لاربښود

امتحان ورکړو؟

دچاپ حق خوندي دی.

کتاب پېژندنه :
نوم : دمطالعې او امتحان لاربښود
لیکوال: عبدالله ګل "ریان"
کمپوز : ریان علمي مرکز
خپرندوی: صدیقي خپرندویه ټولنه
تېراژ: ۱۱۰۰ټوکه
چاپ کال: ۱۳۹۰هـ ل
د موندني ځای:
۱– صدیقي کتاب پلورنځی، کاسي واټ، کوټه.
۲– صدیقي کتاب پلورنځی ،ارګ بازار، کندهار.

Ketabton.com

(c) ketabton.com: The Digital Library

بسم الله الرحمن الرحيم

لومړۍ برخه:

څرنګه مطالعه وکړو؟

(c) ketabton.com: The Digital Library

لړلیک

که يې ولولئ څه به ومومئ.................... ۲
لومړنۍ خبري.................... ۱۱
سريزه.................... 30
څو ضروري خبري 33
دکتاب کتلو ډولونه.................... 36
دکتاب کتلو چاپيريال.................... 39
دوخت سپما (دمطالعې وخت).................... 42
دعادت په بدلون کي زغم ولرئ 47
څرنګه چټکه مطالعه وکړو؟ .... 50.
له مطالعې څخه ژر مطلب اخستل.................... 54
خپله حافظه غښتلې کړئ.................... 59
مغزي ناروغتيا 60
دحافظې ارامتيا 61
دحواسو تمرکز او دحافظې تقويه 61
څرنګه حافظه تقويه کړو.................... 63
ښه غوږ ونيسئ 64
له کتابتون څخه ګټه واخلئ 70
دکتابونو ترتيب او تنظيم 70
په کتابتون کي هغه کتابونه چي بهر ته نه وړل کيږي.................... 79
خپل معلومات په لومه کي بند کړئ 82
په ټولګي کي دياددښتونو داخستلوله پاره داټکي په ياد ولرئ ..84

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

که يې ولولئ څه به ومومئ

که غواړئ مطالعه وکړئ او ګټه تري واخلئ تر هر څه وړاندي، دخپل ځان دجسمي او روحي روغتيا خيال وساتئ.

دبدن او روح روغتيا او ارامي يوازي دمطالعې او يا کوم بل کار لپاره ضروري نده، بلکي دژوند له بنسټيزو ضرورياتو څخه دي. که جسمي روغتيا او يا روحي ارامتيا نه وه نو هيڅ نلرئ.

ديوه شخص دبدني ناروغتيا او روحي ناارامي ځيني نښې دادي:

۱- حواس نه راټوليږي، فکر تمرکز نسي پيدا کولای.

۲-خوب عميق او ژور نه وي ، دخوب په وخت کي سړی لکه نيم بيدار داسي وي.

۳- تل ستړی غوندي وي.

۴- دبدن وده يې ښه نه وي، ډنګر وي.

۵- تل په چورتونو کي ډوب وي.

٦- په خيالي نړۍ کي ډېر قدم وهي .

۷- تل دکمښت او حقارت احساس کوي.

۸- خپله راتلونکې تيارهويني .

۹- دمعدې او هاضمې حالت يې تل ويجاړ وي.

۱۰- ډير حساس وي ،په کمه خبره ډير په قهر کيږي .

۱۱- له نورو خلکو او چاپيريال سره جوړيدلای نسي .

(c) ketabton.com: The Digital Library

کـه دانښـې پـه ځـان کـي وينـئ، نـو تهرڅـه وړانـدي بـه ددې کښت دپـوره کولـو پخـه اراده کـوئ لپا بـه نـو لـړ تـر لـږ ه لـه ښوونکي يا کوم پوه شخص او يا هم لـه ډاکتر سره مشوره کوئ او داتکي به هم په پام کي لرئ :

۱ د خوب، خـوراک ، بـدني روزنـې (ورزش) او پـاکي خيـال وساتئ.

۲ – خپل ژوند ته عملي بڼه ورکړئ ، په چورت او خيال ځان مه غلطوئ ، لـه ستونزو سره د مخلخ کيدلو وېره پـه ځان کـي مـه پيدا کوئ.

۳ – خپلو کړو-وړو ته په عيني توګه ګورئ. هرکار او هر عمل يوه انګېزه لري، زموږ کړه وړه هغه وسايل دي چي زموږ د دننه احساساتو نمايندګي کوي. خپلو کړو-وړو ته بايد وګورو چي هغه زموږ غوښتني پوره کوي او کنه ؟

زمـوږ غوښـتني منطقـي او عملـي دي او کـه يـوازي دخيـال پـه څپو کي راسره يو ځای کيدلای سي؟

هره خطا او تېروتنه مو ومنئ. که خطا هم وکړو او هغه وهم نه منو نو به په اصطلاح په مرکب جهل اخته يو او بل به مو ديوه کار په ځای په بې ګټې دفاع وخت او ځواک لګولی وي.

۴ له نورو سره د باور او دوستۍ پـه فضا کـي اړيکي ولرئ . خپلي ستونزي ورته ووايا ست . که ښه او نيکه مشوره يې درکړه خوښـه اکـنـه دخپلو ستونزو پـه يـادولو ، هغـه کمـولای سـئ. دستونزو له بيانولو څخه ويره مه لرئ . که تاسو خپلي ستونزي

نورو ته ووايا ست ، هغه هم تاسو ته خپلي ستونزي وايي ،په دې توګـه لـه تاسو څخـه دا فکـر لري کيږي چي ګويا يـوازي زه بـه دا ستونزې لـرم. کلـه چي تاسـو پـه ستونزو کـي ځـان يـوازي ونـه بولئ، نو بيا له جهان سره غم نه غمستاسو غم يقيناً کمېږي او سپکېږي. که خپلي ستونزې له چاپېريال سره را ډګر ته نکړئ ، کيدلای سي هغه ستاسو دتحت الشعور برخي تـه نقل او پـه روحي عُقده بدلي سي.

دوست دا معنی نلري چي هغه پوه او يا خورا باوري شخص وي . نـه دې ګپ ، شپ لپاره هـر دوست ،اشنا ، دټولګی ملګـری، ښـوونکی ، يـاکوم خپلـوان مناسب شـخص وي. خـو دستونزې حل بيا هم پـه تا سوپوري اړه لري دا ستونزي پـه دې هيله بل ته مه وايا ست چي هغه به مرسته درسره وکړي، بلکي يوازي په اصطلاح د زړه براس به مو ووزي او د فارسي ژبې پـه اصطلاح (اظهار درد دل) به مو کړی وي.

۵ – دحال په زمانه کي واوسئ، تېر وخت تير دی او راتلونکی لري، خو حاضر وخت لرکه کو مه ستونزه لرو هغه همدا اوس حل کوو داسي نه چي دتېري او يا راتلونکي احتمالي ستونزي پـه هکلـه اوس غـم وخـورو. نـه تېـر ، تيـر دی او راتلـونکی لا رارسيدلی نه دی . داسي نه چي،نه له تېرو تجربو ګټه واخلو او نه د راتلونکې لپاره پلان ولرو. بلکي دا دواړه اړخه بايد راسره وي خو هسي پـه فکـر اوچرت تېر او راتلـونکی وخـت ،زمـوږ دحال او داوسني وخت ، کار او ژوند راخراب نکړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

٦ – هره خبره په ځان ډېره ګرانه مه ګڼئ، تېروتني ومنئ، خو غم يې نورمه خورئ، تېروتني ليدل او منل د ربښتينې برياليتوب وسايل دي.

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

خوځښت په دې معنی نه چې انسان بې پلانه هسې ګرځي، راګرځي. بلکې د هر کل لپاره پلان درلودل هم يو تحرک دی. د تحرک يو اړخ دا هم دی چې که د حل کومې لارې پايله نه درلوده، بدله يې کړئ. د ستونزو په وخت کې په خيالونو کې ډوبېدل، نه چمتووالی دی او نه هم خوځښت. د روحي ارامتيا يو مثبت اړخ دا دی چې د ستونزو په وړاندې فعاليت ونښودل سي، نه دا چې د خيال او وهم نړۍ ته ور څخه تېښته وسي.

٨ – له نورو سره د خوښې اړيکې ولرئ، په ګوښه کې مه ولسئ، له نورو سره ګډ کار وکړئ تر څو له خپل ژوند څخه د عملي اړخ تصوير ولرئ. له ټولنې سره ګډ ژوند ولرئ. په ټولنه کې کار وکړئ، د خپلې ټولنې او ملګرو د برياليتوب په فکر کې له خيال او چرت څخه خلاصيدلای سئ، علمي او فرهنګي 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 چاپېريال سره په جوړښت وده ورکړي.

٩ – کارونه له تفريح او استراحت سره وکړئ، د بدني روغتيا او روحي ارامتيا له پاره د کار تر څنګ تفريح او ارام کول لازم دي. کار بايد يو ډول، ډېر او ګرانه وي. د کار او چاپېريال بدلون د عادت د بدلولو لامل ګرځي. کله که څه ناوړه عادتونه راسره ملګري کېږي، په تفريح او ګرځېدلو له منځه ځي. روحي تشويش او روحي نا ارامي کمېږي، تفريح د ييا کار کولو له پاره په انسان کې نوی ځواک پيدا کوي.

١٠ – په ځوانانو او خصوصاً زده کوونکوکي دوه سونزې ډېرې ليدلې کېږي: يو تر اندازې زياته نا ارامي او بل د کمښت او حقارت احساس ...

انسان بايد فکر وکړي، د خپل کار او ستونزو د حل له پاره لاره وسنجوي خو دومره تلوالې نښې چې ذهني تمرکز و بايلي، 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 تشويش تلوالي والي دورکېدلو له پاره بايد سړی داسي چاره وکړي چې:

الف: دا نا ارامي معمولاً د هغو کارونو په هکله پېښېږي چې هغه کارونه لا سرته رسيدلي نه دي او يا هغه کارونه دي چې مخته لا پېښ سوي دي. که هر څو مره چرت ووهي او فکر خراب کړي، تېر کار ور څخه تېر سوی او راتلونکی هم په چرت نه سمېږي. ويل کېږي چې زموږ چرتونه او فکر خرابي يوازې په

(c) ketabton.com: The Digital Library

سلکي اته زموږ دژوند په رښتنيي اړخ کي، معقول او منطقي دي، نور ټول زموږ وهم راته زېږوي. که د خپلو نا اراميو په هکله سمه شننه او قضاوت وکړو، ډېر به مو په خپله له منځه وړي وي.

ب: کوم کار چي تاسو يې په چرت، خيال او فکر کي راګير کړي ياست، هغه نورو ته وواياست يا يې لږ تر لږه وليکئ. د دې تشويشونو ښکاره کول، د هغوی هغه دستونزو د رازيږولو اړخ کمزوری کوي زموږ ډيري وېري بې ځايه دي. خو موږ يې داسي ځای ته رسولي يو چي خوب او خواړه رابانديحرام سي.

ج: د فکر په ځای بايد نقشه جوړه سي. نقشه او پلان جوړول، معلومات غواړي. کار او خوځښت غواړي. تاسو فرض کړئ چي زده کوونکي ياست اوټول مو د ازموينې سوچ او ياد ځوروي. دا ځور او وېره خيالي ده. ځکه ازموينه لري ده، اسانه ده او عادي کار دی. د دې په ځای چي فکر پکي وکړئ، لوست وکوروئ، مطالعه ويش ولرئ، د ازمويني تر راتلو که مو هرڅو مره وخت کموي خو په کتاب کتلو به مو څه زده کړي وي. ده کره 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 کيږي خو داسي غبنتلي اړخ د ی چي د بل هر مثبت کار مخه نيسي. د کمي او حقارت د احساس مخه هم نيوله کيږي، غوره لاره يې داده چي هغه له نورو سره ياده کړئ، تاسو ته به معلومه سي

چي همدا ستونزه نور هم لري. همدا پوهيدل تاسو ته ښيي چي په دې احسل کي يوازي نه ياست. د دې منفي احساس اغيزه په دې کميږي چي ځان پکي يوازي ونه ګڼئ.
په خپله زيار وباسئ، څو دا احساس کم کړئ. که مو برياليتوب په برخه نسو، زيار وباسئ چي د خپل استعداد په بل اړخ کي توفيق پيدا کړئ، دا برياليتوب هغه منفي احساس کموي.

بله او غوره لاره دا هم ده چي د ټولنيز ژوند اړوند کتابونه وکتل سي په غونډو او د مشرانو په مجلسونو کي ګډون وکړئ او د غږېدلو، وينا کولو او مضمون ويلو په فرصت کي وينا وکړئ او مقاله وواياست د همدا اسي کارونو په موفقيت او برياليتوب کي مو دا احساس کميږي.

که غواړئ روحاً آرام او په ژوند کي خوځښت او تحرک ولرئ دا ټکي مه هېروئ:

-که په کوم کار کي پاته کيږئ او هغه پريږدئ، 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، د دې په ځای نوی عمل او کار سم کړئ.

-په هر کار کي د خپل کار د پاته کيدلو ملامتي په نورو مه اړوئ. ځکه هغه نسي پټېدی. کولای خو د مټې عوامل په ځان کي ولټوئ او چاره يې ومومئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

– په ژوندکي شخصي پروګرامونه ولرئ، سبا به څه کوئ او بل کال به څه کوئ؟ ژوند په احتمال پنځه کاله او لس کاله وروسته به څه کوئ او څرنګه ژوند به لرئ.

– په خبرو او مباحثو کې دا فکر مکوئ چې زما خبره دې تل سپره وي بلکې هرڅه په معقولیت او منطق منئ او ورته تسلیمېږئ.

– کله که په کوم کار یا مطالعه بوخت یاست، د راتلونکي په فکر، ذهني تمرکز مه خرابوئ.

– کوم نظر چې لرئ، په منطقي ډول یې مطرح کړئ او بیا یې ژر مه پرېږدئ.

– کوم کار، مثلاً ښوونځۍ او مدرسې ته تلل او درس لوستل چې موخپل کار دی دې ته حاجت مه پرېږدئ چې پلار، استاذ او یا بل څوک یې د کولو درته ووایي.

– ځان یوازي مه ګڼئ. له هم ټولګیو، همزولو او خپلوانو سره ځان نژدې ګڼئ او د زړه خواله ورسره لرئ.

– د نورو په انتقاد مه خفه کېږئ او مه په خپلو کارونو کې په ماتې خوړلو او پاته کېدلو ډېر غم کوئ.

– ډېر غم مه کوئ، راتلونکی روښانه وینئ. راتلونکې ته په تیاره کې کتل نا امیدي ده او نا امیدي ناکامي.

– تل په دې فکر کې مه اوسئ چې فلانی څه راسره وکړل او فلانی څه، بلکې د نورو ورانې ژر هېروئ.

– نورو ته ډېر مه ځېر کېږئ چې ولې ښېګڼې را سره کوي، څه موخه لري، یا څه راپسې وایي. خپل کار کوئ، کاروان روان کړئ، خلک پرېږدئ چې خبرې کوي د دې په ځای چې د هغوی مخه ونیسئ ترې تېر سئ او کاروان ور څخه لرې کړئ.

– له ژوند څخه ګیله مه کوئ، په هیله او امید کې ژوند وکړئ.

– د کار اراده ژر کوئ، ژر یې عملي کوئ، ځان چرتونو ته مه تسلیموئ.

– کارونه که درته ګران او سخت هم وي، ځنډ مه پکې راولئ هسې یې له مخه لرې کوئ.

– خو د دې ټولو تر څنګ له مطالعې څخه خوند واخلئ او د دې خوند د زیاتوالي په هیله هم د اکتاب پیل کړئ، لوی والي یې د خیال په نړۍ کې مه ګورئ، ویې لولئ که مو ګټور څه پکې ونه موندل نو ډاډه اوسئ چې زیان به مو هم نه وي کړی. انشاء الله.

(c) ketabton.com: The Digital Library

لومړنۍ خبري

دټولي ثنا او ستاينې وړ هغه ذات دی چي انسان ته يي دوينا په نعمت سره ستر وياړ وباښه .دقلم ژبه يي ورته وښودله او دوروستني استازي په لومړنۍ وحی کي يي د لوست،پوهي او قلم يادونه وکړه.

درود دي وي په هغه الهي استازي چي فصاحت او بلاغت يي اعجازۀ او وربانـد يراغلی کتاب تر وروستني ورځي دد ي کمال (فصاحت او بلاغت)ډگر تل پاتي معجزه ده. ورسره په نورو الهي استازو او په سمه لاره روانو مصلحينو دې وي چي دژبې او قلم په توره يي د بري کږې ټولني سمي سوې دي .

سلام دي وي په هغو چي نن هم ستر گي په کتاب او لاس په قلم لري. سلام دي وي په تا اي خوږه لوستونکي چي دڅه گټ ې دترلاسه کولو په هيله، درته خوږې ستر گي په د ې پاڼو ستړې کوي.

زه ځانته دد ې ليکن ې ډوس او سم نيت او تاته دلوستلو دکړاو ،د زغم او له د ې پاڼو څخه دخوند او برخي د اخستلو غوښتونکی يم.

وينو چي زموږ په ټولنه کي داسي کسان کوم چي کتاب وگوري،کم دي.که يي څوک گوري هم لوست او مطالعه يي موخه نه،بلکي يو څنگيز او دوخت تير مشغله يي گڼي.له همدي کبله موليکوالان کم دي.

ويناکوونکي مو يادومره لوړغږيږي چي دټولني شعور ورته رسيدلای نسي،يا دومره ټيټ غږيږي چي ،خپله وينا يي په خپله هم پتليز کولای نسي .

زده کوونکي وينو چي کال او کلونه ورباندي تيرسي.خولکه څرنگه چي ورته هيله وي،هغومره څه ترلاسه کولا ی نسوای.په ازموينو کي يا پاته او يا شاته وي او....

ما چي به کله ،کله خوري وري پاڼي يا کوم کتاب وکوت. لـــورپينمـي داوه چي له هغو څخه لاسته راوړنه ټولوته ورسوم او هوډ مي کړۍ تر څو څلور کتابگوټي وليکم.

۱– څرنگه کتاب ولولو؟

۲– څرنگه ليکنه وکړو؟

۳– څرنگه وينا وکړو؟

۴–څرنگه ازموينې ته چمتو سو؟

خو دڅو کلنو سياسي ،پوځي حالات داسي وو چي نه ما داخوارہ وارہ فکرونه او زده کړي راټولولا ی سوای او نه مي داسي وسايل په لاس او اختيار کي وو چي دخپل لاس ليکنه ورباندي دومره زياته کړم،څو يي نور هم وگوري .په د ې شپو ،ورځو کي دزندان،هجرت،جگړې او سياسي الگو ،درگو دستونزو له منځ څخه څه دبي غمي کونج ته نژدي سوی يم .

يوازي تس لاسي هغه دښمن دی چي نه کتاب پيدا کولا ی سم او نه دخپلې زده کړې پايله لکه څرنگه چي ښايي ستا سو مخته ايښو دلای سم.له خپل هوډ څخه راگرځم، کتابگوټې په

(c) ketabton.com: The Digital Library

ځپرکو بدلوم او یو ځای به ځو پاڼي و ربانـدي تـوري کـړم. ستاسو مخته به یې ډالۍ کړم. خو، هو دا پاڼي نه ستاسو فطري استعداد زیـاتولای سي او نـه لـه لیـک او لوسـت سـره ستاسو مینه. یوازي دومره کیدلای سي چي کـه وغـواړئ او لـه خپل خدای درکړي وس څخـه پـه دې لارکـي ګټـه واخلـئ، نو بیـا دا پاڼي درواړوئ او تري وپوښتئ :

څرنګه کتاب وګورم، څرنګه یې په خپله ولیکم، څه ډول وینا وکړم او څه ډول په ازموینه کي بریالی سم.

کـه تاسو راسره دا خبره پخه کړئ، چي نورنولـه مطالعي او لیکنسره مینه لرو. دا خبره زه درتـه پخه وایم: دا پاڼي بـه مـو دپوښتنو ځواب وي، چي څه ولولم، څرنګه یې ولولم، څه ډول څه ولیکم او څرنګه وینا وکړم. انشاءالله.

یادونه دا سریزه مي په ۱۳۷۷هـ ش کال کي لیکلي وه، هغـه مهالي مضمونونه پـه خلافت او کنـدهار مجلـوکي، د څرنګـه مطالعه وکړو او څرنګه امتحان ورکړو، په عنوانونو خپاره سول .څرنګه لیکنه وکړو او څرنګه وینا وکړو، مضمونونه په طلوع افغان جریده کي خپاره سول.

او س راسـره د دې دوو مضمونو مسـودې سـته، هغـه خپـروم. دنـورو متن راسـره بشپړ نسـته، کـه مـي وموند، هغـه بـه هـم خپور سي. انشاءالله.

سریزه

په هر کار کي د بریالیتوب درې اساسي شرطونه:

دانسـان فطـري اسـتعداد، له کار سـره مینـه (علاقـه) او پـه مهارت سره کار کول دي.

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

استعداد او علاقه هغه څه دي چي نه ښوول کیږي او نه د بل په ویلو زیاتیږي. پـه استعداد کي خوتـوپیر سته. اما داسي څوک نسته چي د کوم کار هیڅ استعداد ونه لري. یوازي دومره ده چي کـه د چا استعداد کم وي، نو تر هغـه چا چي استعداد یې ډیر دی زیات کار او تمرین ته اړتیا لري.

له کار، په ځانګړي ډول، له کتاب کتلو سره مینه او علاقه هم دانسان خپله خبره ده. نه ورته بل څوک لاره ښوولای سي او نه یـې اړ کـولای سوای. خویو شـی چـي ډیرا غیـزمن دی، هغـه دشخص هدف دی. که څوک له ځان سره په ژوندکي هدف ولري. هـدف یـې لوړ، مشـخص او شـعوري وي، نو هغـه پـه ټولو کارونو کي داسي علاقه ښکاره کوي، کوم چي یې هدف ته نژدي کوي.

پـه مطالعـه کـي د ژوند داسـاسي هـدف ترڅنګ، کـه څـوک دتدریس، لیکوالي او یا ویناکولو دنده اووس ولري. د هغه چا له مطالعي سره علاقه زیاتیږي.

پاته سو دریم شرط چي، هغه په مهـارت سره کار کول او یا

(c) ketabton.com: The Digital Library

کتاب کتل دي. دا شرط هغه د ې چې د بهراغیزه وړ باندې ډیره ده او په د ې لیکنکې به د کتاب کتلو په همد ې اړخ سره خبره کوو. خوزه چې درته څه لیکم، هغه دوهمه اړتیا او د نورو تجربه ده.

زما په نظر دریم شرط هم د انسان په خپل ځان کې ډیر پوره کیږي.

ما یوه ورځ یو کتاب کوت، دا کتاب په انګلیسي ژبه او یوه امریکایي لیکوال لیکلی ؤ. هغه دعوه کړ ې وه چې د یو ې حکومتي څانګې مشر باید په یوه ګړۍ کې ٥-٦سوه مخه راپور وګوري. زه خورا حیران سوم. خو اوس خپلې هغې حیرانتیا ته حیران یم. ځکه د یوه سړي لپاره چې هغه د مطالع ې ښبنتن وي، (٦٠٠مخه) په یوه ګړۍ کې کتل نه د حیرانتیا خبره ده او نه څه زیاته مطالعه ده. خو هو هله چې:

١-یا انسان د مطالعې ښبنتن ې، کوم کتاب چې ګوري، په هغه فن کې یې مطالعه کړې وي. په هغه کتاب کې ټول عنوانونه ګوري یوازې هغه موضوع چې ورته نو ې وي ورباندې وخت تیروي.

٢-د کومې حکومتي یا بلې ټولنیزې څانګې مشر، که په خپل کار ذهني حضور ولري، نو ٦٠٠مخه راپور په یوه ګړۍ کې ورته کم دی. ځکه هغه د یـ وې پروژې په پیل څخه خبر وي. له جوړښت، بشپړتیا او پایلې څخه یې په ذهن کې څه ذخیره لري، په ورکړل سوي راپور کې یوازې په هغو مخونو او برخو وخت ورباندې تیریږي چې، یا ارقام وي او له ده څخه هیر سوي وي او یا کومه نوې موضوع وي چې د ده په غیاب کې سرته رسیدلې وي.

کیدلای سي تاسو پرې باور ونکړ ئ خوزه یې ستاسو د حوصلې او عزم د زیاتوالي له پاره یادونه کوم.

ما ته له بل ښار څخه یو میلمه راغی او د ابن هشام کتاب چې په عربي ژبه او نبوي سیرت کې لیکل سوی دی، ورسره ؤ. کتاب مې ترې واخست. د ماښام له لمانځه د ماخستن تر لمانځه پورې مې په داسي حال کې وکوت چې د میلمه خبري هم بې ځوابه را څخه پاتې سوې نه دي. دا ځکه چې ما په سیرت کې مطالعه درلوده او هغه ځایونه مې په غور وکتل کوم چې راته په نورو کتابونو کې مستند نه بریښیدل او یا اختلافي خبري پکې وي او په نورو موضوعګانو کې خو یوازې د پاڼو اړول او یا عنوان راته خند پیښ کړ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

څو ضروري خبري

داڅوټکي ډېر ضروري دي څويي له ځان سره ولرئ او بيا مطالعه وکړئ .

۱– دمطالعي له پاره ډېر کتابونه په ځانګړي ډول هغه چي په يوه فن کي نه وي ليکل سوي، مه غوره کوئ، بلکي لومړۍ له ځان سره هدف مشخص کړئ چي مضمون ليکل،تدريس اوښوونه کوئ،وينا کوئ او که هسي معلومات زياتوئ .

په دې ټولو صورتونو کي دخپل هدف له موضوع سره سم کتاب يا کتابونه غوره کړئ. ترڅو ذهني تمرکز پيدا سي.هر فن يوه نړۍ ده. که دمختلفو فنونو دکتابونو مطالعه په يوه ځاى کي کيږي،حتمي خبره ده چي ذهني تيت والۍ او خوراوي به درته پيدا کيږي.

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

يوداچي دکتاب له کتلو سره زغم ولرئ،که کتاب ګران وي د څو ځلي کتلو ستونزي يي وزغمئ ،که کتاب په ماخذونو حواله ورکړي وي،دهغو کتابونو دلټولو او کتلو حوصله ولرئ او ...

بل داچي بهرني ستونزي وزغمئ.مثلاً ،دکتاب کتلو ځاى ښه نه وي،ملګري مزاحمت ولري،په کومه خبره درته غصه او خپګان پيدا سي.په دې ټولو صورتونو کي زغم داسي په کاردي چي داټول واړه خندونه فرض کړئ ،دقهر په ځاى ورته سينه پراخه او له مطالعې څخه لاس په سر نسئ .

۳– دهر کار له پاره غښتلي اراده په کار ده.خو دکتاب کتلو له پاره خورا ضروري توکی دی .د ارادې قوت د استقامت،ثبات او دکار ددوام ځواک دی . که له چا سره نه وي، په تمرين يي زياتولای سی. که کومه ستونزه درته مخته راځي ، دارادې قوت له لاسه ورنکړئ .په عامه توګه، دسړي اراده په داسي زغمونو او تمرينونو غښتلي کيږي :

الف – دهيڅ بهرني حرکت او دژبي په زخم دکار له دوام څخه لاس مه اخلئ،خپلي کمزوري نقطي اصلاح او سمي کړئ. له کار او مطالعي سره بي پروايي مه کوئ چي دکتاب کتلو په وخت کي کوچني کار او حرکت تاسو له مطالعې څخه لري کړي.

ب روحي سلامتيا په جسمي روغتيا کي ده. نو دمطالعي ترڅنګ؛ بدني کار ضروري دی . که دکار زمينه مساعده نه وه، سپورت او ورزش يي ځاى نيسي.

ج–په خوړلو کي احتياط و سي،غذا يو ډول نه وي،وخت يي مراعات سي او زيات خواړه هم په بدن کي دروند والی پيدا کوي چي هغه دخوب پيلامه ده.

د– دچاپيريال او ځان نظافت او پاکي مراعات سي . ناپاکي له يوه لوري بيماري پيدا کوي او له بلي خوا وقار کموي او په نتيجه کي په انسان کي دټيټ والي احساس پيدا کوي،هلته نو انسان روحاً د کار توان بايلي.

هـ – په ځان ويسا درلودل هم دهر کار له پاره ضروري خبره ده. داسي چي پرته دنورو له مرستي کار وکړای سي. دکتاب ګراني

(c) ketabton.com: The Digital Library

موضوعګانی دنورو کتابونو په مته حل سي. ځان داسي تلقين نکړئ چي زه ددې کتاب دکتلو جوګه نه يم.

و- فکر او ذهن ته تمرکز پيدا کړئ، داسي چي دمطالعي په وخت کې هرڅه هيرکړئ يې موضوع ته په يوه لنډه کي ډيره ښه اشاره سوي ده :

طالب به خدای که به ملا سي
په کتاب پروت، يادوې شينکي خالونه

دکتاب دکتلو په مهال، ددنيا دهرا ړخ خال او خط هيرول په کار دي.

دفکر او ذهن تمرکز، په تمرين کولو زيا تيږي او هغه هرڅوک په خپل طبعيت کولای سي.

ج- دمطالعې له پاره ، نوې ، نوې لاري غوره کړئ. تل يو ډول مطالعه مکوئ او داليکنه به له تاسو سره په همد ې هکله مرسته وکړي. کوم کتاب چي ګورئ هغه ته وخت او اندازه مخته لا وټاکئ. داکار به په هغه وخت کي تاسي نه بي واري کوي چي يا کتاب لوی وي او يايي مطالب ګران.

دکتاب کتلو ډولونه

مطالعه او کتاب کتل په لومړنی لنډه، بشپړه او بيا کتنه ويشلای سوای.

لومړنی کتنه: ترد ې وړاند يچي ديوه کتاب ګراني برخي په ذهن بار کړئ، دا ښه ده چي له هغه کتاب څخه په ذهن کي يو ګُلي تصوير جوړ کړئ او داکار په لومړنی کتنه کيږي. لومړنی کتنه داسي ښکاري ګواکي يو کس ديوې سيمي په لوړه برخه تيريږي او دهغې سيمي لاندينی برخيويني.

په دې ډول کتاب کتلو کي داپوښتني له ځان سره ولرئ :

١- په څه ډول معلوماتو پسي ګرځم؟

٢- کومي کلمې او عبارات به زما دغوښتنو ځواب وي ؟

٣- په کوم مخ، عنوان، برخه يا څپرکي کي دخپل زړه معلومات پيدا کولای سم ؟

تردې وروسته دخپلو غوښتنو او پوښتنو دځواب له پاره:

١- دکتاب عنوان، دليکوال نوم او دخپريدلو تاريخ ته يي وګورئ.

٢- دسريزې دوه دريلومړني پاراګرافونه ولولئ، معمولاً دکتاب اصلي موضوع پکي ښکاره کيږي.

٣- دسريز ې هرپاراګراف په لومړنيو جملو کي غور وکړئ. ځکه دپاراګراف مطلب پکي موندلای سئ.

٤- جدولونه ، تصويرونه او لمن ليکونه وګورئ، ښکاره

(c) ketabton.com: The Digital Library

عبارات او مغلق عنوانونه په نښه کړئ .

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

په دې ډول مطالعه کې که رښتیا هم پوره پاملرنه وسي، نو په لږ وخت کې ډیره ګټه ترلاسه کیږي.

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

۱- په دې ډول مطالعه کې د پاراګرافونو څرنګوالی 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 کې راټول سوي وي.

۳-د یوې علمي مقالې او مضمون لنډیز او پایله لومړ ی وګورئ .

۴-په دې ډول مطالعه کې مهم ټکي په نښه کړئ. څو کوم مطالب چې ستاسو له غوښتنې او د کتاب له اصل موضوع سره اړیکي نلري، وخت ورباندې تیر نسي.

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

۶-په دې ډول مطالعه کې، تاسو باید د کتاب یا مضمون په اصل موضوع ځان پوه کړ ي وي .څلور، پنځه مهمې نکتې پکښې بیان کړا ی سي.دومره پوه سوی یاست چې د همد ې کتاب د کره کتنې له پاره څومره وخت په کار دی.

بشپړه کتنه په بشپړه کتنه یا تکمیلي مطالعه کې، هغه برخې کتل په کار دي، کومې چې په لومړنۍ او لنډه کتنه کې کتل سوې نه دي. معمولاً دا هغه برخې دي چې د تحلیل او پوهیدلو ستونزې لري .له همدې کبله په لومړنۍ مطالعه کې هغه څنګ ته سوې وي، چې په ذهن فشار زیات نه سي. خو اوس ذهن دوه ځله فرصت ترلاسه کړی او د کتنې په د ې پړاو کې ورته چمتو وي. په د ې ډول کتاب کتلو کې د ې ټکو ته پاملرنه ضروري ده :

۱- مهم مطلبونه په نښه کړئ .

ګوم ځایونه چې مهم خو ګران وي، هغه د پوښتنې په نښه(؟) په یوه کرښه په نښه کړ ئ تر څو په وروستنۍ کتنه کې ورباندې غور وکړئ، له چا یي وپوښتئ او یا یې د نورو کتابونو په مرسته حل کړئ .

۳-د مطالعې په دې پړاو کې مطلبونه باید په منظم ډول په حافظه کې وساتل سي تر څو ور څخه ګټه واخستله سي.

۴-معلومات ترتیب سي، لنډیزیې واخستل سي او نوي معلومات یاد اښت او په برخو وویشل سي تر څو یې یادول اسانه سي. معلومات باید تر پنځو ډولونو او برخو زیات نسي، ځکه

(c) ketabton.com: The Digital Library

پلټنو ښلي ده چې ذهن په يوه وخت کې ترڅنګ په زياتو برخو مصروف کيدلای نسي.

بياکتنه: دا د کتاب کتلو وهم ځلي يا وروستني مطالعه بلله کيږي او هله بايد وسي چې که زياتو معلوماتو ته اړتيا وه يا کوم ځايونه په لومړنيو پړاوونو کې پاته سوي وو او يا هغه وخت چې د يادا ښتونو تکرار ته اړتيا وي. تر دې مطالعې وروسته کولا ی سئ، خپل يادا ښتونه بيا منظم کړئ د ټول کتاب لاسته راوړنې ترتيب کړئ او که د هر مقصد لپاره مو هم د مطالعه کړي وي هغه ورباندي پوره کړای سئ.

دکتاب کتلو چاپيريال

۱ ټوله مطالعه په يوه ځای کي کوئ، ځکه کو مه خونه چې تاسو د تل له پاره د کتاب کتلو ځای ټاکئ، نو د هغې هر څه به درته عادي ښکاري، ذهن به مو تمرکز نه بايلي. خو که ځايونه بدلو ئ هر نوی ځای، نوي شيان لري. هم دا شيان ستاسو ذهن بوخت ساتي او مطالعې ته مو پاملرنه کميږي.

بله ګټه يې دا ده چې ذهن او حافظه مو له هغه ځای سره داسې عادت کيږي چې د هغه ځای په ليدلو ژر ورته د مطالعې خاطرې راګرځي او چمتو کيږي. ورسره که تاسو د مطالعې يو ټاکلی ځای ولري نو تل دې ته نه اړ کيږئ چې دلو ست او ليک وسايل سره غونډ او خوندي کړئ، بلکي هغه به پراته وي چې هم ذهن تمرکز نه بايلي او هم د وخت سپما کيږي.

۲– له ناآرام چاپيريال سره د آرامولو مبارزه مه کوئ، که راډيو غږيد له يا په يوه ډله کي ناست واست او يا نور داسې څه وو چې ستاسو ذهن يې تمرکز ته نه پرېښود. د دې ستونزو د حل لاره دا نده چې چاپيريال ارام کړئ، بلکي تاسو په خپله داسې مطالعه پيل کړئ چې په هم دې محيطي ناارامي لاس بري سئ او هغه ناارامي درباندي اغيزه ونکړي. ليدلي به مو وي چې ځينې کسان په هوټل، موټر او نورو ګڼه ګونه کي ژوره مطالعه کولای سي.

۳ کتاب کتلو لپاره داسې ځای مه خوښوئ چې هلته تر ناستې، څملاستې ته ميلان زيات وي. د ساري په توګه په خورا نرم فرش کښيناستل او يا په يوه ارامه چوکۍ کې ډېره وهل، هغه څه دي چې تاسو ته تر مطالعې د خوب او ارام خوا درنوي.

۴– ځان عادت کړئ چې په ډاډه زړه او ذهني تمرکز، مطالعه پيل کړئ. که په ذهن کي داسې کار لرئ چې د کتاب کتلو په وخت کي مو پاملرنه ورته اوړي، هغه لومړی سرته ورسوئ او بيا کتاب کتلو ته کښينئ. خو که مو ځان ورته بې غمه کړئ نه وٌ، کتاب کتل هسې وخت تيرول دي.

۵– د مطالعې په پاره ميز او ورسره د ميز څراغ ښه دي خو د ومره هم ضرور نه دي چې پرته له هغو ی مطالعه نه کيږي. يوازې دا ضرور ده چې مطالعه په رڼا کي وسي او د دا زادې هوا موجوديت ذهني ستړيا کموي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

٦- که د مطالعي له پاره ځانګړی ځای نه پیدا کیږي نو بیا دومره څه لازم دي چي ستا سو دلیک او لوست لوازم پکي خوندي او ژربي له یوه ځایه بل ځای ته یو وړلای سئ.

دا کار دوه ګټې لري: یو وخت سپمیږي او بل ذهني تشویش نه پیدا کیږي.

که د ژوند سهولتونه ښه وي نو بیا د مطالعې له پاره ځانګړي خونه، هغه هم له ګڼه ګوڼې څخه خوندي، د تازه هوا جریان، د کوټې د تودوخي معینه درجه (د شل سانتیګراد په خوا و شا کې) مناسبه رڼا، مناسب میز چې مخ یې د ډیرو کتابونو ځای ولري او تر لاندې یې هم د لوازمو دا یښودلو ځای یې ستر وي، لازم دي. خو که د ژوند ناخوالي دا سهولتونه در ته برابر ولای نسي، نو بیا له ستونزو سره ځان روږدي کړئ. له چاپیریال سره عادت کیدل د ژوند د پاینښت شرط دی. په مطالعه کي هم باید موږ دا سانتیاوو په نه شتون کي ځان ته بهانه ونه لټوو بلکي مطالعه وکړو او له عادي اسانتیاوو څخه ستره ګټه تر لاسه کړو.

د وخت سپما (د مطالعې وخت)

ته داسي کسان چي خپل ډیرا و ښه وخت په غیر ضروري یا هم بې ګټې شیانو تیروي. زموږ د خلګو په اصطلاح "ګپ شپ" کوي، منظره کوي، د ښار او بازار چکر وهي، د یارانو مجلس ته ځي یا هم په هغه کار لګیاوي چي هر وخت او له ده څخه پرته هم کیږي. بده لا دا چي ډیر وخت 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 مطالعې کار، سَیَل او تفریح، د دوستانو او خپلوانو لیدل پکي معلوم وي او هغه مهال ویش ته ځان اړ وبولي، نو ډیر وخت به یې وسپمیږي.

د وخت د مراعات او سپما لپاره، که دا څو نکتي په یاد وساتلای سي بې ګټې به نه وي.

١- ورځني کار او لوست، مطالعې او کتاب کتلو ته ټول ضروریات تل چمتو ولرئ که سهار وختي کار یا زده کړې ته ځئ او یا کتاب ګورئ، د هغوی ټولول او سمبالول به مو وخت نه نیسي.

٢- راډیو، تلویژون او سینما په خپل ژوند مه لاس بري کوئ بلکي هغوی ټول په خپل اختیار کي ولرئ، په دې معنی چي کوم مناسب پروګرامونه چي مو خوښ وي نو کولای سئ تر نیم ساعت پوري یې وویناﺉ یا خپله مطالعه پیل کړئ. خو که

(c) ketabton.com: The Digital Library

دهغه پروګرام له پاره مهال ویش ونلري همدا نیم ساعته پروګرام مودرې ساعته وخت ضائع کوي .

۳ـ په اضافي خبرو، تلیفون کولو او تلیفون ته په کښېناستلو وخت مه ضایع کوئ او س خو موبایل هسې هم دوخت دضایع کولو هغه خطرناکه وسیله ده چي نه زوړ تري بیغمه دی نه ځوان، نه دلمانځه قید مني او نه دتشناب. هرځای یي کړنګی وي. بده لا دا چي ځان د ښمنه ځوانان، په دیرش کلنۍ کي ورباندي لوبي کوي .

۴ ځان ته سوغات ورکړئ . مثلاً، له ځان سره وو ایاست که مې اکتاب په دومره وخت کي وکوت، نو بیا به هغه تفریحي کتاب ګورم، یا به دراديو فلاني پروګرام اورم او یا به ...

۵ – دبیکاري له لنډو شیبو څخه ګټه واخلئ .مثلاً غواړئ کوم پروګرام واورئ . ورسره بل مصروفیت هم ولرئ، ورزش وکړئ، نوکان واخلئ، سنت سم کړئ، جامي ترتیب او وتوکړئ .لنډه دا چي داسي کار ورسره وکړئ چي دپروګرام د اوریدلو مزاحم نسي. کولای سئ څو ساده کارونه په یوه وخت کي وکړای سئ خو ګران 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 ګټه اخستله کیږي . یوتن چي ډرایوري کوي، د هغه سترګي، لاسونه پښي، غوږونه او ژبه په یوه وخت کي کار کولای سي، نو له راډیو او تلویژیون سره هم داسي کار کیږي چي وروسته د مطالعې وخت ورباندي ضایع نسي.

د دې تر څنګ داسي نوري شیبې هم راځي چي ور څخه ګټه واخستلای سئ. مثلاً، په دفتر کي له بیکاري څخه، په ښوونځي کي له خالي ساعت او یا تر درسي ساعتونو وړاندي وخت، د ډوډۍ او نورو کارونو دانتظار په وخت او دلویو لارو په موټر کي هم مناسبه مطالعه کیدلای سي.

۶ ورځني 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 مو ژر خلاص سي، په هغه چا یي وکړئ چي ډیر کار لري .

د ډیر کار ګټه دا ده چي کوونکي یي په مهال ویش کارونه سرته رسوي او د چا چي 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 شاګرد په ټولګي کي وړاندي ؤ کوم چي کار به یي نه درلود . بیکاره زده کوونکي به په دې خبري غولولۀ چي: بیا به یي ولولم او د ډیر کار څښتن زده کوونکي، د پارادي وړاندي کړي ؤ چي کله به یي د کارونو تر منځ کم وخت هم پیدا کړ، کتاب به یي کوت .

(c) ketabton.com: The Digital Library

نو دې لپاره چې د مطالعې په بهانه نور کارونه او د نورو کارونو په بهانه کتاب کتل پاته نسي، غوره لاره داده چې ورځنی (۲۴ ساعته) وخت، په مهال ویش داسې وویشل سي چې: خوب، کار، مطالعه، لیدني، کتني هر څه پکې ځای سي. که مطالعې ته یو ځانګړی وخت وټاکل سي، هغه وخت ته ذهني چمتو والی پیدا کیږي.

۷ـ مهال ویش په خپل نظر ترتیب کړئ. ځکه هر څوک ځانته کارلري او په خپل کار هر څوک ښه پوهیږي چې کوم راته مهم او کوم غیر مهم دی، څه وخت مطالعه کولای سم او څه وخت دژوند نوري چاري په مخ بیولای سم.

۸ـ مهال ویش باید داسې ترتیب سي چې که کله مهم کار، مثلا مطالعې پاته کیږي، بله شیبه وخت پیدا کړئ، د استراحت او تفریح له وخته داتسه ډکه کړي. د تفریح او راديو، تلویزیون له وخت څخه ورته د پاته سوې مطالعې ګټه واخستله سي.

۹ـ که په مهال ویش کې مطالعې ته په یوه وار ډیر وخت ورکوئ. مثلاً وایاست چې هر ماسپښین مطالعه کوم او دوه ځلې له مخې ځرمي نور کارونه کوم. دا چې د ماسپښین وخت ډیر وي، ذهني ستړیا پکې پیښیږي. نو د دې ستړیا د لرې کولو له پاره دوه کارونه باید وسي:

یا دا چې تر یو ساعت یا یونیم ساعت وروسته، د تفریح له پاره لږ تر لږه لس دقیقې وخت بیل کړئ. یا دا چې د مطالعې موضوع او کتاب بدل کړئ. د موضوع بدلول ذهن ته د تفریح په څیر ارامتیا بخښي.

۱۰ـ د مطالعې په وخت کې د مهمو ټکو یادداښتونه واخلئ، دا کار یو ذهن ته ډاډ بخښي او بل وخت سپموي. ځکه که دوهم ځل هم دې معلومات ته اړتیا پیدا کیږي، د ټول کتاب د کتلو په ځای به یوازې دا یادداښتونه وګورئ.

۱۱ـ د مطالعې په اراده، که د مطالعې ځای ته ورسیدلی نو ژر به مطالعه پیل کوئ، څومره چې ځنډ کوئ هغومره مو ذهن چمتو والی او تمرکز بایلي.

۱۲ـ وخت مهم دی، خو دوه ځایه د وخت مراعات مه ساتئ.

الف: کله چې په مړه ګیډه څه وخورئ، نو د نیم ساعت له پاره مطالعه مه کوئ، کتاب مه ګورئ او څه مه لیکئ، ځکه معده چې ډکه سي، نو وینه هغې خوا ته رامخه کړي، د بدن د نورو برخو، په ځانګړي توګه مغزته وینه پوره نه رسیږي. بدن راحت او ارام کولو ته اړه پیدا کوي او ذهن په بشپړه توګه کتاب کتلو ته چمتو نه وي.

ب: که د خوب، ناستې او تفریح خوني او ځای ته د کښیناستلو له پاره اړ سوئ، هلته مطالعه مکوئ، ځکه هلته ذهن خواپوري وي او ذهن ته ډاډ نه پیدا کیږي. ښه لاره یې دا ده چې ژر هغه ځای پریږدئ او د مطالعې خوني ته لاړ سئ.

(c) ketabton.com: The Digital Library

دعادت په بدلون کي زغم ولرئ

پوهیږئ چي تاسو په ژوند کي هدف لرئ،هدف مو پیژندلی او په شعوري توگه مو غوره کړی دی . داهدف که هرڅه دی درته سپیڅلی دی .دهمدې هدف دلاسته راوړلو لپاره کتاب کتل یوه لاره بولئ .له همدې کبله دمطالعې ستونزي په ځان منئ. هدف که لوی وي او که وړوکی، انسان ته خوښ وي، خو دژوند ستر،ستر هدفونه دانسان دسینې پراخي او دسترگو دلیدلو واټن اوږدوي .مثلاً ،یوتن دا هدف لري چي تر مطالعې اولیکنې وروسته، درس له یوې ځانگې او یا یوه پړاو څخه فارغ سي.خو بل له همدې درس او لوست څخه دا هدف لري چي معلومات ترلاسه کړي .دوهم هدف تر لومړي ستر او لومړنی پکي په خپله ترلاسه کیږي.

تاسو به له مطالعې څخه حتماً یو هدف لرئ .زده کونکي، ښوونکي،لیکوالان او یا هم دټولنیزو کارونو دکومي برخي مسئولیت به لرئ .داچي مطالعه کوئ ،دمطالعې یو عادت به هم لرئ .داعادت به درته خوښ او گټور هم وي، خو کیدلای سي دنورو تکړه خلگو دژوند ازمېښتونو ځیني عادتونه غوره بللي او ښه گټه یې ورڅخه ترلاسه کړي وي . دلته به ځیني عادتونه،ښوونه او شرطونه ولیکل سي.خو کیدلای سي ستاسو په فکر برابر نه وي.ستاسو تر زغم درته گران او درانه وبریښي خو داچي دمطالعې دالاري ازمویل سوې دي.نو خپلول یې بې گټې ندي.کیدلای سي، دالاري لږ ترلږه دوخت دسپما او یا ژر دپایلي ترلاسه کولو گټه ولري. نو لومړی څه زغم او حوصله غواړي تر څو خپل عادت په نورو عادتونو واړوئ .

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

یو عادت خپلول یا بدلول څه کړاو لري او قرباني غواړي، هغه قرباني به کله دوخت وي او کله نوره.

په هرحال ،ددې له پاره چي دمطالعې دعادت هغه برخي بدلي کړئ کومي چي دد ې لیکنې تر مطالعې وروسته درته په زړه پوري نه بریښي، نو داټکي په پام کي ولرئ .

١- دنوي عادت په خپلولو کي په کلکه اراده او ژوره غوښتنه پیل وکړئ،دهرکار دبري پیلامه دانسان اراده او ذوق دی.که داد وه عنصره وو نو په رښتیاني توگه دهغه کار دبري پیل درته رارسیدلی دی .

هڅه وکړئ تر څو ستاسو دا ذوق او تصمیم هیڅ شی مات نکړي.که مو کومه خونه دمطالعې له پاره وټاکله، خو دوستانو مزاحمت کاوو ،خونه بدله کړئ .هسي نه چي دزاړه عادت په څیر بیا هم ورسره کښینئ.که مو دمطالعې وخت له خورا خوندوري میلمستیا سره برابر سو ،ترې تیر سئ او...

٢- په لومړنیو ورځو کي تر څو چي نوی عادت دزاړه عادت په ځای خپلوئ،هیڅ استثنی مه منئ .که مو وغوښتل چي د

(c) ketabton.com: The Digital Library

تیر وخت دخورې ورې مطالعې په ځای به له نوي عادت سره
سم ،دشپې له اوو ترنهو بجو کتاب ګورم . که څوک په همد ې
وخت کې مزاحمت وکړي .ورته غاړه مه ږدئ.داسې مه وایاست
چنې به یار وپالم اوسبا به دمطالع ې وخت دوه برابره کړم
.ټاکلی وخت له مطالعې پرته په بل څه مه ډکوي .
۳ –کله چې مو وخت پیدا کړ، نوی عادت خپل کړئ. داخبره
مه کوئ چې سږکال خو تیر سو ،دااونۍ تیره سوه، آن دا چې نن
ورځ خو تیره سوه، بیابېي ګورو. نه هرڅوک چ ې دفرصت او
وخت په انتظار کښیناست، دخپل کار دناکامي پیلامه یې
ولیدله .که دعادت دبدلولو زغم ولرئ،کیدلا ی سي ستاسو
دکتاب کتلو زغم او حوصله دومره ډیره سي چې په ساعتونو ،
ساعتونو مطالعه وکړئ او دستړیا احساس ونکړئ .
مرحوم صلاح الدین سلجوقي (**دتجلی خدا درافاق و انفوس لیکوال**)
په یوه مرکه کې ویلي ؤ :یوه شپه مې دڅراغ رڼا ته کتاب
پرانیست،ناڅاپه دڅراغ په رڼا کې بدلون راغی. ومې کتل چې
دسهار دڕڼا څپه، دماخستن دڅراغ په رڼا راغلي وه. یعنې
نوموړي ټوله شپه کتاب کتلی ؤ خو ستړیا یې محسوس کړې نه
وه.

څرنګه چټکه مطالعه وکړو؟

په نني نړۍ کې، که انسان په هرشغل یا مقام کې وي، لوستلو
او لیکلو ته اړتیا لري،زیاتي خپروني په هرکار اوعملي میدان
کې کیږي،که څوک همدا معلومات خپل نکړي، دخپل کار
دسیالي له کاروان څخه وروسته پاته کیږي .ډ یري
خپرونې ،دوخت کمی او زیات مصروفیت انسان دي ته اړباسي
څو په کم وخت کې ډیر معلومات ترلاسه کړي .
دد ې هدف دترلاسه کولو لپاره، په مطالع ې او کتاب کتلو کې
دوو ټکو ته باید پاملرنه وسي :
چټک لوستل او چټک مفهوم اخیستل .
کوم کسان چې کتاب کتلو ته زړه ښه کولا ی نسي، په همد ې
دوو برخو کې ستونزي لري چې ګړندۍ مطالعه کولای ن سي
اویا په کتاب ژرپوهیدلای نسوای .
ځیني خلک دکتاب کتلو په وخت کې دومره ورو روان وي چې
په هره خبره او کلمه دریږي.دمطالع ې په وخت کې یې شونډان
حرکت کوي او په لوړغږ مطالعه کوي.خو څومره چې
دا ځنډ زیاتیږي،هغومره مطلب کم اخستل کیږي .ځکه په هغه
وخت کې چې په کلمه ځنډ راځي،په هغ ې شیبه کې حافظې ته
څه نه نقلیږي او دا واټن مطالب سره بیلوي،مطلب یو ځای نه
اخستل کیږي.دد ې نیمګړتیا دمخنیوي لپاره باید هم ګړندۍ
مطالعه وسي او هم دمطلب اخستلو س ډیر سي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

دشخص او اطلاعاتو ترمنځ اړیکو ته مطالعه ویل کیږي .
څومره چي دا اړیکي زیاتیږي، هغومره د فکر تمرکز پیدا کیږي او مطلب ښه اخستل کیږي .دد ې اړیکو د ټینګولو لپاره، غوره اولنډه لاره، چټکه مطالعه ده .په چټکه مطالعه کي در ې ګټې دي :

۱- وخت سپمیږي .

۲- د حواسو تمرکز پیدا کیږي . ځکه څومره چي مطالعه چټکه سي هغومره ذهن خپلي دندي ته متوجه کیږي.

۳- په چټکه مطالعه کي له مطالعې سره اړیکي ډېریږي . ځکه که څوک په کم وخت کي زیات څه تر لاسه کړي ، ورسره خوند او ذوق هم زیاتیږي .

مطالعه دا مرحلي لري:

۱- ځيني کسان په لوړ غږ مطالعه کوي، شونډان ورسره ښوروي، غږ یې یا نور اوري او یا په خپله .په هر حال یې وخت زیات نیسي، انرژي یې ډېره مصرفیږي او ګټه کمه تر ې اخلي. دا کسان کله په کلمه دریږي، په یوه دقیقه کي تر دوه سوه پنځوسو کلمو پوري مطالعه کولا ی سي چي دا د مطالعي ټیټه اندازه ده.

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

۲- ځيني کسان د کتاب کتلو په وخت کي شونډان نه ښوروي، په غږ لرلو سره مطالعه نکوي خو کله، کله دریږي او دهري 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 ې ده.

۳- ځيني کسان یا له ژبي او شونډانو څخه ګټه نه اخلي، یوازي په سترګو مطالعه کوي .دا کار څه مهارت غواړي او غوره لاره ده. څوک چي په ځنډ کتاب ګوري نو د سترګو په مطالعه دا نیمګړتیا پوره کولای سي.

که ځیني کسان د لوړ غږ د مطالعې عادت لري او یا د مطالعې په وخت کي په لیکو قلم یا ګوتي تیروي .دد ې عادت د کمولو لپاره دي ، د مطالعې په وخت کي تر هغه چي عادت کیږي، ژبه د غاښونو ترمنځ نیسي، هغه د غږ مخه نیسي او که ګوته یا قلم په لیکو راکاږي نو هڅه دي وکړي چي لاس نه له کتاب څخه لري وساتي، تر څو عادت سي.

ګړندۍ مطالعه څه تمرین غواړي.خو چي دا کار لومړ ی په اسانه متنونو پیل کړي؛ ورو ،ورو ګران متنونه وګوري، ډېره ستونزه نلري.له د ې تمرین سره، سره چي شونډان او لاس په مطالعه کي ورګډ نکړئ، دا څو ټکي هم مه هیروئ :

۱- د مطالعې په وخت کي زیار وباسئ چي په مطلب پوه سئ او بیا د جملو تکرار ته اړ نسئ.

۲- د کلیمو په ځای په جملو دریږ ئ او د د ې د ریدلو ځنډ هم کم کړئ . د کلمو په ځای، په جملو دریدل وخت لږ نیسي، ذهني تمرکز ډېروي او ستړیا کموي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۳ – دا خبره په ځان حتمي کړئ چې د شونډانو او ژبې په ځای یوازې له سترګو څخه کته واخلئ .

کوه په سترګو د مطالعې اشنایي درسره پیدا سوه، بیا په لیکو د پنسیل تیرول نور هم تمرکز پیدا کوي.

د سترګو مطالعه باید تر هغه تمرین سي څو مو مطالعه په یوه

دقیقه کي تر زرو کلیمو واوړي .

څوک چې په مطالعه کي زیات مهارت لري، هغوی کولای

سي څو لیکې په یوه نظر وګوري، یا د کتاب مخ په عمودي ډول

وګوري. یعني په لیکو له پاسه کښته سترګي وزغلوي .هغه هم

د عمود ،مایل او یامات خط په څیر.

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

وښیي. زه به د دې خبرې مراعات وکړم چې د لیکني میدان مي

وړوکی دی .

له مطالعې څخه ژر مطلب اخستل

انګیزه او غوښتنه په زده کړه کي اغیزمن عامل دی. که دا معلومه سي چي ولي مطالعه کوم او بیا مطالعې ته میلان او غوښتنه زیاته سي، نو د مطالعې پیل اسانه کیږي. په هر کار کي پیل ګران دی. که څوک مطالعه پیل کړي نو یو لړ ستونزې به خپله له منځه ځي. خو پیل باید په یوه جدیت سره وي چي په خپله بې عزمي او سستي لاس بری سي. هر کار په پیل کي څه چمتووالی غواړي، په اصطلاح تودیدل ضروري دي. نو د کار د پیل لپاره که موږ ښه اماده نه یو او ژر بیرته را څخه پاته کیږي او دوهم ځلي پیل کولو ته اړ کیږو، په هغه صورت کي چمتو کیدل یا په عامه اصطلاح تودیدل دوه ځلي وخت را څخه غواړي.

کله چي مطالعه پیلیږي، بیا لږ تر لږه یو دوه ساعته مطالعه باید په جدیت سره وسي، وروسته تفریح لازمه ده. کو مه مطالعه چي 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 چي پیدا کیږي د موضوع او کتاب په بدلون نه ختمیږي .خو که یې وخت لنډ او جدیت یې زیات وي، را پیدا سوي ستړیا د موضوع یا کتاب په بدلون کمیږي. نو له کتاب څخه ګټه تر لاسه کول داسي کیږي چي د کتلو وخت یې اوږد نه سي، تفریح وکړای سي، په همدې کم وخت کي د ذهن تمرکز وساتل سي او په بل کار د هغه تمرکز اخلال نسي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

له دې خبرو سره، سره دد لپه پاره چې له مطالعې څخه ژر مطلب تر لاسه کړئ، دې ټکيو ته پام وکړئ :

۱- د کومې ژبې چې کتاب ګورئ، په هغې ژبه کې دلغاتونو ذخيره زياته کړئ. دد ې کار لپاره له فرهنګونو، ډکشنريو، قاموسونو يا دلغت له کتابونو څخه ګټه واخلئ. په دې هکله غوره کتاب هغه دی چې :

"دلغت معنی، تلفظ، سمه املا، دلغت ډول چې د کلمې کوم پاټکی دی. يعني وښيي چې اسم دی، فعل دی که حرف يا ...دی او دلغت داستعمال طرز او ځای وښيي. "

دلغاتونو ذخيره هم په خپله په ذهن کې نه ډيريږي په ډول، ډول لارويې خلک زده او يادوي.

ځينې کسان د هر لغت لپاره کارت ليکي، د هغه لغت معنی، تلفظ، مترادف، متضاد او څو جملې ورسره ليکي. هغه کارت له نورو کارتونو سره دالفبا په ترتيب ږدي او کله، کله يې ګوري.

ځينې کسان ورته بيله کتابچه لري. لغات له ټول څرنګوالي سره پکې ليکي او کله، کله يې لولي.

ځيني بيا چې تر کتلو لاندې کتاب يې خپل وي تر نوي کليمې لاندې خط کاږي او هغه څو، څو ځله تکراروي.

خو ما په خپله چې کله مطالعه پيل کړه، دوه درې کتابونه به مې غوره کړل، کوم لغاتونه چې به راته نوي وو، د هغوی معنې مې وموندله، تر هغه به مې د کتاب هغه برخه چې نوي لغاتونه پکې وو په تکرار سره کتله، تر څو به هغه نوي لغاتونه، د هم هغه کتاب په جملو کې راته بلد او اشنا سول.

۲- دلغت او کليمې تر پوهيدلو وروسته، د مطلب د اخستلو لپاره په جملو پوهيدل ضروري دي.

کليمه په ليکنه کې د خښتې او جمله ديوې ټوټې حيثيت لري چې له څو خښتو ودانه سوي وي، ليکوال خپل مطلب د جملو په ترڅ کې بيانوي. د جملو مطلب او مفهوم په دوو لارو اخستلای او ورباندې پوهيدلای سوای :

الف : يا داچې د جملو؛ کليمې بيلې، بيلې وپيژنو، بيا ورته پيوند ورکړو او له هغه پيوند څخه دليکوال په مطلب يا په هغه معلومات چې په هغې جمله کې يې ځای کړی وي پوه سو. دا به يا داسې وي چې لغاتونه به راته اشنا او يا داچې دلغاتونو په کتابونو کې به يې معنی پيدا کوو.

ب : که لغاتونه هم وپيژنو خو په ښکاره دليکوال مطلب پکې نه معلوميږي، دد ې ډول مطلب د پوهيدلو لپاره استنباط دی، څو په جملو کې پټ مطلب پيدا کړو. دې جملو ته پام وکړئ :

۱- هغه دی يو څوک راراوان دی.

۲- زما په نظر يوه خوځنده شبح ښکاري، ممکن انسان وي.

۳- يا ره ما هم ما رته په لستوني کې ځای ورکړی دی.

په اوله جمله کې هيڅ ستونزه نسته. په څوک او روان پوهيږو له جملې څخه مطلب اخستلای سوای.

(c) ketabton.com: The Digital Library

په دوهمه جمله کي لغاتونه راته ګران دي .په فرهنګ کي به دخوځنده،شبح او احتمال معناګاني پیدا کړو او بیا به له جملې څخه مطلب واخلو.

په دریمه جمله کي لغاتونه اشنا دي، خو مطلب پکي پټ دی. په اشنا کلمو پوهیږو چي، له لیکوال سره په ټولګي، دفتر یا ګاونډ کي داسي څوک او سیږي چي د ډیر سره مینه نلري، خو نیغ په نیغه یې څه ویلای نشي .هغه یې له مار سره ورته بللی او نژدیوالی یې په لستوڼي تعبیر کړی دی.

۳- یوه لیکنه کي د څو جملو له یو ځای کیدلو څخه، یوه ټوټه (پاراګراف) جوړیږي. کله چي په کلمه او جمله وپوهیږو نو بیا باید په پاراګراف هم وپوهیږو. په پاراګراف کي ډیر وخت لومړنۍ جمله اصل مطلب ښیي او نورې جملې د هغې د تشریح او تائید لپاره راځي. لوستونکي باید د پاراګراف اصل مطلب درک کړي ،د نورو جملو په مرسته یې اثبات، تشریح او تائید ومومي او له نورو جملو سره یې اړیکي وګوري تر څو معنی او مطلب ورته بشپړ ښکاره سي.

دا جملې په غور سره وګورئ:

۱- قلم د ژبي نائب او په ځای ناست دی.

۲-قلم د ژبي په څیر حرکت کولای سي، د انسان د ذهن څرګندونه کوي،خو هله چي انسان د قلم په ژبه وپوهیږي.

۳- په هیڅ ټولنه کي د قلم اهمیت پټ نه دی.

۴- د قلم خوځیدل،انساني تاریخ جوړیدل او تمدن له یو انساني نسل څخه بل ته نقلیدل دي.

په اوله جمله کي، اصل مطلب چي د قلم اهمیت دی بیان سوی دی او په دوهمه جمله کي وضاحت ورکړل سوی دی. نورې جملې د همهغې مدعا د ثبوت له پاره لیکل سوي دي.

۴- کله چي په لغت،جمله او پاراګراف پوه سو،نو د بشپړې لیکني په مطلب پوهیدلای سو. لیکنه که د کتاب د څپرکي په څیر وي، که د مجلې یا جریدې کوم مضمون وي، خو له ټوټو (پاراګرافونو) څخه جوړه سوې ده او دا ټوټې، ټولې یو ډول نه وي.لومړنی پاراګراف په یوه ځانګړي ډول لیکل سوی وي چي د لیکوال مقصد او هدف په ښکاره توګه معلومیږي.نور پاراګرافونه هم داسي لیکل سوي وي چي د لومړني پاراګراف د جوړښت او معنی ملګرتیا وکړي. وروستنی پاراګراف د پایلي پاراګراف دی او د مضمون لنډیز. په دې پاراګراف کي لیکوال خپل هدف په نورو توکو بیانوي. ځیني پاراګرافونه بیا د لیکوال د نظر بدلون ښیي چي د مضمون له یوه لوري بل لور ته لوستونکي بیایي.

یوه بشپړه لیکنه هغه وخت پیژندله کیږي چي د پاراګرافونو مطلب او له یوه بل سره یې اړیکي وپیژندلې سي.په پاراګرافونو کي د لیکوونکي په مقصد هم پوه سو او له هغه نظر او موضوع سره یې ځانګړی احساس هم درک کړو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

خپله حافظه غښتلې کړئ

دحافظې نده په ذهن کې دمعلوماتوثبتول اوبیا یادول دي.څومره چې یوه موضوع ښه درک سي هغومره ښه په حافظه کې ثبت کېږي.

په حافظه کې دمفهوم ثبت کېدل په وخت او اشخاصو کې توپیر لري. ځینې کسان یې ژر حفظ کوي او ځینې وروسته ، ځینې ټول مطلبونه ضبط کولای سي او ځینې څه برخه .

له حافظې څخه هېرېدل هم توپیر لري.ازمېښتونه ښیي چې ۶۵% معلومات په لومړي ساعت کې ، په ۲۴ ساعتونو کې او ۸۰% معلومات له زده کړې او پوهېدلو څخه وروسته تر یوې میاشتې پوري هېرېږي او له حافظې څخه وزي.حافظه د نورو غړو په څېر په تمرین غښتلې کېږي او هم کمزوره کېږي.

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

مغزي ناروغتیا

تراندازه ډېر ذهني کار او له حافظې څخه بې ځایه ګټه اخیستل حافظه او مغز ستړي کوي.

دمغزي روغتیاله پاره باید وینځ ته پوره اکسیجن ورسیږي، پوره خوب او آرام وسي،له سګرټ څکولو او دځینو مُسکِنو او اراموونکو درملو نوله استعمال څخه ډډه وسي.ښه خواړه مصرف سي.که ورسیږي؛ له هګۍ،ینې،غوښې، سبزیجاتو ،کبانو ،شیدو او مستو څخه ګټه ترلاسه سي.بدني روزنه و سي.دنومونو ،شعرونو ،ورځني کارونو او خپل معلومات په یادولو حافظه غښتلې کولای سئ.

حافظې ته دمعلوماتو ورسیدلو لاري،زموږ پنځه ګوني حواس دي. دهغوی د روغتیا او ورڅخه د ښې ګټې اخستلو خیال ساتل په کار دي.

دا ځان ته معلوم کړئ چې په اوریدلو که په لیدلو ستاسو حافظه معلومات ښه خوندي کولائ سي.په همهغې لاره معلومات ورکړئ.دځینو خلکو حافظې ډاسي 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 لاري څخه کار واخلئ .

(c) ketabton.com: The Digital Library

د حافظې ارامتیا

استراحت او ارامتیا، د حافظې له پاره ضرورده. استراحت د بدن ستړیالړي کوي، عصبي او روحي فشار کموي. تر استراحت وروسته شخص بیا مطالعې ته ښه چمتو وي. په لنډه شیبه استراحت کې لوستل سوي او کتل سوي معلومات له نورو معلوماتو سره یوځای کیږي. که تر استراحت وروسته، د کمې شېبې لپاره تیره کتل سوې موضوع یوځل بیا وکتل سي، د حافظې د ساتلو ځواک زیاتیږي.

حافظه په پیل کې د یادولو او ساتلو ځواک زیاتوي خو وروسته دا قدرت بایلي. د دې قدرت د بایللو د مخنیوي له پاره باید تر څه مطالعې وروسته، یوه لنډه شیبه آرام وسي.

یو مطلب باید تر یوه ساعت زیات وخت ونه کتل سي. په دې معنی چې که یو ساعت مطالعه وسي، حافظه لا ښه هم وي خو یوه شیبه استراحت ضروردی. استراحت په دې معنی نه چې تر هر ساعت وروسته بیده سئ. بلک د مطالعې په منځ کې پنځه دقیقې بې مطالعې کښیناستل، ګرځېدل او یا موضوع بدلول، د حافظې غوره استراحت دی.

په موضوع پوهیدل د مغز کار دی، ساتل او بیا راګرځول یې د حافظې کار دی. که استراحت ونه سي، له حافظې سره ذهن هم ستړی کیږي او د حواسو تمرکز هم کمیږي.

لنډه شېبه استراحت، دا ګټه هم لري چې ذهن ټول سوي معلومات جذب کړي او حافظې ته یې وسپاري.

ډېرو پوهانو ګراني مسئلې په اوږده مطالعه کې حل کړي ندي، خو په استراحت کې یې حل موندلی دی.

د حواسو تمرکز او د حافظې تقویه

که په یوه موضوع کې داسې فکر کوئ چې نور افکار ستاسو ذهن اخلال نکړي، دې حالت ته د حواسو تمرکز وایي.

دا حالت په تمرین سره خپلیدلای سي. کوښښ وسي چې د مطالعې په وخت کې حواس تمرکز ولري (د حواسو تمرکز د حافظې قدرت زیاتوي) او تر څو شیبو وروسته ځنډ وکړل سي. په سوي مطالعه کې پوښتنې راپورته سي، کومه موضوع چې حل سوي نه وي هغه یادداشت سي...

دې ټکیو ته پام وکړي تر څو د حواسو په تمرکز کې درسره مرسته وکړي:

۱- په چاپېریال کې، د حواسو تمرکز نه پیدا کیږي. نو له بهرني نړۍ څخه ځان ګوښه کړئ او داسې ځای مطالعې ته غوره کړئ چې ارام وي، رڼا وي، مناسبه هوا ولري، غږ او غوږ نه وي.

۲- د مطالعې په ځای کې چې څه شی اخلال پیدا کوي هغه لرې کړئ، لکه د لوبو لوازم، راډیو، تلویزیون او ...

۳- لوږه، تنده او ستړیا، د حواسو د تمرکز مخه نیسي، که وږي یا تږي یاست، څه وخورئ او وڅښئ او که ستړي یاست، مطالعه مه پیل کوئ.

۴- ټولو غوره تمرین دا دی چې په نا آرام چاپېریال کې له مطالعې سره خپل ذهن عادت کړئ. ځکه هر ځای او هر وخت نسو کولای چې مناسب او آرام محیط پیدا کړو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ځرنګه حافظه تقويه کړو

ديو موضوع بيامطالعه، هغه هم ترمطالعې وروسته په څوشيبوکي، که دلنډي مطالعې په توګه وي، د حافظې له تقويې سره مرسته کوي.

په دې توګه چې نوي راغونډ شوي معلومات له تيرو سره يوځای کوي، ربط ورکوي او حفظوي يې. که دمطالعې په وخت کي لنډکي ياددښتونه واخستل سي ډاکارهم حافظه غښتلې کوي.

فرانسس بيکن وايي: "لوست او مطالعه انسان ډکوي ، خبري کول انسان چمتوکوي او ليکنه انسان دقيق او ځيرک کوي."

دحافظې دتقويې لپاره دې ټکيو ته پام کوئ :

١– هدف ولرئ.

٢–له مطالعې سره علاقه ولرئ او په جديت سره مطالعه وکړئ .

٣– دمطالعې په موضوع تمرکز ولرئ .

٤– دمشاهدې او کتلو دقت دزده کړي پيلامه ده.

٥– ډيرمفاهيم او مطلبونه يوځلې حافظي ته مه سپارئ. مطالب په ډير وړوپاټکيو مه ويشئ، ترڅو مطلب بي ربطه نسي.

٦– ګران مطالب په څو وړو برخو وويشئ.

٧– هره ورځ په ټاکلي وخت او ټاکلي ځای کي مطالعه کوئ .

ښه غوږ ونيسئ

دمعلوماتو په راټولولو کي چي ځرنګه سترګي کار کوي، هغسي غوږونه هم کارکوي.

څيړنې ښيي چي هرعادي وګړی ٧٠% ورځنی وخت له نورو سره تيروي، په منځنی توګه ديو شخص وخت ٩% په ليکنه ١٦% په لوستلو ٣٠% په خبروکولو او ٤٥% په اوريدلو تيريږي.

سره له دې چي ډير وخت په اوريدلو تيريږي خو زيات کسان سته چي دې خبري ته په بي پروايي سره ګوري. ازميښتونو داهم ښودلې ده چي په دې اوريدلو کي يوازي د ٢٥% وخت په کچ، ګټه اخستله کيږي او دا اوريدلو دشيبو ٧٥% وخت هسي تيريږي.

په اوريدلو کي اړتيا او موخي ډيري دي خو هرڅوک هره اړتيا او هدف خپل نه ګڼي.

راديو ته دوخت ددتير، تفريح او اطلاعاتو دزياتوالي له پاره غوږ نيول کيږي. ددولت دستونزو اظهارته، دسياسي خلګوويناته، دزده کړې درسونو ته او ډپلورونکو تبليغاتو ته غوږ نيول کيږي. خو که هرڅه ته او هرچيري غوږ نيول کيږي، داټکي په پام کي نيول بي ګټې نه دي:

١–که وغواړئ چي په کومه غونډه کي دچاخبروته غوږ ونيسئ، نومخته تردې چي په هغې غونډه کي ګډون وکړئ ، د ويناوال د شخصيت په هکله بايد پوه سئ چي نوم، دنده او زده

(c) ketabton.com: The Digital Library

کړي يي څه دي؟ داډول پلټنه ستاسو ذهني ډاډ زياتوي او ذهن متمركز كيږي.

ځيني ويناوال، د خبرو موضوع مخته په اوريدونكو ويشي. په داسي صورت كي هغه ليكنه بايد په غور وكتله سي. كوم ځاى او خبره چي مهمه او يا ګرانه وي، هغه معلومه كړئ او دوينا په وخت كي ورته متوجه اوسئ.

۲– تاسو كه ټولګۍ ته ځئ، كوم كتاب ته كښينئ او يا په كوم كنفرانس او غونډه كي ګډون كوئ، كيدلاى سي، د خبرو موضوع يا دويناوال شخصيت در ته غوره او مطلوب نه وي. په همدې بهانه غوږ نه نيسئ او دا بي ګټې كار ګڼئ، خو له ځان سره بايد فكر وكړئ چي ايا دلته دد ې له پاره راغلى يم چي د خلكو څېرې وګورم، ويناوال به زما دوست او يار وي، د خبرو موضوع به راته خوندوره وي؟

نه دا به هيڅ نه وي او نه دې ته راغلي ياست. ستاسو دلته ناسته، يوازي ددې لپاره ده چي څه واورئ او څه زده كړئ. كه مو، موخه داده بيا د ويناوال او دوينا څرنګوالى مهم نه دى. كه هرڅوك ويناكوي، هرڅه وايي، تاسو ته بايد بي توپيره وي او هغه خپلو معلوماتو د زياتوالي له پاره واورئ. داسي نده چي زده كړه او تحصيل به تل خوندور او خوشحالوونكى وي، ستونزي به ګالئ، شپي به رڼوئ او ډيرڅه به ورته پريږدئ. دلته هم ستاسو راتګ بايد د زده كړي په غرض وي او ټولي ستونزي وزغمئ. اصلاً ځان پلټونكى او غوښتونكى كړئ ترڅو څه ترلاسه كړئ.

۳ كه تاسو كومه ليكنه ګورئ، ځنډ او چټكتيا ستاسو په اختياركي ده. كه په كومه موضوع ونه پوهيدلى، بيا ورباندي راګرځيدلاى سئ. خو وينا د غسي نده. خبره چي ووته، لاړه، بيا نه راګرځي. ستاسو مخته بايد ورته پام وي. ويناوال هم انسانان دي، كم وسي به لري، ځيني به ژر، ژر؛ ځيني به ورو، ورو؛ څوك په لوړ غږ او څوك به په ټيټ غږ غږيږي. ځيني به د خبرو لړۍ منظمه ساتلاى سي او ځيني بيا داوس نلري، ځيني په مثالونو، كيسو او ټوكو د خبرو لمنه پراخوي.

خو په هر حال تاسي بايد د ويناوال د خبرو او وينا رګ وپيژنئ او ورسره اوږه په اوږه لاړ سئ، ترڅو ورڅخه څه زده كړئ. د ويناوال د خبرو په ډول پوهيدل، هلته ډير ضرور دي چي څوك ورسره ډيره ناسته ولاړه لري. لكه په ټولګۍ كي ښوونكي او يا نور استاذان چي په ازاده توګه كتابونه وايي.

ځيني ويناوال بيا دومره په ځنډ خبري كوي چي د اوريدونكي پام بلې خواته كيږي، زيار وايستل سي چي له داسي خبرو څخه هم ځان پري او لري نكړئ.

داچي تاسو كولاى نسئ د ويناوال عادت بدل كړئ، نو ضرور داده چي خپل ځان ورسره بدل كړئ.

۴ وينا په غونډه كي كيږي او د غونډو برخه وال يو ډول خلګ نه وي. زيار وباسئ چي د نورو، خبري، ټوخلى، دكاغذ

(c) ketabton.com: The Digital Library

او قلم کښېهارى تاسو له غوږنیولو ونه باسي .که بیا هم تاسو غوږنیولاى نسواى، ځاى بدل کړئ.

هغه کسان چې په داډول ځاى او حال کې ښه غوږ نسي نیولاى، هغه به داسي عادت سوي وي،بې حوصلې به وي او یا به یې اراده کمزوري وي.

د حواسو د تمرکز او په ډاډ سره د غوږنیولو یو دښمن، د چا هغه عادت دى چې د خیالونو په نړۍ کې ډوبیږي.

که دا کسان په دې وپوهیږي چې د خیال په نړۍ کې ګرځې نوله دې حال څخه ځان ژغورلاي سي او هغه داسي چې تل ځان ته متوجه وي، کله چې یې خیال او وهم د حواسو لاره ووهله، ژر دې په یوه منډه تر ږاترپ کړي او د واقعیت دنیا ته دې راسي. کیدلاى سي په څځایونو کې داسي پاملرنه دانسان همیشني عادت بدل کړي.

ځیني کسان دا عادت لري چې تر وینا وال، د هغه ځیرې، جامو، دریدلو او لاس ښورولو ته زیات ګوري. دا کسان هم خپل حواس متمرکز کولاى نسواى. د دې عادت د بدلون له پاره لنډه لاره دا ده چې یوازې د وینا وال ځیرې ته وکتل سي.

۵ – څوک چې په غونډه کې وینا کوي، وینا یې څو برخې لري: سریزه، متن او پایله. زیار وایستل سي چې په سریزه کې د وینا وال پیل او بیادې ته متوجه وي چې وینا وال څرنګه خپل مطلب ته ځي، څرنګه اوریدونکي ځان ته متوجه کوي...

ځیني وینا وال، سریزه په داسي څیزونو پیل کوي چې هغه ټولو ته ښکاره وي .ځیني خو لا پیل په کومه لطیفه کوي.

دوینا دوهمه برخه، دوینا متن دى دا برخه هم ځیني په دوو پړاونو کې ښکاره کوي: یوه د موضوع مطرح کول او بل اصل مطلب یادول او ثبوت کول.

د موضوع په مطرح کولو کې باید هغه جملې درک سي، کومې چې مقدمه او دا برخه سره بیلوي. ځیني یې اظهار کوي. داسي وائې نن زموږ د وینا موضوع ده ...زما نننۍ خبري د... په هکله دي . باید پوه سو چې... په دې برخه کې خپلې خبرې په څو پړاوونو کې هم مطرح کولاى سي، مثلاً وو ایي: زما د خبرو لومړنۍ برخه د ... په هکله ،دوهمه برخه د ...او دریمه برخه د پایلې او نتیجې په هکله ده.

د دې برخې بل پړاو متن دى چې وینا وال خپل هدف او مطلب وایي او تشریح کوي یې. په دې برخه کې خبرې ډیرې نه وي ،استدلال پکې ډیر وي ،خو دا څو جملې د وینا روح ده او باید په غور وا وریدلې سي. دا جملې او نکتې په یوه او بله پسې لړۍ لري .نو کیدلاى سي اوریدونکي یې د وینا وال په ځیني جملو ،سره بیلې کړي. مثلاً اوس به را سو دې ته چې ...اوس به راوګرځو .تردې وروسته به... او یا نوري جملې وایي چې اوریدونکو ته د مطلب ډول ،ډول پاټکي معلومیږي. دا جملې باید تکیه سي، ځکه د موضوع برخې بیلوي، مطلب ښکاره کوي او بلې برخې ته سامع متوجه کیږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

په دي برخه کي ويناوال هره اصلي خبره او نکته په لنډو الفاظو کي وايي، کيدلای سي د ټولو د فهم وړ نه وي نو ځنګيزي جملې ورسره وايي، وضاحت ورکوي او دلايل راوړي دا فرعي او ځنګېزي جملې هم بايد په غور واورېدل سي.

دوينا وروستنۍ برخه پايله او نتيجه ده چي خورالنډه وي او په ځانګړيو عباراتو پيل کيږي. مثلاً، لنډه دا چي ...نو د خبرو پايله دا ده... په نتيجه کي 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 کي اړيکي ښيي.

دويناوال ټوله وينا هم داسي نده چي ټوله ياده سي. اړيکي او تسلسل يي درک او مطلب يي په متن کي ځان ته معلوم کړئ. آن دا چي کومي فرعي خبري کوي هم ديادولو وړندي، يوازي د هغوی په مرسته په اصل مطلب ځان پوه کول ضروردي. دوينا مطلب له ځان سره ساتل اصل خبره ده.

فرعي خبري هم ځيني وخت ويناوال په بيلو جملو بيلوي. مثلاً ؛ په دې ترڅ کي، سربيره په دې ... او دا هم چي ....

٦ کله، کله د کوم ويناوال وينا، ستاسو له عقيدې، نظر، عنعنې او قانوني اصولو سره مخالفه راځي، په داسي حال کي بايد خپل احساسات او عواطف په کنترول او اداره کي ولرئ. داسي نه چي خدای واورئ او تر داد وړاندي وربانـدي بريد وکړئ يا د غوږنيولو پاملرنه او د حواسو تمرکز وبايلئ.

په هر حال لومړي د ويناوال پيغام درک کړئ او بيا يي له خپلو افکارو سره پرتله کړئ. نږدي يي ومنئ او لري يي پريږدئ.

له کتابتون څخه ګټه واخلئ

کتابتون د انساني پوهې د پيړيو، پيړيو خزانه ده. په هر کتابتون کي په زرګونو او ميليونونو ټوکه کتابونه موجود وي.

تاسو لومړی بايد کتابتون له نږدې وګورئ، هلته د کتابتون له مسئول څخه نقشه ترلاسه کړئ او يا د کتابتون ځوړند نقشې وګورئ او پيدا کړي چي په دې کتابتون کي مجلې او ورځپاڼې چېري دي؟ نادر او هغه کتابونه چي بل ځای نه پيدا کيږي چېري دي؟ کوم ډول کتابونه وړلای سئ او کوم ډول کتابونه يوازي دلته کتلای سئ؟ د کومو نقاشيو او تابلوګاني دلته موندل کيدلای سي؟ د کومو خطي کتابونو مايکروفيلمونه دلته ستـه. په دې هم ځان پوه کړئ چي د کتاب ورکولو او اخستلو طريقې يې څه ډول دي او ...

دکتابونو ترتيب او تنظيم

دا چي په يوه کتابتون کي په ميليونونو کتابونه موجود دي. د دې لپاره چي هر کتاب په اساني سره ترلاسه سي، نو د منظم ايښودلو له پاره يي يو نظام په کار دی.

په نړۍ کي دوه سيستمونه رواج لري: يو د ديوي لسيز سستم (Dewey Decimal system) او بل د کانګرس د کتابتون سستم (Library of congress).

(c) ketabton.com: The Digital Library

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

۱-عمومي آثار: دایرة المعارفونه، دلاربښوونې کتابونه او
فرهنگونه، خطي نسخي. ۰۰۰-۹۹

۲-فلسفه: روح پیژندنه، اخلاق، منطق، میتافزیک، سِحر، د
انسان رفتار (کړه، وړه) ۱۰۰-۱۹۹

۳-دین: ددینونو تاریخ، ملتونه او مذهبونه، مذهبي
موسسي او ... ۲۰۰-۲۹۹

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

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

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

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

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

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

۱۰-تاریخ: د اسیا، اروپا ... عمومي تاریخونه، سفرنامي،
دملتونو تاریخ... ۹۰۰-۹۹۹.

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

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.

دپورتني ویش هره برخه بیا په لسو، لسو برخو ویشله
کیږي. دساري په توگه ۵۱۰ بیا داسي ویشل سوي ده:

۵۱۱- حساب

۵۱۲- الجبر.

۵۱۳- هندسه.

۵۱۴- مثلثات.

۵۱۵- ترسیمي هندسه.

۵۱۶- تحلیلي هندسه.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۵۱۷- جامعه او فاضله حساب.
۵۱۸- تصویري هندسه.
۵۱۹- احتمالات.

دا ویش بیا هم په لسو برخو ویشل کیږي خو دا ځل په (/) نښه بیلیږي. د ساري په توګه: ۵۱۱ شمیره چې د حساب برخه ده، د حساب په اړوند څانګو داسې ویشل کیږي:

د حسابي سیستم مربوط کتابونه ۵۱۱/۱ .
د حساب اصلي عملیې ۵۱۱/۲.
د لومړنیو عددونو اړوند بحثونه ۵۱۱/۳
او داسې نور تر ۵۱۱/۹ .

ددې نظام تر څنګ چې نړیوال سیستم دی، د کتابتون بل نظام د کنګر کتابتون نظام دی چې په هغه کې هم په زرګونو کتابونه په منظمه توګه خوندي کېدلای سي.

ددې نظام توپیر د ډیوي له نظام سره دادی چې د کتابونو عمومي ویش، د شمیرې په ځای په حروفو سره بیلیږي.

مثلاً په دې نظام کې عمومیات په A او کرهڼه، د ښاروېو روزنه او ښکار په S ښودل کیږي.

دا خو ۀ هغه نظامونه په کوم چې په کتابتونونو کې کتابونه ورباندې داسې ایښودل کیږي چې بیلول او پیدا کول یې اسانه دي.

خو دا چې د کتلو او وړلو له پاره کتاب څرنګه پیدا کړئ. نو بیا هر کتاب ته یوه پاڼه لیکل کیږي، چې په هغې کې د کتاب ټولې ځانګړتیاوې لیکل سوې وي.

دا پاڼې یا کارتونه درې ډوله ترتیبیږي:

۱- هغه چې د لیکوال په نوم وي.
۲- هغه چې د کتاب د عنوان په نوم وي.
۳- هغه چې د کتاب د موضوع په نوم لیکل سوي وي.

کتابتونونه همدا درې ډوله پاڼې لري او څوک کولای سي، په دې لارو کتاب پیدا کړي.

که چا ته د مؤلف نوم، د کتاب نوم او یا د کتاب موضوع معلومه وي، کېدلای سي ژر یې پیدا کړي. دا پاڼې په یوه الماری کې داسې ایښې وي چې هغه واړه روکونه لري او د حروفو په ترتیب پکې ایښودل سوي وي. شکلونه وګورئ.

۲۹۷/۲ ریان – عبدالله ګل /۱۳۳هـ ش
L758
اسلامي علمي نهضت د عبدالله ګل ریان لیکنه
کویته یونائتید 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
(کنګره)

(c) ketabton.com: The Digital Library

۲۹۷/۲	اسلامي علمي نهضت
L758	ریان – عبدالله ګل /۱۳۳ هش
	اسلامي علمي نهضت د عبدالله ګل ریان لیکنه
کویته	یونائتید پریس ۱۳۷۷
/۸ مخونه	مصور ۱۸سانتي متره
۱-دمسلمانانو علمي خدمت.۲-مشهور مؤلفین.۳-کتابتونونه	
LB2830/5-L55	297/2 ۵۲-۱/۱۲۳
(دکنګر . کتابتون)	

۲۹۷/۲	مشهور مؤلفین
L758	ریان – عبدالله ګل /۱۳۳ هش
	اسلامي علمي نهضت د عبدالله ګل ریان لیکنه
کویته	یونائتید پریس ۱۳۷۷
/۸ مخونه	مصور ۱۸سانتي متره
۱-دمسلمانانو علمي خدمت.۲-مشهور مؤلفین. ۳-کتابتونونه	
LB2830/5-L55	297/2 ۵۲-۱/۱۲۳
(دکنګر . کتابتون)	

په هروک کي چي پاڼي اینبودل سوي دي، دهرحرف لپاره بیاهم په دننه کي نښاني لري. لکه (۲) شکل .

اوس پام وکړي دلومړي کارد (پاڼکي) تشریح ته :

ریان – عبدالله ګل: دمؤلف نوم دی چي لومړی تخلص او بیا نوم لیکل کیږي.

۱۳۳۰ مؤلف دزیږیدلو نیټه ښیي، که مړ سوی وي نو ورسره هغه هم لیکي.

اسلامي علمي نهضت :دکتاب نوم دی.

عبدالله ګل ریان: دمؤلف نوم ښیي چي تر تخلص وړاند ې لیکل کیږي .که لیکو لان دوه وي دبل لیکوال نوم هم دلته ورسره لیکل کیږي.

کویته :دخپریدلو ځای .

یونائتید پریس :دخپرونکي موسسي (یا شخص) نوم لیکل کیږي.

۱۳۷۷ : دخپریدلو کال ښیي.

۸۰ مخونه : دکتاب مخونه ښیي.

مصور: که کتاب تصویرونه لري، نو مصور لیکل کیږي.

۱۸سانتي متره: دکتاب اوږدوالی ښیي.

دمسلمانانو علمي خدمت، مشهور مؤلفین، کتابتونونه او نورعنوانونه دي، چي کیدلا ی سي دکتابتون مسئول ته یي ورکړو.

LB283/5 – L55 دادکنګرې دکتابتون دنظام نمره ښیي.

۲۹۷/۲ د دېوي دنظام نمره ښیي.

۵۲ – ۱۰۱۲۳ دکتابتون دمسئولینو ځانګړي نمره ښیي چي دکتابتون په فني چارو پوري اړه لري.

دکارت په پاسنۍ ښي لورته ګوښي ۲/۲۹۷ ، L758 هغه نومره ده چي په کتابتون کي دکتاب دقیق ځای ښیي.

نور دواړه کارتونه هم ورته پاڼي دي. خویوازي په دوهم کي دکتاب عنوان او په دریم کي دکتاب یوه موضوع لومړي لیکل سوي ده.

(c) ketabton.com: The Digital Library

داچي هرکتاب درېوله پاڼي په کتابتون کي لري ځنوکه په پاڼه دکتاب نوم، دمؤلف نوم يا دکتاب موضوع معلومه وي. کتاب په کتابتون کي موندلای سوای. پورتني کارت هسي نمونه ده.

له دې پاڼو سره، سره په الماريو او روکونو کي نوري پاڼي هم

دلاربښوونې له پاره ايښي وي دساري په توګه:

دا پاڼه ښيي چي غزني په دوو املاوو ليکل کيږي خو په دي کتابتون کي يي املا (غزنی) ده.

غزنی
وګورئ
غزنين

دا پاڼه ښيي چي مولف دوه نومونه لري او اصلاً په دوهم نوم کتاب قيد دی.

مولو. شمس الله
وګورئ:
کمالزاده

دا پاڼه دا ښيي چي له يوي عادي موضوع څخه تاسو ته خاصي او دقيقي موضوع ته بيايي.

اسلا(
اوهم وګورئ:
مذهبونه، مسجدونه
تصوفي فرقي او

دداسي پاڼو دلاښه پوهيدلو له پاره داتکي هم په پام کي ولرئ.

۱-دکتاب په نوم يا موضوع کي هغه خوراځانګړي کلمه غوره کړئ اوبيا يي دموندلو هڅه وکړي. مثلاً؛ که وغواړئ چي د (څرنګه مطالعه وکړو.) کتاب پيدا کړئ نو مطالعه غوره کړئ او د "م" پاڼه پيدا کړئ.

۲- دتعريف حروف لکه دانګليسي a,an,the په نظر کي مه نيسئ.

۳- دمؤلف په نوم پاڼه کي تل تخلص لومړی ليکل کيږي نو په نوم پسي نه بلکي په تخلص پسي وګرځئ.

۴- که ديوه مؤلف څو نور اثار هم وي. دهغه کارتونه هم له پيدا سوي پاڼي سره ايښودل کيږي.

۵- دکليمو املا لکه څرنګه چي تلفظ کيږي، هغسي ليکل کيږي لکه عيسی دعيسا په املا او اسحق داسحاق په املا ء موندل کيږي.

۶-عددونه او ارقام تل په حروفو ليکل کيږي. (۱۰۰۰ مسئلي) د "ز" تر حرف لاندي موندل کيږي.

۷- که دعنوان په پاڼه کي لومړی ديوه کسب، امتيازاو يا بله کلمه راغلي وي، په هغه نوم موندل کيږي. لکه **مولوي کمالزاده**. په "**م**" او **غازي احمدشاه** د "**غ**" په حرف پيدا کيږي.

۸-دمؤلف په پاڼه کي القاب او نوم په نظر کي نه نيول کيږي. مثلاً مولوي شمس الله "کمالزاده" د**ک** په حرف پيدا کيږي چي دتخلص لومړی حرف يي دی.

۹-که په يوه موضوع کي څو کتابونه ليکل سوي وي. دبيلوالي له پاره يي دمؤلف دتخلص دوه توري هم ورسره ليکي چي، داکارت دليکوال دنښې کارت بلل کيږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

په کتابتون کي هغه کتابونه چي بهرته نه وړل کيږي

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

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

په انګليسي ژبه کي ډير دايرة المعارفه موجودي دي . لکه د امريکا دايرة المعارف، دبريتانيا دايرة المعارف ، دکامپتون عکس لرونکي دايرة المعارف.

دامريکا دايرة المعارف په ۳۰ ټوکونو کي ده چي وروستنی ټوک يي فهرست دی .

دبريتانيا دايرة المعارف په ۲۴ ټوکونو کي ده چي څلورويشتم ټوک يي فهرست دی .

دکامپتون دايرة المارف په ۱۵ جلدونو کي ده دنورو معلوماتو تر څنګ ښکلي رنګه عکسونه هم لري.

دا دايرة المعارف ډير استعماليږي .

يو ډول دايرة المعارف چي په انګليسي کي (Cyclopedia) ورته وايي بيا د پوهې په يوه خاصه څانګه کښې ليکل سوي وي .

په نړۍ کي لومړی دايرة المعارف په ۷۰ م کال رومي پلني Pliny وليکله په مسلمانانو کي ابن نديم د الفهرست په نوم دايرة المعارف ته ورته کتاب وليک او په افغانستان کي په ۱۳۲۰ هـ ش کال د دايرة المعارف کار پيل سو چي بيا په پښتو او دري چاپ سو. پښتو اوه او دري په شپږ جلده کي ؤ.

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

اطلس دا هغه کتابونه دي چي دهيوادونو او ښارونو ،نقشي او دځمکي مخ د اوبو او هوا په هکله نقشي او معلومات لري .دغرونو او سيندونو او ځايونو د سم تلفظ لاربښوونې لري او هريو په نقشو کي ښيي.

کلنۍ : هغه کتابونه دي چي ديوه کال په اوږدو کي ديوه هيواد دپيښو په هکله ليکل سوي وي .

په افغانستان کي د اطلاعات او کلتور دوزارت په همت کلنۍ خپريدلي چي اساس يي په ۱۳۱۱ هـ ش کال ايښودل سوی ؤ .

فهرست: له فهرستونو کولای سئ چي ديوې ځانګړي موضوع په هکله دکتابونو نومونه ومومئ، کومي مقالي چي په مجلو او ورځپاڼو کي خپريږي، په فهرست کي يي نومونه راځي. ځيني فهرستونه دټولو چاپ سويو کتابونو نومونه لري ، خو ځيني نور بيا په ځانګړيو څانګو کي رالنډ سوي دي.

په پښتو ژبه دفهرست نمونه، دښاغلي حبيب الله رفيع د "پښتو پانګه" کتاب کيدلای سي. چي په پښتو ژبه خپاره سوي

(c) ketabton.com: The Digital Library

کتابونه یي پکښې فهرست په توګه داسي یاد کړي دي چي
دکتاب څرنګوالی هم پکي ښکاره دی. مایي دوه ټوکه لیدلي
چي ټول یي ۱۳۲۸ پښتو کتابونه پکي معرفي کړي دي.

بیوګرافي : دا شخاصو دژوندپه هکله لیکل سوي کتابونه دي
چي نموني یي :

1- Dictionary of American Biography.
2-Who is who in America.

لومړی کتاب دامریکایي نومیالو په هکله کوم چي مړه سوي
دي معلومات لري او دوهم هغه امریکایي نومیالي معرفي
کوي څوک چي تر لیکلو ژوندي وو.

په پښتو کي په دې هکله کار سوی خو خوراکم، ځینو دیوه
هیوادخلګ معرفي کړي او ځینو دیوې سیمي. نموني یي
اوسني لیکوالان، مجاهد لیکوالان، وینه په قلم کي او غوره یي
دافغانستان نومیالي دي.

خپل معلومات په لومه کي بندکړئ

(وایي : علم ښکار دی اولیکنه یي لومه.)

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

موږ هم چي کله مطالعه کوو ، دزده کړې په ټولګی کي څه
لولو ، کومي وینا ته غوږ نیسو . که دا معلومات را سره قید
نکړو ، یاددا ښتیې نه اخلو ، نو دوخت په تیریدلو به هرڅه
راڅخه هیر وي، خو هله معلومات نه هیریږي، بلکي ډیریږي چي
موږ دوینا ، تدریس اولیکني شغل ولرو .

که تاسو دتحقیق اولیکنې له پاره مطالعه کوئ ، یا یوازي د
معلوماتو ټولول مو د مطالعې موخه وي، نو دخپلي مطالعې
یاددا ښت واخلئ. که نور مطالب نه لیکئ، دومره خو ضروري ده
چي تر مطالعې لاندي دکتاب مشخصات ولیکي
:مثلاً ، دلیکوال نوم، دکتاب نوم، دکتاب موضوع، دخپرونکي
نوم ، دخپرولو ځای او نیټه.

دا یادښتونه ځیني کسان په کتابچو کي اخلي او ځیني په
پاڼکو (کارتونو) کي.

دډیرو پاڼکو یا کارتونو سایزونه ۱۵×۹ یا ۱۲×۷ سانتي متره
وي او دهر کتاب له پاره یو کارت لازم دی .

که مطالعه دتحقیق اولیکنې له پاره وي، نو دهرې موضوع له
پاره کارت لیکل کیږي او که دمعلوماتو له پاره وي یوازي
دکتاب مشخصات باید ولیکل سي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

که مطالعه دهغه وخت دلیکنې لپاره نه وي اولنډیزیې ولیکلی، هم ګټه یې داده چې بیا به دهغه کتاب لوستلو ته اړتیا نه وي. یوازې هغه لنډ کې یاددښت کیدلای سي د محتویاتو اساسي ټکي ذهن ته راولي.

که په کوم کنفرانس یاغونډه کې داوریدونکي په ځیر ګډون کوئ، هلته هم دوینا اساسي ټکي ولیکئ. په لیکنه کې اساسي ټکي اوورسره تائیدي هغه جملې واخلئ چې اصلي موضوع روښانه کوي. که په کوم ټولګي کې دزده کړې لپاره ناست یاست، د درس لنډیز واخلئ، ترڅو:

ن په ښه پوهیدلو او ذهن ته د سپارلو په برخه کې درسره مرسته وکړي.

ن که کله، کله دایادد ښتونه وګورئ، دهغه درس محتویات ټول ستاسو ذهن ته راځي او دازموینې لپاره په چمتو والي کې درسره مرسته کوي.

ن دزده کړې دهرې دورې دلوست په هکله په لیکنه کې درسره مرسته کوي.

ن دهغه لوست اساسي ټکي درته ښکاره کوي.

*یاددا ښت اخستل ستاسو دحواسو په تمرکز کې مرسته کوي.

ن یاددښتونه اخستل دلوست تکراراو یو ډول بیالوستل هم دي.

خو دایادښت باید په داسې ځنډ نه وي چې دښوونکي یا ویناکوونکي نور مطالب او ویناوې درڅخه تیرې او پاته سي.

په یاددښت اخستلو کې خبرې او جملې لیکل هم ضرور نه دي بلکې په دوه ډوله، لنډ یاد اښتونه باید واخستل سي:

یاداچې په چټکه لیکنه یادد ښت واخستل سي. ددې کار لپاره باید په مخففاتو ځان پوه کړئ او یاله خپله ځانه مخففات وټاکې او تل له هغو څخه کار واخلئ. په دې ډول یاددا ښت کې له همدې مخففاتو یا لنډکیو لغاتونو، له لومړنیو حروفو او دریاضي له نښو څخه ګټه واخلئ او یا په لنډه لیکنه یادد ښت واخلئ یا په دې ډول لیکنه کې لومړی باید لوست په مفهوم پوه سئ او بیا په خپلو لغاتونو او لهجه هغه په لنډ ډول ولیکئ.

په ټولګي کې دیاددښتونو داخستلو لپاره داټکي په یاد ولرئ

۱– ترد ې وړاندې چې ټولګي ته لاړ سې، یاددښت اخستلو ته ځان چمتو کړئ. هغه په دې ډول چې دهغې ورځې درس مخته ولولئ. ترڅو دښوونکي دلوست په وخت کې په لوست پوهیدل او یاددا ښت اخستل درته اسانه سي.

۲– د یاددا ښتونو په پاڼو کې څنډه او لمنه څه سپینه پریږدئ ترڅو دسمولو او زیاتولو په وخت کې ځای درته پاته وي.

۳– داخبرې ولیکئ:

الف: دلوست په پیل او پای کې مهمې خبرې.

ب په کومو خبرو چې ښوونکی ټینګار کوي یایې بیا، بیا لولي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ج: هره خبره چي ښوونکی په توره تخته ليکي.

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

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

٦- له لنډکيو محففاتو کټه واخلي. مثلاً؛ دساري په توګه (سا، توګه) معلومات (مع) سربيره په دي (+) پرته له دي (-) برابر، مساوي (=) لوی او واړه (> <) وګورئ (وګ) او نور.

په هرحال يادد ښت واخلئ خو يادد ښلت اخستل مو بايد په غوږ نيولو او مطالعه کولو کي دذهن تمرکز ته زيان ونه رسوي.

والسلام.

۸- سرطان - ۱۳۷۷هش

کندهار

دوهمه برخه:

څرنګه امتحان ورکړو؟

(c) ketabton.com: The Digital Library

لړلیک

سریزه...71
زده کوونکي باید څه ډول مطالعه وکړي؟......................74
دمدرسې او ټولګۍ ستونزي په خپله حل کړئ......................76
له ټولګۍ څخه ګټه ترلاسه کړئ................................80
ازموینه ولي اخستله کیږي؟...................................84
په ازموینه کي دګډون چمتو والی...............................85
دګزاو میدان وخت..87
دازمویني ډولونه..90
زه زما په قلم..98

بسم الله الرحمن الرحیم

سریزه

ازموینه او امتحان که دژوند په هر ډګرکي وي،یوه ستونزمنه خبره ده،انسان ورته په فکر کي وي، دافکول په څو ډوله کیدلای سي:

لومړی :دهغو کسانو فکر دی چي دکار او کال په جریان کي یي دازمویني لپاره هیڅ کړي نه وي. هغوی تر ازمویني وړاندې شپه،په دې فکر تیروي چي که یوه خارق العاده پیښه وسي او دا ازموینه وځنډیږي.داکسان دخپل امتحان دځنډ په هیله دنورو تباهي غواړي.هغوی په خپل خیال کي د وراني او تخریب یوه نړۍ جوړوي.وایي که سبا زلزله وسي،باد او باران راسي،په ښار کي مظاهرې وسي،تر څو مدرسه بنده سي 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 ازمویني لپاره هیڅ نلري. داکسان هغه ډله ده چي په لس – دوولس کاله کي یي آن داچي دیوه لیک دلیکلو ځواک پیدا کړی نه وي.همدا کسان نه دبریالیتوب په خوند پوهیږي او نه دپاته کیدلو نوم دځان له پاره بد ګڼي. هغوی هسي کلونه تیرکړي دي او باید دزده کړې په ډګرکي معیار ونه ګڼل سي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

دوهمه ډله هغه کسان دي چي مدرسي ته خو تللي او د
ښوونکي لوست ته کښيناستلي وي.د ټولګي خوري وري
خبري يي د خوب اوخيال په نړۍ کي ګرځي،راګرځي خو د
ازموينې له پاره کوم ځانګړي چمتوالي نلري.يوازي د ازموينې
په شپه، لد ازموينې لپاره کتاب ګوري.کيدلای سي داکسان په
ازموينه کي منځني نمري واخلي.ځکه، ديوه مضمون لپاره چي
څه په ذهن کي لري او يوه شپه مطالعه وکړي نو د بريالي توب
برخه تر لاسه کولای سي.
دريمه ډله هغه کسان دي چي زده کړي په کلنۍ موده کي
يي د ازموينې له پاره څه کړي وي په پروګرام سره يي لوستونه
لوستي وي.د ازموينې په شپو ورځو کي هم مطالعه
کوي،خو دا مطالعه ديوي شپې مطالعه نه وي. بلکي د نورو
شپو په څير ورته د مطالعي عادي شپه وي. هغوی په همدې
شپه ،تير اخستل سوي يادښتونه ګوري، کتابونه د عنوانونو
په کتلو بيا په حافظه کي راګرځوي.له ځان سره احتمالي
پوښتني جوړوي اوځوابوي،په ډاډه زړه د ازموينې شيبو ته ځان
ورنږدي کوي.دا کسان د امتحان په شپه نه په خوب کي تغير
راولي او نه په پروګرام کي.هغوی د نورو شپو ورځو په
څير،د لوست تر څنګ بهرني کارونه کوي،مجلي ګوري،تفريح
کوي او ازموينه وربانديي هيڅ اغيزه نلري. دا کسان په ژوند کي
بريالي خلک دي.که په ټولګي کي لوست وايي ،لومړني کسان
وي.که د مسابقو له پاره کومه لوبه کوي د کال زيار او کوښښ

او د همدې شپې او ورځي ډاډ ورته داسي بريښوي په برخه کوي
چي آن ديوه هيواد ويار ګرځيدلای او ګټلای سي.
تاسو هم که زده کوونکي ياست،که په کومه لوبه کي
د مسابقي او مقابلي له پاره ګډون کوئ له همدي دريو ډلو
څخه وتلي نه ياست.که خدای مکړه ،هغه کسان ياست چي
د ازموينې د ځنډ په هيله يا باد او باران غواړي او يا د ښوونکي
بيماري ته خوشحاله ياست.له همدې ورځي اراده وکړئ چي
نور به په د ډلو کي هغه ډله ستاسو وي چي امتحان ورته
عادي لوست ښکاري او په ټولګی او ملګرو کي وياړلي
يوازي تاسي ياست.زه په همدې هيله همدا بحث پيل
کوم.خدای تعالی دي وکړي چي زما داليکنه له تاسو سره څه
مرسته وکړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

زده کوونکي باید څه ډول مطالعه وکړي؟

وړاندې ترديچي دازموینې په هکله څه وليکل سي، دا یادونه ضروري ګڼم چي د مدرسې او ښوونځي زده کوونکي د مطالعې ټول شرطونه، کوم چي د مطالعې په برخه کي لیکل سوي دي مراعات کړي. د کتاب کتلو لپاره منظمه تګلاره ولري او ورسره دا هم وپوهیږي چي ازاده مطالعه او د زده کړې دلوستونو مطالعه څه توپیر هم لري. ځکه:

۱ – دلوست له پاره د ټولګي کتابونه د زده کوونکي په خوښه نه وي، نوي وي او په یوه ځانګړي موضوع کي لیکل سوي وي. ځکه هم په ذهن باندي درنیږي.

۲ – دلوست او زده کړې کتابونه هریو د بیل بیل علم او فن په هکله لیکل سوي وي. کومه خاطره، لطیفه او د ذهن د خوشحالي له پاره ډېرڅه نلري نو خوند پکي نه وي دا هم په ذهن بار درنوي. خو د مدرسې او ښوونځي د پروګرام کتابونه بیا یوه ښېګڼه هم لري. هغه دا چي دا کتابونه هریو په یوه موضوع کي لیکل سوي وي. که دلومړنیو ورځو د نابلدتیا ستونزه وګالل سي. د کال په جریان کي له دې کبله اسانتیا پېښیږي چي، لوستونه سره ورته والی لري. د لوست کړۍ یو تر بله ډېر توپیر نلري.

د مدرسې او ښوونځي لوست په ذهن اجباري بڼه لري. ځکه د ازادي مطالعې په څیر څوک کتاب په خپله خوښه نه سي غوره کولای. نو دا لازمه ده چي د مطالعې وخت او څرنګوالی هم څه ناڅه په جبري ډول ترتیب او غوره سي. که په ازاده مطالعه کي یو ساعت وخت بس وي، د همدا سي لوستونو له پاره د مطالعې وخت زیات ضرور دی. په تجربه سره ویلای سو ای چي، د هر مضمون لپاره چي څومره وخت د مدرسې او ښوونځي په پروګرام کي ورکړل سوی وي د هغه دوه برابره وخت باید هم هغه مضمون مطالعې ته ورکړل سي ترڅو تکرار سي په یاد سي او تمرین او پوښتني پکي حل سي. د مدرسې او ښوونځي د زده کړې ترڅنګ که په کور کي مطالعه کیږي، نو په ټولګي کي راغونډ سوي معلومات په ذهن کي ښه خوندي کیږي. کورنۍ مطالعه تکرار او تمرین د ی سربیره په دې چي د ټولګي لوست ښه ورباندي زده کیږي، علمي مهارت ورباندې زیاتیږي او په کورکي تر ښوونځي وخت هم زیات وي. نو کیدلای سي تیر لوست ولوستل سي، ولیکل سي، تکرار سي او یاد سي.

که څوک د مدرسې او ښوونځي ترڅنګ په کورکي هم په یوه منظم پروګرام مطالعه وکړي، کیدلای سي د کارکولو ښه عادت ورسره پیدا سي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د مدرسې او ټولګي ستونزې په خپله حل کړئ

هر زده کوونکی که هغه تکړه دی که ناتکړه. په مدرسه او ټولګي کې څه ستونزې ورته پیدا کیږي. کله دا ستونزې د ښوونکي او ټولګي له لوري وي، کله لوستونه ګران وي او کله هم زده کوونکی په خپله ستونزې پیدا کوي. که ستونزې هر ډول وي که د هر چا له لوري پیدا کیږي حل لاره یې دا نده چې ښوونځی پریښودل سي. ګران مضمون هیر سي او یا د ستونزو پیدا کوونکي، ښوونکي درس ته حاضر نسي. نوري لارې سته چې له دې ستونزو سره مقابله وسي او زده کوونکی په خپله مقابله او زغم همدا ستونزې حل کړي. دلته به د ځینو ستونزو ډولونو او د حل لارو ته یې اشاره وسي.

۱– کیدلای سي: ستاسو د ښوونکو په منځ کې کوم یو داسي هم وي چې یا علمي کفایت ونلري، د پوهیدلو ځواک یې کم وي، په وړه خبره عصبي کیږي، د پوښتنې د اوریدلو ځواک نلري، تر لوست د وخت په ضایع کولو خوښ وي یا نوري ستونزې ولري. له داسي ستونزو سره مقابله دا نده چې یا ټولګي ی ورته پریږدئ او تیللسو هم بې کفایتي و ښیاست او له هغه سره په شخړه پیدا کولو خپل اعصاب کمزوري او ذهني تمرکز وبایلي. غوره لاره ورسره روغه او جوړه ده. که کله، کله د هغه په کړو، وړو ناارامه کیدلاست، خپل پام بل لور ته اړو ئ که بیا هم هغه ښوونکي بې ځایه تاسو په قهر کولی. زیار و باسئ څو خپل حالت په اختیار کې ولر ئ کله چې د هغه عصبي وضعیت نور مال سي او یا تر ټولګي بهر ورسره خبري کوئ. بیا هم خپل ځان کنترول کړئ. ځکه له غوره ښوونکي سره مخامخ نه یاست. یوه لاره دا هم ده چې دا ستونزه د هغه ښوونکي په واسطه حل کړئ کوم چې تاسو ته درونداو محترم وي.

که ستاسو هدف دا نه وي چې د د ښوونکي عادت ته بدلون ورکړئ او یا کولا ی نسئ چې په خپلو کړو، وړو د همداسي ښوونکي عادت وا ړوئ. بیا ځان مه قرباني کوئ. د ډیرو ګلانو تر څنګ کله، کله اغزي هم په لاس کې واخلئ.

کیدلا ی سي د ښوونکي د رویه ستاسو د بد چلند زیږنده وي، تاسو به درس نه زده کوئ، ګورنی وظیفه به سر ته نه رسوئ، په ټولګي کې به مزاحمت کوئ او...

په دې صورت کې ځان ملامت وګڼئ او په عادت کې مو بدلون راولئ.

۲ ګران لوستونه: کله زده کوونکو ته له د ې کبله ستونزه پیدا کیږي چې د ټولګي کتاب او لوست ورته ګران او سخت وي. داسي ستونزې ته خو نژدې او آسانه حل دادی چې هغه کتاب هیر کړئ په مهال ویش کې د هغه کتاب او مضمون وخت او ځای بل مضمون ته ورکړ ئ څو دا کار ستاسو په وس کې نه دی. ځکه هغه یو معیاري مضمون دی او د درس په پروګرام کې منل سوی دی. نو غوره لاره یې دا ده څو د هغه مضمون په زده کولو کې زیات وخت تیر کړئ. کله مضمون اسانه وي خو زده

(c) ketabton.com: The Digital Library

کوونکي هغه پرد ی ګڼي .همدا پرد ی ګڼل هم هغه مضمون سختوي. داسي چي زده کوونکی وايي :

زه به په راتلونکي کي يو اديب يم، نو يو ازي د ژبو مضمونونه بايد ولولم. مثلثات او الجبر هيڅ په درد نه خوري.يا ووايي :

زه به يو انجنير يم،نو ادبيات راته اضافي مضامين دي.

په داسي احساس او اټکل يو ډول مضمونونه پرد ي فرضوي او فرض هغه مضمونونه ورته ګرانوي. خوکيدلای سي ستاسو اراده بدله سي که هغه هم نه وي نو دژوند په کارونوکي خو هم مضمون ضرور د ی نوله ګران او ناخوښه مضمون څخه تيښته د ستونزي د حل لاره نده بلکي بايد :

ن ګران لوستونه لومړی وکتل سي.داسانه لوست وخت ورته وسپمولی سئ.

ن د ګرانولوستونو په هکله له نوروانډيوالانو يا لويانو مرسته وغوښتل سي.

ن دهمدي مضمونونو دلوست په وخت کي غايب نسئ.

ټولګي ته تر تللو وړاندي ، ددي مضمونونو نوی لوست وګورئ او هغه ټکي او ځايونه چي پکي ګران وي ،لومړی حل اوبيانور لوست زده کړئ.

۳-د زده کوونکي ستونزه :کله ،کله شاګرد په خپله ستونزه پيدا کوي.د ساري په توګه :

تل ټولګي ته ناوخته رسيږي.يوازي دانه چي لوست تر ي تېريږي بلکي په ستړي ساه په ورسيدلي درس هم نه پوهيږي اکمښت بايد په خپله پوره کړي او په خپل وخت حاضر سي.

ن درسونه ،نه زده کوي،هره ورځ کورنۍ وظيفه ور څخه پاته وي.داسي شاګرد ته هرو ، مرو د ښوونکي له لوري ستونزي پيدا کيږي.ښوونکی که هر څومره حليم او د زغم ښتن انسان وي خو تريو ،دوه ځله زيات نو هغه بي حوصلې کوي او زده کوونکي ته ستونزه پيدا کوي. دا ستونزه هم بايد شاګرد په خپله حل کړي.د لوست په زده کړه بايد د ښوونکي باور پيدا کړي او هغه ته داسي بهانه په لاس ورنکړي چي بي ځايه او يا په ځا ی سره عصبي سي.

ن په ازموينه کي کمي نمري اخستل بله ستونزه ده چي شاګرد ته له خپله ځانه پيدا کيږي.په کمو نمرو اخستلو خپل اعصاب هم خرابوي او معلم تيي هم له ګونځو ډکه تنده نيولي وي .له د ي ستونزي څخه د خلاصون په غرض د ازموينې پاڼه يا ځيري يا سوځوي او يا يې پټوي. خو دا يي لاره نده .له پاڼې څخه بايد ګټه واخلي او خپله تيروتنه پکي ووينې او ووايي ،ولي مي دا پاڼه بده او د کتلو وړ نده. تيروتنه جبران کړي.همدا پاڼه ورته د عبرت پاڼه سي. بيلوخت بيکاره تير نکړي.خپله اراده درس ويلو ته کلکه کړي. تر څو بيا ورته بده پاڼه په کيڼ لاس ورنکړل سي.

له ټولګي څخه ګټه تر لاسه کړئ

۱– د ټولګي ټولو درسونو ته حاضريږئ، که په ټولګي کي کم معلومات تر لاسه کړئ او څه تکرار وکړ ئ.دا ټ هغه ډيره ښه ده

(c) ketabton.com: The Digital Library

چي هیڅ ورغلي نه یاست.سیل،منظره اوله ټولګۍ څخه وتلي کارونه ټول دټولګۍ له حضور څخه کم دي.

۲-دټولګۍ له شرایطو سره ځان روږدي او عادت کړئ. دښوونځی لوستونه یو ډول نه وي،کله تشریح اوکله تکرار وي.کله ازموینه،تیستونه اوځاځاپي پوښتني وي.کله د لابراتوارکار وي اوکله په ټولګۍ کي درسي مقابله او مسابقه وي.تاسو داسي ځان عادت کړئ چي هرکار ته جوړ یاست .که لابراتوار خوښوي اوله تشریح څخه مو ورته کیږي یا یو مضمون خوند درکوي اوبل دربانديږي درنیږي،نو دا عادت ورک کړئ.هر مضمون او هر پروګرام د ښوونځی دمعیار جز دی اولوستل یي لازم دي.

۳- په ټولګۍ کي پوښتني کوئ،هره موضوع چي تاسو ته حل نده ،هغه نورو ته هم ګرانه ده خو هغوی هم دسوال کولو زړه نه کوي.که په درسي موضوع کي کوچنۍ تیروتنه او اشتباه درته پیدا کیږي، هغه وپوښتئ.که په موضوع پوه یاست دلاروښانه کیدلو لپاره مثال وغواړئ.

۴- که په ټولګۍ کي دنورو زده کوونکو په وړاندي، د درس دتشریح اویا پوښتلو ځواک نلرئ او دنورو ترمخ بي زړه کیږي،نو کوشش وکړئ څو دټولګۍ په لومړني صف کي کښیني او دنورو شاګردانو ستر ګي درته مخامخ نسي.

۵-په ټولګۍ کي دشوخو زده کوونکو لورته پاملرنه مکوئ.زیار وباسئ څو ستاسو ناوړه حرکات بي پروا زده کوونکو ته دنوري بي پروايي،زړورتیا ورنکړي،ښه غوږ ونیسئ.

٦-دکوم مضمون لوست ته چي ورځئ،هغه کتاب وړاندي لاوګوري ځئ نوي لوست کي ګران ځایونه ځان ته معلوم کړئ څو دښوونکي دتشریح په مهال ،هغه ځای ته پاملرنه وکړئ او وربانديږي وپوهیږي.دهر درس تمرین ګوري څو دتشریح په وخت کي دهغه په ځواب پوه سئ.

۷-دښوونکي دخبرو پیل اوپای او هغو خبرو ته پام ولرئ کومي چي یا په تاکید سره وایي اویا یي تکرار کوي ،کومي جملې چي په تخته لیکي هغوی ته ځیر اوسئ.

ښوونکی معمولاً مهمي جملې داسي پیل کوي:

(لومړی... دوهم ...دریم.)

"یوه مهمه نکته داده چي ..."

"اوپه یاد ولرئ چي ..."

"اصل خبره داده چي ..."

"او په دې علت چي ..."

ښوونکی دتائید لپاره په دې توروتکیه کوي :

(دساري په توګه) (دمثال په ډول) (سربیره په دې) (ددې په عکس...) (همدارنګه ...).

اوپه پای کي وایي :په لنډه توګه ...په پای کي ... په نتیجه کي ... داسي نتیجه اخلو چي ....

(c) ketabton.com: The Digital Library

۸ـ که د درس په جریان کي کومه پوښتنه درته پیدا کیږي. یاد دښت یي واخلئ او د لوست په پای کي د هغې په هکله له ښوونکي څخه معلومات وغواړئ.

۹ـ د لوست په پای کي لنډ کي یادداښتونه واخلئ.

۱۰ـ که کله په ټولګي کي حاضر نه وئ د بل ملګري د هغې ورځې یادداښتونه وګورئ.

۱۱ـ که د لابراتوار خونې ته لاړئ کومه تجربه چې درته درکړل سوې د هیوازي په هم هغې لګیا اوسئ. د نورو زده کوونکو تجربې او د لابراتوار لوازم که ګورئ بیا په خپل لوست او تجربه پوهیدلای نسئ.

۱۲ـ کوم درسونه چې نوي زده کوئ. بهرني استعمال ورته ورکړئ. لځان سره مثالونه ورته وموئ او پوښتني پکي ولټوئ.

۱۳ـ د ټولګي لوست ترتفریح اخوب وړاندې په ذهن کي دروګرځوئ چې بیا ژر نه هیریږي.

۱۴ـ نقشو، جدولونو او ګرافونو ته زیاته پاملرنه کوئ.

۱۵ـ په هر لوست کي چې ځانګړي، فني او نور توري وي، لومړی د هغوی په معنی ځان پوه کړئ بیا د لوست تشریح او بشپړولو ته غوږ نیسئ، ساري په توګه: سمبول، ولانس، چارج، اتوم، الکترون، مرکب، مالیکول، مدار، اتومي نمبر، اتومي وزن، کثافت، مخصوصه وزن، راډیکل، ایون، انعکاس، انکسار، ارتجاعیت، تراکم، توان، کار، انرژي، حرکت، سرعت، اهتزاز، امپلتیود، پریود، ولتیج، هادي، عایق، مقاومت، جریان، محراق، پرتاب، جذر، پولینوم، توان ساین، تانجانت، سیکینټ، عصبه، ذوی الفروض، ذوی الارحام، میت، متروکه، اخیافي، علاتي، اعیاني، مخرج، نصاب، خُمس، غنیمت، غزوه، سریه، مرفوع، مرسل، متواتر، مشهور، راجح، مرجوح، حاده، منفرجه، قایمه، تماثُل، مفروض، مطلوب، مستوي، مرتسم، حجره، نسج، غړی، سیستم، میزبان، پرازیټ، فقاریه او نور اصطلاحات په لوست کي راځي. په هغوی ځان داسي وپوهوي چې په خپلو عباراتو یي روان وو ایاست او نور هم ورباندې پوه کړای سئ.

۱۶ـ په ټولګي کي ځاني له لوست څخه وتلي خبري مه کوئ او نه همداسي موضوع یادوئ. زیار وباسئ، همداسي خبري تر ټولګي بهر ختمي کړي. داسي خبري ستاسو پام هم بل لورته اړوي او نورو ته هم فکری ګډوډي پیدا کوي.

ازموینه ولي اخستله کیږي؟

ازموینه د زده کړې جز دی او د دې په باره اخستله کیږي، څو ښوونکي وپوهیږي چې زده کوونکو تر کومي کچې نوي لوستونه زده کړي دي. ځیني د دې له پاره منظم امتحانونه اخلي تر څو زده کوونکي دې ته اړ کړي چې تل خپل لوست ولولي، ویې ګوري، تکرار او یاد یې کړي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ازموینه له یوه لوري د لوړې او ټیټې سویې د زده کوونکو ترمنځ د توپیر او امتیاز معلومولو او د هغوی ترمنځ د قضاوت ښه وسیله ده او بل لوري همدا ازموینه ده چې زده کوونکي ښې مطالعې او کتاب کتلو ته اړباسي.

ازمېښت ښودلې ده چې که ښوونکي پرته له خبرتیا له زده کوونکو څخه ازموینه واخلي، زده کوونکي په منظمه توګه ورځنۍ مطالعه کوي.

ازموینه تر لوست او زده کړې وروسته هم اهمیت لري. په مسلکي چارو کي تر ازموینې وروسته هر ځای دنده او شغل موندل کیږي. په ټولنیزو چارو کي د ژوند هره معامله او مسئله یو ډول ازموینې ته اړتیا لري.

په ازموینه کي د ګډون چمتووالی

۱- ځیني زده کوونکي ازموینې ته په منفي نظر ګوري. هغه یو اجباري، اضافي او د ځان له خوښي پرته یو بار ګڼي. دا فکر باید ورک او ازموینې ته د یوه ګټور شي په توګه وکتل يي ازموینه هغه وخت یوه ستونزه ده چي هغې ته په بد نظر وکتل سي. ازموینې ته لومړنۍ تیاري همدا ده چي بد بیني ورته ونلري هغه د ځان په ګټه وګڼي او د خپلو نیمګړتیاوو د معلومولو معیار يي ومنئ. په دې توګه به ازموینه در ته خوښه او اسانه وبریښي او پکي د ګډون لپاره به په ځان باور او ویسا ولرئ.

۲- د ازموینې لپاره تیاري نیول د لوست له پیل څخه باید پیل سي که ورځني لوستونه او دندي په ښه توګه زده نسي، همدا ورځني او لږ، لږ درسونه یو ځای کیږي او د ازموینې شپو ورځو ته نژدې د زده کوونکي له څواک څخه زیاتیږي.

ازموینې ته د چمتو کیدو لپاره، د لوست او مطالعې مهال ویش د رلود لتوولګی ته په منظم ډول تلل، د یادداښتونو اخستل او هغه بیا، بیا کتل غوره لاره ده. ورسره که د ټولګي له ملګرو سره درسونه یو ځای وګورئ، مباحثې پکي وکړئ او د تیرو ازموینو پاڼي بیا وګورئ، دا هم ګټور کار دی. د نورو ازموینو د پاڼو کتل تاسو ته دقت پیدا کوي، په خپلو بې پروایو پوهیږي، د همدې ټولګي په کومه کي چي او س په لوست لګیا یاست، د ازموینو پاڼي هم تنظر تیري کړئ، دا د سوالونو په هکله یو نوی فکر در سره پیدا کوي.

۳- له ښوونکي څخه وپوښتئ چي په کومو موضوعګانو او مطلبونو کي ازموینه اخلي.

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

۵- تر ازموینې یوه، دوې اونۍ وړاندي، د ښوونکي پوښتنو، اشارو او په ځینو مطلبونو تاکید ته غور وکړئ. ډیر احتمال دا کیدلای سي چي ښوونکي په همدې پوښتنو تاسي د امتحان څرنګوالي ته متوجه کړي.

۶- د ازموینې له پاره پروګرام او مهال ویش ولرئ. نالوستي لوستونه ولولئ ګراني مسئلي حل کړئ تر ازموینې دوه

(c) ketabton.com: The Digital Library

ورځي وړاندي تاسو بايد ټول درسونه د ازموينې له پاره کتلي وي. تر ازموينې يوه ورځ وړاندي ټول مضمون په هکله فرضي پوښتني او ځوابونه تيار کړئ. تر ازموينې وړاندي شپه ارامه تيره کړئ. خوب پوره کړئ او د ازموينې په ورځ يو وازي فهرست او عنوانونه وګورئ. ازموينې ته په خپل وخت ځان ورسوئ. زيار وباسئ څو د ازموينې په ورځ ناسوب نسئ. څومره چي له "صفر" څخه ځان لري کولای سئ، لري سئ. د ښوونکي ستر دښمن د شاګرد په پارچه کي "**صفر**" دی.

دګزاو ميدان وخت

ميدانخو ازموينه ده او ګز هم له ازموينې سره ستاسو اړيکي ،هغې ته په ښه نظر کتل او ستاسو چمتو والی دی. د دې له پاره چي په دي کچ، ميچ کي کم را نسئ، نو د ازموينې په شيبو کي دا ټکي مراعات کړئ:

۱- د ازموينې تر وخت لږ تر لږه پنځه دقيقي وړاندي خپل ځای ته ځان ورسوئ. له يوه لوري به د ناوخته رسيدلو له تلوللي توب څخه ژغورلي ياست له بل لوري به د ښوونکي لارښوونې نه درڅخه تيرېږي. کله خولا داسي هم وي چي ناوخته راغلي شاګرد ته د ازموينې اجازه هم نه ورکول کېږي.

۲- ټول لوازم قلم، پنسل، پنسل پاک، که ورته اړتيا وي زيات کاغذ، که ضرور وي حساب ماشين له ځان سره ولرئ. داسي بې پروا زده کوونکي ليدل سوي دي چي د ازموينې په ډګي په قلم پسي ګرځي او په دې عمل سره هم خپل وخت ضايع کوي او هم د نورو فکري تمرکز بايلي.

۳- په خپل ځای ارام کښينئ، که د ازموينې ستونزو درته فکري ستونزه پيدا کوله. يو، دوې دقيقي فکر وکړئ او اوږده ساه واخلئ، بيا په کار پيل وکړئ، دا ستونزه مو ختميږي.

د کانکور په ازموينه کي چي، پوښتني چاپ سوي وي. که څه ستونزه پکي لرئ لاس پورته کړئ او مسئول شخص ته چي د ازموينې په خونه کي ګرځي، را ګرځي خپله ستونزه په ګوته کړئ.

۴- د ازموينې ژبنۍ او ليکلي لارښوونې په غور سره واورئ او وېې ګورئ.

۵- د ځوابونو تر پيل وړاندې، په دې خبره ځان پوه کړئ چي سوالونه ټول حل غواړي که څيني.

٦- د پوښتنو په ځواب ځان پوه کړئ چي ايا د ځواب خواوشا کرښه کښل کيږي؟ کوم تور په نښه کيږي؟ خالي ځايونه ډکيږي؟ څه تشريح غواړي؟ کوم مطلب معلوم دي او که ...

۷- ازموينې ته مهال ويش ولرئ داسي چي پوښتني ولولئ، هر سوال ته څو دقيقي وخت لري د نمرو په تناسب يا د اساني او سختي په اټکل سوالونه ځواب کړئ.

۸- د پوښتنو شميري په خورا احتياط ګورئ او د ځوابونو شميري يي په غور سره ليکئ که په يوه شميره کي سوال او ځواب سره واوړي، تيرو بيرسي، ځوابونه به تر پايه غلط وي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

۹- په چټکي او احتیاط سره کار کوئ.

۱۰- که دازموینې وخت ډیر وي، یوه یوه شیبه لاس له کارڅخه اخلئ، ترڅو مو استراحت او آرام کړی وي.

۱۱- سوالونه ټول وګورئ، ګرانې او اسانې پوښتني ځان ته معلومي کړئ، که دټولو ځوابونو نمري یو شان وي، نو لومړي اسانه پوښتني ځواب کړئ.

۱۲- ګرانه پوښتنه دوه ،دري ځله ګور ئ څو یي په مطلب او غوښتنه پوه سئ.

۱۳- تحل وروسته خپلي پاڼي وګور ئ کوم سوالونه چي مو بي ځوابه پري ایښي وي، هغوی ځواب کړئ.

۱۴- حل سوي پوښتنې پرته له کوم دلیله بل ځواب مه ورکوئ.

۱۵- که دپوښتنې په ځواب نه پوهیدلئ او په اټکل مو ځواب ورکړی ؤ، لومړنی غوراوی غوره دی.

دازموینې ډولونه

ازموینه ډیر ډولونه لري. کیدلا ی سي دښوونکي او دازموینې دسمبالوونکو په شمیر دازموینې ډولونه وي خو په عمومي ډول ازموینه په دوه ډول ده:

تشریحي (انشایي)، لنډه (ټیستي).

۱- **تشریحي ازموینه**: په دې ډول ازموینه کي ډ ېري لیکني ته اړتیا وي. باید د پوښتني اړوند ټولي زده کړي په یاد راوړل سي هغه معلومات په داسي ډول ترتیب او تنظیم سي چي په استدلال او منطق ولاړ ځواب وي.

په تشریحي ازموینه کي موخه یوازي دانده چي ستاسو د یادولو ځواک وازمویل سي بلکي تاسو په دي هم ازمویل کیږئ چي دخپلو معلوماتو تشریح او تحلیل څرنګه کولا ی سوا ی او څه ډول دا زده کړه استعمالولای سئ . دا ځوابه له ښه معلومیدلای سي چي زده کوونکی د پوښتني په موضوع ښه پوهیدلی او په خپلو تورو او لهجه یي بیان کړا ی سي. په داسي ازموینکي دا هم غوښتل کیږي چي شاګرد خپل افکار څرنګه په ښکاره او منطقي ډول څرګندولای سي.

دا ډول ازموینه په دې ډول تورو ځانګړي کیږي.

واضح یي کړئ تشریح یي کړئ تعریف یي کړئ پرتله (مقایسه) یي کړئ او ...

دساري په توګه :

۱- دمطالعې لپاره وړچاپیریال تعریف کړئ؟

(c) ketabton.com: The Digital Library

۲-د زده کړې په کار کې د بریالیتوب دریښستیز عوامل تشریح کړئ؟

د داسې ازموینې ځواب لپاره د لیکوالې له لارښوونو څخه باید ګټه واخستله سي هغه داسې چې، زده کوونکي سوال ولولي، ځان ورباندې پوه کړي د ځواب ټول جزیات د پاڼې په یوه ځنډه ولیکي بیا یې وړاندې وروسته کړي. په همدې جزیاتو کې اصل خبره ومومي، د هغې لپاره سریزه پیل او په نورو برخو کې یې تشریح او تائید ولیکي. مثالونه، متلونه او نکتې پکې راوړئ. په هر پاراګراف کې یوه خبره مطرح کړئ او په پای کې د پایلې په ډول څه ولیکئ.

۲- **لنډه (ټیستي) ازموینه**: په دې ډول ازموینه کې، لیکنه کمه وي ځوابونه په یوه توري ورکول کیږي چې هغه په خالي ځای کې لیکي. یا یوه ځانګړې نښه د ځواب په ځای ایښودل کیږي او یا د ځوابونو په پاڼه کې تر ټولو غوره ځواب په نښه کیږي.

لنډه ازموینه څلور ډوله اخستل کیدلای سي.

الف : متناوب یا د "سم" او "ناسم" ازموینه : په دې ډول ازموینه کې ځوابونه دوه متضاد حالته لري او په (سم، ناسم) (صحیح، غلط) (رښتیا، دروغ) (مثبت، منفي) او یا (هو، نه) ځوابیږي. د ساري په توګه :

( ) د خوب په بستره کې ښه مطالعه کیږي .

که ستاسو په نظر دې پوښتنې ځواب سم وي نو له لارښوونې سره سم په قوس کې د س (سم)، ص (صحیح)، ر (رښتیا)، یا هو، توری او یا د + (مثبت) علامه ولیکئ.

که دا خبره غلطه وي نو بیا له لارښوونې سره سم، د نا (ناسم) غ (غلط)، د (دروغ) یا د (نه) توری او یا د - (منفي) نښه ولیکئ.

دا چې زما په نظر دا خبره سمه نده نو په لینډکیو کې لیکم. (-) او یا یې کوم معادل توری (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 چې خورا وړ او مناسب وي.

تر مختنۍ ازموینې دا ډیره پاملرنه غواړي. ځکه، ځوابونه سره ورته والی لري. د ساري په توګه :

۱- د مطالعې د کوټې د تودوخې مناسبه درجه د فارنهایټ ( ) درجې ده.

الف :(۸۰) ب: (۷۵) ج :(٦٨) د :(۵۰).

دا چې د مطالعې لپاره د خونې د تودوخې مناسبه درجه ٦٨ ده نو زده کوونکي باید په قوس کې (ج) ولیکي.

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

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

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

(c) ketabton.com: The Digital Library

داچې د اسلام په لارکې لومړنی شهید حارث (رض) دی نو په
قوس کې د "د "توری لیکل کېږي.

ج - بشپړه کېدونکې (تکمیلي) ازموینه: په دې ډول ازموینه کې
غوښتل کېږي څو د یو عبارت یا پاراګراف خالي ځایونه ډک
سي کله په ځوابونو کې لغات یا شمیرې ورکول کېږي او سم
ځواب ترې غواړي او کله هیڅ هم نه وي. د ساري په توګه :

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

داعبارت به داسې بشپړ کړو :

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

۲- د معاصر افغانستان جوړونکی (   ) دی.

داچې دا شخص احمد شاه بابا دی نو په لیندکیو کې به
لیکو : (احمد شاه بابا) او جمله به بشپړه سي.

د- اړونده (نسبتي) ازموینه: د دې ډول ازموینې ساده بڼه داده
چې په دوو عمودي (ولاړو) لیکو کې دو ځایه سره ورته او
اړونمطلبونه خو بې ترتیبه او تیرو بیر لیکي. د زده کوونکي
دنده داده څو د دوهم کالم د مطلب سم تور ی د لومړي کالم
د مطلب څنګ ته ولیکي.

کله یو کالم د مخترعانو نومونه وي او بل کالم د اختراعاتو.
کله په یوه کې پیښې او په بل کې ځایونه او نیټې لیکل سوي
وي. کله هم په یوه کالم کې کتابونه او په بل کې یې لیکوالان
لیکلي وي او ...

خو کله، لا ځوابونه تر پوښتنو زیات هم وي. مثال یې وګورئ:

(   ) داحد جګړه .... ۱- دهجرت پنځم کال
(   ) دفجار جګړه........... ۲- دهجرت دوهم کال
(   ) دبدر جګړه............ ۳- دهجرت اتم کال
(   ) دمکې سوبه. .... ۴- ترهجرات وړاندې
۵- تر بعثت وړاندې
۶- دهجرت دریم کال

دلته پوښتنې څلور او ځوابونه شپږ دي.

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

۵- معیاري (دکانکور) ازموینه: دا د ازموینې یو ځانګړی ډول
دی چې په لنډه او تیسته ډول اخستله کیږي خوله معمولي
او دټولګیو له ازموینو سره دوه توپیره لري:

لومړی دا چې تجربه سوي وي، کار ورباندې سوی وي.
دتکامل او بشپړتیا ډیر پړاوونه یې وهلي وي.

دوهم دا چې د پوښتنو او ځوابونو ډکیې خورا پراخ وي.
وینځې دپوهنتون دکانکور ازموینه په ټول هیواد کې یو ډول
اخستلکیږي. دلسم، یوولسم او دوولسم ټولګیو په
مضمونونو کې یې پوښتنې جوړیږي. په داسې ازموینه کې

(c) ketabton.com: The Digital Library

دزده کــوونکي دزده کــړې او معلومــاتو ترڅنــګ دزده کوونکــو ځیرکتیا ، شخصیت،غوښتني او هیلي هم ازمویل کیږي.
دکانکور په ازموینه کي دپوښتنو اوځوابونو پاڼي سره بیلي وټونمــري هــم پــه ماشــین ورکــول کیږي.نوځکــه پکــي زیاتــه پاملرنــې‌پــه کــار ده او شــاګرد باید ټــولي لارښــوونې‌پــه پــام کــي ولري. تاسو داپوښتني وګورئ اودحل ډول ته یي ځیر سئ:

دپوښتنو پاڼه :

۱ – کابل یو (   ) دی.

۱–۱: ښار

۱–۲: هیواد

۱–۳: غر

۱–۴: جزیره.

۲ – ډیر عرب (   ) دي.

۲–۱:عیسویان

۲–۲ :یهودیان

۲–۳ :مسلمانان

۲–۴ :بودایان

۳ – پلار ترزوی (   ) وي.

۳–۱:هوښیار

۳–۲:ښتمن

۳–۳:ځواکمن

۳–۴:مشر

۴ – ورځ او شپه (   ) څخه پیدا کیږي.

۴–۱ : دځمکي په خوا وشا دسپوږمۍ له حرکت.

۴–۲ :دلمر په خوا وشا دځمکې له حرکت.

۴–۳ :په خپل محور دځمکې له حرکت.

۴–۴ :دځمکې په خوا وشا دلمر له حرکت.

۵ ـکــه د دوو قلمونــو بیــه (۲۰اف) وي پــه (۱۰۰) افغــانیو (   ) قلمونه اخستلای سو.

۵–۲۰:۱ قلمونه

۵–۱۰:۲ قلمونه

۵–۱۵:۳ قلمونه

۵–۵:۴ قلمونه

داخودپوښــتنوموني وي،اوس پــه بیلــه پاڼــه کــي یــي ځوابونــه وګورئ چي دسم ځواب له پاره دوي موازي کرښي توري سوي دي.

۱– = ▬ = =

۲– = = = ▬

۳– = = = ▬

۴– = = = ▬

۵– = = ▬ =

نورنو ،تل په ازموینو کي بریالۍ‌سئ، خو ګورئ چي دځوابونو په پاڼو کي مو دخپل نوم لیکل هیر نسي.والسلام

۱۴۱۹/۱۲/۱۷هق – ۱۳۷۸/۱/۱۶هش .دوشنبه ۸:۴۵ سهار،کندهار

(c) ketabton.com: The Digital Library

زه ، زما په قلم

دازما دهغه ناچاپ کتاب نوم دی چې دوه برخې لري ، په یوه کې زما دژوند لوړې او ژورې په بله کې دهغه چا دژوند حالات دي چې، کوم علمي ،جهادي ، فرهنګي او یا سیاسي شخصیت لري او زما ورسره لیدل کتل سوي دي. زه مې دخپل ژوند دحالاتو لنډیز له همدې کتاب څخه دلته لیکم:

زه دغزني ولایت، دقره باغ ولسوالۍ په محمد نعیم کلا کې دنیا ته راغلی یم. دتذکرې په حساب مې عمر د(۹ساله ۴۱)په اټکل دی .

په ۱۳۴۰هـ ش کال ښوونځي ته شامل سوم او په هم هغه کال مې پلار وفات سو.

په ۱۳۴۵هـ ش کال،دسطان ابراهیم له ښوونځي څخه اول نمره فارغ سوم او دسلطان محمود لیسې ته لاړم. له هغې لیسې په لومړنۍ دوره کې په لومړۍ نمره په ۱۳۵۱هـ ش کال فارغ سوم. دهغه کال دکانکور په ازموینه کې دخپل ولایت دټولو لیسو په شاګردانو کې په لوړه نمره بریالی سوم او دخپل لومړي انتخاب سره سم ، دکابل پوهنتون دانجنیري پوهنځي ته شامل سوم . خو درې کاله وروسته مې دناخوالو له امله دلوست لړۍ غوڅه سوه. ددې زده کړو تر څنګ مې ضروري دیني زده کړې هم کولي.

په۵۷–۱۳۵۸هـ ش کلونو کې دکمونستانو په دوره کې دوه ځلي دهغوی له لوري بندي کړای سوم.

له ۱۳۵۹ تر ۱۳۷۱هـ ش کال پورې دهجرت په نړۍ کې هستوګن وم. هلته مې له ماموریته تر ریاسته په جهادي دفترونو کې کار وکړ.

په ۱۳۷۱ کال دمجاهدینو له بریالي کاروان سره کابل ته لاړم . دمهاجرینو دعودت په وزارت او د سرې میاشتې په ټولنه کې مې درئیس په توګه دنده درلوده.

په کابل کې دخپل منځي جګړو په مهال مې دنده پرېښوده او په ۷۳–۱۳۷۴هـ کلونو کې د نورالمدارس په مدرسه کې دښوونکي په توګه پاته سوم.

د ۱۳۷۴ کال په پای کې مې دطالبانو له اسلامي تحریک سره قلمي مرسته پیل کړه او د اسلامي امارت په دوره کې مې دکندهار پوهنتون ، د کابل دطب انستیتیوت او دبهرنیو چارو په وزارت کې د رئیس په توګه دنده اجرا کړې ده.

کله چې امریکایانو افغانستان اشغال کړ، ما بیا په خپل کور او کلي کې تر هستوګنې ، هجرت ته ترجیح ورکړه.

په ۱۳۵۹هـ کال مې لومړنی مضمون او لومړنۍ رساله (شمهٔ از شکنجه هاي مشهود درمحابس افغانستان) چاپ سول .تر اوسه مې په ۳۴ ډول، ډول خپرونو کې په سلګونو مضمونونه خپاره سوي دي او تر دیرش ټوکه لیکل سوي او یا ژباړل سوي کتابونه مې دچاپ شرف لري . پنځلس ټوکه کتابونه مې هم چا پ ته تیار دي .دکرامت مجلې،ریان ویبپاڼې،سواد فرهنګي ټولنې او الحکیم تعلیمي مرکز دتاسیس او امتیاز ویاړ لرم .

په لیکنه کې پښتو او دري ژبې راته بې توپیره دي .له عربي ،اردو او انګلیسي ژبو څخه په ژباړه لاس بری یم.

ذلک من فضل الله .

والسلام.

- ریان-

Rayyan261@yahoo.com

(c) ketabton.com: The Digital Library

ماخذونه

خوږو لوستونکو ! په دي ليکنه کې مي له ماخذونو څخه ګټه اخستې وه،هغه ماخذونه مي دکندهار پوهنتون او دکندهار داطلاعات اوکلتور د رياستونو له اړوندوکتابتونونو څخه ترلاسه کړي وو ،خو اوس هجرت ورڅخه لري کړی يم،له همدي امله يي نومونه په بشپړه توګه ليکلای نسم.

په دي هم افسوس کوم چي دڅرنګه ليکنه وکړو ؟ اوڅرنګه وينا وکړو ؟ په برخوکي يوه ،يوه برخه متن نيمګړی دی اوهغوی هم په همدي ستونزه پوره کولاي نسم.

خو داعرض کول غواړم چي په دي بحثونوکي زما خپله ځانګړ ې تجربه هم اغېزمنه ده ځکه :

۱–زه دليسي په دوره کښي دخپلي ښوونځۍ لومړی شاګرد وم او د ۱۳۵۱کال دپوهنتون دکانکور په ازموينه کي په خپل ولايت کي ترټولوپه لوړه نمره بريالی سوم .

۲– تر اوسه مي (45)کتابونه ليکلي يا ژباړلي دي چي ترديرش ټوکه يي زيات دچاپ په پسول ښکلې سوي هم دي .

۳ – په ۳۴جريدو او مجلوکي مي له ۱۳۵۹کال راهيسي په سلګونو مضمونونو دخپريدلو شرف حاصل کړی دی .

۴ –په کنفرانسونو او سيمينارونو کي مي دويناوال په صفت ګډون کړی دی .

داهرڅه بشپړه مطالعه غواړي او ماته الله جل جلاله دمطالعي حوصله راکړي ده ،نو هرو ،مروبه دمطالعې ،ليکنې،وينا او ازمويني تجربه لرم . دلته مي هم په ليکنه کي ورڅخه ګټه اخستي ده. ځکه هم په ډاډ سره وايم چي دابحثونه مي په يوځل کتلو ارزي او که ګټه تري واخلئ ،هغه خو مي ددي زيار هدف دي .

والسلام

ريان

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