سریزه

زه چې کله کله خپل اعصاب نه شم کابو کولی او خپلو بچیو سره ناسم چلند کوم، کله چې غواړم دوی ووهم یا زیاړې ورته وکړم نو دغه خبره مې رایاده شي: «د روزنې تېروتنې له زاړه نسله نوي نسل ته لېږدي. مثلاً پلار خپل زوی ځکه ځوروي چې له ده سره هم په ماشومتوب کې خشونت شوی دی. اوس پرته له دې چې پخپله وپوهېږي، د غچ اخیستنې د جبران پر اساس له خپل زوی سره ناوړه چلند کوي. په دې توګه اوس پلار خپل تسلط او ځواک پیاوړي کوي، هغه ځواك چې پخوا یې په تر لاسه کولو کې پاتې راغلی و.» له دې سره شرم راته ودرېږي چې ته څنګه خپل غچ له ماشومانو اخلې؟

زه هم د اکثرو نورو افغانانو په څېر په مستبدو محیطونو کې اوسېدلی یم. په ماشومتوب کې وهل شوی یم. خپل ژنیتوب مې په حربي ښوونځي کې تېر کړی او څلور کاله مې په نه کړي ګناه ډول ډول جزاګانې لیدلې دي. پوهنتون مې د تنظیمونو او د طالبانو په خورا مستبدو واکمنیو کې ویلی دی نو له استبداد څخه کرکه لرم. کله چې دغه جملې لولم نو ځورېدلې اروا مې یو څه تسکین مومي: «هغه دولتونه چې له

Ketabton.com

(c) ketabton.com: The Digital Library

وګړو څخه ازادي اخلي، هغوی له ځانه شړي یا پر رسنیو بندیز لګوي، پخپله مفکورې او عقیدې جوړوي او پر نورو یې تپي، څنګه چې ښکاري هغسې ځواکمن او پیاوړي نه دي. دوی که په ریښتیا سره غښتلي وای نو دې ته به نه اړ کېدل چې خلک وډاروي. دوی لکه هغه دېوان دي چې ظاهراً اوسپنیز ښکاري خو پښې یې د لرګیو دي.»

پورته اقتباسونه د (احساس حقارت) له کتابه رااخیستل شوي دي چې ما په ۱۳۷۷ کې لوستی و. دغه کتاب راته زما او زما د ټولنې د هینداري په شان ښکاره شو. (احساس حقارت) ایراني ارواپوه ډاکټر محمود منصور په ۱۹۶۴ کې په پارسي لیکلی دی. د بحث موضوع یې د الفرد ادلر Alferd Adler مشهوره نظریه «د حقارت غوټه یا the inferiority complex» ده. د کتاب په لوستو راته ښکاره شوه چې موږ هم د وګړو په توګه او هم د قوم او د ملت په حیث د حقارت د غوټې ښکار شوي یو او زموږ په ورځنیو کړنو او چارچلند کې د دې غوټې اثر جوت دی نو فکر مې وکړ چې دغه کتاب باید پښتو کړم.

د دې کتاب په لوستو به خپلې ځینې ارواییې او ټولنیزې ستونزې راجوتې شي او د علاج لارې به یې هم وپېژنو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

که څه هم کتاب تقریباً نیمه پېړۍ پخوا لیکل شوی دی خو ما چې انټرنټ وکوت، اوس هم په دې اړه د ارواپوهانو نظر چنداني نه دی بدل شوی.

«د حقارت احساس» او «د حقارت غوټه» دوه بېل مفاهیم دي. د حقارت احساس یو طبیعي احساس دی چې هر بني ادم په ماشومتوب کې ورسره مخ کېږي. دغه احساس سړی دې ته هڅوي چې ځان له سیالانو سره سیال کړي او دا یو شعوري عمل دی خو د حقارت عقده (د حقارت غوټه) هغه حالت دی چې د انسان په لاشعور کې ځای لري او د انسان پر ټولو کړنو وزر غوړوي. څنګه چې د ادلر د بحث موضوع د حقارت غوټه ده نو ما هم د کتاب عنوان د «احساس حقارت» پر ځای «د حقارت غوټه» ولیکه.

ډاکتر محب الله زغم

۱۳۸۹د غبرګولي ۱۲

(c) ketabton.com: The Digital Library

لومړی څپرکی

۱. د حقارت مسئله

موږ د حقارت مسئله څکه راسپړو چې دغه مسئله نه یوازې په ارواپوهنه کې؛ بلکې د روزنې په برخه کې هم پوره اهمیت لري.

د حقارت احساس موږ ته دا راښيي چې د مور و پلار او د ښوونکو مسولیت تر هغه څه لوی او مهم دی چې موږ یې معمولاً انګېرو؛ څکه هغه تېروتنې چې کورنۍ یا ښوونځي او په ټولیزه توګه وګړي یې د ناپوهۍ په وجه ترسره کوي، د سړي پر عقلي، عاطفي او اخلاقي جوړښت باندې داسې ناوړې اغېزې کوي چې بیا به یې درملنه هم نا ممکنه وي.

له بل پلوه د مسئلې اهمیت په دې کې دی چې دا د فرد او ټولنې تر منځ اړیکي مطرح کوي. د روزنې ټولنیز هدف هم دا دی چې فرد له ټولنیز چاپېریال سره جوړجاړی پیدا کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ماشومانو او زلمکو ته د هغـوی د حقونـو ورکـول، د لویـانو غوښتنې په پام کې نیول او د فرد او ټولنې حقونو تـه پاملرنـه، هغه څه دي چې مراعاتول يې د روزنې ظريف هنر غواړي. کـه چیرې روزونکی خپله دنده په سمه توگه تـرسره نـه کـړي او د دغو حقونو او غوښتنو تر منځ لانجې پیدا شي نو په دې وخـت کـې حقـارت د یـوه سرکښ او ځـوروونکي احسـاس پـه بڼـه رامنځته کېږي چې ممکن کرغېړنې پايلې ولري.

په دې څپرکي کې به هڅه وکړو چې د حقـارت لاملونـه، پايلې او د مخنیوی لارې چارې په لنډه توگه راوسپړو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۲. د حقارت لاملونه

موږ تفوق او برلاسی ته لېواله یو، غواړو چې تر نورو بر اوسو. کله چې برلاسی ته نه شو رسېدلای او دغه لېوالتیا مو له ماتې سره مخ کېږي نو د حقارت احساس راته پیدا کېږي.

د دې لپاره چې وپوهېږو دغه تمایل له کوم ځایه سرچینه اخلي، باید مسئله له پیله وڅېړو او تر هر څه له مخه باید وپوهېږو چې ژوند څه شی دی؟

ژوند یعنې د ځان ساتنې (conservation) د تولې برقراره لرل. هر هغه څه چې زموږ د وجود اروايي انډول ورانوي، په عین وخت کې ځان ساتنه مو هم فعالوي. ویلای شو چې ژوند د دغه انډول چې هره شېبه ماتېږي، دوامداره او پرله پسې برابرول دي. (څنګه چې موږ خپل جسم له فیزیکي خطرونو ساتو، هماغسې باید خپله اروا هم ثابته وساتو. ژوند هغه قوت دی چې هره ګړۍ زموږ اروايي حالت د نارمل خوا ته راګرځوي. ژباړن)

خو زموږ په ټولنیز چاپېریال کې ځان ساتنه، پر نورو باندې له برلاسي سره غوټه ده؛ ځکه چې د ژوند په مبارزه کې ځان ساتنه اغلباً له برلاسي سره برابره ده. یعنې سړی به هله خوندي وي چې تر نورو بر وي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

په ژوو کې برلاسي ته تمایل په ښکاره لیدلای شو؛ ځکه چې په دوی کې اخلاقي ملاحظات نشته چې دغه تمایل یې پټ وساتي.

ټولو به لیدلي وي چې سپي، پیشکې او مرغان د دې لپاره چې یوه ناځیزه مړۍ تر لاسه کړي، یو بل وهي. بیا هغه چې بر شو، مړۍ بلې خوا ته تښتوي چې نور یې ځنې وانه خلي.

د مرغانو او ژوو په باب د نروېژي ارواپوه «شیلدروپ اب» په کتنو کې د زده کړې پامور ټکي شته. د دغو کتنو پر بنسټ الوتونکي او ژوي په خپلو منځو کې د مراتبو د ټاکلې سلسلې اړیکي سره لري. مثلاً د چرګانو په فارم کې هر چرګ (چرګه) د بل بادار دی او هغه بل باید دی تر ځان پورته وګڼي. دلته مثلاً «الف» چرګ پر «ب» چرګ حاکم دی او «ب» چرګ د «ج» چرګ بادار دی او هغه ځوروي. بیا ممکن بېرته همدا «الف» چرګ د «ج» چرګ تر لاس لاندې وي. له دغو کتنو جوتېږي چې د یوې ډلې د افرادو تر منځ، اړیکي یوازې په بدني ځواک پورې نه دي تړلي؛ بلکې په دې لاره کې فردي لاملونه هم اثر لري. که داسې نه وای نو باید «الف» چرګ پر «ج» چرګ باندې هم بر وای.

ایا د بشر ټول تاریخ به په بېلابېلو ډولونو برلاسي ته د تمایل له څرګندونې پرته بل څه وي؟ انسان هڅه کوي چې د

(c) ketabton.com: The Digital Library

علم او صنعت په مټ پر فیـزیکي نـړۍ او د زور او ځـواک پـه وسیله پر ټولنیزه نړۍ برلاسی شي. سیاسي تاریخ د امپریـالیزم د استبداد او تسلط له همدغو وسوسو څخه پرته بل څه نه دی. د دغو وسوسو هدف دا دی چې پر نورو باندې د برلاسۍ اړتیا مـو پوره شي. برلاسۍ ته اړتیا د هر انسان او هر ملت پـه ختـه کـې اغږل شوې ده.

د ادیانو تاریخ راښیي چې انسان د خپلو عقیدو د خپراوي لپاره زیاتې هڅې کړې دي. په حقیقت کې عقیـده د انسـان د وجود اصلي تومنه ده. که د چا عقیده پر نـورو بـره وي، دی بـه ځان هم بر وګڼي.

ټول غواړي چې د خپل ځواك کړۍ پراخـه کـړي. پراختیـا غوښتنه هم په ماشومانو کې، هم په زلمکو او لویانو کې شته خو څنګه چې انسان ورو ورو بدلېږي نـو د عمـر پـه تېرېـدو سره دغه احساس یې ورو ورو کمزوری کیـږي. دا چـې ولـې دغـه غوښتنه په ماشومانو کې تر غټانو زیاته ده، دلیـل یـې د انسـان وده ده. وده په دوامدار ډول د انسان بـدني ثبـات مـاتوي. (نـن د ماشـوم ونـه ٦٠ سـانتي مـتره ده، شـپږ میاشـتې وروسـته بـه ٧٠ سـانتي مـترو تـه ورسېږي، نو د ودې په بهیر کې د ماشوم د بدن اندازې ثابتې نـه پـاتېږي. ژبـاړن) د ودې په حال ماشومان، پر هغو خوراکي توکـو سربېـره چـې د

(c) ketabton.com: The Digital Library

ورځنیو فعالیتونو لپاره ورته اړتیا لري، یوڅه اضافي خوړو ته هم ضرورت لري چې د فیزیولوژي پوهان ورته «د ودې ځیره» وایي.

د انسان د ذهني ودې په اړه هم خبره همداسې ده. مانا دا چې برلاسی ته د ماشوم تمایل په ودې پورې اړه لري او داسې بریښي چې دغه غوښتنه به د هغه د معنوي او روحاني وجود د جوړولو لپاره ضروري وي. د همدې تمایل په وجه ماشوم د دې پر ځای چې د هغو شیانو په پېژندلو قانع شي چې د هماغه وخت اړتیاوې یې پوره کوي، غواړي لا ډېر څه وپېژني او په لا ډېرو خبرو وپوهېږي. همدا وجه ده چې ماشوم پوښتنې کوي، هر څه ازمایي، هر شی لمس کوي، لاس پرې موښي او تل د خپلو ضرورتونو له دایرې څخه پښه اړوي. ماشوم هره شېبه لا نوي شیان پېژني او پوهه یې لا زیاتېږي. ماشوم په دې ډول د خپلو غوښتنو او د خپل شوق کړۍ پراخوي او د خپلې نړۍ د لاندې کولو پر لاره گام اخلي. خو انسان ان د ژوند له لومړیو ورځو د ځان د پراختیا په لاره کې له داسې خنډونو سره مخ کېږي چې له منځه وړل به یې ناشوني وي.

باندني ځواکونه د ماشوم له دغو طبیعي تمایلاتو سره چې هغه د خپلو غوښتنو پوره کولو ته هڅوي، لاس او گرېوان کېږي او ورته ماتې ورکوي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

تنکی ماشوم ژر په دې باندې پوهېږي چې باندنی نړۍ د ده په واک کې نه ده. دی نه شي کولای چې سپوږمۍ په غېږ کې ونیسي. دی پر دې لایتناهي فضا باندې ان لږ تسلط هم نه لري. بده لا دا چې پر هغو کسانو باندې چې د ده په شاوخوا کې دي، دی تر ټولو کم واک لري. ده ته تل ویل کېږي «دا کار مه کوه، دغه شي ته لاس مه وړه، غلی شه، کرار شه، په کړکۍ لاس مه وهه، په لښتي کې مه ګډېږه....» دی غواړي لا هم لوبې وکړي خو مور یې په زوره څملوي. په داسې وخت کې یې له خوبه راویښوي چې لا یې د خوب تنده نه ده ماته. هغه خواړه ورکول کېږي چې دی ورڅخه کرکه لري خو هغه مېوه نه ورکول کېږي چې ده ته خوند ورکوي. همدا وخت دی چې ماشوم ته خپله کمزوري معلومېږي؛ ځکه چې له لویانو سره په خپله مبارزه کې یې ماتې خوړلې ده. د همدې لاعلاجې ماتې په اثر یې په وجود کې د حقارت احساس ریښه ځغلوي.

هر ماشوم دغه احساس لري. دا یوه طبیعي چاره ده. دغه احساس په خپل ذات او تر دې حده هېڅ تاوان نه لري او سره له دې چې په وار وار د ماشوم سترګې له اوښکو ډکېږي خو بیا هم دغه حالت ورته ګټور دی. دغه احساس په ماشوم کې د

(c) ketabton.com: The Digital Library

لویېدنې لېوالتیا پیدا کوي. دی غواړي د پلار په شان شي او د لویانو پېښې وکړي.

دا احساس داسې ځواک دی چې ماشوم په خوځښت راولي او هغه اړ باسي چې بېلابېلې لوبې وکړي او په دغو لوبو کې د لویانو پېښې وکړي. په دې توګه د حقارت احساس تر ټولو ارزښتناکه انګېزه ده چې ماشوم د ځان روزنې ته اړ باسي. کله چې د انسان شخصیت ورو ورو او په تدریج سره وده کوي او ثبات مومي، دغه احساس هم مړاوی کېږي.

خو دریغه چې وضع تل دا شان نه وي. غالباً د تحول دغه څېره چې وړاندې شوه، بې له ټيټې جګې نه وي؛ ځکه چې بېلابېل لاملونه د عادي تحول پر لاره خنډ جوړوي او په سړي کې حقارت پیاوړی کوي. دغه احساس د ماشوم پر نازک بدن لکه اغزی لګېږي او د ژنیتوب او لویېنې پر مهال یې لا ډېر ځوروي. دغه احساس په اسانۍ سره له منځه نه ځي؛ بلکې لکه ناسور زخم ټول عمر د سړي پر بدن پاتې کېږي. له دې احساس څخه بېلابېل دفاعي غبرګونونه زېږي.

د حقارت لاملونه درې دي.

۱. د چاپېریال اغېز

۲. واقعي حقارت

۳ .غیر عادي صفات یا ځانګړنې

(c) ketabton.com: The Digital Library

الف : د چاپېريال اغېز

اکـثره وخـت پـه اول سر کـې کـورنۍ تېروتنـه کـوي او د حقارت احساس چې په لومړي سر کې عـادی او نورمـال دی، په لوی لاس زياتوي.

د بېلګې په توګه اکثره وخت مغروره او ځانغواړي مينـدې او پلرونه چې غـواړي بچـي يـې بايـد حـتماً نابغـه اوسي، پـه دوامداره توګه خپل اولاد د کورنۍ له نورو ماشومانو سره او يـا د خپلو خپلوانو او يا د ګاونډيو له هغو ماشومانو سره پرتلـه کـوي چې تر دوی تکړه دي. په دې توګه خپـل بچـي لـه دې عـذاب سره مخ کوي چې «ولې زه د نورو په شان نه يم؟»

کله کله مشرې خويندې او مشر ورونه تر ځان کشر ورور يا خور ماشوم ګڼي او په هېڅ کې يې شماري، پـه تېـره بيـا کـه دغه مشران يو څه ښه استعداد هم ولري نو پـه دې وخـت کـې به د يوه لاشعوري حسادت په وجه کشران تحقيروي.

په ښوونځيو کې هم ځينې ښوونکي، هغه زده کوونکي چې درس يې سم نه وي زده، د ټولو شاګردانو په وړاندې رټي؛ حال دا چې ماشوم پوهېږي چې تر خپله وسه يې کوښښ کـړی دی. مثلاً د ارزونې په پايله کې زده کوونکي د لياقـت د درجـې پـر

(c) ketabton.com: The Digital Library

اساس پر چوکیو کېنول کېږي یا په حاضرۍ کې یې نومونـه پـه همدې حساب لیکل کېږي. که موږ وغواړو یا ونه غواړو، هغه شاګردان چې نومونه یې په اخر کې لیکل شوي دي او پر اخرو چوکیو کېنول شوي دي، په درسونو کې لا پسې سستېږي او پـر ځان باندې باور له لاسه ورکوي.*

دغه ټکی دا راښیي چې د زده کوونکو تـر مـنځ د سـیالۍ پیدا کـول، ځـومره ظریـف او سـتونزمن کـار دی. دلتـه کـه د مسئلې باریکیو ته پوره پام ونه شي، خواشـینوونکې پـایلې بـه ولري.

د رقابت چاره د لویانو او د لویو ټولنیزو ګروپونو تر منځ هم له ستونزو خالي نه وي. چارواکي باید په علمي حوزو او اداري چارو کې هم د حقارت مسئلې ته ځیر وي.

له لویه سره باید له انسان څخه د هغه تر وسـه پورتـه تمـه ونه لرو، که نه نو حقارت به ورته پیدا شي؛ ځکه چې هغـه بـه فکر وکړي چې هېڅ کله یې له خپلو هڅو کوم حاصـل نـه دی

* په ځینو ملکونو کې شاګردان د لیاقت په لحاظ په ګروپونو ویشل کېږي. مثلاً هغه شاګردان چې د نمرو اوسط یې ۱۰۰-۸۰ وي په A ګروپ کې، لـه ۸۰-۶۰ نمـرې والا په B او تر هغه کښته نمرې والا په C ګروپ کې راځـي. بیـا د هـرې ډلـې د استعداد او ضرورت سره سم درسي پروګرام ورته جوړېږي. هلته هېڅـوک اول نمـره نه وي او هر څوک له خپلو همسویه ټولګیوالو سره پـه یـوه ډلـه کـې وي، پـه دې توګه به هېڅوک ځان حقیر نه ګڼي. ژباړن

(c) ketabton.com: The Digital Library

اخیستی. لا مهمه دا چې هغه احساس کوي چې نه یوازې د نورو؛ بلکې د ځان قناعت یې هم نه دی حاصل کړی. په پایله کې به په ده کې دغه احساس ریښه ځغلوي چې دی تر عادي او نارملې کچې ټیټ دی.

خو دا مطلب هم په زړه پورې دی چې که یو چا ته په ماشومتوب کې دغه فرصت په لاس ورشي چې په وار وار اسانو بریاوو ته ورسېږي، دغه حالت هم د تمې پر خلاف هغه د حقارت له احساس سره مخ کوي. دا ځکه چې هغه له نویو موقعیتونو (نویو ستونزو) سره له مخامخ کېدو سره، پر ځان باندې باور له لاسه ورکوي. کله چې دی له نویو سختو ستونزو سره مخ کېږي نو احساس کوي چې پخوا تېروتی و، پخوانۍ بریاوې واقعي بریاوې نه وې. دی گومان کوي چې اوس یې سترگې د حقایقو پر وړاندې خلاصې شوې دي. دې وخت کې ورته پته لگېږي چې دی کمزوری دی.

په همدې او دې ته ورته په نورو دلیلونو هغه ماشومان چې نازولي دي او مور او پلار یې د پتنگانو په څېر ترې تاوېږي، غالباً د حقارت له احساس سره مخ کېږي. دغو ماشومانو ته د ښوونځي لومړۍ ورځ یو لوی مصیبت دی. لکه له جنت څخه چې دوزخ ته ورکوز شوي وي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د محیط اغیز هم اهمیت لري. هغه ماشومان او زلمکي چې په کارگرو کورنیو کې زیږي، یو خو د نیستی، د خوړو د کموالي او نورو شرایطو په وجه جسماً تر نورو ضعیف وي او بل دا چې مجبورېږي تر خپل وس زیات پر مختګ وکړي. څنګه چې دوی له خپل ظرفیته پورته کارونه نه شي کولای نو خپله کورنۍ او ان خپل ځان نه شي راضي کولای.

داسې کسانو ته تر معمول وخت د مخه د لویانو کارونه ورسپارل کېږي؛ پرته له دې چې په بدل کې یې په کورنۍ کې بهتره وضع پیدا کړي. په همدې وجه دوی احساس کوي چې استثمار کېږي او په تېره بیا هغه وخت چې ځان له نورو همزولو سره پرتله کوي نو د خپلو شرایطو ټیټوالی په ژوره توګه محسوسوي.

ب . واقعي حقارت:

حقارت کولای شي چې له یوې واقعي بدني او یا اروایي نیمګړتیا څخه سرچینه واخلي.

هغه ماشوم او زلمکی چې ملا یې کږوپه وي، ګوډ وي، نظر یې کمزوری وي، غوږونه یې درانه وي، عقلي وده یې لږه وي او یا یې ذهن پخ وي، د دغو نیمګړتیاو په وجه دوه واره ځورېږي. یو ځل په دې چې په خپل محیط کې واقعاً تر نورو څه کمی

(c) ketabton.com: The Digital Library

لري، دوهم ځل په دې ځورېږي چې همزولي او د شاوخوا کسان وربانديې ملندې وهي. په دې عمر کې دوی کله کله ان د مور او پلار له بې حوصله ګۍ سره مخ کېږي. دغه ميندې او پلرونه ځانونه د اولادونو د دې حالت مسوول ګڼي؛ ځکه خو د نفس عزت يې ژوبلېږي.

ممکن د حقارت دغه ډول تر نورو هغو ډېر ځوروونکی وي او ټول عمر له سرې سره پاتې شي.

د دې ډول حقارت بيان د پښتانو اديبانو په اثارو کې د يوه حالت او يا د يوې مهمې پېښې د توصيف په بڼه ليدلای شو، نه د يوې نظريې په بڼه.

په هغو کې تر ټولو ښکلې کيسه د هغه «شاهزاده» ده چې شيخ سعدي شيرازي په ځانګړې ظرافت او استادۍ ليکلې ده. هغه وايي: «دی په ونه ټيټ او وړوکی و خو نور ورونه يې دنګ او ښايستوکي. پلار ورته د حقارت په سترګه کتل.» شاهزاده په خپل ذکاوت په خبره پوه شو، شکايت يې وکړ چې «اې پلاره! ناپوهه دنګ ښه دی که لنډی پوه؟» او «د شيانو ارزښت په غټوالي پورې نه وي.» هغه له دې ترخه احساسه ځورېده؛ تر هغې چې «پاچا له يوه غښتلي دښمن سره مخ کېږي» او «لنډی» د حقارت د جبران لپاره بې سارې زړه ورتوب ښيي او په مېړانه

(c) ketabton.com: The Digital Library

دښمن تار په تار کوي. تر دې برې وروسته پاچا د هغه سر او سترګې ښکلوي، خپلې خوا پورې يې نيسي، ورځ تر بلې يې لا ډېر نازوي او ان خپل ځای ناستی (وليعهد) يې ټاکي. د ده برلاسي د ورونو حسادت راپاروي. هغوی يو شيطاني پلان جوړوي خو «لنډی» خبرېږي، د هغوی پلان شنډوي او وايي «ناممکنه ده چې هنرمن دې ومري او بې هنر دې د هغه ځای ونيسي» لويوالي ته د رسېدو دغه هدف ټول عمر له لنډي سره وي؛ هغه ډېر نور ملکونه نيسي- خو پخپله د بل ملک (د حقارت) بندي دی.

ج : عجيبه او غير عادي ځانګړنې:

ځينې غيرعادي او عجيبه صفات، پرته له دې چې له واقعي حقارت سره رابطه ولري، سړی د نورو د ملنډو کړي. کله کله پر ځينو کسانو داسې ريشخند نومونه اېښودل کېږي چې ټول عمر ورسره پاتېږي. د «پمن»، «چينجن»، «سپېږن» په څېر نومونه په ماشومتوب او يا ژېيتوب کې پر خلکو ږدول کېږي. مثلاً که د چا د مخ يو غړی يوه ژوي ته ورته وي، د هماغه ژوي نوم ورباندې اېښودل کېږي. لکه ګيدړ (که د چا زنه نرۍ او اوږده وي) ليوه (که د چا د اړخ داړې يو څه غټې وي).

(c) ketabton.com: The Digital Library

کله کله په اندام کې لړه بې نظمي د دې ډول ملنډو لامل ګرځي؛ لکه: پر مخ یا تندي باندې خال، پر پوستکي باندې تور یا سپین داغ، د سر په ویښتو کې سپین خاپ، شپږمه ګوته، ډېره لوړه یا ډېره ټیټه ونه، له حده زیات مزیتوب یا ډنګروالی او بدرنګي.

° ° °

باید ووایو چې ممکن پورته یادې شوې درې واړه سرچینې هره یوه په یوازې سر او یا هم له نورو سره په ګډه حقارت رامنځته کړي.

په دې توګه، ماشومتوب چې په اصل کې باید د ژوندانه تر ټولو ښکلی پړاو وي، د ځینو ماشومانو لپاره داسې پړاو دی چې د هغوی پر عواطفو وژونکي ګوزارونه کېږي. دوی له هماغه وخته ځانونه خوار، نا چاره او یا سرټیټي ګڼي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۳. د حقارت پايلې او عواقب

کله چې د يادو لاملونو په اثر په چا کې حقارت پيـدا شـو، هغه به ډېر وځوروي. اوس بايد وګورو چې سړی به د دغه رنـځ پر وړاندې څرنګه غبرګون ښيي؟ څنګه به د هغه له شره ځـان خلاصوي؟ او يا څنګه به ځان د حقارت له احـتمالي خطرونـو ساتي؟

د شلمې پېړۍ په سر کې «**الفرد ادلر**» چې لومړی د **فرويـد** Sigmund Freud همکار او هم فکره و، له هغه سره تـر څـه مودې همکارۍ وروسته، د فرويد له مکتبه جلا شو او ځان ته يې بېل مشهور مکتب جوړ کړ. هغه «حقارت» د خپلې نظريـې بنسټ وګرځاوه او د حقارت عقده يې نژدې د ټولو غـير عـادي سلوکو د واقعي لامل په توګه راوپېژنده.

د ادلر په باور، د حقارت غوټه د انسـان د رنـګ رنـګ او ډېرو کړنو سرچينه ده. کولای شو چې دغه کړنې له تسليمه تـر بغاوته، له بې زړه توبه تر استبداده، له شرارته تر بې کچې بنده ګۍ، د هوډ له نه لرلو څخـه تـر خـورا ټينـګ هـوډه او د دغـو قطبونو تر منځ پر ټولو کچو باندې ډلبندي کړو.

د ممکنه عواقبو تنوع او ګڼوالی دا رابښـيي چـې د حقـارت زړي چې د ماشوم په اروا کې کرل شوي، د هر فرد له ځـانګړنو

(c) ketabton.com: The Digital Library

او د ودې د شرايطو له څرنګوالي سره سم بېلابېل او رنګ رنګ حاصل ورکوي.

له حقارت سره د ماشوم يا زلمکي يا لـه لويـه سره د انسان د مبارزې ميکانيزم، تل پر يوه اصل ولاړ دی او هغه جبران دی. جبران د نيمګړتيا د له منځه وړلو مانا نه لري؛ بلکې هغه «پانګ يا دړې» ته ورته دی چې د تلې په سپکه پله کې ايښودل کېږي چې توله پرې برابره شي او سړی خپل تعادل بيا مومي. دا هم سمه ده چې په ځينو مواردو کې جبران د نيمګړتيا د ختمېدو سبب ګرځي. داسې ډېر ځوانان ليدل شوي دي چې په ماشومتوب کې به يې ډنګر بدن او کمزوري اندامونه لرل خو خپله ټوله ځواني يې په سپورټ لګولې او په نتيجه کې اتلان او پهلوانان ځنې جوړ شوي دي.

که د چا حقارت په ټولنيز مقام پورې يې اړه ولري، دی د خپلې ټولنيزې وضعې د ښه کولو هڅه کوي. دغه هڅې به خامخا د هغه د حقارت په کمولو کې اغېزناکې وي. خو خبره تل داسې نه وي. مورږ نه شو کولای چې ژوند د رياضي د معادلې په څېر وګڼو. ان هغه وخت چې د حقارت احساس ظاهراً له منځه تللی او مورږ يې د دوام لپاره کوم دليل نه لرو، بيا هم بايد دا ومنو چې په ماشومتوب کې محسوس شوی حقارت

(c) ketabton.com: The Digital Library

د سړي په زړه کې پاتې کېږي او د هغه د کړنو همیشنی لاربنود ګرځي.

تاریخ د ډېرو حقارتونو هینداره ده.

ناپلیون بناپارت بد ګومان او جاه طلب و. د ژوندانه ټیټو شرایطو او ټیټې ونې هغه ځوراوه. په شپاړس کلنۍ کې یې ځکه د ځان وژنې هڅه کړې وه چې وېریده هغه څه ته به ونه رسېږي چې د ده کبر او غرور یې غوښتونکي وو. وروسته بخت ورسره مل شو خو د ویاړنې تنده یې هېڅ کله ماته نه شوه، ان تر دې چې، د اروپا لویه وچه یې په اور او وینو ولړله. ایا دا هماغه د خوارۍ او حقارت اور نه دی چې پخوا د هغه په ماشوم زړګي کې بل شوی او ټول عمر یې د هغه ټول بدن د برلاسۍ او تفوق تږی ساتلی دی؟ ایا دغه احساس به په کوچنیوالي کې د نادر افشار، ګوډ تیمور، چنګیز او نورو زړونه نه وي زخمي کړي؟

جبران د کلمې په بیولوژیکي مانا هغه برغولی دی چې طبیعت یې د بدن پر نیمګړتیاوو باندې ږدي او په دې توګه د سړي د وجود انډول تر یوه حده برابروي، هغه انډول چې تر دې د مخه نه و او یا خراب شوی و.

(c) ketabton.com: The Digital Library

که د چا یوه پښه لنډه وي او بدن یې یوې خوا ته کوږ شوی وي، نوشمزی به یې د دې کوږوالي په جبران کې بلـې خـوا تـه کږېږي.

تاواني شوی زړه له حده زیات غټېږي تـر څـو د کمیـت پـه مټ خپل کیفیت پوره کاندي. کله چې ماغزه زخمي کېږي نـو د ماغزو د تاواني شویو مرکزونو د مرستې لپـاره، نـوې ضـمیمې پخپله جوړېږي.

په ارواپي چارو کې هم خبره همداسې ده خو تـوپیر یـې پـه دې کې دی چې دلته جبران دوې موخې لري: لومړی دا چې د نیمګړتیا په وړاندې لکه «پانګ یا دړه» شي او دویمـه دا چـې د دغه نیمګړتیا د احساس پر وړاندې چې خورا ځورونکی دی، د فرد ملاتړ وکړي یعنې هغه ته تسلي ورکړي.

دغه ټکي مو دې ته اړ باسي چې د جبران ډولونـه پـه دوو ډلو وویشو:

_ هغه ډله چې په ښکاره توګه پر نیمګړتیا برې مومي.

_ هغه ډله چې سړی د نیمګړتیا له شره خوندي کوي.

اوله ډله، بریالی یا د اتلولۍ جبران او دویمه ډله، د خوندي کوونکي یا سرپوښ ایښودونکي جبران په نوم یادوو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د جبران اول ډول د خنډونو پر مورچو برید کوي، پر هغوی بریالی کېږي خو دويم ډول يې خنډونه کلابند (محاصره) کـوي او نه يې پرېږدي چې سر راپورته کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

بريالی جبران يا د اتلولۍ جبران:

د جبران دا ډول تر ډېره په هغو کسانو کې ليدل کېږي چې د ځان درنښت ته اهميت ورکوي او د قوي عزت نفس خاوند وي. په داسې کسانو کې حقارت د هغه لمسوونکې منبعې حيثيت لري چې د دوی د مبارزې غريزه په خوځښت راولي. ګواکې دوی به خپلې کمزورۍ ته وايي چې «ته نو ګومان کوې چې پر ما به برېږې؟ ته تېر وتلې يې، اخر به زه پر تا باندې بر شم» دوی د دې لپاره چې واقعاً پر خپلې کمزورۍ باندې بر شي، يوازې په جبران نه قانع کېږي؛ بلکې په «مضاعف جبران» لاس پورې کوي. مانا دا چې دوی په دې لاره کې خپله ټوله انرژي، هڅه او هاند کاروي. دوی نه يوازې د خپل ضعيف غړي نيمګړتيا له منځه وړي؛ بلکې هغه په داسې غړي بدلوي چې تر معمولې کچې ډېر پياوړی وي.

په دې توګه د ځينو وړتياوو نه لرل، د خارق العاده استعدادونو په بڼه څرګندېږي. د «مضاعف جبران» يوه وتلې بېلګه د يونان نامتو خطيب «دموستن Demosthene» دی. هغه په زلميتوب کې بې زړه او ترټرې و خو وروسته نه يوازې دا

(c) ketabton.com: The Digital Library

چې پر خپلې کمزورۍ بر شو؛ بلکې د خپل وخت خورا لوی خطيب شو.

الفرد ادلر د دغو بېلګو په هکله ټينګار کوي او د «بتهوون» مثال راوړي چې د خپل عمر په اخرو کې کوڼ شوی و. د ادلر د شمېرنو له مخې په سلو کې ۷۰ نامتو نقاشانو د نظر کمزوري لرله. په دې توګه وينو چې پر نيمګړتياوو باندې د برې حس په ډېرو مواردو کې د استعداد او قريحې د لاس ته راوړلو غوره موقع او لاره ده.

د اتلولۍ د جبران د دې ډول مثالونه په تاريخ کې ډېر دي او په ټولو هغو کې پر بدني حالت د رواني حالت برې څرګند دی. «دويم ګيوم» چې يو لاس يې د زوکړې پر مهال فلج و، د دردوونکو او له تصوره پورته هڅو په پايله کې غښتلی تورزن شو. خو دا ډول جبران ممکن په ټولو مواردو کې ژور نه وي؛ ځکه چې د بدني نيمګړتيا له منځه وړل، کېدای شي ورسره مله اروايي ستونزه حل نه کړي. مثلاً ګيوم بايد پر خپل بې حده تکبر بر شوی وای، نه د خپل لاس پر شوټوالي. همدا وجه ده چې د هغه نسبي بري ونه شو کړای چې د نيمګړتيا احساس يې له منځه يوسي. ښايي شاهزاده او د هغه روزونکي به په دې نه وي پوه شوي چې دلته د هغه مېړانه په تورزني کې نه؛ بلکې

(c) ketabton.com: The Digital Library

د خپلې نیمګړتیا په منلو او د یو ډول اخلاقي تقوا یعنې د تواضع په غوره کولو کې وه.

د حقارت جبران په داسې صفاتو باندې چې تر نیمګړتیاوو لا عالي وي، د اتلولۍ د جبران تر ټولو ښه او عالي ډول دی. دې جبران چې ښیګڼه پر بدګڼه کامیابوي، تل د خلکو زړونه خپل کړي دي. بېلګې یې په ختیزو او لوېدیزو اسطورو، کیسو او نکلونو کې ډېرې دي. «ساندریون» د یوې خوارې حقیرې وړې نجلۍ داستان دی چې په پای کې د خپل صبر او تدبیر په برکت د لویانو پر شرارت او بې رحمۍ بری مومي. په غربي ادبیاتو کې «پتې پوسه»، «لوپتي پرینس» او ورته نور اثار او په شرقي ادبیاتو کې د شاهنامې «بېژن او منیژه» او د سعدي د ګلستان «حقیر شاهزاده» او په سلګونو نورې کیسې یې ښکاره بېلګې دي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ملاتړی یا پښوونکی جبران:

که څوک له حقارته ځورېږي او نه شي کولای چې له خپل حقارت سره مبارزه وکړي او پر هغه بریالی شي او یا په ځان کې داسې استعدادونه ورورزي چې د حقارت په جبران کولو سره په ده کې تعادل رامنځته کړي یا کله چې سړی هومره پراخ نظر او فلسفي لید نه لري چې خپله نیمگړتیا ومني نو هڅه کوي چې خپله نیمگړتیا داسې پټه کړي چې په برید کې تر نورو وار ړومبی کړي او نور غلط کړي. داسې کسانو ته برید، د نیمگړتیا د پټولو وسیله ده. دا ډول جبران د کمزورو خلکو وسله ده. دوی پرته له دې چې د نورو د تېرایستلو نیت ولري، د انساني طبیعت په وجه، دې لارې ته راښکول کېږي.

دلته د ډارن سړي مثال پوره سم خېژي. ډارن چې مجبور وي په توره شپه کې یوازې سر په یوه لرې ځای کې لاره ووهي نو د دې لپاره چې ځان مېړنی وښيي، شپېلک وهي. همدارنگه د دې حالت نور څرگند مثالونه هغه کسان دي چې لاپو او دروا‌غو ته مخه کوي. څومره چې ځان ورته هیڅ ښکارېږي، هماغومره ډېرې لاپې وهي.

جالبه دا ده چې د دې کسانو ټولې هغه چارې چې د واقعیتونو د پټولو لپاره یې ترسره کوي، د خلکو له خوا هم په

(c) ketabton.com: The Digital Library

اسانۍ سره منل کېږي. دا خبره نه يوازې په ورځنيو معاشرو کې ليدل کېږي؛ بلکې د سياست په ډګر کې هم ځينې ناپوه وګـړي د خپل غولوونکي ظاهر په برکت شـهرت مـومي او حرفـه يـې ((نبوغ !؟)) ته رسېږي.

دلته بايد د هغو کسانو ارواپوهنـه وخيـړو چـې پـه دې لاره کې خپلو موخو ته رسېدلي دي. دوی ډېره زياته هڅه کوي چـې د خپل فرهنګ، معرفت او د خپلې کورنۍ حقارت پټ کاندي. ټول خبر دي چې پيسو يا مقام ته نوي رسېدلي کسـان، د خپـل کارځای لپاره د کتابونو لوکسې الماری جوړوي، پنډ، غټ غټ او د ښې پښتۍ کتابونه په کې ږدي چـې خلکـو تـه ځـان پـوه وښيي.

د موټرچلوونکي اروپوهنه هم د پام وړ ده. ايا موټر د جبران تر ټولو غوره وسيله نه ده؟ هغه ډېر ناپوه، کمزوري او پڅ کسان هم کولای شي چې بې له زحمته پر اکسلېټر پښه ټينګـه کـړي او د ځواک او سرعت خښتنان شي. دوی چې پر لارو تـر نـورو مخکې کېږي نو په خوندونو کې ډوبېږي.

خو د ماشـومانو او زلمکـو پـه اړه: هغـه ماشـومان چـې لـه حقارته ځورېږي، معمولاً له ځېرې غښتلي ښکاري. دوی غالباً ځان ستايه او ترخه ژړي دي. دوی تل په دې لټه کـې وي چـې

(c) ketabton.com: The Digital Library

په نورو خپل ناز او کبر ومني، د لويانو پېښې وکړي او ځان تــر نورو مهم وښيي. يا دا چې ځېلي او ضدي کېږي.

په دې توګه د ځواک او وړتيا ښودنه، غالباً د پټې او نــاويلې کمزورۍ نخښه ده. هغه چې واقعاً ځواکمن دی، دې ته اړتيا نه لري چې نورو ته خپل زور وښيي؛ ځکه چې دا کار کومــه ګټــه نه لري.● د تکبر او لويوالي هذيان* د واقعي حقارت له جـبران څخه پرته بل څه نه دی. څنګه چې وروسته بـه يــې وګـورو دا خبره يوازې د افرادو په برخه کې نه؛ بلکې د ټولنو په بــاب هــم سمه راخېژي.

● عسکري پرېږ معمولاً په هغو هېوادونـو کـې ډېـر پـه ډبـډبې سره تـر سره کېږي چې يا خو مستبد حکومتونه لري، پـه خلکـو کـې يـې ملاتـړي لـږ دي او حکومت خپلو خلکو ته خپل زور ښيي يا دا چې له ګاونډيو ملکونو په وېره کـې دي او د زور په ښودلو سره هغوی په غوږ وهي چې پام چـې حملـه رابانـدې ونـه کړئ. ژباړن

* د تکبر هذيان په اروايي ناروغانو کې ليدل کېږي. ناروغ ځان خورا مهـم کس معرفي کوي، مثلاً د افغانستان يو عادي وګړی به وايي «زه د سينما تـر ګـردو لوی ستوری يم، پوهېږې، هاليوود په ما پسې شله دی چې راځه زموږ پـه فلمونـو کې کار وکړه خو زه يې نه منم. ها بله ورځ اميتابچن راته زنګ وهـلی و، خـوارکی راته زارۍ کوي چې زما لور درپسې مري، خير دی واده ورسره وکړه» کلـه کلـه د دوی استدلال دومره قوي او د وينا انداز يې دومره جدي وي چـې خپـل مخاطـب تر تاثير لاندې راولي او مخاطب يې پر خبرو باور کوي. ژباړن

(c) ketabton.com: The Digital Library

هغه مذهبونه او دولتونه چې له وګړو څخه ازادي اخلي، خلك له ځانه شړي يا پر رسنيو بنديز لګوي، پخپله مفکورې او عقيدې جوړوي او پر نورو يې تپي، څنګه چې ښکاري هغسې ځواکمن نه دي. دوی که په ريښتيا سره غښتلي وای نو دې ته به نه اړ کېدل چې خلك وډاروي. دوی لکه هغه دېوان دي چې ظاهراً اوسپنيز ښکاري خو پښې يې د لرګيو دي. دوی پخپله ښه پوهېږي چې که زغر ونه لري نو په دردوونکي توګه به راوپرځېږي.

د همدې اصل پر بنسټ، د ځينو دولتونو ناسنجول شوي خوځښتونه او پوځي حرکتونه په واقعيت کې د دوی د کمزورۍ ښکارندوی دي. اکثره ډارن هېوادونه ندرتاً سوله خوښوونکي وي. دوی د بريد لپاره نه؛ بلکې له ډاره او خونديتوب ته د غيرعادي اړتيا په وجه په خپل شاوخوا کې پوځي ځواك راټولوي. دا ځکه چې دوی ته هرڅه د دښمن مورچل ښکارېږي. اصلاً د دوی تمايل دفاعي وي خو د دې لپاره چې خپل مرضي «ناخونديتوب» پټ کړي، هغې ته د لمسوونې بڼه

(c) ketabton.com: The Digital Library

ورکوي. د تعجب خبره دا ده چې اکثره وګړي د دې مسألې په شننه کې تېروتنه کوي.*

د دې ډول جبران په خوا کې يو بل ډول يې هم شته چې ډېر توپير ورڅخه نه لري او بايد «تسل ورکوونکی جبران» يې ونوموو.

تسل ورکوونکی جبران:

دغه جبران ډېر ډولونه لري: لومړی ډول يې خيال پلو او خيالي نړۍ ته تېښته ده. انسان له خيالي نړۍ څخه هغه څه غواړي چې په واقعي ژوند کې يې نه شي تر لاسه کولای.

موږ هر يو چې په ماشومتوب کې مو د خوارۍ او ناتوانۍ احساس کړی نو ځان سره مو ويلي دي چې کاشکې دومره غښتلی وای چې خپل حريف مې د موم په شان په لاس کې نيولی او د خپلې خوښې جزا مې ورته ورکړې وای؟

---

* ګومان کوم چې موږ به هم څکه هر وخت د خپلو بابا ګانو تورې يادوو چې پخپله خوندي نه يو. موږ اکثره وخت داسې غښتلې حکومت نه دی لرلی چې د نورو د تيريو مخه ونيسي، همدا وجه ده چې کله يو او کله بل پر موږ باندې بريدونه کوي. موږ د دښمن د شړلو توان لرو خو د راتلو مخه يې نه شو بندولی؛ څکه چې د دښمن مخه په فکر او تدبير سره ډب کېدای شي او موږ په دې برخه کې خوار يو. ژباړن

(c) ketabton.com: The Digital Library

داسې ډېر ماشومان او زلمکي شته چې پـه خيـالي نـړۍ کـې غواړي، نه ښکاره کېدوونکي «نامرئي» اوسي.*

دې ته ورته خيالونه تل د ماشومانو په ذهـن کـې وي. دغـه تخيلات له انساني غوښتنو سرچينه اخلي او مخکې تر دې چې په ادبياتو کـې د زړه راښـکونکو خـو غمجنـو نکلونـو پـه بڼـه څرګند شي، د وګړو په منځ کې خوله په خوله لېږدېدلي دي.

په ختيزو او لويديزو ادبياتو کې د دې نکلونو جوتې بېلګې ليـدلای شـو. د فرانسـې د نـامتو ليکـوال «لا فـونتين» (La Fontaine) د (پيريت) يا د شيدې پلورونکې او کټـوې کيسـه په غربي ادبياتو کې د دې جبران له مشهورو بېلګو څخه ده:

شيدې پلورونکې چې غواړي په هره توګه لـه خوارۍ څخـه ځان وژغوري او شتمنه شي، ګومان کوي چې د شيدو د پلورلـو په پيسو به وشي کولای چې اول خنزيـر او بيـا خوسـۍ او غـوا واخلي... خو د خيالونو په دې کشمکش کې يې د شـيدو کټـوه

---

* دغې ماشومانه هيلې هنر ته هم لاره کړې ده. په «مسټر انډيا» فلم کې يـو هندي کيميا پوه داسې مواد جوړوي چې که سړی يې استعمال کړي نو خلـك بـه يې نه شي ليدلای. د فلم اتل پر ځان باندې همدغه مواد اچوي. د هند د دښـمنانو ځالې ته ورځي، د هغوی پلان معلوموي. د هند دښمنان غواړي چې پر دې هېـواد اټومي حمله وکړي خو د فلم اتل دغه توطيه شنډوي. ژباړن

(c) ketabton.com: The Digital Library

پر ځمکې لوېږي او ماتېږي... دا د خپل هاغـه خـوب پـه غـم کې ډوبېږي چې ریښتیا نه شو.

د پېریانو او ښاپېریو کیسې د هغه تمایل خبرې کوي چـې د هر وګړي په زړه کې شته. هرڅوک هیلـه کـوي چـې متقـي او پرهېزکاره انسان ـ یعنې موږ ـ لـه تصـور څخـه پورتـه ځـواک ولري او یا دې دومره ډېره شتمني ولـري چـې ټولـه دنیـا ورتـه درناوی وکړي.

کله کله دغه خیالونه دومره پراخېږي چې د اندېښنې سبب ګرځي. ځینې ماشومان او ځوانان د خپل ذهن په خیـالي نـړۍ کې ډوبېږي. کله خو دوی خیال له واقعیت سره دومـره ګـډوي چې ځان ته خیالي خویندې او ورونه جـوړوي او ان لـه هغـوی سره په خاصه لهجه خبرې کوي. دوی خپل دې عمل ته دومـره واقعي رنګ ورکوي چې ته وا له ملموسـو او محسوسـو کسـانو سره اړیکي لري. په دې وخت کې میندو او پلرونو ته اندېښـنه ورلوېږي چې بچو ته یې هذیان پیدا شوی دی.

یوه ورځ یې ما ته یو څوارلس کلن زلمکی راوست. دغه ژنـی تر دې دمخه هڅاند تکړه زده کوونکی و، تر اووم ټولګي پورې په ښو نمرو کامیاب شوی و. د اتم ټولګي پـه لومړیـو کـې یـې درسونه پرې ایښي وو، له نورو سره یې خپل اړیکي شلولي وو او

(c) ketabton.com: The Digital Library

ارامي نړۍ ته يې پناه وړې وه. اغلباً له ځانــه سره غږېــده، پــه مخصوصه ژبه يې له نا ليدونكو افرادو سره خبرې كولې.

دى د يوې متوسطې كورنۍ يوازېنى اولاد و. مور او پلار يې د هغه په اړه تل يوه خوله وو، دى پر هغوى گــران و. د هغــه پــه ارثي سوابقو كې هېڅ شكمن شى نــه ښــكارېده. پــه جســمي او عصبي معايناتو كې يې هم كومه ناروغي نه وه موندل شوې. په اول سر كې د ناروغ پــه شخصيـ ســوابقو كــې كــوم ناســم شى ترسترگو نه شو خو تر اوږدو گروېږنو وروســته جوتــه شــوه چــې دغه زلمكي د لومړني ښوونځي په ټوله دوره كې د لوبو او درســونو يو ښه ملگرى درلود. د ده د ملگري كورنۍ به تل دى هڅاوه او شاباسي به يې ورته ويله خو انــډيوال يــې د منځنــۍ دورې تــر پيلېدا د مخه د زده كړو لپاره يوه اروپايي هېواد ته استول كېږي. تر دې وروسته په دواړو كورنيو كې هر وخــت د ده د ملگــري د پرمختگونو خــبرې كېــږي. هرڅــوك د هغــه د ليكونــو كيســې كوي. دغه زلمكى اول خو ډېره موده د دې وضعې پر وړاندې لــه سړې سينې كار اخلي، ځان پرې ناگاره اچوي خو وروســته يــې په سلوك كې لږ لږ بدلون راځي. بيا داســې وخــت هــم راځــې چې هركله د ده د ملگري په هكله خبرې كېږي نو دى بــې لــه ځنډه له كوټې څخه وځي. دى په اووم ټولگي كې هم د تېر پــه

(c) ketabton.com: The Digital Library

ځېر په درسونو کې تکرړه دی خو د اتم ټولګي په لومړیو کې پڅېږي. د مور او پلار يې دې ته پام کېږي چې هلک کور ته له راتلو سره سم د کوټې ور په ځان پسې بندوي او په لوړ غږ خبرې کوي. لږه موده پس پر ځان باندې دغه کنټرول هم له لاسه ورکوي، کله کله د نورو په مخ کې له خيالي افرادو سره خبرې کوي، له داسې عجيبه کارونو غږېږي چې له خپلو نالیدونکو ملګرو سره يې ترسره کړي. مور او پلار يې لومړی په بېلابېلو درملنو لاس پورې کوي خو د خپل يوه دوست په سپارښتنه ارواپوه ته ورځي.

د راغلي کس د مخينې او حالاتو لنډه يادونه مې ځکه وکړه چې کله کله په ماشوم يا زلمکي کې د يوه ژور پټ کړاو نخښې نښانې څرګندېږي. دا نخښې پر دې کړاو باندې د ماشوم د برې موندنې هڅې په ښه توګه جوتوي. کله کله له واقعي نړۍ ځخه تېښته سړی په سومنابوليزم (somnambulism) يا په خوب کې د تګ په ناروغۍ اخته کوي.

ځينې وخت سړی د دې پر ځای چې له خپل ځورونکي چاپېرياله د خلاصون لپاره د خيال نړۍ ته پناه يوسي، په رښتيا سره له خپل محيطه لاس مينځي او هر څه خوشي کوي. دغه حالت «تېښته» نومېږي. د ژان ژاک روسو مشهوره تېښته هم د نورو تېښتو په څېر له مخکيني فکر او پلانه پرته تر سره شوه.

(c) ketabton.com: The Digital Library

روسو پــه ۱٦ کلنــۍ کــې لــه ټولــو ان لــه ځانــه هــم نــاراض او اندېښمن و. يوه شپه يې د ښار دروازې پر خپل مخ باندې تړلــې ولېدې، يوه شېبه وېرې اخيستی و خــو وروســته يــې ځــان ازاد وګاڼه او وتښتېد. دی وايي:

«څومره چې د وحشت تر تلقين لاندې د تېښتې نقشه راتــه غمجنه ښکارېده، هماغومره پخپله تېښتې مجذوب کړی وم... يوازېنی احساس ازادي او خپلواکي وه چې پر ما يې اثــر کــړی و. ما ګومان کاوه چې ازاد شوی يم. د الوتنې لپاره همدا بــس و چې يو ټوپ وکړم او اسمان ته ورسېږم. ما په خونــدي توګــه پــه بې پايه نړۍ کې ګام اېښوده. ګومــان مــې کــاوه چــې د خپلــې وړتيا په برکت به په هر ګام کې له خوښۍ، کانونو او نويو پېښو سره مخ کېږم.»

زموږ په عصر کې چې د کورنيو نظام شلېدلی او د کــورنۍ د مشر واک څو واره کم شــوی دی، دا ډول تېښــتې لا پــه اســانۍ ترسره کېږي.

لس کلن «د» د ماشومانو د لارښوونې بنســټ تــه راغــلی و، هغه تر دې دمه څو ځله له خپل کوره تښــتېدلی و. دی هوښــيار خو حساس او نازك طبيعته هلک دی. مور يــې همــدا يــو زوی لاره. مور يې څو کاله له خپل مېړه سره تېروي خــو وروســته لــه

(c) ketabton.com: The Digital Library

لېوره سره تار ځغلوي، بيا له مېړه څخه طلاق اخلي او لېـوره تـه کېني. بل بچی زېږوي، له نوي مېړه څخه هم طلاق اخلي او له بل سړي سره واده کوي. «د» د خپل عمر څو کاله د پلار په کور کې په ناز او نعمت تېروي خو وروسـته يـې پـلار هـم بـل واده کوي، ميرې ته يې خدای درې ماشومان ورکوي. کله چې مـيره له «د» سره د پلار زياته مينه گوري، هغه سپکوي او رټـي يـې. «د» شديد غبرگون ښيي خو ښکاره ده چې پر ميرې يـې زور نـه رسېږي. سره له دې چې د «د» کورنی لږ عايد لـري خـو ده تـه ښې جامې وراغوندي او ښه مکتب تـه يـې اسـتوي خـو دغـه ظـاهري ښـېگڼې د هغـه د بـاطن فريـاد نـه شي وژلای. دی د ناخوالو په وجه له کوره تېښتي او تر ډېر لټون وروسـته مونـدل کېږي. «د» اعتراف وکړ چې څنگه به يې ځان د شپې په تيـاره کې په تنگو تيارو کوڅو کې د خلکو د کورونـو د دروازو شـاته پټاوه چې د چا ورپام نه شي. بيا به چې کوڅې له خلکـو تشـې شوې، د خزلو په بېلرونو کې به پټ شو او سهار بـه يـې خپلـه لاره وهله. دوو کسانو هغه هوايي ډگر ته څېرمه پيدا کړ او کور ته يې ولېږه. هغه د هوايي ډگر شاوخوا چېرته شـپه کـړې وه. د الوتلو هـوس دې کـار تـه اړ ايسـتلی و. ده ويـل چـې غـواړي پراشوټيست شي خو يوازې د مور مينې کولای شول چـې دغـه تېښـتېدونکی هلـک لـه لالهنـدی وژغـوري. د ليکـوال پـه

(c) ketabton.com: The Digital Library

لا رښوونه هغه د خپلې مور کره واستول شو. سره له دې چې مور يې په وس کې لا بدتره وه خو ځنګه چې هلك هلته تـر نـورو مشر او پر ټولو بر و، خپل تعادل او ارامي يې بيا ومونـده. دلتـه مور د هغه پلوۍ ده او پلندر (ميرنی پلار) يې هـم ځـوانيمرد او بې ازاره.

دلته بايد دې ټکي ته هم اشاره وکړو چـې د لويـانو د تسـل ورکوونکي جبران ډېرې بېلګې د هغوی په هنري تخليقونو کې انعکاس مومي. هغه هنري تخليقونه چې هنرمن پکـې د خپـل واقعي حالت پر خلاف داسې انځور کاږي چې په حقيقت کې دی غواړي هماغسـې اوسي، پـه همـدې جـبران کـې شـمېرل کېږي. ډېری هنرمندان چې په تياتر او يـا سـينما کـې د ډېـرې خندا له لاسه د خلکو بېوډي ورخوږوي، په خپله خورا غمجن خلک دي.

«مولير» په «خيالي بيمار» ډرامه کې ځکه ناروغي نفي کوي چې پخپله يې له خپل روغتيايي حالته ډېـره انديښـنه درلـوده. همدارنګه ليدل کېږي چې د مغولو تر بريـد ورروسـته، تصـوف تر پخوا لا غوړېږي، ګـڼ شـمير مولفـان د تصـوف لـوی اثـار پنځوي. دوی داسې مفاهيم رانغاړي چې په هغو کې د خيـال د نړۍ پر وړاندې خندونه له منځه وړل شوي دي. دا ځکـه چـې

(c) ketabton.com: The Digital Library

په دې وخت کې ملي احساسات د يرغلگرو تــر پونــدو لانــدې زخمي شوي وو.

بېرته به اصلي مطلب ته راوگرځو: دا به مبالغه نه وي چې د ځينو زلمکو بد او انحرافي عادتونه د حقارت زېږنده وبولــو او دا له واقعيت څخه تېښته وگڼو؛ ځکه چې دلتــه هــم چاپېريــال د هغــوی د هوســونو پــر وړانــدې خپلــې دروازې تــړي او دوی مجبورېږي چې له خپل بدن څخه مرسته وغواړي او ځان تسل کړي. په دې توگه تنکي ژڼي يــوازې پخپلــه د خپــل خصــوصي ژوندانه شاهدان پاتې کېږي. ايا د خــاطراتو محرمانــه کتــابچې به په ځينو مواردو کې له ځانه سره د معاشقې څرگندې بېلگــې نه وي؟

بېلبنتي (اشتقاقي) يا بې لارې جبران:

د جبران بل مورد هغه دی چــې ســړی خپلــه کمــزوري پــه کارونو کې د غير ضروري دقت لــه لارې جبرانــوي. يعنــې پــه ډېرو وړو خبرو پسې گرځي. څنگه چې دغه سړی لوی کارونــه نه شي کولای نو په وړو جزييــاتو کــې د پلټنــې لــه لارې هڅــه کوي چې ځان او ښايي نور وغولوي. کولای شــو دغــه جــبران بېلبنتي جبران ونوموو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د بېلګې په توګه يو شاګرد چې ذهن يې پخ دی، د درسـونو په حفظ کولو سره ځان د تکړه شـاګردانو پـه کتـار کـې دروي. يعنې په تفکر کې خپله کمـزوري د درس پـه حفـظ کولـو او د انضباط په رعايت سره جبرانوي.*

ښکاره ده چې داسې «ښه!؟» شـاګردان پـر ښـوونکو ګـران دي؛ ځکـه چـې دا د هغـوی پـه نظـر مـودب او هڅانـد زده کوونکي بريښي خو ټول دوستان بيا د دوی په اړه ورته ښه نظـر نه لري. ملګري يې دوی په دې تورنوي چې، د ژوندانه په دغه لوبه کې چې ښوونځی نـومېږي او د ښـوونکي او زده کـوونکي پر دوو مقابلو لوبغاړو ويشل کېږي، ټګي برګي کوي. څرګنـده ده چې د پيغورونو دغه باران د دوی عقده لا زيـاتوي. دوی پـه دې توګه ځينې لندمهالې برياوې ترلاسه کوي. که څه هم دغه لاره د برې موندنې له جبران څخه توپير لري؛ لېکن بيـا هـم د اتلولۍ د جبران څرك پکې ښکاري. دلتـه سـړی ښـوونکيو تـه داحق ورکوي چې دغو بې چاره ګانو ته درناوی وکړي.

---

* له بده مرغه زموږ په ښوونځيو کې د تکړه توب معيار يـوازې د درسـونو حفـظ کول دي. شاګردانو ته نه د فکر کولو موقـع او نـه يـې فکـر تـه ارزښـت ورکـول کېږي. ژباړن

(c) ketabton.com: The Digital Library

په ځان ښودنه کې هم همدا حال ښکاري. ځـان ښـودنه دا ده چې ځوک دې بې وخته د مسايلو خـورا بـې اهميتـه او بـې ارزښته جزيياتو ته پام اړوي. کله چې دغه کسـان بـې وختـه د الفاظو پر اس سپرېږي نو پر هره خوا يـې داسـې ځغلـوي چـې ممکن پخپله د خپلو خبرو محتوا، څنګه چې ښـايي، درک نـه کړای شي. په ريښتيا د هغه سړي پر حـال ژړا پکـار ده چـې د کلمې تر مانا د هغې ټکو ته ډېر پام کوي او که دغه پرده يې لـه مخې لرې شي نو د فکر خواري به يې جوته شي.

خو هغه زلمکي او ژنې چې د جاه طلبۍ په اور کې سوځي او يا د دغه اور لمبې د هغوی له لاشعور څخه راپورته کېـږي، بيـا هم د حقارت پر وړاندې بيلې لارې غوره کوي. دوی کله کله د دې پر ځای چې خپل حقارت پټ کړي، ممکن لا يې جوت او په مبالغه يي توګه يې رابرسېره کـړي او لـه هغـې ګټـه واخـلي. خامخا به وپوښتئ چې دا به څنګه امکان ولري چې څوک دې له حقارته ګټه واخلي؟ خبره داسې ده چـې دوی تمـارض کـوي يعنې په ټګۍ سره ځان ناروغ ښيي او له ناروغۍ ګټه اخلي. که تر دې مخکې خپلو خپلوانو دوی ته اهميت نه ورکاوه، پـه دې حالت کې به ورته پام وکړي؛ ځکه چې ناروغ يعنې هغه څوک چې نور يې خيال ساتي، پام ورته کوي، غوښتنې يې پـوره کـوي

(c) ketabton.com: The Digital Library

او هر وخت يې خبر اخلي. په دې توګه هغه چې ځان عاجز ښيي، ویاړنه ګټي.

د ځان عاجز ښودنه دوې موخې يا دوه ډوله ګټې لري.

لومړی دا چې: د نورو پام، خواخوږي او محبت راجلبوي. مثلاً څوک چې تر دې د مخه چا ورته پام نه کاوه، تر دې وروسته به له دې نظره يو دم د خپل محيط اول نمبر کس شي. يعنې هغه نقش به مومي چې ده يې د لرلو هیله درلوده.

که دغه کس ماشوم وي نو ټول پرې راټولېږي او نازوي يې. مور يې له ځانه سره پر خپل کټ څملوي. (په غربي هېوادونو کې ماشومان معمولاً په جلا کوټو کې څملي، له مور او پلار سره په يوه خونه کې نه څملي. ژباړن) ټوله کورنۍ له هغه پوښتنه کوي: څه شی غواړې؟ څه شی درته راوړم؟ ... نو دی به امرونه کوي او نور ټول به د ده په خدمت کې وي، دی به د کورنۍ مرکز ګرځېدلی وي.

دويم دا چې: عاجز ښودنه نور بې وسلې کوي. دا پر نورو او ان پر ځان باندې د نیوکې لپاره په ښه ورځې. «څه شی؟»، «دا تاسې څه وایاست؟»، «زه هېڅ کار نه کوم، نه وينئ چې زه ناروغ يم؟» دا يو ډول وياړمنه بهانه ده. غوره عذر دی،

(c) ketabton.com: The Digital Library

داسې عذر چې تل د منلو وړ دی نو سړی کولای شي، بې غمه ځملي او ان خپل وجدان هم ويده کړي: «مبارزه به څه ګټه ولري؟ زه ولې ځان په تکليف کړم؟ زما له لاسه يو کار هم نه کېږي، زه ناروغ يم.»

دغه لاشعوري يا نيم شعوري محرکونه د هيسټريک* او نيوروز د تظاهراتو اصلي سرچينې دي. په خوب کې ميتيازې کول او ترټرېتوب غالباً همدا ريښه لري. دا هماغه «ناروغۍ ته پناه وړل» دي چې فرويد يې په هکله ټينګار کړی دی.

خو خبره همدلته نه ختمېږي. که يو څوک د مبارزې لپاره نه وي جوړ شوی، که يو څوک د اتل کېدو ظرفيت ونه لري او دا هم ونه غواړي چې ځان ناروغ وښيي نو يوه بله لاره هم ورته شته چې خپله د تسلط غوښتنې غريزه ورباندې پوره کړي. کله چې سړی نه شي کولای ځان پر نورو بر او مسلط کړي نو د نسبيت له اصله ګټه اخلي. هغه داسې چې نور سپکوي، خصوصاً هغه کسان چې په ده باندې شک کوي او يا

* hysteria يو ډول اروايي ناروغي ده چې د ارواييي فشارونو په اثر رامنځته کېږي. څنګه چې مېرمنې تر نارينوو ډېر روحي فشارونه ګالي، نو دغه ناروغي په ښځو کې زياته ليدل کېږي. همدا وجه ده چې د ناروغۍ نوم هم له رحم څخه اخيستل شوی دی، hystericus په لاتين کې رحم ته وايي. پخوا ګومان کېده چې دغه ناروغي به د رحم له مرضونو سره تړاو لري خو اوس دا خبره رد شوې ده. ژباړن

(c) ketabton.com: The Digital Library

دی له هغوی کرکه لري. دی تل د هغـوی د ژونـد جزییـات او سلوک څاري. همدا چې هغوی کومـه وړه تېروتنـه وکـړي، دی به يې په ملنډو غندي، د نورو پر وړاندې به پر هغوی ریشـخند وهي. که دغه کسان هېڅ عیب ونه لري نو دی به ورته له ځانه عیبونه جوړوي، په دروا‌غو او بهتان به لاس پورې کوي خـو دا باید هېره نه کړو چې هغه کس چې خلک څـوروي او عیبونـه يې لټوي، تر ډېره په دې پسې وي چې ځان پورته وښيي، نـه دا چې نورو ته تاوان ورسوي.• (لاروشفوکو) ویلي دي چې «انسان تر ډېره د تکبر په وجه د نورو عیبونـه لټـوي او بـد رد ورپسـې وايي، نه د شیطانی او خباثت په وجه» ځکه چې موږ پر خپلـو هغو عیبونو چې موږ تر نورو ټيټوي، سترګې نه پټـوو خـو کلـه چې نور زموږ عیبونه ويني د هغوی دغه ګستاخي نه بخښو.

د غچ اخیستنې یا جګړه ییز جبران:

دا ډول یرغلیز جبران ځکه د غچ اخیستنې جـبران نومـوو چې موږ اړ باسې د خپلو عیبونو په وجه له نـورو غـچ واخلـو.

• څوک چې غیبت کوي، په حقیقت کې خپل مخاطب تـه دا وايـي چـې پلانـکی دغه عیب لري خو زه يې نه لرم. مګر د دې لپاره چې خپله ځانغوښتنه پټه کـړي «خو زه يې نه لرم» ورسره نه وايي. ژباړن

(c) ketabton.com: The Digital Library

دغه جبران کله کله کرغېړنه او غمجنه بڼه غوره کوي او ځینې وخت سړی د ځانوژنې پر لور بیایي.

ځانوژنه د مرضي ارواپوهنې کرغېړن څپرکی دی. د دې نړۍ پرېښودل، خصوصاً هغه وخت چې سړی ژنې یا زلمکی وي، تر ټولو دردوونکی کار دی. ډېره دردوونکې ده چې یو ځوان د دې لپاره ځان وژني چې د دې ټیټې نړۍ له رسواییو څخه ځان خلاص کړي. هغه هم په داسې عمر کې چې ژوند باید د سړي مخې ته موسکا پر شونډو او پرانیستې غېږه ودرېږي او هغه له هیلو او امیدونو سره په غېږ کې ونیسي.

سره له دې هم دغه غمجنې پېښې ډېرې لیدل کېږي. په ځینو موارډو کې به د ځان وژنې لامل په مینه کې ناکامي او یا «ذهني تباهي» هم وي خو په اکثرو مواردو کې یې اصلي لامل حقارت دی.

البته ځان وژنه جبران نه دی خو هغه فکر چې سړی د ځان وژنې خوا ته بیایي، د جبران حیثیت لري. ایا دغه فکر د غچ اخیستنې فکر دی که تسل ورکوونکی؟ بې له شکه دواړه.

د غچ اخیستنې فکر، تر ځان وژنې د مخه تقریباً په دې مضمون د سړي ذهن ته لاره کوي: «تاسو تل له ما سره بد چلند کړی دی! اې زما ناقابله مور او پلاره، اې زما د ژوند تر ټولو گرانه یاره، اې زما بېرحمو او ځیرږو اندېوالانو چې له انسانیته

(c) ketabton.com: The Digital Library

لرې یاست! کاشکې زما مړینه ستاسو د کړنو ابدي سـزا شي او تاسې تل زما په مړینه پښېمانه اوسئ.»

خو له دې فریاد سره به تل یو غمجـن زګـیروی هـم مـل وي: «هغه وخت چې زه ژوندی وم، پر تاسو نه وم ګران خو کله چې له دې نړۍ څخه لاړ شم، بیا به راسره مینه وکـړئ. تاسـې به پر دې باندې خواشیني شئ چې زه مو له لاسـه ورکـړی یـم. اوس به مې مزار د مینې په ګلونو ښکلی کړئ خو زما پـه ژونـد کې مو دغه ګلونه رانه دریغول. اوس به مو د مینې کـړۍ رانـه تاوه کړئ خو وخت یې تېر دی.» دغه مینه، دغه پس له مرګـه مینه چې ځانوژنه یې اجباراً راپیدا کـوي، د تسـل ورکـوونکې جبران حیثیت لري.•

خو ممکن ځانوژنه د یوې ساده تېښتې په توګه وي. یعنې پرته له دې چې د جبران مسـئله پـه مـنځ کـې وي، لـه هغـې وضعې څخه تېښته وي چې د زغملو نه ده. په دې توګـه ځـان وژنه له مبارزې څخه د لاس پر سر کېدو حیثیت لري.

• زما په ګومان اکثر شاعران چې په خپلو شعرونو کې د خپل مرګ خبره کوي او په حقیقت کې پخپله خپل مـرګ ژاړي، همـدا وجـه بـه لـري. دوی د لوسـتونکې عواطف راپاروي او غواړي چې لوستونکو ته خپل مرګ وریاد کـړي او پـر خپـل مرګ یې وژړوي. ژباړن

(c) ketabton.com: The Digital Library

په حقیقت کې ممکن د جبران هڅې او پلانونه له مــاتې سره مخ شي. کله چې سړی له حقــارت سره د مقــابلې ظرفیــت ونه لري او نه هغه مهارت ولري چې پر خپلې نیمګړتیا سرپوښ کېږدي نو حقیقت ورته په بربنډه توګه څرګنــدېږي. دغــه رنــځ دومره دردوونکی وي چې د سړي ورځ وربدوي. پــه دې وخــت کې تسلیم یا بدبیني، سستي او د ارادې نشتوالی، بې زړه توب، ناهیلي، او په پای کې ځان وژنه د هغو جبرانونو پایلې دي چــې موخې ته نه دي رسېدلې.

جبران که په هره توګه وي او د هغه مصنوعي ظواهر کــه ډېر ځیرکانه هم وي خو بیا به هم نه شي کولای د حقارت غوټه که دایمي وي او یا موقتي په بشپړه توګه له منځه یــوسي. دغــه احساس د بدګومانۍ او نازک طبیعتۍ په بڼه راڅرګندېږي.

بد ګوماني د هرڅه پر وړاندې شدید حساسیت تــه وایــي چې د حقارت له غوټې سره سروکار لري. دا یو دفاعي غبرګــون دی چې د سړي په حساسه نقطه کــې د خنجــر وهلــو پــه اثــر څرګنــدېږي او پــه هغــه کــې د حقــارت د غــوټې شــتوالی او څرنګوالی جوتوي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

٤. د حقارت درملنه

د حقارت درملیزه ارواپوهنه دوې خواوې لـري: مخنیـوی او درملنه.

الف. مخنیوی: د بل هر مورد په څېر دلتـه هـم مخنیـوی یعنې د ناروغۍ د لاملونو له منځـه وړل. د مخنیـوي پـه برخـه کې دوې دندې اساسي دي: یوه منفي دنده (نـه کـول) یعنــې د روزنې له هغو تېروتنو څخه ډډه کول چې په سړي کـې حقـارت رامنځته کوي او بله مثبتـه دنـده یعنــې د شخصـیت د ودې او پراختیا لپاره د مناسبو شرایطو برابرول.

په دې ډول څرگندېږي چې په محـیط کـې د سـلوک او د روزنې مسئله څومره مهمه ده.

که چېرې خلک پـه داسـې محـیط کـې ورروزل شي چـې استادان یې له هر ډول عیبه پاک وي او اشنایانو یـې پـه سـالمه اجتماعي فضا کې وده کړې وي نو د حقـارت د ودې لپـاره بـه ځای نه پاتېږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

دې کې شک نشته چې د مخنيوي چارې بايد ډېر ژر يعنې د ماشومتوب په پړاو کې چې د حقارت غوټه د سړي په بدن کې ريښې ځغلوي، پيل شي. دغه چارې بايد په څو برخو کې هم مهاله پيل شي. دلته به يې يو څو برخو ته اشاره وکړو.

۱. د روزونکو عيبونه:

د حقارت غوټه اکثراً د روزونکو د ناسم سلوک په وجه رامنځته کېږي. داسې روزونکي ډېر دي چې له خپلې دندې سره بلد نه دي او څنګه چې پخپله هم په ناسالمو محيطونو کې لوی شوي دي نو د حقارت غوټه پکې شته. په دې توګه روزنېزې تېروتنې له زاړه نسله نوي نسل ته ليږدي. مثلاً پلار خپل زوی ځکه ځوروي چې له ده سره هم په ماشومتوب کې خشونت شوی دی. اوس پرته له دې چې پخپله وپوهېږي، د غچ اخيستنې د جبران پر اساس له خپل زوی سره ناوړه چلند کوي. په دې توګه اوس پلار خپل تسلط او ځواک پياوړي کوي، هغه ځواك چې پخوا يې په تر لاسه کولو کې پاتې راغلی و.

د دې تفصيل په مرسته د خلکو له کړنو څخه پوهېدای شو چې دوی په څه ډول چاپېريال کې روزل شوي دي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۲. د روزنې او پالنې لارې چارې:

که د روزونکو له تېروتنو راتېر شو نو د روزنې او پالنې لارې چارې هم د پام وړ دي. اوس مهال په پرمختللې نړۍ کې د روزنې بې شمېره لارې چارې شته خو موږ يې دوو مخالفو ډولونو ته په اشارې بسنه کوو: يو ډول يې مستبد او پر ځواک متکي انضباط دی او بل يې د هغه ضد چې مينه ناکه هڅونه يې ګڼلای شو.

۱. د لومړي ډول موخه د با انضباطه افرادو منځته راوړل دي خو دغه ميتود هله کاميابېږي چې د سړي اراده وځپي، په پايله کې به دا خطره ورسره مله وي چې د سړي شخصيت ته تاوان ورسوي او حقارت پکې پيدا کړي.

په دې کې شک نشته چې ځينې ماشومان به دې ميتود ته غاړه کيږدي او يا لږ تر لږه د دې ميتود شرايط به ورته د منلو وي خو بايد وګورو چې په ګانده کې به پر هغوی څه کېږي؟ له دوی څخه به داسې کسان جوړ شي چې يوازې به د ځينو محدودو او معينو قراردادي او تکراري کارونو د ترسره کولو وړتيا ولري خو په خپل کار کې به له تخيل او تفکره استفاده نه شي کولای. دوی يوازې هغه وخت په خپل محيط کې ځان هوسا ګڼي چې هرڅه چمتو، منظم او مقرر اوسي. دغه کسان

(c) ketabton.com: The Digital Library

د ادارو د پلمه گرو کارکوونکو په توگه چې په کباب کې هډوکي لټوي، بد نه دي خو که په دې خاطر خپله اداره ځنې خوشالېږي، برعکس خلک به ځنې خپه او ناهيلي وي (لکه زموږ د ادارو ميرزاقلمان چې خلك يې پوزې ته رسولي دي. ژباړن) دلته بايد له ځانه وپوښتو، که چېرې دغه کسان له داسې نوي موقعيت سره مخ شي چې نوښت او ابتکار به غواړي نو دوی به څه وکړي؟

له نېکه مرغه، غالباً يوه حياتي او سرکښه غريزه ماشومان او تنکي ژغي اړ باسي چې په مختلفو لارو له دې اجباري رژيمه سر وغړوي. دا داسې غريزه ده چې په شدت کې د ښوونځيو تر مقرراتو کمه نه ده. داسې هم پېښېږي چې کله په شاگرد کې حقارت وخوټېږي، د شديد انضباط پر وړاندې بغاوت کوي او يا د پلرني ځواک پر وړاندې درېږي. داسې کس ځورېږي، مبارزه کوي، د پلار پر ضد بغاوت کوي، او په پايله کې به د هر ځواک (ښوونکی، ريس، قاضي، دولت، ټولنه...) پر وړاندې ودرېږي؛ ځکه چې دا ټول د پلرني ځواک د پراخېدو حيثيت لري. د هغه په پام دا ټول داسې خندونه دي چې د هغه د لارې پر سر پراته دي. د گډوډيو او جنايت ريښه غالباً همدا ده. موږ دلته د هغو غير عادي عصبي نخښو نښانو او گنو

(c) ketabton.com: The Digital Library

ټکرونو په اړه خبرې نـه کـوو چـې د دې ځپـونکي او قهـرجن میتود په وجه رامنځته کېږي.

اې انضباطه! ستا د دوه مخیز مفهوم په وجه څه نادودې او تباهي نه دي چې ترسره کېږي. ته یوازې یوه اخلاقي روزنه یـې چې موخه یې د فرد معنوي پالنـه ده؛ ځکـه خـو شریـف ګڼـل کېږې. کله کله د یوه ساده دفاعي غبرګـون پـه بڼـه د پولیسي ـ مقرراتـو پـه توګـه اسـتعمالېږې او د ښـوونکو او والـدینو لـه هوساینې او د درسي ساعتونو له تنظیمه پرته بله موخه نه لـرې. ته نه پوهېږې چې ستا دغه کرغېړن او بې دلیله فشـارونه بـه د ولس د ماشومانو لپاره څومره ناوړه پایلې ولـري. داسـې کسـان ډېر دي چې ښوونځي چلوي او ګومان کوي چې انضباط به له تحمیل او فشار پرته بله مانا نه لري.(دا چې زمـوږ ملایـان او طالبـان ولې دومره خشن او بې رحمه دي، دلیل یې دا دی چې دوی ته هـر ټکـی د وهلـو ټکلو او سپکولو په وسیله ښودل شـوی دی. لـه دې نظـره زمـوږ دینـي مدرسـې اساسي اصلاحاتو ته اړتیا لري. ژباړن.)

۲. د روزنې هغه میتود چې د اول میتود سرچپه دی، بایـد د خلکو د فاسدولو میتود ونوموو؛ ځکه چې په دې میتـود کـې د روزل کېدونکو کسانو غوښتنو ته افراطي توجه او هغـوی تـه د بې حدې مینې اظهار کېږي. باید ووایو چـې دغـه میتـود هـم هماغه عیبونه لري چې لومړی میتود یې لري. دا تر هغـه بهـتر

(c) ketabton.com: The Digital Library

نه دی. څنګه چې پورته مو ورته نغوته وکړه، دغه میتود هم په خپل وار سره په سړي کې د حقارت په رامنځته کولو کې مرسته کوي.

استبدادي چلند او د زياتې ميني لورېينه سره له دې چې ظاهراً سره متضاد ښکاري خو د روزنې له نظره دواړه سره ورته پايلې لري؛ ځکه چې دواړه دغه ګډ عيب لري چې په سړي کې ارتجالي (اتومات او بې له اندېښنې د يوه عمل تر سره کول) او ځانزېږيو (sui-generis) چارو ته پراختيا نه ورکوي. دا به د سړي د ارادې په پراختيا کې چې لـه (autonomie)• څخـه سرچينه اخلي، کوم رول نه لري.

• **auto** په يوناني ژبه د «خپل» يا «ځان» او **nomos** د «قانون» مانا لري او **Autonomy** هغه وړتيا ده چې سړی په خپل سر خپل کارونه وکړای شي، دعمل ازادي ولري او د دې وړتيا ولري چې په غيرعادي حالاتو کې پخپله خپله ستونزه حل کاندي او سمه پرېکړه وکړي.

زما يو دوست د ښوونځيو د نظارت دنده لري. هغه په يوه ښوونځي کې ليدلي وو چې د لومړي ټولګي يوه شاګرد په پټلانه کې ميتيازې کړې وې. ده له ښوونکي پوښتلي و چې تا ولې اجازه ورنه کړه چې تشناب لاړ شي؟ ښوونکي ويلي و: ځکه چې ادارې راته ويلي دي چې شاګردان هسې د تشناب پلمې کوي، اجازه مه ورکوئ. زما دوست وايي ښوونکي بايد د ماشوم په ارواپوهنه وپوهېږي. د اول صنف زده کوونکي تازه د مکتب له چاپېريال سره اشنا کېږي، دوی تر ډېره له دې محيطه ډارېږي او هېڅکله د پلمې چل نه ورځي. دا د لوړو ټولګيو شاګردان دي چې ممکن چل ول وکړي خو د لومړي ټولګي يې نه کوي.

د دغه ښوونکي اوتونومي ضعيفه وه. هغه يوازې د قانون تطبيق ته پام کړی او ځان يې هېر کړی دی. ژباړن

(c) ketabton.com: The Digital Library

په دې دواړو میتودونو کې افـراد د نـورو تـابع او پـر نـورو متکي روزل کېږي؛ ځکه چې په اول میتود کې فـرد لـه عمـل څخه منع کېږي او په دویم میتود کې د هغه پر ځای نور عمـل کوي.

که فرد اجبار ته تابع اوسي او یا بر عکس له دومـره زیـاتې مینې برخمن وي چې ده لا شی نه وي غوښتی خـو نـورو ورتـه چمتو کړی وي یا روزونکي تل هڅه وکړي چې د ده لـه مخـې ان ډېر واړه خنډونه هم لرې کړي نو داسې کس به هـېڅ کلـه د دې فرصت ونه لري چې پخپله پرېکړه وکړي او ځان یو څـوک وګڼي. مثلاً هم د یوې مستبدې مور او هم د هغې مور له خولې چې له خپل اولاد سره بې کچه مینه کوي، تقریباً یو شان امر او نهي اورېدل کېږي: «چې له پوړۍ ونه لوېږې! د پښو مخې تـه دې وګوره! تلوار مه کوه! سر دې له کړکۍ مه وباسه...» د دغو دوو میندو په خبرو کې اختلاف یوازې د هغوی پـه لحـن کـې دی. دغه دوې میندې بالکل په مختلفو نیتونـو خپـل اولاد لـه کړنې منع کوي خو د اولاد له نظره د دغه دایمي نهي حاصل به یو خېل وي او سره ورته پایلې به ولري.

د دې لپاره چې د حقـارت مخنیـوی وشي، د یـادو لارو تـر منځ یوه منځنـۍ لاره جـوړه شـوې ده. دا لاره د هغـو مـادي او

(c) ketabton.com: The Digital Library

ټولنیزو توقعاتو په چوکاټ کې جوړه شوې ده چې هر سړی د هغه تابع دی. **ویني** (Vinet) دغه لاره په استادانه توګه تعریف کړې ده. دی وايي: «سړی باید داسې ورزوو چې د ځان بادار اوسي چې خلکو ته بهتره او زيات خدمت وکړي.»

دا ډېره مهمه مسئله ده؛ ځکه چې د حقارت د مخنیوي په اړه د روزونکي دندې دا دي چې باید وګړي کار کولو ته لېواله کړي، باید ښوونځی په یوه واقعي ټولنیز محیط بدل کاندي او د هر وګړي فردي ځانګړنې په پام کې ونیسي.

کار یعنې هغه فعالیت چې پر یوې مسئلې او پر یوې ستونزې د برلاسی لپاره یې ترسره کوو. دغه مسئله که مادي وي، که فکري د کار موخه هماغه ده. باید داسې لارې چارې ولټول شي چې د انسان پام خپل ځواک او خپل شخصي ارزښت ته واوړي او په پایله کې په هغه کې د برلاسی حس ارضا شي خو په یوه شرط او هغه دا چې کار سړي ته د هغه د ایګو (ego) د ارضا په توګه وروښودل شي. د دې لپاره چې کار دغه صفت پیدا کړي، باید له یوه داسې ژور تمایل سره پیوند شي چې ارضا کول یې د یوې اړتیا په توګه محسوس شي. هله به کار هم په خپل وار سره د یوې اړتیا، اشتها او یا د مړولو د یوې وسیلې په توګه څرګند شي او سړی به خپل ټول وس د دې کار په کولو وکاروي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

دا په دې وجه چې په هغه صميمانه اړيکو کې چې د هر سړي د ايګو او کار تر منځ شته، کار او پوهه يوازې د عمل لوازم دي. پوهه په دې درد لګېږي چې د هغې په مرسته کار په برياليتوب سره ترسره کړو. عمل بل څه نه دی، يوازې د شخصيت او د هغه د عالي غوښتنو اثبات دی. که چېرې سړی دغه اړيکي له منځه يوسي او کار د هغه له حياتي چوکاټه بهر په پام کې ونيسي، يعنې دې ته پام ونه کړي چې کار د سړي د ايګو له غوښتنو سره تړاو لري که نه نو دغه کار به له لاندې پايلو څخه يوه پايله ولري:

يا خو ماشوم به تحميل شوی کار مطلق ګڼي او دا ورته د يوه «قانون» په بڼه ښکارېږي، په پايله کې به حقارت په کې پيدا کيږي.

يا دا چې خپل مقاوم ايګو به ورښيي چې څنګه کار تحقير کړي، ځکه چې دغه کار به ځان ته بې ارزښته ګڼي.

موږ بيا دغه خبره په تکرار سره وايو چې کار به هله ارزښت ولري چې موږ ته دا موقع په لاس راکړي چې خپلې موخې او خپلې غوښتنې ته ورورسيږو. ځکه چې که موږ وشو کولای د کار په مرسته پر محيط باندې خپله برلاسي پراخه کړو نو د

(c) ketabton.com: The Digital Library

لوېښې تنده به مو ماته شي. نو هر وګړی باید د ژوندانه په پیل کې پرهدې وضع خبر او پوه شي.

په پخوا وختونو کې به هر څه د زور، فشار او رټنې په وسیله پر شاګردانو تپل کېدل. پخوانو باور درلود چې ماشومان له کاره بېزاره دي، حال دا چې سړی په ماشومتوب او ژنیتوب کې تر بل هر وخت ډېر کار کوي. ټنبلي ممکن د لویانو طبیعي حالت وي خو موږ ډاډه یو چې ماشومان او زلمکي لټان نه دي.

که چېرې هغو فعالیتونو ته پام وکړو چې انسان یې د ژوند په لومړیو کلونو کې کوي او هغو شیانو ته ځیر شو چې پخپله یې زده کوي (لکه د ژبې زده کول) نو ځان ته به دا حق ورنه کړو چې ماشوم ټنبل وګڼو. هر وګړی خصوصاً د ماشومتوب او ژنیتوب په پړاو کې یو داخلي محرک څواک لري چې دی اړباسي هر څه په خپله ولکه کې راولي. د روزونکي (مور، پلار، ښوونکي او ټولنیز محیط) هنر باید دا وي چې د زده کړې موضوعات له دې څواک سره غاړه غړی کړي. په دې توګه به کار او تعلیم سړي ته داسې ښکاره شي لکه خپلو هیلو ته د رسېدو په شان. سړی به له داسې کار سره مینه ولري. له دې کبله باید له **کلاپارد** (E.Claparede) سره همغږي شو چې وايي: «انسان باید هېڅکله هغه کار ونه کړي چې زړه یې نه غواړي او وار له مخې ورته لېوال شوی نه وي» خو په

(c) ketabton.com: The Digital Library

خواشینۍ سره هغه کسان چې د دې وینـا ژورو تـه یـې پـام نـه دی، دغه وینا یې د یوه وچ فورمول په بڼه اړولې ده. دوی دعـوا کوي چې د روزنې نوی میتود، ماشوم هغه لور ته بیـایي چـې د خپلې خوښې ټول کارونه په کې کولای شي. حال دا چـې دغـه مفهوم د کلاپارد له وینا سره بشپړ توپیر لري. مـوږ وایـو سـړی باید مخکې تر هغې چې یو کار ته لاس پورې کړي، له زړه نـه وغواړي چې ترسره یې کړي. ایا کلـه چـې سـړی خپلـه منلـې دنده د ځان وګڼي او له زړه ورسره مینه ولري، ترسره کول به یې د فعالیت تر ټولو عالي او شریفه بڼه نه وي؟

خو که چېرې هر ډول اجبار او تکلیـف لـه دې ویـرې لـه منځه وباسو چې د حقارت احساس به راویښ کړي او د وړتیـا او توان احساس به راوخوځوي نو باید له ځانـه وپوښـتو چـې د اخلاقي ودې برخلیک به څنګه شي؟ ځکه چې مطلقـه ازادي د انسانانو نه په برخه کېږي. د هر انسان ازادي د نورو انسانانو د ازادۍ په وجه محدودېږي.

انسان باید له ماشومتوب څخه له دې مفهوم سره اشـنا شي او زده یې کړي ځکه چې دغه مفهوم هله ښـه زده کېـږي چـې تجربه شي. دلته د روزنې د محـیط د اجتماعـي کولـو مسـئله راپورته کېږي. هم د انسـان د روزنـې محـیط او هـم د کـار او

(c) ketabton.com: The Digital Library

فعالیت محیط باید اجتماعي وي. په ټولنیز ژوند کې وګړي له یو بل سره مرسته کوي، دا د هغې «درې» یا پانګ حیثیت لري چې د تسلط غوښتنې په مقابله پله کې ایښودل کېږي او نه پرېږدي چې درنه شي. د همدې ټولنیز ژوندانه په وجه، قواعد رامنځته کېږي او د هغو پر اساس له نورو سره د وګړو اړیکې ټاکل کېږي.

زمونږ (لویانو) په نظر به دغه ټولنیزې غوښتنې او محدودوونکي قواعد، د اجبار او فشار حیثیت ولري خو د ماشومانو په سترګو داسې نه ښکاري؛ ځکه چې دا له داسې ځایه نه وضع کېږي چې هغوی ته نا اشنا وي. دا قواعد په مکافات او مجازاتو پورې تړلي معلمانه نفوذ او مقرراتو څخه ډېر لرې دي. نو ماشوم دغه محدودوونکي قواعدو ته د ظلم په سترګه نه ګوري؛ بلکې د یوې طبیعي بلنې په توګه یې مني. دا بلنه له ماشومانو غواړي چې ځانونه دې د ډله ییز ژوند د غوښتنو پر اساس جوړجاړي ته چمتو کړي.

دا ځل به قواعد د هغوی ذهن ته له اشنا خېرې سره لاره کوي نه د وچو کلکو امرونو په بڼه. کله چې قانون او اخلاقي قواعد د انسان له بیړنیو اړتیاو سره پیوند شي او انسان د هغوی له زده کولو سره ژوند کړی وي نو دغه قواعد د سړي د وجود یوه برخه ګرځي او د سلوک له بودې او تنستې سره یې غوټه

(c) ketabton.com: The Digital Library

کېږي. دلته د دې ډول محیط ښــېګڼه جــوتېږي او د روزنــې د پخواني میتود له محیط سره یې توپیر په ښه توګــه لیــدلای شــو. زموږ د ټولنې په روزنیزو محیطونو کې، مثلاً په ښوونځیو کې د شاګرد د غوره والي معیار دا دی چې هغه دې تــر نــورو مخکــې وي. نیتجه دا چې رقابت او سیالي تر اخري بریده مخ ته ځي او دغه محیط د هغو شاګردانو لپاره چې تر نورو لږ استعداد لري، عملاً له زهرو ډک او تقریباً د نه منلو ګرځي. حال دا چې بایــد د ســړي د ســلوک محــور د هغــې ورې ډلــې پــه ګټــه د تــوازن رامنځته کول وي چې دی هم په کې شامل دی. هر څوک بایــد خپله ټوله هڅه د دغې ډلې له ګټو او غوښتنو سره سم وکــاروي او چېرته چې اړتیا یې وي، خپله ګټه ترې ځار کړي. بالکــل د فوټبال د لوبې په څېر چې په هغه کې فــردي ګټــه او غــرور لــه عمومي ګټې او غرور سره یو شان دی. دلته به خبره په دې کــې نه وي چې هر سړی دې بایــد شخصــاً بریــالی شي؛ بلکــې هــر څوک به د خپلې ډلې بری غواړي. هر څوك به د خپــل لیاقــت او ورتیا پر اساس خدمت وکړي. یعنې نور د تسلط غریــزه نــه؛ بلکې د یووالي غریزه مطرح کېږي. نور به یو تر بلــه د مخکــې کېدو خبره، نه؛ بلکې د همکارۍ او متقابلې مرستې خــبره پــه منځ کې وي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ښکاره ده چې په داسې شرایطو کې به ماشـومان او زلمکــي په یو بل باندې ملنډې نه وهي، له یو بل سره به رخـه او کرکـه نه لري، دوی به له یو بـل څخـه نـه وېرېـږي، یـو بـل بـه نـه تحقیروي؛ بلکې په ډېره طبیعي توګه به هڅـه وکـړي چـې پـه خپلو منځو کې تفاهم سره پیدا کړي، یو بل محترم وګڼي او لـه یو بل سره مینه وکړي...

په داسې نظام کې د ځان او ټولنې تر منځ روغه جوړه او یا په ټولیزه توګه په ټولنې پورې د ځان تدریجي نښـلول، د حیـاتي ودې بنسټ جوړوي. انسانان لکـه مـوم نـه دي چـې د بهـرني فشار په اثر، څرنګه چې غواړو، هماغسې یې جوړ کړو؛ بلکې دوی ژوندي دي، غبرګون ښیي او په ګڼو تمایلاتو باندې سمبال دي. اصلاً مسئله دا ده چـې دغـه تمـایلات بایـد سره مـوزون کړو، له هغوی څخه عالي او اصیل بهیرونه جوړ کړو او د اړتیـا په صورت کې یې باید د sublimation * په لوري بوځو.

---

* **sublimation د اروايي سیسـتم یـو دفـاعي میکـانیزم دی چـې سـړی خپـل غریزي او طبیعي غوښتنې په داسې بڼه اړوي چې د ټولنې او کولتور لـه غوښـتنو سره برابره وي. فروید هنر ته په همدې نظر ګوري. هغـه وایـي چـې انسـان خپـل شهواني تمایل د هنر په بڼه وړاندې کوي. د sublimation بـل مثـال دا دی چـې جګړه مار سړی د سپورټ په وسیله خپل خشم سړوي. ژباړن**

(c) ketabton.com: The Digital Library

همدې مفهوم ته په پام سره، روزنې ته د «ژوند» نوم ورکړل شوی دی.

په دې نوي نظام کې د روزونکي نقش نسبتاً ناڅرګند خو تر پخوا ظریف او حساس دی. دلته که روزونکی د روزل کېدونکو کسانو د ژوندانه له ډول سره مبارزه کمه کړي او ځان هغوی ته د حریف په بڼه ونه ښيي نو اکثره شاګردان به یې د لارښوونې مینه وال اوسي. روزونکی باید د لږ استعداد لرونکي شاګردان وپوهوي چې په مېړانې سره د خپل حقارت منل، پخپله لويي ده. د روزونکي دغه زېری هم ګټور او هم له مهربانۍ ډک دی؛ ځکه چې هر رنګه خلک شته: لږ استعداد والا، غښتلي، احمق، پخ، چابک، ارام، بې قراره، فعال او سیل کوونکي، دا ټول په ټولنه کې شته نو ایا کولای شو چې ټول په یوه میتود سره وروزو؟ ښکاره ده چې نه. په همدې دلیل د روزونکي دنده دا ده چې د وګړو تر منځ فردي توپیرونه په پام کې ونیسي. لا هم داسې کسان ډېر دي چې له دې مفهوم سره نه دي اشنا. دوی ګومان کوي چې هر څوک هر کار کولای شي خو په دې شرط چې ویې غواړي. هر کس ته جلا پام کول او د هغه د ځانګړنو په پام کې نیول، د «اندازې پر بنسټ» د روزنې مسئله مطرح کوي. یعنې هر څوك باید د خپل وړتیا او

(c) ketabton.com: The Digital Library

ظرفیت په اندازه وروزل شي؛ ځکــه چــې نــه یــوازې د وګــړو د فکري استعداد له نظره؛ بلکې د هغوی د شخصــیت او ســلوک پر اساس هم باید د روزنې په لارو چارو کې تغییر راولــو. مــثلاً ځینې ماشومان ډېر سخت انضباط او رټنه زغمــلای شي، پرتــه له دې چې وربانديې بد اثر وکــړي. دوی لکــه لښــته د بــاد پــر وړاندې کږېږي خو ماتېږي نه. خو ځینې نور بیــا بیخــي د دې ډلي اپوټه دي چې موږ دغــه مســئله د هغــوی د پېژنــدلو لپــاره مطرح کوو.

موږ نه شــو کــولای لــه ټولــو سره یوشــان چلنــد وکــړو. د حیرانتیا خبره خو دا ده چې د وګړو د بدن په اړه هر څــه راتــه د منلو وړ دي. مثلاً د دې لپاره چې د یوه زلمکي مــلا کــړوپــه نــه شي، ټول په دې باور دي چې د کــار مېــز یــې بایــد ټیــټ وي. هېچا ته داسې بوټونه نه ورپه پښو کوو چې په پښو کې یې تنګ وي؛ ځکه چې د تګ پر وخت به یې پښه وخــوږوي. خــو کلــه چې د مغزو او د عقلي عاطفي مســئلو خــبره کېــږي، هېڅــوک اعتراض نه کوي. هر څوك ګومان کوي، د روزنې هره لاره چــې غوره کــړي، د ټولــو وګــړو لــه حــال سره بــه مناســبه وي خــو متاسفانه ښایي د هېچا لپاره به مناسبه نه وي. د خلکو په نــزد، څومره چې بــدني او ظــاهري ځــانګړنې مطــرح دي، د اروایــي

(c) ketabton.com: The Digital Library

توپیرونو مسئله هـومره نـه ده مطـرح. گـواکي د يـو چـا د اروا ځورول د هغه د بدن د ځورووني په اندازه خراب کار نه دی.

روزونکی باید دا هڅه ونه کړي چـې تـول وګـړي پـه يـوه قالب کې وروزي، ټول په يوه تله کـې وتـلي او د هغـوی پـه اړه حکم وکړي. د روزونکي وظیفه خورا نازکه ده. که چیـرې دی لازم مهارت ونه لري نو ډیرې بې عـدالتۍ بـه ځنـې وشي. پـه ورځني ټولنیز ژوند کې هم تل همدا تېروتنه تکرارېږي چې لـه مختلفو استعدادونو څخه د یو خېل او د یوې اندازې کـار تمـه کېږي. ایا دا خورا لویه بې عدالتي نه ده؟

له دې خبرو دې پایلې ته رسیږو چې د حقارت د مخنیـوي لپاره باید د وګـړو د ودې اسـاسي پړاونـو یعنـې ماشـومتوب او ژنيتوب ته ډېر پام وکړو. ښکاره ده چې سړی په دې پړاونو کـې لومړی په کورني چاپیریال کې او وروسته د اوږدې مودې لپاره د ښوونځي په محیط کې روزل کېږي. پـه دغـو دواړو محیطونـو کې تر ټولو مهمه دنده روزنه ده نو د حقـارت د مخنیـوي لپـاره اول ګام د روزونکو روزنه ده. روزونکی که مور یا پلار وي، کـه ښوونکی او یا د کورنۍ سرپرست، باید وپوهېږي چې تـول د ده په شان نه دي، په انسانانو کې بېلابېلې روحيې شته. روزونکی باید زده کړي چې ځان د ماشوم او یا زلمکـي د عمـر پـه کچـه

(c) ketabton.com: The Digital Library

برابر کړي، په هغه کې د يوه مشاور يا ملګري په حيث نفوذ وکړي، نه د حريف په څېر. دی بايد د خپل تفاهم، پوهې، مهرباني او ښېګڼې پر اساس د روزل کېدونکي کس په نظر لوی او بر ښکاره شي؛ نه د هغې وېرې پر اساس چې د هغه په زړه کې يې وراچولې ده.

په دې توګه روزونکی هغه ارزښتناکه بېلګه ده چې وګړي تقويه کوي او مخ په بره يې بيايي، نه هغه مستبد انسان چې خلک سپکوي، تحقيروي او خوار وي يې. د وګړو روزنه بايد هېڅکله د هغوی له خوارولو او شرمولو سره مله نه وي.

ب. د حقارت د غوټې چاره او درملنه:

کله چې په سړي کې حقارت رامنځته شي او هغه وځوروي نوچاره يې څه ده؟ څه بايد وکړو چې هغه د حقارت له شره وژغورو؟

اول دا چې حقارت که په هره بڼه څرګند شي، بايد ځان پرې ناګاره واچوو او پر ناروغ غالمغال ونه کړو. دې کې شک نشته چې په ځينو مواردو کې به رټنه د حقارت د ځينو هغو تظاهراتو په بندولو کاميابېږي چې د ځپلو وړ وي خو دا يوازې د ناروغۍ نخښې له منځه وړي، د ناروغۍ پر ريښو باندې اثر نه کوي. د دې درملنې عيب دا دی چې خلک ګومان کوي د

(c) ketabton.com: The Digital Library

ناروغ رنځ رغېدلی دی؛ حال دا چې د هغه رنځ داسې دی لکه په ایرو کې پټې سکروټې. دغه کړنې خصوصاً د ماشومانو او زلمکو ستونزې لا پسې سختوي.

نو باید پر هغو کسانو چې له حقارته ځورېږي، ملنډې ونه وهو، ويې نه رټو او غالمغال پرې ونه کړو. دا خبره هم باید هېره نه کړو چې د دې رنګه وګړو د سلوک ډېره برخه د غبرګون بڼه لري او په غیر ارادي او لاشعوري توګه ترسره کېږي. که چېرې د دغو کسانو سلوک په ځیر وڅېړو نو وبه ګورو چې سلوک د هغوی رنځ بیانوي، بیا به مو دې ته پام شي چې اکثره هغه وګړي چې د خپل سلوک په وجه راته د کرکې وړ ښکارېدل، تر دې وروسته به ورسره مینه وکړو او له زړه به يې خبر شو. بیا به پوهېږو چې دوی ځکه بدمرغي دي چې د ډېرو نورو په څېر یا خو د ارثي حوادثو ښکار شوي دي او یا محیطي پرېشانیو دې حال ته رسولي دي.

د دې پر ځای چې له حقارته ځورېدونکي کسان ورټو او ورسره ناسم چلند وکړو، باید ويې هڅوو او ډاډ ورکړو. مهمه دا ده چې باید د ټولو ممکنه وسایلو په مرسته په دوی کې پر ځان باور پیدا کړو؛ ځکه چې دوی دغه باور له لاسه ورکړی دی. وروسته به دوی د پرمختګ او کامیابۍ پر لارې سم شي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

انسان که هر څومره خوار قسمته وي، يو وړوکی استعداد خو به خامخا لري. موږ بايد د همدې استعداد پر اساس په هغه کې پر ځان باور راژوندی کړو. ښوونکي او روزونکي بايد خپل ټول هنر پر دې لاره وکاروي چې په وګړي کې دغه سپرغۍ پيدا او له هغې څخه د ده د ښېګڼې په ګټه کار واخلي.•

د دې کتاب ليکوال توانېدلی چې د مېندو، پلرونو او ښوونکو په مرسته خپل ځينې ناروغان د حقارت له احساسه وژغوري او د هغوی په حالت کې پاموړ بدلون راولي. مثلاً: يو زلمکی و چې د حقارت د يوه نسبتاً ژور احساس له امله يې په تحصيلي چاپېريال کې په تدريجي توګه د ګوښه توب لاره نيولې وه. هغه له هرڅه په تېښته کې و. د يوې ژورې مطالعې پر اساس د ده ښوونکو ته لارښوونه وشوه چې په ټولګي کې دې ننداره ييزې (نمايشي) ډلې جوړې شي او له ده دې په کې کار واخيستل شي. هغه ژر د خپلې ډلې او وروسته د نورو هغو نوښت په خپل لاس کې ونيو. په دې مورد کې بری د هغه په ذهن کې داسې انعکاس وموند چې اروايي حالت يې اساساً

• زه داسې کسان پېژنم چې په ښوونځي کې به چندان لايقه نه وو خو پوهنتون ته چې ولاړل بيخي بدل شول او هر يوه په خپل مسلك کې ښه پرمختګ وکړ. ګومان کوم زموږ ښوونکو به د دوی استعدادونه نه وو کشف کړي. ژباړن

(c) ketabton.com: The Digital Library

وربدل کړ. دی د کال په پای کې په تکړه شاگردانو کې حساب شو. په دې توگه د حقارت له رنځه خلاص شو.

حقارت اغلباً دایمي او د ژورو ریښو ناروغي نه وي، بلکې یوازې د یوه خپل (پلار، ښوونکی یا اشنا) په لاس په سړي کې لمسول کیږي. په دې حالت کې د محیط بدلول ضروري بریښي. لکه له کورنۍ چاپېریاله لرې کېدل یا د تحصیلي محیط بدلول. له دې بدلانه سره به د حقارت لرونکي سړي حال تر تصور پورته ښه شي.

په هر حال مهمه خبره دا ده چې ځوان او کم عمره نسل باید له دوستۍ او مینې سره مخ شي. مینه هغه توده زانگو ده چې طبیعت غوښتي دي، انسان د خپل عمر لومړني کلونه پکې تېر کړي. کشران د مشرانو په مقابل کې ځانونه کمزوري گڼي. مینه کول د کمزورۍ د دې احساس طبیعي «پانگ» دی. مینه هغه لوی بند دی چې د حقارت د سیلاب په مخ کې یې تړلی شو. هر وگړی د دې لپاره خلق شوی دی چې مخصوصاً په ماشومتوب کې ورسره مینه وشي او دی هم مینه وکړي. مینه کول له ټولنیز نظره د ځان د موجودیت تثبیتول دي. مینه کول یعنې د ځان لپاره د نورو په منځ کې ځای موندنه، یعنې ځان په بل پورې نښلول. د ماشومانو او زلمکو په اړه دا تصور کولای

(c) ketabton.com: The Digital Library

شو چې د هغوی لپاره مینه کول یوازینۍ وسیله ده چې دوی لـه لویانو سره برابروي؛ ځکه چې د هغو دوو کسانو تر منځ چې یو پر بل ګران دي، د لویوالي او بروالي مسئله په منځ کـې نـه وي. حتی برعکس له دې دوو لوریو هر یو غواړي چې بل تـر ځـان مخکې کـړي. دا د مینـې معجـزه ده چـې د رخـې اور وژني او سړی داسې مقام ته رسوي چې د بل د نېکمرغۍ په جنت کـې چکر ووهي او داسې خوند ځنې واخلي لکه نېکمرغـي چـې د ده خپله وي.

له انسان سره په تېره بیا د هغه د کوچنیوالي پر مهـال مینـه نه کول، دا مانا لري چې هغه له ځانـه وشـړو او د ژوندانـه پـه دوزخ کې یې واچوو، داسې دوزخ چـې پـه کـې د یـوې شـېبې تېرول هم ځوروونکي وي؛ ځکه چې هلته انسان هـره شـېبه د حقارت له شکنجې سره مخ وي.

دا چې د روزنې او درملنې د الفبې لومړی توری مینه ده نو د دې لپاره چې له یـوه نـاروغ سره، سره لـه دې چـې هغـه بـه عیبونه او تېروتنې لري، مینه وکړای شو، باید هغه درک کړو او باید د تفاهم د رامنځته کولو لپاره هغه وپېژنو.

د دې نورو کړښو موخه د تحـولي میکـانیزمونو پېژندنـه ده چې تر ډېره په نظري توګه او د الفرد ادلر له ځانګړي لیـدلوري

(c) ketabton.com: The Digital Library

د یوې «اروازېږي psychogenic»* نظريې څرنګوالی په کې
بیان شوی دی.

---

* **psychogenic** هغو ښکارندو ته ویل کېږي چې کوم فیزیکي یا بدني لامل ورته نه وي موندل شوی. له پخوا څخه د اعصابو ناروغۍ په دوو ډلو وېشل شوې دي: عصبي او عقلي. هغو ناروغیو ته چې بدني لامل یې جوت و، عصبي ناروغۍ او هغو ته چې واضح بدني علت یې نه و معلوم، عقلي ناروغۍ ویل شوي وو. مثلاً میرګي ځکه عصبي ناروغي بلل کېږي چې علت یې د ماغزو په برقي سیستم کې ګډوډي ده او شیزوفرین ته ځکه د عقلي ناروغۍ نوم ورکړ شوی و چې بدني علت ورته نه و موندل شوی. خو اوس د اکثرو عقلي ناروغیو بدني عوامل کشف شوي دي. په دې حساب **psychogenic** هغه ښکارندې دي چې موږ یې فیزیکي لامل نه دی کشف کړي، دا خبره سمه نه ده چې دغه ښکارندې به بدني علت نه لري. ژباړن

(c) ketabton.com: The Digital Library

دویم څپرکی

۵. د بروالي (superiority) او حقارت

په اړه د ادلر نظریه

مخکې مو وویل چې الفرد ادلر په اول سر کې د فروید همکار، هم نظر او هم باوره و خو وروسته یې د فروید له جزمي ارواڅېړنې (psychoanalysis) څخه ځان بېل کړ او خپله ځانګړې نظریه یې رامنځته کړه.

د ادلر په نظر «هغه څه چې موږ یې له ځانه سره نړۍ ته راوړو، ډېر اهمیت نه لري، مهمه دا ده چې په هغه باندې څه کوو او پر کومه لار یې کاروو» دا هغه موخه ده چې انسان یې په شعوري یا ناشعوري توګه تعقیبوي. د انسان د سلوک جزییات یوازې هله څرګندېږي چې د هغه ټولیز تمایل ښکاره شي.

هر ژوندي ساری د ژوندانه داسې سلیقه او سبک لري چې موخه یې لږ یا ډېر تفوق یا بروالي(superiority) ته رسېدل وي. دغه هدف د حقارت په اساسي احساس پورې تړلی وي. د وګړي کامیابۍ او ماتې او د هغه د تعادل ښه او بد د ژوندانه د دې سبک په توافق یا نه توافق پورې تړلي دي او ورسره د فرد او ټولنې تر منځ د شته منطقي او حاکمو قواعدو تابع هم دي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د ارواپوهنې اساسي مفاهيمو ته په پام سره، د ادلر د اروازېږي (psychogenic) دوکتورينو لنډيز په دې توګه بيانولای شو.

د هر چا ايګو (ego)• د ناتوانۍ او د حقارت له احساسه سرچينه اخلي او پراختيا مومي.

• د فرويد له نظره د انسان اروايي سازمان درې برخې لري: .id, ego, superego دغه درېواړه اصطلاحات لاتيني دي. id يعنې «هغه يا دی»، ego يعنې «زه» او superego يعنې «بر زه». ايډ لاشعوري ماهيت لري او د انسان غريزي چارې رانغاړي. غريزې انسان ته له پخوانو نسلونو په ميراث پاتې کېږي. لوږه، تنده او شهوت د غريزې مثالونه دي. ايډ په بل شي پسې نه ګرځي يوازې د غريزو ارضا کول غواړي. دا د خوند په لټه کې وي او له دردوونکو څېزونو څخه تېښته کوي. ايګو د غريزي غوښتنو د ارضا کولو لپاره بهرنۍ نړۍ په پام کې نيسي. که شرايط ورته مساعد وو، نو ارضا کوي به يې او که نه وو، دغه غوښتنې به پر شا تمبوي. سوپر ايګو بيا د انسان غوښتنو ته د اخلاقو له نظره ګوري. که يې غوښتنې په اخلاقي لحاظ مناسبې وې نو د پوره کولو اجازه به يې ورکوي او که انسان داسې يو کار وکړي چې د اخلاقو له نظره سپك کار وي، نو superego به په سړي که د شرم او خجالت احساس پيدا کوي. ايګو د id ، superego او د بهرنۍ نړۍ د واقعيتونو تر منځ انډول ساتي. استاد اسدالله غضنفر په يوه مقاله کې دغه اصطلاحات خورا اسانه کړي دي. ده، id نفس، ego عقل او superego وجدان بللی دی. نفس هر څه غواړي په حلال و حرام او په ښه و بد پسې يې نه ګرځي. ايګو يا عقل بيا دې ته ګوري چې ايا دغه کار زما په ګټه دی که په تاوان خو superego يا وجدان دې ته پام کوي چې دغه کار ته تړولنه، مذهب، قانون او اخلاق په کومه سترګه ګوري. ساده مثال يې دا

(c) ketabton.com: The Digital Library

د وګړي په اروايي وضع کې د انفعالاتو بدلونونه بېلابېل احساسات رامنځته کوي چې د ژوندانه له پيله د هغه په وجود کې ځای نيسي. موږ د دې احساساتو مختلفې درجې په دې جمله کې بيانوو:

«زه ځورېږم نو شته يم. زه خپل ايګو نه شم بدلولای نو زه حقير يم.»

د حقارت احساس د واقعي ناتوانۍ او په ماشومتوب کې د نه تجربې په وجه اجباراً په ذهن کې پيدا کېږي. بيا د ودې په بهير کې، که سړی واقعي بدني يا اروايي نيمګړتيا ولري يا له نورو سره د اړيکو په تامينولو کې له ستونزو سره مخ شي نو حقارت به يې لا پياوړی شي او غوټه به ځنې جوړه شي.

په حقيقت کې دغه ټول احساسات نسبي دي. داسې هم کېدای شي چې په ځينو مواردو کې د بروالي احساس په سړي کې د ناکراری حالت رامنځته کړي او د حقارت په سرچينې

دی چې نفس وږی دی، ډوډۍ غواړي. ته پيسې نه لرې چې ډوډۍ واخلې خو نفس درته وايي چې غلا وکړه. عقل درته وايي که په غلا باندې ګير شې نو بندي به شې، مه يې کوه. وجدان هم درته وايي غلا مه کوه ځکه چې د بل د حق خوړل ښه کار نه دی. دلته وينو چې عقل او وجدان دواړه سړی له غلا منع کوي خو د دواړو هدفونه يو نه دی. عقل دې د بند له ډاره نه پرېږدي چې غلا وکړې او که داسې امکان برابر وي چې په اسانۍ سره غلا وکړې او ګير نه شې نو بيا دې نه منع کوي. خو وجدان په هر حالت کې د غلا اجازه نه درکوي. ژباړن

(c) ketabton.com: The Digital Library

بدل شي. مثلاً داسې يوه ځانګړتيا چې په هغه باندې سړی خپل ځان ته ممتاز ښکاره شي خو ټولنه به يې نه مني. ټولنه به دغه ځانګړتيا بې لاريتوب وګڼي. دلته بايد د ماشوم د هغې اړتيا يادونه وکړو چې د تبعيت پالنې او کانفارميزم• په اړه يې لري. له ماشوم سره دغه انديښنه وي چې بايد دی د نورو په څېر اوسي.

له نورو سره د ځان پرتلنه د «حقيرېدلو» (inferiorization) بله سرچينه ده. مسئله په دې مورد کې هم نسبي ده: خلك څرګند بروالی ستايي او په اسانۍ سره يې مني خو برعکس که بروالی دومره زيات نه وي او سړی احساس کړي چې د ځينو اړخونو له پلوه بل ته نږدې دی نو داسې بروالی به په هغه کې د مبارزې او د حقارت نور مشتقات رامنځته کوي. (دی به د څرګند بروالي په لټه کېږي. ژباړن)

دلته بايد يادونه وکړو چې هغه پرتلنه چې يو موجود يې د ځان په ګټه يا تاوان ترسره کوي، په هم مهاله توګه هم د ده له ذهنه او هم د ده له انفعالي pulsion څخه راټوکېږي.

•کانفراميزم Conformism هغه پروسه ده چې سړی هڅه کوي د نورو غوندې شي. سړی د خپلې ټولنې د باورونو، اقدارو او قوانينو په منلو او خپلولو سره ځان د ټولنې د نورو غړو په څېر جوړوي. ژباړن

(c) ketabton.com: The Digital Library

په داسې حالت کې هر لامل چې لومړني تـاثرات فعـالوي، لکه د تجربې نیمګړتیا او د ذهن کمزورتیا، سړی دې ته هڅوي چې ځان د ذهن او عمل له نظره له نورو سره پرتله کـړي. دغـه پرتلنه د حقارت د لومړني احساس په تقویه کولو کې اغېزنـاک رول لوبوي.

پـــه دې توګـــه ویـــلای شـــو چـــې د وګـــړي د ســـلوک د psychogenesis بنســـټ د خونـــدیتوب (security) اســـاسي اړتیا ده. که چېرې دغه اړتیا پوره نه شي نو د ایګو یا شـعور لـه راټوکیدو سره سم د ناتوانی او وروسته د حقارت احساس راپیدا کېږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

٦. حقارت او د ژوندانه سبک

حقارت د خپل کيفيت د درجې او هغو بېلښتونو (مشتقاتو) پر اساس چې له هغې څخه د تجربې له لارې لاس ته راځي، د سړي د ژوندانه نقشه ټاکي.

په دې چوکاټ کې کولای شو درې اساسي ميکانيزمونـه او وروسـته د ژوندانـه درې سـبکونه پـه گوتـه کـړو. دغـه درې ميکانيزمونه دا دي:

ـ د طبيعي جبران ميکانيزم

ـ د تېښتې او ناکامۍ ميکانيزم

ـ د خيالي جبران ميکانيزم

١. طبيعي يا نارمل جبران: طبيعي جـبران د اسـاسي بيولوژيکي پروسې پر بنسټ ولاړ او د اروايي محورونـو واقعـي ټاکونکی دی. دغه ښکارنده په دې توگه توجيه کولای شو:

د ځان ساتنې غريزه د بدني نيمگړتيا لرونکي دې ته اړ باسي چې ځان له نورو سره سيال کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ادلر د ګڼو بدني نیمګړتیاوو په اړه تر څېړنـې وروسـته، دې پايلې ته رسېدلی چې په ټولیزه توګه د مرکـزي اعصـابو سیسـتم هم له وده ییز او یا سلوکي جبران سره مل وي.

ادلر دا مني چې پر حقارت د غلبـې لپـاره د مغـزو شـدید فعالیت او یا «ماغزه ییز جبران» ته اړتیا شـته. لـه دې څخـه دا نتیجه راباسي چې نیمګړی غړی په سړي کې یو پـراخ اروایـي جوړښت رامنځته کوي. په دې توګه د سړي نیمګړی غـړی بـه تر هر وخت زیاته وړتیا وښيي، ان تر هغه هم زیاته چې په خپل خورا تطابقي (conformation) حالت کې یې ښییلای شي.

د ادلر په نظر مثلاً په هاضمه سیستم کې نیمګړتیا، کولای شي خورا لوی ګـډ اروایـي ظرفیـت رامنځتـه کـړي چـې ګـڼ سیستمونه فعالوي خو په دې مجموعي ظرفیت کې د هاضمې د سیستم د نیمګړتیا اروايي مخبنا پر نورو هغو مقدم دی؛ ځکـه چې د جبران د پیل ټکی هماغلتـه دی. پـه همـدې وجـه نـورې اروايي غوټې د هغې خوا ته راڅکول کېږي. په دې مـورد کـې به هر شی چې له هاضمې یا له خوړو سره تړاو لري، ځـانګړی «ارزښت» یا انعکاس ولري. پـه داسـې کسـانو کـې د تغـذیې غریزه تر هر څه وړاندې ده. په دې توګـه بـه پـه سـړي کـې د تغذيې غریزه او یا د هغې پـایلې د «خېټپـالنې» یـا «مالپـالنې»

(c) ketabton.com: The Digital Library

(حرص) په بنه لومړیتوب ولـري او پـه اروایـي زمینـه کـې بـه ممکن د خپل موقف د ساتنې په څېر پایلې ولري.

د جبران میکانیزمونه د هر غړي لپاره په همـدې بنـه کـار کوي نو دغه پروسه چې د بېلګې پـه توګـه وړانـدې شـوه، پـه سرې کې د «اروایي محورونو» پر استقرار باندې ختمیږي چـې د یـو یـا څـو «نیمګـړو» غـړو زیاتـه تـابع وي. دغـه «اروایـي محورونه» د سړي په اروایوهنـه کـې څرګنـدیږي او د هغـه پـه خوب او خیال، د کسب او مسلک په انتخاب او په هر څه کې راښکاره کیږي.

نیمګړی غړی منظم تمرینونه کوي او چې پر ستونزو بریالی شو، دغه فعالیت یې له خوند او خوښـی سره جبرانیـږي. ادلـر باور لري چې بدن او اروا له یو بـل سره پـوره پـوره تـړلې دي او بېلېدا یې نشته، ان تر دې چې یوه خیالي نیمګړتیا لکـه «چـپ بر لاسي» • یا د سرو ویښتانو لرل هم په جبران لاس پورې کوي، حال دا چې دا کومه واقعي نیمګړتیا نه ده.

• عصبي رګونه چې له مغزو راوځي او په ټول بدن کې خپریږي په یوه ځای کـې سره تېر بېر کیږي یانې د مغزو د چپې نیم کرې رګونه د بدن ښي طرف ته ځـي او د ښی نیم کرې رګونه د بدن چپ طرف ته. په اکثرو انسانانو کـې (۹۵٪) د مغـزو چپه نیم کره برلاسې ده. په همدې وجه اکثر وګړي عمـده کارونـه پـه خپـل ښـي لاس باندې کوي. په ځینو کسانو کې خبره سرچپه وي، د دوی د مغزو ښـی نـیم

(c) ketabton.com: The Digital Library

ارواييي محورونه د سړي د ټولو کړنو په لاربنود بدلېږي.

واقعي حقارت د يوه متناسب جبران او د «قطبي کېدو» يا polarization د رامنځته کېدو سبب ګرځي چې د اروازېږيو قانونونو تابع دي. همدارنګه خيالي حقارت او هغه حقارت به چې د نورو د سلوك او عقيدې په اثر رامنځته کېږي، همدارنګ تظاهرات ولري.

خو داسې ښکاري چې ادلر او د هغه پليوني به، څنګه چې لازمه وه، پر دوو اساسي شرطونو ټينګار نه وي کړی. حقارت که واقعي وي که خيالي د دې لپاره چې داسې جبران رامنځته کړي چې انسان د لاښه تطابق پر لاره سيخ کړي نو دغو شرطونو ته اړتيا لري:

لومړی دا چې حقارت بايد «جبرانېدونکی» compensable وي يعنې له ټاکلي بريده نه وي اوښتی. په بله وينا حقارت بايد د هڅوونکي اغزي په بڼه وي؛ نه د واقعي خنډ په بڼه.

کره پر چپې هغې برلاسې وي نو د دوی چپ لاس غښتلی وي او اکثر کارونه به په چپ لاس باندې کوي. ځينې مېندې پلرونه خپل چپ لاسي ماشومان مجبوروي چې مثلاً ليکل په ښي لاس باندې وکړي خو دا کار سم نه دی. دا کومه نيمګړتيا نه ده. د نړۍ ډېرې وتلې خبرې لکه مهاتما ګاندي، چارلي چاپلين، انشتين او د امريکا ځينې ولسمشران لکه کينيدي، مشر بوش او اوباما هم چپ لاسي دي. ژباړن

(c) ketabton.com: The Digital Library

دويم دا چې سـړی د بـدن او اروا لــه پلـوه، لــه هغـه څـه ورهاخوا چې له حقارت سره نېغ په نېغه رابطه لري، بايد داسې سرچينې ولري چې د جبران هلې ځلې سمبال کړای شي.

نارمل جبران له خپلو ټولو پايلو سره ټاکلې بريدونه لري چې دغه بريدونه د حقارت د درجې او د سړي د مقدوراتو تابع دي.

۲. تېښته او نهيلي: «لــه واقعيــت څخــه تېښــته» او د نهيلۍ ميکانيزم هله فعالېږي چې نارمل جـبران ناشـونی وي او يا لاره يې پر مخ تړلې وي. په دې حالت کې سړی ځان ناتوانۍ او ماتې ته سپارې، پر ځان باندې شك کـوي، احسـاس کـوي چې انرژي او جرات يې کم دي، همدا دی چې لــه پرلــه پســې ماتو سره مخ کېږي. په داسې مـواردو کـې د ژوندانـه طـرز لــه مسووليت څخه د تېښتې او په ناخبره (لاشعوري) توگه لــه هــر ډول هڅې څخه د ډډه کولو پر بنا ولاړ وي. دغه غمجن تحـول کرار کرار د وگړي د خلاقو فعاليتونو حـوزه ورتنگـوي او هغـه داسې دردوونکي حالت ته رسوي چـې لــه رنـگ رنـگ متقــابلو غبرگونونو سره مل وي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۳. خيالي يا بيلبنتي (اشتقاقي) جبران: په ځينو مواردو کې د دې پر ځای چې نهيلي او تېښته پر سړي بره شي، يا خو سړی د خيالي جبران لاره نيسي او يا هغه صفتونه چې په نورو کې شته او په ده کې نشته، حقير او بې ارزښته ګڼي او يا پرته له ځنډه به داسې خوندونو ته مخه کوي چې د يوې مودې لپاره به يې له ذهنه د ستونزو فکر وباسي.

په ټولنه کې اوسېدل، پر سړي باندې متقابل محدوديتونه لګوي، د سړي د لويي غوښتنې بېړنۍ موخې پکې ترلاسه کېږي او سړی له نورو سره همکارۍ او مرستې ته اړ باسي. له بلې خوا دا ډول ژوند د اوسېدو يوازينۍ بڼه ده چې سړی به په کې خوندي وي. په دې توګه د حقارت او ناتوانۍ د دردونو تر ټنګ مرهم هم ايښودل شوی دی او هغه له ټولنيزې ډلې سره په بشپړه توګه پيوستون دی.

د ادلر په نظر له ډلې سره پيوستون يا توحيد په هر روغ بنيادم کې د «ټولنيز ژوند» له غريزې څخه سرچينه اخلي. دا غريزه سړی اړ باسي چې مينه وکړي، نور ومني او له نورو سره مرسته وکړي. کله کله دغه غريزه د physiogenic «بدنزېږي» لاملونو او يا د سړي د لومړنيو تجربو پر اساس يو څه غښتلې وي. هله چې دا غريزه غښتلې وي، سړی اړ باسي چې خپل «خونديتوب» له ټولنې سره په يوځای کېدو کې

(c) ketabton.com: The Digital Library

وګوري. په داسې شرایطو کې به سړی هر هغه څه په خپله خوښه ومني چې ټولنه یې د اخلاقي الزام او تکلف په ډول له هغه څخه غواړي.

کله چې دا غریزه کمزورې وي، ټولنیز جوړجاړی له ستونزې سره مخ کېږي. دلته سړی د دې لپاره چې هغه تکالیف چې ټولنه ورباندې تحمیلوي، ومني؛ ځینو هڅو ته اړتیا لري. که دغه هڅې مخ په کمېدو وي نو ټولنیز ژوند ته تمایل به یې نه پراخېږي، بلکې سړی به له ماتې سره مخ کېږي او حقارت به په کې قوي کېږي.

ټولنیزې ډلې ته ننوتل، که دا ډله لویه وي یا وړه، له ځینو ستونزو سره مل وي. د ادلر د «خوندیتوب» مفهوم د دې ستونزو شننه اسانوي.

د دې لپاره چې سړی د ځان په باب ډاډه شي، باید دا محسوس کړي چې د ډلې (کورنۍ، ټولګی، ښوونځی، ټولنیزې، حرفه یي، او سیاسي ډلې) له خوا پرته له کوم قید او شرطه منل شوی دی.

همدومره چې دا محسوس شي چې ډله حقیر یا نااجتماعي کس له ځانه شړي او بې ارزښت یې ګڼي، په سړي کې د ناتوانۍ او حقارت احساس غښتلی کېږي. دلته «ناخوندیتوب»

(c) ketabton.com: The Digital Library

شدید وي او په سرړي کې له ټولنې سره د پیوستون او د ارزښت مونډنې شدیده اړتیا رامنځته کېږي خو که سړی نارمل وي، په دې حالت کې خپل مسوولیتونه او خپلې دندې په بشپړه توګه مني او د هغوی د سرته رسولو لپاره جوتې هلې ځلې کوي. په دې توګه سړی د خپل اطاعت او هلو ځلو په مرسته ځان په ټولنه مني. نو انسان باید تر یوه بریده د خپلې ټاکلې دندې په ترسره کولو او له همکارۍ څخه په خوند اخیستلو سره دغه بدني تطابق ترلاسه کړي. له بلې خوا همکاري په یوازې سر د لوېینې د احتیاج د پوره کولو لپاره بس نه وي. په همدې وجه په سړي کې د «مضاعف جبران» او «له واقعیت څخه د تېښتې» غبرګونونه رابرسېره کېږي، دغه غبرګونونه د سړي صفات بې ارزښته کوي. هغه باید دلته د ګټورو هڅو په مرسته د حقارت د ډېرېدونکې احساس پر وړاندې مبارزه وکړي او خپل لومړني موقعیت ته ورستون شي.

نو کولای شو د هغه کس پر وړاندې چې غواړي د محدودو وسایلو په مرسته ځان له ټولنې سره ونښلوي، د ټولنې د غړو د سلوك اهمیت ښه درك کړو. په دې توګه هغه لومړنۍ تجربې چې سړی یې له نورو سره له اړیکو څخه ترلاسه کوي، پرېکندې دي او له دې نظره د روزنې نقش خورا مهم دی. ځکه چې د روزنې ځینې کړنې او ځینې تېروتنې په منظم ډول

(c) ketabton.com: The Digital Library

ماشوم حقیروي او هغه د ژوند له خوندونو او د همکارۍ له دندې څخه بې برخې کوي. دا مسئله کولای شي چې د اوږدې مودې لپاره له ټولنې سره د فرد نښلېدل له ستونزې سره مخ کړي.

په هره توګه روزنه تل ستونزمن کار دی. روزونکي هم د بنـي ادمانو په حیث دا دعوا نه شي کولای چې خپل حقارت یې په بشپړه توګه شنډ کړی دی. دا ځکه چې د عمر په اوږدو کې له ټولنې سره همګام کېدل، یو تقریبي کار دی. نو دا تصور کولای شو چې په لویانو کې هم له ټولنې سره پیوستون په بشپړه توګه نه ترسره کیږي.

موږ مخکې ولیدل چې واقعي بروالی تل د نورو له خوا منل کیږي؛ په داسې حال کې چې مصنوعي بروالی او د وګړو تر منځ کوچني توپیرونه په یو ډول حقیرولو ختمیږي چې سترګې وربانـدې نه شي پټېدای، دا د نااجتماعي غبرګونونو منبع ګرځي. ماشوم له لویه سره له ټولنې سره مطابقت نه وي موندلی نو که ماشوم له داسې یوه لوی سره مخ شي چې هغه هم دغه مطابقت نه وي حاصل کړی او له دې نظره ماشوم ته ورته وي، نو ماشوم له دې مقایسې څخه حقارت احساسوي خو له خپل حقارته چندانې سترګې نه پټوي. برعکس څومره چې د دغه

(c) ketabton.com: The Digital Library

لوی کس بروالی برسېرن وي او د هغـه د شخصـيت پـر واقعـي تعادل او واقعي صفاتو ولاړ نـه وي، نـو هماغـومره بـه د خپـل بروالي کلکه دفاع کوي.*

* په کابل طبي پوهنتون کې زموږ ځينو استادانو لـه محصـلانو سره ډېـر نـاوړه چلند کاوه. ځينو به يې هېڅکله چا ته پوره نمره نه ورکوله، ويـل بـه يـې: «کـه محصل ته سل نمرې ورکړم نو ځان تـه بـه څـو ورکـوم؟» جالبـه دا ده چـې هغـه استادان چې واقعاً پوه وو، له محصلانو سره به يې سلوك هم ښه و. هغـه اسـتادان به چې د پـوهې پـه لحـاظ لـه محصـلانو چنـدان فـرق نـه درلـود، د اسـتبداد او ډيکتاتورۍ په زور به يې خپل بروالی ثابتاوه. موږ بيا له ځانه د يوه مرض نوم جوړ کړی و، موږ به ويل چې دغـه اسـتادان پـه PDS (personality deficiency syndrome) يا د شخصيت د فقدان په ناروغۍ اخته دي. ژباړن

(c) ketabton.com: The Digital Library

د حقارت دوران او پرله پسې والی:

د دغو څرګندونو پر اساس ویلای شو چې روزنه په اسانۍ سره په کشمکش او شخړه اوښتلای شي. په دې کشمکش کې روزونکی د ځان د ډاډه کولو لپاره ماشوم تحقیروي او ماشوم د دې «تحقیرېدو» پر وړاندې غبرګون ښیي. په پایله کې د مشر د نفوذ او هغه ته د درناوۍ انګېزه کمزورې کېږي. د روزنې په داسې چاپېریال کې د ماشوم دفاعي او جبراني غبرګونونه پخپله په اتومات ډول کار کوي او د ماشوم د خوی په بوده او تنسته کې تار ځغلوي. کله چې دغه ماشوم لوی شو نو تر ځان کم عمرو کسانو سره ورته ناقص چلند کوي. دا د سلوك هماغه ډول دی چې د ده په تحقیرولو کې یې لاس درلود خو پخپله دی وربانده نه دی خبر.

ټولنیز ژوند سرې ته د ناتوانۍ او حقارت د احساساتو پر وړاندې تسل ورکولای شي خو په دې شرط چې وګړي یو بل ته لاس ورکړي. داسې تحول د لاسنیوي د موخو بدلول غواړي. مانا دا چې په ټولنه کې باید هر وګړی پخپله خپل ځان د خپلو هم نوعو د توحیدولو مسوول وګڼي؛ نه دا چې د لنډ مهالو موخو لپاره دې سره همکاري وکړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د دې ډول چلند لپاره دغو ټکو ته اړتيا شته:

لومړی: سړی دې د بل له موزون او تطبيقي فعاليت څخه هماغه خوند واخلي؛ لکه له خپل فعاليته چې يې اخلي.

دويم: سړی دې د نورو د بريو او ناکاميو په مسووليت کې ځان شريك وګڼي.

دريیم: سړی بايد دا ومني چې د ده په بريو او ناکاميو کې نور کسان هم شريك دي. مانا دا چې سړی يوازې پخپله د خپلو تېروتنو مسوول نه دی او د ده کاميابۍ هم ټوله يوازې په ده پورې اړه نه لري. په دې توګه سړی دا دنده لري چې له نورو مرسته وغواړي او يا د بل مرسته ومني. همدارنګه دی وظيفه لري چې له خپل وس سره سم له نورو سره مرسته وکړي.

څلورم: سړی بايد دا ومني چې د خدمتونو تبادله بايد په ټولو برخو کې دوام ولري، دغه خدمتونه يو د بل تابع دي او بايد د هېچا په زيان نه وي.

خو په دې کې هم شك نشته چې له بده مرغه دغه هيله په اروايي او بيولوژيکي لحاظ په ټولو وګړو کې يو شان نه ده. دغه نابرابري له پيله تناسب له منځه وړي او د خدمتونو د تبادلې شونتيا کموي او بې لارې کوي يې. د دې لپاره چې توله برابره شي، ځينې کسان بايد د اوږدې مودې لپاره نورو ته څه ورکړي، پرته له دې چې څه ورنه واخلي. هغه چې څه ترلاسه

(c) ketabton.com: The Digital Library

کوي، باید بې له ځنډه ځان ژمن وګڼي او باید د تر لاسه شـوي څه په اندازه، په تولید او تعاون لاس پورې کړي.

ځینې وخت هغه کسان چې یو څه لري او د ټولو انسـانانو په خبر له «ناخوندیتوب» څخه ځـورېږي، هڅـه کـوي چـې د خپلو شتو په خپلولو او له خپلو حقونو څخه په ګټې اخیسـتنې سره ځان خوندي او ډاډه کړي. خو هغـه کسـان چـې تـر دوی خوار او حقیر دي، غواړي داسې څه ترلاسـه کـړي چـې خپـل حقارت ورباندې کم کړي. د دغو هڅو پایله مبارزه ده. هغـوی چې ښه ژوند لري، هله مرسته کـوي چـې د هغـوی بـروالی او مشرتوب ومنل شي. خواران د هغې مرستې په تناسـب چـې لــه شتمنو څخه یې ترلاسه کوي، د هغوی بروالی مني.

په دې توګه غښتلي کسان د هغه وېـرې پـه وجـه چـې لــه کمزوري کېدو څخه یې لري، له نورو سره په پـوره ډول مرسـته نه کوي او هغه کمزوري کسان چې ګومان کوي هېڅکله یـې هغسې چې ښایي «ارزښت» نـه دی مونـدلی، د sublimation په لټه کې وي؛ ځکه چې دوی له خپل حقارته ډېر ځورېږي او د نورو بروالی بې له شرطه مني. د دواړو د چلند په پایله کې په یوه ټاکلي چوکـاټ کـې یـو ډول تطـابق رامنځتـه کېـږي چـې

(c) ketabton.com: The Digital Library

بریدونه به یې د همدغو غښتلو او کمـزورو کسـانو د چلنـد د ځانګړتیاوو له خوا ټاکل کېږي.

د روزنې په برخه کې دغه نسبي تطابق د انفعالي تبادلاتو په بڼه څرګندېږي. غښتلي یعنې مور او پلار له خپلو اولادونـو سره مینې لري او دا مني چې د خپل وس په اندازه به له هغـوی سره هر ډول مرسته وکړي او خپل سر او مال تر اولاد ځار کړي خو د دې قربانۍ په بدل کې له اولاد څخه غواړي چې د اطاعـت، لېوالتیا، قدروونۍ او یا پرمختګ په بڼـه د دوی حـق ادا کـړي. ماشوم په خپل وار سره د غښتلو (مور او پـلار) لـه خـوا جـوړ شوی قانون، په اسانۍ سره مني؛ ځکه چې دغـه اطاعـت لـه هغه سره د مور او پلار د مینې ضمانت کوي خـو لـه بـل پلـوه ماشوم دغه مینه په خاصه توګه هله محسوسوي چـې هغـه تـه امتیاز ورکړل شي او ځان ورته «ارزښتمن» ښکاره شي.

مور او پلار وایي: «خبره ومنه او پرمختګ وکړه چـې مینـه درسره وکړو.» ماشوم وایي: «تسلیم شه، بخښـنه وکـړه او ومـې ستایه چې ستا مینه محسوس کړم.» د دغه دوه اړخیز مقاومت حاصل داسې جوړ جاړی دی چې په هغه کې به مور او پلار تر هغې چې ماشوم یې خبره مني او پرمختګ کوي، هغه ته امتیاز ورکوي، هغه بخښي او په ارزښـت ورتـه قـایلېږي. پـه داسـې

(c) ketabton.com: The Digital Library

شرایطو کې ماشوم د مور او پلار خبره مني او څومره چې ورسره بې عوضه مینه وشي، هماغومره به په لېوالتیا سره هڅه کوي.

البته په بېلو مواردو کې د دغو چلنـدونو د انـدازې ټاکـل دومره نازك او مشکل کار دی چې داسې خلك به په ډېر ندرت سره ومومو چې په کړنو کې یـې هـېڅ ډول بې نظمـي نـه وي او روزنه یې له هره پلوه کامله او کامیابه وي.

نو د ډېرو خلکو لپاره له ټولنې سره د پیوستون لاره له اغـزو ډکه ده. که چېرې دغه پیوستون په تقریبي ډول تـر سره شي نـو پایله به یې یوازې نسبي خونـدیتوب وي. دغـه حالـت چـې د هڅو، تمو او پرمختګونو په وجه رامنځته کېږي، باید همداسې وساتل شي. کله چـې سـړی ځـان لـه بـل سره پرتلـه کـوي او حقارت ورته پیدا کېږي، باید له دې حالته ګام وړاندې کېږدي او لا پرمخ ولاړ شي. ټولنیز ژوند هم سړی اړ باسي چې تل ځان ډاډه کړي. څنګه چـې سـړی پـه دې لاره کـې هـر وخـت نـه کامیابېږي؛ یعنې سړی نه شي کولای چې ځان ته نـوي عینـي صفتونه جوړ کړي نو د هغه په ژوند کې به د حقارت بېلښتونه لږ لږ راپیدا کېږي. ممکن دغه بېلښتونه د وګړي د خوی د یوه صفت په توګه رابرسېره شي او ډېر اهمیت ونـه لـري خـو کلـه کله د سلوك د یوه واقعي اختلال (ګډوډي) بڼه خپلوي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۷. ځان ارزونه auto estimation
یا خپل ارزښت پخپله ټاکل

مخکې تر دې چې د دغو چلندونو ډولونه وڅیړو؛ باید وپوهیږو چې انسان د خپل ارزښت له درك کولو پرته، ژوند نه شي کولای.* هر څوك پخپله خپل ارزښت ټاکي. د ادلر په نظر د دې کار موخه دا ده چې سړی ځان بر وګڼي او له حقارت څخه وتېښتي. په بله وینا بني ادم د خپل ارزښت له تصور سره ژوند کوي او تل داسې چلند کوي چې خپل ارزښت له هر تاوانه خوندي وساتي. انسان هر وخت چې ممکن وي، په مختلفو ډولونو خپل ارزښت ښيي او له حقیرو موقعیتونو څخه په ډډه

* د یوه اردو ژبي لیکوال د سفرنامې په سریزه کې لیکل شوي وو: «کله چې سړي ته معلومیږي چې نور نو ارزښت نه لري، یا سفر کوي یا ځان وژني. دواړه کارونه یو خیل دي خو فرق یې په دې کې دی چې پس له ځانوژنې سړی سفرنامه نه لیکي.» ګومان کوم چې له دندې څخه استعفا به هم همدا وجه ولري. که سړی ځان ته په ډېر ارزښت قایل وي خو په خپل مقام کې یې داسې کارونه نه وي کړي چې خپل ارزښت ورباندې ثابت کړي نو دا به غوره ګڼي چې استعفا ورکړي. البته استعفا د ریښتیا ویلو په څېر مېړانه غواړي، هر څوك یې نه شي کولای. ژباړن

(c) ketabton.com: The Digital Library

کولو سره خپل ارزښت لا پیاوړی کوي. دغه تمایل له نورو سره د مرستې او د ګټورو کړنو پر ضد دی او که لـه مـاتې سره مـخ شي ــ چې غالباً همداسې کېږي ــ سړی له کاره لوېږي.

خو دغه ځان ارزونه ډېر نوسانونه لري چې سـړی د هغـوی مخه نه شي نیولای. د دې نوسان لاملونه دا دي:

۱. فیزیولوژیك لاملونه لکه ستړیا، هیجان، هغـه نـاروغۍ چې سړی اړ باسي چې په خپلـو محـدودیتونو خـبر شي او پـه پایله کې د ناخوندیتوب په سیند کې لاهو شي.

۲. اقتصادي لاملونه لکه فقر، مفلسي او بې کاري.

۳. ټولنیز لاملونه لکه ټولنیز موقعیـت، کسـب او دنـده، د لږکیو مسئله او نور.

۴. هغه لاملونه چې د اوضاع له نوي کېدو سره تړاو لـري، لکه بل محیط ته ورتلل، نوي مسوولیتونه، لـه سـړي ځخـه د مشرانو ډېره تمه او نور.

۵. د شخصي او مستقیمو تجربو لاملونه، لکه پـه فکـري، انفعالي او حرفه یي برخو کې ماتې او بري.

که دغه لاملونه مثبت خوا ته تغییر وکړي نـو سـړی خپـل ارزښت پورته ګڼي او که منفي خوا تـه وخـوځېږي نـو د سـړي ارزښت هم ورسره ټیټېږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

بني ادم د لاملونو دغه تغيير ته د هغـو ګڼـو غبرګونونـو پـه مرسته ځواب وايي چې د ارزښت د لوړولو (که ټيټ شوی وي) او يا د خپل ارزښـت سـاتنې تـه (کـه چېـرې لـوړ شـوی وي) ځانګړي شوي دي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۸. د غبرګونونو ډلبندي

I. مختلف غبرګونونه

کله چې د سړي ارزښت چې پخپله يې ځان ته ټاکلی دی، ټيټيږي، يو لړ غبرګونونه رامنځته کيږي. د دې ډول غبرګونونو مطالعه تر نورو هغو جالبه ده. ډولونه يې دا دي:

۱. د ناسازه سلوک سمونه

کله چې سړی په خپلو ماتو او محدوديتونو خبرېږي نو د دې لپاره چې د خپل کار حاصل زيات کړي او يا د ځان د حقير ګڼلو لامل له منځه يوسي، له داسې وسايلو کار اخلي چې د معمولو اخلاقو په لحاظ منل شوي دي، لکه لا ډېره هڅه، سلا و مشوره، همکاري او نور. د دې ډول چلند مانا دا ده چې سړی خپل مسووليت مني، د ستونزې ريښه په خپل ځان کې ويني او د ستونزې حل ورته په خپله هڅه کې ښکاري. دا يو سم غبرګون دی او د پوخوالي او تعادل نخښه ده خو بيا هم ممکن د شنني او تجزيې په ترځ کې څرګنده شي چې دا ډول چلند سطحي دی. يعنې دلته سړی د فرعي مسألو

(c) ketabton.com: The Digital Library

پر سمولو او یا له هغې سره پر مبارزې تکیه کوي او د مسألې بېخ ته (د حقارت درك کول) له رسېدو ډډه کوي.

۲. په نورو هدفونو پسې تلل:

کله چې سړی نه شي کولای خپل ارزښت چې پخپله یې ځان ته ټاکلی دی، وساتي؛ کېدای شي خپله لاره بدله کړي او هغه لاره غوره کړي چې د ځان پر وړاندې کوم خنډ پکې نه ویني. په دې توګه څومره چې پخوا له حقارت څخه کړېدلی وي، هماغومره هڅه کوي چې په دې نوې لاره کې ځان بر وښيي.

که څه هم دا ډول مخ اړول یو لوی تولنیز یا شخصیتي characterial ارزښت زېږوي خو د دې غبرګونونو ګڼوالی د حقارت ډېروالی ښيي. مانا دا چې که سړی له یوې ډېرې وړې ستونزې سره هم مخ شي نو د ماتې له وېرې به له هڅې څخه مخ اړوي. یو کار به پرېږدي، بل به پیلوي او زرګونو نورو مسایلو ته به مخه کوي. نو یو کار به هم سر ته نه رسوي او ځان به هم له دې څخه معاف کړي چې پر خپلې ناتوانۍ خبر شي. دا چلند ممکن د یوې واقعي ناتوانۍ نښه وي او یا د هغه ارزښت لوړوالی وښيي چې سړی یې خپل ځان ته ټاکي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۳. د سملاسي کاميابيو پر اساس جبرانول:

داسې بريښي چې ځينې وګړي به دا ډول غبرګون ته وار لـه مخې چمتو وي. دا وګړي اکثراً هغه کسان دي چـې پـه ټولنـو کې د ژوندکولو احساس په کـې کمـزوری دی او يـا د هغـوی اروايي وده هسې نه ده چې له خپل ماشوموزمه چلند څخه دې لرې شوي وي او يـا پـه mental debility (عقـلي کمـزوري) اخته دي. له بل پلوه د روزنې ځينې ستونزې او ترخـې تجربـې په اسانۍ سره سړی دې ډول غبرګون ته هڅوي.

څومره چې سړی د نورو د غبرګون او د خپلو ماتو په وجه د شرم احساس کوي، هماغومره زياتره اړتيـا محسوسـوي چـې د خپل ارزښت کچه لوړه بوځي خو له بلې خوا دغه ارزښت ټيټ دی نو دی د خپل چلند د سموونې لپاره ځان لا نالايقه ګڼي.

دغه د انرژۍ نيمګړې خوځونـه او ورسره نهـيلي او پـه شـا تګ، سړی مجبوروي چې په بېړنيو بريو پسې ورشي. دغه بېړني بري د غوسې د تشولو (زياړې، غوسه، ناوړه چلند، وهل) او يـا د تسل ورکوونکي خوند لټونې په بڼه څرګندېدای شي.

تسل ورکوونکو خوندونو ته پناه وړل به دغه کړنې او پـايلې ولري:

(c) ketabton.com: The Digital Library

الف- له دردوونکي واقعیت سره د سړي د مخامخېدو مخه نیسي.

ب- په سړي کې یو ډول د توانایۍ احساس پیدا کېږي.

ج- برى غالباً په داسې تحریك ختمېږي چې د سړي د «ځان ارزونې» کچه لوړوي.

د- بري موندنه، ممکن د غچ اخیستنې له احساس سره او د ناکرارۍ له منځته راتلو سره مله شي، په دې توګه به د غوسې تشوونې او د خوند موندنې لپاره په شاتګ سره ونغاړي.

په لوبانو کې د الکولو څښل، د مخدره توکو استعمال، جنسي خوند او بالاخره اکثره لوبې، تفریح او هیجان غالباً هغه غبرګونونه دي چې د «ځان ارزونې» د کچې په راټیټېدو سره رامنځته کېږي. په دې حالت کې ماشومان په خپټپالنې، غلا، تفریح او استمنا لاس پورې کوي.

مخصوصاً الکول او مخدره مواد ځکه خطرناك دي چې سړی د یو څو روپو په لګولو ځان ته جبراني شور او هیجان جوړوي او دردوونکي واقعیتونه هېروي.

دغه ډول جبراني کړنې چې سړي ته د ټولنې له خوا برابرېږي، د هغه پر راتلونکي تعادل ناوړې اغېزې کوي. هغه کس چې دا ډول جبران ته غاړه ږدي، تېروتنه کوي او پخپله دغه کار او یا د هغه پایله په سړي کې حقارت لا پسې ټینګوي

(c) ketabton.com: The Digital Library

او د جبران اړتیا پکې لا زیاتوي. بالاخره «خبیثه کړی» رامنځته کېږي چې اغلباً د مخدره توکو د کاروونې په وجه او د بېلابېلو تدریجي راپرځېدلو په وجه لېونتوب (جنون) رامنځته کېږي.

البته ټولې هغه چارې چې د جبران په موخه ترسره کېږي، شدیدې نه وي یعنې تل داسې نه کېږي چې سړی دې د ماتې په وجه غریزو ته پناه یوسي.

کله چې سړی نهیلی شي نو یا خو خپله لاره بدلوي او د ځان لپاره په نورو کې اعتماد، علاقه او ارزښت رامنځته کوي. او یا تر ځان کمزورو او د محیط له وګړو سره استبدادي چلند کوي.

هغه څوك چې حقارت لري، د دې لپاره چې د نورو پام او ستاینه ځان ته راواړوي او یا د دې لپاره چې پر نورو خپل تسلط وتپي نو غالباً یا واقعیت بل خېل ښیي یا د واقعیت په باب اغراق کوي او یا یې پټوي.

۴. خیالي جبران:

کېدای شي جبران کاملاً د خیال پلو بڼه ولري. په دې حالت کې سړی د خوب و خیال دنیا ته پناه وړي او ځان ته د مضاعف جبران په برخه کې رول ورکوي. د جالبو شیانو

(c) ketabton.com: The Digital Library

لوستل، د نندارو او ښکلاوو نړۍ او یا هغو چارو ته پناه وړل چې تولیدي ارزښت نه لري، د خیالي جبرانونو حکم لري. د کلکسیونونو راټولول او په تجمل پسې ګرځېدل، هغه چارې دي چې تولیدي ارزښت نه لري. دا ډول جبران هله د اندیښنې سبب ګرځي چې د ژوند له واقعیت سره د سړي په تطابق کې خنډ رامنځته کړي. دا هغه وخت دی چې سړی خپل سلوك ته د تېروتنې په سترګه ګوري، په نتیجه کې حقارت پکې لا زیاتېږي او ورسره د جبران اړتیا هم د زیاتېدو لاره نیسي.

که چېرې د دغه سړي فکري نظام ګډوډ وي نو د خیالبافۍ جبران کېدای شي په هغه کې د «خیالبافۍ لېونتوب» او صحنه جوړوونه رامنځته کړي.

۵. د تمې زیاتېدنه

دا ډول غبرګون په هغو کسانو کې څرګندېږي چې په کورنۍ کې تل نازولي وي او نورو ورته ډېر پام کړی وي. څنګه چې دغو کسانو هېڅ کله پخپله څه نه وي رامنځته کړي او په دې روږدي وي چې تل له تیارو نعمتونو خوند واخلي نو یوازې هله ځان ورته ارزښتمن ښکاري چې نور خلك ورسره مینه وکړي یا دا چې نور ورته غاړه کېږدي. دلته سړی له دغې مینې او پاملرنې سره له حده زیاته لېوالتیا ښیي، تر هغې وروسته که ډېره لږه نا پامي هم ورته وشي، دوی د خپل ارزښت کچه ټیټه

(c) ketabton.com: The Digital Library

انګېري او د ارزښت موندنې شدیده اړتیا پکې راپیدا کېږي. د دې وضعې پایله، تمه، بدګوماني او نازك طبیعتي ده چې کله کله د «نیوروز neurosis» په ناروغۍ بدلېږي.

٦. جبراني بد ویل

د دې لپاره چې سړی خپله د ځان ارزونې کچه لوړه کړي، کولای شي چې نور بې ارزښته کړي. په دې توګه به پر خپل بروالي او لویوالي د سړي باور لا ټینګ شي.

٧. د رنځ د احساس نوي کول (تجدید)

که سړی ونه کړای شي د یوه حقیر موقعیت په وجه ورپیدا شوی هیجان له منځه یوسي او مجبور وي چې بدمرغۍ او نامهربانۍ وزغمي، خصوصاً کله چې دی د خپل ارزښت د لوړولو لپاره بله هېڅ وسیله نه لري نو دغه هیجان به په پرله پسې توګه بیا بیا احساسوي. دغه حالت په سړي کې له نورو سره د دښمنۍ غبرګون راپاروي.

٨. په حقارت کې مینه او خواخوږي

کله چې سړی د خپل ارزښت له کموالي څخه ځورېږي نو هڅه کوي، له داسې کسانو سره ناسته ولاړه وکړي چې د ده په څېر د حقارت له هماغه ډوله ځورېږي. غالباً لیدل کېږي چې داسې ډلې منځ ته راځي چې غړي یې په بد مرغۍ، ماتې،

(c) ketabton.com: The Digital Library

مجازات او یا په جبرانوونکي «پر شا تگ» regression کې سره شریك او هم احساسه دي. د دغـو ډلـو پـه منځـتـه راتـگ او ټینگښـت کـې د متقابـل پېژنـدگلوي یـا identification میکانیزم نغـښتی دی. په پایله کې د دغـو ډلـو هـر یـو غـړی خپله ډله تسکینوي. څنگه چې سړی ځان په یوې ډلـې پـورې تړلی گڼي نو خپلې پرېشانۍ تـه د یـو ډول طبقـاتي یـا ډلـه ییـز اخـتلاف رنـگ ورکـوي، پـه دې توگـه تـر یـوه بریـده خپـل خوندیتوب تامینوي. د دغو وگړو لـه خولـو څخـه غالبـاً دغـه خبرې اورېدل کېږي:

«که شتمن وای... که ژبې وای... که نـازولی زوی وای...، که زندان ته نه وای تللی...، که مې بل نـوم لـرلای ... نـو لـه دغې پېښې سره به نه مخ کېدم.»

هغه وگړي چې د ارزښت د کموالي په لحاظ له یـو بـل سره ورته دي، همدا چې ځان ته ورته کسانویني د خپل ژوند ناوړه شرایط ورته لا خراب ښکاري خو د هغوی په ډله کې په گډېدو سره ځـان تسـکینوي او لـه هغـوی سره خواخـوږي او مرسـته کوي.

۹. له ټولنې څخه تېښته

ماتې او خوارۍ په اسـانۍ سره د سـړي د معـاشرت کـړۍ تنگولای شي. سـړی لـه دې وېـرې چـې بیـا بـه هماغـه رنـځ

(c) ketabton.com: The Digital Library

احساس کړي، خپل نقش پرېږدي، خپله وظیفه خوشې کوي، د وظیفو له منلو څخه تېښته کوي او لــه نـورو سره لــه رابطــې څخه مخ اړوي. که چېرې دغه حالت شــدید وي کېــدای شي چې سړی له ټولو څخه وتښتي او لــه هــر ډول عــاطفي اړیــکې څخه ډډه وکړي. نــاروغي تــه پنــاه وړل، د نــاروغۍ د علایمــو تشدیدول او د ښه والي د نخښو بې ارزښته گڼل، له نورو سره له اړیکې څخه یو ډول تېښته بلل کېږي. ځکه چې ناروغي ســړی له کاره معافوي، دندې او مسوولیتونه یــې لــه منځــه وړي او د دې سبب گرځي چې نور یې درناوی وکړي او خیال یې وساتي.

۱۰. لاشعوري اعتراض

کله کله ځینې خلك د خپل سلوك په مرسته د هغــه نقــش له منلو څخه سرغړوي چې ژوند یا د نورو ارادې وربانديې تــپلی دی. دغــه نقــش ورتــه کــوچنی او محــدود ښــکاریږي. دغــه اعتراض کېدای شي په شعوري توگه د منظم چار چلند پــه بڼــه تر سره شي او موخه یې د تپل شوي نقش څنــگ تــه وهــل او د خپلې خوښې نقش ترلاسه کول وي.

خو که د سړي نقش د خوشی کولو نــه وي او یــا یــې ردول ورته غیراخلاقي وبرېښي او که د ده د خوښې نقــش د عقــل او

(c) ketabton.com: The Digital Library

عمومي اخلاقو له نظره نامناسب وي نو د دې نقش پر وړانـدې اعتراض په لاشعوري ډول ښکاره کېږي.

داسې اعتراض به دوه ډولـه مـرضي نخښـې ولـري: ځینـې نخښې د سړي له خبرتیـا پرتـه پـه هغـه کـې د تقلیـد حالـت رامنځته کوي. دی هغه نقش تقلیدوي چـې د لرلـو هیلـه یـې لري. ځینې نورې نخښې چې په اول سر کې چندانې جوتې نه وي، بیا د ناغېړۍ (کارشکني) حالت رامنځتـه کـوي. پـه دې حالت کې سړی له خپل تپل شوي نقش سره ناغېړي کوي.

د مرضي نخښو دغه دواړې ډلې سره یوځـای وي خـو کلـه کله یـوه ډلـه پـه ښـکاره ډول قـوي وي. د معمولـو لاشـعوري اعتراضونو دغه ډولونه د پام وړ دي:

الف- په جنسي چارو پورې تړلي اعتراضونه: مثلاً په نجونو او ښځو کې د خپلو جنسي شرایطو د منلو پر وړاندې اعـتراض او په نارینتوب حالت باندې تظـاهر. د دې اعـتراض پایلـه بـه دا کېږي چې دغه ښځې او نجـونې بـه زیـاتره ښـځینه چلندونـه پرېږدي او په خپـل سـلوك کـې د نـارینوو ذوق کـاروي. د دې اعتراض نښانې د ښځو او نجونو پـه لوبـو، د خـبرې کولـو پـه طرز، د جامې اغوسـتلو پـه طـرز، د شـغل پـه غـوراوي او پـه جنسي نقش کې ښکاره کېږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ب- په عمر پورې تړلي اعتراضونه: مثلاً ځینې ژټي احساسوي چې له لویانو سره د ورته کېدو اړتیا لري (په کالیو، چار چلند، د خبرې کولو په طرز او د لویانو د خبرو په نه منلو کې) ځینې مشران بیا د زړبودن د نښانو له منلو ډډه کوي او نه غواړي چې خپل چار چلند له خپل عمر سره سم کړي.

ج- په ټولنیزو شرایطو، طبقاتي او په لړکیو او نژادي مسایلو پورې اړوند اعتراضونه: په دې ډول اعتراضونو کې سړی د داسې نښانو په لټه کې وي چې د هغوی په مرسته ځان په بلې ډلې یا بل چاپېریال پورې متعلق وښیي. دغه نښانې په کالي اغوستلو، خبرې کولو، ذوق او سلیقې، ټولنیزو اړیکو او نورو شیانو کې څرگندېږي. له بلې خوا سړی په دې حالت کې هڅه کوي، له خپل لومړني محیط څخه بیخي ځان گوښی کړي او هغه ټولې نخښې چې ممکن د ده تېر محیط ور په یاد کړي، له منځه یوسي.*

* زموږ ځینې هزاره وطنوالو چې یو څه موده یې په ایران کې تېره کړې ده، اوس یې خپله شیرینه هزاره گي لهجه پرې ایښې ده. د دوی کالي، فېشن، خبرې اترې او هرڅه ایراني شوي دي. دا ځکه چې دوی ځان حقیر او ایرانیان بر گڼي خو کله چې سړی هزاره گي سندرې اوري، نو پوهېږي چې د دوی خپله لهجه څومره خوږه ده. همدارنگه هغه سپین ږیري چې سر او ږیره توروي د خپل عمر پر وړاندې اعتراض کوي. ژباړن

(c) ketabton.com: The Digital Library

د- هغه اعتراضونه چې په فکري کارونو او کسب پورې تړلي دي: په دې حالت کې سړی لږ و ډېر په لاشعوري ډول د يوه فکري يا کسبي کارګر د نقش ځينې ځانګړنې خپلوي. مثلاً نرس به ممکن د ډاکټر نقش ولوبوي، يو مستخدم د رييس رول تمثيل کړي او يو معمولي سرتېری ممکن ځان د يوه لوی قوماندان په شان هيبتناك وښيي. په ټوليز ډول دا د هر هغه چا حالت دی چې خپله پښه له خپل ټغره غځوي او د خپلو امکاناتو تر دايرې د پورته نقش پېښې کوي. په خپه کوونکي شغل کې ناغېړي او د هغه د نه منلو لپاره پلمې جوړول، پخپله يو ډول اعتراض ګڼل کېږي. په همدې توګه هغه څوك چې غواړي تر خپل کار په يوه بل مهم او لوړ کار کې ګوتې ووهي او د هغه په باب خپل نظر څرګند کړي، د دې اعتراض ښکارندويي کوي. لکه د مطبعې کارګر چې د يوه ليکوال سبك ورسموي.

هر څوك کولای شي تر خپل نقش پورته نقش ومومي او يا له داسې کس سره مخ شي چې تر خپل اصلي نقش پورته نقش لوبوي. د لاشعوري اعتراض دغه رنګ رنګ ډولونه د فکري چارو په ټولو لړيو او د شغل په ټولو درجو کې او غالباً په ارزښتمنو خلکو کې تر سترګو کېږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

هـ- د محدودیتونو او مسوولیتونو پر وړاندې اعتراض: وګړي له داسې مسوولیتونو او دندو سره ژوند کوي چې ظاهراً یې منلي دي او د هغوی په اړه له بحث څخه ډډه کوي خو بیا هم د هغوی په ځینو کړنو کې څرګندېږي چې پر ځان د تپل شویو محدودیتونو پر مسئلې سترګې نه شي پټولای. مثلاً د کورنیو یا حرفه یې مسوولیتونو او یا د احساسي ازادۍ او یا جنسي- ازادۍ په برخه کې.

په پای کې تر ټولو وروستی غبرګون چې کولای شو د ځان ارزونې د کچې د ساتلو او تثبیتولو په وسایلو کې یې وشمېرو، «ځان وژنه» ده.

ادلر داسې ګڼي چې ځان وژنه له درېو توکو رغېدلې ده:

۱- ځان ته د نورو پام راجلبول، لانجه جوړل، ځان مېړنی ښودل، شکایت کول.

۲- پښېمانی ته د نورو یا حتی د ټولنې هڅول.

۳- له ستونزو څخه تېښته.

کولای شو چې پر دغو درېو توکو څلورم دا هم ورزیات کړو او هغه په یو مخیز ډول پر خپل ارزښت باندې شک کول دي. سړی تر دې چې له داسې حقارت سره ژوند وکړي، دا غوره ګڼي چې له ژونده لاس ومینځي. یعنې سړی غواړي، له

(c) ketabton.com: The Digital Library

ځان وژني سره خپل ارزښت تر هغه څه پورته وښيي چې د ژوند کيفياتو ورته ټاکلی دی. دی د ژوند هغه شرايط نه مني چې د ځان ارزوونې له مطلوبې کچې سره يې سمون نه لري. ځان وژني او په دې توګه يې واقعي شخصيت خوندي پاتې کېږي.

دلته بايد يادونه وکړم چې په هغو کسانو کې چې په شديدو اروايي ناروغيو اخته دي، ځان وژنه له بل ميکانيزمه سرچينه اخلي. مثلاً ناروغ له داسې حالاتو څخه تېښتي چې له يوه «دروني حس» Cenesthesia څخه راټوکيدلي دي.

II. د ځان ارزوونې د کچې بې ثباتي

هغه ټکی چې د څلورم توکي په نامه ياد شو، د ادلر په ارواپوهنه کې مهم ځای لري. دا ځکه چې د ځان ارزوونې اخري موخه د لومړني حقارت، د احساساتو او د ژوند په اوږدو کې د حقيروونکو يا لوړوونکو حوادثو تابع ده. همدارنګه د هغو وړتياوو او نه وړتياوو تابع هم ده چې د ودې په بهير کې په سرې کې رامنځته کېږي. په بله وينا دغه اخري موخه د درجې او شکل په لحاظ بدلېږي او د ژوند په ډېرو لږو پېرونو کې نسبتاً ثابت پاتېږي. دغه اخري موخه چې په ماشومانو کې په *egocentric او لنډ نظري (کوته بينانه) ډول وي، لږ لږ

---

* egocentrism معمولاً په ماشومانو کې ليدل کېږي او داسې حالت دی چې ماشوم ګومان کوي ټول خلک د ده په شان فکر کوي. که دی وږی وي، ګومان

(c) ketabton.com: The Digital Library

پراختیا مومي او په ژړېتوب کې مطلقه بڼه خپلـوي. وروسـته د ځوانی، ودې او بشپړېدو په پېر کــې نسـبي بڼـه غـوره کـوي. بالاخره په زړبودن کې یعنې هغه مهال چې پـه سـړي کــې بــې پروايي او سر پسې نه ګرځول پيدا کېږي، مخ پر ځوړ روانېږي.

نو انسان تل د خپل عمر او تجربو پر بنا هغـه غوښـتنې او تمې چې له ځانه يې لري، له نورو يې نه لري.

د ځان ارزوونې د کچـې نوسـانونه پـه واقعيـت کــې د دې اخري موخې تابع دي او پخپله دغه موخـه پـه خپـل وار سره د سړي د اروايي ودې او د هغه د تجربو د سالم نظام تابع ده.

اوس کولای شو چې د ځان ارزوونې بې ثباتي تعريف کړو:

کله چې سړی په خپله ځان ارزوونه کې له داسې واقعيتونو سره مخ شي چې خپل ارزښت يې نوساني کـړي او دی ونـه شي

کوي چې ته به هم ورې يې. که ده چېرته خـواږه ليـدلي وي، ګومـان کـوي ټولـو خلکو به ليدلي وي. ماشوم په دې حالت کې اصلاً دا تصور نـه شي کـولای چـې نور خلك به نورې مفکورې او نور باورونه ولري. دی د بل ماشـوم تـوپ اخـلي او فکر کوي بل ماشوم به هم توپ ته په همدې نظر ګوري، داسې فکر نه کوي چـې هغه به خپه شي. دغه ماشومان کله کله ځان تر کمپلې لاندې پټوي، هغوی چې پخپله نور نه ويني، نو ګومان کوي چې نور به هم دوی نه شي ليدلای.

هغه خلك چې په ايډيالوژيو ولاړ دي، په دې لحاظ ماشومانو تـه ورتـه دي، دوی هم فکر کوي چې خپله مفکوره يې سمه ده او ټول خلـك بايـد د ده غونـدې وي. ژباړن

(c) ketabton.com: The Digital Library

کړای دغه نوسان د بهترې همکارۍ یا د سالمو جبرانونو په مرسته له منځه یوسي نو د ارزښت بې ثباتي په کې رامنځته کېږي. کله چې دغه بې ثباتي تر حد زیاته شي نو بیا په سړي کې د نیوروز مرضي کړنې د غیر واقعي جبرانونو او خیالي برلاسي غوښتنې په بڼه راپیدا کېږي. دغه غبرګونونه چې له اخلاقو او واقعیت سره مطابقت نه لري، د سړي د ځان ارزوونې کچه لا ټیټوي او د خپلو کړنو په لومه کې یې راګیروي.

نیوروز هله راڅرګندېږي چې دغه غبرګونونه چې د سړي له کنټروله وتلي دي، د هغه د ژوندانه په کړنلارې بدلېږي او د وسواس او پارونې (impulsion) بڼه غوره کوي.

III. په اروايي ناروغانو کې د حقارت میکانیزمونه

د وګړو د چار چلند د ګډوډیو میکانیزم باید په حقیرولو او د هغه په بېلبښتونو کې ولټوو.

نیوروز او سایکوز Neurosis and Psychosis

په نیوروز اخته کسانو کې د سلوك ګډودي هغومره زیاته نه ده چې د دوی ټول اروايي نظام ویجاړ کړي؛ ځکه چې په هغوی کې فکر او تعقل لا د نظم په راوستلو باندې کار کوي. په دې مانا چې دوی د خپل سلوك په ګډوډۍ خبر وي او هم

(c) ketabton.com: The Digital Library

په خپلو هغو ناکامو هڅو خبر وي چې د ګډوډيو د ختمولـو پـه موخه يې تر سره کوي. پـه نېـوروز اختـه کـس پـوهېږي چـې نورمال نه دی. هغه له دې ځورېږي چې د تنظـيم regulation د امکاناتو او د ده د غريزي انفعالاتو تر منځ تعادل نشته. عالي کړنې (عقلاني هڅې) نه شي کولای چې د ده اړتياوې له ټولنيز واقعيت سره برابرې کړي خو په هر حال د يوه کتونکي په توګه د ده سلوک ځاري.

خو په لا ژورو اروايي ناروغيو يعنــې پـه سـايکوزونو کـې، ګډوډي او اختلال عموميت مومي او د وګړي پـر ټولـو اروايـي سازمانونو وزر غوړوي. په دې حالت کې ناروغ نه شي کـولای چې د خپل سلوک بې نظمۍ وپېژني او يا اقلاً په خپل ذهن کـې يې ضبط کړي. دلته کېدای شي چې د ضـبطولو تـوان چـې د تنظيمولو اخري بڼه ده، د انفعالاتو تر منځ د شديد وحـدت پـه اثر ماتې وخوري او يا کېدای شي دغـه کړنــې د لومړنيـو بـدن زېږيو عواملو په وجه هومره ضعيفې شوې وي چې سړی نور پر ځان باندې د نيوکې توان له لاسه ورکړی وي.

په لومړي صورت کې يعنې که چېرې وګړی و نه شي کړای د خپل سلوک څرنګوالی پـه خپـل اروايـي سـازمان کـې ضـبط کړي، د هغه له عقل څخه لاره ورکېږي. بيخي هماغسې لکـه

(c) ketabton.com: The Digital Library

په تېز توپان کې چې قطب ښود (قطب نما) کـار نـه کـوي. دا ځکه چې په دې حالت کې انفعـالات دومـره شـديد وي چـې فکر يې نه شي ايسارولای.

په دويم صورت کې د عقل چلنـد کمـزوری دی نـو ځکـه انفعالات شديدېږي او د عقل ځای نيسي.

ادلر هېڅکله له دې څخه انکار نـه کـوي چـې ممکـن د اروايي ناروغيو ډېرې نخښې د نګه بدنزېږيو عواملـو پـه وجـه راپيدا شوې وي خو ده دا ډول ناروغی يې د خپلو مطالعـاتو لـه دايرې ايستلې دي چې خپل وخت پر هغو ناروغيو ولګوي چې اروازېږي منشأ لري.

مثلاً ادلر د فطري (سرشتي) سايکوزونو په اړه چې اوسـنی علم لا تر اوسه هم (۱۹۶۴) د هغو بدنزېږې مبنا نه پېژني، بـاور لري چې د دې ناروغيو اسـاس د وګـړي د عـاطفي يـا انفعـالي نظام په بې نظمی کې دی. دا پـه خپلـه يـو ډول واقعـي بـدني نيمګړتيا ده او د ډېرو تجربو او حقيرونکو چلندونو سرچينه ده.

د وګړي غيرعادي اروايي دستګاه د دغو ماتو پر وړاندې تر هغې پورې غبرګون ښيي چې سايکوز پـه کـې پـه ښـکاره ډول پيدا شي.

په همدې وجه که اروايي دستګاه لـه سره غيرعـادي وي او پر وخت سمه اداره نه شي او د حقيروونکو چلنـدونو مخنيـوی

(c) ketabton.com: The Digital Library

ونه شي؛ تقريباً خامخا په سايکوز ختمېږي. دغه ناروغي په حقيقت کې هغو ځانګړو ستونزو ته د ځواب حيثيت لري چې وګړی له محيط سره د جوړجاړي پر مهال ورسره مخ کېږي.

په اسانۍ سره کولای شو، د نيوروز مختلف ډولونه د هغو غبرګونونو پر اساس ډلبندي کړو چې د حقيروونکو عواملو له خوا تعينېږي. له دې جملې څخه دغو مواردو ته به تم شو:

الف- د تېښتې او د تجربې او چار چلند د دايرې د تنګېدو نيوروز:

د دې نيوروز وروستۍ بڼه د سايکوز په توګه ليدلای شو. مثلاً شيزوفرين schizophrenia يا د ځوانۍ لېونتوب له هغو مواردو څخه دی چې په هغه کې له بهرني محيط سره د ناروغ اړيکي بيخي پرې کېږي او ناروغ په اوتيزم autism کې ډوبېږي.*

---

* اوتيزم او شيزوفرين د تخيل دوه متضاد قطبونه دي. په شيزوفرين کې سړی په خيال کې ډوبېږي او خيال له حقيقته نه شي بېلولای، په شيزوفرين اخته ناروغ که په خيال کې سپورږمۍ ته وخېژي، نو ګومان کوي چې په رېښتيا هم سپوږمۍ ته ختلی دی. خو autism يوه ارثي ناروغي ده چې اخته کس به د تخيل وړتيا نه لري، هغه به په ځان کې ډوب وي، يوازې به د ځان په اړه فکر کوي، د بل درد او غم، د بل خوشحالي نه شي درک کولای. دی يوازې د واقعيتونو په اړه فکر کولای شي، نه د تخيلي مسايلو په هکله. ژباړن

(c) ketabton.com: The Digital Library

ب- هغه نیوروزونه چې د مسمومیت د جنون ځینې ډولونه، انفعالي، عقلي او حرفه یي بې ثباتۍ او د جنسيـ انحرافاتو او تحریکي حالاتو ځینې ډولونه رانغاړي.

ج- اعتراضي نیوروزونه چې ناروغ د عجیب و غریب سلوك او په ځینو مواردو کې د homosexuality یا همجنس بازۍ خوا ته بیایي.

جنایت: ادلر نیوروز له جنایته بېلوي. د هغه په نظر جنایتکار غالباً د خپل عمل په دې خصلت چې د ټولنې ضد عمل دی، پوهېږي خو په نیوروز اخته کس خپل عمل په پوره هوښیارۍ نه شي درك کولای. جنایتکار د خپل مسوولیت د احساس پر ضد مبارزه کوي؛ حال دا چې په نیوروز اخته کسان د خپلو اعمالو په خاطر نور مسوول ګڼي. دی له داسې نامساعدو کیفیاتو سره نور تنګوي چې د ده مسوولیت سلبوي.

جنایتکار د ځان د نېول کېدو علت یوازې خپله کم عقلي ګڼي او د عدالت له منګولو څخه تېښته ورته مطلوب لویوالی بریښي. له بلې خوا جنایتکار د فعالیت لپاره ډېر ظرفیت او تیاری لري خو په نیوروز اخته کس غالباً په ګڼو ګډوډو ظاهري فعالیتونو بوخت وي. د نیوروز ناروغان خپل تمایلات په شا تمبوي، حال دا چې جنایتکاران په ښکاره له ټولنې سره دښمني کوي. له نورو سره د نیوروز د ناروغانو جګړه مار چلند

(c) ketabton.com: The Digital Library

د جنایتکارانو تر جګړه ییز چلند کم نه دی خو دغه تـوپیر پـه کې شته چې جنایتکار پر خپلې جګړه مـارۍ برغـولی ږدي او کله کله د دوه مخو او منافقانو بڼه خپلوي؛ ځکـه چـې هڅـه کوي خپل ظاهر پټ وساتي.

۹. د ادلر او فروید د نظریو تر منځ اساسي توپیر

ادلر او فروید دواړه د لاشعوري پدیدو او اروایـي غوټـو پـر شتوالي باور لري. د دوی په نظـر دا داسـې انفعـالات دي چـې شعور یا وجدان ته یې لاره نه ده موندلې او ممکن د وجدان لـه خبرتیا پرته د سړي د چار چلند پر ټولو برخو اغیـزه ولـري خـو پوښتنه دا ده چې د دې دواړو د نظریو تر منځ توپیر څه دی؟

په فرویدیزم یا د فروید په اروایي نظام کې د ټولو غریزو پـه منځ کې اساسي نقش د جنسي غریزې او د هغـې د تحـول پـر غاړه دی او یا اقلاً دې تـه تمایـل شـته چـې مسـایل لـه دغـه لیدلوري وڅېړل شي. حال دا چې په ادلریزم کې د بشر د سلوك لاملونه په حقارت، لویي غوښتنه او خوندیتوب ته په اړتیا کـې لټول کېږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

پــه دې توگــه د «اوديــپ غوټــه» *Oedipus complex*[*] د فرويديزم له نظره د خوند اخيستنې او خپلولو (تملك) لــه هغــه لومړني احتياج څخه سرچينه اخلي چې ماشوم د خپــل مــور يــا پلار په اړه يې لري (هر يو چې د ده مخــالف جــنس وي يعنــې هلك د مور او نجلۍ د پلار) خو ادلر وايي چې دلته د جنسيت مسئله مطرح نه ده، نجلۍ هم د مور په اړه ورته كشــش لــري؛ بلكې مهمه مسئله دا ده چې وگړی د نــاتوانۍ، گوښــه تــوب او وېرې پر وړاندې څه ډول غبرگون ښيي. وروسته بيــا د پيــاوړي (مور يا پلار) پر لور ورځكېدل ممكــن د شــهواني تملــك رنــگ واخلي او د اوديپ يا الكترا Electra په واقعي غوټه واوړي.

---

[*] **Oedipus**: د يونان په اسطورو كې يو سړی دی چې خپل پلار وژني او له مور سره واده كوي. فرويد وايي د شهواني تكامل په بهير كې هلك مور خپله معشــوقه گڼي او د تملك هيله يې لري. دی پلار خپل رقيب گڼي او گومان كوي چې پــلار به ترې غچ واخلي او دی به خصي كړي، همدا ده چې **castration complex** پــه كې رامنځته كېږي. فرويد همدارنگه وايي چې نجونې په دې پړاو كې مور خپلــه رقيبــه گڼــي او پــلار تــه د معشــوق پــه ســترگه گــوري، دا حالــت د **Electra complex** په نامه هم يادېږي. الكترا هم د يوناني اسطورو يوه كركتره ده چې مــور يې پلان لري د دې پلار ووژني خو دا غواړي د خپلې مور په وژلو سره خپــل پــلار له مرگه وژغوري. د تكامل په نتيجه كې به دغه فكرونه د ماشوم لــه ذهنــه لــرې كېږي او نارمل انسان به ځنې جوړېږي. ژباړن

(c) ketabton.com: The Digital Library

لېکن د حقارت په اړه خبره دا ده چې د فروید اکثر پلویـان داسې انګېري چې دا د خصیتوب castration* له غوټې څخه رامنځته کېږي. د خصیتوب غوټه «د جنسي الت غوځېدنه» له یوې لاشعوري وېرې څخه سرچینه اخلي چې سړی ګومان کوي خپل جنسي الت به لاسه ورکړي او یا به تاوان ورته ورسېږي.

ادلر خبره اپوټه کوي او باور لري چې د خصیتوب غوټه لـه هغه حقارته زېږي چې د جنسي دستګاه یا د جنسي تجربې پـه برخه کې راولاړ شوی دی.

په دې توګه د فروید او ادلر تر منځ د هغو مفـاهیمو پـر سر چې د جنسي مسئلې په باره کې یې څرګندوي اختلاف لیـدل کېږي. د دې مسالې جزییات بېشمېره دي او په دې بحث کـې نه ځایېږي.

---

* castration complex: د فروید د نظریې پر اساس کلـه چـې ماشـوم هلـك پوهېږي چې د نجونو تناسلي الت د ده په شان نه دی، ګومان کوي چې نجونې بـه چا خصي کړې وي او تناسلي الت به یې غوڅ کړی وي. وروسته د ده پـه لاشـعور کې داسې وېره پیدا کېږي چې پلار به یـې د دې لپـاره دی خصي- کـړي چـې دی خپله مور غواړي. دغه لاشعوري وېره هم د تناسلي غړو د ټولو یا ځینو برخو د لـه لاسه ورکولو په اړه او هم د تناسلي سیستم د وظیفې په اړه پیدا کېدای شي. ځینې خلك بې سببه ډارېږي چې د کوروالایي توان به له لاسه ورکړي. ژباړن

(c) ketabton.com: The Digital Library

په فرویدیزم کې د لیبیدو libido یا شهواني انرژۍ تحـول د انسان پر هره تجربه اغېز ښندي؛ حال دا چې د ادلـر پـه نظـر جنسیت د نورو فعالیتونو په شان یو فعالیت او یوه اړتیا ده چـې کېدای شي د هرې تجربې په څېر حقیروونکی اوسي او کـولای شي پرته له دې چې لزومـاً جنسيـ اړخ ولـري، د ګنـو بـېلارو جبرانونو لامل وګرځي. برعکس هغه حقیروونکی عامل چې لـه جنسي مسالې سره هېڅ تړاو هم نه لري، ممکن سړی پر داسـې لارې بوځي چې جنسي جبرانونو ته مخه کړي.

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