

لیکوال: دېل کارینکي
ژیاپن: داکټر سیف الله غریب یار



څه دول کولای شو . چې پر نورو چېل ځان و منو!

جاذب او اغېزمن سخھیت

پر نورو د اغېز لارې چارې

Ketabton.com



خە دول كولاي شو، چې پر نورو خېل ئان ومنو!

www.melitahrik.com
0777 400 116

جادب او اغېزناك شخصىت

[پر نورو د اغېز لارې چاري]

ليکوال: دېل کارينگي



ڇٻارن: ڈاڪٽ سيف الله غريبيار

د كتاب ٿانگرني:

د كتاب نوم: جاذب او اغېزناک شخصیت

ليکوال: ڏيل کاريئنگي

ڇٻارن: ڈاڪٽ سيف الله غريبييار

خپرندوي: د ملي تحريک فرهنگي ٿانگه

د خپرندوي پرله پسي نومره: (۱۵)

ڊيزاين/كمپيوز: عبدالهادي اثر

چاپشمپر: ۱۰۰۰

چاپ وار: لومړي

چاپکال: ۱۳۹۳





دالي

دوكتورس نور جماله فيصل ته، چې د الله تعالى
ددې آيت پر مصدق [وَمَنْ أَخْيَاهَا فَكَلَّا أَخْيَا النَّاسَ حَمِيقًا] يې
ډېروخت په خوست کې د ناروغ او پرهر ژلي ولې
داسي خدمت کړي، لکه مور چې د خپلو اولادونو
کوي او نه یوازې دا چې ناورغ ته يې د بنه کبدا
درمل ورکړي؛ بلکې د غریبو او بېوزلو لاسنيوی
يې هم کړي او له هغو ناروغانو يې ډېروخت د
درملو روپۍ هم نه دي اخيستي، چې اغلې ته د
درملنې لپاره راتلل.

په دومره وره دالي کې به د اغلې دوكتورس نور
جماله فيصل حق ادا نه شي، انسانيت ته په کړو
خدمتونو يې کتابونه خبرې کېدلې شي، الله
تعالى دي ورته ددي ولس د درملنې لپاره او بد
عمر ورکړي، د شفالاس دي الله تعالى د غریبو او
ناروغانو پر سرونو لکه د سیوري تلپاتې لري.

غريب یار



٢

جاذب او اغبز من شخصیت

www.melitahrik.com
0777 400 116



لړلیک

نام	سرلیک	کوہ
۱	ذاتي سحر (اغېن)	۱
۴	موسکا	۲
۶	خوبن خیالات	۳
۸	د نورو هم خیال وساتي	۴
۱۰	تحريف او ستاینه	۵
۱۲	زړه رابنکونکې خبرې اترې	۶
۱۴	د کمتری احساس	۷
۱۶	د انساني فطرت ادراف	۸
۱۷	نورو ته ډاډ ورکول	۹
۱۹	سملاسي غوشه	۱۰
۲۲	د هر چا نوم زده کړئ	۱۱
۲۴	د خپل ذات اهميت	۱۲
۲۶	د نورو د غوبنتنو احترام وساتي	۱۳
۲۸	نورو ته سرددي مه جورئ	۱۴
۲۹	د نيوکې اغېزمنه لار	۱۵
۳۱	بد مزاجي	۱۶
۳۳	د خپلې موخي پېژندل	۱۷
۳۵	د خيالانو اهميت	۱۸



۳۷	بې زېھ توب	۱۹
۳۸	مورپه غوسمە لاسبرى ...	۲۰
۴۱	خېل مسولىتونە درك كرئ	۲۱
۴۶	تعصب	۲۲
۴۸	د تعصب ماھيت	۲۳
۴۹	د تعصب پىل	۲۴
۵۱	پە تعصب كې انفرادى اختلافات	۲۵
۵۳	د تعصب لە منئە ورل	۲۶
۵۵	خان تە مشورە ورکول زدە كرئ	۲۷
۵۸	خە ڈول پر نورو اغېز وکپو	۲۸
۶۰	ھەغە هېر كېئ	۲۹
۶۴	ھەغە وزغمىئ	۳۰



د ژبارن خبرې

اځېزناک شخصیت

په داسې مهال مې د دغې کتاب ژباره کوله، چې د عمر د ۲۴ ګلنۍ، خوارې او سختې شپې مې د ازمونو لپاره شوګيرولي، نه پوهېږم، چې خه ولیکم او خه ووايم؟

اروا پوهنه مې د نسونځي له دورې خوبنېده، هماغي مینې دېته اړ کړي يم، چې په اروايي لحاظ ناروغ ولس ته مې د بنه ژوند تپرولو او د تسکين ورکولو په خاطر اروايي کتابونه وزېبارم، اغېزمن شخصیت، چې او ستساوسو په لاسونو کې دې، په دې کتاب کې ټول هغه مهم موضوعات راخیستل شوي دي، چې ستساوله شخصیت سره اړخ لګوي او د غوره او اغېزمن شخصیت جورولو او ساتلو لاري چارې په کې نسودل شوي دي.

زمود په قولنه کې ډېر خلک غواړي، ځان په قولنه کې مطرح کړي، بنه شخصیت جوړ کړي، له خلکو سره قولنيزې اړیکې ټینګې کړي او خلک له خپل شخصیته متاثره کړي، که مور غواړو بنه شخصیت ولرو، نو په کارد، چې د غوره شخصیت جوړېدنې اصول او لاري چارې تعقیب کړو.



جادب او اغبزمن شخصیت

۱۰

په پښتو کې دغه ډول کتابونو ته زښته ډېره اړتیا ده، تر خو
زمور څوان نسل د علمیت، پوهې او استعداد سره سره د یوبنه
شخصیت خاوندان هم واوسي.

د دغه کتاب په ایدې پتی، پروف او د چاپ تر ماشینه رسپدا
پوري ګران او درانه ملګري لیکوال او ژبارن ډاکتر شپر افضل
فیض ډېر سترپي و ګالله، دده مینې او مهربانی ته مې د مننې
الفاظ ګونګ ولاردي، فیض صیب دې د ژوند په هره بلا
لاسبری لري او د شخصیت په اسمان دې خدای د ستورو په خپر
و څلوي.

د مومند خپرندويه ټولني پر پولادي همت دې برکت وي،
ربتیا چې پښتو ادب او پښتنو ته یې د زړه له کومې خدمت
کړي، موب پرې وي یارو، له وتلي او باسواده کمپوزگر او
ډیزاینگر عبدالهادي اثر خنډ ډېره- ډېره مننه، چې کتاب یې په
پوره امانتداری سره کمپوز او ډیزاین کړي دي.

په پاڼي کې له هغو ټولو یارانو مننه کوم، چې وخت ناوخته
یې هڅولی يم، کتابونه مې لولي او ډاډ راکوي، تاسو ټول په
الله تعالی ګران شئ، خدای مو مه کموه، ژوندي اوسي.

ستاسود ټولو یار
سیف الله غریب یار
د قوس ۲۷، ۱۳۹۳ مه، لمريز



خوست - د گوربزو مرمنلپى

www.melitahrik.com
0777 400 116



د تحریک یادښت

فرهنگي خانګه د افغانستان ملي تحریک له اساسي خانګو خخه یوه ۵۵. د دې خانګې دنده داده چې هپوادوالو ته فرهنگي خدمات وړاندې او ګټهور فرهنگي کارونه ترسره کړي. د تاریخي، ملي، ګلتوري ورخواو تاریخي او ملي شخصیتونو نمانځل ددي خانګې نورې دندې دي.

د هپواد ليکوالود علمي، ديني، روزنيزو او معلوماتي اشارو چاپ هم ددي خانګې له اساسي دندو خخه ګنهل کېږي. له هغې ورځې راهيسې چې تحریک خپل عملي فعالیتونه پیل کړي دي، نو دې خانګې هم ورسره سم خپل فعالیتونه چېک کړي دي. تاریخي ورځې یې نمانځلې، تاریخي واټونو ته یې لوحې جوړي کړي. علمي سیمینارونه او رکشاپونه یې جوړ کړي دي.

د تحریک دې خانګې د تحریک د عمومي هدفونو په رهنا کې و پتېليله چې په یوځایي ډول (شل عنوانه) کتابونه چاپ کړي. په دې اشارو کې اکشہ ديني او علمي اثار شامل دي چې درنو هپوادوالو ته یې وړاندې کوي.

دا اثر (جاذب او اغېزناک شخصیت) چې ستاسو په لاس کې دی، بساغلي (داکتر سيف الله غريبيار) ژبارلى او د همدغو شلو عنوانو اشارو له جملې خخه دي. هيله ده درانه لوستونکي تري نسه ګټه پورته کړي. تحریک خپلو هپوادوالو ته ډاډ ورکوي چې په راتلونکي کې بهم خپلودې ډول هڅو ته دواړ ورکړي.

د هپواد فرنګ د بهائني په هيله

په درناوي

د افغانستان ملي تحریک

فرهنگي خانګه



ذاتي سحر (اغېز)

ذاتي سحر يا اغېز د هغو تولو مثبتو او غوره ئانگرۇنۇ تولگەدە، چې پە تولنه کې ڈېرلۈر مقام لري، يانې د هر چا خوبىپېرى او پە هر چا پە مثبت ڈول اغېز كولى شي.

ڈېر خلک با استعدادە او بنايسىته نە وي، خو كە هغۇرى پە خېل ذات کې كىشىش او جاذبىيت ولرى، نو پە هر ئاخى او هر خە كې د منلو ور وي، د هر چا پە زىرونوكى ئاخى نىسىي او هر خوک يې خوبىسى، ڈېر خلک بىا پە فطرى ڈول دا ئانگونە لرى، چې پە هر مەھفل كې د خلکو له درنىتى او مىنى سەرە مخېرىي او د هر چا مىنە پېرى راھىي. تاسو له ئان سەرە فكر و كپئى، چې پە تاسو كې دا مثبتە ئانگونە شتون لرى، يانە...؟ يالە نورو سەرە پە ناستە پاستە كې د خلکو خوبىپېرى او كە كركە درئىنى كوي؟

ڈېر خلک بىكلا او ذاتي سحر يا اغېز يو شي بولىي، خو دا سەمە نە دە، ئىكەنلىكلا يو شى دى او ذاتي سحر بىل شى! تاسو بە ڈېر كسان لىدىلى وي، چې هغۇرى يو ئانگىرى كىشىش او جاذبىيت لرى او هر چاتە د منلو ور وي، خو سەرە لە دى دوى دومە سېين رنگە، بنايسىته او خوش



جادب او اغېزمن شخصیت

۱۴

اندامه نه وي.

که و گورو، نو مالومه به شي، چې ډېر خلک په ټولیز ډول د نورو ظاهري قد و قامت ته گوري، د ظاهري بنسکلا، لباس، وېښتانو او نورو ځنې يې اغېزمن کېږي، نو ددي اصل په پام کې نیولو سره بايد مورډ په لومړي قدم کې خپل لباس ته پام وکړو.

همېشه بايد د خپل وس له مخي بنايسته او پاک لباس واغوندو او دې ته ډېر پام وکړو، چې لباس مو ډېر خيرن او چتيل مالوم نه شي.

د ګرمى په موسم کې بايد خپلو کاليو ته ځانګړي پام واروو، ځکه د ګرمى په موسم کې د انسان بدنه ډېر خوله کوي، چې له امله يې د کاليو غاري او لستونې ډېر خيرن کېږي او په یو محفل يا له چا سره په ناسته ولاړه کې بنه نه بنکارو، که په دې موسم کې مو سپک عطرونه، باډي اسپري او نوري بنې خوشبوسي وکاروو، نو دا کار به نه يوازي زموږ؛ بلکې د نورو لپاره هم په زړه پوري تمام شي.

هاما شان بايد د خپلو خپليو او بوقاتو خيال ساتل هم ډېر اړين دي، بايد هڅه وکړو، چې ډېر خيرن والي ته يې پرېښدو او هر سهار يې بايد پالش کړو.

د بدنه د پاكوالۍ لپاره غُسل (لامبل) ډېر اړين دي، په ورځ کې بايد لېټر لېډه دوه ځلې ولامبو او دوه ځلې خپل غابونه برش کړو.

که تاسو سګريت، پان يا نصوار کاروئ، نو په دې صورت کې لا ډېر د خپلې خولي پاكوالۍ ته پام واروئ، ځکه دا توکي د انسان خوله بدبویه کوي او ستاسو په شخصیت منفي اغېزې کوي.

د سر وېښتان همېشه پاک ساتئ او په منظم ډول يې ډمنځوئ، د



جاذب او اغېزمن شخصیت

۱۵

پېښو او لاسونو نوکان په خپل وخت پرې کوئ او د پاکوالی يې
خانکړي خیال ساتئ.

دا تولې خبرې مې ټکه وکړي، چې زموږ بدن هم یوه بېله ژبه لري،
زمورډ ناستې - پاستې انداز، زموږډ خبرو او غربېدا انداز، زموږډ
خندا او موسکا انداز... دا تول زموږډ شخصیتونو ترجماني کوي، يا
په بله وینا زموږ بدن زموږډ مزاج خرګندونه کوي.
کله چې زموږ مزاج او طبیعت سم وي، نو زموږ په خپره کې به د ډاډ
او نورانیت ډبوې بلې وي او ناسم مزاج ولرو، نو په مخ کې به کرکه،
وېره او وحشت لیدل کېږي.



موسکا

ستاسو د پرمختگ او برياليتوب راز په موسکا کې دی، که تاسو خپلو نېدې او زړه ته در تېرو ملګرو ته پام وکړئ، چې هغوي ستاسو پروراندي موسک - موسک کېږي او مينه درسره شريکوي، نو ستاسو د زړه په ژورو کې ډېرڅای نيسې او ډېر تې اغېزمن کېږئ.

خلک چې کله موسکا کوي، نوله خپل اصلې عمر خخه کم لیداۍ شي، يانې که زاره وي، ځوان لیداۍ شي او که ځوان وي، تنکي ځوان.

دا اصل تاسو په خپله وازمائې، نو په بنه شان به درته مالومه شي.

موسکا په تاسو کې ډاډ او باور رامینځته کوي او کله تاسو موسک یاستئ، نو په بنه شان سره احساسوئ، چې په تاسو کې ډاډ او باور ډېرېږي، يانې په داخلې ډاډ منتیا او سکون کې مو ډېر والی راولي.

موسکا د انسان د جسمی ګرو (اعضاوو) لپاره هم ګټوره ده، په دې سره مو بدني روختيما ډېرېږي او له بېلا بېلو اړوايې او جسمی ناروغېيو ژغورل کېږئ.

که تاسو په ستونزمن کار کې یا هره بدہ پېښه کې خپلې شوندې



جاذب او اغپزمن شخصیت

۱۷

موسکي ساتئ، نو در پېښې ستونزې مو په خپله هوارېږي، څکه موسکا د پېښو پرواندي ډاډ در کوي، مبارزې ته مو تیاروي او ددې ځواک در بني، چې در پېښه ستونزه په خورا لبوخت کې حل کړئ، نو څومره ژر چې کېږي، ځانونه له موسکا سره عادت کړئ او په یو حالت کې هم موسکا مه هېروئ.

www.melitahrik.com
0777 400 116



خوبن خیالات

هغه شخص چې خپه خیالات لري، ذاتي سحر نه لري او نه ترې خوک اغېزمنېږي.

خپه خیالات او د انسان ذاتي سحر دوه بېلې او متضادي ئانګړنې دي، چې هيڅکله په خپلو کې یوځایوالي نه شي کولی. د خیالاتو خوبن سانته کوم ستونزمن کارنه دي، تاسو کولی شئ، په خپل ذهن کې همېشه مثبت او خوبن خیالات وساتئ، خو لې خه تمرین ته موارتیا ده.

هڅه وکړئ، چې هيڅ په خپل ذهن کې ناوره او بدرنګو خیالاتو ته ئای ورنه کړئ، که تاسو په ژور ډول فکر وکړ، نو درته مالومه به شي، چې هر شي دوه مخونه لري، یو روپ مخ او بل یې بنایي تیاره وي.

مورډ باید همېشه د کایناتو ننداره وکړو، خوبنې په کې ولیوو، خوبنې ترې ترلاسه کړو، طبیعې بنسکلا درک کړو او نړۍ، ته همېشه په بنسکلې نظر وګورو، چې په دې سره به ډېر ژرد شیانو د تیاره مخونو له اغېزو وړغورل شو، ددې لپاره اړینه ده، چې مورډ همېشه لپاره په خپلو ذهنوںو کې رانه او بنسکلې خیالات وساتو، روښانه مخونه وګورو



جاذب او اغپمن شخصیت

۱۹

او له تیارو مخونو نظر چپ کرو.
 له ژوند خخه د خوند اخیستلو او له بېخایه اندېښنو خخه د
 خلاصون لپاره تر تولو غوره لاره چار دا ده، چې موبایل د هرې
 معاملې او چارې لپاره د روښانه مخونو د لټون هڅه وکړو.
 په ناخونبه (نا مساعدو) حالاتو کې په کور د کېناستلو، نهیلیو او
 یا د ژوند له ورځنیو چارو خخه د لاس پر سر کېدو لپاره کومه اړتیا نه
 شته، په داسې حالاتو کې بايد موب همپشه د ژوند په روښانه اړخونو
 (مخونو) فکر وکړو او رایاد یې کړو.
 که تاسو دا تمرین ترسره کړ او بیا بیا مو تکرار کړ، نو و به ګورئ،
 چې په دې سره ستاسو حوصله، هوډ او جذباتو کې خومره توان پیدا
 کېږي او تاسو ته به ددې څواک درکړي، چې د مايوسی یا نهیلی
 پرځای مخکې - مخکې قدمونه واخلى او خپل ذاتي جد و جهد ته
 دوام ورکړئ.
 انسان د فطرت یو عجیبه مخلوق دی، ئکه ډېر ژرنعمتونه
 هېړوي، خو مصیبتونه یې بیا د ژوند ترپایه په یاد وي، بنایی همدا
 لامل وي، چې انسانان د خپل ژوند ډېره برخه په اندېښنو او خپگانونو
 کې تېروي.
 که تاسو دا خوی لري، ژر تر ژره یې پرې بدئ او له ئان سره ګلکه
 وعده وکړئ، چې په راتلونکې کې به د خپلو نعمتونو او نېکمرغیو
 شمېر کوئ، په دې سره ستاسو په ذهن کې خوبن خیالات روزل کېږي،
 وده کوي او ستاسو په ذاتي سحر (اغښز) کې بې کچې ډېر والی راولي.



د نورو هم خیال وساتئ

تاسو به په خپل ورخني ژوند کې خو- خو ځلې تجربه کړي وي، چې کوم خلک پروا نه ساتي، خومره تري خپه کېږي او خومره ګيلې مو تري کېږي، نو پر همدي اساس که تاسو غواړئ، په ئان کې يو کشش او جاذبه رامينځته کړئ او د نورو د خوبنې وړو ګرځئ، نو د نورو خیال وساتئ.

تاسو د یوې شېبې لپاره په خپل زړه لاس کېږدئ او فکروکړئ، چې کله مو هم د نورو د احساساتو، جذبو، ارامتیا، سوکالي او خوشحالۍ خیال ساتلى دي؟! که تاسو د نورو احساسات وستايل، هغوي به ستاسو احساسات وستايي او ډېرژر به یې په زړونو کې ځای پیدا کړئ.

په ټولیز ډول د پخوانيو خویونو پرېښو دل او د نو خویونو خپلول یو ستونزمن کار دی، بنایي چې دا کار په لوړیو کې ستاسو لپاره ډېر ستونزمن ولیدای شي، خو تاسو تري مه وېړې او مه تري په شا کېږي، سر له ننه له خپل زړه سره کلکه وعده وکړئ، چې نور به هره نوې ورڅي دا سې کار ترسره کوي، چې هغه به د ئان بسودني او



جاذب او اغپزمن شخصیت

۲۱

ریاکاری نه پاک وي، که تاسو همدي عمل ته دوام ورکر، نو بالاخره به مو د بنو کارونو ترسره کول خوي و گرئي او ډېر خلکو ته به په خير تمام شئ.

په دي عمل سره ستاسو د ذات درنښت هم ډېرېږي او په خلکو کې به ورڅ تر بلې په مثبت ډول اغپز تیتؤئ، بانې په ډېر لې وخت کې به د ډېر خلکو په زړونو کې ځای ونیسی.

تاسو باید همپشه د خپلو ګاونهيانو، خپلوانو، ملګرو او همزولو سره د خير په کارونو کې مرسته وکړئ، خومره چې تاسو د نورو لاسنيوی کوئ، همدومره به ستاسو ذات د نورو لپاره اغپزمن شي.

څه ډول چې تاسو حساس ياستئ، همداسي نور هم دي، څه ډول چې د خان په اړه بنه نظر لرئ، همداسي يې نورو ته هم لرئ، څه ډول چې ځان ته بنه ورڅ غواړئ، همداسي يې نورو ته هم وغواړئ.

د نورو له سپکاوي ڏډه وکړئ او هيچا ته په سپک او تېت نظر مه ګورئ، د بحث او مباحثې پرمھال یوازې پر دي تینګارمه کوئ، چې فتحه به همپشه ستاسو وي، د نظرونو د اختلاف په صورت کې هیچاته سپک او تريخ څواب مه ورکوئ.

په ياد ولرئ، چې اخلاص، مينه، بې غرضي، صله رحمي او مېرانه د انسان په ذات کې یوه نړۍ مثبت اغپز راولی او په انسان کې دا ټولې غوره ځانګړې هغه مهال رامینځته کېږي، چې کله يې انسان ځانګړۍ پام وساتي.



تحریف او ستاینه

ایا تاسو د نورو خلکو غوره او مثبتی ئانگرپنی یا مثبتی کارنامې ستایلی دی؟ ڈاډ مو ورکړی دی، یا ستاسو په ذات کې دا مېړنۍ خوی شته؟

د یو پراخه زړه لرونکي شخض په توګه د نورو له ستاینه او تشویش سره ځانونه بلد کړئ، که په تاسو کې د نورو د تشویق او سالم ڈاډ خوی وي، یا نورد هغوي د بنو او غوره کارونو په ترسره کېدو سره ستایه، نو بیا په ربنتیا سره د یو جادویي اغېز لرونکي شخصیت درلودونکي یاستئ او په هر چا ګران یاستئ په نړۍ کې خلک دي اصل ته ډېر اهمیت ورکوي، چې نور یې د غوره کړنو ستاینه وکړي، ڈاډ ورکړئ او په دې برخه کې ورسره مرسته وکړئ.

تاسو باید ځان ته هغه موقع رایا دې کړئ، چې کله نورو خلکو ستاسو کړه وړه، کارنامې او هڅي ستایلې، تاسو ربنتیا ووايې، چې هغه مهال مو خومره د ڈاډ، پرځان باوري او خوبنۍ احساس کاوه او خومره به خپل ژوند، بريا او پرمختګ ته ژمن شوي یاستئ، نو له دې



جاذب او اغېزمن شخصیت

۲۳

مالومولی شو، چې زموږ چیلوان، د کورنۍ غړي، ملګري او د ټولنې د هرې طبقې افراد زموږ تشویق، ستایینې او مینې ته لپواله او منظر دی، موږ باید په هر حالت کې د نورو مشتبې کرنې، بنکلې کارنامې او نوبنتګر اعمال وستایو، چې په همدي سره زموږ شخصیت د نورو په نظر کې دروند او اغېزمن کېږي.

www.melitahrik.com
0777 400 116



زړه رابنکونکي خبرې اترې

یوه بنځه که هرڅو مره نسلکلی قد و قامت، بنايسته سترګي، دنګه غاره، د زرکو قدمونه او په اصطلاح سمه د چین بناپېرى وي، خو چې هغه بېخې خاموشه او چوب چاپ ناسته وي، نو بنايي خپل مېړه ورسره ډېر ژر په جنجاله واورې او په زړه کې يې ورسره د مينې کچه رالو پېږي.

همدا مثال د نورو خلکو لپاره هم صدق کوي، يانې که خوک هرڅو مره غوره والی ولري، خو چې په هر خای او هر محفل کې ګمُ سُم ناست وي، ډېر ژر به د ملګرو د کمنبت احساس وکړي، ځکه دا ډول ځانګړنه د جاذبيت، کشش او زړه رابنکون له پلوه ډېړه کمزوري بشودل شوې ده، چې دا ډول کسان له ذاتي اغېز ځنې بېخې محروم بشودل شوې دي.

په هر ئاي او هر چېرته چې نور خلک خبرې کوي، په خبرو کې ورسره شريک شئ، که تاسو ته په کې د خبرو اړتیا نه وه، بیا د هغوی خبرې بنې په مينه او لپوالتیا سره واورئ.

تل هڅه وکړئ، چې کله خوک په یوه موضوع بحث کوي، نو تاسو



جاذب او اغېزمن شخصیت

۲۵

يې خبرې په ډېرہ مینه او لېوالтиيا سره اورئ، کله کله ترې مناسبي او اړوندې پونښنې هم کوي، چې دا پونښنې مو له یوې خوا د هغو له خوا په سم ډول څوابېدلې شي او له بلې خوا ستاسو په مالوماتو کې ډېرالۍ راولي.

د پونښنو ترڅنګ د هغوی خبرې او بحث هم ستایئ او ورسره بدړګه کوي يې.



د کمتری احساس

د کمتری (د ئان تیت گنلو) احساس د انسان په ژوند ژور او منفيي اغېز غورخوي او د ژوند له خوند يې په بشپړ ډول محروموي.

د کمتری نکته په هر چاکې له ورایه بنکاري، که موبد خپل شاو خوا خلکو ته په ئییر سره پام و کړو، نو په روبنانه ډول به د هغوي له خبرو اترو، حرکتونو، کړو ورو او نورو... کې د کمزوري، (ئان تیت گنلو) نکته پیدا کړو.

په ډېر تکلیف سره غږبدل، په ډېر لور او از غږبدل، د درس په دوران کې چیغې او بېخایه غوشه، په مخاطب شخص د خپل علمیت د رعب د غورخولو هڅه او د اسې نور حرکتونه ټول د کمتری د احساس بېلا بېل شکلونه دي.

د اړتیا ډېره عاجزي او یوازېتوب هم ددې سلسلې یوه کړي، ده، په دې حرکتونو کې انسان په ذهنی او شعوري ډول واک نه لري؛ بلکې دا ټول په لا شعوري ډور ترسره کوي او یوازینې موخه يې دا وي، چې د خپل شاو خوا خلکو خڅه خپلې ذاتي نیمګړ تیاوې پتې کړي.

د کمتری، احساس په اصل کې د ناسم (منفيي) فکر پایله ده، ددې



احساس بنستی له کو چنیوالی اینسودل کېږي، که موږ ماشومان د ماشومتوب پر مهال ڈېر حقیر وو، بېخایه غوسې پرې کوو او په ورو ورو نیمگړ تیاوو یې له حده ڈېر رتتو، نو بالاخره په کې د نهیلی او کمتری احساس پیدا کېږي، چې همدا احساس به ورسه د ژوند تر پایه ملګری وي.

داسې کسان په خپل ځان باور نه لري، لویو لویو کارونو ته یې زړه نه کېږي او نه یې لاس ورځي، تل په وپره کې وي او په خپل ژوند کې یوازې له دوو شیانو سره بلدتیا لري، چې هغه وپره او ماتې ۵۵ د کمتری د احساس د له مینځه وړلو لپاره باید هر انسان په پوره ډاډ او باور سره د ژوند مبارزې ته ورو دانګي، سختیو، ستونزو او کړاونو ته غېړه ورکړي او د مانو (شکستونو) سره سره باید خپل جد و جهد او مبارزه ژوندي وساتي، چې بالاخره یې دا ناوره احساس له مینځه حې او بریاليتوب ته به رسېږي.

موږ باید په عارضي شکست سره له خپلې مبارزې لاس وانه خلو، ئکه همدا عارضي شکست بیا زموږ د پرمختګ او بریا په لاره کې خید کېږي او ژوند مو له لویې ماتې سره منځ کوي.

موږ باید د ژوند په هر ډګر کې د یو فعال لوغارۍ په خبر ولوبېړو، عارضي ماتې ومنو، خو وپره ترې ونه کړو، تل باید په خپل ذهن مشبت او خوبن خیالات وساتو، په خپل ذات باور وکړو، د بریا او پرمختګ په اړه فکر وکړو، ئکه همدا فکر مو د بریاليتوب سبب ګرئي.

که تاسو په خپل دنه کې د کمتری احساس له مینځه یوور، نو په دې سره به ستاسو په شخصیت کې یو بېل غوره والی او کشش



رامینخته شی.

www.melitahrik.com
0777 400 116



د انسانی فطرت ادراف

همدردي او مفاهمت د انسان په ذاتي سحر (اغېز) کې دوه اړين عناصر دي، که تاسو په ژوره توګه اروا پوهنه ولوسته، نو هله به ددي دوه تکو په اهمیت او ارزښت پوي شئ.

داروا پوهني له مطالعې ھنې موخه دا ده، چې تاسو لومړۍ په کې د ھان روحيات پېژنۍ او بیا د نورو ارو او پېړئ، په دې سره د خلکو بپلا بېلوا حرکتونه، کړو وړه او خویونه مالومولی شئ او مرسته ورسره کولی شئ.

که تاسو په رښتیا سره د انسان فطرت درک کړ، نو بیا زه په ډاډ سره ويلی شم، چې بیا به هیڅ د نورو په ناواړه حرکتونو یا کړو وړو څې نه شئ او پر هغوي به د نیوکو پرخای دا بنه وګنئ، چې مرسته ورسره وکړئ او ارو او پېږډی ورسمي کړئ.



نورو ته ډاډ ورکول

په نړۍ کې هر کس دا غواړي، چې نور یې په نسه نوم یاد کړي، یا یې په اړه بنسکلې خیالات ولري، که تاسو ددې تمه یا غښتنه لرئ، نو لوړۍ بیا داسې وکړئ، چې د خپل وس مطابق له نورو سره مینه، خوبنې او زړه راښکون شريک کړئ، هغو ته ډاډ ورکړئ، ويې ستایئ، که دا مو وکړل، نو هغوي هم ستاسو خواته میلان پیدا کوي او ستاسو په اړه به مثبت فکر لري.

ستاسو د سالم ډاډ نورو په اړواوو او استقلال کې پیاوړتیا رائخي او خپلو موخو ته په اسانۍ سره رسپدلى شي. موږ باید په دې کلک باور ولرو، چې زموږ هڅې او کوښښونه هیڅکله بېځایه نه ئې، خود هڅو د پیاوړتیا او تحرک لپاره د نورو سالم ډاډ او ستایني ته هم له حدده ډېره اړتیا لرو.

سالم ډاډ د ټولو بریاوو مورده او ټول پرمختګونه د سالم ډاډ په پایله کې رامینځته شوی دي، سالم ډاډ دي، چې د سرک پر سر اخبار پلورونکي هلك نه یې یو لوی شتمن جوړ کړي او له کمزورو او سپکو خلکو خڅه یې درانده او پهلوانان جوړ کړي دي.



جاذب او اغپزمن شخصیت

۳۱

سالم ڈاډ لکونو انسانانو په ژوند کې انقلاب راوستى، په تېي زرونو يې پتى لگولې او ميليونونه انسانان يې لە برباديو، تباھيو او ئانورۇنۇ ئىنى ژغورلىي دى.

چاتە پە سالم ڈاډ ورکولو سره ستاسو كوم لگېنىت نە رائىي، يوازى لې وخت درخخە نىسىي او لې پام درخنى غوارپى، خۇ بىسايى پە دې لې وخت او لې پام سره د يو چا پە ژوند کې پە مثبت او ژور ڈول سره بدلۇن راولى.

ماشومان او نوي (تنكىي) ئوانان ڈېر ژر خپل همت بايلىي، نو ئىكە موبى تە پە كاردىي، چې ھفوئى تە پە بېلا بېلو لارو چارو سره ڈاډ ورکپۇ، مرسىتە ورسە وكرپۇ، خۇ ھفوئى پە خپل ذات باوري شي او مخكىي لارپاشى.

كە تاسو د دفتر مسؤول يا مشرىياستى، نو ھىخە وكرپئ، چې خپلۇ مزدورانو او كاركۈونكۈ تە د ھفوئى پە چارو كې ڈاډ ورکپئ، ويې ستايىئ، چې پە دې سره ھفوئى خپلىي ورسىپارل شوپى چارپى پە خلاص زېھ او تۈل پام سره سرتە رسوي.

كە تاسو پۈچىي افسرياستى، نو خپل عسکر وستايى، ڈاډ ورکپئ، چې پە دې سره ھفوئى د دېمىن پر وپاندى زىرور كېرىي او بل ستاسولە ذات ئىنى پە مثبت ڈول اغپزمنپېرى.

كە ستاسو پە ذات كې كىشىش لرونكى خىنگوكالى او جاذبىيت وي، نو پە هر ئاي او هر مەھفل كې بە ستايىل كېرىي او هر خۇك بە مو زىرە لە كومىي احترام ساتى.



سملاسی غوسمه

په وړو وړو خبرو غوسمه کول د یوې وپروونکې ناروغۍ مثال لري، په دې ناوره خوي سره ستاسو ذاتي سحر (اغېن له مینځه ئېي، شخصیت مو ورسره سپکېږي، په اروايي او بدني لحاظ درته ډېر زیان اړوي او له نورو سره مو په دوستانه اړیکو او صمیمیت کې لړوالي راولي.

په سملاسی غوسمه کېدو خه ډول واکمنېدلی شو؟ د بېلګې په توګه تاسو له خپلو خلورو ملګرو سره یوځای له بنارنه د خپل کور پر لور روان یاستئ، خو له رسپدو وړاندې خپل کوچني ورور ته زنگ وهئ، چې مېلمانه راسره دي، حجره سمه کړه، له چایو ورته ووايده او نور. خو کله چې له خپلو ملګرو سره یوځای کور ته رسپږئ، نو کوچني ورور مو حجره نه وي سمه کړې، یانې کتونه او مېزونه په کې اخوا دېخوا پراته وي، بالښتونه او توشكې هم په خپل خای نه وي اینسودل شوي، پرمېزونو ګردونه پراته وي، نو په دې حالت کې تاسو خه کوئ؟! که تاسو سمدلاسه کور ته ننټوچئ او په خپل ورور راباندې کوئ، نو بنایي چې چیغې او سورې مو تر مېلمنو راوسپېږي، چې دا



جاذب او اغپزمن شخصیت

۳۳

هېر نامناسب کار دی او باید هیڅکله د مېلمنو پر وړاندې داسې ناوره حرکتونه ترسره نه شي، بنې به دا وي، چې تاسود سملاسي غوسې پرخای دا فکر وکړئ، چې آخر ولې داسې وشول؟ بنایي ستاسو ورور به بل کوم اړین کار پسې وتنې وي، بنایي ستاسو زنګ يې له یاده وتنې وي، ځکه له تاسو هم ډېر شیان له یاده وحی، ګنې فکر وکړئ، چې کله مابنام مهال کورته رائی، نو خومره شیان درخینې له یاده وتنې وي؟ نو په دې حالت کې له مثبت فکر خخه کار واخلي، مېلمنو ته په مينه مخ ورواروئ، وځاندئ او په ډېره صمیمانه لهجه ورته ووايئ، چې بنایي زما له کوچني ورور ځنې د حجري صفايي هېرې شوې وي او... په دې کار سره مو نه مېلمانه خپه کېږي، نه ورته ستاسو غرور ماتېږي او هم به له بېخایه غوسې او ناوره حرکتونو ځنې ژغورل شوي وي، خو که ستاسو سملاسي غوسه شوئ، کنڅل او بد رد مو پیل کړ، هم به مو مېلمانه خپه وي، هم به مو شخصیت بدرنګ شي او هم به... زیار و باسې، چې پورتنۍ بېلکه د ژوند په تولو چارو کې عملی کړئ، همدا لاره چاره یا اصل مود بېخایه غوسې مخه نیسي او دروندوالي درښې.

خینې کسان ډېر ارام او یخ مزاج لري، خو که بیا هم د اخبار لوستلو، ډوډی خورلو یا بل کار پرمهال ورته زنګ راشي، نو ډېر غوسه کېږي، که په دې وخت کې يې زنګ او چت کړ، نو په خبرو کې يې هم د غوسې او کرکې نښې ليدل کېږي، که فکر وکړو، نو موره تولو ته د شپې د خوب پرمهال، د ګسل پرمهال یا د یوه په زړه پوري فلم، ناول یا نورو پرمهال راته د تیلیفون زنګ رائی، موره باید د زنګ د



جادب او اغېزمن شخصیت

۳۴

اور بدلو پر مهال يوازې يوه شبې دا فکر وکرو، چې آخر چا به په دې
وخت کې راته زنگ وهلى وي؟ د کومې اړتیا له مخې به يې راته زنگ
وهلى وي، زما په فکر پلاني صېب به وي او د پلاني کار په اړه به يې
راته زنگ وهلى وي او زه باید خامخا په پوره مینه او حوصلې سره
څواب ورکرم

په دې کار سره ستاسو په خبرو کې پوره خوبو والي او جاذبيت
رامينځته کېږي او تاسو ته يې هم ګتيه رسېږي، په همدي ډول تاسو د
هر کار لپاره همداسي تګلاره غوره کړئ، خو خو څلې يې تمرین کړئ
او له نورو سره يې په خپل ورځني ژوند کې تکرار کړئ، چې په دې
سره به ستاسو په مزاج کې ډېر غوره والي رامينځته شي او د نورو په
زړونو کې به ډېر ئهای ونیسی.



د هر چا نوم زده کړئ

هر انسان په نړۍ کې د نورو انسانانو په پرتله د خپل نوم سره ډېره مینه لري.

د هر چا نوم يادوئ او په احترام سره يې ورته اخلي، که تاسي د چا نوم هېروئ، ناسم يې ليکي، يا يې ورته په ناسم ډول اخلي، نو دا به ستاسو تر ټولو ستر زيان وي.

د نړۍ ستر شتمن ريوکارينګي دا پاليسې لرله، چې هغه به د خپلو شخصي او سوداګرو ملګرو نومونه په بنه شان سره یادول او په ډېر احترام سره به يې پري رابلل، هغه به ويبل، چې زما د پرمختګ او پر نورو د اغپز لامل مې همدا د نومونو یادول او په بنه شان سره د دوي رابلل دي، هغه د خورا ډپرو کسانو نومونه په ياد و او په دي به يې وياري کاوه او دليل به يې دا و، چې تراوسه مې په کارخانو او شرکتونو کې کار کونکو په لاريونونو لاس نه دې پوري کړي.

خلک له خپلو نومونو سره مینه لري او هڅه کوي، چې په ډېر قيمت سره خپل نومونه تر ډېره ژوندي وساتي، له نن نه سل کاله وړاندې به د امريكا او اروپا شتمنو او معتبرو خلکو هغو ليکوالو ته



جادب او اغېزمن شخصیت

٣٦

د بره شتمني وربىنله، چې په خپلو کتابونو او ليکنو به يې د دوى نومونه راوستل.

د خلکو د خوبسى او د هفوی د زړونو د لاسته راولو تر تولو ګټوره او اغېزمنه لاره چار د هفوی د نومونو د یادولو صلاحیت دی، خو په افسوس سره، چې په موږ تاسو کې ھېشمېر خلک له دې ارزښتن اصل خخه بې خبره دي.

که له موږ سره یو نابلده شخص خبرې اترې پیل کړي، ئان راوپېژني، خو له رخصتېدو وروسته يې بیا زموږ له ذهن نه د هغه نوم وټی وي.

د نوم یادول په سیاسي، دنده ییزو او تولنیزو اړیکو کې ھېر مهم رول لري او د دې کار لپاره زموږ قرباني ته اړتیا ده، ځکه ايمرسن وايي، چې نېکۍ له قربانيو پیدا کېږي.

نو که غواړئ، چې شخصیت مو دروند او د نورو د خوبسې وړ وګرخي او د خلکو د زړونو په ژورو کې خای ونیسي، نو د خلکو نومونه یاد کړئ او پوره احترام ورته ولرئ، ځکه هر چاته تر تولو خوب او azi د هغه د نوم اخيستل دي.



د خپل ذات اهمیت

په انسانی اړیکو کې یو ډېر مهم او پیاوړی قانون شته، که موبې په رښتیا سره دا قانون ومانه او عمل مو پرې وکړ، نو هیڅکله به د نهیلیو، خپگانونو او نا ډاډ منتیا وو بنکار نه شو.
دا قانون زموږ په اغېز او درښت کې ډېروالی راولي او تولني ته مو د یو بنایسته او باوري شخص په توګه ورپېژنی.

تر ټولو غوره خو یې داده، چې ددې قانون منل زموږ د ملګرو په ډېرښه او د خونبویو په لاسته راولو کې غوره رول لوبوی، په دې سره زموږ شخصیت په مثبت ډول اغېزمنېږي، خو که خوک ددې قانون پر خلاف عمل ترسره کوي، په پرله پسې ډول به په مصیبتوونو او کراونو اخته کېږي.

دا قانون دا دی، چې خپل ذات ته هر وخت اهمیت ورکوئ او په درنه ستړګه ورته ګورئ.

نامتو اروا پوه پروفیسر جان ډیوس وايی، دا د انساني فطرت تر ټولو ستړه او بنسټیزه غونښتنه ده او هر خوک باید خپل ذات ته پوره پوره اهمیت ورکړي.



خپل ذات ته اهمیت ورکول د انسانی فطرت تر ټولو ژور اصل دی او په دې اصل کې تر ټولو ډېرہ اړتیا تعريف او ستاینې ته ده، دا اصل د انسان فطري غوبنتنه ده، همدي غوبنتني مور له ځناورو ځنې غوره او اشرف ګرځولي یو او همدا غوبنتنه د تهذیب او تمدن د پرمختګ لامل ده.

فلسفيانو له زرگونو کلونو راهیسې د انسانی اړیکو اړوند قیاسونه وړاندې کړي دي او دا ټول قیاسونه له یوې نظریې سرچینه اخلي، دا نظریه، چې خومره نوي ده، هغومره پخوانۍ هم ده، له نن نه درې زره کاله مخکې (زرتشت) دا اصول د ایران اتش پرستو ته ورزده کړي و، سلګونه کاله وړاندې کنفيوشس په چین کې دا اصول وړاندې کړي و، خو دا ټول مبلغین یوازې دا درس ورکوي، چې:

(خپل ذات ته اهمیت ورکړئ، له نورو سره داسي کړه وړه ترسره کړئ، خه ډول یې چې تاسود ځان لپاره له نورو تمه لرئ.)

مور باید له نورو خلکو سره خوبنې شريکه کرو، مینه ورسره شريکه کرو، مور باید د خپل ځان په غوره والي اعتراف وکړو او دا احساس کړو، چې مور په دې واړه دنیا کې غوره شخصیت لرو.

په دې سره تاسو خپل ځان ته دوکه نه ورکوي، خو تاسي د تشويق او ستاینې غوبنتنه لرئ او له خپلو ملګرو هم دا تمه لرئ، چې هغوي مو غوره کارنامې د زړه له کومې وستايي، خو ددې لپاره مور باید په دې اصولو هم عمل وکړو، چې نورو ته هم هغه خه ورکړو، چې د خه چې مورې ترې تمه لرو.



د نورو د غوبنتنو احترام وساتئ

په نړۍ کې هرڅوک دا غواړي، چې ورځنې کارونه دده په خوبنه ترسره شي، په مشورو او پربکرو یې عمل وشي، غوبنتنې یې پوره یا ومنل شي، خو که تاسو په زوره پر نورو خلکو خپل نامشروع نظریات منئ، نو په دې سره مو ذاتي اغېز برباد پېږي او د شخصیت اغېز مو هم لېږوي.

هیڅوک د هیچا امرانه او رېدل نه خوبنوي او موبټول هغه خه خوبنوي، چې زموږ د خوبنې وړوي او په خپل اختيار یې ترسره کوو. موبټول د خپلو نظریاتو منونکي یو او وغواړو، چې نور خلک هم له موبڅخه زموږ د غوبنتنو، هيلو او خیالاتو په اړه و پوبنتني. له نن نه سلګونه کاله وړاندې یوه چینایي فيلسوف (لازوی) خه بنه ويلى و، چې بحر يا سمندر ئکه د ډېرو سيندونو او لویو ويالو خخه خپل باج اخلي، چې هغه له هغو خخه په نښتنې سطحه کې بهېږي او د خپلې عاجزی له مخې په ټولو سيندونو حکومت کوي.

همدا شان هغه خلک هم چې متوضع او عاجزانه مزاجونه لري، د نورو خلکو په پرتله ډېر منلي او جاذب شخصیتونه لري، ئکه دوى له



جادب او اغېزمن شخصیت

٤٠

نورو خلکو خخه شاته درومي او هیچ په خپلو زړونو کې د لوبي او تکبر احساس نه لري.

داسي خلک هيڅکله نورو ته زيان نه اړوي، همدا لامل دي، چې هیڅوک ورسه په زړونو کې کينه او حسد نه ګرځوي او ټول ورسه مینه لري.

که تاسو غواړئ، چې خلک د حسد پرځای مینه درسره وکړي، نو له نورو خلکو مشوري وغواړئ، د هغوي د نظرونو احترام وساتئ، چې په دې سره به هغوي ټول ستاسو تر شا روان وي او درنښت به مو کوي.



نورو ته سردردي مه جوروئ

هخه وکړئ، چې په هرڅه؛ بلکې په هر کار کې نورو ته د سردردي لامل جوړ نه شي، نورو ته سردردي جوړول يا مزاحمت کول د انسان ذاتي اغېز په بشپړ ډول معیوبوي او شخص په خپل شاو خوا (ټولنه) کې ډېريتنيو.

له مزاحمت کونکي شخص ځنې هرڅوک کرکه لري، منډې ترپې وهی او ټولو خلکو ته کم عقله او سپک ليدائ شي. تاسو باید نورو ته د مزاحمت پرڅای دا بنه وګنئ، چې مينه روسره شريکه کړئ، په ساره سینه هر کار ته ورمځکې شي او په ځان کې د بنه سریتوب ټولې لوړې ځانګړنې پیدا کړئ.



د نیوکې اغېزمنه لار

دا ډېره غوره ده، چې پر نورو هیڅ نیوکه ونه کړئ، ټکه په دې سره ستاسو شخصیت ته ډېره صدمه رسپری او په منفي ډول یې اغېزمنوی.

دا فطري خبره ده، چې هيڅوک هم پرخان د نورو خلکو نیوکې نه خونبوی، خو که تاسو په نورو نیوکه کول غواړئ، بنه به دا وي چې په خپله نیوکه (تنقید) کې لېڅه خواړه ورګله کړئ، چې په دې سره له یوې خوا ستاسو شخصیت ساتل کېږي او له بلې خوا په دویم شخص دومره بدنه لګکېږي او په آسانې سره اصلاح کېږي.

د امریکا مشهور صنعت کار چارلس شواب یوه غرمه خپلې د فولاد جوړونې کارخانې ته لار، گوري چې خو تنه کار کوونکي (نوکران) بې سگریت خکوی، حال دا چې دوى ته پر مخامنځ دبوال یو ستر بینر هم راځپېدلې و، چې پري ليکل شوي و: د کارخانې په داخل کې سگرېښت مه خکوئ.

چارلس شواب ددي پرخای چې کار کوونکو ته بد رد ووایي، ويې رتېي، یا ورته ووایي، چې تاسو ته په مخامنځ دبوال د سگریت د



جاذب او اغېزمن شخصیت

٤٣

مانعنت بىنر راھپىدى، خەراندە ياستئ، چې بىا ھم د کارخانى پە داھل كې سگرىت خىوئ؟ پە ھېرداھ د هغۇي خواتە ورغى او ھر كار كۈونكى تە يې لە خىپل جېب خەنە يو يو سگرىت ورکر او پە ھېرە خورە لەھجە يې ورتە وویل، چې تاسو ورتە بېرون ووھى او ھلتە يې پە خوند خوند و خىكى.

كار كۈونكى پە دې پوهېدل، چې پە کارخانە كې سگرىت کارول د کارخانى د اصولو خلاف عمل دى، خۇ چارلس شواب ددى پرئاي چې هغۇي ورتى، لا يې د دوى درىنىت وساتە، لە هغى ورخى وروستە بىا هيچ كار كۈونكى دا جىئەت ونە كەر، چې پە کارخانە كې دننە سگرىت و خىكى او د چارلس شواب لە شخصىت ئۇنى ھم پە بشېرە دول اغېزمن شول.

تاسو ھم كە پەر چا نىو كە كول غوارى، لومپى يې بىپكىنى ورتە بىيان كېئ، خەنە هغۇي د خىپلۇ بىپكىنو لە اورپە و وروستە ناخوبى خېرى ھم پە ھېرە مىنە اوري او د ئەنان د اصلاح خواتە بە پام كوي.



بد مزاجي

خپل دشاوخوا خکو ته پام و کرئ، تاسو به د ژوند په هره برخه کې
 بې شمېره بد مزاجه او ناخوبنې خلک ووینئ، چې وجودونه (شتون) به
 بې خپلو او پرديو ته د يو لوی مصیبت په خبر وي.
 دا ھېرە پرخای وينا ده، چې د بد مزاجي له كبله د وربىسمو په خېر
 نوم زړونه هم کلکېري، يو بد مزاجه او بد اخلاقه انسان، که هرڅومره
 بنایسته قد و قامت ولري، خو مثال به يې د هغه ماني په خبر وي، چې
 له پېرون به ڈېرە بنایسته او رنګينه جوړه شوې وي، خو په داخل (دتنه)
 کې به يې ڈېرانونه پراته وي.
 دا ھېرە پرخای حقیقت دی، چې بد مزاجه او بد اخلاقه کسان خپل
 هم پردي کوي، خو ددې په خلاف نېک اخلاقه کسان پردي هم خپلوي
 او هر خوک ورسره مينه ساتي.

بد اخلاقې د يوې وېروونکې او ساري ناروغۍ مثال لري، چې
 سمدلاسه له يوه خخه و بل ته لېږدېږي، که غوارۍ، چې پر نورو مو
 اغبزه پرشي او د هر چا د خوبنې وړو ګرځئ، نوله هیچا سره ناوره
 اخلاق مه کوي، ناورو خويونو ته په خپل دتنه کې ئاي مه ورکوئ او



که خدای مه کپه داسې خویونه لرئ، چې هغه په تولنه کې درد وړوی
نو د سالم او پرله پسې تمرين په وسیله یې له خانه لري کړئ، ځکه چې
ه پر خویونه موږ د تمرين په سیله خپلولی او لري کولی شو.
ناوره خویونه زموږ شخصیت بربادوی او ذاتي اغېزمو په بشپړ
ډول سره له مینځه وړي.

www.melitahrik.com
0777 400 116



د خپلې موخي پېژندل

په ژوند کې د موخي پېژندل او د هغې د لاسته راونې لپاره هڅه کول ستاسو په بریالیتوب او هم د شخصیت په جورونه، جاذیت او اغېزمنتوب کې مهم رول لري.

که تاسو موخه و پېژندله، نو له تاسو به یو نوی انسان جوړ شي، ستاسو کړه وړه آن ټولې ورځنۍ لاري چاري به بدلون و کړي او د خلکو په زړونو کې به ستاسو اغېز او اهمیت دوه برابره دېږ شي، ځکه د موخي پېژندلو په حالت کې بیا تاسو د تېر په خېر خپل وخت بېځایه نه مصروفئ او اوس یې په ارزښت پوه شوي یاستئ.

کوم شخص چې په خپلو کارونو کې بوخت وي او هم د خپلو کارونو په اړه سنجیده وي، نو هرڅوک به یې عزت او درناوی کوي، چې په دې سره یې په خپله شخصیت په مثبت ډول اغېزمنېږي.

ډېر وخت مورډ ته دا پته نه وي، چې مورډ خه کوو، یا د خه شي په اړه فکر کوو او تر ټولو مهمه خو یې لا دا ده، چې مورډ فکر کوو، چې ګندي مورډ خپلو ارادو ځنې خبر یاستو، خو مورډ ته دا نه وي مالومه، چې خپلو دې ارادو ته عملی جامه ورواغوندو.



کله چې زه له چا سره د هغه د موخي په اړه بحث کوم، نو زه په دې شک کې لوېرم، چې بنايی کومه تېروتنه ترسره کوم، خکه چې ډبر خلک د خپل ژوند د موخو په اړه خبر نه دي او نه یې پېژني او آن ځینو خلکو ته خود خپل ژوند د تېرولو پوهه هم نه وي.

کله چې زه په دې اړه له یو چا سره غربېرم، نو یوې ایرانوونکې پایلې ته رسېرم، بنايی تاسو زما په دې خبره باور ونه کړئ، خودا یو حقیقت دی، چې ډبرو خلکو به تردې دمه د خپلو موخو په اړه هیڅ فکر هم نه وي کړي.

زه په دې عقیده یم، چې تاسو به هم زما په شان دا ډبر خلک پېژني، که تاسو په خپلو ملګرو کې له یوه وپونستئ، چې ستا په ژوند کې ترقولو ډېره غونښته د (کوم شي د لاسته راورنې) خه شي لرئ؟ نو و به ګورئ، چې هغه به ددې پونښتې د ټوابولو لپاره له ډبر خندې خخه کار واخلي.

له دې بحث خخه زما موخه دا ده، چې تاسو هڅه وکړئ، چې په خپل ژوند کې د ټان لپاره موخي وتاکئ، بیا یې د لاسته راورلولو لپاره په منظم او پرله پسې ډول کار وکړئ، موخي مود ټان لپاره په منظم شکل په یوه کاغذ ولیکئ او ترڅنګ یې دا هم ولیکئ، چې کله او خه ډول به یې ترلاسه کوي.



د خیالاتو اهمیت

خیالاتو په سمه دول د خپلو خیالاتو پر اهمیت نه پوهېږي او نه ورته د ارزښت په سترګه ګوري.

کله چې تاسو خیالاتو ته اهمیت ورکړ، له خپلو خیالاتو مو په مثبت ډول کار واخیست، یا تاسو په خپل ذهن کې د یوه شی انځور ويست، نو څینې خلک به فکر و کړي، چې تاسو ګنې په یو احمقانه عمل لګیا یاستئ، خودا خبره ناسمه او بې بنستیه ډه.

دا سمه خبره ډه، چې که تاسو د راتلونکي په اړه ناوړه فکر کوئ، بېخایه او منفي خیالات په خپل ذهن کې ځایوئ، خپگان کوئ، نو تاسو به خامخا په هضمی او د زړه پر ناروغیو اخته کېږي، ناوړه خیالات او ناوړه افکار د انسان اروا او بدن دواړه هلاکوي او مخکې له وخته یې زړوي او یا یې بې وخته مرینې ته سپاري، خو که تاسو رغونکي او مثبت خیالات لرئ، د سترو سترو برياوو په اړه فکر کوئ، لورو مو خو ته د رسیدو په اړه فکر کوئ، د غوره ناولونو، پېښو او کيسو په اړه فکر کوئ، نو ټول سم خیالات دي، چې دا ډول خیالات مو بیا اروا تازه کوي، سکون وربنۍ او په ذهنې او بدنهې



لهاز سره مو پیاوپی کوي.
له دې وراندې چې تاسو شعروليکئ، يو نېه تصویر ورته په خپل
ذهن کې جوروئ، د ناول لیکلو وراندې لومړۍ ورته د نې سوزې او
داستان په اړه فکر کوي، چې دا تول تصورات زموږ ژوند تشكيلوي
او موږ پر همدي تصوراتو ژوندي يو.

د انځینري په برخه کې تر تولو سترې کارنامې، نوي نوي
ایجادات، مالومات... تول لوړۍ زموږ په ذهن کې راغلي او موږ یې
په اړه فکر کړي.

په یاد ولرئ، چې خیالات يا زموږ ژوند جوروئي او يا یې بربادوي،
خو ددې دواړو پرپکره زموږ په لاسونو کې ده، یانې که زموږ خیالات
ثبت وي، نو ژوند به مو جوروئي او که خدائی مه کړه منفي خیالات
ولرو، نو ژوند به مو د بربادي، کندې ته تپله کوي.



بې زړه توب

بې زړه توب د ملګرتیا آن د ژوند په لاره کې تر تولو ستر دپوال دی، کوم خلک چې بې زړه دي، د نورو د خوبنې ورنه گرځي او نه يې په شخصیت کې اغېز او کشش پروت وي.

ډېر خلک د خپل بې زړه توب له امله د ورځني ژوند لاري چاري په سمه توګه نه شي سمبالولي، دوي همېشه کمزوري وي، ټکه چې تل په خپل دنه کې کمزوري او کمتری احساسوي، چې د همدې کمتری له امله به په تبول ژوند کې د بريا او پرمختګ مخونه ويني. که موږ له خپل دنه خڅه د بې زړه توب حس له مینځه یوور، نو په هماګه شبې به د اراموالی او ډاهمنتیا احساس وکرو او زموږ پرخان باور به ثابت او غښتلی پاتې شي.

که موږ په ډاډ او باور سره د ژوند په میدان کې قدم کېښود، نو په موږ کې به د ډېر سترو سترو کارونو د ترسره کولو توان پیدا شي، نور خلک به هم پر زموږ باور وکړي او موږ به د یو وړ کس په توګه په خپله ټولنه کې ژوند کولو ته ادامه ورکړای شو.



موږ په غوسه لاسبری کېدای شو؟

او به دا پونستنه خامخا پیدا کېږي، چې آيا موږ پر غوسه
واکمنېدلای شو، که نه؟

د نن سبا به پرمختللي دور کې د انسان پر اروايي ئانګړنو او
خويونو ډېري ازمونې او خېرنې ترسره شوي دي او مالومه شوي ده،
چې انسان په خپلو ډېرو اروايي خويونو واک پیدا کولی شي او له
ډېرو ناوره خويونو خخه پاک او خوب ژوند ته دوام ورکولی شي.
غوسه هم يو اروايي تشوش، اروايي اختلال يا اروايي خوي دي،
چې موږ کولای شو د تمریناتو له لاري پېړي واک پیدا کړو او د تل
لپاره یې له ئانه وشرو، خو بیا هم باید یاده کړو، چې دې ته زموږ د
کوبنښ او عملی اقداماتو ته اړتیا ده.

د غوسي د سپولولپاره یوه تربولو غوره او پرئای لاره چاره زموږ
زغم دي، هر چاته په کار ده، چې په خپل دننه کې د زغم څواک پیدا
کړي، په خپل دننه کې جذباتي موازنې وساتي
کوبنښ وکړئ، چې په هره خبره اور وانه خلیع، د هرې خبرې بنه او
بد اړخ په سه ډول سنجوئ او په نورمالو مغزو سره پې پرېکړه کوي.



جادب او اغبزمن شخصیت

۵۲

غوسه زموږ ارووا او بدن په ډېر ناوره ډول زیانمنوی، بېلا بېلو نارو غیو ته مو سپاري، زموږ په دننه کې انساني جوهر (مینه) له مینځه وړي او په ټولنیز ډول مو د یو کمزوري انسان په توګه پېژني.
د غوسې یو بل ستر زیان دا دی، چې زموږ د مثبت والي ماده کمزوري کوي او منفي ځانګړنو ته مو لپواله کوي او دې ته مو هڅوي، چې منفي کارونه ترسره کړو.

تاسو کولای شئ، په غوسه واک پیدا کړئ او لکه د مخه مو چې یاده کړه، تر تولو وړاندې په ځان کې د زغم حس وروزئ او بل هیڅکله د نورو په وړو وړو خبرو مه خپه کېږي، که تاسو وړي وړي خبرې ځان ته لوېې نه کړئ، نو وړو وړو به په تاسو کې یو توان پیدا کړي، تردې چې بیا به هیڅکله په یو خارجې تحریک سره نه عصباتي کېږي او په سره سینه به د هرې موضوع حل و فصل گورئ.

کله چې تاسو له یوې ناخوبنې پېښې یا خبرې سره مخ کېږي، نو ددې پرځای چې بېځایه غوسه کوئ، بنه خبره دا ده، چې خود دقيقې نومورې پېښې یا ناخوبنې خبره تجزیه کړئ او ګورئ، چې نومورې پېښې په دې ارزې، چې تاسو له ځانه دومره عصباتي په کې وښۍ او خپله بدنه په کې ضایع کړئ؟ که چېږي خبره دومره نه وه، نو په سملاسي ډول هغه له ذهن و باسې او ارام ورکړئ، که کومه خبره د اهمیت ور وه، نو هغه بیا په سرو مغزو سره حل کړئ، ددې پرځای چې تاسو خپل توان په منفي عمل (غوسه) لګوئ، په مثبت عمل د حل کولو په لاره یې ولګوئ، چې مثبتې پایلې ته ورسېږي.
دا ډېره اړينه ده، چې د ډېر عصباتي یا غوسې په حالت کې کوم



جاذب او اغپزمن شخصیت

۵۳

اپین کار ترسره نه کړئ، د غوسي پر مهال کوم مجلس یا د یوه ملګري خواته مه حئی، تره ټې چې ستاسو ماغزه په بشپړ ډول یخ شوي نه وي، یوازې په یو ارام ځای کې پاتې شئ او اور بدې او بردې ساه ګانې واخلئ. که د غوسي په حالت کې په سملاسي ډول د لانجې په حل فکر نه شئ راتبولوی، نو غوره دا ده، چې کوم بل جسماني کار پیل کړئ، په دې کار سره ستاسو پام او توان په بله اوږي او شونې ده، په خپله غوسي وک پیدا کړئ.

د غوسي په حالت کې کوبنښ کوي، چې ذهنی سکون ترلاسه کړئ، خپل دماغ له چتيلو خیالاتو پاک کړئ او هیڅ ناوره فکر ته وخت مه ورکوئ، چې ستاسو په ذهن کې ځای ونسی.

که چېږي له کوم داسې حالت سره مخ شوئ، چې د هغې حل په خپله نه شئ ایستلای او تاسو په پرله پسې ډول تحریکوي، یانې غوسي کوي مو، نو هڅه وکړئ، چې د یوه نېړدې ملګري په مرسته د خپلې مسئلي حل پیدا کړئ، په دې کار سره مو نه یوازې دا چې مسئله حل کېږي؛ بلکې ذهن مو هم اراموالی کوي.

د غوسي په حالت کې نسه خبره دا ده، چې کتاب مطالعه کړئ او یا په یوه خوندور کار کې ځان بوخت کړئ، یا لیکل پیل کړئ، چې په دې سره د غوسي شدت په ډېره کچه را کمبدلي شي.

د غوسي د له مینځه وړلو بله غوره لاره چار دا ده، چې په کوم ځای کې تاسو غوسي شوي یاستئ، هغه ځای پرې بدې او کوم بل ځای ته لار شئ، په دې لاري چاري سره ستاسو پام له غوسي کوونکي حالت خخه په بله اوږي، په جذباتو وک پیدا کوي او ډېر ژر مو نورمالوي.



خپل مسؤولیتونه درک کړئ

تاسو چې په خپل ژوند کې څه ډول مقام لرئ، یا څه ډول یاستئ، دا هرڅه تاسو په خپله ترسره او مسؤول یې یواې تاسو یاستئ.

ستاسو نننی ژوند ستاسو د تبرو خیالاتو او عمل پایله ده، ستاسو خیالات او احساسات ستاسو په واک کې دی، څه ډول کار تری اخلي، پرېکړه یې هم په خپله ترسره کړئ.

تاسو چې څه ډول سوچ یا فکر لرئ، خو مسؤول یې تاسو یاستئ، د برياليو او ناكامو خلکو ترمينځ بنسيټيز توپيردا دی، چې بريالي خلک د خپلو عملونو او پايلو مسؤولیت په خپله مني او په خپله بیا او ناكامي، کې سلسلنه مسؤولیت په غاره اخلي.

د مسؤولیت منل یا مسؤولیت ته غاره اينښودل د بريا لومړنی او اړین شرط دی، فکروکړ، چې که ستاسو د ځان لپاره ناوره حالات رامينخته کولای شئ، همدا بهه حالات هم رامينخته کولی شئ، ناكام خلک خپلو مسؤولیتونو ته غاره نه بدی او په اصطلاح نه یې مني، دوی تل د خپلو ناكامي او بدومحالاتو پره نورو پر او برو اچوي، خو دېته مو بايد پام وي، چې پر نورو خلکو په تور لګولو او پلمو جورولو



جاذب او اغېزمن شخصیت

٥٥

کې ھم مهارت نه لري او بريا ته په کې نه رسپېرى.
تاسو په خپل ژوند کې په درېبيو شيانو بشپړواک لرئ:

١. خيالات.

٢. تصورات.

٣. عمل (کړه وړه).

تاسو د همدي درېبيو شيانو په کارولو سره يا ژوند په بنايسته ډول جوړوئ او یا یې پرې د هلاکت کندي ته غورخوئ، خو پربکړه یې ستاسو په لاسونو کې ده.

د یوې څېرنې له مخي په ډاګه شوي وه، چې په ناكامو کسانو کې ۹۹ سلنې هغه ډول، چې هغوى خپلو مسؤوليتونو ته په سم ډول وفادار نه وو، بلکې د خپلو ناكاميyo مسؤوليت یې د نورو خلکو پر اوږدو اجاوه.

د دويمې څېرنې له مخي مالومه شوي وه، چې ۹۴ سلنې ناكامي د هغۇ خلکو په وسیله رامینځته شوي وي، چې هغوى د هر کار لپاره پلمې او بهانې لټولي، نو ځکه که تاسو غوارې، برياليتوب ترلاسه کړئ او د اغېزمنو شخصیتونو خښتنان اوسي، کوبنښ وکړئ، چې په نورو نيوکه ونه کړئ، دا کاريوازې ستاسو ارزښتناك وخت ضایع کوي او کومه بله ګتې په لاس نه درخې.

که ستاسو لباره اوسيني حالات يا د ژوند شرایط سمنه وي، نو پر نورو د نيوکې پرخاى به بنه دا وي، چې د خپلو حالاتو د سمولو په اړه فکر وکړئ او په دې برخه کې زيار وباسې.

د حالاتو د بدلو لو لپاره ځان ته بدلون ورکړئ او که غوارې، د ځان



جادب او اغېزمن شخصیت

۵۲

لپاره سم شرایط برابر کړئ، نو لو مری خان سم کړئ او د خان له سمولو وروسته بیا په دې برخه کې اقدام وکړئ.

په یاد ولرئ، چې تر هغې به د خپل ژوند ناوره حالات سم نه کړئ، خو پوري مو چې لو مری په خپل خان (ذات) کې سموالي او غوره والي نه وي راوستي او خپل مسؤوليتونه درک نه کړئ.

يوازې د یو ی لمحي لپاره فکر وکړئ، چې ستاسو ژوند په او سنې حالت کې څه ډول دي؟

ستاسو په کوم حالت کې قرار لرئ؟ بريالي ياست او که ناكام؟ خوبن ياست او که ناخوبنې؟ شتمن بیئ او که غريب؟ په هر لحظه چې په هر حالت کې وئ، ذمه واري څوک دي؟ په خپل زړه لاس کېږدئ او همدا پونښني تري وکړئ.

بيا هم ډايد ډايد کرم، چې بريالي خلک د خپلو کړنو مسؤوليتونه درک کوي، هغوي په دې باور لري، چې هرڅه ورپښېږي، يا په کوم حالت کې قرار لري، مسؤول یې په خپله دي، نه نور خلک. که تاسو غواړئ، په ټولنه کې د یو اغېزمن او بريالي شخص په توګه خپل ژوند ته دوام ورکړئ، نو د خپلې ناكامي پره په بل مه اچوئ، د ناكامو او نا اهلو کسانو په خپر پلمې مه جوروئ، بلکې د برياليو خلکو په شان سل په سله مسؤوليت په خپله غاره واخلي او له خان سره ووايئ، چې:

موب چې څه ډول یو، يا په کوم حالت کې قرار لرو، مسؤوليت یې زموږ پر غاره دي.

کله چې تاسو مسؤوليت ومانه، نو په خپل خان کې به د پخوا په



جاذب او اغپزمن شخصیت

۵۷

پر تله ډېربنې والى او غوره والى احساس کړئ، ستاسي ذهنې
خرنګوالى به په مثبت دول بدلون ومومي.

الله تعاليٰ تاسو ته ستاسود غوره والي او بريا لپاره بي شمپره
ورتياوري درکري دي، تاسو ته په کارده، چې خپلي دا ورتياوي
و پېژنۍ او د ځان د مثبت والي په لاره کې تري کار و اخلئ.

دا بسکاره خبره ده، چې نور خلک ستاسو ورتياوي نه شي کارولی
او دا ورتياوي یوازې یو فرد کارولی شي، چې هغه تاسو یاستئ.

انسان یوازې ژوند کولو ته نه دی پیدا شوی، بلکې هغه ته د ژوند
تېرولو لپاره یو لپه مسووليتونه هم ورسپارل شوي دي، انسان بايد د
څيل ژوند په هدف پوه وي او د خپل ژوند د بنې والي او غوره والي په
اړه فکر و کړي.

انسان بايد خپل ژوند له خپلي خوبنې سره سم جوړ کړي، ستاسو
په وړاندې د تاکنې چانس شته، خو ژوند چانس نه دی، بلکې انتخاب
(تاکنه) ده، دا به تاسو په خپلې انتخابوئ، چې د ځان لپاره خه دول
ژوند برابر کړئ، کوم حالات رامينځته کوئ، خوبن او که ناخوبنې،
بریالي او که ناكام؟

انسان ته الله تعاليٰ ددي څواک ورکري دي، چې هرڅه وغوارې
کولی یې شي او تاسو چې د خه په اړه فکر کوئ، هماگسي به جوړېږئ

هم

دا پرېکړه ستاسو په لاسونو کې ده، چې تاسو د خپل ژوند په اړه
څه ہول فکر کوئ، دا فکر ستاسو په واک کې دي او تاسو به یې
کنټرولوئ، همدا تاسو د خپل نن او خپلي راتلونکې مسؤول یاست او



په خپله به د ژوند حالات بدلوئ، دا سمه ده، چې تاسو خپل ژوند نه شئ بدلولى او هيڅوک هم دا کار نه شي کولى، خو په خپله راتلونکې په بشپړ ډول واک لرئ، هغه د ځان لپاره سمه جوړه کړئ.

په لنډه ډول باید ووايم، کله چې تاسو خپل مسوولیت و پېژانده، نو ستاسو اروايي خرنګوالی هم ورسه بدلون کوي، ستاسو فکر او عمل به په مثبت ډول بدلون وکړي او بیا به تاسو د خپلو سمو حالاتو په اړه فکر کوئ او دې فکر ته به د عمل جامه و راغوندئ او لري نه ده، چې ډېر ژر به په ټولنه کې د یو اغېزمن او بریالي شخص په توګه خپل ژوند ته دوام ورکړئ.



تعصب

دان، چې نړۍ د وینو او اورونو په مینځ کې ګبره ده، دان چې
هره ورڅ زرگونه انسانان په ډېرې بېرحمى او وحشت سره وژل ګبرې،
يو عمده لاملې تعصب دی.

تعصب بېلا بېلا ډولونه او لاملونه لري، خو له ټولو وړاندې به بنه
خبره دا وي، چې په خپله تعصب و پېژنو.

تصب په ټولنیزه اروا پوهنه کې يوه ډېرہ اړينه موضوع ده، چې له
کبله یې په ټولنه کې غیر معمولي حالاتونه، سترياوې، خپکانونه او
نور رامينځته ګبرې او تر ټولو بده خو یې دا ده، چې د خلکو ترمينځ
خپلمنځي يووالی او انساني مينه په بشپړ دول له مينځه وري.

تعصب د ټولنې یو ډول کشمکش ته هم ويل ګبرې، چې په بېلا
بېلو ډلو، طبقو، فرقو او قومونو کې شته.

کله چې د یوې ډلي ګټې د ډلي په وسیله زیانمنې شي، یا په
کې خه ستوزې رامينځته کړي، نو یو لپ پېچلې خرنګوالي رامينځته
کوي، چې بالاخره د جنګ و جدل او شخرو لامل ګرئي.

هره ډله د داسي موقع په لته کې وي، چې له مقابلي ډلي خخه خپل



جادب او اغېزمن شخصیت

٢٠

انتقام و اخلي او يا ورته زيان و رواړوي، همدا لامل دي، چې په دوي کې د تعصب جذبه هم پراختيا کوي.

نن سبا تعصب هم د پخوا په پرتله نوي رنگونه راوريدي او په بپلا بپلو ډولونو سره يې موربد تولني او په لويء کې د هبادونو ترمينځ درک کولي شو، چې د ژوند په تولو چارو کې يې په خرګنده ډول بېلکې موندلی شو.

د بېلکې په توګه د يوې سيمې افسر به د نورو سيمو په پرتله د خپلې سيمې خلکو ته ترجيح ورکوي، يو چارواکي به ددي کونښن کوي، چې په تولو مهمو چوکيو کې خپل خلک ئاي پرئاي کړي، ددي لپاره چې تول اختيارات په خپل واک کې و اخلي او زموږ تاسو په سيمو کې خلک خپلې کورنۍ (ذات یا نسل، تر نورو لوړې ګنې، چې دا هم د تعصب حینې شکلونه دي.



د تعصب ماھیت

تعصب تل زموږ په خونبو او ناخونبو کې پیدا کېږي، ئینې وخت
موږ دې پوښتنې ته په حواب ورکولو کې پاتې راحو، چې یو شى ولې
خونبوو؟ یا که د هغه د ناخونبوالي په اړه رانه و پوښتل شي هم حواب
نه ورته لرو، چې دا په خپله د تعصب یو ساده شکل دی.

تعصب دا مانا لري، چې موږ د یو شي یا یو چا په اړه خه ډول نظر
لرو، خودا نظر مود ډپر وخت لپاره منفي یانې د هغه شي او یا چا په
اړه چې نظر لرو، خلاف نظر به لرو.

د تعصب یو بنستیز لامل دا دی، چې هر شخص یو بېل چاپېریال
لري او د هغه اړتیاوې، غوبښتنې او هیلې هم د نورو مختلفې وي، په
دي صورت کې په نورو د خه نظر لرل یوه فطری خبره ده.

موږ که نسه خویونه لرو یا بد، خو بد خویونه مو بايد چې بدل کړو
او نسه خویونه په ئان کې وروزو، چې په همدي لاره چاره زموږ په
ټولنیز کشمکش کې ډېر بدلون راتللى شي.



د تعصب پيل

تعصب پيداينشي دی که اكتسابي؟ دې پونستني ته تردي مهاله تولو اروآپوهانو په يوه خوله حواب نه دی ورکړي، خو ډېري په دې عقيده دی، چې دا يوه اكتسابي جذبه ده او په کوچنيانو کې (له پيداينسته) د تعصب ماده شتون نه لري او که وي؛ وي، نو بېلا بېل صورتونه لري او اغېزې بې هم بېلې او جلا دي، خو څه ډول چې ماشوم ورو ورو لویېږي، نو د هغه په تجربو کې دا ناوړه جذبه هم تشکيل کوي.

په هر صورت تعصب يوه فطري خانګونه نه ده، بلکې دا يوه تولنيز عمل دی او لاملونه بې هم له تولنې پیدا کېږي، د بېلګې په توګه په کوچنيانو کې نسلی تعصب له سره شتون نه لري او د هر نسل له ماشومانو سره زړه رابسکون بسيي، خو چې کله لویېږي، هغه ته د خپلو کورنيو د غړو له خوا وربنودل کېږي، چې د نورو قبيلو بېلوالۍ وکړئ او د بېلوالۍ اصل په دوی کې د تعصب مبدا ګنل کېږي.

همدا شان په قبيلو کې چې کوم توپير تر ستړو کو کېږي، هغه د تعصب لامل نه دی، بلکې پايله ده، شونې ده، ئينې قبيلې تر يوه



جاذب او اغپزمن شخصیت

۲۳

وخته یو ئای ژوند و کوي او په مینع کي بې توپير معلوم نه شي، خو
کله چې يوه قبيله دا فکر و کوي، چې د دوى ترمينع بايد نور انفراديت
پاي ته ورسپري، نو هغه په خپلو لارو چارو سره د بېلواли هخه پيل
کوي، خو هغه خپل فرهنگ ژوندي وساتي.

د لباس، ژبي، استوګنبي، کړه وړه اونورو له کبله موږ دوه قبيلې
يوه له بلې سره توپيرولاي شو، تور و سپين خلک هم په خپلو کې يو له
بل سره لوبي او نور کولاي شي، ترهجي چې دوى ته د خپلو رنګونو
احساس نه وي شوي.

په ياد ولرئ، چې خوک له موږنه، نه دى، له هغو نه د کرکې يا
نفتر احساس ناسم دى، حکمه موږ ځينې وخت پرديو خلکو ته هم بنه
راغلاست وايو، دا سمه ده، چې د نورو راتلل موږ ترهجي زغملى
شو، چې په سمه دول راسره وخت تېروي او کله چې له خپل حده پښې
وباسي، بيا زموږ د کرکې وړ ګرځي، د مثال په توګه که انګربزان د
تجارت په پلمه زموږ سيمې ته رائي، موږ ورته بنه راغلاست واي،
خو کوم چې زموږ ملي حاكمىت، ژبي او مذهب ته په سپک نظر
ګوري، يا زموږ د سيمې د نیولو فکر لري، نو بيا په دې صورت کې له
هغو سره کرکه کول زموږ طبیعي حق دی.

د تعصب په پیدا کولو کې د تجربې پرخاى رویه دې اغپزلي، له
هندو، امريکائي او انګربز خخه زموږ د کرکه د هغو پايله ده.
فرهنگي اثرات هم په دې برخه کې اړين رول لوبي، لکه خه دول
چې د نزديکت په لحاظ سره موږ مسلمانانو ته لوړۍ مقام ورکوو، دا
اريئه نه ده، چې چېرته او کوم ئاي کې ژوند کوي.



په تعصب کې انفرادي اختلافات

د تعصب اچولو یا رامینځته کولو له نظره دوه ډوله خلک شته:
۱. ډېر معتصب خلک.

۲. اعتدال خوبنونکي او سوله خوبنونکي.
اعتدال خوبنونه او د زغم د برداشت توان هم د بېلا بېلو لاملونو په
نظر کې نیولو سره مطالعه کېږي.

کوم خلک چې په ټولنه کې د محرومۍ او نهیلۍ احساس لري او یا
رتيل شوي دي، هغوي د خپلې ماتې او رتيل کېدو لامل نور خلک
بولې، پر همدي بنستي له نورو د کسات او انتقام اخیستلو جذبه لري
او پر کمزورو او بېوزلو خلکو ظملونه کوي، تردې چې ژوند ته یې
گواښ پېښېږي.

ئينې وخت که پر خلکو د ظلم کولو موقع په لاس ورنه شي، نو بیا
څېل انتقام د نورو لارو په وسیله ترې اخلي، هغوي پسې ناوره
افواهات خپروي، بدرنګې اوazi پسې خپروي، په سپکه ژبه یې
يادوي او تل د هغود بې عزته کولو په هڅه کې وي
خو په هر صورت هر انسان په بېلا بېلو شکلونو سره د تعصب جذبه



جاذب او اغېزمن شخصیت

٢٥

بىكاره كوي او ئىنې خو ئان تە د وس مطابق زيان هم اپوي، خو هەخ
كوي، چې د نورو پروراندې معتصب پاتې شي او نومورې جذبه
خواكىنه وساتي.

www.melitahrik.com
0777 400 116



د تعصب له مینځه ورل

څوک چې تعصب کوي، يا تعصب ته لمن وهي، په ذهنې توګهه تر بلوغت نه دي رسپدلي، يا ذهنې په کمزوری وي، دا حکه چې خوک په ذهنې او احساساتي ډول پوهالۍ ونه لري، نو شونې ده، چې په څل دنه کې د تعصب ناوره جذبه له مینځه يوسي.
هڅه وکړئ، چې په ځان کې د زغم وړتیا پیدا کړئ، د نورو د نیوکو پرواندي له زغم خخه کار واخلي، که تاسو خپلې غلطۍ درک کړئ او نورو ته مو په بنه نظر وکتل، نو په خپله به ستاسو په دنه کې د تعصب جذبه سره شي.

د تعصب د له مینځه ورلو لپاره په داخلې او نړيواله کچه د بېلا بېلو ټولنو جوړولو ته اړتیا ده، دا ډول ټولنو په سر کې بايد سپېڅلې او انسان دوسته انسانان قرار ولري، دا ډول کسان بايد په هېڅ صورت کې له مذهبی، قومي، ژبني، کولتوری او نورو په برخه کې له انسانا نو سره تضاد ونه لري او داسي پروګرامونه وړاندې کړي، چې په خلکو کې د مينې، خواخوبۍ او انسان دوستۍ جذبه پیدا او پیاوړې شي.



جاذب او اغېزمن سخسيت

۲۷

په دې برخه کې تر تولو بنسټييز تکى دا دى، چې د خلکو اړتیاوې په اسانۍ سره پوره شي، يا خلکو ته داسې رنامې په کار واچول شي، چې له مخي يې اړتیاوې په اسانۍ سره پوره کېږي، د خان او غريب ترمینځ توپير له مينځه یورېل شي، تولو ته غوره موقع په لاس ورکړاي شي او تولو ته په یوه سترګه وکتل شي.

بنه زده کړه، غوره دنده، مناسب کور، تولنيز عزت چې دا قول د هر چا لپاره په څانګړي ډول برابر نه کړاي شي، تر هغې د تعصب له مينځه ډول ستونزمن کار دی.

په دې برخه کې د تولنيزو او اقتصادي فاصلو رالړوں هم یو اړین ګام دی، ځکه خومره چې د خلکو محرومیتونه لوبېږي او اړتیاوې يې پوره کېږي، په هماګه کچه دا ناوره جذبه کمېږي، خو له تولو سره په دې اړه فکر کول، چې یو وخت تعصب په بشپړ ډول له مينځه حې او په نړۍ کې به یو معتصب کس هم نه وي، بېخایه او ناسم فکر دی، ځکه تعصب زرگونه د اسې شکلونه هم لري، چې تر پایه به يې په کې اغېزې ژوندي پاتې کېږي، خو زموږ به دا هم ډېره لویه هڅه وي، چې د خان او غريب، تور و سپین او نورو ترمینځ کړه او تعصب له مينځه یوسو او همدا او سې له ځانه پیل کړو.



خان ته مشوره ورکول زده کړئ

يو پوه وايي: (په خپل ذهن کې لوړ خیالات وروزئ).
 که تاسو په خپلو لوړو خیالاتو باور پیدا کړ، نو باور وکړئ، چې
 ناشونی کار به ترسره کړئ.
 موږ د خپل پرمختګ په لاره کې یا له خان سره مرسته کوو او یا
 راته په کې خنډونه ایجادوو، خو دا پړکړه یوازې زموږ په خیالاتو
 پوري تړلې ۵۵.

هیڅوک به تر هغې له خان سره مرسته ونه کړي او نه د بريما مخ
 وګوري، خو پوري هغه په خپل خان باور ونه لري او موږ تول چې په
 خپل ژوند ډېر خه نه شو کولای، یا ېې نه شو لاسته راولۍ، دا یوازې
 زموږ د باور کمنبت دي.

د خپل ذهن، خپل فکر، په مثبت ډول روزل او خان ته په خپله د
 سمې مشوري ورکول په موږ کې د باور او ډاډ عنصر رامينځته کوي
 او پرمختګ ته مو هخوي.

د بېلکې په توګه موږ غواړو د هوانانو د ستونزو په اړه وینا وکړو
 او موږ په دې برخه کې په خپل ذهن کې کافي مواد هم لرو او بنه ليکنه



جاذب او اغپزمن شخصیت

٧٩

هم په کې کولی شو، خود پرخان باور د کمبنت له امله به موبد
خوانانو په غونډه کې ګډون ونه کړای شو.

موبد باید په خپله خان ته ډاډ ورکړو او ويې ستایو، خان ته مشوره
ورکړو، چې موبد هر کار په سه ډول ترسره کولی شو، خه ډول چې نور
فکر لري، هماگسي الله تعالى موبد ته فکر راکړي، چې باید په مثبت
ډول تري کار و اخلو.

موبد باید د خوانانو له غونډي مخکي خان ته مشوره ورکړو، چې:
(زه په خپل خان باور لرم، زه په ذهنې او اروايي ډول وینا کولو ته
تياري، زه به ډېره بنه وینا وکړم، د اورې دونکو جذب به مې بېخي ډېر
وي، هرڅوک به راته غور؛ غور وی، زه له وینا کولو سره مينه لرم)
دا ډېراسان کار، دا خبرې بیا بیا خپل خان ته ورکړئ، چې په دې
سره ستاسو شته داخلې وېره کمېږي، ډاډ رکوي او ډېر په بنه شان به
د خوانانو پروراندي موسکي شونډي وینا وکړئ.

که تاسو د کوم کار له پیل کېدا وراندي یوازي دا جمله چې (زه به
بریالۍ کېږم) په خپل زړه کې بیا، بیا تکرار کړ، نو خامخا به تاسو په
خپل کار کې بریالۍ کېږئ.

ډاکټر سموييل وايي: (تخيل عمل ته توان وربني، په حقیقت کې د
یوې خبرې د بیا، بیا تکرار لو موخه دا ده، چې دا په ذهن کې
روزونکي خیال ته توان ورکوي او خواکمنوي يې).

په ذهن کې همېشه رغونکو او مثبتو خیالاتو ته ئاي ورکړئ، په
خپله خپل خان ته ډاډ ورکړئ او ووابي، چې زه پرخان باور لرم.

تاسو د وړتیا او صلاحیتونو خښتنان یاستئ، تاسو کولی شئ، په



جادب او اغېزمن شخصیت

٧٠

د بړ منظم او بنې شکل سره خپل مسایل حل و فصل کړئ، خپل ځان ته په تیتیه سترګه مه گور او ځانونه د کمتری، له احساسه ازاد کړئ ځان د همېشه لپاره له قاره ډک، حوصله ناک، زړور او جاذب احساسوئ او په خپل ذهن کې د ځان لپاره هغه تصور ساتئ، چې تاسو بې په راتلونکي کې تمه لري، که تاسو خپل ځان ته د مثبتو مشورو ورکولو چل زده کړ، نو خامخا به موژوند له رنګینیو او خوبنیو ډک وي او تل به د بريا او پرمختګ احساس لري.

کاشکې تول خلک په دې پوهه واي، چې ځان په خپله مثبتې او رغونکې مشوري ورکړي، کوم خلک چې په دې هُنر پوهېږي، هغوي بې له ژورو او هر اړخیزو ګټو هم بنه خبر دي، دوى د وېړي او کمتری احساس نه لري، په خپل ځان یې پوره باور وي او د شخصیت په جوړولو کې په خپله خو بنه کار اخلي.

باور وکړئ، چې ستاسو دا عمل به بېخایه پايلې ونه لري، دا يو له باوره ډک او مثبت عمل دی، دا موبته هيلې راکوي، هيله په خپله یو رغونکي فکر دي.



څه ډول پر نورو اغېر وکرو؟

اوسمه تاسو کتاب لوستی وي او په دې برخه کې به مو ډېر خه تري زده کړي وي، خولاندې جملې بیا بیا ولوئ او خوند تري واخلئ:
 - د ځان د پاكوالې ډېر خیال وساتئ، کوبنښ وکړئ، چې مناسب لباس، مناسب بوټونه او او نور وکاروئ، د وېښتانو، نوکانو، غابنونو او په ټوله کې د بدنه پاكوالې ته ځانګړې پام وکړئ.

- خپل ځان ومنئ، خپل مسوولیت و پېژنئ، ځکه د خپلې خوبنۍ، خپګان، بريان، ناکامي او په ټوله کې د خپل ژوند مسوولیت ستاسو پر غاره دي.

- خپل زړه پاک وساتئ، ذهن ته مو ناوره خیالات مه دنه باسې، په پاک زړه او سېپېخلي وجدان سره خپلې ټولې ورخنۍ چاري سمباليوئ.
 - خپله دنده په سم ډول پرته له تمبلې ترسره کړئ، هیڅکله په خپلو در سپارل شوو کارونو کې ځانونه کم مه راولئ.

- خپلې تېروتنې ومنئ، د ځان د سمون او اصلاح په فکر کې شئ، نورو ته ګوته مه نېسی او تل په دې هڅه کې شئ، چې ځان جوړ کړئ او له ځان جوړولو وروسته بیا د نورو د جوړ پدو په فکر کې شئ.



جادب او اغېزمن شخصیت

٧٢

- د نورو په شخصي مسایلو او شخصي سامان الاتو، لکه د یادښت کتابچه، تلیفون، کمپیوټر او نورو کې د هفوی له اجازې پرته لاس مه وهئ.
- هیچاته د کرکي په سرته مه گورئ او هیڅوک د ځان دېښن مه تصوروئ، تل له نورو سره مینه وکړئ، مرسته ورسره وکړئ او په خپل ذات کې د انسان دوستي حس وروزئ.
- له هیچا سره په خپلو ورخنيو چارو کې له منفي رقابته کار مه اخلي، تل د مثبت بدلون، ودې او پرمختګ په اړه فکر وکړئ او خپله انژي په نېکو کارونو کې مصرف کړئ.
- په خپله ناسمه خبره مه کلکېږي، د نورو خبرو ته هم غوره ونیسي او احترام یې وساتي.
- هیڅکله د نورو د پرمختګ په لاره کې مزاحمت مه کوئ او هڅه وکړئ، چې ستاسو شتون د نورو لپاره د سردردي لامل جوړ نه شي.
- تل له نورو سره د خواخوبۍ او صله رحمي له مخي کار اخلي، د هر چا د نېو کارونو ستاینه کوئ او له هر چا سره خپل زړه رابنکون او لېوالتیا وساتي.
- خپل ذات ته اهمیت ورکړئ، په بنه سترګه ورته وکورئ، درښت یې وساتي.
- په ذهن کې خوبن او رغونکي خیالات وساتي، منفي او بدرنګو خیالاتو ته په ذهن کې خای مه ورکوئ، ئکه بدرنګ خیالات له انسانه بدرنګي کړنې رامینځته کوي.



هغه هېر كېرى...!!!

دا ليكنه بىايىي ھېر ورە وي، خود مىنخپانگى او محتوا لە نظرە به د يو پېپ (ست) كتاب خواب ووايى.

زمور ژوند پە پرلە پسى ۋول د بىلۇن پە حال كې دى او هەرە دقيقە وروستە پە كې بىلۇن رامىنخته كېرى او وخت راخنى پە مندە دى.

كە مۇرۇن ھېر خوشحالە يو، بىايىي گېرى وروستە پە ژور غم كې ولوپرو، ياكە مۇرۇ ھېر خوشالە يو او ياخداي مە كە، غمىزنى ياست، و خودا به دا مانا ولرى، چى مۇرۇ بە ترپايدە پە ھەمدىي حالتونو كې پاتې كېرى، بلکى دا دواپە حالتونە د بىلۇن پە حال كې دى او ژرتېپرى.

د قدرت پە تخليق كې يو شى هم پە ثبات نەشى پاتې كېدىاي او هە مادى شى د بىلۇن پە حال كې دى.

كە خوك پە سترە ستونزە كې گېرى شو، ياكە وارە ستونزە كې، خو ھېر ژرتىرى ئان خلاصولى شى، ئىكە چى دا دواپە ھولە ستونزې تېپرى.

كە ستاسو ذهن هم ھەمدا اصل منلى وي او يامولە ماسرە پورتە



جادب او اغبزمن شخصیت

٧٤

یادو حقیقتونو ته غاره اینبی وي، نو بیا په ما پسې راشئ.
 راشئ، چې د ژوند په یو بل اړخ هم لبہ رنا واقوو!
 تاسو پوهېږئ، چې کله کله هره یوه ورہ خبره هم خپه کوي، وړي
 وړي پېښې مو داخلې سکون له مینځه وړي او په وېره، غم او
 اضطراب مو اخته کوي، خو دا هرڅه، خه شی دی...؟
 څواب یې ډېرساده دی... فکر پرې وکړئ.

یانې دا تولې هغه جذبې دی، چې زموږ خوبن او خوب ژوند له زهرو
 ډکوي، له موبنا کاره انسانان جوړوي او د ژوند په ډګر کې موله
 منډې و هللو وباسي، یانې مغلوبوي مو.
 خو که تاسو دا هم پېژنۍ، نو بیا ترې څان ولې نه ساتئ؟! داسې
 جذبې بیا له خپل دننه نه ولې وباسئ نه؟! له هغه سره مخه بنه ولې نه
 کوي؟!

بنه به دا وي، چې دا ناوره او منفي جذبات و پېژنۍ، خپل دماغ ترې
 پاک کړئ، ذهن مو ترې آزاد کړئ او هېر... یې کړئ!
 خو... کله... یې هېروئ؟!

همدا اوس یې له څان سره د هېرولو ژمنه وکړئ، بل وخت ته یې مه
 پرېبدئ، بلکې همدا اوس یې د تل لپاره هېږي کړئ.

داسې یې هېږي کړئ، چې بیا تر عمره دریادې نه شي، چې په
 همدي کار (هېرولو) کې ستاسو خوندیتوب پروت دی.

که تاسو د څان لپاره دا وړي، وړي خبرې او وړي وړي پېښې ستري
 کړئ، یا مو خپلې ارواړي پرې ایاسري کړې، نو ستاسو په دماغو او
 دهنوونو کې به ریښې وغځوي، تسلط او واک به پرې پیدا کړي، چې



جادب او اغپزمن شخصیت

٧٥

بیا په آسانی، پرې نه شئ برلاسی کېدلاي.
 بیا به دا ناوره خیالات او احساسات په اوونیو اوونیو، بلکې په
 میاشتو، میاشتو ستاسو پر ذهنونو مسلط وي، خپه کوي به مو،
 رنځوي به مو او بالاخره به مو له ژوند ځنی بیزاره کوي.
 اوس خو پوه شوئ، چې دا ناوره جذبات خومره وپروونکي اروايي
 قاتلان دي، نو ولې ورته په خپل دماغ کې ځای ورکوي؟ ولې یې د
 هېرولو فکر نه کوي؟! ولې پرې خپلې خوبنۍ بریادوئ؟ ولې ترې
 ځانونه نه ازادوئ اوولې پرې د خپل عمر ارزښتناکه لمحې وژنې؟!
 په یاد ولرئ، چې ستاسو په ژوند کې یوه لمحه هم ډېره ارزښتناکه
 او لوړه بیهه ده، کومه لمحه چې ستاسو له لاسه ووته، هغه درته بېرته نه
 راګرځي.
 دا یوه لمحه د ژوند د ټولو شتمنيو او ثروتونو ارزښتننه ده او
 هيڅوک به دا راته ثابتنه نه کړي، چې هغه دې ګنې د خپل ژوند تېره
 لمحه راګرځولي وي، خو بیا ولې د خپل وخت په قدر نه پوهېږي؟
 که فکر وکړئ، تاسود خپل ژوند ارزښتنې لمحې په ډېرې بې
 دردي او ډېرې بې قدرې سره ضایع کوي، ایا تاسو ترا او سه د خپلوا
 ارزښتنو لمحو د ارجمند احساس نه دی کړي؟
 که چېږي تاسو له خپل ژوند سره مینه لرئ، که چېږي تاسو د خوبن
 او خود ژوند د تېرې دو تمه لرئ، نو ورو ورو خبرو ته په خپل ذهن کې
 ځای مه ورکوي.

دا غوسي، رنځونه، خپگانونه، بېخایه شکونه، ناوره فکرونه،
 نهیلې، او ناداه منتیاوې ټول زموږ ناورې جذبې دی، دا هرڅه زموږ د



جادب او اغېزمن شخصیت

٧٢

اروا او جسم دبمنان دي، زموږ د خوبنېو او هوساينو دبمنان دي او زموږ د ژوند دبمنان دي.

د خپل ژوند خوبنۍ او هوساينې مو په لوی لاس ددي جذباتو په وسیله مه قربانوئ، د ژوند په رینستونې ارزښت پوي شئ او له تولو ناوره او منفي جذباتو سره خداي پاماني وکړئ، هغه هېر کړئ او ذهن تري ازاد کړئ، که ستاسو ذهن ته په کومه شې به منفي او خپه کوونکې جذبه دننه کېده، سمدلاسه يې تري وباسئ او هېرې يې کړئ.

د خپل ژوند په ارزښت پوه شئ، قدر يې وکړئ او تل په دې هڅه کې شئ، چې د ژوند هره شې به درته بنسکلې او له خوبنېو ډکه جوره کړئ.

منفي جذې له ځانه وشرې، په خپل دننه کې يې له مینځه یوسئ او هیڅکله خپل ځان د هغو ترواک او تسلط لاندې مه راولئ.

ژوند ډېر بنسکلې دی، د بدرنګولو هڅه يې مه کوئ!!!



هغه وزغمى!

موږ باید هغه وزغمو.

موږ باید له هغو سره مقابله و کړو.

په نړۍ کې د ناسميو، خپگانونو او اروايي ګډوډيو خپور شوی
جال ثانیه په ثانیه پراخوالی کوي او زموږ ارواوي را ايساروي.
موږ باید د خپگانونو، نهيليو، رنځونو، ناهاد منتیاوو او دېته
ورته تولو ناخوالو سره مقابله و کړو او په ئان کې يې د زغم توان پیدا
کړو.

زموږ په نړۍ کې د پر ناخوبنې مسایل شته، چې خپه کوونکې خبرې
اورو، غمومونکې منظري ګورو، د ژوند حالات مو د ناورتیا لوري
روان دي، خپگانونه او ذهنني فشارونه مو ورڅه تر بلې د پربوي.
خو له دي سره به داسي لې خلک ووينو، چې هغوي ناخوبنې
وي، ياني د ناخوبنې کسانو تناسب د پر لې د.

يو هيله من انسان په ډېره خوشحالۍ او له ولولو خخه په ډکه لهجه
وايي: ژوند خه شى دي؟ د یوې ډکې پيالي په شان، خو بنائي له ده



خخه به دا تکی له پامه و تی وي، چې په دې پیاله کې خو دانې شکې هم شته.

مارکس آریلی اس (Marcus Aurelius) په پخوانی روم کې يو ډېر ذهین او هونسیار واکمن تېر شوی، په ډېر و تاریخي کتابونو کې د نوموری د تدبر او مفکرتوب داستانونه موندل کېږي، خو لاندینی وینا یې یوه نړۍ رازونه په ئان کې رانغاروي:

(زه د نن سبا له خلکو سره ناسته پاسته لرم، چې ډېرې خبرې کوي، ډېرې احسان هېروونکې او ئان غونښتونکې ئانګړنې لري، ئان بنودونکې او جګړه ماردي، خو زه د دوى په دې ټولو ناوره خویونو د خپگان احساس نه کوم او نه ورته حیرانېږم، حکه د داسې یوې نړۍ په اړه مازې تصور هم نه شم کولای، چې هله دې خلک نه وي).

اوسموږدې باید د ناخوبنې حالاتو، خپه کوونکو پېښو او دا ډول خلکو سره ډول چلنډ وکړو؟

څه ډول پرې لاسبرې شو؟ څه ډول یې کابو کړای شو؟ خو موردا ډول خلک او حالات په دوه برخو وېشو، چې یا به یې ترواک لاندې راولو او یا به ترې تېښته کړو.

په لوړې ډول کې یې هغه خلک، پېښې او حالات شامل دي، چې د دوى د سمون او رغېدا لپاره کوم بنسټیز کارونه نه دي ترسره شوې او یا یې سمون تر ډېره حده ناشونې شوې ده او مورې یې دېته تسلیم کړي يو، چې ووايو:

(د داسې حالاتو یا داسې خلکو سمول زموږ له وسه بهر کاردي).
که موره همدا فکر وکړ، نو ستونزې مو نوره هم ډېرې کړي، حکه بیا



جاذب او اغپزمن شخصیت

٧٩

هغوي خپلسری کېرى او لا مو ژوند لە ناخوالو سره مخ کوي، خو اوس پە دې اړه ستاسو نظر خەپول دى؟

ایا تاسو دا ځواب ورکړئ، چې د داسې خلکو یا حالاتو اصلاح دې ونه شي؟ که تاسو په همدي فکر ياستئ، نو دا مو بنې فکر نه دى، بلکې منفي فکر دى، داسې فکر بیا سراسر خپلو ځانو ته د دوکې ورکولو په مانا دى.

انسان دى، که حالات، خو زموږ او تاسو په هڅه دواړه د سمون خواته تلاي شي، په دواړو کې بنې والى او غوره والى راتلى شي، موب بايد له دې حقیقت ځنې ستړگې پتې نه کرو، بايد غاره ورته کېړدو او د مبارزې لپاره يې هڅې پیل کرو.

بايد په دې پوه شو، چې له د پوalonو سره په سر جنګولو به کومو نبو پايلو ته ونه رسپړو، که په موب تاسو کې خوک خپل سر له د پوال سره جنګوي، نو دا به دا مانا ونه لري، چې ګنې ستونزه يې حل شوه، بلکې حل يې په دې کې دى، چې موب هغه له سر جنګولو وړغورو او په دې يې پوه کرو، چې ته خه کوي، ستاد ستونزې حل لاره نه ده.

ستونزې په غور او فکر سره حلېږي، زما نظر دا دى، چې تل بايد په دې کار کې هڅه وکړو، چې خلک هم سم کرو او حالات هم اوس به لېډ ستونزې د حل په اړه وغږېږو، فرض کړه، همدا ته (لوستونکي) په کومه ستونزه کې پروتى، یا په ناوره حالاتو کې را ايسار شوي، نو له ځانه به خه ډول غږګون وښيي؟!

بنې فکر پري وکړه....!

زه هم یو خه درته وايم، خو لو مرۍ د ستراو او پوه بناغلي وليم جيمز



جادب او اغېزمن شخصیت

٨٠

یوه ارزښتناکه وینا لیکم:

(کله چې په یوه ستونزه کې پرپوئی، نو چیغی مه وهی، ئان او نور ته بسپراوی مه کوئ او مه له خولی ناوره لفظونه وباسی، بلکې ستونزه مو ومنئ او غاره ورته کېږدئ، گټه به یې دا وي، چې تاسو بیا په راتلونکي کې په اسانی سره په ستونزه کې نه پرپوئی او هر ډول حالاتو به مخکې له مخکې وینیں او حساس وئ.)

زه به یوازې دو مرہ وړ ډېر کرم، چې:

(تاسو، چې په کومه ستونزه ګېر یاستئ او یا درته پېښېږي او تاسو ورته کومه حل لاره هم نه شئ موندلی، نو ددې سونزې رینښتونې او تر ټولو اسانه حل لاره دا ده، چې له هغې سره مقابله کول پرپوئی، غاره ورته کېږدئ، درک یې کړئ، چې بیا ورسره په راتلونکي ژوند کې مخامنځ نه شئ،)

خو...؛ داسې هم نه ۵۵.

کله چې ستاسو په وړاندې یوه دروازه بندېږي، نو هغه بله دروازه به درته خامخا خلاصېږي، د خلاصې دروازې لټيون وکړئ او ئان د ستونزې له زندانه ازاد کړئ.

او سرائی، چې د ستونزې د له مینځه وړلوا په یوه بله لاره چاره هم رنما واچوو:

۱. ستونزه خه ده؟ دې پوبنتنې ته په سم ډول څواب پیدا کړئ، له څواب موندلو وروسته هغه د یو کاغذ پر مخ ولیکئ، خو ھیڅکله د خپلې ستونزې په حل پسې په سملاسي ډول (یو دم) مه اړم کېږئ، یانې لوړې یې په سم ډول ولیکئ، روښانه روښانه اړخونه یې په بنه



جاذب او اغپزمن شخصیت

۸۱

شان سره تر غور لاندی و نیسی، کوبنیس و کړئ، چې هیڅکله د خپلې ستونزې اړین اړخ درنه پاتې نه شي.

چارلس کټرینګ به ویل، چې: که مورب خپلې ستونزه په بنه شان سره ولیکله، نو د اسې وګنې، چې مورب خپلې ستونزه تر نیمایی حل کړه، نو ځکه باید خپلې ستونزه په لندې شکل سره ولیکو.

۲. دا هم ولیکئ، چې ستونزه مو د کومو لاملونو پر بنسټ رامینځته شوې ده؟
خو...!

- یوازې حقیقتوته ولیکئ.

- هیڅ شی هم له پامه مه غورخوئ، یانې هرڅه سم سم ولیکئ.

- هیڅ خبره یا لامل هم بې ارزښته مه بولئ.

- د لیکلو وړاندې باید په دې باور ورئ، چې ټول به حقیقتونه لیکئ، هرڅه پاک پاک او له مبالغې پرته ولیکئ.
- یوازې بې بې وخته حل ته اهمیت مه ورکوئ او مه پري وړاندې له وخت څه نظر ورکوئ.

- په دې هم ځانونه باوري کړئ، چې تاسو هرې خبره پرته له مبالغې او خاطره لیکلې ده.

د کولمبیا د پوهنتون نامتو استاد باغلي هربېټ هاکس به ویل،

چې:

(په نږۍ کې نیمایی ستونزې د اسې دی، چې له وخت خخه د وړاندې پرېکړو په پایله کې رامینځته شوې وي، هرې خبره، چې د فکر، غور او حقیقت پرته رامینځته کېږي، ستونزه جوروی، خو که د



ستونزې رینستونې لاملونه پیدا شي، نو ڏېر ژر به یې حل لارې هم پیدا
شي.)

د هربته هاکس له وينا مالومولاي شو، چې د هري ستونزې حل د
هغې په لاملونو پوري تړلې دي.

۳. د ستونزې هره شونې حل لاره هم ولیکئ: له کومې ستونزې سره
چې مخ یاستئ، بنه غور پرې وکړئ او بیا یې شونې حل لاره پیدا او
ولیکئ، په خپله ستونزه د یو وکیل په خبر بحث وکړئ، له لنډو دلایلو
وروسته پرې د مخالف وکیل په شان بحث وکړئ او دا هم ولیکئ.

۴. ستاسو په نظر چې کومه حل لاره غوره وه، هغه ورته وټاکئ او
عملی جامه وراغوندئ، که بیا هم ډاډه نه شوئ، نو هغه پرېږدئ او د
یو خه وخت لپاره ارام وکړئ، ذهن موله ناوړه فکرونو پاک کړئ او
داخلي سکون ترسره کړئ.

د سکون له لاسته راولو وروسته پرې بیا غور وکړئ او حل لاره
ورته پیدا کړئ، خو دا ځل پرې خامخا عمل وکړئ، چې ان شاء الله
تعالی په ڏېرې بریا سره به یې حل کړای شي.

د ڇبارې پای



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