د بریالیتوب لار

لیکوال :محمد مقنی
ژباړن : شفیق الله امین

بسم الله الرحمن الرحیم

پیلیزه

الحمدلله والصلاة والسلام على قاید المجاهدین وإمام المتقین محمدالمبعوث رحمة للعالمین..... وبعد.

الله تعالی انسان ته ددې نړۍ دواکمنۍ ځواک ورکړي ، اودهرډول نعمتونواودژونددبې شمیره وسایلو څخه یې برخمن کړی دي..

مسلمانانودخپل ځلانده تاریخ په اوږدوکي ځوپیرۍ په نړۍ کي دوینې پیاوړي اوروڼ انده ځواک په حیث دمشرتابه واګي په لاس کي لرلي,اودبشریت دخپلواکۍ ،نیکمرغی اوهوسایني لباره یي داسلامي اصولوپه رڼاکي بې ساري خدمتونه کړي دي،

نن هم کولاي شي دژونددچارودښه تنظیم دوخت اووسایلوښه په کاراچوني،په ټولنه کي داسلامي شریعت دحاکمیت اودنوروسره داسلامي لاربښوونوپه رڼاکي چلن کولو په پایله کي بیا هماغه ستر مقام ترلاسه کړي اودبشریت دقافلي دلاربښودانوپه حیث خپله دنده ترسره اودخپلوموخو په لورپه میرانه پرمختګ وکړي.ږدذد

داکتاب چې ما ژباړلي ،نومیالي عالم، دځوانانودروزني وتلي ښوونکي،داسلامي ویښتوب پیاوړې مخکښ،دلیکوالۍاودمباحثي دډګرنامتواتل– پوهندوی دکتورعوض بن محمد القرني د) حتی لاتکون کلا،طریقك الی التفوق والنجاح (ترعنوان لاندي لیکلي،نوموړې دلسانس په دوره کي زمااستاذؤ، دماسترۍ اودکتورا په دوره کي هم ددوۍ دارزښتناکو لاربښونوڅخه په پرله پسي توګه برخمن شوي یم، په۱۳۶۴ ش کال کي ددوۍ سره دجدي په ښارکي دلیدني په ترڅ کي ددې کتاب دژباړني پرموضوع صلاح مشوره اواتفاق وشو، چې دلوي الله په ملتیا مودګرانو هیوادوالو دلوستلواوګټې اخیستلولپاره چمتوکړي دي،هیله ده چې زما داماته ګوډه ژباړه دارزښتناکومطالبو په پوهیدودلاري خنډنشي، اودنیمګړتیاؤ په ګوته کولوراسره مرسته وکړۍ.

دنومیالي عالم، داعي ،اوسترلیکوال ګولډمیډلیسټ محترم پوهنمل زاهدي احمدزی صاحب څخه دژباړې دلوستلواوسمون له امله ډیردرناوي اومننه کوم.

داسلامي نړۍ دبشپړې خپلواکۍ،په ختیځ اولویدیځ کی دمسلمانانودسرلوړۍ اونیکمرغی ،داسلامي خوځښتونواودایمان،دعوت،هجرت،جهاداوشهادت دلارې داتلانو دبرې اوداسلامي نظام دپلي کولوپه هیله.

والله المستعان وعلیه التکلان.

پوهندوی/ شفیق الله امین

دمؤلف سریزه

الحمد لله والصلام والسلام على سيد الأ نبياء والمرسلين وبعد:

محترمو لوستونکو :السلام علیکم ورحمة الله وبرکاته،،،.

تاسی ته څرګنده ده چه الله تعالی دانسانانو څخه داعهد اوژمنه اخیستي ده چې یواځې دهغه عبادت به کوي او هیڅ ډول شریک به ورسره نه پیدا کوي او ټول ژوندبه دهغه په وحدانیت ، یا داو دشریعت په چوکاټ کې تیر وي . دشریعت دلارښوونو څخه یوهم هر مسلمان ته نصیحت ، په ښیګڼواو پرهیز ګاری کې مرسته ، او خلکوته دهدایت او نیکیو لارښونه ده.

او همدا دپیغمبرانو علیهم الصلاة والسلام دنده هم ده.

دخپل محدود ژوند په سفر کې یوې داسي ستونزې ته متوجه شوم چې ډیر خلک ورسره مخامخ دي،او دا ستونزه) دهغو ډیرو قدرتونو،ځواکونو، استعدادونو او وسایلو ابته کول دي چې الله تعالی انسان ته ورکړي دي(

او له دي امله دغه انسان پڅ او بی کاره شی ،لکه څنګه چې قرآن کریم وائي)أَيْنَمَا يُوَجِّهُّ لَا يَأْتِ بِخَيْرٍ (...النحل سورت۷۶ آیت.

چیرته یې چې استوی سم کار نه کوي.

او یا خودا استعدادونه او وسایل سم په کار نشی اچولی چې په پایله کې یې په ژوند کې تولیداو لاس ته راوړنې لږې او په تدریجې ډول دمنځه تلو له خطر سره مخامخ شي.

او تل دخپل ځان اوژوند په محدوده دائره کې مصروف وي، په کوچنیو کارونو خفګان کوي، اوپه یوه طریقه دژوند تیرولو فکر ورسره وي، او داټول دالله تعالی له اړخه دورکړل شویو نعمتونو ضیاع اویاهم ناسمه کارونه ده.

که چیرې دټولنې ټول غړی پدې ډول بیکاره شي ـ نو داسلامې امت څخه به یواځې دبیکارانو اوناروغانو ډلګۍ جوړه شي او په ډیر ښه حالت کې به ترینه دداسی پیښې کونکو یا مقلدینو ډله جوړه شي چې د خپل ژوند په محور به چورلیږی ،استعدادونه به یې بې ګټې مصرفیږی ،نه به په ژوند کې کوم نوښت رامنځ ته کولای شي،او نه به دسرلوړۍ کار ترې کیږي، او پدې سره به امت دمخکښی اومشرتابه واک دلاسه ورکړي، او په نورو امتونوبه دشهادت اهلیت چې الهی وحی ورکړي ؤ پریږدي،او دقافلې واګې او مشرې به دځمکې نورو امتونو ته وسپارې ،اووګړی به جاهل او ناپوهه مشران خوښ کړی چې ددواړو دګمراهی او هلاکت لامل به شی .

دادبشریت لویه ستونزه ده چې له مسلمان څخه د پیړیوپه اوږدوکې داسی عادې انسان جوړ شوچې خپل ځان او نورو انسانانو ته دنوښت او پرمختګ ورکولوځواک نلري،او پدی سره زمونږ هغه مخکښ امت چې دبشریت مشرې به یې کوله دلاری په اړخ کې ژوند کونکې شو چې تلونکې او راتلونکې څارې او پخپله دخوځښت او مشرتابه ځواک نلري.

ددی موقع نه په استفادې سره لویدیځ دبشریت قیادت ترلاس کړ ،هغه دانسان دحقیقی دندې او په ژوند کې یې دنقش په هکله هیڅ پوهه نلري هغه ددې کون دپیل ، پاې ،هدف او اړیکو څخه ناخبره دي.

دغیبیاتو په هکله - چې ددې ژوند څخه اخوا کوم ستر عالم دی- په هراړخیزه توګه بی خبره اوناپوهه دي.

دادانسان یو اړخیز قیادت کوی ،هغه ته په یوه سترګه ګوري ،پخپله لار ورکې ؤ او نوریې هم ګمراه او بې لارې کړل، لکه څنګه چې رسول الله صلی الله علیه وسلم خبر دارې ورکړې دي، ځکه دهغه خبرې وحی ده.

درسول الله صلی الله علیه وسلم دوینا په بنسټ دانسان لپاره رېښتینې نومونه حارث او همام دي.

ځکه الله تعالی انسان ته دځمکې دابادی، دعدل او انصاف خپرولو او دخلکو دنیکمرغی ځواک او استعداد ورکړي دي.

او که چیرې انسان خپل دغه استعداد تعطیل او بې کاره کړي نوپه نوروبه اناوټ شي ،او که په استفاده کولو کې ترینه کمې او تقصیر وشي ګواکې دالله تعالی دنعمتونو ناشکرې یې کړي ده ، او که په ناوړه توګه یې په کار واچولوبیانو ده ته مفسد او ورانکارې ویل کیږي.

که خلکو ته ځیر شی دابه درته څرګنده شي چې ډیر یې دخپل ژوند له ستونزو څخه سر ټکوې ،مګر که لږ په غور سره فکر وکړې دحل لارې یې ډیرې او نیږدې دې .

درنو لوستونکو:

دخلکوسره دهستوګنې ،دهغوی په ژوند کې دغور او دستونزودحل لپاره ورسره مرسته کولو، دژوند په لاره کې دخنډانو سره مبارزه، او زما دځینو پخوانیو لیکنو دلوستلو،په مختلفو وختونو کې دځینو یاد دابنتونو دلیکلو په پایله کې دالیکنه منځ ته راغله – دالله تعالی نه هیله مند یم چې دوګړو دکړاؤنو اوستونزو په حل کې ، داستعدادونو په کار اچونه، ویښتوب او دتولید په زیاتونه کې مرسته وکړي.

کوښښ می کړې دي چې پدې کتاب کې راغلې ټول معلومات دالهی وحیې په رڼا روښانه کړم، ترڅو پکې دهر ډول شرعې مخالفت مخنیوې وشی.

او یامی دڅرګند عقل په میزان مقایسه کړې دې.

خو په هر څه کې می په ژوند کې دالهی سنتو چې ددې کون وجود یې پری دروليې مراعات کړی دی.

پدی کتاب کې لیکلې شوې معلومات له لندیز سره سره دفکر ، هدف ، رسالت او قضیی څښتنانو لپاره داستفادی اوګټی وړ دې .او همدارنګه مامورین او رئیسان تری هم ګټه اخیستلای شي . په کورنی کې دهر غړې- میره ،میرمن، پلار،مور او بچیانو -لپاره ګټور تمامیدای شي.

سوداګرو ,بډایانو , پلان جوړونکو , محا ورینو او جرګه چیانو – دناکامی او ناهیلی څخه ویریدونکو،او دکبر او غرور په ناروغی اخته او نوروګردو انسانانو لپاره ګټور دې .

پدی شرط چې دې افکارو ته عملي جامه واغوستل شي، او په تدریجي توګه دستونزودحل اودناروغیو ددرملنې لپاره وکارول شي.

بریالیتوب: څواک، حق، عزم، ثبات او ارادې ته وائي .

او ناکامي : باطل، کمزورۍ ،بې همتۍ او بې تصمیمۍ ته وائي.

ماخپل دغه کتاب په درې برخو ویشلې دي:

1. دخپل ځان پالنه پر مختګ او دتولید زیاتونه.

-2ته او نور خلک، دښو اوبشپړو اړیکو په لوربلنه.

-3آیا په خپل کار کې دبریالیتوب هاندکوې ؟

په پای کې دلوی الله تعالی څخه دتوفیق هدایت اطاعت او رضا غوښتونکې یم، والله المستعان، ولا حول ولا قوة إلا بالله.

لومړي   توک

دخپل ځان پالنه، پرمختګ او د تولید زیاتونه

لومړي څپرکی

دژوند ارزښت دهغې په موخو کې دي:

الله تعالی ژوند اوانسان عبث اوبې هدفه ندې پیداکړې الله تعالی فرمایلی دی: (أَفَحَسِبْتُمْ أَنَّمَا خَلَقْنَاكُمْ عَبَثًا وَأَنَّكُمْ إِلَيْنَا لَا تُرْجَعُونَ (دالمؤمنون سورت ۱۱۵آیت.

آیاتاسی ګمان کوئ چې مونږ تاسی چټې أوبې مرامه پیداکړې یاستی اوبیا به مونږته نه راوستل کیږی ؟؛) وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنسَ إِلَّا لِيَعْبُدُون(دالذاریات سورت۵۶آیت.

ماپیریان اوانسانان یواځې دخپل عبادت لپاره پیداکړی دي.

عاقل اوهوښیار انسان دخپل عقل اوفطرت په وزله دااحساس اودرک کولای شي چې الله تعالی ددې کون اونړۍ دومره لوی نظام اوپه ښه صورت کې دانسان تخلیق هرومرو دغټ هدف اومقصد لپاره پیداکړې دې ، نو لدې امله انسان ته نه ښائي چې دخپل ژوند یوه شیبه هم بې هدفه ضائع اوبې ځایه تیره کړي ، بایدچې دخپل وخت دهری ګړۍ لپاره موخه، اودهر کارلپاره هدف ولري، اوپه همدې ډول دخپل ژوند لپاره پروګرام تنظیم کړي.

که چیری دبریمنواوپرمختللو انسانانو ژوند ته ځیر شودابه راته څرګنده شی چې دهغوئ بریالیتوب اوپرمختګ دژونددچارودښه تنظیم اوهدفمن پلان نتیجه وه.

امام حسن البصری رحمه الله وائي:

زه ګمان نه کوم چې عمر بن عبدالعزیزرحمه الله به خپل یوقدم هم بې هدفه اوبې تصمیمه ایښې وي.

سلمان فارسی رضی الله عنه وائي:

زه دخپلوکړوپه خیرد خوب أجرهم دالله تعالی څخه غواړم ، داځکه چې خوب کله هدفمن شي اجرلري.

دژوند هدفونه:

دژوند هدفونه دوه ډوله دي:

-1داوږدې مودې یا استراتیجیک هدفونه.

۲ -دلنډې مودې یا تکتیکی هدفونه.

تکتیکي یا جزوې هدفونه باید دلوي اواستراتیجیکي هدفونود تحقق اولاس ته راوړني لپاره وکارول شی ، دمسلمان لپاره په خپل ژوندکي ستراوأصلي هدف دالله تعالی- چي خالق رازق اوپالونکي یې دي -رضا لاس ته راوړل دي.

دژونددمختلفو اړخونولپاره دهدفونودټاکني په هکله څواړیني خبرې:

لومړي -ږپام کوه چي ځان په بې هدفه کارونوروږدې نه کړي،ځکه ځان دماشوم خاصیت لري چې په څه دې روږدې کړ بیایې نه شی پریښودې . کیداي شی څوک ووایې چې آیاپه ژوند کي تفریح اورخصتی ته ځای نشته،ټول باید جدې کاروې؟

نه هیڅکله داسی نده، داسی وضعه هیڅوک نشی زغملي ،مګر باید کوښښ وشي چي حتی تفریح اورخصتي هم په مناسب وخت اومناسب کیفیت پخپله یوهدف دهدفونو څخه جوړه شی .

دبیلګي په توګه :ته غواړې چي دساتیری لپاره یوکلي ته ولاړشی اوهلته درې ورځي پاته شي، ددی څخه ستا څه هدف دي؟

کیدای شی ستا هدف:

1. هلته دخپلي خور اودهغي دکورنۍ لیدنه اوڅه ډالۍورکول وې.

۲ -دکلي دجومات لیدنه اوپه ترمیم کي یې دخلکو سره مرسته کول وي.

۳ -هلته د دښکلو ځایونوننداره کول وي.

٤ -دځینو مشرانو پوښتنه اوله هغوی څخه دتیروتاریخي حقائقو اودژوند دتجربو په هکله معلومات اخیستل وي.

٥ -دځینوملګروپه همکاری دکلی دپرمختیالپاره کوم خیریه یا تجارتی کارکول وي.

٦ -دکلي په جومات کي په مناسب وخت کي خلکوته وعظ اوتبلیغ کول وي.

پدې ډول چي هرکارکول غواړی باید څه موخي ورته وټاکي ،اودهغي دتحقق لپاره مهال ویش جوړکړي، اوبیاوګوري چي څومره اهداف دي لاس ته راوړي دي.کله چي ځان پدا ډول منظم ژوند روږدې کړې پخپله دګډوډۍ اوسا تیرۍ مخه نیول کیږي ،اودژوند هره شیبه ګټوره تیریږی .

دوهم -:دهدفونودټاکني په وخت کي باید موجوده اوراتلونکي وسائل په نظرکې ونیول شي، اودهغو په اندول پلان جوړشی ،هسي نه چي اهداف ستراووسائل یې په پرتله ډیر لږوی.

کله چي ته غواړی یوه سوداګریزه پروژه جوړه کړي نوپکاردي چي په لاس کي دخپلي موجوده پانګي په اندول کارپيل کړی.

اوکه غواړی ځانته ماموريت وګوري نوبايد خپل بري ليک اوکاری تجربه په نظرکی ونيسی ،اوله هغه سره سم دماموريت نوعيت وټاکي اولټون يي پيل کړي . همدارنګه دوسائلو اوامکانياتو له ضياع اوعبث پاتي کيدو څخه به هم ډډه وشي .اودهغه په پرتله دکوچنيو هدفونو لپاره کارکول هم مناسب ندي ،په هروخت کي دوسائلواوهدفونوترمنځ ښه اونياومنه پرتله اړينه ده.

<u>دريم</u> -:بايد چي دهدف دلاس ته راوړني لپاره کافي وخت و لري، ځکه چي دوخت کموالي هم دهدف تحقق ناشوني کوي، لکه يوڅوک غواړی چي دطب لسانس په يوکال کي تر لاسه کړی.

اوهمدارنګه له اړتيا څخه زيات وخت يوکارته ورکول سره ددي چي دهغه نه په لږوخت کي يي کول ممکن وي، لکه ديوهنځي لوستلو لپاره څلورکاله قانوني وخت دی ،خودايي په اتوکلونو کي سرته رسوي.

دوخت ارزښت اواهميت پيژندل دبرياليتوب په لاره کي لومړي سترقدم شميرل کيږي ،اوپدی سره کولای شوچي دتيروضائع شوو وختونو استدراک،اوزيان يي کم کړو.

دوخت زيان دپيسواومال دزيان څخه ډيرزيات دي چي جبيره کول يي ناشوني دي.

<u>څلورم</u> -:دکوم هدف لپاره چي کار کوی بايد چي مشروع اوروا وي، مشروع هدفونه ډيردي، هيڅکله بايد دناروا هدف لپاره کارونه کړو.

يونس عليه السلام دماهي په خيټه کي هم بي کاره نه ؤ، دالله تعالی ذکر يی کاؤ .دارنګه بايد زمونږ ټول ژوند هدفمن وی.

کيدای شي داسی هدفونه وی چي انسان پکي ځانته ظاهري ګټه ګوري خودالله تعالی په وړاندي ناروا اوباطل وي.

الله تعالی فرمايلي دي):وَقَدِمْنَا إِلَى مَا عَمِلُوا مِنْ عَمَلٍ فَجَعَلْنَاهُ هَبَاءً مَنْثُورًا ً(دالفرقان سورت۲۳ آيت.

مونږ به ددوی هغه باطل اونارواکارونه د دوړي په څير په هوا کی والوځوو.

اورسول الله صلی الله عليه وسلم وائی) من عمل عملاًليس عليه أمرنافهورد .(چاچي داسی کاروکړ چي زمونږ دامر مخالفت پکي ؤهغه مردوداوباطل دي.

انسان چي کله دالله تعالی ددين په سوري اودوحيي په رڼاکي ژوند تيرکړي هغه کولای شی دځمکي دآبادئ ، دځان اوبشريت دنيکمرغئ اوسوکالئ لپاره کاروکړي، اود الله تعالی رضامندي لاس ته راوړي.

مګرهغه زړه چي دمحمدی رسالت په رڼانوی روښانه شوي تل په دنياکي دورانکارئ فساد اوځوروني کارونه کوي.

مال لاس ته راوړنه،سوداګري کول،دژوند دوسائلوڅخه دځان دسوکالی لپاره استفاده، اودښیګڼولپاره لګښت هغه هدف دي چې هرڅوک کولای شی لاس ته یې راوړي.

خو داهدف دحلال کار، تجارت ، زراعت اوصناعت له لارې لاس ته راتلاي شي ، او دغلا، رشوت ، سود، اونوروناروا کارونو له لارې هم ممکن دی .

په دواړو حالاتوکې یې مال ګټلي دي ، خودیوبل سره په پرتله کې ډیر توپیر لری.

لکه خاوری اوثریا . دلومړی مال حلال ددنیا اوآخرت سعادت او نیکمرغي ده . اوددوهم ډول مدرکونومال حرام ددنیا اوآخرت بدمرغي ده.

لکه یوشاګرد چې غواړي په امتحان کې په الله تعالی د توکل وروسته د کوښښ اوزیار پواسطه کامیابي ترلاسه کړي.

په مقابل کې بل شاګردغواړی همدا بریالیتوب دنقل ، چل اوپه نورو ملګرو داعتماد په نتیجه کې لاس ته راوړي.

<u>پینځم</u>-:هدف باید څرګند اوټاکل شوي وي، مجهول اونامعلوم هدف ته رسیدل ناممکن دي.

مثلاً -یوڅوک غواړي چې دپوهنځي یاپوهنتون دتحصیل دفراغت امتیاز ترلاسه کړي ، خوپدې نه پوهیږي چې په کوم پوهنتون کې کوم پوهنځي اوکله ووائي. داډول مجهول اوناټاکلي هدف ترلاسه کول ناشوني دي.

اویاغواړی چې دتقاعد څخه وروسته ځانته دنده پیداکړي، خودانده معلومه چې څرنګه،کله،اوچیرته.

هدف باید داسی څرګند وي لکه چې لاس ته راوړل شوي وي، ددې لپاره یې هراړخیز فکرکړي وي، اوپلان یې سنجول شوي وي.

<u>شپږم</u> -:دهدف دلاس ته راوړني لپاره باید عملي پلان جوړشي . که هدف هرڅومره ستر،سپېڅلي، ممکن اوټاکل شوي وي،خوتر څوچې ورته منظم پلان نوی جوړشوي نویوازې هڅې افکاراوهیلې به پاته وي.

اوهمدا دزیارکښو اوهوډمنوانسانانو اوهغوکسانوچې هرڅه ورته سرسرې اوبې ځایه ښکارې لوی توپیر دي . دتصمیم اوپیاوړی ارادې په پایله کې دهدف دتحقق په لاره کې ټول خنډونه دمنځه تلای شي، اوهغه څوک چې نن اوسباکوي تصمیم نلري، هدفونه یې تل خیالونه وي اودثمرمرحلي ته نه رسیږي، ځکه دوی ددې لپاره یوقدم هم پرمخ نه ځي.

څوک چې دهستوګنې لپاره ددوه کلونوپه موده کې کورجوړول غواړي، باید پلان جوړکړي، چې پیسې سپماکړي، ځمکه وګورې ،هندسی نخچه جوړه کړي، اوداړینووسائلوداخیستلولپاره اقدام وکړي،اوداټولې اړتیاوې په دقیق اوتفصیلي توګه ولیکي. داله هغه چاسره څرګند توپیرلري،چې غواړي کورجوړکړي، خولدی وروسته هیڅ ډول اقدام نه کوي، اویواځې په خیالي دنیاکې وخت ضائع کوي.

که څوک غواړی چې کتاب تألیف کړي، نوباید لومړي ددی لپاره مناسبه موضوع وټاکي ،بیا دمراجعو اومصادرو په لټه کې شي،اودکتاب محتویات په بابونواوفصلونو وویشي ،ترڅودلیکني څخه دمخه هر څه څرګندوي.

اووم -:دپلان جوړوني داړتیاوپوره کوني ،اودوخت له ټاکني څخه وروسته دنوموړي پلان دپلي کولولوړې اود څارني دلوري ټاکنه هدف ته درسیدولپاره اړینه ده.

کیدای شي دواړه کارونه) تنفیذ اوڅارنه (یو جهت په غاړه واخلي.

کیدای شي انسان دعملي کارپه پایله کې دډیرو ستونزو اولاینحل مشکلاتو سره مخامخ شي، خو په پلان کې دجزوي بدلون راوستولو سره کار پرمخ تلاي شي، اواساسي هدف ته مورسوې ،نوباید دوړاندې نه ددی لپاره تیارې ولري.

هدف ته درسیدنی لپاره باید کلک هوډولرې ،اودکار دپیل څخه وروسته هیڅ ډول مایوسی ته په زړه کې ځای ورنکړي، ډیرسخت کارونه دپیاوړي هوډ په پایله کې اسانه اوسرته رسیږی .

اواسانه کارونه دترهي،تردد اوزړه نازړه توب له امله ناشوني کیږي.

اتم -:هغه هدف چې دلاس ته راوړني کوښښ یې کیږی باید چې اړین، دنوروڅخه ښه اودلومړیتوب وړوي.

کله یوسړي یوهدف ته درسیدولپاره ټول شرائط برابرکړي ، خوداهدف دیوبل هدف په مقابل کې اړین اودلومړیتوب وړنه وي.

لکه چې یوڅوک غواړی ددوبي په ګرمی کې په یخ ځای کې ددرى میاشتوهستوګنې لپاره خپل کورجوړ کړي ،مګردټول کال دهستوګنې لپاره خپل کورنه لري.

دهدفونوپه رونښلوکې عدم توازن اوګډوډی دانسان ژوند په کوچنیو او نااړینوچاروکي لګوي،اوهغه کارونه چې ده ته اونوروته یې په دنیا اواخرت کې ډیره ګټه رسیږي دپاتي کیدو او وروسته والی قربانی کیږی.

ددې څخه راته بله موضوع راپه یادشوه هغه داچې انسان باید دموخوپه ټاکنه کې دلوړمورال اولوی هوډ ښتن وی .ځکه ژوند شمیرلې ورځې دی اوفرصتونه هم نه تکراریږی ،په کوچنیواوبې ګټي هدفونوخپل ژوند تیرونه انسان زیانمن اودلوړتیااو ترقی هسکوڅوکوته درسیدني څخه وروسته کوی.

لکه چې یوذکی اولائقه انسان ته دثانوی مرحلې څخه په اعلی درجه دفراغت وروسته ددکتورا پوری دزده کړې زمینه برابره وي،خوداپه همدی لږتحصیل بس والي کوی دځان لپاره دنده لټوی اوپدی سره خپل ټول استعدادچې کیدای شی دې لوړ مقام ته ورسوی ضائع کوي.

اوهمدارنګه یوانسان خپل ژوند په لوبواو بیکاری کې تیروي ،که چیری یې همدا وخت دالله تعالی په عبادت، ذکر ،دکسب یادونه،له کونډو،بې وزلانواویتیمانو سره په مرسته کې تیر کړي وي،ددی څخه به ورته سودمنداو ګټورتمام شوی وی،خوبی همتی اوپه لږشی اووروسته پاتی ژوند قناعت دې ته چمتوکړ.

الله تعالی فرمائی) حَتَّى إِذَا جَاءَ أَحَدَهُمْ الْمَوْتُ قَالَ رَبِّ ارْجِعُونِ, لَعَلِّي أَعْمَلُ صَالِحًا فِيمَا تَرَكْتُ(...دالمؤمنون سورت۱۰۰ آیت.

کله چې یوددوی ته مرګ راشی نوبیاوائي یاالله مابیرته دنیاته ولیږه چې نیک عمل وکړم.

نهم -:چې کله ده خپل لوی هدف وټاکه اوټول شرائط ورته برابرشو،نوباید چې نوموړی هدف په ځووړو برخو وویشی اودعملي پلان په پایله کې قدم په قدم په تدریجی ډول پر مخ لاړشي.

دکتاب لیکوونکي باید خپل لوی هدف چې دکتاب لیکنه ده په لاندي کوچنیو هدفونو وویشي اوقدم په قدم مخکې لاړشي.

1. دکتاب فهرست لیکل.
2. مراجع اومصادرراټولول.
3. لیکنه.
4. چاپ اوخپرونه.

هرکوچني هدف هم په خپل وارسره تدریجي ګامونو ته اړتیا لری، لکه چې دکتاب فهرست لیکل لاندي ګامونوته اړتیا لري:

1. لومړی باید دنوموړی موضوع په اړوندتیرلیکل شوی آثار وګوري.
2. دموضوع په اړوند چې څه مسائل مخي ته راځي ولیکي.
3. دلیکني دلاربښوني لپاره لیکل شوی کتابونه وګوري اود خپلي موضوع په اړوند تری څه ولیکي.
4. څه یي چې لیکلي وي هغه ترتیب اوتنظیم کړي.
5. خپله لیکنه پدی فن کې ځینی متخصصینوته وښائي .
6. دهغوی دلاربښوونواوملاحظاتوڅخه استفاده وکړي، اوبیاد کتاب فهرست په نهائي بڼه ولیکي.

همدارنګه دمراجعواومصادرو راټولوني لپاره هم لاندی ګامونه واخلي:

1. لومړی په خپل کتابتون کې دخپلي موضوع په هکله کتابونه وګوري اوڅه چې پدی اړه پیداکړی دځان سره یي ولیکي .
2. په ښارکي تجارتي کتابتونونه لیدل اوڅه چې پیداکوی هغه پیرل.
3. دځینوعامه کتابتونونولیدنه اودموضوع په اړوندد یادښتونولیکل.
4. دخپلوملګرواوخپلوانوکتابتونونه کتل اویادښت اخیستل.
5. همدارنګه په پوهنتونونوکي لیکل شوی رسائل اوپه خپرن ځایونوکي دموضوع په اړوند خپاره شوي آثار لیدل.

له دی وروسته به په دریم هدف پیل وکړی چې هغه دکتاب لیکنه ده اوبیاڅلورم هدف دکتاب چاپ اوخپرول دي، چې هغه هم په وارسره روښانه شوي پړاونه لری ددوه ورروسیتوهدفونو لپاره موعملی قدمونه دلنډیزپه خاطرذکرنه کړل اوپه تیروبیلګو موبس والي وکړ.

کله چې د اځلورهدفه سرته ورسیږی نولوی هدف چې دکتاب لیکنه ده ترسره کولای شی .په پړاویزوهدفونو اودهغوپه عملي پړاونوکي دااړینه ده چې دهرقدم لپاره بدیل ولرو،کله چې دمشکل سره مخامخ کیږود بدیل دلاری خپل سیرته دوام ورکړو، ترڅو که دلوی هدف سرته رسول ناشوني شی دعلی البدل لاری پواسطه دخپلو زیارونوپایله لاس ته راوړلاي شو.

دمثال په توګه -که دکتاب دلیکني په وخت څرګنده شي چې پدې موضوع کې لیکنه شوی ده اودراټولو شوو معلوماتو څخه کتاب نه پوره کیږی، نوباید چې راټول شوی معلومات اولیکل شوی اثردکتاب نه بلکي دیوی مقالي اویاعلمي بحث په بڼه په متخصصه مجله کې نشر ته وسپارو.

پورتني مثال چې په تفصيلي توګه موذکر کړ په نوروهدفونوکي ترى هم په مناسب ډول استفاده كيداي شي.

لسم -:دبريالیتوب اودموخو دتحقق دلاملونو څخه يوهم خپل كارونه دنوروڅخه سرى اوپټ ساتل دى.

په حديث شريف كې راغلى دي : تاسى دخپلو حاجتونو دپوره كولولپاره سريت او كتمان خپل كړى.

كله چې يوانسان خپل اسرار دنوروڅخه پټ نشي ساتلي نوبيا دى په نورودخپلو اسرارو دافشاكولو ملامتيا نه اچوى.

دبې ځايه اعلانونو اوداسراروداقشا له امله ډير هدفونه ضائع اوغلاشوى دى.

*****

دوهم څپركې

دژوند ښه تنظيم دبريالیتوب شرط دى:

الله تعالى ددې لوى كون نظام ډير دقيق عجيب او حيرانونكى جوړ كړي دي، چې هيڅ ډول ګډوډى او بى نظمى ته پكې ځاى نشته.

الله تعالى فرمايي) وَخَلَقَ كُلَّ شَيْءٍ فَقَدَّرَهُ تَقْدِيرًا(دالفرقان سورت ٢ آيت .هرڅه يي پيدا،تقدير او تنظيم كړى دى .

)سَبِّحْ اسْمَ رَبِّكَ الْأَعْلَى *الَّذِي خَلَقَ فَسَوَّى *وَالَّذِي قَدَّرَ فَهَدَى (دالأعلى سورت ١-٣آيتونه.

پاكې ده عالي مقام پالونكي ته چې پيدا كړى او برابر كړى يي دى ،هغه چې تنظيم او لارښونه يي كړى ده.

ددې بې سارى تنظيم سره الله تعالى دخاص حكمت لپاره انسان ته يو څه اندازه ازادى او اختيار د ازمايښت لپاره وركړي دي، ددې وركړشوي ازادئ پواسطه انسان كولاى شى چې خپل ژوند تنظيم كړي او يايې همداسى ګډوډ پريږدى.

انسان ته دشپې او ورځې بدلون دموسمونو اختلاف دميووپخيدل دحيواناتو تكاثر او تناسل اوحتى دكون دذرى نه تراسمانه پورى په تنظيم كې عظيم درس وركوى.

اسلامى شريعت ددې حقايقو مراعات په خپلو ټولو احكامو معاملاتو او عباداتو كې كړي دي.

كله چې انسان ددې ټولو حقايقو څخه استفاده ونه كړى او خپل پاتې ژوند ددې اختيار په حدودوكې ترتيب او تنظيم نه كړي، په پايله كې به ستړې ،ستومانه،زيانمن ناكام، خفه، سودايي اوناهله شي.

تنظيم :دښه پلان پواسطه دغوره كړيو هدفونودلاس ته راوړنې لپاره دموجودو وسايلوسمى كاروني ته وائي.

اوددې لپاره لاندی ټکي په نظر کې نیول پکار دي:

1. دمطلو به وسایلو اندازه.
2. دهری وسیلې دارزښت پیژندنه.
3. دکار لپاره دهری وسیلې داستعمال ځای پیژندل.
4. دهری وسیلې لپاره دمناسب وخت ټاکل، اودهرڅه دمخه دمنظم پلان پواسطه دموخو دقیق رونل.

<u>دژوند دګډوډۍ اونه تنظیم ځینی لاملونه:</u>

1. له وخت څخه مناسبه ګټه نه اخیستل او په بې هوده چاروکې يې ابته کول دعاقلوخلکو لپاره ترټولو لوی مصیبت ګڼل کیږی.

ځکه هره شیبه چې تیرېږی بیرته نه راګرځي،په حدیث کې راغلي (دهری ورځې په سرکې غږکیږي چې ای بنیادمه ؛ زه نوی مخلوق یم ستاپه اعمالو به شاهدی وایم -ترقیامته بیا نه راځم له ماڅخه توښه برابره کړه.(

عاقل پدې پوهیږي چې وخت دده تنفس دي اودهري دقیقي په تیریدوسره ژوند په کمیدو دي.

شاعر وائي: دانسان دزړه حرکت وائي چې ژوند ثانيي او دقیقی دي.

نوله دي امله باید عاقل ددې احساس په درلودلوسره دهرې شیبې څخه اعظمي استفاده وکړی،پدې فکرچې الله تعالی ترینه دده دعمر اوځوانی پوښتنه کوي،چې په څه کې يې تیرکړي دي.

له بې کاره او بې هدفه انسانانو سره وخت هیڅ قیمت نلري په لوبو اوچټي چارو یې تیروي،پدې هکله هیڅ فکر او اهتمام نلري ان تردې چې دوخت دوژلو او سا تیری غږ پورته کوي،مسکینان پدې نه پوهیږي چې دوی خپل ځانونه وژني .

ویل شوي دي :وخت لکه دتورې په څير دي که غوڅ دې نه کړ غوڅ به دې کړي.

دفرد اوامت دپرمختګ اوتمدن له لاملونوڅخه یوهم دوخت ارزښت پیژندنه او ورڅخه ښه ډیره استفاده کول دي.

یو عالم سا تیری ته دعوت شونو ویي ویل :ته لومړې لمرودروه بیابه ساتیری وکړو.

کله چې انسان له وخت څخه په استفاده روږدي شي کولای شي چې دخپل ژوند ټول کارونه منظم او ترتیب کړی،اوټل يې داحکمت په یادوي) وخت ژوند دی په خپله اونوروسره ترینه په ګټه اخیستلو کې مرسته وکړه (
.

2. دډیرو ارزښتناکو اولږارزښته چاروترمنځ توپیر نه کول، ځکه ځینې خلک خپل قیمتي وخت او وسائل په کم ارزښته چارو لګوې،اوله ډیرو ارزښتناکوچاروڅخه غافل او ناخبره وي، پرمستحباتو باندی اهتمام کوي، مګر فرض ترینه فوت کیږي.

اویا لکه یوڅوک چې دکور په رنګونواو ښکلا پسی ګرځي،مګر دبنسټونو،دیوالونواو ستنویې هیڅ پروا نه لري،کیدای شی په پایله کې کور د ړنګیدو له خطر سره مخامخ شي،بیا ورته رنګونه ګټه نه شي رسولی.

همدا رنګه دځینوخلکو ژوند ددرواغجنواو بې معنا مظاهرو څخه ډک وي،څوکه دحقائقو پلټنه او دعلم اوعمل پوښتنه یې وکړي هیڅ به ورسره نه وي.

داډول خلک که څه هم تریومهاله په کبراو غرور کې ژوندوکړي،مګر یوه ورځ به هرومروهغه وخت راویښ شی چې دژوند پاڼه یې زیره شی،خلک یې هیرکړي،اویا مړ شي او آخرت ته لاړ شي، هله انسان ته معلومه شي چې څګونه بې ګټې دی ،عمر یې نه وي او خلکوته ګټه نشي رسولی.

دباطل ملګری تل کوښښ کوی چې زیارکښ او دلوړهمت ښښتنان په کوچنیواولړوګټولرونکو چارولګیاکړی او دلویو چارودترسره کولو مخه یې ونیسي، او ژوند یې غیر منظم تیر شي.

دکوچنیو او وړوچارولپاره خلک ډیر دی اوپه لاروکي یې ګڼه ګوڼه ده.

مګردلوړواوستروچارو لارې دتلونکو څخه خالي دی،که دلوړ همت خاوند یې نوپډې لارې لاړشه.

3. دکارونو دترسره کولو لپاره نامناسب وخت ټاکل، اویا یې دوخت څخه مخکې یاوروسته کول.

امیرالمؤمنین ابو بکر رضی الله عنه امیرالمؤمنین عمر الفاروق رضی الله عنه ته په خپل وصیت کې وائې: پوه شه چې الله تعالی دشپې اوورځې لپاره خپل خپل کارونه ټاکلي دي یو دبل په وخت کې نه قبلوي.

یعنی هر کارباید په خپل وخت کې ترسره شی.

که کوني نظام ته ځیر شو دابه راته څرګنده شي چې الله تعالی دهر څه لپاره وخت ټاکلي دي،چې تقدیم اوتاخیر نه مني ،لکه دشپې او ورځې بدلون دلمرطلوع او غروب، په ونوکې دمیوو زرغونیدل اودژوندیو تناسل او داسی نور،او په همداډول دالهی شریعت داحکامو لپاره وختونه ټاکل شوي دي لکه :دلمونځ ، روژې،حج،زکات او نوراحکام.

انسان باید ددې کون سره ځان منسجم او منظم کړي، اودوحیې داحکامو سره په پابندئ خپل ژوند ترتیب کړی،اودهر کار لپاره په خپل وخت اقدام وکړې ،اودنورو چاروثمره اوپایله له ابته کیدوڅخه وساتي .

4. دکار نیمګړي پریښودل، ډیر خلک دخپل ژوند زیاته موده دپروژو اوګټوروچارو په عملي کولوکې تیره کړي، خو له بشپړیدو څخه مخکې ترې لاس په سرشي،بل کار پیل کړی هغه هم نیمګړې پرېږدی،وختونه تیرېږی خو ثمری اوپایلي ته نه رسیږی اوپه بې هدفه چاروپسې ځغلي.
5. دکړی کار بیا بیا تکراروڵ،پدې ګومان چې مخکې یې داکار کړي نه دي،لکه چې په علمې څیرنه کې دحدیث تخریج یوځای کې وکړي، کله چې حدیث تکرارېږی تخریج یې هم ورسره تکراروي،کیدای شی چې دایې عادت شي په تکراري چارو وخت بې ګټې تیرکړي،ښه دښو اوناوړه دناوړوپایلولامل ګرځی.
6. دکاردکولو لپاره ناسم پلان: ځینې خلک ددې پروانه لري چې خپل کار دکوم ځای نه پیل او چیرته پای ته ورسوي، لکه چې دکور دجوړولو پرمهال لومړې دڅت لپاره مواد برابر کړی ،مخکې لدې چې د بنسټ ایښودلو فکر وکړی ،او یادمیوی دراټولولو وسائل دونې له کرلو څخه وړاندې برابر کړي.

دابښه ده چې انسان دهر څه لپاره دوړاندې نه وسائل برابر کړي،خو په هغه صورت کې چې ترتیب یې په نظر کې نیولې وي ،اوددې لپاره وخت او امکانیات ولري، لکه چې یو څوک دوخت درارسیدو څخه دمخه په یوکارپیل وکړي بیاوروسته ورته معلومه شي چې زیانمن شوي دي، که خپل وخت ته یې انتظار کړې وي وخت او مال به پرې لږ لګیدلې وي،داتول دده دناروښې ژوندپایله ده، رسول الله صلی الله علیه وسلم فرمائي (إن الله یحب من أحدکم إذاعمل عملاًأن یتقنه. (

الله تعالی له تاسې څخه هغه څوک خوښوي چې کوم کارکوي هغه ښه یاد کړي.

7. دکار دعملی کولو لپاره له وړاندې څخه پلان نه درلودل ، دا دانسان دژونددګډوډۍ اودوسائلو دابته کیدولامل ګرځي،یواځې په منظم پلان سره انسان کولای شي چې خپل هدفونه وټاکي اودوخت اووسائلو څخه په زړه پورې ګټه واخلي.

څنګه خپله ورځ تنظیموي؟

کله چې انسان دخپلو ورځنیو چاروپه تنظیم کې بریالی شي هغه کولاي شي چې دخپل ژوندپه تنظیمولوکې هم برې ومومي.

ډیر خلک دي چې خپله ورځ بې پروګرامه او بې هدفه تیروي، اوله دې امله له ډول ډول ستړیاواوکړاونو سره مخامخ کیږي.

قدرمنه : زه غواړم چې تاسره دورځې په تنظیمولوکې دځینو لارښونو په وړاندې کولو سره مرسته وکړم هیله ده چې عملي بڼه ورکړي:

1. دورځنیو چارویو لیست دشپې څخه اویاګهیځ جوړکړه اوله ځان سره یې په جیب کې وساته، دهرکارله سرته رسولو وروسته پرې کرښه راکش کړه.
2. دیادښت لپاره په لنډو الفاظوسره خپل کارونه په پاڼه ولیکه.
3. دهر کار لپاره مناسب وخت ، دپیل او پای ټکې وټاکه.
4. خپلې چارې په جغرافیائی لحاظ سره وویشه, چې په یو ځای کې دڅوکارونوکول درته شوني شي، اودوخت سپما هم وشي.
5. خپل لیست داسی ترتیب کړه چې دچاروزیادت او کمښت پکې داړتیا په وخت کې شوني وي.
6. دبیړنیوچارولپاره څه وخت په نظر کې هم ونیسه، لکه نابللی میلمه،دماشوم ناڅاپی ناروغي ،دموټر عوارض او داسی نور.
7. دلویو چاروترڅنګ خالي وختونه دکوچنیو چارولپاره په کار واچوه, لکه ډاکټرته دانتظار په وخت کتاب لوستل، لیک لیکل او یا دتیلیفون پواسطه څه چارې سرته رسول.
8. کله چې ورځنۍ چارې ستا په واک کې وي داسی متنوع لیست یې جوړکړه چې زړه تنګې پکې پیدانشي، لکه: شخصي ،کورنۍ اوبهرنۍچارې.
9. دورځني پروګرام یوه برخه دخپلو لویو پروژو لپاره تخصیص کړه،لکه خپل علم او ثقافت زیاتول ، دراتلونکې لپاره تفکیر او غورکول.
10. دریغه چې دخپلو ورځنیو پروګرامونو لپاره یوه فورمه جوړه کړي او له لیکلو وروسته دهرې ورځې فورمه په بیله دوسیه کې خوندي کړې.

*****

دريم څپرکی

منظم ژوند هغه دی چې په پلان ولاړ وي:

دمخه مودې ته اشاره وکړه چې پلان دښه ژوند لپاره لومړې شرط اودګډوډۍ مخه نیونکې دي.

دپلان لپاره خپل شرائط، ضوابط او اساسات دي چې اوسنیو لیکوالانو پکې ډېر تفصیل ورکړي دي،مګرزه کوښښ کوم چې دهغې څخه اسانه او لنډ اساسات چې انسان تری استفاده کولای شي او په هر حال کې ځان ورسره عیارولې شي یادونه وکړم:

1. باید چې د مهم کار لپاره دپلان ګذارۍپرمهال په ذهني، بدني او نفسیاتي لحاظ سره سالم،معتدل مزاجه،قرار او هیله مند یې،ځکه پلان ستا ټول ذهني ځواک ته په تفکیر یادښت او تصورکې اړتیا لري.

داپه عادی حالت کې مګر په بیړنیو حالاتوکې بیا هماغسی مناسب تصرف پکار دی ،ځکه دهر حالت لپاره خپل احکام دی.

2. دموجوده حالاتو او دراتلونکي پروژې په هکله بشپړ معلومات راټولول، ځکه دپروژې کامیابې دحالاتو له څرنګوالي سره مستقیم تړاو لري،او همدارنګه دپروژی په اړوند تفصیلي معلومات لکه موخې،وسائل، ګټې او اړتیاوې لاس ته راوړل پکار دي.
3. دخپلې پروژې لپاره موخې ټاکل،پداسې ترتیب سره چې عملي کول یې ممکن او داړتیا په مهال بدلون هم منلاي شي،پوره څرګنداو دواقعیتونو سره برابر وي.
4. دهغومادي او بشري وسائلواوامکانیاتو بشپړه احصائیه چې دکار په عملي کولوکې ورته اړتیاده، دهغوشتون اونشتوالې په نښه کول،اوداچې غیرموجود څنګه لاس ته راتلاي شي؟

داټول باید په منځومي کچ وي، چې له اسراف او شومتیاڅخه لري وي،اوحلالوالی یې هرومروپه نظر کې ونیول شي.

5. دپروسی دعملي کولو وخت او ځای بایدپه څرګنده او دقیقه توګه ټاکل شوي وي، دژوند دهر کار لپاره وخت او ځای ځانګړې ارزښت لري چې پرته له دې څخه یوکار هم شونې ندي،له همدې کبله باید چې وخت او ځای اودموجوده وسائلونقش اودهرې برخې کار له وړاندي څخه وټاکل شي.
6. دپروسی دعملي کوونکي مشخص کول،که هغه په نامه وی یا په صفت، یوکس وي اوکه ډله،نوبیاوکتل شی چې ددې کار لپاره په کې هغه صفات شته چې ددې کاردعملي کولو وړتیالری اوله عهدی څخه یې وتلای شي،ځکه دهرفن لپاره خپل خلک پکار وي،دتدریس لپاره تجربه وړتیا دسوداګرۍ لپاره چې څوک پکار وي توپیر لري،همدارنګه دکرهنې خلک او دهغوی صفات دنورو کسبونو څخه بیل وی .

دپروسې دعملي کولو دناکامۍ ځينې لاملونه:

*په دقيق ډول د ټولو اړتياواحصائيه نه اخيستل، او دکار په مهال بياداړتياوپوره کول دکار مخه نيسي،لکه چې ځوملګري يايوه کورنی ديوی ياڅو ورځو چکر لپاره دسيل ځای ته لاړشي،دخپلواړتياو ليست يې نوی ليکلی ، هغه ځای ته له رسيدو وروسته ورته معلومه شی چې څه شيان يې لږدي، نوپدې سره يې دوخت زياته برخه په تګ راتګ کې ولګېږي ،او له چکر څخه مناسبه استفاده ونکړای شي.

نوبايد چې دهرکار لپاره دمخکی نه ټول وسايل ددقيق ليست له مخې تيارکړي شي،اوبيا کار په ډاډسره پيل شي .

*دوسائلو داستعمال لپاره پراويزترتيب نه جوړول ، دتقديم اوتاخير په پايله کې کار دګډوډۍ اوناسمۍ سره مخ شي.

*په ګودام کې سامانونه په مناسب ځای کې نه کېښودل چې داړتيا په مهال يې راخيستل اسانه وي، لکه له چاسره چې دپخوانيوکتابونو کتابتون وي،مګرد نه تنظيم له کبله دهر کتاب لپاره ټول کتابتون لټوي چې ډيروخت پرې لګېږي.

*دپلان سختي او تنګي چې بدلون نه مني اودعملي کولو په وخت پرې پوهيدل او سم کار کول ستونزې راولاړوي.

*په پروسه بی باورې او لاشعوری ،چې کار کونکي پکې يواځې دآلاتو په څيرکارکوي اوظاهری بڼی ته يې ګوری،اودارزښت په هکله ورسره هيڅ احساس نه وي.

*دکارکونکي دناپوهۍلامله په ناقصه توګه کارکول.

*کار دبشپړيدو څخه دمخه نيمګړې پريښودل،او له پلان سره سم سرته نه رسول.

-7په پروسه دڅارونکي يادونه په پلان کې هم اړينه ده ، چه کار له پيل څخه ترپاي پورې په دقيقه توګه وڅارې ،اړين وسائل ورته برابر کړي، او دستونزې دپيداکيدو په مهال دحل کوښښ وکړی .

کيدای شي چې پلان جوړوونکي ،عملی کوونکي او څارونکي يوکس وي ياڅوکسان وي، او دوۍ هريو دځان لپاره مرستيالان ولري چې مرسته ورسره کوي.

-۸دکار دتقويم اوارزيابی او دهغه په هکله درپوټ طريقه،چې ترکومه حده دپلان او عملي کار ترمنځه توافق شته او دهرې برخې لپاره ټاکلي وخت مناسب ؤ که څنګه،او هغه معيارونه ټاکل چې دهغې پواسطه دکار کاميابي او ناکامي اندازه کيداي شي.

هغه معيارونه په څلورو شيانوولاړدی:

*د شوی کاراندازه.

*دشوی کار کیفیت.

*په شوی کارد مادی او بشری څواک دلګښت اندازه.

*په شوی کار دلګول شوی وخت اندازه،لکه چې په) ٪ ۳۰) کار باندی (۵۰٪) وخت او (۴۰٪)مبلغ مصرف شوی وي، داکار ناکام ګڼل کیږی باید چې دسمون لاريي ولټول شي .او همدارنګه هغه څوک چې دتقویم او رپوټ جوړولو دنده ورته سپارل کیږی وټاکل شی .

بريالي پلان هغه دي چې لاندی پوښتنو ته ځواب ووائي :

1. مونږ اوس چیرته یو؟
2. ولې ؟
3. چیرته باید اوسو ؟
4. څنګه ؟
5. څه وخت ؟
6. څوک به داکار وکړی ؟

دیوی کورنی لپاره دپلان جوړولو بیلګه:

1. دپلان موضوع، دکهول بودیجه.
2. دپلان موخه :

الف -دکورنی لګښت په داسی طريقه عيارول چې له عايداتو سره سمون ولری.

ب -لګښت ټولو اړتیاوته رسول.

ج -لګښت دلومړیتوب پربنسټ رونل.

-3دکورنی غړی(۱۰)

- ماشومان ۵
- شاګردان ۳
- میرمني۱
- سړی۱

-4د ابودیجه د ۳ میاشتو لپاره ده.

-5دبودیجی لپاره په لاس کې پیسی دیرش زره روپی.

-6دبودیجی دلګښتونو عناصر :

الف -:دا ړتیاؤ لپاره دبودیجی (۸۰٪)چې (۲۴۰۰۰) روپۍ کیږی په لاندی ډول ویشل شوي:

-۱دخوراک لپاره (۱۰۵۰۰ (،)۳۵٪) روپۍ.

-۲دڅښاک لپاره (۱۵۰۰(،)۵٪) روپۍ.

-۳دجامولپاره (۳۰۰۰(،)۱۰٪) روپۍ.

-۴ددرملني لپاره (۲۱۰۰) ٪ ۷ روپۍ.

-۵د کوردکرایې لپاره(۴۵۰۰(،)۱۵٪) روپۍ.

-۶دبریښنا، اوبو او گاز لپاره (۱۵۰۰) ۵٪ روپۍ.

-۷دمدارسو لپاره (۹۰۰) ۳٪ روپۍ.

ټول لګښت (۲۴۰۰۰) شوي چې دبودیجی۸۰ ٪ دی.

ب -:دبودیجی۲۰ ٪ چه (۶۰۰۰) روپۍ کیږی داضافی لګښتونو لپاره.

-۱دمیلمنو لپاره (۲۴۰۰(،)۸٪) روپۍ.

-۲د سوغاتونو لپاره (۱۲۰۰(،)۴٪)روپۍ.

-۳دتلیفون لپاره (۱۲۰۰(،)۴٪) روپۍ.

-۴دترانسپورت لپاره (۱۲۰۰(،)۴٪) روپۍ.

مجموعه(۶۰۰۰) روپۍ چې دبودیجی۲۰ ٪ کیږي.

-۷دالګښتونه باید دکور دمیرمني پواسطه وشي.

-۸ددې څارنه باید دکور مشر وکړي.

-۹دڅارني موده هر لس ورځې وي .

پدی پلان ځیني نیوکې چې دځینو چارو لپاره پکې پیسې ندی بیلی شوي:

-۱دخیریه کارنو لپاره .

-۲دبیړنیوچارولپاره .

-۳دکتابونو، کیستونو اوتعلیمی وسائلو لپاره.

نوېدی اساس پکار دی چي له پیل څخه پر پلان باندی غور وشي ترڅود پاتی شیانو لپاره پکي پیسی بیلی شي او یاهم ورته نور عایدات ولټول شي .

*****

څلورم څپرکی

له وخت څخه ښه ګټه اخیستل

دوختونو ابته کیدل او بې ځایه تیریدل هغه خطر ناکه ستونزه ده چي دنړۍ ډیر ملتونه او وګړی ورسره مخامخ دي ، دوخت ضیاع دژوند ضیاع ده ، هرشي که تیر شي بیا لاس ته راتلای شی مګر وخت هیڅکله بیا لاس ته نه راځي ،زیار او باسه چي لاندی کلمات تل یاد ولری او په لوی خط یې دځان په وړاندې ولیکې:

وخت نه زیربیږی ،نه اوږدیږی ،نه دریږی ،نه بیرته راګرځی ،بلکې تل پر مخ درومې.

)شاعروائي: تیر ساعت په مثال مړی دلحد دی *مړی چادی ژوندی کړی په ژړا.(

پدی پوه شه چي په ژوند کي دبریالیتوب لومړی شرط دوخت ښه اداره کول دي .

په حقیقت کي دوخت اداره دانسان په وس کې نده، ځکه وخت دالله تعالی په امر جریان لري، تل په حرکت کې دي . بلکي انسان کولای شی چي دکوښښ په پایله کې دوخت څخه ښه استفاده وکړی.

قرآن کریم، سنت نبوي، او بیا علماؤ، حکماؤ، او مجربو خلکو دوخت دابته کیدو دمخنیوی خبر داري ورکړي دي.

دژوند هغه مهم عناصر چي وخت پری ویشل کیږي دا دي:

1. اړتیاوې : (هغه چارې چي له هغې څخه پرته ژوند نه کیږی او یا سختیږی) ،لکه :ددندو اداءکول – خوراک – څښاک – خوب – علاج او نکاح کول دي.
2. اړیکي : چي هغه دکورنۍ ،خپلوانو – ملګرو او ګاونډیانوسره دي.
3. استراحت تفریح اونوښت لکه :لیکل -لوستل -سپورت، چکر او نوافل اداءکول.
4. بیرني حالات: لکه : مناسبتونه - پیښي اوستونزي.
5. دورځني ژوند لپاره کارکول چي لګښت ترې لاس ته راوړل کیږي :لکه :دنده،سوداګري، کرهنه او داسی نور کارونه،دهغي لپاره ځانګړي کړی شوي وختونه یا خو ګټور او یا ضائع ګڼل کیږی .

ددی هرټکي شرح کول اوږد بحث غواړی ،مونږ یواځې په پورته لنډیزونوبس والي کوو.

دوخت سره دچلن لاربښوني:

1. کوښښ وکړه چي خپل اړین شیان دیوځای نه په یو وخت کي په ډیر شمیر کي واخلي ترڅو بیا بیا اخیستلو ته اړ نه شي، لکه دمدارسو ، علاج او چکر اړتیا وی.

2. د امکان په صورت کې خپل وظیفوي کار په لاندې برخووویشه:

لومړی:- څه وخت دخپلو مسؤلینو او مامورینو دملاقات او لیدنې لپاره، او له هغوئ سره دکار په هکله خبرې اترې کول.

دوهم -:دفتر ته دراتلونکو خلکو او مراجعینو عریضو او شکایتونوته غوږ نیول.

دریم -:دفترې کارونه سرته رسول, هغه چې باید په همدې ورځ پای ته ورسیږي.

څلورم -:راغلو تلیفوني مکالموته ځواب ویل . تیلفون یوه اړینه وسیله ده باید چې دکار لپاره وکارول شی او دوختونودقتلولووسیله ونه ګرځی.

3. کوښښ وکړه چې ستالیدنه خلکوته او دهغوی تاته دېخواني موعد پر بنسټ او داړتیا په اندازه وي، او په هرحال ترینه ګټه واخیستل شي.
4. دسفراوانتقال لپاره دداسې وسائلو څخه کار واخله چې دوخت مال او ځواک سپماپکې وي،که کولای شې چې سفر په داسې وخت او لاره وکړې چې ګڼه ګوڼه پکې نه وی ډیره ښه ده ، په الوتکه ، ریل او موټر کې دسفر په مهال که څه کارکولای شی ښه به وي،او که نه نو دخوب او استراحت لپاره یې وکاروه،ددې لپاره چې دسفر په پای کې خپل کار ته چمتو یې .

زیار او باسه چې دسفر لپاره کافي وخت وړاندې ځای نیونه وکړې په خاصه توګه دمناسباتواو ګڼې ګوڼې په وختونو کې لکه رخصتۍ اواخترونه.

5. دبیړني انتظار وختونه لکه ترافیکي اشارې ،ډاکټر، میلمنو ته دانتظار او دبل په کورکې دمیلمستیا په وخت کې ډوډۍ ته دانتظار په مهال ډیر وختونه ابته کیږي،ددې ستونزې دمخنیوې لپاره زیار او باسه چې دهر څه لپاره مخکیني موعد ولرې پابندې پرې وکړې او خالي وختونه ورته خوښ کړي، دګڼې ګوڼې نه خالی لیاری ورته استعمال کړي، نورو خلکو ته هم خپل وار ته دانتظار لاربښونه وکړی،او دانتظار دوختونو څخه په لیکلو لوستلو ذکراو فکر کې استفاده وکړي.
6. دخپل ثقافت لوړولو او دروحانیت لپاره هم څه وخت ځانګړي کړه, لکه لیکل لوستل، کورسونه تعقیبول ،اعتکاف ، نفلي روژې او داسې نور.
7. دتفریح او چکر لپاره هم دخپل پروګرام څه وخت ورکړه، داوخت ابته مه ګڼه, بلکې دادځان د هوسایني ارامی اوراتلونکو کارونو لپاره دتیارۍ ښه وسیله ده.
8. داعبارت چې (ارجعو هوأزکی لکم (وګرځئ هغه ستا سې لپاره ښه اوپاکیزه ګې ده، اود) نه (کلمه په یاد ولره، کله چې نا پوهه انسانان غواړی قیمتي وختونه موابته کړي.
9. دتفریح دوسائلو او آلاتو په استعمال کې ډیراحتیاط وکړه او دقیمتی ژوند وختونه دابته کیدو څخه وساته ،دخپلوکوچنیانو او دکورغړوته دژونددترتیب دوخت نه ګټې اخیستلو او دمسؤلیت داحساس لاربښونه وکړه اوپدې یې روږدې کړه.
10. دکیلی ګانو لپاره په کور کې یوه کڅوړه چې دکوچنیانو دلاسونو نه لرې وي اوستا رسیدل ورته اسانه وي کیږده،دجیب کیلی ګانې هم په ترتیب سره کیږده چې داړتیا په وخت کې یې راخیستل اسانه وي.

ټولې کیلی ګانی په یوکیلی بند کې مه اچوه، بلکې دهرې برخې کیلی ګانې په جدا کیلی بند کې واچوه، ترڅودې په لټولو وخت ابته نه شي، ډیر ځلې په لټولو وختونه ابته کیږی او کله کارونه بند پاتې شی او یا ورونه مات شي.

<u>څنګه دوخت دابته کیدومخنیوی کولای شي؟</u>

1. په یوه کوچنی کتابچه کي په ساعت، ورځ ،اونی میاشت اوکال کي خپل ابته شوي وختونه ولیکه، بیا وګوره چي څومره وخت دې ابته تیرشوي دي.

ابته شوي وختونه داسی ولیکه:

ساعت - ورځ - میاشت - دابته شوي وخت اندازه ، دهغه سبب - ځای اودچاسره.

2. خپل وختونه په چارو وویشه، بیا وګوره چي کوم کار زیات وخت نیسی،اوکوم کار ته لږ وخت رسیږي ،بیايې توازن برابر کړه،چي هرکار ته مناسب وخت ورکړشي.

داستراحت په مهال زیار او باسه چي دخپلې خوښی کارونه او فنون په نښه کړي، په بې ګټوچارودوختونو دضیاع احصائیه واخله،او دسمون لپاره کوښښ او مجاهده وکړه.

*****

پینځم څپرکي

<u>په خپل ځان قابواوباورلاس ته راوړل:</u>

<u>ستا په شخصیت اغیزمن لاملونه:</u>

1. شخصی لاملونه: چي داتر ټولو اغیزمن کنټل کیږي، داد انسان په زیارپوری نیغ په نیغه تړاولري،چي دځان دبدلون،تمدن اویا وروسته پاتی کیدو لپاره یې وکاروې ،هغه دادې :

عقائداودین،هڅوب او معلومات، خوي او ادب ، مهارت او تجربه، نفسي او بدني روغتیا،خارجی مظهر، دژوند تنظیم،فنون،هیلې او دراتلونکې لپاره زیارونه او هاند.

2. بهرني مادې لاملونه : لکه ، مال دولت، موټر،کور، کتابونه، خوراک، ورزش اودنده.
3. انسانی لاملونه :ددې نه مطلب دنورو سره اړیکې دې لکه واده، دخپلوانو سره اړیکی ،په کارکې دملګرو اوګاونډیانو سره اړیکي ،ټولنیز مقام ، په سفراو بازار کي عارضې اړیکې او داسی نور.
4. پیښي: لکه ناروغی ،ترافیکي پیښي،ټولنیزې ستونزی،عسکری جنګونه،اقتصادی افتونه، پنځیزې پیښي لکه زلزلې اوسیلابونه.

داپیښي دردونکي او یاهم خوشحالونکي وي، غوښتونکي او یا نا غوښتونکي وي.

ددې لاملونواغیزپه نفسیاتواو شخصیت ښه یاناوړه وي .انسان کولاي شي چي دشخصیت دتجزیې اومطالعې لپاره یوه فورمه جوړه کړي دالاملونه اوددې ښه اوناوړه اغیزې پکې ولیکي,اوپه خپل شخصیت کي دکمزوری او ځواک ټکي په نښه کړي.

*****

<u>دخپل شخصیت اداره کول:</u>

په ژوند کې دبریالیتوب لومړی شرط دځان اداره او دخپل نفس سره په ښه توګه چلن کول دي ،هغه څوک چې دځان په قابواو اداره کې ناکام شي، هغه غالباً ددنیاوي او أخروي ناکامۍ سره مخامخ کيږي.

الله تعالی فرمائي (إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ.(...د الرعد سورت،۱۱آیت.

الله تعالی په یوقوم کې بدلون نه راولي ترڅوچې هغوی په خپلوځانونوکې بدلون نه وي راوستي .

دابدلون کله ښه اړخ ته اوکله هم ناوړه اړخ ته وي.

کله مونږ ته داسی ښکاري چې ځیني خلک دځان په قابوکې له ناکامۍ سره سره بریالي دي خودایووهم او غلطه خبره ده،ښکاره یوڅه او د پردې ترشابل څه دي،او دلږتکان په پایله کې بیا حقیقت ښکاره شي او دبریالیتوب هیڅ نښه نه وي، بلکې بدمرغي،پریشاني اوذلت ورسره مل وي که څه هم لږه موده د زړه وړونکو منصبونو،علیشانو وسایلو اودلوی دولت څښتنان وي.

محترم لو ستونکیه، تاته ځیني هغه قواعد اوضوابط وړاندی کوم، که انسان یې په خپل ژوندکې عملي کړي واقعاً هغه ته دځان قابوویلاي شي:

1. دالله تعالی دحقونو ورکړه او له هغه څخه په هرڅه کې مرسته وغواړه) إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ (یا الله ستا عبادت کوواوله تا څخه مرسته غواړو، ځکه که انسان له الله تعالی سره خپلې اړیکې جوړي کړي الله تعالی به ورته دژوند ټول کارونه جوړ کړي.

که انسان خپل پالونکي دراحت په وخت کې وپیژني ،هغه به یې دسختۍ په وخت کې مرسته وکړي.

)احفظ الله یحفظك (حدیث.

ته الله تعالی وساته هغه به تاوساتي،یعنی دهغه اطاعت او بنده ګي په صداقت اوایما نداری سره وکړه،هغه به دې دهرې ستونزې په وخت کې مرسته وکړي .

او چاچې دالله تعالی حقونه ابته کړل هغه دنوروحقونه هم ابته کوی . په هغه هیڅ باور نشي کیدای .

)نَسُوا اللَّهَ فَنَسِيَهُمْ (...د التوبة سورت،۶۷آیت.

دوی الله تعالی هیرکړ نوهغه هم دوی هیرکړل.

یوالله بښلی شخص خنګه ښه ویلی دی : په زړه کې ګډوډی دالله تعالی خواته توجه یې راټولوي ،یواځیوالي پکې دي چې له هغه سره نزدیکت یې ختموي ،خفګان پکې دي چې له هغه سره داشنایي اوربښتینی چلن خوشحالي یې له منځه وړي.

ناکراري پکي ده چي هغه ته پناه وروړل يي اراموي ،فقيري پکي ده چي يواځي دهغه محبت ذکر اواخلاص يي درمل دی ،که ټوله دنيا اوڅه چي پکي دي ورکړی شي هيڅکله به دا بې وزلي اوارتوب له منځه لاړ نشي .

ته له الله تعالى سره اوسه هغه به له تاسره وي,او هيڅکله به دې هاند بې ځايه نه وړی إن شاء الله.

2. خپل فکر په هيله ډک کړه او دالله په امر دبرياليتوب هيله ولره، او تل دخوشحالی زيرې په خپل فکراوحس مسلط ساته) بشروا ولا تنفروا (حديث.

زيری ورکړئ دوی ته او کرکجن کوه يي مه.

3. ځان پدې روږدې کړه چې دهرکارهدفونه اوموخې دې عالي او روښانه وي، لکه څنګه چي دمخه تيرشو.
4. خپل ځان دژوند دهرکار لپاره په منظم پلان جوړولو مکلف کړه،او کوښښ وکړه چي په چاروکې دګډوډی او بې نظمی مخه ونيسي .زيار دې منظم کړه او دځرګندهدف لورته پام واړوه او هدف ته درسيدو په لاره کي له بې نظمی نه ځان وژغوره.
5. هدف ته درسيدو پروګرام دې په عملي ډګر کې پلې کړه دبی کاری او سستی نه ډډه وکړه، وروسته پدی اړه زيات تفصيل راځی.
6. دخپل وخت دابته کيدو څخه ځان وساته،دهغه ضياع دژوند ضياع ده،کوښښ وکړه چي هره ورځ دخپل هدف لورته قدم واخلي ،څوک چي په لاره ځي هرومرورسيږی.
7. خپل کارونه دی دژمنوپه ليکلو اوپر هغوی باندی په پابندی منظم کړه او دمراعات هانديي وکړه.

او همدارنګه په خپل کور،کتابتون او موټرکې دې ټول شيان داسی ترتيب او تنظيم کړه چي استعمال يي درته اسان وي.

8. له مهمو چاروڅخه دسا تيری او لوبولورته دخپل ځان دتينتي واګي راټينګې کړه.
9. په ياد ولره چي کارونه دوختونو څخه زيات دي، زيار او باسه چي په کوچنيو اوبې ارزښته کارونوکې يي تيرنه کړي بلکې هر وخت ستروااورزښتناکوکارونوته لومړيتوب ورکوه.
10. دخيرپه چاروکې بيره او هڅه خپل شعار وګرځوه . څه چي تير شو بيرته نه راځي ،ژوندوړاندې ځغل اوسيالي ده،انتظار اولټی ته پکي ځای نشته.
11. که په خپلو عادتونو کې دې دخپل پرمختګ خنډ وليد هغه درمل او دمنځه يوسه، عادتونو ته په ځان قابو مه ورکوه،يواځي دګټورشي اوحق پلوې کوه. روږديوالي دې ته وايي چي انسان يي بې فکره اوبې تکلفه هروخت تکراروي ،عادتونه لاس ته راوړل کيږي ، نوددې لپاره يي بدلون داړتيا په مهال شوني دي،دټينګ تصميم په توسه ډيرڅه اسانيدای شي.

انسان کولاي شي چي په ښواوګټوروچاروايااهم په فساد بې کاری اولټی خپل ځان روږدې کړي,اوخپل عادت يي وګرځوي.

12. خپل عقايد اوايډ يالوژي دهرڅه نه اړرښتناکه او هرکار دهغې په چورليځ وڅرخوه،اوکه داسی دی ونه کړل-العياذبالله- نوزردي چي ځان درته سپک او بې معنابښکاره شي،که څه هم نور خلک دی درناوې او ستاينه هم وکړي.

13. دحق لټون دې نصب العين وګرځوه،له منافقت څخه په هر څه کې ځان وساته،په صداقت او ادب سره دحق ويلو زياراو باسه . په دوولاروکې دحق او باطل ترمنځ دپريکړې کولوځواک ځان کې پيدا کړه .

14. دخپلوچارو پايلې په ميرانه، صبر، ثبات، حوصله او مسؤليت سره قبولې کړه، دمصيبت اجر دالله څخه وغواړه،پدې پوه شه چې هرڅه دالله له پلوه دې ،برخليکونه ليکل شوې،قلمونه پورته شوې اوصحيفې وچې شوې دې . له ډير شکايت او غصې څخه ځان وژغوره دادکمزوروروګړو صفات دې ، صابرانوته الله بې حسابه اجر ورکوې.

)إِنَّمَا يُوَفَّى الصَّابِرُونَ أَجْرَهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ (د الزمرسورت، ١٠آيت.

الله تعالی صبرکوونکوته بې حسابه اجرورکوي.

15. خپل شخصيت دې دهيندارې په څير مه روښانه کوه چې دننه ترينه هرڅه هرچاته ښکاره وې ،په ژوند کې ډير بې کاره اومضر خلک شته،دخپل ځان ورونه دې مضبوط کړه،په مناسب وخت کې يې دمناسب ساعت لپاره،په مناسبه اندازه،او مناسبو خلکو ته خلاصوه،او داړتياپه مهال يې بيرته بندوه.

ددې تقاضاداده چې خپل ځان داسرارو په ساتنه روږدې کړې اوهرچاته دخپلو افکارو او اسرارو دښکاره کولو څخه ډډه وکړی.

په سختو حالاتو کې په خپل ځان قابوولره، خبرې په احتياط وکړه،لنډه داچې هرڅه ته ښه فکر اوسوچ وکړه.

16. د رسول الله صلی الله عليه وسلم- څوک چې په بشري ټولنه کې ترټولو دلوړ مقام څښتن دې -سيرت دخپلې لارې مشال وګرځوه، دژوند په هراړخ کې چې اړتياوې دهغه د پاک سيرت په چوکاټ کې ورته حل شته،نوددې لپاره تل د نبوي سيرت مطالعه اودهغه دژوند دطريقو لټون وکړه.
17. له زياتې پرته تل دخوشحالی اوټوکوټکالو مزاج ولره، کله چې ستونزې راشي ورته مسکې شه، دغم او قهر څخه ځان وساته، دادواړه انسان هلاکوي،بدن ستړي کوي او فکر خراپوي.
18. دډيروخيالونواووهمی سوچونواوناهيلوڅخه ځان وساته،منځومی لاره ونيسه، چې خيال او حقيقت پکې ګډشوي وي، عاطفه په عقل قابو کړه او دعقل وړانګې دعاطفې په لمبو رڼاکړه، خيالونه دواقعيت او حقيقت تابع کړه،دخيالونو په رڼا اوپلوشوکې حقيقت ته ځان ورسوه.
19. له غيری ضروری شيانو څخه ځان وساته،خپلو هدفونوته درسيدو لپاره اړين شيان واخله،اوړې دې مه درنوه) ځان شډل اموخته کړه نعمتونه ډير دوام نلری) څوک چې دخپلو خواهشاتو غلامي کوی هغه ته يې پريښودل مشکل وی اوتل دکمزوری ارادی او ټيټ همت څښتن وي.
20. په پای کې پوه شه چې په هرانسان کې دځواکمنتيا او کمزورۍ صفات شته،ته پخپله له نوروڅخه خپل ځان ښه پيژنې که دعناد کبر او ناپوهی څخه کار وانخلی ،عاقل هغه دی چې دځواک په صفاتو ترکيز وکړی او دکمزورۍ له صفاتو څخه ځان لری کړي.

ډيرې ښائسته او سترګې بريښوونکې ملغلرې دسمندرونوپه تل کې ارامی پرتې دي، اوډير ښکلې ګلان ددښتو او ميرو په منځ کې خپل زړه وړونکی بوی ابته کوی،که داوا هغه کشف شی څومره لويه ګټه به تری واخيستل شي.

*****

خپل ځان څنگه قابوکولي شي؟

انسان ته ډیر سخت کار دخپل نفس سره جهاد او ناوړه عادتونه بدلول او په ځای یې ښه اخلاق، نیک عادتونه او ښه صفتونه پیداکول دي.

الله تعالی فرمائي: (وَمَنْ يُوقَ شُحَّ نَفْسِهِ فَأُوْلَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ (د الحشرسورت،۹آیت.

هغه څوک چې ځان دبخل څخه وژغوري،هغوی بریالي دی.

رسول الله صلی الله علیه وسلم فرمایلي دي: قوی دی ته نه وایي چې پهلوان وي بلکې قوي هغه دی چې دغصې او قهر په وخت کې خپل ځان اداره او قابوکړي.

شاعر وائي: که سختي نه وای نوټول خلک به دعزت والا ؤ -ورکړه دبي وزلی او شجاعت دوژني احساس پیدا کوي . یعنی خلک دسخاوت او شجاعت څخه دبی وزلی او مرگ دویری ډډه کوی .

دانسان هر شخصي سلو ک او اخلاقي وضعیت هرومرونفسي انگیزه لري، ددې لپاره چې انسان خپل سلوک، اخلاق او کړني قابو کړي- باید چې لومړې نفسي انگیزو ته پام واړوې او دسمون کوښښ یې وکړي.

او که غواړی دښواخلاقواونیکو صفاتوڅښتن شي نو باید چې خپلې نفسي غوښتني او انگیزې اصلاح او دخپلو هدفونو خواته یې وهڅوې ،داپه ربښتیا یوسخت او دروندکار دې ځکه چې داخپل نفسي ،سلوکي او اخلاقي جوړښتونه بدلول دی،نفس تل دواقعیت دبدلون سره مقابله کوی،او کله چې داواقعیت دعقیدې،فکراو یا قلبي اوبدني لذت او یامنل شوي عادتونو سره ټراو ولری،نوددی لپاره باید هغه بنسټونه چې دغه اخلاق ، سلوک او عادتونه پری ولاړوي بدل شي.

په کوښښ،جهاد،تینگار او دعقلي قناعتونو په بدلون او پرله پسې کارکولو سره کولای شو چې دخپل نفس واگې په لاس کې واخلو،اوکوم پلوته چې غواړو هماغسې یې په اسانی سره سوق او توجیه کړو.

یو عالم وایي: ماخپل نفس دالله خواته سوق کاؤاو هغه ژړل ان تردی چې اوس هغه خواته په خندا او خوشحالی درومي .

په خپل ځان دې خپله داخلي څارنه وگوماره چې داخلاقو سلوکیاتو اوعادتونو څارنه دې وکړي،) له خپلو ځانونو سره حساب وکړی مخکې لدې چې حساب درسره وشی او خپل عملونه وتلی مخکې لدې چې هغه وتلل شي. (

ځیني هغه حالات چې انسان یکې دخپل ځان قابو له لاسه ورکوي په لاندی ډول دي:

دانسان لپاره په ژوندکې ډیره ستره ستونزه خپل ځان دقابو نه وتل، په نفسي غوښتنو اوخواهشاتو پسې تلل او عقل دهغوی تابع کول دي.

زه ددی لپاره څوبیلگې یادول غواړم چې ځان ترې وساتي ،اوبیاله دې حالاتوسره دمبارزې او مقاومت یادونه کوم:

1. دکارونوپه اجراء کې ځنډ اودخپل وخت نه وروسته کول، راحت، سکون او بی کارې ښه گڼل.

2. هرکارته داقدام په وخت کې دشک او تردد په نظر کتل ، ترڅوچې بریالیتوب یقیني نه وی کارته دناکامۍ دویرې اقدام نه کول.
3. نیوکه نه منل،په کوچنی خبره اوکار غصه کول، کله چې په غصه شي هرڅه ورانول دهیڅ مراعات نه کول او دهیڅ ډول زیان پروا نه لرل.
4. دکار په وخت کې عصبي ناارامي او ښه پاملرنه نه لرل.
5. په ځان کار زیاتول چې دبې انډولۍ ،خفګان او ګډوډۍ سبب ګرځيږي.
6. په خپل ځان دهیڅ ډول کارکولو باورنه لرل.
7. دستړیاو زړه تنګی په سبب کار ترپایه نه رسول.

دتیرو نیمګړتیاو اوستونزو -چې ډیر خلک ورسره لاس په ګریوان دی- ځیني حلونه:

<u>څنګه کولای شی چې په ژوندکې دمنفي اړخونو او دچارود ځنډ مخه ونیسې؟</u>

1. په کافي اندازه خوب وکړه چې اسراف پکې نه وي، ښه به داوي چې دوخته په اوداسه ویده شي.
2. ګهیځ وختي پاڅیږه په بستره کې په یوه ډډه اوبله ډډه داوړیدوراواوړیدو څخه ډډه وکړه.
3. دسهار لمونځ په خپل وخت په جماعت سره پرې نږدې.
4. دسهار ذکرهیر نه کړې ،ځکه داستا دورځې دنیکمرغۍ کیلی ده.
5. خپل ورځنې پروګرام په ارامو اعصابو جوړکړه، او دریغه چې بیایې دنظر نه تیرکړې او په فقرو کې یې دفکر کولوڅخه لذت واخلې .
6. کوښښ وکړه چې پروګرام دې رنګارنګ وي،اوپه زړه پورې شیانو ته پکې ځای ورکړ شوي وي اودبریالیتوب چانس پکې ډیر وي، بیا په هماغه دپیل زیار او باسه.
7. دکورنه دوتلوپه مهال دعاء ووایه،که چیرې دې سفردسپرلۍ په وسیله ؤ دسفر دعا هم هیره نه کړي.اوبیا په خپل کار پیل وکړه.
8. هرڅوک چې دې په دې ورځ مخې ته راځي دموسکا په حالت کې پرې سلام واچوه.
9. زیار او باسه چې خپل کارونه په ښه بڼه وکړې،دورځې پروګرام دورځې ترپای پورې سرته ورسوې ترڅوچې سباته څه ورڅخه پاتې نه شي.
10. کورته دبیرته راستنیدو په مهال له خپلې میرمنې،کوچنیانو او نوروسره ملاعبه او ساتیرى وکړه ، څومره به ښه وي که څه سوغاتونه هم ورته راوړې،که چاپه دې ورځ کې څه بریالیتوب لاس ته راوړې وي مکافات یې ورکړه، او که چاکمزورې ښودلې وي تشویق یې کړه او دمشکل په حل کې ورسره مرسته وکړه.
11. په خپل پروګرام کې داستراحت او چکر لپاره هم وخت ورکړه که څه هم لږ وي.
12. خپلو خپلوانو، ګاونډیانو او ملګرو سره په ټولنیزو مناسباتوکې په مناسبه طریقه ګډون وکړه.

<u>دتردد او ګډوډۍ مخنیوی:</u>

1. ژوند ته ښه په ځیر دزړه په سترګو وګوره او دایقین ولره چې په دنیاکې کمال نه شته، مګر هغه څه چې ښه والی یې په نیمګړتیا پورته وي دژوند هدف دي اودلاس ته راوړلوهڅه یې کیږي .دایو منل شوي حقیقت دي اوله دې پرته نور فکرونه هسې خیالونه دي چې حقیقت نلري.
2. داتل په یاد ولره چې ستا مسؤلیت او له تا څخه غوښتنه یواځې دکاراودموجوده وسائلو په کار اچول دي اوپایلې دالله تعالی په لاس کې دي.

3. دلویانو تاریخ مطالعه کړه دهغوئ په ژوند کې ځیرنه وکړه،دابه درته ځرګنده شي چې ټول بریالیتوبونه نه بلکې ناکامئ او نیمګړتیاوې هم ورسره مل دې.
4. په خپل ځان کې دځواک اوکمال صفتونه په نښه کړه, څودالله تعالی ځیني نعمتونه درته ځرګند شي او درته معلومه شي چې په تاکې دکمزورئ او نیمګړ تیا پرته ښه صفات هم شته.
5. هغه فعالیتونه رایاد کړه چې ښه بریالیتوب دې پکې لاس ته راوړې وي،او هرکله چې درته دناهیلئ او کمزورئ احساس کیدو هغه بریالیتوبونه رایادوه.
6. که چیرې لوړ مقام ته ځان رسول غواړې کاروکړه،او زیار اوباسه،دریدل او انتظار هدف ته درسیدو لاره نده.
7. خپل عقل په کار واچوه ، اوپدې کې فکر وکړه چې یا به کارکوې هرکار چې وي او یابه هیڅ نه کوې نوبیا وګوره چې په دواړو کې به کومه لاره ښه وي ؟ دریمه لاره دې مخکې نشته.
8. که کله هم په ځیني چاروکې د ناکامئ سره مخامخ شوې ،ووایه) قدرالله وماشاء فعل، إنا لله وإنا إليه راجعون، ولاحول ولاقوة إلابالله ,اللهم أجرنى فى مصيبتى واخلفنى خيراً منها.(

دهر مصیبت اجر دالله نه وغواړه،او دخپلو ګناهونو دبښني غوښتنه تری وکړه.

بیا په ډیرډاډ اوارامئ سره د ناکامئ په لاملونوکې غوروکړه، که چیرې دې د بل کاردپیل عزم نه وکړې،بیا دهماغه کار دکولوکوښښ وکړه.

دنیوکې سره چلن:

پدې کې شک نشته چې انسان دخپل ژوند په اوږدوکې دخوښواو ناخوښودریځونو،موافقواو مخالفو خلکو سره مخامخ کیږي،نیوکه دموخو او دوافعوداختلاف له امله مختلفې بڼې لري . چې دملګرې ،دښمن، نیږدې او لرې وګړو څخه صادریږې.

انسان ته پکار دې چې خپل ځان په زغم، لویه سینه، صبر او په وړو خبرو غصه نه کولو روږدی کړی ،او چې کله په غصه کیږي نوپکاردي خپل ځان په قابو کې وساتي ،که داسی ونه کړي دبل نه به مخکې ځانته زیان ورسوې ،دخلکو په زړونو کې به دځان سره کرکه پیداکړي،او دنورو درأی او فکر دازادئ دمخنیوې له امله به لوی ټولنیززیان رامنځ ته کړی .

نیوکه دوه ډوله ده:

<u>لومړی:-</u> تعمیري نیوکه :هغه ده چې شخصي سپکاوې او تجریح پکې نه وي، دکار په نیمګړو اړخونو مرکوزه وي دمبالغې څخه لري وي، او دنیمګړتیاو د لرې کولو ځرګندونه، اودښو اړخونوستاینه پکې شوي وي.

دتعمیري یا رغاوي نیوکې په وړاندې دریځ:

1. د تعمیري نیوکې لپاره مناسبه فضا برابرول او تشویقول.
2. په دې ډول نیوکې باندی خوشحالي او ورته هرکلې ویل،او لټون یې کول،) رحم الله من أهدى لناعيوبنا (پرهغه چا باندی دې الله رحم وکړي چې مونږ ته زمونږ نیمګړتیاوې راپه ګوته کوي.
3. ښه غورپکې کول پرته لدې چې د چا لخوا شوي ده.

4. هغه نیمګړتیاوې چې ناقد ورته اشاره کړی وي دلری کولو کوښښ کول اود غلطیوسمون.

دوهم -:مغرضانه اوویجاړونکې نیوکه : هغه ده چې په کار کې دنیمګړتیاو دنښه کولو پواسطه غواړي ټول کار له منځه یوسي،خنډان ورته پیداکړي او دوګړو سپکاوې او تجریح وکړي، دکاردښه کولو اویا دښواړخونو دستاینې هیڅ پروانلرې .

دناروا نیوکې په وړاندې دریځ:

1. دناروانیوکې دلاملونو دمعلومولو کوښښ کول، لکه کینه ، ځان ځانې ،دکار څخه ویره، غچ اخیستل او داسې نور.
2. که امکان لری ددې لاملونوله منځه وړلوکوښښ وشي.
3. دنیوکې دموخوپیژندل او ورسره داحسان چلن کول.
4. دنیوکې په ردولو ځان نه مشِغولول، یوائې خپله لار خپل اصول اودخپل حیثیت ساتلو لپاره اړین ګام اخیستل.
5. په غچ اخیستلو دځان له مصروفولو څخه ډډه کول.
6. دنیوکې څخه دکار په سمون کې ګټه اخیستل او نیمګړتیاوی لری کول.
7. دهرمصیبت اونیوکې له امله دتکلیف اجر دالله تعالی نه غوښتل.

انسان باید تل دالله تعالی دا قول په یاد ولری چې وائې (فَأَمَّا الزَّبَدُ فَيَذْهَبُ جُفَاءً وَأَمَّا مَا يَنفَعُ النَّاسَ فَيَمْكُثُ فِي الْأَرْضِ (د الرعد سورت،۱۷آیت.

ځګ او ناروا ختمیږې اوهغه څه چې خلکو ته ګټه رسوې په ځمکه تل پاتی وي هغه څه چې دالله لپاره وي تل ترتله وي اوهغه چې دنورو لپاره وي تلوونکې او پناه کیدونکې دي.

*****

شپږم څپرکی

دکار په مهال دذهني ګډوډۍ درملنه:

ذهني ګډوډۍ سره ډیر خلک مخامخ دي، دعمر دلوړیدو اود ژوند دستونزودزیاتیدوله امله دامسأله نوره هم زیاتیدایي شي .داستونزه انسانې ځواک چې عقل او فکر دي له منځه وړي .ددې ستونزې دحل لپاره باید لومړې ددې دلاملونو لټون وشي.

د ذهني ګډوډۍ ځیني لاملونه:

1. د کا ر له ځا ی څخه بهر -کورني ،اقتصادې یاتولنیزمشکلات لرل.
2. دویرونکې پیښې دراتلو ویره اوپه هغې کې سوچ کو ل.

3. روغتیا یې ستونزه لرل.
4. دډیرې خو شحا لوونکې پیښې تمه لرل.
5. په خیالونواوچرتونوکې د ډوبیدو عادت لرل.
6. دکار په ځاي کي د دا سي حا لاتو موجودیت چې بې راحتي پیداکوي، لکه بې نظمي ،تنګي ،ګرمي یا یخني ،شو، بد بوي،ولګه یا تنده، د کارناوړه ملګري اودمیلمنو زیاتوالي.

د کار په مهال کې د ذهني ګډوډۍ مخنیوی:

ددې ستونزې د مقا بلې او له مینځه وړلو لپاره ددقیق، اوږد، اوارام تمر ین اړتیا ده،لکه څنګه چې انسا ن دبدني روزنې لپاره ورزشي تمرینونه دډیرې مودې لپاره په منظم ډول سرته رسوي.

لدې وروسته انسان ددی جوګه کیدای شي چې خپل فکر اوذهن په کومه مو ضوع کې چې کله وغواړي سم په کار واچوي.

دذهني ترکیز لپاره ذهن ترډیروخته پورې دداسي اغیزولا ندي راوستل پکاردي چې ترڅوروږدې شي اودنوررواغیزو د تا ثیرڅخه وژغورل شي، هغه اغیزې له هغومعلوماتو څخه عبارت دې چې دپینځه ګوني حواسو څخه اخیستل کیږي) باصره -سامعه -لامسه-

ذا ئقه او شا مه -(وروسته بیا په ذهن کې د موجوده معلوماتواوتجربواو پیلامواوارزښتونوپه رڼا کې ترینه په منا سب ځاي اووخت کې کاراخیستل کیږي.

په ذهني ترکیزځان روږدې کول،په ژوند کې بې شماره ګټې لري،داروا پیژندني (علم النفس (یوعالم ویلی دي : نبوغ او عبقریت له ذهني ترکیزڅخه پرته بل څه ندي.

بل اروا پوه ویلي دي :دذهن ترکیزاوپاملرنه دنبوغ په لاره کې لومړې ګام دي.

دریم یې ویلي دي :ټوله پاملرنه خپل اړوندکار ته اړول اودهغه مشکل حل چې دغور لاندې دي اوکار دکیدواومشکل دحل وروسته په بشپړه توګه هیرول اوخپل ټول ذهني ځواک بیرته راګرځول په ژوند کې دبریا لیتوب لامل دي.

ځیني هغه افکاراولیاري چې دذهني ګډوډۍ په مخنیوي ،اویه خپل ځان کې د ذهني ترکیزلپاره مرسته کولاي شي:

1. هرهغه څه چې ذهن ګډوډوي او په فکر ناوړه اغیزه کوي له ځانه لرې کړه.
2. کوښښ وکړه چې دژوند په موجوده شیبوکې ژوند وکړي، تیراوراتلونکي هیرکړي،رسول الله صلی الله علیه وسلم فرمائي: (څوک چې دیوې ورځې مړۍ ولري په تن جوړاوپه امن کې وي داسي ده لکه چې ټوله نړۍ ورکړي شوي وي.(

شاعروائي) :څه چې تیرشوهغه هیرشو،راتلونکي نامعلومه دي تاته یواځې همداشیبې دي چې پکې اوسیږې).

3. دکارڅخه دستړیا په مهال لږوخت دمه وکړه،په مناسب ځاي کي چي هوا پکي چلیږي په شا څمله سترګي پټي کړه اودارام ژوره ساه څوځلي واخله،بیا په خپل کارپیل وکړه.
4. که دلتۍ احساس دي وکړځاي بدل کړه،لږحرکت وکړه، څه ورزشي تمرینونه اجراءکړه له څوشیبووروسته بیا کارته را وګرځه.
5. مخکي لدي چي فکراوکارپیل کړي ځان ته مناسب ارام اواستراحت ورکړه.
6. دولګي تندي اوخوراک څخه وروسته سم دلاسه په مهمو چاروکي دفکرکولو څخه ډډه وکړه.
7. دناروغۍ په حالت کي مناسبه درملنه وکړه، خو دزیات تشویش او ناارامۍ څخه ځان وژغوره.
8. دذهني پیاوړتیا ځیني ورزشونه په کار واچوه، چي ځیني یي په لاندي ډول دي:

*هغه چارې چي له تا څخه دفکر سوچ او پلان جوړوني ته اړتیا لري دارزښتونو پر بنسټ یي ترتیب کړه، په یوه پاڼه کي یي ولیکه او دځان سره یي وساته.

*چي کله دي فکر جوړ ؤ، زړه دي مطمئن ؤ، اوځاي هم ارام اومناسب ؤ، دپاڼي پرمخ لیکل شوي لومړۍ قضیه دغور لاندي ونیسه، سوچ اوفکر دي ښه په کار واچوه.

*په همدې قضیه کي هراړخیز ژورغوراوفکروکړه, نور هر څه هیر کړه، اوځینو پوښتنو ته ځوابونه پیداکړه:

1. ولي دا کار کول غواړم؟
2. کوم وخت ورته مناسب دي؟
3. په کوم ځاي کي به ښه وي؟
4. څنګه به پلي شي؟
5. څوک به یي وکړي؟
6. دچا په مرسته به یي وکړي؟

*پدي اړوند چي څومره معلومات په لاس درتلل په کوچنۍ پاڼه کي یي لنډیزولیکه.

*څه دي چي ولیکل ښه یي وګوره، بیا سترګي پټي کړه،او هغه لیکنه یادته راوله.

*پورتنۍ طریقه څوځلي په مختلفو وختونوکي تکرارکړه،که نورڅه دي په یاد شو هغه هم ورسره یوځای کړه.

*دمعلوماتو داپاڼه په مختلفو وختونوکي راوباسه پخپله یي وګوره،ملګرو ته یي واوروه،که وس یي درلوده پدي هکله ترې دنظریاتوغوښتنه وکړه.

*له دي وروسته نوي قضیي ته لاړشه اودهمدې تیرې قضیي په څیر کړنه ورسره وکړه.په پاي کي کوښښ وکړه چي افکاروته دي عملي جامه واغوندې.

9. د ذهني ترکیزلپاره نورتمرینونه:

*دخپلې خوښې دموضوع په باره کې یوپاوفکروکړه او زیاراوباسه چې هره ورځ دهغې په باره کې نوې څه یاد کړي، لکه آیت شریف، حدیث شریف، فقهي مسئله دکوم شخصیت تاریخچه اوداسې نور.

*هره ورځ دخپل کتابتون الماری ،یادپخلنځی الماری ،یادنړدې دکان الماری ته ودرېږه کېښودل شووشیانوته ښه په غوروګوره بیامخ واړوه، هغه څه چې دې لیدلي ؤ هغه ولیکه بیايې سره تطبیق کړه.

*ستا په وړاندې یوشي ته څوشیبې وګوره بیامخ واړوه،دبل چانه وغواړه چې دهغه په باره کې درځخه پوښتنې وکړي،ته به دیاد نه ځواب ورکوي.

*د۱۰۰ (نه تر)۱ (پوري عددونه سرچپه وشماره،یو یوعدد، پدې ډول) ۱۰۰ -۹۹ - ۹۸ - ۹۷ ،)... ۹۶ - دوهم ځل دوه دوه عددونه وشماره) ۱۰۰ -۹۸ - ۹۶ -۹٤ ،(...دریم ځل دري دري عددونه وشماره) ۱۰۰ - ۹۷-۹٤ - ۹۱.(...

څلورم ځل څلور څلورعددونه.

پنځم ځل پنځه پنځه عددونه.

شپږم ځل شپږ شپږ عددونه.

اوم ځل اوه اوه عددونه.

اتم ځل اته اته عددونه.

نهم ځل نهه نهه عددونه وشماره.

دا تمرین هره ورځ تر یوې میا شتې پوري تکرار کړه.

*په یوه پاڼه کې د) ۱څخه تر ۱۰ (پوري عددونه داسې ولیکه:

-۱

-۲

-۳

-٤

-٥

۶-

۷-

۸-

۹-

۱۰-

بیا زیار اوباسه چي دهرعدد په مخکي یوه کلمه چي په زړه کي دي ګرځي ولیکي ،بیا دهجا دتورو څخه یو توري خوښ کړه، بیا دهرې کلمي مرادفه کلمه پیدا کړه چي معنا یي سره ورته وي او په غوره شوي حرف پیل شوي وي .تر څو چي دټولوعددونو په وړاندې کلمات او دهغي مرادفات ولیکې،پدې شرط چي غوره شوي حرف بدل نشي.

دا عمل څوځلي له نوروکلماتو او حروفو سره اجراء کړه.

د کارله خج څخه وروسته خپل توازن اواستقا مت بیا لاس ته راوړل:

انسان دمحدوداوټاکلي ځواک څښتن دي، نشي کولاي چي له هغه څخه زیات ځواک په کار واچوي او یا له هغه څخه زیات څه په غاړه وا خلي ،مګر ځیني خلک دفرصت نه داستفادي په نامه اویاد ډیرې لوړ همتی له امله دومره کا رونو ته اوږه ورکوي چي دوس اوځواک څخه بهر وي،نو له دې امله په خفګان،ګډوډی،ستړیا اوبې حوصله توب اخته کیږي.

عربی متل دی: (إن المنبت لا أرضاً قطع ولاظهراً أبقى.(

)دآس ډیرځغلونکې نه خومسافه لنډه کړه اونه یي دسپرلی لپاره څه پریښودل .(دا هغه ستونزه ده چي ډیرخلک ورسره مخامخ دې،په خاصه توګه دلوړ همت څښتنان.

ددې دحل لپاره څولاربښووني دادي:

1. خپل ایماني ځواک ته وده ورکړه،دایمان پواسطه انسان کولاي شي چي د ژوند سفر په سلا متیاسره ترسره کړي،دایمان دزیاتوالي دوسائلو دبحث ځاي داندي،مګر دومره ویل غواړم چي ایمان په اطاعت سره زیاتیږي اوپه ګناه سره کمزوري کیږي.
2. په ځان دوس څخه زیات بارمه اچوه، د پروګرام لپاره دې خپل وخت،وسائل اوحالات په نظر کې هرومرو ونیسه،که داسي دې ونه کړل په خپل کار دې دناکامی او په ځان دې دبد مرغی پریکړه وکړه.
3. زیاراوباسه چي خپل پروګرام دارزښت په بنسټ ترتیب کړي، داسي ونه شي چي غیری ضروري مخکې کړي، په نني متمدن ژوند کي دچارو زیاتوالي انسان حیرانوې چي په کوم یو پیل وکړي،مګرکه مهم یا هغه کار چي په وروسته کیدو دلاسه وځي مخکې شي هیڅکله به دګډوډی سره مخا مخ نه شي.
4. کوښښ وکړه چي په پروګرام کي تنوع راولي،ځکه یو کار سړي ستړي کوي او نشي کولاي چي ترډیر وخته پوري یي وکړي.

5. دخپل کار دجاج اخیستلو په مهال کي نیاومنه پریکړه وکړه،دځینو لوړ همتو په څیر یوائځي ناکامیو ته مه ګوره بلکي دبریالیتوبونواړخ ته زیاته پاملرنه وکړه او دالله تعالی شکر پر ځاي کړه،ځکه بې له دې انسان دمایوسی او ناهیلیسره مخا مخ کیږي اودا لویه ګناه ګڼل کیږی.

کوښش وکړه چي ځان ته دې هم حق ورکړي، دځان حق هیر نه کړي،بلکي دا دخپل پروګرام یوه برخه وشمیره هیڅکله یې دېریښودو فکر ونه کړي،دا حق په رخصتیو کي څرګندیږي چي خپل جسم ته سوکالي ورکړي،یو څه هوا خوري چکر او دځان دخوشحالولو لاملونه ولټوي ،همدا رنګه دغذا په بر خه کي هم پام پري وکړي،ځکه ځان دباروړونکي آس مثال لري چي بې خوراکه اوبي اوبو هیڅ نه شي کولاي، دهر کار له بریالیتوب وروسته دریغه ځان ته دي جائزه ورکړي، لکه رخصتي ،سوغات او داسي نور چي زړه پري خوشحا لیږي اودنورکارکولو لیوالتیا پکي پیدا کیږي.

ځنګه په ځان باورلاس ته راوړي؟

په ځان با ور لرل په ژوند کي دبریالیتوب لیار ده، خپل ځان کمزوري ګڼل، خپل وسائل کم ګڼل،او په کارکي دډاډ نشتوالي او ناهیلي دناکامی څخه بله پایله نه لري، دهمدي منفي فکر له امله ډیر استعدا دونه او وسائل چي ډیرڅه کولاي شی ابته او بې ګټي دلاسه وتلي دي.

تاته ځیني هغه ګامونه اولیاري په ګوته کوم چي په ژوند کي دمنفي فکرونو څخه دخپل ځان دژغورلو لپاره مرسته کولاي شي،دا منفي افکارپه اخلاقو، سلوک،عادت، دود اوخبروکي څرګندیږي، دلاندي نصائحوپه پلي کولوسره دخپلو اوږ‌و څخه دا دروند او ناوړه بار لري او دازادی ویسا اوډاډمنه فضاچي دښو هیلو څخه ډکه وي پیدا کولي او په رڼاکي یې خوشحاله ژوند تیره ولي شي.

1. په خپل ژوند کي ټول منفي أفکاراو صفات بې له زیادته په نښه کړه.
2. هر منفي فکر او صفت جلا کړه.
3. دهر یوه په هکله ژور فکر وکړه لامل او حقیقت یې وګوره هسي نه چي وهم او خیال وي.
4. که چیرې وهم او خیال وځان تري ازاد کړه،اوکه حقیقت ؤ لامل یې له منځه یوسه او اغیزیې څومره چي ممکن ؤ لري کړه.

پدی باید پوه شي چي څومره یو صفت دانسان په شخصیت کي ډیر ژور اوپوخ وي په هماغه اندازه یې دمنځه وړل هم ډیر وخت او زیار ګالل غواړي.

5. خپل فکر دې په ژور انداز سره په یوې مثبتي پیښي پوري وتړه،غور پکي وکړه، ښه، اواز او نور خوشحالوونکي حالات چي پکي ؤ ذهن ته راوله، چي کله موجوده کړکیچ درڅخه هیر شو او دخو شحالی هسکو څوکو ته ورسیدي - لاس یا پښي ته دي ځانګړی خوځښت ورکړه،یا الله اکبر - الحمدلله -لااله الاالله ووایه او ګوته ورسره پورته کړه دا پیښه کیدای شي دبریالیتوب ورځ ،دواده ورځ ،دتهجدو شپه دمسلمانانو په هکله دښه خبر اوریدل او یا دلومړي ځل لپاره بیت الله شریف اومسجد نبوی لیدل وي.
6. داکار څوځلي تکرار کړه ان تردې چي داپیښه ستا ترذهن پوري وتړل شي،چي ته کله هم هغه خوځښت یا اواز وکړي ذهن دي فوراً هما غه مثبت اړخ ته متوجه شي او اوسني حالت هیر کړي.
7. که هغه منفي افکارو دي بیاهم کله مخه نیوله فوراً سترګي پټي کړه دموجوده حالت نه ووځه په مخکي دې یوه لویه تخته چي په غټ اوځرګند لیک پري) <u>ودریږه (</u> لیکل شوي وی تصورکړه، پدې سره به دې ځان ترخپل قابو لاندي راوستي وي.

دې کلمې ته دڅه وخت لپاره په غوروګوره ان تر دې چې په تصور کې دې ددې نه پرته بل څه نه ښکاري.

8. ددې تختې شاته دشنوباغچو، روانو ویالو، ښکلو مارغانواو تازه هوا په تصور سره، په پټو سترګو ځان ته خوشحالي ورکړه.
9. بیاهغې مثبتې پیښې ته دهماغه ځانګړې خوځښت یا اواز په توسه لا ړ شه،تصور یې کړه تر څو دامنفي تفکرختم شي لکه څنګه چې په) ٥ (ماده کې یاد شو.
10. دلړې خوشحالی داحساس څخه وروسته بیرته خپل اصلي کار ته راوګرځه.
11. که کله بیا هم منفي فکر پیدا شو کارودروه او هماغه مثبت تصور پیل کړه.او په هغو یادګارونو کې لړ واوسیږه.
12. په هر څه او هر حالت کې الله ته پناه وړل مه هیروه ، هر څه له هغه سره دي خوشحالي،خفګان،بریالیتوب او ناکامې ،یواځې هغه ژړول اوخندول کولاي شي، په صدا قت سره توبه، استغفار ویل اودالله تعالی په ذکر سره زړونه ژوندي کېږي او خوشحالي مومي.

*****

اووم څپرکې

<u>د پریکړو کولو لیارې:</u>

په ژوند کې دبریالیتوب دمهمو سوبونه یو هم دژوندپه مختلفو اړخو نوکې په مناسب وخت کې مناسبې پریکړې کول دي، دا دځان سره اویا دنورو سره دچلن په ډګر کې وي، ډیر خلک داسې شته چې ښه کوښښ وکړي مګر کله چې دپریکړې وخت رارسیږي دناپوهی،کمزوری او تردد له امله په منا سب ګام اخیستلو کې پا تې راشي ، تیرکوښښونه او ګټورفرصتونه چې کیداي شي بیا تکرار نشي له لاسه ورکړي او ابته شي.

<u>په مناسب وخت کې د مناسبو پریکړو کولو لپاره څولارښوونې:</u>

1. دڅه په هکله چې پریکړه، یا دریځ غوره کول غواړي لومړی دهغه په اړوندبشپړ معلومات را ټول کړه،ځکه د نیمګړو یا ناسمو معلوماتو پر بنسټ پریکړه سمه نه وي ، اوناوړه پایلې دځان سره لري.

لکه چې د دولسم ټولګي فارغ غواړي دپوهنتون په پوهنځیوکې دیوه انتخاب وکړي خو نه پوهیږي چې کوم یو ورته مناسب دي، ددې لپاره باید دهرپوهنځي په هکله بشپړ معلومات راټول کړي چې څه ډول مضامین لری فا رغانو ته یې څه ډول دندې پیداکیداي شي، دټولنې په خدمت کې څه مرسته کولاې شي،اودده له ذوق سره برابر دی که نه ؟او دبرې چانس یې څومره دي؟

2. دمعلوماتودراټولولوڅخه وروسته دې وګورې چې کوم پوهنځې ورته وړدي.

که ورته ثابته شوه چې له پینځوڅخه ورته په دریوکې ددرس ویلو زمینه برابره ده که څه هم په پاتې دووکې یې داخله هم ناشونې نه ده.

3. بیادي دخپلولاس ته راوړو معلوماتو پربنسټ یو پوهنځي وټاکي ،ددې لپاره چي هغه ورته دنورونه ډیر مناسب دي .دمضامینو،وخت اومستقبل په لحاظ دنورونه ښه بریښي ،خپله پریکړه دې په ویساتوب سره وکړي،چي همدا پوهنځي وایم او ښه پایله به لاس ته راوړم..
4. که چیری حیران ؤ چي په دریو کي کوم خوښ کړي ؟ پریکړه یې نه شوه کولاي نو بیا دی شرعی استخاره او له اهل خبره خلکو سره مشوره وکړي . که څه هم دادوه کارونه په اسلام کي سنت،اوپه هر وخت کي ګټور دي.
5. چي کله یې پریکړه وکړه بیا دې دخپلي پریکړې دعملي کولو اقدام وکړي، ځکه له پریکړې وروسته دهغې عملي کول دتیرو ټولو کوښښونو پایله او ثمره ګڼل کیږي .په پورتني مثال کي باید شاګرد دغوره شوي پوهنځي لپاره خپل اسناداو نور کوایف برابر کړي، دازمویني ځای ،او وخت دې معلوم کړي،اودبریالیتوب وروسته دې په کرورلي هوډ درس پیل کړي.

*****

اتم څپرکی

دفکر په هکله څو خبری:

دانسان دهغوځانګړتیاوڅخه چي الله تعالی ورکړي دي یوه هم دفکر کولو ځواک دي،که انسان دا صفت په ښه توګه په کار واچوي،دبریالیتوب په زینه دپورته تګ وړکیداې شي،اوکه له دې صلاحیت څخه یې ګټه وانه خیستله ګویا ځان ته یې د نا کامۍلاملونه برابرکړل، ویلای شو چي کله ژوند دتفکیر څخه خالي شي بیا پکي بریالیتوب ناشوني شي.

تفکیر دمعلوماتو څخه دپایلولاس ته راوړولو نوم دي .زمونږ په وړاندې څومره اوازونه شکلونه چي دبهرنیو حواسو په توسه یې محسوسوو او همدارنګه زمونږ په دننه کي دذهن دلیاری موجود تصورات دتفکیر په توسه را ټولیږی پر تله او تلل کیږی-البته دایمان، عقائدو او ارزښتونو په رڼا کي - او په پایله کي دهدفونوپه ټاکلو او په ژبني ،سلو کي ،رواني او نورو غړو خپل اغیزغورځوی،یو انګلیسی فیلسوف وائي:ځیني خلک په کال کي یواځي دوه یا درې ځلي فکر کوي، فکر ښه او ناوړه صفتونه لري، ددې لپاره چي انسان خپل فکر له ناوړو صفاتو څخه وژغورې او تل دښه او نیک فکر خاوند شي باید دفکر ډولونه چي ښه او ناوړه دواړه پکي وي وپیژني.

دفکر ډولونه:

1. تولیدي فکر چي اجتهادي هم ورته ویل کیږی: دا هغه فکر دي چي نوښتونه اواختراعات کوی،په ژوندکي نوښت پیداکوی ،بریالۍ پروژې طرحه کوي او په مناسب وخت کي مناسبې پریکړې کوي،دخاورو څخه زراود بحر څخه دملغلرودراویستلووس او همت لری.
2. انتقادي فکر :دا هغه فکر دي چي په هر کار کي نیمګړتیاوې اوغلطۍ په ګوته کولاي شي که څه هم دسمون لپاره ورسره څه نوي.
3. استیعابي اوراټولونکي فکر :هغه دی چي دنورو په نوښتونو اواختراعاتوښه پوهیدای شي، ګټه تری اخیستلای شي خو پخپله دایجاد اواختراع ځواک نه لري.

4. غامض او نامعلومه فکر :هغه دي چي دچارو ادراک په سم ډول نشي کولای هر څه ورته بدل او نا شوني ښکاري . ان تردې چي دخپل چاپېریال په هکله هم د فکر کولو وس نه لری ،کمزوري او بې هدفه ښکاری دزړه خواله هم نشي کولاي.
5. شکي فکر :هغه دي چي هر څوک اوهر کار ورته بلا او دسیسه ښکارې ،پر هرکار او هر شخص نیوکي کوي، دهیچاسره جوړه او انسجام نه لري،په هیڅ کار او زیارکي ورته ګټه نه ښکاری.
6. دمبالغي فکر :هغه دي چي هرڅه دخپل حقیقي وزن اوحجم څخه زیات او غټ وینی،په ښو او بدو دواړوکي یې مبالغه او زیاتونه عادت وي،دډېرې نه غراو دمیږې نه فیل جوړوي، هر څه یې حیرانونکي وي،مګرکله چي حقیقت ښکاره شي هرڅه بل ډول وي.
7. سرسرې فکر :هغه دی چي یوائې ظاهرې شیان ګوري دحقایقودلټولو کوښښ نه کوي،هرڅه ورته عادې ښکاری. لکه چي دچا په ظاهرې لباس او موټر پریکړه وکړي پرته له دې چي دهغه دیانت ،اخلاق، تعلیم او هڅوب ورته معلوم شي.
8. ځان پالونکي فکر :هغه دي چي هر څه خپل ځانته منسوبوې ،دامي وکړه او دامي وکړه، سره له دې چي هیڅ به یې هم نه وي کړي، او نه یې کولاي شي -تل په دروغو چلیږې داسی دروغ چي درښتیا یوه خبره هم پکي نه وي، دډیرو دروغو له امله له الله تعالي سره دروغجن ولیکل شي، دا ډول خلک اکثره بیکاره دځان اونو رو سره تل په چل کي وي، دډیرو دروغو نه ورته خپل دروغ رښتیا ښکاري.
9. تحلیلي فکر :هغه دی چي هر شي دغور لاندی نیسي له حقیقت، لاملونو،مقدماتو،پایلو او هدفونو څخه ځان یې خبروي، په مناسب وخت کي دهغه په هکله دمناسبی پریکړې کوښښ کوي او دخپل ځان د نقش په هکله هم سوچ او فکر کوي.
10. تبریری او تقدیری فکر :هغه دی چي دهرڅه له مسئولیت څخه ځان ژغورې ،څه چي وشي هغه په تقدیر وراړوی اوهیڅکله ځان پړ نه ګڼی.
11. جزوي فکر :هغه دی چي دواقعاتو یو اړخ ته ګوری په تفصیل او هر اړ خیزه توګه یي نه څیړی،چي له همدې کبله حقیقت ترینه پټ پاتې شي، پریکړې یې نیمګړې او د حقیقت خلاف وي.
12. هراړخیزفکر :هغه دی چي چارې په بشپړه توګه نظرته راولی ،هراړخیزفکر کوی ،په ډیرو جزئیاتو اوتفصیل پسي نه ګرځي .

<u>پدی ټولو کي ښه او مثالی فکر کوم یو دی ؟</u>

لدی وروسته چي په لنډه توګه مود فکر دځینو ډولونو یادونه وکړه غواړم چي دهغې په رڼا کي داسي فکر انتخاب کړم چي ښه او غوره فکر ورته ویلي شو.ښه او لوړفکر هغه دی چي دڅو فکرو نو ټولګه وی،د تولیدی ،انتقادي ،تحلیلي او هراړخیزفکر صفات پکي را ټول وي، خو له دې سره سره باید ایمان ولرو چي هرڅه دالله تعالی په تقدیر کیږی ،مګر دا ددی معنا نه لرې چي دلاملونو او وسائلو لټون ونه کړو، بلکي الله تعالي دلاملونو،وسائلو اوپایلوخالق او پیداکوونکی دی.

<u>دغوره فکر ځانګړتیاوې:</u>

هغه څوک چي د ښه او غوره فکرکولو ځواک لری له نورو څخه په ځانګړتیاؤکي بیل وی چي هغه دادی:

1. دچارو په حقایقو ژور فکر کول،یواځې په سر سري نظر باندی بس والي نه کول.
2. په بشپړ صداقت، زیار، او صبرسره په فکر کې ژور تلل تر څوانسان هغه غوره حالت دفکر ته ورسیږي چې مخکې ذکر شو.
3. فکرې نا پیلتوب، خپلواکي او دنورو دپیښو څخه ډډه کول، لکه ځینې خلک چې خپل فکر دوروستۍ اوریدلې خبرې یا دوروستي لوستلي کتاب پربنسټ جوړ کړی ،داسي انسان خپل فکر او نظر بد لوي ، لکه اسفنج چه د هر ډول اوبلنود جذ بولو خاصیت لری.
4. دباندنې عالم چې ستا دفکر مو ضوع ده او دداخلي انګیزو،نفسیاتو،تجربواومعلوماتوترمنځ یوځایوالی اوپدې کې توازن او برابر تیا ساتل.
5. په څرګندو او معنالرونکو تورودخپل فکر ځر ګندونه کول، ځکه که دغوره فکر ښکارونده ښه ژبه او الفاظ نه وی،داسې بریښي لکه خاوروکې پټ لعلونه چې ګټه ترې نه اخیستل کیږی ،بلکې ښه الفاظ دغوره فکر ښښه ده.
6. خپل احساسات، انګیزې او مشاعر تلل او له قابولاندی ساتل او هر وخت دهغې نه منل،کیدای شي چې ناسم وي او په غلطه لاره مورهي کړي.

لکه یوسړی یوموټر ولیدوچې په لاره کې ودریده، یو ګوچني چه وینی تری بهیږی دځان سره اوچت کړو، کوچني ته ښه په ځیر شو ویې پیژنده چه ځوی یې دی ،بی درنګه یې دډریور په وهلو پیل وکړ ،فکر یې کاوه چې همده په موټر وهلې دی،مګر وروسته څرګنده شوه چې بل موټر وهلی ؤ، اوډریوریې ښتید لی ؤ،او دې ډریور ورسره دژغورنی مرسته کړي وه.

<u>دیوشی په اړوند دتفکیر لا ملونه:</u>

هلته ډیر پنځیز ،شخصي ،خارجي او لاس ته را وړی لاملونه شته چې دهغه شی په اړوند چې دفکر موضوع ده دتصور او تفکردمقدار ټاکنه کوي، چې مهم یې دادی:

1. عقل او دهغه ځواک او برلاستیا:دخلکو تر منځ دعقلي ځواک په هکله ډیر توپیر شته چې دا توپیر داصلی زیږیدنې او یا دعقل د روزنې اوصیقلولو له امله وي، ځینې خلک ډیر تیز،غښتلي او ځلانده فکر لري چې دشي حقیقت ته په لږه اشاره رسیږی،او ځینې نور لټان بیا دځرګندحقیقت په پو هیدوکې هم ستو نزه لری ، ددوی تر منځ ډیر زیات توپیر او تفاوت وجودلری.
2. دپینځه ګونې حواسو ځواک او سلامتیا، ځکه حواس دعقل او دهغه شي ترمنځ چې دفکر موضوع ده واسطه ګڼل کیږی،کله چې حواس سم نه وي دعقل څخه نقل شوی معلومات هم ناسم اونیمګړي وي.

دخلکو تر مینځ دحواسو په هکله هم ډیر تو پیر دي چې له دی امله دیوشی په تصور کې هم توپیر رامنځته کیږی.

3. ژبني معلومات، ځکه دژبې په توسه د شي ستا ینه صورت نیسی ،کله چې ژبني ادب او تعبیر کې مهارت زیا ت ولری په هما غه اندازه کولای شی چې دشي ښه تعریف، ستاینه او هر اړخیز معلومات په ښه توګه څرګند کړي.
4. دانسان عقاید او ارزښتونه په فکر او تصور کي سترنقش لری ،چې په عقا یدو کې ـ په غیبیاتو ایمان لرل،ملي منسو بیت، په چا پیر یال کې دشیانو په حقیقت ایمان او همدارنګه دانسان په وسایلو ایمان او دهغه په ځواک او وړتیا او دهغه دنقش په حقیقت او دندې ایمان لرل دي.

5. هغه شي چې دفکر موضوع ده او دحقیقت په هکله یې تصور کوی اوڅلور خواوې یې تاکي په هغه ښه پوهیدل ، تر کومې اندازې چې دهغه په هکله ژوراو دقیق علم ولري په هماغه اندازه یې تصور هم سم لاس ته راوړای شي.

دفکر په وړاندی ستونزې:

1. په خیالونو چرتونو او بی گټې وهمونوکې اوسید ل او دواقیعتونو څخه سترگې پټول :دانسان چرت وهل هله گټور وي چې دواقیعت دانکشاف ترقی او نوښت لپاره په معقوله اندازه وکارول شی،هسی نه چې کار پریږدی دناشونو په دریابې خیالونو کې دواقعیتونو څخه لری لاهو شي، دا دانسان دفکر لپاره وژونکې ناروغې او خطرناک رنځ گڼل کیږی.
2. دکمزوری او عاجزی په پلمه هرڅه پریښودل ـ پدې گومان چې هیڅ نه شي کولای،گواکې دغه ډول انسان په خپله خوښه خپل عقل او فکر بیکاره او معطل کړ ـ زیاراوباسه چې دښمن ته دداسی وړیا ډالی چې شیطان ته یې وړاندی کوی دبرې چانس ورنه کړی.
3. دډیروفکرونواو فرصتونو په وخت دیو دانتخاب په هکله مناسب اقدام نه کول، ان تردې چې دتشویش تردداوبی زړه توب له امله ټول فرصتونه دلاس ورکړی.
4. په پټو سترگودنورو تقلیداو پیښې کول،په بل پسې بې تفکیره تلل،ځان په لټی او بیکاری روږدې کول، دفکرې خپلواکی اونوښت څخه ویره لرل.
5. له بیکاره او بې هدفه خلکوسره ملگرې کول، ځکه کله چې انسان درون اندواونیکو خلکو سره ناسته ولاړه ولری هرومروتری متاثره کیږي، دښوصفاتو دخپلولو حس ورسره پیداکیږی،او همدارنگه لټان او بیکاران هم په خپلو ملگرو اغیزه لری.
6. عقل او فکر پداسی څه کې لگول چې دهغه لپاره پیداشوی نه وي، اوهمدارنگه فکر نه کول هم دعقل ضیاع او دلوی نعمت ناشکری گڼل کیږی.

عقل دځواک او اختصاص له چمبې څخه بهرکارول بې گټې او بې معنا زیاردي، لکه دالله تعالی دصفاتو په کیفیت،تقدیراتو اوداخرت په غیبیاتو کې فکرکول، ځکه داهغه څه دی چې الله تعالی انسان ورڅخه عاجز کړی دي او یواځې په خپل علم پوری یې محدودکړی دي.

7. بیکارې او په گټورکارځان نه مصروفول،فکرگرځنده او متحرک دي که په سم او گټورکار دې مصروف نه کړ ،خامخادې په باطل او ناروا مصروفوي.
8. په خپل کار او دنده بسنه نه لرل، داړتیا، ریا، یادنورو په خاطر کارکول، دنه قناعت سره سره خپل ځان دهغه په هکله فکر کولو ته مجبورول،پدی حالت کې هیڅکله ژور فکر صورت نه نیسي، کاربه دترقی او نوښت څخه پرته په عادی ډول په ټیټه درجه کې روان وي.
9. طفیلې عادت، یا په نورو بشپړه اتکاکول، ان تردې چې په ځانگړو چاروکې هم دنورو څخه دا هیله لری چې دهغه پرځای فکر وکړي،عقل او فکر یې جامد شي، او لکه طفیلې نبات دنورو په مرسته او څانگو پورته ځي ،کله چې هغه څانگې وچې شي، ددې ژوند ورسره هم پای ته ورسیږي، مگر دنوروسره مشوره یا په ښه کار کې ترینه استفاده کول نه یواځې داچې ناوړه خبره نه ده بلکې دعقل غو ښتنه ده.
10. دحواسو لټې ،ځکه حواس دفکر کړکی او دعقل لارې دي، لکه سترگې ،غوږونه، لاسونه، ژبه اوپوزه)باصره – سامعه – لامسه -ذائقه – اوشامه (هر کله چې انسان خپل حواس په گړندې کارکولواواحساس روږدې کړی تل ترینه ښه گټه اخیستلای شی اوچې کله یې په لټی اوبیکاری عادت کړي له کاره ولویږی اوحال یې داسی شی لکه چې الله تعالی فرمایي (وَلَقَدْ ذَرَأْنَا لِجَهَنَّمَ كَثِيرًا

مِنْ الْجِنِّ وَالْإِنسِ لَهُمْ قُلُوبٌ لَا يَفْقَهُونَ بِهَا وَلَهُمْ أَعْيُنٌ لَا يُبْصِرُونَ بِهَا وَلَهُمْ آذَانٌ لَا يَسْمَعُونَ بِهَا أُوْلَئِكَ كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ أُوْلَئِكَ هُمْ الْغَافِلُونَ.(د الأعراف سورت،۱۷۹ آيت.

دوزخ ته مو ډير انسانان او پيريان پيداکړي دي ځکه دوئ په زړونو پوهه نه کوی،په ستر ګو ليدل نه کوی،او په غوږونو اوريدل نه کوی،دوئ لکه دڅارويوپه څير بلکي له هغوئ څخه هم ډير بې لارې دي،هغوئ غافلان اوناپوهه دي.

11. دجدال او ځان ښودني په ازميښت کي واقع کيدل، ځکه داناوړه صفت انسان په مقابل لوري دبري لپاره دباطل پلوئ‌ته هڅوي،چي دخلکو ترمنځ دکيني او دښمنۍ سبب ګرځي،يووالي اواتحاد ته زيان رسوي ،دانسان فکر اوشخصيت ته بي ګټي مصروفيت اوتشويش پيداکوي، د نوښت مخنيوي کوي.

نـهم څپرکي

ذهن اولوست

کيدای شی چي دانسان دماغ تر اوسه پوري دکشف شوو ټولو شيانوڅخه ډير اريانونکي،پيچيده او مغلق شی وي، ددې ټو لي برخي عجيبي او حيرانونکي دي، دليدني ،اوريدني ،احساس، بويوني اوخوندوني برخي ،د تلفظ،ژبو، حرکت، دمعلوماتودساتني ،دلاربښوني اودټولو تر منځ دموازنی دساتني برخي .

دا هر څه ډير عجيب اوغريب جوړښت لری او په منظمه توګه خپلي دندي تر سره کوی.

ذهن په دماغ کي دمعلوماتو ساتنه وروسته لدې څخه کوي چي يو دپنځه ګوني حواسو دلارې دذهن مرکزته ورسيږي ، څومره چي ددې حواسو نقش پدې معلوماتوکي زيات وي په هماغه اندازه يي ساتنه هم ښه کيږي،دټولوحواسو څخه دليدني حس په ذهن کي دمعلوماتوساتنه ښه کولای شي،که چيرې ستا دمعلوماتووسيله د ليدني څخه پرته بل حس ؤ کوښښ وکړه چي دسامعي ياذائقي يا شامي سره باصره هم ملګرې کړي،ځان ته دې پوره وخت ورکړه تر څو دزيات دقت او کوښښ په نتيجه کي دموضوع بشپړ شکل او عکس مو په ذهن کي ځای ونيسي . دذهن دصيقل، ځواک اوکمزورئ لاملونه کله پيداينتي يا ارثی يا دحمل په دوران کي دموررو غتيا،غذا يا ددرملوخوراک او دغازونو تنفس کيدای شي، اوکله هم اکتسابی وي، لکه دانسان خپله غذا داوسيدود ځای يا دفکرد ځای دهوا څرنګوالي ،يادول او ذهني تمرينونه ـچي مخکي دذهني ترکيز په موضوع کی تير شوـاجراءکول وي..

لوست مطالعه او قرآت دانسان په هڅوب او پوهنه کي لوی نقش لري،بلکي داهغه يوائينۍ وسيله ده چي له پخوا راهيسی کارول کيږی ،او ډيرخلک له دې پرته بله وسيله نه پيژ نی،څومره چي انسان دلوست مطالعي او تورې سره دچلن وسا يلو او لارو ته نوښت اوپرمختګ ورکوی په هماغه اندازه يي استفاده هم زياتيږی . هغه لوستونکي انسان چي مطالعه يي دخپل ژوند يوه برخه او دايمي مصروفيت ګرځولي دی کولای شي چي لږه موده وروسته دفکر او ژوند په معاملوکي دخپلو ملګرو څخه پورته لاړشی او دخلکو په نظرکي هم ځانګړی مقام وګټي ،دلوستلوپه عادت سره به بيا درته دکتاب راخيستل، يوائی دعلم او پوهي حاصلولو نه بلکي دځان دخوشحالۍ تر ټولو ښه وسيله بريښی.

دلاندی احصائي په رڼاکي ګورو چي ته دلوست دلاری څخه څومره معلومات لاس ته راوړی شي:

یو انسان کولای شي چي په یوه دقیقه کي (۵۰۰) کلمي ولولي،ان تردې چي ځيني خلک بيا په یوه دقیقه کي تر (۹۰۰)کلموپوری هم لوستلي شي.

د (۵۰۰) کلمو څخه دمنځني کتاب دوه مخونه جوړیږی ،انسان کولای شي چي په یو ساعت کي تقریباً (۱۲۰) مخونه ولولي ،که چیری یو متوسط کتاب د (۴۰۰) مخونو څخه جوړ وي، دهغه دلوستلو لپاره ددری ساعتو نواوشلو دقیقواړتیا ده.

که چیرې ددادول کتاب لوستل څلور ساعته وخت هم ونیسي،اوته هره ورځ دلوستلو لپاره یو ساعت ځانګړې کړی،کولای شي چي په څلورو ورځو کي یوکتاب، او په کال کی تقریباً (۹۰) کتابونه ولولي.

فکر وکړه چي ستا په ژوند کي به په کال کي د(۹۰)نه بلکي د (۹)انتخاب شوو کتابونو دلوستلو څومره اغیزه او ګټه وي.

زمونږ دژوند څومره ساعتونه اوورځي په لوبو او ساتیریکي ابته کیږی ،ددې دروند زیان اندازه به هغه وخت ولګیږې چي کله دژوند لمر په ډوبیدو شي .لوستل باید په ارام ځای قرار زړه په پټه خوله اوژور فکر وشي پداسی حال کي چي رڼا، آب وهوا معتدله وي او په راحت ورته ناست وی،دلوړې اوډیر موړتیا په وخت کي لوستل ښه ندي،له مناسب خوب څخه وروسته مناسب وخت ټاکل اړین دی.

ښه به داوي چي دلوستوونکي په لاس کي قلم وي له مهمو عبارتونو لاندی کرښه کاږې او ځيني عنوانونه اومهم ټکي چي فکر ته يي دلوست په بهیر کي راځي ولیکي .

*****

لسم څپرکي

<u>ستا روغتیا</u>

ستاځان تاسره دالله تعالی امانت دی ـ ساتنه يي فرض ده ، په دې کي دشبهاتو او بی ایمانۍ څخه د روح ساتنه – او دمزخرفاتو اوناروا څخه دعقل ساتنه او دناروغیو اوستونزو څخه دبدن ساتنه مقصد ده ، دبدن دساتنې لپاره په لاندې موضوعاتو رڼا اچوو:

1. د روغتیا عمومی اصول.
2. غذا.
3. خوب.
4. ورزش.

د روغتیا عمومي اصول:

1. له الله تعالی سره خپلې اړیکې ټینګې کړه، حاجتونه تری وغواړه، دسهار، ماښام اوداسی نورمسنونه اذکار تل لوله.
2. داسراف څخه ځان وساته ځکه چې هغه وژونکې ناروغي ده،پدې هم پوه شه چې څوربتیادبدن لوی دښمن دي.
3. دناروغی درملنه په خپل وخت کې له زیاتیدو څخه مخکې وکړه،که په طبیعی درملونودرملنه شونې وي دډاکتر او میډیکل درملوته زړه مه ښه کوه.
4. د دفع الوقت درملوڅخه دډیرې اړتیاپرته ډډه وکړه.
5. دتمباکو څښول ښکاره مرګ دی ،دنورو نشیي توکو په هکله لکه هیروئین اوشراب څه فکر کوې؟
6. په داسی ځای کې هستوګنه کوه چې پاک او دهواچلن پکې ښه وي.
7. په هرڅه کې دپاکی خیال ساتل دژوند دخوشحالی دلاملونو څخه دی.
8. دواکسینو اونورو وقائي چاړواهتمام کوه.
9. دځینو ډاکټرانو دوسوسې او تشویش څخه ډډه وکړه، کیدای شي چې دځان لپاره دې پخپله ښه معالج اوسی.
10. دهر ې ناروغی لپاره جادو ډوله درملنه نشته ، نو ددی لپاره دځینو دردونو سره مقاومت اوعادت پکار دي.
11. هر څه چې درپیښیږی اجر یې دالله تعا لی څخه وغواړه، کیدای شی ناروغي دګناهونو دپا کی‌لامل شي.

غذا:

الله تعا لی فر مایې (فَلْيَنْظُرْ الْإِنسَانُ إِلَى طَعَامِهِ*أَنَّا صَبَبْنَا الْمَاءَ صَبًّا *ثُمَّ شَقَقْنَا الْأَرْضَ شَقًّا *فَأَنْبَتْنَا فِيهَا حَبًّا * وَعِنَبًا وَقَضْبًا *وَزَيْتُونًا وَنَخْلًا *وَحَدَائِقَ غُلْبًا *وَفَاكِهَةً وَأَبًّا *مَتَاعًا لَكُمْ وَلِأَنْعَامِكُمْ .(...دسورت عبس ۲۴-۳۲آیتونه.

نوودې ګوري انسان خپلوخوړوته،مونږباران راوروليږ،بیا موځمکه څیرلی،داني مورازرغوني کړي، انګور،منه، زیتون،خرما،ښایسته ګڼی باغچې،میوې اوواښه مودستاسې اودستاسې دحیواناتوودخوراک لپاره پیداکړي دي.

دغذايي تنظیم لپاره زرین اصول:

1. هوښیاران ددې لپاره خوراک کوي چې ژوند وکړي، او ژوند یې دلوړو هدفونو لپاره وي، خوراک یواځې دژوند وسیله ګڼي.

اولوي ګیډې بې پروا اوملحدوګړي بیا ژوند دخوراک لپاره کوی ،دهغوی موخه خوراک وي.

2. چې ترڅو وږې شوې نه یې خوراک مه کوه،دخوراک دپاسه خوراک کول وژونکې ناروغي ده.
3. په خوراک کې تنوع اورنګارنګي کوه، له تازه ترکاری او میوې څخه ډیره استفاده وکړه، غوښه او غوړخوراکونه لږکړه،که په اونی کې یې یو یادوه ځلې وخوری ښه به وي.

4. دبازارې اوپه قطیو کې دبندوخوراکونو څخه دځپلي وسې پورې ځان وساته.
5. ګیډه دې مه ډکوه،داهغه نصیحت دې چې ټولو طبیبانو په هر عصر کې پرې اتفاق کړی دې.
6. دغذا په پاکی کې بې احتیا طي اوبې غورې مه کوه ځکه ناپاک خواړه غذا نه بلکې زهر دی.
7. دخوړو دوختونو تر منځه نور خوراک مه کوه،مګر هله چې ډاکتر درته مشوره درکړي.
8. کوښښ وکړه چې پاکې اوبه ډیری وڅښې،او دخوړو په منځ کې داوبو څښلو څخه ډډه وکړه.
9. دډیرو خوړواومالګینوشیانوداستعمال څخه ځان وساته, دزیات عمرخلکو لپاره ډیرې ناوړه پایلې لرې.
10. دریغه چای ،قهوه اوغازلرونکي څښاکونه پرېږدې یایې تر ډیرې اندازې لږ کړی . اوددې پر ځای تازه میوه, اوبه اوجوس استعمال کړي.
11. دخوراک لپاره لاسونه ښه پریمنځه، بسم الله ووایه او په ښي لاس خوراک وکړه, له اړتیا پرته په ولاړه خوراک او څښاک مه کوه.

دخوراک په پای کې خوله اولاسونه پریمنځه او الحمد لله ووایه.

خوب:

الله تعالی فرمائي (وَمِنْ آيَاتِهِ مَنَامُكُمْ بِاللَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَابْتِغَاؤُكُمْ مِنْ فَضْلِهِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَسْمَعُونَ.(...دالروم سورت، ۲۳آیت.

دهغه دقدرت دنښانو څخه یوه هم ستاسی خوب دی. په شپه او ورځ کې. او دهغه دفضل غوښتنه ده

خوب دالله تعالی دنعمتونو څخه یونعمت دې چې خپل مخلوق ته یې ورکړي،انسان هیڅکله دخوب څخه مستغنې کیدای نه شي، کله چې انسان ستړې او ستومانه شي خوب ورته راشی،اوچې کله راویښ شي دځواک،غښتلتیا اوحرکت احساس ورته پیدا شي.

دخوب په هکله دخلکو مختلف عادتونه دي. کوښښ کوم چې دخوب په هکله دځو اصولویادونه وکړم چې دخوب څخه هوساینه او بیا کار ته دچمتووالي وسیله جوړوې ،هسی نه چې خوب دلټی بیکاری ،دالله تعالی اودخپل ژوند ددندودلاری خنډشي.

دخوب اصول:

1. دخپل بدن دهوساینې حق هیڅکله هیر نه کړي،ځان زیات بې خوبه کول دځواک ختمول او دکار دلاری خنډ دي.
2. دخوب ډیره ښه طریقه چې دپخوراهیسی انسان پیژندلې هغه داده, په وخت ویده شه او په وخت راویښ شه.
3. ساینسي تجربو ثابته کړی ده چې دخوب ښه وخت دماسختن دلمانځه څخه وروسته وخت دی او دشپې په لومړۍ برخه کې یو ساعت خوب په وروستۍ برخه کې ددوه ساعتونو سره برابردي بیا دورځې ډیر ساعتونه یې هم ځای نشی نیولای.
4. دخوراک څخه وروسته سم دلاسه مه ویده کیږه،بلکې لږ وخت ددواړو په منځ کې وغزیږه.
5. دخوب ناوړه وختونه دورځې په سراودمازیګر او ماښام ترمنځ وختونه دي،مګر بیا هم هرشی استثناء لرې.
6. دهغو خلکو په څیر مه کیږه چې خپل زیات وخت په بستره کې تیروي، بلکې هغه وخت بسترې ته لاړ شه چې خوب ته دی اړتیا شوه ، او داړتیا درفع کیدو سره سم بستره پرېږده.

7. ځان ته دخوب په وخت کې ځانګړې عادتونه مه ورکوه ، لکه بستره،رڼا اود چاپیریال څرنګوالي ،بلکې په هرحالت کې په خوب کولو ځان روږدې کړه.
8. انسان کولای شي چې په تدریجې توګه په لږ خوب کولو ځان روږدې کړي.
9. دویده کیدو او ویښیدو دعاګاني او همدارنګه په هر حال کې دالله تعالی ذکر مه هیروه.

ورزش :

ورزش دبدن دغښتلتیااو دژوند په چارو کې دځواکمنتیاښه وسیله ګڼل کیږی،ددې ترڅنګ ښه خواړه او مناسب خوب هم اړین دي.

په مناسبه اندازه ورزش کول دبدني پیاوړتیا او روغتیا وسیله ده، هسی نه چې ورزش دژوند داسی موخه وګرځوې چې دوستي دښمني او دژوند هرڅه ددې لپاره وي.

دورزش په هکله څو نصیحتونه:

1. ورزش دخپل ژوند یو پروګرام جوړ کړه چې په هیڅ وخت کې یې هیرنه کړی،لږترلږه ګرځیدل او لامبل باید وکړی.
2. په ډیر ورزش ځان مه روږدې کوه،هسی نه چې داسی موخه دې شي چې دهغه لپاره خپلې شخصي ، کورنۍ دیني،اوټولنیزې دندې پریږدې،او دخلکو سره د ستونزود پیداکیدولامل شي.
3. دمتخصص ډاکتر څخه دمناسب ورزش په هکله مشوره وغواړه پدې شرط چې اسانه وي او لږ وخت ونیسی،بیایې په کوراوسفرکې مه پریږده.
4. چې کله درته موقع پیداکیده لمبل مه پریږده، داډیر ښه اوګټور ورزش دي.
5. دسختواو خطري ورزشی تمرینونو څخه ځان وساته ، کید ای شي چې دزیان او ګناه لامل شي.
6. دخوراک څخه وروسته سم لاسي او دولږې په وخت کې ورزش مه کوه.
7. دورزشی تمرینونو داجرا په وخت کې په خپلو اقوالو او افعالو الله تعالی حاضر او ناظر وګڼه.

*****

دوهم ټوک

ته او نور خلک دښه پیوستون اوسمواړیکو په لور

لومړۍ څپرکی

له نوروخلکوسره اړیکي اوهغوی‌له خپل اغیزلاندې راوستل:

داړیکو اصطلاح داداري او ټولنیزو پوهانو ترمنځ رواج لری او پدې وروستیوکي یې استعمال زیات شوی او په هکله یې ډیرې څیړني شوي او کیږي.

چې موخه ورڅخه نوروته دخپلو معلوماتونظریاتواو احساساتو دلیږدولو لپاره ښې لارې او وسائل کارول او دهغوی په افکارو او خیالاتو اغیزه کول،او هغوی ته په ژبه او نورو طریقو قناعت ورکول دي.

اړیکي دری غټ ارکان لری:

1. لیږدونکی.
2. اخیستونکی.
3. پیغام.

د اړیکو دبریالیتوب لپاره په پورتنیو دری واړو ارکانو کې د بریالیتوب دشرطونوموجودیت اړین دی.

داړیکو پړاوونه:

اړیکې څوپړاوونه لري او دبریالیتوب لپاره یې په نظر کې نیول اړین دي، چې لنډیزیې په لاندی ډول دي.

1. دپیغام دلیږدولو لپاره دلیږدوونکي خوښه ، باید چې ددی لپاره څرګنده موخه ولری ،اوتشویق کوونکي هم وی ،که داسی نه وی داړیکو عمل به بې ګټې وي،او باید چې په خپل هدف ټینګ ایمان ولری ،په داسې ډول چې دغوښتي او وینی سره یې یوځای شوي وي، دژبې څخه مخکې یې زړه غوښتوونکي وي، څومره چې پر هدف باندي ایمان وي په هماغه اندازه دپیغام رسیدل په بشپړه معنا اوسمه توګه ترسره کیدای شی.
2. دپیغام دلیږلو طریقه، بڼه او ژبه باید داسی چمتو شی چې دپیغام دهدف او همدارنګه د اخیستونکي دعلمي کچې او وضیعت سره برابره وي، مثلاً هغه پیغام چې یواځې دخبرونو دلیږلو لپاره کاریږی،په کومه موضوع دقناعت ورکولو دپیغام سره توپیر لری . همدارنګه هغه پیغام چې دپوهنتون فارغ التحصیل ته لیږل کیږی دنالوستودپیغام سره یوه بڼه نشی درلودې. د پیغام لیکلو په وخت کې باید داخیستوونکي غبرګون په نظر کې ونیول شي، او هغه بدلون چې دبیا لیکلو لپاره اړین وي هم دیاده ونه ویستل شي.

بریالي پیغام هغه دي چې لاندی پوښتنو ته ځوابونه وویلي شي:

1. ددې پیغام څخه زما څه موخه ده؟
2. کله یې غوښتوونکي یم؟
3. څنګه باید لاس ته راشي؟
4. چیرته یې غواړم؟
5. ولی یې غواړم ؟

داپوښتني يوائې ستالپاره دي چې دځان سره ورته ځوابونه ولری،او دهغوپه رڼا کې د پيغام په بڼه کې بدلون راولي.

3. د پيغام عملي بڼه،کله چې پيغام په هغه طريقه چې مخکې مو ولوستل چمتو شي، نوبيا اخيستونکي ته دهغه دليږلو وارراشی.

چې داډير مهارت او پياوړتياته اړتيالري،بايد چې د پيغام په پيل کې داسی څه وليکل شی چې داخيستوونکي دخوښی،اهتمام اوپاملرنې لامل وګرځي،دې طريقې ته دژب پوهانو په اصطلاح کې دپيليزې يا سريزې مهارت ويل کيږي،کله چې انسان د پيغام په سريزه کې بريالي شو،ګواکې هغه د پيغام په رسولو کې بريالي شو. لدې وروسته بايد پيغام وليږل شي، په پيغام کې بايداخيستوونکې په افکارو او نظرياتو مخامخ تعرض ونه شي،بلکې هغه ته په مقبوله طريقه دقناعت ورکولو کوښښ وشي.

د پيغام دليږلو لارې دادي:

-*ژبه) عبارت.(

-*اواز.

-*دمخ بدلونونه.

-*بدنی خوځښت) لاسونه، سترګې ، پښې...).

-* دنورو باندنيو وسايلو پواسطه، چې وروسته به په تفصيل ذکر شی .

4. دپيغام اخيستل، کله چې د پيغام ليږل پيل شي، پدې صورت کې مقابل اړخ خپل منفي يا مثبت غبرګون ښودلو ته چمتو کيږي ،هلته ډير لاملونه دې چې د پيغام داستقبال په صورت کې په انسان اغيزه کوي چې له هغو څخه ځيني پدې ډول دي:

داخيستوونکي عقايد، هڅوب، نفسياتی او سيکولوجي حالت ، بدني هوساينه، ويره او امنيت دليږدوونکي په هکله دهغه تصور،پيغام ته دهغه اړتيا اوله هغه سره سم د پيغام جوړښت، دسوې سره يې برابرتيا،او دغوړ نيولوحالت يې.

5. د پيغام په اړوند داخيستوونکي غبرګون،کيدای شي چې مثبت وي، پدې صورت کې ليږدوونکي په خپل هدف کې بريالي شوې دي او پيغام يې مقبوليت ترلاسه کړی دي.

او که غبرګون يې منفی ؤ، نوبيا پيغام دناکامی سره مخ دی او هدف ته په رسيدلو او په اخيستوونکي باندی اغيزه کولوکې پاتي راغلی دي.

داړيکو ډولونه:

په خلکو اغيزه اوله هغوئ سره اړيکي نيول ډيرې بنې لري،کوم انسان چې په دې بنواواساليبو کې څومره مهارت او پياوړتيالری په هماغه اندازه يې په ژوند کې دبرې امکان ډير وي.

هغه څوک چې له خلکو سره داړیکو اوپیوستون جوړولو او قناعت ورکولو مهارت لری ،ډیر ورونه ورته بیرته کیږی او هدف ته درسیدلو او په ژوند کې دبریالیتوب زمینه ورته برابر وي،او کولای شي چې په چاپیریال کې خلک دخپلو هدفونو دتحقق لپاره په کار واچوي،دده کورنی ،خپلوان،ملګري او ګاونډیان ټول به یې ملګرتیاکوی .د پیغام لیږل که په خبرو وي یا په کومې بلې وسیلې هرکله چې طریقې او اسالیب په خبرو یا بله وسیله کې ډیر یوځای شي په هماغه اندازه د پیغام هدف ته رسیدل او اغیزهم زیات وي.

*****

<u>دخبرو پواسطه اړیکې :</u>

خبری داړیکو هغه مهمه وسیله ګڼل کیږي چې تر ټولو زیاته کارولې شی،څومره چې یو انسان په خبروکې سوچه ژبه،ښه اسلوب اوطریقه ولری په هماغه اندازه په نورو ښه اغیزاو دخپلو هدفونوپه تحقق اولاس ته راوړنه کې برې اودخلکو پاملرنه خپل لورې ته رااړولې شی .

وګوره قران کریم هغه عظیمه معجزه چې ټولو عربو ورته دتسلیمی غاړی ټیټی کړې په لو مړی درجه دفصاحت او بلاغت له امله ؤ،سره ددی چې دحیرانتیا نور اړخونه یې هم بې شماره ؤ، خو دهر څه دمخه یې په الفاظو کې هغه اغیزؤچې عربو یې انکار نشو کولای .

رسول الله صلی الله علیه وسلم ته پدې کې تر ټولو لوړ مقام حاصل ؤ او دخبرو اغیزیې په او ریدونکو له هر چا زیات ؤ.

داځینی نصیحتونه دی چې له انسان سره دخبرو په توسه په اړیکو جوړولو کې مرسته کوي:

1. ښه اواغیزمن الفاظ غوره کول په مقابل لوری ډیر اغیز کولای شي.

رسول الله صلی الله علیه وسلم فرمایي) :په بیان اوخبرو کې جادو شته.(

قرآن کریم دعربو عقلونه اوزړونه دبلاغت په توسه له خپل اسارت لاندی راوستل،په خوښه او نا خوښه ورته تسلیم شول.ددی مهارت لاس ته راوړلو لپاره ښه وسیله دقران کریم، نبوی احادیث، شعرونه، او دماهرو ادیبانو عبارتونه حفظول دی.

ددی لپاره باید دځان سره جیبی کتا بچه ولرې چې ښی خبری اوغوره عبارتونه او شعرونه پکې له اوریدو اولوستلو وروسته ولیکې او بیا کوښښ وکړی چې دخپلو ورځنیو خبرو په ترڅ کې یې وکاروی ،زیار اوباسه چې هره ورځ ورسره نوی څه زیات کړې.

2. دموضوع اصطلاحات باید په یاد ولری ،چې څومره په موضوع کې معلومات زیات ولرې په هماغه انډول دخبرواغیز زیاتیږي اوویاند دخلکو ددرناوی وړګرځی ،په خاصه توګه ددې فن دمتخصصینو له لورې.
3. دخبرو اندازه باید دمخکې څخه وټاکې ،ددیر تفصیل اولنډیز څخه ډډه وکړه، مناسب وخت ټاکل هم اړین دي دنامناسب وخت په انتخاب دخبرو مقبولیت له منځه ځي ،دهر ځای لپاره خپلې خبری او دهری خبری لپاره خپله ښه.

4. خبرى بايد ډاگيزې وي چې مقابل لورې پرې پوه شي اواغيز پرى وکړي،گونگي او طلسمى خبرى هيڅکله اغيزنه لري.
5. داوازانداز دخبرو په اغيزكې ډير عمده نقش لرى ،هماغه يوه خبره چې ددووكسانوپه توسه وشي په يوه كې ډير اغيزاوپه بله كې هيڅ نه وي.

ځينو انگريزى څيړونكو په۱۹۷۰) م (كال كې دخبرو اغيزپه نورو دعنوان لاندې څيړنه كې ويلي دى چې په خبروكې د الفاظو اغيز (۷٪)داواز اغيز (۳۸٪)اودبدني خوځښت) لكه دمخ، لاسونو، ستر گو (اغيز (۵۵٪) دى ،تفصيل يې وروسته راځي .

دخبرو په توسه داړيكو نيمگړتياوې:

1. ډيرى تيزى خبرې كول چه اوريدونكي پرى نه پوهيږى.

رسول الله صلى الله عليه وسلم چې په بلاغت كې د لومړى مقام ځښتن ۇ دومره په ځنډځنډخبرې كولي چې تورى يې شمارل كيدل، كله به يې يوه خبره ددى لپاره چې اوريدونكې پرى ښه پوه شي درى ځلې تكرارولە.

2. داسى ناڅرگنده خبرې چې اوريدونكي پرى نه پوهيږي.
3. په يوه ښه خبرې كول سره ددى چې دريځونه مختلف وي، لكه دخندا او خوشحالۍ دريځ ،دژړا او خفگان دريځ ،داحساساتو دريځ ،دا په خبرو كې لويه نيمگړتيا گڼل كيږى.
4. كنايات او مجازى اصطلاحات كارول او دحقيقت څخه لرى تلل ان تر دې چې حقيقت ترې هير شي اواوريدونكي هم نه پوهيږي چې په كومه موضوع كې خبرې كيږى ،دوياند څخه هم خپله موضوع هيره شي،كله داوريدونكي څخه پوښتنه كوي چې په كومه موضوع كې موخبرې كولي ؟

دخپلو خبرو طريقه دى څنگه ښه كولاى شي؟

1. ددى لپاره چې په خبرو كې ښه تجربه لاس ته راوړې دمشهورو خطيبانواوپه خلكوداغيزمنو ويندويانو اونطاقانو خبروته غوږونيسه،لومړې كوښښ وكړه چې پيښنى يې وكړې اوبيا ځانته خپله خاصه طريقه وټاكه.
2. دچا څخه وغواړه چې ستا په ناخبرى كې ستاخبرې ثبت كړي،بيا دې خبرې واوره،نيوكې پرې وكړه،له بل چا څخه وغواړه چې خپل نظر پكې وركړي،بيايې سمې كړه.
3. هرځلې چې پر منبرباندې خبرې وكړې نيمگړتياوې پكې په نښه كړه اوپه راتلوونكوخبرو كې ورڅخه ډډه وكړه.

له خبرو پرته اړيكې :

كه څه هم خبرې دنورو سره داړيكومهمه وسيله گڼل كيږي مگر هلته ځيني نور داسى وسايل هم شته چې ستا پيغام نوروته او دنوروپيغام تاته رسولي شي، بلكې كيداى شي چې داوسايل له خبرو څخه ډير دقيق او څرگند وى،كيداى شي چې خبرې له واقعيت څخه لرې وي،مگر دانوري وسيلي داسى دې چې انسان پكې دروا غ نه شي ويلي . پخوانيوعربوويلى دي چې (اشاره كله دخبرو څخه ډيره څر گنده وي ،(دا پيغام كيداى شي چې د

ستر ګو ، لاسونو،پښو،مخ،اوږواودسردخوځښت په توسه صورت ونیسی ،او کیدای شی چې اروائي حالت دلباس په بڼه کې ددې پيغام ښکارندوی وي .تفصيل يې وروسته راځی .

دسترګو ژبه:

الله تعالی فرمايي: (فإذاجاء الخوف رأيتهم ينظرون إليك تدور أعينهم كالذى يغشى عليه من الموت .(د الأحزاب سورت،۱۹آیت.

کله چې په دوی ويره راشي تاته به په داسی چورلیدونکو سترګوګوری ،لکه په چاچې دمرګ څپی راغلی وي.

هوکی،سترګې يواځی دليدلو وسيله نه بلکې هغه اغيزمنه ژبه ده چې دانسان دزړه خبره راښکاره کوي، دسترګو په ليدلو کې ډيرڅه ښکاري،لکه ور خطايي ،خفګان، مرسته غوښتنه،کينه، ملنډی،جديت ، بې پروايي،پوښتنه کول،مينه،محبت اوداسی نور، همدارنګه دسترګو ليدنه ډيرې معناګاني لري،چې قرآن کريم يې ځينو ته) خَائِنَةَ الْأَعْيُنِ (خائني سترګې ويلي دي.

انسان دسترګو له ژبې سره داسی چلن کوي چې ګواکې نوروته دده دزړه اوده ته دنورو دزړه ژبه ده. هغه دنوروپه زړونو دپوهيدوښه وسيله ګڼل کيږي.

په سترګو ښه پيغام:

که دسترګو په توسه نوروته پيغام رسول غواړي لاندې ټکي په نظر کې ونيسه:

1. دخبرو په مهال دې بايد سترګې په عادی اوارام حالت کې وي چې داليدونکې ته ستا ددريځ دريښتينوالي او دفکر دسالميت ډاډ ورکوي.
2. دخبرو په مهال دې سر پورته نيسه،ځکه دسر ټيټوالی دناکامی اوکمزوری ښه ګڼل کيږي.
3. دمخاطب نه لرې مه ګوره او نه په اسمان او ځمکه کې خپلې سترګې ښخوه،ځکه دادستا د بې پروايي او دموضوع د بې اهميتی نښه ده.
4. مخاطب ته هم ډير مه ځير کيږه.
5. دخبرو په مهال دې سترګی ډيرې مه رپوه، ځکه دا د وارخطايي او نا ارامی نښه ده.
6. دخبرو په مهال توري عينکې مه کاروه،ځکه دادستا او دمخاطب ترمنځ دباور اوډاډ مخه نيسی.
7. مخاطب ته دتمسخر څخه په ډک نظر مه ګوره،ځکه دا دباور فضا له منځه وړی ،اوله تا سره دنورو خبرو لپاره نه چمتو کيږی،کيدای شي چې ديوې ليدنې په واسطه ډير څه خراپ شی .

څنګه کولای شي چې دسترګو دلارې دنورو په زړونو پوه شی؟

د اروا پيژندنې علماؤ دسترګو دخوځښت اودلالت په برخه کې ډيرې څيړنې کړي دي، ابن القيم رحمه الله وايي: سترګې دزړونو کاشوغې دي، له خبروکولوپرته په زړونو پوهيدای شي.

محمد تکریتی په خپل کتاب) آفاق بلا حدود (کې وایي دخبرو په مهال پورته کیڼ اړخ ته لیدل دا معنا لري چي نوموړی انسان په خپل ذهن کې دپرتو تصویرونو اومعلوماتو په هکله خبري کوی ،اوکه سترګي یې پورته ښی اړخ ته نیولې وي ګواکې دا او س تصویرونه اومعلومات جوړوي مخکې یې نه دي لیدلي.

اوکه ستر ګي یې مخامخ کیڼ اړخ ته نیولې وي داسی بریښي چي هغه مخکې اوریدلي خبرې را په یاد وې.

اوکه مخامخ یې ښي اړخ ته لیدل نوبیا داد ده خپلي خبرې دي چي اوس یې جوړوي مخکې یې ندې او ریدلي .

او که سترګي یې ټیټې کیڼ اړخ ته نیولي وې داګواکي له خپل ځان سره خبرې کوي، دهغه اوری ،لکه څوک چي دځان سره لوستل کوی.

ټیټ ښي اړخ ته دکتلودامعنا ده چي هغه له خپل داخلي احساس او شعور څخه خبرې کوي.

دا دعادی انسان حالت دی،چې انسان بیا ددی سرچپه لیدل کوې.

ددی معلوماتوپه رڼا کې کولای شي چي دمقابل لورې دخبرو نوعیت وټاکې .

<u>دمخ په توسه پیغام:</u>

لکه څنګه چي انسان دسترګو دلیدنی پواسطه پیژندل کیږی،همدارنګه دمخ دخوځښتونواو بدلونونو پواسطه هم دهغه داخلي حالت څرګندیږي، چي په دې کې دمخ، شونډو،اننګواو تندی بدلونونه نقش لری ،دی آیتونو ته ځیرشه) وَإِذَا بُشِّرَ أَحَدُهُمْ بِالْأُنْثَى ظَلَّ وَجْهُهُ مُسْوَدًّا وَهُوَ كَظِيمٌ (دالنحل سورت، ۵۸ آیت.

کله چي یوددوی ته دنجلی دزیږیدوزیری ورکړشي مخ یې له ډیرغم اوغصي څخه تک تورشي.

)تَعْرِفُ فِي وُجُوهِ الَّذِينَ كَفَرُوا الْمُنْكَرَ (...دالحج سورت، ۷۲ آیت.

دهغوکسانوپه مخونوکي چي کافران شوي دي ناوړتیا پیژندي شي.

)كَأَنَّمَا أُغْشِيَتْ وُجُوهُهُمْ قِطَعًا مِنَ اللَّيْلِ مُظْلِمًا (...دیونس سورت، ۲۷آیت.

داسي ده لکه چي مخونه یې په توره شپه پوښل شوي وي.

دستاتریواو قهرجن مخ دستا او نوروترمنځ دیوالونه پیداکوي،کوښښ وکړه چي دخپل مخ په حالاتو قابو ولري اوله هرپیغام سره یې په مناسبه اندازه بدل کړي، دقهر په حالت کې اکثره وریځې راټولی,اننګی راښکلي ,غاښونه چیچلي ,شونډي وچي او بندی ،لاندینی شونډه پرسیدلي,اوبڼه توره شی.

<u>دمخ پواسطه دپیغام په هکله څو لارښوني:</u>

1. کوښښ وکړه چي دموسکا په توسه دخلکو زړونو ته لار پیداکړي .دادزړونو دورونوکیلي ګڼل کیږي،پخپله موسکا کوونکي ته هم هوساینه ورکوي.

)خپل مسلمان وروړته موسکاکول صدقه ده (حدیث شریف.

2. که کله درته دااحساس وشوچي داوريدونکي غوږونه ستادخبرو لپاره بند شو،نوردخبرو اوريدو ته چمتونه دي خپل مجلس په ټوکه او موسکا معطر کړه.
3. دبي معنااودملنډوله خندا څخه ځان وساته،ځکه دا باورختموي او دخفګان لامل ګرځی.
4. زيار اوباسه چي دمقابل لوري نفسيات دهغه په خندا،دتندي اوسترګودخوځښت په توسه مطالعه کړي،او په رازونويي دځان دپوهولوکوښښ وکړي.
5. دموسکا په توسه خپل پيغام نوروته درسولوکوښښ وکړه،که څه هم شعور دی ددي سرچپه ؤ.
6. ددي لپاره چي کله کله دخندا عادت پيداکړي خپل ځان په مباح فکاهی او ټوکه هم روږدي کړه.

دبدن په نورو غړو پيغام ليږل:

لکه څنګه چي مخ دداخلي احساس ښکاروندئ ګڼل کيږی همدارنګه دلاسونو،پښو،اود اورږو دخوځښت، دناستی ، ولاړی او دتګ دڅرنګوالي په توسه چي دانسان داخلي احساسات راڅر ګندوي اودهغه دنفسياتو په اړوند دقيق رپوټ ورکوی.

دلاسونو په توسه دپيغام څو بيلګي:

1. کله چي يو انسان خپل لاسونه شاته يوپه بل کي ورکړي وي، دادکمزوری اوپه نورو دنه باور معنا لری.
2. اوچي کله يي لاسونه په خپل مخکي دناستي په وخت کي په يوبل کي ورکړي وي داپه ځان دزيات باور او دنورو څخه دبي پروايي معنا لري.
3. دخبرو په مهال دلاسونواو ګوتو اشاری اوخوځښتونه خبرو ته څرګندتيا وربښی.
4. دخبرو په مهال دمخاطب دقدمونو حرکاتو ته هم پاملرنه کوه ځکه چي دهغوپه وزله هم دډير څه د څرګندتيا امکان شته، اوته هم که دقدمونو دحرکاتو پواسطه دپيغام ليږل نه غواړی نوبايد چي خپل ځان قابوکړی.
5. پورته لوري ته په تيزئ سره داوږوخوځښت دلاعلمی ،بی پروايي او حيرانتيا معنا لری.

څنګه کولای شي چي دلباس پواسطه دخلکودرناوي لاس ته راوړي:

دلباس څرنګوالي دنورو تر څنګ پخپله داغوستونکي په نفسياتو هم اغيزکوي ،دلباس رنګ جوړښت، نظافت او انسجام يي داغوستونکي په هکله خلکوته ښه ياناوړه تاثر ورکوی .

دلباس په هکله څه شرائط دي چي بايد په نظر کي ونيول شي:

1. دښځی اونر لباس بايد په شرعی اصولو برابر وي، چي تفصيل يي دفقه په کتابونوکي دي.
2. کوښښ وکړه چي لباس دي په ټولنيز ډول منل شوي او مناسب وي، کيدای شي چي لباس شر عي وي خودټولنی ددود سره سمون نه خوری ،لکه دکوچيانو په ټولنه کي دريشي اغوستل.
3. ددي لپاره چي لباس دي دځان او نورو لپاره منلی وي بايد تل يي پاکوالي مراعات کړي.
4. په لباس کي له زياتوالي پرته ښکلا دنورو ددرناوي جلبولو لامل ګرځي.
5. په لباس کي ساده ګي دښه ذوق ښکارندوی ګڼل کيږي.

6. دلباس په نوعيت کې دوخت اوځای په نظر کې نيول اړين دي، لکه دژمي ،دوبي ،واده، کار اوسفر لباسونه ، چې هر يويې ځانګړ تيالرى .

داوريدلو لپاره ښه چمتو والې:

دبل خبروته په غور سره غوږ نيول يواځي دانه چې دکاميابو اړيکو جوړولو مهم رکن ګڼل کيږى بلکې دانسان په ښو اخلاقو اونيک سلوک دلالت کوي.

نوروته دخپل پيغام په رسولوکې دکاميابى ترڅنګ بايد دهغوئ پيغام هم په غور سره واوريدل شي او دغبرګون دپوهيدو پواسطه په هغوى داغيزاولاربنونى استفاده وشى .

د اهغه انسانى مهارت دي چې دهر ډول پوهنى دلاسه ته راوړلو لپاره اړين ګڼل کيږي.

څيړنو داجوته کړي ده چې دپيغام په پاى کې دپوهې مقدار د (۴۰٪) او (۷۰٪)ترمنځ دي او ددى توپيرلامل پيغام ته په ډير اولږ غور غوږ نيول دي.

د اوريدلو وسائل درى دي:

1. په غوږونواوريدل.
2. په ستر ګو ليدل.
3. دزړه اودعقل په توسه پاملرنه کول.

په غورسره دنه اوريدلو ناوړه اغيزي:

1. مقابل لوري ته په غور سره غوږ نه نيول تاته دهغه درناوې اوپرتاباندې دهغه باورته زيان رسوي، دبل سره دخبرو په مهال په تليفون, ليکلواو له نوروسره په خبرو ځان مصروفول هغه له مايوسى او بى باورى سره مخامخ کوى.

احنف بن قيس رحمه الله وايي: کله ناکله راته يو سړى دداسى څه په باره کې خبره کوي چې ما دهغه دزيږيدو څخه وړاندى اوريدلي وي، مګرزه ورته داسى غوږ نيسم لکه چې دلومړى ځل لپاره يې اورم .

2. دنورو په غوښتنو نه پوهيدل په چلن کې دناکامى لامل ګرځي ،ځکه کاميابه معامله له دوست او دښمن سره دهغه دهدف په پوهيدو پورى اړه لرى او ښه پاملرنه ورته کول اړين دي.
3. پدى سره هغه فرصتونه ضائع کيږي چې په ژوندکې دکاميابى لاملونه ګڼل کيږى ،دافرصتونه انسان ته له نورو سره په اړيکو دخبرو اوهدفونوپه پوهيدو لاس ته راځي،کله چې انسان په ښه اوريدو اوپوهيدوکې پاتي راشي نوګټورفرصتونه اوزمينى يې دلاسه وځي.
4. په لنډه طريقه دمعلوماتو لاس ته نه راوړلواوپه نيمګړو معلوماتوباندى دبس والي عادت پيداکوي،ځکه ګمان کوي چې معلومات يې بشپړ دى او اوريدو ته اړتيانه لري.

5. دنیمګړومعلوماتو په پایله کې غلطې پریکړې کوي ځکه تر هغې مناسبه پریکړه نشی کیدای چې ترڅو معلومات بشپړ نه وي.
6. دنه اوریدو په سبب خبرې کوونکې په ناهیلی اخته کیږي اونه غواړی چې په کار کې په لیوالتیاسره ونډه واخلې .

په غور اوریدل:

ددی لپاره چې دښو اوریدلو اوپه غور دغوږ نیولو مهارت اوددغه نیک صفت ثمره لاس ته راوړی باید لاندې ټکې په نظر کې ونیسې:

1. باید داوریدلو په مهال په روحي اوبدني لحاظ روغ يي،دناروغی ،ستړیا اوډیری ولږې احساس درسره نه وي.اوریدل باید دخوراک نه سم دلاسه اوپداسی حال کې چې ذهنې مصروفیت ولرې نه وي، اوپداسی ځای کې صورت ونیسې چې پاکه او معتدله هواولري.
2. دخبرو په ځای کې باید ډیر شور اوغوغا نه وي، ځکه چې داسي حالت ذهن دګډوډوي اوحواس مصروفوي.
3. دخبرو په مهال باید ښه په ارام اوهوساناست یې څو داوریدواوپوهیدو ټول حواس په کار واچوې .
4. دخبرو په وخت کې چې څه اوري هغه له ستر ګو لیدلو حالاتو سره وتړه چې اوریدل اولیدل دواړه دمعلوماتو په ساتلو کی یوځای کار وکړي.
5. زیار اوباسه چې دخبروکوونکې جسمي خوځښت، دمخ اواواز ځرنګوالې په غور سره وڅارې څو دهغه خبری اوڅه چې غواړي په دقیقه توګه درک کړي.
6. دخبرو مجلس داوریدو اوپوهیدو له ستومانتیا څخه وروسته مه اوږدوه، دستړیا په مهال نورې خبرې بل مجلس ته وځنډوه ځکه کله چې زړه تنګ شي ستړي شي.
7. دخبروپه بهیرکې دمقابل لورې خبرې مه پرې کوه او پایلوته دوخت نه مخکې دځان رسولو زیار مه باسه ، دموضوع په اړه که څه مشکل لرې دخبرو په پای کې ترې دڅرګندتیا غوښتنه وکړه.
8. دخبرو په مهال له یوې خوا او بلی خوا لیدلو،اسویلوکولو، چرت وهلواو نور مصروفیت څخه ډډه وکړه.
9. له خبرې کوونکې څخه پرته دبل چاسره دخبرو څخه ډډه وکړه او داړتیا په مهال کې که ورڅخه اجازت وغواړې ډیر به ښه وي.
10. دهغو معلوماتواومهمو ټکو اوافکارو دلنډیز لیکلو لپاره چې له مقابل لورې څخه يې اورې دقلم اوکاغذ څخه استفاده وکړه، بیا یې دیادونی کوښښ وکړه چې موضوع دې په بشپړ توګه له فهم لاندې راشي،اومهم معلومات له ځان سره وساته.

داړیکو په وړاندې خنډان:

کله داړیکو په وړاندې داسی خنډان پیداشي چې دکامیابۍ اوودی مخه یې ونیسې،چې دهغې څخه یې څه پیغام لېږونکې،څه یې پیغام اخېستونکی اوځینی نور یې بیا پخپله په پیغام پورې اړه لري، چې دادي زه یې په لنډه توګه یادونه کوم ، او بیا دیو په هکله تفصیل ورکوم:

1. له پیغام څخه دهدف نا څرګند والې .

2. دپیغام اخیستونکي دغبرګون او په پیغام دپوهیدو په هکله دپیغام لېږونکی ناسم اټکل.
3. په ناسمه اومجهوله توګه دپیغام لیږل.
4. دا ړیکو لپاره نامناسب وخت ټاکل.
5. په پیغام کې دتشویقي اوپارونکو اړخونو کمې .
6. پیغام ته په غور سره غوږ نه نیول.
7. دپیغام په ناسمه توګه تحلیلول او په پوهیدنه کې یې نیمګړتیا.
8. دپیغام په هکله دوخت نه وړاندې غبرګون ښکاره کول.
9. هغه خړتوب اوخجالت چې په سمه توګه دپیغام دلیږلومخنیوی کوي.

خړتوب دا ړیکو په وړاندی یو خنډدی:

خړتوب دخجالت، بی وسی او روحی ګډوډۍ احساس دي چې انسان ته دخلکو سره دمخامخ کیدو په مهال کې پیدا کیږي. دا دحیا سره توپیر لری،ځکه حیا دناوړه کار دکولو په مهال کې دشرم اوراټولیدو احساس دی ،نو ددی لپاره حیا ښه او خجالت ناوړه صفت ګڼل کیږی .

دخړتوب ځیني ښې:

1. له خلکو سره دمخامخ کیدو په وخت کې عصبی توازن له لاسه ورکول.
2. په خبرو کې ورخطایي اوله نوروسره دپوهاوي ځواک نه لرل.
3. دمخ سور والی او دټولو غړو په خوځښت کې بې نظمي اوګډوډي.
4. دخلکو په مخ کې دډیروکارونو په کړنه کې په ځان بې باوري .

دخجالت دناروغتیا درملنه:

1. له خپلوانو، ملګرو اوکاوندیانوسره ټولنیز ژوند غوره کړه او له هغوئ سره په مناسبتونو، تفریحی سفرونو او ټولنیزوفعالیتونوکي برخه واخله.
2. له ورزشي ډلو سره ځینی تمرینونه کله کله سرته ورسوه.
3. دخلکو په مخکې ځینی ټوکې ووایه او په خنداکې ورسره ځان شریک کړه.
4. په ځینو مناسبتونو، الوتکه،بس او عمومی ځایونو کې چې له خلکو سره مخامخ کېږي پیژندګلوي وکړه او دخبرو اترو په ترڅ کې د هغوئ له فکر او نظر یاتو څخه ځان خبر کړه.
5. دخپل فکر دځرګندونی په مهال داسی تخیل وکړه ، چې ګواکې ته یوائې یې اوستا په وړاندې هیڅوک نشته.
6. په جومات کې په جماعت سره په لمونځ کولو اهتمام وکړه اوچې کله درته موقع پیداشي په جهري لمانځه کې امامت ته مخکې کېږه.
7. که کله درته په کومه موضوع کې دځان لوړتیا ښکاریده نوله خلکو سره په خبروکې دونډې اخیستو کوښښ وکړه.

8. دعصبی ستړیا په وخت کې لږ وغځیږه،استراحت وکړه اوبیا له خلکو سره دخبرو لپاره راوګرځه.
9. دخپلوخبرواودخلکو دغبرګون لپاره پلان ګذاري وکړه اودهغه په رڼا کې دبدلون راوستولو کوښښ وکړه، څوځلې یې له ځان سره تکرار کړه،او بیا له خلکو سره په ادب او صداقت خبرې وکړه، کله چې په همدې پروګرام څو ځلې عمل وکړې ان شاء الله دخړتوب ستونزه به له منځه لاړه شی .
10. په ځان دباور پیداکولو مبحث ته مراجعه وکړه ددې ناروغی ډیره ښه درملنه ده.

*****

دوهم څپرکی

له خلکوسره اړیکې جوړول:

له خلکو سره اړیکې اوهغوی له خپل اغیزلاندې راوستل داړیکو جوړونې د هنر او هوښیار تیا او په ټولنیزچلن کې دسمولاروکارونې په اړوند څولارښونې چې خوراضروري دي ترځانګړې عنوان لاندې قدرمنولوستونکو ته په لاندې توګه وړاندې کوم:

له خلکو سره داړیکو جوړونې څو مهم قواعد:

1. دالله تعالی سره خپلې اړیکې ښی کړه،الله تعالی به ستا او دخلکو ترمنځ اړیکی ښی کړی،ځکه زړونه دالله تعالی په لاس کې دي چې څنګه یې خوښه وشي هماغسی یې لار ښونه کوي، یواځی هغه ژړول او خندول کوی . (وَأَلَّفَ بَيْنَ قُلُوبِهِمْ لَوْ أَنفَقْتَ مَا فِي الْأَرْضِ جَمِيعًا مَا أَلَّفْتَ بَيْنَ قُلُوبِهِمْ ۚ (...الأنفال سورت، ۶۳ آیت.الله دهغوی زړونه په مینه راټول کړل ، که دنړی ټوله شتمني دې کارولې واي بیادې هم هغوی نه شومتحدکولاي.
2. یوه روایې څیړونکو داځرګنده کړی ده چې هر انسان ځانګړي پنځ لري چې په عمومی توګه دری دی:

لومړی - ظاهری پنځ :چې له کائناتو سره په ظاهري ښه چلن کوي.

دوهم - سمعی پنځ :چې داوریدلو په توسه دکائناتو سره چلن کوي.

دریم - احساسی پنځ :چې دداخلی احساساتو او شعور په توسه له کائناتو سره چلن کوي . دهر څه دمخه دانسان طبیعت پیژندل او دهغه له لارې ورسره مناسب چلن کول داړیکو په ښه اوبیړنې ټینګښت کې مرسته کوي.

3. خپل ځان دې دنورو په ځای کې تصور کړه بیا ورته هغه خبرې واوروه چې ستا خوښیږی او هغه چلن ورسره وکړه چې دنورو څخه یې هیله لرې.
4. تل مسکې اوسه او په خاصه توګه دسختو او ویرونکو حالاتوپه مهال کې .
5. دغصې په مهال خپله ارامی وساته، او درسول الله صلی الله علیه وسلم نصیحت په یاد ولره) لاتغضب -لا تغضب – لا تغضب (غصه مه کوه – غصه مه کوه – غصه مه کوه.

6. تل دنورو دعزةالنفس،حقوقو،اوارتیاؤ خیال وساته، او دالله تعالی داقول په یاد ولره) وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانْفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ (دآل عمران سورت، ۱۵۹ آیت.

که چیري ته بد خوی اودسخت زړه څښتن واي هغوی به هرومرودرڅخه تارپه تاراولري شوي ؤ.

7. دخپلو خبرو په ټاکنه کي کوښښ وکړه، په خاصه توګه په لو مړی لیدنه کي او دخبرو په مهال دي ځان خوشحاله وساته،اودتندي له تریوالی څخه ډډه وکړه،که څه هم خبرې دې نر مي وي. شاعر وایې: چې کله یې مخ ته وګورې داسی برېښي لکه تازه ښکلی برېښنا.
8. که حالات په موضوع کي دخبرو لپاره مناسب نه ؤپه ډېر ظرافت سره یې بل وخت ته وځنډوه.
9. په خبروکي دی فکاهی او متلونه ویل مه هیروه،ځکه دادمقابل لوري پاملرنه رااړوې مګر داسی نه چي ډېر وخت ورکړی،اویا دحق نه تجاوز وکړې.
10. له خلکو سره مرسته کول اوسوغات ورکول که څه هم کوچنۍ هم وی دخلکو دزړونو لاس ته راوړلو اواړیکو جوړولو ښه وسیله ګڼل کیږی. رسول الله صلی الله علیه وسلم فرمايي(تهادوا تحابوا (تحفی تبادله کړی محبت به مو زیات شی.
11. سلام خپرول،سلام اچول اودنوروسلام ته په ښه توګه ځواب ویل دزړونو کیلي ده ددی کیلي لاس ته راوړلوکوښښ وکړه. دځینوخلکوپه ځیرمه کیږه چي سلا م پرې واچوې په غصه او تعجب درته وګوری ،چي څنګه یې راباندی له پیژندو پرته سلام واچاؤ.
12. په وعده وفا اوریښتیني خبرې کول دي خلکوته ګرانوې ،که څه هم دهغوی ټولي غوښتني نشی پوره کولای.دروغ هغه ناوړه صفت دي چي دانسان وقار هیبت اوباورله منځه وړي،یاد لره چي دروغ د اورلاره ده او دمنافقینوصفت دی.
13. سخاوت که څه هم په لږ شی وي دخلکو په زړونو کي درته لوړ مقام ګټي،هیڅ شونی نده چي بخیل اوپه ځان مین انسان خلکو ته محبوب شی .

الله تعالی فرمایلي دی: (وَمَنْ يُوقَ شُحَّ نَفْسِهِ فَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ (الحشرسورت، ۹ آیت .چاچي ځان دبخل څخه وساته هغوی بریالي دي.

14. دژوند دچارو ښه تنظیم او په چلن کي ساده ګي دخلکوددرناوې لاس ته راوړنی لامل ګرځي که دښمن هم وي.
15. دځان اولباس پاکوالي ،ښه تنظیم او خوشبو ی دښه چلن او نزدیکت لامل ګرځي .

دخلکو ډولونه:

په عمومی توګه انسان دډېرواوپیچلو صفاتو لرونکي مخلوق دي چي عقل، احساسات، عواطف، ویره، شجاعت، سخاوت، بخل، مهربانی ،سختي ،زغم، غصه، لوړتیا، ټیټوالي او داسی نور دبشریت متضاد او متوا فق صفات الله ورکړی دي.

ددې صفاتو په زیاتوالي اوکموالي،پیاوړتیا اوکمزوری کي لازیات پیچلي لاملونه ونډه لري چي عبارت دي دوراثت، روزني،چاپیریال، عقاید،ټولنیز،فرهنګي ،علمي اوهڅوبې ارزښتونه، تجربوي مهارتونه، اقتصادی او امنیتی شرائط اوداسی نور چي دشمیر څخه زیات دی .

هغه ویش چې مونږ یې یادونه کوو هیڅکله ټول انسانان په پریکنده توګه نشی راټولولي ځکه داسی خلک به وي چې ددې ویش څخه به دباندی پاتی وي، اویا به پکې دیادوشووصفاتو په اندازه کې کمې یا زیاتې هرومرو لیدل کیږی .

لومړی ډول :ټولنیز عقلی اوتصویری انسانان چې مهم صفات یې دادي:

1. کایناتو ته کتنه دهغوی دتصویر او دسترګودلیدنی پربنسټ کوي، غواړي چې هرڅه لیدلو منظرو اوتصویرونوته واړوي.
2. له خلکو سره اړیکې جوړونه خوښوي او دهغوی په اړتیاو دپوهیدو کوښښ کوي.
3. دهغو تصویری منظرواورناګانوله امله چې دده په ذهن کې دي په خپلو خبروکې چالاکې کوي څوپه پرله پسی منظروپسی ځان ورسوي، او تعبیر یې کړي.
4. زړه یې دسختو حساسیتونو او نزاکتونو څخه پاک وي.
5. دهر څه په تفصیل کې غورکوي اوپه ورځنیو ستونزوکې مصروف وي.
6. دخلکوسره په اړیکوجوړولو کې ماهر وي او دهغوی درناوي اوباور لاس ته راوړي.
7. دورځې کارخوښوي اوکوښښ کوي چې کار یې څرګند اوخلکوته ښکاره وی .
8. له یواځې کار کولوسره نه جوړیږی او حوصله ورته نه لري.
9. په ټولنیزو فعالیتونوکې له ونډې اخیستو سره مینه لري اونوښت پکې راوستي شي.
10. په لګښتونوکې سخاوت لري اوپه خلکو زر باور کوي.

دوهم ډول :ـعقلانی او سمعی چې مهم صفات یې دادي:

1. په خبروکې دالفاظواو عبارتونوپه ټاکنه کې زیارباسي.
2. خبری یې سستی وي،او خپل اواز ته پاملرنه کوي.
3. اوریدل ډیر خوښوي.
4. یواځې خبرو اومعناګانوته میل لري.
5. یواځې والی یې ښه ایسي دشوراوګڼی ګوښي نه یې بد راځي.
6. له نوروسره په اړیکو او ټو لنیز و فعالیتونو کې له ګډون سره لږه مینه لري.
7. دهرغوښتنونکې کار لپاره دقیق حساب کوی ،هیڅکله په خطری او بی حسابه کارکې برخه اخېستل نه خوښوی .
8. په ارامه فضا کې دخیرنواوپلان جوړوني وړتیا لری،اوله خلکوڅخه لریوالې خوښوی.
9. په څه چې ایمان لري په ډاډمنی یې وړاندی کوي پدې عقیده چې نور باید ورسره دوړاندې څخه موافق وی .
10. کایناتو ته دالفاظو اوژبې له لارې ګوري،ان تردې کوښښ کوي چې تصویری منظری هم ویونکې وښایې .

دریم ډول : عاطفي اوحسي- چې مهم صفات یې دادي:

1. دمخکینو په نسبت یې خبرې سستې وي.

2. اواز یې ډیر ژوراو له ژوري ساه سره راوزي .
3. له نوروڅخه زیات دمسؤلیت او درووند بار احساس کوي اوله دې امله په مبادېوتېنک وي اودهغو لپاره دکارکولو هڅه کوی .
4. له خلکوسره دمخامخ کیدو په مهال پرې خجالت او تردد راځي ،نوښت او خطر ناک کارونه یې بدایسې اونوی کار ته وړاندی کیدل هم نه خوښوي.
5. تل په خپل ځواک او وساېلو شک کوی .
6. له خلکو سره اړیکي نه خوښوي،کله چې له نورو سره یوځای شي په وړه خبره غصه ورځې مګر کوښښ کوي چې چاته ښکاره نشي.
7. له لږو خلکوسره دیوځای کیدو په مهال دمناظری اونیوکې لیوالتیا لري.
8. دنورو په مشری کې کامیاب نه وي،په اسانی سره تابع کیږي،مګر په پټه کې له خپل لاربښود نه ډیره کرکه کوي.

<u>څلورم ډول :</u> عاطفي اوټولنیز،مهم صفات یې دادی :

1. تل دخوځښت اونوښتګر نشاط څښتن وي.
2. ثبات نلري او اوښتونکې پنځ لري.
3. په ګرانښت اودښمنی ،انتقاد اوستاینه کې ډیر زیاتوالي کوی،په پریکړه کې دموضوعیت او هر اړخیزې څیړنې څخه کار نه اخلي .
4. دلاربښووني اومشرتابه وړتیا نه لري،او داوږدې مودی کار لپاره هم وړتیانه لرې مګر دلنډ مهالو چارو لپاره ښه وي.
5. دلنډ مهال لپاره سړه اوولاړه فضا په خوځښت او ګرمی راوستې شي.
6. دخلکو سره دتلپاتې اړیکو جوړونې کې بریالې نه وي مګرله کم علمه خلکوسره دلنډی مودې اړیکوجوړونه په برې سره کولای شي.
7. په خبرو کې ریښتینې اوپه افکاروکې مستقیم وي،په تورونولګولو او چل ول نه پوهیږی .
8. ځان ته والې نه خوښوي په هغه کارکې چې یواځیوالي ته اړتیاولري بریالې نه وي.

په پورتنیوډولونوکې زیات شمیر خلک راتلای شي لکه څنګه چې اروایې او نفسي څیړنو ثابته کړی ده. کیدای شي چې پورتنی ډولونه له یو بل سره داسی یوځای شي چې ډیرنورډولونه ورڅخه جوړشي، لکه عاطفی راتول سمعی،عقلانی راتول صوری،عقلانی ټولنیز،حسی سمعی او داسی نور .په انسان کې کمال ناممکن دی،په هر انسان کې مثبت اومنفی اړخونه پیداکیږی ،نوله دې امله چې کله له چا سره معامله کوي باید وپوهیږې چې دادکوم ډول انسان دی ،صفات یې ځان ته معلوم کړي او دهغو پر بنسټ ورسره دچلن پلان جوړ کړي.

انسان کولای شي چې په خپل زیار سره ښه صفات په ځان کې پیدا کړي او له ناوړه صفاتو څخه ځان وژغوري،او کولای شي چې دنورو ناوړه صفات هم دروزني،کوښښ ،صبر اوزغم په توسه تهذیب اوسم کړی،په دې سره انسان یو پر بل لوړوالي مومي.

الله تعالی فرمایي: (وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ (د العنکبوت سورت، ۶۹ آیت.

هغو خلکو چې زمونږ په اطاعت کې زیار وویسته خامخا به ورته لاربښونه کوو،اوالله تعالی دنیکانوملګرې دي.

)وَجَعَلْنَا مِنْهُمْ أَئِمَّةً يَهْدُونَ بِأَمْرِنَا لَمَّا صَبَرُوا وَكَانُوا بِآيَاتِنَا يُوقِنُونَ (د السجدة سورت، ۲۴ آیت.

ددوئ له منځ څخه مونږ امامان اومخکښان جوړکړل چې زمونږ په امر خلکوته لارښونه کوي،ځکه چې دوئ صبروکړاوزمونږپه آیتونوئې ایمان اوباوروکړ.

*****

دریم تړوک

آیا په خپل کار کې دبریالیتوب هاندکوي؟

لومړي څپرکې

لومړی دکار په اړوند څوخبرې:

انسان باید په خپل ژوند کې کار وکړي،د خیریا شرکار، ژوند له لنډوالي سره سره دوګړواوملتونو تر منځ دسیالۍ ډګر دی،هوښیار هغه دي چې داحقیقت یې درک کړي وي اوخپل ځواک او صلاحیت یې په ښه طریقه دښه تولید او ورکړي لپاره په کار اچولې وي.

کیدای شي چې کار -ماموریت، کسب ، سوداګري او داسي نور وي.

دهر یوه لپاره دبریالیتوب ځانګړې شرطونه دي،خوله دې څخه دمخه دکار په اړوندڅو لارښونې دی ،چې دبرې لپاره ورته پاملرنه اړینه ده:

1. له الله تعالی څخه وویریږه ، حلال وخوره،اویاد ولره چې هره غوښه په حرامه رازرغونه شي په اور کي به خامخا سوځي،کار دې باید روا وي، په صداقت اوامانتداری سره یې د ترسره کولوزیاراوباسه
2. دوخت له ابته کیدوڅخه ډډه وکړه ځکه داپه هر کار کې دناکامۍ لامل ګرځې .
3. په کارکې خفګان، ویره او ورخطایي له منځه یوسه ، پوه شه چې دا هغه کامیاب درمل دې چې هر سړی پری پوهیږي مګر کم خلک یې کار وي.
4. هغه کارپه غاړه مه اخله چې نه پرې پوهیږی اویا دې له وس څخه اوچت وي، یا خو هغه کار وګوره چې پرې پوهیږی اوکولای یې شي،او یا دکار کولو استعداد او صلاحیت په ځان کې پیدا کړه.

5. داشخاصو اوواقعاتوسره په نرمی چلند کول پداسی حال کې چې شرعی مانع، اویادناوړه پا یلو ویره نه وي، دخلکو،دریځونو اوپیښوسره په نرمی او هوښیاری چلن کوه، داړتیاپرمهال لږ دریدل او یو قدم وروسته تلل له دې امله چې ددېر پرمختګ هیله وي ښه اقدام دي.داله تا څخه دنورو سره په چلن کې ښه خوی ،سالم منطق او دعباراتو ښه ټاکنه غواړی .
6. ځان په بیړنیوپریکړو مه روږدي کوه، زیار اوباسه چې له پیښواووګړوسره دلیدني په ترڅ کې داغېزلاندی رانشي،له پریکړې څخه وړاندې دبشپړو څیړنو،پر صبر،حوصلې ،زغم او پوره یقین لاس ته راوړلو باندی ځان مکلف او مجبور وګڼه.
7. د ژوند په متلا طمو څپوکې کیدای شي ډېر ځلې دډېرو لاروا ویا دډېرو کارونو تر منځ دیوه خوښولو او ټاکلو سره مخ شي په پا یلو ، ګټو اوزیانونو کې یې ښه غور وکړه ، بیا په الله تعالی له توکل وروسته یو ځان ته وټاکه، دحق او هدایت دمبادیو په سر هیڅکله سوداګرې ونه کړی .
8. له علمی او تخنیکې وسایلو له پر مختګ څخه داستفادی پواسطه دخپل استعداد،صلاحیت او تولیدی قدرت زیاتوالی اوښه والی مه هیروه ، علمی کنفرانسونو مسلکی سمینارونو دروزنې اوڅیړونو مر کزونو ته حاضریدل دټلیفون، فاکس اونورو پر مخ تللو وسایلو داستعمال او نوښت څخه خبریدل اړین وګڼه.
9. له لټی اودکارونو له وروسته کولو څخه ډډه وکړه ، هر کار په خپل وخت کې سرته ورسوه، خپلې دندې او مسؤلیتونه بې له ویری اوتشویش اجراء کوه،دا په هر کارکې چې کول یې غواړې دبریالیتوب لومړی شرط دي.
10. کیدای شي چې دکار په بهیر کې له ناوړوپیښوسره مخ شي له مایوسۍ ناهیلی اوتسلیمۍ څخه ځان وساته، بلکې په ښه هوساطریقه یې دسمون او جوړونې کوښښ وکړه.

*****

دوهم څپرکې

<u>په دنده کې دبریالیتوب شرطونه:</u>

دنده له ډیرو مهموچارو څخه هغه چاره ده چې ډیر خلک په دولتې ادارو شرکتونو او موسساتو کې پرې مصروف دی ،په دنده کې دبرې لپاره څو شرطونه:

1. دخپلی دندې سره انسجام او مینه لرل،کله چې یو انسان دخپلې دندې سره مینه اوانسجام ونلري هیڅکله تولیداو نوښت نشي کولای او دبرې څخه هم بې برخی پاتی کیږي.
2. دکار دمخکې وړلو لپاره لږترلږه مهارت او اهلیت پکار دی،ځکه هر کار ځانته ځانګړتیاوې لري چې باید کوونکي ورسره اشناوی،لومړی نظرې اودوهم عملی او تطبیقی اړخونه یې باید زده وي.
3. په کارکې له پخوانیوتجربوڅخه استفاده وکړه که څه هم تعلیم اوبرې لیک یې درڅخه ټیټ وي،ځکه تطبیق اوعملی تجربه په کار کې لوې ارزښت لري.
4. دهغوستونزوپه اړه چې په کار کې ورسره مخامخ کیږی له خپل مشراورئیس سره مشوره وکړه، دکار له پرمختګ څخه یې خبر کړه،لاربنوونې یې په غور واوره، په ټاکلو وختونو کې ورسره صلاح مشوره وکړه.

5. باید په کار کې له ملګرواو مامورینو سره ترتیب شوی ملاقاتونه وشی،تر څو دکار په هکله صلاح مشوری دستونزودحل لپاره هر اړخیزه مرسته،او دبنو نظریو او افکارو په وړاندی کولو سره تشویق او تشجیع صورت ونیسی .
6. دکار ورځ دې دهغو چاروپر اساس وویشه چې باید تر سره یې کړي،ستادغه مهال ویش باید ثابت وی تر څوله تاسره تعامل لرونکې استفاده ورڅخه وکړای شي.

دمهال ویش بیلګه:

*دورځی په سر کې دمعا ملاتو او رپوټونو لیدنه.

*بیا له اداری څخه دباندی له مراجعینو سره لیده کاته، که چیری په کار کې مو داسی تعامل ؤ .

*له دی وروسته د مامورینو اوکارکوونکو استقبال او ورسره مجلسونه اویا په کارکې دخپلو مشرانو لیدنه.

*بیا مهمو تلیفونی مخابرو ته ځواب ویل.

*په وروستیوشیبو کې په کارځایونواو مامورینو ګر ځیدل اوکار لیدل.

ددې لپاره چې ټولو تعامل کوونکو ته مهال ویش په ساعت اودقیقو ویشل شوی څرګندوي باید له دفتر څخه بهر وځړول شي ، تر څو هر یو پردې پوه شي چې کله ننوتلی شی .

دامهال ویش چې مونږ یې بیلګه راوړی ده اړین نه دي.

بلکې دکار او ځای په رڼا کې چې څرنګه اړتیابرېښی جوړ شی .

داداري په علم کې متخصصین وایي چې په کار کې دقت او په تفصیل یې اهتمام کول او بیا ترورروستیو شیبو دهغه تعقیبول دکاری دندې لوی مهارت ګڼل کیږي پدې شرط چې متوازنه بڼه ولري او دکمي او زیاتي مخه په کې ونیول شي.

7. دنوروکارکونکو لپاره خپل ځان په پاکی،عدالت، درسمی مهال ویش، لوائحو او قوانینو په تطبیق دکار سره انسجام او جوړوونکو وړاندیزونوکې قدوه اوبیلګه وګر ځوه.

*****

دریم څپرکې

<u>په وظیفوي کارکې نوروته واک ورکول:</u>

بريالي موظف هغه دي چي په خپل ځنګ کي کارې ډله پيداکړي په دوی کي دقربانۍورکړي، اواقدام روحيه وروزي،مهارتونه او ځواکونه يې ورزيات کړي اوهريوه ته بيامناسب کاروروسپاري.

واک ورکول يادکارويش دهغه چالپاره چي په کار کي کاميابي غواړي ډيره بنسټيزه مبدا ده، ددي سرچپه په مرکزيت سره نو ښت وژل کيږي اوځواکونه دمنځه ځي.

تفويض څه ته وائی؟ دخپل مسؤليت او سر پرستی لاندي څه کار بل ته سپارلوته تفويض وائي .

<u>دتفويض ګټې:</u>

1. له استعدادونواو تخصصاتو څخه ګټه اخيستل، اوله ابته کيدو څخه يې مخنيوي.
2. له مشرڅخه بارکمول او هغه په نورو مامورينوويشل.
3. د کارونو په سرته رسولوکي سرعت اوګړنديتوب: ځکه ډير مامورين يې په کولوکې برخه اخلې.
4. دکار ښه والي:ځکه په خپل تخصص کي دنورو په ګډون کار کول هرومرو دکار ښه والي منځ ته راوړي.
5. د توليد زياتوالي : ځکه کله چي کار ګړندې وشی پاتي وخت دنورتوليد لپاره په کار اچول کيږي، او له دي سره توليد زيا تيږي.

<u>د بريالي تفويض شرطونه:</u>

1. تفويض کوونکي بايد د تفويض واک ولري،او که داسي نه وه نو بيا به يې د خپلي اداري يا موسسی د قانون او لوا ئحومخالفت کړی وی.
2. هغه چاته چي د تفويض له لاري کار سپارل کيږي، بايد چي په سپارل شوي کار کي مها رت او رغبت ولري.
3. دسپارل شوي کار حدودبايد د وخت، ځای، وسايلو اوواک په اړوند په دقيق ډول وټاکل شی.
4. دتفويض کوونکي اومامور ترمنځ داړيکو څرنګوالي:دااړيکي بايد داسوويشل شي چي دمشرله لورې لا رښونه، څارنه، اودکار سمون ياتقويم صورت ونيسي اودمامور له لورې کاراودهغه دسمون اوښه پرمختګ په هکله دهدايت غوښتنه وشي.
5. د تفويض د دواړو اړخونو) مشر او ما مور (تر منځ بايد منځومي اړيکي وي، نه دمرکزيت په څېر چي مامور پکي بې واکه وي، اونه داسي چي مشر دهر ډول لارښوونې اوڅارنې څخه بې برخې وي.

*****

څلورم څپرکی

<u>په کار کي غونډي اومجلسونه</u>

مجلسونه اوغونډي د هغو مهمو وسایلو څخه ګڼل کیږي چې ډله ئیز کارونه پرې په ښه ډول اداره کیداي شي، دا کارونه که لنډ مهالي اویااوږد مهالي وي.

ځینو څیړنو دا جوته کړي ده چې د(۴۰٪) څخه تر (۷۰٪) پوري د کار وختونه په مجلسونو کې کارول کیږي،سره د دې چې یواځې) ۲۰ (% ددې مجلسونو څخه ګټه اخیستل شوي ده ، په کار کې مجلسونه ډېر ارزښت لري،مګریوشمیرېي بې ګټې هم تماميږي، له کارې مجلسونوڅخه دښې ګټې اخیستلواودمنفي اړخونو دمخنیوې لپاره په لاندې کرښورنا اچوو:

1. په موسسه کې د مجلسونو موجودیت دکارکوونکو تر منځ د تجربوپه تبادله کې مرسته کوي.
2. د مجلسونو په ترڅ کې د موثقو منابعو څخه نوي او سم معلومات مسؤلینوته په خاصه توګه او کارکوونکو ته په عامه توګه لاس ته ورځي.
3. مجلسونه ټولو ته په پریکړو کې د برخې اخیستلو فرصت ورکوي، او په دې توګه په هغوی کې دعملي کولو، اومسؤلیت اخیستني استعدادونه او رغبتونه روزل کیږي.
4. د مجلسونو په توسه د کارې ډلې رو حیه لوړیږی ،پداسې حال کې چې په لویو کارونوکي استغنا ورڅخه نشي کیداي.

دمجلسونو ډولونه:

کولي شو چې په هر کارکي مجلسونه په لاندې ډول وویشو:

1. د معلوماتو د تبادلي مجلسونه:ددې مجلسونو څخه هدف د کار کوونکو تر منځ په ډله ئیزه توګه د معلوماتو تبادله ده، چې د فردي تبادلی په نسبت پکې ډېر وخت او زیار سپما کیږي.
2. د پریکړو مجلسونه :داله څیړنې لاندې موضوعاتو په هکله د پریکړو لپاره وي.
3. دڅیړنو او دراساتو مجلسونه :د دې څخه هدف دیوې موضوع په هکله هر اړخیزه څیړنه ده،چې دفکرې او ذهني سیالیواوکار اچوني په صورت کې منځ ته راځي ،د دې لپاره کیدای شي چې څو ډلې جوړې شي، هرې یوې ته د موضوع یواړخ و سپارل شي او بیا وروسته د ټولو څیړنو د تولګې څخه د عمومي موضوع پایله لاس ته راشي.
4. بیړني مجلسونه،دا هغه مجلسونه دي چې د حالاتو دغوښتني پر بنسټ جوړیږي، داداري یا موسسی په مهال ویش کې له وړاندې څخه ځاي نلري.
5. او نیز یا میاشتني عادي مجلسونه چې د موسسی د کار په مهال ویش کې ځاي ورکړشوي وي.
6. دډله ئیزو خپرونو لپاره مجلسونه:دااعلاني او تشهیري بڼه لري، دا له نوروسره ډېر توپیر لري ځکه مخکیني تولیدې او دا اعلاني دې.
7. تعلیمي مجلسونه : هغه دي چې شاګردان پکې د استاذانو پواسطه زده کړه کوي .

تو لیدي مجلس:

ددې لپاره چې مجلس کامیاب،تولیدي اومثمروي،او اعظمي استفاده ورڅخه وشي باید چې ښه تیاري ورته ونیول شي ، ښه اداره کړي شي اوبیایې دپریکړو ښه څارنه وشي .

کولاي شوچې د کامیابۍ لاملونه په دري برخو وویشو ، لومړي د مجلس څخه دمخه، دوهم د مجلس په ترڅ کې ،او دریم د مجلس په پاي کې:

لومړي د مجلس څخه دمخه:

1. کله چې مجلس ته اړتیا نه وي باید دا ېر نشي ځکه پدې سره وخت ضائع کیږي، زیارونه او وسایل بې ځایه کاریږي.
2. د مجلس موخه باید له راغوښتو څخه وړاندې په څرګنده توګه وټاکل شي.
3. د مجلس لپاره د وخت او ځاي ټاکل باید په څرګنده توګه صورت ونیسي ، پداسي حال کې چې د ډیرو برخه اخیستونکو لپاره مناسب وي چې د مجلس لپاره اژنداباید له دایریدو څخه کافی موده وړاندې دتیارولو دځانګړي کمیسون له لوري او یا دمجلس دمشرتابه لخوا ترتیب شوي وي.
4. د مجلس دبریالیتوب لپاره باید ټول برخه اخېستوونکي دمجلس په موخه، اژندا،وخت او ځاي خبر کړي شي،کیداي شي چې له ځینوغړوڅخه په ځانګړي توګه څه و غوښتل شی ،داخبرتیا باید له مجلس څخه کافي موده وړاندي وي ترڅو ځان ورته چمتوکړي، اودهرمجلس دبهیر موده باید په مناسبه توګه وټاکل شي
5. دمشرتابه لورې باید د مجلس لپاره د ټولو وسایلو تیاري ولري لکه : اوراق، قلمونه، فایلونه، تغذیه،اوبه، د تقدیم او ترانسپورټ وسایل او که مجلس اوږد وي د خوب ځاي او داسي نور.
6. د مجلس مشر باید د اداري لپاره هم خپل تیاري ولري.
7. هرغړي باید د مجلس لپاره خپل ځان په بدني،فکرې ،نفسي او معلوماتي توګه تیارکړي،د نورو برخه اخیستونکو نفسیات له نظره تیرکړي چې څه ډول چلن باید ورسره وشي .

دوهم :-د مجلس په بهیرکې دبریالیتوب لاملونه:

1. ټول غړي باید په ټاکلي وخت ټاکلي ځاي ته حاضر شي.
2. مجلس ته بایددروغتیا، نشاط اوویښتوب په حالت کي حاضرشي، چې دستړیا اوناروغۍ احساس ورسره نه وي.
3. د حاضریدو په وخت کي پرټولوباندي د اسلا مي ادابو سره سم سلام اچول.
4. د مجلس پرانسته په الحمدلله و الصلاة والسلام علی رسول الله سره وشي.
5. د غړو تر منځ تعارف که دمخه نه وي شوي اوپه مجلس کې دهریوه دنده ښودل.
6. دمجلس مشر او منشي ټاکل که دمخه نه وي ټاکل شوي.
7. غړوته د اژندا اودهغي دفقراتو ترتیب او وخت ورپه یادول.
8. د مجلس د پاي وخت ټاکل ترڅو ټول دي ته متوجي شي.
9. په مجلس کي ټولوغړوته په نیاومنه توګه د خبرو اومباحثي وخت ورکول.
10. په اژنداکي له شاملوفقراتوڅخه باید یوه هم پري نښودل شي،دټولو موضوعاتوپه هکله پریکنده او څرګندې پریکړې وشي،اوپه هماغه مهال ولیکل شي ، دموسسي له قانون اولوائحوسره سم باید پریکړي د ټولو په اِتفاق او یاداکثریت پربنسټ وشي.
11. هر غړي چې د مجلس د موضوع څخه وځي یا دپریکړې څخه وروسته بیا خبره غبرګوي یا نورو غړوته زیان رسوي باید ډیرپه نرمۍ او ادب متوجه او مخه يې ونیول شي.
12. په پاي کي باید ټولي لاس ته راغلي پریکړې اوپایلي اعلان شي اودعملي کولولوري يې هم په ګوته شي.

13. مجلس باید په ټاکلي وخت کې پای ته ورسیږي ، داړتیا او د حاضرینو د موافقې پر ته یې له اوږدیدو څخه ډډه وشي .

درېیم :د مجلس څخه وروسته د کامیابی لاملونه

1. د مجلس پریکړې اړوندو غړوته ورکول.
2. هغه غړې چې مجلس ته ندي راغلي او د پریکړو تطبیق ور پوري اړه لري خبرول.
3. په غونډه کې د برخه اخیستونکو په ښه توګه وداع کول.
4. د پریکړو دعملي کولو لپاره ښه پلان ګذاري اودهغو تلپاتې څارنه اودمجلس دموخودتحقق په هکله لارښونه.

د مجلسونو د ناکامی لاملونه:

1. برخه اخیستوونکوته د مجلس دموخونا څرګندوالي ،اویاپه هغودقناعت نشتوالي .
2. د مجلس لپاره په تیاری کې نیمګړ تیاوي لکه اداره، اژنداونوراړین وسایل.
3. غړوته د اژندا،هد ف، وخت اوځاي په هکله ناسمه خبرتیا.
4. د ګډون کوونکو له لوري مجلس ته په ټاکلي وخت او ځاي کې نه حاضریدل.
5. د مجلس لپاره نا مناسب او یا ناکافي وخت ټاکل.
6. د بدني ستړیا،نفسي بې قناعتی‌او د کافي معلوماتو د نشتوالي له امله په مجلس کې دګډون کوونکو عدم اهلیت، ځکه پدې ډول ګډون کول هیڅ ګټه نلري،څیرنې او پریکړې ټولې نیمګړې وي.
7. د مجلس په بهیرکې له اژنداپرته،په نوروچارولکه په تلیفون،وتلواو ننوتلو باندي ځان مصروفول.
8. د مجلس د موضوعاتوپه هکله څرګندو پریکړوته نه رسیدل اویا ګډون کوونکوته د پریکړو ناڅرګندتیا.
9. د مجلس په اداره کې له سختی یا نرمی او بې پروایې څخه کار اخېستل.
10. په مجلس کې د شوو پریکړو په هکله دکامیابي عملي بنې نشتوالي .

*****

پینځم څپرکې

په کارکې ستا اوستاد ملګروترمنځ د باورجوړونې وسایل:

مخکې مو له نوروسره داړیکو جوړولوپه موضوع بشپړه لیکنه وکړه،چې څرنګه باید له نوروسره چلن وشي چې د هغوی‌د باور لاس ته راوړلواو اړیکو جوړولو لپاره لار هواره کړي،په دې برسیره مونږ غواړو چې په کارکې د ملګروسره په اړیکو جوړولو لازیاته رڼا واچوو،ځکه ملګري ځانګړې ارزښت لري له دوی سره ډیر

تماس اود ښواړیکو جوړونه دکار دکامیابی لپاره اړینه ده، دې موخې ته درسیدو لپاره باید لاندی ټکي په نظر کې ونیسي:

1. دنورودرناوي لاس ته راوړلولپاره باید په خپل کارکې مخلص او امین اوسې،او څرنګه چې لازمه وي په هغه توګه یې ترسره کړي.
2. ځان د نیکو اخلاقواوښه سیرت څښتن کړه،د ملګروسره په مهربانی،نرمی،ورین تندې او پاکې ژبې چلن کوه،د بدوځخه یې تیرېږه اودنیکۍ ستاینه یې کوه.
3. د خپل ځان او لباس نظافت ښه ساته،او ښه خوشبوي کاروه.
4. له ملګرو سره په خوشحالیواوخفګانونوکې پراخه وندہ اخله،دارتیاپرمهال نصیحت او مشوره ورکول مه هیروه،او په مناسبتونوکې له خپل وس سره سم سوغات اوله اړمنوسره مالي مرسته له یاده مه باسه،ددې ترڅنګ د هغوۍ اودکورنیویې تل پو ښتنه کوه،په خاصه توګه چې کله مشرتوب درپه غاړه وي،په کار کې دستونزو پیداکیدو په مهال دهغوۍ څخه مرسته مه دریغوه.
5. له ملګرو سره له کار ځاي څخه بهر کله کله په ورزشي سیالیو او تفریحي سیرونوکې برخه اخله.
6. زیاراوباسه چې د ملګروپه وړاندې غامض اوپټوونکې انسان معلوم نشې، بلکې د هغوۍ سره دخپل ژوند،ا فکاروا‌وحالاتو په هکله خبري کوه ، مګرله اندازی څخه زیات نه، چې بیابه ورته په ځان مین او احمق ښکاره شې،اوډیر ژور هم مه ځه چې اسرار درڅخه ښکاره نشي،چې د باورلاس ته راوړولو په ځاي به د بدو خلکو له لوري زیانمن شي.
7. د هغه څه له ویلوڅخه ډډه وکړه چې په کارکې دملګرو حساسیتونه راپاروي،لکه څرنګه چې قومونه،کورنۍ او سیمې په خپل منځ کې پارونکې خبرې کوي، او همدارنګه له هغوۍ او دهغوۍ له خپلوانو څخه دشوي کار داسي یادونه مه کوه چې هغوۍ پرې خفه کیږي، او د هر ډول عیبونو له ښکاره کولو څخه ځان وساته.

ځکه دا ډول کړنې په زړونوکې کینه اوکرکه پیدا کوي،که څه هم دا اکثره پټ وی ،خوبیاهم دانسان پر ډیروتصرفاتواوچلن باندې له تاسره اغیزه کوي،که چیري نصیحت اوسمون ته اړتیاوه دهغې لپاره خپلې لارې دي.

8. له ملګروسره په چلن کې مثبتویامنفي احساساتوته ډیره اجازه مه ورکوه،بلکې د منځومیاو حکمت تګ لارې په خپلولو سره دهر څه ځاي وپیژنه،ته نه پوهیږي کیداي شي چې الله تعالي ددې نه وروسته بل څه پیښ کړي.

*****

شیرېم څپرکی

<u>په کارکې له ستونز منو خلکو سره چلن:</u>

که هرڅومره انسان دنیک خوي څښتن شي او زیار اوباسي چې علمي اونفسي وسایل دنوروباوردلاس ته راوړلو او دښواړیکو جوړولو لپاره وکاروي،مګر بیا هم په شاوخواکې داسي انسانان پیداکیږي چې دخپلو

ځانونواونورولپاره دستړیا لامل ګرځي،که له دې ډول ملګروسره دکارکولودازمیښت سره مخامخ شوې څه ډول چلن باید ورسره وکړي ؟

الف -انسان باید خپل ځان د ستونزوزغملو اوپه زیانونو صبر کولو ته چمتو کړي هغه هم په لاندي توګه:

1. په خپل ځان ویسا اوباور پیداکول.
2. له خوراک،خوب اوورزش په واسطه دخپل بدن ښه پالنه.
3. په ځان کې دثبات اوهیله مندتیا دمثبت شعور روزنه.
4. له خلکو سره په ثبات دخبرواترو اومحاوري عادت پیداکول.
5. له ستونزو څخه تیښته نه کول،بلکې په علمي لارو اوارامو اعصابو ورسره چلن کول.
6. له ستونزو سره د مخامخ کیدو په مهال له پارونکو احساساتواود قهراوغصي څخه ډډه کول.

ب : د ستونزي څیرنه اودحل لپاره یې پلان جوړونه:

1. په ستونزه کې د فکر کولو څخه دمخه اودس، دوه رکعته نفل لمونځ،اوزیات ذکروکړه،او دالله تعالی څخه دمرستې او توفیق غوښتنه وکړه.
2. لږ وغزیږه اعصابواو بدن ته دي له شورڅخه لري هوساینه ورکړه.
3. د ستونزمن ملګري په هکله فکر کول پیل کړه،لومړي باید پدې کې فکر وکړي چې دهغه تصرفات چې تاته ستونزي راولاړوي په نښه کړي اودڅه لپاره دا تصرفات کوي،دوافع اولاملونه یې څه دي؟

ایا ستونزه دهغه په خفه کوونکو خبرو،او که په نورودځان لوړګڼلو،اوکه په نورو شک کولو،او تل دهغوی په کارونو نیوکوکولو او که دهغوی دښه مقام اوکار کولوله امله ورسره کینه کولو کې ده ، مهمه دا چې ستونزه په دقیق ډول په نښه شي.

4. په تا او ستا په کار د ستونز من ملګري حقیقي اغېز پیژندل, آیا ته دومره ورڅخه تنګ شوي یې چې ستونزونه دتیښتې په فکر کې د بل کار لټون کوې؟ آیاناسوبتیا دې زیا ته شوې ده؟ آیا دکارکولو موخې مو هیرې کړې ؟ آیا تولید دې لږ شوې اودکار کیفیت دې کمزوري شوي دي ؟ او داسې نورې اغیزې .
5. د مخکینیو معلوماتو په رڼاکې له ستونزي څخه دتیریدولپاره ښه او کامیابه لاره ولټوه ، په تااو ستا په کاریې دناوړه ه اغېزمخه ونیسه،دحل دلاري په ټاکنه کې ښه غور وکړه،ګټه اوزیان،مصالح او مفاسد یې په نظر کې ونیسه.

کیداې شي چې د حل لاره دستونزي اوستونزمن هیرولو، یا دهغه بل ځای ته بدلولو،یا دستابل ځای ته انتقالولو، اویادنوموړي ستونزمن انسان سره مخامخ مباحثې او خبرو اتروکولوکې وي.

6. که چیري موله نوموړی انسان سره دمخامخ خبرواترو لارغوره کړه،نو بیادې خپل افکار دلایل اوبیلګې راټولې کړه،عبارتونه،حرکتونه، دسترګو لیدنه اوداواز موجونه دي ښه منظم او ترتیب کړه، ترڅو وکولاي شي ددي ټولو په واسطه په خپله موخه کې بریالی شي اوپه ملګرې کې مثبت بدلون رامنځ ته کړي.
7. دخبرواتروپه پایله کې یې دغبرګون تمه ولره،اوستادغه تمه باید د هغه دروحي اوسلوکې چلن په هکله دمعلوماتو پربنسټ ولاړه وي.

8. دغبرګون دښودني په رڼاکې په خپله کړنلاره کې بدلون راوله،ستا موخه باید دستونزي دمنځه وړل اویاد هغي کمزوري کول وي،پام کوه چې پدي قدم سره دښمني راونه پاروي،اویا ستونزه نوره غټه نکړي،کوښښ وکړه چې دمنځه لاړه شي اویایي اغیز کمزوري شي.
9. چې کله دې کړنلاره وټاکله په یوه پاڼه کې یې له لیکلو څخه وروسته څوځلي له نظره تیره کړه،د ستونزي او دهغي د حل لپاره یواځې په ذهني معلوماتو بسوالی مه کوه تر څوچې دستونزوپه حل کې اوږدې تجربې ونه لري.
10. ددین پالو،هوښیاراواپوهو ملګروسره دخپل نیت او اقدام په هکله مشوره وکړه،دهغوی مشورې او نصیحتونه په بیله پاڼه کې ولیکه،بیاپه دې غوروکړه چې څومره استفاده ورڅخه کیداي شي.

ج :ـ د ستونزي دحل لپاره عملي قدمونه:

چې کله دې ځان له ستونزې سره د مخامخ کیدو لپاره چمتو کړ،اودحل لپاره دې مناسبه کړنلاره غوره کړه، نو بیاد جوړي شوي کړنلاري دپلي کولولپاره لاندي پړاونه په نظرکې ونیسه :

1. له مقابل لوري سره دخبرو لپاره مناسب ځاي او وخت وټاکه،په داسي حال کې چې فارغ، هوسا،او دخبرو لپاره چمتووالي ولري، او داسي هیله ورڅخه ولري چې سړي د نوروارتیاوې په نظرکې نیسي او ددي لپاره له خپلو ځینو دریځونو څخه تیر ېږی.
2. له مقابل لورې سره په ډیر درناوې اودښو عباراتو په کارولو سره محاوره وکړه،وروسته لدي چې دستونزې په هکله یې نظرځان ته معلوم کړي دهغي په حل کې ورڅخه مرسته وغواړه.
3. د ستونزې دحل لاري اووړاندیزونه چې مخکې دې تیارکړی دي منځ ته واچوه،ددی لپاره مناسبه لاره وکاروه،اودټولولپاره پکې دګټو په لرلو رڼاواچوه.
4. دګټوروا او مثبتو افکاراو وړاندیزونو سره یې موافقه وښایه،د کمزوری اوارتیاوپه یادوني سره پري مهرباني او شفقت وکړه ، ستا په مقابل کې د ستونزو پیداکولو په بدل کې نور وړاندیزونه ورته وکړه)که د ستونزوپه پیدا کولو کې یې تاته د ګټورسولو ګومان کاؤ.(
5. داملاقات پداسي حال کې پاي ته ورسوه چې دګډ یوو ټکي موپه ګوته کړي وي،او د هغي په اړوند د هر یو مسئولیت مو څرګند کړي وي.
6. که چیري د محاوري او څیرني لپاره څه پاته ؤ -د بل ملاقات لپاره وخت وټاکی.
7. د اتفاق دټکوپلي کولوڅارنه وکړه، پدي هم نظر وساته چې ترکومه حده عملي کیږي او څومره پرمختګ پکې کیږي.
8. بایددخبرو په مهال کې هوساوا ساړه اعصاب ولري،اوپه روحي او بدني توګه هم ارام اوسی ،له ملاقات څخه دمخه که په کافي اندازه وغځیري ډیره به ښه وي.

مقابل لوري ته دستونزي د حل په لاره کې د مرستي له امله مکافات ورکړه،په شفقت،مهرباني ،درناوي اوموسکا یې دکار دملګروپه مخکې دنوي بدلون ستاینه وکړه، که مناسبه وه ډالی ورکړه اودکار دستونزوپه حل کې ورسره هراړخیزه مرسته وکړه.

*****

اووم څپرکې

د تولید زیاتول

په ژوند کې د انسان دهرکارکولوموخه ښه اوزیات تولید وي،کله چې دکارپه مقابل کې نوي تولیدلاس ته را نه شي ګواکې هغه زیار اوځواک بې ځایه لګولې دي،د تولیدزیاتولو لپاره وګړې او موسسات تل کوښښ اوهل ځلی کوي.

له کار سره ددې موضوع د اړیکوله کبله غواړم دځینوهغو لاربښوونویادونه وکړم چې دپلي کولوپه صورت کې د کاردتولیدپه زیاتوالي اوښه والي کې مرسته کولای شي:

هغه عناصر چې په تولید اغیزه کوي:

1. پانګه.
2. اختراعي افکار.
3. بریالی‌اداره.
4. روزل شوي کارګران.
5. لومړني موارد.
6. تخنیکي آلات اووسائل.
7. د تولید لپاره ښه بازار.

تولیدڅنګه زیاتیدای شي ؟

1. پرکاربانديٍ له پیل څخه دمخه بایددځان اوکارترمنځ ګډې اړیکي پیدا کړي . ددې لپاره باید دکار اودهغه دګټو اوارزښت په اړوند بشپړه څیړنه وکړي، ترڅو دکارموخې ستاپه ذهن کې داسی ځای ونیسي چې هیڅکله یې له لاس ته راوړلو څخه وروسته کیدای نه شي.
2. دکاراودهغه په پنځ اوارتیاو پوهیدل دنوښت اوترقی شرط ګڼل کیږي.
3. دکار لپاره بنستیزې اړتیاوي برابرول، لکه روزل شوي کارکونکي،تخنیکي وسایل،خام موواداو مادي امکانات.
4. ذهن له نورو مصروفیتونوڅخه په بشپړه توګه خالي کول او خپله ټوله پاملرنه کار ته اړول.
5. د تولیددزیاتوالي له مهمووسائلو څخه یوهم دمشرانو له پلوه زیاتوتولیدکوونکو،ګرندیواوماهرو کارکوونکوته مکافات ورکول،اوتل هغوی تشویق کول،کیدای شي چې دامکافات د ترفیعاتو،مالي مرستو، داسانتیاوبرابرولو اود منني دبرې لیکونوپه بڼه کې صورت ونیسي . ددې لپاره باید دقیق او موضوعي معیار وجود ولري چې ددوی دتولید اروزنه په بې پرې اونیاومنه توګه وکړي،هیڅ ډول واسطه پکې نقش ونه لري.
6. د حقوقودساتني ډاډ ورکړشي،ځکه کله چې له کارګر سره دهغه په هکله دغیرعادلانه اوبې انصافه پریکړو ویره وجود ولري،بیانو د کار او تولید لپاره ذهني او بدني پاملرنه اواستعداد نشي پیداکولای.
7. زیار اوباسه چې دکار لپاره ټاکلي وخت په بل څه کې ونه کارول شي،ځکه لومړي دایو امانت دي چه الله جل جلاله به درڅخه پوښتنه کوي،دوهم داپه تولید هرومرو مثبته او منفي اغیزه کوي.
8. په دې کارکې له تا څخه دمخکینیو خلکوله تجربو او پوهې څخه استفاده وکړه، په ټاکلو موضوعاتوکې ددوی مشوري ترلاسه کړه.

9. د خپل کار په میدان کې دهر نوښت لیدنه اوله هغه څخه داستفادي کوښښ وکړه،ددي لپاره ښه وسیله دمجلواوپه دي ډګرکې د متخصصو خپرونو لوستل، دروزنې اوڅیړنو مرکز ونو اوننداړتونونوسره اړیکي او یاله هغو څخه د امکان په صورت کې لیدنه ده.
10. د لوستلو او دروزنې کورسونواوکنفرانسونوته دورتلو په وسیله دخپل کار په ډګر کې دنوښت،اختراع او انکشاف کوښښ وکړه.
11. ځان ته دي هم د کافي هوساینې اود رخصتیو حق ورکړه.
12. په کارکې دخپلومشرانو، ملګرو اومامورینو سره تل ښې اړیکي وساته.

په کار کې د تولید د کمښت او کمزورۍ لاملونه:

1. د کار لپاره دبریالي اوڅرګند پلان نشتوالي ،بلکې کارکوونکي په غیر منظم ډول دګډوډۍ په فضا کې کارکوي.
2. د منل شوي پلان نه پلي کیدل او په خپله خوښه پکې هروخت بدلون راوستل.
3. د کار په وخت کې په نورو کارونو مصروفیدل.
4. د موسسې یا اداري د رسمیاتو برخلاف کار ته ناوخته راتلل ، او دوخته تلل.
5. ډیر رخصتونه اخیستل او دهغې لپاره ډول ډول عذرونه وړاندې کول او په هره وسیله ورته ځان رسول .
6. په کار کې له مشر سره د ملاقات او دکار په چاروکې له هغه سره خبري اترې نه کول.
7. له کارکوونکي څخه د غوښتل شوي کار هیریدل او یا په دې عذر ځان ژغورل.

دتولید دلړ والي لاملونه:

1. په کار د کارکوونکي قناعت نه درلودل.
2. په کار نه پوهیدل ، اونه یې دهراړخیز درک او انسجام درلودل.
3. دخندانودموجودیت،یا دوسایلودلړوالي اویا دځینونوروولاملونوپربنسټ کارپه سمه توګه سرته نه رسول.
4. بل کار په دې کارمخکې کول،اویا هم نورکارونه ورسره یو ځای کول.
5. د کارکوونکي په ژوند کې دجدیت او زیار نشتوالي.
6. له کارکوونکي سره داسې احساس چې ګواکې په موسسه کې دښه کار او ښه تولیدڅښتنانو درناوي نه کیږي.
7. په کار کې دمشرانو اوکارکوونکوترمنځ د ستونزو شتون .

*****

اتم څپرکی

اداره په څوکرښو کې

هر کار اداري ته اړتیا لري، اداري ته ټول اړمن دي ،ځیني خلک پکې تخصص پیدا کړي.

دکورمشر،دموسسي مشر،مامور،سوداګر، بزګر او شپون ، هریو په خپل کار کې اداري ته اړتیا لري.

د اداري اوپه خاصه توګه په وظیفوي کارونوکې دکارکوونکود اداري په هکله ځیني عمومي افکارپه لاندي ډول دي:

اداره څه ته وائي:

اداره پلان جوړونه اوپه عملي ډګر کې دټولوامکانیاتو اووسایلو په انسجام او منظم ډول کارونه دڅارني او لارښووني تر سیوري لاندي ټاکلو موخوته رسیدلوته ویل کیږي.

د اداري ډولونه:

داداري دعلم متخصصینو دډیرو څیړنو په پایله کې د دې علم ډیر ډولونه سره بیل کړي دي.

دابیلونه دخلکودژونددواقعیتونودراتولوني پربنسټ ولاړه ده، چې مهم ډولونه یې دادي:

1. دلائحو پواسطه اداره کول : داټوله اداره په هغو سختو شرائطو ولاړه ده چې قانون او لائحي بایدپلي شي ، پدي کې کارکوونکو ته زیان اودکاردموخو دمنځه تلل چې داکار او اداره ورته جوړه شوي ده په نظرکې نه نیول کیږي.

پدي ډول اداره کې دنوښت او اختراع روح نه وي، داهغه تقلیدي اداره ده چې دنوښت سره دښمني لري.

2. دغبرګون اداره : داډول اداره دنورودکارونو په مقابل کې په غبرګون ښودنه ولاړه ده، نوښت خولاپریږده چې خپل پلان، قانون اولائحي هم نلري،تل ددفاع اوملګرتیا په دریځونو کې دنورو له اغیزي لاندي وي.
3. د ستونزواداره : دایواځي دبیړنیو اوستونزمنو حالاتو په اداره کولو کې ځانګړتیا لري، اوتل نه وي.
4. د شخصي جاذبیت اداره : داهغه اداره ده چه دمشرپه محور څرخیږي دهغه په شخصي ځواک او جاذبیت ولاړه وي، له کار، پلان ، لائحو او موخوسره یې هیڅ اړیکې نه وي.
5. په هر دریځ کې دتیریدني اداره : داهغه اداره ده چې دحقوقوڅخه په تیریدنه،په پیښو حالاتو رضایت، دستونزوسره له مخامخ کیدوڅخه ویره او دنورودراضي کولو په زیار ولاړه ده.
6. د خوښۍ لرونکو خبرو اداره : داهغه اداره ده چې دموسسي اوکار ځای دستونزو څخه دسترګو پټولو ترڅنګ،دموسسي او کارکوونکو فعالیتونه او دخوشحالۍ خبرونه غتوي، تر هغه مهال چې موسسه دلویې پیښې سره مخ شي.
7. د مطلق واک سپارلواداره : داهغه اداره ده چې پرته دڅارني او محاسبې مامورته دکارونو بشپړ واک وسپاري.
8. دګډون اداره : هغه ده چې دمشر او کارکوونکوترمنځ په واک،پریکړو او عملي ډګر کې بشپړ ګډون وجودولري.

9. دموخو اداره :داهغه اداره ده چې دکار اوموسسي موخې په څرګند ډول کارکوونکو ته وړاندي شي، بيادې موخود تحقق لپاره هلي ځلي په کارکوونکو وویشل شي،چې هریوفرد په دوامداره توګه دټاکلي موخې لپاره دموسسي دموخو په دائره او چار چوب کې زيار اوباسي.

داداري دبریالیتوب شرطونه:

-1دمعلوماتو شته والي اودکار په ټولو مستویاتو اولیولونو باندي دهغورونډ.

-2په موسسه کې دکارکوونکو ترمنځ داړیکو اسانتیا، دمشر اوکارکوونکو ترمنځ ددیوالونونړول.

٣ -په کار کې دمکافاتو او مجازاتو ورکول ، دښوکارکوونکو درناوي اودکمزورو پام راګرځول.

٤ -دمشرانو اوکارکوونکوترمنځ متقابل باور اودوروری خوږی اوله میني ډکې اړیکې،دکاري نظم اواطاعت سره دکاردښه سرته رسولو لپاره دمرستندویه روحیي ډله پیداکوي.

٥ -دکارکوونکي استعداداوځواک پیژندل اودهغه سمه لارښونه کول.

٦ -دواک او تخصصاتو ټاکنه اوددې ترمنځ دټکراوګډوډۍ مخنيوي کول.

٧ -دستونزو په وړاندې په مېړانه دریدل اوپریکړې کول.

٨ -ددې هرڅه دمخه په موسسه کې ټولو کارکوونکوته په خپلوځایونوکي دکار دموخوڅرګندوالي.

دمديرانو ډولونه:

1. په کار اهتمام کوونکي او دکارکوونکو څخه بې پروا مدیر:

کوښښ کوي چې درسمي وخت پابندي په بشپړه توګه وکړي،دموسسي قانون او لوائح چې دکار لپاره وضعه شوي په حرفوي توګه پلې کوي،مګرددې ترڅنګ دکارکوونکودحقوقو، اړتیاو، دژونددشرائطو او نیکو اړیکو هيڅ پروا نه کوي، داډول مدیر دڅه وخت لپاره کامیابیدای شي،مګر ډیرژر به ستونزې او دښمنۍراپاروي،چې دکار دناکامۍ لامل به شي.

2. په کارکوونکو اهتمام کوونکي اودکارڅخه بې پروا مدیر:

دادمخکيني ډول سرچپه دي په پاي کې به يې ناکامي له هغه څخه سخته اودردونکي وي.

3. په ځان مین مدیر: چې ټول اهتمام يې په خپل ځان وي دکار اوکارکوونکوپروانلري،هرڅه دځان دګټې لپاره کاروي، دامدیر دخلکو او وطن لپاره وراني او بدبختي ده.
4. متوازن مدیر:هغه دي چې کار او کار کوونکو ته خپل خپل مناسب حقوق ورکوي اودکارپه سختو شیبوکې دخپل ځان حق هم نه هیروي ،دابریالي مدیردی.

دبریالي مدیر صفات:

1. امانت : دادهرکار دبریالیتوب شرط دي مګرپه مشرکې یې شتون ډېر اړین دي،ځکه چې دهغه په لاس کې دموسسي اوکارکوونکو حقوق دي،که چیرې امانتدار نه وي حقوق ضائع،کار او اداره دناکامۍ سره مخامخ کیږي، دکار دکامیابۍ لپاره اخلاص شرط دي،مګراخلاص به هلته وي چې چیرته امانت وجود ولري.
2. علم اوتجربه :دخپل کار په ډګرکې علمي تخصص اوعملي تجربه دمدیردبریالیتوب لپاره اړینه ده،بې علمه مدیر یوائې له هغې عملي تجربې څخه استفاده کوي چې دکلونوکار په ترڅ کې یې لاس ته راوړي وي، دنوښت څخه بې برخي وي،په تقلیداو پیینو مصروف وي. همدارنګه دبې تجربې مدیر علمي پانګه نظري پاته کیږي اوداړتیاپه وخت کې ترینه په عملي ډګرونوکې ګټه نشي اخستلاي.
3. دعملي کولو ځواک :څوک چې ځواک ونلري دکارکوونکو نظم نشي ساتلاي،بلکې هغوی ورڅخه دخپلوشخصي ګټو لپاره استفاده کوي،اودچاسره چې دپریکړودعملي کولوځواک اوواک نه وي، هغه د دفتر دښکلا لپاره داییبنودل شوو توکوڅخه بل څه ندي.
4. له کارکوونکو اونورو خلکوسره چې دموسسي سره اړیکې لري په تواضع او خاکسارۍ چلن کول، مدیر باید له سختۍ پرته ځواکمن، اوله کمزورۍ پرته خاکساره او متواضع وي ځکه پدې زړونه خپلولي شی،او ټول ورسره دمرستي او تعاون کوښښ کوي.
5. صبراوزغم :دا دواړه صفات دهر چالپاره چې پدې ژوند کې مخکښې غواړي شرط دي، بې لدې مشري او مخکښي ناشوني ده.
6. ریښتینوالي: ځکه په درواغجن هیڅوک باورنه کوي، اودخلکودرناوي او مرسته له لاسه ورکوي.
7. مشوره کول :ځکه استبدادي اودیکتاتور مشر کولاي شي چې خلک په بدني توګه په کار وګوماري مګر زړونه اواخلاص به ورسره نه وي، اوناسم اړخونه به یې زیات وي.
8. دڅرګندیدوپه وخت کې خپله غلطي منل :اوله هغې څخه راګرځیدل،عذر وړاندي کول، او ټینګارپري نه کول.
9. هوښیارې،ځیرکي ،او فراست : چې په اسانۍ سره یې څوک نشي تیرایستلي ،که څه هم ریښتینوالي یې دنورو تیرایستلو ته نه پرېږدي .

*****

نهم څپرکې

دمباحثې هنر:

مباحثه د بشري ژوند دهغواړتیاوڅخه ده، چې انسان ورته په خپل کورکې له کورنۍ سره، په کار ځاي کې له ملګروسره اودګډوګټوله خلکو سره اړتیا لري .دښوپایلو لاس ته راوړلو لپاره مباحثه د ځانګړي علم په بنه کې په پوهنتونونوکې لوستل کیږي.

په اوسني عصرکي لويديځوالوددي علم پواسطه په نړۍ منګولي ښخي کړي دي او په خاصه توګه په سياسي او اقتصادي مباحثوکي يې ډير بريا ليتوبونه لاس ته راوړي دي.

لومړنيو مسلمانانو هم دمباحثي،محاوري اومناظري په هنرکي په زړه پوري مهارت لاره،پدي برخه کي يي کتابونه ليکلي ،او ددې هنراستناديې قرآن کريم او سنت نبوي ته کړي دي.

مګر کله چي وروستيو نسلونو په وروستيو پيړيوکي ددې علم په ځيرپه نورو چاروکي هم کمي وکړ ،داکار د مسلمانانو دوروسته پاتي کيدولامل شو.

دمباحثي په هکله په دي تنګ ځای کي تفصيلي خبرې نه شي کيداي،مګر دځينو مهمو اړخونو په هکله يي يادونه کوو،چي لوستوونکي پرې دمباحثي په ډګر کي خپل ځواک ښه کولاي شي.

<u>دمباحثي مهم اړخونه:</u>

<u>الف</u> :دمباحثي لپاره تياري اوچمتوالي، دستونزې ځيرنه او په اړونديې دمباحثي لپاره پلان جوړونه.

دا تياري دلاندي ټکوپه ترڅ کي صورت نيسي:

1. هغه ستونزه چي ستا اودمقابل لورې تر منځ داختلاف ځای دي او مباحثه کول ورسره غواړي په ځرګند ډول په ګوته کول،ځکه دستونزې د ټاکني اودحقيقت پيژندني څخه پرته مباحثه کول د ناکامئ او ماتي خوړلومعنالري.
2. له تاسره دهغه داختلاف داړخونو پيژندل،د مقابل لورې چي له تاسره مباحثه کول غواړي نه پيژندل،تا دستونزو سره مخ کوي.

کيداي شي دمباحثي په مهال ستا په مقابل کي يواړخ اويادیوڅخه زيات اړخونه ودريږي، چي هريو يې دخپلو افکارو اوګټواستاذيتوب کوي.

3. دهراړخ نظر معلومول : چي له هريوه سره داتفاق او اختلاف ټکي کوم دي؟ او داتفاق او اختلاف لاملونه څه دي ؟ که له ټولو سره نه وي له ځينو سره دپوهاوي اوحل ته درسيدو امکان څومره دي ؟
4. دهر طرف داستاذوپه هکله ځيړنه، ځکه دمقابل لورې نظريات،افکار او ګټي که هرڅه وي، مګرداستاذې شخصي صفات دمباحثو په بهيرهرومرو اغيزه کوي.

بايد دهغه دشخصيت مختلف اړخونه په تاريخي ،اخلاقي،فکرې،فرهنګي،سلوکي اوروحي لحاظ وځيړل شي،او دده دشخصيت داسي نوراړخونه چي دمباحثوله پاره يې پيژندل اړين وي دځيرني لاندي راوړل شي.

هغه څوک چي په مباحثوکي دمقابل لورې په هکله زيات معلومات ولري کولاي شي په پاي کي په نورو برلاسي او بريالیتوب لاس ته راوړي .

<u>ب</u> :دمباحثي لپاره مناسب پلان جوړونه، دمخکينيو ځيړنو پواسطه دمباحثي لپاره له تيارۍ څخه وروسته بايد دمباحثي دبهير لپاره عملي پلان کينودل شي،چي مهم ټکي يې دادي:

1. دمباحثې لپاره دې دخپلوموخو ټاکنه په څرګند ډول وکړه،بیا داموخې ددرجو پربنسټ چې ترټولولوړه او ترټولوټیټه منل شوې موخه یکې په نښه شوي وي ترتیب کړه،دزیات تفصیل لپاره دکتاب په سرکې دموخو جوړونې موضوع ته مراجعه وکړه.
2. هغه موخې چې مقابل لوری یې دلاس ته راوړلو کوښښ کوي تخمین کړه، او ترټولو ټیټه موخه چې هغه ته دقبول وړروي کومه ده؟
3. باید دځان سره داسې مقبول او قناعت ورکوونکې بدیلونه ولرې،چې دهغه دموخودنه منلو په صورت کې ورته دادمنلو وړ وي.
4. په مقابل لوري دخپلوموخو دمنلو لپاره باید اغیزمنې لارې وټاکې اوهغوی ته پدې دقناعت ورکولوکوښښ وکړې چې ستادموخو په منلوکې یې ګټې لاس ته ورځي ،او یاخولږترلږه زیان ورته نه رسوي.

دمباحثې په بهیرکې باید دهغوی دشخصي تجریح, پاروني او قهرولوڅخه ډډه وشي.

5. په مباحثوکې دګډون کوونکوخپلول دبریالیتوب اودقضیې دګټلوښه لاره ده.
6. په موخو باید اهتمام وشي،دظاهري بڼي،دځان ښودنې ددریځونو اوخبري اعلامیوڅخه ډډه وشي پدې شرط که داپخپله موخه نه وي.
7. دمختلفو احتمالاتو تمه بایدولرې اوددې لپاره باید مناسب حلونه هم موجود وي چې داړتیا په مهال یې وکاروې.
8. پداسې حال کې چې یواړخ هم دبل خبرو منلو ته تیارنه وي ددواړو اړخونو لپاره دمنلووړحلونه غوره کړه،پدې شرط چې لږ ترلږه ټیټه موخه له لاسه ونه وځي.
9. په تیار شوي پلان باید دمباحثې دپیل څخه دمخه څوځلې خپل ځان وروزی .

ج :د مباحثې دعملي پیل مهم پړاونه دادي:

1. دمباحثې دډلګی سره پیژندګلوی اوله نیږدې څخه ناسته ولاړه،ترڅو دهغوی په هکله ستادڅیړنو دصحت اودهغه په رڼاکې دوضعه شوي پلان څرنګوالي درته معلوم شي،کیداي شي ځینې ټکې مراجعې او بدلون ته اړتیاولري.
2. دستونزې په هکله دمباحثې دډلګی سره مخامخ کیدل اودخبرو اترو پیل،چې دادمباحثې دمهموپړاونو څخه ګڼل کیږي،پدې پړاوکې باید افکار ښه وروڼل شي، اوپه غورغوړونیول شي،دمقابل لوري سخته رویه او بدسلوکې په صبر اوموسکا سره وزغمل شي، همدارنګه باید دحق منلواوپه غلطیو اعتراف اودهغې څخه ترممکنه بریده په راګرځیدلو باندې ځان اړمن کړي شي ، دمقابل لوري علمي اوثقافتي کچه په نظر کې ونیول شي،دخبرو اودقضیې دوړاندې کولو مختلفې بڼې وکارول شي،دځواب ورکولوڅخه وړاندې باید دناپوهیدلو خبروپه هکله پوښتنه وشي،او په دې بهیر کې باید ستااود مقابل لوري په منځ کې دداسې ګډټکې که څه هم کوچنې وي لټون وکړي چې دلوي پوهاوي او ژور اتفاق لپاره کارولاي شي.
3. له اتفاق اورضاکیدوورورسته دپریکړوپړاوراځي، مګر که چیري په دریځونوکې سختې پیداشوه،حل ته رسیدل ونه شونو باید چې مباحثې پاي ته ورسول شي ، او دحل لټون بل وخت ته وځنډول شي.
4. د مباحثودپایلوڅیړنه اوارزونه، او دراتلونکو پړاونولپاره چمتوالي وشي، که چیري مباحثودوام لاره.

او داتفاق په صورت کې دګډوټکودعملي کولو کوښښ وشي.

کیداي شي چې دمباحثو لپاره تیاري او پلان جوړونه یوه ډلګۍ اوخبرې اترې بله ډلګۍپه غاړه ولري او یا دواړه کارونه یوه ډلګۍترسره کړي .

*****

لسم څپرکی

دکار پرمختګ اودراتلونکي لیدنه

دکاري ادارو مشران، هرکار چې وي ,او په خاصه توګه دسوداګرۍ ډول ډول کارونه ,یاپه دقیقه توګه دسوداګرۍ ستر موسسات اوشرکتونه داوږدې مودې او دځولسیزو لپاره دکاردپرمختیا پلانونه جوړوي، پدې سره دوئ کولاي شي چې دټاکلوموخوپه لور خپل کارونه دتلپاتي ترقۍ, پراختیا، نوښت اودسیالیو په لارروان کړي.

نو ددي لپاره چې څوک دکارونو مشرۍ په غاړه اخلي بایدد راتلونکي لپاره په پلان جوړونه ښه پوه وي . دادهغو کسانو ترمنځ چې کارونه یې تل دترقۍاو پرمختګ په لور روان وي، اودهغو کسانو چې په کارونو کې دلنډمهال لپاره کامیابي لاس ته راوړاي شي,مګر دوخت دبدلونونواو دورځو داوښتونونوپه مقابل کې دمقاومت ځواک نه لري،او زر له منځه ځي سترتوپیردي.

دځینوهغو څیړنو لنډیز چې متخصصینو پدې ډګر کې کړي دي په لاندي ډول دي:

د تلپاتي موخواو بدلیدونکو موخو ترمنځ توپیر:

انسان او ټولنه چې هرکارکوي باید موخه ولري،پدې موخوکې ځیني نه بدلیدونکي او پاتي کیدل یې دکار له پاتي کیدو پوري تړلي دي.

او ځیني نور یې بدلیدونکي دي چې په ځانګړې وخت پوري تړلي وي،دتحقق څخه یې وروسته بلې موخې ته تري انتقال کیږي.

داکوچنۍاوپړاویزې موخې دتلپاتي زیاراوسترموخو دلاس ته راوړني په لاره کې تم ځایونه ګڼل کیږي.

دراتلونکي پلان جوړوني لپاره دبریالیتوب لومړي شرط دبدلیدونکو اوتلپاتوموخوترمنځ توپیرکول دي.

دراتلونکي لیدني تعریف:

دتلپاتي موخوهر اړخیزه ساتنه،او دهغي دډیر ښه تحقق او لاس ته راوړني په لاره کې دبدلیدونکوموخودائمي نوښت اوپرمختګ ته راتلونکي لیدنه وائي.

نو ددي لپاره بایدپه کارکې د تلپاتي موخو او بیا دبدلیدونکوموخوپه هکله خبري وکړو.

<u>تلپاتي موخې:</u>

هر کار چې منځ ته راځي ځانته تلپاتي موخه لري چې دکارترپاي اوږده وي، داثابت هدفونه باید دشمیر په لحاظ لږ خوارزښت یې ډیر لوړ وي، دکار موجودیت په هرځاي اووخت کې دهمدي لپاره منځ ته راځي.

له دې هدف څخه بې پروایې یا پرینبودل دکاردسقوط اوله منځه تللو معنا لري.

داسي بیلګه راوړوچې هرمسلمان پرې پوهیږي: دانسان دموجودیت هدف دالله تعالی عبادت دي) وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ .(د الذاریات سورت،۵۶آیت.

که داموخه پرینبودل شي او انسان دخپل رب عبادت ونه کړي،نوپدي صورت کې دهغه موجودیت هیڅ معنا نلري او نه یې دپاتي کیدو لپاره کوم مبرر لیدل کیږي.

داموخه دژوند ترپاي پوري تلپاتي ده،داله هغو ثابتو موخوڅخه ده چې هیڅ بدلون نه مني (وَاعْبُدْ رَبَّكَ حَتَّى يَأْتِيَكَ الْيَقِينُ .(د الحجر سورت، ۹۹ آیت.

ترمرګه دخپل رب عبادت وکړه.

ددې بیلګه دکار په نړۍ کې:

یوه ډله خلکو دڅه کار لپاره یو شرکت جوړ کړ باید چې دجوړولو څخه ددوی په ذهنونو کې څرګنداو ثابت هدف چې دشرکت ترشتون پوري به پاتي وي وجود ولري، که چیري شرکت دپنځوسو کلونو لپاره جوړشوي وي بایدداسي ونه شي چې نوموړي هدف په لسوکلونو کې ترسره شي اوبیا دبل هدف لټون کوي که داسي وشول نو بیا داثابت اوتلپاتي هدف نه بلکې متغیراو بدلیدونکې هدف دي.

تل پاتي موخي باید دشرکت دکارکونکوداسي لاربنونه وکړي لکه قطبي ستوري چې شمال ته تلونکي مسافر یې تل خپلي مخي ته ګوري.

دهرکار ثابت او دائمي هدف هغه دي چه دموسسي ټولي برخي یوه له بلې سره تړي، دکارکوونکو ترمنځ دهدفونو دتحقق په لاره کې یو والي راولي.

دا ثابت اوتلپاتي هدفونه باید لږ وي، ځکه ډیر والي دبدلون نښه ده.

دکارونو په نړۍ کې تلپاتي موخې دځلورو څخه نه زیاتیږي ،.لږ داسي کیري چې شپږوته ورسیږي.

نوددي لپاره باید په کار کې دثابتوهدفونواوعملي تجربو، پلانونو او عمومي سیاست ترمنځ فرق وشي.

ثابت هدفونه باید دوخت دازمیښتونو په مقابل کې مقاومت وکړي،کله چې دخپل کارلپاره هدف ټاکې،باید داپوښتنه مطرح کړي:

آیا کیداي شي چې یوه ورځ دکار په بهیر کې له دې هدف څخه تیر شم؟

که چیري ځواب په هوکي ؤ،نوبیا دا هدف دثابتوهدفونوله زیني څخه دبدلیدونکوهدفونوچوکاټ ته چې بدلون مني ولیږدوه.

دتلپاتي هدف اوبدلیدونکي هدف ترمنځ دتوپیر پیژندلو لپاره یوه کارول شوي لاره داهم ده چې دنوموړي کار په هکله په) ولي (پوښتنه وکړي، بیا له ځواب وروسته داپوښتنه پینځه ځلي تکرارکړي.

دبیلګې په توګه:

زمونږدشرکت کاردخلکو کورونه پاکول دي.

ولي؟

ددي لپاره چې په عامه روغتیاکې برخه واخلو.

ولي؟

ددي لپاره چې دامت تمدن او ترقي زیاته شي.

ولي؟

ددي لپاره چې په ژوند کې یې دکارځواک زیات شي .ولي؟

ددي لپاره چې بشریت په نیکمرغۍ کې ژوند وکړي.

ولي؟

ددې لپاره چې دالله تعالي رضا لاس ته راوړو.

نو ویلاي شو چې دشرکت تلپاتي هدف دالله تعالي رضا لاس ته راوړل دي.

بله بیلګه : زمونږ موسسه دکمپیوترساینس په برخه کې شاګردان روزي.

ولي؟

ددي لپاره چې خلک دنوي وسایلو څخه دګټي اخېستلو لپاره چمتوکړو.

ولي ؟

ددي لپاره چې دامت ځواک زیات کړو.

ولي ؟

ددي لپاره چې دښمن پري منګولي ونه لګوي.

ولي؟

ددي لپاره چې آزاد ژوند وکړي.

ولې ؟

ددې لپاره چې خوشحالي لاس ته راوړي.

نو ویلاي شو چې دموسسی ستراوتلپاتي هدف دخلکو لپاره دخوشحالی لټون دي.

ته ګوري چې دمال زيا توالي بنسټيز اوتلپاتي هدف نشي کيداي،ځکه مال په حقيقت کي هدف نه بلکي وسيله ده . کله چې هدف سم وي کولاي شي مال هم لاس ته راوړي، او هدف ته درسيدو لپاره يې ولګوي.

تلپاتي هدف په موسسه کي دکارکونکو لپاره دلاربښوني مصدر دي نه داچه دموسسي دلوړتيا نښه.

ځکه کيداي شي چې پدي سترهدف کي نورموسسات هم د نورو وسايلوپواسطه درسره ګډوي،بلکي دلوړتيانښه تلپاتي هدف ته دځان رسوني په لاره کي رينښتينوالي او قرباني ده.

د موسسي لپاره دتلپاتي هدف دټاکني يوه ګټه داده چې دي موسسي ته دکار لپاره هغه خلک راجلبوي چې ارزښتونه او شخصي تصورات يې له نوموړي هدف سره سمون لري.

او هغه خلک چې ارزښتونه،تصورات او شخصي موخي يې دموسسي له هدفونوسره سرنه خوري دکارد پرېښودو او دبل ځاي په لټه کي کيږي .

<u>بدلیدونکي اوپړاويز هدفونه</u>

تلپاتي هدف ته درسيدولپاره موسسه پړاويزهدفونه ټاکي،بيايي له ښکته څخه پورته رونوي،بيا په لومړي هدف پيل کوي،له دقيق وصف څخه وروسته ورته مطلوب امکانيات، وسايل او دوخت مناسبه اندازه ټاکي.

اوبيا دهغه ځايه دکار ډلګۍ دي هدف ته درسيدو لپاره هلي ځلي کوي،لدي وروسته بل هدف ته انتقال کوي، بيا بل ته همداسي پورته ځي ترڅو چې ستر هدف ته ورسيږي.

په نړۍ کي سترشرکتونه دځان لپاره دلسواو ديرشو کالو تر منځ په موده کي يو سخت اوغټ پړاويز هدف ټاکي او دهغه په ترڅ کي دستراوتلپاتي هدف دلاس ته راوړني کوښښ کوي،بيا بل پړاويز هدف ته انتقال کوي همداسي پر مخ درومي .

دتلپاتي او بدليدونکي هدف تر منځ دتوپير پواسطه کولاي شي چې په کار کي نوښت اوپرمختګ راولي، ددي راتلونکي درته ښکاره شي او په رڼاکي يې ورته داسي پلان جوړکړي چه ګواکي همدا اوس حاضر وي.

ډيره ستره غلطي چې پلان جوړونکي ورسره مخامخ کيږي هغه هم دموسساتو په کارکي د تلپاتي او بدليدونکي هدف ترمنځ توپير نه کول دي، نو ياخوبه دستراواوتلپاتي هدفونوڅخه لاس په سر کيږي، اودبدلون په چوکاټ کي به يې ږدي او پدي سره به يې موسسه دموجوديت مبرر اوددوام چانس له لاسه ورکوي، او يابه بدليدونکي اوپړاويزهدفونه دثابتو هدفونو مقام ته پورته کوي اوپدي سره به يې موسسه دجمود،مړاويتوب اوسقوط سره مخامخ کيږي.

اوددي خطر هم شته چې د يوپړاو په لاس ته راوړنه کي بريالي شي اودنوروموخودپيداکولوځواک ونلري، بيا به ځاي پر ځاي ولاړوي او يوي خوا اوبلی خواته به حيران ګوري،اودخپل تيربرياليتوب قصې به تکراروي .

او کیداي شي چې دپراویزهدف ټاکنه بریالی وي ، خودلاس ته راوړنې لپاره يې هلې ځلې کمزوري وي چې داهم ناکامي بلل کیږي.

پام کوه داسي ونه کړي چې موسسه دي دبریالیتوب دځوکو څخه يوې څوکې ته ورسيږي او تاورته لابله دهغې څخه هسکه څوکه نوي ټاکلې چې دورختو لپاره تګ ته دوام ورکړي .

دراتلونکې لپاره دپلان جوړوني دبریالیتوب لوي شرطونه :نوښتي عقلونه ، داحساساتو څخه ډک کارکونکې،ښه اداره او تنظیم دي.

چې هرکله دابرابر شو،لړترلړه دلسو کلونو لپاره دي دخپلې تګ لاري سالمیت لاس ته راوړو .

*****

وداع

محترمو لوستونکو:

تاسي ته مې دنصیحتونو په وړاندی کولو کې زیار ویستلي دي،دښو توفیق یوا ځې دالله تعالی له لوري دي، او که څه غلطی او کمې پکې شوي وي هغه زما کمزوری ده، له الله تعالی څخه ښښنه غواړم، هیله ده چې دکمې په سمون کې راسره مرسته اوپه غیاب کې راته دعاوکړئ .

هیله مند یم چې ددې کرښودلوستلوڅخه وروسته دې ،دخپل ژوند دتنظیم، پلان جوړونی ،دموخو ټاکنې ،دوخت څخه دښه استفادې،په ځان باوراوقابو او دبریالیتوب په لور دې دپرمختګ مهارت لاس ته راوړی وی. او دانتقاد کونکو څخه دبی پروایي ترڅنګ مودخپل ذهن او فکر په کار اچونه په ژوند کې توازن، دښو پریکړو ځواک، دخپلو فکری استعدادونو دځواکمنئ وس درکې پیداشوی وي.

پداسی حال کې چې دخپلې روغتیا،دخلکو دښواو ډولونو له پیژندنې وروسته مودهغوئ سره دښو اواغیزمنو اړیکوپه لاره کې هم په زړه پوری ګامونه اخیستی وي، دا مو په کار کې دبریالیتوب، دښې اداری ،له خلکواوکارې ملګرو سره دګټور چلن په لور مهم پر مختګ ګڼل کیږی،چې دتولیدپه زیاتونه دنورو سره په راکړه ورکړه او دکاردراتلونکې په هکله په روښانتیا کې مرسته کوي.

که پورتنی یادی شوی ټولې ګټې او یایې څه برخه په لاس درغله ډیره ښه ده،او که نه نو مایوسی او ناهیلئ ته ځای ورنه کړي،کتاب یوځل بیا ولوله،ان شاءالله دګټې څخه به خالي نه وي.

الله تعالی مو مل شه . والحمدلله رب العالمین.