ژوند
Ketabton.com
لیکوال: شرف الدین عظیمي
Downloaded From:
Telegram: ArmanPashtoLibrary
WhatsApp: 00937798157770
Facebook: آرمان پښتو کتابتون
کوژده او وادهٔ - ګډ ژوند - جنسي ژوند - کورنۍ - مورولي او پلارولي

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

Downloaded From:
Telegram: ArmanPashtoLibrary
WhatsApp: 0093779815770
Facebook: آرمان پښتو کتابتون

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

د خپرندوی یادښت

له الله ﷻ څخه ډېر زیات مننه وی یم چې د نویسا خپرنځي ته یې د دې توفیق ورکړ چې د شرف الدین عظیمي لیکلی اثر (زندگی) پښتو ژباړه (ژوند) چاپ کړي.

نویسا خپرنځی د تاسیس له پیله تر اوسه د علم او فرهنگ مینه والو ته په بېلابېلو برخو کې گڼ شمېر کتابونه وړاندې کړي او اوس له سمونې او اوډون سره دا کتاب خپراوي ته سپاري. د نویسا خپرنځي موخه دا ده چې د الله تعالی په مرسته او د بېلابېلو زړه سواندو پوهانو په همت او همکاری سره اړین مطالعات او څېړنې وکړي او په ټولو انساني څانگو کې له اصلي درسي، فرعي او هر اړخیزو سرچینو څخه په گټنې لیکوالي او ژباړې وکړي.

نویسا خپرنځی په نظر کې نیسي چې:

۱. اثر، باید گټور او اغېزناک وي؛
۲. اثر، په فرهنگي او علمي برخو کې ارزښت ولري؛
۳. اثر، باید اکاډمیک او علمي لیکل شوی وي؛
٤. اثر، په یو ډول د خلکو لپاره سالمه تفریح وي.

له درنو استادانو او د نظر له خاوندانو غوښتنه کېږي چې د خپلې همکاری، لارښوونې او اصلاحي وړاندیزونو له لارې، د دې کتاب د اصلاح او د نورو اړینو اثارو په لیکنه کې له دې خپرندویه موسسې سره همکاري وکړي او هیله مند یو چې د چاپ او خپراوي په برخه کې به د دوامدار او ور خدمت توفیق ولرو.

نویسا خپرندویه موسسه د هېواد د فرهنگیانو په چوپړ کې ده.

په درنښت

محمد ظریف بشارت

د نویسا خپرندوی ټولنې مشر

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

Downloaded From:
Telegram: ArmanPashtoLibrary
WhatsApp: 0093779815770
Facebook: آرمان پښتو کتابتون

ژوند

شرف الدین عظیمی

دویم چاپ

انتشارات نویسا

کابل؛ ژمی ۱۳۹۹لمریزکال

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

عظيمي، شرف الدين (۱۳۹۹).
ژوند. کابل: نویسا خپرنځی.
۵۱۷ ص.

۰۷۰۷۷۰۶۰۶۱

Facebook: Nawisa publication

m.zarif_Besharat@yahoo.com

انتشارات نویسا

پته: رحمان بابا لیسې ته مخامخ، د دهبوري څلورلارې او کوته سنګي چوک ترمنځ؛ کابل.

ژوند

لیکوال: شرف الدین عظیمي

سمونه او بیا کتنه: عبدالجلیل امرخیل او محمد جواد تیموري

خپرندوی:	نویسا خپرنځی
دیزاین:	انجنیر محمد افضل ذاکر
د پښتی دیزاین:	ګراف استدیو
دویم چاپ:	ژمی ۱۳۹۹ لمریزکال
شمېر:	۱۰۰۰ ټوکه
بیه:	(۳۰۰) افغانی

نویسا خپرندوی د مؤلف د رسمي قرار داد له مخې دا کتاب په چاپ، خپراوی او پلور رسوي. د چاپ او ژباړې ټول حقوق یې له نویسا خپرندویه مؤسسې سره خوندي دي.

هر حقیقي یا حقوقي شخص چې د دې کتاب یوه برخه یا ټول کتاب د خپرندوی له اجازې پرته نشر، خپور، کاپی، نقل او یا تجدید کړي، تر قانوني تعقیب لاندې نیول کیږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ژوند

په افغانستان کې اړواپوهنې ته نوې کتنه

اړواپوهنه هغه ځوان او نوی علم دی چې له پرلپسې هڅو وروسته کرار کرار د خلکو شوق لـه دې علـم سره ډېريږي او ورځ په ورځ د انسانانو په ژوند باندې خپل سیوری غوړوي، ارزښت يې ډېريږي او د خلکو پام ځان ته را اړوي دا چې اړواپوهنه ببلابېلې ځانګې لـري همداسې د هـر هېواد او کلتور اړواپوهنه هم توپير کوي يانې د اسـلام آبـاد اړواپوهـان لـه تهـران او د استانبول له هنـد سره همدارنګـه د آسـيا لـه اروپـا او د اروپـا لـه امريکـا سره ځمکـه او آسـمان تـوپير کـوي پـه ځـانګړي ډول هغـه مهـال چـې د يـادو اړواپوهانو چارې د کورنۍ اړواپوهنې او ټولنيزو مسايلو په برخه کې وي.

د يوه علم په توګه اړواپوهنه خپل ځانګړي اصول، قوانين او تګلارې لري چې د ټولې نړۍ اړواپوهان بايد ورځخه پيروي وکړي خو هغـه څـه چـې پـه ټولو اصولو کې ډېر د پاملرنې وړ دی په يوه ټولنه کې شته کلتـور، ارزښـتونه، ناخوالې، دفاعي ميکانيزمونه او غبرګونونه دي.

"ژوند" کتاب د پينځو ببلو خو يو بل سره اړوندو موضوعګانو لړونکی دی چې په پينځو څپرکو کې ځای پرځای شوی دی کوم څه چې پـه دې کتـاب کې يې لولئ په اړواپوهنه کې زمونږ د يوې لسيزې څېړنو، تجروبـو، مطـالعو، کار او فعاليت څخه استازيتوب کوي.

د "ژوند" کتاب لومړۍ برخه "کوژدې او وادۀ" تـه ځـانګړې شـوې پـه دې څپرکي کې په داسې موضوعاګانو بحث شوی چې زمونږ هېواد کـې ډېـر لږ تمرکز پرې کېږي او زرګونه ودونه له پېژندنې، خبر او د واده معيـارونو تـه لـه پاملرنې پرته کېږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

د کتاب په دویمه برخه کې د "ګډ ژوند" په اړوند خبرې شوي څکه ډېرې جوړې ددې مسلې لهٔ اصلي مانا سره بلدې نه دي او همدا ناپوهي د جوړو تر مینځ د بېلابېلو ستونزو لامل شوی دی.

د کتاب دریم څپرکی د "جنسي اړیکو" په اړوند دي، هغه بحث چې زمور په ټولنه کې حرام دی او د شرم په سترګه ورته کتل کېږي خو په دې کتاب کې یې پر جزیاتو خبرې شوي دي.

"کورنۍ" هغه موضوع ده چې ددې کتاب په څلورم څپرکي کې خای پرځای شوې ده. کورنۍ، د انسان روزنې او انساني ژوند لومړنۍ زانګو ده او دا چې څنګه کولی شو یوه روغه کورنۍ ولرو، هغه مسله ده چې په ننني نړۍ کې په یوه کړکېچ اووښتې ده چې په دې څپرکي کې یې په اړوند ټینګ او بنسټیز بحث شوی دی.

د کتاب پینځم څپرکی ماشومانو پورې اړوندو مسایلو ته ځانګړی شوی دی. زمور هېواد کې د ماشوم د ودې ستونزو او ددغه پراو د څرنګوالي په اړوند پوهې او مالوماتو ته ډېره اړتیا لیدل کېږي په دې کتاب د یادو موضوعګانو په اړوند ډېر څه لوستلی شئ.

په اخیر کې له خپلو ملګرو هر یو عبدالجلیل امرخېل، حمیده کریمي او فریدون عظیمي څخه د زړه له کومې مننه کوم، چې د کتاب په چمتو کولو کې یې هېڅ ډول مرسته ونه سپمولې او زه ورته د ژوند په ټولو چارو کې بریاوې غواړم.

په درناوي

شرف الدین عظیمي

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

لړليک

لومړی برخه

۱۰۰ ولې او ځکه کوژده او واده.....۱

دويمه برخه

۱۰۰ ولې او ځکه ګډ ژوند.....۱۰۳

دريمه برخه

۱۰۰ ولې او ځکه جنسي ژوند.....۲۰۵

څلورمه برخه

۱۰۰ ولې او ځکه کورنی ژوند.....۳۰۷

پينځمه برخه

۱۰۰ ولې او ځکه مورولي او پلارولي.....۴۰۹

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

لومړۍ برخه

۱۰۰ ولې او ځکه کوڅه او واده

Downloaded From:
Telegram: ArmanPashtoLibrary
WhatsApp: 0093779815770
Facebook: آرمان پښتو کتابتون

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې او د څه لپاره واده وکړو؟

۱. څکه چې واده زموږ د جسمي او ارواپي روغتيا لامل ګرځي.

۲. څکه چې ډېر ځله لوړو علمي سطحو ته د رسېدو لامل ګرځي.

۳. څکه چې له ناروا، ډېرو، ناوړه او پټو اړيکو نه لرې کېږو.

٤. څکه چې ډېر ځله په ټولنه کې ناوړه او بدې پېښې راکموي.

٥. څکه چې په موږ کې د مسوولیت منلو او نرمښت سبب ګرځي.

٦. څکه چې ژوند ته د هیله مندۍ او ارواپي روغتيا لامل ګرځي.

۷. څکه چې له ډېرو ارواپي او جنسي ګډوډيو مخنيوی کوي.

۸. څکه چې د هورمونونو ترشح او فعالیت سم، نورمال او رغوي.

۹. څکه چې زموږ د ذهني، عاطفي او معنوي روغتيا لامل ګرځي.

۱۰. څکه چې واده زموږ د ريښتيني خوښۍ او رضایت لامل ګرځي.

۱۱. څکه چې د ژوند حياتي او ډېره سخته ارزښتناکه اړتيا ده.

۱۲. څکه چې ډېری کسان پس له واده د لاسته راوړنې احساس کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له واده نه وړاندې له اړواپوه سره مشوره وکړو؟

١. ځکه چې اوسنۍ نړۍ پېچلې او د خلکو اړیکې ډېرې بدلې شوي.
٢. ځکه چې کورنۍ ستونزې ډېرې او ښلابښلې اړتیاوې یې راټوکولي.
٣. ځکه چې د اوسنۍ نړۍ وګړي د یو بل پېژندنې لپاره لږ وخت لري.
٤. ځکه چې اړواپوه مسلکي او منطقي پرېکړه کوي او تاسې عاطفي.
٥. ځکه چې مشوره ښيي چې شخصيتونه مو سره جوړ دی کنه.
٦. ځکه چې اړواپوه د یو بل پېژندنې په اصلاح کې مرسته کوي.
٧. ځکه چې د تجربو له مخې طلاق د کچې راکمولو کې مرسته کوي.
٨. ځکه چې ستاسو د ستونزو او اړیکو په رغولو کې مرسته کوي.
٩. ځکه چې اړواپوه مو له راتلونکو ګوانښونو څخه په سم ډول خبروي.
١٠. ځکه چې اړواپوه د ښلابښلو شخصيتونو ټېسټ در څخه اخلي.
١١. ځکه چې اړواپوه مو په اړوند علمي، تجربي او مسلکي چلند کوي.
١٢. ځکه چې افغان کورنۍ لوستې نه دي او بايد مرسته وغواړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځينې هلکان او نجونې له واده نه وېره لري؟

۱. ځکه چې د ځينو کسانو نابريالي ودونه يې ليدلي له همدې امله وېريږي.

۲. ځکه چې ډېرى خلک خپلې وېرې د اړواپوهې له سلاکار سره نه شريکوي.

۳. ځکه چې په حل لارو د سوچ کولو لپاره پر خپل ځان او وړتياوو باور نه لري.

٤. ځکه چې په خپله يې نشي ټاکلى او د مور او پلار له پرېکړې نه وېره لري.

۵. ځکه چې فکر کوي ښايي د ژوند له راتلونکي ملګري سره به همغږي نه وي.

٦. ځکه چې ډېر ځله زموږ ودونه په پټو سترګو، په زور او پرته له پېژندنې وي

۷. ځکه چې د ګډ او جنسي ژوند په اړوند ډېره لږه زده کړه او پوهاوى لري.

۸. ځکه چې ځيني په دې هيله وي تر څو خپل خيالي او د خوبونو کس ومومي.

۹. ځکه چې ځيني کسان پوره پالي (کمال ګرا) او ځيني يې بيا وسواسيان وي.

۱۰. ځکه چې ځيني کسان د واده کولو لپاره، کوم پلان، هوډ او ځانګړنه نه لري.

۱۱. ځکه چې ځيني کسان په دې نه پوهيږي، چې دا د تلپاتې مجردى لامل ګرځي.

۱۲. ځکه چې ډېرى خلک اقتصادي ستونزې لري او د واده لپاره چمتو نه دي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له واده وړاندې عاطفي اړيکې ونه لرو؟

۱. ځکه چې ډېر ځله د سختې وابستګۍ (په اړيکو کې تړاو) سبب ګرځي.

۲. ځکه چې د اضطراب، اندېښنې او خواشينۍ د مينځ ته راتګ لامل ګرځي.

۳. ځکه چې ښايي د ګناه، وجداني عذاب او غچ اخيستنې احساس وکړو.

٤. ځکه چې تل به په دې هڅه کې يو تر څو خپله پخوانۍ اړيکه پټه وساتو.

۵. ځکه چې ډېر صميمي کېږو او ښايي يو بل ته انځورونه او فلمونه ولېږو.

٦. ځکه چې کله ناکله د مقابل لوري د له لاسه ورکولو له وېرې نارامه کېږو.

۷. ځکه چې ښايي واده ونه کړو او په ګاونډ کې زمونږ د بدنامۍ لامل شي.

۸. ځکه چې په عاطفي اړيکو کې سمه او پر ځای پېژندنه نه ترسره کېږي.

۹. ځکه چې نن سبا ډېرې اړيکې يوازې فزيکي بڼه لري نه ريښتينې او سمه.

۱۰. ځکه چې ډېرځله له واده وړاندې اړيکې زمونږ غوښتنې او هيلې ډېروي.

۱۱. ځکه چې په راتلونکي ګډ ژوند کې د جوړو تر مينځ د بدبينۍ لامل ګرځي.

۱۲. ځکه چې که مو اړيکې روغې نه وي ښايي د کينې او دښمنۍ لامل شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې وروسته له واده پېښمانه کېږو؟

۱. ځکه چې له واده وړاندې د خپل ګډ ژوند د ملګري په اړه نه څېړو.
۲. ځکه چې په ګډ ژوند کې مهم او د اړتیا وړ مهارتونه نه زده کوو.
۳. ځکه چې د اولادونو د شمېر او روزنې په اړه سر همغږي نه یو.
٤. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري د کورنۍ په اړوند څېړنه نه کوو.
۵. ځکه چې نه پوهېږو څنګه د ګډ ژوند د ملګري ستونزې حل کړو.
٦. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري د باورونو په هکله څېړنه نه کوو.
۷. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري د غوښتنو او هیلو په اړه څېړنه نه کوو.
۸. ځکه چې د خپل خاوند یا مېرمنې د موخو په هکله څېړنه نه کوو.
۹. ځکه چې له کوره بهر چارو په اړه له یوبل سره همغږي نه لرو.
۱۰. ځکه چې له واده وروسته په ګڼه ګونه کې اوسېدل راته ګران دي.
۱۱. ځکه چې د یو بل د مخینې په اړوند له واده نه وروسته څېړنه کوو.
۱۲. ځکه چې واده کول مو د وابستګۍ پر بنسټ وه، نه د مینې.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په افغانستان کې واده کول ستونزمن شوي؟

۱. ځکه چې په افغانستان کې ډېر او بې ځایه لګښتونه کېږي.

۲. ځکه چې زمور دودونه، رواجونه او باورونه ستونزمن دي.

۳. ځکه چې د کورنیو غوښتنې ورځ تر بلې ډېرې او لوړېږي.

٤. ځکه چې ډېرې نارینه د ټولنې پر ښځو بې باوره شوي دي.

۵. ځکه چې ډېرې ودونه په پخوانۍ بڼه او کم عمر کې کېږي.

٦. ځکه چې ډېرې نارینه له هېواد څخه د تېښتې په لټه کې دي.

۷. ځکه چې افغان کورنۍ خپلو خوښیو ته لومړیتوب ورکوي.

۸. ځکه چې ځینې افغان نجونې اوهلکان په زده کړو بوخت دي.

۹. ځکه چې ډېرې افغان ځوانان د واده په هکله مطالعه نه لري.

۱۰. ځکه چې ډېر ځله کوژدې سختېږي او تر واده نه رسېږي.

۱۱. ځکه چې په ودونو کې ډېرې پرېکړې په احساساتي ډول کېږي.

۱۲. ځکه چې افغانان د واده د مشورې مرکز نه لري او نه ورځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په واده کې له ډېرو او بې ځایه لګښتونو مخنیوی وکړو؟

۱. ځکه چې د ډېرې ځوانانو د مجرد پاتې کېدو لامل ګرځي.
۲. ځکه چې ټولنه او کورنۍ هم د همدې رواج پلوي کوي.
۳. ځکه چې ډېر ځله کورنۍ د داسې لګښتونو وړتیا نه لري.
٤. ځکه چې په ناخبره توګه د بېلابېلو ستونزو لامل ګرځي.
٥. ځکه چې ډېرې ځوانان له هېواده تېښتې ته اړباسي.
٦. ځکه چې په ځوانانو کې د جنسي بې لاریو لامل ګرځي.
۷. ځکه چې په نامستقیمه توګه یو ډول بډه اخیستنه او فساد دی.
۸. ځکه چې یو ډېر شمېر ښځې ددې دود او رواج مخالفې دي.
۹. ځکه چې د زوم او خسرخېلو په اړیکو کې ستونزې پیدا کوي.
۱۰. ځکه چې په نشه یي توکو باندې د روږدي کېدو لامل ګرځي.
۱۱. ځکه چې لګېدونکې پیسې د راتلونکي ژوند ښه سرمایه ده.
۱۲. ځکه چې ډېر او بې ځایه لګښت هېڅ مثبته پایله نه لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند د ملګري د کورنۍ په اړه څېړنه وکړو؟

۱. ځکه چې په افغانستان کې ارزښتناک او اغېزمن رول لري.

۲. ځکه چې د بریالیو اړیکو په جوړښت کې مرسته کولی شي.

۳. ځکه چې وروسته د پېژندنې پر بنسټ جوړجاړی کولی شو.

٤. ځکه چې د خپل ګډ ژوند د ملګري پر کورنیو ارزښتونو پوهېږو.

۵. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري کورنۍ پېژندنه د واده معیار دی.

٦. ځکه چې د سمې پېژندنې له امله به بیا په سمه پرېکړه وکړو.

۷. ځکه چې پر موږ او زموږ پر ګډ ژوند باندې پوره اغېزه لري.

۸. ځکه چې افغانان دودیز او پېچلی ژوند لري، نو پېژندنه مهمه ده.

۹. ځکه چې کورنۍ د یو بل اړیکو کې ښکېلتیا د ځان حق ګڼي.

۱۰. ځکه چې د کورنۍ پېژندنه زموږ پخوانۍ روزنیزه تګلاره وه.

۱۱. ځکه چې افغانان د کورنۍ له اړخه یو بل سره ډېر ټرلي دي.

۱۲. ځکه چې ستاسو د ګډ ژوند د ملګرۍ کورنۍ هم همدا غواړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مينډې د خپلو ځوانو لونړو خبرو ته غوږ ونيسي؟

۱. ځکه چې نجونې تر هر چا ډېرې د مور درک او ملګرتيا ته اړوي.

۲. ځکه چې نجونې تل بايد يوه عاطفي تکيه ولري او دا تکيه مور ده.

۳. ځکه چې نجونې بايد په ژوند کې يوه راز ساتونکې ملګرې ولري.

٤. ځکه چې نجونې خپلې مور ته د يوې ښې ملګرې په سترګه ګوري.

٥. ځکه چې مينډې د خپلو لونړو لپاره ښې باورې اورېدونکې دي.

٦. ځکه چې لونړو ته ښه ملګرې جوړېدل د هغوی ډېرې ستونزې حلوي.

۷. ځکه چې مينډې کولای شي د خپلو لونړو لپاره ښې لارښوونکې واوسي.

۸. ځکه چې ډېر ځله نجونې يوه اورېدونکي ته اړې وي، نه حل لارو ته.

۹. ځکه چې ډېرې نجونې لېواله دي، چې خپلو مينډو ته پټ رازونه ووايي.

۱۰. ځکه چې که مور اورېدونکې ونه اوسي بل څوک به يې ځای ونيسي.

۱۱. ځکه چې که مور د لور خبره نه اوري نو لور به يې ډېر زيان ووينې.

۱۲. ځکه چې ډېرې بريالیو نجونو کارينده نه، بلکې اورېدونکې مينډې لرلې.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځینې میندې او پلرونه لور ته د خاوند ټاکنې حق نه ورکوي؟

۱. ځکه چې ډېرې په دې باور دي چې نجونې په دې اړه د نظر ورکولو حق نه لري.

۲. ځکه چې د واده په اړوند د نجونو له حقونو څخه پوره خبرتیا نه لري.

۳. ځکه چې ځینې میندې او پلرونه خپلو لونو ته ارزښت نه ورکوي.

٤. ځکه چې ډېرې میندې او پلرونه فکر کوي لونې یې سمې نه پوهیږي.

۵. ځکه چې د ځینو په اند د خاوند ټاکل یانې، له واده څخه وړاندې اړیکې.

٦. ځکه چې د ځینو انګېرنو له مخې د نجلۍ تاکنه ښه او منطقي نه وي.

۷. ځکه چې له پخوا نه همدا ډول یو دود او رواج په میراث را پاتې دی.

۸. ځکه چې د ځینو په اند نجلۍ باید پرته له خپلو بل سره واده ونه کړی.

۹. ځکه چې ښایي تر دې وړاندې یې په ژوند کې ناسمې پرېکړې کړي وي.

۱۰. ځکه چې ځینې میندې او پلرونه غواړي په دې کار سره ځان و ښیي.

۱۱. ځکه چې د ګاونډیانو او ټولنې له رټنې څخه سخته وېره او ډار لري.

۱۲. ځکه چې ځینې میندې او پلرونه ناسم او منفي سوچونه ځان سره لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني ميندې، پلرونه او کورنۍ واده ته ارزښت نه ورکوي؟

۱. ځکه چې د دوو کسانو د واده د ارزښت په اړه مطالعه نه کوي.

۲. ځکه چې له ماشومتوبه يې واده او ګډ ژوند سم نه دی پيژندل شوی.

۳. ځکه چې ځيني کورنۍ د ټولنې او نورو وګړو پېښې کوي.

٤. ځکه چې ډېر ځله واده د کورنۍ په خوښه کېږي، نه د ځوان په خوښه.

۵. ځکه چې د واده او ګډ کورني ژوند په اړوند عامه پوهاوی نه دی شوی.

٦. ځکه چې ځيني کورنۍ لا هم دې کار ته د حسادت په سترګه ګوري.

۷. ځکه چې زموږ ډېری کورنۍ ساده او بې بنسټه جوړې شوې دي.

۸. ځکه چې تصور کوي د عمر په دې پړاو کې بايد جوړه شي او بس.

۹. ځکه چې کله کله د خپلوانو د خبرو له مخې د واده پرېکړه کوي.

۱۰. ځکه چې تېرې ناخوالې او نابريالي ودونه د دې کار لامل ګڼي.

۱۱. ځکه چې په ټولنه کې د واده مشورې اړواړوهنيز مرکزونه نشته.

۱۲. ځکه چې ځينو اړواړوهانو هم د دود او رواج له مخې ودونه کړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نجونې په لږ عمر کې واده نه کړو؟

۱. ځکه چې له عاطفي اړخه يې وده پوره او چمتو نه وي.

۲. ځکه چې ډېرى ماشومان، د مور د کم عمر په خاطر مري.

۳. ځکه چې له جسمي او اروايي اړخه واده ته چمتو نه وي.

٤. ځکه چې د ګډ ژوند ملګرى او ګډ ژوند سم نه درک کوي.

۵. ځکه چې بيا د ګډ ژوند پر مهارتونو باندې سم نه پوهيږي.

٦. ځکه چې په جنسي اړيکو نه پوهيږي او دا ستونزې جوړوي.

۷. ځکه چې وړې او لږ عمره نجونې خپل ماشوم نشي روزلى.

۸. ځکه چې د دوهم واده، نورو اړيکو او خيانت لامل ګرځي.

۹. ځکه چې له درس او زده کړو څخه لرې او محروميږي.

۱۰. ځکه چې ټولنيز مهارت نه لري نو په کورنۍ کې ستونزې پيدا کوي.

۱۱. ځکه چې وړې نجونې ډېر ژر له نورو سره وابسته (ټړل) کيږي.

۱۲. ځکه چې ډېرى وړې نجونې له ژوند سره جوړجاړى نه کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له واده وړاندې ځوانانو ته د جنسي اړيکو په هکله معلومات ورکړو؟

۱. ځکه چې ښايي له نورو ناروا او غير علمي لارو يې لاس ته راوړي.
۲. ځکه چې په هر حال بايد جنسي پوهه او زده کړې سمې ترلاسه کړي.
۳. ځکه چې په دې هکله پوره پوهېدل د مثبتو عاطفي اړيکو لامل ګرځي.
٤. ځکه چې د اړتيا وړ مالوماتو لرل د روغو جنسي اړيکو لامل ګرځي.
٥. ځکه چې که مالومات ونه لري د ېبلارې او جنسي رويږدتيا لامل ګرځي.
٦. ځکه چې د جنسي مالومات لرل ذهني فشار او اضطراب راکمولی شي.
۷. ځکه چې له خپلو احساساتو او اړتياوو سره به په سم ډول بلد شی.
۸. ځکه چې که چېرې مالومات ونه لري، اړيکې به يې غير انساني شي.
۹. ځکه چې ښايي په دې اړه له زده کړو پرته پر اروايي ستونزو اخته شي.
۱۰. ځکه چې له هوساينې، يوبل درک او اړيکو رغېدو سره مرسته کوي.
۱۱. ځکه چې د مالوماتو لرل مو اړيکې رغوي او دا د خوښۍ لامل ګرځي.
۱۲. ځکه چې په دې اړه پوه نجونې او هلکان په ټولو چارو کې بريالي وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له واده وړاندې د ګډ کورلي ژوند په اړوند ولولو؟

۱. ځکه چې له واده وروسته ستونزې په سمه توګه حلولی شو.
۲. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري په پېژندنه کې مرسته کوي.
۳. ځکه چې پوه به شو چې، ډېری ستونزې عادي او ساده دي.
٤. ځکه چې مرسته کوي تر څو له تاوتریخوالي مخنیوی وکړو.
٥. ځکه چې له خپلې وندې، دندې او مسوولیتونو څخه خبریږو.
٦. ځکه چې بیا کولی شو ماشومان روغ، نوښتګر او ښه وروزو.
۷. ځکه چې د یو او بل اړتیاوې او ځانګړنې به سمې وپېژنو.
۸. ځکه چې له بې ځایه پرتله کولو او غوښتنو ځان ساتلی شو.
۹. ځکه چې له کورنیو ستونزو او ناخوالو څخه مخنیوی کوي.
۱۰. ځکه چې د کورنۍ د بریا، ګټورتوب او پوره کېدو لامل ګرځي.
۱۱. ځکه چې د بې ځایه غوښتنو په کمولو کې راسره مرسته کوي.
۱۲. ځکه چې مرسته کوي کورنۍ مو ځانګړی ارزښت پیدا کړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند د ملګري، عمري توپير ته پام وکړو؟

۱. ځکه چې نارينه د مېرمنو په پرتله ټکنی عاطفي وده کوي.

۲. ځکه چې که نجلی ډېره لويه شي، د مور په شان چلند کوي.

۳. ځکه چې عمري توپير ته پام کول پر اړيکو ډېره اغېزه لري.

٤. ځکه چې ډېر ځله د دواړو تر مينځ د بې باوری لامل ګرځي.

۵. ځکه چې عمر ته پام کول د واده لپاره اړين معيار بلل شوی.

٦. ځکه چې د عمر توپير د ذهني او عاطفي توپير مانا ورکوي.

۷. ځکه چې د يو بل په پېژندنه کې له ستونزو سره مخ کېږو.

۸. ځکه چې د عمر توپير د دې لامل ګرځي چې ښه ملګری نشو.

۹. ځکه چې له واده وروسته به د همزولي موندلو په هڅه کې شي.

۱۰. ځکه چې ډېر عمري توپير په جنسي اړيکو منفي اغېز کوي.

۱۱. ځکه چې ډېری ارواپوهان درې کاله توپير سالم او مناسب ګڼي.

۱۲. ځکه چې ماشومان به مو له اروايي ستونزو سره وزېږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په افغانسان کې واده کول په یوه وېره بدل شوي دي؟

۱. ځکه چې ډېرى نارینه او ښځینه له یو بل نه خوښ نه دي.

۲. ځکه چې ځینې مېرمنې ډېرې زیاتې او ښځایه غوښتنې لري

۳. ځکه چې ځینې نارینه له واده وروسته خیانت ته مخه کوي.

٤. ځکه چې ځینې کورنۍ له یو بل سره ناوړه او بد چلند کوي.

۵. ځکه چې په ځینو کورنیو کې تاوتریخوالي ډېر شوي دي.

٦. ځکه چې ډېرى ودونه ډېر سخت او زموږ له وړتیا لوړ دي.

۷. ځکه چې د واده لپاره پوره اروایي او جسمي چمتووالی نه لرو.

۸. ځکه چې کله کله جنسي ناپوهۍ هم د دې ډول وېرې لامل ګرځي.

۹. ځکه چې نه پوهېږو ګډ کورنی ژوند د انسانانو یوه اړینه اړتیا ده.

۱۰. ځکه چې نه پوهېږو وېره د خپلویو او ګډ ژوند لویه دښمنه ده.

۱۱. ځکه چې له ماشومتوبه همداسې روزل شوي یو او له واده وېرېږو.

۱۲. ځکه چې ددې ستونزو د حل په موخه له ارواپوه مرسته نه غواړو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د نجونو او هلکانو عمر ډېر لوړ نشي؟

۱. ځکه چې د وخت په تېرېدو تجربې ډېرې او غوښتنې لوړېږي.
۲. ځکه چې ښايي روېياران کم او د واده چانس له لاسه ورکړو.
۳. ځکه چې ډېر کم نارينه له لوړ عمره مېرمنو سره واده کوي.
٤. ځکه چې د نورو کسانو له لوري په بې واده پاتې کېدو ځوريږي.
٥. ځکه چې انسان د واده لپاره يو ځانګړی پړاو لري او بايد متاهل شي.
٦. ځکه چې لوړ عمر د ځوانانو په ټاکنه کې ستونزې او سختي راولي.
۷. ځکه چې په اوږد مهال کې به هره ستونزه لويه او ډېره جدي نيسي.
۸. ځکه چې ډېرې ځوانان د واده د معيارونو په هکله مالومات نه لري.
۹. ځکه چې يوازيتوب او مجردي انسان ته منفی او بد زيان رسولی شي.
۱۰. ځکه چې په لوړ عمر کې اولاد زېږول ګواښوونکې او بدې پايلې لري.
۱۱. ځکه چې له جنسي او ارواېي اړخه ورته ډېر لوی زيانونه رسېږي.
۱۲. ځکه چې د ځوانانو د ژورخپګان، وسواس او ډېرو نهيليو لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له واده وړاندې له خپل کوژدن سره ډېر عادت (وابسته) نشو؟

١. ځکه چې ځيني نجونې ډېر زيات عاطفي چلند کوي.
٢. ځکه چې هلکان له کچې ډېره پاملرنه ورته کوي.
٣. ځکه چې له واده وړاندې کړنې ډېرې واقعي نه وي.
٤. ځکه چې په اړيکو کې افراط او تفريط ورنه کېږي.
٥. ځکه چې ډېرى ځوانان په کورنيو کې محروميت لري.
٦. ځکه چې د ژوند نورو اړيکو او چارو ته زيان رسوي.
٧. ځکه چې د ډېرو او بېځايه غوښتنو او ځور لامل ګرځي.
٨. ځکه چې د ځوانانو د لوست د مخنيوي لامل کرځي.
٩. ځکه چې ياد پراو همداسې ځانګړنې له ځان سره لري.
١٠. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري نورې چارې محدوديږي.
١١. ځکه چې د ودې، ځان پنځونې او بريالو مخنيوى کوي.
١٢. ځکه چې په اړيکو کې تړاو ستړى کوونکى او ډېر سخت دى.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نجونې له واده وړاندې خپل احساسات پټوي؟

۱. ځکه چې ډېرې کورنۍ نجونو ته د احساساتو د بیان اجازه نه ورکوي.

۲. ځکه چې په دې باور دي چې، کورنۍ یې په اړه منفي قضاوت کوي.

۳. ځکه چې نه پوهیږي ډېر ځله دا احساسات عادي مسله ده نه ستونزه.

٤. ځکه چې له نجونو سره مرسته نه ده شوې چې څنګه یې بیان کړي.

۵. ځکه چې تل مو نجونې د احساساتو تشولو پر مهال توهین کړي دي.

٦. ځکه چې مور او پلار پر احساساتو پوهېدو کې مرسته نه ده کړې.

۷. ځکه چې د احساساتو او له کوژدن سره د اړیکو په اړوند مطالعه نه لري.

۸. ځکه چې له وړاندې د احساساتو په دننه غورځولو باندې عادت شوي دي.

۹. ځکه چې نجونې د احساساتو او هیجاناتو تر مینځ په توپیر نه پوهیږي.

۱۰. ځکه چې هر کله یې چې ښودلي هېڅوا په ښه سترګه نه دي ورته کتلي.

۱۱. ځکه چې نجونې هم نه پوهیږي چې احساسات یې د ژوند یوه برخه ده.

۱۲. ځکه چې د احساساتو تشولو په موخه یې له اړواړوه مرسته نه ده غوښتې.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځينې هلکان خپله کوژدنه خپل ملکيت ګڼي؟

۱. ځکه چې ډېرى هلکان په زورزياتي روزل شوي دي.

۲. ځکه چې ډېرى نجونې هم غواړي له واک لاندې اوسي.

۳. ځکه چې ډېرى نجونې له هلکانو څخه ځان ټيټ ګڼي.

٤. ځکه چې ډېرى هلکان ځان غوښتونکي او ځان پاله دي.

۵. ځکه چې کورنۍ يوازې د زامنو درناوى او ستاينه کوي.

٦. ځکه چې هلکان د خپلو دا ډول کړنو په زيان نه پوهېږي.

۷. ځکه چې ډېرى نجونې په ځان اعتماد او باور نه لري.

۸. ځکه چې کورنۍ داسې چلند کول د هلکانو خپل حق ګڼي.

۹. ځکه چې دا نه دي وربښودل شوي چې انسان خپلواکه دى.

۱۰. ځکه چې د نجونو په وده او پياوړتيا کې هڅه نه ده شوې.

۱۱. ځکه چې کورنۍ، هلکان همدا ډول روزي او پاروي.

۱۲. ځکه چې داسى څوک نشته چې دا ستونزه وننګوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له واده نه وړاندې ناخوالې هېرې کړو؟

۱. ځکه چې له هېرولو پرته يې کومه بله لاره نه شته.

۲. ځکه چې ژوند يوازې په دمګړی کې موندل کېږي.

۳. ځکه چې تېر يادونه مو په ژور خپګان اخته کوي.

٤. ځکه چې په تېر کې د دمګړي خوند نشو موندلی.

٥. ځکه چې په تېر کې اوسېدل د پرمختګ مخه نيسي.

٦. ځکه چې د تېر له منلو پرته بله چاره په لاس کې نشته.

۷. ځکه چې تېر که څومره بد شي بيا هم تېر شوي دي.

۸. ځکه چې داسې انسان نشته چې ښه يا بد تېر ونه لري.

۹. ځکه چې که يې هېر نه کړو، خوښي به مو رانه واخلي.

۱۰. ځکه چې د ناخوالو يادول موږ ته هېڅ ګټه نه رسوي.

۱۱. ځکه چې په اروايي او کورنيو ستونزو به مو اخته کړي.

۱۲. ځکه چې واده کول يانې د يوه تاند او نوي ژوند پيل.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې هلکان د کورنیو تر اغېز لاندې راځي؟

۱. ځکه چې ډېرې هلکان له مالي پلوه په کورنۍ پورې تړلي.

۲. ځکه چې ورته ویل شوي، مېرمنه مهمه او ارزښتمنه نه ده.

۳. ځکه چې د ډېرې هلکانو په اند یې، کورنۍ تل ریښتینې دي.

٤. ځکه چې د افغاني دود له مخې هلکان تل ډېر واک نه لري.

۵. ځکه چې کورنۍ نه پوهیږي په دې کار سره یې کور ورانوي.

٦. ځکه چې ډېرې هلکان نه پوهیږي چې راتلونکی یې ننګوي.

۷. ځکه چې له وړاندې پې اوربدلي وي چې ښځه مزدوره وي.

۸. ځکه چې د کورنۍ غړي له هلکانو ناوړه او ډېرې هیلې لري.

۹. ځکه چې د روغ او ناروغ کورني ژوند په اړوند مطالعه نه لري.

۱۰. ځکه چې که هلکان خبرې ومني، کورنۍ مرسته ورسره کوي.

۱۱. ځکه چې ډېرې نجونې او هلکان په ژوند کې خبرې نه سره کوي.

۱۲. ځکه چې ښایي له واده وړاندې په ځانګړو مسایلو همغږي نه وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له واده نه وړندې جنسي اړيکې ونه لرو؟

۱. ځکه چې ښايي له واده وړاندې مو جنسي ملګرى تهديد کړي.

۲. ځکه چې له واده وړاندې جنسي اړيکې دواړو ته زيان رسوي.

۳. ځکه چې له هوډ او رسميت پرته جنسي اړيکې خوند نه لري.

٤. ځکه چې مور تر وېرې، اضطراب او ذهني فشار لاندې راولي.

۵. ځکه چې ښايي په دې کار رسوا او آن ژوند له لاسه ورکړو.

٦. ځکه چې ځينو ته د ګناه احساس او د وجدان عذاب پيدا کوي.

۷. ځکه چې ښايي حمل واخلي او له سختو ستونزو سره مخ شو.

۸. ځکه چې د ډېرى کسانو لپاره پر ناخوالو او بدو خاطرو بدليږي.

۹. ځکه چې ښايي په ځينو جنسي او ارواېي ګډوډيو باندې اخته شي.

۱۰. ځکه چې بيا به مو د ګډ ژوند په ملګري باور کول راته سخت شي.

۱۱. ځکه چې پر يو بل بې باوره کېږو او شک او وهم راته پيدا کېږي.

۱۲. ځکه چې ډېرځله ددې ډول مخينې منل نرانو ته ستونزمن وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ځینو کوژدو موده ډېره اوږدیږي؟

۱. ځکه چې پرته له دې چې اقتصاد ته پام وکړي، کوژده کوي.
۲. ځکه چې د نجلۍ کورنۍ د زوم له کورنۍ نه ډېر ولور غواړي.
۳. ځکه چې کېدای شي د نجلۍ او هلک خپلوان پکې ښکېل وي.
٤. ځکه چې لوی لامل یې د ګنډو رواجونه او دودونو شتون دی.
۵. ځکه چې کورنۍ یې په لومړیو کې لګښتونو ته پام نه کوي.
٦. ځکه چې ځینې غلط باور کوي چې پېژندنه کې مرسته کوي.
۷. ځکه چې نه پوهېږي ښه موده یې ٦ تر ۱۲ میاشتو پورې ده.
۸. ځکه چې ډېرې په دې نه پوهېږي چې ستونزو سره یې مخ کوي.
۹. ځکه چې ډېرې د نکاح ترڅ کېدو مهال په خپله خوښه ټاکي.
۱۰. ځکه چې نه دي خبر چې هلک او نجلۍ په اضطراب اخته کوي.
۱۱. ځکه چې نه پوهېږي چې هلک او نجلۍ ته ژورخپګان پیدا کېږي.
۱۲. ځکه چې بدبختانه د کوژدې مهال په اړوند هېڅ مالومات نه لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کوژده ډېره اوږده نشي؟

۱. ځکه چې هلک او نجلۍ ته د همغږۍ ستونزې پیدا کوي.

۲. ځکه چې ډېرځله نجلۍ او هلک له یوبل نه ستړي کیږي.

۳. ځکه چې د یو بل پېژندلو لپار یو کال وخت بسنه کوی.

٤. ځکه چې د هلک او نجلۍ تر مینځ ټولې پوښتنې حلیږي.

۵. ځکه چې له عاطفي پلوه وروسته باید جنسي پلوه پیل شي.

٦. ځکه چې د نجلۍ او هلک تر مینځ پرتلې او غوښتنې ډېروي.

۷. ځکه چې د کوژدې اوږدېدل د دواړو د پېښمانۍ لامل ګرځي.

۸. ځکه چې د نجلۍ او هلک د نیوکو او بهانو لامل کېدای شي.

۹. ځکه چې د خلکو د پوښتنو دروند پیټې باید په غاړه واخلي.

۱۰. ځکه چې زموږ د نورو خویندو او وروڼو د واده مخه نیسي.

۱۱. ځکه چې د نجلۍ او هلک لرهوالی نور یو بل ته عادي کیږي.

۱۲. ځکه چې د نورو کسانو ښکېلتیا او مداخلې ته لاره هواریږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې هلک او نجلۍ پر یو بل بې باوره کېږي؟

۱. ځکه چې له کوژدې وړاندې يې يو بل سم نه دي پېژندلي.

۲. ځکه چې خپلو خبرو، کړنو او چلند ته پوره پام نه کوي.

۳. ځکه چې نجلۍ او هلک د يو بل پر مخينه ځېړنې کوي.

٤. ځکه چې له اوله يې د باور کولو په پار هڅه نه ده کړې.

٥. ځکه چې په خپل مينځ کې ډېرې ناحل شوې پوښتنې لري.

٦. ځکه چې ځيني هلکان او نجونې اروايي ستونزې لري.

۷. ځکه چې پر يو بل باور جوړولو ته ارزښت نه ورکوي.

۸. ځکه چې کله کله کورنۍ د دواړو تر مينځ د شک لامل ګرځي.

۹. ځکه چې خپلې ستونزې او ناخوالې يو بل ته نه وايي.

۱۰. ځکه چې ډېرى يې د باور جوړولو په لارو سم نه پوهيږى.

۱۱. ځکه چې لامل يې نه پيدا کوي او تل بېځايه شخړې کوي.

۱۲. ځکه چې د ستونزو پر مهاله زغم او سمه ځېرنه نه کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کوژدې پر مهال تېروتنو ته پام نه کوو؟

۱. ځکه چې د کوژدې د پړاو لومړی اصل یو بل پېژندنه دي.

۲. ځکه چې کوژدن به بیا سم یا سمه شي، دا ناسم تصور دی.

۳. ځکه چې د دې پړاو چلند ډېرځله ریښتینی او سم نه وی.

٤. ځکه چې ډېرځله د کوژدې پر مهال تېروتنې عمري کیږي.

٥. ځکه چې وروستۍ پړکړه هم د کوژدې پر بنسټ کیږي.

٦. ځکه چې پره یوازې په کورنۍ نه په کوژدنو هم لویږي.

۷. ځکه چې د ډېرۍ کورنیو ستونزو لامل همدا بابېزه ګڼل وي.

۸. ځکه چې ډېرۍ تېروتنې له خیانتونو سره نېغه اړیکه لري.

۹. ځکه چې د کوژدې پړوا ارزښت د روغ واده یو اصل دي.

۱۰. ځکه چې ځینې تېروتنې د ځینو د شخصیت یوه برخه وي.

۱۱. ځکه چې ښایي مینه مو پیدا شوی وي او بده یې ونه ګڼو.

۱۲. ځکه چې ځینې تېروتنې د اروایي او جنسي ګډوډیو لامل دي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کوژدې پر مهال نجلۍ او هلک لږ یو بل وویني؟

۱. ځکه چې ډېرې لیدنې کتنې د عاطفي ستونزو لامل ګرځي.
۲. ځکه چې هر څه که له اړینې کچې ډېر شي، رسوا کېږي.
۳. ځکه چې د ډېرې کورنیو لپار دا کار د زغم وړ نه دی.
٤. ځکه چې د روغو اړیکو لپاره ډېرو لیدنو ته اړتیا نشته.
٥. ځکه چې کېدای شي هلک او نجلۍ ډېر سره عادت شي.
٦. ځکه چې افراطي کتل د لیدنو د خوند او مزې کچه راټیټوي.
۷. ځکه چې ښایي نجلۍ او هلک له یو بل نه ستړي او عادي شي.
۸. ځکه چې په نورو چارو کې د سستۍ او تنبلۍ لامل ګرځي.
۹. ځکه چې له واده څخه وروسته د ناسم پوهاوي لامل ګرځي.
۱۰. ځکه چې له خویندو او وروڼو سره، اړیکو ته مو لوی زیان اړوي.
۱۱. ځکه چې ډېرځله کوژدن شوي له مالي ستونزو سره مخ کېږي.
۱۲. ځکه چې بیا بیاځلي لیدنې ډېرځله جنسي اړیکې مینځ ته راوړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له هلک سره د هغه د پيسو په خاطر واده ونه کړو؟

۱. ځکه چې خپرنې ښيي، شتمن او مالدار خلک هم ستونزې لري.

۲. ځکه چې شتمني مو عاطفي نه؛ بلکې مادي اړتياوې پوره کوي.

۳. ځکه چې ډېرځله شتمنۍ د مقابل لوري عيبونه پټ او ورکوي.

٤. ځکه چې مينه، متقابل درناوی او سمه پېژندنه هم د ژوند اړتيا ده.

٥. ځکه چې دا يو محروميت دی او کېدای شي رفع شي نو بيا څه؟

٦. ځکه چې مالي شتمنۍ په يوه حال نه وي او دايمي ثبات نه لري.

۷. ځکه چې د پيسو په خاطر واده ګډ کورني ژوند ته زيان اړوي.

۸. ځکه چې شتمني نارينه نورو ودونو ته هم هڅولی شي، بيا څه؟

۹. ځکه چې که انګېزه شتمني وي، کمېدل يې بېلتون رامينځ ته کوي.

۱۰. ځکه چې بريالۍ او روغې اړيکې تل په پيسو نه وي تړلې.

۱۱. ځکه چې په پيسو سره هلک د نجلۍ خاوند او مالک جوړيږي.

۱۲. ځکه چې کورنۍ د شتمنۍ پر بنسټ نه، بلکې پر درک جوړيږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د یو بل د کورنیو په اړوند قضاوت ونه کړو؟

۱. ځکه چې ډېرځله د نجلۍ او هلک اړیکو ته زیان رسوي.

۲. ځکه چې نجلۍ او هلک له یو بل څخه ښېل او لرې کوي.

۳. ځکه چې هر قضاوت باید له کوژدې وړاندې شوې وای.

٤. ځکه چې د یو بل په کورنیو کې د لاسوهنې حق نه لرئ.

۵. ځکه چې د نجلۍ او هلک د کورنیو ستونزو لامل ګرځي.

٦. ځکه چې د خاوند او میرمنې ترمینځ د ستونزو لامل ګرځي.

۷. ځکه چې په دې سره همغږۍ او روغې ته نشو رسېدی.

۸. ځکه چې اولادونه په خپلو کورنیو پورې تړلي (وابسته) دي.

۹. ځکه چې د قضاوت نه کول باید د ښو اخلاقو په سترګه ومنو.

۱۰. ځکه چې قضاوت د نورو په ژوند کې مستقیمه لاسوهنه ده.

۱۱. ځکه چې یو بل منل، درناوی او همغږي رامینځ ته کوي.

۱۲. ځکه چې تر اوسه د اړیکو د مدیریت په اړه مالومات نه لرو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د غوصې پر مهال له خپل کوژدن سره بحث ونه کړو؟

۱. ځکه چې د غوصې پر مهال بحث په تاوتریخوالي اوړي.
۲. ځکه چې ښایي داسې بحثونه مو د بېلتون لامل وګرځي.
۳. ځکه چې د غوصې پر مهال تل د پرېکون هڅې کوو.
٤. ځکه چې د غوصې پر مهال بحثونه تل بې پایلې ختمیږي.
٥. ځکه چې غوصه د ستونزو د لویېدو او غزېدو لامل ګرځي.
٦. ځکه چې ډېرځله په غوصه کې بحثونه ستونزې نشي حلولی.
۷. ځکه چې ښایي کورنۍ لاسوهنه وکړي او ستونزه لویه شي.
۸. ځکه چې غوصه هېڅکله هم زمونږ د اړیکو لپاره ګټوره نه ده.
۹. ځکه چې د غوصې پر مهال باید لومړی ګام په آرامه واخلو.
۱۰. ځکه چې ناسمه پوهېدنه، شخړې او منفي هیجانات ډېروي.
۱۱. ځکه چې د ځان کمې او ګوښه والی لامل کېدای شي.
۱۲. ځکه چې د غوصې پر مهال په سمه د زړه خواله نه شو کولی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځينې جوړې د ستونزو په حل خبرې نه کوي؟

١. ځکه چې فکر کوي کوژدن يې په څه نه پوهيږي.

٢. ځکه چې لا هم د کوژدن په راز ساتلو باور نه لري.

٣. ځکه چې کورنۍ يې، دواړه لوري له يو بله لرې ساتي.

٤. ځکه چې له کوژدن سره د خبرو په ګټه نه پوهيږي.

٥. ځکه چې پرلپسې خبرې کول پخپله ستونزه حل کوي.

٦. ځکه چې د ستونزو د حل يوازينۍ لاره خبرې دي.

٧. ځکه چې خبرې نه کول د ذهني فشار لامل ګرځي.

٨. ځکه چې په زړه کې پاتې خبرې ژورخپګان پيدا کوي.

٩. ځکه چې ناويل شوې خبرې د ناسم چلند لامل ګرځي.

١٠. ځکه چې له هغوی پرته بل څوک مرسته نشي کولی.

١١. ځکه چې له بل چا سره خبرې شخصي حريم ماتوي.

١٢. ځکه چې بايد خپله خبرې وکړي يا له اړواړه سره.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني هلکان د کوژدن پرېاو سړوي؟

۱. ځکه چې ډېرى د کورنيو په غوښتنو کوژدن شوي.

۲. ځکه چې د نجونو له خوا ډېرې پوښتنې ورنه کېږي.

۳. ځکه چې ښايي د نجلۍ له خوا به ډېر څارل کېږي.

٤. ځکه چې نارينه په عاطفي اړيکو باندې ډېر فکر نه کوي.

٥. ځکه چې هلکان تل خپل جنسيت ته ارزښت ورکوي.

٦. ځکه چې ځيني له کوژدې وروسته رازونه افشا کوي.

۷. ځکه ملګري ورته وايي چې کوژدن ته پام ونه کړي.

۸. ځکه چې ځيني هلکان ديکتاتور او ځان غوښتونکي دي.

۹. ځکه چې د ځينو لپاره کورنى ژوند لومړيتوب نه لري.

۱۰. ځکه چې له خپلې کوژدنې نه ښځي ډېرې غوښتنې کوي.

۱۱. ځکه چې ډېرى هلکان له ريښتينې مينې سره بلد نه دي.

۱۲. ځکه چې ډېرې هلکان له جنسي توپيرونو خبر نه دي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د هلک او نجلۍ تر مینځ اقتصادي انډول اړین دی؟

۱. ځکه چې ډېرى ستونزې د پیسو په وسیله حل کېږي.

۲. ځکه چې د انډول نشتوالى کډوالى لامل هم ګرځي.

۳. ځکه چې له بده مرغه ننني انسانان ماده پرسته دي.

٤. ځکه چې د ژوند د مهارتونو په وده کې مرسته کوي.

۵. ځکه چې د لوړو زده کړو د پیلولو او دوام لامل دی.

٦. ځکه چې کولى شي په خپلواک ډول ژوند وکړي.

۷. ځکه چې د کورنیو شکایتونو د کموالي لامل ګرځي.

۸. ځکه چې ځینې جوړې سیالیو او پرتلو ته هڅوي.

۹. ځکه چې د واده لپاره یو سم او ارزښتناک معیار دی.

۱۰. ځکه چې نه پاملرنه یې ښایي د کوژدې موده اوږده کړي.

۱۱. ځکه چې ښایي وروسته له واده مو پوره وړې کړي.

۱۲. ځکه چې مالي مدیریت د ګډ ژوند یو مهم اصل دی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کورنۍ، د اولادونو له واده وړاندې ډېر خواړه نشي؟

۱. ځکه چې ډېر تګ راتګ اړیکې خرابې او مینه کموي.

۲. ځکه چې له یو بل څخه غوښتنې ډېرې او لوړیږي.

۳. ځکه چې ډېرې کورنۍ د سیالیو پر بنسټ ژوند کوي.

٤. ځکه چې ډېرې کورنۍ وسواسي دي او بدلون نه مني.

۵. ځکه چې ډېرې د کوژدې پرځای دود ته ارزښت ورکوي.

٦. ځکه چې کورنۍ توپیر لري او لږ اړیکې ورته ښه دي.

۷. ځکه چې زمونږ نه د اولادونو اړیکې او ژوند مهم دی.

۸. ځکه چې کورنیو تر مینځ همغږي هم له مینځه وړي.

۹. ځکه چې په افراطي اړیکو کې سمه پېژندنه ناشونې وي.

۱۰. ځکه چې د کورنیو تر مینځ ډېر اړیکې وخت ضایعه کوي.

۱۱. ځکه چې ډېر خوږبدل په ژوند کې د لاسوهنو لامل ګرځي.

۱۲. ځکه چې ښایي د نجلۍ او هلک په اړیکو بد اغېز وکړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له واده وړاندې د خپلو اروايي ګډوډيو درملنه وکړو؟

۱. ځکه چې پر ځان باور او ځان درناوي مو بده اغېز کوي.

۲. ځکه چې د ګډ کورني ژوند اړيکې به مو له سره ورغوي.

۳. ځکه چې د يو بل پر وړاندې غبرګونونه به مو راکم کړي.

٤. ځکه چې ذهني فشار او اروايي ګډوډۍ به مو ډېرې نشي.

۵. ځکه چې ښايي د واده مخه ونيسي او ستونزې جوړې کړي.

٦. ځکه چې اروايي ګډوډيو ته نه پاملرنه ګډوډۍ ډېروی شي.

۷. ځکه چې ښايي کوژدن مو راځخه خواشينی او ناهيلی کړي.

۸. ځکه چې اروايي ګډوډيو ډېرې جوړې سره جلا کړي دي.

۹. ځکه چې د ځينو ګډوډۍ درملنه له واده وړاندې حتمي وي.

۱۰. ځکه چې ځيني ګډوډۍ له طبي اړخه واده منعه کوی شي.

۱۱. ځکه چې ډېرو افغانانو ته يې وروسته ستونزې جوړې کړي.

۱۲. ځکه چې د ځينو ګډوډيو درملنه له واده وروسته سختېږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له کوژدې وروسته کورنۍ او ملګري هېر نه کړو؟

۱. ځکه چې د انسان هره اړیکه خپل ځانګړی اهمیت لري.

۲. ځکه چې کورنۍ او ملګري زموږ په ژوند کې مهم دي.

۳. ځکه چې ریښتینې هوساینه ښې او پراخې اړیکې لري.

٤. ځکه چې اړیکې مو یوازې پر کوژدن نه راځرخېږي.

٥. ځکه چې کورنۍ هم د زموږ اړیکو ته پوره اړتیا لري.

٦. ځکه چې کورنۍ او ملګري مو هم ټولنیز چاپېریال دی.

۷. ځکه چې د اړیکو کمښت د اړیکو له منځه تلل هم لري.

۸. ځکه چې د کورنۍ هېرول مو د نړۍ کېدو لامل ګرځي.

۹. ځکه چې د کوژدن په راتلو سره نور کسان هم مهم دي.

۱۰. ځکه چې ټولو اړیکو ته باید وخت، ارزښت ورکړ شي.

۱۱. ځکه چې یوازې له کوژدن سره اړیکې مو منزوي کوي.

۱۲. ځکه چې ټکنالوژې او بوختیاوې مو هسې هم لرې کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نجلی او هلک یو بل کنټرول نه کړي؟

۱. ځکه چې په دې چلند سره خپلې اړیکې نورې هم سستوو.

۲. ځکه چې ښایي په اړیکو کې مو شک او بدګماني پیدا کوي.

۳. ځکه چې ښایي نجلی او هلک سترې او نوماندي فسخه شي.

٤. ځکه چې ډېری هلکان نه خوښوي چې کنټرول او وځارل شي.

۵. ځکه چې ځینې کورنۍ د نجلۍ او هلک دا چلند نه خوښوي.

٦. ځکه چې ښایي په دې چلند سره نجلی او هلک څه پټ کړي.

۷. ځکه چې پاملرنه راکموي او اړیکې هم ډېرې زیاتې ورانوي.

۸. ځکه چې که زموږ د ژوند ملګری وي نو کنترول د څه لپاره؟

۹. ځکه چې ځینې پرې عادت شوي او باید کراره یې راکم کړي.

۱۰. ځکه چې د کورنۍ او ملګرو په خوله عمل او تحریک عمل کوي.

۱۱. ځکه چې ځار او کنټرول کول د انحراف او ببلارۍ لامل ګرځي.

۱۲. ځکه چې که یې کنټرول نه کړو، نو اړیکې مو خوږولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د خپل دین او مذهب له پیروانو سره واده وکړو؟

۱. ځکه چې اولادونه به مو د عقیدې په ټاکنه کې ستونزه نه لري.

۲. ځکه چې په کورنیو کې به مو عقیدوي سیالی نه شروع کیږي.

۳. ځکه چې هر چا ته خپل دین او مذهب تر هرڅه ارزښت لري.

٤. ځکه چې ښایي وروسته مو وړې ستونزې په نه همغږۍ واوړي.

٥. ځکه چې په ګډ ژوند کې د ستونزو او سرخوږي لامل ګرځي.

٦. ځکه چې له واده وروسته به په میراث و ترکه نه سره جوړیږي.

۷. ځکه چې د دین او مذهب خلاف ودونو ښه پایله نه ده ورکړې.

۸. ځکه چې په لومړیو کې د دین او مذهب له ونډې نه خبر نه یو.

۹. ځکه چې ډېرې اړوپوهان د یوه دین او مذهب وادونه ښه ګڼي.

۱۰. ځکه چې له بل دین او مذهب لرونکي سره واده هوساینه کموي.

۱۱. ځکه چې ښایي په ۱۰۰ کې ۴ تر ۵ سلنه یې هم مثبته پایله نه لري.

۱۲. ځکه چې د بېلابېلو دینونو لرونکو سره چارچلند ناشونی کیږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د خپل کوژدن هیلې په پام کې ونیسو؟

۱. څکه چې د لا پیژندنې او پوهاوي لامل ګرځېدی شي.

۲. څکه چې یو بل ته مو د لا ډېر پام او فکر لامل ګرځي.

۳. څکه چې کله کله په لاشعوری ډول سره مرسته کوي.

٤. څکه چې د دواړو لویه غوښتنه همدا هیلو ته پام وي.

٥. څکه چې په دې سره له ډېرو ستونزو نه مخنیوی کوي.

٦. څکه چې ښایي خپلو غوښتنو سره به یې یو شی کړي.

۷. څکه چې دې ته له پام پرته به ستونزې هم ډېرې شي.

۸. څکه چې د کوژدن د خوشالولو یو راز همدا کار دی.

۹. څکه چې په لېوالتیا کې یې د ټینګار ټکی موندلی شو.

۱۰. څکه چې ژوند د غوښتنو په پاملرنه ښکلی کېدی شي.

۱۱. څکه چې هرې وړې او لویې ستونزې نه به خلاص شو.

۱۲. څکه چې له ډېرو لفظي شخړو څخه مخنیوی سوی وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کوژدن شوې نجلۍ او هلک له یو بل سره جنګ کوي؟

۱. ځکه چې ډېرى یې په کافي اندازه یو بل نه پېژني.

۲. ځکه چې د نر او ښځې په توپیر سم نه دى پوه شوي.

۳. ځکه چې د ستونزې د حل په خاطر مشوره نه اخلي.

٤. ځکه چې تراوسه د یو بل په توپیرونو سم بلد نه دي.

۵. ځکه چې نه پوهیږي، ډېر جنګ به یې سره لرې کړي.

٦. ځکه چې نه پوهیږي مېرمنې اورېدونکي ته اړې دي.

۷. ځکه چې نه پوهیږي نارینه یوازیتوب ته اړتیا لري.

۸. ځکه چې ډېرځله له یو بل څخه ډېرې لویې هیلې لري.

۹. ځکه نه درک کوي، ژوند له شخړو پرته ناشونى دى.

۱۰. ځکه چې نه پوهیږي چې یوازې ښه چلند ژوند غځوي.

۱۱. ځکه چې له ماشومتوبه همداسې جنګي روزل شوي.

۱۲. ځکه چې نه پوهیږي د ستونزو په حلولو به هوسا شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د خپل کوژدن رازونه چاته وله وایو؟

۱. ځکه چې کوژده یو ازمایښتي پړاو دی.

۲. ځکه چې ښایې اړیکه له مینځه ویسي.

۳. ځکه چې ښایي تر مینځ مو کینه پیدا شي.

٤. ځکه چې رازونه د ژوند یوه برخه ده.

٥. ځکه چې ښایي کوژده مو سره فسخه شي.

٦. ځکه چې ګاونډ او کورنۍ لاسوهنه کوي.

۷. ځکه چې ښایي کورنۍ ستونزې پیدا شي.

۸. ځکه چې راز ساتل د مینې لامل ګرځي.

۹. ځکه چې راز ساتل به دواړه هوسا کړي.

۱۰. ځکه چې له امله به یې ټول عمر ځورېږو.

۱۱. ځکه چې د دواړو لورو حریم به مات شي.

۱۲. ځکه چې ارواپوهان یې د کوژدن قانون ګڼي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نجلۍ او هلک د یو بل خبرو ته غوږ ونیسي؟

۱. ځکه چې مرسته ورسره کوي تر څو یو بل ښه وپېژني.

۲. ځکه چې په دې سره یې په مینځ کې صمیمت ډیریږي.

۳. ځکه چې نجلۍ او هلک غواړي خبرې یې واورېدل شي.

٤. ځکه چې کوژدن او ګډ ژوند هم ورته لومړیتوب کېږي.

۵. ځکه چې ځینې کورنۍ یې نه غواړي، خو یوه اړتیا ده.

٦. ځکه چې غوږ نیول مو د کوژدن مهال ستونزې حل کوي.

۷. ځکه چې غوږ نه نیول مو د ګډ ژوند ستونزې لا ډېروي.

۸. ځکه چې په اورېدلو سره به یو بل لا ډېر درک کړی شو.

۹. ځکه چې غوږ نه نیول د ناسمې پوهېدنې لامل کېدی شي.

۱۰. ځکه چې په خبرو اورېدو سره به سمې حل لارې وموميږ.

۱۱. ځکه چې ډېرې اړواړوهان یو بله ته غوږ نیول وړاندیزوي.

۱۲. ځکه چې اورېدنه په اړیکو ډېر او مثبت اغېز کولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د هلکانو زده کړې له نجونو ډېرې وي؟

۱. ځکه چې د ځېرنو له مخې په دې کار سره همغږي ډېرېږي.

۲. ځکه چې د ډېرې نجونو د کورنيو غوښتنه هم تل همدا وي.

۳. ځکه چې کله ناکله د دواړو تر مينځ د غوږوهنې لامل ګرځي.

٤. ځکه چې نارينه نه غواړي د مېرمنې زده کړې يې لوړې وي.

۵. ځکه چې ښايي دا مسئله د دواړو په عاطفي ژوند اغېز کوي.

٦. ځکه چې ډېرځله نران له همدې امله ځان له نورو کم ګڼي.

۷. ځکه چې کله ناکله نران آن په خپل ځان هم بې باوري کوي.

۸. ځکه چې د دواړو د ستونزو د حل په برخه کې مرسته کوي.

۹. ځکه چې مېرمن به يې مغروره او خاوند به له نورو کم نشي.

۱۰. ځکه چې د زده کړو او مالوماتو اندول به يې سره برابر شي.

۱۱. ځکه چې ښايي د دواړو غاړو کورنۍ لاسوهنې ته اړباسي.

۱۲. ځکه چې د ملګرو له لوري به د ښځې مزدور ونومول شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کله ناکله احساس کوو چې مجردي ښه وه؟

۱. ځکه چې احساس کوو وړاندې مو مسوولیتونه لږ وو.

۲. ځکه چې د ژوند هر پړاو ببلابېلې ښېګڼې سره لري.

۳. ځکه چې ښایي غوښتنې مو سره پوره شوې نه وي.

٤. ځکه چې ځینې ستونزې له واده وړاندې نه حل کوو.

٥. ځکه چې د همغږۍ په مهارت سم سمبال شوي نه یو.

٦. ځکه چې د ژوند او د ملګري په اړه مالومات نه لرو.

۷. ځکه چې د جوړجاړې پر ځای یې د بدلون هڅې کوو.

۸. ځکه چې له اروایي او جسمي اړخه ډېر چمتو نه یوو.

۹. ځکه چې یوازې واده مو کړی، سره منلی مو نه دي.

۱۰. ځکه چې ډېر په کورنۍ پورې تړلي او وابسته یو.

۱۱. ځکه چې بانې لټوو او له حده ډېر یې قضاوت کوو.

۱۲. ځکه چې له واده نه وړاندې مو مشوره نه ده کړې.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ډېر فلمونه او سریالونه کوژدن ته ستونزې پیدا کوي؟

۱. ځکه چې د فلم لیدل مو په یوه خیالي او چرتي انسان بدلوي.
۲. ځکه چې له منفي اړخونو یې پېښې کوو او نارامه کوي مو.
۳. ځکه چې کله ناکله ذهني فشار او ژورخپګان هم پیدا کوي.
٤. ځکه چې ښایي د شپې له مخې د خوب ګډوډیو هم پیدا کړي.
۵. ځکه چې د کوژدن پر وړاندې زمور غوښتنې ډېروی شي.
٦. ځکه چې کله کله د نجلۍ او هلک تر مینځ عاطفه ماتوي.
۷. ځکه چې له ټولنیزو او فزیکي فعالیتو څخه مو لرې ساتي.
۸. ځکه چې د طلاق او بېلتون یو لامل همدا سریالونه بلل شوي.
۹. ځکه چې کله کله زمور په جسمي او ذهني بدلونونو اغېز کوي.
۱۰. ځکه چې د نجلۍ او هلک تر مینځ صمیمیت او مهربانی کموي.
۱۱. ځکه چې ورځنۍ چارې او بریاوې مو وروسته پاتې کوی شي.
۱۲. ځکه چې له ځینو خپرونو او سریالونو سره تړاو پیدا کوی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نجلۍ او هلک له واده وړاندې سفر ونه کړي؟

۱. ځکه چې کېدای شي د جنسي اړیکو لامل وګرځي.

۲. ځکه چې ناسم فکرونه او شخړې رامینځ ته کوي.

۳. ځکه چې زمور له دودونو او رواج سره نه ښایي.

٤. ځکه چې دواړه له اروایی اړخه سره تړل کېږي.

۵. ځکه چې د کوژدې پړاو کې یوازې پېژندل دی.

٦. ځکه چې تراوسه د مینې پړاو نه دی پوره شوی.

۷. ځکه چې ډېری کورنۍ سفر هېڅ نه خوښوي.

۸. ځکه چې د کوژدن په پړاو کې سم باور نه وي.

۹. ځکه چې دا سفر د واده په اندازه مصرف لري.

۱۰. ځکه چې د کوژدې پړاو یو ډېر حساس پړاو دی.

۱۱. ځکه چې د ټولنې د خلکو له پوښتنې لاندې راځو.

۱۲. ځکه چې ډېری اړواپوهان یې هم نه وړاندیزوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د افغان نجونو لپاره واده په یوه ستونزه بدل شوی؟

۱. ځکه چې زموږ د ټولنې نجونې تل په نارینه وو تکیه کوي.
۲. ځکه چې فکر کوي د ژوند ټولې اړتیاوې په نرانو پورې دي.
۳. ځکه چې تر اوسه په ځان باور نه لري او په ځان بسیا نه دي.
٤. ځکه چې ځان له نورو کم ګڼي او واده کول ورته سخت دي.
٥. ځکه چې ډېرې کورنۍ د نجونو په دې ستونزه خواشیني کوي.
٦. ځکه چې ځینې کورنۍ له خپلو نجونو څخه ښه ملاتړ نه کوي.
۷. ځکه چې په بیا بیا ځلي نجونو ته ویل کېږي ولې واده نه کوې.
۸. ځکه چې ډېرې نجونې له بد مرغیو څخه ویره او ډار لري.
۹. ځکه چې نجونو ته د عامه پوهاوي پروګرامونه نه جوړېږي.
۱۰. ځکه چې د کورنیو ستونزو په حل کې څوک ونډه نه ورکوي.
۱۱. ځکه چې باور لري واده د نجونو لپاره یوازینۍ لومړیتوب دی.
۱۲. ځکه چې ډېرې نجونې زده کړې کوي نو ځکه اندېښمنې دي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مجرده ځوانان ډېر په غوصه کېږي؟

۱. ځکه چې د غوصې د مدیریت مهارتونه نه دي ورښودل شوي.

۲. ځکه چې خپله هم د هیجانونو د مدیریت په اړه مالومات نه لري.

۳. ځکه چې ځان ته په لویه سترګه ګوري او ځان سم نه پېژني.

٤. ځکه چې ځواک طلبه ده او دا د ځوانۍ یوه خورا مهمه اړتیا ده.

۵. ځکه چې د بدلون تجربه نه لري او په ځرنګوالي یې نه پوهیږي.

٦. ځکه چې خپل جنسي اړتیاوې سمې نه شي سره مدیریت کولی.

۷. ځکه چې کورنۍ یې د نوې ځوانۍ له پراونو څخه نه خبروي.

۸. ځکه چې ډېرې کورنۍ له نویو ځوانانو سره روغې اړیکې نه لري.

۹. ځکه چې له نوې ځوانۍ سره اړوند هورمونونه ډېر ترشح کېږي.

۱۰. ځکه چې د منفي هیجانونو د تشولو لارې چارې یې نه دي زده.

۱۱. ځکه چې د ستونزو حل او پرېکړې له مهارتونو سره آشنا نه دي.

۱۲. ځکه چې ډېرې نوي ځوانان مطالعه نه لري او سپورت نه کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له واده وړاندې څېړنې وکړو؟

۱. ځکه چې له ځېړنو پرته واده په تیاره کې د مزل په مانا ده.

۲. ځکه چې واده په احساساتو باندې نه پر ځېړنو روغولی شو.

۳. ځکه چې ځېړنه د واده لپاره یوه علمي او روغه تګلاره ده.

٤. ځکه چې د دواړو لورو پوښتنې او ستونزې حل کېدی شي.

۵. ځکه چې د کورنۍ او نوماندې اندېښنې له مینځ وړلی شي.

٦. ځکه چې د دواړو لورو له بې ځایه قضاوت مخنیوی کوي.

۷. ځکه چې د ژوند د ملګري په اړه څېړه یوه اخلاقي خبره ده.

۸. ځکه چې واده د ټول عمر پربکړه ده او باید پام ورته وشي.

۹. ځکه چې په ټولنه کې مو نجونې او هلکان نشي سره لیدی.

۱۰. ځکه چې ځېړنه د واده له شرایطو څخه یو لوی شرط دی.

۱۱. ځکه چې ارواپوهان له ځېړنو پرته واده کول سالم نه ګڼي.

۱۲. ځکه چې ځېړنه پربکړې او پایلې سمې او روغولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند د ملګري د کورنۍ په اړوند څېړنه وکړو؟

۱. ځکه چې په افغانستان کې کورنۍ پوره ونډه او اغېز لري.
۲. ځکه چې د کورنۍ پېژندل د نوماندې پېژندنه اسانه کوي.
۳. ځکه چې نجونې له کورنۍ سره اړیکې ډېرې خوښوي.
٤. ځکه چې د کورنیو ستونزې پیدا کولی او حل کولی شي.
۵. ځکه چې کورني دودونه او رواجونه ډېر توپیر سره لري.
٦. ځکه چې ښایي له پېژندنې پرته اړیکې د منلو وړ نه وي.
۷. ځکه چې دواړه لوري او کورنۍ یې هم غوښتونکي وي.
۸. ځکه چې کورنۍ تجربې لري او دا موږ سره مرسته کوي.
۹. ځکه چې د پېژندلو پر مهال یو بل ښه درک کولی هم شوو.
۱۰. ځکه چې دا څېړنه او مالومات مو کار لا هم اسانولی شي.
۱۱. ځکه چې د روغ واده یو ښه معیار همدا څېړنه ګڼل کېږي.
۱۲. ځکه چې زموږ په ټولنه کې د واده لومړنۍ او یوه اړتیا ده.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځینې کوژده نجونې او هلکان یو بل یرغمل کوي؟

۱. ځکه چې له کوژې وړاندې یو بل ته غوږې وعدې ورکوي.

۲. ځکه چې په فکري خپلواکۍ باور نه لري او نه یې پلي کوي.

۳. ځکه چې نجلۍ او هلک د خصوصي حریم په مانا نه پوهیږي.

٤. ځکه چې ډېرو کورنیو خپل اولادونه په همدې بڼه روزلي دي.

٥. ځکه چې دواړه لوري د داسې انګېرنو له زیان سم نه وي خبر.

٦. ځکه چې نړدې ټول انسانان په خپله کچه یرغملول خوښوي.

۷. ځکه چې ښایي پخوا به هم په کوم یرغمل حالت کې پاتې وي.

۸. ځکه چې کله کله دواړه لوري د یوه او بل یرغمل ته اړ کېږي.

۹. ځکه چې ډېرځله یرغملول د ښلتون او فسخې لپاره بهانه وي.

۱۰. ځکه چې ډېرځله کوژده شوي ځوانان بلوغ ته نه دي رسېدلي.

۱۱. ځکه چې ځینې کوژده شوي ځوانان د نارسیزم اختلالات لري.

۱۲. ځکه چې له یوه او بل سره د سن لوی او فاحش توپیرونه لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له کوژدې وړاندې روغتیایي ازمېښتونه وکړو؟

۱. ځکه چې ځینې طبي ناروغۍ یو بل ته ژر لېږدول کېږي.
۲. ځکه چې روغتیایي معاینې د واده له معیارونو ځخه وي.
۳. ځکه چې روغتیایي معاینې مو له ساري ناروغیو خبروي.
٤. ځکه چې اولادونو ته مو د ناروغۍ له لېږد ځخه خبروي.
٥. ځکه چې د ځینو ناروغو لېږد آن د مرګ لامل هم ګرځي.
٦. ځکه چې د اولاد لرلو او نه لرلو له راتلونکې مو خبروي.
۷. ځکه چې د ازمېښتونو پایلو ته په کتو به ښه پرېکړه وکړو.
۸. ځکه چې ښایي ځینې ناروغۍ له لېږد وړاندې وقایه کړو.
۹. ځکه چې له کوژدې وړاندې معاینې حیاتي ارزښت لري.
۱۰. ځکه چې ځینې ودونه آن د سرطان د ناروغۍ لامل ګرځي.
۱۱. ځکه چې د یوې معلولې ټولنې له جوړېدو ځخه مخه نیسي.
۱۲. ځکه چې ډېرې ارواپي ګډوډۍ له جینونو سره اړیکه لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د خپل کوژدن د بدلون هڅه ونه کړو؟

۱. ځکه چې انسانان ځینې ځانګړنې لري چې هیڅکله نه بدلیږی.
۲. ځکه چې د کوژدن د بدلون هڅه په کوژدن د نه بدلون نښه ده.
۳. ځکه چې په زور او زیاتي سره بدلون بیرته له منځه تللی شی.
٤. ځکه چې نارینه او ښځینه توپیرونه لري او ښه هم پرې ښکاري.
٥. ځکه چې مقابل لوري ته بدلون ورکول ناسمې انګېرنې ډېروي.
٦. ځکه چې د مثبت کار لپاره بدلون باید چې له موږ څخه پیل شي.
۷. ځکه چې ډېری نجونې او هلکان په دې کار سره ستړي کېږي.
۸. ځکه چې دا د دواړو لورو د اړیکو ترینګلتیا لا نوره هم ډېروي.
۹. ځکه چې بدلون ورکول د دواړو د اړیکو اندول له مینځه وړي.
۱۰. ځکه چې د نجلۍ او هلک خپل مینځي مینې ته زیان رسوی شي.
۱۱. ځکه چې د ټولې نړۍ ښکلا د انسانانو په بدلونونو کې نغښتې ده.
۱۲. ځکه چې د کینې، کرکې، ژور خپګان او اضطراب لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کوژدن شوې نجلۍ او هلک فیسبوکیان نه شي؟

۱. ځکه چې د دواړو تر مینځ مینه او مهرباني کمولی شي.
۲. ځکه چې د یو بل پېژندلو او درک ته وخت نه پیدا کوي.
۳. ځکه چې دواړه د یوبل پر وړاندې ځان بې ارزښته کوي.
٤. ځکه چې ښایي پر فیسبوک باندې د رویدتیا لامل وګرځي.
۵. ځکه چې د ژوند د سبک او تګلارې د بدلون لامل به شي.
٦. ځکه چې فیسبوک کارول مو پر خیالي انسان بدلولی شي.
۷. ځکه چې په دې سره به خپل اصلي کارونه تړې پاتې شي.
۸. ځکه چې د اندېښنې، سترېا او بې باوری لامل به یې شي.
۹. ځکه چې له اړتیا ډېره فیسبوک کارونه حوصله کموي.
۱۰. ځکه چې د ښلتون، واټن او کوژدې ماتېدلو لامل ګرځي.
۱۱. ځکه چې خپل مینځې اړیکو او درناوی ته زیان رسوي.
۱۲. ځکه چې له اندول ځخه وتلې چارې ستونزې راټوکوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نجلۍ او هلک د خواخوږۍ په مهارت سمبال شي؟

۱. څکه چې ګډ ژوند د عمر یوه ارزښتناکه برخه بلل کېږي.
۲. څکه چې د زړه خوالۀ له اروایي روغتیا سره مرسته کوي.
۳. څکه چې په ګډ ژوند کې مینه، اخلاص او مهرباني ډېروي.
٤. څکه چې په دې سره به دواړه په خپلو کې همغږي وکړي.
٥. څکه چې څېړنې وایي د زړه خواله د عمر د ډېرېدو لامل ګرځي.
٦. څکه چې د دواړو تر مینځ د متقابل درناوي لامل کیدی شي.
۷. څکه چې له سؤتفاهم، خوا بدۍ او بېلتون څخه مخنیوی کوي.
۸. څکه چې له مقابل لوري سره یې ښه او ډېر ژر عادت کوي.
۹. څکه چې له اړیکو څخه وېره به مو ټوله له مینځه لاړه شي.
۱۰. څکه چې پر یو بل باندې د لا ډېر او ښه باور لامل ګرځي.
۱۱. څکه چې د نجلۍ او هلک تر مینځ اړیکې ډېرې رغولی شي.
۱۲. څکه چې د زړه خواله د انسانانو یوه لویه اروایي اړتیا وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د نجلۍ او هلک بدني روغتيا ارزښت لري؟

۱. ځکه چې بدني روغتيا د سالم واده يو معيار دی.

۲. ځکه چې روغ انسان تر نورو ښه وده کوی شي.

۳. ځکه چې بدني ناروغۍ اروايي ستونزه پيدا کوي.

٤. ځکه چې ځيني ناروغۍ يو بل ته د لېږد وړ وي.

٥. ځکه چې ځيني بدني ناروغۍ د درملنې وړ نه دي.

٦. ځکه چې بدني روغتيا د جنسي روغتيا لامل ګرځي.

۷. ځکه چې ځيني ناروغۍ د واده په کولو ډېرېږي.

۸. ځکه چې ښايي ځيني ناروغۍ مو اولاد ته نقل شي.

۹. ځکه چې بدني ناروغۍ کورنۍ ستونزې راټوکوي.

۱۰. ځکه چې روغتيا د دواړو لورو هوسينه پيدا کوي.

۱۱. ځکه چې بدني ناروغۍ مو مقاومت راکمولی شي.

۱۲. ځکه چې له يو بل څخه مو ناهيلي کوي او ستړيا ډېروي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په واده کې د نجلۍ او هلک نظر مهم وي؟

۱. ځکه چې یو اړخیزه پرېکړه د نجلۍ او هلک عقده پاروي.

۲. ځکه چې یو اړخیزه پرېکړه د اوسنیو شرایطو اړتیا نه ده.

۳. ځکه چې واده د نجلۍ او هلک یوه خصوصي پرېکړه وي.

٤. ځکه چې وروسته په خپله د ستونزو د حل مسوولیت اخلي.

۵. ځکه چې نجلۍ او هلک له یو بل سره مخالف او دښمنوي.

٦. ځکه چې ښایي نجلۍ او هلک کوم څوک په نظر کې ولري.

۷. ځکه چې د نظر غوښتل کاملاً یوه منطقي او علمي چاره ده.

۸. ځکه چې له دویم واده، طلاق او خیانت څخه مخنیوی کوي.

۹. ځکه چې له امله یې روغه او بریالي کورنۍ جوړېدی شي.

۱۰. ځکه چې روغې کورنۍ د اولادونو نظر ته درناوی کوي.

۱۱. ځکه چې د نجلۍ او هلک تر مینځ د درناوي لامل ګرځي.

۱۲. ځکه چې راتلونکې له خیانت او تاوتریخوالي مخنیوی کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له ستونزو د تېښتې په بهانه واده ته پناه یو نه سو؟

۱. ځکه چې هره ستونزه باید په خپل وخت سره حل کړو.

۲. ځکه چې که واده وکړو محدودیتونه به مو نور ډېر شي.

۳. ځکه چې د ستونزو د درملنې لپاره واده د حل لار نه ده.

٤. ځکه چې د ستونزو نه لرل د واده کولو لوی معیار دی.

٥. ځکه چې ستونزه حل لارو ته اړتیا لری نه واده کولو ته.

٦. ځکه چې واده خپل ځانګړي معیارونه له ځانه سره لري.

۷. ځکه چې ستونزې لنډ مهاله او واده د ټول عمر خبره وي.

۸. ځکه چې داسې ودونه ستونزې لا نورې هم ډېرولی شي.

۹. ځکه چې واده د د ستوزو د حل مرکز او دارو نه وي.

۱۰. ځکه چې واده باید احساساتي نه؛ بلکې په منطقی ډول وي.

۱۱. ځکه چې ډېری داسي ودونو پېښماني له ځان سره درلوده.

۱۲. ځکه چې په دې بڼه ډېری پرېکړې روغې او سمې نه وي.

۱۳. ځکه چې اړواړوهان واده کول د ستونزو حل لاره نه ګڼي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د واده لپاره د نجلۍ او هلک بلوغ ته پام وکړو؟

۱. ځکه چې بیا خپله عاطفه په سم ډول مدیریت کولی شي.

۲. ځکه چې خپل احساسات په روغ او سم ډول ویلی شي.

۳. ځکه چې بالغ انسانان بیا په اسانۍ ببنډل او زغمل کېږي.

٤. ځکه چې له زغم، منلو، ټولنیزو اړیکو سره به اشنایي وي.

۵. ځکه چې د ماتې او ناکامۍ زغملو وړتیا به یې موندلې وي.

٦. ځکه چې له شاخوا کسانو سره به خپل اړیکې مدیریت کړي.

۷. ځکه چې نجلۍ او هلک به د تحمل حس پیدا او درک کړي.

۸. ځکه چې بلوغ ته رسېدل مو په ځان باور سره مرسته کوي.

۹. ځکه چې نجلۍ او هلک به د احساس وخت او ځای وپېژني.

۱۰. ځکه چې د مقابل لوري احساس به په سمه توګه تحلیل کړي.

۱۱. ځکه چې په اسانۍ به پرېکړه وکړي او ستونزه به حل کړي.

۱۲. ځکه چې بلوغ ته رسېدل د سالم واده لپاره لوی معیار وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د نجلۍ او هلک تر مینځ اندول پیدا کړو؟

۱. ځکه چې په اړیکو کې زیاتی او کمی دواړو ته زیان رسوي.
۲. ځکه چې په اړیکو کې د اندول نه شتون مو تمې ډېروي شي.
۳. ځکه چې د ژوند د ملګري د بدلولو احساس به راته پیدا شي.
٤. ځکه چې پرته له دې ځینې کسان د بدلون په فکر کې لویږي.
٥. ځکه چې ټول نارینه او ښځینه یو له بل سره لوی توپیر لري.
٦. ځکه چې پرته له دې مو د ژوند اندول ورو له مینځه تللی شي.
۷. ځکه چې اندول او له روغو معیارونو سره واده نور هم رغیږي.
۸. ځکه چې په دې به پوه شو هر څه زموږ په زړه نشي کېدای.
۹. ځکه چې درک، متقابل درناوی او مهر او محبت به راکم شي.
۱۰. ځکه چې د اندول نشتون د ستړیا او لاسوهنو لامل کېدی شي.
۱۱. ځکه چې هرڅه چې ډېر او یا کم شي، ستونزې زیږولی شي.
۱۲. ځکه چې له بریالي اندول پرته به سمې ټاکنې ونه شو کولی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کورنۍ د اولادونو واده ته چمتو شي؟

۱. ځکه چې که کورنۍ چمتو نه وي، وروسته ستونزې پیدا کیږي.

۲. ځکه چې ټول افغان ودونه د کورنۍ په اقتصاد پورې اړه لري.

۳. ځکه چې کېدای شي د کورنۍ کوم غړی به ښه نظر ونه لري.

٤. ځکه چې وروسته بیا د خپل اولاد له ګډ ژوند سره مخالفت کوي.

۵. ځکه چې زموږ د دود او کلتور له مخې خلک دې ته لېواله دي.

٦. ځکه چې په ډېرې ټولنو کې ودونه د کورنیو مسوولیت دی.

۷. ځکه چې کله ناکله د کورنیو ناخوښي د طلاق لامل هم ګرځي.

۸. ځکه چې د کورنیو چمتو کېدل د هغوی د خوښۍ لامل ګرځي.

۹. ځکه چې ډېرې افغان کورنۍ خپل مینځي جوړجاړې نه لري.

۱۰. ځکه چې د کورنیو ټولنیز موقعیتونه له یوبل سره توپیر لري.

۱۱. ځکه چې که چمتو نه وي بیا به یې په ژوند کې لاسوهنې کیږي.

۱۲. ځکه چې که چمتو نه شي د اولادونو عمر به یې تر ډېر شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کوژدې پر مهال په مقابل لوري، نه بلکې په ستونزو فکر وکړو؟

۱. ځکه چې د ستونزو پر ځای په ملامتول ستونزې نه حلوي.

۲. ځکه چې ګډ کورنی ژوند له اندېښنو پرته هم ناشونی وی.

۳. ځکه چې پر ستونزو فکر ستونزې حل کولوته برابرولي شي.

٤. ځکه چې په ستونزو نښتي خلک د حل مهارتونه نه زدکوي.

٥. ځکه چې په ستونزو فکر کول ګډ کورنی ژوند ژغورلی شي.

٦. ځکه چې په ستونزو فکر کول دواړو ته ښه احساس ورکوي.

۷. ځکه چې ستونزو ته پاملرنه د روغ ژوند یوه ځانګړنه وي.

۸. ځکه چې پرته له دې به ستونزمن او کوژده په واده نه شي.

۹. ځکه چې ښې جوړې په مقابل لوري نه په ستونزه فکر کوي.

۱۰. ځکه چې په دې سره خپل مینځي مینه او مهرباني زیاتوی شي.

۱۱. ځکه چې روغې کورنۍ په بانو نه، په ښه ژوند فکر کوي شي.

۱۲. ځکه چې په ستونزو فکر د جوړو له هوښ سره مرسته کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ځینو نجونو ریبارۍ ته لږ خلک ورځي؟

۱. ځکه چې ځیني نجونې ناسم او ناروغ شرایط او معیارونه لري.

۲. ځکه چې ډېرې نجونې له نا سالمو معیارونو څخه نه تېریږي.

۳. ځکه چې په دې اړوند یې په خپل وخت سمه پرېکړه نه ده کړې.

٤. ځکه چې نه پوهیږي هرڅه پوره غوښتل یانې تل پاتې مجردي.

۵. ځکه چې ښایي نجلۍ به دنده لري او خلک به یې نه خوښوي.

٦. ځکه چې ډېرې نجونې پر نفس اعتماد نه لري او ټولنېزې نه دي.

۷. ځکه چې نالوستې او د لوړو زده کړو نشتوالی یې لامل شوی دی.

۸. ځکه چې له نږدې ملګرو او روغو خلکو څخه مرسته نه غواړي.

۹. ځکه چې ډېرې نجونې خپلو جامو او ظاهري پاکۍ ته پام نه کوي.

۱۰. ځکه چې د نارینه وو د خوی او ځانګړنو په هکله مطالعه نه لري.

۱۱. ځکه چې هڅه نه کوي تر څو په ټولنه کې یو ښه انسان واوسي.

۱۲. ځکه چې د واده په اړه د مشورو په موخه ارواپوه ته نه ورځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نجونې د هلکانو ریباري ونه کړي؟

۱. ځکه چې ځان ته د درناوي کچه یې ټیټولی شي.

۲. ځکه چې دا زموږ د افغاني کلتور یو اصل دی.

۳. ځکه چې یو بل ته د درناوي کچه راکمولی شي.

٤. ځکه چې ښایي مېرمن یې ځان نورو نه کم وګڼي.

۵. ځکه چې مېرمن کمه راځي او نارینه درغلي کوي.

٦. ځکه چې داسې ریباری د غوږ وهنو لامل ګرځي.

۷. ځکه چې د کورنیو د کلتور له مخې نه منل کېږي.

۸. ځکه چې د نجلۍ کورنۍ په دې کار سره کمه راځي.

۹. ځکه چې نجلۍ سره د لږې مینې لامل کېدی شي.

۱۰. ځکه چې د نارینه له خوا ریباري د واده یو معیار دی.

۱۱. ځکه چې په راتلونکې کې به یې ژوند ستونزمن وي.

۱۲. ځکه چې د اولادونو د ناوړه روزنې لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د خپلوانو تر مینځ په ودونو بندیز لګول کېږي؟

۱. ځکه چې د خپرنو له مخې د ۲ سلنه سرطانونو لامل دی.

۲. ځکه چې د کورنیو ترمینځ د مینې د کمې لامل کېدی شي.

۳. ځکه چې خپلوان ډېر کم یو بل سره زغملی او منلی شي.

٤. ځکه چې مېرمن او خاوند له خوښۍ پرته همغږي کېږي.

۵. ځکه چې له ۵۰ سلنه ډېرې اروایي ګډوډۍ پیدا کولی شي.

٦. ځکه چې د خپلوۍ اړیکې مو توپیري چلند ډېرولی شي.

۷. ځکه چې ښایي کورنۍ له یوبل سره ضد او کینه پیدا کړي.

۸. ځکه چې خپرنې وایي:((داسې ودونه ښه او ګټور نه وي)).

۹. ځکه چې په پرمختللو هېوادونو کې بدندیزونه پرې لږېدلي.

۱۰. ځکه چې ۲۵ سلنه د ماشومانو د سترګو ستونزې ډېروي.

۱۱. ځکه چې د خپرنو له مخې جوړې یو بل سره وابسته کېږي.

۱۲. ځکه چې ډېرځله په داسې کورنیو کې تاوتریخوالی کېږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د خپلې احتمالي کوژدې په اړه چاته ونه وایو؟

۱. ځکه چې ښايي له يادکس سره په کوژده بريالي نه شئ.

۲. ځکه چې د ريبارۍ ځيني غونډې بايد تر ډېره پټې وي.

۳. ځکه چې ښايي نورو ته د لاسوهنې موقع په لاس ورشي.

٤. ځکه چې د نوماندانو خواشيني او ذهني فشار لوړوی شي.

۵. ځکه چې که مو کوژده بريالۍ نه شي، خپګانونه پيدا کوي.

٦. ځکه چې دا کار ښايي سيالیو ته زمينه برابره کړی شي.

۷. ځکه چې په دې کار سره د نجلۍ د کورنۍ تمې لوړوي.

۸. ځکه چې ښايي کوم څوک مداخله وکړي او خنډ وګرځي.

۹. ځکه چې که ريباري بريالۍ نه شي د خبرو لامل ګرځي.

۱۰. ځکه چې که څوک خبر نه کړو پايله به ښه او روغه وي.

۱۱. ځکه چې د خلکو خبرې د کورنيو د بېړې لامل ګرځي.

۱۲. ځکه چې خلک به مو په پوښتنو پوښتنو ډېر وځوروي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د نجلۍ او هلک د ملګرو په اړه څېړنې وکړو؟

۱. ځکه چې د ملګرو کړنې نېغ په نېغه په موږ اغېز کوي.

۲. ځکه چې ډېرى ملګري زموږ په اروا پوره اغېز کوي.

۳. ځکه چې له ملګرو څخه خپل احتمالي کوژدن پېژندى شو.

٤. ځکه چې کېداى شي د کوژدن ملګري مو رووړدتيا ولري.

۵. ځکه چې ښايي د ژوند ملګرى مو له چا سره دښمن وي.

٦. ځکه چې وګړي د کتاب او ملګرو له مخې پېژندل کېږي.

۷. ځکه چې د واده لپاره يو لوى معيار له دوستانو څېړنه ده.

۸. ځکه چې مرسته کوي تر څو خپل کوژدن ښه درک کړى شو.

۹. ځکه چې په دې سره يې له دندې او زده کړو څخه خبرېږو.

۱۰. ځکه چې د ژوند د ملګري په علايقو مو ښه پوه کولى شي.

۱۱. ځکه چې په دې کار سره کولى شوو ستونزې کنټرل کړو.

۱۲. ځکه چې د څېړنو له مخې ښې او سمې پرېکړې کوى شو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې هر څه د نکاح په پاڼه کې ولیکو؟

۱. ځکه چې د نکاح پاڼه یوازینی رسمي سند او منطق دی.

۲. ځکه چې دا چاره ځان ته د ارزښت ورکولو لامل ګرځي.

۳. ځکه چې په دې به د دواړو لورو ژمنتیا ډېره ټینګه شي.

٤. ځکه چې دا پاڼه د نجلۍ او هلک لپاره ډېره ارزښتناکه ده.

۵. ځکه چې د دواړو لورو راتلونکې همدا یوه پاڼه ټاکلی شي.

٦. ځکه چې راتلونکې له تاوتریخوالو څخه مخنیوی کوی شي.

۷. ځکه چې که هر څه و نه لیکو له ستونزو سره مخ کېږو.

۸. ځکه چې د جوړو اړوایي او عاطفي روغتیا تضمینوی شي.

۹. ځکه چې شرطونه یې دواړو لورو پخوا منلي او پلي کړي.

۱۰. ځکه چې وروسته له واده به ناخوالې او ستونزې کمې کړي.

۱۱. ځکه چې محاکم د نکاح د پاڼې له مخې فیصلې کولی شي.

۱۲. ځکه چې د نکاح پاڼه د سالم او قانوني واده یو شرط دی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې پټ رازونه یوازې اړواړوه ته ووایو؟

۱. څکه چې اړواړوه په مهارت سره مسلکي چلند کوي.

۲. څکه چې مرسته کوي ښه، سمه او بریالۍ ټاکنه وکړو.

۳. څکه چې اړواړوه د مقابل لوري د پېژندو مرسته کوي.

٤. څکه چې زموږ ډېری پرېکړې احساسي وي، نه منطقي.

۵. څکه چې ننني نړۍ پېچلې او د خلکو اړیکې توپیر کوي.

٦. څکه چې اړواړوه له مسلکي ټیستونو او روشونه کاروي.

۷. څکه چې ستاسو د راتلونکي ژوند وړاندوینه درته کوي.

۸. څکه چې اړواړوهان له علمي تجربې لارو نه ګټه اخلي.

۹. څکه چې اړواړوهان د دواړو لورو اړتیاوې درک کوي.

۱۰. څکه چې د اوسني او پخواني انسان ستونزه توپیر کوي.

۱۱. څکه چې ښایي بل څوک په ناسمه توګه ګټه تړې واخلي.

۱۲. څکه چې ښایي رازونه مو تیت او ژوند مو تریخ شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نجلۍ او هلک همغږي او یو بل ومني؟

۱. ځکه چې د اړیکو بنسټ هم باید د یو بل منل وي.

۲. ځکه چې له همغږۍ پرته بریالی ژوند سخت وی.

۳. ځکه چې د دواړو لورو تر مینځ مینه ډېرولی شي.

٤. ځکه چې همغږي مو د ګډو اړیکو بنسټ جوړوي.

۵. ځکه چې په راتلونکي ژوند مثبت اغېز کولی شي.

٦. ځکه چې د اولادونو روزنه یې په روغه کولی شي.

۷. ځکه چې دواړو لورو ته ارواپي روغتیا ورکوي.

۸. ځکه چې په اړیکو کې د خیانتونو مخه نیولی شي.

۹. ځکه چې په خپل مینځي باور کې یې مرسته کوي.

۱۰. ځکه چې له همغږۍ پرته د هوسا ژوند شونتیا نشته.

۱۱. ځکه چې پرته له دې به مو ګډ ژوند روغ نه وي.

۱۲. ځکه چې که وي د دواړو خپل مینځي مینه ډېروي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نجلی او هلک خپل مینځي اندول ته پام وکړي؟

۱. ځکه چې په ژوند کې د نظم او مثبتو اصولو لامل ګرځي.
۲. ځکه چې اندول ساتل د دواړو لورو د ودې لامل ګرځي.
۳. ځکه چې د نجلی او هلک مینه، محبت او مهرباني ډېروي.
٤. ځکه چې په دوه اړخیزو اړیکو کې د آزاد عمل کولی شي.
٥. ځکه چې د راتلونکي لپاره به ښه پروګرامونه جوړ کړي.
٦. ځکه چې د نجلی او هلک بې ځایه غوښتنې به کمې کړي.
۷. ځکه چې دواړه هڅوي تر څو یوبل ته پوره درناوی وکړي.
۸. ځکه چې خپل ټول لومړیتوبونه به په هوسا تر لاسته کړي.
۹. ځکه چې د بې ځایه خپګانونو او خواشینیو مخه نیولی شي.
۱۰. ځکه چې نجلی او هلک له ارواپي روغتیا څخه برخمن کوي.
۱۱. ځکه چې دواړه لوړي به د امن او هوساینې احساس وکړي.
۱۲. ځکه چې ارواپوه په هره ستونزه کې د اندول وړاندیز کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د نجونو لپاره واده کول د ژوند یو اصل ګڼل کېږي؟

۱. ځکه چې نجونې له ماشومتوبه په همدا ډول روزل شوي دي.

۲. ځکه چې د نجونو لپاره یوازې اوسېدل ګران او ناشوني دي.

۳. ځکه چې میندې یې تل له کورنۍ سره ټرلې او عادت کېږي.

٤. ځکه چې زمور د ټولنې نجونې په ځان بسیا نه روزل کېږي.

٥. ځکه چې مېرمنې ذاتاً ځان په نارینه پورې ټرلی بولي او ګڼي.

٦. ځکه چې د واده کولو یو ښکاره دلیل جنسي اړتیا ګڼل کېږي.

۷. ځکه چې ډېرې ښځې نظر نارینه ته له مجردۍ ډېر ځوریږي.

۸. ځکه چې که واده ونه کړي د ټولنې تر پوښتنې لاندې راځي.

۹. ځکه چې مېرمنې ډېرځله د کورنۍ لرلو په موخه واده کوي.

۱۰. ځکه چې نجونې د پیژنګلوی له مخې د واده په اړه پوهیږي.

۱۱. ځکه چې ډېرې مېرمنې واده د ژوندانه یوه مهمه اړتیا ګڼي.

۱۲. ځکه چې ډېرې نجونې د خپلو همځولو په وسیله هڅول کېږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نجونې له واده وړاندې په جنسي اړيکو فکرونه نه کړي؟

١. ځکه چې زموږ په ټولنه کې نجونې همداسې روزل کېږي.
٢. ځکه چې ډېرې نجونې له جنسي اړيکو سره حساسيت لري.
٣. ځکه چې ښځو ته د جنسي اړيکو په اړوند فکر سخت وی.
٤. ځکه چې ډېرې نجونې دا چاره له کورنۍ څخه زده کوي.
٥. ځکه چې د جنسي اړيکو په اړه روغ او ښه فکر نه کوي.
٦. ځکه چې ښځو دا اړتياوې او تر پښو لاندې کول زده کړي.
٧. ځکه چې ښځو ته په دې اړوند خبرې کول شرم ښکاريږي.
٨. ځکه چې ښځو ته يې کورنيو سم مالومات نه دي ورکړي.
٩. ځکه چې جنسي اړيکې يوازې په نارينه پورې اړوند ګڼي.
١٠. ځکه چې ښځې لا هم نه پوهيږی، چې جنسي اړتياوې لري.
١١. ځکه چې نه پوهيږي دا په ژوند کې عادي او طبيعي خبره ده.
١٢. ځکه چې نجونې له واده وړاندې ډېرې ورته چمتو نه وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني نارينه له واده وړاندې جنسي اړيکې لري؟

۱. ځکه چې د نارينه وو جنسي اړيکې ډېرې جدي نه نيول کېږي.

۲. ځکه چې ډېرى نارينه له ۳۰ کلنۍ وړاندې د واده فکر نه کوي.

۳. ځکه چې نارينه د ملګرو له لورې بې لارېو ته هڅول کېږي.

٤. ځکه چې د نارينه وو پخوانۍ جنسي اړيکې جدي نه ګڼل کېږي.

۵. ځکه چې نه پوهېږي چې دا کار يې د جنسي ګډوډۍ لامل ګرځي.

٦. ځکه چې کورنۍ د زامنو جنسي اړيکو ته پوره پاملرنه نه کوي.

۷. ځکه چې نجونو ته د نارينه لومړۍ جنسي اړيکه مهمه نه وي.

۸. ځکه چې ډېرى نارينه په خپلو پخوانيو جنسي اړيکو وياړي.

۹. ځکه چې زمونږ په ټولنه کې ډېرى ښځو دا کړنه عادي منلې.

۱۰. ځکه چې نارينه يې د علاقې نه، بلکې د رويږدتيا له مخې کوي.

۱۱. ځکه چې نارينه فکر کوي دا اړتيا د کنټرول او خنډ وړه نه ده.

۱۲. ځکه چې نارينه په دې برخه کې تجربې او بدلون ته لېواله وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې لونې له مینډو او زامن له پلرونو سره ورته والی پیدا کوي؟

۱. ځکه چې نجونې له ماشومتوبه ټول ژوند له مور نه زده کوي.

۲. ځکه چې ډېرى زامن غواړي د پلار په څېر او بڼه واوسي.

۳. ځکه چې نجونې فکر کوي مینډې هېڅکله هم تېروتنه نه کوي.

٤. ځکه چې د لیدنو له مخي زامن ډېرځله پلرونو ته ورته کېږي.

۵. ځکه چې نجونې خپل ډېر وخت له خپلو مینډو سره تېروي.

٦. ځکه چې نجونې ډېر په خپلو مینډو تړلې او عادت شوې وي.

۷. ځکه چې د افغانستان ټولنیز جوړښته په همدې بڼه جوړ دی.

۸. ځکه چې هلکانو ته د خپل پلار په څېر کېدل نارینتوب ښکاري.

۹. ځکه چې نه پوهیږي د پلار پر څېر نه باید د ځان په څېر اوسي.

۱۰. ځکه چې د ګډ ژوند ملګري د مور او پلار په څېر چلند خوښوي.

۱۱. ځکه چې واده د مور یا پلار په څېر کېدل نه، بلکې ملګرتیا ده.

۱۲. ځکه چې کورنۍ د اولاد د ځان پېژندنې مسلې ته پام نه کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په واده کې ناسم دودونه اوس هم رواج لري؟

۱. ځکه چې ډېرى افغان کورنۍ اقتصادي ستونزې لري.

۲. ځکه چې ځيني فکر کوي ګڼې واده ته ارزښت ورکوي.

۳. ځکه چې زمونږ په ټولنه کې په يوه دود بدل شوى دى.

٤. ځکه چې له منفي پايلو څخه يې پوره خبرتيا نه لرو.

٥. ځکه چې نه پوهېږي يو زوړ او بېخي ناسم رواج دى.

٦. ځکه چې نه پوهېږي په ګډ ژوند کې ستونزې راټوکوي.

۷. ځکه چې کورنۍ نه پوهيږي لوڼې يې له دې ځوريږي.

۸. ځکه چې کورنيو په دې برخه کې هېڅ هم نه دي کړي.

۹. ځکه چې يا ځانګړي قوانين نشته او يا نه عملي کېږي.

۱۰. ځکه چې ډېرى نه پوهيږي دا د بې باورۍ لامل ګرځي.

۱۱. ځکه چې يو دود ګرځېدلى او له علمي لارې يې نه حلوو.

۱۲. ځکه چې نه پوهېږو په ډېره اسانۍ سره يې حلولى شو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې معلولیت او محرومیت د تلپاتې مجردۍ لامل ګرځي؟

۱. ځکه چې دا ستونزې د یادو کسانو پر ځان باور ټیټوي.

۲. ځکه چې کېدای شي روغې جنسي اړیکې نه شي ساتلی.

۳. ځکه چې ښایي محرومیت یې له واده زړه توري کړي.

٤. ځکه چې ښایي سترس او خپګان ورته پیدا شوی وي.

۵. ځکه چې کېدای شي د واده لګښتونه پوره نه شي کړلی.

٦. ځکه چې ښایي معلولیت یا محرومیت یې شدید شوی وي.

۷. ځکه چې نه پوهیږي؛ چې له خپل ساري سره باید واده وکړي.

۸. ځکه چې د خپل محرومیت د حل لپاره مراجعه نه کوي.

۹. ځکه چې د خپلو ستونزو د حل لپاره عملي لټه نه کوي.

۱۰. ځکه چې ډېرې د خپلو مهارتونو لوړلو ته پام نه کوي.

۱۱. ځکه چې ځینو سره یې کورنۍ مینه او مرسته نه کوي.

۱۲. ځکه چې دا نه زده کوي چې حسادت نه حرکت وکړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د خپل کوژدن د غوښتنو نوملړ لیست جوړ کړو؟

۱. ځکه چې مرسته کوي خپل کوژدن لا نور هم درک کړي.

۲. ځکه چې د مقابل لوري ځینې غوښتنې راځخه هېر کړي.

۳. ځکه چې د ډېرې ستونزو په مخنیوی کې مرسته کوي شي.

٤. ځکه چې په نوملړ لیست کولو به په ډېرو شیانو باندې پوه شو.

٥. ځکه چې په نوملړ لیست کولو به یې پر غوښتنو ښه سم پوه شو.

٦. ځکه چې ښایي ځینې یې له غوښتنو سره په ټکر کې وي.

۷. ځکه چې په ناخبرۍ سره به بیا مینه ورسره ونشو کولی.

۸. ځکه چې په دې کار سره به یې په ډېرې رازونو پوه شوو.

۹. ځکه چې په دې سره مو د کوژدن له باورونو سره بلدېږو.

۱۰. ځکه چې ژوند په همدې نوملړ لیست او یادښتونو ښکلی کېږي.

۱۱. ځکه چې د لیستونو لیکل به د ډېرې تېروتنو مخنیوی وکړي.

۱۲. ځکه چې د ډېرو بې ځایه بحثونو او بې باوریو مخنیوی کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کوژده شوې جوړې د يو بل پر وړاندې تاوتريخوالی کوي؟

۱. ځکه چې په هر اړخيز ډول يوبل نه پېژني.

۲. ځکه چې فردي توپيرونو ته پاملرنه نه کوي.

۳. ځکه چې د ستونزو پر وړاندې نه دريږي.

٤. ځکه چې د يوبل نظر زغمل ورته سخت دي.

۵. ځکه چې د غوصې د مديريت مهارت نه لري.

٦. ځکه چې دواړه لوري يو بل ته غوږ نه نيسي.

۷. ځکه چې شخصي حريم ته درناوی نه کوي.

۸. ځکه چې دواړه لوري يوبل سره پرتله کوي.

۹. ځکه چې وړې ستونزې ځان ته ډېرې لويوي.

۱۰. ځکه چې د اړيکو مهارتونه يې سست دي.

۱۱. ځکه چې يو بل ته توهين او سپکاوی کوي.

۱۲. ځکه چې په ستونزو نه په کوژدن فکر کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې زموږ له کلتور سره سم د نجلۍ لپاره مهر وټاکل شي؟

۱. ځکه چې د دین او قانون له مخې د نجونو مسلم حق دی.

۲. ځکه چې مهر د ژوند پیلولو لپاره یوه ښه ډالۍ کېدای شي.

۳. ځکه چې په راتلونکي کې میرمنو ته ښه مالي سرچینه ده.

٤. ځکه چې له امله به یې نجلۍ له مالي اړخه پرې وتړل شي.

۵. ځکه چې له شرعي اړخه په ګډ ژوند کې د نکاح رکن دی.

٦. ځکه چې مهر د ګډ ژوند ملګرو ته مسوولیت منل ورښیي.

۷. ځکه چې مهر د میرمنو ارزښتمندتیا له ورایه په ډاګه کوي.

۸. ځکه چې نارینه ته د میرمنې پر وړاندې مسوولیت ور کوي.

۹. ځکه چې مهر د میرمنو لپاره ښه ټولنیز ملاتړ ګڼل کېږي.

۱۰. ځکه چې کمه برخه او لږ مهر واده ته پوره ارزښت وربښي.

۱۱. ځکه چې مهر د واده د رسمي کولو بڼه ځان ته غوره کوي.

۱۲. ځکه چې میرمنه د قربانۍ حس نه؛ د هوسایني فکر کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له کوژدې وړاندې نجلۍ او هلک یوبل ووینې؟

۱. ځکه چې یو بل به په ښه او په سمه توګه وپېژندی شي.

۲. ځکه چې بل پرېږدو به د ستونزو له پیدا کیدو مخه ونیسي.

۳. ځکه چې لامل کېږي ځوانان په واده کولو ټینګار وکړي.

٤. ځکه چې درک او اړیکو ته پیاوړی او مینه ناک کوي.

۵. ځکه چې د یوبل په کمیو باندې پوهیږي او حل کوی یې.

٦. ځکه چې د ژوند د ملګري پر وړاندې انګېرنې سموي.

۷. ځکه چې زموږ د ځینو پوښتنو د حل کېدو لامل ګرځي.

۸. ځکه چې د نورو څېړو لپاره یو ښه پیل هم کېدای شي.

۹. ځکه چې د یو او بل له لومړیتوبونو څخه پوره خبریږي.

۱۰. ځکه چې د یو او بل له راتلونکو پروګرامونو سره بلدیږي.

۱۱. ځکه چې د یوبل له محدودیت او ارزښتونو سره بلدیږي.

۱۲. ځکه چې له ارواپي اړخه یوبل ته ډېر نږدې کېدی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کوژدې په بهير کې يو بل ته ويډيو او انځورونه ونه لېږو؟

۱. ځکه چې د تلپاتې همغږۍ په نشتوالي کې ستونزې راټوکوي.

۲. ځکه چې که نوماندي له مينځه لاړه شي، مقابل لوری زيانمنوي.

۳. ځکه چې لامل کېږي کورنۍ د يو بل پر وړاندې بې باوره شي.

٤. ځکه چې د جنګ او شخړو پر مهال د تهديد لامل هم کيدی شي.

۵. ځکه چې د نوماندۍ مهال د ويډيو او انځور لېږلو وخت نه دی.

٦. ځکه چې د دواړو لورو تر مينځ د وابستګۍ لامل هم کيدی شي.

۷. ځکه چې کېدای شي مبايل مو ورک او د خلکو لاس ته ورشي.

۸. ځکه چې ډېر وخت به مو په دې اندېښنو او ناندريو اړولی شي.

۹. ځکه چې منطقي کړه نه ده او د يوبل پېژندلو مخنيوی کوی شي.

۱۰. ځکه چې ښايي يو لوری به کوم وخت ناسمه ګټه تري واخلي.

۱۱. ځکه چې ټولنيز او جنسي اړيکې به مو وران او ويجاړ کړي.

۱۲. ځکه چې روغ او ښه محدوديتونه مو ډېر ژر له مينځه ويسي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کوژدن شوې جوړې د کور او خولې په اړوند یو بل وپوښتې؟

۱. ځکه چې د کورنیو اړیکو د خوند او غځیدو لامل ګرځي.
۲. ځکه چې د کور په جوړېدو او ښو کېدو کې مرسته کوي.
۳. ځکه چې د یوبل له لېوالتیا خبریږي او سمه پرېکړه کوي.
٤. ځکه چې د دواړو لورو اندونه به یوبل سره ونښلول شي.
٥. ځکه چې تر مینځ یې د زغم او نظر غوښتلو روحیه کوي.
٦. ځکه چې د دواړو لورو تر مینځ یوبل منلو ته وده ورکوي.
۷. ځکه چې بیا به یې ژوند، کور او نورې چارې سمې شي.
۸. ځکه چې د پرېکړو پر مهال دواړه لوري ارزښتمند کوي.
۹. ځکه چې وروسته له دې به هرڅه د یوبل په مرسته کوي.
۱۰. ځکه چې له یوبل سره یې جوړول اړین دي نه د یوبل لپار.
۱۱. ځکه چې په ګډه باید پرېکړې وکړو نه د پیروی له مخې.
۱۲. ځکه چې د ستونزو د رامینځ ته کېدو احتمال لږ او سستوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کوښښ وکړو چې د کوژدې موده اوږده نه کړو؟

۱. ځکه چې که اوږده شي اړیکې به مو تت او خړپړ کړي.

۲. ځکه چې دواړه لوري له اړیکو لرې او زړه توري کوي.

۳. ځکه چې د دواړو لورو احساسات تر پښو لاندې کېږي.

٤. ځکه چې په دې پراو کې پېژندنه لوړه او پوره کېږي.

۵. ځکه چې شکونه به ورځ په ورځ د ډېرېدو خواته ځي.

٦. ځکه چې واده کولو ته د دواړو لورو لېوالتیا کمولی شي.

۷. ځکه چې ښایي د دوی واده په بیا بیا ځلې وځنډول شي.

۸. ځکه چې اړیکې د بېلارۍ او جنسي کېدو په لور بیایي.

۹. ځکه چې پېژندنه کې مو تېروتنې ډېروي او لویوی شي.

۱۰. ځکه چې د دواړو لورو محدودیتونه بې کچې کولی شي.

۱۱. ځکه چې هلک ته به بې ساري مالي زیانونه ور اړوي.

۱۲. ځکه چې شرطونه به سخت او غوښتنې به لا ډېرې شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کوژدې پر مهال نجلۍ او هلک یو بل ته شیان وپیري؟

۱. ځکه چې د یو بل له ذوق، خوښې او لېوالتیاوو نه خبریږي.
۲. ځکه چې یو بل ښه پېژني او د یو بل بخیلي درک کولی شي.
۳. ځکه چې د یو بل له علاقې او غوښتنو سره پوره بلدی شي.
٤. ځکه چې پېرودل په خپله یو ډول خوښي او تفریح ګنل کېږي.
۵. ځکه چې د نوماندۍ پراو دواړو لورو ته ښه خاطره جوړوي.
٦. ځکه چې د یو بل د لومړیتوبونو په هکله مالومات پیدا کوي.
۷. ځکه چې په دې کار سره یې له یو بل سره ملګرتیا پخیږي.
۸. ځکه چې دواړه لوري خپلې وړتیاوې ډېرې ښې پیژندی شي.
۹. ځکه چې د یو بل له راتلونکو پلانونو څخه هم پوره خبریږي.
۱۰. ځکه چې د دواړو لورو تر مینځ یو بل په ښه ډول منل کېږي.
۱۱. ځکه چې د یو بل له شخصي غوښتنو سره هم ښه بلدېدی شي.
۱۲. ځکه چې د عصري او اغېزناکو اړیکو د غزېدو لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کوژدې پر مهال کله کله بهر رستورانټ کې خواړه وخورو؟

۱. ځکه چې د یوځای او ګډ ژوند چارې په عملي ډول زده کوي.

۲. ځکه چې د ګډ ژوند په هکله به له یو بل سره خبرې وکړي.

۳. ځکه چې د لا ډېرو خبرو لپاره یو ښه فرصت او موقع وي.

٤. ځکه چې د غوښتنو او احساس څرګندولو لپاره ښه موقع وي.

۵. ځکه چې د ښه احساس هورمون (اکسیتوسین) ترشح کوی شي.

٦. ځکه چې د مقابل لوري ارزښتونه او باورونه ښه پیژندلی شي.

۷. ځکه چې د دواړو لورو تر مینځ به مثبت احساسات راوټوکوي.

۸. ځکه چې له یو بل سره به یې علاقه او مینه ډېره او ښه شي.

۹. ځکه چې یو بل ته به د ډېر ارزښت او درناوي لامل وګرځي.

۱۰. ځکه چې د یو بل له شوق او علاقو سره نور هم بلدېدلی شي.

۱۱. ځکه چې د یو بل په اړوند د فکر کولو پوره موقع برابروی شي.

۱۲. ځکه چې ښایي ترمینځ یې مینه، محبت او درناوی ډېر هم شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نجلۍ او هلک یو بل لږ درک کوي؟

۱. ځکه چې په کافي اندازه یې یو بل نه دي پېژندلي.

۲. ځکه چې ډېر ځله خپل احساسات یو بل ته نه وایي.

۳. ځکه چې ښایي له یو بل څخه ډېرې غوښتنې ولري.

٤. ځکه چې ډېرې نوماندان نه ښه وینې او نه ښه اوري.

۵. ځکه چې د راتلونکي لپاره ښه پلانونه نه سره لري.

٦. ځکه چې ډېر ځله د یو بل به خوښه پربکړې نه کوي.

۷. ځکه چې یو بل ته ارزښت او درناوی نشي ساتلی.

۸. ځکه چې ښایي کوژده د دودونو له مخې شوې وي.

۹. ځکه چې له وړاندې لا د یو بل په اړوند نه پوهېدل.

۱۰. ځکه چې نه غواړي اړیکې یې تر واده ورسېږي

۱۱. ځکه چې کورنۍ یې د همغږۍ پرځای لاسوهنې کوي.

۱۲. ځکه چې تل د یو بل چلند او کړنې ناسمې تعبیروي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له خپل کوژدن سره جوړ نه راځو؟

۱. ځکه چې له کوژدې نه وړاندې مو یو بل سم نه دي پېژندلي.

۲. ځکه چې له نوماندۍ وړاندې نه اوس په کوژدن نیوکې کوو.

۳. ځکه چې مور دواړه د غوصې د مدیریت په لارو نه پوهېږو.

٤. ځکه چې له کوژدن سره مو خپل مینځي اړیکې روغې نه دي.

۵. ځکه چې نه پوهېږو جوړجاړی څه شی دی او ولې یې وکړو.

٦. ځکه چې په اړیکو کې د ناسمو پوهېدنو په اړه څېړنه نه کوو.

۷. ځکه چې نه غواړو جوړجاړی وکړو، فکر کوو نه یې شو کولی.

۸. ځکه چې له پخوا آن د ځوانۍ له مهاله ځینې منفي عادتونه لرو.

۹. ځکه چې کېدای شي ناخبره مو ذهن په بل ځای کې بوخت وي.

۱۰. ځکه چې ښایي په نورو اړیکو کې ښکېل اوسو او ونه پوهېږو.

۱۱. ځکه چې شخصیت مو له مقابل لوري سره سمون نه خوري.

۱۲. ځکه چې د کورنۍ له لوري مو پوره مینه او محبت نه دی لیدلی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کوژده شوې جوړې جنسي انګېزه او تمه ونه کړي؟

۱. ځکه چې نوماندي د جنسي اړیکو لپاره نه د پېژنګلوی پراو دی.
۲. ځکه چې جنسي اړیکې مینه ودې ته نه پرېږدي او دروی یې شي.
۳. ځکه چې مقابل لوري باید پوه شي چې نوماندي څه حدود لري.
٤. ځکه چې له کوژدن سره مو ښه نه یو او په جنسی اړیکو فکر کوو.
٥. ځکه چې خپل مینځي اړیکې ناسم انګېرلی او قضاوت کولی شي.
٦. ځکه چې په نوماندی کې سم او ګټور جنسي اړیکې نه شوو ساتلی.
۷. ځکه چې په دې سره یې غوښتنې ډېرې او نا معقوله کوی شوو.
۸. ځکه چې تل مو یو بل کنټرول کړي او خپله یې د پارونې لامل یو.
۹. ځکه چې ښایي کوژدن مو نور د خلاقیت او نوښت حس ونه لري.
۱۰. ځکه چې مقابل لوری مو د جنسي اړیکو به اړوند لږ مالومات لري.
۱۱. ځکه چې له واده وړاندې جنسي اړیکې د واده مخه ډب کولی شي.
۱۲. ځکه چې ښایي په جنسي بېلاریو اخته او جنسی ستونزې پیدا شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کله ناکله هېڅ جنسي انګېزه نه لرو؟

۱. ځکه چې د خپلو جنسي اړیکو په اړوند پوره خبر نه یو.

۲. ځکه چې د خپلو جنسي اړیکو او ګډوډیو ارزونه نه کوو.

۳. ځکه چې کله کله مو په جنسي اړتیاوو ټینګار نه وي کړی.

٤. ځکه چې ښایي په جنسي ښېلاریو اخته یو، خو نه یو پرې خبر.

۵. ځکه چې جنسي اړیکې مو لا تر اوسه لومړیتوب نه دي.

٦. ځکه چې نه پوهېږو ښایي جنسي ضعف یا بې میله واوسو.

۷. ځکه چې احساس کوو مقابل لوری پر موږ جنسي ټېری کوي.

۸. ځکه چې د جنسي اړیکو په برخه کې ناسم روزل شوي یو.

۹. ځکه چې فکر کوو په ټولیز ډول جنسي اړیکې ښه کار نه دی.

۱۰. ځکه چې له جنسي اړخه بندیان یو او ببخي لرې شوي یو.

۱۱. ځکه چې ښایي له وړاندې مو کوم جنسي ځوروونه لیدلي وي.

۱۲. ځکه چې ښایي نوماندي مو د ټرا (وابستګی) پر بنسټ وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې اخلاقي پربکړې نه شو کولی؟

۱. ځکه چې فردي او کورنۍ هوساینه مو له لاسه ورکړې.

۲. ځکه چې کوژدن سره مو نه همغږي هره ورځ ډېریږي.

۳. ځکه چې خپل پیاوړي او د ضعیف ټکي مو سم نه پېژنو.

٤. ځکه چې د غوصې مهارولو پر لاروچارو هم نه پوهېږو.

۵. ځکه چې نه پوهېږو نورو سره د چلند لاره توپیر کوي.

٦. ځکه چې پر ځان باور مو لږ او کله ناکله خو لا ډارېږو.

۷. ځکه چې له کچې ډېر مرستندویه او احساسي شوي یو.

۸. ځکه چې ډېرځله د منطق پر ځای عاطفي چلند ته مخه کو.

۹. ځکه چې تل راته ډالۍ اخیستل شوه نو دمګړۍ تمې کوو.

۱۰. ځکه چې ښایي ځان کم، حقیر او بې ارزښته احساس کوو.

۱۱. ځکه چې ځان شړلی احساسوو او اخلاقي چلند نه شو کوی.

۱۲. ځکه چې په ښه پربکړې کوو او اخلاق را څه هېر شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کوژدې په پراو کې مسوولیت منونکي نه یو؟

۱. ځکه چې کېدای شي د مقابل لوري خبرې په سم ډول نه اورو.

۲. ځکه چې له ديني او عقيدوي اړخه له کوژدن سره يوشان نه يو.

۳. ځکه چې نه شو کولی جنسي توپيرونو ته پوره درناوی وکړو.

٤. ځکه چې نوماندي مو د مينې نه، بلکې د وابستگی پر بنسټ وه.

٥. ځکه چې نه پوهېدو له واده څخه د مقابل لوري موخه څه وه.

٦. ځکه چې ښايي اروايي ناانډولي (اروايي ناروغه چلند) ولرو.

۷. ځکه چې مقابل لوری مو نه خوښيږي او خپله مسوولیت نه منو.

۸. ځکه چې ښايي نوماندي به مو په يو اړخيزه او سرسري بڼه وه.

۹. ځکه چې د بدلون منلو حس مو ټيټ او پوره مالومات نه لرو.

۱۰. ځکه چې د همغږۍ او جوړجاړي حس مو کمزوری شوی دی.

۱۱. ځکه چې په ځان مين يو، ځان لوړ ګڼو او مسولیت نه احساسوو.

۱۲. ځکه چې نه پوهېږو مسوولیت منل د ګډ ژوند يو اصل ګڼ کېږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني کوژده شوې جوړې خپلواکه نه وي؟

۱. ځکه چې کېدای شي پر ځان باور به يې تيت وي.

۲. ځکه چې په يوه زوروا کې کورنۍ کې لوی شوي.

۳. ځکه چې له مقابل لوري سره سبه اړيکې نه لري.

٤. ځکه چې ښايي تراوسه بلوغ ته نه وي رسېدلي.

٥. ځکه چې د واده قانوني عمر يې نه دی پوره کړی.

٦. ځکه چې کورنيو يې ترلې (وابسته) روزلي دي.

۷. ځکه چې له ټولنيز اړخه يې پوره وده نه ده کړې.

۸. ځکه چې کورنۍ ورځخه له کچې ډېره پيروي کوي.

۹. ځکه چې ښايي خپل ځان له نورو کم احساس کړي.

۱۰. ځکه چې له رټل کېدو وېرېږي او اضطراب لري.

۱۱. ځکه چې د ژوند په اړوند مطالعه او مالومات نه لري.

۱۲. ځکه چې مور او پلار يې د ده چارې په خپله غاړه اخلي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني کوژده شوې جوړې له نارينه يا مېرمنې څخه کرکه لري؟

۱. ځکه چې ښايي د هورمونونو په ترشح کې يې ستونزه وي.

۲. ځکه چې د تستوسترون هورمون ترشح په کې ډېره شوې.

۳. ځکه چې ښايي د کوژدن دنده مو د هغه د جنسيت خلاف وي.

٤. ځکه چې کېدای شي يادە کرکه يې له کورنۍ نه زده کړې وي.

٥. ځکه چې ښايي د مقابل لوري مور او پلار حسود او کرکجن وي.

٦. ځکه چې د مقابل لوري کورنۍ له نارينه يا ښځينه کرکه ولري.

۷. ځکه چې ښايي کومه پخوانۍ بده خاطره به په ذهن کې ولري.

۸. ځکه چې له نارينه او يا ښځو څخه د کرکې ښوونه ورته شوې.

۹. ځکه چې د مخالف جنس له لوري ورځخه کرکه او نفرت شوی.

۱۰. ځکه چې پخوا يې کرکه کړې ده، خو چا يې مخه نه ده نيولې.

۱۱. ځکه چې ښايي مقابل لوری مو کنټرولی، او محدود وي.

۱۲. ځکه چې پر ځان باور يې ټيټ او هرڅه په کرکې سره ځوابوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځينې کوژده شوې جوړې ماشومانه چلند کوي؟

۱. ځکه چې ښايي پوره عاطفي بلوغ ته نه وي رسېدلي.
۲. ځکه چې ښايي له خپل ماشومتوبه بده خاطره ولري.
۳. ځکه چې د ماشومانو کړنې د خوښۍ احساس ورکوي.
٤. ځکه چې غواړي له خپلو ماشومانه کړنو خوند واخلي.
٥. ځکه چې په لوينه کولو باندې به کومه بده خاطره ولري.
٦. ځکه چې ښايي کورنۍ به يې ماشومانه يا هستوي وي.
۷. ځکه چې په کورنۍ کې فردي خپلواکۍ ته نه ده رسېدلی.
۸. ځکه چې نازولې خور يا ورور لري او کينه ورسره کوي.
۹. ځکه چې له ځانه خبر نه دي او له ذهني اړخه بالغ نه دي.
۱۰. ځکه چې ښايي د ېبلتون اضطراب او بې فنايۍ حس کوي.
۱۱. ځکه چې ښايي له وخت څخه وړاندې کوژدن شوي وي.
۱۲. ځکه چې په دې سره به غواړي له مسوولیت څخه وتښتي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له واده نه وړاندې خپل شخصیت ټېسټ کړو؟

۱. ځکه چې د ارواپوهنې له نظره انسان د څو شخصیتونو لرونکی دی.

۲. ځکه چې ځینې شخصیتونه له نورو سره یوځای ژوند نه شي کولی.

۳. ځکه چې موږ یوازې په ټېستونه سره دقیقه او علمي پېژندنه شونې کوو.

٤. ځکه چې ځینې ټېستونه ډېر دقیق او په هره ټولنه کې کارول کېږي.

٥. ځکه چې د واده لپاره د انسانانو ارواپي ځانګړنې خورا ارزښت لري.

٦. ځکه چې د ټېست په مرسته به د مقابل لوري په روغتیا سم پوهېږو.

۷. ځکه چې ټېست د مقابل لوري ډېر پټ څه رابهر او رسوا کولی شي.

۸. ځکه چې د مقابل لوري د توپیرونو په پېژندنه کې ټېست ارزښت لري.

۹. ځکه چې په ټېست به وپوهېږو چې مقابل لوری د څه لپاره واده کوي.

۱۰. ځکه چې په ټېست به تر یوې کچې د راتلونکي ژوند وړاندوینه وکړو.

۱۱. ځکه چې غواړو د مقابل لوري شخصیتي ځانګړنې به ښه وه ارزوو.

۱۲. ځکه چې په ټېست سره مو پربکړې منطقي او لاره نوره هم رغېږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کوژدن شوي دروغ وايي؟

۱. ځکه چې غواړو کوژدن مو بدلون وکړي.

۲. ځکه چې په خپله خپل کوژدن پرتله کوو.

۳. ځکه چې پر جزياتو باندې ډېر تمرکز کوو.

٤. ځکه چې ښايي "نه" ويل يې نه وي زده.

٥. ځکه چې ښايي خيانت مو ورسره کړی وي.

٦. ځکه چې مقابل لوری پر موږ باور نه لري.

۷. ځکه چې کوژدن يا نامزاد ته مو پوره درناوی نه کوو.

۸. ځکه چې ښايي له موږ څخه به وېره لري.

۹. ځکه چې ښايي پر وړاندې به يې بې پروا يو.

۱۰. ځکه چې عاطفي اړيکې مو کمرنګه شوي دي.

۱۱. ځکه چې ښايي زياتی کوونکي انسانان به يو.

۱۲. ځکه چې کوژده مو په دقيق ډول نه ده شوې.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نوې جوړې له یو بل څخه لرې کیږي؟

۱. څکه چې پرته له مینې جنسي اړیکې پیلوي.

۲. څکه چې له خپلې کوژدې ښه خوښ نه دی.

۳. څکه چې د خلکو خبرو ته ارزښت ورکوو.

٤. څکه چې ډېرځله لوړې تمې او قضاوت کوو.

٥. څکه چې ښایي له تېر سره یې زړه تړلی وي.

٦. څکه چې ښایي کنټرولوونکي ځانګړنې لري.

۷. څکه چې ښایي د ځان لوړ لیدنې احساس کوي.

۸. څکه چې ښایي شک وکړو او بې باوره اوسو.

۹. څکه چې یوبل ته پاملرنه ډېره راکمه شوې ده.

۱۰. څکه چې ښایي کوژده به مو د کورنۍ خوښه وه.

۱۱. څکه چې ښایي شخصیتونه مو سره ورته نه وي.

۱۲. څکه چې ښایي له سني اړخه چمتو ونه اوسي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کوژدې له اړتياوو سره همغږي نه يو؟

١. ځکه چې له شخصيتي، جنسي او بدني پلوه توپير لرو.

٢. ځکه چې د نوماندۍ پر مهال فرهنګونو ته پام نه کوو.

٣. ځکه چې قومي او ټولنيزو مواردو ته سم پام نه کوو.

٤. ځکه چې د يوبل په ارزښتنو باندې سم ټينګار نه کوو.

٥. ځکه چې يوازې د عاطفي احساس پر بنسټ کوژدن شوي يو.

٦. ځکه چې زمونږ او د مقابل لوري اړتياوې توپير کوي.

٧. ځکه چې خپلې موخې مو سمې نه دي سره پرتله کړي.

٨. ځکه چې په ډېرو وړو مسايلو ټينګار او فکرونه کوو.

٩. ځکه چې له نوماندۍ وړاندې مو ژور فکر نه دی کړی.

١٠. ځکه چې مونږ يو بل سم او پوره نه دي سره پېژندلي.

١١. ځکه چې په ناخبرۍ کې ځينو مسايلو ته ارزښت ورکوو.

١٢. ځکه چې په اړيکې مو سم او په ژوره توګه نه ارزوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

دویمه برخه

۱۰۰ ولې او ځکه ګډ ژوند

Downloaded From:
Telegram: ArmanPashtoLibrary
WhatsApp: 0093779815770
Facebook: آرمان پښتو کتابتون

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ژوند له ملګري سره مينه وکړو؟

۱. ځکه چې په ګډ ژوند کې د سکون او هوسايني لوی لامل دی.

۲. ځکه چې زموږ د بدني میتابولېزم په ښه والي کې مرسته موي.

۳. ځکه چې نشتوالی يې په انسان کې د ژورخپګان لامل ګرځي.

٤. ځکه چې د ژوند له ملګري سره مينه مو پرځان باور لوړوي.

۵. ځکه چې مينه کول مو عاطفي اړيکې سمې، سالمې او رغوي.

٦. ځکه چې په بريالیو او ښو جنسي اړيکو کې مرسته راسره کوي.

۷. ځکه چې له خيانت، دوه مخۍ، شخړو او جګړو نه مخنيوی کوي.

۸. ځکه چې د بېځايه بدګومانيو او شکونو له راټوکېدو مخنيوی کوي.

۹. ځکه چې په ګډ ژوند کې له غوصې او بد چلند نه مخنيوی کوي.

۱۰. ځکه چې مينه کول نوره مينه محبت او عشق هم راټوکولی شي.

۱۱. ځکه چې په کلکه د کورنيو شخړو او تاوتريخولي مخنيوی کوي.

۱۲. ځکه چې د جسمي او ارواييي دفاعي سيستم مقاومت ډېر لوړوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې خپلې ستونزې د ګډ ژوند له ملګري سره نه شریکوو؟

۱. ځکه چې د خپل ګډ ژوند په ملګري باندې پوره باور نه لرو.

۲. ځکه چې په ګډ ژوند کې ستونزې خپله ماتې او عیب ګڼو.

۳. ځکه چې په ځان ډېر زیات مینېږو او له غرور نه کار اخلو.

٤. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري له پړ کولو څخه وېره لرو.

٥. ځکه چې فکر کوو د ګډ ژوند ملګری مو مرسته نشي کولی.

٦. ځکه چې فکر کوو د ګډ ژوند ملګری به مو هم ستونزمن شي.

۷. ځکه چې له دې وېره لرو چې ستونزه به مو نوره هم لویه شي.

۸. ځکه چې فکر کوو د ګډ ژوند ملګری به مو درک نشي کړی.

۹. ځکه چې د خپل ګډ ژوند د ملګري له قضاوت څخه وېرېږو.

۱۰. ځکه چې ډېره ځله د ستونزې په رسوایۍ او ډېرېدو وېرېږو.

۱۱. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري له تاوتریخوالي نه په وېره کې یو.

۱۲. ځکه چې د ګډ ژوند له ملګري سره ستونزه شریکول ننګ ګڼو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له ځانه یو ښه خاوند یا مېرمنه نشو جوړولی؟

۱. ځکه چې مغروره یو او تل په ننګ او غیرت پسې ګرځو.

۲. ځکه چې تل غواړو د ګډ ژوند ملګری مو هره خبره ومني.

۳. ځکه چې ښایي دننه ذهن مو ګډوډ او دعوی کوونکی وي.

٤. ځکه چې ډېرځله له زغم، مننې، عدل او تقوی نه کار نه اخلو.

٥. ځکه چې په اړیکو کې کلک صادق وفادار او ریښتینې نه یو.

٦. ځکه چې په خپلو شخصي عقیدو او باورونو ډېر ټینګار کوو.

۷. ځکه چې د خپل ګډ ژوند د ملګري رازونه او حریم نه ساتو.

۸. ځکه چې کله د خپل ګډ ژوند د ملګري په اړه زړه نازړه یو.

۹. ځکه چې کله ناکله د خپل ګډ ژوند ملګري ته غوږ نه نیسو.

۱۰. ځکه چې کینه کښې یو او داسې چلند کوو ترڅو مینه کمه شي.

۱۱. ځکه چې خپلو ګډو اړیکو او اروایي روغتیا ته پام نه کوو.

۱۲. ځکه چې زړه نازړه یو او د اړیکو په رغولو کار نه کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له خپل ګډ ژوند څخه خوند له لاسه؟

۱. ځکه چې کله قناعت نه کوو او غوښتنې مو ډېرې دي.

۲. ځکه چې د کورنۍ ژوند وړې ستونزې لویې او سختوو.

۳. ځکه چې د میرمنې او نارینه ترمینځ توپیر نشو منلی.

٤. ځکه چې ستونزې نه پېژنو، مخنیوی او حل یې نه کوو.

۵. ځکه چې د ګډ ژوند د اړیکو خوند په بل ځای کې لټوو.

٦. ځکه چې توپیر نه منو او د ګډ ژوند ملګری پرتله کوو.

۷. ځکه چې واده مو په خوښه نه وه او جوړجاړی نه کوو.

۸. ځکه چې یو بل ته لېوالە نه یو او په دې هڅه هم نه کوو.

۹. ځکه چې د جنسي اړیکو د سمبدو لپاره کوښښ نه کوو.

۱۰. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري ستونزو ته پام نه ورکوو.

۱۱. ځکه چې د ګډ ژوند ملګري کینې ته ارزښت نه ورکوو.

۱۲. ځکه چې د ژوند د ستونزو حل ته لومړیتوب نه ورکوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په ګډ ژوند کې جنسي اړیکې جدي ونیسو؟

۱. ځکه چې جنسي اړیکې د ژوند یوه طبیعي اړتیا ده.

۲. ځکه چې په ژوند کې د خوښۍ احساس را کوي.

۳. ځکه چې د واده یوه لویه موخه جنسي اړیکې دي.

٤. ځکه چې زموږ د ګډ ژوند د رغېدو یو لامل دی.

۵. ځکه چې نه پام یې د ناسمې پوهېدنې لامل ګرځي.

٦. ځکه چې ریښتینی جسمي او ارواپي هوساینه راکوي.

۷. ځکه چې ارواپي او عصبي ستونزې له مینځه وړي.

۸. ځکه چې د اضافي انرژۍ د له مینځه تلو لامل ګرځي.

۹. ځکه چې زموږ د لا ډېر جوړجاړې لامل کېدای شي.

۱۰. ځکه چې په ګډ ژوند کې د مینې یو لوی لامل دی.

۱۱. ځکه چې له درناوي، پاملرنې او ملګرتیا سره مرسته کوي.

۱۲. ځکه چې په ګډه فزیکي او ارواپي هوساینه اغېزه کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د خپل ګډ ژوند د ملګري زړه ته لار نشو موندلی؟

۱. ځکه چې د لارې پیدا کېدو لپاره یې په څه نه پوهېږو.

۲. ځکه چې تل خپلې کیسې او خبرې په ګیلو پیلوو.

۳. ځکه چې د یو بل د ژوند غوښتنې ښې نه شو درک کولی.

٤. ځکه چې د بې غوریو او بې میلیو لامل مو نه دی موندلی.

۵. ځکه چې پر یو بل باور نه لرو او د سمون هڅه یې هم نه کوو.

٦. ځکه چې تل ځان ته حق ورکوو او پر خپل فکر ټینګار کوو.

۷. ځکه چې ښایي درېیم کس مو ژوند کې ښکېل او لاس ووهي.

۸. ځکه چې په ژوند کې خوښ نه یو او نورې ستونزې هم لرو.

۹. ځکه چې کاري او له کوره بهر بوختیاوې مو ډېرې شوې دي.

۱۰. ځکه چې ذهني وده او پوهه مو لږه او همغږي مو نشته.

۱۱. ځکه چې د ګډ ژوند ملګری مو پام نه کوي او بې مسوولیته دی.

۱۲. ځکه چې اروایي، عاطفي او جسمي حالت مو ښه او روغ نه دی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د خپل ګډ ژوند له ملګري سره مینه نشو کولی؟

۱. ځکه چې د خپل ګډ ژوند له ملګري سره مینه نه لرو.

۲. ځکه چې له کوره بهر چارو ته پام کوو، خو کور ته نه.

۳. ځکه چې پر یو بل باندې باور نه لرو او هڅه هم نه کوو.

٤. ځکه چې ښایي له کوم بل چا سره ښکېل او بوخت اوسو.

٥. ځکه چې په ډېره لویه او پراخه کورنۍ کې ژوند کوو.

٦. ځکه چې د یو او بل په اړینو اړتیاوو پسې نشو رسېدلی.

۷. ځکه چې د اولادونو په شمېر مو یو بل سره سلا نه ده کړې.

۸. ځکه چې د کورنیو نیوکو څخه شرمېږو او په وېره کې یو.

۹. ځکه چې په خپل کار او چارو کې ډېر برخت شوي یو.

۱۰. ځکه چې د نورو په ستونزو حل کولو کې ښکېل یو.

۱۱. ځکه چې ښایي له ارواپي اړخه ګډوډي او ستونزه ولرو.

۱۲. ځکه چې له راتلونکو پایلو یې په سمه توګه خبر نه یو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په ژوند کې مینې ته لومړیتوب ورکړو؟

۱. ځکه چې مینه ګډ ژوند ته هیله مندی ډېروي.

۲. ځکه چې مینه د ژوند نه هېرېدونکې اړتیا ده.

۳. ځکه چې زمونږ اړیکې قوي او پیاوړې کوي.

٤. ځکه چې ګډ ژوند ته مو خوند او مزه ورکوي.

۵. ځکه چې پر یو بل باور مو لا ډېر او لوړوي.

٦. ځکه چې له انګېزې نه ډک ژوند به مو وي.

۷. ځکه چې د کورنۍ فضا د رغېدو لامل ګرځي.

۸. ځکه چې ګډه جوړه هوډمنه او پیاوړې کوي.

۹. ځکه چې د کورنۍ نېکمرغي په مینه کې نغښتې.

۱۰. ځکه چې مینه د مینې د لا ډېروالي لامل ګرځي.

۱۱. ځکه چې زمونږ د ریښتینې هوسایني لامل ګرځي.

۱۲. ځکه چې په سمو پرېکړو کې مونږ سره مرسته کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مو د ګډ ژوند ملګری پر موږ باور نه کوي؟

۱. ځکه چې نه پوهیږو د کوژدې له پیل څخه ډېر حساس وو.

۲. ځکه چې د کوژدې موده اوږده او لاره ورته جوړه شوې.

۳. ځکه چې اړیکې مو امن نه دي او په اړه یې خواشیني یو.

٤. ځکه چې د ځینو رازونو په ویلو او نه ویلو کې زړه نازړه یو.

۵. ځکه چې د بې باوری علت موندلو لپار مو هڅه نه ده کړې.

٦. ځکه چې بدلون منل او زغم مو لږ او شک مو ډېر دی.

۷. ځکه چې چلند، خبرې او فکر مو بې باوری ته بیایي.

۸. ځکه چې د ګډ ژوند د اړیکو د سمون لپاره هڅه نه کوو.

۹. ځکه چې د ګډ ژوند ملګري سره مو مینه او لېوالتیا نشته.

۱۰. ځکه چې د ګډ ژوند ملګري سره مو خپلې خبرې نه شریکوو.

۱۱. ځکه چې د ګډ ژوند ملګري سره مو نېغ په نېغه مینه نه ښیو.

۱۲. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري پر وړاندې مسوولیت نه منو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې زموږ د ګډ ژوند ملګری بخیلي کوي؟

۱. ځکه چې د مجردۍ پر مهال له بخیلۍ سره عادت شوی.

۲. ځکه چې نه پوهیږو بخیلي یو منفي صفت او ځانګړنه ده.

۳. ځکه چې د هغوی په اند د هر شي پېرلو ته اړتیا نشته.

٤. ځکه چې هر څه د شتمنۍ له مخې ارزوي او ورته ګوري.

٥. ځکه چې ښایي د وسواس ګډوډۍ له امله بخیل شوي وي.

٦. ځکه چې ښایي زموږ ټینګار او بې باوري یې لامل وي.

۷. ځکه چې نه پوهیږو بخل هرخاوند او مېرمنه څوروي.

۸. ځکه چې موږ هم له همدې بخیلانو سره په بخل چلند کوو.

۹. ځکه چې په پېرلو کې له خاوند/مېرمنې سره مشوره نه کوو.

۱۰. ځکه چې نه پوهیږو یوه زیان منونکې او بده ستونزه ده.

۱۱. ځکه چې تل مو د خپل ګډ ژوند په ملګري ملنډې وهلي.

۱۲. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري هیجانونه مو نه دي حل کړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مو د ګډ ژوند ملګرۍ غوصه کوي؟

۱. ځکه چې د لامل په موندلو کې مو هڅه نه ده کړې.

۲. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري غوښتنو ته پام نه کوو.

۳. ځکه چې کله کله د کورنۍ د غړو تقلید (پېښې) کوو.

٤. ځکه چې فکر کوي له مسوولیت نه د تېښتې یوازینۍ لارده.

۵. ځکه چې چلند یې روغ نه دی او په غوصه ځان آرامو‌ي.

٦. ځکه چې پرته له غوصې له بلې حل لارې سره بلد نه دي.

۷. ځکه چې زمونږ د ګډ ژوند ملګرۍ د هیجان په تشولو نه پوهیږي.

۸. ځکه چې د غوصه کېدو پر مهال مونږ هم پرې غوصه کېږو.

۹. ځکه چې ښایي ارواېي ګډوډي به لري او نه به پرې پوهیږي.

۱۰. ځکه چې د غوصې مهارولو له مهارت سره بلدتیا نه لري.

۱۱. ځکه چې بې صبره کېږو او له نورو سره ژر مخالفت کوو.

۱۲. ځکه په خپله مونږ یې د غوصې لامل یو او مرسته نه کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د خپل ګډ ژوند ملګري ته درناوی وکړو؟

۱. ځکه چې په مینه او محبت کې مو زیاتوالی راولي.
۲. ځکه چې ارواپي روغتیا ته مو ډېره ګټه رسولی شي.
۳. ځکه چې د ګډ ژوند ملګري سره مو اړیکې سموي.
٤. ځکه چې ژوند ته مو خوښي او خوند وربښلی شي.
۵. ځکه چې اندېښنه، خواشیني او خپګان مو راتېتوي.
٦. ځکه چې د ځان غوښتنې له پټ حس سره مقابله کوي.
۷. ځکه چې په ژوند کې د غوصې او کینې کچه راتېتوي.
۸. ځکه چې د مثبتو او ښکو کړنو د ډېروالي لامل ګرځي.
۹. ځکه چې مور کې د هوساینې احساس را ژوندی کوي.
۱۰. ځکه چې په منفي احساساتو باندې مو بریالي کولی شي.
۱۱. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري پرځان باور سره مرسته کوي.
۱۲. ځکه چې په جنسي اړیکو او نورو چارو کې مرسته کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځینې مېرمنې او نارینه له ډېرې مینې وېرېږي؟

۱. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري له تمو نه وېرېږي.

۲. ځکه چې وېرېږي نور کسان ورسره کینه ونه کړي.

۳. ځکه چې ریښتینې مینه او محبت مو نه دی زده کړی.

٤. ځکه چې ښایي موږ ته تېرې خاطرې را په یاد کړي.

۵. ځکه چې ځینې یې د ځان کمې او رټنې لامل بولي.

٦. ځکه چې ښایي ترخې او نه هېرېدونکې تجربه لري.

۷. ځکه چې ښایي اصلي پېژند (هویت) به یې ننګوي.

۸. ځکه چې له ماتې، خپګان او خواشینۍ نه وېره لري.

۹. ځکه چې انګېرې؛ دا کار یې له والدینو نه لرې کوي.

۱۰. ځکه چې فکر کوي دا د ژوند کومه مهمه خبره نه ده.

۱۱. ځکه چې وېرېږي دا به یې د بریالیتوبونو مخه ونیسي.

۱۲. ځکه چې وېرېږي که همداسې پاتې نشي څه به وشي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې خاوند او مېرمنه یو بل سره همغږي نه لري؟

۱. ځکه چې د یوه او بل په وړاندې زغم نه لري
۲. ځکه چې د یو او بل اروایي توپیرونه نه مني.
۳. ځکه چې قناعت نه کوي او ډېرې غوښتنې لري.
٤. ځکه چې د یوه او بل تېر ژوند نه شي هېرولي.
٥. ځکه چې دروغ وایي او ریښتینی چلند نه کوي.
٦. ځکه چې ځینې افغانې جوړې ښه غوږ نه نیسي.
۷. ځکه چې په یو بل باندې له کچې ډېر شک لري.
۸. ځکه چې د ګډ ژوند ملګری له نورو سره پرتله کوي.
۹. ځکه چې پر یو بل باور نه لري او هڅه هم نه کوي.
۱۰. ځکه چې په ژوند کې له یو بل سره مشوره نه کوي.
۱۱. ځکه چې خپل ژوند د نورو په خبرو مخ ته بیایي.
۱۲. ځکه چې د یو او بل په خوښه کې هڅه نه کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځینې خبرې بې اغېزې کېږي؟

۱. ځکه چې نه وایو، یوازې ته زما د ژوند راز یې.

۲. ځکه چې نه وایو، له تا سر مې ذهن تازه کېږي.

۳. ځکه چې نه وایو، ته څومره ښایسته انسان یې.

٤. ځکه چې نه وایو، له تاسره وخت ژر تېریږی.

٥. ځکه چې نه وایو، ته د نړۍ تر ټولو ښه انسان یې.

٦. ځکه چې نه وایو، ستا په لیدو مې شکر ووښت.

۷. ځکه چې نه وایو، ته مې د ژوند یوازینۍ مینه یې.

۸. ځکه چې نه وایو، له تاسره ژوند په زړه پورې دی.

۹. ځکه چې نه وایو، تل مې په فکر کې اوسېږې.

۱۰. ځکه چې نه وایو، زه ستا ستاینه او درناوی کوم.

۱۱. ځکه چې نه وایو، له تا سره ژوند راته خوښ دی.

۱۲. ځکه چې نه وایو، که وایو یې هم له زړه یې نه وایو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د خپل ګډ ژوند ملګری په ځان نشو مینولی؟

۱. ځکه چې په سمه توګه يې اړتيا ته پام نه کوو.

۲. ځکه چې په خوله نه ورته وايو چې مينه لرو.

۳. ځکه چې احساس او حق يې نه شو درک کولی.

٤. ځکه چې د مينې پر ځای امرونه او لارښوونه کوو.

٥. ځکه چې ډېر بوخت يو او وخت نه شو ورکولی.

٦. ځکه چې غوښتنو ته يې "نه" وايو او انکار کوو.

۷. ځکه چې د خپل ګډ ژوند ملګري ته غوږ نه نيسو.

۸. ځکه چې دا هېرو چې مينه د ژوند يو اصل دی.

۹. ځکه چې د ګډ ژوند ملګری سره يوه خوله او نه يو.

۱۰. ځکه چې خپلې روغتيا او ظاهر ته سم پام نه کوو.

۱۱. ځکه چې د ژوند د ملګري کورنۍ ته درناوی نه کوو.

۱۲. ځکه چې د ژوند د ملګري ارزښتونو ته سپکاوی کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له خپل ګډ ژوند څخه خوښ نه یو؟

۱. څکه چې له ورځنیو شیبو څخه نه خوند اخلو.

۲. څکه چې له همېشنیو پرتلو څخه څان نه ژغورو.

۳. څکه چې له کچې ډېر په مادیاتو باندې فکر کوو.

٤. څکه چې د خپل ژوند لپاره ګډه موخه نه لرو.

۵. څکه چې په خپل ژوند کې نوښت نه راوړو.

٦. څکه چې خپلې کورنۍ ته ارزښت نه ورکوو.

۷. څکه چې آن په خوښو شیبو کې هم نه خاندو.

۸. څکه چې د خپل ګډ ژوند واقعیتونه مو نه منو.

۹. څکه چې د کار او کورنۍ تر مینځ اندول نه راولو.

۱۰. څکه چې ښېنه نه کوو او خپل احساسات پټوو.

۱۱. څکه چې د ګډ ژوند له ملګري سره جوړجاړی نه کوو.

۱۲. څکه چې د ګډ ژوند له ملګري سره همغږي نه یو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند لپاره یو ښه ملګری نه شو کېدای؟

۱. ځکه چې د مینانو په څېر چلند او عمل نه کوو.

۲. ځکه چې د خپلې خوښۍ شېبې په یاد نه راوړو.

۳. ځکه چې خپله مینه او احساس یو بل ته نه وایو.

٤. ځکه چې په یوازې ځان پرېکړې او عمل کوو.

٥. ځکه چې پر یوه مهال فکري او جسمی انډول نه لرو.

٦. ځکه چې خپل ظاهر او باطن ته پوره پام نه کوو.

۷. ځکه چې د ګډ ژوند له ملګري سره همغږي نه لرو.

۸. ځکه چې د حل لارو پر ځای نیوکې او رټنې کوو.

۹. ځکه چې د ښو خاطرو لپاره غونډې نه جوړو.

۱۰. ځکه چې ریښتیا نه درک کوو او په شک پسې ګرځو.

۱۱. ځکه چې یو بل سره خبرې نه کوو او غوږ نه نیسو.

۱۲. ځکه چې یو بل ته درناوی نه کوو او آزادي نه ورکوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې خپل خاوند یا مېرمنې ته هر څه ونه وایو؟

۱. ځکه چې هر څه ویل له ژوند سره مرسته نه کوي .

۲. ځکه چې کله کله هر څه ویل مرسته نه زیان رسوي.

۳. ځکه چې کیدای شي په سمه توګه یې ونه شو ویلی.

٤. ځکه چې چوپتیا تل په ژوند کې ځانګړی ارزښت لري.

٥. ځکه چې هر څه ویل د سالمو او بالغو انسانانو کار نه دی.

٦. ځکه چې اړینه نه ده په تېرو خپل راتلونکی تور کړو.

۷. ځکه چې د هر څه ویل مو د ژوند د ملګري ذهن ګډوډوي.

۸. ځکه چې تېرې بدۍ آن اوسنۍ ښېګڼې هم له مینځه وړي.

۹. ځکه چې کله کله د بدو یاد د بدیو بیاځلي کېدو لامل ګرځي.

۱۰. ځکه چې بیا به د ګډ ژوند ملګری باور راباندې ونه کړي.

۱۱. ځکه چې دا کار باور کمزورۍ او اړیکې کمرنګه کوي.

۱۲. ځکه چې د ناخوالو ویل نور کسان هم منفي اغېزمنوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ګډ ژوند ته هیله مند واوسو؟

۱. ځکه چې د انسان وړتیاوې ځو برابره ډېروي.

۲. ځکه چې پر ځان باور د لوړېدو لامل ګرځي.

۳. ځکه چې د مثبتو فکرونو انرژي نوره هم لوړوي.

٤. ځکه چې بیا هېڅکله نورو ته اړتیا نه پیدا کوي.

۵. ځکه چې د ډېرو سختو ستونزو د حل لامل ګرځي.

٦. ځکه چې د منفي فکرونو د کمېدو لامل ګرځي.

۷. ځکه چې په دې حالت کې ډېر بد حالات هم زغمي.

۸. ځکه چې هیله مندي کینه او بغض له منځه وړي.

۹. ځکه چې د انسان په ځان باور بې ساري لوړوي.

۱۰. ځکه چې په ژوند او چارو کې مهربانه نوره هم ډېروي.

۱۱. ځکه چې د بریا او مثبت فکر کولو لامل ګرځي.

۱۲. ځکه چې له ارواپي ناروغیو ځخه مخنیوی کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې زموږ د ګډ ژوند ملګری یوه ښه دنده نشي موندلی؟

۱. ځکه چې په کار او کارموندنه کې مهارتونه نه لري.
۲. ځکه چې تل د کار په اړوند ناسمې وړاندوینې کوو.
۳. ځکه چې خپل اسناد او پانې په سمه توګه نه تنظیموي.
٤. ځکه چې د ځان لپاره لنډمهاله او پروژه یي دندې ټاکو.
٥. ځکه چې ښه ټاکنه نه کوو او په لوړ مقام پسې ګرځي.
٦. ځکه چې د خپل مسلک اړوند نوي مهارتونه زده کوي.
۷. ځکه چې د بېکاره خلکو په خبرو او شایعاتو پسې ګرځي.
۸. ځکه چې د ژوند ملګری مو کاري چلند او اخلاق نه لري.
۹. ځکه چې انرژي په کار او چارو نه، په خبرو ضایع کوو.
۱۰. ځکه چې په ټوله کې کار د هغه اهل ته نه سپارل کېږي.
۱۱. ځکه چې دندې او کار موندنه پسې هڅه او پلټنه نه کوي.
۱۲. ځکه چې په دې اړوند له خپلو ملګرو مرسته نه غواړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې موږ او زموږ د ګډ ژوند ملګري بې دندې ونه اوسو؟

۱. ځکه چې ځان به مو ناوړه او بې ارزښته احساس نه کړو.
۲. ځکه چې بې دندې کېدل د بېلارې کېدو یو لوی لامل دی.
۳. ځکه چې کېدای شي د ګوښه توب او ژورخپګان لامل شي.
٤. ځکه چې ډېری بې دندې کسان په نشه یي توکو اخته کېږي.
۵. ځکه چې له نوور څخه د وروسته پاتې کېدو لامل ګرځي.
٦. ځکه چې په کورنۍ او ټولنه کې د ستونزو لامل کېدای شي.
۷. ځکه چې د نویو مهارتونو زده کړه به راته ستونزمنه شي.
۸. ځکه چې بېکاري د نورو له بریاوو سره د کینې لامل ګرځي.
۹. ځکه چې کېدی شي له مافیا او ټولنې ضد ډلو سره یوځای شي.
۱۰. ځکه چې په ګډ ژوند کې د اختلاف او شخړو لامل ګرځي.
۱۱. ځکه چې د خپلې کورنۍ مالي اړتیاوې به نشو پوره کولی.
۱۲. ځکه چې له موخې به لرې شو یا به کډې کولو ته مخه کړو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نشو کولی پخپله یوه دنده رامینځ ته کړو؟

۱. ځکه چې په ځان مو پوره باور او اعتماد نشته.

۲. ځکه چې ټولنه کې د داسې کارونو لپاره تیاره نشته.

۳. ځکه چې مور ډېر خطر مننوکي انسانان نه یو.

٤. ځکه چې ډېر خلاق او نوښتګر انسانان نه یو.

٥. ځکه چې په چاپېریالي فرصتونو پسې نه ګرځو.

٦. ځکه چې چارې مو په هر اړخیز ډول نه ارزوو.

۷. ځکه چې هڅه نه کوو او په ځان سخته نه راولو.

۸. ځکه چې پرځان ټیټ باور لرونکي انسانان یو.

۹. ځکه چې د ستونزو پر وړاندې مقاومت نه کوو.

۱۰. ځکه چې له واړه کارونه او لږه پانګونه نه کوو.

۱۱. ځکه چې د وړو وړو کارونو په کولو شرمېږو.

۱۲. ځکه چې د خلکو خبرو ته ارزښت نه ورکوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د خپل ژوند د ملګري په ژوند کې ځای نه شو موندلی؟

۱. ځکه چې د سترګو اړیکو ته ډېر ارزښت نه ورکوو.
۲. ځکه چې د خپل ژوند ملګري له خپلې مینې نه وایو.
۳. ځکه چې د ژوند ملګري ته د مینې موقع نه ورکوو.
٤. ځکه چې د غوصې پر مهال ځان نه شو کنټرولولی.
٥. ځکه چې د مینې په ښودلو کې وړاندېوالی نه کوو.
٦. ځکه چې د ژوند ملګری مو له نورو سره پرتله کوو.
۷. ځکه چې د ژوند ملګری مو رټو او پټکې پرې کوو.
۸. ځکه چې کله ناکله مو د ژوند د ملګري قدر نه کوو.
۹. ځکه چې شخصي حریم ته یې پوره درناوی نه لرو.
۱۰. ځکه چې خپل ظاهر او جامو ته مو پوره پام نه کوو.
۱۱. ځکه چې کله خو د ژوند ملګري ته ارزښت نه ورکوو.
۱۲. ځکه چې تل نیوکې کوو، خو کله هم حل لارې نه لټوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې زموږ په ګډ ژوند کې اړیکې سړېږي؟

۱. ځکه چې نارینه او مېرمنې ډېر په خپلو کې توپیر لري.

۲. ځکه چې د یو بل دندې مو نه دي پېژندلي او نه یې منو.

۳. ځکه چې د نارینه او مېرمنو تر مینځ توپیر نه شو منلی.

٤. ځکه چې د نارینه او مېرمنو تر مینځ اړیکه نه مطالعه کوو.

۵. ځکه چې د ستونزو حلولو لپاره نوې حل لارې نه لټوو.

٦. ځکه چې د یو او بل خبرو ته په سم ډول غوږ نه نیسو.

۷. ځکه چې د نر او ښځې د مینې بڼه توپیر لري، دا نه منو.

۸. ځکه چې تل غواړو د ګډ ژوند ملګري ته بدلون ورکړو.

۹. ځکه چې تل یوازې له خپلو چارو ځخه دفاع او ملاتړ کوو.

۱۰. ځکه چې تل د ستونزو د حل پرځای جګړې غوره کوو.

۱۱. ځکه چې دا نه منو چې تل د حل لپاره یوه لاره وي.

۱۲. ځکه چې کله کله مو له جنسیتي ځانګړنو ځخه تېښته کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند په ملګري بد ګماني کوو؟

۱. ځکه چې د خپلو کارونو په اړه څه نه ورته وایو.
۲. ځکه چې واده په پوره دقت او پاملرنې نه سره کوو.
۳. ځکه چې د واده په اړوند پوره او سم مالومات نه لرو.
٤. ځکه چې د یو بل له ځانګړنو نه پوره مالومات نه لرو.
۵. ځکه چې د یو بل کورنیو ته ارزښت او درناوی نه ورکوو.
٦. ځکه چې د مقابل لوري له غبرګونونو سره بلد نه دي.
۷. ځکه چې د ماشومتوب او ځوانۍ له پېښو ډېره یادونه کوو.
۸. ځکه چې خپله علاقه، مینه او محبت په ژبه نه ورته وایو.
۹. ځکه چې د نورو خلکو زامن، لونې او ګډ ژوند ورته یادو.
۱۰. ځکه چې خپلو کړنو، چلند او احساساتو ته پوره پام نه کوو.
۱۱. ځکه چې ځینې رازونه مو د ګډ ژوند له ملګري نه پټوو.
۱۲. ځکه چې د ګډ ژوند پر وړاندې خپل مسوولیت نه پېژنو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند د ملګرو تر مینځ مینه کمیږي؟

۱. ځکه چې مور مینه کړو، خو اوبه او لمر نه ورته رسوو.

۲. ځکه چې کمیږي، خو له منځه وړلو ته باید پرېښودله شي.

۳. ځکه چې نه پوهیږي څنګه یې په یوه ښه حال کې وساتي.

٤. ځکه چې د فکر دایره کې یې تل د "زه" حس ځای نیولی.

٥. ځکه چې کله کله په خپل ژوند کې بدلون منونکي نه دي.

٦. ځکه چې پوره، ټول غوښتونکي او پر ځان ډېر مین دي.

۷. ځکه چې د ګډ ژوند له مهارتونو سره سمه بلدتیا نه لري.

۸. ځکه چې د کور او بهر چاپېریال تر مینځ توپیر نه کوي.

۹. ځکه چې د خپلو ستونزو په اړوند ناسمې وړاندوینې کوي.

۱۰. ځکه چې په ګډ ژوند کې مینې ته لومړیتوب نه ورکوي.

۱۱. ځکه چې ژوند یوازې جنسي خوند او جوړه کېدل ګڼي.

۱۲. ځکه چې له مقابل لوري سره اغېزناکه اړیکې نه لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني نارينه په ګډ ژوند کې مينه وژني؟

۱. ځکه چې تنګ نظره او ډېرځله توپيري چلند کوي.

۲. ځکه چې کله کله بې ځايه او بې ګټې ننګونې کوي.

۳. ځکه چې غواړي ځان ډېر پياوړی او زورور وښيي.

٤. ځکه چې ځيني يې د ځواک او کنټرول په لټه کې دي.

٥. ځکه چې خپله مېرمنه بندي او ډېرځله يې محدودوي.

٦. ځکه چې د ژوند د ملګري دنده او زده کړې ځنډوي.

۷. ځکه چې خپلې مېرمنې ته د انتخاب حق نه ورکوي.

۸. ځکه چې ځيني يې بې پروا او له مسوولیته تښتي.

۹. ځکه چې کله ناکله فکري بلوغ ته نه وي رسېدلي.

۱۰. ځکه چې ښايي روږدي وي او په ځان واک نه لري.

۱۱. ځکه چې ځيني نارينه کمال پلوه او بخيلان هم وي.

۱۲. ځکه چې ځيني يې د مينې په اړه هېڅ نه پوهيږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له خسرخېلو سره اړیکې نشو ساتلی؟

۱. ځکه چې له واده وړاندې ښه چلند نه دی راسره شوی.

۲. ځکه چې د مېرمنې کورنۍ منفي ګڼو او قضاوت کوو.

۳. ځکه چې ډېری زومان او ناویانې جوړجاړی نه شي کولی.

٤. ځکه چې له کلتوري اوعقیدوي پلوه لوی توپیر سره لرو.

٥. ځکه چې د دوو کورنیو غړي دي او توپیر سره لري.

٦. ځکه چې د ژوند د ملګري له کورنۍ سره مینه نه لرو.

۷. ځکه چې خپله کورنۍ د خسر د کورنۍ په پرتله لوړه ګڼو.

۸. ځکه چې خپل مسوولیتونه په سمه توګه نه ترسره کوو.

۹. ځکه چې د پلار کور ته تګ راتګ نه شو مدیریت کوی.

۱۰. ځکه چې کورنۍ مو په چارو او ژوند کې لاسوهنه کوي.

۱۱. ځکه چې هڅه کوو د ژوند ملګری له کورنۍ نه بېل کړو.

۱۲. ځکه چې درناوی نه لرو او د هر چا په کار کې لاسوهنې کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځینې کورنۍ تیت او پرک کیږي؟

۱. څکه چې د تل لپاره مو ځان په حقه او ریښتینې ګڼلی دی.

۲. څکه چې آن کله کله ښه او په توده کې هم ښښنه نه غواړو.

۳. څکه چې په بې رحمۍ مو د ژوند د ملګري تېروتنې یادوو.

٤. څکه چې ادعا کوو چې د مقابل لوري دننه انګېزې نه خبر یو.

۵. څکه چې غواړي مقابل لوری یې باید ډېر ژر درک کړي.

٦. څکه چې د ژوند د ملګري لومړیتوبونه سم نه دي درک شوي.

۷. څکه چې زمونږ او د ملګري جنسي اړتیاوې مو یوشان نه دي.

۸. څکه چې پرته له دې چې په حل باندې فکر وکړو غوصه کوو.

۹. څکه چې د ګډ ژوند د ملګري او کورنۍ عیبونه ورته یادوو.

۱۰. څکه چې د مقابل لوري د ګناه له احساس څخه ناسمه ګټه اخلو.

۱۱. څکه چې د تل لپاره مو د ګډ ژوند د ملګري عیبونه را لټولي.

۱۲. څکه چې لفظي شخړې نه ختمو او په مقابل لوري فشار راوړو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند ملګري سره د بدو پېښو په اړه خبرې نه شو کولی؟

۱. ځکه چې په ګډ ژوند کې خبرو کولو ته ارزښت نه ورکوو.

۲. ځکه چې دا نه درک کوو چې خبرې په خبرو هوارېږي.

۳. ځکه چې احساس کوو مقابل لوری به مو خبرې وانه وري.

٤. ځکه چې وېره لرو چې مقابل لوری به مو منفي فکر وکړي.

۵. ځکه چې دا احساس کوو چې مقابل لوری به مرسته ونشي کړی.

٦. ځکه چې احساس کوو غرور به مو مات او تر پښو لاندې شي.

۷. ځکه چې تر دې وړاندې مو بده تجربه لرله او دمګړی وېرېږو.

۸. ځکه چې خبرو کولو ته لار هواره نه ده او موقع نه برابروو.

۹. ځکه چې ډېرځله تېر وخو او له ناسمو تګلارو څخه ګټه اخلو.

۱۰. ځکه چې نه چوپ کېږو او بې ځایه پوښتنې او لاسوهنې کوو.

۱۱. ځکه چې تل شخړې کوو او له سمو لارو سره پوره بلد نه یو.

۱۲. ځکه چې ارامه غوږ نه نیسو او په هره خبره کې غبرګون ښیو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند ملګری نه شو خوشالولی؟

۱. ځکه چې د خوشالولو په څرنګوالي باندې نه پوهېږو.

۲. ځکه چې د ګډ ژوند ملګري ته مینه ناک پیغام نه لېږو.

۳. ځکه چې کله کله د خپلې خوښې خواړه نه ورته تیاروو.

٤. ځکه چې له اولادونو پرته دوه په دوه تفریح ته نه ځو.

۵. ځکه چې د زوکړې او نورې مناسبتي ورځې نه نمانځو.

٦. ځکه چې کله د خپل ګډ ژوند ملګري ته ډالۍ نه ورکوو.

۷. ځکه چې کېدای شي د ګډ ژوند له ملګري سره مینه ونه لرو.

۸. ځکه چې ډېر بوخت یو او د ژوند ملګري ته وخت نه لرو.

۹. ځکه چې له ملګري سره مو له کوره بهر خواړه نه خورو.

۱۰. ځکه چې د خوښۍ لاملونه مو تر اوسه سم نه دي ارزولي.

۱۱. ځکه چې وخت نا وخت تېرې ښې خاطرې نه سره یادوو.

۱۲. ځکه چې په نورو چارو کې له حده ډېر بوخت شوي یوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د خپل ګډ ژوند ملګری نه شو پخلا کولی؟

۱. ځکه چې د ژوند د ملګري خبرو ته سم غوږ نه نیسو.

۲. ځکه چې کورنۍ ته یې وخت ناوخت مېلمستیا نه نیسو.

۳. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري ناخوښۍ سمې نه پېژنو.

٤. ځکه چې ښښنه نه ترې غواړو او تل ځان په حق ګڼو.

۵. ځکه چې د ملګرو او کورنۍ درناوی یې ښه نه ساتو.

٦. ځکه چې د اړتیا په وخت کې یې په خوا کې نه یو.

۷. ځکه چې د ژوند ملګري ته مو بیا بیاځلي دورغ ویلي.

۸. ځکه چې د خوښې وړ جامې او سینګار نه ورته اخلو.

۹. ځکه چې د خپل ځان پاکوالي ته مو هم پوره پام نه کوو.

۱۰. ځکه چې ډېر ځله ښه، ښه راغلاست نه ورته وایوو.

۱۱. ځکه چې تر خوا یې نه کینو او پوره ناز نه ورکوو.

۱۲. ځکه چې کوښښ کوو د ژوند ملګري ته بدلون ورکړو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځینې جوړې یو بل نه شي جذبولی؟

۱. ځکه چې د مقابل لوري د جذبولو مهارت نه لري.

۲. ځکه چې ښایي د CHMجین یې لامل ګرځېدلی وي.

۳. ځکه چې له جسمي اړخه یو بل نه شو خوښولی.

٤. ځکه چې د ځینو هورمونونو ترشح یې لامل شوی.

٥. ځکه چې د نر د ټستسټرون هورمون کچه لوړه وي.

٦. ځکه چې له یوه او بل سره پوره همغږي نه لري.

۷. ځکه چې ښایي درېیم کس یې په ژوند ورننوتی وي.

۸. ځکه چې مینه ناکې کړنې او ښه چلند نه سره کوي.

۹. ځکه چې دواړه خواوې نوښګر او هوښیار نه دي.

۱۰. ځکه چې ټولنیز مهارتونه یې سم نه دي زده کړي.

۱۱. ځکه چې د یو بل فکرونه لولي او حقیقت نه لټوي.

۱۲. ځکه چې نور یې نه پرېږدي چې سره نږدې شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې زموږ د ګډ ژوند ملګری له نورو سره وخت تېروي؟

۱. ځکه چې له ځوانۍ څخه همداسې عادت شوی دی.
۲. ځکه چې زموږ د کورنۍ فضا همداسې بې مینې ده.
۳. ځکه چې لومړیتوب یې د ژوند ملګری نه، نور دي.
٤. ځکه چې نوي مسوولیتونه او ژوند په غاړه نه اخلي.
٥. ځکه چې ښایي موږ یوازي اوسو او ناسم پوهېدلي یو.
٦. ځکه چې خبر نه یو دا چاره د ستونزو لامل ګرځي.
۷. ځکه چې ښایي اروایي او عاطفي ستونزې به ولري.
۸. ځکه چې ښایي له موروپلار سره ښې اړیکې ونه لري.
۹. ځکه چې مجرد او متاهل توپیر لري په دې نه پوهېږي.
۱۰. ځکه چې ښایي اړیکې یې د ملګري په ډول نه وي.
۱۱. ځکه چې تاسو د ملګرو په څېر چلند نه ورسره کوی.
۱۲. ځکه چې دواړه د یو بل همکار، انډیوال او مین نه دي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ځینو ګډ ژوند ناکام وي؟

۱. ځکه چې له ګډ ژوند سره بې علاقې وي.
۲. ځکه چې په دنده کې ډېر بوخت شوي دي.
۳. ځکه چې د ژوند ملګري سره اړیکې نه لري.
٤. ځکه چې اصلي علت مو یې نه دی موندلی.
٥. ځکه چې ښایي ډېر ځان غوښتونکي وي.
٦. ځکه چې د ګډ ژوند په اړه مطالعه نه لري.
۷. ځکه چې ګډ ژوند ته لومړیتوب نه ورکوي.
۸. ځکه چې مسوولیتونه سرته نه شو رسولی.
۹. ځکه چې مهرباني او حوصله نشو کولی.
۱۰. ځکه چې په هر کار کې یې لاسوهنې کوو.
۱۱. ځکه چې یوازې پر بدو کړنو یې فکر کوو.
۱۲. ځکه چې ناوړه کارونه او چارې سرته رسوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني خلک په ژوند کې مينه نشي پاللی؟

١. ځکه چې هره ورځ د بې غوری يو نوی دېوال دروي.

٢. ځکه چې له يو بل سره مرسته او د زړه خواله نه کوي.

٣. ځکه چې مينه پېچکاري نه ده؛ له دننه بايد راوټوکېږي.

٤. ځکه چې هر يو په ځان کې د مينې احساس نه روزي.

٥. ځکه چې کله نا کله ځان هم نه مني او نه يې خوښوي.

٦. ځکه چې فکر کوي ټولې غوښتنې يې بايد پر ځای شي.

٧. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري اړتياوې نه پوره کوي.

٨. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري په څېر يې وده نه ده کړې.

٩. ځکه چې تر اوسه له مينې سره بلد نه دي او نه پوهيږي.

١٠. ځکه چې تل غواړي اړيکې يې يو ډول او مساوي وي.

١١. ځکه چې له شخړو، بدچلند او ناخوالو نه مخنيوی نه کوي.

١٢. ځکه چې مينه کول، درناوی او يو بل ته پوره پام کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځینې سره له دې چې ښه دي، مینه نه ورسره لرو؟

۱. ځکه چې ښایي واده مو په زور زیاتي سره شوی وي.

۲. ځکه چې ښایي له وړاندې مو مشوره نه وي اخیستې.

۳. ځکه چې ښایي واده مو د زړه سوي له مخې کړی وي.

٤. ځکه چې احساس کوو د ګډ ژوند ملګری مو لامل دی.

۵. ځکه چې د ګډ ژوند له ملګري سره خبرې نه پرې کوو.

٦. ځکه چې فکر کوو چې د یو بل لپاره نه یو جوړ شوي.

۷. ځکه چې د ژوند د ملګري په اړتیاوو پسې نه رسېږو.

۸. ځکه چې ښایي په زړه نا زړه خپل ژوند پر مخ بیایو.

۹. ځکه چې کېدای شي د درېیم کس لاسوهنه پکې وي.

۱۰. ځکه چې یاد حالت عادي ګڼو او په حل یې اقدام نه کوو.

۱۱. ځکه چې له لاسه وتلو شیانو پسې ببخایه انرژي لګوو.

۱۲. ځکه چې نه پوهېږو حل لاره لري، خو هڅه یې نه کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند له ملګري څخه لرې نه شو؟

۱. ځکه چې له لرېوالي سره عادت او نور هم لرې کيږو.

۲. ځکه چې د دواړو خواوو ذهنونه ګډوډ او ګېچ کيږي.

۳. ځکه چې د ژورخپګان او اضطراب لامل کېدی شي.

٤. ځکه چې په ګډ ژوند کې مو ګيلې او شکايتونه ډېروي.

۵. ځکه چې ښايي په ژوند کې د خيانت لامل هم وګرځي.

٦. ځکه چې نږدېوالی مو له عاطفي اړخه نږدې ساتلی شي.

۷. ځکه چې په نه شتون کې يې نور کسان ځای نيولی شي.

۸. ځکه چې د ژوند له ملګري لرېوالی د زغملو وړ نه دي.

۹. ځکه چې د طلاق يو لوی لامل له يوه او بله لرې والی دی.

۱۰. ځکه چې د واده موخه بېلتون نه، بلکې يو بل سره اوسېدل دي.

۱۱. ځکه چې په دواړو اړخونو کې مينه او لېوالتيا ختموي.

۱۲. ځکه چې په ژوند کې د غوصې او بد فکر لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند د ملګري لرېوالی نه شو زغملی؟

۱. ځکه چې ښايي د ګډ ژوند ملګري سره عادت وي.

۲. ځکه چې له لرې څخه په اړيکو کې نه پاتې کېږي.

۳. ځکه چې د ژوند ملګري سره ټليفوني خبرې نه کوي.

٤. ځکه چې له يوه او بل سره احساسات نه شريکوي.

۵. ځکه چې خوږې خاطرې او يادونه نه سره يادوي.

٦. ځکه چې د ژوند ستونزو ته ريښتينې کتنه نه کوي.

۷. ځکه چې د ژوند د ملګري په اړه مثبت فکر نه کوي.

۸. ځکه چې د ژوند ملګري ته سم وخت نه شي ورکوی.

۹. ځکه چې وخت نا وخت يې سم حال نه شي اخيستلی.

۱۰. ځکه چې د ځان لپاره مو منظم مهالوېش نه جوړوو.

۱۱. ځکه چې ځان ته کار نه کوي او بوختياوې نه لري.

۱۲. ځکه چې مطالعه نه کوي او په ليکنو فکر نه کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند ملګری مینه نه راسره لري؟

۱. ځکه چې موږ يې هڅونه، ستاينه او درناوی نه کوو.

۲. ځکه چې د پرمختګ په برخه کې يې مرسته نه کوو.

۳. ځکه چې په ګډ ژوند کې بدلون ته پوره پام نه کوو.

٤. ځکه چې تل مو خپل ظاهري نظم ته پام نه دی کړی.

٥. ځکه چې غوښتنې او هيلې مو سمې نه دي درک کړې.

٦. ځکه چې د ژوند ملګري ته مو دا خبره نه ده کړې.

۷. ځکه چې ښايي د ژوند له ملګری ډېرې غوښتنې ولرو.

۸. ځکه چې د يوه بل توپير مو سم نه دی سره پيژندلی.

۹. ځکه چې خپله هم له ځان سره مينه او علاقه نه لرو.

۱۰. ځکه چې ښايي له خپلو جنسي اړيکو څخه خوښ نه يو.

۱۱. ځکه چې يو بل ته وخت نه ورکوو او يا يې هم نه لرو.

۱۲. ځکه چې ښايي درېيم کس لاسوهنه او په اړيکه کې وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې زموږ د ګډ ژوند ملګری موږ ته پام نه کوي؟

۱. ځکه چې ډېر ځله موږ خپله هم پام نه ورته کوو.

۲. ځکه چې خپل غبرګونونه سم نه شو سره ارزولی.

۳. ځکه چې نه پاملرنه په وار وار را ځخه تکرار شوې.

٤. ځکه چې د وینا پر مهال هوسا او مهربانه نه یو.

٥. ځکه چې د خبرو پر مهال ډېرې بدې کلیمې کاروو.

٦. ځکه چې د ژوند ملګری مو پرتله کوو او رټو یې.

۷. ځکه چې د ژوند د سمون لپاره حل لاره نه لټوو.

۸. ځکه چې خبرې او اړیکې مو سمې او باوري نه دي.

۹. ځکه چې ګډ ژوند کې د پاملرنې پر ارزښت نه پوهېږو.

۱۰. ځکه چې تل د ستونزو پر ځای مخالفت ته دوام ورکوو.

۱۱. ځکه چې تل د رغولو نه، بلکې ورانولو په فکر کې یو.

۱۲. ځکه چې ځان په حقه ګڼو او په جزیاتو فکر نه کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند ملګري ډېر په غوصه کېږي؟

۱. ځکه چې دواړه د پيغام په لېږدولو کې ستونزه لري.
۲. ځکه چې کله کله غواړي له مسوولیت څخه وتښتي.
۳. ځکه چې خپله د مقابل لوري د غوصې لامل ګرځو.
٤. ځکه چې نه پوهيږي د ژورخپګان لامل ګرځي.
٥. ځکه چې ستونزه په فکر نه حل کوي غوصه کوي.
٦. ځکه چې په خطر او بدو پايلو يې ښه فکر نه کوي.
۷. ځکه چې په دې چې اړيکې يې ورانوي، نه پوهيږي.
۸. ځکه چې وروسته له هغې د هوسايني احساس کوي.
۹. ځکه چې طبيعي امر او چاره ده او بايد ويې منو.
۱۰. ځکه چې غوصه يې زده کړې او پرې عادت شوي.
۱۱. ځکه چې د غوصې په مديريت کې مهارت نه لري.
۱۲. ځکه چې فکر کوي وروستی حل لاره به همدا وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند ملګری وښښو؟

۱. ځکه چې پرته له ښښې په دواړو لورو سختیږي.

۲. ځکه چې که یې ونه ښښو، ذهن مو بوخت ساتي.

۳. ځکه چې نه ښښل یې اوږدمهاله ستونزې زیږوي.

٤. ځکه چې لاشعور به مو له بدو خاطرو ډک کړي.

۵. ځکه چې کینې، کرکې او شخړو ته لار هواروي.

٦. ځکه چې ټول ژوند یوځای یو او نه مو لوریږي.

۷. ځکه چې ښښل یو مهارت دی او باید ویې لرو.

۸. ځکه چې ډېر ځله موږ هم اړتیا ورته پیدا کوو.

۹. ځکه چې نه ښښل د ودې نا پوره والی او عیب دی.

۱۰. ځکه چې ښښل د ځمکې د سر یوه لویه ښه کړنه ده.

۱۱. ځکه چې له ستونزو پرته هم ګډ ژوند ناشونی دی.

۱۲. ځکه چې ښښل ډېری ستونزې حل او دفع کولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند ملګري له نورو سره پرتله نه کړو؟

۱. ځکه چې هېڅ انسان له بل انسان سره د پرتلې وړ نه دی.

۲. ځکه چې موږ په ظاهر ډېر فکر کوو او دا سم کار نه دی.

۳. ځکه چې ډېر کسان شته چې زموږ د ژوند په ارمان دي.

٤. ځکه چې ښايي د ژوند د ملګري منفي اړخ ته مو پام وي.

۵. ځکه چې نه پوهېږو د ژوند د ملګري اصلي معيار څه دی.

٦. ځکه چې پرتله کول مو د ژوند ملګري ته ګټه نه، زيان اړوي.

۷. ځکه چې که مقابل لوری موږ پرتله کړي خوښ به نه شوو.

۸. ځکه چې ښايي ملګري مو ښه، مګر موږ هرڅه پوره وغواړو.

۹. ځکه چې نه پوهېږو پرتله کول هسې د وخت ضايع کول دي.

۱۰. ځکه چې نه پوهېږو پرتله کول بې ګټې اروايي زيانونه لري.

۱۱. ځکه چې اړيکې مو خرابوي او آن خبره طلاق ته رسولی شی.

۱۲. ځکه چې په موږ کې د منفي هيجانونو د ډېروالي لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند ملګری پر موږ بد ګمان کوي؟

۱. ځکه چې ښایي د ژوند ملګری مو د پارانویا ګډوډي ولري.
۲. ځکه چې ښایي د ژوند له ملګري سره مو بد چلند کړی وي.
۳. ځکه چې د ژوند له ملګري سره د فکر او نظر توپیر لرو.
٤. ځکه چې د ژوند له ملګري سره مو لږ مینه او محبت لرو.
٥. ځکه چې له ډېرو نورو سره اړیکې لرو او دا یې لامل دی.
٦. ځکه چې همداسې روزل شوي یو او تل په نورو شک کوو.
۷. ځکه چې په ژوند کې مو لاسوهنې کېږي او دا یې لامل دی.
۸. ځکه چې ښایي د ژوند ملګري مو پرځان ډېر تېټ باور ولري.
۹. ځکه چې ډېرځله مو د ژوند د ملګري اړتیاوو ته پام نه کوو.
۱۰. ځکه چې ډېرځله مو د ژوند ملګري له نورو سره پرتله کوو.
۱۱. ځکه چې خبرې پټوو او دا د شک او بدګمانۍ لامل کرځي.
۱۲. ځکه چې د ژوند د ملګري پر وړاندې مو څو ځله دروغ ویلي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند ملګري سره روغه جوړه نه کوو؟

۱. ځکه چې د اړواړوهنې له مخې هوښیار نه یو.

۲. ځکه چې د بدلون په موخه مرسته نه غواړو.

۳. ځکه چې د درک او زغملو وړتیا مو کمه ده.

٤. ځکه چې د ګډ ژوند ملګری مو ناسم ارزوو.

٥. ځکه چې ډېری پرېکړې په یوازې ځان کوو.

٦. ځکه چې د ژوند ملګري ته بده ژبه کاروو.

۷. ځکه چې له جنسي اړیکو یې خوښ نه یو.

۸. ځکه چې د ژوند ملګري د بدمرغۍ لامل ګڼو.

۹. ځکه چې جامې او عطرو یې په خوښه نه کاروو.

۱۰. ځکه چې د ژوند له ملګري نه ځان لوړ ګڼو.

۱۱. ځکه چې پخوانۍ ستونزې او ربړې نه حلوو.

۱۲. ځکه چې فکر کوو ټول مسایل یو ډول دي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له لفظي شخړو ځان نه ژغورو؟

١. ځکه چې د خپل چلند مهارولو وړتیا نه لرو.
٢. ځکه چې په بېړه او ګړندي ډول عمل کوو.
٣. ځکه چې په پربکړو کې ډېر غور نه کوو.
٤. ځکه چې ببلابېل مسایل لږ درک کوو.
٥. ځکه چې پرته له فکر او هوښه قضاوت کوو.
٦. ځکه چې په بې صبرۍ له وړاندې حکم کوو.
٧. ځکه چې په ځان فکر کوو او قناعت نه لرو.
٨. ځکه چې ډېرځله فکر کوو چې موږ په حقه یو.
٩. ځکه چې له خطر او بدو پایلو یې خبر نه یو.
١٠. ځکه چې د خپل بدلون او اصلاح هڅې نه کوو.
١١. ځکه چې ستونزې مو له وړتیا څخه پورته دي.
١٢. ځکه چې له ببلابېلو ستونزو سره مخ کېږو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني مېرمنې له خاوند نه کرکه کوي؟

۱. ځکه چې طبيعي توپيرونو ته يې ارزښت نه ورکوي.

۲. ځکه چې د نورو منفي او ناسمو خبرو ته غوږ نيسي.

۳. ځکه چې ځيني نارينه په خپلو مېرمنو کبر هم کوي.

٤. ځکه چې کله د مېرمنې خبرو ته سم غوږ نه نيسي.

۵. ځکه چې له کورنۍ او ملګرو سره ډېر بوخت شي.

٦. ځکه چې د خاوند د لا پېژندلو لپاره کوښښ نه کوي.

۷. ځکه چې ځيني نران خپله غوصه نشي مديريت کولی.

۸. ځکه چې تل په پخوانيو مسايلو باندې فکرونه کوي.

۹. ځکه چې مېرمنې ته د خبرو کولو وخت نه ورکوي.

۱۰. ځکه چې تل يې خاوند د کورنۍ لپاره ځان ځوروي.

۱۱. ځکه چې ځيني نارينه له مېرمنو سره ملګري نه دي.

۱۲. ځکه چې خيانت يې ويني او څه به نه شي کولی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند له ملګري سره نشو صميمي کېدای؟

۱. ځکه چې په ګډ ژوند کې بدلونونه په نظر کې نه نیسو.
۲. ځکه چې خپل احساسات مو د ژوند ملګري ته نه وایو.
۳. ځکه چې د ژوند ملګری مو احساسات نه شي درک کوی.
٤. ځکه چې د ژوند د ملګري عقایدو او نظر ته پام نه کوو.
٥. ځکه چې لامل پسې یې نه یو او هڅه نه کوو پیدا یې کړو.
٦. ځکه چې له بده مرغه واړه خو پرلپسې ګامونه نه اخلو.
۷. ځکه چې له لامل پرته یې په غېږ کې نه نیسو او نه ښکلوو.
۸. ځکه چې په دمګړی کې ژوند نه کوو او هرڅه سباته پرېږدو.
۹. ځکه چې د بدلون په عاطفي او جسمي اړخ سر نه خلاصوو.
۱۰. ځکه چې تېرې ترخې تجربې مو بیا بیا ځلي تکراروو.
۱۱. ځکه چې هر چا سره مینه کول توپیر لري دا باید زده کړو.
۱۲. ځکه چې ښایي د ژوند د ملګري ښه اوږدونکي ونه اوسي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې خپل ګډ ژوند وژغورو؟

۱. ځکه چې د ژوند ملګري د یوبل تر څنګ خوښ وي.

۲. ځکه چې ډېر ځله په بېلتون او طلاق کې خیر نه وي.

۳. ځکه چې موږ یوازې نه یو ښایي نورهم اغېزمن شي.

٤. ځکه چې د موازي اړیکو او دوهم واده لامل ګرځي.

٥. ځکه چې که یې ونه ژغورو کورنۍ مو له لاسه وځي.

٦. ځکه چې له هره اړخه بل پوره انسان به پیدا نه کړو.

۷. ځکه چې په دوهم واده کې به هم همدا ستونزې وي.

۸. ځکه چې د ژوند هرې ستونزې ته حل لاره شته دی.

۹. ځکه چې که یې ونه ژغورو نورې ستونزې راتوکوي.

۱۰. ځکه چې هر ګډ ژوند خپل خاطرات له ځان سره لري.

۱۱. ځکه چې د دوو کورنیو تر مینځ مینه او محبت ډېروي.

۱۲. ځکه چې یوه ننګونه ده او باید بریالي ترې را بهر شو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند د ملګري بې وفايۍ ته چمتو يو؟

۱. ځکه چې له واده وړاندې مو خپلې سترګې پټې ساتلې وې.

۲. ځکه چې د يو بل فکر او نظر ته په ځير سره پام نه نيسو.

۳. ځکه چې د يو بل له ګډو مسوولیتونو څخه ښه خبر نه يو.

٤. ځکه چې د مقابل لوري ځانګړنې مو ښې نه دي پېژندلي.

۵. ځکه چې له يوه بې کاره او بې پروا سره مو واده کړی.

٦. ځکه چې د ګډ ژوند لپاره روغو معيارونو ته ښه پام نه کوو.

۷. ځکه چې له پيله په ځير سره د مقابل لوري موخې نه ارزوو.

۸. ځکه چې له پخوا د خپل ژوند د ملګري په اړوند دقيق نه يو.

۹. ځکه چې بوخت يو او د مقابل لوري اړتياوو ته پام نه کوو.

۱۰. ځکه چې واده مو د تړاو او وابستګۍ پر بنسټ وه، نه د مينې.

۱۱. ځکه چې د ژوند ملګري سره ښې صميمي اړيکې نشو جوړولی.

۱۲. ځکه چې له واده نه وړاندې مو اړواړوه ته مراجعه نه ده کړې.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په ژوند کې عاطفي اړتياوو ته پام وکړو؟

١. ځکه چې عاطفي اړتياوې مو د ژوند بنسټيزې اړتياوې دي.
٢. ځکه چې د عاطفي اړتياوو پوره کول د خوښۍ لامل ګرځي.
٣. ځکه چې عاطفي اړتياوې د ګډ ژوند ارزښت خورا لوړوي.
٤. ځکه چې د عاطفي اړتياوو پوره کول موږ ته مينه راښيي.
٥. ځکه چې په دې سره له مقابل لوري عاطفي ملاتړ کولی شو.
٦. ځکه چې عاطفي اړتياوې مو اړيکو کې مثبت هيجان ډېروي.
٧. ځکه چې د عاطفي اړتياوو نه پوره کېدل اړيکې خرابوی شي.
٨. ځکه چې عاطفي اړتياوې ملګرتيا او مينه نوره هم تينګوي.
٩. ځکه چې عاطفي اړتياوې مو د نېکمرغۍ لامل ګرځېدلی شي.
١٠. ځکه چې د عاطفي اړتياوو پوره کېدل مو په هوښ اغېز کوي.
١١. ځکه چې د عاطفي اړتياوو پوره کېدل مو ستونزې هواروي.
١٢. ځکه چې عاطفي اړتياوې په جنسي اړيکو پورې پوره اړه لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې درغلي او بې وفايي کوو؟

۱. ځکه چې د يو بل عاطفي اړتياوې سمې نه شو پوره کولی.

۲. ځکه چې په پوهه، مينه او خپله خوښه مو واده نه دی کړی.

۳. ځکه چې رټل شوي يو او موږ هم نور رټو او بی وفايي کوو.

٤. ځکه چې له پيله مو د کورنۍ او خپلوانو په خوښه واده کړی.

۵. ځکه چې بې ځايه تمې او مقابل لوری نورو سره پرتله کوو.

٦. ځکه چې ډېر ځله مو د ګډ ژوند ملګری نېغ په نېغه تهديدوو.

۷. ځکه چې مينه او جنسي اړيکې مو د ځوروني وسيله ګرځولې.

۸. ځکه چې ډېر ځله خپل کار او ملګرو ته ډېر لومړيتوب ورکوو.

۹. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري عزت ساتلو ته ډېر ژمن نه يو.

۱۰. ځکه چې بې وفايي او درغلي مو په سمه توګه نه ده پېژندلې.

۱۱. ځکه چې د خيانت او بې وفايۍ له خطر او بدو پايلو نه يو خبر.

۱۲. ځکه چې د واده روغو معيارونو ته مو په سمه پام نه دی کړی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له خیانت او درغلۍ نه لاس نه اخلو؟

۱. ځکه چې د خیانت له وروستیو پایلو څخه سم خبر نه لرو.

۲. ځکه چې نه پوهیږو خیانتونه مو مینه او محبت ببخي وژني.

۳. ځکه چې نه پوهیږو خیانت د انسان د بې باورۍ لامل ګرځي.

٤. ځکه چې نه پوهیږو خیانت ښې کورنۍ له مینځه وړلی شي.

٥. ځکه چې نه پوهیږو د ماشومانو په روزنه ناوړه اغېز کوي.

٦. ځکه چې د خیانت وروستۍ پایله بېلتون، واټن او طلاق دی.

۷. ځکه چې خیانت او درغلي له قانوني ستونزو سره مل وي.

۸. ځکه چې نه پوهیږو بې وفایي د کورنۍ بنسټ له مینځه وړي.

۹. ځکه چې نه پوهیږو خیانت د ارواپي ستونزو لامل کېدی شي.

۱۰. ځکه چې نه پوهیږو که خیانت وکړو، له موږ سره خیانت کېږي.

۱۱. ځکه چې نه پوهیږو خیانت د انسان ذهن او ارواه ځپلی شي.

۱۲. ځکه چې نه پوهیږو خیانت او درغلي مو روږدتیا ته اړباسي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې جوړې د یوبل له توپیرونو خبرې شي؟

۱. څکه چې په نشتوالي کې یې ژوند د شخړو پر لور ځي.
۲. څکه چې په اسانۍ به د یوبل له څانګړنو څخه خبر شي.
۳. څکه چې په خبرتیا سره به هر څه سم مدیریت کړی شو.
٤. څکه چې له پوهې پرته به مینه او محبت کمزوری شي.
٥. څکه چې په دې سره به یوبل ته ډېر ارزښت ورکړی شو.
٦. څکه چې نارینه او مېرمنې له یو بل سره ډېر توپیر لري.
۷. څکه چې ښې جوړې له توپیرونو څخه خوند اخلي، نه رنځ.
۸. څکه چې د توپیرونو نه شتون مو ژوند کمزوری کوی شي.
۹. څکه چې مېرمنې د نارینه وو په پرتله ډېرې احساسي وي.
۱۰. څکه چې ډېری نارینه مصنوعی او بې خبره چلند کوي.
۱۱. څکه چې په پوهېدو سره به له یوبله خپلې تمې راکمې کړو.
۱۲. څکه چې په دې اړوند له خبرتیا پرته یو بل نشو درک کولی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نارینه له خپلو مېرمنو سره مهربان نه دي؟

۱. ځکه چې فکر کوي مهرباني يې د اوږدې مودې لپاره بسنه کوي.
۲. ځکه چې مسایل د مېرمنې له نظره نه، بلکې له خپل انده تفسیروي.
۳. ځکه چې نارینه د ستونزو د حل، مېرمنې د درک غوښتونکې دي.
٤. ځکه چې مېرمنې ډېر ځله د خپل زړه خبره په څرګنده نشي کولی.
٥. ځکه چې مېرمنې فکر کوي نارینه خپلې مېرمنې ښې نه درک کوي.
٦. ځکه چې ډېری نارینه وابسته مېرمنو ته ډېر نه، لږ ارزښت ورکوي.
۷. ځکه چې ځینې مېرمنې فکر کوي نارینه باید ډېره قرباني ورکړي.
۸. ځکه چې ځینې نارینه فکر کوي مېرمن يې تل کینه او بخیلي کوي.
۹. ځکه چې نارینه فکر کوي که مهربانه شي مېرمن به نازولې شي.
۱۰. ځکه چې ډېری نارینه د مېرمنو په اړوند له ځانه قضاوتونه کوي.
۱۱. ځکه چې ډېری نارینه احساس کوي مېرمنه يې پرې باور نه لري.
۱۲. ځکه چې ډېری نارینه جنسیت او نرتوب ته ډېر ارزښت ورکوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د نارینه ټولې چارې سرته ونه رسوو؟

۱. ځکه چې نارینه د نورو له لورې کنټرول نه خوښوي.

۲. ځکه چې چمتو دی خپلې چارې په خپله سرته ورسوي.

۳. ځکه چې فکر کوي مېرمن یې ورباندې باور نه لري.

٤. ځکه چې د خاوند او مېرمنې اړیکې عادت ته رسیږي.

۵. ځکه چې دا کار مو د خاوند تمې بې کچې لوړولی شي.

٦. ځکه چې نارینه دا ډول چارې یو ډول سستي ګڼي.

۷. ځکه چې دا چاره مېرمن د خاوند لپاره مور جوړوي.

۸. ځکه چې په دې سره مو د خاوند خصوصي حریم ساتو.

۹. ځکه چې نارینه د مېرمنې په دې کار بې مسوولیته کیږی.

۱۰. ځکه چې د وخت په تېرېدو سره مو دا چاره دنده ګرځي.

۱۱. ځکه چې دا چاره د دواړو لورو تر مینځ همکاري کموي.

۱۲. ځکه چې په دې کار سره نارینه د ستړیا احساس کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نارینه د خپلې مېرمنې له زده کړو او ودې نه وېره لري؟

۱. ځکه چې غواړي د خپلې مېرمنې کنټرول تل په لاس کې ولري.
۲. ځکه چې ډېرې نارینه زورو، مهاروونکي او اداره کوونکي دي.
۳. ځکه چې ځینې مېرمنې له ډېرې ودې وروسته غرور پیدا کوي.
٤. ځکه چې زمونږ د ټولنې ټولنیز جوړښت دودیز او ټرلی شوی.
٥. ځکه چې نارینه نه غواړي له مېرمنې یې کم او سست اوسي.
٦. ځکه چې د ډېرې نارینه وو په لاشعور باندې منفي اغېزه کوي.
۷. ځکه چې همداسې روزل شوي او تل ځان مخکې مخکې کوي.
۸. ځکه چې په دې نه پوهیږي چې د مېرمنو وده یې خپله وده ده.
۹. ځکه چې کله کله د نارینه وو خپلوان په دې کې لاسوهنه کوي.
۱۰. ځکه چې کله هم د فردي توپیرونو په اړه نه لولو او نه پوهیږو.
۱۱. ځکه چې راته ویل کېږي: مه پرېږده مېرمن دې درنه لوړه شي.
۱۲. ځکه چې نه پوهیږو انسان که نارینه وي یا ښځینه، وده غواړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مېرمنې هڅه ونه کړي چې د خاوند عادتونه بدل کړي؟

۱. ځکه چې په نړۍ کې د ډېرې نارینه وو د خواشینۍ دلیل دی.
۲. ځکه چې نارینه د نورو تر کنټرول لاندې راتلل نشي زغملی.
۳. ځکه چې نارینه زورواکي دي او په خپله خوښه ژوند کوي.
٤. ځکه چې مېرمنې نه پوهیږي چې نارینه باید کنټرول نه کړي.
٥. ځکه چې په دې سره د یوې جوړې تر مینځ واټن پیدا کیږي.
٦. ځکه چې احساس کوي کم او د نورو ترلاس لاندې شوي دي.
۷. ځکه چې نارینه به د کمې، ستړیا او ناروغۍ احساس وکړي.
۸. ځکه چې نارینه او مېرمنې غواړي یوازې مینه ورسره وشي.
۹. ځکه چې نه پوهیږي ګډ کورنۍ ژوند ډېر احتیاط ته اړتیا لري.
۱۰. ځکه چې نارینه خپل ځان سپک، پر او بدبخته احساسولی شي.
۱۱. ځکه چې په دې کار سره له مینې او محبت څخه محرومیږي.
۱۲. ځکه چې په نارینه وو کې باید په ناخبره توګه بدلونونه راشي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د خپل ګډ ژوند اړیکې بیا ورغوو؟

۱. ځکه چې په دې سره به له ژوند څخه ډېر خوند واخلو.

۲. ځکه چې د مینې او محبت ارزښت باید ښه او سم کړو.

۳. ځکه چې خپلمینځي اړیکې باید ښې او سمې ورغول شي.

٤. ځکه چې په دې سره به مو کورنۍ له ستونزو وژغورو.

۵. ځکه چې باید وپوهېږو مېرمنې ډېر محبت ته اړتیا لري.

٦. ځکه چې د ګډ ژوند ملګري سره باید روغې اړیکې ولرو.

۷. ځکه چې د اړیکو رغول مقابل بدلون ته لاره هواروي.

۸. ځکه چې د اړیکو رغول د همغږۍ او سمون لامل ګرځي.

۹. ځکه چې دا د ژوند په اړیکو کې مهرباني ببخې ډېروي.

۱۰. ځکه چې ښې اړیکې د شړل کېدو بد حس له مینځه وړي.

۱۱. ځکه چې روغې اړیکې، نېغ په نېغه پر ماشوم اغېزه کوي.

۱۲. ځکه چې د اړیکو رغول درغلي او خیانت له مینځه وړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني کسان خيانت او بې وفايي نه کوي؟

۱. ځکه چې په ګډ ژوند کې بدلون ته پوره پاملرنه کوي.

۲. ځکه چې تل د يو بل پر وړاندې ريښتيني او ځرګند دي.

۳. ځکه چې له ځان سره يې وعده کړې او خيانت نه کوي.

٤. ځکه چې يو بل ته درناوی لري او سپکاوی هم نه کوي.

٥. ځکه چې د خپل ګډ ژوند ملګری په خپله بڼه او ښه مني.

٦. ځکه چې ډېر ځله يو بل په کلکه هڅوي او ملاتړ يې وي.

۷. ځکه چې د يو بل عاطفي او جنسي اړتياو ته پوره پام کوي.

۸. ځکه چې کورنۍ ته هم د کار په کچه ارزښت ورکوي.

۹. ځکه چې هېڅکله بې عزتي، توهين او سپکول نه کوي.

۱۰. ځکه چې محرم، راز داره او د سختو شېبو ملګري وي.

۱۱. ځکه چې تل د يو بل پر وړاندې خپلو کړنو ته پام کوي.

۱۲. ځکه چې د قضاوت نه، بلکې د خوند اخيستلو هڅې کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند ملګری یوازې پرې نه ږدو؟

۱. ځکه چې د شړل کېدو او یوازیتوب احساس کوي.
۲. ځکه چې د بې ارزښته پاتې کېدو احساس کوي.
۳. ځکه چې یوازیتوب د روږدتیا لامل هم کېدی شي.
٤. ځکه چې د نهیلۍ او ژورخپګان لامل کېدای شي.
٥. ځکه چې د ځان کمۍ او حقارت احساس به وکړي.
٦. ځکه چې د واده په ژمنه باندې بې باوره کېږي.
۷. ځکه چې یوازیتوب مو له یو بله لرې کولی شي.
۸. ځکه چې په دې کار سره ناروغه او ستړي کېږي.
۹. ځکه چې مېرمنې ملاتړ او لاسنیوي ته اړتیا لري.
۱۰. ځکه چې ښلتون د دواړو د اړیکې کمرنګه کوي.
۱۱. ځکه چې د یو بل تر څنګ شتون کورنۍ آرامي.
۱۲. ځکه چې ښایي درغلۍ ته مخ کړي او بدل واخلي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مو مېرمنې ته پام وکړو؟

۱. څکه چې د دواړو لورو يوه ذهني او عاطفي اړتيا ده.
۲. څکه چې په کورني ژوند کې ډېر زيات ارزښت لري.
۳. څکه چې يو بل ته پاملرنه مو پرځان باور ډېرولی شي.
٤. څکه چې مقابل لوري ته پام کور کې مينه ډېرولی شي.
٥. څکه چې يو بل ته پام د خيانت او بې وفايۍ مخه نيسي.
٦. څکه چې که مقابل لوري ته پام وکړو، مور ته هم کېږي.
۷. څکه چې پاملرنه مينه، وده او پوره والی ډېرولی شي.
۸. څکه چې د شک او بې ځايه قضاوتونو نه مخنيوی کوي.
۹. څکه چې مرسته کوي له جنسي اړيکو څخه خوند واخلو.
۱۰. څکه چې يو بل ته پاملرنه متقابل درناوی مينځ ته راوړي.
۱۱. څکه چې يو بل ته په پاملرنې سره به يو بل ښه وپېژنو.
۱۲. څکه چې ريښتينې هوساينه يوبل ته په پاملرنه کې وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې وخت ورکولو ته په ګډ ژوند کې ارزښت ورکړو؟

۱. ځکه چې وخت ورکول مو خپل مینځي مینه ډېروی شي.

۲. ځکه چې زمونږ ذهني انځورونې مثبتې او پیاوړې کوي.

۳. ځکه چې ذهن، اندونه، کړنې او چلند مو سم او مثبتوي.

٤. ځکه چې د مقابل لوري په اړوند به ناسم فکرونه نه کوو.

۵. ځکه چې مرسته کوي د وېرې احساس مو ډېر راکم شي.

٦. ځکه چې د ژوند ملګري سره مو اړیکې سمې او رغوي.

۷. ځکه چې په ورځنیو چارو کې نظم او ترتیب پیدا کوي.

۸. ځکه چې په ورځني ژوند کې ارواییي ستونزې کمولی شي.

۹. ځکه چې وخت ورکول له رونږدتیا څخه هم مخنیوی کوي.

۱۰. ځکه چې مرسته کوي دواړه لوري ګډو موخو ته ورسیږي.

۱۱. ځکه چې مرسته کوي پر یو بل باور او اعتماد پیدا شي.

۱۲. ځکه چې د روغ او نوښت ګر فکر لامل ګرځیدلی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند د ملګري ملاتړ وکړو؟

۱. ځکه چې د ګډ ژوند ملګرتیا کې مو اړتیا ده.

۲. ځکه چې مقابل لوری به ستاسو پاملرنه حس کړي.

۳. ځکه چې په یوازیتوب به د ستونزو حل سخت وي.

٤. ځکه چې ملاتړ مو د ګډ ژوند اړیکې غځولی شي.

۵. ځکه چې ملاتړ کول مو ژوند ته هیله مندي ډېروي.

٦. ځکه چې ملاتړ مو د ریښتینې هوسایني لامل ګرځي.

۷. ځکه چې ملاتړ، مقابل لوری په ځان باوري کوي.

۸. ځکه چې د ملاتړ له امله به د ارزښت احساس وکړو.

۹. ځکه چې ملاتړ، د بې ارزښته کېدو مخنیوی کوي.

۱۰. ځکه چې ملاتړ، د ډېرې ستونزو څخه مخنیوی کوي.

۱۱. ځکه چې په ملاتړ سره ملاتړ تر لاسه کولی شو.

۱۲. ځکه چې په ملاتړ سره به له وړو خبرو خوند واخلو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مو ګډ ژوند له لاسه وځي؟

۱. ځکه چې په تاوتریخوالي چلند کوو او مخته ځو.

۲. ځکه چې له واده ځخه مو خوښ او راضي نه یو.

۳. ځکه چې ډېر فکري او نظري توپیرونه سره لرو.

٤. ځکه چې یو بل ته درناوی او ارزښت نه ورکوو.

٥. ځکه چې د کورنۍ له شرایطو سره جوړ نه راځو.

٦. ځکه چې ښایي کوم بل څوک په کې لاس ولري.

۷. ځکه چې ډېرځله یو بل نه زغمو او نه درک کوو.

۸. ځکه چې کله کله یې جبري ودونه هم لامل ګرځي.

۹. ځکه چې ډېرځله مو خپل مینځي ستونزې نه حلوو.

۱۰. ځکه چې د یو بل غوښتنې په سمه توګه نه پوره کوو.

۱۱. ځکه چې ښایي روږدتیا او ارواپي ستونزې ولرو.

۱۲. ځکه چې له یو بل سره سني او بدني توپیرونه لرو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په ګډ ژوند کې مینې ته ارزښت ورکړو؟

۱. ځکه چې مینه مو ژوند ته هیله مندي ډېروي.

۲. ځکه چې مینه د ګډ ژوند ارزښتمنده اړتیا ده.

۳. ځکه چې ګډې اړیکې مو قوي او پیاوړې کوي.

٤. ځکه چې ګډ کورني ژوند ته مو خوند ورکوي.

٥. ځکه چې خپل مینځي باورونه مو ښه او ډېروي.

٦. ځکه چې ژوند ته مو حرکت او انګېزه ورکوي.

۷. ځکه چې مرسته کوي د کورنۍ فضا ورغول شي.

۸. ځکه چې د دواړو تر مینځ اتحاد او اتفاق ډېروي.

۹. ځکه چې په کورنۍ مو نېکمرغي راوستی شي.

۱۰. ځکه چې د دواړو پر ځان باور ډېر لوړولای شي.

۱۱. ځکه چې د کورنۍ له هوساینې سره مرسته کوي.

۱۲. ځکه چې مرسته کوي تر څو ښې پرېکړې وکړو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ژوند ملګري پر موږ بې باوره کېږي؟

۱. ځکه چې یو بل نه پېژنو او په اړوند یې مالومات نه لري.

۲. ځکه چې د کوژدې اوږدېدو لاره ورته هواره کړې ده.

۳. ځکه چې د ګډ ژوند په اړیکو کې د امن احساس نه لري.

٤. ځکه چې ځینې رازونه لري او له رسوایۍ یې وېرېږي.

۵. ځکه چې د خپلې بې باورۍ اصلي لامل مو نه دی موندلی.

٦. ځکه چې بدلون منل مو لږ او شک کول مو بېخي ډېر دی.

۷. ځکه چې زموږ کړنو او خبرو لاره ورته هواره کړې ده.

۸. ځکه چې د ژوند د ملګري په ښو اړیکو خبرې نه کوي.

۹. ځکه چې د ژوند له ملګري سره په دې اړوند ناسته نه کوي.

۱۰. ځکه چې د ژوند له ملګري سره مینه او مهرباني نه کوي.

۱۱. ځکه چې د ګډ ژوند ملګري ته ښکاره راپورونه نه کوي.

۱۲. ځکه چې د ستونزو د حل پر موخه ځانګوښتنې ته مخه کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ژوند ملګري سره عادت (ونه ټرل) شو؟

۱. ځکه چې فردي آزادي راځخه اخیستل کېږي.
۲. ځکه چې له ژوندە به خوند وانه خیستی شو.
۳. ځکه چې کور به زمونږ لپاره سم زندان شي.
٤. ځکه چې د یو بل د محدودیت هڅې به وکړو.
۵. ځکه چې د ګډ ژوند ملګري به په ځان ټړو.
٦. ځکه چې د ژوند اړیکې به مو بې خونده شي.
۷. ځکه چې پر ځان باور به مو لا ډېر کم شي.
۸. ځکه چې د ځان کمې حس به مو لا ډېر شي.
۹. ځکه چې په اړیکو کې به د کینې لامل شي.
۱۰. ځکه چې کورنی ژوند به مو ډېر سخت شي.
۱۱. ځکه چې په یو بل پورې ټرل مو محوه کوي.
۱۲. ځکه چې له پیوستون ځخه مو لرې کولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند ملګري ونه ډبوو؟

۱. ځکه چې وهل له انساني کرامت سره نه جوړېږي.

۲. ځکه چې په وهلو ډبولو ستونزې نه دي حل شوي.

۳. ځکه چې اړیکې مو سستې او ترینګلي کولی شي.

٤. ځکه چې په ګډ ژوند کې باور له مینځه وړی شي.

۵. ځکه چې د مینې کولو لپاره بیا موقع نه پیدا کېږي.

٦. ځکه چې ګډ ژوند د آرامۍ او هوساینې لپاره وي.

۷. ځکه چې ښایي ناوړه کړنې نورې هم ډېرې کړي.

۸. ځکه چې په ژوند کې افراطي سرغړونې ډېروي.

۹. ځکه چې قانوني او عدلي پایلې له ځان سره لري.

۱۰. ځکه چې هېڅ چا په ډبولو ژوند نه دی جوړ کړی.

۱۱. ځکه چې د حل په موخه نورې حل لارې هم شته.

۱۲. ځکه چې وهل ظلم، تاوتریخوالی او بې عزتي وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مو ګډ کورنۍ ژوند مناسب نه دی؟

۱. ځکه چې ښايي د يو بل توپيرونه مو نه وي منلي.

۲. ځکه چې ښايي د مقابل لوري د زغملو وړ نه يو.

۳. ځکه چې ښايي د تلويزيوني سريالونو پېښې وکړو.

٤. ځکه چې د ژوند ملګرۍ مو بېکاره او بې پلانه دی.

۵. ځکه چې د ژوند ملګري ته پوره وخت نه ورکوو.

٦. ځکه چې خپل ظاهري حالت ته پوره پام نه کوو.

۷. ځکه چې د مقابل لوري ظاهري توپير ته پام نه کوو.

۸. ځکه چې د مقابل لوري له ملګرو سره کينه کوو.

۹. ځکه چې خپل او د نورو تېر ژوند بيا بيا يادوو.

۱۰. ځکه چې د راتلونکي ژوند لپاره ښه پلان نه لرو.

۱۱. ځکه چې له يو بل سره خبري او خواخوږي نه کوو.

۱۲. ځکه چې د ژوند ملګري ته د خپلې ستونزې نه وايو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ژوند د ملګري بدلول غواړو؟

۱. ځکه چې نه پوهېږو ځینې ځانګړنې د بدلون وړ نه دي.
۲. ځکه چې له واده وړاندې یې له ځانګړنو سره خبر نه وو.
۳. ځکه چې واده مو د ناسمو معیارونو پر بنسټ شوی دی.
٤. ځکه چې سنایي هر څه پر خپل ځای او پوره وغواړو.
٥. ځکه چې د ژوند ملګري سره مینه نه لرو او بدلوو یې.
٦. ځکه چې د مقابل لوري ډېرې عادتونه ځوروونکي دي.
۷. ځکه چې نه پوهېږو انسان ته بدلون ورکول، سخت دي.
۸. ځکه چې غواړو د ژوند ملګري مو زموږ په څېر شي.
۹. ځکه چې نه پوهېږو، که خپله ونه غواړي بدلون نه کوي.
۱۰. ځکه چې په ځان دروغجن باور لرو یا په ځان ډېر مین یو.
۱۱. ځکه چې د ځان کمې احساس کوو او زغملی یې هم نشو.
۱۲. ځکه چې نه پوهېږو ځینې ځانګړنې نه بدلېدونکې دي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ځو مېرمنو لرل ستونزمن وي؟

۱. ځکه چې په عاطفه کې د ځو مېرمنو شریکول سخت دي.

۲. ځکه چې مېرمنې به یې تل خاوند وارزوي او وخوروي.

۳. ځکه چې دواړه؛ لومړی یا وروستی ځان په حقه ګڼلی شي.

٤. ځکه چې په یو وخت کې د دواړو اړتیا نه شي پوره کولی.

٥. ځکه چې هېڅ مېرمنه د خاوند په زړه کې بله مینه نه مني.

٦. ځکه چې مېرمنو د ګډ ژوند ښه مهارتونه نه دي زده کړي.

۷. ځکه چې د مېرمنو جنسي اړتیاوو ته سمه پاملرنه نکېږي.

۸. ځکه چې نه یو خبر نن سبا ګډ ژوند ډېر پېچلی شوی دی.

۹. ځکه چې د مېرمنو عاطفي اړتیاوو ته سم پام نه شو کولی.

۱۰. ځکه چې په مېرمنو کې د نارینه وو په پرتله کینه ډېره وي.

۱۱. ځکه چې ډېری د ځو مېرمنو لرونکي نارینه روغ نه وي.

۱۲. ځکه چې له یو بل سره همغږي نه دي او همکاري نه کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ژوند ځيني ملګري د زغملو وړ نه وي؟

۱. ځکه چې ځيني له يو بل ځخه ډېرې غوښتنې کوي.

۲. ځکه چې ځيني جوړې خپل مينځي درناوی نه لري.

۳. ځکه چې د يو بل خصوصي حريم کې لاسوهنه کوي.

٤. ځکه چې ښايي د ګډ ژوند ملګري ته پاملرنه نه کوي.

٥. ځکه چې د مقابل لوري پرېکړو ته پاملرنه نه کوي.

٦. ځکه چې له خاوند او کورنۍ سره يې بد چلند کوي.

۷. ځکه چې د غوسې په وخت کې يو بل نه شي زغمی.

۸. ځکه چې کېدای شي د ژوند په ملګري شک ولري.

۹. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري په هکله مو شک کوو.

۱۰. ځکه چې کله کله مو جوړه خپل شخصی ملکیت ګڼو.

۱۱. ځکه چې توپيري چلند او يوازې پر ځان يې فکر وي.

۱۲. ځکه چې ځيني جوړې ډېر عمري توپير سره لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند پر ملګري شک کوو؟

۱. ځکه چې نه پوهېږو دا کار مو د مینې د وژلو لامل ګرځي.
۲. ځکه چې شک کوونکي کسان په خپل ځان هم شکونه کوي.
۳. ځکه چې ښايي خپل او د نورو خصوصي حريم ونه پېژنو.
٤. ځکه چې ښايي موږ هم ملامت واوسو، خو نه يې شو زغمی.
٥. ځکه چې د شک له مينځ وړولو په موخه خبرې نه سره کوو.
٦. ځکه چې نه پوهېږو ډېر شک کول يوه اروايي ګډوډي وي.
۷. ځکه چې له خيانت نه وېرېږو او ښايي دا يوازې وېره وي.
۸. ځکه چې نه پوهېږو شک مو پر ګډو اړيکو منفي اغېز کوي.
۹. ځکه چې ځيني مېرمنې د نارينه له بدلون غوښتنې نه وي خبر.
۱۰. ځکه چې ښايي له شک کوونکو کسانو سره په اړيکو کې وي.
۱۱. ځکه چې له واده وړاندې د ملګري په ټاکنه کې پاملرنه نه کوو.
۱۲. ځکه چې پر ملګري مو باور نه لرو او بايد باور مو ورغوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني جوړې مينه ناکې جملې نشي کارولی؟

۱. ځکه چې ښايي له مينډو او پلورنو يې زده کړي وي.

۲. ځکه چې ويريږي په دې يې ملګری خپلسری نشي.

۳. ځکه چې د دې چارې له مثبتو اغېزو نه خبر نه دي.

٤. ځکه چې نه پوهيږي د داسې جملو کارول جادو کوي.

٥. ځکه چې نه پوهيږي د دې جملو کارول مينه پيدا کوي.

٦. ځکه چې ملګری کله نا کله له ډېرې مينې نه وېريږي.

۷. ځکه چې ښايي دواړو لورو يو بل نوي سره زغملي.

۸. ځکه چې ښايي له پخوا په سړو اړيکو عادت شوي وي.

۹. ځکه چې د يو بل اړتياوې نه پېژني او دا هم يوه اړتيا ده.

۱۰. ځکه چې د ژوند له ملګري څخه خوښ او خوشاله نه دي.

۱۱. ځکه چې له مقابل لوري سره مينه نه لري او سخت دي.

۱۲. ځکه چې نه پوهيږي د ژوند د ملګرو تر مينځ شرم نه وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ژوند ملګري ته پاملرنه نه کوو؟

۱. ځکه چې ښايي د ژوند له ملګري سره مينه ونه لري.
۲. ځکه چې کېدای شي زموږ اړتياوې پوره نشي کړای.
۳. ځکه چې ښايي زموږ د کنټرول کولو کوښښ وکړي.
٤. ځکه چې نه پوهېږو خپل ژوند مو لا نور هم سختوو.
٥. ځکه چې حساس يو او پاملرنې ته ارزښت نه ورکوي.
٦. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري په ژبه خبرې نه کوي.
۷. ځکه چې تل له موږ څخه نيوکه، شکايت او ګيلې کوي.
۸. ځکه چې له بده مرغه ملګری مو سم نه دی درک کړی.
۹. ځکه چې ژوند ته مو درناوی نه لرو او ستاينه نه کوو.
۱۰. ځکه د زړه خبرې او اړتياوې د ژوند ملګري ته نه وايو.
۱۱. ځکه چې په خپل ګډ ژوند کې مينه ناکې جملې نه کاروو.
۱۲. ځکه چې د دې ستونزې د حل لپاره مرسته نه غواړو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ژوند د ملګري خبرې واورو؟

۱. ځکه چې د جوړو تر مینځ صمیمیت ډېرولی شي.
۲. ځکه چې د مقابل لوري احساس به مو درک کړو.
۳. ځکه چې مرسته کوي اړیکې مو خوندورې شي.
٤. ځکه چې کله کله خپله اورېدل د درک لامل ګرځي.
٥. ځکه چې په اورېدو سره به ورسره خواخوږي شو.
٦. ځکه چې د خبرو اورېدل یې د قضاوت مخه نیسي.
۷. ځکه چې خبرې شک او ناسم پوهنه له مینځه وړي.
۸. ځکه چې د ژوند ملګری مو د ارزښت احساس کوي.
۹. ځکه چې د دواړو تر مینځ اختلافونه راکمولی شي.
۱۰. ځکه چې ډېری اورېدنې د ښې لامل ګرځېدای شي.
۱۱. ځکه چې په اورېدو سره مو د ژوند ملګري هڅوی.
۱۲. ځکه چې اورېدنه د خیانت او بې وفایۍ مخه نیسي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کله کله د ګډ ژوند اړیکې بریالۍ نه وي؟

۱. ځکه چې پر جوړه مو سخت قضاوتونه کوو.

۲. ځکه چې د جوړې پر کړنو مو تاپې لګوو.

۳. ځکه چې تل مو د ګډ ژوند ملګرۍ سپکوو.

٤. ځکه چې د جوړې پخوانۍ مخینه نه هېروو.

۵. ځکه چې خپله جوړه له نورو سره پرتله کوو

٦. ځکه چې تل مو خپله جوړه رټو او سپکوو.

۷. ځکه چې له جوړې نه مو سمه ستاینه نه کوو.

۸. ځکه چې ښایي یو بل ته د مینې اظهار نه کوو.

۹. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګرې مرسته نه کوو.

۱۰. ځکه چې ډېرځله مو د ملګرې خواخوږۍ نه یو.

۱۱. ځکه چې د ملګرې احساساتو ته پاملرنه نه کوو.

۱۲. ځکه چې له ارواپې مشورو څخه ګټه نه اخلو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په ژوند کې ذهني کوږوالي ته اجازه ورنه کړو؟

١. ځکه چې د ژوند د ملګري په اړه مو لیدلوری محدودوي.

٢. ځکه چې یوازې د ملګري ناسمو کړنو ته مو پام وراوړي.

٣. ځکه چې کولی شي له لاملونو پرته مو اړیکې سړې کړي.

٤. ځکه چې ذهني کوږوالی مو د ملګري چلند منفي کولی شي.

٥. ځکه چې په دې سره به مو په ارزونه کې اغراق کړی وي.

٦. ځکه چې لامل ګرځي تر څو پر یو بل بېلابېلې تاپې ووهو.

٧. ځکه چې ښایي د ژوند واقعیتونه، تور یا سپین تفسیر کړو.

٨. ځکه چې ښایي د ژوند لوبې پېښې وړې او یا بې پایلې کړو.

٩. ځکه چې فکرونه مو په افراطي ډول مثبت او منفي کوي.

١٠. ځکه چې ښایي د کړنو مسوولیت مو وانه خلو او بدتره شو.

١١. ځکه چې ښایي د ژوند ملګری مو د ستونزو مسوول وګڼو.

١٢. ځکه چې ښایي شرایط له هغه څه نه چې دي بد تفسر کړو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ژوند ملګري بې حوصلې کېږي؟

۱. ځکه چې ښايي کاري ستړسونه به ولري.

۲. ځکه چې ښايي ملګری مو وېرې ولري.

۳. ځکه چې ډېر مسوولیتونه ور په غاړه وي.

٤. ځکه چې د اولاد روزنه ډېره سخته وي.

۵. ځکه چې کوم ځانګړی نوښت نه لري.

٦. ځکه چې سپورت ته ارزښت نه ورکوي.

۷. ځکه چې تل يې کنټرولوو او څارو يې.

۸. ځکه چې ښايي د وسواس ګډوډي ولري.

۹. ځکه چې نه پوهيږي اړيکې يې زيان وينې.

۱۰. ځکه چې ښايي زموږ ژوند سوړ او تور وي.

۱۱. ځکه چې مېلمه پاله يو او يو بل ته وخت نه لرو.

۱۲. ځکه چې بې پلانه او يو بل سره تفريح نه کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مو د ژوند ملګري روږدي کړي؟

۱. ځکه چې له ملګري سره مو مینه نه لرو.

۲. ځکه چې اړتیاوو ته یې پاملرنه نه کوو.

۳. ځکه چې هڅه کوو ملګری مو کنټرول کړو.

٤. ځکه چې خپل ژوند مو سخت کړی دی.

٥. ځکه چې حساس یو او نالیدلي یې نیسو.

٦. ځکه چې په ښه او نرمه لهجه خبرې نه کوو.

۷. ځکه چې تل مو پر جوړه باندې نیوکې کوو.

۸. ځکه چې د ژوند ملګري مو نه درک کوو.

۹. ځکه چې د ژوند د ملګري ستاینه مو نه کوو.

۱۰. ځکه چې جوړې ته مو د زړه خبرې نه کوو.

۱۱. ځکه چې له مینه ناکو جملو ګټه نه پورته کوو.

۱۲. ځکه چې له ارواپوه څخه مرسته نه غواړو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ژوند له ملګري سره قهرجن کېږو؟

۱. ځکه چې یو بل ته له کوچې دېر مسوولیتونه ورکوو.
۲. ځکه چې ښایي غوښتنې لوړې او دېرې شوې وي.
۳. ځکه چې ښایي د چارو لومړیتوبونو ته پام نه کوو.
٤. ځکه چې خپل مسوولیتونه په سمه سرته نه رسوو.
٥. ځکه چې کړنې مو د مقابل لوري لپاره شکمنې دي.
٦. ځکه چې ملګري مو له شخصي ستونزو نه خبروو.
۷. ځکه چې ښایي ژوند به یې ستړی او ستړسي وي.
۸. ځکه چې د ژوند ملګري مو سم نه شو درک کولی.
۹. ځکه چې اړتیاوې مو سمې او ښې نه دي پوره کړي.
۱۰. ځکه چې کورنۍ، ملګري او ژوند مو نه دی تاکلی.
۱۱. ځکه چې ملګري ته سمې خبرې ناسم وخت کې کوو.
۱۲. ځکه چې د غوصې د مدیریت مهارت مو نه دی زده.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په ګډ کورني ژوند کې نوښت نه لرو؟

۱. ځکه چې په ټوله کې له نوښت څخه سم نه یو خبر.

۲. ځکه چې نه پوهیږو چې ژوند ته خوښي وربښي.

۳. ځکه چې نه پوهیږو نوښت او بدلون ډېر اغېز کوي.

٤. ځکه چې نه پوهیږو مینه مو ځلانده او روښانه کوي.

۵. ځکه چې نه پوهیږو نوښت ژوند کې بدلون راوړي.

٦. ځکه چې نه پوهیږو د درغلۍ او بې وفایۍ مخه نیسي.

۷. ځکه چې فکر کوو نوښت ډېر سخت او ستونزمن دی.

۸. ځکه چې په ټولیز ډول له خپل ژونده مالومات نه لرو.

۹. ځکه چې سستي کوو او په یو ډول ژوند، عادت یو.

۱۰. ځکه چې نه پوهیږو نوښت له وړو وړو کړنو پیلیږي.

۱۱. ځکه چې په ټوله کې له نوښت او بدلون نه وېره لرو.

۱۲. ځکه چې کله کله نوښت بد ګڼو او ترې لرې کېږو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې پخوانی مینه او ټاکنه هېره کړو؟

۱. ځکه چې اوس یوه بل حریم او کورنۍ ته ورننوتي یو.

۲. ځکه چې د پخوانیو پېښو او اړیکو ارمان عبث کار دی.

۳. ځکه چې په دوام به یې اوسني اړیکې هم زیانمنوی شي.

٤. ځکه چې که مقابل لوری خبر شي په ذهن یې اغېز کوي.

۵. ځکه چې له اوسني ملګري مو سړولی او صبرولی شي.

٦. ځکه چې اخر یې هم هېروو، ښه ده چې اوس یې هېر کړو.

۷. ځکه چې د ژوند اوسنی ملګری مو دا کار نشي زغملی.

۸. ځکه چې د اوسني ملګري د شک او تردید لامل ګرځي.

۹. ځکه چې یو پخوانی متل وایي، چې بد ګرځي بد به پرځي.

۱۰. ځکه چې وخت باید له لاسه ورنه کړو اخر یې هېروی شو.

۱۱. ځکه چې که دا اړیکې هېرې نه کړو وروسته پېښمانه کېږو.

۱۲. ځکه چې دا واقعیت نه، بلکې یو حس وه او باید هېر یې کړو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځينې جوړې ډېرې بريالۍ دي؟

۱. ځکه چې کړنې يې روغې او بدلون منونکې دي.
۲. ځکه چې ښايي ښه وختونه تل يادوي او تکراروي.
۳. ځکه چې تل يې خپل ملګري ته خپله مينه ورکړې.
٤. ځکه چې يوازې پربکړې نه کوي، تل مشوره کوي.
٥. ځکه چې د فزيکي شتون سره فکري شتون هم لري.
٦. ځکه چې خپل سر او ځېرې ته په ځير سره پام کوي.
۷. ځکه چې د يو بل پر وړاندې همغږۍ ته وده ورکوي.
۸. ځکه چې تل د بدو او نيوکو پر ځای حل لاره مومي.
۹. ځکه چې تل نه هېرېدونکي مراسم او محفلونه جوړوي.
۱۰. ځکه چې تل پر بدګمانيو نه بلکې په ريښتياوو پسې ګرځي.
۱۱. ځکه چې له يو بل سره مساويانه چلند او ستونزې حلوي.
۱۲. ځکه چې ښايي يو بل ته درناوی کوي او آزادي ورکوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې تل د ځینو ملګرو په خوله "نه" وي؟

۱. ځکه چې تل د هیلو او غوښتنو په حال کې وي.

۲. ځکه چې له خپلې ژبې سره سم احتیاط نه کوي.

۳. ځکه چې نه پوهیږي غوښتنې څنګه مطرح کړي.

٤. ځکه چې تل له خپلو اړیکو څخه ناسمه ګټه اخلي.

٥. ځکه چې د ژوند له ملګري سره سم چلند نه کوي.

٦. ځکه چې خپلې غوښتنې له منطقي لارو نه وایي.

۷. ځکه چې د ژوند ملګري ته د خبرو وار نه ورکوي.

۸. ځکه چې ښایي خپله هم د ژوند ملګري ته "نه" ووایو.

۹. ځکه چې له ملګري سره په ښه بڼه خبرې نه کوو.

۱۰. ځکه چې که هو یې هم ویلې منله نه ده ترې شوې.

۱۱. ځکه چې خصوصي ستونزې یې نه دي درک شوي.

۱۲. ځکه چې په مناسب وخت کې غوښتنې نه کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند ملګري نه شو هوسا کولی؟

۱. ځکه چې له ملګري سره مو مینه لرو، خو تل یې پټوو.
۲. ځکه چې تل بیا بیاځلي د ژوند ملګري ته دروغ وایو.
۳. ځکه چې تېرېدونکي، بښونکي او زغم کوونکي نه یو.
٤. ځکه چې کله کله د ژوند له ملګري سره خبرې نه کوو.
٥. ځکه چې ملګري ته وخت او پوره ارزښت نه ورکوو.
٦. ځکه چې د مقابل لوري خبرو ته ښه سم غوږ نه نیسو.
۷. ځکه چې په خبرو کولو کې له ښو جملو کار نه اخلو.
۸. ځکه چې په خپل فکر کې یو او ملګري سره مینه نه کوو.
۹. ځکه چې له دفتر نه د ملګري لپاره رخصت نه را اخلو.
۱۰. ځکه چې د ژوند د ملګري روغتیا او پاکی ته پام نه کوو.
۱۱. ځکه چې زورواکي یو او د ژوند په ملګري زور چلوو.
۱۲. ځکه چې د ژوند د ملګري هوساینه مو راته مهمه نه ده.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځينې جوړې احساس کوي چې تر نفوذ لاندې دي؟

۱. ځکه چې تل يې د ژوند ملګرې په ناپاکۍ نيوکې کوي.
۲. ځکه چې کله کله دواړه لوري پر يو بل امرونه کوي.
۳. ځکه چې ښايي يو بل خپلواکه خپلو کارو ته نه پرېږدي.
٤. ځکه چې کله کله نور له خپل ملګري سره پرتله کوي.
٥. ځکه چې ښايي د ژوند د ملګري پخوانۍ تېروتنې يادوي.
٦. ځکه چې ښايي يو بل ته به وايي چې بايد لږ کار وکړي.
۷. ځکه چې بياځلي يې تېرې ناپامۍ او ستونزې وريادوي.
۸. ځکه چې ښايي يو بل سره به بې ځايه اړيکې نيسي.
۹. ځکه چې د يو بل په چارو باندې بې ځايه نيوکې کوي.
۱۰. ځکه چې کله کله ملګري په جامو او ستايل نيوکې کوي.
۱۱. ځکه چې د ژوند ملګري ته وايي بې نظمه او ګډوډ يې.
۱۲. ځکه چې ځينې کسان کله کله د ځارنوال رول لوبوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني جوړې له يو بله ناهيلې کېږي؟

۱. ځکه چې دواړه لوري پر يو پر بل نيوکې کوي.

۲. ځکه چې له يو بله د وړو خبرو حسابونه اخلي.

۳. ځکه چې نه غواړي ملګرى يې ساه هم واخلي.

٤. ځکه چې د يو بل له دننه نړۍ څخه خبر نه لري.

٥. ځکه چې ښايي مقابل لوري ته د اړتيا حس ورکړي.

٦. ځکه چې ښايي نورو ملګرو پېښې وکړي.

۷. ځکه چې د مقابل لوري د خوښې کارونه نه کوي.

۸. ځکه چې نه پوهيږي مقابل لوري ته څه مهم دي.

۹. ځکه چې ښايي مقابل لورى به کنټرولوي او څاري.

۱۰. ځکه چې په چارو او کړنو کې يې لاسوهنه کوي.

۱۱. ځکه چې ښايي يو پر بل مشري او رياست چلوي.

۱۲. ځکه چې ځيني ملګري زور واکى خاصيت لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځینې جوړې نورو ته ډېر ګوري؟

۱. ځکه چې دا د انسان یوه ذاتي ځانګړنه ده.

۲. ځکه چې ځینې جوړې پرې عادت شوي.

۳. ځکه چې د یو بل اړتیاوې نه پوره کوي.

٤. ځکه چې د ډېرو جوړو اړیکې جنسي وي.

۵. ځکه چې چاپېریال مو ناسم او بربنډ شوی.

٦. ځکه چې ځینې کسان جنسي ګډوډی لري.

۷. ځکه چې په خپل مینځ کې سني توپیر لري.

۸. ځکه چې ښایي په جنسي اړیکو کې سست وي.

۹. ځکه چې نه پوهیږي دا چاره یې عادي نه ده.

۱۰. ځکه چې مینې خپله اصلي مانا له لاسه ورکړې.

۱۱. ځکه چې ښایي اصلي لامل مو نه وي مندلی.

۱۲. ځکه چې عاطفي اړیکې او صمیمیت مو کم دی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځينې جوړې په احساساتي کېدو هم خواشيني کېږي؟

۱. ځکه چې د يو بل له ذهني او اروايي جوښت سره بلد نه دي.
۲. ځکه چې انسانان په ژوند کې سکون او هوساينه غواړي.
۳. ځکه چې انسانان يو بل سره توپير لري او زغم توپير کوي.
٤. ځکه چې ځيني ملګري له نورو څخه زغمونکي او نرم وي.
٥. ځکه چې ښايي ځيني ملګري مقابل احساس ستونزمن ګڼي.
٦. ځکه چې احساس کوي د پېښې لامل به هم خپله همدی وي.
۷. ځکه چې له ماشومتوبه پرته له غوصې نه روزل شوي دي.
۸. ځکه چې ځيني جوړې احساساتي کېدل لويه سستی بولي.
۹. ځکه چې ښايي منلې يې وي، غوصه د خواشينی لامل دی.
۱۰. ځکه چې ځيني ملګري په حل لارو نه په احساساتو نښلي.
۱۱. ځکه چې ښايي د مقابل لوري احساسات به ناروغي ګڼي.
۱۲. ځکه چې ښايي په دې سره اروايي انډول له لاسه ورکړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې خپل روغ احساسات نه شو ویلی؟

۱. ځکه چې ښایي بې باوره او بې زړه یو.
۲. ځکه چې پر ځان باور مو کمزوری دی.
۳. ځکه چې ښایي له ملنډو څخه وېره ولرو.
٤. ځکه چې ښایي له ماتې څخه وېره ولرو.
٥. ځکه چې کله کله د غرور احساس کوو.
٦. ځکه چې له تهدید او سپکاوي به وېرېږو.
۷. ځکه چې ښایي په اړیکو کې ستونزه ولرو.
۸. ځکه چې ډېر هیجانی او احساساتي یو.
۹. ځمه چې مناسب ټولنیز چلند نه کوو.
۱۰. ځکه چې د نورو له هڅونې به وېرېږو.
۱۱. ځکه چې د نهیلی او بایلنې احساس کوو.
۱۲. ځکه چې له فرصت او موقع ګټه نه اخلو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ژوند له ملګري سره جنګ کوو؟

۱. ځکه چې خپلې کړنې مو نه شو مهارولی.

۲. ځکه چې په ببړې سره عمل او خبرې کوو.

۳. ځکه چې پر پربکړو کې هوښیار نه یو.

٤. ځکه چې ښایي ببلابېل مسایل لږ درک کړو.

٥. ځکه چې ژر او له فکر پرته قضاوت کوو.

٦. ځکه چې له صبر او زغم پرته قضاوت کوو.

۷. ځکه چې قناعت نه کوو او ځان ځاي کوو.

۸. ځکه چې تل فکر کوو موږ حق په جانب یو.

۹. ځکه چې ګوابښونه او پایلې یې نه سنجوو.

۱۰. ځکه چې د ځان پر ځای نور ته بدلون ورکوو.

۱۱. ځکه چې تل له ببلابېلو ستونزو سره مخ کېږو.

۱۲. ځکه چې د غوصې د مهار پر حل نه پوهېږو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له بدخویه ملګري سره ژوند سختیږي؟

۱. ځکه چې د مقابل لوري له درک پرته قضاوت کوو.
۲. ځکه چې د بد خوی په اړوند ورسره خبرې نه کوو.
۳. ځکه چې د خبرو په پار یو بل ته وخت نه ورکوو.
٤. ځکه چې ښایي دلایل به وایو او نیوکې به پرې کوو.
٥. ځکه چې ښایي خپلې خبرې به په څرګنده نه وایوو.
٦. ځکه چې ښایي په خپله، دې ستونزو ته لار هوارووو.
۷. ځکه چې ښایي پرته له حل لارې مقابل لوری پرې ګڼو.
۸. ځکه چې د بد خوی لاملونه به یې نه شو پېژندلی.
۹. ځکه چې ښایي ځینې کړنې نه منو او وړې ېې ګڼو.
۱۰. ځکه چې کیدای شي موږ به په خپله هم بدخویه یو.
۱۱. ځکه چې ښایي له ملګري سره مو ښه ملګري نه یو.
۱۲. ځکه چې پر یو بل باندې باور نه لرو او بد چلند کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له خپل ګډ ژوند څخه خوند نه اخلو؟

١. ځکه چې قناعت نه لرو او له کچې ډېرې تمې کوو.

٢. ځکه چې وړې وړې ستونزې ډېرې او لوېې ګڼو.

٣. ځکه چې د نارینه او مېرمنو تر مینځ توپیر نه منو.

٤. ځکه چې د حل لارو په پېژندلو کې سمه هڅه نه کوو.

٥. ځکه چې ستونزې لرو او تمرکز مو له لاسه ورکړی.

٦. ځکه چې په توپیرونو باور نه لرو او غوښتنې کوو.

٧. ځکه چې په ګډ ژوند کې یو بل ته ښه او لېواله نه یو.

٨. ځکه چې د جنسي مسایلو په رغولو کې هڅه نه کوو.

٩. ځکه چې ښایي په وړو ستونزو له حده ډېر ټینګار وکړو.

١٠. ځکه چې ښایي خپل ځان به له نورو سره پرتله کوو.

١١. ځکه چې د ګډ ژوند ستونزو ته لومړیتوب نه ورکوو.

١٢. ځکه چې ښایي له مشورې پرته مو واده کړی وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې متأهل انسانان ډېر عايد لري؟

١. ځکه چې د مجردو نه ډېر د مسوولیت احساس لري.

٢. ځکه چې له واده وروسته ډېر خسیسېږي او سختیږي.

٣. ځکه چې د کور مشر دی نو د کلتور له مخې کار کوي.

٤. ځکه چې له واده وروسته دواړه لوري مرستې سره کوي.

٥. ځکه چې ځینې کسان چې شتمن نه شي واده نه شي کولی.

٦. ځکه چې له واده وروسته هر انسان په ژور لګښت کوي.

٧. ځکه چې په ځان سختي راولي او ډېر کار ته ملا ورکوي.

٨. ځکه چې ښایي د ماشومانو د راتلونکي لپاره به هڅه کوي.

٩. ځکه چې ډېری په ریاستونو او مدیریتونو باندې مقرریږي.

١٠. ځکه چې ټولنیزې اړیکې یې هم ډېرې، پراخه او ښې کېږي.

١١. ځکه چې په کورنۍ کې له سیالیو سره مخامخ کېږي.

١٢. ځکه چې له تفریح، چکرونو او لګښتونو څخه ځان ساتي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې خیانت یا بی وفایي کول بند کړو؟

۱. ځکه چې د ګډ ژوند خپل مینځي مینه مو له مینځه وړي.

۲. ځکه چې مرسته کوي په کور کې مینه لږ او یا کمه شي.

۳. ځکه چې خپل مینځي امنیت او احساس مو له مینځه ځي.

٤. ځکه چې د ګډ ژوند خوند، شوق او ښکلا له مینځه ځي.

۵. ځکه چې ښایي ملګری مو بیا له نورو سره مینه وکړي.

٦. ځکه چې په خیانت سره د یو بل اړتیاوې نشو پوره کولی.

۷. ځکه چې مینه به مو کمه شي او له یو بل به خوند وانه خلو.

۸. ځکه چې بې وفایي مو کورنۍ هوساینه له مینځه وړي.

۹. ځکه چې روغې اړیکې مو له مینځه ځی او رسوا کېږو.

۱۰. ځکه چې په کورنۍ کې مو ریښتینولي له مینځه وړي شي.

۱۱. ځکه چې بې وفایي د دروغو او چل ول لامل ګرځېدای شي.

۱۲. ځکه چې دروغ او خیانت د طلاق او بېلتون لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مو د جوړې پر وړاندې بې پروايي وله کړو؟

۱. ځکه چې د دې لامل ګرځي له یو بله لرې شو.

۲. ځکه چې د طلاق او بیلتون یو لوی لامل دی.

۳. ځکه چې د بیوفایي، خیانت او غبن لامل ګرځي.

٤. ځکه چې د کورنیو د تاوتریخوالي لامل ګرځي.

۵. ځکه چې مېرمنو کې د ژورځپګان لامل ګرځي.

٦. ځکه چې د وېرې او ډار لامل هم ګرځېدی شي.

۷. ځکه چې اخلاقي بېلاری رامینځ ته کوی شي.

۸. ځکه چې ښایي د جنسی بېلاریو لامل وګرځي.

۹. ځکه چې د ځان کمې او حقارت احساس پیدا کوي.

۱۰. ځکه چې د دې لامل ګرځي دواړه بې پروا شي.

۱۱. ځکه چې د موازي عاطفي اړیکو لامل ګرځي.

۱۲. ځکه چې دا له ماشوم سره هم تاوتریخوالی کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

درپیمه برخه

۱۰۰ ولې او ځکه جنسي ژوند

Downloaded From:
Telegram: ArmanPashtoLibrary
WhatsApp: 0093779815770
Facebook: آرمان پښتو کتابتون

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د جنسي اړيکو په اړه خبرې او ليکل بد ګڼل کېږي؟

۱. ځکه چې تر دې وړاندې د جنسي کړنو په اړه څه نه دي ليکل شوي.
۲. ځکه چې په ماشومتوب کې مو د جنسيت مسئله جدي نيول شوې ده.
۳. ځکه چې ډېرو خلکو کې په دې اړه خبرې کول شرم ګڼل کېږي.
٤. ځکه چې له جنسي کړنو څخه د بې خبرۍ پر منفي پايلو نه پوهېږي.
٥. ځکه چې خلک په دې اړه له خبرو کولو وېرېږي او يو ډول ډار لري.
٦. ځکه چې زموږ په ښوونه او روزنه کې ځای نه لري او بده برېښي.
۷. ځکه چې پټ مسايل معمولاً د خلکو تر منفي قضاوت لاندې راځي.
۸. ځکه چې موږ د جنسي پوهې پر اهميت او ارزښت سم نه پوهېږو.
۹. ځکه چې کېدای شي د کورنۍ او خپلوانو له مخالفت سره مخ شي.
۱۰. ځکه چې خلک په دې اړه ناسم ذهنيت لري او تر اوسه عامه شوې نه ده.
۱۱. ځکه چې جنسي مسايلو ته مو د جنسي ژوند په سترګه نه دي کتلي.
۱۲. ځکه چې په دې اړه وضاحت ناوړه او غير اخلاقي پېژندل شوی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نارینه د نعوذ پر ګډوډۍ اخته کېږي؟

۱. ځکه چې ښایي له خپلې مېرمنې سره په اړیکو کې ستونزه ولري.

۲. ځکه چې په ځینو نارینه وو کې د جنسي اړیکو له پیله لیدل کېږي.

۳. ځکه چې دا یوه عام ګډوډي ده او په ډېرو نرانو کې شتون لري.

٤. ځکه چې ځینې کسان کله نا کله له کچې ډېر غبرګون ورته ښیي.

۵. ځکه چې تراوسه مو له جسمي اړخه جدي پام نه دی ورته کړی.

٦. ځکه چې ۹ تر ۱۰سلنه خلک په ذاتي ډول دا ګډوډي له ځانه لري.

۷. ځکه چې له ارواپي اړخه په کورنۍ او ګاونډ کې په هوسا نه دي.

۸. ځکه چې دا په ځینو نرانو کې جسمي او هورموني ستونزه وي.

۹. ځکه چې الکول او سګرټ کاروي او دا نېغ په نېغه اغېز کوي.

۱۰. ځکه چې ځینې نارینه د ژوند په چارو کې له حده ډېر بوخت دي.

۱۱. ځکه چې ځینې نارینه د ژر انزال له وېرې دا ګډوډي پیدا کوي.

۱۲. ځکه چې ځینې نارینه د تمرکز د نه شتون له امله دا ډول کېږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني مېرمنې د جنسي نيږدېوالي پر مهال د ننني درد لري؟

۱. ځکه چې نه پوهيږو چې د واده لومړی ٦ مياشتې عادي دی.

۲. ځکه چې د درد کمولو لپاره ځانګړي سپورټونه نه کوي.

۳. ځکه چې له چمتووالي او جنسي پارونې پرته جنسي اړيکه نيسي.

٤. ځکه چې ښايي پخوا به درد وه، خو اوس ځان منفي تلقينوي.

۵. ځکه چې ډېری مېرمنې د درد له وېرې د درد احساس کوي.

٦. ځکه چې کله د کيګل غړي غير ارادي سپرمونه درد پيدا کوي.

۷. ځکه چې د ځينو مېرمنو مهبل، مثانه او رحم مېکروبي شوی وي.

۸. ځکه چې ځيني ذهني فشارونه لري او هورمونونه بې نظمه وي.

۹. ځکه چې ښايي ځيني ښځې له جنسي اړخه ځورول شوې وي.

۱۰. ځکه چې ډېری مېرمنې روغتيايي مرستو ته لاس رسی نه لري.

۱۱. ځکه چې ښايي فزيکي لامل ولري او درملنه يې نه وي کړې.

۱۲. ځکه چې کله ناکله جسمي ستونزې هم د درد لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې پرته له مشورې جنسي درمل ونه کاروو؟

۱. ځکه چې هر درمل د ځانګړو ناروغیو لپاره جوړ شوي.

۲. ځکه چې ډېری درمل سخت او لوی جانبي عوارض لري.

۳. ځکه چې د درملو پرېښودل د جنسي ګډوډۍ لامل ګرځي.

٤. ځکه چې د ډېرو جنسي ګډوډیو او ستونزو حل درمل نه دي.

۵. ځکه چې وروسته بیا سالمې جنسي اړیکې له لاسه ورکوو.

٦. ځکه چې ټول درمل د کارولو خپل وختونه او کچې لري.

۷. ځکه چې ځینې درمل سختې جنسي ستونزې رامینځ ته کوي.

۸. ځکه چې ډېری جنسي ګډوډۍ او ستونزې ارواېي لامل لري.

۹. ځکه چې هر ډول درمل په خپل ذات کې جانبي عوارض لري.

۱۰. ځکه چې درمل له ګټو سره سره ارواېي زیانونه هم لري.

۱۱. ځکه چې د درملو کارول په انسانانو ببل اغېز لرلی شي.

۱۲. ځکه چې ډېری ارواپوهان د درملو کارولو وړاندیز نه کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له ډېرو جنسي شريکانو سره په اړيکو فکر ونه کړو؟

۱. ځکه چې له ډېرو کسانو سره جنسي اړيکې د ګډوډۍ لامل ګرځي.
۲. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري په اړيکو مو منفي او بد اغېز کوي.
۳. ځکه چې په دې کار سره مو د ژوند د ملګري ملاتړ له لاسه ځي.
٤. ځکه چې د ژوند ملګری مو هم خفه او کېدای شي خيانت وکړي.
۵. ځکه چې د کينې، وسواس او پوره پالنې (کمال ګرايی) لامل ګرځي.
٦. ځکه چې نارينه او ښځينه کولی شي خپل ژوند او اړيکي وژغوري.
۷. ځکه چې خپل جنسي ژوند بايد وژغورو او په بله اړيکه فکر وکړو.
۸. ځکه چې هېڅ نر او ښځه د ژوند د ملګري بله اړيکه نشي منلی.
۹. ځکه چې د نورو جنسي اړيکو په اړوند سوچ زمونږ ژوند تباه کوي.
۱۰. ځکه چې دا کار د ګډ ژوند ټولې پوړۍ نړولی او له منځه وړلی شي.
۱۱. ځکه چې نه پوهېږو چې سخت اروايي او روغتيايي زيانونه لري.
۱۲. ځکه د کورنۍ اړيکو او اروايي آرامښت ته مو سخت زيان رسوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ځینو کسانو جنسي اړیکې دوام له کوي؟

۱. ځکه چې ډېرى کسان د روغو جنسي اړیکو په اړه نه پوهیږي.

۲. ځکه چې خپل جنسي ژوند له نورو چارو او اړیکو نه بېلوي.

۳. ځکه چې ډېرى کسان یوازې د جنسي اړیکو پر خوند فکر کوي.

٤. ځکه چې نارینه او ښځینه د یو بل له توپیرونو څخه لږ خبر دي.

۵. ځکه چې ډېرى ځان غواړي او بدلون منونکي نه دي روزل شوي.

٦. ځکه چې ډېرى کسان د جنسي اړیکو په اړه ناسم ذهنیت لري.

۷. ځکه چې لږ درک لري او ډېر غوښتونکي او شک کوونکي دي.

۸. ځکه چې ځینې مېرمنې پوره پالې(کمال ګرا) او نارینه دیکتاتور دي.

۹. ځکه چې ځینې نارینه او ښځینه د یو بل پټ رازونه نشي ساتلی.

۱۰. ځکه چې ښایي ځینې کسان ناوړه او ناسمه جنسي مخینه ولري.

۱۱. ځکه چې ځینې پر جنسي مسایلو نه، بلکې په ستونزه پورې نښلي.

۱۲. ځکه چې ښایي وسواس، اضطراب او یا هم ژور خپګان ولري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځینې جوړې جنسي اړیکې نه خوښوي؟

۱. ځکه چې ځینې جوړې د جنسي اړیکو پر وخت د رټلو احساس کوي.

۲. ځکه چې ډېرې مېرمنې د جنسي احساساتو له ویلو څخه ډډه کوي.

۳. ځکه چې ډېرې جنسي جوړې د جنسي ملګري له ناولتیا خوښوي.

٤. ځکه چې ډېرې مېرمنې په دې باور دي چې نارینه یې باید پیل کړي.

۵. ځکه چې ډېرې نارینه د جنسي اړیکو احساسي اړخ ته پام نه کوي.

٦. ځکه نارینه له خپلې مېرمنې سره مرسته کولی شي، خو نه یې کوي.

۷. ځکه چې ځینې جوړې نه په دې اړه خبرې کوي او نه یې اوري.

۸. ځکه چې ډېرې جوړې د ستونزو د حل پر ځای، شخړې غځوي.

۹. ځکه چې نه پوهیږي د عمر هر پړاو جنسي اړیکو ته اړتیا لري.

۱۰. ځکه چې مېرمنې نه پوهیږي چې نرانو ته جنسي اړیکې مهمې دي.

۱۱. ځکه چې ډېرې په دې اړه نه روزل شوي دي او نه پوهول شوي.

۱۲. ځکه چې داسې انګېرې چې اوسنی ملګری یې مرسته نشي کولی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځینې مېرمنې خپل احساسات دننه غورځوي؟

۱. ځکه چې ډېرې یې له ماشومتوب نه همداسې روزل شوې دي.

۲. ځکه چې ښځینه له ذاته په لږه کچه خپل احساسات څرګندوي.

۳. ځکه چې کله ناکله نارینه د مېرمنو د دې ډول چلند سبب ګرځي.

٤. ځکه چې ډېرې مېرمنې له خپلو ځانګړنو نه پوره خبرې نه دي.

۵. ځکه چې مېرمنې په جنسي اړیکو کې نارینه ته لومړیتوب ورکوي.

٦. ځکه چې مېرمنې نه پوهیږي چې نارینه داسې ښځې نه خوښوي.

۷. ځکه چې ښځې نه پوهیږي چې جنسي اړیکې مهارت ته اړتیا لري.

۸. ځکه چې ښایي ځینې مېرمنې جنسي او ارواپي ګډوډۍ ولري.

۹. ځکه چې لامل یې ځینې کلتورونه، رواجونه او ارزښتونه دي.

۱۰. ځکه چې ځینې نارینه نه پوهیږي چې له مېرمنو ملاتړ مهم دي.

۱۱. ځکه چې ځینې مېرمنې جنسي کړنې ناوړه او بد چلند ګڼي.

۱۲. ځکه چې له پخوانیو اړیکو یې په بیا بیا ځلي خوند نه دی اخیستی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د جنسي اړيکو لپاره سپورت ته ارزښت ورکړو؟

١. ځکه چې مور خوښ او له انرژۍ ځخه ډکوي.

٢. ځکه چې سترسونه کموي او کنترولوي يې.

٣. ځکه چې د جنسي اړيکو د رغېدو سبب ګرځي.

٤. ځکه چې د ډېرې مستۍ او هيجان سبب ګرځي.

٥. ځکه چې د روغ او کافي خوب لامل ګرځي.

٦. ځکه چې سپورت د بدن او روان حالت بدلوي.

٧. ځکه چې انساني وړتياوې لوړوي او سموي.

٨. ځکه چې سپورت مثبت هيجانونه پياوړي کوي.

٩. ځکه چې ډېره او اضافي انرژي له مينځه وړي.

١٠. ځکه چې د غوصې ځخه مخنيوي کوي.

١١. ځکه چې له بدني اړخه مو اړيکو ته چمتو کوي.

١٢. ځکه چې په کيفيت کې له مور سره مرسته کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ډېرى نران مينې ته ارزښت نه ورکوي؟

١. ځکه چې ښايي نارينه خپلې مېرمنې سره مينه ونه لري.

٢. ځکه چې د مينې نه کول د نرانو يوه لويه ځانګړنه ده.

٣. ځکه چې نه پوهيږي ښځينه مينه ناک نارينه خوښوي.

٤. ځکه چې ډېرې مېرمنې په دې برخه کې حوصله نه لري.

٥. ځکه چې نارينه پر جنسي اړيکو فکر کوي، نه پر مينه.

٦. ځکه چې د ځينو نرانو کورنۍ په دې کې ښکېلې دي.

٧. ځکه ډېرى نارينه د ښځينه ځانګړنو په اړه نه پوهيږي.

٨. ځکه چې کله خو مينه د عمر په پراوونو کې توپير کوي.

٩. ځکه چې د عشق له بېلابېلو تګلارو څخه بې خبره دي.

١٠. ځکه چې ځيني ښځې خاوند د قضاوت په تله کې اچوي.

١١. ځکه چې کله د عاطفي تړاو او مينې په توپير نه پوهيږي.

١٢. ځکه چې مېرمنې خاوند سره په دې اړوند له خبرې نه کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مېرمنې له لومړي ځل جنسي اړيکو څخه وېره لري؟

۱. ځکه چې ځيني مېرمنې خپل خاوند له هېڅ اړخه نه پېژني.

۲. ځکه چې ډېرې افغان مېرمنو په دې اړوند روزنه نه ده ليدلې.

۳. ځکه چې لومړنۍ جنسي اړيکه له ځان سره ناسمه تعبيروي.

٤. ځکه چې ځيني مينډې او نوې ناوې ګانې هم نجونې وېروي.

٥. ځکه چې د جنسي اړيکو لپاره عاطفي چمتووالی نه لري.

٦. ځکه چې له ځينو نرانو څخه ښې خاطرې او ښه ذهنيت نه لري.

۷. ځکه چې ځيني مېرمنې ځان کم ګڼي يا پر ځان باور نه لری.

۸. ځکه چې ځينو مېرمنو له واده وړاندې جنسي ځوروني ليدلي.

۹. ځکه چې نارينه په خپله په جنسي اړيکو کې د وېرې لامل ګرځي.

۱۰. ځکه چې له اوله د جنسي اړيکو په اړوند مشوره نه اخلي.

۱۱. ځکه چې ځيني مېرمنې اضطراب، وسواس او وېره لري.

۱۲. ځکه چې په ټوله کې د جنسي اړيکو په اړه باورونه ناسم دي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کله ناکله په جنسي اړیکو کې بدلون راولو؟

۱. ځکه چې ډېرى انسانان په ځانګړې توګه نارینه يې غواړي.

۲. ځکه چې يوه بڼه او ډول مو د جنسي اړيکو کيفيت کموي.

۳. ځکه چې له بدلون پرته جنسي اړيکې پاروونکې نه وي.

٤. ځکه چې په يوه بڼه جنسي اړيکې موږ خيانت ته اړباسي.

۵. ځکه چې په جنسي اړيکو کې بدلونونه، خوند څو برابره کوي.

٦. ځکه چې ډېرى له يوې بڼې جنسي اړيکو څخه ستړي کيږي.

۷. ځکه چې يوه بڼه او ډول په يوه حالت د عادت کېدو لامل ګرځي.

۸. ځکه چې په يوه بڼه جنسي اړيکې په مېرمنو کې ارګازم کموي.

۹. ځکه چې يوه بڼه د مېرمنې او خاوند اړيکې کم رنګه او ترينګلوي.

۱۰. ځکه چې دا يوه پوره چاره ده او بايد پام او غور پرې وشي.

۱۱. ځکه چې په افغانستان کې د څو ودونو کولو يو لوى لامل دى.

۱۲. ځکه چې ډېر ځله نه ويل کيږي او بايد بدلونونه رامنځته کړو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې جامې په جنسي پارونه کې وندې لري؟

۱. ځکه چې نارینه ډېر ځله د سترګو له لارې پارول کېږي.

۲. ځکه چې ډېر ځله نارینه د مېرمنې جسمي اندام ته ګوري.

۳. ځکه چې ډېرى نارینه جذابې او شیک مېرمنې خوښوي.

٤. ځکه چې د ډېرى نرانو لپاره څېره، جامې او عطر مهم دي.

۵. ځکه چې ډېرى مېرمنې په ښایسته جامو ښکلې ښکاري.

٦. ځکه چې د جامو جوړولو کمپنۍ پاروونکې جامې ګنډي.

۷. ځکه چې ډېرى جامې لنډې، میینې او غوښین رنګ لري.

۸. ځکه چې مېرمنه د خپل خاوند لپاره منظمې جامې خوښوي.

۹. ځکه چې مېرمنې په دې اړه له خاوند سره خبرې نه کوي.

۱۰. ځکه چې ښځې یې له ځینو فلمونو او سریالو نه زده کوی.

۱۱. ځکه چې نارینه د ښځو په پرتله ژر جنسي پارول کېږي.

۱۲. ځکه چې د ښو جنسي اړیکو لپاره جامو ته اړتیا لیدل کېږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې منفي هيجانونه جنسي اړيکو ته زيان رسوي؟

۱. ځکه چې جنسي ژوند يا اړيکې هيجاني اړيکې او ژوند دی.
۲. ځکه چې په نرانو کې د ژر او پس خلاصېدو لامل ګرځي.
۳. ځکه چې منفي هيجانونه مېرمنو ته اروايي زيان رسوي.
٤. ځکه چې د ستونزو، تاوتريخوالي او شخړو لامل ګرځي.
٥. ځکه چې د ذهني فشار او جنسي اړيکو خوند کمولی شي.
٦. ځکه چې په نرانو او مېرمنو کې جنسي لېوالتيا راکموي.
۷. ځکه چې د کوروالي پر مهال د اړتيا وړ مينه له مينځه وړي.
۸. ځکه چې ښايي له اروايي اړخه دواړو ته زيان ورسوي.
۹. ځکه چې ښايي جنسي اړيکو ته پاڼبدل او هڅبدل راکم کړي.
۱۰. ځکه چې منفي هيجانونه د ببلابېلو جنسي ګډوډيو لامل ګرځي.
۱۱. ځکه چې د ببلابېلو هورمونونو په ترشح کې ګډوډي راوړي.
۱۲. ځکه چې په جنسي اړيکو کې د بې صبرۍ لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نارینه سهار وخته جنسي اړیکې خوښوي؟

۱. ځکه چې د شپې په پرتله سهار ارواپي هوساینه ډېره وي.

۲. ځکه چې سهار مهال د جنسي هورمونونو ترشح لوړه وي.

۳. ځکه چې د لمر په راختلو نارینه فطری جنسي لېوالتیا لري.

٤. ځکه چې ډېری نران سهار مهال ډېره انرژي او ځواک لري.

۵. ځکه چې د نرانو د وینې فشار سهار مهال ډېر نورماله وي.

٦. ځکه چې سهار مهال نران ستړي او تر فشار لاندې نه وي.

۷. ځکه چې فکر کوي سهار مهال امن او د وېرې کچه کمه وي.

۸. ځکه چې له بیولوژیکي اړخه دا کار د نرانو یوه ځانګړنه ده.

۹. ځکه چې کوروالە له ارواپي سکون سره مستقیمې اړیکې لري.

۱۰. ځکه چې سهار د انسان په ځانګړي ډول نرانو مغز هوسا وي.

۱۱. ځکه چې مېرمنې له نرانو سره په دې برخه کې همغږې دي.

۱۲. ځکه چې کېدای شي د شپې له مخې ډېر ستړي او بوخت وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نارینه خپلې مېرمنې ته ډالۍ ورکړي؟

۱. ځکه چې د مهربانۍ او یو بل ته د لا نیږدې کېدو لامل ګرځي.

۲. ځکه چې مېرمنې له ډالۍ اخیستو وروسته د ارزښت احساس کوي

۳. ځکه چې د مېرمنو د مینې ژبه تل له ډالیو څخه جوړه شوې ده.

٤. ځکه چې په ډالیو سره یې جنسي اړیکې ښې او پاروونکي کېږي.

۵. ځکه چې د مېرمنې او خاوند تر مینځ اړیکې خوندورې کوي.

٦. ځکه چې ډالۍ که ډېره وړه هم وي ښځې ډېر ارزښت ورکوي.

۷. ځکه چې مېرمنې په وړو وړو ډالیو ډېرې زیاتې خوشاله کېږي.

۸. ځکه چې ډالۍ مېرمنې ته د مینې او علاقې ښودلو تګلاره ده.

۹. ځکه چې زموږ افغاني ټولنه کې ډېرې ښځې په ځان بسیا نه دي.

۱۰. ځکه چې ډالۍ په ټوله نړۍ کې د مینې په سمبول پېژندل کېږي.

۱۱. ځکه چې ډالۍ پام، ملاتړ او هوساینه ده او دا د مېرمنو اړتیا ده.

۱۲. ځکه چې مېرمنې په ذهن کې یوه عاطفي او دودیزه نړۍ لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په ژوند کې جنسي اړيکو ته ډېر پام وکړو؟

١. ځکه چې جنسي اړيکې ذهني فشار، وېره او ډار راکموي.

٢. ځکه چې په وګړو کې اضطراب او ژور خپګان راکموي.

٣. ځکه چې جنسي اړيکې د روغ ژوند ارزښتناکه اړتيا ده.

٤. ځکه چې د جنسي اړتياوو پوره کېدل انسان نوښتګر کوي.

٥. ځکه چې د ګډ کورني ژوند اړيکې مو سالمې او رغوي.

٦. ځکه چې د يوې ښې، نورمالې او روغې ودې لامل ګرځي.

٧. ځکه چې د منفي هيجانونو په راکمولو کې مرسته کوي.

٨. ځکه چې روغې اړيکې لرونکي نران او ښځې ډېر خوښ وي.

٩. ځکه چې نه لرل يې د ټولنيز او اخلاقي فساد لامل ګرځي.

١٠. ځکه چې جنسي اړيکو ته نه پاملرنه اروايي ګډوډي راوړي.

١١. ځکه چې جنسي اړيکې د ژوند له ارزښتناکه اړيکو څخه دي.

١٢. ځکه چې جنسي اړيکې د ګډ ژوند يوه لويه بنسټيزه اړتيا ده.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د مېرمنو لپاره د روغو جنسي اړيکو لرل ارزښت لري؟

۱. ځکه چې روغې جنسي اړيکې کولای شي مېرمنې فعاله کړي.
۲. ځکه چې د ښځو اروايي حالت او ژوند رغوي او ښه کوي يې.
۳. ځکه چې مېرمنې هم د نارينه په کچه جنسي اړيکو ته اړتيا لري.
٤. ځکه چې د جنسي اړيکو په لرلو سره د هوسايني احساس کوي.
٥. ځکه چې روغې جنسي اړيکې د انسان په وده کې پوره ونډه لري.
٦. ځکه چې روغې جنسي اړيکې د ګډ کورني ژوند يو لوی اصل دی.
۷. ځکه چې د جنسي اړيکو نه لرل د اضطراب او خپګان لامل ګرځي.
۸. ځکه چې جنسي اړيکې نېغ په نېغه په نورو اړيکو هم اغېزه لري.
۹. ځکه چې جنسي اړيکې له ګډوډۍ او ناسم پوهېدنې مخه نيسي.
۱۰. ځکه چې ښې جنسي اړيکې د مېرمنو پر ځان باور لوړولای شي.
۱۱. ځکه چې افغان مېرمنې اروايي هوسايني ته تر نارينه ډېره اړتيا لري.
۱۲. ځکه چې د هغوی د فردي اړيکو د رغېدو او سمېدو لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې جنسي اړيکې زموږ پر نورو اړيکو اغېزه لري؟

۱. ځکه چې د نړۍ په کچه يوه ستونزه جوړوونکې موضوع ده.
۲. ځکه چې ښې جنسي اړيکې لرونکې جوړې، ډېرې روغې وي.
۳. ځکه چې جنسي اړيکې د اضافي انرژۍ د لګښت لامل ګرځي.
٤. ځکه چې له جنسي اړيکو پرته د احساساتو تشول ستونزمن دي.
٥. ځکه چې ناروغه جنسي اړيکې د جنسي بې لارېو لامل ګرځي.
٦. ځکه چې جنسي اړيکې پر مينه او ټولنيزو اړيکو اغېز کوي.
۷. ځکه چې د روغو جنسي اړيکو نه لرل د سترس لامل ګرځي.
۸. ځکه چې څېړنې وايي: جنسي اړيکې د بريا يو لوی لامل دی.
۹. ځکه چې جنسي ستونزې په نړۍ کې د جګړو يو لوی لامل دی.
۱۰. ځکه چې روغې جنسي اړيکې له نورو اړيکو سره ټراو لري.
۱۱. ځکه چې جنسي اړيکې د ارزښتناکو اړيکو په لېکه کې راځي.
۱۲. ځکه چې جنسي او خپل مينځي اړيکې نېغ په نېغه اړيکه لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې زموږ ډېرى هېوادوال د جنسي اړيکو په اړه لږ پوهېږي؟

١. ځکه چې د بل هر ځاى په پرتله دلته جنسي مسايل بد ګڼل کېږي.

٢. ځکه چې په دې اړوند څېړنې نه کوو او سم مالومات هم نه لرو.

٣. ځکه چې په دې اړه هڅه هم د ملنډو، تهديد او رټنې لامل ګرځي.

٤. ځکه ډېرو دا زده کړې ده چې جنسي پوهاوى ناوړه او بد دى.

٥. ځکه چې په دې نه پوهېږو چې په دې اړوند خبرتيا يوه اړتيا ده.

٦. ځکه چې ډېرى کورنۍ او وګړي سم او علمي نه دي روزل شوي.

٧. ځکه چې د دې ځانګې پوهان د مالوماتو ورکولو زړه نه شي کولى.

٨. ځکه چې په دې برخه کې د مالوماتو د ډېرولو هڅه هم نه ده شوې.

٩. ځکه چې نه پوهېږو چې جنسي اړيکې د ډېرو ستونزو لوى حل دى.

١٠. ځکه چې نه پوهېږو همدا جنسي اړيکې انسان ته هوساينه ورکوي.

١١. ځکه چې په ملاتړ، مرسته او روغتيا کې يې په اغېز نه پوهېږو.

١٢. ځکه چې دا بحث زموږ لپاره ارزښت نه لري او اهميت نه ورکوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په جنسي اړيکو کې دواړو لورو ته ارزښت ورکړو؟

١. ځکه چې خاوند او مېرمنه دواړه پوره ونډه لري.

٢. ځکه چې د دواړو په پاربدنه او غوښتنو لوی اغېز کوي.

٣. ځکه چې يو اړخيزه جنسي اړيکه مو سم نه ارضا کوي.

٤. ځکه چې جنسي اړيکو ته چمتووالی نيمه جنسي اړيکه ده.

٥. ځکه چې دا د دواړو اړخونو اړتيا، غوښتنه او هيله ده.

٦. ځکه چې پرته له دې څخه به تاوتريخوالی مينځ ته راشي.

٧. ځکه چې خاوند او مېرمنه هوسايني او درک ته رسوي.

٨. ځکه چې نه پاملرنه د اوږد مهال لپاره بېلتون رامينځ ته کوي.

٩. ځکه چې دوه اړخيزې اړيکې ريښتيني هوساينه پيدا کوي.

١٠. ځکه چې مېرمنې دا نه خوښوي چې يو کار پرې وتپل شي.

١١. ځکه چې نارينه د مېرمنې جنسي سوړوالی ستړی کوي.

١٢. ځکه چې جنسي لېوالتيا به مو ورځ تر بلې له مينځه يوسي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له جنسي اړيکو وروسته ولامبو؟

۱. ځکه چې بياځلي مو د بدن اروايي او جسمي اندول برابروي.

۲. ځکه چې کراري راوړي او په لسګونو جسمي ګټې لرلی شي.

۳. ځکه چې د سمپاتيک (ارادي) عصبي سيستم کړنې سره سموي.

٤. ځکه چې جنسي او جسمي اړيکې تل له ميکروب سره مل وی.

۵. ځکه چې نه لامبل په انسان کې د ناولتيا غځېدو لامل ګرځي.

٦. ځکه چې وروسته به بيا ځان ناپاک او چټل احساس نه کړو.

۷. ځکه چې د بيا ځلي جنسي اړيکو لپاره به مو سم چمتو کړي.

۸. ځکه چې د يو او بل د ناروغيو لېږدېدو څخه مو بې غمه کوي.

۹. ځکه چې بياځلي مو خوب القا کوي او دا ډېره زياته ګټه لري.

۱۰. ځکه چې د بدن له بد بوی او بې دليله ستړيا څخه مو ژغوري.

۱۱. ځکه چې د وينې فشار نورمالوي او د ځوانی لامل يې ګرځي.

۱۲. ځکه چې د ژورخپګان، ذهني فشار او وېرې کچه راټيټولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له جنسي اړيکو وروسته يو بل په غېږ کې ونيسو؟

١. ځکه چې د ګډ کورني ژوند اړيکې مو روغې او غځوي.
٢. ځکه چې مېرمنې وروسته له جنسي اړيکو اړتيا ورته لري.
٣. ځکه چې له جنسي اړيکو وروسته غېږ هوساينه راوړي.
٤. ځکه چې له دې پرته به يو بل د جنسي تېري احساس وکړي.
٥. ځکه چې جنسي اړيکې يوازې خوند نه، بلکې غېږ هم ده.
٦. ځکه چې جنسي اړيکې په وروستيو غېږ نيونو پوره کېږي.
٧. ځکه چې ډېرى کسان يې د نشتوالي له امله شک پيدا کوي.
٨. ځکه چې خاوند او مېرمنې ته د هوسايني احساس ورکوي.
٩. ځکه چې ښايي احساس شي چې له يو بل سره خوښ نه دي.
١٠. ځکه چې نشتوالى يې ګډې جنسي اړيکې کمزورې کولاى شي.
١١. ځکه چې مېرمنې هوساينه نه لري او تل بايد پام پرې وساتو.
١٢. ځکه چې د اکسيتوسين هورمون له ترشح سره مرسته کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند ملګري خپلې جنسي اړیکې مدیریت کړي؟

۱. ځکه چې جنسي اړیکې د جنسي ژوند په توګه پېژندل کیږي.
۲. ځکه چې په ګډ ژوند کې د ډېرې ستونزو سرچینه ګڼل کیږي.
۳. ځکه چې که مدیریت نشي، د بېلتون او طلاق لامل ګرځي.
٤. ځکه چې هره ستونزه باید په خپل وخت سره مدیریت شي.
۵. ځکه چې جنسي اړیکې پر عادي ژوند باندې ژور اغېز کوي.
٦. ځکه چې د ګډ ژوند له ډېرو ستونزو څخه مخنیوی کولای شي.
۷. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري بدلون غوښتنې نه مخنیوی کوي.
۸. ځکه چې د ګډ ژوند په ملګرو کې، اړیکو ته لېوالتیا ډېروي.
۹. ځکه چې له خیانت، ناهیلیتوب او سترېا څخه مخنیوی کوي.
۱۰. ځکه چې د جنسي اړیکو روغتیا یې په مدیریت کې نغښتې ده.
۱۱. ځکه چې نه مدیریت یې د سختو ارواییو ګډوډیو لامل ګرځي.
۱۲. ځکه چې نه مدیریت یې د نه ارزښت په مانا شمېرل کیږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د میاشتني عادت پر مهال جنسي اړیکې ونه ساتو؟

۱. ځکه چې د ديني باورونو خلاف او حرامې پېژندل شوي.

۲. ځکه چې د يو شمېر ناروغيو د لېږد لامل ګرځېدلی شي.

۳. ځکه چې د مېرمنو د خوښې، او اروايي روغتيا خلاف دی.

٤. ځکه چې مېرمنې په مياشتني عادت کې بد حالت زغمي.

٥. ځکه چې د وينې په ليدو مېرمنه د خواشينۍ احساس کوي.

٦. ځکه چې کېدای شي د سفليس سوزش او اېډز لامل وګرځي.

۷. ځکه چې د مياشتني عادت بوی په نارينه وو لګيږی.

۸. ځکه چې ښايي داسې جنسي اړيکې نارينه زړه توري کړي.

۹. ځکه چې ښايي ځيني ويروسونه په اسانۍ سره ولېږدول شي.

۱۰. ځکه چې ښايي د وينې ډېرېدنه او ضايعات نور هم ډېر کړي.

۱۱. ځکه چې مېرمنې په عادت کې جنسي اړيکې نه خوښوي.

۱۲. ځکه چې په مېرمنو کې د سختو جسمي دردونو لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند د ملګري جنسي اړتیا پوره کړو؟

۱. ځکه خاوند او مېرمنه اړ دی چې ارضا او اشباع شي.

۲. ځکه چې ښایي بیا خپله دا اړتیا له بل ځایه پوره کړي.

۳. ځکه چې زموږ د خوښۍ او خوشالۍ یو لوی لامل دی.

٤. ځکه چې ښایي له کور بهر عاطفي اړیکې جوړې کړي.

۵. ځکه چې بیا مو یو بل ته جنسي لېوالتیاوې هم ډېریږي.

٦. ځکه چې ددې اړتیا نه پوره کېدل مو ښېلاړۍ ته هڅوي.

۷. ځکه چې د ګډ ژوند ملګري له بدلون غوښتنو نه ساتي.

۸. ځکه چې خوند به ورکړي او نا آرامي به یې حل شي.

۹. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګرو د رویرتیا څخه مخه نیسي.

۱۰. ځکه چې په جنسي اړیکو کې برابري مینځ ته راولی شي.

۱۱. ځکه چې د ښځایه فکرونو او ذهني بوختیاوو مخه نیسی.

۱۲. ځکه چې د جنسي اړیکو د ښه مدیریت لامل ګرځېدی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له وړو نجونو سره جنسي اړیکو ته لېوالتیا ډېره وي؟

۱. ځکه چې د نارینه وو د عمر لوړېدل دا ډول لېوالتیا ډېروي.
۲. ځکه چې نارینه بدلون غوښتونکي دي او دا هم بدلون دی.
۳. ځکه چې ډېری نارینه ذاتاً تنکې جنسي اړیکې ډېرې خوښوي.
٤. ځکه چې فکر کوي چې له ځوانو نجونو سره به ځوانان شي.
٥. ځکه چې فکر کوي د جنسي اړیکو ټینګولو لوړه وړتیا لري.
٦. ځکه چې فکر کوي د مقابل لوري اړتیاوې پوره کولا شي.
۷. ځکه چې نارینه ناثابت وي او هره شېبه یې لېوالتیا بدلون مومي.
۸. ځکه چې فکر کوي وړې او ځوانې نجونې ژر قناعت کوي.
۹. ځکه چې فکر کوي وړې او ځوانې نجونې ژر غولولی شي.
۱۰. ځکه چې ښایي د ګډ ژوند په اړیکو کې یې ماتې خوړلې وي.
۱۱. ځکه چې مېرمن به یې اړتیا نشي پوره کولی او جبرانوي یې.
۱۲. ځکه چې کم عمره نجونې تاندې، تنکی ښایسته او ښکلې وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په لږ عمر کې جنسي اړیکې ښې نه وي؟

۱. ځکه چې په ټوله کې هلک او نجلۍ ورته پوره چمتو نه وي.
۲. ځکه چې لږ عمر لرونکي وروسته جنسي بلوغ ته رسیږي.
۳. ځکه چې ښایي د جنسي اړیکو په اړه په څه سم پوه نه وي.
٤. ځکه چې د نجلۍ او هلک د جسمي ودې مخنیوی کولی شي.
۵. ځکه چې په اوږد مهال کې مو له جنسي اړیکو زړه تورویږي.
٦. ځکه چې ښایي له مخالف جنس څخه یې د کرکې لامل شي.
۷. ځکه چې ښایي د کم عمره نجونو د وژنې لامل وګرځي.
۸. ځکه چې ښایي آن د جنسي ناروغیو لکه ایډز لامل هم شي.
۹. ځکه چې ښایي دواړو ته سخت ارواپي زیانونو ورسوي.
۱۰. ځکه چې په ارضا او اشباع کې له ستونزو سره مخ کیږی.
۱۱. ځکه چې د سخت ذهني فشار او اضطراب لامل یې ګرځي.
۱۲. ځکه چې په راتلونکي کې د وېرې او بدو جنسي اړیکو لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په جنسي اړيکو کې له کاندوم څخه ګټه واخلو؟

۱. ځکه چې کاندوم جنسي اړيکې پوره سالم او روغې ساتلی شي.
۲. ځکه چې د جنسي اړيکو پر مهال له ناپاکيو مخنيوی کوي.
۳. ځکه چې د جنسي ناروغيو له لېږد څخه تر ډېره مخنيوی کوي.
٤. ځکه چې له بې خبره او ناڅاپه امينداوری څخه مخنيوی کوي.
۵. ځکه چې د جنسي اړيکو په خوند او ډېرېدو کې مرسته کوي.
٦. ځکه چې کاندوم د تناسلي آلې سوځېدل او درد ډېر راکموي.
۷. ځکه چې د دواړو ذهني فشار اضطراب او وسواس راکموي.
۸. ځکه چې ژر خلاصېدل ډېر کم او نعوذ له مينځه وړلی شي.
۹. ځکه چې مرسته کوي مېرمنه او نارينه يو ځای ارضا شي.
۱۰. ځکه چې د جنسي اړيکو پر مهال بد بوی او زړه بدي راکموي.
۱۱. ځکه چې په دې کار نران جنسي اړيکه په پوره باور پيلولی شي.
۱۲. ځکه چې د مېرمنې او خاوند د مسوولیت احساس لوړولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له واده وړاندې جنسي اړيکې ونه لرو؟

۱. ځکه چې په ډېرې ټولنو کې ناوړه او بد عمل ګڼل کېږي.

۲. ځکه چې په موږ کې شرموونکي او منفي يادونه پرېږدي.

۳. ځکه چې کولای شي مينه او عاطفي اړيکې په ټپه ودروي.

٤. ځکه چې ډېرې کوژدې او ملګرتياوې تر واده نه رسېږي.

۵. ځکه چې ښايي نجلۍ امينداره شي او ستونزې جوړې شي.

٦. ځکه چې له واده وروسته د شک او بدګمانۍ لامل ګرځي.

۷. ځکه چې له واده وروسته مو اړيکې لږ او کمزورې کوي.

۸. ځکه چې مقابل لوری فکر کوي چې ډېر بې ارزښته دی.

۹. ځکه چې د ځينو جنسي ناروغيو د لېږد لامل ګرځېدای شي.

۱۰. ځکه چې د ځېرنو له مخې د ودونو د نه کېدو لامل شوي.

۱۱. ځکه چې نه مديريت يې له واده وروسته اړيکې ورانوي.

۱۲. ځکه چې له واده وړاندې جنسي اړيکې د بېلتون لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له ډېرو کسانو سره جنسي اړيکې وله ساتو؟

۱. ځکه چې زموږ جنسي اړيکې ډېرې بې ارزښته کوي.
۲. ځکه چې د ناعلاجه جنسي ناروغيو (ايډز) لامل ګرځي.
۳. ځکه چې ښايي اروايي ناروغي (سادیزم) هم پيدا شي.
٤. ځکه چې ښايي اروايي هوسايني ته مو زيان ورسوي.
۵. ځکه چې ځان به بيا ناوړه او بې ارزښته احساس کړو.
٦. ځکه چې په انسان کې د جنسي بې لارېو کچه لوړوي.
۷. ځکه چې په ټولنه کې د ډېر اخلاقي فساد لامل ګرځي.
۸. ځکه چې زموږ د جسمي ستړيا او سستۍ لامل ګرځي.
۹. ځکه چې زړه، مغز، ځيګر او سترګې به مو زيانمنې شي.
۱۰. ځکه چې د کورنيو خپل مينځي باور له مينځه وړي.
۱۱. ځکه چې ډېرې جنسي اړيکې د جنسي رودتيا لامل ګرځي.
۱۲. ځکه چې کله ناکله د همجنس بازۍ لامل هم ګرځېدای شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مېرمنې په جنسي ګډوډيو اخته کېږي؟

۱. ځکه چې مېرمنې تل خپلې جنسي لېوالتياوې پټوي.
۲. ځکه چې نارينه د مېرمنو جنسي لېوالتيا نه پاروي.
۳. ځکه چې ښايي جسمي يا فزيکي ستونزې ولري.
٤. ځکه چې ښايي د مېرمنې په غړو کې ستونزه وي.
٥. ځکه چې ښايي د مېرمنې جنسي خيال کم يا هېڅ وي.
٦. ځکه چې ډېرې مېرمنې جنسي فعاليت نه پيل کوي.
۷. ځکه چې مېرمنې د جنسي اړيکو لپاره غبرګون نه ښيي.
۸. ځکه چې ښځې له ۷۵-۱۰۰سلنه پورې نه هيجاني کېږي.
۹. ځکه چې له جنسي شريک سره لمس او تماس نه لري.
۱۰. ځکه چې ځيني مېرمنې پر ژورخپګان هم اخته وي.
۱۱. ځکه چې مېرمنې د جنسي اړيکو په اړه مطالعه نه لري.
۱۲. ځکه چې مېرمنې ريښتينې جنسي ارضا ته نه رسيږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نارینه په جنسي ګډوډیو اخته کېږي؟

۱. ځکه چې د عمر لوړېدل هم جنسي ګډوډي پیدا کوي.

۲. ځکه چې سست جنسي خیالونه (اروماتیک) هم لري.

۳. ځکه چې کلتوري او ټولنیز شرایط هم لاس پکې لري.

٤. ځکه چې په پیل کې یې اروایي او جمسي درملنه نه کوي.

۵. ځکه چې د ستونزې سختوالي او جدیت ته پام نه کوي.

٦. ځکه چې ښایي همجنس بازۍ ته لېوالتیا پیدا شوې وي.

۷. ځکه چې له مېرمنې سره یې ناکامې جنسي او عاطفي اړیکې لرلې.

۸. ځکه چې ښایي له ماشومتوبه په جنسي ګډوډۍ اخته وي.

۹. ځکه چې په ځینو نرانو کې جنسي ګډوډي خپل پراوونه لري.

۱۰. ځکه چې د جنسي ګډوډیو په اړه خبرې بدې ګڼل کېږي.

۱۱. ځکه چې د نرانو جنسي لېوالتیا د عمر په تېرېدو توپیر کوي.

۱۲. ځکه چې تر ٦ لومړنیو میاشتو جنسي ګډوډي عادي وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نعوظ نه ترسره کېږي؟

۱. ځکه چې منظمې جنسي اړیکې نه لرو.

۲. ځکه چې د بدن غوړ او غوښه نه کموو.

۳. ځکه چې د ذهن او روان هوساینه نه لرو.

٤. ځکه چې خپټه مو غټه او لویه شوې ده.

٥. ځکه چې د نعوظ کړه وړه په نظر کې نه لرو.

٦. ځکه چې مینه ناک کړوړه نه ترسره کوو.

۷. ځکه چې له الکولو او انرژی څخه کار اخلو.

۸. ځکه چې نشه یي توکو ته مو پناه وړې ده.

۹. ځکه چې اروایي هوساینه او سکون نه لرو.

۱۰. ځکه چې د وینې شکر ته پاملرنه نه کوو.

۱۱. ځکه چې له ژر انزال کېدو څخه وېره لرو.

۱۲. ځکه چې مېرمن خپل خاوند ته زړه نه ورکوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مېرمنې جنسي ارضا (ارګازم) ته نه رسيږي؟

۱. ځکه چې په جنسي اړيکو کې مثبته او فعاله ونډه نه لري.

۲. ځکه چې په دې نه پوهيږي دا کار يې خاوند هم خوروي.

۳. ځکه چې ښايي د جنسي اړيکو خوند يې لږ تجربه کړی وي.

٤. ځکه چې مېرمنې د دې ګډوډۍ په اړوند سمې نه پوهيږي.

۵. ځکه چې ارګازم ته د رسېدلو په لارو چارو نه پوهيږي.

٦. ځکه چې مېرمنې تل خپل جنسي خوند له خاوند نه قربانوي.

۷. ځکه چې کله کله ځينې مېرمنې له خپل خاوند سره تمثيل کوي.

۸. ځکه چې ځينې مېرمنې جنسي ارضا ته ارزښت نه ورکوي.

۹. ځکه چې ښايي ناسمو جنسي مالوماتو ته يې پناه وړې وي.

۱۰. ځکه چې ښايي په ماشومتوب کې له جنسي اړخه رټل شوي وي.

۱۱. ځکه چې ښايي د جنسي ارضا په اسانه لارو به نه پوهيږي.

۱۲. ځکه چې د جنسي اړيکو څانګې متخصص ته مراجعه نه کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نارینه په ځنډ ارضا یا خلاصیږي؟

۱. ځکه چې په ځینو نرانو کې دا یو نورمال حالت دی.

۲. ځکه چې په جنسي اړیکو کې یې مېرمن مرسته نه کوي.

۳. ځکه چې مېرمنې د جنسي اړیکو پر مهال هر څه وایي.

٤. ځکه چې نارینه همدا خوښوي او د ښځې نظر نه غواړي.

۵. ځکه چې مېرمنې په دې برخه کې مرسته نه ورسره کوي.

٦. ځکه چې مېرمنې د دې ستونزې په حل کې سم چلند نه کوي.

۷. ځکه چې نیږدې ۸ سلنه نران دا ستونزه لري او ورسره وي.

۸. ځکه چې په ځینو نرانو کې د الکولو کارول دا ګډوډي پیدا کوي.

۹. ځکه چې ځینو نرانو ته چاغښت هم دا ستونزه پیدا کولی شي.

۱۰. ځکه چې کله کله عادي وي او ارواپي ستونزه نه بلل کیږي.

۱۱. ځکه چې ښایي نران د جنسي اړیکو پر مهال ډېر فشار ولري.

۱۲. ځکه چې نارینه د خپلو جنسي اړیکو په شمېر کې زیاتی کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني نارينه ژر خلاصيږي؟

۱. ځکه چې نارينه د عاطفې په پرتله ډېر جنسي عمل کوي.

۲. ځکه چې په ځينو نرانو کې په لومړيو کې عادي وي.

۳. ځکه چې دا يو پراو دی او د عمر په لوړېدو حل کېږي.

٤. ځکه چې کېدای شي ستونزه روغتيايي وي او حل شي.

٥. ځکه چې ځيني نران ډېرې او نامنظمې جنسي اړيکې لري.

٦. ځکه چې ښايي په اونۍ کې يوځل جنسي اړيکه ولري.

۷. ځکه چې د جنسي اړيکو پر مهال د ښځې بدن ته گوري.

۸. ځکه چې ښايي ځيني اروايي او جسمي ستونزې ولري.

۹. ځکه چې دخول په ډېره چټکۍ او گړندي ډول سره کوي.

۱۰. ځکه چې د ستونزې اروا‌پوهنيزې درملنې ته يې پام نه کوي.

۱۱. ځکه چې ښايي د اړيکو پر مهال اضطراب او سترس ولري.

۱۲. ځکه چې په هر نارينه کې دا ستونزه شته او درملنه لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د خپلسرو درملو کارول جنسي ګډوډۍ پیدا کوي؟

۱. ځکه چې خپلسري درمل لیوالتیا او وړتیاوې ختموي.

۲. ځکه چې ځینې جنسي درمل جنسي اړیکې تباه کوي.

۳. ځکه چې درمل لنډ مهاله اغېز او مرسته کولی شي.

٤. ځکه چې د درملو اغېز نران تر پخوا نا هیلي کوي.

۵. ځکه چې پر جنسي اړیکو باندې یې منفي اغېز کوي.

٦. ځکه چې د درملو په کارولو کې وخت ته پام نه کوی.

۷. ځکه چې انتې سایکوتیک درمل ستونزې راټوکوي.

۸. ځکه چې دا ستونزه ډېر ځله اروایي درملنه غواړي.

۹. ځکه چې په دې اړه اړینو مالوماتو ته لاسرسی نشته.

۱۰. ځکه چې ښایي ځینې ګډوډۍ د درملو له امله نه وي.

۱۱. ځکه چې ښایي غیرعلمي خبرو ته مو غو نیولی وي.

۱۲. ځکه چې چې درملنه او مشوره دواړه نه ترسره کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په جنسي اړيکو کې منفي هيجان ونه لرو؟

١. ځکه چې منفي هيجانونه د دواړو جنسي پارونه کموي.

٢. ځکه چې که هيجانونه مثبت وي جنسي خوند شونی دی.

٣. ځکه چې جنسي اړيکه په ذهني هوساينه کې شونې ده.

٤. ځکه چې د ناسم پوهېدنې، شک او ناهيليتوب لامل ګرځي.

٥. ځکه چې منفي هيجانونه جنسي کړه وړه سست او ګډوډوي.

٦. ځکه چې ٦٢سلنه ژورخپګان لرونکي خلک ګډوډي لري.

٧. ځکه چې منفي هيجانونه د نرانو د نعوظ ګډوډي ډېروي.

٨. ځکه چې د هيجانونو له منفي اغېز لا تر اوسه خبر هم نه يو.

٩. ځکه چې په جنسي او ګډ ژوند کې ستونزې جوړولی شي.

١٠. ځکه چې د ژوند او جنسي اړيکو لوی وژونکی او لامل دی.

١١. ځکه چې د منفي هيجانونو له امله جنسي ليوالتيا نه پاريږي.

١٢. ځکه چې کولی شي موږ له جنسي اړيکو څخه ستړي کړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د نورو په ژوند کې وخت ضایع نه کړو؟

۱. ځکه چې نورو ته پام له ځان سره مینه او محبت راکموي.

۲. ځکه چې په ګډ ژوند او اړیکو مو منفي اغېز کولی شي.

۳. ځکه چې نورو ته پام د ژوند د ملګري ملاتړ رانه اخلي.

٤. ځکه چې موږ د نورو د ګډ ژوند په اړوند مسوول نه یوو.

۵. ځکه چې ځینې مېرمنې په دې اړوند یو څه وسواس لري.

٦. ځکه چې ځینو مېرمنو ته ګډ جنسي ژوند لومړیتوب نه لري.

۷. ځکه چې ځینې نران او ښځې له ملګري سره مینه نه لري.

۸. ځکه چې ځینې د نورو د ژوند په خاطر خپل ژوند هېروي.

۹. ځکه چې په دې کار سره خپله روغتیا هم له یاده باسي.

۱۰. ځکه چې په دې کار سره خپلې اړتیاوې راکمې او نابودوي.

۱۱. ځکه چې موږ په دې اړوند پوره مالومات او مطالعه نه لرو.

۱۲. ځکه چې دا کار له ذهني اړخه کورنۍ ډېره بوختولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د جنسي اړيکو پر مهال د مېرمنې نظر واخلو؟

۱. ځکه چې نظر غوښتل د دواړو په جنسي خوند کې ونډه لري.

۲. ځکه چې له مېرمنې نظر غوښتل مو اړيکې نورې هم سموي.

۳. ځکه چې په دې کار سره د نر او ښځې همغږي ډېرېدی شي.

٤. ځکه چې ډېری ښځې پرته له نظر غوښتنې خپل نظر نه وايي.

٥. ځکه چې د دواړو اړيکې هغه مهال بريالی وي چې نظر وي.

٦. ځکه چې په هره جنسي اړيکه کې پيل، غځول او پای مهم دی.

۷. ځکه چې مېرمنې په خبرو او نظر غوښتنې پارول کېږي هم.

۸. ځکه چې له مېرمنې نظر اخيستل هغې ته د درناوي په مانا ده.

۹. ځکه چې غواړي په جنسي اړيکه کې پوره ونډه او نظر ولري.

۱۰. ځکه چې نظر تمرکز او لا ښې جنسي اړيکې جوړولی شي.

۱۱. ځکه چې پرته له نظر غوښتنې جنسي اړيکې هوسا‌ينه نه لري.

۱۲. ځکه چې په نظر غوښتلو سره ډېری ستونزې حل کېدای شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې او ځنګه جنسي عاطفه له مینځه وړو؟

۱. ځکه چې کله ناکله خپل جنسي ملګری یوازې پرېږدو.

۲. ځکه چې کله د ګډ ژوند ملګري ته ارزښت نه ورکوو.

۳. ځکه چې کورنۍ او پوهه مو یو له بله سره توپیر لري.

٤. ځکه چې دواړه ډېر بوخت یو او یو بل ته وخت نه ورکوو.

۵. ځکه چې کورنۍ تل زمونږ په ژوند کې لاسوهنه کوي.

٦. ځکه چې د عاطفي او جنسي اړیکو په اړوند نه پوهېږو.

۷. ځکه چې دواړه د معجزې په تمه یو، نه د حل په لټه.

۸. ځکه چې په سختو حالتونو کې یو بل ته نه رسېږو.

۹. ځکه چې یو بل هماغسې چې یو نه شو سره منلی.

۱۰. ځکه چې د ستونزو حل کې په هوساینه عمل نهکوو.

۱۱. ځکه چې مینه د هرې ستونزې او ناخوالې حل نه ګنو.

۱۲. ځکه چې د روغتیا او ستونزو په وخت کې مرسته نه کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ځینو جنسي اړیکې اوږدمهاله او روغې نه دي؟

۱. ځکه چې ډېرى د جنسي او ګډ ژوند په اړه نه پوهيږي.

۲. ځکه چې جنسي ژوند او نور مسايل نشي سره ښلولى.

۳. ځکه چې نر يوازې د جنسي اړيکو په خوند فکر کوي.

٤. ځکه چې نران او ښځې د يوه او بل توپير نه شي منلى.

۵. ځکه چې بدلون نه مني او يوازې پر ځان ډېر فکر کوي.

٦. ځکه چې د جنسي اړيکو په اړوند ناسمې انګېرنې لري.

۷. ځکه چې يو بل نه درک کوو او سره پرتله کوو يې.

۸. ځکه چې نران له ديکتاتورى او زورزياتي لاس نه اخلي.

۹. ځکه چې له خولې پارچاوه دي او د يو بل راز نه ساتي.

۱۰. ځکه چې کېداى شي ناوړه عاطفي او جنسي مخينه ولري.

۱۱. ځکه چې پرته له دې چې حل شي نور يې هم سره لويوي.

۱۲. ځکه چې اضطراب او خپګان يې هم لامل ګرځېدلى شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند ملګري لږ جنسي اړیکې لري؟

۱. ځکه چې جنسي اړیکې یې ناکامې او مایوسه شوې دي.
۲. ځکه چې مېرمنې د جنسي احساساتو له ویلو ډډه کوي.
۳. ځکه چې نارینه د مېرمنو له نه لېوالتیاوو نه ځوریږي.
٤. ځکه چې مېرمنې فکر کوي جنسي اړیکې د نرانو دي.
٥. ځکه چې نران یې احساسي اړخ ته ارزښت نه ورکوي.
٦. ځکه چې نارینه له مېرمنو سره پوره مرسته نه کوي.
۷. ځکه چې په جنسي اړیکو خبرې او ګډ بحث نه کوي.
۸. ځکه چې په ژوند کې نورې اروایي او کورنۍ ستونزې لري.
۹. ځکه چې د ژوند په نورو چارو کې ډېر بوخت شوي دي.
۱۰. ځکه چې ښایي ښځې لږ او نران ډېر ارزښت ورکړي.
۱۱. ځکه چې د جنسي اړیکو په اړه پوهاوی په نشت حساب دی.
۱۲. ځکه چې د ستونزو د حل په موخه درملنې ته پام نه کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نران د جنسي اړيکو لپاره شله کېږي؟

۱. ځکه چې نارينه د مېرمنو په پرتله ډېره اړتيا لري.

۲. ځکه چې خپلې مېرمنې ته خپل احساس ويلی شي.

۳. ځکه چې ښايي کوم څه پارولي وي او غواړي يې.

٤. ځکه چې نرانو دا منلې چې دوی بايد اقدام وکړي.

٥. ځکه چې کورنيو هم په همدې توګه روزلي دی.

٦. ځکه چې دا يې نه ده منلې چې د ښځې نظر مهم دی.

۷. ځکه چې تر اوسه يې چې هرڅه غوښتي، کړي يې دي.

۸. ځکه چې نران ډېر ژر پاريږي او ژر خلاصيږي.

۹. ځکه چې ډېری نران د وړاندیز نه منل نشي زغملی.

۱۰. ځکه چې نران هر څه د خپل ذهن له نظره سنجوي.

۱۱. ځکه چې د ستونزې د حل لپاره يې هڅه نه ده کړې.

۱۲. ځکه چې د خپلو عواطفو مديريت تړې شړېدلی دی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د جنسي اړيکو په بڼه کې بدلون راولو؟

١. ځکه چې نران يې غوښتونکي او راوړونکي دي.
٢. ځکه چې کله ناکله مو د وخت په تېرېدو سترې کوي.
٣. ځکه چې له بدلون پرته خوند او کيفت له لاسه ورکوي.
٤. ځکه چې بدلون نه راوړل د نرانو د خيانت لامل ګرځي.
٥. ځکه چې بدلون ښځو سره په ارګازم کې مرسته کوي.
٦. ځکه چې په يوه بڼه جنسي د سترېا او درد لامل ګرځي.
٧. ځکه چې بيا په هماغه يوه حالت عادت او روږدي کيږو.
٨. ځکه چې په ګډ ژوند کې مسوولیت مننه هم ډېروی شي.
٩. ځکه چې په يوه بڼه جنسي اړيکې د دويم واده لامل ګرځي.
١٠. ځکه چې يوه عربي مقوله ده چې وايي:((کل جديداً لذيذاً)).
١١. ځکه چې د نورو جنسي اړيکو او ناروغيو لامل ګرځي.
١٢. ځکه چې په لاشعوري ډول يو له بله سره لرې کولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نران د خپلو ښځو ستاینه او هڅه ونه وکړي؟

۱. ځکه چې مېرمنې د اورېدو له لارې مینیږي او ستاینه خوښوي.
۲. ځکه چې د مینې کلیمه په ژبه راوړل مېرمنو ته ارزښت لري.
۳. ځکه چې دا کار نرانو ته هم خوښي راوړونکې او خوندوره ده.
٤. ځکه چې د مېرمنو وسواس، اضطراب او ذهني فشار راکموي.
٥. ځکه چې مېرمنې تر هغو خوند نه اخلي تر څو مینه ناکې نشي.
٦. ځکه چې صفت او ستاینه کله ناکله یوه اړینه اړتیا شمېرل کېږي.
۷. ځکه چې مود سوچ کوو د اړیکو دا اړخ ډېر ارزښت نه لري.
۸. ځکه چې د ژوند اړیکې به مو له شور، مزو او خونده ډک شي.
۹. ځکه چې ستاینه د جنسي اړیکو او ارګازم لپاره اړینه بلل کېږي.
۱۰. ځکه چې که یې خاوند ستاینه ونه کړي بل څوک به یې وکړي.
۱۱. ځکه چې پرته له ستاینې او هڅونې مو اړیکې ستړي کېږي.
۱۲. ځکه چې اړواړوهانو ستایته د نر اوښځې یوه لویه تمه بللې ده.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د جنسي اړيکو پر مهال غوصه وله کړو؟

۱. ځکه چې د اړواړوهنې بېلابېلې څېړنې پرې ټینګار کوي.
۲. ځکه چې په نارینه وو کې د ژر خلاصېدو لامل ګرځي.
۳. ځکه چې ډېرى مېرمنې د نارینه وو غوصه جدي نیسي.
٤. ځکه چې ښایي د بدو او خواشینوونکو خبرو لامل شي.
٥. ځکه چې د جنسي اړیکو د خوند د کمېدو لامل ګرځي.
٦. ځکه چې نرن د غوصې پر مها نیږدېوالی نه خوښوي.
۷. ځکه چې مېرمنې د غوصې ډېره اړتیا خبرو ته لري.
۸. ځکه چې ښایي له اړوایي اړخه یو بل ته زیان ورسوي.
۹. ځکه چې ښایي جنسي لېوالتیا او پاړېدنه راکم کړي.
۱۰. ځکه چې غوصه آن د جنسي ګډوډیو لامل هم ګرځي.
۱۱. ځکه چې د جنسي هورمونونو په ترشح بده اغېزه کوي.
۱۲. ځکه چې غوصه د جنسي اړیکو خوند نیم راکمولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې پخوانۍ جنسي اړيکې او بد يادونه هېر کړو؟

۱. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري ملاتړ به له لاسه ورکړو.

۲. ځکه چې پرته له دې به مو جنسي ژوند سخت زيان ووينې.

۳. ځکه چې پرته له دې جنسي اړيکې ګراني او ناشونې کېږي.

٤. ځکه چې د دواړو تر مينځ د کينې او حسادت لامل کېدی شي

۵. ځکه چې د ذهني فشار لامل ګرځي او جنسي پارېدنه کموي.

٦. ځکه چې پخوانۍ جنسي اړيکې که ښه وه که بد نور نو نشته.

۷. ځکه چې د جوړجاړي، زغم او يو بل منلو ذهنيت له موږ اخلي.

۸. ځکه چې تېر هېڅکله هم بدلون نه کوي، نو بايد هېر يې کړو.

۹. ځکه چې ډېرې نارينه فکر کوي د تېر په اړه پوهېدل اړين دي.

۱۰. ځکه چې تېر يوازې ژور خپګان راکولی شي نور هېڅ نه.

۱۱. ځکه چې د دې لامل ګرځي چې اوسنی ژوند له لاسه ورکړو.

۱۲. ځکه چې ښايي په ببلابېلو اروايي ګډوډيو مو اخته کړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په جنسي اړيکو ټينګار وکړو؟

١. ځکه چې جنسي اړيکې د ذهني فشار په کمولو کې مرسته کوي.

٢. ځکه چې ژور خپګان به مو له ګډ کورني ژوند څخه لرې شي.

٣. ځکه چې روغ جنسي اړيکې د ژوند لپاره ډېرې اړينې بلل شوي.

٤. ځکه چې د جنسي اړتياوو پوره کېدل د نوښتګرۍ لامل ګرځي.

٥. ځکه چې جنسي اړيکې ګډ کورنۍ ژوند خوښ او ښکلی کوي.

٦. ځکه چې جنسي اړيکې د روغې او طبيعي ودې لامل ګرځي.

٧. ځکه چې جنسي اړيکې د انسانانو د اروايي روغتيا لامل ګرځي.

٨. ځکه چې روغ جنسي اړيکې ښځه او نر سره خوښولی شي.

٩. ځکه چې نه لرل يې د ټولنيز او اخلاقي فساد لامل ګرځي.

١٠. ځکه چې نه لرل يې ښايي د جنسي ګډوډيو لامل هم شي.

١١. ځکه چې د ژوند د ډېرو ارزښتناکو اړيکو په ډله کې راځي.

١٢. ځکه چې د ګډ ژوند له لومړيو او بنسټيزو اړتياوو څخه دي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ښې جنسي اړيکې د نورو اړيکو لپاره ګټورې دي؟

۱. ځکه چې د نړۍ تر ټولو پيچلې موارد جنسي موارد دي.

۲. ځکه چې د ښو جنسي اړيکو لرونکي انسانان روغ وي.

۳. ځکه چې جنسي اړيکې د بدن اضافي انرژي مصرفوي.

٤. ځکه چې پرته له جنسي اړيکو انرژي په غوصه بدليږي.

۵. ځکه چې ناسمې جنسي اړيکې د لويو ښلاريو لامل ګرځي.

٦. ځکه چې له مخې يې انسانان ډېر درک او پېژندل کېږي.

۷. ځکه چې په نړۍ کې د ٦۳ سلنه جګړو لامل جنسي دي.

۸. ځکه چې څېړنې وايي ښې جنسي اړيکې د بريا لامل دي.

۹. ځکه چې د نړۍ د ستونزو يو تر ټولو لوی لامل همدا دی.

۱۰. ځکه چې جنسي اړيکې له نورو اړيکو سره اړيکه لري.

۱۱. ځکه چې جنسي اړيکې لومړنۍ ژورې انساني اړيکې دي.

۱۲. ځکه چې افغان کورنۍ او وګړي دا لامل نه درک کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ډېرى کسان له ښو جنسي اړيکو سره بلد نه دي؟

١. ځکه چې د نورې نړۍ په پرتله يې دلته په اړوند پوهه نشته.

٢. ځکه چې په دې اړه ځېرنې نه کوو او مالومات هم نه لرو.

٣. ځکه چې د جنسي اړيکو زده کړه عيب او ناوړه چاره ګڼو.

٤. ځکه چې په ګډ ژوند کې يې په ژور اغېز سر نه خلاصوو.

٥. ځکه چې په ښوونځيو کې يې په اړوند ځانګړى متن نشته.

٦. ځکه چې ډېرى کسان يې په اړوند د وضاحت هوډ نه کوي.

٧. ځکه چې له مسلکي مشاور څخه لارښوونه او مرسته نه اخلي.

٨. ځکه چې ښايي د ګډ ژوند د ملګري د خوښۍ راز يې نه ګڼو.

٩. ځکه چې نه پوهېږو همدا جنسي اړيکې مو هوسا او آراموي.

١٠. ځکه چې جنسي اړيکې د ژوند د ملګري ملاتړ جلبوى شي.

١١. ځکه چې په دې اړوند بحث او پوښتنې د ملنډو لامل ګرځي.

١٢. ځکه چې جنسي اړيکې په افغاني ټولنه کې لا ارزښتمندې نه دي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې جنسي فقر د خيانت د يوه لامل په توګه وپېژنو؟

۱. ځکه چې خاوند او مېرمن جنسي اړيکو ته اړتيا لري.

۲. ځکه چې جنسي اړيکې اړتيا ده او اخر يې پوره کول غواړي.

۳. ځکه چې ښايي له خپلو جنسي اړيکو نه خوښ نه وي.

٤. ځکه چې ښايي له کوره بهر عاطفي اړيکې جوړې کړي.

۵. ځکه چې څېړنو ثابته کړې، جنسي فقر خيانت پيدا کوي.

٦. ځکه چې جنسي فقر جنسي عقدې مينځ ته راوړلی شي.

۷. ځکه چې تنوع غوښتنه د انساني ژوند يوه لويه اړتيا ده.

۸. ځکه چې ښايي نور له خپل جنسي ملګري ناهيلي شي.

۹. ځکه چې د خاوند يا مېرمنې د جنسي رويدتيا لامل ګرځي.

۱۰. ځکه چې کېدای شي يو له دوی څخه جنسي لوږه ولري.

۱۱. ځکه چې کېدای شي جنسي فقر ټول فکر جنسي کړي.

۱۲. ځکه چې کېدای شي خپلې جنسي اړيکې مديريت نشي کړای.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په ځینو هېوادونو کې ډله ییزې جنسي اړیکې دود دي؟

۱. ځکه چې دغه انسانان جنسي ګډوډي لري.

۲. ځکه چې ښایي د خپلو جنسي اړیکو له پایلو نه وي خبر.

۳. ځکه چې کېدای شي تجارتي بڼه او ډول یې اخیستی وي.

٤. ځکه چې ښایي هغه ټولنه له جنسي فقر سره مخامخ وي.

۵. ځکه چې ډېرځله تري په هغو ټولنو کې مخنیوی نه کېږي.

٦. ځکه چې د ځوانۍ له لومړیو نه همداسې عادتونه شته وي.

۷. ځکه چې کېدای شي له ارواپي ګډوډیو نه ځوړېدلي وي.

۸. ځکه چې ښایي سادیزم یا مازوخیزم ارواپي ګډوډي ولري.

۹. ځکه چې ښایي د نه مدیریت په جنسي روږدتیا اخته وي.

۱۰. ځکه چې کېدای شي له قانوني اړخه ځانګړې خنډ ونه لري.

۱۱. ځکه چې نه پوهېږي، داکړنې جنسي ژوند له منځه وړي.

۱۲. ځکه چې ښایي په یادو ټولنو کې ډېر تبلیغ او دود شوي وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په ډېرې هېوادونو کې جنسي اړيکې آزادې دي؟

۱. ځکه چې له ماشومتوبه يې هماغسې روزنه شوې ده.

۲. ځکه چې ډېر شوي، عام شوي او عادي کړي يې دي.

۳. ځکه چې له ۱۸ کلنۍ وروسته آزادي ورکول کېږي.

٤. ځکه چې ونه شي کولی دا مسايل کنترول او بند کړي.

٥. ځکه چې په کلتور کې يې جنسي اړيکې ګڼل کېږي.

٦. ځکه چې د ګڼو ملتونو سوداګرو ګټې پکې نغښتې دي.

۷. ځکه چې هلته د يوازيتوب او يوځايوالي امکانات شته.

۸. ځکه چې ډېرې ټولنې يې د خوړو په څېر يوه اړتيا بولي.

۹. ځکه چې په ډېرې ټولنو کې يې قانون اجازه ورکړې.

۱۰. ځکه چې واده او کورنۍ جوړول ورته ارزښت نه لري.

۱۱. ځکه چې ډېرې کورنۍ بوختې او مصروفه شوې دي.

۱۲. ځکه چې د اولاد په ژوند کې د کورنيو ونډه کمه شوې ده.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې جنسي اړتياوې پوره کړو؟

۱. ځکه چې د خوړو او اوبو په څېر يوه انساني اړتيا ده.

۲. ځکه چې پوره کېدل يې ريښتينې هوساينه پيدا کوي.

۳. ځکه چې نه پوره کېدل يې ذهني ستونزې راټوکوي.

٤. ځکه چې پرته له دې به په جنسي ښلاريو اخته شو.

٥. ځکه چې که پوره نه شي ګڼې ناسالمه اړيکې پيدا کوي.

٦. ځکه چې له جنسي ستونزو او ښلاريو مخنيوی کوي.

۷. ځکه چې د اروايي ستونزو او ګډوډيو مخنيوی کوي.

۸. ځکه چې دفاعي سيستم مو تقويه او عمر مو اوږدوي.

۹. ځکه چې انرژي به مو ډېره او ښکلا به مو تازه کړي.

۱۰. ځکه چې پر ځان باور او درناوي سره مو مرسته کوي.

۱۱. ځکه چې ورځنی اندېښنې مو ډېرولې او لويولی شي.

۱۲. ځکه چې سترس، اضطراب او ژورخپګان مو کموي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې روغې جنسي اړيکې ولرو؟

۱. ځکه چې د انساني ژوند يوه لويه ذاتي اړتيا ده.

۲. ځکه چې د صميميت، مينې او محبت لامل ګرځي.

۳. ځکه چې سکون، راحتي او هوساينه پيدا کوي.

٤. ځکه چې څېره مو لا نوره جذابه او ښکلې کوي.

۵. ځکه چې زمونږ د زړه روغتيا ته ګټور تمامېږي.

٦. ځکه چې پر ځان باور او پر نفس اعتماد لوړوي.

۷. ځکه چې د بدن د ځينو غړو درد مو کمولی شي.

۸. ځکه چې د جنسي بېلاريو څخه مخنيوی کوي شي.

۹. ځکه چې له ناروغه جنسي اړيکو مخنيوی کوي.

۱۰. ځکه چې د جسمي او بدني روغتيا لامل ګرځي.

۱۱. ځکه چې له ارواېي ګډوډيو څخه مخنيوی کوي.

۱۲. ځکه چې د انسان د ځوان پاتې کېدو لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له بلوغ نه وړاندې جنسي اړيکې ونه لرو؟

۱. ځکه چې بيا به مو بدن په سمه توګه وده ونشي کولی.
۲. ځکه چې کېدای شي آن زمور د مرګ لامل شي.
۳. ځکه چې اروايي اندول ته لوی زيان رسوی شي.
٤. ځکه چې د ډېرو اروايي ګډوډيو لامل ګرځېدلي.
٥. ځکه چې د وېرو او بدو خوبونو لامل کېدی شي.
٦. ځکه چې وروسته به مو بدن ډېر بد راته ښکاري.
۷. ځکه چې له اروايي اړخه انسان ته ضربه رسوي.
۸. ځکه چې له واده وروسته جنسي اړيکې زيانمنوي.
۹. ځکه چې ښايي له ګډ ژوند او اړيکو مو بېزار کړي.
۱۰. ځکه چې ښايي له مخالف جنس نه مو کرکه وشي.
۱۱. ځکه چې ښايي بيا مو مغز سالمې اړيکې ونشي منلی.
۱۲. ځکه چې ښايي بيا مو همجنس بازۍ ته لېوالتيا ډېره شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې افغاني جوړې د جنسي اړيکو له ګټو خبرې کړو؟

۱. ځکه چې دا د انساني ژوند لپاره اړين موارد دي.

۲. ځکه چې د ورځني ژوند په ځېر ارزښناکه دي.

۳. ځکه چې بيا کولی شي چې ښه يې مديرت کړي.

٤. ځکه چې کولی شي د ژوند خوند يې لا ډېر کړي.

۵. ځکه چې که پوه شي بيا به يې له ګټو کار واخلي.

٦. ځکه چې له خيانت او جدايی يې مخنيوی کوي.

۷. ځکه چې ناپوهي يې د شخړو او طلاق لامل ګرځي

۸. ځکه چې له ناروغه جنسي اړيکو مخنيوی کوي.

۹. ځکه چې دا يې د اړيکو په رغونه کې مرسته کوي.

۱۰. ځکه چې تر مينځ يې مينه ناکې کړنې لا ډېروی شي.

۱۱. ځکه چې د ګډ ژوند ملګري لا ښو اړيکو ته هڅوي.

۱۲. ځکه چې په ټولنه کې د روغو کورنيو شمېر ډېروی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په نورو هېوادونو کې جنسي کتابونه ډېر خپرېږي؟

۱. ځکه چې جنسي اړیکې د ژوند یوه اړینه اړتیا ګڼي.
۲. ځکه چې د ډېرې ټولنیزو ناخوالو یو لامل یې بولي.
۳. ځکه چې د اروایي ګډوډیو په کمولو کې مرسته کوي.
٤. ځکه چې د کتابونو په خپرولو یې ستونزې حل شوي.
۵. ځکه چې خلکو یې د خپرولو په پار وړاندیزونه کړي.
٦. ځکه چې اړوپوهان یې د ستونزو د حل لامل بولي.
۷. ځکه چې د یو بل له اړتیاوو او ځانګړو ځخه خبروی.
۸. ځکه چې له ګډ کورني ژوند ځخه د خوښۍ لامل ګرځي.
۹. ځکه چې د خاوند او میرمني تر مینځ مینه ډېروی شي.
۱۰. ځکه چې د روغو جنسي اړیکو د رواجولو لامل ګرځي.
۱۱. ځکه چې جنسي اړیکې نورې یو اړخیز نه دي او مهمې شوي.
۱۲. ځکه چې د پرمختللو ټولنو خلک یې په ارزښت پوه شوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د وخت په تېرېدو جنسي اړيکې کمېږي؟

۱. ځکه چې ډېرې انسانان تل د بدلون په اړوند فکر کوي.

۲. ځکه چې ورځ په ورځ يې مسوولیتونه ډېر او سختېږي.

۳. ځکه چې يو بل ته وخت نه ورکوي او يو بل ځوروي.

٤. ځکه چې نه پوهيږي، ځنګه يې تل پاتې او خوښې کړي.

۵. ځکه چې د يو بل د احساساتو اوږدو ته غوږ نه نيسي.

٦. ځکه چې ډېرې يې په خپلو اړيکو کې بدلون نه راوړي.

۷. ځکه چې د ګډ ژوند ملګري د يو بل غوښتنو ته پام نه کوي.

۸. ځکه چې نارينه جنسي او ښځينه عاطفي اړيکې غواړي.

۹. ځکه چې مېرمنې له جنسي اړيکو نه ملاتړ ډېر غواړي.

۱۰. ځکه چې دواړه د ځاني اړتياوو اړوند مالومات نه لري.

۱۱. ځکه چې خپلو جنسي اړيکو ته پوره پام او غور نه کوي.

۱۲. ځکه چې د ستونزو د حل په موخه اړواړوه ته نه ورځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د جنسي اړيکو مهارتونه زده کړو؟

۱. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګرو د محبت لپاره اړين دي.

۲. ځکه چې مهارتونه د ګډ ژوند جنسي اړيکې رغولی شي.

۳. ځکه چې هره کړنه له مهارت او پوهې پرته تباهي راوړي.

٤. ځکه چې همدا مهارتونه د مينې او خلوص لامل کېږي.

۵. ځکه چې مهارتونه په جنسي اړيکو کې بدلون راولي.

٦. ځکه چې مهارتونه د مېرمنو ارګازم هوسا کولی شي.

۷. ځکه چې په جنسي اړيکو کې د اندېښنې مخنيوی کوي.

۸. ځکه چې مهارتونه د دواړو اړخونو لپوالتيا راټوکوي.

۹. ځکه چې مهارتونه يو پر بل باور پيدا او لوړولی شي.

۱۰. ځکه چې دواړه لوري به جنسي اړيکو ته علاقه وښيي.

۱۱. ځکه چې له مهارته پرته به اړيکې ډېرې سړې او کمې شي.

۱۲. ځکه چې هر څه په ژوند کې مهارت ته ډېره اړتيا لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مېرمنې جنسي اړيکو ته د عاطفي اړيکو په سترګه ګوري؟

۱. ځکه چې مېرمنې له چمتووالي پرته اړيکې عاطفي نه بولي.
۲. ځکه چې د مېرمنو بيولوژيکي جوړښت په همدې ډول دی.
۳. ځکه چې نارينه ذاتاً جنسي او مېرمنې ذاتاًعاطفي جوړ شوي.
٤. ځکه چې د مېرمنو هورمونونه ډېر عواطف را پاروﻟی شي.
٥. ځکه چې مېرمنې عاطفي او نارينه جنسي روزل شوي دي.
٦. ځکه چې د نارينه او ښځينه توپيرونو په اړه مالومات نه لرو.
۷. ځکه چې نارينه او ښځينه ته اړين مالومات نه ورکول کيږي.
۸. ځکه چې ډېرى مېرمنې خپل احساسات دننه او شاته پريږدي.
۹. ځکه چې نارينه د ښځو دې اړتياوو ته لږ ارزښت ورکوي.
۱۰. ځکه چې ببخی کم خلک د مېرمنو دې ستونزې ته پام کوي.
۱۱. ځکه چې ډېرى کسان نه پوهيږي چې جنسي اړيکې اړتيا ده.
۱۲. ځکه چې دواړو اړخونو ارزښت ته مو سم پام نه دی شوی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نارینه فکر کوي، چې مېرمنې جنسي لېوالتیا نه لري؟

۱. ځکه چې مېرمنې د جبري ودونو له امله لېوالتیا نه ښي.
۲. ځکه چې کورنیو په همدې ډول روزلي او ډارن لوی دي.
۳. ځکه چې نارینه مېرمنو ته د امنیت احساس نه ورکوي.
٤. ځکه چې مېرمنې احساسات له خاوند سره نه شریکوي.
۵. ځکه چې ډېرې د جنسي اړیکو رغولو خبره نه سره کوي.
٦. ځکه چې ښځو له واده وړاندې جنسي زده کړې نه دي کړې.
۷. ځکه چې ډېرې نارینه د مېرمنو په توپیرونو سم نه دي پوه.
۸. ځکه چې نارینه له مېرمنو څخه په دې اړوند نظر نه اخلي.
۹. ځکه چې ښځینه لومړۍ مینیږي او بیا جنسي اړیکه جوړوي.
۱۰. ځکه چې نارینه له جنسي توب سره سره باید احساسي شي.
۱۱. ځکه چې نارینه په بیا بیا ځلې له رد کېدو سره مخ شوي دي.
۱۲. ځکه چې ښایي د مېرمنو له لوري یې غوښتنه رد شوې وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې بیولوژیکي توپیرونو ته ارزښت ورکړو؟

۱. ځکه چې دواړه لوري خپل ځانګړي هورمونونه لرو.

۲. ځکه چې دواړه په ببلابېلو بڼو تحریک او پارول کیږو.

۳. ځکه چې نارینه هورمون له ارضا وروسته ژر آزادیږی.

٤. ځکه چې ښځینه هورمون له ارضا وروسته هم پاتې وي.

۵. ځکه چې ښځې له اړیکو وړاندې په اسانۍ نه پارول کیږي.

٦. ځکه چې ښځې له پارېدو وړاندې یو ډول ګرمي حس کوي.

۷. ځکه چې ښځې د خاوند په خوا کې له کیناستلو خوند اخلي.

۸. ځکه چې نارینه آن د مېرمنې د بددن له لمس هم خوند اخلي.

۹. ځکه چې نارینه له پارېدلو وروسته ژر جنسي اړیکه ساتي.

۱۰. ځکه چې نارینه په ډېره سختۍ خپله پارېدنه کنټرولولی شي.

۱۱. ځکه چې ډېری کورنۍ او جنسي ستونزې له همدې امله دي.

۱۲. ځکه چې پرته له دې به دواړه لوري د کمۍ احساس وکړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ټول فکر کوي، چې نارینه جنسي اړیکو ته ډېره اړتیا لري؟

۱. ځکه چې ډېرى نه پوهیږى چې نارینه مینې ته هم اړتیا لري.

۲. ځکه چې ډېرى نارینه له همجنس سره خپله مینه ښکاره کوي.

۳. ځکه چې ډېرى مېرمنې په دې اړوند سمه مطالعه نه لري.

٤. ځکه چې مېرمنې نه پوهیږي نارینه د مینې لپاره جنسي کېږي.

۵. ځکه چې ډېرى نارینه د کار په خاطر عواطف له مینځه وړي.

٦. ځکه چې مېرمنې نه پوهیږي د نارینه وو په اړه باید ډېر زده شي.

۷. ځکه چې نارینه ډېرځله د خپلو احساساتو په هکله خبرې نه کوي.

۸. ځکه چې مېرمنې بېځایه قضاوت کوي او خپل خاوند نه درک کوي.

۹. ځکه چې ډېرى نارینه همداسې په جنسي روحیه روزل شوي دي.

۱۰. ځکه چې ډېرځله نارینه او مېرمنې یو بل په سم ډول نه درک کوي.

۱۱. ځکه چې ډېرى د اړیکو په اړوند مطالعه او سمه څېړنه نه کوي.

۱۲. ځکه چې له اړواړوه او مشاور څخه مشوره او مرسته نه غواړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې یوه جوړه له جنسي اړیکو څخه مخ اړوي؟

۱. ځکه چې د یو او بل په توپیرونو باندې نه پوهیږي.
۲. ځکه چې ډېرځله له یو بله څخه ببڅایه غوښتنې کوي.
۳. ځکه چې د خپلو جنسي اړیکو په هکله خبرې نه کوي.
٤. ځکه چې ډېری یې جنسي مسایلو ته ناسمه مانا ورکوي
۵. ځکه چې ډېری زوجین یو بل ته متقابل درناوی نه لري.
٦. ځکه چې د ډېری افغانانو جنسي اړیکې یو اړخیزه دي.
۷. ځکه چې مېرمنې مینه خوښوي، خو نارینه نه پوهیږي.
۸. ځکه چې یو بل ته وخت نه لري او له دې ستړي شوي.
۹. ځکه چې کله کله یې وخت تېرېدل هم لامل کېدای شي.
۱۰. ځکه چې د اړیکو ځای او شرطونه یې ناسمه بڼه لري.
۱۱. ځکه چې دا مسئله شرموونکې، ننګ او ډېر بد عمل ګڼي.
۱۲. ځکه چې له خپلو پخوانیو اړیکو نه بڼه خاطره نه لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نارینه او ښځینه پر یو بل وپوهېږي؟

۱. ځکه چې په مینځ کې یې مینه او محبت لا دېریږي.
۲. ځکه چې په دې کار مېرمنې د ارزښت احساس کوي.
۳. ځکه چې دا کار د مېرمنو جنسي انګېزه پارولی شي.
٤. ځکه چې په دې سره به له خپل ژوند څخه خوښ شي.
۵. ځکه چې پرته له دې د یو بل په زړه کې ځای نه نیسي.
٦. ځکه چې ښځې هم جنسي اړیکې غواړي او خوښوي.
۷. ځکه چې په دې سره یو بل له عاطفي اړخه خوښ کړي.
۸. ځکه چې د دواړو اړیکې به د یو بل د اړتیا اړوند وي.
۹. ځکه چې مېرمنې د خاوند په مینه کولو ښه وده کوی شي.
۱۰. ځکه چې دا کار د منفي فکرونو او ستونزو مخنیوی کوي.
۱۱. ځکه چې مېرمنې په ژوند کې پیاوړي ملاتړ ته اړتیا لري.
۱۲. ځکه چې جنسي اړیکې د دواړو لورو لپاره ارزښت لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ښځې خپلې جنسي انګېرنې خاوند ته نه وايي؟

١. ځکه چې فکر کوي شرم، ننګ او بده خبره ده.

٢. ځکه چې خاوند ورته د امن احساس نه ورکوي.

٣. ځکه چې کله نا کله دواړه ډېر زيات بوخت وي.

٤. ځکه چې نارينه د خپل ځان په څېر انګېرنه کوي.

٥. ځکه چې ډېرى مېرمنې نارينه بې احساسه بولي.

٦. ځکه چې مېرمنو ته د خبرو کول نه دي زده شوي.

٧. ځکه چې کورنۍ يې هم شرم، ننګ او ناسم ګڼي.

٨. ځکه چې د جنسي مسايلو په اړوند مطالعه نه لري.

٩. ځکه چې په دې اړه له خاوند نه مرسته نه غواړي.

١٠. ځکه چې جنسي اړيکو ته په ژوند کې کم ګوري.

١١. ځکه چې کورنيو يې سمه لارښوونه نه ده کړې.

١٢. ځکه چې فکر کوي خاوند به يې بې شرمه وګڼي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نارینه په جنسي اړیکو کې مرسته وکړي؟

۱. ځکه چې په دې کار سره نارینه د ارزښت احساس کوي.

۲. ځکه چې په دې سره به د مېرمنې اړتیاوې هم پوره کړي.

۳. ځکه چې نارینه کولی شي په اړیکو کې ښه وده وکړي.

٤. ځکه چې له خپلې مېرمنې سره به د نارینه مینه ډېره شي.

۵. ځکه چې په جنسي اړیکو کې تل لومړی ګام نارینه اخلي.

٦. ځکه چې ډېری نارینه د درناوي حس لري او مرسته کوي.

۷. ځکه چې د مېرمنې په ریښتینې هوساینه کې مرسته کوي.

۸. ځکه چې مېرمنې د خاوند له لوري مرسته کول خوښوي.

۹. ځکه چې پرته له دې به مېرمن ژور جنسي خوند ونه وینې.

۱۰. ځکه چې د ګډ کورنۍ ژوند ملګري تل یو بل ته اړتیا لري.

۱۱. ځکه چې نارینه خپله مېرمنه خپل ټول ژوند او مینه ګڼي.

۱۲. ځکه چې په دې سره مېرمنې ارواېي هوساینه احساسوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مینه وکړو ترڅو مو جنسي اړیکې ښکلې شي؟

۱. ځکه چې د ژوند ملګري به یو بل ښه سم وپېژني.

۲. ځکه چې یوازې په مینې جنسي خوند ته رسېږو.

۳. ځکه چې له مینې پرته جنسي اړیکې خوند نه لري.

٤. ځکه چې د ګډ ژوند ملګري یې ډېره خوښوی شي.

٥. ځکه چې اول مینه او بیا جنسي خوند تجربه کوي.

٦. ځکه چې ښځې له جنسي اړیکو وړاندې ورته اړې دي.

۷. ځکه چې په مینه د دواړو درک او پوهه لوړیږي.

۸. ځکه چې مینه تل د هرې ناروغي درملنه کولی شي.

۹. ځکه چې مینه د بریالیتوب لوی راز او پاسورډ دی.

۱۰. ځکه چې په مینه کولو هر څه ارزښتمند کېدی شي.

۱۱. ځکه چې په مینه د مېرمنو عاطفي اړتیا پوره کېږي.

۱۲. ځکه چې مېرمن د مینې په نه شتون کې شک کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کله کله مېرمنې لومړی جنسي اړیکې پیلوي؟

۱. ځکه چې هوښیار نارینه له هغوی څخه ملاتړ کوي.

۲. ځکه چې پوهیږي په دې سره به یې مینه ډېره شي.

۳. ځکه چې مېرمنې هم د جنسي اړیکو د پیل حق لري.

٤. ځکه چې ډېرځله د دواړو لورو تر مینځ مینه ډېروي.

٥. ځکه چې د ګډ ژوند ملګري د ارزښت احساس کوي.

٦. ځکه چې دا د بریالیو جوړو یوه ځانګړنه ګڼل کېږي.

۷. ځکه چې په دې سره دواړه لوري یو د بل منل زده کوي.

۸. ځکه چې نارینه له داسې مېرمنو سره ډېره مینه لري.

۹. ځکه چې دا کار نارینه ته د هوسایني احساس ورکوي.

۱۰. ځکه چې ښایي نارینه د دې خبرې ارزښت درک کړي.

۱۱. ځکه چې که پرته له دې نه به نارینه ځان ملامت وګڼي.

۱۲. ځکه چې په ډېرو اړیکو کې یې مثبته پایله ورکړې ده.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له نارینه سره جنسي خیانت ونه شي؟

۱. ځکه چې نارینه په هیڅ صورت خیانت نشي منلی.

۲. ځکه چې غواړي د میرمنې یوازینی نارینه واوسي.

۳. ځکه چې نارینه خپله ځان له پوښتنې لاندې راولي.

٤. ځکه چې خیانت د نارینه ارزښت ته زیان رسوي.

۵. ځکه چې نارینه ځان د خپلې میرمنې څښتن ګڼي.

٦. ځکه چې په دې کار سره نارینه خپله میرمن ملامته ګڼي.

۷. ځکه چې نارینه فکر کوي، چې ورټیا یې کمه ده.

۸. ځکه چې نارینه خپل ځان له نورو کسانو ښه ګڼي.

۹. ځکه چې نارینه په اسانۍ بل نارینه نشي زغملی.

۱۰. ځکه چې زموږ د ټولنې اخلاق په همدې ډول دی.

۱۱. ځکه چې نارینه دا چاره د ګډو اړیکو زوال ګڼي.

۱۲. ځکه چې میرمنې یې ښځلی شي، خو نارینه یې نه.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې خپلې جنسي اړیکې ورغوو؟

۱. ځکه چې د ګډ ژوند په اړیکو کې یو ارزښتناک اصل دی.

۲. ځکه چې د جنسي اړیکو رغول د بریالیو ودونو راز دی.

۳. ځکه چې د ګډ جنسي ژوند یوه ارزښتناکه اړتیا ګڼل کېږي.

٤. ځکه چې په ګډ کورني ژوند کې موږ ټول ورته اړتیا لرو.

۵. ځکه چې په دې کار سره به مو په ژوند کې مینه ډېره شي.

٦. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري زړه لاسته پرې راوړی شوو.

۷. ځکه چې د دواړو لورو په اروایي روغتیا ښه اغېزه کوي.

۸. ځکه چې په دې اړوند مالومات نه لرو او باید چې ویې لرو.

۹. ځکه چې بریالی جوړې باید همداسې ځانګړنې سره ولري.

۱۰. ځکه چې بریالی جنسي اړیکې د ژوند نور اړخونو رغوي.

۱۱. ځکه چې په ګډ ژوند کې د خوښۍ له لویو لاملونو ځخه ده.

۱۲. ځکه چې د ګډ ژوند پیلولو یو لوی لامل همدا ګڼل کېږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني نارينه په جنسي ژوند کې بريالي وي؟

۱. ځکه چې نارينه د يو بل تر مينځ توپيرونه ژر درک کوي.

۲. ځکه چې نارينه کله کله د يو بل توپير ته ارزښت ورکوي.

۳. ځکه چې کورنۍ خپلو اولادونو ښه ته مالومات نه ورکوي.

٤. ځکه چې کله کله مېرمنې په جنسي اړيکو کې خوند اچوي.

٥. ځکه چې نارينه په جنسي اړيکو کې توپير په نظر کې لري.

٦. ځکه چې نارينه له خپلو ښځو سره همغږي کېدل منلی شي.

۷. ځکه چې نارينه د خپلو مېرمنو اړتياوې ښې پوره کولی شي.

۸. ځکه چې جنسي اړيکې يانې دا چې خاوند مينه درسره لري.

۹. ځکه چې مېرمنې يې د جنسي اړيکو په اړه ښه مطالعه کوي.

۱۰. ځکه چې ښايي په اړيکو کې مېرمنې ته ارزښت ورکوي.

۱۱. ځکه چې دواړه لوري د يو بل اړتياوې په سمه توګه پوره کوي.

۱۲. ځکه چې ښايي له واده وړاندې په پوره مطالعه ژوند پيلوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني نارينه د جنسي اړيکو جرأت نه لري؟

۱. ځکه چې تل د خپلو مېرمنو له لوري شړل شوي دي.
۲. ځکه چې په کورنۍ کې يې واک او ارزښت نه لري.
۳. ځکه چې ښايي بيولوژيکي او فزيکي ستونزې ولري.
٤. ځکه چې مېرمنو يې پوره مرسته نه ده ورسره کړې.
٥. ځکه چې ښايي مېرمن به يې ډېر فشار پرې راوړي.
٦. ځکه چې کېدای شي د ښځو مينځ کې رالوی شوي وي.
۷. ځکه چې سختې ورپېژندلي او ترې وېرول شوي دي.
۸. ځکه چې ښايي له واده وړاندې به په دې اړه نه پوهېده.
۹. ځکه چې کېدای شي د مېرمنې تر اغېر لاندې راغلي وي.
۱۰. ځکه چې له واده وړاندې يې طبي ازموينې نه دي کړي.
۱۱. ځکه چې وېريږي او د جنسي اړيکو په اړوند خبر نه دي.
۱۲. ځکه چې په دې اړوند له ځانګړو مشورو نه ګټه نه اخلي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځینې غواړي د ګډ ژوند ملګری نورې جنسي اړیکې ولري؟

۱. ځکه چې ښایي کومه جنسي یا ارواپي ګډوډي ولري.
۲. ځکه چې ښایي د ګډ ژوند له ملګري سره کینه ولري.
۳. ځکه چې ښایي د سادیزم ارواپي جنسي ګډوډي ولري.
٤. ځکه چې ښایي ډېرو خلکو سره یې اړیکې ساتلې وي.
٥. ځکه چې په ځینو ټولنو کې عادي مورد ګڼل کېږي.
٦. ځکه چې ځینې په همدې کار سره جنسي ارضاینه لري.
۷. ځکه چې کله کله جنسي مسایل له حد ډېر پټ شوي دي.
۸. ځکه چې ښایي دا ډول ویډیو او داستانونه یې لوستي وي.
۹. ځکه چې ډېرې خپل جنسي حریم نه شي مشخص کولی.
۱۰. ځکه چې ښایي د ملګري په اړه مسوولیت نه احساسوي.
۱۱. ځکه چې ښایي همدا یې د مقابل لوري یوه غوښتنه وي.
۱۲. ځکه چې د مشاورې په څنګ کې طبي تداوي نه کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د جنسي اړيکو په اړوند يوازې نارينه پربکړه ونه کړي؟

۱. ځکه چې جنسي اړيکې ګډې او دوې اړخيزه اړيکې دي.
۲. ځکه چې دواړه لوري پوره پکې ښکېل ګڼل کېږي.
۳. ځکه چې د جنسي اړيکو په اړه رايه د دواړو حق دی.
٤. ځکه چې دواړه لوري جنسي اړيکې غواړي او خوښوي.
٥. ځکه چې مېرمنې په جنسي اړيکو کې حساسې وي.
٦. ځکه چې يو اړخيزه پربکړه د يو فکر پايله او نښه ده.
۷. ځکه چې يو اړخيزه پربکړه کې ښه ځان کم احساسوي.
۸. ځکه چې مېرمنې هم په جنسي اړيکو کې فعاليت غواړي.
۹. ځکه چې يو اړخيزه پربکړه جنسي ستونزې راټوکوي.
۱۰. ځکه چې دوه اړخيزه جنسي اړيکې د اړيکو خوند ډبروي.
۱۱. ځکه چې دوه اړخيزې پربکړې مينه او محبت ډبروي.
۱۲. ځکه چې دوه اړخيزې پربکړې پر يو بل باور رغولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې جوړې د جنسي اړيکو لپاره چمتوالي ته اړتيا لري؟

۱. ځکه چې دا د دواړو لپاره ځانګړی ارزښت لري.
۲. ځکه چې دواړه غواړي د يو بل په وسيله ارضا شي.
۳. ځکه چې د دواړو لورو د خوښۍ لامل ګرځي.
٤. ځکه چې يو بل ته يې جنسي لېوالتيا ډېرېږي.
۵. ځکه چې د دواړو د هوساينې لامل ګرځېدای شي.
٦. ځکه چې له جنسي بېلارېو څخه مخنيوی کوي.
۷. ځکه چې دواړه لوري به د تل لپاره يو بل غواړي.
۸. ځکه چې د دواړو تر مينځ مينه او محبت ډېروي.
۹. ځکه چې په نا محرمو پسې کتلو نه مخنيوی کوي.
۱۰. ځکه چې په ګډ ژوند کې د دواړو لورو حق دی.
۱۱. ځکه چې هره جنسي اړيکه چمتووالي ته اړتيا لري.
۱۲. ځکه چې چمتووالی ژور جنسي خوند ډېرولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په جنسي اړيکو کې نارينه ډېر زړور دي؟

۱. ځکه چې نارينه په جنسي اړيکو کې د پياوړتيا احساس کوي.
۲. ځکه چې نارينه فکر کوي پيلوونکی بايد په خپله دی واوسي.
۳. ځکه چې ډېری مېرمنې بې زړه دي او ددې کار زړه نه کوي.
٤. ځکه چې په مېرمنو کې جنسي لېوالتيا له نارينه و سخته وي.
۵. ځکه چې نارينه ژر پارېږی او مېرمنې وروسته چمتو کېږي.
٦. ځکه چې مېرمنې په سختی لېواله کېږي، نو نارينه يې پيلوي.
۷. ځکه چې نارينه نيغ په نيغه د اړيکو کنټرول په لاس کې اخلي.
۸. ځکه چې نارينه به جنسي اړيکو کې د مېرمنې خوښي غواړي.
۹. ځکه چې نارينه غواړي پخپله يې مېرمن خلاصه او ارضا کړي.
۱۰. ځکه چې نارينه ذاتاً زړور دي او همدا لامل يې زړور کوي.
۱۱. ځکه چې ډېرځله مېرمنې په خپله خاوند ته د پيلولو حق ورکوي.
۱۲. ځکه چې نارينه غواړي په هر څه کې رهبر او پيلوونکی واوسي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د مېرمنو نازول د جنسي اړيکو خوند زياتوي؟

۱. ځکه چې نازول، مېرمنې د جنسي اړيکو لپاره چمتو کوي.

۲. ځکه چې مېرمنې له جنسي اړيکو وړاندې ورته اړتيا لري.

۳. ځکه چې مېرمنې وروسته پاريږي او بايد ناز ورکړل شي.

٤. ځکه چې مېرمنې په سختۍ ارضا کېږي او نازول غواړي.

۵. ځکه چې ښځې په دې کار سره د هوسا‌ينې احساس وکړي.

٦. ځکه چې مېرمنو ته ښه احساس او ډېر خوند ورکولی شي.

۷. ځکه چې ښځې له جنسي اړيکو څخه د مينې هيله مندي لري.

۸. ځکه چې ښځې له ناز او چمتووالي پرته اړيکې نه خوښوي.

۹. ځکه چې د دواړو لورو تر مينځ د جنسي اړيکو پيل دی.

۱۰. ځکه چې دا کار د ښځو د قربانۍ احساس کم او له مينځ وړي.

۱۱. ځکه چې په مېرمنو کې په ځان باور او ځان درناوی ډېروي.

۱۲. ځکه چې ښځې نازول د جنسي اړيکو په ډول او کچه خوښوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند ملګري د نورو جنسي اړيکو فکر کوي؟

۱. ځکه چې ځيني نارينه او مېرمنې شخصيتي ثبات نه لري.
۲. ځکه چې يو د بل جنسي اړتياوې سمې نه شي پوره کولی.
۳. ځکه چې د ژوند د ملګري له جنسي اړيکو خوښ نه دي.
٤. ځکه چې د ژوند ملګری يې ورسره مرسته نه کوي.
٥. ځکه چې دا احساسوي چې پوره ارزښت نه ورته کېږي.
٦. ځکه چې فکر کوي نور يې د ژوند له ملګري ښکلې دي.
۷. ځکه چې ډېری جوړې خپل ظاهر او پاکی ته پام نه کوي.
۸. ځکه چې ډېری جوړې له يو اړخيزه اړيکو ستړې شوي.
۹. ځکه چې ځيني کسان د ژوند ملګري ته ځواب نه شي ويلی.
۱۰. ځکه چې احساس کوی د اړيکو اړين جنسي جذابيت نه لري.
۱۱. ځکه چې ځيني نارينه فکر کوي لومړيتوب نه ورکول کېږي.
۱۲. ځکه چې ښايي ځيني جوړې خپل احساسات نه شريکوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ډېر جنسي مهارتونه زده کړو؟

۱. ځکه چې جنسي اړیکې یوه لویه انساني اړتیا ګڼل کېږي.
۲. ځکه چې د ډېرې ستونزو لامل همدا جنسي اړیکې دي.
۳. ځکه چې ډېر جنسي مهارتونه مو جنسي اړیکې رغوي.
٤. ځکه چې په جنسي اړیکو کې د بریالیتوب لامل ګرځي.
۵. ځکه چې د دواړو لورو د خوښۍ او هوساینې لامل ګرځي.
٦. ځکه چې د جنسي اړیکو د بیارغونې لامل ګرځېدای شي.
۷. ځکه چې د طلاقونو او جدایيو د مخنیوي یو لوی لامل دی.
۸. ځکه چې د کورنیو او ټولنیزو تاوتریخوالو کچه کموي.
۹. ځکه چې د ژوند ملګرو ته جنسي اړیکې ارزښت پیدا کوي.
۱۰. ځکه چې په ښه مهارت سره اړیکې د ارګازم لامل ګرځي.
۱۱. ځکه چې هر انسان په اړیکو کې مهارت او بدلون غواړي.
۱۲. ځکه چې جنسي اړیکې مو اغېزمنې، ګټورې او آسانوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ماشومانو په وړاندې جنسي اړیکې ونه ساتو؟

۱. ځکه چې دې کار ته ماشومان د تېري په سترګه ګوري.

۲. ځکه چې ښایي په ټولنه کې د مور او پلار پېښې وکړي.

۳. ځکه چې په ماشومانو کې د بې وخته بلوغ لامل کیږي.

٤. ځکه چې ښایي ماشومان د اړیکو په اړوند پلټنه وکړي.

۵. ځکه چې ښایي دې کړنو او چارو ته لېواله او وهڅېږي.

٦. ځکه چې ښایي د تاوتریخوالي یوه صحنه یې تعبیر کړي.

۷. ځکه چې د ماشومانو د وېرې او اضطراب لامل ګرځي.

۸. ځکه چې ښایي خوب ګډوډ کړي او یا بد خوبونه وویني.

۹. ځکه چې د ماشوم په ځان باور ته لوی زیان رسوی شي.

۱۰. ځکه چې د ماشوم د وسواس، وېرې او پنیک لامل ګرځي.

۱۱. ځکه چې ښایي ماشوم په دې اړوند ډېرې پوښتنې وکړي.

۱۲. ځکه چې ښایي ماشوم له کوره بهر نورو ته کیسه وکړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د واده په لومړيو کې جنسي ستونزې مينځ ته راځي؟

١. ځکه چې د جنسي اړيکو په اړوند پوهه او مالومات لږ وي.

٢. ځکه چې د واده په لومړيو شپو کې جنسي اړيکې ډېر وي.

٣. ځکه چې په دې هکله ګټور او علمي کتابونه نه مطالعه کوو.

٤. ځکه چې ځيني کسان وېرېږي او ځيني بيا نااشنا او نابلده وي.

٥. ځکه چې ډېرى غير علمي او غير مسلکي خبرو ته غوږ نيسي.

٦. ځکه چې ډېرى له اوله سېې او روغې عاطفي اړيکې نه لري.

٧. ځکه چې د واده په لومړيو کې د يوبل پېژندنه او درک کم وي.

٨. ځکه چې په پيل کې د جنسي اړيکو په اړه سېه احساس نه لري.

٩. ځکه چې په پيل کې فکر کوى جنسي فعاليت بې حيايي وي.

١٠. ځکه چې ډېرى نه پوهيږي، جنسي اړيکې دوه اړخيز عمل دى.

١١. ځکه چې موږ د جنسي اړيکو په هکله ډېر ناسم پوهول کيږو.

١٢. ځکه چې سايي لومړى جنسي اړيکه به مو سمه او روغه نه وه.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د جنسي لېوالتيا او پاڼېدنې مخنيوی کوو؟

۱. ځکه چې له ويلو څخه يې ډېره وېره او اضطراب لرو.

۲. ځکه چې د مخنيوی له اروايي زيانونه يې نه يو خبر.

۳. ځکه چې د خلکو له بد قضاوت څخه په وېره کې يو.

٤. ځکه چې ښايي د جنسي اړيکو په هکله لږ مالومات لرو.

٥. ځکه چې په ځان او د ګډ ژوند په ملګري باور نه لرو.

٦. ځکه چې د ژوند ملګری مو ډاروي او مخنيوی يې کوي.

۷. ځکه چې فکر کوو کوم کار چې سرته يې رسوو، سم دی.

۸. ځکه چې د ښې لېوالتيا او پاڼېدنې په طريقه نه پوهېږو.

۹. ځکه چې د جنسي لېوالتيا او پاڼېدنې په اړه خبرې نه کوو.

۱۰. ځکه چې له مسلکی اړوپوه څخه مو مشوره نه ده اخيستې.

۱۱. ځکه چې فکر کوو جنسي لېوالتيا او پاڼېدنه بده او ګناه ده.

۱۲. ځکه چې فکر کوو که وپاڼېږو کومه ستونزه پيدا نه کړو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځینې جوړې له جنسي اړیکو ژړه تورې کېږي؟

۱. ځکه چې د جنسي لېوالتیا ویل شرم او ننګ فکر کوي.

۲. ځکه چې تل یې په خپل ځان کې جنسي لېوالتیا وژلې.

۳. ځکه چې تل یې خپلې جنسي اړیکې او لیوالتیاوې خنډولي.

٤. ځکه چې خپلو جنسي اړیکو ته لومړیتوب نه ورکوي.

٥. ځکه چې تل په جنسي اړیکو کې ارګازم ته نه رسیږي.

٦. ځکه چې کېدای شي تل یې ارضا کېدل تمثیل کړي وي.

۷. ځکه چې کله کله له خپلو جنسي اړیکو نه ډېر نهیلي کېږي.

۸. ځکه چې د خپلو جنسي اړیکو په اړوند ناسم باورونه لري.

۹. ځکه چې نه پوهیږي ملګري باید یو بل پوره ارضا کړي.

۱۰. ځکه چې د جنسي اړیکو په اړه د ډېرې کسانو لید منفي دی.

۱۱. ځکه چې ښایي له دې وړاندې یې بریالۍ اړیکې نه وي لرلې.

۱۲. ځکه چې ښایي خیانت شوی وي او یو بل ارضا نشي کړای.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له جنسي تکنيکونو څخه ځان خبر کړو؟

۱. ځکه چې د زده کولو په وسيله يې دواړه ارضا کېږي.

۲. ځکه چې په جنسي اړيکو کې ښې مثبته تجربه پيدا کېږي.

۳. ځکه چې په يوه بڼه جنسي اړيکې به له مينځه لاړې شي.

٤. ځکه چې په تولیز ډول په جنسي اړيکو مثبت اغېز کوي.

۵. ځکه چې په تکنيک سره ښه بدلونونه رامينځ ته کېدای شي.

٦. ځکه چې جنسي ژوند مهم دی او بايد په مهارت سره وشي.

۷. ځکه چې ښه تکنيکونه مو په اړيکو کې اسانی راوستی شي.

۸. ځکه چې جنسي اړيکې مو د پخوا په پرتله خوندورې کوي.

۹. ځکه چې دواړه غاړو ته د يو بل لپاره ښه ملګري کيدی شي.

۱۰. ځکه چې په عاطفي اړيکو کې مو د بدلونونو لامل کرځي.

۱۱. ځکه چې اړواړوهنه تل د نويو تکنيکونو کارولو وړانديزوي.

۱۲. ځکه چې په دې سره له ستړي جنسي ژوند نه خلاصيږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نارینه د جنسي اړیکو پر مهال مېرمن ښکل کړي؟

۱. ځکه چې د مېرمنې ذهني فشار راکموي.
۲. ځکه چې د مېرمنې په ځان باور لوړوي.
۳. ځکه چې په مېرمن کې ښه حس پیدا کوي.
٤. ځکه چې د ادرنالین ترشح لا نوره رغوي.
٥. ځکه چې په دې سره دواړه بیا ځوانیږي.
٦. ځکه چې وزن کموي او اندام بیا رغوي.
۷. ځکه چې ښځو ته ریښتینې هوساینه ورکوي
۸. ځکه چې مېرمن ځان ارزښتمن احساسوي.
۹. ځکه چې د جنسي پارېدنې لوی لامل ګرځي.
۱۰. ځکه چې اړیکه د مېرمنې په خوښه مخته ځي.
۱۱. ځکه چې د دفاعي سیستم ظرفیت لوړولی شي.
۱۲. ځکه چې د ګډ ژوند عمر ښه او ډېرولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مېرمنې په تياره کې جنسي اړيکې خوښوي؟

۱. ځکه چې په تياره کې ځان ښه احساسوي شي.

۲. ځکه چې په ځان باور يې ډېر اوچت نه دی.

۳. ځکه چې فکر کوي د بدن غړي يې ښه نه دي.

٤. ځکه چې په تياره کې ځان آرامه او هوسا وينې.

٥. ځکه چې تياره يې منفي هيجانونه راکموی شي.

٦. ځکه چې نظر يې مينه ناک غوندې ښکاري.

۷. ځکه چې د جنسي هورمون او پارونې لامل گرځي.

۸. ځکه چې په رڼا کې د خجالتی احساس کوي.

۹. ځکه چې ځان حياناکه او باادبه ورته ښکاري.

۱۰. ځکه چې په رڼا کې د اړيکې تجربه نه لري.

۱۱. ځکه چې په تياره کې ښه او ژوره پاربدی شي.

۱۲. ځکه چې د بدن فزيولوژي يې همداسې جوړه ده.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مېرمنې د واژنیزم پر ګډوډۍ اخته کېږي؟

۱. ځکه چې تل له جنسي اړیکو څخه وېرول شوي دي.

۲. ځکه چې له لومړي ځل جنسي اړیکو نه وېره لري.

۳. ځکه چې په جنسي اړیکو کې تند او بد چلند شوی دی.

٤. ځکه چې ډېر ځله په لومړۍ اړیکه کې چمتو شوي نه دي.

۵. ځکه چې په لومړۍ جنسي اړیکه ځان نازک احساسوي.

٦. ځکه چې نه پوهیږي او کېدی شي کورنۍ ویرولې وي.

۷. ځکه چې کله کله نارینه جنسي اړیکې په ځان پورې تړي.

۸. ځکه چې له واده وړاندې یې سلامتي نه ده رغول شوې.

۹. ځکه چې جنسي اړیکه یوه ګډه اړیکه ده، په دې نه پوهیږي.

۱۰. ځکه چې ښایي په دېکتاتوره کورنۍ کې لویه شوې وي.

۱۱. ځکه چې د جنسي ارضا کېدو په خوند نه ده پوهول شوې.

۱۲. ځکه چې ښایي له جنسي اړخه کوم وخت ځوروول شوې وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې جنسي خوند دوه اړخيزه کړو؟

۱. ځکه چې جنسي اړيکې بايد همغږې او دوه اړخيزې وي.
۲. ځکه چې دواړه لوري اړ دي تر څو له يو بله خوند واخلي.
۳. ځکه چې دواړه لوري بايد د يوبل د ارضا په هڅه کې وي.
٤. ځکه چې د ګډ ژوند ملګري دي او د دواړو لورو حق دی.
۵. ځکه چې دواړو اړخونو ته پام د دواړو مينه ډېرولی شي.
٦. ځکه چې دا هر څه د جوړو تر مينځ باور نور هم ډېروي.
۷. ځکه چې دې ته پام کول دواړه مسوولیت منونکي روزي.
۸. ځکه چې دوه اړخيزه خوند د دواړو د خوښۍ لامل ګرځي.
۹. ځکه چې په ټوله کې د له جنسي خيانت نه مخنيوی کوي.
۱۰. ځکه چې په دې سره به په ګډ کورني ژوند کې بريالي شي.
۱۱. ځکه چې له نورو سره هم د ښو ټولنيزو اړيکو لامل ګرځي.
۱۲. ځکه چې د يو بل پر وړاندې ځواب ويونکي او مثبت کېږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د شا له خوا جنسي اړيکې ونه ساتو؟

۱. ځکه چې دا اړيکه ښځو ته جنسي خوند نشي ورکولی.

۲. ځکه چې ډېری ښځې له داسې اړيکو ډېره وېره لري.

۳. ځکه چې دا اړيکه د ښځو اطراحيه سيستم بېواکه کوي.

٤. ځکه چې د نارينه تناسلي آلې ته ميکروب دننه کېږي.

۵. ځکه چې دا په نارينه وو کې د ژر انزالېدنې لامل ګرځی.

٦. ځکه چې د شا له خوا جنسي اړيکې د اېډز احتمال ډېروي.

۷. ځکه چې ښځې په دې اړيکه کې ډېر زيات دردونه زغمي.

۸. ځکه چې د انسان مقعد خروجي جوړ شوی دی نه دخولي.

۹. ځکه چې د شا له خوا اړيکې د مقعد د سرطان لامل ګرځي.

۱۰. ځکه چې دواړو ته ځيني ناپېژندل شوې ناروغۍ پيدا کوي.

۱۱. ځکه چې د دې لامل ګرځي، چې مني بېرته مايو ته ورشي.

۱۲. ځکه چې د لويو جنسي ستونزو او وېرو لامل کېدی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځینې کسان روغې جنسي اړیکې نه لري؟

۱. ځکه چې د خپل بدن د غړو په اړوند ښه احساس نه لري.
۲. ځکه چې ملګري ته نه وایي چې له اړیکو څه غواړي.
۳. ځکه چې خپلو جنسي اړیکو ته نظم او سمون نه ورکوي.
٤. ځکه چې د جنسي اړیکو په اړوند خپل احساس نه وایي.
۵. ځکه چې خپلو جنسي اړیکو ته اړین بدلونونه نه ورکوي.
٦. ځکه چې د ژوند د ملګري له اړیکو څخه خوشاله نه دي.
۷. ځکه چې د جنسي جذبولو لارو ته په سم ډول پام نه کوي.
۸. ځکه چې فکر کوي تل باید جنسي اړیکې عالي ښه ولري.
۹. ځکه چې د ډېرې جوړو تر مینځ فزیکي نیږدېوالي کم دی.
۱۰. ځکه چې عطرونه نه وهي او د ځان پاکوالي ته پام نه کوي.
۱۱. ځکه چې د جنسي اړیکو په پوزښن کې بدلون نه راوړي.
۱۲. ځکه چې د زړه سوي او مجبوریت له مخې اړیکې ټینګوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني جنسي اړيکې د خواشينۍ لامل ګرځي؟

۱. ځکه چې د ډېرو ډېرى جنسي اړيکې يو اړخيزه وي.

۲. ځکه چې د خوب په کوټه کې وايه مه وايه ډېر وايو.

۳. ځکه چې شرمېږو او د خپلو خيالونو په اړه نه وايو.

٤. ځکه چې جنسي اړيکې مو ريښتيني او واقعي نه دي.

٥. ځکه چې له لېوالتيا پرته په جنسي اړيکو پيل کوو.

٦. ځکه چې زمونږ موخه يوازې خپله اړتيا پوره کول دي.

۷. ځکه چې خپل کاري ذهني فشارونه مو کور ته راوړو.

۸. ځکه چې تل د يو بل له ظاهري ښېرو څخه سر ټکوو.

۹. ځکه چې د خپلې کورنۍ د غړو په خوله او رايه يو.

۱۰. ځکه چې کله ناکله د نعوذ له ستونزې سره مخ کېږو.

۱۱. ځکه چې د جنسي اړيکو پر مهال نور کارونه هم کوو.

۱۲. ځکه چې کله کله په جنسي اړيکو کې ستونزې پيدا کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په جنسي اړيکو کې ارضا کېدل جدي وليسو؟

١. ځکه چې زموږ په خلق او خوی باندې اغېزه کوي.
٢. ځکه چې سر درد او سټړيا ډېر ژر راکمولی شي.
٣. ځکه چې مرسته کوي د خوب ستونزې مو حل شي.
٤. ځکه چې د ذهني فشار په راکمولو کې مرسته کوي.
٥. ځکه چې د مېرمنو د غړو تناسب او نظم بيا رغوي.
٦. ځکه چې د پروستات سرطان خطر ډېر کمولی شي.
٧. ځکه چې د زړه د حملې کچه په دواړو کې راکموي.
٨. ځکه چې له امله يې په بدن کې هورمونونه رغېږي.
٩. ځکه چې د انسان پوستکي ته ښکلا او ځلا ورکوي.
١٠. ځکه چې د ښځو د امېندوارۍ وړتيا هم ډېرولی شي
١١. ځکه چې ارضا د روغتيا حس څو برابره ډېروی شي.
١٢. ځکه چې د هډوکو او عصبي ستونزو مخنيوی کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځينې متاهله جوړې په خپل لاس ځان خلاصوي؟

۱. ځکه چې ځينې کسان له ځوانۍ څخه پرې روږدي شوي.
۲. ځکه چې هر څه پوره غواړي او له نورو ډېره تمه کوي.
۳. ځکه چې د ژوند ملګري سره ښې عاطفي اړيکې نه لري.
٤. ځکه چې ښايي د ژر يا وروسته خلاصېدلو ستونزه ولري.
٥. ځکه چې کيدای شي مقابل لوری به يې سم نه شي پارولی.
٦. ځکه چې ښايي د ژوند ملګری يې ناپوه، تنبل او خفه وي.
۷. ځکه چې د ژوند ملګري يې فشار پرې راوړی او ځوروي يې.
۸. ځکه چې دا هم کيدا شي، ځينې نارينه جنسي ګډوډۍ ولري.
۹. ځکه چې ښايي مقابل لوری يې جذابه او ښکلې ښځه ونه لري.
۱۰. ځکه چې کېدای شي د ژوند ملګری يې سپکوي او يا هم رټي.
۱۱. ځکه چې ښايي جنسي اړيکې يې بريالۍ نه وي او وېره ولري.
۱۲. ځکه چې جنسي اړيکې يې بريالۍ نه او له نه نعوظه وېرېږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د لوڅو فلمونو له لیدو نه ځان وژغورو؟

۱. ځکه چې د دواړو لورو په جنسي اړیکو اغېز کوي.
۲. ځکه چې په موږ کې د انساني کرامت حس سستوي.
۳. ځکه چې تولنیزه هوساینه مو ژر له مینځه وړلی شي.
٤. ځکه چې په جنسي چلند باندې مو منفي اغېز کوي.
۵. ځکه چې د نارینه او مېرمنو شخصیت سقوط کوي.
٦. ځکه چې د تاوتریخوالي او غوصې لامل ګرځي.
۷. ځکه چې خپله اړیکه د فلم له لوبغاړو سره پرتله کوو.
۸. ځکه چې بیا په سختۍ له خپلو اړیکو خوند واخلو.
۹. ځکه چې د ګډ ژوند په اړیکو مو منفي اغېز کوي.
۱۰. ځکه چې د ژوند د ملګرو غوښتنې مو لوړولی شي.
۱۱. ځکه چې په پرلپسې یې وینو او پرې روږدي کېږو.
۱۲. ځکه چې د نرانو تخیل او د ښځو ارګازم زیانمنوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې جنسي ملګرى جنسي اړيکو ته لښو چمتو کولى؟

۱. ځکه چې د ژوند ملګري ته مو ناز نه ورکوو.

۲. ځکه چې ډېر ځله د ژوند ملګرى نه ښکلوو.

۳. ځکه چې د ژوند ملګري سره لوبې نه کوو.

٤. ځکه چې د ځان نظافت او پاکوالي نه ساتو.

٥. ځکه چې د يو بل سترګو ته په مينه نه ګورو.

٦. ځکه چې له ملګري سره جنسي لوبې نه کوو.

۷. ځکه چې موږ هم پاروونکې جامې نه اغوندو.

۸. ځکه چې په جنسي اړيکو کې عطر نه کاروو.

۹. ځکه چې له جنسي اړيکو وړاندې ژر لوخړو.

۱۰. ځکه چې تل يو لورى جنسي اړيکو ته چمتو وي.

۱۱. ځکه چې نه پوهېږو په څه ډول يې چمتو کړو.

۱۲. ځکه چې له وړاندې مو ښه جنسي اړيکې نه لرل.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د جنسي اړيکو لپاره وزن او د غړو اندول ته پام وکړو؟

۱. ځکه چې له سترسونو او اضطراب سره اړيکه لري.

۲. ځکه چې له ډېر وزن څخه يو لوری ستړی کېږي.

۳. ځکه چې ډېر وزن ژر ستړي کېدل هم رامينځ ته کوي.

٤. ځکه چې ډېر وزن د هورمونونو ترشح هم ګډوډوي.

٥. ځکه چې جنسي پوزيشن به مو ډېر ستونزمن کړی شي.

٦. ځکه چې به دواړو لورو کې جنسي خوند راکمولی شي.

۷. ځکه چې نارينه د نعوذ پر ګډوډۍ هم اخته کولی شي.

۸. ځکه چې ډېر وزن مو ښکلا تر پوښتنې لاندې راولي.

۹. ځکه چې ډېر وزن يو ډول عيب او ضعف ګڼل کېږي

۱۰. ځکه چې به ډېر وزن سره په ځان باور له لاسه ورکوو.

۱۱. ځکه چې ډېر وزن مو د ګډ ژوند اړيکو ته زيان رسوي.

۱۲. ځکه چې ډېر وزن د ځانګړو ناروغيو لامل کېدای شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

څلورمه برخه

۱۰۰ ولې او ځکه کورنۍ ژوند

Downloaded From:
Telegram: ArmanPashtoLibrary
WhatsApp: 0093779815770
Facebook: آرمان پښتو کتابتون

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځينې کورنۍ تاوتريخوالی کوي؟

۱. ځکه چې د کورنۍ ځينې غړي پر يو بل باور نه لري.

۲. ځکه چې يو بل ته احترام، درناوی او متقابل درک نلري.

۳. ځکه چې راز نه ساتي او يو د بل سره د زړه خواله نه لري.

٤. ځکه چې په دې اړوند ځانګړي شوي قوانين نه پلي کوي.

٥. ځکه چې د ټولنې غړي د غوصې په مديريت نه پوهيږي.

٦. ځکه چې ځينې مېرمنې خپلې اړيکې سمې نه شي مهار کولی.

۷. ځکه چې د اورېدلو او غوږ نيولو مهارت سم نه کاروي.

۸. ځکه چې د ستونزو حل مهارت په اړه پوره مالومات نه لري.

۹. ځکه چې تاوتريخوالی په يوه دود او تګلاره بدل شوی دی.

۱۰. ځکه چې پر رسنيو له تاوتريخوالي ډک پروګرامونه خپريږي.

۱۱. ځکه چې مېرمنې په لږه کچه کورنۍ ته لومړيتوب ورکوي.

۱۲. ځکه چې د تاوتريخوالي له بدو پايلو څخه خبرتيا نه لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کورنۍ د خپلو نجونو د زده کړې مخنیوی کوي؟

۱. ځکه چې زمور په ټولنه کې کورنۍ په سالم ډول نه جوړیږي.

۲. ځکه چې زمور د ټولنې ډېرې کورنۍ نالوستې او بېسواده دي.

۳. ځکه چې هغوی نه پوهیږي، په دې سره خپله کورنۍ فاسدوي.

٤. ځکه چې امنیتي ستونزې او د لارې لرېوالی هم شتون لري.

۵. ځکه چې فکر کوو نجونې د ټولنیزو اړیکو په اړه نه پوهیږي.

٦. ځکه چې زمور ټولنه توپیري چلند، تعصب او تبعیض کوي.

۷. ځکه چې د هېواد په ښارونو او کلیو کې نجونې ځوړول کیږي.

۸. ځکه چې کله ناکله د کورنیو مالي ستونزې هم ددې لامل ګرځي.

۹. ځکه چې ډېر ځله کورنۍ اول خپلو زامنو ته لومړیتوب ورکوي.

۱۰. ځکه چې کله ناکله خپلوان او ګاونډیان کورنۍ دې کار اړ باسي.

۱۱. ځکه چې نه پوهیږو نالوستې ښځې ټولنې ته ډېر زیانونه رسوي.

۱۲. ځکه چې نه پوهیږو ښځې هم خپلې وړتیاوې او استعدادونه لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کورنۍ په خپل مینځ کې حسادت ونه کړي؟

۱. ځکه چې د کورنیو تر مینځ کینې او ناندرۍ ډېروي.

۲. ځکه چې د کورنیو تر مینځ د سختو ستونزو لامل ګرځي.

۳. ځکه چې کورنۍ ستونزې د پخوا په پرتله ډېرې زیاتوي.

٤. ځکه چې د کورنۍ د غړو تر مینځ متقابل باور راکموي.

۵. ځکه چې زمو نوښتي وړتیا، مینه او خوشالي راکموي.

٦. ځکه چې حسادت د مینې او د زړه خواله راکمولی شي.

۷. ځکه چې په اند او نظرونو د لږ سوچ کولو لامل کیږي.

۸. ځکه چې حسادت د انرژیو یو لوی ضایعه کوونکی دی.

۹. ځکه چې وروسته کرار کرار په دود او رواج بدلیږي.

۱۰. ځکه چې د کورنیو د ودې او نېکمرغۍ مخنیوی کوي.

۱۱. ځکه چې په موږ کې د ټولنیز باور له منځه وړي.

۱۲. ځکه چې لامل کیږي ډېرې بدې کړنې عادي ونیول شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د يوې روغې کورنۍ لرل اړين دي؟

۱. ځکه چې تجروبو ته په کتو سره يوازينی آرام ځای دی.

۲. ځکه چې داسې کورنۍ اړيکې تل روغې او ريښتينې وي.

۳. ځکه چې کورنۍ د روزنې لومړنی او يوازينی ځای دی.

٤. ځکه چې دا کورنۍ د ستونزو او ناچاريو په وړاندې دريږي.

٥. ځکه چې د ټولنيزو او کلتوري ارزښتونو ښه ساتونکي وي.

٦. ځکه چې زموږ له ځان پېژندنې (هويت) سره مرسته کوي.

۷. ځکه چې روغه او سالمه کورنۍ، د روغې ټولنې زانګو ده.

۸. ځکه چې زموږ جسمي او اروايي اړتياوې را پوره کوي.

۹. ځکه چې زموږ عاطفي، مالي او کلتوري ملاتړ کوونکې وي.

۱۰. ځکه چې ناسالمې کورنۍ د کورنيو ستونزو لوی لامل دی.

۱۱. ځکه چې په ذهن کې د کورنۍ انځور نه لرل ډېر ناشونی دی.

۱۲. ځکه چې ونډه يې مخ په کمېدو ده او بايد ارزښتناکه شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نارینه له واده وروسته له خپل مور او پلار څخه نه بېلیږي؟

۱. ځکه چې زمور په ټولنه کې تېروتنه او ناوړه چاره بلل کېږي.
۲. ځکه چې زمور د ټولنې ډېرى هلکان فکري خپلواکي نه لري.
۳. ځکه چې ډېرى هلکان د بېل ژوند په خوند او مزه نه پوهیږي.
٤. ځکه چې ځینې یې له کورنۍ سره ټرلي او یا ډېرې اړیکې لري.
٥. ځکه چې ډېرى هلکان کار، دنده او د ژوند لپاره ځای نه لري.
٦. ځکه چې ډېرى د ناوړه او منفي پایلو په اړوند پوهاوی نه لري.
۷. ځکه چې په ځان بسیا او خپلواک نه دي، چې دا کار وکړي.
۸. ځکه چې په ځان او خپلو وړتیاوو باندې باور او اعتماد نه لري.
۹. ځکه چې نه پوهیږي دوام یې په اړیکو کې ټراو رامینځ ته کوي.
۱۰. ځکه چې په دې نه پوهیږي چې کورنۍ ته د ستونزو لامل ګرځي.
۱۱. ځکه چې نه پوهیږي خپلې مېرمنې ته ستونزې مینځ ته راوړي.
۱۲. ځکه چې نه پوهیږي د داسې بېلتون څخه ځوړېدل لنډمهالي، وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې خپل کورني ژوند ته انګېزه ورکړو؟

١. ځکه چې زموږ په ډېرې بريالیتوبونو کې مرسته کوي.

٢. ځکه چې موږ کولی شو کورنی ژوند په سمه وپېژنو.

٣. ځکه چې په کورني ژوند کې له خپلې ونډې خبرېږو.

٤. ځکه چې له ژوند سره مو مینه او لېوالتیا پیدا کیږي.

٥. ځکه چې ښې راتلونکې ته مو هیله مندی راټوکوي.

٦. ځکه چې د ستونزو د حل پر وړاندې مو وړتیا ډېروي.

٧. ځکه چې د ژوند په پرمختګ کې موږ سره مرسته کوي.

٨. ځکه چې په ګډ ژوند کې د خوښۍ او مینې لامل ګرځي.

٩. ځکه چې زموږ د نوښت او کشف وړتیاوې ژوندی کوي.

١٠. ځکه چې په موږ کې د انرژي راټوکېدو ښه لامل ګرځي.

١١. ځکه چې د ډېرو ستونزو او شخړو په حل کې مرسته کوي.

١٢. ځکه چې موږ پوه، پیاوړي، کلک او موخیز (هدفمند) کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په کورنۍ کې له ځینو بدلونونو سره جوړ نه راځو؟

۱. ځکه چې نه پوهیږو څه ډول مو د ناجوړیو مخه ونیسو.

۲. ځکه چې ډېر ځله مو کورنۍ بدلون منونکي نه یو روزلي.

۳. ځکه چې ډېری کورنۍ له یو ډول مساوي ژوند سره عادت دي.

٤. ځکه چې له بند او شرط نه ډکو کورنیو کې را لوی شوي یو.

۵. ځکه چې په کلک او دیکتاتورانه ډول عادت او را لوی شوي یو.

٦. ځکه چې تحلیل نه کوو او ډېری له موږ نه ښه اورېدونکي نه یو.

۷. ځکه چې والدینو مو ډېره پیروي رانه کړې او نازولي شوي یو.

۸. ځکه چې د ښې پرېکړې او ستونزو د حل مهارت نه زده کوو.

۹. ځکه چې همغږي نه یو او د آرماني ژوند په فکر کې یو.

۱۰. ځکه چې پوهیږو بدلون د ژوند بنسټ دی، خو بیا هم تېښته کوو.

۱۱. ځکه چې د خپلې کورنۍ ناوړه حالت سمولو باندې باور نه لرو.

۱۲. ځکه چې د ستونزو حل او بدلون باندې فکر ته وخت نه ورکوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له خپل خسر سره سم چلند نه کوو؟

۱. ځکه چې د خپل خسر په اړوند بدګمانه او مشکوکه یو.

۲. ځکه چې له واده وړاندې مو ځینې ستونزې سره لرلې.

۳. ځکه چې زموږ په ژوند کې راګډیږي او مداخله کوي.

٤. ځکه چې کله ناکله کورنۍ یو بل سره کینه او بغض لري.

۵. ځکه چې ډېر ځله واړه ا و بې ارزښته مسایل اړین بولو.

٦. ځکه چې په اجبار مو واده کړی وو او تري راضي نه یو.

۷. ځکه چې له واده وړاندې کورنی تناسب په پام کې نه نیسو.

۸. ځکه چې عاطفي ستونزې لرو او یو بل سم نه درک کوو.

۹. ځکه چې کله ناکله انګېرو زموږ د ټولو ستونزو لامل دی.

۱۰. ځکه چې کله ناکله مو خسر زموږ د غوښتنو خلاف کوي.

۱۱. ځکه چې خسرخپلو مو ډېر ولور راځخه اخیستی دی.

۱۲. ځکه چې موږ د یو او بل کور ته ډېر ځو او راځو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له کورنیو ستونزو نه خلاصېږو؟

۱. ځکه چې خپل کورني ژوند ته سم پلان نه لرو.

۲. ځکه چې کورنۍ ستونزې مو سمې نه دي پېژندلي.

۳. ځکه چې د کورنۍ اروايي ستونزو درملنه نه کوو.

٤. ځکه چې په ګډ ژوند کې بدلون او نيوکې نشو منلی.

٥. ځکه چې په ګډ ژوند کې له يو بله ډېرې غوښتنې لرو.

٦. ځکه چې په ګډ ژوند کې مسوولیت منونکي نه يو.

۷. ځکه چې ځان غوښتونکي يو او د نورو حق نه منو.

۸. ځکه چې د کورنیو ستونزو حل کولو ته وخت نه لرو.

۹. ځکه چې ګډ ژوند په يوه خوښ او ونډه منونکي نه يو.

۱۰. ځکه چې بدلون نه منو او د حل نوې تګلارې نه کاروو.

۱۱. ځکه چې د کورنۍ وړې ستونزې له اندازې لويې ګڼو.

۱۲. ځکه چې نورې اړيکې لرو او په ژوند مو اغېز کړی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په کورنۍ کې دیکتاتوري مینځ ته راځي؟

۱. ځکه چې په کورنۍ کې یو نارینه یا یوه مېرمن لوی کوي.

۲. ځکه چې د نارینه او مېرمنو تر مینځ توپیرونه نه درک کوو.

۳. ځکه چې ډېرځله کورنۍ جنسي توپیري چلند ته لمن وهي.

٤. ځکه چې په ځینو افغان کورنیو کې یې فقر لامل ګرځېدلی.

۵. ځکه چې د کورنۍ ډېری غړي نالوستي یا لږ لوستي دي.

٦. ځکه چې د یو بل له حقونو خبر نه یو او مرسته نه کوو.

۷. ځکه چې د کورنۍ غړو په مینځ کې درناوی او مهر نشته.

۸. ځکه چې په دې هڅه کې یو تر څو یو بل مهار او مدیریت کړو.

۹. ځکه چې کېدای شي ارواپي ګډوډۍ لرو او درملنه یې نه کوو.

۱۰. ځکه چې د کورنۍ د غړو د مسوولیتونو وېش نه عملي کوو.

۱۱. ځکه چې ټولنه همداسې دیکتاتوره ده او موږ تري ځان نه ساتو.

۱۲. ځکه چې پر یو بل تور لګوو او په ریښتیني ډول غوږ نه نیسو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له خپل ګډ ژوند څخه خوابدي کېږو؟

۱. څکه چې بدلون ته په سمه توګه پام نه کوو.

۲. څکه چې غواړو د مجردانو په شان ژوند وکړو.

۳. څکه چې د ګډ ژوند ملګری د ځان مزدور ګڼو.

٤. څکه چې پر ځان باور مو ډېر راکښته شوی دی.

۵. څکه چې یو له بل سره مینه نه لرو او خوښ نه یو.

٦. څکه چې ټاکل شوې وه بل چا سره واده وکړو.

۷. څکه چې کله ناکله یو د بل اړتیاوې نه پوره کوو.

۸. څکه چې ډېر ځله خپل ظاهر ته پام نه نیسو.

۹. څکه چې پر خپل کار او چارو کې ډېر بوخت یو.

۱۰. څکه چې د نارینه او ښځو په اړه سم معلومات نه لرو.

۱۱. څکه چې له یو بل چا سره هم موازي اړیکه لرو.

۱۲. څکه چې ژوند کې د نورو ښکېلتیا ته اجازه ورکوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له کورنیو اقتصادي ستونزو مخنیوی نشو کولی؟

۱. ځکه چې مالیه او دولتي حسابونه پر خپل وخت نه ورکوو.

۲. ځکه چې خپل عواید او لګښتونه په غور سره نه حسابوو.

۳. ځکه چې خپل وسایل او توکي په سالمه توګه نه کاروو.

٤. ځکه چې خپله شتمني او پیسې نه ساتو او نه زېرمه کوو.

۵. ځکه چې ډېر ځله خپل پورونه په ټاکلي وخت نه پرې کوو.

٦. ځکه چې له کومې مهمې اړتیا پرته له خلکو پورونه اخلو.

۷. ځکه چې له خلکو نه خپل پورونه په ټاکلي وخت نه اخلو.

۸. ځکه چې د ځان ښودنې په موخه له اړتیا پرته لګښت کوو.

۹. ځکه چې د کورنیو توکو ته ژر ژر او بېځایه بدلون ورکوو.

۱۰. ځکه چې خپل کورني اضافي او بې ګټې توکي نه پلورو.

۱۱. ځکه چې په ډېر لګښت لرونکو غونډو کې کې ګډون کوو.

۱۲. ځکه چې لګښتونه د عوایدو او سپما پر بنسټ نه تنظیموو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له کورنیو ستونزو څخه مخنیوی نشو کولی؟

۱. څکه چې له کوره بهر چارو کې ډېر بوخت یو.

۲. څکه چې پر وخت د خپلو خپلوانو خبر نه اخلو.

۳. څکه چې کلیزې او ملي ورځې پر وخت نه نمانځو.

٤. څکه چې له بې ځایه اړیکو او لیدنو نه لاس نه اخلو.

٥. څکه چې وړې ستونزې په خپل وخت نه حل کوو.

٦. څکه چې نه خپله پوهیږو او نه له نورو مرسته غواړو.

۷. څکه چې د ګډ کورني ژوند په اړوند مطالعه نه کوو.

۸. څکه چې په کورنیو چارو او مسایلو کې ونډه نه اخلو.

۹. څکه چې پر وخت د کورنیو ستونزو مخه نه نیسو.

۱۰. څکه چې د کورنۍ لومړیتوبونه په غور سره نه څېړو.

۱۱. څکه چې د کورنیو ستونزو په اړوند مشوره نه اخلو.

۱۲. څکه چې ډېر څله له یو بله ډېرې او بېځایه غوښتنې لرو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کورني صميميت او مهربانۍ ته پام نه کوو؟

۱. ځکه چې ښايي د کورنۍ غړي مو اضطراب او وېره ولري.

۲. ځکه چې د خپلو کورنيو ستونزو حلولو ته پوره پام نه کوو.

۳. ځکه چې په ځير او پام سره خبرې، سوچ او چلند نه کوو.

٤. ځکه چې ښايي له خپلې مېرمنې او اولادونو سره مينه ونه لرو.

٥. ځکه چې د ګډ ژوند له ملګري او اولادونو سره مينه نه کوو.

٦. ځکه چې اقتصادي ستونزو ته مو بې کچې ارزښت ورکوو.

۷. ځکه چې متقابل درناوی نه لرو او يو له بل سره پرتلنه کوو.

۸. ځکه چې کله ناکله خپل ګډ ژوند ته ارزښت نه ورکوو.

۹. ځکه چې ښايي د خپلې کورنۍ بنسټ مو سم نه وي ايښی.

۱۰. ځکه چې د ګډ ژوند له ملګري سره هم فکره نه يو.

۱۱. ځکه چې ښايي د ژوند له ملګري سره سني توپير ډېر وي.

۱۲. ځکه چې کله ناکله د ماشومانو ډېرښت دا ستونزه راولاړوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مو له پرمختګونو سره سره کورنۍ نېکمرغه نه ده؟

۱. ځکه چې د کورنۍ ځینې غړي له ټاکلې کچې ډېر بوخت شوي دي.

۲. ځکه چې ځینې نارینه او مېرمنې د ګډ ژوند پر اصولو نه پوهیږي.

۳. ځکه چې کله ناکله زمونږ محرم مسایل او رازونه نورو ته رسیږي.

٤. ځکه چې کله کله زمونږ اصلي ټولنیزې اړیکې لږ او کم رنګه کېږي.

۵. ځکه چې ګډ کورنۍ ژوند مو ډېر زیاد په جنسي اړیکو راڅرخیږي.

٦. ځکه چې مادیاتو ته له معنویاتو او علم څخه ډېر زیاد ارزښت ورکوو.

۷. ځکه چې له پیله مو د واده معیارونو ته پوره ارزښت نه دی ورکړی.

۸. ځکه چې کورنیو مو اروایی امنیت او مسئونیت له لاسه ورکړی دی.

۹. ځکه چې ځینې خلک له وړاندې فردي ژوند او مجردۍ ته لېواله وي.

۱۰. ځکه چې ښایي د ځینو کورنیو له چوکاټه وتلې ازادي ډېره شوې وي.

۱۱. ځکه چې ببلابېلو ډولونو ته پام نه کوو او یو ډول مساوي ژوند لرو.

۱۲. ځکه چې د ټکنالوژیکي وسایلو څخه په سم ډول ګټه نه پورته کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کورنۍ غړي پر نشه‌يي توکو روږدي کېږي؟

۱. ځکه چې ډېرى د نشه يي توکو له زيانونو څخه خبر نه دي.

۲. ځکه چې ډېرى خلک نشه يي توکو ته په اسانۍ لاس رسى پيدا کوي.

۳. ځکه چې کورنۍ مو ګډې وډې، لړزانده او يا هم ديکتاتوره وي.

٤. ځکه چې ځوانان په دې ډول له ځان پېژندنې نه تېښته کوي.

۵. ځکه چې زمونږ د کورنيو نظم سالم، روغ او ډېر مثبت نه دى.

٦. ځکه چې زمونږ د کورنۍ د غړو پر ځان باور کم او تېټ دى.

۷. ځکه چې د کورنيو اړيکې کم زورې او يو ډول پرېکوونکې دي.

۸. ځکه چې کېداى شي د کورنۍ په غړو کې ژور خپګان وي.

۹. ځکه چې د کورنۍ د غړو تر مينځ اړيکې اصلي رنګ نه لري.

۱۰. ځکه چې زمونږ ډېرى ځوانان د ژوند له مهارتونو نه دي خبر.

۱۱. ځکه چې ډېر ځله والدين له اولادونو سره په هوښيارۍ چلند نه کوي.

۱۲. ځکه چې زمونږ د ځوانانو ملګرتياوې او اړيکې سالمې نه دي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په افغانستان کې روغې کورنۍ کمې دي؟

۱. ځکه چې د ځینو کورنیو مشران جسمي او ارواپی ګډوډۍ لري.

۲. ځکه چې د کورنۍ جوړېدو تګلاره له پیله ښه او روغه نه وي.

۳. ځکه چې ډېر ځله د اولاد روزنې لپاره له ریتنې نه کار اخلو.

٤. ځکه چې په افغانستان کې ډېری کورنۍ نالوستې او لوېې دي.

۵. ځکه چې زمونږ په هېواد کې ځوک روغه او سالمه کورنۍ نه پیژني.

٦. ځکه چې د کورنۍ د غړو ترمینځ دندې او مسوولیتونه څرګند نه دي.

۷. ځکه چې د مېرمنې او خاوند اړیکې اړتیاوو ته مو پوره پام نه کوو.

۸. ځکه چې د خاوند او مېرمنې د احساساتو تشولو لپاره ځای نشته.

۹. ځکه چې په ځینو افغان کورنیو کې وچ قوانین جوړ او عملي کیږي.

۱۰. ځکه چې ښایي بدې خبرې، بد چلند او ریتنه په کور کې عادي وي.

۱۱. ځکه چې د کورنۍ ډېری غړي له یو بل سره یوه خوله نه وي.

۱۲. ځکه چې په کورنیو کې قدرت غوښتنه، ځورونه او دیکتاتوري وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د خپلې کورنۍ رازونه نورو ته ونه وایو؟

۱. ځکه چې په یو ډول بې بنسټه او ناروغه ټولنه کې ژوند کوو.

۲. ځکه چې د شک او بې باورۍ د را منځته کېدو لامل ګرځي.

۳. ځکه چې هر څوک رازونه لري او موږ باید پکې ښکېل نشو.

٤. ځکه چې زموږ د ټولنیز کلتور له مخې ښایي د مرګ لامل شي.

۵. ځکه چې زموږ د شخصي او ګډ ژوند حریم ته لوی زیاد رسوي.

٦. ځکه چې د خاوند او میرمنې تر مینځ درناوی له مینځه وړي.

۷. ځکه چې د خلکو پر وړاندې زموږ ټولنیز محبوبیت ډېر ټیټوي.

۸. ځکه چې د شاوخوا ګاونډیانو او خپلوانو لپاره موضوع جوړیږو.

۹. ځکه چې کېدای شي نور یو بل ته د ژوند حقایق ونه ویلی شو.

۱۰. ځکه چې په دې نه پوهیږو چې ځینې رازونه باید هیڅاته ونه وایو.

۱۱. ځکه چې زموږ د کورنۍ او ګاونډیانو د ښکېلتیا لامل به وګرځي.

۱۲. ځکه چې رازونه یوازې اروا‌پوه، ډاکټر او وکیل ته ویل کیږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په کورنيو ستونزو کې رابښکېل کېږو؟

۱. ځکه چې ډېرې او ماشومانه غوښتنې او کړنې کوو.

۲. ځکه چې اوس هم ماشومانه ځانګړنې په ځان کې لرو.

۳. ځکه چې له خپل خاوند يا مېرمنې سره ډېر توپير لرو.

٤. ځکه چې مېرمنه، خاوند او کورنۍ مو نه درک کوو.

۵. ځکه چې ذهني او کاري امنيت نه لرو او په کار کې بوخت يو.

٦. ځکه چې د جنسي ژوند په اړه پوره مالومات نه لرو.

۷. ځکه چې خپل ګډ کورني ژوند ته منظم پروګرام نه لرو.

۸. ځکه چې له خاوند يا مېرمنې سره سيالي او تبعيض لرو.

۹. ځکه چې د خپل ګډ ژوند ملګرې له نورو سره پرتله کوو.

۱۰. ځکه چې ښايي مېرمنه يا خاوند کومه اروايي ګډوډي ولري.

۱۱. ځکه چې ښايي يو له زوجينو نه شخصيتي ګډوډي ولري.

۱۲. ځکه چې له واده وړاندې مو له اړواړوه سره مشوره نه ده کړې.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځپلې کورنۍ ستونزې نشو حل کولی؟

۱. ځکه چې د کورنیو ستونزو اصلي لامل مو نه دی پلټلی.

۲. ځکه چې له روغو او بېلابېلو حل لارو مو ګټه نه ده اخیستې.

۳. ځکه چې د بېلابېلو حل لارو او بدلون په اړه فکر نه کوو.

٤. ځکه چې د ځینو ساده ستونزو په ساده والي باندې باور نه لرو.

۵. ځکه چې په دې باور نه یو چې هره ستونزه څو حل لارې لري.

٦. ځکه چې د خپل خاوند یا مېرمنې احساسات نشو درک کولی.

۷. ځکه چې د ستونزو له منلو ځخه وړاندې پره پر نورو اچوو.

۸. ځکه چې د ستونزو د حل په موخه څېړنه او مطالعه نه کوو.

۹. ځکه چې کورنۍ او ګډ ژوند زموږ لپاره لومړیتوب نه لري.

۱۰. ځکه چې بېلابېلې حل لارې نه ارزوو او نه يې عملي کوو.

۱۱. ځکه چې له ستونزو ځخه تېښته کوو او یا هم ځان تېرباسو.

۱۲. ځکه چې د کورنۍ مشورې یو تکړه اړواپوه ته مراجعه نه کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کورنۍ یو ښه او هڅاند غړی نه یو؟

۱. ځکه چې موږ خپله یا مو کورنۍ پرمختګ غوښتونکې نه ده.

۲. ځکه چې پر لږو امکاناتو او وسایلو باندې بوخت شوي یو.

۳. ځکه چې د ژوند پر جزیاتو باندې غور او تمرکز نه کوو.

٤. ځکه چې ډېر ځله مو د کار کیفیت په یوه ښه او ډول نه ساتو.

٥. ځکه چې ډېر ځله د چا مشورو او خبرو ته غوږ نه نیسو.

٦. ځکه چې ډېر ځله موږ د خبرو ګوډې یو نه د عمل زامن.

۷. ځکه چې د خپلې تل پاتې ودې او پرختګ لپاره مطالعه نه کوو.

۸. ځکه چې تل له ځانه یو پوه او باهوښه زده کوونکی نه جوړوو.

۹. ځکه چې پخپله رشته کې تخصص او مهارت پسې نه ګرځو.

۱۰. ځکه چې د حل لارو عملي کول تر وروستیو شېبو نه ځاروو.

۱۱. ځکه چې ډېرځله د کاذب بریالیتوب احساس له ځان سره لرو.

۱۲. ځکه چې د کیفیت لوړولو په موخه پلان او پروګرام نه لرو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مینه ناک مور او پلار شو؟

۱. ځکه چې پرته له دې مو اولادونه سرغړونکي کېږي.
۲. ځکه چې له مینې او محبت سره زمونږ باور پیل کېږي.
۳. ځکه چې اولادونه به مو هم مینه او محبت زده کړي.
٤. ځکه چې اولادونه خوښ او خوشاله مور او پلار غواړي.
۵. ځکه چې د محبت په نشتوالي کې اولادونه ناروغه کېږي.
٦. ځکه چې مینه او محبت په کورنۍ کې یو مهم اصل دی.
۷. ځکه چې ډېرځله مو اولادونه خوښ او خوشاله کوي.
۸. ځکه چې کورنۍ اړیکې به مو مینه ناکې او ښې کړي.
۹. ځکه چې زمونږ د اولادونو تر مینځ باور لوړ او رغوي.
۱۰. ځکه چې اولاد به مو ځان بې ارزښته احساس نه کړي.
۱۱. ځکه چې مینه کول د کورنیو ستونزو د حل لامل ګرځي.
۱۲. ځکه چې اولاد ته مینه ورکول ښه روزنه بلل کېږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې زموږ کورنۍ اړیکې روغې نه دي؟

۱. ځکه چې غیبت او په نورو پسې خبرې کوو.

۲. ځکه چې د وینا لپاره اړین مهارتونو نه لرو.

۳. ځکه چې د خبرو بڼه مو نرمه او آرامه نه ده.

٤. ځکه چې مثبت، مهربان او مینه ناکه نه یو.

٥. ځکه چې تور لګولو او په خبرو پسې ګرځو.

٦. ځکه چې د مقابل لوري منفی چلند جدي نیسو.

۷. ځکه چې غرور او تاوتریخوالي ته لاس کوو.

۸. ځکه چې د ښو اړیکو مهارتونه مو نه دې زده.

۹. ځکه چې ریښتیني نه یو او ښښنه هم نه غواړو.

۱۰. ځکه چې ښښنه نه کوو او د نورو نېکۍ هېروو.

۱۱. ځکه چې د خپل بدن ژبه په نظر کې نشو ساتلی.

۱۲. ځکه چې د اړیکو د رغولو لپاره هڅه نه کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې خپلې کورنۍ ستونزې نشو پېژندلی؟

۱. ځکه چې له ستونزو سره مخ کېدل مهارت ته اړتیا لري.

۲. ځکه چې هېڅکله د کورنۍ اړواپوهنې کتابونه نه لولو.

۳. ځکه چې کورنۍ ته د یو ارزښتناک بنسټ په سترګه نه وګورو.

٤. ځکه چې په کورنۍ کې مو همکاري او مسوولیت منل نشته.

۵. ځکه چې ډېرځله مو ګډې کورنۍ اړیکې سمې نه دي ارزولې.

٦. ځکه چې د ګډ ژوند له ملګري سره مو اړیکې ښه نه دي.

۷. ځکه چې د یوبل همکارۍ، مشورو او باورونو ته پام نه کوو.

۸. ځکه چې لا هم خپلې چارې او مسوولیتونه سم نه ترسره کوو.

۹. ځکه چې د ستونزو پېژندلو په موخه هر اړخیزه هڅه نه کوو.

۱۰. ځکه چې ښایي په ژوند کې مو اختلاف یا ناسمه پوهېدنه وي.

۱۱. ځکه چې تل د پېژندلو پر ځای یو بل ته ناسمې خبرې کوو.

۱۲. ځکه چې په کورنۍ کې مو هوډ، ژمنتیا، باور او انصاف نشته.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مو اولادونه ځان له نورو سره پرتله کوي؟

۱. ځکه چې تل مو هغوی له نورو سره پرتله کړي دي.

۲. ځکه چې موږ له خپلې خوښې سره سم اولاد غواړو.

۳. ځکه چې په خپله مو خپل اولادونه همداسې روزلي.

٤. ځکه چې زموږ دود او رواجونه په همدې بڼه دي.

٥. ځکه چې دا نه منو چې انسانان یو له بل سره توپیر لري.

٦. ځکه چې د اولاد روزنې ښې لارې مو نه دي کارولې.

۷. ځکه چې تل مو قضاوت کړی؛ نه همغږي او ملاتړ.

۸. ځکه چې له خپلو اولادونو سره مو مرسته نه ده کړې.

۹. ځکه چې اولادونه مو د هغوی له ملګرو سره پرتله کړي.

۱۰. ځکه چې اولادونه مو د ټولنې په خوښه روزلي دي.

۱۱. ځکه چې تراوسه مو نه دي ورته ویلی چې دا کار مه کوه.

۱۲. ځکه اولاد ته مو نه دي ویلي چې پرتله ورته زیانمنه ده.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مو کورنۍ منظم پروګرامونه نه لري؟

۱. ځکه چې پلان جوړولو ته وخت او ارزښت نه ورکوي.

۲. ځکه چې ډېرى يې له ماشومتوبه همداسې عادت شوي.

۳. ځکه نه پوهيږو چې بې نظمي د ناسالم ژوند يوه نښه ده.

٤. ځکه چې مور خپلو ډېرو چارو ته نظم او پروګرام نه لرو.

٥. ځکه چې نه پوهيږو مور د خپلو اولادونو لپاره ببلګې يو.

٦. ځکه چې د نظم د ښه والي په اړوند پوره مالومات نه لرو.

۷. ځکه چې له وړکتونه تر پوهنتونه مو نظم نه دى لوستلى.

۸. ځکه چې د نظم او ترتيب په اړوند روزنه نه ده راکړل شوې.

۹. ځکه چې ژوند چې هر څنګه وي تېريږي، همدا يې راته ويلي.

۱۰. ځکه چې په دې نه پوهيږو چې نظم لرل د بريا لامل ګرځي.

۱۱. ځکه چې ډېرځله راته نظم او ترتيب مهم نه دى پېژندل شوى.

۱۲. ځکه چې په دې اړوند د کورنۍ په اړواړوهنه خبر نه يو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځینې کورنۍ خوښې او خوشاله نه دي؟

۱. ځکه چې د کورنۍ غړي پیسو ته ډېر ارزښت ورکوي.

۲. ځکه چې په افغانستان کې ډېرې کورنۍ، نالوستې دي.

۳. ځکه چې ځینې کورنۍ په ګډه سره خواړه نه خوري.

٤. ځکه چې د کورنۍ ډېرې غړي ډېر زیات بوخت دي.

۵. ځکه چې د خوښۍ په موخه په ګډه مېلې ته نه سره ځي.

٦. ځکه چې د کورنیو اړیکو جوړولو مهارتونه نه لري.

۷. ځکه چې له کچې ډېر په خواله رسنیو کې بوخت دي.

۸. ځکه چې ښایي د کورنۍ غړي ارواپي ګډوډۍ ولري.

۹. ځکه چې ښایي د کورنۍ د غړو تر مینځ درناوی نه وي.

۱۰. ځکه چې د کورنۍ غړي له یو بله ډېرې غوښتنې لري.

۱۱. ځکه چې د کورنیو ستونزو د حل په موخه خبرې نه کوو.

۱۲. ځکه چې د کورنۍ نېکمرغي راته لومړیتوب نه دی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مو کورنۍ ژوند نه خوښيږي؟

۱. ځکه چې زمونږ هېواد کې ودونه په زور او جبر کېږي.

۲. ځکه چې کله ناکله اوږدمهاله وېره او اضطرابونه لرو.

۳. ځکه چې ډېرځله لوړ فکر نه کوو او ځان کم احساسوو.

٤. ځکه چې ډېرځله کينه، بغض، حسادت او بخيلي لرو.

۵. ځکه چې خپل ګډ کورني ژوند ته منظم پروګرام نه لرو.

٦. ځکه چې ډېرځله بې نظمه يو او ذهن مو هم ګډوډ وي.

۷. ځکه چې له وړاندې د ګډ ژوند په اړوند مطالعه نه لرو.

۸. ځکه چې ډېرځله ژورخپګان لرو او ناهيلي شوی هم يو.

۹. ځکه هغه څه چې زمونږ د نېکمرغۍ لامل ګرځي نه څېړو.

۱۰. ځکه چې ډېرځله خپل ژوند له نورو خلکو سره پرتله کوو.

۱۱. ځکه چې په پخوانۍ او اوسنۍ کورنۍ کې تاوتريخوالی وي.

۱۲. ځکه چې ډېرځله مو په کورنۍ کې توپيري چلند کړی دی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځینې کورنۍ له کچې ډېرې غوښتنې کوي؟

۱. ځکه چې ځینې میندې او پلرونه خپل زامن مسوول ګڼي.
۲. ځکه چې ځینې میندې او پلرونه له وړاندې عادت شوي.
۳. ځکه چې ټول زامن د مور او پلار پر وړاندې مسوول ګڼي.
٤. ځکه چې موږ هم له مور او پلار څخه په خپل وخت غواړو.
٥. ځکه چې ځینې کورنۍ په دې باور دي چې اولاد مزدور دی.
٦. ځکه چې خور یا ورور مو د کورنۍ غوښتنې لوړې کړي.
۷. ځکه چې ډېرې میندې او پلرونه ځانګړې بوختیاوې نه لري.
۸. ځکه چې له هغه پیله مو خپلو اړیکو ته حدود نه دي ټاکلي.
۹. ځکه چې غوښتنه زموږ په ټولنه کې عادي مسئله بلل کېږي.
۱۰. ځکه چې ډېرې کورنۍ د دوو نسلونو توپیرونه نشي منلی.
۱۱. ځکه چې د کورنۍ ارواپوهنې متخصص سره مشوره نه کوو.
۱۲. ځکه چې ډېرې له موږ نه مغروره او نه اوږدونکې کورنۍ یو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ماشومانو پر وړاندې جنګ ونه کړو؟

۱. ځکه چې ماشومان د مور او پلار د هر کار پېښې کوي.
۲. ځکه چې ډېرځله ځان د دې جګړې لامل او دلیل ګڼي.
۳. ځکه چې په کورنۍ فضا باندې منفي اغېز شیندلی شي.
٤. ځکه چې مور او پلار ته د درناوي د کموالي لامل ګرځي.
۵. ځکه چې ښایي اولادونه له مور او پلار څخه لرې کړي.
٦. ځکه چې ماشومان ځان په دې شخړو کې ښکېل ګڼي.
۷. ځکه چې د ماشومانو د ارواپي ستونزو لامل ګرځي.
۸. ځکه چې ماشومان د دې شخړو د غځېدو وېره پیدا کوي.
۹. ځکه دا چې دوی څه نشي کولی، خواشیني کېږي.
۱۰. ځکه چې ښایي په اولاد کې د جنسي ښېلاریو لامل شي.
۱۱. ځکه چې جګړې د ماشومانو په اروا ډېر بد اغېز کوي.
۱۲. ځکه چې جګړه ډېرې اندېښنې او کرکې پیدا کولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې لږ اولادونه ولرو؟

۱. ځکه چې د اولادونو ساتل او روزل ګران شوي دي.

۲. ځکه چې د نن زمانې ډېرى اولادونه ستونزې جوړوي.

۳. ځکه چې ټولې هیلې او غوښتنې یې نشو پوره کولی.

٤. ځکه چې ژوند او ګډې اړیکې ډېرې پیچلې او ګرانې شوي دي

۵. ځکه چې د نن سبا انسانان له کچې ډېر بوخت شوي.

٦. ځکه چې لږ اولادونه په سمه توګه روزل کېدای شي.

۷. ځکه چې هغه کورنۍ چې شمېر یې لږ وي، روغې وي.

۸. ځکه چې ډېر ماشومان مور او پلار دواړو ته زیان رسوي.

۹. ځکه چې د اولادونو تر مینځ همغږي به راته آسانه شي.

۱۰. ځکه چې ارواپوهان بیاځلي د لږو ماشومان تینګار کوي.

۱۱. ځکه چې لږ ماشومان مو د ګډ کورني ژوند اړیکې رغوي.

۱۲. ځکه چې ډېر اولادونه په هر حال نه شو مدیریت کولی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کله کله په کورنۍ کې د نورو بې احترامي کېږي؟

۱. ځکه چې په دې اړوند ځانګړي ارزښتونه نه جوړوو.
۲. ځکه چې اولاد ته مو درناوی کول نه دي ور زده کړي.
۳. ځکه چې کله کله والدین هم یو بل ته درناوی نه کوي.
٤. ځکه چې ډېرځله موږ خپله هم په درناوي عمل نه کوو.
۵. ځکه چې په ښوونیزو مرکزونو کې پرې کار نه کېږي.
٦. ځکه چې موږ ته یوازې لویانو ته درناوی ښوول شوی.
۷. ځکه چې درناوی د مینې لامل دی او دا مو نه ده زده کړې.
۸. ځکه چې کورنۍ د بې احترامۍ په اړوند ناستې نه کوي.
۹. ځکه چې نه پوهېږو درناوی کول یوه ځانګړې اړتیا ده.
۱۰. ځکه چې د درناوي نشتون لوېې ستونزې راولاړولی شي.
۱۱. ځکه چې غوښتنې مو لوړې دي او ښه نه یو روزل شوي.
۱۲. ځکه چې د یو بل په چارو کې ډېرې ځله لاسوهنه کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني کورنۍ له خپلو نويو ځوانانو سره ستونزه لري؟

۱. ځکه چې د نسلونو تر مينځ حساسيت نشي درک کولی.
۲. ځکه چې د نويو ځوانانو له اروايي ځانګړنو خبر نه دي.
۳. ځکه چې سم او نورمال چلند يې ناسم او نا نورمال ګڼي.
٤. ځکه چې ښايي مور او پلار هم له يو بل سره ستونزه ولري.
٥. ځکه چې کورنۍ د ودې دا پړاو سم نشي تحليل او ارزولی.
٦. ځکه چې بوخته دي او د اولاد روزنې ته وخت نه ورکوي.
۷. ځکه چې د خپلو اولادونو اړتياوې او غوښتنې نه پوره کوي.
۸. ځکه چې ځيني کورنۍ تر اړينې کچې ډېره پيروي تړې کوي.
۹. ځکه چې کورنۍ له خپلو اولادونو سره سمي اړيکې نه لري.
۱۰. ځکه چې کله ناکله اولادونو ته دروغ وايي او دوکې ورکوي.
۱۱. ځکه چې د اولاد له ښوونکو څخه د مرستې غوښتنه نه کوي.
۱۲. ځکه چې له اولاد نه مو ډېرې زياتې او بېځايه غوښتنې کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په ځینو کورنیو کې طلاق رامینځ ته کېږي؟

۱. ځکه چې ډېرى کورنۍ یو له بل سره همغږي نه لري.
۲. ځکه چې ډېرځله ودونه په زور او جبر سره کېږي.
۳. ځکه چې د ګډ ژوند ملګري یو له بل سره خیانت کوي.
٤. ځکه چې تر مینځ یې سني توپیرونه بیخي ډېر وي.
٥. ځکه چې نور کسان یې په ژوند کې لاسوهنې کوي.
٦. ځکه چې د کوژدې له پیله یې یو بل ته دروغ ویلي.
۷. ځکه چې له شخصیتي اړخه یو له بل سره توپیر لري.
۸. ځکه چې ځینې نارینه او ښځینه جنسي ستونزې لري.
۹. ځکه چې د مقابل لوري په اړوند مطالعه نه کوي.
۱۰. ځکه چې د تل لپاره دعوا، کنټرول او یو بل څاري.
۱۱. ځکه چې خپل مینځې باور یې له مینځه تللی دی.
۱۲. ځکه چې د کورنۍ له اړواړوه مرسته نه غواړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کورنۍ له روزنیزو لارو څخه ګټه نه اخلي؟

۱. ځکه چې فکر کوي اولادونه به یې په خپله لوی شي.

۲. ځکه چې د روزنیزو لارو په اړوند مطالعه نه کوي.

۳. ځکه چې ښایي د کورنۍ لویان کافي لوستي نه وي.

٤. ځکه چې خپلې پخوانۍ لارې یې سمې نه دي ارزولې.

۵. ځکه چې په هېواد کې مو د ښوونې روزنې پوهان لږ دي.

٦. ځکه چې تراوسه یې مثبته ارزونه نه ده ترې کړې.

۷. ځکه چې ډېرې کورنۍ دې مسئلې ته پوره پام نه کوي.

۸. ځکه چې په دې اړوند زمونږ په مورنۍ ژبه کتابونه نشته.

۹. ځکه چې کله د کورنۍ لویان هم دې ته اجازه نه ورکوي.

۱۰. ځکه چې مونږ د مسلکي لارو په لټه کې هڅه نه ده کړې.

۱۱. ځکه چې نوې او علمي تګلارې کله کله سختې هم وي.

۱۲. ځکه چې په دې اړوند له متخصصانو مرسته نه غواړو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني کورنۍ حسادت او کينې ته اړ کېږي؟

۱. ځکه چې له ماشومتوبه په حسادت کې رالوی شوي.

۲. ځکه چې د کورنۍ غړي له يوه بل سره پرتله کوي.

۳. ځکه چې ډېرى کورنۍ د ټولنې په خوښه پر مخ ځي.

٤. ځکه چې تل د ټولنې له ناوړه قضاوت لاندې راغلي.

٥. ځکه چې مور تر ډېره د ځان په اړه مالومات نه لرو.

٦. ځکه چې د يوه په تېروتنه ټوله کورنۍ ملامته کېږي.

۷. ځکه چې د افغان ټولنې ډېرى کورنۍ نوښتګرې نه دي.

۸. ځکه چې دا نه ارزو چې ټولنه به کرکه را ځخه وکړي.

۹. ځکه چې کورنۍ نوښتګرو اولادو ته موقع نه ورکوي.

۱۰. ځکه چې دا چاره روغه او سالمه نه ده او بايد پوه شو.

۱۱. ځکه چې د حسادت او کينې زيانونه او پايلې نه ارزوو.

۱۲. ځکه چې تراوسه د دې دود پر وړاندې مبارزه نه کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کورنۍ یو ځای تفریح ته نه ځي؟

۱. ځکه چې ډېرې کورنۍ بوختې دي او وخت نه لري.

۲. ځکه چې ډېرې کورنۍ امنیتي ستونزې او ډار لري.

۳. ځکه چې فکر کوي تفریح کول د شتمنو خلکو کار دی.

٤. ځکه چې کورنیو ته تفریح د اولادونو بېلاري ښکاري.

٥. ځکه دا چې تفریح یوه اړتیا ده، په دې نه پوهېږي.

٦. ځکه چې ځینې کورنۍ تفریح یو بې ځاینه لګښت ګڼي.

۷. ځکه چې په کورنیو مراسمو او غونډو بسیاینه کوي.

۸. ځکه چې د تفریح او کار تر مینځ اندول ته پام نه کوي.

۹. ځکه چې نه پوهېږي چې تفریح اولادونه نوښتګر کوي.

۱۰. ځکه چې نه پوهیږي چې ژوند ته خوند او خوښي ورکوي.

۱۱. ځکه چې ډېرې کورنۍ همغږي او ځانګړی نظم نه لري.

۱۲. ځکه چې تفریح د ژوند یوه برخه ده او دا نه درک کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ماشوم زېږېدل د خوښۍ لامل ګرځي؟

۱. ځکه چې ټول به د هغه په پالنه باندې بوخت شي.

۲. ځکه چې ماشوم ټولو ته مثبته انرژي ورکولی شي.

۳. ځکه چې ځینې غواړي ډېر له ماشوم سره پاتې شي.

٤. ځکه چې ډېر غواړي ماشوم ته په سم ډول پام وشي.

۵. ځکه چې کورنۍ له ماشومانو سره ډېره مینه کوي.

٦. ځکه چې د مور او پلار تر مینځ اړیکې سمولی شي.

۷. ځکه چې له ماشوم سره اوسېدل یوه ښه خاطره ده.

۸. ځکه چې د ماشوم پیدایښت هوساینه او خوښي راوړي.

۹. ځکه چې د کورنۍ د غړو د کورنۍ کېدو لامل ګرځي.

۱۰. ځکه چې د ماشوم له امله به کورنۍ ته وخت ورکړو.

۱۱. ځکه چې زموږ ذهني فشار او ژورخپګان راکموي.

۱۲. ځکه چې په کورنۍ کې د طلاق او بېلتون کچه راټیټوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې زوی له واده وروسته خپلواک کړو؟

۱. څکه چې له بېلابېلو اړخونو څخه به خپلواکه شي.

۲. څکه چې زمږ زوی به یو مسوولیت منونکی شي.

۳. څکه چې دا د تل پاتې مینې ساتلو یوه ښه تګلاره ده.

٤. څکه چې مهرباني، درناوی او اړیکې به مو ښې شي.

۵. څکه چې په دې سره به د کورنۍ په قدر ښه پوهیږي.

٦. څکه چې په خپل مینځ کې د یو بل ارزښت راته ډیریږی.

۷. څکه چې مور او پلار ته به د لا ډېرې تفریح موقع ورشي.

۸. څکه چې په لویو کورنیو کې ژوند کول ډېر ګران وي.

۹. څکه چې په لویه کورنۍ کې ګډې مینې ته زیان رسوي.

۱۰. څکه چې دا باید درک کړو چې زامن مو خپلواکي غواړي.

۱۱. څکه چې دا مو زامنو ته ځینې مهارتونه ور زده کولی شي.

۱۲. څکه چې دې کړنې په نورو هېوادونو کې ښه پایله ورکړې.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مور او پلار د ماشوم په روزنه مخالفت ونه کړي؟

۱. ځکه چې که همغږي نه وي، ماشوم شک پرې کوي.
۲. ځکه چې د ماشوم په ذهن کې ناسم فکرونه پیدا کوي.
۳. ځکه چې له مور او پلار سره د ماشوم اړیکې خرابوي.
٤. ځکه چې د کورنۍ د تیټېدو او بې نظمۍ لامل ګرځي.
٥. ځکه چې د ماشومانو د اروایي ستونزو لامل ګرځي.
٦. ځکه چې مور او پلار د اولادونو لپاره یوه ښه بېلګه ده.
۷. ځکه چې په دې سره د اولادونو غوښتنې لوړوی شي.
۸. ځکه چې په دې سره بیا اولادونه منفي چلند زده کوي.
۹. ځکه چې د مور او پلار دا کار د اروا‌پوهنې خلاف دی.
۱۰. ځکه چې مور او پلار دا کار د بې باورۍ لامل ګرځي.
۱۱. ځکه چې په دې هکله د اروا‌پوه نظر ته غوږ نه نیسي.
۱۲. ځکه چې د ګډ ژوند او کورنۍ د ستړیا لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کورنۍ د نجونو زده کړو ته ارزښت ورکړي؟

۱. ځکه چې ((ښځه یا د کور ده یا د ګور)) غلط باور دی.

۲. ځکه چې ډېرې کورنۍ یې ننګوي او بې غیرتي یې ګڼي.

۳. ځکه چې هره نجلۍ یوه ورځ مور ده او باید ماهره وي.

٤. ځکه چې دې ته ارزښت ورکول د کورنیو مسوولیت دی.

۵. ځکه چې تحصیل کړې نجونې دوکه او فریب نه خوري.

٦. ځکه چې دا زده کړې دي چې نجونې به په خپلو پښو ودروي.

۷. ځکه چې په زده کړو سره به ناسم دودونه له مینځه لاړشي.

۸. ځکه چې د نجونو زده کړې د تاوتریخوالي کچه راکموي.

۹. ځکه چې نارینه هم د ښځو په زده کړو سره لږ خشم کوي.

۱۰. ځکه چې لوستې نجونې له خاوند سره ښه جوړجاړی کوي.

۱۱. ځکه چې کورنۍ باید پوه شي چې د ښځو وده د ټولنې وده ده.

۱۲. ځکه چې زده کړه په نارینه او ښځینه دواړو فرض شوې ده.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کله کله د کورنۍ له ناروغه غړو سره مرسته نه کوو؟

۱. ځکه چې فکر کوو په کور کې د ارواپي ناروغ درلودل عیب دی.

۲. ځکه چې کله خو د کورنۍ ناروغ غړی هم مرستې ته چمتو نه یې.

۳. ځکه چې نه پوهیږو د کورنۍ په ملاتړ مو ارواپي ستونزې حلیږي.

٤. ځکه چې نه پوهیږو په اصل کې په خپله مور ستونزې را پیدا کړي.

۵. ځکه چې د ځینو کورنیو د اړیکو بڼه د ستونزو په حل نه راڅرخي.

٦. ځکه چې ښایي مور هم ځیني ارواپي ستونزې ولرو، خو نه پوهیږو.

۷. ځکه چې نه پوهیږو ځیني ارواپي ګډوډۍ هم ساري او ګرځنده وي.

۸. ځکه چې کله کله وېرېږو په نا مسلکي عمل سره ستونزه لویه نه کړو.

۹. ځکه چې کله کله په کار او دنده کې له ټاکلې کچې ډېر بوخت یو.

۱۰. ځکه چې نه پوهیږو کورنۍ یوازینۍ ملاتړ او د ستونزو ارواپوه دی.

۱۱. ځکه چې نه پوهیږو د کورنۍ ملاتړ د انسان د بریالیتوب لامل دی.

۱۲. ځکه چې نه پوهیږو د کورنۍ غړي سره څنګه او څه مرسته وکړو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ډېرى کورنۍ نېږدې اړيکې نه لري؟

١. ځکه چې نه پوهيږي يو بل ته بايد پوره وخت ورکړي.

٢. ځکه چې نه پوهيږى نږدې اړيکې د ودې لامل ګرځي.

٣. ځکه چې نه پوهيږي نږدې اړيکې د ژوند يوه اړتيا ده.

٤. ځکه چې نه پوهيږي د کورنۍ غړي يې سره ملګري دي.

٥. ځکه چې نه پوهيږي نږدې اړيکې د نوښت لامل ګرځي.

٦. ځکه چې نه پوهيږي نږدې اړيکې د هوساينې لامل وي.

٧. ځکه چې نه پوهيږي ملګرتياوې اړيکې نورې هم ټينګوي.

٨. ځکه چې نه پوهيږي تر ټولو سره د راز ملګرې کورنۍ ده.

٩. ځکه چې نه پوهيږي د کورنۍ ملګرتياوې تل تر تله وي.

١٠. ځکه چې نه پوهيږي ډېرځله نه اړيکې ناروغۍ پيدا کوي.

١١. ځکه چې نه پوهيږي دا يې د خوښۍ او سکلا لامل ګرځي.

١٢. ځکه چې نه پوهيږي کورنۍ ملګرتيا کورنۍ ډېره خوښوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کورنۍ خپل غړي یوه نوي کار ته نه هڅوي؟

۱. ځکه چې ډېرې یې په بدلون او نوښت باور نه لري.
۲. ځکه چې ډېرې کورنۍ ریسک او خطر نه شي منلی.
۳. ځکه چې نه پوهیږي هره چاره یوه تېروتنه هم لري.
٤. ځکه چې د کورنۍ لویان یې خلاق او نوښتګر نه دي.
۵. ځکه چې نه پوهیږي دا کار یې د غړو نوښت خوري.
٦. ځکه چې نه پوهیږي په هر حال یې باید ملاتړ وکړي.
۷. ځکه چې ښایي د دې مسئلې له اغېزو سم خبر نه وي.
۸. ځکه چې نه پوهیږي دا یې د غړو د بریا لامل ګرځي.
۹. ځکه چې نه پوهیږي هر کله یې باید لاسنیوی وکړي.
۱۰. ځکه چې ډېرې کورنۍ یې په اولاد باندې باور نه لري.
۱۱. ځکه چې د کار او کار موندنې په اړه مالومات نه لري.
۱۲. ځکه چې مور او پلار او کورنۍ تلپاتې بوختیاوې لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني کورنۍ د نورو په مينځ کې نفاق اچوي؟

۱. ځکه چې ځيني کورنۍ کومه ځانګړې بوختيا نه لري.

۲. ځکه چې ډېرې کورنۍ مثبت پاله او سالم چلند نه لري.

۳. ځکه چې ډيرې يې په خپله وده هېڅ کوښښ نه کوي.

٤. ځکه چې نفاق اچول ورته عادي او عادت شوي وي.

۵. ځکه چې نه پوهيږي ځان ته لوی زيان رسولی شي.

٦. ځکه چې نه پوهيږي، کار يې آن د مرګ لامل ګرځي.

۷. ځکه چې نه پوهيږي کورنۍ په يوبل منلو بريا خپلوي.

۸. ځکه چې خپله د دوی ذهن ته زياد رسوي نه پوهيږي.

۹. ځکه چې نه پوهيږي کورنۍ به له يوبله و پاشل شي.

۱۰. ځکه چې دا کار يې د کور له لويانو څخه زده کړي دي.

۱۱. ځکه چې په هرارخيز ډول يې سمه روزنه نه ده شوې.

۱۲. ځکه چې د خپلو بريالو مخه يې نيسي، خو نه پوهيږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې افغان کورنۍ لږې نوښتګرې دي؟

۱. ځکه چې نالوستې دي او نوښت مالومات غواړي.

۲. ځکه چې د نوښت په اړوند ځانګړی فکر نه کوي.

۳. ځکه چې ښوونځي او پوهنتونونه ورته لږ پام کوي.

٤. ځکه چې بدلون نه مني او ډېری توپیري چلند کوي.

۵. ځکه چې د ټولنې په وده کې له ونډې نه خبر نه دي.

٦. ځکه چې نه پوهیږي ژوند ټول نوښت او خوند دی.

۷. ځکه چې نه پوهیږي نوښت په اړیکو کې سمون راولي.

۸. ځکه چې نه پوهیږي یوه بڼه یې ژوند کمرنګه کوي.

۹. ځکه چې ډېری بریالي ټولنې په نوښت پیاوړې شوي.

۱۰. ځکه چې نه پوهیږي نوښت وړوکی خو تلپاتې ګام دی.

۱۱. ځکه چې فکر کوي نوښت کول د هر چا کار نه دی.

۱۲. ځکه چې د نوښتګرۍ پروګرامونو ته لږ وخت ورکوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له کورنۍ څخه یو هوسا ځای جوړ کړو؟

۱. څکه چې کورنۍ د ټولنې یو ډېر مهم رکن دی.

۲. څکه چې کورنۍ د ټولنې د ودې لامل کېدی شي.

۳. څکه چې د ودې او پرمختګ یو مهم ځای دی.

٤. څکه چې له کورنۍ پرته خوښي ډېره سخته ده.

۵. څکه چې کورنۍ د متمدنه انسان یو ملاتړ دی.

٦. څکه چې خپلو اړتیاوو ته په سمه رسېدی شي.

۷. څکه چې له ارواپي ګډوډیو او روږدتیا مو ساتي.

۸. څکه چې ورځ تر بلې له خطر سره مخ شوې.

۹. څکه چې د کورنۍ په درلودلو به هوسا اوسو.

۱۰. څکه چې هوساینه په یوه ښه کورنۍ کې شته.

۱۱. څکه چې ستونزې په کورنۍ کې حلولی شو.

۱۲. څکه چې له جنسي ببلاریو څخه مخنیوی کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کورنۍ غړي یو بل ته بد رد وایي؟

۱. ځکه چې ښایي له یوه او بل سره کینه ولري.

۲. ځکه چې نه پوهیږي د یوه وده د ټولو وده ده.

۳. ځکه چې ښایي کومه ارواپي ستونزه به ولري.

٤. ځکه چې ښایي د کورنۍ غړي نه وي پوهېدلي.

۵. ځکه چې ښایي کورنۍ له یو بله سره پاشلي وي.

٦. ځکه چې نه پوهیږي هېڅاته بد ویل ښه نه دي.

۷. ځکه چې نه پوهیږي چې د لږوالي لامل ګرځي.

۸. ځکه چې د کورنۍ غړي یې ځان غوښتونکي دي.

۹. ځکه چې د کورنۍ غړي د یو بل درناوی نه کوي.

۱۰. ځکه چې کورني مینې ته سم ارزښت نه ورکوي.

۱۱. ځکه چې نه پوهیږي بد رد ویل ناسم عمل دی.

۱۲. ځکه چې عادت شوي او باید د ترک کوښښ وکړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کورنۍ غړي په لګښتونو کې ونډه نه اخلي؟

۱. ځکه چې ځيني کسان قرباني شخصيت لري.

۲. ځکه چې ځيني د مسوولیت منلو حس نه لري.

۳. ځکه چې د کورنۍ ځيني غړي تيار خواره وي.

٤. ځکه چې د کور لويان دا ستونزه نه حل کوي.

٥. ځکه چې يو يې ګټي سل يې څټي مودې شوي.

٦. ځکه چې د کور د لګښت په ويش عمل نه کوي.

۷. ځکه چې د کورنۍ ځيني غړي خپله عايد پټوي.

۸. ځکه چې په کور کې منطيقي بحث نه پرې کوي.

۹. ځکه چې فکر کوي نور به خبرې پسې وکړي.

۱۰. ځکه چې د کورنۍ لپاره يو منظم پلان نه لري.

۱۱. ځکه چې ځيني کورنۍ د حل پرځای نيوکې کوي.

۱۲. ځکه چې په کورنيو کې لويان توپيري چلند کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کورنۍ ځينې غړي ضد کوي؟

۱. ځکه چې غړي يې له يو بل څخه لويې غوښتنې کوي.
۲. ځکه چې په زده کړو او دريځونو کې يې توپير دی.
۳. ځکه چې د يو بل په شخصي چارو کې لاسوهنه کوي.
٤. ځکه چې کله ناکله د کور لويان ددې چلند لامل ګرځي.
٥. ځکه چې خپلې کورنۍ اړيکې په سمه نه درک کوي.
٦. ځکه چې خپلو کورنيو اړيکو ته ارزښت نه ورکوي.
۷. ځکه چې د کورنۍ د غړو تر مينځ مالي توپير کوي.
۸. ځکه چې د کورنۍ په معنوی ارزښت سم نه پوهيږي.
۹. ځکه چې ښايي د کورنۍ نوی غړی يې لامل شوی وي.
۱۰. ځکه چې ښه اورېدونکي نه دي او زغم هم نه لري.
۱۱. ځکه چې ډېر بې ځايه قضاوتونه او پرتلې سره کوي.
۱۲. ځکه چې په ځينو کورنيو کې ځانګړي ارزښتونه نشته.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني کسان له طلاق ورسته ګډ ژوند کوي؟

١. ځکه چې له قانون او حقوقو څخه پوره خبر نه وي.

٢. ځکه چې نه غواړي د کورنۍ غړي يې وپاشل شي.

٣. ځکه چې نه غواړي د ټولنې تر قضاوت لاندې راشي.

٤. ځکه ناوخته پوه شوي چې طلاق ورکول يې ناسم وو.

٥. ځکه چې ځيني اولادونه بانه کوي او نه شي بېلېدلی.

٦. ځکه چې له وړاندې يې د زيانونو په اړه نه وو لوستي.

٧. ځکه چې ترلي (وابسته) دي او بېلتون نه شي زغملی.

٨. ځکه چې فکر کوي ښايي يوه ورځ دا هرڅه جبران شي.

٩. ځکه چې پوهيږي اولادونو ته يې ستونزې راټوکيږي.

١٠. ځکه چې مالي ستونزې لري او په ځان بسيا نه دي.

١١. ځکه چې ځيني د زړه سوي له امله سره يوځای دی.

١٢. ځکه چې له ګاونډيانو، ټولنې او ملګرو څخه شرميږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني له طلاق وروسته هم ګډ ژوند ادامه ورکوي؟

١. ځکه چې ښايي له قانون او حقوقي مواردو ښه خبر نه وي.
٢. ځکه چې نه غواړي خپله کورنۍ تر پوښتنو لاندې راولي.
٣. ځکه چې نه غواړي د ټولنې تر ناسم قضاوت لاندې راشي.
٤. ځکه چې وروسته پوهېږي، چې پرېکړه يې ناسمه شوې.
٥. ځکه چې ځيني اولاد پلمه کوي او نشي کولی سره ببل شي.
٦. ځکه چې د طلاق د زيانونو په اړوند وړاندې مطالعه نه کوي.
٧. ځکه چې ټرلي (وابسته) دي او جدايي (ببلتون) نشي زغملی.
٨. ځکه چې فکر کوي ښايي يوه ورځ به دا هر څه جبران کړي.
٩. ځکه چې نه پوهېږي اولادونو ته يې ستونزې راټوکولی شي.
١٠. ځکه چې مالي ستونزې لري يا پر ځان باورته نه دي رسېدلي.
١١. ځکه چې ښايي يو ځای والی به له هر څه سم او غوره ګڼي.
١٢. ځکه چې نه پوهېږي په خپله وغواړي قانوني واده هم وکړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کورنۍ د اولادونو ترمینځ توپیر کوي؟

۱. ځکه چې د کورنۍ ځینې غړي ارواپي او عاطفي ستونزې لري.
۲. ځکه چې مېرمنې د نارینه وو په پرتله د اولاد ودې ته ځیر وي.
۳. ځکه چې له بده مرغه دا چاره په ټولنه کې په معیار بدله شوې.
٤. ځکه چې دا دود دی هر هغه څوک چې کار وکړي امتیاز اخلي.
٥. ځکه چې پخوا یې له مور او پلار سره هم توپیري چلند شوی دی.
٦. ځکه چې د مشر او کشر اولاد ترمینځ توپیر مو د ټولنې دود دی.
۷. ځکه چې خلک مو هڅوي تر څو د اولاد ترمینځ توپیر وکړو.
۸. ځکه چې اولادونو ته مو لوی زیان رسولی شي، خو نه پوهېږو.
۹. ځکه چې کله کله خو اولادونه هم توپیري چلند ته لار هواروي.
۱۰. ځکه چې د دې کار په غیر قانوني والي سم نه یو خبر او پوه.
۱۱. ځکه چې نه پوهېږي چې دا چاره یې د سترو زیانونو لامل شوې.
۱۲. ځکه چې ډېرې د روغو میندو او پلرونو له ونډې نه دي خبر.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې سياسي مسايل کور ته را نه وړو؟

۱. ځکه چې ښايي زموږ کورنيو اړيکو ته هم سياسي بڼه ورکړي.

۲. ځکه چې په سياسي مسايلو کې همغږي کېدل ناشونې چاره ده.

۳. ځکه چې په ډېرې کورنيو کې د ناخوالو او ناندريو لامل ګرځي.

٤. ځکه چې سياسي مسايل مو په کورني ژوند باندې منفي اغېز کوي.

۵. ځکه چې سياسي مسايل او ګوند بازۍ د بې اتفاقۍ لامل ګرځي.

٦. ځکه چې سياست او کورنۍ دوه بېل بنسټونه او مسوولیتونه دي.

۷. ځکه چې موږ ډېر سياست ځپلي يو او بايد کورنۍ ته يې رانه وړو.

۸. ځکه چې سياست په کور کې د کينې او توپيري چلند لامل ګرځي.

۹. ځکه چې د کورنۍ اصلي دندې، وندې او چارې له پامه غورځي.

۱۰. ځکه چې کورنۍ د ژوند تر ټولو مهمه برخه ده او بايد خوندي وي.

۱۱. ځکه چې زموږ په ټولنه کې سياست شخړه جوړول پېژندل شوي.

۱۲. ځکه چې د سياسي مسايلو حل زموږ په کورنۍ پورې اړه نه لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د اولاد تر مینځ پر یوبل منلو ټینګار وکړو؟

۱. ځکه چې په دې کار سره به یوه سالمه او روغه کورنۍ ولرو.

۲. ځکه چې د اولادونو تر مینځ د لا ډېرې مینې لامل کېدای شي.

۳. ځکه چې له یو بل سره ژوند کوو او نشو کولی یو بل ونه منو.

٤. ځکه چې له ارواپي اړخه مو ټوله کورنۍ خوندي ساتلی شي.

٥. ځکه چې کورنۍ پر یوبل منلو سره بریالیتوب ته رسېدی شي.

٦. ځکه چې له ارواپي اړخه زموږ کورنۍ او ټولنه رغولی شي.

۷. ځکه چې کورنۍ او ټولنې ته مو ډېره وده او پرمختګ ورکوي.

۸. ځکه چې په کورنیو کې مو د تاوتریخوالي کچه کمولی شي.

۹. ځکه چې د اولاد ترمینځ مو د مینې او خواخوږۍ لامل ګرځي.

۱۰. ځکه چې د شک او ناسمې پوهېدنې کچه به ډېره راکمه کړي.

۱۱. ځکه چې وروسته د اولادونو ورځنی ژوند او هوساینه رغوي.

۱۲. ځکه چې یو بل منل مو د ښوونې او روزنې یوه روغه لاره ده.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کورنۍ فضا مینه لاکه کړو؟

۱. ځکه چې د کورنۍ د غړو ترمینځ مو روغ مهارتونه وده کوي.

۲. ځکه چې د کورنۍ د غړو ترمینځ د زغم او همغږۍ لامل ګرځي.

۳. ځکه چې مینه او محبت مو ورځنی ژوند نور هم رغولی شي.

٤. ځکه چې له پخوا مو مشرانو ویلي وو چې: مینه له مینې پیدا کیږي.

۵. ځکه چې مینه د عاطفي ستونزو د حل یوازینی راز او کیلي ده.

٦. ځکه چې د پیاوړو او هوډمنو خلکو مینځ ته راتګ لامل ګرځي.

۷. ځکه چې په یو بل باوري کیږو او له امله یې خواخوږي کوو.

۸. ځکه چې د کورنۍ په غړو باندې مو بې باوري له منځه وړي.

۹. ځکه چې مرسته کوي د ټولنې وګړي پر یو بل کلک باور وکړي.

۱۰. ځکه چې له کورنۍ څخه بهر اړیکو ته مو هم وده ورکوی شي.

۱۱. ځکه چې مرسته کوي، د کورنۍ غړي خپلې موخې ترلاسه کړي.

۱۲. ځکه چې مینه او محبت مو مثبت هیجانونه نور هم ډېرولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې او د څه لپاره کورنۍ ماشومان ولري؟

۱. ځکه چې د ځینو کسانو د واده موخه همدا ماشوم دی.

۲. ځکه چې اولادونه په کورنۍ کې صمیمیت راټوکوي.

۳. ځکه چې هر انسان اولاد لرلو ته یوه فطري تنده لري.

٤. ځکه چې د کورنیو بیولوژیکي روغتیا ته لویه ګټه ده.

۵. ځکه چې د ژوند غځېدو ته لویه انګېزه پیدا کولی شي.

٦. ځکه چې د کورنۍ له وړتیا او مقاومت سره مرسته کوي.

۷. ځکه چې د کورنۍ د غړو تر مینځ مسوولیت منل ډېروي.

۸. ځکه چې د ګاونډیانو او ملګرو له پوښتنو سره مخ کیږي.

۹. ځکه چې په کور کې آرامه او هوسا فضا رامنځته کوي.

۱۰. ځکه چې د خاوند او میرمنې پام یو بل ته ډېروی شي.

۱۱. ځکه چې اولاد لرل مو د کورنیو د هوساینې لامل ګرځي.

۱۲. ځکه چې د ارواپوهانو له نظره د کورنیو د بقا لامل دی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په افغان کورنیو کې له ښځو سره سلا مشوره نه کېږي؟

۱. ځکه چې ټولنه نارینه پلوې او د مېرمنو په ځیرکتیا باور نه لري.

۲. ځکه چې مېرمنې عاطفي چلند کوي او دا د نارینه وو فکر بدلوي.

۳. ځکه چې فکر کوي مېرمنې د کور کار او اولاد روزلو لپاره وي.

٤. ځکه چې کله خو د ښځو ترمینځ تعصب د ډېرو ستونزو لامل دی.

٥. ځکه چې ځینې مېرمنې ډېرې پیاوړې، ځېرونکې او پلټونکې دي.

٦. ځکه چې د ښځو د حقارت احساس، نارینه خپلې پایلې ته رسوي.

۷. ځکه چې ځینې د ژوند مهارتونو، ودې او نمو ته ښه پام نه کوي.

۸. ځکه چې د خپلې ودې مسلم حق اخیستو لپاره یې هڅه نه ده کړې.

۹. ځکه چې کله کله دوی هم ښې پرېکړې نه کوي او ځان ګوښه کوي.

۱۰. ځکه چې ځینې ښځې کینه او حسادت کوي چې زیان ورته اړوي.

۱۱. ځکه چې مېرمنې لږ راز ساتي او په پرېکړو کې عاطفي چلند کوي.

۱۲. ځکه چې خاوند او مېرمنه باید د یو بل ملاتړ وکړي، خو نه پوهیږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په کور کې یوازې نارینه پرېکړې کوي؟

۱. ځکه چې زمونږ ټولنه کې دا حق نارینه ته ځانګړی شوی.
۲. ځکه چې ښایي ځینې نارینه ښې او منطقي پرېکړې کوي.
۳. ځکه چې ډېر ځله ډېرې مېرمنې په نارینه وو تکیه کوي.
٤. ځکه چې له اوله همدا ورته زده شوي چې پرېکړه وکړي.
۵. ځکه چې نارینه په مدیریتي چارو کې تر ښځو بریالي وي.
٦. ځکه چې نارینه ډېر ځله په نوښت او خلاقیتونو فکر کوي.
۷. ځکه چې نارینه تنګ نظره او مېرمنو ته وخت نه ورکوي.
۸. ځکه چې نارینه د واک او ځواک غوښتې په فکر کې وي.
۹. ځکه چې نارینه په لږه کچه احساساتي پرېکړې کوی شي.
۱۰. ځکه چې ډېرې یې په ځان باوري او ښې پرېکړې هم کوي.
۱۱. ځکه چې د نارینه وو ډېرې پرېکړې د شواهدو له مخې وي.
۱۲. ځکه چې زمونږ د کلتور له مخې باید نارینه پرېکړه وکړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په کورنۍ کې د یو بل نظر ته درناوی وشي؟

۱. ځکه چې د کورنۍ د غړو ترمینځ د مینې او محبت لامل ګرځي.
۲. ځکه چې د کورنۍ د غړو تر مینځ اعتماد او باور رغولی شي.
۳. ځکه چې د کورنۍ د غړو اند، هوښ او فکر نور هم وده کوي.
٤. ځکه چې د کورنۍ د غړو تر مینځ اړیکې ډېرې پیاوړې کېږي.
٥. ځکه چې د کورنۍ غړو سره مرسته کوي خو ستونزې ووایي.
٦. ځکه چې د نورو درناوی یو تر ټولو ارزښتناک لومړیتوب دی.
۷. ځکه چې په کورنۍ پورې د زړه تړلو یو لوی لامل کېدی شي.
۸. ځکه چې په دې کار سره مو کورنۍ خپل غړي ښه روزلی شي.
۹. ځکه چې د کورنۍ د غړو تر مینځ باورونه نور هم لوړولی شي.
۱۰. ځکه چې د کورنۍ غړي په ځان یې بیخي ډېر باوري کولی شي.
۱۱. ځکه چې د کورنۍ د غړو تر مینځ روغتیا او نوښت ډېروی شي.
۱۲. ځکه چې د کورنۍ د غړو تر مینځ د زغم او منلو روحیه ډېروي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په کور کې مشرانو ته درناوی وکړو؟

۱. ځکه چې د کورنیو مشران مو زموږ لپاره ښې ښلګې وي.

۲. ځکه چې درناوی په کورنۍ کې مینه او محبت ډېروي شي.

۳. ځکه چې په کورنۍ کې د یو بل ونډه او اړتیاوې درک کوي.

٤. ځکه چې د کورنۍ د خوښۍ او ارواپي روغتیا لامل ګرځي.

۵. ځکه چې مشران مو هر ځای زموږ ښه ملاتړی کوی شي.

٦. ځکه چې په دې سره له هغوی څخه ډېر څه زده کولی شو.

۷. ځکه چې مرسته کوي مشران هم موږ ته ښه غوږ ونیسي.

۸. ځکه چې د کورنۍ ماشومانو ته به ناز او مینه ورکړل شي.

۹. ځکه چې په کورنۍ کې د امن او هوساینې حس پیدا کوي.

۱۰. ځکه چې د مشرانو درناوی پر کشرانو د شفقت لامل ګرځي.

۱۱. ځکه چې هره کورنۍ او ټولنه خپلو مشرانو ته اړتیاوې لري.

۱۲. ځکه چې د لویانو تر سیوري لاندې به پرمختګ شونی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کورنۍ وروستۍ پرېکړې مشران کوي؟

۱. ځکه چې دا چاره د علم په پرتله ډېره کلتوري بڼه لري.
۲. ځکه چې ډېری ځوانان احساساتي او ژر پرېکړې کوي.
۳. ځکه چې ځینې لویان ښه او هوښیار ځوانان هم نه مني.
٤. ځکه چې ځوانان په کورنۍ کې خپلې وړتیاوې نه ښیي.
۵. ځکه چې نورې پرېکړې په کور کې تاوتریخوالی ډېروي.
٦. ځکه چې کله کله زمونږ لپاره ښې ښېلګې ګرځېدلی شي.
۷. ځکه چې ناخبره مو دا کړنه په ذهن کې منل شوې ده.
۸. ځکه چې ډېری مشران او لویان مو ښه اورېدونکي دي.
۹. ځکه چې ډېری ځوانان خپل نظرونه په سمه نشي ویلی.
۱۰. ځکه چې ډېری لویانو له وړاندې ښې پرېکړې کړې دي.
۱۱. ځکه چې له بده مرغه ځینې لویان دیکتاتوري هم کوي.
۱۲. ځکه چې ډېری فکر کوو چې د مشرانو پرېکړې ښې وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځينې کورنۍ خپلو زامنو ته ډېر ارزښت ورکوي؟

۱. ځکه چې له پخوا د يوه نيمګړي کلتور په توګه پاتې شوې دي.
۲. ځکه چې زمور په ټولنه کې ډېرى نارينه ښې دندې او ملاتړ لري.
۳. ځکه چې نجونې کورنيو دندو او ښو زده کړو ته نه دي پرېښي.
٤. ځکه چې له نورو نه يې زده کوي او په دې کار لاس پورې کوي.
۵. ځکه چې ډېرځله کورنۍ خپلې نجونې د ټولنيزو ستونزو لامل ګڼي.
٦. ځکه چې کورنۍ نه پوهيږي چې نجونې هم مينې ته لويه اړتيا لري.
۷. ځکه چې د ورونو او خويندو ترمينځ د کرکې يو لوى لامل ګرځي.
۸. ځکه چې کورنۍ له خپلو اصلي موخو او دندو څخه لرې کولى شي.
۹. ځکه چې دا کړنه د جنسيتي توپيرونو او ستونزو لامل کېدى شي.
۱۰. ځکه چې د کورنيو دا چاره په انساني کرامت پښې اېښودل دي.
۱۱. ځکه چې دا چاره د نجونو د عاطفي ودې د مخنيوي لامل ګرځي.
۱۲. ځکه چې ډېرى کورنۍ نالوستې دي او پوره پوهاوي ته اړتيا لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په کورنيو کې مشر اولاد ته ډېر ارزښت ورکول کيږي؟

۱. ځکه چې له کوم علمي او منطقي اړخ پرته يو کلتور ګرځېدلی.
۲. ځکه چې خويندې او ورونه، مشران د مور او پلار په ځای ګڼي.
۳. ځکه چې ځينې کورنۍ تر اوسه هم دوديز او پخوانی فکر لري
٤. ځکه چې لويانو ته ارزښت ورکول د انسانانو يوه ځانګړنه ده.
۵. ځکه چې مور او پلار نه پوهېږي چې ټول اولادونه مساوي حق لري.
٦. ځکه چې ډېر ځله مشر اولاد د مور او پلار خبرو ته غوږ نيسي.
۷. ځکه چې مشران اولادونه د کورنۍ مسوولیتونه په غاړه اخلي.
۸. ځکه چې اولادونه مو درناوي، مينې او ارزښت ته اړتيا لري.
۹. ځکه چې مشر اولاد ډېر ځله له مور او پلار سره ښه اړيکې لري.
۱۰. ځکه چې مشران اولادونه له بدني او روايي اړخه پياوړي وي.
۱۱. ځکه چې مشران او کشران اولادونه بايد يو ډول ارزښتمن شي.
۱۲. ځکه چې نه پوهېږو په دې کار سره مشران هم قرباني کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کورنۍ د ټولنې د یو ارزښتناک اصل په توګه ومنو؟

۱. ځکه چې کورنۍ د ټولنې لومړنی او پیاوړی بنسټ جوړوي.

۲. ځکه چې په کورنۍ کې بدلونونه ښایي ټولنې ته بدلون ورکړي.

۳. ځکه چې د ټولنې غړو ته روزنه په کور کې ورکول کیږي.

٤. ځکه چې پرمختللې ټولنې د کورنۍ پر نظم ډېر ټینګار کوي.

۵. ځکه چې نه پوهیږو له کورنۍ پرته هېڅ ځای ته نه شو رسېدی.

٦. ځکه چې له کورنۍ پرته خپلو اوږدمهاله موخو ته نه شو رسېدی.

۷. ځکه چې مفسدې کورنۍ له فساد ډکې ټولنې رامینځ ته کوی شي.

۸. ځکه چې هر ځل انقلابونه او بدلون له کورنیو څخه پیل کیږي.

۹. ځکه چې دا چاره زموږ له ټولنیز کېدو سره ډېره مرسته کوي.

۱۰. ځکه چې کورنۍ ته له ارزښت پرته هېڅ پرېکړه نه شو کولی.

۱۱. ځکه چې روغه کورنۍ د ټولنې لپاره لویه اروایي درملنه وي.

۱۲. ځکه چې انسان له کورنۍ وروسته خوندي ټولنې ته اړتیا لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کورنۍ د خپلو غړو له ملاتړ پرته نشي بریالۍ کېدای؟

۱. ځکه چې د کورنۍ هر غړی یوه د اړتیا وړ دنده سرته رسوي.

۲. ځکه چې کورنۍ یوه جزیي ټولګه ده او د کل پیروي کوی شي.

۳. ځکه چې کورنۍ له ژمنې او یووالی پرته نشي کولی بریالۍ وي.

٤. ځکه چې د روغو کورنیو یوه ځانګړنه له یوبله ملاتړ کول دي.

۵. ځکه چې یو پخوانی متل لرو چې، په یوه ګل نه پسرلی کیږي.

٦. ځکه چې کورنۍ د خپلو غړو په وده کې ښه ونډه لوبولی شي.

۷. ځکه چې د جز په سمې ودې سره ټولګه هم بریالۍ کېدی شي.

۸. ځکه چې کورنۍ نظام د یو واحد نظام په توګه مطرح کیږي.

۹. ځکه چې د یوه غړي اغېزمنتیا هم په کورنۍ مثبته اغېزه کوي.

۱۰. ځکه چې ډېری کورنیو د خپلو غړو له امله ماتې خوړلې دي.

۱۱. ځکه چې زموږ د ژوند ښه او ټولنیز جوړښت همداسې دی.

۱۲. ځکه چې د کورنۍ ملاتړ په ژوند کې د بریالیتوب اصل دی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کورنۍ د یو بل خصوصي حریم مات نه کړي؟

۱. ځکه چې په ماتېدو یې د غړو ترمینځ درناوی له مینځه تلی شي.
۲. ځکه چې هر څوک له خپلې کورنۍ نه بېل شخصي ژوند لري.
۳. ځکه چې د کورنۍ د خصوصي حریم ساتل د مینې ساتل وي.
٤. ځکه چې د کورنۍ د غړو تر مینځ د باور رغولو لامل ګرځي.
٥. ځکه چې په دې کار سره کورنۍ ته د ارزښت احساس ورکوو.
٦. ځکه چې په دې سره مو کورنۍ ته لا ډېره خوشالي ورکولی شو.
۷. ځکه چې که یې مات کړو د خپلې کورنۍ باور له لاسه ورکوو.
۸. ځکه چې د کورنۍ د غړو د بېلتون لرې والي یو لامل ګڼل کېږي.
۹. ځکه چې کورنۍ ته د ملګري او ملاتړي فکر ورکولو لامل ګرځي.
۱۰. ځکه چې هر فرد خصوصي حریم لری او دا د هماغه کس حق دی.
۱۱. ځکه چې د خصوصي حریمونو ماتول د انسانانو ماتې ګڼل کېږي.
۱۲. ځکه چې د نړۍ د پرمختللو هېوادونو د ودې یو راز همدا ګڼل کېږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کورنۍ ډېر ځله زموږ په پرېکړو کې لاسوهنې کوي؟

۱. ځکه چې د ژوند له همدې بڼې سره عادت شوي یو.
۲. ځکه چې کورنۍ زموږ په اړه خپل ځان مسوول ګڼي.
۳. ځکه چې مور او پلار تل موږ ته همدا زده کړه راکوي.
٤. ځکه چې نه پوهېږو له یو بله د لرېوالي لامل ګرځي.
۵. ځکه چې خپل مسوولیتونه بڼه په غاړه نشو اخیستلی.
٦. ځکه چې کله زموږ چلند هم د دې لامل ګرځېدلی شي.
۷. ځکه چې موږ هم له خپلو حقونو څخه دفاع نه شو کولی.
۸. ځکه چې پر وړاندې یې آن خبرې هم نشو کولی.
۹. ځکه چې ځینې کورنۍ شیطاني او منفي ځانګړنې لري.
۱۰. ځکه چې د کورنۍ هر غړی خپل مسوولیت نه پېژني.
۱۱. ځکه چې د کورنۍ غړي له بل سره تړلي (وابسته) دي.
۱۲. ځکه چې د کورنیو ستونزو په اړه پوره مطالعه نه کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کورنۍ ته لومړیتوب ورکړو؟

۱. ځکه چې زموږ د ژوند لپاره یوازینی خوندي ځای دی.

۲. ځکه چې زموږ د ملاتړ یوازینی او ریښتینی بنسټ دی.

۳. ځکه چې ځینې کورنۍ بې کاره او بې مسوولیته شوي.

٤. ځکه چې یوازې په کورنۍ کې مو هیلې پوره کیږي.

٥. ځکه چې له همغږۍ او مرستې پرته وده نشي کولی.

٦. ځکه چې په کورنۍ کې له هر ځای څخه ښه ځلېدلی شو.

۷. ځکه چې په ټولنه کې د روغو بدلونونو لامل کورنۍ ده.

۸. ځکه چې د کورنۍ غړي مو د اروایي روغتیا لامل دي.

۹. ځکه چې ډېر ځله بریالۍ کورنۍ له یوبل سره ژوند کوي.

۱۰. ځکه چې خویندې او وروڼه د یو بل تر څنګ خوشحاله وي.

۱۱. ځکه چې په سترګو وینو دا چاره په ټولنه کې هېره شوې.

۱۲. ځکه چې ډېرې افغانې ټولنې له کورنۍ کړکېچ سره مخ دي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځینې کورنۍ ښه مالي مدیریت نه لري؟

۱. ځکه چې ځینې کورنۍ نظم او راتلونکی کورنۍ پلان نه لري.

۲. ځکه چې د پیسو له مدیریت نه د پیسو ګټل ورته ارزښت لري.

۳. ځکه چې دا زمونږ د ټولنې یو دود دی چې، یو یې ګټي او سل یې څټي.

٤. ځکه چې ډېرو زیار هېر کړی او حسادت ته لومړیتوب ورکوي.

۵. ځکه چې له ځینې نورو کورنیو سره یې سیالي پیل کړې دي.

٦. ځکه چې نه پوهېږو مالي مدیریت د روغو کورنیو یو مهارت دی.

۷. ځکه چې زمونږ په ټولنه کې ناسم او ناوړه دودونه ډېر شوي دي.

۸. ځکه چې له لومړیو څخه مالي مدیریت نه دی راته ښودل شوی.

۹. ځکه چې نه پوهېږو د مالي مدیریت نشتوالی ستونزې پیدا کوي.

۱۰. ځکه چې نه پوهېږو مالي مدیریت او ارواپي هوساینه اړیکه لري.

۱۱. ځکه چې خپل لګښت مو د خپلو عوایدو اړوند نه دی برابر کړی.

۱۲. ځکه چې فکر کوو مالي مدیریت عیب، بې ننګي او بې غیرتي ده.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مور او پلار د خپل اولاد لپاره هر څه چمتو نه کړي؟

۱. ځکه چې د هر څه چمتو کول يې د اولادونو د نوښت مخه نيولی شي.
۲. ځکه چې په داسې روزنې سره به د نورو حريم ته لږ درناوی وکړي.
۳. ځکه چې د هر څه په چمتو کولو سره د اولادونو تمې ډېرې لوړيږي.
٤. ځکه چې د هر څه په چمتو کولو به د مالکيت احساس له لاسه ورکړي.
٥. ځکه چې له هر څه به ګټه اخلي خو هېڅ کار ته به يې لاس نه ورځي.
٦. ځکه چې په مور او پلار پورې به اوږدمهاله وابسته او ټرلي پاتې شي.
۷. ځکه چې مور او پلار به هم په اولادونو پورې وابسته او ټرلې وده وکړي.
۸. ځکه چې درس، زده کړو او د ژوند نورو چارو ته به لږ پاملرنه وکړي.
۹. ځکه چې دا مورد به زمونږ د اولادونو اړيکو ته هم لوی زيان واړوي.
۱۰. ځکه چې زمونږ اولادونه به نازولي، په ځان مين او يا د حقارت حس پيدا کړي.
۱۱. ځکه چې په راتلونکې به مو اولاد له ريښتيا سره جوړجاړی ونه کړي
۱۲. ځکه چې نه پوهېږو اولاد ته د هرځه چمتو کول د روزنې لاره نه ده.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د اولاد په روزنه کې د کورنۍ پر ارزښت ټینګار وکړو؟

۱. ځکه چې په راتلونکي کې به دوی په خپله هم کورنۍ جوړوي.

۲. ځکه چې د ماشومتوب ارزښتونه تر ډېرو په ذهن کې پاتې وي.

۳. ځکه چې د یو ارزښت بنسټیز کول اړینې روزنې ته اړتیا لري.

٤. ځکه چې د ارزښت نه لرل کورنۍ له ستونزو سره مخ کوی شي.

٥. ځکه چې اولادونه باید خپل مسوولیتونه ډېر ښه درک او وپېژني.

٦. ځکه چې دا د انسان د ژوند له ارزښتناکه ماموریتونو څخه وي.

۷. ځکه چې مرسته کوي اولاد خپل ځان د کورنۍ غړی حس کړي.

۸. ځکه چې مرسته کوي اولادونه خپلې کورنۍ ته ژمن پاتې شي.

۹. ځکه چې ماشومان فعاله او خپلې راتلونکې ته چمتو کولی شي.

۱۰. ځکه چې داسې روزنه د روغو کورنیو او ټولنو اړتیا ګڼل کېږي.

۱۱. ځکه چې یاده چاره موږ ته مینه، درناوی او پاملرنه را زده کوي.

۱۲. ځکه چې کورنۍ د پرمختللو بشري ټولنو لومړنۍ ښښه ګڼل کېږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کورنۍ غړي دروغ ونه وايي؟

۱. ځکه چې د ژوند اندول مو له کړکېچ سره مخ کوي.

۲. ځکه چې اولادونه مو له اروايي اړخه ناروغه کوي.

۳. ځکه چې له نورو کسانو سره مو اړيکې خراب کړي.

٤. ځکه چې د کورنۍ د غړو د ډار لامل ګرځېدلی شي.

٥. ځکه چې يوه کورنۍ به له بلې کورنۍ سره دښمنه شي.

٦. ځکه چې دروغ د ځان د حقارت د احساس لامل ګرځي.

۷. ځکه چې دروغ مو ټولو باورونو ته سخت زيان اړوي.

۸. ځکه چې ميندې او پلرونه د نورو لپاره لويه نمونه وي.

۹. ځکه چې دروغ مو د نوښت وړتيا له مينځه وړلی شي.

۱۰. ځکه چې دروغ مو له کورنۍ سره مينه کمولی شي.

۱۱. ځکه چې کورنۍ د مينې تر سيوري لاندې وده کوي.

۱۲. ځکه چې د کورنۍ لويان د ماشومانو لپاره بېلګې دي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کورنۍ ځینې غړي په ځان ډېر مینېږي؟

۱. ځکه چې دا ګډوډي يې له ماشومتوبه ځان سره لرله.
۲. ځکه چې په کورنۍ کې ورته پوره پاملرنه نه کېږي.
۳. ځکه چې کورنۍ له يوبل سره مثبتې اړيکې نه لري.
٤. ځکه چې کورنيو ته يې اولادونه لومړيتوب نه لري.
٥. ځکه چې ښايي کورنۍ به يې اروايي ستونزې لري.
٦. ځکه چې په کورنيو کې يو بل ته وخت نه ورکول کېږي.
۷. ځکه چې په ځان مينېدل اروايي ګډوډي نه بلل کېږي.
۸. ځکه چې د دې ګډوډۍ حل لارو ته پوره پام نه کوو.
۹. ځکه چې د کورنۍ له غړو څخه مو مرسته نه غواړو.
۱۰. ځکه چې د روغې روزنې له لارو څخه ګټه نه اخلي.
۱۱. ځکه چې د ستونزو حلولو لپاره منظم پروګرام نه لرو.
۱۲. ځکه چې له اروا‌پوهانو څخه مو مرسته نه ده غوښتې.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني کورنۍ د کورنۍ ښځينه غړي شاته پريږدي؟

۱. ځکه چې نه پوهيږي لوستې مېرمنې د کورنۍ د ودې ستر لامل دی.

۲. ځکه چې کله کله په خپله مېرمنې هم د خپل وروسته والي لامل وي.

۳. ځکه چې نه پوهيږو مېرمنې د کورنۍ او ټولنې نيمه برخه جوړوي.

٤. ځکه چې مېرمنې خپله هم ځان کم ګڼي او په ځان باور يې لږ دی.

۵. ځکه چې کله ناکله کورنۍ تاوتريخوالی او ناخوالې ددې لامل ګرځي.

٦. ځکه چې کېدای شي مېرمنې بيولوژيکي ستونزې يا کوم عيب ولري.

۷. ځکه ډېر ځله مېرمنې چوپې پاتې کيږي او خپل حق نه شي غوښتلی.

۸. ځکه چې ډېری کورنۍ نه پوهيږي د کور نظم د ښځې په لاس کې دی.

۹. ځکه چې ډېری کسان فکر کوي ښځه ځانګړې وندې او اغېز نه لري.

۱۰. ځکه چې ډېری ښځې تر پوښتنې لاندې راتلل نه غواړي او شاته ځي.

۱۱. ځکه چې نارينه نه پوهيږي په دې کار سره خپله هم شاته پاتې کيږي.

۱۲. ځکه چې د کورنۍ اروايي روغتيا په برابرښت او يوبل منلو کې ده.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په ځینو کورنیو کې نارینه وو ته ډېر درناوی کیږي؟

۱. ځکه چې ډېری نارینه ښې دندې، عواید او پیسې لري.
۲. ځکه چې د کورنۍ مدیریت نارینه وو ته ورکړل شوی.
۳. ځکه چې نه پوهېږو د کورنۍ هر غړی باید ومنل شي.
٤. ځکه چې ډېری کسان یې له ارواپي اغېزو خبر نه دي.
٥. ځکه چې نارینه د واکمنۍ او ځواکونو غوښتونکي وي.
٦. ځکه چې نه پوهېږو نارینه وو ته درناوی لومړیتوب دی.
۷. ځکه چې ډېری نارینه خپل ځانونه د کورنۍ مسوول ګڼي.
۸. ځکه چې دغه چاره اوس په یوه دود او کلتور بدله شوې ده.
۹. ځکه چې نارینه په کورنۍ کې ارواپي سکون راوستی شي.
۱۰. ځکه چې په ټولنه کې نارینه له جنسیتي اړخه پیاوړي دي.
۱۱. ځکه چې د کورنۍ روغتیا به نارینه وو درول شوې ده.
۱۲. ځکه چې نه پوهېږو نارینه او مېرمن برابر درناوی غواړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په کورنۍ کې د مور او پلار تر مینځ مینه ارزښت لري؟

۱. ځکه چې په اولادونو کې مو د ارواپي روغتیا لامل ګرځي.
۲. ځکه چې د خاوند او میرمنې خپل مینځي باور ډېرولی شي.
۳. ځکه چې د خاوند او میرمنې تر مینځ درک او مینه ډېروي.
٤. ځکه چې لامل کیږي یو ښه، سمه او سالمه کورنۍ ولرو.
٥. ځکه چې د اولادونو د لا ښې ودې او پرمختګ لامل ګرځي.
٦. ځکه چې اولادونه به مو روغې اړیکې جوړې او زده کړي.
۷. ځکه چې د رویدتیا، وابسته ګي او ژورخپګان مخه نیسي.
۸. ځکه چې په اولادونو کې مو د نوښت ځواک پیاوړې کوي.
۹. ځکه چې مرسته کوي د کورنۍ غړي یو بل ته نږدې شي.
۱۰. ځکه چې مینه مو د کورنۍ د غړو د ذهني ودې لامل ګرځي.
۱۱. ځکه چې په اولادونو کې مو د هوساینې احساس پیدا کوي.
۱۲. ځکه چې زموږ د کورنۍ ژوند د دوام او غځېدو لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کورنۍ د غړو ترمینځ درناوی پیدا کړو؟

۱. ځکه چې درناوی د کورنۍ د غړو ترمینځ باور ډېروي.

۲. ځکه چې هر روغ انسان د خپل ځان درناوی خوښوي.

۳. ځکه چې د کورنۍ د غړو پر ځان باور هم ډېرولی شي.

٤. ځکه چې مرسته کوي یو بل ته په ښه توګه غوږ ونیسو.

۵. ځکه چې د کورنۍ د غړو د پوره ودې لامل ګرځېدلی شي.

٦. ځکه چې درناوی د کورنۍ د غړو ترمینځ مینه پیدا کوي.

۷. ځکه چې درناوی زموږ د کورنۍ یو دودیز ارزښت دی.

۸. ځکه چې درناوی د کورنۍ د غړو اروا ته ګټه لرلی شي.

۹. ځکه چې ټول انسانان یو بل درناوی نه لرل ښه کړنه نه ګڼي.

۱۰. ځکه چې درناوی د ژمنتیا، اندول او مهرباني لامل ګرځي.

۱۱. ځکه چې د درناوي نه لرل د کینې او ځورېدو لامل ګرځي.

۱۲. ځکه چې درناوی لرل د انسانانو یوه لویه اړتیا ګڼل کېږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مو د کورنۍ مدیریت ته زیان رسیږي؟

۱. ځکه چې د کورنۍ غړي مو یو بل ته ژمن نه دي.

۲. ځکه چې د کورنۍ غړي یوبل ته وخت نه ورکوي.

۳. ځکه چې په کور کې لوی او کوچینی نه دی مالوم.

٤. ځکه چې مور او پلار مو هم یو د بل درناوی نه کوي.

۵. ځکه چې کورنۍ ته مو سم قوانین نه دي جوړ کړي.

٦. ځکه چې کېدای شي کورنۍ مو برخې برخې وي.

۷. ځکه چې د کورنۍ د غړو تر مینځ یو بل منل نشته.

۸. ځکه چې خاوند او میرمنه یو بل ته غوږ نه نیسي.

۹. ځکه چې کورنۍ ته لومړیتوب ورکول مو نه دي زده.

۱۰. ځکه چې په ټولنه کې کورنۍ ته ارزښت نه ورکوي.

۱۱. ځکه چې د کورنۍ د غړو موخې له یوبل سره اړیکه نه لري.

۱۲. ځکه چې په دې اړوند له ارواپوه مرسته نه غواړو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کورنۍ مسوولیت منونکي غړي شو؟

۱. ځکه چې مسوولیت منل د کورنۍ هر غړي وده ورکوي.

۲. ځکه چې نه غواړو د کورنۍ بې مسوولیته غړي پاتې شو.

۳. ځکه چې په مسوولیت منلو د انسان د نوښت قوه لوړیږي.

٤. ځکه چې مسوولیت منل د کورنۍ د غړو مینه ډېرولی شي.

۵. ځکه چې مسوولیت منل موږ له راتلونکو سرګردانیو ساتي.

٦. ځکه چې په مسوولیت منلو مو تېروتنې له مینځه تللی شي.

۷. ځکه چې له ارواپي اړخه هر روغ انسان مسوولیت مني.

۸. ځکه چې مسوولیت منونکي وګړي لاسته راوړنې لري.

۹. ځکه چې مرسته کوي کورنۍ ژوند راته لومړیتوب شي.

۱۰. ځکه چې د کورنۍ د لا ډېرې ودې لامل ګرځېدلی شي.

۱۱. ځکه چې مسوولیت منل د ګډ ژوند له اصولو څخه یو وي.

۱۲. ځکه چې پرته له دې نه به ارواپي ستونزې راته پیدا شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په کورنۍ کې پرله پسې مراتب پلي شي؟

۱. ځکه چې د کورنۍ په یووالي کې ونډه لري.

۲. ځکه چې دا مو د کورنۍ یوه مهمه اړتیا ده.

۳. ځکه چې په کورنیو کې د ژمنتیا لامل ګرځي.

٤. ځکه چې په کورنۍ کې د درناوي پیدا کوي.

٥. ځکه چې په کورنۍ کې د نظم لامل ګرځي.

٦. ځکه چې د هر چا مسوولیت ځانګړی کېږي.

۷. ځکه چې د کورنۍ اړیکې مو رغولی شي.

۸. ځکه چې د ټولو حقونو ته د پاملرنې کېږي.

۹. ځکه چې ټولنه له فساد نه خلاصون مومي.

۱۰. ځکه چې په کورنۍ کې د باور لامل کېږي.

۱۱. ځکه چې د کورنۍ اړوایي روغتیا تضمینوي.

۱۲. ځکه چې دا د روغو کورنیو یو اصل دی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په کورنۍ کې روږدو کسانو ته ډېره پاملرنه وشي؟

۱. ځکه چې له روږدتیا نه د خلاصون لپاره ښه مرسته کوي.

۲. ځکه چې په روږدو کسانو کې د ارواپي روغتیا پیدا کوي.

۳. ځکه چې مقابل لوری به مو په خپلو وعدو ژمن پاتې شي.

٤. ځکه چې له دې پرته ښایي روږدي جنایت ته مخه کړي.

۵. ځکه چې روږدی نشي کولی له خپل ځان نه ساتنه وکړي.

٦. ځکه چې روږدي کسان پیاوړو ملاتړ کوونکو ته اړتیا لري.

۷. ځکه چې روږدي کسان ډېرځله په ځان پوره باور نه لري.

۸. ځکه چې روږدي په خپلو پروګرامونو کې نورو ته اړ دي.

۹. ځکه چې ښه ملګري نه لري او ښایي روږدتیا یې سخته شي.

۱۰. ځکه چې په ټولنه کې د لا نور فساد ځخه مخنیوی کوی شي.

۱۱. ځکه چې روږدو ته پاملرنه د درملنې له بهیر سره مرسته کوي.

۱۲. ځکه چې کله کله همدا نه پاملرنه د بیا روږدتیا لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کورنۍ له غړو سره خواخوږي وکړو؟

۱. ځکه چې خواخوږي د کورنۍ د غړو اړیکې پیاوړې کوي.
۲. ځکه چې خواخوږي په کورنیو کې مینه پیدا کولی شي.
۳. ځکه چې په دواړو لورو کې درک او پېژندګلوي لوړوي شي.
٤. ځکه چې د کورنۍ د غړو ترمینځ د مسوولیت احساس ډېروي.
٥. ځکه چې په خواخوږۍ به یوبل سره نږدي اړیکې جوړ کړي.
٦. ځکه چې له یوازیتوب نه به خلاص شي او مینه به پیدا کړي.
۷. ځکه چې پر یو بل باور، هوډ او ژمنتیا له کچې ډېره لوړوي.
۸. ځکه چې د اروایي ګډوډیو، ژور خپګان او وېرې کچه کموي.
۹. ځکه چې د کورنۍ غړي وده کوي او ښې دندې موندلی شي.
۱۰. ځکه چې په کورنۍ او ټولنه کې د خیانت او دروغو کچه ټیټوي.
۱۱. ځکه چې مرسته کوي کورنۍ لږ په نورو پورې (وابسته) شي.
۱۲. ځکه چې د کورنۍ د غړو د هراړخیزې هوساینې لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کورنۍ غړي د ملګرو په څېر ژوند وکړي؟

۱. ځکه چې ملګرتیا د ژوند له غوره اړیکو څخه ده.

۲. ځکه چې له ملګري سره مو رازونه شریکولی شو.

۳. ځکه چې له ملګري سره په هوساینه خبري کولی شو.

٤. ځکه چې په دې سره مو کورني نېکمرغه کولی شو.

۵. ځکه چې ملګرتیا د یوې روغې کورنۍ اړتیا ده.

٦. ځکه چې انسانان له خپلو ملګرو سره خوښ وي.

۷. ځکه چې زموږ اړیکې لا نورې هم پیاوړې کوي.

۸. ځکه چې په کورنۍ کې د تاوتریخوالي مخه نیسي.

۹. ځکه چې په موږ کې د لا ډېرې ژمنتیا لامل ګرځي.

۱۰. ځکه چې د اولاد د لاسه ورکولو څخه مخنیوی کوي.

۱۱. ځکه چې په کورنۍ کې د مینې او محبت لامل ګرځي.

۱۲. ځکه چې د انسانانو له ډېرو لویو لېوالتیاوو څخه ده.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کورنۍ ځینې غړي له کچې ډېره قربانۍ ورکوي؟

۱. ځکه چې د ځان او ځان سمبالولو په ارزښت نه پوهيږي.

۲. ځکه چې فکر کوي دې کار ته اړ او مجبور شوي دي.

۳. ځکه چې عادت شوي او په اسانه يې نه شي پرېښودلی.

٤. ځکه چې نه پوهيږي ځيني قربانۍ هم يوه اندازه لري.

٥. ځکه چې خپل مشران يې د هغوی سمې بېلګې نه وې.

٦. ځکه چې کله کله کورنۍ هم همداسې لوړې تمې لري.

۷. ځکه چې له ماشومتوبه موروپلار دې کار ته هڅولي.

۸. ځکه چې ښايي مشر يا ورته ويل شوي قرباني ورکړه.

۹. ځکه چې نه پوهيږي قرباني يې کورنۍ ته زيان اړوي.

۱۰. ځکه چې ښايي د کورنۍ نور غړي بې مسوولیته لوی شوي وي.

۱۱. ځکه چې ښايي يادکس اندېښنه، خواشيني او وېره ولري.

۱۲. ځکه چې ځيني د پرېکړې او ستونزو حلولو مهارت نه لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په کورنۍ کې خوښي سره ووېشو؟

۱. ځکه چې د کورنۍ مینې او محبت ډېرېدو لامل ګرځي.

۲. ځکه چې زمور مثبت هیجانونه له کچې څخه ډېروي.

۳. ځکه چې زمور ټولنیزو اړیکو ته ښه وده ورکولی شي.

٤. ځکه چې مور له ارواپي او بدني ګډوډیو نه لرې کوي.

۵. ځکه چې په مور کې د ذهني فشار کچه راکښته کوي.

٦. ځکه چې د کورنۍ د غړو خپل مینځي باور ډېر لوړوي.

۷. ځکه چې د کورنۍ د غړو یوبل سره خبرو لامل ګرځي.

۸. ځکه چې په کورنۍ کې د نوښت راوستو لامل کېدای شي.

۹. ځکه چې د خوښیو وېشل مو کورنۍ بریالۍ او رغوي.

۱۰. ځکه چې له روغتیا، هوساینې او ښکلا سره مرسته کوي.

۱۱. ځکه چې د خاوند او میرمنې په جنسي اړیکو ښه اغېز کوي.

۱۲. ځکه چې د کورنۍ ستونزې حلوي او روغ بدلونونه راولي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په کورنۍ کې د ماشومانو نظر ته پاملرنه وکړو؟

۱. ځکه چې د خپل کار له نازکوالي او زیانونو څخه بې خبره دي.
۲. ځکه چې نه پوهیږو د ماشوم روغتیا له کړکیچ سره مخ کوي.
۳. ځکه چې د ماشوم د ودې له حساسیت او ارزښت سره بلد نه دي.
٤. ځکه چې نه پوهیږي د ماشوم په ځان باور ډېر راکمولی شي.
٥. ځکه چې نه پوهیږي په ماشوم کې د اروایي ستونزو لامل ګرځي.
٦. ځکه چې مرسته کوي ماشوم عاطفي لرېوالی احساس نه کړي.
۷. ځکه چې نه پوهیږو د پوښتنې کولو روحیې ته یې وده ورکوي.
۸. ځکه چې نه پوهیږو دا چاره یې نوښت او انرژۍ له منځه وړي.
۹. ځکه چې فکر کوي ماشومان یې له نظر څرګندولو سره بلد نه دي.
۱۰. ځکه چې نه پوهیږو په دې سره ماشوم خپل ځان سپک او کم ګڼي.
۱۱. ځکه چې نه پوهیږي دا چاره یې د باور جوړولو لامل هم ګرځي.
۱۲. ځکه چې د ماشومانو له ځانګړنو پوره مالومات او خبرتیا نه لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځينې کسان له کورنۍ نه ستړي او لرې کېږي؟

۱. ځکه چې مور او پلار ورځخه بې ځايه او بېخي ډېرې تمې کوي.
۲. ځکه چې کورنۍ د هغوی عاطفي اړتياوې نه شي پوره کولی.
۳. ځکه چې د کورنۍ غړي له يو او بل سره کينه او سيالي کوي.
٤. ځکه چې په کورنۍ کې د اولاد ترمينځ عدالت او برابري نشته.
٥. ځکه چې په ځينو کورنيو کې ګواښل، رټل او ځارل شتون لري.
٦. ځکه چې ځينې کسان بدلونونه او له کچې ډېره آزادي غواړي.
۷. ځکه چې کورنۍ يې روغه نه ده او خبرو ته يې غوږ نه نيسي.
۸. ځکه چې کله کله د کورنۍ د غړو او اولاد شمېر بېخي ډېرېږي.
۹. ځکه چې د کورنۍ غړي په کار او ټولنيزو شبکو کې بوخت دي.
۱۰. ځکه چې د کورنۍ د غړو تر مينځ درناوی، مينه او هڅونه نشته.
۱۱. ځکه چې ځينې کورنۍ هېڅکله هم په ژوند کې بدلونونه نه مني.
۱۲. ځکه چې له خپلې کورنۍ ځخه د لرېوالي او ستړيا لامل ګرځی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په کور کې د کورنۍ غړي وهڅوو؟

۱. ځکه چې د سالمو انسانانو له روغو اړتياوو څخه يوه ده.

۲. ځکه چې د مقابل لوري پر ځان باور ډېر زيات لوړوي.

۳. ځکه چې مرسته کوي په کار او زده کړو کې بريالي شو.

٤. ځکه چې د ټولنې او کورنۍ له پرمختګ سره مرسته کوي.

٥. ځکه چې زموږ ګډ کورني ژوند ته نوره هم ښکلا ورکوي.

٦. ځکه چې د مور او پلار د ژوند ښه کېدلو يو لامل همدا دی.

۷. ځکه چې د کورنۍ غړي مهربان، نوښتګر او مثبت کېږي.

۸. ځکه چې مرسته کوي خلک له ارواييِ ستونزو خلاص شي.

۹. ځکه چې مرسته کوي خواخوږي او له ځانه ډېر خبر شو.

۱۰. ځکه چې زموږ په ټولنيزه وده او مينه کې مرسته کولی شي.

۱۱. ځکه چې د ناروغه او ناسالمو اړيکو د راکمېدو لامل ګرځي.

۱۲. ځکه چې هڅونه د کورنۍ روزنې يو ارزښتناک اصل دی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کورنۍ هېوادنۍ مینه یو اصل وګڼي؟

۱. ځکه چې د کورنۍ د غړو ترمینځ پیاوړې ژمنتیا پیدا کوي.
۲. ځکه چې له منفي سیالیو او توپیري چلند ځخه مخنیوی کوي.
۳. ځکه چې زموږ په ټراو او ځان پېژندنه کې ښه مرسته کوي.
٤. ځکه چې په ژوند کې مثبته او مینه ناکه روحیه راکولی شي.
٥. ځکه چې د هېواد د قوانینو په پلي کولو کې مرسته راسره کوي.
٦. ځکه چې مرسته کوي موږ له معنوي اړخه ډېره وده وکړو.
۷. ځکه چې انسانان سوله پال، یو او بل منونکي او مهربانه روزي.
۸. ځکه چې له بېلابېلو ټولنیزو ستونزو ځخه به خلاصون پیدا کړو.
۹. ځکه چې د نژادي، قومي، ژبنې او مذهبي مخالفتونو مخه نیسي.
۱۰. ځکه چې د نظام، ملي او کلتوري ارزښتونو د ساتنې سره مرسته کوي.
۱۱. ځکه چې زموږ د ټولنې د وګړو د نوښتګرۍ کچه ښساري لوړوي.
۱۲. ځکه چې د پلټنې، نوښتګرۍ او مالکیت احساس مو پیاوړی کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کورنۍ غړو ته نظم او ترتیب ور زده کړو؟

۱. ځکه چې نظم په کورنۍ کې د ثبات او امن لامل کیږي.

۲. ځکه چې د کورنۍ د غړو په ژوند د ثبات لامل ګرځي.

۳. ځکه چې په کورنۍ کې به مو اصول او قوانین پلي شي.

٤. ځکه چې نظم له اندېښنو او وېرې څخه مخنیوی کوي.

۵. ځکه چې زموږ د اولادونو د روغې روزنې لامل ګرځي.

٦. ځکه چې په کورنۍ کې مو خوښي رامینځ ته کولی شي

۷. ځکه چې د کورنۍ د غړو د اروایي ستونزو مخه نیسي.

۸. ځکه چې زموږ کورنۍ د رڼا او روښنایۍ پر لور بیایي.

۹. ځکه چې بریالۍ ټولنې پر نظم او برابرښت ولاړې دي.

۱۰. ځکه چې مرسته کوي په کورنۍ کې مو ژمنتیا ډېره شي.

۱۱. ځکه چې د کورنۍ د غړو ترمینځ مینه او محبت ډېروي.

۱۲. ځکه چې د نظم همدا زده کړه سبا ټولنې ته هم لېږدیږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په کورنۍ کې کارونه په مساوي ډول ووېشل شي؟

۱. ځکه چې مور ته د لا ډېرو فعالیتونو وړتیا رابښي.
۲. ځکه چې له کورنۍ سره زمور د ژمنتیا لامل ګرځي.
۳. ځکه چې د کورنۍ غړو ته اړینه هوساینه ورکوي.
٤. ځکه چې په کورنۍ کې صمیمت ته لاره هواروي.
۵. ځکه چې له قربانۍ او بد احساس څخه مخنیوی کوي.
٦. ځکه چې د خلکو تر مینځ انډول او برابرۍ پیدا کوي.
۷. ځکه چې د وګړو تر مینځ د کار کولو حوصله لوړوي.
۸. ځکه چې اړیکې مو ثابتې او په یوه حال پاتې کېږي.
۹. ځکه چې مرسته کوي چارې مو سمې پر مخ ولاړې شي.
۱۰. ځکه چې مرسته کوي خلک د مسوولیت احساس وکړي.
۱۱. ځکه چې له تاوتریخوالي او ناسم چلند مخنیوي کوي.
۱۲. ځکه چې د عمري او اوږدمهاله خوښ ژوند لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني کورنۍ ماشومې کېږي؟

۱. ځکه چې تل په مور او پلار پورې وابسته پاتې شوي دي.

۲. ځکه چې تل ورته د نورو خلکو خبرو ارزښت درلوده.

۳. ځکه چې ډېرو يې له عاطفي اړخه سمه وده نه ده کړې.

٤. ځکه چې د ژوند بڼه يې ماشومانه وه او اوس به هم وي.

٥. ځکه چې ځيني کورنۍ نالوستې دي يا هم لږ پوهيږي.

٦. ځکه چې د کورنۍ غړي يو بل سره ښه اړيکې نه لري.

۷. ځکه چې پخوا ورځخه له کچې ډېره پيروي شوې ده.

۸. ځکه چې د کورنۍ پر وده او ارزښت يې کار نه دی کړی.

۹. ځکه چې ټولنيز اړيکې يې شلېدونکې او ناروغه شوي دي.

۱۰. ځکه چې د کورنۍ هر غړی ځان غوښتنه او ټولواکي کوي.

۱۱. ځکه چې د ماشومتوب له مهاله په سمه نه دي روزل شوي.

۱۲. ځکه چې په دې هکله د کورنۍ له لارښود مرسته نه غواړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کورنۍ له یوبل سره په همغږۍ پرېکړې له کوي؟

۱. ځکه چې نه پوهېږي دا چاره یې د مهربانۍ لامل کېدای شي.
۲. ځکه چې له همغږۍ پرته کړنې د بې باورۍ لامل ګرځي.
۳. ځکه چې پرته له دې به د خلکو ترمینځ صمیمیت راکم شي.
٤. ځکه چې نه پوهېږي په دې سره یې پرېکړې منطقي کېږي.
٥. ځکه چې همغږي د کورنۍ د غړو په ځان پوره باوري کوي.
٦. ځکه چې په شریکه د پرېکړې کولو ارزښت خورا ډېریږي.
۷. ځکه چې نه پوهیږي له یو بل سره یې ډېر نږدې کوی شي.
۸. ځکه چې نه پوهېږي د کورنۍ عاطفي اړیکو ته وده ورکوي.
۹. ځکه چې نه پوهېږي د کورنۍ د غړو د نوښت ځواک ډېروي.
۱۰. ځکه چې نه پوهېږي د کورنیو مخالفتونو د حل لامل ګرځي.
۱۱. ځکه چې نه پوهېږي په کورنۍ کې مینه او لېوالتیا ډېروی شي.
۱۲. ځکه چې نه پوهېږي د کورنۍ غړي ښه او زړه سواندي کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کورنۍ په قومي ویاړنو نازیږي؟

۱. ځکه چې نه پوهیږي قومي او پخوانۍ ویاړنې نسبي بڼه لري.

۲. ځکه چې په تنګ نظرۍ او توپیري چلند کې رالوی شویدي.

۳. ځکه چې نه پوهیږي د قبیلو ترمینځ د بې باورۍ لامل ګرځي.

٤. ځکه چې کله کله مو چاپېریال له همداسې مسایلو نه ډک وي.

۵. ځکه چې په ټولنیزو اړیکو کې مو روغ چلند شتون نه لري.

٦. ځکه چې وېره، غوصه او کینه لري او دا یې لامل ګرځېدلي.

۷. ځکه چې نه پوهیږي په یوویشتمه پېړۍ کې ورته اړتیا نشته.

۸. ځکه چې حقیقتونو او ریښتینو خبرو ته پوره درناوی نه لري.

۹. ځکه چې احساسات یې روغ نه دي او ډېر ژر هیجاني کیږي.

۱۰. ځکه چې نه پوهیږي دې شیانو ته ارزښت ورکول ښه نه دي.

۱۱. ځکه چې له پخوا نه تر اوسه په سم ډول نه دي روزل شوي.

۱۲. ځکه چې نه پوهیږي دا چاره یې په خپل زیان تمامېدلی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځینې کورنۍ توپیري چلند ته ارزښت ورکوي؟

۱. ځکه چې ښایي له ده سره هم توپیري چلند شوی وي.
۲. ځکه چې په خپل ځان باندې لږ اعتماد او باور لري.
۳. ځکه چې د ډېرې کسانو په ځان باور ډېر تیټ دی.
٤. ځکه چې نه پوهیږي د نا سالمې روزنې لامل ګرځي.
٥. ځکه چې نه پوهیږي له دې سره سره وده نشي کولی.
٦. ځکه چې نه پوهیږو دومره سخته ستونزه هم نه ده.
۷. ځکه چې نه پوهیږو د ژوند انډول مو له مینځه وړي.
۸. ځکه چې نه پوهیږو ټولنه به مو ډېره وروسته پاتې شي.
۹. ځکه چې نه پوهیږي تعصب د تعصب لامل کېدای شي.
۱۰. ځکه چې هڅه نه کوي او د نورو وده تعصب راټوکوي.
۱۱. ځکه چې نه پوهیږو د ټولنې وده زموږ خپله وده هم ده.
۱۲. ځکه چې نه پوهیږي د شرم او ځان کم لیدنې لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځينې کورنۍ په اسانه بدلونونه نه مني؟

۱. ځکه چې تل په خپلو زړو او نا سمو ارزښتونو پورې نښتي وي.
۲. ځکه چې نه پوهېږي بدلونونه د ودې او پرمختګ لامل ګرځي.
۳. ځکه چې نه پوهېږي بدلونونه يې په ژوند کې مثبت بدلون راولي.
٤. ځکه چې نه پوهېږي بدلونونه يې د ژوند انډول ښه سم برابروي.
٥. ځکه چې نه پوهېږي له بدلونونو پرته نوښت ناشونی کېدی شي.
٦. ځکه چې نه پوهېږي بدلونونه يې مينه او محبت لا ډېرولی شي.
۷. ځکه چې کله کله بدلونونه په کورنۍ کې د همغږي لامل ګرځي.
۸. ځکه چې نه پوهېږو بدلونونه بايد يوازې په ځير مديريت کړو.
۹. ځکه چې د بدلونونو انډول په کورنۍ کې د صميميت لامل ګرځي.
۱۰. ځکه چې ځينې ميندې او پلرونه نه پوهېږي بدلونونه حتمي دي.
۱۱. ځکه چې نه پوهېږي د بدلونونو منل يوه سالمه او روغه چاره ده.
۱۲. ځکه چې بدلون نه منل د سختو او بې کاره انسانانو ځانګړنه ده.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني کورنۍ محدوديتونه رامينځ ته کوي؟

۱. ځکه چې ډېر ځله زورواکي کوو يا هم نور کنټرولوو.

۲. ځکه چې نه پوهېږو هر وګړی د پرېکړې کولو حق لري.

۳. ځکه چې تل په محدوديتونو کې رالوی او روزل شوي يو.

٤. ځکه چې نه پوهېږي محدوديتونه د نوښت مخه نيولی شي.

٥. ځکه چې نه پوهېږي دا يې مينه او محبت راکمولی شي.

٦. ځکه چې محدوديت لامل ګرځي د کورنۍ غړي وده ونه کړي.

۷. ځکه چې نه پوهېږي محدوديت وضع کول روغه کړنه نه ده.

۸. ځکه چې محدوديتونه په کور کې د بې باورۍ لامل ګرځي.

۹. ځکه چې نه پوهېږي د کورنۍ د غړی لږ باور لامل ګرځي.

۱۰. ځکه چې نه پوهېږي مينه د محدوديتونو له منځه تل پيدا کوي.

۱۱. ځکه چې په ژوند کې مو د راز ساتلو او ژمنتيا احساس کموي.

۱۲. ځکه چې کورنۍ فکر کوي محدوديت د روغې روزنې لامل دی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په رسنیو کې کورنیو ته د عامه پوهاوي پروګرامونه جوړ شي؟

۱. ځکه چې ډېرى افغان کورنۍ لوستې نه دي.
۲. ځکه چې ډېرى کتاب ته لاسرسى نه لري.
۳. ځکه چې په دې اړوند خپاره کتابونه نه لرو.
٤. ځکه چې له کورنیو سره یې مرسته کړې ده.
٥. ځکه چې په ډېرى هېوادونو کې همداسې کېږي.
٦. ځکه چې د پوهاوي غږ تر ډېرو رسولى شو.
۷. ځکه چې د کورنۍ انګېزه او پاملرنه ډېروي.
۸. ځکه چې د ستونزو له مخنیوي سره مرسته کوي.
۹. ځکه چې د ټولنې کورنۍ له ستونزو سره مخ دي.
۱۰. ځکه چې پرته له دې مو په ټولنه کې بله هڅه نشته.
۱۱. ځکه چې د ټولنې ستونزې له کورنیو راټوکېږي.
۱۲. ځکه چې له مینې او درناوي سره مرسته کولى شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د واده او کورنۍ په اړوند سمینارونه جوړ شي؟

۱. ځکه چې کورنۍ مسایل زموږ د ټولنې له لویو ستونزو څخه دي.
۲. ځکه چې د نظر څرګندولو او اوربدلو لپاره ښه موقع پیدا کېږي.
۳. ځکه چې د سیمینار له امله به ژورو علمي څېړنو ته مخه کړو.
٤. ځکه چې د کورنۍ او ټولنې اړتیاوو ته مثبت ځواب پیدا کېږي.
٥. ځکه چې مرسته کوي کورنۍ ارزښتناکو کړنو ته پاملرنه وکړي.
٦. ځکه چې نه پوهیږو د کورنۍ وده د ټولنې د ودې لامل ګرځي.
۷. ځکه چې نه پوهیږو د کورنۍ د ودې نشتوالی ستونزې راټوکوي.
۸. ځکه چې سیمینارونه د روغو کورنیو په روزنه کې مرسته کوي.
۹. ځکه چې کورنۍ پکې ګډون کوي او مسوولیتونو ته یې پام کېږي.
۱۰. ځکه چې د ډېرو کورنیو ترمینځ د باور بیا رغونې لامل ګرځي.
۱۱. ځکه چې مرسته کوي کورنۍ ستونزې مو راته ارزښتناکې شي.
۱۲. ځکه چې د کورنۍ ژوند د مهارتونو د ودې یوه لویه لاره همدا ده.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

پینځمه برخه

۱۰۰ ولې او ځکه مورولي او پلارولې

Downloaded From:
Telegram: ArmanPashtoLibrary
WhatsApp: 0093779815770
Facebook: آرمان پښتو کتابتون

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې زموږ ماشوم نور ماشومان وهي او ډبوي؟

۱. ځکه چې له نورو ماشومانو سره کينه لري.

۲. ځکه چې د غوصې خالي کولو ځای نه لري.

۳. ځکه خپل احساسات يې سم نه دي پېژندلي.

٤. ځکه چې په نادوده ډول وهل او ډبول شوي.

٥. ځکه چې موږ ډېرې غوښتنې ترې لرو.

٦. ځکه چې جنګي فلمونه او خپرونې وينې.

۷. ځکه چې د کور لويان شخړې سره کوي.

۸. ځکه چې ماشوم مو سم نه دی روزلی.

۹. ځکه چې تر څلور کلنې پورې عادي وي.

۱۰. ځکه چې کېدای شي ماشومان ډېر فعال وي.

۱۱. ځکه کېدای شي ماشوم هم ځورول شوی وي.

۱۲. ځکه چې موږ هم سم ملاتړ نه دی ترې کړی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني ماشومان ډېرې خبرې کوي؟

۱. ځکه چې ماشومتوب د خبرو او پلټنو پراو وي.

۲. ځکه چې ماشوم وي او پوښتنونکې روحيه لري.

۳. ځکه چې کېدای شي زمونږ له مينې محروم وي.

٤. ځکه چې کله ښايي ماشوم کوم څه پټول وغواړي.

٥. ځکه چې غواړي د نورو پام ځان ته راواړوي.

٦. ځکه چې ښايي له کوم بل ماشوم سره کينه ولري.

۷. ځکه چې ښايي په ځان باور يې کم شوی وي.

۸. ځکه چې ښايي په دې ډول خپل اعتراض کوي.

۹. ځکه چې ښايي د درناوي او هڅونې غوښتنه ولري.

۱۰. ځکه چې غواړي ستاسو په څېر مشر ښکاره شي.

۱۱. ځکه چې ښايي وغواړي چې مينه ورسره وکړئ.

۱۲. ځکه چې کله ماشوم ډېرې خبرې کوي جدي نه ده.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومانو ته ډېرې ډالۍ ورنه کړو؟

۱. ځکه چې د ماشوم د نوښت وړتیا له مینځه وړي.

۲. ځکه چې ماشوم یې له املې ډېر غوښتونکی کېږي.

۳. ځکه چې ماشوم په دې ډول رشوت خور کېږي.

٤. ځکه چې کېدای شي ماشوم مو په ځان مین شي.

۵. ځکه چې د ماشوم د فعالیت راکمولو لامل ګرځي.

٦. ځکه چې ښایي ماشوم مو حریص او مادي کړي.

۷. ځکه چې بیا په به راتلونکي کې له ډالۍ پرته کار نه کوي.

۸. ځکه چې تل خو نشو کولای چې ډالۍ ورکړو.

۹. ځکه چې د کورنۍ د مالي کړکېچ سبب ګرځي.

۱۰. ځکه چې ډېرې ډالۍ ورکول روزنیزه لاره نه ده.

۱۱. ځکه چې ډېر ځله ماشوم نازولی عادت کوي.

۱۲. ځکه چې ډېرې ډالۍ د ودې مخ نیسي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم ته خپل مسوولیت وروسپارو؟

۱. ځکه چې ماشوم د چارو سرته رسولو سره مینه لري.

۲. ځکه چې پلټنه کوي او چارې ژر سرته رسولی شي.

۳. ځکه چې مسوولیت ورکول او منل ماشوم سم روزي.

٤. ځکه چې په راتلونکي کې بیا کارونه سم سرته رسوي.

۵. ځکه چې مسوولیت د ماشوم پر ځان باور لوړولی شي.

٦. ځکه چې له ماشوم سره مرسته کوي چې په ځان بسیا شي.

۷. ځکه چې د ماشوم د شخصیت له ودې سره مرسته کوي.

۸. ځکه په دې سره پوهیږي چې څوک یې مزدوران نه دي.

۹. ځکه چې بیا به احساس کړي چې تاسو باور پرې لرې.

۱۰. ځکه چې مسوولیت ورکول ماشوم له ټنبلۍ څخه ساتي.

۱۱. ځکه چې مسوولیت ماشوم ته مثبت بدلون ورکولی شي.

۱۲. ځکه چې په دې کار سره ماشوم مهارتونه زده کولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې خپل ماشومان په ملي جشن کې ګډون ته وهڅوو؟

۱. ځکه چې د ماشوم د هېواد پالنې حس ته وده ورکوي.

۲. ځکه چې ماشومان د نویو مسایلو او مواردو سره بلدوي.

۳. ځکه چې د ماشوم په ټولنیزه وده کې مرسته کولی شی.

٤. ځکه چې دا کار ماشوم ته یو ډول ښه احساس ورکوي.

۵. ځکه چې د ځان او نورو په اړه مثبت احساس پیدا کوي.

٦. ځکه چې د یو بل منلو په برخه کې مرسته ورسره کوي.

۷. ځکه چې دا کار د ماشوم پر ځان باور لوړولی شي.

۸. ځکه چې په دې کار سره به راتلونکی د ځان و ګڼي.

۹. ځکه چې دا یې د خپل ټاټوبي له تاریخ څخه خبروي.

۱۰. ځکه چې ماشوم سره مرسته کوي چې مهربان واوسي.

۱۱. ځکه چې د ټولنې ښه خلک به ښېلګه وګرځوي.

۱۲. ځکه چې ملی جشن ماشوم ملي او وطني کولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني ماشومان له لوست سره مينه نه لري؟

۱. ځکه چې ښايي پوره خوب ونه لري.

۲. ځکه چې ډېرې ذهني بوختياوې لري.

۳. ځکه چې په زده کړه کې ستونزه لري.

٤. ځکه چې په مبايل کې ډېر بوخت وي.

٥. ځکه چې په نورو پورې تړلي وي.

٦. ځکه چې کورنی او لويان يې نه هڅوي.

۷. ځکه چې کورنی او مشران سم چلند نه کوي.

۸. ځکه چې ښايي په ښوونځي کې ځورول کېږي.

۹. ځکه چې ښايي د زده کړې ګډوډي ولري.

۱۰. ځکه چې ښايي ذهني وروسته پاتې والی ولري.

۱۱. ځکه چې ښايي ښوونکی سم چلند ونه کړي.

۱۲. ځکه چې مور او پلار يې اصلي لامل نه پلټي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې (د ماشوم مه راولئ) جمله د واده له کارته لرې کړو؟

۱. ځکه چې ماشوم په دې غونډو کې د ګډون هیله لري.

۲. ځکه چې دا جمله د ماشوم په باور منفي اغېز کوي.

۳. ځکه چې ماشوم په کور کې یوازې نشي پاتې کېدی.

٤. ځکه چې ماشوم دا احساسوي چې بې ارزښته دی.

۵. ځکه چې دا احساس کوي چې پام نه ورته کېږي.

٦. ځکه چې نه ګډون یې په اړیکو منفي اغېزه کوي.

۷. ځکه چې د جملې په لیدو سره د کمي احساس کوي.

۸. ځکه چې د ماشوم پر ځان باور باندې بد اغېز کوي.

۹. ځکه چې ماشومان له ودونو سره ډېره مینه کوي.

۱۰. ځکه چې ماشومان په ځان ځورونه اخته کولی شي.

۱۱. ځکه چې که دا جمله ووینې ځان د نورو د اوږو بار ګڼي.

۱۲. ځکه چې دا کار ماشومان منزوي او ګوښه کولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له ماشوم سره مرسته وکړو ترڅو خپله وېره له مینځه یوسي؟

۱. ځکه د ماشوم په لویېدو سره وېره هم لویېږي.

۲. ځکه د وېرې شتون د ماشوم پر ځان باور کموي.

۳. ځکه زړور ماشومان نوښتګر او خلاق وي.

٤. ځکه د وېرې نه شتون ماشوم ته د ارزښت حس ورکوي.

٥. ځکه له دې لارې کولی شي خپلو غوښتنو ته ورسېږي.

٦. ځکه ماشوم زده کوي چې هر څه د کنټرول وړ دي.

۷. ځکه ماشوم زده کوي چې څنګه خپله وېره مدیریت کړي.

۸. ځکه ښایي د کور لویانو وېره مینځ ته راوړې وي.

۹. ځکه ماشوم درک کوي چې دا احساس یې عادي دی.

۱۰. ځکه د روزنې روغه، سالمه او معیاري لاره ده.

۱۱. ځکه وېره په ماشومانو کې د خوب ستونزې مینځ ته راوړي.

۱۲. ځکه ماشومان په لږه کچه کولی شي خپله وېره راکمه کړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومانو ته جنسي ځورونه ورکول کېږي؟

۱. ځکه چې د جنسي مسایلو په اړوند پوره نه پوهیږي.

۲. ځکه چې ډېرى کورنۍ دې ته ارزښت نه ورکوي.

۳. ځکه چې د ماشوم ملګري او ملګرتیاوې نه ځارو.

٤. ځکه چې ماشوم ته مو اړونده روزنه نه ده ورکړې.

۵. ځکه چې کورنۍ یې له ناسمو پایلو خبرې ندي.

٦. ځکه چې د ماشوم خبرو ته مو غوږ نه دی نیولی.

۷. ځکه چې ماشوم ته مو ځان ژغورنه نه ده ورښولې.

۸. ځکه چې ځینې کورنۍ جنسي زده کړه شرم ګڼي.

۹. ځکه چې کورنۍ خپل ماشومان یوازې پرېږدي.

۱۰. ځکه چې د ماشومانو انټرنټ کارول نه ځارو.

۱۱. ځکه چې په افغانستان کې یې حقونو ته پام نه کېږي.

۱۲. ځکه چې ډېرى کورنۍ د ماشومانو لپاره ښه ملګري نه دي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې خپل ماشوم ته ارزښت ورکړو؟

۱. ځکه چې ماشومان دې ته اړتیا لري چې ارزښت ورکړل شي.

۲. ځکه چې د ارزښتمندۍ حس په ماشوم کې د نوښت لامل ګرځي.

۳. ځکه چې پرته له دې په نورو ماشومانو او وګړو پورې تړل کېږي.

٤. ځکه چې که ارزښت ورنه کړو ګوښه او وروسته پاتې کېږي.

۵. ځکه چې که ماشوم ته ارزښت ورنه کړو ناوړه پایلې به ولري.

٦. ځکه چې ښایي پرته له دې ورته د ځان کمې احساس پیدا شي.

۷. ځکه چې ماشوم ته ارزښت نه ورکول د ماشوم خپګان لامل ګرځي.

۸. ځکه چې د نورو وګړو په اړه به منفي انځور او باور پیدا کړي.

۹. ځکه چې ماشوم ته ارزښت ورکول ماشوم په ارزښت پوهوي.

۱۰. ځکه چې که ماشومانو ته ارزښت ورکړل شي ټولنیز کېږي.

۱۱. ځکه چې په دې سره به ماشومانو کې د زړه خواله حس لوړ شي.

۱۲. ځکه چې ماشومانو ته ارزښت ورکول د ماشومانو یو حق دی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان بدخویه کېږي؟

۱. ځکه چې مور او پلار له ماشوم سره سم چلند نه کوي.

۲. ځکه چې د ماشوم هیلې او غوښتنې سمې نه پوره کېږي.

۳. ځکه چې ماشوم ته د اړتیاو وړ وسایل نه برابریږي.

٤. ځکه چې ماشوم ته مو ځانګړی پروګرام نه دی جوړ کړی.

٥. ځکه چې په ښوونه کې مو له هغه سره مرسته نه ده کړې.

٦. ځکه چې له سمو روزنیزو لارو څخه مو کار نه دی اخیستی.

۷. ځکه چې د ودې له پړاونو څخه بې خبره مور او پلار یو.

۸. ځکه چې له ماشوم سره مو اړیکې د مهربانۍ له مخې نه دي.

۹. ځکه چې د کور لویان هم له ماشومانو سره بد چلند کوي.

۱۰. ځکه چې ماشوم سره مینه محبت او ورته درناوی نه کېږي.

۱۱. ځکه چې د ماشوم د بد چلند اصلي لامل نه دی پلټل شوی.

۱۲. ځکه چې لویان له اړواړوهانو څخه مرسته نه غواړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مو ماشوم ښه ذهن نه لري؟

۱. ځکه چې د ماشوم د ودې ټولو اړخونو ته پاملرنه نه کوو.
۲. ځکه چې ماشوم مو د لوبو سرته رسولو ته نه دی پرېښی.
۳. ځکه چې د ماشوم په سالمه تغذیه کې مو هڅه نه ده کړې.
٤. ځکه چې له خپل ماشوم څخه مو سمه ساتنه نه ده کړې.
٥. ځکه چې په ځیر مو نه ده پلټلې چې ستونزه یې څه ده.
٦. ځکه چې کېدای شي د ډاکټر له نسخې پرته دوا کاروي.
۷. ځکه چې ماشوم ته مو سم چاپېریال نه دی برابر کړی.
۸. ځکه چې د ذهني ودې سمې لارې چارې مو نه دي کارولي.
۹. ځکه چې تل مو ماشوم له نورو ماشومانو سره پرتله کړی.
۱۰. ځکه چې ماشومان مو نه هڅولی دی او نه هم ستایلی.
۱۱. ځکه چې تل مو په فشارونو سره د ماشوم ذهن ځوروی.
۱۲. ځکه چې د ماشوم د ذهني ودې په اړوند معلومات نه لرو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم د محرومیت او کمي احساس کوي؟

۱. ځکه چې مور او پلار د ماشومانو تر مینځ توپیر کوي.
۲. ځکه چې مور او پلار ماشومانو ته ارزښت نه ورکوي.
۳. ځکه چې کورنۍ خپلو ماشومانو ته درناوی نه کوي.
٤. ځکه چې له ماشوم سره په تاوتریخوالي چلند کېږي.
٥. ځکه چې ښایي مور او پلار یې سره جلا شوي وي.
٦. ځکه چې ماشوم مو په کافي کچه مینه نه ده لیدلې.
۷. ځکه چې د ماشوم غوښتنو ته پوره پام نه دی شوی.
۸. ځکه چې له بده مرغه افغانې کورنۍ ببوزله شوې دي.
۹. ځکه چې کورنۍ ډېرې هیلې او غوښتنې ورنه کوي.
۱۰. ځکه چې ډېری په لویو او ګڼو کورنیو کې ژوند کوي.
۱۱. ځکه چې کېدای شي د کورنۍ کوم غړی یې مړ شوی وي.
۱۲. ځکه چې د کور د لویانو له مهربانۍ نه بې برخې دی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ډېرې نجونو اړیکې له پلار سره ښې وي؟

۱. ځکه چې پلرونه خپلو لونو ته ډېره مینه ورکوي.

۲. ځکه چې پلرونه د لونو لپاره د ملاتړ ښې سرچینې دي.

۳. ځکه چې له مخالف جنس سره مینه یوه فطري خانګړنه ده.

٤. ځکه چې مال او شتمني ډېر ځله د پلرونو په لاس کې وي.

۵. ځکه چې د پلار ونډه او اغېزه په لویه کچه شتون لري.

٦. ځکه چې پلار له هر چا ډېر لور ته د امنیت احساس ورکوي.

۷. ځکه چې ډېر ځله پلرونه د لونو خبرو ته ښه غوږ نیسي.

۸. ځکه چې ښایي پلرونه ډېر ځله د لونو اندونه نظرونه تاییدوي.

۹. ځکه چې کېدای شي پلار یې له مور سره ښه اړیکې ولري.

۱۰. ځکه پلرونه منظم خلک خوښوي او نجونې منظمې وي.

۱۱. ځکه چې ډېرې پلرونه له لونو سره ډېره مرسته او مینه کوي.

۱۲. ځکه چې ډېرې نجونې پر خپلو پلرونو باندې مهربانه وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان په ډېره سختۍ ویده کېږي؟

۱. ځکه چې ښایي د لویانو له لوري رټل شوي وي.
۲. ځکه چې ښایي د ورځې له خوا به ډېر ویده کېږي.
۳. ځکه چې کېدای شي کومه جسمي ستونزه به لري.
٤. ځکه چې ستونزه لري او حواس یې ټول نه دي.
۵. ځکه چې کینه لري او په ځان باور یې ډېر کم دی.
٦. ځکه چې د ورځې په لړ کې ډېر فعالیت کوي.
۷. ځکه چې مور او پلار یې خوب ته منظم پلان نه لري.
۸. ځکه چې ښایي زمور ماشوم جنسي ځورېدلی وي.
۹. ځکه چې بد خوبونه ویني او له وېرې نه ویده کېږي.
۱۰. ځکه چې کېدای شي په تلویزیون او مبایل روږدي وي.
۱۱. ځکه چې ښایي وږي شوي وي (له دوه کلنو کښته).
۱۲. ځکه چې په وړکتون یا ښوونځي کې به ستونزه لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان له ټکنالوژيکي وسايلو څخه لرې کړو؟

۱. ځکه چې ماشومان په ذهني او ارواپي ستونزو اخته کوي.

۲. ځکه چې د ماشومانو د چاغښت او ټنبلۍ لوی لامل ګرځي.

۳. ځکه چې د ماشومانو د لغاتو د زېرمې د کمېدو لامل ګرځي.

٤. ځکه چې ښايي ټولنيز مهارتونه زده او عملي نه شي کړی.

۵. ځکه چې د ماشومانو د الکټرونيکي روږدتيا لامل ګرځي.

٦. ځکه چې د بلوغ پر مهال د ماشوم پر وده منفي اغېز لري.

۷. ځکه چې د ماشوم د نوښتګرۍ وړتيا ته لوی زيان رسوي.

۸. ځکه چې په ماشوم کې د وېرې او ذهني فشار لامل ګرځي.

۹. ځکه چې په ماشومانو کې د خوب د ګډوډيو لامل ګرځي.

۱۰. ځکه چې د مور او پلار له اړيکو او مينې څخه لرې کېږي.

۱۱. ځکه چې د ماشوم په سترګو او ذهن منفي اغېزه کوي.

۱۲. ځکه چې ماشومانو ته د درسي ستونزو او ربړو لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومانو ته د ستونزو حل مهارت ور زده کړو؟

۱. ځکه چې د ماشوم له ښې ذهني ودې سره ډېره مرسته کوي.
۲. ځکه چې د ماشومانو د نوښتګرۍ او خوښۍ لامل ګرځي.
۳. ځکه چې په ځان پورې اړوندو مسایلو د حل وړتیا پیدا کوي.
٤. ځکه چې د ستونزو پر وړاندې به د خواشینۍ احساس ونه کړي.
۵. ځکه چې د ستونزو حل مهارت لرل د باهوښه کسانو نښه ده.
٦. ځکه چې د ستونزو د حل مهارت ماشومان خپلواکه روزي.
۷. ځکه چې ماشومان نه پوهیږي د ستونزو پر مهال څه وکړي.
۸. ځکه چې د ستونزو حل مهارت د اروایي اندول لامل ګرځي.
۹. ځکه چې د ماشومانو په ځان باور لوړولو کې ډېره مرسته کوي.
۱۰. ځکه چې د ځان خبرتیا، خپلواکۍ او په ځان بسیاینې لامل ګرځي.
۱۱. ځکه چې د عقل، استدلال او فکرونو په وده کې یې مرسته کوي.
۱۲. ځکه چې د غم او ستونزو پر وړاندې مقابله کې مرسته کولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم ته ناسم نومونه وانه اخلو؟

۱. ځکه چې بد نومونه د ماشوم ارواپي حالت ته زیان رسوي.

۲. ځکه چې ماشوم به هم د بدو نومونو په اخیستلو عادت شي.

۳. ځکه چې بد نومونه ماشوم ته د ځان کمې احساس ورکوي.

٤. ځکه چې ماشوم به مو بیا بده ژبه کاروي او بد چلند به کوي.

٥. ځکه چې ماشوم به مو بیا خپلې وړتیاوې سمې نشي ښودلی.

٦. ځکه چې د ماشوم د ګوښه توب او بې زړه توب لامل ګرځي.

۷. ځکه چې ماشوم به مو بیا د کورنۍ غړو ته درناوی نه کوي.

۸. ځکه چې په نورو باندې د ماشوم د بې باورۍ لامل ګرځي.

۹. ځکه چې له ماشوم نه به ډارن او وېرېدونکی کس جوړ کړي.

۱۰. ځکه چې ټولنیزې او ذهني ودې ته یې لوی زیان رسوي شي.

۱۱. ځکه چې د ماشوم پر عاطفې او احساساتو بده اغېز کولی شي.

۱۲. ځکه چې د مور او پلار او ماشوم پر اړیکو منفي اغېز کولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له همزولو سره لوبې کول ماشومانو ته ګټه رسوي؟

۱. ځکه چې له همزولو سره لوبې هغوی ته خوند ورکوي.
۲. ځکه چې د هغوی په شخصیت جوړونه کې ونډه لري.
۳. ځکه چې ټولنیز مهارتونه یې وده او پرمختګ کوي.
٤. ځکه چې له همزولو سره یې اړیکې او چلند رغوي.
٥. ځکه چې په ځان باور لوړولو کې یې مرسته کوي.
٦. ځکه چې په ورځنیو چارو کې یې ونډه ډېرولی شي.
۷. ځکه چې له یو او بل څخه ډېر شیان زده کولی شي.
۸. ځکه چې ماشوم په ډله کې ځان پیاوړی احساسوي.
۹. ځکه چې د ماشوم په هر اړخیزه وده مثبت اغېز کوي.
۱۰. ځکه چې ماشوم فطرتاً له همزولو سره خوشاله وي.
۱۱. ځکه چې له ټولنې سره په جوړجاړې کې مرسته کوي.
۱۲. ځکه چې د اړیکو مهارتونه یې پراخه او رغولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مو ماشوم له نورو ماشومانو سره پرتله نه کړو؟

۱. ځکه چې په ځان باور يې تيټ او کمزوری کوي.

۲. ځکه چې د ماشوم د ګوښه توب لوی لامل ګرځي.

۳. ځکه چې د ماشوم د غوصې او قهر لامل ګرځي.

٤. ځکه چې ماشومان ماتې او نه بريا ته چمتو کوي.

٥. ځکه چې ټول ماشومان ببلې ببلې ځانګړنې لري.

٦. ځکه چې په تعصب او کينه کې بيا عادت کوي.

۷. ځکه چې ماشوم له مور او پلار څخه لرې کولی شي.

۸. ځکه چې د هغوی پر سوچونو منفي اغېز کوي.

۹. ځکه چې په ماشوم د فشار راوړلو لامل ګرځي.

۱۰. ځکه چې د ماشوم پر ځان باور نور هم تيټوي.

۱۱. ځکه چې ماشومان ناسالم رقابت ته مجبوروي.

۱۲. ځکه چې د اضطراب او ذهني فشار لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ماشومانو لوبو ته وګورو؟

۱. ځکه چې د هغوی پټ هوښ او استعدادونه به وموم.

۲. ځکه چې ښایي ماشوم مو ناوړه لوبې سرته ورسوي.

۳. ځکه چې ډېرې لوبې ماشومانو ته ګټورې او ښې نه دي.

٤. ځکه چې ښایي ماشوم ته نه جبرانېدونکی زیان واړوي.

۵. ځکه چې ماشومان د لویانو مینې او لارښوونې ته اړ دي.

٦. ځکه چې ماشوم په خپله نه پوهېږي چې څه یې په ګټه دي.

۷. ځکه چې ښایي ماشومان د لوبو په اړوند پوښتنې وکړي.

۸. ځکه چې د خپلو ماشومانو ځینو مهارتونو ته مو پام کېږي.

۹. ځکه چې د ماشومانو له احتمالي ستونزو مخنیوی کوي.

۱۰. ځکه چې له ماشوم ساتنه د هغه په هوساینه کې ونډه لري.

۱۱. ځکه چې ښایي ماشوم د لوبو له تګلارو سره سم بلد نه وي.

۱۲. ځکه چې لوبه د ماشوم د ودې او ښېلاړی لوی لامل دی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ځینو ماشومانو حواس تیت وي؟

۱. ځکه چې مور یې تل رټو او سپکوو.

۲. ځکه چې له نورو ماشومانو سره کینه لري.

۳. ځکه چې ډېر سخت کارونه پرې کوو.

٤. ځکه چې په یو وخت کې څو کارونه کوي.

۵. ځکه چې په کور کې توهین او ډبول کېږي.

٦. ځکه چې له بهر چاپېریال نه وېرېږي.

۷. ځکه چې کورنۍ یې هوسا او په کراره نه ده.

۸. ځکه چې له ماشوم نه ډېرې غوښتنې کوو.

۹. ځکه چې خپل ماشوم ته درناوی نه کوو.

۱۰. ځکه چې ماشوم ته مو ارزښت نه ورکوو.

۱۱. ځکه چې ماشوم مو منظم پروګرام نه لري.

۱۲. ځکه چې د ماشوم اړواړوه ته مراجعه نه کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مو ماشومانو ته انګېزه ورکړو؟

۱. ځکه چې هغوی موخه او انګېزه نه لري.

۲. ځکه چې ژر يې پام بلې خواته اوړي.

۳. ځکه چې ماشومان مو موخې ته رسوي.

٤. ځکه چې د ماشوم د خوښۍ لامل ګرځي.

٥. ځکه چې ماشوم احساس کوي چې مهم دی.

٦. ځکه چې ټول انسانان انګېزې ته اړ دي.

۷. ځکه چې انګېزه د مثبت سوچ لامل ګرځي.

۸. ځکه چې د پلټنې حس يې پياوړی کوي.

۹. ځکه چې په ماشوم کې د نوښت لامل ګرځي.

۱۰. ځکه چې د ماشوم د لا ډېر فعاليت لامل کيږی.

۱۱. ځکه چې وروسته به بيا ښې پرېکړې کوي.

۱۲. ځکه چې د ماشوم د منظم کېدو لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم ته لومړيتوب ورکړو؟

۱. ځکه چې ماشومان پر لويانو ځانګړي حقونه لري.
۲. ځکه چې ماشومان لا ډېرې مهربانۍ ته اړتيا لري.
۳. ځکه چې ماشومان مو غواړي ملاتړ يې وشي.
٤. ځکه چې د ماشومانو پر ځان باور لوړولی شي.
٥. ځکه چې ښه احساس کوي او قدرمن کېږي.
٦. ځکه چې ماشوم مو د ژوند يو لومړيتوب دی.
۷. ځکه چې لومړيتوب مو ماشومانو ته وده ورکوي.
۸. ځکه چې د ماشومانو د لا ډېر فعاليت لامل ګرځي.
۹. ځکه چې ماشوم مو ډېر تکړه او پياوړی کوي.
۱۰. ځکه چې ماشوم د امن او هوساينې احساس کوي.
۱۱. ځکه چې ماشوم ته لومړيتوب يوه روزنيزه لاره ده.
۱۲. ځکه چې پوه به شي چې مهم او ارزښتمن دی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم ته يو منظم پروګرام جوړ کړو؟

١. ځکه چې په نظم او وخت پوهېدل زده کوي.
٢. ځکه چې مسوولیت هم مني او هم زده کوي.
٣. ځکه چې ماشوم ذهني تمرکز پیدا کولی شي.
٤. ځکه چې په منظم ډول به کار او تفریح وکړي.
٥. ځکه چې د ماشوم ذهني فشارونه ټیټولی شي.
٦. ځکه چې بیا چارې سمې او ښې سرته رسوي.
٧. ځکه چې ورزش او درسونه به یې منظم شي.
٨. ځکه چې د ماشوم ټولې بوختیاوې نظم پیدا کوي.
٩. ځکه چې د ماشوم پر ځان باور ډېر لوړیږي.
١٠. ځکه چې هغوی ته ارواېي هوساینه ورکولی شي.
١١. ځکه چې ورځې به یې له لاسته راوړنو ډکې وي.
١٢. ځکه چې په راتلونکی کې به یو منظم انسان وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له ماشومانو سره د زړه خواله وکړو؟

۱. ځکه چې په دې سره هغوی هم زړه سواندي کېږي.

۲. ځکه چې د ټولنیزې ودې په برخه کې مرسته کوي.

۳. ځکه چې په دې سره به ډېر مسوولیت منونکي شي.

٤. ځکه چې د ریښتینولۍ حس به يې لا ډېره وده وکړي.

۵. ځکه چې د ټولنې لپاره به یو ګټور شخص جوړ شي.

٦. ځکه چې له اروايي اړخه به سالم او روغ جوړ وي.

۷. ځکه چې د ماشومانو د ښې راتلونکې لامل ګرځي.

۸. ځکه چې په دې سره به يې هم عمر ښه او ډېر شي.

۹. ځکه چې په ماشومانو کې تاوتریخوالی راټیټولي شي.

۱۰. ځکه چې د ماشومانو پر ځان باور لوړولی شي.

۱۱. ځکه چې کورنۍ چاپېریال مو خوښ او ګرم ساتي.

۱۲. ځکه چې بیا به خپلې وړتیاوې په ښه بڼه وربښودلی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان وله ګوابنو؟

١. ځکه چې هر ګوابن پر ماشوم باندې ډېره بده اغېزه کوي.

٢. ځکه چې ماشومان مو ډارن، وسواسي او بې زړه کېږي.

٣. ځکه چې زموږ او ماشوم تر مینځ اړیکې له مینځه وړي.

٤. ځکه چې د ماشومانو پرځان باور ته ډېر زیان رسولی شي.

٥. ځکه چې ټولنې ته به یو ناروغ شخص وړاندې کړی شي.

٦. ځکه چې د ماشوم د زده کړو او ذهني ستونزو لامل ګرځي.

٧. ځکه چې په دې سره به ماشوم نور ماشومان هم وګوابني.

٨. ځکه چې له ژوند سره به مو د ماشومانو لهوالتیا راکمه کړي.

٩. ځکه چې ماشومان مو وېرېږي او ګونبه والی غوره کوي.

١٠. ځکه چې ماشوم ځان کم ګڼي او راتلونکي ته اندېښمن کېږي.

١١. ځکه چې ناکراره به شي او بیا به په چا باندې باور نه کوي.

١٢. ځکه چې د ماشوم ټولنیزو اړیکو ته ډېر زیان رسولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان جرم ته لاس اچوي؟

۱. ځکه چې پام کول غواړي او موږ ورته پوره پام نه کوو.

۲. ځکه چې غواړي د هرې پېښې له دننه څخه خبر شي.

۳. ځکه چې کله ناکله ماشومانو ته جرم بوختيا ښکاريږي.

٤. ځکه چې د ماشوم د لوبو وسايل د هغه په سطحه نه دي.

۵. ځکه چې ډېرځله ماشومان غواړي نوې تجربې زده کړي.

٦. ځکه چې د کورنۍ له غړو سره يې اړيکې روغې نه دي.

۷. ځکه چې له عاطفي اړخه يې زيان ليدلی او جرم کوي.

۸. ځکه چې مور او پلار ماشومانو ته سمه روزنه نه ورکوي.

۹. ځکه چې مور او پلار له علمي او مسلکي لارو کار نه اخلي.

۱۰. ځکه چې ښايي ماشوم ذهني وروسته پاتې والی ولري.

۱۱. ځکه چې فکر کوي په ناوړه چلند د نورو پام را اړولی شي.

۱۲. ځکه چې له زېږون وړاندې او وروسته پام نه دی ورته شوی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني ماشومان ښه او بد نه پېژني؟

۱. ځکه چې لويانو نه دي ورښوولي چې ښه او بد څه دي.

۲. ځکه چې له اروايي اړخه د ماشوم ذهن وده نه ده کړې.

۳. ځکه چې د ماشوم عاطفي ودې ته ځانګړی پام نه کوو.

٤. ځکه چې مور او پلار په خپله هم په ښه او بد نه پوهېږي.

۵. ځکه چې د ژوند لپاره يې مهارتونه نه دي زده کړي.

٦. ځکه چې ماشوم مو ژوند په سمه توګه نه دی پېژندلی.

۷. ځکه چې د ښو او بدو ورښوولو کې مو هڅه نه ده کړې.

۸. ځکه چې په ژوند کې ښه او بد ته ارزښت نه ورکوو.

۹. ځکه چې ډېری ماشومان تر سختو بنديزونو لاندي دي.

۱۰. ځکه چې ذهنونه يې له هر ډول احساساتو څخه ډک وي.

۱۱. ځکه چې په ژوند کې يې د ښو او بدو نمونه نه ده ليدلې.

۱۲. ځکه چې پرې پوهېږي، خو کله ناکله بې صبري کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځينې ماشومان هېڅ نه وېرېږي؟

١. ځکه چې مور او پلار يې ملنډې نه دي پرې وهلې.
٢. ځکه چې مور او پلار يې خپل حساسيتونه کم کړي.
٣. ځکه چې د ماشومانو پر وړاندې پر ډار نيوکه شوې.
٤. ځکه چې تر اوسه په ډېرې واقعيتونو نه پوهيږي.
٥. ځکه چې د مور او پلار له خوا ډبول شوي نه دي.
٦. ځکه چې کورنۍ، ملګري او فکرونه يې مثبت دي.
٧. ځکه چې ډېرې ماشومان له فکر پرته عمل کوي.
٨. ځکه چې کورنيو يې تل نښو مهارتونو ته هڅولي.
٩. ځکه چې مور او پلار يې د ډېريانو کيسې نه کوي.
١٠. ځکه چې ماشومان ذاتاً بې پامه دي او عمل کوي.
١١. ځکه چې وېرووونکې پېښې ورته تشريح شوي دي.
١٢. ځکه چې کېدای شي زړور مور او پلار يې لرلي وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان مېلمستيا ته بوځو؟

۱. ځکه چې د ماشوم ټولنيزو اړيکو سره مرسته کوي.

۲. ځکه چې ماشوم به مو د مېلمستيا پر قوانينو پوه شي.

۳. ځکه چې له ماشوم سره مرسته کوو ترڅو مثبت شي.

٤. ځکه چې مېلمستيا ته تلل ماشوم ته يوه مثبته بوختيا ده.

۵. ځکه چې ښه چلند ډېر ځله په مېلمستيا کې زده کوي.

٦. ځکه چې د ماشوم ډېرې پوښتنې به بيا هلته حل شي.

۷. ځکه چې د خوښ ژوند لپاره ښې ښېلګې موندی شي.

۸. ځکه چې ښايي مېلمستيا کې د نورو له خوا وهڅول شي.

۹. ځکه دا زده کوي چې له کومو کسانو سره اړيکې وساتي.

۱۰. ځکه چې ماشومان له ذهني او عاطفي اړخه سمبالېږي.

۱۱. ځکه چې له ښلابښلو دودونو او رواجو نو سره بلدېږي.

۱۲. ځکه چې د کوربه توب اصول به په ښه توګه زده کړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان وله رټو؟

۱. ځکه چې پر ځان باور ته يې لوی زيان اړوي.

۲. ځکه چې د ماشوم ودې ته لويه صدمه رسوي.

۳. ځکه چې پر مور د ماشوم باور له مينځه وړي.

٤. ځکه چې له کورنۍ نه يې د لرېوالي لامل ګرځي.

۵. ځکه چې ماشوم په رټلو نور هم ورانکاری کېږي.

٦. ځکه چې په درس او لوست کې ستونزې پيدا کوي.

۷. ځکه چې رټنې، د ماشوم نوښتګري له مينځه وړي.

۸. ځکه چې رټنې ماشومان ګوښه او خپه کولی شي.

۹. ځکه چې ځان کم احساسوی او ګوښې ته کېږی.

۱۰. ځکه چې که ماشوم ورټو هغه هم نور کسان رټي.

۱۱. ځکه چې ښايي ماشوم ته اظطراب او خپګان پيدا شي.

۱۲. ځکه چې ښايي له کوره د ماشوم د تېښتې لامل شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم ته له کچې ډېره آزادي ورنه کړو؟

۱. ځکه چې د نورو په حریم باندې به تېری وکړي.
۲. ځکه چې د ماشومانو غوښتنې به ډېرې لوړې شي.
۳. ځکه چې تل به غواړي اطاعت او پیروي یې وشي.
٤. ځکه چې د خلاقیت او نوښت هڅه به ونه کړي.
۵. ځکه چې د ماشوم آزادي د هغه عواطف زیانمنوي.
٦. ځکه چې په دې سره ماشومان هم خواشینی کېږي.
۷. ځکه چې کېدای شي ځان بې ارزښته احساس کړي.
۸. ځکه چې ډېره آزادي د ماشوم د تنبلۍ لامل ګرځي.
۹. ځکه چې درسي چارې به په سم ډول سرته نه رسوي.
۱۰. ځکه چې ډېره آزادي یې غوښتنې ډېرې پورته بیایي.
۱۱. ځکه چې پر ټولنه حاکم اصول او قوانین به مات کړي.
۱۲. ځکه چې د ژوند له سختو ورځو سره به سم بلد نه شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د مور او پلار له طلاق وروسته ماشوم ارواپوه ته ورولو؟

۱. ځکه چې مور او پلار په خپلو ستونزو کې اخته کېږي.
۲. ځکه چې ډېرځله ماشومان د بېلتون لامل خپل ځان ګڼي.
۳. ځکه چې طلاق ماشوم ته د کمې احساس پیدا کوی شي.
٤. ځکه چې ماشوم زیان وینی او په ذهني فشار اخته کېږي.
۵. ځکه چې ډېرځله ماشومان د ژورخپګان یوه پړاو ته ځي.
٦. ځکه چې مور او پلار دواړه د ماشوم خپلولو غوښتنه کوي.
۷. ځکه چې د مور او پلار د بېلتون زغمل ورته ستونزمن وي.
۸. ځکه چې دا پربکړه نشي کولی چې له چا سره پاتې شي.
۹. ځکه چې ډېرځله د داسې ستونزو د تحلیل وړتیا نه لري.
۱۰. ځکه چې ښایي د اړیکو او زده کړو مخنیوی یې وکړي.
۱۱. ځکه چې د بېلابېلو ارواپي ګډوډیو تر ګوابښ لاندې وي.
۱۲. ځکه چې مور او پلار په داسې حالت کې مرسته نشي کوی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان پر تکنالوژۍ له روږدتیا څخه وژغورو؟

۱. ځکه چې ښایي ماشومان له حرکي پلوه وده ونه کړي.

۲. ځکه چې ماشومان له درسي پروګرامونو لرې ساتي.

۳. ځکه چې د شخصیت ټول اړخونه یې وده نشي کولی.

٤. ځکه چې ماشوم د تمرکز او هېرېدو ستونزه پیدا کوي.

۵. ځکه چې د ټکنالوژۍ ډېر زیانونه لا هم پټ پاتي دي.

٦. ځکه چې ټولنیزې اړیکې یې له ستونزو سره مخ کوي.

۷. ځکه چې وروسته بیا د دې عادت پرېښودل سختیږي.

۸. ځکه چې له نورو ګټورو لوبو څخه یې لرې ساتي.

۹. ځکه چې دا روږدتیا د ډېرو ذهني ګډوډیو لامل ګرځي.

۱۰. ځکه چې کېدای شی ورانکاري، بد ژبي او بد خوري شي.

۱۱. ځکه چې ماشوم د ښو کارو لږولو په ستونزه اخته کوي.

۱۲. ځکه چې په ماشومانو کې د خوب ستونزې پیدا کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم په مطالعه عادت کړو؟

۱. ځکه چې د ماشوم د لغاتو زېرمه لوړوي.

۲. ځکه چې ماشوم مو ډېر شیان زده کوي.

۳. ځکه چې د ماشوم مالومات تازه کېږي.

٤. ځکه چې په مطالعه باندې عادت کېږی.

٥. ځکه چې د بریا موقع په لاس ورځي.

٦. ځکه چې د ژوند ښه نمونه ټاکلی شي.

۷. ځکه چې مطالعه د انسان عمر ډېروي.

۸. ځکه چې د ماشوم پر ځان باور لوړوي.

۹. ځکه چې مطالعه ماشوم ته خوند ورکوي.

۱۰. ځکه چې ماشوم مینه ناک او صمیمي کوي.

۱۱. ځکه چې ډېر زیات مهارتونه به زده کړي.

۱۲. ځکه چې مطالعه د ژوند یوه اړتیا بلل کېږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان په کورنۍ دنده کې ټنبلي کوي؟

۱. ځکه چې ماشوم مو منظم درسي پروګرام نه لري.
۲. ځکه چې د ماشوم له ښوونکي مرسته نه غواړو.
۳. ځکه چې په کورنۍ دنده کې مرسته نه ورسره کوو.
٤. ځکه چې په نورو کارونو او چارو مو بوخت کړی.
٥. ځکه چې ټوله ورځ درس وایي او تفریح نه کوي.
٦. ځکه چې د لوست او تفریح وخت یې نه دی ښل.
۷. ځکه چې موږ له ببلابېلو لارو څخه ګټه نه اخلو.
۸. ځکه چې کله کله هغه ته ډالۍ په پام کې نه نیسو.
۹. ځکه چې تل مو پر ماشوم باندې فشارونه راوړي.
۱۰. ځکه چې عاطفي ستونزو ته یې نه شو رسېدلی.
۱۱. ځکه چې د کورنۍ فضا مو هوسا او خوښه نه ده.
۱۲. ځکه چې په دې اړوند له ارواپوه مرسته نه غواړو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم ته له ژوو سره اړیکې ورزده کړو؟

۱. ځکه چې انسانان هرکله له ژوو سره په اړیکه کې وي.
۲. ځکه چې له ماشوم سره مرسته او همکاري کولی شي.
۳. ځکه چې د رحم او مهربانۍ روحیه یې وده کولی شي.
٤. ځکه چې د ژوو ځوروني او وژنو کچه به کمه شي.
۵. ځکه چې له ژوو سره د عادت د مخنیوی لامل ګرځي.
٦. ځکه چې له ژوو سره د ناوړه چلند څخه مخنیوی کوي.
۷. ځکه چې له ژوو سره به د یو ژوندي په څېر چلند وکړي.
۸. ځکه چې د ژوو له جنګولو څخه په مو مخنیوی کړی وي.
۹. ځکه چې تاوتریخوالی او سادیستیکي کړنې به ونه کړي.
۱۰. ځکه چې وروسته به د ژوو له جنګولو نه خوند نه اخلي.
۱۱. ځکه چې په ذهن کې یې له ژوو څخه وېره له مینځه ځي.
۱۲. ځکه چې د ژوو په اړوند به څېړنې او تحقیق پیل کړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان له عسکري جامو سره علاقه پیدا کوي؟

۱. ځکه چې کله ناکله مور خپله عسکري جامي اغوندو.
۲. ځکه چې ډېرى مشهورې جامې عسکري رنګ لري.
۳. ځکه چې ښايي مور او پلار يې عسکري دنده ولري.
٤. ځکه چې په ډېرى فلمونو کې مرکزي ونډه نظامي وي.
٥. ځکه چې ماشومان د ځانګړي ژوند غوښتونکي دي.
٦. ځکه چې د جامو په ټاکنه کې مو نظر نه دى غوښتى.
۷. ځکه چې ماشوم ته مو نه ده ښودلې هره دنده جامې لري.
۸. ځکه چې تل مو ماشوم ته نظامي اتلان ورپېژندلي دي.
۹. ځکه چې د ښار شاوخوا نظامي انځورونه لګول شوي.
۱۰. ځکه چې بازار کې نظامي جامې ډېرې پیدا کېدای شي.
۱۱. ځکه چې د ماشوم ډېرى ملګرى نظامي جامې اغوندي.
۱۲. ځکه چې د ماشومانو لپاره د جامو ښې ښلګې نه لرو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان ډېرې غوښتنې کوي؟

۱. ځکه چې له خپل ماشوم څخه مو ډېره پیروي کړې.

۲. ځکه چې له کچې ډېره مرسته مو ورسره کړې.

۳. ځکه چې ددې ټولو کارونو لامل موږ مور او پلار یو.

٤. ځکه چې د کورنۍ ټول غړي ماشوم ته ډېر پام کوي.

۵. ځکه چې تل ماشومان له خپل ځان سره پرتله کوو.

٦. ځکه چې تل ماشومانو ته وخت نه؛ بلکې بډې ورکوو.

۷. ځکه چې کله کله ماشوم له ملګرو نه هم پښې کوي.

۸. ځکه چې موږ د ماشوم پرځای غوښتنې نه پوره کوو.

۹. ځکه چې ماشوم هر څه ویلي، موږ ورته اخیستي دي.

۱۰. ځکه چې په خپله ماشوم هم غوښتنې لوړې کړي دي.

۱۱. ځکه چې په دې اړوند یې له ښوونکي مرسته نه غواړو.

۱۲. ځکه چې ماشوم مو مسوولیت منونکی نه دی روزلی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان خپلې ستونزې چاته نه وايي؟

۱. ځکه چې ښايي له لويانو څخه ډېره وېره ولري.

۲. ځکه چې دا ماشومان په ځان پوره باور نه لري.

۳. ځکه چې څوک يې ستونزو ته پوره پام نه کوي.

٤. ځکه چې ښايي پخوا مو ستونزه نه وي حل کړي.

٥. ځکه چې ډېرى کورنۍ ماشومان نه درک کوي.

٦. ځکه چې ډېرى د ستونزو له ويلو څخه شرميږي.

۷. ځکه چې فکر کوي څوک به يې درک نه کړي.

۸. ځکه نور کسان يې وېروي چې خبرې ونه کړي.

۹. ځکه چې پخوا هم په همدې ډول کار رټل شوي.

۱۰. ځکه چې د ماشوم ستونزو ته ارزښت نه ورکوو.

۱۱. ځکه چې له ماشوم سره مو روغې اړيکې نه لرو.

۱۲. ځکه چې سوچ کوو ستونزه يې حل لاره نه لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ځینو ماشومانو استعداد وده نه کوي؟

۱. ځکه چې له زېږون څخه سمه پاملرنه نه ورته کېږي.
۲. ځکه چې له ماشومانو نه مو اړین ملاتړ نه دی کړی.
۳. ځکه چې د ماشوم د ودې له پړاوونو څخه خبر نه یو.
٤. ځکه چې د ماشوم عاطفي اړتیاوو ته پاملرنه نه کوو.
۵. ځکه چې د تشخیص په موخه یې ارواپوه ته نه ورولو.
٦. ځکه چې د ماشومانو د استعداد په اړه مطالعه نه لرو.
۷. ځکه چې ماشومانو ته ځانګړې زده کړې نه ورکوو.
۸. ځکه چې ډېرځله د ماشوم خبرو ته سم غوږ نه نیسو.
۹. ځکه چې ماشوم ته منظم درسي پروګرام نه جوړوو.
۱۰. ځکه چې ماشوم نه ننګوو تر څو لا نوره هڅه وکړي.
۱۱. ځکه چې د ماشومانو مسوولیتونه موږ سرته رسوو.
۱۲. ځکه چې د ماشوم استعداد او لېوالتیا سمه نه پېژنو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ماشوم په نومولو کې ډېر غور وکړو؟

۱. ځکه چې نوم د ماشوم د شخصیت یو لوی اړخ جوړوي.
۲. ځکه چې نوم د ماشوم پر ځان باور سره نېغه اړیکه لري.
۳. ځکه چې ماشوم په ډله کې، د ځان باوری احساس کوي.
٤. ځکه چې ماشوم له مانا لرونکي نوم سره ډېره وده کوي.
٥. ځکه چې د ماشوم نوم د درناوي او مینې لامل کېدی شي.
٦. ځکه چې نوم آن له جرمونو څخه د مخنیوي لامل ګرځي.
۷. ځکه چې ښه نوم د ماشوم حق دی او دا باید ورکړل شي.
۸. ځکه چې بد نوم ماشوم ته ټولنیزې ستونزې پیدا کولی شي.
۹. ځکه چې نوم د ماشوم د مینې، نوښت او خوښۍ لامل دی.
۱۰. ځکه چې له اروایي اړخه ماشوم ته ښه احساس ورکولی شي.
۱۱. ځکه چې نوم یا ماشوم ته وده ورکوی شي یا یې مخه نیسي.
۱۲. ځکه چې نوم آن د ماشومانو په لېوالتیا هم اغېز کولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان وهڅوو تر څو سپورټ وکړي؟

١. ځکه چې د بدن اضافه انرژي مصرف کولی شي.
٢. ځکه چې خوشاله، پیاوړی او خوښ ژوند به لري.
٣. ځکه چې د ماشوم غړو ته ډېره ښه وده ورکوي.
٤. ځکه چې د ماشوم پرځان باور سره مرسته کوي.
٥. ځکه چې د ماشومانو د بدن مقاومت لوړولي شي.
٦. ځکه چې د ماشوم له ذهني ودې سره مرسته کوي.
٧. ځکه چې د ماشومانو ذهني فشار راکمولی شي.
٨. ځکه چې ماشوم له آزاد فعالیت څخه خوند اخلي.
٩. ځکه چې سپورټ ماشومان درس ته چمتو کوي.
١٠. ځکه چې د ماشوم د ګروپي کار روحیه ډېروي.
١١. ځکه چې سپورټ د جسمي ودې مرستندوی دی.
١٢. ځکه چې د ماشومانو سپورټ کول ډېر خوښیږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان ډېر چاغيږي؟

۱. ځکه چې د ورځې ۵ تر ٦ ځله قوي خواړه خوري.

۲. ځکه چې خواږه او غوړ له اندازې ډېر خوري.

۳. ځکه چې له کوره بهر او تیار خواړه مصروفوي.

٤. ځکه چې خواړه د ماشوم په خوښه نه چمتو کوو.

۵. ځکه چې خواړه په نویو بڼو باندې نه چمتو کوو.

٦. ځکه چې ماشوم ته ۴۰ سلنه خواړه باید سابه وي.

۷. ځکه چې په ورځ کې دوه ځله میوه نه ورکوو.

۸. ځکه چې د ډېر وزن د زیان په اړه نه پوهیږوو.

۹. ځکه چې سپورټ په مهالویش کې نه ور شاملوو.

۱۰. ځکه چې ماشوم ته فیبر لرونکي خواړه نه ورکوو.

۱۱. ځکه چې په دې اړوند له ډاکټر څخه مرسته نه غواړو.

۱۲. ځکه چې ماشوم ته مو وړې وړې ګولې نه ورکوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان له ټکنالوژۍ سره ډېره علاقه لري؟

۱. ځکه چې هغوی دا شیان د بوختیا لوی وسایل ګڼي.

۲. ځکه چې د لوبو کولو لپاره یې بهر ته نه پرېږدو.

۳. ځکه چې نوي او جالب رنګونه او غږونه لري.

٤. ځکه چې غواړي له خپل چاپېریال نه لرې شي.

۵. ځکه چې ماشوم پرې روږدی او ټرل شوی دی.

٦. ځکه چې د کورنۍ له نورو غړو څخه پېښې کوي.

۷. ځکه چې فکر کوي د وخت تېرولو ښه لاره ده.

۸. ځکه چې د کورنۍ له اصولو څخه پیروي نه کوي.

۹. ځکه چې له ارواپي اړخه زیان ویني او نه پوهېږي.

۱۰. ځکه چې مغز ته یې زیان اړوي، خو نه پوهېږي.

۱۱. ځکه چې موروپلار ماشومانو ته وخت نه ورکوي.

۱۲. ځکه چې موروپلار له ماشومانو سره لږ مینه کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان خبرو ته غوږ نه نیسي؟

۱. ځکه چې مور افراطي د هغه خبرو ته غوږ نیولی.

۲. ځکه چې ښایي له خپل مور او پلار څخه پېښې کوي.

۳. ځکه چې ماشوم ته د خبرو پوره وخت نه ورکوو.

٤. ځکه چې غواړي مور او پلار یې پاملرنه ورته وکړي.

٥. ځکه چې ښایي مور او پلار په ماشوم چغې وروهي.

٦. ځکه چې ښایي کومه ځانګړې ارواییي ستونزه ولري.

۷. ځکه چې مور او پلار یې ډېر رټي، وهي او سپکوي.

۸. ځکه چې ښه او مناسب الفاظ مو نه دي ورته کارولي.

۹. ځکه چې کله کله د کینې له امله داسې کانې کوي.

۱۰. ځکه چې د ماشوم خبرو ته مو ډېر پام نه دی کړی.

۱۱. ځکه چې د ماشومانو له ښوونکو مرسته نه غواړو.

۱۲. ځکه چې د ستونزې په اصلي حل یې فکر نه کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان له خپلو وسایلو ساتنه نه کوي؟

۱. ځکه چې ماشومان تر اوسه په دې اړوند سم نه دي پوه شوي.

۲. ځکه چې مور او پلار هم د کورنۍ له وسایلو سمه ساتنه نه کوي.

۳. ځکه چې دا ستونزه په ډېرې ماشومانو کې شته او باید ویې منو.

٤. ځکه چې ماشوم ته مو له خپلو وسایلو ساتنه نه ده ور زده کړې.

٥. ځکه چې موږ ډېرځله وسایلو ته له ماشومه ډېر ارزښت ورکوو.

٦. ځکه چې ماشوم نه پربردو تر څو د خپلو وسایلو په قدر پوه شي.

۷. ځکه چې ماشوم نه پوهېږي چې څه د څه لپاره او څنګه وکاروي.

۸. ځکه چې ماشوم ته مو د نظم او ساتنې په اړه څه نه دي ورښولي.

۹. ځکه چې ماشوم مو خپله نه دی پرېښې چې دا ستونزه درک کړي.

۱۰. ځکه چې په دې اړه مو د ماشوم له ښوونکي مرسته نه ده غوښتې.

۱۱. ځکه چې ډېرځله مو له ماشوم سره د مرستې پر ځای نصیحت کړې.

۱۲. ځکه چې نه مو دي ورته ویلي چې دا وسایل یواځې ستا لپاره دي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم ته وسواس پیدا کېږي؟

۱. ځکه چې ښایي وسواس یې له موږ نه زده کړی وي.

۲. ځکه چې په وسواسي بڼه له ماشومانو پوښتنې کوو.

۳. ځکه چې ښایي ډېر قوانین مو پرې وضع کړي وي.

٤. ځکه چې د هیجانونو د تشولو لپاره وخت نه ورکوو.

٥. ځکه چې ماشومان د وسواس له زیانه خبر نه دي.

٦. ځکه چې ښایي دوستان او ملګري یې وسواس ولري.

۷. ځکه چې ښایي موږ مور او پلار په خپله وسواس ولرو.

۸. ځکه چې له وسواس نه د لرېوالي لاره نه ورته ښیو.

۹. ځکه چې ښایي زموږ ماشوم هره څه پوره وغواړي.

۱۰. ځکه چې ماشوم ته مو منظم پروګرام نه دی جوړ کړی.

۱۱. ځکه چې خپل ماشوم مو په کار بوخت نه دی ساتلی.

۱۲. ځکه چې د ماشوم مسلکي درملنه مو نه ده پیل کړې.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ماشوم کلیزه ولمانځو؟

۱. ځکه چې ماشوم په دې کار د ارزښت احساس کوي.
۲. ځکه چې ماشومان ډېر ځله ټولنیز مراسم خوښوي.
۳. ځکه چې له نورو سره د ماشوم اړیکې رغوی شي.
٤. ځکه چې له بده مرغه د تفریح لپاره موقع نه لري.
٥. ځکه چې ماشوم یې لمانځلو سره ډېره علاقه لري.
٦. ځکه چې پرته له دې به د ناهیلۍ احساس پیدا کړي.
۷. ځکه چې د ماشوم لپاره یوه سمه او ښه بوختیا ده.
۸. ځکه چې دا نمانځنې ډېرځله مثبتې پایلې هم لري.
۹. ځکه چې د ماشوم پر ذهن باندې مثبت اغېز کوي.
۱۰. ځکه چې له ملګرو سره یې اړیکې ښې کولی شي.
۱۱. ځکه چې ماشوم ټول کال دې ورځې ته په تمه وي.
۱۲. ځکه چې ماشوم ته د ملګرو د موندنې موقع ورکوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان په مینډو پورې تړلي (وابسته) کېږي؟

۱. ځکه چې مینډې یې هم له ماشوم سره تړلې دي.

۲. ځکه چې مینډې د ماشوم هره چاره سر ته رسوي.

۳. ځکه چې مینډې د تړاو له منفي پایلو خبرې نه دي.

٤. ځکه چې مینډې خپلو ماشومانو ته ډېر ناز ورکوي.

۵. ځکه چې له خپل ماشوم نه ډېره زیاته پیروي کوي.

٦. ځکه چې له کچې ډېر له ماشومانو څخه ساتنه کوي.

۷. ځکه چې مور د ماشومانو ټولې اړتیاوې پوره کوي.

۸. ځکه چې مور له ماشوم سره ډېره زیاته عاطفي وي.

۹. ځکه چې مینډې د ماشوم د خپلواکۍ هڅې نه کوي.

۱۰. ځکه چې مینډې خپل ماشومان وړکتون ته نه لیږي.

۱۱. ځکه چې کېدای شي تر ٦ کلنۍ پورې عادي مسله وي.

۱۲. ځکه چې ډېرې افغان مینډې په دې اړه پوهه نه لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان له قانون او اصولو پیروي نه کوي؟

۱. ځکه چې ماشومان ذاتاً آزاد او خپلواکي خوښوي.
۲. ځکه چې مور او پلار هم اصول تر پښو لاندې کوي.
۳. ځکه چې ماشوم ته مو سالمه روزنه نه ده ورکړې.
٤. ځکه چې مور او پلار ماشومان تر پوښتنو لاندې راولي.
٥. ځکه چې ډېری ماشومان له قانونه سرغړونه خوښوي.
٦. ځکه چې له خپلو ټولګیوالو او ملګرو نه یې زده کوي.
۷. ځکه چې مور او پلار ماشومان له نورو سره پرتله کوي.
۸. ځکه چې د ماشوم له ښوونکي څخه مرسته نه غواړو.
۹. ځکه چې ډېر ځله خپله هم د دې بی قانونیو لامل یو.
۱۰. ځکه چې اصول او نظم مو ماشومانو ته نه تشریح کوو.
۱۱. ځکه چې ماشومان په ښو او بدو باندې نه دي پوهېدلي.
۱۲. ځکه چې د روزنې له معیاري لارو څخه ګټه نه اخلو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په ګنهو کورنیو کې ماشومانو ته زیان اوړي؟

۱. ځکه چې ماشومان د هویت له کړکیچ سره مخ کیږي.
۲. ځکه چې په ګنهو کورنیو کې ماشومان زښته ډېر وي.
۳. ځکه چې په ګنهو کورنیو کې له ماشوم ډېر ملاتړ کیږي.
٤. ځکه چې ماشومان په نورو تړلي (وابسته) روزل کیږي.
٥. ځکه چې ډېرځله د ګنهو کورنیو ماشومان ورانکاري وي.
٦. ځکه چې له ذهني او عاطفي اړخه روغ نه روزل کیږي.
۷. ځکه چې په لویو کورنیو کې به ناسالم رقابت زده کړي.
۸. ځکه چې د مور او پلار روغې ځانګړنې نشي کاپي کولی.
۹. ځکه چې د ماشومانو اړتیاوې پکې پوره کېدای شي.
۱۰. ځکه چې ښایي ماشوم بدخویه او بد چاری وروزل شي.
۱۱. ځکه چې د ګنهو کورنیو مور او پلار ماشوم ته وخت نه لري.
۱۲. ځکه چې کله کله ماشومان ټولنیز آداب سم نشي زده کولی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په ماشوم جنسي تېری کېږي؟

۱. ځکه چې ماشوم ته مو جنسي زده کړې نه دي ورکړې.

۲. ځکه چې د مور او پلار له خوا ملګري نه څېړل کېږي.

۳. ځکه چې د ماشوم پر خپلوانو له کچې ډېر باور کېږي.

٤. ځکه چې مور او پلار خپله جنسي زده کړه حرامه ګڼلې.

۵. ځکه چې د ماشومانو انټرنېټي اړیکې سمې نه څارو.

٦. ځکه چې ماشوم مو د کورنۍ په نیږدې خپلوانو سپارو.

۷. ځکه چې ماشوم ته مو د تېښتې لارې نه دي ور ښودلي.

۸. ځکه چې د ماشوم پر وړاندې جنسي کړنې سرته رسوو.

۹. ځکه چې ماشوم مو په کور او لاره یوازې پرېښی دی.

۱۰. ځکه چې له ماشوم سره مو اړیکې ښې او روغې نه دي.

۱۱. ځکه چې ښوونځی او وړکتون یې له کور څخه لرې دی.

۱۲. ځکه چې په ذهن کې د داسې پېښو وړاندوینه نه کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم ښکل کړو او ویې نازوو؟

۱. ځکه چې دا د ماشوم عاطفي اړتیاوې پوره کوي.

۲. ځکه چې په دې سره ماشوم ځان امن احساسوي.

۳. ځکه چې د ماشوم پر جسمي روغتیا اغېز کوي.

٤. ځکه چې د ماشوم هیجاني هوښ ته وده ورکوي.

۵. ځکه چې ماشوم په ځان باوري او پیاوړی راولي.

٦. ځکه چې د میندو د اندروفین هورمون د ترشح لامل ګرځي.

۷. ځکه چې د ماشوم په درسونو کې مرسته کولی شي.

۸. ځکه چې ماشوم د ډېرې ارزښتمندۍ احساس کوي.

۹. ځکه چې د ماشوم په هوساینه کې خورا مرسته کوي.

۱۰. ځکه چې د ماشوم راتلونکې اروایي روغتیا ژغوري.

۱۱. ځکه چې که یې ښکل نه کړو وېره او کینه کوي.

۱۲. ځکه چې ښکلول ماشوم ښکلی او خوږ ساتلی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مور او پلار د ماشوم ارواپوهنه ولولي؟

١. ځکه چې د ودې په روغو لارو باندې به پوه شي.

٢. ځکه چې د ودې له ښلابښلو اړخونو به خبر شي.

٣. ځکه چې د ارواپوهنې په لوست به ماشوم ومني.

٤. ځکه چې نوي او علمي مهارتونه به زده کړي.

٥. ځکه چې له ماشوم سره به يې اړيکې ښې شي.

٦. ځکه چې هوښ او استعداد به يې ښه وده وکړي.

٧. ځکه چې له ښلابښلو ځانګړنو سره به ښه بلد شي.

٨. ځکه چې ستونزې به يې په آسانۍ سره حل کړي.

٩. ځکه چې د ماشوم هيجانونه به درک کړلی شي.

١٠. ځکه چې پرونې او ننني ماشومان توپير سره لري.

١١. ځکه چې له ارواپوهنې ګټه نه به مخنيوی وکړي.

١٢. ځکه چې د انسانانو تر مينځ له فردي توپيرونو نه خبريږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان له ځينو ژوو ځخه وېرېږي؟

۱. ځکه چې د کورنۍ غړي ماشوم وېروي.

۲. ځکه چې په ذهن کې ژوي ناسم انځوروي.

۳. ځکه چې ماشومان به ژوي سم نه پېژني.

٤. ځکه چې ښايي ماشوم مو اضطراب ولري.

٥. ځکه چې وېره او ذهني فشار يې نه ځپو.

٦. ځکه چې ماشوم ته مو وېره ور زده کړې ده.

۷. ځکه چې ډارن ملګري لري او له ژوو وېريږي.

۸. ځکه چې مور او پلار وېريږي او دا يې لامل دی.

۹. ځکه چې ځيني ژوي په ماشومانو حمله کوي.

۱۰. ځکه چې کورنۍ يې له ژوو سره بد چلند کوي.

۱۱. ځکه چې د ماشوم حساسيت مو نه دی ور ځپلی.

۱۲. ځکه چې د خلاصون لاره مو نه ده ورښودلې.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم خواړه نه خوري؟

۱. ځکه چې د ګټو او اغېزو په اړوند نه ورته وایو.

۲. ځکه چې په ښاري او باندنیو خوړو عادت شوی.

۳. ځکه چې د لوبڼې په زیانونو یې سم نه پوهوو.

٤. ځکه چې له ماشوم څخه زښت ډېر اطاعت کوو.

۵. ځکه چې د ماشوم خوړو ته منظمو پلان نه لرو.

٦. ځکه چې له ماشوم څخه د خوړو پوښتنه نه کوو.

۷. ځکه چې د ماشوم دا مسایل راته لومړیتوب نه دي.

۸. ځکه چې د خوړو په چمتو کولو کې ونډه نه لري.

۹. ځکه چې د خوړو د پېرلو لپاره ماشوم نه بیایو.

۱۰. ځکه چې عادت دي او د پرېښودو مرسته نه کوو.

۱۱. ځکه چې له مور او پلار سره ستونزه لري او دا کار کوي.

۱۲. ځکه چې ښایي ستونزې مو نه وي ورته حل کړې.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان ښه عادتونه نه زده کوي؟

۱. ځکه چې ماشوم هغه څه کوي چې په خوښه يې وي.

۲. ځکه چې ښه عادتونه د مور او پلار حوصله غواړي.

۳. ځکه چې مور او پلار ماشوم ته په زور عادت ورکوي.

٤. ځکه چې ډېرى ميندې او پلرونه خپله بد عادتونه لري.

٥. ځکه چې مور او پلار نه پوهيږي چې روزنه اسانه ده.

٦. ځکه چې ماشومان ډېر ځله په ښه او بد نه پوهيږي.

۷. ځکه چې د بدو عادتونو د زيان په اړه خبرې نه کوو.

۸. ځکه چې له ښه عادت څخه وروسته يې ښه نه هڅوو.

۹. ځکه چې د ښو عادتونو زده کول لويانو ته سخت وي.

۱۰. ځکه چې د ماشوم له اړواپوه نه مو مرسته نه ده غوښتې.

۱۱. ځکه چې ډېرى کورنۍ د عادتونو په بدلون باور نه لري.

۱۲. ځکه چې د هر فکر او عادت زده کول مياشتې غواړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم له نورو ماشومانو سره نه ملګری کېږي؟

۱. ځکه چې پخوا د مور او پلار له لورې وېرول شوی.

۲. ځکه چې ماشوم له مور او پلار سره ډېر عادت دی.

۳. ځکه چې ماشوم له ملګرو څخه ښه خاطره نه لري.

٤. ځکه چې مور و پلار ورسره ښه مرسته نه ده کړې.

۵. ځکه چې نه پوهيږي ملګری د ژوند يوه اړتيا ده.

٦. ځکه چې ښايي ګوښه والی او ژورخپګان به ولري.

۷. ځکه چې د اړيکو مهارتونو يې سمه وده نه ده کړې.

۸. ځکه چې له ماشوم سره مو ډله ييزې لوبې نه دی کړې.

۹. ځکه چې د ارزښت په اړوند يې څه نه ورته وايو.

۱۰. ځکه چې دا يوه لويه ستونزه ده او لاملونه يې نه لټوو.

۱۱. ځکه چې د يوازيتوب له زيان څخه سم نه يو خبر.

۱۲. ځکه چې مور او پلار يې هم ډېر او ښه ملګري نه لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان زورواکي کوي؟

۱. ځکه چې ښايي ناوړه ټلويزيوني خپرونې به ګوري.

۲. ځکه چې له همداسې نورو ملګرو سره اړيکې لري.

۳. ځکه چې کورنۍ ماشوم ته ديکتاتوري ور زده کوي.

٤. ځکه چې له مور او پلار څخه يو يې ديکتاتوري کوي.

٥. ځکه چې ځيني کورنۍ فکر کوي دا به مثبته کار وي.

٦. ځکه چې ځيني بيا فکر کوي دا پر ځان لوړ باور دی.

۷. ځکه چې په لومړيو کې مو ماشومان نه دي هڅولي.

۸. ځکه چې نه پوهيږو ديکتاتوري ماشوم ته زيان رسوي.

۹. ځکه چې ځيني کورنۍ يې غځېدل ډېر جدي نه نيسي.

۱۰. ځکه چې تل له ماشوم سره په تاوتريخوالي چلند کوو.

۱۱. ځکه چې ماشوم نه پوهيږي ملګري له لاسه ورکوي.

۱۲. ځکه چې د ماشوم له ارواپوه څخه مرسته نه غواړو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومانو ته درناوی وروښيو؟

۱. ځکه چې د ټولنې يو ډېر مهم اصل ګڼل کېږي.

۲. ځکه چې بل ماشوم يې هم ترې زده کوی شي.

۳. ځکه چې د ماشوم د عاطفي ودې لامل ګرځي.

٤. ځکه چې د ماشوم پر ځان باور لوړولی شي.

۵. ځکه چې درناوی په کورنۍ کې يو دود ګرځي.

٦. ځکه چې خوښي، انرژی او جرئت ورکوي.

۷. ځکه چې له ځان درناوي سره به يې مرسته کوي.

۸. ځکه چې د مور او پلار خبرو ته به غوږ ونيسي.

۹. ځکه چې ماشومان او لويان درناوي ته اړتيا لري.

۱۰. ځکه چې که ماشوم ته درناوی وشي نو ښت کوي.

۱۱. ځکه چې په دې ډول به يې سالمه روزنه وشي.

۱۲. ځکه چې درناوی او مينه دواړه نښتي موارد دي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني ماشومان وېرېږي؟

۱. ځکه چې خپله مور يې ډېر د وېرې لامل ګرځو.

۲. ځکه چې وېره يې منطقي نه ده او نه ورته وايو.

۳. ځکه چې د له مينځه وړلو لپاره مو نه دی هڅولی.

٤. ځکه چې د وېرې پر وړاندې يې حساسيت نه ځپو.

٥. ځکه چې له ماشوم سره مو په مينه چلند نه دی کړی.

٦. ځکه چې ماشوم مو پر ځان نه دی باورمند کړی.

۷. ځکه چې د وېرې لامل مو نه دی ورسره پيدا کړي.

۸. ځکه چې وېروونکي فلمونه او صحنې ګوري.

۹. ځکه چې مور وېرېږو او ماشوم يې هم زده کوي.

۱۰. ځکه چې د ماشوم ستونزې مو نه دي حل کړي.

۱۱. ځکه چې د وېرې لاملونه مو له مينځه نه دي وړی.

۱۲. ځکه چې ماشوم مو نه پوهېږي يا مالومات نه لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم بدې خبرې کوي؟

۱. ځکه چې د ماشوم خبرو ته مو غوږ نه دی نیولی.

۲. ځکه چې کله کله یې له نورو ماشومانو زده کوي.

۳. ځکه چې غواړي د نورو پام ځان ته راواړوي.

٤. ځکه چې ماشومان نه پوهیږي چې دا بد کار دی.

٥. ځکه چې له ببلابیلو حل لارو څخه کار نه اخلو.

٦. ځکه چې ماشوم ته په منظم ډول کیسې نه لولو.

۷. ځکه چې موږ په خپله دا ستونزه جدي نه نیسو.

۸. ځکه چې یوازې د سپکاوي لاره مو غوره کړې.

۹. ځکه چې په لومړیو کې مو ورته خندلي دي.

۱۰. ځکه چې موږ خپله هم یو بل ته بد الفاظ کاروو.

۱۱. ځکه چې تل یې په خپل چاپیریال کې اوري.

۱۲. ځکه چې په بدو خبرو ویلو مو نه دی رټلی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان له وړکتون نه وېرېږي؟

۱. ځکه چې له هر چاپېریال سره مخ کېدل ورته سخت وي.

۲. ځکه چې په وړکتون کې مسلکي چلند نه ورسره کېږي.

۳. ځکه چې فکر کوي وړکتون یې د یوازیتوب لامل دی.

٤. ځکه چې په کور کې یوازې وو او نور ماشومان نه خوښوي.

۵. ځکه چې فکر کوي تر سختو اصولو لاندې راغلی دی.

٦. ځکه چې ځینو کورنیو پخوا له وړکتون څخه وېرولی.

۷. ځکه چې په وړکتون کې وهل شوی او ځورول شوی.

۸. ځکه چې کله کله په وړکتون کې پوره پاملرنه نه کېږي.

۹. ځکه چې ښایي له ماشوم سره د بندي په څېر چلند وشي.

۱۰. ځکه چې ځینې ماشومان خو د بېلتون اضطراب هم لري.

۱۱. ځکه چې افغان وړکتونونه یو مسلکي اړوا̀پوه نه لري.

۱۲. ځکه چې کله کله د وړکتون قوانین د وېرې لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځینې ماشومان په کارتوني فلمونو روږدي کېږي؟

۱. ځکه چې ځینې کورنۍ ماشوم په کارتوني کراروي.

۲. ځکه چې نورې لوبې مو له ماشوم سره نه دي کړي.

۳. ځکه چې کورنۍ د کارتون په زیان نه دي خبرې.

٤. ځکه چې موږ ډېر فلم ګورو او ماشوم زده کوي.

٥. ځکه چې ملګرو یې د کارتون لیدلو ته هڅولي دي.

٦. ځکه چې کورنۍ یې د روږدتیا به زیان نه پوهیږي.

۷. ځکه چې په کارتوني بوختول زیان نه راته ښکاري.

۸. ځکه چې ماشوم ته مو مهالویش نه دی جوړ کړی.

۹. ځکه چې د وخت مدیریت مو نه دی ور زده کړی.

۱۰. ځکه چې نورې بوختیاوې نه دي ورته چمتو شوي.

۱۱. ځکه چې په پیل کې مو جدي پام نه دی ورته کړی.

۱۲. ځکه چې ښایي په نورو لوبو کې یې زیان لیدلی وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان له ګېم سره عادت پیدا کوي؟

۱. ځکه چې ځینې کورنۍ فکر کوي ډېر ورته ګټور دی.

۲. ځکه چې ډېرې ماشومان یې له کورنۍ څخه زده کوي.

۳. ځکه چې د ماشوم له خوا د ګېم له زیانونو نه یو خبر.

٤. ځکه چې ماشوم ته مو سمه بوختیا نه ده برابره کړې.

۵. ځکه چې له ماشوم سره مو په خپله لوبې نه دي کړې.

٦. ځکه چې ماشوم ته مو منظم مهالویش نه دی جوړ کړی.

۷. ځکه چې خپله مو هم ماشوم ته سم وخت نه دی ورکړی.

۸. ځکه چې د ګېم د بدو پایلو په اړه ماشوم ته څه نه وایو.

۹. ځکه چې ځینې خو اروایي ستونزې لري او ګېمونه وهي.

۱۰. ځکه چې ځینې ماشومان د ټنبلۍ له امله هم ګېمونه وهي.

۱۱. ځکه چې کله کله ماشوم په ګیمونو خپل هیجانونه تشوي.

۱۲. ځکه چې ځینې ماشومان یوازې دي او ملګري نه لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان د مرګ په اړه پوښتنې کوي؟

۱. ځکه چې ماشومان په ټوله کې پلټونکي دي.

۲. ځکه چې د مرګ په اړوند مالومات نه لري.

۳. ځکه چې ښايي له مرګ نه وېرول شوی وي.

٤. ځکه چې مور يې په خپله له مرګ نه وېرولی دی.

٥. ځکه چې پوښتنو ته مو ځواب نه دی ورکړی.

٦. ځکه چې ښايي له يوازيتوب څخه وېرېدلی وي.

۷. ځکه چې مړي وېرېدونکي ورته تشريح شوي.

۸. ځکه چې خونړي فلمونه او پروګرامونه ګوري.

۹. ځکه چې د خپلوانو مرګونه پرې تېر شوي دي.

۱۰. ځکه چې په کور کې د مرګ په اړه خبرې کوو.

۱۱. ځکه چې د مرګ د کلیمې په اوږدو بل چلند کوو.

۱۲. ځکه چې په وطن کې هره ورځ مرګونه کېږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني ماشومان ضد کوي؟

۱. ځکه چې ماشومان مو له حده ډېر نازولي دي.

۲. ځکه چې د دې کار اصلي لامل مو نه دی پلټلی.

۳. ځکه چې ښايي د ضد کولو پر مهال مو هڅولی وي.

٤. ځکه چې محروميت لري او نه يې ور رفعه کوو.

٥. ځکه چې نه مو دي ويلي چې کار يې ناوړه دی.

٦. ځکه چې کله خو يې خپله هم د ضد کولو لامل يو.

۷. ځکه چې د غوصې تشولو موقع مو نه ده ورکړې.

۸. ځکه چې له وهلو ډبولو مو مخنيوی نه دی کړی.

۹. ځکه چې له لويو ماشومانو يې زده کړي او ضد کوي.

۱۰. ځکه چې د ماشوم کارونه مو سم نه دي منظم کړي.

۱۱. ځکه چې د ښو کړنو په کولو ته مو هم نه دی هڅولی.

۱۲. ځکه چې ماشوم چې هر څه ويلي مورِ عملي کړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم ګونبه ګونبه کيږي؟

۱. ځکه چې په پرلپسې ډول يې خبرو ته غوږ نه ږدو.

۲. ځکه چې له ماشوم سره په مينه او مهربانۍ چلند نه کوو.

۳. ځکه چې له ماشوم سره له خبرو اترو نه مخنيوی کوو.

٤. ځکه چې د خپل ماشوم په هوساينه کې هڅه نه کوو.

٥. ځکه چې نه مو دي ورته ويلي چې ارزښت راته لرې.

٦. ځکه چې د ټولنيزو چارو پر مهال مو نه دی هڅولی.

۷. ځکه چې د ګناه احساس کوي او وجدان يې نارامه دی.

۸. ځکه چې د ماشوم ښو او مثبتو اړخونو ته پام نه کوو.

۹. ځکه چې د ماشومانو تر مينځ مساواتو ته پام نه کوو.

۱۰. ځکه چې ښايي ماشوم مو ناهيلی او ناامېده شوی وي.

۱۱. ځکه چې له علمي او سمو لارو څخه ګټه نه اخلو.

۱۲. ځکه چې ښايي ماشوم په ژورخپګان اخته شوی وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني ماشومان دروغ وايي؟

١. ځکه چې د دروغو ويلو له زيانونو څخه نه دي خبر.

٢. ځکه چې په خپله مور او پلار يې هم دروغ ويلي دي.

٣. ځکه چې د دروغو په اصلي انګېزو يې نه يو خبر.

٤. ځکه چې په پيل کې مو د دروغو مخه نه ده نيولې.

٥. ځکه چې په پرېښودو کې مو ښه مرسته نه ده کړې.

٦. ځکه چې د حقيقت به ارزښت مو ښه نه دی پوه کړی.

٧. ځکه چې خپله مو د دروغو ويلو ته لار هواره کړې.

٨. ځکه چې غوصه مو کړې، خو سم مو نه دي روزلي.

٩. ځکه چې د سالم او ښه فکر وخت مو نه دی ورکړی.

١٠. ځکه چې له ماشوم څخه مو ډېرې غوښتنې کړي دي.

١١. ځکه چې له دروغجنو ماشومانو سره ملګري شوي.

١٢. ځکه چې په يوازې توګه مو خبرې نه دي ورسره کړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له ماشوم څخه ډېره پېروي ونه کړو؟

١. ځکه چې ماشوم مو په خپل ځان کاذب باور پیدا کوي.

٢. ځکه چې ماشوم له شخصیتي اړخه سمه وده نه کوي.

٣. ځکه چې په دې کار سره بې مسوولیته روزل کېږي.

٤. ځکه چې ډېره پېروي یې د نوښت وړتیا له مینځه وړي.

٥. ځکه چې په کړنو کې یې ببلابېلې ګډوډی پیدا کېږي.

٦. ځکه چې ډېری ماشومان له همدې امله ورانکاري کېږي.

٧. ځکه چې د ډېرې پېروی له امله غوښتونکی کېږي.

٨. ځکه چې ماشومان به مو بیا سم غوږ نه راته نیسي.

٩. ځکه چې ښایي په مور او پلار پورې ډېر تړلي وي.

١٠. ځکه چې ډېره پېروي به یې په ځان ډېر مین کړي.

١١. ځکه چې ماشومان دا زده کوي چې غوښتونکي شي.

١٢. ځکه چې د وړکتون او ښوونځي له چارو پاتې کېږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان ونه ډبول شي؟

۱. ځکه چې خپله ورانکاري به نوره هم ډېره کړي.
۲. ځکه چې د ماشوم وده کمزورې او ننګولی شي.
۳. ځکه چې د احساساتو ویلو مخنیوی به یې وکړي.
٤. ځکه چې بیا به لرېوالی له مور ځخه غوره ګڼي.
٥. ځکه چې د ماشوم پر ځان باور به را ټیټ کړي.
٦. ځکه چې ماشوم به بیا نور ماشومان هم ووهي.
۷. ځکه چې ماشوم وهلو ته نه؛ حل لارو ته اړتیا لري.
۸. ځکه چې ماشوم به جسمي او ارواپي تروما وویني.
۹. ځکه چې ماشوم له مور او پلار ځخه کرکه پیدا کوي.
۱۰. ځکه چې وروسته بیا خپل هیجانونه په وهلو تشوي.
۱۱. ځکه چې د ماشوم ډبول د تاوتریخوالي یوه بڼه ده.
۱۲. ځکه چې ماشوم به ځان کم او ګوښه احساس کړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم ناکراري کوي؟

١. ځکه چې غواړي په کافي اندازه پام ورته وشي.

٢. ځکه چې اړتياوو او غوښتنو ته يې پام نه کېږي.

٣. ځکه چې ناکراري د ماشومتوب يوه ځانګړنه ده.

٤. ځکه چې هلکان په ماشومتوب کې ناکرار وي.

٥. ځکه چې ښايي کومه ځانګړې خواشيني ولري.

٦. ځکه چې ښايي کافي مينه مو نه وي ورسره کړي.

٧. ځکه چې ډېرځله ماشوم د امنيت احساس نه کوي.

٨. ځکه چې ښايي له کومې اروايي ستونزې ځوړېږي.

٩. ځکه چې مور خپله بد او غوصه ناک مور او پلار يو.

١٠. ځکه چې له مور پرته ورته بل ځوک پام نه کوي.

١١. ځکه چې ښايي له جنسي اړخه ځورول شوی وي.

١٢. ځکه چې ښايي کوم وېروونکی خوب يې ليدلی وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم اوږدمهاله رخصتي ونه کړي؟

۱. ځکه چې ورځني پروګرامونه يې بې نظمه کېږي.
۲. ځکه چې نوی چاپېريال يې غوښتونکی کوی شي.
۳. ځکه چې بيا به له درسونو لرې او ورانکاری شي.
٤. ځکه چې ښايي بې پروا، تنبل او بې مسوولیته شي.
٥. ځکه چې ښايي د خوړو او اشتها په ستونزه اخته شي.
٦. ځکه چې له تفریح او مور او پلار سره به وتړل شي.
۷. ځکه چې ماشوم وروسته له تفریح ستونزمن کېږي.
۸. ځکه چې بيا ژر د وړکتون اصولو ته غاړه نه ږدي
۹. ځکه چې ښايي بې حرکته، سست او کمزوری شي.
۱۰. ځکه چې د وړکتون مهالوېش يې شاته پاتې کېږي.
۱۱. ځکه چې ماشومان په بازاري خوړو عادت کېږي.
۱۲. ځکه چې ښايي د خوب پر ګډودی، باندې اخته شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم ته رنګ لرونکي خواړه ور نه کړو؟

۱. ځکه چې ماشوم په غیر نورمال ډول فعالولی شي.
۲. ځکه چې ښایې د سرطاني ناروغیو لامل هم شي.
۳. ځکه چې د ماشوم اشتها به مو ډېره ژر کمه کړي.
٤. ځکه چې د شپې له لوري تشناب ته تلل یې ډېروي.
٥. ځکه چې رنګونه له نفتو او کیمیاوي موادو جوړیږي.
٦. ځکه چې اندام یې خراب او وزن یې ډېروی شي.
۷. ځکه چې د ماشوم د اروایي ګډوډیو لامل ګرځي.
۸. ځکه چې ماشومان کله په یو کله په بل حال کوي.
۹. ځکه چې رنګه توکي د ماشوم ځیګر ته زیان رسوي.
۱۰. ځکه چې په رنګ لرونکو خوړو روږدي کېدی شي.
۱۱. ځکه چې د ماشوم په معده کې ستونزې پیدا کوي.
۱۲. ځکه چې ماشوم ته هورموني ستونزې پیدا کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم د شپې له لوري متیازې کوي؟

۱. ځکه چې د ماشوم د مایعاتو ځنبل سم نشو ځارلی.
۲. ځکه چې ماشوم ته کافیین لرونکي مایعات ورکوو.
۳. ځکه چې له خوب نه وړاندې یې تشناب ته نه بیایو.
٤. ځکه چې د شپې له لوري د تشناب څراغ نه روښانوو.
۵. ځکه چې یوازې د ورځې اوبه نه ورکوو.
٦. ځکه چې له ماشوم سره هوسا او په صبر چلند نه کوو.
۷. ځکه چې له سپکاوي او رټلو یې مخنیوی نه کوو.
۸. ځکه چې کېدای شي مور او پلار یې وهي او ډبوي.
۹. ځکه چې ښایي ماشوم د بیلتون ډار او وېره ولري.
۱۰. ځکه چې له ماشوم څخه د ګناه احساس نه لرې کوو.
۱۱. ځکه چې د ماشوم وسواس او ذهني فشار نه راکموو.
۱۲. ځکه چې ښایي پټ لامل شته وي چې ځوروي یې.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم د لوبو له وسایلو سره ډېر خوی اخلي؟

۱. ځکه چې وسایل د ماشوم د آرامولو په موخه کاروو.
۲. ځکه چې ماشوم مو یاد وسایل سپېځلي او پاک ګڼي.
۳. ځکه چې ډېر د یوه ښه ملګري په توګه ورته ګوري.
٤. ځکه چې ښایي وسایل به ماشوم ته ښه غوږ نیسي.
٥. ځکه چې تر شپږ کلنۍ له وسایلو سره عادت عادي وي.
٦. ځکه چې د وسایلو ځای یې نورو کړنو ته نه ورکوو.
۷. ځکه چې ماشوم مو نه درک کوو او وخت نه ورکوو.
۸. ځکه چې د وسایلو اړول را اړول ورته خوند ورکوي.
۹. ځکه چې موږ د ماشوم لپاره منظم مهالویش نه لرو.
۱۰. ځکه چې له ماشوم سره مهرباني او ملګرتیا نه کوو.
۱۱. ځکه چې وسایل ورو له ماشوم څخه نۀ لرې کوو.
۱۲. ځکه چې د ځان بسیاینې په ذهنیت مو نه دی روزلی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم له ٦ کلنۍ وړاندې ښوونځي کې شامل نه کړو؟

١. ځکه چې له شپږ کلنۍ وړاندې يې د لوبو مخنيوی کوي.
٢. ځکه چې تر دې وړاندې يې زده کړو ته لېوالتيا کموي.
٣. ځکه چې تر دې وړاندې خپل حواس سم نشي راټولولی.
٤. ځکه چې تر٦لومړيو کلو مور او پلار ته ډېره اړتيا لري.
٥. ځکه چې له ٦کلو کم عمره ماشوم ښه حس نه پيدا کوي.
٦. ځکه چې له ٦ کلنۍ وړاندې قوانين سم نشي درک کولی.
٧. ځکه چې له عاطفي اړخه ښوونځي ته چمتووالی نه لري.
٨. ځکه چې له ٦کلو وړاندې ښوونځی په مينه نه په زور وي.
٩. ځکه چې له ٦کلو وړاندې ماشوم بايد وړکتون ته لاړ شي.
١٠. ځکه چې له ٦کلو وړاندې ماشوم لوبو ته ډېره اړتيا لري.
١١. ځکه چې په دې عمر کې له درس نه لوبې ډېرې خوښوي.
١٢. ځکه چې په ټوله نړۍ کې له شپږ کلنۍ وروسته پيليږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم ډل ډلګی جوړوي؟

۱. ځکه چې د جنايي ډلګيو فلمونه او سريالونه ډېر وينې.

۲. ځکه چې کورنۍ يې د دې کار اصلي لامل نه پيدا کوي.

۳. ځکه چې ښايي په ټولنيزو مهارتونو مو نه وي روزلی.

٤. ځکه چې ماشوم له جرمي خبرو او بحثونو نه لرې کوو.

۵. ځکه چې له لامل پرته په ماشوم باندې سختی وضع کوو.

٦. ځکه چې ماشوم اروايي ګډوډي لري او جدي يې نه ګڼو.

۷. ځکه چې کېدای شي ماشوم مو له بدو ملګرو سره ګرځي.

۸. ځکه چې ماشوم ته مو غوره روزنيز سيستم نه دی ټاکلی.

۹. ځکه چې ماشوم ډلګی جوړول له موږ نه زده کوي.

۱۰. ځکه چې په ماشومانو سخت او کلک قوانين وضع کوو.

۱۱. ځکه چې کورنۍ اړيکې مو کمزورې او ستونزمنې دي.

۱۲. ځکه چې کور مو د ماشوم لپاره هوسا نه دی ګرځولی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم کرکه کوي؟

۱. ځکه چې له ماشوم سره خوږ چلند نه کوو.

۲. ځکه چې ماشوم ته مو کافي پاملرنه نه کوو.

۳. ځکه چې ماشوم سم چلند کولو ته نه هڅوو.

٤. ځکه چې نه ورته وایو کرکه دې ناسمه ده.

٥. ځکه چې د ماشوم اروایي اړتیاوې نه پوره کوو.

٦. ځکه چې ماشوم ته هوساینه نه ور زده کوو.

۷. ځکه چې د ځپلو ماشومانو تر مینځ توپیر کوو.

۸. ځکه چې د ماشوم له رټلو مخنیوی نه کوو.

۹. ځکه چې فردي توپیرونه په پام کې نه ساتو.

۱۰. ځکه چې ماشوم مو ناهیلی او ګوښه کړی دی.

۱۱. ځکه چې احساس کوي ظلم پرې شوی دی.

۱۲. ځکه چې د ماشوم حقونو ته پاملرنه نه کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم سرغړونې کوي؟

۱. ځکه چې د غوښتنو په وړاندې يې مقاومت کوو.

۲. ځکه چې ماشوم ډېر او بې ځايه رټو او سپکوو.

۳. ځکه چې ماشوم ته ښه مهارتونه نه ور زده کوو.

٤. ځکه چې په يوه وخت يې هم وهو او هم هڅوو.

٥. ځکه چې د قانون منل مو سم نه دي ور زده کړي.

٦. ځکه چې د ماشوم خپلواکي په رسميت نه پېژنو.

۷. ځکه چې په زور او جبر يې پيروۍ ته اړ باسو.

۸. ځکه چې له ځانه څخه مو لرې او ګوښه کړی دی.

۹. ځکه چې د ماشوم اړتيا او آزادي مو نه ده ورکړې.

۱۰. ځکه چې د ستونزو حل کې مرسته نه ورسره کوو.

۱۱. ځکه چې د ستونزې د حل مهارت يې نه دی زده.

۱۲. ځکه چې له ارواپوه او اروپوهنې مرسته نه غواړو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم بې ځایه ګرځي؟

۱. ځکه چې د ماشوم غوښتنو ته ارزښت نه ورکوو.

۲. ځکه چې له وړتیاوو سره سم مسوولیت نه ورکوو.

۳. ځکه چې د خپل ماشوم ستونزې مو نه حل کوو.

٤. ځکه چې ماشوم ته مو کافي خپلواکي نه ده ورکړې.

۵. ځکه چې تل مو ماشوم پر کړی، رټلی او سپک کړی.

٦. ځکه چې په خپله موږ هم سست او بې پروا شوي یو.

۷. ځکه چې له ماشوم سره مو پوره مرسته نه ده کړې.

۸. ځکه چې زموږ په کورنۍ کې صمیمیت حاکم نه دی.

۹. ځکه چې ماشوم ته درناوی، مینه او پاملرنه نه کوو.

۱۰. ځکه چې د ماشوم وېره، ډار او ستونزې نه را کموو.

۱۱. ځکه چې ځان کم احساسوي او مرسته نه ورسره کوو.

۱۲. ځکه چې له ماشوم سره په خپلو اړیکو ښه غور نه کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم غلا کوي؟

۱. ځکه چې له ماشوم سره مو وړ چلند نه دی کړی.

۲. ځکه چې عادت شوي او باید احتیاط ورسره وشي.

۳. ځکه چې د غلا د زیانونو په اړه څه نه ورته وایو.

٤. ځکه چې د غلا اړوند سریالونه او فلمونه ګوري.

۵. ځکه چې د خپل کار له زیانونو څخه سم دی خبر.

٦. ځکه چې له ماشومه د بیا نه تکرار وعده نه اخلو.

۷. ځکه چې د غلا په اړه له ماشوم سره خبرې نه کوو.

۸. ځکه چې ماشومان مو تل سپک کړی او رټلی دی.

۹. ځکه چې د ماشوم اروایي اړتیاوې نه درک کوو.

۱۰. ځکه چې د ماشوم مادي اړتیاوې سمې نه درک کوو.

۱۱. ځکه چې د غلا مال مو څښتن ته نه دی ورسپارلی.

۱۲. ځکه چې کله کله د ماشوم له دې ګناه نه دفاع کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له ماشوم نه لرې نه شو؟

۱. ځکه چې له ماشوم نه لرېوالی د اضطراب لامل ګرځي.

۲. ځکه چې کېدای شي د نا امنۍ او ناهیلۍ احساس وکړي.

۳. ځکه چې له ماشوم سره اړیکې د ژوند ارزښتناکې اړیکې دي.

٤. ځکه چې له ناپېژانده او نامطلوبه ماشومانو سره ګرځي.

٥. ځکه چې ښایي ماشومان مو جنګیالی او ورانکاري شي.

٦. ځکه چې کېدای شي وېره او ذهني فشارونه ورته پیدا شي.

۷. ځکه چې ښایي له عاطفي او ارواپي اړخه وده ونه کړي.

۸. ځکه چې ښایي ماشوم مو پر ځان باور له لاسه ورکړي.

۹. ځکه چې د وخت په تېرېدو به ناوړه کړنې ترسره کړي.

۱۰. ځکه چې ماشوم د هوسایني په موخه ناسم کارونه کوي.

۱۱. ځکه چې له مور او پلار سره اړیکې د ماشوم یوه اړتیا ده.

۱۲. ځکه چې ښایي په ارواپي ناروغیو او ګډوډیو اخته شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم بد چلند کوي؟

۱. ځکه چې ماشومانو ته مو سم چلند نه دی ورزده کړی.

۲. ځکه چې ماشوم مو پر وخت سم کار ته نه دی هڅولی.

۳. ځکه چې د ماشوم اړتیاوې مو سمې نه دي پوره کړې.

٤. ځکه چې له ماشوم سره مو په پوره مینه چلند نه دی کړی.

۵. ځکه چې د ماشومانو عاطفي چاپېریال مو روغ نه دی.

٦. ځکه چې پر وړاندې یې له توند چلنده نه ځان نه ساتو.

۷. ځکه چې کېدای شی موږ هم بد چلند او ورانکاري کوو.

۸. ځکه چې تل د ماشوم خپلواکی او حریم ته زیان رسوو.

۹. ځکه چې په ستونزو حلولو کې مرسته نه ورسره کوو.

۱۰. ځکه چې ماشومان مو ډېر زیات نازولي روزلي دي.

۱۱. ځکه چې په کور کې د جنګ جګړو مخه سمه نه نیسو.

۱۲. ځکه چې ماشوم ته مو د ښه چلند ګټې نه دي ورښودلي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان بې لارې کېږي؟

۱. ځکه چې ماشوم په علمي لارو نه دی روزل شوی.

۲. ځکه چې د کینې، ګناه او بدل اخیسلو احساس لري.

۳. ځکه چې د ماشوم اروایي اندول ته پاملرنه نه کوو.

٤. ځکه چې پر وړاندې یې له غوصې نه کار اخلو.

٥. ځکه چې د نورو وګړو له حقوقو سم نه دي خبر.

٦. ځکه چې په پرلپسې بڼه یې بېلارې نه کنټرولوو.

۷. ځکه چې د درملنې په لارو چارو یې نه پوهېږو.

۸. ځکه چې د ماشوم شخصیت ته ارزښت نه ورکوو.

۹. ځکه چې د ماشوم خپلواکۍ ته پوره درناوی نه لرو.

۱۰. ځکه چې ماشوم ته مو معنویات نه دي ور زده کړي.

۱۱. ځکه چې موږ هم د ماشوم لپاره ښې بېلګې نه یو.

۱۲. ځکه چې د بېلارې په اړه مو مالومات نه دي ورکړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم ډېر خواړه خوري؟

۱. ځکه چې له سمو روزنیزو لارو ګټه نه پورته کوو.

۲. ځکه چې ماشوم د تشخیص لپاره ډاکټر ته نه بیایو.

۳. ځکه چې ماشوم بې غوړه خوړو ته نه شو هڅولی.

٤. ځکه چې د سمو خوړو لاره مو نه ده ورته ښودلې.

۵. ځکه چې د ماشوم فزیکي کړه مو نه دي تنظیم کړي.

٦. ځکه چې د ماشوم د خواشینیو په اړه څېړنې نه کوو.

۷. ځکه چې کېدای شي ماشوم مو په اضطراب اخته وي.

۸. ځکه چې د خوړو ستونزه دفاعي میکانېزم ګڼل کېږي.

۹. ځکه چې د خوړو په برخه کې مرسته نه ورسره کوو.

۱۰. ځکه چې خپل ماشوم په هیجاني محلونو کې پرېږدو.

۱۱. ځکه چې ښایي بدن یې ډېرو خوړو ته اړتیا ولري.

۱۲. ځکه چې له خپلو همزولو سره په سیالۍ خواړه خوري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم جګړه غواړي؟

۱. ځکه چې له ماشوم سره مو اړیکې نه دي رغولې.
۲. ځکه چې سالمې او روغې بوختیاوې نه لري.
۳. ځکه چې په هر څه کې مو د ماشوم مخنیوی کړی.
٤. ځکه چې له خواشینی نه د خلاصون لار نه ورښیو.
٥. ځکه چې د ماشوم ناسم چلند مو نه دی ور سم کړی.
٦. ځکه چې ښایي د حقارت احساس مو نه وي کم کړی.
۷. ځکه چې ماشوم ته مو غوره چارې نه دي ورښودلې.
۸. ځکه چې ماشوم ته د غوصې د مدیریت لار نه ورښیو.
۹. ځکه چې پر وخت مو د زیان خبرداری نه دی ورکړی.
۱۰. ځکه چې ماشوم ته مو کار او مسوولیت نه دی ښودلی.
۱۱. ځکه چې ماشوم مو د غوره کړنو لپاره نه دی هڅولی.
۱۲. ځکه چې د ماشوم د جګړې اصلي لامل سم نه پېژنو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولي ماشوم تېرى كوي؟

١. ځكه چې ډېر ورته وايو دا كار وكړه او هغه مه كوه.

٢. ځكه چې په كور كې مو ناخوالې او ضد شتون لري.

٣. ځكه چې خپله موږ هم د ماشوم لپاره ښې ېلگې نه يو.

٤. ځكه چې ښايي كوم څه غواړي؛ موږ پام نه ورته كوو.

٥. ځكه چې ښايي د نورو پر وړاندې د خطر احساس كوي.

٦. ځكه چې ماشومانو ته مو ېخي ډېره آزادي وركړې ده.

٧. ځكه چې ماشوم د كينې، دښمنۍ او غوصې احساس كوي.

٨. ځكه چې ښايي كورنۍ فقر او ېوزلي يې يو لامل وي.

٩. ځكه چې د ماشوم اروايي انډول مو روغ نه دى ساتلى.

١٠. ځكه چې ښايي له تېري كوونكو ملگرو سره به گرځي.

١١. ځكه چې په وړ ځاى او وخت كې خبرې نه ورسره كوو.

١٢. ځكه چې د ماشوم د تېري اصلي لامل مو نه دى موندلى.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم له خوړو سره لېوالتیا نه لري؟

۱. ځکه چې خوړو نه خوړلو اصلي لامل مو نه دی موندلی.

۲. ځکه چې د خوړو ورکولو لپاره له زور ځخه کار اخلو.

۳. ځکه چې په خپله د ماشوم د خوراکي وسواس لامل یو.

٤. ځکه چې ماشوم ته مو د درملو په بڼه خواړه ورکړي دي.

٥. ځکه چې موږ دیکتاتوره او له تاوتریخوالي ډکه کورنۍ یو.

٦. ځکه چې نه پوهیږو کله ناکله دا عادتونه عادي بڼه لري.

۷. ځکه چې نه پوهیږو ښایي جسمي او بدني ستونزې ولري.

۸. ځکه چې تل مو د خوړلو لپاره ماشوم ته زاری کړي.

۹. ځکه چې کېدای شي ماشوم مو کینه او اضطراب ولري.

۱۰. ځکه چې خپل ماشوم مو خوړو خوړلو ته نه دی هڅولی.

۱۱. ځکه چې د خوراکي چارو متخصص مو نه دی پوښتلی.

۱۲. ځکه چې په خپلو ماشومانو مو ډېر جبر او فشار راوستی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان له مور سره عادت کېږي؟

۱. ځکه چې ډېرى مينډې يې ماشوم به ځان پورې ترې.
۲. ځکه چې مور د ماشوم ډېرى چارې خپله پر مخ بيايي.
۳. ځکه چې ډېرى مينډې د عادت له بدو پايلو نه دي خبرې.
٤. ځکه چې ښايي مور هم له خپلې مور سره عادت وي.
٥. ځکه چې مينډې فکر کوي د ماشوم انحصار يې حق دى.
٦. ځکه چې تل د ماشوم له ناوړه او منفي کړنو دفاع کوي.
۷. ځکه چې مينډې د ماشوم هرې غوښتنې ته لبيک وايى.
۸. ځکه چې د شيدو ورکولو له لومړى ورځې ورسره وي.
۹. ځکه چې مينډې د عادت له مينځه وړلو هڅې نه کوي.
۱۰. ځکه چې ماشوم هېڅکله له کور ځخه وتلو ته نه پرېږدي.
۱۱. ځکه چې د ماشوم کوټه له شپږ مياشتو وروسته نه بېلوي.
۱۲. ځکه چې پلرونه مرسته نه کوي او مينډې يې جبرانوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم په غير عادي ډول ډېر فعاليږي؟

۱. ځکه چې د هغوی په مغز کې د مانا تحليل توپير کوي.
۲. ځکه چې نه پوهيږو دا ماشومان ډېره زياته وړتيا لري.
۳. ځکه چې نه پوهيږو د هغوی انرژي بايد خلاصه شي.
٤. ځکه چې مور، پلار او ښوونکی يې روغ چلند ته نه هڅوي.
٥. ځکه چې دا ډېر فعاله ماشومان ډېرځله کافي خوب نه لري.
٦. ځکه چې د داسې کړنو د مخنيوي خواړه نه پيدا کوو.
۷. ځکه چې خندا مرسته ورسره کوي خو پرې بلد نه دي.
۸. ځکه چې د ډېر فعاليت ستونزه يې په کورنۍ کې ارثي ده.
۹. ځکه چې کله د لا ډېر فعاليت کولو لاره ورته هواره وي.
۱۰. ځکه چې ماشوم د اروا‌پوه نظر لاندې نه دی روزل شوی.
۱۱. ځکه چې د کورنۍ له لوري هېڅ مرسته نه ورسره کيږی.
۱۲. ځکه چې نور ماشومان د وړتيا په کمولو کې مرسته نه کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له خويندو او وروڼو سره د ماشوم اړيکې جدي ونيسو؟

١. ځکه چې ماشوم مو ځان ارزښتمن احساسولی شی.

٢. ځکه چې خويندې او وروڼه د ژوند برخه جوړوي.

٣. ځکه چې له عاطفي اړخه به سالم روغ او رمټ وي.

٤. ځکه چې د احساساتو ويل به يې ښه او روغ شي.

٥. ځکه چې له نورو سره چلند کې به پرځان باور لري.

٦. ځکه چې ذهني فشار به يې خورا ډېر را کم کړي.

٧. ځکه چې د اړيکو نه لرل د ژورخپګان لامل ګرځي.

٨. ځکه چې له ماشوم سره به د لوبو ښه ملګري وي.

٩. ځکه چې خبرې کول او ژبه به يې ښه وده وکړي.

١٠. ځکه چې کله کله يې تر مينځ کينه پيدا کېږي.

١١. ځکه چې ښې اړيکې د سالم شخصيت لامل کېدی شي.

١٢. ځکه چې لوی خور او ورور د مور او پلار په ځېر وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم له سندرو سره عادت کېږي؟

۱. ځکه چې د درسونو لپاره منظم مهالویش نه لري.

۲. ځکه چې مور او پلار یې د سندرو اورېدل نه خاري.

۳. ځکه چې په سندرو د روږدتیا له زیانه نه دي خبر.

٤. ځکه چې ډېرځله ماشوم ته پوره وخت نه ورکوو.

٥. ځکه چې نور سپورتي پلانونه او بوختیاوې نه لري.

٦. ځکه چې نه پوهېږو د ماشوم د تنبلۍ لامل ګرځي.

۷. ځکه چې د سندرو پر ځای بل څه نه ځای پرځای کوو.

۸. ځکه چې بله روغه بوختیا مو نه ده ورته برابره کړې.

۹. ځکه چې درسي مواد یې په واک کې نه ورکوو.

۱۰. ځکه چې د لامل موندلو په موخه مو هڅه نه ده کړې.

۱۱. ځکه چې کوښښ نه کوو تر څو ماشوم ترې لرې کړو.

۱۲. ځکه چې موږ خپله ماشوم ته د چلند بېه بېلګه نه یو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم ډېر ویده کړو؟

۱. ځکه چې ماشومان خوب ته ډېره اړتیا لري.

۲. ځکه چې ماشومان په خوب کې ښه وده کوي.

۳. ځکه چې که ماشوم بې خوبه شي، بد چلند کوي.

٤. ځکه چې که ویښ وي په مبایل روږدی کېږي.

۵. ځکه چې بیا د ورځې له خوا ستونزې پیدا کوي.

٦. ځکه چې نه پوهېږو د بې خوبۍ لامل یې ګرځی.

۷. ځکه چې که ویده نه شي بې خوبي یې عادت کېږي.

۸. ځکه چې په دې سره به نظم او ښه والی زده کړي.

۹. ځکه چې ژورخپګان او ذهني فشار راکمولی شي.

۱۰. ځکه چې د خوب په ګډوډیو د اخته کېدو مخه نیسي.

۱۱. ځکه چې ښه خوب د ماشوم ذهن ته وده ورکوي.

۱۲. ځکه چې ښه خوب د ښه خوب لامل ګرځېدای شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم په وخت ویده کړو؟

۱. ځکه چې که په وخت ویده شي، په وخت به ویښ شي.

۲. ځکه چې د لویانو په پرتله ډېر خوب ته اړتیا لري.

۳. ځکه چې ناوخته ویده کېدل یې د بد چلند لامل دی.

٤. ځکه چې ماشومان تر ډېره ویښ پاتې کېدل خوښوي.

٥. ځکه چې په نورو فعالیتونو کې ګډوډي پیدا کوی شي.

٦. ځکه چې بیا به د کورنۍ لویان هم له خوبه وباسي.

۷. ځکه چې ماشومان مو بې خوبه او بې نظمه کېدی شي.

۸. ځکه چې بیا به ماشوم ته په یوه شبه عادت بدل شي.

۹. ځکه چې تل په نظم او ترتیب اوسېدل به زده کړي.

۱۰. ځکه چې د ویښتیا له مهاله به لا ډېره او شبه ویده شي.

۱۱. ځکه چې خپل درسونه به ډېر ژر او شبه زده کړی شي.

۱۲. ځکه چې ویښتیا یې په پاملرنه ناوړه اغېز کولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم د لوبانو په وسایلو پسې ننبلي؟

۱. ځکه چې هغه مو د ماشوم د کرارولو په موخه کارولي دي.

۲. ځکه چې دا شیان ډېرځله ماشوم ته د لوبو وسایل ښکاري.

۳. ځکه چې ماشومان تل هغه شیان اخلي چې لوبې پرې کېږي.

٤. ځکه چې مور او پلار د ماشوم اړتیاوو ته سمه پاملرنه نه کوي.

٥. ځکه چې په دې سره ماشومان د لوبانو پام ځان ته را اړوي.

٦. ځکه چې په ماشوم کې داسې عادتونه تر ٦ میاشو عادي وي.

۷. ځکه چې په لاس لرلو سره یې ځان ځښتن ګڼلی او بللی شي.

۸. ځکه چې د دې ستونزې د حل لپاره ماشوم نه مرسته نه غواړو.

۹. ځکه چې تر اوسه پورې مو د ماشوم خبرو ته غوږ نه دی ایښی.

۱۰. ځکه چې نه پوهېږو ډېر ژر به ماشوم ته یو سر خوږی شي.

۱۱. ځکه چې ماشوم ته مو تر دې ښه وسایل نه دي چمتو کړي.

۱۲. ځکه چې مور او پلار له ماشوم سره لوبې نه کوي او لرې دي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم وله ځوروو؟

۱. ځکه چې وړې ځوروني د لویو زیانونو لامل ګرځي.

۲. ځکه چې د تل لپاره به په ځورونو باندې عادت شي.

۳. ځکه چې ښایي بیا ماشوم خپل احساسات ونشي پېژندی.

٤. ځکه چې هغه ځور چې زغمي یې ښایی تل پاتې شي.

۵. ځکه چې ماشوم همدا ځورول له لویانو څخه زده کوي.

٦. ځکه چې کېدای شي د ماشوم پام را اړولو په موخه وي.

۷. ځکه چې ځورول به د ژوند د یوه اړخ په توګه ومني.

۸. ځکه چې ماشوم له کورنۍ نه ملاتړ او هوسینه غواړي.

۹. ځکه چې که وځورول شي، نو د ګناه احساس به وکړي.

۱۰. ځکه چې ځورول به په خپل ژوند کې د تل لپاره ومني.

۱۱. ځکه چې ځورول د اضطراب او سترس لامل ګرځي.

۱۲. ځکه چې د ماشوم ځورول روزنه تکنۍ کولای شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان بغاوت کوي؟

۱. ځکه چې ددې عمل اصلي لامل يې نه پيدا کوو.

۲. ځکه چې ماشوم او اندونو ته يې غوږ نه نيسو.

۳. ځکه چې له بې ځايه ځور نه يې ځان نه ساتو.

٤. ځکه چې ماشوم مو ډله ييزو لوبو ته نه دی هڅولی.

۵. ځکه چې له ماشوم نه مو بېخي ډېرې تمې کوو.

٦. ځکه چې له ډېر نظم و ترتيب وضع کولو ډډه نه کوو.

۷. ځکه چې يو د بل ضد، ترتيبي شرايط پرې وضع کوو.

۸. ځکه چې په پرلپسې ډول مو د ماشوم ملاتړ نه کوو.

۹. ځکه چې د ماشوم پر وړاندې په خپله هم بغاوت کوو.

۱۰. ځکه چې کېدای شي ماشوم د امن احساس ونه کړي.

۱۱. ځکه چې کېدای شي ماشوم له کوم لوري تهديد شي.

۱۲. ځکه چې ښايي جنګ غوښتونکي او باغي ملګري به لري.

CamScanner

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