افکارو ته سکون

کتاب پُل دی انسان د ډوبیدو څخه ژغوري، کتاب بهترین دوست دی، د کتاب سره ناسته اختیار کړئ، د کتاب په لوستلو سره دماغ پیاوړی کیږي، انسان د کتابونو څخه ډیر څه زده کولای سي، هر وخت مو باید په لاس کي یو کتاب وي، ځکه چي د وخت د ښه استعمال ذریعه د کتاب لوستل دي.

Ketabton.com

لیکوال:

فرید احمد (مبارز)

(c) ketabton.com: The Digital Library

د کتاب پېژندنه

د کتاب نوم: افکارو ته سکون

لیکوال: فرید احمد (مبارز)

کمپوزر: خپله لیکوال

برېښنالیک: Faridahmadmobariz81@gmail.com

(c) ketabton.com: The Digital Library

(c) ketabton.com: The Digital Library

فهرست

مخ	موضوع
۱	د کتاب پیژندنه
۲	بسم الله الرحمن الرحیم
۳	فهرست
۵	سریزه
۶	د انسان په ژوند کي هدف ټاکل اساسي اصل دی
۱۲	د کامیابي تر لاسه کولو اصول او لاري چاري
۱۷	کامیابي د هغه چا ده په چا کي چي یي همت وي
۱۹	کامیاب خلک د ذهني بوج سره مقابله کوي
۲۱	د کامیابي سبب څه دی؟
۲۵	ناکامي موږ ته د کامیابي لاره برابره وي
۲۹	مه نااُمیده کیږئ پر خپل ځان باور ولری
۳۴	د شرم کولو څخه ځان وساتئ
۳۷	د خلګو سره ښه تعلقات ولرئ
۴۱	د انسان په کردار او شخصیت کي ښه او بد عادتونه
۴۵	ښه فیصله کول مو د کامیابی راز دی
۴۷	د مشکلاتو او مصبتونو سره مبارزه کول
۵۲	پر الله سبحانه وتعالی توکل وکړئ
۵۳	الله سبحانه وتعالی غفور او رحیم ذات دی
۵۵	د خوشحاله اوسیدلو اصول او لاري چاري
۶۲	وخت د ژوند حقیقت دی
۶۷	ځوانان د ټولني ستون فقرات دي

(c) ketabton.com: The Digital Library

زړه ته څنګه سکون حاصلیدای سي؟..۷۵
مطالعه کول د انسان دماغ پیاوړی کوي..۷۸
د ښه صحت درلودلو لاري چاري..۷۹
د فکري رشد او نوښت مخه نیونکي څیزونه..۸۲
خپل ذهن د ځان پر ضد مه کاروئ..۸۳
هیڅ دي د لاسه نه دي ورکړي..۸۴
د خوښۍ راز په څه کي دی؟...۸۶
ذهني نا آرامي...۸۸
د ځان سره د فکر کولو زیان رسونکي حالات...۹۱
د دقیق فکر او پریکړي کولو لپاره د پنځو منفي خویونو څخه ځان ژغورل..................۹۲
هغه لس عادتونه چي ستاسو ټولنیزو مهارتونو ته د پام وړ وده ورکوي...................۹۵
هیله بخښونکي افکار...۹۶

(c) ketabton.com: The Digital Library

سریزه

الحمدالله رب العالمین والعاقبة للمتقین والصلوة والسلام علی اشرف الانبیاء محمد مصطفی (صلی الله علیه وسلم). اللهم صل علیٰ محمدوعلی آل محمد کما صلیت علیٰ ابراهیم وعلیٰ آل ابراهیم انک حمید مجید. اللهم بارک علیٰ محمدوعلی آل محمد کما بارکت علیٰ ابراهیم وعلیٰ آل ابراهیم انک حمید مجید. اما بعد!

ژوند د الله (جل جلاله) د لوري بشر ته تر ټولو آرزښتناکه ډالۍ ده، هغه خلګ چي د الله (جل جلاله) ددې پیرزویني په آرزښت پوه دي، تر ټولو نیکمرغه خلګ دي، دوی د ژوند د هري شیبې څخه بي پایه خوند اخلي، لنډه دا چي د خوښي احساس کوي او د الله (جل جلاله) ددې پیرزویني مننديوينه کوي، داسي نه ده چي دې خلګو درد، غم، ستونزي، مشکلات او داسي نور هیڅ نه دي ګاللي، بلکي دوی د ستونزو سره مبارزه کړې ده، د ژوند هغه رازونه یې کشف کړي دي، کوم چي په مرسته یې د ستونزو او کړاونو سره په ډاډه زړه مبارزه کولای سي. الله (جل جلاله) هر فرد د ښو صلاحیتونو سره پیدا کړی دی، الله (جل جلاله) هر انسان د یوه خاص مقصد لپاره پیدا کړی دی، الله (جل جلاله) هر فرد په ډیرو صلاحیتونو باندي نازولی دی، په هر فرد کي کم از کم یو صلاحیت داسي ضرور سته کوم چي د نورو څخه ښه دی، د همدغه صلاحیت د وجهي ډیر کارونه پر مخ بیولای سي، او ډیر حیرانونکي کارونه کولای سي، کامیاب خلګ فوق البشر نه دي او نه د عامو خلګو څخه څو فیصده ذهین او باصلاحیته دي، بلکي زمونږ او ستاسو په څیر عام خلګ دي، کوم چي د میانه درجي ذهن خاوندان دي، مګر په هغوی کي د کامیابي ډیر خواهش کوونکي وي، د هغوی د ژوند لپاره یو هدف وي، هغوی پر خپلو کامیابیو یقیني وي، د هغوی سوچ، فکر او رویه مثبته وي، دا خلګ د خپلي کامیابي لپاره تل ثابت قدم اوسي، لهذا کامیاب خلګ چي کوم کار کوي تاسو هم همغه کار کوی، په دنیا کي هر څوک کامیاب او دولت مند کیدلای سي.

درنو لوستونکو! دا چي زما او ستاسي تر منځ ددې کتاب د لوستلو له برکته ملګرتیا پیدا سوه، زه ستاسو ټولو لوستونکو څخه نړۍ نړۍ مننه کوم، چي خپل آرزښتمن وخت مو زما د کتاب ولوستلو ته ورکړی، زه ځان ستاسي ددې ښیګڼي پوروړی بولم او ستاسي لپاره لاسونه د لوی رب (جل جلاله) و دربار ته لپه کوم، الله (جل جلاله) دي ستاسي ژوند د اندیښنو او غمونو څخه په آمن کي کړي.

په درنښت

فرید احمد (مبارز)

(c) ketabton.com: The Digital Library

د انسان په ژوند کي هدف ټاکل اساسي اصل دی

هر انسان تر هغه وخته د کامیابي سفر نه سي شروع کولای، تر څو چي په خپل منزل مقصود علم ونه لري چي منزل مقصود يې څه او چيري دی، د دغه سفر د شروع کولو څخه مخکي په دې علم درلودل ډېر ضروري دي، چي تاسو د څه جوړول، څه حاصلول او د کوم څه کول غواړی، انساني کامیابي او کامراني د هدف د ټاکلو څخه شروع کيږي، تر څو چي موږ کوم هدف ونه لرو موږ د ډېرو مهمو مواقعو څخه هم ګټه نه سو پورته کولای، کوم وخت چي تاسو خپل هدف او مقصد معلوم کړی، نو ستاسو د فکر انداز بدل سي او بیا د هغه د حصول لپاره کوښښ شروع کړی، الله سبحانه وتعالی د هیچا کوښښ نه ضايع کوي، که چيري تاسو د زړه د اخلاصه د کوم شي حاصلول وغواړی، نو تمام کائنات به د دغه شي په لاسته راوړنه کي ستاسو سره مرسته کوونکي سي، موږ همیشه ددې صلاحیت لرو چي خپل خوبونه پوره کړو او خپل هدف تر لاسه کړو، ماهرینو د هدف ټاکلو لپاره ډېر اصول وضع کړي دي، چي يو څو مهم يې په لاندي ډول دي:

۱: هدف باید همیشه واضح، معلوم او قطعي وي، ځکه پټ هدف عموماً نه سي تر لاسه کیدای.

۲: هدف باید د همیشه لپاره لوی وي، هیڅوک د خپل هدف څخه زیاته کامیابي نه سي تر لاسه کولای، ددې وجهي بعضي ماهرینو پر دې ټینګار کړی دی، چي هدف ته رسیدل سخت مګر ممکن دي، البته د ممکن او ناممکن تر منځ فرق سته، په شروع کي هر هدف ته رسیدل ناممکن وي، مګر د مثبت فکر خاوندان بیا وايي: د هر شي لاسته راوړنه ناممکن نه دي، لکه نن سبا د بعضي شیانو ایجاد، لکه: برق، راډیو، کمپیوټر او داسي نور... دا ټول شیان په ابتداء کي ناممکن وه، مګر يو څو د لوړ عزم او تیز ذهن خاوندانو دا هر څه ایجاد او ممکن کړل، لهذا تاسو هم لوی هدف ټاکی او په معمولي کامیابیو قناعت مه کوئ.

کله چي تاسو لوی هدف وټاکی تاسو خود بخوده د لويو لويو نتیجو توقع کوی، ډېر زیات کوښښ کوی، کوم وخت چي تاسو د کوم شي توقع وکړی او د هغه لاسته راوړل مو یقیني وي، نو هغه تر لاسه کولای هم سی، که چيري تاسو کمزوري هدفونه وټاکی او ستاسو کوښښ هم کمزوری وي، نو د کمزوري کوښښ نتیجه هم کمزوري وي، لهذا د خپلي توقع څخه لوی هدف وټاکی، یعني که تاسو پوهیږی چي فلانی کار کولای سی، نو هدف مو د هغه څخه لوړ وټاکی، تاسو په خپله ژوند کي د کم شي په حاصلولو مه راضي کیږی، هر وخت د ډېر څه د حاصلولو فکر کوی، ان شاء الله ډېر څه به په لاس درسي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۳: هدف باید مثبت وي، مثلاً ددې فکر پر ځای چي زه غریب او خفه نه وای داسي فکر وکړی زه باید خوشحاله او مالدار وای، د ناکامۍ پر ځای د کامیابۍ سوچ او فکر کوی، داسي سوچ او فکر مه کوئ چي زه هیڅ نه غواړم، بلکي داسي سوچ او فکر کوئ چي زه هر څه غواړم، انساني ذهن د مثبت هدف د حصول لپاره ډیر په تیزۍ سره کار کوي، لهذا مثبت هدف وټاکی.

۴: د هدف ټاکل باید ستاسو له خوا وي نه د نورو له خوا، د نورو تر تاثیر لاندي خپل هدفونه مه ټاکئ، په نني وخت کي اکثره مور او پلار د خپل اولاد لپاره هدف ټاکي، کوم چي بیا تقریباً اکثر سم نه وي، مثلاً مور او پلار غواړي چي زوی یې ډاکټر، انجینیر یا بل څه سي، مګر زوی یې بیا غواړي چي عالم یا حافظ سي، نو په داسي صورت کي ښکاره کامیابي نه سي تر لاسه کیدلای، لهذا خپل هدف په خپله وټاکی.

۵: د هدف لاسته راوړلو لپاره د وخت تعین نهایت ډیر ضروري دی، یعني د هغه د تکمیل لپاره نیټه معلومه کړی، کله چي یو انسان د کار د تکمیل لپاره کومه نیټه معلومه کړي، هغه بیا عموماً خپل کار د ټاکلي تاریخ څخه مخکي سرته رسوي، ځکه خو کامیاب خلګ د خپلو کارونو د سرته رسولو لپاره نیټه معلوموي، د تاریخ ټاکنه باید نه ډیره لیري او نه ډیره نږدې وي، ځکه که چیري لیري وي، نو د انسان دلچسپي کمیدلای سي او که ډیره نږدې سي شاید چي بیا انسان حوصله د لاسه ورکړي.

که څه هم د ځینو ماهرینو فکر دا دی: د کار د تکمیل موده په عام طور سره میانه وي، یعني که چیري نږدې وي، نو خپل هدف ژر تر لاسه کولای سی او که لیري وي، نو د هدف په حصول کي بیا وروسته والی راځي، په هر حال دا خبره په ذهن کي یاد وساتئ، کله چي مو د یوه کار د تکمیل لپاره کومه نیټه معلومه کړه، په هغې کي بیا تغیر او تبدیل مه راولی، که مو تر ټاکلي تاریخ پوري خپل هدف تر لاسه نه کړ تاسو مطمئن اوسئ مایوسه کیږی مه، د بل نوي تاریخ ټاکنه وکړی.

۶: کوښښ وکړئ چي ستاسو هدف ستاسو د شخصیت، مزاج او فطرت سره برابروي، که چیري مو هدف د فطرت سره برابر وو، نو د هغه د حصول لپاره د کار کول داسي دي، لکه نه کار کول، بلکي هغه بیا ستاسو لپاره یوه مشغله وي، لویه کامیابي صرف د خپلي خوښي په کار کولو کي ده، لهذا که کوم کار دي خوښ نه وي، نو تاسو یې تر ډیره وخته په ښه معیار او د زړه د اخلاصه نه سی ترسره کولای، او کوم کار چي د زړه د اخلاصه ونه سي په هغه کي د ترقي امکانات ډیر کم وي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د یوه کامیاب شخص څخه د کامیابي په هکله پوښتنه وسوه؟ هغه وویل: لومړی دا فیصله وکړی چې تاسو د څه حاصلول غواړی؟ د څه جوړول غواړی او د څه کول غواړی؟ بیا د همدغه مقصد د حصول لپاره خپل ټول کوښښ او صلاحیت په کار واچوی، مستقل مزاج اوسی او کوښښ هیڅکله مه پریږدی، تاسو به کامیاب سی، یعني د هر قسم کامیابي د حصول لپاره دا لازمي ده چې تاسو ته به پر دې علم وي چې تاسو څه غواړی. تاسو ډیر خواهشات، تمناوي، آرزوګاني او آرمانونه لری، د هغو ټولو شیانو لیست جوړ کړی د کومو چې په ژوند کي یې حاصلول غواړی، مثلاً: علم، ښه تعلیم، دولت، کور، موټر، د خلګو لپاره مدرسه یا مکتب، روغتون یا د کوم کتاب لیکل، د لیکلو وروسته یو په کښني انتخاب کړی.

فطري صلاحیتونه د کامیابي لپاره د کیلي حیثیت لري، د فطري صلاحیتونو په ملتیا د کامیابي حاصلول ډیر آسان دي، په دې صورت کي انسان ته د کار کول کار نه بلکي یوه مشغلتیا وي، د نفسیاتي ماهرینو په خبره په هر فرد کي د (۳) څخه نیولې تر (۵) پوري او په بعضي خلګو کي (۷) فطري صلاحیتونه موجود دي، د فطري صلاحیتونو د پیژندلو لپاره لاندنیو سوالونو ته جواب ورکړی.

الف: په کوچینوالي کي مو د کوم رقم کار کولو سره شوق درلودی؟. **ب**: په مدرسه یا مکتب کي مو د کوم صنف سره مینه درلوده او د کومو مضامینو سره مو شوق درلودی؟. ؟. **ت**: په مدرسه یا مکتب کي مو په کومو مضمونو کي ډیري نمبرې تر لاسه کولې او د کومو مضامینو څخه مو نفرت درلودی؟. **ث**: نن سبا د کوم رقم کار کولو سره شوق لری؟. **ج**: په تاسو کي هغه کومي خوبی او شخصي اوصاف دي په کومو چې تاسو فخر کوی؟. **خ**: په تاسو کي هغه کوم خصوصیات دي کوم چې تاسو ته ناخوښ دي او ستاسو په خیال کي د هغوی سمول ضروري دي؟. **د**: ستاسو د معلوماتو مطابق خلګو ته ستاسو کومي شخصي خوبی ناخوښي دي؟. **ذ**: په دنیا کي داسي شی ضرور سته د کوم سره چې تاسو ډیره دلچسپي لری، او تاسو یې د نورو خلګو څخه په ښه طریقه سرته رسولای سی، د دغو شیانو لیست جوړ کړی. ر: د دغو سوالونو د جوابونو جائزه واخلی، منفي شیان پریږدئ او د مثبتو شیانو په رڼا کي خپل هدف وټاکی. د هدف ټاکلو په وخت کي دغو سوالونو ته جواب ورکړی: **الف**: زه د څه کول غواړم؟ **ب**: زه د څه جوړول غواړم؟ **ت**: زه د څه لیدل غواړم؟ **ث**: زه د څه حاصلول غواړم؟ **ج**: زه چیري تلل غواړم؟

دا یو حقیقت دی چې د هدف د معلومولو پرته ستاسو د کامیابۍ سفر نه سي شروع کیدلای، تر څو چې تاسو ته ددې علم نه وي چې تاسو چیري ولاړ، ناست او روان یاست، نو کامیابي به څنګه تر لاسه کړی، په دنیا کي د هر کامیاب انسان لپاره واضح هدف ضروري دی، دا هدف هر وخت د ده په زړه او دماغ کي اوسیږي او دی هم هر وخت د هغه په باره کي سوچ او فکر کوي، ځکه چې دا د ده د ژوند سبب دی، تاسو د خپل ځان څخه وپوښتی، چې ستاسو

(c) ketabton.com: The Digital Library

د ژوند مقصد څه دی؟ ستاسو منزل مقصود څه دی؟ تاسو په ژوند کي د څه کول، د څه جوړول او د څه حاصلول غواړی؟ که چیري تاسو ته ددې علم نه وي چي تاسو د څه حاصلول غواړی نو به څه حاصل کړی؟ هیڅ نه، ددې څخه لوی لیونی انسان به چیري وي، کوم چي د خپل منزل په هکله علم نه لري او هلته د رسیدلو توقع لري.

په دنیا کي تر (۹۵) فیصده زیات خلګ ناکام دي، د ډیرو ماهرینو د سروې څخه ثابته سوې ده، چي د ناکامي تر ټولو لوی سبب هغه د هدف نه ټاکل دي، کامیاب خلګ په دې پوهیږي چي دوی د څه حاصلول غواړي، د کوم څه جوړول او د کوم څه کول غواړي، یعني هغوی پوهیږي چي د دوی منزل مقصود څه دی، برعکس د ناکامو خلګو نه کوم مقصد وي او نه کوم هدف، دوی ته ددې علم نه وي چي د څه کول غواړي، یا د دوی منزل مقصود څه دی، معلومه خبره ده یو څوک چي په خپل منزل مقصود علم ونه لري هغوی به څنګه تر هغه ځایه ورسیږي، کله چي دوی په دې علم نه لري چي د څه حاصلول غواړي نو به څه حاصل کړي؟ هیڅ هم نه، په دنیا کي هیڅوک د هدف د معلومولو پرته نه دي کامیابه سوي، د کامیابي لپاره د واضح هدف معلومول ډیر ضروري دي، هیڅوک تر هغه وخته کامیابي نه سي، تر لاسه کولای تر څو چي یو واضح هدف او په خپل منزل مقصود باندي علم ونه لري.

په دنیا کي به تر دې لویه معجزه کومه وي چي یو څوک د خپل منزل په هکله علم نه لري او نه یې د هغه په لور کوم قدم پورته کړی وي، بیا دي هم تر خپله منزله ورسیږي، د انساني ذهن مقصد دا دی چي د هدف او نتیجې په هکله فکر او کار کوي، کوم وخت چي تاسو د هدف تعین وکړی، نو ستاسو د ذهن تخلیقي حصه خودبخوده د هغه د حصول لپاره شپه او ورځ کار کول شروع کړي، د څه د وجهي چي بیا منزل ته د رسیدلو لاري واضحه او آسانه کیدلای سي، که چیري تاسو د واقعي کامیابي غوښتونکي یاست، نو تاسو هم د نورو کامیابو خلګو په څیر د ځان لپاره هدف معلوم کړی، د هدف ډیر اقسام دي چي یو څو مهم یې په لاندي ډول درته ذکر کیږي:

روحي هدفونه:- ۱: په پابندئ سره د لمانځه ادا کول. ۲: روژه نیول. ۳: حج کول یا عمره کول. ۴: د ترجمې سره د قرآن کریم لوستل. ۵: درس ویل. ۶: درس ورکول. ۷: د حدیثو مطالعه کول. ۸: دین ته د خلګو رادعوتول. ۹: د دیني کتابونو مطالعه کول. ۱۰: د دیني عالمانو سره ملاقات کول. ۱۱: د ګناهونو څخه ځان ساتل. ۱۲: د حلال رزق کټل او خوړل. ۱۳: د مذهبي رسالو مطالعه کول. ۱۴: د خلګو خدمت کول او داسي نور...

جسماني هدفونه:- ۱: روزانه ورزش کول. ۲: جائزه لوبه کول. ۳: وزن کمول. ۴: بنه مګر کم خوراک کول. ۵: سګریټ نه څکول او داسي نور...

(c) ketabton.com: The Digital Library

کاروباري هدفونه:ـ ۱: تجارت کول. ۲: مزدوري کول. ۳: بزګري کول. ۴: صنعت کاري کول. ۴: په خپله خوښي د یوه کار انتخابول او په خپله د یوه کاروبار شروع کول او داسي نور...

مالي هدفونه:ـ ۱: په آمدن کي اضافوالی راوستل. ۲: د مصارفو کنټرولول. ۳: د کور او موټر رانیول. ۵: قرض اداء کول. ۶: ښو سیمو ته تلل. ۷: د قیمتي شیانو رانیول او داسي نور...

ذهني هدفونه:ـ ۱: تعلیم حاصلول. ۲: د نوي کسب او فن زده کول. ۳: په علمي محفلونو کي شرکت کول. ۴: د اهل علم سره ملاقات کول. ۵: د یوې ژبي زده کول.۶: د یوه مضمون لیکل او داسي نور...

کورني هدفونه:ـ ۱: خپلو اولادو ته ښه تعلیم او تربیه ورکول. ۲: د کورنۍ د غړو سره یو ځای اوسیدل. ۳: اولادونه د ځان سره مسجد ته بیول او داسي نور...

د ترقي هدفونه:ـ ۱: روزانه د یوه نوي څه زده کول. ۲: وخت ښه استعمالول. ۳: د رسالو مطالعه کول. ۴: په هره میاشت کي د یوه کوچني کتاب مطالعه کول. ۵: په ځان کي د ښو عادتونو پیدا کول. ۶: د بدو عادتو څخه ځان ساتل. ۷: غصه کنټرولول او داسي نور...

د دوستي هدفونه: ۱: د خپلو خپلوانو سره ناسته ولاړه. ۲: په هره میاشت کي د یوه نوي دوست پیدا کول. ۳: دوستانو ته میلمستیا ورکول او داسي نور...

د ټول عمر هدف: دا هغه هدف دی، کوم چي د مرګ څخه مخکي د هغه لاسته راوړنه غواړی، ددې لپاره د ډیرو نورو هدفونو ټاکل هم ضروري دي.

د اوږدې مودې هدف: کوم چي د ۱۰ څخه نیولې تر ۱۵ کلونو په موده کي یې تاسو حاصلول غواړی، هر څوک چي د اوږدې مودې لپاره هدف ټاکي هغه ډیر کامیاب انسان جوړیږي.

د میانه مودې هدف: کوم چي په پنځو (۵) کلونو کي حاصلیږي.

کلنۍ هدف: کوم چي په دولسو (۱۲) میاشتو کي حاصلیږي.
میاشتنۍ هدف: کوم چي په دیرش (۳۰) ورځو کي حاصلیږي.
ورځنۍ هدف: کوم چي تاسو په یوه ورځ کي حاصلول غواړی، د دغه تعلق د بنیادي هدف سره هم وي او مختلف هم.
پورته ذکر سوي ټول هدفونه د اصل مقصد په لور تاسو ته حرکت درکولای سي، په اصل کي مهم روحي، جسماني، کاروباري او مالي هدفونه دي، تاسو په ټولو هدفونو باندي په یوه وخت کي هم کار شروع کولای سی، مګر په مهمو هدفونو کي په یوه وخت کي د یوه انتخاب وکړی او بیا د هغه د حصول لپاره ټول هغه څه چي ستاسو سره وي په کار واچوی، هیڅ مه

(c) ketabton.com: The Digital Library

پریږدئ، ټول کوښښ د هغه په حصول کي صرف کړی، هر وخت د هغه په باره کي فکر کوی، د هغه د حصول لپاره روزانه څه نا څه ضرور وکړی، تل مستقل مزاج اوسيږی، کاميابي به ستاسو قدمونو ته راځي.

کوم وخت چي تاسو يو څو هدفونه ټاکی، نو د هر هدف سره ولیکی: تاسو د نوموړي هدف حصول څنګه او د کومي لاري غواړی؟ فکر وکړی د نوموړي هدف د حصول څخه تاسو او ستاسو خاندان ته څه فايده رسيدلای سي، او که مو نوموړی هدف تر لاسه نه کړ، نو بيا تاسو او ستاسو خاندان ته کوم نقصان رسيدلای سي؟

مثلاً: که تاسو مالي هدف تر لاسه کړ تاسو او ستاسو خاندان يوه بهترين ژوند تيرولای سی، حج، عمره، کولای سی، خيرات، زکات او صدقه ورکولای سی، په اولادو په يوه ښه اداره کي تعليم کولای سی، کور او موټر اخيستلای سی او يوه ښه تعليمي اداره، مدرسه او مکتب جوړولای سی او که چيري دغه مالي هدف تر لاسه نه کړی، نو د پورته ټولو نعمتونو څخه نه يوازي دا چي محرومه کيدلای سی، بلکي د ناجوړتيا په صورت کي نه د ځان او نه د خپل اهل وعيال صحي علاج هم نه سی کولای.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د کامیابي تر لاسه کولو اصول او لاري چاري

مولانا ابولاعلي مودودي (رحمة الله علیه) هیڅ کوم پوهنتون نه وه لیدلی او نه یې په کومه دیني مدرسه کي تعلیم حاصل کړی وو، مګر د شلمي (۲۰) پیړۍ په هغو نوموتو مفکرینو کي حساب سو، چي دنیا یې متاثره کړه، د ده (رحمة الله علیه) کتابونه په اسلامي ممالکو کي ویل کیږي او ځیني یې په تعلیمي نصاب کي داخل دي، که څه هم چي ښه ذهانت او ښه تعلیم د خوشحالي او کامیابي ضمانت نه سي کولای، مګر د دوی په ملتیا سره د کامیابي د کلونو سفر په میاشتو کي طی کیدلای سي.

آیا د کامیابي تعلق د اعلی تعلیم، اعلی سند، اعلی ذهانت، هنر، مهارت، سخت کوښښ، یا د قسمت سره دی؟ د یوه ماهر د تحقیق څخه ثابته سوې ده چي په کامیابي او ترقي کي د اعلی تعلیم، اعلی سند، ذهانت، مهارت او د هنر کردار صرف (۱۵) فیصده دی، پاته (۸۵) فیصده کردار مثبتي رویې دي، اعلی تعلیم او اعلی سند د روښانه مستقبل او خوشحالي ضمانت نه سي کولای.

په دنیا کي هیڅ شی په ناڅاپه توګه نه دی رامنځته سوی، همدا شان کامیابي هم په ناڅاپه توګه نه حاصلیږي، د کامیابي لپاره یو څو خاص اصول دي، که چیري تاسو د کامیابي په سفر د روانیدلو څخه مخکي د کامیابي اصول وپیژنی، نو ستاسو د کامیابي سفر به آسانه سي، په ځیني وختونو کي د تعجب خبره دا وي چي دوه (۲) نفر کوم چي په ذهانت، تعلیم او په هنر کي سره یو شان وي، مګر بیا هم یو کامیاب او بل ناکام وي، یا د ادنا تعلیم او ادنا ذهن څښتن د یوه باصلاحیت او ذهین کس څخه ډیر زیات کامیاب وي، همدا شان یو کس د سخت کوښښ کولو باوجود ناکام وي او بل کس بې له کوم سخت کوښښ کولو څخه ډیر کامیاب وي، په اصل کي کامیاب کس د کامیابي په اصولو عمل کوي او هر څوک چي د کامیابي په اصولو عمل وکړي هغه نه صرف دا چي کامیابیږي، بلکي هغه د کامیابي د کلونو سفر په میاشتو کي طی کوي.

د اکثرو خلګو خیال دا دی چي کامیابي صرف په سخت کار کولو سره تر لاسه کیږي، حالانکي د سخت کار کوونکو او ناکامو خلګو څخه دنیا ډکه ده، کوم چي د ناپوهانو په شان شپه او ورځ کار کوي، دوی دوې (۲) وظیفې سرته رسوي، شپه او ورځ سخت کار او کوښښ کوي، مګر بیا هم د خوشحالي څخه ډیر لیري پاته وي، ځکه صرف په سخت کار سره بې آدبي معاف د خره څخه آس نه جوړیږي، د کامیابي حاصلولو د کوښښ څخه مخکي د کامیابي د اصولو پیژندل ډیر ضروري دي، د کومو د وجهي چي تاسو د ډیرو پریشانیو او غلطیو څخه ساتل کیدلای سی، او د کامیابي سفر مو لنډ او آسان کیدلای سي، د کامیابي یو څو مهم اصول په لاندي ډول دي:

(c) ketabton.com: The Digital Library

۱: د کامیابي د حاصلولو څخه مخکي د کامیابي په باره کي فکر وکړی. ۲: ذمه واري قبوله کړی، خپل ژوند په خپله بدل کړی، بل څوک ستاسو ژوند نه سي بدلولای، ماسیوا د الله (جل جلاله) څخه. ۳: د هدف په ټاکلو کي فکر وکړی، چي تاسو څه حاصلول، څه کول او د څه جوړول غواړي؟. ۴: د کامیابي خواهش د سخت کار کولو څخه پرته نه سي حاصلیدلای. ۵: مثبته رویه د کامیابي بنیاد دی.۶: کامل یقین پر خپلو صلاحیتونو او کامیابي باندي کامل یقین درلودل. ۷: کامیابي په خپله نه حاصلیږي، بلکي د هغې د حصول لپاره پلان جوړ کړی. ۸: پلان که مو هر څومره ښه وي اما تر څو چي عمل باندي ونه سي کامیابي نه حاصلیږي. ۹: کامیاب خلګ عموماً د ناکامو خلګو څخه ډیر کار کوي.۱۰: هیڅ کامیابي په آساني نه تر لاسه کیږي، د کامیابي په لار کي ډیر خنډونه او مسائل وي، د مشکلاتو پرته کامیابي نه سي تر لاسه کیدلای.۱۱: هره لویه کامیابي د ناکامي څخه پرته نه سي حاصلیدلای. ۱۲: استقامت د کامیابي لپاره کیلي ده، کامیاب خلګ کوښښ کول نه پریږدي.

په کامیابو خلګو کي یو شمیر داسي ښیګڼي وي کوم چي د دوی په کامیابي کي بنیادي کردار ادا کوي، یو شمیر یې درته ذکر کوم:- ۱: په ځان باور د همدغو خلګو په خپلو صلاحیتونو او کامیابیو باندي پوره باور وي. ۲: د کامیابو خلګو پر خپل ځان پوره کنټرول وي، دوی د نه غوښتلو سره سره بیا هم هغه کار کوي کوم چي د دوی د کامیابي لپاره ضروري وي.۳: ښه عادتونه کامیابي په اصل کي موږ د عادتونو سبب دی، کامیاب خلګ په ځان کي ښه عادتونه پیدا کوي د کومو د وجهي چي په آساني سره کامیاب کیدلای سي.۴: کامیاب خلګ تل د خپلي معاوضې څخه ډیر کار کوي، دوی خپل کار ته ډیر د قدر او قیمت په سترګه ګوري، د خپل کار په قدر او قیمت کي زیاتوالی راولي. ۵: هیڅوک تر هغه وخته نه سي کامیابیدلای، تر څو چي هغه په خپل کار کي مهارت ونه لري. ۶: کامیاب خلګ خپل وخت په ډیره ښه طریقه استعمالوي، دا خلګ وخت نه ضایع کوي. ۷: کامیاب خلګ ژر فیصله کوي، مګر تر ډیره وخته یې نه بدلوي. ۸: کامیاب خلګ د مسائلو د حلولو ښه صلاحیت لري.

ددې پرته یو شمیر داسي اصول نور هم سته کوم چي د کامیاب ژوند لپاره ډیر ضروري دي، یو شمیر یې په دې ډول دي:- ۱: کامیاب خلګ د عامو خلګو څخه مختلف کار نه کوي، بلکي دوی هغه کار په مختلف انداز سره کوي، یعني دا خلګ کوم بهترین کارونه نه کوي، بلکي عام کارونه په بهترین انداز سره کوي. ۲: کامیاب خلګ تل هغه کارونه کوي، کوم چي د کامیابي لپاره ډیر ضروري وي او ناکام خلګ هیڅکله د خپلي آرامګاه څخه د باندي راوتلو ته تیار نه وي. ۳: تاسو په ژوند کي هر څه تر لاسه کولای سی، که چیري تاسو د همدغه شي په حصول کي د نورو سره مرسته وکړی، یا په بل عبارت تاسو په ژوند کي دومره قدر کامیابیدلای سی، څومره مو چي د نورو خلګو خدمت کړی وي، هر څوک چي په څومره اندازه د نورو لپاره

(c) ketabton.com: The Digital Library

مرسته کوونکی ثابت سي، په هغه اندازه کامیابیدلای سي.۴: د کامیابي لپاره دا ضروري ده چې تاسو په یوه وخت کي یو کار وکړی، خپله ټوله توجه کوم مهم کار ته وکړی، ثابت قدمه اوسئ تر څو هغه کار سل په سله کي مکمل سي. ۵: که چیري تاسو کامیابیدل غواړی، نو د کامیابي په باره کي یو څه ولولی، که امریت او دولت غواړی، نو د دولت په باره کي یو څه مطالعه کړی، د کامیابو خلګو قیصې ولولی، د کامیابو خلګو د کامیابیو او ناکامیو څخه یو څه زده کړی. ۶: که چیري تاسو رښتنې کامیابي غواړی، نو هیڅکله هغه څه مه کوئ، کوم څه چې ناکام خلګ یې کوي.

د عربو مشهوري قبیلې بني عبس ته یو چا وویل: تاسو ولي اکثره وخت کامیابه او بریالي یاست؟ هغوی وویل: موږ زر (۱۰۰۰) کسه یو، په موږ کي یو ډیر هوښیار، ثابت او مدبر انسان سته، موږ ټول د هغه پیروي کوو، نو ګواکي موږ زر (۱۰۰۰) کسه ټوله هوښیاران او مدبرین یو.

په دنیا کې تقریباً ټول خلګ د کامیابي خواهش لري او کامیابي غواړي، سوال دا پیدا کیږي چې آخر کامیابي څه شي ده؟ مختلفو ماهرینو د کامیابي مختلف تعریفونه کړې ده، د هغو په تعریفونو کي لاندي شیان موجود دي:- ۱: روحي او ذهني سکون. ۲: خوشحالي. ۳: ښه صحت. ۴: د زړه اطمنان. ۵: شهرت. ۶: شخصي عزت او احترام. ۷: په خپله دنده کي مخ پر وړاندي تګ. ۸: د خپلي خوښي دنده او مسؤلیت. ۹: د خپلي خوښي مطابق ژوند تیرول. ۱۰: د بیري، پریشاني، او تشویش څخه آزادي.۱۱: د خپل مقصد او هدف لاسته راوړل. ۱۲: ښه تعلیم تر لاسه کول. ۱۳: د نفس عزت. ۱۴: مالي بې فکري، یعني چې دومره شتمني ورسره وي، چې په مالي لحاظ د کومي پریشانۍ سره مخامخ نه وي، د خلګو د (۸۰) فیصد مسائلو وجه همدا مالي ستونزي یعني غربت دی.

لکه څرنګه چې هر انسان خوشحالي او سکون په مختلف انداز سره حاصلوي او همدا شان د هر چا د ژوند مقاصد مختلف دی، لهذا د هر چا د کامیابي مفهوم هم مختلف دی، یو څوک د علم حاصلول غواړي بل بیا د دولت، یو څوک د شهرت او عزت حاصلول غواړي ځیني نور بیا د قدرت حاصلول غواړي، یعني د علم حصول، سیاست، کسب حاصلول، د ساینس پوهه تر لاسه کول، او داسي نور په دې ټولو کي د هر چا د کامیابي مفهوم جلا دی، د خلګو اکثریت مالي خوشحالي او دولت غواړي، عموماً د کامیابي سره دولت خودبخوده پیدا کیږي، په انساني کامیابیو او خوشحالیو کي د دولت کردار ډیر مهم دی، دولت اګر که په خوشحالیو کي اضافه والی راوستلای سي، مګر د دائمي خوشحالیو سبب نه سي کیدای، ډیر شتمن خلګ داسي دي چې د سکون خوب یې نه دی په نصیب، د دولت باوجود د ذهني سکون څخه محروم کیدل نه کامیابي ده او نه د زړه سکون، که د جذباتو څخه کار وانه اخیستل سي سوچ او فکر وسي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

نو دولت د الله (جل جلاله) لوی نعمت دی، د شتمني پرته د قرآن کریم خپرول، د مدرسو، مساجدو، د دین خپرول او د عصري تعلیم رامنځته کول ممکن نه دي، که چیري دولت په ښو او نیکو کارونو کي مصرف کړل سي، نو دا د سکون لپاره یوه بهترینه او لویه ذریعه ده، موږ د اوسیدلو لپاره کور او یو ځای ته د تللو لپاره موټر ته ضرورت لرو، دا کار د پیسو څخه پرته نه سي کیدلای، موږ د ناجوړتیا په صورت کي ښه علاج او درملني ته ضرورت لرو، دا کار د دولت څخه پرته نه سي کیدلای، موږ ښو تعلیمي ادارو ته د خپلو اولادونو لیږلو ته ضرورت لرو، دا کار هم د دولت څخه پرته نه سي کیدلای، د اسلام مقدس دین د خیرات، زکات او صدقو په ورکولو ټینکار کړی دی، دا هم د دولت شتمنۍ څخه پرته نه سي کیدلای، موږ د دولت یعني شتمنۍ څخه پرته د ډیرو نیکیو او ښیګڼو څخه محروم کیدلای سو، حج نه سو کولای، خیرات، زکات، صدقه نه سو ورکولای.

دا دولت وو، کوم چي حضرت عثمان (رضي الله عنه) څاه رانیوۍ د مسلمانانو لپاره یې وقف کړی، دولت په خپل ځان کي کوم بې کاره شی نه دی، مناسب استعمال یې نه یوازې انسانانو ته دنیوي راحت او خوشحالي ور په برخه کوي، بلکي ذهني سکون هم وربخښي، د یوه مسلمان لپاره کامیابي په دې کي ده چي د خپل نفس تزکیه وکړي، پاکي اختیار کړی، د خپل رب (جل جلاله) ذکر وکړي، لمونځ اداء کړي، مګر موږ دنیوي ژوند ته ترجیح ورکوو سره ددې چي آخرت ډیر بهتر دی، د پاکي څخه مراد دا دی، چي کفر او شرک پریږدو، ایمان راوړو، بې کاره اخلاق پریږدو، غوره اخلاق اختیار کړو، بې کاره اعمال پریږدو، نیک اعمال شروع کړو، کامیابي یو مسلسل سفر دی که چیري تاسو د کامیابي په سفر کي ودریږی، نو نقصاني کیږی، مثلاً: د لسو یا شلو بیچاره ګانو سره د مرستي کولو وروسته که تاسو ودریږی، نو ستاسو کامیابي هم دریږي، چي کامیابي مو ودریږي، نو زوال مو شروع سو.

د یوې لاسته راوړني څخه وروسته د بلي لپاره کوښښ په کار دی، د یوه هدف د حاصلولو څخه وروسته د بل لپاره تیاري نیول په کار ده، په ژوند کي زموږ د کامیابي راز دا دی چي موږ لس پنځلس دقیقې مخکي خپل کار ته ځان حاضر کړو، د مضبوط قوت ارادې خاوندان د ناکامي مخ ډیر کم ویني، د چا سره چي صحت، قابلیت، دیانت، محنت استقلال او همت وي د هغه کامیابي یقیني وي، راځئ! موږ او تاسي ټول په خپلو مقصدونو کي د کامیابي لپاره په پوره قوت سره مخ پر وړاندي ولاړ سو، کوم شخص چي د کامیابي لاسته راوړلو لپاره کوښښ کوي، کامیابي هغه ته انتظار کوي، قرباني او کامیابي سره لازم او ملزوم دي، چیري چي قرباني نه وي هلته کامیابي هم د عنقا په څیر وي، کامیابي د هغو خلګو قدم ښکلوي، کوم چي پر کامیابي یقین لري، په موجوده وخت کي ترقي کول د هر فرد لومړنی او تر ټولو لوی ضرورت دی.

(c) ketabton.com: The Digital Library

په دنیا کې درې (۳) ډوله خلک دي، یو هغه دي چې سوچ کوي، مګر هیڅ قسم کار نه کوي، بل هغه دي چې بیله سوچه هر کار ته لاس اچوي، او دریم هغه دي چې هم سوچ کوي او هم کار کوي، دا خوش قسمته دي آخیر به د خاورو څخه سره زر جوړ کړي، تر څو چې په رګونو کې وینه او په سینه کې ساه وي، تر هغه وخته مخ پر وړاندې د تللو کوښښ کول په کار دي، بام ته په ختلو کې د زینې په لومړنۍ زینه کې د قدم ایښوول ضروري دي، کامیابي هم د ژوند په بازار کې خرڅیږي، مګر هغه څوک یې رانیولای سي، څوک چې یې د قیمت اداء کولو وړتیا لري.

که چیرې تاسو ثابت قدم ونه اوسی خپل موقف بدل کړی، نو ستاسو مستقبل هم په خطر کې دی، ځکه چې د کامیاب جوړیدلو راز په ثابت قدمي کې پورت دی، د کامیابي راز د خپل کار سره په محبت لرلو کې پټ دی، کامیاب انسان هغه دی کوم چې خپل اولاد ته ښه خویونه ور زده کړي، د لوړ غره سر ته په کرار کرار ختل په کار دي نه په تلوار سره، د پلان جوړولو پرته په هیڅ کار کې کامیابي ممکنه نه ده، د یوه کامیاب انسان څخه د هغه د کامیابي په هکله پوښتنه وسوه؟ هغه په جواب کې وویل: ما تر اوسه هیڅ یو داسي کار نه دی کړی، په کوم کار کې چې مي ټول طاقت نه وي مصرف کړی.

(c) ketabton.com: The Digital Library

کاميابي د هغه چا ده په چا کي چي يې همت وي

حضرت عمر ابن الخطاب (رضي الله عنه) فرمايلي دي: زه زيار باسم چي کم همته نه سم، ځکه چي ما د کم همتي څخه زيات بل هيڅ شی د انسان د وروسته پاته کيدو لپاره نه دی ليدلی.

انسان هغه ځای ته رسيږي، په کوم ځای کي چي ځان غواړي، يعني که د ځان عزت کوی، نو لوړه مرتبه به لاسته راوړی او که ځان ذليل او سر ټيټه کوی، نو ذليل کيږئ به، د همت څخه مراد دا دی، خپل نفس لوړ وساتی، ځکه چي د زړه غيرت د مشرانو د همتونو پر بناء منځته راځي، هغه خپل قدر او ځای پيژني، نو ځکه د خپل ځان عزت کوي، هيڅوک د چا عزت نه کوي تر څو چي هغه د خپل ځان عزت په خپله ونه کړي، د خپل عزت څخه موخه دا ده چي د ذليلو او شرمنده خلګو سره ناسته پاسته ونه کړی او هيڅ يو داسي کار ونه کړی چي د هغه سره وړ نه وي، او هيڅ رنګه عيب لرونکې خبره ونه کړی، پوره همت او غيرت په بادشاهانو کي وي، الله (جل جلاله) په هغوی کي دغه غوره والی اينبی دی، تر څو د هغوی څخه وزيران، واليان او داسي نور... همت کول زده کړي.

داسي نه دی چي د لومړي سر څخه فرض سوي دي، چي همت کمزوری دی، لهذا نو لاس پر لاس کښيږدی او په آرامه کښينی، بلکي همت استعمال کړی، چي څومره زيات يې استعمالوی هغومره قوي کيږی، په دنيا کي اکثر داسي شيان دي چي څومره استعماليږي، په هغه اندازه د استعمال په نتيجه کي کمزوري کيږي، مثلاً لکه: کور، په کور کي چي هم استوګنه څومره ډيره وي هغومره ژر خرابيږي، يا لکه: کالي، کالي چي هم څومره ډير استعماليږي په هغه اندازه ژر زړيږي، مګر يو شمير داسي شيان الله سبحانه وتعالی پيدا کړي دي، څومره چي ډير استعماليږي په هغه اندازه ډير قوي کيږي، لکه: حافظه، د حافظې څخه چي څومره کار اخيستل کيږي په هغه انداز قوت په کښي پيدا کيږي، يو څوک دي دا فکر نه کوي، که قرآن کريم حفظ کړم، نو د بل څه يادولو لپاره به بيا ځای نه وي، داسي نه دی، بلکي په استعمال سره په حافظه کي قوت پيدا کيږي، همدا شان همت هم يو داسي شی دی، چي انسان هر څومره همت کوي په هغه اندازه قوت په کښي پيدا کيږي، تاسو ته د داسي لوړ همت او لوړي حوصلې لرل په کار دي، چي د هغو کارو کوم چي د عامو خلګو په خوب او خيال کي نه راځي د کولو کوښښ وکړی، تاسو د خلګو په زړونو کي د همت رڼا پيدا کړی او د هغوی ژوند روښانه کړی، که چيري تاسو غواړی چي لويان او کوچنيان ډير تعليم او ډير کار کولو ته اماده کړی، نو په هغوی کي د لوړ همتي ولوله پيدا کړی، دنيا د هغه چا ده په چا کي چي همت وي، د عزم او همت څخه پرته د هيڅ رقم کاميابي تصور مه کوی.

(c) ketabton.com: The Digital Library

په یاد ولرئ! کامیابي پرته د کوښښ کولو څخه نه تر لاسه کیږي، دا هغه چا ته په لاس ورځي کوم کس چي د کائیناتو په اصولو باندي عمل کوي، پر دې باندي علم او بي علمي د انسان څخه کامیاب یا ناکام جوړوي، هر شخص چي د کامیابي حاصلول غواړي یقیناً کامیابیږي، ځکه الله سبحانه وتعالی هر انسان د کامیابیدلو لپاره پیدا کړی دی، نه د ناکامه کیدلو لپاره، الله سبحانه وتعالی رب العلمین دی، د هغه څخه لوی منصف بل څوک کیدلای سي، بیا د هغه ذات څخه څنکه دا توقع کیدلای سي چي صرف یو څو کسه یې د کامابیدلو لپاره پیدا کړي دي.

الله سبحانه وتعالی هر فرد د بهترینو صلاحیتونو سره پیدا کړی دی، هر انسان یې د یوه خاص مقصد لپاره پیدا کړی دی، هر فرد یې په ډیرو صلاحیتونو باندي نازولی دی، په هر فرد کي کم از کم یو صلاحیت داسي ضرور سته کوم چي د نورو څخه ښه دی، د همدغه صلاحیت د وجهي ډیر کارونه پر مخ بیولای سي، او ډیر حیرانونکي کارونه کولای سي، کامیاب خلګ فوق البشر نه دي او نه د عامو خلګو څخه څو فیصده ذهین او باصلاحیته دي، بلکي زموږ او ستاسو په څیر عام خلګ دي، کوم چي د میانه درجې ذهن خاوندان دي، مګر په هغوی کي د کامیابي ډیر خواهش وي، د هغوی د ژوند لپاره یو هدف وي، هغوی پر خپلو کامیابیو یقین وي، د هغوی سوچ، فکر او رویه مثبته وي، دا خلګ د خپلي کامیابي لپاره تل ثابت قدم اوسي، لهذا کامیاب خلګ چي کوم کار کوي تاسو هم هغه کار کوی، په دنیا کي هر څوک کامیاب او دولت مند کیدلای سي، دا خبره په ذهن کي وساتی چي په دنیا کي څومره کامیاب خلګ تیر سوي دي، تاسو کم از کم په یوه شعبه کي د هغو څخه بهتر یاست، که هغوی په یوه کار کي کامیاب سوي دي، تاسو په کوم بل کار کي کامیابیدلای سی.

ځکه په فطري توګه تاسو په یوه کار کي د ښې کار کردګي د اظهار لپاره پیدا سوي یاست، د کامیابي د حاصلولو څخه مخکي د کامیابي اصول وپیژنی، معلومه کړی چي خلګ په څه طریقه کامیاب سوي دي، هغو د کامیابي لپاره څه کړي دي، که چیري تاسو د کامیابي حاصلولو لپاره کوښښ وکړی او د کامیابي اصول مراعات کړی، نو نه یوازي دا چي تاسو کامیابیدلای سی، بلکي د کامیابي د کلونو سفر په میاشتو کي طی کولای سی، د حالاتو د بدلولو لپاره یو څه وکړی، د خپلي خراب ژوند د برابرولو لپاره زاری مه کوئ، بلکي پورته سی او د هغه د ښه کولو لپاره یو څه وکړی، چي څه ونه کړی څه به په لاس درسي؟ الله (جل جلاله) په تاسو کي دننه داسي خواهش نه دی پیدا کړی، د کوم د پوره کولو لپاره چي په تاسو کي صلاحیت او وړتیا نه وي، تاسو خپل هر خواهش پوره کولای سی. که په خپل تیر سوي ژوند کي سوچ او فکر وکړی، نو به درته معلومه سي چي کله هم تاسو د کوم شي خواهش کړی وي او بیا مو د هغه د حصلولو لپاره یو ممکن کوښښ کړی وي، نو تاسو خپل هغه خواهش ضرور حاصل کړی دی، تاسو د کامیابي لپاره پیدا سوي یاست او که څوک ددې څخه خلاف خبره کوي، هغه د کائیناتو د رښتنولي سره ناآشنا دی.

(c) ketabton.com: The Digital Library

کامیاب خلک د ذهني بوج سره مقابله کوي

د کامیابي او خوشحالي سفر هیڅکله آسانه نه وي، دا د عروج او بلندي سفر دی او مخ پر پورته تلل هیڅکله آسانه نه وي، که چیري دغه سفر آسان وای، نو هر څوک به په ډیره آسانۍ سره کامیابیدلای، په دغه سفر کي انسان ځای پر ځای د ژورو خندقونو سره مخامخ کیږي، هر کامیاب انسان د پریشانیو او ناکامیو ښکار کیږي، کامیابي او ذهني بوج سره لازم او ملزوم دي، کامیاب خلک د ذهني بوج سره په ډیره ښه طریقه مقابله کوي، که چیري هغه د ذهني بوج سره مقابله ونه کړي، نو صرف دا نه چي ناکامه کیږي، بلکي د خپل صحت څخه دي هم لاسونه ومینځي، شدید او مسلسل ذهني فشار د انسان د ذهني او جسماني صحت لپاره تباه کوونکی دی.

د پنځوس (۵۰) څخه نیولې تر اتیا (۸۰) فیصده پوري د جسماني مرضونو وجه همدا ذهني بوج کیدلای سي، د ذهني بوج د وجهي د انسان دفاعي قوت کم سي، د څه په وجه سره چي بیا د ډیرو مختلفو مرضونو ښکار سي، د نفسیاتي مرضونو د ټولو څخه لویه وجه ذهني فشار دی، د مسلسل او سخت ذهني بوج د وجهي مختلف مرضونه پیدا کیږي، یو شمیر مهم یې په دې ډول دي: د زړه مرض، سرطان، د بندونو درد، ساه بندي، د معدې مختلف امراض بالخصوص د معدې زخم، شکره، د ملا درد، د سر درد، د نس ګیس، په وزن کي کموالی، بعضي جلدي مرضونه، حساسیت، نزله، تشویش او اضطراب، وهم او داسي نور...

حل لاره یې: د ذهني فشار سره مقابله د ذهني صحت یوه ډیره اهمه مسئله ده، مختلف خلک په مختلفو طریقو د ذهني فشار سره مقابله کوي، یو شمیر خلک یې د شرابو په څیښلو، یو شمیر نور یې بیا د نورو نشه یې توکو او درملو په خوراک سره ورکوي، په غربي هیوادونو کي څلویښت (۴۰) فیصده خلک درمل استعمالوي، مګر دا طریقه منفي او مهلکه طریقه ده، مورږ تاسو ته مثبت، صحت منده او ډیره مؤثره طریقه دربښیو، کوم چي په مرسته سره به یې تاسو د ذهني بوج مقابله په ډیره ښه طریقه سره وکړای سی، پر ذهني فشار باندي کنټرول په اصل کي د کامیابي حاصلول دي.

۱: د ذهني فشار سره د مقابلې کولو یوه ښه ذریعه هغه روزمره د ورزش کول دي، ښه دا دي چي ورزش هره ورځ یو ساعت وسي، یا کم از کم په هفته کي درې (۳) ځله وسي، پیاده مزل هم کفایت کوي.

۲: هره ورځ د خپلو ښو ملګرو یا دوستانو سره لیدل د ذهني بوج څخه د خلاصون ښه او بې حده مؤثره طریقه ده، د څه پواسطه سره چي جسم او ذهن دواړه تازه کیدلای سي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۳: د کامیابي لپاره چي څومره کار ضروري دی همدومره آرام کول هم ضروري دي، د روزمره ذهني فشار لیري کولو لپاره هره ورځ آرام کول په کار دي، عموماً د مکمل آرام لپاره اوه (۷) یا اته (۸) ساعته خوب کول ضروري دي، لهذا هره ورځ باید خوب پوره کړل سي، په هره هفته کي یوه ورځ د آرام او تفریح کولو لپاره ضروري ده، د تفریح څخه مراد دا نه دي چي ټوله ورځ په یوه کار مشغوله سی، بلکي د څو ساعتونو لپاره په یوه داسي کوټه کي ځان واچوی چي هلته شورماشور نه وي، ددې څخه علاوه د خپلي خوښي یو کار وکړی، یو کتاب یا یوه رساله مطالعه کړی، باغ یا پارک ته ولاړ سی، د دوستانو سره مو لیدنه کتنه وکړی.

ډیر جسماني او ذهني بوج کوونکو ته په کال کي یوه هفته مکمل تفریح ضروري ده، غرنۍ علاقو ته دي ولاړسي، ټوله ورځ دي په سیاحت کي نه تیروي، بلکي د ورځي ډیره حصه دي په آرام کولو تیره کړي، ددې څخه علاوه د ورځني کار کولو په دوران کي د هرو دوو (۲) ساعتونو کار کولو څخه وروسته د پنځو (۵) دقیقو لپاره د کار پرېښوول کټور دي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د کاميابي سبب څه دی؟

د کاميابي لوی سبب يا وجه پر خپل ځان باور کول دي، همدا شان د ناکامي يوه لويه وجه هغه پر ځپل ځان باور نه کول دي، دا د کاميابي او ناکامي په لار کي يو لوی خنډ دی، پر ځان د باور کولو څخه مراد دا دی چي هيڅ يو فرد پر ځان د باور کولو څخه پرته ترقي او کاميابي نه سي حاصلولای، په ټولنه کي اکثر خلګ پر ځان د نه باور کولو ښکار دي، پر ځان باور نه کول انسان يقين نه کوي چي دی کوم کار کولای سي، داسي خلګ د نورو په مخکي هيڅ يو کار نه سي کولای، مثلاً: د اُستاذ څخه پوښتنه نه سي کولای، د خلګو په مخکي چي ودريږي د خپلو خيالاتو اظهار نه سي کولای، ځکه د ده پر دې يقين وي چي د ده څخه کوم کار نه سي کيدلای، هر کار چي وي يا يې غلطوي او يا يې ناکامه کوي.

د نفسياتو ماهرين وايي: پر خپل ځان باور کول فطري يا پيدائشي صلاحيت نه دی، بلکي دا په مشق سره حاصليږي، پر خپل ځان باور نه کول د انسان په کاميابي او ناکامي کي يو لوی خنډ دی، بلکي تر بل هر شي لوی خنډ دی، لهذا د دغه خنډ ليري کول په کار دي، پر خپل ځان باور نه کول د ختمولو لپاره څو مهمي طريقې په لاندي ډول ذکر کيږي:

۱: پر خپل ځان باور نه کول لويه وجه د ماضي کومه ناشکواره واقعه يا د والدينو غير مناسب چلند کيدلای سي، مثلاً: د داسي خبرو کول، ته دغه کار نه سي کولای او داسي نور...

۲: په خپل ځان کي د کمي احساس کول، پر خپل ځان د باور نه کولو د کمي يوه وجه هغه په ځان کي د کمي احساس دی، په خپل ځان کي د کمي احساس کول ضرور يوه وجه وي، اول هغه وجه معلومه کړی، بيا د هغې د ليري کولو لپاره يو پروګرام جوړ کړی، اکثر وخت په کوچينوالي کي ناشکواره واقعات په خپل ځان کي د کمي احساس کول پيدا کوي، په خپل ځان کي د کمي احساس کولو د ختمولو لپاره که موږ په لاندي ذکر سوو خبرو عمل وکړو، نو تر ډيره حده مو په خپل ځان کي د کمي احساس کول ختميدلای سي:

۱: دا خبره هر وخت په ذهن کي وساتی او په دې فخر وکړی، چي د مځکي په ټوله کره باندي ستا څخه پرته بل کوم فرد نسته، يعني تاسو يوازي ياست، يا په بل عبارت په ټوله مځکه کي ستاسو مثل نسته، تاسو د يوه خاص مقصد لپاره پيدا سوي ياست.

۲: په هر انسان کي يو څه ښه والی ضرور وي، خپلي غلطۍ هيري کړی، او د خپلو ښيګڼو تالاش وکړی، د هغو څخه يو فهرست جوړ کړی، په دغه فهرست کي د کوچنيو څخه کوچنی ښيګڼي وليکی.

(c) ketabton.com: The Digital Library

مثلاً: ښه صحت، ښه لباس، مطالعه، خوش اخلاقي، ايمانداري، درواغ نه ويل، نرمي کول، د غيبت څخه ځان ساتل، په خندا د خلګو سره ملاقي کيدل او داسي نور...

د خپلو ښيګڼو دغه فهرست په خپل ځان کي د کمي احساس کول تر ختميدلو پوري روزانه سهار او ماښام دغه کارونه تکرار او ځان ښه محسوس کړی.

۳: په ټولنه کي يو فرد ضرور يو کار د ټولني د بل فرد څخه په ښه طريقه سرته رسولای سي، يعني الله (جل جلاله) هر فرد په ځينو خاصو صلاحيتونو سره نازولی دی، چا ته يې زيات صلاحيتونه ورکړی وي او چا ته يې کم، په دنيا کي هيڅ يو داسي فرد نسته چي هغه ته دي کوم صلاحيت نه وي ورکړل سوی، يعني هر فرد کم از کم يو خصوصي صلاحيت ضرور لري، د کوم پواسطه چي د نورو څخه بهتر وي، ستاسو تر ټولو ښه صلاحيت څه دی؟ د خپلو خصوصي صلاحيتونو فهرست جوړ کړی، هغه روزانه کم از کم يو ځل تکرار او په هغه باندي فخر وکړی.

۴: هيڅکله د ځان په حق کي منفي خبره مه کوئ، مثلاً: احمق، بد شکله او ناکام او نه بل چا ته اجازه ورکړی، چي ستاسو په حق کي منفي خبره وکړي، تر دوو (۲) هفتو پوري تاسو دا يادښت کړی چي هغه کوم شی دی، چي د هغه په وجه تاسو د خپل ځان په حق کي منفي خبري کوی؟ هغه کوم شی دی چي د هغه د وجهي تاسو خپل ځانونه سپک ګڼی؟ د خپلو منفي سوچونو نګراني وکړی، کله چي تاسو په خپل ځان کي د کمي احساس کولو کومه منفي نقطه پيدا کړله، نو تاسو سمدستي ووایاست: زه يو ډير هوښيار شخص يم، دا مشق جاري وساتی، تر څو چي مو په خپل ځان کي د کمي احساس کول نه وي ختمه سوي، هر کله چي مو خپل منفي سوچونه کنټرول کړل، بيا خپل ځان ته يو انعام ورکړئ، مثلاً: ځان ته کتاب، قلم او يا داسي نور څه د ځان د تشويق لپاره.

۵: خپلي پخوانی غلطی خپله ځان ته وروبخښی او هغه هيري کړی، د هغو يادول هيڅ کټه نه کوي، بلکي هغه تاسو په پريشانيو کي اضافه والی راولي، د ځان بيروني څخه نجات پيدا کړی او د خپلو ښيګڼو خيال مو ساتی.

۶: د ټولني لپاره خپل ځان کټور جوړ کړی، خلګو ته ځان زړور وښه ياست، ډير ژر به تاسو دا محسوس کړی، چي د ټولني لپاره تاسو څومره مفيد ياست، خلګ به ستاسو خدمت او قدرداني کوي او تاسو ته په خپل ځان کي د کمي احساس کول به ختم سي، دا خبره په ذهن کي وساتی، چي خلګ تاسو د ظاهري شکل او صورت د وجهي نه بلکي د شخصي ښيګڼو د وجهي دوست جوړل غواړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۷: غربت هم په خپل ځان کي د کمي احساس کولو یوه لویه وجه ده، غربت ته د خپلي ترقۍ په لار کي د خنډ جوړیدلو موقع مه ورکوئ، خپل ځان ته د هغه چا مثالونه مخته کښیږدئ، کومو اشخاصو چي په غربت کي سترګي پرانستي دي، اما د خپل زیار له وجهي یې خپل نوم په دنیا کي روښانه کړی دی. قطب الدین ایبک کوم چي یو غلام وو، د باچاهي بنیاد یې کښیښود، د ماضي ټولو لویو خلګو د خپل ژوند اغاز د غربت څخه کړی دی.

۸: په خپل ځان کي د کمي احساس کولو د ختمولو یوه آسانه طریقه دا هم ده: تاسو په روزمره ژوند کي ددې اظهار وکړی، چي تاسو په خپل ځان کي د کمي احساس کولو ښکار نه یاست، په دې سره ستاسو په خپل ځان کي د کمي احساس کول ډیر ژر ختمیدلای سي.

۹: سترګي پټي کړی، داسي تصور وکړی، چي تاسو په خپل ځان کي د کمي احساس کولو ښکار نه یاست، بلکي ډیر په اعتماد یا باور یاست.

۱۰: پر ځان د نه باور کولو په کمي کي یوه اهمه وجه شرم دی، شرم دا مطلب چي د خپل هم سیالو خلګو، د اُستاذ، یا د صاحب منصب خلګو څخه بیره لری او د هغوی په مخکي د څه ویلو جرئت نه سي کولای، شرمناک خلګ د عامو خلګو سره د رابطې د قائمولو څخه بیریږي، د هغو سره د ملاقات کولو عتراض کوي، شرمناکو خلګو ته د نوو خلګو سره ملاقات کول یعني د هغو سره لیدل او د هغو سره دوستي کول مشکل وي، شرمناک خلګ د نورو خلګو په موجودیت کي ډیر خفه وي او بیره محسوسوي، په داسي چاپیریال کي د هغو نبض او زړه درزیږي، مخ یې تک سور سي، خولې پر را ماتي وي، د همدې بیري د وجهي هغوی صحیح سوچ او فکر نه سي کولای، شرمناکو خلګو ته د هم سیالو خلګو سره د رابطې قائمول مشکل وي، شاګرد د خپل اُستاذ سره او پیاده د ادارې د مدیر سره د رابطې کولو په وخت کي داسي کوښښ کوي، تر څو په داسي وخت کي ور سره ملاقي سي، چي د هغو سره بل څوک نه وي، ددې لپاره هغوی د ساعتونو څخه بلکي د هفتو راهیسي انتظار کوي، شرمناک خلګ د نورو خلګو په موجودیت کي عموماً خاموش وي او خبري نه سي کولای، اکثر وخت په لړزیدونکي آواز خبري کوي، د خلګو په موجودیت کي په کوم کار شروع نه سي کولای، که چیري د نورو خلګو په وړاندي د کوم کار کولو ورته وویل سي، نو هغوی پر ځان د نه باور کولو د وجهي په بیره کي سي، شرمناک خلګ عموماً ښه او مؤثر مشر نه سي جوړیدلای، ځیني خلګ په خاصو حالاتو او د خاصو افرادو په مخکي شرم محسوسوي، مثلاً: په کوم مجلس کي خبري کول، یا په کوم نوي ماحول کي، یا د کوم تنظیم په مخکي.

شرم د جسماني معذوره کیدلو په شان ذهني معذوره کیدل دي، کوم چي انسان فلجه وي، شرم یو منفي طاقت دی، د کوم چي ډیر نقصانونه دي، موږ یو څو په دې ډول ذکر کوو:

(c) ketabton.com: The Digital Library

۱: شرمناک خلک د خپلو هم سیالو او زورواکو څخه خپل حق نه سي غوښتلای، د څه د وجهي څخه چي بیا دوی د خپلو جائزو حقوقو څخه محروم پاته سي.

۲: شرمناک خلک د خپلو صلاحیتونو اظهار نه سي کولای، د څه په وجه چي صرف یوازي دوی نه بلکي معاشره هم د دوی د صلاحیتونو څخه محرومه پاته سي، همدا وجه ده چي د دنیا په تعمیر کي د هغوی کردار قابل د یادولو نه دی.

۳: د عامو خلګو په وړاندي چي دوی څه ویل غواړي ویلای یې نه سي، او څه کول چي غواړي کولای یې نه سي.

۴: د عامو خلګو په موجودیت کي شرمناک خلک د ښې کار کردګي مظاهره نه سي کولای، چي وروسته بیا دا کار د هغوی د ترقي په لار کي یو لوی خنډ ثابتیدای سي.

۵: شرمناک خلک د عامو خلګو په وړاندي یو صاف او واضحه فکر نه سي کولای، د څه د وجهي څخه چي دوی د ښو خیالاتو او رایه اظهار هم نه سي کولای.

۶: دا خلک د خپلي کمي ذاتي مسئلې لپاره د بل چا څخه مرسته نه سي غوښتلای، په ټولنه کي په زیات شمیر خلک ددې مسئلې ښکار دي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ناکامي موږ ته د کامیابي لاره برابره وي

تر څو چي کوښښ ونه کړی او کامیاب یا ناکام نه سی، د ناکامي تر ټولو لویه کټه دا ده چي دا موږ د لویو کامیابیو لپاره تیار کړي، ناکامي لعنت نه بلکي نعمت دی، دا د کامیابي لپاره بنیاد یعني بنسټ دی، د دغه بنیاد د سمولو لپاره ښه طریقه دا ده چي د خپلو غلطیو څخه یو څه زده کړو، د ناکامي مطلب صرف او صرف دا دی چي دلته یو څه مسائل شتون لري، کوم چي حل کولو ته په انتظار کي دي، هره ناکامي موږ ته د کامیابي لپاره لاره برابروي، د هري ناکامي څخه وروسته موږ کامیابي ته ډیر ورنږدې کیږو، که چیري تاسو ناکامي قبوله کړی او د هغې څخه سبق زده کړی دوباره کوښښ وکړئ، نو تاسو به ضرور کامیابي پیدا کړی.

هر انسان ناکام کیدلای سي، ناکامي د ژوند حقیقت دی، ناکامي د ژوند تر ټولو لوی اُستاد دی، ناکامي موږ ته عاجزي را زده کوي، ناکامي موږ د خپلو حدودو سره آشنا کوي، ناکامي موږ ته دا وایي: تاسو د ماتي قابل نه یاست، ناکامي موږ ته خپله سمه لاره راښیي، ناکامي موږ ته دا راښیي که هر څه سم هم کړی، بیا هم که کوم شی په لاس درنه سي دا د ژوند یوه حصه ده، ناکامي موږ ته د کردار د مضبوطوالي متعلق سبق را زده کوي، د ناکامي تر ټولو لوی سبق د پورته ذکر سوو سبقونو څخه علاوه ناکامي موږ ته یو بل سبق هم را زده کوي کوم چي د ټولو څخه لوی سبق دی، ناکامي موږ ته د ډیر مضبوط اوسیدلو طریقه را زده کوي.

ناکامي انسان ته داسي سبق ور زده کوي، کوم چي د بلي طریقې یې نه سي زده کولای، انسان د ناکامي څخه ډیر او د کامیابي څخه کم شی زده کولای سي، د ناکامي یوه کټه دا هم وي چي تاسو په آینده کي د هغه کار د کولو څخه بیا ځان ساتی، لکه څرنګه چي د بدن په کومه برخه کي درد وي تاسو ته خبر درکوي چي دلته کومه خرابي شتون لري او علاج کول یې ضروري دي، همدا شان ناکامي هم په یوه پلان کي د کومي خرابي نښه کیدلای سي، یعني یا خو دا چي ستاسو هدف سم نه دی، یا مو د هدف د حاصلولو طریقه سمه نه ده، ناکامي د انسان په تخلیقي صلاحیتونو کي اضافه والی راولي، هیڅا ته په خپلو حقیقي صلاحیتونو کي تر هغه وخته علم نه وي، تر څو چي هغه ناکامه سوی نه وي، هیڅوک په دې علم نه لري چي کوم څه کولای سي او کوم څه نه سي ترسره کولای.

د ناکامي وجهي: زموږ د نن ورځي شک زموږ د سبا ورځي کامیابي په ناکامي بدلولای سي، د ناکامي ډیر وجهي دي، یو څو مهم یې موږ په لاندي ډول ذکر کوو:

۱:ـ د مستقل مزاجي نشتوالی: اکثره خلګ ددې وجهي ناکامه کیږي چي د هغو سره علم نه وي، بلکي هغه ددې وجهي څخه ناکامه کیدلای سي چي هغوی میدان پریږدي، د کامیابي راز صرف

(c) ketabton.com: The Digital Library

په دوو (۲) شیانو کي دی، مستقل مزاجي او مزاحمت، کله چي د کوم کار کول وغواړې، د هغه څخه بیا مخ مه اړوه، یو قهرمان ددې وجهي څخه قهرمان وي چي هغه د نورو خلګو څخه بهادر وي، بلکي هغه ددې وجهي قهرمان وي چي د نورو خلګو څخه لس (۱۰) چنده زیات بهادر وي.

۲:- خود غرضي: کوم خلګ چي خود غرضه وي، هغوی هیڅکله دا حق نه لري چي هغوی د ترقي او کامیابي توقع وکړي، ځکه چي د داسي خلګو رویه د نورو خلګو د فلاح او بهتري لپاره نه وي، لویي د روح سرطان ده، لویي تعلقات او خپلوي تباه کوي، لویي ځنګه پیدا کیږي، لویي د نفس درواغجن عزت څخه پیدا کیږي، مطلب دا چي یو کس په درواغو سره په خپل ځان فخر کوي او د یوه مقصد لپاره بل چا ته د ځان اظهار کوي، د لویي څخه د ځان ساتلو ښه طریقه دا ده چي تاسو د خپلو وسائلو مطابق مطمئن اوسیدل زده کړی، په یاد ولری! د قناعت کولو مطلب دا نه دی، چي تاسو د مخته تللو آرزو مه کوئ.

۳:- د کامل یقین نشتوالی: کوم خلګ چي د کامل یقین څخه خالي وي، هغه د سړک پر مابینځ روان وي، تاسو پوهیږی چي د سړک پر مابینځ د تلونکو انجام څه وي، د کامیابي د مهمو رازونو څخه یو دا دی چي تاسو د کومي خبري سره د مخالفت کولو پر ځای د هغې تائید او حمایت وکړی، تاسو د هري مسئلې په مخالف طرف کي مه دریږئ، بلکي د حل په طرف کي یې ودریږی. په دنیا کي درې (۳) ډوله خلګ دي:- ۱: داسي خلګ چي لوی لوی کارونه کوي. ۲: داسي خلګ کوم چي صرف واقعاتو او حالاتو ته ګوري. ۳: داسي خلګ کوم چي په واقعاتو او حالاتو باندي فکر او غور کوي. سوال دا دی چي تاسو د کوم ډول خلګو څخه یاست؟

۴:- پلان جوړول او د تیاري لپاره تصمیم نه نیول: د ګټلو خواهش د هر چا سره وي، مګر د ګټلو لپاره د تیاري نیولو خواهش د ځینو ځینو سره وي، اکثره خلګ داسي وي چي د تفریح لپاره تیاري نیسي، مګر د خپل ژوند لپاره منصوبه سازي نه سي کولای، د تیاري کولو مطلب دا دی چي ناکامي به برداشته وې، مګر ناکامي به بالکل نه مني، د تیاري مطلب دا دی چي د خپلو غلطیو څخه سبق زده کړل سي، د غلطیو کول غلط نه دي، زموږ څخه غلطي کیدلای سي، البته بې وقوفه هغه څوک دی چي یوه غلطي بیا بیا کوي، کوم خلګ چي غلطي کوي او د هغې اصلاح نه کوي، په دوهم ځل د هغه څخه بله لویه غلطي کیږي.

۵:- تجزیه: ګټونکي خلګ تجزیه کوي بهانې نه کوي، ځکه چي دا د بایلونکو خلګو کار دی، د دوی سره یو کتاب وي کوم چي د ناکامیو د جوازنامو څخه ډک وي، مثلاً هغو لیکلي وي: زه بد قسمت یم. زه په منحوس وخت کي پیدا سوی یم. زما عمر کم دی. زما عمر زیات دی. زه سپین ږری سوی یم. زه مجبور یم. زه ډیر هوښیار نه یم. زه تعلیم یافته نه یم. زه ښه ځواني نه لرم. زه د چا سره روابط او تعلقات نه لرم. زما سره ډیري پیسي نسته. زما سره وخت نسته. کاشکي!

(c) ketabton.com: The Digital Library

ما ته موقع په لاس راسي. کاشکي! زموږ پر کورنی باندي بوج نه وای. د بایلونکو خلګو دغه فهرست تر دې هم اوږد وي، د هر کس د کامیابیدلو فیصله دوه (۲) شیان کوي، وجوهات او نتائج، وجوهات باید شمار نه کړل سي، تر څو چي نتائج شماریدلای سي.

۶:ـ د جرائت نشتوالی: کامیاب خلګ په خپلو کارونو کي پر خنډونو د غالبیدلو لپاره د جرائت او قوت هڅه او تلاش کوي، کله چي موږ ذهن د جرائت څخه ډک وي، نو خپله هیره مو هیریږي او په خنډونو باندي برلاسه کیدلای سو، جرائت د بیري د نه موجودیدلو نوم نه دی، بلکي پر بیري باندي د غالبیدلو نوم دی، کردار، انصاف او دیانتداري د جرائت څخه بغیر مؤثره نه وي.

د کامیابو او ناکامو خلګو په مابینځ کي بنیادي فرق دا دی: کامیاب خلګ هغه کار کوي، کوم چي ناکام خلګ یې نه کوي، ناکام خلګ هغه کار ځکه نه کوي، چي هغه کار هغوی ته خوند نه ورکوي، خوندوره خبره دا ده هغه کار کامیابو خلګو ته هم خوند نه ورکوي، مثلاً: سهار وختي پورته کیدل، سخته خواري کول، تر ډیره وخته پوري د کار کول او داسي نور... مګر بیا هم هغوی یې کوي، ځکه هغوی په دې پوهیږي چي د کامیابي لپاره د هغه کار کول څومره ضروري دي، دا د کامیابي قیمت دی، په دنیا کي هیڅ یو شی مفت نه تر لاسه کیږي، د کامیابو خلګو زیاتره توجه ښو نتیجو ته وي او د ناکامو خلګو توجه زیاتره ښو کارو ته وي، د طویل المدت کامیابي لپاره د نفس ساتنه مهم ترینه شخصي خوبي ده، بلکي هیڅ رقم لویه کامیابي د نفس ساتلو پرته نه حاصلیږي.

د نفس د ساتني څخه مراد دا دی: چي تاسو هغه کار وکړی د کوم کار چي کول غواړئ، یا هغه کار کوم ته چي ضرورت وي او په هغه وخت کي یې وکړی په کوم وخت کي چي ضروري وي، که ستاسو زړه یې غواړي او که نه، ددې څخه دا هم مراد دی: چي تاسو داسي یو کار ونه کړی د کوم چي کول یې نه غواړئ او تاسو تل داسي کار کوی د کوم چي کول ضروري دي، تاسو ته پر خپل ځان کنټرول په کار دی، که چیري د کوم کس پر خپل ځان کنټرول نه وي هغه د نورو کنټرول هم نه سي کولای، د نفس ساتنه په مکمل ډول باندي د انسان فکر او کردار کنټرولوي، د نفس ساتنه د ټولو کامیابو مشرانو بنیادي خوبي او خاصیت دی، د نفس ساتنه هغه اهلیت دی کوم چي تاسو ودې ته مجبوروي، تاسو څه کول غواړی، کله یې کول غواړی او هغه کار مه تر سره کوئ د کوم چي کول یې نه غواړئ، د نفس ساتنه په ژوند کي د کامیابي او ترقي لپاره د بل هر شي څخه مهم ده.

هغه یو شی څه شی دی کوم چي ستاسو د کامیابیدلو لپاره لازمي دی؟ دا یو معمولي شی دی، چي د نفس ساتنه ورته ویل کیږي، د نفس ساتنه یو داسي شی دی کوم چي انسان یې په خپله حاصلولای سي، دا تاسو د خپل ځان په داخل کي حاصلولای سئ، که چیري تاسو د کامیابي حاصلول غواړئ، که څه هم هغه دنیوي وي او که اخروي وي، نو تاسو ته پر خپل نفس باندي

(c) ketabton.com: The Digital Library

کنټرول لرل په کار دي، تاسو هغه کار کوئ کوم چې د دنیوي یا اخروي کامیابي لپاره ضروري وي، په خپل نفس باندي د کنټرول حاصلولو لپاره لاندي څو جملې په یاد کړئ:-

الف: زه خپل ذهن او نفس کنټرولوم، زه خپل کردار، حالات او واقعات کنټرولوم. ب: زه د خپل نفس په ساتنه فخر کوم، زه تل د هغه کار کولو ته آماده یم د کوم چې کول یې وغواړم.

په دنیا کي لویه کامیابي د ناکامیو څخه وروسته حاصلیږي، ناکامي د کامیابي اول شرط دی، کامیابي د ناکامیو څخه جوړیږي، د کامیابي لاره د ناکامیو څخه ډکه ده، د میانه درجې کامیابي عموماً د درو (۳) ناکامیو څخه وروسته حاصلیږي او لویه کامیابي د اوو (۷) ناکامیو څخه وروسته حاصلیږي، په لومړي ځل کوښښ کي تقریباً کامیابي ناممکن وي، لهذا د کامیابي د کوښښ کولو په وخت کي دا خبره په ذهن کي وساتئ چې په لومړي کوښښ کي کامیابي مشکل ده، او کامیابي د ناکامي څخه وروسته حاصلیږي، په دنیا کي صرف هغه خلګ لویه کامیابي لاسته راوړي، کوم چې حوصله او جرائت لري، په دنیا کي ډیر لوی لوی ایجادات سوي دي، مګر دا ټول د بې شماره ناکامیو څخه وروسته سوي دي، د هر ایجاد داستان د ناکامیو څخه ډک دی، دا خبره په ذهن کي وساتئ چې تاسو هم د کامیابي سفر د ناکامي څخه پرته نه سی تر سره کولای، هره ناکامي عارضي وي، تر څو چې تاسو یې مستقله نه کړی، تاسو تر هغه وخته پوري نه سی ناکامه کیدلای تر څو پوري چې کوښښ پرې نږدئ.

کامیابي کله هم یقیني نه وي او ناکامي کله هم مستقله نه وي، د ناکامي څخه دا نه دي مراد چې تاسو به د همیشه لپاره ناکامه یاست، بلکي د ناکامي څخه مراد دا دي چې تاسو نن ورځ نه سی کامیابه کیدلای، یعني په یوه خاص وخت کي، لهذا ناکامي په اصل کي تاخیر یعني ځنډ دی، د ناکامي څخه دا هم نه دي مراد چې تاسو خپل کوښښ پریږدی، بلکي دا ځیني مراد دي چې تاسو سخت کار وکړی، د ناکامي څخه دا نه دي مراد چې تاسو هیڅکله نه سی کامیابیدای، بلکي دا ځیني مراد دي چې په دې کي یو څه وخت ته ضرورت سته، که چیري تاسو په یوه شعبه کي ناکام سی، نو په کومه بله شعبه کي کوښښ وکړی، تاسو یوازي په هغه صورت کي ناکامه کیدلای سی، کله چې خپل کوښښ پریږدی، یا دا چې تاسو د خپلو ناکامیو څخه کوم سبق زده نه کړی، کامیاب خلګ د ناکامي څخه نه بیریږي، هر فرد یو وخت ناکامه کیدلای سي، ناکامي په اصل کي د غلطي نوم دی.

یعني هیڅوک ناکامه کیدلای نه سي، بلکي کومه غلطي چې ځیني وسي، په دنیا کي د هر انسان څخه غلطي کیدلای سي، البته احمق خلګ خپله غلطي نه مني، د غلطي نه منلو پر ځای د هغې څخه سبق زده کړی، غلطي موږ ته دا راښیي چې د دغه کار لپاره نوري ښې طریقې هم سته، غلطي تاسو عقلمند، توانا او صابر جوړوي، همدا شان تاسو د کامیابي لپاره ځان تیاره وی، څوک چې غلطي ونه کړي هغه ترقي نه سي کولای، د مثبت سوچ او فکر خاوندانو ته ناکامي زحمت نه ده بلکي رحمت ده ورته.

(c) ketabton.com: The Digital Library

مه نااُمیده کیږئ پر خپل ځان باور ولری

د هر عمل څخه مخکي لومړی فیصله کول ضروري ده او کله چي فیصله کیږي هغه باید بالکل واضح وي، د هر عمل لپاره یو صحیح وخت تعین وي، دا عمل په هغه وخت کي په کار دی په کوم کي چي ښه وي، موږ باید څه وکړو او په کوم وخت کي یې وکړو په دې باندي پوره علم لرل دا پر خپل ځان د باور کولو لومړی زینه ده، کله چي کومه فیصله کیږي د هغې تر عمل لاندي نیول دومره ضروري دي، لکه څومره چي د فیصلې کول ضروري دي، ځکه په دې سره پر خپل ځان د باور کولو عملي اظهار کیږي.

دا یو داخلي صنعت دی کوم چي آهسته آهسته د فطري نشونما څخه پیدا سوی دی، پر خپل ځان باور کولو سره په کردار کي سکون راځي او د داخلي قوت خارجي اظهار دی، پر خپل ځان باور کولو ترکیبي اجزاوي په دې ډول دي:- ۱: تاسو چي څه کول غواړی باید په هغه باندي پوره علم ولری. ۲: تاسو باید په دې ځان پوه کړی، چي د هغه د حصول ممکن ذرائع څه شي ده. ۳: د هغه په رڼا کي فیصله وکړی. ۴: خپلي فیصلې ته عملي جامه ورواغوندی.

کله چي موږ په یوه وخت کي یو قدم پورته کوو او موږ د معلوم طرف څخه د غیر معلوم پر طرف حرکت کوو، باید زموږ دغه تګ قدم په قدم وي، پر خپل ځان په باور کولو سره چي کله یو قدم پورته کړل سي، نو دوهم قدم خود بخوده پورته کیدلای سي، کله چي موږ او تاسو د یوه قدم په پورته کیدلو کي کامیاب سو، باید موږ همدغه کامیابي بر قرار وساتو او مخته تګ وکړو، کله چي په خپل ځان باور کول یو ځل خپل کړل سي هغه بیا زیاتیږي او په یوه کامیاب شخصیت کي یو مقناطیسي قوت پیدا سي.

په خپل اندروني قوت د اعتماد، یقین او بروسي پیدا کولو نوم دی، انسان چي د خپل مقصد په حصول کي د څومره کامیابیو او ناکامیو سره مخامخ کیږې، دا پر خپل ځان د باور کولو یو اړخ دی، په خپل ځان د باور کولو دوهم نوم اولوالعزم دی، په موجوده دور کي ذهني انتشار عالمي بڼه غوره کړې ده، د کومي د وجهي څخه چي پر خپل ځان د باور حصول ډیر مشکل دی، دنیا چي په څومره تیزۍ سره پر مختګ کوي په هغه انداز داسي بي شماره ستونزي او مشکلات پیدا کیږي، چي د هغوی امکاني حل په ټولنه کي نه تر سترګو کیږي، د همدې وجهي پر خپل ځان د باور کولو جرائت او اولوالعزمي څخه کار اخیستل په کار دي، پر خپل ځان باور کول الفاظ ډیر ښایسته دي، اما په خپل کردار کي یې پیدا کول یو څه مشکل کار دی، مګر پر خپل ځان باور کول کوم خارجي شی نه دی، چي موږ یې د خپل ځان لپاره وارد کړو، او بیا په خپل کردار کي بدلون راولو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د څه په ذريعه چي بيا نور خلک د ځان خوا ته راکشولای سي، کوم وخت چي نور خلک د ده سره يو ځای کيږي، هغه د يوې خوشحالی احساس کوي او دا غواړي چي دوی هم کامياب سي، پر خپل ځان باور کول د داخلي ژوند سره تعلق لري او د داخلي ژوند مرکز ذهن دی، په بې اعتمادي سره د کار کول په لوی لاس په کنده کي د ځان غورځول دي، د کوم انسان چي په خپل ځان باور نه وي هغه خپلي ټولي ناکامی د تقدير څخه بولي، پر خپل ځان باور کول ژوند دی، کله چي اخلاص او اعتماد ختم سي، نو انسان د ژوند په هيڅ يوه لاره کي نه سي کاميابيدلای، په کوم انسان کي چي پر خپل ځان د باور کولو ماده نه وي، هغه هيڅکله په دنيا کي ترقي نه سي کولای، که تاسو پر خپل ځان اعتماد وکړی، بيا نور پر تاسو اعتماد کوي.

د نفسياتو ماهرينو ويلي دي: پر خپل ځان باور کول په نورو کي هم پر ځان باور پيدا کولای سي، پر خپل ځان باور کولو سره د نفس عزت راځي او په عمل کي نفس ته وقار پيدا کيږي، د ذاتي ترقي په لار کي دا لومړی منزل دی او په کردار کي تر ټولو ښه ښيګڼه ده، ددې څخه پرته اخلاقي سالميت نه سي پيدا کيدلای.

د ژوند زهر څه شي دي؟: د ژوند زهر بيره، مايوس او وهم دی، د ژوند دواء څه شي ده؟ حوصله، قوت او پر خپل ځان باور کول، په جنګ کي اسلحه نه جنګيږي، بلکي په مورچل کي د ناست فوځي زړه جنګيږي، زړه يې هم نه جنګيږي، بلکي په زړه کي يې موجود اعتماد جنګيږي.

پر خپل ځان د باور کولو دښمن: پر خپل ځان باور کولو دښمن نااُميدي يا مايوسي ده، مايوسه انسان د خوشحاليو په هجوم کي د غمونو تسلسلويني، ځکه هغه بيريږي چي دغه خوشحالی يې ډير ژر په غمونو بدليدونکي دي، مايوسي د انسان تر نيمايي زياته وينه کمه وي، مايوسي د انسان تر ټولو لوی دښمن او د الله سبحانه وتعالی عذاب دی، مه مايوسه کيږئ، ځکه نتيجه يې د عمر کموالی دی، مايوسه او د کمزورو زړونو خاوندان پريږدئ، که نه نو تاسو هم د دوی په شان کيدلای سی، د هري ناکامی څخه وروسته کاميابي په لاس درتلای سي، مګر په دې شرط چي د ناکامي څخه وروسته مايوسه نه سئ، ځيني خلک پر خپلو کمزوريو باندي د پردې اچولو لپاره د نورو خلګو د عيبونو او کمزوريو پلټنه کوي، دا کار هغه څوک کوي چي د ځان د اصلاح څخه مايوسه وي، موږ ته نااُميدي او مايوسه کيدل نه دي په کار، ستاسو د مايوسي نمه وار هيڅوک نه دي، بلکي تاسو په خپله ياست، د تاريخي او لويو خلګو په سوانحو کي داسي مثالونه مخته راغلي دي، په کومو کي چي مثبتو خلګو ډيرو ناممکن کارونو ته د ممکن جامه ور اغوستې ده، اُميد، يقين او مثبتي رويې د هغو په ژوند کي بيلا بيل بدلونونه راوستلي دي.

تاسو هم نااُميدي ته ماته ورکولای سی، هغه نااُميدي چي په ټولنه کي يې د ډيرو خلګو ژوند يې تباه کړی دی، د هغې سره د مقابلې کولو لپاره څو شيان په لاندي ډول ذکر کيږي:

(c) ketabton.com: The Digital Library

۱: لومړی کار دا وکړی که هر څومره مشکل وي یا نه وي، مګر په اُمید د اوسیدلو کوښښ یې وکړئ، په شروع کې دا کار آسان نه دی، ځکه چې د ټولو زړو عادتونو ریښې په مځکه کې ډیرې مضبوطې ښخې سوې دي او هغه په آساني سره موږ نه سو رایستلای، اما که پوره کوښښ وکړو او د سستي څخه کار وا نه خلو بیا یې ضرور رایستلای سو، په زرګونو خلګو داسې کړې دي، موږ او تاسو یې هم کولای سی، په دغه سلسله کې تر ټولو مهمه او ضروري خبره دا ده چې کله غمجن خیالات زموږ پر ذهن باندې تسلط کول وغواړي، موږ باید فوراً هغه په مثبتو خیالاتو باندې بدل کړو، دا په یوه آسانه فارمول باندې کیدلای سي، روح ته د تقویت ورکولو یو څو جملې باید په یاد کړل سي او کله چې پر موږ باندې د غم او د نااُمیدي خیالات راځي او زموږ پر ذهن باندې تسلط کول غواړي، نو په دې وخت کې د په یاد کړل سوو جملو څخه باید کار واخیستل سي.

ډیرو خلګو دا کار آزمایلی او دا یې ویلي دي: د مقدس کتاب قرآن کریم آیتونه، حدیثونه او نوري جملې په داسې حالاتو کې زموږ سره مرسته کولای سي، تاسو هم باید د مقدس کتاب قرآن کریم یو څو آیتونه، یا څو حدیثونه او یا نوري داسې جملې چې روح ته قوت وربخښلای سي په یاد کړئ، ددې کار په شروع کې تاسو ته یو څه کوښښ کول په کار دي، بیا وروسته کرار کرار دا عمل ستاسو عادت جوړیږي، بیا که حالات هر څومره حوصله ماتونکي او مایوسه کوونکي هم وي بیا نو تاسو وارخطا کولای نه سي، ځکه چې په دې وخت کې تاسو په خپل ځان کې دننه پر خپل ځان د باور کولو رڼا پیدا کړه.

۲: کله چې موږ په کوم قسم حالاتو باندې د قابو موندل وغواړو دا کار کولای سو، ځکه چې ډیر خلګ د داسې حالاتو په قابو کولو کې کامیابه سوي دي، او موږ هم کامیاب کیدلای سو، موږ ته د همدغو کامیابو خلګو د کومک حاصلول ضروري دي، یعني موږ باید د هغوی لیکلي کتابونه یا د هغوی د ژوند سوانح ولولو، د مثبتي نظریې په تخلیق کې دغه شان کتابونه ډیر کومک کولای سي. د ډیرو خلګو د کامیاب ژوند راز دا دی: هغوی د نورو کامیابو خلګو لیکلي کتابونه یا د ژوند سوانح لوستلي او یا یې د نورو خلګو څخه د هغوی په حق کې یو څه آوریدلي دي، د هغو په کتابونو کې د هغوی تجربې بیان سوي وي او کله چې موږ دغه تجربې لولو، نو موږ ته هغه معلومي سي چې هغوی د همدغو تجربو څخه کوم قسم فائده پورته کړې ده، موږ هم باید د هغوی په نقش قدم باندې د تللو کوښښ وکړو.

۳: د ژوند متعلق پر اُمید او خود اعتمادي پیدا کولو یوه طریقه دا هم ده چې موږ باید هغه کار وکړو کوم چې زموږ په قبضه کې وي او د هغه د سرته رسولو صلاحیت په موږ کې موجود وي، په کوم کار کې مهارت حاصلول موږ ته دا اعتماد رابخښلای سي او په نورو کارونو

(c) ketabton.com: The Digital Library

کي هم موږ ته په کار راتلای سي، په ځيني وختو کي که موږ څومره نااُميده يو، مګر بيا هم دا ويل صحيح نه دي چي موږ دغه کار نه سو کولای، په داسي حالاتو کي د هغو ټولو مهارتونو په کار اچول په کار دي کوم چي موږ د لاسونو يا د ذهن په کومک سره سرته رسولای سو.

۴: زموږ د نااُميدي يوه لويه وجه دا هم ده چي موږ زياتره وخت په خپل ځان باندي مغروره يو، د خپل بوج د کمولو لپاره بهترينه او آسانه طريقه دا ده چي موږ د نورو بوج کم کړو، د نورو خلګو خدمت ستاسو د ستونزو د کمولو لپاره بهترينه طريقه ده، که موږ دا احساس وکړو چي نور خلګ زموږ څخه څو چنده په زياتو مشکلاتو کي راګير دي، همدغه احساس هم موږ ته تسکين راکولای سي، او زموږ سره په نااُميدي باندي په غلبه کولو کي کومک کولای سي، که چيري موږ د زړه د اخلاصه د نورو خلګو سره کومک وکړو، نو زموږ د ژوند څخه نااُميدي ليری کيدلای سي، او موږ ته يو مضبوط قسم پر ځان باور پيدا کيدلای سي.

پر خپل ځان باور کولو سره موږ د خپل عظمت احساس کوو، موږ د ژوند په ميدان کي د کاميابي حاصلولو لپاره بايد په يوه کار مشغول سو، موږ بايد د مصيبتونو څخه ونه بيريږو، د خطراتو پروا ونه کړو، او موږ په دې يقين وکړو چي د مصيبتونو د تاريکيو تر شا د کاميابۍ ستوري ځليږي، په تاريخ کي ډير داسي شواهد پيدا کيږي چي يوه مفلس کمزوری انسان کله چي هغه په خپلو مټو باندي يقين کړی دی، هغه بيا د حيرانتيا وړ ترقي کړې ده، او د لکونو انسانانو خير خواه جوړ سوی دی، د نارينه د شان سره دا نه ښايي چي هغه دي د حوادثو او خطراتو څخه وبيريږي او د مايوسۍ ښکار دي سي، مشکلات زموږ پټ قوتونه پر جوش راولي او زموږ اصلي جوهر ظاهروي، د همدې وجهې په خاطر بايد موږ د تل لپاره مشکلاتو ته سينه سپر کړو، سستي بايد غوره نه کړو، پر خپل ځان په باور کولو سره باندي تکيه وکړو.

د حق او باطل د فرق لپاره موږ جنګ کولو ته مجبور يو، ځکه د جنګ څخه پرته د بدي ختمول ممکن نه دي، په جنګ کي د غيري متوقع کاميابي او فتحي انحصار زياتر پر خپل ځان په باور کولو باندي وي، د ژوند په جنګ کي د فتحي بيرغ د پورته کولو لپاره که چيري تاسو د خپل دښمن يعني غيري مستقل طبيعت، غفلت، سستي او کم همتي څخه کار واخلی تاسو به هيڅکله پر مخ ولاړ نه سی، موږ او تاسو بايد په زړه او دماغ کي خپل دښمن ته د اوسيدلو اجازه ورنه کړو، هغه انسان به هيڅکله کامياب نه سي، کوم چي د هغه پر دماغ باندي د ناکامۍ شيطان سپور وي، کله چي دي خپل ځان سپک وګڼی، د يوې عهدې د قبلولو څخه وبيريدلې او د خپل بازو په قوت باندي يقين ونه لرې، غيري مستقل مزاج انسان اګر که نيک هم وي اما پر ده باندي باور نه سي کيدلای.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ځکه د ده په حق کي نه سي ویل کیدای چي دی به تر کومه نیک وي او نه دا معلومه ده چي دی به کله دهکه کیږي، ددې خبري هیڅ پروا ونه کړی چي تاسو د غریب مور او پلار اولاده یاست، د یوه لوی کاروبار د چلولو لپاره ستاسو سره پیسې نسته او نه تاسو کوم اعلی تعلیم حاصل کړی دی، مگر ډیر خلگ نه د مالدارو زامن دي، نه پیسې ورسره وي او نه یې کوم تعلیم کړی وو، اما پر خپل ځان د باور کولو د مخي میلیونران سوي دي، او د ډیرو کتابونو مصنفین او لیکوالان سوي دي، تاسو هم کوښښ وکړی او پر دې یقین ولری چي کامیابي ستاسو پیدائشي حق دی.

تاسو هم کامیاب کیدلای سی، یو مشهور ضرب المثل دی چي الله (جل جلاله) د هغه چا مرسته کوي څوک چي د خپل ځان سره په خپله مرسته کوي، او په دې کي هیڅ شک کولو ته کنجایش نه سته، کله چي تاسو د زړه د وسوسو څخه بیریږی، دا معنا چي تاسو پر خپل خدای (جل جلاله) باندي توکل او د خپلو متو په زور باندي یقین نه لری، نو کله چي د خطر او تکلیف نوم واخیستل سي، ستاسو د بدن وینه وچیږي، الله (جل جلاله) عادل ذات دی، هغه مرسته کوونکی دی، مگر که د هغه ذات د ورکړل سوو قوتونو څخه کار واخیستل سي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د شرم کولو څخه ځان وساتئ

د شرم د ختمولو لپاره د تدابیرو د نیولو مخکي باید د هغه وجوهات وپیژندل سي، په دغه سلسله کي مختلفو ماهرینو مختلف وجوهات ذکر کړي دي، چي بعضي یې په لاندي ډول ذکر کیږي:

۱: د بعضي ماهرینو د خیال مطابق شرم د ذهانت او قد په شان یو فطري وصف دی.

۲: د کردار پسند ماهرینو په نزد شرم کول د یوې ناسمي زده کړي د وجهي پیدا کیږي، د هغوی د خیال مطابق ځیني خلګ ددې وجهي شرمیږي چي هغوی د نورو خلګو سره د ناستي او ولاړي آداب نه وي زده.

۳: که چیري والدین د نورو خلګو پر وړاندي د خپلو اولادو توهین وکړی، نو هغه د شرم کولو ښکار کیږي.

۴: بعضي هلکان د کوم جسماني نقص لکه: بد شکلي او یا داسي نورو د وجهي د شرم کولو په تکلیف کي مبتلاء وي.

۵: د شرم کولو لویه وجه پر ځان د کمي احساس کول او پر خپل ځان باور نه کول دي.

۶: په کوچنیوالي کي د ځان نه ساتل هم د شرم کولو سبب دی. ددې مسئلې مهمه وجه دا ده داسي کسان پوهیږي چي نور خلګ یې ملامتوي، دوی تل داسي سوچ کوي چي ناخبره خلګ هم په دوی خبر دي.

۷: موږ ډیر څه د والدینو او د نږدې چاپیریال څخه زده کوو، والدین چي په کوم رنګ وینو په لاشعوري طریقه د هغه د کولو کوښښ کوو، که چیري په والدینو کي یو د شرم کولو ښکار وي، نو اکثره د هغوی اولاد هم ددې مسئلې ښکار کیدلای سي.

د شرم کولو علاج: لکه مخکي مو چي وویل شرم کول د هر انسان لپاره د ناسور حیثیت لري، او د همدې وجهي څخه بیا د هر قسم خوشحالیو څخه محروم وي، د خپلو صلاحیتونو څخه فایده نه سي پورته کولای، د شرم کول د هر انسان په ترقي کي یو لوی خنډ دی، لهذا د دغه خنډ لیري کول په هر صورت په کار دي، که چیري مسئله ډیره سخته وه نو تاسو بیا د نفسیاتو د یو ماهر څخه مرسته وغواړئ او که چیري مسئله سخته نه وه بیا یې تاسو په خپله هم حل کولای سی، د نورو مسئلو په شان د شرم د ختمولو لپاره هم مسلسل هلي ځلي ضروري دي.

د ټولو څخه مخکي تاسو یقین وکړی چي تاسو په خپل شخصیت کي بدلون راوستلای سی، یعني د شرم کولو د مسئلې څخه ځان خلاصولای سی، د دغه یقین څخه وروسته د یوه پروګرام

(c) ketabton.com: The Digital Library

ماتحت کوښښ شروع کړی او دا خبره په ذهن کي وساتی، چي ددې لپاره د کار کول نه بلکي تر دې هم د سخت کار ضرورت دی، په دې کي ناکامي هم راځي، که چيري تاسو کوښښ جاري وساتی او که کومي ناکامۍ منځته راسي هغه عارضي دي او تاسو د همغو ناکاميو څخه هم يو څه زده کولای سی، د ټولو څخه مخکي د هغو مقاصدو تعين وکړی د کومو د حصول په لار کي چي د شرم کول خنډ دی، يعني د کومو حصول چي د شرم کولو مشکل يا ناممکن کړي دي، مثلاً: ته يو ذهين کس يې مګر خپل مشکل چا ته نه سې بيانولای، يا ته يو ډير ښه سياست پوه يې، مګر پر ستيج باندي تقرير نه سې کولای، د دغو ټولو مقاصدو يو فهرست جوړ کړی، کوم چي تر دا مهاله تاسو د شرم کولو د وجهي نه دي حاصل کړي، دغه فهرست روزانه د بيده کيدلو په وخت کي لولی، او د مسئلې تر ختميدلو پوري دا مشق جاري وساتئ.

د شرم د ختمولو لپاره په پورته ذکر سوو مقاصد سربيره لاندي اقدامات هم ضروري دي:- ۱: د مسئلې اصلي لامل معلومول. ۲: د خپل ځان په باره کي فکر بدلول. ۳: په خپل ځان کي د کمی احساس ختمول. ۴: د عزت اضافه کول.

د مسئلې وجه معلومول: د هري مسئلې لپاره ضرور يوه وجه وي، د شرم کولو به هم ضرور کومه وجه وي، يو څو مهمي وجهي درته ذکر کيږي، تاسو د هر څه څخه مخکي د خپل شرم کولو وجه معلومه کړی او د هغې مطابق د شرم ختمولو لپاره يو پروګرام ترتيب کړی، که چيري ستاسو د شرم کولو وجه د ماضي کومه واقعه، يا کوم لاشعوري کشمکش، يا د ځان نه ساتلو احساس وي، نو په دې صورت کي تاسو د نفسياتو د يو ماهر څخه مرسته وغواړی، که چيري وجه کوم جسماني نقص وي، نو تاسو دا نقص قبول کړی، د هغه د بدلولو کوښښ مه کوئ، ځکه چي خلګ ستاسو کردار او شخصيت ته نظر کوي نه ستاسو جسماني نقص ته، په دنيا کي ډير داسي خلګ تير سوي دي چي هغوی ډير جسماني نقصانونه درلودل، مګر هغوی يې کومه پروا نه ده کړې او د خپل کردار په ذريعه يې نړيوال شهرت حاصل کړی.

حضرت بلال (رضي الله عنه) جسماني حسن نه درلود، مګر هر مسلمان د هغه سره محبت کوي، که چيري وجه په خپل ځان کي د کمی احساس وي، نو هغه ختمه کړی او د خپل ځان په عزت کي اضافه والی راولی.

فکر بدلول: موږ هغه رقم يو څنګه چي فکر کوو، زموږ فکر زموږ پر کردار او شخصيت باندي ډير آثرات اچوي، منفي فکر په کردار او شخصيت منفي او مثبت فکر په کردار او شخصيت باندي مثبت آثرات اچوي، لهذا د فکر بدلولو ته ضرورت سته، که چيري تاسو ځانونه شرم کوونکي محسوسوی، تاسو دغه فکر ختم کړی او داسي فکر وکړی چي تاسو شرم کوونکي نه ياست، شرم کوونکي خلګ د نورو خلګو خبري ته ډير آهميت ورکوي، دوی

(c) ketabton.com: The Digital Library

داسي فکر کوي چي نور خلګ دوی ويني، دوی په دې باره کي ډېر فکرمند وي چي بيا به خلګ څه وايي او سره ددې چي حقيقت داسي نه دی، حقيقت دا دی چي د نورو خلګو سره دومره وخت نسته چي هغوی ستاسو په تل يادولو باندي خپل صلاحيت او قيمتي وخت ضايع کړي، دا صرف ستاسو خيال دی، نور خلګ په خپلو مسائلو کي دومره مصروف دي چي هيڅ فرصت نه لري، صرف ستاسو سره فالتو وخت سته چي هر وخت د نورو خلګو د خبرو په لټون کي ياست، د نورو خلګو سره د خپل ځان موازنه مه کوئ، په هر وخت کي ضرور ستاسو څخه بهتر خلګ سته، بلکي د دنيا د هر فرد څخه ضرور بل ښه فرد سته.

لهذا تاسو دا خبره هيره کړی چي بيا به خلګ څه وايي او دا هم هيره کړی چي تاسو شرميدونکي ياست، ډېر شرميدونکي خلګ ددې خبري څخه په بيره کي وي چي دوی به ناکامه سي او يا به کومه غلطي وکړي، د کومي د وجهي چي بيا به دوی د خلګو د خندا اله سي، په دنيا کي هر فرد هيڅکله ناکامه کيدلای نه سي، بلکي کاميابترين خلګ هم هميشه کامياب نه وي، مګر ناکامي هغوی نه پريشانه کوي، بلکي هغوی يو سبق ځيني زده کوي، سر د نن ورځي څخه پخه اراده وکړی چي تاسو به نه بيريږئ او دا فکر هم وکړی چي نور ټول خلګ ستاسو څخه ښه نه دي، داسي فکر هم وکړئ که ستاسو څخه کومه غلطي وسي پر هغه به تاسو پروا نه کوئ، ځکه د انبياء کرامو څخه پرته د هر انسان څخه غلطي کيدلای سي، د غلطي په باره کي بايد ستاسو رويه څه داسي وي، څه وسول چي زه غلط سولم، زه يو انسان يم فرشته خو نه يم، او نه په دنيا کي کوم کامل انسان سته.

د عزت اضافه کول: د نفس عزت او په خپل ځان کي د کمی احساس کول ستاسو سره قيمتي تعلق لري، د نفس په بې عزته کيدلو سره تاسو په خپل ځان کي د کمی احساس کولو ښکار کيږی، د څه په نتيجه کي چي بيا تاسو د شرم کولو په تکليف کي هم مبتلاء سی، نفس ته په عزت ورکولو سره تاسو په خپل ځان کي د کمی احساس کولو څخه نجات پيداکولای سی، لهذا د نفس د بې عزته کيدلو څخه ځان وساتئ او نفس ته د عزت ورکول اختيار کړئ، ددې وجهي څخه به تاسو ته تل خپلي ښيګني در په زړه کيږي، او هميشه به مثبت فکر کوی، تاسو په خپل ځان فخر وکړئ چي تاسو په ټوله نړۍ کي يواځينی شخصيت ياست، مسلمان ياست او بيا د ښه مسلمان کيدلو کوښښ وکړئ، نورو خلګو ته په کار ورسئ، يعني خدمت يې وکړئ، د هغوی سره کومک وکړئ، په دې سره ستاسو د نفس په عزت کي اضافوالی راتلای سي، کوم وخت چي تاسو خلګو ته په کار ورسی، نو هغوی به ستاسو صفت کوي او تاسو به په خپل ځان فخر کوی چي په دې سره به ستاسو د نفس په عزت کي اضافوالی راسي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د خلګو سره ښه تعلقات ولرئ

هر څوک که څومره ذهين او ډير کار کوونکی وي، بيا هم په يوازي سره نه سي کاميابه کيدلای، د لويو کاميابيو لپاره موږ ته د نورو خلګو ضرورت دی، کله چي تاسو يو څه کول غواړی، نو په ښه طريقه سره يې کوی او که تاسو ته يې ښه طريقه نه درمعلوميږي بيا د نورو خلګو څخه د کومک غوښتنه وکړی، ذاتي تعلقات يوه داسي حاصل خيزه مځکه ده چي ټولي کاميابۍ او کامرانۍ ځيني حاصليږي، د خپلو خوبونو د تعبير لپاره تاسو ته د نورو خلګو سره د ښو تعلقاتو جوړولو سخت ضرورت دی، د داسي خلګو سره خپل روابط جوړ کړی، کوم چي تاسو ته ډير خوښ وي، ژوند يوه ټولګه ده، ددې ټولګي ټول دار مدار د دوستانو پر تعداد باندي ولاړ دی، د ښو خلګو سره تعلقات او د دوی سره دوستي کول د ژوند يوه برخه ده، که چيري تاسو د دغه حقيقت څخه سترګي پټي کړی، نو د خپلي ناکامۍ ذمه وار په خپله ياست.

ستاسو د مخلصو دوستانو شمير چي هر څومره زيات وي په هغه اندازه تاسو کامياب ياست، لهذا که تاسو د کامياب ژوند خواهشمند ياست، نو تاسو کامياب خلګ خپل دوستان او ملګري جوړ کړی، که چيري تاسو لويه کاميابي غواړی، نو په خپلو تعلقاتو او اړيکو کي زياتوالی راولی، مګر د نوو تعلقاتو د جوړولو څخه مخکي د خپلو لومړنيو تعلقاتو جائزه واخلی، يوازي کښينی، د خپلو ټولو دوستانو او متعلقينو يو فهرست جوړ کړی، په دغه فهرست کي د هغو خلګو شناخت وکړی کوم چي ناکام دي، په کومو کي چي ايمانداري کمه وي، کوم چي هر وخت تنقيد کوونکي او شکايت کوونکي وي، مايوس، نااُميد، منفي فکر لرونکي وي، د نورو د بدي بيانونکي او په نورو تهمت لګوونکي وي، کوم چي د خپلي ناکامۍ منلو ته تيار نه وي، د وخت قدر نه کوي، وعده نه پوره کوي، دروغجن وي او د مستقل مزاج څښتن نه وي، تر همدې مهاله تاسو هيڅ نه وي ځيني زده کړي، د داسي خلګو څخه سمدستي ځانونه کوښه کړی، مخکي ددې چي تاسو هم د دوی په څير سی تاسو بايد د دوی څخه ليري سی او تعلقات ورسره کم کړی.

د مخته تللو څخه مخکي تاسو د خپل ځان څخه پوښتنه وکړی: زه د کومو خلګو په مينځ کي يم؟ فکر وکړئ چي تاسو د کوم رقم خلګو سره ياست؟ د کوم رقم خلګو سره وخت تيروی؟ تاسو چي د هر رقم خلګو سره اوسيږی هماغسي جوړيږی، کوم خلګ چي منفي سوچ او فکر لري، د هغو سره خپل تعلقات کوم کړئ، د مثبت سوچ او فکر لرونکو او د کاميابو خلګو سره د وخت تيرولو لپاره باقاعده يو پروګرام جوړ کړئ، دوی ته د نږدې کيدو لپاره ډير څه وکړئ.

د ښو تعلقاتو جوړولو اصول:- ۱:- دوستي: هغه کس ناکامه دی چي هيڅ دوست يې نه وي، هر چا ته د ښه دوست سخت ضرورت دی، ښه دوست نه يوازي دا چي ستاسو سره به کومک کوي،

(c) ketabton.com: The Digital Library

بلکي تر تاسو به يې حوصله ډېره وي، د ښه دوست د پيدا کولو يوه طريقه دا ده چې تاسو په خپله د نورو لپاره ښه دوست جوړ سئ، د داسې کامیابو خلګو په لټه کي سئ، کوم چي زيات وخت ستا سره اوسيدلای سي، د هغو څخه پوښتلای سی چي څنګه کامیابه سوې او د کاميابي سبب دي څه وو؟ دا خبره په ذهن کي وساتی چي په دنيا کي هيڅ يو فرد کامل نه دی، هر فرد نه کاملاً ښه دی او نه بيکاره، کامل انسان په موړ کي نسته او تاسو هم نه ياست، کله چي د خپل دوست سره ملاقي کيږی يو څه وخت ضرور د هغه تعريف وکړئ، د خپل ځان پر ځای ډيره توجه هغه ته وکړئ، صرف خبري بايد ونه کړئ، بلکي د ډير محبت اظهار هم وکړئ، بحث او مباحثه مه ورسره کوئ، دلائل مه ورسره واياست، د خپلو دوستانو سره مسلسل رابطه ساتئ، د هغو سره ملاقات کوئ، هغو ته تحفه ورکوئ او ميلمستيا ورته کوئ.

۲:ـ هم نظري: اکثر خلک د داسې خلګو سره نزديکت خوښوي کوم چي ورسره هم فکره وي، ځکه د دوی سره بيا په هره موضوع په آزادانه توګه خبري کولای سي، که يو څوک ستاسو څخه وپوښتي تاسو څه کوی؟ نو تاسو ورته په دوو (۲) جملو کي جواب ورکړی، د تفصيلاتو بيانولو ضرورت نسته، په دې سره په پوښتونکي کي دلچسپي پيدا کيږي، کوم وخت چي تاسو يوازي ياست او د يوې ناستي ټولی سره تيريږی، هغو سلام وراچوی، يعني زه ستاسو سلامتيا غواړم، زه يوازي يم، په تاسو کي څوک نه پيژنم، ستاسو لپاره د سلامتيا غوښتونکی يم، ما ته هم د سلامتيا ډاډ راکړی، په دې سره به نه يوازي دا چي ستاسو خوف به ورک سي، بلکي کيدای سي چي په دې ډله کي مو يو کس مرسته کوونکی هم پيدا سي، د يو چا سره يو ځل ليدنه کافي نه ده، د ليدلو وروسته هم روابط ورسره ساتی، د نورو خلګو څخه يې پوښتنه کوی او سلام هم وراستوی.

۳:ـ ستاينه: د انساني فطرت تقاضا دا ده چي ستاينه يې وسي، هر انسان غواړي چي ستاينه يې وسي، ستاينه تل ربښتنې په کار ده، په هر فرد کي ضرور داسې يو څه سته چي د ستايني وړ وي، د څه په وجه يې چي ستاينه کيدلای سي، کله چي تاسو د يو چا د شخصي قابليت، کارکردګي او کاميابې ستاينه وکړی هغه بالمقابل تاسو ته هم توجه کوي، هر څوک د خپل ځان ستاينه غواړي او دا خوښوي، ستاينه سمدستي په کار ده، داسې نه ده په کار چي ښه کار نن وکړل سي او تاسو يې هفته وروسته ستاينه کوی، ځکه دا رقم ستاينه مؤثره نه وي، د عمل څخه وروسته فوراً ستاينه په کار ده او همدا ډيره مؤثره هم وي.

۴:ـ غوږ نيونه: د هر زړه د کټلو لپاره آسانه طريقه دا ده چي تاسو ښه آوريدونکي جوړ سی، په موږ کي زياتره ښه آوريدونکي نسته، لهذا کوم کس چي خبره درته کوي، نو ته يې په ښه غوږ سره اوره، د هغه څه په باره کي خبري کوی کومو ته چي د نورو خلګو دلچسپي زياته وي، دا خبره ډيره ربښتنې ده چي آوريدونکي تل په کنټرول کي وي، ځکه خو ويل سوي دي: لږ څه

(c) ketabton.com: The Digital Library

وایه ډیر څه اوره، یو چا ډیره ښه خبره کړي وي، سل (۱۰۰) واره یې اوره، زر (۱۰۰۰) ځلي غور کوه او صرف یو ځلي خبر کوه.

د غوږ نیوني څو مهمي طریقې:- ۱: تاسو نورو خلګو ته اول د هغوی د ضروریاتو، خواهشاتو، اُمیدونو او د خوشحالیو په باره کي خبري وکړی، وروسته د هغو خبرو اوریدلو ته تیار سی. ۲: د هر رقم مداخلې څخه پرته په ډیر سکون او زغم سره خبري واوری. ۳: د جواب ورکولو څخه مخکي یو څه توقف وکړی، کله چي ویونکی خبري ختمي کړې، نو (۳) یا (۵) دقیقي وروسته په خبرو پیل وکړی، دا توقف کول څو ګټي لري، یو دا چي که ویونکی نور څه ویل غواړي نو هغه به ووایي او ستاسو د خوا به کومه مداخله نه وي، بل دا چي ددې توقف څخه یو دا معلومیږي چي تاسو د ویونکي خبري په غور آوریدلې او اوس هغه ته د جواب ورکولو لپاره تیاری نیسی، بل دا چي د توقف کولو وروسته چي تاسو کومه خبره کوی داسي ښکاري چي تاسو ته خپله خبره ډیره قیمتي ده. ۴: د ویونکي خبرو او احساساتو ته ډیر آهمیت ورکړی، د هغه خبرو ته په ژبه د هو، صحیح، سمه ده الفاظ وایاست او یا سر ورته ښوروی، کله چي مزاحیه خبره وکړي نو ورسره خاندی. ۵: په سلو کي اتیا (۸۰) فیصده وخت په آوریدلو او شل (۲۰) فیصده په ویلو مصرف کړی. ۶: د ویونکي په سترګو کي سترګي ښخي کړی او خبره یې واوری. ۷: د ویونکي مهمه خبر په ذهن یا پر کاغذ باندي د ځان سره نوټ کړئ. ۸: د خبرو د آوریدلو په وخت کي داسي عمل مه کوئ چي د ویونکي توجه بدله کړي.

۵:- نورو خلګو ته آهمیت ورکړی: د انسان یو لوی خواهش دا دی چي هغه ته آهمیت ورکړل سي، د تعلقاتو په جوړونه کي مهمه خبره دا ده چي یو کس دا محسوسه کړي چي دی مهم دی او ستاسو د خوا آهمیت ورکول کیږي، د نورو خلګو غوښتنه دا ده چي تاسو هغه ومنی او د هغو قابلیت ته آهمیت ورکړی، ځکه چي همدا غوښتنه ستاسو هم ده، کله چي تاسو د کوم کس خبره په غور واوری، نو تاسو هغه ته آهمیت ورکړ، لهذا تاسو د هر چا خبره په ښه غور سره اوری.

۶:- مننه: کله چي تاسو د یو چا څخه مننه وکړی، نو د هغه د خوا تاسو ته آهمیت درکول کیږي او تاسو ورته قابل د قدر ښکاری، د منني لپاره صرف تشکر، مهرباني یا کور مو ودان الفاظ کافي دي، که مو دا وکړل بیا به خلګ لوی لوی نیکۍ درسره کوي، په خاص ډول د خپلو ملګرو او خپلو اولادو چي څومره شکریه اداء کړی، هغومره هغوی خوشحاله کیدلای سي.

۷:- ښه وینا: د ښو تعلقاتو په جوړونه کي ښه وینا ډیره مهمه ده، هر څوک ښه وینا کوونکی خوښوي، د ښې وینا کولو آسانه طریقه دا ده چي تاسو کوم څه وایاست او ډیر څه اوری، د خپل ځان په باره کي ډیر څه مه وایاست، که چیري تاسو د خپلو ځانونو څخه ښه وینا کوونکي جوړوی، نو په خپل ځان کي دننه د نورو خلګو د خبرو آوریدلو صلاحیت پیدا کړی، د وینا کولو پر وخت

(c) ketabton.com: The Digital Library

باید ستاسو لهجه نرمه وي نه سخته، که چیري نور خلګ د خبرو د شروع کولو څخه بیریږي، نو په داسي صورت کي تاسو په خبرو پیل وکړی، مګر کوښښ وکړی چي خبري مو زیاتره د نورو خلګو په هکله وي نه د خپل ځان، که مو په خبرو کي یو څوک در وغورځیدل، نو د هغه صفا مطلب دا دی چي تاسو سمه خبره نه کوی او خپله خبره مو پریږدئ.

د خبرو کولو په وخت کي دا یوه خبره تل په ذهن کي وساتئ، کله چي نور خلګ خبري کوي تاسو ضرور یو څه زده کولای سی، اما کله چي تاسو خبري کوی، نو هیڅ نه سی زده کولای، ځکه چي تاسو پر هغو د پخوا څخه علم لری، د خبرو د کولو څخه مخکي سوچ او فکر کول په کار دي، داسي خبره مه کوئ، چي نورو ته د تکلیف، خجالت، شرمندګي او د پریشانۍ باعث سي، پر چا تنقید مه کوئ، تهمت مه پر لګوئ، خپلي غلطۍ تل منی او د بل چا څخه شکایت مه کوئ، ځکه هیڅوک د شکایت سره دلچسپي نه لري، شاید د هغو مسائل ستاسو څخه هم ډیر وي، د هر چا سره د محبت اظهار کوی، د نورو عزت کوئ، احترام یې کوئ، تاسو ته به هم عزت او احترام درکړل سي، د هیچا سره بحث یا مباحثه مه کوئ، نور خلګ خپلو غلطیو ته اشارتاً متوجه کوئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د انسان په کردار او شخصیت کي ښه او بد عادتونه

د انسان په کردار او شخصیت کي عادتونو لره (۹۹) فیصده دخله حاصله ده، بلکي په عام ډول باندي د عادتونو په آئینه کي د ده د کردار او شخصیت مطالعه هم کیږي، د عمر په اوائلو کي چي کوم عادتونه پیدا سي، هغه د عمر په پاته برخه کي هم ورسره مله وي، زاړه عادتونه دوهم فطرت جوړیږي، د یوه بیکاره عادت د خپلولو څخه هم محاله دوه (۲) نور بې کاره عادتونه پیدا کیږي، د یو چا د علم او شخصیت اندازه د هغه د دوو (۲) خبرو څخه معلومیږي، مګر بې کاره عادتونه تر ډیره وخته نه معلومیږي، خراب عادتونه هم داسي ډیریږي لکه د چیني څخه ویاله، د ویالي څخه نهر او د نهر څخه دریاب، د بدو عادتونو خپلول آسان دي، مګر پریښوول یې بیا ناممکن دي، پر بدو عادتونو غالب کیدل کمال او فضیلت دی.

انسان په اصل کي د عادتونو مجموعه ده، د کامیابي لپاره تاسو ته د یو شمیر عادتونو پریښوول او د یو شمیر نورو پیدا کول ضروري دي، کامیابي په اصل کي د ښو عادتونو نتیجه ده، لکه ناکامي چي د بدو عادتونو نتیجه ده، کامیاب خلګ ښه عادتونه لري او ناکام خلګ د بدو عادتونو ښکار وي، د ښو عادتونو خپلول مشکل دي، مګر د ښو عادتونو سره ژوند کول آسانه دي، برعکس د بدو عادتونو خپلول آسانه دي، مګر د بدو عادتونو سره ژوند کول ډیر مشکل دي، د بې کاره عادتونو د زور او طاقت اندازه هغه وخت کیدلای سي، کله چي یې د پریښوولو کوښښ وکړل سي، که د کوچنیانو ځیني عادتونه په لویانو کي پیدا سي، نو د قطب او ابدال درجه به ورته حاصله سي، مثلا: کوچنیان د خوراک او څیښاک په فکر کي نه وي، کله چي یې تر منځ جنګ پیښ سي، نو په زړونو کي یې بغض او کینه نه وي.

د بدو عادتونو زنځیر په لیدلو کي معمولي تر سترګو کیږي، مګر کرار کرار دومره مظبوط سي، چي په ټوله ژوند کي هم بیا نه سي ماتیدلای، که چیري تاسو د ځان کامیابي غواړی تاسو باید یو څه عادتونه پریږدئ، مثلاً: ناوخته پورته کیدل، سخت کار کول، د کار ځای ته په خپل وخت نه ورتلل، ژر د فیصلې نه کول، غیر مستقل مزاجي او داسي نور... د کامیابي لپاره د دغو عادتونو په عوض کي تاسو ته د ښو عادتونو خپلول ضروري دي، په اکثر کامیابو خلګو کي لاندني عادتونه موجود وي، که تاسو هم خپله کامیابي غواړئ، نو لاندني عادتونه خپل کړی:

۱:ـ ایمانداري: د کامیابي لپاره خصوصاً د مالي کامیابي تر ټولو لویه وجه ایمانداري ده.

د ایمانداري مطلب دا دی چي هیڅکله تاسو د خپلي برخي زیات شی مه آخلی، او هیڅکله هغه شی مه قبلوئ په څه باندي چي تاسو زحمت نه وي کښلی، د بد دیانتي ډیر مثالونه دي، لکه: کوم تول، د ښه اخیستل او د بد ورکول او داسي نور... د بد دیانتي بنیاد درواغ دي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

مؤمن ته هیڅکله دروغ ویل نه دي په کار، نه یوازي دا چي ګناه کبیره ده، بلکي نور ډیر نقصانونه هم لري، په درواغو سره د هر کس ایمانداري تر شک لاندي راځي، که چیري یو کس د ژوند په یوه شعبه کي دروغ ووایي، نو د همدغو درواغو د پټیدو لپاره بیا نور درواغ وایي، مګر په یاد ولری چي درواغ پټ نه سي پاته کیدلای، او کله چي د یو کس درواغ ښکاره سي، نو د هغه هره خبره بیا تر شک لاندي نیول کیږي، بل لوی نقصان دا دی چي د همدغو درواغو د پټیدو لپاره تر دغه ډیر لوی درواغ بیا ویل کیږي.

کوم وخت چي موږ یو څوک دوکه کړو، نو په دې وخت کي ځان هوښیار راته معلومیږي، مګر حقیقت دا دی چي دا هوښیارتوب نه دی. موږ ولي او د څه لپاره دروغ وایو؟ اکثر وخت موږ د خپل ځان د عزت ساتلو لپاره دروغ وایو، مګر موږ په دې نه پوهیږو چي د درواغو د ښکاره کیدلو وروسته به مو بیا څه عزت وي، کوم وخت چي موږ نه غواړو تر څو د کوم کار ذمه واري په غاړه واخلو، نو په دې وخت کي موږ بیا درواغ وایو، د خوښي د لاسته راوړلو لپاره موږ هم دروغ وایو، که چیري په دنیا او آخرت کامیابي غواړی، نو ایمانداره جوړ سئ، دا ډیره ښه خبره ده، دا ستاسو لپاره د کامیابي ډیري دروازې خلاصولای سي.

۲:ـ عاجزي: په ژوند کي د کامیابي لپاره تر ټولو بنیادي شی عاجزي ده، ددې مطلب دا دی چي تاسو ته به پر دې علم وي چي هر څه کولای سی، مګر ددې اظهار به نه کوئ، ځکه په اظهار سره یې بیا په تاسو کي غرور پیدا کیږي، او مغروره خلګ الله سبحانه وتعالی نه خوښوي، عاجزي د هر چا لپاره د ترقي او کامیابي دروازې خلاصوي.

۳:ـ صبر: صبر کول هم د کامیابو خلګو یو مهم ښه والی دی، څومره چي موږ صبر کوو هغومره هر څه زموږ پر خوا راځي، د صبر د کولو څخه دا نه دي مراد چي سترګي پټي کړی، لاس پر لاس کښیږدی او انتظار کوی، بلکي د صبر په وخت کي باید معلومات راټول کړل سي، او لازم تدابیر ونیول سي، که چیري موږ صبر ونه کړو، نو د ناکامۍ سره مخامخ کیدلای سو، هر څوک ژر کامیابي غواړي، مګر کامیابي بیا صبر غواړي، د بې صبرۍ د وجهي څخه غرور، حرص او نوري تیروتني پیښیدلای سي، د انتظار وخت په ښه طریقه سره استعمال کړئ، یو کسب او هنر زده کړئ، په یاد ولری! چي هیڅ یو کار په تلوار سرته نه رسیږي، صبر کوئ، ځکه چي الله سبحانه وتعالی فرمایلي دي: الله (جل جلاله) د صابرانو سره دی.

۴:ـ سخاوت: د قرآن کریم د مطالعه کولو په وخت کي هر انسان ته دوه شیان ډیر مخته راځي:
۱: الله (جل جلاله) شرک نه خوښوي. ۲: الله سبحانه وتعالی په خپله لار کي ورکړه ډیره خوښوي.

حضرت عثمان (رضي الله عنه) صرف د الله سبحانه وتعالی د رضاء لپاره د یهودو څخه څاه واخیستی، د مسلمانانو لپاره یې وقف کړی، نو الله سبحانه وتعالی د هغه په رزق کي ډیر

(c) ketabton.com: The Digital Library

اضافه والی راوستی. ستاسو سره چي هر څه وي هغه نورو ته هم ورکړی، خلګ په هغه کي د ځان سره شریک کړی، دا باید صرف مادي شیان نه وي، بلکي خپل وخت ورکړی، خپل مهارت ورکړی، خندا او خوش طبعي ورکړی، هر څه چي ورکوی باید صرف د الله سبحانه وتعالی د رضاء لپاره یې ورکړی، تاسو ته چي الله سبحانه وتعالی څومره نعمتونه درکړي دي، شاو خوا خلګ په هغو کي درسره شریک کړی او هر څه د معاوضې د غوښتلو پرته ورکړی، که مو د الله سبحانه وتعالی د رضاء لپاره څه ورکړل، الله سبحانه وتعالی به یې لس (۱۰) چنده زیات درکړي، لهذا هر څه چي موږ ورکوو باید د الله سبحانه وتعالی د رضاء لپاره یې ورکړو، او د ورکړي په وخت کي باید موږ خوشحالي محسوسه کړو.

۵:- یقین کول: پر یو چا باندي یقین کول دا په اصل کي پر هغه باندي باور کول دي، داسي چي هغه موږ ته کوم نقصان نه رسوي، په ټولنه کي یوه خبره ډېره مشهوره ده: پر یو چا باور مه کوئ، مګر په ټولنیز ژوند کي پر نورو باور او یقین کول ډېر ضروري دي، ځکه ددې څخه پرته د کامیابۍ سفر نه سي طی کېدلای، لهذا په دغه سلسله کي اولین اصل دا دی که ستاسو سره د کومي ډلي له خوا دوکه وسي، نو په دې کي ستاسو نقصان کوم او د نوموړي ډلي نقصان زیات دی، په داسي صورت کي تاسو باید خپل دغه نقصان ته آهمیت ورنه کړی، که په نورو یقین کوونکي جوړ سی، تاسو خود بخوده د نورو لپاره د یقین او عزت کس جوړیږي او که په نورو یقین ونه کړی، نور هم بیا پر تاسو یقین نه سي کولای.

۶:- بهادري: کامیابي او خطر سره لازم او ملزوم دي، هیڅ مهمه او لویه کامیابي د خطر څخه پرته نه سي تر لاسه کیدای، که چیري تاسو د کومي لوی کامیابي غوښتونکي یاست، نو ستاسو لپاره بهادري لومړی شرط دی، د بیري څخه پرته هیڅ یو فرد نه سي بهادر کیدلای، ځکه بهادري دې ته ویل کیږي چي د بیري باوجود به تاسو عملي اقدام کوی، بهادر جوړ سی مګر بې وقوف او احمق نه، د بې وقوفي او بهادرۍ تر منځ فرق دا دی چي په بهادري کي موږ د حالاتو ښه جائزه اخلو، ځان ته پوره معلومات کوو او بیا د بیري باوجود عملي اقدام کوو، اما په حماقت کي موږ د حالاتو جائزه نه اخلو، هیڅ کومه تیارۍ نه کوو، مګر بیا هم په عملي اقدام لاس پوري کوو، دوهم فرق دا دی چي بې وقوف او احمق ته د خطراتو علم نه وي، برعکس بهادر ته د خطراتو پوره علم وي د هغه وروسته بیا د یو څه کولو فیصله کوي، عموماً خلګ بهادر نه وي، ځکه دوی سوچ او فکر کوي چي حالات ښه نه دي، ددې څخه علاوه د بې عزتي او توهین بیره هم ورسره وي، د ناکامه کیدلو په صورت کي د شرمندګي بیره هم وي، که چیري تاسو کامیابي غواړی، نو ناکامي پر ځان ومنی، د ناکامه کیدلو څخه سبق زده کړی، هغه سبق کوم چي انسان د کتابونو څخه لا نه سي زده کولای.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۷:ـ ثابت قدمي: په ژوند کي هيڅ يوه کاميابي په يوه شپه يا په يوه ورځ کي نه سي تر لاسه کيداى، کاميابي يو سفر دى عموماً يو لوى سفر، ډير خلګ نن سبا په داسي حال کي د کوښښ پريښودونکي دي چي کاميابي ته يو ګز ورنږدې سوي وي، دوى د کاميابي په آخيرو شيبو کي خپل کوښښ پريږدي او د هميشه لپاره بيا ناکامه ګرځي، په دنيا کي لوى انقلاب رحمة للعالمين راوستلاى، چي (۲۳) کاله وخت يې ونيوى، کامياب انسان هيڅکله کوښښ نه پريږدي او چا چي کوښښ پريښود هغه کاميابيدلاى نه سي.

۸:ـ ذمه واري: کامياب خلګ د خپل هر عمل ذمه واري قبلوي، برعکس ناکام خلګ نه يوازي دا چي خپله ذمه واري نه مني، بلکي د خپلو ټولو مسائلو او حالاتو ذمه وار والدين يا دولت بولي، مثلاً دوى وايي: حالات ښه نه دي، والدينو يې ښه تربيت نه دى کړى، د دولت پاليسي ښه نه ده، يعني دوى د خپلو خرابو حالاتو ذمه واري پر دوى وراچوي، دوى د بيري د وجهي ذمه واري نه قبلوي، که چيري موږ د خپلو خرابو حالاتو ذمه واري د نورو پر غاړه وراچوو، نو ددې معنا به دا وي چي همدا خلګ زموږ د تقدير مالکان دي، مګر داسي نه ده، موږ د خپلو خرابو حالاتو ذمه څنګه قبوله کړو؟ د لاندي خبرو په نظر کي لرل ضروري دي:ـ ۱: لومړى قدم دا دى چي موږ پر نورو خلګو د تهمت لګولو څخه ډډه وکړو. ۲: موږ بايد خپله ذمه واري ومنو او غور وکړو چي غلطي په څه کي ده او د هغه وروسته هغه سمه کړو. ۳: موږ بايد هميشه خپله ذمه واري ددې پر ځاى چي په نورو يې ور وتپو په خپله يې قبوله کړو، ځکه د ذمه واري قبلول د کامياب شخص نښه ده.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ښه فیصله کول مو د کامیابی راز دی

موږ روزمره کوچنی او غټې فیصلې کوو، مثلاً: څه به خورو، کوم یو کار به کوو، کومې جامې به اغوندو، اولادونو ته څنګه تربیه ورکړو، او داسې نور... د کامیابو خلګو یوه ښه والی دا دی چې دا خلک فیصله ډیر ژر کوي، مګر ژر یې نه بدلوي او ناکام خلک اول خو فیصله نه سي کولای، که یې وهم کړي چې سهار یې وکړي، نو ماښام یې بیرته پریږدي، د فیصلې نه کولو لویه وجه د غلطې فیصلې کولو بیره ده، په دنیا کې هیڅ یو فرد داسې نسته چې د هغه هره فیصله دې سمه وي، دا هم حماقت دی چې د یوه سړي ټولې فیصلې به سمې وي، که چیري تاسو د غلطې فیصلې د بیرې د وجهې فیصله نه کوی، بیا مو هم یوه داسې فیصله وکړه د کومې د وجهې چې ستاسو په ژوند کې متاثره کیدلای سي، ځکه چې د فیصلې نه کول هم یوه فیصله ده، د غلطې فیصلې کول، د فیصلې د نه کولو څخه ښه ده، که چیري د یوه کس اویا (۷۰) فیصده فیصلې غلطې وي، هغه بیا هم د اوسطې درجې کامیابي حاصلولای سي، د بیرې د وجهې د فیصلې نه کول هم یوه فیصله کول دي، کوم چې تاسو د همیشه لپاره ناکامه کولای سي.

د مؤثرو فیصلو کولو طریقې:- ۱: د موثره فیصلو کولو اولین اصل دا دی چې تاسو به په خپله دنده او کاروبار کې ماهر یاست، تاسو که هر څومره ماهر سی هغومره ژر او د ښې فیصلې کول به درته آسان وي.

۲: په روزمره ژوند کې ډیري فیصلې کوی، په لومړي ځل آسانه، داسې فیصلې کول چې د غلطیانو نقصان یې ډیر نه وي، مثلاً: کومې جامې واغوندی، کتاب، رساله یا اخبار د چا څخه واخلی، د کار کولو ځای ته پر کومه لار او په څه شي کې ولاړ سی، د داسې فیصلو په کولو کې ډیر وخت مه نیسئ، کله چې تاسو ښه تمرین وکړی بیا همدغه صلاحیت خپلو غټو او مهمو فیصلو ته ورنقل کړی، خپلو اولادو ته هم د داسې فیصلو کولو اختیار ورکړی او د کوچینوالي څخه یې آموخته کړئ.

۳: د خپلې مسئلې په باره کې ډیر معلومات حاصل کړی، د ټولو معلوماتو حاصلول مهم نه دي، ځکه چې دا هیڅکله هم نه سي حاصلیدلای، موافق او مخالف دلائل د ځان سره یاداښت کړی، هر کله چې د یوه طرف دلائل زیات سي، بیا نو د فیصلې کول آسان وي، که چیري د دواړو طرفینو دلائل سره برابر وو، بیا مسئله خپل سوچ او فکر ته وسپاری، د بیده کیدلو په وخت کې ښه سوچ او فکر پر وکړی، د شپې یا په سبا ورځ کې تاسو ته یو ښه جواب در پیدا کیدلای سي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۴: د کوم شي په باره کي چي د فیصلې کول وي، هغه پر یوه کاغذ ولیکۍ، د فیصلې فواید، نقصانات، موافق او مخالف دلائل هم ولیکۍ، بیا د فیصلې کولو لپاره وخت معلوم کړی، وخت باید ډیر لیري نه وي، مثلاً: داسي وواياست چي پوره درې (۳) بجې به فیصله کوم، ښه دا ده چي د فیصلې د کولو څخه مخکي لږ بیده سی، کله چي تاسو راپورته سی، نو دماغ به مو تر او تازه وي، عموماً د فیصلې د لیکلو څخه د هغې حقائق واضحه کیږي او د فیصلې د کولو طریقه ځیني راوځي، کله کله فیصلې مه کوئ، ځیني وخت حالات داسي وي چي په هغه کي د فیصلې نه کول په کار دي، په دغو حالاتو کي اکثر غلطي فیصلې کیدلای سي.

۱: په جذباتي حالاتو کي مهمي فیصلې مه کوئ، د پریشاني، فکرمندي، اضطراب او د تشویش په حالت کي هم مهمي فیصلې مه کوئ، په داسي حالاتو کي خپلي فیصلې معطله کوئ. ۲: په ناجوړتیا کي مهمي فیصلې مه کوئ.۳: د سخت انتهایي ضرورت څخه پرته ژر فیصله مه کوئ، د فیصلې د کولو مخکي بیدیږی. ۴: که مو ډیره تنهایي، یا مو ډیر درد محسوسوی بیا هم مهمي فیصلې مه کوئ. ۵: تر څو چي مو د مسئلې ټول اړخونه په ښه طریقه ځان ته نه وي معلوم کړي، بیا هم مهمي فیصلې مه کوئ.۶ : کله چي ستاسو سره کافي معلومات نه وي، بیا هم د مهمو فیصلو کول نه دي په کار.

کله چي موږ د یوې فیصلې کول غواړو، باید تر سبا ورځي یې معطله کړو، یا د راتلونکي لمانځه تر وخته، د لمانځه د اداء کولو وروسته لوی مهربان الله (جل جلاله)ته عاجزي وکړو، دعا وکړو، د دعا څخه وروسته چي مو هر څه اول ذهن ته راسي، باید په هغه عمل وسي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د مشکلاتو او مصبتونو سره مبارزه کول

تقریباً د هري لوی کامیابي لاسته راوړل د مایوسیو، پریشانیو او ستونزو څخه ډکي وي او د هر لوی مقصد په لاره کي احد او حنین ضرور راتلونکي دی، که چیري تاسو په دې پوهیږئ چي لویه کامیابي په آسانۍ سره تر لاسه کیدلای سي، نو بیا تاسو د کامیابي د عمل څخه خبر نه یاست او یا دا چي تاسو کوم لوی مقصد نه لری، د یوې سروې څخه معلومه سوې ده، چي (۷۵) فیصده اعلی انساني کامیابۍ د سختو خرابو حالاتو څخه وروسته تر لاسه سوي دي، هیڅا هم په ښو حالاتو کي کامیابي نه ده تر لاسه کړې، په دنیا کي هیڅ قابل ذکر شی په آساني سره نه تر لاسه کیږي.

د کامیابي لاره هیڅکله هموار نه وي او نه پر دغه لار سفر کول آسان دي، هیڅ یوه کامیابي د ستونزو او مسائلو سره د مخامخ کیدلو پرته نه تر لاسه کیږي، دغه ستونزي او مسائل په اصل کي د کامیابي قیمت دی، مشکلات د کامیابي لپاره د لاري توښه ده، کامیابي یو سفر دی او د هر سفر څه نا څه لګښت وي، د هر سفر لپاره یو قیمت وي، دا قیمت مختلف صورتونه لري، جنت ته د ورتللو څخه مخکي مړه کیدل ضروري دي، هر څوک جنت ته ورتلل خوښوي مګر هیڅوک بیا مړه کیدلو ته تیار نه دي، همدا شان هر څوک د کامیابي غوښتونکی دی، مګر د خپلي آرامګاه څخه دباندي وتلو ته تیار نه دی، یعني د خپل آرام قرباني کولو ته تیار نه دی، کامیابي دنیوي جنت دی، د کامیابي څخه مخکي چي کوم مشکلات او مسائل دي هغه د الله (جل جلاله) د لوري څخه یو امتحان دی، هر څوک چي په دغه امتحان کي سرفرازه سي هغه ضرور کامیابیدلای سي، د ټولي دنیا په تاریخ کي داسي څوک نه تر سترګو کیږي چي د هغه نوم دي روښانه وي او د هیڅ رقم مشکلاتو او مسائلو سره دي نه وي مخامخ سوی، د الله (جل جلاله) دوست او خوږ پیغمبر حضرت محمد (صلی الله علیه وسلم) د څومره مشکلاتو او مسائلو سره مخامخ سو، حتی د خپل کور پریښوولو ته هم مجبور کړل سو.

د مغلیه سلطنت باني ظهیرالدین بابر څلویښت (۴۰) کاله په ځنګلونو او غرونو کي وخت تیر کړ، باالاخر کامیاب سو او د یوه لوی سلطنت بنیاد یې کښیښود، کوم شی چي ستاسو د قبضي څخه ووتی، پر هغه باندي افسوس مه کوئ، دا د کوچنیانو او د بې عقلو عادت دی، هیڅوک د بل چا د غم سمه اندازه نه سي معلومولای، هغه نیک بخته دی، کوم چي د خپل غم اظهار وکړي، ځکه چي په دې سره هغه ته یو څه سکون او تسل حاصلیږي، د غم ښه علاج مصروفیت دی، کوم غم چي تیر سوی دی په هغه پسي د خفه کیدلو مطلب دا دی چي موږ یوه بل نوي غم ته د راتلو دعوت ورکوو، څوک چي پریشان اوسي هغه ته پریشانی پیدا کیږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

غم د ټولو مرضونو دروازه ده، که چیري تاسو یو چا ته خوشحالي نه سی ورکولای، نو غم هم مه ورکوئ، د مشکلاتو او مصیبتونو د وجهي مه خفه کیږئ، ځکه داسي شپه نسته چي وروسته ورپسي سبا نه وي، اکثر باریک او لوی لوی کارونه داسي خلګو کړي کوم چي د مشکلاتو او مصیبتونو ښکار وه، په مصیبت کي وارخطاء کیدل د کمال درجه مصیبت دی، د مصیبت راتلو ته انتظار مه کوئ، که چیري هغه تر تاسو را ورسید بیا په پوره همت د هغه سره پنجه وازمو یاست، اکثره پریشانۍ د عاجزه غوماشي څخه زیات اهمیت نه لري، که د لږ عزم او حوصلي څخه کار واخیستل سي هغه لیري کیږي.

د مشکلاتو او مصیبتونو ګټي:- ۱: مشکلات او مصیبتونه موږ مضبوطه وي، په موږ کي د برداشت قوت پیدا کوي، په موږ کي د همدردۍ جذبات پیدا کوي او په موږ کي پر خپل ځان باور کول پیدا کوي. ۲: د مشکلاتو او مصیبتونو سره مسلسل مقابله کول انسان ماهره کوي. ۳: مشکلات او مصیبتونه په انسان کي د صبر کولو قوت پیدا کوي. ۴: مشکلات او مصیبتونه په انسان کي پختګي پیدا کوي. ۵: مشکلات او مصیبتونه انسان ته د کامیابي په لور حرکت ورکوي.۶: مشکلات او مصیبتونه تاسو ته یو داسي سبق در زده کوي، د څه د وجهي چي ستاسو په علم کي اضافه والی راځي.

یقین وکړی! کله چي تاسو ته کوم مصیبت در پیښ سي، یقیناً هغه د الله سبحانه وتعالی د جانبه څخه دی او د الله (جل جلاله) په ارادې سره نازل سوی دی. په دنیا کي هیڅ یوه سختي او مصیبت بي له د الله سبحانه وتعالی د رضا، معیشت او ارداې څخه بغیر نه رسیږي، کله چي مؤمنان په دې خبره یقین او باور لري، نو نه ښایي چي په هغه باندي خفه او خواشیني سي، بلکي په هر وخت او په هر حال باندي د هغه په فیصلي باندي رضا اوسي.

د مؤمن زړه د الله سبحانه وتعالی سره وابسته وي، کله چي یو آفت پر راسي، نو دی الله سبحانه وتعالی یادوي او په دې پوهیږي چي بې له شکه دغه آفت د الله سبحانه وتعالی د جانب څخه دی او همدا شان ددې خبري ادراک هم کوي، چي بې له شکه د دغه آفت په رسیدلو کي د الله سبحانه وتعالی یو حکمت سته، کوم چي د بشر د کمزوري عقل څخه پټ دی، مګر کله چي پر یوه داسي شخص کوم آفت رانازل سي چي هغه مؤمن نه وي، نو هغه بیا خپل زړه صرف او صرف ظاهري اسبابو ته متوجه کوي او په همدې وخت کي شیطان هم د دغه کس په زړه کي قسم قسم وسوسې وراچوي، مثلاً: که دي فلانی او فلانی کار کړی وای، یا دي فلانی او فلانی کار نه وای کړی، نو دا مصیبت به نه راتلی. لهذا کله چي تاسو ته داسي قسم یقین حاصل وي هر مصیبت چي راځي دا بې له شکه د الله سبحانه وتعالی د جانب څخه دی او د هغه په مشیت او ارادې سره دی، نو به د وسوسو او چورتونو څخه په آمن کي یاست، د الله سبحانه وتعالی په رضا به راضي یاست او نه به کوم قسم بیره محسوسوی.

(c) ketabton.com: The Digital Library

خبردار! کوم مصيبتونه چي پر تاسو نازليږي د هغو څخه هيڅکله هم نه سی ساتل کيدلای.

د ابن الديلمي څخه روايت دی: د تقدير اړوند زما په زړه کي يوه خبره پيدا سوه، د کومي د وجهي چي زما سره دا بيره پيدا سوه، چي دين او نور معاملات مي خراب نه سي، نو ابی بن کعب (رضي الله عنه) ته ورغلم او ورته مي وويل: ای ابوالمنذر! د تقدير اړوند زما په زړه کي يو څه سوالونه پيدا سوي دي، زه بيريږم هسي نه چي په دې سره زما دينداري او معاملات خراب سي، لهذا ددې مسئلې په باره کي يو څه راته ووايه کيدلای سي چي الله سبحانه وتعالی په همدغه ذريعه ما ته فايده ورسوي، نو کعب (رضي الله عنه) راته وويل: که چيري الله سبحانه وتعالی په آسمان او مځکه کي ټول مخلوقات په عذاب کي مبتلا کړي، نو الله سبحانه وتعالی به په ظلم کوونکو کي نه شمارل کيږي او که چيري پر هغوی رحم وکړي، نو د هغه رحمت به د هغوی لپاره د هغوی د اعمالو څخه ښه وي او که چيري ستا سره د احد د غره برابر مال وي، کوم چي ته يې د الله سبحانه وتعالی په لار کي خرڅ کړې، مګر تر څو پوري دي چي په تقدير باندي ايمان نه وي راوړی، نو ستا دغه خرڅ سوی مال قابل قبول نه دی.

خبردار! کوم آفت او مصيبت چي تا ته رسيدونکی دی، هغه راتلونکی نه دی او کوم آفت او مصيبت چي پر تا راتلونکی نه دی هغه تا ته رسيدونکی نه دی او که چيري ته په تقدير باندي د عقيدې لرلو څخه پرته مړ سوې، نو به دوږخ ته ځي او پر تا کوم حرج نسته، چي زما ورور عبدالله بن مسعود (رضي الله عنه)ته ورسې او د همدې مسئلې اړوند ځيني پوښتنه وکړې.

بيا زه حضرت عبدالله ابن مسعود (رضي الله عنه) ته ورغلم، ددې مسئلې په هکله مي ځيني وپوښتل: هغه هم هغه جواب راکړ: کوم چي ابی ابن کعب (رضي الله عنه) راکړی وو، حضرت عبدالله ابن مسعود (رضي الله عنه)راته وويل: که چيري ته حذيفه (رضي الله عنه) ته ددې مسئلې پوښتلو لپاره ورسې، نو په دې کي هم کوم حرج نسته، نو زه حذيفه (رضي الله عنه) ته ورغلم او د مسئلې په هکله کي مي ځيني وپوښتل، هغه هم هغه جواب راکړ: کوم چي ابی ابن کعب (رضي الله عنه) او عبدالله ابن مسعود (رضي الله عنه) راکړی وو، د زيات تصديق لپاره حضرت زيد بن ثابت (رضي الله عنه)ورغلم او د مسئلې په هکله مي ځيني وپوښتل، نو هغه راته وويل: ما د رسول الله (صلی الله عليه وسلم) څخه اوريدلي چي فرمايل يې دي: کوم مصيبتونه چي تاسو ته رسيږي تاسو داسي سوچ ونه کړی چي هغه به واپس سي او مه داسي خبري کوی چي که مي فلانی کار کړی وای، نو به دا مصيبت او تکليف نه راته رسيدی، ځکه کوم مصيبت چي درته رسيږي د هغه واپس کيدل ممکن نه دي.

لهذا د داسي خبرو کول که مي فلانی کار کړی وای، نو دا مصيبت نه راته رسيدی، دا صرف وهمونه او خيالات دي کوم چي هيڅ آثر نه لري، تاسو ټول خيالات پريږدی او داسي مه واياست: که مي دغه کار کړی وای، نو به د دغه مصيبت سره نه مخامخ کيدم، يا که مي دغه

(c) ketabton.com: The Digital Library

کار نه وای کړی، نو به نه مخامخ کیدلم، ځکه چي دغه ټول غلط فکرونه دي او نه ستاسو په وس کي سته، چي د هغه څه څخه ځان وساتی، کوم چي ستاسو په مقدر کي دی او دا هم ممکن نه دي چي د الله سبحانه وتعالی تقدیر ستاسو څخه واپس سي. په ژبه سره د ایمان دعوه کول دومره آسانه نه ده، هر څوک چي د ایمان دعوه کوي، نو امتحان او ابتلاء ته دي هم تیار سي.

د مخکنیو انبیاؤو او تابعانو څخه ډیر سخت او لوی امتحان اخیستل سوی دی، په صحیح بخاري شریف کي راغلی دي: صحابه کرامو د رسول الله (صلي الله علیه وسلم) په خدمت کي عرض وکړ: یا رسول الله (صلي الله علیه وسلم)! زموږ لپاره د الله سبحانه وتعالی د درباره مرسته وغواړه او دعا وکړه، دا هغه زمانه وه، چي د مکې معظمې مشرکینو پر مسلمانانو ډیر ظلمونه او تیري کول، رسول الله (صلي الله علیه وسلم) په جواب کي وویل: پخوا ستاسي به یې یو ژوندئ انسان په مځکه ولاړ ښخاوه، بیا به یې د هغه په سر آره راښکله او د هغه وجود به یې په مابینځ دوې ټوټې کوی، د ځینو نورو د وجود څخه به یې د اوسپني په ږمنځو پوستکي او غوښي تویولې، مګر سره ددې ټولو سختیو دوی یې د دین څخه ونه کرځول.

الله سبحانه وتعالی چي تاسي د جنت اعلی مقاماتو او لوړو درجو ته رسوي، نو آیا تاسي داسي ګڼئ چي همداسي بي له هیڅ مشکل ګاللو څخه آرام هماغه ځای ته ورسیږی، او الله سبحانه وتعالی به ستاسي څخه کومه پوښتنه نه کوي؟ او امتحان به ستاسي څخه نه اخلي؟ داسي خیال مه کوئ، ځکه چي لوړو ځایونو ته هغه خلګ رسیدلای سي، کوم چي د الله سبحانه وتعالی په لاره کي هر ډول مصائب پر ځان ومني، مشکلات وګالي او د ځان جارولو او مصاعبو لپاره تل تیار ولاړ وي، ای مسلمانانو! تاسي هم د دنیوي تکالیفو او د دښمنانو د غلبې څخه مه بیریږئ، صبر او تحمل وکړئ او ثابت قدم واوسئ. لهذا کله چي تاسو ته په یقیني ډول معلومه سي چي آزمایینت ضروري دی، ستاسو او د نورو مؤمنانو په آزمایینت کي مبتلا کیدل سنت جاریه دي، نو تاسو آزمایښت آسانه محسوس کړی او تاسو په دې خبره باندې ښه پوه سی چي یقیناً تاسو لوی اجر او خیر وګټی، کله چي تاسو د ایمان او د دعوت په لاره کي د آزمایښت سره مخامخ سی او په آزمایښت کي مبتلا سی.

پوه سی! کوم مصیبت چي تاسو ته رسیږي یقیناً هغه ستاسو په تقدیر کي لیکل سوی وي، تاسو په هغه مصیبت باندي ولی غمجن کیږی، کوم چي تاسو ته ورسیږي؟ سره ددې چي بیله شکه هغه مصیبت ستاسو په تقدیر کي لیکل سوی وي او هغه تقدیر د آسمان او مځکي د تخلیق څخه هم مخکي لیکل سوی دی. په دنیا او ټوله نړۍ کي هغه عمومي آفتونه لکه: قحطي، زلزله، وبا او داسي نور... چي راځي او هغه غمونه او آفتونه لکه: رنځ، درد، ناروغي او داسي نور... کوم چي په ځینو سړیو کي لیدل کیږي، دا ټول د الله سبحانه وتعالی په علم قدیم کي سته او فیصله

(c) ketabton.com: The Digital Library

يې صادره سوې ده، په لوح محفوظ کي ليکل سوي دي، چي د هغه سره سم دا ټولي پيښي واقع کيږي او د يوې زرې په اندازه هم په هغه کښي څه شی نه لږ او نه ډيريږي. يعني: الله سبحانه وتعالی د هر شي علم په ذاتي ډول سره لري، په زحمت او تکليف يې نه زده کوي، نو بيا هغه ته د علم محيط سره سم د ټولو واقعاتو او حوادثو ليکل پخوا د وقوع څخه په هغه کتاب يعني لوح محفوظ کي آيا کوم مشکل کار دی؟ بلکي ډير ورته آسانه دی.

په دې حقيقت مو ځکه تاسو ته خبر درکړ چي تاسي ښه وپوهيږئ، هغه ښيګڼي کومي چي تاسو لره مقدري دي، هغه به ضرور درته رسيدونکي وي او هغه چي مقدري نه دي هيڅکله په لاس نه درځي، هر هغه شی چي د الله سبحانه وتعالی په قديم علم کي مقرر او ټاکل سوی دی، هغسي کيدونکی دی، نو ځکه که کومه ګټه د چا لاسته ونه رسيږي، ښائي چي په خفه، مضطرب او پريشانه نه سي او هغه څه چي په برخه يې ورسيږي په هغه باندي ځان تريخ او مضطرب نه کړي، بلکي د مصيبت او ناکامي په وخت کي صبر وکړي، د هوسائي او کاميابي په وخت کي شکر او حمد ووايي.

لهذا کله چي تاسو په دې پوه سوای کوم مصيبتونه چي پر تاسو راځي، يقيناً الله سبحان وتعالی هغه ستاسو په حق کي ليکلي دي، نو د داسي عقيدې خاوندان بيا ولي مايوسه کيږي؟ سره ددې چي دوی په دې هم پوهيږي چي د مځکي او آسمان د تخليق څخه مخکي د دوی تقدير ليکل سوی، هر څه چي د دوی په مقدر کي دي، هغه ضرور پر دوی باندي راتلونکي دي، او کوم شی چي د دوی په مقدر کي نسته هغه هيڅ نقصان نه سي ورسولای.

يو شاعر فرمايي: زه پر خپله کومه ورځ کي د مرګ څخه وتښتم، د هغې ورځي څخه کومه چي زما په مقدر کي نسته، يا د هغې ورځي څخه کومه چي زما په مقدر کي ده، هغه ورځ کومه چي زما په مقدر کي نسته د هغې څخه نه بيريږم او هغه ورځ کومه چي زما په مقدر کي ده د هغې څخه تيښته نجات نه دی.

(c) ketabton.com: The Digital Library

پر الله سبحانه وتعالی توکل وکړئ

دا خبره ضروري نه ده چې هر هغه شی چې تاسي يې خپل ځان ته نافع يا مضر وګڼی، هغه په رښتيا سره هم ستاسي په حق کي هغسي وي، بلکي کيدلای سي چې تاسي يو شی د خپل ځان لپاره بد وګڼی او هغه په واقع کي مفيد وي، يا کوم شی تاسي ښه وګڼی او هغه په حقيقت کي مضر وي، ستاسي په کټه او تاوان، نفع او نقصان باندي يوازي الله سبحانه وتعالی ډير ښه پوهيږي او تاسي نه په پوهيږئ، نو ځکه هر هغه حکم چې الله سبحانه وتعالی يې پر تاسو باندي کوي هغه خامخا حق دی او تاسو يې د زړه له کومي ومنی، لهذا کله چې تاسو خپله معامله الله سبحانه وتعالی ته وسپاری او د الله سبحانه وتعالی په انتخاب باندي راضي سی، نو الله سبحانه وتعالی هم تاسو ته په خپل انتخاب باندي قوت، عزمت او صبر در په برخه کوي.

پس هر چا چي خپلي خپلي معاملې الله سبحانه وتعالی ته وسپارلې، خپل اختيار او تدبير يې پريښود او په دې پوه سو چې الله سبحانه وتعالی په هر شي باندي قادر دی، بيله شکه د ده د تدبير څخه د الله سبحانه وتعالی تدبير ښه دی، بيله شکه الله سبحانه وتعالی په مصلحت باندي د دوی څخه ښه پوهيږي، بيله شکه الله سبحانه وتعالی د بندګانو لپاره د هغوی د نفسونو څخه هم ډير خيرخواه دی او د هغوی سره د ښه سلوک ذات دی، ددې سره سره په دې هم پوه سی چې د الله سبحانه وتعالی د تدبير په مقابل کي يو قدم هم نه سی پورته کولای او نه د الله سبحانه وتعالی د قضاء او تقدير څخه مخته او وروسته کيدلای سی، نو مو خپل نفس او خپلي معاملې الله سبحانه وتعالی وروسپارئ، د خپل نفس او معاملو په باره کي د ناقصه خيالاتو څخه ځانونه وساتی، پر الله سبحانه وتعالی باندي ښه ګمان ولری، او د الله سبحانه وتعالی د رحمت څخه مه ناهيلي کيږئ. تاسو د انبياؤو او رسولانو (عليهم السلام) واقعات، د صحابه کرامو (رضي الله عنهم آجمعين) او د هغوی څخه وروسته د علماؤو او اولياؤو د سيرت مطالعه وکړی، په دې کي هيڅ شک نسته چې د تاريخ او سيرت په مطالعه کي ډيري فايدي او عبرتونه دي، کوم چې په آزمايښتونو کي مبتلا مؤمنانو ته ثابت قدمي او تسلي وربخښي. د پخوانيو اقوامو او رسولانو د واقعاتو د آوريدلو څخه به د رسول الله (صلی الله عليه وسلم) زړه لا زيات آرام او مطمئن کيدی او محمدي اُمت ته داسي حقيقي خبري وربښوول کيږي چې په کښي لوی نصيحت او پند وي، انسان چې کله آوري چې زما نور همجنسه هم په پخوانيو زمانو کي په دغه او هغه جرم سره هلاک سوي دي، نو د هغو څخه د ځان ساتلو په فکر کي کيږي او کله چې ګوري د کومي لاري د غوره کولو څخه هغو لومړنيو اقوامو نجات موندلی دی، نو طبعاً دی هم هماغه لور ته ځغلي، په حقيقت کي په لوی قرآن کريم کي د قيصو برخه دومره مؤثره واقع سوې ده، چې د هغو د آوريدلو څخه هر هغه انسان چې لږ څه د انسانيت بوی په کښي وي او د الله سبحانه وتعالی څخه لږ څه خوف او بيره په زړه کي لري نو هرو مرو متاثره کيږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

الله سبحانه وتعالی غفور او رحیم ذات دی

الله سبحانه وتعالی سره د هغه محیط علم او کامل قدرت سره بیا هم تاسو ته فوراً د بد عملو او شرارتونو سزا نه در کوي، بلکي څه مهال چي د مصائبو او شدائدو په تیارو کي اخته کیږی، او هغه په عاجزی او زاری سره یادوی، پخه وعده کوی، چي ددې مصیبت څخه د وتلو وروسته به بیا هیڅکله شرارت نه کوو او تل به ستا احسان په یاد لرو، نو ډیر ځلي الله سبحانه وتعالی ستا لاس ونیسي، د دغو مهالکو او هر قسم سختیو څخه مو ژغوري، مګر بیا هم تاسي په خپلو وعدو ټینګ نه دریږی، د مصیبت د آزادي څخه وروسته بیا سمدلاسه په بغاوت او یاغیتوب لاس پوري کوی.

حضرت ایوب (علیه السلام) ته الله سبحانه وتعالی په دنیا کي د هر طرفه آرامي او هوسایي ورکړې وه، مځکه، کښت، مال، مریان، مینځي، صالح اولاد او ښه په زړه پوري ښځه یې ورکړې وه، حضرت ایوب (علیه السلام) د الله سبحلنه وتعالی لوی شکر کوونکی بنده وو، مګر دی الله سبحانه وتعالی په ابتلاء او آزموینه کي واچوی، کښتونه یې وسوځیدل، رمې یې تباه سولې، اولادونه یې مړه سول، ټول دوستان، آشنایان، او خپلوان ځیني جلا سول، د ده پر وجود سختي دانې راوختلې او چینجي یې وکړل، د دغومره مالونو، شتمنیو، نوکرانو، خپلوانو څخه یوازي د ده یوه ښځه ورسره ملګرې پاته وه، بالاخر هغه بیچاره هم ستړې ستومانه او زړه تنګې سوه، مګر حضرت ایوب (علیه السلام) هماغه شان چي په نعمت کي د الله (جل جلاله) شکر کوونکی بنده وو، په زحمت او ابتلاء کي هم صابر پاته سو، کله چي د ده تکلیف، اذیت او د دښمنانو ګوزارونه د حده تیر سوه، بلکي دوستانو هم په داسي ویناوو باندي شروع وکړه! یقیناً ایوب (علیه السلام) د کومي داسي سختي ګناه مرتکب سوی دی، چي د هغې د اثره په داسي سخته بلا اخته دی، نو دلته حضرت ایوب (علیه السلام) لاس په دعاء سو: (أَنِّي مَسَّنِيَ الضُّرُّ وَأَنتَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ). ایوب (علیه السلام) د خپل رب په دربار کي دا سوال وکړ، سم د لاسه د رحمت سیند په جوش او څپو شروع وکړه، الله سبحانه وتعالی ده ته د مړو اولادونو پر ځای یو په دوه اولادونه ورکړل او د مځکي څخه یې چینه راویسته، حضرت ایوب (علیه السلام) د هغې څخه اوبه وڅیښلي او په وهم لمبیدلی سمدلاسه روغ رمټ سو او ټول تکلیفونه یې لیري سول، لنډه دا چي د هر جهته ورته د آرامتیا اسباب برابر سول.

ځیني مفسرین داسي لیکي: هغه مړه اولادونه یې بیرته ورته ژوندي کړل او مثل د هغو لمسي یې چي مړه سوي وه، بیرته ورته راژوندي کړل.

پر حضرت ایوب (علیه السلام) ددې مهرباني کیدلو په اثر ټولو بندګي کوونکو ته لوی پند، نصیحت او یو مهم یادګار پاته سو، هر کله چي پر یو نیک بنده په دنیا کي کومه تنګسه یا مصیبت راسي، ښائي چي د حضرت ایوب (علیه السلام) په شان صبر، استقامت، ثبات او استقلال وښایي

(c) ketabton.com: The Digital Library

او یوازي خپل پروردګار ته دعاء او نداء وکړي، یقیني خبره ده چي الله سبحانه وتعالی به پر ده د قناعت نظر وکړي او یوازي د داسي یوې ابتلاء د لیدلو څخه نه ښایي چي څوک داسي ګمان وکړي، چي البته دغه بنده د الله سبحانه وتعالی په دربار کي مبغوض دی.

انسان ته همیشه ددې آمر احساس په کار دی، چي نیکي هیڅکله نه ضایع کیږي، نیک خویه انسان هیڅکله نه غمجن کیږي، که څه هم په مصیبت کي وي، بدخویه انسان هیڅکله نه سي خوشحالیدای، که څه هم په راحت کي وي. اې انسانه! ښه اعمال وکړه او د نیکیو کولو لپاره خپل عمر غنیمت وګڼه، مخکي تر دې چي واورې فلانی په دې دنیا کي نسته، د نیکو خلګو یو خوی دا هم دی چي خپل دوستان، متعلقین او ملازمین نه رسوا کوي، د ښیګڼو توقع همیشه د ښو خلګو څخه کیږي، که چیري یو شخص تاسو ته د تلکیف رسولو په خاطر ستاسو په لار کي ازغي واچوي، تاسو هغه د لاري څخه لیري کړی، که چیري بالمقابل تاسو هم د هغوی په لاره کي ازغي واچوی، نو دنیا به ټوله ازغي ازغي سي او مشکلات به لا هم ډیر سي، الله سبحانه وتعالی ته د نیږدې کیدلو لپاره د الله سبحانه وتعالی نیکو خلګو ته ورنږدې سی، کله چي یو نیک کار تاسو خوشحاله کړي او یو بد کار مو خفه کړي، نو پوه سی چي تاسو کامل مؤمن یاست.

د نورو سره د نیکي کولو په وخت کي پوه سی چي دا مو د ځان سره نیکي وکړه، نیکي علم دی او بدي جهالت دی، ښه هغه څوک دي کوم چي ښه کارونه کوي، یوه نیک سړي ته ټوله دنیا مورنۍ وطن دی، کوم سړی چي خپله ژوند په نیکو کارونو کي تیره وي، هغه په مثل د ګل لرونکي درختي دی، که نه نو د ازغیو یو بوټی دی، که مطمئن او خوشحاله اوسیدل غواړی، نو ایمانداري اختیار کړی، پر حق قائم خلګ په تعداد کي کم دي، مګر په قدر او منزلت کي تر هر چا زیات دي، که چیري یو سړی په ورځ کي یو ښه مصروفیت ولري، نو په شپه کي ښه خوب کولای سي، همدا شان که یو سړی خپله ژوند په ښو کارونو کي تیره وي، نو ښه مرګ ور په برخه کیدلای سي.

اصلاً د خیر کار دا دی چي د طمعي پرته د نورو مرسته وکړل سي، د نیکي په کولو سره د انسان عمر زیاتیږي، په ښو اعمالو، ښو دوستانو او ښو کتابونو کي د اضافه والي راوستل په کار دي، د هر انسان قیمت د هغه ښه عملونه دي، د نیکو خلګو یو خوی دا هم دی چي هغوی د هغو خلګو احترام هم کوي، کوم چي د دوی په کټه نه وي، په دنیا کي صرف دوه (۲) مذهبه دي، یو نیک او بل بد، تر څو چي یو څوک د خپلو بدخواهانو هم خیرخواه نه سي، تر هغه نیکي کمال ته نه رسیږي.

اې مسلمانانو! په هوش کي راسی او ګناهونه پریږدی، په اخلاص سره نیک عمل او په نیکیو کي د ترقي کولو لپاره مخ پر وړاندي قدم واخلئ، تر څو په دنیا کي عظمت درته حاصل سي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د خوشحاله اوسيدلو اصول او لارې چارې

د الله سبحانه وتعالی په حکم باندې راضي سی، پر الله سبحانه وتعالی باندې اعتماد وکړئ، بس الله سبحانه وتعالی ستاسو لپاره کافي دی. (لاَحَوْلَ وَلاَ قُوَّةَ إِلاَّ بِاللهِ) بار بار لولی، په دې سره سينه خلاصيږي، د حال اصلاح کيږي، بوج کميږي او الله سبحانه وتعالی راضي کيږي، استغفار ډير کوی، په دې سره په روزي کې پراخي، اولاد، علم نافع او آساني تر لاسه کيږي او ګناهونه کميږي، په خپل صورت، صلاحيت، اهل وعيال باندې قناعت وکړی، د سختۍ سره آسانۍ سته او د کرب سره پراخي، يو حالت هميشه نه وي، زمانه بدليږي، الله سبحانه وتعالی چې تاسو ته څه درکړي دي په هغه باندې خوشحاله اوسئ، ځکه مصلحت په څه کي دی؟ تاسو نه پوهيږئ، کله سختي هم د پراخي څخه ښه وي.

کتاب بهترين دوست دی، د هغه سره ناسته اختيار کړی، د علم او معرفت سره د هميشه لپاره دوستي کوئ، د خلاصي فضاء په لور ولاړسئ، ښه باغونه وګورئ، د الله سبحانه وتعالی په مخلوق او د الله سبحانه وتعالی په ايجاداتو کي فکر وکړئ، پياده مزل کوئ، ورزش کوئ، سستي او بې کاري د ځان څخه ليري کړئ، تاريخ مطالعه کړئ، د هغه په عجائبو او غرائبو کي فکر وکړئ، د هغه د قيصو څخه عبرت واخلئ، د غم، خفګان، مايوسي او د حسرت پيدا کوونکي کتابونه مه مطالعه کوئ، په ياد ولری چې د رب کريم د عفوه لمن پراخه ده، هغه توبه قبلوي، بدۍ په نيکيو بدلوي، دين، عقل، روغتيا، غوږونه، سترګي، رزق، اولاد او پر ټولو نعمتونو باندې د الله (جل جلاله) شکر اداء کړی، د قرآن کريم سره ژوند اختيار کړئ، د هغه حفظ، اوريدل او د هغه تلاوت کول د غم او خفګان په ليری کولو کي تر ټولو لويه مجربه نخسه ده، پر الله سبحانه وتعالی باندې توکل کوئ، خپلې معاملې الله سبحانه وتعالی ته وسپارۍ.

په ايمان سره غم، رنځ او فکر ختميدلای سي، ايمان د اهل ايمانو لپاره د سترګو يخوالی او د عبادت کوونکو لپاره تسلي دی، کوم څه چي تير سي هغه تير سوي دي، تير سوی وخت په لاس نه درځي، لهذا د تيرو سوو په باره کي فکر او سوچ مه کوئ، په الهي قضاء باندې راضي اوسی، کومه روزي چي مو په قمست کي وي پر هغې شکر وباسئ، د الله سبحانه وتعالی په ذکر سره زړونو ته اطمنان حاصليږي، د ګناهونو بوج کميږي، علام الغيوب خوشحاله کيږي او پريشانۍ ليري کيږي، د چا شکريه ته انتظار مه کوئ، بس د الله الصمد ثواب کافي دی، د منکرينو انکار او د حسد کوونکو حسد تاسو ته نقصان نه سي رسولای، د سبا په وخت کي د ماښام انتظار مه کوئ، د نن په حدودو کي اوسيږئ او د هغه د اصلاح لپاره پوره کوښښ وکړی، خپل زړونه د حسد څخه پاک کړئ، د هغه څخه بغض او عداوت دباندې وباسئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

په مصیبت سره د الله سبحانه وتعالی او د بنده په مابینځ کي نږدیوالای پیدا کیږي، مصیبت کبر، غرور او فخر د منځه وړي، د خلګو سره مرسته کوئ، هغوی ته د خیر په وړاندي کولو، د مریض په عیادت، فقیر ته په ورکړه او په یتیم باندي په شفقت کولو سره تاسو ته خوشحالي په لاس درځي، پوه سی په تکلیف کي تاسو یوازي نه یاست، د غم او فکر څخه هیڅوک محفوظ نه دي، سخت حالات پر هر چا باندي راځي، یقین وکړی چي دنیا د ابتلاء، آزمایښت، رنځ او د غم ځای دی، نو ددې وجهي دا ټول قبول کړی او د الله سبحانه وتعالی څخه مرسته وغواړی، د بد ګماني او چورتونو څخه ځان وساتی، د فاسدو خیالاتو او بې کاره فکرونو څخه پرهیز وکړئ، کوم خلګ چي ستاسو د مخه تیر سوي دي، د هغوی د قید وبند، عزل ونصب، مصیبت او ابتلاء سره په مخ کیدلو کي سوچ او فکر وکړئ، د سختیو راتلل سترګي او غوږونه خلاصوي، زړه ژوندی کوي، نفس د خواهشاتو بندوي، بنده ذکر ته متوجه کوي او ثواب ګټي.

حادثاتو ته انتظار مه کوئ، د مصیبت توقع مه کوئ، په افواهاتو یقین مه کوئ او تهمت لګوونکو ته غوږ مه نیسئ، د کینه کوونکو، سخت زړو او چغل خورو خلګو سره مه کښینئ، ځکه چي هغوی د روح بخار دی، ستاسو په باره کي که یو څوک بدي خبري کوي، تکلیف هغوی ته رسیږي تاسو ته نه، هر څوک چي ستاسو غیبت کوي، نو هغوی خپلي نیکیاني تاسو ته درکړې او ستاسو بدۍ یې ختم کړې، په سنتو عمل کوئ، په طاعت او عبادت کي د افراط او تفریط څخه کار مه اخلئ، میانه روي اختیار کړئ، سخاوت وکړئ، ځکه چي د سخي انسان سینه خلاصه وي او د لوی زړه څښتن وي، بُخل زړه تنګوي، د خلګو سره په خندا او محبت ملاقي کیږئ، په نرمي خبري ورسره کوی، د تواضع سره راځی هغه به ستاسو احترام کوي.

د بدو په مقابل کي ښه وکړئ، د خلګو سره نرمي اختیار کړئ، دښمنی ختمي کړئ، د دښمن سره صلح وکړئ او په دوستانو کي زیاتوالی راولئ، د سعادت لویه دروازه د والدینو دعا ده، هغه غنیمت وبولئ، ځکه چي د هغوی دعا د هري بدۍ په مقابل کي ډال جوړیږي، ساده ژوند تیروئ، د بخل، اسراف او فضول کارو څخه ځان وساتئ، جسم چي څومره غټیږي روح کمزوری کیږي، په کور، مال، اولاد، په صورت او شکل کي چي څوک ستاسو څخه کښته وي، پر هغوی نظر وکړی، تاسو ته به معلومه سي چي د زرهاوو خلګو څخه پورته یاست، په خلګو او ډلو باندي اعتراضونه مه کوئ، ژبه محفوظه وساتئ، ښې خبري کوئ، ګټور الفاظ وایاست، چا ته نقصان مه رسوئ، په برداشت سره عیبونه دفن کیږي او په برده باري سره خطاوي پټیږي، یو ساعت تنهائي اختیار کړئ، په خپلو امورو کي غور وکړئ، د خپل نفس سره محاسبه وکړئ، د آخرت په باره کي سوچ وکړئ، خپله اصلاح وکړئ، ستاسو ژوند یو ښکلی باغ دی، په دې کي د علماؤو، ادیبانو، حکیمانو او شاعرانو سره تفریح وکړئ، حلال رزق وګټئ، د حرامو څخه ځان وساتئ، خلګو ته د سوال لاس مه اوږده وئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

په خپلو زړونو کې د خلګو سره دښمني، عداوت، بغض او حسد مه ساتئ، ځکه چې دا ستاسو لپاره یو مستقل عذاب جوړیږي، په مجلس کې ښې خبري کوئ، که نه نو چوپ کښینئ، د همنشینو احترام کوئ، د هغوی خبري آوری او د خبرو په منځ کې د هغوی خبر مه پرې کوئ، ایمان لرونکي د دنیوي نعمتونو په ضایع کیدلو نه خپه کیږي، نه کومه خاصه توجه ورته کوي، نه د حادثاتو څخه بیریږي، ځکه چې دنیا حقیره، فاني او د منځه تلونکې ده، د غیر الله عشق پریږدئ، دا د زړه لپاره عذاب دی او د روح لپاره رنځ دی، حرامو ته په کتلو سره غم، رنځ او په زړه کې زخم پیدا کیږي، څوک چې سترګې کښته وساتي، د خپل رب څخه وبیریږي، هغه نیکبخته دی، د حادثاتو په وخت کې د نورو ناخوالو د احتمال توقع وکړی او د هغوی قبلولو ته ځان آماده کړی، په دې سره تاسو ته راحت او آساني پیدا کیږي، د رحمان د رحمت په باره کې فکر وکړئ، چې هغه زانیه یې وبخښله کومې چې سپي ته اوبه ورکړې وې، هغه څوک یې وبخښل چې سل (۱۰۰) قتلونه یې کړي وه، د توبه کوونکو توبه قبلوي، حتی نصرانیانو ته یې هم د توبې دعوت ورکړی.

په معشیت کې میانه روي اختیار کړی، د میانه درجې لباس اغوندی، نه د عیش پسندو او نه د خوارو، په لباس سره ځان مه ممتاز کوئ، د نورو خلګو په څیر اوسی، غصه مه کوئ، د غصې د وجهې مزاج خرابیږي، اخلاق بدلیږي او په تولنه کې بې کارتوب راځي، محبتونه او خپلوی د منځه ځي، په ژوند کې د تازګې راوستلو لپاره کله کله سفر کوی، د نن سبا د کولو څخه ځان وساتئ، ځکه چې دا د ناکامي سبب دئ، د فیصلې په کولو کې د تردد څخه کار مه اخلئ، بلکې د صبر او عزم څخه کار واخلئ او مخ پر وړاندې قدم پورته کړئ، ددې شیانو کفران ګناه ده او ځان ځیني وساتئ، صدقه کوئ ولو که ډیر کم شی وي، ځکه چې په دې سره ګناه ختمیږي، خوشحالي پیدا کیږي، خفګان لیري کیږي او په رزق کې پراخوالی راځي، روغتونونو ته ولاړ سئ چې د روغ صحت قدر وپیژنی، محبس ته ورسئ چې د آزادي قدر وپیژنی، دا هغه نعمتونه دي د کومو د اهمیت څخه چې تاسو خبر نه یاست.

د لوږې څخه وروسته مړښت، د تندې څخه وروسته سیرابیدل، د مرض څخه وروسته صحت، د فقر څخه وروسته مالداري، د غم څخه وروسته خوشحالي د الله سبحانه وتعالی ثابت سنت دي، ناراضه کیږئ مه، کله چې غصه درسي نو چوپ سئ، د شیطان د شر څخه په الله سبحانه وتعالی سره پناه وغواړئ، خپل ځای بدل کړئ، که ناست یاست ودریږئ. د ماضي په باره کې فکر کول حماقت او لیونتوب دی، دا داسې دی، لکه: د قبرونو څخه د مړو رایستل. کوم مصیبت چې راتلونکی دی هغه تلونکی نه دی، کوم چې راتلونکی نه دی هغه رسیدونکی نه دی. په مصیبت باندې د راضي کیدلو پرته بله چاره نسته، په ناخوښو شیانو کې د خوښې د شیانو څخه ډیر خیر وي، ځکه تاسو یې په عواقبو نه پوهیږی.

(c) ketabton.com: The Digital Library

په خپل کور او کار ځای کي د شور څخه پرهيز وکړئ، د نيکبختي يوه علامه سکون او اطمنان دی، نيکبختي يوه داسي درخته ده، د کومي چي ضروري غذا، اوبه، هوا او روښنائي د ايمان بالله او ايمان بالاخرت څخه پيدا کيږي، په مشکلاتو باندي قابو موندل هم د نيکبختي يو علامه ده، ځکه چي د کاميابي د لذت سره هيڅ لذت برابر نه دی، که چيري تاسو د خلګو سره خوشحاله اوسيدل غواړی، نو د هغوی سره داسي سلوک وکړی کوم چي هغوی ستاسو سره يې کوي، د هغوی په تعظيم کي کمي مه کوئ او د هغوی بې عزتي مه کوئ، هر انسان بايد خپل ځان وپيژني، خپل صلاحيتونه وپيژني او هغه په ښه طريقه په کار واچوي، تر څو د کاميابي او کامراني لذتونه تر لاسه کړي، په ښځه او ميړه کي چي يو په غصه سي هغه بل بايد چوپ سي. د يوه او بل کمي برداشت کړئ، ځکه چي هيڅ انسان د غلطی څخه پاک نه دی، څوک چي الله (جل جلاله) مني، د اسلام په دين او په حضرت محمد (صلی الله عليه وسلم) باندي راضي وي، ضرور به الله (جل جلاله) ځيني راضي وي، ځکه چي دا د رضا ارکان دي.

خوراک د يوې ورځي خوشحالي ده، سفر د يوې هفتې، واده د يوې مياشتي، مال د يوه کال او ايمان د ټول عمر خوشحالي ده، د هغو خلګو په باره کي فکر وکړی د کومو سره چي ستاسو محبت وي، کوم چي ستاسو خوښ نه وي د هغوی سره يو ساعت ملګرتيا هم مه کوئ، ځکه هغه ستاسو او ستاسو د فکرونو په تاوان دي، سعادت په نسب، په سرو او سپينو کي نه دی، بلکي په دين، علم، د آدب او ضرورت په تکميل کي دی، غناء، آمن، صحت او دين د سعادت بنياد دی، څوک چي اعتدال غوره کړي هغه نيکبخته کيږي، څوک چي ميانه روي غوره کړي هغه کاميابيږي او څوک چي آساني ته توجه کوي هغه کامران کيږي، کوم وخت چي د ناخوالو سره مخ سی، نو در په ياد کړی چي پخوا درباندي څومره ناخوالي راغلي دي، هلته چي الله سبحانه وتعالی ساتلي ياست دا ځل مو هم ساتلای سي.

ښه دا ده چي هر وخت مو په لاس کي کتاب وي، ځکه چي ډير وخت ضايع کيږي، د وخت د حفاظت او د هغه د ښه استعمال ذريعه کتاب دی، د خپلو دنيوي مقاصدو لپاره يو حد معلوم کړی او هغه ته خپله توجه وکړئ، که نه نو زړه به مو پريشان، سينه به مو تنګه، حالات به مو خراب او ژوند به مو ناسمه وي، که چيري يوه ښځه د دنيا ملکه وي، د ټولي دنيا سندونه ورته حاصل وي، مګر چي ميړه يې نه وي هغه مسکينه ده، تر پور د انتقام څخه، بې کاري د کار څخه، قناعت د مال څخه او صحت د مرض څخه ښه دی. تنهايي د بيکاره ملګري څخه او ښه دوست د تنهايي څخه ښه ده، بد اخلاقي يو عذاب دی، کينه زهر دي، غيبت، رذالت او د نورو خلګو د عيبونو لټول د رسوائي خبره ده. په آمن کي د وچي ډوډۍ خوړل په نا آمنه ښار کي د پلاو د خوړولو ښه دي. هغه خيمه چي پرده ولري د فتنو د محل څخه ښه ده.

(c) ketabton.com: The Digital Library

په مصیبت کي څلور (۴) شیان دي:- ۱: د اجر اُمید. ۲: د صبر ژوند. ۳: ښه ذکر. ۴: د لطف او کرم توقع. د مشرتوب هوس مه کوئ، په مشرتوب کي تکلیفونه وي. د حماقت علامې: د وخت ضایع کول، په توبه کي تاخیر، ځان ته د دښمنانو پیدا کول، د والدینو نافرماني او د رازونو افشا کول. د مؤمن معامله عجیبه ده، د هغه ټول کارونه د خیر دي، دا د هغه خصوصیت دی، چي تکلیف ورته ورسیږي صبر کوي په دې کي خیر دی، چي راحت ورته ورسیږي د هغه شکر اداء کوي په دې کي هم خیر دی. خوش طبعي د خیر کیلي ده، محبت د هغه دروازه، سرور یې باغ، ایمان د هغه نور او آمن یې دیوال. صحتمند پر ډېره داسي خوب کوي، لکه د وریښمو پر بالښت چي یې کوي، وچه ډوډۍ داسي خوري، لکه غوښي او ورجي چي خوري، په جونګړه کي داسي اوسیږي، لکه د کسرا په محل کي چي اوسیږي. اولاد د سروت څخه افضل، صحت د غنا څخه افضل، آمن د مسکن څخه افضل او تجربه د مال څخه قیمتي ده.

څوک چي په خپل کور کي خوشحاله نه وي هغه په بل ځای کي هم نه سي خوشحاله کیدلای او د چا چي په کور کي قدر نه وي د هغه په صحرا کي هم قدر نه وي. چا چي نن ورځ ضایع کړه هغه سبا ورځ هم ضایع کوي. څلور (۴) شیان سعادت پیدا کوي،۱: نفع رسوونکی کتاب. ۲: نیک اولاد.۳: محبت کوونکې ښځه، البته خپله میرمن. ۴: نیک ملګری. ایمان، صحت، آزادي، آمن، ځواني او علم، بس په دې پسي صرف عقلمند کوښښ کوي، مګر دا ټول په ډیرو کمو خلکو کي جمع کیږي. د نن ورځې په خوشحالي خوشحاله اوسه، هغې ته مه ګوره چي تر سبا به باقي وي، ځکه چي د زماني د آفتونو څوک په آمن کي نه دي. په دنیا کي تر ټولو بهترین شی، رینښتنی ایمان، ښه اخلاق، سلیم عقل، صحتمند جسم او پراخه روزي ده، ددې څخه وروسته چي هر څه دي فالتو دی. دوه (۲) نعمتونه پټ دي، د جسم صحت او په وطن کي سکون، دوه (۲) ظاهر دي، په خلکو کي ښه یادونه او نیک اولاد.

آمن تر هر څه نرم فرش دی، عافیت ښه پرده ده، علم لذیذ ترینه غذا ده، محبت د هر څه ښه دواء ده او د حجاب څخه ښه لباس نسته. فاسق، ناروغ، پوره وږی، غمګین، بندي او مجبور نه سي خوشحاله کیدلای. پرون ورځ تیره سوې ده، نن ورځ روانه ده، سبا ورځ راتلوونکې ده، ستاسو لپاره نن ورځ ده دا په طاعت کي تیره کړی. قلم ستاسو ملګری دی، کتاب ستاسو دوست دی، کور ستاسو ملکیت دی، خزانه ستاسو روزي ده. کوم څه چي تیر سوي پر هغو آفسوس مه کوئ. په استغفار سره د زړونو قلف خلاصیږي، پریشانی لیري کیږي، دا د روزي دروازه او د توفیق دروازه ده. شپږ (۶) شیان ډیر ښه او کافي دي: دین، علم، غناء، مروت، عفوه او عافیت. هغه څوک چي د محتاجو آواز آوري او موږ ته د تکلیفونو څخه نجات راکوي؟ هغه الله سبحانه وتعالی دی. د بې فائدې بحث څخه، د چټي خبرو څخه او د نادان دوست څخه لیري اوسئ، ځکه چي دا نقصاني دي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

اې انسانه! شکر ولي نه اداء کوې، د الله سبحانه وتعالی نعمتونه دي ولي هیر کړي دي، تاسو په پښو باندي ګرځی، داسي خلګ سته چي پښې یې قطع سوي دي، تاسو په پښو باندي درېږی، داسي خلګ سته چي پښې یې شلي دي، تاسو خوب کولای سی، داسي خلګ تر اندازې ډېر دي کومو ته چي خوب نه ورځي، تاسو په نس ماړه یاست، داسي خلګ سته چي وږي دي. د ژړا څخه وروسته خندا، د تکلیف څخه وروسته خوشحالي وي، په آزمایښت کي هم انعام وي، دا د الله سبحانه وتعالی سنت او قاعده ده. د سوچ او فکر څخه ځان وساتی، ځکه چي په دې کي زهر دي. عجز مرګ دی او سستي ناکامي. څوک چي اختلاف پرېږدي، د تفاخر څخه ځان وساتئ، د درواغو ځان وساتئ، پر تقدیر راضي سي او حسد پرېږدی، الله سبحانه وتعالی د خپل مخلوق په زړونو کي د هغه لپاره ځای پیدا کوي. علم د تنهایي رفیق دی، د اجنبیت ملګری، د خلوت نګران، د رشد رهبر، په سختیو کي مرسته کوونکی او د مرګ څخه وروسته ذخیره ده. د رنځ، غم، سوچونو او فکرونو سبب د الله سبحانه وتعالی څخه اعراض دی.

په خلګو کي د زیاتو نعمتونو حقدار هغه څوک دی، کوم چي ډېر شکر ګزاره وي. د ډېر محبت حقدار هغه څوک دی کوم چي سخي وي، خلګو ته ضرر نه رسوي او خوش طبعیته وي. راحت د ستوماني څخه، سکون د محنت او مشقت څخه او محبوبیت د آدب څخه تر لاسه کیږي. اولاد د ثروت څخه ډېر ښه دی، اخلاق د منصب څخه ډېر لوړ دي، همت د تجربې څخه لوی دی او تقوا د لویي څخه اهمه ده. راحت په خلوت کي دی، آمن په اطاعت کي دی، محبت په وفا کي دی. د چا چي زوی نافرمان وي، ښځه یې جګړه ماره وي، همسایه یې مضر وي، دوست یې بد اخلاقه وي، نفس اماره یې د خواهشاتو تابع وي، هغه به څنګه خوشحاله سي. ستاسو د رب پر تاسو حق دی، ستاسو د نفس پر تاسو حق دی، ستاسو د ښځو پر تاسو حق دی، ستاسو د میلمه پر تاسو حق دی، لهذا هر حقدار ته خپل حق ورکړئ.

مسلمان هغه څوک دی چي نور مسلمانان یې د لاس او ژبي د ضرر څخه محفوظ وي. د ایمان خاوندان هغه څوک دي چي د مسلمانانو د سر او مال لپاره مامون وي. مهاجر په صحي معنا هغه څوک دی کوم چي د الله سبحانه وتعالی منهیات پرېږدي. که ستاسو سره یو چا حسد نه کوی، ددې معنا دا ده چي په تاسو کي خیر نسته. که مو هیڅ دوست نه وو، ددې مطلب دا دی چي تاسو بد اخلاقه یاست. ډېر غتیدل غفلت دی، ډېر خوب کول د ناکامي علامه ده، ډېره خندا زړه مړ کوي او وسوسه عذاب دی. په ذکر سره رحمن راضي کیږي، انسان سعادت مند او شیطان خوارېږي، غم لیري کیږي او په نیکیو کي اضافه والی راځي. صدق اعتماد دی، درواغ شک دی، حیاء د حفاظت ذریعه ده، علم حجت دی او بیان ښایست دی. په دنیا کي تر ټولو ښه شی د الله سبحانه وتعالی محبت دی، د جنت تر ټولو ښه نعمت د الله سبحانه وتعالی دیدار دی. په مخلوق کي تر ټولو نیک او صالح حضرت محمد (صل الله علیه وسلم) دی.

(c) ketabton.com: The Digital Library

نیکبخت هغه څوک دی چي د ماضي څخه عبرت واخلي، په خپل ګريوان کي سر کښته کړي، د قبر لپاره تياري وکړي، په خپلو پټو او ښکاره کارونو کي د الله سبحانه وتعالی څخه وبيريږي. سلامتي په دوو (۲) شيانو کي ده، د جسم صحت په کم خوراک کي، د زړه صحت په کمه ګناه کي او د وخت صحت دا دی چي د ناراضه ګي څخه ليري اوسئ. په احتياج کي تاسو ته نعمت در په زړه کيږي، په لوږه کي مړښت، په بنديخانه کي د آزادي قدر در معلوميږي او په ناجوړتيا کې د روغتيا. د الله سبحانه وتعالی څخه د روزي غوښتنه وکړئ، خزانې د هغه سره دي، خير د هغه په بيلاکيفه لاس کي دی، هغه ذات سخي الفتاح او العليم دی. الله سبحانه وتعالی چي څومره نعمتونه پر تاسو کړي هغه در په ياد کړی، ته مړ وې ژوندی يې کړې، بې لارې وې ښوونه يې درته وکړه، فقير وې شتمن يې کړې، جاهلا وې عالم يې کړې، کمزورۍ وې، ستا مرسته يې وکړه.

خوش طبيعيته انسان د ماتو زړونو لپاره دواء ده، خوش مزاجه انسان ټوله ورځ کار کوي، مګر کومه ستومانتيا نه محسوسوي او هغه څوک چي زړه يې مړ وي د کوم کار په کولو هم ستومانه کيږي؟ خوش مزاجه انسان هغه دی کوم چي نورو ته خوښي ور وبخښي. خوش مزاجي يوه داسي خوشبويي ده، کومه چي د ليري څخه محسوسيږي. په خوش مزاجي سره د نورو په زړونو کي ځای موندل کيږي. بد مزاجه انسان د خپلو څخه پردی وي او خوش مزاجه پردی راخپلوي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

وخت د ژوند حقیقت دی

چا چي د وخت حقیقت وپیژندی، هغه د ژوند حقیقت وپیژاندی، ځکه وخت د ژوند دوهم نوم دی.

وخت ژوند دی، چي تیر سي بیا نه راځي، د وخت ضایع کول د ژوند ضائع کول دي، د وخت مؤثر استعمال د ژوند لپاره ډیر ضروري دی، که چیري تاسو خپل وخت په مؤثره اندازه استعمال کړی، تاسو به د هغو خلګو د جملې څخه سی، کومو چي خپل وخت په مؤثره اندازه استعمال کړی او کامیاب سوي دي، وخت یوه موقع ده که چیري موږ د خپل ژوند سره مینه کوو، باید وخت د یو قیمتي شي په حیث وپیژنو، موږ باید خپل وخت ته تل متوجه واوسو.

د کامیابو خلګو په ژوند کي د وخت آرزښت: خپل وخت همیشه په ښه طریقه سره استعمال کړی، د ګټونکو او بایلونکو خلګو تر منځ واحد فرق صرف د وخت استعمال دی، په لاندې ډول هغه فرق درته ښوول کیږي، کوم چي د ګټونکو او بایلونکو تر منځ موجود دی.

بایلونکي:- ۱: وخت قتل کوي. ۲: وخت ضائع کوي. ۳: وخت ته کوم آهمیت نه ورکوي.
ګټونکي:- ۱: وخت استعمالوي. ۲: وخت صرف کوي. ۳: وخت ته آهمیت ورکوي.

زموږ سره په هر حال کي ډیر وخت وي، ضرورت ددې خبري دی چي موږ هغه په ښه طریقه سره استعمال کړو، د وخت کموالی کومه مهمه خبره نه ده، زموږ سره ډیر وخت سته، په کوم کي چي موږ هر کار کولای سو، په دې شرط که موږ یې کول وغواړو.

د نن ورځي کار نن وکړی، سبا ورځي ته یې پرې نږدی، که مشکلات هر څومره ډیر وي، بیا هم خپل وخت په مؤثره طریقه سره استعمال کړی، وخت مه ضایع کوئ، ستاسو وخت ستاسو ژوند دی، او ژوند ډیر محدوده دی، نو ځکه باید چي وخت ضائع نه سي، ژوند څه شی دی؟ صرف وخت دی، که چیري موږ یې ضائع کړو، نو ګویا چي موږ ژوند برباد کړی، وخت د چا انتظار نه کوي، هر څوک چي خپل وخت برباد کړي، هغه به تل د خپلو خبرو سره په هر ځای کي برباد ناست وي، د ورځو استعمال زده کړی.

هره ورځ یوه نوی ژوند دی او دا خبره په ذهن کي وساتی، هره نننۍ ورځ د پاته ژوند لومړی ورځ ده، هر څوک چي خپل وخت ضائع کوي، هغوی دا شکایت هم کوي، چي دوی د وخت د کمي ښکار دي، موږ چي چیري تلل وغواړو باید هلته د مقرر وخت څخه یو څه د مخه ورسیږو، دا عادت زموږ څخه یو کامیاب انسان جوړولای سي، د هر کار د کولو لپاره وخت موجود دی، نن ورځ چي کوم کار کولای سی، هغه سبا ته مه پریږدی، ستاسو وخت ستاسو سره د الله (جل جلاله) د طرفه یو امانت دی، لهذا په دیانتداری سره یې استعمال کړی.

(c) ketabton.com: The Digital Library

زیاتره خلګ داسي فکر کوي چي وخت تیریږي، مګر حقیقت دا دی وخت نه بلکي موږ تیریږو، تر ټولو لوی غل هغه څوک دی، کوم چي ستاسو وخت در ضائع کړي، د وخت د ضائع کولو په وخت کي دا په یاد ولری چي وخت تاسو هم ضائع کوي، وخت، هوا او دولت همیشه بدلیدلای سي، عقلمند انسان هغه دی، کوم چي خپل وخت سم استعمال کړي، وخت د دولت په شان دی، چي اسراف په کښي روا نه دی، د وخت پایبندي یوه لویه خبره ده، وخت د لندۍ ختي په شان دی، هر څه چي غواړې هغه ځیني جوړ کړه، وخت داسي مځکه ده، چي د زیار څخه پرته هیڅ نه کوي، که پوره کوښښ وکړی دا مځکه به ضرور ګلان په ځان کي راشنه کړي، که مو همداسي پریښوول، نو د ازغیو به ډکه سي، کوم خلګ چي د وخت قدر نه کوي، هغه هیڅکله هم اعلی مقام ته نه سي رسیدلای، که چیري د خپل ژوند سره مینه کوی، نو د وخت سره مینه وکړئ، وخت یوه قیمتي خزانه ده او دا خزانه ستاسو ټولو سره موجوده ده، د وخت ساتنه صرف ژوندي خلګ کولای سي.

د وخت د ښه استعمال لاري چاري:

۱: د خپلي ورځي لپاره منصوبه جوړه کړی، کامیابه ژوند د کامیابو ورځو تسلسل دی، باید موږ د هري ورځي لپاره منصوبه جوړه کړو، د هري ورځي د سبا په وخت کي باید تاسو یو فهرست جوړ کړی، چي په دغه ورځ به کوم کارونه په کومه طریقه سره کوی، کله چي تاسو داسي وکړی تاسو به حیران سی چي تاسو څومره مؤثر کار کوونکي یاست، په ورځ کي چي مو کوم هدف حاصل کړ په فهرست کي هغه نښاني کړی، د کامیابي احساس زموږ لپاره یو ښه احساس دی.

۲: د خپل ځان سره مو وعده وکړی، په یاد ولری چي انساني ذهن د خاصو شیانو لپاره کار کوي، لهذا د کوم کار کول چي غواړی د هغه لپاره ورځ او وخت معلوم کړئ.

۳: لږ لږ کار کوی، د لوی کار کولو لپاره مؤثره طریقه دا ده: هغه باید لږ لږ وکړل سي، د لوی کار د تر سره کولو لپاره مهم ترین شی هغه ټینګ هوډ دی. ۴: ددې جائزه واخلی، چي په کوم وخت کي تاسو ډیر کار کولای سی، کله چي تاسو ته معلومه سي، چي د ورځي یا د شپې په کوم وخت کي تاسو ډیر کار کولای سی، نو تاسو همدغه وخت په مؤثره طریقه سره استعمال کړی.

د وخت یا ژوند جوړولو لپاره د کائناتو ټول قوتونه زموږ په کار راځي، مګر موږ په دې غلط فهمي کي یو چي تر اوسه خو لا ډیر ژوند پاته دی، او ډیر وخت لا سته، حالانکي د ژوند د وخت په ختمیدلو کي کوم وخت نه مصرفیږي، دا هیچا ته نه ده معلومه چي د ده ژوند به څو ساعته یا څو دقیقې پاته وي، که چیري تاسو پنځویشت (۲۵) کاله وخت تیر کړی وي، نو یو څو دقیقې تاسو پر خپل تیر سوي پنځویشت (۲۵) کاله وخت غور وکړئ، په خپله د پنځویشت (۲۵) کلونو هر څه ستاسي مخته راځي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ددې مطلب دا دی چې راتلونکي پنځویشت (۲۵) کلونه هم همداسي تیریږي، هغه هم د همدې ځخه زیات نه دي، بلکي دا وخت ستاسو مشکلات نور هم ډیر سوي دي، چي د هغو د امله دا ډیر ژر تیریدونکي دي او هره دقیقه تاسو دا احساس کوی چي وخت ډیر کم دی او کوم وخت چي انسان ډیر فرض کړی وي هغه ډیر لږ ثابتیږي، د هدف د ټاکلو ځخه وروسته خپل وخت په دې طریقه سره وساتی، د کال د (۳۶۵) ورځو او د ورځي د (۲۴) ساعتونو په باره کي یو پلان جوړ کړی، په دې کار سره د ساعتونو کار په ساعت کي او د ورځو کار په ورځ کي کولای سی او خپل ډیر وخت ساتلای سی.

د پلان جوړولو په وخت کي دا خبره په پام کي ولری: تاسو باید کوم کار وکړی او د کوم ځای ځخه شروع وکړی، ژر په آساني سره او په کوم وخت کي د کار کولو مختلفي طریقې څه دي، ستاسو سره څومره وسائل او ذرائع موجود دي، که چیري تاسو دا معلومه نه کړی چي په سبا ورځ کي د پنځه (۵) وخته لمانځه کولو او د ډوډۍ خوړولو د وختونو ځخه پرته د ورځي په نورو وختونو کي کوم کارونه باید وکړی، نو ستاسي ډیر وخت ضایع کیدلای سي.

مثلاً: کله چي تاسو سهار وختي را پورته سی او د یوه کار په کولو لاس پوري کړی او د کار په مابینځ کي به در په یاد سي، چي د فلاني سره خو د ملاقات کولو وعده هم سوې وه، نو تاسو کار په مابینځ کي پریږدی او د هغه کس په لور ور روان سی، مګر هغه تاسو ته د انتظار کولو وروسته تللی وي، وګوری د هغه مو هغه وخت هم ضایع کړ په کوم کي چي یې تاسو ته انتظار کاوه، او ستاسو ملاقات هم ونه سو، د تللو راتللو وخت مو هم ضایع سو او هغه لومړی کار مو هم تر سره نه کړ.

ممکن چي هر ورک سوی شی انسان ته بیرته په لاس ورسي، مګر وخت چي کله تیر سي هیڅا ته بیا په لاس نه ورځي، که یو څوک وخت ضایع کړي هغه دي بیا د هغه د راتلو اُمید نه کوي، په همدې بناء وخت د انسان تر ټولو عزیز او نفیس ترین متاع دی، عقلمند خلګ همیشه خپله ورځ داسي تیره وي، لکه یو کنجوس انسان چي خپل مال مصرفوي، ځکه چي هغه د ډیر کم مال په مصرفولو کي هم ډیر فکر کوي، انسان ته خپله ماضي په نن ورځ کي د پرون خبره ښکاري، سره ددې چي انسان ډیر کلونه ژوند کړی وي، داسي ورته ښکاري لکه یوه ورځ چي یې ژوند کړی دی، او د ماضي هر څه یې په همدغه یوه ورځ کي تر سره کړي دي، د ژوند په باره کي د انسان دوهم تصور هغه وخت ظاهریږي، کله چي د حساب لپاره د قیامت په ورځ ودرول سي، یعني د محشر د هولناکو احوالو او حوادثو د لیدلو ځخه به د ټول عمر عیش عشرت، آرامتیا او هوسائي دومره حقیره او لږ په نظر ورځي چي ګواکي په دنیا کي یې د یوه ګړي ځخه زیاته استوګنه نه ده کړې، افسوس به کوي چي ټول عمر مي څومره فضول او بې

(c) ketabton.com: The Digital Library

کاره تیر سوی دی، د هغه ځای د زړه چاودونکو مصائبو د لیدو څخه داسي خیال کوي چي ګواکي په دنیا کي دومره زیات نه دی پاته سوی او دغه بیرونکی وخت یو ناڅاپه را رسیدلی دی، هلته تش یو ساعت یا دوه (۲) ساعته پاته سوی یم او دغه دی سم د لاسه دلته رسیدلی او په دغه مشکلاتو کي اخته سوی یم، د انساني عقل تقاضا دا ده چي هغه دا حقیقت په صحي انداز وپیژني او دا همیشه په نظر کي ولري، د خپلي ماضي، حال او مستقبل په باره کي دانشمندانه رویه اختیار کړي، دا خپل فریب دی چي یو انسان خپل ځان دریدلی وبولي، کله چي زمانه مسلسل تلونکې ده، اسلام یو داسي دین دی کوم چي د وخت قدر او عظمت راپیژني او د زمانې د آهمیت احساس راښیي، د اسلام په نزد د یوه مسلمان د ایمانداري او تقوا علامه دا ده: چي هغه د زمانې او د وخت حقیقت پیژني او د هغوی د غوښتنو سره سم په برابره لار درومي.

که چیري په لومړي ځل د وخت په باره کي فکر وکړی، یعني پلان جوړ کړی چي زه به نن ورځ کوم کوم کارونه کوم، نو په دې سره به ستاسو ډیر وخت وساتل سي، د تکلیفونو څخه به هم ساتل سوي یاست او کار به هم وکړی.

د مسلمان په ژوند کي د وخت آرزښت: الله (جل جلاله) فرمايي: (وَالْعَصْرِ (۱) اِنَّ الْاِنْسَانَ لَفِیْ خُسْرٍ).
ژباړه: قسم دی په زمانې سره بیشکه! انسان خامخا په تاوان کښي دی. (سورت العصر)

یعني: قسم په زمانه باندي چي د انسان عمر هم په کښي داخل دی چي دا عمر د سعادتونو او کمالاتو د ګټلو لپاره یوه لویه پانګه ده او په کښي عجائب او غرائب دي (په اقسامو سره)، یا قسم دی د مازدیګر په مهال باندي چي د دنیوي کارونو او وظیفو د پلوه یو ځان ته آهمیت او مشغولیت لري او د لمانځه اداء یې سخته ده، ځکه چي خلګ په خپلو دنیوي کارونو کي مشغول وي او د دیانت د سببه خورا د لوی فضیلت وخت دی.

بیشکه! انسان خامخا په زیان کي دی، ددې څخه به زیات زیان څه وي چي د واوري خرڅونکي غوندي د هغه تجارت راس المال (چي د هغه عزیز عمر دی) شیبه په شیبه لږیږي، که دوی په دې زورور تګ کي هیڅ یو داسي کار ونه کړي چي هغه یوازي ددې تللی عمر پانګه وبلل سي، یا یې په درد وخوري، بلکي یو ابدي او غیر فاني متاع او د تل لپاره د کار شی وکرځي، که تاریخ ولولي او د خپل ژوندون پر واقعاتو باندي غور وکړي، نو د لږ فکر کولو څخه به دا ور ثابته سي، هغه خلګ چي د خپل وروستي او مستقبل وخت څخه بې پروا پاته کیږي او یوازي په خیالي لذاتو کي خپل وخت تیروي په پای کي ناکام او نامراد بلکي تباه او برباد پاته کیږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

انسان ته ښائي چې د وخت قدر وپيژني او د خپل خواږه عمر شيبې په غفلت، شرارت، لهو لعب او نور عبث شيانو کې خاورې ايرې نه کړي، هغه څوک خوش نصيبه او بختور دى چې دا فاني عمر باقي او دا بې کاره ژوندون د کار وګرځوي او د آخرت لپاره په کښې جدو جهد وکړي، دا خورا ښه وختونه او عمده موقع غنيمت وګڼي، تل د سعادت په لاسته راوړلو او د کمالاتو په تحصيل کې کوښښ وکړي، نو دا خلک هغه کسان دي چې د هغوى ذکر په (إِلاَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ) کې راغلى دى.

وخت زموږ د اعمالو شاهد دى، وخت د الله سبحانه وتعالى په نعمتونو کې يو نعمت دى، وخت د الله سبحانه وتعالى امانت دى، د هغه يوه لحظه ضايع کول مجرمانه خيانت دى، د وخت لحظات په ليدو ليدو کې تيريږي، وخت چا ته تکليف نه رسوي او نه د چا مراعات کوي.

شيخ سعدي صاحب ويلي دي: وخت د دولت په شان دى، په کوم کې چې اسراف صحي نه دى، په ياد ولرئ! که هر څومره دولت وګټى، مګر په وخت کې اضافه والى نه سي راوستلاى.

مولانا رومي (رحمة الله عليه) ويلي دي: وخت موږ ته داسي راځي لکه څوک چې شکل بدل کړي او د تحفي سره موږ ته راسي، که چيري موږ د هغه د تحفي څخه کومه ګټه پورته نه کړو، نو هغه چوپه خوله سره د تحفي زموږ څخه بيرته ولاړ سي.

وخت چې تير سي بيرته يې راتګ ناممکن دى، که چيري دولت د لاسه ووځي وخت د هغه بيا پيدا کولو ته موقع راکوي، مګر که وخت د لاسه ووځي د ټولي دنيا دولت هم هغه بيرته نه سي راکرځولاى، زموږ کاميابي او ناکامي زموږ محرومي او سعادت د وخت د پيژندلو څخه عبارت دى، وخت مخ پر وړاندي درومي او موږ ټولو ته د ځان سره د تلو دعوت راکوي، ددې وجهي د وخت سره د تللو کوښښ کول په کار دي، داسي کول نه دي په کار چې وخت مخ پر وړاندي درومي او موږ شا ته ولاړ پاته يو.

ريښتنى مسلمان د خپل وخت ډير زيات خيال ساتي، د هغه قدر کوي، د هغه سره ددې خبري ډير احساس وي چې وخت د ده د ژوند پيمانه ده، که چيري يې دى د خپلي کوتاهي د وجهي ضايع کړي او د پريشانيو او تکليفونو څخه خبر هم نه وي، نو ګواکي د خپلي غلطي رويې د وجهي يې خپلو پښو ته په خپل لاس زولني ور اچولي دي، انسان لوى خداى (جل جلاله) ته ورتلونکى دى او د آسمان يو ګردش هري ورځي ته د يوه نوي سبا رنګ ورکوي، دا د انساني ژوند يوه داسي مرحله ده په کومه کې چې دريدل نسته.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ځوانان د ټولني ستون فقرات دي

هر ټولنه د ځوانانو يوه ټولکه لري، چي د ټولني ټول اقشار د دوی څخه ځانګړې توقع لري، که چيري د اوسني عصر ځوانانو ته په ژور نظر وکتل سي، نو ممکن چي په مجموع کي داسي يوه فيصله وکړل سي، چي ځوانان په دري ډوله دي:- ۱: پر سمه لاره روان ځوانان. ۲: د سمي لاري څخه کاږه ځوانان. ۳: متحير ځوانان.

پر سمه لار روان ځوانان: دا هغه ځوانان دي چي په لوی خدای (جل جلاله) ايمان لري او دا خپل ايمان ورته محبوب هم وي، په همدغه ايمان قانع وي، په همدغه ايمان کي کاميابي غنيمت بولي او د همدغه ايمان څخه محرومه کيدل ښکاره نقصان بولي. د لوی او واحد خدای (جل جلاله) عبادت کوي، په قول او عمل، په فعل او ترک کي د محمد (صلی الله عليه وسلم) تابعداري کوي، ځکه دوی په دې ايمان لري چي محمد (صلی الله عليه وسلم) د الله رسول او متبوع امام دی. په کامله وجه د خپل طاقت سره سم لمونځ کوي، ځکه دوی په هغو فوائدو او مصالحو دنيوي او آخروي، فردي او اجتماعي باندي ايمان لري کوم چي په لمانځه کي دي. مستحقو خلګو ته کامل پرته د کوم نقصان څخه زکات ورکوي، ځکه دوی په دې ايمان لري چي د زکات په نه ورکولو سره د مسلمانانو د احتياج دروازه تړل کيږي او بل دا چي دا د اسلام د ارکانو څخه پنځم (۵) رکن دی.

د روژې په مياشت کي روژه نيسي، د شهوتونو او لذتونو څخه ځان منعه کوي، هغه که دوبی وي او که ژمی، ځکه دوی په دې ايمان لري چي په دې سره الله سبحانه وتعالی رضاء کيږي، نو د خپل نفس په رضائيت باندي د الله سبحانه وتعالی رضائيت ته اوليت ورکوي. بيت الله ته ورځي او د حج مقدسه فريضه اداء کوي، ځکه دوی د الله سبحانه وتعالی سره مينه لري، د هغه د کور سره مينه لري، د رحمت او مغفرت د ځايونو سره مينه لري، د نورو مسلمانو وروڼو سره په ګډه همدغو ځايونو ته د ورتللو سره مينه لري. واحد او لاشريک خدای (جل جلاله) د خپل ځان، مځکي او آسمانونو خالق بولي او په همدې ايمان لري، ځکه دوی د الله سبحانه وتعالی په قدرتونو کي هغه څه ويني چي د واحد خدای (جل جلاله) په موجوديت باندي دلالت کوي.

د لوی خدای (جل جلاله) پر ملائيکو باندي ايمان لري، د کومو ذکر چي الله سبحانه وتعالی په قرآن کريم کي او رسول الله (صلی الله عليه وسلم) يې په حديثو کي کړی دی، په قرآن کريم او نبوي سنتو کي يې اوصاف، عبادات او هغه اعمال ذکر سوي دي، کوم چي د مخلوق د مصلحت لپاره کوي، چي دا د هغوی په حقيقي وجود باندي قطعي دليل دی. د الله سبحانه وتعالی په هغو کتابونو ايمان لري، کوم چي يې د بشر د هدايت لپاره پر رسولانو (عليهم السلام) را نازل کړي دي، ځکه چي د بشر عقل ته ممکنه نه ده، چي د عباداتو او معاملاتو د مصالحو کامل ادراک

(c) ketabton.com: The Digital Library

وکړي. د الله سبحان وتعالی پر آنبیاؤو او پر هغو رسولانو (علیهم السلام) ایمان لري، کوم چي يې مخلوق ته را لیږلي دي، ددې لپاره چي د خیر طرفته يې وروبولي او د بدو څخه يې منعه کړي، اول الرسول حضرت نوح (علیه السلام) او آخیر الرسول حضرت محمد (صلی الله علیه وسلم) دی.

دا هغه ځوانان دي چي په یوم الجزاء، یوم الحساب، د قیامت په ورځ ایمان لري، په کومه ورځ چي خلګ د مرګ څخه وروسته بیرته را ژوندي کیږي، ددې لپاره چي هر چا ته د خپل عمل جزاء ورکړل سي، که چیري د مخلوق لپاره دغه د جزاء او د حساب ورځ نه وای، نو بیا به ددې دنیا او په دې دنیا کي د ژوند فائده او حکمت څه وای، دا ورځ ددې دنیا لپاره او په دې دنیا کي د ټولو شیانو لپاره د نتیجې ورځ ده، یعني د قیامت ورځ. په (والقدر خیره وشره) ایمان لري او پر دې هم ایمان لري چي هر څه د الله سبحانه وتعالی په ارادې، د هغه په قدرت سره کیږي، په اسبابو او آثارو يې هم ایمان لري او په دې هم ایمان لري چي د سعادت لپاره هم اسباب دي او د شقاوت لپاره هم. خلګ د لوی متعال خدای (جل جلاله) لوري ته په داسي طریقه سره دعوتوي د کوم بیان چي الله سبحانه وتعالی په خپل کتاب قرآن کریم کړی دی.

آمر بالمعروف او نهی عن المنکر کوي، ځکه دوی په دې ایمان لري چي په دې کي د لويو لويو قومونو او د اُمت نیکبختي ده. د منکراتو په منعه کولو کي کوښښ کوي، په هغه طریقه سره کوم چي نبي کریم (صلی الله علیه وسلم) بیان کړې ده. عامو مسلمانانو ته د خیر رسولو سره مینه لري. د مقدس دین او د ښو اخلاقو لرونکي دي، په مستقیمه لاره روان دي، د پراخو سینو لرونکي دي، د پاک نفس خاوندان دي، د پاکو زړونو لرونکي دي، صابرین دي، د مقدس دین اسلام په لار کي د هر قسم مشکلاتو برداشت کوونکي دي، دا هغه ځوک دي چي د خپل عمر یوه لحظه هم نه ضایع کوي، تل په داسي کارونو کي مشغول وي، چي د دوی او د اُمت مسلمه لپاره خیر وي، سره ددې چي دوی د ایمان او اخلاقو ساتونکي دي، اما د هغو خلګو څخه ډیر لیري اوسيږي کوم چي هغوی کافران، ملحدان، فاسقان، ګناه کاران، د ناوړه اخلاقو او بې کاره معاملو درلودونکي دي. اُمت مسلمه په دوی فخر کوي، د دوی څخه دا طمعه کیدلای سي چي په دوی سره د مسلمانانو فاسد سوي احوال اصلاح کیدلای سي. په دنیا او آخرت کي لوړ او کامیاب دي.

د سمي لاري څخه کاږه ځوانان: دا هغه ځوانان دي چي عقیدي يې خرابي وي، په چال چلند کي يې فرق وي، په خپل نفس باندي مغروره وي، په رزائلو کي ډیر ماهره وي، د بل چا څخه هم حق نه قبلوي او په خپله هم ځان د باطلو اعمالو څخه نه منع کوي، د ناوړه اعمالو په تر سره کولو کي ډیر زړه ور وي، لکه دنیا چي د ده لپاره او دی د دنیا لپاره پیدا سوی وي. د حق طرفته هیڅکله نه مائل کیږي او د باطل څخه بیخي نه راګرځي، دوی د الله (جل جلاله) د حقوقو د ضایع کیدلو هیڅ پروا نه کوي او نه د نورو انسانانو د حقوقو څه غم او پروا ور سره وي. دا هغه ځوک

(c) ketabton.com: The Digital Library

دي چې د فکرونو څخه یې انصاف ورک سوی وي، په سلوک او په نورو ټولنیزو تصرفاتو کې دوی انصاف بیخي نه پیژني، هر څه یې چې د خولې څخه ووځي هغه ورته حق ښکاري، دوی ته خپل ځانونه په خپلو ټولو اعمالو کې معصوم ښکاري او حال دا چې دوی سراسر د خپل ځان او د نورو په حق کې ظالمان دي. د داسي خلګو څخه د دین مستقیمه لاره ورکه سوې وي، او په ټولنیز ژوند کې هم د ښو خلګو تقلید ځیني ورک سوی وي، دوی ته خپل بد عمل ښایسته ښکاري او حال دا چې دوی سراسر په تاوان کې دي، په دنیوي ژوند کې یې ټوله سعي عبث ده، او په آخرت کې به هم د پښېمانه خلګو په ټولۍ کې وي، دوی په ځانونو او هم په ټولنه کې پر نورو خلګو ظلم کوونکي دي، دوی په ټولنیز ژوند کې د عزت او کرامت لپاره د سرطان په شان وژونکي دي، چې د مرګ څخه پرته بل کوم علاج نه لري.

متحیر ځوانان: دا هغه ځوک دي چې د حق او باطل تر مابینځ متحیر دي، حق پیژني او په پوره اطمنان سره خپل ټولنیز ژوند کوي، اما کوم وخت چې د شر دروازه د یوې خوا څخه را خلاصه سي، نو یې په عقیده کې شک ورته پیدا سي، په سلوک کې یې تغیر راسي، اعمال یې فاسد سي، په یوه لوی فکري او نفسیاتي رنځ اخته سي، دوی حیران پاته سي، نه پوهیږي چې اوس نو په ورپېښو مسائلو کې کوم حق او کوم یې باطل دی، د همدې تردد په وخت کې سره د ډیري پریشانۍ کله یوې خواته او کله بلې خواته مراجعه کوي. دا رقم خلګ په خپل ژوند کې یوې داسي جاذبې قوې ته محتاج دي چې هغه یې د حق طرفته او د خیر لاري ته راکش کړي او دا د دوی لپاره کوم مشکل کار هم نه دی، مګر که چیري دوی یو د حکمت، علم، د ښه نیت څښتن او یو نیک داعي د ځانو لپاره پیدا کړي، د دا رقم خلګو زیاتره برخه هغه ځوانان تشکیلوي چې د اسلامي زده کړو سره سره یو شمیر نوري هغه بې دینه زده کړي وکړي، چې په اصل حقیقت کې د اسلام سره په ټکر کې وي.

آیا ددې مشکل څخه د دغه شان خلګو لپاره کومه د خلاصون لاره سته؟ هو! دا کار هغو مخلصو علماء کرامو ته چې د قرآن کریم او د سنت په اسرارو پوره علم ولري او هغو پوهانو ته چې د اسلامي تعلیماتو سره مینه ولري او په خپله دغه مینه کې صادق، مخلص او رېښتني وي کوم مشکل کار نه دی، دوی کولای سي چې په ټولنه کې دغه متحیر خلګ قانع کړي او د هغوی د فکرونو څخه هغه ناوړه سوچونه لیري کړي، کومو فکرونو چې د دوی په سرونو کې د یو شمیر غیري اسلامي زده کړو په ملتیا قرار نیولی وي.

د ځوانانو د انحراف اسباب او مشکلات ډیر او په څو رقمه دي، ځکه چې انسان د ځوانۍ په مرحله کې په جسمي، فکري او عقلي لحاظ د یوه لوی انقلاب سره مخامخ کیږي، دغه ځوانۍ ته د رسیدلو په زمانه کې د ځوانانو فکرونه په ډیري تیزۍ سره یوې او بلې خوا ته اوړي او

(c) ketabton.com: The Digital Library

راوړي، په دغه وخت کي د ټولو مهم او ډېر ضروري د ځوانانو لپاره د داسي اسبابو مهيا کول ضروري دي، چي د ځوانانو په نفس کي واک پيدا کړي او د سرکشۍ، نافرمانۍ او بې لاريتوب څخه يې منع او يوې برابري لاري ته يې متوجه کړي، د ځوانانو د انحراف کيدلو مهم عوامل په لاندي ډول دي:

۱:ـ فراغت: فراغت د فکر، عقل او جسمي طاقت لپاره يوه وژونکې وسيله ده، ځکه نفس ته د حرکت او عمل څخه لابدي ده، کله چي يو نفس لره نه عمل وي او نه حرکت، نو د دغه نفس فکر زړيږي، عقل يې سختيږي، حرکت يې کمزورۍ کيږي، چي په دې وخت کي بيا د ده پر زړه د ډيرو ناوړه سوچونو، وسوسو او فکرونو ته د حملي کولو چانس په لاس ورسي، ډير ځله داسي بدي او شريري ارادې ورسره مل سي، نژدې وي چي د انسانيت څخه يې هم وباسي. د دغه مشکل يواځينۍ علاج دا دی: دا رقم ځوانان بايد د يوه داسي کار کولو، لوستلو، تجارت کولو، ليکلو او يا د يوه بل داسي کار چي د ده او د فراغت په مينځ کي حائل سي کوښښ وکړي، تر څو د يوې خوا د دغه ناوړه مرض څخه خلاصون ومومي او د بلي خوا په ټولنه کي د ځان او د نورو خلګو لپاره يو غوره شخص وکرځي.

۲:ـ جفا او ليريوالی: د ځوانانو د انحراف بل مهم سبب هغه د خپل کور، د خپلوانو او د کلي د مشرانو، سپين ږيرو او نيکانو څخه د دوی ليريوالی او همدا شان د دغو نوموړو د خبرو نه منل او د هغو سره جفا کول دي، کله چي يو مشر يو بې لاري ځوان ته د هغه د اصلاح لپاره خبري کوي او نوموړی ځوان د هغه سره جفا کوي، نو بالاخر همدغه مصلح مشر هم د دغه ځوان د اصلاح کولو څخه عاجز او مايوسه سي، ددې جفا په نتيجه کي نه يوازي دا چي مشران پر نوموړو ځوانانو بې اعمتاده او بې باوره سي، بلکي ډير وخت د ټولني ټولو ځوانانو ته يې نسبت وسي او مشران بيا د هغو د اصلاح کمه پروا نه کوي.

د دغه مشکل يواځينۍ علاج دا کيدلای سي: ځوانان د دغه ليريوالي او جفا علاج په خپله وکړي، دوی بايد په دې معتقد سي چي دوی او مشران لکه د يوه جسد په شان دي، که چيري يې يو اندام فاسد سي، نو ټول فاسد کيدلای سي، لکه څرنګه چي مشران د ځوانانو د اصلاح کولو په لار کي خپل مسؤليت پيژني او د همدغه مسؤليت د مخي تل دا هڅي کوي چي د ځوانانو اصلاح وکړي او د هغو آينده ژوند ورته روښانه کړي، بالمقابل پر ځوانانو هم لازمه ده چي د داسي مشرانو اکرام، احترام او د هغو طرف ته ډير متوجه واوسي، د هغو د تجربو څخه هغه څه زده کړي چي تر مخه يې نه دي زده کړي.

۳: د ناوړه خلګو سره ناسته، ولاړه او ملګرتيا کول: د دغو خلګو سره انديوالي د ځوانانو په عقل، فکر او پر سلوک باندي ډير زيات اثر کولای سي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ددې علاج دا دی: ځوانان باید د هغه چا سره صحبت او ملګرتیا وکړي، چي د خیر او اصلاح خاوندان وي او د ډېر ښه فکر درلودونکي وي، دوی باید د هغو سره د ملګرتیا کولو مخکي په خلګو کي د هغوی د حال پوښتنه وکړي او دا پوښتنه وکړي چي هغه په ټولنه کي په کوم څه شهرت لري؟ که چیري هغوی د ښو او نیکو اخلاقو خاوندان وي، په سمه لار روان وي او په ټولنه کي ښه شهرت لري، باید بیا د داسي خلګو سره ملګرتیا، ناسته او ولاړه د ځان لپاره غنیمت وبولي او د هغوی څخه یو څه زده کړه وکړي او که چیري خبره برعکس وي، بیا نه یوازي دا چي د هغوی څخه لیریوالی په کار دی، بلکي د هغوی څخه د ځان ساتنه واجب ده او هیڅکله باید ځوانان د داسي خلګو په ظاهري لباس او په خوږو خبرو دوکه نه سي، ځکه دا بیا د داسي کسانو چل او ګمراهي ده.

۴: د داسي کتابونو، مجلو، رسالو او نورو شیانو لوستل، چي هغه یوه انسان ته د هغه په دین او عقیده کي شک ور اچوي، د داسي شیانو د لوستلو او مطالعه کولو په وخت کي که د ځوانانو سره یوه قوي علمي قوه او تیز فکر نه وي موجود، نو د داسي شیانو لوستل او مطالعه کول ځوانان بیله شکه د رذیلو او کفري اخلاقو طرفته ورکشولای سي، ځکه په داسي حالت کي دوی د حق او باطل، د ضرر او نفع امتیاز نه سي کولای، د دغو شیانو لوستل پر ځوانانو ژوره اغیزه کوي او د هغوی سر د ښنو خوا ته کرځوي، د هغوی عقل او ابدي ژوند د منځه وړي.

د دغه مشکل علاج دا دی: د داسي شیانو د لوستلو څخه باید ډډه وسي او د داسي کتابونو لوستلو ته مخه وسي، چي د هغوی پواسطه د یوه انسان په زړه کي الهي او پیغمبري محبت پیدا کیدلای سي، تر ټولو مهم کتاب هغه کتاب الله دی او د دغه کتاب صحیح تفسیر د اهل العلم لپاره کوم مشکل کار نه دی، همدا شان سنة رسول (صلی الله علیه وسلم) او هغه نور کتابونه چي اهل العلم د دغو دواړو څخه را اخذ کړي دي. اې ځوانانو! د عمل څخه مخکي خپل انجام وسنجوی، مخکي ددې چي موږ د یوه کار په کولو لاس پوري کړو او یا د هغه څخه ځانونه منع کړو، باید د هغه په نتیجه کي فکر وکړل سي، که چیري یې نتیجه ښه، پاکه، د خیر او د نفعي وه، باید چي وکړل سي او که نتیجه یې بده، خبیثه او مضره وه، باید اجتناب ځیني وسي، دا د ځوانانو په شخصیت کي یو حکمت دی، د نتائجو حساب عقلي دی، دا د پوهي او د ښه تصرف دلیل دی، د ضرر او نفع رسونکو شیانو په عاقبت کي فکر کول د منکراتو څخه منع راوستلای سي، یو شراب خور که د شرابو په هغه نتیجه پوهه سي کومه چي د شرابو په نشه باندي مرتبه ده، حتماً به یوه داسي فیصله وکړي چي دا عمل ډیر بد، ناوړه، جرم او تاواني دی، نو پرته ددې چي یو څوک د شرابو د نه څیښلو ورته ووایي، په خپله یې هیڅکله څیښلو ته زړه نه سي ښه کولای.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ستاسو عیبونه ستاسو د ملګري په سترګو کي: څومره ښه ده چي ملګری مو عیبونه درته په ګوته کړي، تاسو د هغه څخه خبر کړي او تاسو بیا خپل ځانونه اصلاح کړی، کوم وخت چي یو ملګری مو ستاسو سره ملاقي سي او تاسو ته ستاسو عیبونه په ګوته کوي دا ښه ده د هغه ملګري څخه چي ستاسو سره ملاقي سي او تاسو ته ستا عیب در په ګوته نه کړي، هر څوک چي تاسو ته ستاسو عیبونه در په ګوته کوي دا ډیر غوره دی، د هغه چا څخه چي تاسي د تحفو او مالونو پواسطه غرقوي، که په ملګري کي مو عیب ولید او ورته په ګوته مو نه کړ، نو تاسو خیانت وکړ.

امام شافعي (رحمة الله علیه) ویلي دي: چا چي خپل ورور ته په پټه وعظ وکړ، نو ده نصیحت ورته وکړ او که یې په ښکاره ورته وکړ، نو ده هغه رسوا کړ.

خپل ملګری په پټه کي ملامت کړه او په ښکاره یې د نورو لپاره ښه معرفي کړه، د خپل ورور د ښو خویونو ساتنه وکړه.

د انسان ژوند د لوړو ژورو ټولګه درې (۳) پړاونه لري: ماشومتوب، ځواني او بوډاتوب. د ماشومتوب، ځوانی او بوډاتوب مختلف پړاونه د انسان د طبیعي ژوند په پروګرام کي د بشپړیدو پریکنده قانون او نه انکاریدونکی الهي سنت دی.

د ځوانی شپې او ورځي د ځلیدو، د ژوند د غوړیدو، د خوشالی، قوت، اُمید، کوښښ او هیجان دوران دی، د هر ملت یوه ډیره ستره پانګه د هغه انساني ځواک دی او د هر ملت تر ټولو مهم انساني ځواک د هغه ځوان نسل دی، چي د ژوند ټولي چاري د همدې نسل په غاړه دي، نن سبا د نویو علمونو پرمختګ او د صنعتي ژوند د امله رامنځته سویو چټکو بدلونونو د ځوان نسل آهمیت زیات کړی دی او ځوانانو په ټولو څانګو کي ستره برخه تر لاسه کړې ده، د ځوانی په رارسیدو سره د ماشومتوب دوران تیریږي، انسان د شخصي مسئولیت چاپیریال ته داخلیږي او د عمومي دندو د ترسره کولو ذمه واري یې په غاړه کیږي، بلوغ او ځوانی ته په ټولو ولسونو او قومونو کي خاصه پاملرنه سوې ده.

د ځوانی آهمیت: د اسلام مبین دین ځوان نسل ته ځانګړې پاملرنه لري، ځوانان یې د مادي او معنوي، رواني او روزنیز، اخلاقي او ټولنیز، دنیاوي او اخروي نظره تر بشپړي خیال ساتني لاندي راوستلي دي، د اسلام قدرمنو اولیاوو ځوان د الله سبحانه وتعالی یو ستر نعمت او د انسان په ژوند کي د نیکمرغی یوه غټه پانګه ګڼلې ده.

حضرت علي (کرم الله وجه) ځواني او سلامتیا دوه (۲) داسي ستر نعمتونه بولي، چي یوازي د نشتوالي په وخت یې آرزښت معلومیږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ځواني د انسان يو قيمتي آرزښت دی، مګر يوازي آرزښت ممکن نه دی، دا بايد هير نه کړو چي ځواني خپله د ژوند يو آرزښت دی او د نورو آرزښتونو په شان په کار دي چي د هغې درجه بندي په نظر کي وساتل سي او د نورو لوړو آرزښتونو پيروي هم وسي، د ځوانۍ د حقيقي آرزښت پيژندل، د هغه ښکلا او بدرنګۍ ته پاملرنه د ځوانانو د نيمکرغۍ اساسي شرط او د هغه د فعال ځواک څخه د سمي ګټي تر لاسه کولو لاره ده، ددې لپاره چي د ځوانانو د حقيقي حد په پيژندنه کي په خطا او غلطه لاره ولاړ نه سو او په خپل بې ځايه قضاوت سره د افراط يا تفريط سره مخ نه سو او د ځوانانو د حقيقي آرزښت په هکله په واقع سره قضاوت وکړو، نو ضروري ده چي په دې مهمه چاره کي الهي تعليمات د خپلي نفي او اثبات معيار وګرځوو او د اسلام د عالي قدره مشرانو د حقيقي لارښوونو څخه ګټه پورته کړو.

ځوانانو ته د رسول الله (صلي الله عليه وسلم) پاملرنه: رسول الله (صلي الله عليه وسلم) په ګڼو مواردو کي مهم کارونه وړ او لايقو ځوانانو ته سپارلي وه، د هغوی ملاتړ يې کوی، په دې هکله دوو (۲) مهمو پيښنو ته اشاره کوم:

۱: د هجرت څخه مخکي مصعب بن عمير (رضي الله عنه) چي د رسول الله (صلي الله عليه وسلم) يو تن صحابي وو، په ځوانۍ کي ډير ښايسته، حياناکه او د لوړ همت خاوند وو، حضرت مصعب بن عمير (رضي الله عنه) د رسول الله (صلي الله عليه وسلم) پر آسماني ويناوو ميئن سو، او بلآخره يې د اسلام مبين دين قبول کړ، د رسول الله (صلي الله عليه وسلم) د دعوت او بلني په را ښرګنديدو سره وروسته د دوی خبري ورو ورو په ټول جزيرة العرب کي خپرې سوې، د مدينې منورې خلګ هم د اسلام د اساس او پروګرامونو څخه خبر سول، يوه ورځ د مدينې منورې څخه د خزرج قبيلې دوه (۲) کسان مکې مکرمې ته راغلل، دوی د رسول الله (صلي الله عليه وسلم) د اغيزمنو خبرو د اوريدو څخه وروسته په ښرګند ډول اسلام قبول کړ، بيا يې د رسول الله (صلي الله عليه وسلم) څخه وغوښتل چي يو کس د خپل استازي په توګه د دوی سره مدينې منورې ته وليږي، تر څو خلګو ته قرآن کريم ور زده کړي او د اسلام دين ته يې دعوت کړي، ښرګنده خبره وه چي که له دغه فرصته په ښه توګه ګټه پورته سي او د رسول الله (صلي الله عليه وسلم) استازی په صحيح او عالمانه توګه د اسلام دين د مدينې منورې خلګو ته معرفي کړي، همدا شان چي هغوی اسلام ومني، نو يوه ستره کاميابي به د مسلمانانو په ګټه کيده، ځکه چي د مکې مکرمې د محدود ماحول په وړاندي د تبليغ او مبارزې لپاره يو مهم مرکز تر لاسه کيده، د اسلام د تعليماتو د خپرولو او د شرک او ظلم د بيخه ايستلو لپاره زمينه برابريدله، پر دې سربيره دا لومړی ځل وو، چي رسول الله (صلي الله عليه وسلم) د مکې مکرمې څخه بهر ته د خپل رسمي استازي د ليږلو فيصله کوله، بيشکه چي دغه استازی بايد د هر اړخه وړ او لايق وي، څو وکړای سي د مدينې

(c) ketabton.com: The Digital Library

منورې د قبیلو تر منځ پراخ اختلافات ختم کړي، د مینې او مهربانۍ چاپیریال رامنځته کړي او د اسلام مقدس تعلیمات داسې تبلیغ کړي، چې د خلکو پر زړونو اثر وکړي، د زړه د اخلاصه ایمان راوړي، رسول الله (صلی الله علیه وسلم) د ټولو زړو او ځوانو مسلمانانو د ډلې څخه حضرت مصعب بن عمیر (رضي الله عنه) د خپل استازي په توګه غوره کړ او هغه یې ددې مهمې دندې د ترسره کولو لپاره مدینې منورې ته ولیږی، حضرت مصعب بن عمیر (رضي الله عنه) چې د رسول الله (صلی الله علیه وسلم) یو ځوان صحابي وو، د ایمان او ځوانۍ په ولولو سره مدینې منورې ته ولاړ او په پوره اخلاص سره یې خپل کار پیل کړ، د هغه ګرمو ویناوو، د قرآن د تلاوت ښایسته غږ، غوره اخلاقو او د اختلافاتو په هوارې کې یې عاقلانه تدبیر خلک سخت تر اغیزې لاندې راوستل او لږه موده نه وه تیره سوې، چې ډیر خلک مسلمانان سول، رسول الله (صلی الله علیه وسلم) پوهیده چې د مدینې منورې په ښار کې سپین ږیري او درانه شخصیتونه ډیر دي او د هغوی لپاره د یو ځوان د حکمونو منل ډیر ګران دي، مګر غوښتل یې چې خپل منونکي په عملي توګه پوه کړي، چې په اسلام کې د سترو دندو د سپارلو بنیادي شرط د عمر زیاتوالی نه، بلکې صلاحیت او وړتیا ده.

۲: رسول الله (صلی الله علیه وسلم) د خپل عمر په وروستیو ورځو کې مسلمانان د روم د ځواکمن هیواد سره جنګ ته تیار کړل، د مسلمان پوځ ټول لوړ رتبه افسران، د مهاجرینو او انصارو په شمول ټول مشران، عرب شیخان او باشخصیته کسان په دې ستر لښکر کې موجود وه، رسول الله (صلی الله علیه وسلم) د دغه ستر او مهم لښکر قومندانې حضرت اسامة بن زید (رضي الله عنه) ته ورکړه چې د عمر له لهاذه کم عمره وو، دې ناڅاپه ګمارنې ډیر کسان حیران کړل، او داسې ګونګوسې تر غوږو سوې، چې دا ځوان څنګه د اسلام د مخکښو او مخینه لرونکو مهاجرینو په قومندانۍ کې غوره کړل سوی دی؟ رسول الله (صلی الله علیه وسلم) ددې خبرو په اوریدو سره په قهر سو، منبر ته وختی، د الله سبحانه وتعالی د حمد او ثنا وروسته یې د اسامه په وړتیا او د ټولو له خوا د هغه په اطاعت کولو ټینګار وکړ.

د لایقو ځوانانو په ملاتړ باندې د رسول الله (صلی الله علیه وسلم) ټینګار د مسلمانانو پر عامه افکارو ډیره ژوره اغیزه وکړه، ددې مثالو څخه دا څرګنده سوه، چې د اسلام مبارک دین د ځوان نسل آرزښت د کمال او پام وړ بلل دی.

(c) ketabton.com: The Digital Library

زړه ته څنګه سکون حاصلیدای سي؟

د رسول الله (صلی الله علیه وسلم) قول دی: ستاسو په جسم کي د غوښي يوه ټوټه ده، کله چي هغه سمه وي نو ټول جسم سم وي او کله چي هغه خرابه سي، نو ټول جسم خرابيږي. يعني زړه

حضرت عثمان (رضي الله عنه) فرمايي: د دنيا غم زړه تياره کوي او د آخرت غم زړه روښانه کوي.

امام شافعي (رحمة الله عليه) فرمايي: د زړه روښانه کولو لپاره د غيري ضروري خبرو څخه پرهيز وکړئ.

امام حسن بصري (رحمة الله عليه) د زړه په باره کي فرمايي: د خراب زړه پنځه علامي دي:ـ ۱: د توبې په اُميد ګناه کول. ۲: علم زده کول او عمل نه په کول. ۳: اخلاص نه کول. ۴: د رزق خوړل او شکر نه اداء کول. ۵: د نورو خلګو دفن کول او عبرت نه ځيني اخيستل.

حاکمان وايي: نادان خلګ د دولت لپاره تر زړه تيريږي او عقلمند خلګ د زړه ساتلو لپاره د دولت څخه تيريږي. د نورو خلګو د زړونو کټلو لپاره د خپلو زړونو کټل ضروري دي، که چيري تاسو پر خپلو زړونو قابو تر لاسه کړی، دنيا بيا ستاسو په تصرف کي ده. د احمق سړي زړه په ژبه کي وي او د عقلمند سړي ژبه په زړه کي وي.

کوم وخت چي موږ ته کومه جسماني ناروغي راپيښه سي، نو موږ ډير په انديښنه کي سو، مګر هيڅکله مو د زړه ناروغۍ ته توجه نه ده کړې، ريا کاري، تکبر، هوس، حرص، بخل، کينه، حسد دا ټولي د زړه ناروغۍ دي، انبياء (عليهم السلام) د همدغو ناروغيو څخه د زړونو د پاکوالي لپاره دنيا ته راغلي وه، هغوی تر هر څه زيات کوښښ د زړونو په تزکيه باندي کړی وو، ځکه چي کله زړه روغ وي نو ټول انسان روغ وي او کله چي زړه خراب سي، نو ټول انسان خرابيږي، چي زړه بدل سي انسان بدليږي، د هغه ژوند بدليږي، د ژوند مقصد يې بدليږي، د کټلو انداز يې بدليږي، د محبت او عداوت پيمانه يې بدليږي، د تجارت هدف يې بدليږي، ټولنه بدليږي او زمانه بدليږي، راځئ چي د زړونو د بدلولو پاره کوښښ وکړو او خپل زړونه پاک کړو.

د زړه ډولونه:ـ ۱: سخت زړه. ۲: زنګ وهلی زړه. ۳: هوښيار زړه. ۴: د سوچ او فکر څخه خالي زړه. ۵: مطمئن زړه. ۶: ناروغ زړه. ۷: روغ زړه. ۸: کبرجن زړه. ۹: نرم زړه ...

د ناروغ زړه نښي: انسان ته به څنګه معلومه سي چي زړه يې ناروغ دی؟ په دې باره کي حافظ ابن قيم (رحمة الله عليه) يو څو نښي ښوولي دي:

۱: کوم وخت چي يو انسان فاني شيانو ته په باقي شيانو ترجيح ورکوي، نو پوه دي سي چي د ده زړه ناروغ دی، مثلاً: د دنيوي کور په جوړولو کي ډير مصروف وي، مګر د آخروي

(c) ketabton.com: The Digital Library

کور د جوړولو هیڅ غم ورسره نه وي، یا په دنیا کي د عزت غوښتونکی وي او د آخرت د عزت او ذلت هیڅ سوچ او فکر ورسره نه وي، یا په دنیا کي د آسانیو په لټه کي وي، مګر د آخرت د عذاب هیڅ پروا نه کوي.

۲: کله چي د انسان اوښکي بندي سي، نو پوه دي سي چي زړه یې ناروغ دی، کله کله د انسان زړه ژاړي، کله کله د انسان سترګي ژاړي، د زړه ژړا د سترګو د ژړا څخه غوره ده، دا ضروري نه ده چي په ژړا کي دي د سترګو څخه اوښکي راځي، ځکه د الله سبحانه وتعالی ډیر داسي بنده ګان سته د کومو چي زړونه ژاړي او د سترګو څخه یې کومه اوښکه نه راځي او دغه د زړه ژړا الله سبحانه وتعالی ته ډیره مقبوله هم ده، په زړه او سترګو کي خامخا یو ژاړي او د بعضي خلګو دواړه ژاړي، خو که یو هم نه ژاړي، نو د دغه انسان زړه ناورغ دی.

۳: د خلګو سره د ملاقات کولو تمنا لري، مګر د الله سبحانه وتعالی سره یې ملاقي کیدل په یاد نه وي، نو پوه دي سي چي زړه یې مړ دی، د خلګو سره یې دغسي تعلقات وي چي د هغوی د ملاقات څخه پرته وخت نه سي تیرولای، د هغوی په جدائي کي ډیر پریشان وي، د هغوی ملاقات کولو ته په ورځو ورځو انتظار کوي، مکر د الله سبحانه وتعالی سره یې ملاقي کیدل هیڅ په یاد نه وي.

۴: کله چي د کوم انسان نفس د الله سبحانه وتعالی د یاد څخه بیریږي او د مخلوق سره په ناسته پاسته خوشحالیږي، نو پوه دي سي چي د ده زړه مړ دی، د الله سبحانه وتعالی د یاد څخه د کبر او بیریدلو مطلب دا دی: کله چي په کوم مجلس کي د الله تعالی ذکر کیږي، نو هلته د ده زړه تنګیږي او هلته ناسته پر بوج کیږي، په مسجد کي ناسته پر بوج کیږي، د عبث خلګو په مجلس کي یې زړه خوشحاله او روښانه کیږي، نو پوه دي سي چي زړه یې مړ دی.

که چیري تاسو په غور سره وګورۍ، نو په نني عصر کي هر څوک مضطرب او پریشان تر سترګو کیږي، چیري چي ګوري خپلوان، عزیزان، قریبان او دوستان به د حالاتو څخه شکایت کوي، هیچا ته سکون او راحت حاصل نه دی، اصل حقیقت دا دی چي تر ټولو لویه مسئله هغه نه حقوق او نه ټولنیز مسائل، بلکي تر ټولو لویه مسئله د زړونو څخه د سکون او راحت نشتوالی دی، سره ددې چي نن ورځ اکثرو خلګو د راحت او آرائش هغه وسائل تر لاسه کړي دي، کوم چي اجدادو او پلرونو یې تصور هم نه سوای کولای، مثلاً: طیارې، موټر، کمپوټر، تلیفون او داسي نور... دا ټول شیان زموږ پلرو او نیکو د سره پیژندل نه، مګر سره ددې بیا هم د هغوی ژوند زموږ څخه څو چنده آرام او ډاډمن وو، موږ د همدغو ټولو وسائلو سره سره بیا هم ډیر نارامه او پریشان یو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ډېر مضطرب او ناقرار انسانان د زړه د سکون لپاره ډېري غلطي لاري اختياره وي، د کومو په اختيارولو سره چي زړه ته سکون نه سي وربخښل کيدای، مثلاً:- يو څوک وايي: د زړه سکون د قدرت په لاسته راوړلو کي دی، مګر قدرت ته د رسيدلو وروسته ورته معلومه سي چي دلته هم يوه زره سکون نسته. ځيني خلګ وايي: د زړه سکون د ډېر دولت په پيدا کولو کي دی، مګر موږ وينو چي ډېرو سرمايه دارو خلګو ته د خوب د ګوليو د خوړلو پرته د شپې خوب نه ورځي او نه هم د خوبي ګوليو د خوړلو پرته بيده کيدلای سي.

د ځينو خلګو خيال دا دی: که چيري انسان جنسي خواهشات پوره کړي، نو د زړه سکون به ورته حاصل سي، لکه په اورپا کي چي د جنسي خواهشاتو لپاره زنا عامه کړه سوې ده، زنا کاري او لواطت ته يې قانوني حق ورکړی دی، په رضامندي سره هر کله چي يې غواړي، چيري چي يې غواړي او د چا سره چي يې غواړي کولای يې سي، د ښځو تر منځ تبادله کيدلای سي، ښځي په کرايه پيدا کيږي، مګر د دومره آزادي سره سره بيا هم د اضطراب او پريشانيو دا حال دی.

ځکه خو انسانان د سکون په پيدا کولو پسي د ليونيانو په شان ځغلي، اوس نو د الله سبحانه وتعالی د لوري داسي آواز راځي: اې خلګو! تاسو ته بې شميره دولت درکړل سوی دی، مګر د زړه سکون نه لری. تاسو ته وزارتونه او باچاهي درکړل سوي دي، مګر د زړه سکون نه لری. تاسو د رقص او د سرود محفلونه جوړوی، مګر د زړه سکون مو نسته. تاسو فحاشي، عرياني او زناوي کوی، مګر د زړه سکون نه لری. تاسو د سود او ځُمار بازئ بازار ګرم کړی دی، مګر زړونه مو سکون نه لري. تاسو شراب، هيروئن او چرس استعمالوي، مګر زړونه مو سکون نه لري. تاسو نوي نوي کالي اغوندی، مګر زړونه مو سکون نه لري. تاسو رنګا رنګ خوراکونه کوی، مګر زړونه مو سکون نه لري. تاسو د سائنسي علومو څخه رنګا رنګ ماشينان جوړ کړي، مګر د زړه سکون نه لری. د مسافر په شان زما دروازي ته راسئ! زه ستاسو رب يم، زه ستاسو د ضروورياتو کفيل او مالک يم، زه تاسو ته د سکون لار درښولای سم، دا شيان تاسو ته سکون نه سي درکولای.

(c) ketabton.com: The Digital Library

مطالعه کول د انسان دماغ پیاوړی کوي

د دماغ لپاره مطالعه دومره ضروري ده، لکه د للمي غنمو مځکه چي بارانونه ته ضرورت لري، د ورزش په کولو سره جسم او په مطالعه سره د ماغ پیاوړی کیږي، انسان د قدرتي منظرو او د کتابونو څخه ډیر څه زده کولای سي، په مطالعه سره ارزانه تفریح او ډیره خوشحالي حاصلیدای سي، که چیري د ځان څخه نیک انسان جوړول غواړی، نو د دانا جوړیدو کوښښ وکړی او دانا جوړیدل په مطالعه سره کیږي، د مطالعې په کولو سره په ذهن کي وسعت راځي، په مطالعه کولو سره انسان د تنګ نظري او عصبیت څخه خلاصیږي، کامیابي او مطالعه په خپل مابینځ کي ژور تعلقات سره لري، مطالعه د غم او مایوسي ښه علاج دی، په اصل کي هر قسم مطالعه د ترقي لاره نه سي هوارولای او نه د ترقي په لار کي مرسته درسره کولای سي، په اصل کي کوم انسان چي یو قسم مطالعه کوي همغسي به جوړیږي، آخیر هغه کومه مطالعه ده چي د ترقي په لار کي کومک کوونکې او مفیده ده؟ د مطالعې ډیر اقسام دي چي څلور (۴) یې بنیادي دي:-

۱: د ژوند بدلولو مطالعه: د مطالعه مهم ترین قسم هغه مطالعه کول دي، کوم چي ستاسو په ژوند کي مثبت بدلون راولي، د افرادو او قومونو ژوند چي کوم کتابونه بدلوي، په هغوی کي قرآن مجید، احادیث نبوي او د سیرت کتابونه اول مقام لري، همدا شان د لویو او غوره خلګو لکه: حضرت عمر، حضرت خالد ابن ولید (رضي الله عنهم)، صلاح الدین ایوبي (رحمة الله علیه) سید جمال الدین افغان او داسي نورو... د ژوند د سوانحو کتابونه هم ډیر مثبت او ضروري دي.

۲: معلوماتي مطالعه: دا د مطالعې دوهم قسم د هغو کتابونو مطالعه کول دي، کوم چي د هغې پواسطه سره د یوه انسان په معلوماتو کي اضافه والی راتلای سي، چي د هغو په کومک سره بیا خبري کولای سي، د خپلو خبرو په توسط خلګ متاثر کولای سي او د خلګو د هر قسم سوالونو جواب ور سره وي، دا قسم مطالعه که هر څومره زیاته وي عموماً بیا هم د یوه فرد د تبدیلي باعث نه سي جوړیدلای او نه په دې سره د کامیابي او خوشحالي دروازه خلاصیدلای سي.

۳:ـ د نصابي کتابونو مطالعه: د نصابي کتابونو مطالعه ډیره یوه بنیادي مطالعه ده، هر قسم تعلیم یافته خلګ دا مطالعه کوي، ددې څخه پرته د ترقي کولو تصور مشکل دی، دا قسم مطالعه موږ ته سند راکوي او ددې په توسط سره موږ ته یو ښه مسئولیت راپیدا کیږي، په زړه پوري خبره دا ده چي دا قسم مطالعه د ترقي ضمانت نه سي کولای.

۲: د آدب مطالعه: په څلورم حالت کي د آدب مطالعه راځي، په دې کي نظم او نثر دواړه شامل دي. دا وخت ټوله دنیا ډیره مصروفه ده، د هیچا سره دومره وخت نسته چي هغه هر څه ولولي، لهذا تاسو ته د ډیرو لوستلو څخه دا ښه دي چي صرف هغه منتخب او مفید علم حاصل کړی، کوم چي د دنیا او آخرت په کامیابي کي ستاسو سره مرسته کولای سي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د ښه صحت درلودلو لاري چاري

ښه صحت لوی دولت دی، رنځور جسم دماغ کمزوری کوي، د وزن کمولو لپاره خبري کول او یا د بل کوم پروګرام جوړول هیڅ کټه نه لري، بلکي د وزن کمولو لپاره د خولې بندول ضروري دي، که موږ او تاسي په دنیا کي څومره لوی لوی کامیابي لاسته راوړو، ډیر دولت او پیسې وګټو، مګر چي روغ صحت ونه لرو دا هر څه بې معنا دي، ځکه د روغ صحت څخه پرته انسان د ډیرو نیکیو څخه محروم پاته کیدلای سي، مثلاً: عبادت، حج او عمره نه سي کولای، روژه نه سي نیولای او داسي نور... خندا او خوشحاله اوسیدل د صحت لپاره دومره ضروري دي، لکه غذاء. په دنیا کي دوه (۲) ډوله خلګ ډیر خوش قسمته دي، یو هغه کس چي سکریټ نه څکوي او بل هغه کس چي شراب نه څیښي، ځکه چي دغه دواړه شیان نه یوازي دا چي د انسان عمومي صحت ته نقصان رسوي، بلکي د انسان مردانه قوت هم کمزوری کوي او بل هغه څوک چي ورزش کوي.

د صحت د بنیاد قائمولو او د تندرستي د بر قرار ساتلو لپاره تر ټولو ضروري خبره دا ده: هغه عادتونه دي پریښوول سي کوم چي طاقت او قوت ضایع کوي، ښه خوراک او ښه ماحول د ډاکټر څخه ډیر ګټور دي، که چیري په تاسو کي صحت، تندرستي او قوت نه وي، نو ستاسو مثال د هغه قومندان په څیر دی کوم چي د جنګ میدان ته ورځي، مګر د جنګ هیڅ قسم اسباب او وسایل ور سره نه وي، کم خوراک او مناسب آرام ښه دوا ده، د انساني جسم مثال د سفر د سامان په څیر دی، د سفر سامان وزن چي څومره زیات وي هغومره مزل کول مشکل وي، ښه صحت د خوشحالیو مخزن دی، تندرست انسان هیڅکله محتاج نه وي، ځکه چي په هغه کي د ژوند د مشکلاتو د حل کولو قدرتي او طبعي ځواک موجود وي، د صحت د قوانینو څخه سرغړونه هغه جسماني ګناهونه دي.

د صحت د بخش یوه مشهوره ماهر ویلي دي: که چیري تاسو صحتمند اوسیدل غواړی، نو هغه څه خوری کوم چي خوند نه درکوي، مثلاً: سبزي او هغه څه کوی کوم چي کول یي نه غواړی، لکه: ورزش.

میانه خوراک: د ښه صحت لپاره ضروري ده چي خوراک مو میانه وي، عموماً زموږ رواج دا دی چي په ناشته کي د تل لپاره یو شی استعماله وو، حال دا چي دا د ښه صحت لپاره کومه ښه رویه نه ده، موږ باید په ناشته کولو کي کله غوښه او وریجي هم استعمال کړو.

منظم خوب کول: د ښه صحت لپاره میانه خوراک، د سیګریټ څخه پرهیز کول او د ورزش څخه برعلاوه د خوب آرام کول هم ډیر ضروري دي، په آرام کولو کي دوه (۲) شیان شامل دي، اول: خوب. دوهم: تفریح. د ښه صحت لپاره پوره خوب ډیر ضروري دی، تاسو ته د

(c) ketabton.com: The Digital Library

پوره خوب کول په کار دي، د اکثر خلکو خوب په اتو (۸) ساعتونو کې پوره کېږي، د شپې د خوب څخه پرته د ورځې نيم ساعت د غرمي خوب کول هم ستاسو سره ډېره مرسته کولای سي.

د خوب په راتللو کې دغه خبري ستاسو سره ډېر کومک کولای سي:- ۱: د بيده کيدلو څخه مخکي سګرېټ او چاى مه څيښئ. ۲: د بيده کيدلو څخه مخکي ګرمي شيدې وڅيښئ او په ګرمو اوبو ولامبېږئ. ۳: د بيده کيدو په ځاى کي د رڼا او شور څخه ځان وساتئ. ۴: د بيده کيدلو په وخت کي ټي وي، کمپيوټر مه ګورئ، مطالعه او خبري مه کوئ، البته که چيري د مطالعې کول ستاسو سره د خوب په راوستلو کي مرسته کوي بيا يې کولاى سی، همدا د ډېرو خلکو عادت هم دی. ۵: د بيده کيدلو په وخت کي په مسائلو کي فکر مه کوې، ځکه چي په دې سره خوب تښتي.

د ماهرينو نظر دا دی: ښه ناشته کول په کار دي. ځکه چي په ورځ کې تاسو د ډېر کار کولو اراده لرئ، پنځه (۵) سپين رنګي شيان د صحت لپاره زهر دي، لکه: مالګه، بوره، ميده، د کولچو پلورنځی شيان، لکه: کيک، کولچه، بيسکوټ او آئس کريم، دغه شيان د بد هضمي او د نور ډېرو مرضونو سبب کيدلاى سي.

ورزش: ورزش صرف د جسماني نه بلکي د ذهني صحت لپاره هم ډېر مهم او ضروري دی، يو چا ډېره ښه خبره کړې ده: د لوبو ميدان د بې کاره مکتب څخه غوره دی. هغه قومونه چي باقاعده ورزش کوي د هغو مجموعي صحت ډېر ښه وي، د هغو مرض کم او عمرونه يې زيات وي، همداسي خلګ په ذهني لحاظ هم ډېر ښه وي.

ذهني صحت: د جسماني صحت په څير ذهني صحت ته هم ډېر اشد ضرورت دی، ورزش، آرام او تفريح د ذهني صحت لپاره ډېر مفيد دي، په دې سره ذهني فشار کمېږي او انسان تازه کېږي، د ذهني فشار د ليري کولو لپاره ورزش او تفريح ډېر مؤثر دي، ددې څخه علاوه د ذهني نشو نما لپاره د مطالعې کول ډېر زيات ضروري دي، د ښه نظم او نثر څخه علاوه د يو چا د عمر سوانح، تاريخ او د محرکو کتابونو مطالعه کول ډېر مفيد دي، په پر مخ تللو هيوادونو کي خلګ په يوه کال کي د دولس (۱۲) څخه نيولې تر شپږويشتو (۲۶) پوري کتابونه مطالعه کوي. د ښه ذهني صحت لپاره ضرري ده چي ستاسو سوچ او فکر مثبت وي، د منفي سوچونو او فکرونو څخه ځان وساتئ، هغه پرېږدئ، هر وخت مثبت سوچ او فکر کوئ، منفي، تخريبي سوچ او احساسات د ډېرو جسماني او نفسياتي مرضونو سبب کيدلاى سي، که چيري تاسو مريضان ياست د خپلي مريضۍ پر ځاى د ښه صحت سوچ او فکر کوئ، په دې سره ستاسو په دماغ کي منفي سوچ په مثبت بدليدلاى سي او که چيري پريشان ياست نو د خوشحالۍ سوچ او فکر کوئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

آرام او تفریح: د جسماني او ذهني صحت لپاره آرام او تفریح ډیر ضروري دي، متاسفانه چې ځیني خلګ نه کوم کار کوي نه ورزش او نه تفریح، تاسو باید په هفته کي یوه ورځ مکمل آرام وکړی، په دې ورځ کي تاسو کوم کار مه کوئ، په کال کي باید دوې (۲) هفتې رخصت واخلئ او په داسي سیمو کي د تفریح لپاره واوسیږی چې هلته رواني اوبه شتون ولري او سیمه هم زرغونه وي، د تفریح لپاره د لاندنیو شیانو څخه استفاده کولای سی:

۱: د خپل اهل وعیال سره په خندا او خوشحالی وخت تیروی. ۲: د خپلو اولادو سره یوه جائزه لوبه وکړی. ۳: د داسي کتاب مطالعه کوی کوم چې ډیر خوند درکوي. ۴: پر یوه موضوع باندي یو څه لیکل کوئ. ۵: روزانه تر (۳۰) دقیقو پوري خاموش کښینئ، هیڅ مه کوئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د فکري رشد او نوښت مخه نیونکي څیزونه

د بې کاره او بې هدفه خلګو سره ملګرتیا کول، ځکه کله چې انسان د روڼ اندو او نیکو خلګو سره ناسته ولاړه ولري، هرومرو ځیني متاثره کیږي، د ښو صفاتو د خپلولو حس ورسره پیدا کیږي، همدارنګه لټان او بې کاره خلګ هم پر خپلو ملګرو اغیز لري، عقل او فکر په داسي څه کي مصرفول چي د هغه لپاره پیدا سوی نه وي، فکر نه کول هم د عقل ضایع او د لوی نعمت ناشکري ګڼل کیږي، عقل د ځواک او اختصاص له دایرې څخه بهر کارول بې ګټې او بې معنا زیار دی، لکه د الله سبحانه وتعالی د صفاتو په کیفیت، تقدیراتو او د آخرت په غیبیاتو کي فکر کول، ځکه دا هغه څه دي چي الله سبحانه وتعالی انسان ځیني عاجزه کړی دی او یوازي په خپل علم پوري یې محدود کړي دي. بې کاري او په ګټور کار ځان نه مصروفول، فکر ګرځنده او متحرک دی که په سم او ګټور کار دي مصروف نه کړ، خامخا دي په باطل او ناروا کار مصروفوي. په خپل کار او دنده بسنه نه لرل، د اړتیا، ریا، یا د نورو په خاطر کار کول، د نه قناعت سره سره خپل ځان د هغه په هکله فکر کولو ته مجبورول، په دې حالت کي هیڅکله ژور فکر صورت نه نیسي، کار به د ترقۍ او نوښت څخه پرته په عادي ډول په ټیټه درجه کي روان وي، په خیالونو چرتونو او بې ګټې وهمونو کي اوسیدل او د واقیعتونو څخه سترګي پټول د انسان چرت وهل هله ګټور وي، چي د واقیعت د انکشاف ترقی او نوښت لپاره په معقوله اندازه وکارول سي، هسي نه چي کار پریږدي د ناشونو خیالونو په دریابونو کي د واقعیتونو څخه لیري لاهو سي، دا د انسان د فکر لپاره وژونکي ناروغي او خطرناک رنځ ګڼل کیږي، د کمزورۍ او عاجزۍ په پلمه هر څه پریښوول، په دې ګومان چي هیڅ نه سي کولای، ګواکي دغه ډول انسان په خپله خوښه خپل عقل او فکر بې کاره او معطل کړ، زیار وباسه چي دښمن ته د داسي وړیا ډالۍ چي شیطان ته یې وړاندي کوې، د بري چانس ورنه کړي. د ډیرو فکرونو او فرصتونو په وخت د یو انتخاب په هکله مناسب اقدام نه کول، ان تر دې پوري چي د تشویش تردد او بې زړه توب له امله ټول فرصتونه د لاس ورکړې، په پټو سترګو د نورو تقلید او پیښې کول، په بل پسي بې تفکیره تلل، ځان په لټۍ او بې کارۍ روږدول، د فکري خپلواکۍ او نوښت څخه بیره درلودل دي، پر نورو بشپړه اتکا کول، ان تر دې پوري چي په ځانګړو چارو کي هم د نورو څخه دا هیله لرې، چي د هغه پر ځای فکر وکړې، عقل او فکر یې جامد سي، او لکه نبات د نورو په مرسته او څانګو پورته ځي، کله چي هغه څانګي وچي سي، ددې ژوند هم پای ته ورسره ورسیږي، مګر د نورو سره مشوره یا په ښه کار کي استفاده ځیني کول نه یوازي دا چي ناوړه خبره نه ده، بلکي د عقل غوښتنه ده، د حواسو لټي حواس د فکر کړکۍ او د عقل لار ده. لکه سترګي، غوږونه، لاسونه، ژبه او پزه هر کله چي انسان خپل حواس په ګړندي کار کولو او احساس روږد کړي، تل ښه ګټه ځیني اخیستلای سي او کله چي یې په لټۍ او بې کارۍ عادت کړي له کاره ولویږي، د ځان ښووني په آزمیښت کي واقع کیدل، ځکه دا ناوړه صفت انسان په مقابل لوري د بري لپاره د باطل پلوي ته هڅوي، چي د خلګو تر منځ د کینې او دښمنۍ سبب ګرځي، یووالي او اتحاد ته زیان رسوي، د انسان فکر او شخصیت ته بې ګټې مصروفیت او تشویش پیدا کوي، د نوښت مخنیوۍ کوي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

خپل ذهن د ځان پر ضد مه کاروئ

که تاسي په ذهن او بدن کي هر ډول آندېښنه وزېږوئ، تاسي پخپل ژوند کي بل دښمن ته اړتیا نه لرئ، تاسي کرار کرار نه یوازي په فزیکي ژوند کي، بلکي په بیلا بیلو برخو کي د خپل ځان په ضد کار کوئ، تاسي پوهېږئ چي خپل ژوند د خپل ځان په ضد کاروئ، نن ورځ موږ ډېر ښه پوهېږو، هغه خلګ چي تر ډېر ذهني فشار لاندي راځي، حتماً ناروغیو ته بلنه ورکوي او په دې کي هیڅ شک نسته، په روغتیایي لحاظ دا یو ثابت حقیقت دی او له دې څخه ډېر څه پیښېږي، تاسي نه یوازي ناسلامتی یا بد روغتیایي وضعیت ته بلنه ورکوی، بلکي تاسي په نړۍ کي د ستونزو بشپړ کوربتوب ته بلنه ورکوی، ځکه لکه څنګه چي تاسي په کوم ډول بیرته را پورته کیږی، په همدې اساس تاسي دا ډول وضعیت خپل ځان ته راجع کوی، ستاسي په وړاندي دا خلګ مو ژوند ته حتماً دا ډول پایلي هم لري، نو هغه څه چي موږ یې په اړه خبري کوو د ذهني فشار ماتول نه دي، دلته یوازي د څه ډېري سوله بیزي فضاء په اړه خبري نه کوو، بلکي که غواړی خپل ژوند هغه ډول جوړ کړی، چي تاسي یې غواړی، نو آړتیا لری چي ځیني بنسټونه چارج کړی، که نه نو تاسي به یوازي خپله انرژي د خپل ځان په ضد کار کړی، دا هغه وخت نه دی، چي ما وویل د خپل ځان په ضد د یوه قوي دښمن رامنځته کولو سرچینه دلته ده، دا ښه او غوره ده، چي احساس جوړونکي سرچینه ستاسو لپاره کار وکړي، نه ستاسي په ضد، همداسي نه ده، دا دومره غښتلي قوه باید تل ستاسي لپاره کار وکړي، که دا ستاسي په ضد کار وکړي، تاسي ختم یاست، چي بیا هیڅوک تاسي نه سي ژغورلای.

زه تاسو ته وایم: که ستاسي په منځ کي د احساساتو رامنځته کیدو سرچینه ستاسي په ضد کار پیل کړي، په دې نړۍ کي هیڅ شی تاسي نه سي ژوغورلای، نو دا خورا مهمه ده، دا یوازي د ذهني فشار څخه د څه ناڅه خپلواکۍ په معنا نه دي او نه هم ډېر آرام او خوښ اوسیدل ددې سره تړاو لري، که خپل ژوند هغه ډول جوړوی، چي تاسي یې غواړی، خورا مهم دی، مګر تر ټولو لومړی باید تاسي خپل بدن، بیا ذهن او وروسته انرژي په کار واچوئ، او دا شیان په خورا دقت سره زموږ ټولو په اختیار کي دي، دا دومره مهم دي، څومره چي تاسي بهر وځی د پیسو ګټلو لپاره، خپله کورنۍ جوړوی، یا هم هر کار که ترسره کوی، ځکه ټول هغه شیان چي تاسي یې هیله لری، هغه واقعاً هم ولری او لری یې، یا به بدبخته یاست، په دې سره نه یوازي د خپل ځان بلکي د شاوخوا خلګو لپاره هم د ډېري بدبختۍ لامل کیږی، نه دا چي تاسو ښه یا بد یاست، هغه ځکه چي تاسي د ژوند څخه ناخبره یاست، خلګ یو بل ته سر درد جوړیږي، نه دا چي دوی ښه یا بد وي، ځکه دوی د ژوند د لارو چارو او اصولو څخه بې خبره دي، آیا نه دي؟ کله چي یو څوک د نورو کسانو په ضد نوکان جنګول پیل کړي، داسي برېښي، چي هغه وویل: دوی نه پوهیږي، چي څه کوي؟ دوی ټول وایي: یوازنۍ ستونزه ناپوهي ده، آیا نه وایي؟ دوی بد نه دي، نه هم ددې لپاره یو شمیر شیطانان آجنټان دي، جهالت یوازنۍ ستونزه ده، دغه کسان نه پوهیږي، چي دوی څه کوي؟ دا یوازنۍ ستونزه ده.

(c) ketabton.com: The Digital Library

هيڅ دي د لاسه نه دي ورکړي

که ته په ژوند کي د ډيرو ماتو سره مخ سې، هغه که مال، وخت، وسايل او دې ورته نو مسايل وي، نو دا به ماته نه وي، مګر که ته دا هر څه لرې، خپل ذهني پياوړتيا او پر ځان باور د لاسه ورکړې، نو دا به تر ټولو ستره ماته وي، زموږ ذهن زموږ د ځان بوديجه ده، کله چي موږ خپل ذهن د لاسه ورنه کړ، نو په دې وپوهيږه چي هيڅ دي د لاسه نه دي ورکړي، د نورو سره د ښه اخلاقو څخه کار واخله، باوري اوسه انسان اشرف المخلوقات دی، کله چي ته د نورو په بد وخت کي هم د هغوی سره مرسته وکړې، نو ليري به نه وي چي هغوی به ستا په بد وخت کي ستا سره مرسته کوونکي اوسي، د انسان فطرت داسي دی، هغه سره که څوک ښه وکړي نو دی هم ښه ورسره کوي، مګر که چا بد ورسره وکړه، نو بيا يې هيڅ وخت د ذهن نه څخه وځي، يوه خبره ياد ساته ته بايد د داسي انسانانو د طبقه بندۍ څخه ونه اوسې، ته بايد هر وخت د نورو سره مرسته کوونکی واوسې.

باوري اوسه شتمني پيدا کيدل هم د ذهن انشقاق دی، زموږ او ستاسو اصلي شتمني زموږ ذهنيت دی، کله چي زموږ ذهنيت د نورو پر وړاندي قوي او دقيق وي، نو ته وپوهيږه چي اصلي شتمن همدا ته يې، هر څه د ذهن زيږيدنه ده، هغه که پيسي ګټل وي او که عزت، کله چي زموږ ذهن پاک او مثبت وي، نو موږ شتمن هم يو او عزت لرونکي هم، شکست وپيږنه، ته بايد پوه اوسې شکست پر دوه (۲) ډوله دی، لومړی هغه چي فکر يې کړی او عمل يې نه دی کړی، دوهم هغه چي عمل يې کړی، فکر يې نه دی کړی، کله چي موږ په دې وپوهيدو، نو په مستقيم ډول دا هم راته څرګنديږي چي موږ بايد د فکر کولو مخکي څه وکړو؟ او له عمل کولو مخکي څه وکړو؟ دا ياد ساته ستا هره کړنه الله سبحانه وتعالی ويني، دا خبره به نه يو مسلمان، بلکي هر مخلوق ته د منلو وړ وي، چي الله سبحانه وتعالی ما ويني، زموږ زياتره کړني د اشخاصو څخه په پټه وي، مګر د الله سبحانه وتعالی څخه مو هيڅ پټ نه دي.

موږ او تاسو که په دې وپوهيدو چي زموږ کړني يوازي الله سبحانه وتعالی لره ښکاره دي، نو ډير ژر به هغه کارونو ته دوام ورکړو چي ښه کارونه وي، ځکه الله سبحانه وتعالی موږ څخه يوازي د ښه کارونو د کولو غوښتنه لري، د ستونزو څخه مه تښته، که ته غواړې چي پرمختګ وکړې، نو دا بايد له ذهن ونه اوباسې چي د ستونزو څخه تښتيدل د ستونزو خلاصيدل نه دي، ځکه که ته د ستونزو څخه وتښتيدې دا به نه يوازي تا تر شاه ستونزي پرې ايښي وي، بلکي يو داسي څه به دي په ځان پسي کړي وي، چي هغه به تر مرګه يا ستا تر منزله پوري به په تا پسي وي او ته به مخته ځيني ځې، مګر که ته د ستونزو څخه د تښتيدو پر ځای د هغو حل لاري پسي وګورې او حل يې کړه، وروسته به ته تر منزله ډير په هوسا او آرام شکل ورسيږې، ژوند ته دي ښه بې دريغه وګوره، په دې معنا زموږ تير زموږ ماضي او د نن ورځي تاريخ دی، نن ورځ يوه ډالی ده او سبا نامعلومه ده، که موږ په دې وپوهيدو چي تير پسي سرخوږي باندي هيڅ لاسته نه راځي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

نو یوه ښه پریکړه به مو کړې وي، یوازې یوه پریکړه به مو نه وي کړې، بلکې د نن ورځ سوغات یا ډالۍ چې راسره ده ښه به یې استعمال کړو او د سبا ورځ لپاره به د نن ورځې یو شهکار تاریخ پرېږدو، که لږ څه هم لرې، نو د بل غریب لپاره یو څه ډالۍ کړه، دا ډېره ښه خبره ده چې یو څوک دې د خپلې غریبۍ سره د بل غریبې هم په نظر کې ونیسي، که له یوې خوا په ورکړه د انسان جیب تش سي، نو له بل اړخه یې زړه د خوښۍ څخه ډک سي او د زړه خوښې پر ذهني خوښۍ دلالت کوي، کله چې مو زړه ته خوښي ورسیږي، نو په دې وپوهیږه چې هر څه به په ښه شکل ترسره کوې، فکر وکړه په دې وپوهیږه هغه څه چې پر خپل ځای ولاړ وي او د پرمختګ هیله ورسره نه وي، هغه په مړو کې حساب دي، که موږ او تاسو وګورو چې یو ناروغ ډېر شدید ناروغه دی او په همدې شدیدتوب کې پاته دی، نه یې د ښه کیدو لاره سته او نه مخته ځي، نو وپوهیږه چې هغه به په لنډو ورځو کې ومري، دلته ددې خبرې زما موخه زموږ خپل ذهن دی، کله چې موږ پر خپل ځای همداسي ولاړ یو او یو ورځ مو له بلې ښه نه سي.

نو باید وپوهیږو چې په راتلونکې ورځ کې موږ مرو، دا مرګ یوازې جسماني نه دی، چې د بدنه مو ساه ووځي او ومرو، بلکې دا زموږ ذهنیتي مرګ دی، هغه مرګ چې موږ ته زموږ دې نه پرمختګ راکړی دی، موږ به هره ورځ د یو نوي څه سره مخ کیږو، هغه به مو زړه غوښتل غواړي، مګر موږ به یې د تر لاسه کولو وس نه لرو، همدغه به ددې لامل سي چې موږ به هره ورځ مرو، ځکه هره ورځ به مو پر یو نوي څه سترګې لګیږي، مګر تر لاسه کول به یې راته ناشوني و، خو که موږ پرمختګ ته قدم مخکې کړ نو هره ورځ به داسي یو، لکه ټوله دنیا چې موږ ته جوړه سوې وي، هر څه ته لاس مه ور اچوه، که چیرې فیل ګڼ میرږیان چې یو خوا او بل خوا ته وي، په خپله یوه پښه مړه کول وغواړي، نو ښایي چې پښه یې ماته سي، موږ هم همدې ته ورته یو، که موږ هم د یو څه په تر لاسه کولو کې بل څه ته لاس ور واچوی، نو دواړه به د لاسه ورکړو.

نن نه نو کله؟ ډېر وختونه د داسي حالاتو سره مخ سوی یو، چې یو کار راته پروت وي، مګر موږ وایو: څه لږ وروسته به یې وکړم، کله چې وروسته راسي، نو بیا وایو: څه بل وخت به یې وکړم، هغه کار همداسي پاته سي، کله چې موږ په دې پوهیدو چې موږ ددې کار تر څنګ نور کارونه هم لرو، نو سمدستي د همدغه کار د ترسره کولو لپاره مټې رانغاړو، موږ باید د ځان څخه دا پوښتنه وکړو: نن نه نو کله؟ دا موږ په دې پوهوي چې د کوم کار وخت تا تعین کړی، نو په هماغه وخت یې سرته ورسوه، چې د بل راتلونکې کار وخت په دې کار ونه نیسي. زړه غټ کړه! کله چې ته د یو څه د ترسره کولو لپاره هوډ لرې، نو ته باید د هغه لپاره منظم پلان ولرې او په دغه پلان کې د کار ګټه، تاوان، وخت، د ځان توان او وسایل په نظر کې ونیسې، دا به ډېره د مایوسۍ خبره وي چې ته وروسته د پلان څخه مخ اړوې او د خپل پلان د ترسره کولو څخه ډډه کوې، دغه کار یوازې هغه څوک کوي چې هغوی دوه زړي دي، هغوی بیره احساسوي او دا وایي: که چیرې زه دا کار ترسره کړم، نو ما ته به دغه تاوان ورسیږي او یا به دا بیره ورسره وي، چې زه به دغه کار ترسره نه کړم، خپل وسایل، وخت، مالي برخه به هغسي ضایع سي، هغه کسان چې دوه زړي وي هغوی به هیڅ وخت خپل ټاکلي مرام ته ونه رسي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د خوښۍ راز په څه کې دی؟

موږ څوک یو، څنګه فکر کوو او عملاً څه کوو؟ که انتخاب محدود وي انسان لا ډیر هوسا کیږي، اوسنی نسل هر کال په نوي کار پسې ګرځي، د کار بدلولو دغه حالت ظاهراً د ازادۍ او لا ډیر انتخاب نښه ده، مګر هغه رضاعیت، قناعت او ذهني سکون نه لري، چې پخوانیو خلګو درلود، دلته د اندیښنې دلیل دا دی موږ پر خپل انتخاب قانع نه یو، او مسلسل دا فکر کوو، چې شاید بل څه تر دې سم وي، دغه فکر مو پر خپل ذهنیت، فکر او خپلو فیصلو شکمن کوي، د انتخاب په برخه کې انسان پر دوه (۲) ډوله شخصیتونو ویشل سوی دی:- لومړی یې حریص انسان دی. دوهم یې راضي انسان دی. حریص هغه انسان دی کوم چې په هیڅ ډول قانع او راضي نه دی، تر هر ډول فیصلې مخته دغه شخص پر شلو (۲۰) انتخابونو فکر کوي، دا نو مهمه نه ده چې په کومه برخه کې دی پریکړه کوي.

راضي انسانان بیا هغه دی چې پریکړه وکړي، نور دې ته نه ګوري چې تر دغه به لا ښه انتخاب هم وي، که نه. دوی یوازې دې ته ګوري چې کړی انتخاب یې د ده اړتیاوې پوره کوي که نه. وخت ته په پام ګټه راضي انسان کړې ده. که د دقیق انتخاب خبره مهمه وي شاید حریص انسان سمه پریکړه کړې وي، مګر رواني ناکراری، زړه نا زړه حالت او ضایع کړي وخت ته په پام حریص انسان خوښي نه ده موندلې، حریص انسانان تل پر ځان نقد کوي، ځان ملامتوي، مسلسل دا فکر لري چې شاید انتخاب یې سم نه وو. شاید، ممکن، که، او دې ته ورته خبرې یې مسلسلې په زړه او ذهن ګرځي او له هغه څه خوند نه سي اخیستلای چې دی یې لري، برعکس راضي انسانان ځان بخښي او په دې قانع وي چې تر خپله وسه یې د انتخاب پر وخت کوښښ کړی دی.

تحقیقات ښیي چې حریص انسانان په ژور خپګان اخته کیږي، راضي انسانان بیا داسې نه دي، خوښي په کورنۍ، نژدې اړیکو او ملګرو کې نغښتې ده، نژدې اجتماعي اړیکې انتخاب محدودوي، موږ فکر کوو چې باید پریکړه زموږ په لاس کې وي، مګر که په رښتیا د فیصلې کولو د حالت سره مخامخ سو، بیا ډیر کله نه غواړو چې دغه پریکړه موږ وکړو، کله چې انسان د ګڼو فیصلو سره مخا مخ سي، نو د پریکړې کولو قدرت د لاسه ورکوي او ناخوښه وي، کله چې د دوو (۲) ښو شیانو په انتخاب کې فیصلې ته مجبوره سو، بیا نو زړه نا زړه یو، علت یې دا دی چې د ګڼو انتخابونو حالت انسان ته مسوولیت ور په غاړه کوي، هغه وخت موږ قانع یو، چې فیصلې بیرته بدلولای نه سو، روزمره موږ ډیر نور انسانان وینو او له هغوی سره د ځان مقایسه کولو موقع پیدا کوو، که مو ژوند ښه هم وي، مګر له نورو سره مقایسه مو له ښه حالته سترګې اړوي، دوه (۲) ډوله مقایسه ده، یو د ځان لوړو خلګو سره بل په اقتصادي لحاظ له ټیټو خلګو سره ځان پرتله کول دي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

انسان عموماً ټیټو خلکو ته نه ګوري دا نه ویني، چې تر هغو بختور دی، بلکې لوړو خلکو ته ګوري او دا کتل یې پر ځان نقد ته مجبوروي، دغه نقد خپګان ورپیدا کوي، قانع انسانان، راضي انسانان او هغه چې تر خپلې کمبلې پورې پښې غځوي، دوی په ژوند کې ډېر خوشحاله وي، ډېر انتخاب انسان ته د نورو سره د مقایسې موقع ډېروي، د خوښۍ راز ساده او په دوو (۲) خبرو کې خلاصه کیږي، داسې فیصلې وکړئ، چې بیا بیا نه بدلیږي، په خپل ژوند او پر خپلو شته شیانو باندې شکر وکاږئ، د ځهرې، لهجې کړنو او په ځانګړې توګه د یو بل د طبیعي توپیرونو له مسخره کولو څخه په کلکه ډډه وکړئ، هیڅکله خپل ځان د نورو څخه لوړ ونه بولی او د لوړ بللو څخه ډډه وکړئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ذهني نا آرامي

تر ټولو لومړی باید دا وپیژنو چي دا کومه ناروغي ده؟ دې ناروغۍ ته ډیپریشن یا ذهني نا آرامي ویل کیږي، دا یو داسي حالت دی چي د انسان د ټولي نړۍ د کائناتو سره نفرت پیدا سي، او زیات وخت دا خوښه بولي چي دی باید په یو داسي فضاء کي ژوند وکړي چي هلته د انسان بوی لا هم نه تر سږمو کیږي، انسان چي د میني جوړ سمبول دی، لا یې د میني سره نفرت پیدا سي، تر ژوند مرګ خوښ بولي، فکر یې داسي جوړ سي چي خپل د ژوند ټولي ستونزي به مرګ ته په پناه وړلو جبران کړي، مګر نه، دا یې حل لاره نه ده، ددې ناروغۍ اصلي سرچینه بې دیني ده، زیات وخت دا ناروغي د ډیره خفګانه پیښیږي، یعني مسلسل غمجن اوسیدل، د تیر په اړه ارمان کول، په هغه پسي په ناآرامۍ ژړا کول، او داسي نور... نو هدف دا چي که څوک ددې ناروغۍ سره لاس او ګریوان وي، د هغه لپاره دا څو ټکي مجربه نُسخه ده:

۱: معنویاتو ته مخ کول یعني د هغه الله سبحانه وتعالی سره تعلق ټینګول، کوم رب چي ته یې پیدا کړې، د قرآن کریم زیات تلاوت کول، اوریدل، غور او تدبُر په کښي کول، د الله سبحانه وتعالی ذکر د ځان مشغله ګرځول، لمانځه ته د محبت په تلوسه تلل، هلته خپله توجه صرف او صرف خپل رب ته کول، په مسجد کي د زیات وخت لپاره پاته کیدل، د الله سبحانه وتعالی څخه د سجدې په شکل کي دُعا غوښتل، رب ته ژړل، خپل پر ګناهونو اعتراف کول، توبه کښل، د الله سبحانه وتعالی څه بخښه غوښتل، چي په دې قرآن کریم هم شاهد دی. ۲: د بې کارۍ څخه ځان ساتل او اسلامي کتابونه مطالعه کول. ۳: په اصلاحي او علمي مجالسو کي ګډون کول. ۴: د یوازي والي څخه ځان ساتل. ۵: خپل فکر خپله بدلول. ۶: د تیر په اړه فکر ته وخت نه ورکول. ۷: عبادت، خوب، خورک، سپورټ، او مجلس د یو عادي انسان په رقم کول. ۸: ځان په نه څه خوشاله کول، مُسکا کول، د خندرویه کسانو سره راشه درشه لرل، او خلګو ته ځان خوښ ښکاره کول. ۹: د هغه تفریحي او سرسبزه ځایونو سره لیده کاته کول چي طبیعت مینه ورسره لري.

خلګ په یو ځل د ډیرو شیانو په اړه فکر کوي، د دوی څخه ډیر یې یا خو د تیر سره تړاو لري یا د راتلونکي او ناخبره شیانو سره، د هوښیارتیا یعني خپل ذهن دلته حاضر وخت په پام کي ونیسی، دا کیدای سي په خورا آرام ډول وي، اندیښنو او افسوس ته اجازه ورنه کړي، چي ذهن ته خنډونه جوړ کړي، په ځانګړي ډول کله چي ستاسو ټول تمرکز خپل د ځان پر مراقبت او څارنه باندي وي، د ذهنیت په اړه په مکرر ډول د جدي اضطراب او خپګان، د اوږدې مودې درد، د عصري ژوند د امله په ځان کي د ورکیدلو احساسات او د فشار پر کموالي باندي بحث کیږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

په هر صورت هوښیار کیدل تل آسانه نه وي او همدارنګه ذهني مراقبت په ځانګړې توګه د اغیزمنتوب لپاره منظم تمرین ته اړتیا لري، څنګه د ښه ذهنیت درلودونکي کیدای سو؟ ممکن یو څوک ددې لپاره چې د ښه ذهنیت خاوند سي، دا لاره وټاکي چې ورځنیو کارونو ته پوره پاملرنه وکړي، مګر ذهنیت د دغو ورځنیو کارونو د ترسره کولو لپاره داسي ځانګړو چلندونو سره لکه: پلټنه کول، آزادي او منلو سره تړاو لري. په دې توګه تاسو کولای سی د خپلو اصلي تجربو په اړه روښانه، د مخکنیو فکرونو څخه آزاد او پرته له دې چې د هغه په وړاندي د عکس العمل په اړه پریشانه سی، کله چې د یو شخص بشپړ تمرکز پر هوښیارتیا باندي وي، نو ذهنیت په خورا شدت سره پرمختګ کوي، د ذهني تمرکز داسي حالت د مراقبت په توګه تشریح کولای سو، مراقبت ځیني وخت په داسي ډول بیانیږي لکه د خوب کولو په وړاندي چې یو څوک راویښیږي.

ځیني خلګ د غور کولو لپاره د ځینو تکراري، آرامو، لنډو جملو ویل غوره ګڼي، یا هم څو ساده، منظم حرکتونه، ذهنیت د څه لپاره ګټور کیدای سي؟ هغه فکري او فزیکي حالت چې ذهنیت یې منځته راوړي د ډیرو ناروغیو په درملنه کي ګټور ثابتیدای سي، ځکه چې ذهني فشار د زړه د ناروغیو په شمول په ډیرو نورو ناروغیو کي یو مهم فکتور دی، ذهنیت همدارنګه د ډیرو خلګو سره مرسته کوي چې اصلاً ناروغ نه وي، مګر داسي احساس کوي چې دوی کولای سي تر اوسني حالت یو خوښ او معنا لرونکی ژوند ولري، په هر صورت دوه (۲) ځانګړي شرایط شتون لري چې ذهنیت کولای سي پر هغوی ځانګړی اغیزه وکړي:

۱:- خپګان: کله چې موږ خپګان ولرو زموږ منفي افکار او منفي مزاج د یو بل سره تړل کیږي، موږ د کمی احساس کوو، موږ فکر کوو چې بد خلګ یو او یا دا چې په ژوند کي هر څه د خرابی په لور روان دي، چې داسي احساس زموږ اوسني حالات لا نور هم خرابوي، د لوړي په پرتله کښته خواته تلل ډیر آسانه دي، په ځانګړې توګه کله چې تاسو له مخکي څخه خپه سوي یاست او د هغو شیانو څخه هم خوند نه اخلو چې معمولاً موږ خوشحاله کوي او هم د راتلونکي لپاره خوشبینه نه یو، ذهن پالنه د خپګان سره تړلي منفي افکارو په مخنیوي کي مرسته کوي او موږ ته درس راکوي چې پر حاضرو حالاتو او شیبو باندي تمرکز وکړو، نه دا چې د تیر په اړه یا د راتلونکي په اړه اندیښنه وکړو، ذهنیت کولای سي زموږ سره مرسته وکړي چې نړۍ په مستقیم ډول او پرته له قضاوت څخه تجربه او خوند ځیني واخلو، موږ شاید دا په ګوته کړو چې موږ بیره لرو او پر ځای ددې چې د هغه په وړاندي مبارزه وکړو، هغه قبلوو، هیله مند یم چې د خپګان د حالت په دې طریقه سره مخنیوۍ وکولای سو، یا ډیر لږ خپګان ومنو، د فشار سره مخ سوي خلګ ډیری وختونه ځان ګناه کاره بولي او نوره اندیښنه کوي چې داسي احساس حالات نور خرابوي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۲:ـ دوامداره درد: کوم خلګ چي په دوامداره درد کي وي، هملته بند پاته سوي دي، ځکه چي د دوی دماغ د اصلي دردناکه حالت په جریان کي د درد سره مخ سوی دی، که څه هم داسي کسان د فزیکي لید لوري څخه جوړ سوی وي، د دوی مغزونه د درد احساس کولو لپاره دومره ښه سوي دي، چي ځانونه یې په دې اړه قانع کړي چي بدن یې په حقیقت کي د کوم ګواښ لاندي نه دی، ناروغان معمولاً په یوه داسي دوره کي اخته کیږي چي دوی له سره ښه ورځ لري، ډیر کار کوي او وروسته یې بده ورځ پیلیږي، دا یو داسي پروسه ده چي د فعالیت د دوري په نوم یادیږي، دماغ چي څومره ورځني کار ته اړتیا لري، معمولاً د ناروغ له خوا ترسره کیږي، چي ناروغ لا په خپل حدودو کي وي او وروسته خپل د فعالیت کچه لوړوي، په خواشینۍ سره دا ډیر مهم دي چي په آرامۍ سره د بدن تمرین وکړی، تر څو دماغ د ځینو ساحو څخه بیره کول بند کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د ځان سره د فکر کولو زيان رسونکي حالات

۱:- داخلي دښمن: د ځان سره د فکر کولو تر ټولو خطرناک لارښود خپل نفس دی، چي داخلي دښمن ورته ويل کيږي، ځکه همدا دښمن کولای سي ستا هيلي او اُميدونه د خاورو سره خاوري کړي او خپلو اصلي موخو ته د رسيدو په وړاندي خنډونه درته جوړ کړي، داخلي دښمن به تاته تباه کوونکي اشارات درکوي.

لکه: زه ډير مايوسه يم. زه کمزوری يم. زما حافظه ډيره کمزوري ده. ما ډيره هڅه وکړه چي خپل وزن کم کړم، مګر بريالی نه سوم. زه نه سم کولای چي د سګريټو څکولو څخه لاس واخلم. زه نه سم کولای سهار وختي د خوبه راويښ سم. زه نه سم کولای د بدو کارونو څخه لاس واخلم. زما څهره جالبه نه ده. زه د ډيرو خلکو په وړاندي هيڅ خبري نه سم کولای. ځيني خلک خپل باطني عقل ته همداسي منفي اشارات ورکړي، چي پر عقل يې اغيز وکړي او په دوامداره توګه يې تکرار کړي، تر دې پوري چي همدا اشارات يې د فکر يوه ځواکمنه برخه لاندي کړي او بلاخره يې پر کړو وړو او چاپيريال منفي اغيزي واچوي.

۲: د (خو) منفي توری د ځان سره د فکر کولو دوهمه پوړ د (خو) توری دی او دا د لومړي ډول حالات سره ډير لږ توپير لري، دلته انسان بدلون ته ليوالتيا ښيي، مګر د (خو) توری کاروي، او له بده مرغه دا توری مخکينی مثبته خبره له منځه وړي.

لکه: غواړم خپل وزن کم کړم، خو نه سم کولای. درسونه وايم، خو نه مي زده کيږي. غواړم سهار وختي راويښ سم، خو له وسه مي نه کيږي. اوس که تاته څوک ووايي: ته ډير نيک سړی يې خو نو ستا په ذهن کي به څه ګرځي؟ څرګنده ده چي د (خو) توری ټل مخکينی معنا له منځه وړي، له همدې امله کومه وينا چي ستا په ذهن کي پرته وي د هغې معنا به داسي سي چي زه نه سم کولای، نو د (خو) توری خلک د يو کار څخه د تيښتي لپاره کاروي او تر شا يې داسي بيره پرته وي چي سړی خپلي موخي ته د رسيدو څخه راګرځوي.

۳:- خبري ته مثبت غبرګون ښوول: دا له ځان سره د خبرو کولو تر ټولو غوره حالات دی، همدا راز د ربښتني پياوړي شخصيت او پر ځان باور لرلو څرګندونه کوي، د مثبت غبرګون بيلګي په لاندي ډول دي:

لکه: زه کولای سم خپلي موخي تر لاسه کړم. زه ډير زورور يم او پر ځان پوره باور لرم. زه ډير نيک انسان يم. زه ډيره پياوړې حافظه لرم. زه کولای سم د ناوړه کارونو څخه لاس واخلم. زه کولای سم د هر چا سره غوره چلند وکړم. دا ټولي مثبتي خبري موږ پر خپل ځان ډاډه کوي او ځواک رابخښي، تر څو خپلي موخي په ربښتني ډول تر لاسه کړو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د دقیق فکر او پریکړي کولو لپاره د پنځو منفي خویونو څخه ځان ژغورل

۱- ملامتیا: ډیر وخت موږ اورو چي خلګ په خپلو کارونو کي یو بل ملامتوي، ځیني خلګ خپل پلرونه او مشران ملامتوي، ځیني بیا خو کله نا کله آن تقدیر ته هم ژبه ور اوږده کړي، کله بیا پر خپل بد قسمتي پېره ور اچوي، او ځیني خلګ بیا ددې لپاره چي خپل شعور او احساسات پاک وښیي پر حالاتو او شرائطو هم پېره ور اړه وي، مګر د بده مرغه د بل ملامتول ستا کړه وړه د ګواښ سره مخا مخ کوي او تا د خپلو رښتني امکاناتو د کارولو څخه راګرځوي، کله چي ته نور خلګ، یا زمان او مکان ملامتوې، په دې سره ته خپل غوسې ته نور ځواک ور زیاتوي، نو ته باید نور ملامت نه کړې او د خپل ژوند مسؤلیت په خپلو وږو واخلي، دا هغه جملې دي، چي موږ ته نوی فکر او نوی ځواک راکوي، دا زموږ لپاره یو هڅونکی زنګ دی، چي موږ له خوبه راویښه وي، موږ باید په دې لټه کي سو، ددې پر ځای چي پېره پر خپل ځان او نورو ور واچوو، باید داسي لار غوره کړو، چي پر مټ یې وکولای سو خپل ژوند روښانه کړو، تاسو هم کولای سی، همدغه تګلاره غوره کړی، په همدې سره موږ کولای سو خپلو موخو ته ورسیږو او خپل ژوند چي د الله سبحانه وتعالی یوه ستره لورینه ده د بدي پایلي څخه وژغورو.

۲:- سیالي: موږ تل د نورو سره سیالي کوو او په خدای ورکړو لورېینو کي ځان ورسره برابره وو، چي په همدې سیالیو کي تل زیانمن یو، ځکه موږ د نورو سره په داسي څه کي سیالي کوو، چي موږ یې نه لرو او هغوی یې لري. د مثال په ډول: که چیري موږ یو کوچنی موټر ولرو او د بل ښه موټر څښتن ته وګورو، نو خپه سو چي موږ ولي داسي موټر نه لرو.

د بل سره سیالي کول هیڅ کله زموږ په ګټه نه دي، ځکه دا د داسي شي غوښتنه ده چي موږ یې نه سو تر لاسه کولای او نورو ته به الله سبحانه وتعالی د هغه وړتیا ورکړې وي، نو څرګنده خبره ده چي موږ به سیالي بایلو او بیا به زیانمن یو، که ته هرومرو غواړې چي د چا سره سیالي وکړې، نو ویې کړه خو لومړی باید خپل اوسنی او راتلونکی هغه حالت سره پرتله کړې چي ته یې هیله لرې، او ته باید هغه تګلاره هم په پام کي ونیسې چي غواړې خپل ژوند پرې روښانه کړې، ته باید په خپل شخصي وړتیا او پرمختګ تمرکز وکړې، او په یاد ولره چي هر شخص په تخلیقي ډول د بل څخه جلا دی، که څه هم په یوه شي کي وي، نو ددې پر ځای چي د بل سره سیالي وکړې لومړی خپل ژوند خپله روښانه کړه، او الله سبحانه وتعالی د هغه انسان سره ډیره مینه کوي چي د ځان لپاره کوم شی خوښوې د نورو لپاره هم هغه خوښ کړه.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۳- تیري کړني: تیر ژوند غوره کول، پر تیر غم خفګان کول د هوښیارانو په وینا لیونتوب دی، څه چي سوي دي هغه تیر سوي دي، هیڅوک نه سي کولای تیر وخت بیرته راوګرځوي، آیا ته کولای سې چي بیرته ماشوم سې؟ آیا ته کولای سې پرونۍ ورځ بیرته را وګرځوې؟ آیا ته کولای سې پرونۍ غم بیرته راوګرځوې؟ آیا ته کولای سې د سترګو راوتلې اوښکه بیرته سترګو ته ور وګرځوې؟ تیر ژوند غوره کول، تیر غمونه تازه کول او تیري نیمګړتیاوي بیا را یادول ستا اوس مهال ته زیان رسوي، ستا پر روانه تګلاره اغیز کوي او ستا د راتلونکي پلانونو د خنډ سره مخامخ کوي، که چیري ته تیر ژوند غوره کړې او هغه څه کوې چي په تیره زمانه کي خلګو کول نو ژوند به دي په بشپړ ډول پخوانۍ بڼه ولري، د ژوندانه بیړۍ به دي تل د سمندر پر یوه غاړه ولاړه وي، نو تیر ژوند غوره کول د ناکامۍ اصلي لامل دی، ځکه تیر ژوند هیڅکله بیرته نه را ګرځي، موږ یوازي کولای سو د تیر وخت څخه درس واخلو، د هغه څه څخه ګټه پورته کړو، او ترخې تجربې هیري کړو، تر څو د خپل ژوند اصلي موخي تر لاسه کړای سو.

یو عصبي متخصص ډاکټر وايي: تیر هیڅکله د راتلونکي سره برابر نه دی، او دا یو څرګند حقیقت دی، نو مهمه دا ده چي ستا سره داسي ځواک وي چي تیر پریږدي او د خپلو وړتیاوو سره د حال ژوند غوره کړي.

۴:- د (زه) توری: په کائناتو کي تر ټولو غوره مخلوق انسان دی، الله سبحانه وتعالی پر ده باندي بې شمیره وړیا نعمتونه لورولي دي او ددې په بدل کي الله سبحانه وتعالی انسان ته امر کړی دی: تل د الله سبحانه وتعالی عبادت وکړی او منندوی واوسئ. نو انسان باید تل خپل رب ته سر ټیټی واوسي، د الله سبحانه وتعالی د بندګانو قدر وکړي او د لویي څخه ځان وساتي، د زه او زه یم پر ځای باید د ته او ته یې توری ډیر وکاروې. هر انسان په خپل داخل کي یو غږ لري، چي د نړۍ پر مخ زه تر ټولو غوره انسان یم. هوښیاران وايي: که ته غواړې د نورو په زړونو کي ځای ونیسې، نو د هغوی قدر کوه. که خلګو ته د ځان ستاینه کوې، نو غوږ به درته نیسي او که د دوی ستاینه کوی، نو مینه به درسره ساتي، نو باید د (زه) توری لږ وکاروې او د (ته) په کارولو کي ډیر نیک اوسې.

۵:- نیوکه: د هر انسان خپله ژبه په خپل اختیار کي وي، که دی غواړي ښه یې وکاروي، نو مینوال به یې ډیر وي او په هره ناسته او هر ځای کي به ښه یادیږي، او څوک چي ژبه بې واکه کاروي او پر هر چا نیوکي کوي، نو تل به د نورو خلګو له خوا تر نیوکو لاندي راځي او زړه به یې تل خپه وي، نیوکه د بل زړه ازاروي، نیوکه ستا او د اوریدونکي تر منځ ترینګلتیا زیاتوي، نیوکه ستا او د ملګرو تر منځ مینه له منځه وړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

هوښياران وايي: ژبه هډوکی نه لري، مګر هډوکي ماتولای سي. نو مخکي له دې چي پر چا نيوکه وکړې، لومړی د يوې شيبې لپاره انتظار وباسه او سوچ وکړه چي کيدای سي ستا نيوکه به ستا او د بل چا تر منځ منفي احساسات وزيږوي. بيا چي کله غواړې پر هغه نيوکه وکړې، نو د زړه څخه دي هر ډول منفی سوچونه وباسه، د هغه پر درو (۳) مثبتو خويونو سوچ وکړه او په هغه کي د کوچنی نيمګړتيا پر ځای لويه نيمګړتيا په نښه کړه، په ډيره نرمه او خوږه لهجه چلند ورسره وکړه، مګر پام دي وي چي په کوم مجلس کي دي چي پر چا نيوکه وکړه په هغه مجلس کي د يوې نيوکي په بدل کي يې دوه (۲) ځله ستاينه هم وکړه، پر بل چا د نيوکي وروسته د هغه ستاينه کول ستا او د هغه تر منځ باور زياتوي او هغه ته خپلي نيمګړتياوي ور په ګوته کوي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

هغه لس عادتونه چې ستاسو ټولنيزو مهارتونو ته د پام وړ وده ورکوي

۱:- د خلګو د ويناوو سره علاقه ولرئ: علاقمندي خلک په زړه پوري کوي، د خلګو پوښتنه وکړئ، هڅه وکړئ داسي يو څه زده کړئ، چي مخکي مو د خپلو خبرو اترو څخه نه وه پيژندلي.

۲:- خلګو ته غوږ ونيسئ: ډيری خلک نه اوري، بلکي هڅه کوي په مجلس کي تر ټولو ډير خبري کوونکی شخص وي، که تاسو پوښتني وکړئ او غوږ ونيسئ، نو تاسو به ډير څه لاسته راوړئ.

۳:- دا پيدا کړئ چي چيري تاسو ښه تعامل کوئ: آيا تاسو د لږو خلګو تر منځ يا په لوی شمير خلګو کي غوره فعاليت کوئ؟ دا يو مهم توپير دی او په دې پوهيدل چي تاسو څنګه غوره فعاليت کوئ ستاسو د ټولنيزو مهارتونو د روښانه کيدو لپاره غوره چاپيريال په رامنځته کولو کي مرسته کوي.

۴:- ډير منفي مه اوسئ: منفي فکره او ډير وخت شکايت مه کوئ، دا ډول چلندونه خلک نه خوښوي موږ په طبيعي ډول د هغو خلګو سره مينه کوو څوک چي مهربانه، خوښ طبيعته وي، نه د هغو خلګو په پرتله چي هر وخت شکايت کوي.

۵:- د خلګو نومونه په ياد ولرئ: د خلګو څخه وغواړی چي خپل نومونه درته تکرار کړي که دا سخت وي، د دوی څخه وغواړی چي نومونه ستاسو لپاره په تورو بيان کړي که تاسو دا هير کړی، د بل ملګري څخه وپوښتئ، چي (ای) هغه د سور کميس واله کس نوم څه شي دی؟ زما څخه هير دی، او بيا خلګو ته د دوی په نومونو سره خطاب وکړی، خلک دغه کار ډير خوښوي.

۶:- د خلګو شخصيت ياد کړئ: د خلګو ستاينه وکړئ ځکه چي دوی پوه سي چي تاسو واقعاً دوی ته غوږ نيولی او د دوی کيسه مو په ياد ده.

۷:- هره تشه په خبرو سره مه ډکوئ: خبري دوې (۲) لاري لري، ځيني وختونه چوپتيا تر هر څه غوره وي او بايد چوپتيا غوره کړو، او ځيني وخت جواب ويوونکي واوسو، تر څو خبري کوونکی په دې پوه سي چي کيسه يې تعقيب کړې ده.

۸:- تعقيب زده کړئ: هڅه وکړئ چي د خبرو پر مهال د سپارښتني سره راسی او بيا ژمنه وکړئ، چي د زيار لرونکي، متقابل او د باور وړ شخص ياست.

۹:- بايد تر معلوم وخت وروسته ولاړ سئ: هيڅ څوک نه غواړي يوازي د ساعتونو لپاره تاسو سره خبري وکړي ښې خبري وکړئ او مخته ولاړ سئ.

۱۰:- ټولنيز مهارت: د خلګو درناوی وکړئ، د هغه څه په اړه تصميم ونيسئ، چي خلک يې تمه لري، د خلګو ستاينه وکړئ، خلګو ته بخښنه وکړئ، د خلګو سره مرسته وکړئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

هیله بخښونکي افکار

کوم سړی چي په ښه او بد کي فرق نه سي کولای، هغه په مړو کي شمار دی. د دوو (۲) ورونو تر منځ دښمني مه اچوه، ځکه چي هغوی به سره رضا سي، مګر ته به د ټول عمر لپاره مخ توری سې. په کوم شي چي علم نه لرې، د هغه په باره کي فکر مه کوه. قارون د کوم سره چي څلوېښت (۴۰) خزانې وې هغه مړ سو، نیک انسان کله هم نه مړ کیږي، ځکه چي هغه د خلګو په زړونو کي ژوندی وي. تر ټولو لوی خیانت د قوم سره غداري ده. تر ټولو لوی ښه هغه څوک دی، کوم چي د بد کار څخه بیزیږي. حلیم اوسه! مګر د غلامۍ تر درجې مه رسیږه. د خلګو سره داسي وخت تیر کړی، کله چي تاسو مړه سی، باید هغه درپسي وژاړي. د کامیابي زینه د ناکامي د اړیکو څخه جوړه سوې ده.

د دماغ لپاره مطالعه او د بدن لپاره ورزش ضروري دی. کله چي ستاسو یقین وي، چي تاسو رښتني یاست، بیا ددې خبري پروا مه کوئ، چي خلګ څه وایي. په محض فکر کولو سره انسان ته هیڅ په لاس نه ورځي. فکر د عمل روح دی. که چیري د کوم کار بل چا ته سپارل غواړې، نو کوم دانا ته یې وسپاره، که دانا نه وي تاسو یې په خپله وکړی او که تاسو یې هم نه سی کولای بیا یې پریږدئ. یو زوړ متل دی! خلګ ددې وجهي ژاړي، چي نور خلګ ژاړي. د خپلو اولادونو سره ښه سلوک وکړی او هر ممکن کوښښ وکړې، تر څو د هغوی تر مخ د خپلو هر ډول مسائلو ذکر ونه کړې، ځکه کوچنیان د هر ډول مسائلو په اوریدلو سره ځیني وخت د مظلومیت ښکار کیږي. په تیرو سوو خبرو پسي مه خپه کیږئ. څوک چي خپل راز پټ وساتي، هغه خپل ټول دولت په خپله قبضه کي وساته. هوښیار هغه څوک دی، کوم چي خپل ژوند په ضروري او مقصودي کارونو کي صرف کړي.

چا چي کوښښ وکړ هغه ګټه وکړه. لوی کار د لوی فکر نتیجه وي. یو زوړ متل دی! جال که هر څومره لوی وي، مګر مرغه په یوه سوري کي مبتلي. د دښمن څخه ډیر خطرناک هغه څوک دی، کوم چي د دوستانو سره دوکه کوي. جهنمیان هغه څوک دي، کوم چي عود غرضه، کبرجن، حریص او بخیل وي. که یو څوک ستاسو څخه جلا کیدل غواړي، تاسو د هغوی سره د صلح کولو کوښښ وکړئ. تر څو چي خپل زړه پریشان نه کړی، تر هغه د نورو پریشانۍ نه سی لیری کولای. بیره د انسان اعصاب او اعضاء کمزوري کوي. په حقیقي معنا کي ښکلی هغه څوک دی، کوم چي کار ورته وسپارل سي، دی یې په ښه طریقه ترسره کړي. قدرتي قانون دی! کله چي د اوبو لار بنده سي، نو هغه نوري نوي لاري جوړه وي. پام کوی! چي دولت مو سست او عیاش نه کړي او مفلسي مو حوصله ماتونکي نه کړي. آزادي، خوشحالي او پر خپل ځان باور د مثبت فکر څخه تر لاسه کیږي. غلط فکر انسان د خپلي لاري څخه ډیر لیري کوي. ډیر امیران خلګ هم په ذهني لحاظ غریبان وي. ډیر کم خلګ د غریب ورور عزت کوي. کوم سړی چي ډیري خبري کوي، هغومره کم عقله دی.

(c) ketabton.com: The Digital Library

پوه زوی د والدینو لپاره ښه افتخار دی. خپل اولاد ته د ایمانداری اولین درس ورکول د هغوی د تعلیم او تربیت پیلامه ده. کوم والدین چي خپلو اولادو ته د تعلیم او تربیت ورکول پریږدي، هغه د انسانیت مجرمین دي. کوچنی د تنقید پر ځای د تقلید څخه ډیره زده کړه کولای سي. هر مور او پلار خپلو اولادو ته د ښو اخلاقو څخه ماسیوا بله ښه تحفه نه سي ورکولای. د ښځي او خاوند ژوند د اولاد لپاره انتهائي مؤثره دی. د دواړو په مابینځ کي جنګ کول د کوچنیانو لپاره د عصابي مرضونو سبب جوړیږي، لهذا ښځه او خاوند د دغه مشکل د حل کولو لپاره باید هر ممکن کوښښ وکړي. کوچني ته د تعلیم ورکولو تر ټولو اولین سبق د هغوی ضدي او خود غرضي نه جوړول دي. د غصې راتللو په حالت کي کوچنیانو ته سزا مه ورکوئ، ځکه چي د غصې په حالت کي هیڅ حکیم د مریض علاج نه سي کولای.

کوچنیان زموږ د زړه ګلان دي، موږ د هغوی لپاره نرمه مځکه یو، هر څه چي راځخه وغواړي باید ور یې کړو او کله چي هغوی خپه وي باید راضي یې کړو. د کوچنیانو مثال د لمدې خټي په شان دی، دا د والدینو او د معاشري ذمه واري ده، چي د هغې څه جوړه وي. د یوه پلار د کامیابي اندازه ددې څخه هم کیږي، چي اولادونه یې په راتلو او که په تلو خوشحاله کیږي. د اولادونو سالمه روزنه تر هر څه ښه سرمایه ده. که چیري د اولادونو سالمه روزنه وسي، نو هغوی به د هري بدي لاري څخه راوګرځي. د کوچنیانو لپاره لوبي کول دومره ضروري دي لکه: د ګل لپاره د لمر وړانګي. د کوچنیانو سره داسي سلوک وکړی چي هغه هم یو انسان دی، یا د انسان جوړیدو صلاحیت لري. څه پلرونه اولاد ته د مکمل انسان درجې ورکولو پر ځای هغه د ځان لپاره د سپر په ډول استعمالوي. پر کوچنیانو باندي تر ټولو اولین اثر د کورنی وي، د خاندان د خلګو خویونه په دوی کي پیدا کیږي. د ښه تربیت د وجهي په کوچنیانو کي یو داسي قوت پیدا کیږي، په کومو باندي چي د صحت، پر ځان باور کول، کامیابي او د شادمني انحصار دی.

کوچنیان د قوم او د ملک سرمایه ده، لهذا د هغوی حفاظت او تربیت ډیر ضروري دی. د هوښیارو خلګو یوه خوبي دا هم ده چي هغوی مایوسه کوونکی کار نه کوي. تر ټولو زیات د ستاینې وړ هغه څوک دی کوم چي د علم په قوت سره غضب د منځه وړي. د آمن، محبت او اعتبار لار داسي ده په کومه کي چي هلاکت نسته. د هر کار د کولو مخکي فکر وکړه او هغه کار وکړه د کوم تر شا چي پیښمانتیا نه وي. د الله سبحانه وتعالی څخه بیره داسي څراغ دی، د کوم په رڼا کي چي نیکي او بدي صفا د ورایه ښکاري. موږ باید د هر هغه انسان سره محبت وکړو کوم چي د انسانیت څخه نفرت نه کوي. د کم عقلو خلګو هیڅ دوست نه وي. کله چي په انسان کي دننه الهي بیره نه وي نو تباهي راځي. خلک علم او آدب ته زیاته توجه نه کوي، طاقتور خلک د زیات طاقت لپاره کوښښ کوي او غریب خلک د خپلي روزي لپاره، ددې نتیجه دا راوځي چي انساني ذهانت او زیار بالاخر په همدغه جنګ او کشمکش کي ختم سي. یتیم هغه نه دی کوم چي د والدینو د سیوري

(c) ketabton.com: The Digital Library

څخه محروم سي، بلکي حقیقي یتیم هغه دی کوم چي د اخلاقي نګرانۍ څخه محروم سي. انسان فطرتاً نیک دی، مګر غلطه تربیه او غلط ماحول هغه بد جوړوي. په جونګړه کي سره د آمنه اوسیدل په محل کي د بد آمني د اوسیدلو څخه ښه دي. کله چي د راز محافظین زیات سي، نو هغه ډیر ژر افشا کیږي. یو صحتمند فقیر د مریض باچاه څخه ډیر خوشحال وي. اصلاً د ستاینې وړ هغه څوک دی، د کوم چي خپلوان، دوستان او همسایه ګان ستاینه کوي. چیري چي ګلان ډیر وي، هلته زهرجني مچۍ هم ډیري وي. مځکه زموږ د ټولو مور ده، یوه ورځ نه یوه ورځ به د هغې غیږي ته ورځو. په انسان کي د هوښیارتوب تر ټولو لویه علامه دا ده چي هغه د خپلو غلطیو څخه خبر وي. د شاتو په یوه څاڅکي سره تاسو ډیر مچان نیولای سی. هوښیار هغه دی، کوم چي خپله ژبه د نورو د غیبت څخه وساتي.

غیبت دې ته ویل کیږي، چي تاسو د یو چا په حق کي داسي خبره وکړی، که هغه یې واوري نو خپه کیږي. وخت بې رحمه او حقائق ترخه دي. د نیکي اغاز مشکل، مګر انجام یې نیک دی، د بدي ابتداء آسانه، مګر انجام یې ډیر بد دی. په اصل کي انسان چي کومي خبري سپین ږیری کوي، هغه تنهائي، مایوسي او غم دی. په کوم قوم کي چي غدار پیدا سي، نو د دغه قوم مضبوطي کلاوي هم د ختو کورونه سي. کوم انسان چي د خپل محسن سره وفا ونه کړي، هغه د هیچا سره وفا نه سي کولای. د دنیا او د خلګو بدلول مشکل دي، مګر تاسي خپل ځان په آسانۍ سره بدلولای سي. که چیري تندرستي غواړی، نو نیک خویه جوړ سی، که دانا جوړیدل غواړی، نو د اخلاقیاتو مطالعه وکړی او د الله سبحانه وتعالی څخه بیره وکړی. پیاده تګ د هغه آس د سورلۍ څخه ښه دی، کوم چي انسان غورځوي. په زړونو کي یو قبرستان جوړ کړی، تر څو د خپلو دوستانو بې کاره خبري هلته دفن کړی. چیري چي غیبت وي، هلته رحمت نه وي. تر څو چي په کښتۍ کي سوری نه وي، تر هغه یې سمندر نه ډوبوي، همدا شان موږ هم باید د خپل زړه او دماغ دروازه د بې کاره سوچونو او خیالاتو پر مخ وتړو، که مو دا کار وکړ هیحکله به هم د غمونو په دریاب کي ډوب نه سو.

په هفته کم از کم یو ځل د ښو اشعارو مطالعه کول ضروري دي، ځکه چي په دې سره زړه ته سکون، دماغ ته تازګي او روح ته خوشحالي وربخښل کیږي. د تعلیم او ترقي هیڅوک ټیکه داران نه دي. کوم خلګ چي هیڅ کار نه کوي، هغه تر ټولو ډیر مصروف وي. د یو چا د ښو خویونو په بیانولو کي وخت مه ضایع کوئ، بلکي د هغه خویونه خپل کړئ. د داسي خوشحالۍ څخه لیري اوسئ، کومه چي سبا ورځ درته غم کیږي. هر هوښیار او ښه انسان مخلص وي. حکومت او اقتدار تلونکی او راتلونکی شی دی، کوم شی چي تل باقي دی، هغه ښه شهرت یا بدنامي ده. هیڅوک په هر شي علم نه لري. کوم شی چي په څومره زور سره ولویږي، په هغومره زور سره پورته کیږي. د انسان تر ټولو لوی دښمن یې خپل جهالت دی. کوم انسان چي د خپل ژوند او نفس سره محاسبه نه کوي، هغه د ژوندي اوسیدلو لایق نه دی. د عزم او همت اندازه هغه وخت کیدلای سي، کله چي

(c) ketabton.com: The Digital Library

موږ کمزروي او په اقليت يو او د تحمل اندازه په هغه وخت کي کله چي موږ زورور او په اکثريت کي يو. چيري چي مالګي ته ضرورت وي، هلته د بورې څخه کار اخيستل نه دي په کار. هر انسان دا سوچ کوي چي دوزخ د نورو لپاره دی. هيڅوک يو ناڅاپه بد کاره نه سي جوړيدلای. د ګناهونو څخه د ځان ساتنه په دې سوچ سره هم کيدلای سي، چي هسي نه بيا مي اولاد همداسي نه سي. د انسان د غلط اوسيدلو يوه وجه دا هم کيدلای سي چي هغه خپلو غلطيو ته يو نه يو جواز پيدا کړی وي. ښه جوړيدل مشکل او بد کاره جوړيدل آسانه دي. الله سبحانه وتعالی دي موږ ته د هغو خلګو څخه نجات راکړي چي په ظاهره نيک او متقي ښکاري، مګر د هغه باطن تور وي، دا ضروري نه دي چي کوم انسان په ظاهره ښه وي، هغه دي په باطن کي هم ښه وي. بې کاره انسان به د بې کارتوب څخه پرته تاسو ته څه درکړي؟ څومره بد دی هغه انسان کوم چي ددې خبري پروا نه کوي، چي خلګ دی بد بولي. د چا چي اخلاق بد وي خلګ د هغه په مرګ خوشحاله کيږي. د بې کارۍ پر لاره تلل کوم مشکل کار نه دی. بد ترين انسان هغه دی کوم چي د توبې په اُميد ګناه کوي.

کوم شی چي ستاسو د قبضې څخه ووت، په هغه باندي افسوس مه کوئ، دا د کوچنيانو او د بې عقلو عادت دی. هيڅوک د بل چا د غم سمه اندازه نه سي معلومولای. هغه نيکبخته دی، کوم چي د خپل غم اظهار وکړي، ځکه چي په دې سره هغه ته يو څه سکون او تسل حاصليږي. د غم ښه علاج مصروفيت دی. کوم غم چي تير سوی دی په هغه پسي د خپه کيدلو مطلب دا دی چي موږ يوه بل نوي غم ته د راتلو دعوت ورکوو. څوک چي پريشان اوسي هغه ته پريشانۍ پيدا کيږي. غم د ټولو مرضونو دروازه ده. که چيري تاسو يو چا ته خوشحالي نه سی ورکولای، نو غم هم مه ورکوئ. د مشکلاتو او مصيبتونو د وجهي مه خپه کيږئ، ځکه داسي شپه نسته چي وروسته يې ورپسي سبا نه وي. اکثره باريک او لوی لوی کارونه داسي خلګو کړي، کوم چي د مشکلاتو او مصيبتونو ښکار وه. په مصيبت کي وارخطاء کيدل د کمال درجه مصيبت دی.

د مصيبت راتلو ته انتظار مه کوئ، که چيري هغه تر تاسو را ورسيد، بيا په پوره همت د هغه سره پنجه وازمويی. اکثره پريشانۍ د عاجزه غوماشي څخه زيات اهميت نه لري، که د لږ عزم او حوصله څخه کار واخيستل سي هغه ليري کيږي. مايوس انسان د خوشحاليو په هجوم کي د غمونو تسلسل ويني، ځکه هغه بيريږي چي دغه خوشحالي يې ډير ژر په غمونو بدليدونکې ده. مايوسي د انسان تر نيمايي زياته وينه کموي. مايوسي د انسان تر ټولو لوی دښمن او د الله سبحانه وتعالی عذاب دی. مه مايوسه کيږئ! ځکه نتيجه يې د عمر کموالی دی. مايوسه او د کمزورو زړونو خاوندان پريږدئ، که نه نو تاسو هم د دوی په شان کيدلای سی. د هري ناکامۍ څخه وروسته کاميابي په لاس درتلای سي، شرط دا دی چي د ناکامي وروسته مايوسه نه سی. بعضي خلګ په خپلو کمزوريو او خاميو باندي د پردې اچولو لپاره د نورو خلګو د عيبونو او کمزوريو پلټنه

(c) ketabton.com: The Digital Library

کوي، دا کار هغه څوک کوي چې د ځان د اصلاح څخه مايوسه وي. موږ ته ناأُميده او مايوسه کيدل نه دي په کار. ستاسو د مايوسۍ زمه وار هيڅوک نه دي، بلکي تاسو په خپله ياست. محبت هميشه يو موسمي ګل دی، کوم چې د هر سړي په لاس کي وي. ژوند يو ګل دی او محبت د هغه خوشبويي. محبت انسان ته د عظمت، پاکيزګي، انسان دوستي، خوشحالي او د آمن درس ورکوي. اې مظلومو انسانانو! خپل خالق او مالک مو هير کړی دی او غواړی چي پر تاسو دي پريشانی هم نه راځي. چا ته تکليف مه ورکوئ، ځکه چي دا تر ټولو لويه ګناه ده. هره ورځ خپل مخ په آئينه کي ګورئ، که مو خپله څيره تر پامه بده درسي، نو بد کار مه کوئ تر څو دوه ناخوالي سره جمع نه سي، که مو تر پامه ښه درسي، نو د بد کار په کولو يې مه خرابوئ. ګناه کوونکی انسان خپل روح ته داغ ورکوي. ګناه په دې اُميد مه کوئ، چي الله سبحانه وتعالی غفور الرحيم دی، په ياد ولرئ هغه جبار او قهار هم دی.

لکه څرنګه چي درختي ته د خپلو ګلونو بار نه معلوميږي، همدا شان ګناه کوونکي ته هم د خپلو ګناهونو وزن نه ورمعلوميږي. هغه انسان ډير بدبخته دی چي په خپله خو مړ سي، مګر ګناهونه يې نه مري، يعني هغه يو داسي بد کار شروع کړی وي، چي د ده د مرګ څخه وروسته هم جريان لري. په بيکاره اعمالو اعتراف د ښو کارونو ابتداء ده. کله چي کوم انسان ته د ضرورتونو څخه زياته دنيا په لاس ورسي، هغه د نورو خلګو سره بد سلوک کوي. که هر څومره لمنځونه کوي او روژې نيسي تر هغه وخته فائده نه رسوي، تر څو چي د بد عملي څخه پرهيز ونه کړي. تر ټولو ډير مفلس او خوار دوست هغه څوک دی د چا سره چي نيک اعمال نه وي. اې د الله (جل جلاله) بنده! که چيري ته په ناوړه او رذيله اخلاقو کي ګرفتار اوسې او د خپلو احوالو د اصلاح فکر نه کوې، نو ستا ژوند ستا لپاره دوږخ او عذاب دی. د توبې په اُميد ګناه مه کوئ، ځکه چي د استغفار او توبې توفيق ستاسو په لاس کي نه دی، ممکن ده چي د ګستاخي او مسلسل سرکښي د وجهي د توبې توفيق در څخه سلب سي.

رياء کار او مکار چل کوي، مګر عادتونه نه پريږدي، شيطان د خپل ځان دښمن بولي، مګر د هغه سره دښمني نه کوي. خلګ د ناجوړتيا د بيري خوراک پريږدي، مګر د جهنم د عذاب د بيري ګناه نه پريږدي. د داسي خلګو څخه ځان وساتئ، کوم چي د خلګو په مينځ کي خپل ګناهونه په فخر سره بيانوي. شيطان وژل نه کوي، بلکي په هلاکت کي غورځول کوي. راسی! همدا نن ورځ زموږ سره عهد وکړی، چي سر د نن ورځي به د خپل ژوند په هيڅ کومه شعبه کي د قرآن کريم او د سنت رسول الله (صلی الله عليه وسلم) څخه مخالف کوم کار نه کوم، بيا وګوری چي د زړه سکون درته څنګه حاصليږي. انسان ته هميشه ددې امر احساس په کار دی چي نيکي هيڅکله نه ضايع کيږي، نيک خويه انسان هيڅکله نه غمجن کيږي ولو که په مصيبت کي هم وي، بدخويه انسان هيڅکله نه سي خوشحاليدای ولو که په راحت کي هم وي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

اې انسانه! ښه اعمال وکړه او د نیکیو کولو لپاره خپل عمر غنیمت وګڼه، مخکې تر دې چې واورې فلانی په دې دنیا کې نسته. د نیکو خلکو یو خوی دا هم دی چې خپل دوستان، متعلقین او ملازمین نه رسوا کوي. د ښیګڼو توقع همیشه د ښو خلکو څخه کیږي، که چیرې یو څوک تاسو ته د تکلیف رسولو په خاطر ستاسو په لار کې ازغي واچوي، تاسو هغه د لارې څخه لیرې کړی، که چیرې بالمقابل تاسو هم د هغوی په لار کې ازغي واچوی، نو دنیا به ټوله ازغي ازغي سي. الله سبحانه وتعالی ته د نږدې کیدلو لپاره د الله سبحانه وتعالی نیکو خلکو ته ورنږدې سی، حسن د نیکي څخه پرته یو داسې ګل دی په کوم کې چې خوشبویي نه وي. کله چې یو نیک کار تاسو خوشحاله کړي او یو بد کار مو خفه کړي، نو پوه سی چې تاسو مؤمن یاست، د نورو سره د نیکي کولو په وخت کې پوه سی چې دا مو د ځان سره وکړه، نیکي علم دی او بدي جهالت، ښه هغه څوک دي کوم چې ښه کارونه کوي.

یوه نیک سړي ته ټوله دنیا مورنی وطن دی، کوم وخت چې تاسو په دنیا کې پیدایښت وسو، نو تاسو ژړل، اوس نو یوه داسې ژوند تیره کړه، کله چې مړې ته خاند خلګ به درپسې ژاړي. کوم سړی چې خپله ژوند په نیکو کارونو کې تیروي، هغه په مثل د ګل لرونکي درختي دی، که نه نو د ازغیو یو بوټی دی. که مطمئن او خوشحاله اوسیدل غواړی، نو ایمانداري اختیار کړی، پر حق قائم خلګ په شمیر کې کم دي، مګر په قدر او منزلت کې تر هر چا زیات دي. که چیرې یو سړی په ورځ کې یو ښه مصروفیت ولري، نو په شپه کې ښه خوب کولای سي، همدا شان که یو سړی خپله ژوند په ښو کارونو کې تیره وي، نو ښه مرګ ور په برخه کیدلای سي. اصلاً د خیر کار دا دی چې د طمعې پرته د نورو مرسته وکړل سي.

د نیکي په کولو سره د انسان عمر زیاتیږي، په ښو اعمالو، ښو دوستانو او ښو کتابونو کې د اضافه والي راوستل په کار دي، د هر انسان قیمت د هغه ښه عملونه دي. د نیکو خلګو یو خوی دا هم دی چې هغوی د هغو خلګو احترام هم کوي، کوم چې د دوی په کټه نه وي، په دنیا کې صرف دوه (۲) مذهبه دي، یو نیک او بل بد، تر څو چې یو څوک د خپلو بدخواهانو هم خیرخواه نه سي، تر هغه نیک کمال ته نه رسیږي. اې مسلمانانو! په هوش کې راسئ، ګناهونه پرېږدئ، په اخلاص سره نیک عمل او په نیکیو کې د ترقي کولو لپاره مخ پر وړاندي قدم واخلئ، تر څو په دنیا کې عظمت او عزت درته حاصل سي او په آخرت کې د دوږخ د اور څخه محفوظ سي.

په دنیا کې د ښه ژوند کولو لپاره انساني قوتونه او صفتونه سته، هر څوک چې غواړي داسې قوتونه او صفتونه په ځان کې پیاوړي کړي، نو یوازې غوښتنه کار نه کوي، بلکې ددې مقصد د تر لاسه کولو لپاره ځان وپښول، خوځول او پوهول په کار دي. بریالي کسان هغه دي چې په خپلو غوښتونو پسې ځي، که یې پیدا نه کړي، بیا یې نو د هڅو په مټ تر لاسه کوي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ماخذونه

۱: تفسير ديوبندي، مرتب الحاج مولوي عبدالحنان (صاحب).

۲: فکري روزنه، ليکوال: مولوي نجم الرحمن (فضلي).

۳: طاقت ښنونکي فکرونه، ژباړن او راټولونکی: مصطفی (صفا).

۴: ويښوونکي خبري، ژباړن: حسيب الرحمن (نورمل).

۵: ژوند څنګه وکړو؟ ليکوال: حسين دهکردي، ژباړن: مجيب الرحمن (محمودي).

۶: د کامياب او نيکمرغه ژوند ۱۸۰ رازونه، ليکوال: دوکتور عائض القرني، ژباړن: ابو عبدالله ارشاد احمد سراج کاموي.

۷: لطفاً مه ساده کيږئ! تاليف کوونکی او ژباړن: مصطفی.

۸: د وخت ښه استعمال. د وخت قدر او قيمت. د خوشاليو سفرونه. د حضرت خالد بن وليد (رضي الله عنه) لاسته راوړني. بريا کوم خلګ تر لاسه کولای سي. د کاميابي اصول. د کهالي او سستي عاداتو څخه ځان را ايستل. د زړه سکون. روحي ناروغان او د هغو علاج. د ژوند شل (۲۰) لوی سبقونه او عبرتونه. ځوانان دنيا راويښولای سي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د لیکوال پېژندګلوي

لیکوالي د یوه غوره کمال په توګه په ټولنه کې منل سوی هنر دی، که چیري یو لیکوال وغواړي د ټولني ناخوالي د لیکوالۍ د هنر په مټ را برسیره کړي کولای یې سي، همدا لیکوالان دي چي د ټولنو د نالوستو خلګو لپاره بل څراغان دي او هر تیاره په رڼا کیدلای سي، موږ او تاسي په داسي ټولنه کې ژوند کوو، چي د ژوند د ډیرو ضرورتونو څخه په کښني بې برخي یو، زموږ ټولنه زده کړي او علم ته اړتیا لري، که چیري یو نبات اوبو او اکسیجن ته اړتیا ولري، نو بغیر د اوبو او اکسیجن څخه حرکت نه سي کولای، نو همداسي ټولنه هم لوستو خلګو ته ضرورت لري، چي ټولنه مخته تګ ته وهڅوي او مخ پر وړاندي یې بوځي، نو دا ټول د لیکوال او آدیب برکت دی، که لیکوال د قلم په زور مثبت افکار خپاره کړي، نو زموږ ټولنه او هیواد به د نورو لوستو او مترقي هیوادونه په قطار کې شامل او یو ځای سي، لیکوالان د یوې ټولني سترګي دي، چي ټولنه مثبت لور ته رهبري کوي، که چیري لیکل د کاغذ پر مخ کیږي، نو دا لیکل د یو څه لپاره کیږي چي هغه زموږ ټولنه ده، د پښتو ژبي خادم ښاغلی فرید احمد (مبارز) د مرحوم خلیل احمد (دستګیري) زوی د کندهار ښار په یوه پرتمینه کورنۍ کې په ۱۳۷۶ هجري شمسي کال کې زیږیدلی دی، دیني زده کړي یې د کلي په مساجدو او مدارسو کې ترسره کړي دي، لومړنۍ، منځنۍ او ثانوي زده کړي یې په ۱۳۹۵ هجري شمسي کال کې د کندهار ولایت په صوفي صاحب ذکور عالي لیسه کې پشپړه کړي.

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