب د دولت دا... کارونه کړي دي، چې د ستاینې وړ دي، لکن دا... کارونه یې د نیوکو او سمونې وړ دي.

۶- کونښن وکړئ، چې د نورو عادي خلکو پر خلاف یوازې د شکایاتو مرجع ونه اوسئ، بلکې د یوه رښتیني انسان په صفت ښو ته ښه او بدو ته بد وویئ او بله مهمه خبره دا ده چې د خپل انتقاد په اړخ کې عوښي وړاندیز ولری. د مثال په ډول، دولت ته په کار دي چې د سرکونو د ساتنې او څارنې یونټونه ولري، چې درنې لاری پر هغو سرکونو پرې نږدي چې د هغې د بار توان نه لري. نیوکه د ژوند یو مهم او ښه اصل دی. اما هغې نیوکې ته سالمه نیوکه ویل کېدای شي، چې په اصل موضوع ولاړه وي، نه په فرعي مسایلو او شخصي موضوعاتو. د انتقاد کولو یو بل ډېر مهم اصل هم دا دی چې انتقاد باید همیش له وړاندیز سره ملگری وي.

څوک چې له نیوکې سره وړاندیز ونه لري، اصلا هغه د نیوکې حق هم نه لري.

بي دلیله، او بي وړاندیزه انتقاد شرارت دی (ملتمل)

۷. کونښن وکړئ چې د خپل ځان له پاره پېژندکارتونه چاپ کړئ، ولوکه تاسې څه عمده شغل او یا کومه مهمه دنده هم ونلری. که تاسې متعلم هم اوسئ د کارت جوړول چې په هغې کې ستاسې نوم، او د ټیلیفون شمېره لیکلې وي، او دا چې تاسې له څه شي سره مینه لری. دا خپله ستاسې د شخصیت ثبوت دی او نور خلک به تاسې ته د یوه پلان لرونکي سړي په سترگه گوري.

۸. غونډو او بلنو ته همېشه ډېر پاک منظم او ښه لباس واغونډئ کونښن وکړئ چې د امکان په صورت کې لږ تر لږه دوه درې جوړې مناسب، موزون او ښایسته لباسونه ولری او هر مجلس ته له حالاتو سره سم لباسونه واغونډئ که تاسې په دې کې شک لری چې دریشي واغونډئ یا جامې، نو په دې مه شرمېږئ چې له خپل لارښود یا بلونکې نه وپوښتی چې د دوی له نظره به په دې مجلس کې کوم لباس موزون وي؟ د ښه او پاک لباس او پاکو جرابو په خوا کې د فردي پاکوالي ساتنه هم خورا مهمه ده، کونښن وکړئ چې داسې مجلسونو ته له تلوو څخه دمخه ولامبئ او همداراز د تخرگونو د خولو د مخنیوي شیان،

بنايسته نرم عطر او د غاښونو برس او کريم وکاروئ.

۹. کوبښن وکړئ چې د هرې غونډې په اوږدو کې لږ تر لږه خو تنه په نظر کې ونيسئ، چې تاسې بايد له هغوی سره پېژندگلوي پيدا کړي، ښه لار به دا وي چې له خپل لارښود نه غوښتنه وکړئ چې تاسې و هغو اشخاصو ته وروپېژني. خو که له هغې سره وخت نه وي، په خپله دا نوبت په لاس کې واخلي، او په يوه مناسب وخت کې هغه سرې ته ځان وروپېژني. هغه ته ووايئ چې تاسې د هغه په اړه معلومات لرئ او غواړئ، چې له نږدې ورسره وپېژني او په راتلونکې کې ورسره خپلې اړيکې وساتي. ښه خبره به دا وي، چې د پېژندنې په وخت کې لومړی ورته خپل کارت وړاندې کړئ او په لنډ ډول د خپلو ټولو مثبتو کارونو لنډيز ورته ووايئ، چې تاسې څوک يئ؟ څه مو کړي او څه غواړئ چې تر لاسه يې کړئ؟ له مشرانو او لويانو سره د پېژندگلوي په وخت بايد داسې فکر وکړئ، چې تاسې يوازې يوه دقيقه وخت لرئ او په دې يوه دقيقه کې بايد تاسې هغه ته د خپل ځان په اړه هغه څه ووايئ چې هغه ستاسې په اړه دې ته وهڅېږي، چې تاسې ته په راتلونکې کې د يوې بلې مفصلې ليدنې کتنې وخت درکړي. د بېلگې په ډول:

رفيع صيب! سلام عليكم. زما نوم عبدالصير (سباوون) دی، زه د ولسي هېنداری مسئول مدير يم. خپل کارت ورکړئ. (ما ستاسې په اړه له ... او نورو دوستانو څخه اورېدلي او ستاسې اثار مې لکه کتابونه دريابونه او ... هم لوستي دي. زه ډېر خوښ شوم، چې له تاسې سره مې د مخامخ پېژندگلوي هېله پوره شوه.

بيا لږ ځنډ وکړئ او هغه ته د خبرو وخت ورکړئ، خو چې کله د هغه خبرې ختمېږي سمدلاسه خبرې داسې لنډې کړئ.

رفيع صيب! زه پوهېږم چې اوس تاسې ډېر مصروف يئ! زيات وخت مو نه نيسم، په ليدو مو خورا خوشحاله شوم، زما اراده ده، چې له تاسې سره په تفصيل وگورم. که مهرباني وکړئ خپل کارت او يا د ټيليفون شمېره مو راکړئ، زه به بيا تاسې سره اړيکې ونيسم.

۱۰. تل چې دغه ډول مجلسونو ته ځئ له ځان سره يوه وړه جيبې کتابچه او قلم بايد ولرئ. که هغه سړی کارت ونه لري ورته خپله کتابچه او قلم ور وړاندې کړئ چې تاسې ته خپل نوم او د تيليفون شمېره وليکئ. او چې کله له مجلس نه راوگرځېدئ بايد په دې غونډه کې له ټولو کسانو نه لاس ته راوړل شوې پټې او د تيليفون شمېرې په خپلې ځانگړې کتابچې کې چې د همېشنيو پټو له پاره مو بېله کړې ده ورسوئ. ورسره دا يادښت هم وليکئ چې دا شخص مو چېرته ليدلی و او د راتلونکې له پاره مو ورسره څه پلان نيولای و. مثلاً (حبيب الله رفيع صيب، د علومو اکاډمۍ غړی، چې د ارواښاد ملنگ جان په ياد جوړه شوې غونډه کې مې وليد، زه به ورته خپله تاريخچه وراستوم او هغه به ماته خپل ... اثر رااستوي.)

ددې له پاره چې مو د دې سړي څېره په ياد پاتې شي، نو د هغه د بدن يوه نښه به هم ورسره وليکئ. مثلاً لنډې، عينکو والا سړی.

۱۱. بله مسئله چې په دې ډول مجلسونو کې د موفقيت له پاره ډېر ارزښت لري، هغه دا ده چې تاسې بايد په ورځنيو مسایلو د نړۍ او هېواد پر خبرونو او تازه پېښو، سپورتي لوبو او نورو ټولنيزو موضوعاتو پوره لاس بری ولرئ. ځکه په دې صورت کې کولای شئ، چې تاسې له خلکو سره په خبرو کې ځان اسانه ورگډ کړئ، او په مجلس کې د يو ناخبره او ورک انسان په توگه ونه پېژندل شئ. کوبښښ وکړئ چې يو څو ټوکې، لنډې، بيتونه او لنډې کيسې زده کړئ، چې د مجلس د خوږولو له پاره په خپل وار مناسب ځای کې ترې گټه واخلي. دا تاسې ته په ځانگړو مجلسونو کې د خبرو کولو او له خلکو سره د گډون لار برابروي.

۱۲. د يو څو مشرانو او مهمو خلکو نومونه يادول او د هغوی څو خبرې او له هغوی سره ستاسې د ليدنو کتنو په اړه يو څو خبرې اکثراً ډېرې اغېزمنې وي. ددې لپاره کوبښښ وکړئ چې د يو شمير مهمو او مشهورو خلکو سره ليدنې کتنې وکړئ او د هغو سره د يو لړ مهمو

ورځینې موضوعاتو په اړه خپل نظر شریک کړی، او د هغو نظرونه هم په مؤثقه توګه په یاد وساتئ، او په درسته توګه یې یاد کړئ. اما دا ډیره مهمه ده چې د یو چا نظر ذکرول باید رښتینې او مکمل وي.

۱۳. یو بل اصل چې هغه هم ډېر ارزښت لري هغه دا دی: کله چې تاسې له یو چا سره پېژنئ، کوبښن وکړئ چې د هغه نوم او د هغه تخلص په یاد وساتئ. د نومونو د یاد ساتلو له پاره ښه لار دا ده چې د هغه سړي په بدن کې (نه په لباس کې) یو ځانګړې ښه خوښه کړئ او د هغه د نوم اړیکه د هغه ښې سره پیدا کړئ. او په ډله کې هغه سړی یو څو ځله په خپل نامه یاد کړئ. دا کار به ستاسو سره د هغه د نوم په یاد ساتلو کې ډیره مرسته وکړي. او چې کله هم بیا د هغه سره مخ شوی، نو هغه په خپل نوم سره یاد کړئ. د دنیا هر انسان د خپل نوم په اورېدلو خورا خوښېږي او چې کله تاسې د هغه د توقع پر خلاف د هغه نوم واخلي هغه فکر کوي، چې تاسې له هغه سره ځانګړې مینه او لېوالتیا لرئ، نو ځکه مو د هغه نوم په یاد ساتلای دی. نو دا په هغه پوره اغېز کوي او بیا هغوی تاسې ته په درنه سترګه ګوري او قدر مو کوي.

۱۴. له هر چا سره په خبرو کې ځینې ځانګړنې راټولې کړئ مثلاً تاسې په یوه ګروپ کې د غونډې پر ویناند خبرې کوي، تاسې باید ووايي چې زما خو د صفيې صديقي خبرې ډېرې خوښې شوې، هغه څومره فصیح او بلیغه وغږېده. کله چې تاسې د کوم بل چا صفت کوي دا ستاسې د صفت معنا لري. کوبښن وکړئ چې د هر چا په برخه کې مثبت ټکې پیدا او هغه له نورو سره شریک کړئ. دا ستاسې د ښه شخصیت ثبوت ښيي. د افغانانو خوی دی، چې پر خلکو تل منفي تبصرې کوي، زما هیله له تاسې ځوانانو نه دا ده، چې دغه منفي دستور ورک کړئ. نو که په یو کس کې د منفي شیانو تر څنګ یو څو مثبت ټکې هم و، نو تاسې د نورو پر خلاف د هغه پر هغو مثبتو ټکو هم تبصرې وکړئ. تاسې پر دې باور وکړئ، چې ستاسې دغه مثبتې تبصرې به ستاسې شخصیت او ستاسې او د هغه

شخص په منځ کې ښو اړیکو ته ډېره ګټه ورسوي. بیا کولای شئ، چې د همدې نېکو اړیکو پر بنسټ هغه سرې ته په پټه د هغه منفي اړخونه ورپه ګوته کړئ، خو په دې برخه کې باید، چې د ډېر احتیاط نه کار واخلي، ځکه چې زموږ د ټولنې ډېر خلک نیوکې منلو ته تیار نه دي.

۱۵. کوبښ وکړئ چې په دغه رنگ مجلسونو کې یوه یا دوه ښې سنجولې پوښتنې تهیه کړئ او په مناسب وخت کې یې مطرح کړئ. د پوښتنې بڼه مو باید عمومي وي مثلاً د دې مسئلې عوامل څه دي؟ او د هغې اثرات پر ځوانانو باندې ستاسې له نظره څه دي؟. ځوانان څرنگه کولای شي، چې په دې برخه کې موثر نقش ولري؟ ستاسې مشورې به د نن ځوانانو ته په دې برخه کې څه وي؟ موږ څرنگه کولای شو، چې خپل ځوانان دې مسایلو ته وهڅوو.

۱۵ - په ټولنه کې د انسانانو تر منځ نالیکل شوي او ناویل شوي ټولنیز قراردادونه:

د هرې ټولنې انسانان په خپلو منځنو کې په یو لړ داسې ټولنیز قراردادونو تړل شوي وي، چې هغه د انسانانو کره وړه کنټرولوي. سره له دې چې دغه قراردادونه، نه کومه لیکلې بڼه لري او نه چېرته هم په لفظي توګه د دغو انسانانو په منځ کې یاد شوي وي، اما د هغې ټولنې هر غړی ځان ددې قراردادونو په عملي کولو ملګف بولي. یعنې سره له دې چې انسانان په یوه ټولنه کې ازاد ژوند لري؛ خو بیا هم په ټوله معنا ازاد نه؛ بلکې د هغې ټولنې د یو لړ پرنسپونو مننونکې وي. نو ویلای شو چې د هرې ټولنې د انسانانو ژوند په ټوله معنا ازاد نه؛ بلکې د هغوی د ټولنو د یو لړ اجتماعي پرنسپونو تابع وي.

په نورمال حالت کې افراد، کورنۍ او ټولنې ځانته یو شمېر معیارونه او سټنډرډونه لري، چې د هغو په رڼا کې د هغې ټولنې هر وګړی، هره کورنۍ او هر کلی ځان د دغو نارسمي او نالیکل شویو سټنډرډونو تابع بولي. بالاخره بیا دوی هر یو له بل سره د مقابلې او سیالی په

غرض ډېر داسې کارونه کوي، چې که د دغو سياليو وجه نه وي، نو بنيایي هغه به هيڅکله هم هغه کارونه ونه کړي. او يا هم برعکس خلک ځينې کارونه د همدې سياليو په وجه کوي، او که د دغه ډول سياليو وجه نه وي، نو بنيایي، چې دوی به هغه کارونه پیلکل کړاي نه وای. د مثال په توگه، په ټولنو کې له يو لړ منفي اعمالو لکه زنا، غلا، بچه بازي، رشوت او نورو څخه يو شمير خلک د همدې سياليو په وجه، او يا هم له يو بل نه د شرم و حيا په وجه مخنيوی شوی دی. او يا هم ځني ښه کارونه لکه ميلمه پالنه، غيرت، او نور هم په خلکو کې د همدې سياليو په وجه جدي دي. دغه پورتنی حالت يوازې په هغو ټولنو کې پاتې کېدای شي چې د ژوند عادي او نورمال شرايط ولري.

تېر پينځه دېرش کلن جنگ زموږ په هېواد کې د ټولنو، کليو، قريو او حتا د کورنيو طبيعي، نورمال او د ژوند منظم شوي شرايط له منځه يوړل. لومړی د کمونستانو په دوران کې تر هر څه زيات زموږ د ټولني اجتماعي جوړښتونه ونړول شول. کمونستانو په کليو او بانډو کې د قدر وړ او شرافتمند مشران وځپل، اود دوی په مقابل کې يې بې کرکټره، بې هوښه او بې شخصيته، ناپوه او مغرور خلک چې نه ورته خپلې ابرو او عزت څه ارزښت درلود او نه هم د نورو عزت او ابرو ورته څه قدر درلود، منځ ته راوستل، مسلح يې کړل، غټې څوکۍ او اقتدار يې ورکړ، حتا دوی ماشومان هم په جاسوسی وگومارل. دا هغه لومړنی گوزار و، چې زموږ په ټولنه يې اندېښمنه کړه او ځوانان يې په بې باورۍ او بدو لارو سر کړل.

بيا د دوی د پرله پسې بمباريو، بنديانولو، وژلو په وجه وحشت او ترور پر ټولنه حاکم شو، چې دې حالت په ټولنه کې د عمر په اوږدو کې حاصل شوی اعتماد هم ختم کړ، هر څوک يو پر بل بې باوره شول او بالاخره بيا د دوی د جناياتو په وجه په زرگونو خلک شهيدان، ميندې کونډې او بچې موي تيمان شول. د کمونستانو د دې جناياتو بهير په گرمه روان و، چې ورسره بيا د جهاد په نوم يو شمېر نورو نااهله خلکو د ولسونو پر وړاندې يو بل ډول جنايات پيل کړل. ولس او خلک د دې دوو نااهلو په منځ کې راگير و. کمونستانو به

له یوې خوا او په یو ډول زورول او د جهادپه نامه د پردو ګوډاګیانو به بیا له بلې خوا پرې بل ډول زور زیاتي لکه نااخلاقي، ناسلامي او نانساني فشارونه واردول. که له یوې خوا کمونستانو د خلکو پر مال، ناموس او عزت هېڅ ډول درېغ ونه کړ؛ نو له بلې خوا د اسلام په نوم راغلي پتنگان هم له هغوی څخه کم نه وو، چې بالاخره بیا دې وحشتونو او دهشتونو خلک له خپلو کورونو، کلیو او بانډو څخه په تېنډلو مجبور کړل، چې د ولسونو زیات شمېر یې د ښارونو په لور وکوچېدل او یو شمېر نور یې بیا له هېواد څخه په تېنډه ګاونډیو هېوادونو لکه پاکستان، ایران، شوروي، او نورو ملکونو ته تېنډې ته اړ اېستل. په زرګونو پلرونه شهیدان او میندې یې ګوندې شوې. خپلوان سره جدا شول او ماشومان مو یتیمان شول. ګوندې میندې مجبوره شوې، چې د خپلو یتیمو بچیانو د سرونو د سلامتیا په پار یې سره لپه بچې څوک په اوږو او څوک په لوڅو پښو له ځان سره روان کړل.

کورونه، ځمکې، باغونه، فصلونه او حتا د بدن جامې یې هم قضا و قدر ته وسپارلې. تر دې، چې په لارو کې د غلو له وېرې یې حتا پیسې هم له ځان سره ونه شوې وړلای. دوی د خپلو خپلوانو، قوم او کلي نه وشلېدل، لارل او د بې سرنوېشتۍ په حالت کې یا په ښارونو کې ورک او بې وسیلې د یوې مړې ډوډۍ او سر پناه په خاطر له هر ډول ستونزو، بې عزتیو او شرمونو سره مخ شول، او یا خو د وطن په پرېښودلو مجبور، او په پرديو ملکونو کې له پرديو خلکو سره په سرو دښتو او رغونو کې له یو داسې بې حرمته او بې عزته ژوند سره مخ شول، چې د دنیا پر مخ هر ډول بې عزتۍ او بې حرمتۍ په کې شاملې وې. چې د دې بې عزتۍ او بې حرمتۍ دغه سلسله تر ننه هم روانه ده.

هو، زموږ د ټولني ننني لوی قشر (ځوانان) د همدې ناورين محصول دی، دوی د ټوپکو، بارودو، انسانوژنې، سوال، گدايگرۍ، غلا، تجاوزونو، ظلم، زياتيو او تېريو نه پرته نور څه ونه ليدل. له دوی څخه خدای جل جلاله او د دوی انسانانو، نورمال او د انسانیت ژوند واخيست، دوی نه روغ کور ولید او نه روغه کورنۍ، چېرته به چې پلار او مور دواړو په مینه

د بچپو د نفقې او تربیې مسئولیت درلود، او کولای به یې شول، چې هغه په درنه توگه ترسره کړي. نه یې خپل کلی ولید، چېرته به چې مشر، ملک، خان او کلیوالو په گډه یو د بل عزت کاوه او د غیرت له پاره به یې ځانونه یو پر بل قربانول او نه دغو بچپانو هغه دېره، حجره او جومات ته د تللو هغه شرایط درلودل، چېرته به چې د کلي ماشومانو اخلاق، تربیه، عزت داري، ناموس داری او ټولنیز اخلاق زده کول. دوی نه ښوونځي ته د تللو شرایط لرل چې اقلا د علم او پوهې خاوندان شي او د علم او پوهې په رڼا کې د ښو او بدو قضاوت وکړای شي او نه یې د نارمل ژوند شرایط لرل چې سالم قضاوت په کې وده وکړای شي. تر ټولو خواشینونکې خو لا دا وه چې ددوي په زرگونو تنکې بچیان د اسلامي زده کړو تر جال لاندې وداسي مرکزونو ته ویورل شول، چېرته چې به دوي د وطن پلورنې او انسان وژنې لپاره برینواش (سوچېدلون) کیدل. دوي دغه ماشومان د ټولو نورمال انساني اړیکو نه قطع، او د خپل انسان وژونکې طلسم کې د راگیرولو په غرض پداسي لارو سر کړل، چې اوس هغو ته هره اصلاح کوونکې نظریه هم کفر او ددښمن توطه ښکاری. یعنې په دغه ۳۵ کلن ژوند کې نه یوازې دا چې د دنیا ټولې مثبتې هستې له دوی نه واخیستل شوې؛ بلکې د دنیا ټول منفي او تباه کونکې خصوصیات او عوامل هم د دوی پر سرونو مسلط کړای شول.

د اولادونو د نفقې په خاطر زموږ باغیرته میندې په پردې ملکونو، او ښارونو کې ورکې، او په سوال کولو مجبورې شوې، زیاتره خو بیا دغه کونډې میندې د دغو جنایت کارو (کمونستي او ټوپکې) قوماندانانو د نفسیاتي خواهشتاتو په خاطر خپل غرور او عزت هم له لاسه ورکړ. زموږ په ځوان نسل د پردیو د کولتورونو بهیر واکمن شو او په بېگانه ملکونو کې یې د انسانیت په خلاف هر ډول توطیې او دسیسې دوی ته ور وښودل شوې. د دوی پر ذهنونو (چې د سپینې تښتې په څیر د هر څه لیکلو ته تیار وو) د انسانیت، افغانیت، شرافت او نېکو اخلاقو په عوض پرې د انسانوژنې، وطنپلورنې، غولونې، درواغو، جنایت

او هر ډول نااخلاقي سلوکونه ور وتپل شول.

نو زموږ ټولنه چې یو وخت یې حتا غلو هم انساني اخلاق او شرافت درلود، نن په داسې یوه ټولنه بدله شوې چې د هغې اکثریت له انساني، اسلامي او افغاني اخلاقو څخه محروم را لوی شوي دي. همدا وجه ده چې نن افغاني ټولنه د فزیکې جوړښت (یعنې سرک، پل، تعمیر او روغتونونو جوړولو) نه هم د دې ټولنې د خلکو ذهني رغونې ته تر هر څه زیات او

جلدي ضرورت لري.

دا د دولت او بین المللی ټولنې تر هر څه جلدي او لومړنی مسوولیت دی چې د دې ټولنې د انسانانو د ذهني رغونې له پاره مناسب او لازم تربیوي پروگرامونه په کار واچوي او د دې انسانانو دذهنونو د بیارغونې چارو ته تر هر څه جلدي توجه وکړي.

دلته د یوې خبرې ذکر کول ضروري او لازمي بولم او هغه دا چې نړۍ وال کولای شي چې له موږ سره یوازې د دې هېواد په فزیکې رغونه کې مرسته وکړي اما د معنوي او ذهني رغونې اساسي مسوولیت د افغانانو پر غاړه دی او د دې مسوولیت په سر ته رسولو کې د افغانستان دولت او خلک، خصوصاً عالمان، پوهان، مذهبي مشران پلرونه او میندې تر بل

هر چا جلدي مسوولیت لري.

د دې مسوولیتونو درک، تشخیص او سرته رسونه هم ځانته ځانگړې پوهه، مینه او علاقه غواړي او تر بل هر څه مهمه داده چې یوازې هغه څوک کولای شي دا کار په بریاو سرته ورسوي څوک چې په دې لار کې یو عملي مثال جوړېدای شي؛ نو ددې خدمت سرته رسول تر هر څه لومړی یو جلدي عزم، ارادې، پاکې تاریخچې او پراخې قربانۍ ته اړتیا

لري.

زه د یو افغان په توگه دغه مسوولیت پر خپلو غوښو او هلوکوکو محسوسوم او په همدې غرض چې د دې ټولنې د یو عالم، بااحساسه او با مسوولیته انسان په حیث مي تر خپل وسه ستاسې ځوان نسل پر وړاندې خپلې دندې ادا کړې وي؛ نو مې دا کتاب تهیه او په دې

لار کې مې د علمي سيمينارونو، ورکشاپونو راډيو او تلويزيون له لارې خپلې هلې ځلې پيل کړي دي؛ خو دا مشکل ډېر لوی، پراخه او ژور دی. هيله مې ده، چې د هېواد نور توانمند عالمان او ملي شخصیتونه او دولتي چارواکي به هم پدې اړوند خپل انساني او اخلاقي مسوولیتونه درک او د هغې په اداکولو کې به جدې ونډې واخلي.

#### ۱۶ - د منفي اشخاصو پېژندنه او له هغوی نه لږوالی:

په هره ټولنه کې يو زيات شمېر داسې کسان وي چې هغوی د هر راز نوي پروگرام پر وړاندې ولو که ډېر گټور هم وي، له گډون څخه وېره لري. ډېری انسانان په خپل ژوند کې يو ټاکلي پرمختگ ته د رسېدو نه وروسته خپل ځان په هماغه ځای کې ارام محسوسوي، او تر هغه زيات نور خپل ځان ته تکليف نه ورکوي، چې دغې مقطع ته د راحت کړي يا **Comfortable Zone** وايي. او دغه کسان د هر هغه بدلون پر وړاندې چې د دوی په دغه هوسا حالت کې د بدلون راوستو سبب کېږي، ولو که هغه دده په گټه هم وي، مقاومت کوي. له بلې خوا څخه يو شمېر نور کسان بيا په طبيعي توگه دا خاصیت لري، چې د بل هر چا له خوا وړاندې شوي وړاندېز پر وړاندې، ولو که ډېر معقول هم وي، مقاومت کوي. چې دغه ډول اشخاصو ته په مجموعي توگه منفي اشخاص ويل کېږي. منفي اشخاص نه يوازې په خپله په يوه پروگرام کې گډون نه کوي، بلکې کوبنښن کوي چې نور هم د يوه نوي پروگرام پر وړاندې په شک او تردید کې واچوي. ځوانانو ته لازم او اړين دي چې نه يوازې دغه ډول منفي اشخاص وپېژني؛ بلکې بايد په هر ډول د دوی له اغېزو څخه خپل ځان او د ټولني نور وگړي وژغوري. منفي اشخاص درې ډوله دي:

۱- وچ منفي اشخاص: دا هغه اشخاص دي چې بې له دې چې د يوې مسئلې ارزښت ته پاملرنه وکړي، د هغې پر وړاندې مخالف دريځ نيسي. که له دې اشخاصو نه د دلایلو پوښتنه وشي، نو دلایل بې هم ډېر کمزوري، او بې اړه وي. ددې اشخاصو پېژندنه د دوی په

خبرو کې د منفي کلماتو لکه (خو، اما، ولې، زه نه پوهېږم، دا به نو څنگه شي) له کارنې څخه کيداې شي. دا کسان نه کوم منطقي استدلال کوي او نه کوم روښانه وړاندیز ورسره وي. دا خلک دغه منفي کلمات يوازې له مسوولیتونو څخه د تېښتې د وسيلې په توگه کاروي. مثلاً دوی وايي چې: ستا خبره سمه ده خو ... که ددې اشخاصو دغو انتقاداتو ته چې همېشه تر منفي الفاظو وروسته ذکر کېږي، ځير شو، نو يو يې هم واقعا نه انتقاد او نه اعتراض وي، بلکې هغوی دا د مسوولیتونو نه د تېښتې په لاره کې کاروي. سالم او معقول انتقاد دا وي چې يو څوک د يو پروگرام پر محتوی او يا مکانيزم باندې څرگند او روښانه اعتراض کوي او له دغه اعتراض سره بيا خپل وړاندیز هم لري.

۲. نا مستقیم متجاوز کسان **Passive Agreesives**: دا هغه کسان دي چې په ښکاره له چا سره مخالفت نه کوي او اکثره هم مخامخ له تاسې سره د ټولو پرېکړو په اړه سر خوځوي، خو هېڅکله هم په خپلو ژمنو کې جدي نه وي. دا کسان له ډېرې بېوزلې او مجبورت سره سره يو يا دوه ځلې هغه ورسپارل شوی کار تر سره کوي، ولې بيا ادامه نه ورکوي. دا ډول اشخاص خطرناک او له ناوړه پایلو سره تړلي دي، ځکه خلک د دوی د ژمنو پر بنسټ پلانونه جوړوي، ولې بيا د اړتيا پر مهال نه دوی وي او نه يې ژمنې. دا ډول کسان په مجلسونو کې په ډېر ښه باور ستاسې وړاندیزونه مني؛ خو دا ډول خلک ډېر خطرناک وي او بايد دوی تشخيص کړي، د دوی ژمنې په ډېر احتیاط سره ومنئ او په جدي توگه بايد د دې کسانو په سمونه کې له دوی سره مرسته وشي.

۳. کپنه کېښي او بدنيتي: په هره ټولنه کې يو شمېر داسې کسان وي، چې د دوی هېڅ پيرزو نه وي، چې بل څوک دې، کوم برياليتوب تر لاسه کړي؛ نو دوی د بل چا برياليتوب او پرمختگ نشي زغملای، حتا که د دوی ډېر نږدې ملگری يا خپلوان هم وي. دا ډول کسان د دې له پاره، چې د يو کار مخنيوي وکړي، نو د نورو منفي کسانو پرعکس، دوی په هغه کار کې په ډېر جدیت ونډه اخلي او په دې توگه د هغه کار واگي په خپل لاس کې

اخلي، او بيا هغه کار په نيمایي کې پرېږدي. دا ډول اشخاص د گروپونو او ډلو په منځونو کې زيات وي؛ خو د دوی پېژندل او د دوی د لاسونو لنډول هم خورا گران وي. دا ځکه چې له يوې خوا دوی ډېر هوبنډار او هم په اکثره کارونو کې ښه موفق وي، نو د نورو کسانو له پاره دا ډېره ستونزمنه وي چې په اسانۍ سره دوی وپېژني؛ نو تاسې ځوانانو ته جدي توصيه کوو چې دغه راز منفي کسانو ته په کلکه پاملرنه ولرئ. کله مو چې د دوی په برخه کې د دوی د منفي بافی، تشخيص وکړو، له يوې خوا ترې ځان وساتئ او له بلې خوا هغوی دغه ټکي ته متوجه کړئ او د اړتيا پر مهال خپل نور ملگري او مرستندويان د دوی له دغه خطرناکه عادت څخه هم خبر کړئ، تر څو هغوي ددوي د توطيو ښکار نه شي.

۱۷ - په ټولنه کې د ستونزمنو خلکو پېژندل او له هغوی سره د سلوک غوره کول:

انسانان په هر مشکل کې، يا د مشکل د توليد برخه او يا د هغی د حل يوه برخه کېدای شي. که يو انسان ددی دواړو نه بې برخې وي، نو هغه اصلا انساني دندې نه ترسره کوي. زه تاسې ځوانانو ته کلکه مشوره درکوم، چې بايد د هر مشکل په ليدو سره کوبښن وکړئ چې د هغه مشکل د حل په برخه کې ونډه واخلي.

داد ډېر تاسف وړ خبره ده چې زموږ ټولنه په دې وروستيو ډېرشو کلونو کې داسې خرابه شوې ده چې دټولني يو زيات شمېر خلک يا خو دستونزو د ايجاد په برخه کې عاملين گرځيدلي دي، او يا خو هم ددوی لوی اکثریت په بې تفاوته انسانانو بدل شوي دي. دوي د مشکل د پيدا کېدو په صورت کې لاس تر زڼې ناست وي، او هرڅه قضاء او قدرته، او يا هم خدای (جل جلاله) ته او ياهم نورو ته پرېږدي.

د مثال په ډول زه چې اکثرا دکابل نه جلال اباد ته سفرونه کوم، په لاره کې گورم چې يو شمېر زيات ډرپوران په ډېر بې مسئولېته توگه خپلي موټري ځغلوې، او د ترافیکي اصولو نه خلاف ډرپوري کوي چې دا ډول ډرپورې د ډېرو ټکرونو او دلارو د بندېدو لامل گرځي. نو که ديوې خوا دغه بې مسئولېته ډرپوران د مشکل او ستونزو عامل کېږي، نو د بلې خوا

ددې ډرېورانو سره سپره سوارلی هم ددې مسئولیت احساس نه کوي، چې ددې حالت په وړاندې خپل انساني او اخلاقي دندې اداء کړي. لومړي ډرېور خپلو غلطيو ته پام کې کړي او د خلاف ورزی په صورت کې بیا هغې ته سزا ورکړي. او اډلا دغه ډول بې مسئولیتته ډرېور ته دومره قدر خو ووايې چې : (ستا دا ډول ډرېوري زما او دنورو انسانانو ژوند ته صدمه رسوي. یا باید اصلاح شي او که نه نو زه همدا اوس درڅخه کوزېرم، او کرایه هم نه درکوم) تاسې باور وکړئ، چې د یو څو تنو سوارلیو دغه ډول جدي کړنه به د ډېرو داسې ټکرونو مخه ونېسي. د بلې خوا، چې کله د کومې حادثې له کبله (اکثرا خو حادثه نه وي، بلکې د همد اشان ډرېورانو دغلط او څو کتار جوړولو ډرېوري او د نورو د لارو د بندولو له کبله) لارې په ساعتونو، ساعتونو بندې وي. بیا زمونږ خلک (ددوي سره ناستي سپارلي) هم اکثره یې لاس ترزنې ناست وي، او ددې مشکل په حل کې کومه ونډه نه اخلي. حتی باور وکړئ چې ما څو ځله پولیس لیدلي او رټلي می دي، چې هغوی هم د نورو عوامو په څېر لاس ترزنې ناست وي، او انساني دندې خو لا پرېږده چې خپل مسلکې دندې هم نه ادا کوي.

ما څو څو ځلې د داسې حالتو په لیدو سره فوراً پخپله اقدام کړی، او دغه موټرې مې یوې خوا او بله خوا کړي، او بلاخره مې په څو ساعتو کې لاره خلاصه کړې ده. دغې ته دحل په لاره کې ونډه اخیستل وایې، چې ددې اقدامونو په نتیجه کې نه یوازې ماته، بلکه په زرهاوو نورو خلکو ته هم گټه رسیدلې ده. د مثال په توگه، دا یوه کیسه درسره شریکوم: یوه ورځ د خپل ډرېور (محمد شفیق جان) سره جلال اباد ته تللم، د نغلو په سر کې په یوه مور کې ټکر شوی و، چې دوه موټرونه پکې ټکر شوي او څو تنه پکې زخمیان او مړه و. چې اغلباً علت به یې د موټرو تیز چلوونه، او د ډرېورانو بې غوري او غلطی وه. سره لدې چې پولیس د حادثې ځای ته راغلي و، مړي او زخمیان یې روغتون ته وړي و، خو د بلې حادثې د مخنیوي له پاره یې هېڅ اقدام نه وه کړی. څرنگه چې دا موټرې په یوه مور کې

ټکر شوي وه، نو هره لحظه ددې احتمال وه چې یو بل موټر هم ددې ټکر شوو گاډو سره ټکر وکړي. هماغه و چې ددې بې غورۍ په وجه یو دریم موټر هم راغلي و، او دهغه دوو موټرو سره یې سخت ټکر کړي و، چې خو تنه نور هم پکې زخمیان او مړه شوي و. پولیس بیا ساحې ته راغلي و، او مړي او زخمیان یې وړي و. دا ځل دوی یو تن عسکر هم په ساحه کې د کنټرول له پاره پرېښی و. اما د وقایې هغه ډېره عامیانه او اسانه طریقه، چې هغه د مور نه مخکې د یو څو ډبرو اېښودل و، نه وه کړي. دا هغه طریقه ده چې په ډبري اسانۍ سره نور ډبروران ددې نه خبروي چې په مور کې کومه حادثه شته. مور چې دا حالت ولیده، ودریدو، او د عسکر نه مو غوښتنه وکړه چې د مور نه مخکې څو ډبرې کېږدي. هغه ومنله او مونږ هم تري حرکت وکړ. په هېواد کې د بې اعتمادۍ د زیاتوالي په وجه، د لږ منزل نه وروسته راسره دا سودا شوه چې ایا دغه عسکر به زمونږ خبره منلي وي که نه؟ نو بېرته راوگرځیدو، چې پخپله دا کار وکړو. کله چې بېرته راغلو، ښه و هغه عسکر یو څو ډبرې اېښودلې وې، سره له دې چې کافي نه وې، خو بیا هم هغه یو څه کړي و. لومړی مو د عسکر نه مننه وکړه، او یو عکس مو ورواخيست، او بیا مو نورې ډبرې پخپله کېښودې.

نو وگورۍ چې په دې ملک کې څومره بې غورۍ او بې مسؤلیتې ده. نه پولیس، او نه هم خلک د بل چا په فکر کې دي. دا د پولیسو اساسي وظیفه ده چې د هرې حادثې په صورت کې د نورو اضافي تلفاتو او خسارو مخه ونېسي. اما پدې پېښه کې نه پولیسو او نه هم خلکو او نه هم دې عسکر دغه شان یو اسانه کار چې هغه کولای شوو ددې دوهمې حادثې، او د نورو راتلونکو حادثو مخه نیولای وای، تر سره کړي. دا د همدې بې غورۍ نتیجه وه چې دوهم ټکر وشو، او که مونږ دغه اقدام نه وای کړی، ممکن نور ټکرونه به هم شوي وایي.

تاسې ځوانانو نه زما جدي هیله داده چې: تل او په هر حالت کېښې کوښښ وکړئ چې د

خپلې ټولنې په ستونزو کې دحل کونکې ونډه واخلي. دا له یوې خوا ستاسې خپل مشکل حلوي، او له بلې خوا په خلکو کې تاسې ته ښه شهرت درکوي، او نور خلک هم پدې لاره کې ونډې اخيستلو ته چمتو کوي. دخپلو دغه نوعه کارونو په اړه نورو ته ووايي، خو هغوی هم پوه او دغه ډول نیکو کارونو ته وهڅول شي. خدای (جل جلاله) همداسې چې انسانان دخپرو له مخې بېلابېل پیداکړي، همدا راز یې دکړو، وړو، خوي او خصلت په لحاظ هم دوی بېلابېل پیداکړي دي. چې ددې خصلت له مخې انسانان په درې برخو ویشل شوي دي:

لومړۍ ډله کې هغه خلک شامل دي، چې دوی د ډېر نرم، ښه او د تېرونکې خوي او اخلاقو لرونکې وي، چې عموماً دخپل ځان په نسبت نور لمړی او مهم گڼي. ددغه ډول خلکو پېژندل عموماً اسانه او ورسره راکړه ورکړه او گډ ژوند تېرول هم اسان وي. عموماً دا ډول خلک په سلو کې ترشلو زیات نه وي.

دوهمه ډله خلک هغه دي، چې دوی بیا منځنۍ موقف لري. دوی ته تر یوه حده خپل ځان مهم، خو دیو معقولیت سره سم نور خلک هم ورته خاص ارزښت لري. چې دغه ډول خلک بیا دټولنې ترشپېتو په سلو کې تشکېلوي. ددې خلکو سره هم گډ کار کول ممکن ښايي خو ځینې ځانگړې مهارتونه غواړي.

درېیمه ډله هغه خلک دي چې دوی ته تل خپل ځانونه او خپلې گټې تر هر څه مهمې او ځان ورته تر بل هر چا او چت ښکاري. دوي دخپلو گټو له پاره دې ته هم حاضر وي چې دنورو په حقوقو او امتیازاتو یرغل وکړي. دغه ډول خلک عموماً ځانگړی او سخت دریځ لري. چې هغه هېڅ ډول جوړجاړي ته تیار نه وي. دا خلک هم په ټولنه کې په سلو کې تر شلو پورې وي. ددې ډول خلکو په اړه لاندې مشورې ضروري او گټورې بولم.

۱. ددې له پاره چې دخپل چاپیریال او اړونده خلکو په منځ کې دغه ډول خلک وپېژنی، دهغوی کړو، وړو او غبرگونونو ته په جدي توگه پام وکړئ او له ځان سره یې یادابښتونه

- واخلي، او کله کله دنور خلکو څخه هم دهغوی په اړه پوښتنې وکړي.
۲. ددې خلکو په وړاندې دځان سره مخ کې له مخ کې تصامیم ولري، او کوبښن وکړي چې ددوی سره په معامله کولو مجبور نه شی. که بل هر چانس لري، نو ددوی په نسبت هغه بل چانس ته ترجیح ورکړي. خو که مجبور شوی چې ددوې سره معامله وکړي، او په یو کار کې دخپل شی، نوخپل دریځ او موقف ورته په جدي توګه، په روښانه الفاظو او ښه په ډاګه ووايي. ښه به دا وي چې ورته دا موضوع ګېږي دیوه یادوو نورو کسانو په وړاندې ووايي. یعنی د موضوعاتو په اړه دخپل قضاوت نه کار واخلي او هغه ورته غوڅ او روښانه ووايي، نه دا چې موضوع دې ته پرېږدي چې څه دې هم انسان دی، ممکن سالم او انساني قضاوت به وکړي، ځکه دوی هېڅکله هم سالم انساني قضاوت نه کوي.
۳. کوبښن وکړي چې دوی ته ووايي چې خپله موضوع ګېږي تاسې ته اول ووايي. هغه واورئ، که در ته دمنلو وړه وه، ورسره موافقه وکړي، او که نه وه، نو بیا ورته خپل نظریات په لیکلي توګه وړاندې کړي، او د موافقې په صورت کې ترې لاسلیک هم واخلي او یا یې هم د شاهدانو په محضر کې ورته په واضح توګه بیان کړي.
۴. د دوی سره څو معاملي او موضوع ګانې مه شریکوي، ځکه دوی بیا یوه په بله کې ورګډوي او ګډوي منع ته راولي.
۵. دداسې خلکو سره د خپلو راکړو ورکړو تجربې له نورو دوستانو سره هم شریکې کړي، او تر وسه هغوی ته هم دخپلو بریاوو او ناکامو تجربو لاملونه روښانه کړي.

## څلورم څپرکی

### پر شخصیت اغېزمن فکتورونه

۱۸ - پر شخصیت اغېزمن فکتورونه:

سره له دې چې شخصيت جوړول يو مغلق کار او يوه اوږده موده غواړي. خو د لاندې خصوصياتو لرل او د هغوي په دوامداره او جدي توگه تعقيبول د سړي له شخصيت سره مرسته کوي.

### ۱. د يوثابت دريځ لرل:

کوبښښ وکړئ چې د يوې موضوع په اړه ښه او نېک دريځ غوره کړئ او تر ممکن حد پورې پر خپل دريځ ودرېږئ. که مو درک کړه چې ستاسې دريځ په غلطه دی، په رښتني ډول نورو ته پرې اعتراف وکړئ او خپل دريځ بدل کړئ.

### ۲. رښتيا ويل:

کوبښښ وکړئ چې په ټولو موضوعاتو کې رښتيا ووايئ. کله ناکله کېدای شي دا کار ستاسې په تاوان هم پرېوځي، خو په اوږده موده کې دا بيا ستاسې په گټه دی. که پوهېږئ چې ستاسې رښتيا ويل بل چاته ضرر رسوي هلته له نظر ورکولو نه ښه و غواړئ او که په خپلو کړو وړو کې مو تېروتنې کړې وي، سمدلاسه د هغې ښه و غواړئ. په خپلو تېروتنو اعتراف کول او د هغو په برخه کې ښه غوښتل تر بل هر څه سخت کار دی خو ډېر اوچت کار هم دی.

### ۳. په پرېکړو کې جدیت:

په خپلو خبرو کې د غوڅ دريځ خاوندان اوسئ. ښو ته ښه او بدو ته بد ووايئ، ولو که څوک پرې خپه هم شي. ليکن په خپلو تبصرو کې د ډېر احترامانه چلند خاوندان واوسئ او په خپلو تبصرو کې موضوع ته پاملرنه وکړئ نه دا چې ستاسې مقابل لوري کس ته. افغانانو يو منفي خوی دا دی چې که ويونکې د دوي نه خوښيږي نو بيا دا ورته هېڅ معنا نه لري، چې هغه څه وايي. نو په دې وجه په داسې حال کې چې ويونکې خپله خبره

لاټکمیله کړي نه وي، نو دی بیا د هغې په مقابل کې د ځواب په تهیه کولو چرت او فکر کوي. ښه به دا وي چې تاسې ځوانان له دې منفي عمل سره مجادله وکړئ او خپل قضاوت اصل خبرې یا موضوع ته مربوط کړئ نه د هغې ویونکې ته.

۴. ژمن پاتې کېدل:

پخوا تر دې چې له چا سره ژمنه وکړئ پرې ژور فکر وکړئ که مو د ټاکلي کار په برخه کې لږ شک هم وي، له ژمنې څخه ډډه وکړئ. خو چې کله مو ژمنه وکړه بیا په هر قیمت چې وي کوښښ وکړئ چې تر سره یې کړئ. که د ځینو ځانگړیو دلایلو له امله یې نه شی تر سره کولای، نو څومره ژر چې کولای شی مقابل لوري ته خبر ورکړئ، او د خپل معذرت د وړاندې کولو تر څنگ خپل تاثر او نیمگرتیا ورته څرگنده کړئ.

۵. په وخت ټینګښت:

د اسلام مقدس دین په رښتیا ویلو، د ژمنې پالنه او د وخت پر ارزښت ډېر ټینګار کوي. ولې د اسلام د اصولو پر خلاف، بیا ډېر مسلمانان د ژمنې او وخت پر ټینګار عمل نه کوي. د دې له پاره چې دغه منفي عمل له مسلمانانو او افغانانو څخه لرې کړای شو، موږ هر یو باید د وخت په پابندی ډېر ټینګار وکړو. که د یو مشکل په صورت کې د یوې ژمنې ټاکلی وخت او یا ځای ته نه شی رسېدای، لطفا هغه بل لوري ته ژر تر ژره خبر ورکړئ.

د تاسف وړ خبره دا ده چې ډېر مسلمانان هغه کارونه چې اسلام ورته امر کوي، نه کوي، اما برعکس هغه کارونه چې اسلام یې ترې منعه کوي، کوي یې. لکه چې علامه سید جمال الدین (افغان) اروپا ته د خپل سفر په پای کې ویلي وو: (د حیرانتیا خبره دا وه چې زه ډېرو اسلامي هېوادونو ته لارم خو مسلمانان مې په کې ونه لیدل، خو چې نا اسلامي هېوادونو ته لارم، نو هلته مې نامسلمانان ونه لیدل)

په دې اړه راته د امین صیب یوه خبره را یاده شوه. پېښور کې په یوه مجلس کې (پروفیسر رسول امین صیب، ډاکتر صیب پښتونیار، شینواری صیب، ارواښاد تڼیوال صیب او څو تنه

نور پوهان او عالمان ناست وو، چا د یو پرنګي نوم واخیست او ویې ویل چې هغه مسلمان شو. امین صیب وخنډل او ویې ویل: (دا خبره به سمه وي، ځکه چې ما له ډېره وخته په هغه کې د مسلمانانو نښې لیدلې وې. هغه له ډېرې مودې راهیسې په درواغو راغلی و او مجلسونو ته به هم ناوخته راته.)

۶. د نورو احترام:

د یو سړي د شخصیت لویه نښه دا ده چې هغه نورو خلکو ته لکه هغه څوک چې له ده څخه مشران، پوهان او عالمان دي د قدر او لوړ شخصیت په نظر ګوري. که ستاسې وظيفوي مقام هر څومره لوړ وي د سپین بېرو، عالمانو او مشرانو ځانګړی احترام کول ستاسې د شخصیت یو اساسي رکن تشکیلوي. ددی تر خوا، کشرانو ته دروند نوم اخستل، او د هغوي درناوی، او پر هغو شفقت کول هم خورا ضروري، او ګټور دي.

۷. په ژوند کې انډول او تعادل ساتل:

هر چا ته په کار دي چې د کار، کورنۍ او ټولنيزو خدمتونو په منځ کې یو تعادل وساتي او هغه تعادل په پرله پسې توګه عملي کړي. د تعادل په برخه کې غواړم لاندې مهمې مسئلې ته ستاسې پام راواړوم:

د کورنۍ حقوق:

هغه څوک چې په تاسې پورې تړلي دي او ستاسې مینې او شفقت ته اړتیا لري، هغوی باید له خپلې مینې او شفقت څخه محروم نه کړئ. که مو واده کړی وي، نو کوبښن وکړئ چې د ماښام ډوډۍ حتما له خپلو بچپانو او ښځې سره یو ځای وخورئ. خپلې ښځې او ماشومانو سره لوبې ټوکې او ټکالې وکړئ. دوی د تفریح ځایونو ته بوځئ. ورسره لوبې او ساعت تیري وکړئ. پرېږدئ چې دوی لوبې وګټي. له دې سره مینه وکړئ، غېږ ورکړئ، لاس پرې راکش کړئ، ورته ډالی، بخششونه ورکړئ. په نړۍ کې بل هېڅ شی ستاسې د کورنۍ ځای نه شي نیولای.

افسوس دی چې!! زموږ ډېر خلک په رسمي کارونو، مبارزه، سياست، ساعت تېريو او يا هم ټولنيزو خدمتونو کې دومره مصروف پاتې شي چې بيا خپل کور او کورنۍ ترې له ياده ووځي. چې کله کور ته راشي نو دومره ستومانه وي، چې له خپلې بنځې او بچو سره د خبرو کولو متره هم نه لري. دا هغه ستره گناه ده چې نه يې الله جل جلاله بښي او نه بيا کومه چاره لري. کله چې يو ځل له تاسې څخه ستاسې د کورنۍ او ماشومانو مينه غوڅه شوه، د هغې رغول نا ممکن دي. ځينې خلک دا استدلال کوي چې زه زيات کار کوم تر څو کورنۍ ته ډېرې پيسې وگټم، چې دوی آرام وي. ولې دا بايد په غوڅ ډول ووايم چې يوازې پيسې يوه کورنۍ نه شي خوشحالولای او ډېر ځله دا ډول کسان په خپل کور کې له ډېرو پيسو سره سره هم د کورنۍ له مينې نه بې برخې وي.

۸. په کار کې رښتنولي:

هر کار چې تاسې قبول کړ، دا ستاسې ايماني او وجداني مسووليت دی، چې د هغه کار د پوره کولو له پاره په پوره صداقت او ځواکمنۍ کار وکړئ. که تاسې خپل يو کار په صداقت تر سره کړئ ډېر ژر به د هغه د ثمرې په وجه ډېر نور اوچت او ښه کارونه در وسپارل شي. هېڅکله هم د دې احساس مه کوئ چې که ستاسې امر او يا بادر تاسې گوري، نو کار وکړئ او که هغه نه وي، نو بيا کار ته شا کړئ. دا د يو کارگر يا مامور ډېر لنډ نظری وي چې فکر کوي د هغه امر په دې نه پوهېږي چې دی کار کوي که نه؟ تاسې باور وکړئ چې هر امر پر دې پوهېږي چې د هغه په غياب کې څوک کار کوي او څوک يې نه کوي. په کار کې ټگې نه يوازې دا چې د لوی الله جل جلاله پر وړاندې ستر جرم دی؛ بلکې له همدې ځای څخه تاسې په خپل کار کې اعتبار او اعتماد له لاسه ورکوئ.

د رسمي کار تفريح او شخصي کار وختونه سره بېل او هغه په ټوله معنا په جدي توگه عملي کړئ. لطفا خپلو نورو خپلوانو او ملگرو ته هم دا ووايئ چې تاسې غواړئ په پوره صداقت خپل کارونه وکړئ او له هغوی څخه نېغ په نېغه غوښتنه وکړئ چې په رسمي کار کې او د

رسمي کار په وخت کې ستاسې د مزاحمت سبب نه شي. که څه هم په لومړي ځل ممکن دوی له دې وضعې څخه خوښ او خوشحاله نه وي، خو په پرله پسې توګه به دوی له دې سره بلد شي او ستاسې د صداقت قدر به کوي.

۹. اسرار او راز ساتنه:

د هر چا د رازونو ساتل څه اسان کار نه دی. د اسلام مقدس دین د اسرارو په ساتنه ډېره کلکه سپارښتنه کوي. دا د یوه سړي اعتماد او اعتبار په خلکو او ټولنه کې زیاتوي. کوشنې وکړي چې د هر چا راز له خپل ځان سره پټ وساتي. د یو چا راز د خپل ډېر نږدې او اعتباري ملګري او ان له خپلې ښځې او یا خاوند سره هم مه شریکوي.

۱۰. امانت ساتنه:

دا د شخصیت ساتنې یو بل ارزښتناک اړخ دی. تاسې باید په خپل ژوند کې تل کوشنې وکړي چې د خلکو اعتماد ولوکه ډېر لږ هم وي. په جدي توګه وساتي. په وړو کارونو کې امانت ساتنې او د خلکو د اعتماد ساتل او له هغې څخه منفي ګټه نه اخیستل د دې باعث کېږي چې خلک او ټولنه بیا درباندي ډېر لور اعتماد وکړي. بناً د امانت ساتنې په برخه کې نه یوازې باید امانت ساتونکي واووسی، بلکې د خپلو اجراتو صورت حساب خلکو ته په ډېر څرګند او ښکاره توګه ورکړي. په یاد ولري چې د دېرش کلونو جنګونو او لاسوهنو له امله زموږ په ټولنه کې اعتماد په عمده ډول له منځه تللی؛ نو اوس یو ځل بیا د هغه اعتماد لاس ته راوستل، د پوهو خلکو سترو قربانیو او ملاتړ ته اړتیا لري؛ نو دا ستاسې په څېر د پاکو او سپیڅلو ځوانانو مکلفیت دی چې دغه له لاسه تللی اعتماد بیا را پیدا او ورځ په ورځ هغه لا غښتلی او قوي کړي.

۱۱. روښانه او عامیانه خبرې کول:

کله چې له نورو خلکو سره پر کومه موضوع خبرې کوئ، کوشنې وکړي چې خپلې خبرې

د اورېدونکو سطحې ته راتپې کړې. د خپلو خبرو لنډېز ورسره تکرار کړې. د خپل مطلب ټکې د يو-دوه-درې په شمارو روښانه وويي او حتا د امکان په صورت کې يې هغوی ته وليکي. کله چې تاسې له بل چا نه لارښوونې اخلي او يا چاته لارښوونه کوي کوبښن وکړې چې تکرار يې کړې. دغه تکرار ډېر ځل د سترو غلطيو او ډېرو زياتو بې اړه سرگردانيو مخه نيسي. د تکرار ښه ښه داده چې هغه چا ته چې هدايت ورکړل شوی وي، نو هغه يې بايد چې تکرار کړي، نه هغه څوک چې هدايت يې ورکړي وي. ځکه چې په هداياتو کې اورېدل تل له ويلو سره يو شان نه وي. ساينسپوهان وايي چې که دوه کسان يو له بل سره مخامخ هم خبرې کوي، نو ۲۵ فيصده د دوی خبرې بدلې اورېدل کېږي.

۱۲: د نورو خبرو ته ځانگړې پاملرنه:

کله چې بل څوک تاسې ته خبرې کوي، هغه ته ځانگړې توجه او کلکه پاملرنه وکړې. ځان پرې ښه پوه کړې، چې هغه څه وايي. کوبښن وکړې چې څوک پر دې مجبور نه کړې چې هغه موضوع (راز) چې هغه يې نه غواړي تاسې سره شريک کړي، تاسې ترې هغه بيا بيا مه پوښتي. د مثال په توگه که تاسې ته يو څوک وويي چې (زه سبا چېرته ځم) او يا (زه له چا سره گورم؟) نو تاسې ترې پوښتنه مه کوي چې (چېرته ځي؟) او يا هم (له چا سره گورې؟) دا ځکه چې که هغه غوښتل چې تاسې ته وويي نو ممکن وي يې واي چې (زه سبا کابل ته ځم) يا (زه له احمد جان سره گورم) خو دا چې هغې ددغه ځای يا د هغه کس نوم ونه وايه، البته هغه نه غواړي چې دغه برخه تاسې سره شريکه کړي. نو تاسو د خپلو پوښتنو په ذريعه هغه مه مجبوروي چې هغه راز تاسې ته وويي، ځکه بيا شايد هغه په درواغو ويلو مجبور شي.

۱۳- د دندو گذارش او څارنه:

کله چې چا ته دنده ورسپاري نو وخت په وخت د هغې څارنه وکړې. مقابل لوري ته خپلې غوښتنې روښانه او د دوی مکلفيتونه د ۱، ۲، ۳، په ترتيب روښانه کړې. او کله چې تاسې

ته کوم کار در وسپارل شي، په مناسبو وختونو کې خپل گذارش او راپور بېرته هغې مرجع ته ورکړئ. د خپل کار د اجرا کولو له پاره پلان او د گذارشونو او راپور ورکولو له پاره ځانته ټاکلی مهالوېش جوړ کړئ او که تاسې هم کوم کار چا ته ورسپارئ؛ نو د هغې څارل هم په مسلسل ډول وکړئ او هغه شخص ته هم دا روښانه کړئ چې تاسې کله او څرنگه گذارش غواړئ.

۱۴- نرموالي او تېرېدنه:

سره له دې چې موږ په قاطعيت او جدت خبرې وکړې، خو د دې تر څنگ زغم او نرموالي او په راکړه ورکړه کې له نورو سره جوړښت هم په خپل ځای کې ارزښتناک او اړين دی. يو متل دی چې وايي:

((د غشي منزل د ليندۍ رېر ټاکي)) ملت مل

يعنې هر څومره چې د ليندۍ رېر نرم وي او له کښولو سره لا زيات مخ په شا لاړ شي، هماغومره يې غشي وړاندې رسېږي. يعنې که تاسې هر څومره په خپلو راکړو ورکړو او معاملو کې نرم او حلیم اووسئ، هماغومره به تاسې د نورو د اعتماد وړ وگرځي او گټه به مو زياته وي.

۱۵. زړه وړتيا او خطر قبلول:

د دنيا ټول کارونه داسې دي چې لومړی به تاوان کوې، تر څو گټه وکړې. هر څومره چې تاسې له خطر سره مخامخېږئ، هماغومره به ستاسې د گټې چانس زيات وي. په هر کار کې بايد لومړی پر ځان تاوان او خطر قبول کړئ، چې بيا گټه تر لاسه کړئ، يو متل دی چې وايي:

(د هرې مانۍ لوړوالی د هغې د بنسټ ژوروالي ټاکي) ملت مل

يعنې هر څومره چې د يوې مانۍ بنسټ ژور وي، هماغومره هغه مانۍ زياته لوړېدای شي. نو هر څوک چې کوم کار کوي، د هغه کار پرمختگ او پايښت له دې سره مستقيمه اړيکه



لري، چې خومره هغه سرې په دې برخه کې شاتگ، يا خطر اخیستلو ته چمتو دی، چې  
خوک لري ټوپ وهل غواړي، هغه لا زیات شاته ځي او بیا منډه وهي.



## پینځم څپرکی

### د ژوند د عمومي اړخونو په اړه

۱۹- د زده کړو ډولونه:

ماشومان تر پیدایښت وروسته له دوه ډوله زده کړو سره مخ کېږي. یعنې زده کړه په عمومي توګه په دوه برخو وېشل کېږي، چې یوې ته یې نارادي یا نفاعله زده کړه او بلې ته یې ارادي یا فعاله زده کړه وایي.

لومړۍ: نفاعله زده کړې (*Passive Learning*):

دا هغه زده کړې دي چې یو ماشوم یې په نارادي ډول د خپل چاپېریال په لیدو کتو او اورېدلو سره تر لاسه کوي.

که مو پاملرنه کړې وي چرګوري هم تر پیدایښت وروسته ډېر ژر دا زده کوي چې څه باید وخورې او څه ونه خوري. له کوم ځای او کوم حیوان څخه ووېرېږي او له کوم ځای او کوم حیوان څخه ونه وېرېږي. دوی خو کوم ښوونځي ته نه دي تللي چې هلته یې دا زده کړې وي. دوی هغه ټولې ځانګړنې د نفاعلې زده کړې یا *passive learning* په بڼه زده کوي او یا هم که د نورو حیواناتو لکه مرغانو، حشراتو او نور بچې وګورو؛ نو دوی هم ټول د خپل ژوند د بقا لومړنۍ ځانګړنې د خپل ماحول په لیدنې او کتنې سره زده کوي. څرنګه چې ماشومان هم تر ډېره وخته د فعالې زده کړې یا *Active learning* ته چمتو نه وي نو تر دې وخته دوی ټولې زده کړې په نافعې توګه ترسره کوي.

د مور، پلار او کورنۍ هر ډول کړه وړه د هغې کورنۍ پر ماشومانو او ځوانانو ډېر ژور اغېز لري. د ماشومانو د ودې او بشپړتیا یو نړۍ وال څېړونکی *Freud* لیکي چې د ماشومتوب د دورې ځانګړنې بیا د ځوانۍ او حتا د ټول ژوند په اوږدو کې ټاکنده نقش لري. د دغه

عالم له انده که یو ماشوم په وړوکتوب کې خوښ او ازاد وساتل شي، بیا دغه ډول ماشوم د ټول عمر له پاره په خپل ځان متکي، باادبه او د ښه شخصیت خاوند روزل کېږي. خو برعکس که د ماشومتوب لومړنۍ دوره له پامه وغورځول شي؛ نو دغه ماشومان ټول عمر په گوښي توب، نااعتمادې او له شخصيته کمزوري پاتې کېږي.

په لنډه توگه ویلای شو، چې د ماشومتوب د لومړيو مرحلو ځانگړنې او له ماشومانو سره په دې دوره کې سالم چلن او هغوی ته ځانگړې پاملرنه ارزښتمنه ده.

یوه بنسټیزه خبره چې مور ټول ورته باید څیر شو، دا ده چې د ژوند لومړنۍ زده کړې د یوکس پر کړو وړو، شخصیت او خوی کې تر بل هرڅه زیات اغېزمنې وي؛ نو مور پلار او خپلوان باید دې ټکي ته پوره توجه وکړي.

هغه اغېزې چې مور او پلار او د کورنۍ نور نږدې غړي یې د یو ماشوم په ژوند او خوی خصلت کې اچوي د همپشنيو اغېزو (*Foot Prints*) په نامه یادېږي. ساینس دا څرگنده کړې ده چې دغه زده کړې د ماشوم په ژوند کې ټاکنده او همپشنۍ اغېزې لري. د بېلگې په ډول د کنجوسو او شومو کورنیو ماشومان هم اکثره کنجوس او شوم وي.

په دې وسیله د مور و پلار او کورنۍ د ټولو غړيو پاملرنه دې ارزښتناکې مسئلې ته را اړول غواړو، چې دوی باید په دې حساسو شېبو او پړاوونو کې خپل نقش، د هغې ارزښت او اغېزې اړینې وپولي. دوی باید خپل ټول کړه وړه د خپلو ماشومانو سمې ودې ته داسې را وگرځوي چې د هغې په سم پرمختگ او روزنه کې اغېز ولري او د ټولو هغو خبرو، کړو وړو په کلکه مخنیوی وکړي، چې د یو ماشوم د سپکاوي او ناسمې لارښوونې لامل گرځي. د دې تر څنګ غواړم تاسې ځوانانو ته چې په نږدې راتلونکې کې به د بچپانو خاوندان شئ، د دې سپارښتنه وکړم چې تاسې هم په دې برخه کې خپلې دندې او مسوولیتونه د یو مهربان پلار او مور په توګه وپېژنئ او هغه اړینې وگنئ او په درسته توګه یې تر سره کړئ.

دا هغه دندې دي چې ډېر ماشومان يې له کوچنيوالي څخه تر پاڅه عمره (۳۰ کلنۍ پورې) له خپل چاپيريال څخه ترلاسه کوي. زموږ هيله داده چې ځوانان او د دوی کورنۍ بايد د ژوند په دې بنسټيزه موده کې د خپلو دندو په جدیت او د هغو په اغېزو چې يې د يو ماشوم په راتلونکې ژوند کې په هر اړخيزه توگه لري، خبر او د هغې ټولو باريکېو ته څير وي. هر څومره چې مور و پلار او د کورنۍ غړي په يو ماشوم کې د پوهې، ځواک، جرات، ملاتړ، اعتماد او باور کولو روحیه په کلکه توگه وهڅوي، هماغومره به ماشوم پر خپل ځان متکې، هوښيار، زړه ور او باثريه وي.

که د يو ځوان په توگه تاسې په دې برخه کې د خپلې کورنۍ، ښوونځي، خپلوانو او د کور کلي د خلکو نيمگړتياوې گورئ؛ نو دا به ډېره ښه خبره وي چې په يو اخلاقي جرئت سره د هغې په وړاندې گامونه واخلي. د بېلگې په ډول که ستاسې پلار، مور او يا د کورنۍ کوم بل غړی، تاسې ته سپکه خوله و خوځوي؛ نو په ډېر درناوي ورته ووايئ چې (پلارجانه! مورجانې! کاکا يا لالا! دغه ډول خبرې زما پر شخصیت منفي اغېز اچوي او ستا له شخصیت سره هم ښې نه برېښي. که مهرباني وکړئ له داسې سپکو الفاظو څخه ډډه وکړئ دا به ښه وي.) داسې مودبانه چلند به نه يوازې هغوی پر خپل دغه منفي عمل پښېمانه کړي؛ بلکې تر دې وروسته به هغوی ستاسې شخصیت ته په ځانگړي ارزښت قايل وي. په دې برخه کې مور او پلار او د کورنۍ نورو غړيو ته هم توصيه داده کله چې وگوري چې د دوی ماشوم کوم وړان کار کوي؛ نو د دې پر ځاي چې ورته غوسه شي او بدې خبرې ورته وکړي، په کار دي چې ورته ووايي: (گلالي جانه! دغه کار ستا له شخصیت سره ښه نه ښکاري. دا مه کوه). نو له دې لارې تاسې هغه ته وايئ چې ته د يو شخصیت لرونکې يې؛ نو بيا به هغه همپشه کوښښ کوي چې خپل دغه شخصیت وساتي. دويم: فعاله او بشپړه زده کړې يا (*Active learning*):

دا هغه زده کړې دي چې ماشوم يې له خپلې مور، پلار د کورنۍ نورو غړيو او ښوونځي

څخه په ارادي ډول زده کوي.

د انسان عمر زیات او د عمر هره مرحله ځانګړې وجایب او دندې لري چې د هرې مرحلې وجایب باید په خپل وخت کې د پام وړ وګڼل شي. که دغه وجایب په خپل وخت او په رښتینې توګه تر سره نه شي؛ نو بیا د هغې معاوضه ګرانه او حتا ناممکنه وي. کوچنیوالی او ځوانی د زده کړې او ښه شخصیت د جوړېدو ځانګړې مودې دي. زده کړې ته پوره پاملرنه په ماشومتوب او ځوانۍ کې دوه بنسټیز عوامل لري:

لومړي: د کوچنیوالي او ځوانۍ دوره د نړۍ او چاپیریال په اړه د زده کړې ښه مرحله ده. دا هغه حساس وخت دی چې یو انسان په خپل ژوند پورې د اړوندو څېړونو ځانګړی ځواک لري؛ نو په همدې وخت کې کولای شئ چې د بېلابېلو څیزونو، وسایلو او سامان الاتو په تخنیکې او وظیفوي اړخونو ځان پوه کړي؛ نو د ټولو اړوندو شیانو په اړه ځانګړي او ژور معلومات زده کوي. علمي تحقیقاتو دا ښودلې ده، چې ماشومان تر ۷ کلنۍ پورې څومره شیان زده کولای شي په پاتې ۷۰ کلونو کې بیا هاغومره نشي زده کولای؛ نو باید دا وخت بلکل ضایع نشي او ورڅخه جدي ګټه واخیستل شي.

څرنګه چې په دې مرحله کې د ماشوم ماغزه د تجسس، تفکر او ارزښاتي په حال کې وي؛ نو له همدې کبله دوی له ځان څخه عجیبې غریبې پوښتنې کوي، مثلاً لمر ولې له ختیز لوري راڅیږي؟ او ولې په لویدیځ کې لوپړي؟ اوبه ولې ټول عمر روانې وي؟ برېښنا څرنګه تولېدېږي او څنګه رڼا او انرژي ورکوي؟

هر ماشوم په خپل ذهن کې دغه ډول په زرګونو پوښتنې. دوي غواړي چې ځانونه په هر څه پوه کړي. کله چې یې د پلار بایسکل، موټر او یا ماشین ویجاړ شي او هغه یې جوړوي؛ نو ماشوم ورته ډېر ځیر وي چې ځان په هغې پوه کړي؛ نو که له یوې خوا ماشوم په دې عمر کې زیات شیان زده کوي له بلې خوا په همدې عمر کې ماشوم د هغې زده کړې له پاره ښه ماغزه، فکر او ارامه حافظه هم لري، ځکه چې په دې وخت کې دی له یوې خوا د جنسي

غرايزو تر اغېز لاندې نه وي راغلی، چې هغه يې بې لارې کړي، سترگې او فکر يې هغې خوا او دې خوا ته مصروف کړي. له بلې خوا د کور کورنۍ، بنځې او بچيانو د مسولیتونو، د کور له نفقې پيدا کولو او داسې نور مسولیتونو څخه هم فارغ وي، چې په دې توگه ددې له پاره هم په دماغې توگه او هم د وخت له پلوه د دې کافي فرصت او شرايط وي چې هرڅومره کولای شي هغومره زده کړه وکړي او څومره چې دې د ژوند په بېلابېلو اړخونو بڼه پوه شي، نو بيا د ژوند په بېلابېلو برخو کې بڼه تصميمونه هم نيولای شي.

څېره مو د زده کړې، تعليم او تربیې کوله. غواړم ستاسې پاملرنه د تعليم تر څنگ تربیې ته هم راوگرځوم. مور افغانان بايد په دې وويارو چې پخوا به زموږ په بېوزلي هېواد کې د پوهنې وزارت د تعليم او تربیې د وزارت په نامه يادېده. که څه هم د امریکايانو د راتللو نه وروسته افغاني حکمرانانو هم په کورکورانه ډول د غربيانو د برنامو کاپي گانې په افغانستان کې پيل کړې. حتا چې زموږ د تعليم او تربیې د وزارت نوم يې هم د تعليم وزارت په نوم بدل کړ؛ خو هيله من يم چې زموږ مشران به دې تېروتنې ته ژر په پام کې شي او د تعليم وزارت نوم به بېرته د تعليم او تربیې په وزارت بدل کړي. زموږ د تعليم او تربیې د وزارت ځانگړنې دا وې چې زموږ په ښوونځيو کې به زده کوونکو ته د ساينسي او مدني علومو تر څنگ د تربیې، اخلاقو، بڼه کرکټر او شخصیت زده کړې هم ورکول کېدې. که له يوې خوا زموږ مور او پلار مور ته د معلم او استاذ د ادب او حقوقو سپارښتنه کوله؛ نو له بلې خوا بيا زموږ استادانو او معلمينو هم په ښوونځي کې مور ته د مور او پلار د ادب او حقوقو او د مشرانو او کشرانو د احترام او مينې زده کړې راکولې. د دې دواړو خواوو همکارانه لارښوونو زموږ له ماشومانو څخه با شخصيته، اخلاقي او گټور ځوانان جوړول.

متاسفانه په غربي نړۍ او په تېره بيا په امريکا کې په ټولو ښوونځيو کې يوازې د ساينسي او مدني علومو تدريس کېږي او په دې هېوادونو کې د اخلاقي زده کړې برخې نشته. د اخلاقي زده کړو نشتوالی د دې باعث شوی دی، چې په دې ټولنو کې ډېر شمېر ځوانان د

ډېر ضعیف کرکټر او اخلاقي معیارونو لرونکې دي. په نتیجه کې دوی د تل له پاره له یو لړ زیاتو اخلاقي او اجتماعي ستونزو سره مخ دي. زه د یوه پوه او وطنپال افغان په صفت د خپل هېواد ددغه لور او عالي خصوصیت قدرداني کوم او له تاسې ځوانانو نه دا غوښتنه کوم چې د خپلو ساینسي او مدني زده کړو تر خوا د تربیوي زده کړو اړخونو ته هم کلکه پاملرنه وکړئ، چې د خپل شخصیت او کرکټر د سالمې روزنې له لارې په خپله ټولنه کې د یوه سالم او د قدر وړ شخصیت په توګه تبارز وکړئ، او خپل یو ځانګړی هدف غوره کړئ. زه د هېواد د تعلیم او تربیې له مسوولینو څخه هم په کلکه دا غوښتنه کوم چې له یوې خوا دې دوی د تعلیم وزارت نوم بېرته د تعلیم او تربیې په وزارت بدل کړي او له بلې خوا دې د ځوانانو د سالمې تربیې په برخه کې د ټولو درسي موادو په هر اړخ کې دې د تربیې او د سالم پرمختګ او نمو معیارونه په اساسي توګه په پام کې ونیسي. تر هغه ځایه چې زه خبر یم، په دې وروستیو وختو کې د امریکا د نبراسکا پوهنتون یو شمېر کارکوونکو په ډېره بېرحمانه او بې مسوولانه توګه زموږ د هېواد تعلیمي نصاب د پردو د خوشحالولو په غرض تبدیل او خراب کړی دی. د نبراسکا پوهنتون دغو غوره مارانو سره له دې چې دا منله چې د یونسیف له خوا جوړ شوي تعلیمي نصاب د نبراسکا د پوهنتون د نصاب په پرتله ډېر ښه او منظم و؛ خو له دې سره هم دوی د نبراسکا نصاب برتر وګاڼه او د هېواد د تعلیم او تربیې له پاره یې هغه رسمي کړ.

دا د ډېر تأسف خبره ده چې زموږ د بچیانو تعلیمي نصاب د سیاسي ملحوظاتو ښکار کېږي. دا د پوهنې د وزارت مسوولیت دی چې د داسې تباه کوونکو مداخلو مخه ونیسي. د تعلیم او تربیې په برخه کې یوه ډېره په زړه پورې کیسه رایاده شوه، غواړم له تاسې سره یې شریکه کړم.

د طب پوهنځي د څلورم ټولګي په ازموینه کې یو استاذ د پینځو پوښتنو په لړ کې یوه پوښتنه داسې کړې وه: ستاسې د لیلیې د اشپز نوم څه دي؟ او استاذ دې پوښتنې ته ۲۵ نومرې

ورکړې وې. البته د دې په وجه یو ډېر شمېر محصلین ناکام شول، او محصلینو شکایت وکړ. چې دا پوښتنه خو په طب پورې هېڅ اړه نه لري. استاذ ورته وویل: طب د انسانانو خدمت کول دي. دغه سړی چې د پینځو کالو راهیسې یې ستاسې خدمتونه کړي دي او تاسې د دې په قدر او ارزښت نه پوهېږئ، تاسې د طبابت کولو حق هم نه لرئ.

دا د هغو افغانانو مسوولیت دی چې په بهر کې یې وخت تېر کړی وي او د لویدیزو ټولنو په منځ کې یې ځینې مثبت ټکې موندلي وي؛ نو دوی باید دا مسئله له خپلو هېواد والو سره شریکه کړي. د دې خبرې معنا به دا نه وي چې گوندې د لویدیزې نړۍ ټول شیان تر مور بڼه او بهتر دي. که له یو پلوه زموږ هېواد د ښوونې او روزنې په ډگر کې له ډېرو نیمگړتیاوو سره مخ دی؛ خو له اخلاقي پلوه بیا زموږ ښوونځیو زموږ د ماشومانو په سالمه روزنه کې ډېره مرسته کړې ده. دا چې زموږ د روزنې ځینې اړخونه نیمگړي دي دا د پوهو او هېوادپالو افغانانو مسوولیت دی، چې د خپل کلتور دغه منفي اړخونه هېوادوالو ته په گوته کړي او د نورو نیمگړتیاوو د سمونې له پاره یې اړینې لارښوونې وړاندې کړي. ما له یو شمېر هغو افغاني ځوانانو سره چې اوس په اروپا او امریکا کې اوسېږي، د دوی د ژوند د بېلابېلو پړاوونو په برخه کې مرکې وکړي، چې د خپلې ټولنې نیمگړتیاوې درک او د هغې د سمون په لټه کې اړین وړاندیزونه وړاندې کړم. دا راته جوته شوې ده چې لویدیز ته تر تللو وروسته د دغو ځوانانو ډېري (اکثریت) د خپل کولتور له نیمگړتیاوو څخه خبر شوي دي. د بېلگې په ډول: په پخوانیو کلونو کې به زموږ د استادانو دا عادت و چې یو زده کوونکي به درس نشو زده کولای او یا به ښوونځي ته ناوخته ورته، نو هغه به یې په لښتو واهه او کله نا کله به ځینو ناپوهو استادانو ور ته داسې دردوونکې سزاوې هم ورکولې چې ورسره به د ماشوم شخصیت وېجاړېده. د بېلگې په ډول ځینې معلمینو به متعلم ته بوټ په خوله کې ورکاوه. دا هغه منفي بېلگې دي چې باید وې غندو او د له منځه وړلو له پاره یې مبارزه وکړو؛ ځکه دغه رنگه سزاوې د ماشومانو روحیه او شخصیت وژني.

۲۰ - اسلامي زده کړي، د هغې اهميت او اثرات يې:

لومړی شی چې د دين په اړه بايد ووايو دا دی چې دين د ټولني د نظم او نسق له پاره د لوی خدای جل جلاله له خوا هغه رالېږل شوي اصول دي چې د خلکو په منځ کې د مينې، محبت، اعتماد او همکارۍ او يو د بل له ضرر نه د ساتلو په خاطر رالېږل شوی دی. او د اديانو په منځ کې بيا د اسلام مقدس دين په ډېره روښانه توگه تر ټولو نورو اديانو په فوق العاده کامل، اجتماعي عدالتي او دگټو نه ډک دين دی.

باور وکړئ چې د اسلام پر مقدس دين زما عقیده هلته لا غښتلې شوه چې زه امريکا ته ولاړم. په امريکا کې ماته د دې لار هواره شوه چې د اسلام مقدس دين له نورو اديانو سره پرتله کړاي شم. زه هلته د بېلابېلو اديانو عبادت ځايونو ته لاړم، او د دوی له عالمانو او مشرانو سره مې ازادې خبرې وکړې. نو له نورو اديانو سره په پرتلې ما ته دا لار ښه جوتې شوه چې سره له دې چې هر دين ځانته ځانگړي اصول لري او ټول اديان په بنسټيز ډول يو له بل سره يو شان دي؛ خو په يو څه ځانگړنو کې سره توپيرونه لري. د ټولو دينونو اساسي پيغام دا دی چې هر انسان بايد په ټولنيز ډول نورو ته گټور وي. خو د اسلام مقدس دين، تر نورو دينونو په ټولنيزه برخه کې لا زيات غني دين دی. له ما سره ددې هيله ده چې د اسلام د مقدس دين په ټولنيز اړخ يو ځانگړی کتاب وليکم. په لنډه توگه دا ويلاي شم چې د اسلام د مقدس دين ټول بنسټونه، احکام او مناهي هر يو پر خپل ځاي ځانگړي ټولنيز ارزښتونه لري.

که موږ د اسلام د مقدس دين پينځو بنسټونو او يا ستونو ته پام وکړو، دا بنسټونه له اسان نه پيلېږي او تدريجا سختېږي، او په همدې توگه د هغې گټې هم له فردي گټو نه پيل او پر پراخو ټولنيزو گټو بدلېږي. د بېلگې په ډول د کلمي مبارکې ويل او قبولول يو اسان او فردي عمل دی او د هغې گټې هم په زياته کچه شخصي دي؛ خو لمونځ بيا تر هغې يو څه گران

کار، او په هغې کې پر عقیدې سربېره د فزیکې کړاو او زحمت اړتیا هم وي، نو د هغې گټې هم لا زیاتې ټولنیزې دي. او بیا روژه ده، چې دا بیا پر فزیکې کړاو سربېره پر نفس، گېډه او خواهشاتو هم د یو ډول لاسبری دی. نو په دې توگه د هغې گټې هم له ځاني گټو نه وړ اخوا او په ټولنه کې په بېوزلیو خلکو پورې اړه لري. او بیا خو زکات ورکول تردې هم اوچت او په مادي ډول ستره قرباني ده، په دې توگه د هغې گټې نورې هم لا زیاتې او په ټولنه کې په لا زیاتو او ډېرو بېوزلو خلکو پورې رسېږي او بالاخره، د کعبې شریفې زیارت له مادي او فزیکې قربانیو سره تړلی او له ټولنیز پلوه دا د ټولې نړۍ د مسلمانانو تر منځ د یو نړۍ وال کانفرانس ارزښت لري. تر ټولو په زړه پورې خو لا داده چې د حج په مراسمو کې د نړۍ له گوټ گوټ نه ټول خلک په یو ډول لباس (احرام) کې حج ته راځي. او ددې بنسټیزه موخه داده، تر څو خلکو ته ددې درس ورکړي چې د نړۍ بدایان پر خوارانو کوم تفوق نه لري.

د اسلام د مقدس دین د ډېرو نورو ښیگنو تر څنګ یو هم د اسلام د مقدس دین د لمانځه گټې دي. ما ډېر وخت له بېلابېلو ملایانو نه د لمانځه د رکعتونو په باره کې پوښتنې کولې، خو هېچا راته د قناعت وړ ځواب رانه کړای شو. ما د خپلې څېړنې په لاسته راوړلو کې دا ومونده چې د لمانځه رکعتونه او وختونه ټول په ډېر ساینټیفیک ډول برابر شوي دي. د بېلگې په ډول، سهار کې لمونځ ددې له پاره دی چې له خوب نه د راپاڅېدو وروسته باید چې سړی ځان پاک کړي او د اودس په کولو سره یوازې څلور رکعتو لمونځ وکړي چې پرې د کار ناوخته نه شي. بیا د سهار له لمانځه نه تر غرمې پورې لمونځ نه وي، ځکه چې خلک باید کار وکړي؛ خو له دې کبله چې ۴ - ۶ ساعته کار وکړي، نو بیا ورته د ډوډۍ خوړلو او څه دمې اړتیا شي؛ نو د دې له پاره چې د کار مکروبوڼه یې لرې کړي وي؛ نو بیا اودس وکړي، او له دې کبله چې د غرمې یې ډېره ډوډۍ خوړلې وي، نو باید دې چې لس رکعتو لمونځ وکړي. او بیا د غرمې تر ډوډۍ وروسته د ۴ - ۶ ساعتونو له پاره کار کوي، او

چې بیا له کاره رخصت شي، نو ددې له پاره چې د کار مکروبوونه له ځان سره کور ته یونسي، باید چې اودس او لمونځ وکړي. او ددې له پاره چې د کور پرې ناوخته نه شي نو یوازې ۴ رکعت له لمونځ باید وکړي. او چې کله کورته ورشي باید چې له خپلي کورنۍ او بچیانو سره لوبې وکړي او چې کله له لوبو څخه وزگار شي، نو باید چې د لوبو مکروبوونه هم لرې کړي، او ژر ژر پینځه رکعت له لمونځ وکړي او بیا چې د شپې ډېره ډوډۍ وخورې، نو باید ۹ رکعت له لمونځ وکړي او بیا ددې له پاره چې پوره آرام او خوب وکړي، نو د ۹ نورو ساعتونو له پاره بیا له لمونځ نشته. زه ځوانانو ته په کلکه سپارښتنه کوم چې باید تل له لمونځونه وکړي ځکه په ښه او سمه بڼه د لمونځ کول د بدن له پاره بشپړ گټور او تر ټولو تمرینونو ښه تمرین دی. نو زه وړاندیز لرم چې لومړي باید پلرونه، میندي او نور خپلوان د اسلام د مقدس دین په ټولو مثبتو او ټولنیزو اړخونو خپل ځانونه ښه پوه کړي او په عملي توگه هغه پر خپل ځان عملي کړي او بیا د اسلام د مقدس دین دغه مثبت اړخونه خپلو بچیانو ته تدریس کړي، چې په دې توگه د خپلو ماشومانو له پاره د یو مثبت لارښود نقش ترسره کړای شي.

۲۱ - د تعلیم او تربیې په اړه مشورې:

یو بل ټکی چې د زده کړې په برخه کې یې یادول او پر هغې ټینگار کول ډېر اړین بولم، هغه دادی چې هر څه زده کول د ژوند له پاره ځانگړی ارزښت لري.

بهترینه زده کړه هغه ده چې یو ماشوم یې د دې له پاره وکړي چې دا به زما په درد وخورې، نه دا چې زه یې باید زده کړم چې په ازموینه کې بریالی شم. هر هغه څه چې تاسې یې ددې له پاره زده کوئ چې په ژوند کې به مو په درد وخورې، هغه به مو بیا هېڅکله له یاده ونه وځي، هغه څه چې تاسې یې یوازې د ازموینې له پاره زده کوئ، د ازموینې تر مهاله به مو هم په یاد پاتې نشي.

په دې برخه کې زه د محترمو معلمینو او استاذانو پاملرنه یو ټکی ته را اړوم او هغه دا چې کو ښښ وکړي د هر درس له ورکولو نه دمخه هغه موضوع ته د ځوانانو له ژونده سره اړیکه

ورکړي، يعنې د دې موضوع زده کول ولې مهم او څرنگه به هغه د ده په ژوند کې په کار راشي. پر موضوعاتو د پوهېدو د ښه اغېز په اړه دوه بېلگې له تاسو سره شريکوم:

لومړی: زه لا په ښوونځي کې نه وم شامل شوی چې موږ يو کورنی معلم درلود، چې عبدالروف خان نومېده او هغه زما مشر ورور او زموږ په کورنۍ کې له ما نه مشرانو هلکانو ته له وخت نه وروسته سبق وايه. زه به پينځه کلن وم يوه ورځ نوموړي استاد وويل چې: (شمېر زده کول تاسې هوبنياروي او بيا به تاسې څوک نشي غولولای.) دې خبرې له شمېر زده کولو سره زما مينه پيدا کړه، چې په يوه اوونۍ کې مې تر ۱۲ پورې شمېر ليکل او لوستل زده کړل. نو چې کله په ښوونځي کې داخل شوم که څه هم زه ډېر ورکوتی وم او زما نور ټول ټولگيوال تر ما غټان ول؛ خو زه له هماغې لومړۍ ورځې راهيسې په حساب کې تر ټولو دمخه وم، او د خپل ښوونځي غښتلی او تکره زده کوونکی او بيا د لېسې په دوره کې هم د نورو مضمونو تر خوا د حساب او الجبر په مضمونونو کې تکره زده کوونکی وم. د همدې ښه بنسټ په برکت ما په حساب کې څلور اختراعات هم تر لاسه کړل، چې په نړۍ کې منل شوي دي او د امريکې د کانگرس په کتابتون کې هم دغه اختراعات زما په نامه ثبت دي.

دويمه بېلگه يې د اتم ټولگي د فزيک په مضمون کې د محذبو او مقعرو هېندارو مسئله وه، استاذ مور ته ويلي وو چې (دا همدا قوانين دي چې د سترگو د عينکو د جوړېدو سبب شوي او رانده خلک کولای شي د همدې علم په مرسته ليک ولولي.) زه دې مسئلې د فزيک دغې برخې ته دومره وهڅولم چې زما همدا اوس (۰۰ کاله وروسته) هم په ياد دي چې ما هغه مهال د خپلو ځمکو په يوه برخه کې تر يوې ونې لاندي په يوه چوتره کې دغه هېندارې رسمولې او له هغې څخه د وړانگو په تېرېدو سره مې د عکس د توليد فورمولونه زده کول او هغه فرمولونه مې نن هم په ياد پاتې دي.

نو دا يوه خورا ارزښتناکه موضوع ده چې هر ښوونکی بايد د خپل ورځني درس اړيکه د

زده کوونکیو په ژوند پورې ونښلوي او زده کوونکي پر دې وپوهوي چې د دې موضوع زده کول به څرنگه د هغوی په ژوند کې په کار راشي. کله چې زده کوونکي پر دې اصل پوه شول او د هغې درس زده کولو ته ځیر شول؛ نو بیا یې هغه درس تر عمره پورې زده او د هغې تحلیل، ارزیابي او کارول به یې ورت ته ډېر اسان وي. نو په دې برخه کې زما توصیه داده چې د ځوانانو د ژوند لومړنی مسوولیت د دوی زده کړې او په ټولو درسي توکو د ځانونو بڼه پوهول دي. باور وکړئ که تاسې د لومړي ټولگي درس په ژوره توگه ولولئ، نو دویم ټولگي به درته ډېر اسان وي او ټول عمر به د ښوونځي له لوست او زده کړې نه خوند اخلئ او ازموښو ته به درته چمتوالی اسان او بې اندېښنې وي.

ددې یو بڼه مثال هم دادي چې د محمد اسماعیل په نوم یو استاد یو وخت زما میرمنې ته د انگلیسي ژبې درس ورکاوه. دغه استاد ځني داسي بڼه او اړوند مثالونه استعمالول، چې هغي سره به شاگرد هغه موضوع ډېره بڼه زده کولاي شوه. د مثال په توگه، دي استاد، ددې له پاره چې شاگرد ته د څلورخواو یو بڼه مثال ورکړي، نو ده د **NEWS** د کلمې نه گټه اخستله. او هغه یې داسي تشریح کوله. **N** د **North** له پاره، او **E** د **East** له پاره، **W** د **West** له پاره، او **S** د **South** له پاره غوره شوي، چې باید د هري خوا نه خبرونه پکې شامل وي. دا یو ډېر بڼه مثال دي.

بل مثال یې دادي چې ما یو وخت د پښتو ژبې درس ورکاوه. ددې له پاره چې خپل شاگردان په دي پوه کړم چې د پښتو کوم توري دي چې هغه په اخر کې د بل توري سره نشي یوځاي کېدای. څدننگه چې دا توري د (ا، ر، د، و) توري، او ددوي پوري مربوط توري لکه (ا، د، ز، د، ر، ز، ژ، ر، ږ، او و دي) نو ما داسي یو مثال ورته راوويست چې. اردو، عسکرو ته وايي، او عسکر نه غواړي چې د شا له خوا دي ورپوري څوک ونخلي، نو دا توري هم د شا له خوا د بل توري پوري نه نښلي. چې دي طریقي زما شاگردانو سره ددې موضوع په زده کړه کې ډېره بڼه مرسته وکړه.

د درس د زده کړې په برخه کې یو بل مهم اصل له تاسې سره شریکول غواړم او هغه دادی. کو بنسټ وکړئ چې درس هاغه وخت ولولئ چې ماغزه مو آرام او استراحت موکړی وي. په ځانگړي ډول د سهار له خوا وختي د سبق ویل ډېر گټور دي. ځکه چې په دې وخت کې دماغ تازه او په یوې موضوع پوهېدل اسان وي او په دې وخت کې د هرې موضوع لوستل هم تر زیات وخت پورې په حافظه کې پاتې کېږي. غواړم په دې برخه کې خپله یوه کېسه در سره شریکه کړم:

زما په یاد شي چې ما به د خپل ټول تعلیم او تحصیل په موده کې تل سهارې سبق لوسته. زما ډېر ملگري او ټولگيوال به د شپې تر ناوخته ناست وو او درسونه به یې لوستل او زه به وېده کېدم، خو زه به سهار وختي پاڅېدم، دوی به ویده وو ما به یوساعت یا یو نیم ساعت درس ولوست. خو کله چې به د ازموینو نومرې راووتې، نو ما به له خپلو ملگرو څخه بڼې نومرې وړلې، دوی به هک پک وو. ولې اصلي لامل یې دوه شیان وو: لومړی دا چې ما به د شپې پوره آرام او خوب کاوه او سهار وختي به راپاڅېدم، بهر به لارم هوا به تازه وه او شا او خوا به هم چپه او چوپتیا وه، زما فکر او ماغزه به سبق ته بڼه چمتو وو؛ نو که به ما لږ وخت سبق ولوست نو هغه به مې په بڼه توگه په مغزو کې پاتې کېده.

دویم لامل یې دا و چې ما به هره ورځ نه یواځې د تېرې ورځې درس پر هماغه ورځ تکرار او؛ بلکې په لنډ ډول به مې د سبا ورځې درس هم یو ځل کول. چې دې لنډې کتنې به له ما سره مرسته کوله او کله چې به معلم د هغې موضوع تشریح کوله؛ نو زه پرې په ټولگي کې پوهېدای شوم. کله چې به بیا له ټولگي راغلم، نو اړونده موضوع به مې تکراروله، هغه موضوع به مې د تل له پاره په ژوره توگه حافظې ته سپارله؛ نو زه له هر ځوان څخه غوښتنه کوم چې:

۱. خپل درسونه د سهار له خوا وختي ولولي.
۲. د هرې ورځې درس له ټولگي نه د فراغت پر مهال تکرار کړي.

۳. د سبا ورځې درسي موضوع يو ځل مخکې له مخکې ولولي.
۴. هرڅه چې لولئ پر دې فکر وکړئ چې دا موضوع به څرنگه زما په ژوند کې مرسته وکړي. زده کوونکي دې سبق د ژوند د اړتيا له پاره ولولي نه دا چې په ازموينه کې د برياليتوب له پاره .
- ۵: کله چې ستړيا درک کوئ، سبق بس کړئ. يا استراحت وکړئ او يا هم د لوبو او ساعت تېريو په سرته رسولو، خپل دماغ تازه، ځان غښتلی او چمتو کړئ.
- ۶: ژوند يواځې سبق ويل نه دي، د سبق تر څنگ په سپورتي لوبو او تمريناتو ځانونه روږدي کړئ. دا ستاسې له روغتيا، پياوړتيا جرئت او حافظې سره ډېره مرسته کوي. د دې تر څنگ کېدای شي چې يو کامياب او وتلی لوبغاړې شي، په سپورتي لوبو کې مشغولېدل، تاسې له يو لړ منفي او بدو کارونو څخه هم ژغورلای شي.
۷. د سبق او سپورټ تر څنگ کوښښ وکړئ چې په يوه هنري برخه کې هم تشبث، لاسبري او لېوالتيا ولرئ. د موسيقۍ يوه اله زده کول، د سندرو ويل، او اورېدل، اتن زده کول، انځورگري، نقاشي، ليکگري او داسې نور نه يوازې د فکر له ښه والي سره مرسته کوي؛ بلکې ستاسې صحت، شخصيت او په ټولنه کې ستاسې د پېژندگلۍ ښه وسيله کېدای شي.
۸. د درس تر څنگ يو څه وخت په خپل چاپيريال کې ثوابي، ټولنيزو او داوطلبانه کارونو ته هم ورکړئ. کوښښ وکړئ چې د جومات، روغتون، ښوونځي او کور کلي په پاکوالي او نورو خدمتونو کې د مخکښ او خدمتگار په څېر واوسئ. کوښښ وکړئ چې په اوونۍ کې له ۵ نه تر ۱۰ ساعتو پورې رضاکارانه کارونه تر سره کړئ.
۹. د تعليم پر مهال تر ټولو ښه کار به دا وي چې په لاندینو ټولگيو کې داوطلبانه درس ورکړئ او يا هم له يو يا څو ماشومانو سره تر وخت وروسته په کورونو کې درس ووايئ. نورو ته وربښوول د زده کړې بهترينه لار ده.

۱۰. دنورو په کاغذونو او کتابونو کې بې اجازې لاس مه وهی:
- ټولو پلرونو، ورونو، خويندو او ځوانانو ته په کلکه سپارښتنه کېږي چې حتی دخپلو بچیانو کتابونه او شخصي شيان ونه گوري. داځکه چې د هرچا شخصي شيان ځانته يو محرمیت لري که تاسې دهغو په شيانو کې ې لاس ووهی نو ممکن چې هغوی هم ستاسې په شيانو کې لاس ووهي.
۱۱. دچا کاغذ او خط او يا نور شيان بې اجازې مه لولئ. که مو دکوم شي دلوستلو ځانگړې مينه او علاقه درلوده، نو لومړی دهغه شخص نه اجازه واخلي او بيا يې ولولئ.
۱۲. که ستاسې ملگري او دوست يا خپلوان کوم بنايسته خيز اخيستی وي، هغه دې ته مه هڅوئ چې هغه خيز تاسو ته درکړي. مثلاً ځنې کسان چې يو ښه شی وگوري نو بيا وايي چې (واوا، دغه شی خو زما ډېر خوښ شو) چې دا ښه خبره نه ده ځکه چې هغه شخص دې ته اړکوي چې هغه خيز تاسې ته درکړي. ښه به دا وي چې ددې په عوض داسې وويل شي چې (واوا، دا ډېر بنايسته قلم دی، او يا داچې دا قلم له تاسو سره ښه ښکاري) نه داچه داسې ووايو چې (دا قلم زما ډېر خوښ شو) ځکه چې ددوهمې جملې استعمال هغه سړی دې ته هڅوې روي چې بايد تاسې ته يې درکړي.
۱۳. دخپل ژوند ټولو شيانو ته لکه سفرونه، مجلسونه، واده او نورو ته مخ کې له مخ کې تياری ونيسی. پدې تياری کې ټول هغه کارونه چې تاسی ئی بايد دهغه کار د شروع نه مخ کې وکړي هغه ټول وليکې، او بيا هغه کارو نه چې دهغه کار په اوږدو کې يي بايد وکړي هغه بيل وليکې، او هغه خيزونه چې يي بايد دهغه کار نه ئی ورسته وکړي، هغه بيل وليکې.
- دمثال په ډول: که تاسې يو سفر ته روان یئ نو ټول هغه شيان چې د سفر نه مخ کې بايد تکميل کړي، هغه بيل وليکې او د سفر نه مخ کې دهغی په کولو او عملی کولو لاس پوري کړی. بيا هغه کارونه چې تاسې يي بايد ددی سفر په اوږدو کې وکړې هغه بيل وليکې.

همداراز هغه کارونه چې د سفر نه وروسته یې باید وکړې هغه بیل ولیکې . خو دالست له ځان سره ولري چې د ضرورت په وخت کې نوی مواد په کی ور اضافه کړای شي .  
 ددی لستونو مخکې له مخکې تهیه کول داگته لری چې پداسی وختو کې اکثره سړی په ذهنی لحاظ تر فشار لاندی وی، او که دلست له مخی کارونه اجرا نه کړی، نو ممکن چې ځنی کارونه او حتی ځنی مهم کارونه یی له یا ده ووځی . نو دغه لست سړی سره ددی کومک کوی چی سفر ته دتللو په وخت کې، د سفر په اوږدو کې او همدا راز د سفر نه د بیرته راتللو په صورت کې بیا هغه کارونه په داسی یوه منظمه توگه تنظیم کړي چې دهر کار له پاره به مناسب او ټاکلې وخت ولری او تر ممکن حده به خپل کارونه تر سره کړې .

## ۲۲ - د کتاب د لوستلو او ساتلو په اړه مشورې:

مور او تاسې کله نا کله یو څه لولو او یا په ځینو ځانگړو مجلسونو، غونډو او مېلمستیاوو کې د ځینو پوهانو، علماوو او اغېزمنو خلکو خبرې اورو . خو کله کله په هغې کې یوازې یو څو خبرې داسې وي چې د هغې زده کول او په سمه لاره د هغې کارول نه یوازې زموږ علمیت زیاتوي، بلکې په محفلونو او غونډو کې د هغې سم ویل په ټولنه کې د سړي د شخصیت د تثبیت او پېژندنې بڼه شرایط برابر وي .

ددې له پاره چې مو له دې اصل څخه په بڼه توگه د تل له پاره گټه تر لاسه کړي وي بڼه به دا وي چې د هر کتاب، ورځپاڼې او مجلې تر لوستلو وروسته او یا هم د هر مجلس له خلاصیدو وروسته دغه ډول ځانگړې خبرې په خپلې ټاکلې کتابچې کې په ټاکلې برخه کې ولیکې . د یادښتونو دغه غټه کتابچه باید پته وساتئ او دننه یې پر څو څپرکو او برخو وویشئ . د کتابچې په پیل کې د څپرکو یو لیکلې ولیکې . د کتابچې پر ټولو مخونو باندې گڼه ووهئ او تر هر څپرکي لاندې خپلې ټاکلې څرگندونې، معقولې او کیسې ولیکې .  
 بېلگې، کیسې او متلونه ځانگړي ارزښتونه لري . د دوی راتپلول، ساتل او مناسب کارول

تاسې ته په هر مجلس کې د خبرو کولو له پاره ټاکنوکي، جرئت او ښه شخصیت درکوي. لطفا دې اصل ته ځانگړې او جدي پاملرنه وکړئ. په دې برخه کې زما سپارښتنه داده چې د معلوماتو له پاره ځانگړې کتابچه او د لنډو کيسو او نورو ارزښتناکو خبرو له پاره ځانگړې کتابچه ولرئ.

د ماخذونو پر ځای کارول:

يو له هغه شيانو څخه چې ستاسې شخصیت په مجلسونو کې تر نورو لوړوي هغه د حوالو ورکول دي. حوالې په دوه ډوله دي:

الف: ليکلې حوالې:

په دې برخه کې تاسې د ځينو عالمانو، پوهانو د نظرياتو لنډيز د يوې ځانگړې موضوع په اړه ذکر کوئ. دا ډېره مهمه خبره ده چې لومړی تاسې د هغه عالم او ليکوال نوم پوره وپېژنئ او بل دا چې د هغې اصل خبره هماغسې چې ويلې يې ده ذکر يې کړئ. د نورو علماوو او شخصيتونو ليکلې حوالې ډېرې مهمې دي او دا ستاسې د لوستنې او معلوماتو کچه تثبیتوي. ددې له پاره چې دا کار مو په موفقيت تر سره کړی وي لاندې مشورې ارزښتناکې دي:

۱. کوبښښ وکړئ چې په خپله ټاکل شوې رشته کې د عالمانو او ليکوالانو اثار ولولئ.
۲. د هر اثر د لوستلو پر وخت مهمې جملې په نښه کړئ، ښه به دا وي چې د يو کتاب تر لوستنې وروسته د هغه کتاب په اړه يوه لنډه، يوه يا دوه پاڼې ليکنه وليکئ چې دا کتاب مو کله لوستی و، اصلي موضوع يې څه وه. پر تاسې يې څرنگه اغېز کړی او د دې کتاب د حوالې وړ معلومات او مقولې څه دي.
۳. د دې لنډيز له پاره يوه ځانگړې د يادښت کتابچه واخلي او د هر کتاب تر لوستلو وروسته د هغه کتاب په برخه کې دغه لنډ معلومات په خپله ځانگړې کتابچه کې وليکئ. همدا راز کولای شئ چې خپله د ماخذونو کتابچه پر څو بېلابېلو موضوعاتو وويشئ او د

هرې موضوع په اړه حوالې په هماغه برخه کې وليکئ. دا به د اړتیا پر وخت ستاسې کار ډېر اسانه کړي.

۴. زما به ځوانانو ته دا مشوره وي چې ځان ته يو داسې ليکلې جوړ کړئ چې په کې خپل ټول لوستل شوي کتابونه، د لوستلو له نېټې او موضوع سره ثبت کړئ د بېلگې په ډول ستاسې ليکلې به دا رنگه وي.

گڼه: د کتاب نوم، د ليکوال نوم، د کتاب موضوع، د کتاب اثر، د کتاب يادښت د لوستنې نېټه، او نور

د بېلگې په ډول، زه په ۱۷ کلنۍ کې د پوهنتون محصل وم چې ما د اجمل خټک يو کتاب "دا زه پاگل وم" ولوست دې کتاب په ما کې د ثبات، مقاومت او مبارزې احساس دومره پياوړی کړ چې همدا اوس هم په هماغې انرژۍ روان يم.

نو کله چې تاسې داسې يو ليکلې ولرئ چې په کې مو د لوستل شويو کتابو نومونه او د هغو کتابونو مهم معلوماتونه او مقولې په لنډ ډول ليکلي وي؛ نو کولای شئ چې په ډېره اسانۍ هغه بيا وگورئ او د اړتيا پر وخت هغه ژر پيدا کړای شئ.

۵. د هر کتاب په پيل يا پای کې د هغه ليکوال د نورو کتابونو لست هم وي. کوبښښ وکړئ چې د خپلې خوښې د ليکوال له هغو لستونو څخه نور کتابونه غوره کړئ او وپې لولئ.

۶. کتاب مو چې واخيست، بيا يې له لاسه مه ورکړئ او خپل ځان ته يو کتابتون ترې جوړ کړئ.

۷. د کتاب ډېر غله او دښمنان هغه ملگري وي، چې کتاب امانت وړي نه يې لولي او نه يې بېرته ورکوي. هيچاته کتاب د هغې د بېې له امانت اېښودلو پرته مه ورکړئ. که څوک غواړي چې ستاسې کتاب وړيا ولولي، دا ښه خبره ده، خو حطماً ترې د کتاب بيه، حتا يو څو روپۍ زياتې ترې امانت واخلي او چې کله يې کتاب بېرته راوړ بيا پيسې ورکړئ، يا ورته بل معادل کتاب ورکړئ. په دې برخه کې د هيچا مخ هم ونه کړئ. که نه نو ډېر ژر به

مو کتابتون له منځه ولاړ شي، او بیا به مو د کتاب اخیستلو مینه هم مخ پر کمېدو شي.

۸. کله چې مو کتاب تر لاسه کړ، سمدلاسه پرې خپل نوم ولیکئ او یا پرې ټاپه ووهئ. پر کتاب د نوم لیکلو بڼه ځای د کتاب اړخ دی، چې په اسانۍ سره کتل کېږي، او دا د کتاب له ورکېدو څخه تر یوه حده مخنیوی کولای شي. خو زما یو دربور محمد شفیق چې ډېر هوښیار ولې متاسفانه زده کړې ترې نیمگړې پاتې شوي دي ولې بیا یې داسې یو ابتکار اختراع کړی چې د کتاب په غاړه خپل نوم په یو ځانگړي مهارت لیکي چې ښکاري هم نه ولې کله یې چې په خاص شکل ونیسئ بیا نوم پرې لوستل کېږي.

۹. چې کله هم ممکنه شوه او د دې وخت مو تر لاسه کړ چې دې کتاب د لیکوال سره وگورئ نو دا کتاب ورته وړاندې کړئ او ترې غوښتنه وکړئ چې تاسې ته یې ډالی کړي.

۱۰- بله لار چې تاسې کولای شئ د هغه له مخې موزونې ټوکې، مقولې او حوالې راټولې کړئ، هغه په مجلسونو کې د نورو خلکو له خوا د هغې ویل دي. لطفا کوشنښ وکړئ چې د هر مجلس له پاره یوه ځانگړې کتابچه ولرئ او په کې په مجلس پورې تړلي ټول معلومات یو ځای درج کړئ. مثلاً که ځینې ویاندویان ځینې حوالې کاروي، نو هغه یادښت کړئ چې بیا یې د خپلو حوالو کتابچې ته ورسوئ او هلته یې ثبت کړئ.

۱۱. دا به ښه لاره وي چې داسې غونډو ته تر تللو دمخه خپله دغه د حوالو کتابچه ولولئ او ځینې اړونده حوالې له ځان سره یادښت کړئ او د اړتیا پر مهال یې وکاروئ. د عالمانو او مهمو شخصیتونو حوالې او د هغوی اغېزمن کارونه په مجلسونو کې ستاسې اغېز زیاتوي.

ب: ژوندۍ حوالې:

کوشنښ وکړئ چې له ځینې پېژندل شویو، سمیه یېزو، ملي او نړۍ والو شخصیتونو سره د ځانگړو موضوعاتو په اړه خبرې اترې وکړئ او د دوی د خبرو ځینې ځانگړې ټکې ولیکئ او بیا هغه له نورو سره په خبرو او مجلسونو کې د حوالو په توگه وکاروئ.

د بېلگې په ډول: ما په \_\_\_\_\_ نېټه له \_\_\_\_\_ سره لیدلي وو او هغه په



دې برخه کې وويل .-----

د داسې حوالو ورکول درې شيان تثبیتوي:

۱- دا چې تاسې يو متشبت شخص یئ او له داسې اوچتو خلکو سره مو ليدنې کتنې کړې

دي.

۲- تاسې چې په کومه موضوع خبرې کوی. په دې اړه مو ډېرکار کړی.

۳- د دې موضوع په اړه تاسې د يو پېژندل شوي سړي د خبرو او موضوع حواله ورکوی دا

ډول حوالې د مجلس ډېری غړي تر ډېره ستاسې د شخصيت، پوهې او ځواکمنی تر اغېز

لاندې راولي.



## شپږم څپرکی

### د ځوانانو د شخصیت په اړه دده کورنۍ او ښوونکو ته لارښوونې

۲۳ - کورنۍ ته لارښوونې:

په دې کې هېڅ شک نشته چې هر څوک غواړي چې د هغوی اولادونه په ټولنه کې د ښه شخصیت خاوندان وي. اجتماعي څېړنو دا ثابته کړېده چې حتا غله او نور ټولنيز مجرمين هم نه غواړي چې د هغوی اولادونه دې په ټولنه کې بې هوښه او بې شخصيته وي. خو مشکل په دې کې دی چې زیاتره وخت د ناپوهۍ په وجه ځینې پلرونه او ميندې بې له دې چې د خپلو خبرو او کړو وړو عواقبو ته متوجه شي، د خپلو ماشومانو شخصیتونه وژني او کله کله خو سره له دې چې دوی کولای شي د خپلو بچیانو د شخصیت په جوړونه کې لازمي او موثره ونډه واخلي، ولې دوی بیا له دې کبله چې یا د دې موضوع په ارزښت نه پوهېږي او یا هم ورته د شخصیت ورکونې او شخصیت پالنې لارې چارې معلومې نه وي؛ نو دوی ډېر کله بیا په نارادي توگه او یا هم د خپلو ناتوانیو په وجه دغه کار په درست ډول نه ترسره کوي، او په نتیجه کې یا د خپلو بچیانو شخصیت وژني او یا هم د دوی د شخصیت په جوړونه کې لازمي ونډه نه اخلي. نو د دې له پاره چې ددغه ډول پلرونو، ميندو او وروڼو خونېدو سره موښه مرسته کړي وي، دا کتاب مو وليکه تر څو د دې کتاب د لوستلو له لارې یو شمېر وطنوال هغو مسوولیتونو ته چې دوی یې د خپلو بچیانو پر وړاندې لري په جدي توگه متوجه کړو. تر څو دوی خپل دغه مسوولیتونه په درست توگه ادا کړي.

په دې اړه والدینو ته زموږ لارښوونې دا دي:

۱- والدین باید پر دې پوه وي چې د دوی کړه وړه او خبرې هر څه د ماشومانو پر شخصیت

اثر لري نو:

الف: ماشومانو ته بدې خبرې چې د دوی شخصيت ته صدمه رسوي (لکه چپ شه، خره، سپيه، او داسې نورې بدې خبرې) مه کوی.

ب: د ماشومانو پر وړاندې يو بل ته او حتا د خپلو مخالفينو په اړه هم بدې خبرې مه کوی.

ج: د ماشوم پر وړاندې درواغ مه وایئ او يا هم ماشومان پر درواغو ويلو مه روږدوئ. د مثال په توگه کله چې يو څوک راشي او ستاسې پوښتنه کوي، ماشومانو ته مه وایئ چې (ورته ووايه، چې نشته).

د. هېڅکله هم خپل ماشومان د دوی د ملگرو او نورو ماشومانو پر وړاندې مه تهديدوئ.

حتا که دوی ډېر غلط کار هم کړی وي، صبر وکړئ او بيا ورسته ورته ځانته سزا ورکړئ.

ه. له ماشوم سره په خپلو وعدو کې احتياط وکړي. هېڅکله هم داسې وعده مه ورسره کوی چې هغه نشي تر سره کولای.

و. د ماشومانو پر وړاندې جنگ مه کوی، او حتا چې په لوړ اواز خبرې هم يو له بل سره مه کوی.

ز: د ماشومانو پر وړاندې يو بل ته مه په غوسه کېږئ، دا ستاسې ماشومان په روحي ناروغيو او بې جرئتۍ اخته کوي.

ح. ماشومانو ته هر وخت مه په غوسه کېږئ. اما دا په دې معنا نه ده چې ماشوم ته بايد د

سره غوسه و نشي. په ځانگړيو وختونو کې ماشومان جدي دسپلين او غوسې ته ضرورت

لري. خصوصاً چې کله دوی کوم داسې کار کوي چې هغه د دوی صحت او سلامتيا ته

صدمه رسوي؛ نو بيا ورته په کلکه غوسه کول پکار دي. خو دا غوسه بايد نه وهل وي او نه

بنکنځلې کول، او يا کومه بده خبره کول. بلکې بايد ورته په جدي او لوړ اواز ووايي،

(چې مه کوه) او بيا ورته د دې علت توضیح کړئ، مثلاً (خطرناک دی) يا (دا به دې مړ

کړي). خو که تاسې ماشوم ته هر وخت غوسه کوی، دا ستاسې د غوسې او قهر ارزښت او

اثر راکموي.

ط. د بچپانو پر وړاندې له خپلې مېرمنې او نورو بچپانو سره ځانگړې مينه وکړې، دا کار ستاسې او ستاسې د بچپانو تر منځ د مينې، اعتماد او نېک باورۍ سبب کېږي. د مور و پلار له مهمو وظيفو څخه يو هم له ماشومانو سره د مکتب د سبق ويل او تکرارول دي. دا خبره ستاسې او د ماشومانو تر منځ مينه او علاقه ډېره زياتوي. حتا هغه پلار او مور چې ليک او لوست يې هم نه وي زده، که خپل ماشومان کېنوي او ورته وويي چې زما په مخکې خپل سبق ولوله، دا د هغه ماشومانو سره ډېره مرسته کولای شي. له بلې خوا تاسې کولای شئ چې په خپلې موجودگۍ کې غټو ماشومانو ته لارښوون وکړئ چې له ورو ماشومانو سره سبق ولولي.

انعامونه:

خپل ماشومانو ته شاباس، افرين، او ښه هڅوونکي کلمات وکاروئ. هغوی ته ډالی او بخششونه په داسې وختونو او ترتيب سره ورکوئ چې د دوی له پاره حيرانوونکې او له توقع نه لرې وي. که ماشوم مخکې له مخکې پوه وي چې دوی ته ډالی ورکول کېږي، نو بيا هغه ډالی دومره اغېز نه لري. نو کوبښن وکړئ چې د هغوی ډالی دوی ته ناڅاپي او حيرانوونکې وي.

ستاينه:

مور او پلار بايد د بچپانو پر وړاندې گڼه پاليسي ولري. يعنې يو د بل خبره تقويه کړي. خو برعکس دا ډېر خطرناک عمل دی چې مور د پلار په مقابل کې او يا پلار د مور په مقابل کې د ماشوم پلوي کوي. بايد هر يو کوبښن وکړي چې د بل د تعليم او خبرې پلوي وکړي، ولوکه هغه په غلطه هم وي، خو وروسته دې بيا په دې اړه خبرې ورسره وکړي. او تر دې ښه طريقه به دا وي چې: که پلار په غوسه و او مور پوه شوه چې پلار په غلطه په غوسه شوی دی؛ نو په ډېر احتياط سره دې پلار را جدا او پوه کړي اما د ماشوم پر وړاندې دې د

پلار مخالفت نه کوي. دا موضوع ډېر ژور اثرات لري چې په گټه او تاوان يې بيا وروسته مور او پلار پوهېدای شي. خو متأسفانه هغه وخت بيا ډېر ناوخته شوي وي. د دې موضوع بڼه شکل دا دی چې مور ماشومان له پلار نه يو څه وډاروي او ورته ووايي چې (دا کار مه کوه چې پلار دې خفه کېږي يا په غوسه کېږي) او پلار هم بايد همدغه شان لاره په کار واچوي.

مينه، خدا او لوبې:

- له کوچنيانو سره مينه او محبت کول او له نورو خلکو سره په ورين تندي او خدا غږېدل په تاسې کې د مينې تخمونه کړي.
- کوچنيانو ته په درنه سترگه وگورئ او مينه ورسره وکړئ. کله چې مو لږ وخت هم پيداکاو، د خپلې کورنۍ او د کلي له ماشومانو سره لوبې وکړئ. پرېږدئ چې دوی لوبې وگټي، يعنې تاسې دوی ته لوبې بايلئ. ماشومان په درنو نومونو يادوي.
- خپل ماشومان هېڅکله هم د هغوی د ملگرو او نورو خلکو پر وړاندې مه توهينوي او تحقيروي. ځکه دا کار د هغوی شخصيت او غرور وژني او بيا دوی د نورو خلکو د تحقير وړ گرځي او دوی ته هم بيا توهين او تحقير خپل هغه ارزښت له لاسه ورکوي.
- برعکس توصيه داده، چې د خپلو ماشومانو ډېر واړه برياليتوبونه او بڼه کارونه هم په ډېر درنښت او وياړ سره د دوی د ملگرو او نورو خلکو پر وړاندې ياد کړئ. ساينس دا څرگنده کړې ده، چې نمانځل او هڅول د يو انسان په سمونې کې تر بل هر څه ډېر اغېزمن دي.
- هېڅکله هم د خپلو ماشومانو پر وړاندې چا ته سپکې او سپورې خبرې مه کوئ.
- د دوی پر وړاندې درواغ مه وايئ. ځکه دا په نا مستقيم ډول دوی ته ويل دي چې درواغ ويل کوم بد کار نه دی.
- له ماشومانو سره د منفي جملو له کارولو څخه په کلکه ډډه وکړئ. هېڅکله هم

ماشومانو ته دا لاندې جملې او يا هم ددې په څېر نورې بدې جملې مه کاروئ:  
چپ شه! غلي كېنه! ته نه پوهيرې! كم عقله! خره! سپيه! چارپايه! گيدرېه! چټل خوره!  
تنبله! نر بنځيه! او داسې نور.

كوبښن وكرې چې له لاندې مثبتو او هڅوونكو خبرو نه ډېر كار واخلي، لكه:  
ته هوبنيار يې، زه پر تا وياړم، ته پر ماگران يې، ته ډېر ښه هلك يا نجلۍ يې، زما ستا خوى  
خوبښېرې، ته نام خدا ډېر پاك او ستره گرځي، خلك ماته هر وخت ستا صفت كوي.  
او چې كله يو وړوكى شان برى هم تر لاسه كړي، نو هغه وستايي. په تېره د دوى د كاميابيو  
ستايڼه او صفت يې د ملگرو پر وړاندې وكړي. ورته داسې كلمې وکاروئ لکه: شاباش، زه  
نن ډېر خوشحاله يم، تا زما سترگې اوچتې كړې.  
او كه هغوى په كوم ټولگي كې او يا په كوم كار كې پاتې راغلل؛ نو هېڅكله يې هم مه  
تهديدوئ، بلكې بيا هم ورسره له لاندې هڅوونكو جملو نه كار واخلي:  
زه ستا د كوبښونو درناوى كوم. په ژوند كې برياليتوب او ناکامی سره تړلي دي. خير دى  
مه خپه كېږه، يو ځل بيا كوبښن وكړه.

ستا په نظر ددې وجه څه وه؟ ددې د حل له پاره بايد موږ څه وكړو؟  
زه ستا نظر غواړم. زه له تا سره څه ډول مرسته كولاى شم؟  
ته كولاى شې چې په دې اړه له ما سره غوڅې خبرې وكړې.  
خپلو ماشومانو ته لاندې گټورې جملې ورزده كړئ او كوبښن وكړئ چې د دارنگه جملو  
كارول د دوى د ورځنيو خبرو يوه همېشنى او مهمه برخه وگرځي. مثلاً:  
مننه، لطفا يا مهرباني وكړئ، په سترگو، بلې، زه مننونكى يم  
دا زما وياړ دي، تاسې ماته ډېر محترم يئ، زه ستاسې كشر او تابعدار يم  
د ساعت تېرۍ او لوبو غوره لارې چارې:

دمخه مو وويل چې ځوانان له يو اړخه ډېره زياته انرژي لري او له بلې خوا د طبيعت او

خپل چاپېريال په برخه کې ډېر ژور فکر کوي. د دې له پاره چې د ځوانانو دغه انرژي په ښه لاره ولگول شي نو هر ځوان ته په کار دي چې:

لومړی: په سپورټي لوبو کې برخمن وي او لږ تر لږه يوه ځانگړې لوبه د خپلې ځانگړې لېوالتيا، عادت او د ساعت تېرۍ وسيله وگرځوي. سپورټ له يوې خوا ستاسې د ډېر ښه صحت تضمين کوي او له بلې خوا په جسماني توگه تاسو ځواکمنوي چې د خپلو ملگرو او همزولو په منځ کې پر خپل ځان متکي اوسئ او له هيچا څخه ونه ډار شئ. همدا راز کېدای شي چې د يوې سپورتي لوبې په برخه کې تاسې د يوه ځانگړي مهارت په لاس ته راوړلو سره په محلي، سيمه ييز او نړۍ واله کچه يو پېژندل شوی شخصيت وگرځئ. د بېلگې په ډول محمد علي کيلي چې د سوک وهنې د لوبې يو اوچت لوبغاړی و، د اسلام او مسلمانانو له پاره ډېر اوچت خدمت يوازې د دې لوبې له لارې وکړای شو.

دويم: د لوبو په برخه کې زما مشوره داده چې لومړی بايد مور و پلار خپل بچيان له ماشومتوبه سيمه ييزو مناسبو لوبو ته وهڅوي او مور و پلار، خوښو او وروڼو ته توصيه ده چې خپل واړه دغو لوبو ته بوځي، د هغوی د لوبو سيل وکړي او هغوی دې لوبو ته وهڅوي.

درېيم: د نورو لوبو په خوا کې ځغاسته او کتمانندو او د يوگا لوبه د هر ماشوم، هلک او نجلی له پاره په ځانگړې توگه توصيه کوم.

ځغاسته ستاسې د ښه صحت تامين او کتمانندو ستاسې د تحفظ او د تجاوز او جنگ په صورت کې خپلې موثري دفاع ضمانت کوي. لامبو کېدای شي چې په يوه ځانگړي وخت او ځای کې تاسې ته حياتي ارزښت ولري. او د يوگا لوبه تاسو ته ښه دماغې تفريح ورکوي. هغه څوک چې له ماشومتوبه په لوبو عادي وي د دوی پر خپل ځان باور او زړورتيا تر نورو زياته او د ښه صحت خاوندان وي. دا د هر ماشوم له پاره له ډېرو مهمو اړتياو څخه ده چې په يو ډول سپورتي لوبه کې حتما د خپل او تر څنگ يې ځغاستي، کتمانندو او يوگا زده

کړې يې هم ترسره کړي وي.

له موسیقي او سندرو سره مينه او لېوالتيا:

د موسیقي د الاتو غږول يا هم سندري ويل او اتن کول هغه هنرونه دي چې نه يوازې انسانان بلکې حيوانات او نباتات هم خوشحاليوي. د ساينس د تجربو له مخې هغه گلان چې ورته موزیک اورول کېږي، بوټي يې ډېر تازه او گلان يې غټ غټ راځي. په حېواناتو کې د موزیک د اغېزو يوه ښه بېلگه هم بيم شپيلی ته د مارانو راټولېدل او آرام ویده کېدل دي. هغه ځوانان چې د دوی کوم ډول موسیقي زده وي او په ټاکلي وختونو کې تر لوستنې وروسته موسیقي الات غږوي د دوی دماغ ښه آرام، او بيا د درس ويلو په وخت کې ښه دماغي تمرکز کولای شي. د موسیقي د سامان الاتو زده کول هر ځوان ته يوه جلا ځواکمني وربښي او دی کولای شي چې د همدې موسیقي له لارې يو زيات شمېر ملگري پيدا او د ډېرو نورو ځوانانو په زړونو کې ځای ونيسي. بالاخره د دې امکان شته چې د همدې هنري ځواکمنی له مخې په ملي او نړۍ واله کچه ښه شهرت پيدا کړي او د خپل ملت د سرلوری سبب وگرځي.

موسیقي د يو ملت د پېژندنې او سالمې ساعت تېرۍ له پاره يوه بهترينه وسيله ده. که په عادي ژوند کې هم د موسیقي اغېزو ته پام وکړو نو په همدغه ټاکلې موده کې چې خلک موزیک اوري او يا د موسیقي سامان الات غږوي اصلا دوی له غيبت او نورو ناروا کارونو څخه ژغورل کېږي.

دا د ډېر تاسف خبره ده چې په افغاني ټولنه کې موسیقي او موزیک له ډمتوب او بدفعلي سره تړل شوی دی. دا په واقعیت کې زموږ د خلکو ذهني نیمگړتيا ده. په نوره نړۍ کې موسیقي پوهان او سندرغاړي دومره هڅول کېږي چې د هغوی نقش په ټولنه کې د جمهور رئیس او نورو لویانو کچې ته هم رسېږي.

په لنډه توگه سندرغاړي تل د نورو د خوشحاله ساتلو له پاره خپل لاسونه او خوله ستومانه

کوي. دا هم باید ووايم چې اکثره سندرغاړي د خپل هنر د ثبت او خرڅون له لارې او يا هم په مجالسو کې دهنر ښوونې له لارې ډېر ښه اقتصادي امکانات ترلاسه کولای شي. په لنډه توگه ځوانانو ته په کلکه سپارښتنه کوو چې د موسيقۍ د الاتو څخه د يوې الې زده کول، د غزلو ويل، اتنې او نورو هنرې لوبو لکه ډرامې، تمثيلي پارچې او نور ستاسې په ژوند کې گټور کارونه دي. د خپلې ځوانۍ او حتا ماشومتوب له وخت څخه د هنر په برخه کې خپل ځواک غښتلی کړئ. البته د موسيقي او هنر تر څنگ ادبيات، شعر او شاعري، رسامي، ليکگري (خطاطي) او نقاشي هغه نور هنرونه دي چې دا هم له يوې خوا د ښه ذهني پرمختگ او له بلې خوا د ځانگړې ځواکمنۍ سبب کېږي.

يوه بله مسئله چې زموږ ټولنه ورڅخه تل محرومه پاتې شوې ده، هغه د يو خوشحاله ژوند لرل دي. زموږ ډېر مشران خندا کول حتا جرم او گناه بولي. له ماشوم سره مينه کول او د هغه اخيستل او ورسره د هغه په ژبه خبرې کول خو د اکثره ميندو او په ځانگړي ډول د پلرونو له پاره شرم ښکاري. دا زموږ د کلتور هغه منفي اړخ دی چې ورسره مجادله کول د هر افغان مسووليت او د ځوانانو دنده ده. له ماشوم سره مينه، خندا کول او ټوکې ټکالې، ددې سبب کېږي چې دوی خپل ځانونه له کورنۍ څخه جلا او په کور کې ځانونه د مېلمه په څېر ونه گڼي، بلکې خپل ځانونه د کور غړي او د کور په ټولو کړو وړو کې شريک او مسوول وگڼي. او برعکس، له ماشومانو سره د مينې لږوالي ددې سبب کېږي چې ماشوم خپل ځان پردی محسوسوي او د مينې له پاره نورې لارې لټوي.

زما هېڅکله هم له ياده نه وځي کله چې زه درې کلن وم، د لومړي ځل له پاره خپل پلار په غېږ کې ونيولم او له ما سره يې وخنډل. په داسې حال کې چې زه په يوه منوره، علمي او ديني کورنۍ کې زېږېدلای يم؛ خو د چاپېريال غلط رسم او رواج زه د ماشومتوب له هغې مينې څخه محروم کړی وم، چې بايد زما پلار، ورور او نورو خپلوانو ماته د ژوند له لومړي وخته راکړې وای. او دا د همدې مينې او خندا کمښت ممکن د دې سبب گرځېدلای و

چې زه تر ډېرو کلونو پورې گوښه ناستی او شرمندوک ځوان وم. البته دې کار کلونه واخیستل چې ما په خپل ژوند کې دغه نیمگرتیا تشخیص او له هغې سره د فعالې مبارزې له لارې تر یو ځایه د هغې پر سمولو بریالی شوم.

یوه بله خبره چې کول یې اړین بولم، هغه د ماشومانو له پاره د ماشومتوب د چاپیریال او ماحول تیارول او دوی ته د ماشومتوب ازادۍ ورکول دي. ماشومان باید پرېښودل شي چې دنیا او خپل چاپیریال درک او وپېژني؛ خو زموږ په ټولنه کې ډېر پلرونه، میندې او نور خپلوان چې په دغه رازنه پوهېږي، دوی له ماشومانو څخه د غټانو په څېر غوښتنې او هیلې لري، او غواړي چې د دوی ماشومان دې هم کټ مټ د غټانو پیروي وکړي. حتا چې ځینې پلرونه خو په دې برخه کې دومره افراطي او جدي شي چې ماشومان بیا د ماشومتوب روا او سالمو لوبو ته هم نه پرېږدي، دا خو لا څه کوي چې یو ماشوم دي بیا له نورو ماشومانو سره لوبې وکړي.

د ځینو پلرونو په اند بیا د ماشومتوب یوازنی بوختیا باید په جومات کې سبق ویل او لمونځ کول وي او بس. زه په داسې حال کې چې د اسلام د مقدس دین ژوره زده کړه او منظم جومات ته تگ د یو ماشوم په سالمه روزنه کې بشپړ اغېزناک او گټور بولم؛ خو په داسې جامده توگه د اسلام فشاري تزریق کول نه یوازې د هغه ماشوم په گټه نه، بلکې چې دا به له اسلام سره هم ښه سلوک نه وي. په داسې حال کې چې الله جل جلاله ماشومان له ځینو شرعي احکامو او وجایبو څخه معاف کړي دي، ولې موږ په زور خپل ماشومان مجبوروو چې په ډېره وچې توگه اسلام بې له دې چې پرې پوه شي قبول کړي. په داسې حال کې چې د اسلام مقدس دین دومره یو اوچت او عالي اجتماعي نظام دی که په رښتیني معنا ځوانان پرې په هر اړخیزه توگه وپوهول شي؛ نو د هغې ښېگڼې او گټې به د دې سبب وگرځي چې ځوانان به په پرله پسې توگه او عملا د اسلام د مقدس دین په منلو او نورو ته د هغه په تدریسولو کې لا ښه فعاله او اغېزمنه ونډه واخلي.

خبره مو د لوبو او ساعت تېريو کوله، ساينس دا څرگنده کړې، هغه ماشومان چې په وړوکتوب کې د رنگارنگ لوبو او ساعت تېرو له بېلابېلو سامان الاتوسره روږدي وي، د دوی ذهني پرمختگ تر هغو ماشومانو چې له داسې شيانوڅخه بې برخې وي اوچت او د استدلال کولو ځواک يې زيات وي. همدا دليل دی چې اوس په بهرنيو هېوادونو کې د وړو ماشومانو روزنتونونه د لوبو په خورا زياتو سامان الاتو سمبال دي. هغوی خپل ماشومان له بېلابېلو چلنجونو سره مخامخ کوي، ځکه چې هر چلنج د ماشوم او حتا د لوبانو د ذهني تنبيه او پرمختگ له پاره ډېره مرسته کوي. حيف!! که له يوې خوا زموږ د خلکو اقتصادي ستونزې او د ژوند ناموزون شرايط ددې لامل شوي دي چې زموږ کوچيان د لوبو د بېلابېلو وسايلو او حتا په ماشومتوب کې د زده کړې له اړينو او مناسبو لوازمو څخه هم بې برخې پاتې شي. په داسې حال کې چې په غربي نړۍ کې يوه منځنۍ کورنۍ په کال کې په زرگونو ډالره د خپلو ماشومانو د لوبو پر سامان الاتو لگوي، خو په تاسف سره موږ بيا د خپلو ماشومانو له لاسونو څخه هغه کلي، ډانگي، بيتي او لينده هم په زوره اخلو، چې هغوی په خپل ډېر ساده نوښت سره د خپلې ساعت تېرۍ له پاره تيار کړي وي.

ځينې خلک خو خپل ماشومان له نورو ماشومانو څخه لرې او گوښې را لوبوي، چې دغه ډول مسايل د يو ماشوم په ژوند کې ډېر منفي اغېزې پرېباسي. ځکه موږ له نورو ماشومانو څخه د خپل ماشوم په جلا کولو سره هغه ته پر نورو باندې د اعتماد نه کولو درس ورکوو. په داسې حال کې چې ممکن د هغې د کورنۍ اصلي موخه دانه وي، ولې دا د دې وضعې يو تر ټولو عمده منفي اغېز دی، چې دا بيا زموږ د ماشومانو تر منځ او بالاخره زموږ په ټولنه کې د انسانانو تر منځ د بې اعتمادۍ لار برابرې. په دې مسئلې پوره پوهېدل هغو هېوادوالو ته چې يواځې په افغانستان کې يې ژوند کړی وي او د بهرني نړۍ او نورو انسانانو چلند يې له خپلو ماشومانو سره نه وي کتلاي، يو څه ستونزمنه برېښي چې هغوی چېرې هم د داسې يو محيط تصور وکړي چې ماشوم ته په کې د ماشوم په سترگه کتل کېږي او له

ماشومتوب نه د خوند اخیستو په موخه هغه ماشوم ته هر ډول د لوبو او ساعت تېروبو او لومړنیو زده کړو شرایط برابرول کېږي. زه په دې برخه کې د خپل ځان مثال راوړم. زه چې کله ماشوم وم، نو دا خو لاپریږده چې مور او پلار راته د لوبو سامان الات واخلي، حتا ما او زما د کورنۍ نورو ماشومانو ته ددې اجازه هم نه وه چې موږ دې له نورو ماشومانو سره یو ځای لوبې وکړو. خو که کله به مو بیا په خپلو کې هم لوبې کولې، نو هڅه به مو دا وه چې مشر بابا او یا پلار مو ونه گوري او که نه نو بیا مو خیر نه و. زموږ د مشرانو له نظره د ماشومتوب کلیوالي لوبې هم جرم او گناه گنل کېدې.

#### ۲۴ - ښوونکو ته لارښوونې:

لکه څومره چې د مور او پلار او کورنۍ رول د یو ځوان د شخصیت په جوړېدنه او پرورنه کې ارزښتمند او موثر دی همدا راز د ښوونکو او د مکتب د ادارې رول د زده کوونکو د شخصیت په جوړونه او پرورنه کې موثر او مهم دی. متاسفانه تر اوسه زموږ ډېر ښوونکي او اداره چېان له دې کبله د شخصیت د جوړېدو، پرمختیا او موثریت په اړه او همدا راز په دې برخه کې د ښوونکي د رول په اړه معلومات نه لري؛ نو ډېر ځله داسې شوي او کېږي چې استاد په نارادۍ او لاشعوري توگه د شاگرد په اړه داسې کارونه کوي او یا شاگرد په داسې توگه توهینوي چې د هغوی شخصیت او احساس ته جدي صدمه رسوي. د دې له پاره چې ښوونکی لومړی د موضوع په ارزښت پوه او بیا په دې اړه مناسب اجرات وکړي؛ نو په دې اړه لاندې لارښوونې وړاندې کوو:

۱ : ښوونکي باید ځانونه د شخصیت په جوړونه، د هغې په ارزښت، د هغه عوامل چې شخصیت ته ناگټور او یا ضرر رسوونکي دي، ځانونه وپوهوي. چې په دې اړه معلومات ترلاسه او دامکان په صورت کې د دې رشتې د متخصص نه معلومات ترلاسه کړي.

۲. بنوونکي باید شاگردان د خپلو بچو په خیر وروزي.
۳. بنوونکي باید د پوره حوصلې او ذغم لروني وي.
۴. بنوونکي باید د هر شاگرد ځانگړي ضرورتونه درک او د هغی په برخه کی د شاگرد سره لازمي همکاري وکړي.
۵. بنوونکي باید د هر شاگرد د کورنی حالت په اړه پوره او اوږند معلوماتونه ولري، تر څو د هغی په رڼا کی د هر ماشوم ځانگړي ضرورتونه تشخیص او ورته لازمه رسیدگي وکړي.
- بنوونکي باید د شاگردانو رازونه په مناسبه توگه وساتي، تر څو پري د شاگردانو اعتماد زیات شي، او د ضرورت په وخت کې شاگرد استاد ته خپل اوږند ستونزي وویلې شي.
۶. بنوونکي باید د شاگردانو د پلرونو او کورني سره دوامداره اویکي ولري، او د کورنیو غوي د شاگردانو په کړو وړو خبر کړي.
۷. بنوونکي باید وخت په وخت د شاگردانو پلرونه راوغواړي او ورته لازم معلوماتونه او لارښووني ورکړي.

## اووم څپرکی

### د ژوند پراوونه، د فعال او اتوماتیک ژوند

۲۵ - د انساني ژوند پراوونه اود هغوی د غني کېدو اغېزمني لارې:

د هر انسان ژوند درې پراوونه وهي. د پیوستون پراو، د خپلواکۍ پراو او د اجتماعیت پراو.

لومړۍ: د پیوستون پراو:

د پیوستون پراو له ماشومتوب څخه پیلېږي او د خپلواکۍ تر پراو پورې رسیږي. په دې مرحله کې (فردی کامیابی) مهمې دي. او دا کامیابی ددې سبب کېږي چې هغه فرد ژر او په اغېزمنه توګه د خپلواکۍ پراو ته انکشاف وکړي. لاندیني عوامل ددې پراوو په کامیابی کې اغېزمن دي:

۱. پلان شوی او با تدبیره ژوند کول (**Proactive life style**)

۲. د هر کار له پیل څخه باید د هغې پایله په پام کې ونیول شي. یعنې هر کار ته چې ننوځی، باید په دې ډاډمن اوسې چې هغه به بشپړوی.

۳. باید د خپل ژوند په چارو کې لومړیتوبونه او نظم، مراعات او عملي کړی.

هر څومره چې تاسې دغه اصول په پراخه توګه په پام کې ولری، او په منظمه توګه یې رعایت کړی، هماغومره به تاسې په کامیابه توګه د خپلواکۍ مرحلې ته ژر او برياله ارتقا وکړی.

دویم: د خپلواکۍ پراو:

دا مرحله د پیوستون پراو له پای نه پیل او د اجتماعیت تر مرحلې پورې رسیږي. په دې

مرحله کې عامه پیروزي د انسان اساسي موخه جوړوي. د ټولنيز بري له پاره د نورو اعتماد او ملاتړ د پوره برياليتوب بنسټ جوړوي. نو په خپلو ټولو کړو کې د نورو خيال ساتل اړين دي. يعنې ټول کارونه بايد داسې ترتيب شي چې په هغې کې يوازې ستاسې گټې نه، بلکې د نورو گټې هم په پام کې نيول شوي وي، چې دې ته **Win/Win Situation** هم وايي.

ددې مرحلې ځانگړتياوې:

۱. لومړي نورو ته غوږ نيول او هغوی ته ارزښت ورکول، او بيا ورته خپله خبره کول.

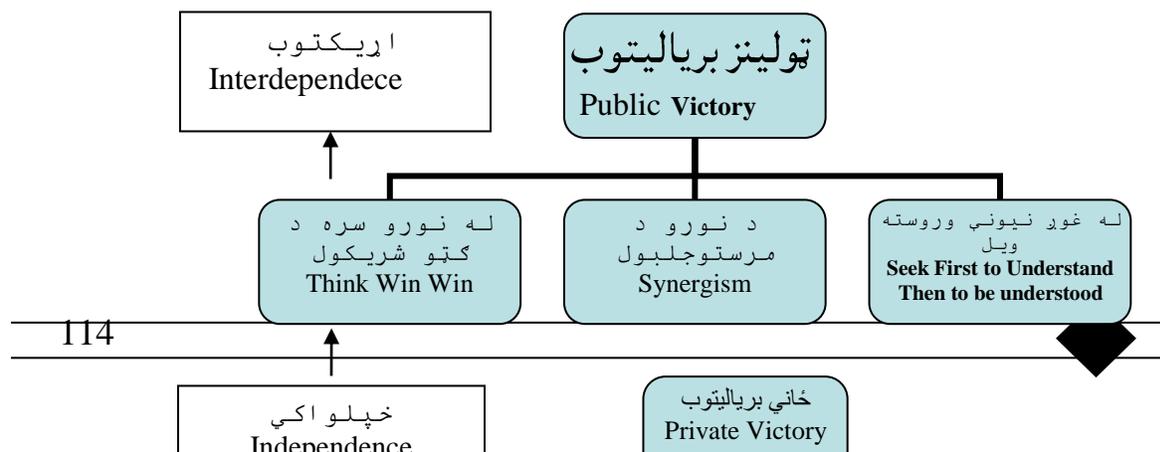
( ددوو غوږونو او يوې ژبې خدايي حکمت لږ ويل او ډير اوريدل دي. م، م )

ښه خبره داده چې هر انسان بايد دوه غوږونه او يوه ژبه وکاروي. ددې له پاره چې نور تاسې ته غوږ ونيسي، نو لومړی بايد چې تاسې هغوی ته غوږ ونيسئ. د همدې موخې له پاره لوی الله جل جلاله مور ته دوه غوږونه او يوه ژبه راکړې ده.

۲: د نورو ملتيا راجلبول: بايد کوشښ وکړئ چې خپل ټولو کارونه له نورو سره په تفاهم کې تر سره کړئ او د هغوی ملاتړ په خپلو چارو کې تر لاسه کړئ. ددې پورته موضوعاتو په پام کې نيول او عملي کول به تاسې درېيمې مرحلې ته لا ښه چمتو کړي.

درېيم: د اجتماعيت يا اړيکتوب پړاو:

په دې مرحله کې تاسې د ټولنې له نورو غړيو سره يو ځای د ټولنې د بهبود او پرمختگ له پاره کار کوئ.



له بنکته نه پورته، لور ته د ژوند بېلابېلې دورې

## ۲۶- سنجولې که اتوماتیک ژوند **Active or AutomaticLife**

که مو خیال کړی وي، موږ ټول په خپل ژوند کې کارونه ددې پر ځای چې د عقل، سنجش او ارادې او هوډ له مخې تر سره کړو، ډېر کارونه په اتوماتیک ډول تر سره کوو. د بېلگې په ډول دا زموږ عادت گرځېدلای چې سهار پاڅېږو او خپل ورځني کارونه بې له دې چې پرې فکر وکړو تر سره کوو. په دې برخه کې کله کله دومره افراط ته هم ورسېږو، چې د موټر ډرېوري هم چې یو حساس او خطرناک کار دی، هغه هم راڅخه اتوماتیک شي. که مو پام کړې وي، چې کله یوې اشارې ته ډیر موټري ولاړي وي، نو که یو یې په سهوه کې حرکت وکړ، نو دا نور ټول هم ورسره بیلدي چې اشاری ته وگوري، ورسره سم حرکت کوي. دا د اتوماتیک ژوند یوه ښه بیلگه ده. دا اتوماتیک ژوند زیاتره د ډیرو خطرناکه پایلو

سره تړلې وي. که موږ خپل ژوند په فعاله يا سنجولې توگه پيل کړو، نو د خپل ژوند ډېرې نيمگړتياوې به مو را کمې کړې وي.

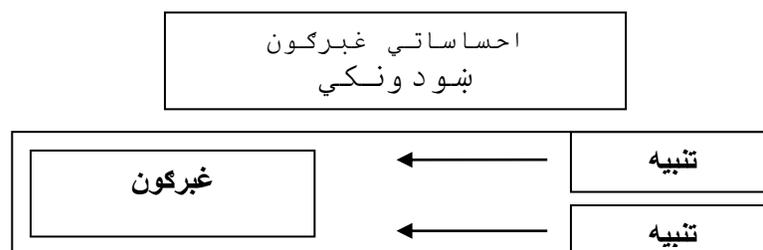
انسانان په خپل ژوند کې همپس له چلنجونو سره مخ کېدونکې دي. هر چلنج انسان اړيا سي چې له دوو حالتونو څخه يو غوره کړي. يا به عمل کوي او يا به پرې عمل کېږي. يعنې يا به فاعل وي او که نه نو نور به پر هغه خپل عملونه تحميلوي. نو ښه به دا وي چې تاسې د يو عمل کوونکې شئ نه دا چې د بل چا د عمل له پاره د مفعول حيثيت ولرئ. نو اوس دا په افغانانو پورې اړه لري چې د خپل هېواد د خپلواکۍ، ودانولو او پرمختگ له پاره عمل کوئ، او که غواړئ چې د تل له پاره د نورو گاونډيو هېوادونو د تهاجمونو له پاره د مفعول حيثيت ولرئ!

د افغانستان له ستونزو يوه ستونزه همدا ده چې خلک يې د خپل هېواد له پاره د تدبير نيولو پر ځای تل د پرديو د تجاوزونو ښکار شوي. دوی همپسه د يرغلگرو پر وړاندې قرباني ورکړي او په ډېرو قربانيو يې خپل هېواد ازاد کړی دی، خو له دې کبله چې بيا يې خپل وطن ته شا کړې ده، نو هېواد يې وروسته پاتې شوی دی او په همدې وجه يو ځل بيا د نورو د تېريو او ښکېلاک هدف گرځېدلای دی. که مو فکر کړی وي، نو افغانان تل په دې وياړي چې د دوی ملت يو جنگيالی ملت دی. هو دا يوه رښتيا خبره ده چې افغانانو همپسه د بهرنيو يرغلگرو پر وړاندې ډېرې قرباني ورکړي او همپس يې د خپل هېواد له ازادۍ څخه په نره دفاع کړې ده. اما دا هم بايد ومانو چې افغانانو هېڅکله هم دا هوبنياري نه ده کړې، چې له ازادۍ نه وروسته خپله ملا وتړي او خپل هېواد دومره اباد او پياوړي کړي چې بيا پرې بل څوک د يرغل کولو توان ونه لري. افغانانو ته زما پيغام دادی چې موږ ته دا پکار دي چې اوس نو بايد يو هوبنيار ملت هم شوو. او په دې فکر وکړو چې څنگه کولای شو دا خپل هېواد په گڼه يو ځل داسې مرحلې ته ورسوو چې څوک پرې نور د يرغل کولو توان ونه لري.

## ۲۷ - د عمل او غبرگون ډولونه:

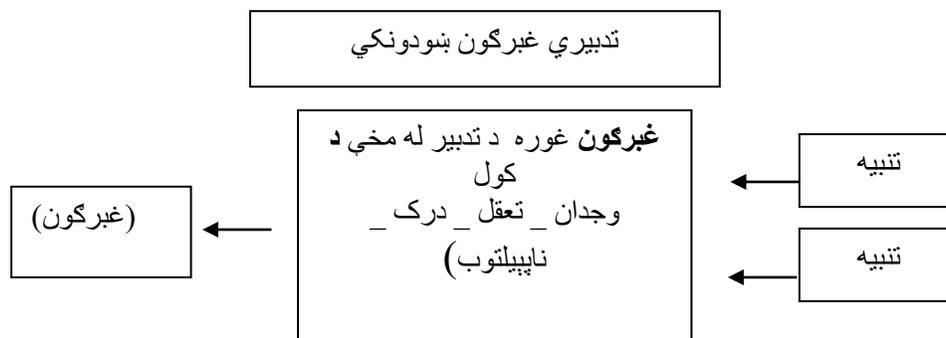
انسانان همپشه د یو ژوندي موجود په صفت د خپل بقا په خاطر په خپل چاپیریال کې د هر ډول پېښو پر وړاندې غبرگونونه ښيي. چې دغه غبرگونونه په دوه ډوله دي، چې یو ډول یې تدبیري غبرگون دی، چې په هغې کې انسانان لومړی د یوې پېښې پیش ښیې کوي او د پېښې د پېښیدو نه مخکې خپل ځان ورته چمتو کوي. چې دې ته سنجولې یا **Proactive** غبرگون وایي. او بل ډول یې هغه غبرگون دی، چې انسان یې د یوې پېښې د پېښیدو پر مهال د هغې په وړاندې یو سملاسي غبرگون ته چمتوالی نیسي چې دې ته **Reactive** غبرگون وایي.

ځوانان باید پر دې پوه شي چې انسانان د محیطي پېښو یا گواښنو پر وړاندې تدبیري او یا احساساتي غبرگون ښيي. هغوی چې د احساساتي غبرگون خاوندان دي، دوی د **Reactive** په نامه یادېږي. دا ډول وگړي د ټولني اکثریت جوړوي. د تنبھاتو پر وړاندې داسې غبرگون ښيي چې په هغه کې نور اړخونه او فکتورونه لکه وجدان، تصور، درک او ناپېلتوب په پام کې نه نیسي.



له بلې خوا هغوی چې د تنبھاتو په مقابل کې خپل غبرگونونه د وجدان، تصور، درک او ناپېلتوب په رڼا کې برابرې، دوی د **Proactive** په نامه یادېږي. نو ددې خلکو پرېکړې زیاتره پر تدبیر ولاړې وي، او پرېکړې یې هم ښايي گټورې وي. نو په دې وسیله له

ځوانانو نه هیله کوو چې په خپلو پرېکړو کې له **Proactive** رول څخه کار واخلي او د **Reactive** غبرگون څخه ډډه وکړي.



نو ددې له پاره چې مو خپل ځوانان د راتلونکې له پاره په ښه توګه چمتو کړي وي، نو دادی دغه کتاب هم په **Proactive** توګه د ځوانانو د ښي روزنې او ښه شخصیت د لرلو له پاره وړاندې کوو.

یادونه: عکس العمل ته **Responsability** وايي. چې له دوه کلمو **Response** او **Ability** نه جوړ شوی دی. یعنې هر انسان ددې وړتیا (**ability**) او ځواک لري چې خپل عکس العمل (**Response**) کابو او کنترول کړي او هغه د تعقل، وجدان، درک او بېطرفۍ له مخې تنظیم او ترتیب کړي. په افغاني کلچر کې د عکس العمل ښه کنترولول ستایل شوي او هغوی چې د حوادثو پر وړاندې بې حوصلې او غم غوسه زغملای شي د خلکو له خوا تقدیرېږي.

۲۸ - انساني سلوک او پر نورو یې اغېزې:

۱. کو ښښن وکړئ چې دورځې لږ تر لږه یو تن د ناڅاپه ښه چلند او ښه سلوک په کولو سره خوشاله کړئ او وې خندوی. که بل څه مو په وس پوره نه وي پر یوچا مثبت تبصره وکړئ. د بېلګې په توګه: تاسې خو یو پوه، سپېڅلي، رښتیني، مېلمه پال، اغېزمن، خدمت گار، سپری یا ښځه یئ. دغه ډول تبصرې به دخلکو مینه له تاسې سره زیاته کړي.

۲ دبدو ځواب په خو ږو ورکړئ. که څه هم دا خورا ستونزمن کار دی، خوکه یوځل

موددې خوند وليد، نو بيا يې کول اسان او ډېر خوشالو نکې دى. د بېلگې په ډول که يو څوک تاسې ته په غوسه شي او بدې خبرې کوي، تاسې ورته وځاندى او ورنه بخښنه وغواړئ، نو بيا وگورئ چې هغه سړى به څومره ستاسې قدر او عزت کوي. غواړم په دې برخه کې خپله يوه تجربه له تاسې سره شريکه کړم:

زه په (۱۳۸۱) لمريز کال کې له امريکې نه افغانستان ته راغلم له خپل کلي څخه مې يو تن د محمد اصف په نوم له ځانه سره د ډريور په توگه کابل ته بوت. اصف يو تند خوښه هلک و. تاسې ته معلومه ده چې په کابل او جلال اباد کې ډېر ډرپوران اصول او قوانين نه مراعاتوي، يو له بل نه مخکې کېږي. په کابل کې څوځلي له داسې پېښو سره مخ شوم چې د مقابل ډرايور او اصف جان تر منځ به شور ماشور جوړ شو. له عادت سره سم به اصف موټر ودراره او له موټر نه به راکوز شو او هغه بل ډريور ته به يې واسکت وويست او د جنگ بلنه به يې ورکړه. اصف يو دوه جنگونه وکړل. زه حيران پاتې وم چې څه بايد وکړم. له يوې خوا د وطن رواج حکم کاوه چې زه بايد په جگړه کې برخه واخلم او له اصف سره په جگړو کې مرسته وکړم، او هغه بل کس ته وهل او ټکول ورکړم. که څه هم چې زه به په کې ټکول وخورم، خو بايد د اصف پلوي وکړم، ولو که اصف به پر هم و. که دا کار ونه کړم، نو دا خو د کلي د دود له مخې بې غيرتي ده. له بلي خوا زه يو لوستى شخص وم. جنگ کول بيا په تېره د لوستي وگړي له پاره ډېر شرم دى. نو زه ددې دوو په منځ کې هک حيران پاتې وم. ما تر ډېر سوچ وروسته اصف ته وويل: که زما منې نو زه درته يو چل بنيم. هغه راته وويل چې ووايه څه چل دى؟ ما ورته وويل (بل ځل چې ستا مقابل ډريور درته په غوسه شو، نو ته ورته وځانده. که هغه ښکښلې هم کولې ته ورته لاس پورته کړه او سلام ورته ورکړه، او مسکى شه، او بيا وگوره چې څه کېږي.) يو ساعت لا تېر نه و چې په يوه څلورلارې کې د اصف جان موټر له يو بل موټر سره پوز په پوز شو. گناه د اصف جان وه، هغه بل ډريور ډېر په غوسه شو او په کنځلو يې پيل وکړ. ما اصف

وسکونډه، هغه پوه شو او هغه بل ډرایور ته یې وخنډل او بیا یې ورته سلام وکړ. د اصف په دې عمل هغه ډرایور حیران پاتې شو، نه پوهېده چې اوس څه وکړي. په منډه رابنکته شو د اصف ډېره یې ونيوله او بښنه یې ورنه وغوښته. سره له دې چې د اصف جان حق هم نه و، هغې ډېرې نور موټرونه ودرول او اصف ته یې لاره پرانسته چې ولاړ شي. څو شېبې وروسته اصف جان راته وویل: (ډاکتر صیب! ډېر خیر یوسې. زه خو دې له پوره مصیبت نه خلاص کړم. زما خو به په اونۍ کې ضرور یو جوړه جامې په جگړو کې شکېدلې. زه اوس پوه شوم چې څه باید وکړم.)

د غوسې په مقابل کې نرمي، خندا، او سلام د جنگ جگړې د مخنیوي او د خپل مطلب دلاسته راوړلو او عزت ساتلو یوه اسانتښت لاره ده. زه غواړم چې تاسې هر یو پورتنی مطلب په خپل ژوند کې عملي کړئ، او نورو ته یې هم توصیه وکړئ. خندا او ښه خوی چې د الله جل جلاله ستره او غوره ورکړه ده، هر ځای کې په مناسبه توګه وکاروئ. گټې یې بې حسابه او ډېرې خونډورې دي.

کله چې په ۱۳۸۴ لمریز کال کې زه بیا له امریکې څخه افغانستان ته راغلم او دا ځل مې یو بل کلیوال سعدالله جان له ځان سره د ډرایور په توګه ګرځاوه، سعدالله جان له ما سره جلال اباد او کابل ته ولاړ. زما د خندا، سلام او موسکا څو بېلګې چې سعدالله جان وکتلې، هغه هم حیران پاتې شو. په لاره او دفترونو کې به عسکر ولاړ وو چې د موټرو تلاشي به یې اخستلې، او یا به یې موټرې دننه نه پریښودلې. سره له دې چې زمور موټر تر نورو ډېرو زور هم و خو چې کله به مور دغو تلاشيو او پیره دارنو ته ور ورسېدو، نو زه به ورته له لرې نه موسکې شوم، او لاس به مې ورته د سلام په دود پورته کړ. دا به ډېر ځل ددې سبب شو چې هغه عسکر به هم سلام وکړ، او زمور موټر ته به یې بې له تلاشي اجازه ورکړه چې لاړ شي. که څه هم دا موضوع سعدالله جان ته په زړه پورې او د خندا وړ وه، خو له ما سره یې دوه نظرونه پیدا کړل:

يو خو دا چې د افغانستان ټول وگړي دومره ترخه دي چې خدا او موسکا خو د هېچا پر مخ نه ليدل کېږي. او دغه بېچاره عسکر خو بيا هېڅ ددې تمه هم نه کوي چې دوی ته دې څوک موسکي شي، او يا دې ورته سلام وکړي، ځکه چې ډېر موټر لرونکي خو قوماندانان او جنگسالاران دي، چې عسکر ورته انسانان هم نه ښکاري. او نور پاتې خلک خو هسې وچ په وچه تراخه دي، او خدا او سلام هم ور نه د زمانې څپرو له ياده ويستلي دي. دوی ته زه يو لوستی، په ښه لباس ملبس او شتمن سړی ښکارېدم نو بيا خو زما له خوا دوی ته سلام اچول او موسکا د الله جل جلاله نعمت برېښېده، نو بيا خو دا تالاشي کول چې د دوی يواځيني صلاحيت و، هغه به يې پرېښوده او پر ځای به يې د چايو ست او سلا هم کوله. دا زموږ له پاره يوه ښه وسيله وه چې له بېځايه تالاشيو او سرخوږي نه يې خلاصولو. دا مثال موږ ته دا واقعيت راپه گوته کوي چې زموږ ټولنه نه يوازې دا چې د موسکا او خدا له نعمت څخه محرومه ده، بلکې سلام اچول چې د اسلام يو رکن دی، افغانان له دې نعمت نه هم بې برخې شوي دي. نو زه تاسې ځوانانو ته توصيه کوم، چې د خپلو خلکو او په ځانگړي ډول د کشرانو او غريبانو سره موسکا او خدا شريکه کړئ او دوی ته په سلام اچولو کې لومړي شی. دوی به له تاسې څخه خوشاله او ستاسې به لا زيات عزت او قدر وکړي.

## اتم څپرکی

### ځوانان، د دوی وړتياوې او مسوولیتونه

۲۹ - وړتياوې او مسوولیتونه:

لکه څرنګه چې پاک خدای جل جلاله انسان (اشرف المخلوقات) پیداکړی او هغه ته يې د دنیا پر ټولو موجوداتو تسلط او برتري ورکړې ده؛ نو د دې تر خوا يې انسان په دې هم مکلف کړی چې د ښو او بدو تر منځ توپير وکړي. ښو ته ښه او بدو ته بد ووايي. د ښو ملگرتوب او د بدو مخالفت وکړي. صلاحيت او مسوولیت د يوې سيکې دوه مخونه دي.

صلاحيټونه بې له مسووليت څخه د جناياتو لامل گرځي. چې بڼه بېلگه يې زموږ په هېواد کې له تېرو دېرشو کلونو راهيسې د جنگسالارانو او د اوسمهال دولت خپل سري ده. او مسووليتونه بې له صلاحيټونو نه د ناکامۍ او نا هيلۍ لامل کېږي. لکه په دې وروستيو کلونو کې چې افغانان ورسره مخ شوي دي.

ځوانان او مسووليتونه يې:

د ځوانانو عمده او لومړني مسووليتونه څه دي؟

د ځوانانو عمده مسووليتونه په لاندې ډول خلاصه کېږي:

۱. سالمه تربيه او نا ارادي زده کړې

۲. ځان پېژندنه

۳. سالمه او بشپړه زده کړه

۴. د شخصيت جوړېدل

۵. د ژمنې او با مسووليته کورنۍ تامين

۶. د هېواد او هېوادوالو د چوپړ او پرمختگ په برخه کې په څرگند ډول له مسووليته ډکې ونډې اخستلو سره يو بڼه، گټور او ټولنيز شخصيت جوړېدل که څه هم هر ځوان ممکن تر ډېره ځايه له دغو مسوليتونو څخه خبر وي او د هغې د سرته رسولو په برخه کې تر ډېره ځايه هلې ځلې هم تر سره کوي، خو غواړو چې په دې کتاب کې دا موضوعات د يوې فعالې زده کړې په توگه د ځوانانو د بڼې لارښوونې په موخه په هر اړخيزه توگه و څېړو.

۳۰ = وخت، هر څه پر خپل وخت او د وخت پر ځای کارول:

وخت د انسان په ژوند کې يوه ډېره ارزښتمنه شتمني ده. خو متاسفانه ډېر محدود کسان دي، چې د وخت پر ارزښت پوهېږي او سمه گټه ترې اخلي. د نړۍ يوزيات شمېر خلک دغه ارزښتمنه شتمني په ډېره بې ارزښته توگه له لاسه ورکوي.

وخت ته د ارزښت نه ورکولو او پر ځای یې د ناسم کارول دوه اساسي لاملونه لري. لومړی دا چې وخت کوم ټاکلی قیمت او اټي نرخ نه لري. د وخت ارزښت او قیمت هغه مهال خلکو ته معلومېږي چې له لاسه یې وتی وي. د بېلگې په توګه له ما سره څلور داسې چلوونکي (ډرپوران) ول، چې دوی یا بیخي زده کړې نه وې کړې او یا یې هم زده کړې نیمګړې پرېښې وې. سره له دې چې ما دوی ته د زده کړې کولو او بشپړولو پوره امکانات او شرایط برابر کړل؛ خو دغه مهال له دوی سره نه هغه پخوانی حوصله پاتې وه او نه هم حافظه، نو په دغو څلورو کسانو کې یو هم له دغو امکاناتو او شرایطو څخه موثره ګټه ونشوه کړای.

د وخت پر ارزښت د لاندې څو بېلګو تر لوستلو وروسته ښه پوهېدلای شو. که د یوې الوتکې پیلوټ په هوايي ډګر کې د الوتکې د کښته کېدو پر مهال یوازې یو څو ثانيې بایزه وګڼي او اهمیت ورنه کړي؛ نو خامخا به له یوې بلې الوتکې سره ټکر کوي، چې د لویو زیانونو سبب به شي. همدرانګه که د دوو موټرونو له چلوونکيو څخه یو یې له بل څخه د مخکې کېدو په وخت کې یوازې څو ثانيې بې غوري او تنبلي وکړي؛ نو شونې ده چې په پایله کې یې د دوو موټرونو ټکر او د څو کسانو مرګ ژوبله رامنځته شي. له دې بېلګو څخه ښه درک کولای شو، چې وخت څومره قیمتي، او ارزښتناک دی. له وخت څخه مناسبه او موزونه ګټه اخیستل هم ځانګړې هوښیاري غواړي.

د انسان په ژوند کې د بېلابېلو کارونو او چارو ترسره کولو له پاره بېلابېل وختونه ټاکل شوي دي، په دې معنا چې که ځینې کارونه په خپل وخت کې ترسره نه شي؛ نو بیا یې وروسته او بې وخته ترسره کول ستونزمن او زیاتره ناشوني وي.

د ماشومتوب په دوره کې باید دې چې دیني او ابتدايي زده کړې ترسره شي، همدغه دوره د نېکو او غوره اخلاقو د زده کړې هم ده. په همدې دوره کې باید ماشومانو ته د ښو زده کړو په اړه ډېره پاملرنه وشي.

د تنکی ځوانی په دوره کې لومړنۍ زده کړې، په جومات کې دیني زده کړې، بنو او نېکو اخلاقو زده کول، له مهمو او ضروري کارونو څخه گڼل کېږي. ځوانان باید په دې دوره کې د زده کړو په برخه کې سالم رقابت کولو ته وهڅول شي. مور او پلار، کورنۍ او ښوونکی باید ځوانان دې ته وهڅوي چې په ښوونځي کې د اول نمره گۍ له پاره له یو بل سره سیالي وکړي. سربېره پر دې ځوانان باید په دې وخت کې بدني ورزش او د موسیقۍ الاتو زده کړې ته وهڅول شي.

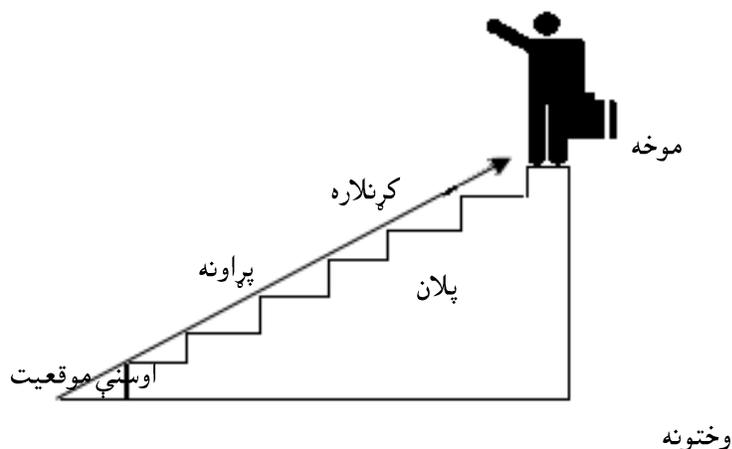
ممکن موسیقي زموږ په ټولنه کې د یو شمېر خلکو په نظر غوره نه؛ بلکې یو منفي څیز اوسي، خو موسیقي هم د ژوند د نورو څیزونو په څېر کېدای شي چې په منفي توگه او یا هم مثبت توگه استعمال کړای شي. دا به ښه وي چې زموږ ځوانان پر دې وپوهول شي چې د موسیقۍ زده کړه او په مناسبه توگه یې استعمال نه دا چې شاید گناه نه وی؛ بلکې یو ښه کار وی.

د لویو ځوانانو له پاره دا ضرور ده، چې له یوې خوا خپلې ورځنۍ زده کړې په منظمه او موثره توگه پر مخ یوسي؛ خو ددې تر څنګ باید د خپلې ټولنې په اړه نورې اړونده زده کړې، لکه سیاسي، اقتصادي او اجتماعي موضوعات هم باید زده کړي. خپل وطن تاریخ، کولتور او مقدسات باید وپېژني او خپله ټولنه په سیمه کې وارزوي. د خپل هېواد او گاونډیو هېوادونو د گټو په اړه او د هغو د حيله گرو پالیسیو په اړه ځان پوه کړي. زموږ د ټولنې موجوده غټ مشکل دا دی چې زموږ زیات خلک د گاونډیانو په حیلو او مکاریو نه پوهېږي، او په احساساتي توگه د هغو د توطیو ښکار کېږي، چې د اسلام، پښتو، دري، شيعه ايزم او نورو توطیو په کارولو سره زموږ خلک په خپلو منځو کې له یو بل سره جنگوي. نو زموږ ځوان نسل ته دا په کلکه په کار ده چې د خپل هېواد گټې او سیاسي ضرورتونه وپېژني او دخپل هېواد په مقابل کې د سیمې د هر هېواد پر توطیو او دسیسو ځان پوه کړي.

## ۳۱ - ژوند د یوې موخې له پاره :

ژوند یوه اوږد او ارزښتناک بهیر دی. هر څومره چې له ځوانۍ څخه ځان دې بهیر ته ښه چمتو کړئ، هماغومره به تاسې په خپل راتلونکې اوږد ژوند کې لا ډېر اسوده، کامیاب او د ویاړلي ژوند څښتنان یئ. د دې له پاره چې په ښه توګه د راتلونکې ژوند او ننگونو ته چمتو اوسئ، نو باید خپل ځان ته کلکه پاملرنه وکړئ. او د خپل شخصیت په جوړونه او روزنه کې اړین او لازم فرصتونه له لاسه ورنه کړئ.

غواړم تاسې ته په دې اړه سپارښتنه وکړم، چې د ژوند په ټولو چارو کې ځان ته روښانه هدف، با تدبیره پلان او ثابته کړنلار (تکتیکونه) غوره کړئ او په دې برخه کې د پرمختګ د پوهېدو له پاره ځانګړي پړاونه (Mile Stones) وټاکئ چې په دې توګه خپل پرمختګ او شاتګ و ارزولی شئ. د هر کار د سالم او په سمه توګه تر سره کولو له پاره یې باید لاندې درې شیان روښانه شوي وي:



× × × × × × ×

۱. یوه روښانه او ټاکلې موخه (څه غواړم؟)
  ۲. ټاکلې وخت (یعنې کله باید دا کار سر ته ورسوم؟)
  ۳. د موخې له پاره معیارونه یا ځانګړنې چې په انګلیسي ژبه کې ورته *quality* او دغې پروسې ته ور څارنه **quality control** وایي.
- دغه ځانګړنې باید چې د هرې موخې په اړه مخکې د مخکې نه تثبیت وي. هر څومره چې دا ځانګړنې تثبیت او روښانه وي نو تاسې په اسانۍ سره کولای شئ چې په هغه کار کې خپل پرمختګ اندازه کړای شي، او د هغې له مخې په خپل سرعت او د هغې موخې په څرنگتیا (*quality* کې اړین بدلون راولئ).

په تېرو دیرشو کلونو کې زموږ ځوان نسل د علم، تربیې او هېواد ته له چوپړ کولو څخه محروم کړل شوی و، چې دې مسئلې نن زموږ هېواد په نړۍ کې تر ټولو په یوه وروسته پاتې، نالوستې او بې مسوولیته ټولني بدل کړی دی. غواړم په دې توګه خپل ځوان نسل خپلو هغو مسوولیتونو ته ځیر کړم، چې دوی یې د خپل هېواد، خپلو خلکو او راتلونکې نسلونو پر وړاندې لري؛ نو راځئ چې په ګډه لومړی د خپل ځوان نسل په سالمه روزنه کې خپل مسوولیتونه ادا، او بیا د همدې ځوانانو په لارښوونه او ملګرتیا د خپل هېواد د یوې روښانه او ځلاندي راتلونکې په پار (خاطر) مخ پر وړاندې لار شو.

د دري یو شعر دی چې وایي:

چو شمع از پي علم باید گداخت

که بې علم نتوان خدا را شناخت

زموږ افغانانو تر ټولو غټ کړاو دا دی چې لا تر اوسه پر دې نه پوهېږو چې موږ څه ډول افغانستان غواړو؟ او داسې افغانستان ته د رسېدو له پاره څه شي ته اړتیا ده؟ موږ څرنگه

کولای شو چې په دغه کرکېچن چاپېریال کې د یو خپلواک او ویاړلي او هوسا هېواد لرونکې شوو؟

دا هغه پوښتنې دي چې هر افغان او هر ځوان یې باید له خپل ځان څخه وپوښتي او له دې سره سره باید موږ هر یو له خپل ځان څخه دا هم وپوښتو چې زه د داسې یو افغانستان په جوړولو کې څه کولای شم؟

یوه تکړه ټولنپوه (Stephen Covey) وایي چې د نړۍ ټول شیان باید پر درېوو برخو وویشو:

یو هغه خلک او شیان دي چې تاسې پرې هېڅ ډول لاس بری نه لرئ نو د ژوند کولو له پاره له هغوی سره د گوزارې لارې چارې زده کړئ او په کار یې واچوئ. د بېلگې په ډول، تاسې باران اورېدل نه شی بندولای، نو د هغې له پاره باید چترۍ واخلي.

دویم هغه خلک او شیان دي چې تاسې پرې نا بشپړ لاس بری لری. چې په دې کې ستاسې خپلوان او نږدې ملگري راځي. نو له دوی سره باید په پرله پسې توگه په پوره حوصلې کار وکړئ.

درېیم یې هغه څه او څوک دي چې تاسې پرې بشپړ لاس بری لرئ، او هغه یوازې او یوازې ستاسې خپل ځان دی. نو ددې له پاره چې له حالاتو سره د مبارزې په لاره کې تاسې یوازې پر خپل ځان پوره واکمني لري؛ نو باید چې خپل واک او ځواک هم د خپل ځان په برابرولو او لوړولو کې ولگوئ. نو هېڅ شی هم باید تاسې ته تر خپل ځان زیات ارزښت ونه لري او دا یوازې تاسې یې چې کولای شی خپل ځان ته ښه یا بد موقف ورکړئ. البته د بد موقف گټل اسان، اما د ښه موقف گټل گران دي، او پرله پسې هڅې او مجادلې ته اړتیا لري. چې په دې برخه کې د ژوند له پاره د یوې ځانگړې موخې لرل تر بل هر څه اړین او ټاکنده نقش لري. په ژوند کې د یو هدف لرل دا معنا لري چې یو سړی یو ټاکلي ځای ته رسیدل غواړي. که هدف نه وي معلوم، نو په دې نه پوهیږي چې چېرته روان دی؟ پر کومه

لار ولاړ شي؟ او په دې لاره کې يې ستونزې څه دي؟ څه وسايل ورته په کار دي؟ په کوم سرعت ولاړ شي چې په ټاکلي موده کې خپلې موخې ته ورسېږي؟ د انگلسې ژبې يو متل دی چې وايي:

***"Those who don't know, what they want, will fall for any thing"***

يعنې هغوی چې هدف نه لري پر هره لاره چې سرشوهغې خواته به ځي. د يوه روښانه هدف او ټاکلي جهت د لرلو ارزښت له دغه لاندني مثال څخه ښه څرگنديږي. که تاسې د صفر په موقعيت کې قرار ولرئ او هدف موبني خواته لس متره لرې وي، نو که تاسې په هر سرعت هم وکولای شئ خو د خپل هدف په لوري روان اوسئ نو په پای کې به خپل هدف ته ورسېږئ. او که تاسې برعکس کېن لور ته حرکت کوئ، نو نه يوازې دا چې تاسې به خپل هدف ته ونه رسېږئ، بلکې د هر قدم په اخستلو سره به د خپل هدف نه لا نور هم لرئ کېږي. نو د هدف د ټاکلو تر خوا د خپل هدف جهت تعينول خورا مهم او ارزښتناک کار دی.

## نهم څپرکي

### اداب

#### ۳۲ - اداب يا (Manners):

اداب هغه کليمه ده چې په يوه ټولنه کې د منلای شويو ارزښتونو منل او له يوه نسل څخه بل ته يې په عملي توگه د رسونې معنا لري.

اداب د شرقي ټولني يو ځانگړې خصوصيت دي، چې د غربي ټولنو د ماهيت سره ډېر فرق لري. اداب اکثرا په يوه ټولنه کې ليکل شوي نه وي؛ بلکې يوازې د يو کلتوري محيط په منځ کې هغه په عملي توگه له يوه نسل نه بل نسل ته انتقال مومي. د ادابو زده کول يوازې په يوه عملي محيط کې امکان لري او بس.

لکه چې ومو ويل، اداب يوازې په عملي توگه زده کېږي؛ خو له دې کبله چې زموږ ټولنه په تېرو پينځه دېرشو کلونو کې د جنگ، هجرت او نورو داسې چلنجونو سره مخ شوه، چې د هغې له کبله اکثره کورنيو د خپل د طبعي ژوند محيط او شرايط له لاسه ورکړل، کورنۍ بېځايه شوې، حجرې، دېرې، دسترخوانونه او گډه خواړه بې نظمه شول او له منځه لاړل. پلرونه شهيدان، ميندې کونډې، د بچيو سرينه او يوه مړۍ ډوډۍ پيدا کول ورته اوليه فرض وگرځېدل. نو نه مور ته دا محيط و چې هغه اداب چې په يوه طبعي ماحول او کورنۍ کې بچيانو ته وربښودل کېږي اوس خپلو بچو ته وروښيي او نه بچو ته د زده کړې داسې چاپېريال او ذهني شرايط مساعد و، چې هغه دې ددې وړتيا ولري چې دغه شان ژور مفاهيم دې وپيژني. اداب يو لغت نه بلکه يو محتوي (Concept) توضيح کوي، نو ځکه د هغې تشریح کول په يوه جمله کې مشکل او گران کار دي. نو که زموږ په تعريفونو کې هم تاسي کومه نيمگړتيا گوري، ددې اصلي علت ددې موضوعاتو تشریح کول دي.

نو له همدې کبله ددې مجبوريته احساسوم چې يو شمېر دغه بارزښته کلتوري، ديني او

ټولنيز ارزښتونه سره راټول او تړيو حده يې د کتاب په بڼه خپل ځوان نسل ته وړاندې کړم، تر څو پرې د پوهېدو او پلي کولو له لارې خپل کلتوري پر له پسې والی يو څه ژوندی وساتي.

### ۳۳ - د ډوډۍ خوړلو اداب:

تر ټولو دا مهمه ده، چې ډوډۍ بايد په ارامه توگه، په گڼه او پر يو دسترخوان وخورل شي. په گڼه دسترخوان د ډوډۍ خوړل ډېرې گټې لري. ماشومان غټانو ته په کتنې کولای شي چې د بېلابېلو غذايي موادو د خوړلو ځانگړې لارې چارې زده کړي. همدراز د ډوډۍ خوړلو نور اړوند اداب چې مشران يې پرځای کوي، کشران هغه زده کوي.

د بېلگې په توگه پخوا په افغانستان کې دا عادت و، چې وريجې به خلکو په يوه لاس خوړلې او وريجې به يې داسې راخيستلې چې په يوه مړۍ کې هغه ټولې را اخستل شوي وريجې په خوله کې واچوي او که به پاتې شوې؛ نو بيا به يې د هماغه لاس په گوتو سره راټولولې او بيا به يې خولې ته کړې. خو پاکستان ته د هجرت کولو نه وروسته اوس زموږ اکثره ځوانان چې وريجې خوري؛ نو يا خو دويم لاس د وريجو د لاس لاندې نيسي او يا هم په لاس کې پاتې وريجې بېرته په غوري کې څنډه وهي. چې دا يو د کرکې نه ډک عمل دی. هيله کوم چې زموږ ځوان نسل د پخوانيو مشرانو ډوډۍ خوړلو ته ځانگړې پاملرنه وکړي او ددغه منفي کړنې څخه چې د افغاني ادب خلاف ده، په کلکه ځان وژغوري.

د کورنۍ نورو غړو ته به ځوانانو په لاس اوبه اچولې او بيا به ټول دسترخوان ته کېناستل او چې کله به ټول ډوډۍ خوړلو ته چمتو شول؛ نو مشرانو به په بسم الله ويلو ډوډۍ پيل کړه. او چې کله به څوک مور هم شو؛ نو پر خپل ځای به ناست و تر څو ټول خلک ماره شي. مشرانو به دسترخوان ته کتل چې ټول ماره شول نو بيا به مشرانو دوعا وکړه او ټول به يو ځای رخصت شول.

متاسفانه، اوس اکثره په يوه دستراخوان ډوډۍ خوړل نشته او که وي هم نو بيا هر څوک چې هر کله راغی راساً ډوډۍ خوړل پيل کوي او چې کله مور شي، نو سمدلاسه پورته شي او د بل چا انتظار نه کوي. پخوا داسې عادت و چې بايد خواړه په يوه څامه و خوړل شي او پر دواړو څامو په يو وخت کې خوراک او يا هم په خوراک باندې چرپ چرپ کول ډېر بد گڼل کېدل. ځوانانو به له مشرانو څخه د خوراک طريقه د دسترخوان پر مخ يادوله، چې په دواړو څامو خوراک ونه کړي او په خوراک کې چرپ چرپ ونه کړي. ولې اوس دا اداب له منځه تللي دي او اکثره ځوانان هم په دواړو څامو خوراک کوي او هم په خوراک کې چرپ چرپ کوي. هيله ده، چې ځوان نسل دغه منفي خوي ته پاملرنه وکړي. پخوا به عادت و چې د خوراک په وخت کې به ټلويزون گل و، او د کورنۍ ټول غړي به آرام دسترخوان ته کېناستل او خوړو ته به يې ځانگړې پاملرنه کوله، ولې اوس داسې نه ده، له يوې خوا ډوډۍ خوړل کېږي او له بلې خوا په ټلويزون کې رنگارنگ پروگرامونه گوري، چې د کورنۍ د غړيو پام له خوراک نه بلې خواته اړوي او له دې سره د دسترخوان پر سر رنگارنگ بحثونه جريان لري. که مور وتوانېږو، چې خپل ځوان نسل د ډوډۍ خوړلو دغو ادابو ته په پام کې کړو او په هغې پورې اړوند ادابو يې سنبال کړو، نو د دوی خوراک به اصلاح او د هغې صحي گټې به يې زياتي وي.

پخوا به ماشومانو ټولو ددې انتظار اېست، چې مشران ډوډۍ خوړل پيل کړي او په اخر کې لومړی مشران ډوډۍ بس کړي او بيا دوعا وکړي، ولي اوس زموږ ځوانان دغه پرله پسې والی نه پرځای کوي او په دې توگه د ډوډۍ خوړلو اداب يې کمزوري شوي دي.

دا مهمه ده چې هر څوک خواړه له خپلې مخې څخه و خوري او خپله مړۍ برابره جوړه کړي، چې هيله ده ځوان نسل دې ته پام وکړي. سره له دې چې په قاشق پنجه خوراک نن سبا يو منل شوی کار دی، ولې د قاشق پنجه خوراک هېڅکله د لاس له خوراک سره برابر نه دی. په لاس خواړه خوړل نسبت قاشق پنجه ته ډېرې فايدي لري، د مثال په توگه

لومړۍ مور کولای شو په لاس د خوړو د حرارت، یخوالي، سختوالي او نورو خصوصیاتو ډېر ښه معلومات وکړو، چې هغه ښایې مور سره د هغه په خوړولو او یا نه خوړولو کې خورا مرسته وکړي. چې دغه کار بیا د قاشقې په واسطه شونې نه دی. ښایې مور ډېر گرم او یا هم یخ یاسخت خواړه خولې ته داخل کړو، چې بیا یې بېرته تویول هم ښه کار نه دی. همدا راز د لاس په واسطه د خوړو رااخیستل، برابرول او خولې ته وړل، د گوتو د عصبي رشتو د **Reflexes** له لارې د غذا د تماس له کبله زموږ په خوله، معده او بدن کې لازمي او ضروري افزاتو د اطراح سبب کېږي، چې د غذا په نرمولو، هضمولو، جذب او اطراح کې مرسته کوي. نو کله چې مور خواړه په گوتو تیاروو زموږ خوله، مری او معده مخکې له مخکې نه د هغې د خوړلو د اخیستلو، قبلولو او هضمولو له پاره ښه چمتو کېږي، او بناً خوراک ښه هضم او گټور تمامېږي. او قاشق پنجه بیا دغه گټې نه لري او خواړه نیمه هضمېږي. د خوړو په ادابو کې یو بل مهم ټکی دا و، چې خواړه باید په ناسته او په آرام ځای کې وخورل شي، مگر اوس یو شمیر خلک حتا خواړه په ولاړه او یا په روانه خوري، چې دغه کړنه هم د خوړو د ادابو خلاف او له صحي نظره یو نا صحي او زیانمنه کړنه ده. اوس ډېر ځوانان خپل تاوده خواړه په کف او چف سره یخوي او په بیره بیره یې خوري چې دا حالت هم بدن ته ډېر ضرر ونه لري. د خوړولو پرمهال نوروته ست کول یو بل ادب دی، چې که تاسې څه شی خورئ نو ښه به دا وي چې د هغې ست شاوخوا ناستو خلکو ته وکړئ تر څو د هغوی په زړه کې ارمان پاتې نه شي. اما دا اداب بیا په غربي دنیا کې نشته، او کول یې هم د یوې حیرانتیا سبب کېږي.

۳۴ - دمجلس اداب:

په افغاني کلتور کې داسې مثبت ټکې شته چې په مجلس کې باید خلک ځانگړي اداب پرځای کړي. خبرې په نوبت وکړي، مشرانو ته لومړی حق ورکړي، په مجلس کې په زوره

ونه غږېږي او خپل متقابل لوري ته بد کلمات ونه کاروي. پخوا به دا عادت و، چې که یو چا به د مجلس له اصولو خلاف بل څوک په خپلو خبرو یا بدو الفاظو سره توهین کړ، نو بیا به د مجلس یو مشر دغه سړی تهدید او ورتنه به یې غوسه کوله؛ خو متاسفانه اوس په مجلسونو کې خلک دې ته پرېښودل کېږي چې سره لاس او گډېوان شي.

په مجلس کې لږې خبرې کول، نورو ته نوبت ورکول، د نورو خبرې اورېدل د مجلس له مهمو ادابو څخه دي.

خو ددې تر خوا په افغاني کلتور کې دا هم یو منفي اړخ دی، چې کشرانو او ځوانانو ته په مجلس کې د خبرو کولو حق نه ورکول کېږي چې دا کړنه د ځوان نسل د سالم پرمختګ مخه نیسي.

د مجلس یوه بله برخه هم په تیلیفون کې د خبرو کولو اداب دي، چې اوس د گړځنده تیلیفونونو په وجه زموږ ملک کې د تیلیفون پورې اړوند اداب او اخلاق ډېر کمزوري شوي دي. پخوا به په دولتي او شخصي دوايرو کې د مېز د سر تیلیفونونه و؛ نو هر څوک مکلف و چې د تیلیفون د ځوابولو سره سم ځان معرفي کړي (خپل نوم او دنده ذکر کړي او له اورېدونکې نه په ډېر احترامانه ډول پوښتنه وکړي چې د هغوی ضرورت څه دی؟) که به کوم مامور دغه اخلاقي اصول نه پرځای کول د ادارې د مشرانو له خوا به په جدي توګه تهدیدېدل. ولي نن په تاسف سره ډېر لور پورې هم د تیلیفون اخلاق او اداب نه پرځای کوي. دوی فکر کوي چې دا تیلیفون ددوی شخصي ملکیت دی او هر څنګه چې یې وغواړي هغه کارولی شي. حال دا چې ددوی د هر یوه لګښت د دولت له خوا ورکول کېږي.

۳۵ - د لارې اداب:

افغانستان یوه عنعنوي ټولنه لري چې په کې د شخص کړه وړه په هر ځای او هر مهال کې د

خلکو د ارزیابی لاندې وي او دغه ارزیابی د یوه شخص په شخصیت ټاکنه کې ژوره اغېزه لري. ستاسې کره وړه نه یوازې ستاسې له کورنۍ او یا دوستانو سره ارزښت لري، بلکې ستاسې راشه درشه له نورو عامو خلکو سره هم ځانگړې ارزښت لري. د تلو او راتلو په وخت کې په نورو خلکو سلام اچول نه یوازې اسلامي سنت طریقه ده؛ بلکې دا د خلکو ترمنځ ستاسې د ښه معرفت زمینه او شرایط هم برابرېوي. کوبښښ وکړئ چې په سلام اچولو کې تر نورو گړندي او لومړي اوسئ. سنت طریقه داده چې هر وخت سپاره خلک پر پیادو، پیاده خلک دې پر ناستو خلکو، او کشران دې په مشرانو سلام اچوي. په لاره کې چې ځای تنگ وي نو، نورو ته د لومړیتوب حق ورکړئ. که ښځې راروانې وي؛ نو سړي باید د لاري نه یوې خواته شي، او لاره ښځو ته پرېږدي، تر څو هغوی په ارامه توگه له لارې څخه تېرې شي. که لاره خټه وي، کوبښښ وکړئ چې نور خلک ستاسې له کبله په عذاب نه شي، او هغوی ته خټې او اوبه وروانه لوزوي. د لارې څخه هر ډول مضر او خطرناک شيان لرې کړئ، تر څو د بل کوم کس د لوېدو، او ژوبلېدو سبب نه شي. په لاره کې که درته ډېر ضرورت نه وي، له بل چا، خاصتا د مشرانو څخه مه مخکې کېږئ.

کله چې په لاره کې له چا څخه مخکې کېږئ؛ نو لومړی د غاړې په تازه کولو سره هغه خبر کړئ چې تاسې ترې مخکې کېږئ، او بیا ورنه بښنه وغواړئ، او ترې مخکې شی. په لاره کې ښځو او ماشومانو ته کافي وخت او مسافه ورکړئ، چې تر تاسې دمخه شي او یا که تاسې ترې دمخه شوی، نو ترې پوره مسافه واخلي. که پر سړک سپین ږیری او یا کمزوري او ناروغه کسان تېرېږي، له هغوی سره مرسته وکړئ.

که شونې وي او دکوم بودا، ښځې او ماشوم سره دروند پټی وي، نو ورسره مرسته وکړئ. په لاره کې د بدو الفاظو، کاني په پښه وهلو او لوبو کولو څخه پرهېز وکړئ. په کوڅو کې منډې رامنډې وهل، کاني ویشتل، او یا هم د کرکت او نورو لوبو کول، یو غلط او بې ځایه



ڪار دي، تاسي پي مه ڪوي، او نور خوانان هم ترپي منع ڪري.



## لسم څپرکی

د ژوند له پاره یو پلان او د ژوند د لومړیتوبونو ټاکنه او سمونه:

۳۶ - ټاکلی او پلان شوی ژوند لرل:

موږ هر یو د خپل ژوندله پاره راز راز هیلې لرو. کله ناکله ددې هیلو شمېر دومره پراخه شي چې بیا زموږ په مغزو کې هم د ځایېدلو نه وي. ولې ډېر کم داسې کېږي چې له هغو هیلو څخه ټولې پوره شي.

د ټولنې ډېر وگړي کله چې په زده کړه بوخت وي، په هره څانگه کې چې دوی تحصیل کوي، نو بیا له ځان سره په ډېرو او چټو خیالاتو کې وي چې زه به له پوهنځي نه فارغېږم، بیا به لوی ډاکټر، انجېنر، قاضي، څارنوال، مامور، مدیر او څه او څه کېږم، ډېر به مشهور شم، ډېرې پیسې به پیداکړم، داسې کور به ځان ته جوړکړم او له داسې چا سره به واده کوم او نور او نور....

خو کله چې له پوهنځي څخه فارغ شي، بیا د کار لټولو په ارمان چې کله د سلگونو دروازو په ټکولو او د بې شمېره دفترونو له لټون سره مخ شي، نو له هماغه ځایه دده شخصیت او غرور وټکول شي او هیلې یې په ناهیلو بدلې شي، او د چوپړ کولو لپوالتیا یې بیا له کینې او کرکې سره ملگرې شي. د چوپړ کولو احساس یې بیا ډېر ژر په بلې اخستلو او په ورځني سیستم کې د ځای پیداکولو په هنر بدل شي. دا هغه بدمرغه حالت دی چې زموږ د ټولنې د ډېرو ځوانانو احساسات او هیلې او د چوپړ کولو هوډ وژني او دوی د ټولنې د خدمتگار په ځای د ټولنې په یوه کرکجن عنصر بدلوي.

ددې له پاره چې په راتلونکې کې تاسې ځوانان د همداسې ناوړه برخلیک بنکار نه شي، دغه لاندې څو توصیې درته گټورې بولم.

۱- خپل ځان له ټولنې نه جلا مه گڼئ . په دې بايد پوه يئ چې تاسې په داسې يوه ټولنه کې ژوند کوئ چې مثبت بدلون په کې کم، ستونزمن او زياته قرباني گالل غواړي. نو کوشنې وکړئ چې خپل خيالات او هيلې نسبي مطرح کړئ.

۲- د خپل برخليک له پاره مقدماتي پلان او پروگرام ولرئ. مثلاً که تاسې په هره څانگه کې تحصيل کوئ نو کوشنې وکړئ چې په هماغه څانگه کې له سالمو او باصلاحيتو شخصيتونو سره خپلې اړيکې د همدغه تحصيل په دوره کې تامين او هغې ته پراختيا ورکړئ. په دې برخه کې د خپلو استاذانو او د پوهنتون د مقاماتو او ملاقات کوونکو مشرانو پاملرنه ځان ته راواړوئ.

۳- د زده کړې له دورې څخه دغې اړتيا ته پوره پاملرنه وکړئ او دې له پاره اړين او لومړني کارونه ترسره کړئ. خصوصاً ددې کار بڼه وخت د عملي کارونو او ستاژ دوره ده. په هغه وخت کې چې تاسې د خپل ملک په اړه له هرې بهرنۍ مؤسسې او يا شخص سره کار کوئ په خپل هغه کار کې د جدیت، صداقت، او علمي ځواکمنۍ په ښوولو سره د هغه مقاماتو پاملرنه او لېوالتيا د ځان په لور راواړوئ. چې هغوی دې ته ليوال شي چې ستاسې له فراغت نه مخکې تاسې ته د يوې دندې د درکولو بلنه درکړي.

۴- د خپل تحصيل په دوره کې د ځينو ځانگړو فعاليتونو او پروژو په ادا کولو سره د خپلو استاذانو او ادارې پرسونل پاملرنه ځانته راواړوئ . په مناسب وخت کې له هغوی څخه د ځانگړو تصديقونو او اسنادو غوښتنه وکړئ. د هغوی سره د جوړ جاري له مخي دغه ډول مکتوبونه په خپله برابر او ټايپ کړي، او هغوی ته يې يوزاې د لاسليک له پاره وړاندې کړئ. ډېر ښوونکي او اداري پرسونل يا ددې وخت نه لري، او يا کله کله هم ځانگړي موضوع، داسې بڼه نشي چوکاټ بندي کولی او پدې وجه له تصديق ورکولو او يا ستاينليکونو له ورکولو څخه ډډه کوي. نو تاسې بايد ددې چمتووالي ولرئ چې په مناسب وخت کې د هغوی له موافقې سره سم يو داسې ليکلی سند چمتو کړئ چې په هغې

کې د هغې مؤسسې، ډیپارټمنټ او د هغه استاذ/ مدیر نوم او دنده په روښانه توګه لیکل شوي، او د امضا کولو له پاره آماده وي.

کوښښ وکړئ چې ددې سند دوه یادګرې کاپي مخکې له مخکې چمتو کړئ او په هغه استاذ یې له لاسلیک کولو وروسته یوه کاپي له هغه سره یاد هغې په دفتر کې پرېږدئ، او دوه نورې یې له ځان سره وساتئ.

### ۳۷ - د پلان تعریف:

پلان هغې لیکلې طرحې او طریقې ته وايي، چې د یوه ارمان یا موخې د لاسته راوړلو په اړه ټول اړوند معلومات، طریقې، وختونه، ستونزې، ضرورتونه او مالي سرچینې په ګوته او پداسې یوه سیستماتیکه توګه پیوند او تړل شوي وي، چې موخې ته رسېدل پکې په عملي مرحلو وېشل شوي وي، او د هرې برخې اصلي اهداف څرګند او ارزول یې اسانه او عملي وي.

د یو پلان په جوړولو کې دا ډېره مهمه ده چې پلان جوړونکی باید د هرې مرحلې اهداف، او ددې اهدافو د لاسته راوړلو په اړوند ټولې شونې سرچینې، ستونزې، چلینګونه، مکانیزمونه او ټاکوونکې معیارونه داسې روښانه کړي وي، چې لاسته راوړل یې عملي او ارزول یې اسان او شوني وي.

یو پلان هلته عملي بڼه غوره کولای شي، چې د پرېزنت کولو وړ (یعنې نورو خلکو ته د وړاندې کولو او روښانه کولو وړ) وي، په لیکلې ډول تهیه کړای شي، او د کتنې او مشاهدې له پاره ورته لاسرسی شوني وي.

ځوانان نه یوازې دا چې باید د خپل ژوند له پاره یو ماسټر پلان ولري؛ بلکې ددې ماسټر پلان د یوې برخې په توګه د خپل ژوند څو مهمو اړخونو ته لکه تعلیم او تحصیل، مسلک غوره کول، کار، واده، کور اخیستل او تقاعد ته هم یو، یو ځانګړي پلان ولري. پلان باید

لیکلې بڼه ولري او اقلا د میاشتي یو ځل وکتل شي او په اولو وختو کې په هرو شپږو میاشتو کې یو ځل وارزول شي، او هدف ته د رسیدو په نږدېوالي کې بیا هر دري میاشتي، او بلاخره هره میاشت، او هره اونې وارزول شي.

بڼه عملي او کامیاب پلان هغه دی، چې د هرې مرحلې له پاره پکې ټاکلي موخې او د هرې موخې د لاس ته راوړلو له پاره عملي کړنلاره او د هرې کړنلارې له پاره شونې وسایل، وسایط او ذرایع پکې تشخیص او غوره شوي وي.

ددې له پاره چې تاسې په خپلو پلانونو کې بریالي شئ، د یو پلان په جوړولو کې لاندې ټکو ته باید ځانگړې پاملرنه وکړې.

- د هر پلان ورستنی او مرحلوي موخې باید مشخص او روښانه کړې .
- د هرې موخې د لاسته راوړلو له پاره یو ټاکلی وخت چې عملي وي، په نظر کې ونیسي.
- د موخو د لاسته راوړلو په لاره کې د بریالیتونو له پاره داسې مشخص معیارونه ( **Mile Stones** ) وټاکي چې دغه هر یو معیار باید اندازه کېدونکی او ټاکونکی معیار وي. د **Mile Stone** په باره کې باید دا ووایم، چې دا هغه نښې دي چې د سرکونو په اوږدو کې د مسافو د تعین له پاره ودرول کېږي. څښتنګه چې دا نښې د سرک وټن اندازه کوي، نو په همدې خاطر دغه اصطلاح د معیارونو له پاره غوره شوې ده.
- ټول ټاکل شوې موخې باید، عملي او شونې اووسي.
- د هرې موخې د لاسته راوړنې په اړه اړوندې اړتیاوي، وسایل، وسایط، ذرایع او سرچینې روښانه او د هغوی لاسته راوړل شونې ارزول شوي وي.
- د هر پلان له پاره انساني باوري منابع ټاکل شوي وي.
- پلان باید وخت په وخت مطالعه او په هرو شپږو میاشتو کې وارزول شي.

- که یو پلان په سلوکې تر اویا زیات عملي وي، نو د کامیابېدو چانس یې شته او که تر خلوېښتو کم عملي وي نو د هغې بیا ارزول او د سرچېنې ټاکل یې ضروري دي.
- هغه پلان چې د (۴۰ - ۷۰) پورې عملي وي، ښایې چې تر پلان شوي وخت او لگښت څخه زیات وخت او لگښت ته اړتیا ولري. چې دا باید ورسره په پام کې ونیول شي.
- د پلان غټ او مهم ټکې باید په داسې ځای کې لیکلي او یا انځور شوي وي چې په پرلپسې توګه او هره ورځ تر سترګو شي، تر څو تاسي ته په پرله پسې توګه ستاسې موخه در په زړه کړې.

د عمومي پلان ځینې ځانګړې برخې:

۳۸ - د تعلیم او تحصیل په اړه پلان:

- ښه به دا وي چې هر ځوان په دې پوه وي چې غواړي په کوم ښوونځي، متوسطه او لېسه، کې زده کړې وکړي. دا ځکه چې ځانګړی ښوونځی ښایې د یو ځوان لیاولتیا او د راتلونکې بریاووله پاره یوه ښه وسیله وي، او یا هم برخلاف د بریاوو مخه مو ونیسي.
- د تعلیم په وخت کې باید د کانکور له پاره چمتوالې له لسم ټولګي څخه پیل، او پور په پور دغه چمتوالی ګړندی او جلدې شي.
- د ښوونځي په دوره کې ښه خبره دا ده، چې یو زده کوونکی په ټولګي کې د لومړیتوب (اول نمره ګې) له پاره سیالي وکړي؛ نو که لومړی نه شي؛ نو دویم نمره خو به شي. د انگلیسي یو متل دي چې وايي:

**Shoot for the stars, if you fall short, you will land on the moon.**

• یعنې موخه مو ستوري وټاکې، که پاتې راغلي، نو سپوږمۍ خو به موځای وي. هر ځوان ته په کار دي چې د خپل تحصیل په اړه هوښیار او ګړندی وي، او په دې برخه کې خپلي ګړندي دندې له پخوا نه پیل او د کورنۍ او ښوونکو په مشورو په چټکه توګه پر مخ بوزي.

• هر زده کوونکی باید له (۸- ۱۰) ټولګې په دوران کې بېلا بېل مسلکونه، لکه طبابت، انجینري، زراعت، ساینس، شریعات، حقوق، ډیپلوماسي، ارات، ښوونه او روزنه او داسې نورې څانګې هره یوه وڅېړي او د هرې رشتې ښه او بد ځان ته روښانه کړي. چې کله یې یو یا دوه مسلکونه خوښ کړل؛ نو بیا دې دهغې مسلکونو له ځینو متخصصینو سره له نږدې نه د هغه مسلک د ښو او بدو، مثبتو او منفي اړخونو په اړه خبرې وکړي، تر څو خپل راتلونکی مسلک او په مسلک پورې اړوند مضمونونه په ښه او دقیقه توګه وټاکي.

• د وخته (۸- ۱۰ ټولګې کې) دغه ټاکنه، زده کوونکې ته ددې چانس ورکوي، چې د لېسې په دوره کې د هغه مسلک پورې اړوند مضامینو په برخه کې زیاته پاملرنه وکړي او ښې نومرې په کې تر لاسه کړي. زموږ د ځوانانو خورا غټ مشکل دا دی چې دوی د کانکور ازموینه ورکوي، خو پر دې نه پوهېږي چې څه غواړي ولولي. اکثراً د خپل مسلک ټاکنه هم د کورنیو په خوښه تر سره کوي. دا یوه د هاغه ستونزو نه ده چې ځوانان وروسته ځوروي. نو ددې له پاره چې ځوانان د خپل مسلک او پوهنځي ټاکنه په ښه توګه وکړای شي. زه مشوره ورکوم چې ځوانان باید د (۸- ۱۰ ټولګې په وخت کې) که شونې وي د هغه مسلک پورې اړوند پوهنځي د محصلینو، استادانو او کارکوونکو سره تفصیلي خبرې وکړي او د هغوی تجربې، خاطرې او نظریات ددې مسلک په اړه ځان ته په جدي توګه څرګند کړي. د همدې معلوماتو په رڼا کې بیا له خپل ذوق او لېوالتیا سره سم یو څانګړی مسلک غوره کړي. او دښوونځي په درسونو

کې دې بيا په هغه مسلک پورې مربوط مضامينو ته ځانگړې پاملرنه وکړي. د مثال په ډول که تاسې غواړئ چې طب پوهنځی ولولئ؛ نو لومړی د (۸- ۱۰) ټولگيو په موده کې د طب پوهنځي د محصلينو او استادانو سره اړیکې ټينگې کړي. خپل پلان ورته وويئ او له دوی څخه د اړوندو مضامينو او همدرا راز ددې مسلک په مثبتو او منفي اړخونو ځان وپوهوي. که مو تصميم ونيوه چې د طب مسلک ته لار شئ؛ نو بيا بايد د (۱۰ - ۱۲) ټولگي پورې په طب پورې مربوطو مضامينو لکه کيميا، بيولوژي، فزيک او الجبر ته ځانگړې پاملرنه وکړئ.

- دا به هم گټوره وي چې د خپل تعليم په دوران کې د (۱۰- ۱۲) پورې د هغه ځانگړي مسلک له ځينو مهمو شخصيتونو سره دوستي او ملگرتوب ايجاد کړئ، او خپل نظر او پلان ورسره شريک کړئ، او وخت په وخت له هغوی څخه لازمي مشورې او لارښوونې وغواړئ.

- دا په ځای بولم چې په دی برحه کې ددولت مسوليتونو ته هم اشاره وکړو. دولت ددې مکلفيت لري چې شاگردانو ته د تعليم په وخت کې دداسې علمي سفرونو او مسلکي پوهاويو زميني او شرايط برابر کړي.

- کله چې بيا د خپلې خوښې مسلکې پوهنځي ته داخل شوی؛ نو بيا کوبښښ وکړئ چې ددې مسلک په اړه خپل معلومات په نړۍ واله کچه تکميل کړئ. په هماغه مسلک کې د دوه درې سيمه ايزو مطرحو شخصيتونو سره او همدا راز د يوه يا دوه په ملي کچه مطرح شخصيتونو سره او بلاخره د يوه يا دوو بين المللي شخصيتونو سره اړیکې، او دوستي ټينگه کړئ. دا به تاسې ته په هماغه مسلک کې د لابرياليتوب ښه چانسونه په لاس درکړي.

- کوبښښ وکړئ چې په خپل مسلک کې يو مطرح او پېژندل شوی شخص واوسئ او له عادي زده کوونکو او محصلينو نه زيات توپير ولرئ، دا توپير تاسې په لاندي لارو

ترلاسه کولای شئ.

• په دې مسلک کې دوامداره تجربه، جدي مطالعه او منظم او په مينې سره کارکول، د هغه مسلک په اړوند د موثرو او مطرحو سيمه ايزو، ملي او بين المللي شخصيتونو سره اړيکې، په دې اړوند سيمينارونو او غونډو کې ونډې، همکاري او عملي برخه اخيستل، هغه نور عوامل دي چې ستاسې د لابرياليتوبونو زمينې برابرولې شي.

• د هغه مسلک په اړه ځانگړې موضوعاتو ته پاملرنه او د هغې په اړه نمونوي موثر او حيرانوونکې کارونه سرته رسول، لکه علمي تحقيقات، مقالې ليکل او نشرول د سيمې او په ملي کچه د مطبوعاتو سره اړيکې او د هغه مسلک د يوه مطرح ځوان په توگه تبارز کول، د خپل مسلک په اړه خپرونې، ژباړې او تاليف هغه گټور کارونه دي چې ستاسې له شهرت سره ډېره مرسته کوي. د پوهنځي په وخت کې له څو تنو استادانو سره بڼې اړيکې وساتئ او کوبښښ وکړئ چې د هغوی د اثارو د ژباړې، تايپ او لوستلو او اصلاح کولو په برخه کې مرستې وکړئ او ترې وغواړئ چې ستاسې نوم په خپل کتاب کې ذکر کړي.

کله چې زه د طب د پوهنځي د پنځم ټولگي محصل وم، ما د خپل يوه ډېر تکړه او نوميالي استاد مرحوم محمد نسيم لودين صيب د توبرکلوز په نوم د يوه ليکلې اثر په املايي تصحيح کې د هغه سره ډېره مرسته کړې وه. چې په نتيجه کې دا زما حق هم وه چې هغه بايد زما نوم په دې کتاب کې ذکر کړي واي. خو ديوې خوا زه ددې موضوع په علمي ارزښت په هغه وخت کې دومره نه پوهيدم، او د بلې خوا ممکن د لودين صيب به هم ودي ته پام نه وه شوي، نو زما نوم يې په کتاب کې نه وه ذکر کړي. نن زه د هغه افتخار نه محروم يم، چې ما زوروي. خو ددې سره سره هم د هغه کتاب تصحيح کولو ما ته دومره زياته گټه راوړسوله چې د توبرکلوز د ناروغۍ په تشخيص او تداوي کې زه د خپل نورو همصنفيانو په نسبت تکړه وم. بالاخره، د همدې تکړه توب په نتيجه

کې ماته په پېښور کې د توبرکلوز په څانگه کې د کارکولو زمينه، او په دې برخه کې زما د خپل يوه اثر د ليکلو شرايط را برابر کړل. دا هم زما له پاره يوه سرلوري ده.

• د يو فعال شخص په توگه تل د خپل مسلک په اړه په ملي او بين المللي کچه نوې خپرونې او اختراعاتو نه ځانونه خبر کړئ، او وخت په وخت هغه د رفرنس په توگه د راډيو او تلويزيون او اخبار له لارې وړاندي کړي.

• کوشنې وکړئ چې په خپله سيمه کې په رسنيو کې د خپل مسلک د يو پېژندل شوي شخص په توگه په مصاحو او پروگرامونو کې ونډه واخلي.

• خپل ځان د داوطلب په توگه وټاکئ او په ښوونځي او نورو ځايونو کې د خپل مسلک په اړوند خلکو ته کنفرانسونه ورکړئ. په مسلکې کار کې جدي او پابند اوسي. او په خپله دنده کې دخپل ټول اخلاص او رښتينولې نه کار واخلي. دا په د لوړو مقاماتو توجه ستاسې په اړه د علمي او عملي کار په نتيجه کې را جلب، او په مسلکې لحاظ په دا تاسي ته ډېره گټه ورسوي.

۳۹ - د کار په اړه پلان:

لکه څرنگه چې تعليم او تحصيل د مسلک په غوره کولو کې رول لري، همدراز مسلک هم د کار په نوعيت او محيط په غوره کولو کې رول لري. د کارځای هغه محيط دې چې مور او تاسې هره ورځ په کې د ژوند درېيمه برخه (هره ورځ اته ساعته) تېروو. نو دا ډېره مهمه ده چې دکار په اړه لاندي دري شيان (د کار نوعيت، محيط او خلک) د سړي په مزاج برابر وي؛ نو بيا به کار ستاسې په زړه پورې او نه ستومانونکي وي. که له دغو درې واړو څخه يو يې هم له مزاج سره برابر نه وي؛ نو بيا کار ستومانونکي او ځورونکي کېږي.

• دکار د انتخاب له پاره اولين شرط د مسلک غوره کول دي. د مسلک غوره کول، يا د لوړو تحصيلاتو د رشتې انتخاب يو خورا مهم کار دي، او بايد چې پوره توجه ورته

وښې. چې د رشتي د انتخاب له پاره بیا وختي تیارې لکه پورته چې ذکر شو، ډېر ضروري دی.

- د مناسب او موزون کار او د ښه محیط پیدا کول یو ضروري موضوع ده. متاسفانه زموږ په هېواد کې خلک هر هغه کار کوي، چې ورته پیدا شي او بیا په کار کې هم څه دومره ورته مهمه نه ښکاري چې کار څنگه پر مخ ځي؟ خو زه ځوانانو ته توصیه کوم، چې د کار د غوره کولو او د کار د محیط په اړه خپلې دندې په ښه توګه ادا کړي او د ځان له پاره یو موزون او له خوښې سره برابر کار پیدا کړي.
- هرڅومره چې تاسي په خپل کار او مسلک کې بریالي، او پېژندل شوې شخصیت یئ، په هماغه اندازه به تاسو ته د نوو کارونو وړاندیزونه زیات وي، نو تاسي به د خپل نوي کار په غوره کولو کې لازيات بررسي ولرئ. ځکه ډېر خلک او ډېر مؤسسات به ستاسي د جلبولو سره علاقه ولري.
- لکه څومره چې ښه کار او د کار ښه محیط او خلک تاسو ته مهم دي، همداراز د موسسې او نورو کارکوونکې و له پاره هم دا مهمه او ګټوره ده چې تاسې له هغوی سره خوښ او خوشاله یئ. نو پخوا له دې چې یو کار ومني، دا به ښه وي چې لاندې معلومات مو تر لاسه کړي وي.
- ایا دغه کار ستاسې له مسلک او خوښې سره برابر دی او کنه؟ که برابر نه وي نو کوښښ وکړئ، چې له هغه کار نه تېر شی.
- د خپل مسلک څخه بهر کارونه، ولوکه ډېرې پیسې هم درکوي، مه غوره کوی ځکه دا بیا تاسې بې مسلکه کوي او وروسته به بیا پرې پښېمانه یئ. په افغانستان کې د جنگ او غریبانو د راتګ نه وروسته، یو لوی مصیبت هم د افغانانو بې مسلکه کول دي. د ان، جي، او (NGO) سیستم چې د افغانستان غوندې وروسته پاتې او قبیلوي ټولني له پاره د یوه قوي مرکزي سستم پر ځای یو زهرجن سستم دی.

- دی ان جي اوگانو له کبله اکثره افغانان د جگو تنخواگانو په وجه دي ته وهڅول شول چې خپل مسلکونه پرېږدي او په نا مسلکې کارونو کې لگيا شي. چې زه هم د همدغو قربانيانو څخه شمېرل کېږم، ددې کبله چې زه ددې ضایعې له لاسه زورېږم، او نه غواړم چې تاسې هم وزورېږي، نو دادې تاسې ته دا موضوع لیکم..
- ایا تاسې د خپل کار محیط، خلک او ساحه کتلې ده کنه؟ که مو نه وي کتلې، کوبښن وکړئ چې د کار د قبلولو نه مخکې دوه درې ورځې هلته داوطلبانه کار وکړئ. تر څو وگورئ چې ددغه کار، محیط او خلک ستاسې د طبیعت سره برابر دي او کنه؟ که لږ شان هم ناراحته وئ د هغه کار له له منلو تیر شی.
- ایا په دې کار کې چې تاسې ورته کانديد یئ، ستاسې د لور او پورته مقام ته د تللو چانس شته او کنه؟ که نه وي نو ترې تیر شی.
- ایا په دې کار کې تاسې له ځینو چلینجونو او ابتکاراتو سره مخ یئ او کنه؟ که نه وي نو ترې تیر شی. په کار کې علمي چلنجونه ستاسې د علمي پرمختګ او شخصیت د لوړوالي سره مرسته کوی.
- ایا ددې موسسې د فرهنگ په اړه مو معلومات تر لاسه کړي دي او که نه؟ (هره موسسه ځانته ځانګړی سیستم لري چې هغه د هغې موسسې فرهنگ جوړوي. مثلا ځنې موسسات ډېر فارمل (قید، منظم او جدي) وي چې د لباس نه نیولې، چې هغه منظمه درویشي، نکتايي وي، تر د مشر سره د کتلو او خبرو کولو پوري ځان ته یو ځانګړي جدي سیستم لري، چې دي ډول موسساتو ته د فارمل فرهنگ لرونکي یا **formal**) موسسات وایي، اما برعکس، بیا یو شمیر نور موسسات، نسبتا یو څه نرم، او ازاد سیستم خوښوي، چې په هغوی کې لباس هم نسبتا ازاد، او د امرینو سره لیدنه کتنه هم نسبتا اسانه او ازاده وي، چې دي ډول موسساتو ته ازاد یا **casual**) موسسات وایي. ایا ددې موسسې دغه کاري فرهنگ، د موسسې د مشر او ستاسې د

سوپروايزرانو يا امر رويه اوسلوک ستاسې له پاره د منلو او قبول وړ ده او کنه؟ که نه وي نو ترې تير شئ.

• ايا ددې کار په محيط کې تشويق، ترغيب او ستاينه شته او کنه؟ که بې نه لري؛ نو بيا له دې ځای څخه تير شئ.

• ايا تاسې د خپل امر او د موسسې د عمومي امر سره ځان په خبرو کې ارام محسوس کړې او کنه، کنه نو د هغې کار نه تير شئ

پخوا تر دې چې نوي دنده قبوله کړئ، ددغو لاندینو پوښتنو کول ضروري او گټور دي:

✓ له انټرويو کونکې څخه وپوښتئ چې ايا دا موسسه کوم تشکيلات لري او که نه، او ايا زه کولاي شم چې هغه وگورم؟

✓ پدې تشکېل کې زما ځای، پوزيشن، (پوست) چپرته دی؟ زه څوکسانو او چا، چا ته مسوليت لرم، او د څوکسانو او چا، چا د څارنې مسوليت لرم؟

✓ ايا په دې مؤسسه کې ارزيايي کله صورت نيسي او د ارزيايي سستم څنگه دی؟

✓ ايا پدې مؤسسه کې تشويق، ترغيب، ارزونه او لارښوونه شته که نه؟

✓ ايا پدې مؤسسه کې زما د پورته تلوو چانس څومره دی. زه غواړم چې دلته د ډېرې مودې له پاره پاتې شم، نو ځکه غواړم پوه شم چې زما د پورته تلوو حدود او امکانات څه دی؟

• د کار ښه پلان دادی چې سړی له ځان سره داسې يو نقشه ولري چې په کوم عمر کې څه ډول مقام ته ورسېږي. دا مقام کېدای شي چې په کار کې د مقام په لحاظ معنایي مدیریت، ریاست او وزارت، او يا هم په کار کې علمي او مسلکې لاسته راوړنې لکه علمي رتبې، لیکنې او اختراعات او نور وي.

• هر ځوان ته په کار دي؛ چې په کار کې پرله پسې مثبت بدلون ولري، دا بدلون به ښه وي، چې په عين کاري محيط کې پرمخ لاړ شي؛ خو که ايجاب وکړي د محيط

- بدلول هم تر محدوده اندازې پورې کوم زیان نه لري.
- وخت په وخت په خپل کار کې د خپلو امرینو (سوپروایزر، مینجر، او لوي ریس) سره د ځانگړو ملاقاتونو له پاره، ددوي د رتبو په ترتیب، وختونه واخلي. په دې ملاقاتونو کې د خپل امرینو څخه د خپل کړو و وړو په اړه وپوښتي. ددوي نه په روښانه توگه دا و پوښتي چې (ما اوس له تاسو سره کافي وخت کار وکړ. زه ستاسې د لارښوونو نه راضي او په خپل کار کې خوشحاله یم. خو زه غواړم چې ستاسې څخه د خپل ځان او په کارونو کې زما د اجراتو په اړه واورم. زه غواړم چې په خپلو نیمگړتیاو پوه شم، او د هغوی د اصلاح کولو او ښه کولو په اړه ستاسې لارښوونې او مشورې واورم) که ددوي نظر مثبت وه، ترې غوښتنه وکړي چې که امکان ولري خپل دغه نظر په لیکلې توگه تاسو ته درکړي. دا به بیا وروسته یو وخت ډېر ستاسې په درد وخورې. او که یې نظر منفي هم وي، هغه په پوره غور او مکمله توگه واورې، او که کومه غلط فهمې (نادرستي) پکې موجوده وي، د هغې د روښانتیا له پاره ترې په اخر کې په ارامه اجازه وغواړي، او هغه ورته په سره سینه تشریح کړي، نو ددې ناستې حد اقل گټه خو به دا وي چې هغه غلط فهمي به له منځه یوسي.
  - خپل کارونه ژر ژر مه بدلوی، ځکه دا بیا ستاسې په راتلونکې کار کې ستاسې په بې ثباتې حسابېږي. نو ددې له پاره چې مو ددې مشکل مخنیوي کړي وي، نو د هر کار په قبلولو کې خپله کورنې دنده په ښه توگه ترسره کړي. یواځې هغه کار قبول کړي چې یې تاسو په ښه توگه ترسره کولای شئ، او هغه ستاسې د ژوند د فلسفې سره برابر وي، او په کولو کې یې تاسې راحت یئ. هېڅکله هم هغه کار مه قبلوی چې یا ستاسې د ژوند د فلسفې سره برابر نه وي، او یا یې تاسو په کولو کې ځان راحت نه محسوسوي.

کور او موټر هم د انسان په ژوند کې ارزښتمن او مهم انتخابونه دي. د نوبت په لحاظ لومړی موټر او بیا کور اخیستل او وروسته بیا واده کول ښه اصل دی؛ خو دا ضرور نه ده چې په همدې ترتیب دې وي. د موټر اخیستل کوم لکسیت نه، بلکې د یو ښه شخصیت او د یو با پلانه او موفق ژوند یوه ښه ده. د موټر درلودل که ښه وکارول شي اکثرا تاسې ته د لا اجتماعي اړیکو، ښه کارونو او نورو بریالیتوبونو مخه پرانیزي.

په یاد ولري چې د انسانانو په ژوند کې تر ټولو گرانو کارونو څخه هم یو د پیسو سنبالول دي. ځني پوهان وايي چې د پیسو گټل گران، خو ساتل یې تر هغې هم گران دي. انسانان په مجموعي توگه دي ته میلان لري چې هر څومره پیسي چې پیدا کوي، هماغومره مصرفوي. خو که تاسې لږ وخت په ځان یو څه تکلیف ومنې او د یو څه لکسیت نه تیر شي، نو ډېر ژر به د یوه هوسا ژوند خاوندان شي.

هر ځوان باید پلان ولري چې د درې کلو کار کولو په اوږدو کې اقلا خپل لومړنی موټر چې هغه ډېر قیمتي او لکس نه وي واخیستی شي. بیا دې تر پینځه کلن کار پورې هغه په یو متوسط موټر او تر لس کلن کار پورې دې یې په یو ښه او لکس موټر بدل کړای شي. د موټر اخیستلو ښه طریقه به داوي چې:

دمجردی په دوران کې له هر معاش څخه تقریبا ۲۵ فیصده موټر ته وقف کړي او که سړی متاهل وي نو بیا دې ۱۵ فیصده د موټر له پاره جدا کړي.

او یا دی د موټر اخیستلو په خاطر دې یوه ځانگړې دویمه وظیفه شروع کړي، او د امکان په صورت کې دې ددې وظیفې ټول عاید او که نه تر اویا فیصدو پورې دي د موټر له پاره اختصاص کړي. همپس خو په لومړي سر کې حتما داسې موټر واخلي چې د ټپلو مصرف یې کم او ترمیمات یې ارزانه وي.

په دي اړه بله مشوره دا ده چې: تاسې لومړی یو موټرسایکل واخلي، او بیا تدریجا یو څه نوري پیسې هم ذخیره کړئ او دهغو پیسو او د موټرسایکل د پیسو نه په گډه بیا یو ارزانه

موټر واخلي.

په دې اړه بله مشوره داده چې خپل موټر او کمپوټر هېڅکله هم بل چاته د چلولو او يا خوهم په کمپوټر د کار کولو اجازه مه ورکوي. تجربو دا ثابته کوي ده چې دغه وسايل، يوازي هلته ښه کار کوي چې په يو لاس استعمال شي.

#### ٤١ - دکور اخيستلو پلان:

د کور اخيستل لږ څه داوږدې مودې پلان او يو څه زياتو امکاناتو ته ضرورت لري. خو مؤثر او ښه پلان جوړول، کولای شي چې ستاسې له پاره د کور د اخيستلو موده راکمه او د کور اخيستل کم ستونزمن کړي. خپلوان ټول اخلاقي مسووليت لري، چې په کورنۍ کې د هر ځوان له پاره د تعليم، تحصيل، موټر يا کور په اخيستلو او واده کولو کې لازمه او مناسبه ونډه واخلي. دغه ونډه بايد بلا معاوضې وي. که ستاسې په کورنۍ کې دغه سيستم وجود نه لري، زه له تاسو غوښتنه کوم چې دا سيستم پيل کړئ. د واده او کور اخيستلو له پاره قرض اخيستل جواز لري؛ خو په دې شرط چې تاسې د هغې د بېرته ورکولو له پاره يو مناسب او عملي پلان سنجولای وي.

د کور اخيستل هم د موټر په څير پلان کړي. يعنی اول يو وړوکى او نسبتا ارزان کور او وروسته بيا په مناسب وخت کې ښه او په خپله طبعه برابر کور جوړ کړي. د کور په اخيستلو کې د خپلې ونډې له پاره اقلا له (٣ - ٥) کلونو له پاره پلان ونيسئ، او د خپلې تنخوا %٢٥ د کور د اخيستلو له پاره ذخيره کړئ، چې بيا د کور له اخيستلو وروسته بايد همدا (%٢٥) د دوستانو او نورو لږې خپلوانو د قرضونو خلاصولو ته وقف کړئ. هغه پيسې چې يې تاسې د لږې خپلوانو او دوستانو څخه د قرض په توگه را اخلي، هغه هم په دقيقه توگه وسنجوئ، او په مناسب اندازه يې په نږدې او لږې خپلوانو او دوستانو ووېشئ. د هغوى هر يو د مالي توانمندی سره سم د هغوى ونډه ورمعلومه او ورته اقلا يو کال دمخه ووايئ

چې تاسې د هغې مرستې ته ضرورت لرئ او ستاسې توقع ددوی څخه څومره ده، او کله باید تاسې ته هغه پیسې تیارې کړي. خپله دغه غوښتنه ورته ۶ بیا میاشتي، او بیا ۳ میاشتي، او بیا یوه میاشت مخکې د وعدې نه، ورپه یاد کړئ. دا وریادول دوه گټې لري: د یوی خوا هغه متوجې کوي چې خپل ځان آماده کړي، او د بلې خوا. که چېرې د هغه په تصمیم او یا توانمندی کې کوم تغیر راغلی وي، نو تاسې به پرې په مناسب وخت کې خبر او د هغې په عوض به کوم بل مدرک په کار واچوې، تر څو د ناڅاپي کمبود سره مخ نه شې.

د کور د اخیستلو له پاره د یو شمېر نږدې خپلوانو له خوا یو څه بلاعوضه مرسته ترلاسه کړئ، خصوصاً په دې برخه کې د مور وپلار ونډه، د وروڼو او خویندو ونډه لازمي، ضروري او جدي ده. تاسې کوښښ وکړئ چې د خپل کور د اخیستلو له پاره د خپل نقشي او پلان له مخې یې د مخکې پیسې و سنجوي (معمولا د مخکې قیمت د کور د ټول تمام شوي قیمت درېیمه برخه وي). ددې پیسو درېیمه برخه د خپلوانو نه وغواړئ. او هغه بیا په خپلوانو په یو مناسب تناسب (چې د دوی د توان او دخپلوي د اړیکو له مخې سنجول شوي وي) اقلایو کال دمخه حواله کړئ. د مثال په توگه که د کور ځمکه سل زره (۱۰۰۰۰۰) افغانۍ وي او ستاسې په خپلوانو کې یوازې لس تنه داسې وي چې له تاسې سره مرسته وکړي، نو ددې پیسو درېیمه برخه په مور او پلار، او درېیمه برخه یې په وروڼو او خویندو، او پاتې درېیمه برخه یې په نورو خپلوانو حواله کړئ. خو دوی ته اقلایو کال دمخه د دوی ټاکلې ونډه وښيي او ورته ووايي چې تاسې په کومه — نېټه دې پیسو ته اړتیا لرئ.

د کور د ابادۍ پیسې چې معمولا د ځمکې د قیمت دوه چنده وي، نو د هغې نیمایي باید تاسې په خپله آماده کړئ او نیمایي نورې یې له ځینو دوستانو څخه د یوې اوږدې مودې (پینځو کلونو) له پاره د قرض حسني په توگه ترلاسه کړئ. له هر چا څخه په زغرده غوښتنه وکړئ. ولې غوښتنه مو باید غوڅه او عملي وي، او هغوی ته د بېرته ورکولو پلان،

وخت او طریقه هم په واضح توګه ورته وویي. که وتوانېږئ دغه پیسې له خپل وخت څخه دمخه بېرته ورورسوي، دا به لا ښه کار وي. او که د پیسو په بیرته ورکولو کې کوم خنډ او ځنډ پیدا شو، نو هغه مشکل فوراً هغه کس سره شریک کړي، تر څو هغه هم د خپل ځان لپاره کوم بل پلان وسنجوي.

که تاسې په یوه وخت کې ځمکه اخستل او کور ودانول دواړه نشئ کولای، نو دا پروا نه کوي چې یو ځل ځمکه واخلي او بیا د درېو کلو په دننه کې پرې کور جوړ کړئ. خو که د کور جوړل پرې د درېو کلو نه زیات وخت نیسي نو بیا ښه خبره داده چې د محکمې د اخستلو نه تېر شئ، او هماغه پیسې په کوم کاروبار کې بندې کړئ تر څو ښه ګټه درته راوړي.

د کور په جوړولو کې تل د راتلونکې پلان په نظر کې ولری یعنې په دې معنا چې که امکان ولري، حد اقل د یوه یا دوه نسله د کورنۍ د غړیو د ګډ اوسېدو او د امکان په صورت کې د سره نږدې او جدا اوسېدو شرایط ولري. یعنې ابادې یې داسې جوړه شوي وي، چې که تاسې دوه یا درې زامن ولری، نو هغې هر یو ته دوه یا درې کوټې د کور په یوه خوا کې ورورسېږي. تر څو پرته د جنگ او جنجالونو نه په کې جدا اما یو له بل سره نږدې ژوند وکړای شي.

د کور د اخیستلو یوه بله ښه طریقه داده چې لومړی کور داسې یو کور واخلي چې په کې له یوې خوا ستاسې ګوزاره وشي او له بلې خوا یې وکولای شي یوه برخه په کرایه ورکړي او چې کله مو ځان ته بل کور جوړ کړ، نو بیا دا کور خرڅ نه کړئ، بلکه هغه په کرایه ورکړای شي. تر څو د نوي کور دقرض په خلاصولو کې له تاسې سره مرسته وکړي. او د بلې خوا که ستاسې د بچپانو شمیر زیات شي، نو دغه کور به هم د یوه یا دوو تنو له پاره د جدا اوسېدو شرایط برابر کړای شي.

## ۴۲ - د واده له پاره پلان:

واده هم د انسان په ژوند کې تر ټولو یو مهم، جدي او قیمتي کار دی، چې تر بل هر څه بڼه پلان کولو ته ضرورت لري. د واده په اړه یو شمېر زیات موضوعات د واده په برخه کې ذکر شوي دي؛ خو هغه څه چې د واده په پلان پورې اړه لري، دلته راوړو:

بڼه خبره به دا وي، چې هر ځوان د خپل واده په اړه مشخص او ټاکلې نقطې لکه له څرنګه یو کس سره باید واده وکړم؟ په کوم عمر کې باید واده وکړم؟ او د واده مراسم او ترتیبات مې دې څرنګه وي؟

نن سبا ودونه د ځینو ناضروري رواجونو په وجه ډېر ګران شوي دي. زما توقع او امیددا دی چې تاسې دیوه مبتکر ځوان په توګه د واده یو ډېر درونداو خوشاله پروګرام ولری، ولې د یو شمیر بېځایه قیمتي کارونو مخه ونیسئ.

که تاسې له خپل ځان سره روښانه او غوڅه فیصله ولری چې د څرنګه مشخصاتو لرونکې شخص سره واده کول غواړئ نو بیا یې پیدا کول شونې او اسان دي. خو که تاسې نه پوهېږئ چې څه غواړئ نو پیدا کول به یې هم ګران او نا شوني وي.

پر خپل هدف د روښانه پوهېدو په صورت کې خپله ټوله پاملرنه او امکانات د هغه په لور معطوف کړئ. دا چې تاسې څرنګه وکولای شي چې د خپل خوښی د کس کورنۍ دي ته وهڅوي، چې ستاسې مرکه ومني، ځانته ځانګړي تکتیکونه لري، چې دا تکتیکونه د هر شخص په برخه کې فرق کوي. تاسې کولای شي د لیکوال نه چې په دي برخه کې د کامیابو مشورو په اړه په نړۍ واله سطحه شهرت لري، ځانګړي سلا مشوري واخلي.

کله مو چې له زړه سره برابر نفر پیدا کړ بیا د هغې د لاسته راوړلو له پاره پوره تحقیقات ترسره کړئ. او دهغې د کورنۍ د غوښتنو سره برابر ځان عیار کړئ.

د خپل واده مصارف په لاندې ډول پلان کړئ:

اول : د واده په مراسمو کې بڼه او مناسب نوښتونه راوړئ، چې د قیمتي واده په عوض

ستاسې واده دروند او خوښوونکی وي.

دویم: د واده مصارف هم په درې برخو ووېشي. اوله درېیمه برخه یې خپله د درېو کلو کار په اوږدو کې تهیه کړئ، چې باید د مجردتوب په صورت کې ستاسې له عایداتو څخه ۲۵% واده ته گوښه شوي وي یعنې په دې توګه د کار له شروع څخه (۲۵%) د موټر له پاره، (۲۵%) د کور له پاره او (۲۵%) د واده له پاره جدا کړئ. او پاتې ۲۵% یې د ورځني لګښتونو له پاره استعمال کړي. کوشنښ وکړئ چې اول هدف په درې کالو کې ترسره کړئ، نو بیا د دویم او درېیم هدف له پاره (۳۰) (۳۰) فیصده ذخیره کړئ او د اول هدف نه پاتې (۱۵%) یې د اول هدف په قرض کې ورکوی او یا هم ممکن ستاسې لګښت له (۲۵%) نه تر (۴۰%) فیصده زیات شوي وي.

درېیم: اول درې کلو کې موټر واخلي، په دویمو درې کلو کې کور واخلي او په درېیمو درې کلو کې واده وکړئ..

د واده له پاره هم تاسې باید لومړی درېیمه برخه پیسې خپله ولرئ او دویمه درېیمه برخه نورې یې د خپلې کورنۍ څخه په بلاعوضه توګه واخلي، او وروستي درېیمه برخه یې له خپلو دوستانو څخه د اوږدې مودې له پاره په قرض واخلي. (۵ کلو له پاره). خو د واده نه وروسته بیا ددې قرض ادا کول تر ټولو لومړیتوب لري.

که تاسې کور له واده نه وروسته اخلي، نو کولای شئ چې په دې برخه کې یوه مناسبه بلاعوضه او یا باعوضه ونډه د خپلې خسرګنۍ او اوښو پر غاړه هم کېږدئ. لیکن دا ونډه باید روښانه او معلومه او شرایط یې عملي وي.

۴۳ - د تقاعد له پاره پلان:

تقاعد هم د ژوند یوه داسې مرحله ده، چې پکې یو انسان د کار توان له لاسه ورکوي، ولې د ژوند لګښتونه دوام پیدا کوي. دا ډېره مهمه ده چې د تقاعد په وخت کې هم سړي په

خپل ځان متکې واوسئ او دخپلې کورنۍ له پاره پټې نه شی. نو ددې له پاره چې تاسې او ستاسې مېرمن د تقاعد په وخت کې هم یو ابرومند ژوند ولري، لاندې تدابیر نیول فوق العاده ضروري او جدي دي:

۱. کوبنس وکړئ چې د خپل کار په وخت کې حداقل ځان ته داسې یو کور ترلاسه کړئ چې د تقاعد په وخت کې د هغې کرایه نه وي، او یا نور کوم قیمت ورباندې پاتې نه وي. او تاسې په کې مفته واوسېږئ.

۲. د تقاعد نه مخکې ځان ته داسې یو دویم کور پیدا کړئ چې د تقاعد په وخت کې تاسې د هغې حداقل نظارت وکړئ، ولې تاسې د هغې د کراه نه د ورځنیو لگښتونو پیسې ترلاسه کړای شئ. یعنې د هغه کور یوه برخه په کرایه ورکړای شي.

۳. د تقاعد له پاره یو څه پیسې د کار د لس کلنۍ نه وروسته د هر کال د عایداتو ۵٪ فیصده ذخیره کړئ، او په یوه مناسب ګټه کوونکې حساب کې مو باید ایښي وي، او یا مو چاته په مضاربت ورکړې وي. یو بله ښه طریقه داده، چې په همدې پیسو یو دویم کور واخلي او په کرایه یې ورکړئ او یا هم ځمکه پرې واخلي چې دوامداره حاصل درته وکړي.

۴. کله چې ستاسې بچیان لوي او واده شول، او تاسې لا کار کوي، نو بیا د خپل عایداتو څخه یوه غټه برخه (۳۰-۴۰ فیصدو پوري) د خپل تقاعد له پاره بیلې کړي.

۵. په خپلو بچیانو هر یوه چې په کار ودرېدلی وي یوه لازمه اندازه پیسې پرې وټاکئ چې هره میاشت یې په منظمه توګه ستاسې حساب ته واستوي، دا پیسې باید ثابتې، دوامداره او عملي وي، چپاندازه یې د (۱۰-۱۵ فیصده د هغوی د تنخوا به ښه ونډه وي).

۶. له خپل مرګ نه وروسته د خپل جایداد پیسو او اموالو د تقسیم له پاره یوه لیکلې وصیتنامه ولرئ، چې په شرعي او قانوني توګه د قبلولو وړ وي. څو ستاسې له مرګ نه وروسته، ستاسې د کورنۍ د غړيو ترمنځ د جنجالونو مخه ونیسي.

۷. د تقاعد په وخت کې عمده لگښتونه (د کور کرایه، خوراک او صحي چارې) دي. کونښن وکړي، چې د صحي چارو له پاره يا بيمه ولري او يا هم يوه مناسبه اندازه پيسې مو منظمې پلان کړي وي.

۸. د تقاعد په وخت کې گرځېدل او کار کول ډېر گټور دي کونښن وکړي چې تر خپل اخري وسه کار وکړي، او په کار کولو کې شامل اوسي. دا ستاسې تندرستيا، روغتيا او خپلواکي ته ډېره گټه رسوي.

۹. د خپل ځان او خپلې بڼې د مرگ، تکفين او تدفين له پاره ټاکلې اندازه پيسې، کفن او يو څه خوراكي مواد مخکې له مخکې نه سپما کړي؛ تر څو د ناخپلي مرگ په مهال ستاسې په کورنۍ ډېر زور رانشي

## یوولسم څپرکی

### د ځوانانو د ژوند مهم اړخونه، او د هغوی په اړه اړینې مشورې

۴۴ - د اقتصادي موضوعاتو په هکله:

سره له دې چې پیسې او مادي امکانات د ژوند د مهمو او اساسي اړتیاوو څخه دي، اما یوازې پیسې نه شي کولي چې د انسانانو د نېکمرغۍ او خوښۍ سبب وگرځي. خو ډېر خلک د پیسو د پیداکولو له پاره د ژوند ځینې ډېر خوندونه او چانسونه هم له لاسه ورکوي، چې بیا نه پیسې او نه نورې هلې ځلې کولي شي چې د هغې جبران وکړي.

نو ځوانانو ته په کلکه سپارښتنه کوو چې د پیسو له پاره خپل د ژوند نورمهم او ارزښتناکه اړخونه تر پښو لاندې نه کړي. په دې برخه کې ځوانانو ته لاندې مشورې گټورې بولم:

۱. له ځوانانو څخه هیله کوم چې د پیسو پر ځای زده کړې او تحصیل ته لومړیتوب ورکړي. پیسې هر وخت پیدا کېدای شي، خو زده کړه او تحصیل ځان ته ځانگړې وخت او شرایط لري. نو په هېڅ قیمت د تعلیم وخت ضایع نکړئ، او د پیسو له پاره تعلیم پرېښودئ. که مو د تعلیم وخت په پیسو پسې تېر کړ او له علم او تحصیل څخه وروسته پاتې شوی، نو بیا به مو ټول ژوند پرېشانه، د لږو پیسو نوکر او د ټول عمر له پاره به په پیسو پسې سرگردانه اوسي. همدا اوس مو وخت دي چې زده کړې او تحصیل ته پوره پاملرنه وکړي.

۲. د نړۍ په ډېرو هېوادونو کې ځوانان له یوې خوا زده کړې او تحصیل کوي او له بلې خوا هره ورځ څو څو ساعته کار کوي چې د خپل ژوند لگښتونه پوره کړي. ولې زمونږ ډېر ځوانان یا خو د لمر پتاوي کوي او یا خو هم خپل طلايي وخت د نورو په غیبت کولو تیروي. زه د خپل هېواد ټولو ځوانانو نه هیله کوم چې د افغاني ټولنې له دغې منفي کلتور سره پرله پسې عملي مجادله وکړي. ځان ته هره ورځ ۴ - ۶ ساعته داسې کارونه پیدا

کړې چې له یوې خوا یو څه لاس ته راوړي او له بلې خوا ستاسې په مسلکې پرمختګ او ټولنیزو پیژندګلوی کې ګټور وي. که مسلکې کارونه داوطلبانه هم وي دا به ستاسې په ګټه وي.

۳. د پیسو د سنبالولو په برخه کې هم ځینې لارښوونې اړینې بولم. زموږ په ټولنه کې زیات داسې خلک شته چې ډېرې پیسې پیداکوي، خو د پیسو د ساتنې د مهارت د نشتوالي له کبله، هغه پیسې ترې په لږه موده کې تار و مار شي، او د اړتیا پر وخت یې بیا یې لاس تنګ او یو او بل ته اړ وي. ډېر کم داسې خلک به وي چې پیسې په سمه توګه سنبالې کړای شي. د پیسو سنبالول یو ځانګړی مهارت دي. ددې له پاره چې تاسې ځوانان خپلې پیسې ښې سنبالې کړای شي، غواړم د خپل مرحوم پلار (حاجي سراج الدین خان) نصیحت له تاسو سره شریک کړم:

زما مرحوم پلار راته ویلي وو چې: زویه! همپش خپله ټوله ګټه په درې برخو وېشه: لومړۍ برخه یې د پور د خلاصې له پاره ورکړه (یعنې د خپل مور او پلار او نورو خپلوانو هغه قرض ادا کوه، چې یې په تا مصرف کړي او ته یې را لوی کړي یې). دوهمه برخه یې پور ورکوه (یعنې چې دا برخه یې د خپلو بچیانو په تعلیم او روزنه ولګوه، او یا یې د هغوی له پاره سپما کړه)، او درېمه برخه یې په خپله خوره (یعنې له خپلو عایداتو سره برابر خپل ژوند تېروه). مه دومره شوم اوسه چې ژوند دې تریخ وي او مه دومره لګښتي او بدخرڅه اوسه چې بل چا ته اړ شي.

سره له دې چې زما پلار هېڅ تعلیم نه درلوده، خو زه پر دې پوره عقیده لرم چې د هغه دا خبره د کاني کرښه او د دنیا د ډېرو لوړو فیلسوفانو د سطحې خبره ده. د هغه مبارک دا خبره نه یوازې زما په اړه، بلکې د هر انسان په برخه کې د تطبیق وړ او د هر چا له پاره یوه عالیترینه توصیه ده. نو په دې وسیله له تاسې هر یو څخه دا غوښتنه کوم چې د هغه دغې عظیمې توصیې ته نه یوازې په خپل ژوند کې عملي جامه ورکړئ، بلکې د هغه دغه ټولنیز

وصيت خپلو نوروملگرو، دوستانو، او راتلونکو نسلونو ته هم ورزده کړئ. نو هر ځوان ته توصيه داده چې خپله ورځنۍ گټه پر دريو برخو ووېشي: يوه برخه يې د خپل مورويلاز له پاره وټاکي، يوه يې د خپلو بچپو له پاره وساتي، او په دريمه برخه يې په خپله مزې چرچې وکړي.

#### ٤٥ - د کار په اړه سلا مشورې:

لکه چې دمخه مو وويل، کار د هر انسان د ژوند او معيشت د برابرولو او په منظمه توگه د مصروف پاتې کېدلو يوه مهمه وسيله ده.

ددې له پاره چې موږ هر يو د ژوند يوه زياته برخه وخت په کار کې تېروو، او همدا کار دي چې زموږ د ژوند اړتياوې را پوره کوي. نو له دې کبله داگټور بولو چې په دې برخه کې هم ځوانانو ته اړينې او ضروري لارښوونې وکړو. د کار په برخه کې تر هر څه مهم د کار ټاکل دي. د خپل کار په غوره کولو کې بايد له ډېر غور څخه کار واخلي. تر هر څه لومړی د ښوونځي په دوره کې د زده کړې د څانگې ټاکنه بشپړ ارزښت لري. په دې برخه کې د لازمو معلوماتونو راټولول او له مسلکې خلکو سره مشورې کول ارزښت لري. د ښوونځي په دوران کې بايد تاسې داسې يوه څانگه ولولئ چې د هغې سره څانگړې مينه او لېوالتيا ولرئ. او بيا د عملي کار په وخت کې بايد ځانته د کار ښه يو مطابقت لرونکې ځاي وټاکئ او د عملي کار په وخت کې بايد چې په خپل کار کې دومره صداقت، هوښيارتيا او لېوالتيا ښکاره کړئ چې له فراغت سره سم هغه ځاي تاسې ته په خپله کمپنۍ کې د کار کولو بلنه درکړي. او يا خو هم د ښه عملي تجربود ترلاسه کولو له پاره له هغې څخه گټه واخستلي شئ. د کار په برخه کې نورې عمومي مشورې په لاندې ډول وړاندې کوو:

- د کار په اړه تر ټولو اول او تر ټولو مهم اصل دادي چې تاسي بايد د هماغه اول کار د اول وخت نه ددې تصميم ولري چې غواړي د ټول عمر له پاره د خپل کار په محيط

کې امر پاتې کېدل غواړي، او که معدون پاتې کېدل. ځما مشوره به داوي چې د هماغه اول وخت نه ددې اراده وکړي چې تاسو غواړي په خپل راتلونکې عمر کې په هر کار کې امر اوسي نه معدون. ددې له پاره چې دا کار تر سره شي، اولين کار دادي چې تاسي بايد پدې پوه اوسي چې په خپل کار کې امر کېدل لاندې څو شيانو ته تړاو لري.

- 1) په چارو کې پرله پسې لېوالتيا
  - 2) په کار کې صداقت او اخلاص، او د وخت پابندي، او حتا کله چې ضرورت وي اضافه کاري
  - 3) دکار په ټولو اړخونو ځان پوهول
  - 4) په کار کې د نورو سره همکاري
  - 5) دکار د امرينو اطاعت مندي او د هغوی لارښوونو ته توجه کول
- که تاسي د يوې لنډې مودې له پاره دغه اساسات تر سره کړل، ډېر ژر به د خپلو امرينو توجه ځان ته راجلب او په خپل کار کې به د امریت په لوري خپل پراونه شروع کړئ.
- خپل هر کار په پوره صداقت، پاملرنه او امانتدارۍ سره سر ته ورسوئ.
  - داسې فکر کوئ چې ستاسې امر هر وخت تاسې گوري.
  - خپل کار ته وختي ځئ او پر خپل وخت له کاره رخصتېږي.
  - د خپل کار ځاي او محيط پاک ساتئ.
  - د کارسامان الات په خپلو شخصي کارونو کې مه کاروئ.
  - د بل نوي کار تر پيدا کېدو د مخه، هېڅ کله هم خپل زور کار مه پرېږدئ.
  - هر وخت د نوي کار او نوي چانس په لټون کې اوسئ.
  - په خپل کار کې د ښو کارونو د سرته رسولو په برخه کې له خپل امر نه لازم تصدیقونه تر لاسه کوئ او هغه خوندي وساتي.

- په خپل کار کې هره ورځ د نوو چلنجونو او زده کړو غوښتنه وکړي.
- د خپلو ټولو چارو د پیل او پای نېټې په یوه جلا لست کې وساتي.
- په خپل کار کې له نورو همکارانو سره ملتیا وکړي او د هغوی
- کارونه زده کړي.
- له خپلو ټولو همکارانو ملگرو سره ښې اړیکې وساتي.
- په خپل ځان پورې اړوند کارونه مو نورو همکارانو ته ورزده کړي، چې د اړتیا پر مهال هغوی ستاسې کارونه تر سره کړای شي. همدارنگه د نورو همکارانو د کارونو په برخه کې ځان ته لازم معلومات تر لاسه کړي، چې د اړتیا پر مهال تاسې د هغوی ځای په ښه توګه ډک کړای شئ.
- د کار په چاپېریال کې له ځانګړو تعلیمي او تفریحي اسانتیاوو څخه پوره ګټه واخلي.
- د خپل کار د ښه والي، مؤثریت په اړه تل فکر کوي، کله مو چې کوم داسې ښه او غوره وړاندیز په نظر راغی چې هغه به ستاسې ادارې سره مرسته وکړي، هغه د خپل پورته امر سره په لیکلي شکل د ایمیل له لارې شریک کړي او یا هم ور سره مخامخ پري خبرې وکړي. به لیکلي توګه ددې موضوعاتو شریکونه ستاسو لپاره په اینډه کې ښه سند کړای شي.
- په کار کې له هر راز کمپیوټري زده کړو او ورکشاپونو نه سترې ګټې واخلي، او د هغې بری لیکونه په هماغه وخت کې تر لاسه کړي او ددې ټولو کورسونو یادښتونه ولیکي.
- د کار د ځای رازونه او اسرار تل خوندي وساتي.
- د خپل کار او مسلک په برخه کې له پېژندل شویو کسانو او خپرو سره ځانونه اشنا او معرفي کړي.
- د خپل کار او مسلک په برخه کې له نورو معلوماتونو او پرمختګونو نه ځانونه خبر وساتي. د خپل مسلک پورې اړوند مجلو او نورو خپرونو کې چې په ملکي او نړۍ

- واله کچه خپرېږي، تر ممکن حده گډون وکړي.
- د خپل کار او مسلک په ټولنيزو تشکيلاتو او ټولنو کې ځان داخل او په غونډو کې يې تر ممکنه حده ونډې واخلي.
  - د خپل کار په محيط کې يو لړ داوطلبانه او د خوښې کارونو ته کانديد شئ.
  - کوبښن وکړئ چې تل خپل امر ته رښتيا ووايي، په ځانگړي ډول که کله درڅخه کوم کار خراب شي نو د پټولو په ځای يې نېغ په نېغه خپل امر ته ورشئ، او ورته ووايي چې له تاسو څخه غلطې شوې، او حاضر يې چې جبران يې کړي. په دې صورت کې به ستاسې امر نه يوازې تاسې وښيي، بلکې هغه به ممکن چې د هغې غلطۍ په اړه درسره اړينه مرسته وکړي. خو که تاسې دا خبره ترې پټه کړئ، او هغه بيا د کومې بلې لارې نه خبر شي نو په هغه صورت کې به هغه بيا په تاسې په غوسه شي او نه يوازې دا چې ستاسې مرسته به ونه کړي، بلکې دکلکې سزا سره به مو مخ کړي.
  - په خپل کاري محيط کې دخپل شخصيت اوموقف ساتلو ته تل اوپه آگاهانه ډول متوجي اوسي. هيڅکله هم دخپل کار په ماحول کې دجنکو او هلکانوسره دملگرتوب اوجنسي ارتباطاتو په لټه کې نشي، ځکه دغه منفي اړيکې بيا دکار په ساحه کې ستاسې جرئت اوموثرت کموي، او ستاسې شخصيت زيانمنوي.
  - په خپل کار کې **Short Cuts** (دپولې په ځای په پټي کې تگ) نه مخنيوی وکړئ. ددې مطلب دادي، چې ځينې خلک د تنبلې په وجه ددې پرځای چې يو کار په صحيح طريقه تر سره کړي، هغه کوبښن کوي چې هغه کار ته لنډه اما يوه ناقصه لار پيدا کړي، چې ممکن د هغه کار په کيفيت منفي اثر واچوي. زمونږ په سيمه کې يوه قريه ده چې کنديباغ يې بولې. ددې ځای خلک په داسې يوه دري ژبه خبري کوي چې نيمايي يې پښتو او نيمايي يې دري ده. ددوي په اړه يو متل دي چې وايي (د پولې په سر لار ده، په منځ د پټي کې چرا ميروي. به ولاکه سنگ در بغلت م زڼم، بوک به

دي راواړوم) دا چې په دي متل کې پښتو او دري څومره سره گډه شوي، دا يوه مساله ده، خو د متل اصلي هدف همدا **Short Cuts** نه مخنيوي دی. يعنې اصلي لار داده چې په پوله ولاړ شې، ولو که هغه لرې هم وي. لکه څنگه، چې په پتي او فصل کې تلل د فصل د خرابوالي سبب کېږي، همدغه شان په کار او دفتر کې شارټ کټونه دکارونو د خرابوالي سبب کېږي.

• له خلکو سره هېڅکله هم درواغ مه وايئ. (ټکی)، يعنې په دې کې نوره هېڅ خبره نه ځاييږي.

٦٤ - دواده په برخه کې لارښوونې:

سره له دې چې ما د واده په برخه کې يو ځانگړی او تفصيلي کتاب ليکلی دی چې ژر به د ځوانانو لاس ته ورشي. خو د دې موضوع ارزښت ته په پام سره دا اړين بولم چې دلته پرې مختصر بحث وکړم. واده د چا په خوښه؟

د هر انسان په ژوند کې زېږېدل، واده او مرگ دري مهمي مسئلي دي. چې له دې جملې څخه د زېږېدلو او مرگ په انتخاب کې انسان هېڅ کوم ټاکونکی نقش نلري. نو له دې کبله ويلي شو، چې واده د ژوند يوازینی او تر ټولو مهمه مسئله ده چې يو انسان په کې کولی شي له خپلې هيلې سره سم يو څه اغېزمنتوب ولري. افسوس چې زموږ د هېواد په رسم و رواج کې بيا دا ازادۍ هم زموږ له ځوانانو نه اخستل شوې او اخېستل کېږي. نو د پورته خبرې په تاييد، د ځوانانو نه په کلکه غوښتنه کوم چې ددې موضوع د اهميت په نظر کې نېولو سره په جرئت دغه ډول بې مورده مداخلو ته خاتمه ورکړي. او د خپل معقوليت، ځواکمني او هوسنيارۍ په ښوولو سره په دې برخه کې يو څه اساسي خپلواکي او صلاحيتونه تر لاسه کړي. البته دا په دې معنا نه ده چې ځوانان بايد د مور و پلار مشورې له

نظره وغورځوي. زما په اند، که له یوې خوا زموږ د سیمې دودونه نا مناسبه او ډېر یو لوري دي، ځکه چې په هغې کې د ځوانانو هیلو او نظریاتو ته پاملرنه نه کېږي، چې د غندنې وړ ده، له بلې خوا، په همدې کچه د غربې نړۍ خپلواکې چې ځوانان په کې خپل ودونه یوازې په خپله خوښه کوي، او په دې برخه کې د مور و پلار مشورې گټورې نه بولي، هم نیمگړې او زیانمنه بولم. د واده په مسله کې باید دواړو خواوو ته مناسب حق ورکړ شي.

پلرونه باید د کورنیو د ټاکلو او ځوانان دې د نجلۍ یا هلک د انتخاب حق ولري. یعنې دا چې یا دې ځوانانو ته د هغو کورنۍ په هکله چې دده کورنۍ به ورسره موافقه ولري، په گوته کړای شي، او ورته دې وویل شي چې له دغو کورنیو څخه یو څوک خوښ کړي. او یا خو دې ځوانان ازاد پریښودل شي چې په خپله خوښه څوک خوښ کړي او بیا دې هغه کس د کورنۍ د موافقې د لاس ته راوړلو له پاره دځوان له خوا مور او پلارته معرفي کړای شي. معنا دا چې د واده په پرېکړه کې باید دواړو خواوو نظر او موافقه شتون ولري. خو مهمه خبره داده چې موافقې باید په ډېره پراخ نظری سره تر سره شي، چې د هغه دوو ځوانانو د ژوند نیکمرغۍ ته په کې تر بل هر څه لوړ او زیات ارزښت ورکړل شوي وي.

**زما له نظره، د کورنیو ټاکل د مور و پلار حق، او د ژوند د شریکبان غوره کول د هر ځوان خدای ورڅښلي حق دي.**

زه د ټولو افغاني میندو او پلرونو نه هیله کوم چې په دې برخه کې د نوښتونو او سمونونو قیادت او مشري په خپل لاس کې واخلي، او د خپلو بچو سره د سالمو، مخامخ او ازادو خبرو له لارې چې په یوه دیموکراتیکه فضا کې تر سره شي، نېغ په نېغه خبرې وکړي او دوی ته د خپلو سالمو مشورو او لارښوونو له لارې د خپلو بچیانو اعتماد تر لاسه او په دې برخه کې یې سالم ملاتړ وکړي. ځوانانو ته هم توصیه کوم، چې په دغه ډېره مهمه او برخلیک سازه مسله کې یوازې له احساساتو څخه کار واخلي، بلکې له معقولیت او هوښیاری سره په دې برخه کې د خپل مور او پلار مشورې مهمې وگڼي او هغه په نظر کې

ولري. زه په دې اړه د ډېرو داسې غميزه کېسو شاهد یم چې په هغه کې یا خو د ځوانانو غوښتنو ته، او یا هم د زیروالو (پلارومور) غوښتنو او مشورو ته توجه نه ده شوي، او پایلې یې ډېرې غمجنې او داسې دردونکې وي چې یې ددواړو (هم د زیروالو او هم د ځوانانو) ژوند ته نه جبرانیدونکې صدمې رسیدلي، او حتا د بیشمیره خلکو په ځان وژنو بدلي شوي دي.

د واده مناسب وخت:

د واده د مناسب وخت ټاکنه د هر چا په ځانگړيو شرايطو پورې اړه لري. خو زما په اند، هر هلک او نجلی ته په کار دي چې لومړي خپلې زده کړې او تحصیلات بشپړ کړي، او دوه یا درې کاله دي، کار وکړي ترڅو دومره پیسې وگټي چې د یوه بڼه واده او له دې نه وراخوا هم د یوه مناسب کور، د یوه اونیز سفر لگښتونه، او لږ تر لږه د شپږ میاشتو پوره لگښت زېرمه ولري. په دې صورت کې به ددوی واده د پرېشانو نه خالي واده وي. واده باید په تمامه معنا له اندېښنو نه خالي وي. له اندېښنو سره واده کول، دځاوند د کوروالي د نا توانۍ سبب کېږي. کله نا کله دغه مسله د ځاوند او بڼې تر منځ د سوء تفاهما تو لارې برابر وي. او له دې کبله د هغه بڼه فکر کوي چې گوندې مېړه یې هغه نه خوښوي، او دا بیا ددوی ترمنځ د نا باورۍ او د لا زیاتو همېشنيو پرېشانو سبب کېږي.

د مناسبې جوړې ټاکل:

سره له دې چې د مناسبې جوړې مسله هم یوه ډېره مهمه مسله ده چې د یوه انسان نه بل ته توپیر کوي. خو تجربو دا څرگنده کړې ده چې په نسبي توگه په لاندینيو موضوعاتو کې ورته والی او نږدیوالی، د ودونو په اوږدوالي او بریالیتوبونو کې اغېزمن نقش لوبوي: د اقتصادي حالت ورته والی، د کورنۍ د ټولنیز موقف ورته والی، د دین او مذهب شریکوالی، د ژبې یووالی، او بلاخره د تعلیمي سوېې ورته والی. خو له دې سره سره، تر ټولو مهم او اغېزمن شی د دوو کسانو تر منځ د خوی او خصلت نږدیوالی د بریالیتوب

یوعمده عامل گڼل کېږي. اما دا هم باید په روښانه سره ووايو، چې تر دغو ټولو شيانو مهم او عمده د دوو کسانو تر منځ مینه تر بل هر څه د خوښي او بريالیتوب لوړ بنسټ جوړوي.

**مینه وکړي او واده له خپلې مینې سره وکړي، هېڅکله به هم پرېشان او پښېمان نه شي.**

د هلک او نجلی تر منځ د ژوند په مختلفو اړخونو کې د توافق او اختلاف د پوهیدو له پاره ، ما یو ځانگړي امتحان جوړ کړي دي، چې ددې امتحان د اخستلو په نتیجه کې دواړو هلک او نجلی ته تر ډېر حده ددې پته لگيږي، چې ددوي تر منځ دگډ ژوند په اړه توافقات او اختلافات څومره دي. ددوي واده به تر کوم حده کامیاب وي. خو لکه د نورو ستونزو په څیر ددې امتحان عملي کول هم زمونږ په ټولنه کې یو څه دودنیز چلنجونه لري. یو دا چې په نجونو بندیزونه او داسې اجتماعي خدمتونو ته د هغو د لاسرسې کموالي ددې امتحان عملي کول ستونزمن نوي. اما ښه خبره داده چې دا ضروري نه ده چې هلک او نجلي دي په گډه دغه امتحان ورکړي. دوي کولای شي چې جلا جلا د امتحان سوالونو ته ځواب ووايي. حتا دا هم ضرور نه ده چې نجلي دي د امتحان له پاره د امتحان مرکز ته مراجعه وکړي. اما دا مهمه ده چې هلک او نجلي دواړه په یوه وخت کې ټاکلو سوالونو ته په مستقله توگه ځوابونه ووايي، او خپل ځوابونه د یو بل نه پټ وساتي. ځکه چې د ځوابونو شریکول اصلا د دي امتحان اصلي هدف له منځه وړي. په دي امتحان کې اصلا د سوالونو په ځوابونو کې صحیح او غلط وجود نه لري، بلکه د هر سوال په ځواب کې د هلک او نجلي نظر ټاکې، چې د همدې جوابونو د مقایسي له مخي بیا د هلک او نجلي تر منځ توافق او اختلاف سنجول کېدای شي. نو دا هېڅ په گټه نه ده چې د سوالو جوابونه سره شریک کړای شي. کله چې دواړو سوالونو ته ځوابونه ورکړل، نو د د مقایسي او تحلیل له پاره دي دواړه د ځوابونو پاڼي د امتحان مرکز ته وسپاري، تر څو ددوي ځوابونه د یوه بل سره مقایسه او د یوه درست ساینسي فارمول له مخي وارزول شي، او مناسبې ارزونې او لابنوونې ورته تهیه کړای شي.

دواډه په وخت کې د بڼځي او ميره د عمر مسئله:

غربيان اکثرا دي ته ترجیح ورکوي چې دواډه په وخت کې بايد نارينه د بڼځي نه دوه کاله مشر وي. سره لدی چې دواډه په وخت کې د نر او د بڼځي د عمر مسئله ته په افغاني کلتور کې دومره خاص اهميت نه ورکول کېږي. خو د ژور تحقيق او ارزيابي نه وروسته او زما ددوهم واده په اړه د فکر کولو نه پس زه هم دی نتيجه ته ورسيدم چې دغربيانو دغه موضوعيکيري درسته ده. که ځير شوو نوپه اسلام کې هم د بڼځي د بلوغ عمر دنارينه په نسبت دوه کاله کم دی يعنی دطبعي نشؤنماله مخی هم په هر عمر کې بڼځي ددو کاله مشر نارينه سره بڼه تکاملي برابر والی لري.

دنورو جنسي خواهشاتو او د عمر په لحاظ دموضوعاتو سره د دلچسپي نه علاوه، نور اجتماعي مسائل هم شته چې هغی ته بايد پدی اړه فکر وشی. د نارينه متوسط او متوقع ژوند په افغانستان کې (۴۲) کاله او د بڼځي متوسط متوقع ژوند (۴۳) کاله اټکل شوی دی. نو دنارينه او د بڼځو متوسط متوقع ژوند سره توپير لری. یو نارينه چې ددی سنجش له مخی د بڼځي عمر دنارينه په نسبت په اکثره ملکو کې يو کال زيات دی. نو دی خبر ته په پام کې نيولو سره بڼائي هره کونډه بڼځه دميره له مرگ نه وروسته هم دوه کاله نور ژوند وکړی.

که ددی تفاوت ترڅنگ، دنارينه عمر د بڼځي په نسبت څو کاله زيات وی نو ددی احتمال شته چې دهر مړ سړي بڼځه به ده هغه د طبعي متوقع ژوند له مخې دوه کاله نور هم په کونډتوب کې تېروي. چې داموضوع بيا دکورنی له پاره دردونکې وي.

ددی موضوع ارزښت ماته دخپل دوهم واده په اړه بڼه روښانه شو. زه د (۵۴) کالو وم چې ما دیوی نسبتا ځواني بڼځي سره واده وکړ. اوس چی زه (۵۷) کلن شوی يم او ددې واده نه یوه (دوه) کلنه لور لرم. زه اکثرا ددی کبله زورېږم او تشویش کوم چې زما دمرگ نه وروسته به زما دغه ځوانه بڼځه او دغه ماشومه لور بڼايي ستومانه او ستړی ژوند ولري. سره لدی

چې زمونږ په ټولنه کې کورنۍ اکثره سره نږدې وی او پاتې خپلوان کونښن کوی چې دیتیم بچیانو او دکونډۍ حال ته پاملرنه وکړی. خو متاسفانه دغه ټول بیا دیو لږ قربانیو په بدل کې وی. اکثره هغه کونډه او ماشومان بیا خپل استقلال، ازادۍ او اراده پکې له لاسه ورکوی. حتی چې بد بختانه اکثره بیا پاتې کونډۍ دکورنۍ دیوبل چاسره په واده کولو مجبورېږي. داچې زمونږ په ټولنه کې د میره د مرگ نه وروسته خپلوان کونډه په خپل کورنۍ کې یو چاته واده کوي، دا ولي کوي، او ایا دا ښه کار دي که نه، ځان ته ځانگړي بحث غواړي، چې دلته یې د وخت په نظر کې نیولو سره ترې صرفالنظر کوو. خو دا بیلکل د منلو وړ نه ده چې یوه کونډه دي په زور د بل چا سره په واده کولو مجبوره کړای شي. نوزه ځوان نسل ته ددی جدی سپارښتنه کوم چې زمونږ داشتبا هاتو څخه ئی زده کړی او دخپل عمر سره مناسب (ددری کالو پوری تفاوت) په نظر کې نیولو سره واده وکړی.

منل، تطابق که بدلونه (Adoptation VS Adjustment) تطابق د انسانانو د ژوند یو داسې بهترین تخنیک دی چې له دې لارې انسانان کولی شي چې د دنیا د ډېرو خطرناکو حالاتو او څېزونو سره ځان عادت کړي. خو د انسانانو یو عمده مشکل دادی چې سره له دې چې دوی کولی شي چې د دنیا له هر ډول خطرناکه څیز یا حالت سره ځان سم کړی، اما دوی نه شي کولی چې له نورو انسانانو سره تطابق وکړي. هر انسان تل غواړي چې نور انسانان باید ځانونه بدل کړي او له ده سره دې یوشان شي، اما دي باید په بدلون کولو مجبور نه شي. مور ددې پر ځای چې انسانان له توپيرونو سره سره قبول کړو، مور غواړو چې هغوی دې: زمونږ په شان فکر وکړي، زمونږ په شان دې ښکاره شي، زمونږ په شان دې کړه وړه ولري. او بالاخره که بدلون اړین وي، نو نور باید بدلون وکړي، نه زه. خو که مور وکړای شو چې نور انسانان لکه څرنګه چې دي، هماغه شان یې ومنو، نو زمونږ ستونزې به ډېرې کمې شي.

ځوانان بايد پدې پوه وي چې واده ددوه متفاوتو اشخاصو يوځاي کېدل دي . ددې له پاره چې يو واده ښه موفق وي نراوښځي ته لازم دي چې مخکې دمخکې نه دي ته اماده وي چې د واده نه وروسته به دهغي په کړو وړو، اړيکو او خوبونو کې توپير ونه راځي . واده داسې يوه پروسه ده چې په هغي کې بايد ميرې اوښځه دواړه په سلوکې پنځوس راکړې ورکړي ته تياروي. که يو خوا دخپل شريکپال څخه څه نوي شيان ترلاسه کوي نو دبلي خوا بايد دي ته هم اماده وي چې په خپل ژوند کې ځيني شيان له لاسه ورکړي.

په واده کې دغه راکړه ورکړه ده چې دمؤفقيت او کاميابۍ سبب کېږي. برعکس که خاوند او ياميرمن وغواړي چې په يوه اړخيزه توگه يوازې خپلې ارزوگانې په مقابل لوري ورومني، نوددوي واده به دستونزو ښکار شي .

**“The greatest challenge, perhaps, the key to the global peace & prosperity is in how to adopt others inspite of our differences rather asking them to change not ourselves.”**

**Tajuddin Millatmal**

**“The world would be much better off, if we learn and try to live and love others as they are inspite of our differences, rather changing them.”**

**Tajuddin Millatmal**

په کورنۍ کې دخپلوانو دلاس وهنومخنيوي :

اکثرا دهلک اونجلی خپل خپلوان دنوي واده شوې ښځې او خاوند په ژوند کې بې ځايه مداخلې کوي. خاوند ته د ښځې په مقابل کې او ښځې ته خاوند په مقابل کې لمسونه او پېغور ورکوي. په دي وجه غواړم ستاسې ځوانانو پام ودغو مداخلو، او د هغوي خرابو

عواقبوته راوگرځوم .

ددې ډول مداخلو دمخنيوي بهترينه لاره داده چې دشروع څخه دټولو مداخله كوونكو په وړاندې داسي قاطع دريځ غوره كړئ، چې نور بيا د مداخلو جرئت ونه كړي. دمثال په ډول كه تاسې ته څوك ووايي چې (ستانځه ولي څادرنه په سروې؟)؛ نو ورته ووايي چې (ماورته ويلى چې څادرمه په سر كوه) ولوكه تاسې هغي ته ويلى هم نه وي، اويا ورته ووايي چې (دازمونږ شخصي مسله ده، هيله كوم دامونږ ته پرېږدي). دا زمونږ په ټولنه كې يو عام رواج گرځيدلي چې د نجلي خپلوان نجلي د هلك په وړاندې او د هلك خپلوان بيا هلك د نجلي په وړاندې تحريكوي. خو دوي دغه ډول تحريك په ډېر مرموز او اكثرا د ډېري مهرباني په لباس كې ترسره كوي، چې د همدې كبله اكثره ځوانان دهغوي دغه لاس وهنيو ته د يوې مداخلې په نظر نه گوري. دا هغه موضوع ده چې تاسي ځوانان بايد ورته ډېر په دقت متوجه واوسي، او د هغي مخنيوى په ډېره هوشيارې وكړي.

په واده كې يوه بله موضوع دمسايلو په اړه روښانه اوغوڅ دريځ نيول دي. بايد چې ميره بنځي ته اوبنځه ميره ته دخپل زړه غوښتنې اوارزوگانې په واضح اوروښانه توگه ووايي. كه ديوه لوري كومه غلطې وشي بايد هماغه موضوع په روښانه ډول سره وڅيړي اودهغه كسانوپه څير چې ديوې خبرې په وجه سره خفه او په قهر وي، ولې بيا نور شيان پهانه كوي، كاسه اوياديگ په لغته وهي، صرف نظر وكړي .

٤٧ - د تقاعد په اړه سلا مشورې:

تقاعد يا (زوروالي) د هر انسان په ژوند كېيو نه انكار كېدونكى واقعيت دي. اكثره خلك په دي وخت كې خپل عايدات د لاسه وركوي، ولي لگښتونه يي تر يو حده دوام كوي. اكثره خلك د ځواني او پيسي پيدا كولو په وخت كې تقاعد يا زوروالي ته څه خاص پاملرنه نه كوي. له همدې كبله د بډايتوب په وخت كې په نورو پيټي او ژوند يي د ستونزو سره مخ وي. سره له دي چې زمونږ په هېواد كې اولادونه (خصوصا زامن) د خپلو پلرونو او ميندو

ښه خيال ساتي، خو متاسفانه د اكثره زامنو ښځي بيا د ځوانبني او خسر خدمت كولو ته اماده نه وي. او كله نا كله بيا ددوي د ضرورتونو پوره كول، اوددوي څخه مراقبت كول ددوي انگورگانو ته په شرعي لحاظ هم جواز نلري. ددې كبله چې د زړو خلكو د خدمتونو هغه اداري چې په خارجي ملكونو كې شته، لا تر اوسه په افغانستان كې د يوي خوا وجود نلري او دبلي خوا په دوديزه توگه هم د منلو وړ نه دي، نوكه تاسې غواړي چې په بېايتوب كې هوسا او ارام ژوند ولري، نو دا لازمي ده چې د ځوانۍ په وخت كې د بوداټوب د ارامي له پاره لاندې كارونه تر سره كړي:

۱. په بوداټوب كې د خپلو جلا اوسيدو له پاره د خپل زوی د كور تر خوا د يو ځانگړي وړوكي كور تاييا ونيسئ.

۲. په بوداټوب كې د خپلو مصارفو له پاره، په ځوانۍ كې يو څه پيسي په بانك كې دگټې كولو په خاطر او يا هم كوم مطمئن دوست ته د كار كولو له پاره په حلاله گټه وركړئ.

۳. په بوداټوب كې د خپل انگورگانو د توجو په خاطر هغوی سره ځانگړې روا مينه او اخلاص وكړئ.

۴. په بوداټوب كې د ښه صحت او فزيكې تكړه توب په خاطر ځان په سپورت كولو، ښه او صحي خوراك خوړلو او مناسبو تفريحي پروگرامونو عادت كړئ.

۵. په بوداټوب كې كونډو نارينه او ښځو ته په كلکه سپارښتنه كېږي چې د امكان په صورت كې د خپل عمر سره مناسب بله كونډه يا كونډه پيدا كړي او واده وړ سره وكړي. دا ځكه چې ښځه يا مېړه يوازي د جنسي خواهشاتو د پوره كولو له پاره نه، بلكه د ژوند د يو ډېر نږدې همراز په شكل چې شرعا وړ سره هر څه شريكولي او ورته ښكاره كولي شي، يو ځانگړي ضرورت دي.

۶. ددې له پاره چې په زړښت كې هم باصحته او په فزيكې لحاظ تكړه او فعال پاتي شي، نو د ځواني د وخت نه په سپورت كولو او په فزيكې كار كولو ځان عادت وساتي. په

بدایتوب کې که کار کولو ته ضرورت هم نه لري، خو د ښه صحت په خاطر داوطلبانه کارونو ته د خپل امکان سره برابر ادامه ورکړي.

۴۸ - د ملگرو د ټاکنې اوله هغوی سره د راشه درشې په اړه مشورې:

ځوانان تل دې سره مینه او علاقه لري، چې د خپل منگ له ملگرو سره زیاته ناسته - ولاړه او راشه - درشه ولري. که څه هم له یوې خوا دغه راشه - درشه د ځوان نسل د نمو او اجتماعي وړتیا د رشد له پاره ضروري ده؛ خو له بلې خوا په دې برخه کې لږ غفلت او عدم پاملرنه د ډېرو بدبختیو او خرابو کړو وړو لارې برابرېوي. له دې کبله پر دې پوهېدل ډېر ضروري دي، چې ستاسې د اولادونو ملگري څوک دي؟ او دوی پر کومو موضوعاتو یو له بل سره شریکې اړیکې جوړوي؟

دا چې د بچیانو، وروڼو او خویندو د ملگرو په ټاکنې او له دوی سره د ورځنیو اړیکو په اړه مور او پلار، وروڼه او خویندې پر څه ډول دخپل اوسني، یوه فوق العاده مهمه موضوع ده. الف. د ملگرو د غوره کولو په اړه ځوانانو ته مشورې:

باور وکړئ چې د ملگرو ټاکل ستاسې د ژوند یوه داسې بنسټیزه برخه ده چې ستاسې ژوند یوې مثبتې خواته او که نه نو یوې ډېرې منفي خوا ته راکشولی شي. د هر انسان ژوند پورې اړوندې یو شمیر ستونزې او مشکلات له ناسالمو دوستانو څخه را پیدا کېږي. په دې برخه کې د سگرتو په باره کې دغه لاندې خبره د تطبیق وړ ده.

- سگرت د انسان په ژوند کې تر بل هر څه بد ترینه ډالۍ ده چې یوازې د یوه ډېر خوږ دوست او ملگري له خوا یو چاته ورکول کېږي.
- د ځوانۍ په مرحله کې د خپلو جنسي غرایزو کنټرول خورستونزمن کار دی. او دې کارونو ته اکثرًا ځوانان د خرابو ملگرو له خوا هڅول کېږي. له همدې کبله دی چې اکثره ځوانان خپل شخصیت دلته خرابوي، چې حتا د بیا جوړولو امکانات یې بېخي ناممکن

وي.

- په ځوانی کې جرات، رښتینولي، صداقت، له خرابو اعمالو نه ځان ساتل دا هغه خصوصیات دي چې په جدی توګه د نورو د اعتماد او احترام لاره تاسی ته برابر وي.
- کونښن وکړی، چې محدود، ولې حسابي ملګري ولری.
- د خپل ملګرو په اړه پراخ او هر اړخیز معلوماتونه تر لاسه کړی. په دې کې مو د ملګري کورنی تاریخچه، د هغه اجتماعي، سیاسي او فردي اړیکې، د هغه د لېوالتیا وړ موضوعات، کړه- وړه، راشه- درشه، د یو شمېر هغو کړو- وړو په اړه د هغه درېځ او علاقه، چې د یو ځوان په شخصیت پورې اړه لري، له زده کړې سره یې مینه او بالاخره له اجتماعي کارونو او مسایلو سره یې مینه او ليوالتیا څه ده؟
- د خپل ملګرو، ملګري او دوستان وپېژنی، او د هغوی په اړوند بشپړ معلومات تر لاسه کړی.
- خپل هغه ملګری، چې ستاسې له نظره د اوږد مهالې او کلکې دوستی وړ دی، خپلې کورنی ته وروپېژنی، او د خپلې کورنی له مشرانو څخه غوښتنه وکړی، تر څو ستاسې دغه ملګري و ارزوي او تاسې ته یې په اړه مشورې درکړي. بیا د هغوی مشورې ومنی. بنایې د هغوی مشورې ستاسې خوښې نه شي؛ خو په راتلونکې کې تاسې ته ډېرې ګټورې پربوځي.
- خپل ملګري وخت په وخت و ازموږی، تر څو د هغوی رښتینولي او قرباني درته معلومه شي. کله کله د ملګرو د تحمل، توانمندی او برداشت په اړه معلومات هم اړین او ګټور دي، چې وازمایل شي.
- هېڅکله هم پر خپلو ملګرو سل په سلو حساب مه کوئ. تر ټولو غوره فارمول دا دی، چې پر خپل ملګري مو په سلو کې پنځوس حساب وکړی او اعتماد پرې ولری، ولو که هغه ستاسې ډېر باورې ملګری هم وی.

- خپلو ملگرو ته هېڅکله لافې مه کوئ او مه ورته درواغ وایئ.
- کوبښن وکړئ چې تر ممکن حده له خپلو ملگرو سره مو اقتصادي معامله ونه کړئ. که مجبور شوي، چې د پیسو راکړه- ورکړه او یا هم کومه بله مادي معامله ورسره وکړئ؛ نو د معاملې په اړه ورسره روښانه او جدي خبرې وکړئ. تر دې چې په معاملې پورې تړلي شرایط ورته په لیکلي توگه روښانه کړئ او د یو یا دوو نورو ملگرو پر وړاندې ورسره اړونده خبرې وکړي، او که ممکن وي ټول شرایط په لیکلي توگه تهیه، تاسي يې امضا او د هغوی نه هم پرې لاسلیک واخلئ. دا به ستاسې د ملگرتوب په ساتلو کې، نسبت دې ته چې هېڅ شرایط مو نه وي ایښي، ډېره مرسته وکړي.
- له خپلو ملگرو سره په ژمنو کې جدي واوسئ. کوبښن باید دا وي، چې د ملگرو پر وړاندې خپلې ژمنې له لازم وخت نه مخکې په داسې توگه ترسره کړئ، چې د هغوی په تصور کې هم نه وي. ددې برعکس د خپلو ملگرو ژمنو په اړه پر ځان ومنئ چې هغوی به په سلو کې پنځوس پر خپلو ژمنو وفا وکړي او ښايي د ژمنو پر خلاف خپلې ژمنې په خپل وخت کې ترسره نه کړي. دلته باید تاسې ډېرې حوصلې او زغم ته چمتو اوسئ.
- د خپل ملگرو، ملگري او دوستان وپېژنئ او د هغوی په اړوند بشپړ معلومات تر لاسه کړئ.
- خپل هر ملگري تر بشپړې څارنې لاندې ونیسئ چې له چا چا سره اړیکې اوناسته ولاړه لري او هغه کسان څرنگه خلک دي؟
- کله چې مو یو ملگري درته د یوه منفی او غلط کار بلنه درکړه، ورته ووايئ: چې لومړي خو مې له تا څخه غوښتنه دا ده چې ته هم له دې کاره تېر شه او که ته له دې کار څخه نه تېرېږي، زما غوښتنه داده چې نور به له ما څخه د ناستې ولاړې او ملگرتوب تمه نه کوې او د الله (جل جلاله) په امان. دا پرېکړه مو باید غوڅه وي.
- د ملگرو ازمویل: هغه ملگري چې تاسې فکر کوئ چې دغه ستاسې ښه او صادق

- ملگري دى وخت په وخت هغه د يوې مرستې كولو، پيسو پور او خراب كارونو ته د تللو له پاره وازمويي. كه يې پايلې مثبت وي، نو خپل ملگرتوب ورسره لا زيات كلك وساتي، او كه پايلې يې منفي وي نو په غوڅه توگه يې ځانونه د ملگرتوب څخه لرې كړي.
- ځان په دې پوه كړي چې كوم عمر او څوك دى چې ستاسې د شخصيت له پاره حساس او خطرناك دى. زه په دې متيقن يم چې دا به له تاسې سره ډېره مرسته وكړي چې خپل شخصيت د هغوى له صدمو څخه وژغورئ.
  - د ملگرو په ټاكنه كې د هغوى كورنۍ هم ډېر اهميت لري. كوښښ وكړئ، چې د خپل ملگرو كورنۍ په دقيقه توگه وپيژنئ.
  - ملگري بايد وڅېړل شي چې په مخدره موادو، شرابو، بچه بازي، زنكه بازي او يا نورو بدو شيانو روږدي نه وي، او يا هم د دارنگه نورو خلكو سره ملگرو توب و نه لري.
  - د ملگرو ټاكنه بايد داسې وي، چې د يوې ستونزې پرمهال در سره وي او د هغې د حل په اړه در سره مناسبه مرسته وكړي.
- ب. د اولادونو د ملگرو په اړه والدينو ته مشورې:
- خپلو اولادونو ته د ملگرو دلرلو اجازه ورکړئ، ځكه ځوانان د خپلو ملگرو په منځ كې په ښه توگه وده كولاى شي. خو د والدينو دندې په دې اړه خورا مهمې دي، او دوي ته په كار ده چې په دې اړه خپلې اساسي دندې ترسره كړئ.
  - له خپلو اولادونو سره د ملگرو په غوره كولو او ساتلو كې مرسته وكړئ.
  - د خپلو اولادونو ملگرو ته اجازه ورکړئ، چې له تاسې سره ناسته ولاړه ولري. له هغوى څخه پوښتنې وكړئ او وخت په وخت يې بايد تر نظارت لاندې وساتي.
  - د خپلو اولادونو د ملگرو په اړه د هغوى له شاوخوا خلكو څخه ځينې مهم او ضروري معلومات ترلاسه كړئ، او ځينې مهم ټكې يې له خپلو اولادونو سره شريك كړئ. كله نا كله داسې هم كېږي چې ستاسې د اولادونو ملگري ستاسې د تصور نه هم پورته

چالاک وي، هغوی ستاسې په وړاندي ځانونه داسي عياروي چې تاسي به فکر کوي چې دوي ډېر بڼه هلکان دي، ولي په حقيقت کې داسي نه وي.

- خپل اولادونه د ملگرو په مخ کې مه تهديدوئ او مه يې توهينوئ.
- خپل اولادونه پر دې پوه کړئ، چې خپلې غوښتنې دې له تاسې سره د خپلو ملگرو په مخ کې نه مطرحوي. تر څو يې د ردونې په صورت کې هغوی د کمې (کمترې) احساس ونه کړي. متاسفانه ځوانان دا د يوه وسيلي په توگه استعمالوي، او ددې له پاره چې د خپل زېروالو د مجبوريتونو نه گټه اخلي، او خپلي غوښتنې د خپل زېروالو څخه د کلگرو په وړاندي مطرح کوي، او يا هم چې کله کومه لويه غلطي وکړي، نو بيا د خپل زېروالو سره د جلا مخکېدو په عوض ددې کوښښ کوي چې دملگرو سره يوځاي خپل زېروال وگوري، ځکه دوي په دې پوهيږي چې دهغه زېروال به د هغه د ملگرو په موجوديت کې پر هغه هغه شان غوسه ونه کړي.

- خپلو اولادونو ته د مناسبو تفريحي پروگرامونو جوړولو اجازه ورکړئ خو دا پروگرامونه بايد يا ستاسې او يا هم ستاسې د اولادونو دملگرو دکوم يوه د کورنيو د يوه مشر تر نظارت لاندې اوسي.

- د خپلو اولادونو بڼه ملگري او پالې او وېې نازوئ، تر څو ستاسې اولادونه پر دې باوري شي، چې تاسې د دوی او د دوی د ملگرو په اړه خپل دندې په اساسي توگه ترسره کړي دي. هغوی بايد پر دې پوه شي چې تاسې د ډېرو څېړنو په پايله کې د هغوی بڼه ملگري ستايئ، پالې او نازوئ يې او د هغوی پلوي کوي، چې اولادونه مو له هغوی سره لا زياته ناسته ولاړه ولري. ددې برعکس، د خپلو اولادونو د ناوړه ملگرو په اړه چې تاسې کومې فيصلې کوئ، هغه ستاسې د اولادونو په گټه دي، خپلې فيصلې په ښکاره توگه خپلو اولادونو ته ووايئ او په اړه يې هغوی ته قناعت ورکړئ، په دې ډول به هغوی ته ستاسې ټولې فيصلې د منلو وړ وي، نو له دې کبله توصيه دا ده چې: ددې په عوض چې

زېږوال بچانو ته واي چې بچپه، ستا دغه يا هغه ملگري زما نه خوښېږي، بايد دوې ته ووايي چې بچپه: ستا دغه ملگري دا، دا کارونه کوي، چې دا کارونه زمونږ په ټولنه کې بد، منفي او د منلو وړ نه دي. زما له نظره ستا شخصيت لا تر اوسه په ټولنه کې د ډېر قدر وړ دي. خو دداسي خلکو سره ناسته او ولاړه کولاي شي چې ستا په شخصيت هم منفي اثر وکړي. نو زه تاسي ته جدا سپارښتنه کوم چې دداسي خلکو د ملگرتوب څخه لاس واخله. دداسي يوه روښانه او قاطع دريځ په وړاندي ستاسې بچپان په ښه توگه کولاي شي چې غوڅ او قاطع دريز غوره کړي.

- خپلې فيصلي په ښکاره او غوڅه توگه خپلو اولادونو ته ووايي او په اړه يې هغوی ته قناعت ورکړي، په دې ډول به هغوی ته ستاسې ټولې فيصلي د منلو وړ وي. نو ددې په عوض چې زېږنوال اولادونو ته په مجهوله توگه وايي، چې زما ستا دا يا هغه ملگري نه خوښېږي، ښه به دا وي چې هغوی ته ووايي چې، ستا دا ملگري دا، دا کارونه کوي، او يا دارنگه رويه او سلوک لري. څرنگه چې د هغه دغه کارونه په ټولنه کې منفي او بد اغيز لري، نو د هغه سره به ستا ناسته ولاړه هم ستا پر شخصيت منفي اثر وغورځوي. نو ځکه زه تا ته په کلکه مشوره او لارښوونه کوم چې ددې سړي د ملگرتوب څخه لاس واخله.

- د خپلو اولادونو د ملگرو په اړه په خپلو فيصلو کلک ودرېږي، او په دې اړه هېڅکله هم متزلزل مه اوسئ.

## دولسم څپرکی

### ځوانان او د هغوی ملي مسوولیتونه

۴۹ - د هېواد تاریخ ، او جغرافې ته یوه کتنه

نننی افغانستان څرنگه یو افغانستان دی؟

هېوادوالو ته دا په ډاگه ده، چې نن نه یوازې دا چې خارجي عسکر د ملگرو ملتو تر یوه مصنوعي چتر لاندې زموږ په ملک کې د خپلې خوښې حکمراني په درویشیو، ټانکو او طیارو کې کوی، بلکې ددې ترڅنگ زموږ د ملک یوه زیاته برخه بیا دیو ډول نورو اجیرو نظامی قوتونو او جاسوسې شبکو له خوا هم په یرغمل نېول شوې ده. حتی ددغو خارجي عسکرو په منځ کې هم کومه هم اهنګي او مشترکه ستراتیژي وجود نه لري. دا حتی د هېواد یو ماشوم ته هم تعجب کوونکې ده چې غربي نړۍ ولې دهغو ټولو نظامي وړتیاو سره چې لري یې، نه شي کولای خپل هدف، چې هغه دالقاعدې او طالبانو له منځه وړل وه(؟)، تر لاسه کړي. داسې ښکاري چې دوی نه یوازې ددغه هدف په لورې ارادې پرمختګ کول نه غواړي، بلکه ځنې حوادث او راپورونه ددې گواهي ورکوي چې حتی دوی خپلو همدغو مخالفینو ته هم وسلې او نوري مرستي ورسوي. ددې ستونزمن حالت په جوړښت او ادامه کې لاندې عوامل دخپل دي:

اول. سره لدې چې په هېواد کې دیوی صادر شوي او وروټل شوي دیموکراسۍ لاندې یو تش په نوم انتخابي دولت او شورا وجود لري، خو په اصلي ماهیت کې نه په ملک کې دولت شته نه حکومت او نه اداره او نظام. دهېواد مشرۍ او رهبرۍ داهلیت پر ځای په مسلحتونو او تقسیمات ولاړ یوه سستم له خوا پرمخ ځي. افغانانو دوه ملیونه شهیدان ورکړل، او تر یونیم میلیون زیات یې معیوبي او په میلیونونو یې یتیمان شول، تر څو یې د

امریکې د نړیوال رقیب نوم د دنیا د خریطې نه پورته او په لسګونو نوې ملکونه یې د نړۍ په جغرافیه کې راوړول. خو دې بی پاسو ددې ټولو قربانیو په بدل کې، زموږ په ملک د معافیوو او چورګرو مداریانو یوه داسې اداره د خپلو ټولو امکاناتو په حمایت سره حاکمه کړه، چې په نړۍ کې د جنایاتکارو مبتکرین ورت ویل کېدای شي. د غلو ددې ډلې په راس کې د جناب حامدکرزي صیب ادارې ونه شو کولای چې په تیرو لسو کونو کې خپل مشروعیت او حقوقیت خپلو خلکو ته ثابت کړي، بلکه هره ورځ داسې نوې لوبې رسوا کېږي چې هغه ددوی مخ تورنۍ، بیګانه فروشی، قاچاقبرۍ، او په چور او چپاول کې ددوي ونډې رسوا کوی. دهبواد په ټولو امورو کې ملي ګټې او ملي وحدت په عمدي او قصدي توګه وهل کېږي.

دوهم: په افغانستان کې یو محدود نا اهل اقلیت دهبواد په ټولو سیاسي او اقتصادي امورو مسلت کړل شوي دي. یو شمېر غلو او غدارانو نه یوزای دا چې دطالبانو ددورې نه مخکې ددې ملت ټولې شتمنۍ چورکړې وې، ولې دافغانستان د ډېر خوا خو ږي بین المللي ملګري په لورینه او سپارښتنه او د جناب محترم حامد کرزي صیب په بې نهایته پیرزونه دوی پدې تېرو ننه کلونو کې لا تر پخوا زیات دهبواد ټولې شتمنۍ چور کړي.

د غریانو نړۍ واله پالیسي دا ښیې چې دوی اوس د ملتونو پر ځای امارتونه او قبیلې تقویه کوي. همدا راز په هر ملک کې د دیموکراسي د تحقق پر ځای چې په هغې کې حزبونه باید تقویه شي دوی یو څو کسان او کورنۍ تقویه کوي. په افغانستان کې همدې موضوع د سالمو او توانمېدو ملي حزبونو د جوړښت مخه نیولې او پر ځای یې دوی څو وطن پلرونکو وړو وړو حزبونو ته مرستي ورکوي.

پدې کې هېڅ شک نشته چې یو څو محدودې کورنۍ نن دافغانستان د اقتصاد ۹۰% په لاس کې لري، او ددوی دغه اقتصادي ګټې هره میاشت کې دوه چنده کېږي. نو دا څرګنده ده، چې که دوی په راتلونکي نظامونو کې د سیاسي اقتدار څخه وغورزول هم شي، دوی

به په افغانستان کې په اقتصادي لحاظ همېشه حاکم او مسلط وي. درېيم: ددې ستونزو ترخوا همدغه جنايتکاران بيا په ډېره هوبنيارانه توگه او په پراخه بڼه دهمدې نا سالمې وضعې ددوام له پاره دافغانستان دمليتونو او قومونو ترمنځ د ژبې، سمت، دين او مذهب دمختلفو توطو نه گټې اخلي، او زموږ خلک په عمدي او قصدي توگه دځينې توطيو په پياده کولو سره په خپل منځونو کې په دښمنۍ او مخالفونو اخته کوي. که په واقعيت کې ورته ځير شو دغه داخلي جنجالونه زموږ دعوامو ترمنځ نه، بلکې زموږ دهمدې جنايتکارانو او د يو شمېر بې مسوليتو لوستو پر له پسې هلوځلو محصول دی او بس.

څلورم: اساسي مشکل زموږ په هېواد کې د جنگ سالارانو شتون او تسلط دی. کله چې د شوروي د تجاوز په وړاندې زموږ دهېواد ازادي بښونکې جنگ په خارجي هېوادونو متکې شو، نو ددغو خارجي هېوادونو دنورو توطئو تر خوا يوه طوطه هم داوه چې ددې جنگ واگي او اختيارات يې و دغسې نا اهلو او بې مسئوليتو خلکو ته وسپارلي چې دجنگ جگړې نه بغير کومه نوره وړتيا يې نه لرله. دي نا اهله واکدارانو د خپل اقتدار او گټو د ساتلو له پاره زمونږ په هېواد کې دغه جنگ ته د دوو اهدافو له پاره ادامه ورکوله او ورکوي يې :

لومړی دا چې په دې توگه په هېواد کې دسولې او ترقي مخه ونيسي، او په همدغه تياره حالت کې خپل اقتدار او زمونږ د ولس وينې څکلو ته دوام ورکړي.

دويم دا چې په هېواد کې دسولې او ترقي دمخنيوي له لارې دخپل بادار هېوادونو شومې هيلې عملي کړي. دا د همدې گمارل شوو قوماندانانو وطنپلورونکې توطي دي چې زمونږ هېواد په بيلا بيلو پلمو د اور په لمبو کې سوځوي.

پنځم: زموږ دهېواد يوه بله غټه ستونزه داده چې مونږ پداسې يوه ناوړې او ستونزمنه منطقه کې پراته يو چې زموږ څلورو خواو ته پراته ملکونه همېشه خپلې گټې زموږ په بدبختۍ او ورسته پاتې والي کې گوري. چې په لاندې ډول د هر ملک موخې او لاسوهنې ذکر کوو.

۵۰- د سیمې او نړۍ په حالاتو او د مختلفو ممالکو په پالیسی ځان پوهونه:

الف. زموږ د هېواد سیاسي جغرافیه

د هېوادونو خصوصيات ابرقدرتونو او غریبو هېوادونه اړیکې د یو بل سره او همداراز د ګاونډي او سیمې د هېوادونو اړیکې د یوه بل سره تل ساده او روښانه نه وي. چې په دې موضوع پوهېدل او دهغې په رڼا کې دخپل هېواد اړیکې د ګاونډيو هېوادونو، د سیمې د هېوادونو او نورو ډېرو قدرتونو سره دهغو د ګټو او راتلونکي ستراتیژیو په رڼا کې لري، ځان پوهول دهر ځوان له پاره لازمي او ضروري دي. چې دا اړیکې په دوه برخو کې مطالعه کیدای شي.

لومړۍ: ګاونډي هېوادونه او د دوی ګټې او پالیسی:

۱- پاکستان:

پاکستان د افغانستان د یوه ډېر نږدې او مهم ګاونډي په توګه چې د افغانستان زیاتې تجارتي او اقتصادي تهیه کونې له دې لارې صورت نیسې، تل خپله توجه دي خواته ساتلي ده. همدا راز له دي کبله چې افغانستان د پاکستانی تولیدي موادو له پاره یو بهترین ازمایښتي او مصرفي مارکېټ دي، نو ددې کبله هم پاکستان په افغانستان کې ځانګړې لېوالتیا لري، چې په لاندې ډول خپرل کېږي:

لومړۍ- پاکستان دیوه نوې تولید شوي مصنوعي هېواد په څېر په (1947م) کې منځ ته راغی. دافغانستان دهېواد یوه زیاته برخه دانګرزانو له خوا په جبر (دډیورنډ د تش په نامه لیکې) په ذریعه زموږ د هېواد نه جدا شوه او د هند د یوې برخې سره یو ځای شوه او په دې ډول پاکستان د افغانستان او هند ترمنځ دیونوي ملک په توګه ایجاد شو.

پاکستان پدی بېرېږي چې که په افغانستان کې سوله او امن راشي، نو بیا به ضرور افغانان ددې خاوري ادعا کوي. سره له دي چې دهغې معاهدې دوره په 1372 ل. کال کې ختمه شوی وه، خو زموږ په هېواد کې دجنگ جګړو له کبله او بلي خوا د لاس پوڅو حکومتونو

د ضعف او د پردې پرستی له کبله افغانان پدې ونه توانیدل چې خپله دغه ادعا څرگنده کړي. نو ددې له پاره چې پاکستان د ډیورنډ نمونې معاهدې تسلط ته دوام ورکړي وې نو دوي په افغانستان کې د یو لاسپوڅي دولت په جوړولو او دجنگ د ادامې دپالیسې له لاري خپل دغه ناوړه اهداف پرمخ وړي.

دویم. پاکستان په خپله شرقي خوا کې دهند سره همېشه په جگړو اخته دې، او دوي په هېڅ قیمت دي ته نه حاضرېږي چې دغرب له خوا دې هم جنگ سره مخ شي. نو ددې له پاره چې دغرب له خوا یې دحمله مخه نیولي وي، نو دوی ترهر ممکنه حده نه پرېږدي چې په افغانستان کې سوله، امنیت او یوه سالمه اداره منځ ته راشي، کومه چې به بیا ددې وړتیا ولري چې دهغوی سره دپښتونستان په مسئله منازعه راپورته کړي. نو پدی لاره کې پاکستان تل ددوه ستراتیژیو نه کار اخیستی او اخلي یې:

لومړی په دی هېواد کې د داسې مرتجعو او وطن پلورنکو رهبرانو منځ ته راوړل دي چې هغوی تل دپاکستان گټو ته دافغانستان په نسبت برتري ورکړي. دوهمه ستراتیژی یې داده چې پدی ملک کې په هر شکل چې ممکن وی جنگ جگړو ته ادامه ورکړي. ترڅو ددې اصل مخه ونیسي چې په افغانستان کې سوله او یوه سالمه ملي اداره منځ ته راشي.

درېیم: څرنگه چې افغانستان په وچه کې راگیر او غیرتولیدي هېواد دی، نو تر زیاته اندازه دخپلو ضرورتونو له پاره په پاکستان پورې تړلی دی. پاکستان نه غواړي چې افغانستان دی د یوسالم نظام او سالمې ادارې له لاري په خپلو پښو ودربری او دخپلو تولیداتو لرونکی دې شي. ددوی همدا اقتصادي گټي دوی دې ته وادار کوي چې په افغانستان کې دې د یو سالم نظام، ترقی او پرمختگ مخه ونیسي.

څلورم: افغانستان دتاریخ په اوږدو کې دنړی د بیلا بیلو ابرقدرتونو ترمنځ دیوه بفر په توگه پاتی شوی دي، مثلا دعربو تهاجمونو پراختیا ته ئي داروپا خواته، او د شوروی دامپراتوری د پراختیا ته یې د جنوبي اسیاوعربي هېوادو خواته، دانگریزانو د استعمار مخه یې منځني

اسيا ته او همدارنگه دچنگيز او اسکندر کبيرمخه يې د جنوبي اسيا او منځنۍ ختيځ خوا ته نيولې ده. افغانستان د خپل همدغه حساس جغرافيوي موقعيت او ازادي غوښتونکۍ او همسايه ساتونکې خصلت په وجه، د تل له پاره ټولو ابرقدرتونو اول هدف گرځيدلې دې. تر څو ددې له لاري بيا دسيمې نورو هېوادونو ته لاس رسي پيدا کړي. د همدې حساس موقعيت او سپري خصلت په وجه، له يوي خوا روس، دبلې خوا چين، ايران، هند، او حتی ترکيې، سعودي عربستان، تاجکستان، ازبکستان، او ترکمنستان هم غواړي چې په دې ملک کې په بيلا بيلو ډولو سره تشبث او کنترول ولري. چې د نورو همسايه هېوادونو دغه فعاليتونه پاکستان هم ديوي خوا دروس په مقابل کې، او د بلي خوا د هند په مقابل کې، او همدا راز د ايران په مقابل کې رقابت او په افغانستان کې تسلط لرلو ته هڅوي.

دپورته ذکر شو دلايلو په وجه پاکستان په ټوله معنی کوبښن کوي چې څومره چې توانيږي افغانستان ترخپل کنترول لاندې په مستقيمه او يا غيرمستقيمه توگه وساتي. او که چېرې ددوی کنترول پری ممکن نه وي، نو بايد دلته تل جنگ دوام وکړي. په افغانستان کې دپاکستان له خوا دجنگ دوام دستراتيژي مثالونه ډېر دي خو دغه لاندې دوه مثال يې څرگند ثبوت گڼل کېږي.

۱. دروس سره دجگړې په وخت کې پاکستان په عمده توگه د افغاني مقاومت په منځ کې د سالمې رهبري مخنيوي وکړ. او بيا يې په خپله خوښه او د خپلو تر هر چا لازيات تابعينو نه په گټه اخستلومختلف جهادي (؟) گريونه جوړکړل ترڅو ددوی ترمنځ درقابتونو څخه په گټه اخستلو سره خپلې گټې پر مخ بوزي. دوی ديوي خوا دپښتنو اوو مشرانو ته وسلې ورکولې چې د مسعود او رباني په ضد ئي استعمال کړي، اما دبلې خوا ئي بيا په ښکاره او پټه او حتی داسرائيلو له لاري احمدشاه مسعود او رباني ته امکانات ورکول چې دپښتنو په ضد ئي استعمال کړي.

۲. سره لدې چې طالبانو په ۱۳۷۴-۱۳۷۵ کلونو کې په افغانستان کې پوره حاکميت

پیدا کړ، ولې ددې سره سره یې بیا هم په کراتو مراتو د پنجشیر د نیولو څخه ډډه کوله. دایوه داسې معمی ده چې پری پوهېدل ژور تحقیقات غواړی. خو دا واضح ده چې د پاکستان ستراتیژي دا وه چې په افغانستان کې دي جنگ دوام وکړي. او د جنگ د دوام له پاره د احمد شاه مسعود او ربانې او د پنجشیر باغې توب لازمي او ضروري وه چې دوام ولري. پنځم: اوبه نن د نړي په اقتصاد کې حتا تر تیلو هم زیات ارزښت لري. سیاسي کار پوهان داسې وړاند وینه کوي چې د دنیا راتلونکې نړۍ واله شخړې به هم په اوبو وي. د همدې اصل په رڼا کې د پاکستان بله معضله هم دکابل او کونړ د سیندونو داوبو څخه گټه اخیستل دی. پاکستان په دی پوهېږي چې که په افغانستان کې سوله او سالمه اداره منځ ته راشي نو دوی به ضرور ددغو سیندونو داوبو څخه گټه اخلی او بیا به دغه اوبه د پاکستان په لوری کمپړی. څرنگه چې پاکستان یو پراخه زراعتي ملک دی او یوه زیاته برخه ئې د همدې سیندونو له لاری خړوبه کېږي، نو ددې له پاره چې دغه مهمه اقتصادي منبع ئې له لاس ورنه کړی نو دوی په افغانستان کې د سولې او سالمې ادارې مخنیوی کوي.

۲. - ایران:

ایران هم د پاکستان په څیر د افغانستان سره مختلف اقتصادي، خاورایز، اوبه ایز او تاریخي ستونزې لری. د تاریخ په اوږدو کې د ایران او افغانستان ترمنځ ډېری داسې جگړې تیرې شوي چې دهغي کېنه لا تراوسه هم وجود لری. د بلې خوا ایران د افغانستان دخاوری په یوه برخه د جهیل په اوبو قبضه کړېده. او د هلمند د اوبو ته د ایران بې کتروله لاس رسي د ایران پاملرنه د افغانستان په لوري تقوله کوي.

همدا راز د ایران د اقتصاد له پاره افغانستان د یو ښه مارکېټ حیثیت لری. تر ټولو مهمه موضوع داده چې دمنځنی اسیا دنوو ازاد شوو هېوادونو دطبعی منابعو باندې لاس رسي د امریکې، پاکستان او ایران ترمنځ درقابت یو اساسی ټکې دی. امریکایان غواړی چې دمرکزی اسیا دطبعی منابعو ته د لاس رسي تجارتي کرښه د پاکستان او افغانستان له لاری

تيره كړې چې داپه اقتصادي لحاظ امريكا ته ډېره ارزانترينه او ښه لارده. ولي ايرانيان ديوي خوانه غواړي چې امريكائيان دې منابعو ته لاره پيدا كړي او كه لاره هم پيدا كوي ايرانيان ددې ليوال دي چې دغه لاره بايد د ايران له لاري تر سره كړاي شي. نو پدي خاطر چې ايران دامريكې او د پاكستان ددې ستراتيژي مخه نيولي وي نو غواړي چې په افغانستان كې نا ارامي راولي او بي ثباتي ته دوام وركړي. ترڅو ددې پلان مخنيوي وكړي.

ايرانيان په افغانستان كې دخپل تسلط له پاره ديوي خوا دافغانستان د هزاره گانو د ځني ناوړه مشرانو نه چې د مذهب په لحاظ شعيه او د ايران سره مذهبي اړيكې لري، كار اخلي، او دبلي خوا دژبنيز اړيكو نه د غلطې استفادي له لاري د دري ژبو خلكو د يو شمير نا سالمو تاجكو په پلوي او مسلط كولو كوښښ كوي. ايرانيان په ډېره جدې توگه ددغو دواړو وسيلونه په استفاده په افغانستان كې دمختلفو شبكو تر تسلط لاندې راوړلو له لاري خپلي توطئې پرمخ وړي.

۳. روسيه:

روسيي كه څه هم په افغانستان دتير جنگ دبايللو له كبله خپل ځاي دبين المللي رقابت په ساحه كې له لاسه وركړې دي، ولي دوي پدي پوهېږي چې ددوي دناكامي اساسي عامل په افغانستان كې امريكا او ددوي نړۍ وال اقتصادي او سياسي رقيب هم امريكا ده. ديوي خوا روسان نه غواړي چې دمنځني اسيا تازه ازاد شوي هېوادونه دامريكې سره نږدې اړيكې ولري چې پدي توگه بيا دامريكې نفوذ دروس تر پولو ورسېږي او دبلي خوا روسيه يا د پخوا نې شوروي اتحاد بقايا اوس بيا ددې خوبونه گوري چې په كوم بل شكل به دمنځني اسيا ازاد شوي ملكونه يو ځل بيا په خپل ځان راټول كړي. ددې تر خوا، روسيه نه غواړي چې د منځني اسيا طبعي منابع دي ددوي ددشمن په لاس كې پريوزي. نو پدي وجه روسان هم په تمامه معني ددې كوښښ كوي چې په افغانستان كې دي د امريكايانو په مقابل كې تاو تريخوالي دوام پيدا كړي. روسان پدي پوهېږي چې كله په افغانستان كې يوه سالمه اداره

منځ ته راغله نو هغه به دروسانو نه د جنگ غرامات اخلي او هم به د پنجدي سيمې د بيرته اخیستلو ادعا رامنځ ته کېږي. نو پدی توگه روسان هم په خپله ټوله وړتيا او همداراز د احمدشاه مسعود، رباني او د پرچم د گوند د يو شمېر وطن پلورونکو د لالانو د زړو اړیکو نه په کار اخستلو سره په افغانستان کې د نا اراميو په پيداکولو او ادامه ورکولو کې ژور لاسونه لري.

۵۰ - دوهم: دنړۍ د ابرقدرتونو سره اړیکې، او د خپل ملي هويت او ملي گټو ساتنه: سره له دې چې اکثره مترقي او پرمختللي هېوادونه خپلې اړیکې د وروسته پاتې هېوادونو سره ددغو هېوادونو سره د مرستو تر عنوان مثلاً (د اقتصادي پرمختيا له پاره، د دېموکراسۍ د تايمين له پاره، د بشر د حقوقو، د بنځو د حقوقو او د تعليم دانکشاف) تر عنوانو لاندې تبليغ کوي، خو اکثراً دا اړیکې يواځې په همدې برخوکې محدودې نه وي، بلکه هغوی دخپلو سياسي اقتصادي او نظامي اهدافو له پاره دغه ډول کارونه کوي. اکثراً ممکن ددوی دغه اهداف دهغه وروسته پاتې ملکونه دگټو سره په ټکر کې نه وي، خو ځنې خلک د احساساتو له مخې دهغې سره مقابله او مجادله کوي. د مثال په توگه داچې ولي امریکائیان افغانستان ته راغلي او دلته څه اهداف لري، ديو شمېر احساساتي افغانانو لخوا دفوري غبرگون سره مخ دي. او دوی داسې مطرح کوي چې امریکا ئيان زموږ د اشغال له پاره راغلی نو باید ددې په وړاندې جهاد وشي، او په دې کې هېڅ دليل ويل ځای نه لري. خو يو تعداد نور افغانان بيا ددې خبرې په وړاندې د تعمق او تفکر نه کار اخلي. او داموضوع داسې ارزوي چې: سره له دې چې امریکائیان افغانستان ته د خپلو مشخصو اهدافو او دځنې خاصو نظامي او اقتصادي پالسيو د عملي کولو په خاطر راغلي دي، خو دامریکائیانو دغه گټې دافغاني ټولني دگټو سره په تضاد کې نه بلکه زموږ دملي گټو له پاره بڼه امکانات برابرولی شي. دا په زیاته پرځه کې په افغانانو پوري اړه لري چې څرنگه دوي

کولای شي چې ځانونه ددې جوگه کړي چې امریکایان زمونږ سره په دغو مهمو موضوعاتو ځانونه ددغه امرانه موقف نه رابنکته، او مونږ سره د پارټنر په توگه بحث کولو ته حاضر شي.

چې په لاندې اړخونو ئی توضیح کول ممکن گټه ور وي.

لومړی. په سېمه کې دامریکایانو مالي گټې:

دامریکایانو مالي گټې دمنځني اسیاطبعي منابعو ته په لاس رسي کې دي. که امریکایان دافغانستان له لارې دمنځنی اسیا طبعی زیرمې استخراج او بهر ته ولیږدوي په دې کې زمونږ گټی او تاوانونه څه دي؟

۱. ددې طبعي منابعو داستخراج او استفادې کولو په نتیجه کې به دمنځنی اسیا واره هېوادونه په اقتصادي لحاظ په پښو ودرېږي. ددې ملکونو په مالي لحاظ په خپلو پښو ودریدل ددوی استقلالیت تضمینوي، او په شوروي اتحاد دتکیه کولو او بیا دوباره دیوه کمونستي بلاک دجوړښت مخه نیولی شي. چې دسیاسي لحاظه ددغو وړو هېوادونو انکشاف دافغانستان او دشوروي په منځ کې دیوه بفر په توگه په نظامي لحاظ گټور دی.

۲. ددې طبعی منابعو دصادرولو په صورت کې یوازینی اقتصادي لاره یې دافغانستان له لارې دهند بحر ته انتقالول دي.

چه پدې صورت کې امریکایان مجبور دي چې دبین المللی قوانینو داصولو له لاری افغانستان ته ټکس او ددې منابعو څخه دگټې اخیستلو زمینه برابره کړي. دابه زمونږ دهبواد دپرمختیا او اقتصادي ودې له پاره ډېره گټه وروي.

۳. ممکن داکمالاتو دپوره کولو په غرض دهند دبحر نه تر منځني اسیا دریل پټلی او پراخه ترانزیتی لاره جوړه شي، چې ددې تر انزیتی لارې گټې به افغانانو ته زیاتې وي.

دویم: په سیمه کې د امریکایانو ستراتیژیک نظامي گټې:

امریکایان غواړي چې په افغانستان کې د موجودیت او نظامی هډو دلرلو له امله روسیه،

چېن، ایران، پاکستان او هندوستان تر خپل کنترول لاندې وساتي. که دا خبره رښتیا وي او امریکایان واقعا په افغانستان کې د پښو نظامي هډو لړل تصمیم ولري نو دابه هم دافغانانو په نفعه وي. داځکه چې مونږ خو دسیمې دشاوخوا ټولو هېوادونو سره تاریخي دښمني او جنجالونه لرو. هغوی هېڅ یو هم دافغانستان ازادي او استقلال نه مني، او هر یو یې دافغانستان ازادي او استقلال په جدي توګه تحدیدولای شي. نو پدې صورت کې افغانستان ته دامریکا په حیث دیوه قوي ملګري لړل ضروري او ګټور دی. خو ددې ټولو حالاتو څخه افغانان په یوه صورت کې ګټه اخستلی شي چې افغانان منظم او دیوه ملي وحدت او وړ زعامت لرونکي او دسیمې او نړۍ په اړه یوه کوټلې او ثابته ستراتیژي ولری. دبلې خوا امریکایانو ته هم پدې سیمه کې دیو ښه وړ پارټنر ضرورت دی، چې په حقیقت کې افغانستان ددغې کار له پاره یو موزون هېواد دی. خو کوم شی چې پدې برخه کې پاملرني نه لري پاتی دی هغه دادی چې امریکایانو ته یو توانمند او په خپلو پښو ولاړ پارټنر افغانستان ضرورت دی نه داسې یو بې کاره او طفیلی افغانستان چې همدا اوس ددوي په اوږو بار دي. نو دابه ددواړو هېوادو په ګټه او دافغانستان دخلکو له پاره حیاتي ارزښت ولري چې دغه حساسه موقع په درسته توګه درک او دهغې نه دموثرې ګټې اخستلو له پاره د فکر او عقل له مخې خپلې دندې او مسئولیتونه ادا کړي.

۵۱: د هېواد تاریخ، ملي کولتور او ملي شخصیتونو پېژندنه او دهغې نه دفاع:

سره له دی چې موږ دافغانستان خلک تقریبا په عظیم اکثریت مسلمعان یو، خو د مسلمانانو ترخوا دلته هندوان، سکان او یو محدود شمیر عیسویان او یهودان هم اوسیدل. که دادیانو تاریخونو ته په غور نظر وکړو نو دټولنو دینونه دوختونو په بدلون سره بدلیری رابدلیری. افغانان یو وخت زردستان، یو وخت بت پرستان او نور او نور ول، ولی نن مسلمعان دی. اما په مجموعی توګه هره ټولنه ځانته یو ځانګړی تاریخ او یو ځانګړی کلتور

لری چې دغه تاریخ او کلتور دهغې ټولنې دټولو وگړو صرف النظر ددوی عقیدوی جوړښت او قومی جوړښت څخه دوی سره په گډه دغه تاریخ او کلتور جوړکړی وی. نو دنړی بیلا بیل ملتونه که څه هم یوه ژبه یا یو دین ولری ولی یو دبل نه جلا جلا ملتونه وی. دمثال په توگه اوس په نړی کې زیات هېوادونه دی چې ددوی رسمی دین اسلام دی ولی دغه ملتونه بیا یو دبل نه جلا او ځانته ځانگړې ملي هویتونه لری چې په دی ملي هویت کې دهریو تاریخ، کلتور او گټی شامل دی.

همداراز ډېر عربی ملکونه وجود لری چې دټولو ژبه عربی ده او ټول مسلمان هم دی مگر ددوی ملتونه دهمدغو خصوصیاتو په اساس سره جلا دی.

نو په دې اساس مونږ افغانان هم دیو داسې ملت په حیث چې ۵۰۰۰ کلن گډ تاریخ او یو گډ ملي کلتور او ملي افتخارات لرو. باید خپل ځان دافغان په توگه وپېژنو او په خپل ملي هویت افتخار وکړو.

په هر حال مونږ افغانانو (چه په هغې کې پښتانه، تاجک، هزاره، ترکمن، بلوڅ، او نور هم شامل دي) دیوه هېواد په توگه په تېرو څو زره کلنه موده کې یو گډ تاریخ جوړ کړی چې په هغې پوهېدل او دهغې نه دفاع دهر افغان مسولیت دی. همداراز مونږ ددې تاریخ په اوږدو کې ځینی داسې ځانگړي خصوصیات سره راخپل کړی دي چې هغه دافغانانو کلتور تشکېلوی. سره له دې چې دکلتور جزئیات ممکن دقوم او منطقی په لحاظ یو دبل څخه څه توپېرونه ولری، ولې په مجموعی توگه دغه کلتوري خصوصیات سره ډېر ورته او شریک دي. چې ددوی څو مثالونه په لاندې توگه ذکر کولای شو.

افغان هریو دبل سره په مړي او ژوندي کې گډون کوي. دمړي په دعا، خښخولو، جنازی، ختم او خیرات کې یو دبل سره ونډه اخلي او دژوندي په کوژده، واده او نورو خوښیو کې یو دبل سره دایجاباتو مطابق (دغه ایجابات دخلکو په منځ کې په غیر لیکلي توگه وجود لری او یو دبل سره په هغې پوهېږي) ونډه اخلي. دمثال په توگه څوک په مړي کې نه خاندی،

نوی جامی نه اغوندی، ولی په خوښی کې بیا خوشحالی کوي او نوی جامی اغوندی، ټوکی، ټکالی او خنداوی کوي. یو دبل احترام او عزت کوي، څوک دچا په مال او ناموس تېری نه کوي. که دا تېری دهر چا لخوا وشي دټولني ټول خلک هغه په یوه اواز او یو شان محکوموي. یعنې په ټولنه کې دخلکو ترمنځ یو ډول اجتماعی قراردادونه وجود لري چې که څه هم دغه قراردادونه نه لیکل شوي او نه امضا شوي دی خو دټولني هر غړی په هغه پوهېږي او ځان دهغې په منلو مکلف بولي. ددغو ټولو قراردادونو مجموعې ته گډ کلتور وائی. دهرې ټولني خلک ځانته ځانگړی کلتور لري چې همدې کلتور په ساتنه او عملي کولو دیوې ټولني یا هېواد خلک دنورو څخه پېژندل کېدای شی. نو ددې له پاره چې هېوادونه ژوندي پاتې شي او یو دبل سره وپېژندل شي نو دهر هېواد دخلکو ته دا ضروري ده چې د خپل هېواد په کلتور باندې ځان پوه کړي او هغه په ژوندي توگه عملي وساتي. او ددې سره دا وبل هم لازمي بولم چې دهر هېواد په کلتور کې ښه او بد، مثبت او منفي ټکې وجود لري. هغه هېوادونه کامیاب او بريالي وي چې تل خپل کلتور ارزوي او ښه ټکې یې تقویه او خراب ټکي او خراب شيان دخپل کلتور نه لري کوي. زه دخپل هېواد ځوان نسل نه په کلکه سپارښتنه کوم چې د ملي کلتور او ملي هویت ساتنې او پالنې ته په جدي توگه ولي په فعاله توگه پاملرنه وکړي یعنې تل دخپل کلتور په صیقل کولو او پالش کولو کې ونډه واخلي. غلط او دردونکې رسم او رواجونو په وړاندې مجادله او مقابله وکړي او ښه او مثبت رواجونو په رواجولو او تشویق کولو سره زیات کړي.

همداراز دتاریخ په اوږدو کې هر هېواد کې داسې علمي، بزمي، سیاسي او اجتماعي شخصیتونه راپېدا کېږي چې دهغوی کارنامې دخپلو خلکو او ټولني له پاره او همداراز دنړۍ والو له پاره دځانگړې افختار وړ گرځي. دهر هېواد او سیدونکو ته په کار ده چې ددې شخصیتونو په اړه او دهغوی دکارونو او خدمتونو په اړه ځانونه ته پوره معلومات ترلاسه کړي او دهغوی دشخصیت په پوهېدو سره دهغوی دنیکو خدمتونه قدر او ترممکن حده

دهغوی پیروي وکړي. دخپل هېواد او تاریخ او ملي شخصیتونو نه ناخبر تیا دهغې ټولنې دبدبختۍ او ورکېدو زمینه برابروي.

زمونږ ځوان نسل باید دې ته پاملرنه وکړي چې زموږ گاونډي هېوادونه زموږ د ټولنې دتاریخ، جغرافیې کلتور او ملي شخصیتونو په وړاندې د رنگارنگ توطیو او دسیسو نه کار اخلي. نو داډېره مهمه ده چې زموږ ځوان نسل دخپل هېواد په دغو لوړو ارزښتونو پوه او دهغې نه د دفاع په لاره کې علما مجهز او ارادتا آماده وي. په دې اړه له لوستونکو سره یوه د تعجب وړ کپسه شریکول غواړم. ما د افغانستان ځوان نسل ته د سالمې تربیې او ښه تعلیم ورکولو په خاطر د (نوي سید جمال الدین افغان انستېټیوت) په ننگرهار کې په ۱۳۸۸ کال کې پرانسته. دهغې د رسمي کولو له پاره مې د لوړو زده کړو وزارت ته مراجعه وکړه. په دې وزارت کې را ته یو لوړ پوړي په ډېر سپکاوي سره وویل (تا ولي په دې انستېټیوت د سید جمال الدین افغان نوم ایښی دی. ما د الازهر په پوهنتون کې په دې اړه تحقیقات کړي دي او پي، ایچ، ډي مي اخستې ده. هغه (سید جمال الدین افغان) اصلا وجودنلري او که وي هم نو افغان خو نه دی.) ما هغه جناب ته وویل چې (زه افسوس کوم تاسې د دغسې یو غیر اخلاقي او غیر علمي مفکورې سره سره هم د لوړو تحصیلاتو په وزارت کې په داسي یوه لوړه څوکې کې کار کوي. سید جمال الدین افغان خو پخپله ځان ته افغان ویلي دی او

تاسې وایی چې

هغه افغان نه دی)

د تاسف خبره ده چې په افغانستان کې اوس داسې هېڅ ډول مسئوله اداره وجود نلري چې هغې ته ددې موضوع نه د شکایت کولو په وجه به دغه شان خائنین او وطن پلورونکي محاکمه کړای شي چې ما به ورته مراجعه کړی وائی. نو وگورۍ چې په څومره ظالمانه توگه زموږ په هېواد کې په رسمي څوکېو ناست پردې ایجنټان زموږ ملي ویاړنې او ملي تاریخ محوه کوي.

## ديارلسم څپرکی

### ملي او بين المللي سياسي نظريات

۵۲ - ځوانان او په سياست ځان پوهونه:

دټولني ديوه فعال عنصر په حيث هر انسان ته په کار ده چې دټولني په بيلا بيلو اړخونو لکه مذهبي، اجتماعي، سياسي او نور تر يوه حده معلوماتونه ولري، ترڅو چې په ښه توگه وکولای شي ورځنی پيښې او مسئلې په علمي توگه وارزولی شي، او دهغې په وړاندې يو سالم دريځ غوره کړای شي. دمثال په توگه: کله چې ددېني او مذهبي موضوعاتو په اړه خبرې کېږي، نو که تاسې دمختلفو اديانو او مذاهبو په اړه او همدا راز دهغې پيروانو په اړه يو څه معلوماتونه ولرئ، نو تاسې به په نسبتا ښه او علمي توگه هغه موضوع درک کړای شئ نسبت وهغه چاته چې پدې اړه هېڅ معلومات ونه لري.

همداراز دسياسي موضوعاتو، او دمختلفو سياسي نظريو او احزابو په اړه تاسې هلته ښه قضاوت کولای شئ چې تاسې ددې مفکورو او دهغې پورې مربوط ډلو او دهغوی دپاليسو او کړوورپو نه خبر یئ. سياست دهر ملک ضرورت دی او په هر ملک کې مختلفې سياسي نظريې او دهرې نظريې پورې مربوط حزبونه او ډلې وجود لري. نن دنيا هر ملک حزبونه لري چې ددېموکراسي په چوکات کې د خپل ملکونو د بهبود له پاره مپارزي کوي. زمونږ ټول همسايه هېوادونه په خپلو ملکونو کې سياسي احزاب لري، خو زمونږ خلکو ته بيا د خپلو گوداگانو له لاري دا سپارښتني کوي چې پام وکړي، او په سياست کې ونډه وانخلي، ځکه سياست ناولي او چټل شي دی. ددې له پاره چې تاسې ځوان نسل سره مو د سياسي موضوعاتو په اړه او دسياسي بيلا بيلو نظريو پورې مربوط او همداراز دمختلفو حزبونو په اړه يو څه معلوماتونه ستاسې د پوهاوي په خاطر په سالمه توگه وړاندې کړی وي،

د ابرخه تاسی ته وړاندې کوو.

په عمومي توګه سیاسي نظریې په دوه ډولو ویشل کېږي، یو یې بین المللی نظریې او بل یې ملي نظریې دي.

### ۵۳ - سیاست که ټوپک؟

په نن زمانه کې د ټولنو په منځ کې دمطرح موضوعاتو دحل له پاره دوه لارې وجود لري: یوه لاره یې په زور او جبر سره دیو محدود اقلیت دنظراتو منل دي په لوی اکثریت باندې. چې دا د زور او ټوپک لاره ده. دا یوه غیرقانونی، غیراخلاقي، غیر اصولي لاره ده. ، چې نن سبا په دنیا کې ځای نه لري. چې دې ته دحل نظامي لاره، یا د ټوپک لاره وایې. متاسفانه نن زمونږ په هېواد کې بهرنی قواوي او ټولي جنگي ډلي، او جهادي (؟) گروپونه د همدې لارې پیروي او پلوي کوي. زمونږ ځني ناپوهه سیاسيون هم په خپلو خبرو کې په ډېر بي مسؤلیته توګه په ظاهر کې د سیاسي حل خبري کوي او وایي چې د جنگی ډلو سره دي بي قیده او شرطه روغه وشي، پداسي حال کې چې ده اصلا د جنگي ډلو سره د اقتدار شریکول دي چې پایله یې د هماغه نظامي ساخت او باخت نه بغیر بل څه نشي کېدای. د جنگي مخالفینو سره خبري کول، یوازي هلته د سیاسي حل مفهوم ادا کولای شي چې دغه جنگي مخالفین خپلي وسلې پرېږدي، او ددېموکراتیکو اصولو په منلو سره د ولس هغه رایو ته تسلیم شي چې ددوي د ټوپکو او انسان وژنو د تهدیدونو نه خالي وي.

د حل دوهمه لاره یې دقانون، انتخاباتو او اکثریت فیصلو ته تسلیمدل او منل دي. چې دغې لارې ته دیموکراسی ته غاړه ایښودل وایې، او یا په بل عبارت ورته سیاسي لاره وایې. نن په نړۍ کې دغه لاره دنړۍ دزیاتو هېوادونو او عظیم اکثریت له خوا منل شوې چې پدې لاره کې په هر ملک کې د نظام انتخاب او دحکومت طرز هم ددېموکراسی له لارې پیاده او عملي کېږي. نن سبا سیاست او دسیاسي لارې څخه دانسانانو له پاره دنظام انتخاب یو

منل شوی واقعیت دی، خو متاسفانه زموږ په ملک کې اوس هم یو زیات شمیر خلک د سیاست نه کرکه کوي. زموږ د هېواد دخلکو د سیاست نه کرکه دوه عوامل لري.

یو عامل یې په افغانستان کې د سیاسي احزابو هغه خراب اعمال تشکیلوي کوم چې دوی د خپلو خلکو د غولولو له پاره ترې کار اخستی. اما په واقعیت کې دوی د خپلو ټولو وعدو او برنامو خلاف دولس په ضد اعمال ترسره کړه. چې پدې کې د کمونستي گوندونو وطن پلورنه او جنايات، او د جهاد د مقدس نوم او عنوان لاندې د اخواني حزبونو او ډلو جنايات، او د یو شمیر ملي درواغجنو او غولونکو سیاسي گوندونو غولونکو وعدې وي چې یې د افغانستان خلک د سیاست او حزب په وړاندې کر کې کولو ته وهڅول.

دوهم عامل یې متاسفانه بیا د گاونډيو هېوادونو توطیې دي. ددې له پاره چې افغانان په خپلو کې یو ملي وحدت او په سیاسي لاره د خپل ملک دستونزو حل ته ونه رسېږي، نو دغه حيله گر همسايه هېوادونه بیا د خپلو شبکو له لارې سیاست او حزب په وړاندې یو شمېر ناروا او دروغجن تهمتونه وايې او د پخواني حزبونو د مثالونو نه په استفاده زموږ عوام د سیاست او مبارزې په وړاندې کر کې او په سیاست کې عدم گپون ته هڅوي. متاسفانه دا تبلیغات بیا په خلکو کې په ډېره پراخه پیمانې تیتوي. ددې تر خوا غریبانو هم په افغانستان کې د دېوکراسي د خپرولو تر عنوان لاندې ددې په عوض چې د سالنو ملي تشکېلاتو سره مرسته او کومک وکړي، دوی د هغوی په عوض وطن پلورونکې اوداسي لاسپوڅي وړي ډلي منځ ته راوړي او تقویه کړي، چې د یوې خوا یې په دي وسیله د اساسي ملي حزبونو د جوړښت مخه یې ونیوله، او د بلې خوا یې ددوي د لا زیاتو غلطیو په وجه په هېواد کې د هېوادوالو اعتماد او باور په حزب او سیاست لا نور هم له منځه وېوړ.

نو زه د خپل هېواد ځوان نسل پام دغو دواړو نیمگړتیاوو ته په جدي توگه را اړول غواړم. لومړی خو دا چې زموږ په ملک کې دیموکراسي ډېره لنډه تاریخچه لري نو پدې لنډه موده کې حتما سیاسي احزاب هم غلطې کوي، خو دپرون غلطې باید داسې ساده وانخستلای

شي، دهغو نه بايد دده كره وكړو او بايد چې بيا تکرار نه شي. اما دابه هم غير علمي او غير اصولي خبره وي چې ووايوهغو پخوانيو غلطې كړې نو مونږ بايد دحزب دجوړولو او سياست څخه ډډه وكړو.

دبلي خوا دگاونډيو هېوادونو دغو سياسي توطيو ته بايد فوق العاده پاملرنه وشي او ددغه منفي تبليغاتو دخپرولو مخه ونیول شي. ددې منفي تبليغاتو دمخنيوي بڼه طريقه به دا وي چې ځوانان په فعاله توگه په سياست او دحزب جوړولو كې ونډه واخلي. ولي كو بنسټ بايد وكړای شي چې دوی تېرې خبرې تکرار نه كړي، بلكه دخپل سياسي علم او عمل له لارې خپلو خلكو ته دلابنه خدمتونو مصدر وگرځي ترڅو په عملي توگه ددغو زهرجنو تبليغاتو اثرات خنثی او له منځه يوسي.

٥٤- په نړي كې د مذهبونو او سياسي نظريو په اړوند معلوماتونه

نړی په څو لويو گروپونو لکه کمونستي بلاک، سرمايداری بلاک، وروسته پاتی نړی، او دمذهب په اساس په عقيدوی ټولنو او غير عقيدوی ټولنو ويشل شوي ده. چې په غير عقيدوی ټولنو كې کمونستان، او نور هغه خلك شامل دي چې په خدای جل جلاله، پيغمبر (صلی الله وعلیه وسلم) او اسماني کتابونو عقیده نه لري. او په عقيدوی ټولنه كې بيا په مسلمانانو، چې په حضرت محمد(ص) داخري پيغمبر په توگه او په قران كريم داخري كتاب په توگه عقیده لری، عيسويانو چې هغوی په حضرت عيسي (عليه السلام) داخري پيغمبر او په بايبل داخري كتاب په توگه عقیده لری، او دريمه ډله ئی يهوديان دی چې په حضرت موسی (عليه السلام) داخري پيغمبر په توگه او په تورات داخري كتاب په توگه عقیده لری او څلورمه ډله يې هغه ده چې په داود (عليه السلام) د اخري پيغمبر او په زبور د اخري اسماني كتاب په توگه عقیده لري شامل دي.

دعقيدې په برخه كې دري شيان مهم دي:

۱ عقیده: عقیدې ته په انگلیسی کې روحانیت یا **Spirituality** وائی: دا هغه خلک دی چې په خدای (جل جلاله) عقیده لری او دهغې احکام په مجموعی توگه منی ولی دکوم خاص پیغمبر او دین تابع نه دی. دی خلکو ته **Spiritual** یا روحاني خلک ویل کېږي.

۲ دین: دین د عقیدې په چوکاټ کې دیو مشخص پیغمبر او کتاب منل او پیروی کول دی. چې په همدی اساس بیا عقیدوي خلک په یهودیانو، عیسویانو او مسلمانانو ویشل شویدی. ددې برسیره په نړی کې ځنی نور واړه گروپونه هم شته چې هغوی په خدای (جل جلاله) او یو پیغمبر عقیده لری لکن ځانگړی کتاب نه لری.

۳ مذهب: مذهب دیو مشخص دین په چوکاټ کې دننه دځنو لوړو علماوو او اصحابوو ځانگړی طریقې دی چې هغوی هر یو دخپل دین د احکامو تعریف په ځانگړی توگه کوی چې په عیسویانو کې **Catholic** او **Pradestan** او په مسلمانانو کې بیا شعیه او سنی مذهب، یا هم دامام ابو حنیفه، امام غزالی، امام جعفری او نور مذهبونه دی.

په اسلام کې ددین او مذاهبو نه علاوه دتصوف یوه برخه ده چې (صوفی) ورته ویل کېږي چې دوی بیا داسلام په خوا کې ځنی نوری ازادی گانی هم قبلوی لکه دموزیک ازادی او نور.

## څوارلسم څپرکی

### ۵۵ - سیاسي نظريې

الف : بين المللی نظريې:

دا هغه نظريې دي چې په نړۍ واله کچه پېروان او په نړۍ واله کچه تقويه کونکې سرچېنې لري. چې دانظريې بيا په دوه عمومي ډولو ويشل کېږي.

۱. بين المللي کمونستي نظريات:

دا هغه نظريات دي چې دانسانانو په منځ کې داريکو او ستونزو معيار يوازې مادي منابع بولي. او معنوي اړخونو ته چې په هغې کې دين او په خدای، کتاب، پيغمبر او نور عقیده هم شامل دي کوم ارزښت نه ورکوي. په نړۍ کې کارل مارکس ددې نظريې ايجاد کونکې گڼل شوی دی او په همدې لحاظ ورته مارکسيزم هم وايي .

سره له دې چه دکمونيزم بلاک (په افغانستان کې د شوروي اتحاد د شکست نه وروسته) اوس په نړۍ واله کچه ضعیفه شويدي، خو بياهم وجود لري. دکمونيزم بلاک بيا دځينې خاصو ځانگړتياوو له مخې په دوه نورو عمده گروپونو وويشل شو. چې يو ته يې مارکسيزم لينينيزم ويل کېږي، چې هغه په روسيه کې د لينن په ذريعه عملي او پياده شو، نو په همدې لحاظ ورته مارکسيزم لينينيزم ويل کېږي. چې ددې نمونه يې حزبونه په افغانستان کې دخلق ديموکراتيک گوند وه چې دنور محمد تره کې په مشرئ او د حفيظ الله امين، ببرک کارمل او نورو غړو په شمول او د روس په مستقيمه همکارئ ايجاد شو. بيا يې دثور کودتاه له لارې په ۱۳۵۷ هـ ش کال کې د محمد داود خان په وژلو سره اقتدار واخست. څه موده دنورمحمد تره کې (دخلق گوند غړی) تر رهبرۍ لاندې بيا دحفيظ الله امين (دخلق دگوند غړی) لاندې او بلاخره بيا په ۱۳۵۸ هـ ش کال کې دروس دمستقيمې مداخلې له لارې

برک کارمل ته چې دپرچم دحزب غړی وه قدرت ورا انتقال او بلاخره بیا د ۱۳۶۵ ل نه تر ۱۳۷۱ ل کلونو پورې دنجیب الله (چې دپرچم دگوند غړی وه) دحکومت دوره کي دکمونستانو اقتدار پای ته ورسېده، او نجیب الله رسماً ملل المتحد ته دتسلیمیدو له لارې دحکومت نه لاس واخیست.

تر هغې وروسته بیا دخلق او پرچم گوندونه په ډېرو زیاتو وړو وړو ډلو بدل شول او همدا اوس هم دغه وړې ډلې وجود لري.

دکمونیزم دبلاک پورې مربوط دوهمه ډله دماؤئیزم په نوم یادېږي، چې ددوې رهبر ماوتو سنگ وه چې په چین کې یې دکمونیزم فلسفه په یوه نوی شکل عملي کړه، او دایې وښودله چې دمارکس او لینین دنظری خلاف چې هغوی ویل یوه ټولنه باید هغه پنځه تاریخی مرحلې چې د کمون اولیه نه بردگي ته اودبردگي نه فیوډالیزم ته او دفیوډالیزم نه سرمایدارۍ ته او دسرمایدارۍ نه سوسلیزم ته په ترتیب سره تیري کړي، ترڅو سوسیالیزم او بلاخره بیا کمونیزم ته ورسېږي. خو دوی په چین کې دفیوډالیزم نه راسا یو کمونستي نظام ته داخل شو، چې دغه شکل ته یې بیا ماوؤ یزم او یا (راه رشد غیر سرمایداري) نوم ورکړ. دکمونستي دغې نظري پېروان په افغانستان کې د شعله جاوید ډله وه چې وروسته بیا په بیلا بیلوگروپونو وویشل شوه او اوس هم دهغې وړې خانگې وجود لري.

## ۲. بین المللی اسلامي نظریات:

داسلام بین المللی سیاسي نظریه چې په ۱۳۰۷ ل کال کې لومړي په مصر کې منځ ته راغله په نړۍ کې داسلامی سیاسي نظام دتطبیق کولو له پاره هلې ځلې کوي، او د ددې کبله چې ددوی اولین اخبار د(اخوان المسلمین) په نوم یادېده، نو ددوي پوري مربوط ډلې هم په هغه ملک کې داخوانیانو په نوم یادېږي، چې په مختلفو ملکونو کې ورته بیا همدا نوم د هغه ملک په ژبه یادوي.

داخوان المسلمین دنظریې له مخې په نړۍ کې باید اسلامي نظام حاکم او اسلامي نظام باید د هېوادونو ټولې چارې اداره او تنظیم کړي چې پدې کې داسلامي بین المللي نظریاتو یا داخوان المسلمین پوري مربوط ډلي شاملې دي. چې دا ډلي عبارت دي له، حزب اسلامي، (انجنیر گلبدین حکمتیار) او حزب اسلامي (مولوی خالص) جمعیت اسلامي افغانستان (برهان الدین رباني) او اتحاد اسلامي افغانستان (عبدالرسول سیاف) ډلي شاملې دي. په دنیا کې اکثر مسلمعان پدې عقیده دي چې دین او عقیده دانسانانو او خدای ترمنځ یوه رابطه ده او هغه باید دحکومت داري د وسیلې په توگه استعمال نه شي. خو اخوانیان داسې عقیده لری چې دین یوازې دیو شخص او خدای ترمنځ عبادتي رابطه نه، بلکه دا د ټولني د انسانو ترمنځ او د ټولني او دولت ترمنځ د نظام دراوړلوستم هم جوړولای شی. چې پدې برخه کې حتی دوی دقوي او زور له لارې هم ددېن مسلط کول روا او جائیز بولي. اما یو شمیر زیات مسلمعان ددوی دغې تحميلي نظریې او د اسلام په زور تحمیلول، د اسلام ددېن سره یوه مخالف عمل او حتی هغه د اسلام په ضد یو عمل گڼي، همدا وجه ده چې ددنيا د مسلمانانو اکثریت ددوی سره موافق نه دي.

د دواړو بین المللي نظراتو عمده مشکل پدې کې دی چې دوی د هېوادونو داخلي ځانگړي شرایطو ته کوم خاص ارزښت نه ورکوي، بلکه دنړۍ د هېوادونو په منځ کې سرحدو نه مني. کمونستان یې دکمونستي جهاني بودن تر نظریې لاندې دنړۍ هغه هېوادونه چې کمونستی نظامونه لری، سره یو بولي. او اخوانیان بیا ټول هغه اسلامي هېوادونه چې ددوی له نظره اسلامي نظامونه لري یو واحد ملت په توگه پیژني. چې ددوی همدا نظر دیو شمیر زیاتو خلکو داعترض او ددوی سره مخالفت سبب گرځیدلی دی. او ددې هېوادونو یو زیات شمیر خلک داسې استدلال کوي چې سره له دې چې مور به دنورو اسلامي ملکونو سره گډ دین لرو خو زموږ د هېواد ځانگړي شرایط، دژوند کولو طرز او دخلکو غوښتنې ددې باعث کېږي چې باید داسلام په چوکاټ کې دننه هر هېواد ځانته ازاد، مستقل او

ټاکلي سرحدات ولري.

۳. ملي اسلامي نظرياتي گروپونه:

داهغه سياسي ډلې دي چې عقیده لري چې مونږ بايد دنړۍ د مهمو او غټو نظريو او عقيدو نه فايده اوچته کړو او دهغوی دتطبيق له پاره بايد ځانگړي شرايط برابر کړل شي. خو دهر هېواد ځانگړی تاريخي، جغرافيوې او روان سياسي حالت يو دبل نه توپير لري، نو ددې کبله نړۍ والې سياسي نظريې نه شي کېدای چې کټ مټ په هر هېواد کې تطبيق شي. دمثال په ډول: دوي دسوسياليزم هغه اقتصادي برخه چې د اجتماعي عدالت سره برابره ده مني، او دا مني چې په ټولنه کې دی اقتصادي منابع ديو اجتماعي عدالت په اساس توضیح شي. خو دوي دسوسياليزم هغه برخه چې ددېن سره مخالفت لري او دين ديوې ټولني له پاره د اپين او زهرو په توگه پيژني نه مني او نه يې قبلوي. همداراز ملي اسلامي سياسي ډلې په افغانستان کې پداسې حال کې چې داسلام مقدس دين دخپلی عقيدی په توگه مني، خو هغوی نه غواړی چې دين دې دحکومتي نظام په خیر په خلکو تحمیل کړای شي. همداراز نه غواړي چې دنورو مسلمانو هېوادونو سره دې يو بې سرحدو مشترکه نظام ولري. دا ځکه چې نور پرمختللی اسلامي هېوادونه بيا زموږ دوروسته والي نه په ظالمانه توگه فايده اوچتوي. نو ددوی له نظره دين بايد دعقيدی په توگه او دولت بايد ديو نظام په توگه ديو بل نه جلا پاتي شي.

همدا وجهه ده چې داصولو له مخې ملي اسلامي ډلې اکثرا کومه بين المللی پشوانه نه لري، نو دهمدې کبله ضعيفې هم وي. ملي اسلامي ډلو کې افغان ملت، دملت ولسی سازمان، دافغانستان دنجات ملي جبهه (صبغت الله مجددې)، دافغانستان ملي اسلامي محاذ (سيد افندی گيلاني)، حرکت اسلامي افغانستان(مولوي محمد نبي محمدي) او دافغانستان مترقي ديموکرات گوند (مساوات) او ځنې نورې ډلې شاملې دي.

ددې ليکنې مطلب دا نه دی چې ځوانانو ته ديوې يا بلې ډلې سره ديوځای کېدو سپارښتنه

وکرې، ولي هدف يې دادي چې ځوانان بايد د سياسي موضوعاتو په اړه ځانونو ته کافي معلوماتونه تر لاسه کړي، او دهغو معلوماتونو په رڼا کې بايد تصاميم ونېسي. خو دا په دغرده وايو چې ځوانان بايد دهر ډول افراطيت څخه ډډه وکړي، او ددې کبله چې دهر مملکت ځانگړي شرايط يو دبل څخه توپير کوي، نو په دغو ځانگړو شرايطوپوهيدل او دهغوی اثرات دسياسي مبارزي په انتخابولو کې له نظره ونه غورزوي. دا هم ضروري ده چې ووايو چې اسلام افغانستان د مطلق اکثريت دين او عقیده دهو چې د عقيدې تر خوا يې ددې هېواد په ازادې بخونکې مقاومت کې تل ډېر مثبت او ښه رول لرلي دي. نو هر افغان ځوان ته دا ضروري ده چې د اسلام مقدس دين ته درناوي، او احترام ولري. او په احساساتي توگه نه دداسي نظرياتو ښکار شي چې هغه د اسلام او افغاني کلتور سره مخالف وي، او نه هم داچې د اسلام د مبارک دين نه په استفاده د نورو افراطي او تجاوزگرانه نظرياتو تر اثر لاندې راشي.

### د هېواد ددې اوږد بحران د حل اساسي لاره به څه وي؟

دملي احساس او ملي مسئوليتونو په اړه يوه بله موضوع دخورا جدي توب وړ ده چې زموږ ځوان نسل بايد ورته په جدي توگه پاملرنه او په اړه يې هوښيار او بيدار وي. هغه په هېواد کې دملي وحدت دتامين اساسي لاره يعنې د يوه پراخه سياسي وحدت دتامينول دي چې په هغې کې دمطرح اصولو او ارزښتونو په اړه داسې يوه سالمه لاره او فارمول بندي منځ ته راشي چې په هغې کې دهېواد ټولې پرگنې چې که هغه دهرقوم، ژبې، دين، مذهب او قشر پورې اړه ولري خپل ځان دخپل او خپلې گټې پکې خوندي وگوري. خو متاسفانه زموږ په هېواد کې دداسې يوه سياسي وحدت او سالم سياسي فارمول دمنځ ته راتللو په اړه ډېرې ستونزې وجود لري. د بلي خوا زموږ دوطن دښمنانو دافغانستان په خلکو کې دسياسي کار او سياسي فعاليت په اړه داسې تراخه او زهرجن تبليغات کړي او کوي يې چې زموږ هېواد



وال یې د سیاست په وړاندې کرکجن کړي دی.



## پنځه لسم څپرکی

۵۶- دلوستونکو، کتونکو او اورېدونکو پوښتنې، ځوابونه او تبصرې:

۱- د ښوونې او روزنې توپیر څه دی؟

ښوونه او روزنه یا تعلیم او تربیه د یوه انسان د ژوند دمعنوی اړخ (مادی اړخ د هر انسان فزیکي بدن او دهغه غړي تشکیلوي) دوه مهمې او ځانگړې برخې دي.

لومړۍ: روزنه:

روزنه دهر بنیاد نه ښه او سالم انسان جوړول دي. یعنی روزنه یوه انسان ته انسانی یا اخلاقی او اجتماعی (یعنی دنورو انسانانو سره دسالمو، موثرو او ښو اړیکو لرل). مسئولیتونه ورزده کوی یعنی روزنه ده چه هر انسان په یوه ښه (ځان او نورو ته په گټور) انسان بدلوی. او هر انسان ته په ټولنه کی دیوه گټور او پېژندل شوی مقام ته درسیدو لپاره دضرورت وړ خوی او خصلتونه او بیا ددی مقامونه دلا ښه ساتلو او لوړولو لپاره ضروری اخلاق او خصلتونه ورزده کوي.

روزنه دهری ټولنی په خصوصیاتو پوری اړه لری او دیوی ټولنی نه بلی ته فرق کوی مثلا په شرقی ټولنو کی دی ته ترجیح ورکول کېری چه انسانان دې گډ ژوند ولري او هر یو دې بل سره مرسته وکړی، پداسی حال کی چه په غربی ټولنو کی بیا انفرادیت یا ځانته والی ته ترجیح ورکول کېری او ځوانان داسی روزل کېری چه خپل کارونه پخپله پرمخ بوزی. داد شرقی او غربی تربی یو فرق دي. چې دا هر یوه ټولنی ته منل شوی طریقه بیا دځوانانو دروزنې لپاره جلا جلا لاری لري او دغه لاری دهری ټولنی لپاره دخلکو له خوا ټاکل شوی او په هغه ټولنه کی منل شوی دی چې دهمدی خصوصیاتو په چوکاټ کی تربیه هم ددغی اصلونو تابع او دیوه ځای څخه و بل ځای ته او دیوه کلتور څخه بل کلتورته فرق کوی.

دویم: ښوونه یا تعلیم:

تعلیم دانسانانو او ټولینزو ضرورتونو دپوره کولو لپاره دټولنو په اړه دمعلوماتو پیدا کول او دټولنی دضرورتونو او ستونزو دحل لپاره دعلمی لارو چارو او تخنیکي وسایلو دکشف، استعمال او دهغی نه دگټو اخستلو د طریقو زده کوونه ده. څرنګه چه دغه موضوعات دټولو ټولنو او ملکونو لپاره یو شان ضرورت او حتی ددوی نه گټه اخستل تر ډېره حده مشابهه او یو شان ده نو تعلیم دټولو هېوادونو لپاره یو شان کېدای شي. همدا وجه ده چه دښوونی او تعلیم مواد دیو ملک نه دبل ملک لپاره هم استعمال کېدای شي. یوازینی فرق به پکښی د ژبی وی چه دغه مشکل بیا دتر جمی له لاری حل کیدای شي.

نو په لنډه توګه ویلي شوو چې ښوونه او دښوونی یا تعلیم مواد د مختلفو ملکونو لپاره مشابهه او یو شان ته وی لکن دتربی په اړه مواد او لیکنی د هری ټولنی لپاره خاص او ځانګړی وی. ښوونه سړی ته علم او روزنه سړی ته سریتوب ورزده کوی.

۲- روزنه مهمه ده که ښوونه ولې څوک په روزنه بحث نه کوی؟

ښوونه او روزنه دواړه مهم دی. ښوونه سړی ته علم او روزنه سړی ته سریتوب ورزده کوی. په روزنه کی خلک دخپل ځان، خپلی کورنی، ټولنی او ملت په اړوند مسؤلیتونه زده کوی او دهغی دعملی کولو سپارښتنه ورته کوی. پداسی حال کی چی ښوونه ورته یوازی دهمدی او نورو تخنیکي او علمی موضوعاتو په اړه معلوماتونه ورکوی. داروزنه ده چه یو سړی ته سریتوب، په ټولنه کی داجتماعی اړیکو او مسؤلیتونو زده کړه او دهغی دعملی کولو سپارښتنه، دخپل ملک، خلکو، ملی مقدساتو، ملی تاریخی او ملی گټو نه دفاع ور ښائی. روزنه دانسان په ژوند دوجدان حاکمیت مسلط کوی. بلاخره دا روزنه ده چه مونږ نه یو با احساسه، باوجدانه او با مسولیته انسان جوړوی دا چه ولی نور خلک او نوری تعلیمی اداری روزنی ته توجه نه کوی دوه عامله لری:

لمړی داچه په روزنه پوهیدنه او روزنه وربښوونه اسان کار نه دی. ځکه دښوونی کتابونه او مواد دنورو ملکونو نه هم ترجمه او کاپی کېدای شي، پداسی حال کی چه دروزنی برخه

دهر هېواد او هرې ټولنی پوری په ځانکړې توگه اړه لری. دا موضوع زمونږ په ملک کی ځکه ډېره مشکله ده چې په دی اړه لا تر اوسه چا څه لیکنی نه دی کړی او یا هم اقلا د (جهانی صاحب) له قوله لاتر اوسه زما نظر ته نه دی راغلی. زمونږ په هېواد کی روزنه زیاتر په دکورنیو او اجتماعی محیطونو کی په غیر ارادی توگه (مخ وگورئ) په کورونو، حجرو، دیرو، جوماتونو او بنوونځی کی تر یوه حده زده کېده خو متاسفانه تیر دیرش کلن جنگ دیو خوا زمونږ دخلکو نه دتربیی دزده کړی دغه محیطونه واخستل او دبله پلوه دجنگونو له کبله دخلکو په داخل کی او خارج ته مهاجرتونو دیوڅه گټو ترخوا زمونږ دخلکو تربیی ته ډېری صدمی ورسولی. او دتربیی دزده کړی دغه محیطونه ئی زمونږ نه واخستل.

دوهمه مهمه خبره داده چی دتربیی تدریس یوازی هغه څوک کولای شی چه پدې برخه کې ځوانانو ته مثال جوړیدای شی. خو متاسفانه په ننی بدبخته شرایطو کی زمونږ په ملک کی د تربیوې موضوعاتو په برخه کی مثال جوړیدل خورا مشکل کار دی. دمثال په ډول دتربیی په تدریس کی بایدځوانانو ته دا وواپې چه درواغ به نه واپې، ظلم به نه کوی، خیانت به نه کوی، وطن پال او ښه مسلمان او دټولنی ته به خدمتگار پاتی کېږی. نو داخبری خو هغه څوک کولای شی چه دا ثابته کړای شی چه دوی په خپله په دی صفاتو ملبس دی. چه متاسفانه دداسی شخصیتونو چه دیوی خوا پدی موضوعاتو پوه شی او دهغوی دتدریس کولو توان ولری او دبلی خوا پدی نیکو صفاتو ملبس وی دگوتو په شمار دی. دا چی یو څوک پخپله ښه سړی وی دایوه خبره ده خو داچی نورو ته هم وروښودلی شی چه څرنگه دې هغوی هم ښه او بامسئولیته انسانان شی دا بیا یوه جلا او جدی موضوع ده چی ځانگړی توانمندی او زیاته قربانی غواړی.

۳- ښوونکې مهم دي که مور او پلار او کورنی؟

د هر انسان په ژوند کې ، روزنه او پوهنه دواړه ډېر ټاکوونکې نقش لري. خو ډېلار او مور او کورنۍ نقش د تربیې په برخه کې او د ښوونکې نقش د ښوونې په برخه کې ډېر جدي او دتوجه وړ دي. اما د یوه نقش هم په بله برخه کې له نظره نشو غورزولای. یعنې په داسې حال کې چې هر یو له دواړو (ښوونې او روزنې) په برخه کې موثر دي اما د دوي خاص او زیات موثریت په هغه ځانگړو برخو کې دي چې پورته ذکر شول. داباید و وایو چې دمور او پلار او کورنۍ اثر او نفوذ دهر انسان په ژوند کې د تهداب اېښودلو معنی لري که ماشوم ژوند ماشومتوب په لومړۍ څو کلونو کې (تر ښوونځي دمخه) په ښه او سالمه توگه عیار شي نو بیا دغه ماشوم حتا ښوونې ته هم ښه توجه ورکوي . خو متأسفانه زمونږ اکثر کورنۍ ددوي د ول او دهغي د ارزښت نه ناخبره دي دوي فکر کوي چې ماشوم یوازي د ښوونځي له لاري تعلیم او تربیه زده کوي چې دایوه نادرسته خبره ده. زه په کلکه د کورنیو پلرونو او میندو باندي غبرگوم چې خپل مسئولیت د خپلو بچپو په سالمه روزنه کې جدي وگڼي او په دې برخه کې خپل وظایفو ته په جدي توگه متوجه او هغه دي په درسته توگه اداء کړي. د بچپانو د سالمې تربیې لپاره د ضرور نه ده چې زېږول (پلار او مور) دي حطما زده کړي کړي وي. ځکه چې د سالمې تربیې ورکول دزده کړو پوري کوم خاص تړاو نه لري. د مثال په توگه که غواړو چې بچې مو مودب راشي نو تاسې خپلو وړو بچو ته هر سهار سلام ورکړي، او دې ته ئې وهڅوي چې نورو ته سلام وکړي. یا مو ماشوم له دې څخه منع کړي چې ښکښل او بد الفاظ استعمال کړي، دا یو هم د تعلیم سره تړاو نه لري. زه پدې برخه کېښي په ټولو لوستونکو غبرگوم چې نور نالوستو زېږوالو (میندو او پلرونو) ته زما پیغام ورورسوي او هغوی ددې نا هیلي نه چې دوي نشي کولای د خپلو بچو په تربیه کېښي موثره ونډه واخلي، راوباسې .

۴- ځوانان اکثرا پلان جوړوي خو عملي کېږي نه ددې عوامل به څه وي؟

تر ټولو مهمه خبرداده چې پلان جوړول زمونږ په ملګ کې دومره زيات رواج نه لري. او خلک د پلان په جوړولو دومره نه پوهيږي د پلانونو د ناکام کېدوو جی په لاندی ډول خلاصه کولي شو:

۱- اکثره خلک د پلان په جوړولو کې خوش باوري ښکاره کېږي. دوی د پلان د جوړولو په وخت کې هر څه ایدیل یعنی په (سلو کې سل نورمال) فکر کوي او دهغه کار په لاره کې ستونزی اود نورو محیطی شرایطو رول او اثر په نظر کې نه نیسي. یواځي خپل اراده او خپل ځان محاسبه کوي. پداسی حال کې چې دهر پلان په برخه کې یو زیات شمیر نور بهرنی عوامل هم اثر لري چه باید همیشه په نظر کې ونیول شی.

۲- اکثره خلک دیوپلان د عملی کولو په برخه کې خپل لمړنی وظایف چه هغه دهغی موضوع په اړوند لومړنی تحقیقات دی نه تر سره کوي او هر څه په اټکل محاسبه کوي. دا ددی سبب کېږي چه د پلان د عملی کولو په وخت کې ورته یو شمیر داسی ستونزی په مخه ورځی چه دهغی تصور ئي هم نه وی کړی. پدی صورت کې اکثره خلک وارخطا کېږي او هر څه پریږي. ی نو پلانونه ناکام کېږي.

۳- د بدیدل نه لرل :

اکثره خلک چه خپل پلانونه جوړوي فکر کوي چه هر څه به ددوی دهیلو سره سم پرمخ ځی نو دځینی ناسنجول شوو پېښو په صورت کې او یا هم ددوی د پلان شویو ستراتیژو د ناکام کېدلو په صورت کې ځان ته کوم بل بدیل نه وی سنجولی نوپدی توګه دیو ستراتیژی د ناکام کېدو په صورت کې نه شی کولی چی یوه متبادله لاره غوره کړی

پدی اړه جلدی مشوره ده چې ځوانان باید په خپل پلان کېښي د ځني برخو د ناکامیدو پیش بین اوسي اود هغی لپاره باید متبادل پلانونه هم مخکي له مخکي وسنجوي او دهغی د تطبیق په اړه ځانګړي طرحه له ځان سره ولري.

۴ ځني خلک دیوه پلان په عملی کولو کېښي مرحلوي برخي نه تشخیصوي او خپل ځان

ته مرحله په مرحله اهداف او هغي ته د رسيدو په برخه کې معيارونه ښه نشي ټاکلي. دا ددې سبب کېږي چې د پلان د عملي کولو په اوږدو کې خپل ځان ورک محسوسوي او نا هيلي کېږي. ښه به دا وي چې دهر پلان د عملي کولو په برخه کې مرحلوي شاخصونه (**Mile Stones**) روښانه او هغي ته درسيډو معيارونه واضح او معلومدارکړي. ترڅو د خپل پلان د عملي کېدو په برخه کې خپل پرمختگ اندازه کړاي شي. ددې معيارونو دټاکلو لپاره د وخت ټاکل هم يو مهم اصل دي چې متاسفانه اکثرا دنظر نه لري پاتي کېږي. د مثال په توگه: که تاسي جلال اباد نه کابل ته ځي نو تاسي بايد پوه شي چې دا مسافه ۱۵۰ کيلومتره لاره ده. دترافیکو دازدحام په نظر کې نيولوسره او سطرعت به ۵۰ کيلومتره په ساعت کېږي وي نو ته به په ۳ ساعتونو کې کابل ته رسيږي. پدي حساب بايدپه يونيم ساعت کې سروبي ته او په دوه نيمو ساعتو کې پل چرخي ته ورسېږي.

نو پدي طريقه ستاسې د پلان شاخصونه لکه. سدوبي او پل چرخي هم معلوم، او دغو ځايونو ته درسيډو وخت هم معلوم دي. که تاسي په خپل وخت سروبي ته ورسېږي نو ستاسې سفر د پلان سره سم روان دي، او که ناوخته ورسېږي نو پلان مو د خنډ سره مخ دي او که ژر ورسيدې نو پلان نه مخکي يي.

۵- ايا دولت د ځوانانو په سالمه روزنه کې څه کولاي شي؟ او څه ئي کړي؟

هو! دولت تر ټولو مهمه قوه ده چه ديوه مملکت دځوانانو په سالمه روزنه کې ډېره موثره ونډه اخستلی شي. دولت دخپل ورځنی کړو وړو له لاری نه يوازی دا چی ځوانانو ته ښه مثال جوړيدای شي بلکه دخپلو هغه امکاناتو او موثريت له لاری چی يي په ټولنه کې لری په ځوانانو کې مثبتی هيلي او اميدواری راپيدا کولای شي.

سره لدی چه همدا اوس زمونږ په هېواد کې دځوانانو په نامه ډېر فعاليتونه او هلی ځلی روانی دی خو متاسفانه دمحتوی له لحاظه دغه پروگرامونه ډېر تش او بی کیفیته دی.

دولت وائي يو څه اما متاسفانه په عمل کې بيا هغه څه کوی چه ددوی دوینا خلاف وی. دمثال په توگه: دوی وایي او دعوا کوی چه ځوانان باید پاک او وطن دوست وروزل شی خو چی کله بیا یو ځوان دپوهنتون نه فارغ شی او دخپل ځان دمقرر کیدلو لپاره په دولتی مختلفو ادارو کې په خپل مخ دوه لاسی خپیری و خوری او په رشوت ورکولو او واسطه کولو مجبور شی نو ددوی هیلې په نا امیدي بدلی شی. خوی او خصلت ئی بیا دخدمت کولو په غوض په رشوت خوړلو او خیانت کولو وربدل شی. نو دادی په عمل کې ددولت ونډه دځوانانو په تربیه کې چی متاسفانه نه یوازی دا چی مثبت نه ده بلکه فوق العاده منفی او خطرناکه ده. زه پدی وسیله دافغانستان د چارواکو توجه دغه فوق العاده مهم اصل ته راپول غواړم چه دوی پدی پوه شي چه داداری فساد دغه جرړی یوازی پر دوی پوری محدودی نه پاتی کیږی بلکه دوی په خپلو دارنگه اعمالو ددی هېواد دراتلونکی بنسټونه خرابوی او دا هېواد دیو تل پاتی فساد سره مخ کوی چه بیا به ددوی خپل بچپان هم ددی فساد قربانیان وی.

۷- زمونږ بچپان په کور کې ښه تربیه لری خو په کوڅه کې دنورو ماشومانو دلاسه خرابیږی څه وکړو؟

دایوه ډېره عامه او پراخه ستونزه ده. ماشومان ضرورت لری چه دکور نه دباندی دنورو ماشومانو سره یو ځای لوبی وکړی او دماشومتوب دوخت نه ځانگړی خوند او مزی واخلي. دوی ضرورت لری چی ښوونځی ته ولاړ شی او هلته دنورو ماشومانو سره یو ځای زده کړه وکړی. مونږ نشو کولای او دماشومانو په گټه هم نه ده چی دنورو ماشومانو نه ئی جدا او په کورونو کې راگیر وروزو. دبلی خوا په کوڅو او حتی مکتبونو کې په سل گونو داسی ماشومان دی چه هغوی په کور کې دتربیی څه خاص شرایط نه لری. ممکن هغوی بی پلاره وی، بی موره وی، غریب وی او یا هم پلار او مور ئی اصلا ددوی تربیی لپاره یا

وخت نه لری او یا هم دتربیی په ورکولو نه پوهیږی . داهمدا ډول ماشومان دی چه اکثره په کوڅو کی بی سرنوشته گرځی، راگرځی او همدوی بیا دنورو ماشومانو لپاره هم د سر درد او د مصیبتونو دپیدا کولو لامل گرځی. دایوه پراخه اجتماعی ستونزه ده چه دحل لپاره یی یوازی په ملک کی یو سالم نظام او سالمه اداره لازمی او جدی اقدامات تر سره کولای شی. خو پدی اړه دومره ویلی شم چی:

۱ دولت باید دخپلی ټولنی دراتلونکی سلامتیا په خاطر ددغی بچو په وړاندی خپل مسئولیتونه تشخیص او ادا کړی. او دغسی یله گرد ماشومان باید دیو منظم او ټاکلی پلان له لاری روزنتونونو ته ورواستول شی او په سالمه لاره مصروف وساتل شی

۲ پلرونه او میندی باید په دی اړه خپلو مسئولیتونو ته متوجه او تر ممکن حده ددی بچپانو روزنی ته ځان وقف کړی

۳ خیریه موسسی باید پدی اړه خپلی هڅی جدی او منظمی کړی تر څو دا ماشومان ددی مصیبت ناک حالت څخه وژغوری

۴ کوشنې وکړی چه خپل ماشومان ددایول ماشومانو نه جلا وساتی او دلویو لپاره ئی کوم بل داسی محیط ته یوسی چه تاسی هم ورسره اوسی او یو سالم محیط وی.

## شپار سم خپرکی

۵۷ - دلوستونکو نه وروستی هیله:

محترمو لوستونکو! داچې تاسې د اکتاب تر پایه ولوست له زغم او حوصلې نه مو مننه کوم. ددې امکان شته چې دکتاب په لوستو کې مو ځینی غلطی او سهوې په نظر راغلي وي، نو ددې له پاره چې په راتلونکي چاپ کې د دې ډول غلطیو مخه ونیول شي، نو خپل نظریات او کتنې موږ ته په هغه پته راواستوی چې د کتاب پر پښتۍ لیکل شوې دي. ددې ترخوا، اجازه راکړئ او زما دوه لاندیني وړاندیزونه ولولئ، ددې منل او پرې عمل کول ستاسې خوښه ده.

۱. لطفا په خپله ټولنه کې د یو کارنده او باتدبیره انسان په توګه ژوند غوره کړئ.

د فعال او غیر فعال ژوند په اړه ددې کتاب په \_\_\_\_\_ مخ کې په تفصیل خبرې شوې دي. د یو فعال شخص په توګه ژوند کول هم تاسې ته او هم دې ټولني ته نیکمرغي راوړلی شي او د یو باتدبیره انسان په توګه کېدای شي تاسې پخپل ژوند کې د یولر ستونزو مخه ونیولای شئ او هم به مو اړوند کارونه ښه منظم او موفقانه ډول تر سره کړي وي.

۲- هیله ده د همدې پورته وړاندیزونو په رڼا کې دغه کتاب هم په فعاله توګه ولولئ او پدې اړه موږ سره خپل نظریات، وړاندیزونه او ځانګړې تجربې شریکې کړئ، چې ددې کتاب په بیا چاپولو کې ځوانانو ته د لا ښه چوپړ په خاطر په پام کې ونیول شي.

د هېوادوالو د لا زیاتې سیاسي هوښیاری، د ګران هېواد رښتینې ازادۍ، ابادۍ، هوساښې او سرلوری او ترڅنګ یې ستاسې د لا ډېرو بریالیتوبونو، کارنده او با مسوولیته ژوند کولو په هیله



پای  
ڊاکٽر تاج الدين ملت مل



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