دچاپ حق خوندي دی.

لاربښود

امتحان ورکړو؟

کتاب پېژندنه :
نوم: دمطالعې او امتحان لاربښود
لیکوال: عبدالله ګل "ریان"
کمپوز: ریان علمي مرکز
خپرندوی: صدیقي خپرندویه ټولنه
تیراژ: ۱۱۰۰ټوکه
چاپ کال: ۱۳۹۰هـ ل
دموندني ځای:
۱– صدیقي کتاب پلورنځی، کاسي واټ، کوټه.
۲– صدیقي کتاب پلورنځی ،ارګ بازار، کندهار .

Ketabton.com

(c) ketabton.com: The Digital Library

بسم الله الرحمن الرحیم

لومړۍ برخه:

څرنګه مطالعه وکړو؟

(c) ketabton.com: The Digital Library

لړلیک

که یې ولولئ څه به ومومئ ۲
لومړنۍ خبرې ۱۱
سریزه 30
څو ضروري خبرې 33
دکتاب کتلو ډولونه 36
دکتاب کتلو چاپیریال 39
دوخت سپما (دمطالعې وخت) 42
دعادت په بدلون کې زغم ولرئ 47
څرنګه چټکه مطالعه وکړو؟ 50
له مطالعې څخه ژر مطلب اخستل 54
خپله حافظه غښتلې کړئ 59
مغزي ناروغتیا 60
دحافظې ارامتیا 61
دحواسو تمرکز او دحافظې تقویه 61
څرنګه حافظه تقویه کړو 63
ښه غوږ ونیسئ 64
له کتابتون څخه ګټه واخلئ 70
دکتابونو ترتیب او تنظیم 70
په کتابتون کې هغه کتابونه چې بهر ته نه ورل کیږي 79
خپل معلومات په لومه کې بند کړئ 82
په ټولګي کې دیاد ښتونو داخستلو له پاره داټکي په یاد ولرئ 84

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ

که یې ولولئ څه به ومومئ

که غواړئ مطالعه وکړئ او ګټه ترې واخلئ تر هرڅه وړاندې، دخپل ځان دجسمي او روحي روغتیا خیال وساتئ.

دبدن او روح روغتیا او ارامي یوازې دمطالعې او یا کوم بل کار لپاره ضروري نده، بلکې دژوند له بنسټیزو ضروریاتو څخه دي. که جسمي روغتیا او یا روحي ارامتیا نه وه نو هیڅ نلرئ.

دیو شخص دبدني ناروغتیا او روحي ناارامي ځینې نښې دادي:

۱– حواس نه راټولیږي، فکر تمرکز نسي پیدا کولای.

۲-خوب عمیق او ژور نه وي ، دخوب په وخت کې سړی لکه نیم بیدار داسې وي.

۳– تل ستړی غوندې وي.

۴– دبدن وده یې ښه نه وي، ډنګر وي.

۵– تل په چورتونو کې ډوب وي.

٦– په خیالي نړۍ کې ډېر قدم وهي .

۷– تل دکمښت او حقارت احساس کوي.

۸– خپله راتلونکې تیارهویني .

۹– دمعدې او هاضمې حالت یې تل ویجاړ وي.

۱۰– ډېر حساس وي ،په کمه خبره ډېر په قهر کیږي .

۱۱– له نورو خلکو او چاپیریال سره جوړیدلای نسي .

(c) ketabton.com: The Digital Library

که دانښې په ځان کې وينئ، نو تر څه وړاندې به د دې کښت د پوره کولو پخه اراده کوئ او يا به نو لږ تر لږه له ښوونکي يا کوم بل يوه شخص او يا هم له ډاکتر سره مشوره کوئ او دا ټکي به هم په پام کې لرئ :

۱- خوب، خوراک ، بدني روزنې (ورزش) او پاکي خيال وساتئ.

۲ - خپل ژوند ته عملي بڼه ورکړئ ، په چورت او خيال ځان مه غلطوئ ، له ستونزو سره د مخلخ کيدلو وېره په ځان کې مه پيدا کوئ.

۳ - خپلو کړو-وړو ته په عيني توګه ګورئ. هر کار او هر عمل يوه انګېزه لري، زموږ کړه وړه هغه وسايل دي چې زموږ د دننه احساساتو نمايندګي کوي. خپلو کړو-وړو ته بايد وګورو چې هغه زموږ غوښتني پوره کوي او کنه ؟

زموږ غوښتني منطقي او عملي دي او که يوازي د خيال په څپو کي راسره يو ځای کيدلای سي؟

هره خطا او تېروتنه مو ومنئ.که خطا هم وکړو او هغه وهم نه منو نو خو به په اصطلاح په مرکب جهل اخته يو او بل به مو ديوه کار په ځای په بې ګټې دفاع وخت او ځواک لګولی وي.

۴- له نورو سره د باور او دوستۍ په فضا کي اړيکي ولرئ . خپلي ستونزي ورته وواياست . که ښه او نيکه مشوره يې درکړه خوښه اکه نه د خپلو ستونزو په يادولو ، هغه کمولای سئ. د ستونزو له بيانولو څخه ويره مه لرئ . که تاسو خپلي ستونزي

نورو ته وواياست ، هغه هم تاسو ته خپلي ستونزي وايي،په دې توګه له تاسو څخه دا فکر لرې کيږي چې ګويا يوازي زه به دا ستونزې لرم. کله چې تاسو په ستونزو کې ځان يوازي ونه بولئ، نو بيا له جهان سره غم نه غم ستاسو غم يقيناً کمېږي او سپکېږي. که خپلي ستونزې له چاپېريال سره را ډګر ته نکړئ ، کيدلای سي هغه ستاسو د تحت الشعور برخي ته نقل او په روحي عُقده بدلي سي.

دوست دا معنی نلري چې هغه يوه او يا خورا باوري شخص وي . نه دې ګپ ، شپ لپاره هر دوست ،اشنا ، د ټولګۍ ملګری، ښوونکی ، يا کوم خپلوان مناسب شخص وي. خو د ستونزې حل بيا هم په تا سوپوري اړه لري د استونزي په دې هيله بل ته مه واياست چې هغه به مرسته درسره وکړي، بلکي يوازي په اصطلاح د زړه براس به مو ووزي او د فارسي ژبې په اصطلاح (اظهار درد دل) به مو کړی وي.

۵- د حال په زمانه کي واوسئ، تېر وخت تير دی او راتلونکی لري، خو حاضر وخت لرو که کومه ستونزه لرو هغه همدا اوس حل کوو داسي نه چې د تېري او يا راتلونکي احتمالي ستونزي په هکله اوس غم وخورو. نه تېر ، تير دی او راتلونکی لا رارسيدلی نه دی . داسي نه چې،نه له تېرو تجربو ګټه واخلو او نه د راتلونکې لپاره پلان ولرو. بلکي دا د واړه اړخه بايد راسره وي خو هسي په فکر او چرت تېر او راتلونکی وخت ،زموږ د حال او داوسني وخت ، کار او ژوند راخراب نکړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

٦ – هره خبره په ځان ډېره ګرانه مه ګڼئ، تېروتني ومنئ، خو غم يې نورمه خورئ، تېروتني ليدل او منل د ربښتينې برياليتوب وسايل دي.

٧ – تل چمتو او خوځند اوسئ. اصلاً له ژوند او چاپېريال سره د جوړښت شرط همدا دی چي انسان به هر ډول ستونزو ته چمتو وي او د ستونزو په ليدلو خوځښت او تحرک ولري، کنه په يوه ستونزه به نورې ستونزې هم مونډل کېږي.

خوځښت په دې معنی نه چي انسان بې پلانه هسې ګرځي، راګرځي. بلکي د هر کله پاره پلان درلودل هم يو تحرک دی. د تحرک يو اړخ دا هم دی چي که د حل کوم لاري پايله نه درلوده، بله يې کړئ. د ستونزو په وخت کې په خيالونو کې ډوبېدل، نه چمتو والی دی او نه هم خوځښت. د روحي ارامتيا يو مثبت اړخ دا دی چي د ستونزو په وړاندي فعاليت و ښودل سي، نه دا چي د خيال او وهم نړۍ ته ورځخه تېښته وسي.

٨ – له نورو سره د خوښې اړيکي ولرئ، په ګوښه کې مه ولسئ، له نورو سره ګډ کار وکړئ تر څو له خپل ژوند څخه د عملي اړخ تصوير ولرئ. له ټولنې سره ګډ ژوند ولرئ. په ټولنه کې کار وکړئ، د خپلې ټولنې او ملګرو د برياليتوب په فکر کې له خيال او چرت څخه خلاصيدلای سئ، علمي او فرهنګي کارونه په ټولنه کې ارزښت لري، نو خپل کار د ټولني لپاره او په ټولنه کې وکړئ. ښه ژوند هغه دی چي څوک خپل استعداد ته په ټولنه کې له چاپېريال سره په جوړښت وده ورکړي.

٩ – کارونه له تفريح او استراحت سره وکړئ، د بدني روغتيا او روحي ارامتيا له پاره د کار تر څنګ تفريح او ارام کول لازم دي. کار بايد يو ډول، ډېر او ګرانه وي. د کار او چاپېريال بدلون د عادت د بدلولو لامل ګرځي. کله که څه ناوړه عادتونه را سره ملګري کېږي، په تفريح او ګرځېدلو له منځه ځي. روحي تشويش او روحي نا ارامي کمېږي، تفريح د بيا کار کولو له پاره په انسان کې نوی ځواک پيدا کوي.

١٠ – په ځوانانو او خصوصاً زده کوونکوکي د وه سونزې ډېري ليدلي کېږي چي تر اندازې زياته نا ارامي او بل د کمښت او حقارت احساس ...

انسان بايد فکر وکړي، د خپل کار او ستونزو د حل له پاره لاره وسنجوي خو د و مره تلوسه نه چي ذهني تمرکز و بايلي، اعصاب يې کمزوري او عملاً کوم بل کار و نکړای سي. څوک چي کارونو ته دومره په فکر کې وي چي ذهني تمرکز يې له منځه ځي دا په اصل کې يوه پټه بيماري ده. د دې تشويش تلوسې والي د ور کېدلو له پاره بايد سړی داسي چاره وکړي چي :

الف : دا نا ارامي معمولاً د هغو کارونو په هکله پېښېږي چي هغه کارونه لا سر ته رسيدلي نه دي او يا هغه کارونه دي چي مخته لا پېښ سوي دي. که هر څو مره چرت ووهي او فکر خراب کړي، تېر کار ور څخه تېر سوی او راتلونکی هم په چرت نه سمېږي. ويل کېږي چي زموږ چرتونه او فکر خرابي يوازي په

(c) ketabton.com: The Digital Library

سلکي اته زموږ د ژوند په ربښتیني اړخ کي، معقول او منطقي دي، نور ټول زموږ وهم راته زېږوي. که د خپلو نا ارامیو په هکله سمه شننه او قضاوت وکړو، ډېر به مو په خپله له منځه وړي وي.

ب: کوم کار چي تاسو یې په چرت، خیال او فکر کي راګیر کړي یاست، هغه نورو ته وواياست یا یې لږ تر لږه ولیکئ. د دې تشویشونو ښکاره کول، د هغوی هغه د ستونزو د رازیږولو اړخ کمزوری کوي زموږ ډیري وېري بې ځایه دي. خو موږ یې داسي ځای ته رسولي یو چي خوب او خواړه را باندي حرام سي.

ج: د فکر په ځای باید نقشه جوړه سي. نقشه او پلان جوړول، معلومات غواړي. کار او خوځښت غواړي. تاسو فرض کړئ چي زده کوونکي یاست او ټول مو د ازموینې سوچ او یاد ځوروي. دا ځور او وېره خیالي ده. ځکه ازموینه لري ده، اسانه ده او عادي کار دی. د دې په ځای چي فکر پکي وکړئ، لوست وګورئ، مهال وېش ولرئ، د ازموینې تر راتلو که مو هر څو مره وخت کم وي خو په کتاب کتلو به مو څه زده کړي وي ډېر زده کړه ذهني ځواک زیاتوي خو بې ځایه د خیال او فکر نړۍ ته تلل ذهني خرابي رامنځته کوي.

د کمي او حقارت احساس هم له بې ځایه فکرونو پیدا کېږي خو داسي غښتلی اړخ دی چي د بل هر مثبت کار مخه نیسي. د کمي او حقارت د احساس مخه هم نیول کېږي، غوره لاره یې دا ده چي هغه له نورو سره یاده کړئ، تاسو ته به معلومه سي

چي همدا ستونزه نور هم لري. همدا پوهیدل تاسو ته ښیي چي په دې احساس کي یوازي نه یاست. د دې منفي احساس اغیزه په دې کمېږي چي ځان پکي یوازي ونه ګڼئ.

په خپله زیار و باسئ، څو دا احساس کم کړئ. که مو بریالیتوب په برخه نسو، زیار و باسئ چي د خپل استعداد په بل اړخ کي توفیق پیدا کړئ، دا بریالیتوب هغه منفي احساس کموي.

بله او غوره لاره دا هم ده چي د ټولنیز ژوند اړوند کتابونه وکتل سي، په غونډو او د مشرانو په مجلسونو کي ګډون وکړئ او د غږېدلو، وینا کولو او مضمون ویلو په فرصت کي وینا وکړئ او مقاله وواياست. د همداسي کارونو په موفقیت او بریالیتوب کي مو دا احساس کمېږي.

که غواړئ روح آرام او په ژوند کي خوځښت او تحرک ولرئ دا ټکي مه هېروئ:

- که په کوم کار کي پاتې کېږئ او هغه پرېږدئ، تر ډېره وخته یې په فکر کي مه اوسئ.
- خپل کړي عمل ته، هغه چي تر وخت تېر وي، په ډېرو دلایلو د حقانیت دلایل مه لټوئ، د دې په ځای نوی عمل او کار سم کړئ.
- په هر کار کي د خپل کار د پاتې کېدلو ملامتي په نورو مه اړوئ. ځکه هغه نسي پټې کولای خو د مثبتي عوامل په ځان کي ولټوئ او چاره یې وموم‌ئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

– په ژوندکي شخصي پروګرامونه ولرئ، سږ به څه کوئ او بل کال به څه کوئ؟ ژوند په احتمال پنځه کاله او لس کاله وروسته به څه کوئ او څرنګه ژوند به لرئ.

– په خبرو او مباحثو کې دا فکر مکوئ چې زما خبره دې تل سپره وي بلکې هر څه په معقولیت او منطق منئ او ورته تسلیمېږئ.

– کله که په کوم کار یا مطالعه بوخت یاست، د راتلونکي په فکر، ذهني تمرکز مه خرابوئ.

– کوم نظر چې لرئ، په منطقي ډول یې مطرح کړئ او بیا یې ژر مه پرېږدئ.

– کوم کار، مثلاً ښوونځی او مدرسې ته تلل او درس لوستل چې مو خپل کار دی دې ته حاجت مه پرېږدئ چې پلار، استاذ او یا بل څوک یې د کولو درته وو ایي.

– ځان یوازي مه ګڼئ. له هم ټولګیو، همزولو او خپلوانو سره ځان نژدې ګڼئ او د زړه خواله ورسره لرئ.

– د نورو په انتقاد مه خفه کېږئ او مه په خپلو کارونو کې په ماتې خوړلو او پاته کېدلو ډېرغم کوئ.

– ډېرغم مه کوئ، راتلونکی روښانه وینئ. راتلونکي ته په تیاره کي کتل نا امیدي ده او نا امیدي ناکامي.

– تل په دې فکر کې مه اوسئ چې فلانی څه راسره وکړل او فلانی څه، بلکې د نورو وراني ژر هېروئ.

– نورو ته ډېر مه ځېر کېږئ چې ولې ښېګڼې راسره کوي، څه موخه لري، یا څه راپسې وایي. خپل کار کوئ، کاروان روان کړئ، خلک پرېږدئ چې خبرې کوي د دې په ځای چې د هغوی مخه ونیسئ ترې تېر سئ او کاروان ور څخه لرې کړئ.

– له ژوند څخه ګیله مه کوئ، په هیله او امید کې ژوند وکړئ.

– د کار اراده ژر کوئ، ژر یې عملي کوئ، ځان چرتونو ته مه تسلیموئ.

– کارونه که درته ګران او سخت هم وي، ځنډ مه پکې راولئ هسې یې له مخه لرې کوئ.

– خو دې ټولو تر څنګ له مطالعې څخه خوند واخلئ او د دې خوند د زیاتوالي په هیله هم دا کتاب پیل کړئ، لویوالي یې د خیال په نړۍ کي مه ګورئ، ویې لولئ که مو ګټور څه پکې ونه موندل نو ډاډه اوسئ چې زیان به مو هم نه وي کړی. انشاء الله.

(c) ketabton.com: The Digital Library

لومړنۍ خبري

دټولي ثنا او ستاینوړ هغه ذات دی چي انسان ته یي دوینا په نعمت سره ستر ویاړ وباښه .دقلم ژبه یي ورته وښودله او دوروستني استازي په لومړنۍ وحی کي یي د لوست،پوهي او قلم یادونه وکړه.

درود دي وي په هغه الهي استازي چي فصاحت او بلاغت یي اعجازؤ او درباند ېراغلیکتاب تر وروستني ورځي دد ې کمال (فصاحت او بلاغت)ډګر تل پاتي معجزه ده. ورسره په نوروالهي استازو او په سمه لاره روانو مصلحینو دې وي چي دژبې او قلم په توره یي ډېري کړېټولني سمي سوې دي .

سلام دي وي په هغو چي نن هم سترګي په کتاب او لاس په قلم لري. سلام دي وي په تا اي خوږه لوستونکي چي دڅه ګټ ې دترلاسه کولو په هیله، درته خوږېسترګي په د ېپاڼو ستړي کوي.

زه ځانته دد ېلیکنېډوس او سم نیت او تاته دلوستلو دکړاو،د زغم او له د ېپاڼو څخه دخوند او برخي د اخستلو غوښتونکی یم.

وینو چي زموږ په ټولنه کي داسي کسان کوم چي کتاب وګوري،کم دي.که یي څوک ګوري هم لوست او مطالعه یي موخه نه،بلکي یو څنګیزاو دوخت تیر مشغله یي ګڼي.له همدي کبله مولیکوالان کم دي.

ویناکوونکي مو یادومره لوړغږیږي چي دټولني شعور ورته رسیدلای نسي،یا دومره ټیټ غږیږي چي،خپله وینایي په خپله هم پټلیزکولای نسي .

زده کوونکي وینو چي کال او کلونه درباندي تیرسي.خولکه څرنګه چي ورته هیله وي،هغومره څه ترلاسه کولا ی نسوای.په ازموینوکي یا پاته او یا شاته وي او....

ماچي به کله ،کله خورې ورې پاڼي یا کوم کتاب وکوت. لورپینمي داوه چي له هغو ځخه لاسته راوړنه ټولوته ورسوم او هوډ مي کړی ؤ تر څو څلورکتابګوټي ولیکم.

۱– څرنګه کتاب ولولو؟

۲– څرنګه لیکنه وکړو؟

۳– څرنګه وینا وکړو؟

۴–څرنګه ازموینې ته چمتو سو؟

خو دڅوکلنو سیاسي ،پوځي حالات داسي وو چي نه ما داخواره واره فکرونه او زده کړي راټولولا ی سوای او نه مي داسي وسایل په لاس او اختیارکي وو چي دخپل لاس لیکنه درباندي دومره زیاته کړم،څو یي نور هم وګوري .په د ې شپو ،ورځوکي دزندان،هجرت،جګړې او سیاسي الګو،درګو دستونزو له منځ څخه څه دبي غمي کونج ته نژدي سوی یم.

یوازي تس لاسي هغه دښمن دی چي نه کتاب پیداکولا ی سم او نه دخپلې زده کړېپایله لکه څرنګه چي ښایي ستاسو مختته ایښودلای سم.له خپل هوډ څخه راګرځم، کتابګوټې په

(c) ketabton.com: The Digital Library

څپرکو بدلوم او یو ځای به څو پاڼې ورباندې توري کړم. ستاسو مخته به يې ډالۍ کړم. خو، هو دا پاڼې نه ستاسو فطري استعداد زیاتولای سي او نه له لیک او لوست سره ستاسو مینه. یوازې دومره کېدلای سي چې که وغواړئ او له خپل خدای درکړي وس څخه په ډېر لږ کي ګټه واخلئ، نو بیا دا پاڼې درواړوئ او ترې وپوښتئ:

څرنګه کتاب وګورم، څرنګه يې په خپله ولیکم، څه ډول وینا وکړم او څه ډول په ازموینه کي بریالی سم.

که تاسو راسره دا خبره پخه کړئ، چې نور نو له مطالعي او لیکنې سره مینه لرو. دا خبره زه درته پخه وایم: دا پاڼې به مو د پوښتنو ځواب وي، چې څه ولولم، څرنګه يې ولولم، څه ډول څه ولیکم او څرنګه وینا وکړم. انشاءالله.

یادونه: دا سریزه مې په ۱۳۷۷ هـ ش کال کې لیکلې وه، هغه مهال مې مضمونونه په خلافت او کندهار مجلو کې، د څرنګه مطالعه وکړو او څرنګه امتحان ورکړو، په عنوانونو خپاره سول. څرنګه لیکنه وکړو او څرنګه وینا وکړو، مضمونونه په طلوع افغان جریده کي خپاره سول.

اوس راسره د دې دوو مضمونو مسودې سته، هغه خپروم. د نورو متن راسره بشپړ نسته، که مې وموند، هغه به هم خپور سي. انشاءالله.

سریزه

په هر کار کي د بریالیتوب درې اساسي شرطونه:

د انسان فطري استعداد، له کار سره مینه (علاقه) او په مهارت سره کار کول دي.

مطالعه او کتاب کتل هم کار دی او فکري کار، دا شرطونه ورته حتمي دي.

استعداد او علاقه هغه څه دي چې نه ښوول کېږي او نه د بل په ویلو زیاتېږي. په استعداد کي خو توپیر سته. اما داسې څوک نسته چې د کوم کار هیڅ استعداد و نه لري. یوازې دومره ده چې که د چا استعداد کم وي، نو تر هغه چا چې استعداد يې ډېر دی زیات کار او تمرین ته اړتیا لري.

له کار، په ځانګړي ډول، له کتاب کتلو سره مینه او علاقه هم د انسان خپله خبره ده. نه ورته بل څوک لاره ښوولای سي او نه يې اړ کولای سوای. خو یو شی چې ډېر اغېزمن دی، هغه د شخص هدف دی. که څوک له ځان سره په ژوند کي هدف ولري. هدف يې لوړ، مشخص او شعوري وي، نو هغه په ټولو کارونو کي داسې علاقه ښکاره کوي، کوم چې يې هدف ته نژدې کوي.

په مطالعه کي د ژوند د اساسي هدف تر څنګ، که څوک د تدریس، لیکوالي او یا وینا کولو دنده او وس ولري. د هغه چا له مطالعي سره علاقه زیاتېږي.

پاته سو درېیم شرط چې، هغه په مهارت سره کار کول او یا

(c) ketabton.com: The Digital Library

کتاب کتل دي. دا شرط هغه د ی چي د بهراغیزه وړاندي ډیره ده او په دې لیکنکي به د کتاب کتلو په همدې اړخ سره خبره کوو. خوزه چي درته څه لیکم، هغه دوهمه اړتیا او د نورو تجربه ده.

زما په نظر دریم شرط هم د انسان په خپل ځان کي ډیرپوره کیږي.

ما یوه ورځ یو کتاب کوت، دا کتاب په انګلیسي ژبه او یوه امریکایي لیکوال لیکلی ؤ. هغه دعوه کړې وه چي د یوې حکومتي څانګې مشر باید په یوه ګړۍ کي ۵–٦سوه مخه راپور وګوري. زه خورا حیران سوم. خو اوس خپلې هغې حیرانتیا ته حیران یم. ځکه د یوه سړي لپاره چي هغه د مطالعې ښبنتن وي، (٦٠٠مخه) په یوه ګړۍ کي کتل نه د حیرانتیا خبره ده او نه څه زیاته مطالعه ده. خو هو هله چي:

١–یا انسان د مطالعي ښبنتن ي، کوم کتاب چي ګوري، په هغه فن کي یې مطالعه کړې وي. په هغه کتاب کي ټول عنوانونه ګوري یوازي هغه موضوع چي ورته نوې وي وړاندي وخت تیروي.

٢–د کومي حکومتي یا بلي ټولنیزي څانګي مشر، که په خپل کار ذهني حضور ولري، نو ٦٠٠مخه راپور په یوه ګړۍ کي ورته کم دی. ځکه هغه دیـ وې پروژې په پیل څخه خبر وي. له جوړښت، بشپړتیا او پایلي څخه یې په ذهن کي څه ذخیره لري، په ورکړل سوي راپور کي یوازي په هغو مخونو او برخو وخت وړاندي تیریږي چي، یا ارقام وي او له ده څخه هیر سوي وي او یا کومه نوې موضوع وي چي ده په غیاب کي سرته رسیدلي وي.

کیدلای سي تاسو پري باور ونکړئ خوزه یې ستاسو د حوصلي او عزم د زیاتوالي له پاره یادونه کوم.

ما ته له بل ښار څخه یو میلمه راغی او د ابن هشام کتاب چي په عربي ژبه او نبوي سیرت کي لیکل سوی دی، ورسره ؤ. کتاب مي تري واخست. د ماښام له لمانځه د ماخستن تر لمانځه پوري مي په داسي حال کي وکوت چي د میلمه خبري هم بې ځوابه را څخه پاته سوي نه دي. دا ځکه چي ما په سیرت کي مطالعه درلوده او هغه ځایونه مي په غور وکتل کوم چي را ته په نورو کتابونو کي مستند نه بریښیدل او یا اختلافي خبري پکي وي او په نورو موضوعګانو کي خو یوازي د پاڼو اړول او یا عنوان را ته خنډ پیښ کړ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

څو ضروري خبري

داڅوټکي ډيرضروري دي څويي له ځان سره ولرئ اوبيا مطالعه وکړئ .

۱- دمطالعي له پاره ډيرکتابونه په ځانګړي ډول هغه چي په يوه فن کي نه وي ليکل سوي، مه غوره کوئ، بلکي لومړ ی له ځان سره هدف مشخص کړئ چي مضمون ليکل،تدريس اوښوونه کوئ،ويناکوئ اوکه هسي معلومات زياتوئ .

په دې ټولوصورتونوکي دخپل هدف له موضوع سره سم کتاب ياکتابونه غوره کړئ. ترڅوذهني تمرکزپيدا سي.هرفن يوه نړ ی ده. که دمختلفوفنونو دکتابونومطالعه په يوه ځاى کي کيږي،حتمي خبره ده چي ذهني تيت والـ ی اوخوراوي به درته پيداکيږي.

۲- زغم درلودل ، داپه هرحال کي ضروردى،خوپه مطالعه کي هغه په دوو معناګانو لازم دى .

يوداچي دکتاب له کتلوسره زغم ولرئ،که کتاب ګران وي د څو ځلي کتلو ستونزي يي وزغمئ ،که کتاب په ماخذونوحواله ورکړي وي،دهغوکتابونو دلټولواوکتلوحوصله ولرئ او ...

بل داچي بهرني ستونزي وزغمئ.مثلاً،دکتاب کتلوځاى ښه نه وي،ملګري مزاحمت ولري،په کومه خبره درته غصه اوخپګان پيدا سي.په دې ټولوصورتونوکي زغم داسي په کاردي چي داټول واړه خندونه فرض کړئ ،دقهرپه ځا ی ورته سينه پراخه اوله مطالعې څخه لاس په سرنسئ .

۳- دهرکارله پاره غښتلي اراده په کارده.خودکتاب کتلو له پاره خوراضروري توکى دى .د اراد ې قوت د استقامت،ثبات اودکارددوام ځواک دى . که له چاسره نه وي، په تمرين يي زياتولاى سي. که کومه ستونزه درته مخته راځي ، دارادې قوت له لاسه ورنکړئ .په عامه توګه، دسړي اراده په داسي زغمونواوتمرينونوغښتلي کيږي :

الف -دهيڅ بهرني حرکت اودژبي په زخم دکارله دوام څخه لاس مه اخلئ،خپلي کمزوري نقطي اصلاح اوسمي کړئ. له کاراومطالعي سره بي پروايي مه کوئ چي دکتاب کتلوپه وخت کي کوچني کاراوحرکت تاسو له مطالعې څخه لري کړي.

ب روحي سلامتيا په جسمي روغتياکي ده. نودمطالعي ترڅنګ؛ بدني کارضروري دى . که دکارزمينه مساعده نه وه، سپورت او ورزش يي ځاى نيسي.

ج -په خوړلوکي احتياط و سي،غذايو ډول نه وي،وخت يي مراعات سي اوزيات خواړه هم په بدن کي دروندوالى پيداکوي چي هغه دخوب پيلامه ده.

د- دچاپيريال اوځان نظافت اوپاکي مراعات سي . ناپاکي له يوه لوري بيماري پيداکوي اوله بلي خوا وقارکموي او په نتيجه کي په انسان کي دټيټ والي احساس پيداکوي،هلته نوانسان روحاً د کارتوان بايلي.

هـ -په ځان ويسا درلودل هم دهرکار له پاره ضروري خبره ده. داسي چي پرته دنورو له مرستي کار وکړاى سي. دکتاب ګراني

(c) ketabton.com: The Digital Library

موضوعګانی دنورو کتابونو په متڼه حل سي. ځان داسي تلقين نکړئ چي زه ددې کتاب دکتلو جوګه نه يم.

و-فکر او ذهن ته تمرکز پيدا کړئ. داسي چي دمطالعي په وخت کي هرڅه هيرکړئ او يوازي موضوع ته په يوه لنډه کي ډيره ښه اشاره سوي ده :

طالـــبه خدای کـه بـه مــــلا سي
په کتاب پروت، يادوې شينکي خالونه

دکتاب دکتلو په مهال، ددنيا دهر اړخ خيال او خط هيرول په کار دي.

دفکر او ذهن تمرکز، په تمرين کولو زيا تيږي او هغه هرڅوک په خپل طبعيت کولای سي.

ج – دمطالعې له پاره ،نوي ،نوې لاري غوره کړئ . تل يو ډول مطالعه مکوئ او داليکنه به له تاسو سره په همد ې هکله مرسته وکړي. کوم کتاب چي ګورئ هغه ته وخت او اندازه مخته لا وټاکئ . داکار به په هغه وخت کي تاسي نه بي واري کوي چي ياکتاب لوی وي او يايي مطالب ګران.

دکتاب کتلو ډولونه

مطالعه او کتاب کتل په لومړنی لنډه، بشپړه او بيا کتنه ويشلای سوای .

لومړنی کتنه: ترد ې وړاند ې چي ديوه کتاب ګراني برخي په ذهن بارکړئ، دا ښه ده چي له هغه کتاب څخه په ذهن کي يو ګُلي تصوير جوړکړئ او داکار په لومړنی کتنه کيږي. لومړنی کتنه داسي ښکاري ګواکي يو کس ديوې سيمي په لوړه برخه تيريږي او دهغې سيمي لاندينی برخي ويني.

په دې ډول کتاب کتلو کي داپوښتني له ځان سره ولرئ :

۱ – په څه ډول معلوماتو پسي ګرځم؟

۲ – کومي کلمې اوعبارات به زما دغوښتنو ځواب وي ؟

۳ په کوم مخ، عنوان، برخه ياڅپرکي کي دخپل زړه معلومات پيدا کولای سم ؟

تردې وروسته دخپلو غوښتنو او پوښتنو دځواب له پاره:

۱ دکتاب عنوان، دليکوال نوم او دخپريدلو تاريخ ته يي وګورئ .

۲ – دسريزې دوه درې لومړني پاراګرافونه ولولئ، معمولاً دکتاب اصلي موضوع پکي ښکاره کيږي.

۳ – دسريزې هرپاراګراف په لومړنيو جملو کي غور وکړئ . ځکه دپاراګراف مطلب پکي موندلای سئ .

۴ – جدولونه ،تصويرونه اولمن ليکونه وګورئ، ښکاره

(c) ketabton.com: The Digital Library

عبارات او مغلق عنوانونه په نښه کړئ .

۵-د کتاب یا مضمون د وروستني پاراګرافونو لومړني ټکي هم په غور سره وګورئ .

په دې ډول مطالعه کې که رښتیا هم پوره پاملرنه و سي، نو په لږ وخت کې ډېره ګټه ترلاسه کیږي.

لنډه کتنه :لنډه کتنه یا په اصطلاح اجمالي مطالعه، د لومړنۍ کتنې بل پړاو دی. په دې ډول کتاب کتنه کې داټکي په یاد لرل په کار دي:

۱- په دې ډول مطالعه کې د پاراګرافونو څرنګوالی او د کتاب سبک ته پام وکړئ .

۲-د پاراګرافونو، برخو او څپرکو پیل او پای ته پاملرنه وکړئ. ځکه اصلي مطلبونه په سر او پای کې راټول سوي وي.

۳-د یوې علمي مقالې او مضمون لنډیز او پایله لومړ ی وګورئ .

۴-په د ې ډول مطالعه کې مهم ټکي په نښه کړئ. څو کوم مطالب چې ستاسو له غوښتنې یا د کتاب له اصل موضوع سره اړیکي نلري، وخت ور باندې تیر نسي.

۵-له مثالونو او نمونو څخه صرف نظر وکړئ. خود مضمون په جوړښت او دلیکوال په سبک ځان پوه کړئ .

۶-په دې ډول مطالعه کې، تاسو باید د کتاب یا مضمون

په اصل موضوع ځان پوه کړ ی وي .څلور، پنځه مهمې نکتې پکښې بیان کړ ا ی سي.دومره پوه سوي یاست چې دهمد ې کتاب د کره کتنې له پاره څومره وخت په کار دی.

بشپړه کتنه په بشپړه کتنه یا تکمیلي مطالعه کې، هغه برخې کتل په کار دي، کومې چې په لومړنۍ او لنډه کتنه کې کتل سوې نه دي. معمولاً دا هغه برخې دي چې د تحلیل او پوهیدلو ستونزې لري .له همدې کبله په لومړنۍ مطالعه کې هغه څنګ ته سوي وي، چې په ذهن فشار زیات نه سي. خو اوس ذهن د وه ځله فرصت ترلاسه کړی او د کتنې په د ې پړاو کې ورته چمتو وي. په د ې ډول کتاب کتلو کې د ې ټکتو ته پاملرنه ضروري ده :

۱- مهم مطلبونه په نښه کړئ .

ګوم ځایونه چې مهم خو ګران وي، هغه د پوښتنې په نښه (؟) په یوه کرښه په نښه کړ ئ ترڅو په وروستنۍ کتنه کې ور باندې غور وکړئ، له چا یې وپوښتئ او یا یې د نورو کتابونو په مرسته حل کړئ .

۳-د مطالعې په دې پړاو کې مطلبونه باید په منظم ډول په حافظه کې وساتل سي ترڅو ور څخه ګټه واخستله سي.

۴-معلومات ترتیب سي، لنډیزیې واخستل سي او نوي معلومات یادداښت او په برخو وویشل سي ترڅو یې یادول اسانه سي. معلومات باید تر پنځو ډولونو او برخو زیات نسي، ځکه

(c) ketabton.com: The Digital Library

پلټنو ښودلې ده چې ذهن په یوه وخت کې تر پنځو په زیاتو برخو مصروف کېدلای نسي.

بیاکتنه: دا د کتاب کتلو وهم ځلي یا وروستني مطالعه بلله کېږي او هله باید وسي چې که زیاتو معلوماتو ته اړتیا وه یا کوم ځایونه په لومړنیو پړاوونو کې پاته سوي وو او یا هغه وخت چې دیاداښتونو تکرار ته اړتیا وي. تر دې مطالعې وروسته کولای سئ، خپل یاداښتونه بیا منظم کړئ د ټول کتاب لاسته راوړنې ترتیب کړئ او که د هر مقصد لپاره مو هم د مطالعه کړې وي هغه ورباندې پوره کړای سئ.

دکتاب کتلو چاپیریال

۱- له مطالعه په یوه ځای کې کوئ، ځکه کومه خونه چې تاسو د تل له پاره د کتاب کتلو ځای ټاکئ، نو د هغې هر څه به درته عادي ښکاري، ذهن به مو تمرکز نه بایلي. خو که ځایونه بدلوئ هر نوی ځای، نوي شیان لري. هم دا شیان ستاسو ذهن بوخت ساتي او مطالعې ته مو پاملرنه کمېږي.

بله ګټه یې دا ده چې ذهن او حافظه مو له هغه ځای سره داسې عادت کېږي چې د هغه ځای په لیدلو ژر ورته د مطالعې خاطرې راګرځي او چمتو کېږي. ورسره که تاسو د مطالعې یو ټاکلی ځای ولري نو تل دې ته نه اړ کېږئ چې د لوست او لیک وسایل سره غونډ او خوندي کړئ، بلکي هغه هسې به پراته وي چې هم ذهن تمرکز نه بایلي او هم د وخت سپما کېږي.

۲- له ناآرام چاپېریال سره د آرامولو مبارزه مه کوئ، که راډیو غږېدله یا په یوه ډله کې ناست واست او یا نور داسې څه وو چې ستاسو ذهن یې تمرکز ته نه پرېښود. دد ې ستونزو د حل لاره دا نده چې چاپېریال ارام کړئ، بلکي تاسو په خپله داسې مطالعه پیل کړئ چې په همد ې محیطي ناارامي لاس بري سئ او هغه ناارامي درباندې اغېزه ونکړي. لیدلي به مو وي چې ځ ېنې کسان په هوټل، موټر او نورو ګڼه ګوڼه کې ژوره مطالعه کولای سي.

۳- کتاب کتلو لپاره داسې ځای مه خوښوئ چې هلته تر ناستې، څملاستې ته میلان زیات وي. د ساري په توګه په خورانرم فرش کښېناستل او یا په یوه ارامه چوکۍ کې ډېره وهل، هغه څه دي چې تاسو ته تر مطالعې د خوب او ارام خوا درنوي.

۴- ځان عادت کړئ چې په ډاډه زړه او ذهني تمرکز، مطالعه پیل کړئ. که په ذهن کې داسې کار لرئ چې د کتاب کتلو په وخت کې مو پاملرنه ورته اوړي، هغه لومړ ی سرته ورسوئ او بیا کتاب کتلو ته کښېنئ. خو که مو ځان ورته بې غمه کړئ نه وي، کتاب کتل هسې وخت تېرول دي.

۵- د مطالعې له پاره میز او ورسره د میز څراغ ښه دي خو دومره هم ضرور نه دي چې پرته له هغو ی مطالعه نه کېږي. یوازې دا ضرور ده چې مطالعه په رڼا کې وسي او د دا زادې هوا موجودیت ذهني ستړیا کموي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

٦ څه د مطالعي له پاره ځانګړ ی ځای نه پیدا کیږي نو بیا
دومره څه لازم دي چي ستا سو د لیک او لوست لوازم پکي
خوندي او ژر يي له یوه ځایه بل ځای ته یو وړلای سئ.
داکار دوه ګټې لري: یو وخت سپمیږي او بل ذهني تشویش نه
پیدا کیږي.
که دژوند سهولتونه ښه وي نو بیا دمطالعې له پاره ځانګړي
خونه، هغه هم له ګڼه ګوڼې څخه خوندي، دتازه هوا
جریان، دکوټې دتودوخي معینه درجه (دشل سانتیګراد په
خوا وشاکې) مناسبه رڼا، مناسب میز چي مخ یي د
ډیروکتابونو ځای ولري او ترلاند یې هم دلوازمو دایښودلو
ځای یې ستر وي، لازم دي. خوکه دژوند ناخوالي دا سهولتونه
درته برابر ولای نسي، نو بیا له ستونزو سره ځان روږدي کړئ.
له چاپیریال سره عادت کیدل دژوند دپایښت شرط دی. په
مطالعه کي هم باید موږ دا سانتیاوو په نه شتون کي ځان ته بهانه
ونه لټوو بلکي مطالعه وکړو او له عادي اسانتیاوو څخه ستره
ګټه تر لاسه کړو.

دوخت سپما (د مطالعې وخت)

ټه داسي کسان چي خپل ډیر او ښه وخت په غیر ضروري یا
هم بې ګټې شیانو تیروي. زموږ دخلکو په اصطلاح "ګپ شپ"
کوي، منظره کوي، دښار او بازار چکر وهي، د یارانو مجلس ته
ځي یا هم په هغه کار لګیاوي چي هر وخت او له ده څخه پرته هم
کیږي. بده لا دا چي ډیر وخت دکور څخه دوتلو په مهال، په
هنداره کي په کتلو، د جامو په سمولو او نورو عادتونو
مصرفوي. خوڅوک چي له ځان سره داسي مهال ویش ولري چي
د مطالعې کار، سَیَل او تفریح، ددوستانو او خپلوانو لیدل
پکي معلوم وي او هغه مهال ویش ته ځان اړ وبولي، نو ډیر
وخت به یي وسپمیږي.
دوخت دمراعات او سپما لپاره، که دا څو نکتي په یاد
وساتلای سي بې ګټې به نه وي.
۱- ورځني کار او لوست، مطالعې او کتاب کتلو ټول
ضروریات تل چمتو ولرئ که سهار وختي کار یا زده کړي ته
ځئ او یا کتاب ګورئ، دهغوی ټولول او سمبالول به مو وخت نه
نیسي.
۲ راډیو، تلویژون او سینما په خپل ژوند مه لاس بري کوئ
بلکي هغو ټول په خپل اختیار کي ولرئ، په دې معنی چي
کوم مناسب پروګرامونه چي مو خوښ وي نو کولا ی سئ تر نیم
ساعت پوري یي ووینئ او یا خپله مطالعه پیل کړئ. خوکه

(c) ketabton.com: The Digital Library

دهغه پروګرام له پاره مهال ویش ونلرئ همدانیم ساعته پروګرام مودرې ساعته وخت ضائع کوي .
۳ـ په اضافي خبرو ،تلیفون کولو او تلیفون ته په کښیناستلو وخت مه ضایع کوئ اوس خو موبایل هسې هم دوخت دضایع کولو هغه خطرناکه وسیله ده چې نه زوړ تری بیغمه دی نه ځوان،نه دلمانځه قید مني اونه دتشناب. هرځای یي کړنګي وي.بده لاداچي ځان دښمنه ځوانان ،په دیرش کلنۍ کي ورباندي لوبي کوي .
۴ ځان ته سوغات ورکړئ . مثلاً ،له ځان سره وواياست که مې اکتاب په دومره وخت کي وکوت، نویا به هغه تفریحي کتاب ګورم ،یا به درادیو فلاني پروګرام اورم اویا به ...
۵ – دبیکاري له لنډو شیبو څخه ګټه واخلئ .مثلاً غواړئ کوم پروګرام واورئ .ورسره بل مصروفیت هم ولرئ،ورزش وکړئ،نوکان واخلئ،سنت سم کړئ،جامي ترتیب او وتوکړئ .لنډه داچي داسې کارورسره وکړئ چې دپروګرام د اوریدلو مزاحم نسي.کولای سئ څو ساده کارونه په یوه وخت کي وکړای سئ خو ګران کارله ځان سره بل نه مني.
داخبره ومنئ چې په یوه وخت کي څو کارونه کولای سئ، ځکه انسان پنځه حواس لري،په یوه وخت کي له ټولو ګټه اخستله کیږي . یوتن چې ډایوري کوي، دهغه سترګې، لاسونه،پښې،غوږونه او ژبه په یوه وخت کي کار کولای سي،نوله راډیو او تلویزیون سره هم داسې کار کیږي چې وروسته دمطالعې وخت ورباندي ضایع نسي.
ددې ترڅنګ داسې نورې شیبې هم راځي چې ورڅخه ګټه واخستلای سئ.مثلاً ،په دفترکي له بیکاري څخه، په ښوونځي کي له خالي ساعت اویا تر درسي ساعتونو وړاندي وخت،دډوډۍ او نوروکارونو دانتظارپه وخت او دلویو لاروپه موټرکي هم مناسبه مطالعه کیدلای سي.
٦ورځني وخت په مناسب مهال ویش ډک کړئ،خو کار ،لیک،لوست او تفریح ته وخت معلوم کړئ .
په دې کار سره به دمطالعې له پاره فرصت،ذهني ډاډ او نورو کارونو ته وخت پیدا کړئ.داډیره ښه خبره ده چې چا کړي ده: که غواړئ چې کار مو ژر خلاص سي، په هغه چایي وکړئ چې ډیر کار لري .
د ډیر کار ګټه داده چې کوونکي یي په مهال ویش کارونه سرته رسوي او دچا چي کار کم وي، هغه مهال ویش نلري او هغه کم کار هم ورڅخه پاته وي .
زماد زده کړې وخت تجربه ده، کوم زده کوونکي چې به دکور کار هم درلود ،هغه زده کوونکي به تر هغه شاګرد په ټولګي کي وړاندي ؤ کوم چې کار به یي نه درلود .بیکاره زده کوونکی به په دې خبري غولولۀ چې :بیا به یي ولولم او د ډیر کار څښتن زده کوونکی،دې اراده وړاندي کړ ئ چې کله به یي د کارونو ترمنځ کم وخت هم پیدا کړ، کتاب به یي کوت .

(c) ketabton.com: The Digital Library

نو ددې لپاره چي دمطالعې په بهانه نورکارونه او
دنوروکارونو په بهانه کتاب کتل پاته نسي، غوره لاره داده چي
ورځنی (۲۴ ساعته) وخت، په مهال ویش داسي وویشل سي
چي: خوب، کاو مطالعه، لیدني، کتني هرڅه پکي ځای سي. که
مطالعې ته یو ځانګړی وخت وټاکل سي، هغه وخت ته ذهني
چمتو والی پیدا کیږي.

۷ـ مهال ویش په خپل نظر ترتیب کړئ. ځکه هرڅوک ځانته
کارلري او په خپل کار هرڅوک ښه پوهیږي چي کوم راته مهم
او کوم غیرمهم دی، څه وخت مطالعه کولای سم او څه وخت
دژوند نوري چاري په مخ بیولای سم.

۸ـ مهال ویش باید داسي ترتیب سي چي که کله مهم
کار، مثلاً مطالعې پاته کیږي، بله شیبه وخت پیدا کړئ، د
استراحت او تفریح له وخته داتسه ډکه کړي. دتفریح او
رادیو، تلویژیون له وخت څخه ورته دپاته سوي مطالعې ګټه
واخستله سي.

۹ـ که په مهال ویش کي مطالعې ته په یوه وار ډیر وخت
ورکوئ. مثلاً وایاست چي هرماسپښین مطالعه کوم او دورځي
له مخي غرمي نورکارونه کوم. داچي دماسپښین وخت ډیر
وي، ذهني ستړیا پکي پیښیږي. نو ددې ستړیا دلري کولو له
پاره دوه کارونه باید وسي:

یا داچي تریو ساعت یا یونیم ساعت وروسته، دتفریح له پاره
لږ تر لږه لس دقیقي وخت بیل کړئ. یاداچي دمطالعې موضوع
کتاب بدل کړئ. دموضوع بدلول ذهن ته دتفریح په
څیر ارامتیا بخښي.

۱۰ـ دمطالعې په وخت کي دمهمو ټکو یادداښتونه واخلئ،
داکار یو ذهن ته ډاډ بخښي او بل وخت سپموي. ځکه که دوهم
ځل همدې معلومات ته اړتیا پیدا کیږي، دټول کتاب دکتلو په
ځای به یوازي دایادداښتونه وګورئ.

۱۱ـ دمطالعې په اراده، که دمطالعې ځای ته ورسیدلی نو ژر
به مطالعه پیل کوئ، څومره چي ځنډ کوئ هغومره مو ذهن چمتو
والی او تمرکز بایلي.

۱۲ـ وخت مهم دی، خو دوه ځایه دوخت مراعات مه ساتئ.

الف: کله چي په مړه ګیډه څه وخورئ، نو دنیم ساعت له پاره
مطالعه مه کوئ، کتاب مه ګورئ او څه مه لیکئ، ځکه معده چي
ډکه سي، نو وینه هغې خواته رامخه کړي، دبدن دنورو برخو، په
ځانګړي توګه مغزته وینه پوره نه رسیږي. بدن راحت او ارام
کولو ته اړه پیدا کوي او ذهن په بشپړه توګه کتاب کتلو ته چمتو
نه وي.

ب: که دخوب، ناستي او تفریح خوني او ځای ته د
کښیناستلو لپاره اړ سوئ، هلته مطالعه مکوئ، ځکه هلته ذهن
خواپوري وي او ذهن ته ډاډ نه پیدا کیږي. ښه لاره یي داده چي
ژر هغه ځای پریږدئ او دمطالعې خوني ته لاړ سئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

دعادت په بدلون کي زغم ولرئ

پوهیږئ چي تاسو په ژوند کي هدف لرئ،هدف مو پیژندلی او
په شعوري توگه مو غوره کړی دی . داهدف که هرڅه دی درته
سپیڅلی دی .دهمدې هدف دلاسته راوړلو لپاره کتاب کتل یوه
لاره بولئ .له همدې کبله دمطالعې ستونزي په ځان منئ. هدف
کـه لـوړ وي او کـه وړوکـی، انسـان تـه خـوښ وي، خـو دژونـد
ستر،ستر هدفونه دانسان دسینې پراخي او دسترگو دلیدلو
واټـن اوږدوي .مثلاً ،یـوتن دهـدف لـري چـي تـر مطـالع ې
اولیکنې وروسته، دەرس لـه یـو ې څـانگې او یـا یـوه پړاو څخه
فارغ سي.خوبل له همدې درس اولوست څخه داهدف لري چي
معلومات ترلاسه کړي .دوهم هـدف تـر لـومړي ستر اولومړنی
پکي په خپله ترلاسه کیږي.

تاسو بـه لـه مطالع ې څخه حتماً یو هـدف لـرئ .زده کـونکي،
ښـوونکي،لیکوالان او یـا هم دټولنیزو کـارونو دکومي برخـي
مسئولیت به لرئ .داچي مطالعه کوئ ،دمطالعې یوعادت به
هم لرئ .داعادت به درته خوښ او گټور هم وي، خو کیدلای سي
دنورو تکړه خلگو دژونـد ازمیښتونو ځیني عادتونـه غوره بللي
او ښـه گټـه یـي ورڅخـه ترلاسـه کـړي وي . دلتـه بـه ځینـي
عادتونه،ښـوونه او شـرطونه ولیکـل سـي.خو کیـدلای سـي
ستاسو په فکر برابـر نـه وي.ستاسو تر زغـم درتـه گران او درانـه
وبریښـي خـو داچـي دمطـالع ې دا لاري ازمویـل سـوي
دي.نځپلول یي بي گټي ندي.کیدلای سي، دالاري لږ ترلـږه

دوخت دسپما او یا ژر دپایلي ترلاسه کولو گټه ولري. نولومړی
څه زغـم او حوصله غـواړي ترڅو خپـل عـادت پـه نورو عـادتونو
واړوئ .

تاسـو پوهیږئ،عادت هغـه مهـارت او ملکـه ده چـي پـه یـوه
کارکي په تمرین او تکرار سره لاسته راځي او مخته تر عادت هغه
کار ناشونی بریښي.

یو عادت خپلول یا بدلول څه کړاو لري او قرباني غـواړي، هغه
قرباني به کله دوخت وي او کله نوره.

په هرحال ،ددې له پاره چي دمطالعې دعادت هغه برخي بدلي
کـړئ کـومي چي دد ې لیکنـې تر مطالعې وروسته درتـه پـه زړه
پوري نه بریښي، نو داټکي په پام کي ولرئ .

۱ – دنوي عادت په خپلولو کي پـه کلکه اراده او ژوره غوښتنه
پیـل وکړئ،دهر کـار دبریي پیلامـه دانسـان اراده او ذوق دی.که
دادوه عنصره وونو په رښتیاني توگه دهــغه
کاردبري پیل درته رارسیدلی دی .

هڅـه وکـړئ ترڅو ستاسـو داذوق او تصـمیم هـیڅ شـی مـات
نکړي.که موکومه خونه دمطالعې له پاره وټاکله، خو دوستانو
مزاحمت کاوو ،خونـه بدلـه کـړئ .هسـي نـه چي دزاړه عـادت پـه
څیربیـا هـم ورسـره کښـینئ.که مو دمطـالع ې وخـت لـه خـورا
خوندوري میلمستیا سره برابرسو ،ترې تیرسئ او...

۲ – په لومړنیو ورځوکي ترڅو چي نوی عادت دزاړه عادت
په ځای خپلوئ،هیڅ استثنی مه منئ .که مو وغوښتل چي د

(c) ketabton.com: The Digital Library

تیر وخت د خوري وري مطالعې په ځای به له نوي عادت سره
سم، د شپې له اوو ترنهو بجو کتاب ګورم. که څوک په همدې
وخت کې مزاحمت وکړي. ورته غاړه مه ږدئ. داسې مه وایاست
چې نن به یار وپالم او سبا به د مطالعې وخت دوه برابره کړم
. تاکلی وخت له مطالعې پرته په بل څه مه ډکوي.

۳ – کله چې مو وخت پیدا کړ، نوی عادت خپل کړئ. دا خبره
مه کوئ چې سږکال خو تیر سو، دا اونۍ تیره سوه، آن دا چې نن
ورځ خو تیره سوه، بیا به یې ګورو. نه هر څوک چې د فرصت او
وخت په انتظار کښېناست، د خپل کار د ناکامي پیلامه یې
ولیدله. که د عادت د بدلولو زغم ولرئ، کیدلای سي ستاسو
د کتاب کتلو زغم او حوصله دومره ډیره سي چې په ساعتونو،
ساعتونو مطالعه وکړئ او د ستړیا احساس ونکړئ.

مرحوم صلاح الدین سلجوقي (**دتجلی خدا درافاق و انفوس لیکوال**)
په یوه مرکه کې ویلي ؤ: یوه شپه مې د څراغ رڼا ته کتاب
پرانیست، ناڅاپه د څراغ په رڼا کې بدلون راغی. و مې کتل چې
د سهار د رڼا څپه، د ماخستن د څراغ په رڼا راغلې وه. یعنې
نو موړي ټوله شپه کتاب کتلی ؤ خو ستړیا یې محسوس کړې نه
وه.

څرنګه چټکه مطالعه وکړو؟

په نني نړۍ کې، که انسان په هر شغل یا مقام کې وي، لوستلو
او لیکلو ته اړتیا لري، زیاتي خپروني په هر کار او عملي میدان
کې کېږي، که څوک همدا معلومات خپل نکړي، د خپل کار
د سیالي له کاروان څخه وروسته پاته کېږي. ډېري
خپرونې، د وخت کمی او زیات مصروفیت انسان دې ته اړباسي
څو په کم وخت کې ډیر معلومات تر لاسه کړي.

د دې هدف د تر لاسه کولو لپاره، په مطالعې او کتاب کتلو کې
دوو ټکو ته باید پاملرنه وسي:
چټک لوستل او چټک مفهوم اخیستل.

کوم کسان چې کتاب کتلو ته زړه ښه کولای سي، په همدې
دوو برخو کې ستونزې لري چې ګړندۍ مطالعه کولای نسي
او یا په کتاب ژر پوهیدلای نسوای.

ځیني خلک د کتاب کتلو په وخت کې دومره ورو روان وي چې
په هره خبره او کلمه درېږي. د مطالعې په وخت کې یې شونډان
حرکت کوي او په لوړغږ مطالعه کوي. خو څومره چې
دا ځنډ زیاتیږي، هغومره مطلب کم اخستل کیږي. ځکه په هغه
وخت کې چې په کلمه ځنډ راځي، په هغې شیبه کې حافظې ته
څه نه نقلیږي او دا واټن مطالب سره بیلوي، مطلب یو ځای نه
اخستل کیږي. د دې نیمګړتیا د مخنیوي لپاره باید هم ګړندۍ
مطالعه وسي او هم د مطلب اخستلو وس ډیر سي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

دشخص او اطلاعاتو ترمنځ اړیکو ته مطالعه ویل کیږي .
څومره چې دا اړیکې زیاتیږي، هغومره د فکر تمرکز پیدا کیږي او مطلب ښه اخستل کیږي. دد ې اړیکو د ټینګولو لپاره، غوره او لنډه لاره، چټکه مطالعه ده. په چټکه مطالعه کې در ې ګټې دي :

۱ – وخت سپمیږي .

۲ – حواسو تمرکز پیدا کیږي . ځکه څومره چې مطالعه چټکه سي هغومره ذهن خپلې دندې ته متوجه کیږي.

۳ – په چټکه مطالعه کې له مطالعې سره اړیکې ډېریږي . ځکه که څوک په کم وخت کې زیات څه ترلاسه کړي ، ورسره خوند او ذوق هم زیاتیږي .

مطالعه دا مرحلې لري:

۱ – ځینې کسان په لوړغږ مطالعه کوي، شونډان ورسره ښوروي، غږیې یا نورا وري او یا په خپله . په هرحال یې وخت زیات نیسي، انرژي یې ډېره مصرفیږي او ګټه کمه تر ې اخلي. دا کسان کله په کلمه دریږي، په یوه دقیقه کې تر دوه سوه پنځوسو کلمو پورې مطالعه کولا ی سي چې دا د مطالعې ټیټه اندازه ده.

که څوک د مطالعې مهارت ولري نو کولا ی سي په یوه دقیقه کې تر زرو کلمو هم زیاته مطالعه وکړي.

۲ – ځینې کسان د کتاب کتلو په وخت کې شونډان نه ښوروي، په غږ لړلو سره مطالعه نکوي خو کله، کله دریږي او د هرې کلمې معنی او مطلب بیل، بیل ذهن ته رسوي. دا ډول مطالعه د پړدې ژبې د زده کړې لپاره ښه ده خو بل ځای بې ګټ ې ده.

۳ – ځینې کسان بیا له ژبې او شونډانو څخه ګټه نه اخلي، یوازې په سترګو مطالعه کوي . دا کار څه مهارت غواړي او غوره لاره ده. څوک چې په ځنډ کتاب ګوري نو د سترګو په مطالعه دا نیمګړتیا پوره کولای سي.

که ځینې کسان د لوړغږ د مطالعې عادت لري او یا د مطالعې په وخت کې په لیکو قلم یا ګوتې تیروي . دد ې عادت د کمولو لپاره دي ، د مطالعې په وخت کې تر هغه چې عادت کیږي، ژبه د غاښونو ترمنځ نیسي، هغه د غږ مخه نیسي او که ګوته یا قلم په لیکو راکاږي نو هڅه دې وکړي چې لاسونه له کتاب څخه لرې وساتي، تر څو عادت سي.

ګړندۍ مطالعه څه تمرین غواړي. خو چې دا کار لومړ ی په اسانه متنونو پیل کړي؛ ورو ، ورو ګران متنونه وګوري، ډېره ستونزه نلري. له د ې تمرین سره، سره چې شونډان او لاس په مطالعه کې ورګډ نکړئ، دا څو ټکي هم مه هیروئ :

۱ – د مطالعې په وخت کې زیار وباسئ چې په مطلب پوه سئ او بیا د جملو تکرار ته اړ نسئ.

۲ – د کلیمو په ځای په جملو دریږئ او د دې درید لو ځنډ هم کم کړئ . د کلمو په ځای، په جملو دریدل وخت لږ نیسي، ذهني تمرکز ډېروي او ستړیا کموي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۳ – دا خبره په ځان حتمي کړئ چې د شونډانو او ژبې په ځای یوازې له سترګو څخه ګټه واخلئ.

کله په سترګو د مطالعې اشنایي درسره پیدا سوه، بیا په لیکو د پنسیل تیرول نور هم تمرکز پیدا کوي.

د سترګو مطالعه باید تر هغه تمرین سي څو مو مطالعه په یوه دقیقه کي تر زرو کلیمو واوړي.

څوک چي په مطالعه کي زیات مهارت لري، هغوی کولای سي څو لیکې په یوه نظر وګوري، یا د کتاب مخ په عمودي ډول وګوري. یعني په لیکو له پاسه کښته سترګي وزغلوي. هغه هم د عمود، مایل او یا مات خط په څیر.

انشاء الله، نور کسان به دا پلټنه او تمرین درته ولیکي او وښیي. زه به د دې خبرې مراعات وکړم چي د لیکني میدان می وړوکی دی.

له مطالعې څخه ژر مطلب اخستل

انګیزه او غوښتنه په زده کړه کي اغیزمن عامل دی. که دا معلومه سي چي ولي مطالعه کوم او بیا مطالعې ته میلان او غوښتنه زیاته سي، نو د مطالعې پیل اسانه کیږي. په هر کار کي پیل ګران دی. که څوک مطالعه پیل کړي نو یو لړ ستونزې به خپله له منځه ځي. خو پیل باید په یوه جدیت سره وي چي په خپله بې عزمي او سستي لاس بری سي. هر کار په پیل کي څه چمتووالی غواړي، په اصطلاح تو دیدل ضروري دي. نو د کار د پیل لپاره که موږ بنه اماده نه یو او ژر بیرته را څخه پاته کیږي او دوهم ځلي پیل کولو ته اړ کیږو، په هغه صورت کي چمتو کیدل یا په عامه اصطلاح تو دیدل دوه ځلي وخت را څخه غواړي.

کله چي مطالعه پیل سي، بیا لږ تر لږه یو دوه ساعته مطالعه باید په جدیت سره وسي، وروسته تفریح لازمه ده. کومه مطالعه چي ډیر وخت او پرته له تفریح څخه وي، هغه ښه ذهن نه اخلي، که د مطالعې وخت پرته له تفریح څخه اوږد سي، هغه ستړیا چي پیدا کیږي د موضوع او کتاب په بدلون نه ختمیږي. خو که یې وخت لنډ او جدیت یې زیات وي، را پیدا سوي ستړیا د موضوع یا کتاب په بدلون کمیږي. نو له کتاب څخه ګټه تر لاسه کول داسي کیږي چي د کتلو وخت یې اوږد نه سي، تفریح وکړای سي، په همدې کم وخت کي د ذهن تمرکز وساتل سي او په بل کار د هغه تمرکز اخلال نه سي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

لـه دې خبرو سـره، سـره ددې لپـاره چې لـه مطالعې څخـه ژر مطلب تر لاسه کړئ، دې ټکیو ته پام وکړئ :

۱- کـومې ژبـې چې کتـاب ګورئ، پـه هغـې ژبـه کـې دلغـاتونو ذخیره زیاتـه کـړئ . ددې کار لپـاره لـه فرهنګونـو، ډکشنریو، قاموسونو یا دلغت له کتابونو څخه ګټه واخلئ . په دې هکله غوره کتاب هغه دی چې :

"دلغت معنی، تلفظ، سمه املا، دلغت ډول چې د کلمې کوم پاټکی دی. یعني وښیي چې اسم دی، فعل دی که حرف یا ...دی او دلغت د استعمال طرز او ځای وښیي. "

دلغاتونو ذخیره هم په خپله په ذهن کي نه ډېرېږي په ډول، ډول لارویې خلګ زده او یاد وي .

ځینې کسان د هر لغت لپاره کارت لیکي، د هغه لغت معنی، تلفظ، مترادف، متضاد او څو جملې ورسره لیکي. هغه کارت له نورو کارتونو سره د الفبا په ترتیب ږدي او کله، کله یې ګوري.

ځینې کسان ورتـه بیله کتابچه لري. لغـات له ټول څرنګـوالي سره پکي لیکي او کله، کله یې لولي.

ځیني بیا چې تر کتلو لاندې کتاب یې خپل وي تر نوي کلیمې لاندي خط کاږي او هغه څو، څو ځله تکراروي .

خو ما په خپله چې کله مطالعه پیل کړه، دوه درې کتابونه به مې غوره کړل، کـوم لغـلتونه چې بـه راتـه نوي وو، د هغـوی معنې به مې وموندله، تر هغه به مې د کتاب هغه برخه چې نوي

لغلتونه پکې وو پـه تکـرار سـره کتلـه، تر څو بـه هغـه نـوي لغاتونه، د هم هغه کتاب په جملو کې راته بلد او اشنا سول.

۲- دلغـت او کلیمـې تر پوهیـدلو وروسـته، د مطلـب د اخستلو لپاره په جملو پوهیدل ضروري دي.

کلیمه په لیکنه کې د خبرې او جمله دیوې ټوټې حیثیت لري چې له څو خبرو ودانه سوي وي، لیکوال خپل مطلب د جملو په ترڅ کې بیانوي . د جملو مطلب او مفهوم په دوو لارو اخستلای او وربانديپوهیدلای سوای :

الـف : یـا دا چې د جملـو؛ کلمې بیلې، بیلـې و پیژنو، بیـا ورتـه پیوند ورکړو او لـه هغه پیوند څخـه دلیکوال پـه مطلب یا پـه هغـه معلومات چې په هغې جمله کې یې ځای کړی وي پوه سو . دا به یاداسې وي چـې لغاتونـه بـه راتـه اشـنا او یا دا چې دلغاتونو پـه کتابونو کي به یې معنی پیدا کوو .

ب : که لغاتونه هم وپیژنو خو په ښکاره دلیکوال مطلب پکي نه معلومیږي، ددې ډول مطلب د پوهیدلو لپاره استنباط دی، څو په جملو کې پټ مطلب پیدا کړو. دې جملو ته پام وکړئ :

۱- هغه دی یو څوک را را وان دی .

۲- زما په نظر یو ه خوځنده شبح ښکاري، ممکن انسان وي.

۳- یاره ماهم مارته په لستوني کي ځای ورکړی دی.

پـه اوله جملـه کې هیـڅ ستونزه نـ ســــته. پـه څـوک او روان پوهیږو له جملي څخه مطلب اخستلای سوای.

(c) ketabton.com: The Digital Library

په دوهمه جمله کي لغاتونه راته ګران دي. په فرهنګ کي به دخوځنده، شبح او احتمال معناګاني پيدا کړو او بيا به له جملې څخه مطلب واخلو.

په دريمه جمله کي لغاتونه اشنا دي، خو مطلب پکي پټ دی. په اشنا کلمو پوهيږو چي، له ليکوال سره په ټولګي، دفتريا ګاونډ کي داسي څوک اوسيږي چي د ډېر سره مينه نلري، خو نيغ په نيغه يې څه ويلي نه دي. هغه يې له مار سره ورته بللی او نژدېوالي يې په لستوني تعبير کړی دی.

۳- يوه ليکنه کي د څو جملو له يو ځای کيدلو څخه، يوه ټوټه (پاراګراف) جوړيږي. کله چي په کلمه او جمله وپوهيږو نو بيا بايد په پاراګراف هم وپوهيږو. په پاراګراف کي ډير وخت لومړنۍ جمله اصل مطلب ښيي او نوري جملې د هغې د تشريح او تائيد لپاره راځي. لوستونکي بايد د پاراګراف اصل مطلب درک کړي، د نورو جملو په مرسته يې اثبات، تشريح او تائيد و مومي او له نورو جملو سره يې اړيکي و ګوري تر څو معنی او مطلب ورته بشپړ ښکاره سي.

دا جملي په غور سره وګورئ:

۱- قلم د ژبي نائب او په ځای ناست دی.

۲- قلم د ژبي په څير حرکت کولای سي، د انسان د ذهن څرګندونه کوي، خو هله چي انسان د قلم په ژبه وپوهيږي.

۳- په هيڅ ټولنه کي د قلم اهميت پټ نه دی.

۴- د قلم خوځيدل، انساني تاريخ جوړيدل او تمدن له يو انساني نسل څخه بل ته نقليدل دي.

په اوله جمله کي، اصل مطلب چي د قلم اهميت دی بيان سوی دی او په دوهمه جمله کي وضاحت ورکړل سوی دی. نورې جملې د همهغې مدعا د ثبوت له پاره ليکل سوي دي.

۴ کله چي په لغت، جمله او پاراګراف پوه سو، نو د بشپړې ليکني په مطلب پوهيدلای سو. ای ليکنه که د کتاب د څپرکي په څير وي، که د مجلي يا جريدې کوم مضمون وي، خو له ټوټو (پاراګرافونو) څخه جوړه سوي ده او دا ټوټې، ټولي يو ډول نه وي. لومړنی پاراګراف په يوه ځانګړي ډول ليکل سوی وي چي د ليکوال مقصد او هدف په ښکاره توګه پکي معلوميږي. نور پاراګرافونه هم داسي ليکل سوي وي چي د لومړني پاراګراف د جوړښت او معنی ملګرتيا ولري.

وروستنی پاراګراف د پايلي پاراګراف دی او د مضمون لنډيز. په دې پاراګراف کي ليکوال خپل هدف په نورو توروبيانوي. ځيني پاراګرافونه بيا د ليکوال د نظر بدلون ښيي چي د مضمون له يوه لوري بل لور ته لوستونکي بيايي.

يوه بشپړه ليکنه هغه وخت پيژندل کيږي چي د پاراګرافونو مطلب او له يوه بل سره يې اړيکي وپيژندل سي. په پاراګرافونو کي د ليکونکي په مقصد هم پوه سو او له هغه نظر او موضوع سره يې ځانګړی احساس هم درک کړو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

خپله حافظه غښتلې کړئ

د حافظې نده په ذهن کې د معلوماتو ثبتول او بیا یادول دي. څومره چې یوه موضوع ښه درک سي هغومره ښه په حافظه کې ثبت کېږي.

په حافظه کې د مفهوم ثبت کېدل په وخت او اشخاصو کې توپیر لري. ځینې کسان یې ژر حفظ کوي او ځینې وروسته، ځینې ټول مطلبونه ضبط کولای سي او ځینې څه برخه.

له حافظې څخه هېرېدل هم توپیر لري. ازمېښتونه ښیي چې ۵% معلومات په لومړي ساعت کې، ۶۵% په ۲۴ ساعتونو کې او ۸۰% معلومات له زده کړې او پوهېدلو څخه وروسته تر یوې میاشتې پوري هېرېږي او له حافظې څخه وزي. حافظه د نورو غړو په څېر په تمرین غښتلې کېږي او هم کمزوره کېږي.

ارامتیا، مناسب خواړه، بدني روزنه او تفریح، د جسمي او ذهني روغتیا خیال ساتل، مهال وېش درلودل او مطالعه کول، هغه څه دي چې حافظه وربانديغښتلې کېږي.

مغزي ناروغتیا

تراندازه ډېر ذهني کار او له حافظې څخه بې ځایه ګټه اخیستل حافظه او مغز ستړي کوي.

د مغزي روغتیا له پاره باید وینځ ته پوره اکسیجن ورسیږي، پوره خوب او آرام وسي، له سګرټ څکولو او د ځینو مُسکِنو او ارامونکو درملو نوله استعمال څخه ډډه وسي. ښه خواړه مصرف سي. که ورسیږي؛ له هګۍ، ینې، غوښې، سبزیجاتو، کبانو، شیدو او مستو څخه ګټه ترلاسه سي. بدني روزنه وسي. د نومونو، شعرونو، ورځني کارونو او خپل معلومات په یادولو حافظه غښتلې کولای سئ.

حافظې ته د معلوماتو رسیدلو لاري، زموږ پنځه ګوني حواس دي. د هغوی د روغتیا او ورڅخه د ښې ګټې اخستلو خیال ساتل په کار دي.

دا ځان ته معلوم کړئ چې په اوریدلو که په لیدلو ستاسو حافظه معلومات ښه خوندي کولائ سي. په همهغې لاره معلومات ورکړئ. د ځینو خلګو حافظې داسي وي چې که خپل معلومات ولیکي حافظه یې ښه ساتلای سي.

په هر حال که ستاسو حافظه چې په هره لاره عادت سوي وي له هغې لاري څخه کار واخلئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د حافظې ارامتيا

استراحت او ارامتيا، د حافظې له پاره ضرورده. استراحت د بدن ستړيا لري کوي، عصبي او روحي فشار کموي. تر استراحت وروسته شخص بيا مطالعې ته ښه چمتو وي. په لنډه شيبه استراحت کې لوستل سوي او کتل سوي معلومات له نورو معلوماتو سره يوځای کيږي. که تر استراحت وروسته، د کمې شيبې لپاره تيره کتل سوې موضوع يو ځل بيا وکتل سي، د حافظې د ساتلو ځواک زياتيږي.

حافظه په پيل کې د يادولو او ساتلو ځواک زياتوي خو وروسته دا قدرت بايلي. د دې قدرت د بايللو د مخنيوي له پاره بايد تر څه مطالعې وروسته، يوه لنډه شيبه آرام وسي.

يو مطلب بايد تر يوه ساعت زيات وخت ونه کتل سي. په دې معنی چې که يو ساعت مطالعه وسي، حافظه لا ښه هم وي خو يوه شيبه استراحت ضروردی. استراحت په دې معنی نه چې تر هر ساعت وروسته بيده سئ. بلک د مطالعې په منځ کې پنځه دقيقې بې مطالعې کښيناستل، گرځيدل او يا موضوع بدلول، د حافظې غوره استراحت دی.

په موضوع پوهيدل د مغز کار دی، ساتل او بيا راگرځول يې د حافظې کار دی. که استراحت ونه سي، له حافظې سره ذهن هم ستړی کيږي او د حواسو تمرکز هم کميږي.

لنډه شيبه استراحت، دا کټه هم لري چې ذهن ټول سوي معلومات جذب کړي او حافظې ته يې وسپاري.

ډېرو پوهانو گراني مسئلې په اوږده مطالعه کې حل کړي ندي، خو په استراحت کې يې حل موندلی دی.

د حواسو تمرکز او د حافظې تقويه

که په يوه موضوع کې داسي فکر کوئ چې نور افکار ستاسو ذهن اخلال نکړي، دې حالت ته د حواسو تمرکز وايي.

دا حالت په تمرين سره خپليدلای سي. کوښښ وسي چې د مطالعې په وخت کې حواس تمرکز ولري (د حواسو تمرکز د حافظې قدرت زياتوي) او تر څو شيبو وروسته ځنډ وکړل سي. په سوي مطالعه کې پوښتني راپورته سي، کومه موضوع چې حل سوي نه وي هغه يادداشت سي...

دې ټکيو ته پام وکړي تر څو د حواسو په تمرکز کې درسره مرسته وکړي:

۱– په هر چاپيريال کې، د حواسو تمرکز نه پيدا کيږي. نو لومړې له بهرني نړۍ څخه ځان گوښه کړئ او داسي ځای مطالعې ته غوره کړئ چې ارام وي، رڼا وي، مناسبه هوا ولري، غږ او غوږ نه وي.

۲– د مطالعې ځای کې چې څه شی اخلال پيدا کوي هغه لري کړئ، لکه د لوبو لوازم، راديو، تلويزيون او ...

۳– لوږه، تنده او ستړيا، د حواسو د تمرکز مخه نيسي، که وږي يا تږي ياست، څه وخورئ او وڅښئ او که ستړي ياست، مطالعه مه پيل کوئ.

۴– تر ټولو غوره تمرين دا دی چې په نا آرام چاپيريال کې له مطالعې سره خپل ذهن عادت کړئ. ځکه هر ځای او هر وخت نسو کولای چې مناسب او آرام محيط پيدا کړو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

څرنګه حافظه تقویه کړو

دیو موضوع بیامطالعه، هغه هم ترمطالعې وروسته په څوشیبوکې، که دلنډې مطالعې په توګه وي، دحافظې له تقویې سره مرسته کوي.

په دې توګه چې نوي راغونډ سوي معلومات له تیرو سره یوځای کوي، ربط ورکوي او حفظوي یې. که دمطالعې په وخت کې لنډکې یاددښتونه واخستل سي دا کارهم حافظه غښتل ې کوي.

فرانسس بیکن وایي: "لوست او مطالعه انسان ډکوي ، خبري کول انسان چمتوکوي اولیکنه انسان دقیق اوځیرک کوي."

دحافظې دتقویې لپاره دې ټکیو ته پام کوئ :

۱– هدف ولرئ.

۲–له مطالعې سره علاقه ولرئ اوپه جدیت سره مطالعه وکړئ .

۳– دمطالعې په موضوع تمرکز ولرئ .

۴– دمشاهدې او کتلو دقت دزده کړې پیلامه ده.

۵– ډیرمفاهیم اومطلبونه یوځلې حافظې ته مه سپارئ. مطالب په ډیر وړوپاټکیو مه ویشئ، ترڅو مطلب بې ربطه نسي.

۶– ګران مطالب په څو وړو برخو وویشئ.

۷– هره ورځ په ټاکلي وخت اوټاکلي ځای کې مطالعه کوئ .

ښه غوږ ونیسئ

دمعلوماتوپه راټولولوکې چې څرنګه سترګې کار کوي، هغسې غوږونه هم کارکوي.

څیړنې ښیي چې هرعادي وګړی ۷۰% ورځنی وخت له نوروسره تیروي، په منځنۍ توګه دیو شخص وخت ۹% په لیکنه ۱۶% په لوستلو ۳۰% په خبروکولو او ۴۵% په اوریدلو تیریږي.

سره له دې چې ډیر وخت په اوریدلو تیریږي خو زیات کسان سته چې دې خبري ته په بې پروایي سره ګوري. ازمیښتونو دا هم ښو ولې ده چې په دې اوریدلوکې یوازې د ۲۵% وخت په کچ، ګټه اخستله کیږي او دا وریدلو دشیبو ۷۵% وخت هسې تیریږي.

په اوریدلوکې اړتیا اوموخې ډیرې دي خو هرڅوک هره اړتیا او هدف خپل نه ګڼي.

رادیوته دوخت ددتیر، تفریح او اطلاعاتو دزیاتوالي له پاره غوږ نیول کیږي. ددولت دستونزو اظهارته، دسیاسي خلګوویناته، دزده کړې درسونوته اوډپلورونکو تبلیغاتوته غوږ نیول کیږي. خو که هرڅه ته او هرچیري غوږ نیول کیږي، دا ټکي په پام کې نیول بې ګټې نه دي:

۱–که وغواړئ چې په کومه غونډه کې دچاخبروته غوږ ونیسئ، نومخته تردې چې په هغې غونډه کې ګډون وکړئ ، د ویناوال د شخصیت په هکله باید پوه سئ چې نوم، دنده او زده

(c) ketabton.com: The Digital Library

کړي يي څه دي؟ دا ډول پلټنه ستاسو ذهني ډاډ زياتوي او ذهن متمرکز کيږي.

ځيني ويناوال، د خبرو موضوع مخته په اوريدونکو ويشي. په داسي صورت کي هغه ليکنه بايد په غور وکتله سي. کوم ځاى او خبره چي مهمه او يا ګرانه وي، هغه معلومه کړئ او دوينا په وخت کي ورته متوجه اوسئ.

۲– تاسو که ټولګۍ ته ځئ، کوم کتاب ته کښينئ او يا په کوم کنفرانس او غونډه کي ګډون کوئ، کيدلاى سي، د خبرو موضوع يا د ويناوال شخصيت درته غوره او مطلوب نه وي. په همدې بهانه غوږ نه نيسئ او دا بي ګټې کار ګڼئ، خوله ځان سره بايد فکر وکړئ چي ايا دلته دده له خبرو څخه کومه ګټه نه پورته کيږي؟ دا ډول فکر کول تاسو ته تر دې سره ژوره غوږ نيونه په لاس درکوي. کومي پارې چي دلته هم غوره يم چي زه کولاى سم يوځه ګټه تر لاسه کړم، ويناوال به زما دوست او يار وي، د خبرو موضوع به راته خوندوره وي؟

نه دا به هيڅ نه وي او نه دې ته راغلي ياست. ستاسو دلته ناسته، يوازي ددې لپاره ده چي څه واورئ او څه زده کړئ. که مو، موخه داده بيا د ويناوال او دوينا څرنګوالى مهم نه دى. که هر څوک وينا کوي، هر څه وايي، تاسو ته بايد بي توپيره وي او هغه خپلو معلوماتو د زياتوالي له پاره واورئ. داسي ندي چي زده کړه او تحصيل به تل خوندور او خوشحالوونکى وي، ستونزي به ګالئ، شپي به رڼوئ او ډيرڅه به ورته پريږدئ. دلته هم ستاسو راتګ بايد د زده کړي په غرض وي او ټولي ستونزي وزغمئ. اصلاً ځان پلټونکى او غوښتونکى کړئ تر څو څه تر لاسه کړئ.

۳که تاسو کومه ليکنه ګورئ، ځنډ او چټکتيا ستاسو په اختيار کي ده. که په کومه موضوع ونه پوهيدلى، بيا ور باندي راګرځيدلاى سئ. خو وينا د غسي نده. خبره چي ووته، لاړه، بيا نه راګرځي. ستاسو مخته بايد ورته پام وي. ويناوال هم انسانان دي، کم وسي به لري، ځيني به ژر، ژر؛ ځيني به ورو، ورو؛ څوک په لوړ غږ او څوک به په ټيټ غږ غږيږي. ځيني به د خبرو لړۍ منظمه ساتلاى سي او ځيني بيا داوس نلري، ځيني په مثالونو، کيسو او ټوکو د خبرو لمنه پراخوي.

خو په هر حال تاسي بايد د ويناوال د خبرو او وينا رګ وپيژنئ او ورسره اوږه په اوږه لاړ سئ، تر څو ور څخه څه زده کړئ. د ويناوال د خبرو په ډول پوهيدل، هلته ډير ضرور دي چي څوک ورسره ډيره ناسته ولاړه لري. لکه په ټولګۍ کي ښوونکي او يا نور استاذان چي په ازاده توګه کتابونه وايي.

ځيني ويناوال بيا دومره په ځنډ خبري کوي چي د اوريدونکي پام بلې خوا ته کيږي، زيار وايستل سي چي له داسي خبرو څخه هم ځان پري او لري نکړئ.

دا چي تاسو کولاى نسئ د ويناوال عادت بدل کړئ، نو ضرور داده چي خپل ځان ورسره بدل کړئ.

۴وينا په غونډه کي کيږي او د غونډو برخه وال يو ډول خلک نه وي. زيار وباسئ چي د نورو، خبري، ټوخلى، د کاغذ

(c) ketabton.com: The Digital Library

او قلم کښېږاری تاسو له غوړنيولو ونه باسي. که بيا هم تاسو غوړنيولای نسوای، ځای بدل کړئ.

هغه کسان چي په داډول ځای او حال کي ښه غوړنسي نيولای، هغه به داسي عادت سوي وي، بي حوصلې به وي او يا به يي اراده کمزوري وي.

دحواسو دتمرکز او په ډاډ سره دغوړنيولو يو دښمن، د چا هغه عادت دی چي دخيالونو په نړۍ کي ډوبيږي.

که داکسان په دي وپوهيږي چي دخيال په نړۍ کي ګرځي نوله دې چال څخه ځان ژغورلاي سي او هغه داسي چي تل ځان ته متوجه وي، کله چي يي خيال او وهم دحواسو لاره ووهله، ژر دي په يوه منډه تر ډاتر پ کړي او دواقعيت دنيا ته دي راسي. کيدلای سي په څو ځايونو کي داسي پاملرنه دانسان هميشني عادت بدل کړي.

ځيني کسان داعادت لري چي تر ويناوال، دهغه څيرې، جامو، دريدلو او لاس ښورولو ته زيات ګوري. داکسان هم خپل حواس متمرکز کولای نسوای. ددې عادت دبدلون له پاره لنډه لاره دا ده چي يوازي دويناوال څيرې ته وکتل سي.

۵- څوک چي په غونډه کي ويناکوي، وينا يي څو برخي لري: سريزه، متن او پايله. زيار وايستل سي چي په سريزه کي دويناوال پيل او بيا دې ته متوجه وي چي ويناوال څرنګه خپل مطلب ته ځي، څرنګه اوريدونکي ځان ته متوجه کوي...

ځيني ويناوال، سريزه په داسي څيزونو پيل کوي چي هغه ټولو ته ښکاره وي. ځيني خو لا پيل په کومه لطيفه کوي.

دوينا دوهمه برخه، دوينا متن دی دا برخه هم ځيني په دوو پړاونو کي ښکاره کوي: يوه دموضوع مطرح کول او بل اصل مطلب يا دول او ثبوت کول.

دموضوع په مطرح کولو کي بايد هغه جملې درک سي، کومي چي مقدمه او دابرخه سره بيلوي. ځيني يي اظهار کوي. داسي وائي نن زموږ دوينا موضوع ده ... زما نننۍ خبري د ... په هکله دي. بايد پوه سو چي ... په دې برخه کي خپلي خبري په څو پړاوونو کي هم مطرح کولای سي، مثلاً وو ايي: زما دخبرو لومړنۍ برخه د ... په هکله، دوهمه برخه د ... او دريمه برخه دپايلي او نتيجې په هکله ده.

ددې برخي بل پړاو متن دی چي ويناوال خپل هدف او مطلب وايي او تشريح کوي يي. په دې برخه کي خبري ډيري نه وي، استدلال پکي ډير وي، خو دا څو جملې دوينا روح ده او بايد په غور واوريدلي سي. دا جملې او نکتې په يوه او بله پسي لړۍ لري. نو کيدلای سي اوريدونکي يي دويناوال په ځيني جملو، سره بيلي کړي. مثلاً اوس به را سو دې ته چي ... اوس به راوګرځو. تردي وروسته به ... او يا نوري جملې وايي چي اوريدونکو ته دمطلب ډول، ډول پاټکي معلوميږي. دا جملې بايد تکيه سي، ځکه دموضوع برخي بيلوي، مطلب ښکاره کوي او بلي برخي ته سامع متوجه کيږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

په دي برخه کي ويناوال هره اصلي خبره او نکته په لنډو الفاظو کي وايي، کيدلای سي د ټولو د فهم وړ نه وي نو څنګيزي جملې ورسره وايي، وضاحت ورکوي او دلايل راوړي د افرعي او څنګېزي جملې هم بايد په غور واورېدل سي.

د وينا وروستنۍ برخه پايله او نتيجه ده چي خورا لنډه وي او په ځانګړيو عباراتو پيل کيږي. مثلاً، لنډه دا چي ... نو د خبرو پايله داده... په نتيجه کي بايد ووايو....

او بيا خپل مطلب په لنډه خوښکاره الفاظو وايي. کله، کله ويناوال خپلي وينا او د چاپيريال د ناخوالو او ستونزو ترمنځ په پايله کي اړيکي ښيي.

د ويناوال ټوله وينا هم داسي نده چي ټوله ياده سي. اړيکي او تسلسل يې درک او مطلب يې په متن کي ځان ته معلوم کړئ. آن دا چي کومي فرعي خبري کوي هم د يادولو وړندي، يوازي د هغوی په مرسته په اصل مطلب ځان پوه کول ضروردي. د وينا مطلب له ځان سره ساتل اصل خبره ده.

فرعي خبري هم ځېني وخت ويناوال په بيلو جملو بيلوي. مثلاً ؛ په دې ترڅ کي، سربيره په دې ... او داهم چي ....

٦ کله، کله د کوم ويناوال وينا، ستاسو له عقيد ې، نظر، عنعنې او قانوني اصولو سره مخالفه راځي، په داسي حال کي بايد خپل احساسات او عواطف په کنترول او اداره کي ولرئ. داسي نه چي خداى واورئ او تر داد وړاندي ورباندي بريد وکړئ يا د غوږنيولو پاملرنه او د حواسو تمرکز وبايلئ.

په هر حال لومړي د ويناوال پيغام درک کړئ او بيا يې له خپلو افکارو سره پرتله کړئ. نژدي يې ومنئ او لري يې پريږدئ.

له کتابتون څخه ګټه واخلئ

کتابتون د انساني پوهې د پيړيو، پيړيو خزانه ده. په هر کتابتون کي په زرګونو او ميليونونو ټوکه کتابونه موجود وي. تاسو لومړی بايد کتابتون له نژد ې وګورئ، هلته د کتابتون له مسئول څخه نقشه ترلاسه کړئ او يا د کتابتون ځوړند ې نقشي وګورئ او پيدا کړي چي په دې کتابتون کي مجل ې او ورځپاڼې چېري دي؟ نادر او هغه کتابونه چي بل ځا ی نه پيدا کيږي چېري دي؟ کوم ډول کتابونه وړلا ی سئ او کوم ډول کتابونه يوازي دلته کتلا ی سئ؟ د کومو نقاشيو ټابلوګاني دلته موندل کيدلای سي؟ د کومو خطي کتابونو مايکروفيلمونه دلته سته. په دې هم ځان پوه کړئ چي د کتاب ورکولو او اخستلو طريقې يې څه ډول دي او ...

د کتابونو ترتيب او تنظيم

دا چي په يوه کتابتون کي په ميليونونو کتابونه موجود دي. د دې لپاره چي هر کتاب په اساني سره ترلاسه سي، نو د منظم ايښودلو له پاره يې يو نظام په کار دی.

په نړۍ کي دوه سيستمونه رواج لري: يو د ديوي لسيز سستم (Dewey Decimal system) او بل د کانګرس د کتابتون سستم (Library of congress).

(c) ketabton.com: The Digital Library

ددیوي اعشاري سستم ،په ۱۸۷٦میلادي کال، د امریکایي ملویل ډیوي له خوا ترتیب سو .په دې نظام کي ېـ ټول کتابونه په لسو برخو ویشلي دي او هره برخه یې په لاندي ترتیب په حسابي شمیره کي راوستلي ده:

۱–عمومي آثار :دایرة المعارفونه،دلاربښوونې کتابونه او فرهنګونه،خطي نسخي. ۰۰۰–۹۹

۲–فلسفه :روح پیژندنه ،اخلاق،منطق،میتافزیک،سِحر، د انسان رفتار (کړه ،وړه) ۱۰۰ –۱۹۹

۳–دین :دینونو تاریخ،ملتونه او مذهبونه،مذهبي موسسي او ... ۲۰۰ –۲۹۹

۴–اجتماعي علوم :سیاسي علوم ،ټولنپیژندنه،اقتصاد ، مسلکونه،ښوونه او روزنه،رسم ،رواج او احصایه. ۳۰۰ – ۳۹۹

۵– ژبپوهنه : پښتو ،دري او نوري بهرني ژبي... ۴۰۰ –۴۹۹

٦–خالص نظري (مثبته) علوم: ریاضي ،فزیک، کیمیا ،بیولوژي،جغرافیه ... ۵۰۰–۵۹۹

۷–عملي علوم او فنون :کرهڼه ،هواپیژندل،صنعتي،طبي او نور علوم... ٦۰۰ – ٦۹۹

۸–ښکلي صنایع او تفریحي موضوعات :نقاشي ، معماري،مجسمي جوړول... ۷۰۰ – ۷۹۹ .

۹–ادبیات :شعر،دیوانونه منظومي،داستان،تمثیلونه، نړیوال ادبیات او ټول ادبي معلومات. ۸۰۰ –۸۹۹ .

۱۰–تاریخ :داسیا ،اروپا ...عمومي تاریخونه ، سفرنامي، دملتونو تاریخ... ۹۰۰ – ۹۹۹ .

داهره برخه بیا په لسو ،لسو برخو ویشل کیږي.مثلاً ،د ۵۰۰ شمیري برخه چي علوم دي بیا داسي ویشله کیږي :

۵۰۰– ۵۰۹: خالص علوم.

۵۱۰ –۵۱۹: ریاضیات.

۵۲۰–۵۲۹: ستوري پیژندنه.

۵۳۰–۵۳۹: فزیک.

۵۴۰–۵۴۹: کیمیا .

۵۵۰–۵۵۹: ځمکه پیژندنه.

۵٦۰–۵٦۹: فوسیل پیژندنه.

۵۷۰– ۵۷۹: ژوند پیژندنه.

۵۸۰–۵۸۹: نبات پیژندنه.

۵۹۰–۵۹۹: حیوان پیژندنه.

دپورتني ویش هره برخه بیا په لسو ،لسو برخو ویشله کیږي.دساري په توګه ۵۱۰ بیا داسي ویشل سوي ده:

۵۱۱– حساب

۵۱۲– الجبر.

۵۱۳– هندسه.

۵۱۴– مثلثات.

۵۱۵– ترسیمي هندسه.

۵۱٦– تحلیلي هندسه.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۵۱۷ – جامعه او فاضله حساب.

۵۱۸ – تصویري هندسه.

۵۱۹ – احتمالات.

داویش بیا هم په لسو برخو ویشل کیږي خو دا ځل په (/) نښه بیلیږي. د ساري په توګه: **۵۱۱** شمیره چې د حساب برخه ده، د حساب په اړوند څانګو داسي ویشل کیږي :

د حسابي سیستم مربوط کتابونه **۵۱۱/۱** .

د حساب اصلي عملیې **۵۱۱/۲**.

د لومړنیو عددونو اړوند بحثونه **۵۱۱/۳**

او داسي نور تر **۵۱۱/۹** .

د دي نظام تر څنګ چې نړیوال سیستم دی، د کتابتون بل نظام د کنګرس کتابتون نظام دی چې په هغه کي هم په زرګونو کتابونه په منظمه توګه خوندي کیدلای سي.

د دي نظام توپیر د دوی له نظام سره دا دی چې د کتابونو عمومي ویش، د شمیرو په ځای په حروفو سره بیلیږي.

مثلاً په دي نظام کي عمومیات په A او کرهڼه، د څارویو روزنه او ښکار په S ښودل کیږي .

دا خو ؤ هغه نظامونه په کوموچي په کتابتونونو کي کتابونه ورباندي داسي ایښودل کیږي چې بیلول او پیدا کول یې اسانه دي.

خو دا چې د کتلو او وړلو له پاره کتاب څرنګه پیدا کړئ. نو بیا هر کتاب ته یوه پاڼه لیکل کیږي، چې په هغه کي د کتاب ټولي ځانګړتیاوي لیکل سوي وي.

دا پاڼي یا کارتونه درې ډوله ترتیبیږي:

۱ – هغه چې د لیکوال په نوم وي.

۲ – هغه چې د کتاب د عنوان په نوم وي.

۳ – هغه چې د کتاب د موضوع په نوم لیکل سوي وي.

کتابتونونه همدا درې ډوله پاڼي لري او څوک کولای سي، په دي لارو کتاب پیدا کړي.

که چا ته د مؤلف نوم، د کتاب نوم او یا د کتاب موضوع معلومه وي، کیدلای سي ژر یې پیدا کړي. دا پاڼي په یوه الماري کي داسي ایښي وي چې هغه واړه روکونه لري او د حروفو په ترتیب پکي ایښودل سوي وي. شکلونه و ګورئ.

۲۹۷/۲ ریان – عبدالله ګل ۱۳۳/ هش
L758
اسلامي علمي نهضت د عبدالله ګل ریان لیکنه
کویته یونائتید پریس ۱۳۷۷
۸/ مخونه مصور ۱۸ سانتي متره
۱-د مسلمانانو علمي خدمت.۲-مشهور مؤلفین.۳-کتابتونونه
LB2830/5-L55 297/2 ۵۲-۱۲۳/۱
(کنګره)

(c) ketabton.com: The Digital Library

٢٩٧/٢ اسلامي علمي نهضت
L758 ريان – عبدالله ګل /١٣٣هش
اسلامي علمي نهضت د عبدالله ګل ريان ليکنه
کويته يونائتيد پريس ١٣٧٧
/٨ مخونه مصور ١٨سانتي متره
١-دمسلمانانو علمي خدمت.٢-مشهور مؤلفين.٣-کتابتونونه
LB2830/5-L55 297/2 ١/١٢٣-٥٢
(دکنګر . کتابتون)

٢٩٧/٢ مشهور مؤلفين
L758 ريان – عبدالله ګل /١٣٣هش
اسلامي علمي نهضت د عبدالله ګل ريان ليکنه
کويته يونائتيد پريس ١٣٧٧
/٨ مخونه مصور ١٨سانتي متره
١-دمسلمانانو علمي خدمت.٢-مشهور مؤلفين. ٣-کتابتونونه
LB2830/5-L55 297/2 ١/١٢٣-٥٢
(دکنګر . کتابتون)

په هروک کي چي پاڼي ايښودل سوي دي،دهرحرف لپاره بياهم په دننه کي نښاني لري. لکه (٢) شکل.

اوس پام وکړي دلومړي کارد(پاڼکي)تشريح ته:

ريان – عبدالله ګل:دمؤلف نوم دی چي لومړی تخلص اوبيا نوم ليکل کيږي.

١٣٣٠مؤلف دزيږيدلو نيټه ښيي، کـه مړ سوی وي نـو ورسره هغه هم ليکي.

اسلامي علمي نهضت :دکتاب نوم دی.

عبدالله ګل ريان:دمؤلف نوم ښيي چي ترتخلص وړاند ې ليکل کيږي .که ليکو لان دوه وي دبل ليکوال نوم هم دلته ورسره ليکل کيږي.

کويته :دخپريدلو ځای .

يونائتيدپريس :دخپرونکي موسسي (ياشخص) نوم ليکل کيږي.

١٣٧٧ : دخپريدلو کال ښيي.

٨٠ مخونه : دکتاب مخونه ښيي.

مصور : که کتاب تصويرونه لري، نومصور ليکل کيږي.

١٨سانتي متره: دکتاب اوږدوالی ښيي.

دمسلمانانو علمي خدمت،مشهور مؤلفين،کتابتونونه اونوعنوانونه دي،چي کيدلای سي دکتابتون مسئول ته يي ورکړو.

LB283/5 – L55 دادکنګرې دکتابتون دنظام نمره ښيي.

٢٩٧/٢ د ډيوي دنظام نمره ښيي.

٥٢ – ١٠١٢٣دکتابتون دمسئولينو ځانګړي نمره ښيي چي دکتابتون په فني چارو پوري اړه لري.

دکارت په پاسنی ښي لورته ګوښي ٢/٢٩٧ ، L758هغه نومره ده چي په کتابتون کي دکتاب دقيق ځای ښيي.

نور دواړه کارتونه هم ورته پاڼي دي.خويوازي په دوهم کي دکتاب عنوان او په دريم کي دکتاب يوه موضوع لومړي ليکل سوي ده.

(c) ketabton.com: The Digital Library

داچي هرکتاب دروله پاڼي په کتابتون کي لري نوکه په پاڼه دکتاب نوم، دمؤلف نوم يا دکتاب موضوع معلومه وي. کتاب په کتابتون کي موندلای سوای. پورتني کارت هسي نمونه ده .

له دي پاڼوسره ،سره په الماريو او روکونو کي نوري پاڼي هم دلاربښووني له پاره ايښي وي دساري په توګه :

غزنی وګورئ غزنين	دا پاڼه ښيي چي غزني په دوو املاوو ليکل کيږي خو په دي کتابتون کي يي املا (غزنی) ده.
مولو. شمس الله وګورئ: کمالزاده	دا پاڼه ښيي چي مولف دوه نومونه لري او ... لته يي په دوهم نوم کتاب قيد دی .
اسلا(اوهم وګورئ: مذهبونه،مسجدونه تصوفي فرقي او	دا پاڼه دا ښيي چي له يوي عادي موضوع څخه تاسو ... ي خاصي او دقيقي موضوع ته بيايي.

دداسي پاڼو دلاښه پوهيدلو له پاره داتکي هم په پام کي ولرئ .

۱دکتاب په نوم يا موضوع کي هغه خوراځانګړي کلمه غوره کړئ اوبيا يي دموندلو هڅه وکړي .مثلاً؛که وغواړئ چي د(څرنګه مطالعه وکړو.) کتاب پيدا کړئ نو مطالعه غوره کړئ او د "**م**" پاڼه پيدا کړئ .

۲– دتعريف حروف لکه دانګليسي a,an,the په نظر کي مه نيسئ.

۳– دمؤلف په نوم پاڼه کي تل تخلص لومړی ليکل کيږي نو په نوم پسي نه بلکي په تخلص پسي وګرځئ .

۴که ديوه مؤلف څو نور اثار هم وي .دهغه کارتونه هم له پيدا سوي پاڼي سره ايښودل کيږي .

۵– دکليمو املالکه څرنګه چي تلفظ کيږي، هغسي ليکل کيږي لکه عيسی دعيسا په املا او اسحق داسحاق په املا ء موندل کيږي .

٦–عددونه او ارقم تل په حروفو ليکل کيږي. (۱۰۰۰مسئلي)د "**ز**" تر حرف لاندي موندل کيږي.

۷– که دعنوان په پاڼه کي لومړی ديوه کسب،امتيازاو يا بله کلمه راغلي وي،په هغه نوم موندل کيږي.لکه **مولوي کمالزاده**.په "**م**" او **غازي احمدشاه** د "**غ**" په حرف پيدا کيږي.

۸–دمؤلف په پاڼه کي القاب اونوم په نظر کي نه نيول کيږي .مثلاً مولوي شمس الله "کمالزاده" د**ک** په حرف پيدا کيږي چي دتخلص لومړی حرف يي دی .

۹که په يوه موضوع کي څو کتابونه ليکل سوي وي . دبيلوالي له پاره يي دمؤلف دتخلص دوه توري هم ورسره ليکي چي،داکارت دليکوال دنښې کارت بلل کيږي .

(c) ketabton.com: The Digital Library

په کتابتون کي هغه کتابونه چي بهرته نه وړل کيږي

داهغــه کتابونــه دي چــي دريفــرنس اومرجــع پــه توګــه استعماليږي تحقيق اوپلټني له پاره غوره ذخيرې دي او د دايرة المعارف ،اطلس، کلنۍ، فهرست او بيوګرافي په بڼه ليکل سوي کتابونه دي.

دايــرة المعــارف (Encyclopedia) : معمولاً دبشــري پوهې دټولو څانګو معلومات لري، په ډيرو جلدونو کي ليکل سوي وي .ورسره مل فهرستونه هم لري، دښې ګټې اخستلو له پاره د فهرستونو کتل ضرور دي .

په انګليسي ژبه کي ډير دايرة المعارفه موجود دي . لکه دامريکا دايرة المعارف، دبريتانيا دايرة المعارف ،دکامپتون عکس لرونکي دايرة المعارف.

دامريکا دايرة المعارف په ۳۰ ټوکونو کي ده چي وروستنی ټوک يي فهرست دی .

دبريتانيا دايرة المعارف په ۲۴ ټوکونو کي ده چي څلورويشتم ټوک يي فهرست دی .

دکامپتون دايرة المارف په ۱۵ جلدونو کي ده دنورو معلوماتو تر څنګ ښکلي رنګه عکسونه هم لري.

دادايرة المعارف ډير استعماليږي .

يو ډول دايرة المعارف چي په انګليسي کي (Cyclopedia) ورته وايي بيا دپوهي په يوه خاصه څانګه کښي ليکل سوي وي .

په نړۍ کي لومړۍ دايرة المعارف په ۷۰م کال رومي پلني Pliny وليکله په مسلمانانو کي ابن نديم دالفهرست په نوم دايرة المعارف ته ورته کتاب وليک او په افغانستان کي په ۱۳۲۰ هـ ش کال د دايرة المعارف کار پيل سو چي بيا په پښتو او دري چاپ سو .پښتو اوه او دري په شپږ جلده کي ؤ .

پښتو لومړي جلد په ۱۳۲۹ او وروستنی په ۱۳۵۵ هـ ش کال چاپ سو . ټول ۶۱۵۰ مخونه وو.

اطلس: داهغه کتابونه دي چي دهيوادونو او ښارونو ،نقشي او دځمکي مخ داوبو او هوا په هکله نقشي او معلومات لري .دغرونو او سيندونو اوځايونو دسم تلفظ لاربښوونې لري اوهريو په نقشو کي ښيي.

کلنۍ : هغه کتابونه دي چي ديوه کال په اوږدو کي ديوه هيواد دپيښو په هکله ليکل سوي وي .

په افغانستان کي داطلاعات او کلتور دوزارت په همت کلنۍ خپريدلي چي اساس يي په ۱۳۱۱ هـ ش کال ايښودل سوی ؤ .

فهرست: له فهرستونو کولای سی چي ديوې څانګې موضوع په هکله دکتابونو نومونه ومومئ، کومي مقالي چي په مجلو او ورځپاڼو کي خپريږي ،په فهرست کي يي نومونه راځي.ځيني فهرستونه دټولو چاپ سويو کتابونو نومونه لري ، خو ځيني نور بيا په ځانګړيو څانګو کي رالنډ سوي دي.

په پښتو ژبه دفهرست نمونه، دښاغلي حبيب الله رفيع د "پښتو پانګه" کتاب کيدلای سي.چي په پښتو ژبه خپاره سوي

(c) ketabton.com: The Digital Library

کتابونه یې پکې فهرست په توګه داسې یاد کړي دي چې
دکتاب څرنګوالی هم پکې ښکاره دی. مایې دوه ټوکه لیدلي
چې ټول یې ۱۳۲۸ پښتو کتابونه پکې معرفي کړي دي.
بیوګرافي : دا شخاصو دژوندپه هکله لیکل سوي کتابونه دي
چې نمونې یې :

1- Dictionary of American Biography.
2-Who is who in America.

لومړی کتاب دامریکایي نومیالو په هکله کوم چې مړه سوي
دي معلومات لري او دوهم هغه امریکایي نومیالي معرفي
کوي څوک چې تر لیکلو ژوندي وو.
په پښتو کي په د ې هکله کارسوی خو خوراکم، ځینو دیوه
هیواد خلک معرفي کړي او ځینودیو ې سیمي. نمونې یې
اوسني لیکوالان، مجاهد لیکوالان، وینه په قلم کي او غوره یې
دافغانستان نومیالي دي .

خپل معلومات په لومه کي بندکړئ

(وایي : علم ښکار دی او لیکنه یې لومه.)

رښتیا هم که بشري علوم په لیکنه کي نه وا ی بند سوي، ګوره
ددې علومو پایله به څه وه .

موږ هم چې کله مطالعه کوو، دزده کړ ې په ټولګی کې څه
لولو، کومې وینا ته غوږ نیسو . که دا معلومات راسره قید
نکړو ، یاددا ښتیې نوټ اخلو، نو دوخت په تیریدلو به هرڅه
راڅخه هیر وي، خو هله معلومات نه هیریږي، بلکي ډیریږي چې
موږ دوینا، تدریس او لیکني شغل ولرو .

که تاسو دتحقیق او لیکن ې له پاره مطالعه کوئ، یا یوازې د
معلوماتو ټولول مود مطالع ې موخه وي، نو دخپلې مطالع ې
یاددا ښت واخلئ. که نور مطالب نه لیکئ، دومره خو ضروري ده
چې تر مطالع ې لاندې دکتاب مشخصات ولیکې
:مثلاً، دلیکوال نوم، دکتاب نوم، دکتاب موضوع، دخپرونکي
نوم، دخپرولو ځای او نیټه.

دا یادښتونه ځینې کسان په کتابچو کي اخلي او ځینې په
پاڼکو (کارتونو) کي.

دډیرو پاڼکو یا کارتونو سایزونه ۱۵×۹ یا ۱۲×۷ سانتي متره
وي او دهر کتاب له پاره یو کارت لازم دی .

که مطالعه دتحقیق او لیکنې له پاره وي، نو دهر ې موضوع له
پاره کارت لیکل کیږي او که دمعلوماتو له پاره وي یوازې
دکتاب مشخصات باید ولیکل سي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

که مطالعه دهغه وخت دلیکنې له پاره نه وي اولنډیزیې ولیکل شي هم ګټه یې داده چې بیا به دهغه کتاب لوستلو ته اړتیا نه وي یوازې هغه لنډ کې یاددښت کیدلای سي د محتویاتو اساسي ټکي ذهن ته راولي .

که په کوم کنفرانس یا غونډه کې داوریدونکي په څیر ګډون کوئ،هلته هم دوینا اساسي ټکي ولیکئ. په لیکنه کې اساسي ټکي اوورسره تائیدي هغه جملې واخلئ چې اصلي موضوع روښانه کوي .که په کوم ټولګي کې دزده کړې له پاره ناست یاست، د درس لنډیز واخلئ،ترڅو :

ن په ښه پوهیدلو او ذهن ته دسپارلو په برخه کې درسره مرسته وکړي.

ن که کله، کله دا یاددښتونه وګورئ، دهغه درس محتویات ټول ستاسو ذهن ته راځي او دازموینې لپاره په چمتو والي کې درسره مرسته کوي.

ن دزده کړې دهرې دورې دلوست په هکله په لیکنه کې درسره مرسته کوي.

ن دهغه لوست اساسي ټکي درته ښکاره کوي .

*یاددا ښت اخستل ستاسو دحواسو په تمرکز کې مرسته کوي.

ن یاددښتونه اخستل دلوست تکرار او یو ډول بیا لوستل هم دي.

خو دا یاددښت باید په داسې ځنډ نه وي چې دښوونکي یا ویناکوونکي نور مطالب او ویناوې درڅخه تیرې او پاته سي.

په یاددښت اخستلو کې خبرې او جملې لیکل هم ضرور نه دي بلکې په دوه ډوله، لنډ یاداښتونه باید واخستل سي :

یادا چې په څټکه لیکنه یاددا ښت واخستل سي.ددې کار له پاره باید په مخففاتو ځان پوه کړئ او یا له خپله ځانه مخففات وټاکې او تل له هغو څخه کار واخلئ.په دې ډول یاددا ښت کې له همدې مخففاتو یا لنډکیو لغاتونو ، له لومړنیو حروفو او دریاضي له نښو څخه ګټه واخلئ او یا په لنډه لیکنه یادداښت واخلئ یا په دې ډول لیکنه کې لومړی باید لوست په مفهوم پوه سئ او بیا په خپلو لغاتونو او لهجه هغه په لنډ ډول ولیکئ.

په ټولګي کې دیاددښتونو اخستلو له پاره داټکي په یاد ولرئ

۱–تر دې وړاندې چې ټولګي ته لاړ سي ،یاددښت اخستلو ته ځان چمتو کړئ. هغه په دې ډول چې دهغې ورځې درس مخته ولولئ .ترڅو دښوونکي دلوست په وخت کې په لوست پوهیدل او یادداښت اخستل درته اسانه سي.

۲– د یادداښتونو په پاڼو کې څنډه اولمنه څه سپینه پریږدئ ترڅو دسمولو او زیاتولو په وخت کې ځای درته پاته وي .

۳– داخبرې ولیکئ :

الف :دلوست په پیل او پای کې مهمې خبرې .

ب په کوم خبرو چې ښوونکی ټینګار کوي یا یې بیا ،بیا لولي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ج: هره خبره چي ښوونکی په توره تخته ليکي.

۴ – دښوونکي خبري په لنډو عبارتونوکي لنډي کړئ او په خپله ژبه يي وليکئ. داکارهله کيدلای سي چي تاسو دلوست په مطلب پوه سوي ياست.

۵ – که وخت لرئ، مهم ټکي په ښکاره ليک وليکي او ورسره دمثالونو يادونه وکړئ.

٦ له لنډکيو محففاتو ګټه واخلي. مثلاً؛ دساري په توګه (سا، توګه) معلومات (مـ) سربيره په دي (+) پرته له دي (–) برابر، مساوي (=) لوی او واړه (> <) وګورئ (وګ) او نور.

په هرحال يادد ښت واخلئ خو يادد ښلت اخستل مو بايد په غوږ نيولو او مطالعه کولوکي دذهن تمرکز ته زيان ونه رسوي.

والسلام.

۸ – سرطان – ۱۳۷۷هش

کندهار

دوهمه برخه:

څرنګه امتحان ورکړو؟

(c) ketabton.com: The Digital Library

لړلیک

سريزه ۷۱
زده کوونکي بايد څه ډول مطالعه وکړي؟ ۷۴
دمدرسې او ټولګۍ ستونزي په خپله حل کړئ. ۷۶
له ټولګۍ څخه ګټه ترلاسه کړئ ۸۰
ازموينه ولي اخستله کېږي؟ ۸۴
په ازموينه کي دګډون چمتو والی ۸۵
دګزا او ميدان وخت ۸۷
دازمويني ډولونه ۹۰
زه زما په قلم ۹۸

بسم الله الرحمن الرحيم

سريزه

ازموينه او امتحان که دژوند په هر ډګکي وي،يوه ستونزمنه خبره ده،انسان ورته په فکر کي وي، دافکګول په څو ډوله کيدلای سي:

لومړی :دهغو کسانو فکر دی چي دکار او کال په جريان کي يي دازمويني لپاره هيڅ کړي نه وي. هغوی تر ازمويني وړاندي شپه،په دي فکر تيروي چي که يوه خارق العاده پيښه وسي او دا ازموينه وځنډيږي.داکسان دخپل امتحان دځنډ په هيله دنورو تباهي غواړي.هغوی په خپل خيال کي د وراني او تخريب يوه نړۍ جوړوي.وايي که سبا زلزله وسي،باد او باران راسي،په ښار کي مظاهرې وسي،تر څو مدرسه بنده سي يا لږ تر لږه ښوونکي ناروغ او ددې مضمون ازموينه پاته سي.داهسي چرتونه دي او ډير کم احتمال لري چي ازموينه دې وځنډيږي.خو که ازموينه وځنډيږي، دا کسان بيا هم د ازمويني لپاره هيڅ نلري. داکسان هغه ډله ده چي په لس – دوولس کاله کي يي آن داچي ديوه ليک دليکلو ځواک پيدا کړی نه وي.همدا کسان نه دبرياليتوب په خوند پوهيږي او نه دپاته کيدلو نوم دځان له پاره بد ګڼي. هغوی هسي کلونه تيرکړي دي او بايد دزده کړې په ډګرکي

معيار ونه ګڼل سي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

دوهمه ډله هغه کسان دي چې مدرسې ته خو تللي او د ښوونکي لوست ته کښيناستلي وي. د ټولګي خورې ورې خبرې يې د خوب او خيال په نړۍ کې ګرځي، راګرځي خو د ازموينې له پاره کوم ځانګړې چمتوالې نلري. يوازې د ازموينې په شپه، د ازموينې لپاره کتاب ګوري. کيدلای شي دا کسان په ازموينه کې منځنۍ نمرې واخلي. ځکه، ديوه مضمون لپاره چې څه په ذهن کې لري او يوه شپه مطالعه وکړي نو د بريالیتوب برخه تر لاسه کولای سي.

دريمه ډله هغه کسان دي چې ډېره زده کړه په کلنۍ موده کې يې د ازموينې له پاره څه کړي وي په پروګرام سره يې لوستونه لوستي وي. د ازموينې په شپو ورځو کې هم مطالعه کوي، خو دا مطالعه ديوې شپې مطالعه نه وي. بلکې د نورو شپو په څير ورته د مطالعې عادي شپه وي. هغوی په همدې شپه، تير اختلس وي يا د ښلتونه ګوري، کتابونه د عنوانونو په کتلو بيا په حافظه کې راګرځوي. له ځان سره احتمالي پوښتني جوړوي او ځوابوي، په ډاډه زړه د ازموينې شيبو ته ځان ورنژدې کوي. دا کسان د امتحان په شپه نه په خوب کې تغير راولي او نه په پروګرام کې. هغوی د نورو شپو ورځو په څير، د لوست تر څنګ بهرنۍ کارونه کوي، مجلې ګوري، تفريح کوي او ازموينه ورباندې هيڅ اغيزه نلري. دا کسان په ژوند کې بريالي خلک دي. که په ټولګی کې لوست وايي، لومړني کسان وي. که د مسابقو له پاره کومه لوبه کوي د کال زيار او کوښښ

او د همدې شپې او ورځې ډاډ ورته داسې بريالۍ په برخه کوي چې آن ديوه هيواد وياړ ګرځيدلای او ګڼلای سي.

تاسو هم که زده کوونکي ياست، که په کومه لوبه کې د مسابقې او مقابلې له پاره ګډون کوئ له همدې دريو ډلو څخه وتلي نه ياست. که خدای وکړه، هغه کسان ياست چې د ازموينې د ځنډ په هيله يا باد او باران غواړي او يا د ښوونکي بيمارۍ ته خوشحاله ياست. له همدې ورځې اراده وکړئ چې نور به په د ډلو کې هغه ډله ستاسو وي چې امتحان ورته عادي لوست ښکاري او په ټولګي او ملګرو کې وياړلي يوازې تاسې ياست. زه په همدې هيله همدا بحث پيل کوم. خدای تعالی دې وکړي چې زما د اليکنه له تاسو سره څه مرسته وکړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

زده کوونکي باید څه ډول مطالعه وکړي؟

وړاندې تردې چې دازموینې په هکله څه ولیکل سي، دا یادونه ضروري ګڼم چې دمدرسې او ښوونځي زده کوونکي د مطالعې ټول شرطونه ، کوم چې دمطالعې په برخه کي لیکل سوي دي مراعات کړي. دکتاب کتلو لپاره منظمه تګلاره ولري او ورسره داهم وپوهیږي چې ازاده مطالعه او دزده کړې دلوستونو مطالعه څه توپیرهم لري. ځکه :

۱ – دلوست له پاره دټولګي کتابونه دزده کوونکي په خوښه نه وي، نوي وي او په یوه ځانګړي موضوع کي لیکل سوي وي. ځکه هم په ذهن باندي درنیږي.

۲ – دلوست او زده کړې کتابونه هریو دبیل بیل علم او فن په هکله لیکل سوي وي. کومه خاطره ، لطیفه اودذهن دخوشحالي له پاره ډیرڅه نلري ځوخوند پکي نه وي دا هم په ذهن بار درنوي. خودمدرسې او ښوونځي دپروګرام کتابونه بیا یوه ښیګڼه هم لري. هغه دا چې داکتابونه هریو په یوه موضوع کي لیکل سوي وي. که دلومړنیو ورځو د نابلدتیا ستونزه وګالل سي. دکال په جریان کي له دې کبله اسانتیا پیښیږي چې، لوستونه سره ورته والی لري. د لوست کړی یو تر بله ډیرتوپیر نلري.

دمدرسې او ښوونځي لوست په ذهن اجباري بڼه لري . ځکه دازادي مطالعې په څیر څوک کتاب په خپله خوښه نه سي غوره کولای. نو دا لازمه ده چې دمطالعې وخت او څرنګوالی هم څه ناڅه په جبري ډول ترتیب او غوره سي. که په ازاده مطالعه کي یو ساعت وخت بس وي، دهمدا سي لوستونو له پاره د مطالعې وخت زیات ضرور دی په تجربه سره ویلای سوای چې، دهر مضمون لپاره چې څومره وخت د مدرسې او ښوونځي په پروګرام کي ورکړل سوی وي دهغه دوه برابره وخت باید هم هغه مضمون مطالعې ته ورکړل سي ترڅو تکرار سي په یاد سي او تمرین او پوښتني پکي حل سي. دمدرسې او ښوونځي دزده کړې ترڅنګ که په کورکي مطالعه کیږي، نو په ټولګي کي راغونډ سوي معلومات په ذهن کي ښه خوندي کیږي. کورني مطالعه تکرار او تمرین دی سربیره په دې چې دټولګي لوست ښه ورباندي زده کیږي، علمي مهارت ورباندې زیاتیږي او په کورکي تر ښوونځي وخت هم زیات وي. نو کیدلای سي تیرلوست ولوستل سي، ولیکل سي، تکرار سي او یاد سي.

که څوک دمدرسې او ښوونځي ترڅنګ په کورکي هم په یوه منظم پروګرام مطالعه وکړي، کیدلای سي د کارکولو ښه عادت ورسره پیدا سي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د مدرسې او ټولګۍ ستونزې په خپله حل کړئ

هر زده کوونکی که هغه تکړه دی که ناتکړه. په مدرسه او ټولګۍ کې څه ستونزې ورته پیدا کیږي. کله دا ستونزې د ښوونکي او ټولګي له لوري وي، کله لوستونه ګران وي او کله هم زده کوونکی په خپله ستونزې پیدا کوي. که ستونزې هر ډول وي که د هر چا له لوري پیدا کیږي، د حل لاره یې دا نده چې ښوونځی پریښودل سي. ګران مضمون هیر سي او یا د ستونزو پیدا کوونکي، ښوونکي درس ته حاضر نسي. نوري لاري سته چې له دې ستونزو سره مقابله وسي او زده کوونکی په خپله مقابله او زغم همدا ستونزې حل کړي. دلته به د ځینو ستونزو ډولونو او د حل لارو ته یې اشاره وسي.

۱- کیدلای سي: ستاسو د ښوونکو په منځ کې کوم یو داسي هم وي چې یا علمي کفایت ونلري، د پوهیدلو ځواک یې کم وي په وړه خبره عصبي کیږي، د پوښتنې داوریدلو ځواک نلري، تر لوست د وخت په ضایع کولو خوښ وي یا نوري ستونزې ولري. له داسي ستونزو سره مقابله دا نده چې یا ټولګۍ ورته پریږدئ او تیللسو هم بې کفایتي و ښیاست او له هغه سره په شخړه پیدا کولو خپل اعصاب کمزوري او ذهني تمرکز وبایلي. غوره لاره ورسره روغه او جوړه ده. که کله، کله د هغه په کړو، وړو ناارامه کیدلاست، خپل پام بل لورته اړو ئ که بیا هم هغه ښوونکي بې ځایه تاسو په قهر کولی. زیار وباسئ څو خپل حالت په اختیار کي ولرئ کله چې د هغه عصبي وضعیت نور مال سي او یا تر ټولګۍ بهر ورسره خبري کوئ بیا هم خپل ځان کنترول کړئ. ځکه له غوره ښوونکي سره مخامخ نه یاست.
یوه لاره دا هم ده چې دا ستونزه د هغه ښوونکي په واسطه حل کړئ کوم چې تاسو ته درونداو محترم وي.
که ستاسو هدف دا نه وي چې د دې ښوونکي عادت ته بدلون ورکړئ او یا کولای نسئ چې په خپلو کړو، وړو د همداسي ښوونکي عادت واړوئ. بیا ځان مه قرباني کوئ. د ډیرو ګلانو تر څنګ کله، کله اغزي هم په لاس کي واخلئ.
کیدلای سي د ښوونکي د رویه ستاسو د بد چلند زیږنده وي، تاسو به درس نه زده کوئ ګورنۍ وظیفه به سرته نه رسوئ، په ټولګۍ کي به مزاحمت کوئ او...
په دې صورت کي ځان ملامت وګڼئ او په عادت کي مو بدلون راولئ.
۲ ګران لوستونه: کله زده کوونکو ته له دې کبله ستونزه پیدا کیږي چې د ټولګۍ کتاب او لوست ورته ګران او سخت وي داسي ستونزي ته خو نژدي او آسانه حل دا دی چې هغه کتاب هیر کړئ په مهال ویش کي د هغه کتاب او مضمون وخت او ځای بل مضمون ته ورکړ ئ څو دا کار ستاسو په وس کي نه دی. ځکه هغه یو معیاري مضمون دی او د درس په پروګرام کي منل سوی دی. نو غوره لاره یې دا ده څو د هغه مضمون په زده کولو کي زیات وخت تیر کړئ کله مضمون اسانه وي خو زده

(c) ketabton.com: The Digital Library

کوونکي هغه پرد ی ګڼي. همدا پرد ی ګڼل همهغه مضمون سختوي. داسي چي زده کوونکی وايي:

زه به په راتلونکي کي يو اديب يم، نو يوازي د ژبو مضمونونه بايد ولولم. مثلثات او الجبر هيڅ په درد نه خوري. يا ووايي:

زه به يو انجنير يم، نو ادبيات راته اضافي مضامين دي.

په داسي احساس او اټکل يو ډول مضمونونه پرد ي فرضوي او فرض هغه مضمونونه ورته ګرانوي. خوکيدلای سي ستاسو اراده بدله سي که هغه هم نه وي نو دژوند په کارونو کي خو هومضمون ضرورد ی نوله ګران او ناخوښه مضمون څخه تيښته د ستونزي د حل لاره نده بلکي بايد:

ن ګران لوستونه لومړی وکتل ي. داسانه لوست وخت ورته وسپمولی سئ.

ن د ګرانو لوستونو په هکله له نورو انډيوالانو يا لويانو مرسته وغوښتل سي.

ن د همدې مضمونونو دلوست په وخت کي غايب نسئ.

ټولګي ته تر تللو وړاندي ، د دې مضمونونو نوی لوست وګورئ او هغه ټکي او ځايونه چي پکي ګران وي، لومړی حل او بيا نور لوست زده کړئ.

۳- زده کوونکي ستونزه: کله، کله شاګرد په خپله ستونزه پيدا کوي. د ساري په توګه:

تل ټولګي ته ناوخته رسيږي. يوازي دانه چي لوست تر ې تيريږي بلکي په ستړيساه په ورسيدلي درس هم نه

پوهيږي اکمښت بايد په خپله پوره کړي او په خپل وخت حاضر سي.

درسونه، نه زده کوي، هره ورځ کورنۍ وظيفه ور څخه پاته وي. داسي شاګرد ته هرو، مرو د ښوونکي له لوري ستونزي پيدا کيږي. ښوونکی که هرڅومره حليم او د زغم څښتن انسان وي خو تريو، دوه ځله زيات ځم هغه بي حوصلې کوي او زده کوونکي ته ستونزه پيدا کوي. دا ستونزه هم بايد شاګرد په خپله حل کړي. د لوست په زده کړه بايد د ښوونکي باور پيدا کړي او هغه ته داسي بهانه په لاس ورنکړي چي بي ځايه او بيا په ځا ی سره عصبي سي.

ن په ازموينه کي کمي نمري اخستل بله ستونزه ده چي شاګرد ته له خپله ځانه پيدا کيږي. په کمو نمرو اخستلو خپل اعصاب هم خرابوي او معلمتيي هم له ګونځو ډکه تنده نيولي وي . له د ې ستونزي څخه د خلاصون په غرض د ازموينې پاڼه يا ځيري يا سوځوي او يا يې پټوي. خو دا يې لاره نده. له پاڼې څخه بايد ګټه واخلي او خپله تيروتنه پکي ووينې او ووايي ولي مي دا پاڼه بده او د کتلو وړ نده. تيروتنه جبران کړي. همدا پاڼه ورته د عبرت پاڼه سي. بيلوخت بيکاره تيرنکړي. خپله اراده درس ويلو ته کلکه کړي. ترڅو بيا ورته بده پاڼه په کيڼ لاس ورنکړل سي.

له ټولګی څخه ګټه تر لاسه کړئ

۱- د ټولګی ټولو درسونو ته حاضريږئ، که په ټولګی کي کم معلومات تر لاسه کړ ئ او څه تکرار وکړ ئ. دا ته هغه ډيره ښه ده

(c) ketabton.com: The Digital Library

چي هيڅ ورغلي نه ياست. سيل، منظره او له ټولګۍ څخه وتلي کارونه ټول د ټولګۍ له حضور څخه کم دي.

۲- د ټولګۍ له شرايطو سره ځان روږدي او عادت کړئ. د ښوونځي لوستونه يو ډول نه وي، کله تشريح او کله تکرار وي. کله ازموينه، تيست او ناڅاپي پوښتني وي. کله د لابراتوار کار وي او کله په ټولګۍ کي درسي مقابله او مسابقه وي. تاسو داسي ځان عادت کړئ چي هر کار ته جوړ ياست. که لابراتوار خوښوي او له تشريح څخه مو ورته کيږي يا يو مضمون خوند در کوي او بل درباندي درنيږي، نو دا عادت ورک کړئ. هر مضمون او هر پروګرام د ښوونځي د معيار جز دی او لوستل يي لازم دي.

۳- په ټولګۍ کي پوښتني کوئ، هره موضوع چي تاسو ته حل نده، هغه نوروته هم ګرانه ده خو هغوی هم د سوال کولو زړه نه کوي. که په درسي موضوع کي کوچني تيروتنه او اشتباه درته پيدا کيږي، هغه وپوښتئ که په موضوع پوه ياست د لا روښانه کيدلو لپاره مثال وغواړئ.

۴- که په ټولګۍ کي د نورو زده کوونکو په وړاندي، د درس د تشريح او يا پوښتلو ځواک نلرئ او د نورو ترمخ بي زړه کيږي، نو کوشش وکړئ څو د ټولګۍ په لومړني صف کي کښيني او د نورو شاګردانو ستر ګي درته مخامخ نسي.

۵- په ټولګۍ کي د شوخو زده کوونکو لورته پاملرنه مکوئ. زيار وباسئ څو ستاسو ناوړه حرکات بي پروا زده کوونکو ته د نوري بي پروايي، زړورتيا ورنکړي، ښه غوږ ونيسئ.

۶- د کوم مضمون لوست ته چي ورځئ، هغه کتاب وړاندي لا وګورئ. نوي لوست کي ګران ځايونه ځان ته معلوم کړئ څو د ښوونکي د تشريح په مهال، هغه ځايو ته پاملرنه وکړئ او ورباندي وپوهيږي. د هر درس تمرين ګوري څو د تشريح په وخت کي د هغه په ځواب پوه سئ.

۷- د ښوونکي د خبرو پيل او پای او هغو خبرو ته پام ولرئ کومي چي يا په تاکيد سره وايي او يا يي تکرار کوي، کومي جملي چي په تخته ليکي هغوی ته ځير اوسئ.

ښوونکی معمولاً مهمي جملي داسي پيل کوي:

(لومړی... دوهم ...دريم.)

"يوه مهمه نکته دا ده چي ..."

"او په ياد ولرئ چي ..."

"اصل خبره دا ده چي ..."

"او په دي علت چي ..."

ښوونکی د تائيد لپاره په دي تورو تکيه کوي :

(د ساري په توګه) (د مثال په ډول) (سربيره په دي) (د دي په عکس...) (همدارنګه ...).

او په پای کي وايي : په لنډه توګه ... په پای کي ...

په نتيجه کي ... داسي نتيجه اخلو چي ....

(c) ketabton.com: The Digital Library

۸کـه ددرس پـه جريـان کـي کومـه پوښتنه درتـه پيـدا کيـږي. ياددښت يي واخلـئ اودلوست پـه پا ى کـي دهغـېپـه هکلـه لـه ښوونکي څخه معلومات وغواړئ.

۹– دلوست په پاى کي لنډکي يادداښتونه واخلئ.

۱۰کـه کله پـه ټولګ ىکـي حاضر نـه و ئدبل ملګري دهغـ ې ورڅـې يادداښتونه وګورئ.

۱۱کـه دلابراتـوار خـونـې تـه لاړئکومـه تجربـه چـي درتـه درکـړل سوي دهـوازي پـه هـم هغـ ېلګيـا اوسـئ.دنورو زده کوونکـو تجربـي او دلابراتـوار لـوازم کـه ګـور ئخو بيـا پـه خپـل لوست او تجربه پوهيدلاى نسئ.

۱۲– کوم درسونه چي نوي زده کوئ.بهرني استعمال ورتـه ورکړئهلځـان سـره مثالونـه ورتـه ومـومئ او پوښـتني پکـي ولټوئ.

۱۳–دټـولګي لوست ترتفـريح اخـوب وړانـدي پـه ذهـن کـي دروګرځوئ چي بيا ژر نه هيريږي.

۱۴– نقشو ،جدولونو اوګرافونو ته زياته پاملرنه کوئ.

۱۵پـه هـر لوسـت کـي چـي ځـانګړي، فني اوپـا نـور تـوري وي،لومړى دهغوى په معنىځان پوه کړ ئبيا دلوست تشريح او بشـپړولو تـه غـوږ نيسئسـاري پـه توګـه :سـمبول، ولانس،چارچ، اتوم،الکترونمرکـب، مـاليکول، مـدار، اتـومي نمبر،اتـومي وزن، کثافت،مخصوصـه وزن، راډيکـل، ايون،انعکاس،انکسـار،ارتجاعيت،تراکم،توان ،کـار، انرژي،حرکـت ،سـرعت ،اهتزاز،امپلتيود ،پريـود ،ولټيج، هـادي ،عايقمقاومت ،جريـان،محراق ، پرتـاب ، جـذر، پولينومتـوان سـاين، تانجانـتسيکينټ،عصـبه ، ذوى الفـروض ،ذوى الارحام،ميـت ،متروکـه، اخيـافي، علاتـي، اعيـاني، مخـرج ، نصـاب،خُمس، غنيمـت، غـزوه، سـريه،مرفـوع،مرسـل،متواتر، مشهور،راجح،مرجوح،حاده ، منفرجه،قايمـه ،تماثُـل،مفروض، مطلـوب، مستوي، مرتسـم، حجره،نسج،غړى،سيسـتم ،ميزبـان ،پرازيټ،فقاريـهنور اصـطلاحات پـه لوسـت کـي راځـي.پـه هغوځـان داسـي وپوهـوي چـي پـه خپلوعبـاراتو يي روان وواياست او نور هم ورباندې پوه کړاى سئ.

۱٦–پـه ټـولګي کـي ځـا ني لهلوسـت څخـه وتلـي خبـري مـه کـوئاو نـه همداسي موضـوع يادو ئ.زيـار وباسـئ،همداسي خبري تر ټولګي بهرختمي کړي.داسي خبري ستاسوپام هم بل لورته اړوي او نوروته هم فکرى ګډوډي پيدا کوي.

ازموينه ولي اخستله کيږي؟

ازموينـه دزده کـړې جزدى او ددې پـاره اخسـتله کيـږي، څـو ښـوونکي وپـوهيږي چـي زده کوونکـو ترکـومي کچـي نـوي لوستونه زده کړي دي.ځيني ددې له پاره منظم امتحانونه اخلي ترڅـو زده کـوونکي دي تـه اړکـړي چيټـل خپـل لوسـت ولولي،ويې ګوري، تکرار او ياد يې کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ازموینه له یوه لوري دلوړې او ټیټې سویې دزده کوونکو ترمنځ دتوپیر او امتیاز معلومولو او دهغوی ترمنځ دقضاوت ښه وسیله ده او بل لوري همدا ازموینه ده چې زده کوونکي ښې مطالعې او کتاب کتلو ته اړباسي.

ازمیښت ښودلې ده چې که ښوونکي پرته له خبرتیا له زده کوونکو څخه ازموینه واخلي، زده کوونکي په منظمه توګه ورځنۍ مطالعه کوي.

ازموینه ترلوست او زده کړې وروسته هم اهمیت لري. په مسلکي چاروکي ترازموینې وروسته هرځای دنده او شغل موندل کیږي. په ټولنیزو چاروکي دژوند هره معامله او مسئله یوډول ازموینې ته اړتیالري.

په ازموینه کې دګډون چمتووالی

۱– ځیني زده کوونکي ازموینې ته په منفي نظر ګوري. هغه یوا جباري، اضافي او دځان له خوښي پرته یو بار ګڼي. دا فکر باید ورک او ازموینې ته دیوه ګټور څیز په توګه وکتل شي. ازموینه هغه وخت یوه ستونزه ده چې هغې ته په بد نظر وکتل سي. ازموینې ته لومړنۍ تیاري همدا ده چې بد بیني ورته ونلري. هغه دځان په ګټه وګڼي او دخپلو نیمګړتیاوو د معلومولو معیار یې و منئ. په دې توګه به ازموینه درته خوښه او اسانه وبریښي او پکې دګډون لپاره به په ځان باور او ویسا ولرئ.

۲– دازموینې لپاره تیاري نیول دلوست له پیل څخه باید پیل سي که ورځني لوستونه او دندي په ښه توګه زده نسي، همدا ورځني او لږ، لږ درسونه یو ځای کیږي او د ازموینې شپو ورځو ته نژدې دزده کوونکي له ځواک څخه زیاتیږي.

ازموینې ته دچمتو کید لو لپاره، دلوست او مطالعې مهال ویش درلود لټولګی ته په منظم ډول تلل، د یاددا ښتونو اخستل او هغه بیا، بیا کتل غوره لاره ده. ورسره که دټولګ ی له ملګرو سره درسونه یو ځای وګورئ، مباحثې پکې وکړئ او دتیرو ازموینو پاڼې بیا وګورئ، دا هم ګټور کار دی. دنورو ازموینو دپاڼو کتل تاسو ته دقت پیداکوي، په خپلو بې پروایو پوهیږي، دهمدې ټولګې په کومه کې چې اوس په لوست لګیا یاست، دازموینو پاڼې هم تنظر تیري کړئ، دا دسوالونو په هکله یونوی فکر درسره پیداکوي.

۳– له ښوونکي څخه وپوښتئ چې په کومو موضوعګانو او مطلبونوکي ازموینه اخلي.

۴– له ښوونکي څخه وپوښتئ چې څه ډول امتحان اخلي.

۵– ترازموینې یوه، دوې اونۍ وړاندې، د ښوونکي پوښتنو، اشاروا و په ځینو مطلبونو تاکید ته غور وکړئ. ډیر اټکل دا کیدلای سي چې ښوونکی په همدې پوښتنو تاسې د امتحان څرنګوالی ته متوجه کړي.

۶– دازموینې له پاره پروګرام او مهال ویش ولرئ. نالوستي لوستونه ولولئ ګراني مسئلې حل کړئ تر ازموینې دوه

(c) ketabton.com: The Digital Library

ورځي وړاندي تاسو بايد ټول درسونه د ازموينې له پاره کتلي وي. تر ازموينې يوه ورځ وړاندي له ړوند مضمون په هکله فرضي پوښتني او ځوابونه تيار کړئ تر ازموينې وړاندي شپه ارامه تيره کړئ خوب پوره کړئ او د ازموينې په ورځ يوازي فهرست او عنوانونه وګورئ. ازموينې ته په خپل وخت ځان ورسوئ. زيار وباسئ څو د ازموينې په ورځ ناسوب نسئ. څومره چي له "صفر" څخه ځان لري کولای سئ، لري سئ. د ښوونکي ستر دښمن د شاګرد په پارچه کي "**صفر**" دی.

دګزاو ميدان وخت

ميدان خو ازموينه ده او ګز هم له ازموينې سره ستاسو اړيکي، هغې ته په ښه نظر کتل او ستاسو چمتو والی دی. د دې له پاره چي په دې کچ، ميچ کي کم رانسئ، نو د ازموينې په شيبو کي دا ټکي مراعات کړئ:

۱– د ازموينې تر وخت لږ تر لږه پنځه دقيقي وړاندي خپل ځای ته ځان ورسوئ. له يوه لوري به د ناوخته رسيدلو له تلولي تو ب څخه ژغورلي يا ست له بل لوري به د ښوونکي لارښوونې نه درڅخه تيرېږي. کله خولا داسي هم وي چي ناوخته راغلي شاګرد ته د ازموينې اجازه هم نه ورکوله کېږي.

۲– ټول لوازم قلم، پنسل، پنسل پاک، که ورته اړتيا وي زيات کاغذ، که ضرور وي حساب ماشين له ځان سره ولرئ داسي بې پروا زده کوونکي ليدل سوي دي چي د ازموينې په ډګي په قلم پسي ګرځي او په د ې عمل سره هم خپل وخت ضايع کوي او هم د نورو فکري تمرکز بايلي.

۳– په خپل ځای ارام کښينئ، که د ازموينې ستونزو درته فکري ستونزه پيدا کوله. يو، دو ې دقيقي فکر وکړئ او اوږده ساه واخلئ، بيا په کار پيل وکړئ، دا ستونزه مو ختميږي.

د کانکور په ازموينه کي چي، پوښتني چاپ سوي وي. که څه ستونزه پکي لرئ لاس پورته کړئ او مسئول شخص ته چي د ازموينې په خونه کي ګرځي، راګرځي خپله ستونزه په ګوته کړئ.

۴– د ازموينې ژبنۍ او ليکلي لارښوونې په غور سره واورئ او وې ګورئ.

۵– د ځوابونو تر پيل وړاندې، په دې خبره ځان پوه کړئ چي سوالونه ټول حل غواړي که ځيني.

٦– د پوښتنو په ځواب ځان پوه کړئ چي ايا د ځواب خواوشا کرښه کښل کيږي؟ کوم تور ې په نښه کيږي؟ خالي ځايونه ډکيږي؟ څه تشريح غواړي؟ کوم مطلب معلومول دي او که...

۷– ازموينې ته مهال ويش ولرئ داسي چي پوښتني ولولئ، هر سوال ته څو دقيقي وخت لري د نمرو په تناسب يا د اساني او سختي په اټکل سوالونه ځواب کړئ.

۸– پوښتنو شميري په خورا احتياط ګور ئ او د ځوابونو شميري يې په غور سره ليکئ که په يوه شميره کي سوال او ځواب سره واوړي، تير و بيړسي، ځوابونه به ترپايه غلط وي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۹- په چټکي او احتیاط سره کارکوئ.

۱۰- که دازموینې وخت ډیر وي، یو هیوه شیبه لاس له کارڅخه اخلئ، ترڅو مو استراحت او آرام کړی وي.

۱۱- سوالونه ټول وګورئ، ګرانې او اسانې پوښتني ځان ته معلومي کړئ، که د ټولو ځوابونو نمري یو شان وي، نو لومړي اسانه پوښتني ځواب کړئ.

۱۲- ګرانه پوښتنه دوه، دري ځله ګورئ څو یي په مطلب او غوښتنه پوه سئ.

۱۳- تر ټول وروسته خپلي پاڼي وګورئ کوم سوالونه چي مو بي ځوابه پري ایښي وي، هغوی ځواب کړئ.

۱۴- حل سوي پوښتني پرته له کومه دلیله بل ځواب مه ورکوئ.

۱۵- که د پوښتني په ځواب نه پوهیدلئ او په اټکل مو ځواب ورکړی ؤ، لومړنی غوراوی غوره دی.

دازموینې ډولونه

ازموینه ډیر ډولونه لري. کیدلای سي د ښوونکي او دازموینې د سمبالوونکو په شمیر دازموینې ډولونه وي خو په عمومي ډول ازموینه په دوه ډول ده:

تشریحي (انشایي)، لنډه (ټیستي).

۱- تشریحي ازموینه: په دې ډول ازموینه کي ډېري لیکني ته اړتیا وي. باید د پوښتني اړوند ټولي زده کړي په یاد راوړل سي هغه معلومات په داسي ډول ترتیب او تنظیم سي چي په استدلال او منطق ولاړ ځواب وي.

په تشریحي ازموینه کي موخه یوازي دا نده چي ستاسو د یادولو ځواک وازمویل سي بلکي تاسو په دي هم ازمویل کیږئ چي د خپلو معلوماتو تشریح او تحلیل څرنګه کولای سوای او څه ډول دا زده کړه استعمالولای سئ. دا ځواب هله ښه معلومیدلای سي چي زده کوونکی د پوښتني په موضوع ښه پوهیدلی او په خپلو تورو او لهجه یي بیان کړای سي. په داسي ازموینکي دا هم غوښتل کیږي چي شاګرد خپل افکار څرنګه په ښکاره او منطقي ډول څرګندولای سي.

دا ډول ازموینه په دې ډول تورو ځانګړي کیږي.

واضح یي کړئ تشریح یي کړئ تعریف یي کړئ پرتله (مقایسه) یي کړئ او ...

د ساري په توګه :

۱- د مطالعې لپاره وړ چاپیریال تعریف کړئ؟

(c) ketabton.com: The Digital Library

۲-دزده کړې په کار کي دبريالیتوب دريښتیز عوامل تشریح کړئ؟

دداسي ازموینې ځواب لپاره دلیکوالي له لاربښوونو څخه باید ګټه واخستله سي هغه داسي چي، زده کوونکي سوال ولولي، ځان وربانديپوه کړي دځواب ټول جزیات دپاڼي په یوه ځنډه ولیکي بیایي وړاندي وروسته کړي. په همدې جزیاتوکي اصل خبره وموميدهغې لپاره سریزه پیل او په نورو برخوکي یې تشریح اوتائید ولیکي. مثالونه، متلونه اونکتي پکي راوړئ. په هر پارګراف کي یوه خبره مطرح کړئ اوپه پای کي دپایلې په ډول څه ولیکئ.

۲- لنډه (ټیسټي) ازموینه: په دې ډول ازموینه کي، لیکنه کمه وي ځوابونه په یوه توري ورکول کیږي چي هغه په خالي ځای کي لیکي. یایوه ځانګړي نښه دځواب په ځای ایښودل کیږي او یا دځوابونو په پاڼه کي تر ټولو غوره ځواب په نښه کیږي.

لنډه ازموینه څلور ډوله اخستل کیدلای سي.

الف : متناوب یا د "سم" او "ناسم" ازموینه : په دې ډول ازموینه کي ځوابونه دوه متضاد حالته لري او په (سم، ناسم) (صحیح، غلط) (ربښتیا، دروغ) (مثبت، منفي) او یا (هو، نه) ځوابیږي. دساري په توګه :

( ) دخوب په بستره کي ښه مطالعه کیږي .

که ستاسو په نظر دې پوښتنې ځواب سم وي نوله لاربښوونې سره سم په قوس کي د س (سم)، ص (صحیح)، ر (ربښتیا)، یا هو، توری او یا د + (مثبت) علامه ولیکئ.

که داخبره غلطه وي نو بیله لاربښوونې سره سم، دنا (ناسم) غ (غلط)، د (دروغ) یا د (نه) توری او یا د - (منفي) نښه ولیکئ.

داچي زما په نظر داخبره سمه نده نو په لیندکیو کي لیکم. (-) او یایي کوم معادل توری (ن، غ، د، نه) لیکم.

ب- دغوراوي ازموینه : دا ازموینه هم د "سم" او "ناسم" په څیر ځواب لري خو دڅو ځوابونو احتمال پکي وي. زده کوونکي به هغه ځواب غوره کوي چي خورا وړ او مناسب وي.

تر مختنۍ ازموینې ډاډیره پاملرنه غواړي. ځکه، ځوابونه سره ورته والی لري. دساري په توګه :

۱- دمطالعې دکوټې دتودوخي مناسبه درجه دفارنهایټ ( ) درجي ده.

الف :(۸۰)   ب: (۷۵)   ج :(٦٨)   د :(۵۰).

داچي دمطالعې لپاره دخونې دتودخې مناسبه درجه ٦٨ ده نو زده کوونکي باید په قوس کي (ج) ولیکي.

۲- داسلام په لاره کي لومړنی شهید ( ) دی.

الف - حمزه (رضی الله عنه)   ب - حسین (رضی الله عنه)

ج - یاسر (رضی الله عنه)   د - حارث ابن ابي هاله (رضی الله عنه)

(c) ketabton.com: The Digital Library

داچې د اسلام په لارکې لومړنی شهید حارث (رض) دی نو په قوس کې د "د "توری لیکل کیږي.

ج - **بشپړه کیدونکې (تکمیلي) ازموینه**: په دې ډول ازموینه کې غوښتل کیږي څو دیوعبارت یا پاراګراف خالي ځایونه ډک سي کله په ځوابونو کې لغات یا شمیري ورکولي کیږي او سم ځواب ترې غواړي او کله هیڅ هم نه وي. د ساري په توګه :

۱ - محمد (صلي الله علیه وسلم) د (....) کلونو په عمر په پیغمبري مبعوث او د عمر په (...) کلنۍ کې وفات سو.

داعبارت به داسي بشپړ کړو :

محمدصلی الله علیه وسلم د (۴۰) کلونو په عمر په پیغمبري مبعوث او د عمرپه (۶۳) کلنۍ کې وفات سو.

۲ - د معاصر افغانستان جوړونکی (   ) دی.

داچې داشخص احمد شاه بابا د ځو په لیندکیو کې به لیکو : (احمدشاه بابا) او جمله به بشپړه سي.

د - **اړونده (نسبتي) ازموینه**: ددې ډول ازموینې ساده بڼه داده چې په دوه عمودي (ولاړو) لیکو کې دوه ځایه سره ورته او اړونمطلبونه خو بې ترتیبه او تیروبیر لیکي. د زده کوونکي دنده داده څو د دوهم کالم د مطلب سم تور ی د لومړي کالم د مطلب څنګ ته ولیکي.

کله یو کالم د مخترعانو نومونه وي اوبل کالم د اختراعاتو. کله په یوه کې پیښې او په بل کې ځایونه او نیټې لیکل سوي وي. کله هم په یوه کالم کې کتابونه او په بل کې یې لیکوالان لیکلي وي او ...

خو کله ، لا ځوابونه تر پوښتنو زیات هم وي. مثال یې وګورئ:

( ) داحد جګړه .... ۱- دهجرت پنځم کال
( ) دفجار جګړه............۲- دهجرت دوهم کال
( ) دبدر جګړه.............۳- دهجرت اتم کال
( ) دمکې سوبه . ...۴- ترهجرات وړاندي
۵-تر بعثت وړاندي
۶-دهجرت دریم کال

دلته پوښتني څلور او ځوابونه شپږ دي .

ددې لپاره چې سم ځوابونه مو ورکړي وي. نو په لومړي قوس کې (۶) په دوهم کې (۵) په دریم کې (۲) او په څلورم قوس کې (۳) لیکو.

۵ - **معیاري (دکانکور) ازموینه** : دا د ازموینې یو ځانګړی ډول دی چې په لنډ او تیستې ډول اخستله کیږي خوله معمولي او د ټولګیو له ازموینو سره دوه توپیره لري:

لومړی داچې تجربه سوې وي، کار وربانډې سوی وي. دتکامل او بشپړتیا ډیر پړاوونه یې وهلي وي.

دوهم داچې د پوښتنو او ځوابونو ډګیې خورا پراخ وي.

وینځې د پوهنتون دکانکور ازموینه په ټول هیواد کې یو ډول اخستلکیږي. دلسم، یوولسم او دوولسم ټولګیو په مضمونونو کې یې پوښتني جوړیږي. په داسي ازموینه کې

(c) ketabton.com: The Digital Library

دزده کــوونکي دزده کــړي او معلومــاتو ترڅنــګ دزده کوونکــو ځيرکتيا ، شخصيت،غوښتني او هيلي هم ازمويل کيږي.

دکانکور په ازموينه کي دپوښتنو اوځوابونو پاڼي سره بيلي وټونمـري هـم پـه ماشـين ورکـول کيږي.نوځکـه پکـي زياتـه پاملرنـېـه کـارده اوشـاګرد بايد تـولي لاربښـوونيپـه پـام کـي ولري. تاسوداپوښتني وګورئ اودحل ډول ته يي ځير سئ:

دپوښتنو پاڼه :

۱ – کابل يو (　　) دی.

۱–۱ : ښار

۱–۲ : هيواد

۱–۳ : غر

۱–۴ : جزيره.

۲ – ډير عرب (　　　) دي.

۲–۱ :عيسويان

۲–۲ :يهوديان

۲–۳ :مسلمانان

۲–۴ :بوداييان

۳ – پلار تر زوی (　　) وي.

۳–۱ :هوښيار

۳–۲ :شتمن

۳–۳ :ځواکمن

۳–۴ :مشر

۴ – ورځ او شپه (　　) څخه پيدا کيږي.

۴–۱ : دځمکي په خوا وشا دسپوږمی له حرکت.

۴–۲ :دلمر په خوا وشا دځمکي له حرکت.

۴–۳ :په خپل محور دځمکي له حرکت.

۴–۴ :دځمکي په خوا وشا دلمر له حرکت.

۵ـ کــه د دوو قلمونــو بيــه (۲۰اف) وي پــه (۱۰۰) افغــانيو (　) قلمونه اخستلای سو.

۵–۲۰:۱ قلمونه

۵–۱۰:۲ قلمونه

۵–۱۵:۳ قلمونه

۵–۵:۴ قلمونه

داخو دپوښــتنومونـي وي،اوس پــه بيلــه پاڼــه کــي يــي ځوابونــه وګورئ چي دسم ځواب له پاره دوي موازي کرښي توري سوي دي.

۱–　=　■　=　=

۲–　=　=　=　■

۳–　=　=　=　■

۴–　=　=　=　■

۵–　=　=　■　=

نورنو ،تل په ازموينو کي برياليو سئ، خو ګورئ چي دځوابونو په پاڼو کي مو دخپل نوم ليکل هير نسي.والسلام

۱۴۱۹/۱۲/۱۷هـق – ۱۳۷۸/۱/۱۶هـش .دوشنبه ۸:۴۵ سهار،کندهار

(c) ketabton.com: The Digital Library

زه ، زما په قلم

دازما دهغه ناچاپ کتاب نوم دی چې دوه برخې لري ، په یوه کې زما دژوند لوړې او ژورې په بله کې دهغه چا دژوند حالات دي چې، کوم علمي ،جهادي ، فرهنګي او یا سیاسي شخصیت لري او زما ورسره لیدل کتل سوي دي. زه مې دخپل ژوند دحالاتو لنډیز له همدې کتاب څخه دلته لیکم:

زه دغزني ولایت، دقره باغ ولسوالۍ په محمد نعیم کلا کې دنیا ته راغلی یم. دتذکرې په حساب مې عمر د(۹سالهٔ ۴۱)په اټکل دی .

په ۱۳۴۰هـ ش کال ښوونځی ته شامل سوم او په هم هغه کال مې پلار وفات سو .

په ۳۴۵ هـ ش کال،دسطان ابراهیم له ښوونځی څخه اول نمره فارغ سوم او دسلطان محمود لیسې ته لاړم. له هغې لیسې په لومړنۍ دوره کې په لومړۍ نمره په ۱۳۵۱ هـ ش کال فارغ سوم. دهغه کال دکانکور په ازموینه کې دخپل ولایت دټولو لیسو په شاګردانو کې په لوړه نمره بریالی سوم او دخپل لومړي انتخاب سره سم ، دکابل پوهنتون دانجنیري پوهنځی ته شامل سوم . خو درې کاله وروسته مې دناخوالو له امله دلوست لړۍ غوڅه سوه. ددې زده کړو ترڅنګ مې ضروري دیني زده کړې هم کولې.

په۵۷ – ۱۳۵۸هـ ش کلونو کې دکمونستانو په دوره کې دوه ځلې دهغوی له لوري بندي کړای سوم.

له ۱۳۵۹ تر۱۳۷۱ هـ ش کال پوري دهجرت په نړۍ کې هستوګن وم. هلته مې له ماموریته تر ریاسته په جهادي دفترونو کې کار وکړ.

په ۱۳۷۱کال دمجاهدینو له بریالي کاروان سره کابل ته لاړم . دمهاجرینو دعودت په وزارت او د سرې میاشتې په ټولنه کې مې درئیس په توګه دنده درلوده.

په کابل کې دخپل منځي جګړو په مهال مې دنده پرېښوده او په ۷۳– ۱۳۷۴هـ کلونو کې د نورالمدارس په مدرسه کې دښوونکي په توګه پاته سوم.

د ۱۳۷۴کال په پای کې مې دطالبانو له اسلا مي تحریک سره قلمي مرسته پیل کړه او داسلامي امارت په دوره کې مې دکندهار پوهنتون ، د کابل دطب انستیتیوت او دبهرنیو چارو په وزارت کې درئیس په توګه دنده اجرا کړې ده.

کله چې امریکایانو افغانستان اشغال کړ، ما بیا په خپل کور او کلي کې ترهستوګنې ، هجرت ته ترجیح ورکړه.

په ۱۳۵۹هـ کال مې لومړنی مضمون او لومړنۍ رساله (شمهٔ از شکنجه هاي مشهود درمحابس افغانستان) چاپ سول .تراوسه مې په ۳۴ ډول، ډول خپرونو کې په سلګونو مضمونونه خپاره سوي دي او تر دیرش ټوکه لیکل سوي او یا ژباړل سوي کتابونه مې دچاپ شرف لري . پنځلس ټوکه کتابونه مې هم چا پته تیار دي .دکرامت مجلې،ریان ویبپاڼې،سواد فرهنګي ټولنې او الحکیم تعلیمي مرکز دتاسیس او امتیاز ویاړ لرم .

په لیکنه کې پښتو او دري ژبې راته بې توپیره دي .له عربي ،اردو او انګلیسي ژبو څخه په ژباړه لاس بری یم.

ذلک من فضل الله .

والسلام.

- ریان-

Rayyan261@yahoo.com

(c) ketabton.com: The Digital Library

ماخذونه

خوږو لوستونکو ! په دي ليکنه کې مي له ماخذونو څخه ګټه اخستې وه،هغه ماخذونه مي دکندهار پوهنتون او دکندهار داطلاعات اوکلتور د رياستونو له اړوندوکتابتونونو څخه تر لاسه کړي وو ،خو اوس هجرت ورڅخه لري کړی يم،له همدي امله يي نومونه په بشپړه توګه ليکلای نسم.

په دي هم افسوس کوم چي دڅرنګه ليکنه وکړو ؟ اوڅرنګه وينا وکړو ؟ په برخوکي يوه ،يوه برخه متن نيمګړی دی او هغوی هم په همدي ستونزه پوره کولاي نسم.

خو داعرض کول غواړم چي په دي بحثونوکي زما خپله ځانګړ ي تجربه هم اغېزمنه ده ځکه :

۱–زه دليسي په دوره کښي دخپلي ښوونځی لومړی شاګرد وم او د ۱۳۵۱کال دپوهنتون دکانکور په ازموينه کي په خپل ولايت کي ترټولو په لوړه نمره بريالی سوم .

۲– تر اوسه مي (45)کتابونه ليکلي يا ژباړلي دي چي ترديرش ټوکه يي زيات دچاپ په پسول ښکلې سوي هم دي .

۳–په ۳۴جريدو او مجلوکي مي له ۱۳۵۹کال راهيسي په سلګونو مضمونونو دخپريدلو شرف حاصل کړی دی .

۴–په کنفرانسونو او سيمينارونو کي مي دويناوال په صفت ګډون کړی دی .

داهرڅه بشپړه مطالعه غواړي او ماته الله جل جلاله دمطالعي حوصله راکړي ده ،نو هرو ،مروبه دمطالعې ،ليکنې،وينا او ازمويني تجربه لرم . دلته مي هم په ليکنه کي ورڅخه ګټه اخستي ده. ځکه هم په ډاډ سره وايم چي دابحثونه مي په يوځل کتلو ارزي او که ګټه تري واخلئ ،هغه خو مي ددي زيار هدف دي .

والسلام

ريان

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