مومند
خپرندویه ټولنه

فکري ټکنالوجي

(پر نفس د اعتماد دیرش اصوله

Ketabton.com

لیکوال: ډاکټر علي رضا آزمندیان
ژباړنه: څېړنیار عاقله سادات

۱۳۹۱ هـ ش

(c) ketabton.com: The Digital Library

فکري ټکنالوجي

(پر نفس د اعتماد دیر اصوله)

لیکوال: ډاکتر علیرضا ((آزمندیان))
ژباړه : څیړنیا ره عاقله سادات

(c) ketabton.com: The Digital Library

د کتاب ځانګړنې :

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

لیکوال: داکتر علیرضا (آزمند یان)

ژباړه: څېړنیاره عاقله سادات

دیزاین: هدایت الله عادل

خپرندوی : مومند خپرندویه ټولنه - جلال اباد

بریښنالیک: momand.books@gmail.com

چاپشمېر: ۲۰۰۰ ټوکه

چاپ وار : دویم

چاپنېټه : ۱۳۹۱ لمریز

چاپځای : د مومند خپرندویې ټولنې تخنیکي څانګه

د ترلاسه کولو پته:

عبدالمجید مومند کتاب پلورنځی - مخابراتو څلور لارې- جلال اباد.اړیکې:
۰۷۰۰۶۲۶۱۶۱ - ۰۷۷۷۶۲۶۱۶۱

خوست: نمرغښت کتابپلورنځی

نوي کابل کتاب پلورنځی بورډ بازار

پکتیکا مدینه کتابپلورنځی

(c) ketabton.com: The Digital Library

د سریزې په دود

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

په فطري ډول هر انسان د وقار، درنښت، عظمت او سترتوب په هېنداره کې ځان لیدل غواړي؛ نو طبیعي ده چې هر کس د خپل شخصیت له مرغلرې سره مینه لري او غواړي چې په ټولنه کې د عزت وړ وي.

اروا پوهان د انسان په ذهني، هیجاني، حرکي او ټولنیز سلوک کې د مثبت بدلون لپاره د یو انسان د شخصیت جوړونې ډېرې سپارښتنې کوي او هغه خویونه چې د انسان پر شخصیت منفي اغېز لري، د سمونې او بدلونې لپاره یې مناسبې لارې چارې وړاندې کوي.

امریکایي لیکوال ډیل کارنګي وایي که په شخصیت کې مو داسې څه وي، چې تاسې یې بد ګڼئ هڅه وکړئ هېر یې کړئ، زیار وګالئ د تمرین له لارې یې له منځه یوسئ.

له دې ځایه ویلای شو، چې انسان د خپل شخصیت د جوړېدو لپاره د ډېرو هنرونو لاره نیولې او د دغه جوهر له خزانې زیاته پانګه تر لاسه کولای شي.

دغه کتاب چې د کمیت له مخې یوه وړه رساله؛ خو د کیفیت یا څرنګوالي له مخې په ټول پوره او کره دی، موضوع یې له اروایي ارزښتونو بحث کوي،

(c) ketabton.com: The Digital Library

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

د دې کتاب مرغلرې له داسې ارزښتونو ډکې دي، چې هر انسان یې د شخصیت جوړونې په لاره کې اړتیا احساسولای شي. که موږ غواړو چې دیو فعال او پرځان باوري انسان په توګه په ټولنه کې خپل مسوولیت وپېژنو، که مو غوښتي وي، چې د بریالیتوب معنویت خپل کړو، که مو هوډ کړی وي چې اروا مو د اندېښنو، ویرې او پرېوتي احساس له ولکې خلاصي موندلې وي؛ نو له شک پرته چې د دې کتاب هر اصل او هره موضوع موږ ته ښه پیغام لري؛ نو پکار ده، چې په خپل ژوندانه کې یې عملي کړو.

زه د دې کتاب آغلې لیکوالې ته د دې ارزښتمنې رسالې د ژباړې له امله مبارکي وایم، له ستر خالقه ورته د نورو ډېرو بریاو دعا کوم او د نوموړې خور د قلم د فني، علمي او هنري پنځونو په هیله یم.

الله جل جلاله ! له سره یې د عزت سالو مه کښته کوه.

درنښت

سید امرالله امید د ننګرهار مجلې مدیر

(c) ketabton.com: The Digital Library

سریزه

انسان د ځمکې پر مخ د الله جل جلاله ځیناستی، د مخلوقاتو اشرف او د لوړ مقام څښتن دی. د ټولوکائیناتو پیل له هم ده څخه شوی دی؛ خو د انسان پېژندګلوي له عزت النفس او پرځان له ویسا او باور څخه سرچینه اخلي. عزت النفس یو داسې احساس دی، چې انسان یې له ځان سره لري، مانا یې دا ده، چې انسان ځان ته څومره په درنه سترګه ګوري. د دې ترڅنګ عزت النفس د انسان له لومړنیو بریاوو څخه ګڼل کېږي. د عزت النفس اساس په ژوره توګه ځانپېژندنه ده. د ژوندانه په بهیر کې په نفس اعتماد یوه انساني غښتلتیا ده. پر نفس اعتماد د انسان د باورونو د ماڼۍ بنسټ دی، ځکه هر باور د ځان له باوره پیلېږي.

د انسان په وجود کې د باورونو نظام د ضمیر په مرسته پیدا کېږي. که چېرې غواړئ په دې پوه شئ، چې نور انسانان ستاسې په اړه څه احساس لري؛ نو دلته یوې خبرې ته پام وساتئ، هغه دا چې لومړی باید دا څرګنده شي، چې تاسو د ځان په اړه څه احساس لرئ او ډاډه واوسئ هغه احساس چې تاسو یې د ځان په اړه لرئ نور هم ستاسو په اړه همدا احساس لري.

ورتیا پرځان د باور له مهمو اصلونو څخه یو ګڼل کېږي؛ ځکه نو هغه د زړه له تله احساس کړئ. دا یوه فطري خبره ده هر انسان غواړي، چې په ژوندانه کې د عزت النفس، درنښت او ویاړ څښتن وي؛ ځکه خو ټول انسانان د خپل شخصیت پرجوړېدو بوخت دي؛ نو انسان باید له هغو ناغورو خویونو څخه ځان وژغوري چې د هغه پر شخصیت منفي اغېز ښندي. انسان باید هڅه وکړي او د شخصیت مناسبې لارې چارې ولټوي، چې په دې توګه په

(c) ketabton.com: The Digital Library

ټولنه کې پرخان له باور او عزت النفس سره د غوره او باوري شخصیت څښتن واوسي.
ما د دې کتاب تر لوستلو وروسته په خپل فکر کې یو تغییر احساس کړ او کله به چې له ځینو مسایلو سره مخامخېدم؛ نو یو عجیب ډاډ به مې په زړه کې ناست و او په یوه عجیب ډاډ سره به مې د هغو د حل لاره لټوله. څرنګه چې په دې کتاب کې پر اروایي موضوعګانو بحث شوی و او تر لوستلو وروسته ما ته هره موضوع ډېره په زړه پورې او اړینه وبرېښېده؛ نو ښه مې د دې کوچني خو خورا مهم اثر د ژباړې هوډ وکړ. هیله مې دا وه چې هر پښتون پخپله ژبه په اسانۍ سره د خپل ژوندانه مهم مسایل ولولي او هر یو هغه څه ته متوجه شي، چې په ژوندانه کې یې د بریالیتابه لامل ګرځي. هیله منده یم، چې د دې کتاب په لوستلو سره ستاسو په شخصیت جوړېدنې کې څه مرسته وشي. پرخان باور او عزت النفس مو له پرېوتي حالت څخه خلاصی ومومي، د شک له منګولو آزاد شئ او په ټولنه کې د یوه فعال او پر خان باوري انسان په توګه ژوند وکړئ.
په پای کې له محترم استاد څېړندوی عبدالقیوم زاهد مشواني څخه د زړه له کومې مننه کوم، چې پخپلو علمي لارښوونو یې زما ډېرې ستونزې حل کړې او خپلې پېروزینې یې له ما نه دي سپمولې. همدارنګه له محترم سید امرالله امېد څخه د زړه له کومې مننه کوم او کوروداني ورته وایم، چې خپل ارزښتمن وخت یې له ما ونه سپماوه، دا کتاب یې په خیر ولوسته، لازمې سمونې یې پکې راوستې او دا ژباړه یې پخپلو حوږو الفاظو وښکلله په چارو یې لاس بر اوسه.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ښايي دا ژباړه نیمګړتیاوې ولري؛ خو له درنو لوستونکو هیله لرم، چې پخپلې لویې به زما تېروتنې راوبخښي او له دې کتابګوټي به په عملي ژوندانه کې د یوه کوچنی لارښود په توګه ګټه واخلي.

په درنښت

عاقله سادات

(c) ketabton.com: The Digital Library

سریزه:

((ښتینی عزت د الله جل جلاله رسول ﷺ او مؤمنانو دی))

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

((ای ارامه او ډاډه نفسه د خپل خدای پر لور راوګرځه، په داسې حال کې چې هم الله جل جلاله له تاسو خوښ وي او تاسو هم له الله جل جلاله څخه خوښ یاستئ، نو زما د ښایسته بنده ګانو په ډله کې راداخل شه او زما په جنت کې را داخل شه!

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

(c) ketabton.com: The Digital Library

همدا اوس تاسو ما ته وواياست، چې د ځان په اړه څه احساس لرئ؟ څومره د عظمت او لويۍ احساس کوئ؟ د عزت النفس اساس دقيقاً ځان پېژندنه ده. په ژوندانه کې په نفس اعتماد لومړنی کامياب حرکت دی. په نفس اعتماد انسان ته عزت بخښي.

په ژوندانه کې په نفس اعتماد د يوه انسان غښتلتيا ده، همدارنګه له مسايلو سره د مخامخېدو لاره رابښيي، په نفس اعتماد په انسان کې قاطعيت راولي او پر نفس د اعتماد د زياتېدا لامل ګرځي. پر نفس اعتماد او باور د انسان د باورونو د ماڼۍ بنسټ دی؛ ځکه هر باور د ځان له باوره پيلېږي؛ نو ای انسانانو! په ځان باور وکړئ، چې ستاسو دنيا او آخرت په همدغو ځانګړتياوو کې نغښتي دي. پرځان باور وکړئ، چې تول نړۍ پر تاسې باور وکړي. په ځان باور وکړئ، چې نړۍ او د نړۍ ښکلي انځورونه تاسې ته په مسکا شي او هر څه ستاسې د خوښۍ وړ وګرځي. پرځان باور وکړئ، چې نور انسانان هم پر تاسو باور وکړي.((که چېرې غواړئ په دې پوه شئ، چې نور انسانان ستاسو پر وړاندې څه احساس لري نو لومړی پخپله وګورئ، چې تاسې د ځان پر وړاندې څه احساس لرئ او ډاډه واوسئ، هغه احساس چې تاسې يې د ځان پر وړاندې لرئ، نور هم همدا احساس او باور ستاسو پر وړاندې لري.))

هغه انسان، چې خپل عزت النفس تعريف کړي او هغه ښکلی احساس، چې د الله جل جلاله له عشق څخه يې د خوشالۍ او ارامۍ پيدا کېدو لپاره اخيستی ورسېږي. په دې توګه به د خپل عزت النفس په ملتيا دې ته چمتو وي، چې د خپلو باورونو بنسټ ((چې په نفس اعتماد دی)) پياوړی کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د باورونو نظام د انسان په وجود کې د ضمیر په مرسته پیدا کېږي او یقیناً د دې جوړښت او ټینګښت په دې پورې اړه لري، چې په څه ډول خپل ضمیر ته لاره ورښیي، چې هر ساعت د باورونو د نظام د ماڼۍ د بنسټ په جوړېدو پیل وکړي. ضمیر نه یوازې هغه اطلاعات، چې له چاپېریال څخه یې اخلي، انځورونه، باور او روحیه ترې جوړوي، بلکې د دې تر څنګ ستاسو هر فکر، پاملرنه او اندېښنه د یوه پوره داخلي لامل او د یوه قوي سیګنال په توګه رسوي او د اروزنې لاندې یې نیسي. د دې سیګنال تر لاسه کول کېدای شي د یوې روحیې او باور جوړوونکي عنصر په توګه ستاسو د باورونو نظام، روحیه او پر نفس اعتماد انځور کړي.

لومړی اصل: د الله جل جلاله پر یاد، قدرت اویارۍ باور

دا اصل هره ګړۍ پرځان د باور او اعتماد پیدا کولو لپاره ډېر مهم دی؛ ځکه انسان یو داسې مخلوق دی، که کله دا احساس کړي، چې هغه یوازې دی او کوم تکیه ځای نه لري، نو له اروایي پلوه خواشینی او ډېر ناارامه کېږي. په خپل نفس باور له لاسه ورکوي او د دې پر عکس؛ کله چې هغه ځان یوازې نه ګڼي، په کوم کس یا څیز باندې تکیه او زړه یې پورې تړلی وي، په ځانګړي ډول په اروایي توګه ارامتیا احساسوي او پرځان باور پیدا کوي.

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

(c) ketabton.com: The Digital Library

((إِنَّ اللّٰه ج يُدَافِعُ عَنِ الَّذِينَ آمَنُوا)) ۳۸ حج
ژباړه: الله تعالی جل جلاله خپل بنده ګان، چې په هغه یې ایمان راوړی دی.
ساتي.
هغه انسان، چې و کولای شي هره ګړۍ دا ښکلی احساس په خپل ذهن کې وساتي. دا خپله یو ښکلی سوچ دی، چې دیوه سیګنال په توګه د انسان ضمیرته ننوځي اوپه پای کې د انسان په وجود کې ښکلې روحیه او پر نفس ښکلی باور پیدا کېږي.
دویم اصل: خپله پوهه، ویښتیا اوهره ګړۍ ځانته پاملرنه:
دا پرځان د باور او فکري ټکنالوجۍ له ډېرو مهمواصلونو څخه شمېرل کېږي.
دا اصل له هغه حقیقته پرده پورته کوي، انسان هره ګړۍ ځان ته ګوري، د خپل باطن او ضمیر په اړه فکر کوي او وايي، چې هغه اوس پخوانی انسان نه دی او الله جل جلاله هغه بیا ځلي پیداکړی دی. اوس دی هغه پخوانی منفي باور نه لري، دا اصل تا ته وايي ته هغه پخوانی انسان نه یې، ته بل انسان یې، هغه انسان چې تغییر یې کړی او د ارامتیا نړۍ ته تللی دی. هغه انسان چې د الله جل جلاله ښایسته بنده جوړشوی، د دې انسان ټولو ځانګړتیاوو تغییر موندلی او هره ګړۍ یې په سترګو کې د هیلو، باور، شخصیت او پر نفس د اعتماد روحیه په غورځنګ ده.
لامل یې دا دی، چې دا اصل د فکري ټکنالوجۍ له مهمو اصلونو څخه ګڼل کېږي او همدا د دې سبب ګرځي، چې انسان پخپله په خپل وجود کې تغییر رامنځته کړي. اصلاً د فکري ټکنالوجۍ حرکت هره ګړۍ د انسان په لاشعور کې یو داسې حرکت دی، چې هره ګړۍ پخپله خپل پروګرام برابروي دا کار

(c) ketabton.com: The Digital Library

پرځان د هرې شېبې خبرتیا اړ حاکمیت لپاره لازم دی. هو نو تاسو ((تاسو یو ښکلی انسان جوړ شوی یاست)) او دا پیغام هره ګړۍ خپل ضمیر ته رسوئ، چې هو زما په نړۍ کې یو لوی تغییر راغلی دی او دا دی یو ښکلی انسان د ژوندانه په ډګر کې امر چلوي او هغه تاسو یاست. هغه انسان چې پرځان یوه نړۍ باور لري، متدین، آرام او د ښکلي شخصیت بېلګه وي هغه له ښه فکر، ښې روغتیا او له مینې ډکې ښکلې روحیې سره د ژوندانه پر چارو بری مومي. د دې اصل مانا دا ده چې پرځان واکمن، هوښیار او هره شېبه ځان څاری وي او دا شېبه په شېبه احساس تاسو هر ګړۍ د ځان په اړه کوئ((پرتاسو دې افرین وي.))

درېیم اصل: ((په مثالونو کې تغییر راوستل او د ننبو رامنځته کول))

دا اصل د دویم اصل یانې پرځان د باور او ویسا د تضمین لامل دی، ځکه چې انسانان کله ناکله یوشی هیروي او هغه مثالونه، هره ګړۍ تاسو ته دا احساس درکوي، چې اوس تاسو یو ښکلی انسان یاست. نو تېر هېر کړئ ستاسو ضمیر هره ګړۍ د دې سیګنال اورېدو لپاره انتظار کوي، چې نوي باورونه په تاسو کې پیدا کړي هغه شیان هېر کړئ، په الله جل جلاله یې وسپارئ او د ځان په اړه هیڅ ډول سوچ ونه کړئ. په پای کې دا تغییر لړۍ په ټپه ودرېږي، د دې لپاره چې داسې یوځه ونه شي او ستاسو پوهه او هوښیاري هره ګړۍ درپاده شي؛ نود دې لپاره له دې اصل څخه کار اخلو یانې په خپله نړۍ کې داسې ننبې رزو، چې دا ننبې هره ګړۍ موږ ته دا رایاد کړي، چې اوس ته هغه پخوانی انسان نه یې او ته یو بل نوی ښکلی انسان جوړ شوی یې

(c) ketabton.com: The Digital Library

د بېلګې په توګه: که چېرې ستاسو يوه ننبه دا وي، چې تاسو هر وخت خپل ساعت په کيڼ لاس تړئ، همدا شېبه خپل ساعت له کينه لاسه وباسئ او په ښي لاس يې وتړئ او د دې کتاب پاتې برخه داسې ولولئ، چې ساعت مو په ښي لاس تړلی وي، همدارنګه کولای شئ د خپل کور بڼه بدله کړئ. له همدې ځايه ده، چې انسان پرځان د باور او اعتماد فضا جوړوي. د فکر او نوښت په نړۍ کې سترګې غړوي او د نوي سوچ او نوې روحيې لاره نيسي.

زه د ډېرو ښېګڼو وړ يم:

څلورم اصل: ځان پېژندنه (زه څوک يم؟)

درنولوستونکو! تاسو د فکري ټکنالوجۍ د يوکامياب انسان په توګه هره ګړۍ د خپل ځان او ضمير په اړه فکر کوئ او خپل موجوديت په نړۍ کې تر ارزونې لاندې نيسئ؛ ځکه نو تاسو هره ګړۍ له ځانه دا پوښتنه کوئ، چې زه څوک يم؟ دې پوښتنې ته په ځواب ورکولو سره تاسو فکر کولو ته اړ کېږئ او خپل شخصيت تر ارزونې او اصلاح لاندې نيسئ. د دې ترڅنګ ستاسو په ضمير کې دا پوښتنه د يو سيګنال په توګه د دې لامل کېږي، چې ستاسو د شخصيت ټولې مثبتې ځانګړتياوې د پام وړ وګرځي او د دې پوښتنې ځواب پيدا شي، ترڅو نوي باورونه ستاسو د باورونو په نظام کې رامنځته شي او دا پوښتنه چې تاسو يې هره ګړۍ له ځانه کوئ د دې لامل ګرځي، چې تاسو پخپله خپلې داخلي ښکلاوې پيدا کړئ. هغه ښکلی شخصيت. چې ستاسو په نظر کې دی په خپل وجود کې انځور کړئ. د بېلګې په توګه: کله چې لومړی له خپل ضمير څخه پوښتنه کوئ، زه څوک يم؟ ستاسو ضمير د دې ډول پوښتنو په ځواب پسې ستاسو د شخصي ځواب ترشا دا ډول باور منځته راوړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

مثلاً: تاسو ښکلي یاست، تاسو غښتلي یاست، تاسو مهربانه یاست، تاسو عاشق یاست، تاسو یو ارام انسان یاست، په دې توګه د داسې پوښتنو حل په تاسو کې پرځان باور پیدا کوي.

(زه یو بل ښکلی انسان جوړ شوی یم)

پېنځم اصل: خپل احساس(د خپلې وړتیا احساس، د ځان واکمنۍ احساس او د شخصیت احساس)

تاسو د فکري ټکنالوجۍ د یو انسان په توګه هر وخت باید خپل ځان احساس کړئ، د وړتیا احساس، د شخصیت احساس او د ځان واکمنۍ احساس. انسانان هره ګړۍ د ځان په اړه فکر کوي او د هغه ښکلی انځور د خپل زړه او ذهن په آیینه کې ویني او په هغه باور کوي. هره ګړۍ دا ډول احساس ستاسو د ضمیر لپاره یو قوي او پیاوړی سیګنال دی، چې ستاسو د باور بنسټ ټینګ کړي او تاسې پر خپل ځان د باور نړۍ ته یوسي. اصولاً هره پاملرنه او مثبته څېرنه، چې تاسو یې ځان ته کوئ یو رغنده سیګنال ستاسو ضمیر ته رسېږي، چې یوه ښکلې بریا به ولري.

هغه انسانان چې له ځانه بې خبره وي خپل شخصیت یې هم هېر وي؛ خو هغه انسان، چې له ځانه باخبره دی هره ګړۍ په خپلو وړتیاوو او ښکلاوو باور کوي او په پایله کې له ځانه یو ښکلی شخصیت جوړوي، تاسو هره ګړۍ د وړتیا احساس وکړئ او خپل ځان غښتلی وګڼئ، پرځان باور وکړئ، چې ځان ښایسته ووینئ؛ که چېرې غواړئ په دې پوه شئ، چې نور انسانان ستاسو په اړه څه احساس لري؛ نو اړینه بریښي، لومړی دا څرګنده شي، چې تاسو د ځان په اړه څه احساس لرئ او ډاډه واوسئ هغه احساس، چې تاسو د خپل ځان په اړه لرئ، نور هم ستاسو په اړه همدا احساس لري. اصلاً

(c) ketabton.com: The Digital Library

خپله ورتیا پرځان د باور له مهمو اصلونو څخه شمېرل کېږي؛ نو هغه د زړه له کومې احساس کړئ.

(زه په خپل ځان ویاړم)

شپږم اصل: ((پرځان ویسا او ځان پالنه د الله جل جلاله پالنې په لاره کې))

تاسو د یوه بدلېدونکي انسان په توګه، چې د فکري ټکنالوجۍ په رڼا کې يې تغییر موندلی د ځان په اړه اوس یو بل فکر لرئ، تاسو خپل ځان بیا ځلې تعریف کړی او پېژندلی دی او داسې باورلرئ، چې په ټوله نړۍ کې الله جل جلاله یو محور دی او ټوله نړۍ د دې ښکلي محور پرشاوخوا څرخي. په دې لاره کې یو فرعي محور هم شته هغه محور د نړۍ پرمخ د الله جل جلاله ځایناستي دی، چې ټول کاینات په خپل حرکت کې دې محور ته پام لري اوپه یو ډول د دې محور د لاسته راوړلو اوتر ولکې لاندې راوستلو لپاره عمل کوي، په دې اړه الله جل جلاله په قرآن کریم کې داسې فرمایلي دي:

آیت: وَسَخَّرَ لَكُم مَّا فِي السَّمَاوَاتِ وَمَا فِي الْأَرْضِ (۱۳)) جاثیه

ژباړه: موږ ټول اسمانونه اوځمکې دتسخیر او ولکې لاندې راوستي.

په یو قدسي حدیث کې الله جل جلاله داسې فرمایلي

حدیث: خلقت الاشیاء لاجلک وخلقتک لاجلي))

ژباړه: ((ټول شیان مې ستا لپاره اوته مې د ځان لپاره پیدا کړې یې))

دا مانا ګانې یو ښکلی باور دی، چې موږ يې باید د فکري ټکنالوجۍ د یو متحول شوي انسان په توګه له ځانه ولرو، یانې الله جل جلاله په دې نړۍ کې ټول شیان زموږ لپاره او زموږ د فرمان لاندې پیدا کړي دي دي.

ګفتم این جام جهان بین به توکی داد حکیم
ګفت آن روز که این ګنبد مینا می کرد

(c) ketabton.com: The Digital Library

الله جل جلاله له ماسره ډېره مینه لري او د ژوند په ټولو چارو کې له ماسره مرسته کوي.

اووم اصل: ((د کمزورۍ په وړاندې ځواک او واکمني))

تاسو اصلاً په خپله نړۍ کې د مسایلو او چارو په وړاندې هرومرو څه احساس له ځانه ښکاره کوئ، ایا د قدرت احساس کوئ، که د کمزورۍ؟ هغه انسانان چې پرځان باور لري هیڅ کله ځان د مسایلو او ژوندنیو پېښو بندي نه ګڼي، بلکې تل خپل قدرت او غښتلتوب احساسوي او دا باور لري، چې د ستونزو د حل توان لري او ستونزې به حل کړي.

یقیناً تاسو هم د فکري ټکنالوجۍ د یو غړي په توګه تل د ځواکمنۍ احساس کوئ نه د کمزورۍ او دا خبره د انسانانو په نړۍ کې یوازې یو احساس دی.

کېدای شي دا خبره له بدني وضعیت یا له نورو توانمندیو لکه: مالي، علمي، هنري او داسې نورو سره دومره تړاو ونه لري، د ځواکمنۍ یا کمزورۍ احساس یو داسې روحي حالت دی، چې د انسانانو له شخصیت او پرځان باور سره تړاو لري، هغه انسانان چې تل په الله جل جلاله باندې باور او یقین لري او په الله جل جلاله باندې توکل کوي؛ نو ځان غښتلی احساسوي؛ ځکه چې الله جل جلاله خپل ملاتړی ګڼي او تل د پیاوړتیا او ځواکمنۍ احساس کوي، نه د کمزورۍ احساس. دا عمل پرځان باور ته پراختیا ورکوي، تل ځان غښتلیویني او د خپل ځان په غښتلتیا باور کوي او په دې معتقد وي چې آیت: إِنَّ اللهَ يُدَافِعُ عَنِ الَّذِينَ آمَنُوا (۳۸)) حج

ژباړه: الله جل جلاله د ژوند په ټولو چارو کې د مؤمنو بنده ګانو ملاتړ او دفاع کوي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

اتم اصل: «یقین د شک پر ځای»

په فکري ټکنالوجۍ کې انسانان په دوه ډوله وېشل کېږي لومړی ډول انسانان او دویم ډول انسانان. د دویم ډول انسانانو یوه ځانګړنه دا ده، چې دوی د شک په نړۍ کې ژوند کوي. هغه انسانان چې پرځان باور نه لري، تل نور یوځه او ځانونه هیڅ ګڼي، هیڅ کله د تصمیم نیولو توان نه لري. داسې انسانان تل په نورو پورې تړلي دي او داسې انسانان تل نورو ته سترګې په لاره دي، چې هغوی څه پرېکړه کوي. دا ډول انسانان تل دشک په نړۍ کې ژوند کوي.

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

هرومرو ځان ښکلی او عالي ګڼئ، تاسو د ژوندانه په ټولو چارو کې ځان ارزوئ اوتصمیم نیسئ، د یقین او باورونو نړۍ، د ارادو نړۍ د تصمیم او عمل نړۍ، داسې نړۍ د برياو نړۍ ده. د کوښښ او آرامتیا نړۍ، د سعادت اونیکمرغیو نړۍ او دا ستاسو ښکلې نړۍ ده.

نهم اصل: «د مشرۍ اومدیریت احساس»

هغه انسانان، چې په خپل ځان ډېر عالي باور او اعتماد لري، تل د مشرۍ او مدیریت د چارو احساس لري. کېدای شي د اخبره تاسوته حېرانوونکې وي؛ خو دې ټکي ته پاملرنه وکړئ، د بېلګې په توګه: کله چې یو شمېر

(c) ketabton.com: The Digital Library

هلکان او ځوانان غواړي په یوه کوڅه او سیمه کې په ډلیزه توګه لوبې وکړي او په خپلو منځو کې مسابقه کوي، مخکې له دې چې لوبه پیل شي؛ نو یو هلک له ډلې څخه نارې کوي، چې څوک له ماسره په ګروپ کې دی؟ او په دا مهال یو بل هلک د شرم، ډار او سپکتیا له احساس سره وایي «زه له چاسره یم» یانې څوک ما په خپل ګروپ کې نیسي. دا موضوع په څرګند ډول له دوه ډوله شخصیتونو څخه پرده پورته کوي، لومړی هغه هلک چې پرځان د ګروپ د مشرۍ او ادارې باور او احساس لري او دویم هغه هلک چې پرځان د مشرۍ او ادارې خوځه کوي، چې د غړیتوب باور هم نه لري. هغه انسانان چې پرځان عالي اعتماد او باور لري، هغوی د مشرۍ او مدیریت د ځواک او توان احساس هم لري او دا په دې مانا ده، چې د دې کتاب تر لوستلو وروسته تاسو د فکري ټکنالوجۍ د یوه کامیابه زده کوونکي په توګه د مشرۍ او مدیریت احساس وکړئ او په ډله ییزو کارونو کې پخپله د کارونو مشري او لارښوونه پر غاړه واخلئ. نورو ته لارښوونه وکړئ، پرېږدئ چې نور پر تاسو باور وکړي او په پایله کې ستاسو ضمیر، چې ستاسو د اعمالو او چارو څارونکی دی، دا احساس کړي، چې ته مدیر یې او کولای شې مدیریت وکړې. په پایله کې به په تاسو کې پر نفس ښه اعتماد او باور پیدا کړي او د ځان په اړه به ستا باور نور هم ښه او عالي کړي.

«په خپل ځواک خپلو اهدافو ته د رسېدو ایمان لرم.»

لسم اصل «د مسوولیت منل»

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

(c) ketabton.com: The Digital Library

غواړئ پرځان عالي باور پیدا کړئ، ډېره هڅه او د دې ترځنګ تمرین وکړئ، چې مسوولیت منونکي شئ. مسوولیت منل له ساده کارونو څخه پیل کړئ، د بېلګې په توګه: که تاسو کومې محلې ته ځئ ((د ډوډۍ وېشلو مسوولیت پر غاړه واخلئ او دا خبره او حرکت ستاسو د ضمیر لپاره یو ډېر ښه سېګنال دی، چې په تاسو کې باور او اعتماد پیدا کړي. د ژوندانه په بېلابېلو چارو کې د مسوولیت منلو وړتیا په ځان کې پیدا کړئ او پرځان باور پیاوړی کړئ. تاسو د نورو د اړتیاوو پر وړاندې د مسوولیت احساس وکړئ. دیو ښکلي انسان بله ځانګړنه دا ده، چې تل د نورو د مسایلو او چارو په اړه د مسوولیت احساس کوي او د امکان ترحده له هغوی سره مرسته کوي، په دې اړه سعدي داسې وایي:

چو می بیني که نابینا وچاه است
اګر خاموش بنشیني ګناه است

((زه د معنویت او د الله تعالی جل جلاله د عشق او مینې په نړۍ کې ژوند کوم))

یوولسم اصل: ((ظاهري ښکلا او سپېڅلتیا))

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

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

(c) ketabton.com: The Digital Library

خبره په دې مانا دلالت کوي، هغه مؤمن انسان چې پرځان باور او اعتماد لري. نظافت او پاکي د هغه له ځانګړتیاوو څخه شمېرل کېږي؛ ځکه نو تاسو خپلې ظاهري بڼې ته ډېره پاملرنه وکړئ او داسې وګڼئ، چې ستاسو ظاهري ښکلا او پاکي ستاسو د باور او اعتماد سینګار وونکي دي.

((زه په خپل ځان ویاړم))

دولسم اصل: ((د ځان او نورو پېژندنه))

څرنګه چې دا ضمیر دی، چې داخلي سیګنالونه، چې د پینځه حواسو او فکري رشتو په ذریعه ((ځان ته پاملرنه)) کړې او باور یې جوړ کړی دی؛ ځکه نو هرکله چې انسان د چا پېژندنه اوري پرځانګړې توګه؛ کله چې دا پېژندنه ربښتیا وي، په ضمیر کې خپرېږي او انسان د ځان په اړه یو ډېر عالي او ښه اعتماد پیدا کوي. په همدې حال کې؛ کله چې د ځان په اړه د پېژندنې موضوع په خپله د انسان له خوا مطرح شي؛ نو ضمیر له کوم قضاوت او توپیر پرته دا پېژندنه اوري او د انسان په وجود کې پرځان باور پیدا کېږي. څرنګه چې تاسو پوهېږئ دا موضوع زموږ په فرهنګ کې کومه ځانګړنه نه لري، چې کوم څوک یې په خپله تعریف کړي، په هر حال کله چې تاسو ووایاست (زه یو ښکلی انسان یم) او یا دا چې (زه یو غښتلی انسان یم) دا خبره پخپله د ضمیر په واسطه د ځان په اړه ستاسو باور ته پراختیا ورکوي. تر کومه ځایه چې تاسو پوهېږئ انسانان د خپل فطرت په اساس له دې سره مینه لري، چې د هغوی صفت او ستاینه وشي؛ نو ځکه کله چې څوک د هغوی صفت او ستاینه کوي د مثال په توګه ((څومره ښکلې وینا کوې)) او یا ((څه ښکلې لیکنه لرې)) یا ((څومره ښکلې جامې مو اغوستې دي)) او داسې نور؛ نو د خوښۍ فضا رامنځته کېږي او تاسو ډېر خوشالېږئ، دا

(c) ketabton.com: The Digital Library

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

((زه يونابغه يم او له خپل نبوغ څخه ګټه اخلم))

ديارلسم اصل: ((د ځان او نورو هڅول))

هڅونه پرځان د باور د لوړولو او پرمختګ لامل ګرځي، اصولاً کله چې انسان د هڅونې اوستاينې وړ ګرځي د هغه ضمير په هغه کې باور او اعتماد پيدا کوي او هغه انسان پرځان ښه باوري کوي. نو پرځان د باور او اعتماد يوه لاره په ټولنه کې د انسانانو ترمنځ په وخت او په ځای هڅونه دد د دې ترڅنګ د ځان په اړه د انسان خپله هڅونه هم د فکري ټکنالوجۍ له تخنيک څخه ګڼل کېږي او پرځان د باور او اعتماد د سطحې لوړېدا لامل ګرځي؛ ځکه نو تاسو ته وړانديز کېږي، چې هره ګړۍ خپل ښه، وړ او ښايسته کارونه ترکتنې لاندې ونيسئ، ځان وهڅوئ او آفرين ورته وواياست.

له دې لارې پرځان له باور او اعتماد سره ډېره ښه مرسته وکړئ:

((زه د الله جل جلاله د خلقت يو شهکار يم))

څوارلسم اصل: ((د ځان او نورو رټل او سپکاوی))

څرنګه چې هڅونه پرځان د باور او اعتماد د لوړېدا لامل ګرځي: نو په مقابل کې د ځان او نورو رټل او سپکاوی پرځان د باور او اعتماد د کچې ټيټېدا . له منځه تګ او ماتې لامل ګرځي. ستاسو په څېر د فکري ټکنالوجۍ يو انسان. چې کله کوم ناوړه عمل ترسره کوئ او يا هم په تېروتنې سره کوم کار ترسره کوئ او د هغه کار پايله نامطلوبه يا ناکامه

(c) ketabton.com: The Digital Library

وي؛ نو له ځان سره ووایاست، چې یوه تجربه مې تر لاسه کړه په راتلونکې کې به داکار نه ترسره کوم او سم کار به کوم: نو ضرور به بریالی کېږم. په دې توګه تاسو د خپل باور او اعتماد د مانۍ له رغېدا سره مرسته کوئ.
مور و پلار، ښوونکي او مدیران باید دا اصول ډېر رعایت کړي، چې په ښوونیز چاپېریال کې ډېره ښه پایله ترلاسه کړي.
ځکه نو تل د ځان او نورو هڅونه او ستاینه کوئ او په دې باید پوه شئ، چې د جوړېدا او رغېدا په مقابل کې رټل او د ګل ډېر ویجاړونکي اغېز لري.
((زه په خپل سرکې ډېر لوی- لوی فکرونه لرم او غواړم هغه په رښتیا بدل کړم))
پینځلسم اصل: ((د ځان د روغتیا ساتنه))
د انسان روغتیا پرځان له باور او پرنفس له اعتماد سره مستقیماً اړیکه لري؛ کله چې یو ناروغ انسان له فزیکي اړخه خپل ځان ناتوانویني؛ نو نابېره د هغه د اروایي غښتلتیا پر کچه هم منفي اثر درلودای شي.
هغه انسانان چې کومه ناروغي نه لري روغ دي؛ نو هغوی له اروایي اړخه هم روغ دي او کومه ستونزه نه لري.
دا مشهوره مقوله ده، چې سلیم عقل په سالم بدن کې دی، د بېلګې په توګه:
هغه انسان چې سپورت کوي او له دې پلوه له خپلې روغتیا سره مرسته کوي، پرځان ښه باور لري، د مناسبو خوړو خوړل، ورځنی سپورت او په خوړو کې سم رژیم دا ټول هغه څیزونه دي، چې له ستاسو سره پرځان په باور او ویسا کې مرسته کوي: ځکه نو سپورت وکړئ او په دې ډول د ځان لپاره یو مناسب فزیکي چاپېریال برابر کړئ. مناسب خواړه وخورئ او خپل

(c) ketabton.com: The Digital Library

ښکلي وجود ، چې د الله جل جلاله ستر نعمت دی، د احترام وړ وګڼۍ او د سپورت پایلې د خپل بریالیتوب او سعادت په برخوکې ووینې:

«زما په وجود کې عظمت او سترتوب پټ دی»

شپاړسم اصل: «موسکا»

موسکا په انسان کې پرځان د باور او اعتماد له ځانګړتیاوو څخه ده. همدارنګه د انسانانو ترمنځ د ښکلو اړیکو د ساتلو لامل ګرځي. هغه انسانان، چې موسکایې پر شونډو او څېره یې خندا ډکه وي، هغه کسان دي چې پرځان او نفس ښه باور لري، خو رټل او ګواښل شوي انسانان لږه خندا کوي.

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

«زه یوآرام خوښ او ژوند خوښوونکی انسان یم»

اوولسم اصل: «د نورو په وړاندې مینه ناکتیا او د هغوی د ښېګڼو یادونه»

د نورو په وړاندې د مینې څرګندول د انسان په وجود کې د ځان په وړاندې باور ته پراختیا ورکوي؛ کله چې تاسو له کوم ماشوم سره مینه کوئ او هغوی تر خپلې لورېینې لاندې نیسئ، په نابېره ډول د هغه په وړاندې :

(c) ketabton.com: The Digital Library

لویې او عظمت احساس کوئ کله چېرې تاسو وکولای شئ، چې دا حالت د نورو په مقابل کې پرځانګړې توګه د خپلو عزیزانو په وړاندې رامنځ ته کړئ؛ نو دا کار نه یوازې چې پرځان ستاسو باور ته پراختیا ورکوي، بلکې د ښو انساني اړیکو له رامنځته کېدو ډېره مرسته کوي ، چې ستاسو د ژوندانه د بریالیتوب کیلي ده.

ځکه نو تاسو د یو بریالي محصل په توګه، چې د فکري ټکنالوجۍ په پوهنتون کې زده کړې کوئ له انسانانو سره مینه وکړئ او مینه ترلاسه کړئ. د هغوی ښېګڼو یادونه وکړئ او هره ګړۍ پرځان باور او اعتماد ته پراختیا ورکړئ.

«زما له څېرې څخه تل خوښي، انرژي او مینه څرګند یږي»

اتلسم اصل: نورو ته پاملرنه «په تواضع سره خپل سترتوب په زړه کې حس کړئ»

نورو انسانانو ته ستاسو پاملرنه پرځان له باور او اعتماد سره مستقیمه اړیکه لري، هغه انسانان چې له نورو انسانانو سره د مخامخېدو پرمهال وارخطا کېږي، د ځان په اړه باور ته ډېر زیان رسوي. لومړی باید تاسو په دې پوه شئ، له هر انسان سره چې مخامخ کېږئ د کمزورتیا احساس مه کوئ، که څه هم هغه د مقام او منصب څښتن وي؛ ځکه چې مقام او منصب په انساني نړۍ کې یو قرارداد دی او یوه ورځ ورځنې اخېستل کېږي؛ نو هغه به یو مهال یو معمولي اوسېدونکی وي، ان دیوه ولسمشر مقام هم د هغه یو سیاسي قرار دادي مقام دی. تاسو چې د ځمکې پر مخ لوړ مقام یانې د الله جل جلاله ځایناستی یاست؛ نو باید چې د نورو په مقام کې د ضعیفۍ او ډار احساس ونه کړئ، بلکې په دې باید پوه شئ، چې ستاسو مقام د انسانیت

(c) ketabton.com: The Digital Library

له امله یو لوړ مقام دی؛ نو کله چې تاسو له چاسره اخلاص کوئ دا هم په پام کې لرئ، چې دا اخلاص او کمیني د لورېینې او مهربانۍ له مخې ده. تاسو د ونې په څېر لوړ او له بار او حاصله ډک او متواضع یاست. د همدغه اخلاص له امله د ځان په ښکلا باور لرئ

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

« هره ګړۍ د الله جل جلاله پر راکړو نعمتونو شکر کاږم »

نولسم اصل: « له نورو سره مرسته او لورېینه»

کله چې له نورو انسانانو سره مرسته کوئ او یو څه وربخښئ، که هغه فزیکي مرسته وي یا مالي او یا د زړه بخښنه، په هرحال ستاسو ضمیر دا ګڼي، چې تاسو شتمن یاست او یو څه نورو ته بخښئ او یا لوی یاست، چې عفه کوئ، حتی که یوه سکه هم یو مستحق ته ورکړئ د دې ترڅنګ، چې د الله جل جلاله په درګاه کې قبلېږي، پرضمیر هم ډېر تاثیر لري، چې هغه تاسو یو شتمن انسان احساسوي او دیو شتمن سړي شرایط او چاپېریال تاسو ته برابروي ، ستاسو باور عالي درجو ته رسوي، تاسو په نابېره توګه د ځان په وړاندې ښه احساس پیدا کوي او ستاسو دغه اعتماد نفس ته ښکلا بخښي

دا حرکت همدا نن امتحان کړئ یوه لیدنه له خپل کور یا له خپل دفتر څخه وکړئ او دا وویني، چې له کومو شیانو څخه ډېره ګټه نه اخلئ، لکه کالي، یا لوښي او یا هرهغه څه، چې لرل او نه لرل یې ستاسو په ژوند کې ډېر توپیر نه لري. هغه شیان له نورو څخه بېل کړئ، یوې خنډې ته یې کېږدئ، سبا ته

(c) ketabton.com: The Digital Library

هغه مستحقو کسانو ته ور کړئ، وروسته وینئ چې څه احساس د ځان د غښتلتیا او پرځان د باور په اړه پیدا کوئ، سعدي وایي:

ای سیر تورا نان جوین خوش ننماید
معشوق من است آن چه به نزدیک توزشت است
حوران بهشتی را دوزخ بود اعراف
از دوزخیان پرس که اعراف بهشت است

نېکمرغه دي هغه انسانان، چې ان هغه څیزونه هم نورو ته بخښي، چې په هغو ډېر ګران وي. داسې انسانان نه یوازې دا چې له ډېر ښه باور څخه برخمن دي او د الله تعالی جَلَّ جَلَالُهُ د رحمت په هیله دي، د دې ترڅنګ د الله جَلَّ جَلَالُهُ د ښکلو او له ځانه تېرو بندګانو په توګه په خپل ژوند کې ځلېږي.

آیت ((لَن تَنَالُواْ الْبِرَّ حَتَّى تُنفِقُواْ مِمَّا تُحِبُّونَ)) څلورمه سیپاره ژباړه: ((دنېکۍ لوړې کچې ته تر هغه نه رسېږئ، چې څه مو ډېر خوښ وي ویې نه لګوئ))

((هرڅومره څیزونه، چې نورو ته بخښم تر هغو زیات تر لاسه کوم او د خوښۍ احساس کوم))

شلم اصل: ((ژمنه پوره کول، صداقت او رښتینولي))

زموږ ضمیر هره ګړۍ زموږ د افکارو، اندونو، اعمالو او هغه څه، چې د پینځه ګونو حواسو په ذریعه یې ترلاسه کوو، د هغوی څارونکی دی او همدارنګه د باورونو او له هغې ډلې څخه پر نفس د اعتماد دنده هم په غاړه لري او ستاسو د ژمنې، صداقت او ریښتینولۍ په اړه ډېر حساس دی او د هر ډول بې قولۍ او هر هغه عمل، چې د صداقت او رښتینولۍ پر بنسټ نه وي ولاړ، نو په نفس باندې ستاسو په باور او اعتماد منفي اغېز کوي او ستاسو

(c) ketabton.com: The Digital Library

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

«زما لپاره تل له آسمانه خیر را اوري»

یوویشتم اصل: ناوړه اعمال نه کول «بخښنې غوښتنې ته اړتیا نه لري»

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

(c) ketabton.com: The Digital Library

ستاسو ضمیر د سره ځراغ په مقابل کې شرطي شوی دی او که چېرې تاسو سور ځراغ وغنډئ او ولاړ نه شئ هغه تا بې شخصیته بولي او پرځان ستاسو باور ته زیان رسوي. دا ښه ده، چې دلته ستاسو پاملرنه یو حدیث شریف ته راواړوم:

حدیث: اتقوا من معاصی الله فی الخلواة فان شاهد هو الحاکم

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

د دې حدیث مانا دا ده، چې په نړۍ کې د انسان یوازېتوب نشته په هرځای کې الله جل جلاله شتون لري. هغه زموږ اعمال او چلند څاري او د هغو شاهد دی. هغه دی چې حکم کوي او د کارونو پایله د هغه په لاس کې ده. په همدې ډول د څارنې سیستم او د داخلي اعمالو او کړنو سیستم هم په همدې ډول دي.

د انسان ضمیر د باور، روحیې، سلامتۍ، او ناروغۍ جوړونکی دی، هره ګړۍ د انسان په وجود کې فعال څارونکی دی او هیڅ کله له انسانانو څخه نه جلا کېږي.

«فان الشاهد هوالحاکم»

هغه چې شاهد او حاکم دی.

دوه ویشتم اصل: «قاطعیت او نه ویل»

نه ویل ډېرو خلکو ته یو ستونزمن کار دی؛ خو هغه خلک چې د عالي باور خاوندان وي کولای شي، چې یوې نامعقولې او بې ګټې غوښتنې ته «نه» ووایي. کېدای شي تاسو له دې ډول وړاندیزونو سره مخامخ شوي یاست، چې له هغو سره موافق نه یاست؛ خو بیا هم له هغو سره مخالفت نشئ کولای او د مجبورۍ له مخې ورسره موافقه کوئ. دا څومره لویه ستونزه ده

(c) ketabton.com: The Digital Library

او څومره وخت مو له لاسه وځي او که له بېلابېلو اړخونو څخه زیانمن شوي یاست، نو تمرین وکړئ او له هغو شیانو سره، چې اتفاق نه لرئ ((نه)) وواياست او په دې ډول خپل باور ته پراختیار ورکړئ.
البته چې دا ((نه)) ویل باید ډېر هوښیارانه او په نزاکت وي، چې د نورو احساساتو ته زیان ونه رسېږي او دا هغه موضوع ده، چې موږ پرې د ښکلو اړیکو په بحث کې خبرې کوو، چې اصولاً له نورو سره باید ښه او مناسب چلند وشي. په هر حال تاسو له مینې، محبت او یوې نړۍ اخلاص سره په ډېر هوښیارانه ډول ((نه)) وایاست او ځان خلاصوئ او په دې توګه پر نفس باور او اعتماد ته پراختیا ورکوئ.
((زما د ژوندانه د کتاب ټول مسایل حلېدونکي دي))
درویشتم اصل: ((پوهه او تجربه))
پوهه او تجربه پرځان د انسان له باور سره مستقیمه اړیکه لري. هرڅومره چې ډېره پوهه لري په هغې اندازې پرځان ښه باور هم لري. هغه کسان چې پوهه نه لري؛ نو هغوی پرځان باور او اعتماد هم نه لري.
آیت ((هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ (9))) زمر
ژباړه: ایا هغه خلک چې پوهه لري برابر دي له هغو خلکو سره، چې پوهه نه لري؟
البته دا بحث په ډېره کلي توګه مطرح شوی، حقیقت دا دی، دا نه ښايي، چې یو انسان په ټولو شیانو پوه شي او په هره برخه کې پوره معلومات ولري؛ خو خبره دا ده، چې هر انسان باید په خپله څانګه او کار کې پوره معلومات ولري. د ساري په ډول د یو شرکت مالي مامور باید ورځ په ورځ د حسابدارۍ معلومات زیات کړي، په دې اړه د کتابونو په لوستلو سره

(c) ketabton.com: The Digital Library

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

((چې ژوند وی تل سعادت ته نژدې وي))

څلېرويشتم اصل: ((نظم اوکاري انضباط))

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

(c) ketabton.com: The Digital Library

که چېرې تاسو غواړئ، چې پرځان ښه باور ولرئ او له دې لارې د ژوندانه لويو لويو برياليتوبونو ته ورسېږئ؛ نو هڅه وکړئ، چې د ژوندانه په ټولو چارو کې نظم خپل شعار وګرځوئ.

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

((او صيکم بتقوی الله و نظم امر کم))

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

حضرت علي کرم الله وجهه په چارو کې د نظم مسأله د الله جل جلاله تر تقوا وروسته مطرح کړې ده، چې دا پخپله د انسان په ژوندانه کې د نظم ارزښت څرګنداوی کوي؛ ځکه نو ای د ژوندانه د پوهنتون محصله! د خپل ښکلي باړر په څنګ کې د ژوندانه په ټولو چارو کې نظم ته پراختيا ورکړه، ځکه چې نظم د شخصيت لامل او يو روښانه نور دی. ستا د باور او اعتماد زياتېدا لپاره پکار ده، چې د ژوندانه په ټولو چارو کې نظم ولري.

((زه يو منظم انسان يم)).

پنځه ويشتم اصل: ((نه خنډ))

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

(c) ketabton.com: The Digital Library

کله چې د کوم کار د ترسره کېدو پرېکړه کوئ، تر هغه وخته چې هغه کار مو ترسره کړی نه وي؛ نو د هغه په اړه وخت ناوخت فکر کوئ او خپل ځان رټئ؛ نو ستاسو ضمیر د باورونو او اعتماد د بنسټ په ورانولو پیل کوي. هغه کسان چې له کوم ځنډ پرته خپل کارونه په ټاکلي وخت تر سره کوي خپل شخصیت او ضمیر ښکلی کوي او په پایله کې د نفس پر وړاندې خپل اعتماد پیاوړی کوي. د نن کار سبا ته په پرېښودو او ځنډولو کله ناکله امکان لري انسان د هغه کار تر سره کولو ټاکلی وخت له لاسه ورکړي او له دې امله ډېر زیانمن شي، چې په پایله کې ټول عمر ځان ملامتوي؛ نو همدا ملامتیاوې د هغه د باور بنسټ لړزوي. په ځنډ کې آفتونه نغښتي دي.

انسان هغه وخت بریالی کېدای شي، چې د وخت اهمیت وپېژني او هر کار په خپل ټاکلي وخت کې ترسره کړي.

له کارونو سره حساسیت او یا کارونو ته ارزښت ورکول دواړه ستاسو له شخصیت جوړېدنې سره نېغه اړیکه لري. یو غربي ضرب المثل دی، وايي:

«ان که دا کار ډېر مهم هم نه وي؛ خو هیله کوم چې همدا اوس یې ترسره کړئ»

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

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

(c) ketabton.com: The Digital Library

شپږویشتم اصل: ((د وخت اداره کول))

هغه انسان، چې په خپل نفس ښه باور لري، د خپل وخت او عمر واګې په خپل لاس کې نیسي او د هغو ښه لاربښونه او ښه اداره کوي. هغه انسانان، چې خپل وخت بې ځایه تېروي تل د وروسته پاتېوالي احساس کوي او پرځان باور ته زیان رسوي. منظم انسانان په ښه توګه خپل وخت اداره کوي، تاسو په څه ډول له خپل عمر او وخت سره مخامخ یاست؟ آیا خپل وخت په سمه توګه اداره کولای شئ؟ تاسو د فکري ټکنالوجي د بریالي زده کوونکي په توګه د شپې له خوا چې د راتلونکیو ۲٤ ساعتونو په اړه په دقیقه توګه فکر ونه کړئ، نو خپل سر پر بالښت نه ږدئ، چې دا راتلونکي ۲٤ ساته به څنګه تېروئ. ځینې خلک له خپل با ارزښته وخت څخه، چې کېدای شي په هره ګړۍ کې یو لوی بري ته ورسېږي، نا خبره وي. ستاسو په څېر یو هوښیار انسان هره ګړۍ خپل وخت او عمر ته پام ساتي او په سمه توګه هغه اداره کوي. تاسو باید په هرو ۲٤ ساعتونو کې خپل ژوندانه ته یو پروګرام جوړ کړئ او د خپل ژوند اونۍ، میاشتې او کلونه په سمه توګه ډلبندي کړئ، د وخت له غلو څخه ځان وساتئ، له کوم پروګرام پرته بې ګټې او بې منځپانګې ټلېفونونه، بې ګټې او اوږدې خبرې اترې او همدارنګه اوږدې لیدنې کتنې، دا ټول ستاسو د وخت غله دي، خپل وخت او عمر ته پام وساتئ.

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

((زه په ښه توګه د خپل وخت ادره کوم))

(c) ketabton.com: The Digital Library

اوه ویشتم اصل: «خپلو مهمو کارونو ته د لومړیتوب حق ورکول»

هر انسان د خپل ژوندانه لپاره د یوې اونۍ، میاشتې او یاکال په بهیر کې یوشمېر مسوولیتونه لري او یو لړ کارونه ترسره کوي. د خپلو چارو په ترسره کولو کې د بریالیتوب یو لامل په کارونو کې نظم دی؛ نو د انسان یو مسوولیت دادی ، چې خپل کارونه د هغو دارزښت له مخې ډلبندي کړي.

په دې پوهېدل ډېر مهم دي، چې کوم کار باید لومړی ترسره شي او کوم کار وروسته. په هر حال وخت ډېر لږ دی او کله کارونه له وخت څخه ډېرېږي او د انسان له توانه هم بهر وي، نو دلته د کارونو ډلبندي له تاسو سره ډېره مرسته کوي. مخکې له دې چې د کارونو په ترسره کولو باندې پیل وکړئ باید دا ووینئ، چې کوم کار د ډېر ارزښت وړ دی او باید لومړی ترسره شي. که چېرې تاسو د یوې ورځې په بهیر کې خپل ټول کارونه تر سره نه کړل نو کم تر کمه؛ نو نه ترسره شوي کارونه باید هغه وي، چې د ډېر دارزښت وړ نه وي. دا کار پرځان ستاسو له باور او اعتماد سره ډېره مرسته کوي.

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

اته ویشتم اصل: «خپل ځان باید له نورو سره پرتله نه کړئ»

یوه لویه ستونزه، چې پرځان ستاسو باور او اعتماد ته زیان رسوي، له نورو سره د ځان پرتله کول دي. دا د خپل شخصیت بنسټ ته سپکاوی دی، هغه انسان چې په خپل ځان پوره باور لري، خپل ځان محور ګڼي او پرځان باور لري او ځانه په درنښت قایلېږي. کله چې څوک ځان له نورو سره پرتله کوي او هغه له ځانه ښه ګڼي نو د هغه ضمیر هیڅ ډول سم قضاوت نه شي کولای او داسې ګڼي چې په رښتیا هم دا انسان د نورو په پرتله دومره ښه نه دی، نور له ده څخه غوره کارونه ترسره کولای شي. په دې توګه د باورونو مانۍ

(c) ketabton.com: The Digital Library

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

باور وکړه، چې ویې وینې:

نهه ویشتم اصل: «په ژوند کې د هدف شتون»

د ژوندانه د موخې له مخې انسانان دوه ډوله دي، یوه ډله هدف لرونکې دي یانې هغوی پوهېږو چې ژوندانه کې څه غواړي او خپله راتلونکې یې مخکې انځور کړې ده، نوځکه د ژوندانه په بهیر کې داډمن حرکت کوي او

(c) ketabton.com: The Digital Library

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

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

هغه انسانان چې ځانګړی هدف لري معمولاً پرځان باور او پر نفس ښه اعتماد لري. د دوی په پرتله هغه انسانان، چې کومه ځانګړې موخه نه لري او له کوم ټاکلي هدف پرته ژوند کوي پرځان لږ باور لري او پر نفس يې اعتماد کمزوری دی؛ نو تاسو څه ډول ياست؟ آيا په ژوندانه کې هدف لرئ؟ کوم ځانګړی پلان او پروګرام مو د ژوندانه لپاره جوړ کړي دي که نه؟ د ژوندانه نقشه مو کارېلې ده که نه؟

آيا په ژوندانه کې کومې هيلې لرئ؟ که مو چېرې ځواب منفي وي؛ نو هرو مرو د فکري ټکنالوجۍ د راتلونکي لپاره د پلان د جوړونې کتاب ته مراجعه وکړئ. خپله راتلونکې جوړه کړئ اوپه دې پوه شئ، چې همدا هدف د يوه ژوند مقصد او لاره ټاکي او همدا موخې دي، چې انسان په خپل نفس باور او اعتماد پيدا کوي او همدارنګه ژوندانه ته مينه ورکوي. يو هدف مند انسان په ژوندانه کې هيڅکله نه خواشينی کېږي. هدف پرځان باور ته ښکلا او پايښت بخښي، په خپل ژوندانه کې ځانته هدف وټاکئ او نورو ته سترګې په لاره مه اوسئ، چې نېکمرغي مو تل په برخه شي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د يرشم اصل: «حرکت او د انسان فزيکي حالت»
هغه انسانان، چې پرڅان ښه باور او اعتماد لري، په ظاهره هم له نورو څخه توپير لري، په ډاډه توګه وينا کوي، هسکه غړې ګرځي، اوچت قدمونه اخلي، ان د هغوی حرکت هم له نورو څخه چټک دی. د انسان فزيکي حالت پرڅان د هغه له باور سره مستقيمه اړيکه لري، تاسو څه ډول ياست ؟ څه ډول کښېنئ؟ څه ډول په لاره ځئ؟ کله چې له نوروسره خبرې کوئ کومې خوا ته ګورئ؟ د خپل اوږدونکي سترګو ته؟ خپل فزيکي حالت ته پام ساتئ، چې هغه پرڅان ستاسو باور ته پام وساتي، پرڅان ښه باور ولرئ او له همدې باور سره د يوه ښه ژوندانه په لور حرکت وکړئ.

پای

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