●●

ستونکو
ي ځواب ستاسي په لټه کې دی.

ته ډالۍ کوم.
نه نغښتل شوي. نو ویلی شو چې تاسې
م لیکونکي یاست

ان د ځومره سترو او نامحدوده پوتانشیل
دی.
احساساتي، معنوي او مادي هڅو کې
غواړي.

●●●

په دې کتاب کې د ژوند حالات په ساده الفاظو خو په ډیره اغیزناکه توګه سپړل شوي. مونږه خپل ورځینۍ اداري غونډه ددې کتاب په یو نصیحت پیلوو او زمونږ د ژوند لید لورې یې بدل کړی دی.
موروګاول جاناکیارمان
د Martimony.com مشر

هره شپه یې له منځه یوه مقاله لولم. لنډ او غښتلی بصیرت راکوي چې د هماغې وخت حالاتو کې راسره مرسته کوي. په هغه وخت کې چې هر ځومره پوښتنې په ذهن کې لرم لکه د ګوګل په څیر د هرې پوښتنې ځواب راکوي او دا ځوابونه د قدرمن مهاتریا له لورې راکول کیږي.
جي.آر انند انتاپدمندابهن
GRT Group

هغه کس چې زما په فکرونو یې نفوذ پیدا کړی، هغه مهاتریا دی. دا کتاب د هر چا د پیل ټکی او د راتلونکي سفر لپاره نه ختمیدونکی قوت وربښي. هر څوک یې مستحق دی. خپل سفر همدا نن پیل کړه.
اتول این.شاه(MD, FACAAI, FAAAI)
د امریکا نیویارک کې د سابندۍ او حساسیت مرکز طبي مشر

Ketabton.com

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

زما خوږو لوستونکو

زما ژوند ماته ژوند راوښود. هر یو کس چې ماته د بدلون لپاره راغلی، نو په ما یې اغیز کړی او زما ژوند بدل شوی. زما هر زده کونکی زما ښوونکی دی. زه غواړم خپله پوهه او علم کنګل کړم. کتابونه هم په اصل کنګل شوي لیکنې دي چې د ورقې په مخ چاپ شوي. دا کتاب چې تاسې په لاسونو کې نیولی، له دې لارې غواړم ستاسو ذهن او زړه ته لار پیدا کړم، نو ما پریږدئ چې ننوځم...

انشتاین خپل ټول ژوند په دې تیر کړی وو چې نړۍ ته نوې نظریې وړاندې کړي او له دې وروسته نړۍ کې ستر بدلونونه رامنځته شول. د تامس ایډیسن ژوند هم د نړۍ تاریخ بدل کړ. مهاتما ګاندي او نیلسن منډیلا هم نوې ټولنې رامنځته کړې. ملټن او ټګوري شاعرۍ ته نوی نوم ورکړ. ذاکر حسین تبلې ته نوې بڼه ورکړه. سکریټ، اریستوټل او پلاټو د نړۍ فکر بدل کړ. د هر انسان ژوند یواځې ددې وړتیا نه لري چې ځان پورته کړي بلکې کولای شي ټول انسانیت ته اوږه ورکړي.

زمونږ پخوانو خلکو په خپل ژوند کې د انسانیت لپاره ډیر کار کړی دی او مونږ ترې اوس ګټه اخلو. نو مونږ به خپله برخه کې څه کوو؟

زما عاجزه هڅه په همدې لور ده... تر څو خپلو لوستونکو ته یې وړاندې کړم.

مهاتریا را

●●●

ژوند وکړئ کتاب د وړو مقالو ټولګه ده چې په مختلفو موضوعاتو لیکل شوی، هره جمله کې یې ډیر ژور مفهوم پروت دی چې د ژوند اړوند مسایل په کې رانغاړي، هر پاڼه یې لوستونکو ته نوی فکر او نوې عقیده ورکوي چې کولی شي د لوستونکو شخصي-او مسلکي چال چلند، او د مختلفو څیزونو په اړه یې فکر بدل کړي، ژوند یې غښتلی، سوکاله او په زړه پورې کړي او د ژوند د هرې ورځې مبارزې ښه مدیریت وکړي.

ژوند وکړئ داسې یو کتاب دی کله چې یې لولئ داسې فکر به کوې چې دا زما په اړه لیکل شوی، د هرې پوښتنې ځواب به په کې مومې، اصلا د ژوند فلسفه په همدې کتاب کې ده، ته څنګه ژوند کوې او باید څنګه یې وکړې، ستا د ژوند د هرې ستونزې د حل لار په کې شته.

موږ له تکراري ژونده ژغوري او موږ ته دا فکر راکوي چې څنګه د پرون په څیر ونه اوسو، ماضي پریږدو او خپل ټول فکر نن او راتلونکي ته متمرکز کړو، څنګه خپلو کمزوریو ته د پای ټکی کیږدو، څنګه یو اتل اوسو، څنګه د یو چا د غوره ډالۍ په څیر اوسو .خلکو سره څنګه اړیکې وساتو، څنګه شریک ژوند وکړو، څنګه باید له خلکو مخکې شو، او څنګه بریالي شو .

همداسې د حیاتي لږ او بې ارزښته ډیر عنوان لاندی مقاله کې د ۲۰/۸۰ قانون په اړه غږیدلی چې عملي کول یې تا د بریالیتوب او غوره ژوند لوړو پوړیو ته رسولی شي .

همداسې تاسې ته ښایي چې د سرچینو مدیریت څنګه وکړو .جاپان یې مثال ورکړی چې په ۱۹۶۰ کال کې د نړۍ په کچه د فولادو ستر صادرونکی شو چې نه یې سکاره لرل او نه اوسپنه.

ژوند وکړئ کتاب په هند کې د ډیر خرڅ شوي کتاب مقام ګټلی، انګلیسي نوم یې (Unposted Letter)او مهاتریا را (Mahatria Ra) لیکلي، پښتو ته په روانه او ساده ژبه ژباړل شوی چې زه خپل دروند ورور انجینر طارق نجیب ته د ددې ګټور او په زړه پورې اثر د ژباړې مبارکي وایم او خپل دردیدلي ولس ته د لوستو او منځپانګې څخه د ګټې اخستنې مشوره ورکوم.

نظیف الله بلال

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

نه پوهیږم چې ددې کتاب ستاینه له کوم ځایه پیل کړم، خو وایم چې یو ځل یې هرومرو ولولئ، د ژوند هر ډګر کې درسره مرسته کولای شي. په دې کتاب ډېرو نامتو خلکو خپل نظرونه وړاندې کړي او ګټه ترې اخلي، خو ما تر اوسه ددې په څېر کتاب نه دی لوستی. دا کتاب به درته یو نوی احساس درکړي، ژوند ته به له لرې خاندئ، ستونزې به درته د ژوند خنډونه نه بلکې تجربې ښکاري، مورال به مو لوړ کړي، د بریالیتوب لارې به دروښايي، مینه به دروپېژني، که رالنډه یې کړم نو د ژوند هر پړاو، هر ډګر، هر مهال، او هره شیبه درته لکه سپوږمۍ روښانوي.

ددې کتاب دوه کرښې لوستو سره مې ځان سره وویل چې یواځې خو یې مه لوله، پریږده چې ټول ترې ګټه پورته کړي، او زه دا هم وایم چې زمونږ ټولنې ته ددې کتاب ډېره اړتیا ده. همداسې مې په ژباړلو پیل وکړ او ورسره مې خپله هم په لومړي ځل لوسته. د لوستلو پر وخت به ما فکر کاوه چې په دې نړۍ کې یواځې نه یې، نور ډېر هم ستا په څېر شته. زه په دې هم ډاډه یم چې تاسې یې لولئ نو خپل ځان به پکې وینئ چې دا موضوع زما په اړه ده او همدا ما لیکلې. ځکه خو لیکوال هم خپلو خبرو کې ویلي چې ددې کتاب نیم لیکوالان تاسې لوستونکي یاست.

که ددې کتاب یوه موضوع تاسې ولولئ، نور کتاب لوستل به مو خپله زړه وغواړي. دا څلورم کتاب دی چې زه یې ډاکټر شمس ته ډالۍ کوم او ددې دلیل دا دی چې ددې کتاب زیاتره خبرې ما له هغې اوریدلي او که ووایم چې هغه زمونږ روحاني ښوونکی دی.

په پای کې له امتیاز نجیبي مننه کوم چې زما ټول مسولیتونه یې پخپله غاړه اخستي ول او زه یې ژباړې ته پریښی وم. په ژوند کې ورته بریالیتوب غواړم. نظیف الله بلال راته کتاب له هندوستانه راوغوښت او د ژباړلو یې راته وویل، زه ترې خوشاله یم ځکه ډېر یې هڅولی یم.

په درنښت

طارق نجیب

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

نن یوه نیکمرغه ډالۍ ده

د هغه مادي شي ترشا یوزړه دی چې هغې ته یې د ډالۍ نوم ورکړی، خو بیا هم یوه ډالۍ یواځې یو مادي شی دی که چیرې د هغې تر شا دې زړه ونه موند.
یو قلم هم یوه ډالۍ کېدای شي که چیرته دې د هغې تر شا دهغه کس زړه پیدا کړ. که ته وایې چې ما یو ښایسته ماشومتوب درلود، نو د هغې تر شا هم باید د خپل مور او پلار زړه ومومې چې ته یې لوی کړی یې. تعلیم هم یوه ډالۍ کیدای شي که چیرته د هغې تر شا د ښوونکو زړه ومومې، چې هغوی خپله پوهه تر تا رسولې ده. د ژوند طرز هم یوه ډالۍ ده که چیرته د هغې تر شا چا چې دنده درکړې، د هغې زړه ومومې چې ستا پرمختګ کې یې درسره مرسته کړې ده. سوداګریز پرمختګ هم یوه ډالۍ کیدای شي که چیرته دې د هغې تر شا د خپلو کارکونکو زړه وګورې چې په لېوالتیا سره یې کارکړی دی.
یوه ډالۍ هیڅکله مادي نه شي کیدای که چیرې دې د هغې تر شا زړه ته پام شي.
نو ویلی شو چې نن یوه ابدي ډالۍ ده، خو بیا هم یوه ډالۍ کېدای شي ډېرې سرچینې ولري، خو نن داسې یوه ارزښتناکه ډالۍ ده چې ومنې دا د هغه "ج" له لورې درکړل شوې ده او یا هم تا لپاره داسې وي لکه دا ورځ هم د نورو په څېر پای ته رسیږي. ډېر خلک چې د شپې ویدیږي، سهارنه راپاڅي. همدا ریښتیا دي، خو بیا هم یو ذات دی چې هغه "ج" غواړي ته یوه بله نن ورځ هم ولرې. د همدې ۲۴ساعته نن ډالۍ تر شا هم یو څوک دی چې تا ته یې ژوند درکړی. باید پوه شو چې نن یوه نېکمرغه ډالۍ ده. په دې باید پوه شئ چې ډالۍ ښکنځل د هغې ورکونکی ښکنځل دي. یوه ورځ بېځایه تېرول په ریښتیا کې د دې ډالۍ ورکونکي ته ښکنځل کول دي. یواځې که چېرته د یوې ډالۍ په ارزښت پوه شې نو د دې ډالۍ په ارزښت پوهېدای شې. نن ته ارزښت ورکړه او ارزښتناکه یې

●●●

کړه.
د نن ورځې په بدل کې به سبا څه ترلاسه کوې، دا په نن پورې اړه لري. نو هرڅومره چې کیږي ننني ورځې څخه تر خپل وسه اعظمي ګټه پورته کړه. نن ورځ ستا راتلونکی ژوند دی. نو د پرون ورځې پورې یوه کرښه کش کړه او په دې ځان ډاډه کړه چې پرون ورځ پرون ختمه شوه، او د خپل سرعت تنۍ ته د راتلونکي لپاره کیکاږه. نن ورځ ستا پروني عیبونو پسې نه ګرځي او نه هم نا څرګند راتلونکی اغیزمنولی شي. نن خپله یوه بیله ورځ ده. که د نن خیال دې وساته نو راتلونکی ژوند دې ډاډمن کړ.
بودا ویلي ول : راځئ په دې شکر وباسو که نن مو ډېر څه زده نه کړل، یو څه خو مو زده کړل، اوکه لږ څه مو زده نه کړل نو ناروغ خو نه شو، اوکه ناروغ شو نو لږ تر لږه ژوند خو مو پای ته ونه رسیده. نو راځئ چې شکر وباسو."
دا دعا وکړئ،"ای زماخدایه! دا ورځ ستا له لورې ماته ډالۍ ده او زه به د دې ورځ کړنې تا ته ډالۍ کوم."

***

پورته ختل اسانه نه دي

کله چې موټر چلوې نو ترافیکي بیروبار به منې.
که په ژوند کې هر څه غوره کړې نو دا به ځان سره ذاتي مثبت او منفي اړخونه ولري. دا به ډېره کم عقله خبره وي چې د ګلاب په لټه یې او اغزو سره سروکار ونلرې! که چیرته د سکې یو اړخ غوره کوې نو د سکې بل اړخ دې هم غوره کړی. هیڅکله د ستونزو پرته اسانه ژوند هیله مند مه اووسه، داسې ژوند هیڅ شتون نه لري.
سترو ارمانونو سره سترې ننګونې ملې وي. که چېرته ګرځیدل وغواړې نو ننګونې دومره نشته او که چیرته منډه وهل غواړې نو هرو مرو به ورسره ستونزې ګالې. که

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

چیرته عادي ژوند کول غواړي نو ننګوني نشته او که چیرته ارزښتناکه ژوند ولري نو بیا اړینه ده چې سترو ستونزو ته د حل لاره ومومي. د لښتې یو سر پورته کولو سره دې بل سر هم پورته کړی. بره ختل څه اسانه نه دي او که څوک بره ختلي هم دي نو په اسانۍ نه دي ختلي. له دې ټولو خبرو وروسته د تاریخ لوستونکو او تاریخ جوړونکو تر منځ کره توپیر شته.

یوې ښځې د نقره ګر څخه وخت واخیست چې د هغې کار وګوري. ښځې لیدل چې نقره ګر نقره په اور ایښې ده او ګرموي یې. نقره ګر ورته تشریح ورکوله چې نقره باید د اور په منځ کېښودل شي تر څو نرمه شي. ښځې وپوښتل آیا دا اړینه ده چې تر اخره باید همدلته ورته کینې؟ نقره ګر وویل چې یواځې مې نقره په اور نه ده نیولې بلکې دا ټول وخت باید نقرې ته هم وګورم ځکه که نقره له خپل وخت څخه ډېره په اور کېښودل شي نو کېدای شي له منځه لاړه شي. ښځې بیا وپوښتل چې ته څنګه پوهیږې چې نقره کافي اندازه ګرمه شوې ده. نقره ګر موسک شو او ځواب یې ورکړ چې دا خو ډېره اسانه ده، کله چې پکې خپل انځور وګورم، پوهیږم.

که ته چیرته د ژوند ګرمښت احساس کړې نو په یاد ولره چې خدای تا ګوري او مخ درڅخه نه اړوي تر څو هغه "ج" په تا کې خپل انځور ونه ګوري. ژوند تنور نه دی چې تا سوځوي خو یواځې له تا څخه یوه ځلیدونکې نقره جوړوي.

***

داسې یوه اړیکه چې تا لپاره ډېره اړینه ده

که چیرته اوس په ژوند کې خوشاله یې نو ددې مطلب دا نه دی چې ژوند دې په سمه توګه روان دی، بلکې هغه اړیکې چې تا لپاره ډېرې اړینې دي، په سمه روانې دي. که چیرته اوس په ژوند کې خواشینی یې نو بیا هم ددې مطلب دا نه دې چې ټول ژوند دې ناسم روان دی بلکې هغه اړیکې چې تا لپاره ډېرې اړینې

●●●

دي په ناسمه توګه پر مخ ځي.

اړیکې د تخمونو په څېر دي، د هغوی باید پالنه وشي. تمې د اضافي وښو په څېر دي چې په خپل سر زرغونیږي. کله چې د اړیکو په جوړولو کې کافي پانګه اچونه وشي نو په داسې اړیکو کې تمې او توقعات اداره کولای شو. کله چې اړیکو او تعلقاتو ته ځانګړې پاملرنه ونه شي نو په داسې حالاتو کې تمې او توقعات د اړیکو بیخ لړزولی شي.

راځئ په یو بانک کې د پیسو جمع کولو یو مجازي مثال راونیسو. په بانکي حساب کې پیسې ورزیاتوو چې بیا وروسته یې راوباسلی شو، خو مونږ په هماغه کچه پیسې راویستلی شو، چې مونږ پکې زیرمه کړي. نو په همدې ترتیب د یوې خپلوۍ یا اړیکې نه مونږ هاغه وخت توقعات او تمې راباسلی شو چې څومره پکې مونږ جمع کړي دي.

په یوه خپلوۍ یا اړیکه کې احساسات ساتل کیږي، تېروتنې زغمل کیږي او ښېل کیږي، که چیرته تله راتله هم محدود وي خو بیا به هم درک کولای شو. په ټوله کې، که چیرته دې اړیکه ښه انګیرلې وي نو اړیکې به هم ښې وي او ځکه دې ښه انګیرلې، چې دا اړیکه دې د احساساتو په دیوالونو جوړه کړې ده.

ځینې وخت اړیکې ښېل کیږي یانې ددې اړیکو دوام فرضي وي او ددې ساتلو لپاره هیڅ پالنې ته اړتیا نه وي. توقعات پکې راپورته کیږي خو ددې اړیکې جوړولو لپاره چې کومې پانګې ته اړتیا وي په هماغه دوام سره پر مخ نه ځي. احساساتي زیرمې پکې تبادله کیږي. په داسې حالاتو کې باید ته د خپلې هرې خبرې ګناهګار ګڼل کیږې، ستا هر خوځښت به تر څار لاندې وي، لفظي شخړې او دروازه په ګړز بندول به یو معمول وګرځي، نه به ستا کړنو څخه څوک خوښ وي او نه به ستا فکرونو ته څوک درناوی وکړي. داسې اړیکې پالل لکه د ماینونو په میدان کې ګرځیدل دي، یو ماین هر وخت او هر ځلې الوتلی شي.

ددې حل د اسانه نه اسانه دی. زیرمه یې کړه، نور زیرمه کړه او لا یې زیرمه کړه.

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

هیڅ برحاله اړیکه توقعاتو څخه خالي نه ده خو مونږ کولای شو چې ډېر زیرمه کړو. هغې څه ته چې وخت ورکوې، وده کوي. اړیکو ته باید د وخت پالنه ورکړو. د هغوی اوریدلو او ځان پوهولو ته وخت ورکړو. خپله مینه ورته څرګنده کړو. ورکول زده کړو او همدارنګه اخستلو کې هم زړه سوانده اووسو. اخستلو له لارې هم کولای شې چې د ورکونکي قدر وکړې او دا تر ټولو ستره زیرمه ده. زیرمې په سر زیرمه وکړه او یوه غښتلې اړیکه رامنځته کړه او همدارنګه خوښ ژوند به دې په برخه وي.

***

ته د ژوند د ټولو شیانو څخه ارزښتناک یې

خاوند خپلې میرمنې ته موټر ډالۍ کړ. لمړی یې هغې ته کیلي ورکړه، بیا یې اړین اسناد لکه د موټر چلونې لایسنس ورکړ او بیا یې غیره کې ونیوله. بیا یې هغې ته وویل د ماشومانو خیال به زه وساتم او ته لاړه شه موټر کې اوږد چکر ووهه. خاوند څخه یې مننه وکړه، مچو یې ترې واخسته او لاړه. یو کیلومټر لرې تللې نه وه چې لارمنځي سره یې ټکر کړ، ښځه ژوبله نه وه خو موټر لږ خراب شوی وو. ښځې ځان سره ویل چې خاوند ته به څه وایي. ذهن کې یې بلا خیالونه او وهمونه تېریدل. پولیس هم صحنې ته زر راورسیدل او ښځې څخه یې د موټر چلونې لایسنس پوښتنه وکړه. د هغې لاسونه رپیدل او د خپل دستکول څخه یې چې خاوند یې ورکړي وو، اسناد راوویستل. اوښکې یې په مخ روانې شوې ځکه په هغې لیکل شوي ول،"زما خوږې! که موټر دې چیرته ټکر کړ نو په یاد ولره چې زه تا سره مینه لرم، موټر سره نه. مینه درسره لرم "

هغه خلک بختور دي چې په دې پوهیږي چې دوي باید مینه ناک اووسي او نه دا چې شیانو سره مینه ولري او خلک استعمال کړي.

موټر یوه کرښه زیانمنول زمونږ د وینې فشار لوړولای شي، خو په زړونو کې

●●●

کرښه مونږ لپاره ارزښت نه لري. یو کس پیژنم چې لاس جوړ شوی شی یې په ځمکه ویشته او لګیا وو "اتلس کالو نه دې شي ماته تشویش راچوه، که دا راپریوځي؟ که دا مات شي... دا وخت وو چې ماته یې وښودله چې مشر-څوک دی، زه که دا شی؟" یو بل کس مې هم پیژنده چې هغې ددې لپاره محفل جوړ کړی وو چې د هغې مرسیډیز موټر یو ټکر کې له منځه تللی و. هغې ویل "که څه هم موټر بشپړ له منځه تللی خو زه روغ یم، موټر کې دننه څوک وو. نو اوس زه ښه یم او بل موټر هم اخستلای شم او که چیرته موټر روغ پاتې وو او زه له منځه تللی وای نو بیا به ښه نه وو."

زمونږ ژوند د شپیتو روپو د لوبو موټر څخه پیل کیږي. کله چې به هغه ماتیده نو مونږ به ژړل. بیا لږ وړاندې لاړو او په ۲۰۰۰ روپۍ به مو ریموټي موټر واخسته. کله چې به خراب شو، مونږ خفه وو. بیا نو ۲۰۰۰۰ روپو بیټرۍ چلیدونکی موټر مونږ ته راډالۍ شو. کله چې به یې کار پریښود نو مونږ به خفګان کاوه. بیا همداسې ۴۰۰۰۰۰ روپو موټر او بیا ۲۲۰۰۰۰۰ روپو ایس یو وي ماډل موټر او بیا ۸٦ لکو روپو موټر...هر ځل دا ماشین خرابیږي، که کرښه وي او که بشپړ ویجاړ شي، مونږ تشویش کوو. ویلی شو چې زمونږ لوبو سامان غټ شوی دی خو مونږ واړه پاتې یو.مونږ چې د څه لپاره ژړل، بدل شوي دي خو زمونږ ژړا لا روانه ده. خو توپیر دومره دی چې اوس زمونږ ژړا لږه مغلقه شوې ده او په څو نومونو پیژندل کیږي لکه غوسه، ناهیلي، مات زړه توب، فشار، اندیښنه او داسې نور...

د لوبو شیان دې لپاره وي چې زمونږ ساعت تېر کړي. لوبو شیان یواځې یوې موخې لپاره وي: چې مونږ ته ګټه راورسوي. ستا د بنګلې نه نیولې تر نوي ماډل موټر پورې او همداسې هر څه زمونږ د لوبو شیان دي... له هغه څه چې تا اغستي له هغې ډېر ارزښتناک یې. هغه څه چې ستا په ملکیت کې دي له هغې هم ډېر ارزښتناک یې، هغه څه چې ستا په ژوند کې ستا مخې ته راځي له هغې ډېر

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

ارزښتناک یې.
د لوبو شی بس د لوبو شی دی. نور او نور شیان به واخلې، خو هغوی ته خپل ځای ورکړه. یواځې ددې لپاره دي چې ته ترې ګټه واخلې، چې ستا ژوند اسانه کړي او ستا ساعت ورسره تېر شي. هیڅکله یو د لوبو شي لپاره خپله قیمتي اوښکه مه تویوه، هیڅ فرق نه کوي که هرڅومره درته نږدې هم وي.

***

حقیقت دا نه دی چې مونږ وایو، مونږ نه شو، بلکې حقیقت دا دی چې مونږ یې کوو نه.
دا فرق نه کوي چې مونږ څومره لرو، بلکې دا اړینه ده چې مونږ څه لرو په هغې مو څه کړي.
هغه څه چې لرو د هغې باره کې ډېر څه بدلون نه شو راوستلی خو مونږ هغه څه چې لرو د استعمال لاره یې بدلولی شو.
سطرنج کې که یو پیاده سم وکارول شي، نو وزیر ترې جوړیدای شي.

***

حیاتي لږ او بې ارزښته ډېر

ویلفریډو پریټو ایټالوي اقتصاد پوه په ۱۹۸۷ کال کې د ۲۰/۸۰ قانون کشف کړ چې اوس د پریټو قانون په نوم یادیږي. هغې د ٪۲۰ ننوتې "انپوټ" څخه ٪۸۰ وتلې "اوټپوټ" کشف کړ، د ٪۲۰ لاملونو څخه یې ٪۸۰ پایلې وموندې، ٪۲۰ هڅو څخه یې ۸۰٪پایله تر لاسه کړې. جوسف جوران ٪۲۰ ته لږ حیاتي او ٪۸۰ ته ډېر بې ارزښته نوم ورکړی دی. ښاغلي اسحق پټمین چې د شارټ هینډ رامنځته کونکی دی، هغې ۷۰۰ داسې عام لغاتونه کشف کړي چې زمونږ د خبرو

●●●

له دریو دویمه برخه جوړوي. هغې ویلي چې ٪۸۰ لغاتونه په عامو خبرو کې استعمالیږي.
یو زده کونکی د خپل سلیبس ٪۸۰ درس وایي او ٪۲۰ درس پریږدي. د ازموینې ٪۸۰ پوښتنې د ٪۲۰ پاتې درس څخه راځي. یواځې ٪۲۰ پیریدونکي ٪۸۰ پرمختګ لامل ګرځي، ٪۲۰ کارکونکي ٪۸۰ تولید رامنځته کوي، د ٪۲۰ نظریه یوه ټولنه تعریفوي او د نفوس ٪۲۰ د هېواد اقتصاد تعریفوي.
که چیرته ۲۰ خرڅونکي ولرې، په هغې کې به ۴ ډېر ښه وي، ٦ به پکې عادي او ۱۰ به پکې هسې ساعت تېروي. خرڅونکی منیجر به سهوه کوي که لاندیني او بیکاره کسانو باندې ډېر تمرکز وکړي تر څو عادي کار وکړي خو تکړه کارکونکي په نظر کې نه نیسي. بیکاره او عادي کسان دې په بې ارزښته ډېر کټګورۍ کې واچوي او په تکړه کسانو دې کار وکړي چې نور هم تکړه شي.
۲۰/۸۰ فکر کې په لږ څه ډېر تر لاسه کولو راز دی. د بیکاره کسانو راپورته کولو پر ځای استثنایي کارکونکي ولمانځه. ډېر کسان صفر نه عادي کولو ته وخت مه ورکوه بلکې د یو څو تکړه لپاره زیار وباسه.
په هر ځای کې په ډېره کچه ضایع شتون لري. زمونږ د ژوند تقریبا ۵ څخه ۴ برخې داسې شیان وي چې مونږ ته په بدل کې ډېر لږ راکوي. په ٪۸۰ تمرکز کول یواځې ٪۲۰ بدل کې راکوي. خپل فکر بدل کړه. خپلې نظریې ته نوی لید ورکړه. د خپلې سرچینو ٪۸۰ کم ظرفه په بې ارزښته ډېر کټګورۍ کې واچوه او ارزښتناکه په لږ حیاتي کټګورۍ کې ځای پر ځای کړه. اغیزمنتوب دا نه دی چې په ٪۸۰ څه وشول خو اړینه دا ده چې ٪۲۰ څنګه اداره، کنټرول او پر ځای استعمالوي. ٪۲۰ ستا د ژوند ریښتونی وخت تعریفوي او ستا راتلونکی ژوند پکې نغښتی وي.
د ژوند په هر پړاو کې ٪۲۰ او ٪۸۰ ځای پر ځای کړه.

***

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

درناوی ورکول د لارښوونې څخه ډېر ځله غوره دی

وړاندې تر دې چې هغه یې خپل کړي، له نورو سره به یې شریکولو پوښتنه کوله. هغه یواځې ۵ کلنه وه خو هغه دې قربانۍ ته تیاره وه چې هر څه خپل دوه کلن ورور سره شریک کړي. که څه هم هغه لا کوچنۍ وه خو د هغې مور او پلار غوښتل چې د یوې مشرې خور په حیث مسولیت پر غاړه واخلي. دیرش کاله وروسته هغې او ورور یې خپلې بیلې بیلې کورنۍ درلودې. هغې اوس هم ځان د خپل کشر ورور مسول ګڼه. هغې اوس هم ورور ته نصیحتونه کول... د ورور واده کې چې هر ځای پس پسک وو نو ځان به یې ورسوه، ورندار ته به یې ویل چې څنګه ماشوم ته خواړه ورکړي او څنګه یې ساتنه وشي. هغې اوس قربانۍ ورکولې، خو هغې په بدل کې څه اخستل؟

په بدل کې یې زړه دردوالی، بې خوبه شپې او اوښکې چې ولې ورسره بې پروا سلوک کیږي. ولې؟ د هغې ورور اوس غټ شوی وو او خپلې پریکړې یې خپله کولای شوې. که کومه پریکړه کې به تېروتی وو بیا یې هم ځان ددې جوګه ګڼه چې خپله یې سمې کړي، هلک فکر کاوه چې له همدې څخه به یې زده کوي. د ښځې ورندار نه غوښتل چې واده کې یې لاسوهنه وشي، هغې غوښتل چې د خپلو ماشومانو ساتلو کې خپلواکه اووسي او خپل بچې چې څنګه یې غواړي ستر یې کړي او په دې برخه کې د مشرانو خبرو خوند نه ورکوه.

د لمړۍ خبرې څخه نیولې تر لمړي ټکي لیکلو پورې او بیا تر لومړي قدم وهلو پورې... پلار یې عمده رول درلود. د ځوی لپاره پلار یو ستر شخصیت وو، یو هیرو وو. تر دې چې د ځوی راتلونکی یې هم د پلار په مشوره روان وو. ځوی یې د لومړي نسل بنسټ ایښودونکی شو او همدې پلار ورته لارښوونه کړې وه. نن یې ځوی بې جوړې صنعتګر دی خو بیا هم پلار چې کله د خوبه راپاڅي، انتظار کوي چې دفتر کې څه شوي خو ځوی یې کاري زړه تنګوالی لري، هغه

●●●

فکر کوي چې پلار یې باید خپلواک پریږدي. پلار له دې کبله ځوریږي چې ځوی یې اوس پخوا په څېر پاملرنه نه کوي. پلار دا فکر کوي چې نور ورته اړتیا نشته. دا هر څه په هغې اغیز کوي او له وخت وړاندې سپین ږیری کیږي.

ته کولای شې هر وخت یوه خور شې خو نه شې کولای چې یوه خور ولوبوې.

ته کولای شې چې یو مینه ناک پلار یا مور اووسې خو نه شې کولای چې مور او پلار ولوبوې.

یو درې کلن دا فکر کوي چې د هغې درناوی دې وشي، او هغې سره باید همدغسې وشي چې څنګه لازمه ده. په درې کلنۍ کې هغې ته د خپلې خوښې کالي نه اغوستل کیږي او دا هغې ته درناوی نه ورکولو په معنی ده. په لس کلنۍ کې ځوی غواړي په خپله خوښه هوټل کې خوراک مینو وګوري او راویې غواړي، د هلک له نظره دا هغې ته درناوی ورکول دي. تر ۱۹ کلنۍ پورې هغه غواړي خپل ملګري خپله وټاکي او د هغې مور او پلار د ملګرو انتخاب ته درناوی کوي، د هغې په نظر د درناوي قابل دی. اوس هغې څو کاله له تاسره کار کړی دی او هغه غواړي چې په خپل سر یو څو پرېکړې وکړي او مور پلار پکې لاسوهنه ونه کړي نو د هغې په نظر درناوی ورته کیږي. د ژوند په هر پړاو کې درناوی نغښتل شوی دی او ته باید ددې درناوی وکړې.

ځینې وخت تصمیمونه د درناوي وړ وي خو ځینې وخت چې یو چا درڅخه غوښتي نه وي او لارښوونه ورته کوې، هغوی دا فکر کوي چې درناوی ورته نه لري. درناوی ورکول د لارښوونې څخه ډېر ځله غوره دی.

***

داسې کوه چې نور پوه کړې چې درناوی ورته لري... دا به ستا خوښه وي.

هغوی به ستا لارښوونه واخلي...پریږده چې دا د هغوی خوښه وي.

ژوند دا دی چې بې ډاره یې تېر کړو.

کله چې پټولو لپاره څه نه لرې نو بیا ډډه کولو لپاره هم څه نه لرې.

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

خپلواکي يواځې په روڼ ژوند کې پيدا کيږي.
تر ټولو ستره خواخوږي دا ده چې ته ووايې،
زه د ټولو لپاره پرانستی کتاب يم.

***

ژوند زمونږ مرګ نه ځنډوي، نو راځئ چې مونږ ژوند ونه ځنډوو

شخصي مديريتي فشار له څه کبله رامنځته کيږي؟ يو کار بايد کله وشي او کله شوی تر منځ درز له کبله شخصي مديريت فشار رامنځته کيږي. تکنالوژيکي درز څه ته وايي؟ هغه کارونه چې تاسې بايد کړي وای اوس يې عملي کولو لپاره لګيا ياستئ.

که يو کار بايد تر سره شي نو ولې يې همدا نن نه ترسره کوئ تر څو فشار نه خلاصی ومومئ. که چيرته د يو کار لپاره يو غوره لار لرئ نو ولې يې نه تر سره کوئ تر څو ترې يو بل کس ګټه پورته کړي؟... که چيرته مونږ پوهيږو چې دا کار ناسم دی نو ولې يې همدا نن نه پريږدو؟ ولې د بل کال لپاره انتظار باسئ؟ ولې د يوې بلې ورځې لپاره انتظار باسئ؟

تاسې غواړئ چې په نړيواله کچه ارزښت پيدا کړئ؟ له همدا نن څخه ټول هغه کارونه پريږده چې نړيوال کيفيت څخه بې برخې وي. آيا غواړئ چې د پرونی تېروتنې له کبله ښبنه وغواړئ ځکه تاسې پرې همدا اوس خبر شوي ياست... همدا اوس د ښبنې په لټه کې شئ، که نه وروسته به پښيمانه شئ. روښانه ځيرکتيا پيدا کړئ... همدا اوس نظريې په کار واچوئ که نه يو بل کس به خپلې نظريې په کار واچوي او تاسې به هغې پسې روان ياستئ.

کم عقل او هوښياران يو قسم کارونه خو په بيلا بيلو وختونو کې کوي. هوښياران

●●●

يې يو ځل کوي او کمعقلان يې په اخره کې کوي. داسې ژوند وکړه لکه سبا ته چې نن وي.

مونږ د صحت او روغتيا ارزښت څخه خبر يو خو په دې برخه کې خپلې هڅې ځنډوو. مونږ د مالي کړنلارو او پانګه اچونې ارزښت څخه خبر يو خو خپل نوښتونه په دې لاره کې وروسته اچوو. مونږ ته د بورډ "افغانستان کې کانکور" ازموينې ډېرې اړينې دي خو خپل چمتووالی تر بحران رسيدو کچې پورې بيايو.

په ژوند کې فشار او تشويش هيڅ شی نه دی، بس يواځې اروايي فشار دی چې کله بايد يو کار تر سره شي او کله ترسره کيږي تر منځ درز دی. ځنډول او وروسته اچول د يو چا ژوند لنډولو لپاره تر ټولو لنډه لار ده. ځنډول د لټ او تمبل خلکو لاسليک دی.

ژوند زمونږ مرګ نه ځنډوي، نو راځئ چې مونږ ژوند ونه ځنډوو.

لکه د نن ورځ په څېر بله هيڅ کومه داسې ورځ نشته. نن ورځ نن ده. که سبا راشي نو سبا به درته ووايم چې ما خو پرون تر سره کړی دی.

***

د يو کس مسوليت ختميدو سره موجوده مسوليت څرګنديږي

د انتظار او انتظار لپاره تر منځ روښانه توپير شتون لري او په دې کې بيا د سکوني پرمختګ او فشاري بريالیتوب تر منځ توپير پروت دی.

بزګر ځمکه يوه کوي او تخمونه پکې کري... اوس نو هغه بايد انتظار وکړي... کوم ځای کې چې د يو کس مسوليت ختميږي نو موجوده مسوليت پيدا کيږي. نو اوس که بزګر د انتظار هنر سره بلد وي نو په ارامه انتظار وکړي. ددې پر ځای که هغه د تخم تيغونو راوتلو لپاره انتظار کوي نو هره شېبه به ورته وژونکې وي. د هغې مغزو کې به همدا انګازې وي چې دا ولې نه راخيژي؟ تر اوسه ولې نه دي

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

راختلي؟ که چیرته بیا تیغونه وکړي نو هغې پخوا خپل سکون، بریـالیتوب بانـدې پلورلی دی. زیان وخته اړول شوی دی.
آیا کله مو د بریښنایي زینې تنې کیکـاږلې ده...اوس نـو انتظـار وکـړئ... دا بـه راشي کله یې چې وخت شي. د بریښنایي زینې لپاره انتظـار بـه تاسـې دې تـه اړ کړي چې ښکته بره قدم ووهئ او بیا بیا گورئ تر څو بریښـنایي زینـه پـه سرعـت ستاسې پوړ ته راورسیږي. آیا کله مو هوټل خدمتگار ته د خوراک راوړلو ویـلي دي... انتظار وباسئ... خدمتگار لپاره انتظار به ستاسې پارونکې تجربـه وي. آیـا داسې پریکړې مو کړي چې باید وکړای شي... آیا هغه کارونه مو کړي دي چې باید شوي وای... آیا هغه څه مو کړي چې ځان لپاره څه کـولای شـئ کـړي مـو دي...اوس انتظار وکړه... بس انتظار وکړه... نه د لپاره یا دا یا هغه یا هر څه، بس انتظار وکړه... په دې کې به سکوني پرمختگ کشف کـړې. انتظـار لپـاره هـم لـه ځان سره بریالیتوب راوړي خو دا بریالیتوب له ځان سره فشار هم لري. کله چې بریالیتوب لپاره یو سکوني لاره وي نو ولې باید فشاري لارې څخه گټه واخلو؟
د معنوي پرمختگ لپاره تر ټولو ضروري کیفیت د یو چا برخه کار خپله کول دي او بیا انتظار کول... زیاتره خلک چې د معنوي تجربې لپاره ژړا کوي، دا چیتیا تېر باسي او په حقیقت کې د رفتاري مرض څخه څوریږي چې د انتظار لپاره په نـوم پیژندل کیږي. انتظار لپاره تجربې څخه درته دا څرگنـدیږي پـر ځـای ددې چـې یوه مثبته تجربه تر لاسه کړې، د خپل ځان دښمن جوړیږې.
انتظار لپاره سره سرو کار پریږده نو فشاري بریالیتوب سره به دې سرو کـار ختـم شي. دا زده کړه چې خپل مسولیت تر سره کـړه او انتظـار وباسـه... دا د سـکوني پرمختگ لاره ده.

***

●●●

ژوند درته یو ښوونکی رالیږلی چې د تجربې په نوم یې پیژنو

په ژوند کې یوه تجربه تر لاسه کول زمونږ د ذهني پوخوالي یو نوی پـړاو دی. پـه ژوند کې تجربه د همدې لپاره ده چې مونږ وروزي... خو بیا، تجربې سره یواځې ذهني پوخوالی هم نه وي بلکې هغه ننگونو سره چې مخ کیږو، هم بلدیږو.
دا به ډېره بې ارزښته وي چې مونږ ووایو چې څومره پوهه مونږ لرو، او یـا څـومره ژوند مو لیدلای دی، او یا مونږ په خپلو کارونو کې تر ټولو غوره یو، که مـونږ پـه خپل ژوند کې په هر څه پوه هم شو... بیا هم ژوند یو گډوډ بهیر ته ننوځي...
خو په یاد ولرئ چې په لسم کې ناکامیدل بیا هم ددې خبرې دلالـت کـوي چـې اتم کې بریالی شوی یې. څومره چې د ذهن پوخوالی وي هغومره ورسره د ژونـد ننگونې ملې وي.
ژوند دا نه دی چې دوه قدمه وړاندې ځې او یو قدم په شا ځې. دا په هغه وخـت کې کیږي چې یو کس د خپل ژونده ناخبره وي... یانې پرته د تجربو څخـه څـه زده کولو، پر مخ روان وي. د یو کس تجربـه د هغـې د پوهـاوي روزونکـی وي، راپاڅیدو سره به غورځي او غورځیدو وروسته به راجگیږي... خو د هر غورځیدو نه وروسته راپاڅیـدل بـه د مخکینـي څخـه ډېـر لـوړ وي. د هغـې د پوخـوالي او ننگونو سره مبارزه به د راتلونکي قدم لپاره مرستندویه وي.
ستاسې د بریالیتوب راز په څه کې دی؟ د خدای ج پریکړې دي. څه شـی ددې باعث شو چې تا سمې پریکړې وکړې؟ د ژوند تجربې. څنگه دې د ژوند تجربې ترلاسه کړې؟ ناسمې پریکړې.
د ژوند د تجربو په فولادي تختې باندې، تجربو پسې تجربـو راسره مرسـته کولـه. هرې تجربې به راته یا هغه څه راکول چې ما غوښتل او یا یې پوهاوی راکوه چې ولې مې څه چې غوښتل تر لاسه مې نه کړل.
په یاد ولرئ چې ژوند تاسې لپاره یو ښوونکې رالیږلی دی چې د تجربې پـه نـوم

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

یې پیژنو تر څو مونږ د پوخوالي تر درجو ورسوي. پریږده چې ستا پوهاوی د تجربو څخه ګټه پورته کړي. له دې وروسته د غټو ننګونو سره د مبارزې تیاری ونیسه. مونږ باید لویدو سره راپورته شو... او برکت دا دی چې راتلونکی ټوپ به مو تر تېر پورته وي.

***

ستا ژوند او زما ژوند؛ وروسته زمونږ په ژوند بدلیږي

خدای (ج) ښځې او سړي د یو مقصد لپاره بشپړ نه دي پیدا کړي ځکه چې یو بل سره مرسته وکړي او بشپړ شي. پیړیو راهیسې ښځې او خاوند خپلوی لپاره یوه تنګه نظریه شتون لري. ددې خپلوی ساحه یې تنګه کړې ده. د ښځې او خاوند لفظونه د خپلو قاموسونو څخه وباسئ او یو نوی نوم ورکړئ، تلپاتي ملګرتیا. نو بیا به دواړه سړی او ښځه د مور او پلار رول پر ځای کوي، کله کله د ماشوم په حیث، کله د سلاکار په حیث، کله ښوونکی، کله ښیښه... او البته خامخا د ښځې او خاوند په حیث هم. ددې خپلوی تعریف پراخه کړئ او پرانستی یې پریږدئ.

په مدني خپلوی کې وقار هله پیدا کیږي کله چې خپله میرمن/خاوند یواځې بدن پر ځای یو بشپړ انفرادي وګڼې. د فکر کولو نورې لارې هم وګورئ، په شخصي ارزښتونو، محکومیتونو او نظریو سره بحث وکړئ، د یو بل احساساتو سره حساس اووسیږئ، خپل منځ کې احساساتي توافق رامنځته کړئ او یو بل سره تر ډېره ارامه کینئ تر څو معنوي ارتباطات وده وکړي. مخامخ لورې ته په بشپړ ډول په درناوي قایل اووسئ نه یواځې دا چې د هغې بدني له پلوه درته ګران وي.

هغه څه چې په لس کالو کې ترسره کیږي په یو کال کې د کولو هڅه مه کوئ او هغه څه چې په یو کال کې تر سره کیدای شي په یوه میاشت کې یې کولو هوډ مه لرئ. زیاتره واده شوي خلک په لمړنیو میاشتو کې له حده ډېر کار کوي او بیا وروسته ددوی په ژوند کې دې اړیکې ته ځای نه وي پاتې. هغوی په یوې مړې

●●●

اړیکه کې ژوند کوي.

په ژوند کې او همدارنګه په خپلویو کې تېر وخت ځاییول بې معنی دي. حال زمانه د ودانۍ خښتې برابروي. راتلونکی هم ډېر اړین دی چې دواړه به پکې سفر کوئ. د ورځې ساعت تېرونکې خبرې به مو یو بل سره مینه زیاته کړي. د راتلونکې باره کې خبرې وکړئ، خوبونو باره کې خبرې وکړئ، ارمانونو باره کې خبرې وکړئ او د یو بل وده کې یو بل سره مرستې باره کې خبرې وکړئ. په مینه کې وده کول له همدې څخه جوړیږي.

دلته بیایو نړیوال مفهوم پروت دی چې د واده څخه وروسته دواړه یو بل باندې تپې او بیا له دې وروسته یو کس ژوند کولای شي. په پایله کې زیاتره ښځې د خاوند سیوري په څېر ددې ښکار کیږي. په حقیقت کې ستا ژوند او زما ژوند په زمونږ ژوند بدلیږي خو دلته اوس هم زما ژوند او ستا ژوند وي. زمونږ دژوند چې نړۍ سره نښلوي د واده په نوم یادیږي. د واده وروسته خوښي د زمونږه نړۍ او ځنګه دا نړۍ کال په کال پراخیږي، پورې اړه لري. خو سړی به خپل ژوند لري او ښځه باید خپل ژوند تېر کړي. هغوی باید زما نړۍ پر ځای زمونږ نړۍ باندې بدله کړي. او په دې سره به د یو بل نړۍ، انفرادي خوښیو، ناخوښیو او لومړیتوبونو او تر ټولو اړینه دا چې یو بل د مینې په نوم زنداني نه کړئ.

واده په سمو ماناو کې باید د دواړو ژوند کیفیت پورته کړي. واده کولای شي او باید په ژوند کې دوام ومومي.

د یو ښه واده دوام لپاره یې باید په سمه توګه پالنه وشي. یو ښه واده رامنځته کول یو ستر هنر دی نو د یو هنرمند په څېر اووسه.

په اړیکه کې دا فرق نه کوي چې غلطي د چا ده، بلکې پوښتنه دا ده چې د چا ژوند دی.

پریږدئ چې د خلکو له کبله مو ژوند ښایسته شي.

پریږدئ چې د خلکو د کینې له کبله مو ژوند ښایسته شي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

کوم پیریدونکي غواړې چې ګوښه کړې

که چیرته یو سازمان په بې ساري توګه پر مخ روان وي نو د دې دا مطلب نه دی چې ټول کارکونکي یې تکړه او ژمن دي، ځینې به متوسط وي خو یو څه به ستونزې جوړونکي هم وي... که ووایو چې د ستونزو جوړونکو مدیریت لپاره هغومره وخت او هڅې چې تکړه او ژمن ته ورکول کیږي، د پرتله کولو وړ ده. ولې دوی ته دومره وخت ورکړل شي؟ ولې هغوی له دندو نه لرې کوې او پر ځای یې هغه پانګه په نورو تولیدي شیانو نه لګوې؟

یو خوسا رومی به ډېر زر نور ټول رومیان ځان سره خوسا کړي. آیا تاسې نه دي اوریدلي چې یو بیکاره سړی خپل ځان په ځیر نور کسان هم له کاره باسي؟ که چیرته یې لارې ته نه شې راوستلی، له مخې یې لرې کړه. خوسا رومي بهر وغورځوه او نور ښه رومیان وژغوره. آیا زما خبرې زیږې دي؟ هر سازمان چې د بیکاره او ټمبل خلکو سره خواخوږي لري نو ډېر زر به دوی سره خلک خواخوږي پیل کړي.

په دې نظریه کې انقلابي څه نشته... زیاتره سازمانونه ترې ګټه هم پورته کوي.

اوس زما پوښتنه دا ده چې، "ولې یو څو موجوده مراجعین نه راجمع کوې؟". آیا دا سمه نه ده هغه انرژي، وخت او هڅې چې د یو ستونزو جوړونکي باندې مصرفولو پر ځای په خپلو ریښتینو، وفادار او عمده مراجعینو باندې مصرف کړې؟ که ته هر څه کوې خو بیا به هم هرو مرو یو څوک وي چې هغه به قناعت نه کوي. که ته هغوی ته هر څومره خدمت وکړې، هغوی به بیا هم ستا په تولید نیوکه کوي. په دې کې ځینې داسې هم وي چې د پیسو درکولو پر مهال ورته د مننې لپاره سر ټیټ کړې. په پایله کې چې پیسې هم درکړي او پوه شې چې هیڅ ګټه دې ځینې نه ده کړې... هغه ګټه د ځنډ له کبله له منځه تللې ده. ولې باید دغسې مراجعین ګوښه نه کړو او پر ځای یې په نورو شیانو پانګه اچونه وکړو؟

●●●

پیریدونکي تل په سمه وي؟ دا ناسمه خبره ده! پیریدونکی پاچا وي، همداسې نه ده؟ تل داسې نه وي... دا پیریدونکي پورې اړه لري چې څوک دی.

پیریدونکي باید پیدا نه کړو، باید د ښه پیریدونکو په لټه اووسو. یواځې د ښه پیریدونکو لپاره باید حل موندونکې واوسئ او هغوی به ستاسې په وده کې درسره ولاړ وي. په حقیقت کې به یو ګټونکی حالت وي.

نو اوس غواړې کوم پیریدونکي همدا شیبه ګوښه کړې؟ اوه، دا خو یوه انقلابي نظریه ده.

***

خلکو څخه باید مخکې شې، یو ځای هم مه ځه ورسره!

ما او ملګري مې د پریښودل شوو ماشومانو یو کور ته لاړو. د دفتر یو غړي سره مو خبرې وکړې، له خویه ډېر نرم سړی وو، هغې غوښتل د کور لپاره مادي مرستې تر لاسه کړي. هغې مونږ ته وویل چې مونږ باید دا خبره خپل یو غړي سره چې مرستې تر لاسه کولو مشره ده، وغږیږو. کله چې مونږ انتظار کاوه، یوه ښځه رادننه شوه. هغه ډېره مغروره وه، داسې لکه هټلر چې همدې وژلی وي، "اوه، تاسې غواړئ مرسته وکړئ! ماته ۵۰۰ کیلو وریژې راکړئ... اوس یواځې دې ته اړتیا لرو. زه بل څه نه اخلم. او که چیرته دا نه شئ کولای نو یواځې ۵ کیلو وریژې راکړئ... خو زه یواځې وریژې غواړم نور څه نه. زه ځم". نزاکت نه وو، خوښې نه وه، موسکا هم نه وه... هغه راغله یوه دوه خبرې یې وکړې او بیرته ووته. "دا د مرستو تر لاسه کولو مسوله ده!؟ خدایه ددې کور ماشومان وژغورې"ما له ځان سره فکر وکړ.

ما او ملګري مې تر یوې شیبې یوه خبره هم ونه کړه... د ښځې بې پروایي او بې ادبي زمونږ په مغزو کې تاویدله. وروسته مې خپل ملګري ته وویل. "راځه چې ۵۰۰ کیلو وریژې ورکړو. مونږ یې ماشومانو لپاره کوو، دا ښځه اهمیت نلري.

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

راځه چې دا ښځه زمونږ د زوړنو او د ماشومانو معدو تر منځ خنډ ونه ګرځي. "
کله چې یوې ناروغۍ نه رغیږې نو ډاکټر درته وایي، "دوا درباندې اثر کړی" او که چیرته ناوړه اغیز یې کړی وي نو بیا وایي،"دوا سره حساسیت لرې". اثر مثبت دی او حساسیت منفي دی. راځئ چې په ژوند کې هیڅکله حساسیت څرګند نه کړو او پر ځای یې ځواب ورکړو. راځئ چې خپل سلوک بهرني ځواک پر ضد ونه پاروو بلکې هر څه له دننه په خپل انتخاب وکړو. مه پریږدئ چې یو سړی یا یوه ښځه ستا دننني ذاتي ښه والي ته ضربه رسوي.
په دې کې زمونږ کار نشته چې نړۍ څنګه چلند کوي. ریښتونی ویاړ ستا په سترګو کې دننه دی. هر څه چې دې ازمایلي وي، هر چیرته تللی یې، هر څه چې دې کړي وي... خپل ځان کې اووسه.
پرینږدئ چې د خلکو محدودیتونه ستاسې د لارې خنډ شي. مونږ لپاره دا هیڅ عذر نه جوړیږي چې ووایو یو څوک غلط دی. غلط ته په غلط ځواب ورکول سمه لار نه ده. راځئ چې خپل ښه والی خرڅ نه کړو. په هره موقع کې له خلکو څخه مخکې شه او هغوی سره یوځای هم مه درومه.

***

احساسات منه خو احساساتي ډرامه مه منه

ښځې او خاوند د واده په لمړنۍ کلیزه کې یو موټر واخیست. هغوی له ښاره ووتل، سمندر غاړې په لور لاړل، بیا یې تیاتر کې یو فلم وکته او بیا کور ته ستانه شول. هغوی د موټر لپاره ګراج نه درلود نو موټر یې په سرک ودروه. کله چې سهار له خوبه راپاڅیدل نو ډېر وارخطا شول او موټر نه وو. موټر یې تښتول شوی وو. د هغوی لمړنی موټر، د هغوی د واده کلیزې موټر او دا خوپریږده چې هغوی پکې ایله یوه ورځ چکر وهلی وو. ښځه یې ډېره خفه وه. سترګې یې ژړا نه سرې وې او په صوفه کې پرته وه. خاوند هم ټکان خوړلی وو خو په دې وخت کې

●●●

یې میرمن ته مینه ورکړه. غیږه یې ترې چاپیره کړه او ویې ویل، "موټر ورک شو، ته به ورته خفه یې. موټر ورک شو، ځان مه خفه کوه. په دواړو حالاتو کې موټر ورک شوی. نو ولې یې باید پروا ولرې؟ " میرمنې تر یوې شیبې ورته وکتل. دوه میاشتې وروسته پولیسو موټر د غلو څخه راونیوه او دوی ته یې ورکړ. په هماغه ماښام یې چې موټر د پولیسو څخه راوسته نو یوې لارې سره لږ ټکر شو. دا ځلې خاوند سترګې سرې او خواشینی وو، کور ته راتلو سره په کټ کې پریوت. میرمن هم ټکان خوړلی وو خو په دې شیبه کې یې خاوند ته مینه ورکړه. خاوند یې غیږ کې ونیوه او ورته یې وویل، "موټر خراب شو، ته به ورته خواشینی یې. موټر خراب شو، خواشینې کیږه مه. په دواړو حالاتو کې موټر خراب شوی. نو ولې باید په کیسه کې شې؟"
یوه منطقي پوښتنه: کله چې موټر خراب شي یا ورک شي، څنګه یو کس باید ځان خواشینی نه کړي؟ خو نور څه کولای شې؟ که غواړې خفه شې، کولای شې. که غواړې خفګان ونه کړې هم ستا په لاس کې ده. د احساساتي ډرامې نه وروسته څه چې شوي هغه شوي. پولیسو ته یې شکایت وکړ، موټر یې ورکشاپ ته یوړ او د بیمې ادعا یې وکړه... هغه څه چې کیدل، هغه وشول.
یو ماشوم په یو مضمون کې ناکام شو. پلار ماشوم ته څو څپېړې ورکړې. مور یې په تندي ځان ته څپېړې ورکړې او ژړل یې. له دې ټولې احساساتي ډرامې څخه مطلب څه؟ تاسې کولای شول چې ماشوم سره مو په مضمون کې مرسته کړې وای او یا درس لپاره مو ورته ځانګړی ښوونکی نیولې وای. هغه څه چې باید وشي، کیږي به. که چیرته دې شیدې له مناسب وخته ډېر په نغري کیښودې نو شیدې به د لوښي څخه بهر راوخوتیږي. چغه، کړیکه او یا ترینګلي حالات رامنځته کولو څخه څه مطلب... د ټولې احساساتي ډرامې وروسته اوس څه؟ اور به پسې مړ کړې، لوښی به لرې کړې او پخلنځی به پاک کړې. په پای کې هغه څه چې باید وشي، کیږي به.

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

د ستاک مارکیټ ماتیدولو نه نیولې تر کلیدي کارکونکي استعفا پورې او بیا تر ټولو نږدې خپل مرګ پورې... د احساساتي ډرامې نه وروسته هغه څه چې باید وشي، ترسره کیږي به. مونږ دلته دا بحث نه کوو چې احساساتي کیږئ مه، خو ډراماټیکي احساساتو څخه ځان وژغورئ. دا ښکاره خبره ده چې بایسکل ورکیدو سره به ټکان وخورئ، کله چې مو ځوی الور ناکام شي نو د بیوسۍ احساس به کوئ، او د نږدې خپل مرګ به مو وژړوي. احساسات ومنه خو احساساتي ډرامه مه منه.

احساساتي بلوغت څخه موخه دا نده چې احساست مه رامنځته کوئ خو باید احساساتي ډرامه څخه ځان وژغورئ. په هر حال هغه څه چې باید وشي، کیږي به. نو ډرامې ته څه اړتیا؟

***

تر کومه به دیوال ته ولاړ یې؟ ته به ټپي شې خو دیوال به همداسې ولاړ وي او تا لپاره به ځای بدل نه کړي.

تر کومه به خپل قسمت ښکنځې او د آم ونې لاندې به ولاړ یې او د مالټو راغورځیدو تمه به لرې؟ خو د آم ونې نه به یوه مالټه هم راپرینوځي.

څه چې دي، هغسې دي او څه چې نه دي هغه نه دي.

ذهین خلک پوهیږي چې کله یې راونیسې او کله یې پریږدي.

***

●●●

پریږدئ چې ښه والی غوغا جوړه کړي

یو هیله من ځوان له چاپي رسنۍ سره شاګردي پیل کړه. د یو څو ورځو سختې روزنې وروسته له هغې وغوښتل شول چې ښار ته لاړ شي او داسې یوې کیسه راوړي چې خپره یې کړي. په ډېر زیار سره به په سرکونو کې د ورځې تر شپږ ساعتو ګرځیده، ماښام کې به مایوسه د کیسې پرته دفتر ته راغی. دا ځلې هغه یو درې لارې سرک ته راووت. هغې ولیدل چې دوه بسونه له دوه لارو څخه د درې لارې په لور راروان دي او هر یو هڅه کوي چې یو بل څخه مخکې شي. داسې ښکاریده چې یو ټکر به رامنځته کیږي. ځوان خبریال فکر وکړ او د درې لارې منځ ته لاړ او خپل دواړه لاسونه یې خوځول، په زوره یې چغې وهلې او دواړه بسونه یې ودرول. دواړه بسونو څخه په سلګونه مسافر راغلل او له ځوان څخه یې مننه وکړه... ځینو ښکل هم کړ. ځوان خپله کیسه اډیټر ته وکړه،"تا خو د اخبار د سر ټکو خبر له لاسه ورکړ"

مونږ په ناوړه نړۍ کې ژوند نه کوو. بس یواځې دا ناوړې پیښې خبرونه جوړوي. داسې یوه نړۍ چې ناوړه خبر پکې ډېره غوغا جوړوي، خو مونږ غواړو چې ښه والی هم د ناوړه په څېر غوغا جوړه کړي. مونږ باید نور چپه خوله پاتې نه شو. سګرټ څکول، شراب څښل او همداسې نور ناوړه عملونه ډېر اعلانیږي خو څنګه دا نړۍ د ښو کارونو لپاره مغز وینځلی شو؟

مالیه پټونکي د خبرونو سر ټکي جوړوي... خو ولې ددې پر ځای د خبرونو سر ټکي د مالیه ورکونکو څخه جوړ نه کړو؟ د وژونکو انځورونه پکې له ورایه ځلیږي... خو ولې ددې پر ځای د ژوند ژغورونکو انځورونه ونه لګوو؟ ولې باید د یو سرتېري کیسه پکې ونه لیکو؟

نړۍ ته راووځئ او د ټولو ښو خلکو او کارونو په هکله چې پوهیږئ، ورته ووایاست. خپلو ملګرو ته د خپلو مور پلار ښېګڼو باره کې ووایئ. خپل

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

چاپیریال کې هر چاته وواياست چې خپل بچو باندې څومره ویاړئ. د خپلو ښوونکو وړتیاوو باره کې خلکو سره بحث وکړئ. هر چا سره د هغو باره کې چې خارق العاده کارونه تر سره کوي، خبرې وکړئ. خپلې خسر ګنۍ ته وایه چې د هغوی اولاد تا لپاره څومره نیکمرغه دی. چغې ووهه، ولیکه، خبرې وکړه، شپیلۍ کې ووایه، غوغا جوړه کړه... شور جوړ کړه... د هغو باره کې چې ښه تر سره کوي.

راځئ چې په ګډه نړۍ اغیزمنه کړو او نړۍ ته دا وښایو چې زمونږ نړۍ یوه ښه نړۍ ده.

***

هر راښکون بدلون ته اړتیا لري.
د بریکونو پرته به مات شو

RHR"Resting Heart Rate" د زړه هغه درزا ده چې د سهار پر مهال د خوبه راپاڅې خو لا په کټ کې پروت یې. ورو RHR څخه مطلب دا چې زړه دې په سمه توګه دمه کړې ده. چټک RHR څخه مطلب دا چې په سمه توګه زړه نه دی ارام شوی. نو ورو RHR یانې د ښه صحت په معنی ده. نو پایله دا شوه چې دا زړه چې د مور په ګیډه کې په درزا پیل کړی، خو بیا هم دمې ته اړتیا لري تر څو بیا روان شي او روان شي...

مونږ یوې ډېرې ناسمې نظریې ته په مغزو کې ځای ورکړی او هغه دا چې مونږ وایو رخصتي یواځې شتمنو او لوړپوړو خلکو لپاره وي او یا هغه ماشومانو لپاره چې تر اوسه یې مسولیت پر غاړه نه دی اخستی. مونږ اوس هم رخصتۍ ته د یو لګښت په سترګه ګورو. ځینو خلکو ته رخصتي یواځې یوه مذهبي ورځ ښکاري، چې له کاره رخصتي واخلي.

●●●

کله چې بدن او ذهن خپل اخري حد ستړیا ته ورسیږي، نو اغیزمنتوب کمیږي. کله چې د ورځې په پای کې دمه کوو نو راتلونکې ورځ لپاره مو د بیا کار انرژي برابره کړې وي، رخصتۍ زمونږ ذهن، ځیرکتیا، احساسات او روح ته ځواني وربښي.

که چیرته مونږ داسې یوه رخصتي واخلو چې په هغې کې یواځې یو څو ځایونه چې بیا بیا مو کتلي وي لکه یو ځای ته سفر کول، منظرې کتل، مذهبي ځایونه کتل او نه ختمیدونکې سودا اخستل. نو داسې رخصتي پر ځای ددې چې دمه درکړي، لا مو ماتوي. هغه چاته به څه وایو چې هغوی همدا کارونه بیا بیا کوي. د کورنۍ اړیکو غښتلتیا لپاره کورنۍ رخصتۍ کې برخه اخستل تر ټولو غوره لار ده. همدارنګه د یو سازمان په څېر رخصتي اخستل خپلمنځي اړیکي غښتلې کوي ځکه یو بل ته به پرله پسې وخت ورکړي او احساساتي بار به راکم کړي. دا به یواځې تفریح نه وي بلکې ستاسې روحونه به راژوندي کړي.

خپل مبایلونه، لیپټاپونه او خپل تنګ کالي شاته پرېږدئ. رخصتۍ پر مهال هوسا کالي واغوندئ او ځان ښودلو نه تېر شئ. خپل دفتر سره تر هغې اړیکه مه نیسئ تر څو مو رخصتي نه وي ختمه شوي، خپل خواړه خپله پاخه کړئ. خوړو پخولو کې نوښتونه وکړئ. بیرته راتګ سره به په نړۍ برلاسې یې. په دې به هم پوه شې چې اوس د نړۍ لاندې نه یې.

یوه رخصتي چې وسپړې... یوه رخصتي چې د کار او سوچونو څخه خلاصي ومومي... یوه رخصتي چې بیا دې ځوان کړي... یوه رخصتي چې نوې هوا تنفس کړې... یوه رخصتي چې شاته او وړاندې وګورې.. یوه رخصتي چې خپل ځان په بشپړ ډول خپلې کورنۍ ته وقف کړې... یوه رخصتي چې یو ښه خاوند/میرمن، یو ښه پلار/مور، او یو ښه ځوی/لور اووسې... یوه رخصتي چې خپل ځان د خپل پیژند پاڼې څخه رابهر کړې. هر راښکون بدلون ته اړتیا لري. رخصتۍ اخستل فرض دي. د دمې پرته به مات شو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

کله چې د یو کار څخه بل ته او هغې نه بیرته لمړي کار ته ورځو نو زمونږ اغیزمنتوب وده کوي.

په هر څه کې یو شی والی باید له منځه لاړ شي. په هره طریقه چې ستا ذهن یې مني بدل یې کړه او یو هوسا ذهن تل ښه فکر کولای شي.

نو ځکه خلک د طبیعت په شتون کې ښه فکر کولای شي ځکه طبیعت کې داسې څه شتون لري چې تا په هغه شي کې فکر کولو ته هڅوي او راښکون کې دې بدلون راولي.

***

سم او ناسم پکې نشته، یواځې جوړجاړی دی

ته غواړې چې ۲۰x۱۶فیټه کوټه ولرې او ستا مهندس وایي چې ۱۶x۱۶ کې باید جوړ شي. یوه نظریه د بلې نه ښه نه ده، خو خبره یواځې دلته ده چې ته څه غواړې او ته څه تر لاسه کوې. د یو مهندس په حیث باندې ته څه باید ورکړې او ستا مرجعه کونکی څه اخستل غواړي. داسې خبره نشته چې څه سم دي او څه ناسم، څه ښه دي او څه خراب، څه ښه دي او څه غوره دي، خو دلته خبره د جوړجاړي ده.

یو مربع د یوې دایرې هومره ښه ده. که چیرته یو څلور مربع شکله لرگی په مربع شکله سوري کې وي او یا یو گرد لرگی په یو گرد سوري کې وي خو ستونزې نشته. خو ستونزه هله رامنځته کیږي چې مربع شکله لرگی په گرد سوري کې ننباسو. دا کار څوک کولای شي، هیڅوک یې نه شي کولای. ځینې وخت تر ټولو غوره مناسب نه وي. لمر پرست ډېر ښایسته دی، خو د گلابونو په باغ کې به ورته د مردار بوټي په څېر کتل کیږي.

یو کس د سیستیماتیک سازمان څخه یو سازمان ته چې د ودې په حال کې وي، راولئ. هغه به ډېر زر یو ستره ناانډولي رامنځته کړي. یو کس چې واک، درجه او

●●●

پروټوکول درلوده نو هغه هیڅکله په داسې چاپیریال کې ارامه نه وي. داسې کسان به ډېر زر استعفا ورکړي او په پای کې به یې پریږدي. ددې خلکو په وړتیا کې شک نشته خو بس مربع شکله لرگی په گرد سوري کې نه دننه کیږي.

مونږ وړتیا، تجربه، ځیرکتیا، مهارتونه او چلند، کاري شالید، عمر، جنس او داسې نور، په لټه یو. خو مونږ ددې پر ځای دا پوښتنه وکړو چې،" آیا دا به زما د سازمان د داخلي بڼې سره جوړجاړی وکړای شي؟"

مونږ شکل، کورنۍ او تعلیم شالید، مذهب، ټولنې، په لټه کې یو خو ددې پر ځای مونږ باید دا پوښتنه وکړو،"آیا دا به زمونږ کورنۍ سره وخت تېر کړای شي؟" نو څه وشول که هغه سترې کمپنۍ سره کار کوي، یا که ډېر تعلیم یافته وي، یا عالي مسلک درلودونکی وي او ښه صحت او ښکلا هم ولري. خو سړی یو کور سمبالونکې غواړي او ښځه خپل مسلک بوتلل غواړې. دې یو شي هغه ټول فکتورونه له منځه یوړل ځکه ته ورسره جوړه نه یې. او که ته د ښه خوراکونو شوقي یې او داسې ښځې سره واده وکړې چې ماښام ډوډۍ نوم اخستلو سره درته د پیزا کارت مخې ته کیږدي.

انفرادي ځیرکتیا د ډله ایزې ځیرکتیا سره توپیر لري. په سطرنج کې اسونه د پیاده څخه غښتلي وي خو کله چې سپینو دانو سره لوبه کوې نو آیا یو سپین پیاده درته د تور اس څخه غوره نه دی؟

د جوړ جاړي سره ۱+۱ څخه ۳ جوړیږي خو جوړجاړي پرته ۱+۱ صفر کیږي.

***

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

په سمو لاسونو کې رالویدلو څخه غوره څه نشته

څومره خلک مونږ لیدلي چې خپل برخلیک څخه ځکه ناخوښ وي چې وړاندې تلو لپاره باید سیمه ایزه ژبه زده کړي؟ په یو کال کې دننه هغوی ژبه زده کولای شي او خپلې کمزورۍ ته د پای ټکی ایښودلی شي. څومره ځله به مو لیدلي وي چې یو څوک د موټر چلونکي څخه ځوریږي چې ولې یې تر کاره ځایه نه رسوي؟ حالانکه خپل موټر یې په ګراج کې ولاړ پریږدي. یوه میاشت روزنې څخه وروسته هغوی موټر چلول زده کوي او خپلې کمزورۍ ته د پای ټکی ږدي. ځیني خلک تقریرونو څخه د مرګ تر کچې ډاریږي. خو د څو اونیو روزنې څخه وروسته د خلکو پر وړاندې خبرو کې ساری نه لري.

که چیرته یوه کمزوري یا یو محدودیت له منځه وړلای شو نو بیا ولې مو تر عمره وځوروي؟ یو څه وخت مو روزنې ته وښئ، کمزوري مو له منځه یوسئ او د هغې ګټو څخه د عمر تر پایه ګټه واخلئ!

سستیماتیکې روزنې یواځې دا نه چې زمونږ محدودیتونه له منځه وړي بلکې مونږ چې کوم کار کې ښه یو، لا پسې ښه کیږو.

هر څوک منډه وهلی شي. خو که غواړې د منډې لوبغاړی اووسې نو باید رسمي سستیماتیکه روزنه تر لاسه کړې. د سستیماتیکې روزنې څپر لاندې خبرې په ارتباط بدلیږي. که چیرته غواړې د شطرنج لوبه زده کړې نو له هر چا یې زده کولای شې، خو که چیرته اتلولي لاسته راوړل غواړې نو باید سستیماتیک روزونکي لاندې وروزل شې.

زمونږ د نیا تداوۍ په څېر نه چې ناروغه شوې او روغتون پورې مو نه ده وړې؟ د رسمي سستیماتیکې روزنې په خیر بل څه نشته. زیاتره وخت د ښه، ښه تر او غوره تر منځ توپیر د روزنې په کیفیت پورې اړه لري.

محمد علي یو ځل ویلي ول، "زه د روزنې هرې شیبې څخه کرکه لرم خو زه وایم

●●●

چې مه یې پریږده. همدا اوس زیار وباسه او د ژوند راتلونکی د یو اتل په څېر ژوند وکړه."

د وړتیا سره چې کله سستیماتیک روزنه ملګرې شي نو بیا ترې مهارت جوړیږي. له دې څخه غوره بله لاره نشته. په سمو لاسونو کې رالویدلو څخه غوره لار نشته.

***

هغه څه سره چې باید مخ شو، د سبا نه به نن ښه وي

ډاکټر وپوښتل، "اخر ځل دې کله خپل ځان په بشپړه توګه معاینه کړی؟" سړي ځواب ورکړ،" ډاکټر صیب ما تر دې وړاندې بشپړه معاینه نه ده کړې. نو ولې؟" ډاکټر شکي او حیران شو،"څلویښتو نه بره یې. ته خو باید هر دوه کاله وروسته بشپړ معاینه وکړې" سړي وویل،" زه نه غواړم ډاکټر صیب. د معایناتو نه وروسته به هغوی هرومرو وایي چې د غوړو اندازه دې زیاته شوې او یا د شکرې ناروغي لرې... خدای خبر نور به څه وایي. اوس زه بیخي ښه یم. د یوې معاینې وروسته به راته ځان ناروغ ښکاري"

په دې ښه پوهیږو چې د یو شي څخه تیښته لنډمهالې وي، خو په دې هم پوهیږو چې په ژوند کې د یو شي څخه د تل لپاره نه شو تښتیدی، نو بیا ولې تښتئ؟

ولې د هیلې پر ضد هیله راپورته کوئ؟ ولې هغه څه باره کې پوهیدل نه غواړئ چې باید پوه شئ؟ که ته سترګې پټې کړې نو ددې مطلب دا نه دی چې ټوله نړۍ دې ړنده وي. په پای کې هغه څه چې راروان دي باید مخامخ شو ورته. نو ولې باید هر څه په پای کې؟ ولې مو دومره وځنډوه؟ ولې مو دومره وخت پرې تېر کړ؟ د ځنګل اور چې پرون ډېر لږ وو، پرون ځینې نه وې تښتیدلی نو نن به اور نه وو.

په مونږ کې ډېر کم خلک دي چې د ژوند حقیقت سره نه شي مخ کیدلای. د ژوند حقیقت سره مخ کیدل د ژوند تر ټولو تریخ حقیقت دی.

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

زه فکر کوم زما ملگری زما نه په بله روان دی. که چیرته دا حقیقت ومنې نو یو څه کیږي. زما په فکر د هغې ملگري زما په ځوی زمونږ نه ډېر نفوذ پیدا کړی. یو سخت حقیقت، خو هیڅ خبره نشته، د حقیقت منلو سره یو څه کیدای شي. زما په فکر زمونږ واده سره بیلیږي. ریښتیا خو زړه ماتونکی حقیقت، خو دې حقیقت باندې سترگې پټول مونږ سره هیڅ مرسته نه شي کولای.

که چیرته حقیقت ومنې نو بیا یو څه کیدای شي. که چیرته پرې سترگې پټوې نو لا پسې چټلیږي او بیا بیا به درته راتاویږي. لږ تر لږه همدا اوس حقیقت ومنه، یو څه کیدای شي. څه چې ته لیدل نه غواړې، هغه درڅخه نه ځي. دا به نور هم بدرنگه کیږي او بیا بیا به درته راتاویږي. هر حقیقت څخه چې ته تیښته کوې په راتلونکي کې درته کمین نیسي او فکر کې دې نورې پوښتنې ورتړومبي،"ما باید... ما کولای شول چې... کاشکې..."

ته باید تل د سم صحي منځگړیتوب لاره خپله کړې، د روغوالي مناسب پرهیز تعقیب کړې او مناسب خوراک وکړې. ته کولای شې په اسانۍ د خپل نږدې ملگري سره پرې خبرې وکړې، ته کولای شې د خپل ځوی ښه ملگری جوړ شې، د ښښنې لفظ ډېر وکاروئ. هر وخت یو څه کیدای شي. په پوره میرانه د ژوند ترخو حقیقتونو سره مخ شه. په دې پوه شه چې په دې وخت کې یو څه کیدای شي.

هره ستونزه چې حل شوې، یو چا حل کړې ځکه هغې حقیقت منلی. دا هر څه په زړورتیا د حقیقت منل دي. تیښته زما او ستا په څېر د خلکو لپاره نه ده. هغه څه سره چې باید مخ شو، د سبا نه به نن ښه وي.

***

●●●

ژوند د شطرنج په څېر دی او ته دا لوبه هغې سره کوې.
ستا د دانې په خوځولو هغه هم خپله دانه بې ځایه کوي. ستا خوځولو ته انتخاب وایي او د هغې خوځولو ته پایلې،
ته به وارزول شې...تاته به چیلینج درکړل شي...تا به گړنگ ته ورټیله کړي.
کله چې لوبه کې تکړه شې. نو هغه دې پریږدي چې لوبه وگټې.

***

د یو چا د غوره ډالۍ په څېر اووسه

زه یو چا سره داسې اړیکه لرل غواړم چې هغې ته باید د ځانه سپیناوی ونه کړم. یو چاته د ځان سپیناوي څخه بل ستړی کونکی کار نشته. احساساتي ستړیا د فزیکي ستړیا څخه څو ځله ستونزمنه ده. باید د یو داسې اړیکې او خپلوۍ په لټه کې شو چې په هغې کې مونږ د باور خپلواکۍ څخه خوند واخلو او چیرته چې زه خپل ځانته د ځان سپیناوی ونه کړم.

د یو داسې اړیکې او خپلوۍ په لټه کې یم چې د خپل ځان پر ضد ونه دریږم. زه خپل قوت لرم، زه خپلې نیمگړتیاوې لرم. زه داسې خپلوي غواړم چې زما مثبت زما په نیمگړتیاوو بر لاسی وي.

زه داسې خپلوي او اړیکې غواړم چې زما پرونۍ تېروتنو ته نن ونه گوري. انسان سره هر کله تېروتنه مله وي. زه داسې څوک غواړم چې زما د تېروتنو لستونه ورسره نه وي. داسې یوه خپلوي چې پرونۍ شخړه ننني خبرې نیمگړې نه کړي... پرون ورځ پرون پای ته رسیدلې ده.

زه داسې یوه خپلوي او اړیکه غواړم چې تل باید زه نوښتونه ونه کړم. داسې خپلوي غواړم چې زه پکې شفاف یم. زه داسې یوه خپلوي او اړیکه غواړم چې خپل خوښۍ او ناخوښۍ څخه ددې خپلوۍ ساتلو لپاره تېر شم. زه داسې یوه

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

خپلوي او اړيکه غواړم چې زما شخصي انځور پکې داغي نه شي. زه داسې يوه خپلوي غواړم چې له ما بل څوک ونه پوښتي. زه داسې خپلوي غواړم چې په هغې کې زه په بشپړه توګه زه پاتې شم... په تېره بيا کله چې زه خپل ځان سره يم. زه داسې خپلوي غواړم چې زه داسې احساس وکړم چې زه يو ځل بيا د مور په خيټه کې يم... داسې يوه خپلوي چې زما زړه تل دا احساس وکړي چې بيا وزيږيږم.

زما خوږو لوستونکو که چيرته تاسې له دې څخه يو هم داسې خپلوۍ او اړيکې لرئ... نو په سجده شئ او شکر وباسئ، ځکه له دې څخه بله ستره ډالۍ نشته. داسې خپلوۍ په ژوند کې تر ټولو سترې ډالۍ وي.

که چيرته يې نه لرئ نو مايوسه کيږئ مه. هغې د غره په سر څه خبره کړې وه، "غواړې چې نور درسره څنګه وکړي، هماغسې ورسره وکړه. " ته يو بل څوک کيدای شې؟ خپل ځانونه د نورو د ژوند ډالۍ وګرځوئ. يو چا سره دومره مينه وکړئ چې هغه په دې پوه شي چې ته يې د ژوند ستره ډالۍ يې.

خلک ستا مينه هغه وخت احساسوي چې هغوي تا سره څنګه دي نه دا چې ته د هغوی سره څنګه يې. د خپل محبوب په موجوديت او خوشبوی کې پريږدئ چې هغه وغوړيږي.

***

ستاسې ارزښتناکه سرچينه تاسې خپله ياست

په ۱۹٦۰ کال کې جاپان پريکړه وکړه چې په فولادو جوړولو به پيل کوي. د فولاد توليد لپاره د اوسپنې او سکرو اړتيا وه چې دواړه په جاپان کې نه ول. خو جاپان پوهيده چې له هغه ځای به يې واردوي چې هلته ښه پريمانه دي او په دې هم پوهيده چې خپل جوړ کړی فولاد هغه ځای ته صادر کړي چې هلته يې اړتيا ډېره زياته وه. پايله دا شوه چې په ۱۹٦۰ کال کې جاپان د نړۍ پر کچه د فولادو تر ټولو ستر صادرونکی شو. د يوې لسيزې څخه په کم وخت کې صنعتي

●●●

انقلاب رامنځته شو. څنګه؟ د سرچينو ښه مديريت له کبله.

راځئ چې ووايو چې يو محصول په لس روپۍ توليديږي او په يوولس خرڅيدلی شي، چې ګټه به يې يوه روپۍ وي. د ګټې يوه لاره دا ده چې د يوې روپۍ ګټلو لپاره بايد د ۱۱ روپو سودا وکړې، مطلب دا چې خرڅلاو بايد ٪۱۰۰ زيات شي، او بله لاره يې دا چې دا محصول څنګه کولای شو چې په ۹ روپو جوړ کړو، مطلب دا د يوې اضافي روپۍ ګټه هغه وخت کولای شو چې د محصول اغيزمنتوب ٪۱۰ زيات شي او هغومره سودا وشي. زه دا نه وايم چې کونجونه پرې کړئ او يا په کيفيت کې مصلحت وکړئ بلکې زه وايم چې سرچينو څخه ډېره ګټه ترلاسه کړئ.

په زياتره پيليدونکي او منځني سوداګرۍ کې د پيسو لګښت او قرضداري ددوي ګټه خوري. کله چې د هغوی فعاليت وپلټې نو معلومه به شي چې ستونزه پيسو کمښت کې نه ده خو خبره د پيسو مديريت بې کفايتۍ کې ده. په نقدي پيسو کې نااغيزمنتوب او بې پروايي بهر تلونکو پيسو مديريت دوی د تاوان په لور بيايي. کال په کال پايله توپير کوي خو په ګټه کې کوم پرمختګ نه وي. خو په يو موثر مديريتي سازمان کې بيا هر کال بدلون مومي او ګټه هم مخ پورته روانه وي. څنګه؟ د سرچينو ښه مديريت له کبله.

هندوان له دې کبله ژاړي چې ددوي نفوس ورځ تر بلې زياتيږي. نورې نړۍ دې باره کې څه کړي؟ دلته د خلکو څخه په کم لګښت ښه کار اخستل کيږي. نړيوالو ډېرو سرچينو څخه په ګټه اخستلو هندوستان کې ډېر کار تر سره کړ او د هندوانو ګټور توب يې لوړ کړ. څنګه؟ د سرچينو ښه مديريت له کبله.دوبۍ هم د نه ختميدونکو دښتو څخه په اقتصادي مرکز بدله شوه. څنګه؟ د سرچينو ښه مديريت.

دا خبره نه ده چې تاسره وخت نشته، بلکې دا د سرچينو مديريت دی چې اغيزناک وخت نوميږي. داسې نه ده چې تا سره پيسې نشته او ته شتمن نه يې

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

بلکې د سرچینو مدیریت دی چې پیسه نومیږي، که لږې هم وي خو په اغیزناکه توګه لګول دې شتمن کولای شي.
په ۱۹٦۰ کلونو کې جاپان پرته د اوسپنې او سکرو نه د نړۍ ستر فولاد تولیدونکی هیواد شو. جاپان له نشت څخه ډېر څه تولید کړل. نو بیا په دې خو باید ډاډه اووسو چې په یو څه نو بیخي ډېر څه تر لاسه کولای شو.
یو وخت به مو هرومرو په خپل ژوند کې یوې سرچینې څخه سمه ګټه نه وي پورته کړي. هغه شی پیدا کړه او ځان پکې تکړه کړه. البته هرومرو ستاسې تر ټولو ارزښتناکه سرچینه تاسې خپله یاست. آیا خپل ځان څخه په سمه توګه ګټه اخلئ؟

***

په ژوند کې هیڅ شی پیمانه نه لري... یواځې ستا ذهن پورې اړه لري. په ژوند کې هیڅ شی نه ودریږي... یواځې خلک ولاړ پاتې کیږي.
ژوند فقط یوه پرانستې لیندۍ ده... هر څومره کولای شې کش یې کړې... بنده لیندۍ هیڅ نشته.
څومره چې ته احساسولای شې هغومره خونې شتون لري... څومره چې ته درک کولای شې هغومره خونې شتون لري...
هر څومره چې تا ته وړ ښکاري هغې څخه نور زیات هم شته

***

●●●

یا خو یې مه کوه
او که کوې یې په جزبه یې وکړه
خو ددوی ترمنځ نه

یو لیمو راواخلئ او دوه ټوټه یې کړئ. زبېښونکي پواسطه ترې اوبه وباسئ. یو څه بوره او مالګه پکې ګډه کړه، ګیلاس د اوبو نه ډک کړه او ښه یې وخوځوئ. د لیمو جوس تیار شو. ددې جوس جوړولو طریقه ډېره ساده ده خو که بیا هم دوه بیل کسان یې جوړ کړي نو ډېر توپیر به پکې شتون ولري. د لیمو، بورې، مالګې او اوبو څخه پرته په دې کې یو ناڅرګند عنصر شتون لري او د لیمو د خوند توپیر په همدې ناڅرګند عنصر کې پټ دی.
هر څه چې مونږ جوړوو او یا یې تولیدوو، په هغې کې یو نا څرګند عنصر پروت وي او همدغه ناڅرګند عنصر د ښه او غوره، عادي او عالي، ښه او زبردست تر منځ توپیر پیدا کوي. آیا یو کار په مینه او په ذوق تر سره شوی او که په بې میلۍ او بې خوندۍ تر سره شوی؟ په یو کار کې د زړه نه کار کول، ناڅرګند عنصر دی. آیا زړه ٪۱۰۱ په هغه کار کې دی؟ دا یوه حساسه پوښتنه ده.
ما یوه ورځ خپل لور کیتي ته وویل،"چې یا خو د زړه نه پخلی کوه او یا یې هیڅ مه کوه. ما ته یې په خوند کې توپیر ښکاري. خوراک د یوې ژوندۍ مادې په څېر هم وي او د یو مړي په څېر هم. توپیر یې په زړه او نه زړه پخلي کې دی."
مینه او جزبه داسې څه نه دي چې یواځې د خدای په عبادت کې تر سره شي. مینه او جزبه په هر څه کې ده.
جزبه او ستړیا دواړه سره په معکوس ډول متناسب دي. که چیرته مونږ د ژوند هر کار د جزبې په احساس سره تر سره کړو نو مونږ ته به معلومه شي چې مونږ به د طبیعت یو نا ویل شوی قانون وپیژنو، دا قانون وایي چې سړی د ستړیا لپاره نه

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

دی زیږیدلی. که چیرې مونږ یو داسې یو کس لیدلی وي چې هغه ستړیا نه پیژني، نو تاسې داسې یو کس لیدلی چې هغه هر کار د جزبې په احساس سره ترسره کوي او د هغې عملونه لکه د عبادت په څېر دي.

***

یا یې مه کوئ او که کوئ یې نو په جزبه او مینه یې وکړئ، خو ددوي ترمنځ نه.
په عبادت کې د ژوند لپاره سوال کوې او تامل کې ژوند ته غوږ نیسې.
په عبادت کې خپل غږ ته غوږ نیسې او په تامل کې له هغې ډېر وړاندې غوږ نیسې.
عبادت د ژوند سره خبرې دي او تامل د ژوند سره ګډون دی.

***

خپله وړتیا پر مخ بوځه
خپل استعداد زیات کړه
دې ته پرمختګ وایي

دا فکرونه له منځه یوسه،" همداسې مونږ مخکې هم کول. همداسې باید اوس هم وشي." رواجې فلجتوب مه زغمه. په یخ هیڅ نه زرغونیږي. که چیرته مونږ پریږدو چې زمونږ پرون زمونږ ذهن کنګل کړي نو نوې مفکورې به هیڅکله ذهن کې ځای ونه مومي. شاته مه ګوره او تېر هیر کړه، مخکې ګوره او راتلونکي ته فکر کوه. د انسان په هڅو کې مطلق بشپړوالی د سپوږمکیو څخه نیولې تر ماشومانو روزنې پورې لاسته راوړونکی نه دی. په دې کې د پرمختګ یو نه ختمیدونکی ډګر دی. بریالي کسان په دې پوهیږي. څکه دوی دا پوښتنه نه کوي چې،" آیا زه یې له دې ښه کولای شم؟" هغوی پوهیږي چې کولای یې

●●●

شي، نو دا پوښتنه کوي چې،" زه یې څنګه له دې ښه کولای شم؟"
سړی به هغه ځای ته ځي چیرته چې غواړي لاړ شي. په هر شي کې د پرمختګ اړوند فکر کوه او په هر څه کې په لوړ معیار فکر کوه. په دې ډاډه اووسه چې کولای یې شې. په یو کار باور درلودل چې کولای یې شې نو هغې لپاره یوه نه یوه لاره راوځي. هرومرو یوه لاره وي او له بلې به غوره لاره وي. که چیرته وایې چې دا کار ناشونې دی نو ذهن دې غواړي دا ثابت کړي چې ولې. او که چیرته باور ولرې چې دا کار کولای شم نو ستا ذهن تا سره په هغه کار کې مرسته کوي. که ته یې پریږدې نو ستا ذهن به ورته لار راوباسي. مونږ کې زیاتره داسې دي چې د خپلو غوښتنو څخه تېریږي او په دې تمرکز کوي چې ولې یې نه شو کولای خو اړینه دا ده چې تمرکز یواځې په دې وشي چې څنګه یې وکړم.
د ژوند په هر ډګر کې، د کار څخه تر کوره او بیا تر ټولنې پرمختګ پورې باید د بریالیتوب فارمولې څخه کار واخلو چې له ښه څخه یې ښه وکړو" خپل وتنی یا اوټپوټ او کیفیت دې ښه کړه"او له ډېر څخه ډېر وکړو" څه چې کوې د هغې مقدار لوړ کړه. کیفیتي لوړوالی ورسره مقداري ودې ته پرمختګ وایي.
تل ځان ته په زړه کوه چې ته څنګه فکر کوې له هغې غوره یې، یانې ته چې اوس کوم کار کوې له هغې یې په ښه بڼه هم کولای شې، او دا هم ځان ته په زړه کوه چې څومره ته کولای شې هغومره یې نه کوې، نو هغه څه چې کوې له هغې ډېر کولای شې.
لیاقت هغه وړتیا ده چې کوم کار کوې له هغې یې غوره وکړې او استعداد له هغه څه چې کوې یې، ډېر وکړې.
خپله وړتیا پر مخ بوځه، خپل استعداد زیات کړه، دې ته پرمختګ وایي.

***

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

که چیرته خبر وای چې پایله به دومره ښایسته وي

په یو ټکر کې یې پښه ماته شوې وه. هغه تر څو میاشتو پورې په کټ پروت وو. هغې په یو نړیوال سهامي شرکت کې ښه دنده درلوده. یوه زړه مور یې هم درلوده چې باید د هغې خدمت وشي، ددې خیال یې ساته. سختې ورځې وې...؟ نا، دومره سختې هم نه وې. دې مودې هغې ته ډېر وخت ورکړ. هغې یو ځیرک انتخاب خپل کړ! او ټول وخت یې مطالعه وکړه. هغې خپل ذهن د پخوانیو سترو لیکوالانو کتابونه باندې زرخیزه کړ. دا هغه مهال وو چې هغې خپلې معنوي اړیکې ته وده ورکړه او د ژوند لپاره یې یوه موخه وټاکله. د هغې په ژوند کې هر څه بدلون ومومه...او د تل لپاره بدل شو. نن هغه یوه موخه لري. نن د هغې ژوند په معنوي لحاظه برابر دی. نن د هغې ژوند د پېښې څخه وړاندې او وروسته پرتله کیدای شي. د خپلو ورځنیو یادښتونو کتابچې په یو کونج کې یې لیکلي ول، "که زه چیرته خبر وای چې پایله به داسې ښایسته وي نو ما به له پیله ترې خوند اخستی وای"

زه له تاسې پوښتم،" ایا یو مور/پلار خپل ماشوم ته داسې کیسه کوي چې پایله یې غمجنه وي؟"

د بدلون څخه پرته ژوند به څنګه وي؟ د نابېرتوب څخه پرته ژوند به څنګه وي؟ که ته ورته ستونزمن وختونه وایې. که ورته ازمایښتي وختونه وای. یو وخت به راشي چې هغه کس ستونزمنو حالاتو وخت کې وایي ولې زه؟، همدغه کس به د نیکمرغۍ وخت کې هم دا پوښتنه کوي چې ولې زه؟

چینجي غواړي چې د شوپرک غوندې وزرې ولرې، نو د وریښمو غوزې ته ننوځي تر څو وزرې پیدا کړي. کله کله به مو ژوند یو غوزې ته ننباسي او راوتلو سره به وزرې ولرئ. د باڼس لرګی ددې لپاره پرې کیږي چې شپیلۍ ځینې جوړه شي. یوه تیره ځکه تراشل کیږي چې یوه مجسمه ترې جوړه شي. سره زر ځکه

●●●

ویلي کیږي چې جواهر ترې جوړ شي. ته ځکه ازمول کیږې چې جوړ شې. د کیسې پایله بیا ډېره ښایسته ده. په همدې باید باور ولرې. ستا عقیدې ته به وخت ورکړل شي، خو د یو عالي ژوند ډالۍ سره به راستنیږي.

په ژوند کې هر قسم حالات راتلی شي، که په ریښتیا هغه څه چې ته جوړیدل غواړې.

***

خپل پیژند وغورځوه، ته چې څنګه یې... همغسې ښه یې

هغې ته مشوره ورکړه، "ولې نور د خپلې روغتیا خیال نه ساتې." ستا میرمن به داسې وانګیري چې ته ورسره مینه لري. او که ورته داسې ووایې، "د یو خاوند په حیث زه فکر کوم دا حق لرم چې درته ووایم چې د ځان خیال وساته" دا ځل به هغه فکر وکړي چې ته یې لاس لاندې راوستل غواړې. که یو کس ته دې وویل چې خپله ډوډۍ پر وخت خوره نو هغه به درنه خوشاله شي چې ښه مشوره ورکوې او ددې پر ځای که دې ورته وویل،" ما خپل پلار هم لیدلی وو چې ډېر کار به یې کاوه خو هغه ستا غوندې نه وو. ته ولې په وخت ډوډۍ نه خورې؟" نو بیا به د هغې عکس العمل بل شان وي.

خلک پیژند ساتلی نه شي. د خلکو پیژند سره د ځان غره توب هم شامل وي. پیژند د خلکو د ذهنونو لارې بندوي.

ورته ووایه،"د شنه سبزیو خوراک درته ښه دی" هغه به یې درسره ومني او یا ددې پر ځای که دې ورته وویل،"د یو سبزي خوړونکي په حیث درته وایم چې ته باید شنه سبزي وخورې" هغه به درسره بحث شروع کړي. دا د سبزي خور نوم ټاپه لګول ستونزه جوړوي.

ورته ووایه، " ویې ښه. چا چې درته زیان هم رسولی، هغوی سره هم مینه وکړه" هغه به فکر وکړي چې پاملرنه یې کوې او یا داسې دې ورته وویل،"د سم

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

عیسوي په حیث زه درته وایم چې خپلو دښمنانو سره هم ښه چلند کوه.″ بیا یې ته هم دښمن یې، دلته د عیسوي ذکر کول ستونزه رامنځته کوي.
ورته ووایه، ″زه هیله لرم چې زمونږ هیواد ښه هوایي ډګرونه ولري.″ هغه به ستا نظر تایید کړي او ددې پر ځای که ورته ووایې،″ زه سنګاپور کې اوسیدلی یم زه پوهیږم چې تنظیم شوي شیان څنګه وي. زه غواړم چې زمونږ هوایي ډګرونه هم تنظیم شي.″ نو تا به د هیواد ملو پر ضد وګڼي.
دا د انسان کمزوري ده. کله چې خلک پیژند سره مخ شي نو ځان باره کې یو څه کم احساس کوي. هغه به یې هرومرو درڅخه دفاع وکړي. په ناڅرګنده توګه پیژند، خلک د مغلقې په لور بیایي. هغه له تا سره هیڅ ستونزه نه لري. هغه څه چې ته یې استازیتوب کوې، مخالفت لري، که هغه چوکۍ وي، که درجه، که مذهب او داسې نور. سره ستونزه لري.
مونږ ولې پیژند ته اړتیا لرو؟ آیا دا درجه مونږ ته سرلوړي راکوي که مونږ درجې ته سرلوړي ورکوو؟ چوکۍ تاته اړتیا لري که ته چوکۍ ته اړتیا لرې؟ که چیرته پیژند تا تعریفوي نو بیا د پیژند پرته هیڅ نه شې کولای. هر څوک چې پیژند باندې تکیه کوي هغه هیڅکله سمې اړیکې نه شي جوړولای. که چیرته تاسې پیژند ته ارزښت ورکوئ نو بیا تاسې پیژند ته اړتیا نه لرئ. دا د ژورو اړیکو رامنځته کولو پیل دی.
لټونکي ترې وغوښتل ″باداره! مهرباني وکړه ما د خپل مرید په حیث ومنه″بادار ترې وپوښتل ″ووایه ته څوک یې؟″ ″راماچندرا راو″″دا ستا نوم دی. دې نه تېر شه، ووایه ته یې څوک؟″ بادار ترې بیا وپوښتل. ″ زه یو سوداګر یم″ ″دا خو ستا دنده ده. دې نه تېر شه، ووایه ته څوک یې؟″ ″زه یو سړی یم″″دا ستا جنس دی، دې نه تېر شه، ووایه ته څوک یې؟″″باداره! زه نور نه پوهیږم چې زه څوک یم.″″ دا صحیح شو. دا د لټونکي د پیل ټکی دی. کله چې دې ټولې پیژندپاڼې وغورځولې او دلته لکه د ځان په څېر خالص راغلې، دا د لټونکي د پیل ټکی

●●●

دی. ستا د سوداګرۍ کارت د کاهن سره چلیدلی شي خو خدای سره نه شي چلیدلی.″ بادار ورته وویل.
خپل ځان سره او نورو سره مرسته وکړه چې خپلې پیژندپاڼې وغورځوي. ته کافي یې... د کافي نه پسې کافي یې. بس خالص ته. دا د هر څه د پیل ټکی دی. کله چې ته د خپل ځان په څېر شوې، ته خپلواکه شوې او دا ریښتونې خپلواکي ده.

***

د اوسپنې یو ټوټه په ۲۵۰ روپۍ ده...
له هغې څخه یو نال جوړ کړه، هغه به ۱۰۰۰ روپۍ ارزښت ولري،
له هغې څخه د ساعتونو سپرنګونه جوړ کړه، هغه به ۱۰۰،۰۰۰ ارزښت ولري.
ستا ریښتونی ارزښت په دې کې نه دی چې ته څوک یې بلکې په دې کې دی چې ته د ځان څخه د څه شي جوړولو وړتیا لرې.

***

پیسې هیڅ یادابښت نه لرې، تجربه یې لري

ته به هیڅکله پوه نه شې چې ستا د تعلیم لګښت څومره وو خو د تل لپاره به دې د ښوونځي او پوهنتون خاطرې په ذهن کې پاتې وي. یو څو کاله وروسته به دې دا هم هیر شي چې روغتونونو کې دې څومره پیسې لګولي خو په خوښۍ به دې هغه خاطرې په یاد وي چې د خپلې مور ژوند دې ژغورلای وي. دا به دې هم هیر شي چې له واده وروسته چکر باندې دې څومره لګښت راغلی وو خو د هغې سره هره شیبه ناسته به دې په ذهن کې پاتې وي. پیسې یادابښت نه لري، تجربه یې لري.
ښه وختونه او خراب وختونه، د سوکالۍ وختونه او د بیوزلۍ وختونه، هغه وختونه

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

چې راتلونکی درته خوندي ښکاري او هغه وختونه چې سبا درته تورتم په څېر ناڅرګند وي... د بشپړې ازادۍ او بې برخې نه ورهاخوا په ذهن کې یواځې خاطرې د تجربو په څېر پاتې کیږي. کله کله بټوه له پیسو ډکه وي... کله کله بیا په جیب کې هم یوه پیسه نه وي. هر څه درسره ول خو د تندي تریو کولو لپاره ډېر سببونه دې هم درلودل. ډېر څه نه ول خو بیا هم موسکا لپاره ډېر څه درسره دي. نن به اوښکې تویوې او هغه وختونه به په خوښۍ رایادوې چې یوځای مو خندلي ول او بیا به موسکی شې چې یو وخت دې ځانته ژړلي ول. ژوند درته بېلا بېلې شېبې درکوي چې د خپل ژوند تاریخ پکې ولیکې او په یواځې ځان دا هر څه په یاد ساتلی شې.

په لومړي ځل مو پرته د مرستې نه په بایسکل د ځان توازن برابر کړی وو...

په لومړي ځل درته هغې ویلي ول چې هو، حالانکه تا ورته دوه کاله وړاندې وړاندیز کړی وو، چې مینه ورسره لرې...

لومړنۍ ژړا... لومړنی قدم... لومړۍ خبره... لومړنۍ مچو... ستاسو ټول ماشومتوب...

په لومړي ځل مو چې مور او پلار ته ډالۍ اخستې وه او تاسې ته مو لور په لومړي ځل ډالۍ درکړې وي...

لومړنۍ جایزه... د خلکو له لورې په لومړي ځل تشویق... دریځ په سر لومړنی فعالیت...

دا نوملړ نه ختمیدونکی دی... نه ختمیدونکی خاطرې دي...

له دې نه منکریږو چې هر یو شی په پیسو کیږي. خو په پایله کې د هغه شي بیه مو هیریږي خو د هغې تر څنګ خاطره نه هیریږي.

که چیرته اقتصادي بحران رامنځته شي نو بیا؟ وي دي، خو د ژوند ارزښتونو بحران باید رامنځته نه شي. ته اوس هم کولای شې چې خپل مور/پلار حج ته ولیږې که نشې نو نږدې جومات پورې خو یې بوتللی شې. ته اوس هم خپلو

●●●

ماشومانو سره لوبې کولی شې، که نه شې یو نږدې پارک ته خو یې بوتللی شې. په دې هیڅ لګښت نه راځي چې یو چاته ورتېټ یا ورنږدې شې او غیره کې یې ونیسې. او ریښتیا هغه اړخونه لکه روغتیا، علمي پرمختګ او معنوي وده هیڅکله اقتصاد پورې اړه نه لري.

وخت به تېریږي... اقتصاد به راژوندی شي... پولي واحد به بیرته خپلې بیې پورې لوړ شي... او په دې ټولو کې، زه نه غواړم چې ستاسې توجه پرون ته یوسم او تاسې په دې پوه شئ چې هیڅ مو نه دي کړي بلکې یواځې مو په تیارو کې ځانونه رغړولي دي. اقتصادي بحران به مو له پیسو خلاص کړي. خو مه یې پریږدئ چې خاطرې مو زیانمنې کړي... که چیرته په دې خوښ نه یاست چې څه لرئ نو بیا که هر څومره ولرئ بیا به هم خوښي ونه مومئ.

ځان ته داسې یوه وینا جوړه کړه چې څنګه به ژوند کوې. څومره لرم باید څنګه احساس کوم باندې هیڅ اغیز ونه کړي.

***

نازولتوب مو کمزوری کوي
مینه مو غښتلی کوي

داسې ښکاري چې نازولتوب ورکولو پر ځای مینه ورکول تر ټولو ستر اشتیاق دی. توپیر په څه کې دی؟ زیاتره خلکو ته، مینه ورکول داسې ښکاري چې هغوي سره باید نرم اووسې او د هغوی هره خبره ورسره ومنې، هیڅ ګیله ترې ونه کړې او ګوته ورته ونه نیسې او هغوی د راحتۍ څخه پرې ډېر زور رانه وړې... په اصل کې هغوی پریږده چې څنګه وي، هیڅ مه ښایه چې هغوی بدل کړې. نازولتوب درته وایي چې څنګه زه غواړم راسره مینه وکړه.

مینه دا نه ده چې نازولي سره مینه وکړې. مینه هغه ده چې بدلون منځته راوړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

نازولتوب مو کمزوری کوي، مینه مو غښتلی کوي.
هیڅوک بشپړ نه دی. د پرمختګ ډېر لوی ډګر دی. پرته له هغوی چې درسره مینه لري، هیڅوک دې پروا نه لري چې تا پرمختګ کړی که نه. د زغم په نوم، نازولتوب دې نیمګړتیاوو سره پریږدي. که چیرته ځانغوښتنه دې ټپي هم شي خو مینه به دې بدلون لپاره خپل نظر درسره شریکوي. نازولتوب دې په ځانغوښتنه باندې کار کوي. مینه مو غښتلی کوي.
هیڅوک هر وخت سم نه وي. د منلو په نوم، نازولتوب به درته هغه څه چې سم نه وي، سم ښکاري. مینه به د هنداري په څېر وي، هغه څه که نه غواړې وګورې، درته به یې ښايي چې په حقیقت کې همدا ته یې. نازولتوب به درته یواځې هغه مخ ښايي چې تاته ښه ښکاري. مینه به دا خطر په ځان مني او ریښتونی شکل به دربانديې ګوري.
د زیاتره خلکو تشویقي کچه ډېره لږه وي. ته یو داسې څه ته اړتیا لرې چې د بهر څخه دې ټیله او تشویق کړي. نازولتوب به دې هماغه ارام او نیمګړې سیمه کې پریږدي. مینه به دا خطر هم ومني چې ملګرتیا په ملګري بدله کړي. تا نه شي پریښودی چې همدغسې پاتې شې. هغه څه چې بدل نه شي، وده نه کوي.
نازولتوب د نشې په څېر دی. دا به درته یو رنګین ماښام درکړي خو تا کې به هیڅ بدلون رانه ولي. مینه لکه یو تفکر دی. دا به داسې ښکاري چې هیڅ نه دي روان، خو وروسته به هر څه بدلون ومومي. وغواړه چې مینه درسره وشي او رامنځته شي، نه دا چې ونازول شې او ولاړ پاتې شې.
زما خوږو! زه درته وایم، "زما مینه به هاغسې تاسې ته درونه رسیږي چې څنګه چې تاسې غواړئ. خو زما مینه یوه موخه لري چې تاسې به جوړ کړي"

***

●●●

منل یو مثبت احساس دی

کله چې یو څوک کار کوي او زه نه غواړم هاغسې وشي، او یا یې ومنم، نو غوسه کیږم. کله چې یو څوک یو کار کوي او زه نه غواړم هاغسې وشي، زه یې منم او زغملای شم.
کله چې یو څوک څه لري او زه یې نه لرم او یو څوک یوه مثبته پایله لاسته راوړي او زه یې نه شم کولای او نه یې شم منلی، نو زه کینه پیدا کوم. خو که ویې منم نو متاثره به شم.
کله چې یوې پیښې سره مخ شم او نه پوهیږم چې څنګه پرې لاس بری شم او څنګه یې ومنم نو په ما کې ویره اچوي. کله چې یوې پیښې سره مخ کیږم او نه پوهیږم چې څنګه پرې لاس بری شم خو زه یې ومنم او ځان خطرمل حس کوم.
کله چې یو څوک یو کار وکړي او زما احساسات ټپي کړي او زه نه شم کولای چې ویې منم نو په ما کې کرکه زیږوي. کله چې یو څوک یو کار وکړي او زما احساسات ټپي کړي، خو زه یې ومنم نو ما سره ښښنه کې مرسته کوي.
کله چې یو څوک زما په ذهن کې وي او وجودي شتون ونه لري او زه نه شم کولای چې دا ومنم نو زه وایم چې زه ورپسې خفه یم. کله چې یو څوک زما په ذهن کې وي او وجودي شتون ونه لري خو زه دا خبره منم او وایم زه د هغې باره کې فکر کوم.
بیا نو احساساتي معادله ډېره اسانه ده،
یو شی+منل= مثبت احساس
یو شی+نه منل= منفي احساس
نو دا یو کس یا یو شی نه دی چې ما منفي یا مثبت په لور بیایي بلکې دا خبره د منلواو نه منلوپورې تړلې ده چې ته مثبت احساس لرې که منفي. دا نړۍ نه ده بلکې نړۍ ته زما د ځواب وړتیا "منل یا نه منل" ده چې زما د احساساتو کیفیت

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

څرګندوي.
بل ځل ما داسې احساس وکړ چې یوې منفي احساس ګډوډ کړی یم، پر ځای ددې چې فکر وکړم چې چا یا څه شي ګډوډ کړی یم، بلکې زه له ځانه ددې ازموینه واخلم چې چا او کوم شي سره پر ضد یم "نه یې منم". زه به نه منل په منلو واړوم او منفي احساس به مې په مثبت بدل شي.
احساساتي مدیریت هغه وخت پیلیږي ترڅو هغه کس یا هغه شي باندې ملامتي وانه چوې او د ژوند د منلو مسولیت ومنې.

***

علم درته دې لپاره نه دی درکړل شوی چې خپل پرون وڅیړې بلکې خپل راتلونکی ورغوې

د ژوند په هر ډګر کې ستونزو سره مخامخ کیدو په وخت کې به مې خپل ملګري ویجی یارګوان ته غوږ نیوه، هغې به ویل،"هر څومره چې یو سپرنګ په فشار کیکاږې او بیا یې خوشې کړې نو په هغومره چټکۍ به ټوپ ووهي. که چیرته ستا ژوند له تېرو ۱۹ کلونو راهیسې د ناکامیو څخه ډک وای؟ نو اوس پریکړه وکړه چې ټوپ به وهې. خپل سکریپټ بیا ولیکه" په لومړي ځل یې راویښ کړم او له هغې وروسته مې شاته ونه کتل... او شاته کتلو ته اړتیا هم نه وه. زه اوس خوشاله یم چې ما مې خپل ملګري ته نه وو ویلي چې ته باید دې پیغام سره پنځه کاله وړاندې زما ژوند ته راغلې وې!
د علم له نظره څه شی چې اړین دی هغه دا چې آیا ته خپل پرون ته ګورې او که سبا ته دې سترګې دي؟
زه خو یا دا ویلی شم چې زما انګلیسي دومره ښه نه ده او یا دا چې زه غواړم نوره هم انګلیسي زده کړم. په خپل نن کې ودریږه او خپل سبا جوړ کړه، پرون پورې

●●●

کار مه لره. د علم له نظره پرون ته مه ګوره، بلکې سبا ته ګوره. خلک زیاتره دا خبره کوي چې که چیرې...، اصلا هغه خلک دي چې د علم له نظره دوی خپل پرون ته ګوري. ته د خپل راتلونکي جوړولو لپاره راویښ کړای شوی یې، د پرون په څیړلو کې یې مه بربادوه.
هیڅ علم درته ناوخته نه راځي... هغه وخت درته راځي چې باید راشي... او هغه وخت چې ته ورته تیار یې. زما د ملګري ویجی یارګوان پیغام که ماته پنځه کاله وړاندې راغلې وو، کیدای شي ما پرې هیڅ چرت نه وو خراب کړی. هیڅکله له موجوده وخت څخه ګیله مه کوه.
زمونږ راتلونکی زمونږ د تېر وخت په څېر نه دی. تر ټولو ستر تشویق چې مونږ باید خپل راتلونکي ته سترګې په لار اووسو او دا په ذهن کې ونیسو چې تر ټولو غوره لا راروان دي. له هر نوي علم سره، له هر نوي پوهیدو سره، له هر ځل راویښیدو سره... راځئ چې خپل د خوښې راتلونکی ورغوو.
علم دې لپاره نه دې درکړل شوی چې پرون کې څیړنه وکړې بلکې ددې لپاره چې خپل راتلونکې ورغوې.
وړاندې وګوره... ته هیڅ خبر نه وې چې له تا به دا جوړیږي. د راتلونکي په یو کونج کې درته هغه څوک چې ته به تری جوړیږې، انتظار کوي. څه... څه لاړ شه او هغه کس سره وګوره چې راتلونکي کې به ته یې.

***

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

وړتیا یو نه ښکاریدونکی کیفیت دی

ما یو نامتو ویناوال ولیده چې خپل چټل موټر څخه راښکته شو... داسې چټل وو چې د خپل چپ لاس په لاس ماغو "دستکش" باندې هم نه شو لمس کولای... دننه موټر هم د کثافت دانې څخه کم نه وو... وینا وال د ژوند په اهمیت باندې لکچر ورکولو لپاره راغلی وو. ما لیدلي ول چې مریدان د وینا ودانې څخه راوتل، له خپلو سترګو یې چټلي پاکوله... په هغه څه یې دلالت کاوه چې هغه خلک چې غواړي خپل روح پاک کړي خو د خپلو ځانونو پاکولو اندیښنه یې هم نه درلوده... څه یوه ناپوهي! هغوي ځان هم نه مینځه خو د خپل معنوي ښوونکي په وینا یې ځان مینځه. ما خرڅونکی پرسونل ولیده چې ږیرې یې ببرې وې، بوټان یې خیرن، نیکټایې یې ګډه وډه، خو د هغوی د خرڅلاو تولید په نړیوال کچه نوم درلود.

مونږ باید په دې پوه شو چې وړتیا له دننه څخه پیلیږي او بیا بهر لار پیدا کوي. هغه وړتیا چې مونږ ورکولو ته اړ باسي د هغې وړتیا پورې اړه لري چې مونږ یې لرو، هغه وړتیا چې مونږ یې لرو د هغې وړتیا پورې اړه لري چې مونږ یې کوو، او هغه وړتیا چې مونږ یې کوو د هغې وړتیا پورې اړه لري چې مونږ څوک یو.

هیښه وړتیا چې نور له تاسو څومره توقع لري، له هغه زیاته له خپل ځانه لري. هیښه وړتیا هغه څه چې نړۍ تاسې لپاره ټاکلې ده، له هغه زیاته خپل ځانته لوړ معیارونو ټاکلو توقع لري. هیښه وړتیا هغه باور دی چې وایې هر څه کیدای شي او باید پرمختګ وکړي.

وړتیا دا نه ده چې ستا په جرابه کې دې سوری وي... یا ماته دروازه ونه لرې... یا د کور ټول دیوالي ساعتونه یو وخت وښایي... یا د کوټې فرش نه وې شکیدلی... یا خیرن پکې، د کور نلونه دې سم کار وکړي، په دیواله دې ښایسته انځورونه وي... ټیلیفون ته پنځه زنګونو وروسته هرومرو ځواب ورکړل شي... دیوالونو

●●●

رنګ باید داغي نه وي... د تشناب دیوالونه او فرش دې دومره پاک وي چې ځان درته پکې ښکاره شي... د خونې دروازو قلفونه دې سم کار وکړي...

وړتیا هغه څه ده چې ډېر کم پام ورته کیږي، خو نه شتون یې هیڅکله نه هیریږي. وړتیا داسې یو تفصیلي غوره والی دی چې ډېر پام ورته نه اوړي... یو ګل یو ګل دی، که خوشبو ولري که ویې نه لري، خو د خوشبو نشتوالی ډېر توپیر رامنځته کوي. وړتیا هم د خوشبو په څېر نه ښکاریدونکی کیفیت دی... همدغه شتون یې له هر څه بیلوي.

***

هر څوک د هر څه لپاره توضیحات لري
هر څوک غواړي خپله اخره خبره وکړي

زما ملګرې په دې قانع شوې وه چې زه غلط وم. هغې د خپلې خبرې لپاره توضیحات لرل. ما هغې ته خبره روښانه کړې وه چې ولې داسې شوي وو. ما خپل توضیحات لرل چې ما فکر کاوه زه غلط نه یم او هغې فکر کاوه چې ما ورته قناعت نه دی ورکړی. هغې بیا دا هم وویل چې ولې زه په غلطه وم. ما ورته ویلي ول چې زما توضیحات دې له سمې زاویې نه دي اوریدلي، هغه ته مې بیا هم وویل چې زه په سمه یم... ما هڅه کوله چې ځان سم ثابت کړم او هغې هڅه کوله چې ما غلط ثابت کړي. مونږ دواړو له خپلو زاویو څخه توضیحات وړاندې کړل.

هغې ماته بریښنالیک ولیږه او په ما یې نیوکې وکړې، ما ځواب ورکړ او دفاع مې وکړه... هغې بیا ځواب راکړ او خپله خبره یې نوره هم روښانه کړه، ما بیرته ځواب ورکړ او توضیحات مې ورزیات کړل...

ما دوه شیان زده کړل... هر کس د هر څه لپاره توضیحات لري، او له دې مهمه دا

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

چې هر څوک غواړي اخره خبره وکړي.
ناتورام گودسي هم د مهاتما گاندي وژلو لپاره توضیحات درلودل، عثامه بن لادن هم په نړیوالو سوداگریزو ودانیو د برید توضیحات درلودل. د فلم لوبغاړو تـه دا کومه خبره نه ښکاري چې تلویزیون او سینما په پرده خلکو پر وړانـدې سـگرټ وڅکـوي ځکـه هغـوی هـم خپـل توضـیحات لـري. زمـا میـرمن هـم دې لپـاره توضیحات درلودل چې ولې ترې په پخلي کې مالگه هېره شوې.
هر څوک د هر څه لپاره توضیحات لري، او هر څوک غـواړي خپلـه اخـره خـبره وکړي. په حقیقت کې چې په دې پوه شوی یم چې د هر څه باره کې توضیحات ورکړم او هڅه کوم چې خپله اخره خبره وکـړم نـو زمـا ژونـد لـږ تـر لـږه یـو څـه نااراموني وي.
ما ځان سره ویلي چې د ژوند ټولې بې ارزښته موضوعگانو کې بـه بـل کـس تـه اجازه ورکوم چـې خپلـه اخـري خـبره وکـړي او زمـا وخـت، انـرژي او کوشـش وژغوري. دا یوه ستره خپلواکي ده چې یو کس ته د توضیحاتو وړاندیز وکړې او خپلې اخرې خبرې ته یې پریږدې... او په ریښتیا هم د ژوند په ټولـو بـې ارزښـته موضوعگانو کې همداسې کول پکاردي. له نېکه مرغه ٪۹۰ دا موضـوعگانې بـې ارزښته وي.
ته ددې لپاره یو بل لیدلوری لرې؟ ته یې مستحق یې. زه څه ویـل نـه غـواړم، تـه دې خپله اخري خبره کولی شې.

***

●●●

لس دقیقې وختي دې لس کاله عمر زیاتوي

د الوتنې نیولو لپاره دوه لارې دي. که ته چیرته په منظم ډول په الوتکو کې سـفر کوې نو بیا دا یوه عامه خـبره ده . ترافیکـي بیړوبـار بـه وارخطـا کـړی یـې، مـوټر چلونکي ته به همدا وایې چې چټک لاړ شه، د ترافیکي اشارو څخه به سرغړونې باره کې فکر کوې، شېبه په شېبه به لاسي ساعت ته گورې او هوایي ډگر ته به پـه منډه یې. په هر ځای کې د سامان سکن کولو څخه تر امنیتي تالاشۍ پورې، هـر ځای کې غواړې مخکې شي او خلکو ته توضیحات ورکوي چې الـوتنې لپـاره دربانديې ناوخته شوی... بیا به په تیزۍ روان شې او لږ مـزل وروسـته بـه پـه منـډه شې... ترینگلې مشاده به دې وي او الوتکې کارکونکو ته به پیکه مسکا کـوې... په پایله کې طیاره به درنه نه وي تللي او ځان به دې ور رسولی وي.
او بله لار دا ده چې هوایي ډگر ته لس دقیقې وړاندې روان شې.
په هر کور کې سهار په دوه طریقـو پیـل کیـږي. یـوه لاره خـو دا ده لکـه دریمـه نړیوال جگړه روانه وي. هر څوک منډې وهي... په ټیلیفون زنگونه راروان وي او هر څوک دا هیله لري چې ټیلیفون ته یې ځواب وویلی شي. یو څوک بـه دروازه کې ولاړ وي او هر څوک به ځان داسې گوښه کوي لکـه دروازې زنـگ یـې نـه وي اوریدلی. د ښوونځي بس باید له وخته د سرک پـه کـونج کـې ولاړ وي... د ډوډۍ قوتۍ دې چیرته ده... دا واخله د اوبو بوتـل دې هېـر نـه شي، د ښـوونځي بکسه دې سمه نه ده بنده کړې، چې بس ته پورته شوې د بوټانو مزي دې وتړه... داسې ښکاري لکه یو راکټ چې خوشې کیږي... ۱۰... ۹... ۸اممم...
او بله لار یې داده چې ۱۰ دقیقې مخکې راپاڅې.
بیړه تر ټولو خطرناک عادت دی. بیړه مونږ دې ته اړ کوي چې هغه پریکړې چې باید وانه خیستل شي، اخلو یې. بیړه مونږ هغه کارونو ته اړ باسي چې مونږ یـې نـه کوو. بیړه مونږ ته په دروغو دا باور راکوي چې ملامتیا په وخت کې ده، پـه مـونږ

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

کې نه ده. نیمګړو او بې ارزښته پریکړو پړه هم په بیړه اچوو. بیړه داسې یوه فضا رامنځته کوي چې له خپل هر کار څخه دفاع وکړو، که سم که ناسم.
ستونزمنې پرېکړې زیاتره ښې پرېکړې وي. لس دقیقې وړاندې به لومړی مونږ ته کمعقله غوندې خبره ښکاره شي خو په حقیقت کې د نن ورځ لپاره د روح غزا ده. لس دقیقې وړاندې د ورځینیو فشاري موضوعاګانو لپاره درمل دي.
لس دقیقې وړاندې دا معنی ورکوي چې زما زړه لس څله دمه واخلي... تر څو لس کاله ژوندی پاتې شم.

***

خوبونه! چیرته یې او چیرته یې تر منځ خالیګاه ده

مارټر لوتر کینګ جونیر یوه تاریخي وینا واورواله، هغې ویلي ول،"دا زما خوب دی چې یوه ورځ دا ملت راپاڅي او د خپلې عقیدې په ریښتونې معنی به ژوند وکړي. مونږ په دې حقیقت سره یو یوو چې ټول انسانان سره یو شی دي، بسنه کوي. دا زما خوب دی چې د جورجیا په غونډیو د بزګرو مریانو بچي او د بزګرو څښتنانو بچي سره یو ځای ناست وي او د ورونو په څېر په یو میز راټول شوي وي. دا زما خوب دی چې یوه ورځ زما څلور بچي په داسې یو ملت کې ژوند وکړي چیرته چې د پوستکي رنګ له پلوه څوک ونه ارزول شي بلکې د خپلو کړنو له امله وپیژندل شي. زه نن یو خوب لرم په دې عقیده، چې یوه ورځ به مونږ یو ځای کار کوو، یوځای عبادت کوو، یو ځای هڅې کوو، یو ځای به بندیخانې ته ځو، د خپلواکۍ لپاره به یو ځای ودریږو، په هغه ورځ به مونږ خپلواکه یو. او که چیرته امریکا غواړي یو ستر ملت شي نو دا باید په حقیقت بدل کړي" څلور لسیزې وروسته د امریکا ملت تاریخ جوړکړ او افریقایي امریکایي بارک اوباما یې ولسمشرۍ ته وټاکه.
که چیرته مونږ غور وکړو نو دا خوب چې د ټولنیز هیښ اندو په ذهن کې ځای

●●●

ونیوه، په غوره حالاتو کې نه دی رامنځته شوی بلکې په بدو حالاتو کې رامنځته شوی، چې په هغه مهال کې توریانو د رایی ورکولو حق هم نه درلود.
دیروبای امباني(د هندوستان میلیونر) یو وخت د ډیجیټل انډیا خوب درلود، هغې غوښتل چې یو عام سړی هم باید معلوماتي او ارتباطي ټکنالوژۍ څخه ګټه پورته کړي. په هندوستان کې د هغې خوب ریښتیا شو. دلته د پام وړ خبره دا ده چې د هغې نظریه په کال ۱۹۹۹ کې د رونې اندو په فکرونو کې وکرل شوه، چې په هغه وخت کې تلویزیوني ارتباط هم ډېر بد وو.
مهاتما ګاندي په هغه وخت کې چې ټول هندوستان د دریو پیړو راهیسې یو غلام وو، د خپلواکۍ خوب لیده. یو وخت کې هندوستان یو عادي الوتکه هم نه شوه جوړولی، په هغه وخت کې نامتو شخصیت چې د هندوستان توغندي سړي په نوم یادیده، آر پي جی عبدالکلام یو خوب درلود،" د هندوستان په ۳۰۰۰ کلن تاریخ کې ۶۰۰ کاله د نورو تر حاکمیت لاندی پاتې شوی، که چیرته تاسې پرمختګ غواړئ نو په هیواد کې باید امن او ثبات ټینګ کړای شي" د هیواد غښتلتیا لپاره توغندي جوړکړای شول او هندوستان په فضا او سپوږمۍ کې ځای پیدا کړ.
دلته اړینه دا ده چې دوی خپل خوبونه تعقیب کړل او دا خوبونه زیاتره په ستونزمنو او سختو حالاتو کې لیدل شوي.
ستونزمنو حالاتو سره به مخ شې. خو په هر حال کې باید خوب ووینې. خوب، چیرته یې او چیرته به ځې تر منځ خالیګاه ده. ایا زه خوب کتلی شم؟ هیڅکله پوښتنه نه شي کیدای. د سترو خلکو ستر خوبونه وي او لاسته یې راوړي. د انسان ماغزه چې هر څه درک کولای شي، تر لاسه کولای یې هم شي. خدای درته هیڅکله داسې یوه نظریه نه درکوي چې د ترلاسه کولو پورته وي. ستاسې لپاره باید پوښتنه دا وي چې، کله به یې ترلاسه کړم.

***

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

کوم کار چې اوبه کولای شې، تیل یې نه شي. کوم کـار چـې مـس کـولای شي، سره زر یې نه شي.
د میږي نازکي ددې لامل کیږي چې هغه حرکت وکړي. د ونې سختي ددې لامل کیږي چې پر ځای ولاړه پاتې شي.
هر شی او هر کس د یو بې ساري مقصد لپاره جوړ شوی.
زه به له خپل ځان پرته بل څـه یـم، کـه څـه هـم زه درسره خپلـې کمـزوری هـم شریکې کړم؟ ولې باید هڅه وکړم چې یو بل څوک شـم، کـه څـه هـم د یـو بـل غښتلتیا زه اغیزمن کړی یم.
زه دلته راغلی یم چې زه اووسم.

***

مقاومت او نه ختمیدونکی ځاني پرمختګ یواځینی لار ده

زه د ښوونځي له وخته په لیکلو کې تکړه نه وم، مقالو لیکلو سره به هم له ستونزو سره مخ وم. خو د یو وینا وال په څېر ډېر ستایل شوی وم او دا وړتیا مې درلـوده چې پیچلې خبرې په ساده الفاظو بیان کـړم. د ژونـد تـریخ حقیقتونـه بـه مـې پـه داسې ژبه بیانول چې هر څوک پرې پوهیدلای شول. دا ځکه چې ما ژوند ته ډېر ارزښت ورکوه. نو ما پریکړه وکړه چې لیکلو ته مخه کړم. خو زما لیکنې به څوک چاپ کړي؟ نو ما پریکړه وکړه چې یوه مجله چاپ کړم، چې بیا مېکنګـل شـوي فکرونه نوم مې ذهن ته راغی.
په لومړي ځل مې په ۲۰۰۰ کال کې کنګل شوي فکرونو نه یو څه ولیکل، که څه هم ما باید منلی وای چې ماته خپلې لیکنې خوند نه راکوي. ډېر زر زه پـوه شـوم چې زما انګلیسي ګرامر هم کمزوری دی. یو لوستونکي په لومړي ځـل راباندې چغې وهلې او راته یی وویل،"ډېرې بیکاره او مغلقه جمله بندي دې کړې، ګرامر

●●●

دې بیخې خراب دی، بې خونده ټوکې او همداسې په سلګونو لیکدود غلطی ... دا مجله خو خپل بوټ سره نه برابروم." ترټل د الهام تر ټولو غوره سرچینه کیدای شي او ما لپاره همداسې وه. که چیرته زما په لور یو خنجر راوغورځوې نو زه یـې د لاسکي نه نیولی شم، د چړې یې نه شم نیولی. او بیا به همدغه خنجر زما وسـله شي. یو حالت هغه وخت په موقع بدلیدی شي کله چې د مخ کیـدونکې حـالاتو څخه ډېرې سرچینې درسره وي. ما هم یوه موقع لیدلې وه. قسمت د ټولو موقوع ګډ ټکی دی چې ستا په خوا کې تېریږي او ته باید تیار اووسې او راویـی نیسـې. نو ما پریکړه وکړه چې خپل قسمت ولیکم. ما ډله برابره کړه تر څو هغـه سـتونزې له مینځه یوسو. که ته لایق هم نه یې فرق نه کوي خو که چیری دې شاوخوا ټول تکړه کسان وي. ما هم د خپل ځانه د تکړه کسانو یوه ډله راچاپیره کړه. تـه بایـد پوه شې چې د یوې موضوع په اړه خلکو ته څنګه لارښوونه وکړې. نو ما په خپلو لیکنو کار پیل کړ، یو ځل بیا د ګرامر اساساتو ته وګرځیـدم او هـر هغـه څـه مـې وکړل چې باید یو مسول کس یې باید تر سره کړي.
زه دا نه وایم چې مجلې ایډیټ کول، خپرول او ویشل څه ستونزمن کار دی خـو ما سره لازم شیان نه ول چې پر مخ یې بوځم. یـو حالـت هغـه وخـت پـه چلیـنج بدلیږي چې هغې کار لپاره نیمګړې سرچینې ولـرې. زه هـم یـو چلیـنج سره مـخ شوی وم. زه د هغه کار لپاره مناسب نه وم کوم چې مې ځان لپاره انګیرلـی و. نـو باید ځان مقاومت او نـه ختمیـدونکې ځـان پرمختـګ پـر لـور بـوتللی وای. کـه وغواړم په هر څه کې به زه بهتره شم.
دریدلي مسولیتونه هیڅ نشته... دا په خوځښت کې دي. نو ستا شخصي وده بایـد هغې سره یو ځای مزل وکړي. د یو ایډیټر په حیث یې ماته تاج نه وو په سر کړی خو هغې سره مل مسولیت د پام وړ وو. نن ورځ کنګـل شـوي فکرونـه مجلـه پـه هندوستان کې ۴۵۰ ځانګې او په نړیواله کچه ٦٥ هیوادونو کې ځـانګې لـري. او له دې څخه هم ښه خبره دا ده، نن چې کوم کتاب تاسې لـولئ د همغـې کنګـل

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

شوي فکرونو زیږنده ده.
د نن ورځې چلینج دا دی چې د یو کس رول د هغه کس څخه په چټکۍ روان دی. موثریت او اغیزمنتوب هغه وخت منځ ته راځي چې یو کس د خپل رول سره یو ځای مزل وکړای شي. مقاومت او نه ختمیدونکی ځاني پرمختګ یواځینۍ لار ده.

***

هیڅوک تل نه بریالي کیږي. د هیچا په تقدیر کې ناکامي تل نه وي.
بریالیتوب د ناکامیو څنډ وروسته او ناکامي د بریالیتوب څنډ وروسته راځي. په دې دواړو کې یو هم تلپاتې نه وي.
د نن بریالیتوب او د نن ناکامي ددې اوږد سفر یو بل قدم دی. ژوند یوه لوبه ده. که چیرته دې دا لوبه ډېره وکړه نو کولای شې.
په نیمه لار کې هیڅ مه پریږده. تر اخره لوبه کوه. تر ډېره وخته لوبه کوه. په پای کې به د ختمیدو کرښې ته ورسې.

***

تېر ځل دې په لومړي ځل کله یو کار کړی وو

زیاتره خلکو لپاره ژوند یو تکراري سرخوږی دی. په یو وخت له خوبه راجګیدل، د پاڅیدو پر مهال د جګیدو او خوب سره لاس او ګریوان، هماغه یو رنګه قهوه څښل، هماغه یو اخبار لوستل، په یو وخت لمبا کول، په چټکۍ سهارنی چای څښل، کار ته په لاره کې سرخوږی، هماغه دفتر، هماغه کار، هماغه خبرې او هماغه غرمنی، په هماغه لاره بیرته کورته راتګ، هماغه ډرامې کتل، هماغه بحثونه، اجباري شپې ډوډی، هماغه کټ، بیا ویده کیدل او سبا ته بیا همدغه سرخوږی.

●●●

ژوند یواځې دنیایي نه دی، ژوند ستړی کونکی نه دی، ژوند دا نه دی چې د کال تجربې بې شمیره ځله تکرار کړې، ژوند یو پیټی نه دی، ژوند بندیخانه نه ده. په دې ژوند کې ډېر څه شته.
هر کال د یو نوي مهارت په لټه کې شه او بیا وګوره چې ژوند دې څنګه دی. داسې وختونه مه راوله چې ته دې یو فعال زده کونکی ونه اوسې. د موسیقۍ درسونو، د آلو لوبولو درسونو، د نڅا ټولګي، نوي درمل، نوی روغتیایي پرهیز، نوې ژبې زده کړه، عالي ګرامر زده کړه، نوښتي لیکنې، وینا زده کول، پخلنځي ټولګي، رسامي، لاسي خطاطي، نوی هنر زده کول، موټر چلونه، لمبا کول، نوی لوبه زده کول، تخنیکي پوهه، معنوي مطالعې ډلې، بوټو کې کار کول، مرغۍ او کورني څناور ساتل، کبانو لپاره حوض جوړول، انځورګري، کلتور... دا نوملړ نه ختمیدونکی دی. په دې کې یو هم غوره کړه او یو فعال زده کونکی شه.
په ژوند کې تل نوښتونه کوه. نوې تجربې لاسته راوړه. تل هڅه کوه. هغه څه کولو هڅه کوه چې وړاندې چا نه وي ترسره کړي. نوي پخلي کوه. هغه کالي اغونده چې ځان درته پرې ښه نه ښکاري. د ویښتو نوي ستایلونه کوه. نوي ځایونه ګوره. سړو تاسو ته وایم یوه ورځ پخلنځي ته ورکړئ. د رخصتیو په ورځ میرمنو سره بهر ووځئ. یوه ورځ سترګې پټې وګرځه. په بله ورځ خوله بنده وساته. یوه ورځ عمومي بسونو کې وګرځه. په کاري ځای کې دې رول بدل کړه. بیا هم دا نوملړ نه ختمیدونکی دی. ژوند کې نوښتونه رامنځته کړه. ودریږه مه.
ستا د بریالیتوب او لاسته راوړنو څخه پورته د ژوند دې پوښتنې ته تل د ځواب په لټه شه: تېر ځل دې په لومړي ځل یو کار کله کړی وو؟
ژوند ولمانځه. د ژوند په هره ورځ کې خپل شتون اړین وبله. چې ژوندی یې په دې شکر وباسه.

***

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

لږ به تر ډېره وي
ډېر به تر لږه وي

دا خو ډېره عامه پدیده ده او تاسې به لیدلي هم وي چې یوه کمپنۍ څومره زر وده کوي او یو څه وخت وروسته لا پسې ګړندۍ کیږي. هغه کسانو نه پوښتنه وکړه چې د اسعارو بازار کې یې په داسې کمپنیو پانګه اچونه کړې وي او خپل لاسونه یې تناکې کړې وي، او له هغه چا پوښتنه وکړه چې په داسې مالي کمپنیو کې یې خپله ټوله پانګه بایللې وي... هغوی به درته ژړیدونکې پایله واوروي.

په حقیقت کې دا هم یوه عادي خبره ده چې کمپنۍ په خپل تهداب باندې ډېر کار کوي، نمونه اي سوداګري رامنځته کوي، خپل بنسټیز حقونه ترلاسه کوي او همداسې سیستم او زیربناوې جوړوي. که څه هم په پیل کې ډېر په ورو وي خو د وخت په تېریدو سره وده کوي. له هغه خلکو پوښتنه وکړه چې خپله پانګه یې په داسې کمپنیو کې لګولي وي... هغوی به درته د خپل بریالیتوب کیسې واوروي.

یوه خبره ده چې وایي، روم په یوه ورځ کې نه دی جوړ شوی. که روم په یوه ورځ کې جوړ شوی وای نو په سبا به نړیدلی وو.

دا خو پریږده، په اړیکو کې هم دا خبره ده، ما داسې اړیکې لیدلي چې په ډېر لنډ وخت کې سره ډېرې نږدې شوي وي، خو بیا په یوه کوچنۍ غلط فهمۍ، یوه وړه پیښه او په یو کوچني بحث کې هر څه له منځه تللې وي. خو هغه اړیکې چې د وخت په تېریدو غښتلتیا، جرآت، رښتیا او ګرانښت لاسته راوړي، تر ډېره په خپل ځای ولاړې پاتې شي.

ته وایې ماته خوړل خوند راکوي،دقیقا له همدې کبله لږ خوراک کوه. بیا به تر ډېره ژوندی یې او خوراک کوه. که ته وایې چې ماته خوب خوند راکوي، دقیقا

●●●

له همدې کبله لږ خوب کوه، بیا به تر ډېره ژوندی یې او ویدیږې به. که ته وایې چې هغې سره ډېره مینه لرم، دقیقا له همدې کبله له یو بل لرې شئ. که ته وایې چې زه غواړم اخر سر ته ورسم، دقیقا له همدې کبله باید په زیربنا جوړولو باندې ډېر وخت ولګوې، نو همدا زیربنا به دې تر بره سر ورسوي.

لږ به تر ډېره وي، ډېر به تر لږ وخته وي.

***

چیرته چې غوره والی وي هلته سپیناوي ته اړتیا نشته

غوره والی خپله یو سپیناوی دی. چیرته چې غوره والی وي هلته سپیناوي ته اړتیا نه وي. او چیرته چې سپیناوي ته اړتیا وي نو غوره والی په شک کې دی.

څه چې سم دي هغه سم دي او څه چې نا سم دي هغه ناسم دي. ځیني وخت سم نا سم ته د سپیناوي، سببونو او دلایلو اړتیا وي. کله چې له خپل ذهن څخه درته یو ناسم شی سم ښکاره شي نو خپل ځان دې بربادۍ په لور بوتلو.

که په یوه ازموینه کې دې د ۱۰۰ څخه ۸۸ نمرې واخستې، دا حقیقت به همداسې پاتې شي چې ته ۱۲ نمرې شاته پاتې وې. که هر څومره سپیناوی ورکړې بیا به هم ۱۲ نمرې ټیټ یې. خو ته هڅه کوې چې ۸۸ د ۱۰۰ هومره ځای لرې خو ځان سره به پوهیږې چې ۸۸ نمرې ۸۸ دي.

وایي چې زر ځله دروغ رښتیا کیږي. د نورو لپاره به رښتیا وي خو تا لپاره به تل دروغ وي. تر څومره وخته به یوې پیشو ته د زمري په سترګه ګورې؟ نه خو له ځانه حقیقت نه شې پټولای او نه هم حقیقت له ځانه نه شې پټولای. سپیناوی دې هیڅکله نیمګړتیا نه شي پوره کولای.

که چیرته ستا موخه تر ۴۰ لکو وه او تا ۳۶ لکه تر لاسه کړل، نو د خپلې موخې پوره کولو څخه پاتې راغلی یې. که چیرته دې د لیدلو وخت ۱۱ بجې اخستی وي او ته ۱۱:۱۵ ورسیدې، نو ته ناوخته تللی یې. که ته د یو شي باره کې هر

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

څومره توضیحات ورکړې خو بیا هم ریښتیا نه شي پټیدلای او ته د خپلې موخې پوره کولو کې پاتې راغلی یې او یا دې د وخت پیژندنې درناوی نه دی کړی.
د غوره والي نشتوالي پر مهال ځانته ډاډ ورکول به دې په ژوند کې ډېر وځپي. وخت او یا یو ځل بیا به په خپلې موخې ته چې ته یې کولو وړتیا لرې، پاتې راشې. پاڅیره، هغه څه چې سم نه دي نا سم دي. ٦:٠١ بجې ٦:٠٠ نه دي او دوشنبه یواځې دوشنبه ده.
صفري اغیز شونې دی، کټ مټوب هم شوني دی او غوره والی هم شونی دی.
د غوره والي نه شتون به مو وځپي. هغه څه چې ځپل کوي، لارښوونه دې کوي. هغه څه چې لارښوونه دې کوي، جوړوي دې. چې جوړ شې، غوره به شې. پریږده چې ستا کارونه ستا باره کې ووایي. ته یې مه وایه.

***

معلومات د باور او اړیکو زیربنا ده

یو منځني عمر سړي ویل، "زما مور او پلار چې هر څه ویلي پرته د پوښتنې مې تر سره کړي. زه خپل مور او پلار لپاره بې کچه ډېر درناوی لرم. خو زما ځوی داسې نه دی. کله چې ورته د یو کار وایم نو د ولې، څه، څنګه، او ولې نه پوښتنو ځواب باید له مخکې تیار کړم. د اوس زمانې ماشومان د مشرانو درناوی نه کوي."
دا ریښتیا نه دي. یواځې د اړیکو چوکاټ بدل شوی. په تېر وختونو کې احساسات د اړیکې زیربنا وه. د نن وخت د اړیکو زیربنا معلومات جوړوي.
یو څو کاله وړاندې به که یو کاري مشر درته د کار وویل نو ځواب به یې داسې و چې، وشو. خو نن ورځ د کار تر سره کولو وړاندې دا پوښتنه کوي، "ولې دا کار باید وشي، د څه لپاره، او داسې نور..." ددې مطلب دا نه دی چې د نن زمانې غړي درناوی نه لري خو دوی غواړي چې په سمه توګه پوه شي. نو ویلی

●●●

شو چې بې پوښتنې تسلیمیدل په اړیکو کې ضروري نه ده. دا یواځې د نن ورځې ځیرکتیا ده، یانې یا خو ماته ټول مالومات راکړه چې پریکړه وکړم او یا هغه ټول مالومات راکړه چې ماته پرې ستا پریکړه سمه ښکاره شي.
تا به د پلار په یوه کوچنۍ اشاره یو کار ترسره کړی وي خو ستا ځوی به یې کولو وړاندې یو څو پوښتنې کوي، د پوره مالوماتو ورکولو وروسته به درته هغه کار وکړي. نو ویلی شو چې د پلار او ځوی اړیکې کمزورې شوي نه دي بلکې د اړیکو چوکاټ بدلون موندلی. که ستا پلار ستا مور ته ووایي چې د غرمې لپاره درې نور میلمانه هم راځي نو مور به دې ووایي چې سمه ده. که چیرته ته خپلې میرمنې ته ووایې چې غرمې لپاره درې میلمانه راځي نو هغه به درڅخه پوښتي، څوک راځي، کله راځي، هغوی څنګه خلک دي، تر کله به دلته وي... خو بیا به هم هغه درې کسانو لپاره خواړه تیاروي. نو ویلی شو چې د واده هغه مینه نه ده کمه شوې بلکې یواځې د اړیکو چوکاټ بدل شوی... د اړیکو زیربنا د احساساتو پر ځای مالومات تشکیلوي.
د یو ښوونکي په حیث زه فکر نه کوم چې بې پوښتنې تسلیمیدل د معنویت په پاچاهۍ کې هم بدلون موندلی وي. دا هغه بدلون چې رامنځته شوی، د بې پوښتنې تسلیمیدلو پر ځای باید کافي پوښتنې او ځوابونه وویل شي.
د اړیکو کیفیت نه دی ټیټ شوی خو د مالوماتو او ارتباطاتو غوښتنې پورته تللي. مالومات او ارتباطات د ژوند په هره اړیکه کې ځای موندلی. توضیحات اړین شوي او سپیناوی فرض شوی. دا بدلون نه هم د ښه لپاره دی او نه هم د بد لپاره دی، دا بس یوه نوې پدیده ده. په بدلیدونکې نړۍ کې دا هر څه اټکل شوي دي. اوس یواځې دا کفایت نه کوي چې ووایې ویې کړه. په بشپړ ډول یې روښانه کړه او بیا ووایه چې ویې کړه نو هغه کار به وشي.
باور د اړیکو زیربنا ده خو باور نور فرضي دی. معلومات د باور زیربنا ده او نو ویلی شو چې معلومات د اړیکو زیربنا ده.

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

ټولې اړیکې یواځې سطحي دي، لاندې ژورو کې یواځې یې.
زرګونه خلک به دې خواو شا وي خو ستا د بدن یوه برخه به حتما یواځې وي.
که چیرته خپلې مینې / مېین سره هم یې بیا به دې هم یوه برخه یواځې وي.
ته دې نړۍ ته یواځې راغلی یې او یواځې به ترې درومې.
خپلواکي په موجوده یواځیتوب کې ده چې ستا په طبیعت کې نغښتل شوی.

***

خلک ورته ناکامي وایي، زه ورته ستنیدونکی ټکی وایم

په ۱۷ کلنۍ کې ما غوښتل چې یو انجینر شم خو د دولسم نومرې مې دومره شوې چې ایله مې ریاضیاتو کې برخه اخستی شوه. دې فراغت ماته یو روښانه راتلونکی نه ښوده. ما باید کمپیوټر پروګرامونو کې اضافي کورسونه ویلي وای. هغه څه چې ما غوښتل او هغه څه چې شوي ول، دوه بیلا بیلې خبرې وې، نو باید څه وشي؟ په ۲۵ کلنۍ کې مې د سافټویرو مشورتي کمپنۍ جوړه کړه، چې په هغې کې ما سره ډېرو انجینرانو کار کوه. په ۱۷ کلنۍ کې مې خپله د خوښې پایله تر لاسه نه کړه، د خلکو په نظر یو بایلونکی وم. خو ریښتیا دا دي چې هغه یو بې ارادې پایله وه چې زه یې دې بریالیتوب پورې راورسولم.
زما ټولې اوږد مهالې موخې د معلوماتي ټکنالوژۍ په لور وې او د بې ارادې سببونو له کبله په ۳۰ کلنۍ کې د آلما ماټر څښتن شوم او په ۳۵ کلنۍ کې دکنګل شوي فکرونه څښتن شوم... ما ونه شو کولای چې د خپلو موخو په لار لاړ شم، خو ژوند مې په یوه داسې لاره روان کړم چې زما د ژوند مقصد پکې نغښتل شوی وو.
اګنس ګونجوا بوجزاوی د یوګوسلاوې څخه هندوستان ته راغی او کلکتې ښار کې یې ماشومانو لپاره مذهبي ښوونځي جوړ کړل، دا کار بې ارادې وو خو پایله

●●●

کې مادر ټیریسا نړۍ ته وروپېژندل شوه. له دې هر څه وروسته د امریکا کشف کریسټوفر کولمب وکړ خو د هغې هم دا اراده نه وه.
هغه خلکو چې په بې ارادې لوړو پوړیو ته رسیدلي، په نړۍ یې ډېر اغیز کړی، نسبت هغه خلکو ته چې په ژوند کې یې ځانته معلومې موخې ټاکلي دي.
که چیرته دې هغه چې غوښتل او په ژوند کې دې ترلاسه نه کړل او ستا په خوښه پر مخ لاړل نه، نو زړه مه بایلئ.
بې ارادې پایلې درته په ژوند کې هغه امکانات ښایي چې تا یې فکر هم نه وي کړی. بې ارادې پایلې درته په ژوند کې یوه نوې کړنلارې سره راځي... داسې یوه کړنلاره چې تا یې اراده هم نه وي کړي. ځینې وخت خدای ج خپلې کړنلارې پر لاره اچوي چې ستا لپاره به تر خپلې ډېره غوره پایله ولري.
خلک ورته ناکامي وایي، زه ورته ستنیدونکی ټکی وایم.

***

د منفي باره کې دوه خبرې وکړه او مثبت باره کې پنځه خبرې

زمونږ نیم خودي د احساساتو ژورو په لټه کې ده. د نیم خودۍ حالت هیڅکله د منفي او مثبتو احساساتو ترمنځ نه ده خو د ژورو او سطحې احساساتو ترمنځ ده. منفي احساسات تل د مثبتو په پرتله ډېره پاملرنه ځانته جزبوي، زیاتره خلک په ډېره اسانۍ د منفي احساستو په ژورو کې ورننوځي. خو مثبتو احساساتو کې په سطحي سر سري ډول ورننوځي. خپل ځان په مثال کې واخلئ او فکر وکړئ.
مونږ به خپلو چورتونو کې ډوب یو خو ماشومان به په خوشالۍ لوبې کوي. د ماشومانو خوښې ژوره پاملرنه نه راکاږي.خو کله چې ماشوم خپل ځان ژوبل کړي نو بیا د کورنۍ هر غړی ورځي او وایي ورته چې څه وشول؟مونږ په نا

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

خبرې ماشوم ته دا وايو چې د هغې ژړا ته د خوښې پر نسبت ډېره پاملرنه کيږي. که په راتلونکي کې هغه ستره شي نو د پاملرنې ترلاسه کولو لپاره به ژړا کوي، د اوښکو نه نيولې تر خفګان او بيا تر ژور خفګان پورې. هغې ته به دا احساسات مشروع ښکاري خو نور څوک به ورسره همغږي نه ښکاري. دا يو نيم خودي حالت دی، نه يو هيښمند حالت. هغه په دې هيڅ خبره نه وي چې د هغې نيم خودۍ حالت نه يواځې د هغې احساسات بلکې ورسره د ژوند حالات هم انتخابوي.

نيم خودۍ حالت به د ژورې کرکې او سرسري مينې څخه ژوره کرکه انتخابوي. نو څکه يو کس زخم او کرکه تر کلونو ساتي خو د مينې احساسات ورځ په ورځ نوي کيږي. کله چې د کرکې ژوندي ساتل وي نو ته ورته په يواځې ځان کافي يې، خو د مينې لپاره بهرنۍ مرسته اړينه ده. چاره يې دا ده چې ته د ژورې مينې زده کول تجربه کړې. خپل احساسات پياوړي کړه او خپله مينه څرګنده کړه. په مينه کې ډوب شه. په مينه کې ورک شه. له ټولو مهمه دا چې د زخم زغمل زده کړه او کرکه وښه او سرسري يې ونيسه. په پای کې به ستا نيم خودي پخپله خوښه مينه غوره کړي او ژورو ته به يې لاړ شې.

خپلو ناکاميو څخه زده کړه او هماغسې يې پريږده. د هغې باره کې ډېر احساساتي کيږه مه. خپله نيم خودي ويجاړوه مه. خپل بريالیتوب ولمانځه. د بدن هره حجره دې پکې دخيل کړه. خپله نيم خودي ونازوه. او خپلې روغتيا خيال هم وساته، پريږده چې ستا نيم خودي ستا لومړيتوب وپيژني.

حل يې ډېر ساده دی. د منفي باره کې دوه خبرې وکړه او مثبت باره کې پنځه خبرې وکړه. خپل منفي له پښو وغورځوه او د مثبتو فکرونو سيلابونه جوړ کړه. دې ته بدلون وايي، د نيم خودۍ حالت د زوړ څخه نوي ته راوله.

مونږ ولې دروغ وايو؟

څکه چې دروغ زمونږ د ژوند له ناخوالو څخه د تښتې لاره ده.

●●●

د دروغو زيان دا دی چې په مونږ کې د تيښتې لاره جوړوي، د ريښتيا ګټه دا ده چې په مونږ کې د ژوند د حالاتو مخ کيدو کړه وړه راژوندي کوي.

که چيرته پورته پوړو ته ځان رسول غواړې نو د ژوند حالاتو سره د مخ کيدو وړتيا بايد ولرې.

او دا کړه وړه به مونږ کې له څه شي راپيدا کيږي؟

ريښتينولي

***

دا فرق نه کوي چې ته دې ټول ځوابونه ولرې.

اړينه دا ده چې ستا پوښتنه سمه ده؟

لټونکي وپوښتل، "ولې ښو خلکو سره ناوړه کارونه کيږي؟" پادري ځواب ورکړ، "کله چې پوښتنه ناسمه وي نو ځواب به يې څنګه تر لاسه کړې؟ دا پوښتنه بايد داسې وي،"کله چې ښو خلکو سره کوم ناوړه کار کيږي نو په هغوی څه کيږي؟ او ځواب به يې دا وي چې، هغوی نه لاپسې ښه خلک جوړيږي."

دا زمونږ ځيرکتيا نه ده بلکې دا د ځيرکتيا په لور لاره ده چې د پرمختګ په لور زمونږ لار ټاکي. او زمونږ ځيرکتيا هغه وخت لارې ته برابريږي که چيرته مونږ سمه پوښتنه وکړو. کله چې يوې ستونزې سره مخ کيږې او د خپلې ځيرکتيا ځواب وايې نو دا پوښتنه کوه چې ولې زه نه؟ کله چې بې شميره نيکمرغۍ ګورې او يا د خپلې ځيرکتيا غږ ته غوږ نيسې نو بيا هم دا پوښتنه کوه چې ولې زه نه؟ توپير په نښه کړه، ددې پوښتنې غښتلتيا تجربه کړه. پوښتنې ډېرې پياوړې وي. په سم وخت کې يوه سمه پوښتنه ستاسې د ځيرکتيا لوری بدلولی شي او ورسره مو د ژوند لور بدلولی شي.

ولې له ما سره داسې کيږي؟ دا پوښتنه تاسې د داسې يوې خوا په لور بيايي چې

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

په ځان مو مینوي. همدې وخت کې دا پوښتنه هم کولای شئ، له دې څخه زه څه زده کولای شم؟ او دا پوښتنه به مو د هوښیارتیا په لور بوځي. هغه ولې زماپه خبره نه پوهیږي؟ ستاسې ځیرکتیا به تاسې په نورو ملامتۍ په لور ټیله کړي او ځان به درته د نورو ښکار ښکاره شي. او د دې پوښتنې پر ځای که داسې ووایې چې زه باید څه وکړم چې هغه زه پوه کړای شم؟ په دې به پوه شې چې حالات لا تر لاس لاندې لرې.

که تاسې پر ځای ولاړ یاست، که تاسې چیرته لکه څنګه چې کولای شئ وده وکړې، نه شې کولای، که تاسې په هغه لور روان یاستئ چې خپلې موخې ته مو نه رسوي، که داسې ستونزو سره مخ یاستئ چې بیا بیا مو مخې ته راځي، نو باید په دې پوه شئ چې تاسې سمې پوښتنې نه کوئ. او تاسې خپله ځیرکتیا په سم طرف نه بیایئ.

ساده پوښتنې لکه ورپسې څه؟ څه چې کوم له هغې غوره څنګه کولای شم؟ تر ټولو ناوړه څه پیښیدای شي؟ به ستاسې ژوند ته بدلون ورکړي. زمونږ ځیرکتیا مونږ دې ته اړباسلی شي چې زمونږ هرې پوښتنې ته ځواب پیدا کړي، دا ځواب ښایي تاسې پخپله یا خلک پیدا کړي. نو خپله پوښتنې غوره کړئ او خپلې ځیرکتیا ته دنده ورکړئ چې ځواب یې پیدا کړي.

اسیډر اسحق ربي چې یو فزیک پوه او نوبل جایزه ګټونکی دی په اتومي مقناطیسي اهتزاز باره کې یې کشفیات کړي دي، هغه وایي، "زما که څه هم اراده هم نه وه خو زما نه یې سایسنپوه جوړ کړ. په بروکلن کې به هرې یهودۍ مور له خپل بچي د مکتب وروسته پوښتنه کوله، نن دې څه زده کړل؟ خو زما مور داسې نه وه. هغې به ماته ویل، نن دې سمه پوښتنه وکړه؟ دغې توپیر او داسې ښو پوښتنو زما څخه یو ساینسپوه جوړ کړ."

یو سړي پوښتنه وکړه، "مګه ولې لاندې راپریوته؟ او نړۍ د هغې وروسته بدله شوه" په حقیقت کې ټول نوښتونه او کشفیات د یوې پوښتنې څخه پیل شوي.

●●●

ضروري نه ده چې ټول ځوابونه په یاد ولرې. خو اړینه دا ده چې ایا سمې پوښتنې لرې؟ ستا ځیرکتیا ستا د پوښتنې انتظار کوي... وپوښته چې تر لاسه یې کړې.

***

که هیڅوک دربانديې باور نه کوي، په خپل ځان باور وساته. که هیڅوک باور نه لري چې ته یې کولای شې،په ځان باور ولره چې کولای یې شې. ته هله په ځان باور لرلی شې چې ځان سره مینه ولرې.

که هیڅوک درسره مینه نه لري، خپل ځان سره مینه ولره. په حقیقت کې که ځان سره مینه لرل زده کړې، خلک به درسره مینه کول پیل کړي.

په ټوله کې، خلک تاته څنګه ګوري، پر تا به ډېر کم اغیز ولري خو ته خپل ځانته څنګه ګورې پر تا به ډېر اغیز ولري.

***

هر څوک مو څاري

تر کومه به ځانونو ته په دې خبره ډاډ ورکوو چې "که پلار مې سګرټ ونه څکوي نو ډېر ستر سړی دی" تر کومه به ځانونو ته دا قناعت ورکوو چې د خپل ښوونکي کړوړو ته باید ونه ګورو، دا د هغې شخصي ژوند دی، زمونږ کار یې درس سره دی او نور یې خپل کار دی.

زه کوم نړیوال قاضي نه یم چې ووایم څه سم دي او څه ناسم دي. او زه په دې هم پوهیږم چې نړیوال سم او نا سم په نوم څه نشته. زه څوک یم چې د یو کس خپلواکۍ ته ګوته ونیسم؟ خو خپل ځان نه تشویقي پوښتنه وکړه چې، آیا زه به په دې خوښ شم چې زما بچي زما باره کې دا ووایي چې زما لپاره څه سم دي او څه ناسم دي؟ زه به دا وایم چې پر ځان ویاړم که دا عادتونه ولرم؟ آیا زما ژوند د

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

راتلونکي نسل لپاره یو مثال دی که یوه خبرتیا؟
زمونږ بچي مونږ هر وخت ځاري. هغوی هغه څه چې گوري نسبت هغه څه ته چې اوري، ډېره ترجیع ورکوي. اخلاقي پوهه د کتابونو څخه نه زده کیږي بلکې زمونږ خواوشا خلکو څخه زده کیږي. خلک به ستا کردار تعقیب کړي نه ستا مشورې.
د یو ښوونکي په څېر، د یو کاري مشر په څېر، د کور مشر په څېر، د یو دولتي مشر په څېر... ته، زه، هر څوک باید داسې ژوند وکړو چې باید خلک زمونږ لاره تعقیب کړي. هغسې خبرې، فکر، عمل او ژوند وکړه چې ته غواړې نور ستا باره کې څنگه خبرې، فکر، عمل او ژوند وکړي. مونږ له خلکو هغه توقع نه شو کولای چې مونږ یې د خپل ځانه نه کوو.
مارک ټوین ویلي،"داسې نخا وکړه لکه هیڅوک دې نه گوري"
زه غواړم ووایم چې "داسې ژوند وکړه لکه هر څوک دې گوري"

***

د تعلیمي ځایونو څخه علم زیات دی

سوامي ویویکنندا وایي، " تعلیم دې ته نه وایې چې ته یو څه اندازه معلومات په خپل مغزو کې وټومبې او په ذهن کې دې هر څه ناهضم شوي پراته وي. مونږ باید ژوند رغونکې اوشخصیت جوړونکې نظریې ولرو . که ته چیرته په ذهن کې پنځه نظریې ولرې او خپل ژوند کې یې وکاروې نو ته د هغه کس څخه ډېر غوره یې چې کتابخانې یې لوستې وي. مونږ هغه تعلیم غواړو چې په کوم کې کرکټر جوړیږي، د ماغزو غښتلتیا پکې ډېریږي، ځیرکتیا پکې پراخیږي او هغه تعلیم چې په خپلو پښو ودریږي.
که ووایو چې مونږ تعلیمي ځایونه علم سره گډوډ کړي دي. د موراو پلار څخه ونیسه تر ښوونکو پورې، د هر چا ذهن د یو څه د تعلیمونو مرکزونو په لور کوږ

●●●

شوی دی. یو ماشوم به په ساینس څه وکړي، که چیرته هغه د ژوند په ساینس پوه نه شي؟ مونږ خپلو ماشومانو ته لوستل او د تاریخ په یادو زده کول ښایو، خو دا ورته نه تدریس نه کوو چې تاریخ څنگه جوړیږي. یو ماشوم به په خپلې لومړۍ، دوهمې او دریمې ژبې څه وکړي که چیرته د هغې ارتباطي مهارتونه کمزوري وي.
چې سره غلط پوه نه شو، زه دا نه وایم چې تعلیمي ځایونه بې گټې دي، زه دا وایم چې یواځې تعلیمي ځایونه علم نه شي پوره کولای. تعلیم ځایونه د ماشوم د پرمختگ یواځې یو اړخ دی، نه یواځینی اړخ. ژوند لپاره ډېر څه دي. ضروري نه ده چې هر اول نومره دې د ژوند په هر ډگر کې اول نومره وي خو هر اخر نومره تل اخر نومره وي.
اړیکې په ژوند کې د ټوکر په څېر دي. ارتباط د اړیکو زیربنا ده. بریالیتوب په مشرۍ کې دی، چې یا لارښوونه وکړې یا دې څوک لارښود شي. چیرته چې دې وخت ځي هلته به دې راتلونکی وي. نو د وخت مدیریت اوهمدارنگه د ژوند مدیریت دواړه ډېر اړین دي. خو له بده مرغه ویلی شو چې د ژوند ستر فکتورونو کې یو هم په تعلیمي ځایونو کې نشته.
مهرباني وکړئ زمونږ د ماشومانو راتلونکی په یوې موضوع پورې مه محدودئ. راځئ چې هغوی ته د ژوند نور اړخونه برسیره کړو. راځئ چې یواځې د هغوی نومرو ته ونه گورو، د هغوی د ژوند نومرو ته وگورو.

***

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

خوشالۍ ته کومه لاره نشته
خوښي خپله یوه لاره ده

کله چې یو کار ستاسې په خوښه وشي نو بیا تاسې خوشاله یاست، او تجربه مو ترلاسه کړې وي. دا بریالۍ تجربه مو ددې لامل کیږي چې تاسې هغه کار بیا وکړئ او بیا یې وکړئ...

خو برعکس کله چې یو کار د مجبورۍ نه تر سره کیږي نو تاسې د هغې ترسره کولو په هڅه کې یاست او کله چې ترسره شي نو یواځې د سکون احساس کوئ. هغه چې تاسې ته وروسته سکون درکوي نو په راتلونکي کې یې بیا کولو ته زړه نه ښه کوئ. خو که په راتلونکي کې یې بیا هم کولو ته مجبور شئ نو په بې میلۍ به یې کوئ.

کله چې یو کار په خپله خوښه کوئ نو په راتلونکي کې د هغه کار لپاره تږي کیږئ او د نور ژوند لپاره هیلې پیداکیږي. هغه څوک چې یو کار له مجبورۍ نه کوي، له ژونده به ستړي وي، نو بیا په ژوند کې یواځې د سکون په لټه کې وي.

زیاتره خلک ورځیني کارونه هم په بې میلۍ تر سره کوي... کورنۍ پخلۍ هم په بې میلۍ... آیا تاسې نه دي لیدلي چې په پخلنځي کې یې د چرګ پخه شوې غوښه او هر څه پاخه شوي نه وي ایښي؟ خلک خوړو ته په کیناستلو... آیا سهارنۍ نه څښل او غرمنۍ لپاره وخت نه پیدا کول عام نه وي؟ ځوانان هم کارکولو سره بې میلي ښایي... تاسې به داسې خلک نه وي لیدلي چې اونۍ پیلې ورځ ته د زړه حملې په سترګه نه ګوري؟

که د ژوند هر ضروري کار ته په مجبورۍ وکتل شي او هر کار وروسته د سکون ساه واخلو... نو مونږ به د ژوند سویه څنګه پورته یوسو؟

راځئ چې هر کار ولمانځو. راځئ چې ددې خبرې پر ځای چې زه یې باید

●●●

وکړم، زه یې غواړم وکړم خبرې ته په زړه کې ځای ورکړو. راځئ چې ټول خپل کارونه په خوښه پیل کړو او په خوښۍ یې پای ته ورسوو. که هغه په هره طریقه تر سره کیږي نو مونږ به ترینه خوند واخلو.

خوشالۍ ته هیڅ کومه لار نشته، خوشالي خپله یوه لاره ده.

***

د خدای پرته یې زه نه شم
زما پرته به یې خدای نه کوي
خدای او زه به یې یوځای کوو

***

خلک زما اعمالو ته ګوري
خدای زما ارادې ته ګوري

یو هلک او جینۍ یو بل ته غیږ ورکړه. وروسته مې موقع پیدا کړه چې خبرې ورسره وکړم، هلک وویل "زه ورسره د خور په څېر مینه لرم" جینۍ وویل "دا زما د ژوند هلک دی" عمل د دواړو لورو یو شان وو خو ارادې بدلې وې.

کله چې په جګړه کې یو کس بل ووژني نو هغه اتل شي، خو که یو کس بل خپل هیواد کې ووژني، نو هغه وژونکی شو. وژل یو جرم دی او د عدالت ته د یو مجرم راکشول یو جلا کار دی. کله چې یو کس خپل هیواد دفاع کې ژوند له لاسه ورکړي نو هغې ته شهید ویل کیږي، خو کله چې یو کس خپله ځان ووژني نو هغې ته ډارن ویل کیږي. غل هم له چاړه ګټه اخلي او ډاکټر هم چاړه استعمالوي.

په هیڅ عمل کې هیڅ ګناه نشته، خو د عمل شاته اراده کې ګناه ده.

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

په دې اسانه اړیکې ځان پوهول اسانه کار دی، په دې سره به د ښلو تمرین درته اسانه شي، تاسره مرسته کوي چې خلکو سره نرم اووسې، او د ټولو نه اړینه به دې د خلکو پر وړاندې د فکر کولو لاره بدله کړي. شخصا ما سره یې دا مرسته کړې ده چې زه ټولو خلکو ته په مثبت نظر وګورم. که څه هم د هغوی عملونه تل سم نه وي. او زه بیا په دې توانیدلی یم چې د هغوی د عملونو تر شا ارادې وګورم، چې زیاتره یې ناسمې نه وې.

که څه هم زه باید په دې پوه شم چې خلک به ما یواځې زما په کارونو ما ارزوي. نو ځکه د هغه کارونو پایلې چې لاسته راوړې د عملونو څخه به پورته وي. نو ځکه که ته پوهیږې خو بیا هم د خلکو د خولې اوریدل غواړې چې ته پرې ګران یې. په پای کې که څه هم مونږ به هغوی ته خپل ځانونو باره کې ډېر توضیحات ورکوو او هغه کسانو ته هم چې هغوی مونږ د خپل لاس ورغوي نه هم ښه پیژني.

خو اړینه دا ده چې مونږ نړۍ ته داسې وګورو چې په عمل کې هیڅ ګناه نشته، د عمل شاته اراده کې ګناه کیدای شي. خو بیا هم نړۍ به مونږ د خپلو کارونو له پلوه پیژني، نه د خپلو ارادو باره کې.

که څه هم موجودیت به مونږ ته خپلو ارادو جایزه یا سزا راکړي، خو دنیا به مونږ ته یواځې زمونږ د عملونو سزا یا جایزه راکوي. خو آیا مونږ کولای شو چې په دواړو نړیو کې بریالیتوب ترلاسه کړو؟ یو بشپړ سړی باید د خپلو عملو تر شا د ارادو دیوالونه ودروي.

***

●●●

که استعمال یې نه کړې، له لاسه دې وځي

ما فوق العاده ویناوال لیدلي دي خو څو کاله وروسته یې وینا سره مخه ښه کړې وي. ما داسې تعلیم یافته ښځې هم لیدلي دي چې د واده وروسته ځانونه څلور دیوالونو کې منحصر کړي، چې بیا روانې خبرې هم نه شي کولای. ما داسې سندرغاړې هم لیدلي دي چې خپل تمرین یې پریښی وي او د هغه څه لاسته راوړلو توان یې هم درلود،پاتې راغلي دي.

ولې زه د خپل چپ لاس څخه د ښي لاس غوندې ګټه نه شم اخستلای؟ ساده خبره ده، ځکه ما خپل ښي لاس د چپ څخه ډېر کارولی دی. ته هغه عضلات غښتلي کولای شې چې استعمالوې یې، خو هغه چې پاتې وي کمزوري وي. زیاتره د زړه حملې له دې کبله منځته راځي چې د زړه څخه په هماغه اندازه کار نه کوي. زړه داسې جوړ شوی چې تل باید په کار کې وي. همداسې ستاسې د بدن هره یوه برخه هم... د انسان بدن داسې جوړ شوی چې تل باید کار وکړي خو مونږ یې بې کاره پریږدو او زنګ یې رانه وهي.

که استعمال یې نه کړې، بایلې یې.

د نااستعمال شویو پیسو ارزښت راټیټیږي. نااستعمال شوی لیاقت له منځه ځي. نااستعمال شوی ماشین زنګ وهي. نااستعمال شوی وخت مړ کیږي. نااستعمال شوی تعلیم د اوږو بار جوړیږي.

د انجیل کتاب کې د اخلاقو یوه کیسه ده چې وایي، یو بادار یو سفر ته تلو نه وړاندې خپلو درې مریدانو ته بیلا بیل لیاقتونه ورکړل. د بادار راستنیدو سره یې لومړي مرید وویل چې خپلو پنځه وړتیاوو سره یې پنځه نورې هم زیاتې کړي دي. دویم وویل چې دوه وړتیاوو سره یې دوه نورې هم ورزیاتې کړي دي. بادار په دې اوریدو ډېر خوشاله شو،"تاسو یو څو شیانو ته ایماندار پاتې شوئ نو زه به مو د ډېرو مسول کړم" دریم مزدور خپله یوه وړتیا هیڅ نه وه کارولې او تش

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

لاس بیرته راغی. بادرا ورته وویل،" له دې څخه دا وړتیا هم واخلئ او چا سره چې لس دي هغې ته یې ورکړئ."
د ژوند وروستۍ تراژیدي مرګ نه دی خو هغه سرچینې چې ته لا ژوندی یې په تا کې له منځه ځي. راځئ چې په ژوندوني مړه نه شو.
که استعمال یې نه کړې، له لاسه دې وځي.
***

ماته دې ملګري وښایه، زه به درته ووایم چې ته څوک یې

پرون سهار په دفتر کې یوې وړې ماشومې د ژوند مقصد، راتلونکو پلانونو، موخو او لاسته راوړنو باره کې خبرې کولې. د هغې خبرو څخه معلومیده چې هغه غواړي خپل وخت او وړتیا په کومو لارو استعمال کړي. خو په راتلونکي سهار هغې یواځې د نوي فلم، د کلچو او بازار ته د تګ کیسې کولې. داسې نه ده چې څه سم دي او څه ناسم دي، خو خبره دا وه چې په دې ۲۴ ساعتونو کې بدلون راغلی وو. دا توپیر د تېرې ورځې خلکو او ورپسې ورځې خلکو سره لیدلو له کبله وي.
هغه خلکو سره چې ته ملګرتیا کوې، د دوه سره تورې په څېر ده... دواړه پیاوړتیاوې لري چې هم درته ګټه ورسوي او هم دې له مینځه یوسي. هغه خلکو سره چې مونږ کینو پاڅو، زمونږ کړووړو سربیره د فکر په لاره، زمونږ په احساس، نورو ته څه فکر کوو، خپل ځانته څنګه ګورو، زمونږ نن او راتلونکې هم بدلوي. مونږ د اثتثناتو څخه خبرې نه کوو، بلکې د زیاتره انسانانو فکرونه د چاپیریال تر اغیز لاندې جوړیږي...
ستا نن، ستا د پرونه نه جوړیږي، ستا پرون د هغو خلکو فکر په څېر جوړ شوی چې پرون ورځ دې ورسره تېره کړې ده. ستا سبا به د هغو خلکو فکر په څېر وي چې ته ورسره نن کینې.

●●●

د یوې کلیسا یو غړی چې هره ورځ به یې دلته خدمت کوه، یو ناڅاپه کلیسا ته ورتګ بندوي. یو څو اونۍ وروسته پادري د هغې لیدو ته ورځي. ډېر ښایسته ماښامی وي. پادري هغه کس ولیده چې خپل کور کې یواځې د اور خواته ناست دی. سړي ورته ښه راغلاست وویل، او یوه څوکۍ یې ورته راوړه چې پادري پرې کیني. پادري پر ځای کیناسته خو څه یې ونه ویل. یوه شیبه وروسته پادري یو امبور راواخیسته او یوه سکروټه یې پرې راونیوله او یوې خواته یې کیښوده، بیا یې هم څه ونه ویل. کوربه ورته همداسې کتل. د سکروټې شدت ورو ورو کمیده او ډېر زر سړه شوه او مړه شوه. د ښه راغلاست نه وروسته ددوي تر منځ یوه خبره هم نه وه شوې. پادري بیرته تلو نه لږ وړاندې هماغه سکروټه راواخیسته او په اور کې یې واچوله. په همدې وخت کې سکروټه یو ځل بیا سره شوه. پادري چې تلو ته ځان جوړوه نو کوربه ورته وویل"ستاسو راتګ نه ډېره منه او په ځانګړې توګه د تاوجن پند څخه دې. زه به راتلونکې یکشنبې نه بیرته کلیسا ته درځم."
هغه څوک چې هوښیار سره ګرځي هوښیاریږي به، خو د کم عقلو ملګرتیا به دې وځپي.متل
دوی وایي چې د وخت په تېریدو سره پردی رانیول شوی ماشوم به هم ستاسې کورني چاپیریال عادتونه خپل کړي. ریښتیا هم داسې ده، ځکه مونږ چې چاسره ناسته پاسته لرو، د همغوی خویونه خپلوو. که چیرته مونږ په هغه سرعت چې مونږ کولای شو، وده نه کوو، که چیرته مونږ په هغه شفقت چې کولای شو، ژوند وکړو، نو بیا مونږ غټې پریکړې کړي دي... که دا کوم کاري ځای وي، هغه خلکو سره چې سرو کار لرو او هغه کورنۍ چې مونږ پکې ستریږو.. که چیرته پکې مونږ نه جوړیږو نو مونږ باید خپل ځانونو ځای بدل کړو. دا یوه ستونزمنه پریکړه ده، خو اړینه هم ده. په ډېران کې د تخم کرلو ګټه څه ده؟
***

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

هغه نظریه چې وخت یې راشي، ډیره پیاوړې وي

یو سړي ۱۰۰ فیټه بره په سیمي پړي ځان تړلی وو. هغې به هره ورځ دیوالونه رنګول، د هغې په نظر ورځینی ژوند پر مخ وړل وو. همکار یې څه زده کړی وو او په قرارداد یې کار کوه، د هغې په نظر هم ورځینی ژوند پر مخ وړل وو. یو بل چې موټر چلول یې زده کړي ول، د یو سوداګر په کور کې موټر چلونکی وو، دا د هغې په نظر ورځینی ژوند پر مخ وړل وو. یو بل د پخلي چلونه زده کړي او په یو کور کې د پخونکي په څېر د میاشتې پیسې اخلي، او یو بل د سرک په سر کراچۍ لګولې او ګټه کوي، د دواړو لپاره د ورځیني ژوند پرمخ بیولو لپاره بیلا بیلي نظریی لري. دې ټکي ته پام وکړئ چې دا ټول ورځیني ژوند پر مخ بیولو لپاره بیلا بیلې نظریی لري. دا ټولې نظریی هیڅ کوم تعلیم او یا پانګې ته اړتیا نه لري.

د ورځیني ژوند تېرولو لپاره کیدای شي ستاسې نظریه یو خرڅونکی او یو سافټ ویر جوړونکی وي، د بل چا کیدای شي کورنۍ سوداګري وي...

نو راځئ چې په دې ځان پوه کړو چې د نړۍ سترې کمپنۍ هم یوه نظریه لري. هر انقلاب او هر ټولنیز سازمان هم د یوې نظریی څخه رامنځته شوی. دا کوم کتاب چې ستاسې په لاسونو کې دی، هم یوه نظریه ده.

د یوی نظریې څخه پیاوړی هیڅ نشته چې وخت یې راشي.

ایا دې نظریی څخه به میلیونونه خلک ګټه پورته کړي؟ آیا دا نظریه به میلیونونه پیسې وګټي؟ دا د هماغه سړي مفکورې پورې اړه لري چې دا نظریه یې وړاندې کړې ده او په دې نظریه به څه کوي.

اخري خبره دا چې، ته او ستا نظریه دواړه کولای شي ستا نړۍ بدله کړي.

***

●●●

د خپلو خوږو سره زه هغه څه یم چې وم

په ژوند کې تر ټولو ستره بریا دا ده چې خپل ژوند د لاسته راوړنو ډک کړې او بیا ووایې، زما پایلو زما دننه وجود بې لارې نه کړ، په دننه کې زه هغه څه یم چې وم. په ژوند کې تر ټولو ستره خوښي دا ده چې د خلکو تر منځ د خلکو څخه پورته لاړ شې. مه پریږده چې کوم بهرنی شی دې د بدن دننه ته لاره پیدا کړي. په کلني معنوي روزنځای کې مې دا اخرنۍ خبرې وې.

یو څو ساعته وروسته ممبي هوایي ډګر ته راورسیدو. زمونږ د ۳۰ کسانو ډله وه. ما یو پخواني ملګري سره ولیدل چې ډېر پخوا مو اړیکه پرې شوې وه. مونږ یوه لسیزه سره نه وو لیدلي او هغه زما د لاسته راوړنو څخه خبر نه وو. کله چې مونږ معنوي روزنځای څخه روانیدو، یوه لیونۍ غوندې خبرې یې زما ذهن کې ځای ونیو، هغې ماته وویل "ماته سلامي وکړه او ماته دا ثابت کړه چې ته اوس هم زما پخوانی ملګری یې. نورو ټولو ملګرو راته کتل چې ما هم پرته د څه ویلو ورته سلامي ووهله. زه پوهیدم چې دې ۳۰ کسانو زما څومره درناوی کاوه او زه پرې څومره ګران وم. نو زه هیڅ حیران نه شوم چې د هغوی په مخونو کې مې د خفګان نښې ولیدې. په هغه وخت کې دا زما زوړ ملګري لپاره تر ټولو ستر بریالیتوب وو. هغې یواځې خپل زوړ ملګری لیده. د هغې په مخ کې خوښیو هر څه ماته وویل.

یوه ورځ زما ځوی ماته زنګ ووهه او راته یې وویل چې د شپې ډوډۍ ته مې بهر بوځه. ما هغې ته وویل چې زه خپل ورځیني کالم چې کنګل شوي فکرونولپاره مې یوې موضوع باندې چې ویښتوب په نوم وه، تر ماښامه لیکل کوم. پرته د کومې دویمې خبرې یې راته وویل،"خپل خلک سبا راویښ کړه. اوس ما ډوډۍ ته بوځه"

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

ستاسې مور او پلار یو ځوی غواړي، نه یو اداري راهب. ستا خاوند/میرمن غواړي چې تاسې هغې ته وخت ورکړئ نه یو هر اړخیز سړی. ستاسو بچي یو پلار ته اړتیا لري نه یو د ملت پلار ته.

زه به خپل کاري لباس پر تن کړم او خپلې مسلکي نړۍ ته به ورشم. خو باید په یاد ولرم چې یو وخت باید دا لباس وباسم. په پای کې ستاسې کورنۍ ستاسې روح ته اړتیا لري.

د خپلو خوږو سره زه هغه څه یم چې وم.

***

کله چې ځانغوښتنه راشي هر څه له منځه وړي
کله چې ځانغوښتنه لاړه شي هر څه راځي

تر ټولو لومړۍ غټه خوښي هغه وي چې بایسکل مو زده کړی وي او د ټولې نیولو پرته مو روان کړی وي. دا کار که دومره ستر هم نه دی خو په دې سره تاسې غواړئ خلکو ته ووایئ چې هغه څه کوئ، ډېر ارزښتمن دي. په حقیقت کې ستاسې سترګې خلکو ته وي چې هغوی ستا دې عمل ته ارزښت ورکوي که نه.

په ژوند کې هر یو کس له دې پړاوه تېر شوی، چیرته چې ځانغوښتنه سړي باندې هر یو کار کوي تر څو د خلکو پاملرنه راواړوي. دا هغه پړاو دی چیرته چې توجه جزبولو لپاره ښه یواځې ښه وي، بد هم ښه وي خو چې توجه جزب کړي، خو که توجه یې جزب نه کړه نو بیا ښه هم بد دي. ځانغوښتنه په توجه جزبولو کې ژوندۍ پاتې کیږي.

لکه څنګه چې یې طبیعت دی، ځانغوښتنه هم خوږو ته اړتیا لري، نو ځانغوښتنه پرله پسې ملنګ کیدل دي. خو ستونزه دلته ده کله چې ځانغوښتنه خوراک

●●●

وکړي نو تاسې د لوړوالي پیچلتوب ته هڅول کیږئ، او که چیرته ځانغوښتنه بې خوراکه پاتې شي نو تاسې بیا بې ارزښته پیچلتوب څخه ځوریږئ. په دواړو حالاتو کې ستاسې د ذهن نه سکون شکوي.

کله چې ځانغوښتنه راشي، هر څه له منځه وړي او کله چې ځانغوښتنه لاړه شي هر څه راځي.

د ځانغوښتنې قناعت لپاره به مو څومره اړیکې له لاسه ورکړې وي؟ اړینه دا وي چې ځانغوښتنه وغورځوئ او اړیکه وساتئ خو تاسې اړیکه غورځوئ او ځانغوښتنه مو ساتئ. ځانغوښتنه هیڅکله دومره ارزښت نه لري.

د خپلې ځانغوښتنې په خدمت کې مو څومره طلایي موقع له لاسه ورکړې دي؟ هره یوه شیبه درنده وي، هر یو حالت مغز زبیښونکی وي، هر متقابل عمل کړکیچن وي... او د ځانغوښتنې ډک زړه تل په اور باندې قدم وهي. د اسانۍ او ځانغوښتنې تر منځ هیڅکله اړیکه نه شي جوړیدای.

یو کارغه د غوښې یوه ټوټه پیدا کوي او نورې ټولې مرغۍ ورپسې وي. هغه د غوښې ټوټه غورځوي او ټول مارغان ورپسې ورځي. کارغه یواځې بره پاتې کیږي او وایي،" د غوښې ټوټه مې له لاسه ورکړه خو د اسمانونو خپلواکي مې ترلاسه کړه"

ځانغوښتنه پریښودلو کې ډېره ستره خپلواکي پرته ده.

***

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

د خوښۍ پرته ژوند نشته.

له ناراضي توب پرته وده نشته.

له قناعت پرته ځان خوشاله کړه.

د خپل پلار په نظم او ډیسیپلن یې ډېر ویاړ کاوه. هغه اوس واده شوې وه. هغې غوښتل چې خاوند یې هم د پلار په څېر شي، چې د هغې په نظر ارزښتانه فضیلت دی. خو هغسې ونه شول او هغې په دې قناعت نه کاوه او زړه یې ورمات کړی وو.

خاوند د خپلې میرمنې څخه ګیله وکړه، "زما مور یوه ریښتونې او پاک زړې ښځه وه. خو ستا ستونزه دا ده چې تا د خپل ژوند باره کې راته هیڅ څه نه دي ویلي "مور خپلې لور ته وویل، "د خپل ورور لیکلو ته دې ګوره، ډېر په هنري ډول یې لیکلي او ستا لیکلو په څېر ښکاري "نوي عمومي منیجر وویل، "مونږ په تېر سازمان کې داسې کوم کار نه دی کړی" هندوستان کې یو کس وویل "په امریکا کې مونږ داسې ستونزې نه لرو"

توقع کومه ستونزه نه ده، خو د هر لورې توقع ستونزه ده.

هغې خپل پلار ته په نظم کې ۱۰/۱۰ نومرې ورکړې وې خو د هغې خاوند په مشکله ۴ یا۵ نومرې ترلاسه کړې وې. د خاوند لپاره د طبیعت له پلوه ۵ نومرې ۱۰۰٪ دي او هغه به هیڅکله په دې برخه کې د ۵ څخه ډېرې نومرې ترلاسه نه کړي. دا هغه دی او همغه به وي. داسې یوه بله لاره باید وي چې خاوند پکې پوره ۱۰ نومری یوسي او پلار به یې بیا په دې نومرو کې پاتې راشي. یوه میرمن به هیڅکله د مور په څېر پاک زړه ونه اووسي خو کیدای شي میرمن مو د کور په مالي برخه کې سخی وي. ته باید په دې باور ولرې چې کیدای شي ستا د پخواني سازمان نه دلته ښه وده وي. او په پای کې هندوستان د نورې نړۍ په څېر

●●●

ستونزې نه لري.

هیڅوک د هیچا څخه په ټولو کارونو کې ښکته یا پورته نه دی، مونږ ټول په یو کار کې تکړه او بل کې کمزوري یو. هیڅوک بې عیبه نه دی. هیڅوک ټولې نیمګړتیاوې نه لري. په محدودو وړتیاوو تمرکز مه کوئ بلکې ټول حالات سره مقایسه کړئ.

کله کله پایله ډېره ښه نه وي. خو د نورو څخه قناعت نه حاصلول مو خفه کوي، خو د خپل ځان نه قناعت نه حاصلولو سره مونږ وده کوو. کله چې له خپلې وړتیا، کرکټر، لیاقت، او داسې نور... څخه ۱۰/۱۰ غوښتنه کوم، نو زه پوهیږم چې زه چیرته ولاړ یم او چیرته باید لاړ شم. او کله چې له خلکو ۱۰/۱۰ غوښتنه کوم نو بیا خلکو سره زما اړیکه اغېزمنوي.

نو په ټولو کارونو کې له نړۍ ۵ او له ځانه ۱۰ نومرو غوښتنه کوه. مطلب یې دا نه دی چې خلک یې نه شي کولای او یا ته خارق العاده یې خو د خوښۍ پرته ژوند نشته.

څنګه چې ما سره مینه لرې، زه پرې خوښ یم او زه به نورې ډېرې لارې پیدا کړم چې درسره مینه ولرم.

***

د سمندر تروشې اوبه، مردارې شوې اوبه، د فاضل اوبه، د ډنډونو اوبه ... له هر ځایه چې وي خو چې بره بخار کوي، تصفیه کیږي او لاندې د باران په شکل خالصې اوبه راوریږي.

همدارنګه کله چې یو کس د پورته قوې سره نښلي نو شخصي نړه توب رامنځته کیږي. کله چې سپیڅلتیا سره اړیکه پیدا کیږي نو د سړي فکرونه، احساسات او همدارنګه بدن یې تصفیه کیږي.

کله چې عبادتونه بره ځي، نو رحمتونه راوریږي.

***

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

هر انسان په ځان کې د یوې نوې ټولنې پوتانشیل لري

کله چې یوې ونې ته ګورم، نو زه فقط ددې ونې پخواني تاریخ ته ګورم. ددې ونې تخم به له کوم ځایه باد دلته راوړی وي او بیا د خاورو لاندې شوی وي او یو ځای نه به ورته اوبه رسیدلي وي او وده به یې کړي وي.

ځمکه ډېرې پاملرنې ته اړتیا نه لري، تخم خپله خاوره کې ننوځي، تیغونه وهي او بیا خپله د خاورې نه راووځي. که چیرته نازک بوټی وي نو یو ځناور به یې وخوري اویا یې یو ماشوم له بیخه وباسي، یا یې وچکالي له مینځه وړي، یا پرې سیلاب راځي او یا پرې وبا لګیږي او له منځه ځي. له دې ټولو افتونو سره باید مخ شي او مبارزه ورسره وکړي، تر څو ترې یوه ستره ونه جوړه شي. دا یواځې یوه ونه نه ده بلکې د دې شاته یو تاریخ پروت دی.

دا خو د ونې کیسه شوه، نو د انسان باره کې څنګه؟ شاوخوا ۷۰۰ میلیونه سپرمونه د سړي څخه د ښځې په رحم کې ځای نیسي او له دې جملې څخه یواځې تر ټولو غښتلي او چټک سپرمونو څخه انسان جوړیږي. د ژوندي کیدو څخه وړاندې هم تر ټولو تکړه شی ژوندی پاتې کیدای شي. نو هر یو انسان د ۷۰۰ میلیونه ښو څخه تر ټولو غښتلی دی. د انسان زیږیدل د ټولو ضروریاتو د بهیر ګټونکی دی.

بیا په رحم کې وده کول، بیا د رحم څخه جلا کیدل، مغشوشیدل، زده کول، ننګونې، نیمګړتیاوې، فشار، قربانۍ، مصلحت، اوښکې، حلونه، وده کول، خوښي او څرګندې وړتیاوې، هیریدل... نو هر یو انسان د هیڅ څخه یو څه او بیا په هر څه بدلیږي. یو انسان یواځې یو انسان نه دی، بلکې د هغې تر شا یوه ستر تاریخ پروت دی.

یوه مزدوره هم غواړي خپل بچي تعلیم یافته ستر کړي، هغه څه ورکوي چې خپله ترې محرومه پاتې شوې ده. هغه څه چې اورې او ګورې، له هغې څخه

●●●

ورهاخوا فکر وکړه، هلته به انسانیت وګورې چې هر چا سره به د خپل ژوند تاریخ پروت وي. په حقیقت کې ته هم یو د هغې له جملې څخه یې.

هر یو کس په خپل ځان کې یوه نوې ټولنه لري. له هغه چې ستا نسل پیلیږي او په یوه ټولنه بدلیږي. ته په خپل ځان کې یو ژور تاریخ لرې.

***

زخم دې هیر کړه، سکون کې به ژوند وکړې

هیڅ یو شخص، هیڅ یوه پیښه او هیڅ یوه تجربه دا حق نه لري چې ستا مغزو کې کیني او ستا د ذهني سکون مزاحم شي. هیڅ شي او هیچاته باید دا اجازه ورنه کړو چې ستاسې ذهني ارامتیا ګډه وډه کړي. نو د خپل ذهني سکون لپاره د هیڅ شي او هیچا پروا مه لره تر څو له دننه څخه دې وځوروي. هیڅ شی ستا د سکون بیه نه لري. هر شی د خپل سکون لپاره قربان کړه. په فزیکي بڼه نه بلکې په احساساتي ډول همدا زده کړه چې تېر شې. خپل ځان د مزاحم کونکو توکو څخه وژغوره. له هر څه تېر شه، له هر چا تېر شه. خپل سکون په هیڅ بدل مه ورکوه.

ستا دننه د ګلانو ګلدانۍ کیدای شي او یا هم د تیزابو بوتل کیدای شي. کله چې دې د خپل زخم سرچینې ته پام ونکړې، نو دننه به ګلدانیو کې ګلونه کرې. او که نه مونږ به هم لکه تیزاب چې بوتل ورو ورو له منځه وړي، خپل ځانونه به دننه څخه ویجاړوو.

خلک د خپلې ناپوهۍ او کم عقلۍ له کبله تاسې ټپي کوي. او تاسې هم خپل ځانونه په ناپوهۍ او کم عقلۍ زخمي کوئ. څوک چې کرکه کوي او له چا څخه چې کرکه کیږي، له دې جملې څخه کرکه کونکی ډېر ټپي کیږي. نو ستا کرکه هم نورو ته هیڅ زیان نه شي اړولی بلکې تاته بې خوبه شپې چې تا کې ناسور او تیزاب خپروي او له دې پورته تاسې به نه پریږدي چې په سکون کې

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

ژوند وکړئ. نو زخم څخه تاسې څه ګټه پورته کوئ؟ هیڅوک به ګټه ونه کړي او په ځانګړې توګه ته پخپله به هیڅ تر لاسه نه کړې. نو ولې باید د زخم په څېر بې ارزښته شي سره ژوند وکړو؟

په فزیکي ډول هغه څوک یا شیان چې تاسې ټپي کوي، یو ځل واقع کیږي. خو تاسې به یې مغزو په زرګونه ځلې تکراروئ. هر څومره یې چې څیړئ، هغومره به مو ټپي کوي.

که هر څوک غلط وي نو بیا پریږدئ چې ستاسې د ذهن څخه بهر ژوند وکړي. په خپل ذهن کې ځای مه ورکوئ. یواځې هغه خلکو ته ځای ورکړئ چې ستاسې ذهن ته سکون ورکولای شي، او پاتې نور رخصت کړئ.

د زخم پروا نه لرل به مو ذهن ته سکون ورکړي. یو ارامه ذهن تاسې ښایسته کوي. او بله ښه خبره دا ده چې ستاسې په خپل لاس کې ده. وګورئ، پروا یې مه لرئ لغت مو اوس هم په خوله موسکا راوستلې وي.

***

ته تعقیب لپاره نه یې زیږیدلی بلکې لارښوونې لپاره زیږیدلی یې

داسې ښکاري چې یو موږک د پیشو تل د ویرې په حال کې وي. یو چا ورسره ښه وکړل او همدا موږک یې په پیشو بدل کړ خو بیا هم له سپې ډاریده. خو کله چې په سپې بدله شوه نو بیا د انسانه ډاریده. او کله چې په انسان بدل شو نو بیا به د خدای څخه ډاریده. هغې کس بیرته هغه سړی په موږک بدل کړ او ورته یې وویل،"زه له تاسره هیڅ مرسته نه شم کولای ځکه چې تا سره زړه د موږک دی" زیاتره خلک له طبیعته پیروان دي. نورو ته کتل یو مثبت کار دی خو کله چې په کمزورتیا بدل شي نو بیا ترې تسلیمیدل جوړیږي. هیڅ پیرو به څوک تعقیب نه

●●●

کړي. کله چې یو کس ته ګورئ او تل دا فکر کوئ چې دا کس له تا څخه غوره دی نو تا ځان ته ډېر په ټیټه سترګه کتلي دي. تا ځان خپله ړوند کړی دی. که په یوه کمپنۍ کې وي او انفرادي ځای وي او یو کس ماته لارښوونه او مشري وکړي، په لمړني دور، په دوهم کې، په دیارلسم کې... خو زه باید په ځان باور ولرم چې په یو دور کې به زه د هغه خلکو لارښود شم چې ما سره تر دې ځایه راغلي دي.

مونږ هر یو د خپل کاري مشر څخه غوره ثابتیدای شو. مونږ د هغه چا چې زمونږ د ژوند شخصیتونه دي، مونږ هم د ژوند شخصیتونه جوړیدای شو. کله چې یو کار د یو کس لپاره شوني وي نو هغه د ټولو لپاره شوني وي. یو کار چې یو کس کولای شي نو هغه کار ټول کولای شي او کیدای شي له هغه یې هم غوره وکړي.

کیدای شي یو کس له مونږه په ډېرو اړخونو کې غوره وي. نړۍ د یوې وړتیا خلکو څخه ډکه ده. خپل ځان هیڅ ته مه تسلیموه.

ته د تعقیب لپاره نه یې زیږیدلی بلکې د مشرۍ او لارښوونې لپاره زیږیدلی یې. په یاد ولره چې ته غوره شوی سپرم یې. ته چې کله یو سپرم هم وې نو تعقیبونکی نه وې. ته میراثي لارښود یې.

***

که په هر قیمت وي خپل ځاني کرکټر کې اووسیږه

د غوسې ځواب په غوسې نوره غوسه هم راپاروي. لکه څنګه چې د بدو ځواب په بدو نور بد هم زیږوي. د غلط ځواب په غلط هیڅکله سم نه خیژي. په ژوند کې هیڅ دوه منفي مثبت نه جوړوي. سترګه په سترګه، غاښ په غاښ... دا به مو تر کومه ځغلوي؟

مونږ ډېر په دقت سره د دښمن کړنې څارو، دومره نږدې یې څارو چې د هغې کړنې په مونږ اغیز کوي. څومره ډېر چې دښمنانو سره معامله کوو، هغومره د

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

دښمن په څېر جوړيږو.
د هغه شخصيت د ريښتينولۍ يوه ټوټه وه. هغه داسې يو حالت تـه ورسـيده چې پوه شو چې د هغې ريښتينولۍ نورو ته زيان رسوه. نو هغې دروغ ويل پيـل کـړل تر څو د نورو مزاحم نه شي او هغوی ته زيـان ونـه رسي. دا د نـورو کمـزوري وه چې د هغې ريښتينولۍ سره جوړ نه راتلل. هغې ځـان کـې داسـې يـوه کمـزوري جوړه کړه چې د نـورو کمزوريـو سره مبـارزه وکـړي. نـو آيـا يـوه کمـزوري بلـه کمزوري له منځه وړلی شي تر څو يوه ښه ټولنه ولرو؟
هغه ډېره ساده وه. خو وروسته هغې دا شـک پيـدا کـړ چې د هغـې خاونـد پـټ کارونه شروع کړي او دې ته څه نه وايي. نـو هغـې پسـې څارنـه پيـل کـړه، هغـې داسې فکرونه کول چې هغه خپل دام کې گير کړي، دا هر څه په دې کې پخوا نه ول. کيدای شي د هغې خاوند په غلطه وي. خـو د هغـې فکـر پـه غلطـو لارو سر شوی وو، هغې په دې نه وه خبره چې هغه کارونه کوي چې کرکټر سره يې هـيڅ سمون نه خوري.
کله چې د يو کس تېروتنې ته گوته نيسئ نو ددې ځواب پيدا کړئ،" زه هغه کوم کار نه کوم چې نړۍ يې نه کوي؟" هيڅکله مه پريږده چې د نورو کمـزوري سـتا کمزورۍ وگرځي.
يو ملگري ترې وپوښتل "ته ولې له هغو څخه هم مننه کـوې چـې تـا سره پـه بـې ادبۍ خبرې کوي؟" ډلگي مشر ورته ځواب ورکړ، "يو کوچنی دليل لري، هغه دا چې مننه کول زما کرکټر دی او بې ادبي د هغې کرکټر دی. زه نـه غـواړم د نـورو خلکو کرکټر باندې خپل خراب کړم"
راځئ چې هغو سره هم ښه وکړو چې مونږ سره ښه نه کوي. هيڅکلـه بايـد خپـل شرافتمندانه کرکټر بدل نه کړو. دا فرق نه کوي چې نور زمونږ څخه د ښو مستحق دي او که نه، خو اړينه دا ده چې بايد خپل زړه کې غلطو ته ځای ورنکړو.
که په هر قيمت وي، خپل کرکټر کې اووسه.

●●●

زه کولای شم، د ژوند ژبه ده

ما ماشومان ليدلي چې د لوبو په وخت کې د ميږيانو مخې ته يـې لاسـونه نيـولی وي او د هغوی لاره يې بنده کړې وي. ميږيان په همدې وخت کـې د بلـې لارې په لټه کې وي او روان وي. ماشومان دا لاره هـم بنـدوي او ميږيـان بلـه لار پيـدا کړي او روان شي... ماشوم د شوخۍ نه ميږيان ديوال نه راغورځـوي. ميږيـان پـه بې اختيارۍ بيا ديوال ته ورخيژي. ميږي ته که هر څومره خنډونه راشي خو هغـه په دې باور لري چې زه کولای شم. تر مرگه هغوی هڅه کوي، مبارزه کوي، زيار باسي او په همدې باور روان وي چې زه کولای شـم. د هغـوی دا بـاور تـر مرگـه ورسره وي.
ما غټ غوايان ليدلي چې ستر بارونه ورپسې تړلي او راکاږي يې. د هغوی په هـر قدم، که يو انـچ هـم وي، يـو زيـار او هڅـه وي چـې تـر سره کـوي يـې. دوی د انسانانو د بارونو ښکار شوي وي خو هغوی هيڅکله همت له لاسـه نـه ورکـوي. همدارنگه په سترگو نه ښکاريدونکي ژونـدي موجـودات هـم خپـل خنډونـه لـه مخې لرې کوي او ژوند کوي او په دې باور لري چې زه کولای شم. د هغـوی دا باور تر مرگه ورسره وي.
زه کولای شم،د ژوند ژبه ده. زه نه شم کولای د مرگ ژبه ده.
د ټولو مخلوقاتو څخه انسان اشرف المخلوقات دی خو بيا هم د مرگ ژبه کوي. انسان د مرگ په ژبه يانې زه نه شم کولای باندې باور لري او تعقيبوي يې. څېړنو دا ښودلې ده چې يو انسان وړاندې تر دې چې ۱۴ کلـن شي د خپـل مـور پـلار، ښوونکو او ټولنو له خوا ورته ۱۴۸،۰۰۰ ځله ويل کيږي چې ته نه شې کـولای. د هغې چاپيريال په هغې کې ۱۴۸،۰۰۰ ځله دا ټکی ورټومبلی وي چې هغه نـه شي کولای.
زه کولای شم، هغه کولای شي، مونږ کولای شو. انسان بايد له انسانه پورتـه شي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

انسان باید د مرگ ژبه هیره کړي او د ژوند ژبې تـه غیږ ورکـړي. زه کـولای شـم چې دا ټکې وغورځوم، زه نه شم کولای. که زه باید دا ټکـې وغورځـوم چـې زه نشم کولای نو زه به دا ټکی هرومرو وغورځـوم چـې زه نـه شـم کـولای. نـو څـه وشول که ماته ۱۴۸،۰۰۰ ځله ویل شوي چې زه نه شم کـولای؟ ماتـه د انسـانیت تاریخ ۱۴۸،۰۰۰ انسانانو دا ښودلې چې زه کولای شم. د ژوند هر اړخ ماته وایـې او په دې ډاډ راکوي چې زه کولای شم. د ژوند دا غږ زما په دننه کې ورځ تر بلې پورته کیږي. د مرگ ژبې ته دا مرگ دی.

راځئ ټول په خپل ځانونو باور ولرو. په خپل ځان باور لرل به مونږ تـه د عقیـدې داسې لار وښایي چې مونږ یې جوړ کړي یو.

***

که څه له ځانه جوړوې نو یو څه به ورکوې

یو څه وخت وړاندې یو شرکتي سرکس لیدو ته ورغلی وم. دې سرکس ته یـې د بازار موندنې ماستری والا په دنده گومارلي ول. هغوی ته ویل شوي ول چې دوه اونیو لپاره به کاري ځای ته ځئ او هلتـه بـه د خرڅولـو مهارتونـه زده کـوئ. دوه ورځې وروسته په دوی کې یو څـو ډېـر بـې همتـه او خواشـیني شـول. کلـه چـې هغوی څخه د بې همته کیدلو پوښتنه وشوه نو یو څو وویل،"مونږ ولـې تـر اوسـه پرمختگ نه دی کړی او بریالي شوي نه یو" دوه ورځې یې په کـاري ځـای کـې تېرې کړي او د پرمختگ خبرې کوي. ما دې ته شرکتي سرکس نوم ځکه ورکـړ چې یواځې دوه اونیو روزنو یـا دوه کـالو سـوداگری مـدیریت او یـا کیـدای شي دواړو دا نوي فارغین داسې مغز وینځل کړي دي چې هغـوی پـه دې بـاور لـري چې بریالیتوب اسانه دی او په اسانی بریالي کیدای شو. دا دوه جملې ماتـه چـې اسانه بریالیتوب او بریالیتوب اسانه دی، کفر ښکاري.

زړه مې ډېر خـوږیږي کلـه چـې یـو څـوک گـورم چـې بریـالیتوب غـواړي او د

●●●

بریالیتوب لپاره هیڅ چمتوالی نه لري. د چمتوالي پرته گټل څه معنی؟ که چیرته یوه بتکه د سرو زرو هگی هم اچوي خو د هغې غټیدو پورې به وخـت او هڅـو ته اړتیا وي. نو تاسې دې کمعقلې خبرې ته سوچ وکړئ چې یوه بتکه خپله اوس د هگی نه راوتلې وي نو تاسې ته به څنگه هگی واچوي!

یو بې تعلیمه کس هم تاسې ته دا ویلی شي چې یو لامبو وهونکې هیڅکلـه یـوه اونۍ تمرین سره په مسابقو کې برخه نه شي اخستی.

آیا تاسې په یوه اونۍ کې د بدن ښکلا کلب کې بدن ښایسـته کـولای شـئ؟ آیـا کله مو چې ځوی یوه میاشت ځانگړې روزنې ترلاسه کړې وي او تاسـې د هغـې پایلو باره کې اندیښمن یئ؟ آیا د واده څخه دوه میاشـتې وروسـته د واده مشـاور پسې راغلي یاست چې ستاسې واده مثبته پایله ورنکـړه؟ آیـا ستاسـې احساسـات هغه وخت راپاریدلي چې یوې اونۍ هڅو وروسته غـواړې ځـوانې یـاغي جینـۍ سره د مینې اظهار وکړې او هغه یې لا درسره نه مني؟

هغه کسان چې یو تخم نن وکري او سبا یې د زرغونیدو تمه لري، بایـد بلـې نـړۍ ته لاړ شي ځکه په دې نړۍ کې دا کار ناشونې دی. نهم ټولگي ازموینې دومـره اسانه نه وي چې ته دې ورته یوولس ساعته درس ووایې او بریالی شې پکې. پـه ژوند کې د بریالیتوب لپاره چمتووالی ډېر اړین دی.

وړاندی تر دې چې ځان یا بل چا څخه پوښتنه وکړې چې،"تـه بـه یـې وگټـې؟" غوره ده چې داسې پوښتنه وکړې، "آیا هغه څه دې چې د گټلو لپـاره اړیـن دي، ترسره کړي؟"

په یو کلب کې یوې ښځې د پیانو غږولو وروسته یو ستایونکی پاڅید او ورته یې وویل،" زه به ددې زده کولو لپاره هر څه وکړم."پیانو غږونکې میرمن وویل، "تـه به ډېر ووایې چې زه به هرڅه وکړم چې زده یې کړم خو ته یې نـه کـوې، تـه ډېـر وخت ورنه کړې او تمرین به ونه کړې، په ساعتونو ساعتونو، په ورځو ورځو او په کلونو کلونو..."

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

هر څه چې کیږي، خو هغه څه چې غواړې، ځان نه یې جوړ کړه.

کله چې په لومړي ځل ژاړې نو دا به دې داسې غږ وي چې تر اوسه نه وي اوریدل شوی.
کله چې په لومړي ځل خاندې، یوه نوې کږلیکه ستا په مخ جوړیږي، چې په هندسه کې یوه نوی اضافه والی دی.
کله چې ته وزیږیږې، ته دې نړۍ ته ډالۍ شوی یې او دا نړۍ تاته ډالۍ شوې ده.
ستا د زیږون ورځ ستا تر ټولو ستره ورځ ده.
که چیرته ښه ژوند وکړې، نو هغه ورځ به دې هم د ژوند یوه غټه ورځ وي.

***

لوړ فکرونه نظریو کې بحث کوي
منځني فکرونه پیښو کې بحث کوي
واړه فکرونه خلکو کې بحث کوي

په عصري نړۍ کې تر ټولو وروسته پاتې عمل پس پسک دی. خو بیا تعلیم یافته او لوړې سویې خلک هم دا عمل تر سره کوي. پس پسک تر ټولو بې ارزښته چاپیریال دی. پس پسک کې دواړه ژبه او ځیرکتیا په زیان کې روان وي. په یو نه بلکې په څو لحاظونو پس پسک یو شډل کار دی.
په حقیقت کې خلک ټولنې او کلبونه جوړوي او بیا پکې پس پسک ته کار ویل کیږي. ددې ډلو تر ټولو ستره دنده دا وي چې څوک نه وي راغلی او هغوی باره کې خبرې کوي. هیڅکله په پس پسکي باور مه لره. کله چې ترې لاړ شې نو همدا کس به ستا باره کې نورو ته خبرې کوي او له دې حقیقت هیڅوک نه شي منکریدلای.

●●●

دوه مخي خلک هغه دي چې تا سره به په ډېره خوږه ژبه خبرې کوي خو ستا تر شا بدې خبرې کوي. مونږ په ډېره بې شرمۍ د خلکو انځور د نورو پر وړاندې داغو او دې ته هم فکر نه کوو چې د دوی ژوند به څومره اغیزمن کړي. په میلیونونه ځانوژنې به ژغورل شوي وای که چیرته مو په احساساتي ناروغ باندې خبر جوړولو پر ځای هغوی سره اخلاقي ملاتړ کړی وای.
پس پسک په نیم علم قضاوت کوي. هر پس پسک کونکی په پای کې خپل زهر څښي. د هغوی ذهن تل له پوښتنو ډک وي."دا نور خلک به زما باره کې څه فکر کوي؟"ته په نورو قضاوت مه کوه چې خلک په تا قضاوت ونه کړي. برعکس یې هم داسې دی. په نورو قضاوت کوه، په تا به هم قضاوت کیږي. پس پسک کونکی یواځې نورو ته ننداري وړاندې کوي.
د انسان په انقلاب کې تل بې ځایه پوښتنې دي. مونږ د علم او دانش تندې او لوړې ته د پس پسک خواړه ورکوو. که چیرته نامتو خلک هم پس پسک کونکي ول نو نن ورځ به زمونږ تر منځ ول. او که مونږ پس پسک دنده پریښوده نو مونږ به د هغوی په څېر شو.
یو زمری د پیشو گانو ترمنځ څه کوي؟ بل ځل چې د پس پسک ډله ستا خواته راځي نو ته ترې غلی روان شه. هغوی سره د نورو نه شتون باره کې خبرې مه کوه او هم یې مه اوره. راځئ چې خپل ساعت د نورو په زړونو ټپي کولو تېر نه کړو.
لوړ فکرونه نظریو کې بحث کوي، منځني فکرونه پیښو کې بحث کوي اوواړه فکرونه خلکو کې بحث کوي.

***

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

ښه ارتباط مو اړیکه غښتلې کوي
ناسم ارتباط به مو اړیکه وشکوي

"د ملګري په څیر یې درته وایم..."

"زه یو دوستانه سړی یم. زه چې چاته هم څه وایم، مخامخ یې ورته وایم."

"ځینې وختونه خلک زما ملګرتیا نه شي منلی"

دا هغه خبرې دي چې زیاتره یې هره ورځ اورې. خو خبره دا ده چې همدې خلکو سره څوک دوستانه چلند وکړي نو بیا یې دوی نه شي زغملای. کله چې خبره دوی ته شي نو دوی مخامخ او صفا خبره کوي او کله چې نورو ته شي نو بیا دوی ځان مني او ځان بې پروا ښایي.

خو کله چې ساده حقیقتونه هم به دوستانه چلند ورته وشي نو بیا یې په مشکله مني. نو تاسې فکر وکړئ چې نور به ستاسې دوستانه چلند څنګه وزغمي، چې تاسې خپله یې زغم نه لرئ؟

ریښتیا خبره ده چې دوستانه چلند کومه ستونزه نه ده، خو زمونږ په دوستانه چلند کې چې کوم زیږتوب پروت دی، دا ستونزه جوړوي. انسانان په بنسټیزه توګه د استدلال پر ځای په احساساتو ولاړ دي. زمونږ په دوستانه چلند کې ښایي چې استدلال پروت وي خو د هغې تر شا زیږتوب د خلکو احساسات زیانمنوي.

کله چې په یو غشي ولګیږې نو ته به کینې او د غشي مواد به څیړې چې له څه شي جوړ دی؟ کله چې خبرې د یو کس په زړه ولګیږي نو هغوی بیا د خبرې مطلب ته نه ګوري.

داسې نه ده چې ته څنګه پخلی کوې، بلکې فرق دا کوي چې په کوم چلند یې خلکو ته وړاندې کوې. ارتباط خپله موخه هغه وخت لاس ته راوړلی شي چې نورو څلورو برخو خپل کار کړی وي. ته څه وایې، څنګه یې وایې، کله یې وایې،

●●●

او کله ویل بندوې.

په دوستانه چلند درته وایم، ښه ارتباط به یوه اړیکه غښتلې کړي، ناسم ارتباط به اړیکه وشکوي.

***

هر کار چې په شخصي بې مطلبۍ تر سره شي
یو ښه کار ترې جوړیږي

دلته ولې دومره بې پروایي ده؟ کوم خلک چې ځوریږي، ولې هغوی ته پاملرنه نه کوئ؟داسې ښکاري چې اسانه لاره دا ده چې ځان مسول ونه ښایې او د خلکو اوښکو پروا ونه لرې. نو بیا پریږدئ چې ترور وي. پریږدئ چې لوږه وي، پریږدئ چې ماشومانو د مزدورانو کالي اغوستي وي او خدمت کوي، څه وشول که زما د موټر چلونکي بچې ښوونځي ته نه ځي؟ دا د هغوی تقدیر دی، زه خو د هغوی تقدیر لیکونکی نه یم. دا به ډېر خطرناکه نه وي چې د خلکو په درد کې ځان ښکیل کړو؟ د هغې خپل کار دی او خپل تقدیر ته به رسیږي. څه یوه بې پروایي ده! تر څو چې زه روغ یم او ښه خواړه خورم او خپلې کورنۍ سره اوسم، راتلونکی مې هم تضمین دی، خو زما ګاونډی چې په هر حال وي، زه یې پروا نه لرم.

بې پروایي له غوسې هم ناوړه ده، د کرکې څخه هم ظالمه ده، د بدل اغستو هم بدتره ده. بیا هم په غوسه، کرکه او بدل اخستلو کې یو انساني احساس ژوندی دی چې هغه دې کارونو ته اړ کوي. بې پروایي ستاسې احساسات ویده کوي. نو ویلی شو چې بې پروایي یواځې یوه ګناه نه بلکې یوه جزا هم ده.

راځئ چې د اخر انسان لپاره هم احساس ولرو. راځئ چې د نورو خلکو اوښکو لیدلو سره زمونږ سترګې هم راډکې شي. راځئ چې بې پروایي له منځه یوسو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

راځئ چې توپیرونه رامنځته کړو. مونږ به خپله برخه وکړو او مونږ یوه غټه برخه وکړو. راځئ چې د هغو څخه لاس وانه خلو چې هغوی د ژونده لاس اخستی. که څه هم د خلکو ټولې اوښکې پاکول څه اسانه کار نه دی، خو تر کومه چې په نړۍ کې اوښکې وي اوتر کومه چې په مونږ کې لږه ساه هم پاتې وي، خپل کار به پر مخ بوځو.

دا زه نه یم، بلکې زه هغه څه یم چې ما تعریفوي. عادي خلک چې کله له خپل ځانه سترو موخو لاسته راوړلو هڅه کوي، هغوی فوق العاده امکانات رابرسیره کوي. هر کار چې په شخصي بې مطلبۍ تر سره کیږي، هغه یو نیک کار دی. وکیلان، ښوونکي، ژورنالستان او نجاران او هرڅوک چې خپله موخه د خپل ځان څخه هم پورته ګڼي، افسانې جوړوي.

د زړه دنده دا ده چې د بل زړه سره اړیکه کې وي. راځئ چې یو ځل بیا احساس پیدا کړو... کله چې د مخلوقاتو لپاره فکر کوې نو خالق به ستا باره کې فکر وکړي.

***

ته هغه څه نه ترلاسه کوې چې ته یې غواړې
ته هغه څه ترلاسه کوې چې ته یې مستحق یې

یو ایټالوي دا خبره کړې ویلي، "راځئ چې زمونږه بدمرغۍ د نوي کال ورځې په څېر لنډ ژورلید ولري" هر څوک غواړي چې روغ اووسي خو ایا دوی یې مستحق دي؟ هر څوک غواړي بریالی شي خو ایا دوی یې مستحق دي؟

ته په ژوند کې هغه څه نه ترلاسه کوې چې ته یې غواړې، یواځې هغه څه ترلاسه کوې چې ته یې مستحق یې. ته خپلې غوښتنې څنګه په مستحقتوب بدلولای شې؟ کله چې غوښتنې دټینګاري ځاني تشویق د هڅو لارښودې وي نو بیا

●●●

غوښتنې په مستحقتوب بدلیږي.

بې هڅتوب هم د هڅې له لارې تر لاسه کیږي. توماس ایډیسن ویلي،"نابغتوب ۱٪ الهام دی او ۹۹٪ هڅه ده"زما یو ملګري یوه ورځ ویلي ول،" که زه د نورو په څېر ځیرک نه یم، نو زه یې نه شم کولای. دا زما غلطي نه ده. که زه احساساتي ډول نورمال نه یم نو زه به یې ومنم، دا مې د مور او پلار غلطي ده. او که چیرته زه د نورو په څېر هڅه ونه کړم نو بله بهانه به ونه لرم نو دا به زما غلطي وي.

د بریالیتوب یو ستر راز دا دی چې نورو ته مه ګورئ خپله یې پیل کړئ. شخصي تشویق تلپاتې تشویق دی. روښنایي به له دننه راووځي.

پیټر ډرکر ویلي،"هغه کار څخه بل بې ارزښته کار نشته چې باید ونه شي او تاسې یې په اغیزمنه توګه مخکې وړئ" د لارښوونې حس پرته هڅه یوه بې ځایه هڅه ده. ددې ګټه څه شوه چې په زینه تر اخره پوړۍ وخیژې او وروسته پوه شې په غلط دیوال دې زینه ایښې ده؟ وخت او هڅه هیڅکله په انزوا کې نه اداره کیږي. دا د ژوند شرایطو پورې اړه لري چې له ژونده څه غواړې او ژوند به څه درکړي. د لارښود پرته فعالیت بدلون دی خو د لارښوونې سره فعالیت پرمختګ دی.

تا به خلک په هغه څه نه یادوي چې تا یو ځل کړي بلکې په هغه کارونو به دې یادوي چې تل یې کوې.

ته به هغه څه ترلاسه نه کړې چې ته یې غواړې بلکې هغه څه به ترلاسه کړې چې ته یې مستحق یې. دا د هغه (ج) قانون دی. راځئ چې خپل قانون دا کړو چې ټینګار او ځاني تشویق د هڅو لارښود دی.

***

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

کومو ریښتیا سره چې مقاومت کوې
په اصل کې ورسره په جګړه کې یې

کله چې په ریښتوني ډول ژوند کوو، نو ژوند مو رغیږي. کومو ریښتیا سره چې مقاومت کوې په اصل کې ورسره په جګړه بوخت یو.
کالیو مینځلو ماشین کې خیرن کالي ورغورځوو. ماشین خپله دنده ترسره کوي. کالي باید وچولو لپاره راویستل شي. تر څومره وخته چې کالي په ماشین کې پاتې کیږي، هغومره یې بوی زیاتیږي. که یو څو ورځې یې پکې پریږدو نو بوی به یې د زغملو نه وي. همدا خبره زمونږ فکرونو او احساساتو سره هم ده. څومره چې فکرونه ډېروو او ارتباط نه کوو او څومره چې احساس کوو او څرګندوو یې نه، په هماغه اندازه په اړیکه کې درز زیاتیږي.
کوم فکرونه چې رامنځته شي خو شریک نه شي، کوم احساسات چې راوپاریږي او څرګند نه شي، نو دا یو نابشپړ څرخ دی. نابشپړ څرخ په نیم خودی کې ژوندی پروت وي.
کله چې په دوامداره توګه خپل فکرونه شریک نه کړې او خپل احساسات ښکاره نه کړې، نو فکرونه او احساسات مو زیانمنوئ. کله چې ریښتیا کې زیاتوالی یا کموالی راولې او خپل مړه احساسات خوشالوې. کله چې ورسره نه شې مخ کیدی، نو بیا ترې منکریږې.او کله چې له یو څه منکر شې نو بیا یې پروا نه کوې. تر څو چې څرخ نه وي پوره شوی نو بیا به مونږ ټولو نه دروغجنان جوړ کړې.
د احساساتي روغتیا راز په دې کې دی چې کله یو چا ټپي کړې یا یې احساسات درته ټپي کړل نو هغوي ته ووایه چې هغوی ټپي کړې. که نا دا نابشپړ څرخونه به یو ځل بیا په راتلونکي کې راښکاره شي او ستا ښه وختونه به خراب کړي.

●●●

د پخواني احساساتو بوج به حال ته نه راوړې. په اوسني حال کې به درته پخواني نیمګړې خیالونه راپیدا شي. ته به هڅه کوې چې هغه نیمګړي احساسات به د پخوا په څېر بشپړ کړې خو په اوس وخت کې یې بشپړول سر نه خوري. احساساتي ناروغي یوه زیرمه ای ناروغي ده.
ته ماته وایې،" که په ریښتیا زه خپل فکرونه او احساسات ښکاره کړم، نو زه به هغه کس خفه کړم چې ماته ډېر نږدې دی"خو زه درته وایم، "که چیرته یې ښکاره نه کړې، نو ته به اړیکې خپله ټپي کړې"
که څه هم ریښتیا به مو ټپي کړي خو راځئ چې ورسره مخ کیدل زده کړو. راځئ چې هغومونږ ته ډېر نږدې وي، ریښتیا ووایو، که څه هم ټپي به مو کړي. خپل فکرونه ورته ووایه، تصوري وخت ته انتظار مه کوه. ډېر ساده اووسه، خپله ګیله ختمه کړه او پریږده یې. زیاتوالی یا کموالی پکې مه کوه. که هغه کس ته درک کړې نو ته بریالی شوې. که ونه شو نو پوه شه چې چاسره معامله کوې. هر حالت ومنه. ښښنه وکړه او خپل ټپ څخه ځان خلاص کړه. په مخه ځه... هیڅ شي ثبوتولو ته اړتیا نشته.

***

که چیرته یې حل نه لرو نو لږ تر لږه دلاسا یې کړه.
که چیرته مرسته نه شو کولای، نو ځوروه یې مه.
که چیرته ستونزه نه شو حل کولای، نو د ستونزې سبب مه جوړیږه.
که چیرته یې ګړندي کولای نه شو نو مخه یې هم مه نیسه.
په خبرو او عملونو کې له خواخوږۍ کار واخلئ، هر چا سره حل مونږلو کې مرسته وکړه او دا نړۍ به ستا شي.

***

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

د سکون دروازې یواځې د باور په کیلیو خلاصیږي

دا اړینه نه ده چې پرون درسره څه شوي ول، پرون دې خلکو سره څه کړي ول او یا خلکو درسره پرون څه کړي ول، او یا چا ولې درسره کړي ول او څه یې درسره کړي ول، نو کله چې سهار پاڅې نو یو ځل بیا په دې نړۍ باور کوه. زه پوهیږم چې دا یواځې ویل اسانه دي خو تاسې بله لاره هم نه لرئ. ځکه چې ستا سکون ستا په باور کې نغاړل شوی دی. د باور پرته سکون نشته. بې باوري مو زړه تنګی کوي.

په زرګونو ځله به دې له عامه ترانسپورټ څخه ګټه پورته کړې وي او بټوه به هم درنه څو ځله غلا شوې وي. که څه هم په نړۍ باور نه لرې او هر څو دقیقې وروسته خپل جیب ګورې، خو یو ماهر غل تا څاري او یوه ورځ دې جیب وهي. د بس هر یو کس ته به د غل په سترګه ګورې او ستا ذهني سکون به یې خراب کړی وي. خو په خلکو باور به مو دا سفر د خوښیو ډک کړي.

کیدای شي یو کارکونکی درسره خیانت وکړي. خو بیا هم په نورو ټول باور ولره. په بل سهار راپاڅه او په ټولو باور ولره. زما خبرې به درته ساده ښکاره شي خو زه درته د خوښیو دروازې ښایم، چې د باور په کیلیانو خلاصیږي.

که چیرته د سکون په لټه یې او پرون درسره هم خیانت شوی وي نو ته ددې نه پرته بله لاره نه لرې چې سهار راپاڅې او یو ځل بیا په ټولو باور ولرې. هر ځل چې یو کس ما سره خیانت کوي یا دوکه کوي نو زه ځان سره وایم،"شکر خدایه چې ماسره دوکه وشوه، زه خو خپله دوکه باز نه یم. ماسره خیانت وشو خو زه خپله خاین نه یم."

راځئ هر سهار راپاڅیدو سره داسې فرض کړو چې نن به په خلکو باور کولای شم. په دنیا کې به په میلینونه ځلې په باور سره ژوند وکړم، که سوونه ځله راسره خیانت وشي. دا ستونزې زمونږ په ګټه دي. پریږدئ چې زړه مو د باور په لور

●●●

کوږ شي.

د سکون لپاره یواځینۍ لاره با و ر دی.

***

هر انسان د شتمن توب لپاره اخلاقي مسولیت لري

که مونږ په یوه پیکه ټولنه کې ژوند کوو. نو ډېر ښه خلک ددې لپاره مسول دي. د ښو خلکو زیاتره ستونزه دا وي چې هغوی خپله قناعت کړی وي او خوشاله وي. هغوی دا هم نه وایي چې دوی دې شتمن شي.

راځئ ووایو چې په یو سرک د پنځوس روپو نوټ پروت دی. یو ښه سړی به یې خوا کې تېر شي او وبه وایي چې "دا زما پیسې نه دي، زه ورته لاس نه وروړم" که هغې دا پیسې پورته نه کړې نو یو بل رذیل به یې چې اړتیا هم ورته نه لري، پورته به یې کړي. خو که یو ښه سړي پورته کړې وی نو کیدای شي په یو ښه ځای کې یا یو غریب ته یې ورکړې وې. خو هغې پریښودې او داسې کس ګوتو ته ورغلې چې هغه به یې په بدو لارو ولګوي.

په یو هیواد کې د رسمي واحد څرخیدنه ساکنه وي. دا پیسې یو ښه سړي سره کیدای شي او یا یو لنډه غر سره هم کیدای شي. ښه سړی به پیسې په ښوونځو جوړولو، چاپیریال غوره والي، تعلیمي کچه لوړوالي، بیوزلو سره مرستې او روغتیایي برخو کې کار کوي. خو بد خلک به یې په بمونو، ځانوژنکو بریدونو، مذهبي اختلافونو او بې ګناه خلکو وژلو باندې لګوي.

زما غږ ټولو ښو خلکو لپاره دا دی چې خپل لاسونه پورته کړئ او د نورو نیکمرغه خلکو ډلې جوړې کړئ... ښه خلک چې خپل وجدان به نه خرڅوي. نو د سلو یو نوټ هیڅکله مه پریږدئ چې یو رذیل یې پورته کړي.راځئ چې هغوی له پښو وغورځوو. راځئ چې مالي کنټرول په لاس کې ونیسو. راځئ چې اضافي سر چینې راجمع کړو. که تاسې ورته اړتیا نه لرئ نو څه وشول؟ راځئ

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

چې د یوې ښې نړۍ لپاره یې وکاروو. په څرګند ډول یې درته ووایم. هر انسان د شتمن توب لپاره اخلاقي مسولیت لري.

***

که د ښوونکي یا روزونکي ونه لرو نو مونږ هیڅ پر مخ نه شو تللی

راماکانت اچاریکار د سچن ټینډولکر نه ښه کرکټ لوبغاړی نه وو. خو د هغه لوبڅارتوب وو چې سچن نه یې سچن جوړ که او نړۍ ته وښوده.

مونږ یو بهرني ته اړتیا لرو چې مونږ ته لارښوونه وکړي. هغوی مونږ ته لکه د ښیښې په څېر دي، چې مونږ ته خپلې غښتلتیاوې ښایي تر څو پرې کمزورۍ له منځه یوسو. مونږ روزونکو ته اړتیا لرو چې زمونږ مهارتونه نور هم تېره کړي. مونږ ښوونکو ته اړتیا لرو چې زمونږ پوهه نوره هم پراخه کړي.

ستا د لومړي ټولګي ښوونکی کیدای شي دومره نه وي چې ستا هومره پورته لاړ شي، خو هغې تاته د ژوند بنسټیزه پوهه درکړې ده. راځئ چې خپل ځانونه د لارښوونکو سره پرتله نه کړو. که چیرته لمر د وړانګو څخه لیری کړو نو هیڅ به پاتې نه شي. که چیرته د لوښي څخه ختې لرې کړو نو هیڅ به پاتې نه شي. که چیرته د اغیز نه سبب لرې کړو نو هیڅ به پاتې نه شي. که چیرته د ښوونکو څخه ښوونه لرې کړو نو مونږ به هم پاتې نه شو.

د ریاضي ښوونکي په تخته ۱۰۰۰ ولیکل او ویې پوښتل چې څوک تل د ټولګي مزاحمت کوي. "دا څو دي؟" په جرآت خو د پوښتنې په ساده والي وشرمیده، هلک ځواب ورکړ،"یو زر"ښوونکي ښي لور ته یو بل صفر هم ورزیات کړ او بیا یې وپوښتل، "دا څو دي؟" "لس زره". ښوونکي دا ځل چپې خواته یو صفر ورزیات کړ او ویې وپوښتل، "دا څو دي؟" هلک ځواب ورکړ،"هماغه لس

●●●

زره" ښوونکی مسکی شو او ویې ویل،"که چې یو بې معنی نمبر د یو معنی لرونکي نمبر پسې وي نو هغې ته ارزښت ورکوي. خو که چې بې معنی نمبر وړاندې وي نو بیا هیڅ ارزښت نه ورکوي. دا د ښوونکي او زده کونکي تر منځ اړیکه ده. که چې یو زده کونکی، ښوونکي پسې وي نو ارزښت پیدا کوي او بله خبره یې هم داسې... زه نه غواړم چې هر څه درته واضح کړم"

د لارښود یا ټرینر پورته والی په دې کې وي چې لوبغاړي ته ووایي چې هغه څومره وړتیا لري او د لوبغاړي لوړوالی په دې کې دی چې هماغه وړتیاوې وښایي.

***

که چې وڅارل شو بدل یې کړه او تر ډېره ساتل یې په رواج بدلوي

یو څه وخت وړاندې په چینایي(د هند ښار) کې یو قانون وضع شو چې عامه ځایونو کې به سګرټ نه څکوئ. خو چا یې پروا لرله؟ اوس هم خلک ګورئ چې په هر ځای کې سګرټ څکوي. سنګاپور هم یو څو لسیزې وړاندې په ډېرانونو بندیز لګولی وو. هر چا دې قانون ته غاړه ایښې وه. ولې؟ توپیر په څه کې دی؟ په چینایي کې د قانون پیروي ونه شوه او سنګاپور کې ټولو خلکو قانون ته غاړه کیښوده.

که چې وڅارل شو بدل یې کړه او تر ډېره ساتل یې په رواج بدلوي. ننګونه بدلون نه دی خو بدلون په کلتور بدلول ننګونه ده.

په عامه ځایونو کې سګرټ بندیز لپاره مناسب سیستم وضع نه شو او مناسبه کچه پرسونل له لورې حمایه نه شو. نو دا قانون یواځې په کتابونو کې پاتې شو او عملي نه کړای شو. خو ډېران بندیز په سنګاپور کې تر سختې څارنې لاندې

(c) ketabton.com: The Digital Library

●●●

ونیول شو، هغه بدلون وساتل شو او یوه ورځ په کلتور بدل شو.
یو ښه روزنیز پروګرام، یو ښه کتاب، یوه ښه معنوي وینا، او داسې نور مونږ هڅوي، چې بدل شو. ددې بدلونونو یواځینی زیان دا دی چې ناڅاپي مري که څارنه یې ونه شي. چې بدلون راولي او بیا دا بدلون له منځه لاړ شي نو دا بیا اروایي سست شي.
افسانوي خلک د عامو خلکو څخه څه توپیر لري؟ کله چې افسانوي خلک یو بدلون خپل کړي، هغوي یې څاري او تر هغه یې ساتي تر څو په یو کلتور بدل شي. برعکس نور خلک یې په موقتي توګه خپلوي. او دوی یو ځل بیا لکه د نوي کال ورځې په څېر ورته انتظار کوي او یو ځل بیا هڅه کوي چې هماغه بدلونونه رامنځته کړي چې پخوا پکې ناکام شوي ول.
که چیرته یو بدلون وڅارئ او بیا یې تر هغې وساتئ چې په یو کلتور بدل شي نو ستاسې ژوند به ګرداړي په څېر بره لاړ شي. او که یا به یو ناوړه څرخ وي.
که چیرته بیرته خپل پخواني ځای ته راځئ نو بیا یې ولې پیلوئ.
نورو ته کتل یو مثبت کار دی خو کله چې په کمزورتیا بدل شي نو بیا ترې تسلیمیدل جوړیږي،. مونږ هر د خپل کاري مشر څخه غوره ثابیتیدای شو،کله چې یو کار د یو کس لپاره شوني وي نو هغه د ټولو لپاره شوني وي. یو کار چې یو کس کولای شي نو هغه کار ټول کولای شي او کیدای شي له هغه یې هم غوره وکړي
ته د تعقیب لپاره نه یې زیږیدلی بلکې د مشرۍ او لارښوونې لپاره زیږیدلی یې.
په یاد ولره چې ته غوره شوی سپرم یې. ته چې کله یو سپرم هم وې نو تعقیبونکی نه وې. ته میراثي لارښود یې.

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