دچاپ حق خوندي دی.

لارښود

امتحان ورکړو؟

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

Download from:aghalibrary

بسم الله الرحمن الرحيم

لومړۍ برخه:

څرنګه مطالعه وکړو؟

لړلیک

که یې ولولئ څه به وموموئ ۲
لومړنۍ خبري ۱۱
سریزه 30
څو ضروري خبري 33
دکتاب کتلو ډولونه 36
دکتاب کتلو چاپیریال 39
دوخت سپما (دمطالعې وخت) 42
دعادت په بدلون کې زغم ولرئ 47
څرنګه چټکه مطالعه وکړو؟ .... 50.
له مطالعې څخه ژر مطلب اخستل 54
خپله حافظه غښتلې کړئ 59
مغزي ناروغتیا 60
دحافظې ارامتیا 61
دحواسو تمرکز او دحافظې تقویه 61
څرنګه حافظه تقویه کړو 63
ښه غوږ ونیسئ 64
له کتابتون څخه ګټه واخلئ 70
دکتابونو ترتیب او تنظیم 70
په کتابتون کې هغه کتابونه چې بهر ته نه وړل کیږي 79
خپل معلومات په لومه کې بند کړئ 82
په ټولګي کې دیاد دښتونو داخستلو له پاره داټکي په یاد ولرئ ..84

بسم الله الرحمن الرحیم

که یې ولولئ څه به وموموئ

که غواړئ مطالعه وکړئ او ګټه ترې واخلئ تر هر څه وړاندې، دخپل ځان دجسمي او روحي روغتیا خیال وساتئ.

دبدن او روح روغتیا او ارامي یوازې دمطالعې او یا کوم بل کار لپاره ضروري نده، بلکې دژوند له بنسټیزو ضروریاتو څخه دي. که جسمي روغتیا او یا روحي ارامتیا نه وه نو هیڅ نلرئ.

دیوه شخص دبدني ناروغتیا او روحي ناارامي ځیني نښې دادي:

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

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

۳- تل ستړی غوندي وي.

۴- دبدن وده یې ښه نه وي، ډنګر وي.

۵- تل په چورتونو کې ډوب وي.

۶- په خیالي نړۍ کې ډېر قدم وهي.

۷- تل دکمښت او حقارت احساس کوي.

۸- خپله راتلونکې تیارهویني.

۹- دمعدې او هاضمې حالت یې تل ویجاړ وي.

۱۰- ډېر حساس وي، په کمه خبره ډېر په قهر کیږي.

۱۱- له نورو خلکو او چاپیریال سره جوړېدلای نسي.

که دانښې په ځان کې وینئ، نو تهرڅه وړاندې به ددې
ګښت د پوره کولو پخه اراده کوئ لیا به نو لړ ترلړ ه له
ښوونکي یا کوم پوه شخص او یا هم له ډاکټر سره مشوره
کوئ او داټکې به هم په پام کې لرئ :
۱- خوب، خوراک ، بدني روزنې (ورزش) او پاکې خیال
وساتئ.
۲- خپل ژوند ته عملي بڼه ورکړئ ، په چورت او خیال ځان مه
غلطوئ ، له ستونزو سره د مخلخ کیدلو وېره په ځان کې مه
پیدا کوئ.
۳- خپلو کړو-وړو ته په عیني توګه ګورئ. هرکار او هر عمل
یوه انګېزه لري، زموږ کړو وړه هغه وسایل دي چې زموږ د دننه
حساساتو نمایندګي کوي. خپلو کړو-وړو ته باید وګورو چې
هغه زموږ غوښتني پوره کوي او کنه ؟
زموږ غوښتني منطقي او عملي دي اوکه یوازې د خیال په
څپو کې راسره یو ځای کیدلای سي؟
هره خطا او تېروتنه مو ومنئ.که خطا هم وکړو او هغه و هم نه
منو ،خو به په اصطلاح په مرکب جهل اخته یو او بل به مو
دیوه کار په ځای په بې ګټې دفاع وخت او ځواک لګولی وي.
۴- له نورو سره د باور او دوستۍ په فضا کې اړیکې ولرئ .
خپلې ستونزې ورته وواياست . که ښه او نیکه مشوره یې درکړه
خوښه اکنه د خپلو ستونزو په یادولو ، هغه کمولای سئ.
د ستونزو له بیانولو څخه ویره مه لرئ . که تاسو خپلې ستونزې
نورو ته وواياست ، هغه هم تاسو ته خپلې ستونزې وایي،په دې
توګه له تاسو څخه دا فکر لرې کیږي چې ګویا یوازې زه به
داستونزې لرم. کله چې تاسو په ستونزو کې ځان یوازې و نه
بولئ، نو بیا له جهان سره غم نه غم ستاسو غم یقیناً کمېږي او
سپکېږي. که خپلې ستونزې له چاپېریال سره را ډګر ته نکړئ ،
کیدلای شي هغه ستاسو د تحت الشعور برخې ته نقل او په
روحي عُقده بدلې سي.
دوست دا معنی نلري چې هغه پوه او یا خورا باوري شخص
وي . نه دې ګپ ، شپ لپاره هر دوست ،اشنا ، د ټولګۍ
ملګری، ښوونکی ، یا کوم خپلوان مناسب شخص وي. خو
د ستونزې حل بیا هم په تا سوپوري اړه لري دا ستونزي په دې
هیله بل ته مه وایاست چې هغه به مرسته درسره وکړي، بلکې
یوازې په اصطلاح د زړه براس به مو ووزي او د فارسي ژبې په
صطلاح (اظهار درد دل) به مو کړی وي.
۵- د حال په زمانه کې واوسئ، تېر وخت تیر دی او راتلونکی
لري، خو حاضر وخت لرکه کو مه ستونزه لرو هغه همدا اوس
حل کوو داسې نه چې د تېري او یا راتلونکي احتمالي ستونزي
په هکله اوس غم وخورو. نه تېر ، تیر دی او راتلونکی لا
رارسیدلی نه دی . داسې نه چې،نه له تېرو تجربو ګټه واخلو او
نه د راتلونکې لپاره پلان ولرو. بلکې دا دواړه اړخه باید راسره
وي،خو هسې په فکر او چرت تېر او راتلونکی وخت ،زموږ
د حال او داوسنی وخت ، کار او ژوند راخراب نکړی.

٦ – هره خبره په ځان ډېره ګرانه مه ګڼئ، تېروتني ومنئ، خو غم يې نور مه خورئ، تېروتني ليدل او منل د ښه ژوند ښې 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 کار له پاره پلان درلودل هم يو تحرک دی. د تحرک يو اړخ دا هم دی چې که د حل کوم لارې پايله نه درلوده، بدله يې کړئ. د ستونزو په وخت کې په خيالونو کې ډوبېدل، نه چمتو والی دی او نه هم خوځښت. د روحي ارامتيا يو مثبت اړخ دا دی چې د ستونزو په وړاندې فعاليت وښودل سي، نه دا چې د خيال او وهم نړۍ ته ورڅخه 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 برياليتوب په فکر کې له خيال او چرت څخه خلاصېدلای 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 ګران نه 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 بيا کار کولو له پاره په انسان کې نوی ځواک پيدا کوي.

١٠ – په ځوانانو او خصوصاً زده کوونکوکي د وه سونزې ډېري ليدلي کېږي چې نو 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 تلولېښي چې ذهني تمرکز وبايلي، 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 تللولي والي د ورکېدلو له پاره بايد سړی دا سې چاره وکړي چې :

الف : دا نا ارامي معمولاً د هغو کارونو په هکله پيښېږي چې هغه کارونه لا سر ته رسيدلي نه دي او يا هغه کارونه دي چې مخته لا پيښ 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

سلکي اته زموږ د ژوند په ربښتیني اړخ کي، معقول او منطقي دي، نور ټول زموږ وهم راته زیږوي. که د خپلو نا ارامیو په هکله سمه شننه او قضاوت وکړو، ډېره به مو په خپله له منځه وړي وي.

ب: کوم کار چي تاسو یې په چرت، خیال او فکر کي راګیر کړي یاست، هغه نورو ته وو ایاست یا یې لږ تر لږه ولیکئ. د دې تشویشونو ښکاره کول، د هغوی هغه د ستونزو د رازیږولو اړخ کمزوری کوي زموږ ډیری وېري بې ځایه دي. خو موږ یې داسي ځای ته رسولي یو چي خوب او خواړه را باندي حرام سي.

ج: د فکر په ځای باید نقشه جوړه سي. نقشه او پلان جوړول، معلومات غواړي. کار او خوځښت غواړي. تاسو فرض کړئ چي زده کوونکي یاست او تل مو د ازموینې سوچ او یاد ځوروي. دا ځور او وېره خیالي ده. ځکه ازموینه لري ده، سانه ده او عادي کار دی. د دې په ځای چي فکر پکي وکړئ، لوست وکوړئ، مهال وېش ولرئ، د ازموینې تر راتلو که مو هر څو مره وخت کم وي خو په کتاب کتلو به مو څه زده کړي وي. ده کره ذهني ځواک زیاتوي خو بې ځایه د خیال او فکر نړۍ ته تلل ذهني خرابي رامنځته کوي.

د کمي او حقارت احساس هم له بې ځایه فکرونو پیدا کیږي خو داسي غښتلی اړخ دی چي د بل هر مثبت کار مخه نیسي. د کمي او حقارت د احساس مخه هم نیوله کیږي، غوره لاره یې دا ده چي هغه له نورو سره یاده کړئ، تاسو ته به معلومه سي

چي همدا ستونزه نور هم لري. همدا پوهیدل تاسو ته ښیي چي په دې احسل کي یوازي نه یاست. د دې منفي احساس اغیزه په دې کمیږي چي ځان پکي یوازي ونه ګڼئ.

په خپله زیار و باسئ، څو دا احساس کم کړئ. که مو بریالیتوب په برخه نسو، زیار و باسئ چي د خپل استعداد په بل اړخ کي توفیق پیدا کړئ، دا بریالیتوب هغه منفي احساس کموي.

بله او غوره لاره دا هم ده چي د تولنیز ژوند اړوند کتابونه وکتل سي، په غونډو او د مشرانو په مجلسونو کي ګډون وکړئ او د غږېدلو، وینا کولو او مضمون ویلو په فرصت کي وینا وکړئ او مقاله وو ایاست د همداسي کارونو په موفقیت او بریالیتوب کي مو دا احساس کمیږي.

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

–که په کوم کار کي پاته کیږئ او هغه پرېږدئ، تر ډېره وخته یې په فکر کي مه اوسئ.

–خپل کړي عمل ته، هغه چي تر وخت تېر وي، په ډېرو دلایلو د حقانیت دلایل مه لټوئ، د دې په ځای نوی عمل وکار سم کړئ.

–په هر کار کي د خپل کار د پاته کیدلو ملامتي په نورو مه اړوئ. ځکه هغه نسي پټېدی. کولای خو د متلې عوامل په ځان کي ولټوئ او چاره یې ومومئ.

– په ژوندکي شخصي پروګرامونه ولرئ، سبا به څه کوئ او بل کال به څه کوئ ؟ ژوند په احتمال پنځه کاله اولس 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 هر څه 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 يې مطرح کړئ او بیا یې ژر مه پرېږدئ.

–کوم کار، مثلاً ښوونځی او مدرسې ته تلل او درس لوستل چې مو خپل کار دی دې ته حاجت مه پرېږدئ چې پلار، استاذ ویا بل څوک یې د کولو درته ووايي.

–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 ورانی ژر هېروئ.

–نورو ته ډېر مه ځیر کېږئ چې ولې ښېګڼې راسره کوي، څه مو خه لري، یا څه راپسې وايي. خپل کار کوئ، کاروان روان کړئ، خلک پرېږدئ چې خبري کوي دد دې په ځای چې د هغوی مخه ونیسئ ترې تېرسئ او کاروان ور څخه لري 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 لري کوئ.

–خو د دې ټولو تر څنګ له مطالعې څخه خوند واخلئ او د دې خوند د زیاتوالي په هیله هم دا کتاب پیل کړئ، لویوالي 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.

لومړنۍ خبري

دټولي ثنا او ستاینې هغه ذات دی چي انسان ته یې دوینا په نعمت سره ستر ویاړ وباښه .دقلم ژبه یې ورته وښودله و دوروستني استازي په لومړنۍ وحی کي یې لوست،پوهي و قلم یادونه وکړه.

درود دي وي په هغه الهي استازي چي فصاحت او بلاغت یې عجازؤ او وربانـد ي راغلی کتاب تر وروستني ورځي دد ي کمال (فصاحت او بلاغت) ډ ګر تل پاتي معجزه ده. ورسره په نورالهي استازو او په سمه لاره روانو مصلحینو دې وي چي دژبې او قلم په توره یې ډ یري کږې ټولني سمي سوې دي .

سلام دي وي په هغو چي نن هم سترګي په کتاب او لاس په قلم لري. سلام دي وي په تا اي خوږه لوستونکي چي دڅه ګټې دترلاسه کولو په هیله، درته خوږې سترګي په د ې پاڼو ستړي کوي.

زه ځانته دد ې لیکنې دوس او سم نیت او تاته دلوستلو دکړاو ،د زغم او له د ې پاڼو څخه دخوند او برخي د اخستلو غوښتونکی یم.

وینو چي زموږ په ټولنه کي داسي کسان کوم چي کتاب وګوري،کم دي.که یې څوک ګوري هم لوست او مطالعه یې موخه نه،بلکي یو څنګیزا و دوخت تیر مشغله یې ګڼي.له همدي کبله مولیکوالان کم دي.

ویناکوونکي مو یادومره لوړغږیزي چي دټولني شعور ورته رسیدلای نسي،یا دومره ټیټ غږیزي چي،خپله وینایي په خپله هم پټلیزکولای نسي .

زده کوونکي وینو چي کال او کلونه وربانديتیرسي.خولکه څرنګه چي ورته هیله وي،هغومره څه ترلاسه کولا ی نسوای.په ازموینو کي یا پاته او یا شاته وي او....

ماچي به کله ،کله خورې ورې پاڼي یا کوم کتاب وکوت. لورپینمي داوه چي له هغو ځخه لاسته راوړنه ټولوته ورسوم او هوډ مي کړۍ ؤ تر څو څلورکتابګوټي ولیکم.

۱– څرنګه کتاب ولولو؟

۲– څرنګه لیکنه وکړو؟

۳– څرنګه وینا وکړو؟

۴–څرنګه ازموینې ته چمتو سو؟

خو دڅوکلنو سیاسي ،پوځي حالات داسي وو چي نه ما داخواره واره فکرونه او زده کړي راټولولا ی سوای او نه مي داسي وسایل په لاس او اختیارکي وو چي دخپل لاس لیکنه وربانـدي دومره زیاته کړم،څو یي نور هم وګوري .په د ې شپو ،ورځو کي دزندان،هجرت،جګړې او سیاسي الګو ،درګو دستونزو له منځ څخه څه دبي غمي کونج ته نژدي سوی یم .

یوازي تس لاسي هغه دښمن دی چي نه کتاب پیدا کولا ی سم او نه دخپلې زده کړې ایله لکه څرنګه چي ښایي ستا سو مخته ایښودلای سم.له خیل هوډ څخه راګرځم، کتابګوټي یه

ځپرکو بدلوم او یو ځای به څو پاڼې ورباندې توري کړم. ستاسو مخته به یې ډالۍ کړم. خو، هو دا پاڼې نه ستاسو فطري ستعداد زیاتولای سي او نه له لیک او لوست سره ستاسو مینه. یوازې دومره کېدلای سي چې که وغواړئ او له خپل خدای درکړي وس څخه په دې لار کې ګټه واخلئ، نو بیا دا پاڼې در واړوئ او ترې وپوښتئ :

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

که تاسو راسره دا خبره پخه کړئ، چې نور نو له مطالعې او لیکنې سره مینه لرو. دا خبره زه درته پخه وایم: دا پاڼې به مو د پوښتنو ځواب وي، چې څه ولولم، څرنګه یې ولولم، څه ډول څه ولیکم او څرنګه وینا وکړم. انشاءالله.

یادونه: دا سریزه مې په ۱۳۷۷ هـ ش کال کې لیکلې وه، هغه مهال مې مضمونونه په خلافت او کندهار مجلو کې، د څرنګه مطالعه وکړو او څرنګه امتحان ورکړو، په عنوانونو خپاره سول. څرنګه لیکنه وکړو او څرنګه وینا وکړو، مضمونونه په طلوع فغان جریده کې خپاره سول.

وس راسره د دې دوو مضمونو مسودې سته، هغه خپروم. د نورو متن راسره بشپړ نسته، که مې وموند، هغه به هم خپور سي. انشاءالله.

سریزه

په هر کار کې د بریالیتوب درې اساسي شرطونه:

د انسان فطري استعداد، له کار سره مینه (علاقه) او په مهارت سره کار کول دي.

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

استعداد او علاقه هغه څه دي چې نه ښوول کېږي او نه د بل په ویلو زیاتېږي. په استعداد کې خو توپیر سته. اما داسې څوک نسته چې د کوم کار هېڅ استعداد ونه لري. یوازې دومره ده چې که د چا استعداد کم وي، نو تر هغه چا چې استعداد یې ډېر دی زیات کار او تمرین ته اړتیا لري.

له کار، په ځانګړي ډول، له کتاب کتلو سره مینه او علاقه هم د انسان خپله خبره ده. نه ورته بل څوک لاره ښوولای سي او نه یې اړ کولای سوای. خو یو شی چې ډېر اغېزمن دی، هغه د شخص هدف دی. که څوک له ځان سره په ژوند کې هدف ولري. هدف یې لوړ، مشخص او شعوري وي، نو هغه په ټولو کارونو کې داسې علاقه ښکاره کوي، کوم چې یې هدف ته نژدې کوي.

په مطالعه کې د ژوند د اساسي هدف تر څنګ، که څوک د تدریس، لیکوالۍ او یا وینا کولو دنده او وس ولري. د هغه چا له مطالعې سره علاقه زیاتېږي.

یا ته سو درېیم شرط چې، هغه په مهارت سره کار کول او یا

کتاب کتل دي. دا شرط هغه د ي چې د بهراغیزه ورباندې ډېره ده او په د ې لیکنه کې به د کتاب کتلو په همد ې اړخ سره خبره کوو. خوزه چې درته څه لیکم، هغه دوهمه اړتیا او دنورو تجربه ده.

زما په نظر دریم شرط هم دا انسان په خپل ځان کې ډیرپوره کیږي.

ما یوه ورځ یو کتاب کوت، دا کتاب په انګلیسي ژبه او یوه مریکایي لیکوال لیکلی ؤ. هغه دعوه کړ ې وه چې د یو ې حکومتي څانګې مشر باید په یوه ګړۍ کې ۵-۶سوه مخه راپور وګوري. زه خورا حیران سوم. خو او س خپلې هغې حیرانتیا ته حیران یم. ځکه د یوه سړي لپاره چې هغه د مطالعې ښبنتن وي، (۶۰۰ م) خه په یوه ګړۍ کې کتل نه د حیرانتیا خبره ده او نه څه زیاته مطالعه ده. خو هو هله چې:

۱-یا انسان د مطالعي ښبنتن ې، کوم کتاب چې ګوري، په هغه فن کې یې مطالعه کړي وي. په هغه کتاب کې ټول عنوانونه ګوري یوازي هغه موضوع چې ورته نو ې وي ورباندي وخت تیروي.

۲-د کومي حکومتي یا بلي ټولنیزي څانګي مشر، که په خپل کار ذهني حضور ولري، نو ۶۰۰ مخه راپور په یوه ګړۍ کې ورته کم دی. ځکه هغه د ې و ې پروژې په پیل څخه خبر وي. له جوړښت، بشپړتیا او پایلې څخه یې په ذهن کې څه ذخیره لري، یه ورکړل سوی راپور کې یوازی یه هغو مخونو او برخو وخت ورباندي تیریږي چې، یا ارقام وي او له ده څخه هیر سوي وي او یا کومه نو ې موضوع وي چې د ده په غیاب کې سرته رسیدلي وي.

کیدلا ی سي تاسو پري باور ونکړ ئ خوزه یې ستاسو د حوصلي 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 مي ترې واخست. د ماښام له لمانځه د ماخستن تر لمانځه پوري مي په داسي حال کي وکوت چې د میلمه خبري هم بې ځوابه را څخه پاتې سوي نه دي. دا ځکه چې ما په سیرت کې مطالعه درلوده او هغه ځایونه مي په غور وکتل کوم چې راته په نورو کتابونو کي مستند نه بریښیدل او یا اختلافي خبري پکي وي او په نورو موضوعګانو کي خو یوازي د پاڼو اړول او یا عنوان راته خنډ پیښ کړ.

څو ضروري خبري

داڅوټکي ډیر ضروري دي څویي له ځان سره ولرئ اوبیا مطالعه وکړئ .

۱– دمطالعي له پاره ډیر کتابونه په ځانګړي ډول هغه چي په یوه فن کي نه وي لیکل سوي، مه غوره کوئ، بلکي لومړ ی له ځان سره هدف مشخص کړئ چي مضمون لیکل،تدریس وښوونه کوئ،ویناکوئ اوکه هسي معلومات زیاتوئ .

په دې ټولو صورتونو کي دخپل هدف له موضوع سره سم کتاب یاکتابونه غوره کړئ. ترڅو ذهني تمرکزپیدا سي.هر فن یوه نړۍ ده. که دمختلفو فنونو دکتابونو مطالعه په یوه ځای کي کیږي،حتمي خبره ده چي ذهني تیت والـ ی اوخوراوي به درته پیدا کیږي.

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

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

بل داچي بهرني ستونزي وزغمئ.مثلاً ،دکتاب کتلو ځای ښه نه وي،ملګري مزاحمت ولري،په کومه خبره درته غصه وخپګان پیدا سي.په دې ټولو صورتونو کي زغم داسي په کاردې چي داټول واړه خندونه فرض کړئ ،دقهر په ځا ی ورته سینه یراخه اوله مطالعی څخه لاس یه سر نسئ .

۳– دهرکارله پاره غښتلي اراده په کارده.خو دکتاب کتلو له پاره خورا ضروري توکی دی .د اراد ې قوت د استقامت،ثبات اودکار ددوام ځواک دی . که له چاسره نه وي، په تمرین یي زیاتولای سی. که کومه ستونزه درته مخته راځي ، دارادې قوت له لاسه ورنکړئ .په عامه توګه، دسړي اراده په داسي زغمونو او تمرینونو غښتلي کیږي :

الف –دهیڅ بهرني حرکت اودژبي په زخم دکارله دوام څخه لاس مه اخلئ،خپلي کمزوري نقطي اصلاح اوسمي کړئ. له کاراو مطالعي سره بي پروایي مه کوئ چي دکتاب کتلو په وخت کي کوچني کاراو حرکت تاسو له مطالعې څخه لري کړي.

ب روحي سلامتیا په جسمي روغتیاکي ده. نو دمطالعي ترڅنګ؛ بدني کار ضروري دی . که دکار زمینه مساعده نه وه، سپورت او ورزش یي ځای نیسي.

ج–په خوړلو کي احتیاط و سي،غذا یو ډول نه وي،وخت یي مراعات سي اوزیات خواړه هم په بدن کي دروندوالی پیداکوي چي هغه دخوب پیلامه ده.

د– دچاپیریال اوځان نظافت اوپاکي مراعات سي . ناپاکي له یوه لوري بیماري پیداکوي اوله بلي خوا وقارکموي او په نتیجه کي په انسان کي دټیټ والي احساس پیداکوي،هلته نوانسان روحاً د کارتوان بایلي.

ه –په ځان ویسا درلودل هم دهرکار له پاره ضروري خبره ده. داسی چی یرته دنورو له مرستی کار وکرای سی. دکتاب ګرانی

موضوعګانی دنوروکتابونو په متن حل سي.ځان داسي تلقين نکړئ چي زه ددې کتاب دکتلوجوګه نه یم.

و-فکراوذهن ته تمرکزپیداکړئ،داسي چي دمطالعي په وخت کې هرڅه هیرکړئ اوموضوع ته په یوه لنډه کي ډیره ښه اشاره سوي ده :

طالب به خدای که به ملا سي
په کتاب پروت، یادوې شینکي خالونه

دکتاب دکتلوپه مهال،ددنیا دهرارخ خال اوخط هیرول په کاردي.

دفکراوذهن تمرکز،په تمرین کولوزیاتیږي اوهغه هرڅوک په خپل طبعیت کولای سي.

ج- دمطالعې له پاره ،نوې ،نوې لاري غوره کړئ. تل یو ډول مطالعه مکوئ اوداليکنه 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 یاکتاب لوی وي او یايي مطالب ګران.

دکتاب کتلو ډولونه

مطالعه اوکتاب کتل په لومړنی لنډه،بشپړه اوبیاکتنه ويشلای سوای .

لومړنی کتنه: ترد ې وړاند ې چي دیوه کتاب ګراني برخي په ذهن بارکړئ،دابنه ده چي له هغه کتاب څخه په ذهن کي یوګُلي تصویر جوړکړئ او داکار په لومړنی کتنه کیږي.لومړنی کتنه داسي ښکاري ګواکي یوکس دیوې سیمي په لوړه برخه تیریږي اوده‌غې سیمي لاندینی برخيویني.

په دې ډول کتاب کتلوکي داپوښتني له ځان سره ولرئ :

۱- په څه ډول معلوماتو پسي ګرځم؟

۲- کومي کلمې اوعبارات به زما دغوښتنو ځواب وي ؟

۳- په کوم مخ،عنوان،برخه یا څپرکي کي دخپل زړه معلومات پیداکولای سم ؟

تردې وروسته دخپلو غوښتنو او پوښتنو دځواب له پاره:

۱-دکتاب عنوان،دلیکوال نوم اودخپریدلو تاریخ ته یي وګورئ.

۲-دسریزې دوه دري لومړني پاراګرافونه ولولئ،معمولاً دکتاب اصلي موضوع پکي ښکاره کیږي.

۳-دسریزې دهرپاراګراف په لومړنیو جملوکي غور وکړئ . ځکه دپاراګراف مطلب پکي موندلای سئ .

۴- جدولونه ،تصویرونه اولمن لیکونه وګورئ،ښکاره

عبارات او مغلق عنوانونه په نښه کړئ.

۵- د کتاب یا مضمون د وروستني پاراګرافونو لوړني ټکي هم په غور سره وګورئ.

په دې ډول مطالعه کې که رښتیا هم پوره پاملرنه وسي، نو په لږ وخت کې ډېره 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 لومړی وګورئ.

۴- په دې ډول مطالعه کې مهم ټکي په نښه کړئ. څو کوم مطالب چې ستاسو له غوښتنې یا د کتاب له اصل موضوع سره ړیکې 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 کړی وي. څلور، پنځه مهمې نکتې پکښې بیان کړای سي. دومره پوه سوي یاست چې د همدې 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 سوي نه دي. معمولاً دا هغه برخې دي چې د تحلیل او پوهېدلو ستونزې لري. له همدې کبله په لومړنۍ مطالعه کې هغه څنګ ته سوي وي، چې په ذهن فشار زیات نسي. خو اوس ذهن دوه ځله فرصت ترلاسه کړی او د کتنې په دې پړاو کې ورته چمتو وي. په دې ډول کتاب کتلو کې دې 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 کربښه په نښه کړئ ترڅو په وروستنۍ کتنه کې ورباندې غور وکړئ، له چا یې 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 ترڅو ورڅخه ګټه واخستله سي.

۴- معلومات ترتیب سي، لنډیز یې واخستل سي او نوي معلومات یاداښت او په برخو ویشل سي ترڅو یې یادول اسانه سي. معلومات باید ترینځو ډولونو او برخو زیات نسي، ځکه

پلټنو ښلي وده چې ذهن په يوه وخت کې تر ډېرو ځو په زياتو برخو مصروف کيدلای نسي.

بیاکتنه: 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 لومړني وپړاوونو کي پاته سوي وو او يا هغه وخت چې ديادا ښتونو تکرارته اړتيا وي. ترد ي مطالعې وروسته کولای سئ، خپل يادا ښتونه بيا منظم کړئ د ټول کتاب لاسته راوړن ې ترتيب کړئ او که د هرمقصد لپاره مو همد مطالعه کړي وي هغه ورباندي پوره کړای سئ.

دکتاب کتلو چاپيريال

ټوله مطالعه په يوه ځای کي کوئ، ځکه کومه خونه چې تاسو د تل له پاره د کتاب کتلو ځا ي ټاکئ، نو دهغ ې هرڅه به درته عادي ښکاري ،ذهن به مو تمرکز ن ه بايلي. خو که ځايونه بدلو ئ هرنوی ځای ،نوي شيان لري . همدا 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 داسي عادت کيږي چې د هغه ځای په ليدلو ژر ورته د مطالعې خاطر ې راګرځي او چمتو کيږي. ورسره که تاسو د مطال عې يو ټاکل ی ځای ولري نو تل دي ته نه اړ کيږ ئ چې دلوست او ليک وسايل سره غونډ او خوندي کړئ ،بلکي هغه هسي 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 داسي څه وو چې ستاسو ذهن يې تمرکز ته نه پريښود. دد ې ستونزو د حل لاره دا نده چې چاپيريال ارام کړئ، بلکي تاسو په خپله داسي مطالعه پيل کړئ چې په همد ې محيطي ناارامي لاس بري سئ او هغه ناارامي درباندي اغيزه ونکړي .ليدلي به مو وي چې ځ ېنې کسان په هوټل، موټر او نور ګڼه ګوڼ ه کي ژوره مطالعه کولای سي.

۳ کتاب کتلو لپاره داسي ځای مه خوښوئ چې هلته تر ناستي، څملاستي ته ميلان زيات وي. د ساري په توګه په خورا نرم فرش کښيناستل او يا په يوه ارامه چوکۍ کي ډډه 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 داسي کار لرئ چې د کتاب کتلو په وخت کي مو پاملرنه ورته اوړي، هغه لومړ ی سرته ورسوئ او بيا کتاب کتلو ته کښينئ .خو که مو ځان ورته بې غمه کړئ نه ؤ ،کتاب کتل هسي وخت تيرول دي .

۵ – د مطالعې له پاره ميز او ورسره د ميز څراغ ښه دي خو دومره هم ضرور ن دي چې پرته له هغو ي مطالعه نه کيږي. يوازي دا ضرور ده چې مطالعه په رڼا کي و سي او د دازادي هوا موجوديت ذهني ستړيا کموي .

٦ـ که د مطالعي له پاره ځانګړی ځای نه پیدا کیږي نو بیا دومره څه لازم دي چې ستا سو د لیک او لوست لوازم پکې 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 تودوخې معینه درجه (د شل سانتیګراد په خوا وشا کې) مناسبه رڼا، مناسب میز چې مخ یې د ډیرو کتابونو ځای ولري او ترلاند یې هم د لوازمو د ایښودلو ځای یې ستر وي، لازم دي. خو که د ژوند ناخوالي دا سهولتونه درته برابر ولای نسي، نو بیا له ستونزو سره ځان روږدي کړئ. له چاپیریال سره عادت کیدل د ژوند د پایښت شرط دی. په مطالعه کي هم باید موږ دا سانتیا وو په نه شتون کي ځان ته بهانه ونه لټوو بلکي مطالعه وکړو او له عادي اسانتیا وو څخه ستره ګټه تر لاسه کړو.

دوخت سپما (د مطالعې وخت)

ډېر داسي کسان چي خپل ډیرا وښه 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 لګیا وي چي هر وخت او له ده څخه پر ته هم کیږي. بده لا دا چې ډیر وخت د کور څخه دوتلو په مهال، په هنداره کي په کتلو، د جامو په سمولو او نورو عادتونو مصرفوي. خو څوک چي له ځان سره داسي مهالویش ولري چي د مطالعې کار، سَیَل او تفریح، د دوستانو او خپلوانو لیدل پکي معلوم وي او هغه مهالویش ته ځان اړ وبولي، نو ډیر وخت به یې وسپمیږي.

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

۱ـ دورځني کار او لوست، مطالعې او کتاب کتلو ټول ضروريات تل چمتو ولرئ که سهار وختي کار یا زده کړي ته ځئ او یا کتاب ګورئ، د هغوي ټولول او سمبالول به مو وخت نه نیسي.

۲ـ راډیو، تلویژون او سینما په خپل ژوند مه لاس بري کوئ بلکي هغوي ټول په خپل اختیار کي ولرئ، په دې معنی چي کوم مناسب پروګرامونه چي موخوښ وي نو کولا ی سئ تر نیم ساعت پوري یې ووینئ او بیا خپله مطالعه پیل کړئ. خو که

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

۳ـ په اضافي خبرو ،تلیفون کولو او تلیفون ته په کښیناستلو وخت مه ضایع کوئ اوس خو موبایل هسي 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 کرنګی وي.بده لا دا چي ځان دښمنه ځوانان ،په دیرش کلنۍ کي ورباندي لوبي کوي .

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

۵ـ دبیکاري له لنډو شیبو څخه ګټه واخلئ .مثلاً غواړ کوم پروګرام واورئ .ورسره بل مصروفیت هم ولرئ،ورزش وکړئ،نوکان واخلئ،سنت سم کړئ،جامي ترتیب او وتو کړئ .لنډه دا چي داسي کارورسره وکړئ چي دپروګرام د وریدلو 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 خستله کیږي . یوتن چي ډرایوري کوي، دهغه 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 دمطالعې وخت ورباندي ضایع نسي.

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

٦ـ ورځني وخت په مناسب مهال ویش ډک کړئ،خو کار ،لیک،لوست او تفریح ته وخت معلوم کړئ .

په دې کار سره به دمطالعې 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 ور څخه پاته وي .

زما د زده کړې وخت تجربه ده، کوم زده کوونکي چي به دکور کار هم درلود ،هغه زده کوونکي به تر هغه شاګرد په ټولګی کي وړاندي ؤ کوم چي کار به یي نه درلود .بیکاره زده کوونکی به په دي خبري غولولۀ چي :بیا به یي ولولم او د ډیر کار څښتن زده کوونکی،دې اړ ادي وړاندي کړ یؤ چي کله به یي دکارونو ترمنځ کم وخت هم پیدا کړ، کتاب به یي کوت .

نو دد ې لپاره چې دمطالعې په بهانه نور کارونه او دنورو کارونو په بهانه کتاب کتل پاته نسي، غوره لاره داده چې ورځنی (۲۴ساعته) وخت، په مهال ویش داسي وویشل سي چې: خوب، کار، مطالعه، لیدني، کتني هرڅه پکي ځای سي. که مطالعې ته یو ځانګړی وخت وټاکل سي، هغه وخت ته ذهني چمتو والی پیدا کیږي.

۷مهال ویش په خپل نظر ترتیب کړئ. ځکه هرڅوک ځانته کارلري او په خپل کار هرڅوک ښه پوهیږي چې کوم راته مهم وکوم غیرمهم دی، څه وخت مطالعه کولا ی سم او څه وخت دژوند نوري چاري په مخ بیولای سم.

۸مهال ویش باید داسي ترتیب سي چې که کله مهم کار، مثلا مطالعې پاته کیږي، بله شیبه وخت پیدا کړ ئ، د ستراحت او تفریح له وخته داتسه ډکه کړي. دتفریح او رادیو، تلویزیون له وخت څخه ورته دپاته سوې مطالعې ګټه واخستله سي.

۹که په مهال ویش کي مطالع ې ته په یوه وار ډیر وخت ورکوئ. مثلاً وایاست چې هرماسپښین مطالعه کوم او دورځي له مخي څرمي نور کارونه کوم. داچي دماسپښین وخت ډیر وي، ذهي ستړیا پکي پیښیږي. نو دد ې ستړیا دلري کولو له پاره دوه کارونه باید وسي:

یا داچي تر یو ساعت یا یونیم ساعت وروسته، دتفریح له پاره لږ تر لږه لس دقیقی وخت بیل کړئ. یاداچي دمطالع ی موضوع اوکتاب بدل کړئ. دموضوع بدلول ذهن ته دتفریح په څیر ارامتیا بخښي.

۱۰– دمطالعې په وخت کي دمهمو ټکو یادد لښتونه واخلئ، داکار یو ذهن ته ډاډ بخښي او بل وخت سپموي. ځکه که دوهم ځل همدې معلومات ته اړتیا پیدا کیږي، دټول کتاب دکتلو په ځای به یوازي دا یادادښتونه وګورئ.

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

۱۲–وخت مهم دی، خودوه ځایه دوخت مراعات مه ساتئ.

الف: کله چې په مړه ګیډه څه وخورئ، نو دنیم ساعت له پاره مطالعه مه کوئ، کتاب مه ګورئ او څه مه لیکئ، ځکه معده چې ډکه سي، نو وینه هغې خواته رامخه کړي، دبدن دنورو 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 دخوب، ناستي او تفریح خوني او ځای ته د کښیناستلو لپاره اړسوئ، هلته مطالعه مکوئ، ځکه هلته ذهن خواپوري وي او ذهن ته ډاډ نه پیدا کیږي. ښه لاره یې داده چې ژر هغه ځای پریږدئ او دمطالعې خوني ته لاړ سئ.

دعادت په بدلون کي زغم ولر

پوهیږئ چي تاسو په ژوند کي هدف لرئ،هدف موپیژندلی او په شعوري توګه مو غوره کړی دی . داهدف که هرڅه دی درته سپيڅلی دی .دهمدې هدف دلاسته راوړلو لپاره کتاب کتل یوه لاره بولئ .له همدې کبله دمطالعې ستونزي په ځان منئ. هدف که لوړي اوکه وړوکی، انسان ته خوښ وي، خو دژوند ستر،ستر هدفونه دانسان دسینې پراخي او دسترګو دلیدلو واټن اوږدوي .مثلاً ،یوتن دهدف لري چي تر مطالع ې ولیکنې وروسته، درس له یو ې څانګې او یایوه پړاو څخه فارغ سي.خوبل له همدې درس اولوست څخه داهدف لري چي معلومات ترلاسه کړي .دوهم هدف تر لومړي ستراولومړنی پکي په خپله ترلاسه کیږي.

تاسو به له مطالع ې څخه حتماً یوهدف لرئ .زده کونکي، ښوونکي،لیکوالان اویاهم دټولنیزوکارونودکومي برخي مسئولیت به لرئ .داچي مطالعه کوئ ،دمطالعې یوعادت به هم لرئ .داعادت به درته خوښ اوګټور هم وي، خو کیدلای سي دنوروتکړه خلګودژوند ازمیښتونوځیني عادتونه غوره بللي وښه ګټه یي ورڅخه ترلاسه کړي وي . دلته به ځیني عادتونه،ښوونه اوشرطونه ولیکل سي.خو کیدلای سي ستاسوپه فکربرابرنه وي.ستاسوترزغم درته ګران او درانه وبریښي خو داچي دمطالع ې دا لاري ازمویل سوې دي.نځیلول یی بی ګټی ندی.کیدلای سی، دالاری لر ترلره دوخت دسپما او یا ژر دپایلي ترلاسه کولو ګټه ولري. نولومړی څه زغم او حوصله غواړي ترڅو خپل عادت په نوروعادتونو واړوئ .

تاسو پوهیږئ،عادت هغه مهارت اوملکه ده چي په یوه کارکي په تمرین اوتکرارسره لاسته راځي اومخته تر عادت هغه کارناشونی بریښي.

یوعادت خپلول یابدلول څه کړاولري اوقرباني غواړي، هغه قرباني به کله دوخت وي اوکله نوره.

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

۱- دنوي عادت په خپلولو کي په کلکه اراده او ژوره غوښتنه پیل وکړئ،دهرکاردبري پیلامه دانسان اراده او ذوق دی.که داد وه عنصره وونوپه رښتیاني توګه دهغه کاردبري پیل درته رارسیدلی دی .

هڅه وکړئ ترڅو ستاسو داذوق اوتصمیم هیڅ شی مات نکړي.که موکومه خونه دمطالعې له پاره وټاکله، خو دوستانو مزاحمت کاوو ،خونه بدله کړئ .هسي نه چي دزاړه عادت په څیر بیا هم ورسره کښېنئ.که مو دمطالع ې وخت له خورا خوندوري میلمستیاسره برابرسو ،ترې تیرسئ او...

۲- په لومړنیو ورځوکي ترڅو چي نوی عادت دزاړه عادت په ځای خیلوئ،هیڅ استثنیٓ مه منئ .که مو وغوښتل چي د

تیر وخت دخورې ورې مطالعې ځای به له نوي عادت سره سم ،دشپې له اووترنهو بجو کتاب گورم . که څوک په همدې وخت کي مزاحمت وکړي .ورته غاړه مه ږدئ.داسي مه وایاست چې نن به یار وپالم اوسبا به دمطالعې وخت دوه برابره کړم .تاکلی وخت له مطالعې پرته په بل څه مه ډکوي .

۳ – کله چي مو وخت پیدا کړ، نوی عادت خپل کړئ. دا خبره مه کوئ چي سږکال خو تیر سو ،دااونۍ تیره سوه، آن دا چي نن ورځ خو تیره سوه، بیابیي گورو. نه هرڅوک چې دفرصت او وخت په انتظار کښیناست، دخپل کار دناکامي پیلامه یې ولیدله .که دعادت دبدلولو زغم ولرئ،کیدلای سي ستاسو دکتاب کتلو زغم او حوصله دومره ډیره سي چي په ساعتونو ، ساعتونو مطالعه وکړئ او دستړیا احساس ونکړئ .

مرحوم صلاح الدین سلجوقي (**دتجلی خدا درافاق و انفوس لیکوال**) په یوه مرکه کي ویلي ؤ :یوه شپه مي دڅراغ رڼا ته کتاب پرانیست،ناڅاپه دڅراغ په رڼا کي بدلون راغی. ومي کتل چي دسهار دڼا څپه، دماخستن دڅراغ په رڼا راغلي وه. یعني نوموړي ټوله شپه کتاب کتلی ؤ خو ستړیا یې محسوس کړې نه وه.

څرنګه چټکه مطالعه وکړو؟

په نني نړۍ کي، که انسان په هرشغل یا مقام کي وي، لوستلو لیکلوته اړتیا لري،زیاتي خپروني په هرکار او عملي میدان کي کیږي،که څوک همدا معلومات خپل نکړي، دخپل کار دسیالي له کاروان څخه وروسته پاته کیږي .ډېري خپرونې ،دوخت کمی او زیات مصروفیت انسان دي ته اړباسي څو په کم وخت کي ډیرمعلومات ترلاسه کړي .

ددې هدف دترلاسه کولو لپاره، په مطالعې او کتاب کتلو کي دوو ټکوته باید پاملرنه وسي :

چټک لوستل او چټک مفهوم اخیستل .

کوم کسان چي کتاب کتلوته زړه ښه کولای نسي، په همدې دوو برخو کي ستونزي لري چي ګړندۍ مطالعه کولای نسي او یا په کتاب ژرپوهیدلای نسوای .

ځیني خلک دکتاب کتلو په وخت کي دومره ورو روان وي چي په هره خبره او کلمه دریږي.دمطالعې په وخت کي یې شونډان حرکت کوي او په لوړغږ مطالعه کوي.خو څومره چي دا ځنډ زیاتیږي،هغومره مطلب کم اخستل کیږي .ځکه په هغه وخت کي چي په کلمه ځنډ راځي،په هغې شیبه کي حافظي ته څه نه نقلیږي او داواټن مطالب سره بیلوي،مطلب یو ځای نه خستل کیږي.ددې نیمګړتیا دمخنیوي لپاره باید هم ګړندۍ مطالعه وسی او هم دمطلب اخستلو وس ډیر سی.

د شخص او اطلاعاتو ترمنځ اړیکو ته مطالعه ویل کیږي .
څومره چې دا اړیکې زیاتیږي، هغومره د فکر تمرکز پیدا کیږي او مطلب ښه اخستل کیږي. د دې اړیکو د ټینګولو لپاره، غوره ولنډه لاره، چټکه مطالعه ده. په چټکه مطالعه کې درې ګټې دي:

١- وخت سپمیږي.

٢- د حواسو تمرکز پیدا کیږي. ځکه څومره چې مطالعه چټکه سي هغومره ذهن خپلې دندې ته متوجه کیږي.

٣- په چټکه مطالعه کې له مطالعې سره اړیکې ډیریږي. ځکه که څوک په کم وخت کې زیات څه ترلاسه کړي، ورسره خوند او ذوق هم زیاتیږي.

مطالعه دا مرحلې لري:

١- ځینې کسان په لوړ غږ مطالعه کوي، شونډان ورسره ښوروي، غږ یې یا نورا وري او یا په خپله. په هر حال یې وخت زیات نیسي، انرژي یې ډیره مصرفیږي او ګټه کمه ترې اخلي. دا کسان کله په کلمه دریږي، په یوه دقیقه کې تر دوه سوه پنځوسو کلمو پورې مطالعه کولای سي چې دا د مطالعې ټیټه اندازه ده.

که څوک د مطالعې مهارت ولري نو کولای سي په یوه دقیقه کې تر زرو کلمو هم زیاته مطالعه وکړي.

٢- ځینې کسان د کتاب کتلو په وخت کې شونډان نه ښوروی، په غږ لرلو سره مطالعه نکوی خو کله، کله دریږی و د هرې کلمې معنی او مطلب بیل، بیل ذهن ته رسوي. دا ډول مطالعه د پردې ژبې د زده کړې لپاره ښه ده خو بل ځای بې ګټې ده.

٣- ځینې کسان بیا له ژبې او شونډانو څخه ګټه نه اخلي، یوازې په سترګو مطالعه کوي. دا کار څه مهارت غواړي او غوره لاره ده. څوک چې په ځنډه 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 کې په لیکو قلم یا ګوتې تیروي. د دې عادت د کمولو لپاره دي، د مطالعې په وخت کې تر هغه چې عادت کیږي، ژبه د غاښونو ترمنځ نیسي، هغه د غږ مخه نیسي او که ګوته یا قلم په لیکو راکاږي نو هڅه دي وکړي چې لاس و نه له کتاب څخه لري و ساتي، تر څو عادت سي.

ګړندۍ مطالعه څه تمرین غواړي. خو چې دا کار لومړی په اسانه متنونو پیل کړي؛ ورو، ورو ګران متنونه وګوري، ډیره ستونزه نلري. له دې تمرین سره، سره چې شونډان او لاس په مطالعه کې ورګډ نکړئ، دا څو ټکي هم مه هیروئ:

١- د مطالعې په وخت کې زیار و باسئ چې په مطلب پوه سئ و بیا د جملو تکرار ته اړ نسئ.

٢- د کلیمو په ځای په جملو دریږئ او د دې د دریدلو ځنډ هم کم کړئ. د کلمو په ځای، په جملو د دریدل وخت لږ نیسي، ذهني تمرکز ډیروی او ستړیا کموی.

۳– دا خبره په ځان حتمي کړئ چې د شونډانو او ژبې په ځای یوازې له سترګو څخه کته واخلئ.
کله 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 یا مات خط په څیر.
نشاء الله، نور کسان به د اپلټنه او تمرین درته ولیکي او
وښیي. زه به 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 چې 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 خپله له منځه ځي. خو پیل باید په یوه جدیت سره وي چې 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 چې مطالعه پیل سي، بیا لږ تر لږه یو دوه ساعته مطالعه باید په جدیت سره وسي، وروسته تفریح لازمه ده. کوم مطالعه چې ډیر وخت او پر ته له تفریح څخه وي، هغه ښه ذهن نه خلي، که د مطالعې وخت پر ته له تفریح څخه اوږد سي، هغه ستړیا چې 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 دا سي کیږي چې 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 نه سي.

له دې خبرو سره، سره د دې چې پاره چې له مطالعې څخه ژر مطلب تر لاسه کړئ، دې ټکیو ته پام وکړئ :

۱- د کومې ژبې چې کتاب ګورئ، په هغې ژبه کې د لغاتونو ذخیره زیاته کړئ. د دې کار لپاره له فرهنګونو، ډکشنریو، قاموسونو یا د لغت له کتابونو څخه ګټه واخلئ. په دې هکله غوره کتاب هغه دی چې :
"د لغت معنی، تلفظ، سمه املا، د لغت ډول چې د کلیمې کوم ټاټکی دی. یعني وښیي چې اسم دی، فعل دی که حرف یا... دی و د لغت د استعمال طرز او ځای وښیي."
د لغاتونو ذخیره هم په خپله په ذهن کې نه ډېرېږي په ډول، ډول لارو یې خلک زده او یادوي.
ځینې کسان د هر لغت لپاره کارت لیکي، د هغه لغت معنی، تلفظ، مترادف، متضاد او څو جملې ور سره لیکي. هغه کارت له نورو کارتونو سره د الفبا په ترتیب ږدي او کله، کله یې ګوري.
ځینې کسان ورته بیله کتابچه لري. لغات له ټول څرنګوالي سره پکې لیکي او کله، کله یې لولي.
ځینې بیا چې تر کتلو لاندې کتاب یې خپل وي تر نوي کلیمې لاندې خط کاږي او هغه څو، څو ځله تکراروي.
خو ما په خپله چې کله مطالعه پیل کړه، دوه درې کتابونه به مې غوره کړل، کوم لغتونه چې به راته نوي وو، د هغوی معنی به 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- د لغت او کلیمې تر پوهیدلو وروسته، د مطلب د اخستلو لپاره په جملو پوهیدل ضروري دي.
کلیمه په لیکنه کې د خښتې او جمله د یوې ټوټې حیثیت لري چې له څو خښتو و دانه سوي وي، لیکوال خپل مطلب د جملو په ترڅ کې بیانوي. د جملو مطلب او مفهوم په دوو لارو اخستلای او ورباندې پوهیدلای سوای :
الف : یا دا چې د جملو کلیمې بیلې، بیلې وپیژنو، بیا ورته پیوند ورکړو او له هغه پیوند څخه د لیکوال په مطلب یا په هغه معلوماتو چې په هغې جمله کې یې ځای کړی وي پوه سو. دا به یا داسې وي چې لغاتونه به راته اشنا او یا دا چې د لغاتونو په کتابونو کې به یې معنی پیدا کوو.
ب : که لغاتونه هم وپیژنو خو په ښکاره د لیکوال مطلب پکې نه معلومیږي، د دې ډول مطلب د پوهیدلو لپاره استنباط دی، څو په جملو کې پټ مطلب پیدا کړو. دې جملو ته پام وکړئ :
۱- هغه دی یو څوک راراوان دی.
۲- زما په نظر یوه خوځنده شبح ښکاري، ممکن انسان وي.
۳- یاره ما هم مارته په لستوني کې ځای ورکړی دی.
په اوله جمله کې هیڅ ستونزه نسته. په څوک او روان پوهیږو له جملې څخه مطلب اخستلای سوای.

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

په دريمه جمله کي لغاتونه اشنا دي، خومطلب پکي پټ دی.

په اشنا کلمو پوهيږو چي، له ليکوال سره په ټولګي، دفتر يا ګاونډ کي داسي څوک اوسيږي چي د ډېر سره مينه نلري، خو نيغ په نيغه يې څه ويلای نه شي .هغه يې له مار سره ورته بللی او نژدېوالي يې په لستوڼي تعبير کړی دی.

۳- يوه ليکنه کي د څو جملو له يوځای کيدلو څخه، يوه ټوټه (پاراګراف) جوړيږي. کله چي په کلمه او جمله وپوهيږو نو بيا بايد په پاراګراف هم وپوهيږو. په پاراګراف کي ډير وخت لومړنۍ جمله اصل مطلب ښيي او نوري جملې د هغې د تشريح و تائيد لپاره راځي. لوستونکي بايد د پاراګراف اصل مطلب درک کړي ،د نورو جملو په مرسته يې اثبات، تشريح او تائيد و مومي او له نورو جملو سره يې اړيکي وګوري تر څو معنی و مطلب ورته بشپړ ښکاره سي.

دا جملي په غور سره وګورئ:

۱- قلم د ژبي نائب او په ځای ناست دی.

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

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

۴- د قلم خوځيدل، انساني تاريخ جوړيدل او تمدن له يو انساني نسل څخه بل ته نقليدل دي.

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

۴- کله چي په لغت، جمله او پاراګراف پوه سو، نو د بشپړې ليکني په مطلب پوهيدلای سو. ای ليکنه که د کتاب د څپرکي په څير وي، که د مجلي يا جريدې کوم مضمون وي، خو له ټوټو (پاراګرافونو) څخه جوړه سوي ده او دا ټوټي، ټولي يو ډول نه وي. لومړنی پاراګراف په يوه ځانګړي ډول ليکل سوی وي چي د ليکوال مقصد او هدف په ښکاره توګه ترې معلوميږي. نور پاراګرافونه هم داسي ليکل سوي وي چي د لومړني پاراګراف د جوړښت او معنی ملګرتيا ولري.

وروستنی پاراګراف د پايلي پاراګراف دی او د مضمون لنډيز. په دې پاراګراف کي ليکوال خپل هدف په نورو توګو بيانوي. ځيني پاراګرافونه بيا د ليکوال د نظر بدلون ښيي چي د مضمون له يوه لوري بل لور ته لوستونکي بيايي.

يوه بشپړه ليکنه هغه وخت پيژندل کيږي چي د پاراګرافونو مطلب او له يوه بل سره يې اړيکي وپيژندلي سي. په پاراګرافونو کي د ليکونکي په مقصد هم پوه سو او له هغه نظر او موضوع سره يې ځانګړی احساس هم درک کړو.

خپله حافظه غښتلې کړه

د حافظې نده په ذهن کې د معلوماتو ثبتول او بیا یادول دي. څومره چې یوه موضوع ښه درک شي هغومره ښه په حافظه کې ثبت کېږي.

په حافظه کې د مفهوم 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 ۵% معلومات په لومړي ساعت کې ، ۶۵% په ۲۴ ساعتونو کې او ۸۰% معلومات له زده کړې او پوهیدلو څخه وروسته تر یو میاشتې پوري هیریږي 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، د جسمي او ذهني روغتیا خیال ساتل، مهال ویش درلودل او مطالعه کول، هغه څه دي چې حافظه ورباندي غښتلې کېږي.

مغزي ناروغتیا

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

د مغزي روغتیا له پاره باید وینې ته په پوره اکسیجن ورسیږي، پوره خوب او آرام وسي، له سګرټ څکولو او د ځینو مُسکنو او ارامو ونکو درملو نو له 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 وسي. د نومونو، شعرونو، ورځني کارونو او خپل معلومات په یادولو حافظه غښتلې کولای سئ.

حافظې ته د معلوماتو د رسیدلو لاري، زموږ پنځه ګوني حواس دي. د هغوی د روغتیا او ور څخه 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 هم هغې لاره معلومات ورکړئ. د ځینو خلګو حافظه داسي 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.

د حافظې ارامتیا

ستراحت او ارامتیا، د حافظې له پاره ضرورده. استراحت د بدن ستړیا لري 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 یو ځای کیږي. که تر استراحت وروسته، د کمې شیبې لپاره تیره کتل سوې موضوع یو ځل 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. بلکې د مطالعې په منځ کې پنځه دقیقې بې مطالعې کښیناستل، ګرځیدل 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 شیبه 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 سوې مطالعه کې پوښتني راپورته سي، کوم موضوع چې حل سوي نه وي هغه یادداشت سي...

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

۱- په چاپیریال کې، د حواسو تمرکز نه پیدا کیږي. نو لومړی 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 لري 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- تر ټولو غوره تمرین دا دی چې په نا آرام چاپیریال کې له مطالعې سره خپل ذهن عادت کړئ. ځکه هر ځای او هر وخت نسو کولای چې مناسب او آرام محیط پیدا کړو.

څرنګه حافظه تقویه کړو

دیو موضوع بیامطالعه، هغه هم ترمطالعې وروسته په څوشیبوکي، که دلنډي مطالعې په توګه وي، دحافظې له تقویې سره مرسته کوي.

په دې توګه چي نوي راغونډ سوي معلومات له تیرو سره یوځای کوي، ربط ورکوي او حفظوي يې. که دمطالعې په وخت کي لنډکي یاددښتونه واخستل سي ډاکارهم حافظه غښتلې کوي.

فرانسس بیکن وايي: "لوست او مطالعه انسان ډکوي، خبري کول انسان چمتوکوي او لیکنه انسان دقیق او ځیرک کوي."

دحافظې دتقویې لپاره دې ټکیو ته پام کوئ:

۱- هدف ولرئ.

۲- له مطالعې سره علاقه ولرئ او په جدیت سره مطالعه وکړئ.

۳- دمطالعې په موضوع تمرکز ولرئ.

۴- دمشاهدې او کتلو دقت دزده کړي پیلامه ده.

۵- ډیرمفاهیم او مطلبونه یوځلې حافظي ته مه سپارئ. مطالب په ډیر وړوپاټکیو مه ویشئ، ترڅو مطلب بې ربطه نسي.

٦- ګران مطالب په څو وړو برخو وویشئ.

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

ښه غوږ ونیسئ

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

څیړني ښیي چي هرعادي وګړی ۷۰٪ ورځنی وخت له نورو سره تیروي، په منځنۍ توګه دیوشخص وخت ۹٪ په لیکنه ۱٦٪ په لوستلو ۳۰٪ په خبروکولو او ۴۵٪ په اوریدلو تیریږي.

سره له دې چي ډیر وخت په اوریدلو تیریږي خو زیات کسان سته چي دې خبري ته په بې پروایي سره ګوري. ازمیښتونو دا هم ښوولې ده چي په دې اوریدلو کي یوازې د ۲۵٪ وخت په کچ، ګټه اخستله کیږي او دا اوریدلو دشیبو ۷۵٪ وخت هسې تیریږي.

په اوریدلو کي اړتیا او موخې ډېري دي خو هرڅوک هره اړتیا وهدف خپل نه ګڼي.

رادیوته دوخت ددتیر، تفریح او اطلاعاتو دزیاتوالي له پاره غوږ نیول کیږي. ددولت دستونزو اظهارته، دسیاسي خلګو ویناته، دزده کړې درسونو ته او دپلورونکو تبلیغاتو ته غوږ نیول کیږي. خو که هرڅه ته او هرچیري غوږ نیول کیږي، دا ټکي په پام کي نیول بې ګټې نه دي:

۱- که وغواړئ چي په کومه غونډه کي دچاخبروته غوږ ونیسئ، نومخته تردې چي په هغې غونډه کي ګډون وکړئ، د ویناوال د شخصیت په هکله باید یوه سئ چی نوم، دنده او زده

کړي يي څه دي؟ دا ډول پلټنه ستاسو ذهني ډاډ زياتوي او ذهن
متمرکز کيږي.

ځيني ويناوال، دخبرو موضوع مخته په اوريدونکو ويشي .په
داسي صورت کي هغه ليکنه بايد په غور وکتله سي. کوم ځا ی
وخبره چي مهمه او ياګرانه وي، هغه معلومه کړئ او دوينا په
وخت کي ورته متوجه اوسئ .

۲- تاسو که ټولګي ته ځئ، کوم کتاب ته کښينئ او يا په کوم
کنفرانس او غونډه کي ګډون کوئ، کيدلای سي، دخبرو
موضوع يا دويناوال شخصيت در ته غوره او مطلوب نه وي .په
همدې بهانه غوږ نه نيسئ او دا بي ګټې کار ګڼئ، خوله ځان سره
بايد فکر وکړئ چي ايا دلته ددې په پاره راغلی يم چي
دخلګو څيې وګورم، ويناوال به زما دوست او يار وي،
دخبرو 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 کړئ. که
مو، موخه داده بيا دويناوال او دوينا ځرنګوالی مهم نه دی. که
هر څوک ويناکوي، هر څه وايي، تاسو ته بايد بي توپيره وي
وهغه خپلو معلوماتو د زياتوالي له پاره واورئ. داسي نده
چي زده کړه او تحصيل به تل خوندور او خوشحالوونکی وي،
ستونزي به ګالئ، شپي به رڼوئ او ډيرڅه به ورته پريږدئ. دلته
هم ستاسو راتګ بايد د زده کړي په غرض وي او ټولي ستونزي
وزغمئ. اصلاً ځان پلټونکی

وغوښتونکی کړئ ترڅو څه ترلاسه کړئ .

۳که تاسو کومه ليکنه ګورئ، ځنډ او چټکتيا ستاسو په
ختيار کي ده. که په کومه موضوع ونه پوهيدلی، بيا ورباندي
راګرځيدلای سئ .خو وينا دغسي نده. خبره چي ووته، لاړه، بيا
نه راګرځي. ستاسو مخته بايد ورته پام وي. ويناوال هم انسانان
دي، کم وسي به لري، ځيني به ژر، ژر؛ ځيني به ورو، ورو؛ څوک
په لوړ غږ او څوک به په ټيټ غږ غږيږي. ځيني به دخبرو لړۍ
منظمه ساتلای سي او ځيني بيا داوس نلري، ځيني په
مثالونو، کيسو او ټوکو دخبرو لمنه پراخوي.

خو په هر حال تاسي بايد دويناوال دخبرو او وينا رګ وپيژنئ
او ورسره اوږه په اوږه لاړ سئ، ترڅو ورڅخه څه زده کړئ. د
ويناوال دخبرو په ډول پوهيدل، هلته ډير ضرور دي چي څوک
ورسره ډيره ناسته ولاړه لري. لکه په ټولګي کي ښوونکي او يا
نوراستاذان چي په ازاده توګه کتابونه وايي.

ځيني ويناوال بيا دومره په ځنډ خبري کوي چي د اوريدونکي
پام بلې خواته کيږي، زيار وايستل سي چي له داسي خبرو څخه
هم ځان پري او لري نکړئ.

داچي تاسو کولای نسئ دويناوال عادت بدل کړئ، نو ضرور
داده چي خپل ځان ورسره بدل کړئ .

۴وينا په غونډه کي کيږي او دغونډو برخه وال يو ډول
خلک نه وي. زيار وباسئ چي دنورو، خبري، ټوخلی، دکاغذ

وقلم کښنهاری تاسو له غوږنیولو ونه باسي .که بیا هم تاسو غوږنیولای نسوای، ځای بدل کړئ .

هغه کسان چي په داډول ځای او حال کي ښه غوږ نسي نیولای، هغه به داسي عادت سوي وي، بي حوصلې به وي او یا به یي اراده کمزوري وي.

د حواسو دتمرکز او په ډاډ سره د غوږنیولو یو دښمن، د چا هغه عادت دی چي دخیالونو په نړۍ کي ډوبیږي.

که داکسان په دي وپوهیږي چي دخیال په نړۍ کي ګرځي نوله دې حال څخه ځان ژغورلاي سي او هغه داسي چي تل ځان ته متوجه وي، کله چي یي خیال او وهم دحواسو لاره ووهله، ژر دي په یوه منډه تر ؤاترپ کړي او د واقعیت دنیا ته دي راسي .کیدلای سي په څرځایونوکي داسي پاملرنه دانسان همیشني عادت بدل کړي.

ځیني کسان دا عادت لري چي تر ویناوال، دهغه څیرې، جامو، دریدلو او لاس ښورولو ته زیات ګوري.داکسان هم خپل حواس متمرکز کولای نسوای.دد عادت دبدلون له پاره لنډه لاره داده چي یوازي دویناوال څیرې ته وکتل سي.

۵ – څوک چي په غونډه کي ویناکوي، وینایي څو برخي لري: سریزه، متن او پایله .زیار وایستل سي چي په سریزه کي دویناوال پیل او بیاد ې ته متوجه وي چي ویناوال څرنګه خپل مطلب ته ځي، څرنګه اوریدونکي ځان ته متوجه کوي...

ځینی ویناوال، سریزه یه داسی څیزونوییل کوی چی هغه ټولو ته ښکاره وي .ځیني خو لا پیل په کومه لطیفه کوي.

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

د موضوع په مطرح کولو کي باید هغه جملې درکسي، کومي چي مقدمه او دا برخه سره بیلوي.ځیني یي اظهار کوي.داسي وائي نن زموږ دوینا موضوع ده ...زما نننۍ خبري د... په هکله دي . باید پوه سو چي... په دې برخه کي خپلي خبري په څو پړاوونکي هم مطرح کولای سي، مثلاً وو ایي: زما د خبرولو مرنۍ خه د... په هکله، دوهمه برخه د ...او دریمه برخه د پایلي او نتیجې په هکله ده.

د دې برخي بل پړاو متن دی چي ویناوال خپل هدف او مطلب وایي او تشریح کوي یي.په د ې برخه کي خبري ډیري نه وي ،استدلال پکي ډیر وي ،خو دا څو جملې دوینا روح ده او باید په غور واوریدلي سي. دا جملې او نکتې په یوه او بله پسي لړۍ لري .نوکیدلای سي اوریدونکي یي دویناوال په ځیني جملو، سره بیلي کړي.مثلاً اوس به را سو د ې ته چي ...اوس به راوګرځو .تر دي وروسته به... اویا نوري جمل ې وایي چي وریدونکو ته د مطلب ډول، ډول پاټکي معلومیږي. دا جملې باید تکیه سي، ځکه د موضوع برخي بیلوي، مطلب ښکاره کوي او بلي برخي ته سامع متوجه کیږي.

په دې برخه کې ويناوال هره اصلي خبره او نکته په لنډو الفاظو کې وايي، کېدلای سي د ټولو د فهم وړ نه وي نو څنګيزي جملې ورسره وايي، وضاحت ورکوي او دلايل راوړي دا فرعي او څنګېزي جملې هم بايد په غور واوريدل سي.

دوينا وروستنۍ برخه پايله او نتيجه ده چې خورا لنډه وي او په ځانګړيو عباراتو پيل کيږي. مثلاً، لنډه دا چې ... نو د خبرو پايله داده... په نتيجه کې بايد ووايو....

وبيا خپل مطلب په لنډه خوبنکاره الفاظو وايي. کله، کله ويناوال خپلي وينا او د چاپيريال د ناخوالو او ستونزو ترمنځ په پايله کې ړيکي ښيي.

دويناوال ټوله وينا هم داسي نده چې ټوله ياده سي. اړيکي وتسلسل يې درک او مطلب يې په متن کې ځان ته معلوم کړئ. آن دا چې کومې فرعي خبري کوي هم ديادولو وړندي، يوازي د هغوی په مرسته په اصل مطلب ځان پوه کول ضرور دي. دوينا مطلب له ځان سره ساتل اصل خبره ده.

فرعي خبري هم ځيني وخت ويناوال په بېلو جملو بيلوي. مثلاً؛ په دې ترڅ کې، سربيره په دې ... او دا هم چې ....

٦ کله، کله د کوم ويناوال وينا، ستاسو له عقيد ې، نظر، عنعنې و قانوني اصولو سره مخالفه راځي، په داسي حال کې بايد خپل حساسات او عواطف په کنترول او اداره کې ولرئ. داسي نه چې خداى واورئ او تر داد وړاندي وربانـدي بريـد وکړئ يـا دغوږنيولو پاملرنه او د حواسو تمرکز وبايلئ.

په هرحال لومړي دويناوال پيغام درک کړئ او بيا يې له خپلو فکارو سره پرتله کړئ. نژدې يې ومنئ او لرې يې پريږدئ.

له کتابتون څخه ګټه واخلئ

کتابتون د انساني پوهې پېړيو، پېړيو خزانه ده. په هر کتابتون کې په زرګونو او میليونونو ټوکه کتابونه موجود وي. تاسو لومړی بايد کتابتون له نژد ې وګورئ، هلته د کتابتون له مسئول څخه نقشه تر لاسه کړئ او يا د کتابتون ځوړند ې نقشې وګورئ او پيدا کړئ چې په دې کتابتون کې مجل ې او ورځپاڼې چېري دي؟ نادر او هغه کتابونه چې بل ځای نه پيدا کيږي چېري دي؟ کوم ډول کتابونه وړلای سئ او کوم ډول کتابونه يوازي دلته کتلای سئ؟ د کومو نقاشيو و تابلوګاني دلته موندل کيدلای سي؟ د کومو خطي کتابونو مايکروفيلمونه دلته سته. په دې هم ځان پوه کړئ چې د کتاب ورکولو او اخستلو طريقې يې څه ډول دي او ...

د کتابونو ترتيب او تنظيم

دا چې په يوه کتابتون کې په ميليونونو کتابونه موجود دي. د دې لپاره چې هر کتاب په اساني سره تر لاسه سي، نو د منظم ايښودلو له پاره يې يو نظام په کار دی.

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

ددیوي اعشاري سستم ،په ۱۸۷۶میلادي کال، د امریکایي
ملویل ډیوي 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،دلارښوونې کتابونه او
فرهنگونه،خطي نسخي. ۰۰۰–۹۹

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

۳–دین :دینونو 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
ونور 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 :داسیا ،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.

۵۱۷- جامعه او فاضله حساب.

۵۱۸- تصویري هندسه.

۵۱۹- احتمالات.

داویش بیاهم په لسو برخو ویشل کیږي خو داځل په (/) نښه بیلیږي. دساري په توګه: ۵۱۱ شمیره چي دحساب برخه ده، دحساب په اړوند څانګو داسي ویشل کیږي :

دحسابي سیستم مربوط کتابونه ۵۱۱/۱ .

دحساب اصلي عملیی ۵۱۱/۲.

دلومړنیو عددونو اړوند بحثونه ۵۱۱/۳

و داسي نور تر ۵۱۱/۹ .

ددې نظام تر څنګ چي نړیوال سیستم دی، دکتابتون بل نظام دکنګرس دکتابتون نظام دی چي په هغه کي هم په زرګونو کتابونه په منظمه توګه خوندي کیدلای سي.

ددې نظام توپیر دبوي له نظام سره دادی چي د کتابونو عمومي ویش، دشمیرې په ځای په حروفو سره بېلیږي.

مثلاً په دې نظام کي عمومیات په A او کرهڼه، دڅارویو روزنه او ښکار په S ښودل کیږي .

داخو ۀ هغه نظامونه په کوموچي په کتابتونونو کي کتابونه ورباندي داسي ایښودل کیږي چي بیلول او پیدا کول یي اسانه دی.

خو دا چي دکتلوا او وړلو له پاره کتاب څرنګه پیدا کړئ. نو بیا هرکتاب ته یوه پاڼه لیکل کیږي، چي په هغې کي دکتاب ټولي ځانګړتیاوي لیکل سوي وي.

داپاڼي یا کارتونه درې ډوله ترتیبیږي:

۱- هغه چي دلیکوال په نوم وي.

۲- هغه چي دکتاب دعنوان په نوم وي.

۳- هغه چي دکتاب دموضوع په نوم لیکل سوي وي.

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

که چاته دمؤلف نوم، دکتاب نوم او یا دکتاب موضوع معلومه وي، کیدلای سي ژر یي پیدا کړي. داپاڼي په یوه الماری کي داسي ایښې وي چي هغه واړه روکونه لري او د حروفو په ترتیب پکي ایښودل سوي وي. شکلونه وګورئ .

۲۹۷/۲ ریان - عبدالله ګل /۱۳۳هش

L758

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

(کنګره)

٢٩٧/٢ اسلامي علمي نهضت
L758 ريان – عبدالله ګل /١٣٣هش
اسلامي علمي نهضت د عبدالله ګل ريان ليکنه
کويته يونائتيد پريس ١٣٧٧
/٨ مخونه مصور ١٨سانتي متره
١-دمسلمانانو علمي خدمت.٢-مشهور مؤلفين.٣-کتابتونونه
LB2830/5-L55 297/2 ١/١٢٣-٥٢
(دکنګر . کتابتون)

٢٩٧/٢ مشهور مؤلفين
L758 ريان – عبدالله ګل /١٣٣هش
اسلامي علمي نهضت د عبدالله ګل ريان ليکنه
کويته يونائتيد پريس ١٣٧٧
/٨ مخونه مصور ١٨سانتي متره
١-دمسلمانانو علمي خدمت.٢-مشهور مؤلفين. ٣-کتابتونونه
LB2830/5-L55 297/2 ١/١٢٣-٥٢
(دکنګر . کتابتون)

په هرروک کي چي پاڼي اينبودل سوي دي، دهرحرف لپاره بياهم په دننه کي نبناني لري. لکه (٢) شکل.

وس پام وکړي دلومړي کارد (پاڼکي) تشريح ته:

ريان – عبدالله ګل: دمؤلف نوم دی چي لومړی تخلص او بيا نوم ليکل کيږي.

١٣٣٠ مؤلف دزيږيدلو نيټه ښيي، کـه مړ سوی وي نو ورسره هغه هم ليکي.

سلامي علمي نهضت: دکتاب نوم دی.

عبدالله ګل ريان: دمؤلف نوم ښيي چي تر تخلص وړاند ي ليکل کيږي. که ليکوال دوه وي دبل ليکوال نوم هم دلته ورسره ليکل کيږي.

کويته: دخپريدلو ځای.

يونائتيد پريس: دخپرونکي موسسي (ياشخص) نوم ليکل کيږي.

١٣٧٧: دخپريدلو کال ښيي.

٨٠ مخونه: دکتاب مخونه ښيي.

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

١٨سانتي متره: دکتاب اوږدوالی ښيي.

دمسلمانانو علمي خدمت، مشهور مؤلفين، کتابتونونه اونوعنوانونه دي، چي کيدلای سي دکتابتون مسئول ته يي ورکړو.

LB283/5 – L55 دادکنګرې دکتابتون دنظام نمره ښيي.

٢٩٧/٢ د ډيوي دنظام نمره ښيي.

٥٢ – ١٠١٢٣ دکتابتون دمسئولينو ځانګړي نمره ښيي چي دکتابتون په فني چارو پوري اړه لري.

دکارت په پاسنۍ ښي لورته ګوښي ٢/٢٩٧، L758 هغه نومره ده چي په کتابتون کي دکتاب دقيق ځای ښيي.

نور دواړه کارتونه هم ورته پاڼي دي. خويوازي په دوهم کي دکتاب عنوان او په دريم کي دکتاب يوه موضوع لومړي ليکل سوې ده.

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

له دي پاڼو سره، سره په الماریو او روکونو کي نوري پاڼي هم

دلاربنوونې له پاره ایښي وي دساري په توګه:

غزنی
وګورئ
غزنین

داپاڼه ښیي چي غزني په دوو املاوو لیکل کیږي خو په دي کتابتون کي یي املا (غزنی) ده.

مولو. شمس الله
وګورئ:
کمالزاده

اپاڼه ښیي چي مولف دوه نومونه لري او لته یي په دوهم نوم کتاب قید دی.

اسلا(
او هم وګورئ:
مذهبونه، مسجدونه
تصوفي فرقي او

اپاڼه داښیي چي له یوي عادي موضوع څخه تاسو ې خاصي او دقیقي موضوع ته بیایي.

دداسي پاڼو دلاښه پوهیدلو له پاره داټکي هم په پام کي ولرئ

.

ادکتاب په نوم یا موضوع کي هغه خوراځانګړي کلمه غوره کړئ اوبیا یي دموندلو هڅه وکړي. مثلاً؛ که وغواړئ چي د (څرنګه مطالعه وکړو.) کتاب پیدا کړئ نو مطالعه غوره کړئ ود "**م**" پاڼه پیدا کړئ.

۲- دتعریف حروف لکه دانګلیسي a,an,the په نظر کي مه نیسئ.

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

۴که دیوه مؤلف څو نور اثار هم وي. دهغه کارتونه هم له پیدا سوي پاڼي سره ایښودل کیږي.

۵- دکلیمو املالکه څرنګه چي تلفظ کیږي، هغسي لیکل کیږي لکه عیسی دعیسا په املا او اسحق داسحاق په املا ء موندل کیږي.

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

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

۸-دمؤلف په پاڼه کي القاب او نوم په نظر کي نه نیول کیږي. مثلاً مولوي شمس الله "کمالزاده" د**ک** په حرف پیدا کیږي چي دتخلص لومړی حرف یي دی.

۹که په یوه موضوع کي څو کتابونه لیکل سوي وي. دبیلوالي له پاره یي دمؤلف دتخلص دوه توري هم ورسره لیکي چي، داکارت دلیکوال دنښې کارت بلل کیږي.

په کتابتون کي هغه کتابونه چي بهرته نه وړل کيږي

داهغه کتابونه دي چي دريفرنس اومرجع په توګه ستعماليږي دتحقيق اوپلټني له پاره غوره ذخيرې دي او د دايرة المعارف ،اطلس،کلنۍ،فهرست اوبيوګرافي په بڼه ليکل سوي کتابونه دي.

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

په انګليسي ژبه کي ډيردايرة المعارفه موجودي دي . لکه دامريکا 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.

دادايرة المعارف ډير استعماليږي .

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

په نړۍ کي لومړۍ دايرة المعارف په ۷۰م کال رومي پلني Pliny وليکله.په مسلمانانو کي ابن نديم دالفهرست په نوم دايرة المعارف ته ورته کتاب وليک او په افغانستان کي په ۱۳۲۰ هش کال دداير‌ة 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 هش کال چاپ سو . ټول ۶۱۵۰ مخونه وو .

اطلس: داهغه کتابونه دي چي دهيوادونو او ښارونو ،نقشي او دځمکي مخ داوبو اوهواپه هکله نقشي اومعلومات لري دغرونو اوسيندونواوځايونو دسم تلفظ لاربښوونې لري اوهريوپه نقشو کي ښيي.

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

په افغانستان کي داطلاعات اوکلتور دوزارت په همت کلنۍ خپريدلي چي اساس يي په ۱۳۱۱ هش کال ايښودل سوی ؤ .

فهرست: له فهرستونو کولای سئ چي ديو ې ځانګړي موضوع په هکله دکتابونو نومونه ومومئ،کومي مقالي چي په مجلواو ورځپاڼو کي خپريږي،په فهرست کي يي نومونه راځي.ځيني فهرستونه دټولو چاپ سويو کتابونو نومونه لري ، خو ځيني نوربيا په ځانګړيو څانګو کي راڼلنډ سوي دي.

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

کتابونه یې پکې فهرست په توګه داسې یاد کړي دي چې
دکتاب څرنګوالی هم پکې ښکاره دی. مایي دوه ټوکه لیدلي
چې ټول یې ۱۳۲۸ پښتو کتابونه پکې معرفي کړي دي.

بیوګرافي: دا شخاصو دژوندپه هکله لیکل سوي کتابونه دي
چې نمونې یې:

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

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

په پښتو کې په دې هکله کار سوی خو خوراکم، ځینو دیوه
هیوادخلک معرفي کړي او ځینو دیوسیمي. نمونې یې
وسنې لیکوالان، مجاهد لیکوالان، وینه په قلم کې او غوره یې
دافغانستان نومیالي دي.

خپل معلومات په لومه کې بندکړ

(وایي: علم ښکار دی او لیکنه یې لومه.)

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

موږ هم چې کله مطالعه کوو، دزده کړې په ټولګي کې څه
لولو، کومې وینا ته غوږ نیسو. که دا معلومات راسره قید
نکړو، یادداښتې یې ونه اخلو، نو دوخت په تیریدلو به هر څه
راڅخه هیر وي، خو هله معلومات نه هیریږي، بلکې ډیریږي چې
موږ دوینا، تدریس او لیکنې شغل ولرو.

که تاسو دتحقیق او لیکنې له پاره مطالعه کوئ، یا یوازې د
معلوماتو ټولول مو د مطالعې موخه وي، نو دخپلې مطالعې
یادداښت واخلئ. که نور مطالب نه لیکئ، دومره خو ضروري ده
چې تر مطالعې لاندې دکتاب مشخصات ولیکې
:مثلاً، دلیکوال نوم، دکتاب نوم، دکتاب موضوع، دخپرونکې
نوم، دخپرولو ځای او نیټه.

دا یادښتونه ځینې کسان په کتابچو کې اخلي او ځینې په
پاڼکو (کارتونو) کې.

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 او لیکنې له پاره وي، نو دهرې موضوع له
پاره کارت لیکل کیږي او که دمعلوماتو له پاره وي یوازې
دکتاب مشخصات باید ولیکل سي.

که مطالعه د هغه وخت د لیکنې له پاره نه وي او لنډیز یې ولیکلې هم ګټه یې داده چې بیا به د هغه کتاب لوستلو ته اړتیا نه وي یوازې هغه لنډ کې یاد داښت کېدلای سي د محتویاتو اساسي ټکي ذهن ته راولي.

که په کوم کنفرانس غونډه کې د اوریدونکي په څېر ګډون کوئ، هلته هم د وینا اساسي ټکي ولیکئ. په لیکنه کې اساسي ټکي او ورسره تائیدي هغه جملې واخلئ چې اصلي موضوع روښانه کوي. که په کوم ټولګي کې د زده کړې له پاره 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 د یادداښتونو ګورئ، د هغه درس محتویات ټول ستاسو ذهن ته راځي او د ازموینې لپاره په چمتو والي کې درسره مرسته کوي.

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

ن د هغه لوست اساسي ټکي درته ښکاره کوي.

*یادداښت اخستل ستاسو د حواسو په تمرکز کې مرسته کوي.

ن یادښتونه اخستل د لوست تکرار او یو ډول بیا لوستل هم دي.

خو د یادښت باید په داسې څنډ نه وي چې د ښوونکي یا ویناکوونکي نور مطالب او وینا وې در څخه تیرې او یاته سي.

په یادښت اخستلو کې خبرې او جملې لیکل هم ضرور ندي بلکې په دوه ډوله، لنډ یادښتونه باید واخستل سي:

یادا چې په ځټکه لیکنه یادداښت واخستل سي. د دې کار له پاره باید په مخففاتو ځان پوه کړئ او یا له خپله ځانه مخففات وټاکئ او تل له هغو ځخه کار واخلئ. په دې ډول یادداښت کې له همدې مخففاتو یا لنډکیو لغاتونو، له لومړنیو حروفو او د ریاضي له نښو څخه ګټه واخلئ او یا په لنډه لیکنه یادداښت 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 د یادداښتونو د اخستلو له پاره د اټکي په یاد ولر

۱– ترډېره اندې چې ټولګي ته لاړ سي، یادداښت اخستلو ته ځان چمتو کړئ. هغه په دې ډول چې د هغې ورځې درس مخته ولولئ. ترڅو د ښوونکي د لوست په وخت کې په لوست پوهیدل و یادداښت اخستل درته اسانه سي.

۲– د یادداښتونو په پاڼو کې څنډه او لمنه څه سپینه پرېږدئ ترڅو د سمولو او زیاتولو په وخت کې ځای درته پاته وي.

۳– دا خبرې ولیکئ:

لف: د لوست په پیل او پای کې مهمې خبرې.

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

ج: هره خبره چي ښوونکی په توره تخته ليکي.

۴- دښوونکي 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 لږئ، مهم ټکي په ښکاره ليک وليکي او ورسره دمثالونو يادونه وکړئ.

٦- له لنډکيو محففاتو ګټه 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 ياددښت واخلئ خو ياد دښلت 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؟

لړلیک

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

بسم الله الرحمن الرحیم

سریزه

ازموینه او امتحان که د ژوند په هر ډګر کې وي، یوه ستونزمنه خبره ده، انسان ورته په فکر کې وي، دا فکر کول په څو ډوله کیدلای سي:

لومړی: د هغو کسانو فکر دی چي د کار او کال په جریان کې یې د ازموینې لپاره هیڅ کړي نه وي. هغوی تر ازموینې وړاندې شپه، په دې فکر تیروي چي که یوه خارق العاده پیښه وسي او دا ازموینه وځنډېږي. دا کسان د خپل امتحان د ځنډ په هیله د نورو تباهي غواړي. هغوی په خپل خیال کې د ورانۍ او تخریب یوه نړۍ جوړوي. وایي که سبا زلزله وسي، باد او باران راسي، په ښار کې مظاهرې وسي، تر څو مدرسه بنده سي یا لږ تر لږه ښوونکي ناروغ او د دې مضمون ازموینه پاته سي. دا هسي چرتونه دي او ډیر کم احتمال لري چي ازموینه دې وځنډېږي. خو که ازموینه وځنډېږي، دا کسان بیا هم د ازموینې لپاره هیڅ نلري. دا کسان هغه ډله ده چي په لس - دوولس کاله کې یې آن دا چي د یوه لیک د لیکلو ځواک پیدا کړی نه وي. همدا کسان نه د بریالیتوب په خوند پوهیږي او نه د پاته کیدلو نوم د ځان له پاره بد ګڼي. هغوی هسي کلونه تیر کړي دي او باید د زده کړې په ډګر کې
معیار ونه ګڼل سي.

دوهمه ډله هغه کسان دي چي مدرسي ته خو تللي او د
ښوونکي لوست ته کښيناستلي وي. د ټولګي خوري ورې
خبري يې د خوب او خيال په نړۍ کي ګرځي، راګرځي خو د
ازموينې له پاره کوم ځانګړې چمتوالې نلري. يوازې د ازموينې
په شپه، ازموينې لپاره کتاب ګوري. کيدلای سي دا کسان 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 ترلاسه کولای سي.
دريمه ډله هغه کسان دي چي ډېر زده کړي په کلنۍ موده کي
يې دازموينې له پاره څه کړي وي، په پروګرام سره يې لوستونه
لوستي وي. دازموينې په شپو ورځو کي هم مطالعه
کوي، خو دا مطالعه ديوې شپې مطالعه نه وي. بلکي د نورو
شپو په څير ورته د مطالعې عادي شپه وي. هغوی په همدې
شپه، تير اخستل سوي ياد ښتونه ګوري، کتابونه د عنوانونو
په کتلو بيا په حافظه کي راګرځوي. له ځان سره احتمالي
پوښتني جوړوي او ځوابوي، په ډاډه زړه دازموينې شيبو ته ځان
ورنږدې کوي. دا کسان دامتحان 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، مجلې ګوري، تفريح
کوي او ازموينه وربانديې هيڅ اغيزه نلري. دا کسان په ژوند کي
بريالي خلک دي. که په ټولګي کي لوست وايي، لومړني کسان
وي. که دمسابقو له ياره کومه لوبه کوي ډ کال زيار او کوښښ
و د همدې شپې او ورځې ډاډ ورته دا سي برېښي چې په برخه کوي
چي آن ديوه هيواد ويار ګرځيدلای او ګټلای سي.
تاسو هم که زده کوونکي ياست، که په کومه لوبه کي
دمسابقې او مقابلې له پاره ګډون کوئ له همدي دريو ډلو
څخه وتلي نه ياست. که خدا مه کړه، هغه کسان ياست چي
دازموينې د ځنډ په هيله يا باد او باران غواړي او يا د ښوونکي
بيماري ته خوشحاله ياست. له همدې ورځې اراده وکړئ چي
نور به په د ډلو کي هغه ډله ستاسو وي چي امتحان ورته
عادي لوست ښکاري او په ټولګي او ملګرو کي وياړلي
يوازي تاسي ياست. زه په همدې هيله همدا بحث پيل
کوم. خدای تعالی دې وکړي چي زما دا ليکنه له تاسو سره څه
مرسته وکړي.

زده کوونکي باید څه ډول مطالعه وکړي؟

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

۱– د لوست 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– د لوست او زده کړې کتابونه هر یو د بیل بیل علم او فن په هکله لیکل سوي وي. کومه خاطره، لطیفه او د ذهن د خوشحالي له پاره ډیر څه نلري نو خوند پکي نه وي دا هم په ذهن بار درنوي. خود مدرسې او ښوونځي د پروګرام کتابونه بیا یوه ښیګڼه هم لري. هغه دا چې دا کتابونه هر یو په یوه موضوع کي لیکل سوي وي. که د لومړنیو ورځو د نابلدتیا ستونزه وګالل سي. د کال په جریان کي له دې کبله اسانتیا پیښیږي چې، لوستونه سره ورته والی لري. د لوست کړي یو تر بله ډیر 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 چې 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 چې، د هر مضمون لپاره چې 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 تر څو تکرار سي په یاد سي او تمرین او پوښتني پکي حل سي. د مدرسې او ښوونځي د زده کړې تر څنګ که په کور کي مطالعه کیږي، نو په ټولګي کي راغونډه سوې معلومات په ذهن کي ښه خوندي کیږي. کورنۍ مطالعه تکرار او تمرین دی سربیره په دې چې 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 تر څنګ په کور کي هم په یوه منظم پروګرام مطالعه وکړي، کیدلای سي د کارکولو ښه عادت ورسره پیدا سي.

د مدرسې او ټولګۍ ستونزې په خپله حل کړ

هر زده کوونکی که هغه تکړه دی که ناتکړه. په مدرسه او ټولګۍ 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 شي. ګران مضمون هیر شي او یا د ستونزو پیدا کوونکي، ښوونکي درس ته حاضر نه شي. نوري لارې سته چې له دې ستونزو سره مقابله وشي 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 وشي.

۱– کیدلای شي: ستاسو د ښوونکو په منځ کې کوم یو داسې هم وي چې یا علمي کفایت ونلري، د پوهیدلو ځواک یې کم وي په ورہ خبره عصبي کیږي، د پوښتنې داوریدلو ځواک نلري، تر لوست د وخت په ضایع کولو خوښ وي یا نوري ستونزې ولري. له داسې ستونزو سره مقابله دا نده چې یا ټولګۍ ورته پریږدئ او تیللسو هم بې کفایتي و ښیاست او له هغه سره په شخړه پیدا کولو خپل اعصاب کمزوري او ذهني تمرکز و بایلي. 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 وباسئ څو خپل حالت په اختیار کې ولرئ ګله چې د هغه عصبي وضعیت نور

مال شي او یا تر ټولګۍ 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 دې ښوونکي عادت ته بدلون ورکړئ او یا کولای نشئ چې په خپلو کړو، وړو د همداسې ښوونکي عادت واړوئ. بیا ځان مه قرباني کوئ. د ډیرو ګلانو تر څنګ کله، کله اغزي هم په لاس کې واخلئ.

کیدلای شي د ښوونکي په د ه رویه ستاسو د بد چلند زیږنده وي، تاسو به درس نه زده کوئ ګورنۍ وظیفه به سرته نه رسوئ، په ټولګۍ 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 دې کبله ستونزه پیدا کیږي چې د ټولګۍ کتاب او لوست ورته ګران او سخت وي داسې ستونزې ته خو نڅدي او آسانه حل دادی چې هغه کتاب هیر کړئ په مهال ویش کې د هغه کتاب او مضمون وخت و ځای بل مضمون ته ورکړئ څو دا کار ستاسو په وس کې نه دی. ځکه هغه یو معیاري مضمون دی او د درس په پروګرام کې منل شوی 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

کوونکي هغه پرد ی ګڼي. همدا پرد ی ګڼل همهغه مضمون سختوي. داسي چي زده کوونکی وایي:

زه به په راتلونکي کي یو ادیب یم، نو یوازي د ژبو مضمونونه باید ولولم. مثلثات او الجبر هیڅ په درد نه خوري. یا وو ایي:

زه به یو انجنیریم، نو ادبیات راته اضافي مضامین دي.

په داسي احساس او اټکل یو ډول مضمونونه پرد ي فرضوي دلو فرض هغه مضمونونه ورته ګرانوي. خوکیدلای سي ستاسو اراده بدله سيکه هغه هم نه وي نو دژوند په کارونو کي خو هم مضمون ضرورد ی نوله ګران او ناخوښه مضمون څخه تیښته د ستونزي د حل لاره نده بلکي باید:

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

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

ن د همدې مضمونونو د لوست په وخت کي غایب نسئ.

ټولګي ته تر تللو وړاندي ، د دې مضمونونو نو ی لوست وګورئ او هغه ټکي او ځایونه چي پکي ګران وي، لومړی حل وبیانور لوست زده کړئ.

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

تل ټولګي ته ناوخته رسیږي. یوازي دا نه چي لوست تر ې تیریږی بلکی یه ستړی ساه یه ورسیدلی درس هم نه پوهیږي لکه ښت باید په خپله پوره کړي او په خپل وخت حاضر سي.

درسونه، نه زده کوي، هره ورځ کورنۍ وظیفه ور څخه پاته وي. داسي شاګرد ته هرو، مرو د ښوونکي له لوري ستونزي پیدا کیږي. ښوونکی که هر څو مره حلیم او د زغم ښتن انسان وي خو تر یو، دوه ځله زیات نو هغه بي حوصلې کوي او زده کوونکي ته ستونزه پیدا کوي. دا ستونزه هم باید شاګرد په خپله حل کړي. د لوست په زده کړه باید د ښوونکي باور پیدا کړي او هغه ته داسي بهانه په لاس ورنکړي چي بي ځایه او یا په ځا ی سره عصبي سي.

ن په ازموینه کي کمي نمري اخستل بله ستونزه ده چي شاګرد ته له خپله ځانه پیدا کیږي. په کمو نمرو اخستلو خپل اعصاب هم خرابوي او معلمتیي هم له ګونځو ډ که تنده نیولي وي . له د ې ستونزي څخه د خلاصون په غرض د ازموینې پاڼه یا ځیري یا سوځوي او یا یې پټوي. خو دا یې لاره نده. له پاڼې څخه باید ګټه واخلي او خپله تیروتنه پکي ووینی او وو ایي نولي مي دا پاڼه بده او د کتلو وړ نده. تیروتنه جبران کړي. همدا پاڼه ورته د عبرت پاڼه سي. بیلو خت بیکاره تیر نکړي. خپله اراده درس ویلو ته کلکه کړي. تر څو بیا ورته بده پاڼه په کین لاس ورنکړل سي.

له ټولګی څخه ګټه تر لاسه کړ

۱- د ټولګی ټولو درسونو ته حاضریږئ، که په ټولګی کي کم معلومات تر لاسه کړ ئ او څه تکرار و کړ ئ. دا ته هغه ډیره ښه ده

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

۲–د ټولګۍ له شرايطو سره ځان روږدي او عادت کړئ. د ښوونځي لوستونه يو ډول نه وي، کله تشريح او کله تکرار وي.کله ازموينه،تيست او نا څاپي پوښتني وي.کله د لابراتوار کار وي او کله په ټولګۍ کي درسي مقابله او مسابقه وي.تاسو داسي ځان عادت کړئ چي هر کار ته جوړ ياست .که لابراتوار خوښوي او له تشريح څخه مو ورته کيږي يا يو مضمون خوند در کوي او بل درباندي درنيږي،نو دا عادت ورک کړئ هر مضمون او هر پروګرام د ښوونځي د معيار جز دی او لوستل يي لازم دي.

۳– په ټولګۍ کي پوښتني کوئ ،هره موضوع چي تاسو ته حل نده ،هغه نورو ته هم ګرانه ده خو هغوی هم د سوال کولو زړه نه کوي.که په درسي موضوع کي کوچني تيروتنه او اشتباه درته پيدا کيږي، هغه وپوښتئ که په موضوع پوه ياست دلاروښانه کيدلو لپاره مثال وغواړئ.

۴– که په ټولګۍ کي د نورو زده کوونکو په وړاندي، د درس د تشريح او يا پوښتلو ځواک نلرئ او د نورو ترمخ بي زړه کيږي،نو کوشش وکړئ څو د ټولګۍ په لومړني صف کي کښيني او د نورو شاګردانو سترګي درته مخامخ نسي.

۵–په ټولګۍ کي د شوخو زده کوونکو لورته پاملرنه مکوئ.زيار و باسئ څو ستاسو ناوړه حرکات بي پروا زده کوونکو ته د نوري بي پروايي،زړورتيا ورنکړي،ښه غوږ ونيسئ.

٦–د کوم مضمون لوست ته چي ورځئ،هغه کتاب وړاندي لا وګورئ څو نوي لوست کي ګران ځايونه ځان ته معلوم کړئ څو د ښوونکي د تشريح په مهال ،هغه ځايو ته پاملرنه وکړئ او ورباندي وپوهيږي.د هر درس تمرين ګوري څو د تشريح په وخت کي د هغه په ځواب پوه سئ.

۷–د ښوونکي د خبرو پيل او پای او هغو خبرو ته پام ولرئ کومي چي يا په تاکيد سره وايي او يا يي تکرار کوي ،کومي جملې چي په تخته ليکي هغوی ته ځير اوسئ.

ښوونکی معمولاً مهمي جملې داسي پيل کوي:

(لومړی... دوهم ...دريم.)

"يوه مهمه نکته داده چي ..."

"او په ياد ولرئ چي ..."

"اصل خبره داده چي ..."

"او په دې علت چي ..."

ښوونکی د تائيد لپاره په دي تورو تکيه کوي :

(د ساري په توګه) (د مثال په ډول) (سربيره په دې) (د دي په عکس...) (همدارنګه ...).

و په پای کي وايي :په لنډه توګه ...په پای کي ... په نتيجه کي ... داسي نتيجه اخلو چي ....

۸– که د درس په جریان کې کومه پوښتنه درته پیدا کیږي. یادداښت یې واخلئ او د لوست په پای کې دهغې په هکله له ښوونکي څخه معلومات وغواړئ.
۹– دلوست په پای کې لنډ کې یادداښتونه واخلئ.
۱۰– که کله په ټولګي کې حاضر نه وئ د بل ملګري دهغې ورځې یادداښتونه وګورئ.
۱۱– که دلابراتوار خونې ته لاړئ کومه تجربه چې درته درکړل سوې دهغې اوازي په هم هغې لګیا اوسئ. دنورو زده کوونکو تجربې او دلابراتوار لوازم که ګورئ څو بیا په خپل لوست او تجربه پوهیدلای نسئ.
۱۲– کوم درسونه چې نوي زده کوئ. بهرني استعمال ورته ورکړئ له ځان سره مثالونه ورته ومومئ او پوښتنې پکې ولټوئ.
۱۳– دټولګي لوست ترتفریح او خوب وړاندې په ذهن کې دروګرځوئ چې بیا ژر نه هیریږي.
۱۴– نقشو، جدولونو او ګرافونو ته زیاته پاملرنه کوئ.
۱۵– په هر لوست کې چې ځانګړي، فني اصطلاحات او نور توري وي، لومړی دهغوی په معنی ځان پوه کړئ بیا د لوست تشریح و بشپړولو ته غوږ نیسئ. ساري په توګه: سمبول، ولانس، چارج، اتوم، الکترون، مرکب، مالیکول، مدار، اتومي نمبر، اتومي وزن، کثافت، مخصوصه وزن، راډیکل، یون، 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 لارحام، 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 کې راځي. په هغوی ځان داسې وپوهوي چې په خپلو عباراتو یې روان وواياست او نور هم
ورباندې پوه کړای سئ.
۱۶– په ټولګي کې ځانې له لوست څخه وتلې خبرې مه کوئ او نه همداسې موضوع یادوئ. زیار وباسئ، همداسې خبرې تر ټولګي بهر ختمې کړئ. داسې خبرې ستاسو پام هم بل لورته اړوي او نورو ته هم فکری ګډوډي پیدا کوي.

ازموینه ولې اخستله کیږي؟

ازموینه د زده کړې جز دی او د دې لپاره اخستله کیږي، څو ښوونکي وپوهیږي چې زده کوونکو تر کومې کچې نوي لوستونه زده کړي دي. ځینې د دې له پاره منظم امتحانونه اخلي ترڅو زده کوونکي دې ته اړکړي چې ټول خپل لوست ولولي، ویې ګوري، تکرار او یاد یې کړي.

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.

ازمیښت 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 کې تر ازموینې وروسته هر ځای د نده او شغل موندل کیږي. په ټولنیزو چارو کې د ژوند هره معامله او مسئله یو ډول ازموینې ته اړتیا لري.

په ازموینه کې د ګډون چمتووالی

۱- ځیني زده کوونکي ازموینې ته په منفي نظر ګوري. هغه یو اجباري، اضافي او د ځان له خوښې پرته یو بار ګڼي. دا فکر باید ورک او ازموینې ته د یوه ګټور شي په توګه وکتل شي. ازموینه هغه وخت یوه ستونزه ده چې هغې ته په بد نظر وکتل سي. ازموینې ته لومړنۍ تیاري همداده چې بدبیني ور ته ونلري هغه د ځان په ګټه وګڼي او د خپلو نیمګړتیاوو د معلومولو معیار یې ومني. په دې توګه به ازموینه درته خوښه و اسانه وبریښي او پکې 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 دندې 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 ځواک څخه زیاتیږي.

ازموینې ته د چمتو کید لو لپاره، د لوست او مطالعې مهال ویش درلودل ټولګی 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 پکې وکړئ او د تیرو ازموینو پاڼې بیا وګورئ، دا هم ګټور کار دی. د نورو ازموینو د پاڼو کتل تاسو ته د دقت پیدا کوي، په خپلو بې پروایو پوهیږي، د همدې ټولګي په کومه کې چې اوس په لوست لګیا یاست، د ازموینو پاڼې هم تنظر تیري کړئ، دا د سوالونو په هکله یو نوی فکر درسره پیدا کوي.

۳- له ښوونکي څخه وپوښتئ چې په کومو موضوعګانو و مطلبونو کې ازموینه اخلي.

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

۵- تر ازموینې یوه، دوې اونۍ وړاندې، د ښوونکي پوښتنو، اشارو او په ځینو مطلبونو تاکید ته غور وکړئ. ډیر تکل داکیدلای سي چې ښوونکی په همدې پوښتنو تاسې د متحان څرنګوالی ته متوجه کړي.

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

ورځي وړاندي تاسو بايد ټول درسونه د ازموينې له پاره کتلي وي. تر ازموينې يوه ورځ وړاندي د اړوند مضمون په هکله فرضي پوښتني او ځوابونه تيار کړئ. تر ازموينې وړاندي شپه ارامه تيره کړئ، خوب پوره کړئ او د ازموينې په ورځ يوازي 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

ميدان خو ازموينه ده او ګز هم له ازمويني 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 تلولي توب څخه ژغورلي يا ست له بل لوري به د ښوونکي لارښوونې نه درڅخه تيريږي. کله خو لا داسي هم وي چي ناوخته راغلي شاګرد ته د ازموينې اجازه هم نه ورکوله کيږي.

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، د استونزه 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 و وې ګورئ.

۵– د ځوابونو تر پيل وړاندي، په دې خبره ځان پوه کړئ چي سوالونه ټول حل غواړي که ځيني.

٦– د پوښتنو په ځواب ځان پوه کړئ چي ايا د ځواب خواوشا کرښه کښل کيږي؟ کوم توري په نښه کيږي؟ خالي ځايونه ډکيږي؟ څه تشريح غواړي؟ کوم مطلب معلومول 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 يې په غور سره ليکئ که په يوه شميره کي سوال او ځواب سره واوړي، تير و بيرسی، ځوابونه به تر پايه غلط وي.

۹- په چټکي او احتیاط سره کارکوئ.

۱۰- که دازموینې وخت ډیر وي، یوڅو شیبه لاس له کار څخه اخلئ، ترڅو مو استراحت او آرام کړی وي.

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

۱۲- ګرانه پوښتنه دوه ، دري ځله ګور ئ څخويي په مطلب و غوښتنه پوه سئ.

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

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

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

دازموینې ډولونه

ازموینه ډیر ډولونه لري. کیدلا ی سي د ښوونکي 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 د ې ډول ازموینه کي د ېري لیکني ته اړتیا وي. باید د پوښتني اړوند ټولي زده کړي په یاد راوړل سي هغه معلومات په داسي ډول ترتیب اوتنظیم سي چي په استدلال او منطق ولاړ ځواب وي.

په تشریحي ازموینه کي موخه یوازي دا نده چي ستاسو د یادولو ځواک وازمویل سي بلکي تاسو په دي هم ازمویل کیږئ چي د خپلو معلوماتوتشریح او تحلیل څرنګه کولا ی سوا ی او څه ډول دا زده کړه استعمالولای سئ. دا ځوابه له ښه معلومیدلای سي چي زده کوونکي 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- دمطالعی لیاره ورچاییریال تعریف کړئ؟

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

دداسې ازموینې ځواب لپاره دلیکوالي له لاربښوونو څخه باید ګټه واخستله سي هغه داسي چې زده کوونکي سوال ولولي، ځان ورباندي پوه کړي د ځواب ټول جزیات د پاڼي په یوه څنډه ولیکي بیا یي وړاندي وروسته کړي. په همدې جزیاتو کي اصل خبره وموﻣي، د هغې لپاره سریزه پیل او په نورو برخو کي یي تشریح او تائید ولیکي. مثالونه، متلونه ونکتي پکي راوړئ. په هر پاراګراف کي یوه خبره مطرح کړ وپه پای کي د پایلې په ډول څه ولیکئ.

۲- **لنډه (ټیسټي) ازموینه**: په دې ډول ازموینه کي، لیکنه کمه وي ځوابونه په یوه توري ورکول کېږي چي هغه په خالي ځا ی کي لیکي. یا یوه ځانګړي نښه د ځواب په ځا ی ایښودل کېږي او یا د ځوابونو په پاڼه کي تر ټولو غوره ځواب په نښه کېږي.

لنډه ازموینه څلور ډوله اخستل کیدلای سي.

الف: متناوب یا د "سم" او "ناسم" ازموینه: په دې ډول ازموینه کي 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 کي ښه مطالعه کېږي.

که ستاسو په نظر د دې پوښتنې ځواب سم وي نو له لاربښوونې 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 لاربښوونې سره سم، د نا (ناسم) غ(غلط)، د(دروغ) یا د(نه) توری او یا د -(منفي) نښه ولیکئ.

داچي زما په نظر دا خبره سمه نده نو په لیندکیو کي لیکم.(-) او یا یي 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 پکي وي. زده کوونکي به هغه ځواب غوره کوي چي خورا وړ او مناسب وي.

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

۱- د مطالعې د کوټې د تودوخي مناسبه درجه د فارنهایټ ( ) درجي ده.

الف:(۸۰) ب:(۷۵) ج:(۶۸) د:(۵۰).

داچي د مطالعې لپاره د خونې د تودوخې مناسبه درجه ۶۸ ده نو زده کوونکي باید په قوس کي (ج) ولیکي.

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

الف – **حمزه** (رضی الله عنه) ب – **حسین** (رضی الله عنه)

ج – **یاسر** (رضی الله عنه) د – **حارث ابن ابی هاله** (رضی الله عنه)

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

ج - بشپړه کیدونکي (تکمیلي) ازموینه: په دې ډول ازموینه کې غوښتل کیږي څو دیوعبارت یا پاراګراف خالي ځایونه ډک سي کله په ځوابونو کې لغات یا شمیرې ورکولې کیږي 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 :

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

۲- دمعاصر افغانستان جوړونکی (   ) دی.

داچې داشخص احمد شاه بابا د ځو په لیندکیو کې به لیکو: (احمد شاه بابا) او جمله به بشپړه سي.

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

کله یو کالم دمخترعانو نومونه وي اوبل کالم داختراعاتو. کله په یوه کې پیښې او په بل کې ځایونه اونیټې 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 پوښتني 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 لنډ او ټیسټي ډول اخستله کیږي خوله معمولي و دټولګیو له ازموینو سره دوه توپیره لري:

لومړی داچې تجربه سوي وي، کار وربانډې سوی وي. دتکامل او بشپړتیا ډیر پړاوونه یې وهلي وي.

دوهم داچې دپوښتنو او ځوابونو ډګیې خورا پراخ وي.

وینځې دپوهنتون دکانکور ازموینه په ټول هیوادکې یو ډول خستلکیږي. دلسم، یوولسم او دوولسم ټولګیو په مضمونونو کې یې یوښتنی جوړیږي. په داسې ازموینه کې

دزده کـوونکي دزده کـړې او معلومـاتو ترځنـګ دزده کوونکـو ځیرکتیا، شخصیت، غوښتني او هیلي هم ازمویل کیږي.

دکانکور په ازموینه کي دپوښتنو او ځوابونو پاڼي سره بیلي وټل نمـري هـم پـه ماشـین ورکـول کیږي. نوځکـه پکـي زیاتـه پاملرنـه پـه کـار ده او شـاګرد باید تـولي لاربـنـوونـي پـه پـام کـي ولري. تاسو دا پوښتني وګورئ او دحل 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: شتمن

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 دځمکي له حرکت.

۴–۳: په خپل محور دځمکي له حرکت.

۴–۴: دځمکي په خوا وشا دلمر له حرکت.

۵ ـ که د دوو قلمونـو بیـه (۲۰اف) وي پـه (۱۰۰) افغـانیو (   ) قلمونه اخستلای سو.

۵–۱: ۲۰ قلمونه

۵–۲: ۱۰ قلمونه

۵–۳: ۱۵ قلمونه

۵–۴: ۵ قلمونه

داخو دپوښتنو نموني وي، اوس پـه بیلـه پاڼـه کـي یـي ځوابونـه وګورئ چي دسم ځواب له پاره دوي موازي کرښي توري سوي دي.

۱– = ■ = =

۲– = = = ■

۳– = = = ■

۴– = = = ■

۵– = = ■ =

نورنو، تل په ازموینو کي بریالي وسئ، 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

زه ، زما په قلم

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

زه دغزني ولايت، دقره باغ ولسوالۍ په محمد نعيم کلا کې دنيا ته راغلی يم. دتذکرې په حساب مي عمر د(۹ساله۴۱)په اټکل دی .

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

په ۱۳۴۵هـ ش کال،دسطان ابراهيم له ښوونځۍ څخه اول نمره فارغ سوم او دسلطان محمود ليسې ته لاړم. له هغې ليسي په لومړنۍ دوره کي په لومړۍ نمره په ۱۳۵۱هـ ش کال فارغ سوم. دهغه کال دکانکور په ازموينه کې دخپل ولايت دټولو ليسو په شاګردانو کې په لوړه نمره بريالی سوم او دخپل لومړي انتخاب سره سم ، دکابل پوهنتون دانجنيري پوهنځۍ ته شامل سوم. خو درې کاله وروسته مي دناخوالو له امله دلوست لړۍ غوڅه سوه. ددې زده کړو ترڅنګ مي ضروري ديني زده کړي هم کولي.

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

له ۱۳۵۹ تر۱۳۷۱هـ ش کال پوري دهجرت په نړۍ کې هستوګن وم. هلته مي له ماموريته تر رياسته په جهادي دفترونو کې کار وکړ.

په ۱۳۷۱کال دمجاهدينو له بريالي کاروان سره کابل ته لاړم . دمهاجرينو دعودت په وزارت او د سرې مياشتې په ټولنه کي مي درئيس په توګه دنده درلوده.

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

د ۱۳۷۴کال په پای کې مي دطالبانو له اسلا مي تحريک سره قلمي مرسته پيل کړه او د اسلامي امارت په دوره کي مي دکندهار پوهنتون ، د کابل دطب انستيتيوت او دبهرنيو چارو په وزارت کې درئيس په توګه دنده اجرا کړې ده.

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

په ۱۳۵۹هـ کال مي لومړنی مضمون او لومړنۍ رساله (شمۀ از شکنجه هاي مشهود درمحابس افغانستان) چاپ سول .تر اوسه مي په ۳۴ډول، ډول خپرونوکي په سلګونو مضمونونه خپاره سوي دي او تر ديرش ټوکه ليکل سوي او يا ژباړل سوي کتابونه مي دچاپ شرف لري . پنځلس ټوکه کتابونه مي هم چا پته تيار دي .دکرامت مجلې،ريان ويبپاڼې،سواد فرهنګي ټولنې او الحکيم تعليمي مرکز دتاسيس او متيازو ياړ لرم.

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

ذلک من فضل الله .

والسلام.

- ريان-

Rayyan261@yahoo.com

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 رونددوکتابتونونو څخه ترلاسه کړي وو، خو اوس هجر ورڅخه لري کړی يم، له همدي امله يي نومونه په بشپړه توګه ليکلای نسم.

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

خو داعرض کول غواړم چي په دي بحثونو کي زما خپله ځانګړ ې تجربه هم غېزمنه ده ځکه :

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

۲- تر اوسه مي (45)کتابونه ليکلي يا ژباړلي دي چي ترديرش ټوکه يي زيات دچاپ په پسول ښکلي 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 د دي زيار هدف دي .

والسلام

ريان

Download from:aghalibrary

Download from:aghalibrary