

# فکري ٲکنالوجي

(پر نفس د اعتماد د یرش اصوله)



Ketabton.com

لیکوال: ډاکټر علي رضا آزمندیان  
ژباړنه: څېړنپاره عاقله سادات

۱۳۹۱ هـ ش

# فکري ٽکنالوجي

(پرئفسر د اعتماد دیر اصوله)

لیکوال: ډاکټر علیرضا «آزمندیان»

ژباړه: څېړنیا ره عاقله سادات





## د کتاب فاندونې :

د کتاب نوم : فکري تکنالوجي (پر نفس د اعتماد دیرش اصوله)

لیکوال : ډاکتر علیرضا (آزمند یان)

ژباړه : خپرنیاره عاقله سادات

دیزاین : هدایت الله عادل

خپرنډوی : مومند خپرنډویه ټولنه - جلال اباد

برېښنالیک : momand.books@gmail.com

چاپشمېر : ۲۰۰۰ ټوکه

چاپ وار : دویم

چاپنېټه : ۱۳۹۱ لمريز

چاپځای : د مومند خپرنډویه ټولنې تخنیکي خانګه

د ترلاسه کولو پتې :

عبدالحمید مومند کتاب پلورنځی - مغاېراتو څلور لارې - جلال اباد اړیکې :  
۰۷۷۷۶۲۶۱۶۱ - ۰۷۰۰۶۲۶۱۶۱

خوست : غرغښت کتابپلورځی

نوي کابل کتاب پلورنځی بورډ بازار

پکتیکا مدینه کتابپلورځی

د سريزي په دود

په اروا پوهنه کې د شخصيت جوړونې موضوع ډېره مهمه او د پام وړ ده. شخصيت څنگه جوړېدای شي؟ کوم عوامل د شخصيت په جوړېدنه کې رول لري؟ څه پکار دي، چې يو شخص د شخصيت جوړونې له جوهره برخمن شي؟ دا او دې ته ورته ډېرې پوښتنې شته، چې د هر با احساسه انسان په ذهن کې غزونې کوي.

په فطري ډول هر انسان د وقار، درنښت، عظمت او سترتوب په هېنداره کې ځان ليدل غواړي؛ نو طبيعي ده چې هر کس د خپل شخصيت له مرغلرې سره مينه لري او غواړي چې په ټولنه کې د عزت وړ وي.

ارواپوهان د انسان په ذهني، هيجاني، حرکي او ټولنيز سلوک کې د مثبت بدلون لپاره د يو انسان د شخصيت جوړونې ډېرې سپارښتنې کوي او هغه خويونه چې د انسان پر شخصيت منفي اغېز لري، د سمونې او بدلونې لپاره يې مناسبې لارې چارې وړاندې کوي.

امريکايي ليکوال ډيل کارنگي وايي: که په شخصيت کې مو داسې څه وي، چې تاسې يې بد گڼئ، هڅه وکړئ هېر يې کړئ، زيار وگالئ؛ د تمرين له لارې يې له منځه يوسئ.

له دې ځايه ويلاى شو، چې انسان د خپل شخصيت د جوړېدو لپاره د ډېرو هنرونو لاره نيولې او د دغه جوهر له خزانه زياته پانگه تر لاسه کولای شي. دغه کتاب چې د کميت له مخې يوه وړه رساله؛ خود کيفيت يا څرنگوالي له مخې په ټول پوره او کره دى، موضوع يې له اروايي ارزښتونو بحث کوي،



انسان هغه څه ته متوجه کوي، چې د ژوندانه په اوږدو کې د برياليتوب راز  
گنجل کېږي.

د دې کتاب مرغلرې له داسې ارزښتونو ډکې دي، چې هر انسان يې د  
شخصيت جوړونې په لاره کې اړتيا احساسولای شي. که موږ غواړو چې د يو  
فعال او پرځان باوري انسان په توگه په ټولنه کې خپل مسوليت وپېژنو، که  
مو غوښتي وي، چې د برياليتوب معنويت خپل کړو، که مو هوډ کړی وي  
چې اروا مو د اندېښنو، ويرې او پرېوتې احساس له ولکې خلاصی موندلی  
وي؛ نو له شک پرته چې د دې کتاب هر اصل او هره موضوع موږ ته ښه  
پېغام لري؛ نو پکار ده، چې په خپل ژوندانه کې يې عملي کړو.

زه د دې کتاب آغلې ليکوالې ته د دې ارزښتمنې رسالې د ژباړې له امله  
مبارکي وایم، له ستر خالقه ورته د نورو ډېرو برياو دعا کوم او د نوموړې  
خور د قلم د فني، علمي او هنري پنځونو په هيله يم.  
اللهم صلِّ على رسالته! له سره يې دعزت سالو مه کښته کوه.

درنښت

سيد امرالله اميد د تنگرهار مجلې مدير

## سريزه

انسان د ځمکې پر مخ د الله ﷻ ځايناستی، د مخلوقاتو اشرف او د لوړ مقام څښتن دی. د ټولو کائناتو پيل له هم ده څخه شوی دی؛ خو د انسان پېژندگلوې له عزت النفس او پرځان له ولسا او باور څخه سرچينه اخلي. عزت النفس يو داسې احساس دی، چې انسان يې له ځان سره لري، مانا يې دا ده، چې انسان ځان ته څومره په درنه سترگه گوري. د دې ترڅنگ عزت النفس د انسان له لومړنيو برياوو څخه گڼل کېږي. د عزت النفس اساس په ژوره توگه ځانپېژندنه ده. د ژوندانه په بهير کې په نفس اعتماد يوه انساني غښتلتيا ده. پر نفس اعتماد د انسان د باورونو د مانې بنسټ دی، ځکه هر باور د ځان له باوره پيلېږي.

د انسان په وجود کې د باورونو نظام د ضمير په مرسته پيدا کېږي. که چېرې غواړئ په دې پوه شئ، چې نور انسانان ستاسې به اړه څه احساس لري؛ نو دلته يوې خبرې ته پام وساتئ، هغه دا چې لومړی بايد دا څرگنده شي، چې تاسو د ځان په اړه څه احساس لرئ او ډاډه واوسئ هغه احساس چې تاسو يې د ځان په اړه لرئ نور هم ستاسو په اړه همدا احساس لري. وړتيا پر ځان د باور له مهمو اصولونو څخه يو گڼل کېږي؛ ځکه نو هغه د زړه له تله احساس کړئ. دا يوه فطري خبره ده هر انسان غواړي، چې په ژوندانه کې د عزت النفس، درنښت او وياړ څښتن وي؛ ځکه خو ټول انسانان د خپل شخصيت پر جوړېدو بوخت دي؛ نو انسان بايد له هغو ناغورو خوښوونو څخه ځان وژغوري چې د هغه پر شخصيت منفي اغېز بندي انسان بايد هڅه وکړي او د شخصيت مناسبې لازې چارې ولټوي، چې په دې توگه په



ټولنه کې پرځان له باور او عزت النفس سره د غوره او باوري شخصيت څښتن واوسي.

ما د دې کتاب تر لوستلو وروسته په خپل فکر کې يو تغيير احساس کړ او کله به چې له ځينو مسايلو سره مخامخېدم؛ نو يو عجيب ډاډ به مې په زړه کې ناست و او په يوه عجيب ډاډ سره به مې د هغو د حل لاره لټوله. څرنگه چې په دې کتاب کې پر اروايي موضوعگانو بحث شوی و او تر لوستلو وروسته ما ته هره موضوع ډېره په زړه پورې او اړينه و برېښېده؛ نو ځکه مې د دې کوچني خو خورا مهم اثر د ژباړې هوډ وکړ. هيله مې دا وه چې هر پښتون پخپله ژبه په اسانۍ سره د خپل ژوندانه مهم مساييل ولولي او هريو هغه څه ته متوجه شي، چې په ژوندانه کې يې د برياليتابه لامل گرځي. هيله منده يم، چې د دې کتاب په لوستلو سره ستاسو په شخصيت جوړېدنې کې څه مرسته وشي. پرځان باور او عزت النفس مو له پرېوتې حالت څخه خلاصی ومومي، د شک له منگولو آزاد شئ او په ټولنه کې د يوه فعال او پرځان باوري انسان په توگه ژوند وکړئ.

په پای کې له محترم استاد څېړندوی عبدالقيوم زاهد مشواڼي څخه د زړه له کومې مننه کوم، چې پخپلو علمي لارښوونو يې زما ډېرې ستونزې حل کړې او خپلې پېروزيښې يې له ما نه دي سپمولي. همدارنگه له محترم سيد امرالله امېد څخه د زړه له کومې مننه کوم او کورودانې ورته وايم، چې خپل ارزښتمن وخت يې له ما ونه سپماوه، دا کتاب يې په خير ولوسته، لارمې سمونې يې پکې راوستې او دا ژباړه يې پخپلو حوږو الفاظو وښکلله. په چارو يې لاس بر اوسه.

بنایي دا ژباړه نیمګړتیاوې ولري؛ خو له درنو لوستونکو هیله لرم، چې  
پخپلې لویۍ به زما تېروتنې راوبخښي او له دې کتابګوتې به په عملي  
ژوندانه کې د یوه کوچنۍ لارښود په توګه ګټه واخلي.

په درنښت

عاقله سادات



سريزه:

«رښتيني عزت د الله ﷻ رسول ﷺ او مؤمنانو دى»

در ازل پرتو حسن ز تجلی دم زد  
 عشق پیدا شد و آتش به همه عالم زد  
 جلوه ای کرد رخت، دید ملک عشق نداشت  
 عین آتش شد ازین غیرت و برآدم زد

«ای آرامه او ډاډه نفسه د خپل خدای پر لور راوگرځه، په داسې حال کې چې هم الله ﷻ له تاسو خوښ وي او تاسو هم له الله ﷻ څخه خوښ یاستی، نو زما د بنایسته بنده گانو په ډله کې را داخل شه او زما په جنت کې را داخل شه!»

انسان یو ښکلی مخلوق دی، چې د ځمکې پر مخ دیوه ډېر عالي مقام څښتن دی. د ټولو کایناتو پیل له ده څخه شوی دی او د دوی د ځای او موقعیت پېژندگلوې د عزت النفس له مقام او منزلت سره تړاو لري. عزت النفس یو احساس دی او دا هغه احساس دی، چې انسان یې له ځانه لري، دا په دې مانا ده، چې هغه څومره خپل ځان ته په درناوي او ارزښت قایل دی. عزت النفس د انسانانو له لومړنیو بریاو څخه گڼل کېږي. عزت النفس پر ځان باور او پر نفس اعتماد ته اړتیا لري؛ ځکه چې په نفس اعتماد دیوه انسان د عزت النفس څرگندونه ده. بهرنۍ نړۍ ته د عزت النفس مانا او مفهوم دا دی، چې هر انسان پخپله یوازینی نړۍ کې خپل ځان ته څومره درښت ارزښت ورکوي او ځان څومره خوښوي.

همدا اوس تاسو ما ته وواياست، چي د خان په اړه څه احساس لري؟ څومره د عظمت او لويي احساس کوي؟ د عزت النفس اساس دقيقا خان پېژندنه ده. په ژوندانه کې په نفس اعتماد لومړني کامياب حرکت دی. په نفس اعتماد انسان ته عزت بخښي.

په ژوندانه کې په نفس اعتماد د يوه انسان غښلتيا ده، همدا رنگه له مسايلو سره د مخامخېدو لاره رابښي، په نفس اعتماد په انسان کې قاطعيت راولي او پر نفس د اعتماد د زياتېدا لامل گرځي. پر نفس اعتماد او باور د انسان د باورونو د ماڼۍ بنسټ دی؛ ځکه هر باور د خان له باوره پيلېږي؛ نو ای انسانانو! په خان باور وکړئ، چې ستاسو دنيا او آخرت په همدغو خانگرتياوو کې نغښتي دي. پر خان باور وکړئ، چې ټوله نړۍ پر تاسې باور وکړي. په خان باور وکړئ، چې نړۍ او د نړۍ ښکلي انځورونه تاسې ته په مسکا شي او هر څه ستاسې د خوښۍ وړ وگرځي. پر خان باور وکړئ، چې نور انسانان هم پر تاسو باور وکړي. «که چېرې غواړئ په دې پوه شئ، چې نور انسانان ستاسو پر وړاندې څه احساس لري نو لومړی پخپله وگورئ، چې تاسې د خان پر وړاندې څه احساس لري او ډاډه واوسئ، هغه احساس چې تاسې يې د خان پر وړاندې لري، نور هم همدا احساس او باور ستاسو پر وړاندې لري.»

هغه انسان، چې خپل عزت النفس تعريف کړي او هغه ښکلی احساس، چې د الله ﷻ له عشق څخه يې د خوشالي او آرامۍ پيدا کېدو لپاره اخيستی ورسېږي. په دې توگه به د خپل عزت النفس په ملتيا دې ته چمتو وي، چې د خپلو باورونو بنسټ «چې په نفس اعتماد دی» پياوړی کړي.



د باورونو نظام د انسان په وجود کې د ضمير په مرسته پيدا کېږي او يقيناً د دې جوړښت او ټينگښت په دې پورې اړه لري، چې په څه ډول خپل ضمير ته لاره ونيوي، چې هر ساعت د باورونو د نظام د ماني د بنسټ په جوړېدو پيل وکړي. ضمير نه يوازې هغه اطلاعات، چې له چاپېريال څخه يې اخلي، انځورونه، باور او روحيه ترې جوړوي، بلکې د دې تر څنګ ستاسو هر فکر، پاملرنه او اندېښنه د يوه پوره داخلي لامل او د يوه قوي سيګنال په توګه رسوي او د اروزني لاندې يې نيسي. د دې سيګنال تر لاسه کول کېدای شي د يوې روحيې او باور جوړوونکي عنصر په توګه ستاسو د باورونو نظام، روحيه او پر نفس اعتماد انځور کړي.

نومړی اصل: د الله ﷻ پر ياد، قدرت او ياری باور:

دا اصل هره ګړې پرځان د باور او اعتماد پيدا کولو لپاره ډېر مهم دی؛ ځکه انسان يو داسې مخلوق دی، که کله دا احساس کړي، چې هغه يوازې دی او کوم تکیه ځای نه لري، نو له اروايي پلوه خواشینی او ډېر نارامه کېږي. په خپل نفس باور له لاسه ورکوي او د دې پر عکس؛ کله چې هغه ځان يوازې نه ګڼي، په کوم کس يا څيز باندې تکیه او زړه يې پورې تړلی وي، په ځانګړي ډول په اروايي توګه ارامتيا احساسوي او پرځان باور پيدا کوي.

که چېرې د انسان لپاره دا تکیه ځای الله تعالی ﷻ وي؛ نو څرګنده خبره ده، چې انسان به څومره آرام، خوشاله او پرځان به څومره باور ولري، په ځانګړي توګه هغه انسان، چې ريښتيني ايمان لري، چې الله ﷻ ورته د غاړې له رګونو هم نږدې دی، الله ﷻ خپل مؤمن بنده له هر ډول ستونزو ساتي او د ژوند په ټولو برخو کې يې ساتي.

«إِنَّ اللَّهَ جُودٌ يُدَافِعُ عَنِ الَّذِينَ آمَنُوا» ۳۸ حج

ٽٻاره: الله تعالى ﷻ خپل بنده گان، چي په هغه يي ايمان راوړي دي. ساتي.

هغه انسان، چي وکولای شي هره گړي دا بنکلی احساس په خپل ذهن کې وساتي. دا خپله يو بنکلی سوچ دی، چي ديوه سيگنال په توگه د انسان ضمير ته ننوځي او په پای کې د انسان په وجود کې بنکلي روحیه او پر نفس بنکلی باور پيدا کېږي.

دويم اصل: خپله پوهه، وينتيا او هره گړي خاتته پاملرنه.

دا پرځان د باور او فکري ٽکنالوجي له ډېرو مهمو اصولونو څخه شمېرل کېږي.

دا اصل له هغه حقيقته پرده پورته کوي، انسان هره گړي ځان ته گوري، د خپل باطن او ضمير په اړه فکر کوي او وايي، چي هغه اوس پخوانی انسان نه دی او الله ﷻ هغه بيا ځلي پيدا کړي دی. اوس دی هغه پخوانی منفي باور نه لري، دا اصل تا ته وايي ته هغه پخوانی انسان نه يي، ته بل انسان يي، هغه انسان چي تغيير يي کړي او د ارامتيا نړۍ ته تللی دی. هغه انسان چي د الله ﷻ بنايسته بنده جوړ شوی، د دې انسان ټولو ځانگړتياوو تغيير موندلی او هره گړي يي په سترگو کې د هيلو، باور، شخصيت او پر نفس د اعتماد روحیه په غورځنگ ده.

لامل يي دا دی، چي دا اصل د فکري ٽکنالوجي له مهمو اصولونو څخه گڼل کېږي او همدا د دې سبب گرځي، چي انسان پخپله په خپل وجود کې تغيير رامنځته کړي. اصلاً د فکري ٽکنالوجي حرکت هره گړي د انسان په لاشعور کې يو داسې حرکت دی، چي هره گړي پخپله خپل پروگرام برابر وي دا کار



پر خان د هرې شهبې خبرتيا اء حاکميت لپاره لازم دی. هو نو تاسو ((تاسو يو بل بنکلی انسان جوړ شوی یاست)) او دا پیغام هره گړی خپل ضمير ته رسوی، چې هو زما په نړی کې یو لوی تغییر راغلی دی او دا دی یو بل انسان د ژوندانه په ډگر کې امر چلوي او هغه تاسو یاست، هغه انسان چې پر خان یوه نړی باور لري، متدین، آرام او د بنکلي شخصیت بېلگه وي. هغه له بنه فکر، بنې روغتیا او له مینې ډکې بنکلي روحیې سره د ژوندانه پر چارو بری مومي. د دې اصل مانا دا ده چې پر خان واکمن، هوښیار او هره شهبه خان څاری وي او دا شهبه په شهبه احساس تاسو هر گړی د خان په اړه کوی ((پر تاسو دې افرین وي))

درېم اصل: ((په مثالونو کې تغییر راوستل او د نښو رامنځته کول))  
 دا اصل د دویم اصل یانې پر خان د باور او ویسا د تضمین لامل دی، ځکه چې انسانان کله ناکله یوشی هیروي او هغه مثالونه، هره گړی تاسو ته دا احساس درکوي، چې اوس تاسو یو بنکلی انسان یاست، نو تېر هېر کړئ. ستاسو ضمير هره گړی د دې سیگنال اورېدو لپاره انتظار کوي، چې نوي باورونه په تاسو کې پیدا کړي هغه شیان هېر کړئ، په الله ﷻ یې وسپاری او د خان په اړه هیڅ ډول سوچ ونه کړئ. په پای کې دا تغییر لری په تپه ودرېږي، د دې لپاره چې داسې یوڅه ونه شي او ستاسو پوهه او هوښیاري هره گړی دریاډه شي؛ نو د دې لپاره له دې اصل څخه کار اخلو یانې په خپله نړی کې داسې نښې رزو، چې دا نښې هره گړی موږ ته دا رایاډ کړي، چې اوس ته هغه پنخوانی انسان نه یې او ته یو بل نوی بنکلی انسان جوړ شوی یې

د بيلگي په توگه: که چيرې ستاسو يوه نښه دا وي، چې تاسو هر وخت خپل ساعت په کين لاس تړئ، همدا شېبه خپل ساعت له کينه لاسه وباسئ او په ښي لاس يې وتړئ او د دې کتاب پاتې برخه داسې ولولئ، چې ساعت مو په ښي لاس تړلی وي، همدا رنگه کولای شئ د خپل کور بڼه بدله کړئ. له همدې ځايه ده، چې انسان پر ځان د باور او اعتماد فضا جوړوي. د فکر او نوښت په نړۍ کې سترگې غړوي او د نوي سوچ او نوې روحيې لاره نيسي. زه د ډېرو ښېگڼو وړ يم:

څلورم اصل: ځان پېژندنه (زه څوک يم؟)

درنولو ستونکو! تاسو د فکري ټکنالوجي د يو کامياب انسان په توگه هره گړۍ د خپل ځان او ضمير په اړه فکر کوئ او خپل موجوديت په نړۍ کې تر ارزونې لاندې نيسي؛ ځکه نو تاسو هره گړۍ له ځانه دا پوښتنه کوئ، چې زه څوک يم؟ دې پوښتنې ته په ځواب ور کولو سره تاسو فکر کولو ته اړ کېږئ او خپل شخصيت تر ارزونې او اصلاح لاندې نيسي. د دې ترڅنگ ستاسو په ضمير کې دا پوښتنه د يو سيگنال په توگه د دې لامل کېږي، چې ستاسو د شخصيت ټولې مثبتې ځانگړتياوې د پام وړ وگرځي او د دې پوښتنې ځواب پيدا شي، ترڅو نوي باورونه ستاسو د باورونو په نظام کې رامنځته شي او دا پوښتنه چې تاسو يې هره گړۍ له ځانه کوئ د دې لامل گرځي، چې تاسو پخپله خپلې داخلي ښکلاوې پيدا کړئ. هغه ښکلی شخصيت، چې ستاسو په نظر کې دی په خپل وجود کې انځور کړئ، د بيلگي په توگه: کله چې لومړی له خپل ضمير څخه پوښتنه کوئ، زه څوک يم؟ ستاسو ضمير د دې ډول پوښتنو په ځواب پسې ستاسو د شخصي ځواب ترشا دا ډول باور منځته راوړي.



مثلاً: تاسو ټولگي ياست، تاسو غښتلي ياست، تاسو مهربانه ياست، تاسو عاشق ياست، تاسو يو آرام انسان ياست، په دې توگه د داسې پوښتنو حل په تاسو کې پر ځان باور پيدا کوي.

(زه يو بل ټولگي انسان جوړ شوی يم)

پنځم اصل: خپل احساس (د خپلې وړتيا احساس، د ځان واکمنۍ احساس او د شخصيت احساس)

تاسو د فکري تکنالوجي د يو انسان په توگه هر وخت بايد خپل ځان احساس کړئ، د وړتيا احساس، د شخصيت احساس او د ځان واکمنۍ احساس. انسانان هره گړۍ د ځان په اړه فکر کوي او د هغه ټولگي انځور د خپل زړه او ذهن په آيينه کې ويني او په هغه باور کوي. هره گړۍ دا ډول احساس ستاسو د ضمير لپاره يو قوي او پياوړی سيگنال دی، چې ستاسو د باور بنسټ ټينگ کړي او تاسې پر خپل ځان د باور نړۍ ته يوسي. اصولاً هره پاملرنه او مثبت څيرنه، چې تاسو يې ځان ته کوئ يو رغنده سيگنال ستاسو ضمير ته رسېږي، چې يوه ټولگي بريا به ولري.

هغه انسانان چې له ځانه بې خبره وي خپل شخصيت يې هم هېر وي؛ خو هغه انسان، چې له ځانه باخبره دی هره گړۍ په خپلو وړتياوو او ټولگيو باور کوي او په پايله کې له ځانه يو ټولگي شخصيت جوړوي، تاسو هره گړۍ د وړتيا احساس وکړئ او خپل ځان غښتلی وگڼئ، پر ځان باور وکړئ، چې ځان بنايسته ووينئ؛ که چېرې غواړئ په دې پوه شئ، چې نور انسانان ستاسو په اړه څه احساس لري؛ نو اړينه برېښي، لومړی دا څرگنده شي، چې تاسو د ځان په اړه څه احساس لرئ او ډاډه واوسئ هغه احساس، چې تاسو د خپل ځان په اړه لرئ، نور هم ستاسو په اړه همدا احساس لري. اصلاً



خپله وړتيا پر ځان د باور له مهمو اصولونو څخه شمېرل کېږي؛ نو هغه د زړه له کومې احساس کړې (زه په خپل ځان وياړم)

شپږم اصل: «پر ځان ويسا او ځان پالنه د الله ﷻ پالنې په لاره کې»

تاسو د يوه بدلېدونکي انسان په توگه، چې د فکري تکنالوجۍ په رڼا کې يې تغيير موندلی د ځان په اړه اوس يو بل فکر لرئ، تاسو خپل ځان بيا ځلې تعريف کړې او پېژندلې دي او داسې باور لرئ، چې په ټوله نړۍ کې الله ﷻ يو محور دی او ټوله نړۍ د دې بنسکلي محور پر شاوخوا څرخي. په دې لاره کې يو فرعي محور هم شته هغه محور د نړۍ پرمخ د الله ﷻ ځايناستي دی، چې ټول کاینات په خپل حرکت کې دې محور ته پام لري او په يو ډول د دې محور د لاسته راوړلو او تر ولکې لاندې راوستلو لپاره عمل کوي، په دې اړه الله ﷻ په قرآن کریم کې داسې فرمايلي دي:

آيت: *وَسَخَّرَ لَكُم مَّا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ (۱۳)*، جاښه

ژباړه: موږ ټول اسمانونه او ځمکې د تسخير او ولکې لاندې راوستي.

په يو قدسي حديث کې الله ﷻ داسې فرمايلي

حديث: *خلقت الاشياء لاجلک و خلقتک لاجلي*،

ژباړه: «ټول شيان مې ستا لپاره اوته مې د ځان لپاره پېدا کړي يې»

دا مانا گانې يو بنسکلی باور دی، چې موږ يې بايد د فکري تکنالوجۍ د يو متحول شوي انسان په توگه له ځانه ولرو، يانې الله ﷻ په دې نړۍ کې ټول شيان زموږ لپاره او زموږ د فرمان لاندې پيدا کړي دي.

گفتم اين جام جهان بين به توکی داد حکيم

گفت آن روز که اين گنبد مينا می کرد

الله ﷻ له ماسره ډېره مينه لري او د ژوند په ټولو چارو کې له ماسره مرسته کوي.

اووم اصل: «د کمزوری په وړاندې ځواک او واکمني»

تاسو اصلاً په خپله نړۍ کې د مسایلو او چارو په وړاندې هرومرو څه احساس له ځانه ښکاره کوئ، ایا د قدرت احساس کوئ، که د کمزوری؟ هغه انسانان چې پر ځان باور لري هیڅ کله ځان د مسایلو او ژوندنیو پېښو بندي نه گڼي، بلکې تل خپل قدرت او غښتلتوب احساسوي او دا باور لري، چې د ستونزو د حل توان لري او ستونزې به حل کړي. یقیناً تاسو هم د فکري تکنالوجۍ د یو غړي په توگه تل د ځواکمنۍ احساس کوئ نه د کمزوری او دا خبره د انسانانو په نړۍ کې یوازې یو احساس دی.

کېدای شي دا خبره له بدني وضعیت یا له نورو توانمنديو لکه: مالي، علمي، هنري او داسې نورو سره دومره تړاو ونه لري، د ځواکمنۍ یا کمزوری احساس یو داسې روحي حالت دی، چې د انسانانو له شخصیت او پر ځان باور سره تړاو لري، هغه انسانان چې تل په الله ﷻ باندې باور او یقین لري او په الله ﷻ باندې توکل کوي؛ نو ځان غښتلی احساسوي؛ ځکه چې الله ﷻ خپل ملاتړی گڼي او تل د پیاوړتیا او ځواکمنۍ احساس کوي، نه د کمزوری احساس. دا عمل پر ځان باور ته پراختیا ورکوي، تل ځان غښتلی ویني او د خپل ځان په غښتلتیا باور کوي او په دې معتقد ېږي چې:

آیت: **إِنَّ اللَّهَ يُدَافِعُ عَنِ الَّذِينَ آمَنُوا (۳۸)**، حج

ژباړه: الله ﷻ د ژوند په ټولو چارو کې د مؤمنو بنده گانو ملاتړ او دفاع کوي.



اتم اصل: « يقين د شک یر ځای »

په فکري ټکنالوجي کې انسانان په دوه ډوله وپشل کېږي لومړی ډول انسانان او دویم ډول انسانان. د دویم ډول انسانانو یوه ځانگړنه دا ده، چې دوی د شک په نړۍ کې ژوند کوي. هغه انسانان چې پر ځان باور نه لري، تل نور یوڅه او ځانونه هیڅ گڼي، هیڅ کله د تصمیم نیولو توان نه لري. داسې انسانان تل په نورو پورې تړلي دي او داسې انسانان تل نورو ته سترگې په لاره دي، چې هغوی څه پرېکړه کوي. دا ډول انسانان تل د شک په نړۍ کې ژوند کوي.

د شک نړۍ د بې هویتۍ نړۍ ده، پر ځان دنه باور لرلو نړۍ او د خپل باور د ضعف نړۍ. د دې په مقابل کې ستاسو نړۍ، چې د فکري ټکنالوجي په ذریعه تاسو له ځانه یو بل انسان جوړ کړی او د لومړي ډول انسانانو له نړۍ څخه یاست، هغه انسان چې د باور او اعتماد په نړۍ کې ژوند کوي، هغه انسان چې د يقين (باور)، بنسټ او شخصیت په نړۍ کې ژوند کوي، بلې! تاسو له همدې ډلې انسانانو څخه شمېرل کېږئ.

هر ورو ځان بنسټلی او عالی گڼئ، تاسو د ژوندانه په ټولو چارو کې ځان ارزوئ او تصمیم نیسئ، د يقين او باورونو نړۍ، د ارادو نړۍ د تصمیم او عمل نړۍ، داسې نړۍ د بریاو نړۍ ده، د کونښن او آرامتیا نړۍ، د سعادت او نیکمرغيو نړۍ او دا ستاسو بنسټلې نړۍ ده.

نهم اصل: « د مشرۍ او مدیریت احساس »

هغه انسانان، چې په خپل ځان ډېر عالی باور او اعتماد لري، تل د مشرۍ او مدیریت د چارو احساس لري. کېدای شي د خبره تاسو ته جبران وونکې وي؛ خو دې ټکي ته پاملرنه وکړئ، د بېلگې په توگه: کله چې یو شمېر

هلکان او ځوانان غواړي په يوه کوڅه او سيمه کې په ډليزه توگه لوبې وکړي او په خپلو منځو کې مسابقه کوي، مخکې له دې چې لوبه پيل شي؛ نو يو هلک له ډلې څخه نارې کوي، چې څوک له ماسره په گروپ کې دی؟ او په دا مهال يوبل هلک د شرم، ډار او سپکتيا له احساس سره وايي «زه له چاسره يم» يانې څوک ما په خپل گروپ کې نيسي. دا موضوع په څرگند ډول له دوه ډوله شخصيتونو څخه پرده پورته کوي، لومړی هغه هلک چې پر ځان د گروپ د مشرۍ او ادارې باور او احساس لري او دويم هغه هلک چې پر ځان د مشرۍ او ادارې خوڅه کوي، چې د غړيتوب باور هم نه لري. هغه انسانان چې پر ځان عالي اعتماد او باور لري، هغوی د مشرۍ او مدیریت د ځواک او توان احساس هم لري او دا په دې مانا ده، چې د دې کتاب تر لوستلو وروسته تاسو د فکري ټکنالوجۍ د يوه کاميابه زده کوونکي په توگه د مشرۍ او مدیریت احساس وکړئ او په ډله ييزو کارونو کې پخپله د کارونو مشري او لارښوونه پر غاړه واخلي. نورو ته لارښوونه وکړئ، پرېږدئ چې نور پر تاسو باور وکړي او په پايله کې ستاسو ضمير، چې ستاسو د اعمالو او چارو څارونکی دی، دا احساس کړي، چې ته مدير يې او کولای شې مدیریت وکړې. په پايله کې به په تاسو کې پر نفس ښه اعتماد او باور پيدا کړي او د ځان په اړه به ستا باور نور هم ښه او عالي کړي.

«په خپل ځواک خپلو اهدافو ته د رسېدو ايمان لرم»

لسم اصل: «د مسوليت منل»

هغه انسانان، چې په خپل نفس ښه او عالي باور او اعتماد ولري، مسوليت منونکي انسانان دي، دوی مسوليت مني او هر، ورځ په دغو منلو سره پر ځان له باور سره ډېره مرسته کوي، له همدې امله که چېرې



غواړئ پر ځان عالي باور پیدا کړئ، ډېره هڅه او د دې تر څنګ تمرین وکړئ، چې مسوولیت منونکي شی. مسوولیت منل له ساده کارونو څخه پیل کړئ، د بېلګې په توګه: که تاسو کومې مېلې ته ځئ «د ډوډۍ وپشلو مسوولیت پر غاړه واخلي او دا خبره او حرکت ستاسو د ضمیر لپاره یو ډېر ښه سپګنال دی، چې په تاسو کې باور او اعتماد پیدا کړي. د ژوندانه په بېلابېلو چارو کې د مسوولیت منلو وړتیا په ځان کې پیدا کړئ او پر ځان باور پیاوړی کړئ. تاسو د نورو د اړتیاوو پر وړاندې د مسوولیت احساس وکړئ. د یو ښکلي انسان بله ځانګړنه دا ده، چې تل د نورو د مسایلو او چارو په اړه د مسوولیت احساس کوي او د امکان تر حده له هغوی سره مرسته کوي، په دې اړه سعدي داسې وايي:

چو می بینی که نابینا وچاه است

اگر خاموش بنشیني گناه است

«زه د معنویت او د الله تعالی ﷻ د عشق او مینې په نړۍ کې ژوند کوم»

یوولسم اصل: «ظاهري ښکلا او سپېڅلتیا»

ظاهري ښکلا، پاکي او نظافت پر ځان له باور او اعتماد سره مستقیم تړاو لري. د هغه انسان په مقابل کې چې نامنظمې، ناپاکې او بدرنګې جامې اغوندي هغه انسان د ځان په اړه ښه باور لري، چې منظمې، پاکې او ښکلې جامې اغوندي. د فکري ټکنالوجۍ یو متحول شوی انسان باید هر وخت خپله ظاهري بڼه و ارزوي او تر اصلاح لاندې یې ونیسي، چې پر ځان د هغه باور او اعتماد ته یوه وړه صدمه هم ونه رسوي.

دویم دا چې پر نفس باور باید زیانمن نه شي، د نظافت او پاکۍ پر مسأله په اسلام کې دومره ټینګار شوی، چې نظافت یې د ایمان نښه بللې ده او دا

خبره په دې مانا دلالت کوي، هغه مؤمن انسان چې پر ځان باور او اعتماد لري، نظافت او پاکي د هغه له ځانگړتياوو څخه شمېرل کېږي؛ ځکه نو تاسو خپلې ظاهري بڼې ته ډېره پاملرنه وکړئ او داسې وگڼئ، چې ستاسو ظاهري بڼکلا او پاکي ستاسو د باور او اعتماد سينگار وونکي دي.

«زه په خپل ځان وياړم»

دولسم اصل: «د ځان او نورو پېژندنه»

څرنگه چې دا ضمير دی، چې داخلي سيگنالونه، چې د پينځه حواسو او فکري رشتو په ذريعه «ځان ته پاملرنه» کړې او باور يې جوړ کړی دی؛ ځکه نو هر کله چې انسان د چا پېژندنه اوري پر ځانگړې توگه؛ کله چې دا پېژندنه رښتيا وي، په ضمير کې خپرېږي او انسان د ځان په اړه يو ډېر عالي او ښه اعتماد پيدا کوي. په همدې حال کې؛ کله چې د ځان په اړه د پېژندنې موضوع په خپله د انسان له خوا مطرح شي؛ نو ضمير له کوم قضاوت او توپير پرته دا پېژندنه اوري او د انسان په وجود کې پر ځان باور پيدا کېږي.

څرنگه چې تاسو پوهېږئ دا موضوع زموږ په فرهنگ کې کومه ځانگړنه نه لري، چې کوم څوک يې په خپله تعريف کړي، په هر حال کله چې تاسو ووايست «زه يو بڼکلی انسان يم» او يا دا چې «زه يو غښتلی انسان يم» دا خبره پخپله د ضمير په واسطه د ځان په اړه ستاسو باور ته پراختيا ورکوي. تر کومه ځايه چې تاسو پوهېږئ انسانان د خپل فطرت په اساس له دې سره مينه لري، چې د هغوی صفت او ستاينه وشي؛ نو ځکه کله چې څوک د هغوی صفت او ستاينه کوي د مثال په توگه «څومره بڼکلی وينا کوي» او يا «څه بڼکلی ليکنه لري» يا «څومره بڼکلی جامې مو اغوستې دي» او داسې نور؛ نو د خوښۍ فضا رامنځته کېږي او تاسو ډېر خوشالېږئ، دا



خوشالي تعريفوونکي ته لېږدوي؛ ځکه نو انسانان د آئينې په څېر عمل کوي؛ کله چې د هغوی ستاينه کېږي او يو مثبت سپگنال ترلاسه کوي: نو دا مثبت سپگنال خپل مقابل لوري ته هم رسوي

«زه يونابغه يم او له خپل نبوغ څخه گټه اخلم»  
 ديارلسم اصل: «د ځان او نورو هڅول»

هڅونه پر ځان د باور د لوړولو او پرمختگ لامل گرځي، اصولاً کله چې انسان د هڅونې اوستاينې وړ گرځي د هغه ضمير په هغه کې باور او اعتماد پيدا کوي او هغه انسان پر ځان ښه باوري کوي. نو پر ځان د باور او اعتماد يوه لاره په ټولنه کې د انسانانو ترمنځ په وخت او په ځای هڅونه ده. د دې ترڅنگ د ځان په اړه د انسان خپله هڅونه هم د فکري ټکنالوجي له تخنيک څخه گڼل کېږي او پر ځان د باور او اعتماد د سطحې لوړېدا لامل گرځي؛ ځکه نو تاسو ته وړانديز کېږي، چې هره گړۍ خپل ښه، وړ او ښايسته کارونه ترکتني لاندې ونيسي، ځان وهڅوي او آفرين ورته وواياست.

له دې لارې پر ځان له باور او اعتماد سره ډېره ښه مرسته وکړئ

«زه د الله جل جلاله د خلقت يو شهکار يم»

څوارلسم اصل: «د ځان او نورو رټل او سپکاوی»

څرنگه چې هڅونه پر ځان د باور او اعتماد د لوړېدا لامل گرځي؛ نو په مقابل کې د ځان او نورو رټل او سپکاوی پر ځان د باور او اعتماد د کچې ټيټېدا، له منځه تگ او ماتې لامل گرځي. ستاسو په څېر د فکري ټکنالوجي يو انسان، چې کله کوم ناوړه عمل ترسره کوي او يا هم په تېروتنې سره کوم کار ترسره کوي او د هغه کار پايله نامطلوبه يا ناکامه

وي؛ نو له ځان سره وواياست، چې يوه تجربه مې تر لاسه کړه په راتلونکې کې به دا کار نه ترسره کوم او سم کار به کوم؛ نو ضرور به بريالی کېږم. په دې توگه تاسو د خپل باور او اعتماد د ماني له رغېدا سره مرسته کوئ. مور و پلار، ښوونکي او مديران بايد دا اصول ډېر رعايت کړي، چې په ښوونيز چاپېريال کې ډېره ښه پايله ترلاسه کړي. ځکه نو تل د ځان او نورو هڅونه او ستاينه کوئ او په دې بايد پوه شئ، چې د جوړېدا او رغېدا په مقابل کې رټل او د گل ډېر ويچارونکي اغېز لري. «زه په خپل سر کې ډېر لوی- لوی فکرونه لرم او غواړم هغه په رښتيا بدل کړم»

پينځلسم اصل: «د ځان د روغتيا ساتنه»

د انسان روغتيا پر ځان له باور او پرنفس له اعتماد سره مستقيماً اړيکه لري؛ کله چې يو ناروغ انسان له فزيکي اړخه خپل ځان ناتوان ويني؛ نو نابيره د هغه د اروايي غښتلتيا پر کچه هم منفي اثر درلودای شي. هغه انسانان چې کومه ناروغي نه لري روغ دي؛ نو هغوی له اروايي اړخه هم روغ دي او کومه ستونزه نه لري.

دا مشهوره مقوله ده، چې سليم عقل په سالم بدن کې دی، د بېلگې په توگه.

هغه انسان چې سپورت کوي او له دې پلوه له خپلې روغتيا سره مرسته کوي، پر ځان ښه باور لري، د مناسبو خوړو خوړل، ورځنی سپورت او په خوړو کې سم رژيم دا ټول هغه څيزونه دي، چې له ستاسو سره پر ځان په باور او ويسا کې مرسته کوي؛ ځکه نو سپورت وکړئ او په دې ډول د ځان لپاره يو مناسب فزيکي چاپېريال برابر کړئ. مناسب خواړه وخورئ او خپل



بنسکلی وجود ، چې د الله ﷻ ستر نعمت دی، د احترام وړ وگڼئ او د سپورت پایلې د خپل بريالیتوب او سعادت په برخوکې وويني:

«زما په وجود کې عظمت او سترتوب پته دی»

شپاړسم اصل: «موسکا»

موسکا په انسان کې پرځان د باور او اعتماد له ځانگړتیاوو څخه ده. همدارنگه د انسانانو ترمنځ د بنسکلو اړیکو د ساتلو لامل گرځي. هغه انسانان، چې موسکايې پر شونډو او څېره يې خندا ډکه وي، هغه کسان دي چې پرځان او نفس بڼه باور لري، خورتل او گواښل شوي انسانان لږه خندا کوي.

هغه انسانان چې تل هڅه کوي په خپلې خندا او موسکا سره بنسکلې څېره خاته غوره کړي، پر خپل ځان له باور او اعتماد سره مرسته کوي او هڅه کوي، چې نور انسانان د هغه په مقابل کې بڼه باور ولري؛ نو ځکه هڅه وکړئ، چې خپله څېره له خندا ډکه وساتئ او د انسانانو او کایناتو په وړاندې تل موسکا وکړئ. د ژوندانه له بريالیتوبونو څخه خپله خوښې په غوړېدلې څېره ټولې نړۍ ته څرگند کړئ او د خپل نفس په وړاندې پرځان اعتماد پیدا کړئ.

«زه يو آرام خوښ او ژوند خوښوونکی انسان يم»

اوولسم اصل: «د نورو په وړاندې مينه ناکتيا او د هغوی د بڼگڼو يادونه»

د نورو په وړاندې د مينې څرگندول د انسان په وجود کې د ځان په وړاندې باور ته پراختيا ورکوي؛ کله چې تاسو له کوم ماشود سره مينه کوئ او هغوی تر خپلې لورپينې لاندې نيسئ، په نابيره ډول د هغه په وړاندې د

لویی او عظمت احساس کوی. کڙه چپري تاسو وکولای شی، چي دا حالت د نورو په مقابل کي پرځانگړي توگه د خپلو عزیزانو په وړاندې رامنځ ته کړی؛ نو دا کار نه یوازې چي پرځان ستاسو باور ته پراختیا ورکوي، بلکي د بنو انساني اړیکو له رامنځته کېدو ډېره مرسته کوي، چي ستاسو د ژوندانه د بريالیتوب کيلي ده.

ځکه نو تاسو د یو بريالي محصل په توگه، چي د فکري ټکنالوجي په پوهنتون کي زده کړې کوي له انسانانو سره مینه وکړی او مینه ترلاسه کړی. د هغوی بښگڼو یادونه وکړی او هره گړی پرځان باور او اعتماد ته پراختیا ورکړی.

«زما له خپري څخه تل خوښي، انرژي او مینه څرگندېږي»

اتلسم اصل: نورو ته پاملرنه «په تواضع سره خپل سترتوب په زړه کي حس کړی»

نورو انسانانو ته ستاسو پاملرنه پرځان له باور او اعتماد سره مستقیمه اړیکه لري، هغه انسانان چي له نورو انسانانو سره د مخامخېدو پرمهال وارخطا کېږي، د ځان په اړه باور ته ډېر زیان رسوي. لومړی باید تاسو په دې پوه شی، له هر انسان سره چي مخامخ کېږی د کمزورتیا احساس مه کوی، که څه هم هغه د مقام او منصب څښتن وي؛ ځکه چي مقام او منصب په انساني نړۍ کي یو قرارداد دی او یوه ورځ ورځني اخیستل کېږي؛ نو هغه به یو مهال یو معمولي اوسېدونکی وي، ان دیوه ولسمشر مقام هم د هغه یو سیاسي قرار دادي مقام دی. تاسو چي د ځمکي پر مخ لوړ مقام یانې د الله ﷻ ځایناستی یاست؛ نو باید چي د نورو په مقام کي د ضعیفی او ډار احساس ونه کړی، بلکي په دې باید پوه شی، چي ستاسو مقام د انسانیت



له امله يو لوړ مقام دی؛ نو کله چې تاسو له چاسره اخلاص کوی دا هم په پام کې لری، چې دا اخلاص او کمیني د لوړ پینې او مهربانی له مخې ده. تاسو د ونې په څېر لوړ او له بار او حاصله ډک او متواضع یاست. د همدغه اخلاص له امله د ځان په بنکلا باور لری

دا ډول پاملرنه ستاسو د انساني اړیکو لپاره ډېره مهمه ده، چې پر نفس د باور او اعتماد نظام زیانمن نشي، بلکې ورځ په ورځ ستاسو د باور مانۍ د الله ﷻ په نور بنکلي او سینگار شي

«هره گړۍ د الله ﷻ پر راکړو نعمتونو شکر کارم»

نولسم اصل: «له نورو سره مرسته او لوړ پینه»

کله چې له نورو انسانانو سره مرسته کوی او یو څه وربخښی، که هغه فزیکي مرسته وي یا مالي او یا د زړه بخښنه، په هر حال ستاسو ضمیر دا گڼي، چې تاسو شتمن یاست او یو څه نورو ته بخښی او یا لوی یاست، چې عغه کوی، حتی که یوه سکه هم یو مستحق ته ورکړی د دې ترڅنګ، چې د الله ﷻ په درگاه کې قبلېږي، پر ضمیر هم ډېر تاثیر لري، چې هغه تاسو یو شتمن انسان احساسوي او دیو شتمن سړي شرایط او چاپېریال تاسو ته برابروي، ستاسو باور عالي درجو ته رسوي، تاسو په نابېره توګه د ځان په وړاندې بڼه احساس پیدا کوي او ستاسو دغه اعتماد نفس ته بنکلا بخښي. دا حرکت همدا نن امتحان کړی یوه لیدنه له خپل کور یا له خپل دفتر څخه وکړی او دا وویښی، چې له کومو شيانو څخه ډېره ګټه نه اخلی، لکه کالي، یا لوبښي او یا هر هغه څه، چې لرل او نه لرل یې ستاسو په ژوند کې ډېر توپیر نه لري. هغه شيان له نورو څخه بېل کړی، یوې څنډې ته یې کېږدی، سبا ته

هغه مستحقو کسانو ته ورکړئ، وروسته وینئ چې څه احساس د ځان د  
غښتلتیا او پرځان د باور په اړه پیدا کوی، سعدي وايي:

ای سیر تورا نان جوین خوش ننماید  
معشوق من است آن چه به نزدیک تو زشت است

حوران بهشتی را دوزخ بود اعراف  
از دوزخیان پرس که اعراف بهشت است

نېکمرغه دی هغه انسانان، چې ان هغه څیزونه هم نورو ته بخښي، چې په  
هغو ډېر گران وي. داسې انسانان نه یوازې دا چې له ډېر ښه باور څخه  
برخمن دي او د الله تعالی جبار د رحمت په هیله دي، د دې ترڅنګ د الله جبار

د ښکلو او له ځانه تېرو بندګانو په توګه په خپل ژوند کې ځلېږي.  
آیت «لَنْ تَنَالُوا الْبِرَّ حَتَّى تُنْفِقُوا مِمَّا تُحِبُّونَ» څلورمه سپاره

ژباړه: «د نېکۍ لوړې کچې ته تر هغه نه رسېږئ، چې څه مو ډېر خوښ وي  
ويې نه لګوئ»

«هر څومره څیزونه، چې نورو ته بخښم تر هغوزیات تر لاسه کوم او د  
خوښۍ احساس کوم»

شلم اصل: «ژمنه پوره کول، صداقت او رښتینولي»

زموږ ضمیر هره گړۍ زموږ د افکارو، اندونو، اعمالو او هغه څه، چې د  
پینځه گونو حواسو په ذریعې تر لاسه کوو، د هغوی څارونکي دی او  
همدارنگه د باورونو او له هغې ډلې څخه پر نفس د اعتماد دنده هم په غاړه  
لري او ستاسو د ژمنې، صداقت او رښتینولۍ په اړه ډېر حساس دی او د هر  
ډول بې قولۍ او هر هغه عمل، چې د صداقت او رښتینولۍ پر بنسټ نه وي  
ولاړ، نو په نفس باندې ستاسو په باور او اعتماد منفي اغېز کوي او ستاسو



د باورونو نظام زیانمنوي، هغه انسانان چې ډېر بڼه او عالي باور لري په ډېره زړورتیا سره په خپله ژمنه عمل کوي او ځان دومره لوی ویني، چې هیڅکله د دروغو ویلو اړتیا نه پیدا کېږي. له یوې نړۍ صداقت او رښتینولۍ سره له خلکو سره مخامخ کېږي، په پوره ډاډ او د خپلو اعمالو او اندونو په اطمینان سره له نورو خلکو سره چلند کوي. هرکله چې تاسو یو کار په صداقت او رښتینولۍ سره ترسره کوئ د ځان په اړه له اعتماد او باور سره مرسته کوئ. رښتیني انسانان تل هسکه غاړه ګرځي او په آرامه توګه ژوند کوي. هغه خلک چې له دې نعمت څخه بې برخې دي او دروغ وايي تل د خپلې رسوایۍ په اړه اندېښمن دي. داسې انسانان هیڅکله پر ځان بڼه او عالي باور نه لري.

«زما لپاره تل له آسمانه خیر را اوري»

یو شتم اصل: ناوړه اعمال نه کول «بخښنې غوښتنې ته اړتیا نه لري»  
 بنکلی شخصیت د انسان له اعمالو سره مستقیمه اړیکه لري. هغه انسانان چې عالي شخصیت لري او پر ځان بڼه باور لري هیڅ کله هم ناوړه اعمال نه ترسره کوي؛ ځکه نو یې بخښنې ته اړتیا نه وي. د هر ناوړه کار ترسره کوونکی خپل شخصیت ته زیان رسوي، د بېلګې په توګه؛ کله چې کوم څوک له ترافیکي سور څراغ څخه تېرېږي او د پولیس له خوا درېږي او په زاریو پیل کوي؛ نو د هغه شخصیت تر پوښتنې لاندې راځي، پر ځان باور ته یې زیان رسېږي، ان دا کار که د شپې له خوا هم وشي، یانې سرکونه خالي او ترافیک هم نه وي؛ نو کله چې سور څراغ ته رسېږي، پخپله درېږي، چې څراغ شین شي. دا کار د پولیس یا نورو لپاره نه ترسره کوي، بلکې د خپل بنکلي شخصیت او نفس لپاره یې ترسره کوي. تاسو بڼه پوهېږئ، چې

ستاسو ضمير د سره څراغ په مقابل کې شرطي شوی دی او که چېرې تاسو سور څراغ وغندئ او ولاړ نه شی هغه تا بې شخصيته بولي او پر ځان ستاسو باور ته زيان رسوي. دا ښه ده، چې دلته ستاسو پاملرنه يو حديث شريف ته راواړوم:

حديث: اتقوا من معاصي الله في الخلوۃ فان شاهد هو الحاكم

ژباړه: له هر ناوړه عمل څخه پرهېز وکړئ، حتی که تاسو يوازې هم ياست، ځکه چې هغه خپله شاهد او حاکم دی.

د دې حديث مانا دا ده، چې په نړۍ کې د انسان يوازېتوب نشته په هر ځای کې الله جبار شتون لري، هغه زموږ اعمال او چلند څاري او د هغو شاهد دی. هغه دی چې حکم کوي او د کارونو پایله د هغه په لاس کې ده. په همدې ډول د څارنې سيستم او د داخلي اعمالو او کړنو سيستم هم په همدې ډول دي. د انسان ضمير د باور، روحيې، سلامتې، او ناروغۍ جوړونکی دی، هره گړۍ د انسان په وجود کې فعال څارونکی دی او هيڅ کله له انسانانو څخه نه جلا کېږي.

«فان الشاهد هو الحاكم»

هغه چې شاهد او حاکم دی.

دوه ويشتم اصل: «قاطعيت او نه ويل»

نه ويل ډېرو خلکو ته يو ستونزمن کار دی؛ خو هغه خلک چې د عالي باور خاوندان وي کولای شي، چې يوې نامعقولې او بې گټې غوښتنې ته «نه» ووايي. کېدای شي تاسو له دې ډول وړاندیزونو سره مخامخ شوي ياست، چې له هغو سره موافق نه ياست؛ خو بيا هم له هغو سره مخالفت نشئ کولای او د مجبوري له مخې ورسره موافقه کوئ، دا څومره لويه ستونزه ده



او څومره وخت مو له لاسه وځي او که له بېلابېلو اړخونو څخه زيانمن شوي  
ياست، نو تمرين وکړئ او له هغو شيانو سره، چې اتفاق نه لري ((نه))  
ووايست او په دې ډول خپل باور ته پراختيار ورکړئ.  
البته چې دا ((نه)) ويل بايد ډېر هوښيارانه او په نزاکت وي، چې د نورو  
احساساتو ته زيان ونه رسېږي او دا هغه موضوع ده، چې موږ پرې د ښکلو  
اړيکو په بحث کې خبرې کوو، چې اصولاً له نورو سره بايد ښه او مناسب  
چلند وشي. په هر حال تاسو له مينې، محبت او يوې نړۍ اخلاص سره په ډېر  
هوښيارانه ډول ((نه)) وايست او ځان خلاصوي او په دې توگه پر نفس باور  
او اعتماد ته پراختيا ورکوي.

«زما د ژوندانه د کتاب ټول مسایل حلېدونکي دي»

درويشتم اصل: «پوهه او تجربه»

پوهه او تجربه پر ځان د انسان له باور سره مستقيمه اړيکه لري. هر څومره  
چې ډېره پوهه لري په هغې اندازې پر ځان ښه باور هم لري. هغه کسان چې  
پوهه نه لري؛ نو هغوی پر ځان باور او اعتماد هم نه لري.

آيت «هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ (9)» زمر

ژباړه: ايا هغه خلک چې پوهه لري برابر دي له هغو خلکو سره، چې پوهه نه  
لري؟

البته دا بحث په ډېره کلي توگه مطرح شوی، حقيقت دا دی، دا نه ښايي،  
چې يو انسان په ټولو شيانو پوه شي او په هره برخه کې پوره معلومات  
ولري؛ خو خبره دا ده، چې هر انسان بايد په خپله څانگه او کار کې پوره  
معلومات ولري. د ساري په ډول د يو شرکت مالي مامور بايد ورځ په ورځ  
د حسابداری معلومات زيات کړي، په دې اړه د کتابونو په لوستلو سره

خپل معلومات پياوړي او پرځان د باور کچه لوړه کړي، ان که هغه د کور مېرمن هم وي او دنده يې د کور بڼه رغول وي په پرلپسې توگه د اخلي پخلي، د کور جوړېدو د بېلابېلو او نويو سيستمونو يادولو او اولادونو روزنې په اړه بېلابېل کتابونه مطالعه کوي او ورځنيو او نويو علومو ته لاسرسی پيدا کوي او خپل معلومات په دې اړه زياتوي، داسې مېرمنې پرځان ډېر بڼه باور لري او کله چې د نورو مېرمنو مخې ته راځي ډېر بنسکلي نظرونه وړاندې کوي. همدارنگه د هغو نويو معلوماتو په اړه چې د پخلي، کورساتنې او د ماشومانو د روزنې په اړه يې ترلاسه کړي هغه مطرح کوي او نور دې ته اړباسې چې د هغې ستاينه وکړي. په پايله کې د غرور او پرځان د بڼه باور احساس کوي، ځکه نو د فکري ټکنالوجي د کامياب زده کوونکي په توگه زده کړه وکړه، چې پرځان بڼه باور پيدا کړې، تجربه زياته کړه، چې ځان شتمن احساس کړې. هره گړۍ خپل علم او خپله پوهه زياته کړه، چې تل د عزت نفس او په خپل نفس باندې بڼه باور وکړې.

«چې ژوند وی تل سعادت ته نژدې وي»

خلبرو شتم اصل: «نظم او کاري انضباط»

نظم د برياليتابه او پرځان د باور له ډېرو مهمو لاملونو څخه شمېرل کېږي. منظم انسانان د بڼه باور خاوندان دي او معمولاً هغه انسانان چې پرځان بڼه باور او اعتماد لري هغه منظم خلک دي او د منظمو خلکو له ډلې څخه شمېرل کېږي، ځکه نو منظموالي او پرځان باور يوله بل سره مستقيمه اړيکه لري.



که چپري تاسو غواړئ، چې پر ځان بڼه باور ولري او له دې لارې د ژوندانه لويو لويو برياليتوبونو ته ورسېږي؛ نو هڅه وکړئ، چې د ژوندانه په ټولو چارو کې نظم خپل شعار وگرځوي.

يو نامنظم انسان د خپلو پرلپسې ناکاميو او ماتوله امله، چې ورسره مخامخېږي او په پرلپسې توگه د ځان په رټلو بوخت دی، دا رټل په پوه او ناپوه کې پر ځان د هغه باور زيانمنوي. نظم د انسان په ژوندانه کې دومره مهم دی، چې حضرت علي عليه السلام چې د تاريخ په لړ کې يې خلکو ته ډېر نصيحتونه او وصيتونه کړي دي د خپل ژوندانه په وروستيو شېبو کې خلکو ته داسې فرمايي:

«او صيکم بتقوى الله و نظم امر کم»

ژباړه: زه تاسو تقوا او په چارو کې نظم ته رابولم.

حضرت علي کرم الله وجهه په چارو کې د نظم مسأله د الله جبار تر تقوا وروسته مطرح کړې ده، چې دا پخپله د انسان په ژوندانه کې د نظم د ارزښت څرگند اوې کوي؛ ځکه نو ای د ژوندانه د پوهنتون محصله! د خپل بڼکلي بارر په څنگ کې د ژوندانه په ټولو چارو کې نظم ته پراختيا ورکړه، ځکه چې نظم د شخصيت لامل او يور وښانه نور دی. ستا د باور او اعتماد زياتېدا لپاره پکار ده، چې د ژوندانه په ټولو چارو کې نظم ولري.

«زه يو منظم انسان يم».

پنځه ويشتم اصل: «نه ځنډ»

په کارونو کې ځنډ د انسان د ژوند يو پټه دښمن دی، هغه څوک چې د نن کار سبا ته پرېږدي، خپله ماتې انځوروي. بريالي کسان هغه دي، چې بې ځنډه هر کار پخپل ټاکلي وخت ترسره کوي او له دې کاره خوند اخلي.

کله چې د کوم کار د ترسره کېدو پرېکړه کوي، تر هغه وخته چې هغه کار مو ترسره کړی نه وي؛ نو د هغه په اړه وخت ناوخت فکر کوي او خپل ځان رټی؛ نو ستاسو ضمير د باورونو او اعتماد د بنسټ په وړاندو پيل کوي. هغه کسان چې له کوم څنډه پرته خپل کارونه په ټاکلي وخت ترسره کوي خپل شخصیت او ضمير بنسټلی کوي او په پایله کې د نفس پر وړاندې خپل اعتماد پیاوړی کوي. د نن کار سبا ته په پرېښودو او څنډولو کله ناکله امکان لري انسان د هغه کار ترسره کولو ټاکلی وخت له لاسه ورکړي او له دې امله ډېر زیانمن شي، چې په پایله کې ټول عمر ځان ملامتوي؛ نو همدا ملامتیاوې د هغه د باور بنسټ لړزوي. په څنډه کې آفتونه نغښتي دي. انسان هغه وخت بريالی کېدای شي، چې د وخت اهمیت وپېژني او هر کار په خپل ټاکلي وخت کې ترسره کړي.

له کارونو سره حساسیت او یا کارونو ته ارزښت ورکول دواړه ستاسو له شخصیت جوړېدونې سره نېغه اړیکه لري. یو غربي ضرب المثل دی، وایي: «ان که دا کار ډېر مهم هم نه وي؛ خو هیله کوم چې همدا اوس یې ترسره کړی»

ځینې انسانان غواړي د کارونو د ترسره کولو لپاره بهانه ولټوي او د نن ورځې کار سبا ته پرېږدي، ځکه نو وایي دا کار دومره مهم نه دی وروسته به یې ترسره کړم.

بنسټکاره خبره ده چې دا یوه بهانه ده، ځکه که مهم نه دی نو همدا اوس یې ترسره کړه، په کارونو کې څنډه مه کوه! او اصل گټار همدا اوس ترسره کړه، یوازینی کار، چې د هغه په ترسره کولو کې د څنډه اجازه لري هغه څنډه کول دي.



شپږويشتم اصل: «د وخت اداره کول»

هغه انسان، چې په خپل نفس بڼه باور لري، د خپل وخت او عمر واگې په خپل لاس کې نیسي او د هغو بڼه لارښوونه او بڼه اداره کوي. هغه انسانان، چې خپل وخت بې ځایه تېروي تل د وروسته پاتېوالي احساس کوي او پرځان باور ته زیان رسوي. منظم انسانان په بڼه توگه خپل وخت اداره کوي، تاسو په څه ډول له خپل عمر او وخت سره مخامخ یاست؟ آیا خپل وخت په سمه توگه اداره کولای شئ؟ تاسو د فکري ټکنالوجی د بریالي زده کوونکي په توگه د شپې له خوا چې د راتلونکيو ۲۴ ساعتونو په اړه په دقیقه توگه فکر ونه کړئ، نو خپل سر پر بالښت نه ږدئ، چې د راتلونکي ۲۴ ساعته به څنگه تېروئ. ځینې خلک له خپل با ارزښته وخت څخه، چې کېدای شي په هره گړۍ کې یو لوی بري ته ورسېږي، نا خبره وي. ستاسو په څېر یو هوښیار انسان هره گړۍ خپل وخت او عمر ته پام ساتي او په سمه توگه هغه اداره کوي. تاسو باید په هر ۲۴ ساعتونو کې خپل ژوندانه ته یو پروگرام جوړ کړئ او د خپل ژوند اونی، میاشتې او کلونه په سمه توگه ډلبندي کړئ، د وخت له غلو څخه ځان وساتئ، له کوم پروگرام پرته بې گټې او بې منځپانگې تېلفونونه، بې گټې او اوږدې خبرې اترې او همدارنگه اوږدې لیدنې کتنې، دا ټول ستاسو د وخت غله دي، خپل وخت او عمر ته پام وساتئ.

هغه څوک چې د ښکلي او بڼه پلان پر بنسټ خپل کارونه اداره کوي؛ نو خوند ترې اخلي او پر خپل نفس یوه نړۍ باور او اعتماد پیدا کوي. عمر مو اوږد او وخت مو له بریاوو ډک اوسه.

«زه په بڼه توگه د خپل وخت ادره کوم»

اوه ويشتم اصل: «خپلو مهمو کارونو ته د لومړيتوب حق ورکول»  
هر انسان د خپل ژوندانه لپاره د يوې اونۍ، مياشتې او يا کال په بهير کې  
يو شمېر مسووليتونه لري او يو لړ کارونه ترسره کوي. د خپلو چارو په ترسره  
کولو کې د برياليتوب يو لامل په کارونو کې نظم دی؛ نو د انسان يو  
مسووليت دادی، چې خپل کارونه د هغو دارزښت له مخې ډلبندي کړي.  
په دې پوهېدل ډېر مهم دي، چې کوم کار بايد لومړی ترسره شي او کوم  
کار وروسته. په هر حال وخت ډېر لږ دی او کله کارونه له وخت څخه ډېر پېرې  
او د انسان له توانه هم بهر وي، نو دلته د کارونو ډلبندي له تاسو سره ډېره  
مرسته کوي. مخکې له دې چې د کارونو په ترسره کولو باندې پېل وکړئ  
بايد دا ووينئ، چې کوم کار د ډېر ارزښت وړ دی او بايد لومړی ترسره شي.  
که چېرې تاسو د يوې ورځې په بهير کې خپل ټول کارونه ترسره نه کړل نو  
کم تر کمه؛ نو نه ترسره شوي کارونه بايد هغه وي، چې د ډېر ارزښت وړ نه  
وي. دا کار پرځان ستاسو له باور او اعتماد سره ډېره مرسته کوي.

«زه په پوره توان سره څنگه، چې غواړم خپل ژوند هماغسې انځوروم»

اته ويشتم اصل: «خپل ځان بايد له نورو سره پرتله نه کړئ»

يوه لويه ستونزه، چې پرځان ستاسو باور او اعتماد ته زيان رسوي، له نورو  
سره د ځان پرتله کول دي. دا د خپل شخصيت بنسټ ته سپکاوی دی، هغه  
انسان چې په خپل ځان پوره باور لري، خپل ځان محور گڼي او پرځان باور  
لري او ځانه په درنښت قايلېږي. کله چې څوک ځان له نورو سره پرتله کوي  
او هغه له ځانه بڼه گڼي نو د هغه ضمير هيڅ ډول سم قضاوت نه شي کولای  
او داسې گڼي چې په رښتيا هم دا انسان د نورو په پرتله دومره بڼه نه دی،  
نور له ده څخه غوره کارونه ترسره کولای شي. په دې توگه د باورونو ماڼۍ



ته زیان رسېږي او پرځان باور کمېږي. د فکري تکنالوجۍ یو بریالی زده کوونکی چې په دې سیستم پوهېږي، هیڅ کله دا کار نه کوي، یانې هیڅ کله ځان له نورو سره نه پرتله کوي، تل د خپلې بنکې راتلونکې په اړه، چې پخپله یې انځور کړې ده او غواړي هغه ترلاسه کړي، فکر کوي، تل له ځان سره وایي: غوره به وي په راتلونکو شپږو میاشتو، په راتلونکي یو کال او په پای کې په راتلونکو څو کلونو کې د ژوندانه ټولو بریاوو ته ورسېږم او د یو نیمکرغه انسان په توګه په نړۍ کې وپېژندل شم او له نېکمرغۍ خوند واخلم. کله چې تاسو ځان د خپلې راتلونکې سره پرتله کوئ، نو ستاسو ضمیر په تاسو کې ډېره بڼه روحیه او بڼه باور پیدا کوي او د ځان په اړه ستاسو باور ډېروي، ځکه نو ای د الله ﷻ بنایسته بنده! چې همدا اوس دا کرښې لولې، په دې پوه شه الله ﷻ، چې دا بنایسته شخصیت تاته درکړی، له تا څخه غواړي هیڅ کله دا فکر ونه کړې، چې دا نور خلک دي، چې هرڅه ترسره کولای شې، بلکې دا ته یې چې کولای شې د ځان لپاره بنکې راتلونکې جوړه او د ژوندانه په بېلابېلو چارو کې بریالیتوبونه ترلاسه کړې. پرځان باور وکړه، چې نړۍ پر تا باور وکړي او په دې پوه شه، په هغه څه چې ته باور وکړې نو هغه واقعیتونه په نړۍ کې وینې نه دا چې هغه لومړی باید ووينې او وروسته پرې باور وکړې !!

باور وکړه، چې ویې وینې:

ننه ویشتم اصل: «په ژوند کې هدف شتون»

د ژوندانه د موخې له مخې انسانان دوه ډوله دي، یوه ډله هدف لرونکي دي یانې هغوی پوهېږي چې ژوندانه کې څه غواړي او خپله راتلونکې یې مخکې انځور کړې ده، نو ځکه د ژوندانه په بهیر کې ډاډمن حرکت کوي او



يو پلان لري، خو ځيني خلک په خپل ژوندانه کې هيڅ ځانگړي هدف نه لري او له کوم هدف او موخې پرته ژوند کوي، هيڅ کوم پلان نه لري او په دې نه پوهېږي، چې په نړۍ کې څه غواړي. هغه خلک چې په ژوند کې کوم ځانگړي هدف نه لري د ژوند په بهير کې ورک شوي دي، دا ډول خلک کومه روښانه راتلونکې هم نه لري.

دا ډول خلک ستړي او خپه دي کله نا کله له ژوند څخه ناهيلي دي. په پای کې دا خلک هيڅ وخت نه شي بريالي کېدای. په ژوندانه کې پر ځان باور او اعتماد له پلان او هدف سره مستقیمه اړیکه لري.

هغه انسانان چې ځانگړي هدف لري معمولاً پر ځان باور او پر نفس ښه اعتماد لري. د دوی په پرتله هغه انسانان، چې کومه ځانگړې موخه نه لري او له کوم ټاکلي هدف پرته ژوند کوي پر ځان لږ باور لري او پر نفس يې اعتماد کمزوری دی؛ نو تاسو څه ډول یاست؟ آیا په ژوندانه کې هدف لری؟ کوم ځانگړي پلان او پروگرام مو د ژوندانه لپاره جوړ کړي دي که نه؟ د ژوندانه نقشه مو کارلې ده که نه؟

آیا په ژوندانه کې کومې هیلې لری؟ که مو چېرې ځواب منفي وي؛ نو هرو مرو د فکري تکنالوجي د راتلونکي لپاره د پلان د جوړونې کتاب ته مراجعه وکړئ. خپله راتلونکې جوړه کړئ او په دې پوه شئ، چې همدا هدف د یوه ژوند مقصد او لاره ټاکي او همدا موخې دي، چې انسان په خپل نفس باور او اعتماد پیدا کوي او همدارنگه ژوندانه ته مینه ورکوي. یو هدف مند انسان په ژوندانه کې هیڅکله نه خواشیني کېږي. هدف پر ځان باور ته ښکلا او پایښت بخښي، په خپل ژوندانه کې خاتمه هدف وټاکئ او نورو ته سترگې په لاره مه اوسئ، چې ښکمرغي مو تل په برخه شي.



د پرشم اصل: « حرکت او د انسان فزيکي حالت »

هغه انسانان، چې پر ځان بڼه باور او اعتماد لري، په ظاهره هم له نورو څخه توپير لري، په ډاډه توگه وينا کوي، هسکه غږې گرځي، اوچت قدمونه اخلي، ان د هغوی حرکت هم له نورو څخه چټک دی. د انسان فزيکي حالت پر ځان د هغه له باور سره مستقیمه اړیکه لري، تاسو څه ډول یاست؟ څه ډول کښېنئ؟ څه ډول په لاره ځئ؟ کله چې له نورو سره خبرې کوئ کومې خواته گورئ؟ د خپل اورېدونکي سترگو ته؟ خپل فزيکي حالت ته پام ساتئ، چې هغه پر ځان ستاسو باور ته پام وساتي، پر ځان بڼه باور ولری او له همدې باور سره د یوه بڼه ژوندانه په لور حرکت وکړئ.

پای

**Get more e-books from [www.ketabton.com](http://www.ketabton.com)  
Ketabton.com: The Digital Library**