

د چاپ حق خوندي دی.

کتاب پېژندنه:

نوم: دمطالعي او امتحان لارښود

ليکوال: عبدالله گل "ريان"

کمپوز: ريان علمي مرکز

خپړندوی: صديقي خپړندويه ټولنه

تېراژ: ۱۱۰۰ ټوکه

چاپ کال: ۱۳۹۰ هـ ل

د موندني ځای:

۱- صديقي کتاب پلورنځی، کاسي واټ، کوټه.

۲- صديقي کتاب پلورنځی، ارگ بازار، کندهار.

Ketabton.com

لومړۍ برخه:

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

څرنگه مطالعه وکړو؟

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

که یې ولولئ څه به ومومئ

که غواړئ مطالعه وکړئ او ګټه ترې واخلي، تر هر څه وړاندې، دخپل ځان د جسمي او روحي روغتيا خیال وساتئ. بدن او روح روغتيا او ارامي يوازې دمطالعې او یا کوم بل کار لپاره ضروري نده، بلکې د ژوند له بنسټيزو ضرورياتو څخه دي. که جسمي روغتيا او یا روحي ارامتيا نه وه نو هېڅ نلرئ.

د یو ه شخص د بدنې ناروغتيا او روحي نا ارامي ځینې نښې دادي:

۱- حواس نه راټولېږي، فکر تمرکز نسي پیدا کولای.

۲- خوب عمیق او ژور نه وي، د خوب په وخت کې سپی لکه نیم بیدار داسي وي.

۳- تل ستړی غوندي وي.

۴- د بدن وده یې ښه نه وي، ډنگر وي.

۵- تل په چورتونو کې ډوب وي.

۶- په خیالي نړۍ کې ډېر قدم وهي.

۷- تل د کمښت او حقارت احساس کوي.

۸- خپله راتلونکې تیاره ويني.

۹- دمعدې او هاضمې حالت یې تل ویجاړ وي.

۱۰- ډیر حساس وي، په کمه خبره ډیر په قهر کېږي.

۱۱- له نورو خلکو او چاپیریال سره جوړېدلای نسي.

لړلیک

که یې ولولئ څه به ومومئ.....	۲
لومړنۍ خبرې.....	۱۱
سریزه.....	30
څو ضروري خبرې.....	33
د کتاب کتلو ډولونه.....	36
د کتاب کتلو چاپیریال.....	39
د وخت سپما (دمطالعې وخت).....	42
د عادت په بدلون کې زغم ولرئ.....	47
څرنگه چېکه مطالعه وکړو؟.....	50
له مطالعې څخه ژر مطلب اخستل.....	54
خپله حافظه غښتلې کړئ.....	59
مغزي ناروغتيا.....	60
د حافظې ارامتيا.....	61
د حواسو تمرکز او د حافظې تقویه.....	61
څرنگه حافظه تقویه کړو.....	63
ښه غور و نیسئ.....	64
له کتابتون څخه ګټه واخلي.....	70
د کتابونو ترتیب او تنظیم.....	70
په کتابتون کې هغه کتابونه چې بهر ته نه وړل کېږي.....	79
خپل معلومات په لومه کې بند کړئ.....	82
په ټولګي کې د یاد دښتونو د اخستلو لپاره دا ټکي په یاد ولرئ.....	84

که دانېسې په ځان کې وينئ، نو تهرڅه وړاندي به ددې
مکنت دپوره کولو پخه اراده کوئ لېا به نولېر ترلېر. هله
بنوونکي يا کومېل پوه شخص او يا هم له لاکتر سره مشوره
کوئ او داتکي به هم په پام کې لړئ :
۱- خوب، خوراک، بدني روزنې (ورزش) او پاکي خيال
وساتئ.

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

۳- خپلو کړو-وړو ته په عيني توگه گورئ. هر کار او هر عمل
يوه انگېزه لري، زموږ کړوړه هغه وسايل دي چې زموږ د دنده
احساساتو نمايندگي کوي. خپلو کړو-وړو ته بايد وگورو چې
هغه زموږ غوښتنې پوره کوي او کنه؟

زموږ غوښتنې منطقي او عملي دي اکه يوازې د خيال په
خپو کې راسره يو ځای کيدلای سي؟

هره خطا او تېروتنه مو ومنئ. که خط هم وکړو او هغه وهم نه
منو، خو به په اصطلاح په مرکب جهل اخته يې وواوېل به مو
د يوه کار په ځای په بې گټې دفاع وخت او ځواک لگولی وي.

۴- له نورو سره د باور او دوستۍ په فضا کې اړيکي ولړئ.
خپلي ستونزې ورته وواياست. که ښه او نيکه مشوره يې درکړه
خوښه اکنه دخپلو ستونزو په يادولو، هغه کمولای سي.
د ستونزو له بيانو څخه ويره مه لړئ. که تاسو خپلي ستونزې

نورو ته وواياست، هغه هم تاسو ته خپلي ستونزې وايي، په دې
توگه له تاسو څخه د افکر لريکېزې چې گويا يوازې زه به
دا ستونزې لرم. کله چې تاسو په ستونزو کې ځان يوازې ونه
بولئ، نو بيا له جهان سره غم نه غم ستاسو غم يقيناً کمېږي او
سپکېږي. که خپلي ستونزې له چاپېريال سره راډگر ته نکړئ،
کيدلای يې هغه ستاسو د تحت الشعور برخې ته نقل او په
روحي عقده بدلي سي.

دوست دامعنی نلري چې هغه پوه او يا خورا باوري شخص
وي. نه دې گپ، شپ لپاره هر دوست، اشنا، د ټولگي
ملگري، بنوونکی، يا کوم خپلوان مناسب شخص وي. خو
د ستونزې حل بيا هم په تاسو پورې اړه لري داستونزې په دې
هيله بل ته مه وواياست چې هغه به مرسته در سره وکړي، بلکې
يوازې په اصطلاح د زړه پر اس به مو ووزي او د فارسي ژبې په
اصطلاح (اظهار درد دل) به مو کړی وي.

۵- د حال په زمانه کې واوسئ، تېروخت تير دی او راتلونکی
لري، خو حاضر وخت لروکه کومه ستونزه لرو هغه همدا اوس
حل کوو داسي نه چې د تېري او يا راتلونکي احتمالي ستونزې
په هکله اوس غم وخورو. نه تېر، تير دی او راتلونکی لا
رارسيدلی نه دی. داسي نه چې، نه له تېرو تجربو گټه واخلو او
نه د راتلونکې لپاره پلان ولرو. بلکې دا دواړه اړخه بايد راسره
وي خو هسي په فکر او چرت تېر او راتلونکی وخت، زموږ
د حال او داوسني وخت، کار او ژوند را خراب نکړي.

٦- هره خبره په ځان ډېره گرانه مه گڼئ، تېروتنې ومني، خو غم يې نور مه خورئ، تېروتنې ليدل او منل درنښت يې برياليتوب وسايل دي.

٧- تل چمتو او خوځند او سئ. اصلاً له ژوند او چاپيريال سره د جوړښت شرط همدا دی چې انسان به هر ډول ستونزو ته چمتو وي او دستونزو په ليدلو ځښت او تحرک ولري، کنه په يوه ستونزه به نورې ستونزې هم موندل کېږي.

خو ځښت په دې معنی نه چې انسان بې پلانه هسي گرځي، راگرځي. بلکې د هر کلپاره پلان درلودل هم يو تحرک دی. د تحرک يو اړخ دا هم دی چې که د حل کومې لارې پايله نه درلوده، بله يې کړئ. دستونزو پوخت کې په خيالونو کې ډوبېدل، نه چمتو والی دی او نه هم خوځښت. د روحي آرامتيا يو مثبت اړخ دادی چې دستونزو په وړاندې فعاليت وښودل سي، نه دا چې د خيال او وهم نړۍ ته ورڅخه تېښته وسي.

لله نورو سره د خوښې اړيکې ولرئ، په گوښه کې مه ولسئ، له نورو سره گډ کار وکړئ ترڅو له خپل ژوند څخه د عملي اړخ تصوير ولرئ. له ټولنې سره گډ ژوند ولرئ. په ټولنه کې کار وکړئ، د خپلې ټولنې او ملگرو برياليتوب په فکر کې له خيال او چرته څخه خلاصيدلای سئ، علمي او فرهنگي کارونه په ټولنه کې ارزښت لري، نو خپل کار د ټولنې لپاره او په ټولنه کې وکړئ. ښه ژوند هغه دی چې څوک خپل استعداد ته په ټولنه کې له چاپيريال سره په جوړښت وده ورکړي.

ځکارونه له تفريح او استراحت سره وکړئ، د بدني روغتيا او روحي آرامتيا له پاره د کار تر څنگ تفريح او آرام کول لازم دي. کار بايد يو ډول، ډېر او گران نه وي. د کار او چاپيريال بدلون د عادت د بدلولو لامل گرځي. کله که څه ناوړه عادتونه راسره ملگري کېږي، په تفريح او گرځېدلو له منځه ځي. روحي تشویش او روحي نا آرامي کمېږي، تفريح د بيا کار کولو له پاره په انسان کې نوی ځواک پيدا کوي.

١٠- په ځوانانو او خصوصاً زده کوونکو کې دوه سونزې ډېرې ليدلې کېږي: تر اندازې زياته نا آرامي او بل د کمښت او حقارت احساس...

انسان بايد فکر وکړي، د خپل کار او ستونزو د حل له پاره لاره وسنجوي خو د ومړه تللو لټونې چې ذهني تمرکز وبایلې، اعصاب يې کمزوري او عملاً کوم بل کار ونکړای سي. څوک چې کارونو ته دومره په فکر کې وي چې، ذهني تمرکز يې له منځه ځي دا په اصل کې يوه پټه بيماري ده. د دې تشویش تلولي والي دور کېدلو له پاره بايد سپړی داسې چاره وکړي چې:

الف: دا نا آرامي معمولاً د هغو کارونو په هکله پېښېږي چې هغه کارونه لا سرتېر سیدلي نه دي او يا هغه کارونه دي چې مخته لا پېښ سوي دي. که هرڅومره چرت ووهي او فکر خراب کړي، تېر کار وڅخه تېر سوي او راتلونکي هم په چرت نه سمېږي. ويل کېږي چې زموږ چتون او فکر خرابي يوازې په

سلکي اته زموږ د ژوند په رښته ښي اړخ کي، معقول او منطقي دي، نور ټول زموږ و هم راته زېږوي. که د خپلو ناراميو په هکله سمه شننه او قضاوت وکړو، ډېڅه به مو په خپله له منځه وړي وي.

ب: کوم کار چي تاسو يې په چرت، خيال او فکر کي راگير کړي ياست، هغه نورو ته وواياست يايې لږ تر لږه وليکئ. ددې تشويشونو ښکاره کول، دهغوۍ هغه دستونزو درازېږولو اړخ کمزوری کوي زموږ ډيري وېري بې ځايه دي. خو موږ يې داسي ځای ته رسولې يو چي خوب او خواږه راباندي حرام سي. ج: د ډېر فکر په ځای بايد نقشه جوړه سي. نقشه او پلان جوړول، معلومات غواړي. کار او خوځښت غواړي. تاسو فرض کړئ چي زده کوونکي ياست اقل مو د ازموينه يې سوچ او ياد خوړوي. دا څوړ او وېره خيالي ده. ځکه ازموينه لري ده، اسانه ده او عادي کار دی. ددې په ځای چي فکر پکي وکړئ، لوست وگورئ، مهلې وېش ولرئ، د ازمويني تر راتلو که مو هڅو مړه وخت کموي خو په کتاب کتلو به مو څه زده کړي وږي. که ذهني ځواک زياتوي خو بې ځايه د خيال او فکر نړۍ ته تلل ذهني خرابي رامنځته کوي.

د کمي او حقارت احساس هم له بې ځايه فکرونو پيدا کېږي خوداسي غښتلی اړخ دی چي د بل هر مثبت کار مخه نيسي. د کمي او حقارت دا احساس مخه هم نيوله کېږي، غوره لاره يې داده چي څه له نورو سره ياده کړئ، تاسو ته به معلومه سي

چي همدا ستونزه نور هم لري. همدا پوهيدل تاسو ته ښيي چي په دې احساس کي يوازي نه ياست. ددې منفي احساس اغيزه په دې کمېږي چي ځان پکي يوازي ونه گڼئ. په خپله زيار و باسئ، څو دا احساس کم کړئ. که مو برياليتوب په برخه نشو، زيار و باسئ چي دخپل استعداد په بل اړخ کي توفيق پيدا کړئ، دا برياليتوب هغه منفي احساس کموي.

بله او غوره لاره دا هم ده چي د ټولنې ژوند اړوند کتابونه وکتل سېپه غونډو او د مشرانو په مجلسونو کي گډون وکړئ او د غږېدلو، وينا کولو او مضمون ويلو په فرصت کي وينا وکړئ او مقاله وواياستد همدا سي کارونو په موفقيت او برياليتوب کي مو دا احساس کمېږي.

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

که په کوم کار کي پاته کېږئ او هغه پرېږدئ، تر ډېره وخته يې په فکر کي مه اوسئ.

— خپل کړي عمل ته، هغه چي تر وخت تېر وي، په ډېرو دلايلو د حقانيت دلايل مه لټوئ، ددې په ځای نوی عمل او کار سم کړئ.

په هر کار کي دخپل کار د پاته کيدو ملامتي په نورو مه اړوئ. ځکه هغه نسي پټۍ کولای خو د مټې عوامل په ځان کي ولټوئ او چاره يې ومومئ.

- په ژوندکي شخصي پروگرامونه ولری، سربېره څه کوی او بل کال به څه کوی ؟ ژوند په احتمال پنځه کاله اولس کاله وروسته به څه کوی او څرنگه ژوند به لری.

- په خبرو او مباحثې د افکر مکوې چې زما خبره دې تل سپره وي بلکې هر څه په معقولیت او منطق منی او ورته تسلیمېږی.

کله که په کوم کایا مطالعه بوخت یاست، دراتلونکي په فکر، ذهني تمرکز مه خرابوی.

- کوم نظر چې لری، په منطقي ډول یې مطرح کړی او بیا یې ژر مه پرېږدی.

- کوم کار، مثلاً ښونځی او مدرسي ته تلل او درس لوستل چې موخپل کار دی دې ته حاجت مه پرېږدی چې پلار، استاذ او یا بل څوک یې دکولو درته ووايي.

ځان یوازي مه گڼی. له هم ټولگیو، همزولو او خپلوانو سره ځان نژدې گڼی او د زړه خواله ورسره لری.

دنورو په انتقاد مه خفه کېږی او مه په خپلو کارونو کې په ماتې خوړلو او پاته کیدلو ډیر غم کوی.

- ډېر غم مه کوی، راتلونکی روښانه وینی. راتلونکې ته په تیاره کي کتل نا امیدی ده او نا امیدی ناکامي.

تل په دې فکر کي مه اوسئ چې فلاني څه راسره وکړل او فلاني څه، بلکې دنورو وراني ژر هېږوی.

خورو ته ډېر مه څېر کړي چې ولي ښېگڼي راسره کوي، څه موخه لري، یا څه راپسي وايي. خپل کار کوی، کاروان روان کړی، خلک پرېږدی چې خبري کوي ددې په ځای چې دهغوی مخه ونیسی ترې تېرسی او کاروان ورڅخه لري کړی.

- له ژوند څخه گيله مه کوی، په هيله او اميد کي ژوند وکړی.

- دکار اراده ژر کوی، ژر يي عملي کوی، ځان چرتونو ته مه تسليموی.

کانونه که درته گران او سخت هم وي، ځنډ مه پکي راولی هسي يې له مخه لري کوی.

خو ددې ټولو ترڅنگ له مطالعې څخه خوند واخلي او ددې خوند د زیاتوالي په هيله همدا کتاب پیل کړی، لویوالي يې د خیال په نړۍ کي مه گورئ، ويې لولئ که موگټور څه پکې ونه موندل نو دالوسئ چې زیان به موهم نه وي کړی. انشاء الله.

لومړنۍ خبرې

د ټولي ثنا او ستاينېر هغه ذات دی چې انسان ته يې د وينا په نعمت سره ستروياړ و بانه. د قلم ژبه يې ورته وښودله او د وروستني استازي په لومړنۍ وحی کې يې د لوست، پوهې او قلم يادونه وکړه.

د رود د وي په هغه الهي استازي چې فصاحت او بلاغت يې اعجاز و او ورباندې راغلې کتاب تر وروستني ورځې د دې کمال (فصاحت او بلاغت) ډگر تل پاتې معجزه ده. ورسره په نور و الهي استازو او په سمه لاره روانو مصلحينو دې وي چې د ژبې او قلم په توره يې ډېرې ټولنې سمې سوې دي. سلام دي وي په هغو چې نن هم سترگې په کتاب او لاس په قلم لري. سلام دي وي په تاي خوږه لوستونکي چې دڅه گټه د ترلاسه کولو په هيله، درته خوږې سترگې په دې پانوسټري کوي.

زه ځانته د دې ليکنې دوس او سم نيت او تاته د لوستلو دکړاو، د زغم اوله د پېانو څخه د خوند او برخي د اخستلو غوښتونکی يم.

وينو چې زموږ په ټولنه کې داسې کسان کوم چې کتاب وگوري، کم دي. که يې څوک گوري هم لوست او مطالعه يې موخه نه، بلکې يو ځنگيز او دوخت تير مشغله يې گڼي. له همدې کبله مولیکو الان کم دي.

وينا کوونکي مويادومره لوړ غږېږي چې د ټولني شعور ورته رسيدلای نسي، يا دومره ټيټ غږېږي چې، خپله وينا يې په خپله هم پتليز کولای نسي.

زده کوونکي وينو چې کال او کلونه ورباندې تيرسي. خولکه څرنگه چې ورته هيله وي، هغومره څه تر لاسه کولای نسي. په ازموينو کې يا پاته او يا شاته وي او....

ماچي به کله، کله خورې ورې پاني يا کوم کتاب وکوت. لور پېنمې داوه چې له هغو څخه لاسته راوړنه ټولوته ورسوم او هوډ مې کړی و تر څو څلور کتابگوټي وليکم.

۱- څرنگه کتاب ولولو؟

۲- څرنگه ليکنه وکړو؟

۳- څرنگه وينا وکړو؟

۴- څرنگه ازموينې ته چمتو سو؟

خو د څو کلنو سياسي، پوځي حالات داسې وو چې نه ما داخواړه واره فکرونه او زده کړې راټولولای سوای او نه مې داسې وسايل په لاس او اختيار کې وو چې دخپل لاس ليکنه ورباندې دومره زياته کړم، څو يې نور هم وگوري. په دې شپو، ورځو کې د زندان، هجرت، جگړې او سياسي الگو، درگو دستونزو له منځ څخه څه دبې غمي کونج ته نژدې سوی يم. يوازي تسلاسي هغه دښمن دی چې نه کتاب پيدا کولای سم او نه دخپلې زده کړې پايله لکه څرنگه چې ښايي ستاسو مخته ايښودلای سېله خپل هوډ څخه راگرځم، کتابگوټې په

سريزه

په هر کار کې د برياليتوب درې اساسي شرطونه:
د انسان فطري استعداد، له کار سره مينه (علاقه) او په
مهارت سره کار کول دي.

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

استعداد او علاقې هغه څه دي چې نه بنسټيزې او نه د بل په
ويلو زياتېږي. په استعداد کې خوتوپير سته. اما داسې څوک
نسته چې د کوم کار هېڅ استعداد ونه لري. يوازې دومره ده چې
که د چا استعداد کم وي، نو تر هغه چا چې استعداد يې ډير دی
زيات کار او تمرين ته اړتيا لري.

له کار، په ځانگړي ډول، له کتاب کتلو سره مينه او علاقې هم
د انسان خپله خبره ده. نه ورته بل څوک لاره بنسټ ولای سې او نه
يې اړکولای سواي. خو يو شى چې ډير اغيزمن دی، هغه
د شخص هدف دی. که څوک له ځان سره په ژوند کې هدف ولري
هدف يې لوړ، مشخص او شعوري وي، نو هغه په
ټولو کارونو کې داسې علاقې بنسټه کوي، کومه چې يې هدف
ته نژدې کوي.

په مطالعه کې د ژوند د اساسي هدف تر څنگ، که څوک
د تدريس، ليکوالي او يا وينا کولو دنده او وس ولري. دهغه چا
له مطالعې سره علاقې زياتېږي.

پاته سودرېم شرط چې، هغه په مهارت سره کار کول او يا

څپرکو بد لوم او يو ځای به څوپاڼي ورباندې توري کړم.
ستاسو مخته به يې ډالۍ کړم. خو، هوډ! پاڼې نه ستاسو فطري
استعداد زياتولای سې او نه له ليک او لوست سره
ستاسو مينه. يوازې دومره کيدلای سې چې که وغواړئ اوله
خپل خداى درکړي وس څخه په دې لار کې گټه واخلي، نو بيا
د پاڼې درواړو او ترې وپوښتى:

څرنگه کتاب وگورم، څرنگه يې په خپله وليکم، څه ډول وينا
وکړم او څه ډول په ازموينه کې بريالى سم.

که تاسو راسره دا خبره پخه کړئ، چې نورنوله مطالعې او
ليکنسېره مينه لرو. دا خبره زه درته پخه وایم: د پاڼې به مو
د پېښتنو ځواب وي، چې څه ولولم، څرنگه يې ولولم، څه
ډول څه وليکم او څرنگه وينا وکړم. انشاء الله.

يادونه: د اسرېزه مې په ۱۳۷۷ هـ ش کال کې ليکلي وه، هغه
مهالې مضمونونه په خلافت او کندهار مجلو کې، د څرنگه
مطالعه وکړو او څرنگه امتحان ورکړو، په عنوانونو خپاره سول
څرنگه ليکنه وکړو او څرنگه وينا وکړو، مضمونونه په طلوع
افغان جريده کې خپاره سول.

اوس راسره د دې دوو مضمونو مسودې سته، هغه خپروم.
د نورو متن راسره بشپړ نسته، که مې وموند، هغه به هم
خپورسي. انشاء الله.

وخت ورباندي تيرپېږي چي، يا ارقام وي اوله ده څخه هير سوي وي اويا کومه نوډې موضوع وي چي دده په غياب کي سرته رسيدلي وي.

کيدلاي سي تاسو پري باورونکې څوزه يي ستاسود حوصلي او عزم دزياتوالي له پاره يادونه کوم. ماته له بل ښار څخه يوميلمه راغی او دابن هشام کتاب چي په عربي ژبه اونبوي سیرت کي ليکل سوی دی، ورسره ؤ. کتاب مي ترې واخست. دماښام له لمانځه دماخستن ترلمانځه پوري مي په داسي حال کي وکوت چي دميلمه خبري هم بي ځوابه راڅخه پاته موي نه دي. داځکه چي ماته سیرت کي مطالعه درلوده او هغه ځايونه مي په غور وکتل کوم چي راته په نورو کتابونو کي مستند نه برينيدل اويا اختلافي خبري پکي وي اوپه نورو موضوعگانو کي خويوازي دپاڼو اړول اويا عنوان راته خنډ پيښ کړ.

کتاب کتل دي. دا شرط هغه د ډچي د بهراغيزه ورباندي ډيره ده اوپه دې ليکنه کي به د کتاب کتلو په همدې اړخ سره خبره کوو. څوزه چي درته څه ليکم، هغه دوهمه اړتيا او دنوروتجربه ده.

زما په نظر دريم شرط هم د انسان په خپل ځان کي ډير پوره کيږي.

مايوه ورځ يو کتاب کوت، دا کتاب په انگليسي ژبه او يوه امريکايي ليکوال ليکل ؤ. هغه دعوه کړې وه چي ديوې حکومتي څانگې مشر بايد په يوه گړۍ کي ۵-۶ سوه مخه راپور وگوري. زه خورا حيران سوم. خواوس خپلې هغې حيرانتيا ته حيران يم. ځکه ديوه سړي لپاره چي هغه دمطالعې څښتن وي، (۶۰۰ مخه په يوه گړۍ کي کتل نه د حيرانتيا خبره ده او نه څه زياته مطالعه ده. خو هو هله چي :

۱- يا انسان دمطالعي څښتن وي، کوم کتاب چي گوري، په هغه فن کي يي مطالعه کړي وي. په هغه کتاب کي ټول عنوانونه گوري يلووازي هغه موضوع چي ورته نوې وي ورباندي وخت تيروي.

۲- د کومي حکومتي يا بلې ټولنيزي څانگې مشر، که په خپل کار ذهني حضور ولري، نو ۶۰۰ مخه راپور په يوه گړۍ کي ورته کم دی. ځکه هغه ديوې پروژې په پيل څخه خبر وي. له جوړښت، بشپړتيا او پايان څخه يي په ذهن کي څه ذخيره لري، په ورکړل سوي راپور کي يوازي په هغو مخونو او برخو

خو ضروري خبري

داخو ټکي ډير ضروري دي خو يي له ځان سره ولری او بيا مطالعه وکړی.

۱- د مطالعي له پاره ډير کتابونه په ځانگړي ډول هغه چي په يوه فن کي نه وي ليکل سوي، مه غوره کوئ، بلکي لومړی له ځان سره هدف مشخص کړئ چي مضمون ليکل، تدريس او بنسټونه کوئ، وينا کوئ او که هسي معلومات زياتوئ. په دې ټولو صورتونو کي د خپل هدف له موضوع سره سم کتاب يا کتابونه غوره کړئ. ترڅو ذهني تمرکز پيدا سي. هر فن يوه نړۍ ده. که د مختلفو فنونو د کتابونو مطالعه په يوه ځای کي کيږي، حتمي خبره ده چي ذهني تيت والی او خورواوي به درته پيدا کيږي.

۲- زغم درلودل، داپه هر حال کي ضرور دی، خو په مطالعه کي هغه په دوو معناگانو لازم دی.

يو داچي د کتاب له کتلو سره زغم ولری، که کتاب گران وي د څو ځلي کتلو ستونزي يي وزغمی، که کتاب په ماخذونو حواله ورکړي وي، دهغو کتابونو د لټولو او کتلو حوصله ولری او ... بل داچي بهرني ستونزي وزغمی. مثلاً، د کتاب کتلو ځای بڼه نه وي، ملگري مزاحمت ولري، په کومه خبره درته غصه او خپگان پيدا سي. په دې ټولو صورتونو کي زغم داسي په کار دېچي داټول واړه خنډونه فرض کړئ، د قهر په ځای ورته سينه پراخه او له مطالعي څخه لاس په سر نسئ.

۳- د هر کار له پاره غښتلي اراده په کار ده. خود کتاب کتلو له پايو خورا ضروري توکی دی. د ارادې قوت د استقامت، ثبات او د کار د دوام ځواک دی. که له چا سره نه وي، په تمرين يي زياتولای سولای. که کومه ستونزه درته مخته راځي، د ارادې قوت له لاسه ورنکړی. په عامه توگه، د سړي اراده په داسي زغمونو او تمرینونو غښتلي کيږي:

الف - دهیڅ بهرني رځکت او د ژبي په زخم د کار له دوام څخه لاس مه اخلئ، خپلي کمزوري نقطې اصلاح او سمې کړئ. له کار او مطالعي سره بي پروايي مه کوئ چي د کتاب کتلو په وخت کي کوچني کار او حرکت تاسو له مطالعي څخه لري کړي. ب روحی سلامتیا په جسمي روغتیا کي ده. نو د مطالعي ترڅنگ؛ بدني کار ضروري دی. که د کار زمینه مساعده نه وه، سپورت او ورزش يي ځای نيسي.

ج - په خوړلو کي احتیاط و سي، غذايو ډول نه وي، وخت يي مراعات سي او زيات خواړه هم په بدن کي دروندوالی پيدا کوي چي هغه د خوب پيلامه ده.

د - د چاپيريال او ځان نظافت او پاکي مراعات سي. ناپاکي له يوه لوري بيماري پيدا کوي او له بلې خوا وقار کموي او په نتيجه کي په انسان کي د ټيټوالي احساس پيدا کوي، هلته نوانسان روحاً د کار توان بایلي.

ه - په ځان ويسا درلودل هم د هر کار له پاره ضروري خبره ده. داسي چي پرته دنورو له مرستي کار وکړای سي. د کتاب گرانې

د کتاب کتلو ډولونه

مطالعه او کتاب کتل په لومړنۍ لنډه، بشپړه او بیا کتنه ویشلای سوای .

لومړنۍ کتنه: تردې وړاندې چې د یوه کتاب ګراني برخې په ذهن بار کړئ، د اېښه ده چې له هغه کتاب څخه په ذهن کې یو ګلي تصویر جوړ کړئ او دا کار په لومړنۍ کتنه کېږي. لومړنۍ کتنه داسې ښکاري ګواکي یو کس د یوې سیمې په لور په برخه تیرېږي او دهغې سیمې لاندینۍ برخې ویني .

په دې ډول کتاب کتلو کې د اپوښتنې له ځان سره ولرئ :

۱- په څه ډول معلوماتو پسې ګرځم؟

۲- کومې کلمې او عبارات به زما د غوښتنو ځواب وي؟

۳- کوم مخ، عنوان، برخه یا څپرکي کې د خپل زړه معلومات پیدا کولای سم؟

تردې وروسته دخپلو غوښتنو او پوښتنو د ځواب له پاره:

۱- کتاب عنوان، د لیکوال نوم او دخپلیدلو تاریخ ته یې وګورئ .

۲- د سریزې دوه درې لومړني پاراګرافونه ولولئ، معمولاً د کتاب اصلي موضوع پکې ښکاره کېږي .

۳- د سریزې هر پاراګراف په لومړنیو جملو کې غور وکړئ . ځکه د پاراګراف مطلب پکې موندلای سئ .

۴- جدولونه، تصویرونه او لمن لیکونه وګورئ، ښکاره

موضوعګانې د نورو کتابونو په مټه حل سي. ځان داسې تلقین نکرئ چې زه د دې کتاب د کتلو جوګه نه یم.

و فکر او ذهن ته تمرکز پیدا کړئ، داسې چې د مطالعې په وخت کې هر څه هیر کړئ، د موضوع ته په یوه لنډۍ کې ډیره ښه اشاره سوي ده :

طالبه خدای که به ملا سي

په کتاب پروت، یادوې شینکي خالونه

د کتاب د کتلو په مهال، د دنیا د هراړخ خال او خط هیرول په کار دي.

د فکر او ذهن تمرکز، په تمرین کولو زیاتېږي او هغه هر څوک په خپل طبیعت کولای سي.

ج- د مطالعې له پاره، نوې، نوې لارې غوره کړئ. تل یو ډول مطالعه مکوی او د الیکټرون په له تاسو سره په همدې هکله مرسته وکړي. کوم کتاب چې ګورئ هغه ته وخت او اندازه مخته لا وټاکئ. دا کار به په هغه وخت کې تاسې نه بې واري کوي چې یا کتاب لوی وي او یا یې مطالب ګران .

عبارات او مغلق عنوانونه په نښه کړئ .

۵- د کتاب یا مضمون دوروستني پاراګرافونو لومړني ټکي هم په غور سره وگورئ .

په دې ډول مطالعه کي که رښتیا هم پوره پاملرنه و سي، نو په لږ وخت کي ډیره ګټه ترلاسه کيږي.

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

۱- په دې ډول مطالعه کي د پاراګرافونو څرنگوالی او د کتاب سبک ته پام وکړئ .

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

۳- د یوې علمي مقالې او مضمون لنډیز او پایله لومړی وگورئ .

۴- په دې ډول مطالعه کي مهم ټکي په نښه کړئ. څو کوم مطالب چي ستاسو له غوښتنې یاد کتاب له اصل موضوع سره اړیکي نلري، وخت ورباندې تیرنسي.

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

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

په اصل موضوع ځان پوه کړي وي. څلور، پنځه مهمي نکتي پکښي بیان کړا ی سي. دومره پوه سوي یاست چي د همدې کتاب د کره کتنې له پاره څومره وخت په کار دی.

بشپړه کتنه په بشپړه کتنه یا تکميلي مطالعه کي، هغه برخي کتل په کار دي، کومي چي په لومړنۍ او لنډه کتنه کي کتل سي ندي. معمولاً دا هغه برخي دي چي د تحلیل او پوهیدلو ستونزي لري. له همدې کبله په لومړنۍ مطالعه کي هغه څنګ ته سوي وي، چي په ذهن فشار زیات نسي. خو اوس ذهن دوه ځله فرصت ترلاسه کړی او د کتنې په دې پړاو کي ورته چمتو وي. په دې ډول کتاب کتلو کي د پښتو ته پاملرنه ضروري ده:

۱- مهم مطلبونه په نښه کړئ .

گوم ځایونه چي مهم څوګران وي، هغه د پوښتنې په نښه (پي) په یوه کرښه په نښه کړئ ترڅو په وروستۍ کتنه کي ورباندې غور وکړئ، له چایي وپوښتنې او یا یي د نورو کتابونو په مرسته حل کړئ .

۳- د مطالعې په دې پړاو کي مطلبونه باید په منظم ډول په حافظه کي وساتل سي ترڅو ورڅخه ګټه واخستله سي.

۴- معلومات ترتیب سي، لنډيزي و اخستل سي او نوي معلومات یاد اښت او په برخو ویشل سي ترڅو یي یادول اسانه سي. معلومات باید تر پښتو ډولونو او برخو زیات نسي، ځکه

پلټونښلې وده چې ذهن په يوه وخت کې تر پڼخوپه زياتو برخو مصرف کيدلای نسي.

بياکتنه: داد کتاب کتلو د همدې يا وروستني مطالعه بلله کيږي او هله بايد دوسي چې که زياتو معلوماتو ته اړتيا وه يا کوم ځايونه په لومړنيو پر اوونو کې پاته سوي وو او يا هغه وخت چې د ياد اېستونو تکرار ته اړتيا وي. تردې مطالعې وروسته کولای سئ، خپل ياد اېستونه بيا منظم کړئ د ټول کتاب لاسته راوړنه يې ترتيب کړئ او که د هر مقصد لپاره مو همدې مطالعه کړي وي هغه ورباندې پوره کړای سئ.

د کتاب کتلو چاپيريال

ټوله مطالعه په يوه ځای کې کوي، ځکه کومه خونه چې تاسو د تل له پاره د کتاب کتلو ځای وټاکئ، نو دهغه يې هر څه به درته عادي ښکاري، ذهن به مو تمرکز نه بایلي. خو که ځايونه بدلوي څرنگه ځای، نوي شيان لري. همداسي ستاسو ذهن بوخت ساتي او مطالعې ته مو پاملرنه کميږي.

بله گټه يې داده چې ذهن او حافظه موله هغه ځای سره داسي عادت کيږي چې دهغه ځای په ليدلو ژر ورته د مطالعې خاطرې راگرځي او چمتو کيږي. ورسره که تاسو د مطالعې پوټاکلای ځای ولري نو تل دي ته نه اړکيږي. د ځي د لوست اولیک وسايل سره غونډ او خوندي کړئ، بلکې همداسي به پراته وي چې هم ذهن تمرکز نه بایلي او هم دوخت سپما کيږي.

۲- له نا آرام چاپيريال سره د آرامولو مبارزه مه کوي، که راډيو غږيدله يا په يوه ډله کې ناست واست او يا نور داسي څه وو چې ستاسو ذهن يې تمرکز ته نه پرېښود. د دې ستونزو د حل لاره دنده چې چاپيريال آرام کړئ، بلکې تاسو په خپله داسي مطالعه پيل کړئ چې په همدې محيطي ناارامي لاس بري سئ او هغه ناارامي درباندي اغيزه ونکړي. ليدلې به مو وي چې څه ښي کسان په هوټل، موټر او نور ځايونو کې ژوره مطالعه کولای سي.

۳ کتاب کتلو لپاره داسي ځای مه خوښوي چې هلته تر ناستي، ځملاستي ته ميلان زيات وي. د ساري په توگه په خورانرم فرش کښينا ستل او يا په يوه ارامه چوکۍ کې ډډه وهل، هغه څه دي چې تاسو ته تر مطالعې د خوب او آرام خوا درنوي. ۴ ځان عادت کړئ چې په ډاډه زړه او ذهني تمرکز، مطالعه پيل کړئ. که په ذهن کې داسي کار لرئ چې د کتاب کتلو په وخت کې مو پاملرنه ورته اوږي، هغه لومړۍ سرته ورسوي او بيا کتاب کتلو ته کښيني. خو که مو ځان ورته بي غمه کړئ نه و، کتاب کتل هسي وخت تيرول دي.

۵- د مطالعې لپاره ميز او ورسره دمیز خراغ ښه دي خودومره هم ضرور نه دي چې پرته له هغو مطالعه نه کيږي. يوازي دا ضرور ده چې مطالعه په رڼا کې و سي او د دازادي هوامو جو ديت ذهني ستړيا کوي.

دوخت سپما (دمطالعي وخت)

ته داسي کسان چي خپل ډير اوښه وخت په غير ضروري يا هم بي گټې شيانو تيروي. زموږ د خلگو په اصطلاح "گپ شپ" کوي، منظره کوي، دښار او بازار چکر وهي، ديارانو مجلس ته ځي يا هم په هغه کار لگياوي چي هروخت او له ده څخه پرته هم کيږي. بده لا دا چي ډيروخت د کور څخه د وتلو په مهال، په هنداره کي په کتلو، د جامو په سمولو او نورو عادتونو مصرفوي. خو څوک چي له ځان سره داسي مهال ویش ولري چي د مطالعي کار، سیکل او تفريح، د دوستانو او خپلوانو ليدل پکي معلوم وي او هغه مهال ویش ته ځان اړ وبولي، نو ډير وخت به يي وسپميږي.

دوخت د مراعات او سپما لپاره، که دا څو نکتې په ياد وساتلای سي بي گټې به نه وي.

۱- د ورځني کار او لوست، مطالعي او کتاب کتلو ټول ضروريات تل چمتو ولری که سهار وختي کار يا زده کړي ته ځی او يا کتاب گوري، دهغوي ټولول او سمبالول به مو وخت نه نيسي.

۲- راډيو، تلويزون او سينما په خپل ژوند مه لاس بري کوئ بلکي هغو ټول په خپل اختيار کي ولری، په دې معنی چي کوم مناسب پروگرامونه چي موخوښ وي نو کولا ی سئ ترنيم ساعت پوري يي ووينایي يا خپله مطالعه پيل کړی. خو که

۶- که د مطالعي له پاره ځانگړی ځای نه پيدا کيږي نو بيا دومره څه لازم دي چي ستاسو د ليک او لوست لوازم پکي خوندي او ژر يي له يوه ځايه بل ځای ته يو وړلای سئ. دا کار دوه گټې لري: يو وخت سپميږي او بل ذهني تشویش نه پيدا کيږي.

که د ژوند سهولتونه ښه وي نو بيا د مطالعې له پاره ځانگړي خونه، هغه هم له گټه گونې څخه خوندي، د تازه هوا جريان، د کوټي د تودوخي معينه درجه (د شل ساتتيگراد په خوا او شا کي) مناسبه رڼا، مناسب ميز چي مخ يي د ډيرو کتابونو ځای ولري او ترلاندې هم د لوازمو د ايښودلو ځای يي ستروي، لازم دي. خو که د ژوند ناخوالي دا سهولتونه درته برابر ولای نسي، نو بيا له ستونزو سره ځان روږدي کړی. له چاپيريال سره عادت کيدل د ژوند د پايښت شرط دی. په مطالعه کي هم بايد موږ د اسانتياوو په نه شتون کي ځان ته بهانه ونه لټوو بلکي مطالعه وکړو او له عادي اسانتياوو څخه ستره گټه ترلاسه کړو.

دهغه پروگرام له پاره مهال ویش ونلر ئ همدانیم ساعته پروگرام مودرې ساعته وخت ضائع کوي .

٣- اضافه اضافي خبرو، تلفون کولو او تلفون ته په کښیناستلو وخت مه ضایع کوئ اوس خوموبایل هسي هم دوخت د ضایع کولو هغه خطرناکه وسیله ده چي نه زور تری بیغمه دی نه خوان، نه دلمانځه قید مني اونه د تشناب. هرځای یی کړنگی وي. بده لاد اچي ځان د بښمنه خوانان، په دیرش کلنۍ کي ورباندي لوبی کوي .

۴- ځان ته سوغات ورکړئ . مثلاً، له ځان سره وواياست که مچا کتاب په دومره وخت کي وکوت ، نیما به هغه تفریحي کتاب گورم ، یا به دراديو فلانی پروگرام اورم اویا به ...

۵- د بیکاري له لنډو شیبو څخه گټه واخلي . مثلاً غواړئ کوم پروگرام واورئ . ورسره بل مصروفیت هم ولرئ، ورزش وکړئ نوکان واخلي، سنت سم کړئ، جامي ترتیب او وتوکړئ . لنډه داچي داسي کار ورسره وکړئ چي د پروگرام د اوریدلو مزاحم نسي . کولای یئ څو ساده کارونه په یوه وخت کي وکړای سئ خوگران کار له ځان سره بل نه مني .

دا خبره ومنئ چي په یوه وخت کي څو کارونه کولای سئ، ځکه انسان پنځه حواس لري، په یوه وخت کي له ټولو گټه اخستله کیږي . یوتن چي (پایوري کوي، دهغه سترگي، لاسونه پښي، غوږونه او ژبه په یوه وخت کي کار کولای

سي، نوله راډيو او تلويزيون سره هم داسي کار کیږي چي وروسته د مطالعې وخت ورباندي ضایع نسي .

ددې ترڅنگ داسي نورې شپې هم راځي چي ورڅخه گټه واخستلای یئ مثلاً، په دفتر کي له بیکاري څخه، په ښوونځۍ کي له خالي ساعت او یا تر درسي ساعتونو وړاندي وخت، دډوډۍ او نورو کارونو د انتظار په وخت او د لویو لارو په موټر کي هم مناسبه مطالعه کیدلای سي .

اوږځني وخت په مناسب مهال ویش ډک کړئ، خو کار، لیک، لوست او تفریح ته وخت معلوم کړئ .

په دې کار سره به د مطالعې له پاره فرصت، ذهني ډاډ او نورو کارونو ته وخت پیدا کړئ. دا ډیره ښه خبره ده چي چا کړي ده: که غواړئ چي کار موثر خلاص سي، په هغه چایي وکړئ چي ډیر کار لري .

د ډیر کار گټه داده چي کوونکي یی په مهال ویش کارونه سرته رسوي او د چاچي کار کم وي، هغه مهال ویش نلري او هغه کم کار هم ورڅخه پاته وي .

زما د زده کړې وخت تجربه ده، کوم زده کوونکي چي به د کور کار هم درلود، هغه زده کوونکي به تر هغه شاگرد په ټولگی کي وړاندي و کوم چي کار به یی نه درلود . بیکاره زده کوونکي به په ډي خبري غولولۍ چي : بیا به یی ولولم او د ډیر کار څښتن زده کوونکي، د پړاډي وړاندي کړی و چي کله به یی د کارونو ترمنځ کم وخت هم پیدا کړ، کتاب به یی کوت .

نوددې لپاره چې دمطالعې په بهانه نور کارونه او دنورو کارونو په بهانه کتاب کتل پاته نسي، غوره لاره داده چې ورځنۍ (۲۴ ساعته) وخت، په مهال ویش داسي وويشل سي چې: خوب، کا ومطالعه، ليدني، کتنې هرڅه پکې ځای سي. که مطالعې ته يو ځانگړی وخت وټاکل سي، هغه وخت ته ذهني چمتو والی پيدا کيږي.

۸ مهال ویش په خپل نظر ترتيب کړئ. ځکه هرڅوک ځانته کارلري او په خپل کار هرڅوک ښه پوهيږي چې کوم راته مهم او کوم غير مهم دی، څه وخت مطالعه کولاى سم او څه وخت دژوند نوري چاري په مخ بيولای سم.

۸ مهال ویش بايد داسي ترتيب سي چې که کله مهم کار، مثلاً مطالعې ته کيږي، بله شيبه وخت پيدا کړئ، د استراحت او تفريح له وخته د اتسه ډکه کړي. دتفريح او راډيو، تلويزيون له وخت څخه ورته د پاته سوې مطالعې گټه واخستله سي.

۹ که په مهال ویش کي مطالعه يې ته په يوه وار ډير وخت ورکړئ. مثلاً وايست چې هرما سپينين مطالعه کوم او دورځي له مخي څيرمي نور کارونه کوم. داچي دما سپينين وخت ډير وي، ذهني ستړيا پکې پيښيږي. نوددې ستړيا دلري کولو له پاره دوه کارونه بايد وسي:

يا داچي تړيو ساعت يا يونيم ساعت وروسته، دتفريح له پاره لږ تېره لس دقيقې وخت بيل کړئ. يا داچي دمطالعې موضوع

اکتاپ بدل کړئ. د موضوع بدلول ذهن ته دتفريح په څيرار امتيا بحبني.

۱۰- دمطالعې په وخت کي دمهمو ټکو ياد د لښتونه واخلي، دا کار يو ذهن ته ډاډ بخښي او بل وخت سپموي. ځکه که دوهم حل همدې معلومات ته اړتيا پيدا کيږي، دټول کتاب دکتلو په ځای به يوازي دا ياد د لښتونه وگورئ.

۱۱- دمطالعې په اراده، که دمطالعې ځای ته ورسيدلى نو ژر به مطالعه پيل کړئ، څومره چي ځنډ کوئ هغومره مو ذهن چمتو والی او تمرکز بايلي.

۱۲- وخت مهم دی، خودوه ځايه د وخت مراعات مه ساتئ. الف: کله چي په مړه گيډه څه وخورئ، نو د نيم ساعت له پاره مطالعه مه کوئ، کتاب مه گورئ او څه مه ليکئ، ځکه معده چي ډکه سي، نو وينه هغې خوا ته رامنځه کړي، د بدن دنورو برخو، په ځانگړي توگه مغز ته وينه پوره نه رسيږي. بدن راحت او آرام کولو ته اړه پيدا کوي او ذهن په بشپړه توگه کتاب کتلو ته چمتو نه وي.

ب: که دخوب، ناستي او تفريح خونې او ځای ته د کښينا ستلو لپاره اړسوئ، هلته مطالعه مکړئ، ځکه هلته ذهن خواپوري وي او ذهن ته ډاډ نه پيدا کيږي. ښه لاره يې داده چي ژر هغه ځای پرېږدئ او دمطالعې خونې ته لاړسئ.

د عادت په بدلون کي زغم ولړئ

پوهیږئ چې تاسو په ژوند کي هدف لرئ، هدف مو پېژندلی او په شعوري توګه مو غوره کړی دی. دا هدف که هر څه دی درته سپیڅلی دی. د همدې هدف د لاسته راوړلو لپاره کتاب کتل یوه لاره بولئ. له همدې کبله د مطالعې ستونزې په ځان منئ. هدف که لوی وي او که وړوکی، انسان ته خوښ وي، خو د ژوند ستر، ستر هدفونه د انسان د سینې پر اړخې او د سترګو د لیدلو واکمن او ډډوي. مثلاً، یو تن د هدف لري چې تر مطالعې او لیکنې وروسته، د درس له یوې څانګې او یا یوه پړاو څخه فارغ سي. خو بل له همدې ډګر او لوست څخه دا هدف لري چې معلومات ترلاسه کړي. دوه هدف تر لومړي ستر او لومړنی پکې په خپله ترلاسه کېږي.

تاسو به له مطالعې څخه حتماً یو هدف لرئ. زده کونکي، ښوونکي، لیکوالان او یا هم د ټولنیزو کارونو د کومې برخې مسئولیت به لرئ. دا چې مطالعه کوئ، د مطالعې یو عادت به هم لرئ. دا عادت به درته خوښ او ګټور هم وي، خو کیدلای سي د نورو تکړه خلګو د ژوند از مینستونو ځینې عادتونه غوره بللي او ښه ګټه یې ور څخه ترلاسه کړي وي. دلته به ځینې عادتونه، ښوونه او شرطونه ولیکل سي. خو کیدلای سي ستلپه فکر برابر نه وي. ستاسو تر زغم درته ګران او درانه و بریښي خو دا چې د مطالعې د لارې ازمویل سوې دي. نڅپلول یې بي ګټې ندي. کیدلای سي، د لارې لږ تر لږه

د وخت د سپما او یا ژر د پایلې ترلاسه کولو ګټه ولري. نولومړی څه زغم او حوصله غواړي ترڅو خپل عادت په نورو عادتونو واړوئ.

تاسو پوهیږئ، عادت هغه مهارت او ملکه ده چې په یوه کار کي په تمرین او تکرار سره لاسته راځي او مخته تر عادت هغه کار ناشونی بریښي.

یو عادت خپلول یا بدلول څه کړاوي او قرباني غواړي، هغه قرباني به کله د وخت وي او کله نوره.

په هر حال، ددې له پاره چې د مطالعې عادت هغه برخې بدلې کړئ کومې چې ددې لیکنې تر مطالعې وروسته درته په زړه پوري نه بریښي، نو دا ټکي په پام کي ولرئ.

۱- دنوي عادت په خپلولو کي په کلکه اراده او ژوره غوښتنه پیل وکړئ، د هر کار د بري پیل د انسان اراده او ذوق دی. که دا دوه عنصره و ونو په رښتیا نې توګه دهغه کار د بري پیل درته رارسیدلی دی.

هڅه وکړئ ترڅو ستاسو دا ذوق او تصمیم هیڅ شی مات نکړي. که مو کومه خونه د مطالعې له پاره وټاکله، خو دوستانو مزاحمت کاوو، خونه بدله کړئ. هسي نه چې د زړه عادت په څیر یا هم ورسره کښینی. که مو د مطالعې وخت له خورا خوندوري میلمستیا سره برابر سو، ترې تیر سی او...

۲- په لومړنیو ورځو کي ترڅو چې نوی عادت د زړه عادت په ځای خپلوی، هیڅ استثنیٰ مه منئ. که مو و غوښتل چې د

څرنگه چټکه مطالعه وکړو؟

په ننني نړۍ کې، که انسان په هر شغل يا مقام کې وي، لوستلو الميکلوته اړتيا لري، زياتي خپروني په هر کار او عملي ميدان کې کيږي. څوک همدا معلومات خپل نکړي، دخپل کار د سيالي له کاروان څخه وروسته پاته کيږي. ډېري خپروني، دوخت کم او زيات مصروفيت انسان دي ته اړ باسي خو په کم وخت کې ډير معلومات ترلاسه کړي.

ددې هدف د ترلاسه کولو لپاره، په مطالعه کې او کتاب کتلو کې دوو ټکو ته بايد پاملرنه وسي:

چټک لوستل او چټک مفهوم اخيستل.

کوم کسان چې کتاب کتلو ته زړه ښه کولاى شي، په همدې دوو برخو کې ستونزې لري چې گړندۍ مطالعه کولاى نشي او يا په کتاب ژر پوهيدلاى نشي.

ځينې خلک د کتاب کتلو په وخت کې دومره ورو روان وي چې په هره خبره او کلمه دريږي. د مطالعه په وخت کې ټپي شونډان حرکت کوي او په لوړ غږ مطالعه کوي. خو دومره چې دا ځنډ زياتيږي، هغومره مطلب کم اخستل کيږي. ځکه په هغه وخت کې چې په کلمه ځنډ راځي، په هغه ټپي شيبه کې حافظې ته څه نه نقليږي او دا و اهن مطالب سره بيلوي، مطلب يو ځای نه اخستل کيږي. ددې نيمگړتيا د مخنيوي لپاره بايد هم گړندۍ مطالعه وسي او هم د مطلب اخستلو وس ډير سي.

تير وخت دخوړې وړې مطالعه په ځای به له نوي عادت سره سم، د شپې له اووترنهو بجو کتاب گورم. که څوک په همدې وخت کې مزاحمت وکړي. ورته غاړه مه ږدئ. داسې مه وياست چېنې به يار وپالم او سبا به د مطالعه په وخت دوه برابره کړم. ټاکلى وخت له مطالعه پرته به بل څه مه ډکوي.

۳- کله چې مو وخت پيدا کړ، نو عادت خپل کړئ. دا خبره مه کوئ چې سړکال خوتير سو، دا ونۍ تيره سوه، آن دا چې نن ورځ خوتيره سوه، بيلبي گورو. نه هر څوک چې د فرصت او وخت په انتظار کښيناست، دخپل کار د ناکامي پيلامه يي وليدله. که د عادت د بدلولو زغم ولرئ، کيدلاى سي ستاسو د کتاب کتلو زغم او حوصله دومره ډيره سي چې په ساعتونو، ساعتونو مطالعه وکړئ او د ستړيا احساس ونکړئ.

مرحوم صلاح الدين سلجوقي (تجلى خدا در افاق و انفس ليکوال)

په يوه مرکه کې ويلي و: يوه شپه مې د څراغ رڼا ته کتاب پرانيست، ناڅاپه د څراغ په رڼا کې بدلون راغى. ومي کتل چې د سهار درڼا څپه، د ماخستن د څراغ په رڼا راغلي وه. يعنې نوموړي ټوله شپه کتاب کتلى و خو ستړيا يې محسوس کړې نه وه.

د شخص او اطلاعاتو ترمنځ اړیکو ته مطالعه ویل کیږي .
خومره چي دا اړیکي زیاتېږي، هغومره د فکر تمرکز پیدا کیږي
او مطلب ښه اخستل کیږي . د د اړیکو د ټینګولو لپاره، غوره
اولنډه لاره، چټکه مطالعه ده . په چټکه مطالعه کي درې ګټي
دي :

۱- وخت سپمېږي .

۲- د حواسو تمرکز پیدا کیږي . ځکه خومره چي مطالعه
چټکه سي هغومره ذهن خپلي د ندي ته متوجه کېږي .
۳- په چټکه مطالعه کي له مطالعې سره اړیکي ډېرېږي .
ځکه که څوک په کم وخت کي زیات څه ترلاسه کړي ، ورسره
خوند او ذوق هم زیاتېږي .
مطالعه دا مرحلي لري :

۱- ځنې کسان په لوړ غږ مطالعه کوي، شونډان ورسره
ښوروي، غږیي یا نور اوري او یا په خپله . په هر حال یي وخت
زیات نیسي، انرژي یي ډیره مصرفیږي او ګټه کمه تر
اخلې . دا کسان کله په کلمه دریږي، په یوه دقیقه کي تر دوه سوه
پنځو سو کلمو پوري مطالعه کولا ی سي چي دا د مطالعې ټیټه
اندازه ده .

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

ځیني کسان د کتاب کتلو په وخت کي شونډان نه
ښوروي، په غږ لږ لږه مطالعه نکوي خو کله، کله دریږي

او د هرې کلمې معنی او مطلب بیل، بیل ذهن ته رسوي . دا ډول
مطالعه د پردی ژبي د زده کړي لپاره ښه ده خو بل ځای بي ګټه ی
ده .

۳- ځنې کسان بیال له ژبي او شونډانو څخه ګټه نه
اخلې، یوازي په سترگو مطالعه کوي . دا کار څه مهارت غواړي
او غوره لاره ده . څوک چي په ځنډ کتاب گوري نو د
سترگو په مطالعه دا نیمگړتیا پوره کولا ی سي .

که ځیني کسان د لوړ غږ د مطالعې عادت لري او یا د مطالعې
په وخت کي په لیکو قلم یا ګوتي تیروي . د دې عادت
د کمولو لپاره دي، د مطالعې په وخت کي تر هغه چي عادت
کیږي، ژبه د غاښو ترمنځ نیسي، هغه د غږ مخه نیسي او که
ګوته یا قلم په لیکو را کاږي نو هڅه دي وکړي چي لاسونه له
کتاب څخه لري و ساتي، ترڅو عادت سي .

ګرند مطالعه څه تمرین غواړي . خو چي دا کار لومړی په
اسانه متنونو پیل کړي؛ ورو، ورو ګران متنونه وگوري، ډیره
ستونزه نلري . له دې تمرین سره، سره چي شونډان اولاس په
مطالعه کي ور ګډ نکړئ، دا څو ټکي هم مه هیروئ :

۱- د مطالعې په وخت کي زیار و باسئ چي په مطلب پوه
اویا د جملو تکرار ته اړ نسئ .

۲- د کلیمو په ځای په جملو دریږئ او د دې دریډلو ځنډ هم کم
کړئ . د کلیمو په ځای، په جملو دریډل وخت لږ نیسي، ذهني
تمرکز ډیروي او ستړیا کموي .

له مطالعي څخه ژر مطلب اخستل

انگیزه او غوښتنه په زده کړه کې اغیزمن عامل دی. که دامعلومه پېچلي ولي مطالعه کوم او بیا مطالعه یې ته میلان او غوښتنه زیاته سي، نو د مطالعې پیل اسانه کېږي. په هر کار کې پیل گران دی. که څوک مطالعه پیل کړي نو یو لړ ستونزې خپله له منځه ځي. خو پیل باید په یوه جدیت سره پېچي په خپله بې عزمي او سستي لاس بری سي. هر کار په پیل کې څه چمتو والی غواړي، په اصطلاح تو دیدل ضروري دي. نو د کار د پیل لپاره که موږ ښه آماده نه یو او ژر بیرته راڅخه پاته کېږي او دوه ځلي پیل کولو ته اړ کېږو، په هغه صورت کې چمتو کیدل یا په عامه اصطلاح تو دیدل دوه ځلي وخت راڅخه غواړي.

کله چې مطالعه پیل یې، بیا لږ تر لږه یو دوه ساعته مطالعه باید په جدیت سره وسي، وروسته تفریح لازمه ده. کومه مطالعه چې ډیر وخت او پرته له تفریح څخه وي، هغه ښه ذهن نه اخلي، که د مطالعې وخت پرته له تفریح څخه اوږد سي، هغه ستړیا چې پیدا کېږي د موضوع او کتاب په بدلون نه ختمېږي. خو که یې وخت لنډ او جدیت یې زیات وي، راپیدا سي ستړیا د موضوع یا کتاب په بدلون کمیږي. نو له کتاب څخه څه ترلاسه کول داسې کېږي چې د کتلو وخت یې اوږد نسي، تفریح وکړای سي، په همدې کم وخت کې د ذهن تمرکز وساتل سي او په بل کار د هغه تمرکز اخلا نسي.

۳- دا خبره په ځان حتمي کړې چې د شونې انواو ژبه یې په ځای یوازې له سترگو څخه څه واخلي.

کله په سترگو د مطالعې اشنایي درسره پیدا سوه، بیا په لیکو د پنسیل تیرو ل نور هم تمرکز پیدا کوي.

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

څوک چې په مطالعه کې زیات مهارت لري، هغوی کولای

سي څو لیکي په یوه نظر وگوري، یاد کتاب مخ په عمودي ډول

وگوري. یعني په لیکو له پاسه کښته سترگي وزغلو ي. هغه هم

د عمود، مایل او یامات خط په څیر.

انشاء الله، نور کسان به دا پلټنه او تمرین درته ولیکي او

وښيي. زه به د دې خبر پېراعات وکړم چې د لیکني میده ان می

وړوکی دی.

له دې خبرو سره، سره دد لېه پاره چي له مطالعې څخه ژر مطلب ترلاسه کړئ، دي ټکيو ته پام وکړئ :

۱- د کومي ژبې چي کتاب گوري، په هغه ژبه کي دلغاتونو ذخيره زياته کړئ. ددې کار لپاره له فرهنگونو، ډکشنريو، قاموسونو، دلغات له کتابونو څخه گټه واخلي. په دې هکله غوره کتاب هغه دی چي :

"دلغت معنی، تلفظ، سمه املا، دلغت ډول چي دکلامي کوم پاتکي دی. يعني وښيي چي اسم دی، فعل دی که حرف يا... دی او دلغت داستعمال طرز او ځای وښيي."

دلغاتونو ذخيره هم په خپله په ذهن کي نه ډېرېږي په ډول، ډول لارويې خلگ زده او يادوي.

ننچې کسان دهر لغت لپاره کارت ليکي، دهغه لغت معنی، تلفظ، مترادف، متضاد او څو جملې ورسره ليکي هغه کارت له نورو کارتونو سره دالفبا په ترتيب ږدي او کله، کله يې گوري. ننچې کسان ورته بيله کتابچه لري. لغات له ټول څرنگوالي سره پکي ليکي او کله، کله يې لولي.

ځيني بيا چي ترکتلولاندې کتاب يې خپل وي ترنوي کليمې لاندې خط کاږي او هغه څو، څو ځله تکراروي.

خوماپه خپله چي کله مطالعه پيل کړه، دوه درې کتابونه به مي غوره کړل، کوم لغاتونه چي به راته نوي وو، دهغوی معني مي وموندله، ترهغه به مي دکتاب هغه برخه چي نوي

لغاتونه پکي ووپه تکرار سره کتله، ترڅو به هغه نوي لغاتونه، دهمهغه کتاب په جملو کي راته بلد او اشنا سول.

۲- دلغت او کليمې ترپوهيدلو وروسته، دمطلب د اخستلو لپاره په جملو پوهيدل ضروري دي.

کليمه په ليکنه کي دخښتې او جمله ديوې ټوټې حيثيت لري چي له څو خښتو ودانه سوي وي، ليکوال خپل مطلب د جملوپه ترڅ کي بيانوي. دجملو مطلب او مفهوم په دوولارواختلاي او ورباندي پوهيدلای سواي :

الف : ياداچي دجملو؛ کليمي بيلي، بيلي وپيژنو، بيا ورته پيوند ورکړو اوله هغه پيوند څخه دليکوال په مطلب ياپه هغه معلومات چي په هغې جمله کي يې ځای کړی وي پوه سو. دابه ياداسي وي چي لغاتونه به راته اشناوياداچي دلغاتونوپه کتابونو کي به يي معنی پيدا کوو.

ب : که لغاتونه هم وپيژنو خوپه ښکاره دليکوال مطلب پکي نه معلومېږي، ددې ډول مطلب دپوهيدلو لپاره استنباط دی، څوپه جملو کي پته مطلب پيدا کړو. دې جملو ته پام وکړئ :

۱- هغه دی يو څوک راراوان دی.

۲- زماپه نظريوه خوځنده شبح ښکاري، ممکن انسان وي.

۳- ياره ماهم مارتبه په لستوني کي ځای ورکړی دی.

په اوله جمله کي هيڅ ستونزه نسته. په څوک اوروان پوهېږوله جملي څخه مطلب اخستلای سواي.

په دوهمه جمله کي لغاتونه راته گران دي. په فرهنگ کي به د خوځنده، شبح او احتمال معناگانې پيدا کړو او بيا به له جمله ې څخه مطلب واخلو.

په دريمه جمله کي لغاتونه اشنا دي، خو مطلب پکي پټ دی. په اشنا کليو پوهيږو چي، له ليکوال سره په ټولگي، دفتر يا گاونډ کي داسي څوک اوسيږي چي د غورسره مينه نلري، خونېغ په نيغه يې څه ويلاندې. هغه يې له مارسره ورته بللې او نژدېوالي يې په لستونې تعبير کړې دی.

په يوه ليکنه کي د څو جملو له يوځای کيدلو څخه، يوه ټوټه (پاراگراف) جوړيږي. کله چي په کلامه او جمله وپوهيږو نو بيا بايد په پاراگراف هم وپوهيږو. په پاراگراف کي ډير وخت لومړنۍ جمله اصل مطلب بڼي او نورې جملې دهغې د تشرېح او تائيد لپاره راځي. لوستونکي بايد پاراگراف اصل مطلب درک کړي، د نور جملو په مرسته يې اثبات، تشرېح او تائيد ومومي او له نورو جملو سره يې پړيکي وگوري ترڅو معنى او مطلب ورته بشپړ ښکاره سي.

داجملې په غورسره وگورئ:

۱- قلم د ژبي نائب او په ځای ناست دی.
۲- قلم د ژبي په خير حرکت کولای سي، دانسان د ذهن څرگندونه کوي، خوهله چي انسان د قلم په ژبه وپوهيږي.

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

۴- د قلم خوځيدل، انساني تاريخ جوړيدل او تمدن له

يو انساني نسل څخه بل ته نقليدل دي.

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

۴- کله چي په لغت، جمله او پاراگراف پوه سو، نو د بشپړې ليکنې په مطلب پوهيدلای سواي. ليکنه که د کتاب د څپرکي په څيروي، که د مجلې يا جريدې کوم مضمون وي، خو له ټوټو (پاراگرافونو) څخه جوړه سوي ده او د ټوټې، ټولي يو ډول نه وي. لومړنۍ پاراگراف په يوه ځانگړي ډول ليکل سوی وي چي د ليکوال مقصود هدف په ښکاره تړي معلومېږي. نور پاراگرافونه هم داسي ليکل سوي وي چي د لومړني پاراگراف د جوړښت او معنى ملگرتيا ولري. وروستني پاراگراف د پايلي پاراگراف دی او د مضمون لنډيز. په ډېر پاراگراف کي ليکوال خپل هدف په نورو تورو بيانوي. ځېني پاراگرافونه بيا د ليکوال د نظر بدلون بڼي چي د مضمون له يوه لوري بل لورته لوستونکي بيايي.

يوه بشپړه ليکنه هغه وخت پيژندلای کيږي چي د پاراگرافونو مطلب اوله يوه بل سره يې پړيکي وپيژندلای سي. په پاراگرافونکي د ليکونکي په مقصد هم پوه سو اوله هغه نظر او موضوع سره يې ځانگړی احساس هم درک کړو.

خپله حافظه غښتلې کړې

د حافظې نډه په ذهن کې د معلوماتو ثبتول او بیا یادول دي. خو مره چې یوه موضوع ښه درک یې هغو مره ښه په حافظه کې ثبت کېږي.

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

له حافظې څخه هېږدل هم توپیر لري. از مینستونه ښيي چې ۵% معلومات په لومړي ساعت کې، ۶۵% په ۲۴ ساعتونو کې او ۸۰% معلومات له زده کړې او پوهیدلو څخه وروسته تریو میاشتو پېوري هیرېږي او له حافظې څخه وزي. حافظه د نورو غړو په څیر په تمرین غښتلې کېږي او هم کمزوره کېږي.

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

مغزي ناروغتیا

تراندازه ډیر ذهني کار او له حافظې څخه بې ځایه گټه اخیستل حافظه او مغز ستړي کوي.

د مغزي روغتیا له پاره باید د وینه په پوره اکسیدیشن ورسېږي، پوره خوب او آرام وسي، له سگرت څکولو او د ځینو مسکنو او آراموونکو درملونو له استعمال څخه ډډه وسي. ښه خواړه مصرف سي. که ورسېږي؛ له هڅې، ینې، غوښې، سبزیجاتو، کبانو، شیدو او مستو څخه گټه ترلاسه سي. بدني روزنه و سي. د نومونو، شعرونو، ورځني کارونو او خپل معلومات په یادولو حافظه غښتلې کولای سي.

حافظې ته د معلوماتو د سیدلولو لارې، زموږ پنځه گوني حواس دي. دهغوی دروغتیا او ورڅخه د ښې گټې اخستلو خیال ساتل په کار دي.

د اځان ته معلوم کړې چې په اوریدلو کې په لیدلو ستاسو حافظه معلومات ښه خوندي کولای سي. په همغه لاره معلومات ورکړي. د ځینو خلکو حافظې داسې وي چې که خپل معلومات ولیکي حافظه یې ښه ساتلای سي.

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

د حافظې ارامتيا

استراحت او ارامتيا، د حافظې له پاره ضرور ده. استراحت د بدن سترېالري کوي، عصبي او روحي فشار کموي. تر استراحت وروسته شخص بيا مطالعې ته ښه چمتو وي. په لنډه شېبه استراحت کي لوستل سوي او کتل سوي معلومات له نورو معلوماتو سره يوځای کيږي. که تر استراحت وروسته، دکمې شېبې لپاره تيره کتل سوي موضوع يوځل بيا وکتل سي، د حافظې د ساتلو ځواک زياتېږي.

حافظه په پيل کي د يادولو او ساتلو ځواک زياتوي خو وروسته د قدرت بايلي. ددې قدرت د بايللو دمخنيوي له پاره بايد ترڅه مطالعې وروسته، يوه لنډه شېبه آرام وسي.

يو مطلب بايد تر يوه ساعت زيات وخت ونه کتل سي. په دې معنی چي که يو ساعت مطالعه وسي، حافظه لښه هم وي خو يوه شېبه استراحت ضرور دی. استراحت په دې معنی نه چي تر هر ساعت وروسته بیده سي. بلکه د مطالعې په منځ کي پنځه دقيقې به دې مطالعې کښي ناستل، گرځيدل او يا موضوع بدلول، د حافظي غوره استراحت دی.

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

لنډه شېبه استراحت، داگټه هم لري چي ذهن ټول سوي معلومات جذب کړي او حافظي ته يې وسپاري.

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

د حواسو تمرکز او د حافظې تقويه

که په يوه موضوع کي داسي فکر کوئ چي نور افکار ستاسو ذهن اخلاص نکړي، دې حالت ته د حواسو تمرکز وايي.

دا حالت په تمرين سره خپلېدلای سي. کونښن وسي چي د مطالعې وخت کي حواس تمرکز ولري (د حواسو تمرکز د حافظې قدرت زياتوي) او ترڅو شيبو وروسته ځنډ وکړل سي. په سوي مطالعه کي پوښتني راپورته سي، کومه موضوع چي حل سوي نه وي هغه يادداشت سي...

د ځيټو ته پام وکړي ترڅو د حواسو په تمرکز کي در سره مرسته وکړي:

۱- په چاپيريال کي، د حواسو تمرکز نه پيدا کيږي. نولو ملې بهرني نړۍ څخه ځان گوښه کړئ او داسي ځای مطالعه غوره کړئ چي آرام وي، رڼا وي، مناسبه هوا ولري، غږ او غوږ نه وي.

۲- د مطالعې ځای کي چي څه شی اخلاص پيدا کوي هغه لري کړئ، لکه د لوبو لوازم، راډيو، تلويزيون او ...

۳- لوږه، تنده او سترېا، د حواسو د تمرکز مخه نيسي، که وږي ياتېري ياست، څه وخورئ او وڅښئ او که سترېي ياست، مطالعه مه پيل کوئ.

گر ټولو غوره تمرين دادی چي په نا آرام چاپيريال کي له مطالعې څخه خپل ذهن عادت کړئ. ځکه هرځای او هر وخت نسو کولای چي مناسب او آرام محيط پيدا کړو.

څرنگه حافظه تقويه کړو

د يو هېو موضوع بيا مطالعه، هغه هم تر مطالعې وروسته په خوشبښو کي، که دلنډي مطالعې په توگه وي، د حافظې له تقويې سره مرسته کوي.

په دې توگه چي نوي راغونډ سوي معلومات له تيرو سره يوځای کوي، ربط ورکوي او حفظوي يې. که د مطالعې په وخت کي لنډ کي ياد د نښتونه واخستل سي دا کار هم حافظه غښتلا يې کوي.

فرانسس بيکن وايي: "لوست او مطالعه انسان ډکوي، خبري کول انسان چمتو کوي او ليکنه انسان دقيق او ځيرک کوي." د حافظې د تقويې لپاره دې ټکيو ته پام کوئ:

- ۱- هدف ولرئ.

- ۲- له مطالعې سره علاقه ولر ځو په جدیت سره مطالعه وکړئ.

- ۳- د مطالعې په موضوع تمرکز ولرئ.

- ۴- د مشاهدې او کتلو دقت د زده کړي پيلامه ده.

- ۵- ډير مفاهيم او مطلبونه يوځای حلفظي ته مه سپارئ. مطالب په ډير وړو پاڼو کې ومه ویشئ، ترڅو مطلب بي ربطه نسي.

- ۶- گران مطالب په څو وړو برخو وویشئ.

- ۷- هره ورځ په ټاکلي وخت او ټاکلي ځای کي مطالعه کوئ.

ښه غور ونيئ

د معلوماتو په راټولولو کي چي څرنگه سترگي کار کوي، هغسي غور و نه هم کار کوي.

څيرنښي چي هر عادي وگړی ۸۰٪ ورځنی وخت له نورو سره تیروي، په منځنۍ توگه د يو شخص وخت ۹٪ په ليکنه ۶۱٪ په لوستلو ۳۰٪ په خبرو کولو او ۴۵٪ په اوریدلو تیريږي.

سره له دې چي ډیر وخت په اوریدلو تیريږي خو زیات کسان سته چي دې خبري ته په بي پروايي سره گوري. از مینستونو دا هم ښوولي ده چي په دې اوریدلو کي یوازي د ۵٪ وخت په کچ، گټه اخستله کيږي او دا وریدلو د شیبو ۷۵٪ وخت هسي تیريږي.

په اوریدلو کي اړتیا او موخي ډیري دي خو هر څوک هره اړتیا او هدف خپل نه گڼي.

راډیو ته دوخت د دتیر، تفریح او اطلاعاتو د زیاتوالي له پاره غور نیول کیږي. د دولت د ستونزو اظهار ته، د سیاسي خلکو وینا ته، د زده کړې درسونو ته او پلورونکو تبلیغاتو ته غور نیول کیږي. خو که هرڅه ته او هر چیري غور نیول کیږي، د ټکي په پام کي نیول بي گټې نه دي:

- ۱- که وغواړئ چپه کومه غونډه کي د چاپخبرو ته غور و نیئ، نومخته تردې چي په هغه غونډه کي گډون وکړئ، د ویناوال د شخصیت په هکله باید پوه سئ چي نوم، دنده او زده

کړي يې څه دي؟ دا ډول پلټنه ستاسو ذهني ډاډ زیاتوي او ذهن متمرکز کيږي.

ځیني ویناوال، د خبرو موضوع مخته په اوږدو نکویشي. په داسې صورت کې هغه لیکنه باید په غور وکتله سي. کوم ځای او خبره چې مهمه او یا گرانه وي، هغه معلومه کړئ او د وینا په وخت کې ورته متوجه اوسئ.

۲- تاسو که ټولګۍ ته ځئ، کوم کتاب ته کښینئ او یا په کوم کنفرانس او غونډه کې گډون کوئ، کیدلای سي، د خبرو موضوع یاد ویناوال شخصیت درته غوره او مطلوب نه وي. په همدې بهانه غوږ نه نیسئ او د ابې گټې کار گڼئ، خوله ځان سره باید فکرو کړئ چې ایادلته ددې لپاره راغلی یم چې دخلگوڅي وگورم، ویناوال به زما دوست او یار وي، د خبرو موضوع به راته خوندوره وي؟

نه دا به هیڅ نه وي او نه دې ته راغلي یاست. ستاسو دلته ناسته، یوازي ددې لپاره ده چې څه واورئ او څه زده کړئ. که مو، موخه داده بیا د ویناوال او د وینا څرنگوالی مهم نه دی. که هر څوک ویناکوي، هر څه وایي، تاسو ته باید بي توپیر وي او هغه خپلو معلوماتو د زیاتوالي له پاره واورئ. داسې نده چې زده کړه او تحصیل به تل خوندور او خوشحالوونکې وي، ستونزي به گالئ، شپې به رڼوئ او ډیر څه به ورته پریږدئ. دلته هم ستاسو راتګ باید د زده کړې په غرض وي او ټولې ستونزي وزغمئ. اصلاً ځان پلټونکې

او غوښتونکې کړئ ترڅو څه ترلاسه کړئ.

۳- که تاسو کومه لیکنه گورئ، ځنډ او چټکتیا ستاسو په اختیار کې ده. که په کومه موضوع ونه پوهیدلئ، بیا ورباندې راگرځیدلای سئ. خو وینا د غسې نده. خبره چې ووتله، لاره، بیا نه راگرځي. ستاسو مخته باید ورته پام وي. ویناوال هم انسانان دي، کم وسي به لري، ځیني به ژر، ژر؛ ځیني به ورو، ورو؛ څوک په لوړ غږ او څوک به په ټیټ غږ غږیږي. ځیني به د خبرو لړۍ منظمه ساتلای سي او ځیني بیا د اوس نلري، ځیني په مثالونو، کیسو او ټوکو د خبرو لمنه پراخوي.

خو په هر حال تاسې باید د ویناوال د خبرو او وینا رڼا وپیژنئ او ورسره اوږه په اوږه لار سئ، ترڅو ورڅخه څه زده کړئ. د ویناوال د خبرو په ډول پوهیدل، هلته ډیر ضرور دي چې څوک ورسره ډیره ناسته ولاړه لري. لکه په ټولګۍ کې ښوونکي او یا نور استادان چې په ازاده توګه کتابونه وایي.

ځیني ویناوال بیا دومره په ځنډ خبرې کوي چې د اوږدوونکي پام بلې خوا ته کيږي، زیار وایستل سي چې له داسې خبرو څخه هم ځان پري او لري نکړئ.

دا چې تاسو کولای نسئ د ویناوال عادت بدل کړئ، نو ضرور داده چې خپل ځان ورسره بدل کړئ.

لومړنی غونډه کې کيږي او د غونډو برخه وال یو ډول خلګ نه وي. زیار و باسئ چې دنورو، خبري، ټوڅلی، د کاغذ

او قلم کښهاری تاسوله غوړنیولو ونه باسي. که بیا هم تاسو غوړنیولای نسوای، ځای بدل کړئ.

هغه کسان چي په دا ډول ځای او حال کي ښه غوړنسي نیولای، هغه به داسي عادت سوي وي، بي حوصلې به وي او یا به يي اراده کمزوري وي.

د حواسو د تمرکز او په ډاډ سره د غوړنیولو یو دښمن، د چاهغه عادت دی چي د خیالونو په نړۍ کي ډوډیږي.

که دا کسان په دي وپوهیږي چي د خیال په نړۍ کي گرځي نوله دې چال څخه ځان ژغورلای سي او هغه داسي چي تل ځان ته متوجه وي، کله چي يي خیال او وهم د حواسو لاره وو هله، ژر دي په یوه منډه ترې تړپ کړي او د واقعیت دنیا ته دي راسي. کیدلای سي په څو ځایونو کي داسي پاملرنه دانسان همیشني عادت بدل کړي.

ځيني کسان دا عادت لري چي تر ویناوال، دهغه څیرې، جامو، دریدلو او لاس ښوړولو ته زیات گوري. دا کسان هم خپل حواس متمرکز کولای نسوای. د دې عادت د بدلون له پاره لنډه لاره داده چي یوازي د ویناوال څیرې ته وکتل سي.

۵- څوک چي په غونډه کي ویناکوي، وینايي څو برخي لري: سريزه، متن او پایله. زیار وایستل سچي په سريزه کي د ویناوال پیل او بیادې ته متوجه وي چي ویناوال څرنگه خپل مطلب ته ځي، څرنگه اوریدونکي ځان ته متوجه کوي...

ځيني ویناوال، سريزه په داسي څیزونو پیل کوي چي هغه

ټولوته ښکاره وي. ځيني خولا پیل په کومه لطیفه کوي. د وینا دوهمه برخه، د وینا متن دی دا برخه هم ځيني په دوو پړاوونو کي ښکاره کوي: یوه د موضوع مطرح کول او بل اصل مطلب یادول او ثبوت کول.

د موضوع په مطرح کولو کي باید هغه جملې درک سي، کومي چي مقدمه او دا برخه سره ییلوي. ځيني يي اظهار کوي. داسي وائي نن زموږ د وینا موضوع ده... زماننۍ خبري ده... په هکله دي. باید پوه سوچي... په دې برخه کي خپلي خبري په څو پړاوونو کي هم مطرح کولای سي، مثلاً ووايي: زما د خبرولو مړنځ څه ده... په هکله، دوهمه برخه ده... او دریمه برخه د پایلي او نتیجې په هکله ده.

د دې برخي بل پړاو متن دی چي ویناوال خپل هدف او مطلب وایي او تشریح کوي يي. په دې برخه کي خبري ډیري نه وي، استدلال پکي ډیروي، خو دا څو جملې د وینا روح ده او باید په غور واوریدلي سي. دا جملې او نکتې په یوه اوبله پسي لږي. لري. نو کیدلای سي اوریدونکي يي د ویناوال په ځيني جملو، سره ییلي کړي. مثلاً اوس به را سوي دې ته چي... اوس به راوگرځو. تردی وروسته به... او یا نوري جملې وایي چي اوریدونکو ته د مطلب ډول، ډول پاته کي معلومیږي. دا جملې باید تکیه سي، ځکه د موضوع برخي ییلوي، مطلب ښکاره کوي او بلي برخي ته سامع متوجه کیږي.

له کتابتون څخه گټه واخلي

کتابتون د انساني پوهې پېړيو، پېړيو خزانه ده. په هر کتابتون کې په زرگونو اهيلىونونو ټوکه کتابونه موجود وي. تاسو لومړى بايد کتابتون له نژدې وگورئ، هلته د کتابتون له مسئول څخه نقشه ترلاسه کړئ او يا د کتابتون څوړندې نقشي وگورئ او پيدا کړي چې په دې کتابتون کې مجلې او ورځپاڼې چېرې دي؟ نادر او هغه کتابونه چې بل ځاى نه پيدا کېږي چېرې دي؟ کوم ډول کتابونه وړلاى سئ او کوم ډول کتابونه يوازې دلته کتلاى سئ؟ د کومو نقاشيو وټابلوگانې دلته موندل کيدلاى سي؟ د کومو خطي کتابونو مايکروفيلمونه دلته سته. په دې هم ځان پوه کړئ چې د کتاب ورکولو او اخستلو طريقې يې څه ډول دي او ...

د کتابونو ترتيب او تنظيم

دا چې په يوه کتابتون کې په ميليونونو کتابونه موجود دي. دلته پاره چې هر کتاب په اسانۍ سره ترلاسه سي، نو د منظم اېښودلو له پاره يې يو نظام په کار دى. په نړۍ کې دوه سيستمونه رواج لري: يو د ديوي لسيز سستم (Dewey Decimal system) او بل د کانگرس د کتابتون سستم (Library of congress).

په دې برخه کې ويناوال هره اصلي خبره او نکته په لنډو الفاظو کې وايي، کيدلاى سي د ټولو د فهم وړنه وي نو ځنگيزي جملې ورسره وايي، وضاحت ورکوي او دلايل راوړي د افري او ځنگيزي جملې هم بايد په غور واوريدل سي.

دوينا وروستنى برخه پايله او نتيجه ده چې خورالنده وي او په ځانگړيو عبارتو پيل کېږي. مثلاً، لنډه داچي ... نو د خبرو پايله داده ... په نتيجه کې بايد ووايو

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

د ويناوال ټوله وينا هم داسي نده چې ټوله ياده سي. اړيکي او تسلسل يې درک او مطلب يې په متن کې ځان ته معلوم کړئ. آن داچي کومې افري خبرې کوي هم د يادولو وړ ندي، يوازې د هغوى په مرسته په اصل مطلب ځان پوه کول ضرور دي. دوينا مطلب له ځان سره ساتل اصل خبره ده.

افري خبرې هم ځېنې وخت ويناوال په بيلو جملو بيلوي. مثلاً؛ په دې ترڅ کې، سربيره په دې ... او دا هم چې

٦ کله، کله د کوم ويناوال وينا، ستاسوله عقيدې، نظر، عنعنې او قانوني اصولو سره مخالفه راځي، په داسي حال کې بايد خپل احساسات او عواطف په کنترول او اداره کې ولرئ. داسي نه چې خداى واورئ او تر دد وړاندي ورباندي بريد وکړئ يا د غوړنيولو پاملرنه او د حواسو تمرکز وبايلئ.

په هر حال لومړي دويناوال پيغام درک کړئ او بيا يې له خپلو افکارو سره پرتله کړئ. نژدې يې ومنئ او لري يې پريږدئ.

د دیوي اعشاري سستم، په ۱۸۷۶ میلادي کال، د امریکایي ملویل دېوي له خوا ترتیب سو. په دې نظام کې یې ټول کتابونه په لسو برخو ویشلي دي او هره برخه یې په لاندې ترتیب په حسابي شمیره کې راوستلې ده:

۱- عمومي ګار: دایرة المعارفونه، دلارېنوونې کتابونه او فرهنگونه، خطي نسخي. ۹۹-۰۰۰

۲- فلسفه: روح پیژندنه، اخلاق، منطق، میتافزیک، سحر، د انسان رفتار (کره، وره) ۱۹۹-۱۰۰

۳- دین د دینونو تاریخ، ملتونه او مذهبونه، مذهبي موسسي او ... ۲۹۹-۲۰۰

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

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

۶- خالص نظري (مثبت) علوم: ریاضي، فزیک، کیمیا، بیولوژي، جغرافیه ... ۵۹۹-۵۰۰

۷- عملي علوم او فنون: کرهڼه، هواپیژندل، صنعتي، طبي او نور علوم ... ۶۹۹-۶۰۰

۸- ټکلي صنایع او تفریحي موضوعات: نقاشي، معماري، مجسمي جوړول ... ۷۹۹-۷۰۰

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

۱۰- تاریخ: داسیا، اروپا ... عمومي تاریخونه، سفرنامي، د ملتونو تاریخ ... ۹۹۹-۹۰۰

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

۵۰۰-۵۰۹: خالص علوم.

۵۱۰-۵۱۹: ریاضیات.

۵۲۰-۵۲۹: ستوري پیژندنه.

۵۳۰-۵۳۹: فزیک.

۵۴۰-۵۴۹: کیمیا.

۵۵۰-۵۵۹: ځمکه پیژندنه.

۵۶۰-۵۶۹: فوسیل پیژندنه.

۵۷۰-۵۷۹: ژوند پیژندنه.

۵۸۰-۵۸۹: نبات پیژندنه.

۵۹۰-۵۹۹: حیوان پیژندنه.

د پورتنی ویش هره برخه بیا په لسو، لسو برخو ویشله کېږي. د ساري په توګه ۵۱۰ بیا داسي ویشل سوي ده:

۵۱۱- حساب

۵۱۲- الجبر.

۵۱۳- هندسه.

۵۱۴- مثلثات.

۵۱۵- ترسيمي هندسه.

۵۱۶- تحلیلي هندسه.

۵۱۷- جامعه او فاضله حساب.

۵۱۸- تصويري هندسه.

۵۱۹- احتمالات.

داویش بياهم په لسو برخو ویشل کيږي خود اخل په (/) نښه بيلیږي. د ساري په توگه: ۱۱ شمیره چي د حساب برخه ده، د حساب په اړوند خانگو داسي ویشل کيږي: د حسابي سیستم مربوط کتابونه ۵۱۱/۱. د حساب اصلي عملی ۵۱۱/۲. د لومړنیو عددونو اړوند بحثونه ۵۱۱/۳. او داسي نور تر ۵۱۱/۹.

ددې نظام ترڅنگ چي نړیوال سیستم دی، د کتابتون بل نظام د کنگرډکېتابتون نظام دی چي په هغه کي هم په زرگونو کتابونه په منظمه توگه خوندي کیدلای سي. ددې نظام توپیر دېوي له نظام سره دادی چي د کتابونو عمومي ویش، د شمیرې په ځای په حروفو سره بیلېږي. مثلاً په دي نظام کي عموميات په A او کرهڼه، د څارویو روزنه او ښکار په S ښودل کيږي. دا خو و هغه نظامونه په کومو چي په کتابتونونو کي کتابونه ورباندي لسي ایښودل کيږي چي بیلول او پیدا کول یي اسانه دي.

خو دا چي د کتلو او وړلو له پاره کتاب څرنگه پیدا کړی. نو بیا هر کتاب ته یوه پاڼه لیکل کيږي، چي په هغه کي د کتاب ټولي ځانگړتیاوي لیکل سوي وي. دا پاڼي یا کارتونه درې ډوله ترتیبیږي: ۱- هغه چي د لیکوال په نوم وي. ۲- هغه چي د کتاب د عنوان په نوم وي. ۳- هغه چي د کتاب د موضوع په نوم لیکل سوي وي. کتابتونونه همدا درې ډوله پاڼي لري او څوک کولای سي، په دي لارو کتاب پیدا کړي. که چاته د مؤلف نوم، د کتاب نوم او یا د کتاب موضوع معلومه وي، کیدلای پیژري پیدا کړي. دا پاڼي په یوه الماری کي داسي ایښي وي چي هغه واړه روکونه لري او د حروف په ترتیب پکي ایښودل سوي وي. شکلونه وگورئ.

۲۹۷/۲ ریان - عبدالله گل / ۱۳۳ هـ ش

L758

اسلامي علمي نهضت د عبدالله گل ریان لیکنه

کویته یونانیته پریس ۱۳۷۷

۸/ مخونه مصور ۱۸ سانتي متره

۱- د مسلمانانو علمي خدمت ۲- مشهور مؤلفین ۳- کتابتونونه

LB2830/5-L55 297/2 ۱/۱۲۳-۵۲

(کنگره)

۲۹۷/۲	اسلامي علمي نهضت
L758	ريان - عبدالله گل ۱۳۳/هـ ش
	اسلامي علمي نهضت د عبدالله گل ريان ليکنه
کويته	يوناټيډ پريس ۱۳۷۷
۸/ مخونه	۱۸ سانتي متره
۱- د مسلمانانو علمي خدمت، ۲- مشهور مؤلفين، ۳- کتابتونونه	
LB2830/5-L55	297/2 ۱/۱۲۳-۵۲
(دکنگر، کتابتون)	

۲۹۷/۲	مشهور مؤلفين
L758	ريان - عبدالله گل ۱۳۳/هـ ش
	اسلامي علمي نهضت د عبدالله گل ريان ليکنه
کويته	يوناټيډ پريس ۱۳۷۷
۸/ مخونه	۱۸ سانتي متره
۱- د مسلمانانو علمي خدمت، ۲- مشهور مؤلفين، ۳- کتابتونونه	
LB2830/5-L55	297/2 ۱/۱۲۳-۵۲
(دکنگر، کتابتون)	

په هر واک کې چې پانې ايښودل سوي دي، د هر حرف لپاره بيا هم په دننه کې نښانې لري. لکه (۲) شکل.

اوس پام وکړي د لومړي کارد (پانکي) تشرېح ته:

ريان - عبدالله گل د مؤلف نوم دی چې لومړی تخلص اوييا نوم ليکل کيږي.

۱۴۳۰ مؤلف د زېږيدلو نېټه نښي، که مې سوی وي نو ورسره هغه هم ليکي.

اسلامي علمي نهضت: د کتاب نوم دی.

عبدالله گل ريان: د مؤلف نوم نښي چې تر تخلص وړاندې ليکل کيږي. که ليکوال دوه وي د بل ليکوال نوم هم دلته ورسره ليکل کيږي.

کويته: د خپريدلو ځای.

يوناټيډ پريس: د خپرونکي موسسې (يا شخص) نوم ليکل کيږي.

۱۳۷۷: د خپريدلو کال نښي.

۸۰ مخونه: د کتاب مخونه نښي.

مصور: که کتاب تصويرونه لري، نو مصور ليکل کيږي.

۱۸ سانتي متره: د کتاب اوږدوالی نښي.

د مسلمانانو علمي خدمت، مشهور مؤلفين، کتابتونونه او نورو عنوانونه دي، چې کيدلای سي د کتابتون مسئل ته يې ورکړو.

LB283/5-L55 دادکنگرې د کتابتون د نظام نمره نښي.

۲۹۷/۲ د ډېوي د نظام نمره نښي.

۵۲-۱۰۱۲۳ د کتابتون د مسئلينو ځانگړي نمره نښي چې د کتابتون په فني چارو پورې اړه لري.

د کارت په پاسنۍ نښې لور ته گوښي ۲/۲۹۷، L758 هغه نومره ده چې په کتابتون کې د کتاب دقيق ځای نښي.

نور دواړه کارتونه هم ورته پانې دي. خو يوازې په دوهم کې د کتاب عنوان او په دريم کې د کتاب يوه موضوع لومړي ليکل سوي ده.

داچي هر کتاب درېو له پاڼې په کتابتون کي لري څوکه په پاڼه د کتاب نوم، د مؤلف نوم يا د کتاب موضوع معلومه وي. کتاب په کتابتون کي موندلای سواي پورتنی کارت هسي نمونه ده.

له دې پاڼو سره، سره په الماریو او روکونو کي نوري پاڼي هم د لارښوونې له پاره ایښي وي د ساري په توگه:

غزنی	د پاڼه ښيي چې غزني په دوو املا وولیکل کیږي
وگورئ غزنین	خو په دې کتابتون کي یې املا (غزنی) ده.

مولو. شمس الله وگورئ: کمالزاده	پاڼه ښيي چې مولف دوه نومونه لري او لته یې په دوهم نوم کتاب قید دی.
--------------------------------	--

اسلا اوهم وگورئ: مذهبه، مسجدونه تصوفي فرقي او	پاڼه ښيي چې له یوې عادي موضوع څخه تاسو یې خاصي او دقیقې موضوع ته بیایي.
---	---

د داسي پاڼو د لارښوونې پوهیدلو له پاره دا ټکي هم په پام کي ولرئ.

د کتاب په نوم یا موضوع کي هغه خوراځانگړي کلمه غوره کړئ ایا یې د موندلو هڅه وکړي. مثلاً: که وغواړئ چې د (څرنګه مطالعه وکړو) کتاب پیدا کړئ نو مطالعه غوره کړئ اود "م" پاڼه پیدا کړئ.

۲- د تعریف حروف لکه دانګلیسي an, the په نظر کي مه نیسئ.

۳- د مؤلف په نوم پاڼه کي تل تخلص لومړی لیکل کیږي نو په نوم پسي نه بلکي په تخلص پسي وگرځئ.

ګډ یوه مؤلف څو نور اثار هم وي. دهغه کار تونه هم له پیدا سوي پاڼې سره ایښودل کیږي.

۵- د کلیمو املا لکه څرنګه چې تلفظ کیږي، هغسي لیکل کیږي لکه عیسی د عیسا په املا او اسحق د اسحاق په املا. موندل کیږي.

۶- عددونه او ارقام تل په حروفو لیکل کیږي. (۱۰۰۰ مسټلي) د "ز" تر حرف لاندي موندل کیږي.

۷- که د عنوان په پاڼه کي لومړی دیوه کسب، امتیاز او یا بله کلمه راغلي وي، په هغه نوم موندل کیږي. لکه مولوي کمالزاده. په "م" او غازي احمد شاه د "غ" په حرف پیدا کیږي.

۸- د مؤلف په پاڼه کي القاب او نوم په نظر کي نه نیول کیږي. مثلاً مولوي شمس الله "کمالزاده" د ک په حرف پیدا کیږي چې د تخلص لومړی حرف یې دی.

که په یوه موضوع کي څو کتابونه لیکل سوي وي. دیلوالي له پاره یې د مؤلف د تخلص دوه توري هم ورسره لیکي چې، دا کارت د لیکوال د ښې کارت بلل کیږي.

په کتابتون کې هغه کتابونه چې بهرته نه وړل کېږي

دا هغه کتابونه دي چې دريفرنس او مرجع په توګه استعمالېږي، د تحقيق او پلټنې له پاره غوره ذخيرې دي او د دايرة المعارف، اطلس، کلنۍ، فهرست او بيوگرافي په بڼه ليکل سوي کتابونه دي.

دايرة المعارف (Encyclopedia): معمولاً د بشري پوهې د ټولو څانګو معلومات لري، په ډيرو جلدونو کې ليکل سوي وي. ورسره مل فهرستونه هم لري، د بڼې ګټې اخستلو له پاره د فهرستونو کتل ضرور دي.

په انگليسي ژبه کې ډير دايرة المعارفه موجود دي. لکه د امريکا دايرة المعارف، د بریتانيا دايرة المعارف، د کامپتون عکس لرونکي دايرة المعارف.

د امريکا دايرة المعارف په ۳۰ ټوکونو کې ده چې وروستنی ټوک يې فهرست دی.

د بریتانيا دايرة المعارف په ۲۴ ټوکونو کې ده چې څلورويشتم ټوک يې فهرست دی.

د کامپتون دايرة المعارف په ۱۵ جلدونو کې ده د نورو معلوماتو تر څنګ بڼکلي رنگه عکسونه هم لري.

دا دايرة المعارف ډير استعمالېږي.

يو ډول دايرة المعارف چې په انگليسي کې (Cyclopedia) ورته وايي بيا د پوهې په يوه خاصه څانګه کې ليکل سوي وي.

په نړۍ کې لومړۍ دايرة المعارف په ۷۰ کال رومي پلني Pliny وليکله په مسلمانانو کې ابن ندیم د الفهرست په نوم دايرة المعارف ته ورته کتاب وليک او په افغانستان کې په ۱۳۲۰ هـ ش کال د دايرة المعارف کارپيل سو چې بيا په پښتو او دري چاپ سو. پښتو او دري په شپږ جلدو کې و.

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

اطلس: دا هغه کتابونه دي چې دهيوادونو او ښارونو، نقشي او د ځمکې منځ داوب او هوا په هکله نقشي او معلومات لري. د غرونو او سيندونو او ځايونو د سم تلفظ لارښوونې لري او هريو په نقشو کې ښيي.

کلنۍ: هغه کتابونه دي چې د يوه کال په اوږدو کې د يوه هيواد د پېښو په هکله ليکل سوي وي.

په افغانستان کې د اطلاعات او کلتور د وزارت په همت کلنۍ خپريدلي چې اساس يې په ۱۳۱۱ هـ ش کال ايښودل سو و.

فهرست: له فهرستونو کولای سئ چې د يوې ځانګړې موضوع په هکله د کتابونو نومونه و مومئ، کومې مقالې چې په مجلو او ورځپاڼو کې خپريږي، په فهرست کې يې نومونه راځي. ځينې فهرستونه د ټولو چاپ سويو کتابونو نومونه لري، خو ځينې نور بيا په ځانګړيو څانګو کې رالاند سوي دي. په پښتو ژبه د فهرست نمونه، د ښاغلي حبيب الله رفيع د "پښتو پاڼګه" کتاب کيدلای سي. چې په پښتو ژبه خپاره سوي

خپل معلومات په لومه کي بند کړئ

(وايي: علم ښکاردی اولیکنه يي لومه.)

رښتیا هم که بشري علوم په لیکنه کي نه وای بند سوي، گوره ددې علومو پایله به څه وه.

موږ هم چي کله مطالعه کوو، د زده کړې په ټولگي کي څه لولو، کومي وینا ته غوږ نیسو. که دا معلومات راسره قید نکړو، یاد د اښتې نې نولولو، نو د وخت په تیریدلو به هر څه راڅخه هیر وي، خو هله معلومات نه هیرېږي، بلکي ډیرېږي چي موږ د وینا، تدریس اولیکني شغل ولرو.

که تاسو د تحقیق اولیکنه پله پاره مطالعه کوئ، یا یوازې د معلوماتو ټولول مو د مطالعې موخه وي، نو دخپلي مطالعې یاد دا بڼت واخلي. که نور مطالب نه لیکئ، دومره خو ضروري ده چي تر مطالعې لاندي د کتاب مشخصات ولیکي: مثلاً، د لیکوال نوم، د کتاب نوم، د کتاب موضوع، دخپرونکي نوم، دخپرو لوځای اونیته.

دایاښتونه ځيني کسان په کتابچو کي اخلي او ځيني په پاڼکو (کارتونو) کي.

د ډیرو پاڼکو یا کارتونو سایزونه ۹×۱۵ یا ۱۲×۷ ساتي متره وي او د هر کتاب له پاره یو کارت لازم دی.

که مطالعه د تحقیق اولیکنې له پاره وي، نو د هرې موضوع له پاره کارت لیکل کیږي او که د معلوماتو له پاره وي یوازې د کتاب مشخصات باید ولیکل سي.

کتابونه يي پکښې فهرست په توگه داسي یاد کړي دي چي د کتاب څرنگوالی هم پکي ښکاره دی. مایي دوه ټوکه لیدلي چي ټول يي ۱۳۲۸ پښتو کتابونه پکي معرفي کړي دي. **بیوگرافي**: دا شخصو د ژوند په هکله لیکل سوي کتابونه دي چي نموني يي:

1- Dictionary of American Biography.

2-Who is who in America.

لومړی کتاب د امریکايي نوميالو په هکله کوم چي مړه سوي دي معلومات لري او دوهم هغه امریکايي نوميالي معرفي کوي څوک چي تر لیکلو ژوندي وو.

په پښتو کي په دې هکله کارسوی خو خوراکم، ځینو دیوه هیواد خلک معرفي کړي او ځینو دیو ځیمي. نموني يي اوسني لیکوالان، مجاهد لیکلان، وینه په قلم کي او غوره يي د افغانستان نوميالي دي.

که مطالعه دهغه وخت دلیکنه پله پاره نه وي اولنډيزي
ولیکلي هم گته يي داده چي بيا به دهغه کتاب لوستلو ته
اړتیا نه وي یوازې هغه لنډ کي یاد دښت کیدلای سي د
محتویاتو اساسي ټکي ذهن ته راولي.

که په کوم کنفرانس غلوند په کي دا وریدونکي په خیر ګډون
کوي، هلته هم د وینا اساسي ټکي وليکئ. په لیکنه کي اساسي
ټکي او ورسره تائیدي هغه جملې واخلي چي اصلي موضوع
روښانه کوي. که په کوم ټولګي کي د زده کړې پله پاره ناست
یاست، د درس لنډيز واخلي، ترڅو:

ن په ښه پوهیدلو او ذهن ته د سپارول په برخه کي درسره مرسته
وکړي.

نکه کله، کله دا یاد دښتونه وګورئ، دهغه درس محتویات
ټول ستاسو ذهن ته راځي او دازموینې لپاره چمتو والي کې
درسره مرسته کوي.

ن د زده کړې د هرې دورې د لوست په هکله په لیکنه کي درسره
مرسته کوي.

ن دهغه لوست اساسي ټکي درته ښکاره کوي.

* یاد دا دښت اخستل ستاسو د حواسو په تمرکز کي مرسته کوي.
ن یاد دښتونه اخستل د لوست تکرار او یو ډول بیا لوستل هم
دي.

خو دا یاد دښت باید په داسي ځنډ نه وي چي دښوونکي یا
ویناکوونکي نور مطالب او ویناوې درڅخه تیري او پاته سي.

په یاد دښت اخستلو کي خبري او جملي لیکل هم ضرور ندي
بلکي په دوه ډوله، لنډ یاد دښتونه باید واخستل سي:
یاد اچي په چټکه لیکنه یاد دښت واخستل سي. د دې کار له
پاره باید په مخففاتو ځان پوه کړئ او یا له خپله ځان له مخففات
وټاکي اقل له هغو څخه کار واخلي. په دې ډول یاد دښت
کي له همدې مخففاتو یا لنډ کيو لغاتونو، له لومړنیو حروفو او
د ریاضي له ښو څخه گټه واخلي او یا په لنډه لیکنه یاد دښت
واخلي یا په دې ډول لیکنه کي لومړی باید لوست په مفهوم
پوه سي او بیا په خپلو لغاتونو او لهجه هغه په لنډ ډول وليکئ.

په ټولګي کي د یاد دښتونو د اخستلو له پاره د ټکي په یاد ولړئ

۱- تردې وړاندي چي ټولګي ته لاړ سي، یاد دښت اخستلو
ته ځان چمتو کړئ. هغه په دې ډول چي دهغې ورځي درس مخته
ولولئ. ترڅو دښوونکي د لوست په وخت کي په لوست پوهیدل
او یاد دښت اخستل درته اسانه سي.

۲- د یاد دښتونو په پانوکي ځنډه اولمنه څه سپړینه
پریږدئ څو د سمولو او زیاتولو په وخت کي ځای درته پاته
وي.

۳- دا خبري وليکئ:

الف: د لوست په پیل او پای کي مهمي خبري.

ب په کومو خبرو چي ښوونکی ټینگار کوي یایي بیا
لولي.

ج: هره خبره چي بنوونکي په توره تخته ليکي.

۴- د بنوونکي خبري په لنډو عبارتونو کي لنډي کړئ او په خپله ژبه يي وليکئ. دا کار هله کيدلای سي چي تاسو د لوست په مطلب پوه سوي ياست.

۵- که وخت لرئ، مهم ټکي په ښکاره ليک وليکي او ورسره د مثالونو يادونه وکړئ.

۶- لنډ کيو محففاتو گټه واخلي. مثلاً: د ساري په توگه (سا، توگه) معلومات (ه) سربيره په دي (+) پرته له دي (-) برابر، مساوي (=) لوی او واړه (< >) وگورئ (وگ) او نور. په هر حال ياد د ښت واخلي خو ياد د ښت اخستل مو بايد په غور ښوولو او مطالعه کولو کي د ذهن تمرکز ته زيان ونه رسوي. والسلام.

۸- سرطان - ۱۳۷۷ هـ ش

کندهار

دوهمه برخه:

څرنگه امتحان ورکړو؟

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

سریزه

ازموینه او امتحان که د ژوند په هر ډګر کې وي، یوه ستونزمنه خبره ده، انسان ورته په فکر کې وي، دافکول په خوډوله کیدلای سي:

لومړی: دهغو کسانو فکر دی چي دکار او کال په جریان کې یې دازموینې لپاره هیڅ کړي نه وي. هغوی ترازموینې وړاندې شپه، په دې فکر تیروي چي که یوه خارق العاده پېښه وسي او دا ازموینه وځنډیږي. دا کسان دخپل امتحان د ځنډ په هیله دنورو تباهي غواړي. هغوی په خپل خیال کې د وراني او تخریب یوه نړۍ جوړوي. وایي که سبا زلزله وسه یې، باد او باران راسي، په ښار کې مظاهره وسه یې، ترڅو مدرسه بنده سه یې یا لږ تر لږه ښوونکي ناروغ او ددې مضمون ازموینه پاته سي. داهسي چرتونه دي او ډیر کم احتمال لري چي ازموینه دې وځنډیږي. خو که ازموینه وځنډیږي، دا کسان بیا هم د ازموینې لپاره هیڅ نلري. دا کسان هغه ډله ده چي په لس – دوولس کاله کې یې آن داچي دیوه لیک دلیکلو ځواک پیدا کړی نه وي. همدا کسان نه دبریا لیتوب په خوند پوهیږي او نه دپاته کیدلو نوم د ځان له پاره بد گڼي. هغوی هسي کلونه تیر کړي دي او باید دزده کړې په ډګر کې معیارونه گڼل سي.

لړلیک

- سریزه ۷۱
 زده کوونکي باید څه ډول مطالعه وکړي؟ ۷۴
 دمدرسي او ټولګۍ ستونزي په خپله حل کړئ ۷۶
 له ټولګۍ څخه ګټه ترلاسه کړئ ۸۰
 ازموینه ولي اخستله کېږي؟ ۸۴
 په ازموینه کې د ګډون چمتو والی ۸۵
 د ګز او میدان وخت ۸۷
 د ازموینې ډولونه ۹۰
 زه زما په قلم ۹۸

دوهمه ډله هغه کسان دي چي مدرسي ته خو تللي او د
 بنوونکي لوست ته کښي ناستلي وي. د ټولگي خورې ورې
 خبري يې د خوب او خيال په نړۍ کي گرځي، راگرځي خو د
 ازمويني له پاره کوم ځانگړې چمتوالي نلري. يوازي د ازمويني
 په شپه، لزموني لپاره کتاب گوري. کيدلاي سي دا کسان په
 ازموينه کي منځني نمري واخلې. ځکه، د يوه مضمون لپاره چي
 څه په ذهن کي لري او يوه شپه مطالعه وکړي نو د برياليتوب
 برخه تر لاسه کولای سي.

درېمه ډله هغه کسان دي چي د زده کړي په کلنۍ موده کي
 يې د ازمويني له پاره څه کړي وي. په پروگرام سره يې لوستونه
 لوستي وي. د ازمويني په شپو ورځو کي هم مطالعه
 کوي، خو د مطالعه د يوې شپې مطالعه نه وي. بلکي دنورو
 شپو په څير ورته د مطالعه يې عادي شپه وي. هغو يې په همدې
 شپه، تير اخستل سوې يادښتونه گوري، کتابونه د عنوانو نو
 په کتلو بيا په حافظه کي راگرځوي. له ځان سره احتمالي
 پوښتني جوړوي او ځوابوي، په ډاډه زړه د ازمويني شيبو ته ځان
 ورنژدي کوي. دا کسان د امتحان په شپه نه په خوب کي تغير
 راولي او نه په پروگرام کي. هغو ځ نورو شپو ورځو په
 څير، د لوست تر څنگ بهرني کارونه کوي، مجلي گوري، تفريح
 کوي او ازموينه ورباندې هيڅ اغيزه نلري. دا کسان په ژوند کي
 بريالي خلک دي. که په ټولگۍ کي لوست وايي، لومړني کسان
 وي. که د مسابقو له پاره کومه لوبه کوي د کال زيار او کونښن

او د همدې شپې او ورځې ډاډ ورته داسي بر ځوړپه برخه کوي
 چي آن د يوه هيواد وياړ گرځيدلای او گټلای سي.
 تاسو هم که زده کوونکي ياست، که په کومه لوبه کي
 د مسابقې او مقابلې له پاره گډون کوئ له همدې دريو ډلو
 څخه وتلي نه ياست. که خدا بښي، هغه کسان ياست چي
 د ازمويني د څنډ په هيله يا باد او باران غواړي او يا د بنوونکي
 بيماري ته خوشحاله ياست. له همدې ورځې اراده وکړئ چي
 نور به په د ټولو کي هغه ډله ستاسو وي چي امتحان ورته
 عادي لوست ښکاري او په ټولگۍ او ملگرو کي وياړلي
 يوازي تاسي ياست. زه په همدې هيله همدا بحث پيل
 کوم. خداي تعالی دوي کړي چي زما د ليکنه له تاسو سره څه
 مرسته وکړي.

زده کوونکي باید څه ډول مطالعه وکړي؟

وړاندې تردې چې د ازموينې په هکله څه وليکل سي، دا يادونه ضروري گڼم چې د مدرسې او ښوونځۍ زده کوونکي د مطالعې ټول شرطونه، کوم چې د مطالعې په برخه کې ليکل سوي دي مراعات کړي. د کتاب کتلو لپاره منظمه تگ لاره ولري او ورسره د اهم وپوهېدو چې ازاده مطالعه او د زده کړې د لوستونو مطالعه څه توپير هم لري. ځکه:

۱- د لوست له پاره د ټولگۍ کتابونه د زده کوونکي په خوښه نه وي، نوي وي او په يوه ځانگړي موضوع کې ليکل سوي وي. ځکه هم په ذهن باندې درنېږي.

۲- د لوست او زده کړې کتابونه هريو ديوليزيل علم او فن په هکله ليکل سوي وي. کومه خاطره، لطيفه او د ذهن د خوشحالي له پاره ډير څه نلري، نو خوند پکې نه وي د اهم په ذهن بار درنوي. خود مدرسې او ښوونځۍ د پروگرام کتابونه بيا يوه ښيگڼه هم لري. هغه دا چې د کتابونه هريو په يوه موضوع کې ليکل سوي وي. که د لومړنيو ورځو د نابلديا ستونزه وگالل سي. د کال په جريان کې له دې کبله اسانتيا پېښېږي چې، لوستونه سره ورته والی لري. د لوست کړۍ يو تر بله ډير توپير نلري.

د مدرسې او ښوونځۍ لوست په ذهن اجباري بڼه لري. ځکه د ازادې مطالعې په څير څوک کتاب په خپله خوښه نه سي غوره کولای. نو د لازمې ده چې د مطالعې وخت او څرنگوالی هم څه

ناڅه په جبري ډول ترتيب او غوره سي. که په ازاده مطالعه کې يو ساعت وخت بس وي، د همداسي لوستونو له پاره د مطالعې وخت زيات ضرور د يېه تجربه سره ويلاى سواى چې، د هر مضمون لپاره چې څومره وخت د مدرسې او ښوونځۍ په پروگرام کې ورکړل سوي وي دهغه دوه برابره وخت بايد هم هغه مضمون مطالعه يې ته ورکړل سي ترڅو تکرار سي په ياد سي او تمرين او پوښتنې پکې حل سي. د مدرسې او ښوونځۍ د زده کړې ترڅنگ که په کور کې مطالعه کېږي، نو په ټولگۍ کې راغونډ يې معلومات په ذهن کې ښه خوندي کېږي. کورنۍ مطالعه تکرار او تمرين دى سربيره په دې چې د ټولگۍ لوست ښه ورباندې زده کېږي، علمي مهارت ورباندې زياتېږي او په کور کې تر ښوونځۍ وخت هم زيات وي. نو کيدلاى سي تير لوست و لوستل سي، وليکل سي، تکرار سي او ياد سي.

که څوک د مدرسې او ښوونځۍ ترڅنگ په کور کې هم په يوه منظم پروگرام مطالعه وکړي، کيدلاى سي د کار کولو ښه عادت ورسره پيدا سي.

د مدرسي او ټولگي ستونزي په خپله حل کړئ

هر زده کوونکی که هغه تکړه دی که ناتکړه په مدرسه او ټولگي کې څه ستونزي ورته پيدا کېږي. کله دا ستونزي د ښوونکي او ټولگي له لوري وي، کله لوستونه گران وي او کله هم زده کوونکی په خپله ستونزي پيدا کوي. که ستونزي هر ډول وي که د هر چاله لوري پيدا کېږي ه حل لاره يې دنده چي ښوونځی پرېښودل سي. گران مضمون هيرسي او يا دستونزو پيدا کوونکي، ښوونکي درس ته حاضر نسي. نوري لاري سته چي له دې ستونزو سره مقابله و سي او زده کوونکی په خپله مقابله او زغم همدا ستونزي حل کړي. دلته به د ځينو ستونزو ډولونو او د حل لارو ته يې اشاره وسي.

۱- کيدلای يې: ستاسو د ښوونکو په منځ کي کوم يو داسي هم وي چي يا علمي کفايت ونلري، د پوهيدلو ځواک يې کم وي په وړه خبره عصبي کېږي، د پوښتنې د اوريدلو ځواک نلري، تر لوست دوخت په ضايع کولو خوښ وي يا نوري ستونزي ولري. له داسي ستونزو سره مقابله دنده چي يا ټولگي ورته پرېږدي او تيلسو هم بي کفايتي وښايست او له هغه سره په څرخه پيدا کول چيل اعصاب کمزوري او ذهني تمرکز وبايلي. غوره لاره ورسره روغه او جوړه ده. که کله، کله دهغه په کړو، وړو نارامه کيدلاست، خپل پام بل لور ته اړوي که بيا هم هغه ښوونکي بې ځايه تاسو په قهر کولی، زيار وباسئ خو خپل حالت په اختيار کي ولری کله چي دهغه عصبي وضعيت نور

مال سي او يا تر ټولگي بهر ورسره خبري کوي بيا هم خپل ځان کنترول کړي. ځکه له غوره ښوونکي سره مخامخ نه ياست. يوه لاره دا هم ده چي داستونزه دهغه ښوونکي په واسطه حل کړي کوم چي تاسو ته دروند او محترم وي.

که ستاسو هدف دانه وي چي ددې ښوونکي عادت ته بدلون ورکړي او يا کولای سي چي په خپلو کړو، وړو د همداسي ښوونکي عادت واړوي. بيا ځان مه قرباني کوي. د ډيرو گلانو تر څنگ کله، که له اغزي هم په لاس کي واخلي.

کيدلای سي د ښوونکي يده رويه ستاسو د بد چلند زيربنده وي، تاسو به درس نه زده کوئ گورنۍ وظيفه به سرته نه رسوي، په ټولگي کي به مزاحمت کوي او...

په دې صورت کي ځان ملامت وکړه او په عادت کي مو بدلون راولي.

۲- گران لوستونه: کله زده کوونکو ته له دې کبله ستونزه پيدا کېږي چي د ټولگي کتاب اولوست ورته گران او سخت وي داسي ستونزي ته خو نژدي او آسانه حل دادی چي هغه کتاب هيرکړي په مهال ویش کي دهغه کتاب او مضمون وخت او ځای پل مضمون ته ورکړي او کار ستاسو په وس کي نه دی. ځکه هغه يو معياري مضمون دی او د درس په پروگرام کي منل سوی دی. نو غوره لاره يې داده خو دهغه مضمون په زده کولو کي زيات وخت تير کړي کله مضمون اسانه وي خو زده

کونکي هغه پردی گڼي. همدا پردی گڼل همغه مضمون سختوي. داسي چي زده کوونکی وایي:

زه به په راتلونکي کي یو ادیب یم، نو یوازې د ژبو مضمونونه باید ولولم. مثلثات او الجبر هیڅ په درد نه خوري. یا ووايي: زه به یو انجنیر یم، نو ادبیات راته اضافي مضامین دي.

په داسي احساس او اټکل یو ډول مضمونونه پردی فرضوي او فرض هغه مضمونونه ورته گرانوي. خو کیدلای سي ستاسو اراده بدله سي که هغه هم نه وي نو د ژوند په کارونو کي خوه مضمون ضرور دی نوله گران او ناخوښه مضمون څخه تېښته د ستونزي د حل لاره نده بلکي باید:

ن گران لوستونه لومړی وکتل یی. داسانه لوست وخت ورته وسپمولى سئ.

ن د گرانو لوستونو په هکله له نورو انډیوالانو یا لویانو مرسته وغوښتل سي.

ن د همدې مضمونونو د لوست په وخت کي غایب نسئ. ټولگي ته تر تللو وړاندي، د دې مضمونونو لوست وگورئ او هغه ټکي او ځایونه چي پکي گران وي، لومړی حل او بیا نور لوست زده کړئ.

۳- د زده کوونکي ستونزه: کله، کله شاگرد په خپله ستونزه پیدا کوي. د ساري په توگه:

تل ټولگي ته ناوخته رسیږي. یوازې دانه چي لوست ترې تېرېږي، بلکي په سترې ساه په ورسیدلي درس هم نه

پوهیږي! کمښت باید په خپله پوره کړي او په خپل وخت حاضر سي.

د نوسونه، نه زده کوي، هره ورځ کورنۍ وظیفه ورڅخه پاته وي. داسي شاگرد ته هرو، مرو دښوونکي له لوري ستونزي پیدا کیږي. ښوونکی که هرڅومره حلیم او زغم څښتن انسان وي خو تیرو، دوه ځله زیات غم هغه بي حوصلې کوي او زده کوونکي ته ستونزه پیدا کوي. د ستونزه هم باید شاگرد په خپله حل کړي. د لوست په زده کړه باید د ښوونکي باور پیدا کړي او هغه ته داسي بهانه په لاس ورنکړي چي بي ځایه ایا په ځای سره عصبی سي.

ن په ازموینه کي کمی نمرې اخستل بله ستونزه ده چي شاگرد ته له خپله ځانه پیدا کیږي. په کمونمرو اخستلو خپل اعصاب هم خرابوي او معلم ټیي هم له گونځو ډکه تنده نیولي وي. له دې ستونزي څخه د خلاصون په غرض د ازموینې پاڼه یا څیړي یا سوځوي او یا یې پټوي. خو دا یې لاره نده. له پاڼې څخه باید گټه واخلي او خپله تیروتنه پکي وويني او ووايي نولي مي دا پاڼه بده او د کتلو وړ نده. تیروتنه جبران کړي. همدا پاڼه ورته د عبرت پاڼه سي. بیلوخت بیکاره تیرنکړي. خپله اراده درس ویلوسه کلکه کړي. ترڅو بیا ورته بده پاڼه په کین لاس ورنکړل سي.

له ټولگي څخه گټه تر لاسه کړئ

۱- د ټولگي ټولو درسونو ته حاضرېږئ، که په ټولگي کي کم معلومات تر لاسه کړئ او څه تکرار وکړئ. دا تهغه ډیره ښه ده

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

۲- د ټولگي له شرايطو سره ځان روږدي او عادت کړي. د بنسټونو لوستونه يو ډول نه وي، کله تشرېح او کله تکرار وي. کله ازموینه، تيسټ او اخلاقي پوښتنې وي. کله د لبراتور کار وي او کله په ټولگي کې درسي مقابله او مسابقه وي. تاسو داسي ځان عادت کړئ چې هر کار ته جوړ ياست. که لبراتورار خوښوي او تشرېح څخه مو ورت کيږي يا يو مضمون خوند درکوي او بل درباندي درنږي، نو دا عادت ورک کړئ هر مضمون او هر پروگرام د بنسټونو دمعيار جز دی او لوستل يې لازم دي.

۳- په ټولگي کې پوښتنې کوي، هره موضوع چې تاسو ته حل نده، هغه نور وټه هم گرانه ده خو هغو هم د سوال کولو زړه نه کوي. که په درسي موضوع کې کوچنۍ تيروتنه او اشتباه درته پيدا کيږي، هغه وپوښتي که په موضوع پوه ياست دلاروښانه کيدلو لپاره مثال وغواړئ.

۴- که په ټولگي کې دنوروزده کوونکو پوه وړاندې، د درس د تشرېح او يا پوښتلو ځواک نلري او دنوروتر مخ بي زړه کيږي، نو کوشش وکړئ څو د ټولگي په لومړني صف کې کښيني او دنورو شاگردانو سترگي درته مخامخ نسي.

۵- په ټولگي کې د شوخو زده کوونکو لورته پاملرنه مکوئ. زيار وباسئ څو ستاسو ناوړه حرکات بي پروا زده

کوونکو ته دنوري بي پروايي، زړورتيا ورنکړي، ښه غوږ ونيسي.

۶- د کوم مضمون لوست ته چې ورځي، هغه کتاب وړاندې لا وگورئ نوې لوست کې گران ځايونه ځان ته معلوم کړئ څو د بنسټونو د تشرېح په مهال، هغه ځای ته پاملرنه وکړئ او ورباندې وپوهيږي. د هر درس تمرين گوري څو د تشرېح په وخت کې دهغه په ځواب پوه سي.

۷- د بنسټونو د خبرو پيل او پای او هغو خبرو ته پام ولري کومې چې پاي ته تا کيد سره وايي او يا يې تکرار کوي، کومې جملې چې په تخته ليکي هغوی ته ځير اوسي.

بنسټونو کې معمولاً مهمې جملې داسي پيل کوي:

(لومړۍ... دوهم... دريم.)

"يوه مهمه نکته داده چي..."

"او په ياد ولري چي..."

"اصل خبره داده چي..."

"او په دې علت چي..."

بنسټونو کې د تائيد لپاره په دې تورو تکیه کوي:

(د ساري په توگه) (د مثال په ډول) (سربيره په دې) (ددې په

عکس...) (همدارنگه...).

او په پای کې وايي: په لنډه توگه... په پای کې...

په نتيجه کې... داسي نتيجه اخلو چي....

۸ که ددرس په جريان کي کومه پوښتنه درته پيدا کيږي. ياد د ثبت يي واخلي او د لوست په پای کي دهغې په هکله له ښوونکي څخه معلومات وغواړي.

۹- د لوست په پای کي لنډ کي ياد د اښتونه واخلي.

۱۰- که کله په ټولگي کي حاضر نه وي د بل ملگري دهغې ورځي ياد د اښتونه وگوري.

۱۱- که د لار اتوار خوندي ته لاړي کومه تجربه چي درته در کړل سوي ديموازي په هم هغې لگيا اوسئ. د نورو زده کوونکو تجربې او د لار اتوار لوازم که گورئ بيا په خپل لوست او تجربه پوهيدلای نسي.

۱۲- کوم درسونه چي نوي زده کوي. بهرني استعمال ورته ورکړي. لځان سره مثالونه ورته ومومي او پوښتنې پکي ولټوي.

۱۳- د ټولگي لوست تر تفریح او خوب وړاندي په ذهن کي دروگرځوي چي بيا ژر نه هيريږي.

۱۴- نقشو، جدولونو او گرافونو ته زياته پاملرنه کوي.

۱۵- په هر لوست کي چي ځانگړي، فني ايا نور توري وي، لومړی دهغوی په معنی ځان پوه کړي بيا د لوست تشریح او بشپړولو ته غوږ نيسي. ساري په توگه: سمبول، ولانس، چارچ، اتوم، الکترون، مرکب، ماليکول، مدار، اتومي نمبر، اتومي وزن، کثافت، مخصوصه وزن، راډيکل، ايون، انعکاس، انکسار، ارتجاعيت، تراکم، توان، کار،

انرژي، حرکت، سرعت، اهتزاز، امپلتيود، پريود، ولتيج، هادي، عايق مقاومت، جريان، محراق، پرتاب، جذر، پولینوم، توان، ساين، تانجانت، سيکینټ، عصبه، ذوی الفروض، ذوی الارحام، ميت، متروکه، اخيافي، علاتي، اعياني، مخرج، نصاب، خمس، غنيمت، غزوه، سريه، مرفوع، مرسل، متواتر، مشهور، راجح، مرجوح، حاده، منفرجه، قايمه، تماثل، مفروض، مطلوب، مستوي، مرتسم، حجره، نسج، غړی، سيستم، ميزبان، پرازيت، فقاريه، نورو اصطلاحات په لوست کي راځي. په هغو ځان داسي وپوهوي چي په خپلو عباراتو يي روان ووايست او نور هم ورباندې پوه کړای سي.

۱۶- په ټولگي کي ځاني لوست څخه وتلي خبري مه کوي او نه همداسي موضوع يادوي. زيار وباسي، همداسي خبري تر ټولگي بهنمي کړي. داسي خبري ستاسو پام هم بل لور ته اړوي او نورو ته هم فکري گډوډي پيدا کوي.

ازموینه ولي اخستله کيږي؟

ازموینه د زده کړې جز دی او د دې لپاره اخستله کيږي، خو ښوونکي وپوهيږي چي زده کوونکو ترکومي کچي نوي لوستونه زده کړي دي. ځيني د دې له پاره منظم امتحانونه اخلي ترڅو زده کوونکي دي ته اړکړي چي تل خپل لوست ولولي، ويي گوري، تکرار او ياد يې کړي.

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

از مینست ښودلي ده چې که ښوونکي پرته له خبرتیا له زده کوونکې څخه از مومینه واخلي، زده کوونکي په منظمه توګه ورځنۍ مطالعه کوي.

از مومینه ترلوست او زده کړې وروسته هم اهمیت لري. په مسلکي چارو کې تر از مومینې وروسته هرځای دنده او شغل موندل کېږي. په ټولنیزو چارو کې دژوند هره معامله او مسئله یو ډول از مومینې ته اړتیا لري.

په از مومینه کې دګډون چمتووالی

۱- ځیني زده کوونکي از مومینې ته په منفي نظر ګوري. هغه یو اجباري، اضافي او دځان له خوښې پرته یو بار ګڼي. دا فکر باید ورک او از مومینې ته دیوه ګټور څیز په توګه وکتل یې. از مومینه هغه وخت یوه ستونزه ده چې هغه ټپه په بدن نظر وکتل سي. از مومینې ته لومړنۍ تیاري همدا ده چې بدیني ورته ونلري هغه دځان په ګټه وګڼي او دخپلو نیمګړتیاوو د معلومولو معیار ېې ومنی. په ټي توګه به از مومینه درته خوښه او اسانه وبریښي او پکې دګډون لپاره به په ځان باور او ویا ولری.

۲- از مومینې لپاره تیاري نیول د لوست له پیل څخه باید پیل سي که ورځنې لوستونه او دندې په ښه توګه زده نسي، همدا ورځنې او لږ، لږ درسونه یو ځای کېږي او د از مومینې شپو ورځو ته نژدې دزده کوونکي له ځواک څخه زیاتېږي.

از مومینې ته دچمتو کیدو لپاره، د لوست او مطالعې مهال ویش درلودل ټولګی ته په منظم ډول تلل، د یاد د اښتونو اخستل او هغه بیا، بیکتل غوره لاره ده. ورسره که دټولګۍ له ملګرو سره درسونه یو ځای وګورئ، مباحثې پکې وکړئ او د تیرو از مومینې بیا وګورئ، دا هم ګټور کار دی. دنورو از مومینو دپاڼو کتل تا سوت ته دقت پیدا کوي، په خپلو بې پروایو پوهیږي، دهمدې ټولګۍ په کومه کې چې اوس په لوست لګيا یاست، د از مومینو پانې هم تنظر تیري کړئ، دا د سوالونو په هکله یونوی فکر درسره پیدا کوي.

۳- له ښوونکي څخه وپوښتئ چې په کومو موضوعګانو او مطلبونو کې از مومینه اخلي.

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

۵- تر از مومینې یوه، دوې او نۍ وړاندې، د ښوونکي پوښتنو، اشارو او په ځینو مطلبونو تاکید ته غور وکړئ. ډیر اټکل دا کیدلای سي چې ښوونکي په همدې پوښتنو تاسي د امتحان څرنگوالی ته متوجه کړي.

۶- از مومینې له پاره پروګرام او مهال ویش ولری. نالوستي لوستونه ولولئ ګراني مسئلې حل کړئ تر از مومینې دوه

دازموينې په ډگي په قلم پسي گرځي او په دې عمل سره هم خپل وخت ضايع کوي او هم دنورو فکري تمرکز بايلي.

۳- په خپل ځای ارام کښينئ، که دازموينې ستونزو درته فکري ستونزه پيدا کوله. يو، دو، دې دقيقې فکر وکړئ او اوږده ساه واخلي، بيا په کار پيل وکړئ، داستونزه مو ختمېږي.

دکانکور په ازموينه کې چي، پوښتني چاپ سوي وي. که څه ستونزه پکې لري لاس پورته کړئ او مسئلې شخص ته چي دازموينې خونه کې گرځي، راگرځي خپله ستونزه په گوته کړئ.

۴- دازموينې ژبنۍ اوليکلي لارښوونې په غور سره واورئ او وېي گورئ.

۵- د ځوابونو ترتيب وړاندې، په دې خبره ځان پوه کړئ چي سوالونه ټول حل غواړي که ځيني.

۶- د پوښتنو په ځواب ځان پوه کړئ چي ايا د ځواب خواو شا کرښه کښل کېږي؟ کوم تور په ښه کېږي؟ خالي ځايونه ډکېږي؟ څه تشرېح غواړي؟ کوم مطلب معلومول دي او که...

۷- ازموينې ته مهال ویش ولري داسي چي پوښتني ولولئ، هر سوال ته څو دقيقې وخت لري دنمرو په تناسب ياداساني او سختي په اټکل سوالونه ځواب کړئ.

۸- پوښتنو شميري په خورا احتياط گورئ او د ځوابونو شميري يې په غور سره لیک که په يوه شميره کې سوال او ځواب سره واورې، تيرويږي، ځوابونه به ترپايه غلط وي.

ورځي وړاندي تاسو بايد ټول درسونه دازموينې له پاره کتلي وي. ترازموينې يوه ورځ وړاندي لږ وند مضمون په هکله فرضي پوښتني او ځوابونه تيار کړئ ترازموينې وړاندي شپه ارامه تيره کړئ خوب پوره کړئ او دازموينې په ورځ يوازې فهرست او عنوانونه وگورئ. ازموينې ته په خپل وخت ځان ورسوئ. زيار وباسئ څو دازموينې په ورځ ناسوب نسئ. څومره چي له "صفر" څخه ځان لري کولای سئ، لري سئ. دښوونکي ستر دښمن د شاگرد په پارچه کې "صفر" دی.

دگزاو ميدان وخت

ميدان خوازموينه ده او گز هم له ازموينې سره ستاسو اړيکي، هغې ته په ښه نظر کتل او ستاسو چمتو والی دی. ددې له پاره چي په دې کچ، مېچ کې کم رانسئ، نو دازموينې په شيبو کې د اټکي مراعات کړئ:

۱- دازموينې تر وخت لږ تر لږه پنځه دقيقې وړاندي خپل ځای ته ځان ورسوئ. له يوه لوري به د ناوخته رسيدلو له تلولي توب څخه ژغورلي ياست له بل لوري به دښوونکي لارښوونې نه درڅخه تيرېږي. کله خولا داسي هم وي چي ناوخته راغلي شاگرد ته دازموينې اجازه هم نه ورکوله کېږي.

۲- ټول لوازم، پښل، پښل پاک، که ورته اړتيا وي زيات کاغذ، که ضرور وي حساب ماشين له ځان سره ولرئ اسې بي پروا زده کوونکي ليدل سوي دي چي

دازموينې ډولونه

ازموينه ډير ډولونه لري. كيدلاى سي دښوونكي او دازموينې دسمبالوونكو په شمير دازموينې ډولونه وي خو په عمومي ډول ازموينه په دوه ډول ده:

تشرېحي (انشايي)، لنډه (ټيسټي).

۱- **تشرېحي ازموينه**: په دې ډول ازموينه كي ډېري ليكني ته اړتيا وي. بايد د پوښتني اړوند ټولي زده كړي په ياد راوړل سي لهغه معلومات په داسي ډول ترتيب او تنظيم سي چي په استدلال او منطق ولاړ ځواب وي.

په تشرېحي ازموينه كي موخه يوازي داندې چي ستاسو د يادولو ځواك وازمويل سي پلكي تاسو په دي هم ازمويل كيږئ چي دخپلو معلوماتو تشرېح او تحليل څرنگه كولاى سواى او څه ډول دا زده كړه استعمالولاى سئ. دا ځوابهله بڼه معلوميدلاى سي چي زده كوونكې پوښتني په موضوع بڼه پوهيدلى او په خپلو تورو الهجه يي بيان كړاى سي. په داسي ازمويكي داهم غوښتل كيږي چي شاگرد خپل افكار څرنگه په ښكاره او منطقي ډول څرگندولاى سي.

دا ډول ازموينه په دې ډول تورو ځانگړي كېږي.

واضح يي كړئ تشرېح يي كړئ تعريف يي كړئ پرتله (مقايسه) يي كړئ او ...

دساري په توگه :

۱- دمطالعې لپاره وړچاپيريال تعريف كړئ؟

۹- په چټكي او احتياط سره كاركوئ.

۱۰- كه دازموينې وخت ډيروي، يوه يوه شيبه لاس له كارڅخه اخلى، ترڅو مواستراحت او آرام كړى وي.

۱۱- سوالونه ټول وگورئ، گرانې او اسانې پوښتني ځان ته معلومي كړئ، كه دټولو ځوابونو نمرې يو شان وي، نو لومړي اسانه پوښتني ځواب كړئ.

۱۲- گرانه پوښتنه دوه، دري ځله گورئ ځويي په مطلب او غوښتنه پوه سئ.

۱۳- تجل وروسته خپلي پاڼي وگورئ كوم سوالونه چي موبې ځوابه پري ايښي وي، هغوى ځواب كړئ.

۱۴- حل سوي پوښتنې پرته له كومې دليله بل ځواب مه وركوئ.

۱۵- كه دپوښتنې په ځواب نه پوهيدلى او په اټكل مو ځواب وركړى و، لومړنى غوراوى غوره دى.

۲- زده کړې په کار کې د برياليتوب درې بنسټيز عوامل
تشرېح کړې؟

د داسې ازموينې ځواب لپاره د ليکوالي له لارښوونو څخه
باید گټه واخستله سې هغه داسې چي، زده کوونکي سوال
ولولي، ځان ورباندې پوه کړي د ځواب ټول جزیات د پانې په
یوه څنډه وليکي بيايي وړاندې وروسته کړي. په همدې
جزیاتو کې اصل خبره ومومي، دهغه لپاره سریزه پیل او په
نورو برخو کې یې تشرېح او تائید وليکي. مثالونه، متلونه
اونکتې پکې راوړئ. په هر پاراگراف کې یوه خبره مطرح کړئ
او په پای کې د پایلې په ډول څه وليکئ.

۲- لنډه (ټیښتي) ازموینه: په دې ډول ازموینه کې، لیکنه کمه
وي ځوابونه په یوه توري ورکول کېږي چي هغه په خالي ځای
کې لیکي. یا یوه ځانگړې نښه د ځواب په ځای ایښودل کېږي
او یا د ځوابونو په پاڼه کې تر ټولو غوره ځواب په نښه کېږي.
لنډه ازموینه څلور ډوله اخستل کېدلای سي.

الف: متناوب یاد "سم" او "ناسم" ازموینه: په دې ډول ازموینه
کې ځوابونه دوه متضاد حالت لري او په (سم، ناسم)
(صحيح، غلط) (رښتیا، دروغ) (مثبت، منفي) او یا (هو، نه)
ځوابیږي. دساري په توگه:
() د خوب په بستره کې ښه مطالعه کېږي.

که ستاسو په نظر د دې پوښتنې ځواب سم وي نو له لارښوونې
سره سم په قوس کې د سم (سم)، ص (صحيح)، ر (رښتیا)، یا
هو، توري او یاد + (مثبت) علامه وليکئ.

که دا خبره غلطه وي نو بیله لارښوونې سره سم، دنا (ناسم)
غ (غلط)، د (دوغ) یاد (نه) توري او یاد - (منفي) نښه
ولیکئ.

دا چي زما په نظر دا خبره سمه نده نو په لیند کیو کې لیکم. (-)
او یایی کوم معادل توري (ن، غ، د، نه) لیکم.

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

تر مختلې ازموينې ډاډيره پاملرنه غواړي. ځکه، ځوابونه
سره ورته والی لري. دساري په توگه:

۱- د مطالعې د کوټې تودوخې مناسبه درجه د فارنهایت
(درجي ده.

الف: (۸۰) ب: (۷۵) ج: (۶۸) د: (۵۰).

دا چي د مطالعې لپاره دخونې د تودوخې مناسبه درجه ۶۸ ده
نوزده کوونکي باید په قوس کې (ج) وليکي.

۲- د اسلام په لاره کې لومړنی شهيد () دی.

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

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

وي. کله هم په يوه کالم کې يې کتابونه او پېښل کې يې لیکوالان لیکلي وي او ...

خو کله، لا ځوابونه تر پوښتنو زيات هم وي. مثال يې وگورئ:

() (۱) د احد جگړه ۱- د هجرت پنځم کال

() (۲) د فجار جگړه ۲- د هجرت دوهم کال

() (۳) د بدر جگړه ۳- د هجرت اتم کال

() (۴) د مکې سوبه ۴- تر هجرات وړاندې

۵- تربعت وړاندې

۶- د هجرت دريم کال

دلته پوښتني څلور او ځوابونه شپږ دي.

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

۵- معياري (د کانکور) ازموینه: دا د ازموينې يو ځانگړی ډول دی چې په لنډ او ټيستي ډول اخستله کيږي خوله معمولي او د ټولگيو له ازموينو سره دوه توپيره لري:

لومړی دا چې تجربه سوي وي، کار ورباندې سوی وي. د تکامل او بشپړتيا ډیر پراوونه يې وهلي وي.

دوهم دا چې د پوښتنو او ځوابونو ډگيې خورا پراخ وي. وينچي د پوهنتون د کانکور ازموينه په ټول هيواد کې يو ډول اخستلکيږي. دلسم، يوولسم او دوولسم ټولگيو په مضمونونو کې يې پوښتني جوړيږي. په داسې ازموينه کې

دا چې د اسلام په لار کې لومړنی شهيد حارث (رض) دی نو په قوس کې د "د" توري لیکل کيږي.

چ- بشپړه کيدونکي (تکميلی) ازموينه: په دې ډول ازموينه کې غوښتل کيږي څو د يو عبارت يا پاراگراف خالي ځايونه ډک سيکله په ځوابونو کې لغات يا شميرې ورکولي کيږي او سم ځواب ترې غواړي او کله هيڅ هم نه وي. د ساري په توگه:

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

دا عبارت به داسې بشپړ کړو:

محمد صلی الله عليه وسلم د (۴۰) کلونو په عمر په پيغمبري مبعوث او د عمر په (۶۳) کلنۍ کې وفات سو.

۲- د معاصر افغانستان جوړونکی () دی.

دا چې دا شخص احمد شاه بابا د څو په ليند کيو کې به لیکو: (احمد شاه بابا) او جمله به بشپړه سي.

د- اړونده (نسبتي) ازموينه: ددې ډول ازموينې ساده بڼه داده چې په دوو عمودي (ولاړو) لیکو کې دو ځايه سره ورته او اړونده مطلبونه خو به ترتيبه او تيرويير لیکي. د زده کوونکي دنده داده څو د دوهم کالم د مطلب سم تور ۱ د لومړي کالم د مطلب څنگ ته وليکي.

کله يو کالم د مخترعانو نومونه وي او بل کالم د اختراعاتو. کله په يوه کې پيښې او په بل کې ځايونه اونيتي لیکل سوي

دزده کوونکي دزده کړې او معلوماتو ترڅنګ دزده کوونکو
ځیرکتیا، شخصیت، غوښتنې او هیلې هم ازمویل کيږي.
دکانکور په ازموینه کې دپوښتنو اوځوابونو پانې سره بیلي
وړونمري هم په ماشین ورکول کيږي. نوځکه پکې زیاته
پاملرنه کار ده او شاګرد باید ټولې لارښوونې په پام کې
ولري. تاسوداپوښتنې وګورئ او دحل ډول ته یې ځیر سئ:

دپوښتنو پانه:

۱- کابل یو () دی.

۱-۱: بنار

۱-۲: هیواد

۱-۳: غر

۱-۴: جزیره.

۲- پیر عرب () دي.

۲-۱: عیسویان

۲-۲: یهودیان

۲-۳: مسلمانان

۲-۴: بودایان

۳- پلار تر زوی () وي.

۳-۱: هوښیار

۳-۲: شتمن

۳-۳: ځواکمن

۳-۴: مشر

۴- ورځ او شپه () څخه پیدا کيږي.

۴-۱: دځمکې په خوا او شا د سپوږمۍ له حرکت.

۴-۲: دلمر په خوا او شا دځمکې له حرکت.

۴-۳: په خپل محور دځمکې له حرکت.

۴-۴: دځمکې په خوا او شا دلمر له حرکت.

۵- که د دوو قلمونو بیه (۲۰ اف) وي په (۱۰۰) افغانیو ()
قلمونه اخستلای سو.

۵-۲۰: ۱ قلمونه

۵-۱۰: ۲ قلمونه

۵-۱۵: ۳ قلمونه

۵-۵: ۴ قلمونه

دا خودپوښتننوموني وي، اوس په بیله پانه کې یې ځوابونه
وګورئ چې دسم ځواب له پاره دوي موازي کرښې توري سوي دي.

۱- = = = =

۲- = = = =

۳- = = = =

۴- = = = =

۵- = = = =

نورنو، تل په ازموینو کې بریالۍ سئ، خو ګورئ چې دځوابونو په
پانوکي مو دخپل نوم لیکل هیرنسي. والسلام

۱۳۷۸/۱/۱۶ هـ ش. دوشنبه ۸:۴۵ سهار، کندهار

زه ، زما په قلم

دازما دهغه ناچاپ کتاب نوم دی چې دوه برخي لري ، په يوه کې زما د ژوند لوړې او ژورې په بله کې دهغه چا د ژوند حالات دي چې ، کوم علمي ، جهادي ، فرهنگي او يا سياسي شخصيت لري او زما ورسره ليدل کتل سوي دي . زه مي دخپل ژوند د حالاتو لنډيز له همدې کتاب څخه دلته ليکم :

زه د غزني ولايت ، د قره باغ ولسوالۍ په محمد نعيم کلا کې دنيا ته راغلی يم . د تذکرې په حساب مي عمر د (۹۰ ساله) په اټکل دی .

په ۱۳۴۰ هـ ش کال پوښتونکی ته شامل سوم او په هم هغه کال مي پلار وفات سو .

په ۱۳۴۵ هـ ش کال ، د سلطان ابراهيم له بنوونکۍ څخه اول نمره فارغ سوم او د سلطان محمود ليسې ته لاړم . له هغې ليسې په لومړنۍ دوره کي په لومړۍ نمره په ۱۳۵۱ هـ ش کال فارغ سوم . دهغه کال د کانکور په ازموينه کې دخپل ولايت د ټولو ليسو په شاگردانو کي په لوړه نمره بريالی سوم او دخپل لومړي انتخاب سره سم ، د کابل پوهنتون د انجنيري پوهنځۍ ته شامل سوم . خو درې کاله وروسته مي د ناخوالو له امله د لوست لړۍ غوڅه سوه . د دې زده کړو ترڅنگ مي ضروري ديني زده کړي هم کولي .

په ۵۷-۳۵۸ هـ ش کلونو کي د کمونستان په دوره کې دوه ځلي دهغوی له لوري بندي کړای سوم .

له ۱۳۵۹ تر ۱۳۷۱ هـ ش کال پوري دهجرت په نړۍ کې هستوګن وم . هلته مي له ماموريت ته تر رياسته په جهادي دفترونو کې کار وکړ .

په ۱۳۷۱ هـ ش کال د مجاهدينو له بريالي کاروان سره کابل ته لاړم . د مهاجرينو د عودت په وزارت او د سرې مياشتې په ټولنه کي مي درئيس په توګه دنده درلوده .

په کابل کې دخپل منځي جګړو په مهال مي دنده پرېښودله او په ۷۳- ۱۳۷۴ هـ کلونو کې د نورالمدارس په مدرسه کي د بنوونکي په توګه پاته سوم .

د ۱۳۷۴ هـ ش په پای کې مي د طالبانو له اسلا مي تحريک سره قلمي مرسته پيل کړه او د اسلامي امارت په دوره کي مي د کندहार پوهنتون ، د کابل د طب انستيتيوت او د بهرنيو چارو په وزارت کي ي درئيس په توګه دنده اجرا کړې ده .

کله چې امريکايانو افغانستان اشغال کړ ، ما بيا په خپل کور او کلي کي ترهستوګنې ، هجرت ته ترجيح ورکړه .

په ۱۳۵۹ هـ ش کال مي لومړنی مضمون او لومړنۍ رساله (شمه از شکنجه هاي مشهود در محابس افغانستان) چاپ سول . تر اوسه مي په ۳۴ ډول ، ډول خپرونو کي په سلګونو مضمونونه خپاره سوي دي او ترديرش ټوکه لږيکل سوي او يا ژباړل سوي کتابونه مي د چاپ شرف لري . پنځلس ټوکه کتابونه مي هم چاپ ته تيار دي . د کرامت مجلې ، ريان ويبپاڼې ، سواد فرهنگي ټولنې او الحکيم تعليمي مرکز د تاسيس او امتياز وياړ لرم .

په ليکنه کې پښتو او دري ژبې پاته بې توپيره دي . له عربي ، اردو او انگليسي ژبو څخه په ژباړه لاس بری يم .

ذلک من فضل الله .

والسلام .

- ريان -

Rayyan261@yahoo.com

ماخذونه

خوږو لوستونکو! په دې لیکنه کې مې له ماخذونو څخه ګټه اخستې وه، هغه
ماخذونه مې دکندهار پوهنتون او دکندهار داطلاعات او کلتور د ریاستونو له
اړوندو کتابتونونو څخه ترلاسه کړي وو، خو اوس هجرت ورڅخه لري کړی يم، له
همدې امله یې نومونه په بشپړه توګه لیکلای نسّم.
په دې هم افسوس کوم چي دڅرنګه لیکنه وکړو؟ اوڅرنګه وینا وکړو؟ په
برخو کې یوه، یوه برخه متن نیمګړی دی او هغوی هم په همدې ستونزه پوره
کولای نسّم.

خو دا عرض کول غواړم چي په دې بحثونو کې زما خپله ځانګړې ې تجربه هم
اغېزمنه ده ځکه:

۱- زه دلیسي په دوره کښي دخپلي ښوونځۍ لومړی شاګرد وم او د ۱۳۵۱ کال
دپوهنتون دکانکور په ازموینه کې په خپل ولایت کې ترټولو په لوړه نمره بریالی
سوم.

۲- تراوسه مې (45) کتابونه لیکلي یا ژباړلي دي چي ترديرش ټوکه یې زیات
د چاپ په پسرول ښکلی سوي هم دي.

۳- په ۳۴ جريدو او مجلو کې مې له ۱۳۵۹ کال راهیسي په سلګونو
مضمونونو دخپريدلو شرف حاصل کړی دی.

۴- په کنفرانسونو او سیمینارونو کې مې دویناوال په صفت ګډون کړی دی.
دا هرڅه بشپړه مطالعه غواړي او ماته الله جل جلاله دمطالعي حوصله راکړي
ده، نو هرو، مروه دمطالعې، لیکنې، وینا او ازمویني تجربه لرم. دلته مې هم په
لېکنه کې ورڅخه ګټه اخستي ده. ځکه هم په ډاډ سره وایم چي دا بحثونه مې په
یو ځل کتلو ارزي او که ګټه تري واخلي، هغه خو مې ددې زیار هدف دي.

والسلام

ریان

Get More e-books from www.ketabton.com
Ketabton.com - ebooks library