



لیکنې

د ژوند رنګونه

سمینه بهار

د ژوند رنګونه

لیکواله: سمینه بهار

د ژوند رنگونه

ليکواله: سمينه بهار

بسم الله الرحمن الرحيم

د کتاب نوم: د ژوند رنگونه
ليکواله: سمينه بهار
کمپوز: او ډيزاين: سکون گرافکس
ډيزين چارې: طيب الله سکون
چاپ کال: ۱۴۰۱

ددې کتاب د هر ډول چاپ او خپرولو حق له ليکوالې سره
خوندي دي.

ډالۍ!

مور او پلار ته مې. ...

او

تاته؛ چې دا کتاب دې د مطالعې لپاره وټاکم.

س. بهار

د ژوند رنگونه

د ژوند رنگونه د آغلې سمینه بهار د لیکوالۍ په برخه کې لومړنۍ هڅه ده، د آغلې بهار لیکنې خوږې، مینه ناکې، هڅونکې او مثبت پیغام لرونکي دي. هغې په خپلو لیکنو کې د د خپل زړه خبرې په خورا رنگینه لهجه راخیستي او د لوستونکو مخې ته ایښي دي. بهار په وطن او قام مېنه انجلۍ ده، همدا سبب دی چې په لیکنو کې د ځوان نسل د بیدارۍ لپاره یې غږ پورته کړی دی. زه سمینه بهار ته ددې کتاب مبارکي وایم او د لا نورو بریو تمه ترې لرم.

ژوند که هر خومره ښه شي
بيا هم له ځان سره مشکلات لري.
خو انسان بايد په ژوند کې د خوشحالي لپاره پلمه ولټوي.

مانښام تياره شو، تيارو هر لور ته خپله لمن خوره کړه، په
آسمان کې هم رڼه ستوري ښکاره شول. د ستوري تر څنگ
سپوږمۍ هم راښکاره شوه؛ خو نن شپه سپوږمۍ ډېره
ښايسته ښکارېده.

لکه چې نن سپوږمۍ هم ډېره خوشحاله وه.
ما به سپوږمۍ ته کتل او سپوږمۍ به بيا ماته کتل، هوا هم
ډېره ښه وه، نړۍ شمال و زما په مخ ويښتان گډوډ پراته و، په
همدې وخت کې کې تيلفون ته زنگ راغی، تيلفون ته مې
وکتل چې نمبر سره يې ليکل شوي و (جان) په بېره مې
تيلفون اوکی کړ.

ما په حېرانتيا سره بغير له کوم څه ويلو ورته ژر دا خبره وکړه
چې: جان ته سپوږمۍ ته وگوره څومره ښکلې او ښايسته
ښکاري.

هغه هم ژر دا خبره وکړه، بالکل ته وگوره څومره ښکلې او
ښايسته ښکاري.

خو لامل يې څه کيدای شي؟
ما بغير له دې چې فکر ورباندې وکړم، سمدلاسه مې ځواب
ورکړ چې نن شپه سپوږمۍ ځکه ښکلې ښکاري چې دوه
مئينان ورته گوري.

اړيکې او موسم، دواړه یو شان دي.
کله له حده زیات ښه او کله له برداشت بهر شي.
فرق یې صرف دومره دی چې موسم جسم ته تکلیف رسوي
او اړيکې روح ته.

که غواړې خپل هدف
ته ورسېږو، نو لویو ستونزو ته باید
غږه ورکو او درد او مشکلات وزغمو.

کله چې درته ووی، یو څه واغونده یخ دې ونه وهي، په ځان
 دې پام کوه
 ماښام وختي کور ته راځه.
 هغه لېونی نه ده چې تاته دا خبرې کوي هغه تاسره مینه
 لري، ته په جواب کې ورته ووايه چې زه هم درسره مینه لرم.

ځیني خلک داسې وي لکه د چاپو پانې؛ تر څو چې دې په
 گرمو اوبو کې نه وي اچولی پته یې نه لگي چې اصلي رنگ
 یې کوم یو دی؟

هیڅکله هم لوړ مقام ته په رسېدو، هغه څوک له لاسه مه
 ورکوی چې ستاسو په پورته ختلو کې یې مرسته کړې ده،
 ځکه بېرته رانښکته کېدو پر وخت بیا ورته اړتیا لری.

انسانیت تر ټولو مهم اصل دی، که څوک له تاسې مرسته غواړي؛ مانا یې دا ده چې تاسې اوس هم د ځمکې پر مخ ارزښت لری.

د ژوند مسکا

ژوند د یوې مسکا اندازې هم لنډ دی هڅه وکړئ چې په وړې مسکا سره د ژوند عمر اوږد کړئ.
تل ژوند په مسکا تېر کړئ، د ژوند ښکلا مسکا ده.

د مینې درد

په ژوند کې ځینې دردونه وي چې نه شي کولای فریاد وکړي، نه شي کولای ولیکي، نه شي کولای یو چاته یې ووايي.
یوازې کولای شي چې اه وکړي او اوبښکې تویې کړي.
او دا د مینې درد دی.

دلته چې چا سره ښه چلند وکړې، يا دې احمق گڼي يا ساده.

بيا نو يا دوکه درکوي او يا دې مسخره کوي، ښه ده چې له هر څه خپل يوازيتوب غوره وټولي.

پوهېږم، ښايسته انسان هغه دی چې په سينه کې له دوکې، دروغو، چل او خيانت څخه پاک زړه ولري.

که هر څومره خفه يې، زړه دې تنگ وي، سترې يې، نا ارامه يې، يو داسې څوک به وي چې د هغه سره يو زنگ، يوه خبره ستا ټولو دردونو او غمونو ته د پای ټکی ږدي

پوهنه رڼا ده

کتاب پل دی، انسان له غرقېدو څخه ساتي.
تعلیم د انسان ژوند روښانه کوي او همدارنګه استاد شمع
ده چې خپله سوزي او نورو ته رڼا ورکوي.

مازیګر شو، د لمر وړانګې ورو، ورو د غرونو لمنو ته پناه
وړله.

په آسمان کې هم بعضې ځایونه د لمر وړانګو په ذریعه زیږ
ښکارېدل. هوا یخه وه، د شمال څپو هر لور ته خپل مستو
څپو د ونو پانې یو خوا بل خوا خورولې؛ همدې منظرې په
لیدو سره هر چا به همداسې فکر کو لکه څنګه چې مسته
پېغله په خپل مخ ویښتان خواره کړي، همدغه تصویر د هر
چا ذهن کې جوړېدو.

درسونه ټول کتابونو کې نه وي، ځينې خپلوان، ځينې
دوستان او ځينې هغه څوک درکوي چې تاسې ورباندې
ډېره تکيه کوي.

شاته د تگ عادت نه لرم، که دوستي وي يا دښمني تر مرغه
يې درسره پالم.

زما د مرگ په ورځ باران وکړي چې کفن مې لوند شي.
هسې نه څوک ووايي چې په جنازه کې يې د ژړا څوک نه و.

د ژوند کيفيت مو دوه څيزونه ټاکي:
هغه کتابونه چې مطالعه کوو او هغه انسانان چې ورسره
ملگرتيا پالو.

زموږ يوه وږه تېروتنه د خلکو زړونه ماتولای شي له خلکو سره
ښه چلند وکړئ چې له تاسې وروسته ستاسو نوم ژوندی
پاتې شي.

هغه درس چې د اوسنۍ نړۍ انسانان يې درکوي، په هېڅ
کتاب کې نشته.

انسان د وخت په تېرېدو ډېر څه ستړی کېږي او بدلون
مومي،
يوآزیني څه چې انسان د ستړیا پر ځای راحت حس کوي
هغه رښتیني مینه، مهربانه اوسېدل او اخلاص دي.

تېروتنه د ژوند يوه پاڼه ده، خو اړيکه د ژوند پوره کتاب دی،
نو ځکه د ي،ې پاڼې لپاره پوره کتاب مه بايلئ.

ځينې وخت بايد دوه نفر فاصله ونيسي تر څو وپوهېږي له
يو بل سره د يوځای کېدنې لپاره څومره اړتيا ده.

د خزان د هوا هم ډېره عجيبه ده، يخ، د باران آواز او لمډې
ځمکې بوی او د چا د يادونو نه سترې کوونکې کيسې

باران

نن يې ستا خوشبويي له ځان سره راوړي.

هو؛ باران يادوم.

غواړم لمس يې کړم

او هر څاڅکی يې په خپل ورغوي کې راټول کړم.

په یاد ولره

خلک کله، کله کینه بښي،
خو سپکاوی هیڅکله نه بښي.

نړۍ

له انسانانو ډکه ده مگر هر څوک مینه کوونکي او مینه
ویشنونکي نه دي.
په ژوند کې ډېر کم انسانان وي، چې له مینې ډک زړه او
رښتینې سپیڅلتیا لري.

له ویرو او ماتو سره مبارزه وکړئ

کله چې یو فرصت په لاس درغلو نو دا فرصت له لاسه مه
ورکوی او ویرې او ډار ته اجازه مه ورکوی چې ستاسو چانس
له تاسې واخلي، په ژوند کې بریالیتوب د ترلاسه کولو لپاره
مونږ پر یو چې له ماتو او وېرو سره مبارزه وکړو.

ته چې يې

زه د تريخ چای سره خواړه نه خورم،

ته زما شیرین، ته مې بوره، ته مې گوړه... بس هر وخت مې
خواته اوسېږي.

کلونه وروسته به مونږ د سرسختو انسانانو له ډلې شمېرل

کيږو، سره له دې چې هېلې مو وژل شوي وي خو بیا مو هم
کار کاوه.

سره لدې چې زړونه مو مات شوي و خو بیا مو هم مینه
کوله.

سره لدې چې ښه پریمانه د هوکې راکړل شوې وي خو بیا مو

هم باور کاوه، مونږ د دروغو په نړۍ کې بیا هم رښتینولي

کوله، هو؛ مونږ به د زمکې د سر قوي او سر سخت انسانان

یو.

کوشش وکړئ چې بې مطلبه ښه انسان جوړ شئ
د مطلب لپاره خو ډېر ځي او راځي.

کله چې خیانت وکړ
داسې ده لکه مټې یې درماتې کړي،
کولی شي وې بڅښي،
خو هېڅکله نه شي کولی چې بیا یې غېږ کې ونیسي.

له ژوند مې زده کړل
هر څوک دې لکه امساء
تر هغو په زمکه لگوي، تر څو چې تکیه درباندي کوي.
کله چې هدف ته ورسېږي یو غاړی ته کوي دي.

او

له ژوند څخه مې وپوښتل چې ولې دومره سخت يې؟
په موسکا يې راته وويل:
تاسې انسانان هېڅکله د سکون او آرامتيا په ارزښت نه
پوهېږئ.

ته زما زړه يې، ته زما ساه يې، ته زما روح يې او ته مې ځان
يې.
سپوږمۍ او رڼا زما زړه ته سکون او ارام وربخښي.

ژوند وکړه

ژوند په خپله خوښه وکړه، د چا د خبرو په کیسه کې مه
کیږه.

د خلکو خولې تل خلاصې وي، هېڅ کله داسې مه وایه چې
له ژوند ستړی یم.

ماته مه منه!

تل داسې فکر کوه چې زه د نړۍ شتمن انسان یم، که په
ژوند کې له ناکامۍ سره مخ شوې، ماته مه منه که مبارزه
وکړې ته گټونکی یې.

که له ناکامۍ سره مخ نه شې بیا د کامیابۍ په ارزښت نه
پوهېږې.

په ځان باور تر ټولو مهم اصل دی له هرې تیارې وروسته رڼا
وي.

وړي

وړي څو رقمه وي، تر ټولو خطرناک یې هغه دي
چې د نورو خوشالي خوري.

لیدل

په مینه کې لیدل اړین نه دي،
خکه ډېر دي چې د لرې والي باوجود
مجنون مټین پاتې کیږي.

او

ډېر دي چې د نیردیتوب باوجود ټول عمر ابوجهل پاتې
کیږي.

که غواړې

که غواړې چې د یو چا حال وپوښتي ورته مه وایه چې
څنگه یې؟
فقط ورته غوړ شه چې څه اورې، خپله پوهېږې چې څنگه
دی؟

ژوند

د ژوند کلیمه له حده ډېره ښکلې ده
په دې ټولگه کې چې هر څه درباندي تیر وي، هماغه هېر
کړه.
د ښه ژوند له پاره نیک او مثبت گام پورته کړه.

وخت

انسان د وخت په تېریدو له ډېر
څه ستړی کیږي او بدلون مومي.
یوازیني څه چې انسان د ستړیا پر ځای راحت حس کوي
هغه رښتیني مینه، مهربانه اوسېدل او اخلاص دي.

ناهيلى

ژوند مينه درکوي دا چې ناهيلي يې نو ژوند نفرت درکوي
تر ژوند ښه نعمت نشته؛ خو تېرول يې زموږ لاس کې دي
چې څنگه له چاسره او په کوم ډول يې تېر کړو.

که چېرې

که چېرې غواړې چې له مرگ وروسته هېر نه شې، داسې
خه وليکه چې د لوستلو وړ وي او يا هم داسې کار وکړه چې
په ليکلو ارزې.

مه ډارېره

له يوازيتوب مه ډارېره
لمر ته وگوره، يوازې دى؛ بيا هم ځليږي.

زما په اړه

هغه وخت قضاوت وکړه چې
کله دې ولیدم.
نه؛ په هغه صورت کې چې
بل څوک مې درته ښه یا بد وستایي.

زه بشپړه نه یم، مگر تاسې هم نیمګړي یاست
نو؛ مخکې له دې چې زموږ په اړه قضاوت وکړئ یو ځل
خپلو تېروتنو ته وګورئ.

هر کله

چې د راحت او سکون کمی احساس کړئ
نو؛ د خپل رب په مخکې توبه وکارئ.
ځکه، چې دا د انسان ګناه ده چې زړه یې صبره او ناراحته
کوي.
هر وخت الله ج یاد کړی هیڅکله به د خفګان احساس
ونکړي.

ویل یې

سترگې دې ښایسته دي.
ورته مې وویل:
باراني سیمه همیشه ښکلې وي.

زما

د زړه په مسجد کې چې
کله ستا یادونه اذان کوي نو؛ زه ستا لپاره دوعا کوم.
ارمانونه دې پوره شه له موږ سره... .

سکون

سکون د هر چا لپاره توپیر کوي
د یوه سرتیري لپاره سکون په جگړه کې د هغه بریا ده.
زما لپاره سکون ستا د دوه خوږو سترگو کاته دي.

خبرې

ښې خوږې خبرې د هر چا خوښيږي،
خو د چا بدو او تر څو خبرو ته په ورين تندي او زغم غوږ
نيولو ته مينه وايي.

دا واوړه!

خبر يې چې ځينې څيزونه په نړۍ كې
له هر څه زيات ارزښتمن وي.
د هغو له جملې يوه ستا مينه ناكه څېره ده چې د نړۍ له
ټولې شتمنۍ هم ارزښت راته لري.

ځينې كسان

ځينې كسان څومره ځانگړي وي، آن چې په اړه يې فكر كوو
نو په شونډو مو مسكا راځي.

کرکه

په حقیقت کې زه له هغه خلکو سره د کرکې کولو وخت نه
لرم،
خوک چې له ما کرکه کوي.
ځکه زه له هغوی سره ډېر زیات بوخت یم، چې له ماسره
مینه لري.

حقیقت دا دی چې

هیڅوک نه پوهیږي چې سبا څه کیدونکي دي، ژوند یو
داسې سفر دی چې هیڅ څه پکې د اعتبار وخت نه لري.

پوکاڼی

ځیني خلک هم سم د غازي پوکاڼی خاصیت لري
چې یو ځل دې له لاسه ووت، نو بیا په لرې لیدو هم نه
ښکاري.

ژبه

ژبه په چوپتيا، خبرې په رښتيا

عقل په فکر، زړه په ذکر

مخ په عبادت

او

انسان په ښو اخلاقو ښايسته كيږي.

سپي

که انسان وپېژندې خوري دې

او که سپي وپېژندې نو ساتنه دې کوي.

نو ځکه خو وایم چې تر بې شرفه انسان، کوڅه ډب سپي

هم ښه دی.

حوصله

حوصله لوړه لرم.
خو دا هم ضروري او لازمه نه ده، چې
هر ځل دې زه تر اخيري حده وه ازمایل شم.

جرم

انتظار جرم نه دی.
خو د غلط انسان لپاره انتظار کول سوچ کفر دی.

يادونه

ستا يادونه قوت راکوي،
د ژوند په هره ستونزه کې تا له ځان سره محسوسوم
ځکه خو هيڅوک ما نه شي ماتولی.

که... .

که په ژوند کې وکولای شم چې څه درکړم؛
خپلې سترگې درکوم، تر څو پوه شي چې څومره ستا د لیدو
آرمان لرم.

نړۍ

یوه وویل: څومره خرابه نړۍ ده، حتی د گل ښاخونه هم
اغزي لري.
بل وویل: څومره ښکلې نړۍ ده، حتی له اغزیو ډکې څانگې
هم گلونه لري.
خوښې په فکر کې ده، نه په هغه څه کې چې مونږ یې گورو.

لوبې

ځينې خلك مغرور نه وي،
خو له زړه سره يې دومره لوبې شوي وي چې
هيچ چا سره اړيكي نه پالي.

مينه

مينه درسره لرم.
لكه خداى خپل لومړى مخلوق سره چې يې لري.
مينه درسره لرم.
دومره چې احساس كول يې ستا لپاره سخت دي.
مينه درسره لرم.
دومره چې زما قلم يې د ليكلو توان نه لري.

بي خوبي

ځيني وختونه يو شپه پخیر ويل
 کولای شي، د يو چا د بې خوبۍ مخه ونيسي،
 هيله ده، مه يې دريغوى ترې.

باور

په چا چې باور لرې
 وروسته درته دا ښکاره کوي چې
 په ما باور کول دې تر ټولو لويه تېروتنه وه.

رښتيني خلک

ډېر ژر او په اسانۍ سره عاشق کېږي، ډېر په راحت سره
 خپل احساس
 بل ته بيانوي، ډېر په راحتۍ سره وايي چې مينه درسره لرم.
 خو په ډېرې سختۍ سره مو بيا پرېږدي.
 خو کله چې په زړه زخمي شي نو؛ ارامه کيښي هيڅ هم نه
 وايي.
 او
 له ژوندانه يې زړه تور شي، ځان ته د نړۍ بد انسان وايي.

خپلوي

نوکان چې غټ شي خلک گوتې نه بلکې نوکان پرې کوي،
 همداسې چې خپلوی او دوستۍ کې ستونزې پيدا شي، نو
 ستونزه
 بايد پرې کړل شي، نه خپلوي.

سترگو

د سترگو اوښکې دې په خپله پاکې کړه
که دې پرېښودې بل څوک يې درته په خپله گټه پاکوي.

حوصله

لوړ هدف وټاکه، حوصله مه بایله!
خندونه شته خو همېشه خلکو ته خیر رسوه!
رب سره اړیکه جوړه کړه، بندگانو ته مه گوره، د رحمت په
تمه اوسه؛
بریا ستا ده.

درناوی

هره

بريالی اړیکه نه یوازې
د مینې سره بلکې د درناوي او باور سره رامنځته کېږي.

ورځ

درد يوه ورځ نه يوه ورځ هېريري،

خو

هغه چا چې درد درکړی دی، هغه

هیڅکله نه هېريري.

په ژوند کې چاته درد مه ورکوه!

رښتیني مینه

رښتیني مینه هیڅکله نه مري، که ځواني ختمه شي او که

ژوند هم

په ختمېدو شي، خو که حقيقي وي تل په زړونو کې پاتې

کيږي.

تل د خپل ملگري سره مینه وکړئ او د خوشالۍ ډک ژوند

سره په مینه تېر کړئ.

داسې ژوند وکړه چې پس له مرگه دې
هم خلکو ته گټه ورسېږي.

رڼا

رڼا ته د رسېدو لپاره باید له تیارو تېر شئ
او
هر ډول سختۍ ومنئ.

نفرت

ځان د پاکو اوبو په شان جوړ کړئ
چې تل مو خلک تېري وي، نه دا چې نفرت او لرې والی
درځه غوره کړي.

ژوند

ژوند مې په يوې درواغجنې مسکا وړم
 دردونه مې
 له هر چا پټ ساتم.
 د خوشالۍ تمثيل کوم.
 ځکه؛
 د هغه خلکو ځواب نه لرم چې راته وايي ولې خفه يې؟

تجربه

دې ته مه خوشالېږه چې زه دوښمن يا مخالف نه لرم.
 دا ځکه چې ته حق ويل نه شې کولای.
 نو؛ خلک دې هم مخالفت نه کوي، که حق ويل مو شروع
 کړل، ډېر
 نږدې دوستان او ملگري به دې مخالفت شروع کړي.

زه

زه بده نه نه یم،
 زه احساساتي یم.
 زه زړه کې کینه نه ساتم، ځکه خو دومره غوسه کوم.
 زه وایم چې ماته هم توپیر نه کوي.
 خو داسې نه ده.
 زه وړو، وړو خبرو ته هم په شپو، شپو او ورځو ژاړم.
 زه مغروره معلومېرم، خو مغروره نه یم.

ستاینه

د چا د پرمختګ مخه مه نیسئ.
 د هغوی د مخکې تګ په لاره کې خنډونه مه جوړوئ.
 ملاتړ یې وکړئ، وې هڅوئ، د شته وړتیاوو ستاینه یې
 وکړئ، ویده افکار
 یې راوبښئ کړئ او منفي نقاط یې درک کړئ.

خوره شيبه

تر ټولو خوره شيبه هغه وي
کله چې پوهېږي، هغه له ځانه ډېره تاته پاملرنه کوي.

سبا

د سبا لپاره بهتره امادگي نيول دا ده چې ته نن خپله ټوله
توانايي
په کار واچوې، تر څو سبا ته نتيجه ورکړي.

اوبښکې

په ژوند کې اوبښکې مه پاکوه
هغه څوک چې له ژوند څخه پاک کړه
چې ستا د اوبښکو د بهېدو لامل شوی دی.

پوهېږم... .

پوهېږم چې يوازې يم، يوه ورځ به مې دومره ملګري وي، چې
يو بل ته مې نه پرېږدي، هر څوک به دا کوښښ کوي چې
ما تر هديرې ورسوي.

انسان

د انسان بريا په کوښښ او وخت په سم استعمال کې ده.
نو؛ لازمه ده چې وخت مو سم مدیریت کړئ او په سم ډول
يې وکاروئ، تر څو بريالي اوسئ.

که څوک

که څوک مو په قدر او آرام وجدان پوه نه شو،
خپل نه شتون ورته ډالۍ کړه يا مو خپل حالت او چلند تغير
کړئ.

ژوند

ژوند هم وکړه او مینه هم، خو تل په یاد لره چې چاته
دوکه ورنکړي او هیڅ کله د چا زړه مه ماتوه.
تل به خوشحاله یې.

خاموشي

تل د ناپوهۍ له آمله نه وي.
ځینې وخت احترام، مینه، درد، غوسه او ډېره پوهه انسان
چوپتیا ته اړ باسي، کله زما په شان

لوبغاړي

د ځان خلاف خبرې واوره، مگر حوصله مه بایله
ځکه شور لوبغاړي نه، بلکې تماشه چیان جوړوي.

مینه... .

له هغه چاسره هیڅ کار نه لري چې ژر ماتې خوري
او ژر نا هیلي کیږي.

کتاب... .

ځینې کسان باید لکه کتاب خو، خو ځله مطالعه کړو، تر څو
پوه شو چې هغوی زمونږ د مینې او له موږ سره د ټول ژوند
تېرولو ارزښت لري.

هغوی

هغوی چې ستاسې په هره اشتباه سترگې پټوي
لیوني نه دي او نه هم ساده دي، بلکې نه غواړي چې تاسې
د تل لپاره
د لاسه ورکړي، نو دداسې خلکو قدر وکړئ.

ای

تاته وایم!

زه داسې څه وکړم چې ستا اوښکې راخپلې کړم او ستا

غمونه دې لکه جامې

له ځانه تاو کړم؟

هیله کوم ووايه، زه څنگه ستا ژوند شم.

نه پوهیږم چې ته به ما خپل ژوند کړې که نه؟

خو زه دا وایم؛

ته زما د ژوند یوه برخه نه بلکې ته اوس زما ژوند یې.

دښمن

کله چې دې دښمن پیدا کړ، پوه شه چې موخې ته په

رسېدو کې بریالی

شوی یې او وې گوانبلې، پوه شه چې تر تا کمزوری دی.

جرم

په ژوند کې له ځينو خلکو سره اړيکې پرې کول جرم نه
 بلکې
 د خپل ژوند ارامه کول دي.
 په خپل ژوند کې داسې څوک وټاکئ چې ستا ژوند ته
 ارامښت ورکړي.

اندېښنې

که په ځان باور ولرې،
 اندېښنې ته اړتيا نشته دی، هر بد حالت بدليدونکی دی.

زه... .

زه به تل دعا کوم چې زما یوازینی هیله خدای پوره کړی.
زه غواړم، تا له لاسه ونیسم او ته له ماسره حرکت وکړی، د یو
نوي ژوند په لور...

کاش... .

د ژوند پاتې عمر د یو بل سره په مینه او خوښۍ تېر کړو.

هغه انسان هیڅکله له زړه څخه مه وباسه

کوم چې له ټولې نړۍ څخه یې یوازې ته ټاکلی یې.
ځکه د هغې نړۍ ته یې... .

ځینې وختونه مې زړه غواړي په چيغو درته ووايم چې ښه نه
يمه.

زړه مې تنگ دی، ته مې ياديرې، غواړم څنگ ته دې درشم.
خو د خلکو د شرم نه هيڅ نه وایم.

ای جان تاته وایم

که کومه ورځ مرگ درنه بيله کړم، گوره ونه ژاړې
ځکه روح مې هم ستا د ژړا تحمل نه لري.
بيا فقط تر شونډو لاندې ووايه چې، مينه درسره لرم.

خپل ځان سره رښتني اوسه، يو غښتلی انسان پاتې شه.
پريږده چې ټول درته حيران پاتې شي چې اوس هم
خاندي.

تېروتنو ته دې د پای ټکی کيږده، ځکه دويم ځل تېروتنه،
تېروتنه نه ده، بلکې انتخاب دی چې واک يې ستا په لاس
کې دی.

هڅه وکړه د خپلو ارادو، فکرونو، پريکړو او ژوند واکمن پخپله
واوسې نه بل څوک په ستا قبر کې به ستا وجود وي نه د بل
چا....

زه ستا غوسې د بل په خنداگانو باندې نه بدلوم، زه له
تاسره سختې ورځې د بل
تر څنگ د راحت په ورځو نه ورکوم.
زه ستا نادارې، د بل له دارايۍ سره نه بدلوم،
زه حتی که ته نه وي، ستا خالی ځای هم په بل چا نه
ډکوم.
له ځانه ډېره مينه درسره لرم.
د ژوند سکون مې يې.

ای خدایه

کاش دې سپینې واورې په شان د هر انسان زړه هم سپین
وای.

نو؛ بیا به په ټوله نړۍ کې هیڅ دریدلی انسان نه و.

ژوند هغه وخت ډېر نښایسته و چې هر سهار مې ستا په خور
غږ پیل کاوه.

او ره شپه به ستا په خور غږ ویده کیدم.

هره ورځ به ستا د دوه سترگو لیدل زما روح تازه کاوه، ستا
خورې خدا به نړۍ هر سخت غم رانه هېراوه.

زړه به مې همغه ورځو پسې خفه شوی دی،

چې ماشوم وم.

چې د ژړا پلمه به یې د یوې نانځکې نه لرل و، نه د یو

کس....

د ساعت

هر ټک، ټک ستا د نه شتون پېغور راکوي، ته به کله راځي؟
 او زما دغه غوړونه او سترگې به کله له دغه زوړونکي ټک،
 ټک څخه ژغورل کيږي.

نن مې نېږدې ولېدې، پوهېږې؟
 سترگو دې څه بل ډول تاثیر درلود.
 او د خوړو شونډو خبرو دې بيا بيخي خوند راکړو.
 خو کاش لږه نوره هم پاتې وای.

که څوک له ما پوښتنه وکړي چې په ژوند کې دې تر ټولو
 ډېر څه کړي دي؟
 زه به ورته بې له ځنډه ووايم چې انتظار....
 کله د دعا قبلېدو ته، کله د ښو شېبو راتگ لپاره، کله د يو
 چا راتگ ته
 کله د سولې راتگ ته او لا هم همدا عادتونه له ځان سره
 لرم.

ته پوهېږې؟

زما څه خوښېږي؟

په شېبو باران، ستا سترگو ته کتل، ښه شاعري، ارامه

موسيقي، د سپوږمۍ شپه

نن سبا يوازيتوب تر ټولو زيات ...

او ددې ليک لومړۍ کليمه ته ...

ټوکې يې مه گڼه

که ته مې

له څنگ لاړې...

په خداى ج قسم کوم چې زه به لدې نړۍ لاړ شم.

هغوی مو چې ژر بخښي او زر پخلا کيږي
ليوني نه دي.
هغوی لېونی مینه درسره لري.

ځيني انسانان ځکه درد ويني
چې له ځينو انسانانو سره اړيکي پرېکول يې له وسه وتلې
وي.
بې تفاوته کيدای نه شي
له چا څه اخيستي نه شي
گټل يې نه وي زده
منافقت نه کوي.
يو ځل چې څوک زړه ته نږدې کړي، بيا يې په لرې کېدو
صبر نه کيږي.

له تللو دې يو څه مخکې
 کاش په دې فکر کړی و چې له تللو وروسته
 به زما په وجود کې
 يوه بې نومه مايوسي
 يو بې نومه خفگان ځای ونيسي
 زما په بڼو راغلې اوبښکې
 به سيلاب جوړ کړي
 لکه ته چې پاتې نشوې او لاړې

څنگه کولای شو چې د خلکو زړونو کې ځای پېدا کړو
 تر ټولو غوره اصل دا دی چې، خپل زړه پاک، په ځان باور
 او له نورو خلکو سره رښتینې مینه درلودل یې سبب گرځي.

آيا

ته پوهېږې چې تاسې سره په هره خوشالۍ او خفگان کې
 ځان شريک گڼي
 هغه به څوک وي؟
 هغه به بل څوک نه، آيينه ده.
 تا سره ستا په خدا خاندې او تاسره ستا په ژړا ژاړي.

زه تاسره تل ژمنه کوم چې تل به ستا تر څنگ يم
 د ژوند تر اخيري سلگۍ پورې او هيڅکله به هم له تانه ونه
 پوښتم
 چې ته چرته ځې؟
 ته ولې ځې؟
 بيا کله راځې؟
 ځکه چې زه درسره ډېره مينه لرم؟

دا زما د ژوند تر ټوبو جالبه خبره ده.
 شته ځينې خلک د روژې د نه ماتېدو ويره په زړه کې لري.
 خو، کاش
 چې دومره ويره يې د خلکو زړونو د په ماتېدو کې هم
 درلودی.

وخته هيله کوم که کيداي شي بدلون وکړه
 ژونده ډېر بې خونده شوې يې.
 نه پوهيرم ولې؟
 زه ډيره ستړی يم، ما په خپله غېږه کې دمه کړه.
 زه ارام ته اړتيا لرې.

کله چې یو کس تاته د خپلې مینې اظهار وکړي ته باید
هغه کس

ته د هغې د مینې په اندازه مینه ورکړې.
مهمه خبره دا ده چې مینه زده کيږي نه،
نو؛ د مینې د زده کړې له پاره په تمه کیږئ مه... .

هغه پښتو متل دی وایي چې، لږ خوره تل خوره!
ځکه چې ډېرې اړیکې او ډېرې مینې د خاموشۍ له آمله
مري او له منځه ځي.

زه چې کله هم خپل ځانته د سزا ورکولو په اړه فکر کوم
لومړی د خپل د ځان د اعدامولو پر ځای خپلې ګوتې د
اعدام وړ ګڼم.
ځکه، چې زما ګوتو ځینو کسانو ته داسې څه لیکلي دي
چې یې حقدار نه ول.

تاسې خپله مینه، علاقه او ښه خوښي د خپلو اعمالو د لارې
څرګندونه کوي.
خلک نه شي کولای چې ستاسو فکرونه وويني، مګر کولای
شي چې ستاسې عمل وويني.
که چېرې غواړئ چې نور خلک له تاسو سره ښه چلند
وکړي، باید چې مقابل لوري سره هم ښه چلند وشي.

يو بل ته فرصت ورکړئ

انسان تېروتنې کوي، له بل اړخ نه، بېنل ډېر قدرت ته اړتيا لري او د يو چا له گناه تېرېدل، د لوړ شخصيت نښه ده. کله چې يو چاته بيا ځلي فرصت ورکوي، نو هغه به تاسو ته ډېر ارزښت درکړي او د لا درناوي وړ به يې وگرځي.

چې درباندي دنيا راتنگه شوه
هغه چاسره مرسته وکړه چې نه يې پېژنې.

ټولې گيلې مې د سمندرونو خاموشو اوبو ته وکړلې.
هېڅ يې نه ويل چې روان و.
خو زما له سترگو د هر څاڅکي په اوبښکه کې د ټولې نړۍ
شور پروت و.

زیاته اړتیا نشته، یو انتخاب کړه، خو انتخاب کې یې ډېر دقیق اوسه.

له هر اړخ یې مطالعه کړه، د غم او د خوشالۍ په وخت کې یې چلند وگوره.

تر ټولو زیاته مهمه دا ده چې د الله تعالی نه ویره لرې او که نه؟

وگوره چې عقیده یې درسته ده که گنده؟

که عقیده یې درسته او ښکلې وي، لاس ورکړه، سيني ته یې نیږدې کړه.

وپوهېږه چې همدا ملگری ستا د دنیا او اخیرت د نیکبختۍ او کامیابۍ علت دی.

ورځ پر لمر،
 شپه پر سپوږمۍ نازيږي،
 او
 زه پر تا نازيږم.
 تل راته ژوندۍ اوسي گراني مورجاني.

هونبیاره ښځه

هونبیاره ښځه د خپل خاوند څخه پاچا جوړوي او خپله د
 پاچا ملکه کیږي.
 کم عقله ښځه د خپل خاوند څخه نوکر جوړوي او خپله د
 نوکر میرمن کیږي، نو تل هڅه وکړئ چې د خپل خاوند
 څخه پاچا جوړ کړئ، تر څو ملکه یې شې، نه د نوکر
 میرمن....

ای

ستا له مینې ما ډېر څه زده کړل.

د ژوند هره خوشالي او درد یې هم راته ډالۍ کړ.

خو؛ بیا هم ستا مینه مې په زړه کې هماغسې ځای لري.

چې دردونه راباندې زیات شي، د سترگو په اوښکويې قرار

کړم او غمونه دې بیا له اندازې ووځي.

په ارام نه پرېږدي چې تر څو یې د لیونتوب حد ته نه وم

رسولی.

خو تا زما د زړه هر رگ ته ورسوي.

کاش تر منځ مو بیلتون نه وی، کله چې د نه شتون احساس

کړم، د ساه اخیستلو طاقت هم نه لرم.

باور وکړه ډېر زیات مې یادیرې، ستا له درده لیونی شوم ولې

نه راځي؟

خبره په ثبوت ولاړه ده، مخکې له عمل کولو وجود بې حسه شي.

خو د انسان روح پاڅون لپاره وجود راوینس شي. کله چې یو څوک چاته ووايي چې زه درسره مینه لرم. بیا نو د راتلونکي ژوند لپاره زیاتې هیلې پیدا کیږي.

هیڅکله د چا هیلې او ارمانونه مه وژنئ. ځکه چې د هر چا هیلې او ارمانونه د هغوی نړۍ ده. د چا زړه مه ماتوئ، ځکه چې زړونه ماتول گناه ده.

يوه خبره تل په ياد ساتئ.
هغه څوک له لاسه مه ورکوى چې پرته له هغې ژوند نه شې
کولى.
ځکه چې د نيمگړتيا پوره کول د ژوند اړينه برخه ده.

که چېرته غواړې چې ښه ژوند ولرې او هيڅ د ستړيا
احساس ونه کړې نو؛ د ژوند لپاره بايد چې يو هدف وټاکې.
اړېې چې مبارزه وکړې، ته بيا حتمن گټونکى يې.

خبر نه يې؟

په نړۍ کې ستا په شان ډېر کسان دي، خو ستا په څېر
مينه ناکه نشي جوړېدای.
پرته له ژوند هيڅ مانا نه لري.
ته ډېر خاص يې... .

انسان له منځه تللی شي، خو ماتې نه شي قبلولی.
 زه پوره باوري یم چې د انسان د ماتې لپاره نه دی جوړ
 شوی.
 ځکه، چې کامیابي د انسانانو د فطرت غوښتنه ده.

ته پوهېږي؟
 چې زه تاسره څومره مینه لرم؟
 زه به تل ستا شتون غواړم، یعنې زما به ټولو خاطرو کې
 یوازې ته یې.

د ژوند کولو لپاره تر ټولو مهمه لار په ځان باور درلودل دي.
 که چیرته څوک د برياليتوب له هڅې او کونښبونه کوي
 ضرور بريالی کېږي.
 أما زه يې نشم کولی بريالی شم؛ هغه به تل په ژوند کې
 ناکام وي.

نن ورځ زه ډېر د خوشالۍ احساس کوم.
 زه داسې فکر کوم چې د پسرلي لومړۍ سهار دی.
 يعنې له ځنډ وروسته باران شوي وي او گلشن کې نوي
 گلان را زرغون شوي وي.
 که چیرته تاسې هم زما په څېر بې دليله د خوشالۍ
 احساس کوئ نو پوه شئ چې تاسې نرم او پاک زړه لرئ.

جالبه ده!

نیمه شپه ده، ټول خلک ویده دي.
یوازې زه او ستا یادونه وینې یو، کاش ته هم دومره وفادار
واى خومره چې ستا یادونه وفادار دي.

هیله کوم ما یوازې مه پرېږده!

که ته لارې زما د مرگ سبب به یوازې ته یې.
زه ستا خبرو، ستا غېږ او ستا شتون ته ډېره اړتیا لرم.
زه درسره ډېره مینه لرم او ته زما ژوند بې.

آيا ته خبر يې، چې زه له تاسره څومره مينه كوم؟
 ته زما ژوند يې، ته زما روح يې، ته زما نړۍ يې، ته زما مينه
 يې او ته زما هر څه يې.
 كله چې يو څوك تا سره دومره مينه وكړي او ته ورسره په
 بدل كې نا مردي وكړي دا بيا د ژوند تر ټولو لويه جفا ده.
 له داسې ژوند څخه بيا مرگ څو چنده بهتر دى.

بدبخته انسان هغه دی چې یو څوک ورسره مینه کوي او د
هغه مینه محتاجي گڼي.
د یو چا د پاکې مینې توهین کوي.

مهمه نه ده

چې د هرې اړیکې علت دې مینه وي.
ځینې اړیکې شته چې له مینې نه یې مقام ډېر لوړ وي.

بنا ته ولې ژوند ته راغلې؟
چې راغلې نو بیا ولې لاړې؟
زما ذهن کې تل همدا دوه پوښتنې را گرځي.
زه درته رښتیا وایم؛ کله چې ته زما له څنگ څخه لاړې زما
څخه تا په ژوندانه
باندي ژوند واخیست او زه دې د ویر په تڼر کینولم.

ای ته پوهېږې؟

تر هغې چې زه ستا غږ وا نه ورم باور وکړه ماته هیڅ خوب نه راځي.

ټوله شپه ویینه او نا ارامه تېره کړم، زه تاته بیخي زیات ضرورت لرم.

له تا پرته زه نیمگړی یم.

له خپلو ټولو دوستانو سره اړیکه وپاله، یوازیتوب هیڅ ګټه نه لري.

کوم وخت چې خپلې ستونزې له دوستانو سره شریکوی پر تاسو فشار راکمپري، ستاسو دوستان همغه څوک دي چې په دغو شېبو کې مو په درد وخوري.

هغه لفظونه چې د شونډو په سر نه راځي، سترگو ته مې ځیر شه

او هغه مې په سترگو کې ولوله.

که چیرته ښه ملگری غواړې، خپله یو ښه ملگری اوسه،
 که چیرته په ژوند کې خوشالي غواړې نورو ته خوشالي
 ورکړه،
 که مینه غواړې نورو ته مینه ورکړه،
 که غواړې چې تل ښه او ارامه ژوند وکړې د نورو نه د ژوند
 ارامي مه اخله.

ما هم له ژوند څخه زده کړل ځکه چې
 مینه لویه شتمني ده.
 زه د نړۍ تر ټولو شتمن انسان یم.

ژوند د لوړو او ژورو ټولگه ده، په لوړوالي کې غرور مه کوئ.
 او په ژورو کې یې همت له لاسه مه ورکوئ.

په يوې موسکا د انسان پر مخ ټولې دروازې پرانستل کيږي.

ډاډه اوسه!

زما چې څومره ساه پاتې وي او سترگې مې غړيږي، زه به
ستا يم.

ستا تصوير مې د يو يادگار په څېر په ذهن کې ساتلی او
چاته يې نه ښکاره کوم.
تا به تل خپل زړه کې پټ گرځوم.

خینې اړیکې باید ختمې شي
تر څو تاسو ارزښت پیدا کړئ او مقابل لوري انسانیت
وپیژني.

عادت نلرم چې د خپل زړه درد مې هر چاته ووايم.
هر څه د خپلې خدا تر شاه پټوم، پرېږده خلک پوه شي
چې نه درد لرم او نه کوم زړه... .

داسې څوک مه غواړه چې دنیا درکړي.
داسې څوک وغواړه چې تا پر دنیا ور نه کړي.

نرمه مسکا، خوږه خبره
په زړونو کې ځانگړی ځای پیدا کوي.

دا ډېره جالبه نه ده؟
اکثره زړه نیږدې کسان ښکلي وي او غږ یې هم د نړۍ تر
ټولو ښکلیو غږونو څخه ښکلي وي.
زه ستا ښکلا ته اړ نه یم؛ ستا زړه رانښکونکی غږ مې هیڅکله
نه هېریري.

داسې خلکو ته هېڅکله هم وخت مه ورکوه چې، ستا
 کامیابي نشي زغملای.
 نورو ته خوشالي ورکول خپل ځانته د خوشالي د ډالۍ کولو
 مانا ده.
 دوه ورځې ژوند دی، یو بل سره مینه وکړئ.

هغوی چې همېشه لپاره
 موږ ته
 له موږ سره
 د پاتې کیدو
 ډاډ، باور او یقین راکوي
 مونږ بیا خپله
 په خپلو
 یوازیتوبونو کې
 د هغو په لټون کې خپل ځان ورک کړو.

هغه کسان چې پراخه ذهن لري، دا خبره نه کوي چې
غواړم هر څه ولرم.
دوی تل په ځان باور لري چې کولای شي ژوند کې بدلون
راولي.
هغوی وايي هر څه لرم، غواړم پرمختګ وکړم.

ځان داسې جوړ کړه چې د هر چا ژوند کې خاص اوسې.
له عامو خلکو نه نړۍ ډکه ده.

انديښنې او تشویشونه هېڅکله په سبا باندې مثبت اغیزه
نه لري.
یوازې د نن خوشالي له منځه وړي.

زه ډېره تېري وم، خو په اوبو کې زهر و.
 که مې خکلې هم مړه کيدم او که مې نه خکلې هم مړه
 کيدم.
 ځکه همدغه دوه ستونزې وې چې ټول ژوند حل نه شوې.

هره ورځ خو شېبې د چوپټيا له هنر څخه کار واخلي.
 خبرې مه کوي.
 کاري تشويشتونه پرېږدي، له گڼه گونې راووي.
 اسمان ته ځير شي.
 د غرونو څوکو ته پام وکړي، د ونو څانگو ته نظر واچوي.
 طبيعت سره همغږي شي، ځان آزاده او طبيعي موجود
 احساس کړي.
 خپل فطرت او باطني آرامښت ته ورسېږي.
 دا ژوند د سرمايه ده.

هر سهار چې سترگې غړوم، ستا خېره مې سترگو، سترگو
ته کيږي.
خو ستا بيلتون د زړه وینه راوچه کړې ده.
کاش ته زما وای!!!

خدایه

زما زړه خومره عجیبه دی.
خوک چې درد ورکوي هغه هم زړه کې ساتي او د هغه درد
او دوکه هم زړه کې...

ته خبر یې؟

کله چې ته راته ووايي، زه ځم نو زړه مې ډېر نارامه شي.
کله چې د ژوند په قدم وهلو رانه وروسته شي زړه مې
درزېږي.
کله چې رانه پناه شي ساه مې بنده، بنده کيږي.

ژوند هغه وخت ښکلی شي، څه چې الله ج درکړي وي په
هغه شکر اوباسې.
بيا ژوند د ښکلا وگوره چې څومره ښايسته دی.

ژوند هم لکه سکه دوه مخونه لري.
له هر مخ سره يې ځان عيار يا عادت کړی.
يعنې د سکې له هر مخ سره د هغه په رقم ژوند وکړه.
ځکه چې ژوند درنه بې خونده نه شي.
دوه ورځې ژوند دی، خوشاله يې تېر کړی.

د ژوند د رنگونو سرمايه

کله، کله به دې زړه ډېر ډک وي خو غږ به دې له ستوني نه
بهر کيږي.
زړه به دې ډېر تنگ وي، چيرته به تللی نه شي.
څوک به دې ډېر يادېږي خو، ته به ورتللی نه شي.

گورۍ

هغه څه چې تاسې يې نه لرئ، د هغې په اړه هيڅ فکر مه کوی.

کوم څه چې تاسې لرئ د هغې په اړه فکر وکړئ.
بيا ژوند کې سکون په اسانۍ سره راځي.

تل يوه خبره په یاد لره

مينه له پيسو سره نه کيږي.

مينه د انسان له روح سره کيږي، ددې خبرې دليل همدا

دی چې روح

هيڅکله هم نه ختميږي.

ته به خبر وي که يا؟

خو نن درته د زړه خبره کوم، کله چې زه ستا غږ واورم زړه ته
مې سکون او ارام راځي.

ستا په يو نظر ليدو زما وچې شونډې د موسکا جامې
واغوندي او کله چې ته ځې ليونيه ستا د تلو سره مې سم د
بدن روح په حرکت پيل وکړي.

کله چې تېروتنه کوي.

هغه مه پتوي، په هغه اعتراف وکړي، يادونه يې وکړي او
بخښنه يې وغواړي.

هره ورځ يوه ښه خبره وکړئ.

د هر چا په ژوند کې داسې حالت منځته راځي چې يوازې يوه ښه خبره کولای شي هغې ته بدلون ورکړي. هڅه وکړه هره ورځ له خپلې کورنۍ خپلو ملگرو همکارانو او گاونډيانو سره ښه خبرې وکړه.

پياوړی انسان هر کله نورو ته اهميت ورکوي.

کمزوری هميشه ځان ته اهميت ورکوي.

زه د خپلې ټولې ارادې، ټول فکرونه او د ټولو غمونو، ستونزو، تشويشونو حل په يوه خبره کې راتولوم او هغه دا چې الله تعاله مهربانه دی. نيت چې صفا وي، منزل ته انسان خپله رسيږي.

کله چې څوک د ملګرتیا ارزښت ته پام نه کوي.
غوره ده چې ترې تېر شو....

په آسمان کې دوه ستوري ډېر ښایسته دي،
بیخي جلا دي، هغه هم یو د لمر خاته او بل د لمر پریواته
خواته دی.
زه هر وخت ستا مینه په هغه ستورو ماتوم.
هغه ستوری هم زما او ستا په شان دي، یو بل څخه ډېر لرې
دي.
خو بیا هم یو بل ته ځلیږي.
بیا هم یو بل ته د رسېدو په تمه دي.

که ژوند درباندي گران وي نو هدف ورسره ملگری کړه او
هيله من اوسه، ځکه چې بې هدفه او بې هېلي انسان په
ژوند کې مړ دی.

د ژوندانه ځيني بڼکلاگانې په سترگو نه لیدل کیږي، زړه
کې حس کیږي.

په هغه هیڅ وخت مه ضایع کوی.
چې یوازې مو د خپلې اړتیا
پر وخت غواړي.

که غواړې

د نړۍ تر ټولو خوشاله انسان واوسي.
نو نور خوشاله کړه
د نورو د خوشاله کولو هڅه وکړه.

هره شپه موږ د خوب ځای ته ځو،
 خو ډاډمن نه یو چې آیا سبا به ژوندي راپاڅو او که نه؟
 خو بیا هم د وېښېدو لپاره راته زنگ والا ساعت په تایم وي.
 دې ته وايي هیله...

یوه ورځ ژوند وکه
 خو ښه په نره یې وکړه!
 د بې غیرتۍ او بې ننگۍ ژوند نه مرگ سل زره بهتره دی.

ساعت
 کاش چې ته ساعت وای او زه ثانیه گروه چې شپيته واري
 درنه
 تاویدای او هر وخت ستا خواته وای، بې له تا ژوند نه کیږي.

ژوند

له ټولو سرگردانيو سره، سره بيا هم ښکلی دی.
بس د يو بل احترام به کوو.

د ځينو

شيانو د پوهېدلو لپاره بايد کتابونه نه،
بلکې انسانان مطالعه شي.

ځيني انسانان څومره ځانگړي او خواږه وي.
نه يې وخت ارزښت راکموي او نه يې فاصلې

برياليتوب په سترو شيانو کې دى،
خوښي په کوچنيو شيانو کې ده،
تفکر په هيڅ کې دى،
خدای په هر څه کې دى
بس همدا ژوند دى.

ځيني انسانان له درملو هم گټور وي.
درد، غم او زړه تنگي ورک کولو سره، سره بې حده خوښي
هم درېښي.

په ژوند کې به دې زړه خو، خو ځله مات شي،
خو مبارز خلک هغه دي چې د ژوند له سختيو سره مبارزه
کوي.

ژوند

هر چاته يو ځل د برياليتوب چانس ورکوي،
خو نر هغه دی چې سمه گټه ترې پورته کړي.

کتاب غوندي

ژوند ولره!

خاموش

آما له معني ډک...

ژوند داسي مثال لري لکه په پيالو کې چې بوره واچوې او
که غواړې چې د چايو پيالو دې خوړه شي خامخا به يې
خوړوې.

ژوند هم همداسې دی.

که غواړې چې خوشاله ژوند وکړئ او کاميابه شې بايد چې
مبارزه وکړې.

کله چې کامياب څوک په څوک په ژوند کې مبارزه کوي،
حتمآ به يې ژوند خوړ وي.

شمعې رانه وپوښتل چې ولې درته هغه کس دومره درد
درکړ کوم چا ته چې تا زړه کې ځای ورکړی و؟
غلی شوم او له سترگو مې اوښکې راغلی او په مات زړه مې
ورته وویل:
چې ولې دې هغه تار سوځوي کوم ته چې تا ټول وجود کې
ځای ورکړی دی؟

ای ته پوهېږې؟

تر هغې چې زه ستا غږ وانه ورم، باور وکړه ټوله شپه ماته
هیڅ خوب نه راځي.
ټوله شپه ویښه او نارامه تیره کړم.
زه تاته بیخي زیات ضرورت لرم.
ستانه پرته نیمګړی یم.

هيله كوم پورته شه!

زه پوهيږم چې ستا زړه مات دی.

ته د دومره سختیو زور نه لرې، هيله كوم پورته شه.

د باران بې احسانه څاڅکي، د پسرلي تازه هواگانې، د ژمي

سړه هوا حس کړه.

هيله كوم پورته شه!

زه پوهيږم چې د ژوند ناخوالې ډېرې دي، بايد مبارزه ورسره

وکړې.

راځه!

ژوند وکړو مينه خپره کړو.

هيله كوم پورته شه، ځکه چې ژوند ښکلی دی.

زه هيڅ نه پوهيږم چې دا مينه ده که عادت؟
 کله چې تاته پيغام ونه ليږم زړه مې تنگ وي او د زړه تنگون
 په ناروغۍ اخته وم.
 زه چې ستا غږ وانه ورم زه داسې فکر کوم چې په نړۍ کې
 زه هيڅ خپل نه لرم، يوازې يم.
 يوه خبره بله کله چې تا ونه گورم، زما تبه وي.

ته زما لپاره ډېر خاص يې.

آيا ته پوهېږې چې ته ماته څومره ارزښت لرې؟
 کله چې هر څومره خوب راځي خو بيا هم ستا لپاره وينښه
 پاتې کيږم.
 چې هر څومره سترې اوسم؛ ستا خبرې مې سترېا ختموي.
 کله چې دې خيال راشي نو په خوله مسکا راځي او دومره
 خاص يې دومره چې د هر لمانځه وروسته په هره دعا کې
 مې ستا نوم په خوله راځي.

د انتظار سختي هغه وخت بيخي ډېره زيات وي.
 كله چې ته د داسې چا راتلو په تمه وي چې هغه هيڅ نه
 راځي او ته يې لار ته گوري.
 كله چې د انتظار شيبې وغځيږي، زړه درد كوي، وجود بې
 حسه شي، زړه تنگون زيات شي او سړی مجبورېږي چې
 هغه ځای پرېږدي.
 واوړه!
 بيا هيڅوك زما په خبر په انتظار مه سترې كوه.

مه خفه كيږه!
 ژوند پای ته نه دی رسيدلی.
 زه پوهيږم چېته له ژونده ډېر ناهیلی پې.
 كوم چا چې ته پرينبودلې، هغه هم تا سره ډيره مينه لري.
 خامخا به يوه داسې ورځ راځي چې ستا ژوند به بيرته
 پخواني حالت ته ځي.
 مخكې لاړ شه!
 شاته واپس مه گوره.

له خپلو ملگرو او کورنۍ سره ښه وخت تېر کړه
 خپل ځان خپله خوشاله کړه.
 تر څو نور هم باید له تانه د ښه ژوند هیله وکړي؟

خدایه!

داسې یو څوک راکړې چې وفادار وي.
 چې د مینې په ارزښت پوهیږي.
 خدایه!
 چې له حده ډېره زیاته پرې گرانه وم او ماسره ډېره مینه ولري.
 چې په یو نظر لیدو یې زما زړه ته سکون پرې راځي.
 چې زه یې ساه روح او ژوند وگرځوم.
 چې زه یې بیا هیڅکله د پرېښودو په اړه فکر ونکړم.

د ځینو خلکو سره مینه هم د لمر او سپوږمۍ په څیر ده.
 سپوږمۍ ټوله ورځ په لار مزل کوي چې لمر ته ورسېږي.
 خو کله چې سهار شي لمر بیرته راڅیږي او لمر ټوله شپه مزل کوي
 چې سپوږمۍ ته ورسېږي.
 خو

نه شي رسيدلای بيا هم سهار چې شي لمر راخيږي خو داسې مينه
هم شته چې يو بل ته د رسيدو لپاره ټوله ورځ او شپه زحمت کوي
خو نه رسېږي.

که کيدای شي زما لاس په لاس کې ونيسه!
زما اوږه په اوږه قدم وهل زده کړه.
که ته ماسره يو ځای وي زه باوري يم چې د ښار مسته هوا
به مستيو بدله شي.
د ډېرو مينانو زړونه به د سکون په بستر ويده شي.

په ژوند کې هغه څوک مه خفه کوي چې تاته ډېرې او له
ژوند شکايت کوي.
ځکه هغه بل ځای د گيلې او شکايت د پاره نه لري.
بله خبره دا چې هغه کس هم مه خپه کوي چې تاته غوسه
کوي ځکه چې هر چاته غوسه نه کوي.

پوه شه چې هغه کس تا سره ډېره مینه لري خو ته د داسې
کسانو بیا د اظهار ژبه کونکه وي.

پوهیږم ژوند کې سختې ورځې هم راځي خو زغم تر ټولو
ښه درملنه ده.

ټولې دروازې به دې په مخ بندې شي خو د الله ج دروازه
هیڅ وخت هم د خپلو بندگانو په مخ نه تړل کیږي.
تل خپل لوی رب ته هیله ولره چې د هر مشکل د حل لار د
هغه په در کې ده.

پای